

གསར་མང་། ༧

འདོན་མང་། ༡༧

སྐུ་ལྷན་

བོད་མི་མང་སྤྱི་འབྲུག་ལ་སྐུ་ལྷན་མཆོག་གི་འོག་ཀྱི་



སྐབས་བཅུ་དྲུག་པ།
ཆོག་ས་དུས་བཞི་པ།
ཁྱོས་ཆོག་ས་ལས་རིམ་གསར་ཤོག

བོད་ཀྱི་ལ་ལོ་ ༡༩༧༧ ལྷ་ ༡༠ ཆོས་ ༡ ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༧ ལྷ་ ༡༡ ཆོས་ ༡༠

ཕོ་མ་སྒྲིག་ཆོག་ས་ཚུང་།

ཕོ་མ་སྒྲིག་པ།

སྒོ་བཟང་ཉི་མ།

གསར་འགོད་པ།

བསྟན་པ་དར་བྱུག

བྱམས་པ་ཆོས་འཛིན།

གྲགས་པ་རྒྱལ་མཆོན།

བསྟན་འཛིན་སྐལ་ལྷན།

སྐལ་བཟང་ཐེག་མཆོག།

བསྟན་འཛིན་ཆོས་གྲགས།

ཀམ་སྐྱ་ཁར་འགོད་འཇུག་པ།

བྱམས་པ་དབྱངས་འཛིན་མ།

བསྟན་འཛིན་སྒྲོལ་མ།

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

Web:
www.tibetanparliament.org
www.chithu.org

༡༠	འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལས་བསྡེམས་ཐོག་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་བཟོ་སྐྱེད་དང་ བཀའ་ཤག་གིས་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད། (༡༣༣ གྱི་ལོ་ ༡༠༡༧ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡༩ ཉིན་གྱི་སྤྱི་ཤུན་དང་ མོ།) (༡༦༠ གྱི་ལོ་ ༡༠༡༧ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡༩ ཉིན་གྱི་སྤྱི་ཤུན་གཉིས་པ།)	༡༣༧'...༡༦༩
༡༡	མང་ཆོག་ས་ཁྱིམ་ཁྲིའི་ཆོག་ས་ཁྱིམ་སྤྱི་བཟོ་སྤྱོད་ཐོ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཟེན་པའི་ཐོག་ བཟོ་སྐྱེད་ ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༡ པ།	༡༦༩'...༡༧༧
༡༢	གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཆོད་གྲོས་འཆར། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩༩ པ།	༡༧༩'...༡༧༩
༡༣	ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩༩ པའི་ཐོག་བཟོ་སྐྱེད་།	༡༧༩'...༡༨༩
༡༤	བོད་མིའི་སྤྱི་གཞུགས་ཀྱི་ལས་ཤག་དང་བཟོ་སྤྱོད་ཐོག་འབྲེལ་སྤྱི་གཞུག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ ཁྲིམས་འཆར། བརྗོད་བཤུས་པའི་ཐོག་གཏན་འབེབས། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩༩ པ། (༡༨༩ གྱི་ལོ་ ༡༠༡༧ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡༩ ཉིན་གྱི་སྤྱི་ཤུན་གསུམ་པ།)	༡༨༩'...༡༨༩
༡༥	མཆོངས་མེད་ཆོག་ས་ཁྱིམ་ལགས་ནས་དཔྱོངས་ཤོག་ཁག་སྤྱོད་སྤྱོད།	༡༨༩'...༡༨༩
༡༦	དཔལ་ལྷན་ཆོག་ས་གཙོ་མཆོག་ནས་མཆོག་བསྡེམས་གསུང་བཤད།	༡༨༩'...༡༨༩

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༧ ཉིན་གྱི་ཐུན་དང་པོ།

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

སྐབས་ ༡༤ པའི་ཐོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་བཞི་པ། དེ་རིང་ལས་རིམ་བརྒྱུད་པ་དེ་ཡིན། དེ་ལ་བྱི་བ་བྱིས་ལན་གྱི་དུས་ཚོད་མེད། ཁྲིམས་བཟོའི་ལས་དོན་ཁག་བརྗོད་པ་གཉིས་པའི་སྐར་ལ་འགྲོ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་དང་པོ། ༡༥ ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐོས་ལྷན་ཁང་གི་སྤྱི་གཤིས་བསྐུར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༢༥ པ། (ཕྱི་ཚེས་ ༢༢ གྱི་ལས་རིམ་ཁོངས་ལ་ཡོད། དེ་ལ་གཞིགས་རོགས་གནང་།) བརྗོད་པ་གཉིས་པའི་སྐར་ལ་བཟོ་སྒྲིབ་གི་གོ་སྐབས་འབྲུལ་རྒྱུ་ཡིན། དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་ཀླུ་ཡེ་ཤེས་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ སྤྱིར་བཏང་ནས་བརྗོད་པ་གཉིས་པ་འགོ་བཙུགས་ཙམ་ཡིན་དུས། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཆ་ཤས་གཞི་དྲུག་བཞེས་མིན་དེ་རྗེས་སུ་ཁྱེད་ཀྱི་དང་། ༥ ལྷ་སྐབས་སུ་བབ་པའི་ཁྱེད་གཙོ་བོ་དེ་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༢༥ ར་ཆོ་བཀའ་ཤུགས་གི་ཁྲིམས་འཆར་གྱི་ནང་ལ་ནང་གསེས་དོན་ཆོད་གཉིས་ཡོད་པ་རེད། ནང་གསེས་དང་པོ་དེའི་དོན་ཆོད་བཙུག་ཅིག་པའི་ནང་གསེས་གཉིས་པའི་སྐར་གྱི་ལས་བྱེད་པའི་ས་མིག་སྐོར་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་དང་ཚོགས་དུང་ལས་ཁུངས་གཉིས་ཀྱི་ལས་བྱེད་དེ་སྤྱད་མ་འདྲ་བའི་ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐོས་བྱེད་ཕྱོགས་སྐོར་ལ་འགྱུར་བ་ཕྱིན་ཟིན་པ་རེད། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་བསྐུར་བཅོས་དེ་དེ་རིང་བཀའ་ཤུགས་གིས་ཁུངས་ལེབས་པ་རེད། ཡིན་ནའང་། ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་དང་ཚོགས་དུང་ལས་ཁུངས་གཉིས་ལ་ལས་བྱེད་ས་མིག་གཏན་འབེབས་བྱ་རྒྱུའི་གནད་དོན་ཐོག་ལ། ཚོགས་དུང་ལས་ཁུངས་དང་བཀའ་དྲུང་ཡིག་ཆ་དང་བར་ལ་པར་ཚུར་ཡི་གེ་གཏོང་རྒྱུ་བྱུང་བ་དེ་ཆོའི་དཀའ་ངལ་ཆང་མ་སེལ་ནས་ད་ལྟ་གང་ཡང་མེད། དེ་བཞིན་དུ་དེའི་སྐོར་ལ་ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་དང་བཀའ་དྲུང་ཡིག་ཆ་དང་བར་ལ་དཀའ་ངལ་གང་ཡང་མེད། ས་མིག་ཆང་མ་གཏན་འབེབས་བྱས་ཏེ་དཀའ་ངལ་ཆང་མ་སེལ་ཆར་བ་རེད། ཡིན་ནའང་ར་ཆོ་ཁ་སང་ཁྲིམས་འཆར་ཕུལ་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་གིས་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གི་མིང་ཐོག་ལ་ཕྱག་སྤྱིས་ཤིག་གནང་འདུག དེའི་ངོས་བཟུས་དེ་བཀའ་དྲུང་ཡིག་ཆ་དང་ལ་ཡང་འབྱོར་བ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། ཁོ་ཆོས་དེ་སྐོར་ལ་བཀའ་བསྐུར་གནང་དགོས་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་བཀའ་མོལ་གནང་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། དེའི་དགོས་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་མ་ཞིག་ལ་བལྟས་ཏེ་ད་ལྟ་བཀའ་ཤུགས་གི་ངོས་ནས་ཁྲིམས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༢༥ ལྷེ་ཆོད་དང་པོ། དོན་ཆོད་ ༡༡ ནང་གསེས་གཉིས་པ་སྤྱི་འཐུས་རིང་གྲངས་ཁུངས་གཏོང་རོགས་གནང་། འདིའི་ཡི་གེ་དེ་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་ལྷན་པ་གཉིས་ལ་ཡང་འབྱོར་ཡོད་པ་རེད། ར་ཆོ་བཀའ་དྲུང་ཡིག་ཆ་དང་ལ་ཡང་འབྱོར་སོང་། དེའི་ཐོག་ལ་འབྲེལ་ཡོད་བརྗོད་གཙོ་ལྷན་པ་བཀའ་བསྐུར་གནང་བའི་ཐོག་ནས་མ་འོངས་པར་པན་ཚུན་དོགས་པ་མི་ཡོང་བའི་ཆེད། དེ་རིང་ཆེད་མངགས་ནང་གསེས་དང་པོ་བཀའ་ཤུགས་གི་ངོས་ནས་གྲངས་ཁུངས་གཏོང་གནང་རོགས་གནང་། ཞེས་གསོལ་འདེབས་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་ཨརྒྱུ་ཡི་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་མཚོག་ནས།

ཅ་བའི་ད་ལྟ་ལས་བྱེད་འདེམས་ལྷན་གྱི་སྤྲིག་གཞིའི་ནང་ལ་ནང་དོན་གཉིས་ཡོད་པ་རེད། ནང་དོན་གཉིས་པ་དེའི་སྐང་ལ་བརྗོད་པ་གཉིས་པ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དང་པོ་ད་ལྟ་དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་མཚོག་ནས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན། ཚོགས་གཙོའི་མཚན་ཐོག་ལ་ཕྱག་བྱེད་ཤིག་གནང་པ་རེད། དེ་མཚུངས་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་དང་བཀའ་ཤག་ལྷན་རྒྱུ་བཀའ་མོལ་བྱུང་ཞིང། དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་གྱིས་དེ་རིང་འདིར་ཁྱེད་པ་གཞིར་བཟུང་འདི་གང་སངས་གཏོང་རྒྱུ་ཡིན། དེའི་རྗེས་ལ། ཕྱག་རྒྱུང་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། གནད་དོན་འདིའི་སྐང་ལ་ཕྱག་བཟུངས་ཡོད་ན། བཟོ་སྐྲུབ་གི་ཆ་ཤས་འབྲུལ་རྒྱ་མིན་ཁྱེད་ཡིན། ནང་གསེས་དོན་ཚན་གཉིས་ལ། ལོ་གཉིས་རེའི་མཚམས་བཀའ་ཤག་གིས་ལས་ཁུངས་ཉམས་ཞིབ་ཚོགས་རྒྱུང་རེ་བཅུ་གསུམ་ཉི་ཤེད་མེད་སྤྲིག་འཛུགས་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལས་བྱེད་ས་མིག་གསར་གཏོང་དང་། ཕྱིར་བསྟུ། བརྗོད་སྐྱུར་བཅས་གང་དགོས་བྱ་རྒྱུ། འོན་ཀྱང་། ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་དང་ཚོགས་བྱུང་ལས་ཁུངས་གཉིས་ཀྱི་ས་མིག་ཐད་ཀར་བཀའ་ཤག་ནས་ཁུངས་སོ་སོར་གོ་བསྐྱུར་གཏན་འབེབས་གྱིས་ལས་བྱེད་འདེམས་ལྷན་གྱི་འཛིན་སྐྱོང་ཁྱེད་པ་དེ་གང་སངས་བཏང་བ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སློན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

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

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཚོག་ངས་ལག་པ་ཞིག་བཟུངས་པ་ཡིན། ད་ལྟ་འདིའི་ཐོག་ལ་གཅིག་ཁྱེད་དགོས་བསམ་ཡང་། ད་ལྟ་ཁྱེད་ས་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས། ནང་དོན་གང་ཡང་ཁྱེད་རྒྱ་མེད། ལོ་གཉིས་རེའི་མཚམས་སྤྱི་ལས་འབོར་ཉམས་ཞིབ་དེ་ངས་བར་དུ་འཛུགས་རོགས་གནང་ཞེས་ཁྱེད་རྒྱ་མེད།

ཚོགས་གཙོ་ཨརྒྱུ་ཡི་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་མཚོག་ནས།

ཅ་བའི་ཚོགས་གཙོས་གཏན་འབེབས་ཟེན་པ་ཡིན་དུས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མེད་ལ་བྱུང་བར་མི་འདུག་སྟེ། དེ་རིང་ཚོས་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་ག་བར་འགྲོ་གི་ཡོད་མེད་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག་སྐབས་རེ་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསལ་བཤད་ཀྱི་གོ་སྐབས་འདྲ་བོ་ཆགས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ཡིན་ནའང་། ད་ལྟ་འདིར་ལས་རིམ་གསུང་སའི་གོ་སྐབས་མེད་པ་ཡིན་དུས། བཀའ་ཤག་གིས་དགོངས་བཞེས་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་འཛིན་སྐྱོང་ཁྱེད་རྒྱ་མེད། དེ་ནས་ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐྱོད་ལྷན་ཁང་གི་སྤྲིག་གཞི་བསྐྱུར་བཅོས་ཚིག་བརྗོད། དེ་རིང་གི་ནང་གསེས་གཉིས་པའི་བཅུ་བདུན་ལ། ནང་གསེས་གསུམ་པ་ཞབས་གཡར་དང་ཚོས་དོན་བསྐྱོད་གཞག་བསྐྱུར་བཅོས་ཚིག་བརྗོད་སྐང་ལ་བརྗོད་པ་གཉིས་པའི་བཟོ་སྐྲུབ་གཉིས་པའི་གོ་སྐབས་འབྲུལ་བཞིན་ཡོད། ད་ལྟ་འདིར་ཕྱག་རྒྱུང་མཁན་དག་གིས་གནད་དོན་འདིའི་སྐང་ལ་ཕྱག་བཟུངས་པ་ཡིན་ན། དང་པོ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱ་བ་ཕུན་ཕྱིན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཆ་བ་ཕུན་སྦྱིད་ལགས་ནས།

དབལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཡིག་ཆ་ཨང་ ༢༥ ལ། གཞུང་འབྲེལ་སྤྱིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས། ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐོས་ལྷན་ཁང་གི་སྤྱིག་གཞི། དོན་ཚན་བཅུ་བདུན་པ་ནང་གསེས་ ༣ ལ། ཞབས་གཡར་དང་ཚོད་གན་བསྐོས་གཞག་ཆུ་ཚོད་མང་པོ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་འབྲེལ་དུས་མང་པོ་ཞུ་རྒྱ་མིན། གོ་བཤེ་བའི་གནས་ཚུལ་གཉིས་ཞུ་རྒྱ་ལ། དང་པོ་ཚོད་གན་ལས་བྱེད་གནས་སྤོར་གཏོང་ཡ་དེ་འབྲིག་མིན་སྐོར་ལ་ཐེ་ཚོམས་ཡོད། གཉིས་པ་དེ་ལ་འོན་ཀྱང་ཐེར་བ་ནས་གཉིས་མོས་ཚོད་གན་ཐོག་བསྐོས་གཞག་ཡོད་པའི་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ཞིག་གོང་གསལ་དུས་ལྷན་ལོ་བཞིའི་རིང་ཞེས་བ་དེ་རེད། དེ་ཚོ་ཚང་མ་ལྷགས་སྟོག་ཞུ་མི་དགོས་པ་བྱོས། གང་ལྟར་ང་ཚོས་ཁྲིམས་དང་སྤྱིག་གཞི་ག་རེ་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་ཡིན་ནའང་། ཚང་མ་ལ་བྱུང་དགོས་པ་དང་། ཕྱགས་རྒྱུ་རིང་པོ་ཞིག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་པེད་མ་གཏོགས། དེ་རིང་འོན་ཀྱང་ཞེས་ས་གནས་འགོ་འཛིན་བཅུག་སང་ཉིན་ཡང་འོན་ཀྱང་ཞེས་ལས་ཁུངས་གཞན་པ་ཞིག་གིས་གཅིག་བཅུག་དེ་ནས་ཡང་འོན་ཀྱང་ཞེས་གཅིག་བཅུགས་པ་ཡིན་ན། དེ་ཉ་ཅང་ནས་རིང་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ལ། དེ་འཛིན་སྐྱོང་གི་ཐོག་ནས་ཕྱགས་རྒྱུ་རིང་པོར་དགོངས་བཞེས་མེད་པའི་གནད་འགག་ཅིག་མཐོང་སྟབས། དགག་བྱ་ཞུས་པ་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་ང་འདི་ལ་རྒྱུ་སྐྱོར་བྱེད་པ་ལ་དཀའ་ངལ་མི་འདུག་སྟེ། ངས་དེ་རིང་དགག་བྱ་བྱེད་དགོས་དོན་ནི་གནད་འགག་འདི་ཚོ་མཐོང་ནས་དགག་བྱ་ཞུས་པ་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།

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

ཆ་གསལ་ལེན་མཁན་གཉིས་ལ། སྤྱི་འཐུས་ཆེ་རིང་གཡུ་སྟོན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཆེ་རིང་གཡུ་སྟོན་ལགས་ནས།

དབལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ གཞུང་འབྲེལ་སྤྱིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་སྐྱེད་ལ་ཞུ་འདོད་བྱུང་། དེ་ཐོག་མར་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་བསྐྱེབས་པའི་སྐྱབས་སུ་ཡིན་ནའང་དགག་བྱ་ཞིག་བརྒྱབ་པ་ཡིན། དེའི་རྒྱ་མཆན་གང་ཡིན་ཞུས་ན། སོ་སོ་ཡིན་ནའང་ས་གནས་ཀྱི་ཞིང་པའི་སྐྱེད་ལ་ལས་ཀ་བྱས་པ་རེད། ད་ལྟ་ཡིན་ན། རྒྱུ་ཆེ་ཆུན་པོ་མང་ཆེ་བ་ས་གནས་གཞིས་འགོ་མང་པོ་བྱས་ཏེ་ཉམས་སྟོང་བསགས་ནས་འདིར་བསྐྱེབས་པ་ཡིན་ན། ལས་དོན་ཆགས་ཚུད་པ་དང་གནད་དོན་དེ་ཚོ་ཕན་ཐོགས་པོ་ཡོད་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་དུས། ང་རང་ཚོའི་གཞུང་དེ་བཟོན་པོ་དང་ཡག་པོ་ཞིག་གནས་དགོས་པ་ཡིན་ན། ཚང་མ་ལ་གོ་སྐྱབས་ཞིག་དགོས་པ་རེད་བསམ་ཀྱི་འདུག་ད་ལྟའི་ཆར་ལས་བྱེད་མ་འདདས་བའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་མ་རེད། ལས་བྱེད་ལྡ་བཅུའི་ས་མིག་ལ་ལས་བྱེད་ཉིས་བརྒྱ་ཞིག་ཡིག་རྒྱགས་གཏོང་དུ་ཡོང་གི་འདུག་གསུངས་སོང་། ངས་བསམ་ན་མི་མང་ནང་ལ་གོ་བཟླ་ག་འདྲ་ཞིག་སྤྱད་ཀྱི་ཡོད་ན་བསམས་སོང་། གཞིས་ཆགས་ཁག་ནང་ལ་བཏང་པ་ཡིན་ན། ང་འགྲོ་གི་མིན། ཁོ་འགྲོ་གི་མིན་ལའང་པ་ཡིན་ན། ལས་བྱེད་ཀྱི་སྤྱིག་གཞི་དང་སོ་སོའི་བྱ་གཞི་ལས་གནང་ས་དེར་ཅི་བཀྱར་ཞུ་ཡི་མེད་པ་འདྲ་པོ་དང་། མི་མང་ནང་ལ་གོ་བ་བྱུང་མཆར་ཞིག་འགྲོ་ཉན་ཡོད་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་དུས་ངས་ག་རེ་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་ལའང་པ་ཡིན་ན། དེ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་གྱིས་ས་གནས་དེ་ངས་པར་གཞུང་བསྐོས་རང་གནད་དགོས་པ་དེ་ཉ་ཅང་ནས་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་དེའི་རྒྱུ་སྐྱོངས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་

མང་པོ་ལྷ་རྒྱུ་ཡོད་དེ་དེ་རིང་འདིར་ལྷ་རྒྱུ་མིན། ཡིན་ནའང་མ་འོངས་པར་ང་རང་ཆོའི་གཞུང་དེ་ཕྱགས་རྒྱུང་རིང་པོ་དང་བརྟན་པོ་གནས་དགོས་པར་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་སྤྲིག་འཇུགས་ཀྱི་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་གྱི་གཞུང་བསྐྱོས་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་ཆོ་རེད། དེ་ཆོས་ཉམས་སྤོང་བསགས་ས་དང་། ལས་ཀ་བྱེད་སའི་སྤྱིངས་ཆ་གཙོ་བོ་དེ་འདི་ཆགས་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། ས་གནས་གཞིས་འགོ་དེ་གཞུང་བསྐྱོས་རང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ལྷ་རྒྱུ་གཅིག་ཡིན། དེ་ལ་ངས་རྒྱུ་ལྷོ་ལྷ་ཐུབ་ས་མ་རེད་ཅེས་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན།

ཆོགས་གཙོ་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཆོགས་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་དགོན་མཆོག་ཡར་འཕེལ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དགོན་མཆོག་ཡར་འཕེལ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག གཞུང་འབྲེལ་སྤྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༡༥ རྒྱུ་གསེས་ ༣ པའི་ཐོག་ལ་ཅུང་ཙམ་ཞུས་ན་བསམས་སོང་། གོང་དུ་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་ཞུས་པ་ནང་བཞིན། ད་རེས་ཆོད་གན་བསྐྱོར་རྒྱུ་དེ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་གཅིག་ཕུར་མ་བྱུང་བར། ལྷན་ཁང་ཆང་མ་ལ་ཆོད་གན་ཡོད་པ་ཡིན་དུས། ཆ་ཆང་ལ་བྱུང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་འདུག སྤྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་སྐང་ལ་རྒྱུ་ལྷོ་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་མ་ལྷ་རང་ཞུས་ཤིག་ཆགས་སོང་། རྒྱ་བ་ཁ་ཤས་སྤོན་བྱང་ཤར་ས་ཁུལ་གཞིགས་སྐོར་ལ་ང་དང་དཔེ་ཕྱག་སྤེལ་རེད་གཉིས་འགྲོ་བའི་སྐབས་སུ་ས་གནས་གལ་ཆེན་པོ། ས་གནས་རྩྭ་གྲ་ཡོད་ས། ས་གནས་དཀའ་ངལ་ཡོད་ས། དཔེར་བཞག་པ་ཡིན་ན། བསྟན་འཛིན་སྐང་འདྲ་བོ་ཡིན་ན། ས་ཆ་ཡུལ་མི་ལ་ཤོར་བའི་ཉེན་ཁ་འདུག དེ་ལ་དྲར་ཟུར་ཞིག་བཞག་འདུག དྲར་ཟུར་དེ་ཉ་ཅང་ནས་འཛོན་པོ་འདུག མི་མང་གིས་འདོད་པ་ཡོད་པ། དྲར་ཟུར་དེ་ལོ་བཞིའི་ཆོད་གན་ཆ་ཆང་ཆར་ནས། ད་ལྟ་ཡིན་པ་ཡིན་ན་ས་གནས་འགོ་འཛིན་མི་སྤྱོད་བཞག་འདུག ང་དང་དཔེ་ཕྱག་སྤེལ་གྱིས་སྤྱོད་རང་གལ་ཆེན་པོ་འདུག་པ་ཞེས་ཞུས་པ་ཡིན། སྤྱོད་རང་ཁྲིམས་དང་སྤྲིག་གཞིས་སྤོད་ས་མི་འདུག ཡིན་ནའང་ཁོ་སྤོན་པ་ཡིན་ན། ས་གནས་མང་འཕྲེ་གཞུང་གི་དཔོན་པོ་རེད། བསྟན་འཛིན་སྐང་གི་ས་ཆའི་གནད་དོན་སྐོར་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་པ་ཆང་མ་མཐུན་པའི་བདག་པོ་རྒྱུང་རྒྱུང་ཡིན་དུས་མ་མཐུན་པ་ཡོད་པ་མ་རེད། ས་ཆ་དེ་ལ་ལམ་ཀ་གཡམས་ནས་ཡོང་གཡོན་ནས་ཡོང་ནས་ས་ཆ་ཡག་པོ་ཆགས་ཡོང་དུས། ཡུལ་མི་དེར་བརྐྱས་ནས་ས་ཆ་དེར་ར་བ་བརྒྱབ། ས་ཆ་དེ་ཁྲིམས་མཐུན་འདྲ་ཞིག་བཅོས་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཁོ་རང་ཆ་ཡོད་རྒྱུ་ས་ཡོད་ཡིན་དུས་ཉ་ཅང་ནས་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་འདུག ཡིན་ནའང་ཁྲིམས་དང་སྤྲིག་གཞིའི་སྐང་ནས་ལག་པ་བཏང་ནས་འདུག་ས་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་ཞིག་ཆགས་འདུག སྐབས་དེར། ཕྱག་སྤེལ་སྤྱི་འཐུས་རེད་གཉིས་ཀྱིས་ལྷ་རྒྱུ་བྱུང་། ཁྲིམས་དང་སྤྲིག་གཞིའི་བསྐྱར་བཅོས་དེ་ར་ཆོ་ཁྲིམས་བཅོ་ལྷན་ཁང་རེད། དེ་བཀུར་ཤིག་གིས་ཁུར་འོང་བ་ཡིན་ན་རྒྱུ་ལྷོ་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཆོག་གི་རེད་པ་ཞེས་ལྷ་རྒྱུ་བྱུང་། ཡིན་ནའང་སྐབས་དེ་དུས་དེ་འདྲ་ཞིག་འཁུར་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཤེས་ཀྱི་མེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཁྲིམས་འཆར་དེའི་སྐང་ལ་རྒྱུ་ལྷོ་ལྷ་ཞུགས་པ་ཞུགས་སོང་། མང་པོ་ཞིག་གིས་གཞུང་གི་ལས་བྱེད་གཏོང་དགོས་ལ་བ་ཀྱི་འདུག ཡིན་ནའང་། ལས་བྱེད་བཏང་བ་ཡིན་ན་བཀུར་ཤིག་གིས་དེ་

ལ་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་གསུངས་ཆར་སོང་། དཀའ་ངལ་དེ་གཅིག་ལྷན་པ་རེད། ས་གནས་ཆེ་ཆུང་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་ཡོད་པ་
 རེད། ས་གནས་ཆུང་བ་དེ་ཆོར་ལས་བྱེད་ཀྱི་གནས་རིམ་དམའ་བ་དེ་ཆོ་མ་གཏོགས་ཐོབ་ཀྱི་མ་རེད། དཔེར་ན། བསྟན་འཛིན་
 སྐར་ནས་པར་ཤི་ཡོང་གི་ས་གནས་འགོ་འཛིན་སར་འགྲོ་བའི་སྐབས་སུ། ས་གནས་མང་པོས་ལབ་ཀྱི་འདུག ང་ཆོར་ཁ་རྩང་རང་
 སྐྱོར་ཞིག་ཡོད། དེ་བརྗེ་པོ་ཐེབས་སོང་། ཡང་བསྐྱར་གཅིག་བསྐྱེབས་སོང་། དེ་ཡང་སང་ཉིན་གནངས་ཉིན་འགོ་ཡ་རེད་འདུག
 ཡང་བསྐྱར་གཅིག་བཏང་འདུག དེ་ནི་དགོངས་ལོ་ཆུང་ཆུང་རེད་འདུག ཤེས་ཡོན་སྒྲོབ་སྒྲོང་ཆད་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ཏུ་རེད་དེ། ས་
 གནས་འགོ་འཛིན་ཟེར་བ་དེ་མི་མང་གི་མགོ་ནས་ལྟ་མཁན་ཡིན་དུས། རྩེ་ཙམ་དགོངས་ལོ་མཐོན་པོ་ཡིན་ན་ཡག་ཏུ་རེད་
 བསམ་ཀྱི་འདུག ཡིན་ནའང་ཉ་ཅང་ནས་དགོངས་ལོ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་བཏང་འདུག ནང་གི་པ་མ་ཆོས་དེ་ང་ཆོའི་ནང་གི་བྱ་སྤྲུག་
 འབྲེལ་པོ་འདུག་ཟེར་བ་ཞིན་འདུག དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས། ངས་སྤྲིག་གཞི་དེར་རྒྱབ་སྐྱོར་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་
 གཞིགས་པ་ཡིན་ན། སྤྲིག་གཞི་དེ་བསྐྱར་བཅོས་མ་བཏང་ཐབས་མེད་པ་འབྲེལ་ཆགས་འདུག་ཅེས་ཞུ་ཡིན།

ཆོགས་གཙོ་ཨརྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ལྷན་ཆོགས་མཆོག་ནས།

བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་ཆོར་འཕོད་སྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་རེད། སྤྱིར་བཏང་མི་མང་གིས་ཆོག་དང་ཐ་སྙད་ག་རེ་གསུང་གི་ཡོད་ནའང་།
 ང་ཆོའི་ལས་བྱེད་ཆོ་དགོངས་ལོ་སོན། བསྐྱབ་པ་མཐར་སོན་ནས་ཐེབས་པ་ཡིན་དུས། དེ་རིང་ང་རང་ཆོའི་གྲོས་ཆོགས་ར་བའི་
 ནང་ཡིན་ནའང་རེད། སྤྱི་ཆོགས་ནང་ཡིན་ནའང་རེད། ཨ་བ་འབྲེལ་པོ་འདུག་ཟེར་ཡ་དེ་སྤྱིར་བཏང་སྲིད་ཞུ་བ་ལ་མཆོན་སྐད་འགྲོ་གི་
 ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཞུ་ཡི་ཡོད་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། རྒྱ་ཆེའི་མང་ཆོགས་ཀྱིས་དེ་
 འབྲེལ་གསུང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ཐ་སྙད་དང་ཆོག་དེ་ཆོས་གཞོན་སྤྱི་ཆོས་ང་ཆོའི་སྲིད་ཞུ་བའི་ནང་ལ་མཉམ་ཞུགས་བྱེད་པ་དང་
 འཇུག་ཞུགས་བྱེད་པ་ལ་མཐོང་མ་བདེ་བ་ཡོང་གི་རེད། རྩེ་བའི་དེ་ལོ་ཆོད་ཀྱི་གནས་བབ་ཅིག་མ་རེད། རང་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་ཆ་ད་
 དང་ཞུས་པའི་འཛོན་ཐང་སོགས་གཞོན་པ་ཡིན་ན་མ་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས། དེ་ཆོའི་རིགས་དེར་མ་འོངས་
 པར་དགོངས་བཞེས་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་བ་ཞིན་ཡོད། སྤྱི་འཐུས་མི་འགྲུར་རྗེ་རྗེ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་མི་འགྲུར་རྗེ་རྗེ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ཡིག་ཆ་ཨང་ ༢༥ ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐོས་ལྷན་ཁང་གི་སྤྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་གནང་བསྐྱད་
 པའི་དོན་ཆར་ ༡༩ ནང་གསལ་ ༣ པའི་སྐོར་ལ་རྩེ་ཙམ་ཞུས་ན་བསམས་སོང་། སྤྱི་མ་གཅིག་ཞུས་ཆར་བ་ཡིན། མཐའ་
 གཅིག་ཏུ་དགག་པ་བྱེད་རྒྱུ་ང་རང་ལ་དཀའ་ངལ་ཡོང་གི་འདུག དེའི་ནང་ལ་ལས་ཀ་མང་པོ་ཞིག་བྱས་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་
 ཏུས། བཤད་རྒྱུ་ཁག་པོ་འདུག་སྟེ། བོད་དུ་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་གསུངས་སོང་། ཆོད་གན་ཀྱི་སྤྲིག་གཞི་དེ་སྤྱི་ཡོངས་ལ་བྱུང་བ་
 ཞིག་མ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། སྤྱི་ཆོན་མི་འབྲེལ་བ་རེ་རེར་སྤྲིག་གཞི་མི་འབྲེལ་བ་རེ་རེ་བཟོ་དགོས་པ་དང་། དེ་འབྲེལ་བཟོས་པ་ཡིན་ན་དེ་
 ཉམ་ཉམ་ཅིག་བསྐྱད་མེད་པ་གསལ་པོ་ཆགས་ཡོང་གི་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་ལྷག་པར་དུ་འདིའི་ཐོག་ལ་ངས་བོད་དུ་
 ཞུས་པ་ཡིན། དེ་ནས་བོད་དུ་ཆོགས་དུས་གསུམ་པའི་སྐབས་ཡིན་ནའང་དམིགས་བསལ་བསྐོས་གཞིག་གི་སྐོར་བསྐྱམས་ཐེབས་

བ་རེད། དེ་དུས་ལྷ་རྒྱ་བྱུང་། གང་ལྟར་གཞུང་ཞབས་འདེམས་བསྐོས་ལྟན་ཁང་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཡོད་ན། གཞུང་ཞབས་
 འདེམས་བསྐོས་ལྟན་ཁང་གིས་འགན་ཁུར་མཁན་ཆོ་དང་མཉམ་དུ་བཀའ་བསྟར་བྱུང་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད། དེ་བཀའ་བསྟར་
 བྱུང་བའི་ཐོག་ནས་འདིར་བསྐེབས་ཡོད་པ་རེད་དམ། ག་འདྲ་བྱས་ཏེ་བསྐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་བཀའ་འདི་ལྷན་པ་ཡིན། དེ་
 དུས་ང་ཆོ་ལ་བཀའ་བསྟར་བྱུང་བ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་རེད། ད་རིང་གནས་ཚུལ་འདིའི་ཐོག་ལ་དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་
 རྒྱུ་མཆོག་གིས་བཀའ་ཤག་གི་ཆབ་བྱས་ཏེ་བཀའ་གནང་བའི་སྐབས་སུ་མཁའ་ཀྱི་ཡོད། དེའི་བར་ལ་དཀའ་ལྷོག་གང་ཡང་མེད་
 ཅེས་གསུང་ཡོང་དུས། ང་ལ་དེ་ལས་གཞན་པའི་སེམས་ཆོར་གསར་བ་ཞིག་བསྐེབས་སོང་། ང་ཆོ་བོད་མིའི་སླློབ་འཇུག་པ་དེ་
 མང་གཙོའི་སླློབ་འཇུག་པ་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་ཆང་མས་གསུང་བཞིན་པ་རེད། ད་ཕྱིའི་ལུང་པ་ཞིག་གི་ནང་ལ་བསྟན་
 བ་ཁ་ཁ་གཏོང་རྒྱ་ཡོང་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་ང་རང་ཆོ་ཆང་མས་བྱར་བྱ་མཉམ་འདེགས་ཀྱིས་མང་གཙོའི་ལམ་ཀ་དེའི་སྐྱེད་ལ་
 བསྐྱོད་ཐུབ་པ་ལ་འབད་བཅོལ་ཞིག་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། བཅའ་ཁྲིམས་རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་དོན་ལྟར་ན། མང་གཙོའི་ཀ་བ་
 གསུམ་དང་། དེའི་འོག་ལ་རང་དབང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཆུང་ཞེས་ཁོ་རང་ཆོ་བུར་དུ་འབྱུང་འདོན་བྱས་ཡོད་དུས། རང་དབང་གོ་བསྟར་
 དང་མོས་མཐུན་མེད་པའི་ཐོག་ལ་བཀའ་ཤག་ནས་རལ་གྱི་གནས་གཤམ་ལྟ་བུ་བྱས་ཏེ་ཐེབས་པ་ཡིན་ན། དེ་ཉག་ཉག་ཅིག་
 བསྟན་ཞེ་ཡོད་ན་ཐུན་གྱི་འདུག གང་ལེགས་ཞེ་ན། གོས་ཆོགས་འདིའི་ནང་ལ་མ་ཐེབས་པའི་མཛད་གཙོ། ལྟན་ཁང་ཁག་ནང་གི་
 ལས་དོན་གནང་ཐོགས་ཀྱི་སྤྱང་སྟོབ་དེ་སྤྱི་ལོ་ལྟར་དགོས་པ་རེད་ཅེ་ན། གོས་ཆོགས་འཇུག་མིས་གནང་ཐུབ་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་
 རེད། དེའི་སྤྱང་སྟོབ་དེ་འཛིན་སྟོང་བཀའ་ཤག་ནས་གནང་དགོས་ལ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་པ་ཡིན་ན། ཡག་
 སོ་མི་འདུག དེ་ལ་གཏམ་དཔེ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་དེ་ལྷ་མི་དགོས་པ་བྱོས། སོ་སོས་སྟོམ་པ་ཤོར་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡོད་པ། དེ་འདྲ་ཤོར་
 བསྟན་པ་ཡིན་ན་ཡག་སོ་ཞིག་ཡོང་གི་མི་འདུག་ཅེས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནས་ངས་གོང་དུ་བསྟན་པ་བཞིན་ལྷ་རྒྱ་ཁག་སོ་འདུག་ཅེས་ལྷན་པ་རེད། དེ་གང་ལགས་ཞེ་ན། མ་གཞི་འདིའི་ནང་
 ལ་ཡོད་པའི་སྤྱི་འཇུག་ལྟ་བུ་ཆོ་བསྟན་སྤང་ཆེན་སོ་ཡོད་སྟབས། འགན་ཆེན་སོ་འཁུར་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དེའི་སྐོར་གསལ་སོ་
 ཤེས་ཀྱི་ཡོད། ཡིན་ནའང་ང་དངོས་སུ་དེའི་ནང་འཇུག་ལ་ནས་ལས་ཀ་བྱེད་ཡོང་དུས་སྤྱི་ལོ་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་གསལ་སོ་རེད།
 ངས་དམར་ཐོན་བྱས་ཏེ་ལབ་པ་ཡིན་ན། སྤྱི་ལོ་ལྟར་ཡོད་པ་གསལ་སོ་རེད། གོ་སློབ་ཆོགས་ཆུང་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། སྟོན་
 མ་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་ཡང་ཡོད་པ་འདྲ། དེ་ཆོས་བྱུག་གིས་ཤིག་ཡར་བསྐྱམས་ཐེབས་ཡོང་གི་རེད། དེ་ནས་ལས་བྱེད་བྱེ་བྲག་པ་
 ཞིག་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལ་བཏང་ན་ཞེས་ལས་ཁུངས་བྱེ་བྲག་པ་ནས་ལས་ཁུངས་བྱེད་བྲག་པ་ཞིག་གཏོང་གི་ཡོད་ན། དེ་ལ་
 བཀའ་རྒྱུ་གྱི་གདོང་ཅུང་ཅུང་འགྱུར་འགྲོ་གི་རེད། དེ་ཡིན་དུས། ད་ལྟ་འདིར་བཀའ་རྒྱུ་ཁྲི་པ་རེད། ད་ལྟ་སྤྱི་ལོ་ལྟར་རེད། ཉ་ཅང་
 གི་མཛད་དཀའ་ཡོད་པ་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཁོ་རང་གཉིས་ལས་རོགས་རེད་པ། དེའི་ཐོག་ནས་ཉ་ལམ་འབྲེལ་བ་འདྲ་ཅིག་གོ་
 མ་སོང་། ལས་བྱེད་བྱེ་བྲག་པ་དེ་མེད་ན་ལྟན་ཁང་ཁོ་རང་ཁག་སོ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་མདོག་མདོག་ཅིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ངས་སྟོང་
 ཆོར་ལྷ་བཞིན་ཡོད། ལྟན་པ་ཆོར་ཐུགས་པན་སོས་ཀྱི་རེད་བསམས་སོང་། དེ་ད་ལྟ་ཡང་ཡོད་པ་རེད། བཀའ་ཤག་སྐབས་ ༡༥
 རང་ལས་ཀ་དམིགས་བསལ་བྱས་ཡོད་པ་མ་རེད། སྐབས་ ༡༥ རང་ལྟ་བ་ ༩ ལས་ཀ་བྱས་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། ལས་ཀ་
 ལྟན་རིང་སོ་བྱས་པའི་སྐབས་སུ་དེ་འདྲའི་སྤྱི་ལོ་ལྟར་སྤྱི་ལོ་ལྟར་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་སྤྱི་ལོ་ལྟར་རེད། སྟོན་མ་ཡིན་ན་བཀའ་རྒྱུ་ཁྲི་པ་

རེད། དེ་ལ་མཛད་དགའ་ཡོད་པ་དེ་ཉན་ཉན་རེད། དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས་ལས་བྱེད་ཉམས་སྤྱོད་བསགས་དགོས་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་
 གོང་དུ་བྲག་སྒྲེལ་སྤྱི་འཐུས་ཞིག་གིས་གསུངས་སོང་། ས་གནས་དེ་ཉ་ཅང་ནས་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དུས་དུས་སུ་འབྲེལ་བ་ཤད་
 ཅིག་བརྒྱབ་ཡོད་དུས་ནང་མིང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སྤྱི་ཚབ་མ་རེད་དུ། འདི་བོད་མིའི་སྤྱིག་འཛུགས་ཀྱི་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྤྱི་ཚབ་རེད་
 ཅེས་ངས་བྲགས་ཆེན་པོས་ཁྱེད་ལ་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ང་རང་གི་ངོས་ནས་ངོ་འཛིན་གཅིག་ཁྱེད་ལ་ཞུ་བཞིན་ཡོད་ལ། རོན་ལ་ཡང་གནས་ཡོད་པ་
 ཞིག་རེད། དེ་ཡང་བདམས་བདམས་དགྲུག་དགྲུག་བྱས་ཏེ་གཏོང་དགོས་སྒྲུ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། བདམས་བདམས་དགྲུག་དགྲུག་
 གནང་དུས་སྤྱི་འཐུས་ནས་པས་ཅུང་ཙམ་ལྷག་པ་ཡིན་ན། དེ་ལ་ཉ་ཅང་ནས་ལྷག་སྒྲུ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ངས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། ཡིན་
 རེད་ལྷག་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག དེ་གནང་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེའི་ཐོག་ལ་
 དགོངས་པ་ཉན་ཉན་བཞེས་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་མེད་འགྲོ་དག་ལྟར་མདོར་བསྡུས་ཏེ་ཁྱེད་ལ་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ཆོད་གན་བསྐྱོད་གཞག་
 སྒྲོར་ལ་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ན་འང་ང་ལ་དེ་དག་ག་བྱ་མེད། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཐོག་ལ་སྤྱོད་ལ་འབྲུག་ཀྱི་འདུག དེ་ཆོ་ངས་ཉ་
 གོ་ཡི་ཡོད། སྤྱོད་ལ་འབྲུག་སྤངས་ངས་གོང་དུ་རོབ་ཙམ་ཁྱེད་མེད་པ་ནང་བཞིན་རེད། དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས་འདི་སྤྱི་ལ་ཁུབ་པ་ཞིག་
 ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཁྱེད་ལ་ཐུབ་པ་རེད། སྤྱི་ལ་ཁུབ་པ་དེ་ལ་ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐྱོད་ལྟར་ཁང་གིས་བཀའ་ཤག་གིས་
 དགོངས་པ་བཞེས་པ་དེ་འགྲིག་གི་འདུག ཅེས་གསུང་གནང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། རྒྱབ་སྐྱོར་ཉན་ཉན་ཁྱེད་ལ་ཐུབ་པ་ཞིག་མ་གཏོགས།
 ལས་བྱེད་ཀྱི་ཀྱན་པ་སྤྱི་འཐུས་ཡིན་དགོངས་པ་བཞེས་སྤངས་འདི་རེད་ཅེས་གསུང་གི་འདུག དེ་བཞིན་དུ་བཀའ་ཤག་ནང་ཡིན་
 རེད་ང་ཆོའི་ལས་བྱེད་ནང་ནས་དབྱ་བཞེས་མང་པོ་ཐེབས་ཡོད་པ་རེད། ལས་བྱེད་ཀྱི་གནས་སྤངས་གསལ་པོ་མཁྱེན་ཀྱི་རེད་
 ལ། དེ་ཙམ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོགས་གཙོ་ཨརྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཐུན་ཆོགས་མཆོག་ནས།

ད་ལྟ་ལས་བྱེད་ཀྱི་གནད་དོན་གནས་སྤངས་དང་གནས་འཕར་དེ་ཆོའི་རིགས་དེ་འབྲེལ་ཡོད་ལྷན་ཁང་ཁག་དང་མཉམ་དུ་བཀའ་
 བསྐྱར་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་འདི་ཁྱིམ་མཚར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡོད་པ་དང་། རྒྱབ་སྐྱོར་
 མེད་པའི་སྤངས་ལ་གསུང་དོགས་གནང་ཞེས་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་བྲག་རྒྱུང་མཁན་ནམས་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། ལྷན་ཁང་ཁག་རིམ་
 པའི་ནང་ལ་གང་ལ་གང་འཆམ་ཞིག་ལས་བྱེད་ས་གནས་ལ་བསྐྱོད་ཐོགས་ཀྱི་སྐྱོར་ལ་མང་པོ་ཞིག་ཐེབས་ཆར་སོང་བསམས་
 སོང་། དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་བརྒྱུ་བརྒྱུ་ཆར་བའི་ནང་ནས་གསུངས་ཐོན་པ་དང་གསུང་རྒྱ་བཅས་བསྐྱོམས་པའི་བཅུ་ཡོད།
 དེ་ལས་མར་གོ་སྐབས་འབྲུལ་རྒྱ་མིན། འདི་ཁོ་རང་གི་སྤངས་ལ་ཉིན་གང་ལ་སོང་བ་ཡིན་ན་ཉག་ཉག་ཅིག་འགྲིག་གི་མི་འདུག ཅེས་
 ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དང་པོ་དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སྐྱོན་མཆོག་ལ་གོ་སྐབས་འབྲུལ་རྒྱ་མིན། དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་
 སྐྱོན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་ཀླུ་ཡེ་ཤེས་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ད་ལྟ་ཁྱིམ་མཆར་གྱི་བརྗོད་པ་གཉིས་པ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་ཚུད་ཆར་བ་རེད། འགྲོ་
དང་མི་འགྲོ་དེ་གྲོས་ཆོག་གས་ཀྱི་སྐྱེད་བར་རེད། ཡིན་ནའང་བརྗོད་པ་གཉིས་པ་འདི་སྐབས་སུ་དེའི་དཀའ་ངལ་དང་དོགས་པ་སོགས་
ཁ་སང་བརྗོད་པ་དང་པོའི་སྐབས་སུ་སྤུལ་བའི་ཁུལ་རེད། ག་ཚོ་དོགས་པ་སེལ་བྱུང་ཡོད་མེད་དེ་གནས་སྟངས་ཁ་ཁ་རེད་དེ།
ད་ལྟ་བརྗོད་པ་གཉིས་པ་འདི་སྐབས་ལ་ཆོག་གི་བཟོ་བཅོས་ག་རེ་གནང་བ་ཡིན་ནའང་ངས་ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ཡིན་
པ་ཡིན་ནའང་། ད་ལྟ་འདི་ནས་བཀའ་མོལ་གནང་བ་ནང་བཞིན། བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་དང་པོ། དེ་བཞིན་དུ་གསུམ་པ། བཞི་བའི་
ངོས་ནས་ཆོད་གན་གྱི་སྤྲིག་གཞི་དེ་སྤྱི་ལ་བྱུང་བ་བཟོ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་དེ། བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་ཚོ་འདི་
དགོངས་འཆར་རེད། དེ་ལ་གྲུས་བཅི་ཞུ་བཞིན་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། ཁ་སང་བཀའ་འགྲུབ་གི་ངོས་ནས་བཀའ་བསྐྱར་
རེས་པར་གནང་ནས་ཁྱིམ་མཆར་དེ་སྤུལ་བ་རེད། ཁྱིམ་མཆར་དེ་སྤུལ་ནས་ཚུད་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་ཁྱིམ་མཆར་དེའི་བདག་
པོ་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་དང་། གྲོས་ཆོག་གས་ཀྱི་འཐུས་མི་རྣམས་པ་ཡིན་དུས། བཟོ་བཅོས་སྤུལ་སའི་ལམ་ཀ་ཡོད་པ་རེད།
དེ་འདྲའི་དགོངས་པ་བཞེས་མཁན་ཡོད་ན། བཟོ་བཅོས་གྲོས་འཆར་གནང་བ་ཡིན་ན་བཀའ་འགྲུབ་ངོས་ནས་དཀའ་བསུ་ཞུ་རྒྱ་
ཡིན། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་འདིར་བཀའ་འགྲུབ་གིས་ཁྱིམ་མཆར་ཞིག་སྤུལ། དེ་ལ་ཡང་བསྐྱར་བཅོས་དང་བཟོ་བཅོས་སྤུལ་བ་ཡིན་ན་
ཅུང་ཅམ་སྐབས་བདེ་པོ་མི་འདུག ཡིན་ནའང་རྣམས་པ་ཚོ་འདི་ངོས་ནས་འདི་ལ་བཟོ་བཅོས་གནང་བ་ཡིན་ན་དཀའ་བསུ་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།
ཆོད་གན་སྤྱི་ལ་བྱུང་བ་དགོས་པ་ཟེར་བ་དེ་ལ་འདི་ངོས་ནས་གང་ཡང་ཞུ་རྒྱ་མེད། དེར་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་བསམ་འཆར་
འདོན་མཁན་རྣམས་པ་ཚོས་དགོངས་པ་བཞེས་འོགས་གནང་། ང་ཚོར་དགོས་པ་དེ་འདི་འདྲ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་
གནས་སྐབས་ང་རང་ཆོའི་གནས་སྟངས་ལ་ལྟོས་ཏེ། ས་གནས་འགོ་འཛིན་དེ་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུག་གི་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ། བོང་
དུ་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཐའ་མས་གསུངས་པ་ལྟར་གཞུང་གི་སྐྱེ་ཆ་བ་ཡིན་པ། དེ་འདྲའི་རྒྱ་མཆོན་གྱི་ཐོག་ནས་ང་ཚོའི་ས་
གནས་འགོ་འཛིན་རྒྱ་ཁག་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དུས། དེ་འདྲའི་རྒྱ་མཆོན་གྱི་ཐོག་ནས་ཞུས་པ་རེད་མ་གཏོགས། ཆོད་གན་གྱི་
སྤྲིག་གཞིས་ཆང་མ་ལ་མ་བྱུང་བ་དེ་འདྲ་གང་ཡང་མ་རེད། རྣམས་པ་ཚོས་གསུངས་པའི་དགོངས་འཆར་དེ་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་འདུག
དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་བཟོ་བཅོས་གྲོས་འཆར་གནང་འོགས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་ལས་ལྷག་གང་ཡང་ཞུ་རྒྱ་མེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྤྲུགས་
རྒྱུ་རིང་པོའི་འབྲེལ་བ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། བཀའ་འགྲུབ་གིས་བཀའ་བསྐྱར་གནང་བའི་སྐབས་ཆང་མ་
བཀའ་བསྐྱར་བྱུང་། ཆོད་གན་སྤྱི་ལ་བྱུང་བ་བཟོ་རྒྱ་ཡིན་ནམ་མེན་སོགས་མང་པོ་བྱས་ཏེ་མཐར་འདིར་གཏན་འཁེལ་བ་རེད། དེ་
ཆོ་ཆང་མ་ལ་དགོངས་པ་མ་བཞེས་པ་མ་རེད། སྐབས་དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་གནས་སྟངས་ཤིག་གིས་རྒྱུན་བྱས་ཏེ་དེ་རིང་འདི་འདྲ་
ཞིག་འབྲེལ་དགོས་བྱུང་བ་རེད། བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་ཚོས་འདི་ལ་བཟོ་བཅོས་གྲོས་འཆར་གནང་བ་ཡིན་ན། བཀའ་
འགྲུབ་ངོས་ནས་དེ་ལ་དཀའ་བསུ་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་ནས་སྤྱི་ཞུ་བ་ཆང་མ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ། སྤྱི་ཞུ་བ་དེ་ཆོས་ལས་དོན་སྐྱུབ་
བཞིན་ཡོད་པ། སྤྱི་ཞུ་བ་ཆང་མ་ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐྱོད་ལྟར་ཁང་གི་འདེམས་སྟངས། ཆ་རྒྱུན་ཆང་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དེ་
བཀའ་འགྲུབ་གི་ངོས་ནས་ངོས་འཛིན་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ཡིན་ནའང་། དེ་སྤྱི་བཀའ་བྱུང་ཡིག་ཆང་ནང་ལ་བྱུག་ལས་རྒྱུན་རིང་པོ་
གནང་ཁྱོད་མཁན། དེ་འདྲའི་ཉམས་ཁྱོད་ཐོག་ནས་བཀའ་གནང་བ་ནང་བཞིན། སྐབས་སྐབས་སུ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལ་བཏང་

བའི་སྐབས་སུ་ཉན་ཉན་སྒྲིང་ལ་ཡོད་པ་རེད། ལྷན་ཁང་ངོས་ནས་དཀའ་ངལ་འབྲུད་སྲིད་པ་རེད། དོ་བདག་ངོས་ནས་དཀའ་ངལ་འབྲུད་སྲིད་པ་རེད། དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཡོད་སྲིད་པ་རེད། དེའི་འབྲེལ་ཐོག་ནས་ས་གནས་འགོ་འཛིན་བསྐྱོས་བཞག་པ་དེ་ཆོ་ས་གནས་སུ་གཞུང་ཞབས་ཡིན་པ་དང་། གཞུང་ཞབས་མ་ཡིན་པའི་བར་ལ་བརྒྱ་ཆ་དགུ་བཅུ་དང་བཅུ་ཞིག་མ་གཏོགས་ཁྲུང་པར་ཡོད་པ་མ་རེད། ད་ལྟ་ཆོ་ས་བཅུ་ཞིག་གི་སྒོར་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་ངེས་པར་དུ་ལོ་བཞིའི་རྗེས་ལ་གཅིག་གཅིག་སྤར་དགོས་མིན་དེ་འབྲེལ་ཡོད་ལྷན་ཁང་གི་རྒྱལ་གཉེར་ཡོད་མེད་ལ་རག་ལས་ཀྱི་ཡོད་དུས། དེ་རིང་དུག་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན། ལས་སང་དུག་ཡར་ཆབ་དུ་བསྐྱོས་ཆོག་གི་ཡོད་མ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་ཆོད་གན་སྤྲིག་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཡིན། མི་དེ་ཆོད་གན་བསྐྱོས་ཆར་རྗེས། མི་དེ་གནས་སྤོར་གཏོང་ཆོག་གི་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེས་པ་དེ་ཁ་སང་ནང་སྲིད་ལས་བསྐྱོས་སྐབས་སུ་འབྲོས་དོན་གྱི་ཁྱི་བཞིག་ལ་ཐུད་ནས་ནང་སྲིད་བཀའ་སྒྲོན་གྱིས་བཀའ་ལན་གནང་བ་རེད། དེ་ནང་བཞིན་དེ་རིང་འདིར་ཞུ་རྒྱུ་ལ། ཆོད་གན་བསྐྱོས་པའི་གང་ཟག་དེ་པར་ཚུར་གནས་སྤོར་གཏོང་རྒྱུ་ཡོད་མེད་དེ། གནས་སྤོར་གཏོང་ཆོག་རེད་ཅེས་གསལ་ཡོད་པ་མ་རེད། གཏོང་ཆོག་གི་མ་རེད་ཅེས་གསལ་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་། ང་ཆོས་ག་རེ་རིག་པ་བསྐྱེམས་ནས་བཏང་བ་རེད་ཅེ་ན། དེ་འབྲེལ་གང་ཟག་དེ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལ་བསྐྱོས་པ་ཡིན་དུས། ས་གནས་འགོ་འཛིན་གཅིག་ནས་གཅིག་ལ་བཏང་ན་འབྲིག་གི་མེད་འགྲོ་ཞེས་བསམ་སྒྲོ་བཏང་བ་རེད། དེ་སྤྲིག་གཞི་དང་འགལ་བ་དང་མ་འགལ་གཉིས་ཀ་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ལས་ཀྱི་དཔེ་མས་བསྐྱོ་ལྷན་ཁང་དང་བཀའ་བསྐྱར་བྱུང་དང་མ་བྱུང་སྒོར་རེད། ལས་ཀྱི་དཔེ་མས་བསྐྱོ་ལྷན་ཁང་ད་ལྟ་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཀྱི་དཔེ་མས་བསྐྱོ་གཅིག་གཞུང་ཞབས་མ་ཡིན་པར་ཆོད་གན་བསྐྱོས། ལོ་གཉིས་ཆར་། ལོ་བཞིའི་རྗེས་ལ་བསྐྱར་བསྐྱོས་མེད་པ་ཡིན་དུས་དཀའ་ངལ་བྱུང་བ་དེ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རེད། དཀའ་ངལ་འབྲུད་པ་ཡིན་དུས། ཕྱིན་ཆད་དཀའ་ངལ་མི་འབྲུད་པའི་ཆེད་དུ་འདི་བཅོས་པ་རེད། དེ་ནས་བཀའ་འགག་གིས་རལ་གྱི་གནམ་གཡུག་མ་རེད་དེ། གང་ཟག་དེ་ལོ་གཉིས་གཉིས་ལོ་བཞི་ཆར་རྗེས། གང་ཟག་དེ་ག་རང་ས་གནས་གཞན་པ་ཞིག་ལ་ཆོད་གན་བསྐྱོས་པ་ཡིན་ན་དེ་ཡང་མི་ཆོག་པ་གསལ་བོ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ཡག་པོ་མི་འདུག་དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས། ད་ལྟའི་ཆོད་གན་ལོ་གཉིས་གཉིས་བཞི་ལོ་དུག་གི་རྗེས་ལ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་བསྐྱར་བསྐྱོ་མེད་པ་དེ་ཉ་ཅང་ནས་གསལ་བོ་ཡིན། གནས་སྤོར་ས་གཅིག་དེ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ཁྲོས་ཆོགས་ནང་ལ་ཆའགས་བཞེས་རྒྱུ་མེད་མཁན། དཔེར་ན། སྤྲིག་འཛུགས་མང་གཙོའི་ཀ་བ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས། ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་རེད། ད་གིན་ངས་གོང་དུ་ཞུས་པ་ནང་བཞིན། ཅ་བའི་གལ་མི་འདུག་སྟེ། ཁ་སང་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་གི་ཡི་གེ་འབྱོར་མ་ཐག་རང་ཉིད་དང་བཀའ་བྱུང་ཆེད་མངགས་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་རྣམས་པ་ཆོའི་སྒྲིམ་དུན་ལ་བཅར་ནས་ནང་དོན་ཆར་མ་བཀའ་བསྐྱར་གནང་ནས་དེ་རིང་འདིར་གྲང་མེད་བཏང་བ་ཡིན། ང་ཆོས་དཀའ་ངལ་ལ་གཟིགས་ཡོད་པ་མ་རེད་དེ། གྲང་མེད་གཏོང་དགོས་པ་ཆགས་པ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་ལས་ཀྱི་དཔེ་མས་བསྐྱོ་ལྷན་ཁང་དང་བཀའ་བྱུང་ཡིག་ཆར་དབར། ལས་ཀྱི་དཔེ་མས་བསྐྱོ་ལྷན་ཁང་དང་བཀའ་འགག་དབར། ལས་ཀྱི་དཔེ་མས་བསྐྱོ་ལྷན་ཁང་དང་སྐུ་འཛིན་སྐྱོང་དབར་ལ་བཀའ་བསྐྱར་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཁ་སང་ངས་གང་ཞུས་པ་དེ་མ་སྤྲོས་པའི་ཐོག་ནས་དེ་འབྲེལ་དཀའ་ངལ་མཁྱེན་གྱི་ཡོད། ལོ་དུག་སྤར་རྒྱུའི་སྒོར་ལ་བཀའ་འཁོལ་ཞུས་མེད་པ་དེ་བདེན་པ་རེད། བདེན་པ་མ་ཞུས་ན་འབྲིག་གི་མ་རེད། ལས་ཀྱི་དཔེ་མས་བསྐྱོ་ལྷན་ཁང་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཅིས་ཞིབ་ལྷན་ཁང་ཡིན་ནའང་འདྲ། ལོས་བསྐྱར་ལྷན་ཁང་ཡིན་ནའང་འདྲ། དེ་དག་གི་གནས་བབ་སྤྱད་སྒྲོ་བ་ཀྱི་བརྒྱུ་བརྒྱུ་ཆ་བརྒྱུ་བཀའ་འགག་

ལ་ཡོད་པར་ངོས་ལེན་ཞུ་བཞིན་ཡོད། དེ་ངོས་ལེན་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་བཀའ་ཤག་ཙམ་མ་ཟད། ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐོས་ལྟན་ཁང་གི་སྤྱི་གཞི་ཐོས་ཆོག་གིས་གཏན་ལ་བཟུངས་པ་བཀའ་ཤེས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་ཆོ་ཡིན་ནའང་། དེ་སྤངས་སྤོབ་བྱེད་པའི་ལས་འགན་གཅིག་པ་གཅིག་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། ད་ལྟ་བཞིན་པ་གཉིས་པའི་སྤངས་ལ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་དུས། དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་གིས་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སྤངས་འཛིན་གནང་བ་ཡིན་ན། ར་ཆོ་ཆིག་དང་དོན་དེ་ཆོ་ཆང་མའི་སྤངས་ལ་བྱིན་ནས་མཐར་འབྲིག་གི་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཆང་མས་དེ་སྐོར་ལ་དགོངས་བཞེས་གནང་རོགས་གནང་། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཆོག་གས་མཆོག་ནས།

ད་ལྟ་འདིར་དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་མཆོག་ནས། སྤྱི་འཐུས་ཆོ་བདག་པོ་རེད་གསུངས་སོང་། ཐ་སྙད་དེ་ཉག་ཉག་ཅིག་བསྟན་མ་སོང་བསམས་སོང་། སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་ཆོ་གཞུང་འབྲེལ་རེད། འཛིན་སྐྱོང་གིས་བསྐྱམས་ནའང་གཞུང་འབྲེལ་རེད། སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་ཆོ་རྒྱལ་ལས་ནས་བསྐྱམས་ནའང་གཞུང་འབྲེལ་རེད། སྤྱི་འཐུས་སྐེར་གྱིས་བསྐྱམས་པ་དེ་ཚུད་པ་ཡིན་ནའང་གཞུང་འབྲེལ་རེད། འགན་དབང་དེ་ད་ལྟ་ཐོས་ཆོག་གས་ར་བའི་ནང་ལ་ཡོད་པ་རེད། བདག་པོ་ཟེར་དུས་སྤྱི་ནམ་པ་འདྲ་བོ་ཁྱད་མཆར་ཞིག་ཆགས་འགྲོ་བའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་ཆོར་འགན་དབང་ཡོད་པ་རེད། འགན་དབང་ཡོད་པ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་འདིར་དགོངས་འཆར་འབྲུལ་རྒྱུ་འོ་སྐབས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། མཐའ་མའི་བསྐྱམས་དེ་བཀའ་ཤེས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་ཆོས་རྒྱལ་སྐོར་དང་དགག་བྱ་ལ་གཞིགས་རྒྱུ་རེད་མ་གཏོགས། ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་གས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་སྐོལ་མ་ཆེ་རིང་ལགས། སྤྱི་འཐུས་ཆུ་བ་ཕུན་སྤྱིད་ལགས། ལས་རིམ་ནམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་ཆུ་བ་ཕུན་སྤྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ བཞིན་པ་གཉིས་པའི་སྐབས་ལ་ཆིག་དང་དག་ཆ་བཟོ་བཅོས་གནང་རྒྱུ་མ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བཞིན་པ་གཉིས་པའི་སྐབས་ལ་ཆིག་དང་དོན་དག་ཅོར་བཅོས་གནང་གི་ཡིན་གསུངས་སོང་། དེ་ཉག་ཉག་ཅིག་ལས་རིམ་འབྲིག་གི་མ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཆོག་གས་མཆོག་ནས།

བཞིན་པ་གཉིས་པའི་སྤངས་ལ་ཆིག་དང་དག་ཆ། རོགས་འདི་གང་ཡང་ཞུ་ཡི་མེད། ད་ལྟ་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་ཁྲིམས་འཆར་བསྐྱམས་ཡོང་མཁན་ཡིན་དུས། བྱག་བརྒྱུངས་པ་ཡིན་དུས་གསལ་བཤད་ཀྱི་གོ་སྐབས་ཤིག་ཕུལ་བ་རེད། ད་ལྟ་བཞིན་པ་དང་པོ་བྱུང་ཆར་བ་རེད། བཞིན་པ་གཉིས་པའི་བཟོ་སྐྱེད་ཁོར་སྤངས་ལ་གོ་སྐབས་འབྲུལ་གྱི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་སྐོལ་མ་ཆེ་རིང་ལགས། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྐོན་ལམ་མཐར་བྱིན་ལགས། ལས་རིམ་ནམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་དག་གི་བཤེས་སློན་ལས་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བཅོམ་བུ་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་ཚོགས་ལ་བཅོ་བཙུན་གྱི་ཚོག་གི་རེད། བཅོམ་བུ་དང་པོའི་སྐབས་སུ་དོགས་འདྲི་བྱེད་རྒྱ་གཅིག་ལུ་རེད། ཚོག་དེ་འགྲིག་གི་རེད་མ་རེད། ཚོག་དེ་ག་རེ་རེད་ཅེས་པ་དེ་རེད། དེ་ལ་བཀའ་འགག་གིས་ལན་ཞིག་རྒྱག་གི་རེད། དེའི་མཐུག་ལ་ཚོགས་ལ་བཅོ་བཙུན་རྒྱག་རྒྱ་རེད། དེ་ནང་བཞིན་བཅོ་བཙུན་གྲོས་འཆར། དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་མཆོག་གིས་གཙོ་བོ་དེ་བཅོ་བཙུན་གྲོས་འཆར་གསུངས་སོང་བྱུང་སོང། དེ་ཡིན་དུས། བཅོ་བཙུན་རྒྱག་ཚོག་གི་རེད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་སུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཆེ་བ་སུན་སྤྱི་འཐུས་ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་ཆེ་བ་སུན་སྤྱི་འཐུས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ འགྲེལ་བཤད་སློན་སྤྲངས་དང་གོ་བ་ལེན་སྤྲངས་ཐོག་ནས་མར་ཐེབས་ཀྱི་འདུག གཞི་རྩའི་བཀའ་སློན་གྱིས་བཀའ་ལན་གནང་གི་ཡོད་དུས། གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མིས་བཀའ་སློན་གྱི་ཆབ་བྱས་ཏེ་གནང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་མི་འདུག་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་སུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

ད་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གི་གོ་སྐབས་སྤྲད་རྒྱ་མིན། ད་གིན་གོང་དུ་ཚོགས་གཙོ་ས་ཁུས་པ་ཡིན། ཅ་བའི་བཅོམ་བུ་དང་པོའི་སྐབས་སུ་དག་ཆ་དོགས་འདྲི་ཆང་མ་ཐེབས་ཟེན་པ་རེད། བཅོམ་བུ་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་ཡར་བཅོ་བཙུན་གྲོས་འཆར་གསུང་གི་ཡོད་ན་རེད། དེ་བཞིན་དུ་ཡིག་ཞོར་དག་ཞོར་དེ་ཆོ་བཅོམ་བུ་དང་པོའི་སྐབས་སུ་བཅོས་ཟེན་ནས། བཅོམ་བུ་གསུམ་པའི་སྐབས་གཏན་འབེབས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། བཅོམ་བུ་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་སྤྲད་དོགས་འདྲི་ཐེབས་པ་ཡིན་ན། འགྲེལ་ཡོད་བཀའ་སློན་ནས་གསལ་བཤད་གནང་དགོས་པའི་གནས་བབ་ཅིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་ཁྱེད་ཀྱི་མེད། སྤྱི་འཐུས་སློལ་མ་ཆེ་རིང་ལགས། གསུང་རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་འཇུ་ཆེན་དགོན་མཆོག་ཚོས་སློན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་འཇུ་ཆེན་དགོན་མཆོག་ཚོས་སློན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ད་ལྟ་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་མར་གསལ་བཤད་གནང་བའི་སྐབས་སུ། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་བཞེས་ཀྱི་མིན་གསུང་གི་འདུག ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་བཞེས་དགོས་ཀྱི་རེད་བསམ་ཀྱི་འདུག ལས་རིམ་རྣམ་

གཞག་བཞེས་པའི་ཐོག་ནས་ཚོགས་གཙོས་ཐག་གཅོད་གནང་། དེ་ཚོགས་གཙོས་ཐག་གཅོད་གནང་ཆར་བ་ཡིན། ལས་རིམ་
རྣམ་གཞག་བཞེས་ཀྱི་མིན་ལབ་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་ཁྱུ་ཁྱོད་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་ཨརྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་བཞེས་ཀྱི་མིན་ཞེས་པ་དེ་ཚོགས་གཙོའི་ཐག་གཅོད་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་
ལགས།

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

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་འདུའི་འགོ་ཁྲིམས་དང་ལས་དོན་གྱི་དོན་ཚུགས་ཀྱི་
སྤྱིག་གཞིའི་ནང་ལ་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་འདོན་ཚོག་པའི་ཆ་རྒྱུན་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོགས་གཙོས་བཞེས་ཁྱུ་མིན་བསམ་ན།
ཚོགས་གཙོ་ཁྲིམས་འགལ་ཆགས་ཀྱི་རེད་ཅེས་ཁྱུ་ཁྱོད་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་ཨརྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

ཚོགས་འདུའི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲུག་ཁྱུ་རེད། རྣམ་པ་ཚོས་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་བཏོན་ནས་བཞུགས་ཁྱུ་ཡིན་ནམ། དེ་ལ་
དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་ཀྱི་རེད་བསམ་ཀྱི་འདུག་སྤྱི་འཐུས་ཁྲི་བ་ཕུན་སྤྱིད་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཁྲི་བ་ཕུན་སྤྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་དེ་གོང་དུ་སྤྱི་འཐུས་གཉིས་ཀྱིས་གསུངས་པ་དེ་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཁྱུ་བཞེན་
ཡོད། དེ་མིན་འགའ་ཤས་ལ་ཡོད་པ་དང་། འགའ་ཤས་ལ་མེད་པ། ཚོགས་གཙོས་ཐག་གཅོད་གནང་ཟིན་པ་ཡིན་ན། གཉིས་པ་
གནང་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་རེད། གནང་ན་ཆར་མ་ལ་གནང་དགོས་པ་རེད་མ་གཏོགས། འགའ་ཤས་གཏང་ཚོག་པ་དང་འགའ་
ཤས་གཏང་མི་ཚོག་པ་དེ། ཚོགས་གཙོས་ཕུགས་ཐག་གཅོད་ཁྱུ་དེ་བློ་ལོ་ཞིག་གི་སྒྲིང་ལ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད་
ཅེས་ཁྱུ་ཁྱོད་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་ཨརྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

ཚོགས་གཙོས་ཚོགས་འདུ་མར་ཆོན་ལྷན་ཞིག་འགོ་ཁྲིམས་ཁྱུ་ཆེད་དུ་གསུངས་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཁྱུ་ཚུགས་མཐའ་སྤྱོད་ཀྱིས་
ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་ཕུལ་ཡོང་དུས་དགོས་དབང་གིས་ཕུལ་བ་རེད། ད་གང་ལྟར་ཁྱུ་མཐུད་ནས་བཏོ་སྐྱོང་ལ་ཆ་ཤས་ལེན་
མཁན། སྤྱི་འཐུས་སྟོན་ལམ་ཆེ་རིང་ལགས། སྤྱི་འཐུས་ཀྲམ་དགེ་ལེགས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཀླུ་དགེ་ལེགས་ལགས་ནས།

དབལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་འདུའི་འགོ་ཁྲིམས་དང་ལས་དོན་བྱེད་ཐོགས་སྤྱིག་གཞི་དོན་ཚན་ ༥༥ ནང་གསལ་ས་ ༥ ནང་ལ་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་བསམ་འཆར་ཐོག་ཚོགས་གཙོ་སྐབས་གཙོ་བོ་གང་གནང་ལ་ཆ་འདོག་བྱ་རྒྱུ་ལས་བཟོ་སྒྲིང་མི་ཚོགས་ཅེས་གསུངས་འདུག དེ་ཡིན་དུས། ད་ལྟ་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་འདོན་མཁན་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་འདོན་མ་ཆོག་པ་ཡིན་ན། དེ་ཚོགས་གཙོ་ཁྲིམས་དང་འགལ་བ་རེད་ཅེས་གསུངས་སོང་། དེ་ངས་ཁྲིམས་དང་འགལ་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་བཞིན་ཡོད།

ཚོགས་གཙོ་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ལུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་ལྷན་ཁྲིམས། སྤྱི་འཐུས་སྒོལ་མ་ཆེ་རིང་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སྒོལ་མ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས།

དབལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཡིག་ཆ་ཨང་ ༥༥ བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར། ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐོས་ལྷན་ཁང་གི་སྤྱིག་གཞི་བཟུ་བཏུན་པའི་ནང་གསལ་ས་ ༥ པའི་ཐོག་ལ་ད་ལྟ་བཟོ་སྒྲིང་འགོ་བཞེས་པ་རེད། ད་ལྟ་གོང་དུ་ཁྱེད་མཁན་རྣམས་མ་ཆོས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་བསྐྱར་སྒྲོས་མེད། ཆོད་གན་ཞེས་པ་སྤྱི་ལ་ཁྱབ་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། གཉིས་པ་དེ་ལ་ལོ་དུག་ནས་ཅ་བཤིད་ནས་བསྐོས་རྒྱ་མེད་གསུངས་པ་དེ། དུག་གི་རྗེས་ལ་ཉམས་སྲོང་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་དམ་ཞེས་ངེ་བའི་སྒྲིབ་གི་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་ཆོ་སྐར་ཡང་བསྐོས་རྒྱ་མེད་དུས། མེད་པ་ཆགས་ཀྱི་རེད་དམ། ད་ལྟ་འདིའི་ངོ་གདོང་ལ་བལྟས་པ་ཡིན་ན། འདིའི་ནང་ལ་ནང་མིང་གི་ཐོག་ནས་ཉོག་ཅམ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པའི་རྣམས་པ་ཞིག་ཐོན་ཡོང་གི་འདུག དེ་ཡིན་དུས། སོ་སོ་འབྲེལ་ཡོད་པ་སྤྱི་ལོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྐྱེད་བའང་མར་ཅིས་སྒྲོད་གནང་པ་ནས། དུས་རྒྱུ་ཁྱེད་ཐབས་མེད་པའི་མི་གཅིག་གྱུར་ཡོད་པ་མ་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད། དེའི་ཐོག་ལ་སྒྲོན་མ་ཡང་ཁྱེད་ཀྱི་བྱུང་། ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་འགོ་བའི་སྐབས་སུ་ཉུང་མཐའ་ལ་ལོ་གསུམ་འདོག་རོགས་གནང་ཞེས་པ་དེ་མི་མང་གི་མདོན་འདོད་རེད། ལོ་གཅིག་གཅིག་ལ་འཕོ་འགོ་གི་འདུག ལས་འཆར་བསྐྱེགས་ནས་འགོ་བཟུགས་ནས་མཇུག་སྐྱོང་མཁན་མི་དེ་རང་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་འབྲེལ་དུས་ངས་པར་ལོ་གསུམ་འདོག་རོགས་གནང་ཞེས་ས་གནས་ག་བར་སོང་ནའང་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས། ཅ་བའི་དུས་བཀག་བཟོ་དགོས་པ་ལ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད། དེ་ངས་ཁྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས། ད་ལྟ་འདིའི་གོང་དུ་འདེམས་བསྐོས་ལྷན་ཁང་ལ་བཀའ་འདི་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེས་བཀའ་འདི་གནང་དུས། བཀའ་འདི་ཁྱེད་ཅེས་གསུངས་པ་རེད། སོ་སོ་ཡིན་ན་འདེམས་བསྐོས་ལྷན་ཁང་ལ་བཀའ་འདི་ཁྱེད་ཀྱི་སོང་བ་ཡིན། དེའི་ཐོག་ལ་ཕྱག་ཁྲིམ་གནང་ཡོད། སྤྱི་ལ་སྤྱི་ལྟེད་པ་རང་བསྐོས་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་གསུངས་ཡོད་འདུག དེ་ཡིན་དུས་བཀའ་ཤག་གི་ཐོག་ནས། ད་ལྟའི་བཀའ་ཤག་མ་རེད། སྒྲོན་མ་དབལ་ལྷན་སྤྱི་ལྟེད་མཆོག་བཀའ་སྒྲོན་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན་པའི་སྐབས་སུ་ལས་བྱེད་ཆོ་ལ་འགོ་བའི་ཐོག་ཅིག་བཀའ་གནང་སོང་། ཁྱེད་རང་ཆོ་ས་གནས་ག་བར་འགོ་འདོད་ཡོད། རིམ་པ་གསུམ་བྱས་ཏེ་

མར་ཕྱིས་ཤོག་ཅེས་བཏང་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་ཚང་མ་རྒྱ་རམ་ས་ལར་བཞུགས་འདོད་ཡོད་པ་ལ་ས་ཁྱོགས་ལ་སྐྱོད་མཁན་ཏེ་ཅང་
 དགོན་པོ་ཡིན་པའི་ནམ་པ་ཞིག་ཐོན་ཡོད་པ་རེད། སྤེལ་ལས་བྱེད་པ་ཟེར་དུས་ས་གནས་ཡག་སྟེག་ལ་མ་སྟོས་པར་ཚང་མ་དང་
 བོ་ཡར་འཇུག་ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་དེའི་ཚོད་སེམས་དེ་ཡོད་ནས་ཚང་མ་འཇུག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་རང་རང་ཚོར་
 དེའི་ཐོག་ནས་མར་རེས་མེད་ཅིག་བཟུམ་ནས་བྱེད་རང་ཚོ་ག་བ་ག་བར་འགྲོ་གི་ཡིན། དང་པོ་མེད་ན་གཉིས་པ། གཉིས་པ་མེད་
 ན་གསུམ་པ་ཕྱིས་ཤོག་ལ་བ་དུས། དགོངས་བཞེས་གནང་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་དེའི་ནང་ལ་བཏོན་ཡོད་པ་རེད་ཅེག་ དེ་ཡིན་དུས་སྤེལ་
 ལས་བྱེད་པ་ཁྱོགས་མཐའ་ཁག་ལ་ཕེབས་ཀྱི་མིན་གསུང་པ་ཡིན་ན་ཁོ་ཚོར་རྒྱ་མཚན་ཞིག་ཡོད་བསྟན་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་
 རེད། ལས་བྱེད་དེ་ཚོ་སྟེག་གུའི་བཟོ་ལྷ་འབྲུ་བོ་འདུག་ཅེས་རང་ཚོས་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད། མཚམས་མཚམས་སུ་རང་ཚོ་ཆུས་
 འཁོགས་ལོ་ ༩༥ དེ་འབྲེལ་གྲོ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ས་འཛིན་རྒྱ་མང་དགས་སོང་དེའི་ས་མིག་དེ་གཞོན་སྤྱི་ལ་དགོས་ཀྱི་འདུག་
 ཅེས་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད། མཚམས་མཚམས་སུ་གཞོན་སྤྱི་ལ་ཚོས་འཛིན་ཀྱི་མི་འདུག་ལ་བ་པ་ཡིན་ན། ཆན་པའི་གཞུག་དེ་
 གཞོན་སྤྱི་ལ་ཚོས་མ་ཐུད་དགོས་པ་དེ་རང་རང་ཚོ་ཚང་མས་མཐུན་ཀྱི་ཡོད་དུས། ཁྱིམ་དང་སྤྱི་གཞི་ཞིག་གི་འོག་ནས་ལོ་ཆད་
 ཉག་ཉག་ཡིན་པ་ཞིག་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས། དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་རང་ཚོས་རེས་པར་དུ་དགོངས་བཞེས་དགོས་པ་རེད་
 བསམ་ཀྱི་འདུག་ སྤོན་མ་ཡིན་ན་དེའི་སྤང་ལ་བཟོ་སྐྱེད་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། བཟོ་སྐྱེད་བྱུང་བའི་སྐབས་ཡིན་ན། སོ་སོའི་ངོས་ནས་
 ས་གནས་འགོ་འཛིན་དེ་བྱུང་བྱུང་གནས་རིམ་ཅན་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཞུས་པ་ཡིན། ལས་བྱེད་ཡར་བསྐྱོས་པ་དང་
 གསར་བ་ཞིག་མར་གཞིས་ཆགས་ནང་ལ་བཏང་པ་ཡིན་ན། སྤྱི་ཇེ་དངོས་གནས་ཚོད་མི་ཐེག་པའི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཡོང་གི་
 རེད། ཚོད་ཐེག་གི་མ་རེད། སོ་སོར་དཔེ་སྤངས་ཏེ་གཞན་ལ་བཤད་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེག་ དེ་ཡིན་དུས། ཉམས་སྲོང་ཡོད་པའི་ལས་
 བྱེད་ཚོ་སྤོན་ལ་བཏང་། དེའི་འོག་ལ་བྱུང་ཡིག་ལ་གཞོན་སྤྱི་ལ་ཚོ་བཏང་ན། དངས་དབྱིན་ཡིག་ཅིག་མེད་སྐྱོད་གཏོང་ཆོག་པར་
 ཞུ། shadow learning ཞེས་པ་ཞིག་འདུག་ག་ ཡིན་ཟིན་ནང་ལ་ shadow parliamentary learning དེས་
 གནས་ཁྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་ཡིན་པ་ཞིག་གི་འོག་ལ་ཆབ་སྲིད་གསོ་སྐྱོང་བྱེད་མཁན་གྱིས་དང་རབས་ཀྱི་གཞོན་སྤྱི་ལ་དེ་ཚོ་
 གསོ་སྐྱོང་བྱེད་རྒྱུ་འདུག་ཅེག་ དེ་ནང་བཞིན་གྱིས་ན་གཞོན་ཚོ་ཡར་འགྲོ་བ་ལ་ཉམས་སྲོང་བསམས་ས་ཡོད་ཅེག་ ག་འབྲེལ་བྱེད་
 དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་བཏོན་པ་ཡིན་ན། དེ་ལ་སྐྱུང་ལ་འཕྲད་སའི་གཞི་རྩ་བཏིན་ནས་མཐོང་གི་མི་འདུག་ དེ་ཡིན་དུས་རེས་པར་དུ་
 བཀའ་ཤག་གིས་དེ་རིང་ལྷན་ཁང་གཅིག་ལ་དམིགས་པའི་ཚོད་གན་དེ་འབྲེལ་བསྐྱེད་མ་ཕེབས་པ་བྱས་ཏེ། སྤྱི་ཡོངས་ལ་སྟེགས་
 བན་སོས་པ་ཞིག་དཔེར་ན། རང་རང་ཚོའི་འདི་ལ་བཀའ་སྐྱོན་ཚོ་ཡོད་པ་རེད། དཔལ་ལྷན་སྤྱི་ཇེ་མཚོག་ཡོད་རེད། བྱུང་ཆེ་
 སོགས་ཡོད་རེད། ཚང་མ་འདི་ལ་ Gasetted officer ལ་བ་དུས། ཚང་མ་ས་ཆ་གཅིག་ལ་བསྐྱོངས་ནས་བསྟན་པ་མ་ཡིན་
 པར། ས་གནས་ལ་པར་བཟུམ་དགོས་པ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། གནས་རིམ་གྱི་ཐོག་ནས་ནམ་པ་ཚོས་དགོངས་པ་ཞིག་བཞེས་པ་
 ཡིན་ན། དེའི་སྐྱུང་ལ་སེལ་རྒྱུ་ཡོད་པ་འབྲེལ་བོ་ཞིག་འདུག་ རས་ཁ་སངས་ཚོད་གན་སྐྱོར་ལ་བཀའ་འདི་ཞུས་པ་རེད། ཚོད་གན་གྱི་
 ལས་བྱེད་ཅིག་ག་བར་བསྐྱོས་པ་ཡིན་ན་དེ་ག་རང་མ་གཏོགས། གནས་སྤོས་གཏོང་རྒྱུ་མེད་པ་ཞིག་རེད་འདུག་ གལ་སྲིད་གནས་
 སྤོས་གཏོང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ཚོད་གན་གསར་པ་དགོངས་སྐྱོར་ཞུས་ཏེ་གནང་རྒྱུ་ཞིག་རེད་འདུག་ དེའི་ཐོག་ལ་སོ་སོ་ཡིན་ན་
 གསལ་བོ་ཆགས་སོང་། དེ་ཁྱིམ་དང་སྤྱི་གཞི་དང་མཐུན་ཀྱི་མི་འདུག་ མཚམས་མཚམས་དེ་འབྲེལ་ཡོང་གི་རེད་དེ། ཡིན་

ནའང་། ང་རང་ཚོ་ཁྱིམ་ས་དེ་གཅིག་ས་ཆེར་གཟུང་དགོས་ཀྱི་འདུག གང་ཟག་གིས་དབང་བསྐྱར་ནས་ཁྱིམ་ས་ཀྱི་དབང་བསྐྱར་ལ་
ཐེབས་པ་ཡིན་ཟེར་དུས། ཁྱིམ་ས་མར་བཞག་སྟེ་ཐག་གཅོད་ཅིག་གནང་ནས་ཐེབས་བསྐྱད་པ་ཡིན་ན། ཡང་ཡང་དགོངས་སེལ་
ཞུ་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། སོ་སོ་ཡིན་ན་གནས་བབ་ག་རེའི་ཆ་ནས་ཡིན་ནའང་འདྲ། འདི་ལ་དགག་པ་ཞུ་
རྒྱུ་ལས་གཏོང་བྱུང་ཀྱི་མི་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

སྤྱི་འཐུས་བསམ་གཏན་ཚོས་སྒྲོན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་བསམ་གཏན་ཚོས་སྒྲོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༡༥ ཐོག་ལ་དོགས་འདྲི་ཁ་ཤས་ཤིག་ཡོད། དེ་ཞུ་ཚོགས་པར་བྱོས།
སྤྱིར་བཏང་སྤྱི་ཞུ་བ་ལས་བྱེད་ཚོ་བསྐྱོ་གཞག་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ཡིག་རྒྱགས་བཏང་སྟེ་བསྐྱོ་གཞག་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།
དཔེ་བཞག་ན་པར་བྱོགས་ལ་དམའ་རིམ་འཛིན་བྱ་བ་ཅུ་བ་དགོས་པའི་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་མ་ཟད་ང་ཚོ་སྤྱི་ཞུ་བ་ལས་
བྱེད་ནམ་པ་ཚོའི་ལས་བསྐྱོམས་ལ་གཟིགས་པ་ཡིན་ན། ཐུག་ལས་ནི་ཉ་ཅང་ནས་ཡག་པོ་གནང་འདུག ས་གནས་ཁག་ལ་ག་རེ་
བྱས་ཏེ་འགོ་གི་མེད་ན་བསམས་ནས་སོ་སོའི་སེམས་ལ་དོགས་པ་ཞིག་བསྐྱེབས་སོང་། ཐུག་པར་དུ་ས་གནས་ཡག་པོས་སྟོ་
བྱོགས་ལ་ག་རེ་བྱས་ཏེ་འགོ་གི་ཡོད་པ་མ་རེད་བསམས་ནས་དོགས་པ་ཞིག་བསྐྱེབས་སོང་། མི་སྡུག་ཆགས་ཡིན་ན། ས་ཆ་
སྡུག་ཆགས་ཡིན་ན། ག་རེ་བྱས་ཏེ་འགོ་གི་མེད་ན་བསམས་སོང་། གང་ཡིན་ཟེར་ན། སྟོ་བྱོགས་ཀྱི་ས་གནས་གཞིས་འགོ་དེ་
མཐོ་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། སོ་སོའི་སེམས་སུ་དེ་འདྲའི་དོགས་པ་ཞིག་བསྐྱེབས་སོང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོད་གན་ལས་བྱེད་བསྐྱོ་གཞག་བྱེད་སྐབས་བསྐྱོ་གཞག་བྱ་སྐབས་ག་འདྲ་བྱས་ཏེ་བསྐྱོ་བཞིན་ཡོད་ན། ཤེས་ཚད་
སོགས་ག་འདྲ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན་ན་ཞེས་བཀའ་འདྲི་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། དེ་ནས་ཁ་སང་ང་ཚོ་བྱད་མེད་ཉིན་མོའི་ཐོག་ནས།
དཔལ་ལྷན་སྤྱི་ཚོང་མཆོག་ནས་བྱད་མེད་གཞིས་འགོ་གནང་མཁན་ཡོད་པ་ཡིན་ན་གནང་ཚོག་རེད་ཅེས་བཀའ་ཐེབས་སོང་།
སྟོན་མ་ང་ཚོ་ཟབ་སྤྱོད་ཞིག་གི་སྐབས་ལ་ཡང་དེ་འདྲ་ཞིག་བཀའ་ཐེབས་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་ང་
ཚོར་ཁ་བར་སྐྱེབ་གི་འདུག བཀའ་ཤག་གི་ངོས་ནས་བྱད་མེད་ལ་གོ་སྐབས་འདི་འདྲ་མང་པོ་གནང་གི་འདུག བྱེད་ཚོ་ག་རེ་བྱས་
ཏེ་མཉམ་ཞུགས་བྱེད་བྱུང་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་མང་པོ་ཞིག་གིས་ངེ་བ་འདོན་ཀྱི་འདུག ཡིན་ནའང་ངས་གོ་བ་ལ། བྱད་མེད་
གཞིས་འགོ་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་ན། ཆ་རྒྱུན་ཁ་ཤས་ཤིག་དགོས་པ་གོ་ཐོས་བྱུང་སོང་། དཔེ་བཞག་པ་ཡིན་ན། སྟོན་སྤྱོད་རམས་
འབྲམས་པ་ཐོན་ཟེན་པ་ཞིག ས་གནས་རྒྱན་ལས་གནང་སྤྱོད་མཁན་ཞིག གཞུང་ལ་ཡིག་རྒྱགས་ཤིག་གཏོང་དགོས་པ། དེ་
འདྲའི་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་དགོས་པ་ངས་གོ་སོང་། ཡིན་ནའང་མི་མང་པོ་ཞིག་གོ་ནིར་ཐེབས་ནས་བཀའ་ཤག་གིས་བྱེད་ཚོར་དགོངས་
བཞེས་གནང་ནའང་། བྱེད་ཚོས་བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག་ཅེས་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་ང་ཚོར་ཚོགས་གཏམ་གནང་ཡོང་གི་འདུག དེ་ཡིན་

དུས། རས་གོ་བ་བཞིན་ཆ་རྒྱུན་དེ་ཆོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་བདེན་པ་རེད་དམ་མ་རེད། དེ་ལ་འབྲེལ་བ་ཤད་ཅིག་གནང་རོགས་
ཞེས་རེ་སྐུལ་ཞུ་བཞིན་ཡོད། དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན། ལྷགས་ཇེ་ཆེ།

ཆོགས་གཙོ་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ལྷན་ཆོགས་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཀླུ་དགེ་ལེགས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཀླུ་དགེ་ལེགས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐོས་ལྷན་ཁང་གི་སྤྱིག་གཞི། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༡༥ བ་དོན་ཆོན་བརྩུ་བདུན་གྱི་
ནང་གསེས་ ༣ ཞབས་གཡར་དང་ཆོད་དོན་བསྐོས་གཞི། འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གིས་སྤྱིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཤིག་བསྐྱམས་
ཐེབས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་ཡར་སོ་སོ་ཡིན་ན་དགག་བྱ་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ཅ་བའི་འགོ་འཛིན་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་
རེད། ས་གནས་ནང་ལ་དུས་རྒྱུན་དུ་ནས་སོ་སོས་གལ་ཆེན་པོ་བཅི་བཞིན་པ་དེ་ས་གནས་འཐུས་མིའི་ཆོགས་འདུ་དང་ས་
གནས་འགོ་འཛིན་ལས་ཁུངས། ས་གནས་མཉམ་འབྲེལ། ད་ལྟ་སྤྱིག་གཞི་འདིའི་ནང་ལ་ཆོད་གན་སྐོར་ལ་ཁ་ཤས་ལ་ལོ་བཞི་དང་
ཁ་ཤས་ལ་ལོ་དྲུག་ཅེས་བཀོད་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། དེ་ཉག་ཉག་ཅིག་བསྐྱད་མི་འདུག སྤྱི་ཡོངས་ཤིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ཡག་
པོ་འདུག་ཅེས་ཞུ་བཞིན་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ། བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཆོན་ ༣༧ ནང་ལ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་དེ་ས་གནས་མི་མང་ནས་
འོས་འདེམས་བྱེད་སྒོལ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་བཀའ་ཤག་གིས་ཕྱག་ལས་ག་རེ་འདྲ་བོ་ཞིག་གནང་གི་ཡོད་ན་བསམ་
བསམ་བློ་གྱི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། ད་ལྟ་དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སྐོན་མཆོག་ནས་གསུངས་སོང་། གྲོས་ཆོད་གྲོས་
འཆར་བསྐྱམས་ཐེབས་རོགས་གསུང་གི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། གྲོས་ཆོད་གྲོས་འཆར་དེ་བཀའ་ཤག་ནས་བསྐྱམས་ཐེབས་
ལྷག་པ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་ཞུ་བྱ་ཡིན། ལྷགས་ཇེ་ཆེ།

ཆོགས་གཙོ་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ལྷན་ཆོགས་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་སློ་བཟང་ཆོས་འབྱོར་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སློ་བཟང་ཆོས་འབྱོར་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ དེ་རིང་གི་བསྐོས་འདེམས་བསྐོས་ལྷན་ཁང་དགོས་པ་མང་པོ་ཞིག་གི་དང་འགག་འགོ་བ་འདྲ་
བོ་ཞིག་འདུག ད་ལྟ་གོང་དུ་ཕྱག་སྤྱོད་སྤྱི་འཐུས་ལངས་མ་ཐག་བ་དང་། དེའི་གོང་གི་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་ནང་ལ་ང་རང་
གི་བསམས་ཚུལ་ཡང་པལ་མོ་ཆེ་བསྐྱེབས་སོང་བསམས་སོང་། དེའི་ཆ་ནས་ཚུ་ཆོད་བསྐྱི་ཆགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བསྐྱར་སྐྱོས་མི་
དགོས་པར་ཡིན། དེ་དང་མཉམ་དུ་སོ་སོ་ལོ་གང་འཆམ་ཞིག་གཞུང་ཞབས་པ་མང་པོ་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་མི་ཆེ་བསྐྱེལ་ཟེར་ནའང་
མི་འདུག གྲོགས་པོ་གྲོགས་མོ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་དུས། ཁོང་ནམ་པ་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་འགོ་འདོད་མེད་པ། མི་མང་ལ་སྤྱི་ཞུ་

བསྐྱབ་འདོད་མེད་པ། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་ཕེབས་ཀྱི་མེད་པ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་མ་རེད། དཔལ་ལྷན་བཀའ་ཤག་
 ལྷན་རྒྱས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དང་པོ་འཆར་གཞིའི་ནང་ལ་སྤུ་ས་གནས་ལ་གཏོང་རྒྱའི་དམིགས་ཚད་འཛིན་ཀྱི་ཡོད་ན། གཞུང་ཞབས་
 སྤུ་འདྲ་བོ་ཞིག་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལ་བསྟོར་རྒྱའི་འཆར་གཞི་འདིར་གི་ཡོད་ན། ཁོ་རང་པར་བསྟོར་བཞག་པ་ཡིན་ན། ཁོ་རང་
 གིས་དཀའ་ངལ་ག་འདྲ་ཞིག་ཡར་སྤྲོད་གསན་ཞུ་ས་རེད། དེའི་རྗེས་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ནས་ཁོ་རང་གི་བཟའ་ཚོ་དང་ནང་མི་དང་། དེ་
 ཚོའི་དཀའ་ངལ་ག་རེ་ག་རེ་བསྐྱབས་ས་རེད་བསམ་བསམ་དེ་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་བསྟོར་གཞག་གྱེད་མཁན་གང་དེས་ཚོད་དཔག་
 ཐེག་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་འདྲ་བོ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་ཁྱོད་ཡོངས་ལ་ཉོགས་ཞིབ་གནང་བའི་ཐོག་ནས་བསྟོར་སྤྲོད་
 པ་ཡིན་ན། གཞུང་ཞབས་རྣམས་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་ཕེབས་པ་ལ་དཀའ་ངལ་གང་ཡང་མཐོང་གི་མེད། ད་ལྟ་བར་དུ་རེ་འགའ་
 ཕེབས་མ་སྤྲོད་པ་ཚོས་སོ་སོ་སྐྱེད་ཀྱི་དཀའ་ངལ་དཔལ་ལྷན་བཀའ་ཤག་ལྷན་རྒྱས་ལ་སྤུལ་བཞག་པ་དེ་བཀའ་ཤག་ཐོག་ལ་ཡང་
 ཆ་ཆར་བསྟོར་སྤྲོད་པར་མཛད་དཀའ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཕེབས་མ་སྤྲོད་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་གྱེད་ཀྱི་
 ཡོད་མ་གཏོགས། ག་རེ་བྱས་ཏེ་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་འགྲོ་འདོད་མེད་པ་ཡིན་ན་ཞེས་པའི་བཀའ་ཚེལ་དེ་ཚོ་ཉག་ཉག་ཅིག་བསྐྱད་
 ཡོད་པ་མ་རེད་བསམ་ཀྱི་འདུག དེ་དང་མཉམ་དུ་ཁ་སང་ཚོད་གན་དང་འབྲེལ་བ་རེད། ལྷག་པར་དུ་སྐྱབས་བཅོལ་གྱི་གནས་
 བབས་ལ་ཡོད་པའི་སྤྲིག་འཇུགས་ཀྱི་ནང་ལོགས་ལ་ཚོད་གན་བསྟོར་གཞག་གྱེད་རྒྱ་དེ་ཚོ་ཉག་ཉག་བསྐྱད་ཡོད་མེད་ཐོག་ལ་རིག་
 པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱིས་བལྟས་ན། སོ་སོ་འདྲ་བོ་ཡིན་ན་ལྟ་སྟངས་གཞན་པ་ཞིག་ཡོད། ཡིན་ནའང་འདི་ལ་ཞུས་ན་དགོས་པ་འདྲ་
 བོ་གང་ཡང་མཐོང་གི་མེད། སྤྱིར་བཏང་གི་ཆ་ནས་འདི་ལ་དགག་བྱ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་ལ། མང་པོ་ཞིག་ཁ་སང་བརྗོད་པ་དང་པོའི་
 སྐབས་སུ་ཞུས་ཐེན་པ་ཡིན་དུས་རྒྱ་ཚོད་མང་པོ་ཞིག་འཕྲོག་བསྐྱབ་ལ་གཏོང་གི་མིན། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས། ཁ་སང་
 ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བསྟོར་སྐབས་སུ་དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སྟོན་མཆོག་ལ་དྲི་བ་ཞིག་བཏང་བའི་ཞོར་དུ་སོ་སོ་
 ཡིན་ནའང་། ཚོར་བའི་གཞན་དབང་ལ་སོང་ནས་ཆོག་གཅིག་ཤོར་འདུག བྲོས་ཚོགས་ཀྱི་སྤྲིངས་ཆ་རྩ་ཆེན་པོ་འདི། རྒྱལ་བ་
 རེན་པོ་ཆེ་མི་གཅིག་གི་ལག་གཅིག་གིས་སྤྲོ་ལས་བསྟོན་ནས་ང་ཚོར་བསྐྱབ་བཞག་པ་ཡིན་པ་དང་། དེ་འདྲའི་ཆ་ནས་ཁ་སང་
 ཚོར་བ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཆོག་གཅིག་ཤོར་འདུག དེ་ལ་དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་བཀའ་སྟོན་མཆོག་ལ་དགོངས་སེལ་ཞུ་རྒྱ་
 ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ལུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་གདོང་འདུས་སྤྱིད་འཛོམས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་གདོང་འདུས་སྤྱིད་འཛོམས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བྱོགས་གཅིག་ནས་བལྟ་དུས། རྒྱལ་སྤྱིར་གྱེད་རྒྱའི་ཚོར་བ་ཞིག་སྤེལ་གི་འདུག གང་ཡིན་ཟེར་
 བ། ང་རང་ཚོའི་གནས་སྟངས་ཀྱི་ཆ་ནས་ང་རང་ཚོའི་སེམས་པ་གྲུ་ཡངས་པོ་ཞིག་དང་། སྤྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་གྱེད་དགོས་ཀྱི་
 ཡོད་ན། བཅན་བྱོལ་པོ་དེ་མིའི་སྤྲིག་འཇུགས་ལས་དོན་འབྲུབ་རྒྱའི་ཆེད་དུ་ང་རང་ཚོས་རྒྱལ་སྤྱིར་གྱེད་དགོས་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་

མཐོང་གི་འདུག ཡིན་ནའང་ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བཟུ་ཡོང་དུས། སྐབས་ ༡༩ བཀའ་ཤག་གི་ངོས་ནས་ཆོད་གན་བསྐྱོ་གཞག་གནང་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཁ་ཤས་ལ་བྲང་པོ་མ་གནང་བའི་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་གོ་རྒྱུ་འདུག དེ་ཡིན་དུས། གནས་སྟངས་འདིའི་ཐོག་ནས་ང་རང་འདྲ་པོ་ཡིན་ན། རྒྱུ་སྐྱོར་གྱི་དུས་ལ་ཡང་ཁག་པོ་འདྲ་པོ་དང་། དགག་པ་གྱི་དུས་ལ་ཡང་ཁག་པོ་འདྲ་ཞིག་གི་གནས་སྟངས་ཆགས་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་བར་བཞུགས་མ་བསྟན་ཐབས་མེད་ཆགས་སོང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོག་གས་གཙོ་ཨུ་རུ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཆོག་གས་མཆོག་ནས།

ཅ་བའི་ཐག་གཅོད་གནང་རྒྱུ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དགོངས་ཚུལ་གསུང་རྒྱུ་མ་གཏོགས། ཕྱག་བརྒྱུངས་དང་མ་བརྒྱུངས་དེ་ཅ་བའི་ལས་རིམ་ནང་ལ་གསུང་སློལ་ཡོད་པ་མ་རེད། སྤྱི་འཐུས་ཁྲི་བ་ཕུན་སྤྱིད་ལགས། སྤྱི་འཐུས་སློ་བཟང་ཆོས་འབྱོར་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སློ་བཟང་ཆོས་འབྱོར་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཆོག་གས་ཀྱི་གྲོས་འདུའི་འགྲོ་ལུགས་དང་ལས་དོན་གྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱིག་གཞིའི་ནང་ལ་ཁྲིམས་གཏན་འཁེབས་གྱི་དུས། བརྗོད་པ་དང་པོ་གཉིས་པའི་སྐར་ལ་ག་རེ་ཆ་ཤས་ལེན་དགོས་པ་ཡིན་ནའང་། ལྷངས་ནས་ཅ་བ་དང་མ་ཐུན་པའི་སློན་སྐྱོད་གནང་དགོས་པ་རེད་མ་གཏོགས། སོ་སོས་ག་རེ་གྱི་ཡིན་མིན་དེ་བཤད་པའི་ལས་སློལ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ལ་ཆོག་གས་གཙོའི་ཐོག་ནས་སྟངས་འཛིན་གནང་རོགས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཆོག་གས་གཙོ་ཨུ་རུ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཆོག་གས་མཆོག་ནས།

དེ་ཆོག་གས་གཙོས་ཞུས་ཟིན་པ་ཡིན། གསལ་བཤད་གྱི་དུས་འཛིན་པའི་སྐབས་སུ་ལས་རིམ་རྣམས་གཞག་ཕྱག་བརྒྱུངས་གནང་སོང་། ཆོག་གས་གཙོའི་གསལ་བཤད་ལ་ཉན་པ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད་ཟེ། སྤྱི་འཐུས་ཁྲི་བ་ཆེ་རིང་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཁྲི་བ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ ལས་གྱི་དཔེ་མས་བསྐྱོ་སྟངས་ཁང་གི་སྤྱིག་གཞི། རྟོན་ཆོན་བཅུ་བདུན་གྱི་ནང་གསེས་ ༣ པའི་ཐོག་ལ་ཆ་ཤས་ལྷངས་པའི་ཐོག་ནས་ཆོག་གཅིག་གཉིས་ཤིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་། ༡༩ ནས་དེ་རིང་ ༢༠༡༧ བར་བོད་གཞུང་གི་ལས་གྱི་དང་པོ་ཐོག་ནས། ལྷག་དོན་དུ་ཉག་སྤྱི་འཐུས་ལ་བོད་གཞུང་གི་ལས་གྱི་དང་པོ་ཐོག་ནས་སྐབས་ཁག་ལ་འགྲོ་མཁན་ཆོས། འཛིན་སྐྱོར་གནང་རྒྱུ་དང་ལྟོགས་གནང་རྒྱུ་དེ་ཆོ་ཡག་ཐག་ཆོད་ཅིག་གནང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆོའི་བཀའ་བློན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་ཡོད་པ་དེ་གསལ་པོ་གསལ་རྒྱུ་རེད། ད་ལྟོ་ཐེབས་ཀྱི་མི་འདུག་ཟེར་བ་དེ་ཆོ་ཉག་ཉག་ཡིན་ན་བསམས་ནས་སེམས་ནང་ལ་དོགས་པ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག དེ་ཁྱད་མཆར་པོ་ཞིག་མཐོང་སོང་། གཅིག་གཉིས་ཤིག་ལ་དཀའ་ངལ་ཡོང་སྲིད་ཀྱི་རེད། བོད་དུ་ཕྱག་སླེལ་གྱིས་གསུངས་སོང་། སྐར་གྱི་དཀའ་ངལ་དེ་འདྲའི་དབང་གིས་ཐེབས་མ་ཐུབ་པ་ཡིན་ཀྱི་རེད། དེ་འདྲ་

ཡོང་སྲིད་པ་རེད། ཡོང་གི་རེད། སྡོན་མ་ཡང་ཡོང་ཡོད་ཀྱི་རེད། ད་ལྟ་ཡང་ཡོང་གི་རེད། མ་འོངས་པར་ཡང་སྲིད་ཀྱི་རེད། ལྷག་
 བློ་བྱ་ཆོད་གན་ལོ་བྱུག་སྤར་བ་དེ་ངས་ཉག་ཉག་ཅིག་ཨེ་ཡོད་ན་བསམ་གྱི་འདུག ད་ལྟ་འགའ་ཤམ་གྱིས་གསུང་གི་འདུག དེ་སྤྱི་
 ལ་ཁྱབ་པ་ཞིག་བཅོས་ན་རྒྱ་བ་སྒྲོར་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་གསུང་གི་འདུག དེ་ཡང་ཉག་ཉག་ཅིག་ཨེ་ཡོད་ན་བསམ་གྱི་འདུག ད་རྒྱ་
 མཚན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ང་ཚོ་ལས་བྱེད་པ་སྤྱི་ལ་འཇུག་ས་ནང་ལ་འཇུག་རྒྱ་སོགས་ཆོགས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་
 ལས་བྱེད་བསྐྱར་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། གལ་སྲིད་བསྐྱར་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་ན། དེ་འདྲའི་ནང་ལ་གཞོན་ཅིག་བཅུག་སྤྱོད་ཀྱི་འདུག
 ག་རེ་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་གནང་ན་མ་གཏོགས། མ་འོངས་པར་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་དེ་ཆོའི་གནས་སྤངས་ལ་
 བལྟ་དུས། ཆོད་གན་གྱིས་ཉ་ཅང་ནས་མི་མང་པོ་ཞིག་འཇུག་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས། དེ་ནས་ཡང་དམིགས་བསམ་ཀྱི་མི་བཅོ་
 བརྒྱད་བཅུ་དགུ་ཞིག་འཇུག་རྒྱ་ཡོད་པ་ཆགས། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། མ་འོངས་པར་ཆབ་སྲིད་པ་ཆོས་རྒྱ་གར་ནང་གི་ཆབ་སྲིད་པ་
 ཆོས་གནང་བ་ནང་བཞིན། སོ་སོའི་འདོད་པ་ཡོད་པའི་ལས་བྱེད་ལ་སྤྲུག་ཡར་བསྐྱོར་རྒྱ་དེ་འདྲ་ཆགས་མི་སྲིད་པ་དང་། ཡོང་མི་
 སྲིད་པ་རེད་བསམས་ནས་ཆོད་དབག་ཐིག་ས་མ་རེད། དེ་འདྲའི་རྒྱ་མཚན་གྱི་ཐོག་ནས། ད་ལྟ་ཆོད་གན་སྤར་བ་དེ་ཡང་འགྲིག་
 ས་མ་རེད། མ་འགྲིག་པའི་རྒྱ་མཚན་གཉིས་པ་གང་ཡིན་ཞུས་ན། ད་ལྟའི་ཆོད་གན་མི་དེ་ཆོ་གསུམ་བཞི་ལྷ་གཞོན་ཅིག་སྤར་
 བསྐྱར་པའི་རྒྱུ་སྟེ། ཁོ་ཆོའི་ཆབ་ལ་ཡང་མི་གསུམ་བཞི་ལྷ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡོང་རྒྱ་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱ་ཡོད་ན་དམིགས་བསམ་པ་རེད།
 ཡིན་ནའང་དེ་མེད་དུས་རྗེས་མ་ལོ་གཉིས་སྤར་བའི་རྗེས་ལ། ད་ལྟའི་ས་གནས་གལ་ཆེན་པོ་མི་མེད་ན་མེད་ཐབས་མེད་པ་དེ་ཆོའི་
 ཆབ་ལ་སྤྱོད་རྒྱ་རེད། སྤྱ་གཏོང་གི་རེད། དེའི་ཆབ་ལ་གཞུང་གི་ལས་བྱེད་མ་བཏང་རང་བཏང་རེད་ལ། དེ་འདྲའི་རྒྱ་མཚན་གྱི་
 ཐོག་ནས་ཉག་ཉག་ཅིག་བསྐྱར་མི་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། དམིགས་བསམ་དེ་ནང་བཞིན་ད་ལྟའི་སྤྱི་ལ་འཇུག་ས་དེ་ཉ་ཅང་ནས་
 གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། དམིགས་བསམ་ཀྱི་མི་བསྐྱོར་རྒྱ་ལ་སྤྱི་ལ་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་མ་བྱས་པར། དེའི་ནང་ལ་བསྐྱོར་ཆོག་གི་
 ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་བསྐྱོར་ན་འགྲིག་གི་མ་རེད་དམ། དེ་འདྲའི་ལམ་ཡོད་དུས། དམིགས་བསམ་ལས་
 བྱེད་བསྐྱོར་རྒྱ་མང་པོ་ཞིག་བཅོས་པ་ཡིན་ན་ཉག་ཉག་ཅིག་འགྲིག་གི་ཨེ་ཡོད་ན། མ་འོངས་པར་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་འགོ་
 སྤངས་ལ་བལྟས་པ་ཡིན་ན་ཉག་ཉག་ཅིག་བསྐྱར་ཨེ་ཡོད་ན། འཛིན་སྲུ་བརྒྱད་པ་དགུ་པ་ཆར་བ་དེ་ཆོ་ས་གནས་གལ་ཆེ་བའི་
 གཞིས་འགོ་ལ་བསྐྱོར་པ་ཡིན་ན་ཉག་ཉག་བསྐྱར་ཨེ་ཡོད་ན། དེ་ལྟ་བུའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན། མ་འོངས་པར་ཡག་པོ་
 ཡོང་ས་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ངས་པར་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་ཀྱི་འདུག

ཆོགས་གཙོ་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་སྤྱན་ཆོགས་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སྒྲོན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སྒྲོན་ཀུམ་ཡེ་ཤེས་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ སྤྱིར་བཏང་བའོ་སྤེང་མཐའ་མ་ཆགས་སོང་ལ། ཡིན་ནའང་ངས་དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་
 དང་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་པ་ཆོར་ཁྲིམས་འཆར་འདོན་སྤངས་སྒྲོར་ལ། བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཆོགས་ཆོགས་འདུའི་

འགྲོ་ལུགས་དང་ལས་དོན་བྱེད་སྒྲིགས་ཀྱི་སྤྱིག་གཞི་དོན་ཚན་ ༦༠ འོག་གངས་ ༥༣ ནང་ལ་འདུག དོན་ཚན་ ༦༠ པའི་ནང་
 གསེས་ ༩ པ་ཡིན་ན། གོང་གསལ་གྲོས་འཆར་ཀ་གཏན་འཁེལ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། འབྲེལ་དུ་བརྟེན་པ་གཉིས་པ་འགོ་འཇུགས་
 གིས་དོན་ཚན་རེ་རེ་བཞིན་བགྲོ་སྐྱོང་དང་བཟོ་བཅོས་གྲོས་འཆར་འབྲེལ་ཡོད་རིམ་པས་འདོན་རྒྱ་ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད།
 བརྟེན་པ་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་གང་ཡིན་པ་དེ་འདིའི་ནང་ལ་ཉ་ཅང་ནས་གསལ་བོ་བྲིས་ཡོད་པ་རེད། བར་ཞིག་ནས་ཡང་ཡང་
 བཀའ་སློན་ཞིག་ལངས་ནས་ལས་རིམ་རྣམས་གཞག་བཏོན་པ་ཡིན་ན་ང་ལ་བདེ་བོ་ཞིག་མི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་གོ་སྐབས་རག་པའི་
 སྐབས་སུ་ཅུང་ཅམ་ཞུས་ན་བསམས་སོང་། བརྟེན་པ་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་གང་ཡིན་པ་དེ་འདིའི་ནང་ལ་གསལ་བོ་བྲིས་འདུག
 དེ་ཡིན་དུས། བརྟེན་པ་གཉིས་པ་འགོ་བཞིན་པ་ཡིན་དུས་དེ་དྲན་གསོ་ཞིག་ཞུས་ན་བསམས་སོང་མ་གཏོགས། དེ་ལས་ལྷག་པ་
 ང་ལ་གང་ཡང་ཉུ་རྒྱ་མེད། བརྟེན་པ་གཉིས་པའི་སྐབས་ཁྱིམ་མཚར་ནང་ལ་གང་གསལ་བ་དེ་མར་ཞུས་ཡོད། ད་གིན་གོང་དུ་
 ངས་ཞུས་པ་དེ་ལྟར་མེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་སྤྱི་ལ་ཁུབ་པ་ཞིག་དགོས་ཞེས་སྟོན་ལ་ཡང་གསུངས་སོང་། རྗེས་ལ་ཡང་
 གསུངས་སོང་། ངས་གསུངས་པ་དེ་གཅིག་པ་གཅིག་རྒྱུ་རེད། བཀའ་ལག་ནང་ལ་ཐོག་མར་འཆར་གཞི་ལུས་བའི་སྐབས་སུ་
 བཀའ་བསྐུར་བྱུང་བ་རེད། སྤྱི་ལ་ཁུབ་པའི་བཀའ་བསྐུར་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་བྱུང་། བྱུང་བ་ནང་བཞིན་མཐའ་མའི་དུས་གནས་སྟངས་
 འིག་གིས་རྒྱུན་བྱས་ཏེ་ད་ལྟ་ང་ཚོས་འདི་འདྲ་བྱས་ཏེ་ལུས་ན་ལ་བ་ནས་ལུས་བ་རེད། དེ་བཀའ་ལག་གིས་བཀའ་བསྐུར་གནང་
 ནས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་ཐག་ཆོད་བྱུང་བའི་གྲོས་འཆར་དེ་འདི་ལ་ལུས་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ལས་བྱེད་སྒྲོར་ལ་
 རེད། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཚོས་གསུངས་པ་ཉན་ཉན་རེད། སྤྱི་ཞུ་བའི་ལས་བྱེད་ཀྱི་སེམས་ལུགས་དང་ལྷག་བསམ། ལྷིང་
 ལྷོབས་ལ་བཀའ་ལག་ངོས་ནས་ཐེ་ཚོམས་རྩ་བ་ནས་མེད། ངས་ཉག་པར་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ང་ག་བར་བྱིན་ནའང་། ང་ལྟ་བུ་ལ་ཆ་
 བཞག་པ་ཡིན་ན་ལོ་ལྟེ་རྗེས་སུ་འགོ་རྒྱུ་རེད། སྤྱི་ཞུ་ལས་བྱེད་ཆོང་མ་གཞུང་གི་མི་སྐལ་ཆོགས་ལྟ་བུ་རེད། ལུ་མ་ཐུད་ནས་
 གནས་དགོས་ཀྱི་རེད། རྒྱ་འགོ་ཡང་ཟམ་པ་བསྐྱད་དགོས་པ་རེད། ཟམ་པ་ལྟ་བུ་དེ་སྤྱི་ཞུ་ལས་བྱེད་ཆོ་ཆགས་ཡོད་པ་དེ་བརྒྱ་ཆ་
 བརྒྱ་བཀའ་ལག་གིས་ངོས་ལེན་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ཡིན་ནའང་དེ་རིང་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྤྱི་ཞུ་ལས་བྱེད་ཆོ་
 ག་པར་བཏང་པ་ཡིན་ནའང་ལེབས་དགོས་གསུང་ཡོང་དུས། དེ་ཡང་སྤྱི་ཞུ་བ་ལས་བྱེད་རྣམས་པ་ཆོས་གསན་པའི་ཐོག་ནས་མ་
 འོངས་པར་བཀའ་ལག་གིས་བཀོད་སྤྱིག་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་དགོངས་པ་བཞེས་རོགས་བྱོས་ཞེས་ཆབས་ཅིག་ཏུ་འབོད་སྐྱལ་
 ཞུས་ན་བསམས་སོང་། སྤྱིར་བཏང་སྤྱི་ཞུ་བའི་ལས་བྱེད་ཆོ་ཐོག་མར་འཇུག་པའི་སྐབས་སུ་ཆ་རྒྱུན་དང་ཡིག་རྒྱུགས་བཏང་།
 ལྷིང་བརྟེན་སྤྱད་ནས་སྤྱི་ཞུ་བྱས། ཆོད་ལྟེ་དུས་ཡུན་ལ་བསྐྱད། ཆོད་ལྟེ་འཕར་འགྲངས་བྱས་པ་ཡིན་དུས་ཡག་པོ་ཡོད་པ་
 བརྟེན་མི་དགོས་པ་རེད། སྐབས་སྐབས་ལ་སྤྱི་ཞུ་བའི་ལས་བྱེད་དེ་འདྲ་ལ་ཉན་ཉན་བཀའ་ལག་ཡིན་ནའང་འདྲ། བཀོད་སྤྱིག་ཚན་
 པ་ཡིན་ནའང་འདྲ། གནས་སྟངས་མཐུན་དང་མ་མཐུན་གྱི་དབང་གིས་ལས་བྱེད་གང་ཟག་གཅིག་གནས་སྟོར་གཏོང་ཡོང་དུས།
 ངའི་པ་ལགས་ལ་ཅིག་བྱས་སོང་། ངའི་ཨ་མ་ལགས་ལ་ཅིག་བྱས་སོང་། ངའི་སྤུ་གུ་ལ་ཅིག་བྱས་སོང་ཞེས་དེ་འདྲའི་དཀའ་ངལ་
 མང་པོ་ཡོང་གི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། འོག་བྱ་མེར་བོ་གཅིག་བྱིན་ཆར་དུས། ཆོང་མ་འཇུར་བ་གཏོང་ཁག་པོ་ཡོད་དུས། དེ་
 འདྲས་རྒྱུན་བྱས་ཏེ་ང་ཚོར་དཀའ་ངལ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རེད། ཡིན་ནའང་། སྤྱི་ཞུ་ལས་བྱེད་
 འཇུག་པའི་སྐབས་སུ་ང་མོད་མའི་སྤྱིག་འཇུགས་ལ་ཞབས་ཞུ་རྒྱུ་ཆེད་དུ་འཇུག་པ་རེད་གཏོགས། ངའི་སྤུ་ལགས་དང་ཨ་མ་

ལགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་མེད་པའི་ཆེད་དུ་འཇུག་ཡིན་ཀྱི་རེད་པས་མ་གྱི་མི་འདུག་དེ་ཡང་ར་ཆོ་ཆང་མ་གཅིག་གྱུར་རེད། དཀའ་
 ངལ་ཡོད་པ་རེད། ར་ཆོ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོང་འཕང་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་འཁོར་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྲིང་ལ་ཞུགས་ཡོད་དུས།
 དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་དེ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། དཀའ་ངལ་ཤེས་པའི་སྐབས་སུ་བཀའ་ཤག་གིས་སྐབས་སྐབས་ལ་དུས་ཆོད་གང་འཆམ་ལ་
 གནས་སྤོར་གཏོང་རྒྱུ་ལེན་པ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་གནས་སྤོར་བཏང་སོང་བ་ཡིན་ན། དེ་འདྲ་འགྲོ་སོང་ཆེན་
 བོ་འགྲོ་གི་ཡོད་དུས་དེའི་གནད་འགག་གིས་རེད། སྤྱིར་བཏང་ཆོད་གན་གྱི་གནས་རིམ་ཟུང་བྱུང་གི་གནས་ཆད་དགོས་པ་དེ་
 བཀའ་ཤག་ནང་ལ་བཀའ་བསྟར་བྱུང་། དེ་སྤྱི་ཡིན་ན་སྟོ་སྤྱོད་ཀྱིས་ཁག་ནང་གི་གནས་རིམ་ཁ་ཤས་ཤིག་ཏུ་ཅང་ནས་མཐོན་པོ་ཡོད་
 པ་རེད། བར་སྐབས་ཤིག་བཀའ་ཤག་གོང་མའི་གོང་མའི་སྐབས་སུ་གནས་རིམ་དེ་མར་བཅག་སོང་། ར་ཆོ་མ་འོངས་པར་གནས་
 རིམ་སྤར་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་བཀའ་བསྟར་བྱུང་། ཡིན་ནའང་ཐག་ཆོད་པོ་བྱུང་ཡོད་པ་མ་རེད། ལོ་ཆུན་པ་ཉམས་སྤྱོད་ཡོད་
 མཁན་ཆོ་མར་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་བཀའ་བསྟར་བྱུང་སོང་། དེ་ཆོ་ཐག་ཆོད་པོ་ཡོང་གི་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་རིང་ང་ལ་ཁ་
 གསལ་པོ་ཞུ་རྒྱུ་མེད། བཀའ་བསྟར་མ་བྱུང་བ་མ་རེད་བཀའ་བསྟར་བྱུང་སོང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། ཆང་མ་ལ་ཟུང་བྱུང་
 གཏོང་རྒྱུ་ལེ་ས་མིག་ཡོད་པ་མ་རེད། ལྷ་སྤྱོད་ཀྱིས་གཞིས་ཆགས་ཁག་ཁ་ཤས་མ་གཏོགས། གཞན་མང་ཆེ་བ་ལ་བྱུང་གཞོན་དང་།
 བྱུང་གཞོན་ལས་རྒྱུ་སྤྱོད་ཀྱིས་ཐེ་འགན་དེ་འདྲ་ཆགས་ནས་སོ་སོར་གཏོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་དུས་དཀའ་ངལ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་
 བཞེན་དུ་ད་ལྟ་ཡོད་པའི་ཆོད་གན་ལུགས་ཆེ་བ། བརྒྱ་ཆ་མང་ཆེ་བ་དེ་དྲར་ཟུར་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་ཁོ་རང་དྲར་ཟུར་གྱི་
 གནས་བབ་གཅིག་དང་། དེ་འབྲེལ་ཡོད་ལྷན་ཁང་གི་རྒྱབ་གཉེར་དང་། དེ་ཆོར་བཞེས་ཡོང་གྱི་ཡིག་ཆ་སྤེར་ལ་ཡོད་པར་བཞེན་
 བས་སྐབས་སྐབས་སུ་ལས་དོན་སྒྲུབ་པའི་སྐབས་སུ་མན་ཐོགས་མང་པོ་འབྱུང་གི་འདུག། ཁ་སང་ངས་དཔེ་མཆོན་ཞུས་པ་ཁག་
 ཅིག་དངོས་གནས་ཁོ་རང་དབྱུས་ཀྱི་གཞིགས་ཚུལ་ཡག་པོ་ཡོད་པ། ས་གནས་མི་མང་གི་གཞིགས་ཚུལ་ཡག་པོ་ཡོད་པ་མང་པོ་
 ཡོང་གི་འདུག། ཡང་རེ་གཉིས་ཡག་པོ་མེད་པ་དེ་འདྲ་ཡང་ཡོང་གི་འདུག། མང་པོ་མེད་ན། ར་ཆོ་ས་གནས་རིམ་སྤར་དགོས་ཀྱི་
 འདུག་གས། ག་རེ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག། ཡང་ཆོད་གན་པར་འབྱུངས་མ་བྱས་ནའང་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་རེད། ལོ་བཞི་ལ་བསྐྱོ་
 དགོས་པའི་བྱུང་པ་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། ལོ་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་སུ་སྤར་མ་བསྐྱོས་ན་འགྲིག་པ་དེ། འབྲེལ་ཡོད་ལྷན་ཁང་ཁག་སོ་སོའི་
 རྒྱབ་གཉེར་ལ་བལྟས་ཏེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ལྷན་ཁང་ཆང་མ་ལ་ཆོད་གན་ཡོད་པ་དེ་གཅིག་གྱུར་རེད། མང་ཅུང་རེ་ཡོད་པ་
 རེད། ས་གནས་འགོ་འཛིན་དེ་ཅ་བའི་ནང་སྤྱོད་ལས་ཁུངས་བྱུང་ཁོངས་ལ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ས་གནས་འགོ་འཛིན་དེ་སྤྱི་
 ལ་བྱུང་པའི་འགན་འཁུར་མཁན་གྱི་གང་ཐག་ཡག་པོ་ཞིག་བྱུང་ན་སྤྱོད་ནས་བཞོས་པ་རེད། དེ་སྤྱི་ཡ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་དབྱུ་ལ་
 བཞུགས་པའི་སྐབས་སུ་ཡིན་ནའང་ཁྲིམས་ཀྱི་དབང་བསྐྱུར་རེད། ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་ཁྲིམས་ཀྱི་དབང་བསྐྱུར་རེད། བཀའ་ཤག་གི་
 ངོས་ནས་ཁྲིམས་དང་སྤྱི་གཞི་ཏུ་ཅང་གལ་ཆེན་པོར་བཅིས་དང་བཅི་བཞེན་ཡོད། མ་འོངས་པར་ཡིན་ནའང་ཁྲིམས་དང་སྤྱི་གཞི་
 གཞི་བཅི་རྒྱུ་ཡིན། འདིར་ལང་སྟོད་མཁན་ཡིན་ནའང་ཁྲིམས་ཤེས་མིན་ལ་མ་སྟོས་པར་ག་དུས་ཡིན་ནའང་ཁྲིམས་ཀྱི་སྤང་ལ་དོ་
 སྤང་བྱས་ཏེ་སྤྱད་ཆ་འཆད་མཁན་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་ཆོད་གན་བསྐྱོ་གཞིག་སྐོར་ལ་ར་ཆོ་སྐབས་བཅོལ་གྱི་གནས་
 བབ་དང་མཐུན་མིན་གསུངས་པ་རེད། ཆོད་གན་བསྐྱོ་གཞིག་དེ་ཁོ་རང་ཁོ་རང་ཁྲིམས་དང་སྤྱི་གཞི་གཞི། ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐྱོ་
 ལྷན་ཁང་གི་སྤྱི་གཞིའི་འོག་ལ་ཆོད་གན་བསྐྱོ་གཞིག་གི་ལས་ལུགས་ཡོད་པ། དེ་ལ་བཞེན་ནས་ཆོད་གན་འཆར་གཞི་ཡོད་པ་

རེད། དེ་སྤྱིན་པ་ཡོད་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས་ཚོད་གན་བསྐྱོད་གཞག་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་ཆབ་སྲིད་ལག་ཆ་བཅོད་སྤྱོད་གནང་གི་མ་
 རེད་ལ། ད་གིན་སྤྱི་འཐུས་ཞིག་གིས་སྐབས་ ༡༩ ལ་དེ་འབྲེལ་གསུངས་སོང་། སྐབས་ ༡༩ བའི་སྐབས་སུ་ལག་ལེན་བསྐྱར་ཡོད་
 བ། སྐབས་ ༡༩ བའི་སྐབས་སུ་ང་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་ཞིག་རེད། ངས་དེ་འབྲེལ་གནས་ཚུལ་མཐོང་མ་སོང་། དེ་འབྲེལ་ཅ་བ་
 ནས་ཡོད་པ་མ་རེད། གལ་སྲིད་དེ་འབྲེལ་པ་ཡིན་ན་གང་ཟག་ཅིག་ཐེར་འདོན་བྱེད་རྒྱ་དེ་འབྲེལ་ཡོད་གི་རེད་ལ། དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས་
 དེ་འབྲེལ་ཅ་བ་ནས་ཡོད་པ་མ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་ནས་གོང་དུ་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གིས་ཚོད་གན་སྐོར་ལ་ཆ་རྒྱུན་
 ཡོད་པ་མ་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེས་གསུངས་སོང་། གཞུང་གི་སྡེ་ཚོན་ནང་ལ་བྱུག་ལས་གནང་རྗེས། གནས་རིམ་ལ་དཔག་བའི་ཆ་
 རྒྱུན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ཚོད་གན་བསྐྱོས་པ་ཡིན་ན། བོད་མི་ཡིན་པ་ཅམ་དང་སྤྱོད་ཞོགས་ཡིན་པ་ཅམ། སྤྱི་མི་ཡིན་པ་
 ཅམ་གྱིས་བསྐྱོས་ཆོག་ཆོག་ཅིག་ཡོད་པ་མ་རེད། ཁོ་རང་ཁོ་རང་ལ་གནས་རིམ་ལ་དཔག་བའི་མཐོ་སྤོབ་གྱི་ལག་འཁྱར་དགོས་
 རྒྱ་དང་། ཉམས་སྦྱོང་དགོས་རྒྱ་སོགས་ཆ་རྒྱུན་མང་པོ་ཞིག་དགོས་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་མེད་པ་ཡིན་ན་བོད་མི་ཡིན་པ་ཅམ་གྱིས་
 བསྐྱོས་ཆོག་ཆོག་ཡོད་པ་མ་རེད། ཆ་རྒྱུན་ཡོད་པ་ཡིན་ན་བརྒྱ་ཆ་དགའ་བསུ་ཞུ་རྒྱ་རེད། ཆ་རྒྱུན་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཚོད་གན་
 ལ་ཡིག་རྒྱགས་གཏོང་དགོས་པ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། འབྲེལ་ཡོད་ལྷན་ཁང་ཁག་ལ་ཚོད་གན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན། སྤྱི་ག་
 གཞིའི་དགོངས་དོན་ལྟར་ལྷན་ཁང་གིས་བཀའ་ལག་ལ་རྒྱབ་གཉེར་ཞུས། བཀའ་ལག་ནང་ལ་བཀའ་བསྐྱར་ཞུས་ཏེ་ཆ་རྒྱུན་ཆང་
 མིན་ལ་གཟིགས། གཟིགས་ཆང་རྗེས་གཞི་ནས་མར་ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐྱོད་ལྷན་ཁང་ལ་ཕུལ། ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐྱོད་ལྷན་
 ཁང་གིས་མ་གནང་བ་ཡིན་ན་ཅི་ཡང་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་རེད། མཆོམས་མཆོམས་སུ་ང་ཚོས་པར་བསྐྱར་ཞུ་བྱ་རྒྱ་དེ་འབྲེལ་ཡོད་
 སྲིད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་འདི་ནང་བཞིན་བྱས་ན་དངོས་གནས་རེད། ཚོད་གན་ཁག་ཅིག་ལ་ལོ་བཞི་དང་། ཁ་ལས་ལ་དྲུག་ཆགས་
 གྱི་ཡོད་པ་དེ་བདེན་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས། སྤྱི་ལ་བྱབ་པ་ཞིག་དགོས་པ་དེ་ངས་གོང་དུ་སྤྱོད་སྤོབ་ཞུས་པའི་ཁྲིམས་འཆར།
 བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་འདུའི་འགོ་ལུགས་དང་ལས་དོན་བྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱི་ག་གཞི་དོན་ཚན་ལུང་བངས་པ་
 ནང་བཞིན་བཟོ་བཅོས་གྲོས་འཆར་གནང་བ་ཡིན་ན་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་དགའ་བསུ་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་བཀའ་ལག་གིས་ཚུར་གནང་ཡོད་
 དགོས་པ་རེད་ཅེས་བཀའ་གནང་སོང་། དེ་ཁ་སང་བཀའ་ལག་གིས་བཀའ་བསྐྱར་གནང་སྟེ་ཁྲིམས་འཆར་དེ་བཀའ་ལག་གིས་
 གཏན་འབེབས་བྱས་ཏེ་འདིར་ཕུལ་བ་རེད། འདི་ལ་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་ཚོས་བཟོ་བཅོས་གནང་བ་ཡིན་ན་ཐུབ་རྒྱ་མེད་
 པ་རེད་བསམ་གྱི་མི་འདུག དོན་དག་དེ་དགའ་ངལ་སེལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དགའ་ངལ་སེལ་བར་སུས་གནང་བ་ཡིན་ན་འང་
 དགག་བྱ་ཞུ་རྒྱ་མེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་ནས་ལས་བྱེད་དམིགས་བསལ་བསྐྱོར་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད་གསུངས་པ་རེད། ཉན་ཉན་རེད།
 ལས་བྱེད་བཅོ་བརྒྱད། ཡང་ན་ཅ་འཁོར་བརྒྱ་ཆ་གསུམ་གསུངས་པ་རེད། མཐའ་མ་དེ་མ་མཐའ་བཅོ་བརྒྱད་རེད། དེ་ང་ཚོས་ས་
 གནས་འགོ་འཛིན་དམིགས་བསལ་བསྐྱོས་པ་ཡིན་ན། ཡང་ཁོ་རང་ཁོ་རང་ལ་དགའ་ངལ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དམིགས་བསལ་དེ་
 ལ་གཏོང་ལེན་འགན་འཛིན་བྱེད་ཆོག་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། གཏོང་ལེན་འགན་འཛིན་བྱེད་མ་ཆོག་དུས་དགའ་ངལ་འཕྲད་ནས། ད་
 ལྟ་ང་ཚོས་ཚོད་གན་འཕར་འབྱངས་མ་བྱས་ཀ་མེད་ཅེས་པ་དེ་རེད། དམིགས་བསལ་བསྐྱོས་ན་མ་འགྲིག་པ་ཡོད་མ་རེད་བསྐྱོས་
 ཆོག་གི་རེད་དེ། ས་གནས་འགོ་འཛིན་བསྐྱོས་པ་ཡིན་ན། དེ་འབྲེལ་བའི་ས་གནས་འགོ་འཛིན་གཏོང་ལེན་འགན་འཛིན་བྱེད་མི་

ཚོག་ཅེས་ཁ་སང་ང་ཚོས་འཆར་གཞི་ཕུལ་བའི་སྐབས་སུ་དམིགས་བསལ་ལས་བྱེད་དེ་གཏོང་ལེན་འགན་འཁུར་བྱེད་མི་ཚོག་
 ཅེས་བཀའ་བསྐྱར་བྱུང་བ་ནང་བཞིན། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཐོག་ནས་རེད་ཅེས་ཁྱུ་ཀྱི་ཡིན། ཚོད་གན་བསྐྱོས་པ་ཙམ་གྱིས་ཚོད་གན་
 གྱི་ཆ་རྒྱུ། སྤྲིག་གཞི་གཞིར་བརྒྱང་ཚོད་གན་བསྐྱོས་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐྱོ་ལྟན་ཁང་གི་རྒྱ་བ་གཉེར་ཐོབ་
 རྗེས་བཀའ་བསྐྱར་ཡིག་ཆར་དང་ལས་བྱེད་དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་གཉིས་མོས་ཚོད་གན་བཞག་ནས་ལས་ཀྱི་བྱེད་རྒྱུ་འཕྲུགས་སྒོལ་
 ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཚོས་གན་བསྐྱོས་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་ཡང་བསྐྱར་ལོ་གཉིས་གཉིས་བཞི་དང་ལོ་དྲུག་ཆགས་པའི་
 དེས་པ་ཡོད་པ་མ་རེད། གང་ཟག་དེའི་ལས་ཀྱི་བྱེད་སྒྲུངས་རེད། གང་ཟག་ལ་མི་རྟོན་ཚོས་ལ་རྟོན། ཚོས་ལ་མི་རྟོན་ནང་དོན་ལ་
 རྟོན་གསུངས་པ་ནང་བཞིན། གང་ཟག་དེའི་ལས་ཀྱི་བྱེད་སྒྲུངས་ལ་ལྟ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། ཆབ་སྲིད་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་ལག་ཆ་བྱེད་
 དགོས་བསམ་པ་ཞིག་རྩ་བ་ཉིད་ནས་འཁོར་གྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ནས་ཚོད་གན་གྱི་ཁེ་ཕན་ཞིག་ཁྱེད་པ་ཡིན་ན། སྤྱིར་བཏང་
 ལྟན་ཁང་ཆར་མའི་ནང་ལ། བལ་ཆེར་ལྟན་ཁང་འགའ་ཤས་ནང་ལ་ས་མིག་སྟོང་བ་ཉི་ཤུ་དང་། ལྟན་ཁང་འགའ་ཤས་ནང་ལ་ས་
 མིག་སྟོང་བ་བརྒྱ། འགའ་ཤས་ལ་སྟོང་བ་བཅོ་ལྔ་དེ་འདྲ་སྟོང་བ་བཞག་ཡོད་པ་རེད། ལས་བྱེད་དགོས་མཁོ་བཀའ་འཁྲོལ་ཁྱེད་
 ལས་ས་མིག་གཏན་འབེབས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ས་མིག་སྟོང་བ་འཛོག་དགོས་དོན་དེ་གཞུང་གི་འགྲོ་སྟོན་ལ་བསྟེན་ཆགས།
 ལས་བྱེད་གཅིག་ལ་ལས་འགན་གཉིས་གསུམ་བསྐྱོ་རྒྱུ་འཕྲུགས་ཤེས་འཐེན་རྒྱ། སྤྱི་ལོ་བལ་ལས་བྱེད་ཅིག་ཡིན་པ་ཡིན་ན། ངས་
 བསྐྱོས་རྒྱ་མིན་ཞེས་ལབ་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ལ་གསལ་བཤད་མ་གནང་ཤོག་གསལ་གནང་། ཡིན་ནའང་སང་ཉིན་སྤྱི་ལོ་བལ་ལས་བྱེད་པ་
 བྱས་ཏེ་ལོ་ཉི་ཤུ་ཆར་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་བགྲེས་ཐོགས་དང་བགྲེས་ཤག་སོགས་མང་པོ་འབྲུལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཚོད་གན་
 དེ་མི་གང་ཟག་ཡག་པོ་ཞིག་འབྲེལ་ཡོད་ལྟན་ཁང་གི་རྒྱ་བ་གཉེར་རག་པ་ཡིན་ན། ལོ་གཉིས་ལོ་བཞི་ལོ་དྲུག་གི་རྗེས་ལ་ཁོ་ལ་
 ཡང་བགྲེས་ཐོགས་དང་བགྲེས་ཤག་འགན་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་འདྲ་བྱས་ཏེ་གཞུང་གི་བང་མཛོད་ལ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་
 ལས་བྱས་པ་རེད་མ་གཏོགས། དེ་ཡང་ང་ཚོའི་ཆབ་སྲིད་དེ་འདྲ་གང་ཡང་མ་རེད་ཅེས་ཁྱུ་ཀྱི་ཡིན། བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་
 ཚོས་དགོངས་པ་ཆེར་བཞེས་ག་རེ་གནང་བ་ཡིན་ནའང་དེ་ལ་མོས་མཐུན་བྱེད་རྒྱུ་ལས་ལྟག་གང་ཡང་ཁྱུ་ཀྱི་མེད། དཔལ་ལྷན་
 ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གོ་སྐབས་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དཔྱད་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དཔྱད་སྒྲོ་བཟང་མེད་གེ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གཞི་ཅའི་ཁྱིམ་ས་འཆར་སྐོར་ནས་བཀའ་བསྐྱར་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད་དེ། སྤྱི་ཡོངས་ལས་བྱེད་
 བསྐྱོ་རྒྱ་དང་། ཚོད་གན་གྱི་ཐོག་ནས་བཀའ་འདྲི་གནང་མཁན་མང་པོ་བྱུང་བ་ཡིན་དུས། དེ་ལ་གསལ་བཤད་ཁ་ཤས་ཤིག་ཁྱེད་
 ལ་བསམས་སོང་། ཚོད་གན་དེ་སྤྱི་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ད་ལྟ་ཡང་ཡོད་པ་རེད། མ་འོངས་པ་ཡང་གནས་དགོས་ཀྱི་རེད་བསམ་
 ཀྱི་འདུག དེ་ཉ་ཅང་ནས་གལ་ཆེན་པོ་རེད། སྤྱི་ལོ་བལ་ལས་བྱེད་དེ་ཉ་ཅང་ནས་རྩ་ཆེན་པོ་བརྟེན་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། ཉན་ཉན་

རེད། སྤྱི་ལུ་བ་ལས་བྱེད་ཅིག་བསྐྱོས་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་ལ་འགྲུབ་ཤིང་གིས་འདིའི་ནང་ལ་གསུངས་
 ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་ལུ་ལས་བྱེད་པ་འགྲུབ་ཅི་གནས་དབྱུང་གཏོང་དགོས་པ་དེ་འབྲེལ་གྱི་འདུག་ལ། དེ་ཆོར་བསམ་ཐུབ་ཀྱི་མི་
 འདུག་ཅེས་བཀའ་གནང་མཁན་དེ་འབྲེལ་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་ལུ་བ་ལས་བྱེད་ཅིག་བསྐྱོས་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་ཁོ་རང་པན་མི་ཐོགས་
 མཁན་ཞིག་ཡིན་ནའང་། བཟུངས་ཐོགས་བཟུངས་ཤིག་ཆར་མ་འབྲུལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གཞུང་གང་འབྲེལ་གྱི་ཡིན་ནའང་བརྒྱ་
 ཆ་གཅིག་གཉིས་ཤིག་དེ་འབྲེལ་ཡོད་སྤྱི་ལུ་ལས་བྱེད་པ་རེད། བོད་མིའི་སྤྱི་གཞུགས་ལ་ཡང་ཡོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་ཆར་བའི་རྗེས་
 ལ་དཀའ་ངལ་ག་ཆོད་ཅིག་འདུག་ བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་ལ་ཆོས་གསུང་གི་འདུག་ འདི་ནས་ལས་བྱེད་ཁ་ཤས་ཤིག་དངོས་
 སུང་ཤིང་གི་ཡོད་ལ། དེ་གནས་དབྱུང་གཏོང་རྒྱ་མི་འདུག་གམ་ཟེར་གྱི་འདུག་ ཡིན་ནའང་དེ་གནས་དབྱུང་གཏོང་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་
 རེད། ཉ་ཅང་ཁྱིམ་ས་དང་སྤྱི་གཞིའི་འོག་ལ་དཀའ་ངལ་ཁག་པོ་རེད། དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས། ཆོད་གན་དགོས་ཅེས་ཅན་རེད། དེས་
 བང་མཛོད་ལ་བསྐྱོད་ཆགས་ཡོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ལོ་གཉིས་རེད་ལོ་གསུམ་རེད། ལོ་བཞི་རེད་ལོ་དྲུག་བསྐྱོས་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་
 བཟུངས་ཐོགས་དང་བཟུངས་ཤིག་འབྲུལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། སྤྱི་ལུ་བའི་ལས་བྱེད་ཡིན་ན་མི་ཆེ་མྱི་ལ་པོ་འདིའི་ནང་ལ་
 གཞིགས་རྟོགས་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས། ཆོད་གན་བསྐྱོས་གཞིག་དེ་མང་པོ་བྱུང་ན་ཡག་པོ་ཡོད་པ་འབྲེལ་བོ་
 ཞིག་འདུག་ ཨ་རི་ཡིན་ནའང་རེད། ཁ་སང་ང་ཆོ་རྒྱ་གར་གྱི་གནད་ཡོད་མི་སྣ་ལ་ལམ་སྟོན་ལྷ་ལྷ་འགྲོ་དུས། ཁྱེད་རང་ཆོའི་སྟོན་
 གཞི་དང་ཐོགས་སྤྱད་སྤངས་དེ་མ་འོངས་པར་བོད་མིའི་སྤྱི་གཞུགས་ལ་དོ་ཤོག་ཆེན་པོ་འགྲོ་ས་རེད་ཅེས་གསུངས་སོང་། སྤྱི་དྲན་
 ལྷ་བ་བསྐྱོས་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་གཏན་འཇགས་རེད། མ་འོངས་པར་ཆར་མ་ཁྱེད་རང་ཆོས་བང་མཛོད་ནས་གསོ་འདུག་དགོས་པ་
 རེད་ཅེས་གསུངས་ཀྱི་འདུག་ དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས། ཨ་རི་ལྷ་བྱ་ཡིན་ན། རྒྱ་གར་ཡིན་ནའང་ཆོད་གན་མང་པོ་བསྐྱོད་བཞིན་ཡོད་ཅེས་
 གསུངས་ཀྱི་འདུག་ དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས། ང་ཆོས་བཀའ་བསྟར་མང་པོ་བྱས་ཏེ་བྱུང་བཞག་པ་ཞིག་མ་གཏོགས། དེ་མིན་གང་ཡང་མ་
 རེད། དེ་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་བཀའ་མོལ་ཞིག་བྱུང་སོང་། ཆོད་གན་བསྐྱོས་པ་ཡིན་ན། ཆོད་གན་ལ་ཆ་རྒྱུན་མང་པོ་ཡོད་ས་
 རེད་ཅེས་གསུངས་སོང་། ཆ་རྒྱུན་ཡོད་པ་དེ་ལས་བྱེད་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་རང་རེད། དེའི་ནང་ལ་ག་རེ་ཡོད་པ་རེད་ཅེ་ན།
 ཉམས་སྤྱོད་དགོས་པ་རེད། རབ་འབྲུམས་པའི་ལག་འཁྱེར་དགོས་པ་རེད། B.A དང་ཉམས་སྤྱོད་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་བཅི་བཞིན་
 ཡོད་པས་སྤྱི་དྲན་སྤྱོད་ནས་བྱུང་མེད་སྟན་ཆོགས་ལ་བཅར་བའི་སྐབས་ག་རེ་ལྷས་ཡོད་ཅེ་ན། བྱུང་མེད་དབུས་རྒྱུན་ལས་ཟུར་བ་
 ཡོད་པ་ཡིན་ན། ང་ཆོས་ངོས་ག་རེ་འཛིན་གྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེ་ན། དབུས་རྒྱུན་ལས་ནང་ལ་ལོ་གཉིས་དང་བཞི། ལོ་དྲུག་གནང་བ་
 ཡིན་ན་དེའི་ཉམས་སྤྱོད་དེ་གཞུང་གི་ནང་ལ་བཅི་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དེའི་སྐང་ལ་རབ་འབྲུམས་པའི་ལག་འཁྱེར་དེ་ཡོད་ཤིག་
 ཤིག་བཅི་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། མེད་མཁན་ཡིན་ན་དཀའ་ངལ་ཞིག་རེད། མེད་མཁན་ཡིན་ནའང་དེའི་སྐང་ལ་དམིགས་བསམ་ལ་
 གནང་རྒྱ་ཡོད་མེད་ང་ཆོས་གྲོས་བསྟར་གནང་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་དེ་དང་འབྲེལ་ནས་
 གཞན་པ་ཞིག་ཀྱང་གསུངས་སོང་། ཆོད་གན་བསྐྱོས་རྒྱུའི་ནང་ལ་མ་བྱུང་བ་དེ་འབྲེལ་ཐོས་སོང་། དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་
 ནས་འཛིན་གྲ་བརྒྱད་པ་ཅན་ཞིག་བསྐྱོས་ཡོད་པ་རེད། འཛིན་གྲ་བརྒྱད་པ་ཅན་ཞིག་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལ་བསྐྱོས་པ་ཡིན་ན་ག་
 འབྲེལ་ཡིན་ན་ཞེས་གསུངས་སོང་། གསུངས་ཆར་བ་དེ་གསུངས་ཆར་བ་རེད། དེ་ལ་གསལ་བཤད་ཅིག་མ་གནང་ཐབས་མེད་རེད།
 དང་པོ་འཛིན་གྲ་བརྒྱད་པ་ཅན་ཞིག་བསྐྱོས་པ་རེད། བསྐྱོས་ནས་གཞིས་ཆགས་གཏང་ས་དེ་ནས་ནང་སྤྱི་དུས་གནས་ཚུལ་འགྱུར་

བ་རེད། དང་ཚེར་ལས་བྱེད་པའི་འབྲུག་པ་ལྟོང་རྒྱུ་ལྟོང་ལས་མེད་མཁན་ཞིག་ང་ཚོར་མི་
 དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་རེད། རྗེས་སུ་བསྐྱོས་ཚར་པའི་རྗེས་སུ་ཁོ་རང་བཞེ་པོ་བརྒྱབ་ན་ཅ་བ་ནས་འཁྲིག་གི་མེད། དེ་སྤྱི་ས་
 གནས་འགོ་འཛིན་རིམ་པ་བྱུང་བའི་ནང་ནས་ཁོ་རང་ལས་ལྷག་ཅིག་བྱུང་མ་སོང་ཞེས་བཀའ་ཤག་ལ་ཡིག་ཆ་ཆར་འབབ་འབབ་
 བྱུང་ནས་ཁ་མཚུ་རྒྱག་ཏུ་བསྐྱེབས་པ་རེད། དེ་སྤྱི་ས་ལས་ལྷག་ཅིག་བྱུང་མ་སོང་། ཁོ་རང་རང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ཞུས་པ་
 རེད། དེ་དང་མཉམ་དུ་ག་རེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད་ཅེ་ན། ཡང་མ་འོངས་པར་ཁོ་ཆབ་སྲིད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བཀའ་ཤག་གིས་ལས་
 བྱེད་དེ་འབྲུག་གི་སྤྱི་ལོ་དེ་གསུངས་སོང་། དེ་ཡོང་ས་ཡོད་པ་མ་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། འདེམས་བསྐྱོད་ལྷན་ཁང་བརྒྱད་ནས་
 འགོ་དགོས་པ་རེད། སྤྱི་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལ་བསྐྱོད་གོས་ན། ཆ་རྒྱུན་ཆར་འདུག་ཆར་མི་འདུག་འདེམས་བསྐྱོད་ལྷན་ཁང་གིས་
 གཞིགས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། མི་དེ་རྒྱལ་པོ་ཅམ་གྱིས་ཆབ་སྲིད་རེད་ཅེ་ན། བཀའ་སྐྱོན་ལངས་མཁན་ཆར་མ་ཁག་པོ་ཞེ་
 འགས་རེད། རྒྱལ་པོ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་ལས་བྱེད་ལ་བསྐྱོས་ཆོག་གི་མ་རེད་པ། རྒྱལ་པོ་ཅམ་ལ་དབྱེ་འབྱེད་བྱས་ཏེ་མ་བྱུང་པ་
 བྱས་ཏེ་བསྐྱོས་འདུག་དང་མི་འདུག་བལྟ་དགོས་པ་རེད་པ། མ་བྱུང་བའི་ཐོག་ནས་བསྐྱོད་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་རེད། འདེམས་བསྐྱོད་ལྷན་
 ཁང་བརྒྱད་ནས་འགོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བར་ཕྱག་ལས་གནང་ནས་བྱུང་འབྲས་སྤྲོད་ཀྱི་མེད་ན། ཁྱེད་རང་གིས་རྒྱལ་པོ་ཅམ་
 ཞིག་བྱུང་འབྲས་མ་སྤྲོད་པ་དང་། འཛོན་ཐང་མེད་པ་ཞིག་བསྐྱོས་འདུག་དེ་འཁྲིག་གི་མི་འདུག་ཅེས་གསུང་དབང་དེ་གྲོས་ཆོགས་
 ར་བར་སྐྱུ་དབང་ཆར་མ་ཡོད་དུས་དེ་གཅོང་མ་ཆགས་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད་མ་གཏོགས། ས་གནས་འགོ་འཛིན་སུ་བསྐྱོས་པ་ཡིན་
 ནའང་བཀའ་ཤག་གིས་སྤྱི་ས་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་དང་དེ་ལ་སོགས་པ་མིང་རེ་རེ་བོས་པ་ཡིན་ན་རེ་རེ་ནས་གསལ་བཤད་རྒྱག་
 རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་འབྲུག་གསུང་ཡོང་དུས་ལས་བྱེད་ལ་དོ་སྣང་སོང་ན་ཡག་པོ་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་ཡང་བཀྱར་འོས་
 གྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་ལས་བྱེད་འོས་འདེམས་ལས་ཁུངས་དང་གྲོས་བསྐུར་གནང་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེས་གསུངས་སོང་།
 གྲོས་བསྐུར་གནང་ཡོད་པ་རེད། ཞུ་རྒྱུ་གཙོ་བོ་གཅིག་འདི་ཡིན། ཆོས་གན་ལོ་གཉིས་དང་བཞི་ཆར་ནས་ས་གནས་འདི་ལ་དཀའ་
 འལ་འཕྲད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་པའི་སྐབས་སུ་འདེམས་བསྐྱོད་ལྷན་ཁང་གིས་ག་རེ་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད་ཅེ་ན། འདེམས་བསྐྱོད་ལྷན་ཁང་
 ལ་བྱེད་རྒྱུ་ཅི་ཡང་མི་འདུག་དེ་ཁྱིམ་ས་འཆར་བརྒྱད་ནས་འབྱུར་བ་བཏང་ནས་ཕེབས་ན་མ་གཏོགས། ང་ཚོར་གང་ཡང་བྱེད་རྒྱུ་
 ཡོད་པ་མ་རེད། ཁྱིམ་ས་འཆར་རྒྱུ་དེ་ད་ལྟོ་ང་ཚོས་ཁུར་ཡོང་རྒྱུ་དེ་རེད། ཁྱིམ་ས་ཁུར་ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་ཁྱིམ་ས་འཆར་ཀྱི་ཡིན་
 ཞེས་འདེམས་བསྐྱོད་ལྷན་ཁང་ལ་ཞུས་མེད་དེ། དཀའ་འལ་ཆར་མ་ལ་ཞུས་ཡོད། ཁོ་རང་ཆོས་མཁྱེན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བཀྱར་འོས་
 གྱི་འཐུས་འགའ་ཤས་ནས་འདི་གསུངས་སོང་། ལས་བྱེད་གྱི་ལ་ཁུབ་པའི་ཁྱིམ་ས་འཆར་ཞིག་ཁུར་ཡོང་བ་ཡིན་ན་རྒྱུ་ལྟོར་
 གནང་གི་ཡིན་གསུངས་སོང་། བཀྱར་འོས་གྱི་འཐུས་ཀྱིས་མ་བཞེད་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་གྱི་ལ་ཁུབ་པའི་ལོ་བརྒྱད་ཅན་ཞིག་ན་
 ཉིན་ཁུར་ཡོང་བ་རེད་པ། མ་གནང་བ་རེད། སྤྱི་ས་མ་གནང་བ་རེད་དེ་རིང་གསུང་མཁན་ཆོས་མ་གནང་བ་རེད། ད་ཡང་གྱི་ལ་
 ཁུབ་པ་ཁུར་ཡོང་རྒྱུ་ཞུས་ཟེད། ཁ་སང་གྱི་ལ་ཁུབ་པ་ཞིག་ཁུར་ཡོང་དུས་ཁུབ་ཆེ་འགས་འདུག་དེ་ག་བ་ལ་གནས་ཀྱི་ཡོད་
 པ་རེད། ག་བར་ས་མཚམས་ཡོད་པ་རེད་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་རེད། ད་ལྟོ་ང་ཚོས་དཀའ་འལ་ང་འགྲུ་སེལ་ཆེད་དུ་
 ཕུལ་ཡོང་དུས། ད་ཡང་གྱི་ལ་ཁུབ་པ་ཞིག་ཕུལ་རྒྱུ་ཞུས་ཞེས་གསུང་ཡོང་གི་འདུག་དེ་བཀའ་ཤག་གིས་ག་རེ་བྱེད་དགོས་

གྱི་ཡོད་མེད་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག སྤྱི་ལ་བྱུང་བ་ཕྱུལ་ཡོད་དུས་ཏུ་ཅང་རྒྱ་ཆེ་བླ་མ་འདུག་གསུང་གི་འདུག དམིགས་ས་ཞིག་ལ་
 ཕྱུལ་ཡོད་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་ཆུང་བླ་མ་འདུག་སྤྱི་ལ་བྱུང་བ་ཞིག་ཕྱུལ་ཡོད་རོགས་ཀྱིས་ཞེས་གསུང་གི་འདུག དེ་ནས་བཀུར་
 འོས་སྤྱི་འཐུས་འགའ་ཤས་ཀྱིས་ལོ་དྲུག་གི་རྗེས་ལ་ག་དེ་བྱེད་ཀྱི་རེད་ཅེས་གསུང་གི་འདུག བཀའ་ཤག་གིས་བསམ་སྒྲོ་མང་པོ་
 བཏང་བ་རེད། ལོ་དྲུག་བཟོ་དགོས་པ་དེ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ག་འབྲེལ་ག་པོ་ཡོད་ནའང་། ས་གནས་གཅིག་ལ་བཞུགས་ཡུན་
 རིང་བླ་མ་ན་སྒྲིན་ཡོད་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས། རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲིན་གཅིག་ལྟག་ཡོད་གི་ཡོད་པ་རེད། དཀའ་ངལ་ཞིག་
 ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་ཡིན་དུས། ལོ་དྲུག་དེ་ཉག་ཉག་རེད་བསམ་པའི་ཐོག་ནས་ན་ཉིན་གྱི་ལོ་བརྒྱད་དེ་མང་བླ་མ་
 འདུག་བསམས་པ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ད་ལྟ་མང་བ་དེ་དྲང་ཟུར་རེད། རུ་དཔོན་དང་མདའ་དཔོན་ཁོ་རང་ཆོ་རེད། དམག་
 ཁང་ནང་ལ་བྱས་རྗེས་ཅན་རེད། རུ་དཔོན་མདའ་དཔོན་ཆོའི་དགྲུང་ལོ་ཡིན་ནའང་། དྲུག་ཅུ་བརྒྱལ་ཆར་བ་རེད། དྲུག་ཅུའི་ཐོག་
 ལ་ལོ་དྲུག་བཞུགས་པ་ཡིན་ན། དྲུག་ཅུ་རེ་ལྟ་རེ་དྲུག་རེ་བདུན་རེ་བརྒྱད་བསྐྱེད་པས་དུས། དགྲུང་ལོའི་ཆད་ཡིན་ནའང་དེ་འབྲེལ་
 འགྲོ། ས་གནས་གཅིག་ལ་ལས་བྱེད་གཅིག་བཞུགས་ཡུན་རིང་བླ་མ་ན་ཡག་པོ་མི་འདུག ཁོ་རང་ཆོ་རྒྱལ་ལ་ཕྱིན་པ་ཡིན་
 ན་སུ་མེད་པས་ཀྱི་རེད་ཅེ་ན། མདའ་དཔོན་རུ་དཔོན་མེད་པས་མཁའ་ཡོད་པ་རེད། གཉིས་ནས་ shadow learning དེ་འབྲེལ་གནང་
 གི་ཡོད་པ་རེད་དམ་གསུངས་སོང་། དེ་འབྲེལ་གནང་གི་ཡོད་ཡོད་པ་རེད། ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལས་ཁྲུངས་རེ་རེར་ལས་བྱུང་ཡོད་
 པ་རེད། ཅིས་པ་ཡོད་རེད། ད་ལྟ་ང་ཆོས་ཉེ་ཆར་སྤྱི་ལས་བྱེད་གསར་བ་བདམས་པ་དང་བརྒྱ་ཆ་བདུན་ཅུ་བརྒྱད་ཅུ་ས་གནས་
 ལ་གཏོང་རྒྱ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ས་གནས་ལ་སྤྱོད་བརྒྱུད་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག མ་འོངས་པར་ས་གནས་
 འགོ་འཛིན་ཆགས་པ་ལ་ས་གནས་ཀྱི་ཅིས་པ། ས་གནས་ཀྱི་ལས་བྱུང་། ལས་བྱུང་དེ་དག་གིས་ shadow learning བྱས་ཉེ་
 འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་བྱས་ཉེ་སྤྱིག་འཇུགས་ཀྱི་སྒྲོམ་གཞི་ཡོད་པ་རེད། ས་གནས་ཀྱི་ལས་བྱེད་བརྒྱ་ཆ་དགྲུ་བཅུ་གོ་
 བྲངས་སྤྱི་ལ་ལས་བྱེད་རང་རེད། བརྒྱ་ཆ་བཅུ་ཆོད་གན་བསྐྱོ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། རང་བཞིན་གྱིས་དཀའ་ངལ་འབྲས་ཀྱི་
 ཡོད་དུས་བསྐྱོས་པ་རེད་མ་གཏོགས། དཀའ་ངལ་དེ་འབྲེལ་འབྲས་ཀྱི་མེད་ན་ང་ཆོ་བཀའ་ཤག་ནས་དང་དུ་སྒྲངས་ནས་སོ་སོ་དགའ་
 མིན་དགའ་ཐོག་བསྐྱོ་དགོས་དོན་སྤྱི་ཅམ་ཡང་མེད། དེ་འབྲེལ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་གསུང་རོགས་གནང་། དོ་བདག་དེས་འཛོན་གྱི་མི་
 འདུག་ན། དེ་ང་ཆོས་ལམ་སངས་ལུང་ཆོག་གི་རེད། ཡིན་ནའང་ངོ་ཤེས་པ་ཅམ་གྱིས་ཆབ་སྤྱིད་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། གང་
 ཟག་དེར་ཆ་རྒྱུན་ཆར་འདུག་གམ། འཛོན་གྱི་འདུག་གམ་མི་འདུག དེ་ཆོར་གཟིགས་དགོས་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱ་
 ཡིན། དངས་གཙོ་པོ་ཞུ་རྒྱ་དེ། ཆོད་གན་ཞེས་པ་དེ་ང་ཆོར་དགོས་ངེས་ཅན་རེད་འདུག ད་རེས་འདེམས་བསྐྱོ་ལྟན་ཁང་དང་
 མཉམ་དུ་ཆོད་གན་དང་འབྲེལ་བའི་དཀའ་ངལ་རིམ་བཤམ་པ་དང་། འདེམས་བསྐྱོ་ལྟན་ཁང་ལ་དམིགས་བསལ་བྱེད་རྒྱ་མེད་པ་
 དང་། འབྲེལ་བཤམ་ཉོག་ཅམ་ཡང་རྒྱ་ག་རྒྱ་མི་འདུག་གམ་ཞུས་དུས། ཅུང་ཅམ་ཡང་ཞུ་རྒྱ་མི་འདུག དེ་ཁྱིམ་ས་འཆར་རང་གི་
 སྒྲངས་འཇུར་བ་བཏང་ན་མ་གཏོགས་མི་འདུག་ཅེས་ཆུར་བཀའ་མེད་པས་པ་རེད། ཁྱིམ་ས་འཆར་ཁྲུང་ཡོད་པའི་འགན་དེ་ང་ཆོར་
 ཡོད་པ་རེད། བཀའ་ཤག་གིས་ཁྱིམ་ས་འཆར་ཁྲུང་ཡོད་པ་དེ་འདེམས་བསྐྱོ་ལྟན་ཁང་དང་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁྲུངས་མཉམ་དུ་བཀའ་
 བསྐུར་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཞེ་ན། དེ་བཀའ་བསྐུར་གནང་དགོས་པ་ཡོད་མ་རེད། དེ་ང་ཆོར་འགན་དབང་ཡོད་སྐབས་
 འགན་ཁྲུང་ནས་བསྐྱམས་མེད་པས་པ་ཞིག་ཡིན། ད་རེས་སྤྱི་ལ་བྱུང་བ་ཞིག་ཁྲུང་ཡོད་རོགས་ཀྱིས་གསུང་གི་འདུག མ་འོངས་པར་

སྤྱི་ལ་བྱུང་བ་ཁྱུང་དགོས་ཆགས་པ་ཡིན་ན་དགོངས་པ་བཞེས་རོགས་གནང་། སྤྱི་ལ་བྱུང་བ་ཁྱུང་ཡོང་དུས་རྒྱ་ཆེ་བླ་མ་འདུག་
 རྒྱུང་བ་ཁྱུང་ན་རྒྱ་ཆུང་བླ་མ་འདུག་ཅེས་ང་ཚོས་སྒྲོར་བ་རང་བསྐྱོན་ནས་བསྐྱད་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོའི་དཀའ་ངལ་དེ་སེལ་ཐུབ་ཀྱི་
 ཡོད་པ་མ་རེད། དཀའ་ངལ་དེ་ཉ་ཅང་ནས་ཆེན་པོ་དེ་འདྲ་མ་རེད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གསལ་
 བཤད་རང་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་ཨརྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཐུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

ཅ་བའི་བཟོ་སྐྱེད་ཐེན་པ་དང་། བཀའ་ཤག་གི་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་ལ་གཙོ་སྤྱི་མཁའ་གནང་མཁན་གྱི་བཀའ་སློན་རེད།
 གསལ་བཤད་དཔྱིས་ཕྱིན་པ་གནང་ཐེན་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་འདྲིར་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས་སྤྱི་ལ་བྱུང་བའི་བཟོ་
 བཅོས་གྲོས་ཚོད་བསྐྱམས་རོགས་གནང་ཞེས་གསུངས་པ་རེད། དེ་ལ་བཀའ་ཤག་གིས་སྤྱི་ལ་བསྐྱམས་པ་ཡིན། དམིགས་ས་
 གཅིག་ལ་དམིགས་ནས་བསྐྱམས་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་རེད། ཡིན་ནའང་འབྲེལ་ཡོད་ཁྱིམ་འཆར་བསྐྱམས་ཡོང་མཁན་སྤྱི་
 འཐུས་ནས་འཛིན་སྐྱོང་གིས་བསྐྱམས་ན་དགོངས་འཆར་མེད། སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་བསྐྱམས་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན་
 དུས། ད་ལྟ་སྤྱི་ལ་བྱུང་བའི་བཟོ་བཅོས་ཚོས་འཆར་དགོས་པ་གཟིགས་ཀྱི་ཡོད་ན། འདི་གཏན་ལ་མ་ཐབ་པའི་སྤྱི་ལ་བཟོ་
 བཅོས་གྲོས་འཆར་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་བསྐྱམས་ཀྱི་ཡོད་ན་ནི་དུས་ཚོད་འབྲེལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་ལ་བྱུང་བའི་
 གྲོས་འཆར་བསྐྱམས་པའི་གོ་སྐབས་སྤྱད་དགོས་པ་དེ་འགན་ཆགས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོས་དེ་ཐེབས་པར་དགོངས་
 བཞེས་འབྲེལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་ལ་བྱུང་བའི་བཟོ་བཅོས་གྲོས་འཆར་བསྐྱམས་རྒྱུ་དེ་དགོངས་བཞེས་གནང་གི་ཡོད་པ་
 ཡིན་ན། ཐུག་ཚོད་གསུམ་པ་བར་དུ་གོ་སྐབས་འབྲེལ་རྒྱ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སློན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས།

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

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་དང་པོ་བཟོ་བཅོས་གྲོས་འཆར་དགོས་པ་རེད་གསུང་མཁན་སྤྱི་འཐུས་གཉིས་བྱང་བ་རེད། དེ་
 གཉིས་ལ་ཡོད་མེད་བཀའ་འདྲི་ཞུས་ཏེ་ཡོད་གསུངས་ན། རྒྱ་ཆེད་གསུམ་པ་བར་དུ་བཞག་མེད་ན་མར་སོང་ན་འགྲིག་གི་མ་རེད་
 དམ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་ཨརྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཐུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

དེ་ག་རང་ལ་བར་སྤྲིག་གི་ཡོད་པ་ཡོད་ཅང་། དགོས་ཀྱི་རེད་གསུང་མཁན་གཉིས་ལ་གོ་སྐབས་འབྲེལ་གྱི་ཡོད། དེའི་ཆ་ཤས་
 བཞེས་ཀྱི་མིན་གསུང་གི་ཡོད་ན་ཐད་ཀར་མར་ཐེབས་རྒྱ་རེད། སྤྱི་འཐུས་ཆེ་བ་ཐུན་སྤྱི་ལ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཁྲི་བ་ཕུན་སྦྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ལས་རིམ་གང་ལ་གང་འཆམ་ཞིག་མར་མཇུག་སྤྱི་ཚང་སོང་། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། བཅོ་བཙུགས་གོས་འཆར་དེ་སྤྱི་ལ་ཁྲབ་པ་ཞིག་འཁུར་རྒྱུ་ལྟར་དུས་ཚོད་ཅིག་མི་འདུག ལས་རིམ་མང་པོ་ཡང་ལྷག་འདུག ཉེ་བ་སྤྱི་ལ་ཁྲབ་པ་ཞིག་འཁུར་རྒྱུ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞུས་ན། སློན་མ་ང་སྤྱི་ལ་ཁྲབ་པ་ལ་དགག་པ་བྱེད་མཁན་མིན་དུ། དེ་གསལ་པོ་ཞུས་ན་མ་གཏོགས། དབྱུག་པ་ལེབ་བརྟུང་གིས་ང་ཡང་དེ་འདྲ་ཡིན་པ་ལྟ་བུར་བྱས་ན་ཉག་ཉག་བསྐྱད་མ་སོང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་ཨརྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

སྤྱི་ལ་ཁྲབ་པ་པལ་ཆེར་བསྐྱམས་རྒྱུ་ལྟར་དགོངས་པ་མེད་པ་ཡིན་དུས། ད་ལྟ་ང་ཚོ་ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐྱོད་ལྟར་ཁང་གི་སྤྱིག་གཞི་བསྐྱར་བཙུགས་ཚོགས་བཞེད་དོན་ཚན་བདུན་པའི་ནང་གསལ་སྤྱི་ལ་ཡང་དངོས་ཡོད་སྤྱི་ཚང་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱ་མཚན་ཐོབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་དུས། དང་པོ་དགག་བྱ་གནང་མཁན་ཚོས་ཕྱག་རྒྱུངས་རོགས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དང་པོ་དགག་བྱ་གནང་མཁན་ཚོས་ཕྱག་རྒྱུངས་རོགས་གནང་། རྒྱ་མཚན་གནང་མཁན་ཚོས་ཕྱག་རྒྱུངས་རོགས་གནང་། ལས་རིམ་རྣམས་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སློན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས།

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

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བློ་མཁས་འཆར་གཏན་འབེབས་བྱེད་དུས། དགག་བྱ་སློན་མཁན་ཡོད་མེད་གཟིགས་རྒྱུ་རེད། ཡོད་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་དགག་བྱ་སློན་མཁན་གྱིས་ཕྱག་རྒྱུངས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་ད་ལྟ་གོས་ཚོགས་ར་བ་འདི་ནང་ལ་གོས་ཚོགས་འཐུས་མི་ག་ཚོ་དེ་ཅིག་ཡོད་པ་དང་། རྒྱ་མཚན་བྱེད་པ་ལ་འོ་ཡོད་སྤྱི་ཚང་གཉིས་ཚང་དགོས་ཀྱི་འདུག ཁངས་ཀ་དེ་དང་པོ་ཡོད་ན་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་ཨརྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

ཅ་བའི་ད་ལྟ་འདི་ནང་ལ་དགོངས་ཞུས་ཡིན་པ་གཉིས་མ་གཏོགས། ཆང་མ་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་འདིར་དངོས་ཡོད་སྤྱི་འཐུས་བཞི་བཅུ་ཐམས་པ་ཡོད་པ་རེད། བཞི་བཅུ་ཐམས་པ་ཡོད་དུས། དངོས་ཡོད་སྤྱི་ཚང་གཉིས་ལ་ཉི་ཤུ་ཅ་བཅུ་ལོན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། དགག་བྱ་སློན་མཁན་གྱིས་ཕྱག་བརྒྱུངས་ཐོབ་པ་རེད། དགག་བྱ་སློན་མཁན་བདུན་བྱུང་པ་རེད། ད་རྒྱ་མཚན་ཞུ་མཁན་ཚོས་ཕྱག་རྒྱུངས་རོགས་གནང་། རྒྱ་མཚན་གནང་མཁན་ཉི་ཤུ་ཅ་བཅུ་གཉིས་མ་གཏོགས་མེད་སྟབས། བསྐྱར་བཙུགས་ཚོགས་བཞེད་གསར་པ་དེ་མར་བྱུག་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་ཨུཊ་ཡི་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་མཆོག་ནས།

ལས་རིམ་དང་པོའི་ཁ་བ། བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་གི་ལས་ཤུགས་དང་། བཟུངས་ཤུགས་བཞོ་བཟུངས་ཀྱི་སྤྱི་གཙུག་གི་བསྐྱར་བཅོས་
ཁྲིམས་འཆར། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༡༩ ལ་གཟིགས་རོགས་གནང་། བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་གི་ལས་ཤུགས་དང་། བཟུངས་ཤུགས་བཞོ་
བཟུངས་ཀྱི་སྤྱི་གཙུག་གི། བསྐྱར་བཅོས་ཚོགས་བཞི་དོན་ཚན་བཅུ་གཉིས་པ་ནང་གསེས་ ༣ པ། དང་པོ་ཀ་པ་དེའི་སྐར་ལ་ཐེབས་
རྒྱ་ཡིན། ཅ་བའི་སྤྱི་རྒྱལ་དུ་གཞིས་སྤོས་ཐོན་པའི་བཟུངས་ཡོལ་བ་ཕུད་ཅེས་འདི་བསྐྱར་བཅོས་བསྐྱམས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་
དུས་དང་པོའི་སྐར་ལ་ཆ་ཤིས་ལེན་མཁན་ཡོད་ན། ཕྱག་བརྒྱུངས་ནས་བཞུགས་རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་གསུམ་རྩ་ཚུལ་ཁྲིམས་
ལགས།

སྤྱི་འཐུས་གསུམ་རྩ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ གཞུང་འབྲེལ་སྤྱི་གཙུག་གི་བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༡༩ པ་དེའི་སྐོར་དམིགས་
བསལ་མང་པོ་ཞུ་རྒྱུ་མེད། ཡིན་ནའང་བསམ་འཆར་དེ་ཚོ་ལས་རིམ་ལྷན་གཞག་རྩལ་འབྲེལ་བོ་བཏོན་ནས་ཞུ་མཁན་ཞིག་གི་
དུས་ཡིན་ནའང་མིན། དེ་འབྲེལ་དུས་ང་ཚོས་ཁྲིམས་དང་སྤྱི་གཙུག་གི་གཏན་འབེབས་ཐེངས་དུས། ཁོ་རང་ལ་འགོ་སྐྱོངས་ཤིག་ཡོད་
པ་རེད། དེ་ཚོའི་ལྷན་གཞག་གི་ཐོག་ནས་སྤྱི་འཐུས་ཁྲན་པ་དེ་འབྲེལ་ཤིས་ཀྱིས་ད་ལྟའི་སྤྱི་གཙུག་གི་དེ་ཚོ་གཞུང་ཞབས་འདེམས་
བསྐོས་ལྷན་ཁང་ལ་སྐད་ཆ་བྲིས་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཞེས་མང་པོ་ཞིག་བྲིས་སོང་། དེ་ཅུང་ཅམ་ཡ་མཚན་འབྲེལ་བོ་ཞིག་བྱུང་། རྒྱ་མཚན་
གང་ཡིན་ཞེ་ན། མང་གཙོའི་ཀ་བ་གསུམ་ཀྱིས་བཞི་དུ་ཉམས་སྐྱོངས་འཛིན་གྱི་འགོ་སྐྱོངས་ཤིག་ཡོད་པ་རེད། ཁྲིམས་སྤྱི་གཙུག་གི་
གཏན་འབེབས་གནང་བའི་སྐབས་ལ་ཁྲིམས་འཆར་འཐུར་རྒྱུའི་དབང་ཆ་ཡོད་མཁན་གྱི་སྡེ་ཚན། དེ་འབྲེལ་ཁྱུང་བའི་པོ་ཁ་ཤིས་
ཤིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་གཏན་འབེབས་བྱེད་པའི་སྐབས་ལ་ཡང་བྱེད་མཁན་གྱི་ར་བ་དེ་ལ་དབང་ཆ་དུ་ཅིག་ཡོད་པ་རེད། གཏན་
འབེབས་བྱས་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་ལག་བསྐྱར་བྱེད་སྐབས་དེ་ག་རེ་བྱེད་དགོས་མིན་དེ་འབྲེལ་ཡོད་སོ་སོར་འགན་དབང་ཡོད་པ་
རེད་མ་གཏོགས། ཁྲིམས་སྤྱི་གཙུག་གི་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་པའི་སྐབས་ལ་སྤྱི་གཙུག་ལ་སྐད་ཆ་འཛིན་དགོས་པའི་གནད་འགག་ཡོད་པ་
མ་རེད། དེ་འབྲེལ་བསམ་ཚུལ་གྱི་རིགས་དེར་དམིགས་བསལ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་ཞུ་བ་ཀྱི་མི་འདུག དེ་འབྲེལ་དུས། བཞི་དུ་
ཉམས་སྐྱོངས་འཛིན་གྱི་འགན་དབང་གི་ས་མཚམས་ཤིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ངས་པར་དུ་ལྷན་གཞག་དེ་ང་ཚོའི་སེམས་སུ་ངས་
དགོས་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག མ་གཏོགས་ང་ཚོས་གཏན་འབེབས་བྱེད་པའི་སྐབས་ལ་ཡང་བསམ་སློབ་གཞན་པ་ཞིག་དང་། སྡེ་
ཚན་གཞན་པ་ཞིག་འབྲེལ་ཡོད་གཞན་པ་ཞིག་མང་པོ་ཞིག་བྱས་བསྐྱད་པ་ཡིན་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་ཡོད་པ་རེད། དེ་དགོས་གལ་
ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། གོས་ཚོགས་ར་བ་འདི་ལ་དབང་ཆ་ཆང་མ་ཡོད་པ་རེད། འདོད་པ་མེད་ནས་རྒྱལ་སྤྱོད་མ་བྱས་པ་ན་མ་
བྱས་པ་རང་རེད། འདིའི་འབྲེལ་རིགས་དེ་མ་འོངས་པར་གོས་ཚོགས་ནང་ལ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན་གོས་ཚོགས་ཀྱི་གཟི་བཞིན་དེ་
ག་རེ་འབྲེལ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ན་བསམ་པའི་ཐེ་ཚོམས་སྡེ་བཞིན་འདུག དེ་རིང་ངས་ཆ་ཤིས་ལེན་རྒྱ་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན། དེ་ནས་
འདི་བཟོ་དགོས་པའི་རྒྱལ་སྤྱོད་སྤྱི་ལ་དམིགས་ཡོད་མེད། དགག་པ་རྒྱག་མཁན་བྱུང་ན་དེ་ཚོས་སྤྱི་ལ་དམིགས་ཡོད་མེད་ཐེ་

ཆོས་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་ཆོའི་སྐོར་ནས་དམིགས་བསལ་ཞུ་འདོད་མི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། མཐའ་མ་ཞུ་རྒྱུ་
ལ། དེའི་བསྐྱར་བཅོས་ཁྱིམ་མཆར་ཡིག་ཨང་ ༡༩ བར་རྒྱ་བསྐྱར་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཆོག་གཙོ་ཨུཊ་ཡེ་ཤེས་སྤྱོད་ཆོག་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་ཆེན་པོ་སྤྱོད་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཆེན་པོ་སྤྱོད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཙོ་མཆོག་ འདི་ལ་ཆོག་གཉིས་ཙམ་མ་གཏོགས་རིང་པོ་ཞུ་རྒྱུ་མིན། འདིའི་སྐར་ལ་ཞུ་འདོད་ཅིག་ག་རེ་བྱུང་
སོང་ཞུས་ན། ཁྱོས་ཆོག་གཙོ་ར་བ་ལ་གཟི་བརྗེད་ཡོད་མེད་ཀྱི་བཀའ་མོལ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་དུས། ཁྱོས་ཆོག་གཙོ་ར་བ་འདི་ལ་
གཟི་བརྗེད་ཡོད་པ་མ་རེད་བསམ་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བྱུང་རིམ་ལ་བལྟས་ཏེ། ད་ལྟའི་ཁྱོས་འཆར་འདི་ལ་ངོ་གདོང་ལ་ཁ་
ཐུག་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ཁྱིམ་དང་སྤྱིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་གནང་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་སོ་དང་གནད་འགག་ཆེན་སོ་ཞིག་ལ་ངོས་
འཛིན་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ཡིན་ནའང་འདི་ཕྱག་བསྐྱར་གནང་སྐད་སྐོར་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་པ་ཡིན་ན། སྤྱོད་མ་སྤུལ་ཆར་བ་དེ་ལ་
འབྲལ་གྱི་མིན་གསུངས་པ་དེ་འོས་བབས་ཡོད་པ་མ་རེད། མ་འོངས་པར་ལྷན་རྒྱས་ཆོས་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་འདི་ནས་བཟུང་
འབྲལ་གྱི་མིན་གསུངས་པ་ཡིན་ན་ཏག་ཏག་ཅིག་འདུག་གི་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོག་གཙོ་ཨུཊ་ཡེ་ཤེས་སྤྱོད་ཆོག་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་བསྐྱེད་འབྱུང་གནས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་བསྐྱེད་འབྱུང་གནས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཙོ་མཆོག་ ཁ་སང་ཁྱིམ་མཆར་དེ་བསྐྱེད་པའི་སྐྱབས་སུ་ཚུད་པ་ལ་དགག་བྱ་བྱས་མེད། བཀའ་འཛི་
ཞིག་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་དུས་ངས་བཀའ་འཛི་ག་རེ་ཞུས་ཞེ་ན། དེའི་སྤྱོད་ལ་སྤྱི་རྒྱལ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་མ་རེད། བཞེས་ཁང་དང་
འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སྐབས་སྤྱོད་མ་ཞིག་ལ་བསྐྱར་བཅོས་ཞིག་བྱས་པ་རེད། བསྐྱར་བཅོས་སྤྱོད་པའི་རྗེས་ལ་འབྲེལ་ཡོད་དེ་
ཆོས་སྤྱི་རྗེས་སྤྱོད་ཞུ་བརྒྱབ་ནས་བསྐྱར་བཅོས་ཟེན་པ་དེ་ཡང་བསྐྱར་འབྱུང་བ་ཞིག་གཏོང་དགོས་ཆགས་པ་རེད། ད་ལྟ་འདི་སྤྱི་
རྒྱལ་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་ཚུལ་རེད། དེ་ཡིན་དུས། འབྲེལ་ཡོད་དེ་དག་ལ་དགོངས་སྐོར་གནང་རྒྱུ་བྱུང་སོང་ངས་ཞེས་བཀའ་
འཛི་ཞུས་པ་རེད། དེ་བྱུང་ཡོད་པ་མ་རེད། ཁོང་ཆོ་མི་ཆེ་གཅིག་ལ་གཞུང་ལ་ཞབས་ཞུ་ཞུས་ནས་བཞེས་ཡོལ་ཐེབས་ཡོད་དུས་
ཐོབ་ཐང་ཞིག་ཡིན་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཐོབ་ཐང་དེ་གནང་དགོས་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ཁོ་རང་ཆོས་བཞེས་ཀྱི་མིན་གསུངས་པ་
ཡིན་ན་གནས་ཚུལ་ཐ་དད་རེད། ཁོ་རང་ཆོས་བཞེས་ཀྱི་མིན་གསུང་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། བརྒྱད་ལམ་གཞན་པ་
ཞིག་བརྒྱད་ནས་ང་ལ་ལན་འབྱོར་གྱི་འདུག དེའི་ཁྱིམ་མཆར་དེ་ལ་དགག་པ་བྱེད་འོགས་བྱོས། དེ་རང་ཆོས་མི་ཆེ་གཅིག་ལ་

དཀའ་ལས་བརྒྱུ་བ་བཞག་པ་ཡིན། ཁྱིམ་སྤྱི་ཐོག་ནས་ཀྱང་འགྲིག་གི་མི་འདུག དཔེར་ན་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྱིམ་སྤྱི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། རྒྱ་གར་གྱི་ཁྱིམ་སྤྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ནའང་། ལས་བྱེད་བཟེས་ཡོལ་ཞིག་གིས་ pension སྤྲད་དགོས་ཀྱི་རེད་མ་གཏོགས། Pension དེ་མེད་པར་བཟོས་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེའི་ཆེད་དུ་གཞུང་ཆབ་སོ་སོས་ཡན་ལག་གི་ལས་ཁུངས་དེ་འདྲ་ཡང་བཙུག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས། ཁྱིམ་སྤྱི་སྤྲད་ནས་འགྲིག་གི་མི་འདུག་ལ། ལས་བྱེད་དོ་བདག་སོ་སོས་མི་ཆེ་གཅིག་ལ་དཀའ་ལས་བརྒྱུ་བ་བཞག་པ་དེ་ལ་བྱེད་རང་གིས་དཀའ་ལས་བརྒྱུ་བ་དེ་སྤྲུག་གྱོང་གྱོས་ཞེས་བཞག་པ་ཡིན་ན་ཉག་ཉག་ཅིག་བསྐྱད་མི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། ད་ལྟའི་ཁྱིམ་སྤྱི་འཆར་དེ་ལ་དགག་བྱ་ཞུ་རྒྱ་རྒྱ་ཡིན།

ཆོག་གཙོ་ཨ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་སྤྱོད་ཆོག་སྤྱོད་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྤྱོད་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས།

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

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཙོ་མཆོག་ འདིའི་ཁྱིམ་སྤྱི་གནད་དོན་ལ་སྤྱིར་བཏང་སྤྱོད་མ་ང་ཆོ་སྤྱོད་ཅིས་ཆོད་དཔག་ཆོག་སྤྱོད་རེད། མང་ཆོག་སྤྱོད་ཅིས་ཁྱའི་ཆོག་སྤྱོད་རེད། གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་ཐབས་ལམ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ངེ་བ་ངེས་པ་ཡིན། དེ་རིང་གནད་དོན་འདི་འདྲ་ཞིག་སྤྱོད་པས་ཡོང་དུས། ཡག་པོ་ཞིག་བྱུང་འདུག་བསམ་བསམ་ཞིག་ཆོར་སོང་། དེ་ཡིན་དུས། ད་ལྟ་དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཙོ་མཆོག་གིས་ཀ་པ་དེ་ཡིན་གསུངས་པ་རེད། གསུང་མཁའ་ནམ་པ་ཆོས་ཀ་པ་དང་ཁ་པ་གཉིས་ཆ་མཉམ་དུ་མ་བསྐྱེས་ན་ཡོང་ཐབས་མེད་པ་རེད་འདུག གཅིག་བཏང་གཅིག་མ་བཏང་ན་ར་མགོ་ལྷག་སྤྱིར་ཐེར་བ་དེ་རེད་འདུག འོག་དེ་བཏང་ཐོག་དེ་མ་བཏང་ན་ལྷག་མགོ་ར་སྤྱིར་ཆགས་རྒྱུའི་ཉེན་ཁ་འདུག དེ་ཡིན་དུས་མཉམ་དུ་བཞེས་དགོས་པའི་གནད་དོན་ཞིག་ཆགས་འདུག དེ་ནས་ངས་ཨིན་སྤྱོད་མི་ཤེས། ད་ལྟ་འདིར་ Pension ཟེར་གྱི་འདུག དེ་བཟེས་ཐོག་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་གྱི་གནད་དོན་སྤྱོད་ཡིན་ན། ངས་ནི་དེའི་སྤྱོད་བཀག་ཡོད་པ་ཞིག་མཐོང་གི་མི་འདུག ད་ལྟ་བལྟས་པ་ཡིན་ན། བོང་དུ་ཐེབས་ཐེན་པ་དེ་ཆོར་དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཙོ་མཆོག་ཞུ་རུང་གི་མ་རེད། སྤྱི་ཆེ་ལ་ཆད་འཛིན་དེ་འདྲ་གང་ཡང་བྱེད་ཀྱི་མེད། ཡིན་ནའང་ཁོང་ནམ་པ་གཞོན་ཅིག་བར་དུ་བཞུགས་ཀྱི་རེད། དེའི་བར་དུ་ཁང་དོད་ཆེ་བ་རེ་རེར་གཞོན་ཅིག་ཐོབ་ཀྱི་རེད། ཁ་སང་སྤྱོད་མ་སྤྱིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་བྱས་པ་དེའི་ནང་ལ་ ༡༩༩༥༠༠༠ བར་དུ་ཡོད་པ་རེད། ཉིན་སྟོར་ ༡༩༩༥༠༠༠ དེ་སྤྱི་མ་ཐག་པ་ཅིག་ཡིན་ན། མི་དེར་ཉིན་སྟོར་ ༡༩༩༥༠༠༠ ཆ་ཆང་རག་གི་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་གི་རྒྱལ་ལ་ཐེབས་ནས་ལོ་བཞི་ལྷུ་ཞིག་ལས་མ་བཞུགས་པ་ཡིན་ནའང་། ཁོང་གི་ཁང་དོད་དེ་ ༡༩༩༥༠༠༠ ཆགས་ཀྱི་མི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ངས་མཐོང་སྤངས་ལ་ད་ལྟ་གཞུང་གི་དཔལ་དེ་མང་དུ་བྱིན་ཡོད་པ་ལས་ཉུང་དུ་བྱིན་པ་ཞིག་མཐོང་མ་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་གང་མཐོང་བ་དེ་ཞུ་བཞིན་ཡོད། མ་འོངས་པར་གནད་དོན་འདིའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ལོགས་ཀྱི་དེ་ཆོར་སྤྱགས་ལ་དགག་གི་ཡོད་རྒྱུ་རེད་མ་གཏོགས། སོང་ཆར་བ་དེ་ལ་ངས་མཐོང་སྤངས་ལ་མང་དུ་བྱིན་པ་འདྲ་པོ་མཐོང་ཡོང་འདུག དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་གཞོན་དགག་པ་བརྒྱུ་བ་ན། གཞུང་གི་དཔལ་མང་དུ་འབྱོར་བཞིན་

འདུག་ཅེས་དགག་བ་རྒྱག་དགོས་པ་ལས། བར་སྤྱོད་ཀྱི་ལ་ཁྱད་ལྡན་གྱི་འདུག་ཅེས་དགག་བ་རྒྱག་དགོས་པ་འདྲ་བོ་ཞིག་
མཐོང་མ་སོང་། མཐོང་སྣང་རེད། མཐོང་སྣང་དེ་ཁ་གསལ་པོ་བྱས་ཏེ་ཁྱེ་བཞིན་ཡོད་ཅེས་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན།

ཆོག་གས་གཙོ་ཨུཊ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཆོག་གས་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྱོད་བཀའ་ལློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྱོད་བཀའ་ལློན་འཁོར་ལྗང་བསོད་ནམས་སྟོབས་རྒྱལ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ ཅུ་བའི་ཁྲིམས་འཆར་འདི་འགོ་བ་ལ་རེ་བ་ཆེན་པོ་བརྒྱབ་པ་རེད། དེ་ཁྱེ་དགོས་པའི་གནད་དོན་
གཙོ་བོ་དེ་བོད་གཞུང་གི་བར་མཛོད་ལ་ང་ཆོས་བསམ་སྒྲོལ་བཏང་ནས་འཆར་གཞི་ཕྱལ་བའི་སྐད་ཆ་ཡིན་པ་རེད། དེ་ཕྱི་ཁྲིམས་
འཆར་དེ་གཏན་འབེབས་གནང་བའི་སྐད་ཆ་ཁ་སང་གོང་དུ་ཁྱེ་རྒྱ་བྱུང་། ཕྱི་རྒྱལ་ལ་ཕེབས་རྒྱུའི་གནས་བབ་ཆགས་ཀྱི་རེད་དམ་
མ་རེད། དམིགས་བསམ་པ་དེ་ཆོའི་སྐད་ཆ་དགོངས་པ་བཞེས་ཡོད་བཟོ་མི་འདུག་ སྐབས་དེ་དུས་དགོངས་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་བཞེས་
ཡོད་ན། ད་ལྟའི་གནད་དོན་དེ་ལྷག་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། ད་ལྟ་པར་ཕེབས། དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ནས། དཔལ་ལྷན་ནང་
སྤྱོད་བཀའ་ལློན་མཆོག་ འགྲེལ་བཤད་བསྟོན་རྒྱ་ཡོད་ན་ཁྲིམས་འཆར་ཕྱ་མཐུད་ནས་ཕེབས་རྒྱུ་ཡིན་དུས། མར་བཞུགས་གནང་
རོགས་གནང་།

ཆོག་གས་གཙོ་ཨུཊ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་ཆོག་གས་མཆོག་ནས།

བྱུག་ཆོད་ ༡༡༥ བར་དུ་གྲུང་ཆོག་གས་བར་གསེང་ཡིན།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༧ ཉིན་གྱི་ཕུན་གསུམ་པ།

ཆོག་གས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

ལས་རིམ་ཕྱ་མཐུད་རྒྱ་ཡིན། ད་ལྟ་ལས་རིམ་འགོ་བཞེན་པ་དེ་ཁྲིམས་བཟོའི་ལས་དོན་ཁག་གི་བཟོ་བ་གཉིས་པའི་ཐོག་ལ་
ཕེབས་བསྐྱད་ཡོད། དེ་རིང་གི་ཁྲིམས་བཟོའི་ལས་དོན་དེ་ལས་རིམ་དང་པོའི་ནང་གསལ་ཁ་བཤ། བོད་མིའི་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ལས་
འགན་དང་བཞེས་འགན་བཞོ་འགྲེལ་གྱི་སྤྱི་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༢༤ པའི་ཐོག་ལ་ཕེབས་བསྐྱད་ཡོད།
དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྱོད་བཀའ་ལློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ནང་སྤྱོད་བཀའ་ལློན་འཁོར་ལྗང་བསོད་ནམས་སྟོབས་རྒྱལ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ འགྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་ཀྱི་སྟོན་ཁང་དང་འགྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་སྟེ་ཆོན་ཁ་པའི་ནང་གསལ། ཕྱི་རྒྱལ་
ཡུལ་གྲུང་གཞིས་སྟོན་ཐེན་པའི་བཞེས་ཡོལ་བ་གང་ཞིག་ཁང་དོད་ཕྱ་མཐུད་ཁྱེ་བཞིན་པ་རྣམས་ལ་ཡུལ་དུས་གནས་བབ་དང་།
ཁྲིམས་དོན་གང་ཅིའི་ཆ་ནས་བཞེས་འགན་གོ་སྤྱི་གཞི་ཁྱེ་ཐབས་མེད་པར་བཞེན་ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྲུང་གཞིས་སྟོན་བྱ་གཏན་

འཁེལ་བ་དང་འཁེལ་ལ་ཉེ་བ་རྣམས་ལ་བགྲུ་ཡོལ་ཐོན་ཉིན་ནས་སྤྲིག་གསལ་བགྲུ་ཤག་གི་ཁྱེད་ཐོག་ཐང་གི་སྒོར་ལ་
གསལ་བཤད་ཏོག་ཙམ་ཞིག་ཁྱེད་ན་བསམས་སོང་། ད་ལྟ་བོར་དུ་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་འདི་ནི་བགྲུ་ཐོགས་ཀྱི་
ཐོག་ལ་ཡིན་དུས་བགྲུ་ཐོགས་ནི་ལས་བྱེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཞིག་ཡིན་པས་དེའི་ཐོག་ལ་དོ་སྤོག་བཏང་ན་འགྲིག་གི་མ་རེད་ཅེས་
བཀའ་གནང་སོང་། ཅུ་བའི་བགྲུ་ཐོགས་དང་བགྲུ་ཁང་གི་དོན་ཅེས་རིགས་གཉིས་ཡོད་རེད། Pension ཟེར་བ་དེ་བགྲུ་
ཐོགས་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་རེད། བགྲུ་ཐོགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ད་ལྟ་འགྱུར་བ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད་དམ་ཞེ་ན་དེའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་འགྱུར་
བ་གང་ཡང་གཏོང་གི་ཡོད་མ་རེད། ད་བགྲུ་ཐོགས་དེ་བགྲུ་ཁང་གི་དོན་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་མ་རེད་དམ་ཞེ་ན་དེ་འབྲེལ་
བ་རང་བཞིན་གྱིས་ཆགས་ཀྱི་རེད། བགྲུ་ཁང་གི་དོན་དེ་བགྲུ་ཐོགས་ལ་ཅིས་བསྒོར་ནས་གནང་དགོས་སྤྱི་གནས་བབ་
ཅིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དུས། འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་རེད། ད་ལྟ་ང་ཚོས་སྐབས་སུ་བབ་པའི་ཁྲིམས་འཆར་ཁུང་ཡོང་བ་འདིའི་ནང་ལ་
ཕྱི་རྒྱལ་ལ་བཞུགས་མཁན་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་ཅིག་དེའི་ཐོག་ལ་ཁང་དོན་དེ་ད་ལྟའི་བར་དུ་སུ་མ་སྤྱད་ནས་གནང་བསྐྱད་བ་ཡིན་ན་དེ་
ཁྲིམས་དང་སྤྲིག་གཞི་གང་གི་ཆ་ནས་ཀྱང་ཉག་ཉག་གནས་ཀྱི་མི་འདུག ག་རེ་བྱས་ནས་གནས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད་ཅེས་ན་བཞུགས་
ས་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་བཞུགས། ཁང་པའི་དོན་འདི་ནས་ཁྱེད་རྒྱ་དེ་ཉག་ཉག་ཅིག་གནས་ཀྱི་མི་འདུག

དོན་ཆོན་གཉིས་པ་དེ། དེ་སྔ་བགྲུ་ཐོལ་ཐེབས་ནས་ལོ་བཅུ་གངས་ཕྱིན་ཆར་བའི་བགྲུ་ཐོལ་བ་གང་ཞིག་ལོ་བཅུའི་
ཁང་དོན་ཁྱེད་ཆར་བའི་མི་གཅིག་གིས་ད་ལྟ་བགྲུ་ཁང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ཁྱེད་པ་ཡིན་ན་ཁྲིམས་སྤྲིག་གཞིའི་འགྲོ་སྐྱབས་ཀྱི་
ཆ་ནས་ལྷ་བ་དུག་གི་མཆོམས་ལ་བགྲུ་ཐོལ་ཐོན་མཁན་ཆར་མས་ས་ཁང་ལ་སྒྲན་ཁྱེད་རྒྱུ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ས་ཁང་གིས་
སྤྲིག་ཐོབ་པའི་མ་བཞིན་བང་བསྤྲིགས་ནས་འཛོག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ལྷ་བ་དུག་བགྲུ་ཐོལ་ཐོན་པའི་མཆོམས་ལ་བགྲུ་ཁང་
ཡོད་ན་བགྲུ་ཁང་འབྲུལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། བགྲུ་ཁང་མེད་པ་ཡིན་ན་དེ་ལ་ཁང་དོན་དེ་འབྲུལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་སྔ་
ད་ལྟའི་བར་དུ་སྤྲིག་འཇུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་བགྲུ་ཁང་མ་སྤྲོད་སྤྲོད་ཐོབ་སྤྲོད་ཐོབ་པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱི་འོག་ནས་ད་ལྟ་བགྲུ་ཐོལ་
ཐེབས་མཁན་མང་ཆེ་བ་ལ་ཁང་དོན་དེ་འབྲུལ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་ཁང་དོན་ཁྱེད་ནས་ལོ་བཅུ་ཕྱིན་ཆར་མཁན་ཞིག་
གིས་ལོ་བཅུའི་ཁོང་དོན་ཁྱེད་བཞག་པའི་དུལ་བབ་དེའི་ཐོག་ལ་ད་ཆ་བགྲུ་ཁང་དགོས་ཡོད་ཅེས་བཀའ་གནང་ཡོང་བ་ཡིན་
ན་སྤྲིག་གཞི་ནང་བཞིན་བྱས་པ་ཡིན་ན་བགྲུ་ཁང་འབྲུལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འབྲུལ་དགོས་ཡོད་དུས་གཞུང་གི་བང་
མཛོད་དང་དེ་ཆོ་ཆར་མ་ལ་དོ་སྤོག་ཆེན་པོ་ཞིག་འགྲོ་ཡི་འདུག ཁྱེད་དགོས་པའི་གནད་འགག་གཙོ་བོ་དེ་དེ་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་
རེད།

དེའི་ནང་ལ་ཁ་སང་ཁྲིམས་འཆར་ཕུལ་བའི་ནང་ལ་ལོ་ལྔ་དང་བཅུ་བགྲུ་ཐོལ་ཐེབས་ཆར་བ་གང་ཞིག་ཁང་དོན་ཁྱེད་
སུས་ཡིན་ན་དེ་རྣམས་ལ་ད་ལྟའི་བགྲུ་ཐོགས་ཀྱི་ཅིས་འགོ་འཛུགས་བགྲུ་ཐོགས་ཤག་གི་དོན་གཅིག་མཆུངས་ཐོབ་སྤྱི་ཡོན་ཡང་ལོ་
གཅིག་ནས་གཉིས་དང་། གསུམ་ནས་ལྔ་ཡན་གྱི་དེ་ལ་ཆད་གཞི་གཅིག་གཉན་འཐེབས་བཅོས་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་ལ་ཆོག་
གཅིག་དེ་རྣམས་ལ་ད་ལྟའི་བགྲུ་ཐོགས་ཟེར་བ་དེ་འགོ་དཔོན་འཁོར་འདུག བཅོད་གསོལ་དང་སྤྲིགས་ཉེ་དེ་ལ་ཁོར་བཅོས་གནང་
རོགས་གནང་། དེ་རྣམས་ལ་སྐབས་དེའི་བགྲུ་ཐོགས་ག་རེ་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་ན་འདྲེ་ཅིས་བསྒོར་ནས་བརྒྱ་ཆ་ལྔ་བཅུ་ བདུན་ཅུ་
དོན་ལྡུ། སུས་ཅུ་སོ་ལྡུ། ག་རེ་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་འབྲུལ་གྱི་ཡིན་ཞེས་དེ་སྤྲོད་གསན་ཁྱེད་རྒྱ་གཅིག་ཡིན།

དེ་ནས་གལ་སྲིད་ལྟའི་བཤེས་པོ་གསུམ་ཟེར་བ་འདིའི་ཐོག་ལ་དགོངས་བཞེས་གནང་བ་ཡིན་ན་ཁྱིམ་སྤྱི་གཞི་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྲོད་པ་འབྲུག་ཡོང་གི་འདུག གང་ཡིན་ཞུས་ན་ང་ཚོས་ད་ལྟའི་བཤེས་པོ་ལ་བའོ་ལྟ་དང་བཅུ་སྟོན་ལ་ཐེབས་ཆར་མཁན་ཞིག་ལ་ཁྱིམ་སྤྱི་འཆར་དེ་རྗེས་ལ་གཏན་འབེབས་བཞོས་ནས་ད་ལྟའི་བཤེས་པོ་གསུམ་ཐོག་ལ་ཅིས་བསྐྱོར་ཡོང་བ་ཡིན་ན་སྟོན་ལ་འཐོན་མཁན་མང་པོ་ཞིག་དབུས་འབོར་ཁྱེད་དང་དེ་འདྲའི་གནས་སྡངས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པའི་ཆ་ནས། དེ་ནས་ལ་ད་ལྟའི་བཤེས་པོ་གསུམ་མ་ཡིན་པར་སྐབས་དེའི་བཤེས་པོ་གསུམ་ཐོག་ལ་ཅིས་སྐྱོར་ཞུས་པ་ཡིན་ན་ལས་བྱེད་དེའི་ཐོབ་ཐང་ལ་དོ་སྐོབ་འགྲོ་རྒྱུ་དང་ཐོབ་ཐང་ཉུང་བྱེད་འགྲོ་རྒྱུའི་གནས་བབ་གང་ཡང་ཆགས་ཀྱི་མེད་ཅེས་སྟན་གསན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

ད་ལྟའི་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༢༩ དེ་བརྗོད་པ་གཉིས་པའི་ཐོག་ལ་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་སྟོན་ཁང་ཀ་དང་ཁ་གཉིས་ཀ་འབྲེལ་བ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་པ་བསྟན་འདུག ཀ་དེ་མ་སོང་ན་ཁ་པ་དེ་ཉིད་ཅུ་མཁན་པོ་མིན་འགྲོ་བས་མ་པ་ཞིག་འདུག དེ་གཉིས་ཀ་མཉམ་དུ་བསྟོ་སྟེང་བྱ་དགོས་པ་འདྲ། འདིའི་སྤྱི་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་འདི་ལ་ཆ་རྒྱུན་འདོན་རྒྱུ་དེ་མང་མོས་རེད། མང་མོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གཏན་འབེབས་བྱེད་ཆོག་གི་ཡོད་པ་རེད། འདིའི་ཐོག་ལ་པལ་ཆེར་དགག་བྱ་བྱུང་ཡོད་པ་འདྲ། དགག་བྱ་བྱུང་བ་ཡིན་དུས་དང་པོ་དགག་བྱ་གནང་མཁན་ཆོ་ཕྱག་བརྒྱུད་རོགས་གནང་། དགག་བྱ་གནང་མཁན་ ༡༢ བྱུང་སོང་། འདི་གཏན་འབེབས་ཞུ་རྒྱུར་ཀྱུ་སྐྱོར་གནང་མཁན་ཆོས་ཕྱག་རྒྱུད་རོགས་གནང་། མི་བཅུ་དགྲུ། འདི་མང་མོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གཏན་འབེབས་ཞུས་པ་ཡིན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་རིང་གི་ཁྱིམ་སྤྱི་འཆར་ལས་དོན་དེའི་ནང་གསེས་ག་པ། བོད་མིའི་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་ལས་དོན་གཟེངས་ཐོན་ནས་པར་གཟེངས་རྟགས་འབྲུལ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱི་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཁྱིམ་སྤྱི་འཆར། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༢ པར་གཟིགས་རོགས་གནང་། འདི་དོན་ཆུང་རེ་རེ་བཞིན་ཐེབས་རྒྱུ་ཡིན།

༣༡ ། ཀུའི་འབྲེལ་སྤྱི་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཁྱིམ་སྤྱི་འཆར།

བོད་མིའི་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་ལས་དོན་གཟེངས་ཐོན་ནས་པར་གཟེངས་རྟགས་འབྲུལ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱི་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཁྱིམ་སྤྱི་འཆར།

དོན་ཆུང་།	ཆོག་བརྗོད་རྒྱུད་པ།	བསྐྱར་བཅོས་ཆོག་བརྗོད།	བྱུང་བརྗོད།
བཞི་པ།	གཟེངས་རྟགས་ཀྱི་གྲངས་དང་དུངས་པོ། ལོ་ལྟར་འགན་འཛིན་སྡེ་ཆུང་དང་ལས་བྱེད་སྡེ་ཆུང་གཉིས་པོ་སོ་ནས་བྱས་རྗེས་ཅེ་ཕུད་ཅན་གྱི་ལས་བྱེད་རེར་གཟེངས་རྟགས་སུ་གཟེངས་བསྟོད་ལག་འཁྱེར་དང་། མངལ་དར་ནང་མཛོད། ལེགས་སྐྱེས་ཉིན་སྐོར་ཆོག་ཁྱི་རེ་	གཟེངས་རྟགས་ཀྱི་གྲངས་དང་ལེགས་སྐྱེས་རང་འཇགས།	བསྐྱར་བཅོས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་པག།

	གནང་རྒྱ་དང་། ཞབས་ཡུན་ལོ་གཅིག་སྤར་རྒྱ།		
ལྷ་པ། ནང་གསེས། ༡	གཟེངས་རྟགས་སྟོན་ཡུལ་འདེམས་སྒྲུག བཀའ་ཁྲོན་ལས་ཁུངས་སོ་སོའི་འགན་འཛིན་ ཡུང་ཆེ་དང་། ཁྱབ་ཁོངས་དང་དམིགས་བསལ་ སྡེ་ཆ་སོ་སོའི་ཡུང་ཆེའི་གནས་རིམ་ཅན་གྱི་ འགན་འཛིན་རྣམས་ཀྱིས་སོ་སོའི་ཁྱབ་འོག་ ལས་བྱེད་ཁག་གི་ཁོངས་ནས་གཟེངས་རྟགས་ སྟོན་ཡུལ་གྱི་འོས་མི་ཡོད་ཆེ། ལོ་རེའི་ནང་མི་ གསུམ་ལས་མ་མང་བའི་ལོ་རྒྱུས་འགོངས་ལོག་ གཏན་འབེབས་ལྟར་བསྐྱར་སྟེ་ལོ་དེའི་ཕྱི་ཟླ་ བཞི་བའི་ཆེས་ ༣༠ རྣམས་མ་འགྲུངས་པར་ གཟེངས་རྟགས་འདེམས་སྒྲུག་ཆོག་ས་ཚུང་ལ་ དེས་པར་འབུལ་ལམ་ཁྱུ་དགོས།	གཟེངས་རྟགས་སྟོན་ཡུལ་ འདེམས་སྒྲུག བཀའ་ཁྲོན་ལས་ཁུངས་སོ་ སོའི་འགན་འཛིན་ཡུང་ཆེ་ དང་། ཁྱབ་ཁོངས་དང་ དམིགས་བསལ་སྡེ་ཆ་སོ་ སོའི་ཡུང་ཆེའི་གནས་རིམ་ ཅན་གྱི་འགན་འཛིན་རྣམས་ ཀྱིས་སོ་སོའི་ཁྱབ་འོག་ལས་ བྱེད་ཁག་གི་ཁོངས་ནས་ གཟེངས་རྟགས་སྟོན་ཡུལ་ གྱི་འོས་མི་ཡོད་ཆེ། ལོ་རེའི་ རྒྱུ་ཆ་སྡེ་ཆ་རེ་ནས་ལས་ བྱེད་གཉིས་ལས་མ་མང་ བའི་ལོ་རྒྱུས་འགོངས་ལོག་ གཏན་འབེབས་ལྟར་བསྐྱར་ སྟེ་ལོ་དེའི་ཕྱི་ཟླ་བཞི་བའི་ ཆེས་ ༣༠ རྣམས་མ་འགྲུངས་ པར་གཟེངས་རྟགས་ འདེམས་སྒྲུག་ཆོག་ས་ཚུང་ ལ་དེས་པར་འབུལ་ལམ་ཁྱུ་ དགོས།	བསྐྱར་བཙོས་ཕྱི་མོས་ ཀྱིས་གཏན་ལ་པག།
རྒྱལ་པ། ནང་གསེས། ༡	གཟེངས་རྟགས་སྟོན་ཡུལ་གྱི་མིང་ཐོར་ཚུད་ རྒྱུའི་འོས་ཆོས་གཤམ་གསལ། ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐོ་ལྟར་ཁང་གིས་བསྐོ་	གཟེངས་རྟགས་སྟོན་ཡུལ་ གྱི་མིང་ཐོར་ཚུད་རྒྱུའི་འོས་ ཆོས་གཤམ་གསལ། ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐོ་ལྟར་	

ནང་གསེས། ༡༡	གཞག་གནང་བའི་གཏན་འཇགས་ལས་བྱེད་དང་། <u>ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་དང་ཆོག་ས་</u> <u>བླང་ལས་ཁུངས་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱོ་གཞག་གནང་བའི་ཐད་བསྐྱོས་ལས་བྱེད།</u> ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༡ ཟླ་ ༡༡ ཆེས་ ༢༩ ལོང་བསྐྱོ་གཞག་བྱས་པའི་དབྱུས་རང་ཁོངས་ལས་བྱེད་བཅས་གང་རུང་ཡིན་པ། ཆེས་པའམ། <u>གཉེར་བ།</u> ཡང་ན་གཏོང་ལེན་འགན་འཛིན་ལྟ་བུའི་ཆེས་དང་། དཔལ་འབྱོར་གྱི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་ཡོད་གྱི་ལས་བྱེད་ཡིན་ན། འདས་མ་ཐག་པའི་ལོ་གསུམ་གྱི་ནང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཁང་དུ་བྱུང་བའི་ཆེས་ཞིབ་སྒྲན་ཐོའི་ནང་གཞུང་དབྱེད་ཀྱི་ཁྲི་མོང་པའི་སྐྱོན་བརྒྱུད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ།	ཁང་གིས་བསྐྱོ་གཞག་གནང་བའི་གཏན་འཇགས་ལས་བྱེད་དང་། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༡ ཟླ་ ༡༡ ཆེས་ ༢༩ ལོང་བསྐྱོ་གཞག་བྱས་པའི་དབྱུས་རང་ཁོངས་ལས་བྱེད་བཅས་གང་རུང་ཡིན་པ། ཆེས་པའམ། <u>དབྱེད་གཉེར་ཡང་ན་གཏོང་ལེན་འགན་འཛིན་ལྟ་བུའི་ཆེས་དང་།</u> དཔལ་འབྱོར་གྱི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་ཡོད་གྱི་ལས་བྱེད་ཡིན་ན། འདས་མ་ཐག་པའི་ལོ་གསུམ་གྱི་ནང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཁང་དུ་བྱུང་བའི་ཆེས་ཞིབ་སྒྲན་ཐོའི་ནང་གཞུང་དབྱེད་ཀྱི་ཁྲི་མོང་པའི་སྐྱོན་བརྒྱུད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ།	བསྐྱར་བཙུགས་སྤྱི་མོས་གྱིས་གཏན་ཁལ་པ། བསྐྱར་བཙུགས་སྤྱི་མོས་གྱིས་གཏན་ཁལ་པ།
-------------	---	---	---

འདི་ཡན་ཆད་གྱི་ཁྲིམས་བཟོའི་ལས་དོན་བརྒྱུད་པ་གཉིས་པ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པ་བྱུང་བ་ཡིན།

དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་ལ་ཉོག་ཅམ་འགྱུར་བ་གཏོང་ཆོག་པའི་ཐོག་ནས་དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གསུམ་པ། འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མར་ཐེབས་སོང་། འབྲེལ་ཡོད་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་སློན་ཐེབས་མི་འདུག ད་ལྟ་ཐེབས་གྱི་མེད་ན་ལས་རིམ་གསུམ་པ་དེ་ཡང་འཕྲོད་ན་འགྲིག་གི་མེད་དམ་བསམ་གྱི་འདུག འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དེ། ལུ་མ་ཐུད་ལས་བསྐྱོམས་སྤྱོད་སྐྱོན་དང་ཞིབ་བཤེར་ལས་དོན། ཀ་པ། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦་་་༢༠༡༧ ལོའི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྐྱོམས་སྤྱོད་བསྐྱུས་སྤྱོད་སྐྱོན། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༩ པར་གཟིགས་རོགས་གནང་། ལྷན་སྐྱོན་གནང་མཁན། དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཆོག

- གངས་ཀྱི་ལ་སྤྱོད་བཅས་། རྒྱ་པའི་ནང་མི་དང་སྤྱོད་རོགས་མི་གངས་ ༣༤༠ ལ་འི་བི་ནད་གཞི་ཡོད་མེད་བརྟག་
 དབྱེད་ཀྱིས་ནད་རྟགས་ཐོན་མཁན་རྣམས་ལ་ས་གནས་སྤྱོད་ཁང་སོ་སོར་སྤྱོད་བཅས་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།
- ༡་༥། འདི་གའི་ཁྱབ་ཁོངས་སྤྱོད་ཁང་ཁག་ནས་བྱིས་པ་གསར་སྤྱིས་རྣམས་ལ་ (BCG) སྤྱོད་ཁབ་རྒྱག་མུས་ཐོག་བོད་མིའི་
 འདུ་སྤྱོད་གཞིས་སྤར་དང་། སློབ་གྲྭ་ཆོས་སྡེ་ཆོཾ་ཁག་ནང་འཛུགས་གླིང་འི་བི་ནིན་མོར་འི་བི་སྤྱོད་འགོག་དང་འབྲེལ་བའི་
 གཏུམ་བཤད་དང་། བཟོ་གླིང་། ཅེད་མོ་འགྲན་བསྐྱར། སློག་བརྟན་གཟེཾ་འབྲུལ། སྤྱོད་ཁབ་འབྲི་ཅོམ། གཏུམ་བརྟོད་
 ཁབ་སྤྱོད་བཅས་ཀྱི་སློན་སྤྱོད་འི་བི་ནིན་མོ་སྤྱོད་བཅི་ཞུས་པར་མི་གངས་ ༡༠༥༥༥ རྣམས་མཉམ་ཞུགས་གནང་།
- ༡་༦། ཨ་རིའི་གཞུང་གི་མཐུན་འགྱུར་འོག་ཏུན་མུར་རབ་རྒྱས་གླིང་སྤྱོད་ཁང་དང་། མན་སྤར་པན་བདེ་གླིང་སྤྱོད་ཁང་ལ་སློག་
 པར་འབྲུལ་ཆས་དང་། བདེ་སྤྱོད་གླིང་སྤྱོད་ཁང་ལ་ཁ་ལུད་བརྟག་དབྱེད་འབྲུལ་ཆས་དང་། བདག་གཅེས་ཆེད་གང་སློག་
 ཡོ་ཆས་བཅས་གསར་ཉོ་ཞུས།
- ༡་༧། འི་བི་ནད་གཞི་ཁྱབ་གདལ་སྤྱོད་འགོག་ཆེད་ཁྱབ་ཁོངས་སྤྱོད་ཁང་ཁག་ལ་ཁ་རས་ (Surgical Mask, N95
 Mask) མཁོ་སྤྱོད་ཞུས།
- ༡་༨། རོགས་ཆོགས་ (Global Fund) ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་འོག་ཨོ་རྟི་ཤ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཁང་དང་། མེའོ་ཆོས་འཕེལ་གླིང་སྤྱོད་
 ཁང་ལ་སྤྱོད་ཆེ་མེལ་འེ་མཁོ་སྤྱོད་དང་། སྤྱོད་ཀོ་བ་འཆོ་བྱེད་སྤྱོད་ཁང་དང་། མོན་རྩོ་སྤྱོད་ཁང་གི་ཁ་ལུད་བརྟག་
 དབྱེད་ཁང་གི་ཆེད་འབྲུལ་ཆས་ (Gene Xpert Machine) མཁོ་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བཟོ་བཅས་བདག་གཅེས་ཆེད་
 ཆོང་ཤག་མཉམ་གན་འཛོག་ཞུས།
- ༡་༩། བདེ་ལེགས་སྤྱོད་ཁང་དང་། སྤྱོད་ཀོ་བ་འཆོ་བྱེད་སྤྱོད་ཁང་དང་། མོན་རྩོ་འདོད་རྒྱ་གླིང་། བདེ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཁང་བཅས་པར་
 ཁ་ལུད་དང་སྤྱོད་འཛོད་མིན་བརྟག་དབྱེད་འབྲུལ་ཆས་ཆེད་སྤྱོད་ཆ་ (Cartridges) མཁོ་སྤྱོད་ཞུས།
- ༡་༡༠། འི་བི་སྤྱོད་འགོག་དང་སྤྱོད་བཅས་ཆེད་ཉིན་སློར་ ༡༣,༡༣༤,༩༥༥,༠༠༠ འགྲོ་གྲོན་སོང་།
- ༢། **མཆིན་པའི་གཉན་ཆད་སྤྱོད་འགོག་ལས་གཞི།**
- ༢་༡། སློབ་གྲྭ་ཁག་ ༡༩ ཀྱི་སློབ་སྤྱོད་གངས་ ༤༡༩༠ ལ་མཆིན་པའི་གཉན་ཆད་བརྟག་དབྱེད་ཞུས་པར་སློབ་སྤྱོད་གངས་
 ༣༠༤ ལ་ནད་རྟགས་ཐོན་པར་སྤྱོད་མཐུན་འཛུགས་པ་མཐོ་བའི་བརྟག་དབྱེད་ཞུས་ཡོད། མཆིན་པའི་གཉན་ཆད་བརྟག་
 དབྱེད་སྐབས་ནད་རྟགས་མ་ཐོན་པའི་སློབ་སྤྱོད་རྣམས་ལ་སྤྱོད་ཁབ་ཐེངས་གསུམ་རྒྱག་ཐུབ་པ་བྱུང་།
- ༢་༢། སྤྱོད་རྩ་རོལ་རྒྱས་གླིང་དང་། མན་སྤར་པན་བདེ་གླིང་། མེའོ་ཆོས་འཕེལ་གླིང་། ལ་དྲགས་བྱང་ཐང་ཞུལ། གྲུ་གིང་། ཉི་
 རྩོད་རྒྱས་གླིང་། འབྲུམ་ལ་བརྟན་འཛིན་སྤྱོད་ཀོ་བ་འཆོ་བྱེད་སྤྱོད་ཁང་། མཆོ་བརྒྱ་བཅས་ས་གནས་ཁག་ ༡༠ རྒྱང་
 གནས་སྤྱོད་མོ་རང་ལོ་ ༣༠ མན་དང་མོ་རང་ལོ་ ༤༠ མན་བཅས་མི་གངས་ ༩༤༩ ལ་མཆིན་པའི་གཉན་ཆད་བརྟག་
 དབྱེད་ཞུས་འབྲས་སྤྱོད་རྟགས་མ་ཐོན་པའི་གངས་ ༥༩༡ ལ་མཆིན་པའི་གཉན་ཆད་སྤྱོད་འགོག་ཁབ་ཐེངས་གསུམ་
 རྒྱག་ཐུབ་པ་བྱུང་།

- 3.31 ཕྱི་ལོ་ 2017 ཟླ་ 2 ཚེས་ 25 ཉིན་མཆིན་པའི་གཉན་ཆད་ཉིན་མོར་འདི་གའི་ཁྲབ་ཁོངས་སྤྱོད་ཁང་ནས་གཞིས་སྤང་ཁག་དང་། སློབ་གྲྭ་ཁག་དགོན་སྡེ་ཁག་བཅས་ཀྱི་ནང་མཆིན་པའི་གཉན་ཆད་ནད་གཞི་སྟོན་འགོག་གོ་སྟེལ་དང་། འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསལ་ལས་འགྲུལ་སྟེལ།
- 3.32 མཆིན་པའི་གཉན་ཆད་སྟོན་འགོག་ལས་འཆར་བརྒྱད་མཆིན་ནད་ཕོ་ཁ་པའི་ཨོ་རྩི་ཤ་ཕུན་ཚོགས་སྒྲིང་གཞིས་ཁོངས་མི་གངས་ 30 ལ་རིམ་བཟུང་བའི་བརྟག་དཔྱད་ཆེད་དགོས་དུལ་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།
- 3.33 མཆིན་པའི་གཉན་ཆད་སྟོན་འགོག་ལས་གཞིའི་ཆེད་ཉིན་སྟོར་ 12, 22, 40, 60, 100 འགྲོ་བྱོན་སོང་།
- 3.34 **མ་དང་བྱིས་བ་དང་། བྱད་མེད་འཕྲོད་བསྟེན།**
- 3.35 ལོ་ལྔ་མན་གྱི་བྱིས་བ་གངས་ 600 ལ་རྒྱ་གར་དུས་གཞུང་ནས་གཉན་འབེབས་གནང་བའི་ནད་རིགས་སྟོན་འགོག་སྤྱོད་ཁབ་རིན་མེད་ཐོབ་ཡོད་པ་དང་། བྱིས་བ་ལོ་ལྔ་མན་ལ་ (HepB དང་ MMR, HiB) སྟོན་འགོག་ཁབ་ (HepB Immunoglobulin) བཅས་རིན་མེད་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།
- 3.36 བྱད་མེད་སྤྱོད་ཁབ་གངས་ 600 ལ་བྱིས་བ་གསར་སྤྱིས་ཅ་རྒྱས་འཁུམ་མེད་གི་ནད་གཞི་སྟོན་འགོག་གི་སྤྱོད་ཁབ་ TT དང་བརྟག་དཔྱད་རིགས་ (Blood Test, USG, Urine test, Glucose test, HIV & Hep B test, VDRL) ཞུས་ཐོག་བྱད་ཁབ་ཁག་གསོ་སྤྱད་བཅུད་སྤྱོད་མཐོ་སྤྱོད་ཞུས།
- 3.37 བྱིས་བ་གངས་ 130 ལ་སློབ་ཤེལ་དང་། གསོ་རིག་བཅུད་སྤྱོད་རིམ་བུ་རིན་མེད་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།
- 3.38 ར་ས་གངས་སྤྱིད་མེ་ཉོག་བྱ་བཅོལ་ཁང་དང་། མེ་འོ་ཆོས་འཕེལ་སྒྲིང་། ཏུན་སུར་རབ་རྒྱས་སྒྲིང་། ཀོ་ལི་ལྷལ་དོན་ལྷན་སྒྲིང་། ཨོ་རྩི་ཤ་ཕུན་ཚོགས་སྒྲིང་བཅས་ཀྱི་བྱ་བཅོལ་ཁང་གི་བྱིས་བ་ར་ཐས་བཅུད་མཐོ་སྤྱོད་ཆེད་ཉིན་སྟོར་ 30000000 རེ་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།
- 3.39 ཨོ་རྩི་ཤ་ཕུན་ཚོ་ཁྲ་སྒྲིང་དང་། མན་སྤར་པན་བདེ་སྒྲིང་གཞིས་ཁོངས་ན་གཞོན་བྱད་མེད་གངས་ 20 ལ་བྱ་སྤྱོད་འབྲས་ནད་སྟོན་འགོག་ཁབ་ HPV Vaccine རིན་མེད་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།
- 3.40 རོར་མེ་རོགས་ཚོགས་ཀྱི་རོགས་སྐྱོར་འོག་མོ་ནད་སྤྱོད་པ་སྐྱོར་བསྐྱོད་ལམ་ནས་སྟོན་པ་ཆོལ་གསུམ་དང་། ཁལ་ཉོར་ས་གཞིས་སྤྱོད་ཁབ་ལ། མན་ཁྲི་ཁུལ། སྤར་གཞིས་ཁག་གསུམ། མེ་འོ་ཆོས་འཕེལ་སྒྲིང་། སྟེལ་གོ་བ། ཏུན་སུར་རབ་རྒྱས་སྒྲིང་། མན་སྤར་པན་བདེ་སྒྲིང་དང་། ཨོ་རྩི་ཤ་ཕུན་ཚོགས་སྒྲིང་བཅས་ཀྱི་བྱད་མེད་གངས་ 230 ལ་བྱ་སྤྱོད་འབྲས་ནད་རིན་མེད་བརྟག་དཔྱད་དང་། འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསལ་གོ་སྟེལ་ཞུས།
- 3.41 རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་མའེ་སོར་གྲོང་ཁྲེ་ཉེ་འབྲེམ་ (St Mary Hospital) སྤྱོད་ཁང་དུ་སྤྱོད་ཞབས་གངས་ 11 ལ་དུས་ལུན་ཆོ་བ་གཅིག་རིང་སྤྱ་བཅས་སྐབས་རྩིས་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་བཅར་གོ་སྤྱོད་སྤྱོད་པར་ས་གནས་ཁག་དུ་སྤྱ་བྱ་སྤྱོད་བསྐྱེད་སྐབས་ལག་བསྟར་ཞུ་རྒྱུར་པན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད།
- 3.42 མ་དང་བྱིས་བ་དང་། བྱད་མེད་འཕྲོད་བསྟེན་ཆེད་ཉིན་སྟོར་ 12, 22, 40, 60, 100 འགྲོ་བྱོན་སོང་།

༧། གྲོས་ཇུས་ངན་གོམས་སྒྲིན་འགོག་དང་། བཅོས་ཐབས།

༧་༡། ཇུས་ཁུལ་གྲོས་ཇུས་ངན་གོམས་ཅན་གྲངས་ ༥ དང་། སྤྱིར་གཞིས་ཁག་གསུམ་ནས་གྲོས་ཇུས་ངན་གོམས་ཅན་གྲངས་ ༤ བདེ་སྤྱིད་སྤྱིད་ནས་གྲོས་ཇུས་ངན་གོམས་ཅན་གྲངས་ ༡ ཀོ་ལི་སྐལ་དོན་སྒྲིབ་དང་། སྤེལ་གོ་བ་ལུགས་བསམ། ཉི་འོ་དར་རྒྱས་སྤྱིད་། མན་སྤར་པན་བདེ་སྤྱིད་། རལ་ཉོར། ཕྱི་ལི་བསམ་ཡས་སྤྱིད་། སིམ་ལ། ཨོ་ཇི་ཤུན་ཆེད་སྤྱིད་བཅས་ནས་གྲོས་ཇུས་ངན་གོམས་ཅན་རེ་བཅས་ནད་པ་གྲངས་ ༡༣ ར་དུ་སྤྱར་ཞི་བདེ་ཁང་གསར་དང་། ཉི་མེན་གི་རན། རྒྱ་ར་ཉི་བཅོས་ཐབས་ཁང་བཅས་སོ་སོར་སྒྲིན་བཅོས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༧་༢། གྲོས་ཇུས་ངན་གོམས་ཅན་དང་ནད་གཞིག་བཅས་པར་ལམ་གྲོན་དང་ཁང་དོད་མཐུན་ཆེན་སྤྱར་ཐོག་གྲོས་ཇུས་ངན་གོམས་ཅན་གསུམ་ལ་སྤྱར་ཡང་སྒྲིན་བཅོས་དུས་འགྲུངས་གནད་བར་མཐའ་ཁྲོལ་སྤྱབ་པ་བྱུང་ཡོད།

༧་༣། གྲོས་ཇུས་ངན་གོམས་ཀྱི་གནས་ལས་གོལ་བ་གཉིས་ལ་རང་མོས་སྤར་རྒྱ་བ་བཞིའི་རིང་སྤྱོད་འཁར་སྤྱོད་བཅས་གོ་སྐབས་བསྐྱུན་སྤྱབ་པ་བྱུང་།

༧་༤། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལྷ་ ༤ ཆེས་ ༡༩ ལྷ་ཆེས་ ༢༠ བར་ཉིན་གྲངས་ ༣ རིང་སྤྱོད་ཐོད་ཁྲིམ་སྒྲོབ་བྱ་དང་། སྤྱིར་ཅོན་ཉ་ར་ཐོད་ཁྲིམ་སྒྲོབ་བྱ། སི་ལྷོ་ཅོན་ཉ་ར་སྒྲོབ་བྱ། གོ་པལ་ཤུར་ཐོད་ཁྲིམ་སྒྲོབ་བྱ་དང་། ཇུ་ཐོད་ཐོད་ཁྲིམ་སྒྲོབ་བྱ་བཅས་པར་ར་ཇ་སྤྱར་ཞི་བདེ་ཁང་གསར་ནས་ཆེད་ལས་པ་གོ་སྤྱིག་ཞུས་ཉི་གྲོས་ཇུས་ངན་གོམས་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲིན་གནད་དང་སྒྲིན་འགོག་སྒྲོར་གོ་རྟོགས་སྤེལ།

༧་༥། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལྷ་ ༡༠ ལྷ་དབུས་ཀྱི་ཆོན་པའི་ལས་ཁྱེད་གྲོས་ཇུས་ངན་གོམས་བཅོས་ཐབས་ཁང་གསུམ་ལ་རོ་བཅར་གྱིས་ནད་པའི་གནས་སྤར་ཉེད་ཞིབ་དང་། སྒྲིན་བཅོས་མཐུན་འགྱུར། འགྲོ་གྲོན་གཏོང་བྱེགས་སོགས་ཀྱི་སྒྲོར་འབྲེལ་ཡོད་བཅོས་ཐབས་ཁང་གི་འགན་འཛིན་དང་གོ་བསྐྱར་ཞུས།

༧་༦། ཐོད་སྒྲོབ་གྲངས་ ༡༡ དང་། གཞིས་ཆགས་གྲངས་ ༡༤ ལྷ་གྲོས་ཇུས་ངན་གོམས་བཞེད་གཞིའི་ཐོག་འབྲི་ཅོམ་དང་། རི་མོ་འགན་བསྐྱར། བཟོ་སྒྲིང་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་རྒྱལ་སྤྱིའི་གྲོས་ཇུས་ངན་གོམས་ཀྱི་ཉིན་མོ་སྤྱར་བཅི་ཞུས།

༧་༧། འདི་ལས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་འོག་ཀྱན་པན་ཆོགས་པ་ནས་ལྷོ་བྱེགས་གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་གྲོས་ཇུས་ངན་གོམས་གོ་རྟོགས་སྤེལ་བ་དང་ཀྱན་པན་ཆོགས་པའི་རྒྱལ་གཉེར་གཞིར་བཟུང་མི་གྲངས་ ༥ ལ་གྲོས་ཇུས་ངན་གོམས་བཅོས་ཐབས་ཁང་ལ་སྒྲིན་བཅོས་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༧་༨། གྲོས་ཇུས་ངན་གོམས་སྒྲིན་འགོག་དང་བཅོས་ཐབས་ཆེད་ཉིན་སྒྲོར་ ༢༠༢༠/༡༤/༠༠ འགྲོ་གྲོན་སོང་།

༨། གཞན་ནད་རིག་དུག་སྒྲིན་འགོག་དང་། བརྟག་དབྱུང་།

༨་༡། གཞན་ནད་རིག་དུག་ནད་པ་གྲངས་ ༣༣ ལ་སྒྲིན་རིན་དང་། ལམ་གྲོན། ཟུར་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་ཞུས་ཐོག་ནད་པར་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་གི་ (ART Center) སྒྲིན་ཁང་ཁག་ཏུ་གཟུང་གཞི་བརྟག་དབྱུང་བསྐྱོད་སྐབས་དོ་བདག་དང་ནད་གཞིག་བཅས་པར་ལམ་གྲོན་དང་། ཟུར་ཐོགས། ཁང་དོད་སོགས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

- ༥.༩། འདི་གའི་ཁྱབ་ཁོངས་སྤྱོད་ཁང་ཁག་ནས་མི་གངས་ ༤༠༩ ལ་གཉན་ནད་རེག་དུག་ནད་གཞི་ཡོད་མེད་བརྟག་དབྱེད་
 ལྷན་པར་ནད་ཏྲགས་ཐོན་པ་ ༩ ལ་སྤྱོད་བཅོས་ལྷ་སྤྱོད་པ་ལས་སྤྱོད་དང་མཐུན་འགྱུར་ལྷན་
- ༥.༩། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལྷ་ ༠༩ ཆེས་ ༡༤ དང་ ༡༥ ཉིན་གཉིས་རིང་རྟ་སར་གཉན་ནད་རེག་དུག་ནད་པའི་ཆོག་ལ་འདྲེ་ཞིག་
 བསྐྱོངས་འཆོག་ལྷན་པར་གཉན་ནད་རེག་དུག་ནད་པ་གངས་ ༩ དང་། སྤྱོད་ཞབས་གངས་ ༩ ལས་ཆོག་ལྷན་པར་
 གནང་བས། བདེ་ལེགས་སྤྱོད་ཁང་གི་སྤྱི་ཁྱབ་སྤྱོད་པ་ས་འདྲེ་ཆེ་བརྟན་དོ་རྩེ་ལཾ་དང་། སྤྱོད་ཅིས་ཁང་གི་སྤྱོད་པ་
 བཟོད་པ་ལགས་ནས་གཉན་ནད་རེག་དུག་ནད་གཞི་རོ་སྤྱོད་དང་། སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན། ཟས་སྤྱོད་བསྟེན་
 སྤྱོད་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་སྤྱོད་གནང་།
- ༥.༡། སྤྱི་ནོར་ལགོང་ས་ལས་སྤྱོད་པ་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་གནས་མཆོག་དོ་རྩེ་གནད་དུ་དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དབང་
 ཆེན་ཐེངས་ ༩༤ བཀྱིན་བསྐྱེད་སྤྱོད་པ་ཆོས་ལྷ་བ་ཡོངས་ལ་ (Teach Aids) ཞེས་པའི་གཉན་ནད་རེག་དུག་སྐྱོར་
 བོད་སྐད་ཐོག་འགྲུལ་གཟུགས་མཉེན་ཆས་དང་། གཉན་ནད་རེག་དུག་སྐྱོར་བོད་ཨིན་སྐད་ཡིག་ཐོག་སྤྱོད་པ་ཕོག་དང་
 དེབ་ཆུང་འགྲེམས་སྤྱོད་ལྷན་
- ༥.༢། འཛམ་གླིང་གཉན་ནད་རེག་དུག་ཉིན་མོར་བོད་མིའི་འདུ་སྤྱོད་ས་ཁུལ་ ༩༠ དང་། བོད་སྤོབ་ ༩༤ ལ་གཉན་ནད་རེག་
 དུག་གོ་སྤྱོད་དང་། གཏམ་བཟོད་འཁྲབ་སྤྱོད། རི་མོ་འགྲན་བསྐྱར་ལས་ནས་སྤྱོད་བཅི་ལྷན། རྟ་སར་ཀྱན་པན་ཆོག་ལས་པ་
 དང་མཉམ་ཁུབ་ཐོག་གཉན་ནད་རེག་དུག་ཉིན་མོ་སྤྱོད་བཅི་ལྷན།
- ༥.༣། གཉན་ནད་རེག་དུག་སྤོབ་འགོག་དང་བཅོས་ཐབས་ཆེད་ཉིན་སྐོར་ ༡,༤༩༩,༩༠༤༠༠ འགོ་བྱོན་སོང་།
- ༦། **ཁ་དང་སོའི་འཕྲོད་བསྟེན།**
- ༦.༡། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལྷ་ ༢ ལ་རྒྱ་གར་བྱང་ཕྱར་མེད་ཆོས་འཕེལ་གླིང་དང་། ཉི་ཏུ་དར་རྒྱས་གླིང་། འབྲུམ་ལ་བསྟན་འཛིན་
 སྐར་བཅས་ཀྱི་སྤོབ་སྤྱོད་གངས་ ༤༩༡ ཅམ་ལ་མེད་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྱོད་ཁང་གི་སོའི་ལས་བྱེད་ནས་རིན་མེད་བརྟག་
 དབྱེད་དང་སྤྱོད་བཅོས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་ལྷན།
- ༦.༢། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལྷ་ ༡༩ ལ་ཕྱི་ལོ་བསམ་ཡས་གླིང་ཉིན་སྤོབ་ཀྱི་སྤོབ་སྤྱོད་གངས་ ༩༠ ལ་ཕྱི་ལོ་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྱོད་ཁང་
 གི་སོའི་ལས་བྱེད་ནས་སོ་བརྟག་དབྱེད་དང་སྤོབ་གསོ་ལས་སྤོབ་ལྷན།
- ༦.༣། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལྷ་ ༩ ལ་རྟ་གོ་ལི་ལྷ་ལ་དོན་ལྷན་གླིང་སྤྱོད་ཁང་གི་སོའི་ལས་བྱེད་ནས་ས་གནས་ཀྱི་བྱ་བཅོལ་ཁང་དང་།
 གཞིས་སྐར་ཉིན་སྤོབ། དགོན་སྤེ་ཁག་གི་བྱ་ཆུང་བཅས་བསྐྱོངས་སྤོབ་སྤྱོད་གངས་ ༩༤༠ ལ་སོ་རིན་མེད་བརྟག་དབྱེད་
 དང་སྤྱོད་བཅོས་མཐུན་འགྱུར་ལྷན།
- ༦.༤། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལྷ་ ༩ ལ་སྤྱིར་སམ་རྩོ་ལོའི་སྤོབ་སྤྱོད་ ༤༩ ཅམ་ལ་སྤྱིར་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྱོད་ཁང་གི་སོའི་ལས་བྱེད་
 ལས་སོ་རིན་མེད་བརྟག་དབྱེད་དང་སྤྱོད་བཅོས་མཐུན་འགྱུར་ལྷན།
- ༦.༥། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལྷ་ ༩ ལ་བདེ་སྤྱིད་གླིང་སྤྱོད་ཁང་གི་སོའི་ལས་བྱེད་ནས་ཁུལ་དེའི་སྤོབ་སྤྱོད་གངས་ ༤༩ ལ་སོ་རིན་
 མེད་བརྟག་དབྱེད་དང་སྤྱོད་བཅོས་མཐུན་འགྱུར་ལྷན།

- ༤༠༦། ཁ་དང་སོ་མི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་གཞིའི་ཆེད་ཉིན་སྟོར་ ༡,༡༥,༥༢༡,༠༠ འབྲོ་བྱོན་སོང་།
- ༢། **འཕྲོད་བསྟེན་གངས་ཐོ་བྱོགས་བསྐྱེད་ཆན་པ། (Health Information System)**
- ༢༠༡། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ལོའི་ནང་བདེ་ལེགས་སྤྲོད་ཁང་གི་གཙོ་སྤྱོད་འདི་གའི་བྱ་བ་ཁོངས་སྤྲོད་ཆེ་འབྲིང་ ༡༣ དང་། ཉི་ལྗེ་དར་རྒྱས་སྤྲོད་ཁང་བཅས་པར་སྒོ་གྲྭ་ཁྲི་བརྒྱད་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་གངས་ཐོ་བསྐྱེད་བྱ་བ་ལག་བསྟར་ཞུས།
- ༢༠༢། རྒྱ་གར་ནང་གི་སྤྲོད་ཁང་ཚུང་བ་ ༡༥ དང་། བལ་ཡུལ་ནང་གི་སྤྲོད་ཁང་ ༡༣ བཅས་ནས་ཤོག་སྟེང་འཕྲོད་བསྟེན་གངས་ཐོ་བསྐྱེད་བྱ་བ་ལག་བསྟར་ཞུས།
- ༢༠༣། སྤྱི་ལོ་སྤྲོད་ཁང་ལག་ ༢༦ ནས་གངས་ཐོ་བསྐྱེད་བྱ་བ་ཞུས་ཡོད་ཅིང་། འདི་ལོ་སྤྲོད་ཁང་ལག་ ༤༢ ནས་གངས་ཐོ་བསྐྱེད་བྱ་བ་ཞུས།
- ༢༠༤། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ལོར་འདི་གའི་བྱ་བ་ཁོངས་སྤྲོད་ཁང་ལག་ཏུ་ནད་པ་གངས་ ༣༣༡༤༢ ནས་བསྟེན་གཏུགས་བྱུང་བ་དང་། ནད་པ་དེ་དག་ནས་སྤྲོད་ཁང་ཐོ་བསྐྱེད་སྤྲོད་ཁང་བསྟེན་གཏུགས་ལན་གངས་ ༢༠༦༠༥ བྱས་པ་གངས་ཐོ་བསྐྱེད་ལེན་ཏོགས་ཞིབ་ཞུས།
- ༢༠༥། **འཕྲོད་བསྟེན་གངས་ཐོ་བྱོགས་བསྐྱེད་ཆེད་ཉིན་སྟོར་ ༤༥༤,༡༥༤,༠༠ འབྲོ་བྱོན་སོང་།**
- ༡། **འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོ།**
- ༡༠༡། བཅོན་བྱེད་ཐོད་མིའི་སྤྱི་ཚུལ་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་གནས་བབ་གོང་མཐོར་གཏོང་ཆེད་ནད་རིགས་སྟོན་འགོ་གདང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་ཆ་ཐོད་ཨིན་སྐད་ཡིག་ཐོག་དཔར་བསྐྱེད་གྱིས་སྤྲོད་ཁང་ལག་ཏུ་མང་ཆོགས་ལ་འབྲེལ་སྟེལ་གང་བྱ་བ་ཞུས།
- ༡༠༢། སྤྱི་ནོར་ལགོང་ས་ལས་ལས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་གནས་མཆོག་རྩི་ཆེ་གདན་དུ་དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དཔར་ཆེན་ཐེངས་ ༣༤ བཞིན་བསྐྱེད་སྐབས་ཆོས་ཁུ་བ་རྣམས་ལ་ནད་རིགས་སྟོན་འགོ་གཉེན་ཤོག་གངས་ ༤༠༠༠༠ དང་། འཕྲོད་བསྟེན་དེ་བ་ཚུང་གངས་ ༡༤༦༠༠ འབྲེལ་སྟེལ་ཞུས།
- ༣༠༣། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ལོ་ ༦ ཆེས་ ༢༢ ནས་ ༢༤ བར་ཉིན་གཉིས་རིང་སྤྱི་ཚུལ་ཁྲིམ་སློབ་གྲུབ་མེད་སློབ་སྦྱོང་གངས་ ༣༠ དང་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལོ་ ༣ ཆེས་ ༢༤ ནས་ ༣༠ བར་ཤེས་རབ་དགའ་ཆལ་སྤྲོད་སློབ་མ་གངས་ ༣༤ ལ་སློག་བརྟན་བརྒྱད་ཉི་མེད་དང་། མཆོན་པའི་གཉན་ཆད། གཉན་ནད་རིག་དུག་ཕོ་མོ་ལུས་འབྲེལ་ལས་བྱུང་བའི་ནད་རིགས། འབྲས་ནད་རིགས། མེས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན། ཐོད་ཀྱི་གསོ་རིག་གཞུང་ནས་བྱུང་མེད་ཀྱི་གཞི་རིམ་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ནད་རིགས་སྟོན་འགོ་གཙུག་གི་སྟོར་གོ་སྟེལ་ཞུས།
- ༤༠༤། འདི་གའི་སྤྱི་ཚོགས་འཕྲོད་བསྟེན་ཆན་པའི་འགན་འཛིན་དང་། འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོའི་ལས་བྱེད། སྤྲོད་ཁང་གི་འགན་འཛིན། ཕྱི་ལོ་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྲོད་ཁང་གི་སྤྲོད་ཁང་དང་། ཕྱི་ལོ་ཐོད་ཀྱི་སྤྲོད་ཁང་གི་ཡན་ལག་སྤྲོད་པ་བཅས་ནས་ཇ་ཡི་བྱུང་སྤྱི་ཚོགས་རིག་གནས་སློབ་གཉེར་ཁང་དུ་འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོའི་སྟོར་ཉིན་ལྔའི་རིང་ཐབ་སྟོར་དུ་མཉམ་ཞུགས་ཞུས།

༤.༥། དབུས་ས་གཉིས་ནས་རྒྱལ་སྤྱིའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཚོགས་ནས་གཏན་འབེབས་འཕྲོད་བསྟེན་ཉིན་མོ་ཁག་སྤྱད་བཅི་
 ལུས་སྐབས་ནད་རིགས་འབྲེལ་ ༡༥ ཅམ་གོ་སྤེལ་ལུས་བར་མི་གྲངས་ ༡༠༩༥༢ ལས་མཉམ་ལུགས་གནང་བ་དང་།
 རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་ནས་བདག་ཉིད་ཆེན་མོ་ལྷན་རྒྱུ་འཁུངས་སྐར་ཉིན་མོ་རྒྱལ་ཡོངས་གཙང་བཟོའི་ཉིན་མོ་
 (Swachh Bharat Abhiyan) སྤྱད་བཅི་གནང་རྒྱ་གསལ་བསྐྱགས་གནང་དོན་ལྟར་བོད་མིའི་གནས་ལུས་གཞིས་
 ཆཌ་ཁག་ནང་ཁོར་ལུག་གཙང་བཟོའི་ལས་འགུལ་སྤེལ་བའི་སྤྱན་ཐོ་རྒྱ་གར་སྤྱི་ལོ་སྤྱོད་ལས་ཁུངས་སུ་ལུས་བར་ལེགས་
 གསལ་བཀའ་ལན་ཤེབས།

༤.༦། འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོ་ཆེན་པོའི་ལས་བྱེད་དང་། སྤྱན་ཞབས་གཅིག་བཅས་ནས་རྒྱ་གར་བྱང་ཡུལ་ལྷན་སྐར་ཉིན་གྲངས་།
 ར་མང་ལ་ཀུན་པན་སྤྱིང་། འབུམ་ལ་བསྟན་འཛིན་སྤྱང་། ཉི་ཏུ་དར་རྒྱས་སྤྱིང་། མེའོ་ཆོས་འཕེལ་སྤྱིང་བཅས་ཀྱི་གཞིས་
 མི་དང་། ཟླ་བཅུ་ལྔ། སློབ་སྤྲུག་བཅས་མི་གྲངས་ ༤༥༣ ལ་མཆིན་པའི་གཉན་ཆད་དང་། སློ་ནད་འི་མི་། ཁྲག་ཤེད། ཟ་
 ལུ་གཅིན་སྤྱིའི་ནད་གཞི་སོགས་ནད་རིགས་སྤྱོད་འགོག་ཐོག་གོ་སྤེལ་ལུས།

༥། འཕྲོད་བསྟེན་སྤྱོད་བཅས་

༥.༡། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལྷ་ ༥ ཆེས་ ༡༡ ལས་ ༢༠ བར་ཉིན་གྲངས་བཅུ་དང་། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལྷ་ ༩ ཆེས་ ༢༩ ལས་ ༣༠
 བར་ཉིན་གྲངས་གསུམ། དེ་བཞིན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལྷ་ ༤ ཆེས་ ༥ ལས་ ༡༡ བར་ཉིན་གྲངས་ ༥ བཅས་སོ་སོར་
 མངའ་སྡེ་མ་རྩ་རྒྱ་གཞིའི་ས་ཁུལ་ Jamkhed ཏུ་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཐོང་གསེབ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་འཆར་
 (Comprehensive Rural Health Project) དང་འབྲེལ་བའི་ཟབ་སྦྱོང་ནང་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཆོག་
 དང་། བྱང་ཆེ། བྱང་བྱང་། དེ་བཞིན་ཁྲབ་ཁོངས་སྤྱན་ཁང་གི་སྤྱན་ཁང་འགན་འཛིན་དང་། སྤྱན་ཞབས། འཕྲོད་ལས་བ་
 བཅས་ནས་སྤྱི་ལོ་མཉམ་ལུགས་ལུས།

༥.༢། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལྷ་ ༡༡ ཆེས་ ༢༡ ལས་ལྷ་ ༡༢ ཆེས་ ༣ བར་ཉིན་གྲངས་ ༡༣ རིང་སི་ཨེམ་སི་ཨེ་ལོར་སྤྱན་ཁང་ཏུ་
 ཀོ་ལེ་ལྷལ་སྤྱན་ཁང་གི་སྤྱན་བ་དང་། སྤེལ་གོ་བ་འཆོ་བྱེད་སྤྱན་ཁང་གི་སྤྱན་བ་གཉིས་ཆ་ལུས་དང་འབྲེལ་བའི་ནད་
 རིགས་ (Tropical Diseases) ཟབ་སྦྱོང་ཏུ་མཉམ་ལུགས་ལུས།

༥.༣། ཐའེ་ཕན་རྒྱལ་སྤྱིའི་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྱོད་བཅས་ལྷེ་གནས་ཁང་གི་མཐུན་འགྱུར་འོག་གོ་ལེ་ལྷལ་སྤྱན་ཁང་གི་སྤྱན་བ་དང་།
 སྤེལ་གོ་བ་འཆོ་བྱེད་སྤྱན་ཁང་གི་སྤྱན་བ་གཉིས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལྷ་ ༡༢ ཆེས་ ༡༢ ལས་ཆེས་ ༣༡ བར་ཉིན་བཅུ་
 དགའི་རིང་ཐའེ་ཕན་ཏུ་མལ་ལུས་ནད་གཞིའི་ (Clinical Training) ཟབ་སྦྱོང་ཏུ་མཉམ་ལུགས་ལུས།

༥.༤། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལྷ་ ༣ ཆེས་ ༤ ལས་ ༡༡ བར་ཉིན་བྱག་རིང་ལྷེ་ལིར་རྒྱ་གར་བྱང་ཕྱོགས་ཁུལ་དང་། བལ་ལུལ་ཁུལ་
 ལས་སྤྱན་ཞབས་དང་འཕྲོད་ལས་གྲངས་ ༩༣ ལ་དུད་ཁྲིམ་སོར་སོར་བསྐྱོར་བསྦྱོད་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་གཞི་
 (CCOCC) དང་འབྲེལ་བའི་ཟབ་སྦྱོང་ཏུ་མཉམ་ལུགས་ལུས།

༥.༥། འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོ་དང་། སྤྱོད་བཅས་ཆེད་ཉིན་སྟོར་ ༡༡,༤༤,༤༤༡,༠༠ འགོ་བོན་སོང་།

༡༠༡ རྒྱུང་བཅོས་ལས་གཞི།

༡༠་༡༡ རྒྱུང་བཅོས་ལས་གཞི་འདི་བཞིན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ལྷ་ ༤ ཆེས་ ༢༧ ཉིན་མན་སྤར་པན་བདེ་སྤིང་སྤྲོན་ཁང་ལ་དངོས་སུ་
འགོ་འཇུགས་ཀྱིས་ལག་བསྟར་ཞུས་པ་དང་། རྒྱུང་བཅོས་ལས་གཞི་འདི་བརྒྱུད་ད་བར་གཞིས་མི་གྲངས་ ༤༡༠ ཅམ་
ལ་ནད་རིགས་འབྲེལ་བཞུགས་དབྱུང་སྤུང་སྤུང་སྤུང་སྤུང་།

༡༠་༢༡ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལྷ་ ༢ པའི་ནང་རོགས་དངུལ་ལྷག་བསྟར་ནས་ཉུན་སྲུང་དང་། ཀོ་ལི་ལྷལ། མེའོ། མན་སྤར་བཅས་ཀྱི་
སྤྲོན་ཁང་སོ་སོར་མཁོ་བའི་འབྲུལ་ཆས་(Hematalogy Analyzer, Biochemistry Analyzer, ECG)
བཅས་སྤྲོན་གཞིར་ཀྱིས་མཁོ་སྤྲོད་ཞུས།

༡༠་༣༡ རྒྱུང་བཅོས་ལས་གཞི་དེ་དངུལ་ལྷག་ནས་གོང་གསལ་འབྲུལ་ཆས་ཐོག་ཉིན་སྟོར་ ༢,༤༧,༤༧ ༣༥་༤༠ འགོ་གྲོན་སོང་།

ཁ་༧ བདེ་དོན་སྡེ་ཆུ།

༡ ཆབ་སྲིད་བཅོན་ཟུར་དང་། འབྲེལ་ཡོད། འབྲེལ་ཆགས་བཅས་པར་འཆོ་སྟོན་དང་། སྤྲོན་བཅོས།

༡་༡༡ བོད་ནས་ཐེབས་པའི་ཆབ་སྲིད་བཅོན་ཟུར་མི་གྲངས་ ༤ དང་། ཆབ་སྲིད་འབྲེལ་ཆགས་མི་གྲངས་ ༡༡ ཆབ་སྲིད་
འབྲེལ་ཡོད་མི་གྲངས་ ༢ བཅས་ཁྲོན་མི་གྲངས་ ༡༤ ལ་དོ་བདག་གི་འཆོ་བའི་གནས་སྤངས་ལ་གཞིགས་པའི་ལྷ་རེར་
འཆོ་སྟོན་སྟོར་ ༡༠༠༠ དང་། སྟོར་ ༢༥༠༠ སྟོར་ ༤༠༠༠ བཅས་འབྲུལ་སྤྲོས་དང་། སྤྲིར་བཏང་འཆོ་སྟོན་ཆད་གཞི་
ལོ་གསུམ་ཡིན་ནའང་། ཆབ་སྲིད་བཅོན་ཟུར་དབྱང་ལོ་བཟེས་སོང་གཟུགས་བབ་འབྲོད་བསྟེན་དཀའ་ངལ་ཅན་
རིགས་ལ་བདེ་སྤྲོད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་རྒྱབ་གཉེར་གཞིར་བཟུང་འཆོ་སྟོན་འབྲུལ་རྒྱུ་དེ་དུས་ཡུན་འཕར་འགྲུངས་ཞུ་བཞིན་
ཡོད།

༡་༢༡ ཆབ་སྲིད་བཅོན་ཟུར་དང་། འབྲེལ་ཆགས། འབྲེལ་ཡོད་མི་གྲངས་ ༢༥ ལ་བོད་ཀྱི་སྤྲོན་ཅིས་ཁང་དང་བདེ་ལེར་སྤྲོན་
ཁང་གཉིས་ལ་བསྟེན་གཏུར་གནང་མཁན་ལ་སྤྲོན་གྲོན་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠ མཐུན་འགྲུང་དང་། ཕྱི་ལོ་དང་ཅན་དེ་ཟླར་
གཙོས་སྤྲོད་པའི་སྤྲོན་ཁང་ཁག་ལ་སྤྲོན་པའི་རྒྱབ་གཉེར་གཞིར་བཟུང་བསྟེན་གཏུར་གནང་མཁན་ཆབ་སྲིད་བཅོན་ཟུར་
ལ་སྤྲོན་གྲོན་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠ དང་། འབྲེལ་ཆར་ལ་སྤྲོན་གྲོན་བརྒྱ་ཆ་ ༤༠ འབྲེལ་ཡོད་ལ་སྤྲོན་གྲོན་བརྒྱ་ཆ་ ༥༥ བཅས་
འབྲུལ་སྤྲོས།

༡་༣༡ འདི་གའི་ཆན་པའི་ལས་ཁུངས་ཁྲོད་ནས་མནར་གཅོད་ཐོགས་མི་གྲངས་ ༤ ཀྱི་གནས་སྤངས་དང་དཀའ་ངལ་རྟོགས་ཞིབ་ཆེད་
དོ་བདག་སོ་སོའི་བཞུགས་གནས་སུ་སྟོར་བསྤྲོད་ཞུས།

༡་༤༡ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལྷ་ ༤ ཆེས་ ༢༤ ཉིན་ཆབ་སྲིད་བཅོན་ཟུར་དང་འབྲེལ་ཡོད་འབྲེལ་ཆགས་དང་། མང་ཆོགས་གྲངས་
༢༠༠ ལྷག་འདུ་འཛོམས་ཐོག་བོད་ཀྱི་རྫོས་གར་ཆོགས་ཁང་ནང་བོད་ཀྱི་གཏམ་བཟོད་ཆོགས་པས་བོད་ནང་ཆབ་སྲིད་
བཅོན་པའི་འཆོ་བའི་གནས་སྤངས་སོགས་མཆོན་སྤུང་པའི་དངོས་རྒྱུད་གཏམ་བཟོད་(ཁྲག་གིས་བྲིས་པའི་ལོ་
རྒྱུས།)ཞེས་པ་ཞིག་གཞིགས་སུ་ལུས་ཏེ་གཞིས་སུ་སྤྲོན་ཆུ་ནམས་ཀྱི་རྒྱལ་ཞེན་ལྷག་བསམ་མཆོན་སྤུང་པ་དང་
འབྲེལ་རྒྱལ་སྤྱིའི་མནར་གཅོད་ཉིན་མོ་སྤྲོད་བཅི་ཞུས།

- ༡.༥༡ ཆབ་སྲིད་བཅོན་ཟུར་དང་། འབྲེལ་ཡོད། འབྲེལ་ཆགས་བཅས་པར་འཛོན་སྟོན་དང་། སྟོན་གྲོན་བསྟོམས་ཉིན་སྟོར་
 ༣,༡༣༩,༤༡༣༠༠ མཐུན་འགྱུར་ཞུས།
- ༢༡ དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་ལ་འཛོན་སྟོན།
- ༢.༡༡ ཡད་པ་ལ་ལྷན་བཀའ་ཤག་གི་ཅ་འཛིན་ལམ་སྟོན་ལྟར་རྒྱ་གར་དང་། འབྲུག་ཡུལ་གཉིས་ཀྱི་ས་གནས་ཁག་ ༣༩ ནང་
 གནས་སྡོད་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་གྲངས་ ༡༡༠ ལ་རྒྱ་རེར་འཛོན་སྟོན་སྟོར་ ༡༥༠༠༠༠ རེ་འབྲུལ་ཟུས།
- ༢.༣༡ རྩ་ས་ཁུལ་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་གཉིས་ལ་རྒྱ་ཆབ་དང་། ཨོ་རྩི་ཤ་གཞིས་ཁོངས་དམིགས་བསལ་དགོས་
 མཁོ་ཅན་ཞིག་ལ་མིག་ཤེལ་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།
- ༣༡ མཛེན་དན་ཅན་ལ་སྟོན་བཅས་དང་། འཛོན་སྟོན།
- ༣.༡༡ པ་ལམ་ཕྱར་མཛེན་དན་གསོ་ཁང་དུ་ཡོད་པའི་རང་རྟེན་མཛེན་དན་གྲངས་ ༥ ལ་ནད་པ་རེར་རྒྱ་རེ་སྟོན་ཟས་དོད་སྟོར་
 ༡༠༠༠ རེ་དང་། འཛོན་སྟོན་རྒྱ་རེར་སྟོར་ ༡༥༠༠ རེ། གཞན་ཡང་སྟོན་བཅས་འགྲོ་བྱོན་འཛིན་གསལ་ལྟར་འབྲུལ་ཟུས་
 ཐོག་ལོ་རེར་སྟོན་དོད་སྟོར་ ༡༠༠༠༠ ཟས་པ་མཛེན་དན་གསོ་ཁང་དུ་འབྲུལ་ཟུས། ༣.༣༡ རིར་བཅའ་བཞུགས་གཞུང་
 ཞབས་ཟུར་པ་མཆོམས་གཅོད་སྟོལ་མ་ལགས་ནས་ཡགོང་ས་མཆོག་གི་ཡ་སྤྱིའི་འཁུངས་སྐར་དུས་ཆེན་དང་སྟབས་
 བསྟུན་མཛེན་དན་དང་པ་རྣམས་ལ་ལོ་ལྟར་སྟོར་ ༤༠༠༠ རེ་ཞལ་འདེབས་གནང་བཞིན་ཡོད་པ་སྐབས་དུས་མོ་མོར་
 ཁུངས་འབྲེམས་ཞུ་ཟུས།
- ༣.༣༡ དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་དང་མཛེན་དན་ཆོར་འཛོན་སྟོན་དང་སྟོན་བཅས་ཆེད་ཉིན་སྟོར་ ༣,༠༢་༣,༩༡༩ མཐུན་
 འགྱུར་ཞུ་ཟུབ་པ་བྱུང་།
- ༤༡ སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན།
- ༤.༡༡ སེམས་ཁམས་ནད་པ་གྲངས་ ༣༣༠ ཡོད་ཁོངས་ནས་ལོ་འདིའི་ནད་ནད་པ་གྲངས་ ༣༣༩ ལ་དགོས་ངེས་སྟོན་བཅས་
 གྱི་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།
- ༤.༣༡ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ཟླ་ ༡༡ ཆེས་ ༡༤ ནས་ ༡༩ བར་ཉིན་གྲངས་དྲུག་རིང་རྩ་ས་སྤེལ་ལེན་འབྲེལ་མཐུད་ཁང་གི་ཆོགས་ཁང་
 དུ་བྱུང་ཁོངས་སྟོན་ཞབས་གྲངས་ ༣༥ ལ་ཕྱི་ལུགས་བྱུང་ལས་སྟོན་པ་དང་གསོ་རིག་སྟོན་པ་གདན་ཞུས་ཀྱིས་སེམས་
 ཁམས་ནད་གཞི་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྟངས་དང་གྲིབ་སྟོན་སྟོར་ཟབ་བྲིད་ཞུས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དབྱགས་སྟོར་གི་ལམ་
 ནས་ནད་གཞི་དག་སྟེད་དང་སྟོན་འགོག་བྱེད་སྟུགས་སྟོར་ཟབ་བྲིད་ཞུས།
- ༤.༣༡ སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་སྟོན་གྲོན་ཆེད་ཉིན་སྟོར་ ༤༠༤,༩༤༤ འགྲོ་བྱོན་སོང་།
- ༥༡ བཅོན་ཕྱིལ་བོད་མིའི་སྟོན་བཅས་ལྟ་སྟོང་།
- ༥.༡༡ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ཟླ་ ༤ ཆེས་ ༡ ནས་བོད་མིའི་སྟོན་བཅས་ལྟ་སྟོང་ལས་གཞིའི་ལོ་ལྷ་པ་འགོ་འཛུགས་ཞུས་ནས་ཆོགས་
 མི་མི་གྲངས་ ༣༤༠༦༡ ནས་ཆོགས་ཞུགས་གནང་ཡོད། བོད་མིའི་སྟོན་བཅས་ལྟ་སྟོང་ལས་གཞིའི་ནང་ཆོགས་

- ༡་༣༡ ཨ་རི་གཞུང་གི་མཐུན་འགྱུར་འོག་གངས་སྤྱིད་ལས་ཤག་གི་ཚུ་མཛོད་ཉམས་གསོ་ཞུས།
 ༡་༣༢ སྤྱིར་གཞིས་ཁག་གསུམ་གྱི་འཕུང་ཚུའི་འབྱུང་ཁུངས་ཨ་མ་ནས་ཚུ་མཛོད་དབར་གྱི་སྐབ་མཛོད་རྟིང་པ་གསར་བཞེ་
 ཞུས་ཏེ་གཞིས་ཁག་གསུམ་གྱི་འཕུང་ཚུའི་དཀའ་ངལ་གང་ཅམ་སེལ་སྐབ་པ་བྱུང་།
 ༡་༣༣ མོན་རྩོ་འདོད་རྒྱ་སྤྱིར་གཞིས་ཀེམ་དྲུག་པའི་ཚུའི་སྐབ་མཛོད་གསར་བཞེ་ལས་འཆར་ལག་བསྟར་འགོ་འཛུཾ་ཟེན་པ་
 དང་། གཞིས་ཀེམ་བདུན་པའི་ཚུ་མཛོད་འོང་ཆད་ཚུ་ལི་ཀར་ཆེག་འབྲུམ་ཅན་ཞིག་གསར་བསྐྱུན་ཟེན་པར་གཞིས་ཀེམ་
 གཉིས་གྱི་ཚུའི་དཀའ་ངལ་གང་ཅམ་སེལ་སྐབ་པ་བྱུང་།

༣༡ གཙང་འཕྲོད་ལས་གཞི།

- ༣་༡ ཏུན་སུར་རབ་རྒྱས་སྤྱིར་གཞིས་ཆགས་མི་མང་ཆོགས་ཁང་ལ་སྤྱི་སྤྱོད་གསར་སྤྱོད་དཀའ་སེལ་ཆེད་ཨ་རི་གཞུང་
 PRM ཅས་དགོས་དདུལ་མཐུན་འགྱུར་སྤྱིར་གསར་སྤྱོད་གསར་རྒྱག་ཞུས།
 ༣་༢ ལ་དྲུགས་བསོད་ནམས་སྤྱིར་གཞིས་ཆགས་དང་བྱང་ཐང་ཁུལ་གནས་འཁོད་མི་མང་རྣམས་ལ་གསར་སྤྱོད་དགོས་ངེས་
 ཅན་ལ་སོང་ཨ་རི་གཞུང་གི་རོགས་སྤྱོར་འོག་ས་གནས་སུ་སྤོན་འགྲོའི་ལས་གཞི་ལག་བསྟར་འགོ་འཛུགས་ཆེད་
 གསར་སྤྱོད་ཀྱི་སྒོ་སྒྲེལ་ཁུངས་སོགས་ས་གནས་ཆོགས་རྩེད་ནས་མཁོ་སྐྱབ་ཀྱིས་གསར་སྤྱོད་གསར་རྒྱག་ལས་གཞི་
 ལག་བསྟར་ཞུ་ཞུས།
 ༣་༣༡ ཀོ་ལེ་ལྷལ་དོན་ལྷན་སྤྱིར་གཞིས་སྐར་མི་མང་ནས་ལ་རྒྱལ་བའི་ཕོ་བྲང་གི་ཉེ་འགམ་དུ་ལོ་ལྟར་མ་ཉི་དུང་སྐབ་གསོག་
 སྐབ་དང་། བསྟན་སྤྱིད་ཞབས་རིམ་གནད་སྤོན་འབད་སྐབ་ཞུ་ཞུས་དང་། གཞན་ཡང་གཞུང་འབྲེལ་མཛོད་སྒོ་ཆོགས་
 གྱིན་ལོད་པར་མང་ཆོགས་འདུ་འཛོམས་ཆེ་སྐབས་ཕོ་བྲང་སྤྱི་སྤྱོད་གསར་སྤྱོད་ཀྱི་དཀའ་སེལ་ཆེད་ཨ་རི་གཞུང་ནས་
 དགོས་དདུལ་མཐུན་འགྱུར་ཐོག་སྤྱི་སྤྱོད་གསར་སྤྱོད་གསར་རྒྱག་ཞུས།
 ༣་༣༢ ཚུད་དང་། གཙང་འཕྲོད་ལས་གཞི་ཆེད་ཉིན་སྟོར་ ༡༥, ༢༤, ༢༧, ༢༨ འགོ་གྲོན་སོང་།

༣༢ ཨར་ལས་འཛུགས་སྐྱོན།

- ༣་༡ རར་མན་རོགས་ཆོགས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་འོག་མེའོ་ཆོས་འཕེལ་སྤྱིར་འཕྲོད་བསྟེན་སྐྱོན་ཁང་གི་ཕྱི་བཅོས་གསོ་ཐབས་
 ཁང་དང་། ཁྱག་ལུང་བརྟག་དབྱེད་ཁང་། སྒོག་པར་ཁང་གསར་རྒྱག་ཞུས།
 ༣་༢ ཨི་ཊ་ལི་རོགས་ཆོགས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་འོག་ལ་དྲུགས་བྱང་ཐང་ས་ཁག་བརྒྱུད་ནང་གནས་སྤོད་མི་མང་རྣམས་ཀྱི་
 འཕྲོད་བསྟེན་གནས་བབ་གོང་མཐོང་གཏོང་ཆེད་ས་གནས་སུ་སྤོན་ཞབས་གཉིས་བཀོད་སྤྱིག་དང་འབྲེལ་ས་གནས་ཀྱི་
 སྤོན་ཁང་རྒྱ་བསྐྱེད་དང་སྤོན་ཞབས་པའི་ལས་ཤག་གསར་རྒྱག་ཞུས།
 ༣་༣༡ ཁུབ་ཁོངས་སྤོན་ཁང་རྒྱ་སྤྱོད་དང་བཟོ་དགོས་ཆེད་ཉིན་སྟོར་ ༡, ༥, ༢༡, ༢༢, ༢༣, ༢༤, ༢༥, ༢༦, ༢༧, ༢༨ འགོ་གྲོན་སོང་།

༣༣ སྤོན་ཁང་ལོ་བྱད་དང་། འབྲུལ་ཆས།

- ༣་༡ རར་མན་རོགས་ཆོགས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་འོག་སྤོན་ཁང་ལོ་བྱད་སྤོན་ཁང་ཆེད་ཕྱི་བཅོས་གསོ་ཐབས་བརྟག་དབྱེད་
 ཁང་ལ་མཁོ་བའི་འབྲུལ་ཆས་ཁག་ཅིག་མཁོ་སྤྱོད་ཞུས།

༤་༡། རར་མན་རོགས་ཚོགས་ཀྱི་རོགས་དབུལ་མཐུན་འགྱུར་འོག་མོན་སྟོ་འདོད་རྒྱ་སྒྲིང་སྤོན་ཁང་དུ་བཞུགས་སོང་གུམ་ནད་
དང་། སྤལ་ཚོགས་སོགས་ནད་མནར་དཀའ་མེལ་ཆེད་ཕྱི་བཅོས་གསོ་ཐབས་ཁང་ལ་མཁོ་བའི་ཡོ་བྱད་དང་། སོ་
བཟླ་དབྱུང་ཁང་ལ་མཁོ་བའི་འབྲུལ་ཆས་བཅས་མཁོ་སྟོན་ཞུས།

ང་། ལས་དོན་གཞན་ཁག་ཅིག་

༡། དགོས་ངེས་སྤོན་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར།

༡་༡། བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་ལྷན་པུས་ཉམ་ཐག་ཚོགས་རྒྱུང་ནས་ངོས་འཛིན་ཡོད་པའི་ཉམ་ཐག་ཨང་ཐོབ་ཅན་གྱི་ཁོངས་ཀླས་
གཙུང་མགོན་མེད་གངས་ ༤༠༠ དང་། ལོ་གཞོན་ནད་མནར་གངས་ ༣༤༥ སྤྱི་ཞུའི་ལས་བྱེད་ལས་ཐོག་བཞུགས་ཡོད།
བོད་མིའི་དང་རྒྱུང་འབྲོད་བཞུན་ཚོགས་པའི་བྱུང་ཁོངས་ལས་བྱེད་བཅས་གངས་ ༡༣༠ ལ་དགོས་ངེས་སྤོན་ཀྱི་
མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༡་༢། དགོས་ངེས་སྤོན་དང་། ཡོ་བྱད་ཆེད་ཉིན་སྟོར་ ༡,༢༤༣,༤༦༥ འབྲོ་བྱོན་སོང་།

༢། ཉམ་ཐག་དང་། སྤྱི་ཞུའི་ལས་བྱེད་པའི་སྤོན་བྱོན།

༢་༡། བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་ལྷན་པུས་ཀྱི་ཉམ་ཐག་ཞིབ་འཇུག་ཚོགས་རྒྱུང་གི་ཅ་འཛིན་ལས་སྟོན་ལྟར་ཉམ་ཐག་ཨང་ཐོབ་ཅན་གྱི་
ཁོངས་ནས་ཀླས་གཙུང་མགོན་མེད་དང་། ལོ་གཞོན་ནད་མནར་ཉམ་ཐག་གངས་ ༡༢༢ ལ་སྤོན་བཅོས་ཉིན་སྟོར་
༣,༤༣༣,༤༦༥ མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༢་༢། བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་ལྷན་པུས་ཀྱི་མངའ་གཅོད་ཀླས་པ་དང་། སྤྱི་ཞུའི་ལས་བྱེད་ལས་ཐོག་དང་། བཞུགས་ཡོད་པའི་བཅས་གངས་
༡༤༤ ལ་སྤོན་བཅོས་སྟོར་ ༤,༡༤༡,༤༠༡ མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༢་༣། བོད་མིའི་དང་རྒྱུང་འབྲོད་བཞུན་ཚོགས་པའི་བྱུང་ཁོངས་ལས་བྱེད་གངས་ ༤༤ ལ་སྤོན་བཅོས་ཉིན་སྟོར་
༤༠༤,༢༤༣ མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༢་༤། མངོན་དགའ་བོད་སྤྱི་གཙུག་ལྷན་པུས་པས་ལ་དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་སྟོན་བྱའི་ལས་བྱེད་གངས་ ༡༠ ལ་སྤོན་བཅོས་ཉིན་སྟོར་
༤༢,༤༤༢ མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༢་༥། ལྷན་པུས་ལྟར་དགའ་ལྟར་ཕོ་བྲང་གི་སྤྱི་སྤྱང་ལས་བྱེད་གངས་ ༡ ལ་སྤོན་བཅོས་ཉིན་སྟོར་ ༣,༡༠༠ མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༢་༦། གོང་གསལ་སྤོན་བྱོན་ཁག་ལྟར་བསྟོར་ཉིན་སྟོར་ ༤,༡༤༡,༤༡༢ འབྲོ་བྱོན་སོང་།

༣། ཐད་ཀའི་འཛིན་སྟོང་སྟེ་ཆོན།

༡། མངོན་དགའ་བོད་སྤྱི་གཙུག་ལྷན་པུས་པས་ལ་དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་སྟོན་བྱ།

༡་༡། ཐའེ་ཐན་རོགས་ཚོགས་ནས་མངོན་དགའ་སྟོན་བྱའི་སྟོན་དགེ་དང་། གསོ་སྟོང་ལས་བྱེད། འབྲོད་བཞུན་ལས་བྱེད་
བཅས་པར་ཉིན་གསུམ་རིང་སྟོན་སྤྱི་གཙུག་ལྷན་པུས་ལ་འབྲོད་བཞུན་དང་འབྲེལ་བའི་ལྟ་སྟོན་བྱེད་སྟོང་སྟོང་བཟང་དང་། ཕྱི་
བཅོས་གསོ་ཐབས་པར་ལམ་སྟོན། སྟོན་སྤྱི་གཙུག་ལྷན་པུས་ལ་འབྲོད་དང་སྤོན་བཅོས་མཐུན་འགྱུར་གནང་།

- ༡་༩། བདེ་སྲིད་སྤྱི་བོད་ཀྱི་སྐྱོན་ཅིས་ཁང་གི་སྐྱོན་པ་ནས་རེས་གཟུང་ལྷག་པ་འཆར་ཅན་མངོན་སྟོབ་ཏུ་ཐེབས་ནས་སྟོབ་
སྤྱག་ཆོར་བརྟག་དབྱེད་དང་སྐྱོན་བཅོས་ཞུ་མཁན།
- ༡་༣། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལྷ་ ༤ ཆེས་ ༤ སྤྱི་ལོ་ཆུ་ཆོད་ ༢༥༣༠ ཐོག་སྤྱི་ནོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་མཆོག་བདེ་
སྲིད་སྤྱི་ཉེ་འཁྲིས་ཐང་འཕུར་གནས་ཐང་དུ་ཆེབས་བསྐྱར་བསྐྱུངས་སྐབས་དགེ་ལས་སྟོབ་སྤྱག་ཡོངས་ལ་ཐེབས་ལམ་
དུ་ཞལ་མཇུག་སྐལ་བཟང་གི་གོ་སྐབས་ཐོབ།
- ༡་༤། ལུས་སྤྱི་རི་ལྷ་ཕྱི་ཉ་ནས་སྟོབ་སྤྱག་ཆོར་རྒྱ་བ་སྤྲེགས་འཁོར་ལོ་ཅན་དང་། རས་ལྷས། གཅིན་གདན། ཨིན་ཡུལ་བོད་
ཀྱི་ངལ་སེལ་ཐེབས་ཅུ་ (Tibet Relief Fund, U.K.) རོ་ཁྲོ་ཆོགས་ནས་སྟོབ་གྲར་སྐམ་སྟོག་ རར་མན་རོགས་
ཆོགས་ནས་སྐྱུ་འཁོར་ (Tata Zenon) དེ་བཞིན་ཡད་པ་ལ་ལྷན་དགའ་ལྷན་སོ་བྲང་ཡིག་ཆ་རན་ (Swaraj
Mazda Ambulance) ནད་པ་འོར་འདྲེན་སྐྱུ་འཁོར་བཅས་གསོལ་བསྐྱལ་གནང་།
- ༡་༥། ཨ་རིར་བཅའ་བཞུགས་རང་རིགས་གཞས་མ་བསྟན་འཛིན་ཀུན་གསལ་ལགས་དང་། བསྟན་འཛིན་བདེ་སྲིད་ལགས་
གཉིས་ནས་སྟོབ་གྲུའི་འཛིན་ཁང་དང་། ཕྱི་བཅོས་གསོ་ཐབས་ཁང་། འཛིན་སྲོང་ལ་མཁོ་བའི་དངོས་ཆས་ཁག་ཞལ་
འདེབས་གནང་།
- ༡་༦། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལྷ་ ༤ ཆེས་ ༤ ཉིན་མངོན་དགའ་སྟོབ་གྲུའི་སྟོབ་སྤྱག་ ༤ དང་། དགེ་ལས་ ༤ བཅས་སི་ལ་ཁུའི་བོད་
ཁྱིམ་ལག་ཤེས་སྲོང་བརྟན་ཁང་དང་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལྷ་ ༡༡ ཆེས་ ༡༥ ཉིན་སྟོབ་སྤྱག་གྲངས་ ༤ མངའ་སྡེ་
(Uttarkhand State Council for Science & Technology Education Tour) བཅས་གོ་རྟོགས་
སྤྲོད་སྟོར་བསྐྱོད་ཞུས།
- ༡་༧། རོགས་ཆོགས་ (Vimala Association) ནས་མངོན་དགའ་སྟོབ་གྲུའི་ཉམས་གསོ་དགོས་རིགས་དང་དགོས་མཁོ་
འབྱུང་ཆས་ཁག་ཅིག་དང་རོགས་ཆོགས་ (American Himalayan Foundation) ནས་མངོན་སྟོབ་ཀྱི་སྟོབ་
སྤྱག་རྣམས་ཀྱི་ཐས་བཅུད་དང་གཞན་ཡང་རྒྱ་བ་སྤྲེན་བཅས་རོགས་སྐྱོར་གནང་།
- ༡་༨། མངོན་དགའ་སྟོབ་གྲུའི་ཆེད་ཉིན་སྟོར་ ༡༠, ༢༠༡, ༤༩༩, ༡༠༠ འགྲོ་སྟོན་སོང་།
- ༢། རས་ལྷ་རྒྱལ་རི་ནད་གསོ་ཁང་།
- ༢་༡། ནད་གསོ་ཁང་དུ་ནད་པ་གྲ་བཅུན་ཞལ་གྲངས་ ༤༩ ཐེབས་པར་བཞུགས་གནས་དང་། ཞལ་ལག་སོགས་རིན་མེད་
མཐུན་འགྱུར་ཞུས།
- ༢་༢། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལོར་ཨ་རི་གཞུང་གི་མཐུན་འགྱུར་འོག་ནད་གསོ་ཁང་གི་ཁང་པའི་ཕྱི་ནང་ཡོངས་རྫོགས་དཀར་ཅི་
དང་། ཁང་པའི་ཅིགས་ཟུར་བཅོ་བཅོས་ཞུས།
- ༢་༣། ནད་གསོ་ཁང་གི་ཆེད་འགྲོ་སྟོན་ཉིན་སྟོར་ ༢༡, ༤༡, ༦༡ སོང་།
- ཆ། ཁྱབ་ཁོངས་སྡེ་ཆུ།
- ༡། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཆོགས།

- ༡.༡། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཡིག་དགོངས་དོན་ད་བར་གསོ་བ་རིག་སློབ་གཉེར་ཁང་གངས་ལྷ་དཀའ་
 བརྩ་པའི་སློབ་གཉེར་ཁང་དུ་ངོས་ལེན་དེབ་སྐྱེལ་དང་འདི་ལོ་གསོ་བ་རིག་སློབ་པ་གངས་ ༥ དེབ་སྐྱེལ་ཞུས་སྟོན་གྱིས་ད་
 བར་གསོ་བ་རིག་སློབ་པ་གངས་ ༩༩ ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲིམས་སྒྲིག་འོག་དེབ་སྐྱེལ་ཞུས།
- ༡.༢། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལྷ་ ༣ ཚེས་ ༡༩ ཉིན་ལྷན་ཚོགས་ནས་གསོ་བ་རིག་པའི་གནས་རིམ་གཏན་འབེབས་ཆེད་ཉིན་གཅིག་
 གི་དམིཌ་བསལ་ཚོགས་འདུ་བསྐྱོང་འཆོགས་ཞུས།
- ༡.༣། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ལོའི་གཡུ་ཐོག་གཟེངས་རྟགས་ཐེངས་གསུམ་པ་དེ་བཞིན་ཞིང་ག་ཞེས་མཁས་དབང་ཁྱི་རུ་ཆེ་རྣམ་
 རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་མཆོན་ཐོག་ཕྱུལ།
- ༡.༤། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས་ནས་བོད་མིའི་འདུ་སྟོན་གཞིས་ཆགས་དང་། སློབ་གྲྭ་ཁག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་གོ་
 རྟོག་ཀྱི་གཏམ་བཤད་དང་། ཕྱི་རིལ་བོད་ཀྱི་སློབ་རྒྱུན་སྤྱི་ལོ་ལས་རིམ་ནང་དར་བྱེད་ཆེ་བའི་ནད་རིགས་མི་འདྲ་
 བ་ཁག་རྩིས་དང་སྟོན་འགོག་ཞུ་ཐབས། གཞན་ཟས་སྟོན་འཕྲོད་པར་བསྟེན་ཚུལ། སློབ་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་ཚུལ་
 བཅས་ཀྱི་ཐོག་གཏམ་བཤད་བཟོ་སྒྲིང་གོ་སྒྲིག་ཞུས།
- ༡.༥། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ལྷ་ ༡༡ ཚེས་ ༧ ཉིན་རྒྱ་གར་དབུས་སློབ་ཀྱི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་གསར་པ་བསྐྱོ་གཞག་གྲུབ་
 བར་འཆམས་འདྲིའི་མཇུག་འཕྲད་ཞུས་ཏེ་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ལས་དོན་རྩིས་དང་འབྲེལ་རྒྱ་
 གར་དབུས་སློབ་ཀྱི་ལྷན་ཚོགས་ནས་འདི་གའི་ཚོགས་མི་གཅིག་རྒྱ་གར་དབུས་སློབ་ཀྱི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མིར་
 བསྐྱོ་གཞག་ཡོང་བ་སྟེན་བསྐྱུལ་ཞུས།
- ༡.༦། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ལྷ་ ༡༡ ཚེས་ ༢༣ ཉིན་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་གྲྭ་ཡུ་ཤའི་སློབ་ཆེན་ Shri Shripad Naik མཆོག་
 མཇུག་འཕྲད་གྱིས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་རྩིས་དང་འབྲེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཞོན་རྒྱ་གར་
 གཞུང་གི་འབྲེལ་ཡོད་ཁྲིམས་སྒྲིག་དགོངས་དོན་ཚོགས་མིར་བསྐྱོ་གཞག་ཡོང་བའི་རེ་འདུན་ཞུས།
- ༡.༧། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ལྷ་ ༡༣ ཚེས་ ༢༠ ཉིན་ཉི་མ་རྩལ་མངའ་སྡེའི་ཨུ་ཡུ་ཤའི་སློབ་ཆེན་སྐུ་ཞབས་ (Karan Singh)
 མཆོག་དང་མཇུག་འཕྲད་ཞུས་ཏེ་མངའ་སྡེའི་ནང་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་སྟེན་སློབ་ཁང་གསར་འཛུགས་དང་། ཉི་མ་
 རལ་མངའ་སྡེའི་ནང་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་པའི་ས་དམིགས་བཞི་ལས་གསུམ་སྟོང་པ་ལུས་ཡོད་པས་ས་མིག་དེ་དག་
 ཁ་བསྐྱོང་ཡོང་བའི་རེ་འདུན་ཞུ་བསྐྱུལ་ཞུས།
- ༡.༨། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལྷ་ ༢ ཚེས་ ༡༩ རྣམ་ཆེས་ ༢༣ བར་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་དང་བྱང་ཆེ་གཉིས་ཨུ་རུ་སུ་རྒྱལ་
 ས་ (Moscow) དང་ (Saint Petersburg, Buryat) བཅས་ནང་ཕྱོགས་བསྐྱོད་གྱིས་དེ་ལུས་བོད་རིགས་སློབ་
 པ་དང་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ལག་ལེན་གནང་མཁན་སློབ་པ་རྣམས་ལ་ཐུགས་འཕྲད་དང་འབྲེལ་ལྷན་ཚོགས་རྩིས་
 ཞུས།

༡། **བོད་ཀྱི་སློབ་ཅིས་ཁང་།**

- ༡་༡། རང་ཅག་གངས་ཅན་བ་རྒྱལ་གྱི་བསོད་ནམས་ཀྱི་བཞོན་སྐལ་དུ་ཐོབ་པའི་མེ་རྟོག་གང་ལ་ཐོག་པའི་ལྷ་སྐལ་སྤྱི་ནོར་
ཡགོང་ས་ཡུལ་ས་མགོན་ཡུལ་དབང་ཐམས་ཅད་མཐུན་ཅིང་གཟིགས་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྤྱི་འཕྲོད་བཞེས་དང་།
སྐར་དབྱེད་ཅིས་རིག་གི་སློབ་ས་ཡུལ་དཔྱད་ཀྱི་ལུག་ཁག་འཆིམས་ལུས་མེད་པར་ཞབས་ཞུ་སྒྲུབ་བཞིན་ཡོད།
- ༡་༢། ཅིས་ལོའི་ནང་བོད་རིགས་དང་། ཆོས་འབྲེལ་ནད་པ། དགེ་བཅུན། སློབ་སྒྲུག་སྤྱི་ཁྱེད་ལ། ཉམ་ཐག་བཅས་པར་སློབ་སྦྱོར་
དང་བྱེད་བཅག་སློབ་སྦྱོར་ཁྱོན་བསྐྱོམས་སྒྲོར་ས་ཡ་ ༣༣༥ ལུས་སྒྲུབ་པ་བྱུང་།
- ༡་༣། འདི་གའི་ཁྱབ་ཁོངས་སྤྱོད་མཐའི་ཡན་ལག་སློབ་ཁང་ཁག་ ༥༢ དང་། ཟུང་འབྲེལ་ཡན་ལག་སློབ་ཁང་ ༢ བཅས་
ནས་གསོ་རིག་སློབ་བཅས་ཞབས་འདེགས་བྱུང་དང་འབྲུབ་བཞིན་ཁར། ས་གནས་གཞན་དུ་རྒྱན་ཐུག་སྒྲོར་བསྐྱོད་
ལམ་ནས་སློབ་བཅས་མཐུན་ཆེན་སྒྲོར་སྤྱོད་ལ།
- ༡་༤། རང་རེའི་སྤྱི་ཆོག་སྤྱོད་ཁྱབ་གདལ་ཆེ་བའི་ནད་མཆིན་པའི་གཉན་ཆད་དང་། སློན་དེ་ལྷོ་ལ། ཐོ་བའི་འབྲས་ནད། ཁྱག་
རྒྱང་སྒྲོད་འཆོངས། དབྱགས་མི་བདེ་བ། བྱམ་བྱ། ཟ་ཁུ་གཅིན་སྟེ། སྤྱམ་མའི་འཕྲོད་བསྟེན་བཅས་ནད་རིུ་སྟོན་འགོག་
གི་དེབ་ཐོང་བརྒྱད་དཔར་བསྐྱར་ཞུས་པ་དེ་དག་གི་ཆ་ ༡༩ ཆོས་ ༤ ཉིན་རྒྱལ་ས་ལྷོ་ལིར་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡུལ་ས་
མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་དབུ་འབྱེད་བཀྱིན་ཆེ་རྗེས་མང་ཆོད་ལ་འབྲེམས་སྟེལ་ཞུས།
- ༡་༥། བོད་ཀྱི་སློབ་ཅིས་ཁང་ནས་འགྲོ་བ་མིའི་ལུས་སེམས་གཉིས་ལས་གཙོ་བོ་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ཞབས་ཞུ་ཆད་
མཐོར་གཏོང་ཐབས་སུ་དམིགས་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱིའི་བསྐྱོད་ཆོག་སྤྱོད་ཆེན་ཐངས་བཞི་བ་ཞེས་པ་ཞུ་ཞུས།
- ༡་༦། སྤྱན་གྲགས་ཅན་གྱི་ཨ་རི་ཨེ་ཨོ་རི་མཐོ་སློབ་དང་། ཇ་ས་བོད་ཀྱི་སློབ་ཅིས་ཁང་གཉིས་དབར་(Emory Tibet
Medical Sciences Program) ཞེས་པའི་ལས་འཆར་ཞིག་འགོ་འཇུགས་ཞུས་ཤིང་། ཨེ་ཨོ་རི་མཐོ་སློབ་ཀྱི་སློབ་
ལཱ་གཙོ་འཛིན་བཞུགས་སྐར་དུ་ཆེད་པེབས་ཀྱིས་བོད་སློབ་ཐོག་ཉིན་ཤས་སྤོང་ཆོར་རྟོག་ཞིབ་བྱུང་རྗེས་ཨེ་ཨོ་རི་སློབ་
སྒྲུག་བོད་སློབ་སྤྱོད་དུ་བཏང་བ་སོགས་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱན་གྲངས་ཅན་གྱི་སློབ་ཀྱི་སྤེ་ཆན་ཞིག་གི་གཙོ་འཛིན་རང་ཉིད་ནས་
བོད་སློབ་ཐོག་སྤྱོད་ཞུགས་ཁུར་ཆེ་བཞེས་གནང་།

༢། **བདེ་ལེགས་སློབ་ཁང་།**

- ༢་༡ བདེ་སློབ་སྤྱི་ཁྱེད་སློབ་བ་ས་འདུ་ཆད་ཆེ་བཅུན་རྟོ་རྗེ་ལགས་ཀྱི་སྤྱི་ཁྱེད་འོག་ཏེ་མ་ཅལ་མངའ་ཁུལ་དུ་རྟེན་གཞི་བྱས་
པའི་དགོན་སློབ་བཅུན་གསུམ་གྱི་ཆོག་སྤེ་མང་དག་ནད་སྒྲོར་བསྐྱོད་ཀྱིས་བྲུ་བཅུན་དང་སློབ་སྒྲུག་ཁྱོན་བསྐྱོམས་
༤༢༤ ལ་ནད་གཞི་བརྟག་དབྱེད་ཞུས།
- ༢་༢། སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡུལ་ས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ཡུལ་འབྲུངས་སྐར་ཉིན་མོར་ཀང་ར་ Fortis སློབ་ཁང་དང་།
རྟ་ས་རྒྱལ་སྤྱིའི་ Rotary Club ཆོག་སྤེ་བ་དང་། བདེ་སློབ་བཅས་ཆོག་སྤེ་བ་གསུམ་ཟུང་འབྲེལ་གྱིས་མེག་རྟན་ཡན་
ལག་སློབ་ཁང་དུ་ནད་རིགས་སྤྱི་ཆོག་སྤྱོད་ཀྱི་སློབ་སྐར་ཞིག་ཞུ་ཞུས།

༣.༣ འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་དང་། བདེ་སྐྱོན་གཉིས་མཉམ་རུབ་ཀྱིས་འཛམ་གླིང་འི་བེ་ཉིན་མོ་ལོགས་པར་སྤང་བཅི་ཞུས།
བདེ་སྐྱོན་ནས་འདས་པའི་མོ་མང་སྟོན་ནས་བཅན་གྱོལ་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ནད་པར་སྤྲོས་ཆད་ལྡན་པའི་སྐྱོན་བཅོས་ཞབས་
ཞུ་མཁོ་སྟོན་ཐུབ་ཕྱིར་འི་བེད་རྟོག་ཞིབ་དང་། བོ་རྟོགས་སྟོབ་གསལ་ལས་འགྲུལ་གཏམ་བཤད་སོགས་ཀྱི་ལམ་ནས་
ཞབས་འདེགས་སྐྱབ་བཞིན་ཡོད།

༣.༤ བདེ་སྐྱོན་སྤྱི་ཁབ་སྐྱོན་པ་ས་འདུ་ཆང་ཆེ་བརྟན་རྟོ་རྟེ་ལཾ་ནི་ཡལོང་ས་མཆོག་གི་ཡ་སྤྱའི་འཕྲོད་བཞེས་ཀྱི་འགན་འཁུར་
གཙོ་བཞེས་གནང་མཁན་ཞིག་ཆཾ་ཡོད་ལྟམས། རྒྱ་གར་གཙོ་གྲུང་གིས་ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྱུ་ཁག་གི་གྲགས་ཅན་སྐྱོན་
པར་འབྲེལ་མ་ཐུད་གང་ལོགས་ཡོད་པས་དེད་དུས་ཆེན་རིག་གི་འབྲུལ་ཆས་ལ་བརྟེན་ནས་དུས་ནས་དུས་སུ་ཡ་སྤྱུ་
ཁམས་བརྟག་དབྱུད་ཞུ་དགོས་མཆོན་པའི་ཡལོང་ས་མཆོག་ལ་དྲགས་སོགས་རྒྱ་གར་ནང་ཁུལ་བོད་མིའི་འདུ་སྟོན་
ཁག་ནང་ཆེབས་བསྐྱར་བཀྱིན་བསྐྱངས་སྐབས་ཆེབས་ཞབས་སུ་བཅར་དགོས་ནམ་བྱུང་ལ་ལྟན་བཅར་གྱིས་ཡ་སྤྱུ་སྐྱོན་
ཞབས་ཞུ་འཐུས་གཙང་སྐྱབ་སྤྲོས་ཡིན་པ་དང་། ཆེབས་ཞབས་ཀྱི་འབྲེལ་བྱེད་ཆ་ཆང་ནར་གཏོང་འགན་འཁུར་ཞུ་བཞིན་
ཡོད།

༣.༥ དགའ་ལྡན་པོ་བྲང་གི་མཆོད་ཆབ་ནང་ནད་འདུ་ཡོད་མེད་བརྟག་དབྱུད་ཀྱི་འཁུར་འགན་ཆ་ཆང་སྤངས་ཏེ་སྐྱབ་བཀྱིན་
སམ་གསུམ་རེདེ་མཆམས་པོ་བྲང་གི་ཆབ་མཛོད་ཨ་མ་ནས་ཆབ་ཤེལ་དམ་གཉིས་རེ་སྤངས་ཏེ་རྟོག་རྒྱ་གར་གཞུང་
གི་ཚུའི་ལས་ཁུངས་སུ་ནད་འདུ་ཡོད་མེད་བརྟག་དབྱུད་བྱེད་དུ་བསྐྱལ་བ་མ་ཟད། པོ་བྲང་གི་འབྲེལ་ཡོད་མཛོད་གཙོ་
ནམ་པའི་མཁུན་རྟོགས་སྤྱད་བརྟག་དབྱུད་བཀྱིས་པའི་སྐྱོན་ཐོའི་ངོ་བལྟས་འདུལ་ལམ་ཞུ་བཞིན་ཡོད།

༥། དུས་འཁོར་དབང་ཆེན་ཐེངས་ ༣༧ པར་སྤྱི་ཚོགས་འཕྲོད་བསྟེན་ཞབས་ཞུ།
སྤྱི་རྗེར་ཡལོང་ས་ཡ་སྤྱུའི་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་གནས་མཆོག་རྟོ་རྟེ་གདན་དུ་དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དབང་
ཆེན་ཐེངས་ ༣༧ པ་བཀྱིན་ཆེ་སྐབས་ཆོས་ཞུ་བར་འཕྲོད་བསྟེན་ཞབས་ཞུ་གང་ཐུབ་ཞུས་པ་གཤམ་གསལ།

༡། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ལྷ་ ༡༢ ཆེས་ ༢༤ ནས་ ༢༠༡༧ ལྷ་ ༡ ཆེས་ ༡༧ པར་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བྱང་ཆེ་དང་།
ཁབ་ཁོངས་ཕྱི་ལུགས་སྐྱོན་པ་ ༤ སྐྱོན་ཞབས་ ༣༠ སྐྱོན་སྟོན་ ༣ འཛིན་སྟོང་ལས་བྱེད་ ༡༤ ནད་པ་འོར་འཛིན་སྐྱུམ་
འཁོར་གསུམ་བཅས་ནས་སྐབས་དེར་ཕྱི་ནང་གི་ཆོས་ཞུ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་རིན་མེད་གསུང་ཆོས་རྒྱ་བའི་ཉེ་འགམ་དང་།
མང་ཚོགས་བཞུགས་པའི་དབུ་གྲུང་ཡོད་ས། བོད་ནས་ཐེབས་པའི་ཆོས་ཞུ་བ་བཞུགས་ཡུལ། ཨང་ཐོབ་ཅན་གྱི་ཉམ་
ཐག་བཞུགས་གནས་བཅས་སུ་སྐྱོན་སྤྱད་ཁག་བཞི་བྱུང་འདུགས་ཀྱིས་ཚུད་ ༢༧ རིང་འཕྲོད་བསྟེན་ཞབས་འདེགས་
གང་ཐུབ་ཞུས།

༢། གོང་ཞུས་སྐྱོན་པ་གཙོས་ལས་བྱེད་རྣམས་སྐྱོན་སྤྱད་སོ་སོར་ལས་བགོས་སྟེང་། ས་གནས་གཞུང་ལ་འབོད་བསྐྱལ་སྟོན་
ཞུས་བཞིན་སྐྱོན་སྤྱད་སོ་སོར་སྐྱོན་པ་རེ་དང་སྐྱོན་སྟོན་གཅིག་སྐྱོན་ཞབས་གཅིག་གཞི་རིམ་གྱི་སྐྱོན་བཅས་ཀྱི་རོགས་
སྟོར་གནང་། སྐབས་དེར་བཞུགས་སྤྱད་ཡོད་པའི་བོད་ཀྱི་དགེ་ཅེ་ཚོགས་པས་དང་སྤང་ཐོག་ནད་པ་འོར་འཛིན་སྐྱུམ་
འཁོར་གཅིག་མངའ་རིས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ་ནས་བྱང་སྤངས་ཐོག་ནད་པ་འོར་འཛིན་གྱི་སྐྱུམ་འཁོར་གཉིས་དང་དང་

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

དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གསུམ་པའི་ནང་གསེས་ཁ་བ། སྤྱི་འཐུས་རྒྱ་ལས་ཀྱིས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྟོམས་རྒྱས་
པར་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་སྟེན་ཐོ་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༤༠ པར་གཟིགས་རོགས་གནང་། སྟེན་སྟོན་གནང་མཁན། སྤྱི་འཐུས་སྟོལ་མ་
ཆེ་རིང་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སྟོལ་མ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཡིག་ཆ་ཨང་ ༤༠ བ།

༡༢། །བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦་་་༢༠༡༧ ལོའི་ལོ་འཁོར་
ལས་བསྟོམས་རྒྱས་པ་ཤོག་གྲངས་ ༡༡༥ ཡོད་པར་སྤྱི་འཐུས་རྒྱ་ལས་ནས་ཞིབ་འཇུག་ཞུས་པའི་གྲུབ་དོན་སྟེན་ཐོ་

འཕྲོད་འབྲལ་ཞུས་པ་ཁག་གཤམ་གསལ།

- ༡། ལས་བསྟོམས་ཤོག་གྲངས་ ༣ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ལོར་འདི་གའི་ཁྲབ་ཁོངས་སྟན་ཁང་ཆེ་འཕྲིང་རྒྱུ་གསུམ་དུ་ནད་པ་
གྲངས་ཐོ་རེ་འུ་མིག་ ༡༤ རེ་བེ་ར་སྟོད་གྲངས་ ༣༡༤ གསལ་བ་དེ་དག་བོད་མིའི་སྟོད་སྐར་གང་དང་གང་ནས་ཡིན་
དང་བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་གྲངས་ཐོའི་ནང་བོད་ཁྲིམ་སྟན་ཁང་ཁག་གི་ནད་པ་རྣམས་
ཚུད་ཀྱི་ཡོད་དམ་མེད། ཡོད་ཆེ་སྟེ་རྒྱ་བོད་ཁྲིམ་ནང་སྟོན་དེ་བེ་ཅན་གྲངས་ག་ཚོད་གསལ་ལམ། མེད་ཆེ་མ་ཚུད་
པའི་རྒྱ་མཆོན་གསལ་བཤད་ཡོང་བ།
- ༢། ལས་བསྟོམས་ཤོག་གྲངས་ ༡༤ ༤༽འཕྲོད་བསྟེན་སྦྱོང་བརྒྱུ་ ༡༡ དང་ ༢༡ ནང་ཐབས་སྦྱོང་དུ་འདི་གའི་ཁྲབ་ཁོངས་ཀོ་
ལེ་རྒྱལ་སྟན་ཁང་གི་སྟན་པ་འཛིགས་མེད་སྐལ་བཟང་དང་སྟེལ་ཀོབ་འཛོེ་བྱེད་སྟན་ཁང་གི་སྟན་པ་བཀྱིས་རྣམས་རྒྱལ་
གཉིས་མཉམ་བཞུགས་ཞུས་ཞེས་གསལ་འདུག་ན། སྦྱོང་བརྒྱུ་ལྟ་ཞེས་གཉིས་ཀར་སྟན་པ་རང་འཇགས་ལ་གོ་སྐབས་
ཐོབ་འདུག་པས་སྟན་པ་གཞན་གོ་སྐབས་བཞེས་མཁན་མེད་པ་ཡིན་ནམ། ཆ་བྱོད་ཆེ་བའི་ནད་གང་དང་གང་ལ་ངོས་
འཛིན་གནང་གི་ཡོད་དམ།
- ༣། ལས་བསྟོམས་ཤོག་གྲངས་ ༡༤ ༥༽ སྐྱོར་བསྟོད་སྐབས་ནད་རིགས་སྟོན་འགོག་དང་། འཕྲོད་བསྟེན་སྟོབ་གསོ། ནད་
རིགས་བརྟག་དབྱད་ལ་མཁོ་བའི་ཡོ་བྱད་གྲངས་ ༤༠ མཐུན་འགྱུར་མཁོ་སྟོད་ཞུས་འདུག་པའི་ཐད། ཡོ་བྱད་གྲངས་
༤༠ དེ་རྣམས་བོད་མིའི་སྟོད་སྐར་གང་དང་གང་དུ་བགོ་འབྲེམས་ཞུས་དང་། སྐྱོར་བསྟོད་ལས་རིམ་སྐབས་ནད་གཞི་
གཙོ་བོ་གང་དང་གང་སྟོན་འགོག་དང་བརྟག་དབྱད་ཀྱི་རིམ་པ་ཡོད་དམ།
- ༤། ལས་བསྟོམས་ཤོག་གྲངས་ ༡༥ ༡༽ བཅན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྟན་བཅོས་ལྟ་སྟོང་། ༡། ཚོགས་མི་ ༢༤༠༦༡ ཚོགས་
བཞུགས་བྱུང་ཡོད། དཔལ་འབྱོར་ཐོག་དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་དུད་ཁྲིམ་རྣམས་ལ་ཚོགས་དོན་ཐོག་ཨ་རིའི་གཞུང་གི་
རོགས་དཔུལ་ནས་ཚོགས་དོན་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་ ༢༠ ཡི་རོགས་རམ་ཐབས་འཛོལ་ཐུབ་ཡོད་གསལ་ཐད། ཚོགས་དོན་

བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ ཐོབ་པའི་ཚོགས་མི་རྣམས་ཉམ་ཐག་གྲངས་ཐོའི་ནང་ཡོད་པ་ཞེ་གཅིག་ཡིན་ནམ། མིན་ཆེ་རྒྱ་མཚན་གསལ་བཤད་ཡོང་ག།

༥། སྤྲོན་བཅོས་བལྟ་སྐྱོང་ལས་གཞིའི་ཐོག་མའི་ཚོགས་ཁྱེད་ཀྱི་དམིགས་ཚད་དང་གྲུབ་འབྲས་ཇི་བུང་། དམིགས་ཚད་སྤྲོན་ཡོད་དང་མེད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན། བོད་མིའི་འདུ་སྐྱོད་གཞིས་ཆགས་ཆེ་ཁག་ལྗེའི་ནང་སྤྲོན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་ལ་འཇུག་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཞིབ་ཤ་གསལ་བཤད་ཡོང་ག།

༦། ལས་བསྡེམས་ཤོག་གྲངས་ ༡༥ ༡༥ ཁྱོས་ཇུས་ངན་གོམས་སྤྲོན་འགོ་ག་དང་། བཅོས་ཐབས། ༡། ཁྱོས་ཇུས་ངན་གོམས་ཅན་གྲངས་ ༡༥ ར་རྒྱ་སྤྲོན་ཞི་བདེ་ཁང་གསར་། Naveen Kiran, Jagrati Rehab Center ཁྱོས་ཇུས་ངན་གོམས་བཅོས་ཐབས་ཁང་སོ་སོར་སྤྲོན་བཅོས་མཐུན་འགྱུར་ཁྱེད་ཀྱི་ལས་ལ་ཐད། ཏུས་དབང་ ༡༥ པའི་དཔུལ་སྟག་ནས་སྤོར་ ༡,00,000 ཞི་བདེ་ཁང་གསར་ལ་གནང་བ་དེ་བོད་རིགས་ངན་གོམས་ཅན་གྲངས་གཞོན་ཀྱི་སྤྲོན་བཅོས་འཆོ་དོན་ཆེད་ཡིན་ནམ། Naveen Kiran Jagrati Rehab Center ནང་བོད་རིགས་ཁྱོས་ཇུས་ངན་གོམས་ཅན་གཞོན་ཡོད་དང་། ཁོང་ཆོའི་ཆེད་མཐུན་འགྱུར་གང་གནང་ཡོད་དམ།

༧། ལས་བསྡེམས་ཤོག་གྲངས་ ༡༦ ༡༦ སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན། ༡། འདི་ལས་ཀྱི་ལྷ་རྟོགས་འོག་ཡོད་སེམས་ཁམས་ནད་པ་གྲངས་ ༡༦ ནས་ལོ་འདིའི་ནང་ནད་པ་གྲངས་ ༡༦ ལ་དགོས་ངེས་སྤྲོན་བཅོས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་ཁྱེད་ཀྱི་ལས་ལ་ཐད། སེམས་ཁམས་ནད་པ་གྲངས་ ༡༦ དེ་རྣམས་བོད་མིའི་སྤོད་སྤྱར་གང་དང་གང་ནས་ཡིན་མིན་དང་། སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ཆེད་སློབ་གསོའི་ལས་དོན་སྟེལ་བ་བྱུང་ཡོད་དམ་མེད་གསལ་བཤད་ཡོང་ག།

༨། མའོན་དག་འསློབ་གྲུའི་སློབ་བྱུག་ནང་སློབ་དེ་ལི་བེ་ནད་གཞི་ཅན་ཡོད་དང་མེད། ཡོད་ཆེ་གྲངས་གཞོན་ཡོད་མེད་གསལ་བཤད་ཡོང་ག། ལས་བསྡེམས་ནང་སློབ་བྱུག་གི་འཕྲོད་བསྟེན་བལྟ་སྐྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་སྤོར་གང་ཡང་གསལ་མི་འདུག་ན་མ་འོངས་པར་ངེས་པར་ཆ་ལག་ཆང་བ་དགོས་གཤམ།

༩། ལས་བསྡེམས་ཤོག་གྲངས་ ༢༠ ༡༦ དམིགས་བསལ་ཚོགས་འདུ་འདིའི་ཐོག་གསོ་བ་རིག་པའི་སྤྲོན་བཅོས་གནས་རིམ་གཏན་འབེབས་ཁྱེད་ཀྱི་གནས་རིམ་གཏན་འབེབས་འདི་བཞིན་ལྷན་ཚོགས་འོག་དེ་བསྐྱེལ་ཡོད་པའི་གསོ་རིག་སློབ་གཉེར་ཁང་ནས་ལག་བསྟར་གནང་དགོས་པའི་བཀོད་ཁྱེད་ཀྱི་ལས་ལ་བསྐྱེལ་བཅས་ཟིན་གསལ་ཐད། གཏན་འབེབས་གནང་བའི་གནས་རིམ་བཀོད་ཁྱེད་ཀྱི་ལས་ལ་བསྐྱེལ་ལྟར་ལག་བསྟར་བྱེད་བཞིན་ཡོད་མེད་གསལ་བཤད་ཡོང་ག།

༡༠། ལས་བསྡེམས་ཤོག་གྲངས་ ༢༡ ༢༡ ནད་རིགས་སྤྲོན་འགོ་ག་དང་འཕྲོད་བསྟེན་གོ་རྟོགས་ལས་གཞི། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས་ནས་སྤྱིར་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཏུས་ཆོགས་ཁག་ལ་བོད་མིའི་འདུ་སྐྱོད་གཞིས་ཆགས་དང་། སློབ་གྲྭ་ཁག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་གོ་རྟོགས་ཀྱི་གཏམ་བཤད་གསལ་ཐད། གཞིས་ཆགས་དང་སློབ་གྲྭ་ཁག་གང་དང་གང་ཏུ་བརྒྱུད་གཞི་གང་དང་གང་གི་ཐོག་གཏམ་བཤད་གྲངས་གཞོན་གནང་གསལ་བཤད་ཡོད་པ།

- ༡༡ ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གངས་ ༤༣ ༩༡ ཀླ་ར་རྫོང་གི་ཨྲ་ཡུ་ཤེ་སྒྲན་ཁང་ནང་གསོ་རིག་སློ་བསྟེན་སྒྲན་ཁང་གཅིག་
སློ་འཇུགས་སྒྲན་ཡིག་འབྲེལ་ཁྲིམ་བ་ད་ལྟ་གནས་སྒྲངས་ཇི་ཆགས་གསལ་བ་ཤད་ཡོང་བ།
- ༡༢ ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གངས་ ༥༠ ༩༥ མཁས་དབང་གདན་ཁྲིའི་ལས་དོན་སློབ་ ༩༡ ཟླ་སྒྲན་ཟུར་བ་ཡེ་ཤེས་དོན་ལྡན་
མཆོག་གིས་ཇི་ཚུ་བརྟགས་ཐབས་སློར་བཀའ་སློབ་གནང་བ་ཞིག་གསལ་འདུག འོན་ཀྱང་སྒྲན་ཅིས་མཐོ་སློབ་ཀྱི་ལག་
ལེན་སློབ་ཁྲིད་ནང་ཇི་ཚུ་བརྟགས་ཐབས་སློར་གང་ཡང་གསལ་མེན་ལ་སོང་། སློབ་མ་རྣམས་ལ་ཇི་ཚུ་བརྟགས་ཐབས་
སློར་སློབ་འཁྲིད་གནང་གི་ཡོད་མེད་གསལ་བ་ཤད་ཡོང་བ།

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

དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གསུམ་བཞི་ནང་གསེས་ག་བ། བོད་གསལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྐྱེམས་སྤྱི་བསྟུས་དང་སྤྱི་
འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྐྱེམས་རྒྱས་བར་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་སྟུན་ཐོ་བཅས་སྟན་སྒྲོན་ཟེན་
བར་བཀོ་སྤེད་དགོས་པའི་གྲོས་འཆར། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༤༡ ལ་གཟིགས་རོགས་གནང་། གྲོས་འཆར་འདོན་མཁན། སྤྱི་འཐུས་སློ་
བཟང་ཆོས་འབྱོར་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སློ་བཟང་ཆོས་འབྱོར་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ཡིག་ཆ་ཨང་ ༤༡ བ།

གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་འཆར།

༢༢། །འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༦་་་༡༢ ལོའི་ལས་བསྐྱེམས་སྤྱི་བསྟུས་དང་། སྤྱི་
འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༦་་་༡༢ ལོའི་ལས་བསྐྱེམས་རྒྱས་བར་ཞིབ་
འཇུག་གནང་བའི་སྟུན་ཐོ་བཅས་སྟན་སྒྲོན་ཟེན་པའི་ཐོག་སྤྱི་ཡོངས་བཀོ་སྤེད་དགོས་པའི་གྲོས་འཆར་དུ། བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་
ལྷན་ཆོགས་ཀྱིས་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ཟླ་ ༩ ཆོས་ ༩༢ ལ།

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

ཡིག་ཆ་ཨང་ ༤༡ བར་རྒྱབ་སློར་གནང་མཁན། སྤྱི་འཐུས་སློལ་མ་ཆེ་རིང་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སློལ་མ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༤༡ བ་ལ་རྒྱབ་སློར་ཁྲུ་ཡི་ཡོད།

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

གྲོས་འཆར་འདི་ཚུད་པར་དགག་བྱ། མེད་པར་སོང་ཅང་གྲོས་འཆར་འདི་ཚུད་པ་ཡིན། དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གསུམ་པའི་ནང་གསལ་བྱས་པ། གོང་གསལ་སྟུན་ཐོའི་ནང་གསལ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱི་ངེ་བ་ཁག་ལ་བཀའ་ཤག་གི་ལན་འདེབས་དང་གསལ་བཤད། དཔལ་ལྷན་འཛོལ་བསྟེན་བཀའ་ཁྲོན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་འཛོལ་བསྟེན་བཀའ་ཁྲོན་ཚས་སྦྱོང་དབང་ལྷན་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ལྷ་ ༥ ཚེས་ ༡ ནས་ ༢༠༡༧ ལྷ་ ༣ ཚེས་ ༣༡ བར་བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་འཛོལ་བསྟེན་ལས་ཁུངས་དང་
ཁྲབ་ཁྲིངས་བཅས་ཀྱི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྟོནས་རྒྱས་པར་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ནས་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་ངེ་བ་ ༡༢ རེབས་
པར་གསལ་བཤད་ཞུ་རྒྱུ་།

ངེ་བ་༡ ་ལས་བསྟོནས་ཤོག་གངས་ ༣ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ལོར་འདི་གའི་ཁྲབ་ཁྲིངས་སྟུན་ཁང་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་དུ་ནད་པ་
གངས་ཐོ་རིུ་མིག་ ༡༥ རེ་སྤྱི་ར་སྦྱོང་གངས་ ༣༡༥ གསལ་བཤད་དག་བོད་མི་གཞིས་སྤར་གང་དང་གང་ནས་ཡིན་དང་། བོད་
མིའི་སྤྱི་གཙུག་འཛོལ་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་གངས་ཐོའི་ནང་བོད་ཁྲིམ་སྟུན་ཁང་ཁག་གི་ནད་པ་རྣམས་ཚུད་ཀྱི་ཡོད་དམ་མེད།
ཡོད་ཆེ་སྟུང་བོད་ཁྲིམ་ནད་སྟོན་དེ་སྤྱི་ཅན་གངས་གཙོ་དགསལ་ལམ། མེད་ཆེ་མ་ཚུད་པའི་རྒྱ་མཆོན་གསལ་བཤད་ཡོང་བ།
ལན་༡ ་ཀྱི་གངས་ཐོ་རིུ་མིག་ ༡༥ ནད་གསལ་ལེ་སྤྱི་ར་སྦྱོང་བུང་བའི་ནད་པ་གངས་ ༣༡༥ བོད་མིའི་འདུ་སྦྱོང་ད་རམ་ས་ལ་
དང་། བདེ་སྦྱིད་སྦྱིང་། སྤེལ་གོ་བ་ལུགས་བསམ་དང་བདེ་སྦྱར། མོན་ལྟ་འདོད་རྒྱ་སྦྱིང་། གོ་ལི་རྩལ་དོན་ལུན་སྦྱིང་། ལུན་སྦྱར་
རབ་རྒྱས་སྦྱིང་། ཞོ་རིུ་ལུན་ཚོགས་སྦྱིང་། མན་སྦྱར་མན་བདེ་སྦྱིང་། སྦྱིང་། སྤྱི་ལི། ལ་དུགས། སྤྱི་རུ་མ་ལ། བསྟུན་མདུག་ཏི་
རྒྱ་དར་རྒྱས་སྦྱིང་། མཆོ་བསྐྱེད་བཅས་ཡིན། རེ་སྤྱི་ནད་པ་གངས་ ༣༡༥ ནད་བོད་ཁྲིམ་སྟུན་ཁང་གི་ནད་པ་ཚུད་ཡོད། སྤྱི་བོད་
ཁྲིམ་སྟོན་གྲང་སྟོན་དེ་སྤྱི་ནད་པ་གངས་ ༥ གསལ།

ངེ་བ་༢ ་ལས་བསྟོནས་ཤོག་གངས་ ༡༥ ་ ༦ ་ འཛོལ་བསྟེན་སྦྱོང་བཟུང་། ༡ དང་ ༢༡ ནད་ཐབས་སྦྱོང་དུ་འདི་གའི་
ཁྲབ་ཁྲིངས་གོ་ལི་རྩལ་སྟུན་ཁང་གི་སྟུན་པ་འདིགས་མེད་སྐལ་བཟང་དང་སྤེལ་གོ་བ་འཆོ་བྱེད་སྟུན་ཁང་གི་སྟུན་པ་བཀྲིས་རྣམ་
རྒྱལ་གཉིས་མཉམ་ཞུགས་ཞུས་ཞེས་གསལ་འདུག་ན། སྦྱོང་བཟུང་སྤྱི་ཅན་གཉིས་ཀར་སྟུན་པ་རང་འཇགས་ལ་གོ་སྐབས་ཐོབ་
འདུག་པས་སྟུན་པ་གཞན་ལ་གོ་སྐབས་བཞེས་མཁན་མེད་པ་ཡིན་ནམ། ཆ་བོད་ཆེ་བའི་ནད་གང་དང་གང་ལ་ངོས་འདིན་གནང་
གི་ཡོད་དམ།

ལན་༣ ་སྟུན་པར་ཐབས་སྦྱོང་དང་སྤྱི་རྒྱལ་སྟོན་སྦྱོང་དུ་བསྦྱོད་རྒྱའི་གོ་སྐབས་སྟུན་པ་ཆང་མར་འབྲེལ་ཆུངས་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་པ་ལྟར་
སྐབས་དེར་གོ་ལི་རྩལ་སྟུན་ཁང་གི་སྟུན་པ་འདིགས་མེད་སྐལ་བཟང་དང་། སྤེལ་གོ་བ་འཆོ་བྱེད་སྟུན་ཁང་གི་སྟུན་པ་བཀྲིས་རྣམ་
རྒྱལ་གཉིས་ཐེ་མན་དུ་ཐབས་སྦྱོང་སྦྱོད་རྒྱའི་རེ་མོས་འཁེལ་ཏི་བསྦྱོད་པ་ཞིག་ཡིན། ཆ་བོད་ཆེ་བའི་ནད། ཆ་བ་བདར་ཆད་
(Dengue, Malaria, Typhoid) སོགས་ཡིན།

ཇི་ལ། ༣ ་ ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གངས་ ༡༩ ༩ ་ སྐྱོར་སྐྱོད་སྐབས་ནད་རིགས་སྔོན་འགོག་དང་། འཕྲོད་བསྟེན་སྔོན་
 གསོ། རྟ་རིགས་བརྟག་དབྱེད་ལ་མཁོ་བའི་ཡོ་བྱད་གངས་ ༩༠ མཐུན་འགྱུར་མཁོ་སྐྱོད་ཞུས་འདུག་པའི་ཐད། ཡོ་བྱད་གངས་
 ༩༠ དེ་ནམས་བོད་མིའི་སྔོན་སྐྱོར་གང་དང་གང་དུ་བགོ་འབྲེམས་ཞུས་དང་། སྐྱོར་སྐྱོད་ལས་རིམ་སྐབས་ནད་གཞི་གཙོ་བོ་གང་
 དང་གང་སྔོན་འགོག་དང་བརྟག་དབྱེད་ཀྱི་རིམ་བཤོད་དམ།

ལན། ༣ ་ རྟ་རིགས་བརྟག་དབྱེད་ལ་མཁོ་བའི་ཡོ་བྱད་གངས་ ༩༠ དེ་དག་བལ་ཡུལ་མཆོད་རྟེན་དང་། འཛོར་བ་ཉི།
 སློག་ར་བྱམས་བ་སྤིང་། སློག་ར་བཟ་ཤིས་སྤིང་། སློག་ར་བཟིས་དཔལ་འབྱིལ་དང་། དཔལ་འབྱོར་སྤིང་། རྩོར་བ་ཁྲོན་ལོར་འཛོན་
 སྤིང་། ཤར་ཁུམ་བདེ་ལེགས་སྤིང་། ར་སྤུ་མ་དགོ་རྒྱས་སྤིང་། མེའོ་ཆོས་འཕེལ་སྤིང་། ཉི་ལྷ་དར་རྒྱས་སྤིང་། ར་མང་ལ་ཀུན་པན་
 སྤིང་། བསྐྱེན་མདལ་སྤེལ་གོ་བ་བདེ་སྤྱར་དང་ལུགས་བསམ། མོན་སྟོ་འདོད་རྒྱ་སྤིང་། ཉོན་ལུར་རབ་རྒྱས་སྤིང་། གོ་ལི་ལྷལ་
 རོན་ལྷན་སྤིང་། ཡོ་རྟེ་ཤ་ལུན་ཆོགས་སྤིང་། མན་སྤར་པན་བདེ་སྤིང་། སྤན་ད་ར་ལོར་རྒྱས་སྤིང་། ལ་དྲགས་བསོད་ནམས་སྤིང་།
 བདེ་སྤྱིད་སྤིང་། སྤིང་། ར་ས། རལ་ཉོར་ལུན་ཆོར་སྤིང་། སིམ་ལ་དབྱེད་མཆོད་དགའ་ཆལ། ཉ་ལུར་འདོད་རྒྱ་གཡུལ་རྒྱལ་སྤིང་།
 ཁེ་ར་དང་། ལ་ཁན་མ་ལ། ས་ཁོན། བཟིས་སྤོངས། སྔོན་ཁ་ཆོལ་གསུམ། ས་གཞིས་སྤུ་རུ་མ་ལ། སྤེ་ལུན་དོན་བྱུང་སྤིང་། ཀུ་ལུ་
 དཔལ་རབ་སྤིང་། མན་ཁྱི། སྤིང་ཆང་། སྤེ་ལི་བཅས་པར་བགོ་འབྲེམས་ཞུས། སྐྱོར་བསྐྱོད་ལས་རིམ་སྐབས་ནད་གཞི་གཙོ་བོ་
 ཁྲག་ཤེད་དང་། གཅིན་སྟེ། གཅིན་བ་བརྟག་དབྱེད། ཁྲག་རིགས་སྤེ་ཆན། གཟུགས་པོའི་ལྗེད་ཆད། རྟ་གཞི་སྔོན་འགོག་དང་
 འབྲེལ་བའི་སྟན་བཅོས་བརྟག་དབྱེད་བརྒྱུད་རིམ་ (Hemoglobin, blood group, blood sugar) བཅས་
 ཡིན།

ཇི་ལ། ༤ ་ ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གངས་ ༡༩ ༡ ་ བཅན་སྤྱོད་བོད་མིའི་སྟན་བཅོས་ལྟ་སྤྱོད་། ཆོགས་མི་ ༩༩༠༦༡
 ཆོར་ཞུགས་བྱུང་ཡོད། དཔལ་འབྱོར་ཐོག་དགའ་ངལ་ཡོད་པའི་དུད་ཁྲིམ་ནམས་ལ་ཆོར་དོད་ཐོག་ཨ་རིའི་གཞུང་གི་རྟོག་དབྱེད་
 རས་ཆོགས་དོད་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠ ཡི་རྟོག་རམ་འཆོལ་སྤུང་ཡོད་གསལ་ཐད། ཆོགས་དོད་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠ ཐོབ་པའི་ཆོགས་མི་ནམས་
 ཉམ་ཐག་གངས་ཐོའི་ནང་ཡོད་པ་ཞེ་གཅིག་ཡིན་ནམ། མིན་ཆེ་རྒྱ་མཆན་གསལ་བཤད་ཡོང་བ།

ལན། ༤ ་ ཆོར་དོད་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠ ཐོབ་པའི་ཆོགས་མི་ཉམ་ཐག་གངས་ཐོའི་ནང་ཡོད་པ་མིན། གང་ལ་ཞུ་ན། རྟ་སྤིང་
 ཁྲུ་ཁོངས་ཀྱིས་གཅོང་མགོན་མེད་ཉམ་ཐག་དང་། འཕྲོད་བསྟེན་ཁྲུ་ཁོངས་ལོ་གཞོན་ནད་མནར་ཉམ་ཐག་ནམས་ལ་སྟན་གྱོན་
 གྱི་མཐུན་འགྱུར་ཆ་ཆང་འབུལ་སྤུས། སྟན་བཅོས་ལྟ་སྤྱོད་ལས་གཞིའི་ནང་ཡོད་ཆོར་མི་ནམས་ལ་སྟན་གྱོན་ཆད་གཞི་གཏན་
 འཕེབས་ཡོད། སྟན་བཅོས་ལྟ་སྤྱོད་ལས་གཞིའི་ནང་ཆོགས་དོད་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠ ཐོབ་མཁན་ཆན་པ་ཁག་ཞུ་རྒྱུ།

- ༡ ངལ་ཡོད་དུད་ཁྲིམ་མམ་ཁེར་རྒྱུ། ཉམ་ཐག་ཨང་ཐོབ་ཅན་ཁ་བ་དང་། ང་བའི་ནང་མི།
- ༢ དགོན་སྤེ་སྤྱིག་འཇུགས་ནང་ཡོད་པའི་བོད་རིགས་ཟླ་བཅུ་ན།
- ༣ སྤེ་ཡོ་ ༡༩༩༩ རྗེས་བོད་ནས་གསར་དུ་འབྱོར་བ། ༩ ཆོགས་ཞུགས་སྐབས་དབུས་སྤེ་ལེན་ཁང་གི་རྒྱབ་གཉེར་རོས་
 སྤྱོར་དགོས། ་

- ༩། སྤྱ་གྲུ་གསུམ་དང་གསུམ་ཡན་ཡོད་པའི་དུད་ཁྱིམ། རྒྱུ་ཆོག་ས་ཞུགས་སྐབས་སྤྱ་གྲུ་གསུམ་པ་དེ་ལོ་བཅོ་བརྒྱད་མ་
བཀལ་བ་ཞིག་དགོས། ༽
- ༡། སྤྱིག་འཇུགས་འོག་ཡོད་པའི་རྒྱས་གསོ་ཁང་གི་བགྲེས་སོང་རྣམས།
- ༢། གཉན་ཉན་རེག་དུག་ HIV AIDS ཉན་པའི་ནང་མི། རྒྱུ་ཆོག་ཉན་རེག་དུག་ཉན་པ་རང་ཉིད་འཇུག་མིན་དོ་བདག་གི་
འདོད་མོས་ཡིན། ༽
- ༣། དབང་པོ་སློན་ཅན་ནང་མི། རྒྱུ་ཆོག་ལག་འཁྲེང་ Disability Certificate ཡོད་པའི་ནང་པའི་ནང་མི། ༽
རྒྱུ་ཆོག་ཅན་ནང་པ་རང་ཉིད་འཇུག་མིན་དོ་བདག་གི་འདོད་མོས་ཡིན། ༽
- ༤། བཟའ་ཆུ་གཅིག་འདས་གོངས་སུ་གྱུར་བའི་ནང་མི།
- ༥། སེམས་ཁམས་ནད་གཅོང་གི་ནད་པའི་ནང་མི། རྒྱུ་ཆོག་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ Mental Health མོའི་ནད་ཡོད་
པའི་ནད་པའི་ནང་མི། རྒྱུ་ཆོག་སེམས་ཁམས་ནད་གཅོང་ནད་པ་རང་ཉིད་འཇུག་མིན་དོ་བདག་གི་འདོད་མོས་ཡིན། ༽
- ༡༠། ལ་དྲགས་བྱང་ཐང་དང་ཨ་རུ་ན་ཅལ། འབྲས་ལྗོངས་ལ་ཆེན་ལ་ཆུང་གནས་སྤོང་བོད་རིགས་རྣམས།
- ༡༡། ཨར་ལས་འོག་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་གྱི་ལས་མི་དང་། ལས་བཟོའི་ལས་མི། ཁོང་ཆོའི་ནང་མི།
- དེ་གཤམ་༥༽** སྤྱན་བཅོས་ལྟ་སྤྱོད་ལས་གཞིའི་ཐོག་མའི་ཆོར་ཞུགས་ཀྱི་དམིགས་ཆ་དང་གྲུབ་འབྲས་རི་བྱུང་། དམིགས་
ཆ་དང་གྲུབ་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན། བོད་མིའི་འདུ་སྤྱོད་གཞིས་ཆ་ཁག་ལྔའི་ནང་སྤྱན་བཅོས་ལྟ་སྤྱོད་ལ་འཇུག་ཞུགས་
གནས་སྤྱངས་ཞིབ་ཤ་གསལ་བཤད་ཡོང་བ།
- ལན༥༽** སྤྱན་བཅོས་ལྟ་སྤྱོད་ལས་གཞིའི་ཐོག་མའི་ཆོར་ཞུགས་ཀྱི་དམིགས་ཆ་དང་ལོ་རང་འགག་སོ་སོར་གཞིས་ཆ་ཀྱི་
མི་འབོར་ལ་གཞིགས་པའི་ཆོགས་མིའི་དམིགས་ཆ་དང་བཟུང་ཡོད། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢།༢༠༡༣། མའི་ནད་གཞིས་ཆ་ཁག་ ༣༤ ལས་
ཆོགས་ཞུགས་དམིགས་ཆ་དང་མ་ལོན་པ་གཞིས་ཆགས་བྱངས་ ༡༥ བྱུང་ཡོད། དམིགས་ཆ་དང་མ་ལོན་པའི་གཞིས་ཆགས་ཁག་
༡༥ འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་པར་ལས་གཞི་གོ་རྟོགས་སྤེལ་སྤྱོད་དང་ཆོར་མི་གསར་ཞུགས་ཡོང་ཐབས་སུ་ཐབ་སྤྱོད་གོ་སྤྱིག་
ཞུས་ཡོད། ཆོགས་ཞུགས་དམིགས་ཆ་དང་མ་ལོན་པའི་ས་གནས་ ༡༥ ཐོག་ཞུང་དང་རྒྱལ་ལྗོངས་བྱར་དུ་ཡོད། ལྷན་འཛར་ ༩༡༽
- ༥༽** བོད་མིའི་འདུ་སྤྱོད་གཞིས་ཆགས་ཆེ་ཁག་ལྔའི་ནང་སྤྱན་བཅོས་ལྟ་སྤྱོད་ལ་འཇུག་ཞུགས་སྤྱངས་ཞིབ་ཤ་གསལ་
བཤད་ཞུ་རྒྱུ་ལ།

ཕྱི་ལུགས་ཟུང་འབྲེལ་ལམ་ནས་ཟབ་སྐྱོང་ཞིག་གོ་སྒྲིག་ཞུས། ཁྱབ་ཁོངས་སྤྱོད་ཁང་ནས་ས་ཁུལ་སོ་སོར་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་
བསྟེན་སྐོར་གོ་རྟོགས་སྤེལ་བ་བྱུང་ཡོད།

རྩི་བཀྲ་༩༽ མངོན་དགའ་སློབ་གྲུའི་སློབ་ཕྱག་ནང་སློབ་ནད་ཀྱི་སྤྱི་ནད་གཞི་ཅན་ཡོད་དང་མེད། ཡོད་ཆེ་གངས་ག་ཆོད་ཡོད་མེད་
གསལ་བཤད་ཡོད་པ། ལས་བསྡེམས་ནང་སློབ་ཕྱག་གི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་སྐྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་སྐོར་གང་ཡང་གསལ་མི་འདུག་ན་
མ་འོངས་བར་དེས་བར་ཆ་ལག་ཆོད་བ་དགོས་གས།

ལན།༩༽ མངོན་དགའ་སློབ་གྲུའི་སློབ་ཕྱག་ཅིག་ཀྱི་སྤྱི་ནད་ནས་སྤྱོད་བཅོས་ཆེད་ Doon Hospital སྤྱོད་ཁང་ནས་སྤྱོད་
བཅོས་རིན་མེད་ཐོབ་སྟེ་དག་བསྐྱེད་བྱུང་ཡོད། ལས་བསྡེམས་ནང་སློབ་ཕྱག་གི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་སྐྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་སྐོར་མ་
འོངས་ཆ་ལག་ཆོད་བ་འགོད་འདུལ་ཆོག་པ་ཞུ།

རྩི་བཀྲ་༩༽ ལས་བསྡེམས་ཤོག་གངས་ ༤༠ ༩༩༽ དམིགས་བསལ་ཆོགས་འདུ་འདྲིའི་ཐོག་གསོ་བ་རིག་པའི་སྤྱོད་པའི་
གནས་རིམ་གཏན་འབེབས་ཞུས། གནས་རིམ་གཏན་འབེབས་འདི་བཞིན་ལྷན་ཆོགས་འོག་དེབ་སྐྱེལ་ཡོད་པའི་གསོ་རིག་སློབ་
གཉེར་ནས་ལག་བསྟར་གནང་དགོས་པའི་བཀོད་ཁྲབ་གསལ་བསྐྱབས་བཅས་ཟིན་གསལ་ཐད། གཏན་འབེབས་གནང་བའི་
གནས་རིམ་བཀོད་ཁྲབ་གསལ་བསྐྱབས་ལྟར་ལག་བསྟར་བྱེད་བཞིན་ཡོད་མེད་གསལ་བཤད་ཡོད་པ།

ལན།༩༽ བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཆོགས་འོག་གསོ་རིག་སློབ་གཉེར་ཁང་གངས་ལྗོད་དཀའ་བཅུ་པའི་སློབ་གཉེར་ཁང་དུ་
ཆོད་ལྷན་ངོས་ལེན་དེབ་སྐྱེལ་ཞུས་སྟེ་ཐོང་ས་དབུས་བོད་ཀྱི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་གསོ་རིག་སྟེ་ཆོན་དང་། ལ་
དུགས་དབུས་གཞུང་ནང་པའི་མཐོ་རིམ་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་གསོ་རིག་སྟེ་ཆོན་གཉིས་ནས་སྤྱོད་པའི་གནས་རིམ་གཏན་འབེབས་
གཞིར་བཟུང་ཕྱག་བསྟར་གནང་ཡོད། ཇུ་ས་བོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཅིས་མཐོ་སློབ་ཁང་ནས་འབྲེལ་ཡོད་ཀླམས་རིང་མིན་ཆོགས་འདུ་
བསྐྱོང་འཆོག་གནང་འཆར་དང་། ཇོར་གླིང་ལྷགས་པོ་རི་བརྟེན་བོད་སྤྱོད་སློབ་གཉེར་ཁང་ནས་ད་ལྟའི་ཆར་ཕྱག་བསྟར་གནང་
གི་མེད་ཀྱང་གང་ལྟར་འཛིན་སྐྱོང་ཆོགས་འདུ་སྐྱོང་འཆར་ཡོད་འདུག གསོ་རིག་འབྲུམ་བཞིའི་མཐོ་སློབ་སྤྱོད་ཅི་གླིང་དེ་བཞིན་
བཅོན་བྱོལ་ནང་འབྲུམ་བཞིའི་སློབ་གཉེར་ཁང་ཐོག་མ་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ལྟར་སྤྱོད་ཆོགས་ནས་དེ་གའི་སློབ་འཁྱིད་སྤྱོད་དགོ་
གཉིས་ལ་དམིགས་བསལ་སློབ་འཁྱིད་ཆོག་པའི་ཆོག་མཆན་སྤྲད་ཐོག་སློབ་འཁྱིད་སློབ་གཉེར་གནང་བཞིན་པའི་གནས་སྟངས་
ལས་གོང་གསལ་སྤྱོད་པའི་གནས་རིམ་དེ་ཕྱག་བསྟར་གནང་བུ་མེད་ནའང་མ་འོངས་བར་འབྲུམ་བཞིའི་མཐོ་སློབ་ནས་སྤྱོད་
མ་ཟུང་སློབ་གཉེར་རྒྱུ་འབྱོར་བྱུང་མཆོམས་གོང་གསལ་གནས་རིམ་གཏན་འབེབས་དེ་ཕྱག་བསྟར་གནང་རྒྱུ་ཡིན་འདུག

རྩི་བཀྲ་༡༠༽ ལས་བསྡེམས་ཤོག་གངས་ ༤༩ ༤༽ རྟ་རིགས་སྤྱོད་འགོག་དང་འཕྲོད་བསྟེན་གོ་རྟོགས་ལས་གཞི། བོད་
ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཆོགས་ནས་སྤྱིར་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་ཆིག་ཁག་ལ་བོད་མིའི་འདུ་སྟོན་གཞིས་ཆགས་
དང་། སློབ་གྲྭ་ཁག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་གོ་རྟོགས་ཀྱི་གཏམ་བཤད་གསལ་ཐད། གཞིས་ཆགས་དང་སློབ་གྲྭ་ཁག་གང་དང་གང་དུ་
བརྒྱུད་གཞི་གང་གི་ཐོག་གཏམ་བཤད་གངས་ག་ཆོད་གནང་བ་གསལ་བཤད་ཡོད་པ།

ལན།༡༠༽ བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་གོ་སྒྲིག་ཐོག་དབུས་བོད་མིའི་སྤྱི་ག་འཛུགས་ཀྱི་རྩི་ལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་
བོད་ཀྱི་སྤྱོད་བརྟེན་སྟེ་ལྷགས་ལས་རིམ་ཐོག་སྤྱོད་རམས་བ་ཆེ་དབང་ཉ་མཁུན་ལགས་དང་། སྤྱོད་རམས་བ་བསྟན་འཛིན་ལྟ་སྐྱོང་

ལགས། སྤྱི་རམས་པ་དག་དབང་བཅོད་པ་ལགས། སྤྱི་རམས་པ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་ལགས་སོགས་ནས་བརྗོད་གཞི་ཡོངས་
 ཁྱབ་ཆེ་བའི་ནད་ཁྱབ་ཤིང་དང་། མོ་བའི་ནད། ཆམ་བ་ལ་སོགས་རིམས་ནད་སྔོན་འགོག་དང་རིམས་སྐྱང་རིལ་བུའི་ཕན་ཡོན་འོ་
 སྟོན། ཟ་ཁུ་གཅིན་སྟེ་ནད། རིག་གྲུམ་ནད། མཆིན་ནད་སྔོན་འགོག་བཅས་ཐབས། སྟོ་གཅོང་ནད། མ་དང་བྱིས་པའི་འཕྲོད་
 བསྟེན། རྒྱུ་མེས་ནད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་སྔོན་འགོག་བྱ་ཚུལ། འབྲས་སྤྱོད་ནད་སྔོན་འགོག་བྱེད་ཚུལ་སྟོར་གཏམ་བཤད་ཞུས།
 གཏམ་བཤད་རེུ་མིག་ ཟུར་འཛར་ ༩༩ བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་སྤྱི་ཚོགས་ནས་ཕྱི་རྒྱུ་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་ཆེག་
 ཁག་ལ་བོད་མིའི་འདུ་སྟོན་གཞིག་ཆགས་དང་། སྟོབ་ཟུ་ཁག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་གོ་རྟོགས་བརྗོད་གཞི་འབྲེལ་མིན་ཐོག་གཏམ་བཤད་
 གངས་རི་སྟེལ་རིུ་མིག་ ཟུར་འཛར་ ༩༩ ོ

ཇི་བཀྲ་༡༡ ོ ལས་བསྟོམས་ཤོག་གངས་ ༤༣ ༤༡ ོ ཀླ་ར་རྗོང་ཨ་ཡུ་ཤེ་སྤྱི་ཚོགས་ཁང་ནས་གསོ་རིག་སྟོབ་སྟེན་སྤྱི་
 ཁང་གཅིག་སྟོབ་འཛུགས་སྤྱད་ཡིག་འབྲེལ་ཞུས་པ་ད་ལྟ་གནས་སྤྱད་མེ་ཆགས་གསལ་བཤད་ཡོང་བ་གསལ་ཐད།

ལན་༡༡ ོ ཀླ་ར་རྗོང་ཨ་ཡུ་ཤེ་སྤྱི་ཚོགས་ཁང་ནས་གསོ་རིག་སྟོབ་སྟེན་སྤྱི་ཁང་གཅིག་སྟོབ་འཛུགས་སྤྱད་འདི་ནས་རྗོང་གི་
 སྤྱི་བ་གཅོ་བོ་ District Ayurveda Officer རོ་བཅར་ཡིག་འབྲེལ་ཞུས་རྗེས་རྗོང་ནས་མངའ་སྡེའི་ཨ་ཡུ་ཤེ་འགན་
 འཛིན་མཆོག་ལ་སྤྱི་གསལ་ཆོག་མཆན་ཞུས་ཟིན་ཏེ་མངའ་སྡེ་ནས་དེའི་ཐོག་ས་དམིགས་ཆེད་འཛུགས་ཀྱི་ལས་འཆར་ཞིག་
 དབུས་གཞུང་ལ་ལུལ་ཟིན་འདུག རིང་མིན་དབུས་གཞུང་ནས་ས་དམིགས་གསལ་འཛུགས་ཀྱི་བཀའ་འཁྲོལ་ཆོག་མཆན་ཐོན་
 མཆམས་གསོ་རིག་སྟོབ་སྟེན་སྤྱི་ཁང་དང་། དེ་བཞིན་སྤྱི་བའི་གསོ་ལ་སོགས་དང་སྤྱི་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་བཅས་འཛོལ་རྒྱ་ཡིན་
 པ་རྗོང་གི་སྤྱི་བ་གཅོ་བོས་གསལ་བཤད་གནང་སོང་བས་ད་ལྟའི་ཆར་ལུ་མཐུད་ཡིག་འབྲེལ་ཞུ་བཞིན་ཡོད།

ཇི་བཀྲ་༡༩ ོ ལས་བསྟོམས་ཤོག་གངས་ ༥༠ ༩ ོ མཁས་དབང་གདན་ཞུའི་སྟོན་ ༩༩ རྒྱ་སྤྱི་ཚོགས་ཁང་པ་ཡེ་ཤེས་དོན་ལྷན་
 མཆོག་གིས་རི་རྒྱ་བརྟགས་ཐབས་སྟོར་བཀའ་སྟོབ་གནང་བ་ཞིག་གསལ་འདུག འོན་ཀྱང་སྤྱི་ཚིས་མཐོ་སྟོབ་ཀྱི་ལག་ལེན་སྟོབ་
 ཁྱིད་ནང་རི་རྒྱ་བརྟགས་ཐབས་སྟོར་གསལ་མིན་ལ་སོང་། སྟོབ་མ་རྣམས་ལ་རི་རྒྱ་བརྟགས་ཐབས་སྟོར་སྟོབ་འཁྲིད་གནང་གི་ཡོད་
 མེད་གསལ་བཤད་ཡོང་བ།

ལན་༡༩ ོ སྤྱི་ཚིས་ཁང་གི་སྟོབ་མ་རྣམས་ལ་ལོ་རིམ་བཞིན་གཞུང་ཆད་ཆ་བགོས་ལྟར་མན་དག་དང་ལག་ལེན་ཀྱི་
 སྟོབ་འཁྲིད་ཡོད་པའི་ཁོངས་སུ་རི་རྒྱ་བརྟགས་ཐབས་ཀྱི་སྟོབ་འཁྲིད་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ལས་བསྟོམས་ནང་གསལ་གཞུང་ཆད་སྟོབ་
 འཁྲིད་ཁོངས་སུ་ཅ་མདོ་དང་། ཅ་མདོ་ཞེས་པ་ཅ་དང་། རི་རྒྱ་བརྟགས་ཐབས་ཀྱི་ལེུ་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་ལོ་རིམ་གསུམ་པའི་
 གྲླབས་ཅ་རྒྱ་བརྟགས་ཐབས་གཞུང་བཤད་སྟོབ་འཁྲིད་དང་ལག་ལེན་དམར་འཁྲིད་བྱས་པ་དང་། བསྐྱར་དུ་ལོ་རིམ་བཞི་པའི་གྲླབས་
 གཞུང་བཤད་དང་ལག་ལེན་གཏིང་ཐབ་པ་སྟོབ་འཁྲིད་བྱེད་བཞིན་ཡོད། སྤྱི་ཚིས་མཐོ་སྟོབ་ཀྱི་ལས་འཆར་ནང་རེས་གཟུང་པ་
 སངས་ནམ་ཡིན་ཀྱི་ཕྱི་རོ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚིས་གཅོ་ས་ཆོས་དང་རིག་གནས་ཁག་ལ་མཁས་པའི་མི་སྣ་གདན་ཞུས་ཀྱིས་དམིགས་
 བསལ་ཉམས་སྦྱོང་དང་མན་དག་ཐོབ་ཐབས་ཞུས་ཡོད། མཐོ་སྟོབ་སྤྱི་ཚིས་མ་རྣམས་ལ་ལག་ལེན་སྟོབ་འཁྲིད་དོན་ཆུང་ཁ་
 པའི་ནང་སྤྱི་བ་ཀྱི་གསལ་ས་ནས་བལྟ་རིག་འདི་གསུམ་ཀྱི་ལག་ལེན་སྟོབ་འཁྲིད་གནང་གི་ཡོད། ལྷག་པར་ནད་ཐོག་གི་ལག་
 ལེན་ཐད་ལོ་རིམ་དུག་པ་ཉམས་གསོག་རིང་དེར་བརྟགས་ཐབས་དང་། བཅོས་ཐབས་རྒྱུ་འབྲེལ་དང་ལག་ལེན་སྟོབ་འཁྲིད་ཐོབ་

བཞིན་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ། དེ་བ་བཞི་པའི་ལན། དེ་ཉམས་ཐག་གི་ཐོའི་ནང་ཡོད་པ་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། ཉམས་ཐག་གི་ཐོའི་ནང་ལ་
 ཡོད་བསྐྱད་མཁམ་དེ་དག་གི་ན་ལས་བསྐྱོམས་སྟེན་སྟོན་ཞུ་དུས་ས་ཡ་གསུམ་དང་ལྷག་ཙམ་ཞིག་འགྲོ་གྲོན་བཏང་བ་དེ། ཉམས་ཐག་
 གི་ཡང་ཐོ་ཅན་དེ་ཆོ་ལ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཆ་ཆང་ཞིག་རག་བསྐྱད་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེའི་ཁྲངས་སུ་འདི་ཚུད་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད།
 འདིའི་ཁྲངས་སུ་སྟོན་མ་ཡིན་ན་སྟེ་ཆོན་བརྒྱ་གཉིས་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ན་ནིང་གཅིག་ཉུང་དུ་བཏང་ནས་ད་ལོ་དེའི་ནང་ལ་
 བརྒྱ་གཅིག་ཡོད་བསྐྱད་བ་དེ། ལན་ལྔ་བ། འདིའི་ཐོག་ནས་སྟེན་བཅོས་ལྟ་སྟོང་ལས་གཞི་དང་དེ་བཞིན་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁྲངས་
 ཀྱི་ཐོག་ནས་འདིའི་ཐོག་ལ་གོ་བསྐྱར་ཡང་རིམ་པ་བྱུང་སོང་། དེ་བཞིན་ཆེད་ལས་པ་ཡང་འདིའི་ཐོག་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེར་
 གཞི་བཅོལ་བའི་ཐོག་ནས་ཐག་གཅོད་འདི་ལྟར་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་རེད། དེའི་སྟོར་ལ་ང་ཆོས་བཀའ་བསྐྱར་ཞུ་བའི་སྐབས་སུ་
 དམིགས་ཆད་འཛིན་སྟངས་དེར་དང་པོ་དེ་ལ་ས་གནས་རང་ལ་དངོས་སུ་དམིགས་ཆད་འཛིན་ས་གཅིག་དང་ཡང་ན་དེ་ལ་
 དགོངས་པ་གཞི་འཛིན་ས་གཅིག་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་དང་། དེ་མ་ཡིན་པའི་ས་གནས་ཀྱི་མི་འཕོར་རང་དམིགས་ཆད་བརྒྱུ་
 བསྐྱད་པ་ཡིན་ན་ལག་ལེན་འཁེལ་བ་ཇི་ཙམ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་མེད་དེ་དེ་བཞིག་ཆགས་འགྲོ་ས་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེར་དམིགས་
 ཆད་ཅིག་བརྒྱུ་ཟེར་དུས་ས་གནས་གཅིག་གི་ནང་ལོགས་ལ་སྟོབ་བྱའི་ཁྲངས་སུ་ཡོད་བསྐྱད་པའི་དགེ་ལྡན་ཁོ་རང་ཆོ་ལ་ཡིན་
 ནའང་སོ་སོ་སྟེན་བཅོས་ཉེན་ལ་སྐྱར་ཞུགས་རྒྱ་ཡོད་རེད། སྟོ་སྟོགས་ལ་ཡིན་ན་ཁ་ལས་ Yashasvi ཟེར་བ་དེ་འདྲའི་ནང་ལ་
 ཞུགས་བསྐྱད་མཁམ། ཡང་དམག་མི་ཡིན་ན་དྲར་རྒྱར་ཀྱི་དེའི་ནང་ལ་ཞུགས་བསྐྱད་མཁམ། དེ་འདྲ་བྱས་ནས་མང་པོ་ཞིག་ག་ས་
 ག་ལ་མིམ་ནས་འཕྲོས་རོ་མ་ལྷག་བསྐྱད་པ་དེ་དགོན་པ་ཡིན་ནའང་དགོན་པ་བྱ་ཆང་གི་ཐོག་ནས་གཟིགས་རྟོག་གནང་སྟོན་ཀྱི་
 ཡོད་པ། དེ་འདྲ་དངོས་སུ་དམིགས་ཆད་འཛིན་ས་བྱངས་ཆད་དེ་ཙམ་དངོས་ཡོད་རེད་འདུག་ཅེས་བཞིག་གཏན་འཁེལ་བས་མ་
 བྱས་པར་མི་མང་གི་བྱངས་འཕོར་རང་བྱས་ནས་གསུངས་བསྐྱད་པ་ཡིན་ན་ཉག་ཉག་ཅིག་སྟོན་མ་རེད་ཅེས་ཁ་སང་སྟོན་མ་དེ་
 འདྲ་ཞིག་ཞུས་བསྐྱད་བ་རེད། ཡིན་ནའང་དེའི་ཐོག་ལ་ལག་བསྟར་བྱེད་རྒྱའི་གོ་སྐབས་མ་བྱུང་བ་རེད། སྤྱིར་བཏང་དམིགས་ཆད་
 འདྲ་ཞིག་བཅོས་བཞག་པ་དཔེར་ན་ས་ཆ་༡༥ ཙམ་ཞིག་ལ་དམིགས་ཆད་བཅོས་བཞག་པ་དེ་ང་ཆོས་སྟོབ་མ་བྱུབ་པའི་གནས་
 སྟངས་ཤིག་ཆགས་བསྐྱད་འདུག དེ་ཡི་རྒྱར་འཇར་འདི་རུ་ཡོད། དེ་ཡི་ནང་གི་ས་ཆ་འདི་ཆོ་ཞུས་པ་ཡིན་ན།

དེ་བ་བྱུག་པ། སྟོ་རྗེས་ངན་གོམས་ཀྱི་སྟོར་འདི་ཙམ་པའི་ཆ་ནས་ད་ལོའི་ཅིས་ལོ་ནང་ལ་སྟེབ་དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་
 ཡོད་རེད་ཀྱང་བཀུར་ལོས་ཞིབ་འཇུག་གནང་མཁམ་གྱིས་བཀོད་གནང་འདུག དེ་ལ་པར་ལན་འབྲུལ་རྒྱ་མེད་པ་རེད་མི་འདུག
 ལན་འབྲུལ་རྒྱ་འདུག ད་ལོའི་ལས་བསྐྱོམས་ནང་ལའང་ཐེབས་ཀྱི་རེད། གང་ཡིན་ཞུས་ན་འདིའི་དདུལ་དེ་དུས་འཕོར་གྱི་དདུལ་
 ལྷག་དེ་ལས་ད་ལོའི་ཅིས་ལོའི་ནང་ལ་ཚུར་རག་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་རེད།

དེ་ནས་མངོན་དགའ་སྟོབ་བྱའི་ནང་ལ་ T.B ནད་གཞི་བྱུང་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྟོར་ལ་བཀའ་འདི་ཐེབས་པ་རེད། ན་ནིང་ཅིས་
 ལོའི་ནང་ལ་གཅིག་བྱུང་འདུག ཅིས་ལོའི་རྗེས་དུ་རྗེས་མའི་ལས་བསྐྱོམས་ནང་ཡོང་གི་རེད་ཀྱང་ད་ལྟ་གཅིག་ཞུས་བཞག་ན། ཁ་
 སྟོན་ཕྱི་ཁྱེད་གསུམ་པ་ནས་ལྔ་པའི་བར་དུ་གསུམ་ཙམ་ཞིག་བྱུང་འདུག དེ་གསུམ་ཀ་སྟེན་ཁང་ལ་བསྟན་ནས་ད་ལྟ་ཆང་མ་ནད་
 འབྲུ་དེ་འགོས་རྒྱ་མེད་པ་བཅོས་ནས་སྟེན་མཆོད་ཀྱིན་པའི་གནས་སྟངས་རེད་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་རྗེས་མའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ལས་བསྟོམས་ནང་ལ་མངོན་དགའ་སྟོབ་གྲུའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་གནས་བབ་དེ་འཁོད་
དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་དེ་རྒྱུ་ལྟར་གནད་འགག་ཆེན་པོར་བཅི་ཡི་ཡོད། དེ་གལ་པོ་རེད་འདུག་ དེ་ག་ནང་བཞེན་ཁ་
སྟོན་དེ་བསྐྱབས་པ་ནས་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་ཅེས་མར་འབྲེལ་ཡོད་ལ་ཁུས་བཞག་ཡོད་ཅེས་ཁུ་རྒྱ་ཡིན།

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

ཕྱག་ཆོད་ ༣༡༥ བར་དུ་གསོལ་ཟེའི་བར་གསེང་ཡིན།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༩ ཆེས་ ༢༧ ཉིན་གྱི་ཐུན་བཞི་པ།

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

ལས་རིམ་འགོ་འདྲུགས་ཁུ་རྒྱ་ཡིན། ད་ལྟ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྟོམས་ཀྱི་ཐོག་ལ་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་བསྟོ་སྐྱོང་དེ་རྗེས་
ལ་གོ་སྐྱབས་འབུལ་རྒྱ་ཡིན། ལས་རིམ་ཅུང་ཙམ་ལྟ་སྟོན་གྱི་དུ་ཆོག་པར་བྱ། དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གཉིས་པ། ལས་བསྟོམས་སྟན་
སྟོན་དང་། ཞིབ་གཤེར་ལས་དོན། ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦-༢༠༡༧ ལོའི་ལས་བསྟོམས་སྤྱིང་བསྟུས་དང་། ཕྱི་
འཕུས་རྒྱན་ལས་ཀྱིས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦-༢༠༡༧ ལོའི་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྟོམས་རྒྱས་པར་ཞིབ་འདུག་གནང་བའི་སྟན་
ཐོ་སྟན་སྟོན་ཟེན་པར། རང་གསེས་ང་པ། གོང་གསལ་སྟན་ཐོ་ནང་གསལ་སྤྱི་འཕུས་རྒྱན་ལས་ཀྱི་དེ་བཞག་ལ་བཀའ་འགག་གིས་
ལན་འདེབས་གསལ་བཤད། དཔལ་ལྷན་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་སྟོན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་སྟོན་སྟོ་བཟང་སེང་གེ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ད་ལྟའི་དེ་བཞག་ལ་ལན་འདེབས་ཁུ་རྒྱ་པ། དུས་ཆོད་ཀྱི་རྒྱུན་པས་ཆོགས་གཙོའི་བཀའ་འཁོལ་
དང་སྒྲགས་དེ་བསྟོག་མི་དགོས་པ་བྱས་ཏེ། ལན་ཐད་ཀར་བསྐྱགས་ན་ཟེར་ནས་ཁུ་རྒྱ་ཡིན། དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་
ནས། (ལགས་སོ། འགྲིག་གི་འདུག) ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

༄༅། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ཟླ་ ༩ ཆེས་ ༡ རྒྱས་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༣ ཆེས་ ༢༡ བར་གྱི་བོད་མིའི་སྤྱི་གཞུགས་

ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཁྱབ་ཁོངས་དང་བཅས་པའི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྟོམས་རྒྱས་པར་

ཁྱོན་ཤོག་གངས་ ༢༩༩ ཡོད་པར་སྤྱི་འཕུས་རྒྱན་ལས་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་

སྡེ་ཆེན་ནས་ཞིབ་འདུག་གནང་བའི་དེ་བར་

ལན་འདེབས་གཤམ་གསལ།

༡ ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས།

༡། ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གྲངས་ ༩ པའི་ཀ་ ༡༥ ཡིག་སྒྱུར་ནང་། ཕྱི་བྲིལ་རྒྱ་སྐད་ཚན་པས་གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་ཆ་གསལ་
ཆེ་ཁག་ཡིག་སྒྱུར་བྱས་པའི་ནང་རྒྱ་ནག་གི་འཁྲོག་གཏམ་ལ་ཆོལ་ལན་བཅས་ཡིག་སྒྱུར་ཞེས་གསལ་ཐད།

དྲི་བ། ༡ རྒྱ་ནག་གི་འཁྲོག་གཏམ་ལ་ཆོལ་ལན་ཐེངས་ཅི་ཙམ་སྒྱུར་ཡོད་མེད་དང་དེ་ཅུམས་ཕྱི་ནང་གི་གསར་ལམ་གང་དང་གང་
དུ་ཐོན་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད་དམ།

ལན། རྒྱ་ནག་གི་འཁྲོག་གཏམ་ལ་ཆོལ་ལན་ཐེངས་ལྔ་ཙམ་བསྒྱུར་ཡོད། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྐོར་བོད་ནི་རྒྱ་ནག་གི་ཆ་ཤས་ཡིན་མིན་
སོགས་ལ་ལན་འདེབས་དང་། ཆོས་དང་རིག་གཞུང་སྐོར་བོད་ཀྱི་སྒྲུབ་སྐྱེའི་ཡང་སྲིད་ཐུགས་ཐག་གཅོད་པའི་དབང་ཆ་ཡོངས་
རྒྱུགས་བོད་མི་རིགས་ལས་གཞན་སྤྱུ་ལའང་མེད་པའི་ལན་འདེབས། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྐོར་བོད་དུ་ཁྱོད་ཁྱེད་འཛུགས་སྒྲུབ་ཐད་ཀྱི་
འཁྲོག་གཏམ་ལ་ཆོལ་ལན། འབྲོག་པ་གཏན་སྡོད་ལས་གཞི་ཞེས་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ཁྱོད་ཀྱི་འཁྲོག་གཏམ་ཁག་ལ་ཆོལ་ལན་ཞུས་
ཡོད། དེ་ཅུམས་ཕྱི་ནང་གི་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་རྒྱ་སྐད་ཐོག་བོད་ཀྱི་བླ་མ་ལས། སྤྱི་ཚོགས་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་
དོ་དམ་དང་། ཟུའེ་ཏ། (Twitter) ཡི་ཏུ་ཁྱུ་ལེ། (Youtube) དེ་བཞིན་རྒྱ་ཡིག་གི་གྲགས་ཅན་བ་བ་པའོ་ཞུན་དང་། ཐན་ཐེ།
དམངས་གཙོ་རྒྱུད་གོ་བཅས་སུ་ཐོན་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

དྲི་བ། ༢ ཡིག་ཆ་དེ་ཅུམས་ཕྱི་ནང་གི་དཔེ་མཛོད་དང་མཐོ་སྒོ་བ་གང་དང་གང་གི་ནང་འབྲེམས་སྒྲེལ་བྱས་ཡོད་མེད་གསལ་
བཤད་ཡོང་བ།

ལན། ཡིག་ཆ་དེ་དག་རྩ་ས་བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་དང་། རྒྱུད་སྡོད་གྲྭ་ཆང་། འོར་སྤྱིང་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཅེས་སྐྱོད་ཁང་།
ཤེས་རབ་དགའ་ཆའ་སྒོ་བ་སྤྱིང་། ས་རྒྱ་མཐོ་སྒོ་བ་བཅས་ནང་འབྲེམས་སྒྲེལ་ཞུས་ཡོད།

༣། ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གྲངས་ ༡༣ ཀ་ ༣༥ འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་དང་འབྲེལ་བའི་ཉམས་ཞིབ་གནང་མཁན་ཁག་ལ་
མ་ཐུན་འགྱུར་ཞུས་པའི་རེ་ཏུ་མིག་ནང་། བོད་སྤྱུག་ཉམས་ཞིབ་པ་མ་ཐུན་འགྱུར་བཞེས་མཁན་གཅིག་ལས་མེད་སྐོར་གསལ་ཐད།
འབྲེལ་ཡོད་ལྷན་ཁང་གིས་བོད་སྤྱུག་ཉམས་ཞིབ་པ་གང་མང་ནས་ཉམས་ཞིབ་ཐོག་མ་ཐུན་འགྱུར་བཞེས་སྤྱོད་ཐོག་ཐབས་ལམ་
གང་བཅའ་ཡོད་དམ།

ལན། ཕྱི་འབྲེལ་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ཆོན་པའི་ལས་དོན་གཙོ་བོ་ནི་རྒྱ་གཞུང་ནས་གཞིས་ལུས་བོད་མིའི་གཞི་རྩའི་ཐོབ་ཐང་ལ་
ཅེས་མེད་དོག་རོལ་དུ་གཏོང་བཞིན་པའི་གནས་སྤངས་ཐོག་ཉམས་ཞིབ་ཀྱིས་དེ་འབྲེལ་གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་ཆ་བཟོ་བསྐྱར་ཞུས་ཏེ་
རྒྱལ་ཚོགས་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་འདུ་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཚོགས་ཚུངས་ཁག་ལ་འབྲུལ་ལམ་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། འོན་
ཀྱང་བོད་ནང་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་དང་འབྲེལ་བའི་སྐོར་ཉམས་ཞིབ་གནང་མཁན་རིགས་ཡོད་ཆེ་སྐབས་བསྐྱར་མ་ཐུན་འགྱུར་
གང་ཐུབ་ཞུས་དང་ཞུ་སྤྱོད་ཡིན།

༤། ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གྲངས་ ༡༥ ཀ་ ༥༡ ལོ་འཁོར་འདིའི་ནང་ཕྱི་ནང་མི་སྣ་ཕྱི་ལོན་ཞུས་སྐོར་ནང་སྒོ་བ་སྤྱུག་གི་སྒྱུ་
མགྲོན་ཅུམས་ལ་འབྲེལ་ཡོད་ཕྱི་འབྲེལ་བྱང་ཆེ་མཆོག་གིས་བོད་དོན་སོགས་དོ་སྲོད་གནང་སྐོར་གསལ་ཐད། སྒོ་བ་སྤྱུག་པ་ཡིན་
པའི་སྒྱུ་མགྲོན་ཅུམས་ལ་དོ་སྲོད་སྤྱོད་གནང་གི་ཡོད་དམ།

ལན། སློབ་མཁན་གཞིགས་སྐོར་བ་རྣམས་ལ་འབྲེལ་ཡོད་ཕྱི་འབྲེལ་དྲུང་ཆེ་མཆོག་གིས་བོད་དོན་སོགས་འོ་སློབ་གནང་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། སློབ་མཁན་མ་ཡིན་པའི་སྐུ་མགྲོན་རྣམས་ལ་འདྲ་ཕྱི་འབྲེལ་དྲུང་ཆེ་མཆོག་གིས་བོད་དོན་སོགས་འོ་སློབ་གནང་གི་ཡོད།

༧། ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གྲངས་ ༡༥ ཀ ༥༡༡ ལོ་འཁོར་འདིའི་ནང་ཕྱི་ནང་མི་སྣ་སྤྲེལ་ནི་ཞུས་ནང་། ཡུ་གུར་གྱི་སྐུ་མགྲོན་ཐེབས་ཡོད་སྐོར་འཁོད་ཡོད་འདུག་ན། སྐུ་མགྲོན་གྱི་མཆོན་ཐོའི་རེ་ཕྱི་མིག་ ༡ ༥༡༣ ནང་ཡུ་གུར་གྱི་སྐུ་མགྲོན་གསལ་མི་འདུག་པས། ཡུ་གུར་གྱི་སྐུ་མགྲོན་དེ་སུ་ཡིན་པ་དང་རྒྱལ་ཁབ་གང་ནས་ཐེབས་པ་ཡིན་མིན་གསལ་བཤད་ཡོང་བ།

ལན། ཡུ་གུར་གྱི་སྐུ་མགྲོན་དེ་རང་མ་ཞིར་གཏན་སྡོད་ཤར་ཏུར་གི་སི་ཏན་རང་དབང་ལས་འགྲུལ་བ་ཡུ་གུར་མི་རིགས་སྐུ་ཐབས་ཞེས་གིན། ཨལཔ་ཉི་གིན། (Erkin Alptekin) ཡིན་པ་དང་། ཁོང་བཞུགས་སྐར་དུ་ཡ་ཤོང་ས་མཆོག་མངལ་རྒྱ་དང་གཞིགས་སྐོར་ཐེབས་སྐབས་སྤྲེལ་གོ་སྤྲིད་ཞུས།

༨། ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གྲངས་ ༡༦ ཀ ༡༡༣ རྒྱ་བ་གཉིས་མཆོམས་གྱི་ཨིན་ཡིག་དུས་དེ་བ་འདོན་ཐེངས་རེར་དེ་བ་གྲངས་ ༣༥༥༠ དཔར་སྐྱུན་ཞུས་སྐོར་གསལ་ཐད། དཔར་སྐྱུན་ཞུས་པའི་ཨིན་ཡིག་དུས་དེ་བ་ལ་མིང་ཡོད་ཆེ་བཀོད་དགོས་གཤམ།

ལན། རྒྱ་བ་གཉིས་མཆོམས་གྱི་ཨིན་ཡིག་དུས་དེ་བ་དཔར་སྐྱུན་ཞུས་པའི་མིང་ལ་ Tibetan Bulletin ཡིན།

༩། ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གྲངས་ ༢༢ ཀ ༡༡༥༡ བོད་ཀྱི་འབྲེམས་སྟོན་དང་བོད་དོན་རིལ་བསྐྱགས་ཅི་ཞུས་ཀྱི་ལས་བསྐྱེམས་ཞེས་པའི་ནང་གསེས་ ༣ ནང་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢༠༢༡༥ ནས་ ༢༡ བར་བོད་ཀྱི་འབྲེམས་སྟོན་ཁང་དུ་བོད་མིའི་སྤྱི་ག་འཇུགས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་ཀླ་ཡེ་ཤེས་མཆོག་གི་མཐུན་འགྱུར་འོག་སྐལ་བཟང་འཛིགས་མེད་ལགས་ཀྱིས་གོ་སྤྲིད་ཞུས་པའི་ IN FRAME ཞེས་པའི་བར་རིགས་འབྲེམས་སྟོན་དུ་འབྱེད་གནང་ཡོད་ཅེས་གསལ་ཐད། འབྲེམས་སྟོན་ཆོན་པའི་མཐུན་འགྱུར་གནང་སྟེ་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་མཆོག་ནས་དུ་འབྱེད་གནང་བ་ཞིག་མིན་ནམ། དེ་ལྟར་མིན་ཆེ་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་མཆོག་ནས་མཐུན་འགྱུར་ཅི་གནང་གསལ་བཤད་ཡོང་བ།

ལན། ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གྲངས་ ༢༢ ཀ ༡༡༥༡ བོད་ཀྱི་འབྲེམས་སྟོན་དང་བོད་དོན་རིལ་བསྐྱགས་ཅི་ཞུས་ཀྱི་ལས་བསྐྱེམས་ཞེས་པའི་ནང་གསེས་ ༣ ནང་། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ རྒྱ་ ༠༦ ཆེས་ ༡༥ ནས་ ༢༡ བར་བོད་ཀྱི་འབྲེམས་སྟོན་ཁང་དུ་བོད་རིགས་ན་གཞོན་སྐལ་བཟང་འཛིགས་མེད་ལགས་ཀྱིས་གོ་སྤྲིད་ཞུས་པའི་ IN FRAME ཞེས་པའི་བར་རིགས་འབྲེམས་སྟོན་གནང་བ་དེ་འབྲེམས་སྟོན་ཆོན་པའི་མཐུན་འགྱུར་འོག་དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་མཆོག་གིས་ལས་རིམ་དུ་འབྱེད་གནང་བ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་གསལ་བཤད་ཞུ་རྒྱུ་ལགས་ན་ནོར་བཙོས་ཡོང་བ་ཞུ།

༡༠། ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གྲངས་ ༢༤ ཀ ༡༡༦༡ ཚཱ་སྐྱར་དང་དཔར་སྐྱུན་ཆོན་པའི་ནང་གསེས་ ༡༡༦༡༡ དང་ ༡༡༦༡༣ ནང་ལྟར་ན་ལོ་འཁོར་འདིའི་ནང་ཡིག་ཆ་ཨིན་ཡིག་ནས་བོད་ཡིག་ནང་ཐབ་སྐྱར་ཞུས་པ་ ༡ དང་བོད་ཡིག་ནས་ཨིན་ཡིག་ཐོག་ཐབ་སྐྱར་ཞུས་པ་ ༣ ཅམ་ཡིན་གསལ་ཐད། ལོ་འཁོར་གཅིག་ནང་ཚཱ་སྐྱར་ཆོན་པའི་ཡིག་ཆ་ ༣ ལས་ཐབ་སྐྱར་བྱེད་དགོས་བྱུང་མེད་པ་ཡིན་ནམ།

ལན། འདས་པའི་ལོ་འཁོར་ནང་རྩོམ་སྒྱུར་ཆོན་པའི་ནང་ལས་བྱེད་འདད་རེས་ཞིག་མེད་པས་བོད་ཀྱི་གྲོས་ཆོག་ལས་དང་སྤྱི་
བྱས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་གི་དེབ་རིགས་གངས་ ༣ ནང་དོན་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་དག ལྷག་ས་པར་སྒྲིན་པ་དང་དཔེ་དེབ་གསུམ་
བསྟོམས་དེབ་གངས་ ༦༧༠༠༠༠ པར་སྒྲིན་ཀྱིས། བྱི་རིལ་ལས་འཆར་ཆོན་པའི་ལས་གཞིའི་འོག་ས་གནས་ཁག་དྲུག་ཏུ་དབུ་
མའི་ལས་ཀྱི་ཟབ་སྦྱོང་བྱུང་། བྱི་ལིར་བཟོ་སྒྲིང་ལྷན་ཆོག་ལས་ཀྱི་གཏམ་བཤད་ཆ་ཆང་ཡིག་ཐོག་པལ་སྒྱུར། གཞན་ཡང་ཆོན་པ་
འདིའི་ལས་བྱེད་ནས་བྱི་ལོ་ ༡༠༡༦ ལོར་ལོས་བསྐྱེད་ཆོན་མོའི་སྐབས་ལོས་ཤོག་གངས་བཤེར་དང་། དབུལ་ཐོངས་ལྷ་སྦྱོང་
ཆོག་སྒྱུར་གྱི་ཆོག་མི་བཅས་ཀྱི་ལས་འགན་གནང་ཡོད།

༩། ལས་བསྟོམས་ཤོག་གངས་ ༥༡ ཁ། ༢། ༡ ཟབ་སྦྱོང་ཆེད་སློབ་སྟོན་པ་གདན་འདྲན་ཀྱིས་པའི་རེ་ཕྱི་མིག་ནང་སྐྱེ་ཞབས་ -
(Ashok) མཆོག་ནས་སྒྲར་ཐང་པར་ཁང་གི་དཔར་འབྲུལ་གསར་པ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་སྐྱེད་སྤྱོད་སྟོན་ཐོག་སྒྲ་བ་ ༣ རིང་འབྲེལ་ཡོད་ལས་
བྱེད་ལ་སྦྱོང་བཟར་གནང་ཡོད་ཅེས་གསལ་ཐད། ད་ཆ་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་ནས་དཔར་འབྲུལ་གསར་པ་ཆད་ལྷན་བེད་སྤྱོད་
བྱེད་སྐབས་མཁན་ཞིག་ཆགས་ཡོད་དམ།

ལན། ལས་བསྟོམས་ཤོག་གངས་ ༥༡ ཁ། ༢། ༡ ནང་གསལ་ཟབ་སྦྱོང་ཆེད་སློབ་སྟོན་པ་གདན་འདྲན་ཀྱིས་པའི་རེ་ཕྱི་མིག་ནང་སྐྱེ་
ཞབས་ Ashok མཆོག་ནས་སྒྲར་ཐང་པར་ཁང་གི་དཔར་འབྲུལ་གསར་པ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་སྐྱེད་སྤྱོད་སྟོན་ཐོག་སྒྲ་བ་ ༣ རིང་འབྲེལ་ཡོད་
ལས་བྱེད་ལ་སྦྱོང་བཟར་གོ་སྤྱི་གཞུང་གཞི་གཞི་ཀྱིས་སྐབས་བསྐྱེད་ཆ་ཆང་ཡོད་ལས་བྱེད་ནས་དཔར་འབྲུལ་གསར་པ་ཆད་
ལྷན་བེད་སྤྱོད་བྱེད་སྐབས་མཁན་ཞིག་ཆགས་ཡོད། འོན་ཀྱང་འབྲུལ་འཁོར་ནང་ཆོན་ཁྲ་སྟེ་སྦྱོང་གཏོང་སྐྱེད་སྤྱོད་གཅོས་ཆེད་ལས་
ལག་རྩལ་ཐོག་ཡང་རྒྱས་འགྲོ་བཞིན་ཡོད།

༡༠། ལས་བསྟོམས་ཤོག་གངས་ ༥༣ ག། ༡༡ གསར་ཤོག་དང་དུས་དེབ་འབྲེམས་སྟེལ་ཇི་ཀྱིས་ཀྱི་རེ་ཕྱི་མིག་ནང་།
༡ བོད་མིའི་རང་དབང་གསར་ཤོག་བདུན་པ་ལྟར་ ༡༠༠༠ བསྟོམས་ལོ་གཅིག་ཁྲོན་ ༡༠༤༠༠༠ དང་། འོད་སྟེར་གསར་
ཤོག་སྒྲ་ལྟར་འདོན་ཐངས་ལྟར་ ༣༠༠ བསྟོམས་ལོ་གཅིག་ནང་ཁྲོན་ ༥༧༠༠༠ ཞེས་གསལ་ཐད། བོད་མིའི་རང་དབང་གསར་
ཤོག་བདུན་པ་ལྟར་འདོན་ཐངས་ལྟར་ ༡༠༠༠ ཡིན་ཆེ་ལོ་གཅིག་ནང་ཁྲོན་ ༡༠༤༠༠༠ མིན་ནམ། དེ་བཞིན་འོད་སྟེར་གསར་
ཤོག་སྒྲ་ལྟར་འདོན་ཐངས་ལྟར་ ༣༠༠ ཡིན་ཆེ་ལོ་གཅིག་ནང་ཁྲོན་ ༣༦༠༠ མིན་ནམ།

ལན། ལས་བསྟོམས་ཤོག་གངས་ ༥༣ ག། ༡༡ ནང་གསལ་བོད་མིའི་རང་དབང་བདུན་པ་ལྟར་འདོན་ཐངས་ ༡༠༠༠ རེ་ཅིས་
ལོ་རེར་ ༡༠༤༠༠༠ དང་། འོད་སྟེར་སྒྲ་ལྟར་འདོན་ཐངས་ལྟར་ ༣༠༠ ཅིས་སྒྲོར་གྱིས་ལོ་རེར་ ༥༧༠༠ གསལ་འདུག་པ་འདི་
ནས་ཅིས་ནོར་ཤོར་འདུག་ན་དགོངས་སེལ་ཀྱི་རྒྱ་དང་། བོད་མིའི་རང་དབང་བདུན་པ་ལྟར་འདོན་ཐངས་ ༡༠༠༠ རེ་ཅིས་ལོ་
རེར་ ༡༠༤༠༠༠ དང་། འོད་སྟེར་སྒྲ་ལྟར་འདོན་ཐངས་ལྟར་ ༣༠༠ ཅིས་སྒྲོར་གྱིས་ལོ་རེར་ ༣༦༠༠ ཞེས་ལན་འདེབས་གསལ་
བཤད་ཀྱི་རྒྱ།

ཁ། བོད་ཀྱི་སྤྱི་བྱས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་།

༡། ལས་བསྟོམས་ཤོག་གངས་ ༡ བོད་ནང་བོད་ཀྱི་སྤྱི་བྱས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་གི་རོ་སྦྱོང་གི་ནང་ཉམས་ཞིབ་ཁང་གི་དམིགས་
ལུལ་གཙོ་བོ་ཅིག་བོད་མིའི་སྤྱི་གཞུང་གི་འཛིན་སྐྱོང་གཙོ་བདག་དཔལ་ལྷན་བཀའ་ཤིག་གི་དགོངས་པའི་དབུད་གཞིར་སྟོན་

འབྲུལ་བྱ་མཁན་བསམ་སྒྲུབ་མཛོད་འཛིན་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་བསྐྱར་ཐབས་འབད་བཅོམ་བྱ་རྒྱ་བཅས་ཡིན་ཞེས་གསལ་ཐད། ད་ཆ་
བོད་ཀྱི་སྤྱི་དབུས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་དེ་གསར་འཛུགས་བགྱིས་ཏེ་ལོ་ཅིལ་ལོ་ ༥ མོང་ཡོད་ན་དམིགས་ལུལ་དེ་དག་ཐུགས་རེ་
གནང་བ་བཞིན་སྐྱབ་བྱའ་ཡོད་དམ། ད་བར་བོད་ཀྱི་སྤྱི་དབུས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་ནས་དཔལ་ལྷན་བཀའ་འགག་གི་དགོངས་པའི་
དབྱུང་གཞིར་གནད་དོན་གང་དང་གང་སྟན་འབྲུལ་ཞུས་ཡོད་དམ།

ལན། ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གངས་དང་པོའི་རོ་སྟོད་ནང་གསལ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་དབུས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་དཔལ་ལྷན་བཀའ་འགག་གི་
དགོངས་པའི་དབྱུང་གཞིར་སྟན་འབྲུལ་བྱ་མཁན་བསམ་སྒྲུབ་མཛོད་འཛིན་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་བསྐྱར་ཐབས་སུ། འདི་གའི་ཁོར་ལུག་
ཆོན་པ་ནས་བོད་ནང་གི་ཁོར་ལུག་གནས་སྐྱངས་སྟོར་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་ལུ་ཅམ་ཆོན་པའི་ཉམས་ཞིབ་པས་དབྱུང་བ་བྱེད་པའི་
གནས་ཚུལ་ཁག་དཔལ་ལྷན་བཀའ་འགག་ཏུ་སྟན་འབྲུལ་ཞུས་ཡོད་པ་དང་། མ་འོངས་ཁོར་ལུག་ཅམ་མིན་པར་ཉམས་ཞིབ་པ་
གཞན་ནས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱ་རྒྱའི་འབད་བཅོམ་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།

༡། ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གངས་ ༡ པོའི་ནང་བོད་ཀྱི་སྤྱི་དབུས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་གི་འགན་འཛིན་ལྷན་ཆོག་པ་ལོ་ལྟར་སྒྲུབ་
པའི་ནང་ཆོག་པ་བ་དང་འགན་ལྷན་འཆོག་པ་མི་ནམས་ནས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་གི་ལས་དོན་བྱེད་ཐོག་སྟོར་ལམ་སྟོན་གནང་
གི་ཡོད་ཅེས་གསལ་ཐད། ཉེ་སྔོན་ཆོག་པའི་འགན་ལྷན་ནང་ལམ་སྟོན་གཙོ་བོ་གང་དང་གང་གནང་ཡོད་དམ།

ལན། བོད་ཀྱི་སྤྱི་དབུས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་གི་འགན་འཛིན་ལྷན་ཆོག་པ་འདི་ལོ་ཕྱི་ཟླ་ ༥ ཆེས་ ༢༠ ཉེན་ཆོག་པ་ཟེན་པར་དེའི་
སྐབས་འགན་ལྷན་ནས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་ཡར་རྒྱས་དང་གོང་འཕེལ་འགྲོ་རྒྱའི་ཆེད་ལམ་སྟོན་གནང་ཡོད་པ་དཔེར་ན། ཉམས་ཞིབ་
ཁང་ནང་ཉམས་ཞིབ་ཕྱི་ཆོན་དབྱེ་བ་དགོས་མིན་སྟོར་ལ་ལམ་སྟོན་གནང་བ་དང་ཉམས་ཞིབ་པའི་སྤྱི་ཆེད་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱ་
དང་། བརྗོད་གཞི་འཕར་མ་གང་དང་གང་གི་ཐོག་ཉམས་ཞིབ་བྱ་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་གནང་།

༢། ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གངས་ ༥ པའི་ནང་ཉམས་ཞིབ་པ་ནམས་ནས་ཆོག་པ་འདྲུ་མཉམ་ཞུགས་དང་གཏམ་བཤད་ཀྱི་
ནང་གསེས་ ༡༠ པའི་ནང་བོད་ཀྱི་སྤྱི་དབུས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་དང་ཐེ་ཨན་བོད་རིགས་ཆོག་པ་བ་ཐུན་མོང་ནས་གོ་སློབ་ཞུས་པའི་
ཆོག་པ་འདྲུའི་ནང་རྒྱ་རིགས་ཤེས་ཡོན་ཅན་དང་ཅོམ་པ་སོ་དང་མཁས་དབང་ཁག་ཅིག་ལ་བོད་པའི་འཐབ་ཅོད་ཀྱི་གོ་རྟོགས་
སྤེལ་ནས་བྱུང་འབྲས་ཇི་སོན་སྟོར་ཀྱི་གཏམ་བཤད་གནང་ཞེས་གསལ་ཐད། བྱུང་འབྲས་ཇི་སོན་འབྲེལ་བརྗོད་ཡོད་པ་ཞུ།

ལན། ཐེ་ཨན་བོད་རིགས་ཆོག་པ་བས་བོད་དོན་ཆོག་པ་འདྲུ་ཞིག་གོ་སློབ་གནང་བར། བོད་ཀྱི་སྤྱི་དབུས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་
གི་འགན་འཛིན་མཆོག་ནས་རྒྱ་ནག་ཕྱི་ནང་གཉིས་སུ་གནས་པའི་རྒྱ་རིགས་ལ་འབྲེལ་མཐུད་འབད་བཅོམ་ཇི་ཞུས་སྟོར། ཞེས་
པའི་བརྗོད་གཞིའི་ཐོག་གཏམ་བཤད་གནང་འདུག ལས་བསྐྱེམས་ནང་གཏམ་བཤད་ཀྱི་འགོ་བརྗོད་འགོད་ནོར་སོང་བར་
དགོངས་པའི་དང་སྐྱགས་ནོར་བཅོས་ཞུ་འཐུས་ཆོག་པ་ཞུ།

༣། བོད་ཀྱི་སྤྱི་དབུས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་ནས་གོ་སློབ་ཞུས་པའི་ཆོག་པ་འདྲུ་ཁག་ནང་འདི་གའི་ཉམས་ཞིབ་པ་དང་གཞན་ཞུ་
བྱས་པའི་མཁས་དབང་ཁག་གི་གཏམ་བཤད་ནམས་བརྟན་དཔར་ཐོག་སྟོར་སྐྱག་དང་དེབ་གཟུགས་སུ་དཔར་བསྐྱར་གནང་ཡོད་
དམ།

ལན། འདི་ག་ལས་ཁུངས་ནས་མཁས་དབང་ཁག་གདན་ཞུས་ཀྱིས་དབུས་བོད་མིའི་སློབ་འཛུགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚུལ་ལས་ཁུངས་
ནམས་ལ་གཏམ་བཤད་གོ་སློབ་ཀྱི་དུས་ཚིག་པར་མཁས་དབང་ནམས་ཀྱི་གཏམ་བཤད་ཁག་གི་བརྒྱུད་དཔར་འདི་ག་ལས་ཁུངས་
ཀྱི་བླ་ཁྱ་ www.tibetpolicy.net རྒྱ་དྲུག་བཞིན་པ་མ་ཟད། བརྒྱུད་འཕྲིན་དེ་དག་གི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བརྒྱུད་འཕྲིན་
ཆོད་པའི་ནང་ཕྱོགས་བསྐྱུས་ཀྱིས་གསོག་འཛིན་ཀྱི་དུས་ཚིག་ཡོད། རྒྱ་ལོ་ཉམས་ཞིབ་ཀྱི་ཆོག་ལས་འདྲའི་གཏམ་བཤད་ཁག་
ཕྱོགས་སློབ་གིས་འདི་ག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལོ་རེའི་དུས་དེབ་ནང་འདོན་སྤེལ་ཞུ་བཞིན་ཡོད།

ག རྩི་ལི་དོན་ཁང་།

ལས་བསྐྱེམས་ནང་གསལ་ལྟར་ན། རྩི་ལི་དོན་ཁང་ནས་ལོ་འཁོར་མར་རང་འགན་ཉུང་སྒྲིབ་ཀྱི་ནམ་བུ་བར་བསྐྱེམས་འོས་སུ་
གྱུར། དམིགས་བསལ་རྒྱ་གར་གཞུང་མང་དང་། གྲོས་ཆོག་ཀྱི་འཕྲུས་མི། རྩི་ལི་བཅའ་བཞུགས་གཞུང་ཆབ་ཁྲའག་ནམས་ལ་
འབྲེལ་ལམ་ཞུ་ཕྱོགས། དེ་བཞིན་བོད་མི་ཡིག་ཆ་དགོས་དེགས་དང་མཐོ་སློབ་སློབ་ཐུག་ཁག་ལ་རོགས་སྐྱོར་སོགས་ཀྱི་མཐུན་
འགྱུར་གང་ལེགས་ཞུས་ཡོད་པ་མངོན།

ལན། བསྐྱེམས་བརྩོན་གནང་བར་སྐྱབས་ཆེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱ།

ང། བྱང་ཨ་རི་སྤྱི་ཚབ་དོན་ཁང་།

༡ ལས་བསྐྱེམས་ཞོག་གངས་ ༣ པ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་དོན་ནང་གསལ་སྤྱི་ ༡༢ པའི་ཐོག་དོན་ཁང་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་བོད་དོན་
ལས་འགྲུལ་ཁང་སོགས་ཀྱི་འཕྲུས་མི་ནམས་ནས་ཨ་རི་གཞུང་གི་ཕོ་བྲང་དཀར་པོ་དང་ཕྱི་སྲིད་ལས་ཁུངས། དེ་བཞིན་ཨ་རིའི་
གྲོས་ཆོག་ཀྱི་འཕྲུས་མི་བཅས་མཇུག་འཕྲད་སྐབས་ཨ་རི་གཞུང་ནས་བོད་ཐོག་འཛིན་པའི་སྲིད་བྱུས་ཁྲིམས་ཡིག་ ༡༠༠༡ ཞེས་
པ་ལག་བསྐྱར་སྤྱད་མཐུད་དགོས་སྐྱོར་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་རོགས་སྐྱོར་སྤྱད་ཡོང་བ་དང་། ཡང་སྐོས་བོད་དོན་དམིགས་
བསལ་འབྲེལ་མཐུད་པ་གང་སྐྱར་བསྐྱོ་གཞག་ཡོང་བ་སོགས་ཀྱི་འཕོད་བསྐྱེལ་ཞུས་ཡོད་པཅས་གསལ་ཐད།

དྲི་བ། ༡ ཉེ་སྔོན་ཨ་རིའི་སྲིད་འཛིན་གསར་པ་ཌོ་ནལ་ཌམ་སུ་མཆོག་ནས་ཨ་རིའི་གཞུང་ནས་བོད་ཐོག་འཛིན་པའི་སྲིད་བྱུས་
ཁྲིམས་ཡིག་ ༡༠༠༡ ཞེས་པ་དེ་སྤྱད་མཐུད་ལག་བསྐྱར་གནང་དཀའ་བའི་སྐོ་དོགས་ཡོང་བ་མ་ཟད། བོད་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་
གཅིག་ལ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་རོགས་སྐྱོར་སྤྱད་མཐུད་གནང་མི་སྒྲིབ་པ་ཡོངས་གྲགས་བྱུང་ཡོད་ན། དེའི་ཐོག་དོན་ཁང་ནས་ཞུ་
གཏུགས་དང་འབྲེལ་མཐུད་བརྒྱུད་དུ་ཆ་ཨ་རི་གཞུང་ནས་བོད་ཐོག་རྒྱུ་སྐྱོར་སྤྱད་འཕྲོ་རྒྱུ་གནས་བབས་གང་འདྲ་
ཆགས་ཡོད་དམ།

ལན། ཨ་རིའི་སྲིད་འཛིན་གསར་པ་ཌོ་ནལ་ཌམ་མཆོག་གིས་འོས་བསྐྱེལ་ལས་དེམ་སྐབས་དང་སྲིད་འཛིན་གྱི་མཇུག་འགྲན་
བཞེས་ནས་ད་བར་བོད་དང་བོད་དོན་སྐོར་དགོངས་པ་གང་ཡོད་གསལ་པོ་མེད། ད་ལྟའི་ཆར་ཕྱི་སྲིད་ལས་ཁུངས་ནང་བོད་དོན་
དམིགས་བསལ་འབྲེལ་མཐུད་པ་བསྐྱོ་སྒྲིབ་པ་བྱུང་མེད་ཀྱང་བོད་དོན་རྒྱུ་སྐྱོར་དང་རོགས་པམ་ཐོག་སྲིད་བྱུས་སྤྱར་ལྟར་གནང་
རྒྱུའི་རེ་བ་ཞུ་གི་ཡོད། ཨ་རི་ཕྱི་སྲིད་བྱང་ཆེ་སྐོར་ཆེན་མོ་སྤྱི་ཞབས་ Rex Tillerson མཆོག་བསྐྱོ་གཞག་འོས་མིན་གྱི་དྲི་བ་དེས་
པའི་ལན་ནང་དང་། ཨ་རིའི་གཞུང་གི་རྒྱ་ནག་ནང་གཞུང་ཆབ་ Terry Branstad བསྐྱོ་གཞག་འོས་མིན་སྐབས་ཀྱི་དྲི་བ་དེས་
ལན་ནང་། དོན་གཅོད་དང་དོན་ཁང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཕོ་བྲང་དཀར་པོ་དང་ཕྱི་སྲིད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་ཁུངས་ཀྱི་མཇུག་འགྲན་སྐབས་ཀྱང་

དག་ཅིག་མཇུག་ཡོད་ཅེས་གསལ་ཐད། ལོ་འཁོར་མར་དོན་ཁང་ནས་ཁེ་ན་ཏུ་གཞུང་འབྲེལ་མི་སྣ་དང་དཔོན་རིགས་ཁག་མཉམ་
འབྲེལ་གང་འདྲ་གནང་བཞིན་ཡོད་དམ།

ལན། དོན་ཁང་ནང་ལས་བྱེད་བཞི་ལས་མེད་སྟབས། དུས་ཚོད་མང་ཆེ་བ་དེ་ཨ་རིའི་ནང་གཏོང་བཞིན་ཡོད། ཁེ་ན་ཏུ་
དགོས་གཤམ་ནས་བྱུང་ལ་ཆེད་བཅར་ཞུ་བཞིན་ཡོད། དེ་མིན་ཁེ་ན་ཏུ་བོད་དོན་རྒྱ་བ་སྐྱོར་ཚོགས་པ་ Canada Tibet
Committee དང་། ཁེ་ན་ཏུ་གོ་ས་ཚོགས་འཐུས་མིའི་བོད་དོན་རྒྱ་བ་སྐྱོར་ཚོགས་པའི་ཚོགས་གཙོ་ Arif Virani མཆོག་
གི་ལས་ཁུངས་བརྒྱུད་འབྲེལ་བ་བྱེད་སྟུགས་ཡིན། དཔལ་ལྷན་གྱི་སྐྱོར་མཆོག་ཕྱོགས་ཤེས་གནང་སྐབས་དང་། ཕྱི་ཟླ་ ༩ དང་
༦ བ་སོ་སོར་ཁེ་ན་ཏུ་སྤྱོད་ཀྱིས་ཆེད་བཅར་ཞུས་ཡོད། མ་འོངས་པ་ཁེ་ན་ཏུ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་འགུལ་ཆོགས་
ཚུད་ཡོང་སྐད་བོད་དོན་རྒྱ་བ་སྐྱོར་ཚོགས་པ་དང་། བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ་ཁག་གི་མཉམ་ཁུལ་ལ་གོང་སྤེལ་གཏོང་
རྒྱུ་སྐྱོར་གོ་བསྐྱར་ཞུ་བཞིན་པ་ཡིན།

༧། ལས་བསྡེམས་མཐའ་ཤོག་ནང་ཟུར་འབྲུལ་ཡིག་ཆ་ལོ་འཁོར་ཅིས་ཁུའི་ཁ་ཤོག་དང་ཚོགས་ཆེན་ཁག་གི་གོ་ས་ཚོད་
སོགས་མཉམ་འབྲུལ་ཞུས་ཡོད་ཅེས་གསལ་ཐད། ཟུར་འབྲུལ་ཡིག་ཆ་གང་ཡང་མཉམ་སྦྲུང་མི་འདུག་གོ།

ལན། ཟུར་འཛར་ཡིག་ཆ་ཁག་མཉམ་སྦྲུང་ཞུས་ཡོད།

༨། བལ་ཡུལ་དོན་གཅོད་ཁང་།

༡། ལས་བསྡེམས་ཤོག་གངས་ ༩ པའི་ནང་གསེས་ ༨ བ་ སྤྱི་ཚོགས་བདེ་དོན་དང་དཀའ་སེལ་ལས་དོན་ནང་གི་ཡིག་
ཐེང་ ༩ པའི་ནང་ སྤྱི་ཚོས་ལག་འཁུར་གངས་ ༣༣༡ དང་གཉེན་སྲིག་ལག་འཁུར་གངས་ ༥༥ བཅས་སྤེལ་དང་བསྐུལ་སྟུགས་
ཡིན་ཞེས་གསལ་ཐད། བཀའ་ཤག་ནས་དེ་སྔ་ས་འགོ་ལས་ཁུངས་ཁག་ནས་སྤྱི་ཚོས་ལག་འཁུར་དང་གཉེན་སྲིག་ལག་འཁུར་
སོགས་སྤྱོད་མི་ཆོག་པ་བཟོས་ཡོད་ན། དོན་ཁང་ནས་སྤྱོད་བྱས་གང་གི་འོག་ཡིག་ཆ་དེ་དག་འབྲུལ་གྱི་ཡོད་དམ།

ལན། བཀའ་བླང་ཡིག་ཆ་དུས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༤ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༢༠ འཁོད་ཡིག་ཨང་བཀའ་༤༠༩༩༣༥༡༠༩ ཙ་འཛིན་
ལམ་སྟོན་ནང་བོད་མི་རིང་མ་ཡིན་པའི་ཁུངས་སྤྱི་ལ་རྒྱུན་གསལ་སོ་ཡོད་པ། ལག་དེབ་ཆད་ལྡན་ཡོད་པའི་ཐོག་དབྱ་ཁུལ་དུས་
ཐོག་འབྲུལ་བཞིན་ཡོད་པ། ལག་འཁུར་ནང་འཁོད་རྒྱུའི་སྤྱི་ཚོས་སམ་གཉེན་སྲིག་བྱེད་སྐོ་ཆད་འཛིན་འཕེར་བ་ཡོད་རིགས་ལ་
ས་གནས་འགོ་འཛིན་བྱེད་བཀའ་བ་རེ་རེ་ནས་སྤྱོད་མ་དགོས་པ་བལ་དོན་ཁང་རང་ནས་ཞིབ་འཇུག་ནན་ཏན་གྱིས་སྤྱོད་འཐུས་ཞེས་
པའི་བཀའ་ཡིག་དགོངས་དོན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༤ ནས་གོང་གསལ་ལག་འཁུར་གནང་སྟུགས་ཡིན།

༢། ལས་བསྡེམས་ཤོག་གངས་ ༩ དང་ ༡༠ པའི་ནང་། བལ་ཡུལ་བོད་མིའི་བདེ་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་བཟོ་སྐྱོང་
ཆེད་ཚོགས་ཆེན་སོགས་ནང་བོད་མིའི་དཀའ་སེལ་སྤྱད་ས་གནས་ནས་སྟན་འབྲུལ་ལྟར་དབྱས་ལས་ཁུངས་ཁག་ནས་ཀྱང་
དངོས་སུ་བྱུག་ལེན་འཁུལ་བྱུང་རིགས་འཕྲུལ་མར་བཀའ་ལན་འབྱོར་བ་སོགས་ཀྱི་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་རོགས་སྐྱོར་གནང་
བྱུང་ཞེས་གསལ་ཐད། འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་ཁག་ནས་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་རོགས་སྐྱོར་གནང་ཡོད་ཆེ་ས་གནས་བོད་མི་
རྣམས་ཀྱང་དེ་མཚུངས་འདོད་སྟོབས་པ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་དམ།

ལན། ས་གནས་མི་མང་རྣམས་ཀྱང་དེ་མཚུངས་ཀྱི་འདོད་སྟོབས་པ་ཞིག་བྱུང་བར་དོས་འཛིན་ཞུ་བཞིན་ཡོད།

༣། ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གངས་ ༡༣ པའི་ནང་གསེས་ ཆ་བ། བལ་ཡུལ་ཆེ་རིང་ཆས་གསོ་ཁང་ནང་གསེས་ ༩ པའི་ནང་
དོ་བདག་བྱ་སྤྲུག་གི་རྒྱལ་དུ་ཡོད་མཁན་ནས་པ་མ་ཆས་འཁོགས་ཆས་གསོ་ཁང་དུ་བཅུག་དགོས་ཅིགས་ལ་ཉིན་རེ་ཟས་གོས་
གནས་མལ་གྱི་དོད་ཨ་སྒོར་ ༡ འབྲུལ་དགོས་ཞེས་གསལ་ཐད། ཨ་སྒོར་དོད་ལུལ་ཏེ་ཆས་གསོ་ཁང་དུ་ཉར་བཞིན་པའི་ཆས་
འཁོགས་ཁྱོན་གཙོ་ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་ས་གནས་གང་དང་གང་ནས་ཡིན་ནམ།

ལན། ཉིན་རེ་ཟས་གོས་དོད་ཨ་སྒོར་ ༡ ལུལ་ཏེ་ཆས་གསོ་ཁང་དུ་ཉར་བཞིན་པ་ལས་བསྐྱེམས་ནང་གསལ་ལྟར་ཆས་
འཁོགས་གཉིས་དང་འདི་ལོ་གཅིག་བཅས་ཁྱོན་བསྐྱེམས་གསུམ་ཡོད།

༡། གུན་ཐུབ། འཕ་ར་གསུམ་ས་གནས་ཁྲབ་ཁོངས་ནག་པོ་ཆེན་ཡིན།

༢། གུན་བཟང་ལྷ་མོ། མཆོད་འཛོམས་ས་གནས་ཁྲབ་ཁོངས་མཆོད་རྟེན་ས་ཁུལ་ནས་ཡིན།

༣། མོ་མོ་ཡེ་ཤེས། མཆོད་འཛོམས་ས་གནས་ཁྲབ་ཁོངས་མཆོད་རྟེན་ས་ཁུལ་ནས་ཡིན།

ཆ། སྤང་སི་སྤྱུ་ཆབ་དོན་གཙོ་ཁང་།

༡། ཉེ་སྔོན་སྤང་སི་སྤྱུ་ཆབ་དོན་གཙོ་ཁང་དང་ཕྱི་རིལ་ལས་ཁུངས། དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་གཞུང་འབྲེལ་མིན་པའི་ཆོགས་པ་
ཁག་སྟེ་མོང་ནས་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཆོགས་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་ལོ་འཁོར་ཆོགས་ཆེན་ནང་བོད་དོན་ཁྱུ་གཉེགས་དང་
གཏམ་བཤད། དེ་བཞིན་བོད་དོན་སླེང་བའི་རྒྱལ་སྐྱོར་སོགས་ཀྱི་བྱ་བ་འབྲས་སུ་ཆོགས་ཆེན་ཐངས་ ༣༡། ༣༢། ༣༣། ༣༤ བཅས་སུ་
རྒྱལ་ཁབ་མང་པོས་རྒྱ་ནག་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་དང་བོད་ཀྱི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་གནས་བབས་ཐོག་སྒོ་འཆབ་དང་རྒྱལ་སྐྱོར་
གནང་ཡོད་པ་མ་ཟད། རྒྱལ་ཆོགས་ཀྱི་དམིགས་བསལ་དབྱེད་ཞིབ་པ་-[UN Special Procedure Mandate
Holder] ༤ ནས་བོད་ནང་གི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་རྒྱ་ནག་གཞུང་ལ་འདི་ཅད་ནན་པོ་བྱས་པ་མ་ཟད་འདི་ཅད་དེ་ནམས་
ཆོགས་ཆེན་དུ་ཡོངས་གྲགས་བྱས་པ་སོགས་བྱུང་འདུག་པས་འབྲེལ་ཡོད་ཆང་མར་ཡི་རངས་བསྐྲགས་བརྗོད་ཞུས་པ་དང་རྒྱུན་
མཐུད་སྤང་སི་སྤྱུ་ཆབ་པའི་རེ་བ་ཁྱུ་བཞིན་ཡོད།

ལན། འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་ལོ་འཁོར་ཆོགས་ཆེན་སྐབས་བོད་དོན་ཁྱུ་གཉེགས་དང་། གཏམ་བཤད། བསྐྱོང་སོགས་
གང་ལ་ཅི་ཐུབ་བྱེད་འབྲས་སུ་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་སྐོན་ཆོགས་སྤྲེལ་སུ་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོས་རྒྱ་ནག་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་དང་བོད་
ཀྱི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་གནས་བབས་ཐོག་སྒོ་འཆབ་དང་ཁྱུ་གཉེགས་ལས་འབྲུལ་ལ་རྒྱལ་སྐྱོར་གནང་བར་འབྲེལ་ཡོད་ཆང་
མར་ཡི་རངས་བསྐྲགས་བརྗོད་ཞུས་པ་དང་རྒྱུན་མཐུད་སྤང་སི་སྤྱུ་ཆབ་པའི་རེ་བ་ཁྱུ་གི་ཡོད་ཐེབས་པར་སྤྲུགས་ཤིང་། སྤང་མར་ཡང་སྤྱི་
མཐུད་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་འབད་བཅོལ་རེས་ཁྱུ་ཆོག་པ་ཁྱུ་རྒྱ།

༢། ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གངས་ ༡༣ ནང་གསེས་ ༩་ ནང་ཕྱི་རི་སི-(Greece) ནང་བོད་མི་སྤྱབས་བཅོལ་བ་ཁྲིམས་
འགལ་ཐོག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཇུག་རྒྱུ་ཡུན་རིང་བཅོལ་བཅུག་བཀག་ཉར་འོག་བོད་མི་གཅིག་ལྟག་ཡོད་སྐོར་གསལ་ཐད། ད་
ལྟོ་ཆར་བོད་མི་གཅིག་པོ་དེའི་གནས་བབས་གང་ཆགས་ཡོད་ནམ།

ལན། ཕྱི་རི་སི་ནང་བོད་མི་གཅིག་ལྟག་པ་དེ་རྗེས་སུ་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་སོང་འདུག་ དོ་བདག་ནས་འདི་ག་ལས་ཁུངས་ལ་
འབྲེལ་གཞུགས་ནམ་ཡང་བྱེད་ཅིགས་མ་བྱུང་། འོན་ཀྱང་འདི་ནས་ཕྱི་རི་སི་མཆོ་ཁྲག་གཡས་གཡོན་གྱི་བཅོལ་ཁང་འགའ་ཤས་

ཡོད་པ་དེར་འབྲེལ་བ་ཞུས་ཀྱང་བཅད་གཅོད་སྐབ་པ་བྱང་མ་སོང་། གོ་ཐོས་སྤྱ་ལྷོ་འོ་བ་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་ལ་བསྐྱེད་ས་
འཁྱོར་བྱང་སྐད་ཅམ་ལས་ཁྱད་ས་ལྡན་གནས་ཚུལ་ཤིས་ཉོག་ས་སྐབ་པ་བྱང་མ་སོང་ཞུ་རྒྱ། ལར་ནས་རང་རེའི་བོད་རིགས་གང་
ཞིག་ལ་དཀའ་ངལ་འབྲུད་སྐབས་གཞུང་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་པ་ལས་དེ་ནས་ཁོ་ལ་རྗེས་འབྲེལ་བ་ཞུ་མཁན་ཏེ་ཅང་ཉུང་ཉུང་རེད་
འདུག་ཞུ་རྒྱ།

༣། ལས་བསྡོམས་ཤོག་གངས་ ༣༣ རང་གསེས་ག། ལས་དོན་བྱས་ཀྱང་བྱུང་འབྲས་མ་ཐོན་པ་ནང་གསེས་ ༡༧ རང་ལོ་
རོ་བ་ཞུལ་ནས་བོད་དོན་ལ་ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་ལྷགས་ཆེ་གནང་མཁན་རྒྱ་རིགས་ཁག་ཅིག་བཞུགས་སྐྱོར་དུ་
གནད་ཞུ་མཁོན་འབོད་གནང་འཆར་ལྟར། འདི་ལོ་བྱི་ཟླ་ ༣ པའི་ནང་འཇར་མན་དུ་བཅའ་བཞུགས་རྒྱ་རིགས་གསར་འགོད་པ་
གང་ཕིང་ཕེབས་རྒྱ་གནང་ཡང་རྒྱ་གར་གཞུང་ནས་གསར་འགོད་པ་ཡིན་མིན་བཅས་ཀྱི་དོགས་གཞིའི་འོག་མཐོང་མཆན་མ་ཐོབ་
པའི་སྐོར་ཀྱིས་གསུམ་དུས་ཀྱི་མཛད་སྒྲོར་བཅར་སྐབ་མེད་ཅེས་གསལ་ཐད། མ་འོངས་གནས་སྐབས་འདི་རིགས་ཐད། བོད་མིའི་
སྤྲིག་འཇུགས་བདེ་སྤང་ལས་ཁྱད་ས་ཀྱི་རྒྱབ་གཉེར་བརྒྱད་རྒྱ་གར་གཞུང་ཆབ་ལ་མཐོང་མཆན་ཞུས་ཆེ་གཞུང་ཆབ་ནས་མཐོང་
མཆན་འབྲུལ་བདེའི་དགོ་མཆན་མེད་དམ།

ལན། མ་འོངས་པར་གནད་དོན་འདིའི་རིགས་ནམ་འབྲུད་སྐབས་བདེ་སྤང་ལས་ཁྱད་ས་དང་ཕྱི་ལོ་དོན་གཅོད་བཅས་ལ་འབྲེལ་
བ་ངེས་ཞུ་ཆོག་པ་ཞུ་རྒྱ།

༤། ལས་བསྡོམས་ཤོག་གངས་ ༣༣ རང་གསེས་ ༣། སྤྱི་སྤྱོད་རེ་འདུན་འོག་ཡིག་གེང་ ༩ པའི་ནང་། དེ་བཞིན་སྤྱི་རྒྱལ་
ཡུལ་སྤྱུ་ཁག་ཏུ་བོད་མིའི་གངས་འབོར་རྗེ་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆེད་དུ་འང་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རྩ་ཆའི་རིག་
གཞུང་དང་། རྒྱུད་ཡིག་ཡུལ་གོ་མས་གཤིས་ལུགས་བཟང་པོ་ཡོད་པ་དེ་དག་མི་ཉམས་རྒྱུན་འཛིན་གཅེས་ཉར་སྐབ་ཐབས་སྤྱི་
ལུགས་རྒྱུང་རིང་པོར་དམིགས་པའི་ཞེས་གསལ་ཐད། བོད་མིའི་སྤྲིག་འཇུགས་ཀྱི་ལྷ་དང་ལྷ་བཅུའི་སྤིང་བྱས་འོག་སྤྱི་རྒྱལ་ཡུལ་
སྤྱུ་ཁག་ཏུ་བོད་མིའི་གངས་འབོར་རྗེ་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་པ་དངོས་འབྲེལ་ལ་སོང་། གནས་སྐབས་དེའི་ཐོག་སྤྱུགས་རྒྱུང་རིང་བའི་
འཆར་གཞི་གང་དང་གང་ཡོད་དམ།

ལན། འདི་ཐད་དཔལ་ལྡན་སྤིང་སྤྱོད་གཅོས་བཀའ་སློན་ནམ་པ་སྤྱོགས་ཕེབས་སྐབས་བཀའ་སློབ་ལམ་སློན་གནང་དང་གནང་
སྤྱོད་ཡིན་པ་མ་ཟད། གཞིན་སྤྱོད་ཆོར་བྱར་མཇལ་གྱིས་གོ་བསྐྱོན་སྤྱོད་གསོ་རྒྱུ་སྤྱོད་ཡིན།

༥། ཉེ་འོང་དང་ཤར་ཨེ་ཤ་ཡའི་སྤྱི་ཆབ་དོན་གཅོད་ཁང་།

ལས་བསྡོམས་ནང་གསལ་ལྟར་ན། ཉེ་འོང་དང་ཤར་ཨེ་ཤ་ཡའི་སྤྱི་ཆབ་དོན་གཅོད་ཁང་གིས་རང་འགན་ཏུ་རྒྱབ་ཀྱི་
ནམ་པ་མངོན། དམིགས་བསལ་ཡགོང་ས་མཆོག་དང་དཔལ་ལྡན་སྤིང་སྤྱོད་གི་ཆེབས་བསྐྱར་གྱི་སྤྱི་སྤྱོད་ས་གནས་སྤིང་གཞུང་
དང་དཔོན་རིགས། ཉེ་འོང་གོས་ཆོགས་ཀྱི་འབྲས་མི་དང་གཞུང་ཆབ་ཁག་གི་མཉམ་འབྲེལ་བ་དམ་ཐབ་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་
བོད་དོན་རྒྱུད་ཀྱི་གཏམ་བཤད་གོ་སྤྲིག་དང་ཡིག་ཆ་འབྲེམས་སྤེལ། བོད་དོན་ཐོག་གཞུང་མེམས་མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱི་ལག་དེབ་
སྤོན་པོ་བརྒྱུད་འདེབས་བསྐྱེད་ལེན་བཅས་ལས་དོན་ནམས་བསྐྱེད་འོས་སྤྱུ་གྱུར།

༡། རྟོན་གཙོང་ཁང་ནས་ཉི་ཉོང་གྲོས་ཚོགས་གོང་ལོག་གི་འཐུས་མི་ལས་གྲུབ་པའི་ཉི་ཉོང་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་བོད་དོན་རྒྱུ་རྐྱེས་ཚོགས་པ་གསར་འཛུགས་ཐུབ་ཡོད་པར་བརྟེན་དོན་ཁང་ནས་མ་འོངས་ལས་འཆར་ནང་འབྱུང་འབྱུར་རྒྱལ་སྤྱིའི་བོད་དོན་རྒྱུ་རྐྱེས་ཚོགས་པའི་ཚོགས་ཆེན་སྐབས་བདུན་པའི་ནང་ཉི་ཉོང་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་གང་མང་མཉམ་ཞུགས་ཡོང་བའི་འབད་བཙོན་ཞུ་དགོས་པ་མཐོང་།

ལན། ལས་དོན་རྣམས་ལ་བསྐྱགས་བརྗོད་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ། འབྱུང་འབྱུར་རྒྱལ་སྤྱིའི་གྲོས་ཚོགས་བོད་དོན་རྒྱུ་རྐྱེས་ཚོགས་པའི་ཚོགས་ཆེན་སྐབས་བདུན་པའི་ནང་ཉི་ཉོང་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་གང་མང་མཉམ་ཞུགས་ཐུབ་པའི་འབད་བཙོན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

༩། ཨིན་ལེན་སྤྱི་ཚབ་དོན་གཙོང་ཁང་།

༡། ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གངས་ ༤ པའི་ནང་གསེས་ ༣།༣ ནང་ཨིན་ཡུལ་གྲོས་ཚོགས་བོད་དོན་རྒྱུ་རྐྱེས་ཚོགས་པའི་[All Party Parliamentary Group for Tibet UK]-ཚོགས་འདུ་དོན་ཁང་དུ་ཚོགས་ཡོད་པ་ཞེས་གསལ་ཐད། ད་ཆ་ཨིན་ཡུལ་གྲོས་ཚོགས་བོད་དོན་རྒྱུ་རྐྱེས་ཚོགས་པའི་གནས་བབ་གང་འདྲ་ཆགས་ཡོད་པ་དང་། ཚོགས་མི་རྣམས་ནས་བོད་དོན་ལས་འབྲལ་ཁག་ནང་དེ་སྔ་བཞིན་མཉམ་ཞུགས་གནང་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་དམ།

ལན། ཨིན་ཡུལ་གྲོས་ཚོགས་བོད་དོན་རྒྱུ་རྐྱེས་ཚོགས་པ་[All Party Parliamentary Group for Tibet UK] གནས་བབ་སྐོར་ལ་དོགས་འདྲི་མེད་པས་ཐད། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལྷ་ ༤ ནང་ཨིན་ཡུལ་དུ་རྒྱལ་ཡོངས་འོས་བསྐྱེད་ཆེན་མོ་བྱུང་བ་དང་འབྲེལ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལྷ་ ༥ ཚེས་ ༣ ཉིན་ནས་སྐབས་དེའི་ཨིན་ཇིའི་གྲོས་ཚོགས་ཁུས་མེད་ཕྱིན་པར་བརྟེན་ཨིན་ཡུལ་གྲོས་ཚོགས་བོད་དོན་རྒྱུ་རྐྱེས་ཚོགས་པ་ཡོད་མུས་དེ་ལྷར་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་ཁུས་མེད་ཆགས་ཡོད། ད་ཆ་ཨིན་ཡུལ་གྲོས་ཚོགས་གསར་པ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལྷ་ ༤ ཚེས་ ༢༡ ནས་ལོ་ལྔའི་རིང་གསར་འཛུགས་གནང་རྗེས་དབྱར་ཁའི་བར་གསེང་ཐོག་གནས་ཡོད། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལྷ་ ༤ ཚེས་ ༥ ནས་ཨིན་ཇིའི་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་བསྐོང་གནང་བའི་རྗེས་སུ་ཨིན་ཡུལ་གྲོས་ཚོགས་བོད་དོན་རྒྱུ་རྐྱེས་ཚོགས་པ་གསར་འཛུགས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན་པ་དང་། གྲོས་ཚོགས་བོད་དོན་རྒྱུ་རྐྱེས་ཚོགས་པ་གསར་འདེམས་རྗེས་སྔར་བཞིན་མཉམ་ཞུགས་གནང་ཐུབ་པའི་འབོད་བསྐྱེད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

༢། ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གངས་ ༤ པའི་ནང་གསེས་ ༣།༧ དོན་ཁང་ནས་སི་ཀོ་ལི་ཤི་གྲོས་ཚོགས་-[Scottish Parliament] ནང་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མིའི་བོད་དོན་རྒྱུ་རྐྱེས་ཚོགས་པ་། Cross Party Parliamentary Group for Tibet གསར་འཛུགས་ལ་དམིགས་པའི་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་ཁག་ཅིག་གདན་ཞུས་ཀྱིས་གྲོས་བསྐྱར་དང་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མིའི་བོད་དོན་རྒྱུ་རྐྱེས་ཚོགས་པ་གསར་འཛུགས་གནང་སྐོང་ཡོང་བའི་འབོད་སྐྱེད་ཞུས་ཡོད་ཅིས་གསལ་ཐད། ད་ཆ་གནད་དོན་དེའི་ཐོག་གྲུབ་འབྲས་རྗེ་ཙམ་ཐོན་ཡོད་དམ།

ལན། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལྷ་ ༡༠ ཚེས་ ༡༤ ཉིན་སི་ཀོ་ལི་ཤི་ (Scottish) གྲོས་ཚོགས་བོད་དོན་རྒྱུ་རྐྱེས་ཚོགས་པ་ Cross Party Parliamentary Group for Tibet གསར་འཛུགས་གནང་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

༣། ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གངས་ ༥ པའི་ནང་གསེས་ ༣།༡༡ ཡུ་རོལ་ནང་གི་བོད་དོན་རྒྱ་བསྐྱར་ཆོག་པ་རྙིང་ཤོས་ཡིན་པ་
ཡིན་ཡུལ་རྒྱལ་ས་ཡོན་ཤོན་དུ་རྟེན་གཞི་བྱས་པའི་ ༩ Tibet Society གི་དབལ་འབྱོར་གནས་སྤངས་ཉམས་སྦྱང་བྱེན་པ་
དང་འཛིན་སྐྱོང་ཐད་དཀའ་ངལ་འབྱུང་མཁུ་ལ་སྐྱེ་ཆབ་དོན་གཅོད་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་ཆོག་པའི་འགན་འཛིན་ལྷན་ཆོག་པ་གི་
ཆོག་པ་མི་རྣམས་དང་ཆོག་པ་པའི་ཆོག་པ་གཙོ་བོ་ ༡༠ ཆོས་ ༡༡ དང་ཆེ་ ༡༢ ཆོས་ ༥།༩༡༣ དང་བྱི་ལོ་ ༡༠༡༥།༡༡༡༩ ལོ་
སོར་ཐུག་འབྱུང་གིས་གོམ་པ་མདུན་བསྐྱོད་དགོས་སྐྱོར་ལས་སྟོན་གནང་ཡོད་ཞེས་གསལ་ཐད། ཉེ་ཆར་ཆོག་པ་པ་དེའི་རྒྱུན་
ལས་གསར་འདེམས་སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་སུ་འབྱོར་ཡོད་ནའང་ Tibet Society བོད་དོན་རྒྱ་བསྐྱར་
ཆོག་པ་པ་རྙིང་ཤོས་དང་ཅ་ཆེ་ཤོས་ཞིག་ཡིན་པ་སྟོས་མེད་སོང་། ཆོག་པ་པ་དེ་མི་རྣམས་རྒྱུན་འཛིན་གནས་སྤངས་དགོས་པ་གསལ་
ཆེ་ཡིན་པས་ད་ལྟ་ཆོག་པ་པ་དེའི་གནས་བབས་ཡར་རྒྱས་འགོ་སྟེན་བྱུང་ཡོད་དམ།

ལན། བར་སྐབས་ཤིག་ནས་ཆོག་པ་པའི་གནས་བབས་ཐོག་དཀའ་ངལ་འབྱུང་བར་བརྟེན་དོན་ཁང་ནས་གནས་སྤངས་ཇི་ཆགས་
མཁུ་རྟེན་གསལ་ཡོད་སྤང་ཆོག་པ་པའི་འགན་འཛིན་དང་ཆོག་པ་པའི་ཁག་ཅིག་དོན་ཁང་དུ་ལྷན་འཛུགས་ཀྱིས་ཆོག་པ་པའི་གནས་
སྤངས་དཀའ་ངལ་དང་ཆོག་པ་པ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བྱོགས་ཐད་ལ་གོ་བསྐྱར་བྱས་ཡོད་པ་དང་། ཉེ་ལོ་ཆོག་པ་པའི་དབལ་
འབྱོར་བསྐྱེད་བྱུང་དང་། ལྷ་གཏུགས་ལས་དོན། གཞན་ཡང་འཛིན་སྐྱོང་ལས་དོན་བཅས་ཀྱི་ཆེད་ཞོར་ལས་ལས་བྱེད་བཞི་བསྐྱོ་
གཞག་གནང་ཟེན་འདུག་ན་འདི་ནས་ཆོག་པ་པའི་གནས་བབས་ཡར་རྒྱས་འགོ་སྟེན་བྱུང་བའི་རེ་བ་ལྷ་བཞིན་ཡོད། ཆོག་པ་པ་འདི་
ཉིད་དམིགས་བསལ་གསལ་འགངས་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་གནང་གི་ཡོད་པར་བརྟེན་ཡུན་གནས་དང་ཡར་རྒྱས་འགོ་སྟེན་བྱུང་
དགོས་གསལ་ལ་སོང་འདི་ནས་ཀྱང་མཐུན་འགྱུར་གང་ལོས་ལྷ་བཞིན་ཡོད།

༩། སྐར་སིལ་སྐྱེ་ཆབ་དོན་ཁང་།

ལས་བསྐྱེམས་ནང་གསལ་ལྟར་ན། སྐར་སིལ་སྐྱེ་ཆབ་དོན་ཁང་གིས་རང་འགན་ཁུར་སྐྱབ་ཀྱི་རྣམ་པ་བྱུང་བ་བསྐྱགས་ལོས་སུ་
གྱུར། དམིགས་བསལ་བོད་དོན་དོ་སྟོན་དང་བོད་དོན་རྒྱ་བསྐྱར་འཛུགས་རྒྱུའི་ལས་འགུལ་ཁག་ སྐར་སིལ་དང་པ་རན་སིལ་གཞུང་
མང་དང་། གོས་ཆོག་པ་གི་འཐུས་མི། ས་གནས་བཅའ་སྟོད་གཞུང་ཆབ་ཁག་རྣམས་ལ་འབྲེལ་ལམ་ལྷ་བྱོགས། བོད་མིའི་བདེ་
དོན་བཅས་གང་ལེགས་སྐྱབ་པར་མཛོད།

༡། ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གངས་ ༡༥ པའི་ནང་གསེས་ བཞི་བ་ སྤྱི་ཆོག་པ་པ་དེ་དོན་དང་འཛིན་སྐྱོང་སྐོར། བཟུང་གསེས་ ༤།༣ བོད་
མི་སྐྱབས་བཅོལ་ལྷ་མཁན་དང་ནང་མི་ཆེ་སྤྱིལ་སོགས་མི་གངས་ཁྱོན་ ༤༥ པ་ ལ་རྒྱལ་གཉེར་མཐུན་འགྱུར་ལྷས་ཡོད་ཅེས་
གསལ་ཐད། ད་ཆ་སྤེལ་ཇམ་ནང་སུ་མཐུན་བོད་མི་སྐྱབས་བཅོལ་ལྷས་ཏེ་ཡིག་ཆ་མི་ཐོབ་མཁན་ལྷག་བསྐྱེད་རྣམས་ཀྱི་གནས་
སྤངས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། བསྐྱགས་བརྗོད་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ། འདི་ནས་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་དང་དཔོན་རིགས། གོས་ཆོག་པ་པ་འཐུས་མི་ལ་
སོགས་པར་མཇུག་འབྱུང་གིས་ལྷ་གཏུགས་ལྷ་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཟད། བོད་རིགས་ཡིག་ཆ་མེད་མཁན་རིགས་ལ་ཡིག་ཆ་མཁོ་
སྐྱབ་དང་རྒྱལ་གཉེར་འབྲུལ་དགོས་རིགས་གང་ཡོད་རོགས་སྐྱོར་ལྷ་བཞིན་ཡོད་ནའང་། གཞན་དབང་སྐབས་བསྐྱེད་དང་། ལྷག་

པར་དུ་སྒྲེལ་ཇམ་ནང་ཁྱིམ་སྒྲིག་སྒྲར་བཞིན་ལག་བསྟར་གནང་སྟེ་ལ་བརྟེན་སྐབས་བཅོལ་ངོས་ལེན་མ་གནང་བའི་དཀའ་
ངལ་ཆེན་པོ་སྤྲོ་མ་ཐུང་འབྲང་སྟེ་ཡིན།

ཐ། ཐའེ་ཐན་བོད་ཀྱི་སྐྱེ་ཆབ་དོན་གཅོད་ཁང་།

ལས་བསྟོམས་ནང་གསལ་ལྟར་ན། ཐའེ་ཐན་བོད་ཀྱི་སྐྱེ་ཆབ་དོན་གཅོད་ཁང་གིས་རང་འགན་ཉུང་སྐབ་ཀྱི་ནམ་པ་བྱུང་བར་
བསྐྱེད་པའི་སྤྱུ་རྒྱུ། དམིགས་བསལ་བོད་དོན་དོ་སྟོན་དང་བོད་དོན་རྒྱ་བསྐྱོར་འཆོལ་རྒྱའི་ལས་འགུལ་ཁག་ ཐའེ་ཐན་གཞུང་
མང་ལ་འབྲེལ་ལམ་ཞུ་བྱེད་པ་དང་དཔལ་འབྱོར་འདུ་འཁོད་སོགས་སྤྲོ་མ་ཐུང་མཐུག་སྐྱོད་དགོས་གསུང་མཐོང་།

ལན། བསྐྱེད་པའི་གནང་བར་སྤྱེད་མཆོད་ལང་སྤྲོ་མ་ཐུང་མཐུག་སྐྱོད་འབད་བཅོན་ངེས་ཞུ་ཆོག་པ་ཞུ།

ད། ལྷོ་ཨ་ཕེ་རི་ཀའི་སྐྱེ་ཆབ་དོན་གཅོད་ཁང་།

༡། ལས་བསྟོམས་ཤོག་གྲངས་ ༤ པའི་ཐེག་ཐེང་ ༥ པའི་ནང་དོན་ཁང་དུ་ལས་རོགས་མེད་པར་རྒྱ་རིང་བྱེད་པའི་སྤྱུ་
སྐབས་བདེ་མིན་སོགས་རྒྱ་མཆན་དུ་མའི་གནས་སྟངས་འོག་འདི་ལོའི་ནང་གྲོས་ཆོགས་སྤྲོ་མ་ཐུང་མཐུག་སྐྱོད་འབད་བཅོན་
བསལ་ཞུ་མ་སྐབ་ཀྱང་ཞེས་གསལ་ཐད། སྐྱེ་ཆབ་དོན་གཅོད་ཁང་ནང་ནམ་རྒྱུན་ཕྱག་རོགས་ལས་བྱེད་ལས་བྱུང་གཅིག་ཡོད་ན་
ཡང་། ད་ལན་ལས་རོགས་མེད་པར་དུས་ཡུན་རི་ཙམ་སོང་ཡོད་པ་དང་། ད་ཆ་དོན་ཁང་དུ་ལས་རོགས་བཏང་བྱུང་ཡོད་དམ་
མེད།

ལན། དེ་སྤྱི་འདི་གར་ཕྱག་རོགས་ལས་བྱུང་གཅིག་ཡོད་པ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལྷོ་ཨ་ཕེ་རི་ཀའི་སྐྱེ་ཆབ་དོན་གཅོད་ཁང་གི་འགན་
འཁལ་གི་དགོངས་པར་འདི་གའི་གང་ཅིའི་གནས་སྟངས་ལ་གཞིགས་པར་ཆོས་དགེ་ཞིག་བསྐྱོར་གཞག་བྱུང་ན་དགེ་མཆོད་ཆེ་བར་
གཞིགས་ནས་ཆོས་དགེའི་གསལ་བསྐྱེད་པའི་སྤྱུ་རྒྱུ་ལོ་ ༢༠༡༤ ནང་སྤྱོད་དགེ་ཞིག་ཆོས་དགེར་བསྐྱོར་གཞག་གནང་
ཡང་རྩིས་སྤྱོད་བདག་ནས་ཕྱིར་འཐེན་གནང་། འདི་ལོ་ཕྱི་ལྷོ་ཨ་ཕེ་རི་ཀའི་སྐྱེ་ཆབ་དོན་གཅོད་ཁང་དུ་ཆོས་དགེ་བསྐྱོར་གཞག་གནང་ནས་ད་ལྟ་
ཐོངས་མཆན་ཞུ་རྒྱུའི་ལས་རིམ་འགོ་སྤྲོ་མ་ཐུང་མཐུག་སྐྱོད་འབད་བཅོན་ཞུ།

༢། ལྷོ་ཨ་ཕེ་རི་ཀའི་གཞུང་ནས་ལོ་མང་རིང་སྤྱི་ནོར་ལྔ་པོར་ས་ལྷུ་བས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལ་ལྷོ་ཨ་ཕེ་རི་ཀའི་སྐྱེ་ཆབ་
སྐྱུར་བསྐྱུང་རྒྱུའི་མཐོང་མཆན་བྱུང་མེད་པའི་གནས་བབས་འོག་ སྐྱེ་ཆབ་དོན་གཅོད་ཁང་ནས་ལྷོ་ཨ་ཕེ་རི་ཀའི་སྐྱེ་ཆབ་དོན་གཅོད་པོ་
གཅིག་སྤྱི་ནོར་ལྔ་པོར་ས་ལྷུ་བས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལྷོ་ཨ་ཕེ་རི་ཀའི་སྐྱེ་ཆབ་དོན་གཅོད་ཁང་གི་སྐབས་ལོ་མང་ས་
པོར་ས་མཆོག་ལྷོ་ཨ་ཕེ་རི་ཀའི་སྐྱེ་ཆབ་དོན་གཅོད་ཁང་གི་སྐབས་ལོ་མང་ས་པོར་ཅི་ཙམ་ཡོད་དམ།

ལན། ལྷོ་ཨ་ཕེ་རི་ཀའི་གཞུང་དང་རྒྱ་ནག་དབར་ཆོང་དང་དཔལ་འབྱོར་སོགས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དང་། གཉིས་ནས་
གཞུང་འཛིན་ཆོགས་པ་ཨེ་ཨན་སིའི་ཤོག་ཁག་ནང་ཁུལ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནས་སྟངས་དང་། ལྷག་པར་ད་ལྟའི་སྤྱི་འཛིན་ཇ་གོ་བ་
རྩ་མར་ཁྱིམ་སྒྲིག་གཞུགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཡོད་པར་བརྟེན་གནས་སྐབས་རིང་ལྔ་པོར་ས་མཆོག་གདན་ཞུ་བ་མིན་དམ་ཞུ་ཆོད་
དཀའ་བཅས་ཀྱི་ལན་འདེབས་སྤྲོ།

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

དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གཉིས་པའི་ནང་ཚན་༩ ཅ་པ། ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལས་བསྟོམས་ཐོག་སྤྱི་ཡོངས་
བསྐོས་ཐོང་དང་། བཀའ་ཤག་གི་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད་ཐོག་ཕེབས་རྒྱ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་ཚོ་དབང་རིག་འཛིན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཚོ་དབང་རིག་འཛིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྟོམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གནད་དོན་ཁག་ཅིག་ལ་དཔལ་
ལྷན་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་ཁྲོན་མཆོག་དང་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དབང་མཆོག་ལ། བཀའ་འདི་ཞིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད། དང་པོ་དེ་ལ་ཉེ་བའི་ཆར་ནས་
རྒྱ་ནག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་རྒྱལ་སྤྱིའི་ནང་དུ་གནད་དོན་མང་དག་ཅིག་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་རེད། ལྷོ་དང་ཤར་རྒྱ་ནག་རྒྱ་
མཆོའི་ཚད་ལྡན་རེད། དེ་ག་ནང་བཞུགས་པའི་ཆར་འཕྲོག་ལམ་གྱི་གནད་དོན་དེ་རེད། ལྷག་པར་དུ་ཆ་བ་ཆེའི་བྱང་ཀོ་རི་ཡའི་
གནད་དོན་དེ་ཡོངས་གྲགས་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་རེད། བྱང་ཀོ་རི་ཡའི་གནད་དོན་དེ་ལ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན་རྒྱ་ནག་ལ་ཐད་ཀར་
འབྲེལ་བ་ཡོད་བསྐྱད་པ་དང་། བྱང་ཀོ་ཡའི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཡོང་ཁུངས་འདྲ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། བརྒྱ་ཆ་བརྒྱད་ཅུ་ཡས་
མས་ཤིག་རྒྱ་ནག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དེའི་ཐོག་ལ། ད་ལྟ་ཨ་རི་སྤྱི་དགའ་ནས་རྒྱ་ནག་ལ་གནོད་ཤྲགས་སྤྱད་དེ་བྱང་ཀོ་རི་ཡ་
ལ་བཀག་འགོག་བྱེད་ཐུབ་རྒྱུ་ལ་ཐབས་ཤེས་གནང་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ། ད་མང་པོ་ཞིག་ཞུ་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས་གནད་དོན་དེ་
དག་ལ་གཞི་བཅོལ་བའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ཡོངས་ནས། རྒྱ་ནག་གིས་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱིངས་ཆའི་ཐོག་ལ་བྱ་སྤྱོད་ངན་པ་ཟེར་ན་མི་འདུག
དེ་འདྲའི་རྒྱུ་གྱིས་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོག་ནས་བོད་དོན་གྱི་ཐོག་ལ་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་ནམ་པ་དང་། ཡང་ན་འབྲུར་དུ་ཐོན་པའི་རྒྱ་བ་སྐྱོར་
གྱི་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་དཔལ་ལྷན་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་ཁྲོན་མཆོག་རེད། དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དབང་མཆོག་ནས་དེའི་སྐོར་ལ་གཤམ་གསུང་
རྒྱུ་ཡོད་དམ་ཟེར་ནས་དེ་བ་དང་པོ་དེ་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད། དེ་ནས་གཉིས་པ་དེ་ད་ལྟ་ལས་བསྟོམས་ནང་ནས་དམིགས་བསལ་ཁ་
གསལ་པོ་མཇུག་མ་སོང་། ཡིན་ན་ཡང་གནས་ཚུལ་ཐོན་པ་ལ་ད་ལྟ་ངས་དེ་བོད་བསྐྱར་བྱས་ན་ཉག་ཉག་ཅིག་བསྐྱད་ཡོད་ན་མེད་
ན། དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཨིན་ཇིའི་ནང་དུ་ (mix heritage) དེའི་ཐོག་ལ་བསམ་ཚུལ་ཁག་ཅིག་དེ་རིང་གོས་
ཚོགས་ཀྱི་སྤྱིངས་ཆ་རྩ་ཆེན་པོ་དེའི་ཐོག་ལ་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། བོད་རིག་འཛེས་མའི་སྤྱ་གུ་ཚོས་ཚོགས་འདུ་བྱས་ནས་པལ་
ཆེར་ཕྱི་ཟླ་ ༡༠ པའི་བདུན་པ་དང་པོ་གཉིས་པའི་ནང་དུ་འཚོགས་རྒྱུ་དེད་འདུག གནད་དོན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སོ་
སོས་བསམ་ཚུལ་མ་ཞུས་པའི་སྤྱོད་ནས། གསལ་པོ་ཞིག་གང་ཞུ་འདོད་ཡོད་ཟེར་ན། མི་གཅིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་རེད། བོད་མི་
གཅིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་སོ་སོ་སྐྱེར་གྱི་རང་དབང་དེ་སོ་སོའི་ངོས་ནས་བཀག་འགོག་དང་། དེ་ལ་རང་དབང་འཕྲོག་རྒྱུའི་བསམ་
ཚོ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་མེད། དེ་ཡིན་དུས། སོ་སོ་སྐྱེར་གྱི་ངོས་ནས་གང་གནང་གི་ཡོད་པ་དེ་སོ་སོ་རང་གི་འདོད་པ་རེད། དེ་ལ་རང་
ཉིད་ལ་སོ་སོའི་ངོས་ནས་གུས་ཅི་ཞུ་ཡོད། དེ་གསལ་པོ་བཞེས་ཡོད། དེ་བཞེས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས། དེ་རིང་ད་ལྟ་
ཡོང་རྒྱུ་ཡི་ཚོགས་འདུ་དེའི་གསལ་བསྐྱགས་ནང་ལ་བལྟས་པ་ཡིན་ན། སྤྱི་དབང་སྐོར་བཟང་མེད་གོ་དང་དཔུས་བོད་མིའི་སྤྱིག་
འཛུགས་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་རྒྱ་བ་སྐྱོར་ཡོད་ཟེར་ནས། དེ་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་ཡིན་ཟེར་ནས་དེ་འདྲ་གསལ་བསྐྱགས་ཤིག་
བསྐྱད་འདུག སོ་སོས་བརྒྱ་ཆོད་བྱས་པ་ཡིན་ན། གནད་དོན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དེ་སྤྱོད་དུལ་ཅིས་ནང་ལོགས་ནས་

བཀའ་མོལ་ཞིག་བྱང་སོང་བསམ་བསམ་པར་ཞིག་བྱས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡིན་ངས་དེ་རིང་གནད་དོན་དེའི་ཐོག་ལ་གང་བཀའ་པའི་ཞུ་
 ཡི་ཡོད་ཟེར་ན། དཔལ་ལྷན་གྱི་བྱིས་བཀའ་སློན་མཆོག་ལ་མི་རིགས་འདེས་མའི་ཆོག་པ་འདྲ་དེ་གཞུང་འབྲེལ་རང་གི་ངོས་ནས་
 བཀའ་ཤག་གིས་གོ་སློག་གནང་གི་ཡོད་ཅེད་དམ། དེ་ལ་མ་ཐུན་འགྱུར་དང་རྒྱུ་སྐྱོར་གནང་གི་ཡོད་ཅེད་མ་ཅེད། དེ་ཁ་གསལ་
 སོ་བྱས་ནས་བཀའ་ལན་ཞིག་གནང་རོགས་ཞེས་ངས་དེ་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེ་མེད་པ་ཡིན་ན་ང་ལ་དམིགས་བསལ་གང་ཡང་ཞུ་རྒྱ་
 མེད། གལ་སྲིད་བཀའ་ཤག་གི་ངོས་ནས་གནད་དོན་དེའི་ཐོག་ལ་རྒྱུ་སྐྱོར་དང་མ་ཐུན་འགྱུར་གོ་སློག་སོགས་ཆ་ཆ་ཆ་གནང་
 བསྟན་གྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ང་ལ་སློ་འཆབ་ཅིག་ཡོད། བཀའ་ཤག་ཡིན་པ་ཡིན་ན་འདྲ་སློ་འཆབ་ཅིག་དགོས་ཀྱི་ཅེད་བསམ་གྱི་
 འདུག གནད་དོན་དེའི་ཐོག་ནས་ང་ཆོའི་སྤྱི་ཆོག་ནང་དུ་བརྟེན་ལྟ་སོགས་ཞིག་འགྲོའི་ཅེད་བསམ་པའི་སོ་སོར་སློ་འཆབ་ཆེན་
 སོ་ཞིག་ཡོད། ང་ཆོ་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་དང་མི་རིགས་འབྲེལ་ཆོད་པ་ཡིན་ཟེར་ནས་བཤད་གྱི་ཡོད་ཅེད། སོང་ཅང་། དེ་སྤར་ད་ལྟ་
 གྲོས་ཆོག་པ་འདི་ཆོག་པ་ནས་པལ་ཆེར་ཉིན་དང་སོ་ཡིན་ས་ཡོད། དུག་རོགས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་གསུངས་གནང་སོང་། ང་
 རང་ཆོ་གཅང་མ་སྤྱིད་སྤྱིད་བྱེད་དགོས་ཅེད་ཟེར། སོ་སོ་ཡིན་པ་ཡིན་ན་འདྲ་ལྟར་བར་དུ་དེའི་ཐོག་ལ་ཤར་སྤྱོད་བྱས་ནས་འགོ་
 སྤྱོད་མཁན་ཞིག་ཡིན།

དེ་ཡིན་དུས་དེའི་ཐོག་ལ་ད་ལྟ་བཀའ་ཤག་གིས་འཆར་གཞི་ཞིག་གང་པར་ཆགས་བསྟན་ཡོད་ཟེར་ནས་བཀའ་ལན་
 ཞིག་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་མ་གནང་པ་ཡིན་ན་མཐུག་མ། ད་ལྟའི་ཆར་ང་ཆོའི་སྤྱི་ཆོག་ནང་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་མི་
 སེར་ལག་དེབ་གྱི་གནད་དོན་ཞིག་ཡོད་ཅེད། འབྲུང་འགྱུར་བཀའ་ཤག་གི་ངོས་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་མི་སེར་ཡོད་མཁན་ཆོལ་དེ་འདྲ་
 བྱེད་མ་ཐུན་འགྱུར་དང་རོགས་རམ་གནང་གི་ཅེད་དམ། དེ་མ་ཡིན་པའི་ཆོག་པ་པ་འདྲ་མང་སོ་ཞིག་ཡོང་བསྟན་གྱི་ཡོད་ཅེད།
 བཀའ་ཤག་གིས་དགོངས་པ་རྒྱ་ཆེན་སོ་བཞེས་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས། སོ་སོས་དེ་དེ་རིང་ད་ལྟ་གོ་སླབས་འདི་བརྒྱུད་ནས་
 ཞུ་རྒྱའི་འདོད་པ་བྱུང་སོང་། དཔེར་མཆོན་གྱི་ཆར་དུ་ཞུས་པ་ཡིན་ན་མ་འགྲིག་པས་པ་ཡོད་ཀྱི་མ་ཅེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་རིང་
 གནད་དོན་དེའི་སྐར་ལ་སོ་སོ་འདྲ་སོ་ཡིན་ན་ད་ལྟ་སྤོ་གཉིས་ཡོད། སོ་ ༡༥ དང་ ༡༦ ཞིགས་ཆགས་བསྟན་ཡོད། སྤོ་གཉིས་
 པ་དེ་ཉི་ཆར་རྒྱ་བ་གཅིག་གི་སྤོ་གཉིས་མཐོ་སྤོ་པ་ལ་ཡར་བསྐྱུལ་བ་ཡིན། མཐོ་སྤོ་པ་ལ་ཡར་བཅུག་པའི་སྐབས་སུ་པ་མ་གཉིས་ཀྱི་
 ངོས་ནས་སློ་འཆབ་སྤྱི་ས་གཙོ་སོ་གནད་དོན་གཉིས་ཤིག་ཆགས་བསྟན་འདུག གནད་དོན་དང་སོ་དེ་སྤོ་གཉིས་ཅེད་ཀྱི་བསམ་སློ་
 ཡོད་པ་ནང་བཞེན་རྒྱལ་སྤྱིའི་འབྲེལ་བའི་སྐར་ལ་སློབ་སྦྱོར་བྱས་ཏེ་འབྲུང་འགྱུར་བོད་ཀྱི་ཅ་དོན་གྱི་ཐོག་ལ། ལས་དོན་སྐྱབ་
 དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་ལ་དཀའ་ངལ་གང་འབྱུང་གྱི་ཡོད་ན་འདྲ་གཤོང་ལེན་བྱས་ནས་ཤར་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་ཅེད་ཟེར་ནས་གཅིག་
 དང་། སློ་འཆབ་གཉིས་པ་དེ་སྤོ་གཉིས་ལ་ཞུས་ཡོད་ཟེར་ན་སྤོ་གཉིས་ཤིག་ཐུག་པའི་ཐོད་པ་ཞིག་ཆགས་བསྟན་ཡོད་
 པ་ཅེད། སོང་ཅང་འབྲུང་འགྱུར་སྤོ་གཉིས་རང་མི་ཆེ་སྤྱིལ་པའི་སྐབས་སུ་སོ་སོའི་བཟའ་རྒྱ་ཡིན་ན་འདྲ་ཅེད། སོ་སོའི་བྱ་བུ་ཡིན་
 ན་འདྲ་ཅེད། དེ་བོད་པ་རང་ཞིག་བྱང་བ་ཡིན་ན། ཡག་སོ་ཡོད་ཅེད་དེ་ལ་ངས་པར་དུ་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་ཅེད་ཟེར་ནས་པ་
 མ་གཉིས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཆོར་བ་ཆེན་སོས་སྤོ་གཉིས་པ་བརྒྱུ་བ་བཞག་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་ངའི་བསམ་སློ་ཁུར་སྤངས་དེ་དེ་འདྲ་ཞིག་
 ཡིན་ཟེར་ནས་དེ་རིང་གནད་དོན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས། གྲོས་ཆོག་ཀྱི་སྤྱིངས་ཆ་འདིའི་སྐར་ནས་ཞུ་དགོས་རྒྱ་དེ་གནད་
 འགག་ཅིག་མཐོང་ནས་དེ་ཞུ་བཞེན་ཡོད་ཟེར་ནས་དེ་གཅིག་ཡིན། གནད་དོན་གསུམ་པ་དེ། དཔལ་ལྷན་སྤྱིད་སྤྱོད་མཆོག་གིས་

མཁུན་གྱི་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ཉེ་ཆར་སྒེལ་གོ་བ་ལ་ཉི་མ་གསུམ་གྱི་སྡོན་ནས་རེད། གྱི་ཆེ་ ༥ ཆེས་ ༡༥ ཡིན་ས་ཡོད།
 སྒེལ་གོ་བ་བོད་ཀྱི་གཞོན་ནུ་ལྷན་ཚོགས་ཟེར་བའི་ཚོགས་པ་ཞིག་གིས་ལོ་འཁོར་ཚོགས་ཆེན་ཟེར་ནས་མར་ལ་བསྐོར་ཚོགས་
 གནང་འདུག ལྷན་པས་དེ་དུས་སྒེལ་གོ་བ་ལུགས་ཟུང་གི་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ཆོད་གན་ལ་ཡོད་བསྐྱད་པ་ཆེད་བཅར་གནང་ནས།
 ས་གོ་འཛིན་ཚོགས་འདུ་ཐོག་ལ་གཏམ་བཤའ་གནང་རྒྱ་རེད། གཟེངས་རྟགས་གནང་རྒྱ་རེད། དེ་འབྲེལ་གནས་ཚུལ་ཞིག་འདུག དེ་
 དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སོ་སོས་གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱད་དེ་འདི་སྐོར་རྒྱ་བསྐྱོངས་ཤིག་ལྷ་རྒྱ་དེ་གནད་འགག་ཅིག་རེད་བསམ་གྱི་
 འདུག སྒེལ་གོ་བ་བོད་ཀྱི་གཞོན་ནུ་ལྷན་ཚོགས་ཟེར་བ་དེའི་ནང་ནས་གཙོ་བོ་འགན་འཁུར་མཁན་དེ། བྱ་ཉལ་ཆེ་རིང་ལྷ་སྐབས་
 ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་རང་རེད། ཁོ་རང་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན་དེ་སྡོན་སྤྱི་འཐུས་འོས་མིའི་ནང་ལ་ཐེངས་ཁག་ལས་ལངས་པ་
 རེད། ཡིན་ནའང་སྤྱི་འཐུས་འོས་ཐོབ་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་བོད་ཀྱི་གཞོན་ནུ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྒེལ་གོ་བ་ས་གནས་གཞོན་ནུ་
 ལྷན་ཚོགས་ནང་དུ་ཁོ་རང་གིས་འགན་ཁུར་ནས་དེ་གོ་སྐབས་དེ་བརྒྱད་ནས་བོད་ཀྱི་གཞོན་ནུ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་ལྷན་པས་དེ་
 གཏོར་བཤེག་གཏོར་རྒྱུ་འཛིན་ཐབས་ཤེས་ཡོད་དགུ་ཙམ་སྤྱད་བྱས་པ་རེད། དེ་ཡིན་སོང་ཅང་། དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དབྱེད་མཆོག་གསུམ་
 ཚུལ་དེ་ཁ་སང་རང་བྱུང་འདུག དེ་སྡོན་སྐོར་རྟགས་ཅན་གྱི་བྱི་བ་གཏོར་བའི་སྐབས་སུ་སོ་སོས་ལག་པ་བརྒྱངས་ནས་གཅིག་ལྷ་
 རྒྱུ་འཛིན་ཐབས་ཤེས་བྱས་ཡིན་ཏེ། དེ་དུས་གོ་སྐབས་གནང་མ་སོང་། ད་ལྟ་དེའི་གོང་ནས་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དབྱེད་མཆོག་ལ་གང་
 བཀའ་འདི་ལྷ་ཡི་ཡོད་ཟེར་ན། ས་གནས་འགོ་འཛིན་དེ་བཀའ་འགག་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ནས་བཀའ་འགག་གི་སྤྱི་ཆ་བྱས་ནས་ཐེབས་
 རེད་དང་མ་རེད། དེ་བཀའ་འགག་གིས་མཁུན་གྱི་ཡོད་རེད་དང་མ་རེད་ཅེས་ཟེར་ནས་དེ་བཀའ་འདི་ལྷ་རྒྱུ་གཅིག་ཡིན། གཤམ་སྤྱི་དབྱེད་
 སྒེལ་གོ་བ་ས་གནས་བོད་ཀྱི་གཞོན་ནུ་ལྷན་ཚོགས་ཟེར་བ་དེ་བཀའ་འགག་གིས་གཞུང་འབྲེལ་ལ་ངོས་འཛིན་ཡོད་པ་རེད་དང་མ་
 རེད། གཤམ་སྤྱི་དབྱེད་ལྟ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན་ལས་བྱེད་ཆུང་དོར་གྱི་སྤྱི་གཞི་དེ་བཙུགས་བྱེད་དགོས་ཀྱི་
 ཡོད་དམ་མེད། དེ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། བཀའ་འགག་གི་ངོས་ནས་གནད་དོན་དེའི་ཐོག་ལ་ཐག་གཅོད་ག་རེ་ཡོད་མེད་དེ་
 ན་རིང་གྱི་བྱི་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྐྱོམས་དེ་མ་ཆར་གྱི་སྡོན་ནས་བཀའ་འཁན་གསལ་པོ་ཞིག་གནང་རོགས་གནང་ཟེར་ནས་
 ལྷ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

ད་ལྟ་སྤྱི་དབྱེད་འདི་གྱི་བྱི་ལས་བཀའ་ཁྲོན་དང་བཀའ་འགག་གཅིག་སྟོན་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་གྱི་བྱི་ལས་
 ཁུངས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བཀའ་འདི་ལྷ་རྒྱུ་མ་གཏོགས་བཀའ་འགག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བྱི་བ་སྤུལ་ན་དེ་ཉག་ཉག་
 ཅིག་སྟོན་གྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟ་སྤྱི་འཐུས་སྤྱད་བརྒྱངས་ནས་ལུས་ཟིན་པ་བཅུ་གཅིག་ཡོད། དེའི་རྗེས་ལ་གོ་
 ལྷན་པས་འབྲུལ་རྒྱ་མེན་ཞེས་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་གོ་བོ་སྐོར་བཟང་པན་བདེ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་གོ་བོ་སྒོ་བཟང་པན་བདེ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡེམས་སྤྱི་བསྐྱེད་མཁུ་མཁུ་མཁུ་ ༡༡ པའི་དོན་ཚན་བདུན་པ་དང་འབྲེལ་
བའི་ཐོག་ནས་དེ་བཞག་ཅིག་ཡོད། དེའི་ནང་དུ་ཅིས་ལོ་འདིའི་ནང་དུ་སྐྱེ་ཆ་བཅོམ་གཙོ་དུ་ཆས་ས་པོ་དོན་གཙོ་དུ་སེམས་མཉམ་
སྤྱི་དུ་ཁྱེ་མཁུ་ཕྱི་རྒྱལ་བ་རྣམས་ནི་ལག་དེ་བསྐྱེད་པོ་པན་ཡོན་ལྷ་བུར་མཆོན་ན་མང་ཆེ་ཤོས་ཤིག་བཀོད་འདུག དེ་དང་འབྲེལ་
ནས་སྤྱི་ཅིས་ལ་པན་བ་དབྱ་དབྱལ་ལྷ་བུར་མཆོན་ན་སོ་སོའི་བྱུ་ཁོངས་ནས་སྤྱད་སྒྲོར་ ༩༩,༩༩,༩༩༩ ཙམ་ཞིག་ཡར་ལ་
ཕྱལ་འདུག དེའི་ཐོག་ནས་དེ་བཅེན་ན་རེད་དམིགས་བསལ་སྤྱི་ལ་སྤྱད་སི་དོན་གཙོ་དུ་ཆེ་ཐའེ་ཐའེ་དོན་གཙོ་དུ་སོགས་པས་
པོ་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་པོ་དེ་མིའི་སྤྱི་གཞུགས་ཀྱི་མ་འོངས་ཅིས་ལ་པན་བའི་ཐོག་ནས་དེ་འབྲེལ་སོ་དོན་ལྷ་བུར་ཐག་
ཙམ་གནང་བ་དེ་ལ་ཐེས་སུ་ཡི་རང་ལྷ་འདོད་བྱུང་སོང་། དེ་དང་འབྲེལ་ནས་འདི་ལོའི་ཅིས་ལོའི་པན་བ་དབྱ་དབྱལ་ལྷ་བུར་
མཆོན་ན་སོ་སོའི་བྱུ་ཁོངས་ལ་སྤྱད་སྒྲོར་ ༩,༩༩,༩༩༩ ະད་འདུག དེའི་ཐོག་ལ་ངས་དེ་བཞག་ལྷ་འདོད་བྱུང་སོང་ཐེན་ན། དེའི་
ཉེ་འཁོར་ལ་ཡོད་པ་ཉིང་ཉིང་དང་ཡིན་ལན་གཙོ་ས་པའི་དོན་གཙོ་དུ་ཆེ་སོ་ཡོད་རེད། དེ་ཆོ་ཁག་ནས་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་པོ་དོན་
མིའི་འདུས་བསྐྱེད་ལ་དབྱལ་བསྐྱེད་ལྷ་བུར་ཐུགས་ཁགས་ལ་གཏིང་གསལ་འདི་ནང་བཞེན་ལས་དོན་དེ་སྐྱེ་བའི་ཡོད་རེད་དམ་མ་
རེད་ཐེན་བ་དེ་ཡིན། དེ་བཞག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དཔེར་ན། ཨ་རིས་སྤྱི་གསལ་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ན་ང་ཆོ་ཐོད་མིའི་འདུས་སྤྱི་
མང་ཤོས་དེ་ཆགས་བསྐྱེད་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཨ་རི་སྤྱི་གསལ་ལ་འབྲེལ་པ་ཡིན་ན་སྤྱད་སི་ལྷ་བུར་དབྱ་དབྱལ་དེ་འབྲེལ་
བསྐྱེད་པའི་ཐོག་ནས་ལས་གཞི་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད་དམ་མ་རེད། གལ་སྲིད་འགྲོ་ཡི་ཡོད་ན། དབྱ་དབྱལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་
སྒྲོར་མོ་དེ་བྱུ་ཁོངས་གང་གི་ཁུས་སུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། དེ་ཁགས་ལ་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད་དམ་མ་རེད། དེ་བཞག་སྤྱི་གསལ་མཆུངས་
ཡིན། དེ་དང་འབྲེལ་ནས་དེ་དང་མཉམ་དུ་དེ་བཞག་ཅིག་འབྲེལ་འདོད་བྱུང་། དེ་སྤྱི་ལ་ཨ་རི་ལ་སྤྱི་མཁུ་གཞུང་ཞབས་བྱར་བ་
དང་འབྲེལ་ཡོད་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་གནས་ཚུལ་ཞིག་བསྐྱེད་སྤྱི་འདུག གནས་ཚུལ་དེ་བསྐྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ང་
འབྲེལ་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་ཡིན་ན། དེའི་སྒྲོར་ལ་ཐོས་པ་མ་གཏོགས་མཐོང་བ་དེ་མེད་དུས་དེ་རྒྱ་དམག་ཡིན་མིན་ལ་བཤེས་ཀྱི་མི་འདུག
ཡིན་ནའང་ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྱི་ཁག་ལ་བཞུགས་པའི་པོ་དོན་ལ་པོ་ཆ་ཡོད་མཁུ་དང་། འདས་མ་འོངས་དུ་ལྷ་གསུམ་ཀ་ལ་དགོངས་པ་
བཞེས་ཤེས་མཁུ་ཆོས་ལན་ཞིག་བསྐྱེད་སྤྱི་འདུག ཁ་སང་ལྷོ་སྤྱི་གསལ་ལ་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པའི་སྐབས་སུ། དེ་གང་གསུང་གི་
འདུག་ཐེན་ན། ཨ་རིའི་དོན་གཙོ་དུ་ཆེ་བྱུ་ཁོངས་ལ་དབྱལ་ཁང་ལྷ་བུར་དེ་འབྲེལ་དེའི་སྤྱི་ལ་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། ད་ལྟའི་ཆ་ལ་
དེ་ཆོ་ཆང་མ་བསྐྱེད་གསོག་རྒྱུ་གི་འདུག སྤྱི་རྒྱུ་གི་འདུག དེ་སྤྱི་རྒྱུ་དགོས་རྒྱུའི་གནས་སྤངས་དེ་ཨ་རི་སྤྱི་དངོན་གསལ་བ་
བསྐྱེད་པའི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་ཞིག་འབྱུང་ཀྱི་ཡོད་རེད་དམ། ཡང་ན་དེ་མ་ཡིན་ན་ཨ་རི་དོན་གཙོ་དུ་ཆེ་པོ་ས་ནས་
America བྱུ་ཁོངས་ལ་དབྱལ་ཁང་ལྷ་བུར་ལས་གཞི་ཐེན་ན་རེད། དེ་མར་ལ་སྤྱི་རྒྱུ་དགོས་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་གང་ཡིན་ནམ།
གནས་སྤངས་བརྒྱུད་རིམ་ཞིག་བསྐྱེད་སྤྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་དེ་འབྲེལ་ཆགས་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་སྒྲོན་མཆོག་གིས་གནས་
ཚུལ་དེ་ཆོ་དངོས་བདེན་ཡིན་མིན་གྱི་ཐོག་ལ་མཁུ་གྱི་ཡོད་དམ་མེད། གལ་སྲིད་དངོས་བདེན་ཡིན་ན་དེ་རྒྱ་རྒྱུ་གང་ལ་ཐུག་
པ་ཡིན་ནམ། དེ་བཞག་འབྲེལ་རྒྱུའི་འདོད་པ་བྱུང་སོང་། དེ་བཞག་ཞན་པ་ཞིག་ལ། ལོ་སྤྱི་མ་ལ་དེ་བཞག་ཅིག་བཏང་བ་རེད། ཅ་
བའི་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་གཞི་གང་གི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་ཉ་ཅང་ཆག་ཚུད་པོ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལ་བྱུར་བ་དང་།

སྐྱོད་སྐྱོད་གང་ཡང་མིན། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ན་ནིང་སྤྱི་འཐུས་དང་པོ་ཡང་ལངས་ཆར་བའི་རྗེས་ཚོགས་དུས་གཉིས་པར་ཡང་
 ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་ང་ཚོས་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གཞིས་ལུས་རྒྱ་ཆའི་མི་མང་གི་བདེ་སྤྱད་དང་། བདེ་
 སྤྱད་དེའི་ཆོར་བ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བོད་ནང་གི་ཆབ་སྲིད་བཙོན་བཟོ་བ་དང་ཆབ་སྲིད་བཙོན་ཟུར་དེ་ཆོའི་སྐོར་ལ་སྤྱི་རྒྱལ་
 དུལ་བྱ་ཁག་ལ་བཞད་སྐྱེད་སྤྱད་དེ་ཉ་ཅང་གི་སྤྱི་པོ་འབྲེལ་ཞིག་མཐོང་སོང་། དེའི་ཐོག་ན་ནིང་ཞུས་པ་རེད། ཞུས་པའི་སྐབས་སུ་གཙོ་
 བོ་བརྗོད་གཞི་དེ་པཎ་ཆེན་སྐུ་འཕྲུང་བ་རྩ་གཅིག་པ་དག་འདུན་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བཙོན་ཁང་ནང་སྤོད་
 བཞིན་པ་དེ་ཆོའི་སྐོར་ལ། ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ཕྱི་རྒྱལ་དུལ་བྱ་ཁག་ལ་བཞུགས་སྤོད་མཁན་ཆོར་བདེ་སྤྱད་སྐྱོན་ལྷན་ཁྲུབ་ས་
 པ་གང་ཡང་ཆོར་གྱི་མི་འདུག དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དམངས་མཆོག་གིས་ལྷ་དང་ལྷ་བཅུའི་ལས་གཞི་ལས་འཆར་ཞིག་གསུང་གི་འདུག
 དེ་ཡིན་དུས་དེ་གཉིས་ལྷ་བྱ་ལ་མཆོན་པ་ཡིན་ན་ལྷ་བཅུ་གཙོ་བོ་འཛིན་པ་མ་གཏོགས་ལྷ་གཙོ་བོ་འཛིན་པ་གལ་མཐོང་མ་སོང་
 ཟེར་ནས་དེ་དུས་དྲི་བ་ཞིག་བཏང་པ་ཡིན། སྐབས་དེ་དུས་དྲི་བ་དེ་ལ་ངར་ལན་གང་ལུལ་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན། དྲི་བ་ལྷ་མཁན་
 དེ་ཉི་མ་ལྷ་བསྐྱེད་པས་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དྲ་ལྷ་ལྷ་དེ་ཆོར་བ་རེད། དྲ་ལྷ་ལྷ་བཅུ་ལ་ཁེལ་བསྐྱེད་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ནས་ང་ལ་
 ལན་དེ་འབྲེལ་བསྐྱེད་པས་པ་རེད། བསྐྱེད་པས་དུས་ཚུན་དེ་དེ་བཞིན་འབྲེལ་བསྐྱེད་འདུག་བསམ་པའི་ཐོག་ནས་ཆེ་བ་དུག ད་
 ལོ་གཅིག་གི་རིང་དུ་ཞིབ་འདུག་གི་ཚུལ་དུ་བསྐྱེད་པ་ཡིན། བསྐྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་དུ་ཁ་སང་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་དང་
 དུལ་རབ་འགོ་བ་མའི་ཐོབ་ཐང་ཚོགས་པ་དེ་ཆོའི་ནང་དུ་གཞིས་ལུས་རྒྱ་ཆའི་མི་མང་གི་གནས་སྐྱེད་སྤྱད་དང་། ཅ་བའི་ཆ་ནས་ལྷ་
 གཏུག་ལུལ་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡཔཎ་ཆེན་རྒྱུད་སྤྱི་དེན་པོ་གཙོ་བོ་པའི་བོད་ནང་གི་ཆབ་
 སྲིད་བཙོན་བཟོ་འཛིན་གནས་སྐྱེད་སྤྱད་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཆོར་བྱུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཞུས་མི་འདུག་བསམ་པའི་ཐོག་ནས་ཉ་
 ཅང་གི་སྤྱོད་པས་ཞིག་བསྐྱེད་པས་སོང་། དེའི་སྐོར་ལ་ཡཔཎ་ཆེན་རྒྱུད་སྤྱི་དེན་པོ་འབྲེལ་པ་ཡིན་ན། ལོ་དུག་ནས་དྲ་ལྷ་ཉེར་བུན་
 བལ་ཆེར་རེད། ང་ཚོ་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་དུལ་བྱ་ཁག་ལ་སྤྱི་འཐུས་འགོ་བའི་སྐབས་སུ་ངས་ཕྱོགས་བསྐྱེད་པས་ཤིག་བརྒྱབ་པའི་སྐབས་
 སུ། བོད་ནང་གི་དཀའ་ངལ་ཆེ་བ་དེ་ཞི་གཏུག་གྱེད་པའི་སྐབས་ལ་ཁོར་ལུག་གནས་སྐྱེད་སྤྱད་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་གནས་སྐྱེད་སྤྱད་མ་
 གཏོགས་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ཀྱིས་ལག་པ་འཆར་ཐུབ་ས་དེ་ཆོ་ལ་སྤྱད་མེད་གཏོང་སྤོད་ཀྱི་ཡོད་པ་འབྲེལ་བའི་ཆོར་གྱི་འདུག དེ་
 ཡིན་དུས་འདིའི་ནང་ལོགས་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ན་ཡཔཎ་ཆེན་རྒྱུད་སྤྱི་དེན་པོ་ཆོའི་སྐོར་ལ་ཆབ་སྲིད་མི་སྣ་གལ་ཆེན་ཁག་བརྟན་
 པར་ཞིག་བཅོས་ཡོད་རེད་ཟེར་བ་མ་གཏོགས་གལ་མི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གཞིས་
 ལུས་རྒྱ་ཆའི་མི་མང་། དྲ་ལྷ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དཀའ་ངལ་འབྲུད་པའི་བཙོན་བཟོ་ ༥༠༠༠ ལྷག་ཅིག་དེའི་གནས་སྐྱེད་སྤྱད་པ་དང་ཆབ་སྲིད་
 བཙོན་ཟུར་དེ་ཆོའི་གནས་བབས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་ལ་སྤྱན་བཙོས་དགོས་སྐོར་ལ་དེ་འབྲེལ་ལས་གཞི་
 བཅུ་མ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་རེད་དམ་མ་རེད། ལོ་གཅིག་གི་རིང་ལ་བདེ་སྤྱད་སྐྱོན་ལྷན་ཁྲུབ་པས་གཞི་མ་ཆར་བ་དེ་རྒྱ་རྒྱུན་གང་ལ་ཐུག་པ་རེད་
 ཟེར་ནས་དྲི་བ་དེ་འབྲེལ་འདོད་བྱུང་སོང་། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྐྱེད་པས་མཆོག་ནས།

ལྷ་ཆོད་ ༦། ༣༠ བར་དུ་དུས་ཆོད་པར་འགྲུངས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། དཔལ་ལྷན་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་གྱི་རྩིས་བཀའ་སློན་སློ་བཟང་སེང་གེ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་གཞི་ཅ་ཨ་རི་དང་རྒྱ་ནག་རེད། རྒྱ་ནག་ལ་རྒྱལ་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་གནས་བབས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འགྱུར་ལྷོག་ཆེན་པོ་ཞིག་འགྲོའི་ཡོད་རེད། འར་ཨེ་ཤི་ཡ་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་འཕྱོག་ལམ་རེད། དཔེར་ན། བྱང་ཀོ་རི་ཡ་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་ཚུལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་དུས་ཅ་ན། རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱི་ཡོངས་ནས་བོད་དོན་གྱི་ཐོག་ལ་དོ་སྣང་དང་། རྒྱ་ནག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྲིད་བྱས་དེ་ལ་དོགས་ཐོན་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད་ཟེར་ནས་བཀའ་འདི་ཞིག་གནང་སོང་། ཉན་ཉན་རང་བཞིན་གྱིས་དོགས་ཐོན་ཆེ་རུ་འགྲོའི་ཡོད་པ་དང་བོད་དོན་གྱི་སློར་ནས་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་སྤོང་སློང་དང་དོ་སྣང་ཆེ་རུ་འགྲོའི་ཡོད་པའི་ནམ་པ་གསལ་པོ་རེད་འདུག དཔེར་ན་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། ཉེ་ཆར་ང་ཨོ་སི་ཁོ་ལི་ཡ་ལ་བཅར་བའི་སྐབས་སུ་པ་གིར་ཁོ་རང་ཆོས་བརྟན་འཕྱིན་ནང་དུ་བྱུང་བསྐྱགས་བྱས་བཞག་པ་དེའི་ནང་དུ། རྒྱ་ནག་གིས་རྒྱ་ནག་ཆོང་པ་བརྒྱད་རྒྱ་ནག་གི་མི་རིགས་དང་རྒྱ་ནག་སློབ་སྦྱོང་བརྒྱད་དེ་རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་ཨོ་སི་ཁོ་ལི་ཡའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྐད་ལ་གཞོན་ཤྲགས་ག་ཆོད་གནང་གི་ཡོད་པ། གཞོན་ཤྲགས་གནང་བའི་ཐོག་ནས་ཨོ་སི་ཁོ་ལི་ཡའི་ནང་གི་ཆབ་སྲིད་དང་གཞུང་གི་འབྲེལ་ཡོད་མི་སྣ་ཁག་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་གཞོན་ཤྲགས་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ཆབ་སྲིད་དང་སྲིད་བྱས་ལ་ཡིན་ནའང་འགྱུར་ལྷོག་འགྲོའི་ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སློར་ནས་སྐད་གསལ་ཆེའི་སློག་བརྟན་དེ་གཟིགས་མཁན་ཉ་ཅང་མང་པོ་བྱུང་འདུག དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉེ་ཆར་ཨོ་སི་ཁོ་ལི་ཡ་ལ་བཅར་བའི་སྐབས་སུ། དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ནས། དཔལ་ལྷན་གྱི་རྩིས་བཀའ་སློན་མཆོག་ ཉོག་ཅམ་བཞུགས་གནང་རོགས་གནང་།

ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་སློ་བཟང་ཆོས་འབྱོར་ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས།

སྤྱི་འཐུས་སློ་བཟང་ཆོས་འབྱོར་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ ད་ལྟ་དུས་ཆོད་ཀྱིས་མ་འདང་བར་མར་འགྱུངས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁ་སང་ནས་ཞུས་པ་ཡིན། རྒྱ་བ་རྗེས་མའི་ནང་དུ་ཉང་གི་ཆོག་གས་ཆེན་གཉིས་པ་འཆོག་གས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་འཛིན་སློང་གིས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཐོག་ལ་གསལ་བའདད་ཅིག་ཆོག་གས་འདིའི་སྐད་ལ་ཕུལ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། ད་ལྟ་གྱི་རྩིས་ལས་ཁུངས་ཀྱི་རྩི་བའི་ཐོག་མར་ཐད་ཀར་ཕུལ་ཐུབ་ན་ཡག་པོ་འདུག དེ་ལ་སྐད་ས་འཛིན་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

གསལ་བའདད་པེབས་རྒྱུ་ལ་ཆོག་གས་གཙོ་ས་སྐད་ས་འཛིན་གང་ཡང་ཞུ་མ་མ་རེད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཁ་སང་ཆོག་གས་བྱང་ལས་ཁུངས་བརྒྱད་ནས་བཀའ་འགྲུལ་ལ་གསལ་བའདད་ཡོད་རེད། སྤྱིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཁག་ག་ཆོད་ཡོད་ཡར་ཞུས་ཡོད་དུས་དེ་བཀའ་

འགག་གིས་གསལ་བཤད་མེད་ཟེར་ནས་གསལ་པོ་གསུངས་ཆར་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་དེའི་ཐོག་ལ་དེ་རིང་གལ་ལྷན་ཆུ་མེད། དཔལ་
ལྷན་ཕྱི་རིལ་བཀའ་སློན་མཆོག་ལྷ་མ་ཐུང་ནས་གསུང་རོགས་གནང་།

དཔལ་ལྷན་ཕྱི་རིལ་བཀའ་སློན་སློབ་བཟང་སེང་གེ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙུག་མཆོག་ བཀའ་འོས་ཕྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་དེ་བཞེས་བསམ་བློ་བྱ་བ་དེ་གཞན་ལྷན་ཕྱི་རིལ་ཕྱི་རིལ་
ལྷན་པ་ཡིན་ཨོ་སི་ཁོ་ཡི་ཡ་དང་། ཉེ་ཆར་མི་སི་ཁོ་ Mexico ལ་སོགས་པ་གཞན་པ་ཡིན་ན་ཆུ་ནག་དང་མཉམ་དུ་ཆོང་འབྲེལ་
ཤུགས་ཆེ་རུ་འགྲོ་ཡོད་པེད་དེ། ཡིན་ནའང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐོག་ནས། རང་སྲིད་ཀྱི་ཐོག་ནས་གནད་འགག་གང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་
པེད། དོ་སྣང་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་འདུག དེ་ཡིན་པ་སོང་ཅང་བོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཁོ་རང་ཆོ་ལ་ལྷན་པ་ལྷན་ཀྱི་ཡོད། གཙུག་པོ་
ནས་པ་ཆོས་ཀྱི་ནག་གི་སྒྲོར་ནས་ཆ་ཆར་ཞིག་མཐུན་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། བོད་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ་མཐུན་པ་བཟང་བྱས་ཏེ་
འཛིན་བཟང་གང་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མེད་དེའི་སྒྲོར་ནས་མཐུན་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ཆུ་ནག་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་མེད་མ་འོངས་པ་
ཆུ་ནག་གང་འདྲ་ཞིག་ཆགས་སྲིད་ཀྱི་པེད། དེ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དེ་མཐུན་པ་ཡིན་ན་ནས་པ་ཆོས་ཀྱི་ནག་གི་སྒྲོར་ནས་ཡག་པོ་
མཐུན་ཀྱི་ཡོད་ཟེར་ཡོང་དུས། ཉན་ཉན་རང་མཐུན་མཐུན་དང་དོ་སྣང་གནད་མཐུན་ཡོང་བཞིན་འདུག དེ་བཞིན་ཆུ་གར་ཡིན་པ་
ཡིན་ན་འགྲོག་ལས་ཀྱི་སྒྲོར་གནས་ཚུལ་བྱུང་བའི་སྐབས་སུ་བཀའ་འགག་གི་ཆབ་བྱས་ནས་ལྷན་པ་བྱུང་སོང་། དེ་དང་པོ་འགྲོག་
ལས་ཀྱི་གནད་དོན་ཡོང་པ་དེ། འགྲོག་ལས་ཀྱི་བཤད་ཚུལ་ལ། ལ་གོང་ས་མཆོག་ཀྱི་གར་ལ་བཞུགས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་
Arunachal Pradesh ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་བོད་པ་བཙན་ཁྲོལ་ལ་ཡོད་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་རེད་ཟེར་མཐུན་ཉུང་ཤས་ཤིག་
བྱུང་བ་རེད་དེ། དེ་མ་རེད་ཟེར་ནས་ཆུ་ནག་གཞུང་གིས་དེ་སྒྲོན་ནས་འཆར་གཞི་ཡོད་བཞག་པ་ཞིག་འཆར་གཞི་ངེས་པར་དུ་
བསྐྱུར་ནས་འགྲོའི་ཡོད་པེད། དེ་ཆོ་གསར་འགྱུར་བཟུང་ལས་ཁག་ནས་འགྲོ་བཟུང་ཡོད་དུས། ཕྱིར་བཟུས་ལྷན་པ་ཆུ་ནག་
དཔལ་འགྱོར་དང་ཆབ་སྲིད་ཐོག་ནས་སྒྲོབས་ཆེ་རུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་ཆུ་ནག་གི་སྒྲོར་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་པའི་སྐབས་ལ།
བོད་དོན་ཀྱི་སྒྲོར་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་མཐུན་ཡང་མང་དུ་འགྲོའི་ཡོད་པའི་ནས་པ་ཞིག་འདུག་ལྷན་པ་ཆུ་ནག་ དེ་ནི་བཀའ་ཉིས་པ་དེ་བོད་
རིགས་འདྲེས་པའི་སྤྱ་གུ་ཆོའི་ཐོག་ནས་ཉན་ཉན་རང་རེད། དེ་ཁོ་རང་ཆོ་འཆོགས་ཐེངས་ཤིག་ཡིན་ལུས་ལ་ཆོགས་ཡོད་ས་ཡོད།
གཉིས་པ་དེ་སྤྱད་པ་ཆོགས་ཡོད་ས་ཡོད། གསུམ་པ་དེ་ཁོ་རང་སྐབས་དེར་དཔལ་འགྱོར་དཀའ་ངལ་འདྲ་འདུག མཐུན་འགྱུར་
གནད་ན་ཡག་པོ་ཞེ་བླགས་འདུག་ཟེར་ནས་གསུང་གི་འདུག ཁོ་རང་ལ་དཀའ་ངལ་ཞིག་གང་འབྲུད་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ན། གཞི་རྩ་
ཆོ་བོད་རིགས་འདྲེས་བཟུང་ཡོད་པེད་དེ། ང་ཆོ་བོད་རིགས་ཡིན་དང་མིན་ཏེ་རམས་པ་ལའི་དགོངས་ཚུལ་གང་ཡོད་པེད། ང་ཆོའི་
སྤྱི་འཇུགས་ཡིན་པ་བཅི་ཡི་ཡོད། བཅས་གང་རུང་མང་ཆེ་བ་དཔུ་དཔུལ་ལག་དེབ་སྤུལ་ས་དེ་འདྲ་ཡིན། ཡིན་ན་ཡང་བོད་པ་
ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བོད་དོན་དོ་སྣང་དང་ཞབས་ལྷན་ལྷན་འདོད་ཡོད་དེ་འདྲ་ཁོ་རང་ཆོ་རང་བཞིན་ཀྱིས་དོ་སྣང་ཉ་ཅང་ཤུགས་
ཆེན་པོ་འདུག དེའི་ནང་དུ་ང་ཆོས་བྱང་ཤར་པ་ནས་ལ་ཐེབས་མཐུན་ཡང་གཅིག་གཉིས་ཤིག་བྱུང་ཡོད་པེད། ཁོ་རང་ཆོ་རྒྱུ་
ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་ཁོ་རང་ཆོས་ང་ཆོ་ལ་སྐད་ཆ་ཞིག་ཀྱང་འདྲི་ཡི་འདུག ད་ཁྱོད་རང་གིས་བོད་མའི་སྤྱི་འཇུགས་ཀྱི་ཆབ་བྱས་
ནས་ང་རང་ཆོའི་སྐད་ལ་སྲིད་བྱས་ལངས་སྤྱོད་གསལ་གང་ཡོད་ཟེར་ཀྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་གང་ལྟར་ཡང་། བོད་རིགས་བཟུང་

བཞག་པའི་སྤྱ་གྲུ་ཞིག་ཡིན་དུས། ང་ལ་སྲིད་བྱས་གསར་བ་གང་ཡང་མེད་ངས་ཁྱོད་རང་བོད་པ་རང་ངོས་འཛིན་ཞུ་ཡི་ཡོད། བོད་
 པ་ཡིན་ཅེས་བོད་དོན་ཐོག་ལ་ཐུགས་སྦྱང་གནང་རྒྱུ་བོད་མིའི་སྤྲིག་འཛུགས་སྐྱང་ཞབས་ཞུ་རྒྱ་རྒྱ་དེ་མ་འོངས་པ་གལ་ཆེན་པོ་ཞི-
 དགས་རེད་ཟེར་ཏེ་ཞུ་ཡི་ཡོད། འོན་ཏེན་ london རེད། སུད་སི་ལ་ཆོགས་འདུ་འཆོགས་པའི་སྐབས་སུ་མ་ཐུན་འཕྱུར་གྱི་
 ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་ཡོད་ཟེར་དུས་ཉན་ཉན་བཀའ་ཤག་གིས་ཁོ་རང་ཆོར་ཕྱག་རོགས་ཞུས་པ་ཡིན། ད་རེས་འཆོགས་འདུ་
 བསྐྱོར་གནང་རྒྱའི་འགན་དེ་ཡིན་ན་ཡང་འདི་ལ་ཐེབས་པའི་སྐབས་སུ་རྩ་རམ་ས་ལ་བཞུགས་ས་དང་། བཞུགས་པའི་སྐབས་ལ་
 བར་ཚུར་འགྲོ་སོང་དེ་ཆོར་ཆོས་སྤྱར་ཆོག་འདི་ཁྱོད་རང་ཆོའི་གཞུང་རེད། ཁྱོད་རང་ཆོ་འདི་ལ་ཐེབས་ནས་ཁྱོད་རང་ཆོས་
 གཟིགས་མ་འོངས་པ་ཞབས་ཞུ་ཞུ་བ་ན་ཡག་པོ་ཡོད་རེད། ང་ཆོའི་ངོས་ནས་ཁྱེད་ཅག་བོད་པ་རང་ལ་ངོས་འཛིན་ཞུ་ཡི་ཡོད་
 ཟེར་ནས་ཞུ་བ་སྤང་གི་ཡོད། དེ་རེས་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གི་དགོངས་ཚུལ་ལ་སོ་སོའི་བྱ་མོ་བསྐྱལ་བ་དེ་རང་ཆོ་ཆང་
 མའི་སློབ་གྲུར་དེ་བཞིན་བསྐྱལ་གྱི་ཡོད་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ཡིན་ནའང་རང་བཞིན་གྱིས་སེམས་ཟེར་ན་རེད་སྟེ་ཟེར་ན་རེད་
 དེ་ཁོའི་ལས་དབང་གིས་ག་བ་ལ་ཁྱིད་པ་ཡིན་ན་དེའི་ཕྱོགས་ལ་གཏོར་རྒྱུ་རེད་མ་གཏོགས། ཁྱེད་ཐབས་ཡོད་མ་རེད། སོང་ཆར་
 བའི་རྗེས་ལ་སྤྱ་གྲུ་བསྐྱལ་བ་དེ་བོད་མིའི་སྤྲིག་འཛུགས་ནས་བདག་པོ་རྒྱག་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དེ་བྱམས་སྟོང་རྗེའི་
 ཐོག་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་ནའང་རེད། བོད་མིའི་ཡ་རབས་བཟང་སྲོད་ཟེར་ནའང་རེད། དེ་གཟིགས་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་དུས་རང་
 བཞིན་གྱིས་ཆོར་བ་དེ་འདྲ་བསྐྱེབས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མ་ཐུན་འཕྱུར་སྤྱར་ཆོགས་འདུ་བསྐྱོར་རྒྱ་དང་གྲ་སྤྲིག་གནང་རྒྱ་གསལ་
 བསྐྱགས་སྤེལ་རྒྱ་སོགས་ཆང་མ་ཁོ་རང་ཆོས་གནང་བསྤང་གི་ཡོད་རེད། དེ་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ད་ལྟ་ང་ཆོ་འདྲེས་པའི་དུས་ཆོད་
 ཅིག་ཆགས་བསྤང་ཡོད་རེད། ཕྱོགས་གཞན་ནས་བོད་སྤྱུག་ཆོ་ཡིན་ན་ཐེབས་རོགས་གྱིས། ཁྱོད་རང་ཆོ་ལ་བཞུགས་ས་བཟོས་
 ཡོད། ང་ཆོས་སྐྱོར་མོ་སྟོང་བརྒྱད་ཁྱོད་རང་ཆོ་ལ་འགྲོ་སོང་གཏོར་རྒྱུ་ཡིན། བྱི་རྒྱལ་ལ་ཡོད་པའི་བོད་སྤྱུག་ཆོ་གཞུང་གི་ངོས་
 ནས་ཐེབས་རོགས་གྱིས་མ་ཐུན་འཕྱུར་སྤྱར་རྒྱ་དེ་གཅིག་མཚུངས་རེད་ཞུ་ཡི་མེད་དེ་ད་འདྲ་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྤང་ཡོད་རེད་ཟེར་
 ནས་ཞུ་རྒྱ་རྒྱ་དེ་དེ་ཡིན། ང་རང་ཆོ་བོད་མིའི་སྤྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་དེ་གོ་ནོར་མི་ཐེབས་པའི་རེ་བ་ཡོད། གཞི་རྩ་བོད་པ་ཡིན་
 པའི་རྗེས་སུ་བོད་པ་དང་མཉམ་དུ་ཆང་ས་རྒྱག་རྒྱ་ཞིག་དང་། བོད་སྤྱུག་གཙང་མ་ཟེར་ན་རེད། དེ་འདྲ་བྱུང་ན་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ཞུ་
 རྒྱ་ཡིན། ང་རང་ཆང་མས་དེ་སྤྱང་སྟོབ་ཁྱེད་དགོས་གི་རེད། ད་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་དེ་ཆོ་བདག་པོ་རྒྱག་སྤུབ་པ་ཡིན་ན་ང་ཆོའི་
 ཐོག་ནས་ཞེ་དགས་གལ་མ་རེད། ད་རེས་ཆོགས་འདུ་ཞིག་ཆོགས་སྤུབ་དེ་སྤྱང་སྟོབ་ཅིག་གནང་སྤུབ་པ་ཡིན་ན། དེ་ནས་ཁོ་རང་
 ཆོས་དགོངས་པ་བཞེས་ཏེ་མ་འོངས་རྩ་དོན་གྱི་གོ་སྐབས་འབྲལ་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། སྤེལ་གོ་བ་གཞིས་ཆགས་ལ་བོད་ཀྱི་
 གཞོན་སྟོན་ཆོགས་སྐྱོར་ནས་གཅིག་གསུངས་གནང་སོང་། དེ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་བཀའ་བསྐོས་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ཐེབས་
 འདུག་དང་མི་འདུག་དེ་ཞིབ་འཛུགས་བྱས་ཏེ། བོད་མིའི་སྤྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ངོས་ལེན་དེ་དབུས་གཞོན་ཏུ་སྟོན་ཆོགས་དེ་ག་རང་
 རེད་ཞུ་རྒྱུ་འདི་དེ་སྤྱ་རེད་དང་ད་ལྟ་འདྲ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་དེ་ཡིན།

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

སྤྱི་འཐུས་ཀུན་དགའ་བསོད་སྟོབས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་དགའ་བསོད་སྟོབས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་དཔལ་ལྷན་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་སློན་མཆོག་ལ་དམིགས་བསལ་དོགས་འདི་འདྲ་གང་ཡང་ཉུ་རྒྱ་མེད། རྒྱ་མཆོན་གང་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་བ་འབྲུལ་མཁན་མང་མ་དགས་ན་ཉུང་དགས་མ་སོང་བསམ་པ་དེ་འདྲ་བྱུང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སོ་སོའི་ངོས་ནས་འཛོད་སྐྱེལ་ཞིག་ཉུ་འདོད་བྱུང་། སྤྱི་རབ་ཏུ་ཁ་སང་གོང་ནས་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་རབ་དང་དེམ་པ་མང་པོ་ཞིག་ཉུ་མཆོང་སོང་སྟེ། ཡིན་ནའང་གལ་པོ་ཆེ་ལ་ནན་ཏན་ཟེར་བའི་དཔེ་ལྟར་དུ། དེ་རིང་དམིགས་སུ་བཀའ་ནས་ཉུ་རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་བྱུང་། དེ་ག་རེ་ཡིན་ཟེར་ན་ང་ཚོ་སྤྱི་སྟོན་ལག་ཁྲུང་རམ་དེ་བ་སེར་པོ་དེ་ལ་ཏྲོག་ཅམ་ཆེ་མཐོང་དང་རིན་ཐང་སྟབས་བདེ་ཞིག་དང་། དེའི་ཐོག་ལ་གྲུ་ཡངས་ཤིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ང་རང་ཚོ་ལ་ད་ལྟ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་བཞིན་པའི་མི་རིགས་གཞན་ཆང་མ་རྒྱག་འགོ་བ་འདྲ་པོ་དང་། སྤྱི་སྟོན་ལག་ཁྲུང་ཁྲུང་འགོ་བ་དེ་འདྲ་ཡིན་ནའང་རང་བཞིན་གྱིས་ཉེན་ཁ་ཞིག་དང་། ང་རང་ཚོ་སྤྱི་སྟོན་ལག་དེ་བ་སེར་པོ་ལ་ཆེ་མཐོང་ཞིག་དང་རང་བཞིན་གྱིས་དེ་ལ་ཅི་མཐོང་རྒྱས་པ་ཞིག་ཐོན་ས་རེད། རྒྱ་མཆོན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དཔལ་ལྷན་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་སློན་ནས་དཔལ་ལྷན་བཀའ་སློན་མཆོག་གིས་དེའི་ཐོག་ལ་ཕྱག་ལས་ཤིག་གནང་ན་ཏན་ཏན་རྒྱས་པ་ཞིག་ཐོན་ས་རེད་ཟེར་བའི་འདུག་དཔེར་ན། སྟོན་མ་ RC ས་ཡིག་རྒྱག་རྒྱ་དེ་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་བསྟན་པ་དང་དེའི་ཐོག་ལ་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་སྟོན་མཆོག་གིས་ལོ་ལྷ་ལ་ས་ཡིག་རྒྱག་མི་དགོས་པ་བྱུང་བསྟན་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་མིག་མཐོང་ལག་ཟིན་ཐོན་ཡོད་རེད། ད་རེས་དེའི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་ཆེ་བཞེས་ཤིག་གནང་བ་ཡིན་ན། ད་ལྟ་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་སྟོན་མཆོག་དང་ (Narendra Modi) གཞུང་འདིའི་ཐོག་ལ་གང་ཅི་ཐོག་ལ་འབྲེལ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱི་རྒྱས་པ་ཐོན་བསྟན་པ་ཞིག་དང་དེའི་ཐོག་ལ་ཡིན་གཅིག་མིན་གཉིས་དགོངས་པ་ཞིག་བཞེས་རོགས་གནང་ཟེར་ནས་འཛོད་སྐྱེལ་ཉུ་རྒྱ་གཅིག་དང་། དེ་ནས་ད་ལྟ་གོང་དུ་དཔལ་ལྷན་བཀའ་སློན་གཅིག་གིས་བཀའ་ཐབས་སོང་། རྒྱ་སོང་ན་ཟམ་པ་གནས་དགོས་རེད་ཅེས་གསུངས་སོང་། ང་ཚོ་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཉེ་མ་མང་པོ་ལ་བགྲོ་སྐྱེད་བྱས་བསམ་རྒྱུ་ལེགས་ཉེས་མང་པོ་ཞིག་སྤངས་བཞག་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མ་འོངས་པའི་རྒྱ་དང་ཟམ་པ་གང་ཆགས་མིན་མི་ཤེས་ཏེ། ཡིན་ནའང་ད་ལྟའི་ཆར་འཛིན་སྟོང་བཀའ་ཤག་བཀའ་སློན་ནས་པ་ཚོའི་ཟམ་པ་ཞིག་གནས་དགོས་དུས། ང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་དང་ང་ཚོ་འདི་ན་ཡོད་པ་མང་པོ་ཞིག་གྲོས་ཚོགས་རབ་ནས་སང་ཉིན་སོ་སོའི་ས་གནས་ས་ཐོག་ཕེབས་འགོ་དུས་ནས་པ་ཚོས་པོད་བསྟན་སྤྱི་དང་མི་རིགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་པན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་བརྒྱ་ཆའི་བརྒྱ་ང་ཚོས་འདིར་བསམ་རྒྱུ་ལ་བཞད་བཞག་པ་དང་གནས་རྒྱུ་ལེགས་ཉེས་མང་པོ་ཞིག་སྤེལ་བཞག་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ངེས་པར་དུ་ལག་བསྟར་གནང་རོགས་གནང་ཟེར་ནས་དེ་རིང་ས་བཅད་མ་སྟོང་ཅམ་དེ་གཅིག་འཛོད་སྐྱེལ་ཉུ་འདོད་བྱུང་སོང་། དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གི་སྐབས་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

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

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

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ངས་ལྷ་རྒྱ་དོན་ཚན་དང་པོ་དེ། ཁ་སང་གཏུང་མེམས་མཉམ་སྦྱེད་སྐབས་སུ་གྲོས་ཚད་གྲོས་འཆར་གྱི་སྒྲིན་སྤང་ནང་དུ་ཡོད་པ་རེད། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ད་ལྟ་བོད་ནང་གི་རྩ་བླ་གནས་སྤངས་དམིགས་བསལ་རང་ལུས་མེར་སླེག་གཏོང་གནང་མཁན་དེ་ཚོའི་སྐུ་གཟུགས་ཀྱི་གནས་སྤངས་དང་། དེའི་སྒྲོར་ནས་ལྷ་ཡི་ཡོད། གཙོ་བོ་དེ་གང་ལྷ་ཡི་ཡོད་ཟེར་ན། དཔེར་ན་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། རང་ལུས་མེར་སླེག་གཏོང་མཁན་དེ་ཚོས་རང་ལུས་མེ་སླེག་གཏོང་བའི་གནས་སྐབས་སུ་ང་རང་ཚོ་མི་སྤྱི་བཟོས་པ་ཡིན་ན་པལ་ཆེར་འདས་གོངས་སུ་ཕྱིན་ཆར་འདུག་བསམ་བསམ་འདྲ། དེ་ནང་བཞུགས་པའི་གཞི་གི་སྐུ་བར་དེ་ཚོའི་ནང་དུ་རྒྱ་མ་དེ་ཚོ་ཕྱི་ལ་ཐོན་བསྐྱེད་པ་དེ་འདྲའི་གནས་སྤངས་གསལ་པོ་གསལ་རྒྱུ་བྱས་ནས་ང་ཚོས་མཇལ་བསྐྱེད་པ་ཡོད་རེད། ཡིན་ན་ཡང་ད་ལྟ་འདས་གོངས་ཕྱིན་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཐོག་ལ་ད་དུང་ཁ་གསལ་པོ་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དོན་དག་གཙོ་བོ་དེ་འདས་གོངས་ཕྱིན་ཡོད་མེད་དང་། དེ་ཚོའི་སྐུ་གཟུགས་གནས་སྤངས་གང་འདྲ་ཆགས་ཡོད་མེད་དེ། ཕྱི་རིལ་ལས་ཁུངས་ནས་ཞིབ་འཇུག་མཐེམ་ཕྱིན་པ་ཞིག་གནང་། དེ་གནང་ཆར་དུས་དེ་ཚོ་ཕྱི་ལོགས་ལ་སྒྲོན་བཅོས་དང་མཐུན་འགྱུར་ཡོང་བྱུང་མིན་གྱི་ཐོག་ལ་ཐུགས་གཟབ་དེས་བར་དུ་བཞེས་རོགས། ཁ་སང་ལྷ་ཡིན་ད་ལྟ་ལྷ་བཞུགས་ཡོད། ཁ་སང་བཀའ་ལན་གང་ཡང་གནང་མ་སོང་། རྒྱ་ནག་གི་མི་ལྷའོ་པོ་ (Liu Xiaobo) ལ་སོགས་པ་གཅིག་གཅིག་བཅོན་ཁང་ནས་བཏང་དུས་སྒྲོན་བཅོས་དགོས་ཀྱི་རེད་ཟེར་ནས། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བླ་རྒྱ་རེད། གཞུང་འབྲེལ་གྱི་བླ་རྒྱ་ནས་དེ་ཚོ་ནས་པར་བཏོན་བཞག་གི་འདུག ང་རང་ཚོའི་མི་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་འགན་མང་བ་ཁུར་རོགས། དེ་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

གཉིས་པ་དེ་རྒྱ་ནག་དམར་པོ་གི་ཚོགས་ཆེན་བཅུ་དགུ་པ་དེ་འཚོགས་རན་ཡོད་རེད། དེ་འདྲའི་གནས་སྤངས་ཐོག་ལ་དམིགས་བསལ་ཐུགས་སྤང་གནང་གི་ཡོད་རྒྱ་རེད། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཁ་སང་ཚོར་སྤང་ཞིག་གང་བྱུང་སོང་ཟེར་ན། གྲོས་ཚོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་དུ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བོད་ནང་གི་གནས་སྤངས། ད་ལྟ་བོད་ནང་དུ་ཐུག་ལས་གང་གནང་གི་ཡོད་རེད། ལས་འགུལ་གང་སྤེལ་གྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་བཀའ་འདྲི་ལྷ་ཡི་དུས་མཁུན་གྱི་མེད་གསུངས་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ད་སྤིད་བྱས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་འདྲ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཕྱི་རིལ་ལས་ཁུངས་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ། བོད་ནང་དུ་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་འཕྲོད་བསྟེན་བོད་དོན་སོགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་བོད་ནང་གི་མི་དེ་ཚོས་དམིགས་བསལ་གྱི་ཐུགས་འགན་ག་རེ་བཞེས་གྱི་ཡོད་པ་དེ་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་སོ་སོར་དེ་དེ་འདུག ཡང་ན་བཀའ་འགན་ལྷན་ཚོགས་སྐབས་སུ་དེ་གསལ་པོ་བཟོ་དགོས་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་འདུག་ཅེས་དེ་ལྷ་ཡི་ཡོད།

ང་རང་ཚོ་བཅོན་ཁྲིལ་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་ད་ལྟ་བར་དུ་ཆར་མས་མཐུན་འབྲེལ་དང་དོན་ཅ་གཅིག་སྤེལ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཟེར་ནས་མང་པོ་བཤད་པ་རེད། ངས་ནས་རྒྱ་ནག་བཤད་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག དམིགས་བསལ་ཁ་གྲུལ་གཏོང་བཞག་བསམ་བསམ་དེ་འདྲ་གང་ཡང་མེད། ཡིན་ན་ཡང་དཔལ་ལྷན་སྤིད་སྒྲོང་མཆོག་སྒྲོན་མ་སྤིད་སྒྲོང་གནང་བ་རེད། དེ་དུས་གཅིག་སྤེལ་དང་གསར་གཏོད་རང་ཁ་རང་གསོ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ན་ནིང་ཨོས་བསྐྱེད་སྐབས་གནད་དོན་གལ་ཆེན་ཞིག་བྱུང་། དཔལ་ལྷན་སྤིད་སྒྲོང་མཆོག་གི་ཁ་གྲུལ་སྐབས་དེ་དུས་བོད་མི་མང་གི་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་དང་། དཔལ་ལྷན་སྤིད་སྒྲོང་མཆོག་གི་བཀའ་འགན་ནས་ཐུག་ལས་གནང་སྤངས་ལ་མ་འགྲིག་པའི་ཐོག་ནས་མང་ཐོན་འགོ་མཁན་བདེ་

སྤྱད་བཀའ་བྱུང་དེ་དག་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དུང་མཆོག་གིས་སྐབས་བཙུང་ལྷའི་བཀའ་ཤག་གིས་ཐུགས་འགན་བཞེས་པ་དང་། ཕྱི་
དེལ་བཀའ་སློན་གྱིས་ཐུགས་འགན་བཞེས་ནས་དོན་གཅོད་རིམ་པ་ལ་བསྐྱོས་གནང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཆོ་མཐུན་འབྲེལ་དང་གལ་
ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་རྒྱུ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ངས་གཙོ་བོ་ཞུ་རྒྱུ་དེ་ཁོང་ནས་པ་གཉིས་ང་རང་ཆོའི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་གནད་ཡོད་དང་
བྱས་ཆེས་ཆེན་པོ་ཅན་གྱི་མི་ཞིག་ཡིན་དུས། བསྐྱོས་པ་དེའང་འགྲིག་འདུག་བསམ་བསམ་གྱི་ཆོར་སྤང་ཞིག་སྟེབས་ཀྱི་འདུག་
གཤ། དེ་བཞིན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སྐབས་དེ་དུས་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དུང་མཆོག་ལ་ཐད་ཀར་སྤྱད་ཐུག་བྱེད་མཁན་དེའི་
ཆེས་འབྲེལ་དེང་སང་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དུང་མཆོག་ལ་མ་འགྲིག་པ་དང་མ་འཐུས་པ་བྱེད་མཁན་གྱི་ཆོགས་པ་དང་བླ་ཆུ་ལ་
སོགས་པའི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ནས་སྤོང་སྤོང་བྱེད་མཁན་མེད་པ་ཆགས་སོང་ངས། དེ་ལས་མང་བ་ཆགས་སོང་བསམ་བསམ་གྱི་
ཆོར་སྤང་ཡོད་དང་མེད། གཙོ་བོ་དེ་ཕྱི་དེལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཕྱི་དེལ་བཀའ་སློན་གྱིས་དོན་གཅོད་གཉིས་ཀའི་འགན་ཁུར་གྱི་ཡོད་
དུས་དེ་ཞུ་ཡི་ཡོད།

དེ་ནང་བཞིན་ཕྱི་ལི་དོན་གཅོད་སྐོར་ལ་གོ་རྒྱུ་ཞིག་འདུག་གོ་རྒྱུ་ཞིག་འདུག་ཟེར་གྱི་ཡོད་གངལ། དེང་སང་ཁུངས་མང་
པོ་བསྐྱེལ་ནས་བཤད་མ་ཤེས་ན་མཆོན་སྤྱད་ཆགས་འགྲོ་བ་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟའི་ཕྱི་ལི་དོན་གཅོད་ནས་རྒྱ་
གར་གྱི་གནད་ཡོད་མི་སྣ་ཁག་ལ་འབྲེལ་ལམ་གནང་སྟངས་དེ་ནང་བཞིན་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་གཞུང་ཚབ་ཁག་ལ་འབྲེལ་ལམ་གནང་
སྟངས། དེ་ཆོའི་གནས་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཐུགས་མ་ཆེམས་ནས་དཔལ་ལྷན་དགའ་ལྷན་པོ་བྲང་གི་ཡིག་ཆ་ནས་དོན་གཅོད་
བྱར་བ་དེ་སྤྱད་ཡང་ཕྱི་ལི་ལ་བསྐྱོས་དགོས་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཆགས་རེད་ཟེར་ནས་གོ་རྒྱུ་ཞིག་འདུག དེ་བདེན་པ་རེད་དང་མ་
རེད། གལ་སྤྱད་དེ་བསྐྱོས་ཡོད་ན་ག་རེ་བྱས་ནས་བསྐྱོས་པ་རེད། བསྐྱོས་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ཕྱི་ལི་དོན་གཅོད་ལ་ལས་ཀ་རྒྱ་གར་
ཀྱི་མི་སྣ་ཁག་ལ་འབྲེལ་ལམ་གནང་སྟངས་ཀྱི་རྒྱལ་གྱི་མི་སྣ་ཁག་ལ་འབྲེལ་ལམ་གནང་སྟངས། དེ་ཆོའི་སྤྱད་བང་དེ་ག་ཆོད་ཚུང་
དུ་ཕྱིན་ཡོད་པ་རེད། དེ་གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་།

དེ་དང་མཉམ་དུ་བོད་ཀྱི་ཅ་དོན་ལ་ཐད་ཀ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་རྒྱ་རིགས་འབྲེལ་མཐུད་ཀྱི་སྐོར་དེ་རེད། ཕྱི་འབྲེལ་རྒྱ་
ཡིག་སྟེ་ཆོན་གྱི་ནང་དུ་འགན་འཁུར་མཁན་གྱི་གནས་རིམ་ལས་ལྷག་པའི་གནས་རིམ་མཐོ་བ་ཨ་རི་སྤྱི་ཆབ་དོན་ཁང་དུ་བསྐྱོས་
ཡོད་རེད། ཉེ་ཆར་ཕྱི་རྒྱ་ལྷ་པོའི་ནང་དུ་བྱུང་ཆེ་ཆགས་སོང་ཟེར་ནས། བོད་ཨེ་ཤ་ཡ་ནང་དུ་བཏང་བ་རེད། དོ་བདག་རང་ཉིད་
ཀྱིས་བྱབ་བསྐྱགས་བྱས་ཡོད་རེད། ཡིན་ན་ད་ལྟ་བར་དུ་བྱུང་ཆེའི་གནས་རིམ་གྱི་ཐོག་ལ་ལས་འགན་བཞོད་སྤྲིག་གནང་ཡོད་མ་
རེད། དེ་མི་གནང་རྒྱུ་དེ་ག་རེ་བྱས་ནས་གནང་ཡོང་མ་རེད། ལས་བྱེད་བྱེད་ཐུག་པ་གནས་རིམ་དམའ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ཡིན་ན་
གནས་སྤར་ལ་དང་ལེན་མ་བྱས་པ་ཡིན་ན་གནང་སྟངས་གཅིག་ཡོད་རེད། དེ་ནང་བཞིན་ཀྱིས་པར་ལ་ལས་འགན་དེ་བཞོད་སྤྲིག་
བྱས་པ་ཡིན་ནའང་། དེ་ལ་ཐོགས་དང་ཐོབ་ཐང་དེ་ཆོའི་ཐོག་ནས་ཆ་རྒྱུན་བཞག་རྒྱུ་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ད་ལྟ་གང་གི་ཐོག་
ལ་བཞག་ཡོད་རེད། ཨ་རིའི་དོན་ཁང་ལ་བྱུང་ཆེའི་ས་མིག་བསྐྱོས་ས་མ་རག་ནས་ལྷག་བསྐྱད་རེད་དམ། ག་རེ་བྱས་ནས་ལྷག་
བསྐྱད་ཡོད་རེད། དེ་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། དེ་ཞུ་དགོས་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་དེ་ ༢༠༡༧༩ ནས་དཔེ་དེ་ག་རང་བཞག་ནས་སྟོན་མ་
བྱུང་བྱུང་ལ་ཡིག་ཆ་ད་བཏང་ནས་ཨ་རི་ལ་བཏང་བ་རེད། བཀའ་ཤག་འདིས་དེ་ལྟར་མི་གནང་བའི་ཡིད་ཆེས་ཡོད། དང་པོ་བྱུང་
བྱུང་ལ་བསྐྱོས་པ་རེད། སྐབས་གཉིས་པ་བྱུང་འཕར་ལ་གནས་རིམ་འཕར་དུས་ཆོས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བྱུང་འཕར་ས་མིག་ཅིག་

ཨ་རི་དོན་གཅོད་ཁང་ལ་བཞག་ནས། རྩུང་ལས་རྒྱ་ཐོག་ལ་བཞག་པ་རེད། དེ་ཞུས་པ་ཡིན་སྐབས་དེ་དུས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་
གཏམ་དཔེ་བྲངས་གནང་བ་རེད། རྟ་ཡིས་ལུང་མ་ཟླ་རྒྱ་དེ་རྟ་ཡིས་བསྐྱབས་པ་རེད་ཟེར་བ་དེ་ལས་མཁན་བྱུང་བ་རེད། དེ་ཡིན་
དུས་དོན་དག་གང་ཟག་གི་དབང་བསྐྱར་དང་གང་ཟག་ལ་ལྟོས་རྒྱ་མིན་དུས། ཨ་རི་དོན་གཅོད་ཁང་ལ་རྩུང་ཆེའི་ས་མིག་ཡོད་
པ་མ་རེད། ག་རེ་བྱས་ནས་བཞག་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་གཅིག་ཡིན། དེ་གནད་ལག་ཆེན་པོ་དང་མཁས་པ་རེད་ཟེར་ནས་མང་པོ་
ཞིག་གསུངས་སྟེ། དེ་ཡིན་དུས་ངས་དོན་དག་གཙོ་བོ་དེ་གང་ཞུ་ཡི་ཡོད་ཟེར་ན། བར་སྐབས་གང་ཟག་དེ་རྟ་རམ་ས་ལར་
བཞག་པའི་རིང་ལ་ཨ་རི་དོན་ཁང་ནས་རྒྱ་རིགས་འབྲེལ་མཐུན་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འཐུས་ཤོར་གང་དང་གང་ཕྱིན་ཡོད་
པ་རེད། འཐུས་ཤོར་ཆེ་བ་གང་ཕྱིན་ཡོད་པ་རེད། དེ་མ་བསྐྱོས་ཐབས་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་འཐུས་ཤོར་འདི་ཕྱིན་པ་རེད་ཟེར་བ་
དགོས་པ་རེད་མ་གཏོགས། གསལ་བསྐྱགས་བྱས་ནས་མི་མ་རག་པ་རེད་ཟེར་བ་དེ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་དགོས་ཀྱི་མེད། ལན་དེ་
འཐུས་མ་ཡོང་རྒྱུ་གནང་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

གཞན་གནད་ལག་གཅིག་དེ་བལ་ཡུལ་གྱི་ས་ཡོམ་གོད་ཆག་བྱུང་བའི་སྐབས་སུ་ཞལ་འདེབས་མང་པོ་ཞིག་བསྐྱབས་པ་
རེད། སྐབས་དེ་དུས་ཞུས་པ་ཡིན། ཞལ་འདེབས་དེ་ཆོ་གང་ནས་གནང་གི་ཡོད་ལས་དུས་ཆོག་ས་རྒྱུད་གིས་གནང་གི་རེད་ཟེར་
སྟེ་ཆོན་ཁ་ཤིག་ཤིག་བབྲངས་ནས་དེ་ཆོར་རག་ཡོད་པ་རེད་དམ་ཟེར་དུས། མཐུག་ནས་གསལ་པོ་ཆགས་ཡོང་གི་རེད་ཅེས་
གསུངས་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟོ་གནས་སྐབས་སུ་བལ་ཡུལ་ས་ཡོམ་གྱི་སྐབས་སུ་ཞལ་འདེབས་བསྐྱབས་པ་དེ་ཆ་ཆར་ཅིས་ཁྱ་
དེ་གཙང་མ་གཙང་རྒྱུད་ཆགས་ཡོད་པ་རེད་དམ། ཅིས་བརྒྱབ་ཟིན་ཡོད་པ་རེད་དང་མ་རེད། གལ་སྟོན་མེད་ན་དེའུ་ལྟ་
བསྟན་ཡོད་ན་སུའི་མིང་ཐོག་ལ་ལྟག་བསྟན་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་།

གཞན་དེ་ཁ་སང་རྒྱ་གར་གྱི་ལག་འབྲེར་ལས་འབྲོས་པའི་ཐོག་ནས་མང་པོ་ཞིག་གསུངས་པ་རེད། འདི་ལ་ཕེབས་སོང་།
དོ་བདག་གང་ཟག་གཅིག་གིས་སྟོན་ཞུ་བརྒྱབ་ཡོད། དེའི་སྐོར་ནས་གཅིག་བཤད་རོགས་ཟེར་གྱི་འདུག སྟོན་ཞུ་དེ་ལ་གཅིག་
བསྐྱབས་པ་ཡིན། བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཆོན་བརྒྱད་པ་ལུང་འབྲེན་བྱས་ཏེ་བཀའ་ཤིག་གིས་བཅའ་ཁྲིམས་དང་འགལ་བའི་ལས་ཀ་
བྱས་པ་རེད་ཟེར་ནས་ཁ་གསལ་པོ་བྱས་ནས་བྱིས་འདུག དེ་འབྲེར་ཨེ་ཡིན་ན་བསམ་བསམ་འབྲེན་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ངས་ཞུ་
རྒྱ་གཙོ་བོ་དེ་དོན་དག་སྟོན་ཞུ་དེའི་ནང་དུ་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཉེ་ཆར་རྒྱ་གར་གྱི་མི་སེར་བཟོ་དུས། བོད་པ་ཆོར་ཆ་རྒྱུན་
ཁ་གསལ་ཤིག་བསྐྱབས་ཡོད་པ་རེད། ཉིན་མོ་དེ་ག་རང་ལ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ནས་ཡར་བཀའ་ཤིག་ལ་སྟོན་ཞུ་ཞིག་སྤུལ་ནས་དོན་
དག་ཆོ་བོད་པ་གཅིག་པ་ཡིན་པའི་གནས་སྐབས་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་སྦྱང་དགོས་རྒྱུ་དང་མ་འོངས་པར་
དཀའ་ངལ་མི་ཡོང་ཆེད། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་འགན་བཞེས་དགོས་འདུག་ཅེས་ཞུས་ཡོད། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཞུ་རྒྱ་གར་ཡང་
མེད། དེའི་ཐོག་ལ་ད་དུང་སྤྱི་མཐུན་ནས་ཐུགས་འགན་བཞེས་དགོས་པ་རེད་མ་གཏོགས་བཀོད་ཁྲབ་རེ་གཉིས་ཤིག་བཏང་།
ལུང་འབྲེན་རེ་གཉིས་ཤིག་བྱས་པ་ཅུ་གྱིས་ང་ཆོས་འབ་སུ་བསྐྱབས་ཀྱི་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དགོངས་པ་བཞེས་ཀྱི་ཡོད་ཀྱི་རེད་
དེ། དགོངས་པ་ཆེ་ཅན་བཞེས་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་དང་མཉམ་དུ་དང་སྒྲུབ་དབྱ་དབྱལ་ལག་དེབ་ཡོད་ན་བོད་ཀྱི་ཡུལ་མིའི་ཆ་རྒྱུན་འགྲུབ་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་དེའང་
དོ་སྦྱང་གནང་རོགས། སྟོན་མ་སྟོས་ཆོག་ས་ར་བ་འདིའི་ནང་དུ་དང་སྒྲུབ་དབྱ་དབྱལ་ལག་དེབ་དེ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་མིའི་ཆ་རྒྱུན་སྦྱབ་

བྱེད་ཅིག་རེད་ལས་དུས། སྐབས་དེ་དུས་བཀའ་སློན་ཁྱིམ་དང་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་གྱིས་དདུལ་བསྐྱེད་ཅམ་མ་གཏོགས།
 གཞན་པ་གང་ཡང་མ་རེད་ཟེར་ནས་བཀའ་ལན་ཐེངས་གཉིས་གསུམ་གནང་སོང་། ཅི་བྱ་འདི་བྱེད་མེད་པ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་སོང་།
 དེ་རིང་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་གྱིས་འདི་དདུལ་བསྐྱེད་ཅམ་མ་རེད་གང་ཟེར་ནས། བོད་ཀྱི་ཡུལ་མིའི་ཆ་རྒྱུ་ཆང་ཡོད་
 ཟེར་དུས། སློན་མ་ང་རང་གི་བསམ་སློབ་གཏོང་སྐབས་དེ་ནོར་མི་འདུག་བསམ་བསམ་འདྲ་བྱུང་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་འདི་ལ་ཞུ་
 འདོད་ཅིག་བྱུང་སོང་། ཆོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་སྐར་མ་གཅིག་ལྟག་འདུག་སྐར་མ་གཅིག་གི་ནང་དུ་ཞུ་རྒྱུ་དེ་སློན་གོང་ནས་
 ཞུས་པ་ནང་བཞེན་གཅིག་སྤྱིལ་དང་དེའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཞུ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་དུས། འ་རྒྱའི་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ནས་ང་ཆོས་
 གང་བཤད་པ་ཡིན་ན། ཡར་མར་གང་ལ་བཤད་པ་ཡིན་ན་དེ་ཆོ་བཅད་གཏུབ་ནས་སྤྱི་ཆོགས་ནང་དུ་གཏོང་སྟོང་མཁན་སྤྱི་
 འཕུས་དེ་འདྲའི་ནང་དུ་འདུག་གསལ་པོ་གསལ་རྒྱུ་དེ་འདུག་དེ་ཡིན་དུས་སྤྱི་དྲིལ་ལས་ཁྲུངས་ཀྱིས་ངེས་པར་དུ་དེ་དག་ལ་དོ་
 སྒྲུང་གནང་རོགས་གནང་། དཔེར་ན། སྤྱི་འཕུས་རྒྱན་ལས་ཀྱིས་སྤྱི་དྲིལ་ལས་ཁྲུངས་ལ་ཆེ་དབང་བྱ་ཁྲིད་ཞེས་པ་དེ་སྤྱི་རེད། གང་
 རས་གཏོང་གི་འདུག་ཅད་གཅོད་ཅིག་གནང་སྟབས་ཀྱི་འདུག་གསལ་ཟེར་ནས་རྒྱ་བ་གཉིས་གསུམ་ཀྱི་སློན་ནས་ཞུས་ཡོད་པ་རེད། དེ་
 ཡིན་དུས་དེ་ཆོར་ཐུགས་སྤང་གནང་ནས་གཙོ་བོ་དེ་གངས་ཅན་སྤྱིད་གཤོངས་ལ་ཡོད་པའི་ཀམ་བུ་ཁར་ཡོད་ཆད་དེ་སྤྱི་དྲིལ་
 ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་ལག་ལ་ཡོད་པ་རེད། ང་རང་ཆོ་མཐོ་མཇུག་གཙོ་རྒྱལ་བ་ནས་ཉམས་ཆག་འགོ་ཡི་འདུག་དང་མི་འདུག་དང་མོ་དེ་
 རས་མར་ཞེས་འདུག་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་དེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

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

སྤྱི་འཕུས་རྒྱ་བ་ཐུན་སྤྱིད་ལགས།

སྤྱི་འཕུས་རྒྱ་བ་ཐུན་སྤྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ སྤྱི་དྲིལ་ལས་ཁྲུངས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་ད་རེས་དུས་ཚོད་དང་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་དྲི་བ་དེ་
 འདྲ་ཞུ་འདོད་གང་ཡང་མེད། དམིག་བསལ་ཞུ་རྒྱུ་མིན། དོན་དག་ཟེར་ནས་གལ་ཆེ་བ་དེ་འདྲ་མི་འདུག་དེ་ཡིན་ན་ད་སློན་དཔལ་
 ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་ལམ་སྟོན་ཞིག་པམ་སོང་བསམ་པ་འདྲ་བྱུང་སོང་། ང་ལ་གསལ་པོ་རང་བྱུང་མ་སོང་། ཡིན་ནའང་
 དེའི་མཚུག་ལ་འགའ་ཤས་ཀྱིས་དཔལ་ལྷན་སྤྱིད་སྤྱོད་མཆོག་ལ་བཀའ་འདྲི་དང་སྤྱིད་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་དྲི་བ་འབྲུལ་
 མཁན་འགའ་བྱུང་སོང་། ང་དཔལ་ལྷན་སྤྱིད་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་གཅིག་གི་ཐོག་བཀའ་འདྲི་ཞིག་འདོད་ཡོད། དེ་ལམ་
 སྟོན་དང་འགའ་ཀྱི་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཐོག་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། འགའ་ཀྱི་ཡོད་ན་ཞུ་ཡི་མིན། འགའ་ཀྱི་མེད་ན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།
 དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། སྤྱི་དྲིལ་བཀའ་སློན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་གཞན་པ་མ་གསུང་རོགས་གནང་ཞུ་
 རྒྱུ་ཡིན། འདི་གོང་ནས་ཞུས་ཟིན་པ་ཡིན། བཀའ་འདྲི་སྤྱི་འཕུས་ལགས་ནས། ལགས་སོ། དང་ལེན་ཞུ་རྒྱུ།

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

སྤྱི་འཐུས་བསྟན་པ་ཡར་འཕེལ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་བསྟན་པ་ཡར་འཕེལ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་གི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡེམས་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་རྒྱ་རྒྱ་ཡིན་ཟེར་ནས་དང་པོ་སྟོན་ལ་དེ་ལྟར་ཡིན། དང་པོ་ཁ་སང་ཉིན་ཤས་ནང་ལྷན་ཁང་ཁག་གི་ལས་བསྡེམས་ཆ་ཆང་མངལ་རྒྱུ་ལོ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུ་སོང་། དེའི་ནང་ནས་སྤྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡེམས་དེ་ཡི་གོ་དག་ཆ་ཡག་པོ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་དང་སྤྱི་འཐུས་དག་པོ་ཁོད་སྟོན་ལས་པོ་ཡག་པོ་ཞེ་པོ་བསྐྱེད་པ་འདུག་དུས་ད་ལྟ་རང་གིས་མཐོང་བའི་ནང་ནས་ཡག་པོས་འབྲེལ་ཆགས་འདུག་དེ་ཡིན་དུས་སྤྱི་འཐུས་མཁན་དེ་སུ་རེད། དཔལ་ལྷན་གྱི་སྤྱི་འཐུས་ཆོག་ཉི་ཡིན་རྒྱ་མ་རེད། སྤྱི་འཐུས་དེ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྟར་ཡིན། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཡི་གོ་དག་ཆ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ལ། ང་ཆོ་བོད་ཀྱི་ཡི་གོ་གཙོ་སྤྱི་འཐུས་དང་ཡང་ན་བར་མཆོམས་བཞག་སྤྱི་འཐུས་དེ་བཞེ་བཞེ་པོ་ཞིག་ཆགས་འགྲོ་རེད། རྟོན་དག་ལ་དཔལ་བའི་གཙོ་སྤྱི་འཐུས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སྤྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡེམས་འདི་མངལ་ཡོད་དུས་ཡི་གོ་དེ་ཆོ་བར་སྟོན་སྟོན་འབྲེལ་བ་སྤྱད་ཡི་གོ་སྟོན་མཁན་དེ་འདྲ་བར་སྟོན་སྟོན་འབྲེལ་ཆགས་ཏེ་ཡག་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་འདུག་དེ་ངས་དེ་ག་ཙམ་ཆོ་བ་སྟོན་གི་མེད། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཡིན། ང་ཡི་གོ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞེ་པོར་ཅི་མཁན་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་དངོས་གནས་སྤྱི་འཐུས་བསྟན་པ་ནས་སྤྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡེམས་འབྲེལ་མཁན་སུ་ཡིན་ན་དེ་ལ་དང་པོ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྟར་ཡོད་པ་རྒྱུ་སོང་།

ལས་བསྡེམས་ཤོག་གངས་བཞེ་བའི་ནང་དུ། སྤྱི་འཐུས་ཆོན་པ་ཟེར་བ་ཞིག་འདུག་ཅིས་ལོ་འདིའི་ནང་དུ་མི་སྣ་ཉིས་བརྒྱ་དུག་ཅུ་རེ་བདུན་ལ་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་སྤྱི་འཐུས་ཆེན་པོ་ལྷན་ཟེར་བ་ཞིག་འདུག་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་པ་དེ་སྤྱི་འཐུས་གཞི་དང་ཆ་རྒྱུ་འབྲེལ་པོ་གང་ཡོད་རེད་དམ་ཟེར་ནས་དེ་གཅིག་ལྟར་འདོད་རྒྱུ་སོང་། དེ་རང་ལ་དོགས་པ་ཞིག་ཡོད་བཞིན་འདུག་ན་རམས་ལའི་ས་ཆ་འདི་མི་འབྲེལ་མི་འབྲེལ་ཆང་མ་ཡོང་ས་ཞིག་རེད། ཡང་ཁ་ཤས་ཡོད་ཞོར་ཡིན་ལ་མིན་ལ་ཆང་མ་བཞུང་འབྲེལ་གྱིས་སྤྱི་འཐུས་བསྡེལ་ན་དེ་འདྲ་ཆེ་མཐོང་ཉམས་འགྲོ་བ་ཞིག་དང་། ང་རང་ཆོ་འགྲོ་སོང་སྟེན་མ་ཞིག་འགྲོ་བསྡེལ་ཡོད་པའི་བཟོ་འབྲེལ་འདུག་དེ་ཡིན་དུས་འདི་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་པ་གང་ཟག་དེ་ལ་ཆ་རྒྱུ་འབྲེལ་ག་རེ་ག་རེ་བསྟན་ཡོད་རེད། བར་ནས་ཚུར་ཡོང་མཁན་ཆང་མ་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་པ་ཞིག་ཀྱི་མ་རེད་དེ། ཆ་རྒྱུ་གང་ཡོད་ན་དེ་གསལ་པོ་ཞིག་གསུངས་རོགས་གནང་ལྟར་ཡིན།

དེ་ནས་ལས་བསྡེམས་ཤོག་གངས་དུག་པའི་ནང་དེ་རེད། སྤྱི་འཐུས་ཆོན་པ་དེ་ལ་ཐུགས་སྤྱད་བཞེས་ན་ཟེར་ནས་དེ་བཞེ་འབྲེལ་གང་ཡང་མི་འདུག་ཐུགས་སྤྱད་བཞེས་དགོས་ཟེར་རྒྱུ་དེ། ཁ་སང་ཨ་ཁུ་པག་པ་སྟོར་ལ་མང་པོ་ཞིག་ལྷན་པ་ཡིན་དུས། འགྲུལ་རིས་ཀྱི་བརྟན་འཕྲིན་དེ་ཏོག་ཙམ་ང་ཆོའི་བརྟན་འཕྲིན་ནང་དུ་སྟོན་ཐུབ་ན་ཡག་པོ་ཡོད་ས་རེད། དེ་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་ཡིན་ན་མཐོང་བསྡེལ་གྱི་རེད་ལ། དེ་འབྲེལ་པོ་ཞེ་པོ་གལ་མཐོང་རྒྱུ་མི་འདུག་བརྟན་འཕྲིན་དེའི་ནང་དུ་སྤྱི་ར་བཏང་ཡོད་ས་མཆོག་གི་མངལ་འཕྲིན་སྟོར་གལ་ཆེན་པོ་རྒྱ་རྒྱ་བསྟན་བསྡེལ་གྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཆོ་གལ་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་རེད་དེ། ཡང་སྤྱི་འཐུས་དེ་

ཆོས་ཞིགས་པ་དང་དགྲུང་མོ་ག་དུས་ཡིན་ན་ལྷ་རྒྱ་བཟོས་ཏེ་ཤེས་རིག་ལས་ཁྲུངས་ཀྱིས་འགྲོ་མོང་ཆེན་པོ་བཏང་བཞག་པ་དེ་ང་
ཆོའི་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ནས་ཏོག་ཅམ་བཏང་ཐུབ་ན་ཡག་པོ་འདུག

དེ་ནས་འགྲེམས་སྟོན་ཆོད་པ། འགྲེམས་སྟོན་གྱི་ཆོད་པ་དེ་དམིགས་བསལ་ལྷ་རྒྱ་གང་ཡོད་ཟེར་ན། སྤྱིར་བཏང་ཙ་པའི་
ཆ་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་ནང་ལོགས་རེད། ག་ས་གང་ལ་འགྲེམས་སྟོན་མང་པོ་ཞེ་པོ་གནང་གི་ཡོད་ས་རེད། དེ་ལ་བསྐྱུགས་བརྗོད་ལྷ་
རྒྱ་དང་། ལྷག་པར་དུ་དུང་ལྷ་དགོས་རྒྱ་གཅིག་ཏེ་བའི་ཆ་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་མང་པོ་ཞིག་མངལ་བྱུང་བ་
རེད། ལྷག་པར་དེར་ཆོར་སྤང་དང་སྤྲགས་ནས་ང་རང་གིས་གསལ་འདེབས་ལྷ་རྒྱ་གཅིག་འདུག རྒྱ་གར་གྱི་ནང་དུ་ང་ཆོའི་ཁྱིམ་
བསྐྱུགས་དང་འགྲེམས་སྟོན་གང་ཡིན་ན་ཤུགས་ཆེན་པོ་གཏོང་དགོས་རྒྱ་དེ་ཉ་ཅང་གནད་འགག་ཆེན་པོ་མཐོང་ཡོང་གི་འདུག
རྒྱ་གར་གྱི་གནད་ཡོད་མི་སྣ་དེ་ཆོ་ལ་ང་ཆོའི་བདེ་སྤྱད་དེ་ཆོ་ལྷས་སྐབས་རྩ་མའི་སྒོར་བཤད་དུས་རྩ་མ་ཟེར་བ་དེ་སྤྱི་ལ་ཡོད་
རེད་དམ་ག་པ་ཡོད་ཟེར་བ་དེ་འདྲ་བའི་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཁ་ཤས་ལ་ཐོད་པའི་གནད་དོན་ལྷ་དུས་ཐོད་པ་ཆོ་དུང་པར་ལོག་
ཆར་ཡོད་མ་རེད་དམ་ཟེར་བ་དེ་འདྲ་བའི་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲའི་གནས་སྤངས་ང་ཆོའི་བྱིས་མཆེས་རྒྱ་ལ་ཁབ་
འདྲིའི་ནང་དུ་སྤྱིར་བཏང་རྒྱ་ཆེན་པོ་རེད་དེ། ལྷག་པར་དུ་དུང་ལྷ་འི་ཐོད་ནང་གི་རྩ་བཤག་གི་གནས་སྤངས་དེ་ཆོ་དུ་ལྷ་ནས་ཤུགས་ཆེ་
ས་ཞིག་ནས་ཁྱིམ་བསྐྱུགས་དང་འགྲེམས་སྟོན་གྱི་ཐུབ་དགོས་རྒྱ་དེ་ཁ་ཆོ་དགོས་གཏུགས་ཀྱི་འགན་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་འདུག་
ལ། གནས་ལུལ་རྒྱ་ལ་ཁབ་དེ་ག་རང་གི་ནང་ཡིན་ན་གསལ་པོ་མ་ཆགས་པའི་གནས་སྤངས་དེ་འདྲ་ཆགས་བསྐྱད་འདུག ལས་
བསྐྱེམས་ཤོག་གངས་བདུན་པའི་ནང་དུ། ཆོ་མ་དེ་བ་པར་སྐྱོན་ཆོད་པ་ཟེར་བ་ཞིག་འདུག འདྲིའི་ནང་དོན་ཆོད་ ༡ པའི་ནང་དུ་དཔེ་
དེ་བ་ཁག་གསུམ་པར་བསྐྱེད་བྱས་ཟེར་བ་ཞིག་འདུག དཔེ་དེ་བ་ཁག་གསུམ་དེ་གང་ཡིན་ན་དེ་གཅིག་གསུང་རོགས་གནང་ལྷ་རྒྱ་
ཡིན།

དེ་ན་ཤོག་གངས་དེ་ག་རང་གི་ནང་དུ་གསུང་ཤོག་དང་དུས་དེ་བ་འགྲེམས་སྟོན་ཆོད་པ་ཟེར་བ་ཞིག་འདུག དེ་དང་དེའི་
རྒྱ་བ་ལོགས་སྤང་ཐང་པར་ཁང་ཟེར་བ་དེ་གཉིས་མཉམ་དུ་ལྷས་བཞག་ན་འགྲིག་འདུག་བསམ་གྱི་འདུག གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཉེ་
བའི་ཆ་ལ་ང་ཆོའི་ཤེས་བྱ་དུས་དེ་བ་དེ་སྤྱི་ལ་ཉ་ཅང་ཞན་དུ་ཕྱིན་ཡོད་རེད། ལྷག་པར་དུ་ང་ཆོ་སྤྱི་འཐུས་སྟོན་ཚོགས་ཀྱི་དུས་
དེ་བ་དེ་ཡང་ཡོད་རེད། དེ་སྤང་ཐང་གི་པར་ཁང་ནས་ཡག་པོ་ཞེ་པོ་ཡོད་ཟེར་ནས་ཡིད་ཆེས་འདྲ་ཞིག་བྱས་ནས་པར་ཐུབ་རྒྱ་ལ་
འབད་བཅོན་བྱས་པ་རེད། ད་ཆ་བཞི་ནས་འབྱུང་རྒྱ་མེད་པ་ཆགས་བསྐྱད་འདུག ༢་སྤྱི་ལས་མགོན་པོ་མཆོའི་སྤྱི་པར་དེ་ཆོ་
མངལ་རྒྱར་ཞེད་སྤང་འདྲ་ཞིག་ཡོང་སྟོད་པ་དཔེ་མི་སྤྱི་དཔེ་ཁ་ཆོར་ཞིག་བཞག་གི་འདུག ཡི་གེ་དེ་ཆོ་གཅིག་ཐོག་གཉིས་ཐོག་
འབྱར་བསྐྱད་ཡོད་པའི་བཟོ་འདྲ་གང་ལྷར་སྤྱི་ལ་དག་པོ་ཆ་བཞི་ནས་མི་འདུག པར་བསྐྱེད་བྱེད་མཁན་ཡག་པོ་མེད་ན་ཆོད་ལྷན་
ཡོང་གི་མེད་དུས། དེ་དཔེ་མི་སྤྱི་དཔེ་གསལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་འདུག ད་ང་ཆོ་སྤྱི་འཐུས་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་དུས་དེ་བ་དེ་ཆོ་
འདྲ་ཡིན་ན་རྒྱ་གར་རང་ལ་སྤྱད་ན་མ་གཏོགས་ཙ་བཞི་ནས་ཡོང་མི་ཐུབ་པ་དེ་འདྲ་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་རེད། ད་ཡང་ཤེས་བྱ་དེ་
དུང་མི་མཐུན་ནས་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག ད་དེ་སྤྱི་ལ་ཞེ་པོ་སྒོ་དུ་ཕྱིན་འདུག དེ་དམིགས་བསལ་ཡང་རྒྱས་གཏོང་རྒྱར་འཆར་
གཞི་གང་ཡོད་དམ། མེད་ན་ངས་པར་དུ་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས་ཁྱིམ་ཞིག་དང་རེ་སྤྱི་ལ་ལྷ་རྒྱ་དེ་ཡིན།

ཞོག་གངས་དགུ་པའི་ནང་དུ། སྐྱེ་ཆ་བཞོན་གཅོད་ཁག་གི་ལས་བསྐྱོམས་སྟོང་བསྐྱུས་གཅིག་གསུང་བཞག་འདུག དེ་
 དང་འབྲེལ་ནས་སྐར་མིལ་སྐྱེ་ཆ་བཞོན་གཅོད་ཀྱི་སྐྱོར་ལ་དེ་བཞིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད། ཉེ་བའི་ཆ་ལ་གང་ཟག་རང་ཉིད་སྤེལ་ལྷན་ལ་
 ཕྱིན་པའི་ཁ་ཐུག་དེར་ང་རང་ཆོའི་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་དགོངས་ཚུལ་དང་དེ་འདྲི་ཐོག་ནས་བསམ་ཚུལ་ཡོང་སྟོང་པའི་གནས་
 སྐབས་ཤིག་འདུག གང་ཡིན་ཟེར་ན། སྤེལ་ལྷན་གྱི་ནང་དུ་ཆོག་པ་པ་གསུམ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་དུས་འཛིན་མཛད་སྟོན་དེ་ལ་གཞུང་འབྲེལ་
 མཛད་སྟོན་མཆོམས་ནས་དེ་མཛད་སྟོན་ཆེ་པོས་རེད་ཟེར་གྱི་འདུག དཔེར་ན། མི་ ༥༠༠ དང་ ༡༠༠ བར་ལོ་ལྟར་འཛོམས་ཀྱི་ཡོད་
 པ་རེད་ཟེར། གཞས་སྐྱ་མང་པོ་གོ་སྤྱི་གྲུས་བཞག་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་གྱི་འདུག དེ་ལ་ག་དུས་ཡིན་ནའང་སྐྱེ་ཆ་བཞོན་གཅོད་སྐྱེ་
 མཐོན་གཙོ་བོ་ལ་གདན་འདྲེན་ཞུས་ནས་ཐེབས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་ལས་དང་ལུགས་སློལ་ད་ལྟ་བར་དུ་འདུག ད་ལོའི་སྐབས་སུ་
 ཞུས་པ་ཡིན་ན་སྐྱེ་ཆ་བཞོན་གཅོད་དེ་གདན་འདྲེན་ཞུས་ནས་སྟོན་མ་ནང་བཞིན་གྱིད་པའི་སྐབས་དེར་བཀའ་ལག་གི་བཀའ་
 འཁོལ་མི་འདུག་ཟེར་པའི་ལན་ཞིག་བསྐྱེབས་ནས། གང་ལྟར་དེའི་བརྒྱུད་རིམ་དེ་བཀའ་ལག་དང་ཡར་མར་ཡིག་འབྲེལ་ཐེངས་ཁ་
 ཤས་ཤིག་བྱུང་ཆར་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་མཁུན་གྱི་ཡོད་འདོག་ཁག་པོ་རེད། ཞིབ་ཐྱ་ནི་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས་གང་ལྟར་དེ་
 ཆོ་གནད་ལགས་ཆེན་པོ་ཞེ་པོར་ཐུག་བསྐྱད་འདུག ང་ཆོ་ས་གནས་ཀྱི་དོན་གཅོད་བཙུགས་བསྐྱད་རྒྱུ་དེ་ས་གནས་དེ་ལ་ཡོད་
 པའི་བོད་པ་དེ་ཆོ་རྒྱུད་རྒྱུག་ཡོང་པའི་ཆེད་དང་། བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུགས་ལ་ཚུར་འབྲེལ་བ་མཐུད་སྐྱབ་པའི་ཆེད། དེ་ཆོ་ཁ་
 གལ་མི་འགྲོ་བ་དེ་གནད་ལགས་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་མཐོང་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད། སྐྱེ་ཆ་བཞོན་གཅོད་བསྐྱོས་བཞག་པ་དེ་དག་སྐྱུ་གུའི་སྟེ་
 སྐར་ཚུན་ཆད་ལ་ཐེབས་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག་ཟེར་གྱི་འདུག དེ་འདྲ་རང་ཡང་ཡིན་ས་མ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་ཁོ་ཆོ་དེའི་ཉིན་མོ་དུས་
 ཆོད་ཁོམ་མ་སོང་ལ་བ་ན་གང་ཡང་མི་འདུག བཀའ་ལག་གི་བཀའ་འཁོལ་མེད་ཟེར་དུས་བསམ་ཚུལ་ལུགས་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་
 བསྐྱེབས་བསྐྱད་འདུག མ་འོངས་པ་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་གཟབ་དགོས་ས་རེད། དགོངས་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བཞེས་དགོས་ས་རེད་
 མ་གཏོགས། ཕྱི་རྒྱལ་དུ་ཡོད་པའི་བོད་པ་སོ་སོའི་བྱུང་ཁོངས་ནས་ཐག་རིང་དུ་འགྲོ་བཞག་ན་ང་ཆོའི་རྩ་དོན་གྱི་ཐོག་ལ་ཉག་ཉག་
 ཅིག་བསྐྱད་མེད་དུས། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ངས་བར་དུ་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་དེ་གཅིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། **དཔལ་ལྷན་**
ཆོག་པ་གཙོ་མཆོག་ནས། སྐར་མ་གཅིག་ལྷག་བསྐྱད་ཡོད། ད་ལྟ་ཐུག་སྤེལ་སྟེ་འཇུག་ཤིག་གིས་གསུངས་སོང་། ང་ཆོའི་དེབ་
 སེར་པོའི་སྐྱོར་དེ་རེད། ད་ཁ་སང་དཔལ་ལྷན་སྟེང་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་ལ། རྒྱ་གར་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་དང་
 དཔོན་པོ་དེ་ཆོས་ཁྱོད་རང་ཆོ་ལ་ RC བཅོས་བཞག་པ་དེ་ཆོ་སྐབས་བདེ་ཡི་ཆེད་དུ་བཅོས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ཁྱོད་རང་
 ཆོས་རྩ་ཆེན་པོ་ཅེས་ཀྱི་མི་འདུག་གསུངས་ནས་དེ་འདྲ་བཀའ་ལོལ་ཞིག་མར་ཚུར་གསུང་རྒྱུ་བྱུང་འདུག ད་དུང་སྐྱེ་མཐུད་ནས་
 དེ་ཆོའི་སྐྱོར་ལ་སྐབས་བདེ་བ་ཡོང་ཆེད་དུ་ང་ཆོའི་དེབ་སེར་པོའི་ཐོག་ལ་ (Return VISA Exit Permit) དཀའ་ངལ་མང་
 པོ་འཕྲད་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་རེད། སྤྱིར་བཏང་རྩ་བའི་ཆ་ནས་ཉ་ཅང་དྲིན་ཆེན་པོ་རེད། ང་ཆོ་འགྲོ་ཆོག་པའི་ཆོག་མཆན་རག་གི་ཡོད་
 པ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ད་དུང་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་དུས། དུས་ཆོད་མང་པོ་ཞིག་གཏོང་དགོས་པ་དེ་འདྲ་ཡར་མར་དཀའ་
 ངལ་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་དུས། མ་འོངས་པར་དེ་འདྲ་ཞུ་མི་དགོས་པ་ཞིག་བཅོ་སྐྱབ་རྒྱུར་འབད་བཅོམ་གནད་རྒྱུ་ཡོད་དམ་མེད།
 དེ་སྟོན་གནད་ཡོད་པ་རེད་དམ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་འབད་བཅོམ་ཞིག་གནད་མེད་པ་ཡིན་ན། ཡིན་གཅིག་མིན་གཉིས་དེར་

དགོངས་པ་བཞེས་རོགས་གནང་། དེ་དཀའ་ངལ་མང་པོ་འབྲད་བསྐད་ཡོད་པ་དེ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རེད། དེ་ངེས་པར་དུ་
ཐུགས་ལ་གཅིག་བཞག་རོགས་གནང་ཟེར་ནས་དེ་གཅིག་ཟུ་རྒྱ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

དཔལ་ལྷན་གྱི་དྲིལ་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་གྱི་དྲིལ་བཀའ་སློན་སྒྲོ་བཟང་སང་གི་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཞིག་དང་སྤྱི་མཐུན་པོ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་ཞིག་ཡིན་ནའང་། བོད་
པའི་སྤྱི་རྒྱལ་འགོ་ཚུགས་པའི་ལག་ཁྲེང་དང་ Return Visa དང་ Exit Permit དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་སྟབས་བདེ་པོ་དང་ཆེ་
མཐོང་ཡོད་པ་བཟོ་རོགས་གནང་ཟེར་ནས་བཀའ་འདི་གནང་སོང་ལ་ཁ་སང་ཁྱས་པ་ཡིན། གཞི་ཅའི་དེ་དག་ཞེ་དག་ཁྱས་ཆེ་ལན་
པོ་མི་འདུག་གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཐུགས་གཅིག་ནས་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་ནས་བཀའ་འདི་གནང་ཡོང་དུས་བཀའ་ཤག་ལ་
འགན་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ལན་ཞིག་རྒྱག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ལན་བརྒྱབས་རྗེས་སང་ཉིན་ཡང་ལས་ཀ་དེ་མ་འགྲུབ་པའི་སྟེན་
དུ་སྤྱི་ཚོགས་བྱ་རྒྱ་དང་ཆགས་པར་བཏོན་ནས་མཆོམས་རེར་དོ་ཤོག་འགོ་བསྐད་ཀྱི་འདུག་ ཞིབ་ཤ་ཁྱ་མི་དགོས་པར་གནང་། ད་
ལན་གྲོས་ཚོགས་མ་རེད། དེའི་སྟེན་ཀྱི་གྲོས་ཚོགས་ལ་ཡིན་ཡང་ RC དེ་ Travel Documents བཟོ་རོགས་གནང་ཟེར་བ་
དེ་བྱས་པ་ཡིན་ན། རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱི་ལ་འགོ་བའི་ལག་ཁྲེང་ཞིག་ཡོད་རེད་པ། དེ་དང་མཉམ་དུ་གཅིག་མཚུངས་ཆགས་འགོ་ཡི་རེད།
ཨ་རིར་ཡིན་ཡང་ཨ་རིར་མི་སེར་ལེན་མཁན་ཆོར་ Travel Documents ལུ་དགོས་ཀྱི་རེད། དེ་བཞིན་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོའི་
Travel Documents བྱས་དུས་སྐར་ལ་གནམ་གྲུའི་ཐང་ Immigration ཟེར་གྱི་འདུག་པ། དེ་ཁོ་རང་ཆོས་ Travel
Documents གཟིགས་སྐབས་ལས་སང་རྒྱལ་སྤྱི་ནས་ངོས་ལེན་ཁྱས་པ་ཞིག་བེད་སྤྱོད་བཏང་བའི་ཡིག་ཆ་ཞིག་ཡིན་ཅང་།
ཐེབས་ཐབས་བདེ་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ཆགས་འགོ་ཡི་ཡོད་རེད། དེ་སྤྱང་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་ཡིན། ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཡོང་
དུས་ཐོག་མར་རྒྱ་གར་གཞུང་ནས་མར་གནང་དུས་བཀོད་ཁུབ་ནང་ལ་ག་རེ་འདུག་ཟེར་ན། Identity Certificate or
Travel Documents ཞེས་འཁོད་འདུག་ ཡིན་ཡང་དེ་དུས་ཐེབས་མཁན་མང་པོ་མེད་ཅང་། དང་པོ་རང་ནས་དབར་སྟེན་
གནང་རྒྱ་དང་རྒྱ་ཆོར་ IC དེ་བསྐྱམས་འདུག་ བསྐྱམས་ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་ཐེབས་བསྐད་ཡོད་རེད། ཐེབས་མཁན་འགོ་དུས་དཀའ་
ངལ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་མང་བཟོར་མཁན་ཡོད་དུས་རྒྱ་ཆོར་དེའི་སྐར་ལ་བསྐྱར་དུ་བསྐྱར་ཞིབ་དང་བཟོ་སྒྲིང་བྱས་ནས་སྟེན་མ་
བཀོད་ཁུབ་ཡོད་པ་དང་། རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོག་ནས་དེ་ག་རང་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་ཡོད་པ། འགའ་ཤས་སྤྱི་རྒྱལ་ཁག་ལ་ཐེབས་ཐབས་
དང་བསྐད་རྒྱུའི་དོན་དུ་དེ་འབྲུག་ན་ལག་པོ་འདུག་ཟེར་ནས་ཁྱ་གཞུག་སྤུས་ནས་བཀའ་མོལ་སྟུག་པོ་འགོ་དང་འགོ་བཞིན་པ་
ཡིན། དེ་བཞིན་ Exit Permit དང་ Return Visa བཅས་དེ་དག་སྤྱི་ཡོངས་ནས་དཀའ་ངལ་ཡོད་བཞག་པ་ཞིག་རེད། ངས་
ཁ་སང་ཁྱས་པ་ལྟར་པར་ཕྱོགས་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་ཆོ་མི་རེད། མི་ཡིན་ཅང་། ཁོ་རང་ཆོ་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་ཡིན། ད་ལྟ་
བར་དུ་ཕྱག་རོགས་གནང་བ་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་ཞེ་དག་གསུང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། འགོ་སྐྱེད་བྱས་ན་རྒྱལ་

སྤྱི་ལོ་ཁྱིམ་ས་ཐོག་ནས་ཟེར་རྒྱ་ཡོང་རྒྱ་ར་བཞེན། རྒྱ་གར་གཞུང་རང་གི་ཐོག་ནས་ང་ཚོར་ཤོག་བྱ་མ་གནང་ཡང་ང་ཚོར་ཐོབ་ཐང་
 ཡོད་མ་རེད། དཔེར་ན། བལ་ཡུལ་དུ་བོད་པ་ཞིག་སྐྱེས་པ་ཡིན་ནའང་། སྐྱེས་ཆེས་ཀྱི་ལག་ཁྱེར་གནང་གི་ཡོད་མ་རེད། ལྷོད་
 གནས་ཀྱི་ལག་ཁྱེར་གནང་གི་ཡོད་མ་རེད། ང་ཚོར་བྱེད་རྒྱ་གར་ཡང་མི་འདུག་ལ། དེ་སོང་ཙང་རྒྱ་གར་ཉ་ལས་པའི་བཀའ་བློན་
 ཆེན་པོ་རེད། ཁོ་རང་ཚོར་ཁྱེད་གཞུགས་སྤུལ་ནས་བཀའ་མོལ་འགྲོ་བཞིན་པ་ཡིན། དེ་དག་ཆང་མར་ཐོན་པའི་རེ་བ་བྱེད་བསྟན་གྱི་
 ཡོད། ད་ལྟའི་ཆར་ RC མེད་མཁན་ཁ་སང་ཐོ་ཞིག་ཐོན་ཡོང་དུས་ ༥༠༠་་་༤༠༠་་་༤༠༠་་་ དེ་འདྲ་བཟོ་ཡོང་གི་འདུག་ ཁོ་རང་གང་
 འདྲ་བྱས་ནས་ལྷག་བསྟན་པ་ཡིན་ན་བསམ་པ་ཞིག་འདུག་ འགའ་ཤས་འབྲུག་དང་བལ་ཡུལ་དེ་འདྲ་རེད་དེ། དེ་འདྲའི་སྐར་ལ་ང་
 ཚོས་འབད་བཅོམ་བྱས་ནས་བཀའ་མོལ་གནང་སྟེ་འགྲོ་དང་འགྲོ་བཞིན་པའི་སྐར་ཡིན། རྒྱ་གར་གཞུང་ནས་ཡིན་ཡང་དགོངས་པ་
 ཆེ་བཞེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དེ་དག་གནང་གི་རེད་ཟེར་ནས་ཁྱེད་རྒྱ་ཡིན། རྒྱ་འགྲོ་ན་ཟམ་པ་གནས་དགོས་རེད་ཟེར་བ་ལྟར། རྣམ་པ་ཚོ་
 རྒྱ་ནང་བཞིན་དང་བཀའ་ཤག་ཟམ་པ་ནང་བཞིན་ཅི་ཡི་མེད་ཏེ། ང་ཚོ་མཉམ་མཐུན་གྱི་འགན་རེད་ལ། མཉམ་མཐུན་གྱིས་གནང་
 གི་ཡོད་རེད། བོད་བསྟན་སྲིད་མི་རིགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་རྣམ་པ་ཚོས་བཀའ་སློབ་ག་རེ་གནང་པ་ཡིན་ཡང་། ལག་པས་ཁེབས་པ་བྱེད་
 བྱེད་རྒྱ་ར་བཀའ་ཤག་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ཁ་སང་ངས་ཉིན་མ་དང་པོར་ཁྱེད་པ་ནང་བཞིན་རྣམ་པ་ཚོ་དགོངས་པ་ག་རེ་ཡོད་པ་
 གསུངས་ཆེ་བཀའ་ཤག་ལ་པན་ཐོགས་པ་ཡོང་གི་འདུག་ དེ་སོང་ཙང་། ད་ལྟ་དཔེ་ཆ་བཞག་ Travel Document ལྟ་བུ་རེད།
 གཞི་ཅིའི་སྟོན་མ་ནས་བཀའ་མོལ་འགྲོ་བསྟན་པ་ཞིག་རེད་འདུག་ གྲོས་ཚོགས་ར་བར་སླེང་ཡོང་དུས་བློ་གསོ་ལྟ་བུ་སླེབས་ནས་
 ད་ནི་དངོས་གནས་གཅིག་བྱེད་དགོས་བསམ་པ་ཞིག་ཡོང་བསྟན་གྱི་འདུག་ དེ་འདྲ་སོང་ཙང་། དེ་སྤྱགས་པན་སོས་པ་ཡོང་གི་
 འདུག་ རྣམ་པ་ཚོ་གནངས་ཉིན་ལེབས་འགྲོ་མཁན་རེད་དེ་ང་ཚོའི་ཟམ་པ་ཟེར་ན་རེད། མཐུག་སྐྱོད་རྒྱ་འབད་བཅོམ་ང་ཚོས་སྤྱ་
 མཐུད་ནས་གནང་གི་ཡིན་ཁྱེད་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནས་བཀའ་ཤེས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས་ད་ལྟའི་ཆར་རང་ལུས་མེ་སླེག་གཏོང་མཁན་ནང་འདས་གོངས་སུ་མ་བྱེན་ལ།
 བཅོམ་དུ་ལྷག་པའི་ནད་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་ཟེར་ནའང་རེད། ཁོ་རང་ཚོའི་འཕྲོད་བསྟེན་གནས་སྟངས་གཞིར་བཞག་ཐོག་
 རྣམ་སློས་གོལ་གཏོང་དགོས་པ་དང་། ཕྱི་ལ་གདན་འདྲེན་ཁྱེད་པ་ནས་སྤྱོད་བཅོས་གནང་སྤུལ་པའི་འབད་བཅོམ་གནང་རོགས་
 གནང་ཟེར་ནས་གསུངས་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་ཉན་ཉན་རང་བསམ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། དེ་ནས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐོག་ནས་
 ལག་པ་འཆང་ཆེ། སར་ཕྱོགས་ལ་བོད་མིའི་སྤྱི་ག་འཛུགས་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་འདུག་ ཁྱེད་རང་དེ་འདྲ་དང་དེ་འདྲ་ཟེར་གྱི་འདུག་
 ཟེར་ནས་ཡང་སར་ཕྱོགས་ལ་པན་ལས་གཞོན་ཆེ་བ་ཡོང་སྲིད་ཀྱི་རེད། དེ་སྤར་འགྲོ་སྤངས་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། བོད་
 ལ་ཆབ་སྲིད་བཅོམ་པ་ཡོད་ཆེ་སྟོན་གོལ་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ དེ་ལ་སྤྱོད་བཅོས་བྱེད་དགོས་འདུག་ཟེར་བ་དེ་རྒྱ་ལ་སྤྱིའི་
 གཞུང་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་པ་བརྒྱད་ནས་འབད་བཅོམ་མང་བ་གནང་གི་ཡོད་རེད། ཡིན་ཡང་། རྒྱ་ལ་མཐུན་ཆེན་སྤྱར་དགོས་
 པ་དེ་འདྲ་ཡོད་ཆེ་ང་ཚོས་གནང་གི་ཡོད་རེད། ང་ཚོས་ཐད་ཀར་ཁྱེད་གཞུགས་སྤུལ་ཏེ་མིང་འབོད་བྱས་ནས་དེ་དང་དེ་སྟོན་གོལ་
 གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ དེ་དག་ལ་སྤྱོད་བཅོས་ལྟ་སྟོང་གི་ཐོག་ནས་མཐུན་ཆེན་སྤྱར་གྱི་ཡིན་ཟེར་བ་ཡིན་ན། འགྲོག་ཆེན་ཆང་
 མ་གཟིགས་དགོས་དུས་གནད་འགག་དེ་བཀའ་བསྟར་གནང་བའི་ཐོག་ནས་ཉན་ཉན་འབད་བཅོམ་ཁྱེད་ཡི་ཡིན་ཟེར་ནས་ཁྱེད་
 ཡིན།

དེ་ནས་ལེ་ལུ་ཞོའི་པོའི་སྐོར་ནས་ཁ་སང་གསུངས་སོང་། ངས་ཁ་སང་དམིགས་བསལ་གང་ཡང་ཁྱས་མེད། ལེ་ལུ་ཞོའི་པོའི་ལྟ་བུ་
 ཡིན་ན། རྒྱ་ནག་ནང་ནས་ལོ་ཟླེལ་ཞི་བདེའི་གཞེངས་རྟགས་བཞེས་མཁན་ཞིག་གི་དེའི་ཐོག་ལ་ཡགོང་ས་མཆོག་དབུས་པའི་ལོ་
 ཟླེལ་ཞི་བདེའི་གཞེངས་རྟགས་བཞེས་མཁན་བརྒྱ་ལྷག་མང་པོས་ཁོ་རང་སློང་གྲོལ་གཏོང་དགོས་འདུག་ཟེར་ནས་སྟུན་ཁྱེར་
 ནའང་རེད། འཕོད་སྐུལ་ཐེངས་གཅིག་མ་རེད། དེས་པས་ཁྱས་པ་རེད། རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོག་ནས་ཡིན་ཡང་། ཆེས་མཐོང་ཡོད་པའི་མི་
 སྟུ་ཞིག་རེད། ཁོ་རང་ཡིན་ཡང་བཙོན་ཁང་དུ་ལོ་བཅུ་གཅིག་དང་། དེའི་སྡོན་ལ་ལོ་གསུམ། དེའི་སྡོན་ལོ་གཉིས། བཙོན་ཁང་ལ་
 འཕོ་དོན་གཙོ་བོ་ནི་བོད་དོན་སྐྱེད་ལ་རྒྱ་བ་སློར་དང་བོད་དོན་སྐྱེད་ལ་གསུང་བཤད་གནང་བའི་མི་སྟུ་ཞིག་ཡིན་ཅང་། ཁོ་རང་
 འདས་གོངས་སུ་ཕེབས་སྐབས་མཆོད་འབུལ་བྱེད་མཁན་མང་པོ་བྱུང་བ་དང་། ཡགོང་ས་མཆོག་དབུས་ལོ་ཟླེལ་ཞི་བདེའི་
 གཞེངས་རྟགས་བཞེས་མཁན་མང་པོ་ཞིག་གིས་འཕོད་སྐུལ་ཁྱས་ཡོད་ལ། རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོག་ནས་ཡིན་ཡང་གདུང་སེམས་མཉམ་
 སྦྱེད་ཡོད་བཞག་པ་དང་། ཆོར་བ་ཡིན་ཡང་ང་ཆོ་མཉམ་མ་ཐུན་གྱི་འགན་ནི་རྒྱ་ནག་མང་གཙོ་ར་བསྐྱར་དགོས་པ་དང་། བོད་མིར་
 མིང་དོན་མཚུངས་པའི་རང་སློང་རག་པར་རྒྱ་བ་སློར་གནང་མཁན་གྱི་མི་སྟུ་ཞིག་ཡིན་ཅང་། ང་ཆོ་ནང་བ་དང་བོད་བ་ཡིན་པའི་
 ཆ་ནས་ཁོ་རང་གི་མདོན་འདོད་འགྲུབ་པར་ཤོག་ཟེར་ནས་མཆོད་འབུལ་ཁྱེད་ཀྱི་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་འགན་ལྷ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་
 པ་རེད། ཁོ་རང་གིས་དེ་ཙམ་སྐུ་ལས་བརྒྱབས་ནས་བཙོན་ཁང་ནང་ལ་ཡིན་ཡང་བོད་དོན་དང་འབྲེལ་ནས་བཙུད་པར་བརྟེན་ང་
 ཆོས་མཆོད་འབུལ་ཁྱས་ན་ཟེར་ནས་ཁྱས་པ་ཞིག་རེད།

དེ་ནས་བོད་ནང་གི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཉན་ཉན་རེད། ག་རེ་ཟེར་དགོས་རེད། ཁ་སང་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་
 མཆོག་ནས་ཡིན་ཡང་ལྷགས་ཙམ་དེ་སྟོན་རྒྱ་བྱུང་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ཁོར་ཡུག་དང་འཕྲོད་བསྟེན། སྤྱི་
 ཆོགས་གང་སྤྱིའི་ཐོག་ནས་ཡིན་ཡང་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་ཐོག་ནས་སྟུན་ཐོ་འབུལ་རྒྱ་བཅས་ང་ཆོས་ཉན་ཉན་འབད་བཙོན་ཁྱེ་
 རྒྱ་ཡིན། སྤེད་བྱས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་གི་ཐོག་ནས་ཉེ་བའི་ཆར་བོད་ནང་གི་གནད་དོན་གྱི་སྐོར་ལ་ཙམ་གནང་ཡོད་ལ། ཙམ་དེ་
 དག་ཀྱང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཆོགས་པར་དང་སྟུན་ཐོ་ཁྱས་པ། Diplomat གཙོས་སྟུན་གྲགས་ཅན་གྱི་ཆོགས་པར་ཁག་ནང་ཐོན་པ་
 བྱུང་ཡོད་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་མང་དག་ཅིག་ང་ཆོས་འབད་བཙོན་ཉན་ཉན་ཁྱེ་ཡི་ཡིན། གཏིང་ཟབ་པོ་ཞིབ་འཇུག་
 བྱེད་དགོས་འདུག་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནས་བཀའ་ཁོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་ནས་ད་ལྟ་གང་ཞིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སྡོན་མ་བཀའ་ཤག་ལ་བཀའ་ལན་ཁྱེ་
 མཁན་དང་དེ་བཞིན་སྤྱི་འཐུས་མི་གཙོས་དེ་འབྲེལ་གཙོད་ཁང་ལ་བསྐྱོས་པ་རེད། དེ་ལ་འདོད་པ་ཁེངས་སོང་ངམ་མ་སོང་
 ཟེར་ནས་གསུང་ཡོང་དུས་ངས་ནི་ལན་རྒྱག་བདེ་པོ་མི་འདུག་ཟེར་ནས་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན། གང་ཡིན་ཟེར་ན་གཞི་རྩའི་བསྐྱོར་རྒྱ་ནི་བསྐྱོས་
 ཆར་བ་རེད། དུག་ལས་གནང་བ་དེ་རིམ་པས་བྱུང་འབྲས་སྤྱིན་དང་མ་སྤྱིན་ཆར་མས་གཞིགས་རྒྱ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་རེད།
 དེ་བཞིན་བཀའ་ཤག་ནས་ཡིན་ཡང་བསྐྱོས་ཆར་བ་ནི་བསྐྱོས་ཆར་བ་རེད་ལ། བསྐྱོས་པ་དེ་ཡང་བཀའ་ཤག་རང་ནས་བསྐྱོས་
 བཞག་པ་ཞིག་རེད། མཐའ་མ་དེར་ཡགོང་ས་མཆོག་གིས་ཆབ་སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲིད་བཤད་གནང་ཆར་བ་ཡིན་ཅང་། མ་འོངས་པར་འགྲིག་
 དང་མ་འགྲིག་བྱུང་ཆེ་བཀའ་ཤག་གི་ཐོག་ནས་ཐུགས་ཐག་བཅད་ནས་འགྲིག་ན་འགྲིག་དང་མ་འགྲིག་ན་འགྲིག་མ་སོང་ཟེར་ནས་

ཐག་བཅད་ནས་འགྲོ་རྒྱ་རེད་མ་གཏོགས་བསྐྱེད་མཁས་བྱས་ནས་བཞག་རྒྱ་གང་ཡང་མ་རེད། དེ་ཡིན་ཅང་། ད་ལྟ་བྱུག་ལས་གནང་ནས་འགྲོ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནས་ལྷོ་ཡི་རྒྱ་ཆབ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དམིགས་བསལ་དོན་གཅོད་བྱར་བ་བསྐྱེད་བ་ལགས། དོན་གཅོད་བྱར་བ་དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་གི་ཆབ་བྱས་ནས་བསྐྱོས་ཡོད་རེད། དེ་གསལ་ཁ་བཏོན་བ་བཞག་བ་ཡིན་ན། དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་ནས་རྒྱ་ཆབ་ལྟ་བུ་བསྐྱོད་གོས་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི་ལྟོང་ས་མཆོག་རྒྱ་གར་ནང་ཆེབས་བསྐྱར་གནང་བའི་མཛད་རིམ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དེ་དག་གནང་རྒྱར་དེ་སྔ་ནས་གང་ཟག་གི་ཐོག་ནས་བྱུག་ལས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་གནང་ཡོད་དུས་སུ་མཐུན་ནས་གནང་ན་ཟེར་གྱི་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས་པོད་མིའི་སྤྱི་ལུ་གས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རྒྱ་གར་གཞུང་དང་། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་གཞུང་ཆབ་ཁག་གཞན་དང་འབྲེལ་བ་གནང་རྒྱ་དེ་དོན་གཅོད་བསྐྱེད་ནས་གནང་དང་གནང་སུས་རེད། དེ་ངས་གསལ་ཁ་བཏོན་བཞག་ན་སྐྱུ་བྱང་། དེ་མ་གཏོགས་གཅིག་གིས་བྱུག་ལས་གནང་སྐྱངས་མ་འབྲིགས་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་གཞན་ཞིག་བསྐྱོས་བཞག་བ་དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་ནས་གསལ་བ་ཤད་ཡོད་མ་རེད་ལ། བཀའ་ཤག་ནས་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་མེད་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱ་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན།

ཉན་ཉན་རེད། རྒྱ་ཡིག་ཆན་པའི་ནང་ལ་འགན་འཛིན་ལས་གནས་རིམ་ཨ་རིའི་དོན་གཅོད་ཁང་ལ་རྒྱ་ཡིག་འབྲེལ་མཐུན་བ་བསྐྱོས་བཞག་ཡོད་རེད། ཁོ་རང་གི་གནས་བབ་དེ་གཞི་རེད་ཟེར་ན། གཞི་རྩའི་ཁོ་རང་དྲུང་ཆེའི་གནས་རིམ་ལས་པབ་བ་རེད་དེ། དེ་སྔ་བཀའ་ཤག་ནས་ཐག་གཅོད་ཅིག་ལ་ཁོ་རང་སྤྱིར་གྱི་གནད་དོན་ཞིག་ཡོད་རེད། སྤྱིར་གྱི་གནད་དོན་ཞིག་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ཚུར་གནས་སྤོས་བྱེད་རྒྱར་དུས་ཚོད་ཅིག་བརྒྱངས་ནས་བཞག་ཡོད་རེད། དེ་དུས་བཀའ་ཤག་ལ་གྲོས་ཚོད་ཅིག་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་ཅང་། དུས་ཚོད་འགྲངས་བཞག་ཡོད་དུས་དུས་ཚོད་དེ་མ་ཆང་བར་དུ་ཚུར་གནས་སྤོས་བྱས་ནས་སྤྱག་བ་རེད་མ་གཏོགས་གཏན་འཇགས་བསྐྱོས་བཞག་བ་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱ་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན། ཁོ་རང་གནས་བབ་དེ་གཞི་རྩའི་རྒྱ་ཡིག་འབྲེལ་མཐུན་བ་སུ་མཐུན་ནས་གནང་བའི་ཐོག་པོ་གས་དང་དེ་དག་བྱང་འཕར་རང་གི་པོ་གས་ཐོག་ནས་བྱུག་ལས་གནང་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་སྔོན་མ་བཀའ་ཤག་གིས་གྲོས་ཚོད་བཞག་པར་བརྟེན་ནས་བཀའ་ཤག་གིས་གྲོས་ཚོད་བཞག་པའི་ཐག་གཅོད་དེ་ལག་བསྐྱར་བྱེད་དགོས་ཅང་། དུས་ཚོད་ཅིག་བཏང་ཡོད་རེད། དུས་ཚོད་དེ་རྒྱུན་རིང་པོ་གང་ཡང་མ་རེད། སྤྱིར་གྱི་གནད་དོན་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཞག་བ་དང་། ད་ལྟའི་ཆར་དེ་ལྟར་སྤྱག་བསྐྱེད་བ་ཞིག་རེད་མ་གཏོགས་དམིགས་བསལ་བྱས་བ་མ་རེད་ཟེར་གྱང་དམིགས་བསལ་གྱི་གནས་སྐྱངས་ཞིག་གི་འོག་ལ་ཆགས་བསྐྱེད་ཡོད་རེད་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་སྔ་ཁོ་རང་རྒྱ་གར་དུ་བཞགས་པའི་སྐབས་ལ་པར་ཕྱོགས་རྒྱ་ཡིག་འབྲེལ་འཐུན་པའི་ལས་དོན་འཐུས་ཤོར་བྱེད་ཡོད་རེད་ཀྱང་། འཛམ་གླིང་སྤྱིར་གྱི་འགྲོ་སྐྱངས་ནི་མི་དང་མིའི་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་ཞིག་ཡིན་དུས། ས་གནས་ས་ཐོག་གི་མི་ཞིག་ཡོད་བ་ཡིན་ན། མི་ཞིག་ལ་ཁ་བར་གཏོང་བ་དང་མཛལ་འཐུན་བྱེད་པ། བཀའ་མོལ་གནང་བཞག་བ་ཡིན་ན། ལས་དོན་འགྲུབ་རྒྱར་རང་བཞིན་གྱིས་ཆགས་ཚུད་བ་ཞིག་ཡོད་གི་ཡོད་བ་རེད། འོན་ཀྱང་དེ་འདྲ་ཞིག་སྔོན་མ་ནས་ཆགས་བསྐྱེད་བ་ཞིག་དང་པར་ཕྱོགས་སུ་རྒྱ་རིགས་ལ་འབྲེལ་བ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་བ་བཅས་རེད། ཨ་རི་རང་ནས་ཡིག་ཆད་བཏང་ནས་འདེམས་རྒྱར་ཐེངས་གཉིས་ཙམ་བྱས་བ་དེ་མ་བྱང་ཅང་། རང་བཞིན་གྱིས་དཀའ་ངལ་ཞིག་ཡོད་དུས་ཁོ་རང་གནས་སྐབས་རིང་ལ་པར་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་བ་རེད། དེ་དུས་ཚོད་རིམ་

པས་ཆང་ཆེ་ཁོ་རང་གནས་སྤོས་ལྟོ་རྒྱ་རེད། དེ་མིན་སྤྲིག་གཞིའི་དགོངས་དོན་ལྟོ་རྒྱ་རེད་མ་གཏོགས་ཁྱེད་རྒྱ་གར་ཡང་ཡོད་
པ་མ་རེད།

དེ་ནས་བལ་ཡུལ་ལ་ས་ཡོམ་བརྒྱབས་པར་བརྟེན་ནས་དབུལ་དེ་དག་ག་རེ་བྱས་པ་རེད་ཟེར་སྐབས། དབུལ་ཡོད་པ་དེ་
དག་བགོ་འགྲེམས་བྱས་པ་དེ་ཁོ་རང་ཆོས་ས་ཡོམ་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོགས་རྒྱུད་ཞིག་བསྐྱོས་ཡོད་པ་རེད། ཆོགས་རྒྱུད་དེའི་ཐོག་
ནས་བགོ་འགྲེམས་བྱས་བཞག་པའི་རྟོགས་དབུལ་གནད་མཁན་གྱི་ཆོགས་པ་ཁག་ལ་ག་པར་བགོས་མིན་དང་སྟོན་ཐོ་ཆ་ཆང་
ཞིག་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས་ཆར་བ་རེད། ཆར་ནས་ལྷག་འཕྲོས་བལ་ཡུལ་སྒྲོར་མོ་འབྲུམ་ ༣༠་་་༣༠ དེ་འབྲེལ་ཡིན་ས་ཡོད།
ལྷག་མ་དེ་དག་བལ་ཡུལ་མི་མང་ཡིན་ཡང་། བལ་ཡུལ་སྒྲོར་མོ་ ༡༥༠༠ བྱས་ནས་རེ་རེ་བཞིན་པར་བགོས་བཞག་ན་མ་
གཏོགས་ས་ཡོམ་དང་འབྲེལ་བ་རེད། དབུལ་དེ་ལྷག་ན་འགྲིག་གི་མ་རེད། མཆམས་རེ་རྩ་བྱ་དང་གནད་འགག་ཡོད་པའི་
གནས་ཚུལ་དེ་འབྲེལ་བུ་ཆེ་དེ་དག་འབྲུལ་རྒྱའི་དོན་དུ་དོན་གཅོད་ལ་བཞག་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། བལ་ཡུལ་དུ་གནས་སྐྱབས་
དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ཡོད་སྐབས་པ་མ་ཆོས་སོ་སོའི་སྤྱ་གུ་ཡང་ཁྲུས་བཞག་ཡོད་པ་རེད། ཁ་སང་སྟོན་མ་གནས་ཚུལ་དེ་འབྲེལ་
གསུང་མཁན་འདུག བོད་སྤྲུག་ཅིག་དཔལ་འབྱོར་མེད་པའི་རྒྱུ་གྱིས་རྒྱ་གར་གྱི་སློབ་གྲྭ་ལ་བཏར་བཞག་པ་དེ་འབྲེལ་ཡོད་པ་རེད་
ཟེར། དེ་འབྲེལ་ཅ་བ་ཉིད་ནས་ཡོད་པ་མ་རེད་གདལ། ང་ཆོ་བོད་པའི་སྤྱ་གུ་བོད་པའི་སློབ་གྲྭ་ལ་གཏོང་དགོས་པ་རེད། དཔལ་འབྱོར་
འདར་གི་མེད་ན་མར་རྒྱ་གར་ལ་གཏོང་ཞོག བོད་བྱིས་ལ་སྤྲུག་བྲིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤུལ་ཆར་བ་རེད། བལ་ཡུལ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་
དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་པ་མ་དེ་འབྲེལ་ཡོད་ན་སྤྱ་གུ་བལ་ཡུལ་ལ་གཏོང་ཞོག དེ་ནས་བལ་ཡུལ་ནས་རྟ་རམ་ས་ལའི་བོད་བྱིས་ལ་
གཏོང་ཞོག བལ་ཡུལ་ནས་རྒྱ་གར་གཏོང་རྒྱའི་ལམ་གྱི་འདར་འདར་གི་མེད་པ་ཡིན་ནའང་དོན་གཅོད་ནས་སྤུལ་འབྱུང་བྱས་ནས་
འབྲུལ་དགོས་པ་རེད་མ་གཏོགས། ང་ཆོའི་སྤྱ་གུ་གཅིག་རྒྱ་གར་དང་བལ་པོའི་སློབ་གྲྭ་ལ་བྱིན་ཏེ། དཔལ་འབྱོར་གྱི་དཀའ་ངལ་
གྱི་དབང་གིས་བྱིན་པ་ཡིན་ན་ཏ་ལས་པའི་སློབ་མ་པོ་རེད་ཟེར། གདམ་ཀ་དང་དགའ་མོས་ཀྱི་ངང་ནས་བྱིན་པ་ཡིན་ན་ང་ཆོ་ལ་
བཅན་དབང་གཏོང་བཞག་ཟེར་བ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་བོད་པའི་སྤྱ་གུ་གཅིག་ཡིན་ནའང་བོད་པའི་སློབ་གྲྭར་
གཏོང་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དེ་བཞིན་འཕྲོ་སོང་གཏོང་དགོས་བྱུང་བ་ཡིན་ན་དོན་གཅོད་ནས་བཏར་ན་འགྲིག་གི་རེད་ཟེར་བ་
རེད། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་རང་བཞིན་གྱིས་བཀའ་འཁྲོལ་ཞུ་དགོས་རྒྱུ་དང་སྟོན་ཐོ་བཀའ་ཤག་ལ་འབྲུལ་དགོས་རྒྱའི་གནས་
སྐབས་ཤིག་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་ད་ལྟའི་ཆར་རྒྱ་གར་གྱི་མི་སེར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཉན་
ཉན་རང་ད་ལྟ་གནད་དོན་དེ་ལངས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། ཁ་སང་ངས་ཁྲུས་ཟིན་པ་ཡིན། གནད་དོན་དེ་ལམ་སང་ཐག་གཅོད་རྒྱ་
ཞིག་མ་རེད། གནད་དོན་ཏ་ལས་པའི་ཆེན་པོ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་བཀའ་ཤག་ནས་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། ཉན་ཉན་དོ་སྤྱང་བྱས་པ་མ་
ཟད་སེམས་འཆབ་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་འགན་ཁུར་ནས་འཕྲོ་བསྐྱད་ཡོད། ད་ལྟའི་ཆར་ཁ་ཤས་ཀྱིས་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་བཀོད་ཁྲབ་
མཐོང་བ་དང་། དེ་ཏ་སང་པ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག་ཟེར། རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་གཅིག་བྱས་ན་བཀོད་ཁྲབ་དེ་ལས་ངན་པ་ཞིག་
གཏོང་གི། གཅིག་བྱས་ན་རང་བཞིན་གྱིས་རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་ད་ལྟ་ཡོད་བཞག་པ་དེ་བཞིན་བཞག་གི། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ང་
ཆོའི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ་རག་ལས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། ཁ་སང་ངས་ཁྲུས་པ་ནང་བཞིན་ཁྲབ་བསྐྱགས་དེ་འབྲེལ་གྱི་
ལོགས་ལ་འབྲོ་ཡོང་དུས་གོ་ཚེ་མང་པོ་ཡོང་གི་འདུག གོ་ཚེ་མང་པོ་ཡོང་བའི་སྐབས་ལ། ང་ཆོས་ཞུ་གཏུག་ཁྱེད་ས་དེ་ཡང་རྒྱ་

གར་གཞུང་རེད། རྒྱ་གར་ལས་བྱེད་དང་མི་སྣ་རེད། ཁ་སང་ཤེས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་རེད།
 བོད་སློབ་འཛིན་སྐྱོང་ཆོག་ལས་པའི་འོག་ལ་ཡོད་པའི་སློབ་བྱ་དེ་དག་ཚུར་ཅིས་ལེན་རྒྱུར་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་ལས་བྱེད་
 དང་ང་ཚོ་ཆང་མ་ཐེངས་བཞི་བཅར་ཡོད་རེད། ཐེངས་བདུན་བཅར་ནས་ད་དུང་ལས་དོན་མ་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་མཆོན་གང་རེད་ཟེར་
 བ། དེ་ལྟར་འཛིན་དང་བྱུང་ཆེ་བྱུང་གཞོན་གནད་ཡོད་མི་སྣ་སོགས་རེ་རེ་བཞིན་བཞུ་བོ་རྒྱ་གཞུང་བའི་སྐབས་ལ། ཐེངས་གསུམ་
 བཞི་བཅར་ནས་གནས་ཚུལ་ཆ་ཆང་ཞུ་བ་ན་མ་གཏོགས་ཐག་གཅོད་དེ་པར་བཞག་གོ་བ་ཡང་ལེན་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག དེ་ཡིན་
 དུས་རྒྱ་གར་གྱི་ IC སོགས་ཀྱི་གོང་ནས་ལས་བྱེད་བྱེད་མཁན་བོད་དོན་ཐོག་ནས་ཅ་བ་ཉིད་ནས་མི་མཆིན་མཁན་ཞིག་ཡོད་ན་
 ཞེ་པོ་ཞིག་འགོར་རྒྱུ་རེད། ཤ་ཞེན་ཡོད་མཁན་མི་ཉུང་ཤས་ཡོད་བཞག་པ་དེ་ཚོ་ཡོད་པའི་སྐབས་ལ་ཕྱག་ལས་དེ་ཚོ་གང་
 མགྲོགས་མགྲོགས་གནང་བཞག་པ་ཡིན་ན། བྱུང་འབྲས་སྤྲིན་གྱི་རེད། སེམས་ཤུགས་དང་ཤ་ཞེན་ཡོད་མཁན་ཡོད་ན་སེམས་
 ཤུགས་ཆགས་ཏེ་ང་ཚོ་རྟག་པར་དཀའ་ལས་རྒྱ་གཞུང་ཡོད། བྱེད་ཆོས་དགོས་ཀྱི་མེད་མདོག་མདོག་བྱེད་ཀྱི་འདུག་བསམ་ནས་
 གོ་ཞོར་ཐབས་པ་ཡིན་ན། རང་བཞིན་གྱིས་དཀའ་ངལ་ཞིག་ཆགས་ཡོང་གི་འདུག་ཟེར་ནས་ངས་ཁ་སང་ཞུ་རྒྱུ་གཅི་པོ་དེ་དེ་ག་
 རང་ཡིན། ཉན་ཉན་གནས་ཚུལ་དེ་གང་ལ་འགྲོའི་ཡོད་མེད་ཞུ་བ་ཀྱི་མི་འདུག གནས་ཚུལ་དེ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག སྤྱིར་བཏང་
 ད་ལྟར་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་ཤ་ཞེན་ཡོད་མཁན་ལས་བྱེད་དང་གནད་ཡོད་མི་སྣ་ཚོས་གང་གསུང་གི་འདུག་དེ་ཞུས་པ་ཡིན། ཞུ་མི་
 དགོས་པ་དང་ཞུ་མི་ཐུབ་པའི་གནས་ཚུལ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐོག་ནས་གནད་འགག་ཆེན་པོ་དེ་འདྲ་ཡོད་རེད། དེ་རིང་ངས་དེ་ཞུས་ན་
 ཡག་པོ་ཡོད་མ་རེད་ལ་ཞུ་གི་ཡང་མིན། ཡིན་ནའང་དམིགས་བསལ་དེ་འདྲ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ངོས་འཛིན་གནང་
 རོགས། སུ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། དེ་ཡིན་དུས་ཡིག་ཆ་དང་ཤོག་བྱ་སོགས་རག་དང་མི་རག་གང་ཟག་གི་སྐད་ཆ་ཅ་བ་ཉིད་ནས་མ་
 རེད། བོད་མིའི་སྤྱི་གཞུགས་རྒྱ་བོད་འབྲུག་གསུམ་དམིགས་བསལ་རྒྱ་གར་ལ་ཡོད་པའི་མི་ཁྲི་བརྒྱད་དང་དགུ་དེའི་གནས་
 བབས་སོགས་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཐུག་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། དེ་དག་ཉན་ཉན་དགོངས་པ་བཞེས་རོགས་གནང་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱུ་དེ་
 ཡིན། དམིགས་བསལ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་ང་རྒྱ་བརྒྱད་ནས་དཀོག་གཏམ་དང་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་སྤེལ་གྱི་
 འདུག དེའི་ནང་དུ་ཅང་བྱ་བྱེད་ཟེར་བ་ཞིག་འདུག དེ་ལྟོས་ཆོག་ལས་ཀྱི་འཐུས་མི་ཞིག་ཡིན་ས་རེད་ཟེར། དེ་རིམ་བསྐྱགས་ལས་
 ཁུངས་ལ་གནས་ཚུལ་རྟོགས་པར་འབད་བཅོམ་ཞིག་བྱས་ཡིན་ཏེ་འགྲུབ་མ་སོང་གསུངས་སོང་། ཡང་བསྐྱར་ཅད་གཅོད་བྱེད་
 ཆོག་པ་ཞིག་རིམ་བསྐྱགས་ལས་ཁུངས་བརྒྱད་ནས་ང་རང་གི་ཐོས་པ་དང་པོ་འདྲ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་ངས་དེ་ག་རེ་ཡིན་མིན་ཞིབ་
 འཇུག་བྱེད་ཐུབ་པ་ཞིག་ཉན་ཉན་རང་བོད་པ་འདྲ་བཟོ་མདོག་གཉིས་བྱས་སོ་སོ་གང་ཟག་འགན་འཁུར་མཁན་ཡིན་དུས། ཡང་དེ་
 འདྲའི་མིང་ཞིག་ཁུར་ནས་སྤྱི་ཆོག་ལས་རྒྱ་བརྒྱད་ནས་བཀའ་མོལ་དེ་འདྲ་གནང་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་ན། ཅ་བ་ཉིད་ནས་མ་འགྲིག་པ་
 རེད། དེ་ཡིན་སོང་ཅང་ཁ་སང་ངས་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཆོག་ལས་ནང་དུ་ཡགོང་ས་མཆོག་གི་མཆོན་དང་དགུ་མའི་ལམ་
 ཀྱི་མིང་ཁུར་ནས་ཡང་ཡགོང་ས་མཆོག་ལ་མཆོན་སྤྲད་ཞུ་མཁན་ཡོང་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག ངས་ཞུ་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད། ག་རེ་གནང་བ་
 ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། དངོས་གནས་རང་ཁོ་རྩེ་བོ་རྩེ་ཤག་དང་བྱི་གསལ་ནང་གསལ་གྱི་ཐོག་ནས་གནང་དགོས་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་
 རེད། དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཉ་ལས་པའི་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་དེ་ཡིན། དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཐའ་མ་
 ནས་ད་རེས་རིམ་བསྐྱགས་ཀྱི་ལས་བསྐྱོམས་དེ་དག་ཆ་དང་གཞི་ཅ་སྟུན་པོ་ཞིག་འདུག་གསུངས་སོང་། ཡིན་ནའང་དེ་འདྲི་མཁན་

དེ་མིན་སྐྱོད་མ་རེད་ཅེས་གསུངས་སོང་། ཡིན་དང་མིན་དེ་ཐུགས་ཐག་ཆོད་པོའི་ངང་ནས་མ་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།
 ལགས་རེད། མིན་སྐྱོད་གིས་དེའི་བསྐྱགས་ལས་ཁུངས་མ་འགྲིག་པ་ཡིན་ནའང་འགན་འཁུར་མཁན་དེ་བཀའ་སློན་རེད། ཡི་གེ་
 འབྲི་མཁན་དེ་མིན་སྐྱོད་མ་རེད་ཟེར་ནས་ཐུགས་ཐག་ཆོད་པོས་གསུངས་ཡོད་དུས། སེམས་ལ་ཉོག་ཅམ་གཅིག་བྱས་ན་སློག་
 སྤངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་མིན་འགྲོ། ག་ཆོད་སྟེན་པོ་བྲིས་ནའང་སློག་སྤངས་ཡག་པོ་མེད་ན་གད་མོ་དང་སྐྱགས་ནས་དཔལ་ལྷན་ཆོག་ས་
 གཙོ་མཆོག་དེ་མར་བྱིར་འཐེན་བྱེད་ཆོག་པར་ཞུ། དེ་རན་པོ་འདྲ་ཞིག་མི་འདུག་སྟེ་འཁྲུག་ཆོད་པ་རེད། དེ་ཐུག་ལས་གནང་སྤངས་
 དེ་སླིག་གཞི་ཡོད་རེད་དང་མ་རེད་ཟེར་བ་དེ་འགྲོ་སྤངས་ལ། གཞི་ཅ་ས་གནས་ས་ཐོག་དོན་གཙོད་ཁང་ནས་ཞིབ་འཇུག་གནང་
 དགོས་རེད། ལྷ་སྤྱད་ཆུང་ལ་ཐེབས་པ་ཡིན་ནའང་། དོན་གཙོད་བརྒྱུད་ནས་མ་ཐེབས་པ་ཡིན་ན་དེའི་བསྐྱགས་ལས་ཁུངས་
 ནས་ང་ཆོས་སྟེ་ལེན་ཞུ་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དོན་གཙོད་ཁང་ནས་ས་གནས་བརྒྱུད་ནས་མི་སྣ་སྤྱི་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་
 ནའང་ཁོ་རང་ཆོས་གཞི་མཐེལ་བྱིན་པ་ཞིག་བྱས་ནས་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་རེད། སློ་བུར་དུ་མི་ཞིག་ཐེབས་པ་ཡིན་ན་མཆོམས་
 མཆོམས་དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་ནས་མར་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ང་ཆོས་ཉན་ཉན་རང་སྟེ་ལེན་ཞུ་ཡོད་རེད། སློ་བུར་དུ་ཐེབས་
 ནས་པོད་དོན་རྒྱུ་སྐྱོར་བྱེད་མཁན་ང་ཆོས་ངོ་འཕྲོད་པ་ཡིན་ན་ཡང་སྟེ་ལེན་ཞུ་ཡོད་རེད། དོགས་ཐོན་བྱེད་དགོས་པ་དེ་འདྲ་
 ཡོད་ན་ཉན་ཉན་ང་ཆོས་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་ལ་མི་དེ་འདྲ་ཞིག་ག་རེ་རེད་ཟེར་ནས་ཞུ་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སྤྱིར་བཏང་
 འགྲོ་སྤངས་དེ་འདྲ་རེད་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱུ་དེ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་ང་ཆོས་དམིགས་བསལ་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་དོན་གཙོད་བརྒྱུད་
 དེའི་བསྐྱགས་ལས་ཁུངས་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་རྒྱུ་གཉེར་དང་ངོ་སྟོན་བྱེད་མཁན་ཡོད་པ་ཡིན་ན་སྟེ་ལེན་ཞུ་ཡོད་རེད་ཟེར་
 ནས་ཞུ་རྒྱུ་དེ་ཡིན། དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཙོ་མཆོག་དེ་ནས་ཨ་ཁུ་པག་པ་དེ་སྤྲད་གསལ་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་འདུག་
 ང་ཆོ་སེམས་ལུགས་འཕར་ཉེ་ཨ་ཁུ་པག་པ་དང་ག་རེ་ཟེར་དགོས་རེད། ཨ་ཁེ་པག་པ་དང་ཨ་ཁུ་པག་པ་དེ་འདྲ་བཅོ་དགོས་བྱུང་
 བ་ཉན་ཉན་རང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་འདུག་ཅེས་གསུང་ཡོད་
 དུས། བརྒྱུད་ལམ་དེ་མང་དུ་གཏང་རྒྱུར་འབད་བཅོམ་ཞུ་ཡོད། ལས་གཞི་ག་རེ་ཡིན་ན་གསར་བ་སྟེའི་དུས་འབྲུམ་བདུན་དང་
 བརྒྱུད་རེད། སྤྲེལ་མ་ལྷ་དང་དུག་རེད་ཅིག་གི་ནང་དུ། འགྲོ་བྱོན་ཆེན་པོ་གཏང་ན་ཐེ་ཆོམ་ཞིག་ཡོད་གི་འདུག་ ཉོག་ཅམ་མ་
 འགྲིགས་ན་འགྲོ་སོང་ཆེན་པོ་ཞིག་བཏང་ནས་དེ་འདྲ་བྱས་སོང་ཟེར་སྟེ་ཀྱི་རེད་བ། ང་ཆོས་ད་རེས་ཆོད་ལྟ་བྱེད་ཡོད་བའི་
 སྐབས་སུ་ཆང་མས་མོས་མ་བྱུན་དང་རྒྱུ་སྐྱོར་གནང་ཡོད་དུས་དེའི་ཐོག་ལ་ཉན་ཉན་རང་ང་ཆོས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུ་དང་། གཞི་
 ཅ་བཀུར་པོས་སྤྱི་འབྲུས་ཀྱིས་ཞུས་པ་ལ། ཨ་ཁུ་པག་པ་དེ་ཐོད་ཀྱི་བརྒྱན་འཐིན་ངོ་དེབ་ནང་དུ་སྐྱགས་ནས་ཡོངས་གསལ་དཔེ་
 བཞག་ཡོད་རེད། དེ་བཞིན་ Youtube ནང་དུ་སྐྱགས་ནས་ང་ཆོས་འགྲེམས་སྟོན་ཞུས་ཡོད་པ་རེད། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་
 ནས་ད་ལྟའི་ཆར་བརྒྱན་འཐིན་ཆོན་པ་དེ་ཆོ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་གི་ཡོད་པ་ཆང་མས་མཐུན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། པ་གྱིར་གཞིས་ཆགས་
 ལས་ཁུངས་འཐོར་བའི་སྐབས་སུ། བརྒྱན་འཐིན་ཆོན་པ་དེ་ག་རྒྱས་སུ་དང་ཆེ་དུ་གཏོང་རྒྱུ། དེའི་ནང་དུ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་
 གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ནས་རེད། དག་ཆ་གཙོས་པའི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་བཅོ་རྒྱུ་ཡོད་དུས། ང་ཆོས་ཁེ་ལས་པ་
 ཞིག་སྐྱས་ནས་ལོ་གཅིག་འདིར་བཞུགས་ནས་ཉི་མ་དང་བདུན་པ་ལྷ་བ་རེ་རེ་བཞིན་ག་རེ་ག་རེ་བྱ་རྒྱུ་འདུག་ མང་དུ་ག་རེ་
 གཏོང་རྒྱུ་འདུག་ དེའི་སྤངས་ལ་བཀའ་བསྐུར་སྤྱག་པོ་གནང་སྟེ་འགྲོ་དང་འགྲོ་སྤངས་ཡིན། མ་འོངས་པར་ཆེད་ལས་ལས་བྱེད་པ་མང་

དུ་གཏོང་དགོས་ཐུག་པ་ཡིན་ནའང་ང་ཚོས་འཆར་གཞི་འདིར་བཞིན་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་དེ་གཙོ་བོ་དཔལ་འབྱོར་དངུལ་རྩིས་
 དང་རོགས་དངུལ་མང་པོ་ཞིག་ལ་རག་ལས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། བྱི་རྒྱལ་ཁག་ལ་མི་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། མི་
 རབས་གསར་པ་མང་པོ་ཞིག་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་དུས། ཁོ་རང་ཚོར་སྟོབ་ཆེད་དང་། ཁོ་རང་ཚོར་གོ་རྟོགས་པ་དེ་རྒྱུ་དང་བྱ་
 བརྒྱུན་འཕྲིན་སོགས་བརྒྱུད་ནས་མང་བ་ཡོང་བྱུང་ཀྱི་ཡོད་དུས། ང་ཚོས་དེ་ལ་འབད་བཙོན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་རིང་ཞུ་བའི་ཞོར་ལ།
 xizang བྱ་རྒྱུ་དེ། ད་ལྟ་རྒྱ་ཡིག་ཐོག་གི་དེ་ལ་གཞིགས་མཁན་ས་ཡ་གཉིས་དང་འབྲམ་གཉིས་སྟོང་ཐུག་ཐུག་གིས་ལྟ་བཞིན་
 ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། འོ་དགོངས་དག་འབྲམ་གཉིས་དང་ཐུག་ཁྱི་ཐུག་སྟོང་གིས་ལྟ་བཞིན་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ང་དེས་ཉིན་
 གཉིས་ཙམ་ལ་གངས་ཀ་དེ་ནོར་གྱི་འདུག ངའི་གངས་ཀའི་མདུན་པ་དེ་མགོ་རྟེན་སྟོན་ཡོད་ས་རེད། དེ་ལ་དགོངས་པའི་ཞུ་རྒྱུ་
 ཡིན། དེ་ནས་ད་ལྟའི་ཆར་བྱི་རྒྱ་ ༡༡ ནས་མ་གཏོགས་འགོ་བརྩམས་ཡོད་པ་མ་རེད། རྒྱ་ཡིག་ཐོག་ནས་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་
 ལམ་ལ་ལྟ་མཁན་བྱི་རྒྱ་ ༡༡ ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་འབྲམ་ ༡ བྱུང་འདུག དེ་ནས་ Tibet.net ལྟ་བུར་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ནའང་།
 དང་པོ་འགོ་འཇུག་སྐབས་བྱ་རྒྱུ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག མཐུན་ཆེན་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་འདུག་ཟེར་མཁན་ཉ་ཅང་
 ནས་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། མ་འོངས་པར་ང་ཚོ་བོད་མི་ས་ཡ་ཐུག་ལ་སྟོབ་སྟེ་བྱུང་པའི་པ་ཡོད་ཞུས་དུས། ད་ལོ་ Tibet.Net
 ནང་ལ་གསར་འགྱུར་གཞིགས་མཁན་ས་ཡ་ཐུག་དང་འབྲམ་བདུན་བྱུང་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་ང་ཚོ་བོད་མི་ས་ཡ་ཐུག་གི་རྟེན་
 འབྲེལ་མཚོན་ནས་ Tibet.Net ནས་སྟོབས་སྟེན་པ་བྱུང་ཡོད། Bod.Asia ཡིན་ནའང་། དེ་བཞིན་དུ་ད་ལྟ་ལམ་སང་རྟེན་གྱི་
 མི་འདུག་སྟེ། འབྲམ་ ༣ ལྷག་ཅིག་གཞིགས་མཁན་བྱུང་ཡོད། དམིགས་བསལ་རོ་དེབ་དེ་བྱི་རྒྱ་ ༡༡ མ་གཏོགས་འགོ་བརྩམས་
 ཡོད་པ་མ་རེད། དུས་རྒྱུན་དུ་ཉ་ཅང་ནས་མང་དུ་འགོ་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་ཉ་ཅང་གི་གསལ་པོ་རེད་འདུག དེ་ཡིན་དུས་གཞིགས་
 མཁན་དེ་མང་དུ་ཞེ་བྱས་འགོ་བཞིན་འདུག་ལ། ལས་བྱེད་ཚོ་ཡིན་ནའང་དེའི་ཐོག་ལ་སྐྱེ་ལས་བསྐྱོན་པ་དེ་བཀྲར་འོས་སྟེ།
 འབྲམ་ནས་ངོས་འཛིན་དང་བསྐྱུགས་བརྗོད་གནང་བར་སྟུགས་མེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་འབྲེལ་མཐུད་ཆོན་པ་བརྒྱུད་ནས་རྒྱ་
 གར་ནང་ལ་མང་དུ་སྟེལ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་པ་ཉན་ཉན་རང་རེད། ང་ཚོ་བཀའ་བསྟར་རིས་བས་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། ད་ཅེས་
 འབྲེལ་མཐུད་ཆོན་པ་དེ་རྒྱ་གར་ཁུལ་ནང་བཅུ་ལ་ཐེབས་སྟེ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་གར་ནང་ལ་མང་དུ་གནང་རྒྱུའི་ཐད་ལ་མ་
 འོངས་པར་བྱུང་བ་ཡིན་ན། གསར་འགྱུར་ཡིན་ན་ཉིན་ཡིག་གིས་སྟོན་སྟེ་མཁན་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་ང་
 ཚོར་བཀའ་བསྟར་ཡོང་གི་འདུག ཉིན་ཡིག་སྟོན་སྟེ་མཁན་ཞིག་སྟེ་མཁན་ཞིག་གནང་སྟེ་མཁན་ཞིག་སྟེ་མཁན་ཞིག་སྟེ་མཁན་ཞིག་
 ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་གར་ནང་ལ་གོ་རྟོགས་སྟེལ་དགོས་རྒྱ་དེ་ཉ་ཅང་ནས་གསལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། མཚམས་མཚམས་
 ང་གནས་བྱུ་ཐང་ནས་གནད་ཡོད་མི་སྣ་ལ་སྟུག་པའི་སྐབས་སུ་ཁྱེད་རང་ཚོ་བོད་ནས་ག་དུས་འབྱོར་སོང་། བོད་ལ་གནས་གཤིས་
 གང་མོ་ཡོད་རེད་པ་ཞེས་གསུང་ཡོང་གི་འདུག ངའི་རོ་སྟོང་ལ་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྟེན་འཇུག་ཀྱི་སྤྱི་སྟོང་རེད་ལ་བ་ཆར་
 བ་རེད་དེ། དེ་འདྲེལ་བ་ཡོང་དུས། ང་ཚོས་དངོས་གནས་རྒྱ་གར་ནང་ལ་གོ་རྟོགས་སྟེལ་དགོས་པ་དང་ཐུག་ལས་མང་པོ་གནང་
 དགོས་ཀྱི་འདུག་བསམ་བསམ་གྱི་ཚོར་བ་ཞིག་ག་དུས་ཡིན་ནའང་ཡོང་གི་འདུག དེ་འདྲེལ་ཡིན་དུས་ཉན་ཉན་རང་འབད་བཙོན་
 གནང་རྒྱུ་ཡིན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་དཔར་སྐྱུན་ཆོན་པ་ནས་དེབ་གསུམ་ཞིག་བཏོན་འདུག གཅིག་ཆབ་སྤེལ་ལས་སྟོན་རེད་འདུག
 གཅིག་བོད་མིའི་སྟེན་འཇུག་ཀྱི་རོ་སྟོང་རེད་འདུག གཅིག་བོད་ནང་ལ་བོད་མིས་ཚོད་ལེན་ཟེར་ནའང་རེད། ཅ་དོན་ག་འདྲ་

ཞིག་ཚོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་པའི་དེ་བ་གསུམ་དེ་རེད། གནང་སྐྱབས་ཡིན་ནའང་དེ་ག་རང་རེད། བཀའ་ཤག་ནང་ལ་བཀའ་
 བསྟར་བྱུང་སོང་། དེ་ལ་བསྟན་པ་ལས་ཁྱེད་ཀྱི་འཛིན་སྐྱོང་ཚོགས་ཚུང་ནང་ལ་ཡང་བཀའ་བསྟར་བྱུང་སོང་། དེ་ང་ཚོས་ཁ་
 གསལ་པོ་ཞུས་ཡོད། ག་རེ་ཞུས་ཡོད་ཅེན། ད་རེས་ལོ་མཇུག་དངུལ་ཅིས་ཕྱི་ཟླ་ ༣ པའི་ནང་ལ་སྒྲག་ཆ་སྤྲད་རྒྱུ་ཡིན་ནའང་
 རེད། ག་རེ་ཡིན་ནའང་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག་མ་གཏོགས། འགྲོ་སོང་ཆེན་པོ་འབྲུམ་ལས་སྒྲག་པ་བཏང་ནས་འབྲུམ་
 ཆས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཉོས་ཡོད་པ་རེད། ཆོན་ཁྲོ་ཐོག་ནས་དཔར་རྒྱག་སྟབ་བྱེད་ཅིག་ཉོས་ཡོད་པ་རེད། མཐའ་མ་གྲུབ་འབྲས་དེ་ལ་
 གསལ་ལ་མི་གསལ་ལ། སྤྱི་ཅེད་དང་སྤྱགས་སྤྱག་སོང་། ཡགོང་ས་མཆོག་གི་སྤྱི་བར་བཅོས་པ་རེད། ང་ཚོ་ཡིན་ན་སོ་སོའི་བར་
 ཡིན་ནའང་ངོ་ཤེས་ལ་མ་ཤེས་ལ་ཡོང་གི་འདུག ད་ག་རེ་ཡིན་ན་ཞེས་སེམས་འཆབ་ཡོང་གི་འདུག ད་རེས་ཕྱི་ཟླ་ ༣ པའི་བར་
 དུ་ཡར་རྒྱས་ག་རེ་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན་ནའང་། གཏོང་རོགས་གནང་། འགའ་ཤས་ཀྱིས་འདི་འདྲ་ཟེར་གྱི་འདུག ཉ་རམ་སར་
 ཆར་ཞོད་ཆེན་པོ་ཡིན་ཅང་བཞའ་ཆན་གྱིས་ཡོང་གི་ཡོད་མ་རེད་གསུང་གི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་ན་ཆ་སྟོག་གཏོང་དགོས་བྱུང་པ་
 ཡིན་ནའང་། ག་རེ་བྱེད་དགོས་བྱུང་ནའང་རེད། སྤྱིང་བཅར་ག་རེ་སྤྲད་དགོས་བྱུང་ནའང་ཕྱི་ཟླ་ ༣ པའི་བར་དུ་ཆར་དགོས་ཀྱི་
 ཡོད་ཅེས་ཞུས་ཡོད། དེ་ནས་དངུལ་ཅིས་སྤྱག་དང་མི་སྤྱག་དེ་ག་བར་སྤྱིང་དགོས་འདུག་མི་འདུག དེ་ཆོར་བསམ་སྟོན་གཏོང་གི་
 ཡིན་ཞེས་ཞུས་ཡོད། གང་ཡིན་ཞེན། འགྲོ་སོང་ཆེན་པོ་ཞིག་བཏང་། འབད་བཅོན་ཆེན་པོ་གནང་ནའང་མཐའ་མ་གྲུབ་འབྲས་
 ཤིག་མེད་པ་ཡིན་ན། ཉ་རམ་ས་ལ་དང་གངས་སྤྱིད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དང་གནམ་གཤིས། ས་ཆའི་གནས་བབ་ཀྱི་ཆ་ནས་ཡོང་རྒྱ་
 མེད་པ་ཡིན་ན། འབྲུལ་ཆ་དེ་ས་གནས་གཞན་པ་ཞིག་ལ་སྤར་བ་ཡིན་ན་ཡག་ཤོས་འདྲ་བོ་ཞིག་རེད་འདུག དེ་ཡིན་ནའང་བཀའ་
 བསྟར་གནང་ནས་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། ད་ལྟ་བར་དུ་འབད་བཅོན་གནང་པ་གཞིར་བཟུང་འབྲུལ་ཡོད་མ་རེད་དེ། མ་འོངས་པར་
 འབྲུལ་རྒྱའི་རེ་བ་ཞུ་བཞིན་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་མཐའ་མ་དེ་ལ། Brussel ལ་རེད། ཚོགས་པ་ཁག་གཅིག་ནས་དོན་
 གཅོད་མཐོན་འབོད་ཞུས་འདུག ཡིན་ནའང་ད་ལན་ཐེབས་སྟབ་ཀྱི་མི་འདུག་ཅེས་པ་དེ་རེད། དེ་ལ་ང་ཚོ་བཀའ་ཤག་ལ་བཀའ་
 བསྟར་ཞིག་བྱུང་བ་རེད། དང་པོ་ཚོགས་པ་འདི་དང་འབྲེལ་བ་མ་རེད། ཚོགས་པ་གཞན་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་དོན་གཅོད་ལ་འབྲེལ་
 བ་ཞུས་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྤོན་མ་བཀོད་ཁྲབ་ཅིག་ཡོད་པ་རེད། བཀའ་ཤག་ཆར་མས་མཁུན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། གཞུང་དང་
 གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་པ་ཞེས། དེ་ནས་ག་བར་ཐེབས་ཆོག་གི་རེད། ག་བར་ཆོག་གི་མ་རེད་ཅེས་བཀོད་ཁྲབ་ཡོད་
 དུས། བཀོད་ཁྲབ་དེ་ལ་གཟིགས་ཡོང་དུས་ད་ལྟའི་ཆར་བཀའ་ཤག་གིས་སྤོན་མ་བཀོད་ཁྲབ་བཏང་བཞག་པ་གཞིར་བཟུང་བུས་
 པ་ཡིན་ན། དོན་གཅོད་ཐེབས་ཆོག་གི་མི་འདུག ཚོགས་པ་གཞན་ལ་ཡང་ཐེབས་ཆོག་གི་མ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཕྱིས་སུ་
 ཚོགས་པ་དེ་ག་རང་གི་ཐོག་ནས་མཐོན་འབོད་ཞུས་པའི་སྐབས་སུ་ཚོགས་པ་གཞན་ལ་ཡང་ཐག་གཅོད་གནང་ཆར་བ་རེད། ད་
 རེས་ཀྱི་ཚོགས་པ་དེ་ག་རང་ལ་ཡང་སྤྱི་ཆ་བཅོད་དོན་གཅོད་ཐེབས་ཆོག་གི་མ་རེད་ཅེས་ཐག་གཅོད་གནང་བསྟན་ཡོད། དེའི་ཐོག་ལ་
 བཀའ་ཤག་ནས་བསྐྱར་དུ་གསལ་བཤད་བྱས་ཏེ། མ་འོངས་པར་ག་རེ་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག དོན་གཅོད་ཁག་ཡོངས་ལ། ཁ་
 གསལ་གཏོང་གསལ་དང་། ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ་བཅོ་བ་ལ་ང་ཚོས་འབད་བཅོན་ཞུས་དང་ཞུ་བཞིན་ཡོད་མ་གཏོགས། ཚོགས་
 པ་གང་ཟག་ཅིག་ལ་སྟོན་ནས་མ་རེད། རོ་བདག་གང་ཟག་ལ་སྟོན་ནས་མ་རེད། ང་ཚོ་བཀའ་ཤག་གིས་བཀོད་ཁྲབ་ཡོད་པ་དེ་

ལག་བསྟར་བྱེད་རྒྱ་གཤམ་ཆེན་པོ་ཡིན་དུས། མཆོམས་མཆོམས་སུ་ཡོང་མ་ཡོང་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག ད་ལྟ་ང་ཚོ་བཀའ་ཤག་གིས་བཀའ་བསྟར་འཁོར་དང་འཁོར་མཉམ་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སྤྱགས་རྩེ་ཆེ།

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

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

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

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག ད་སྟོན་མའི་གཏམ་དཔེ་ནང་ལྟར་ཞུ་ཕྱོགས་མ་ནོར་ཡང་གསན་ཕྱོགས་ནོར་ཡིན་ས་རེད། རོན་དག་ཆེ་དབང་བྱ་ཁྲིད་ལབ་རྒྱ་དེའི་གནད་དོན་དེ་ལ་གསལ་པོ་ཞུ་ན། རོ་དེབ་ཀྱི་མིང་ཆེ་དབང་བྱ་ཁྲིད་ཟེར་མཁན་དེས། ད་ལྟའི་བཀའ་སྤྱི་ལྷན་རྒྱས་ལ་དཔྱགས་ཤིང་ཆེན་པོ་བརྒྱབ་ཡོད་རེད། དེ་སྤྲོད་སྟོང་ཡིན་ནའང་འདྲ་ངོ་པོ་གཅིག་པའི་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་སྟོན་གྱིས་མཁུན་གྱི་ཡོད་རེད་འཛན་ནས་རོབ་ཅམ་ཞུས་པ་རེད། ད་ལྟ་གསུང་སྟངས་ལ་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་ཆེ་དབང་བྱ་ཁྲིད་ལབ་པ་དེ་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་གང་རུང་ཡིན་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་གསུངས་སོང་། ངས་དེ་ཞུས་མེད། རོན་དག་ computer ཟླ་ཆོན་གྱིས་ཆེ་དབང་བྱ་ཁྲིད་ལབ་རྒྱ་དེ་ད་དུང་ཅད་ཆོད་ཡོད་མེད་ཀྱི་གནས་སྟངས་འདི་རེད། མཛད་གཙོ་རྣམ་པས་དེ་མཆོན་འདྲ་མི་འདྲ་དང་བརྒྱ་ནང་ལ་དཔྱགས་ཤིང་བྱེད་ཀྱི་འདུག་མི་འདུག computer ཟླ་ཆོན་ནས་གངས་ཅན་སྤྲོད་གསོངས་ཡོ་བྱད་ computer ཆང་མ་མཉམ་དུ་འཇུག་ཡོད་རེད། དེ་ཆོ་ལ་གཟིགས་རྟོག་གནང་དགོས་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཆེ་དབང་བྱ་ཁྲིད་ཟེར་བ་དེ་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་གང་རུང་རེད་ཅེས་ཞུས་མེད། འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

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

དེ་གསལ་པོ་བྱུང་སོང་བསམས་སོང་། སྤྱི་འཐུས་རྟོ་རྩེ་ཆེ་བཙན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་རྟོ་རྩེ་ཆེ་བཙན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལམ་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྟོམས་བཀོ་སྐྱེད་ལ་ཆ་ཤིས་སྒྲུངས་པའི་ཐོག་ནས་ཐོག་མར་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་ཡོངས་ལ་ལས་དོན་ཆགས་ཚུད་ཡོང་བར་སྟོང་ཐག་པ་ནས་སྤྱགས་རྩེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་གནད་དོན་ཁ་ཤིས་ཤིག་ཡོད། དང་པོར་གནད་དོན་གཅིག་ཞུ་ཆོག་པར་གནང་། ཉེ་ཆར་ Italy གཞུང་ཆབ་ཀྱི་ངོས་ནས་དེབ་སེར་པོའི་སྟོར་ལ་དཀའ་ངལ་ཞིག་འཕྲད་ནས་ངོས་ལེན་མི་བྱེད་པ་དང་དེ་འདྲའི་གསལ་བསྐྱགས་བྱུང་བ་རེད། དུ་རོབ་གཞུང་ཆབ་དང་མཉམ་དུ་ jadabudi ལས་འགུལ་བསྟེན་གནས་ཁང་རེད། དེ་མིན་ང་ཚོའི་བོད་རིགས་ཆོགས་པ་དང་། དེ་མ་ཡིན་པར་མང་པོ་ཞིག་གིས་མཉམ་དུ་བྱུག་ལས་གནང་ནས་དོན་དག་བསྐྱབས་ཉེ་ད་ལྟ་ངོས་ལེན་བྱེད་སྐབ་པ་ཞིག་བྱུང་འདུག དེ་ལ་བསྐྱགས་བརྗོད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ཆོ་གལ་ཆེན་ཞེ་བྱུག་ཆགས་བསྟན་ཀྱི་འདུག དེ་དང་མཉམ་དུ་ད་ལྟ་གནད་དོན་དཀའ་ངལ་

འཕྲད་བསྐྱད་པ་ཞིག་ནི་ Sweden གཞུང་ཚབ་ཀྱིས་སྡོན་མ་གསལ་བསྐྱབས་ཤིག་བྱས་པ་དང་། ད་ལྟ་ IC ཡི་དཀའ་ངལ་ཞིག་
 འཕྲད་བསྐྱད་ཡོད་མ་དེད། གྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལོའི་ལྷ་ ༤ ཆེས་ ༢༩ ཉིན་ Sweden གི་གཞུང་ཚབ་ཀྱི་བརྒྱུད་ཁར་ IC དེ་ངོས་
 ལེན་མ་བྱས་པ་ཞིག་གསུངས་འདུག དེ་ནས་༢༠༡༧ ལོའི་ལྷ་ ༤ སའི་ཆེས་ ༤ ལ་ཨ་རིའི་རྒྱུད་འཕྲིན་ཁང་གི་གསར་འགྱུར་ཞིག་
 གི་ནང་དུ་དཀའ་ངལ་དེ་ཟུ་མ་ཐུད་ནས་འཕྲད་བཞིན་པ་དེ་ལྟར་ལས་ཀྱི་འདུག དེ་ཡིན་ཅང་དེའི་ཐོག་ནས་གྱི་དེའི་བཀའ་སློན་
 བརྒྱུད་ནས་དོན་གཅོད་ཁང་ངོས་ནས་ Italy ནང་བྱུག་ལས་ག་རེ་གནང་ཡང་དེ་ནང་བཞིན་དོན་དག་སྐྱབ་སྐྱབ་པ་ཞིག་དང་། མ་
 འོངས་པར་དེའི་ཐོག་དེས་པར་དུ་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག་ཀྱང་
 ཡིན།

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

བཀུར་ལོས་སྤྱི་འཐུས་ལགས། འབྲུག་ཅམ་བཞུགས་རོགས་གནང་། བྱག་ཆོད་ ༥༡༧ བར་དུ་གསོལ་ཇའི་བར་གསེང་ཡིན།
 གྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལྷ་ ༤ ཆེས་ ༢༧ ཉིན་གྱི་ཐུན་མ་གྱི་

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

ལས་རིམ་ཟུ་མ་ཐུད་རྒྱ་ཡིན། ད་ལྟ་ལས་རིམ་འགོ་བཞེན་པ་དེ་གྱི་དེའི་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྟོམས་ཀྱི་ཐོག་ལ་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་
 བཟོ་སྐྱེད་དང་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད་པེབས་བཞིན་ཡོད། སྤྱི་འཐུས་དོ་རྩེ་ཆེ་བརྟན་ལགས། འཕྲོས་དེ་ཟུ་མ་ཐུད་ནས་
 གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་དོ་རྩེ་ཆེ་བརྟན་ལགས་ནས།

༼ཆོག་སྐྱད་ལ་སྡོན་ཤོར་ནས་སྐྱ་གསལ་གྱི་མི་འདུག༽

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

སྤྱི་འཐུས་ལྷ་རྒྱ་རི་ནམ་རྒྱལ་སྡོལ་དཀར་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ལྷ་རྒྱ་རི་ནམ་རྒྱལ་སྡོལ་དཀར་ལགས་ནས།

༼ཆོག་སྐྱད་ལ་སྡོན་ཤོར་ནས་སྐྱ་གསལ་གྱི་མི་འདུག༽

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

སྤྱི་འཐུས་ཟམ་མདོ་བྱམས་པ་ཆེ་རིང་ལགས།

སྒྲི་འབྲས་བུ་མདོ་བྱམས་པ་ཆེ་ལྷོ་ལགས་ནས།

དབལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ལས་བསྐྱོམས་ཤོག་གངས་ ༣ པའི་ ༼ཁ༽ ལ། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་དང་ཕྱ་འཛམ་གླི་
མཐུན་གྱི་བརྗོད་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཆ་ཤས་ཤིག་ཡིན་པའོད་ལྷན་། དོན་ཚན་དང་པོ་དེར། ང་བསྐྱད་ས་དེ་ལ་ཕྱ་འཛམ་
མདོ་ཁམས་རྒྱ་བཞི་སྤྱད་ཀྱི་སྤྱི་གཤམ་དེ་ཡོད་ཡིན་པ་རེད། དེ་ནང་བཞིན་ཕྱ་འཛམ་དབུས་གཙང་ཆོལ་ཁའི་སྤྱི་ག
ཤམ་དེ་ཡང་མ་གྱི་ལ་བརྒྱལ་ཡོད་པ་རེད། དེ་དེ་བཞིན་སྤྱད་སི་མདོ་སྤྱད་ཆོལ་ཁའི་སྤྱི་གཤམ་འདི་ཡང་པ་གྱི་ལ་ཉེན་སྤྱད་
གནང་གི་ཡོད་རེད། དེར་བརྟེན། ཆོལ་གསུམ་སྤྱི་གཤམ་གྱི་འགོ་ལས་པ་ཡོངས་ནས་ད་རེས་ལྷ་འདིའི་ཆེས་ ༩ ལ་གྱུང་
གསེང་ཉི་མ་གཅིག་ལྷོས་བཏང་གནང་སྟེ། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་གྱི་ལས་ཁུངས་ལ་ཡང་བཅར་ཞིང་། གཏུང་སེམས་མཉམ་
སྦྱེད་གྱི་ཐོང་དོན་གྱི་ཞུ་གཏུགས་གྱི་ཕྱག་བྲིས་གཅིག་ཕྱུལ་ཡོད། འདི་དེ་རིང་གོ་སྐྱབས་གཅིག་བརྒྱུད་ནས་ཞུ་རོགས་གནང་
གསུངས་པ་རེད། དེར་བརྟེན་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་གྱི་བརྗོད་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འདི་གཅིག་ཞུས་ན་བསམས་
སོང་། འདི་དང་ཆ་མཚུངས། ཆོལ་གསུམ་འགོ་ལས་པ་ཡོངས་གྱིས་འདི་ལོའི་ཕྱི་ལྷོ་ ༣ པའི་ནང་ལ་ཆོལ་གསུམ་ཐོང་མའི་ལོ་
གསར་གྱི་འདུ་འཛོམས་ཞེས། ཆོལ་ཁ་གསུམ་གྱི་མཆོན་ཐོག་ནས་ལོ་གསར་གཅིག་ཀྱང་གོ་སྤྱི་གཤམ་གནང་སྟེ། ཆོལ་གསུམ་ཐོང་
མི་ཡོངས་སུ་རྗོགས་པ་འཛོམས་ཤིང་། ཆོལ་གསུམ་ཚོགས་པའི་མིང་ཐོག་ནས་གཞས་སྒྲ་ཁབ་སྟོན་གནང་སྟེ་ཉ་ཅང་གི་བཀྲ་
ཤིས་པ་གྱུང་སོང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལོའི་ལོ་འདི་ལས་འགྲུལ་གྱི་ལོ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་དང་ང་ཚོའི་མ་འོངས་དམིགས་ལུལ་དེ་
བསྐྱབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན་མཐུན་སྤེལ་དོག་ཅ་གཅིག་སྤེལ་གྱི་ཐོག་ནས་བསྐྱབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཆོན་ལ་གཞི་བཞག་པའི་
ཐོག་ནས་གནད་དོན་འདི་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ལུལ་གྱུ་གཞན་པའི་ནང་ལ་འང་མིག་དཔེ་དང་སྒྲགས། ཐུགས་མན་སོས་གྱི་རེད་
བསམ་པ་ཞིག་འདྲ་སོང་།

ཡུ་རོལ་སྤྱི་མཐུན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གནས་ཚུལ་གཅིག་ཁྲུས་བ་ཡིན་ན། ༥་ལྟ་སྤྱད་སི་ནང་ལ་ཁྲིམ་ཆང་བདུན་
 གྱི་རོལ་ནས་འདས་པའི་ལོ་གཉིས་ནང་གྲུང་གསལ་ཉི་མ་ ༥༥ ཞིག་ལོ་རེར་ཡོད་པའི་གནད་དོན་གཅིག་གི་ནང་ནས་ཉི་མ་ ༡༥
 གྲུང་གསལ་སྒོམ་བཏང་བྱས་ཏེ། རྒྱ་བ་མི་རེ་རོ་རེ་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་མདུན་ལ་བོད་དོན་དེའི་བསྐྱགས་ཀྱི་ལས་འགུལ་
 གྲེལ་གནང་ཡོད་རེད། ལྷག་པར་དུ་དེ་ལོ་ཡུ་རོལ་སྤྱི་མཐུན་གྱི་སྒོ་དུ་ཕྱིན་ནས་བོད་དོན་དེའི་བསྐྱགས་ཀྱི་ལས་འགུལ་ཞིག་སྤེལ་
 གནང་འདུག དེར་བརྟེན། ༥་ལོ་ལས་འགུལ་གྱི་ལོ་ཡིན་ཞེས་བཀའ་གནང་བ་གཞིར་བཟུང་ཁ་བཤད་ལག་དུ་ཡོད་པ་དང་ཁ་ཞེ་
 གཉིས་མེད་ཀྱི་ལས་འགུལ་བཀའ་གནང་བ་གཞིར་བཟུང་སྤེལ་གྱི་འདུག ཅེས་འདི་གཅིག་ཁྲུ་འདོད་ལྷང་། ཁ་སང་བཀའ་མོལ་
 འཕྲོས་པ་རེད། བོད་དོན་རྒྱལ་སྐྱོར་ཚོགས་པའི་ཚོགས་མི་ཉུང་དུ་འབྲེལ་ཡོད་པའི་བཀའ་མོལ་ཞིག་གནང་བ་རེད། དེར་བརྟེན།
 གཞི་རྩ་རང་གི་ལྟ་སྤངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བོད་དོན་རྒྱལ་སྐྱོར་ཚོགས་པའི་ཚོགས་མི་མང་དུ་འབྲོ་དགོས་པ་འདི་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་
 མཐོང་གི་ཡོད། ཡིན་ནའང་འདི་ལས་གལ་ཆེ་བ་ནི་ར་ཚོ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་
 མིའི་མཉམ་པོར་འབྲེལ་བ་དེ་ཉར་ཏེ། གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མིའི་མི་འཐོར་དེ་མང་དུ་སྤེལ་ནས་སོ་སོའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཡོད་པའི་
 འདྲིན་སྐྱོར་གི་བཀའ་འགག་ལ་ཁུ་གཏུགས་རྒྱ་གར་རྒྱལ་པོ་ལྷགས་ཆེ་བ་ཐོན་གྱི་ཡོད་སྐབས། འདི་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་བརྩི་ཡི་ཡོད།
 ཡིན་ནའང་། ༥་ལྟ་བོད་དོན་རྒྱལ་སྐྱོར་ཚོགས་པའི་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་ཆང་མ་གལ་ཆེན་པོ་བརྩི་ཡི་ཡོད། ཉེ་བའི་ཆ་ལ་ཕྱག་

སྤྱི་ལོ་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ (latvia) རྒྱལ་ས་ (Riga) ལ་ཚོགས་འདུ་གཅིག་ལ་ཡོང་ན་ཞེས་བཀའ་གནང་བ་བཞིན་གཉིས་ཀ་
 བཅར་བ་རེད། ལྷ་པོས་དེ་དུས་རྒྱལ་སྤྱིའི་བོད་དོན་འབྲེལ་མ་ཐུན་ལས་ཁང་། དབྱིན་སྐད་ནང་ (International Tibet
 Network) ཞེས་གསུང་གི་འདུག ཁོ་རང་ཚོའི་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་ངོས་ནས་ལྷ་པོ་བསམ་ནས་དག་ཏུ་ཅང་གི་ཡག་པོ་
 མཐོང་བྱུང་། དེར་བརྟེན་གོ་སྐབས་འདི་བཟུང་ནས་ (ITN) དང་ (ITC) གཉིས་ཀའི་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་ཡོངས་ལ་ཐུགས་
 རྟེན་ཆེ་ཞུ་བྱ་ཡིན། ལྷ་པོ་པར་དུ་འདི་ནང་གི་གནས་ཚུལ་གཞི་ཅིའི་ཕྱག་སྤྱི་ལོ་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤྱི་མ་ཙམ་གོ་སྐབས་
 ལྷ་པོ་པར་དུ་ཁོ་རང་ཚོའི་ངོས་ནས་གལ་ཆེན་པོར་བརྩི་བ་འདི་བོད་སྐད་ནང་ལ་ཁུང་ཅི་བསྟེན་གནས་ཁང་ཞེས་གསུང་གི་འདུག
 འདི་ཡིན་སྐད་ནང་ལ་ (Confucius Institute) ཞེས་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་མང་པོའི་ནང་ལ་འཛིན་གྲྭ་གཅིག་བཅུག་
 ཟེ། འདིའི་འགོ་ཐོན་དང་དགོ་ཆེན་གྱི་འགོ་ཐོན་ཡོངས་རྫོགས་རྒྱ་ནག་ནས་བཏང་གནང་ཞིང་། འདིའི་ནང་ལ་བོད་འདི་རྒྱ་ལོག་
 ཡིན་པ་དང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་འདིའི་ནང་ལ་བོད་ཀྱི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་ཁབ་སྤྱི་ལོ་འབྲུག་པ་དང་ལྷ་པོ་པར་དུ། ལྷ་པོ་
 ས་ལྷ་པོ་པར་མགོན་ལྷ་པོ་པར་པ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གནང་འཛིན་ཞུ་བ་ཡིན་ན་འགྲིག་གི་མ་རེད་ཅེས་བཀའ་གྲོལ་གནང་རྒྱུའི་ཆབ་
 སྤྱིད་ཀྱི་ལས་འགུལ་དེ་འདྲ་ཞིག་སྤྱི་ལོ་འབྲུག་དེར་བརྟེན་གནང་དོན་འདིའི་ཐོག་ལ་ཕྱི་རྒྱལ་བཀའ་སློན་དང་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ངོས་
 ནས་དགག་ལན་གཅིག་ཡོད་པ་ཡིན་ན། འདི་ཐོག་ལ་ལས་འཆར་གཅིག་སྤྱི་ལོ་འབྲུག་པ་ཡིན་ན་ཏུ་ཅང་གི་ཡག་པོ་ཡོང་ས་རེད། སྤྱི་ལོ་
 ཡོད་པ་ཡིན་ནམ་ཞེས། རི་བ་འདི་གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

དེ་དང་ཆ་མཚུངས། ལས་འགུལ་གྱི་ལོ་གཅིག་ཡིན་ལྷ་པོ་པར་པ་ (Swiss liechtenstein) བོད་རིགས་མི་མང་གི་
 ཚོགས་གཙོ་ཚོགས་གཞོན་གྱིས་ད་ལྟར་ཆོ་འདིར་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་བདུན་པ་སྤྱི་ལོ་འབྲུག་སྤྱི་མ་ཙམ་
 ནས་ ༡༣ དུས་ལྷན་འདིའི་ནང་ལ་སྒྲུབ་བྱ་བཀའ་ཞུས། སུད་སི་གྲོང་ཁྱེར་མང་པོའི་ནང་ལ་བོད་དོན་རིམ་བསྐྱགས་ཤིག་
 གནང་འདུག ལྷ་པོ་པར་དུ་རྒྱལ་ས་ (Bern) ལ་སྒྲུབ་བྱ་བཀའ་ཞུས་པ་སྤྱི་ལོ་འབྲུག་སུ་སུད་སི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་
 གཙོ་ལུང་པ་ད་ལྟའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་ཡིན་པ། Maya Graf མཆོག་ཐེབས་ཏེ་གསུང་བཤད་གནང་། བོད་དོན་རིམ་
 བསྐྱགས་ཀྱི་ལས་འགུལ་འདི་བདུན་པ་སྤྱི་ལོ་འབྲུག་སྤྱི་མ་ཙམ་དེར་ལས་འགུལ་གྱི་ལོ་གཅིག་ཡིན་གསུངས་པ་གཞིར་བཟུང་། སུད་སི་གྲོང་
 ཁྱེར་ཁག་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ལ་སྒྲུབ་བྱ་བཀའ་ཞུས་ཀྱི་ལས་འཆར་དེ་སྤྱི་ལོ་འབྲུག་ཏུ་ཅང་གི་ཡག་པོ་བྱུང་འདུག ཚོགས་ཤོག་ཁག་
 མང་དག་ཅིག་གི་ནང་ཐོན་འདུག རྒྱུད་འཕྲིན་ནང་ལ་འཕེལ་བའི་བཅད་ནས་ང་ལ་ཚུར་བཏང་གནང་བྱུང་། དེར་བརྟེན། རིམ་
 བསྐྱགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་བཀའ་ཅི་གསུང་སྐབས་བཞིན་པ་རེད་འདུག་ཅེས། འདི་གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

དེ་ནས་རི་བ་གཉིས་པ། ད་ལོའི་ལོ་མགོ་ཚོགས་དུས་ ༣ པའི་རྗེས་སུ་སུད་སི་གྲོས་ཚོགས་སྤྱོད་ལོག་གི་ཚོགས་མི་སྤྱི་
 རྒྱུ་མ་ ༦ འདིར་ཐེབས་ཡོད་རེད། དེའི་རྗེས་སུ་ཨ་རིའི་སྤྱི་ཚབ་འདིར་ཐེབས་ཡོད་རེད། དེར་བརྟེན། མི་མང་གི་ནང་ནས་བཀའ་
 འདི་གནང་བཞིན་པ་གཅིག་ལ་ཨ་རིའི་སྤྱི་ཚབ་ཐེབས་པའི་སྐབས་སུ་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་མཛད་སྤྱོད་ཏུ་ཅང་གི་ག་རྒྱུ་པོ་གནང་
 མོང་། འོན་ཏེ། སུད་སི་ཚོགས་མི་རྣམས་སྤྱི་ལོ་འབྲུག་སྤྱི་མ་ཙམ་གྱི་སྤྱི་ལོ་འབྲུག་པ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན། ཨ་རི་
 སྤྱི་ལོ་འབྲུག་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་རེད། ཅེས་གསུང་སྤྱི་ལོ་འབྲུག་པ་བཞིན་དེ་འདྲ་གནང་བ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན། ས་ཡུལ་གྱི་ཕུ་ཅ་གསུམ་གནང་
 གི་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གནང་བ་ཡིན་ནམ་ཞེས་བཀའ་འདི་གནང་གི་འདུག དེར་བརྟེན། ང་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་

ཤག་གི་རྩོམ་མཆོན་ཏེ་ཞུ་བ་རྒྱུ་མེད་པ་ཡིན་སྟབས། བཀའ་འདི་འདི་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་སློན་མཆོག་ལ་ཕུལ་ཆོག་པ་གྱིས་ཞེས་
ཞུ་བ་ཡིན། འདིར་མཆོམས་འཛོག་གྱེད་ཆོག་པ་ཞུ། ཕྱགས་རྗེ་ཆེ།

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

སྤྱི་འཐུས་གསེར་རྟ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་གསེར་རྟ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་གི་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྟོམས་ཨང་ ༣༤ ཐོག་ལ་བསམ་
ཚུལ་སྤྱིར་བཏགས་ཁ་ཤས་ཞུ་ཆོག་པ་ཞུ། བོད་དུ་མང་པོ་ཞིག་གིས་བསྐྱགས་བརྗོད་གནང་བ་ནང་བཞིན་དེ་བསྐྱར་སྒྲོམ་མ་དགོས་
པའི་ཐོག་ནས་དེ་ནས་དྲིལ་བསྐྱགས་བཀའ་སློན་དབུས་པའི་ཐོག་ནས་བསྐྱགས་བརྗོད་དང་ཡག་པོ་ཞེ་བྱས་བྱུང་བཞག་ཞུ་བ་
ཡིན། ངས་ཞུ་བ་གཙོ་བོ་དེ་འདིའི་ཤོག་གངས་ ༤ པ་ནང་གི་བོད་དོན་རྒྱ་བསྐྱོར་ཆོགས་པའི་འབྲེལ་མ་བྱུང་དང་། ཡིག་ཆ་
གསལ་འཛོག་ཁང་། དེའི་ཤོག་གི་གསུམ་པ་དེའི་སྒྲོར་ལ་འཕོད་སྐྱུལ་ཞུ་བ་ཞིག་ཡོད། ད་འདི་གཙོ་བོ་འདི་དབུ་མའི་ལམ་གྱི་གོ་
རྟོགས་ཟབ་སྒྱུར་གོ་སྤྱི་གུས། དེའི་སྒྲོར་ཞུ་བ་ཞིག་ལ་ད་ལྟའི་ཆ་ལ་བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་གི་མིང་བྱས་དང་། རྒྱ་གསལ་གྱི་མི་
འདུག་ཤེ དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ལགས། བཞུགས་རོགས་གནང་།

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

སྤྱི་འཐུས་རྫོ་རྗེ་ཆེ་བཙན་ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་རྫོ་རྗེ་ཆེ་བཙན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ རྒྱ་ཆུང་བྱས་ནས་གོ་ཡི་མི་འདུག་ཤེ དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། ཁ་བར་ཞུས་པ་ཡིན་
ནས། ད་ལྟ་ཁ་བར་གྱི་དཀའ་ངལ་འབྲད་གྱི་མི་འདུག་ མ་གཅིག་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་འདུག་ཞུ་བ་ཡིན། ལགས་སོ། ལགས་སོ། ཅད་
གཙོད་བཏང་བ་ཡིན། ལགས་སོ། ལགས་སོ།

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

སྤྱི་འཐུས་གསེར་རྟ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལགས། ལུ་མ་བྱུང་ནས་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་གསེར་རྩ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་མཆོག་གཞུང་གི་སྤྱི་འཐུས་དང་ཡ་སྤྱབས་མགོན་པོ་མཆོའི་དགོངས་གཞི་ཆ་མཚུངས་ཡིན་པའི་ཆ་
ནས་དེ་འདྲའི་ཟབ་སྦྱོང་ལས་མང་གནང་བ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་གཅིག་ལ་ཟབ་སྦྱོང་གནང་དུས་
ཙམ་པ་ལ་གནད་འགག་གཅིག་དེ་གསལ་པོ་བྱས་ནས་བཤད་ཐུབ་ན་པན་ཐོག་སེམས་ཤིག་མེད་འགྲོ་བསམ་པ་ང་རང་ལ་སྤྱི་ཆོར་
ཞིག་ཡོད། དེ་ལྟ་མའི་ལམ་གྱི་སྤྱི་འཐུས་ལ་བརྒྱ་དེ་ང་རང་ཆོའི་དགྲ་པོ་རྒྱ་མི་ལ་འཐབ་ཅོད་དང་ཐོབ་ཤོར་གཅིག་པོ་མིན་པར་བོད་
པ་ནང་ལ་ཡང་དེ་འདྲའི་བསམ་སྒྲོ་དགོས་པེད་གང་ལ། དེའི་བསམ་སྒྲོ་དེ་ངས་པར་དུ་དགོས་པེད་ཆོར་བྱུང་། མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་
ན་ནིང་གི་འོས་བསྐྱེད་ཆེན་མོའི་རྩྭ་གྲ་དེ་ང་འགྲོ་པོ་ཡིན་པ་བསམ་མཁན་མང་པོ་བྱུང་རེད། ཡིན་ནའང་། ང་རང་གི་ལྟ་ཚུལ་བྱས་
པ་ཡིན་ན། དེ་ཆོ་ཡང་གཙོ་པོ་དེ་ལྟ་མའི་ལམ་སྤྱི་འཐུས་ཤར་བསྐྱོད་བྱེད་མཁན་ནས་པ་མགོ་དང་དེ་ལྟ་འོག་དང་མཐུག་ཡོངས་
སྤྱི་ཚོགས་པའི་ཅོད་རྩྭ་པེད་འདུག་བསམ་པའི་ཆོར་བ་བྱུང་། བྱས་ཅང་། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། ཡང་དང་པོ་ང་རང་ཆོས་རྒྱ་མི་ང་
ཆོའི་དགྲ་པོ་ལ་ཡིད་ཆེས་སྤེབས་ཐུབ་གཅིག་བཟོ་དགོས་རྒྱ་དེ་གནད་འགག་ཆེ་ཤོས་ཤིག་རེད། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ནང་ལ་ཡང་
ཡིད་ཆེས་སྤེབས་ཐུབ་རྒྱ་ཤིག་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་ན་ཟབ་སྦྱོང་ངེས་པར་དུ་གནང་དགོས་ས་རེད། དེ་མ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། ད་དཀའ་ལས་
ཁག་པོ་གང་འདྲ་འདྲ་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མེད་བཤད་ཆོད་ཐིག་གི་མི་འདུག་སྟེ། ང་རང་ལ་སེམས་འཆབ་གཅིག་ཡོད། བྱས་ཅང་།
དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། གནད་འགག་དེའི་ཐོག་ལ་མ་འོངས་པ་དགོངས་པ་བཞེས་རོགས་གནང་། ང་རང་ཆོ་བོད་ཀྱི་ས་ཆ་ཡོངས་སྤྱི་
ཚོགས་པ་བཅོན་འཇུག་བྱས་པོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་རྩ་མེད་བཏང་། ད་ལྟའི་དུས་ཆོད་ལ་ཡ་སྤྱབས་མགོན་པོ་
པོ་ཆེ་དེ་ལྟ་མའི་བོད་མའི་སྤྱི་གཞུགས་དེ་ཆོ་ལ་ཆད་ལས་བཀལ་བའི་སྤྱོད་བཟོ་མང་པོ་ཞེས་གསུངས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་
ཡིན་དུས། དེ་ཆོའི་མཉམ་དུ་མ་འོངས་པ་བསྐྱད་ཐུབ་རྒྱའི་ཟབ་སྦྱོང་སྤྱོད་ཐུབ་རྒྱ་ཡོད་ན། ང་རང་ཆོ་བོད་པ་ནང་ལ་ཡང་པན་ཆུན་
དཔུང་ཤུགས་ཀྱི་ཟབ་སྦྱོང་སྤྱོད་ཐུབ་རྒྱ་ཡོད་ན་གནད་འགག་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དེ་བཞིན་དོན་གཅོད་ཁག་གི་
ལས་བསྐྱེད་མང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ཤོག་གང་ས་ ༩ ནང་ལ་དེ་རེད། དེའི་དོན་ཆུང་དང་པོ་དེ་སྤྱི་རྒྱལ་དོན་གཅོད་
ཁག་གི་འབྲེལ་ཡོད་ས་གནས་ལ་ཡ་སྤྱི་ཙོར་ཡ་གོང་ས་སྤྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ཆེབས་བསྐྱུར་གནང་བའི་འབྲེལ་ཡོད་ཐོག་
ནས་ཐུག་ལས་གནང་བ་ཞིག་འཁོད་བཞག་ཞེས་གསུངས་གལ་ཆེན་པོ་རེད་ཆང་མ་ལ་བསྐྱུགས་བཟོད་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དེ་བཞིན་གཉིས་
པ་དེ་གལ་ཆེ་བ་གཉིས་པ་དེ་མཆོད་འབྲེལ་སྤོན་ལམ་བྱེད་རྒྱའི་སྒྲོའི་དེ་རེད། དེ་ཡི་གེ་ཆང་མ་ངས་འདོན་དགོས་རྒྱ་མི་འདུག་
ཡིན་ནའང་ང་རང་གི་ལྟ་ཚུལ་ལ། སྤྱི་རྒྱལ་དོན་གཅོད་ཁག་བཅུགས་ནས་ང་རང་ཆོ་ལོ་སྤོན་མ་དེ་དམིགས་ལུལ་གཙོ་བོ་དེ་
མཆོད་འབྲེལ་སྤོན་ལམ་བྱེད་རྒྱ་གཅིག་པོ་རེད་བསམས་སོང་། ག་པེ་བྱས་ནས་ཟེར་ན། གཅིག་པོ་བྱས་ནས་བསྐྱད་ཡོད་མ་རེད།
གལ་གནས་ཆེན་པོ་གཉིས་པ་དེ་མཆོད་འབྲེལ་སྤོན་ལམ་ཙམ་དེ་ཞེ་ཡིན་ན། ང་རང་གི་བསམ་པ་ལ། དེ་མ་ཡིན་པའི་ལས་
བསྐྱེད་སྤྱི་ཚོགས་མ་གཏོགས་རྒྱས་པ་དེ་ལྟ་རྒྱ་རྒྱ་ཡོད་མ་རེད། ཆབ་སྤྱོད་དེ་གལ་ཆེན་པོ་བྱས་ཡོད་ས་རེད་བསམ། དོན་
གཅོད་ཁག་གཅིག་གཉིས་མ་གཏོགས་གཞན་འབྲེལ་བ་མི་འདུག་ བྱས་ཅང་། གལ་སྤྱི་དང་ཆོས་མཆོད་འབྲེལ་སྤོན་ལམ་ཙམ་དེ་
གལ་ཆེན་པོ་ཅི་ཡི་ཀྱི་ཡོད་ན། དེ་སྤྱི་མ་གྲ་པ་དགེ་བཤེས་མཁན་པོ་དེ་འདྲ་ཞིག་བཏང་ན་དེ་ལས་ལྷག་པ་ཡོང་སྤྱོད་པ་རེད། བྱས་
ཅང་། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། སྤྱི་རྒྱལ་དོན་གཅོད་ཁག་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཅི་ཡི་ཀྱི་ཡོད་རེད། འགྲོ་སོང་ཡང་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད།

དེ་གཉིས་ཀྱི་གནས་བབ་དང་བསམ་སྒྲོ་དང་དེ་ཚོ་ཚང་མའི་ཐོག་ནས་གལ་ཆེན་པོ་གཉིས་པ་དེ་མཆོད་འབུལ་སྒྲོན་ལས་ཆགས་
 ཀྱི་ཡོད་མ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག འདི་གནས་སྒྲུངས་ཡོད། ཆོས་ལ་དད་པ་མེད་པའི་སྐད་ཆ་ཅ་བཤིད་ནས་མེད། བྱི་རྒྱལ་དོན་
 གཙོད་ཁག་གི་གད་སྟེགས་ཀྱི་ཆ་ནས་དེ་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་མི་འདུག དེ་ལྟར་འདོད་པ་བྱུང་། དེ་བཞིན་ང་རང་ཆོ་
 རྒྱ་གར་ནང་ལ་མི་མེད་ལག་འཁྱེར་བཞེས་རྒྱ་མང་པོ་བྱུང་རེད་གསུང་གི་ཡོད་རེད། བྱེད་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་མི་འདུག བྱི་
 རྒྱལ་དོན་གཙོད་ཆུང་པས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་བྱུག་ལས་གནད་འགག་ཆེན་པོ་དེ་ཆོ་གནད་དགོས་རྒྱུ་རེད་དེ། སྐབས་ཐོག་སྐབས་ཐོག་
 ལ་སྤྱིང་ཆོར་ཞིག་ལ་ཐོད་མའི་སྤྱིག་འཛུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་བྱི་རྒྱལ་དོན་གཙོད་བཏང་བཞག་པའི་ཆུང་པ་དེ་ཡང་དང་པོ་ཁོང་ཆུང་
 བས་པ་གི་ནས་མི་མེད་དང་གནས་སྒྲུངས་དེ་བཅུན་གཞོན་བྱས་པའི་ཆོར་སྤང་ཞིག་ཡོད། དེ་ད་ལྟ་གཅིག་པོ་ཁྱོས་ཆོགས་ནང་ལ་
 བཤད་བཞག་པ་མེད། སྤྱིན་མ་ནས་དེ་འདྲ་ལྟས་སྤྱིང་། ད་ལས་ཁྱོས་ཆོགས་དངོས་གཞི་ནང་ལ་ད་བྱི་རྒྱལ་མི་དེ་ཆོ་རྒྱ་གར་ནང་
 ལ་ཡོང་ནས་བྱུག་ལས་གནད་ཆོག་པའི་འགྲོ་སོང་ཆ་ཚང་རྒྱས་སྒྲོས་མང་པོ་བྱུང་སོང་། བྱས་ཅང་རྒྱ་གར་ནང་ལ་གནས་སྒྲུངས་
 ཤིག་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དོན་གཙོད་ཆུང་པའི་བྱུག་ལས་གཙོ་པོ་དེ་འདྲ་རེད་བསམ་གྱི་མེད། ཆ་ཚང་གིས་དེ་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་
 འདུག་ཅེས་ཅ་བཤིད་ནས་བཤད་ཀྱི་མེད། དེ་འདྲ་བྱེད་མཁན་གང་ལ་གང་འཆམས་བྱུང་སོང་། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ང་ཆོ་བྱེད་
 དགོས་རྒྱུ་དང་སྐབས་སུ་འབབ་པ་ཇ་འག་གི་གནས་སྒྲུངས་ཡོད་པ་དེ་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་མཁྱེན་པ་དང་འཇུག་པའི་ཐོག་ནས་དེ་
 ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་བྱུག་ལས་གནད་དགོས་པ་ཏ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ང་ཆོ་གལ་གནད་ཆེ་ཆུང་བཅི་སྒྲུངས་ཀྱི་ཐོག་
 ནས་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་པ་ཏ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག ཆ་ཚང་ལ་སྐད་བརྒྱུ་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་
 འདིའི་ནང་ལ་བལྟས་ཡོང་དུས། དོན་གཙོད་གཞན་པ་ནང་ནས་ཁག་ཅིག་མ་གཏོགས་གཞན་པ་གནད་འགག་ལྷག་ཞེ་ཡོད་ན་
 བསམ་བསམ་བྱུང་། སྤྱིང་བསྐྱེད་ཡིན་ནའང་བཀོད་དགོས་རེད་ག། དེ་འདྲའི་གནས་ཚུལ་བྱུང་སོང་། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་མ་འོངས་
 བར་དེའི་སྐད་ལ་ཐོད་མའི་སྤྱིག་འཛུགས་ཀྱིས་གསལ་པོ་བྱས་ནས་གཅིག་གནད་དགོས་ས་རེད། ལོ་སྤྱིན་མ་ནས་ཁ་ཤིས་ཟེར་ན་
 བྱི་རྒྱལ་དོན་གཙོད་ལ་དེའི་སྐབས་ལ་གནད་ཕྱོགས་དང་སྐབས་བཅོལ་རང་ལ་དེ་འདྲའི་གནས་སྒྲུངས་བྱུང་བ་གོ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད།
 དེ་ཆོའི་ནང་ལ་དམིགས་བསམ་དགོས་ཀྱི་མེད་དེ། བསམ་སྒྲོའི་གནས་བབ་ཁོ་རང་དེ་འདྲ་ཁྱེད་ནས་འགྲོ་བསྐྱེད་པའི་སྐབས་ལ་ང་
 ཆོར་ཇ་འག་པོ་གནད་ཐུབ་དང་མི་ཐུབ་སྐད་ནས་དེ་ཆོའི་སྐད་ལ་དགོངས་བཞེས་གནད་དོགས་གནད་། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

དཔལ་ལྷན་གྱི་འུ་འགྲུལ་འཁྲུག་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་གྱི་འུ་འགྲུལ་འཁྲུག་སྒྲོ་བཟང་སེང་གེ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་གྱི་འུ་འགྲུལ་འཁྲུག་གི་ཆོག་པ་ལྟ། དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ བཀུར་འོས་
 སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས་ཆེ་དབང་བྱ་བྱིད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གསུང་ཕྱོགས་ནོར་མི་འདུག གསལ་ཕྱོག་ཀྱང་ནོར་འདུག་ཅེས་
 ལྟ་རྒྱུ་ཡིན། ཡིན་ནའང་འདི་དོ་བདག་གང་ཟག་སུ་ཞིག་ཡིན་རུང་། རྟོག་ཟེལ་ཆེན་པོ་གཅིག་ཡིན་པ་འདྲ། བཀུར་སྤྱིའི་བར་ལ་

གནས་ཚུལ་གོ་བ་ལོག་སྒེལ་སྐབ་མཁན་གྱི་མི་སྣ་གཅིག་ཡིན་ན་རྟོག་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་འདུག ད་ལྟོ་ཆར་ང་ཚོ་རྒྱལ་
 བསྐྱུགས་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཀམ་བུ་ཏེར་སྡེ་ཆོན་ཐོག་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ་དོ་འཕྲོད་རྒྱ་འདི་ཁོང་ཚོས་འབད་བཅོམ་གནང་དང་
 གནང་ཐུས་རེད་འདུག དེའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་གང་བྱེད་རྒྱ་འདུག བསྐྱུར་དུ་འབད་བཅོམ་གནང་རྒྱའི་ཐབས་ཤེས་དེ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་
 ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས་ (Italy) ལ་ (IC) དཀའ་ངལ་འཕྲད་བ་དེ་སེལ་བ་ལ་བསྐྱུགས་བརྗོད་བྱས་
 པར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དེ་ནང་བཞིན་ (Sweden) ལ་ཡང་དཀའ་ངལ་གཅིག་འཕྲད་ཀྱི་ཡོད་པའི་སློབ་ནས་གསུངས་
 སོང་། གཞི་ཅའི་ཁྱེད་ཀྱི་འདུག་ཀྱི་གསལ་བསྐྱུགས་ཟེར་ནའང་འདྲ། འདི་བྱས་ཟེན་པའི་རྗེས་སུ་ང་ཚོ་རྒྱལ་བསྐྱུགས་ལས་ཁུངས་
 ཀྱི་ལས་བྱེད་གཅིག་དང་ཉི་མ་ལྷ་མོ་ལགས་ཁོ་རང་ཚོ་ (Sweden) ལ་ཐེབས་པའི་སྐབས་སུ་དཀའ་ངལ་རང་འཕྲད་མི་འདུག
 གཅིག་བྱས་ན་ཕྱི་ཆེ་ ༡༡ ནང་ལ་སྤྱི་དུང་རང་པ་གིར་འགྲོ་རྒྱའི་འཆར་གཞི་གཅིག་ཡོད། འདི་བསྐྱུབ་བ་ཡིན་ན་ཞིབ་འཇུག་
 བྱས་ཏེ་གནས་སྡངས་གང་ཡོད་མེད་ཐོག་ལ་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་ཁག་ལ་བཅར་ནས་ཞུ་དགོས་འབྱུང་བུང་ཞུ་ཆོག་ཅེས་ཞུ་
 རྒྱུ་ཡིན། ཁྱེད་ཀྱི་འདུག་ཀྱི་འབྲེལ་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ (Mulyam singh Yadhav) མཆོག་རེད། དེ་ནང་བཞིན་
 (Narendra Jadav) རེད། གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་རྒྱ་གར་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལའང་གྲེང་གྲོང་བྱས་ཡོད་
 རེད། རྒྱ་གར་སྤྱི་ཡོངས་ནང་ལའང་གྲེང་གྲོང་བྱས་ཏེ་བོད་དོན་སློབ་ནས་ཁྲབ་སྟེལ་ཆེན་པོ་བྱེད་ཡོད། དེ་ནས་སྤྱི་བསྐྱུས་འདི་
 རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོག་ནས་གོ་རྟོགས་ཆེ་ཅམ་སྟེལ་དགོས་འདུག་ཟེར་བ་དེ་ཉན་ཉན་རང་རེད། ད་ལན་ང་ཚོས་ལས་འགུལ་གྱི་ལོ་ཡིན་
 ཞུས་པ་ལྟར། དོན་གཅོད་ཁག་མི་ཉུང་བ་གཅིག་ནས་ཆབ་སྤྱི་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་འགུལ་སྟེལ་འདུག ཁྱེད་ཀྱི་འདུག་ཀྱི་ཡིན་
 ནའང་ཆབ་སྤྱི་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེར་བརྟེན། དོན་གཅོད་ཁང་ཆང་མས་འགན་ཁུར་ནས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་
 རེད། ཨོ་སི་ཁོ་ལི་ཡ་ཡིན་ནའང་འདྲ། (Mexico) ཡིན་ནའང་། འདི་ཞུས་ན་འཆམ་པོ་འདྲ་ཞིག་མི་འདུག་སྟེ། ཁོ་རང་ཚོ་རྒྱལ་
 ཡོངས་ཀྱི་བརྟན་འཕྲིན་ནང་། རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཆོགས་པར། རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱུང་འཕྲིན། དེ་དག་ཆང་མའི་ནང་ལ་ཐེབས་པ་དེ་འདྲ་
 བུང་འདུག གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་བཅར་ཀྱི་ཡོད་རེད། (Mexico) ཡིན་ནའང་གནད་ཡོད་མི་སྣ་དེ་འདྲ་མཐུལ་
 འཕྲད་བུང་སོང་། དེ་དག་མིང་འབོད་ཞུ་ཡི་ཡོད་མ་རེད། དེ་དང་དེ་བཞིན་དོན་གཅོད་ཁང་ནས་ཆབ་སྤྱི་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་
 ལས་འགུལ་སྟེལ་ཞིང་འགྲོ་ཐུས་རེད་འདུག དེ་ནང་བཞིན་བོད་དོན་རྒྱལ་སློབ་ཚོགས་པ་ལ་སུ་མཐུད་དེ་འབྲེལ་བ་འཛོགས་རྒྱུ་ཉི་
 རྩེད་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། ཕལ་ཆེར་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་བརྒྱུད་ཅུ་གྲ་གངས་ཤིག་གིས་བོད་དོན་རྒྱལ་སློབ་ཚོགས་པ་འཇུགས་རྒྱུ།
 དེ་ནང་བཞིན་ (EU) (European Union) ནང་ལ་ཡིན་ནའང་། ང་ཚོའི་བོད་དོན་རྒྱལ་སློབ་ཚོགས་པ་འཇུགས་རྒྱུ། དེ་དང་
 དེ་བཞིན་ཆབ་སྤྱི་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་དོན་གཅོད་ཁང་ནས་འབད་བཅོམ་གནང་གི་ཡོད་རེད། འདིའི་ནང་ལ་སྤྱི་བསྐྱུས་རང་
 ཡིན་སྐབས། ཆང་མ་འཁོད་སྐབ་ཡོད་པ་མ་རེད།

ད་ལན་ལས་འགུལ་ལོ་བཟང་བ་ལྟར། བོད་དུ་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས་སུད་མི་ལ་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་
 ཀྱི་མདུན་དུ་ཆོས་ཁ་གསུམ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེལ་བའི་ཐོག་ནས་ལས་འགུལ་སྟེལ་རྒྱུ། ཞུ་གཏུགས་ཕུལ་བ། དེ་ནང་བཞིན་སྐར་གུང་
 གསེང་ཉི་མ་ ༢༥ ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཉི་མ་ ༡༩ བཏང་བ། ལོ་གསར་ཡིན་ནའང་ཆོས་གསུམ་གཅིག་གི་ལོ་གསར་བཏང་བ། དེ་དག་
 ཡོངས་དངོས་གནས་རང་མི་མང་ཡིན་ནའང་། བོད་མིའི་སྤྱི་གཞུང་གསུམ་ནས་རེ་འདུན་ཞུས་པ་ལྟར། ཆ་གས་སྤངས་ནས་ལས་

འགྲུལ་སྒྲེལ་བ་དེ་དག་ལ་ངོས་ལེན་དང་བསྐྱུགས་བརྗོད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་དང་དེ་བཞིན་ས་གནས་ཁག་མང་པོའི་ནང་ལ་ཆབ་སྲིད་
 དང་འབྲེལ་བའི་ལས་འགྲུལ་དེ་འདྲ་སྒྲེལ་ནས་འགོ་སྐྱོར་རྒྱུ་ལ་དཔྱད་པའི་ཐོག་ལ་བཀའ་ལག་ནས་ཁ་སང་ཞུས་པ་ཡིན་ཏེ། ལོ་
 རྒྱུ་མའ་སྤྱུགས་རྗེ་ལེགས་གསོལ་ལོ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་སྐབས། དེ་ཡང་ལས་འགྲུལ་གྱི་ལོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཕྱི་ཟླ་ ༣
 པའི་ཆེས་ ༡༠ འདི་གསུམ་བཅུའི་དུས་བྱམ་དེ་ ༢༠༠༩ གྱི་ལས་འགྲུལ་ཆེན་མོ་ཞེས་ཡོངས་གྲགས་འཆད་བཞིན་པ་འདིའི་ལོ་
 རྒྱུ་མ་ལོ་བཅུ་ཕྲེལ་པོ་འཁོར་གྱི་ཡོད་རེད། དེར་བརྟེན། ལོ་རྒྱུ་མའི་གསུམ་བཅུའི་དུས་བྱམ་དེ་ལོ་དྲུག་ཅུ་འཁོར་བ་གཅིག་ལུ་
 མ་རེད། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ གྱི་གསུམ་བཅུའི་དུས་བྱམ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་ལོ་བཅུ་འཁོར་གྱི་ཡོད་སྐབས། དམིགས་
 བསལ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཕྱི་ཟླ་ ༣ པའི་ཆེས་ ༡༧ ཕྱི་ཟླ་ ༣ པའི་ཆེས་ ༣༡ ལོང་དུངས་ཞུ་རྒྱུ་ལུས་པ་འདི་ཕྱི་ཟླ་ ༤ པའི་
 ཆེས་ ༡ ནས་པལ་ཆེར་ ༤༠༠༥ བར་དུ་ཕྱི་ཡིར་ (IIC) ནང་ལ་ང་ཚོ་བོད་པའི་རིགས་གཞུང་དང་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་
 འབྲེམས་སྒྲེལ་མང་པོ་ཞུ་རྒྱུ། བཀའ་སློབ་གནང་མཁན། བཟོ་སྐྱེད་གནང་རྒྱུ་དེ་དག་མང་པོ་ཞིག་བར་བསྐྱིག་གི་ཡོད་རེད། ཆོང་
 བ་ལྷན་ཚོགས་ནས་ཀྱང་སྐབས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན། ཕྱི་ལི་ (Haat) ལ་གཟུང་པ་སངས། སྒྲིན་པ། ཉི་མའི་ཉིན་མོར་བོད་པའི་སྤྱི་
 ཅུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འབྲེམས་སྒྲེལ་གང་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད་རུང་། ཆོང་བསྐྱོན་རྒྱུ་ཡིན་ནའང་། དེ་དག་གནང་སྟེ་རྒྱ་གར་ནང་ལ་
 ལོ་རྒྱུགས་སྒྲེལ་རྒྱ། མང་འཕྲེ་ ༣༠ ཆོང་མར་བཅར་རྒྱ། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འཛུགས་སྐྱོང་ཡོངས་ནང་རྒྱལ་ཁབ་ཆོང་མའི་
 བཀའ་བློན་ལ་བརྟེན་ང་ཚོ་གནས་སྤྱོད་རེད། རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག་གི་རྒྱལ་སྐྱོར་ལོག་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲུང་བཞིན་པ་རེད། དེར་
 བརྟེན། སྤྱུགས་རྗེ་ལེགས་འབྲུལ་དེ་ཡིན་ནའང་། བྱམས་སྤྱིར་རྒྱུ་གཅིག་ལུ་མ་རེད། བོད་མའི་ལ་རབས་བཟང་སྤྱོད་གཞི་ལ་
 བཞག་པའི་ཐོག་ནས་སྤྱུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་བར་བཅར་རྒྱུ་དཔེ་ཉ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད། འདིའི་ཐོག་ནས་ཉན་ཉན་རང་ལས་
 འགྲུལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་འདི་ཡིན།

ལོང་དུ་ཞུས་པ་བཞིན། བོད་རིགས་འབྲེལ་བའི་གཞིན་སྐྱོས་ཚོ་ལ་རྒྱལ་སྐྱོར་གནང་བ་དེར་བཀའ་ལག་ནས་མཐུན་
 རྒྱུན་གནང་བ་བཞིན་རྒྱལ་སྐྱོར་ཡོད་ཟེར་བ་ལ་འདྲེས་ལེན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བཀའ་ལོས་གཞན་ཞིག་ནས་བསྐྱུགས་བརྗོད་ཉ་ཅང་
 གནང་སོང་། འིལ་བསྐྱུགས་ལས་ཁུངས་སྤྱི་ཡོངས་དང་། བོད་ཀྱི་བརྟན་འཕེལ། བོད་ཀྱི་འབྲེམ་སྟོན་ཁང་། སྤྱི་བྱས་ཉམས་ཞིབ་
 ཁང་། དེ་དག་ཡོངས་ལ་ང་ཚོས་འབད་བཅོམ་ཁྱེད་སྤྱོད་ཡིན། སྤྱི་བྱས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་ལ་འདྲེས་རམས་པའི་ལག་འབྱེར་
 ཡོད་མཁན་ཁོང་ཚུ་ལ་གསུམ་ཅུ་མེས་པོ་ཡོད་རེད། དེ་ལས་མང་བ་བཞི། ལུ་ དུག་ ལུང་བ་ཡིན་ན་ང་ཚོ་ཉམས་ཞིབ་པ་ཡིན་
 ཟེར་སྐབས། འབྲུམ་རམས་པའི་ལག་འབྱེར་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ཉམས་ཞིབ་པ་ཆད་དང་ལྷན་པ་ཞིག་ཆགས་སྤྱོད་འདི་རྒྱལ་
 སྤྱིའི་སྤྱིངས་ཆའི་ཐོག་ནས་ཞིབ་འཇུག་བསྟེན་གནས་ཁང་དེ་དག་ལ་བསྟེན་སྤྱོད་རྒྱུ་ཉ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་ ཆོས་
 ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྟོབ་ཀྱི་ཡོད་རེད། འགོ་བ་མའི་ཐོབ་ཐང་ཐོག་ནས་གཅིག་སྟོབ་ཀྱི་ཡོད་རེད། བོད་དོན་རྒྱལ་སྐྱོར་ཚོགས་
 པའི་ཐོག་ནས་ཀྱང་སྟོབ་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་དང་དེ་བཞིན་འཛུགས་སྐྱོང་ནང་ལ་ཉམས་ཞིབ་བསྟེན་གནས་ཁང་དེ་དག་ལ་སྟོབ་སྤྱོད་རྒྱ་
 འདི་ཉ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་ འཛུགས་སྐྱོང་གཞན་ཁག་ལ་ཡིན་ན་བསྟེན་གནས་ཁང་ལ་བཞུགས་པ་དེ་དག་མ་འོངས་པ་ན་
 འབྲེལ་བ་ཡོད་བཞིན་པའི་ཆབ་སྲིད་ཚོགས་པའི་དབང་ཆ་ལྟ་བུ་འདི་ཐོབ་པ་ཡིན་ན་དེ་དག་གཞུང་ནང་ལ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་རེད།
 གལ་ཏེ་གཞུང་ནང་པན་པ་བྱས་པ་ཡིན་ན་བསྟེན་གནས་ཁང་ལ་ཐེབས་སྐབས། དེ་དག་ལ་འབྲེལ་བ་གནང་རྒྱུ་རེད། དེ་ཕྱིན་ཅིའི་

ལུང་པ་རེད། (Italy) རེད། ཨ་རི་རེད། དེ་དག་ཡོངས་ལ་སྟོན་ཅིང་། འགྲོ་དང་འགྲོ་ཐུས་ཡིན། ཁོ་རང་ཆོ་ཡིན་ནའང་ཐུག་ལས་
 ཉ་ཅང་གི་ཡག་པོ་གནང་གི་འདུག་ཅེས་ཞུ་བྱ་ཡིན། གོང་དུ་གངས་ཀ་འདི་ནོར་འདུག་ གོས་ཆོག་གས་ཀྱི་ར་བ་ཡིན་སྟབས་གངས་
 ཀ་ནོར་ན་ཡག་པོ་མི་འདུག་ གོང་དུ་ངས་ (Bod.Asia) ཟེར་བ་འདི་ལ་ད་ལྟ་བར་དུ་ལོ་གཅིག་ནང་གཟིགས་མཁན་གྱི་གངས་ཀ་
 འདི་ ༡༡༤༠༠༠ རེད་འདུག་ གོང་དུ་ངས་ ༣༠༠༠༠༠༠ ཟེར་བ་དེ་དེ་ཕྱིན་ཟིའི་ (Tibet TV) བརྒྱན་འཕྲིན། ལོ་དྲུག་ནང་དེ་ཕྱིན་
 ཟིའི་བརྒྱན་འཕྲིན་ (YouTube) ལ་བྱུང་བ་འདི་ ༣༤༠༠༠༠༠ ཡིན་ནའང་དོ་དཔུང་ནང་གི་སྒྲ་ ༡༡ ནས་མ་གཏོགས་འགོ་བཙུག་
 ཡོད་པ་མ་རེད། རོ་དེ་བ་ནས་གཟིགས་མཁན་ ༣༣༠༠༠༠༠ བྱུང་འདུག་ གླ་བ་ ༡༩ ཆ་ཆང་འཁོར་བ་ཡིན་ན། འདི་ཡང་རྟེན་
 འབྲེལ་དང་སྒྲགས་ཏེ། ༤༠༠༠༠༠༠ ཅམ་གཟིགས་སྤྱབ་མཁན་འབྱུང་བ་འདུག་བསམ་པའི་རེ་བ་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེ་དག་ཡོངས་
 རྫོགས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་བྱ་ཡིན། ལྷ་དང་ལྷ་བཅུའི་ཆོག་འདུ་གྱི་སྒྲ་ ༡༠ པའི་ཆེས་འགོ་ལ་འཆོག་གས་ཀྱི་ཡོད་
 རེད། དེའི་ནང་བཀོད་པ་དེ་གྱི་རྒྱལ་གྱི་མི་སྣ་ ༤༠ ཅམ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། ཕྱི་ནས་བོད་རིགས་བཀའ་བླར་དང་གཙུག་པོའི་དོན་
 གཙོད་དང་ལས་བྱེད་དེ་ཆོ་བཅིས་པ་ཡིན་ན་བཞི་བཅུ་ཞེ་གངས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནས་བཞུགས་སྐར་རྩ་མཁ་ས་ལར་ཡོད་པའི་
 མི་སྣ་དེ་འབྲུ་འཛོམས་ཏེ་ར་ཆོ་ལོ་ལྷ་ལ་གང་བྱེད་རྒྱ་རེད། ལོ་ལྷ་བཅུའི་ནང་གང་བྱེད་རྒྱ་རེད། ད་ལན་གཙོ་བོ་འདི་ཕྱི་ན་ཡོད་པའི་
 མཁས་དབང་དང་གནད་ཡོད་མི་སྣ་ཆོའི་དགོངས་ཚུལ་ཅི་ཡོད་པ་རྟོགས་སྤྱབ་ན་བསམ་པ་རེད། གང་ལ་ཟེར་ན། གཞི་ཅིའི་བོད་
 པའི་ནང་ཁུལ་ལ་ཆོག་འདུ་མང་པོ་ཞིག་འཆོག་གས་ཀྱི་ཡོད་རེད། བོད་དོན་རྒྱལ་སྐྱོར་ཆོག་འདུ་པ་གཙུག་པོའི་སྤྱི་འཐུན་ཆོག་འདུ་པ་
 དང་མང་པོ་ཞིག་འཆོག་གས་ཀྱི་ཡོད་རེད། འདིའི་ནང་ལ་ར་ཆོས་རིག་པ་བསྐྱེམས་ནས་དགོངས་འཆར་དང་འཆར་གཞི་དང་ལས་
 འཆར་མང་པོ་ཞིག་འདོན་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། དེ་དག་ཡོངས་རྫོགས་ལེགས་པའི་རང་བཞིན་རེད་དེ། ཕྱིའི་མཁས་པ་བོད་དོན་ལ་
 རྒྱལ་སྐྱོར་ཡོད་མཁན། བརྟེ་མེམས་ཡོད་མཁན། ཡིན་ནའང་བོད་དོན་ཐོག་ལ་དུས་རྟག་དུ་ཐུག་ལས་མ་གནང་མཁན་དེ་འབྲུ་
 ཡོད་རེད། དེ་འབྲུ་ཡོད་པ་ཁོ་རང་ཆོའི་དགོངས་ཚུལ་རྟོགས་སྤྱབ་པ་ཡིན་ན། འདིའི་ནང་ནས་ཉན་ཉན་རང་སྤྱགས་པན་སོས་པ།
 གནད་ལ་འཁེལ་པའི་ཐབས་བྱས་ཟེར་ནའང་འབྲ། ལས་འཆར་འདོན་གྱི་རེད་བསམ་པའི་རེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། འདོན་དང་མི་འདོན་
 རིམ་པས་གཟིགས་རྒྱ་རེད། ར་ཆོས་ཐབས་ལམ་གསར་པ་ལྟ་བུ་བྱས་པ་ཞིག་རེད། འདི་འཆོག་འདུ་པའི་སྤྱབས་དེར་དབྱུ་འབྲེད་
 མཛད་སྟོའི་སྤྱབས་སུ་རྒྱུན་ལས་རྣམ་པ་འཛུལ་པའི་ཐབས་ཀྱི་ཡོད་རེད་ལ་འཆོག་འདུའི་ནང་གང་འབྱུང་བ་ཆ་ཆང་བ་ར་ཆོས་བརྒྱན་
 འཕྲིན་བརྒྱུད་དེ་གསལ་བསྒྲགས་བྱེད་རྒྱ་དང་གསར་འབྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ལ་གསལ་བསྒྲགས་བྱེད་རྒྱ་མ་རེད། གང་ལ་ཞེ་ན་
 གནད་ཡོད་མི་སྣ་མང་པོ་ཞིག་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་སྟབས། ད་ལན་དགོངས་པ་གང་ཞིག་གསུང་རྒྱ་ཡོད་རུང་། ཐེ་ཆོམ་མེད་པའི་ཐོག་
 གསུང་རོགས་གནང་། འདི་ར་ཆོས་བརྒྱན་འཕྲིན་ནང་སྟོན་གྱི་མིན། གསར་འབྱུར་ནང་ལའང་སྟོན་གྱི་མིན། ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་ཀྱི་
 དགོངས་ཚུལ་གང་ཡོད་རུང་གསུང་རོགས་གནང་ཞེས་ར་ཆོས་སྤྲིངས་ཆ་འདི་བསྐྱུན་རྒྱ་རེད། དེ་འབྲུ་ཞིག་བསྐྱུན་པ་ཡིན་ན་ང་
 ཆོ་ལ་ཉན་ཉན་རང་པན་ཐོགས་པའི་དགོངས་ཚུལ་ཡོད་རྒྱུའི་རེ་བ་ཞུ་ཡི་ཡོད་ཞུ་བྱ་ཡིན།

བཀྲུ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་ (Paris) ལ་ཐེབས་པའི་སྤྱབས་སུ་ཡགོང་ས་མཆོག་ལ་མཆན་ཤས་ཞུ་མཁན་ཡོང་གི་
 འདུག་ཅེས་གསུངས་སོང་། ཉན་ཉན་རང་བཞིན་གྱིས་སྒོ་པམ་གྱི་གནས་ཚུལ་རེད། དེར་བརྟེན། ཡགོང་ས་མཆོག་ལ་མཆན་
 ཤས་སུས་ཞུ་བ་འབྲུ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། མཐའ་གཅིག་དུ་རོ་ཞོ་བྱེད་རྒྱ་འདི་བཀའ་ཤག་དང་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་ཆང་པའི་འགན་

རེད། མཐའ་གཅིག་ཏུ་དེ་ལྟ་ཡང་རྩོམ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ་དེ་རིང་གྲོས་ཆོག་གསུང་གི་ར་བ་འདི་བརྒྱུད་དེ་རྩོམ་བྱེད་མཁན་སུ་ཞིག་
 ཡིན་རུང་ཅ་བ་ནས་མོས་མཐུན་མེད། དམིགས་བསལ་བོད་པའི་ནང་ལ་ཡིན་ན། ཅ་བ་ནས་ལས་རྒྱ་འབྲས་མི་ཅི་མཁན། བཀའ་
 རྒྱུ་བསམ་མི་ཤེས་མཁན། རྩལ་པོ་ཞུས་ན་ཞབས་འདེན་ཞུ་མཁན། ཁ་སང་ཨོ་སི་ཁོ་ལི་ཡར་འབྲོ་བའི་སྐབས་སུ་ཞུས་པ་ཡིན།
 ཆབ་སྲིད་བཅོན་ཟུར་བྱས་ཏེ་པ་གཏར་པེབས་མཁན་ཆོ་གཞི་ཅའི་བོད་མིའི་སྤྲིག་འཛུགས་ནས་ཨོ་སི་ཁོ་ལི་ཡར་བཏང་བ་དེ་དག་
 ཆབ་སྲིད་བཅོན་ཟུར་གྱི་སྤྲད་དུ་ཨོ་སི་ཁོ་ལི་ཡས་ཐོབ་ཐང་གནང་བ་ཞིག་མ་རེད། བོད་མི་སྤྱི་ཡོངས་ཐོག་ལ་གནང་བ་ཞིག་རེད།
 ཡིན་ནའང་བཀའ་ཤག་གིས་དམིགས་བསལ་ཆབ་སྲིད་བཅོན་ཟུར་ཏེ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། རྒྱུད་རང་ཆོ་ལ་ཐོབ་ཐང་
 དམིགས་བསལ་བ་ཞིག་ཡོད་ན་གནང་གི་ཡིན་ཞེས་འདི་ལྟ་ལ་ནས། པ་གི་ལ་པེབས་ཐེན་པའི་རྩེས་སུ་རྒྱ་མིའི་གཞུང་ཆབ་དང་
 ལག་སྤྲེལ་བྱེད་པ། ལ་གོང་ས་མཆོག་ལ་མཆན་ཤས་ཞུ་མཁན་དེ་འདྲ་ཡོད་གི་འདུག ཏེ་ལས་པའི་ཐབས་སྤྱོད་པོ་རེད། ཞབས་
 འདེན་རེད་ཞུས་ཡིན། དེ་རིང་འདིར་ཆོག་གསུང་འདུ་ལ་ཡོད་མཁན་ཆོ་ཡག་པོ་བྱས་ནས་གསུང་རྒྱུ་ལས་གནང་། འདིར་མེད་ན་དེ་ལ་
 རེས་པར་དུ་བཟང་ལན་འཕྲོད་པ་གནང་རོགས་གནང་། ང་ཆོས་དམིགས་བསལ་ཐོག་པར་བཏང་། དམིགས་བསལ་བོད་མི་སྤྱི་
 ཡོངས་ཀྱི་ལ་གོང་ས་མཆོག་ལ་མཆན་ཤས་ཞུས་པ་ཡིན་ན་ཉན་ཉན་རང་བཞིན་གྱིས་སློ་པམ་ཞིག་ཡོད་གི་རེད། ཆབ་སྲིད་བཅོན་
 ཟུར་གྱིས་རྒྱ་མིའི་གཞུང་ཆབ་དང་ལག་སྤྲེལ་བྱས། མཆན་ཤས་བྱེད་མཁན་དེ་འདྲ་བྱུང་བ་ཡིན་ན་སློ་པམ་དེ་བས་ཀྱང་ཆེ་བ་
 ཡོད་གི་འདུག གང་ལ་ཐེན་ན་ཆབ་སྲིད་བཅོན་ཟུར་སུ་ཞིག་རེད་ཐེན་ན། བོད་ཅ་དོན་གྱི་ཆེད་དུ་སློས་བཏང་ནས་སྤྲེལ་ས་བསྐྱོན་
 གྱི་ཡིན་ཐེན་གྱི་ཡོད་རེད། བོད་མིའི་སྤྲིག་འཛུགས་ཀྱིས་ཁྱེད་རང་ཆོ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞེས་བདག་གཉེར་བྱེད་གྱི་ཡོད་རེད།
 གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞེས་ཨོ་སི་ཁོ་ལི་ཡའི་གཞུང་ལ་བདག་གཉེར་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་པར་བཏང་ཐེན་པའི་རྩེས་སུ་དེ་འདྲ་
 གནང་བ་ཡིན་ན་ཅ་བ་ཉིད་ནས་འགྲིག་གི་མ་རེད། ཞབས་འདེན་རེད་ཅེས་སྐབས་དེར་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་འདྲ་སུ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ན་
 དེ་རིང་གྲོས་ཆོག་གསུང་ར་བ་འདི་བརྒྱུད་ནས་དེ་རིང་ཞུ་ཡི་ཡོད། གང་ལ་ཞེ་ན། ཆོས་ཕྱོགས་པར་གཡུག་ཞིག་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐོག་
 ནས་ཡིན་ནའང་ཁོང་ལས་ལྷག་པ་སྤྲེལ་ས་སྤྱོན་མཁན་སུ་ཞིག་ཡོད་དམ། ང་ཆོ་ཆང་མ་འཇམ་གླིང་ནང་དཔུང་པ་མཉམ་གཤིབ་
 གྱི་ཐོག་ནས་འཕྲོ་བྱུང་རྒྱ་འདི་ཁོང་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་མེད་པ། དེ་འདྲ་རང་བྱས་ཏེ་འཕྲོད་གོས་ཀྱི་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས། དེ་འདྲ་
 བྱས་ན་ཅ་བ་ནས་འགྲིག་གི་མ་རེད་ཅེས་ངས་དེ་སྤྲེལ་ཞུ་སྤྲོད་ཡོད་ལ། ང་ཡིན་ནའང་དུས་ཉག་ཏུ་དམ་བཅའ་དེ་ཅི་ཡི་ཡོད།
 དུས་ནམ་ཞིག་ལ་ལ་གོང་ས་མཆོག་མཇལ་བའི་སྐབས་སུ་གཏམ་བཟང་ཞིག་དང་གནས་རྒྱལ་བཟང་པོ་ཞིག་ ང་ཆོར་བཀའ་མི་
 ཅམ་གནང་བ་དེ་དག་བསྐྱབས་སོང་ཞེས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཞུ་བྱས་ན་བསམ་པའི་ཐོག་ནས་དུས་ཉག་ཏུ་དཀའ་ལས་རྒྱག་ཅིང་། སྤོང་
 མཁན་གྱི་མི་གཅིག་ཡིན། ད་ལན་ཆང་མས་མཇལ་ཡོད་རེད་ལ་ད་ལྟ་གནས་ཐང་ལ་ཆོག་གསུང་གཙོ་རིད་གཉིས་ལ་གོང་ས་མཆོག་
 མཇལ་བའི་སྐབས་སུ་ད་ལན་གང་འདྲ་བྱུང་ངམ་ཞེས་ཞུས་པའི་སྐབས། སྤྱི་ཐང་ཏོག་ཅམ་ཆད་སོང་ཞེས་གསུངས་བྱུང་། ཁ་སང་
 ལ་དགས་ནང་བཞིན་དུ་ཆད་དེ་སྤྱི་ཐང་ཆད་སོང་ཞེས་དེ་འདྲ་གསུངས་མ་སོང་སྟེ། གཞི་ཅའི་སྤྱི་ཐང་ཆད་པ་དེ་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་
 སེམས་འཆབ་ཡོད་དེ་ཁ་སང་ནང་བཞིན་ཆད་དེ་ཆད་ཀྱི་འདུག ཅེས་མ་གསུངས་པའི་སྐབས་སུ་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ཁ་སང་ལས་
 ལྷག་སློ་བའི་པ་འདྲ་བྱུང་སོང་། འདི་ངས་ཞུས་ན་བསམ་པ་བྲན་སོང་།

ཡགོང་ས་མཆོག་སྐྱུང་ལ་གསོ་དགོས་པ། མཛད་རིམ་སྤྲིག་སྤངས་ཐོག་ནས་སྤྱགས་སྤང་གནང་དགོས་པ། གོང་དུ་
 བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མང་པོས་གསུངས་སོང་། ཁ་སང་ (Dibrugarh) གནམ་གྲུ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གཞི་ཅེའི་འབྲེལ་
 ཡོད་ཕྱག་རོགས་བདེ་སྤང་བཀའ་ལློན་གྱིས་གསུངས་སོང་སྟེ། ངས་འདི་རོབ་ཅ་མ་ཞུས་ན། (Guwahati) ནས་
 (Dibrugarh) བར་གནམ་གྲུ་ཐེབས་སྐྱུ་འདི་པ་གིའི་མཐོ་སློབ་གཅིག་ལ་མཛད་རིམ་ཞིག་ཡོད་རེད། དེ་ཡོད་སྟབས། མངའ་
 སྡེ་གཞུང་གིས་དམིགས་བསལ་བྱས་ནས་གནམ་གྲུ་ཡག་པོ་ཆུང་བ་གཅིག་གྱ་སྤྲིག་གནང་བ་རེད། གནམ་གྲུ་དཀྲུས་མ་ལས་
 དམིགས་བསལ་གནམ་གྲུ་ཞིག་གོ་སྤྲིག་གནང་བ་རེད། དེ་གནང་བའི་སྐབས་སུ་དུས་རྟག་ཏུ་གནམ་གྲུ་གཏོང་མཁན་རེད། གནམ་
 ཐང་རེད། དེ་ནང་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་རེད། ཆང་མས་གནམ་གཤིས་གང་འདྲ་འདྲག་འདི་ཉན་ཉན་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་གི་
 ཡོད་རེད། སྤྱག་པ་མང་པོ་ཡོད་པ་དང་ཆར་པ་འབབ་གི་ཡོད་ན་གནམ་གྲུ་ཐེབས་སྐྱུ་ཡོད་པ་མ་རེད། གནམ་གྲུ་གཏོང་མཁན་
 རོས་ནས་ཀྱང་འདི་ཟེར་གི་རེད། དེ་ནས་གནམ་ཐང་གིས་ཀྱང་མ་ཐེབས་རོགས་ཟེར་གི་རེད། ཡིན་ནའང་། ད་ལན་སློབ་ཁྱེད་དུ་
 འགྱུར་བ་ཕྱིན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གནམ་གྲུ་འཁྲུགས་པོ་ཆགས་འདྲག་འདིའི་རྒྱུ་པས་ཡགོང་ས་མཆོག་ལ་སྤྱགས་འཆབ་ཡོང་རྒྱ་
 དང་གསུངས་པ་དེ་དག་རང་རེད་མ་གཏོགས་འདི་ནས་སྤང་མེད་ཤོར་བ་ཅ་བའི་དུས་མ་རེད། ནམ་རྒྱུན་གནམ་གྲུ་གཅིག་ནས་
 གཅིག་ལ་མ་ཐེབས་སྟེན་དུ་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས། དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་། བདེ་སྤང་ལས་ཁུངས། གནམ་གྲུ་གཏོང་མཁན།
 གནམ་གྲུ་འབུལ་མཁན། མངའ་སྡེ་གཞུང་ཆང་མས་བཀའ་བསྐྱར་གནང་སྟེ་གང་གཟབ་གཟབ་བྱས་ན་མ་གཏོགས་ཐེབས་གི་ཡོད་
 པ་མ་རེད། ད་ལན་དེ་འདྲ་ཆགས་པ་དེ་མ་འོངས་པ་ལ་མི་ཆགས་པ་ང་ཆོར་འགན་ཡོད་རེད་ལ་འདི་ཁྱེད་ནས་འབད་བཅོམ་གནང་
 དང་གནང་ཐུས་ཡིན། ཡིན་ནའང་ཁོ་སྐབས་དེར་ (Guwahati) ནས་ (Tawang) བར་ (Helicopter) ནང་ཐེབས་སྐྱུ་
 རེད་དེ། ཡགོང་ས་མཆོག་ཆེབས་གྱའི་ནང་ཐེབས་སྐབས་སེམས་འཆབ་ཏུ་ཅང་བྱུང་། སྐྱུང་ལ་ཏུ་ཅང་ཡོང་གི་རེད་བསམ་སོང་།
 ཡིན་ནའང་སྟབས་ལེགས་པ་གཅིག་ལ་ས་གནས་ས་ཐོག་ནས་ཐོང་གསེབ་མང་པོ་དེ་འདྲའི་ཁྱོད་ཡགོང་ས་མཆོག་མཛུལ་སྤྱོད་
 མེད་མཁན་དང་དེ་སྤྱི་མཛུལ་སྤྱོད་ཡོད་རུང་། ད་ལན་མཛུལ་ཡོད་སྐབས་ཁོང་ལ་དད་པ་བཅི་བཀུར་གང་འདྲ་ཡོད་པ་འཛུལ་སྤྱོད་
 ཡོངས་ལ་མཛུལ་རྒྱ་ཞིག་འབྲེམས་སྟེལ་བྱེད་ཡོང་སྐབས། རང་བཞིན་གྱིས་ཡགོང་ས་མཆོག་ཀྱང་ཕྱིས་སུ་སྤྱགས་མཉེས་པོ་
 བྱུང་སྟེ། (Arunachal) ལ་ཏུ་ལས་པའི་ཡག་པོ་བྱུང་སོང་། གཅིག་བྱས་ན་ལོ་རྗེས་མ་ལའང་ཐེབས་གི་ཡིན་ཞེས་ཞུས་བཞེས་
 གནང་ཡོད་རེད། དང་པོ་དེར་སྤྱགས་འཆབ་ཏོག་ཅ་མ་བྱུང་ཡོད་རེད་དེ། གང་ལ་ཞེ་ན་མི་མང་གི་དད་བཀུར་བཅི་བཀུར་བྱས་
 པར་བརྟེན། སྤྱགས་ཡོངས་ནས་ཏུ་ཅང་གི་ཡག་པོ་བྱུང་སོང་ཞེས་ཡགོང་ས་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་ལྟར། (Arunachal) ལ་
 ཏུ་ལས་པའི་ཡག་པོ་བྱུང་སོང་ཞེས་འདི་སྟན་གསན་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་ནང་བཞིན་གོང་དུ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས། དཔལ་
 ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། དཔལ་ལྷན་སྤྱི་འཐུས་ཆོག་ཏོག་ཅ་མ་དབུ་བཞུགས་གནང་རོགས་གནང་། དཔལ་ལྷན་ཕྱི་དྲིལ་
 བཀའ་ལློན་མཆོག་ནས། ལགས་སོ།

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

སྤྱི་འཐུས་ལྷ་རྒྱ་རི་རྩམ་རྒྱལ་སློལ་དཀར་ལགས། ལས་རིམ་རྩམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཁྲིའི་ཚུལ་ཀློང་དཀར་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ངས་ལས་རིམ་ཚུལ་གཞག་ཞུ་རྒྱུ་ལ། དཔལ་ལྷན་གྱི་དེའ་བཀའ་སློན་ངོས་ནས་གོང་དུ་ངས་
ཡ་སྐབས་མགོན་པོ་མོ་ཆེའི་མཆོན་ལས་ཞུ་རྒྱུ་འོ་ལ་བཀའ་མོལ་ཞུས་པ་ཡིན། ཉན་ཉན་ཡ་སྐབས་མགོན་པོ་མོ་ཆེ་ལ་
མཆོན་ལས་ཞུས་པ་དང་དེ་ཆོ་སྤྱད་ཞུས་པ་ཡིན་ན་ཉག་ཉག་ཅིག་འགྲིག་གི་མ་རེད་དེ། གོང་དུ་ངས་ཞུས་པ་འདི་ (France)
འོས་བསྐྱེད་བརྒྱུད་རིམ་སྐབས་སུ་ཁོ་རང་ཆོའི་ཤུགས་ལྷན་ཚོགས་པས་ཡ་སྐབས་མགོན་པོ་མོ་ཆེ་ལ་མཆོན་ལས་བྱས་པ་འདི་
ཁོ་རང་ཆོའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་བསྟན་ནས་རྒྱ་ནག་གཞུང་ལ་སྤྲེལ་ལད་བཤད་པའི་རྒྱུ་གི་ས་དེ་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་འདུག
འདི་དང་འདི་འདྲ་བའི་རབ་དང་རིམ་བུ་ལ་ལུང་གཞན་ནང་ཡོང་མི་སྲིད་པ་མ་རེད། དེར་བརྟེན། ས་གནས་ས་ཐོག་གི་ང་རང་
ཆོའི་དོན་གཙོད་ཡིན་ནའང་འདྲ། བོད་རིགས་མཐུན་ཚོགས་ཁོ་རང་ཆོས་སྤྱུགས་སྤང་གནང་དགོས་པ་ཞིག་རེད་འདུག བོད་མིའི་
སྤྱི་གཙུགས་ངོས་ནས་འདི་སྐོར་ལ་སྤྱུགས་སྤང་གནང་དགོས་པ་ཞིག་རེད་འདུག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་
ནས། གསལ་པོ་བྱང་སོང་།

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

དཔལ་ལྷན་གྱི་དེའ་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་གྱི་དེའ་བཀའ་སློན་སྒོ་བཟང་སེང་གེ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་གསལ་བཤད་གནང་བར་སྤྱུགས་ཐེ་ཆེ་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གཞི་ཅིའི་
རྒྱ་གར་རེད། (France) གཙོ་ས་པའི་འཛམ་གླིང་ཁག་ནང་ལ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཚོགས་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ། ལྷ་བྱུང་ནང་གཡོན་
ཕྱོགས་སུ་འཁེལ་མཁན་ནང་ལ་ (Left) ཟེར་གྱི་རེད་ལ། དེ་དག་གི་ནང་ལ་ཉོག་ཅམ་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། རྒྱ་གར་ནང་ལའང་ཡོང་
གི་ཡོད་རེད། (France) རེད། འཛམ་གླིང་གར་དུ་ཡིན་ནའང་ཉོག་ཅམ་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། ཁོ་རང་ཆོ་གྲང་གན་ཉང་དང་སྤྱི་
ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དང་མཐུན་པའི་ཐོག་ནས་ཤུགས་ལྷན་ཚོགས་པ་དེ་འདྲ་ཉན་ཉན་ཡོང་སྲིད་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག
དེ་དག་ལ་ང་ཆོ་ཆང་མས་དོགས་ཟོན་བྱེད་དགོས་པ། ས་གནས་ས་ཐོག་ནས་གཞི་མེད་ཀྱི་སློན་བཟོད་དེ་འདྲ་བྱས་པ་ཡིན་ན།
གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ནས་ཡིན་ནའང་འདྲ། གང་ཟག་ལ་བཅར་དགོས་འབྱུང་བུང་བཅར་ནས་གོ་རྟོགས་སྤེལ་དགོས་པ་
ཉ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད། འདི་ང་ཆོས་ཐོ་བསྐྱོན་པའི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་ཡོད་དོན་གཙོད་ཁག་དེ་དག་ལ་ཡང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བྱིས་
སུ་ང་དང་འབྲེལ་ཡོད་བཀའ་སློན་ཚུལ་པ་ས་གནས་ཁག་ལ་ཕེབས་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ང་ཡིན་ནའང་གྱི་ཆུ་ ༡༡ ནང་
(Strasbourg) ལ་ཚོགས་འདུ་གཅིག་ལ་འགྲོ་འཆར་ཡོད། སྐབས་དེར་འབྲེལ་ཡོད་མི་སྣ་དེ་ཆོ་པ་གིར་ཡོད་པ་ཡིན་ན་བཅར་
ཞིང་གསལ་བཤད་ཞུ་རྒྱུ་ང་ཆོའི་འགན་རེད། དེ་དག་ཞུ་ཡི་ཡིན་ཞེས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་འགའ་ཞིག་ནས་
ཁུང་ཅིའི་ལྷ་བྱུང་ (Confucius Constitute) ཐོག་ནས་གང་གནང་གི་ཡོད་རེད་དམ་ཞེས་བཀའ་འདི་གནང་སོང་། འདི་
བོད་དོན་རྒྱ་བ་སྐྱོར་ཚོགས་པའི་ཚོགས་དུས་ ༥ པའི་ནང་ལ་བོད་དོན་རྒྱ་བ་སྐྱོར་ཚོགས་པའི་ལས་འགུལ་ཆེ་ཤོས་སྤེལ་རྒྱུ་

གོང་དུ་ལྷན་སྐྱེས་པ་ལྟར། བླ་མ་གྱི་འགྲོ་ལུ་མེ་མོ་ (Bern) ལ་དེ་འདྲི་གནང་བ་དང་འདི་ལ་ཆོག་པ་གཙོ་བོར་པ་
(Mayagraph) བེབས་པར་སྤྲུག་པ་ཆེ་ཆེ་ལྟ་བུ་དང་། བཀྲ་འོས་སྤྱི་འཐུས་སྤྱད་སི་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་སྐབས། སྤྱད་སི་ནས་
སྤྱི་ཆབ་སྤྱད་མེད་ 6 བེབས་པ་དང་ཨ་རིའི་གྲོས་ཆོག་པ་འཐུས་མི་མེབས་པར་དབྱེ་འབྱེད་ཀྱི་ནུས་པ་འདྲི་ཞིག་འདུག་ འདི་སྤྱད་
མེད་ལྷན་སྐྱེས་སྤྱི་ལ་བའི་གྲོས་པ་གཞན་གྱིས་གང་མང་གསུང་གི་འདུག་སྟེ། འོན་ཏེ། ལག་བསྟར་ལ་ཡང་སྤྱད་མེད་རྒྱུ་
པའི་སྤྱི་ཆབ་མེབས་པའི་སྤྱབས་སྤྱ་པའི་ཆེར་སྤྲུག་སྤྱད་ཏོག་ཅུ་རྒྱུ་དང་བའི་ཆོར་བ་འདྲི་ཞིག་འདུག་ འདི་དེ་འདྲི་རང་སྤྱད་
མེད། དེས་ཡོད་དེ་གང་མེད་ཟེར་ན། གཅིག་ཁ་གསལ་ལྟར། འཛམ་གླིང་ནང་ནས་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱོད་པ་ལྷན་སྤྲུག་ཆེ་ཞོས་ཨ་རི་མེད།
གཉིས་ནས་ཨ་རིས་གང་གསུངས་པ་དང་གང་གནང་བ་ཡིན་ནའང་འདི་རྒྱ་ནང་གིས་ཀྱང་དོ་སྣང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མེད། ཨ་རིའི་སྤྱི་
ཆབ་དེ་དག་རྒྱ་གར་རྒྱ་རམ་ས་ལར་ཡིན་རྒྱུ་དུ། ཡང་ནས་ཡང་དུ་མེབས་སྤྱབ་ཀྱི་ཡོད་མ་མེད། པའི་ཆེར་མོ་ལྟ་། མོ་བཅུ་དེ་འདྲི་
འགོར་གྱི་ཡོད་མེད། ཨ་རི་སྤྱོད་པ་ལྷན་སྤྲུག་ཆེ་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཡིན་ཁར། ཁོ་རང་ཆོས་གང་གནང་བ་ཡིན་ནའང་ཆབ་སྤྱོད་ཀྱི་
གནད་འགག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མེད། འདིའི་ནང་ནས་ལུས་ (Nancy Pelosi) མཆོག་གྲོས་ཆོག་པ་ཀྱི་ཆོག་པ་གཙོ་བོར་པ་ ར་
ཆོའི་གྲོགས་པོ་ཆེར་པ། གྲོས་ཆོག་པ་ཀྱི་འཐུས་མི་ཆོ་དང་པོ་ཆེད་དུ་མངགས་ནས་བོད་ལ་མེབས། དེ་ནས་ཆབ་སྤྱོད་ཀྱི་གནད་
འགག་བྱས་ནས་ཆེད་དུ་མངགས་ཏེ། རྒྱ་རམ་ས་ལར་མེབས་ཀྱི་ཡོད་མེད། དེར་བརྟེན་ཆབ་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཉ་ཅང་གི་གནད་
འགག་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མེད། གཞི་ཅིའི་སྤྱད་སིའི་གཞུང་ཉ་ཅང་གི་བཀའ་ཁྲིན་ཆེན་པོ་མེད། རྒྱལ་ཁབ་བཀའ་ཁྲིན་ཆེན་པོ་
མེད། སྤོན་མ་ཡིན་ན་ར་ཆོའི་སྤྱབས་པའི་པ་མང་ཞོས་གསལ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མེད། ཡིན་ནའང་། ཨ་རི་ལ་དམིགས་བསམ་ལ་
གཅིག་གང་ཡོད་མེད་ཟེར་ན། དེ་མའི་ལམ་ཀྱི་ཐོག་ལ་རྒྱལ་སྤྱོད་གནང་མཁན་པོ་བྱང་དཀར་པོ་ནས་དེ་མའི་ལམ་ལ་རྒྱལ་
སྤྱོད་དང་བསྐྱུགས་བརྗོད་ཡོད་ཅེས་རྒྱལ་ཁབ་ཡིན་ནའང་དང་ཞོས་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མེད། དེར་བརྟེན། རོགས་དེལ་མང་བ་
གནང་གི་ཡོད་པ་ཅུ་མ་མེད། རོགས་དེལ་ཡང་མང་ཞོས་གནང་གི་ཡོད་མེད། རོགས་དེལ་གནང་རྒྱ་དེ་ཡང་ཆབ་སྤྱོད་ཐོག་གི་

བོད་མིའི་སྤྱི་ག་འཛུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དོན་གཅོད་ཁང་ནས་རྒྱ་མཚོ་དེའི་འཛུགས་སྐོར་ལ་མ་རྒྱུ་པ་གནང་ན་འགྲིག་གི་ཨ་
ཡོད་ན། ཞེས་གསུངས་སོང་། ལས་བསྡེམས་སྣེར་བསྐྱུས་ནང་ལ་སྣེར་བསྐྱུས་རང་རྒྱུ་གཡ་ཆེ་བ་རེ་གཉིས་མེག་བཞོད་ཡོད་
རྒྱུ་ལས་བསྡེམས་རྒྱུ་པའི་ནང་ལ་རས་ཞོད་དུ་ཞུས་པ་བཞིན། དོན་གཅོད་ཁང་ནས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་འགུལ་གང་དང་གང་

སྤེལ་གྱི་ཡོད་མེད། ཏ་ཅང་གི་ཁ་གསལ་བཀོད་ཡོད་རེད། ལུ་མ་ཐུད་ནས་སྤེལ་གྱི་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། རྟོན་གཙོད་ཁང་གི་ལས་
 བྱེད་ཁག་ཁ་གསལ་ཤིག་གི་རྒྱལ་ལ་ཐེབས་པའི་སྐབས་སུ་དང་པོ་ཁོ་རང་ཆོས་གལ་ཆེ་དོན་ཆེན་ལ་བཅི་རྒྱ་ནི་སོ་སོ་པར་སྤྲོགས་
 གི་མི་སེར་གྱི་ལག་འཁྲེར་ཟེར་ནའང་འདྲ། སོ་སོ་བརྟན་སྡོད་བྱེད་རྒྱུའི་སྦྲད་དུ་འབད་བཅོན་དེ་འདྲ་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཆབ་སྲིད་གྱི་
 ལས་འགུལ་ལ་འཐུས་ཤོར་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པའི་ནམ་པ་མཐོང་གི་འདུག་ཅེས་གསུངས་སོང་། དེ་འདྲ་གནང་གི་ཡོད་རེད་ཅེ་ཅ་བ་ནས་
 ཞུ་རྒྱུ་མེད། འོན་ཏེ། དེ་སྔ་དེ་འདྲ་བྱུང་བའི་གནས་ཚུལ་ཡོད་རེད། དེར་བརྟེན། སྡོན་མའི་བཀའ་ཤག་རེད། ད་ལྟའི་བཀའ་ཤག་ལ་
 ལམ་སྟོན་དང་ལངས་སྤྲོགས་ཁ་གསལ་ཞིག་གང་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། གཞི་ཅའི་གང་ཟག་གིས་གང་གནང་དང་མ་གནང་འདི་སོ་སོ་
 ལ་རབས་བཟང་སྦྱོད་དང་སྒྲུང་དོར་སྤྲིག་ཞིག་མང་པོ་ཞིག་ལ་རག་ལས་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་། བཀའ་ཤག་གི་ལངས་སྤྲོགས་ཁ་
 གསལ་བཟོ་དགོས་ཀྱི་འདུག་པར་བཏང་བ་དེ་ལས་བྱེད་པ་བྱས་ནས་བཏང་བ་རེད། ཚུར་ཡང་ལོག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། འདི་
 བྱས་ནས་ར་ཆོས་གང་བྱས་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། དེ་སྔ་ཡིན་ནའང་ལས་བྱེད་པ་ཡིན་བཞིན་དུ་ཁོ་རང་གི་བཟའ་ཚུ་ཡིན་ནའང་འདྲ་
 ལས་བྱེད་པས་སོ་སོ་པ་གི་ལ་སྐབས་བཅོལ་ལག་འཁྲེར་ཡིན་ནའང་འདྲ། པ་གིར་གཏན་སྡོད་བྱེད་རྒྱུའི་ལག་འཁྲེར་ཞུས་པའི་
 སྐབས་སུ་དོན་གཙོད་ནས་རྒྱལ་གཉེར་ཡི་གེ་ལྟ་བུ་བྱས་ནས་ཁོ་རང་བོད་མི་རོ་མ་རེད་ཅེས། དོན་གཙོད་ཀྱིས་ལས་ཤོག་ཐོག་དུ་
 མཆོན་ཏེ་གསུང་དང་དམ་སྤྲུག་བརྒྱབས་ནས་འབུལ་གྱི་འདུག་ འདི་བོད་པ་སྤྱི་ཡོངས་ལ་འབུལ་གྱི་ཡོད་རེད། འདི་འགྲིག་གི་མི་
 འདུག་ འདི་ཁོ་རང་ལ་ཕུལ་བ་ཡིན་ན་འགྲིག་གི་མི་འདུག་ བོད་པ་སྤྱི་ཡོངས་ལ་འབུལ་རྒྱ་དེ་གང་རེད་ཟེར་ན་བོད་པ་ཡོངས་
 རྫོགས་པ་གི་ལ་སྤེབས་ནས་ར་བོད་པ་ཡིན་རྒྱལ་གཉེར་ཡི་གེ་དེ་གནང་རྫོགས་གནང་ཟེར་དུས་རྒྱལ་གཉེར་གནང་གི་ཡོད་རེད།
 དོན་གཙོད་ལས་བྱེད་གཅིག་གིས་དེ་འདྲ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་བ་ཡིན་ན་ཅ་བ་ཉིད་ནས་འབུལ་རྒྱ་མི་འདུག་ ཁོ་རང་པར་
 ཕྱིན་པའི་རྗེས་ལ་ཚུར་ལོག་ཡོང་དགོས་རེད། དེར་བརྟེན་འདི་ལ་ར་ཆོའི་ངོས་ནས་ཆ་ཤས་ལེན་གྱི་མེད། རྒྱལ་སྤྱིར་བྱེད་གྱི་མེད་
 ཅེས་བྱ་གྲིས་གནང་རྒྱུ་དེ་མཆོམས་འཛོག་བྱས་པ་རེད། འདི་ལས་ལྷག་པ་བྱ་ཐབས་གང་ཡང་མི་འདུག་ བྱ་གྲིས་འདི་ཏ་ཅང་
 གི་གལ་ཆེན་པོ་ཅི་ཡི་འདུག་ ལུལ་ལུང་ཁག་ནང་ལ་ཁྱེད་རང་བོད་པ་ཡིན་ན་དོན་གཙོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་ཆ་འཁྲེར་ཤོག་
 བོད་མི་ཡིན་པའི་དཔང་རྟགས་འཁྲེར་ཤོག་ཟེར་སྐབས། ཡིག་ཆ་དེ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིག་ཆ་དེ་ལས་བྱེད་པ་ཅ་བ་ནས་
 གནང་གི་ཡོད་མ་རེད། འདི་མཆོམས་འཛོག་བྱས་ཟེན་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་འདི་ཡིན། དེ་ནས་ཚུར་མ་ལོག་པ་ཡིན་ནའང་། ར་ཆོས་
 སྤར་ལས་ལྷག་པའི་ཉེས་པ་ཆེ་ཙམ་གཏོང་གི་ཡོད་རེད། བསམ་ཚུལ་ཏོག་ཙམ་ཏོག་ཙམ་བྱུང་སྟེ། པར་མ་འགྲོ་སྡོན་ནས་ཁོ་རང་
 ཆོས་ཁས་ལེན་ཡིག་ཆ་ལའང་མཆོན་ཏེ་གསུང་བསྐྱོན་པའི་ཐོག་ནས་ཐེབས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་དག་བྱས་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་
 གཙོ་བོ་འདི་ཡིན། དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཙོ་མཆོག་ངས་གསལ་བཤད་ཞུ་རྒྱུ་འདི་ཙམ་ཞིག་ཡིན། ད་དུང་ཆད་ལྷག་འདྲ་ཡོད་ཆེ།
 དན་སོས་པའི་སྐབས་སུ་ཞུ་ཆོག་པ་བགྱིས་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོག་གསལ་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་ལེན་ལྷ་རམས་པ་ཨ་ཀུག་ཆེ་བརྟན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ཨ་ཁུག་ཆེ་བརྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་མཆོག་དྭ་ལྷ་ར་ཆོ་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་གཞི་རྩའི་ལ་ཞོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྤྱུགས་རྩི་སྤྱི་ལ་བརྟན་ནས་ཕྱི་དྲིལ་གྱི་འབྲེལ་བ་དང་གནད་དོན་དེ་ཆོ་རྟ་ཅང་གི་ལེགས་པོ་ཡོང་བཞིན་པ་རེད། དེ་ནང་བཞིན་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་ལློན་རེད། ལས་བྱེད་རྣམས་པ་ཆང་མའི་ངོས་ནས་གང་སྐབ་ཅི་སྐབ་གནང་བར་བརྟེན། ལས་བསྐྱེམས་དང་དེ་ཆོ་འེན་ལ་བསྐྱུགས་བརྩོན་གང་མང་ཞིག་ཡོད་བཞིན་པ་དང་། དམིགས་བསལ་ངས་བསྐྱུགས་བརྩོན་ལྷ་རྒྱ་གཅིག་ལ་ང་ཆོ་སྤྱ་བརྟན་ཆེན་པོའི་ནང་ལ་སྐད་རིགས་རྒྱ་སྐད། བོད་སྐད། དབྱིན་ཇིའི་སྐད་གསུམ་གྱི་ཐོག་ནས་གསར་འགྱུར་བཤད་བཞིན་པ་དེ་སྤྱི་ཆོག་གི་འཕམ་གྱི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་། སྐབས་བདེ་པོ་བཅོས་ཏེ་གང་ལྟར་ཆ་རྒྱུན་མང་པོ་ཞིག་བསྐྱུགས་པ་ལ་བརྟེན། ད་ལྟའི་ཆར་འཛམ་གླིང་གང་སར་དང་ལྷག་པར་དུ་བོད་ནང་ལ་གང་ལ་གང་འཆམས་ཤིག་གཞིགས་སྐབ་གྱི་ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་གཅིག་གསལ་པོ་རེད་འདུག དེར་བརྟེན། དམིགས་བསལ་བསྐྱུགས་བརྩོན་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

ཕྱི་དྲིལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ལྷ་རྒྱ་གཅི་བོ་གཅིག་ལ། གང་མགྲོགས་ལྷ་དང་ལྷ་བཅུའི་སྐོར་ལ་གྲོས་བསྐྱར་གཅིག་གྱང་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། དེར་བརྟེན། ངས་ལྷ་དང་ལྷ་བཅུའི་ནང་ནས་ལྷ་བཅུའི་ཐོག་ཏུ་ཕྱི་རྒྱལ་གསལ་གསལ་ཡོད་པའི་བོད་རིགས་དེ་ཆོ་འེན་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་དགོངས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་བཞེས་དགོས་ས་རེད། འདི་གཅིག་ལྷ་རྒྱའི་འདོད་པ་བྱུང་། སྤྱིར་བཏང་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་ཆོག་མཆོག་གིས་དེ་སྤོན་ཉི་ཤུ་ཉི་ཤུ་ལྷ་བཅུ་ལྷ་བཅུ་ཟེར་བའི་བཀའ་མོལ་གཅིག་བྱུང་བ་རེད། འདི་ངས་གསལ་ཆེན་པོ་འདྲ་ཞིག་འཛོམས་པོར། འདིའི་རྗེས་སུ་ལྷ་དང་ལྷ་བཅུ་ཟེར་བའི་བཀའ་མོལ་འདི་བྱུང་ཡོད་སྐབས། ༡༠༡༠ ལོ་ལ་རྒྱ་བར་འབྲུག་གསུམ་དང་ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྲུ་ཁག་ལ་ཡོད་པའི་བོད་རིགས་དེ་ཆོ་བརྒྱ་ཆ་ལྷ་བཅུ་ལྷ་བཅུ་ཆགས་རྒྱའི་བཀའ་མོལ་གཅིག་ཡོང་གི་ཡོད་སྐབས། ད་ལྟ་ལྷ་དང་ལྷ་བཅུའི་སྤྱི་བྱས་ནང་ལ་ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྲུ་ཁག་ལ་ཡོད་པའི་བོད་རིགས་དེ་དག་ཡོངས་རྒྱུགས་དོག་སྤྱིལ་བྱེད་རྒྱ་དང་རྒྱུས་པ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་སྤྱངས་སྐབས་ལ། དེ་ཡང་ང་རང་ཆོ་བོད་མའི་སྤྱི་ལ་འཇུགས་འདིའི་ཐོག་ལ་ཚུར་སྤྱིལ་སྐབས་ལ། འདིའི་ཐོག་ལ་རྒྱས་པ་ལྷན་པ་ཞིག་ཡོང་རྒྱའི་སྤྱད་དུ་འབད་བཅོན་གནང་རྒྱ་དེ་རྟ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དེ་འདྲ་ཡོང་བར་བྱ་བ་ལ་ད་ལྟའི་ཆར་ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་ལ་དོན་གཅོད་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། དེ་དག་ལྷ་ཅི་སྤྱོས། འདིའི་ཐོག་ཏུ་བོད་རིགས་ཆོག་མཆོག་པ་དང་བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཆོག་མཆོག་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་བྱག་ལས་རྟ་ལས་པ་དང་སྤངས་ལྷ་བྱེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་བྱག་ལས་རྟ་ལས་པ་གནང་གི་ཡོད་རེད། དེར་བརྟེན་ཁ་སང་ཕྱི་རྒྱལ་ན་བཞུགས་པའི་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གིས་གསུངས་པ་ལྟར། བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཆོག་མཆོག་པ་དང་བོད་རིགས་ཆོག་མཆོག་པ་ཁག་གི་ལས་དོན་གནང་མཁན་ཆོག་མཆོག་གཏོ་དང་ཆོག་མཆོག་མི་དེ་ཡིན་ནའང་། ཁ་སང་བྱག་འཁྱེར་ཞིག་གནང་སྐབས་ན་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། དེ་ཆོར་བྱག་འཁྱེར་གནང་བ་ཅས་དུ་མ་ཟད། ང་རང་ཆོ་རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་གྱི་ནང་ལ་གཞིས་ཆགས་ཀྱི་གཞིས་འགོ་དེ་ཆོར་ཡང་མཉམ་རུབ་གྱི་ཐོག་ནས་གྲོས་བསྐྱར་དང་བཀོ་སྐྱོང་བྱེད་རྒྱ། ཤེས་ཡོན་གྱི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་སྤོབ་བྱའི་དགེ་ཆེན་དང་འགན་འཁེན་དེ་ཆོ་མཉམ་རུབ་གྱི་ཐོག་བཀོ་སྐྱོང་དང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་གོ་བསྐྱར་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་པ་ནང་བཞིན། ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྲུ་ཁག་གི་བོད་རིགས་ཆོག་མཆོག་པ་དང་བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཆོག་མཆོག་པའི་ཆོག་མཆོག་མི་དེ་ཆོ་ཡིན་ནའང་། མཉམ་རུབ་གྱི་ཐོག་ནས་ལྷ་བཅུའི་ནང་ལ་འཛམ་གླིང་ཕྱི་ཕྱོགས་གང་སར་བཀམ་པའི་བོད་རིགས་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱས་པ་དེ་བོད་མའི་སྤྱི་ལ་འཇུགས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་སྤྱངས་སྐབས་རྒྱའི་ཐོག་

ལ་འབད་བཅོན་གང་ཞིག་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག འདི་ལོ་ཐོག་ལ་འབད་གཅིག་མཚུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དགོངས་པ་གཅིག་བཞེས་
དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་འདི་གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

མཐའ་མ་དེར། སྤྱིར་བཏང་ཉེ་ཆར་ཨ་རིའི་གཞུང་གི་ཐོག་ནས་སྤོན་ཅིས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འབོད་སྐྱེལ་བྱ་
བྱུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་གྲགས་པ་རེད། གྲགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དཔལ་ལྷན་སྤིང་སྤྱོད་མཆོག་ཡིན་ནའང་ཐེངས་གཉིས་ཙམ་ཨ་རིར་
ཕེབས་ཡོད་རེད་ལ་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་ཕེབས་ཡོད་རེད། ད་ལྟ་ལས་བསྐྱེམས་འདི་ལོ་ནང་མཇལ་རྒྱུར་ཆ་མཆོན་ན། ཨ་རིར་
ཕེབས་སྐབས་ད་ལྟ་འདིའི་མཐའ་མའི་ཐག་གཅོད་འདི་ཨ་རིའི་གྲོས་ཚོགས་གོང་འོག་གི་ལག་ཏུ་སྤྱེབས་ཡོད་པའི་གནས་སྟངས་དེ་
འདྲ་ཞིག་ཆགས་ཡོང་སྐབས། ང་ཚོ་ཨ་རིའི་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་མཇལ་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ལྟ་བུ་དེ་ཉ་
ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད་རེད། ཉེ་ཆར་ཨ་རིར་ཕེབས་པའི་སྐབས་སུ་ཨ་རིའི་འཐུས་མི་ ༡༩ དང་མཇལ་ཡོད་ཅེས་ལས་
བསྐྱེམས་ཀྱི་རྒྱུ་ལོ་ནང་ལ་རེད། རིས་ལན་ནང་ལ་འབད་རེད་དེ་འདྲ་གསུངས་སོང་། དེར་བརྟེན་གཞི་ཅིའི་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་
ལ་པ་གིའི་ཨ་རིའི་སྤྱི་ཚབ་དོན་གཅོད། སྤྱི་ཚབ་དོན་གཅོད་ནང་བྱུག་ལས་གནང་མཁན་གྱི་སྤྱི་དོན་གཅོད་ཁོ་རང་ལྟ་བུར་ཆ་
མཆོན་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོ་བཅན་གྱི་ལ་སྤྱི་ཚོགས་ནང་འབྱུང་བུ་ཐོན་པའི་རྒྱས་ལྷན་གྱི་མི་ཞིག་རའི་ངོས་ནས་ངོས་འཛིན་བྱེད་
བཞིན་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཨ་རིའི་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་ཡོད་པའི་མང་ཚོགས་དེ་ཚོ་ལ་དགོངས་ཚུལ་ལྟ་བུ་
འདྲ་མིན་སྤྱི་ཚོགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་བཞིན་འདུག འདི་ཆ་ཆང་གི་ཐོག་ནས་དམིགས་བསལ་གང་ཡང་ཞུ་མི་དགོས་པར་གང་
ལྟར་ད་ལྟ་ཨ་རིའི་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་ ༡༩ དང་མཇལ་བ་འདིའི་ཐོག་ལ་སྤྱི་དོན་གཅོད་ཀྱིས་དེའི་ཐོག་ལ་གནང་བྱུང་ཡོད་མ་
རེད་ཟེར་བའི་བཀའ་ཁོལ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག དེར་བརྟེན། ཨ་རིའི་གྲོས་ཚོགས་ལ་འཐུས་མི་ ༡༩ མཇལ་བ་འདི་སྤོན་མ་
མཇལ་བ་རྩི་ཙམ་ཡོད་པ་དང་། གསར་པ་རྩི་ཙམ་མཇལ་བྱུང་ཡོད་རེད་དམ། གསར་པ་རྩི་ཙམ་མཇལ་བྱུང་ཡོད་པ་དེ་ལ་ངས་
ཆོད་དཔག་བྱས་པ་ཡིན་ན་སྤྱི་དོན་གཅོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་གོ་སྤྱིག་དེ་འདྲ་གནང་བ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དེ། ས་གནས་
ས་ཐོག་རང་ནས་འདིའི་ཐོག་ལ་དགོངས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་གསུང་གི་ཡོད་སྐབས། དེ་འདྲ་མཇལ་བ་དེ་ཚོ་ཡིན་ནའང་སྤྱི་དོན་
གཅོད་རང་གིས་གོ་སྤྱིག་གནང་བ་ཞིག་རེད་དམ། ཡང་ན། དེ་མ་ཡིན་པ་གཅིག་གིས་བརྒྱུད་ལམ་གཞན་གྱི་ཐོག་ནས་ཕྱིན་པ་
རེད་དམ། རྒྱུ་ལོ་ནང་ཞུ་མི་ས་གནས་ས་ཐོག་དང་མཚུངས་པའི་བསམ་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པས་གསལ་པོ་
ཞིག་ཆགས་ན་ཡག་པོ་འདུག་བསམ་པའི་ཐོག་ནས་འདི་གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་། དེ་ནས་གཞན་གང་ཡང་མི་འདུག ཟུགས་རྩི་ཆེ།

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

གོ་སྐབས་བཞེས་མཁན་མཐའ་མ། སྤྱི་འཐུས་སྤོལ་མ་ཆེ་རིང་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སྤོལ་མ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག ཕྱི་རྒྱལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྐྱེམས་རྒྱས་པ་ལྟ་བུའི་གོ་སྐབས་བྱུང་། དོན་གཅོད་ཁག་ཆང་
མས་ལས་དོན་གང་ཡག་ཡང་གནང་འདུག དཔལ་འབྱོར་བསྐྱེད་བྱེད་སྐབ་དང་མ་སྐབ་འདི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་འདུག་ཅེས། འདི་

སོ་སོ་ས་ཡོངས་རྫོགས་བལྟས་པའི་ཐོག་ནས་ལྷ་ཡི་ཡོད། འདི་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ལྷ་ཨ་མི་རི་ཀའི་དོན་གཅོད་དང་འདི་མ་
ཡིན་པའི་ (Latin America) དོན་གཅོད་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ལྷ་ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་ལས་འགུལ་གང་ཞིག་སྤེལ་བྱུང་། ཅ་བའི་
ད་ལྷ་ལས་འཆར་མེད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་དཀའ་ངལ་གསུངས་འདུག་སྟེ། ཡིན་ན་ཡང་། ཁོ་རང་ཆོལ་ལས་འགུལ་གང་ཞིག་སྤེལ་བ་
ཡིན་ནའང་། དེ་དག་གཞན་ཞིག་ནས་ཡོང་མཁན་གཅིག་གི་ཆོགས་ཁང་རེད། དེ་དག་བཅད་སྟོང་སྟུན་མོང་ལ་བཏང་ནས་མཉམ་
བྱུང་བྱས་པའི་རྣམས་པ་གསལ་པོ་འདུག དེར་བརྟེན་མ་འོངས་པ་ང་ཆོ་སྟོན་ཅིས་ཐོག་ནས་ཁོ་རང་ཆོལ་ལས་འགུལ་སྤེལ་རྒྱུའི་
ཐོག་ལ་བོད་མི་འདུས་སྟོང་ཡོད་མེད་ཀྱིས་ཉན་ཉན་མ་སྟུན་འགྱུར་གྱི་ཐོག་ལ་དཀའ་ངལ་གཅིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་འདྲ། དཔེར་ན།
ཨ་རི་དང་ཨོ་སི་ཁོ་ལི་ཡ་དེ་དག་ཡིན་པ་ཡིན་ན། བོད་རིགས་རང་གི་ཐོག་ནས་མ་སྟུན་འགྱུར་ཞིག་གནང་ཡོང་སྐབས་ཁོ་རང་
བཞིན་གྱིས་ལས་སྤོ་ཞིག་ཆགས་རྒྱུ་དང་འདི་གཉིས་ལ་བོད་མི་འདུས་སྟོང་དེ་ཅུ་མེད་སྟབས། རང་བཞིན་གྱིས་དཀའ་ངལ་
གཅིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་འདྲ། དེར་བརྟེན་འདིའི་ཐོག་ལ་ང་ཆོས་མ་འོངས་པ་ལ་བསམ་སྟོབས་གཏང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ལྷ་རྒྱ་
གཅིག་ཡིན།

དེ་ནས་ལས་བསྐྱོམས་བསྐྱུས་པའི་ཐོག་ལ་སྤྱི་དྲིལ་རྒྱ་སྐད་ཆ་ན་པའི་ཐོག་ནས་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ཡིག་ཆ་ཐབ་བསྐྱར་
རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཡིག་ཆ་དེ་དག་གང་དང་གང་དུ་གནང་གི་ཡོད་ཟེར་སྐབས། དེ་ང་རང་ཆོལ་དཔེ་མཛོད་ཁང་། ཁོར་བུ་
སྒྲིང་ཁ། ཤེས་རབ་དགའ་ཆལ་སྒྲིང་དེ་དག་འབོད་གནང་སོང་། སོ་སོ་འདྲར་ཆ་མཆོན་ན། སྤྲེལ་འདི་གྲོས་ཆོགས་ནང་ལའང་
ལུས་སྟོང་། ལས་བསྐྱོམས་ནང་ལའང་གིས་སྟོང་། ང་རང་ཆོ་རྒྱ་ནག་མི་མང་སྤྱི་མ་སྟུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་འཁྲོག་བཤད་བྱས་པའི་
ཡིག་ཆ་འདི་ཡང་འདི་ནང་ལ་ཆོག་གཅིག་བཅད་སྟོང་གཏོང་ཆོག་པ་གྱིས། རྒྱ་ལོག་ནང་བཞིན་ཐེབས་འགྲོ་ཡི་འདུག་ཅེས་འདི་ངའི་
སྐད་ཆ་མེན། (Madras) གཙུག་ལག་མཐོ་སློབ་ཏུ་བཅར་བའི་སྐབས། རྒྱལ་སྤྱིའི་སློབ་གཉེར་ཁང་གཅིག་ཡོད་རེད། འདིའི་
འགན་འཛིན་གྱི་ཐོག་ནས་རྒྱ་ནག་གི་ཡིག་ཆ་འདི་ཉ་ཅང་གི་མང་པོ་ཡོད་རེད། འདི་དང་ལྷན་དུ་ཁྱེད་རང་ཆོལ་བྱང་བཅེན་གྱི་ཡིག་
ཆ་དེ་འདི་དང་ཆད་མཉམ་པ་ཞིག་མེད་ན། ཞིབ་འཇུག་པ་ཆོལ་སེམས་ནང་ལ་འཁྲོག་བཤད་བྱས་པའི་གཏམ་དེ་བྱང་པོ་ཡིན་པར་
ངོས་འཛིན་བྱས་ཏེ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་ཀྱི་རེད། འདི་གཞིར་བརྒྱུད་གི་གཙུག་ལག་མཐོ་སློབ་ཁག་རེད། ཞིབ་འཇུག་བརྟེན་གནས་
ཁང་དེ་དག་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། ཞེས་དཔལ་ལྷན་སྤྲིད་སྟོང་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་རེད། དེ་ཆོལ་ཐོག་ལ་ཁྲབ་སྟབ་པ་གཅིག་
ངེས་པར་དུ་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག ང་རང་ཆོལ་གནས་ཆང་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་སུ་མ་ཡིན་པའི་འཛམ་བུ་སྒྲིང་ཁོན་ཡོངས་རེད།
ལྷག་པར་དུ་རྒྱ་ནག་གི་སློབ་སྟུག་གང་དུ་མང་བ་ཡོད་སར་དེ་དག་ལ་ངེས་པར་དུ་ཁྲབ་རྒྱ་ཞིག་མ་འོངས་པ་ལ་གནང་གི་ཡོད་
སྟེད། གཅིག་བྱས་ན་ལས་བསྐྱོམས་ནང་ཆ་ཆང་གིས་མ་སྟུན་པ་ཡོང་གི་རེད་དེ། དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་དགོངས་བཞེས་ཤིག་གནང་
རོགས་གནང་ཞེས་ལྷ་རྒྱ་གཅིག་ཡིན།

(England) ལ་ཡོད་པའི་སྤྱིག་འཇུགས་ (Tibet Society) འདི་ (England) ནང་བོད་ཀྱི་གནད་དོན་ཐོག་ལ་
ལས་འགུལ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ང་རང་ཆོལ་སྤྱི་འཐུས་ཐོག་ནས་མ་སྟུན་འགྱུར་གྱི་ཆ་ནས་མང་པོ་ཞིག་
གོ་སྤྱིག་གནང་སྟེ་ས་གནས་དེ་ལ་ཐེབས་ཤིང་། ལས་དོན་བསྐྱབས་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཆོལ་ཐོག་ལ་ང་ཆོ་རྒྱལ་ལས་
ཀྱི་ངོས་ནས་སྟུགས་རྩེ་ལེགས་འབྲུལ་གྱི་བཀའ་དྲིན་ཆེའི་ཡི་གེ་གཅིག་སུལ་ཡོད་རེད། གྲོས་ཆོགས་འདིའི་ཐོག་ནས་ཉ་ལས་

པའི་བཀའ་ཤིན་པས་མ་གྱི་ཡོད། ད་ལྟོ་ཆ་ལ་བྱེད་རང་ཚོ་ཉམས་རྒྱུ་ཕྱིན་ཅུང་སྤར་གསེའི་ཐོག་ཕྱག་ལས་གནང་གི་ཡིན་ཞེས་
གསུང་གི་ཡོད་རེད། དེར་བརྟེན། དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ངེས་པར་དུ་སྤྲུལ་སྤྱད་དེ་སྤར་གསེའོ་ཡོང་རྒྱ་དང་ལྷ་གཉུགས་ཀྱི་ལས་འགུལ་དེ་
དག་ལས་སྟོངས་ཡོང་བ། (England) ལ་གཙོ་བོ་ (Tibet Society) སྤྱི་ལོ་འཇུགས་དེ་ག་རང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། འདིའི་
ཐོག་ནས་ངེས་པར་དུ་དགོངས་བཞེས་གནང་རོགས་གནང་། ང་རང་ཚོ་བོད་མི་དེ་དག་སྤྱབས་བཅོལ་བ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཕྱི་
རྒྱལ་ཁུབ་སྤྱོད་ལ་ཕྱག་ལས་སྤར་པའི་ལས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཁག་ཅིག་ལ་ལས་འགྲོ་བ་རྒྱུགས་ཏེ་ཡིག་ཆ་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་
རེད། ཁག་ཅིག་དཀའ་ངལ་འོག་ལ་ཚུད་བཞིན་པ་རེད། དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་དོན་གཅོད་ཁག་གིས་ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཡོད་མེད་ལ་མ་
ལྟོས་པར་ང་རང་ཚོ་བོད་པ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་མ་སྤྱད་འགྱུར་ཞིག་གནང་གི་ཡོད་རེད། ང་ཚོ་མཇུག་གཙོ་ནས་པ་ས་གནས་ལ་
ཐེབས་པའི་སྤྱབས་སུ་ལའང་མི་མང་གིས་སེམས་འཆབ་ཆེན་པོའི་རང་ལྷ་གཉུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡུད་ཅམ་ཡུད་ཅམ་རིང་ལ་
མཇུག་པའི་སྤྱབས་དེར་གང་གནང་རྒྱ་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར་དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་མ་སྤྱད་འགྱུར་གནང་བར་སྤྱགས་རྩི་ཆེ་དང་མ་
འོངས་པ་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་སྤར་ལྷག་ཆང་མའི་ཐོག་མ་སྤྱད་འགྱུར་གནང་སྟེ་དོན་དང་ལྷན་པ་ཡོང་སྤྱད་དུ་དགོངས་བཞེས་གནང་
རོགས་གནང་ཞེས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

ངའི་ཁྱེ་བ་གཅིག་འདི། འོག་གངས་ ༡ བོད་ནས་ཡིན། རྒྱ་སྐད་ཆོན་པ། རྒྱ་སྐད་ཆོན་པ་འདི་ཆོད་དང་ལྷན་པ་ཡོང་སྤྱད་
དུ་རྒྱ་ཡིག་གི་སྤྱི་ཚད་ལྷན་པ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་བཀའ་མང་དག་ཅིག་གནང་ཡོད་རེད། ངའི་བླ་མོ་ཆོད་ལ་བྱས་པ་ཡིན་ན། ང་
ཚོའི་གཞུང་ཞབས་ནང་ལ་རྒྱ་སྐད་སྟོང་མཁན་གཉིས་ལ་ས་མིག་སྤུལ་ནས་ཆེད་མངགས་ལོ་གཉིས་རིང་སྟོང་བཅར་དེ་འདྲ་ཞིག་
བཏང་ཡོད་རེད། ད་ལྟོ་དེ་དག་འཁོར་ཏེ་འདིར་རྒྱ་སྐད་ཆོན་པར་མེད་པའི་གནས་ཚུལ་གཅིག་འདུག་གནས་སྤངས་འདི་གང་འདྲ་
ཞིག་རེད་དམ། ལས་བྱེད་ཁོ་རང་གཉིས་དང་པོ་འཇུག་ལྷགས་སྤྱབས་སུ་ཏན་ཏན་སོ་སོའི་ཆོད་སེམས་ཤིག་གི་ཐོག་ནས་ངས་
འདིའི་ཐོག་ལ་ཁུས་པ་སྤྱངས་ཀྱི་ཡིན་པས་མ་ནས་ཏན་ཏན་ཕྱིན་ཡོད་ཀྱི་རེད་པས་མ་གྱི་འདུག་དེ་འདྲ་ཡིན་སྤྱབས་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་
སྟོབ་སྟོང་འདི་མ་འགྲིགས་པ་རེད་དམ། ཁོང་གཉིས་ཀྱི་གང་མ་འགྲིགས་པ་རེད་དམ། དེ་པལ་ཆེར་རྒྱ་སྐད་ཆོན་པ་མེད་པ་འདྲ།
ཁོང་གཉིས་ད་ལྟོ་གང་དུ་ཡོད་རེད་དམ། ཞེས་ཁྱེ་བ་གཅིག་འདི་ཡིན།

དུས་ཆོད་ཀྱང་དེ་ཅམ་མི་འདུག་དེར་བརྟེན། གཙོ་བོ་འདི་དེ་སྤྲ་ཡང་ལྷས་ཡོད། གང་ཟག་དབང་སྦྱར་མེད་པར་ཁྲིམས་
ཀྱི་དབང་སྦྱར་ཐོག་ནས་ང་ཚོ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད་རེད། དེར་བརྟེན། ང་རང་ཚོའི་ཁྲིམས་སྤྱི་གི་ལས་དོན་ཐོག་
ལ་ངེས་པར་དུ་སྤྱགས་སྤར་གནང་དགོས་པ། ལས་ལུགས་ཡིན་ཤིང་མ་ཡིན་པར་ངེས་པར་དུ་ཐེབས་དགོས་པ་འདི་གནད་འགག་
ཆེན་པོ་ཞིག་འདུག་པས་མ་གྱི་འདུག་ལྷག་པར་དུ་སྤྱི་ལོའི་ལས་བྱེད་ནང་ལ་ཕྱག་ལས་གནང་བཞིན་པ་གཅིག་ཡིན་ན། ལས་བྱེད་
སྤང་དོར་དང་ཐོབ་ཐང་གི་སྤྱི་ག་གཞི་ཞེས་ཡོད་རེད། སྤང་དོར་འདི་ལ་སྤང་བ་ལྟ་བུའི་སྤང་བཅོན་ངེས་པར་དུ་གནང་དགོས་ཀྱི་
རེད་པས་མ་གྱི་འདུག་འདིར་སྤང་དོར་སྤྱི་ག་གཞི་དང་མཆོམས་པའི་རྟགས་ཁ་ཤིག་ཤིག་བརྒྱབས་ཡོད་དེ་འདི་མར་ལྷ་གིན་བསྤྱད་
པ་ཡིན་ན། སྤང་གི་ན་ཆ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་རྒྱུའི་ཉེན་ཁ་འདུག་དེར་བརྟེན། ངས་གང་ཡང་ལྷ་ཡི་མིན། ངས་འཕོད་སྤྱུལ་གསོལ་
འདེབས་གཅིག་གང་ཡོད་ལྷས་ན། གཟའ་སྟོན་པ་དང་པོའི་སྤྱབས་སུ་ང་ཚོ་ལས་བྱེད་ཆོ་ལྷན་འཛོམས་གནང་། ལེགས་ཆ་སྟེལ་
ངེས་དང་གོ་ཤེས་ཉན་ཤེས་གང་ཡིན་ཅུང་གནང་གི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲའི་སྤྱབས་སུ་མཆོམས་རེར་ལས་བྱེད་སྤང་དོར་སྤྱི་ག་གཞི་

འདི་ལ་བཟོ་སྒྲིབ་གནང་སྟེ། ལྷན་འདེ་དང་བཞུལ་ཡོང་གི་འདུག་གས་མི་འདུག ལེགས་བཅས་གནང་རྒྱུ་འོག་ལ་དགོངས་པ་
དེས་པར་དུ་བཞེས་རོགས་གནང་། ང་རང་ཚོ་ཁ་ནས་ལབ་ཀྱང་མང་པོ་ཞིག་འདི་དང་བཞུལ་བ་ཡོང་དུས་གཅིག་ལ་བ་བ་ཡིན་
ནའང་། གང་ཟག་གཅིག་ལ་སྤང་ལྷག་གང་ཟག་གཉིས་ལ་སྤང་ལྷག་ མིང་འདོན་བྱ་རྒྱུ་ཙམ་གྱི་ཆེད་དུ་མ་ཡིན་པར་ངས་འདི་གང་
ཡང་སྟོན་གྱི་མིན། ལྷང་དོར་སྤྲིག་གཞི་འདི་དེ་རིང་བརྒྱད་ལས་འདི་འོག་ནས་ལས་བྱེད་ཆོས་ཀྱང་འདི་དེས་པར་དུ་གནང་
རོགས་གནང་། འདི་ཐོག་ལ་བཟོ་སྒྲིབ་ཡང་གནང་རོགས་གནང་། འདི་འོག་ལ་གང་བཞུལ་གྱི་འདུག་གང་ཞིག་ལེགས་བཅས་
གཏོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་དེས་པར་དུ་དགོངས་བཞེས་ཤིག་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ལགས་སོ། ལྷགས་ཇི་ཆེ།

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

སྤྱི་འཐུས་ནམ་པར་བཀའ་འཁྲུལ་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་ཕྱག་ཚེད་ ༥ པ་པར་དུ་པར་འགྱུར་གནང་ཆོག་པ་གྱིས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟ་
སྤྱི་བརྟན་སྡེ་ཆཙན་གྱིས་ (CD) སྤྲིག་སྤངས་གཅིག་རེད། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ལས་དོན་དང་པོ་འཛོལ་བསྟན་ཏོག་ཙམ་འགོ་
འཛུགས་སྤུལ་ན་བསམ་གྱི་འདུག དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དེའི་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དེའི་བཀའ་སློན་སྒྲོ་བཟང་མེད་གི་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཙོ་མཆོག་ བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་འཐུས་གཅིག་ནས་བོད་ཀྱི་བརྟན་འཕེལ་དེ་ཉ་ཅང་གི་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་
བཀའ་གནང་སོང་། དེ་ག་རང་རེད། དེ་སྟོན་ལ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས་ཡར་རྒྱས་རིམ་པའི་རང་བྱིན་པ་ཡིན་ན།
གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་འང་བསྟན་སྤུལ་ན་ཡག་པོ་འདུག་གསུངས་པ་དེ་ང་ཚོའི་བསམ་སྒྲུབ་འོང་ཡོད། ཡིན་ནའང་འཕྲུལ་ཆས་
དང་ཆ་རྒྱུན་མང་པོ་ཞིག་འདྲང་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་ནས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་དབྱིན་ཇི། བོད་ཡིག་རྒྱ་ཡིག་ཡོད་པ་དང་བརྟན་འཕེལ་
ཁང་འདི་ཡར་རྒྱས་གཏང་རྒྱུ་དང་། དེ་ནས་གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་བསྟན་རྒྱུ་འོག་བཀའ་བསྟར་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། ཕྱོགས་གཅིག་
ནས་འགྲོ་བྱོར་ཡང་ཉ་ཅང་གི་ཆེན་པོ་ཡོང་གི་འདུག་སྟེ། ཡིན་ནའང་། འདི་འོག་ལ་འབད་བཅོལ་བྱེད་དང་བྱེད་སྤྱོད་ཡིན།

བོད་ ༢༠༢༠ ལྷོར་ནས་ཟེར་སོང་། ལྷ་དང་ལྷ་བཅུ་ལྷོར་ནས་ཀྱང་དམིགས་བསམ་ཆབ་སྲིད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་
ལས་འགུལ་ལྷགས་ཆེན་པོ་སྤེལ་དགོས་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རེད། ད་ལྟ་ལྷ་དང་ལྷ་བཅུ་འོག་ཆོག་འདུའི་ནང་བརྗོད་གཞི་
བཞི་ཡོད་རེད། བརྗོད་གཞི་དང་པོ་དེ་གང་རེད་ཅེ་ན། རྒྱ་ནག་ལ་འགོ་འཁྲིད་ཀྱི་འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། ཆོག་གཙོ་
ཆེན་མེད་ས་ ༡༩ པ་འོག་གས་པའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་ནག་གི་འགོ་འཁྲིད་སུ་ཞིག་འཕྲོ་འགྱུར་འགྲོ་ཡི་རེད། འདི་འོག་སུ་ཞིག་ཡོང་གི་
རེད། བོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སྲིད་བྱས་གང་འཛིན་གྱི་རེད། རྒྱ་གར་དང་ཨ་ཤི་ཡ་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་རྒྱལ་སྤྱིའི་འབྲེལ་
བའི་ཐོག་ནས་སྲིད་བྱུང་གང་འཛིན་གྱི་རེད། འདི་ལ་བོད་པའི་གནས་སྤངས་གང་ཆགས་ཀྱི་རེད་ཟེར་བ་དེ་རེད།

གཉིས་པ་འདི་རྒྱ་གར་དང་ཨ་ཤི་ཡའི་ནང་ལ་བོད་ཀྱི་གནས་སྤངས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་རེད། བོད་དོན་ཆེད་དུ་ང་ཚོས་
རྒྱབ་སྐྱོར་འཚོལ་སྤུལ་པ། གང་བྱེད་རྒྱུ་ཡོད་རེད། གསུམ་པ་འདི་རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱི་ཡོངས་དང་དམིགས་བསམ་གསུམ་པ་འགྱུར་བརྒྱད་
ལས་ཁག་ (Information age) དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཙོ་མཆོག་ འདི་བརྟན་ནས་ང་ཚོས་གང་བྱེད་རྒྱུ་ཡོད་རེད། བརྗོད་

གཞི་གསུམ་པ་འདི་རེད། བཞི་པ་འདི་ཐོད་མི་མེད་ཀྱི་འཇུག་པ་ལྟེ་འཆར་གཞི་མོག་ལྟེ་བཅུ་གང་གྱེད་དགོས་རེད། དམིགས་
 བསལ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐོག་ནས་གང་གྱེད་དགོས་རེད། ཅེས་བཀའ་བསྟུར་ཅིམ་པ་འདི་མོག་ནས་གནང་རྒྱུ་རེད། འདི་ནས་རྒྱ་
 གར་དང་ཨ་ཁི་ཡ་ནང་ལ་ནང་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཐོད་དོན་ལ་གཞིགས་སྟོན་གང་འདྲ་ཡོད་རེད། རྒྱ་བརྒྱུད་གང་
 འདྲ་ཡོད་རེད། འདི་བརྒྱུད་དེ་རྒྱ་བརྒྱུད་ག་རེ་འཆོལ་ཐུབ་པ་རེད། ལྷ་དང་ལྷ་བཅུ་དཔལ་གོང་དུ་རྒྱ་ཅམ་ཞུས་པ་ཡིན། བརྒྱད་
 གཞི་བཞི་ཡོད་པ་འདི་མོག་ལ་མཁས་པ་དང་གནད་ཡོད་མི་སྣ་གནད་འདྲེན་ཞུས་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་བཀའ་བསྟུར་གནང་གི་
 ཡོད་རེད། འཛམ་གླིང་ཁག་ནང་ལ་སྤྱི་མཐུན་ཆོག་པ་ཡོད་རེད། དེ་དག་ལ་ཡིན་ནའང་། ང་ཆོས་མ་འོངས་པར་དམིགས་ཏེ་
 འབད་བཅོམ་གྱེད་དགོས་འདུག་ཟེར་བ་དེ་ལ་སྤྱི་དུང་གཅོས་པའི་བཀའ་སློན་ནས་བཟུང་རྒྱལ་ལ་ཐེབས་པའི་སྐབས་སུ་དེ་རང་
 རྒྱ་ཡི་ཡོད་རེད། གཞོན་སྐྱེས་ཆོ་ལ་དང་པོ་ཤེས་ཡོན་ཐོག་ལ་ཐུགས་སྦྱང་གནང་རོགས་གནང་། ཤེས་ཡོན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་
 གནང་སྟེ། ཁེ་ལས་པའི་ལག་འཁྲེར་འཐོབ་ཐུབ་རྒྱུ་ཏ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག གཉིས་པ་འདི་སོ་སོའི་གཞུང་ནང་ལ་
 འཇུག་ཐུབ་རྒྱུ་དེ། དཔེར་ན། འཛིན་མི་འཐོར་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། ཨ་རིའི་ནང་ (Israel) ལ་རྒྱ་བརྒྱུད་ལུགས་ཆེ་ཤོས་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་
 རེད། ཨ་རིར་ཨ་སློར་ཐེར་འབྲུམ་གསུམ་ཅམ་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་རེད། (Israel) མི་རིགས་ས་ཡ་དུག་ཐེར་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེར་བརྟེན་
 (Israel) མི་རེ་རེ་ལ་ཨ་སློར་ལྷ་བརྒྱུད་རྒྱ་བརྒྱུད་གི་ཡོད་རེད། དེའུ་ལ་གྱི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་། (Israel) ཁོ་རང་ཡར་ཐོན་ཅན་
 གྱི་རྒྱལ་ཁབ་རེད། དཔལ་འབྱོར་ཐོག་ནས་ཐུག་པོ་རེད་དེ། ཨ་རི་གཞུང་གིས་ཨ་རིར་ཨ་སློར་ཐེར་འབྲུམ་གསུམ་གནང་དགོས་
 དོན་ (Israeli) ཐེར་ནའང་འདྲ། (Jewish) མི་རིགས་ཨ་རི་གཞུང་ནང་དཔལ་འབྱོར་ནང་ལ་ཆ་ཤས་ལེན་ཞིང་འགན་འཁེར་
 ཐུབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཨ་རི་གཞུང་གི་རུས་པ་འདི་སོ་སོའི་རྒྱལ་ཁབ་ལ་སྦྱངས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་དང་དེ་བཞིན་དུ་ཐོད་པའི་
 གཞོན་སྐྱེས་ཆོ་ཤེས་ཡོན་ཐོག་ལ་ཁེ་ལས་པའི་ལག་འཁྲེར་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ཨ་རིའི་སྤྱི་དུང་གཞུང་། ཨོ་སི་ཁྲོ་མི་ལ་སྤྱི་དུང་གཞུང་།
 དེ་ནང་བཞིན་ལུ་རྒྱུ་སྤྱི་དུང་གཞུང་ཁག་ལ་ཆ་ཤས་སྦྱངས་ཤིང་། ཐུག་ལས་གནང་སྟེ། གནང་རྒྱུ་དེ་ཡང་ལྷན་ཁང་ཡིན་ནའང་
 གནད་འགག་ཡོད་པའི་ཐོག་ལ་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཏ་ཅང་གི་དགེ་མཆོན་ཆེན་པོ་ཡོད་རེད། དེ་དག་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་
 རྒྱ་བཞིན་པ་ཡིན། དེ་བས་རབ་བྱུང་ན་གཞོན་སྐྱེས་ཆོ་བཞུགས་སྐར་རྩ་རམ་ས་ལར་ཐེབས་ཤིང་ཐོད་མི་མེད་ཀྱི་འཇུག་པ་བདག་
 གཉེར་གྱེད་རྒྱུ་ཏ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ང་ཆོ་མི་ཐོག་གསུམ་པ། བཞི་པ་བྱས་ནས་མཐུད་ནས་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་རེད། དེས་
 པར་དུ་ཐེབས་རོགས་གནང་། གཞིགས་རོགས་གནང་། འདིའི་ནང་ཐུག་ལས་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་ང་ཆོས་ལུ་གཉུགས་
 ཐུལ་བ་འདི་རེད། འདིའི་ཐོག་ལ་སོ་སོའི་མི་རིགས་ཀྱི་རོ་བོ་མ་བཞུགས། ཆོས་རིག་གཞུང་སྐད་ཡིག་སྦྱང་དགོས་རྒྱུ་ཏ་ཅང་གི་
 གལ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་ཞུས་ནས་འགྲོ་ཐུས་ཡིན། འདི་ལོ་ལྷ་བཅུའི་འཆར་གཞི་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ཞུས་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས་ལས་བསྐྱེམས་ནང་ལ་གྲོས་ཆོགས་འཐུས་མི་ ༡༩ དང་མཇུག་འཕྲད་གནང་
 འདུག འདི་ཨ་རི་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གཅིག་གསུངས་སོང་། ངས་འདིར་བཙལ་ཏེ་གཅིག་རྗེས་མཁན་འདྲ་ཞིག་བྱས་སོང་།
 མིང་ཐོ་ ༡༩ དེ་སློ་བུར་དུ་བཞུས་པའི་སྐབས་སུ་མི་ ༩ རང་འཇགས་ཐེངས་གཉིས་འཁོད་འདུག དེར་བརྟེན། མི་ ༡༩ རེད་འདུག
 ༡༩ ནས་པལ་ཆེར་ ༡༩་་་་ ༡༩ དེ་སློན་མ་མཇུག་སྤོང་བ་རྒྱུད་རེད་འདུག གསར་པ་འདྲ་གང་ཡང་མ་རེད་འདུག ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།
 བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་བཀའ་འདྲི་གནང་བ་དེ། གྲོས་ཆོགས་འཐུས་མི་དེ་དག་རྗེས་པ་ཡིན་སྟབས། དེ་སྤྱི་ནས་མཇུག་ཐོག་པ་

རེད་འདུག འོན་ཀྱང་རང་ནས་འབད་བཅོམ་གནང་བ་རེད་དམ། བོད་དོན་ལས་ཁུངས་ཚོགས་པ་བརྒྱད་པ་རེད་དམ། ཞེས་
 བཀའ་འདི་གནང་བ་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། བོད་དོན་ལས་ཁུངས་ཁག་བརྒྱད་དེ་མཇལ་བའི་བཅོ་ལྔ་ཞིག་འདུག འདི་
 ཡང་ཨ་རིའི་དོན་གཅོད་ལ་བཀའ་འདི་ཞུ་ཆོག བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་བཀའ་འདི་གནང་བའི་མཇལ་སྤྱི་ཚུ་ཆར་སྤྱོད་
 ཨ་རིར་ཕྱིན་པའི་སྐབས་སུ་ནམ་རྒྱུན་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་གསར་པ་འདྲ་མཇལ་འཕྲད་གནང་གི་ཡོད་རེད། དོན་གཅོད་ལ་དེ་
 འདྲ་ཞིག་བར་སྤྱིག་སྐབས་ན་ཡག་པོ་ཡོད་རེད་ཅེས་ཞུས་པ་ཡིན་ཏེ། སྐབས་དེར་སྤྱི་ཚུ་དང་ཕྱག་བྲིས་དེ་ཆོ་ཕུལ་འདུག ཡིན་
 རེད་དམིགས་བསལ་གྲོས་ཚོགས་གསར་པ་དོ་སྤྱོད་ཕྱི་ཚུ་ནས་སྤྱོད་དང་ཕྱག་འཕྲད་བྱེད་རྒྱའི་འབྲེལ་བ་མཐུད་སྐབས་
 མོང་། མཐུད་སྐབས་པ་དེ་དག་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་ ༩ བཅས་མཁན་ནམས་རེད་འདུག སྐབས་དེར་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་གིར་བཅར་
 བའི་སྐབས་སུ་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་ (Senator) གཉིས་དང་མཇལ་འཕྲད་གནང་བ་འདི་ར་ཆོ་བྱང་ཨ་རིའི་བཀའ་འོས་སྤྱི་
 འཐུས་བརྒྱ་ལགས་ནས་དོ་སྤྱོད་ཕྱི་ཚུ་ཏེ་ (Utt) མངའ་སྡེའི་ (Senator) གཉིས། དེ་སྤྱི་ནས་རྒྱས་ཡོད་པ་ (Senator) ཁོ་
 རང་གི་མཚན་བརྗེད་འདུག འདི་གསར་འགྱུར་བརྒྱད་ལམ་ཁག་ནང་བར་དེས་ཐོན་ཡོད་རེད། འདི་མཇལ་འཕྲད་དེ་ཡང་ར་ཆོའི་
 དོན་གཅོད་ཟུར་པ་སྐལ་དོར་ལགས་ལ་མངགས་ཏེ། ཁོ་རང་མཇལ་འཕྲད་གནང་རྒྱ་དེ་ཉ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག ཁོ་རང་
 ཡང་སྤྱོད་འཛིན་ (Trump) དང་འབྲེལ་བ་ཉ་ཅང་གི་ཐག་ཏེ་པོ་རེད། ར་ཆོ་རྒྱས་ཡོད་པ་ཞིག་དང་ཕྱི་ཚུ་པ་རེད་མ་གཏོགས།
 སྐབས་དེར་ཨ་རིའི་དོན་ཁང་ནས་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་གསར་པ་དོ་སྤྱོད་བྱེད་སྐབས་བྱུང་མ་མོང་། ད་ལྟ་ ༡༦ ཡོད་བཞིན་པ་
 དེ་དག་ལས་གང་འདྲ་ཕྱི་ཚུ་ནས་དོ་སྤྱོད་ཕྱི་ཚུ་པ་རེད། དེ་དག་ངས་ཞིབ་སྒྲུས་ཏེ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་མདུན་ཅོག་ཐོག་ཕུལ་ཆོག་ཞུ་
 རྒྱུ་ཡིན།

བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས་ལྟོ་ཨ་མི་རི་ཀ་དང་ལྟོ་ཨ་མི་རི་ཀའི་སྐོར་ནས་གསུངས་པ་ལྟར། ༡ན་ཉན་རང་བོད་པ་
 ཉུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་སྐྱེད་པའི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད་རེད། ར་ཆོའི་སྤོང་ཅིས་ནས་ཡིན་ནའང་དེལ་གཏང་རྒྱ་དེ་ཡང་རང་
 བཞིན་གྱིས་བརྒྱ་ཆ་བཅིས་པ་ཡིན་ན། མང་བ་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། བལ་ཆེར་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཆེན་ནའང་བརྒྱ་ཆ་བདུན་ཅུ་
 བརྒྱད་ཅུ་འདི་ཆ་ཆང་འགྲོ་གོན་འདི་རང་བཏང་ནས་འགྲོ་ཐུས་རེད། ཡིན་ནའང་ར་ཆོ་ཨ་མི་རི་ཀར་འགྲོ་སྤྱོད་མེད་དེ་ལྟོ་ཨ་མི་རི་
 ཀར་ཉེ་ཆར་ཆང་མས་མཁུན་གསལ་རེད། (Mexico) ལ་འགྲོ་བའི་སྐབས་སུ་འབད་བཅོམ་གང་ཡག་ཡག་གནང་གི་འདུག པ་
 གི་ལ་ (Mexico) བོད་ཁང་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་རེད། འདིའི་འགན་འཛིན་ནས་ཀྱང་ཕྱག་རོགས་གང་ཡག་གནང་གི་འདུག ཁོ་རང་
 གི་མིང་ཞིག་འབོད་པ་ཡིན་ན་ (Tonny) གནད་འགག་ཡོད་རེད། ཁོ་རང་ནང་ཆོས་ལ་དད་པ་ཡོད་མཁན། ཡགོང་ས་མཆོག་ལ་
 དད་བཀུར་བཅི་བཀུར་ཡོད་མཁན། བོད་པ་ལས་ལྷག་པ་དཀའ་ལས་རྒྱག་གི་འདུག་ཟེར་ནའང་ཆོག གཅིག་རྒྱགས་བཞག་གི་
 འདུག གཅིག་འབྲེལ་བ་ཕྱི་ཚུ་བཞག་གི་འདུག ལྷ་ཚུགས་གཅིག་རྒྱག་བཞག་དུས་སྐབས་སུ་དངོས་གནས་རང་བྱུང་བསྐྱགས་
 དང་གང་ཅིའི་ཐད་ཡིན་ནའང་ཁོ་རང་གིས་ཉ་ཅང་གི་ཡག་པོ་གནང་གི་འདུག ཁོ་རང་ (Mexico) གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་
 གཅིག་གིས་ར་ཆོར་ག་རེ་བྱེད་དགོས་རེད། གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་དེ་ཆོས་བྱ་རྒྱ་གང་ཡོད་རེད་ཅེས་བཀའ་འདི་ཞུས་པའི་
 སྐབས། ཁྱེད་རང་ཆོས་གཞུང་ནང་ནས་ཉ་ཅང་གི་མང་པོ་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་རེད། ཁྱེད་རང་ཆོས་བྱེད་རུང་མ་བྱེད་རུང་ལོ་བཞི་ལྟ་ལས་
 བསྐྱད་ཀྱི་མ་རེད། ར་མ་ཞི་བར་དུ་བོད་དོན་ཐོག་ལ་དཀའ་ལས་རྒྱག་གི་རེད་ཅེས། རའི་བསམ་བཤད་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་ཡག་

པོ་འདྲ་བ་ཤད་སོང་བསམས་སོང་། ཁོ་རང་གིས་ཆོར་བ་ཆེན་པོ་འི་ཐོག་ནས་བཀའ་བཀྲོན་གནང་མཁན་འདྲ་ཞིག་བྱས་སོང་། ཁོ་
རང་གཞི་ཅིའི་སློབ་སྦྱོང་དང་ནང་ཆོས། གང་ཅིའི་ཐད་ནས་གནས་ཆད་ཏེ་ཅང་གི་མཐོ་པོ་རེད། ཁོ་རང་གིས་སྤྱ་ལས་བསྐྱོན་པ་དེ་
ལྷན་ན་བསམས་སོང་།

སྙན་ཐོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་རེད། དེ་དག་བགོ་འགྲེམས་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཤེས་རབ་དགའ་ཆེལ་གྱི་འོད་ཀྱི་ཁྲོ་བྱ་གྱི་ཁྲོ་བྱ་
འདྲ་ལ་བྱེད་ཀྱི་འདུག དེར་བརྟེན། སྙན་ཐོ་ཆད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་མེད་པ་ཡིན་ནའང་ལས་རེད་འདུག་ཅེས། མཐོང་མི་སྦྱོང་མཁན་
ཡོང་གི་རེད་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད་རེད། ཉན་ཉན་རང་རེད། སེམས་འཆབ་འདི་ཡོད་རེད། དེར་བརྟེན་ང་ཆོས་བརྟན་ཐོག་བཏོན་
པའི་ནང་ནས་ཉེ་ཆར་བོད་རང་བཙན་གྱི་ལུང་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དབྱ་མའི་ལམ་གྱི་ཐབས་ལམ་བཟང་ཤོས་རེད་ཅེས་བརྟན་ཐོག་
བཏོན་པ་དང་ (Cultural Genocide) གྱི་བརྟན་ཐོག་བཏོན། དེ་དག་ཡོངས་རྫོགས་གཞི་ཅིའི་ང་རང་ཆོའི་ལངས་སྤྱོད་ལ་
རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད་དེ། རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་ཆད་ལྡན་པ་ཡོང་སྐད་དུ་འདི་ནས་སྤྱི་བུ་ཉམས་ཞིབ་ཁང་དང་དེའི་
བསྐྱུགས་ལས་ཁུངས་གཅིག་ལྟ་ནས་གོ་སྐྱོད་གནང་བ་མ་རེད། འདི་རྒྱལ་སྤྱིའི་མཁས་དབང་ཁག་ བློ་མཁས་ཐོག་ནས་མཁས་
དབང་ཁག་ གནད་དོན་དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་མཁས་དབང་ཁག་ལ་གཞིགས་འོགས་གནང་། དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་ང་ཆོར་དགོངས་
ཚུལ་གང་ཡོད་པ་གསུང་འོགས་གནང་ཞེས་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ཀྱི་ཐོག་གནང་དང་གནང་ཐུས་ཡིན། དེར་བརྟེན་རྒྱ་ནག་གི་ཆོག་
ཤེས་ཀྱི་གནས་ཆད་དང་འབྲེག་བཤད་ཀྱི་ཡིག་ཆའི་གནས་ཆད་དང་ང་ཆོར་བཙུན་པ་ཡིན་ན་ང་ཆོར་ཏེ་ཅང་གི་ཆད་མཐོ་པོ་ཡོད་པ་
འདི་ཐག་ཆོད་ནས་ལྷ་སྤྱབ་ཀྱི་རེད་ཅེས་ལྷ་སྤྱབ་ཀྱི་ཡིན། ཡིན་ནའང་ཡར་རྒྱས་ལ་མཐའ་མེད་སྟབས། ལྷ་སྤྱབ་ནས་འབད་བཅོམ་ལྷ་
རྒྱུ་རེད། དེ་ནང་བཞིན། རྒྱ་རིགས་སློབ་སྦྱོང་ཁག་རེད། དེ་དག་ལ་སློབ་སྦྱོང་རྒྱ་ཏེ་ཅང་གི་གཤམ་ཆེན་པོ་རེད། (England) ལ་
ཡོད་པའི་ (Tibet society) སློབ་ནས་གསུང་གནང་སོང་། འདིའི་སློབ་ནས་ངས་ལྷ་མི་དགོས་པར་ཉེ་ཆར་ཁོ་རང་ཆོར་དགའ་
ངལ་ཏོག་ཅམ་འབྲད་པའི་སྐབས་སུ་ང་ཆོའི་ངོས་ནས་གང་བྱེད་དགོས་པ་དེ་བྱས་ཡོད། འདིའི་ཐོག་ལྷ་མ་དགོས་པར་ཁོ་རང་ཆོར་
ལ་བཀའ་འདྲི་གནང་བ་ཡིན་ན་དེ་རང་གསུང་གི་རེད། ལར་ནས་ (Rickey) དང་ (Norman) ཁོ་རང་གཉིས་པོ་ལྷ་དང་ལྷ་
བཅུའི་ཆོགས་འདུ་ལ་ཐེབས་མཁན་དེ་ཡིན། ཁོ་རང་ཆོར་ཆབ་སྤྱི་དམག་ནས་སྤྱོད་གནང་མཁན་རེད། རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་
མཁན་ཆགས་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ལྷ་སྤྱབ་ཀྱི་ཡིན།

རྒྱ་ཡིག་ཆན་པའི་ཐོག་ནས་རེད། ལོ་གཉིས་རྒྱ་ཡིག་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ནས་ཁོ་རང་ཚུར་ལོག་པ་རེད། དེའི་བསྐྱུགས་
ལས་ཁུངས་ལ་བཏང་བ་རེད། གཅིག་དེའི་བསྐྱུགས་ལས་ཁུངས་ནང་ཡོད་རེད། གཅིག་ལྷན་ཁང་གཞན་པའི་ནང་ཐེབས་ཡོད་
རེད། གང་བྱས་པ་རེད་ཟེར་ན། ཁ་སང་སློན་མ་ལོ་གཉིས་ཅམ་སློན་ལ་བཀོ་སྐྱོང་གང་བྱུང་རེད་ཟེར་ན། རྒྱ་ཡིག་ཆན་པར་ལས་
བྱེད་གཏན་ནས་མི་འདུག ཅེས་དགའ་ངལ་འབྲད་སྟབས། ང་ཆོར་གང་བྱས་ན་ལེགས་སམ། ལས་བྱེད་ལ་རྒྱ་ཡིག་བསྐྱུགས་ན་
ཡག་པོ་འདུག་གམ་ཞེས་ཐེའི་ཐུན་དོན་གཅོད་བརྒྱད་ནས་འབད་བཅོམ་བྱས་ཤིང་བཏང་ཐུབ་པ་བྱུང་བ་རེད། སྟབས་ལེགས་པ་
ཟེར་རུང་མི་ལེགས་པ་ཟེར་རུང་། ཉེ་ཆར་ང་ཆོས་ཁྱབ་བསྐྱུགས་བྱས་ཏེ་རྒྱ་ཡིག་ཆན་པར་ལས་བྱེད་བཞི་སློན་མ་ཡོད་བཞིན་པ་
གཅིག་ཁྱོད་ལྷ་དེ་དག་གི་རྒྱ་ཡིག་གི་གནས་ཆད་དང་ལོ་གཉིས་རིང་སྤྱང་བའི་གནས་ཆད་བསྐྱར་བ་ཡིན་ན། ད་ལྟ་ཡོད་བཞིན་
པའི་ལས་བྱེད་ཀྱི་གནས་ཆད་དེ་མཐོ་བ་ཡིན་སྟབས། རྒྱ་ཡིག་ཆན་པ་ལ་ས་དམིགས་ཡོད་པ་གཞིར་བཟུང་ཉར་བཞག་པ་ཞིག་

རེད། གང་ཟག་ལ་སྐད་ཆ་དེས་པ་ཡིན། ཁྱེད་རང་ཆོའི་གནས་ཚད་དེ་ཅམ་ཡོད། མ་གཞི་ད་ལྟ་ཡང་བྱི་རྩ་ ༡༠ པའི་ཆེས་ ༡༣...
 ༡༩...༡༥ ལ་རང་ཆོའི་རྒྱ་རིགས་འབྲེལ་མ་ཐུད་པའི་ཆོག་གས་འདྲ་འཆོག་གས་པའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་སྐད་ཤེས་མཁན་གྱི་རྒྱ་ལ་ཡུལ་གྱི་
 ཁག་རེ་རེ་ནས་བཅུ་རེ་བཅུ་རེ་ཤོག་ཅེས་ཟབ་སྦྱོར་གཅིག་སྦྱད་ཀྱི་ཡོད་རེད། འདིའི་ནང་ལ་ཁོ་རང་ཆོས་ཆ་ཤས་ལེན་གྱི་ཡོད་
 རེད་དམ་ཟེར་ན། ཆ་ཤས་ལེན་གྱི་ཡོད་རེད། རང་ཆོས་བོད་སྦྱོང་གཏང་རྒྱུའི་འབད་བཅོན་བྱེད་དང་བྱེད་སྤྱོད་ཡིན། དེར་བརྟེན།
 སྤྱབས་མ་ལེགས་པ་ཟེར་ནའང་འདྲ། སྤྱབས་ལེགས་པ་ཟེར་ནའང་འདྲ། གྲོན་མ་རྒྱ་ཡིག་ཚན་པ་ལ་ལས་བྱེད་མི་འདུག་ཅེས་
 བཀའ་མོལ་གནང་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་ཐབས་ལམ་དེ་དག་བཅའ་བ་རེད། ཉེ་བའི་ཆར་རྒྱ་ཡིག་ཚན་པའི་ལས་བྱེད་བཞི་ཡོད་
 སྤྱབས། དེ་དག་གི་རྒྱ་ཡིག་གི་སྤྱོད་ཚད་བསྒྲུར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། གང་ཟག་ལ་སྐད་ཆ་དེས་པ་ལ་བརྟེན། གནས་སྤངས་དེ་འདྲ་
 ཆགས་ཡོད་རེད། ལར་ནས་མ་འོངས་པ་ན་རྒྱ་སྐད་སྦྱོར་བར་གཏོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན། དམའ་རིམ་གྱི་གནས་ཚད་ཡོད་པ་
 གཅིག་བཏང་བ་ཡིན་ན་ཁོ་རང་ཡར་རྒྱས་འདི་ཆད་མཐོ་བ་འགྲོ་ས་རེད། དམའ་རིམ་ཙ་བ་ནས་མེད་མཁན་གཅིག་གཏང་བ་ཡིན་
 ན་ཁོ་རང་ཟ་སྐད་འཐུང་སྐད་ཤེས་ཅམ་ཞིག་དང་ཡང་རིག་པ་ཉ་ཅང་གི་རྩོམ་ཡོད་ན་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཆགས་ཀྱི་རེད། དེ་འདྲའི་
 མི་སྣ་ཞིག་ཆགས་སྤྱབས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་བསམ་པའི་དགོངས་ཚུལ་གཅིག་ཡོང་བཞིན་འདུག རྒྱ་ཡིག་ཚན་པ་དང་འབྲེལ་
 པའི་ཐོག་ནས་ xizang-zhiye ཁོ་རང་ཆོ་ (Twitter Account) ད་ལྟའི་ཆར་ (Twitter) བརྒྱད་ནས་ ༡༩༠༠༠༠
 (Twitter Account) ཁོ་རང་ཆོས་བཟམ་ཡོང་སྐབས། གློག་མཁན་འདུག དེར་བརྟེན་རྒྱ་ཡིག་ཚན་པའི་ཐོག་ནས་
 (Twitter Account) འདི་ཡག་པོ་འགྲོ་ཡི་འདུག་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

གང་ཟག་གི་དབང་སྒྲུར་མེད་པ་ཁྱིམ་ས་ལུགས་ཀྱི་དབང་སྒྲུར་དེ་ལ་མོས་མ་ཐུན་ཡོད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། གླུ་རྒྱུ་ཤིག་
 གཞི་འདི་མཐུན་པ་བཟོ་དགོས་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་གསུངས་པ་ལྟར། དེ་ནང་བཞིན་འདེམས་བསྐྱོད་ལྟར་ཁང་གི་འགན་
 འཛིན་ཆེད་དུ་མངགས་ནས་ཐེབས་རོགས་གྱིས། རང་ཆོ་ལས་བྱེད་ནང་ལ་པམ་ཆེར་ལས་བྱེད་གནས་རིམ་འོག་མ་དེ་དག་རེད།
 ཁོ་རང་ཆོ་ཆད་མ་ལ་གཞི་ཅའི་གླུ་རྒྱུ་ཤིག་གཞི་དང་སྤྱི་གཞི་གཞི་གཞན་གང་ཡོད་པ་དེ་དག་ཡོངས་རྫོགས་པམ་ཆེར་ཉི་མེད་
 ཀ་ཡིན་པ་འདྲ། དེ་འདྲ་ཞིག་ཟབ་སྦྱོར་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་རང་ཆོས་ཁྱེད་ཉི་མེད་ལས་བྱེད་ལ་སྤྱི་གཞི་འདི་གོ་རྟོགས་འཕེལ་བ་ལ་
 རང་ཆོས་དེ་སྤྱི་འབད་བཅོན་གནང་གི་ཡོད་ལ་ད་ལྟའང་འབད་བཅོན་གནང་དང་གནང་སྤྱོད་ཡིན་ཞེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

མཐའ་མ་དེར་ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་འདི་ཡོང་བཞིན་པ་རེད། ཐོས་ཆོག་གས་ཐད་ཀར་རྒྱུང་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱུ་དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་ད་
 ལན་སྤྱབས་མི་བདེ་བ་འདྲ་བྱུང་སོང་། འདི་ལ་ཡང་ལས་བྱེད་ཀྱི་འཐུས་ཤོར་དང་ལས་བྱེད་ཀྱི་གནས་ཚད་མ་འདྲངས་པ་མ་རེད་
 ཅེས་ཐག་ཆོད་པོའི་རང་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་དེ་ག་དུས་འཐུང་བ་རེད་ཟེར་ན། རང་ཆོའི་ཀམ་བུ་ཁར་སྤྱོད་ཆེན་འདི་
 རྒྱུར་སྤྱོད་ཡི་ཡོད་ཅང་། འདིའི་ཉར་སྐྱོད་ཆ་ཆད་ཁ་སང་གྲོན་མ་སྤྱོད་བྱུས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་གི་ཁང་པ་བརྒྱད་ནས་བཏང་བ་རེད།
 སྤྱོད་བྱུས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་གི་ཁང་པ་གཏོར་སྐབས་ཉར་སྐྱོད་དེ་དག་ཆད་མ་བཅད་པ་རེད། (Fiber Optic) ཉར་སྐྱོད་ཆད་མ་
 བཅད་པ་རེད། ད་ལྟ་ཀམ་བུ་ཁར་སྤྱོད་ཆེན་སྤྱོད་ཡོད་ཅང་། ཁོ་རང་ཆོ་ལའང་ཉར་སྐྱོད་དང་གློག་དང་ཆད་མ་འཐེན་སྤྱོད་ཡོད་མ་
 རེད། དེར་བརྟེན། ད་ལན་རང་ཆོས་ཐད་ཀར་རྒྱུང་སྤྱོད་རྒྱུ་འདི་ཉར་སྐྱོད་དུས་མ་ཐུད་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཟེར་ནའང་འདྲ། དེ་
 འདྲའི་ཐོག་ནས་བྱས་ཏེ་འགྲིག་མི་འགྲིག་ཅིག་ཡོང་བཞིན་འདུག གཉིས་ནས་དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཅོ་ནས་གསུང་མདོག་ཁ་པོ་

རེད། གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་ཡིན་ནའང་། འདི་ལྟ་ས་ན་མཆོམས་པོ་ཡོད་ན། བཞུགས་པོ་ལ་ཚོགས་འདུའི་སྐབས་བཀའ་པོ་ལ་གནང་
 ཟེན་པ་རེད་པས་མ་གྱི་འདུག རྣམ་པ་ཚོས་ཞལ་ལག་དང་མང་པོ་ཞིག་མཆོད་པར་བརྟེན། ཅི་ཅི་མང་པོ་ཡོད་ནས་ཏར་སྐྱད་མང་
 པོ་ཞིག་བཅད་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། དེ་བརྟེན། ང་ཚོ་འདིར་ཆོས་བ་བྱུག་རིང་སྟོང་པ་བཞག་པའི་སྐབས་སུ་འདིར་ཕེབས་མཁན་མང་པོ་
 ཞིག་གཟིགས་རྒྱ་མེད་པ་དགོང་མོར་ཕེབས་ཏེ་ཏར་སྐྱད་བ་མཁན་དེ་འདྲ་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་རེད། འདིའི་རྒྱུན་པས་པ་གིའི་ང་ཚོའི་
 དྲིལ་བསྐྱགས་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་གཉིས་ཆེད་མངགས། རྣམ་རྒྱུན་ཡིན་ན་བདུན་པ་གཅིག་ནང་ལ་གྲ་སྒྲིག་བྱས་ན་
 འགྲིག་གི་ཡོད་རེད་དེ། ད་ལན་བདུན་པ་གཉིས་ཕེབས་ནས་ཆ་ཆང་ཞིབ་འཇུག་བྱས། ཏར་སྐྱད་སྒྲུབ་ལུས་ཡོངས་རྫོགས་སྒྲུབ་
 ཀྱི་ཡོད་རེད། གཟིགས་པའི་སྐབས་སུ་རྒྱུ་པོ་ཡོང་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ཏར་སྐྱད་ཆང་མ་གང་སར་སྐས་བཞག་ཡོད་སྐབས། ཏར་སྐྱད་
 མ་སྟོབ་ས་ལ་བ་མཁན་གྱིས་བཟས་ཟེན་སྐབས། མཐུད་རྒྱ་འདི་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་བྱས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་རང་བཞིན་གྱིས་དེ་འདྲ་
 ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེར་བརྟེན། དེ་ནང་བཞེན་འབྲུལ་ཆས་འདིའི་རྒྱུན་པས་རེད་འདུག་ཅེས་ངས་སྟོང་བསྐྱས་ལྷ་རྒྱ་དེ་རང་
 ཡིན། ཆོས་བ་བྱུག་གི་རྒྱུ་ཁང་པ་དང་ཀམ་ཏར་ཡོངས་རྫོགས་སྟོས་ཟེན་པའི་རྒྱུ་སུ་ (Fiber Optic) ཡོད་པ་དང་འདི་མ་
 པོས་མཐོན་པོ་ཚོས་ཏར་སྐྱད་མ་བཟས་པ་དང་དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་དོ་དམ་པོ་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཏན་ཏན་ཐད་ཀར་རྒྱུང་
 སྤང་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་ཡི་རེད། གཞི་རྩའི་ལས་བསྐྱགས་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ལས་བྱེད་ཆང་མས་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་
 འབད་བཅོལ་གནང་སྟེ། ཡག་ཐག་གཅོད་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་དེ་ལ་མང་པོ་ཞིག་གིས་བསྐྱགས་བརྫོད་གནང་སོང་། བསྐྱགས་བརྫོད་
 གནང་བ་དེར་བྱེད་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་འགན་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་སྟོང་དབུས་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྷ་རྒྱ་དང་ད་ལན་བཀའ་པོས་སྟེ་
 འབྲུས་ཆ་ཤས་ལེན་མཁན་ཆང་མས་བཀའ་འདྲི་གནང་བ་དེ་དག་ཆང་མ་ལ་བཀའ་འདྲི་ཆེ། ཏན་ཏན་རང་དྲིལ་བསྐྱགས་ལས་
 ཁུངས་ཐོག་ནས་གཞི་རྩའི་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། ད་དུང་ཡང་འབད་བཅོལ་གནང་དགོས་པ་མང་དག་ཅིག་ཡོད་རེད། དེ་
 དག་གི་ཐོག་ལ་སུ་མཐུད་དེ་འབད་བཅོལ་གནང་གི་ཡིན་ཞེས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

འདི་ཡན་གྱི་བྱེད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྟོམས་སྟོང་བསྐྱས་དང་། བྱེད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྟོམས་རྒྱས་པའི་ཐོག་ལ་
 སྟེ་འབྲུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་སྟན་ཐོའི་ཐོག་ལ་བཟོ་སྒྲིང་དང་གསལ་བཤད་ལན་འདེབས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་
 ཐུབ་པ་ཡིན་ཞེས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གསུམ་པའི་ཅ་པ། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལས་
 བསྟོམས་ཐོག་སྟེ་ཡོངས་ཀྱི་བཟོ་སྒྲིང་དང་བཀའ་ཤག་གིས་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད་ཕེབས་རྒྱ་ཡིན། བཟོ་སྒྲིང་གི་ཆ་ཤས་
 བཞེས་མཁན་རྣམས་པ་བྱུག་བརྒྱུད་རྫོགས་གནང་། སྟེ་འབྲུས་ལྷ་རྒྱ་རི་རྣམས་རྒྱལ་སྟོན་དཀར་ལགས།

སྟེ་འབྲུས་ལྷ་རྒྱ་རི་རྣམས་རྒྱལ་སྟོན་དཀར་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྟོམས་སྟོང་བསྐྱས་ལ་གཞི་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་བཀའ་
 འདྲི་ལྷ་རྒྱ་དམིགས་བསལ་ཅི་མེད་ཀྱང་། ཉེ་ཆར་ས་གནས་ལ་སྟོར་བ་བརྒྱགས་ཆང་ཅམ་ཡིན་དུས། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་

ནས་འགའ་ཤམ་ཞིག་ལྷ་ཚོགས་པར་གྱིས། དང་པོ་དེར་སྤྱིར་ས་ཁུལ་གྱི་སྤྲུལ་ཁང་དེས་སྤྱིར་སྤྱིར་ཚོན་ཏ་རའི་ས་ཁུལ་གྱི་བོད་མི་
 ཡོངས་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་མ་ཟད། རྒྱ་གར་ཡུལ་མི་ཚོ་ལའང་ཕན་ཐོགས་པོ་ཞིང་ལོད་པ་འདྲ། བྱས་ཅང་དེ་ལྟ་བུར་ཆ་བཞག་ན་
 ཏ་ཅང་གིས་ཆགས་ཚུད་པོ་ཞིག་ཡིན་པའི་དོ་སྤྲང་བྱུང་སོང་། དེའི་ནང་ལ་སྤྱི་རྒྱལ་གྱི་ཚོགས་པ་འགས་རྒྱལ་སྐོར་ལྷན་པས་ལས་
 གཞི་གསར་བ་མང་པོ་ཞིག་འགོ་འཛུགས་བཞིན་པ་རེད་འདུག ངས་སྤྱིར་བཏང་ལས་རིམ་ནང་ལ་ལྷན་ཡོད་ཀྱང་། དེར་ནན་ཏན་
 གྱིས་ལྷན་པ་བསམས་སོང་། གནད་འགག་ཞིང་ལས་ཆགས་འགོ་ཡི་འདུག སྤྱིར་ཏང་དེར་སངས་ལ་མཇུག་སྐྱེའི་ཐད་དཔུལ་
 རག་ཁག་པོ་ཡོད་པ་དེ་ཤེས་གསལ་རེད། ཡིན་ནའང་སྤྱི་རྒྱལ་རོགས་ཚོགས་ཁག་གིས་ཁོ་རང་ཚོར་གནད་བཞིན་པ་རེད་འདུག
 ཁོ་རང་ཚོས་ད་ལྟ་གཤེགས་པ་ལྟར་གི་འདུག་ཅེས་ལྷན་ན། ད་ལྟ་སྤྲུལ་སྤྱི་བཟུང་སྤྲུལ་ཁང་དེར་འགན་འཁུན་ཞིག་དགོས་འདུག་
 གསུང་གི་འདུག སོང་ཅང་འགན་འཁུན་ཞིག་མེད་པ་ཡིན་ན་ཁོང་ཚོས་དཔལ་འབྱོར་གཏོང་བཞིན་པ་དེ་མཆོམས་འཛིན་གི་ཡིན་
 ཞེས་གསུངས་འདུག བྱས་ཅང་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དེའི་ཐོག་ལ་ངས་པར་དུ་དགོངས་པ་བཞེས་རོགས་གནང་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ཏང་
 སང་བའི་གལ་གནད་ཅིག་ཆགས་འགོ་ཡི་འདུག མ་གཞི་སྤྲུལ་པ་དེས་སྤྲུལ་པ་དང་འགན་འཁུན་གཉིས་ཀའི་ཐུགས་འགན་བཞེས་
 དགོས་ན་ཏང་སང་བའི་ལས་ཀ་ཁག་པོ་ཞིག་རེད་བསམ་གྱི་འདུག སྤྲུལ་པས་ནད་པར་བཞག་དཔུང་བྱ་རྒྱུ་ལས་འཛིན་སྐོར་གི་
 འགན་འཁུན་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཁག་པོ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག

དེ་ནས་གཉིས་པ་དེར་ངས་བཀའ་འདི་ལྷ་རྒྱུ་ཞིག་འདི་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་ནས་ང་རང་ཚོའི་བྱད་མེད་ལྷན་སྐྱོབས་གོང་
 སྤེལ་གྱི་བསྐྱར་ཞིབ་དང་སྤྱི་བྱས་གྱི་ཐོག་ནས་ཡང་དེ་འདྲིར་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཆགས་གྱི་ཡོད་ན། གང་ལྟར་བྱད་མེད་ལས་
 བྱེད་པ་ཚོ་ལ་སྤྱི་བྱས་སྤྱི་བའི་སྤྲུལ་སྤྱི་བྱས་པ་གསུམ་གྱི་གྲང་གསེང་ཞིག་དམིགས་བསམ་ཡོད་རེད། དེའི་སྐོར་ལ་གསལ་བསྐྱགས་
 མང་པོ་བྱེད་ཆར་བ་རེད། ཡིན་ནའང་ངའི་གོ་ཐོས་གཞིར་བཟུང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་འོག་ལ་ཡོད་པའི་དམིགས་བསམ་སྤྲུལ་
 ཞབས་པ་དང་སྤྲུལ་པ་བྱད་མེད་ཡིན་པ་དེ་ཚོར་རྒྱ་བ་གསུམ་གྱི་གྲང་གསེང་ཡོད་མ་རེད་ཅེས་གོ་རྒྱུ་འདུག དེ་དངོས་གནས་ཡིན་
 ན་ཞེས་འདི་རྒྱ་དང་། དེ་དངོས་གནས་ཡིན་ན་ཁོང་ཚོར་རྒྱ་བ་གསུམ་གྱི་གྲང་གསེང་མ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་མཆོན་ག་ཅེ་ཡིན་ནས་ཞེས་
 བཀའ་འདི་ལྷ་འདོད་བྱུང་།

དེ་ནས་ཀྱུ་ལུ་མ་ན་མི་ཕྱོགས་ལ་ཁོ་རང་ཚོའི་སྤྲུལ་ལྷ་ཁང་ཆུང་ཆུང་ཞིག་འདུག དེ་ལ་འགན་འཁུར་མཁན་གང་ཟག་
 གཅིག་ལས་མི་འདུག ཁོང་ལྟ་བུར་མཆོན་ན་ཀྱུ་ལུ་མ་ན་མི་དང་སྤྲུལ་ཏར། མི་མི་བཅོ་ལྔ་དང་པ་ཉིལ་ཀྱལ་བཅས་ས་ཁུལ་ཆང་
 མར་ལྟོ་ཕད་ནང་ལ་སྤྲུལ་ཞིག་ཁུར་ནས་སྐོར་བ་བརྒྱབས་ནས་བྱག་ལས་གནང་གི་འདུག དེ་གང་འདྲ་ཡིན་ན་སྤྱིར་བཏང་ས་
 གནས་ཁ་འཛོར་དེ་ཚོར་ཁག་པོ་ཡོད་རེད་ཀྱང་དེ་རི་ལྟར་འཛིན་སྐོར་གནང་ཐུབ་གྱི་ཡོད་ན། དེའི་དཀའ་ངལ་དེ་སེལ་ཐབས་
 གནང་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ནམ་པ་ཚོའི་ངོས་ནས་དགོངས་བཞེས་གནང་ཡོད་ན་ཞེས་བཀའ་འདི་ལྷ་འདོད་བྱུང་སོང་། དེ་བཞིན་ཚོན་ཏ་
 རའི་ས་ཁུལ་ལའང་དཀའ་ངལ་དེ་རང་འཕྲད་བསྐྱད་འདུག དེ་ལའང་སྤྱིར་བཏང་སྤྲུལ་བཅོས་ཁང་ཆུང་ཆུང་ཞིག་འདུག ཀྱང་དེར་
 རྒྱན་ལྷན་ནས་སྤྲུལ་ཞབས་པ་ཞིག་གཏོང་གི་ཡོད་པ་འདྲ། དེ་ཡང་བདུན་པ་གཅིག་གི་ནང་ལ་ཐེངས་གསུམ་ཞིག་ལ་གཏོང་
 གནང་གི་མི་འདུག ངས་སེམས་ཁུལ་བྱེད་ས་གཅིག་ག་ཅེ་འདུག་ཅེས་ལྷན་ན་ཚོན་ཏ་ར་ས་གནས་ལ་ང་རང་ཚོའི་ཀླས་གསོ་ཁང་
 ཞིག་ཁེལ་བསྐྱད་ཡོད་རེད། བྱས་ཅང་ཀླས་གསོ་ཁང་གི་ནང་ལ་དགྲུང་ལོ་བཞེས་པ་ཁོ་རང་ཚོར་ཉོབ་དེ་སྤྲུལ་བཅོས་གྱི་མཐུན་

ཀློན་དགོས་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་འདྲི་སྐབས་ལ་སྤྱིར་བར་དུ་ཐག་རིང་པོ་ཞིང་ཕྱག་ཅིག་པེ་བས་དགོས་པ་ཡིན་ན་སྤྱི་ལས་ཤིག་འཕྲད་ཡོང་གི་འདུག དེ་བཞིན་ནམ་རྒྱུན་ནས་དགྲུང་ལོ་བཟེས་པ་ཁོ་རང་ཚོར་ཁབ་རྒྱག་རྒྱ་དང་། དེ་ཚོ་ལག་ཁུར་མཁན་གྱི་གང་ཟག་ཁོ་རང་ཚོས་བསྐྱོན་གྱི་འདུག ཁོ་རང་ཚོ་ཡིན་ན་སྤྲོད་རྒྱ་དང་ཁབ་རྒྱག་རྒྱའི་ཉམས་སྲོང་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་མ་རེད། བྱས་ཅང་དེ་འདྲི་གང་ཟག་ཅིག་གིས་བྱག་ལས་དེ་ཚོ་གནང་ཡོང་དུས་སྤྱིར་བཏང་ཁོ་རང་ངོས་ནས་སེམས་ཤུགས་བྱས་ནས་དེ་འདྲི་བྱེད་གྱི་འདུག་ཀྱང་། ལག་རྩལ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པའི་གང་ཟག་ཅིག་གིས་དེ་འདྲི་ཞིག་གནང་ཡོང་དུས། དེ་བརྟན་པོ་རྗེ་ཅམ་ཡོད་ན། འདི་འཕོད་བསྐྱལ་དེ་རྣམ་པ་ཚོས་ཅོན་ཏྲ་རའི་ས་ཁུལ་ལ་སྤྲོད་ཞབས་པ་ཞིག་གཏན་འཇགས་ཐོག་ནས་བཏང་བྱུང་པ་ཡིན་ན་དགྲུང་ལོ་བཟེས་པ་དང་ཆས་གསོ་ཁང་ཁོ་རང་ཚོ་གཅིག་པོར་མིན་པར་ཅོན་ཏྲ་རའི་ས་ཁུལ་གྱི་བོད་མི་ཚོ་ལ་ཡང་པན་ཐོགས་པོ་ཞིག་འབྱུང་ས་རེད། བྱས་ཅང་དེའི་ཐོག་ལ་རྣམ་པ་ཚོའི་ངོས་ནས་དགོངས་བཞེས་ཤིག་གནང་བྱུང་པ་ཡིན་ན་ང་རང་ཚོའི་སྤྲོད་བཅོས་ཁང་རྒྱང་རྒྱང་ཡོད་པ་དེའི་ནང་ལ་ཅ་ལག་མང་པོ་ཞིག་བཞག་ཡོད་རེད། སྤྲོད་མང་པོ་ཞིག་བཞག་ཡོད་རེད། བྱས་ཅང་སྤྲོད་དེ་ཚོ་ཡང་འཕྲོ་བརྒྱག་འཕྲོ་བའི་གནས་སྟངས་ཆགས་ཡོང་གི་མ་རེད། བྱས་ཅང་དེའི་ཐོག་ལ་ངེས་པར་དུ་དགོངས་བཞེས་ཤིག་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་འདི་འཕོད་སྐུལ་ཡིན། ལྷགས་རྗེ་ཆེ།

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

སྤྱི་འཐུས་བསྟན་འཛིན་འཇམ་དབྱངས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་བསྟན་འཛིན་འཇམ་དབྱངས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ དུས་ཚོད་མང་པོ་བཀག་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས། དེ་བཀའ་ཉེས་མཁྱེད་པོ་འདི་ཚོག་པར་གྱིས། དང་པོ་དེ་ས་གནས་བཟང་གིས་སྤོངས་ལ་གད་སྤྲོད་པ་གཡུག་ས་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ཞིག་འཕྲད་བསྐྱད་འདུག དེར་ཁ་སང་དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཆོག་པེ་བས་སྐབས། ཁོང་ཚོར་ལམ་སྟོན་གང་གནང་ཡོད་དམ། དེའི་གནས་སྟངས་དེ་ད་ལྟའི་ཆར་ག་རེ་ཆགས་ཡོད་དམ་ཞེས་དེ་གཅིག་འདི་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནས་གཉིས་པ་དེར། མན་ཏེ་ས་གནས་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བྱུང་ཁོངས་སུ་སྟོན་ཏེ་བཟུང་གིས་སྤྱིང་། དེ་ལ་ད་ལྟ་བཟེས་སོང་མང་པོ་ཞིག་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ཁོ་རང་ཚོར་ད་ལྟའི་ཆར་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་དེ་སྤྲོད་ཞབས་པ་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་དེ་རེད་འདུག ཁོ་རང་ཚོས་རེ་སྐུལ་ཆེ་ཤོས་ག་རེ་བྱ་ཡི་འདུག་ཅེ་ན། བཀའ་ཉེས་གནས་དེ་བྱུང་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱས་ནས། མཆོ་བརྒྱལ་སྤྲོད་ཞབས་པ་ཞིག་འདུག ཁོ་རང་རྒྱ་བེད་གཉིས་ཀྱི་མཆོམས་ལ་སྟོར་བཞིག་བསྐྱོན་གྱི་ཡོད་ས་རེད། ཡིན་ནའང་ཆར་གཅིག་གཉིས་ལས་སྟོར་བརྒྱག་མ་བྱུང་དུས་པོན་ཏེ་བཟུང་གིས་སྤྱིང་ལ་དཀའ་ངལ་དངོས་ཡོད་ཀྱིས་འཕྲད་བསྐྱད་འདུག དེའི་སྟོར་དེ་ཞིབ་སྤྲོད་ལས་བསྐྱེད་ཀྱི་ནང་ལ་བཀོད་བཞག་ཡོད། དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཆོག་ནས་དེའི་སྟོར་ལ་ཉམས་ཞིབ་ཅིག་གནང་དགོས་ཡོད་ས་རེད་ཅེས་བྱ་རྒྱ་ཡིན། ལྷགས་རྗེ་ཆེ།

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

ད་ལྟ་འདིར་མཆོན་ཐོ་ཞུས་ཆར་བའི་སྤྱི་འཐུས་དགུ་ཡོད། དེའི་རྗེས་ལ་གོ་སྐབས་ཤུལ་གྱི་མིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་བསྟན་པ་ཡར་འཕེལ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་བསྟན་པ་ཡར་འཕེལ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་དང་ཆ་དུས་ཆོད་སྤྱི་པོ་ཆགས་ཆར་དུས། ངས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡོམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དེ་བལྟོན་ཆོད་བསྟེན་ནས་གང་ལྟར་མི་ཞུ་ཐབས་མེད་ཀྱི་རིགས་ཤིག་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་རང་རང་ཆོད་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བཅོན་གྱོལ་ནང་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་ནས་སུ་མ་ཆོད་ཐོག་ནས་མི་མང་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་དེ་ག་རེ་རེ་དཔྱད་ཅེས་དེ་བཤད་པོ་དེ་ཡིན། དེ་ལ་ལན་ཁ་ཐུག་ཅིག་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡོམས་ཤོག་ངོས་གསུམ་པའི་ཐོག་མ་དང་གྱིས་པའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་ཅེས་བཤད་པོ་ནང་ནས་མང་པོ་ཞུ་མ་དགོས་པའི་ཐོག་གང་ལྟར་ལས་བྱེད་ཡིན་མིན་ལ་མ་སྟོས་པར་དེའི་ཐོག་ནས་གང་ལྟར་རང་ཆོད་བཅོན་གྱོལ་ནང་གི་བྱད་མེད་སྤྱི་ཤུ་ཆུ་ཡོད་དོ་ཙམ་ལ་ཆེ་ཆུང་ལ་མ་བཟུས་པའི་མཐུན་འགྱུར་ཞིག་རང་ཆོད་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་སྤྱི་ཤུ་བཤད་པ་ཡིན་ན། རང་རང་ཆོད་མི་འཕོར་འཕེལ་རྒྱས་དང་དེ་དག་གང་ཅིའི་ཐོག་ནས་ཡག་པོ་ཞེ་བྱེད་ཡོང་རྒྱུ་དང་མིའི་བསམ་སྒྲོལ་འདར་ཁུངས་པར་ཞེ་བྱེད་ཡོང་ས་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

གསུམ་པ་དེ་སྤྱི་ཤུ་རྗེས་དན་གོ་མ་སྟོན་འགོག་དང་བཅོས་ཐབས་ཞེས་བཤད་པོ་ཐོག་ལ་འགྲོ་སོང་ཆེན་པོ་ཞེ་བྱེད་འགྲོ་ཡི་འདུག དེ་ཆོད་སྤྱི་ཤུ་ལ་ཐབས་སྤྱོད་མང་པོ་སྤྱོད་ཡོད་ཟེར་གྱི་འདུག ཐབས་སྤྱོད་དེ་ཆོད་མཆོས་མཆོས་པན་རྒྱའི་ཆབ་ལ་གཞོད་རྒྱུ་སྟེ། ཏ་མ་གོ་མཁན་ཆོད་ལ་སྤྱི་རྗེས་དན་གོ་མས་གང་འདྲ་བྱེད་དགོས་ཡོད་མེད་སྟོན་གྱི་ཡོད་པའི་ཐོ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་རྒྱུའི་སྤྱི་ཤུ་དེ་འདྲ་གོ་རྒྱུ་འདུག དེ་འདྲ་མ་ཆགས་པའི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་འདུག་དང་མི་འདུག དེ་ཆོད་མཐུན་འགྱུར་ཞུས་ཡོད་ཅེས་བཤད་པོ་ཞིག་འདུག སྤྱི་རྒྱུང་མཐུན་འགྱུར་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཀྱང་སྤྱི་རྗེས་དན་གོ་མས་བྱེད་མཁན་དེ་ཆོད་ལ་མཐུན་འགྱུར་བྱས་ནས་སྤྱོད་བཅོས་བྱས་བསྐྱད་ན་མ་འོངས་པར་དེ་ཆོད་མིག་དཔེ་བཟུ་ནས་ད་སྤྱི་རྗེས་ལ་དན་གོ་མས་བྱས་ན་འདྲ་གཤམ་མི་འདུག བོད་གཞུང་གིས་ལྟ་འགྲོ་ཡི་འདུག དན་གོ་མས་ཆགས་ན་འདྲ་སྤྱོད་བཅོས་བྱེད་མཁན་ནི་ཡོང་སྟོན་གྱི་འདུག་བསམ་བཤད་འདྲའི་དབང་གིས་མ་འོངས་པར་མང་དུ་འགྲོ་བའི་ཉེན་ཁ་མཐོང་གི་འདུག་གམ་མི་འདུག དེ་གཅིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ཤོག་གངས་དགུ་པའི་ནང་གསེས་ཆབ་སྲིད་བཅོན་ཟུར་དང་འབྲེལ་ཡོད་འབྲེལ་ཆགས་དེ་ཆོད་ལ་སྤྱོད་སྤྱོར་སོགས་ཀྱི་དཔྱད་འཕོར་གང་ལ་གང་འཆོམ་གྱི་ཐོན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་འདུག ད་ཆབ་སྲིད་བཅོན་པ་ཆོང་མ་པར་འཕུར་འགྲོ་ཡི་ཡོད་དུས་ད་ཞེ་བྱེད་ལྷག་ཞེ་ཡོད་ན་བསམ་པའི་ཆོད་བཤུར་སོང་ཡང་། ད་དུང་མང་པོ་ཞེ་བྱེད་ཅིག་ཡོད་པའི་བཅོ་ཞིག་འདུག དེ་ཡི་གངས་ཀ་དེ་ད་ལྟ་གསུང་རྒྱུ་ཡོད་ན་ཡོད་རེད། མེད་ན་འདྲ་གོས་ཆོགས་ཀྱི་གསོལ་ཙམ་སྤང་ལ་གནང་རོགས་ཀྱིས་ཞེས་གཅིག་དེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ལས་བསྐྱེམས་ཤོག་གྲངས་ ༡༡ པའི་ནང་ལ་ལས་འཆར་ཚན་པ་ཞེས་པ་ལས་ཚུ་ཡི་ལས་གཞི་ཞེས་པའི་ནང་ལ་
མང་པོ་ཞིང་ལ་འདུག་ཡང་། ངས་ཁྱོས་ཚོགས་སྐབས་སྟོན་མའི་སྐབས་སུ་ཡིན་པ་ཡོད། གངས་ཅན་སྤྱི་དག་ཤོངས་དགའ་ལྗན་
ཁང་དུ་ཚུ་ལ་སྤྱིར་བཏང་དགའ་ངལ་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཚོ་ཡག་པོ་ཞིང་ལ་རེད། ཡིན་ནའང་ཚུ་ཡི་ཚུ་མཛོད་ཁང་པའི་ཐོག་ཏུ་ཡོད་
པའི་ tanker ནང་ལ་གད་སྤྱོད་ཀྱིས་ཁེངས་བསྐྱད་ཡོད་པའི་དགའ་ངལ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་རེད་ཅེས་ཟེ་བ་ཞིག་སྤྲུལ་
ཡིན། འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་གྱིས་དེ་སྟོན་དེ་འདྲ་མཐོང་མ་སོང་། ཡིན་ནའང་བཅར་ནས་ལྟ་ཡི་ཡིན་གསུངས་སོང་། དེ་ནས་ད་
ལྟའི་བར་ལྷ་བ་དུག་ཅམ་ཟེན་ཆར་རེད། གངས་སྤྱི་དག་ཤོངས་ཁང་གསར་གྱི་ཚུ་མཛོད་དེ་ལ་གཟིགས་རྒྱ་བྱུང་སོང་ངམ།
གལ་སྲིད་གཟིགས་རྒྱ་བྱུང་མ་སོང་ན་དེ་དཔེ་མི་སྲིད་པའི་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཆགས་འདུག་མཛོད་གཙོ་ལྷན་པའི་ཞལ་ལག་དེ་འགྲོ་
ས་རེད་དམ་མ་རེད་སྐྱང་ནས་མར་ཞིག་གཟིགས་ན་མཁྱེན་ས་ཡོད་རེད། འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་དགའ་ངལ་ཆང་མ་འདིའི་རྒྱུན་གྱིས་
ཡོང་བ་ཡིན་ན་གཞུང་གི་འགྲོ་སྟོན་རྒྱུ་ཅམ་འགྲོ་ཡི་རེད་དམ། གཞན་ནམས་རྒྱ་ས་མེད། རྒྱ་ས་མེད་པ་དེ་ཚོ་ཏ་ལ་མ་གཅིག་
མཚུངས་ཡིན་གྱི་རེད་བམས་གྱི་འདུག་དེར་བརྟེན་ལས་ཀ་དེ་ཚོ་འཕུས་ཤོར་ཕྱིན་པ་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་གྱི་ཡོད། དགའ་ངལ་དེ་
སུ་མཐུད་དེ་ལྷག་བསྐྱད་འདུག་འདི་གཅིག་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནས་ཤོག་གྲངས་ ༡༥ ནང་ལ། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས། འདིའི་ནང་ལ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལོའི་གཡུ་ཐོག་
གཟེངས་རྟགས་ཐེངས་གསུམ་པ་དེ་བཞིན་ཞིང་ག་ཤེགས་མཁས་དབང་ཁོ་རུ་ཆེ་ལྷན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་མཆོན་ཐོག་ལ་སྤུལ་
ཡོད། ཅེས་གསུངས་འདུག་གཟེངས་རྟགས་དེ་བཞིན་མཁས་སུ་རེད། སུ་ཞིག་ལ་སྤུལ་ཡོད་རེད། ཁོང་ནི་བཞུགས་ཡོད་པ་མ་
རེད། འདི་གཅིག་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནས་ཤོག་གྲངས་ ༡༧ ནང་ལ། བདེ་ལེགས་སྤྲོམ་ཁང་། ༣་༥། དགའ་ལྗན་པོ་བྲང་གི་མཆོད་ཆབ་ནང་ནང་འབྲུ་ཡོད་
མེད་ཟེར་བ་ཞིག་འདུག་མཆོད་ཆབ་ཟེར་བའི་ཐ་སྙད་དེ་ག་རེ་འདྲ་ཞིག་ཟེར་གྱི་ཡོད་མེད་ངས་ཤེས་གྱི་མི་འདུག་འདི་འབྲེལ་
བཤད་གནང་རོགས་གྱིས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་ཚོས་སྦྱོང་དབང་ལྷག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་སྤྲོམ་ཁང་ལ་འགན་འཛིན་གཅིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་གསུངས་སོང་། འདི་དེ་སྤྲོམ་པ་གིའི་
སྤྲོམ་པའི་ཐོག་ནས་ལྷ་བཞིན་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་དེ་བཞིན་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འདིའི་ཐོག་ལ་
འབད་བཅོལ་རབས་དང་རིམ་པ་མང་པོ་བྱས་པ་རེད། འདི་བྱས་པའི་མཐའ་བསྐྱེམས་དེ་ལ་ད་ལྟའི་ཆར་སྤེལ་གོ་བ་ནས་ཡར་ལས་
བྱེད་གཅིག་གནས་སྟོན་འགྲོ་བའི་ཐོག་ནས་སྤྲོམ་ཁང་འགན་འཛིན་བསྐྱོད་གཞག་ཟེན་པ་གཅིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

དེ་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་སྦྲངས་ཆོག་ས་པའི་ཁྱབ་ཁོངས་ནང་ལ་ལས་བྱེད་བྱུང་མེད་ནམས་ལ་ (Maternity leave) ལྷ་གྲུ་སྒྲིལ་པའི་གྲུང་གསེང་འདིའི་ཐད་ལ་དུས་ལུགས་གཅིག་གསུངས་སོང་། འདིའི་ཐོག་ལ་ད་ལྟ་ང་ཚོའི་སློབ་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཐེན་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ང་རང་ཚོ་གཞན་ལ་ཐོབ་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ང་རང་ཚོས་འདིའི་ནང་ལ་བཀོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅུ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནང་བཞིན་གཞི་ཅའི་ཀྱ་ལུ་མ་ན་ལི་རེད། ཅོན་ཏུ་ར་རེད། (Pondoh) རེད། དེ་དག་ལ་འཕྲོད་ལས་པ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་གསུང་བཞིན་པ་འདི་ང་ཡིན་ནའང་དེ་ནས་པ་སྒྲོར་བ་རྒྱ་གར་གྱི་བྱུང་སོང་། དངོས་ཡོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་གནས་སྐྱདས་བལྟས་པ་ཡིན་ན་སྐབས་དེ་དུས་བསྒྲོར་བ་བརྒྱབས་ནས་བལྟས་པས་ན་དངོས་ཡོད་ཀྱི་གནས་སྐྱདས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཡིན་ནའང་། ཐོ་འགོད་དང་དེ་ཚོ་གཅིག་བལྟས་ཡོང་སྐབས། ཉིན་རེ་ནས་ཉིན་རེ་ལ་བསྟེན་གཏུགས་བྱེད་མཁན་རྗེ་ཅམ་ཡོད་མེད་ཅིག་བལྟས་སྐབས། ༦ ཅམ་སྐབས་རེད་མང་ལ་ ༩ ཅམ་མཆོམས་རེར་ ༩ ཅམ་གནས་སྐྱདས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག་དེར་བརྟེན། དེ་སྔ་བཀའ་ཤག་གི་ཐོག་ནས་རེད། དེ་སྔ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རེད། དེ་འདྲ་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་ (Golden Hand shakes) ལུས་པའི་ཐོག་ནས་པན་ཚུན་གཉིས་མོའི་ངང་ནས་ལས་བྱེད་ཐེར་ནའང་འདྲ། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ལས་བྱེད་ ༣༠ ཅམ་ཞིག་ཡར་མཁོ་སྒྲུབ་བྱས་པའི་བྱུང་བ་ཞིག་རེད་འདུག་དེ་ནང་བཞིན་ས་གནས་ཁག་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ན་ས་གནས་ཁག་ ༤༠༠' ཞིག་བསྐྱེས་བཞག་པ་དེ་འདྲ་གཅིག་གི་གཅིག་ལ་མཉམ་རུབ་ས་ཆ་གཅིག་ལ་བཅོས་པའི་གནས་སྐྱདས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་པ་ཞིག་རེད་འདུག་དེར་བརྟེན་ཀྱ་ལུ་མ་ན་ལི་ད་ལྟ་གསུང་བཞིན་པ་འདི་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན། ས་ཁུལ་ཁག་གསུམ་བཞི་ཞིག་ལ་སྒྲོར་བ་བརྒྱབས་ནས་འཕྲོད་གོས་པའི་གནས་སྐྱདས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ང་ཚོ་ཡིན་ནའང་། འདིའི་ཐོག་ལ་བགོ་རྒྱུའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུ་མཐོང་བ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཡིན་ནའང་རྒྱ་མཆོན་གཞན་མང་པོ་ཞིག་ལྟ་དགོས་པ་ཞིག་དང་ལྷག་པར་དུ་ས་དམིགས་ལ་ལྟོས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན་ས་དམིགས་ལྟོས་པའི་ལྟོས་སྐྱདས་གཅིག་གི་ཐོག་ནས་འཕྲོད་གོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། གཤམ་ཆེ་ཤོས་གཅིག་ལ་དེ་ནང་བཞིན་ལས་བྱེད་ཀྱི་ཕོགས་དང་དེ་ཚོ་ཆོང་མ་བསྐྱུན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་སྐབས། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲུབ་ཐེར་ནའང་འདྲ། འདོད་པ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་ལ་འདི་ལག་བསྐྱར་བྱེད་པ་ལ་ཉོག་ཅམ་ཞིག་སྒྲུང་ལ་ཐེར་ནའང་འདྲ། བདེ་མི་བདེ་ཉོག་ཅམ་ཡོང་བའི་གནས་སྐྱདས་ཆགས་ཀྱི་འདུག་

དེ་ནང་བཞིན་ཅོན་ཏུ་ར་ས་གནས་ལའང་དེ་དེ་བཞིན་རེད། ཅ་བའི་དེ་ལ་སྤྱིར་སྤྲོད་ཁང་ཆེན་པོ་གཅིག་ཡོད་རེད། འདིའི་ཉེ་འདབས་ཡིན་སྐབས། དེ་ནས་སྒྲོར་སྒྲོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཁྱབ་དགོས་པ་ཞིག་ང་ཚོས་དགོངས་པ་དེ་འདྲ་བཞེས་སྤྱད་རེད། ཡིན་ནའང་འདི་དང་ལྷན་དུ་ཅོན་ཏུ་ར་ལ་ཀན་གསོ་ཁང་ཡོད་བཞིན་པ་འདི་སྒྲོར་ལའང་གསུངས་པ་རེད། ཀན་གསོ་ཁང་ལྟ་བུར་མཆོན་ན་ནང་སྤྱིང་ཁུངས་ཀྱི་ཁྱབ་ཁོངས་སུ་གཏོགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ནང་སྤྱིང་དང་ལྷན་དུ་གོ་བསྐྱར་ལུས་པའི་ཐོག་ནས་འཛིན་སྒྲོང་བཀའ་ཤག་ལ་སྤྲོད་གསན་ལུས་ཤིང་། ལུས་དེ་ལ་འཕྲོད་ལས་པ་སྤྱར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན་སྤྱར་སྐྱདས་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་སྤྱར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མེད། འདི་དང་ལྷན་དུ་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་བཅར་བའི་སྐབས་སུ་འཕྲོད་ལས་པ་ས་གནས་ས་ཐོག་ནས་དེ་ནས་སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱས་ཏེ་ (Nurse) ཐོན་པ། སྤྲོད་ཞབས་ཐོན་པ་དེ་འདྲ་ས་གནས་སུ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོ་ལ་འབྲེལ་བ་བྱས་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་ལུ་གཏུགས་བྱེད་རྒྱ་དང་བརྒྱུད་རིམ་གཅིག་གི་ཐོག་ནས་དགོངས་པ་བཞེས་རྒྱ་གཅིག་གྱུང་།

ཡོང་ས་རེད་ཆེས་ང་ཆོས་ལམ་སྟོན་ཁྱེད་ཀྱི་བཞེས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ས་གནས་དེ་རང་ནས་སྤོང་ཞབས་ཀྱི་ཐོག་ལ་སློབ་སྦྱོང་ཐོན་ཡོད་
 པའི་གནས་ཚུལ་གོ་ཡི་འདུག་སྟེ། ཡིན་ནའང་འདིའི་ནང་ལ་བཞུགས་སྐྱེས་ཀྱི་དང་ས་གནས་རང་ལ་བཞུགས་ཏེ། བྱག་ལས་གནང་
 རྒྱུ་འདོད་པ་དང་མོས་པ་ཡོད་བཞིན་པ་ཡང་དེ་ཙམ་མ་མཛུལ་བའི་གནས་སྤངས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

དེ་དེ་བཞིན་བཀའ་ཤིས་སྦྱོངས་ཀྱི་གནས་བབས་ཀྱི་ཐོག་ལ་རེད། སྐབས་དེར་ས་གནས་ལ་བཅར་སྐྱེས་བྱུང་། ས་གནས་སུ་
 བཅར་བའི་སྐབས་ལ་ཁོ་རང་ཆོས་གསུང་སྐྱེས་ཀྱི་ལ་བཀའ་ཤིས་སྦྱོངས་ཀྱི་ས་ཁུལ་འདི་ (Bajjnath) ཁྱོད་སྡེ་དེ་ལ་ཕར་གད་སྟེགས་
 གཡུག་རྒྱུའི་ཐད་ལ་དགག་པ་རྒྱག་མཁན་ལྟ་བུ་ཞིག་དང་ལྷག་དོན་དུ་ (Bajjnath) ཁྱོད་སྡེ་རང་གི་གད་སྟེགས་འོར་འཕེན་གྱི་ད་
 མཁན་ཚུར་ཡོང་བ་ལ་དཀའ་ངལ་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་དང་། དེར་བརྟེན་ས་གནས་ནས་ཁྱོད་སྡེ་དང་དེའི་ནང་གི་ལས་ཁྱེད་ལ་བཀའ་
 མོལ་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་གཤམ་སྡེད་གད་སྟེགས་གཡུག་ས་ལ་ཁྱེད་རང་ཆོས་གད་སྟེགས་གཡུག་སྐབས་ལ་ཡིན་ན་འགྲིག་གི་རེད་
 ཅེས་བཀའ་འཕྲིན་བྱུང་བ་དེ་འདྲ་གསུང་མཁན་རབས་དང་རིམ་པ་བྱུང་སོང་། ས་གནས་ནས་སྐབས་དེ་དུས་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ཐོད་
 མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་མོ་ཏུ་རྒྱུང་བ་གཅིག་ཐབས་ཤིས་གནང་སྐབས་ལ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་ཡོང་ས་རེད། མོ་ཏུ་རྒྱུང་བ་ཟེར་
 སྐབས་དཔེར་ན། (TATA Ace) ལྟ་བུའི་མོ་ཏུ་རྒྱུང་བ་དེ་འདྲ་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ཕན་ཚུན་ཆེན་པོ་ཡོང་ས་རེད་གསུང་གི་འདུག་
 དེར་བརྟེན། ཚུར་སྐྱེད་པ་ཏེ་ང་རང་ཆོའི་ལས་འཆར་སྡེ་ཆེན་རེད། དེའི་ནང་བཀོད་སྐྱེས་དང་དེའི་ནང་སྐྱེས་སྐྱེས་ཐབས་ཤིས་བྱས་
 པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ཡང་འཛུལ་ས་ཏུ་གཏག་ཅིག་རྒྱག་མ་སོང་། དེར་བརྟེན། རོགས་ཆོག་ཁག་ཁག་རེད། སྡེར་གྱི་རོགས་ཆོག་ཁག་ཁག་
 རེད། དེ་འདྲ་ལ་ང་ཆོས་ཁྱེད་གཏུགས་ཁྱེད་ལྟས་ཡིན། བཅའ་ཞིག་ཐོན་པ་དང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་རོགས་དཔུལ་ཐོབ་མ་ཐག་རོགས་
 རྒྱུ་ཁྱེད་རྒྱུའི་བསམ་སྒྲུབ་འཆར་གཞི་ཡོད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དཔལ་ལྷན་ཆོག་པ་གཙོ་མཆོག་ནས། དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་
 བཀའ་སློན་མཆོག་དཔུ་བཞུགས་གནང་རོགས་གནང་།

ཆོག་པ་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

འཕྲོས་ལས་རིམ་ལྷག་མ་དེ། སང་གི་ལས་རིམ་ནང་འབྱེད་སྐྱེས་ཡིན། སང་སྤོ་བྱག་ཆོད་ ༥༥ ༣༠ བར་དུ་ཆོག་པ་གསེང་ཡིན།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལྷ་ ༩ ཆེས་ ༢༤ ཉིན་གྱི་སྐབས་དང་པོ།

ཆོག་པ་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྐབས་བཅུ་དྲུག་པའི་ཐོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཆོག་པ་གྱི་ཐོས་ཆོག་པ་ཆོག་པ་དུས་བཞི་ལ། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལྷ་ ༩ ཆེས་ ༢༤
 དེ་རིང་ལས་ཉིན་དགུ་པ་དང་མཐའ་མ་དེ་ཆགས་བསྐྱེད་ཡོད། དེ་རིང་སྤོ་བྱ་བའི་བའི་ལས་ཀྱི་དུས་ཆོད་མེད། དེ་རིང་གི་ལས་
 རིམ་དང་པོ། ལྷ་མཐུན་ལས་བསྐྱེད་པ་སྤོང་སྤོང་དང་ཞིབ་བཞེད་ལས་དོན་གྱི་ཐོག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་
 ༢༠༡༦-༢༠༡༧ ལོ་འཁོར་ལས་བསྐྱེད་པ་སྤོང་བསྐྱེད་དང་། ཕྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦-༢༠༡༧ འཕྲོད་བསྟེན་ལས་
 ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྐྱེད་པ་རྒྱས་པར་ཞིབ་འཛུགས་གནང་བའི་སྟེན་མོ། སྤོང་སྤོང་ཐོན་པའི་ཐོག་ལ་བསྐྱེད་པའི་ཐོབ་ཐབས་བསྐྱེད་ཡོད།
 དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཆོག་ འཕྲོས་དེ་གསུངས་རོགས་གནང་།

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་ཚུལ་སྦྱོང་དབང་ལྷན་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ཁ་སང་བཟུང་ཤིང་ལྷོངས་དང་སློན་ཤོའི་གནས་སྡངས་ཀྱི་ཐོག་ལ་སྟུན་གསན་ཞུས་ཟིན་པ་ཞིག་ ཡིན། དེའི་རྗེས་ལ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་ནས་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་ཉེན་ཆབས་ཆེ་བ་དང་བྱམ་རྒྱ་ཆེ་བའི་ན་ཆ་ འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ནས་ག་འདྲ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པའི་སློང་ལ་བཀའ་སྟུན་ཐེབས་པ་རེད། ད་ལྟའི་གནས་ བབ་ནང་ལ་ནད་རིགས་ལྡ་ཙམ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག དེའི་ནང་སློན་ནད་ TB མཆིན་པའི་གཉན་ཆད་རེད། ཐོ་བའི་སླན་ བདུན། ཁྲག་ཤེད། ཟ་ཁུ་གཅིན་ནད་དང་དེ་དང་དེ་ལྟ་བུ་དེ་ཆོ་དང་འབྲེལ་བའི་ན་ཆ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག།

དེ་ནས་ཕྱི་བ་གཉིས་པ་དེ་ཡི་ནད་ལ་མ་དང་བྱིས་པར་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་མཐུན་སྦྱོར་ སྦྱར་བསྐྱད་པ་དེ་དག་སྤྱི་ཡོངས་ལ་བྱམ་དགོས་པའི་བཀའ་སློབ་ཐེབས་སོང་། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་དེ་ལྟ་ཅི་ འཛིན་ལམ་སྟེན་ས་གནས་ས་ཐོག་གི་འགོ་འཛིན་དང་དེ་བཞིན་འཕྲོད་བསྟེན་དང་སྟན་ཁང་རེད། སྤྱི་ཡོངས་ནས་དེ་ལྟར་བྱུག་ ཐེབས་ཞུ་བ་ཟེན་པ་ཞིག་རེད། དེ་རིང་དུས་ཆོད་མེད་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་དཀའ་ངལ་གྱི་ཅ་འཛིན་ལམ་སྟེན་འདི་སྟོག་བྱམ་པར་ཡོང་ གི་མི་འདུག དེའི་ནད་དུ་བྱད་མེད་སྟུམ་མ་ཡིན་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་མཐུན་སྦྱོར་སྤྱི་ཡོངས་ལ་རྒྱག་དགོས་པའི་ལམ་སྟེན་ཐེབས་ ཡོད་རེད། སོང་ཙང་། འཕྲོད་བསྟེན་སྟན་ཁང་བརྒྱད་ནས་མཐུན་རྒྱུ་དེ་ཆོ་བཞེས་བྱམ་པར་གནང་དགོས་རེད། དེ་བཞིན་འཕྲོད་ བསྟེན་སྟན་ཁང་གི་ཐོག་ནས་མཐུན་སྦྱོར་དེ་དག་གནང་དང་གནང་བཞིན་པ་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད།

དེ་དང་ཆབས་ཅིག་སྤྱི་རྗེས་ངན་གོམས་ཀྱི་ཐོག་བཀའ་འདྲི་ཐེབས་པའི་ནད་ལ། འགོ་ཐོན་ཆེན་པོ་དེ་འདྲ་ཞིག་བཏང་ ནས་དེ་ལ་མ་འོངས་པར་སྤྱི་རྗེས་ངན་གོམས་ལངས་ལ་ཤོར་འགོ་བའི་ཉེན་ཆབས་ཆེ་བ་ཡོང་གི་མ་རེད་དམ་ཟེར་ནས་བཀའ་ ཐེབས་བྱུང་། འགོ་ཐོན་ནད་དུ་བལྟས་ན་མང་པོ་འདྲ་པོ་ཞིག་རེད་དེ། འདིའི་ནད་གི་སྤྱི་རྗེས་ངན་གོམས་ཀྱི་སྟེན་འགོག་དང་ བཅོས་ཐབས་ཀྱི་ཆེད་དུ་འགོ་སོང་བཏང་བཞག་པ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་རེད། བཅོས་ཐབས་ཁང་ནང་བཏང་ཡོང་དུས་ དཔལ་འབྱོར་ཡོད་མཁན་ནམས་ལ་བརྒྱ་ཆར་པམ་ནས་ཁོ་རང་ཆོར་རྟོགས་དུལ་འབྱུང་གྱི་ཡོད་རེད། དཔལ་འབྱོར་མེད་པའི་ ཁྱིམ་ཆར་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་དེ་ཆོར་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་རང་ནས་འགོ་ཐོན་གཏོང་གི་ཡོད་རེད། དེ་དེ་བཞིན་ཁོ་རང་ཆོ་ ཐོན་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་སོ་སོའི་མ་འོངས་པའི་མདུན་ལམ་རེད། སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་ཡོངས་ནང་སྤྱི་སྟོན་གྱི་ཐོག་ནས་མཉམ་ཞུགས་ ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་སྦྱོང་བཅར་རེད། དེ་བཞིན་སོ་སོའི་འཆོ་བའི་གནས་བབ་ཀྱི་ཐོག་ལ་གོ་སྐབས་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་སྦྱོར་བཅར་ ཁག་འདྲ་མིན་དང་། དེའི་ཐོག་ལ་མཐུན་སྦྱོར་ཞུས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་དང་དེ་གཙོས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནད་དང་། ལྷག་པར་ དུ་སྟོབ་བྱའི་ནད་དེ་འདྲའི་སྤྱི་རྗེས་ངན་གོམས་རིགས་མི་ཡོང་བ་དང་། དེ་ཆོ་སྟེན་འགོག་ཡོང་བའི་ཐད་ལ་ཆོགས་འདུ་དང་དེ་ནད་ བཞིན་ལས་གཞི་འདྲ་མིན་སྟེལ་བ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་འགོ་ཐོན་འགོ་བསྐྱད་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག།

དེ་ནས་ཆབ་སྲིད་བཅོན་ཟུར་གྱི་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་གངས་འབོར་དེ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་ གོས་ཆོགས་ཀྱི་གསོལ་ཅོག་སྟེང་ལ་ཆོགས་གཙོར་འབྱུང་ཆོག ད་ལྟ་ལས་བསྟོམས་ནང་དུ་མི་བཅུ་དགུ་འཁོད་པའི་མཆོན་ཐོ་དེ་ དགོས་ཆེད་ལྟ་ཞུ་ཆོག་ཆོག་ཡིན། དེ་དག་ནི་ས་གནས་ཁག་འདྲ་མིན་ནང་དུ་བཞུགས་པ་ད་ལྟ་གནས་སྡངས་ནང་ལ་མི་བཅུ་དགུ་ ཡི་ཐོག་ཞུང་ནི་བདེ་སྦྱིད་མཆོ་མོ་དང་དོན་གྲུབ་དབང་རྒྱལ། རྟོ་རྩེ་ཆེ་རིང་། རྒྱལ་མཆོན། ལྷལ་བཟང་སྦྱབས། ལྷོ་བཟང་སྦྱོལ་

དཀར། གློ་བཟང་ནམ་རྒྱལ། གློ་བཟང་བཀའ་ཤིས། གློ་བཟང་ཐུབ་བསྟན། དག་དབང་དགེ་ལེགས། བསྟན་འཛིན་རིན་ཆེན། ཐུབ་
བསྟན་སྒྲོལ་དཀར། བསྟན་འཛིན་ཆོས་གཤམ། ཆེ་རིང་འགྲུང་མེད། ཆེ་རིང་ཆོས་འཕེལ། གློ་བཟང་བུན་ཆོགས། བསྟན་འཛིན་
ཆོས་བསྟན། མཁན་པོ་ཆོས་འཕེལ། བྱམས་པ་བཙུན་འགྲུས་སམ་བྱམས་པ་འཕྲིན་ལས་བཅས་བྱས་ནས་མི་བཅུ་དགུ་འདི་དག་
ཆགས་འདུག ཉི་ཤུ་ཙུ་ཡོད་པའི་ཐོག་འཁུང་དེ་དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་བརྒྱད་ནས་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་བཞེས་
ན་འཕྲིག་གི་རེད་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་བ་བཞི་པ་དེར་དགའ་ལྷན་ཁང་གསར་གྱི་ཆུ་མཛོད་རེད། ཐོག་མར་ངའི་སེམས་སུ་དགའ་ལྷན་ཁང་གསར་ལ་བ་དུས་
ག་བར་ཡིན་ན་བསམ་པའི་ཆོར་སྒང་ཞིག་བྱུང་། རེས་ལ་ཅད་གཙོ་བྱས་ཡོད་དུས་དེ་སྤྱི་འཐུས་ལས་ཤིག་གི་དགའ་ལྷན་ཁང་
གསར་ཁུས་པ་ཡིན་འདུག འདི་ལ་སྤྱིར་བཏང་ང་ཆོའི་ཆུ་ཡི་ལས་བྱེད་ཁང་གསར་དེའི་འོག་ལ་བསྐད་ཡོད། དེ་བསྐད་ཡོད་ཅང་
ལོ་ལྟར་གྱི་རྒྱ་ ༡༡ ཡི་ནང་ཆུ་ཡི་ཆུ་མཛོད་ཁག་བརྒྱད་ཅམ་ཞིག་པལ་ཆེར་ཡོད་ས་རེད། ཆུ་ tank རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ནས་
ཁུས་ན། དེ་གྱི་རྒྱ་ ༡༡ ནང་གཙང་བཟོ་བྱེད་བསྐད་པའི་གནས་སྒྲངས་ཤིག་རེད་འདུག དེ་དེ་སྤྱི་འགྲུང་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་
གིས་གསུངས་གནང་བ་རེད། དེ་གཞིར་བཟུང་ལས་བྱེད་མངགས་རྒྱ་བྱུང་སོང་། དང་པོ་ཆུ་མཛོད་དེ་དག་གི་ཁ་གཙོ་ཆང་མ་
སྒྲོན་མ་ཡིན་ན་འཕྲིག་རེད། དེ་བརྗེས་ནས་ལྷགས་གྱིས་བཅོས་བཞག་འདུག དེའི་སྐད་ལ་གྱི་རྒྱ་ ༡༡ དང་རིགས་གཅིག་གྱི་རྒྱ་
༩ པའི་ནང་གཙང་མ་བཅོས་བཞག ཡིན་ཡང་ཆར་དུས་ཀྱི་དུས་ཆོད་ལ་ཆུའི་ནང་ཆུ་སྟོགས་དང་རོ་ཉོ་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་
བས། དེས་གཉིང་ལ་གད་སྟོགས་ཉོག་ཅམ་ཆགས་པའི་གནས་སྒྲངས་ཡོད་སྲིད་པ་རེད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་། གྱི་རྒྱ་ ༡༩ ནང་དུ་
བསྐྱར་དུ་གཙང་བཟོ་བྱེད་པའི་དུས་ཆོད་ཅིག་ཆགས་བསྐད་ཡོད་པ་དང་། དེ་དང་མཉམ་དུ་ཆུ་མཛོད་ཨ་མའི་ནང་ལ་དུས་ནས་
དུས་སུ་རྒྱ་གར་གཞུང་ནས་ཁུས་པའི་སྟན་དེ་རྒྱག་བསྐད་པའི་གནས་སྒྲངས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

དེ་ནས་ཞིང་གཤེགས་མཁས་དབང་ཁོ་རུ་ཆེ་ནམ་རིན་པོ་ཆེར་གཡུ་ཐོག་གཟེངས་རྟགས་ཕུལ་བ་དེ་སུ་ལ་ཕུལ་བ་རེད་
ཟེར་ནས་བཀའ་འདྲི་ཐེབས་པ་རེད། འདི་ཐོག་མར་ང་ཆོ་གསོལ་རས་ལྷན་ཆོགས་ནས་ཞིབ་འཇུག་དང་ཅད་གཙོ་བྱས་ཡོད་
དུས་འདི་ལ་ཐད་ཀར་ཁོང་གི་འབྲེལ་ཡོད་གཉེན་ཆེན་དེ་འདྲ་མེད་པའི་གནས་སྒྲངས་ཤིག་ཆགས་འདུག དེ་ཡིན་ཅང་། ཁོང་གི་
འཁུངས་ལུལ་དེ་ཆབ་མདོ་ཡིན་པས་རྟ་རམ་སར་ཡོད་པའི་ཆབ་མདོ་སྤྱིད་སྤྱག་བརྒྱད་ནས་གཡུ་ཐོག་གཟེངས་རྟགས་དེ་ཞིང་
གཤེགས་དམ་པ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལ་ཕུལ་འདུག

དེ་ནས་བདེ་ལེགས་སྟན་ཁང་གི་ལས་བསྟོམས་ནང་ལ་མཆོད་ཆབ་ཁུས་པ་དེ་འཐུང་ཆུ་ཆགས་བསྐད་ཀྱི་འདུག རྒྱ་
གར་ལས་ཁུངས་ལ་མར་འཕྲོ་བ་དེ་མཆོད་ཆབ་ཀྱི་སྤྱི་ཆད་དེ་ཤེལ་དམ་ནང་ལ་མར་ཁྱེར་ཉེ་དེའི་ནང་དུ་གཟུགས་པོར་གཞོད་
འཆེ་ཡོད་པའི་རྒྱ་དེ་འདྲ་འདུག མིན་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཉེ་དེ་དག་མེད་པའི་གནས་སྒྲངས་འབྲེལ་ཡོད་ལ་སྟན་གསན་ལྷ་རྒྱ་བཅས་
གནང་གི་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་འདུག དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་

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

སྤྱི་འཐུས་སྒྲོལ་མ་ཆེ་རིང་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སྒྲིལ་མ་ཆེ་རིང་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་པ་གཙོ་མཆོག་ འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡེམས་དང་འབྲེལ་བའི་འབོད་སྐུལ་གསོལ་འདེབས་རེ་བྱུང་
ཞིག་དང་དོགས་འདྲི་རེ་བྱུང་ཞིག་ཡོད། ཐོག་མར་དེར་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡེམས་དེའི་ནང་ལ་མར་མཇུག་ཡོང་
དུས་ཞིབ་ཆགས་ཞེ་དག་འདུག ཡིན་ཡང་། ད་ལྟའི་བཀའ་ཤག་གི་ཐོག་ནས་ཅི་དུ་ཐང་ལ་སོགས་པ་ཞེ་དག་ཅིག་གི་ཐོག་ལ་
དགོངས་བཞེས་གནང་ནས་འཇུགས་སྐྱོན་གནང་གི་འདུག ལན་འདེབས་ཁག་ཅིག་གི་ནང་ལ་འཐུང་ཆུའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་དང་
སྐྱོན་ཁང་གི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་མང་པོ་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་ཐོན་བསྐྱེད་ཀྱི་འདུག ཡིན་ཅང་ལས་འཆར་མར་བསྐྱིགས་པའི་
སྐབས་སུ་ཆུ་དེ་མེད་ཆེ་གཙང་འཁྱུད་དེ་ཡོང་རྒྱ་མེད་པ་དང་། གཙང་འཁྱུད་མ་བྱུང་ན་ག་རེ་ཡོང་གི་ཡོད་མེན་དེ་ཞུ་མ་དགོས་པ་
ཡིན་ཅང་། འཐུང་ཆུའི་དཀའ་ངལ་དང་སྐྱོན་ཁང་ནང་དུ་སྐྱོན་ཞབས་ཡོད་མེད་དེའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་ཁུར་བཞེས་ཀྱི་རེད་ལ། དེ་དག་
ཅི་དུ་ཐང་ལྷག་པ་ཞིག་ངེས་པར་དུ་དགོངས་བཞེས་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་ནི་འབོད་སྐུལ་ཞིག་ཡིན།

དེ་དང་མཉམ་དུ་ང་རང་ཆོའི་ཉེ་འཁོར་ལ་ཡོད་པའི་གཞིས་ཆགས་ཁག་སོགས་ཆང་མས་རྒྱུ་དུ་གཟིགས་ཀྱི་ཡོད་རེད་
ལ། སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་དང་ང་ཆོ་མང་ཆེ་བ་དེ་དག་གི་ནང་དུ་བཞུགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཡིན་ཡང་མཐའ་འཁོབ་ལ་ཡོད་པའི་ཀྱུ་གིང་།
མེའོ་ཉི་ཤུ། བསྟན་འཛིན་སྐང་བཅས་དང་། དེ་བཞིན་བལ་ཡུལ་ཕྱོགས་དེ་དག་གི་དཀའ་ངལ་ང་ཆོས་སྒྲོན་ལ་སེལ་དགོས་རྒྱུ་དེ་
གནད་ལག་ཆེན་པོ་རེད་བཞག གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཉེ་ལྷན་ལ་སྐྱོན་བཅོས་ཀྱི་མ་ཐུན་རྒྱུ་མེད་ཅང་དེ་དག་ཐོག་ལ་དགོངས་
བཞེས་གནང་གི་རེད་ལ་གནང་རོགས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་སྐྱོན་གསལ་ཆེ་བའི་འཆོ་བྱེད་ ༣༤་༣༩ སྐྱོན་ཁང་དེའི་ཐོག་ལ་སྐྱོན་ཁང་ཁག་གི་སྐྱོན་རེད། དངོས་ཐོག་ཉེ་སྐབ་
དེའི་ཐོག་ལ་འགན་འཛིན་གཅིག་སུ་མ་ཡིན་པའི་གནས་སྐྱངས་ཤིག་བཟོ་དགོས་པ་དེ་དེ་ནས་སྒྲོབ་གསོ་སྐྱངས་པའི་ཐོག་ནས་
ཆགས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་། དེའི་ཐོག་ལ་སྐྱོན་ཁང་གི་ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་རེད། དེ་ཆོའི་འགན་འཛིན་སྐྱོན་
ཆོགས་མིང་ཅམ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱས་པ་ལྷན་པ་བཟོ་དགོས་རྒྱུ་དེ་སྐྱོན་ཁང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་ཅང་། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་གང་ཡང་
གསལ་གྱི་མི་འདུག ཡིན་ནའང་འཆོ་བྱེད་སྐྱོན་ཁང་ཅམ་མ་ཡིན་པའི་སྐྱོན་ཁང་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་སྐྱོན་ཉེ་སྐྱངས་རེད།
དངོས་ཐོག་མཁོ་སྐབ་བྱེད་སྐྱངས་རེད། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ཆོགས་རྒྱུང་ཡོད་རེད་མ་རེད། དེ་བཞིན་འགན་འཛིན་སྐྱོན་ཆོགས་ཡིན་
ཟེར་ནས་བཀོད་བཞག་ཡོད་རེད། དེ་དག་འགན་འཛིན་སྐྱོན་ཆོགས་དེ་ཆོར་སྐྱོན་ཁང་གི་འགན་འཛིན་མཁན་གྱི་མིང་ཡོད་པ་ལྟར་
མི་མང་གི་མངོན་འདོད་དང་མཆམས་པའི་ཆ་ཤས་ལེན་རྒྱུ་ཞིག་བཟོ་རྒྱུ་བྱུང་ཡོད་རེད་དམ་མ་རེད། དེ་ནི་ངའི་ཁྱི་བ་ཞིག་ཡིན།
དེ་དང་འབྲེལ་རྒྱ་གར་རྒྱལ་ཡོངས་ནང་ལ་དངོས་ཐོག་དང་ཞབས་ཞུའི་ཁལ་བབ་གསར་གཏོད་གནང་བར་བརྟེན་ནས་ང་རང་ཆོ་
དེའི་ཁོངས་ལ་ཡུལ་ཁྱིམས་འཁྱུར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅང་། སྐྱོན་ཅིས་ཁང་གི་སྐྱོན་སོགས་ལ་བརྒྱ་ཆ་དེ་ཡང་གང་རུང་མཐོན་པོར་
ཆགས་བསྐྱེད་ཡོད་རེད། བོད་སྐྱོན་ལ་བརྒྱ་ཆ་བཅུ་གཉིས་དངོས་ཐོག་དང་ཞབས་ཞུའི་ཁལ་ཐོག་གི་ཡོད་རེད་ཟེར་བ་ཞིག་གོ་
ཐོས་བྱུང་། དེ་བཞིན་པ་རེད་དམ་མ་རེད། དེ་ཆོའི་ཐོག་ནས་ Allopathic འདི་ལ་བརྒྱ་ཆ་ལྔ་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ང་ཆོའི་
བོད་སྐྱོན་དེ་ལ་ཐུན་སུ་ཆག་ཡང་ཡོང་བ་དེ་ལ་ཞུ་གཏུགས་འདྲ་པོ་དེ་འདྲ་བྱུང་ཡོད་རེད་དམ་མ་རེད། དཔེར་ན། ང་རང་ཆོའི་
མཇུག་གཙོ་ནམ་པ་ཡིན་དུས་དེའི་གནས་སྐྱངས་ཤིག་གི་འོག་ནས་སྐྱོན་རིན་དེ་གཟིགས་པ་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་སྐྱོན་ཅིས་ཁང་དང་

བདེ་ལེགས་སྒྲིབ་ཁང་ཐོག་ནས་གཟིགས་ཞིག་ཡོང་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་རེད། སྤྱི་ཡོངས་ཉམ་ཐག་ནང་མ་ཚུངས་པ་དེར་དཀའ་ངལ་སྒྲན་
བྱ་ཡོད་ས་རེད། གནས་སྐྱད་ས་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་འདུག དེའི་ཐོག་ལ་དེ་འདྲ་ཞུ་བའི་གནས་བབ་ཅིག་ཡོད་ཆེ་ངེས་པར་དུ་དགོངས་
བཞེས་གནང་རོགས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ཚུང་ཚུང་ཞིག་རེད། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གནས་སྤྱང་སྦྱོར་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས་ཞུ་བའི་སྐབས་
སུ་མཆོམས་ཤིང་སྒྲན་ཅིས་ཁང་ལ་གསོལ་སྒྲན་ཞུ་བར་འགྲོ་སྐབས་སྒྲན་སྐད་དེར་བྱག་གིས་གནང་རྒྱུ་དེ་གཞོན་པ་ཆོས་ལས་སྦྱ་
དུས་ཙུང་། ཡིན་ཟེར་ནང་འབྲི་བསྐྱད་པ་ཞིག་འདུག གཅིག་བྱས་ན་ཚུང་ཚུང་རེད། སྒྲན་ཅིས་ཁང་ལ་ཡར་འཇུལ་ཞུགས་སྐབས་ལ་
བོད་ཡིག་ཡིག་ཆ་དང་གཏོང་གི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཙུང་། གཞོན་སྤྱི་ཆོས་ངེས་པར་དུ་དེ་ལ་བྱགས་སྤང་གནང་ནས་བོད་
ཡིག་ངེས་པར་འབྲི་དགོས་རྒྱུ་དང་། བོད་ཡིག་གི་དག་ཆ་ཡིན་ཡང་མཆོམས་ཤིང་དོ་སྤང་མ་བྱས་ཆེ་སྟོན་འཇུག་དང་ཡང་འཇུག་
སོགས་ལ་སྦྱང་ལ་ཡོང་གི་རེད་དེ། མང་པོ་གིས་ཆེ་སྤྱངས་པའི་ཐོག་ལས་སྦྱ་དུ་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡིན་ཙུང་། དེའི་ཐོག་ལ་སྒྲན་ཅིས་
ཁང་གི་ཐོག་ནས་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་ཀྱི་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བྱགས་ཇེ་ཆེ།

ཆོག་ས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྐྱན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཐུས་སྒོ་བཟང་ཆོས་འབྱོར་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སྒོ་བཟང་ཆོས་འབྱོར་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་ས་གཙོ་མཆོག་ འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་སྤྱི་འཐུས་རྒྱན་ལས་ཀྱིས་ཁྱི་བ་གནང་བར་བཀའ་ལན་གནང་བ་
དང་། ལྷག་པར་དུ་ད་ལྟ་ཡོད་སུ་བཀའ་འོས་བྱུག་སྤེལ་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པས་ཁྱི་བ་དེ་ཆོར་དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སྒོན་
མཆོག་གིས་ལན་དེ་ཆོར་ཆོག་གི་ལོ་མ་མེད་པའི་ཐོག་ནས་ལན་ཉག་ཉག་ཅིག་གནང་གི་འདུག དེར་སོ་སོའི་ཐོག་ནས་བསྟོད་
བསྐྱེད་ལས་ལན་ཉ་གོ་ཡི་མི་འདུག་སྟེ་ཡག་པོ་འདུག་ཟེར་ནས་དང་པོར་དེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་དང་མཉམ་ཏུ་ཁ་སང་གོས་ཆོག་ས་
ཆོག་ས་དུས་གསུམ་པ་ཡི་ཐོག་ལ་རྟ་རམ་སའི་ཁོར་ཡུག་སྐྱོར་ལ་སོ་སོ་ཡི་ཐོག་ནས་ནན་པོ་ཞུས་པ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་ཁ་
བཟར་མཁན་ཞིག་དང་བཀའ་འོས་བཀའ་སྒོན་རྣམས་པས་དེ་ལ་ལན་ཞིག་བརྒྱབས། དོན་དག་གི་ཐོག་ལ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་
ཀྱི་འགྱུར་བ་མ་གྱིན་དུས་ཡང་ཡང་ཞུས་ན་པན་པ་ཞིག་ཨེ་ཡོད་བསམ་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཐོན་ཀྱི་འདུག་སྟེ། རྟ་རམ་ས་ལའི་ཁོར་
ཡུག་དེ་སྤྱུག་ནས་སྤྱུག་ཏུ་འགྲོ་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག ལྷག་པར་དུ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལྟ་བུར་ཆ་མཆོན་ན་རྒྱ་གར་གྱི་
ལས་སྟེ་དེ་འདྲ་ཡོད་རེད་ཟེར་གྱི་འདུག་ལ། སོ་སོས་གཅིག་ཡིན་ཟེར་ནས་ཡར་ཡོང་མཁན་ཞིག་ཡིན་པ་སོང་ཙུང་། གཞན་པའི་
ཐོག་ནས་སྟོན་རྒྱུ་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་གཞུགས་སྐྱར་ཁོར་ཡུག་དེ་ག་བ་གང་སར་རྣམས་པ་ལྷན་རྒྱས་ཀྱིས་མཐོང་ཡོད་པ་དང་། ལྷག་
པར་དུ་གནས་སྐྱོར་དང་ཞོགས་པ་སྤྱོད་པས་ཆུ་སྤྱོད་མཁན་མང་པོ་ཡོད་ཙུང་། ཤིང་ནགས་ཀྱི་གསེང་སོགས་གང་སར་བཙོག་
པ་མང་པོ་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་རྒྱ་ནག་གི་གཞོན་ལྷགས་ཨེ་ཡོད་ན། རྒྱ་གར་གྱིས་དེ་ལ་མ་བྱས་པ་དེ་འདྲ་ཨེ་ཡོད།
དང་པོར་དེ་ལ་བྱགས་གཅིག་རྒྱག་དགོས་པ་མིན་འགྲོ་བསམ་པ་ཞིག་བྱུང་། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་རྟ་རམ་ས་ལའི་ཐོག་

ལྷན་ལ་བརྟན་བཞགས་བྱས་པའི་ལྷ་སྤྱི་ཚོགས་ཞབས་ཀྱི་ཁང་གི་ཐོག་ནས་ལོ་རྟག་པར་རང་རིགས་དང་གཞན་རིགས་མཉམ་
སྤེལ་གྱི་ཐོག་ནས་ཁོར་ལུག་ཏུ་ལས་པའི་གཙང་མ་བཅོ་ལྔ་ལ་སོགས་པ་དེ་འདྲ་གནང་གི་འདུག་ལ་མི་མང་གི་མཐོང་ཚུལ་ཡག་
པོ་འདུག དེ་ལ་སྤངས་ཆ་འདི་བརྒྱད་ནས་བཅོས་མ་མེད་པའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྷ་རྒྱ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན།

དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འདི་ལ་སྤྱི་རྩལ་རན་གོམས་སྤྱོད་འགོག་དང་གཙོད་ཐབས་ལ་སོགས་པ་དེ་འདྲའི་ནང་ལ་
དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཆོག་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པ་སླེར་དང་སྤྱིག་འཇུགས་ལ་སོགས་པ་དེ་འདྲའི་ནང་ལ་མཉམ་
རུབ་གྱི་ཐོག་ནས་ལས་དོན་མང་པོ་ཞིག་གནང་བསྟན་གྱི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་ཆ་མཆོན་ན་སོ་སོས་མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་
བྱུང་ཡིན། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་རྩ་སར་ཡོད་པའི་ཀུན་པན་ལ་སོགས་ཀྱིས་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་གྱི་ཐོག་ནས་ར་ཆོད་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་
ནང་ལ་སྤྱི་རྩལ་རན་གོམས་སྤྱོད་པ་བསྟན་ས་དང་འདུག་ས་མེད་པར་དུར་ཁྲོད་ལ་སོགས་པར་སྤྱོད་མཁན་དེ་འདྲའི་ཕོ་གསར་མང་
པོ་བདག་པོ་བརྒྱབས་ནས་དེར་སང་ཏུ་ལས་པའི་བྱ་གཞི་ལག་པོ་གནང་གི་འདུག དེ་ལ་ཡིན་ཡང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྷ་འདོད་བྱུང།

དེ་བཞིན་འདི་ལ་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། རར་མཆོན་ན་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་སྤྱོད་
ཡག་ཤོས་ནི་ནང་དོན་རིག་པའི་ནང་ནས་སློབ་སྦྱང་ཆོགས་བཅད་མ་དང་རྒྱལ་སྤྱི་ལག་ལེན་སོ་བདུན་མ་ལ་སོགས་པ་དེ་འདྲའི་
བསམ་སློབ་གཏོང་བྱེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་ལ་ཤེས་ཆ་དགོང་དུ་སྤེལ་རྒྱ་དེ་ཞེ་དག་གལ་ཆེན་པོ་
ཆེ་ཡི་ཡོད། དེ་འདྲའི་ནང་། རྩ་རམ་སར་ནང་ཆོས་རོ་སྤྱོད་ཆོགས་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་འདྲའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་བདུན་པ་ག་རེ་
རེའི་ཐོག་ནས་མིག་སྤྱོད་མིག་ཐོག་ཏུ་ཏུ་ལས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཞབས་ཀྱི་ཡག་པོ་གནང་མཁན་དེ་འདྲ་དེ་ལ་འཁོར་འདྲའི་ནང་ལ་
བྱ་གཞི་སྤེལ་སྤྱི་འཇུག་ནང་ལ་ཡོད་རེད། བྱས་ཅང་། དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་སོ་སོའི་ཐོག་ནས་བརྒྱད་ལམ་འདི་བརྒྱད་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་
ལྷ་རྒྱ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན། དེ་དང་མཉམ་དུ་ད་ལྷ་རྒྱ་ཞིག་ནི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡུམས་འདྲའི་ནང་ལ་གདན་ས་
ཁག་གི་དཔེ་ཁྲིད་དག་ཆུན་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ཐོག་ལ་འདྲའི་ནང་དམིགས་བསམ་ལ་གང་ཡང་མཇུག་མ་སོང་། བདེ་ལེགས་སྤྱོད་ཁང་
གི་ལས་བསྡུམས་ཀྱི་ནང་ལ་ཡིན་ཡང་དེའི་སློང་ལ་ཅི་ཡང་བཀོད་མི་འདུག སོ་སོས་གོ་བ་ལྟར་ན་བདེ་ལེགས་སྤྱོད་ཁང་གི་ཨེམ་
ཆེ་ཆེ་བརྟན་ལགས་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ལས་བྱེད་དེ་ཆོ་ཆེད་མངགས་གདན་ས་ཁག་ལ་བཅར་ནས་དཔེ་ཁྲིད་གནང་མཁན་གྱི་
དག་ཆུན་ནས་པའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་ལ་རྟག་དཔྱད་ཞིབ་འཇུག་གནང་ཡོད་རེད་ཟེར་བ་དེ་འདྲ་གོ་སོང་། བྱས་ཅང་དེ་ཆོ་
བསྟོད་བསྟུགས་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོད་བསྟེན་ངོས་ནས་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་ག་རེ་གནང་ཡོད་རེད། ག་རེ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་
དེ་བ་འདྲ་པོ་ཞིག་ལྟ།

ཆབ་སྲིད་བཅོན་ཟུར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཁོར་རང་ཆོར་གཞིགས་རྟོགས་གནང་རྒྱ་དང་ཁོར་རྩམ་པའི་སྤྱོད་ཤུགས་ལ་
སོགས་པ་ཁོར་རྩམ་པ་རང་ལ་བདག་རྒྱ་སོགས་ཏུ་ལས་པའི་གལ་ཆེན་པོ་མཐོང་གི་འདུག དེ་དང་མཉམ་དུ་དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་སྤྱོད་
མཆོག་ནས་ཉེ་སྤྱོད་ཨོ་སི་ཱོ་ཡི་ཡར་བྱེན་ནས་ཆབ་སྲིད་བཅོན་ཟུར་རེ་འགའ་ཡི་ལས་དོན་གནང་བྱེད་ཀྱིས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་
ནས་ཏུ་ལས་པའི་བཀའ་ཤུགས་ཀྱི་ལངས་བྱེད་ཀྱིས་ཟེར་ནའང་མི་འདུག བ་ཆོག་ཟེར་ནའང་མི་འདུག སྤོན་མ་བདེ་སྤང་བཀའ་སློན་
ཟུར་བདེ་གྲོས་ཆོགས་འདྲའི་ནང་ལ་ཡོད་དུས་དང་ད་ལྷ་དཔལ་འཕྱོར་བཀའ་སློན་སྤྱི་འཇུག་ཡིན་དུས་དེ་བ་བཏང་བའི་ཐོག་ནས་
དེའི་སྐབས་ནས་བརྒྱུད་སྤྱོད་གྲོས་ཆོགས་ར་བ་འདྲའི་ནང་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། སོ་སོར་ཆ་མཆོན་ན་བརྒྱད་རིམ་དེ་ཆ་

ཆང་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། ཡིན་ཡང་ཉེ་བའི་ཆར་སྤྱི་ཚོགས་བརྒྱད་ལམ་ཁག་ནས་མཐོང་བ་ལ་བོད་ནང་ལ་གཞིས་སྡོད་བོད་རིགས་སྤྱན་
 རྒྱུ་ཆ་བ་སློབ་བྱུག་གི་ཚོགས་པ་དེ་འདྲ་ཕྱིན་འདུག་ལ། དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། ད་ལྟ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་
 ཀྱི་ལས་བསྡེམས་ཀྱི་ཐོག་ཐེབས་བསྐྱད་ཡོད། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡེམས་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་
 གསུངས་རོགས། བྱས་ཅང་ཆབ་སྲིད་བཅོན་ཟུར་དང་འབྲེལ་བ་དེ་ཆོའི་སྒྲུབ་ལ་གསུང་གི་ཡོད་ཅང་། དཔལ་ལྷན་སྲིད་སྲོང་
 མཆོག་གི་ཐོག་ནས་བཀའ་སློབ་ཉི་མ་ནང་བཞེན་སྤྱི་ཡོངས་ལ་བྱུང་བའི་ཐ་ཆོག་བསྐྱུགས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་འདྲ། ལངས་
 རྩོགས་གསལ་སྟོན་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་འདྲ། དེ་འདྲ་བྱས་ནས་བཀའ་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ནས་
 ཉུ་རྒྱ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

སྤྱི་འཐུས་སློབ་ཐང་གྲགས་པ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སློབ་ཐང་གྲགས་པ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་མཐའ་མར་དེ་རིང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྡེམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐད་ལ་
 དེ་བཅུ་ཉུ་སྟོན་ལ་བཅན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྤྱི་གཞུགས་ཀྱི་བྱུང་ཁོངས་འོག་ལ་སྤྱི་ཚོགས་འདིའི་ནང་ལ་བོད་མིའི་སྤྱི་གཞུགས་
 འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བཀའ་སློབ་དང་ལས་བྱེད་ནམ་པ་བཅས་ཆང་མས་སོ་སོའི་མཐོང་ཐོས་སྤྲོད་གསུམ་ཀྱི་སྒྲུབ་ནས་ད་
 བར་དུ་བྱུག་ལས་དཔེ་མི་སྲིད་པ་གནང་སོང་བསམ་པ་ཞིག་དྲན་གྱི་ཡོད། དེ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་དང་བསྐྱུགས་བརྗོད་ཡོད། དེ་
 དང་མཉམ་དུ་རྩེ་ཆོའི་སྤྱི་ཚོགས་འདི་ཚུང་ཚུང་ཟེར་ན་ཚུང་ཚུང་རེད་ལ། ཚུང་ཚུང་མ་རེད་ཟེར་ན་ལས་ཀ་ལས་བར་འགོ་དུས་དཔེ་
 མི་སྲིད་པའི་ཆེན་པོ་ཆགས་བསྐྱད་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་གྲ་ཆང་ཁག་གི་ནང་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྱན་ཁང་ཡོད་པ་རེད།
 དེ་དང་མཉམ་དུ་སོ་སོ་སྒྲིལ་གྱི་རོས་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁང་ལ་བྱུག་ལས་གནང་མཁན་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་རེད། ད་དུང་རྒྱ་གར་
 ཀྱི་སྤྱན་ཁང་ཁག་ལ་བོད་པ་སྤྱན་ཞབས་པ་བྱུག་ལས་གནང་མཁན་དེ་འདྲ་ཡང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་སྤྱན་ཁང་ཁག་
 གི་ནང་ལ་དང་སྒྲུབ་ཐོག་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་སྒྲུབ་ལ་ཞབས་བྱེ་ཉུ་མཁན་སོགས་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། སྤངས་ཆ་འདི་བརྒྱད་ནས་
 རྣམ་པ་སྟན་རྒྱས་ཆང་མས་ད་བར་དུ་སོ་སོ་བོད་པ་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་དང་བོད་པ་ཡིན་པའི་ལ་རྒྱ་བརྒྱུད་ནས་ཡོངས་མཆོག་
 གིས་བཀའ་གནང་བ་ལྟར་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་ངང་ནས་སོ་སོས་འཛོལ་ཆོད་དཔག་ཆོད་ཀྱིས་ཞབས་ཉུ་རྩར་ཐག་གནང་འདུག་
 དཔེ་མི་སྲིད་པའི་ཡག་པོ་རེད་ཟེར་ནས་ཉུ་རྒྱ་ཡིན། ལུ་མ་ཐུད་ནས་དེ་དེ་བཞེན་གྱི་ཞབས་བྱེ་སྐབས་རོགས་གནང་། འཕྲོད་
 བསྟེན་དེ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་གཅིག་ཕྱ་མ་ཡིན་པར་སྤྱི་ལོ་གནས་བསྟན་ཆང་མས་ཕྱར་བ་གྲུ་འདེགས་དང་དབྱུང་བ་མཉམ་
 གཉེབས་བྱས་ན་ཡག་པོ་ཡོང་གི་རེད་བསམ་པ་དེར་ཡོད་ཆེས་ཡོད།

སོ་སོ་ས་ཁུལ་ཕྱོགས་བསྐྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་མི་མང་ནང་གི་མཐོང་ཐོས་སྤྱི་བཅས་ལྟུང་བའི་ཁྱི་བ་ཁག་ཅིག་ཡོད། དེ་འབྲེལ་བའད་རྒྱ་ག་མ་དགོས་པའི་ཐོག་ནས་སོ་སོ་ས་ཕྱོག་རྒྱ་ཡིན། དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཆོག་ནས་དེ་ལ་ལན་གསལ་སོ་ཞིག་གནང་རོགས་གནང་ཟེར་ནས་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན།

དང་པོ། སྤེ་ར་ལྷན་གྱི་ཁྱབ་ཁོངས་Dharawali Tibetan Colony ལ་སྤྲོན་ཁང་དང་སྤྲོན་ཞབས་པའི་སྤོང་ཁང་གསར་རྒྱ་ག་ཟེན་ནའང་སྤྲོན་ཞབས་པ་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པས་དེ་སེལ་ཐབས་ཡོད་དམ་མེད། ད་བར་དེའི་ཐད་ལ་ཐུག་ལས་ག་རེ་གནང་ཡོད།

གཉིས་པ། Dharawali Tibetan Colony གཞིས་ཆགས་ནང་འབྱུང་རྒྱ་ཡི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་སྤོང་དེ་སྤོན་འཕྲོད་བཀའ་སློན་དང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་བརྒྱུད་ནས་རིམ་བར་ཁྱུས་ཡོད་ནའང་། གྲུབ་འབྲས་མ་ཐོན་པའི་སྤོང་གསུང་གི་འདུག་པས། དེའི་སྤོང་ལ་མཐུན་སྤོང་གནང་བའི་འབད་བཅོན་བྱས་ཡོད་དམ། མེད་ན་རྒྱ་མཆོན་ཅི།

གསུམ་པ། སྤོང་ཆང་གཞིས་ཆགས་ཀྱི་དེ་སྤོན་འབྱུང་རྒྱ་དཔོར་འབྲེན་ཆེད་ཡོ་ཆས་དང་ཡང་ན་འཕྲུལ་འཁོར་ཞིག་ཁྱུས་ཡོད་པ་དང་། དེ་དང་མཉམ་དུ་སྤོང་ཆང་གཞིས་ཆགས་ལ་ད་བར་དུ་ཅེད་ཐང་ལ་སོགས་མཐུན་རྒྱུ་བྱུང་མེད་པ་དེའི་སྤང་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་རོས་ནས་ག་རེ་གནང་ཅིས་ཡོད། ག་རེ་གནང་ཆར་བ་རེད།

བཞི་པ། བདེ་སྤྱི་དུ་སྤོང་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྲོན་ཁང་བརྟག་དབྱུང་ཁང་ནང་ཆེད་ལས་ལག་ཅེས་བ་ཞིག་དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་lab technician དེ་འབྲེན་ཞིག་དགོས་གསུངས་འདུག་དེར་ད་བར་དུ་དེའི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཡོད་རེད་དམ། སེལ་མེད་ན་རྒྱ་མཆོན་ག་རེ་ལ་ཐུག་ཡོད་པ་རེད།

ལྔ་པ། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཁག་གི་འགན་འཁུན་བསྐྱོར་བཞག་གེད་སྤངས་གང་འབྲེད་དེ། དེ་ལ་དུས་ལུགས་ཀྱི་ཆང་བཀག་ཡོད་རེད་དམ། ཡོད་ན་རྒྱ་མཆོན་ཅི་ཡིན། མེད་ན་ཡང་རྒྱ་མཆོན་ག་རེ་ལ་ཐུག་ཡོད་པ་རེད།

དྲུག་པ། བཅན་བྱོལ་བོད་མིའི་གཞིས་ཆགས་ཁག་དུ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་གཞི་སྤྲོན་བཅོས་ལྟ་སྤོང་གི་ལས་གཞིའི་སྤོང་ལ་ད་དུང་ཡང་གོ་རྟོགས་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་འདུག་པས། དཀའ་ངལ་དེ་སེལ་བར་སྤྲོད་ལས་གཞི་ག་རེ་བརྩམ་འཆར་ཡོད།

བདུན་པ། ཆོས་བརྒྱུད་ཁག་དང་གཡུང་རྒྱུད་བོན་དང་བཅས་པའི་གདན་ས་ཁག་དུ་འཕྲོད་བསྟེན་སྤེ་ཆོན་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡང་བོད་མིའི་སྤྱི་ཆོག་སྤོང་དུ་ཞབས་ཁྱེ་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་བསྐྱབས་ཀྱི་ཡོད་པས། དེ་ཆོའི་མཉམ་དུ་འབྲེལ་བ་དམ་ཐབ་དགོས་རྒྱ་ནི་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་འབྲེལ་བ་གང་འབྲེད་གནང་གི་ཡོད། ད་བར་དུ་འབྲེལ་བ་གང་དང་གང་གནང་ཡོད་པ་རེད། དཔེ་མཆོན་ཁ་ཤས་གསུངས་རོགས་གནང་།

བརྒྱད་པ། སྤོན་མ་ནས་ང་ཆོར་འཕྲོད་བསྟེན་ཡན་ལག་སྤྲོན་ཁང་དེ་ཆོའི་ནང་སྤོན་པ་ཡི་དཀའ་ངལ་ཞེ་བྲག་འཕྲད་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཟེར་ནས་དཀའ་ངལ་རིམ་བར་ཁྱུས་ཡོད་རེད། དེའི་དཀའ་ངལ་དེ་ད་བར་དུ་གནས་སྤངས་ག་འབྲེད་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་རེད། འཕྲོད་བསྟེན་ཡན་ལག་སྤྲོན་ཁང་དེ་ཆོའི་ནང་སྤོན་པ་ཡི་མཐུན་སྤོང་དེ་ག་ཆད་གནང་ཆར་བ་རེད། སྤོན་པ་ག་ཆད་ཡོད་

རེད། ད་དུང་དཀའ་ངལ་ག་རེ་ཡོད་པ་རེད། དཀའ་ངལ་ཡོད་ན། དེ་སེལ་བར་ཐབས་ཤེས་ག་རེ་གནང་ཅིས་ཡོད། དེ་ག་རང་ཡིན།
ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

དཔལ་ལྷན་འཛོད་བསྟན་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་འཛོད་བསྟན་བཀའ་སློན་ཚོས་སྐྱོར་དབང་ཕུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་དང་པོས་བཀའ་གནང་བར་ས་གནས་ཁག་ནང་དུ་གཙོ་བོར་རྒྱ་དང་འབྲེལ་
བའི་གཙང་འཁྲུག་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ཚོ་འོ་ཐོག་ལ་ཐུགས་ཁུར་བཞེས་དགོས་པའི་བདེན་དོན་དང་ལམ་སྟོན་གནང་
བ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་ཡིན། འཛོད་བསྟན་ལས་ཁུངས་ནས་དེ་དང་དེ་ནང་བཞིན་ཅུལ་ཆེན་པོ་བཅིས་པའི་ཐོག་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་
འུགས་ཀྱི་གཞི་ཡོད། ད་ལྟའི་ཆར་རོགས་ཚོགས་དང་དེ་ག་ནང་བཞིན་ཕྱི་ནས་རྒྱ་སྐྱོར་གནང་མཁན་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་གནས་
སྟངས་ཀྱི་ནང་ལ་རྒྱ་དང་གཙང་འཁྲུག་ཀྱི་ཐོག་ལ་རྒྱ་སྐྱོར་གཅིག་གནང་བསྟན་པ་མཛོན་པར་གསལ་བ་ཞིག་རེད་འདུག དེ་ཡིན་
ཅང་། དེའི་གོ་སྐབས་དེ་བཟུང་བའི་ཐོག་ནས་རོགས་ཚོགས་ཁག་དང་རྒྱ་སྐྱོར་གནང་མཁན་ཁག་ལ་རྒྱ་དང་གཙང་འཁྲུག་ཀྱི་
ལས་གཞི་དེ་གང་མང་ཞིག་དེའི་ནང་དུ་པར་ཕུལ་བའི་ཐོག་ནས་འགྲོ་གྲོལ་ཞིག་གཏོང་བུ་ན་བསམ་པའི་ཐོག་ལ་གོ་མ་བ་རྒྱ་ག་
བསྟན་ཀྱི་ཡོད་རེད། ནམ་ཞིག་ལ་ wash ཟེར་ན་རེད་ washroom དེའི་ privacy ཟེར་ན་འདྲ་རེད། གལ་ཆེན་པོ་བཅི་རྒྱ་
དེ། གལ་ཆེན་པོ་མ་ཆགས་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་སོང་ན། བཅན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་ཀྱི་མ་དདུལ་ལ་ལག་པ་མ་
འཆང་རང་འཆང་གི་གནས་སྟངས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་བཅན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་རང་གི་མ་དདུལ་ལ་
ཆད་གཅོག་མ་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་ཕྱི་ནས་རོགས་སྐྱོར་ཡོང་རྒྱུར་འབད་བཅོལ་བྱེད་བསྟན་ཡོད།

ཅེད་ཐང་གི་ཐང་ལ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་དེ་དང་མཉམ་དུ་བཀའ་ཕེབས་པ་རེད། ཅེད་ཐང་དེ་དེ་ལྟར་བལྟས་ན་
འགྲོ་སོང་འཕར་མའི་བཅོ་ལྷ་བྱ་ཞིག་དང་། རྒྱ་དང་དེ་ཚོ་ལས་གལ་མི་རྒྱུད་བཀས་ལ་སོ་ཞེ་བྱ་རེད། ཡིན་ཡང་། དངོས་སུ་ཅེད་
ཐང་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་བརྒྱབས་ཡོང་དུས་དེས་ཀྱི་གནས་བབ་འདིའི་ནང་ལ་ས་གནས་ཁག་མང་པོའི་ནང་ད་ལོའི་ཅིས་ལོ་
འདི་ཡི་ནང་ལ་སྤར་ཀྱི་ཅིས་ལོ་ལྟར་མིན་པར་ད་ལོའི་སྤྱི་ཁྲི་གསུམ་པའི་ནང་ལ་སྐྱོར་བསྐྱོད་མང་པོ་ཞིག་བྱེད་རྒྱ་རག་སོང་། ས་
གནས་ས་ཐོག་དེའི་ནང་འབྲེལ་ཡོད་ཁག་གི་གསུང་བབ་དང་གནས་སྟངས་ལ་བལྟས་ཡོང་དུས་ཅེད་ཐང་དེ་ཡོང་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་
གཞིས་ཆགས་འཆོ་བའི་ཆ་རྒྱུན་ནང་ལས་ཆ་རྒྱུན་གཅིག་གི་དོ་ཕོ་འདྲ་བོ་ཞིག་ཆགས་བསྟན་པའི་གནས་སྟངས་ཞིག་འདུག དེ་
འདྲ་ཡིན་ཅང་། ང་ད་ལྟ་གཞིས་ཆགས་ཡོང་ས་དེ་འདོད་རྒྱ་གཡུལ་རྒྱལ་སྤྱིར་རེད། དེ་ལ་ད་ལོ་ཅེད་ཐང་ཞིག་བཅོས་བྱུང་བ་རེད།
དེ་བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་ཀྱི་དདུལ་གྱི་མཐུན་སྐྱོར་ཀྱི་ཐོག་ནས་གནང་བཞག་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་རེད། འདིར་དེ་སྤྱ་གཞོན་པ་
དེ་ཚོ་པར་རྒྱ་ལམ་གྱི་རྒྱ་ཁང་དེ་ཚོར་གཡེང་མཁན་དེ་དག་ཆང་མ་ཅེད་ཐང་ལ་སྤེལ་ནས་དེར་ཅེད་མོ་ཅེ་བ་དང་། མི་ཁྱོད་
རབས་ནམས་དེ་ཚོ་ཡང་ཉེ་འགམ་གྱི་དགོན་པར་སྐྱོར་བ་བསྐྱོར་ནས་རྒྱུར་ཡོང་སྟེ་ཅེད་ཐང་བྱུར་དེར་ཆ་ཆར་སྐྱོར་བ་བརྒྱབས་

ནས་བསྐྱད་ས་བཞེས་ཡོད་པས་དེ་ལ་བསྐྱད་ནས་ཁོ་རང་ཚོ་ནང་ཁུལ་བཀའ་མོལ་གནང་རྒྱ་དང་། གཞོན་པ་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་
བཀའ་མོལ་གནང་རྒྱ་བཅས་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་མི་དང་མིའི་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཡང་པན་ཐོགས་ཡོད་ཁར་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་སྟེ།
གཟུགས་པོ་འགྲུལ་རྒྱ་དང་གཟུགས་པོར་འགྲུལ་སྐྱོད་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་པ་དེ་ཚོར་པན་རྒྱབས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་
འདུག མ་འོངས་པར་ནད་ཡོད་རྒྱར་སྟོན་འགོག་གི་ཚུལ་དུ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་དེས་འདི་ལ་ཁྱེ་
འདོད་བྱུང་།

དེ་དང་མཉམ་དུ་མཐའ་མཆམས་ཁག་ལ་བཞུགས་པ་དེ་དག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་ནས་ལྟ་རྟོག་གནང་སྟེ་དཀའ་ངལ་
སེལ་དགོས་པ་གཤམ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་བཀུར་འོས་སྟེ་འཕུས་མཆོག་ནས་གསུངས་པ་རེད། དེ་དང་དེ་བཞིན་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་
ཁུངས་ཀྱིས་གཤམ་ཆེན་པོར་བརྟེན་ཡོད། གཤམ་ཆེན་དུ་བརྟེན་པ་མ་ཟད་ཟབ་སྐྱོང་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཆོགས་འདུ་ཆེ་མ་རྒྱུད་གསུམ་
གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཐེབས་སུ་མིན་གྱི་གནས་སྟངས་རེད་མ་གཏོགས་པའི་གདན་འདྲེན་ཁྱེ་རྒྱ་དང་། དེས་པར་དུ་
ཐེབས་དགོས་རེད་ཟེར་བ་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བ་བྱེད་བསྐྱད་པའི་གནས་སྟངས་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་དང་དེ་ནང་
བཞིན་ས་གནས་ཁག་ལ་ཡིན་ནའང་། ད་ལོའི་ལོ་ཡི་ནང་ལ་ཕྱོགས་མང་པོ་ཞིག་ལ་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་དང་། ལས་བྱེད་ཁག་
ནས་ཉམས་ཞིབ་དང་ཞིབ་འཇུག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དེ་ལྟར་བསྐྱུངས་ནས་འགོ་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། དངོས་ཡོད་གནས་
སྟངས་ཀྱི་རྟོག་ཞིབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་དེ་ལྟར་སྒོར་བ་བརྒྱབས་ནས་འགོ་བསྐྱད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་ཡོད་ཟེར་ནས་ཁྱེ་རྒྱ་
ཡིན།

དེ་ནས་ས་གནས་ཀྱི་སྤྲོ་ཁར་ཁག་ནང་ལ་སྤྲོ་མཁོ་སྤྱབ་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་རྩ་བའི་དེ་སྔ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་
ཁུངས་ཀྱིས་ལམ་སྟོན་ཞིག་སྟེལ་ཐེན་པ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད། དེའི་ནང་དུ་ཆོགས་རྒྱུད་འཇུགས་དགོས་པའི་ལམ་སྟོན་
ཡོད་རེད་ལ། ཆོགས་རྒྱུད་དེའི་ནང་སྤྲོ་དོད། ཅིས་ལ། སྤྲོ་ཞབས་གན་པ་ཞིག་དང་། ས་གནས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་
ཆོགས་མི་གཅིག་བཅས་མི་བཞིའི་ཆོགས་མི་འཇུགས་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་ཡོད་རེད། དེའི་སྤྲོ་ཀྱི་མཁོ་སྤྱབ་
གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་བཞིན་ས་གནས་འཕྲོད་བསྟེན་ཆོགས་རྒྱུད་གིས་སྤྲོ་ལས་སྟེག་འགན་འཁུར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་
དང་། དེ་རིང་ཆར་མཆོན་ན། རྩ་བའི་དེས་སྟེ་རྒྱ་གསུམ་པའི་རྩེ་སྟེ་བ་དང་དཀའ་ལན་འདུལ་རྒྱ་དེ་ཆོ་ཆང་མ་ ༡༠༡༥་་་
༡༠༡༩ ཀྱི་ལས་བསྟོམས་ནང་སྟེབ་དགོས་ཀྱི་རེད་དེ། འདི་ལ་བཀའ་འདྲི་གནང་ཡོད་དུས་ལན་ཞིག་མ་ཁུས་པ་ཡིན་ན་ཉག་ཉག་
བསྐྱད་ཀྱི་མི་འདུག ཡིན་ཅང་སྟོ་གཞིས་ཁག་ལྟ་ནི་བཅན་བྱོལ་སྟེ་ཆོགས་ཀྱི་བསྟེན་གནས་ཤིག་ཡིན་པས་མི་འཁོར་གྱི་གནད་
འགག་གམ་གངས་འཁོར་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་རེད། སོང་ཅང་དེར་སྒོར་བསྐྱོད་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་སྤྲོ་ཁར་ནས་
བཀའ་སྟོན་དང་དུང་ཆེ། དེ་བཞིན་ལས་འཆར་གྱི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་ཡོད་ཆོན་པའི་ལས་བྱེད་ཁག་གཉིས་བཅས་ཡོད། དེའི་སྐབས་
སུ་ས་གནས་འཕྲོད་བསྟེན་ཆོགས་རྒྱུད་དེ་གཤམ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་མང་ཆོགས་ལ་བཤད་པ་མ་ཟད། ས་གནས་འཕྲོད་བསྟེན་ཆོགས་
རྒྱུད་གིས་ཆོགས་འདུ་བསྐྱོངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་སྤྲོ་ཁར་ནས་ལས་བྱེད་སྟེ་ཡོངས་བཅས་ཆ་ཆང་བསྐྱོངས་ནས་སྟེ་ཡོངས་ལ་
ཤུགས་གང་སུ་བརྒྱབས་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད། བྱས་ཅང་། དེ་རིང་འདི་ལྟར་འགོ་བའི་གནས་སྟངས་རེད།
དེ་ཚོའི་བྱུ་བ་འབྲས་ལ་འབྱུང་འབྱུང་གྱི་གནས་བབ་ཐོག་ལ་ས་གནས་འཕྲོད་བསྟེན་ཆོགས་རྒྱུད་དེ་སྤྲོ་ལས་སྟེག་ཅམ་ཁུས་པ་

ཏྲིག་ཅམ་ཐོན་པ་དང་། སྤར་ལས་ལྷན་པུག་ལས་མང་བ་བཅས་ས་གནས་འཕྲོད་བསྟེན་གནད་དོན་ཆེ་ཟ་རྒྱུ་གསུམ་གང་ཅིའི་
ཐོག་ལ་ཐུགས་འགན་བཞེས་པའི་རེ་བ་རྒྱག་གི་ཡོད་ལ། ཡིད་ཆེས་བྱེད་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་ཞུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་དངོས་ཐོག་དང་ཞབས་ཞུ་ལ་བ་དུས་ GSP Service tax དེའི་ཐད་ལ་
རེད། དེ་ཡིན་ཅང་སྤྲོད་ཅིས་ཁང་ལྟ་བུར་ཆ་བཞག་ན་སྤྲོད་ཀྱི་སྤྱི་ཐོག་དང་དེ་བཞིན་གསོ་རིག་མཛེས་བཟོ་བྱུག་རྒྱ་སོགས་
ཀྱི་ཐོག་ལ་དངོས་ཐོག་མང་པོ་ཞིག་འདོན་གནང་གི་ཡོད། འགྲེམ་སྤྱོད་ལ་གནང་ཡོད་རེད། དེ་ཆོའི་ཐད་ད་ལྟའི་ཆར་བརྒྱ་ཆ་༡༩
ཞིག་གསོ་བ་རིག་པ་ཟེར་ནའང་རེད། Ayurvedic ཟེར་ནའང་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་འབབ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་
ཡོད་པ་དང་། དེའི་ཐད་ལ་ཆག་ཡང་ཞུས་ཡོད་མེད་དང་། ཆག་ཡང་ཞུ་འཆར་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཐོག་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞིག་ཐེབས་པ་
རེད། དེའི་ཐད་ད་ལྟའི་ཆར་རྒྱུ་ཆ་བའི་ Goods Service tax དེ་དངོས་ཐོག་དང་ཞབས་ཞུའི་ཁུལ་བབ་དེའི་ཐོག་ལ་གསར་པ་
ཆགས་པའི་གནས་སྐྱེད་ཀྱི་ནང་ལ་ཅིས་ཀྱི་ཐོག་དང་། དེ་བཞིན་དཔལ་འབྱོར་ཀྱི་ཐོག་ CA Chatered Accountant དེ་
འདྲའི་ཐོག་ལ་མཉམ་དུ་བཀའ་བསྐྱར་གནང་བའི་ཐོག་ནས་ལམ་སྟོན་རབ་དང་རིམ་བར་ཞུས་བསྐྱད་པའི་གནས་སྐྱེད་ཤིག་
ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ལྟ་བུར་ཆ་བཞག་ན། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་བྱུང་ཡོག་ལ་སྤྲོད་ཁང་
ཆེ་ཁག་ལྷ་ཞིག་ལྟོ་སྤྱོད་ལ་ཡོད་རེད། དེའི་ནང་གཉིས་ GST ནང་དུ་བཞུགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་བདེ་ལེགས་སྤྲོད་
ཁང་ལྟ་བུར་མཆོག་ན་དངོས་ཐོག་དང་ཞབས་ཞུ་ཁུལ་བབ་དེའི་ནང་དུ་ཐོ་བཀོད་གནང་ཆར་བ་དེ་འདྲ་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད། ཡིན་
ཡང་། སྤྲོད་ཁང་སོ་སོའི་ཐོག་ལ་ཁེ་ལས་པ་དང་ཅིས་ཀྱི་ཐོག་གི་མཁས་དབང་དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་ལམ་སྟོན་ཞུ་བཞིན་གོམ་པ་
རྒྱག་བཞིན་འགོ་བསྐྱད་པའི་གནས་སྐྱེད་ཤིག་ཆགས་ཡོད། སྤྲོད་ཅིས་ཁང་ལྟ་བུར་ཆ་བཞག་ན་ས་གནས་ཁག་བཅུ་གཉིས་ཅམ་
ཞིག་ལ་སྤྲོད་ཀྱི་ལས་གཞི་མང་པོ་ཞིག་འགོ་བསྐྱད་ཡོད་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་དངོས་ཐོག་དང་ཞབས་ཞུ་ཁུལ་བབ་ཀྱི་ནང་ལ་དེ་བ་
སྤྱོད་ཞུས་ཆར་བ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག བརྒྱ་ཆ་༡༩ ཡི་ཆག་ཡང་ཞུ་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་གོང་དུ་ཞུས་པ་སྤར་སྤྱི་ཡོངས་ནས་
ཁུལ་ཀྱི་འགོ་ཐུགས་དེ་རྩ་བར་ཆགས་ཅང་། རྒྱ་གར་ཁོ་རང་ཆོས་ Patanjali ཡོད་རེད། དེ་བཞིན་ Himalaya ཡོད་པ་
རེད། ཁོ་རང་ཆོ་ག་རེ་ལབ་དགོས་རེད། སྤོལ་རྒྱུན་ཀྱི་ལམ་ནས་རྒྱ་དངོས་མར་ཆོང་འགྲེམ་བྱེད་རྒྱ་དེ་འདྲ་ཡོད་རེད། དེ་ཆོ་ཡིན་
ཡང་སྤྱོད་ལ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲད་བསྐྱད་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་ཆོ་ཡིན་ཡང་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་ལ་རིམ་བར་བཅར་ཡོད་པ་དང་། དེ་
བཞིན་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ལ་བསྐྱགས་སྤྱོད་ལ་གནང་ཡོད་པ་དེ་འདྲའི་གནས་སྐྱེད་མཐོང་རྒྱ་འདུག ཡིན་ཅང་། འགྱུར་
འགྱུར་རིམ་བཞིན་གནས་སྐྱེད་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ། གང་ཡིན་ཟེར་ན། རྒྱ་གར་ཀྱི་སྐད་ནང་ལ་ Sodeshi ལམ་པ་ཞིག་ཡོད་པ་
རེད། དུལ་རང་ངོས་ལ་འཇུགས་སྤྲོད་བྱས་པ་དེ་ག་དུས་ཡིན་ཡང་དེ་ལ་ཆག་ཡང་དང་དེ་ལ་ཏྲིག་ཅམ་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་
པ་དེ་གཞུང་གི་སྤྱོད་བྱས་ཡོད་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་མ་འོངས་པར་ཡོང་སྤྱོད་པ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་བོད་
པའི་སྤྲོད་ཅིས་ཁང་ཅམ་མ་ཡིན་པར་སྤྱོད་པ་གསར་འབད་བཅོམ་ཞུ་ཡི་ཡིན། རྒྱ་གར་ནང་དུ་སྤྲོད་ཀྱི་འགོ་སྐྱེད་མང་པོ་ཞིག་
བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་པས་མཁུན་ཀྱི་རེད། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་འབད་བཅོམ་ཞིག་གནང་བསྐྱད་པའི་གནས་སྐྱེད་ཤིག་ཆགས་
བསྐྱད་ཀྱི་འདུག ད་ལྟའི་ GST ཀྱི་དངོས་ཐོག་དང་ཞབས་ཞུའི་ཁུལ་བབ་དེ་ཡི་དབུས་ཀྱི་ཆོགས་རྒྱུད་དེའི་ནང་ལས་མར་ཐག་
གཅོད་དེ་ཉིན་རེར་ལབ་ན་ཉམས་པ་ཆེ་འགོ་བ་རེད་དེ། རྒྱ་རེའི་ནང་ལ་འགྱུར་བ་རེ་འགོ་བསྐྱད་པའི་གནས་སྐྱེད་ཤིག་ཡོང་ཡི་

འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་མཐའ་མའི་གཏན་འབེབས་ཡིན་ཟེར་ནས་ཞུ་སྟབས་འདི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་མི་
 འདུག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བཀྲར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་སྤྲོད་ཅིས་ཁང་གི་ཨེམ་ཆི་གཞོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བོད་ཡིག་གི་ཐོག་ལ་
 ཐུགས་ཁུར་བཞེས་དགོས་འདུག་གསུངས་པ་རེད། དེ་རིང་བརྒྱུད་ལམ་འདི་ཨེམ་ཆི་གཞོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་གསན་ཀྱི་ཡོད་རེད་
 ལ། དེ་བཞིན་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཡིན་ཡང་། སྤྲོད་ཅིས་ཁང་ལ་བོད་ཡིག་གི་ཐོག་ཐུགས་སྦྲང་གནང་དགོས་རྒྱུ་
 དང་མིང་འགོད་སོགས་བོད་ཡིག་ནང་བཀོད་རྒྱ་བཅས་དེ་རིང་བཀྲར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལྟར་ལམ་སྟོན་དེ་དང་དེ་
 ལྟ་བུ་ཞུ་ཆོག་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་བཀྲར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་ཞིག་ནས་རྩ་སའི་ཁོར་ཕྱག་སྒྲོར་རེད། ཐོག་མར་རྩ་སའི་ཁོར་ཕྱག་ལ་བ་ཡོང་དུས་
 ད་བར་དུ་གངས་སྤྱིད་ཀྱི་ཁོར་ཕྱག་འདི་གཉན་འཕྲང་གི་སྐང་ལ་ཡོད་བསྟན་པའི་བཟོ་འདྲ་བ་ཞིག་ད་མེག་ཟླེན་ཀྱི་ཁོར་ཕྱག་སྤྱི་
 ཡོངས་ཀྱི་ཁོར་ཕྱག་དེ་གསུང་གི་ཡོད་ས་རེད། ཡིན་ཡང་། བཀྲར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་དགོངས་པ་དང་ཆོར་བར་གྲུས་
 བཅི་ཞུ་ཡི་ཡོད། རེད། ཁོར་ཕྱག་གི་གནས་བབ་དེ་རྒྱ་ཆུང་ས་ནས་ཆེ་ས་དང་། དེ་ནས་ཆེ་སར་འཛམ་གླིང་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཁོར་
 ཕྱག་གནས་སྟངས་བཟང་དུ་འགྲོ་དགོས་པ་དེ་ཆང་མའི་དགོངས་གཞི་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་། ད་ལྟ་འདིའི་ཐང་ལ་རྩ་ས་ས་གནས་
 འགོ་འཛིན་རེད། གཙོ་བོར་དཔལ་ལྷན་སྲིད་སྡོད་མཆོག་ནས་རྒྱ་གར་གྲོང་བཟང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་གྲོང་བཟང་སྤྱི་ཁྲབ་པ་དང་། དེ་
 བཞིན་ Divisional Commissioner དེ་ཆོ་མཉམ་དུ་འབྲེལ་བ་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་འདིའི་ Smart city ཟེར་ནས་རྩ་
 རམ་ས་འདི་དང་དུས་གྲོང་ཁྲེང་ཀྱི་ཁོངས་སུ་ཆུད་པ་ཆགས་ཅང་། གོ་སྐབས་དེ་འཛིན་དགོས་པའི་བཀའ་མོལ་དེ་གནང་བ་རེད།
 དེ་སྐུལ་ཞུས་པ་རེད། དེའི་རིགས་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་ལས་ཁུངས་སུ་ཡར་ཐངས་མང་པོ་བས་ནས་ཆོགས་འདུ་བྱུང་བ་རེད། དེ་
 བྱུང་ཅང་། ཁོར་ཕྱག་དེ་བོད་མི་གཅིག་ཕྱིས་གནང་རྒྱུ་ཞིག་དང་བོད་མི་གཅིག་ཕྱིས་དམིགས་པ་ཡིན་ན། ལས་ཀ་ཉོག་ཅམ་བདེ་
 བ་ཡོད་ས་རེད། རྩ་སར་ཟེར་ན་དཔེ་ཆེན་པོ་རེད། མེག་ཟླེན་ཀྱི་གནས་སྟངས་དེའི་ནང་དུ་བལྟས་ཡོང་དུས། དེའི་ནང་དུ་བོད་མི་
 ཅམ་མ་ཟད། ཕུལ་མི་མང་པོ་ཞིག་དང་། དེ་བཞིན་སྤྱི་ནས་ཡོང་མཁན་ཕུལ་སྐོར་སྤྱོད་འཆམ་པ་བཅས་ཡོད་ཅང་། དེའི་ཐོག་ལ་རྒྱ་
 གར་གཞུང་ཁོས་ཀྱི་གྲོང་བཟང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཐུགས་ཁུར་བཞེས་པའི་སྐང་ལ་ཁྲུལ་དང་ཉེས་པ་གང་ཞིག་གནང་ན་མ་
 གཏོགས། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཤར་རྒྱག་གནང་སྟབས་པ་ཞིག་དང་གནང་བདེ་པོ་མི་འདུག ཡིན་ཡང་དེའི་ཐང་
 ལ་དེ་འདྲ་དགོས་ཀྱི་འདུག ད་ལྟའི་ཆར་བཀྲར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པས་གཟིགས་པ་ཡིན་ན། ང་ཆོ་གངས་སྤྱིད་རང་གི་ནང་ལ་
 དེང་དུས་གྲོང་ཁྲེང་ཀྱི་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་ཁྲབ་ཁོངས་འོག་ནས་གད་སྟེགས་སྒྲུག་ས་གཉིས་ཅམ་ཞིག་བཟོས་བཞག་ཡོད་རེད། ཡིན་
 ཡང་། ང་ཆོའི་རྩ་རམ་སའི་ས་གནས་ཆགས་ས་དེ་རིའི་སྐང་ལ་ཡིན་པ་དང་གྲུ་དོག་པོ་ཡོད་པ། གད་སྟེགས་ལེན་མཁན་ཀྱི་
 རྒྱུངས་འཁོར་ཡིན་ཡང་འགྲོ་རྒྱུར་དཀའ་ངལ་ཡོད་བསྟན་པ། ཁ་ཤས་གད་སྟོད་བཟོས་ཡོད་ཀྱང་གད་སྟེགས་ལེན་པར་ཡོང་
 སྐབས་མོ་ལ་ཁ་སྐོར་མི་སྟབས་དེ་འདྲའི་དཀའ་ངལ་རིམ་བར་འཕྲད་བསྟན་ཀྱི་འདུག ཡིན་ཡང་གངས་སྤྱིད་ཁྲུལ་ལ་དེང་དུས་ཀྱི་
 ས་འོག་གད་སྟེགས་སྒྲུག་ས་གཉིས་ཅམ་ཞིག་བཟོས་བཞག་ཡོད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་བསྟན་ཡོད་རེད། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་
 རྩ་སྟེང་དང་མེག་ཡོར་བཅས་ཀྱི་གནས་བབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་ས་གནས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་ཁག་ལ་སྤྲོད་གསན་ཞུས་དང་ཞུ་བཞིན་པ་རེད།
 དེའི་ཐོག་ལ་མངའ་སྡེའི་ནང་གི་སྟོན་ཆེན་གཞོན་པ་ཡིན་ནའང་རེད། མངའ་སྡེའི་གྲོས་ཆོགས་འཐུས་མི་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་

བཞིན་གྲོང་བཅའ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སྤྱི་ཁྱབ་དང་དེ་ཡི་ཚོགས་མི་བཅས་ལ་ཆང་མར་འགན་ཁོར་ཡུག་གཅང་མ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་
 དེའི་ཐོག་ལ་ཞུས་དང་ཞུ་བཞིན་པ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ད་ལྟ་གོང་དུ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་
 གསུངས་པ་ལྟར་དེའི་ཐད་ལ་གང་ཟག་སྒྲེར་རེད། དེ་བཞིན་སྤྱི་གཙུག་གསེར་དེ། ཚོགས་སྡེ་ཁག་རེད། དེ་འབྲས་སྤྱགས་ཁུར་
 བཞེས་པའི་ཐོག་ནས་ཁོར་ཡུག་གཅང་བཟོའི་ནང་དུ་སྤྱག་ལས་གནང་བ་དེ་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་དང་བསྐྱགས་བརྗོད་སྤྱི་གཉིད་
 ནས་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེའི་ཐོག་ག་རེ་ཡོང་འདུག་ལ་བ་ན། ཁོར་ཡུག་གཅང་མ་ཆགས་པ་གཅིག་རེད། གཉིས་པར་བོད་པ་ཟེར་བ་དེ་
 གང་འབྲེལ་ཞིག་ཡིན་མིན་དེ་སྤྱི་ལ་དཔེ་མཚོན་ཡག་པོ་མཐོང་གི་འདུག ཅ་བའི་ང་ལ་དེ་དུས་ཀྱི་ལག་ཐོགས་ཁ་པར་ནང་དུ་པར་
 ཚུར་གཏོང་བའི་རིགས་དེ་མེད་དེ། ཡིན་ཡང་། བར་དེར་གཞན་པ་ཞིག་ནང་ཚག་སུ་གཡམས་གཡོན་དེར་གཅང་མ་བཟོ་བསྐྱད་པ་
 ཞིག་མཇལ་རྒྱ་བྱུང་། དངོས་གནས་སེམས་དགའ་པོ་ཞེས་གྲུང་། དེའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་མིར་ཡིན་ཡང་གོ་བརྒྱད་རྒྱ་དང་། ཕྱི་
 མིས་ང་ཚོ་བོད་པ་ཟེར་བ་དེ་གཅང་མ་བསྐྱད་ཀྱི་རེད། དེ་སྤྱི་ཡིན་ཡང་། ང་ཚོས་ཉ་གོ་ཡི་རེད་པ། Upper Jhanta དང་
 Nijey ག་རེ་ཡིན་པ་ཞིག་བཤད་སློལ་ཡོད་རེད་པ། དེ་མ་རེད། ཁོང་ཚོས་གཅང་མ་མ་བཟོས་ན་མིས་གཡམས་གཡོན་ཆང་མ་
 གཅང་མ་བཟོ་ཡི་ཡོད་པའི་རྣམ་པ་དེ་གསལ་པོ་རྟོགས་སོང་། དེ་འབྲེལ་ཡིན་ཅང་། སྤྱི་དང་སྤྱི་བཅས་དེའི་ནང་འབད་བཅོམ་གནང་
 མཁན་ཆང་མར་བཀའ་འདྲིན་ཆེ་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་བཞིན་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ཀྱི་ཐོག་ལ་རེད། སེམས་ཁམས་
 འཕྲོད་བསྟེན་ཀྱི་ཐོག་ལ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལྟར། ངས་དེའི་ཐོག་ནས་བལྟས་ཡོང་དུས་སོ་སོ་དང་ངས་འཆབ་
 ལྟ་བུ་ཞིག་སྤྱིས་སོང་། ༣༣༠ ཅམ་ཞིག་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཐོ་ཡོད་པ་དང་། རྗེས་ལ་ཐོ་དེ་ཆང་མ་བཤེར་
 ནས་བལྟས་ཡོང་དུས་ཞིབ་འཇུག་གྱེད་དགོས་པའི་གནས་སྐབས་ཤིག་ཆགས་ས་རེད། དེ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པར་སྟན་
 གསན་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། གངས་ཀ་དེའི་ཐོག་སུ་མ་ཐུད་ནས་དེ་ཅམ་ཞིག་སྤྱི་ཡོད་མེད་དེ་ལྟ་དགོས་པའི་གནས་སྐབས་ཤིག་ཆགས་ས་
 རེད། ཡིན་ཡང་། དེའི་ནང་མང་ཆེ་བ་གི་བསྟོན་རྒྱུ་སྤྱི་མཁའ་། ང་ཚོས་གཟུང་རྒྱུ་མཁའ་ལ་བ་ཀྱི་འདུག་པ། དེའི་རིགས་ཀྱི་
 གངས་ཀ་མང་པོ་ཞིག་དེའི་ནང་ཚུད་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག ཡིན་ཅང་། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་རིག་འཚོ་མ་ཟེན་མཁའ་ཁ་ཤིག་ཤིག་ཡོད་ས་
 རེད། depression ཟེར་ན། སེམས་པ་ཉམས་རྒྱུད་ཆགས་ནས་ཚད་དེ་སེམས་ལ་གཏད་མ་སྤྱབ་པར་ངས་འབྱུང་སྤྱིས་བ་ལྟ་
 བུའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རིགས་དེ་ཚོར་ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་ནང་ཚོས་ཐོག་ནས་སློབ་ཁྲིད་གནང་རྒྱ་དང་། ཁོར་ཆེ་འི་
 སེམས་ཀྱི་ནང་ལ་ཚོར་བ་སྤྱོད་སྤྱབ་པ་དེ་འབྲེལ་ལ་པན་རྒྱུ་ལས་ཡོང་ས་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་འཛིན་སྤྱོད་བཀའ་འགག་གི་ངོས་
 ནས་ལམ་སྟོན་ཀྱི་ཐོག་ལ་འབད་བཅོམ་ཞིག་བྱས་པ་ཡིན། དེའི་ཐོག་ལ་གོ་མ་པ་ཞིག་རྒྱུ་རྒྱུ་འབད་བཅོམ་ཞུས་བསྐྱད་ཡོད།
 དེའི་སྤྱི་ཚོན་ཞིག་ཡོང་སོང་ན་དཔལ་འབྱོར་དང་དེ་དག་ཆང་མའི་མ་ཐུན་རྒྱུ་ཞིག་དེའི་ནང་ལ་སྤྱོད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེར་
 རིགས་གཅིག་ནང་ཁོ་ནར་འཇུག་ནས་སྤྱི་ལོགས་ལ་མར་མི་ཐོན་པ་དེ་འབྲེལ་འབྱུད་ཀྱི་འདུག དེ་འབྲེལ་གོ་མས་ཡོང་གི་འདུག དེ་
 ཚོ་འདུས་ས་གཅིག་ལ་ཡར་གདན་འདྲེན་ཞུས་ནས་དེ་ལ་ནང་ཚོས་ངོ་སྤྱོད་དང་དེ་བཞིན་སོ་སོར་བསམ་སློབ་གྲུ་ཡངས་པོ་ཡོང་རྒྱ་
 དང་། གུ་དོག་པོར་མ་བསྐྱད་པ། སྤང་བ་གཡེང་བ་དང་དེ་འབྲེལ་ལས་གཞི་ཞིག་ཡོང་ཨེ་སྤྱབ་ཀྱི་བསམ་སློབ་ཞིག་དང་འབད་བཅོམ་
 ཞུས་བསྐྱད་པའི་གནས་སྐབས་ཤིག་ཆགས་ཡོད་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་བཞིན་དཔེ་ཁྲིད་དགོ་ཆེན་གྱི་ཐད་ལ་ད་ལྟ་བུ་འཕྲུལ་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་གསུངས་པ་རེད། ༢༠༡༢་་་༢༠༡༤ གྱི་
 ལས་བསྐྱེད་མཁུ་ལ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པར་སླེབ་ཡོང་གི་རེད། ཡིན་ཡང་བུ་ཀྲུང་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་བཀའ་འདྲི་ཐེབས་ཅང་། དེ་
 རྒྱ་བདུན་པའི་རྒྱ་མཐུག་པལ་ཆེར་ཡིན་ས་ཡོད། བདེ་ལེགས་སྤྲོ་ཁུངས་ཀྱི་སྤྱི་ཁྱབ་སྤྲོན་པ་ས་འདུ་ཆེང་ Doctor ཆེ་བཟླ་འོ་
 རྒྱ་ལགས་དང་། དེ་བཞིན་བདེ་ལེགས་སྤྲོ་ཁུངས་ཀྱི་འགན་འཛིན་བཅས་ནམ་པ་གཉིས་མར་སྟོ་ཕྱོགས་ལ་ཐེབས་པ་རེད། དེའི་
 བདེ་ལེགས་ཀོ་བ་གྱི་སེ་ར་གྱེས་སྤྲོད་གཉིས་དང་། དེ་བཞིན་བཟུ་ཤིས་སྤྲོན་པོ། རྟོན་སྤྲོད་རྒྱུ་ཆེས་ཆོས་སྟེ། དེ་བཞིན་རྒྱུད་སྤྲོད་
 སོགས་རེད། དེ་དང་དེ་གཙོས་པའི་སྤྲོ་ཁུངས་དེ་ཆོ་འཕྲིན་ལ་དཔེ་ཁྲིད་དགོ་ཆེན་དང་སྤྱི་ཁྲིད་གནང་མཁན་གྱི་སྤྱི་བཟུངས་པ་དགོ་
 ཆེན་ནམ་པའི་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་གཟུགས་པོའི་རྟོག་ཞིབ་ཀྱི་ལས་གཞི་ཞིག་འགོ་བཙུགས་གནང་བ་རེད། དེ་ལག་པོ་དང་མན་རྒྱལ་ས་
 ཆེན་པོ་བྱང་འདུག དེའི་ཐོག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཁྱུ་ཡི་ཡོད། དེ་གནང་བཞིན་བུ་ཀྲུང་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་
 པ་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་ཐེབས་པའི་སྤྲོ་ཁུངས་དེས་པར་དུ་གསུང་དགོས་པ་དེ་སོ་སོའི་ལོ་ཆད་ཀྱི་བབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་དགྲུང་ལོ་བཞི་
 བཅུ་བཀའ་ཆར་བའི་རྒྱས་ལ་ལོ་གཉིས་གསུམ་ནང་ཐེངས་རེར་གཟུགས་པོ་སྤྱི་ཡོངས་ཞིབ་འཇུག་གནང་རྒྱ་དང་། རྟོག་ཞིབ་
 གནང་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་ཟེར་ནས་ར་ཆོས་ཁྱུ་སྟོན་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་ལེགས་སྤྲོ་ཁུངས་ཀྱིས་འགན་
 བཞེས་པའི་ཐོག་ནས་སྟོ་ཕྱོགས་ལ་ཐེབས་པ་རེད། དང་པོ། དེར་ཐེབས་པར་བརྟེན་ནས་མི་མང་ནང་དུ་གོ་རྟོགས་སྟེ་ལ་རྒྱར་པན་
 རྒྱལ་སྤྱང་བ་དང་། གཉིས་པ། སོ་སོའི་དོ་བདག་དཔེ་ཁྲིད་དགོ་ཆེན་ནམ་པའི་ནང་དུ་ནང་དང་ན་ཆ་ག་རེ་ཡོད་མིན་དེ་དོས་
 འཛིན་རྒྱར་པན་རྒྱལ་ས་ཆེན་པོ་བྱང་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་། མ་འོངས་པར་སོ་སོས་ཟས་ག་རེ་འཕྲོད་མིན་བསྟེན་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་
 པན་རྒྱལ་ས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོང་བསྟན་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མཛོན་བསྟན་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས་ཁྱུ་ཡིན། དེའི་ཐད་ལ་མ་འོངས་པར་
 ཡིན་ཡང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གོ་མ་པ་ཆེ་རུ་སྟོ་རྒྱར་ག་འདྲ་གནང་དགོས་མིན་ཐད་ལ་བསམ་སྟོ་གཏོང་བཞིན་
 པའི་གནས་སྤངས་ཤིག་ཆགས་ཡོད།

དེ་ནས་བུ་ཀྲུང་འོས་སྤྱི་འཐུས་གསུམ་པ་ནས་ Chandmani Dharawali Tibetan Colony་གཞིས་ཆགས་ཀྱི་
 གནས་སྤངས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཐེབས་པ་རེད། སྤྲོ་ཁུངས་ཐེངས་ཐེངས་དཀའ་ངལ་རེད། རེད། བུ་ཀྲུང་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པས་མཁུ་ལ་གྱི་
 རེད། Dharawali Tibetan Colony གཞིས་ཆགས་དེ་ར་ཆོ་འཕྲིན་ལ་སྤྱི་ཁྱབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་ Neru memory foundation
 རོན་གྲུབ་སྤྱི་ཁྲིད་ཀྱི་ལུ་ལག་ཅིག་དང་ཆ་ཤས་ཤིག་ལ་དོས་འཛིན་བྱེད་བསྟན་པའི་གནས་སྤངས་ཤིག་ཆགས་བསྟན་
 ཀྱི་ཡོད་རེད། ཡན་ལག་དང་གཞིས་ཁོངས་ཤིག་ཡིན་པ་དོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ན། དེ་ལ་དེ་སྤྱི་ཁྲིད་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྲོ་ཁུངས་ཞིག་
 ཡོད་ན། འཕྲོད་བསྟེན་སྤྲོ་ཁུངས་གཅིག་མ་གཏོགས་གཉིས་གསུམ་ཞིག་ར་ཆོས་བཟོ་ཡི་མ་རེད། ད་ལྟའི་ཀུ་ལུ་མ་ན་ལི་ཁ་སང་
 བུ་ཀྲུང་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་བཀའ་འདྲི་གནང་བ་རེད། ༡༩་་་༡༩་་་ ༡༤ KM ཀུ་ལུ་དང་དེ་བཞིན་ 15 mile མ་ན་ལི། འདོད་རྒྱ་
 དེའི་སྤྱི་ཡོངས་དེར་ 45.46 KM ལམ་རིང་དེ་ཡི་ནང་ལ་ས་གནས་གཅིག་ལ་མ་གཏོགས་ར་ཆོས་གོ་སྤྱིག་ཁྱུ་བྱུང་གྱི་ཡོད་མ་
 རེད། དེ་གང་ཡིན་ཟེར་ན། ས་གནས་འགོ་འཛིན་གྱི་སྤྱི་ཁྲིད་ཀྱི་གཅིག་དང་། མཉམ་དུ་ལན་འཕར་མ་ཆགས་འགོ་ས་རེད་དེ། དེ་
 སྤྱི་ཁྲིད་བསྟན་པའི་གནས་སྤངས་ཐོག་ལ་རེད། ད་ལྟ་ Dharawali Tibetan Colony ལ་གོ་བསྟན་བྱེད་པའི་སྤྲོ་ཁུངས་ཆེ་མ་
 རེད། Dharawali Tibetan Colony དེ་ Nehru memorial foundation རོན་གྲུབ་སྤྱི་ཁྲིད་ཀྱི་སྤྱི་ཁྲིད་ལ་བསྟན་

པ་དེ་ལ་སྤྲོད་ཞབས་མ་གཅིག་ཡོད་པ་རེད། སྤྲོད་ཞབས་མ་དེ་སྐོར་བསྐྱོད་གནང་བའི་ཐོག་ནས་མ་ཐུང་ཐུབ་ཀྱི་རེད་ལ། མ་ཐུང་ཐུབ་དགོས་ཀྱི་རེད་ཟེར་ནས་དེ་འདྲིའི་དགོངས་པ་བཞེས་པའི་ཐོག་ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། Dharawali Tibetan Colony ཆར་མཚོན་ན། བདེ་ལེགས་སྤྲོད་སྐྱོར་ ༡༦.༡ འོན་ཀྱང་སྤྱི་ཚུངས་པལ་ཆེར་རྒྱུ་མཉམ་སྦྲེལ་ 5,6Km དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ནང་ལ་ཡིན་ཀྱི་རེད་ཟེར་ཀྱི་འདུག དེ་ལས་རིང་བ་ཞེ་ཡོད་ཟེར་ཀྱི་འདུག ཡིན་ཡང་། ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་མི་འཁོར་དང་དེ་འདྲིའི་ཐོག་ནས་གནས་སྐྱད་ས་དགོས་མེད་མཁན་ཆགས་ཡོད་ན་ང་ཚོས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས་བྱེད་ཀྱི་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཐག་རིང་སོ་གང་ཡང་མ་རེད། འགྲོ་ནས་དེ་ཡི་གནས་སྐྱད་ས་གང་འདྲ་རེད་ཟེར། གཙོ་བོར་དེ་ངས་དེ་སྤྱི་ཚུངས་པལ་ཆེར་རྒྱུ་མཉམ་སྦྲེལ་ ༥.༦ ཡི་ཡོད་ལ། ད་ལྟ་ཡང་དེ་ག་རང་ལྟ་ཡི་ཡོད། གཙོ་བོར་དེ་འཕྲོད་བསྟེན་ཀྱི་མ་དདུལ་ཀྱི་གནས་བབ་དེ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ལས་བྱེད་ཅིག་བསྐྱོས་ཆར་བའི་ཐེ་ལ་དེ་ལ་འགྲོ་སོང་མ་བཟང་རང་བཟང་རེད། སང་ཉིན་ལས་ཀ་མི་འདུག་ལས་བྱེད་བྱེད་རང་མར་ཐོན་ཤོག་ལ་བ་དུས་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ལ་བཀའ་བཀྱོན་ཐེབས་ཡོང་གི་འདུག གང་འདྲ་བྱས་པ་རེད། ག་རེ་བྱས་ནས་མ་ཐུན་སྐྱོར་སྐྱར་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། ཡིན་ཡང་དེ་ལ་ལའན་ལས་འཕྲོད་བསྟེན་ཀྱི་ཐོག་ལ་བྱག་ལས་གནང་རྒྱ་ཡོད་མ་རེད་དམ། སྤྲོད་ཞབས་མ་བསྐྱོར་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད་ཟེར་ན་དེ་ཡང་ལའན་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད། ཡིན་ཡང་། དེའི་སྤྱི་ཚུངས་པལ་ཆེར་བཙོན་བྱེད་དགོས་པའི་གནས་སྐྱད་ས་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་རེད།

དེ་བཞིན་འཐུང་ཆུའི་དཀའ་ངལ་གསུང་སྟོང་པ་དེ་གཅིག་རེད། འཐུང་ཆུའི་དཀའ་ངལ་ལྟ་སྟོང་པ་དེ་པ་གིར་ལས་འཆར་འགྱོར་བ་རེད། ལས་འཆར་འགྱོར་དུས་ད་ལྟའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་ག་བར་ལས་གཞི་ཞིག་བརྩམས་ཡོང་དུས་ས་གནས་དེའི་ནང་ལ་དཀའ་ངལ་ཡོད་མེད་དང་། དཀའ་ངལ་ཡོད་མེད་ཅེས་པ་དེ་ས་གནས་ཀྱི་ས་ཆའི་བདག་དབང་དང་དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་དཀའ་ངལ་ཡོད་མེད་ལྟ་རྒྱུ་དེ་གནས་སྐྱད་ས་ཞིག་ཆགས་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་། ད་ལྟའི་ཆར་ Dharawali Tibetan Colony ཡི་ས་ཆ་དེའི་ནང་ལ་ས་ཆའི་ཐོག་ཁྲིམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཞིག་འགྲོ་བསྐྱད་པའི་གནས་སྐྱད་ས་ཞིག་ཡོད་རེད། སྤྱི་ཡོངས་མ་རེད་དམ། ས་ཆ་ཁག་ཁ་ཤས་ནང་སྤྱི་བརྒྱ་ཆ་ ༣༠.༥ ཡི་ནང་གི་ས་ཆ་ཞིག་ལ་ཁ་མཚུ་ཡོད་ཟེར་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་ངས་མཇུག་སྟོང་ཡོད། བྱས་ཅང་། དེ་ཡང་རྩ་བའི་ས་གནས་ས་ཐོག་གི་ཁ་མཚུ་བཅས་དེ་དག་ཆར་མའི་ཐོག་འགྲིགས་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། ད་ལྟ་ཁྲིམས་ཁང་ཆེ་ཤོས་ནང་ལ་སྤྱི་ཚུངས་པལ་དེ་འདྲིའི་ཡི་གེ་ཞིག་གི་ནང་ལ་མཇུག་བྱུང་། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་། དེ་འདྲིའི་དཀའ་ངལ་ཉོག་ཅམ་ཡོད་ཅང་། དེའི་ནང་ལ་འགྲོ་བྱོན་བཟང་ནས་ལས་སང་ཅི་ཞིག་བྱེད་རྒྱུ་དེ་དཀའ་ངལ་ཞིག་ཡིན་པ་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་མཐོང་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག ཅ་བའི་དེའི་ཐོག་ལ་བཀའ་ཤག་ནས་ལས་སྟོན་ཐེབས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ནང་སྤྱི་དང་འཕྲོད་བསྟེན་ཐོག་དང་། ལྷག་དོན་དུ་ནང་སྤྱི་ཀྱི་ཐོག་ནས་མར་ཞིབ་འཇུག་གནང་རྒྱུ་དེ་འདྲིའི་རིམ་པ་ཞིག་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་། འབྲུང་འབྲུང་དུས་ལུན་མི་རིང་བ་ཞིག་གི་ནང་ལ་གནད་དོན་དེ་སེལ་འགྲོ་ཡི་རེད་ཟེར་ཀྱི་འདུག གནད་དོན་དེ་སེལ་བ་དང་དེའི་ཐོག་ལ་ལག་བསྟར་བྱེད་རྒྱུ་དང་བྱག་བསྟར་ལྟ་རྒྱུའི་ཐོག་འཆར་གཞི་ཡར་འབྱུལ་རྒྱུ་དང་། གོམ་པ་རྒྱག་རྒྱུའི་གནས་སྐྱད་ས་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་སྟོན་གསན་ལྟ་རྒྱུ་ཆགས་ཀྱི་འདུག

སྤྱི་ཚུངས་ནང་དུ་འཐུང་ཆུ་དཀའ་ངལ་ཀྱི་ཐོག་ལ་ང་ཚོར་འཆར་གཞི་འགྱོར་ཆར་བ་རེད། འཆར་གཞི་འགྱོར་བ་གཞིར་བསྐྱར་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་འཆར་སྤྱི་ཚུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འཆར་གཞི་ཡར་འབྱུལ་རྒྱུ་མ་ཟད། འཆར་གཞིའི་རོགས་

དདུལ་མར་འཛོལ་པར་སྐྱུག་བསྐྱད་པའི་གནས་སྐྱོད་ས་ཤིག་ཆགས་ཡོད། མཁོ་གས་པོ་སྐྱེ་བས་པའི་རེ་བ་ང་ཚོས་རྒྱག་བསྐྱད་ཀྱི་
 ཡོད་ཀྱི་ཡིན། དེ་བཞིན་ཅ་པའི་ན་ཞིང་གི་དགོངས་པའི་ནང་དུ་འདུག་སྟེ་ཅེད་ཐང་གི་ཐོག་གི་ལས་འཆར་འབྲུལ་རྒྱུ་དེ་དུས་ཚོད་
 དེ་ཕྱི་དགས་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ང་ཚོ་དེའི་ནང་དུ་བཞུགས་སྐབ་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཕྱི་ལོ་མ་ཐུབ་ཅང་ཅེད་ཐང་གི་
 ཐོག་ལ་ང་ཚོའི་ཅིས་འགོ་འཛིན་དུ་ཚུད་མ་ཐུབ་པའི་གནས་སྐྱོད་ས་ཤིག་ཆགས་ཡོད་རེད། བྱས་ཅང་། ས་གནས་ས་ཐོག་ག་པར་
 ཡིན་ཡང་། ཅེད་ཐང་དང་དེ་འདྲའི་རིགས་གཅིག་ལ། གཙོ་བོར་བཀྱར་འོས་སྟེ་འཕུས་རྣམ་པར་ཞུ་དགོས་རེད་ལ་དེ་ཞུ་ལོས་
 དགོས། བཀྱར་འོས་སྟེ་འཕུས་རྣམས་ནི་ཟམ་བ་རེད། བཀྱར་འོས་སྟེ་འཕུས་བརྒྱད་ནས་ང་ཚོ་འཛིན་སྟོང་ལ་ང་ཚོར་ལམ་སྟོན་
 དང་དགོངས་འཆར་ཐེབས་པ་རེད། དགོངས་འཆར་དང་ལམ་སྟོན་ནི་ལམ་སྟོན་འབའ་ཞིག་ལ་བཅིས་པའི་ཐོག་སོ་སོ་ཡིན་ན་དེའི་
 ཐོག་ལ་གོ་མ་བ་རྒྱག་པའི་ཚོར་བ་དང་འདུན་པ་བཟུང་ནས་སྟོན་ཀྱི་ཡོད། ཡིན་ཡང་། སྐབས་དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་ས་གནས་ལ་ཁོ་
 རང་ཚོར་ལམ་སྟོན་གནང་རྒྱུ་དེ་དུས་ཚོད་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ནང་ལ་ལས་འཆར་ཡར་བྱུང་ཐེན་པ་དགོས་རེད། འབྲུལ་དགོས་རེད།
 དེ་བཞིན་འཆར་གཞིའི་ནང་ལ་འདི་དང་འདི་ཚུད་དགོས་རེད། དཔེར་ན། Quotation དེ་འདྲ་འབྱོར་ཆད་ཀྱི་རིམ་བ་ཁག་
 གསུམ་ཙམ་དེ་འདྲ་དགོས་ཀྱི་རེད། དེ་ཚོ་ལམ་སྟོན་བྱུང་བ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་ Quotation གཅིག་ཆང་མི་འདུག་ རིམ་འབྱོར་
 ཀྱི་གྲངས་ཆད་ཆོད་དཔག་བྱེད་པའི་ཡིག་ཆ་དེ་མི་འདུག་ལམ་ནས་ཡར་འགོ་མར་འགོ་དེ་ཡི་ནང་ལ་དུས་ཚོད་འོར་འགོ་བ་དེ་
 འདྲའི་དཀའ་ངལ་ཡོང་བསྐྱད་པའི་གནས་སྐྱོད་ས་ཤིག་རེད་འདུག་ དེ་བཞིན་ས་གནས་ཁག་ལ་འབྲུལ་ལས་པ་མེད་པ་དང་། ས་
 གནས་ཁག་ཅིག་ལ་འབྲུལ་ལས་པའི་དཀའ་ངལ་ཞིག་དེ་སྤྲོས་གསུང་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་རེད་ལ་ད་ལྟ་ཡང་ཡོད་རེད། དེ་ཚོའི་ཐོག་
 ལ་ཡིན་ཡང་ང་རང་ཁ་སང་སྟོར་བ་རྒྱག་པའི་སྐབས་སུ་ངས་ཀྱང་དེ་ག་རང་ཞུས་པ་ཡིན། ས་གནས་རང་ལ་སྟོན་སྟོང་བྱས་ཏེ་
 ཐོན་པའི་སྤྱ་གུ་དེ་འདྲ་ས་གནས་རང་ལ་འབྲུལ་ལས་པའི་བྱ་ལས་གནང་སྐབ་ཀྱི་མ་རེད་དམ། དེ་འདྲ་ཞིག་རྣམ་པ་ཚོས་སོ་སོའི་
 རང་གི་ཉེ་འཁོར་པར་ཚུར་སྐྱད་ཆ་གནང་སྐབ་ཀྱི་མ་རེད་དམ། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ང་ཚོས་ལྷོ་ལིར་བལྟས་པ་ཡིན་ན་བོད་པ་འབྲུལ་
 ལས་པ་དཔེ་མང་པོས་བྱ་ལས་གནང་བསྐྱད་ཡོད་རེད། སྟེ་ར་ལུན་ལ་ Indresh དེ་ཚོའི་འབྲུལ་ལས་བརྒྱ་སྟོར་བྱ་ལས་
 གནང་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། Bangalore དེ་དང་ནང་བཞིན་རེད། Manglore དེ་དང་དེ་ནང་བཞིན་རེད། བྱས་ཅང་། ལྷོ་ལི་
 དང་ Bangalore རྒྱལ་ས་ཆེ་བ་རྣམས་ལ་བོད་པ་འབྲུལ་ལས་དེ་དག་བྱ་ལས་གནང་སྐབ་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཡིན་ཡང་སོ་སོའི་ས་
 གནས་རང་ལ་འབྲུལ་ལས་པ་དེ་དག་བྱ་ལས་གནང་ཆེ། འགོ་སོང་ཐོག་དང་དེ་བཞིན་ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་སོ་སོ་རང་ནས་
 ནང་མིར་ཞབས་འདེགས་ཞུས་བསྐྱད་པའི་གནས་སྐྱོད་ས་ཤིག་ཆགས་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་། མ་འོངས་པར་དེ་
 ཚོའི་ཐོག་ལ་ཡིན་ཡང་བཀྱར་འོས་སྟེ་འཕུས་རྣམ་པས་བཀའ་སྐྱུལ་ལམ་སྟོན་དེ་འདྲ་གནང་སྐབ་ཆེ་པན་རྒྱབས་ཡོང་གི་རེད་ཅན་
 ཀྱི་འདུག་ དེ་ནང་བཞིན་བདེ་སྦྱིད་སྦྱིང་ལ་ཁྲག་བརྟག་དབྱེད་བྱ་བྱེད་ LabStation པ་གིའི་གཅིག་ LabStation ཡོད་པ་རེད།
 ཁ་སང་བཀྱར་འོས་སྟེ་འཕུས་ཐེབས་སྐབས་མ་མཇུག་པ་ཡིན་ནམ། ག་རེ་ཡིན་ན། ང་ཁ་སང་འགོ་དུས་པ་གིའི་ LabStation
 ཞིག་འདུག་ ཁོ་རང་ཚོས་གསུང་རྒྱུར་ཁྲག་བརྟག་དབྱེད་བྱ་བྱེད་ཡོ་ཆས་གསར་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས་དེ་ང་ཚོས་ཁ་
 སང་བྱུལ་བྱུབ་པ་ཡིན། ཡང་བཀྱར་འོས་སྟེ་འཕུས་ཀྱིས་གསུངས་པ་དང་ངས་ཞུས་པ་གཉིས་གོ་བརྟེན་མ་འོས་པའི་གནས་
 སྐྱོད་ས་ཤིག་ཆགས་ཡོད་པ་ཡིན་ན།

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

དཔལ་ལྷན་འཛོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཆོག་ ཉིག་ཅམ་དབྱ་བ་ཞུགས་གནང་རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་སློབ་ཐང་གྲགས་པ་
ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་སློབ་ཐང་གྲགས་པ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ དགོངས་སེལ་ཞུ་ཆོག་པ་ཞུ། ངས་ཁྱིམ་བ་བཀོད་སྟངས་ཉིག་ཅམ་ནོར་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་
ལྟ་འཐུས་ལས་པ་གཅིག་འདུག་ ཡིན་ནའང་འདིས་འདྲང་གི་མི་འདུག་ཡང་བསྐྱར་གཅིག་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།
ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

དཔལ་ལྷན་འཛོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་འཛོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་ཚོས་སྐྱོང་དབང་ཕྱག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ བརྟག་དབྱུང་གནང་མཁན་འཕར་མ་གཅིག་ངས་འགྲིག་གི་ཞུ་ཐུབ་ས་མ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན།
ས་གནས་ཁ་ཤས་ལ་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་རེད། ས་གནས་ཁ་ཤས་ལ་གཉིས་ཡོད་པ་དང་ས་གནས་ཁ་ཤས་ལ་ཁྱོན་ནས་
མེད་པ་འདི། སོ་སོ་གྲུགས་པོའི་དབང་པོ་ལ་ཆ་བཞག་ན་སྟོང་རུས་དང་འདྲ་མཉམ་རེད་མ་གཏོགས་གཅིག་ལ་འཕར་མ་དང་
གཅིག་ལ་ཉུང་བ་དེ་འདྲ་ཡོད་རྒྱུ་ཉིག་ཅམ་ཁག་པོ་ཡོད་ས་རེད། བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་དགོངས་བཞེས་གནང་གི་
རེད་བསམ་གྱི་འདུག་ ཁྱིམ་གསུམ་པ་འདི་ལ་ས་གནས་ཀྱི་སྤྲོན་པ་འགན་འཛིན་འདེམས་སྐྲུག་གནང་ཐོགས་དེ་ལ་རེད་བཞག་ ས་
གནས་སྤྲོན་ཁང་གི་འགན་འཛིན་འདི་ཙ་བའི་འཛོད་བསྟེན་སྤྲོན་ཁང་ནང་ལ་ཕྱག་ལས་རྒྱུན་རིང་པོ་གནང་། ཕྱག་ལས་དང་པོ་
འཛོད་བསྟེན་འདྲ་པོ་ཕྱག་ལས་དེ་ནས་ཡར་གོ་རིམ་བྱས་ནས་སྤྲོན་ཞབས་ཀྱི་ཕྱག་ལས་བྱས་དེ་ནས་སྤྲོན་ཞབས་གཙོ་པོ་འདྲ་པོ་
བྱས། ཁ་ཤས་ཡང་འཛིན་སྐྱོང་གྲེ་ཆོན་རང་གི་ཕྱག་ལས་གནང་ནས་ལོ་མང་ཕྱིན། ཁ་ཤས་གྲེ་ཆོན་གཞན་པ་ནང་ལ་ཕྱག་ལས་ལོ་
མང་ཕྱིན་པ་གཅིག་ ཙ་བའི་ས་གནས་ས་ཐོག་འཛོད་བསྟེན་སྤྲོན་ཁང་ལ་ཕྱག་ལས་གནང་ནས་ལོ་མང་ཕྱིན་བཞག་པ་དེ་ཆོ་རིམ་
བཞེན་སྤྲོན་ཁང་འགན་འཛིན་ལ་བསྐྱོ་བཞག་གོ་སྐབས་ཕྱལ་ཡོད་པ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། ཁོ་རང་ཆོ་ལོ་རྒྱས་
སམ་དུས་ཡུན་དམིགས་བསལ་ཁ་གསལ་གཅིག་གང་ཡང་མི་འདུག་ ལོ་གསུམ་བཞེ་དེ་འདྲ་གང་ཡང་མི་འདུག་ཅེས་ཞུ་ཡི་ཡིན།
དེ་ནས་སྤྲོན་བཙུན་ལྟ་སྐྱོང་ལས་གཞིའི་ཐོག་ལ་གོ་རྟོགས་ཉུང་བའི་ཞན་ཞིག་གསུངས་གནང་སོང་། དེ་འདྲ་ཡོད་པ་པལ་ཆེར་
ཡོང་སྟེད་པ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། རིགས་གཅིག་གི་ཚོགས་འདུའི་ནང་ལ་དེ་འདྲ་ཡོད་གི་འདུག་ དཔེར་ན་ཚོགས་འདུར་འགོ་
བའི་སྐབས་ལ་སྤྲོན་བཙུན་ལྟ་སྐྱོང་སྐོར་ལ་གོ་རྟོགས་སྤེལ་དགོས་པ་གསུང་མཁན་ཡོད་གི་འདུག་ ཁག་ཁ་ཤས་ནང་ལ་སྤྲོན་
བཙུན་ལྟ་སྐྱོང་གོ་རྟོགས་ཡག་པོ་ཡོད། ཡག་པོ་བྱུང་སོང་དེ་འདྲ་གསུང་མཁན་ཡང་ཡོད་གི་འདུག་ ཡིན་ནའང་ཡོད་ས་ལ་འཕར་

མ་དང་མེད་ས་ལ་ཨ་ཅང་ཅང་ཡིན་དགོས་པ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་སྤྲོད་བཅོས་ལྟ་སྤྲོད་ལས་གཞིའི་ཐོག་ལ་གོ་རྟོགས་གང་མང་སྟེ་ལ་
 རྒྱའི་ཐོག་ལ་འབད་བཅོན་ཞུས་བསྟན་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་ཡོད། འདི་ལོ་ཡིན་ན་འདས་པའི་ཅིས་ལོ་འདྲ་པོ་ཆགས་ན་ནམ་
 པ་ཆོས་ལས་བསྟོམས་ནང་ལ་གཟིགས་ཡོད་པ་རེད། དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དབང་ཆེན་བཀའ་ཤིན་ཆེ་སྐབས་ལ་གོ་སྐབས་
 ཟེན་པའི་ཐོག་ནས་སྤྲོད་བཅོས་ལྟ་སྤྲོད་ལས་གཞི་ཐོག་ལ་ཁུབ་བསྐྱགས་རྒྱ་གང་ཆེ་སྟེ་ལ་སྟབ་པའི་འབད་བཅོན་གནང་ཡོད་རེད།
 དེ་དང་ད་ག་ནང་བཞིན་དེ་རིང་འདྲ་པོ་ཡིན་ན་ཉེ་ཆར་རང་ཆོགས་འདྲུ་ཞིག་ཆོགས་ཆར་སོང་། ད་ཕྱི་ཁྱེ་གཉིས་པའི་ནང་ལ་
 ཆོགས་འདྲུ་གཞན་པ་དེ་འཆོགས་ཡོང་རྒྱ་རེད། དེའི་ནང་ལ་སྤྲོད་བཅོས་ལྟ་སྤྲོད་ལས་གཞིའི་ཐོག་ལ་ཞིབ་འཇུག་རེད་དེ་བཞིན་
 དེའི་ཐོག་ལ་གོ་རྟོགས་སྟེ་ལ་རྒྱ་རེད། དེ་ཆོའི་ལས་ཀ་འགོ་བཙུགས་རྒྱའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་
 བཞིན་ཆོས་བརྒྱད་ཁག་གི་ནང་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་པའི་བྱ་ལས་གནང་བའི་འབྲེལ་ལམ་གང་འདྲ་ཡོད་ཅེས་བཀའ་འདྲི་
 ཐེབས་ཡོད་རེད། ཉིན་རེ་ཉིན་རེའི་འབྲེལ་ལམ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་དམིགས་བསམ་ལ་ཞུ་ཆོད་གང་ཡང་ཐེག་གི་མི་འདུག་སྟེ། ཡིན་
 ནའང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཐོག་ནས་མར་གཙོ་བོ་གདན་སའི་ནང་ལ་སེ་ར་སྤྲད་དང་བྱེས་གཉིས་རེད། དེ་བཞིན་དགའ་ལྗན་
 དང་འབྲས་སྤངས་སྟོགས་ལ་སྤྲོད་རེད། དེ་བཞིན་དགའ་ལྗན་བྱམས་བཅེ་སྤྲོད་ཁང་རེད། དེ་བཞིན་ཤེས་རབ་སྤྲོད་སྤྲོད་ཁང་རེད།
 དེ་བཞིན་ནམ་གྲོལ་སྤྲོད་སྤྲོད་ཁང་རེད། དེ་ཆོ་ལ་ར་ཆོས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་པའི་གནད་དོན་མར་ཁུབ་བསྐྱགས་བྱེད་དགོས་
 རྒྱ་དང་ཞུ་གཏུག་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཆོ་མར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། མར་ནས་ཡར་འཕྲོད་བསྟེན་ཐོག་ནས་གནང་དགོས་རྒྱ་དང་དགོས་འཁོད་
 ཡོད་པ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་ཡར་བྱ་ག་གིས་སྟེ་ལ་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་འབྲེལ་པ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་པ་ཡོང་གི་
 ཡོད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེའི་ཐོག་ལ་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་དགོན་སྟེ་ཁག་ནས་སོ་སོའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་
 ཐོག་ལ་བྱ་ལས་གནང་རེད། དེ་སྔ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་གྲོས་ཆོགས་ནང་ལ་གསུངས་ཡོད་རེད། དེ་རིང་ཡིན་ནའང་སོ་
 སོ་མར་སྟོ་སྟོགས་ལ་སྒྲོར་བསྐྱོད་གནང་བའི་སྐབས་ལ་དངོས་གནས་ཤིན་ཏུ་བསྐྱགས་འོས་པ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་བྱ་ལས་
 གནང་གི་འདུག་སྟེ་འབྲས་འཕྲོད་ཀྱི་འདུག་མང་ཆོགས་ཀྱིས་དགའ་འཕོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ཡག་པོ་ཞེ་བྲགས་རེད་བཞག་ཅེས་དེ་
 རིང་གི་གོ་སྐབས་བཟུང་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དབང་ཆེན་སྐབས་
 ལ་དགོན་སྟེ་ཁག་ནས་འདིར་སྤྲོད་ཀྱི་སྤྲོད་བརྒྱབ་ལ་བཞག་གསུང་ཡོང་དུས་ར་ཆོའི་ངོས་ནས་གང་མཐུན་འགྱུར་ཞུ་བ་པ་དང་
 སྟབ་སྟབ་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་དེ་འདྲ་འགོ་བསྟན་རྒྱུ་ཡིན་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་བསྟན་ཡོད། བྱས་ཅང་། འབྲེལ་པ་གང་
 ཡག་ཡག་གི་སྤང་ལ་གནས་བསྟན་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ག་ནང་བཞིན་ཨེམ་ཆེའི་གནས་བབ་དེ་གང་འདྲ་ཆགས་ཡོད་རེད་
 ཅེས་བཀའ་བབས་ཡོད་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་ཨེམ་ཆེ་མེད་པའི་ས་གནས་དེ་ཨོ་རི་ས་ཆགས་བསྟན་ཡོད། མེའོ་ས་གནས་ཆགས་
 ཡོད། ལ་དྲགས་ས་གནས་ཆགས་ཡོད། ལ་དྲགས་ཀྱི་ཉེ་འཁོར་གྱི་བསོད་ནམས་སྤྲོད་བྲན་རྟེན་གྱི་སྤྲོད་ཁང་དེ་དཔེ་མི་སྤྲོད་པའི་
 ཆད་མཐོན་པོ་གཅིག་དང་ཡག་ཐག་ཆོད་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད་བཞག་དེ་ཡིན་དུས་པ་གིར་སྤྲོད་པ་རང་དགོས་པའི་གནས་
 སྟངས་ཤིག་མཐོང་གི་མི་འདུག་ཡིན་ནའང་། ཨོ་རི་ས་དང་མེའོ་ལ་སྤྲོད་པ་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་ཡོད་རེད། དེ་
 མིན་གྱི་ཀོ་ལི་གཤམ་ ཉོན་ལུར། སྟེ་ལ་ཀོར། མོན་རྟོ། སྟེན་དར། མན་སྟར། བདེ་སྤྱིད་སྤྱིད། སྤྱིར། དེ་ཆོ་ཆ་ཆང་ལ་སྤྲོད་པས་
 བྱ་ལས་གནང་བཞིན་པ་ཆགས་ཡོད། གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱད་ནས་གསར་དུ་ཐེབས་པའི་སྤྲོད་པ་གསུམ་བཞི་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

ཁོང་རྣམ་པ་ཚང་མར་འཆམས་འདི་དང་དགའ་བསུ་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེ་ག་ནང་བཞིན་བྱུག་ལས་གནང་བཞིན་པའི་རྣམ་པ་ཆོ་ཡང་སྤྱི་
མཐུད་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་ལྷགས་བརྒྱབ་དགོས་པ་དང་སྤྱི་མཐུད་ནས་བྱུག་ལས་གནང་རྒྱ་ལ་ངས་རེ་སྤྱི་ཞུ་ཡི་ཡོད། ལྷགས་རྩེ་
ཆེ།

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

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

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

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་ལས་བསྟོམས་ཤོག་གངས་ ༥ པ་བཞི་པའི་བདུན་པ་དང་ལྔ་པའི་ལྔ་
པའི་ནང་འདི་ལས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་ཤོག་ཀྱན་པན་ཆོགས་པ་ནས་སྟོ་བྲོགས་གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་སྟོས་རྩས་ངན་གོམས་གོ་
རྟོགས་སྟེལ་བ་དང་ཀྱན་པན་ཆོགས་པའི་རྒྱབ་གཉེར་གཞིར་བཟུང་མི་གངས་ ༥ པ་སྟོས་རྩས་ངན་བ་གོམས་བཙོས་ཐབས་ཁང་
ལ་སྟོན་བཙོས་མཐུན་འགྱུར་ཞུས། ལྔ་པའི་ནང་ལ། ར་སར་ཀྱན་པན་ཆོགས་པ་དང་མཉམ་ཁུབ་ཐོག་གཉན་ནད་རེག་དུག་ཉན་མོ་
སྤྱང་བཙོ་ཞུས།

དེའི་ཐོག་ལ་རྩ་ས་ཀྱན་པན་ཆོགས་པས་ག་རེ་གནང་ཡོད་མེད་དང་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་དམིགས་བསལ་གལ་ཞུ་རྒྱ་མེད།
ཡིན་ནའང་། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་ལས་རིམ་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ལས་དོན་ཆགས་ཚུད་པ་དང་ཆད་དང་ལྷན་པ་ཡོང་གི་ཡོད་
མེད་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ཀྱན་པན་ཆོགས་པ་དང་ཉམ་ཁུབ་དང་ཀྱན་པན་ཆོགས་པས་རྒྱབ་གཉེར་བྱེད་དགོས་རྒྱ་ཆགས་ཡོད་དམ།
ཡང་ན་གནས་སྟངས་གང་འདྲ་རེད་དམ། གལ་སྲིད་དེ་འདྲའི་ཆོགས་པ་དང་དེ་ཆོ་ལ་བཞེན་མ་དགོས་པའི་ཐོག་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་
ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་འགན་འཁུར་བྱུང་གི་མེད་རེད་དམ། དེ་དང་མཉམ་ཁུབ་སྤྱི་ལོ་ཆོད་ལྟར་བྱས་ན། ར་ས་ཀྱན་པན་ཆོགས་པ་ལ་སྟོ་
སྟེར་ཡིག་ཚང་ནས་འབྲས་ ༩༥ ཞིག་གནང་ཡོད་རེད་ཟེར་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་རེད། དེ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་རྒྱབ་གཉེར་བྱས་
ནས་གནང་རེད་དམ། ཐད་ཀར་གནང་བ་རེད་དམ། འདི་གནས་སྟངས་གང་རེད་དམ། དེ་དང་མཉམ་ཁུབ་སྤྱི་ལོ་རམ་ས་ལའི་གསུང་
ཆོས་ཁག་རེད། དམིགས་བསལ་གྱི་དུས་འཁོར་དབང་ཆེན་ལ་སྟོང་མོ་རྒྱ་ཆེན་པོ་གནང་གི་ཡོད་རེད། བྱེད་གྱི་ཡོད་རེད། དེའི་
སྟོན་དཔག་དེའི་ཐོག་ལ་སྟོན་མཐུན་གྲོས་ཆོགས་ནང་ལ་བསམ་ཚུལ་བྱུང་བ་རེད། སྟོས་རྩས་ངན་གོམས་དང་ཆོག་མེད་སྟོད་འབྲ་
མི་འབྲ་བཏང་ནས་པལ་ཆར་ང་ཆོ་བཙན་བྱོལ་སྤྱི་ཆོགས་འདིའི་ནང་ལ་མི་མང་པོ་ཞེ་དྲག་ཅིག་དཀའ་ངལ་འབྲད་འགོ་ས་རེད་
བསམ། དེ་འབྲ་ཡིན་དུས། གཙོ་པོ་ངས་ཞུ་རྒྱ་དེ་དུས་འཁོར་དབང་ཆེན་དེ་ཆོ་ལ་སྟོང་མོ་བྱེད་རྒྱ་དེ་ལ་རྒྱབ་གཉེར་ཞུ་ཡི་ཡོད་
རེད་དམ་མ་རེད། སྤྱི་སྟོང་ན་སྟོང་ཆོག་ཆོག་རེད་དམ། ང་ཆོ་དགོན་སྡེ་བླ་ཆང་དེ་ཆོས་ཞལ་འདེབས་ཤིག་སྟོང་གི་ཡོད་ན། དེ་
ལ་ཆོས་བརྒྱད་སྤྱི་འཐུས་དེ་ཆོས་རྒྱབ་གཉེར་ཞིག་སྤྲད། ཆོས་རིག་ལས་ཁྲུངས་ནས་རྒྱབ་གཉེར་ཞིག་སྤྲད། འདི་ཅོག་ཅེའི་སྤང་
ལ་བཞག་དེ་ནས་སྟོང་དགོས་རེད། དེ་ཆོའི་གནས་སྟངས་དེ་གང་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། གནད་དོན་གལ་ཆེ་ཤོས་གཅིག་ལ་
དཔལ་ལྷན་ཆོས་རིག་བཀའ་སྟོན་མཆོག་ན་ནིང་ལས་གནས་དང་པོ་བཞེས་ནས་པལ་ཆར་མཛད་སྟོན་དེ་དང་པོ་ཀྱན་པན་ཆོགས་

པའི་མཛད་སྒོ་ལ་བཅར་གནང་ཡོད་པ་རེད་གཤམ་ཆེན་པོ་ཡིན་གྱི་རེད། ཁ་སང་དེ་རིང་ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་གི་ཅིས་ཁྲིམ་གནས་སྐྱོང་ས་དང་སྤྱི་འཐུས་སྒྲིལ་བཤུག་གནས་སྐྱོང་ས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཐུག་ནས་འཕྲོས་དུས་ཡར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་རེད། མར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་མ་རེད།

གཅིག་པོ་གཅིག་གྲོགས་རེད་དང་མ་རེད་དེ་འབྲེལ་གནས་སྐྱོང་ས་མང་པོ་འདོན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཉི་མ་གཅིག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་དང་ཀུན་པོ་ཆོག་པ་འགན་འཁུར་མཁན་དང་མཉམ་དུ་གཅིག་པོ་གཅིག་གྲོགས་བྱེད་གྱི་འདུག་ཅིས་ཟེར་དུས། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ག་རེ་གནང་གི་རེད། དེ་འབྲེལ་དོགས་པ་ཡོད་པ་རེད་དང་མ་རེད། དེ་འབྲེལ་གཅིག་ཏུ་འདོད་བྱུང་། གཉིས་པ་ཞོག་གྲངས་ ༡༩ རང་ལ་ཨ་རིར་བཅའ་བཞུགས་རང་རིགས་གཞས་མ་བསྟན་འཛིན་ཀུན་གསལ་ལགས་དང་བསྟན་འཛིན་བདེ་སྐྱིད་ལགས་གཉིས་ནས་སློབ་གྲུའི་འཛིན་ཁང་དང་བྱི་བཙོས་གསོ་ཐབས་ཁང་། འཛིན་སྐྱོང་ལ་མཁོ་བའི་དངོས་ཆས་ཁག་ཞལ་འདེབས་གནང་། དེ་འབྲེལ་ཞིག་འདུག དེ་དང་མཉམ་དུ་ཞུ་རྒྱ་གཙོ་བོ་དེ་ཁོ་རང་གཉིས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ཟེར་ནའང་འདྲ། རེ་བ་འདྲ་བོ་གཅིག་གི་ཐོག་ལ་དོན་དག་གཙོ་བོ་དེ་དབང་པོ་སྐྱོན་ཅན་གྱི་གནད་དོན་ཐོག་ལ་དེར་སང་རྒྱལ་སྤྱིའི་འགྲོ་སྐྱོང་ས་རེད། དེའི་ཐོག་ནས་ཁོ་རང་ཆོ་སློབ་སྦྱོང་གི་གནས་ཆད་དེ་ཆོ་ལ་བསྟན་ནས་གཞུང་གི་ལས་ཀ་དེ་ཆོ་བསྟན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་དེ་བཞིན་གཞུང་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བསྟན་གང་འདྲ་ཞིག་གནང་ན་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་འགྲོ་ལམ་བདེ་བ་དང་དཔེར་ན་དགོན་པ་ཞིག་ཡོད་ན་སྒྲོར་ར་འགྲོ་དགོས་དུས་དབང་པོ་སྐྱོན་ཅན་གཅིག་པོ་མ་རེད། ལོ་ན་ཆུས་གཞོན་མང་པོ་ཞིག་ལ་དཀའ་ངལ་འབྱུང་དུས། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་རེ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་བརྒྱབ་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ངེས་པར་དུ་དགོངས་བཞེས་གནང་དགོས་པ་དེ་གཤམ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། ཞོག་གྲངས་ ༡༦ གི་ནང་གསལ་ས་ ༣་༡ རང་ལ་སྐར་དབྱེད་ཅིས་རིག་གི་སྒོ་ནས་ལས་སྤྱོད་དགྲུང་ཀེག་ཁག་འཆེམས་ལུས་མེད་པར་ཞབས་ཞུ་སྒྲུབ་བཞིན་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་ར་ཆོ་དེར་སང་གི་སྤྱི་ཆོག་ལ་འདིའི་ཐོག་ལ་སྤྲོན་གྱི་གནད་དོན་དེ་ལ་ག་བ་ཡིན་ནའང་ཆང་མས་ཞེ་བྲགས་བཤད་གྱི་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་ཅིས་ཀྱི་གནས་སྐྱོང་ས་ཐོག་ལ་སྤྲོན་ཅིས་ཁང་གི་ཐུག་ལས་ཤིག་ལྟ་བུ་བསྐྱད་ཡོད་རེད་ལ་དེ་ཙམ་མིན་པའི་གནས་སྐྱོང་ས་ཤིག་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་ཆན་རིག་པ་དང་དེར་དུས་ཀྱི་མི་དེ་ཆོ་མཉམ་དུ་གཅིག་འཛོམས་ཡོང་དུས་ར་ཆོ་བཀའ་སྤྱི་ཅིས་རིག་གི་གནས་སྐྱོང་ས་དེ་ཆོ་ཆད་མཐོན་པོ་ཞེ་བྲགས་སྤྱི་བས་ཡོད་པའི་གནས་སྐྱོང་ས་ཤིག་ཆགས་བསྐྱད་འདུག དེ་དང་མཉམ་དུ་ར་ཆོ་རྒྱ་གཙོ་བོ་དེ་ག་རེ་ཞུ་ཡི་ཡོད་ལ་བ་ཡིན་ན། ད་དེ་རིང་ཞུ་བཞག་གི་ཡིན། ར་ཆོའི་གསང་གསུམ་དོན་གྱི་མཛོད་འཛིན་ལས་སྤྱི་བས་ཐེ་སྤྲོན་པའི་འཛིན་སློབ་དཔོན་བསྟན་འཛིན་རྣམ་དག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ལན་གཅིག་ཙམ་མིན་པར་ཡང་ནས་ཡང་དུ་སྤྲེ་སྤྲེར་སྤྲོན་ཅིས་ཁང་གི་ཅིས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཐུག་ལས་གནང་སྐྱོང་ས་དང་དམིགས་བསམ་གྱི་ལོ་ཐོ་པལ་རྒྱ་དེ་ཆོ་ལ་ཆད་དང་སྤྲོན་པ་ཚུལ་དང་མཐུན་པ་དངོས་གནས་གནང་བཞག དེ་ཡིན་དུས་ཉི་ཆར་རང་ལ་ France ལ་ཐེབས་དུས་རིན་པོ་ཆེ་མཛལ་ཡོད་རེད། དེ་དུས་ཡང་གསུང་གི་འདུག བོད་ཕྱི་ནང་ག་བར་བསྐྱས་པ་ཡིན་ན་དེར་སང་ཅིས་ཀྱི་གནད་དོན་དེ་ལ་མཐོང་རྒྱུད་བྱེད་གྱི་འདུག དེའི་གནས་སྐྱོང་ས་སྤྲོན་ཅིས་ཁང་གིས་དེ་འབྲེལ་གནང་བ་ཐུགས་ཐེ་ཆེ་གནང་ཞེས་གསུང་གི་འདུག འདི་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་ཁ་སང་སྤྲོན་པ་བཀའ་སྤྱི་ཅིས་རིག་སྤྲེ་ཆན་ལ་ངས་ཡི་གེ་ཞིག་ཐུག་བཞག་ཡོད། ཡིན་ནའང་དེ་རིང་བརྒྱུད་ལམ་དེའི་ཐོག་ནས་གཙོ་བོ་དེ་རིན་པོ་ཆེས་དགོ་ཆན་རྣམས་པ་རེད། འགན་འཁུར་མཁན་རྣམས་པ་རེད། དེ་ཆོས་ཐུག་ལས་

གནང་བཞག་འདུག འཛམ་བུ་གླིང་ཐོག་ལ་ཉམས་འཁོབ་འཛིན་ཁ་ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་སུ་པལ་ཆེར་ཆད་དང་ལྷན་པ་ང་རང་
 ཆོའི་སྤྲོད་ཅིས་ཁང་འདི་ལྟ་བུ་གཅིག་དཔེ་དགོན་པོ་རེད་ཤག་ཅེས་གསུང་གི་འདུག དེ་ལ་སུ་མ་ཐུད་ནས་རྒྱ་མཚོ་གནང་
 རོགས་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ༡་༣ པ་ནང་ལ་སྤྲོད་ཅིས་ཁང་གི་ཡན་ལག་དེ་ཆོ་རེད། ཁ་སང་ང་ཆོ་བོད་པའི་ངོ་བོ་བསྐྲགས་མི་བསྐྲག་
 དང་རྒྱ་གར་མི་དེ་ཆོས་བོད་པ་ཤེས་མི་ཤེས་དང་། རྟ་རམ་ས་ལར་ཡོང་ན་མཐོང་མཆན་ཞུ་དགོས་མི་དགོས་དེ་ཆོ་མང་པོ་ཞེ་
 དག་གསུང་གི་འདུག་པ། ད་ལྟའི་ཆ་ལ་རྒྱ་གར་གྲོང་ཁྱིམ་ཁག་ལ་སྤྲོད་ཅིས་ཁང་གི་ཡན་ལག་ཡོད་པ་དེ་ཆོ་གནང་ལག་ཆེན་པོ་
 ཆགས་ཀྱི་འདུག ང་རང་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། ཁ་སང་ཕྱོགས་སྤྱོད་སྐབས་སུ་ chennai སྐབས་དེ་དུས་སྤྲོད་ཅིས་ཁང་ལ་ཕྱིན་
 པ་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་ན་མི་གངས་མང་ཅུང་ལ་སྤྲོད་ཅིས་ཁང་གས་ཆེ་ཆུང་བཅིས་ན་
 གནང་བཞིན་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དོན་དག་དེ་ལ་མང་པོ་ཞེ་དགས་འདུག མང་པོ་སྤྲུག་དགོས་འདུག ཡིན་ནའང་ཁོ་རང་ཆོའི་
 བསམ་ཚུལ་དེ་ལ་འདིར་སྤྲོད་པ་གཅིག་ལས་མི་འདུག་དུང་མང་པོ་དགོས་འདུག དེ་ཆོ་སྤྲོད་ཅིས་ཁང་ལ་ཞུས་ཆར་ཡིན། དེ་
 ལ་ངས་དམིགས་བསལ་གས་ཞུ་ཡི་མེད། ཡིན་ནའང་གནད་དོན་དེ་ཆོ་བརྒྱད་ནས་བོད་པའི་གནད་དོན་དེ་ཆར་མ་ཡོངས་སུ་
 རྫོགས་པ་ལ་བྱུང་སྟེ་ལ་བྱེད་ཐུག་རྒྱ་དེ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རེད་འདུག དེ་ཡིན་དུས་དེ་བསྐྲགས་དགོས་རྒྱ་རེད་བཞག་མ་
 འོངས་པ་ཕྱི་རྒྱལ་ལས་ཁུངས་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཆོས་རིག་ལས་ཁུངས་ཡིན་ནའང་འདྲ།
 དེ་ཆོས་བོད་པའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་ག་བ་ནས་དེ་འདྲ་བྱེད་དགོས་ན། སྤྲོད་ཅིས་ཁང་དང་ཟུང་འབྲེལ་ཐོག་ནས་མདོར་ན་
 ཕྱོགས་གཅིག་ནས་པ་གིའི་མི་དེ་ནད་པ་རེད། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་དེང་སང་འགོ་སྤངས་འདྲ་པོ་ཡིན་ནའང་། ཆོང་བརྒྱབ་སར་
 ཆོང་ཤག་འདྲ་པོ་ཆགས་ཡོད་རེད། དེ་འདྲའི་གནས་སྤངས་ཆགས་དུས། ཁོང་ནམ་པའི་མཉམ་དུ་འབྲེལ་ལམ་གནང་ནས་དེ་
 གནང་དགོས་པ་དེ་གས་ཆེན་པོ་རེད་བཞག་ཅེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། དོན་དག་གཅིག་དེ་དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་
 མཆོག་གསར་འགྱུར་བརྒྱད་ལམ་ཁག་ལ་དེང་སང་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་དེ་རྒྱ་ནག་གི་ས་ལམ་དུས་ཁོང་ཆོའི་ཡིན་ལམ་གྱི་
 ཡོད་རེད། རྒྱ་གར་གྱིས་ལམ་དུས་ཁོང་ཆོའི་ཡིན་ལམ་གྱི་ཡོད་རེད། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཆོགས་ནང་ལ་སྟེབས་ཡོད་རེད་ཅེས་གོ་
 རྒྱ་ཞིག་འདུག དེ་སྟེབས་ཡོད་རེད་དམ། སྟེབས་ཡོད་ན་རྒྱ་ནག་གིས་ཁོང་ཆོའི་ཡིན་ལམ་དུས་ཀྱང་ཕྱགས་གསོ་བ་རིག་པ་
 བརྒྱད་ནས་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ། རྒྱ་གར་གྱིས་བཤད་པའི་སྐབས་སུ་ (Ayurveda) བརྒྱད་ནས་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་
 དམ། དེ་གང་འདྲ་ཞིག་བྱས་ནས་བཤད་ཀྱི་ཡོད་རེད་དམ། ཡང་ན་རྒྱ་གར་པས་བཤད་རྒྱུ་དེ་ལ་ང་རང་ཆོ་ཡང་མཉམ་དུ་བར་
 སྐབས་རྒྱ་གར་ལ་ཐིམས་གཏུགས་ནས་གསོ་བ་རིག་པ་ལ་ཡང་ཐ་སྙད་གཅིག་བེད་སྤྱོད་གནང་ཡོད་རེད། ང་རང་ཆོའི་གསོ་བ་
 རིག་པའི་ལྷན་ཆོགས་ཡོད་རེད་དེ་ཆོ་བརྒྱད་ནས་འགོ་གིས་ཡོད་རེད་དམ། དེ་འདྲ་འགོ་ཡི་ཡོད་ན། གསོ་རིག་གི་ལོ་རྒྱུས་དེ་
 བོད་གངས་ཅན་ཞིང་གི་ལོ་རྒྱུས་མཉམ་དུ་སྟེལ་ནས་ཐག་རིང་པོ་ཡོད་པ་ལ་དགོངས་བཞེས་གནང་དགོས་རྒྱ་གས་ཆེན་པོ་རེད།
 དེ་ནས་མཐའ་མ་དེ་ལ་ཞབས་སྐྱལ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་མ་གཏོགས་ངས་ཞེ་དག་ཏོགས་ཀྱི་མེད། ཡིན་ནའང་ཉེ་ཆར་སྟེལ་གོ་བ་ལ་
 ཕྱིན་པའི་སྐབས་སུ་གཞིས་གྲོང་གཅིག་གི་ནང་ལ་ཕྱིན་དུས་མི་གཅིག་མིག་ཚུ་གཏོང་གི་འདུག ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་སྤྲད་ཐགས་ཅན་གྱི་
 འཆོ་བྱེད་ཁང་སར་སྤྲོད་ཁང་ནང་ལ་འབྱུང་ཆས་འདང་མི་འདང་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་ཁོ་རང་གི་བཟའ་ཆུ་འདས་གོངས་ཕྱིན་སོང་།
 དོན་དག་དབྱགས་གསོག་རྒྱུ་འབྱིག་དབྱགས་དེ་མི་འདུག་གསུང་གི་མི་འདུག ང་ཆོ་སྤྲོད་ཅིས་ཁང་ལ་འགོ་དུས་ཆར་མ་ཡོད་གསུང་

གི་འདུག དེ་ཆོ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལ་ཞིབ་སྒྲུས་ཡོད། དེ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྐད་ཆ་འདི་དེ་རིང་གང་བཤད་དགོས་མེད་ཆར་
 བཞག ཡིན་ནའང་ཆར་རྒྱ་མེད་ནའང་ཆར་འདུག དེ་བཞིན་དགོན་སྡེ་ཁག་གི་དཔེ་འཁྲིད་དགེ་ཆུན་ནས་པ་ལ་བརྟན་དབྱེད་བྱེད་
 རྒྱ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་གོང་དུ་གསུངས་པ་བདེ་ལེགས་སྤྲོད་ཁང་འགན་འཛིན་དང་སྤྲོད་པ་པོ་བས་སྐབས་སུ་བརྟན་དབྱེད་ཀྱི་གནད་
 དོན་མང་པོ་ཞིག་ངས་ཞིབ་སྒྲུས་མེད་ཀྱི། སལ་ཆེར་སྤྲོད་པ་འཛོམས་ཀྱིས་ཁང་སར་ནས་པར་པེབས་དགོས་ཆགས་པའི་མི་ཞིག་
 གིས་ཐུར་ནས་བརྟན་དབྱེད་བྱེད་རྒྱ་མ་གཏོགས་འཛོམས་ཀྱིས་ཁང་སར་ནང་ལ་མེད་པའི་བཟོ་འདྲའི་ཐོག་དེ་འདྲ་བཤད་ཀྱི་འདུག
 ཡོད་པ་རེད་ཟེར་དུས་བརྟན་དབྱེད་བྱེད་རྒྱ་ཆང་ཡོད་གསུང་གི་འདུག དོན་དག་མང་པོ་ཞིག་བཤད་མ་བསྟན་པར་དངོས་གནས་
 ཀྱི་དགོས་མཁོ་ལ་ལྟོས་པའི་འཇུག་ཤོར་མ་སོང་བ་ཞིག་གནད་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་ཅེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

ཆོག་གཏོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འཇུག་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ཨ་ཀྲུག་ཆེ་བརྟན་ལགས་ནས།

སྤྱི་འཇུག་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ཨ་ཀྲུག་ཆེ་བརྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གཏོ་མཆོག་ ད་ལྟ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྟོམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་ད་ལྟ་ལས་བསྟོམས་
 རང་ལ་མར་མཇུག་ཡོང་དུས་ནད་རིགས་སྟོན་འགོག་གི་སྡེ་ཆུན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་དེ་བཞིན་དེའི་ཐོག་ལ་ལས་ཀ་བྱགས་
 ཆེན་པོ་དང་འགྲོ་གྲོན་ཡང་གང་ལ་གང་འཆོམས་ཤིག་བཏང་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཉེ་ཆར་ལ་སྐབས་མགོན་འོན་པོ་ཆེའི་བཀའ་
 སློབ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ལ་ནད་རིགས་སྟོན་འགོག་གལ་ཆེན་ཡིན་པའི་སྐོར་ལ་ཐེངས་མང་པོ་བཀའ་སློབ་གནང་ཡོད་རེད།
 ལ་གོང་ས་མཆོག་གིས་བཀའ་སློབ་གནང་བ་དེ་གལ་མས་སང་ཤུག་ལེན་བསྟར་བའི་ནམ་པ་མཇུག་དུས་བསྟགས་བརྗོད་དང་གལ་
 ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་དེ་བཞིན་ཀྱི་ལྷན་ཁང་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་ལ་གོང་ས་མཆོག་གིས་ལམ་སྟོན་བཀའ་སློབ་གནང་བ་དེ་དག་
 དེ་མ་ཉིད་དུ་སྐྱབ་ཡོད་པའི་ནམ་པ་མཇུག་བྱུང་། གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་། ལ་སྐབས་མགོན་འོན་པོ་ཆེ་ཞུ་མི་དགོས་པ་འདྲ་པོ་
 ཞིག་རེད། ང་ཆོ་བོད་རིགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་སྤྲོད་མེད་པའི་སྤྲོད་མེད་ཞིག་ཆགས་ཡོད་རེད། ཁོང་གི་བཀའ་སྐབས་པ་འདི་ང་ཆོ་
 ཆང་མའི་འགན་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་དང་བོད་ཅ་དོན་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་དེ་ལས་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་མེད་པ་དང་རྒྱ་ནག་ལ་ཁ་
 གཏད་བཅག་རྒྱ་ཡིན་ནའང་དེ་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་མེད་པ། ང་རང་ཆོའི་བཅན་བྱོལ་སྤྱིག་འཇུགས་སྤྱི་བརྟན་ཡོད་རྒྱ་དང་གཅིག་
 སྤྱིལ་ཡོད་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཐོག་ལ་ཡང་དེ་ལས་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་མེད་པ། འཛམ་གླིང་ཕྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གིས་ང་རང་ཆོ་ལ་རྒྱལ་
 སྤྱོད་དང་དོ་སྤང་ཡོད་དགོས་རྒྱ་ཡིན་ནའང་དེ་ལས་གལ་ཆེན་པོ་མེད་པ། མདོར་ན་ང་ཆོ་བོད་ཉལ་སྤྱི་བའི་སྐབས་འདིར་ནད་བརྒྱ་
 ལ་སྤྲོད་གཅིག་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་འདི་གཞི་ཅའི་ཆང་མས་མཁྱེན་ཀྱི་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་། མཁས་པ་ལ་བླ་གསོ་དང་བློན་པོ་ལ་གསོ་
 སྤྱོད་ལྟ་བུ་འདི་བཤད་འདོད་བྱུང་། སོང་ཅང་། བཀའ་ཤག་གི་བཀའ་སློབ་ལྷན་རྒྱས་ཆང་མའི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་། བཀའ་འདི་
 གནད་མ་ཐག་སྐབས་རྒྱ་ཞིག་མཇུག་ཡོང་དུས་བསྟགས་བརྗོད་ཞུ་ཡིན། ད་ལྟ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐུགས་འགན་བཞེས་
 རྒྱ་གཏོ་པོ་དེ་མང་ཆོག་གི་འཕྲོད་བསྟེན་ཐོག་ལ་འགན་འཁུར་རྒྱ་དེ་རེད། མང་ཆོག་གི་འཕྲོད་བསྟེན་ཐོག་ལ་འགན་འཁུར་

སྒྲུངས་དེ་ཡང་ནད་རིགས་སྒྲོན་འགོག་གྱེད་རྒྱ་དེ་གཅིག་རེད། གཉིས་པ་དེ་ལ་ནད་པའི་ན་ཆ་བཅོས་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་གཅིག་
 ཆགས་ཡོད་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ངས་དམིགས་བསལ་གྱི་བསམ་ཚུལ་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་ལ་གཞི་ཅིའི་ངས་སྒྲོན་མ་ནས་འབྲེད་བཞེན་
 ལས་ཁུངས་ལ་ཞུས་སྟེང་། ད་ལྟ་ང་ཆོན་ཆ་བཅོས་པའི་སྐབས་སུ་བཅོས་ཐབས་ཟེར་ན་རེད། དེ་ལ་ཕྱི་ལུགས་ཀྱི་སྒྲན་བ་དང་ང་
 རང་ཆོའི་གསོ་ལུགས་ཀྱི་སྒྲན་བ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ན་ཆ་བཅོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། ང་རང་ཆོ་འབྲེད་བཞེན་ལས་
 ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་ང་ཆོ་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་འདི། བོད་ལུགས་ཀྱི་སྒྲན་བཅོས་ཀྱི་སྒྲུངས་འདིའི་ཐོག་ལ་བོད་སྒྲན་ཅིས་ཁང་
 དང་དེའི་ལས་དོན་གྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་འགན་ཞིག་ཁྱེད་ཉེ་སྐབས་འཁུར་གྱིད་དགོས་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་
 རེད་བསམ་ནས་ཆོར་གྱི་འདུག ཕྱི་ལུགས་ཀྱི་སྒྲན་བཅོས་དང་ནད་ལུགས་ཀྱི་སྒྲན་བཅོས་གཉིས་དེ་བོད་འདྲ་པོ་ཡིན་ན་བོད་
 དགོས་པ་དེ་ང་རང་ཆོ་སྒྲན་ཅིས་ཁང་དང་སྒྲན་ཅིས་ཁང་གི་བཅོས་ཐབས་འདི་ཡིན་པ་དེ་ངོས་འཛིན་གྱེད་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་
 ཅས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། རྒྱ་མཁོན་གང་ཡིན་ཟེར་ན། ང་ཆོ་ད་ལྟ་ནད་པའི་ན་ཆ་བཅོས་པའི་སྐབས་སུ་བཅོས་རྒྱུའི་ཐབས་ཁྱེད་ཐོག་ནས་
 ཕྱི་ལུགས་སྒྲན་པའི་ཐབས་བཅོས་དང་དེ་བཞིན་ང་རང་ཆོ་གསོ་རིག་པའི་ན་ཆ་བཅོས་རྒྱུ་ཐབས་ཁྱེད་གཉིས་ཀྱི་ཆར་ལ་ཕྱན་སྐྱུལ་
 ཆོགས་མ་ཆོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལྷགས་ཆེན་པོ་ཞེས་གཏེར་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། དེ་རིང་ཁ་སང་འཛམ་བུ་གླིང་དེའི་ཐོག་ལ་
 བཅོས་མ་སྐབ་པའི་ན་ཆ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། ཅས་གསུང་གི་ཡོད་རེད། ངའི་ངོས་ནས་ག་རེ་ཞུ་ཡི་ཡོད་ལའ་ན། བཅོས་མ་
 སྐབ་པའི་ན་ཆ་ཞིག་ཡོད་མ་རེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟའི་ཆར་ང་ཆོས་བཅོས་ཐབས་མ་ཉིད་པའི་ན་ཆ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། མོང་
 ཅང་། དེ་བཅོས་རྒྱུ་ཐབས་ཤེས་ཉིད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། བཅོས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲའི་ཐབས་ཤེས་བཅོས་ཡོང་བའི་
 སྐབས་སུ་ང་རང་ཆོའི་སྐབ་མོང་མ་ཡིན་པའི་བོད་ཀྱི་སྒྲན་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཅོས་ཐབས་སྐབ་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡོད་རེད། དཔེར་ན།
 ཕྱི་ལུགས་སྒྲན་པའི་ནད་བཅོས་རྒྱུའི་ཐབས་ཁྱེད་དེ་དང་ང་རང་ཆོའི་གསོ་རིག་སྒྲན་པའི་ནད་བཅོས་རྒྱུའི་ཐབས་ཤེས་གཉིས་
 ཀར་མི་འདྲ་བ་ཞིག་རེད། ཕྱི་ལུགས་སྒྲན་པའི་ན་ཆ་བཅོས་རྒྱུའི་ཐབས་ཁྱེད་དེ་ན་ཆ་དེ་མེད་པ་བཟོ་རྒྱུ་དེ་རེད། དཔལ་ལྷན་
 ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། མཆོམས་བཞག་རོགས་གནང་།

ཆོགས་གཙོ་མཆོག་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

སྤྱི་འབྲུས་བསྟན་པ་ཡང་འཕེལ་ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འབྲུས་བསྟན་པ་ཡང་འཕེལ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་དེ་རིང་ག་རེ་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བ་བཏང་གི་ཡོད་པ་རེད་དམ། ལོ་རྒྱུས་བཤད་ཀྱི་ཡོད་
 པ་རེད། དེ་ག་རེ་གྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁྱད་མཆོར་ཞིག་གྱེད་ཀྱི་འདུག ཆོགས་གཙོ་སྒྲུངས་འཛིན་གནང་དགོས་ས་རེད། ལོ་
 རྒྱུས་དང་རྒྱུ་ལྡོངས་མང་པོ་ཞིག་གསུང་ན་དེ་རིང་ང་ཆོ་ཆར་ས་མ་རེད། ཅས་ཞུ་ཡི་ཡིན།

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

ད་ལྟ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡེས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བསྐྱོད་དང་དེ་བར་གསལ་བཤད་ལན་འདེབས་པེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གང་བསྐྱུས་བསྐྱུས་གསུང་རོགས་གནང་། བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་དག་གཤེས་ལྷ་རམས་པ་ཨ་ཀྲུག་ཆེ་བརྟན་ལགས། ལུ་མ་ཐུད་ནས་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་དག་གཤེས་ལྷ་རམས་པ་ཨ་ཀྲུག་ཆེ་བརྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གོ་སྐབས་གནང་བ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་། ངས་ད་ལྟ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་དོན་བྱེད་ཚུགས་ཐོག་ལྷ་ཡི་མེད། སོང་ཅང་སྤྱི་ལུགས་སྤྱོད་པའི་བཅོས་ཐབས་དེ་ན་ཆ་དེ་མེད་པ་བཟོ་རྒྱ་དེ་རེད། ང་ཚོ་གསོ་རིག་སྤྱོད་པའི་ན་ཆ་བཅོས་ཐབས་དེ་ན་ཆ་དེ་མ་ཡིན་པར་ན་ཆ་དེའི་རྒྱ་དེ་མེད་པ་བཟོ་རྒྱ་དེ་རེད། འདི་ང་ཚོ་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་འདིས་ཉོན་མོངས་མེད་པ་བཟོ་རྒྱ་འདི་ལ་སྤྱོད་ནས་གསུང་གི་ཡོད་རེད། རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་མགོན་པོའི་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ནང་ལ། བྱེད་ཀྱི་ཤེས་བྱ་ནང་གྱི་རྒྱ་ལྗོན་སྤངས་བྱ་ལ། །བདེར་གནས་ཐོབ་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་བསྟེན་པར་བྱ་བ་ལྟར། བྱས་ཅང་ང་ཚོ་གསོ་བ་རིག་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་བཅོས་ཐབས་འདི། བྱེད་དེ་བཅོས་རྒྱ་མ་རེད། བྱེད་དེའི་རྒྱ་དེ་སྤངས་དགོས་རེད། སྤང་བྱ་དེ། བྱས་ཅང་ད་ལྟ་ངས་དཔེ་ག་རེ་བཞག་གི་ཡོད་ལ་བ་ན། ང་ཚོ་ཅིག་པ་གཅིག་ནས་རྒྱ་སྤེབས་ཀྱི་ཡོད་ན། སྤྱི་ལུགས་ཀྱི་སྤྱོད་པས་བཅོས་ཐབས་དེ་ལས་སངས་རྒྱུ་ལ་དེ་ལ་ཨ་ཙོར་འབྱེད་ནས་ཅིག་པའི་སྤང་གི་རྒྱ་དེ་བཟོ་རྒྱའི་ཐབས་ཤེས་བྱེད་རྒྱ་དེ་སྤྱི་ལུགས་སྤྱོད་པའི་བཅོས་ཐབས་དེ་རེད། ང་ཚོ་གསོ་རིག་སྤྱོད་པའི་ན་ཆ་བཅོས་ཐབས་དེ་ལས་སངས་རྒྱུ་མ་ཡིན་པར་རྒྱུ་ཡོངས་དེ་ཨི་ཁུང་དེ་ག་བཞག་མེད་དེ་འདི་དེང་། དེ་དང་ཆར་རྗེས་ལ་རྒྱ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱོད་ཡི་ཡོད་རེད། བྱེད་དེའི་རྒྱ་སྤང་ཆར་རྗེས་ལ་ན་ཆ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་དཔག་འཕྲོ་ཡི་རེད། བྱས་ཅང་། དེ་འདྲ་བའི་ཐབས་རྩས་ཐོག་ནས་བྱས་པ་ཡིན་ན།

ད་ལྟའི་ཆར་འཛུལ་བྱ་སྤྱིང་གི་སྤང་ལ་བཅོས་ཐབས་མ་རྟེན་པའི་ན་ཆ་དེ་ཚོ་ང་ཚོ་གསོ་རིག་སྤྱོད་པའི་ཐོག་ནས་བཅོས་ཐབས་ཉན་ཉན་ཡོད་རེད། བཅོས་ཐབས་ཡོད་པ་དེ་ཚོ་ད་ལྟའི་ཆ་ལ་ང་ཚོའི་གསོ་བ་རིག་པའི་མཁས་པ་དེ་ཚོ་དེ་བཞིན་བསྐྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཅོས་ཐབས་དེ་རྟེན་ཐབས་བྱེད་དགོས་རྒྱ་དེ་དཔེ་མི་སྤྱོད་གལ་ཆེན་པོ་རེད། སོང་ཅང་བཅོས་ཐབས་ལ་དེ་འདྲའི་ཁྱད་པར་ཡོད་པའི་དབང་གིས་དཔེར་ན་མྱོ་བྱར་མོ་ཏྲ་བརྟམས་ནས་སྤྱོད་པའི་བཅོས་ཐབས་ལ་དང་རྟེན་པ་ཆག་དེ་འདྲ་ཡིན་ན། སྤྱི་ལུགས་སྤྱོད་པའི་རྩ་ལ་འཕྲོ་ན། ཅིག་པའི་སྤང་ལ་ལས་སངས་རྒྱུ་མེད་པ་བཅོས་པ་ནང་བཞིན་རེད། དེ་འདྲའི་བརྒྱུད་རིམ་དང་རྒྱ་རྒྱུ་རྟེན་སྤྱོད་ཚོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤེབས་ཡོད་པའི་ན་ཆ་དེ་དག་ང་རང་ཚོའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྤྱོད་པའི་ཐོག་ནས་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་བཅོས་ཐབས་ཡོད་པ་རེད། སོང་ཅང་། ངས་སྤྱོད་མ་ཡིན་ནའང་། སྤྱོད་མ་དུས་རབས་མང་པོའི་སྤྱོད་པས་སྤྱོད་པ་ཡིན་ནའང་། ན་ཆ་གསར་པ་མང་པོ་སྤེབས་ཡོང་དུས་རབས་ཨེ་ཆེ་དེས་ང་ཚོས་ལྷ་རྗེ་ཟེར་གྱི་རེད། ལྷ་རྗེས་དུས་རབས་ཀྱི་ན་ཆ་བཅོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། སོང་ཅང་། ད་ལྟའི་དུས་རབས་ཀྱི་ལྷ་རྗེ་དེ་ཚོ་ལ་ད་ལྟའི་དུས་རབས་ཀྱི་ན་ཆ་བཅོས་ཐབས་མེད་པ་དེ་ཚོ་བཅོས་ཐབས་བཅའ་དགོས་རྒྱའི་འགན་དེ་ཡོད་རེད། སོང་ཅང་། འགན་བཞེས་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་བཅོས་ཐབས་གནང་དགོས་འདུག དེ་ལ་དེ་བ་ལྷ་རྒྱ་ཞིག་ལ།

ད་ལྟ་བར་དུ་ང་ཚོ་གསོ་རིག་སྒྲུབ་པའི་ཐོག་ནས་བཙུགས་ཐབས་མེད་པའི་ན་ཆ་དེ་ཚོ་གཅིག་ཆེད་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་འབད་བཅོམ་བྱས་ཡོད་རེད་དམ་མེད་རེད་དམ། གཞི་ཅིའི་སྒྲུབ་བཟའ་རྒྱ་དེ་འབྲ་བཅོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ངས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། ད་ལྟའི་འཛམ་གླིང་ནང་ལ་བཙུགས་ཐབས་མེད་པའི་ན་ཆ་ངོས་འཛིན་བྱེད་རྒྱ་དེ་དག་གི་ན་ཆ་བཙུགས་རྒྱུའི་སྒྲུབ་བཟའ་རྒྱུའི་ཐབས་ཤེས་བྱས་ཡོད་རེད་དམ་མ་རེད། དེ་གལ་ཆེན་པོ་མཐོང་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་འཐབ་མར་འདི་ལ་ང་ཚོ་རྩ་ས་ལྟ་རྒྱ་དེ་ངལ་གསོ་ཁང་ནང་ལ་དངོས་གནས་ཀྱི་ཉམ་ཐག་གི་དོན་དག་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཞེ་བླགས་ཤིག་པན་ཐོགས་ཡོད་གི་འདུག ད་ལྟའི་ཆར་དེ་ཞིག་ཤེས་མཁན་གཅིག་ལ་བཞུགས་གནས་དེ་ཚོ་མ་ཐུན་ཆེན་སྤྱར་ནས་གནང་བཞག་དེ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་དང་མ་འོངས་པ་ལ་ཡང་དེ་ལ་དུས་ཚོད་ཀྱི་ཆད་ཉགས་ཤིག་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ཁ་ཤས་ཤིག་ནད་པ་སྒྲུབ་རྒྱུ་རིང་པོ་བསྟེན་དགོས་རྒྱུའི་དབང་གིས་དུས་ཚོད་ཆད་ཉགས་འདིའི་ནང་ལ་ན་ཆ་དེ་བླག་མ་ཐུབ་སྟེ། རྒྱུན་རིང་པོ་བཞུགས་དགོས་པའི་གནས་སྤངས་ཆགས་ཡོད་ན། དེའི་ཐོག་ལ་ངས་པར་དུ་དགོངས་པ་བཞེས་རོགས་གནང་ཞེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

བཀོ་སྐྱོང་གི་གོ་སྐབས་བཞེས་མཁན་མཐའ་མ། སྤྱི་འཐུས་མི་འགྲུང་དོན་རྗེ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་མི་འགྲུང་དོན་རྗེ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གོ་སྐབས་ལེན་མཁན་མཐའ་མ་ཡིན་པ་འདྲ། མང་པོ་ཞུ་རྒྱ་ཞེ་བླག་མེད། ཐུང་ཐུང་ཞིག་མ་གཏོགས་མེད། དེ་རིང་ལས་བསྟོམས་དང་འབྲེལ་བའི་སྐད་ཆ་འཆད་མཁན་མཐའ་མ་ཆགས་ཀྱི་འདུག བོད་དུ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཆགས་འབྲོ་ཡི་ཡོད་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ལྟན་ཁང་ཁ་ཤས་ལ་ངས་ཆ་ཤས་དམིགས་བསལ་ལེན་རྒྱ་བྱང་མ་སོང་། ལས་བསྟོམས་ཁག་རེད། ལྷག་པར་དུ་བཀའ་ལན་གནང་རྒྱ་དེ་ཚོ་མ་ཐུན་པོ་ཞེ་བླག་འདུག འདོད་པ་ཁེངས་པ་འབྲ་པོ་ཞིག་ཡོད་གི་འདུག དེ་ལྟ་མ་ཐུན་ནས་མཇུག་གནང་རྒྱ་ལ་འབད་བཅོམ་གནང་རོགས་གནང་འཕོད་སྐྱུལ་སྟོན་ལ་བཏང་ནས་ད་ལྟ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ང་ཚོའི་སྒྲུབ་བཙུགས་རྒྱ་སྤྱོད་ལས་གཞི་ཞིག་ཡོད་རེད་ལ། སྒྲུབ་བཙུགས་རྒྱ་སྤྱོད་ལས་གཞི་དེ་དཔེར་ན་ད་ལྟ་འདིར་ཡར་ལངས་སྟོན་མཁན་གང་ཟག་གི་ཐོག་ལ་ཉ་ལས་པ་གལ་ཆེན་པོ་ཅི་ཡི་ཡོད། དེ་མི་མང་ལ་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་ཡང་དེའི་ཚོགས་མི་དེ་དག་གིས་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་གི་བྱས་ན། ཚོས་དང་འཛིག་རྟེན་གཉིས་ཆར་ཡོད་རྒྱུའི་ལས་ཀ་ཞིག་ལ་ངས་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ། ངོས་འཛིན་ཅམ་མིན་པར་མང་ཚོགས་ཐོག་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ནས་རྒྱན་ཐོག་ལ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་བཤད་དང་མཐའ་ན་མ་བྱང་ནའང་མི་ཆད་གཅིག་གཉིས་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་དགོས་བྱང་ནའང་པ་གི་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་བཤད་ཀྱི་ཡོད། སོང་ཅང་ཐུག་སྟེལ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་ཡིན་ནའང་བོད་མིའི་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ལས་གཞི་གལ་ཆེན་པོའི་རིགས་ལྷག་པར་ཐད་ཀར་མི་མང་དང་ཉིན་རེར་གནད་དོན་འབྲེལ་ཆགས་ཡོད་པའི་ཐོག་ལ་དེ་འབྲ་གནང་གི་ཡོད་ཀྱི་རེད། དེས་པར་དུ་གནང་གི་མ་རེད་ཞུ་ཡི་མེད། ཡིན་ནའང་འཕོད་སྐྱུལ་ཚུལ་དུ་དེ་དག་ག་དུས་ཡིན་ནའང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་དུ་སྤྱོད་དགོས་ཆགས་ཡོད་གི་འདུག དེ་ཞུ་འདོད་གཅིག་བྱུང་། དེ་དང་ཆབས་གཅིག་

བྱས་ནས་སྤོང་བཅོས་ལྟ་སྐྱོད་ལས་གཞི་དེ་མང་ཆོག་ས་ནང་ལ་ཆང་མ་བདེན་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན། འཛིན་སྐྱོད་ཟེར་
 མཁན་དེ་ཁོ་རང་འགོ་སྤངས་གཅིག་དང་གནང་སྤངས་གནང་ལུགས་ཤིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲི་གནང་སྤངས་གནང་ལུགས་དང་
 མ་མཐུན་པའི་ཐོག་ལ་ང་ལ་དེ་དག་རག་མ་སོང་། གཅིག་བྱས་མ་སོང་གཉིས་བྱས་མ་སོང་། ཞེས་པ་དེ་འགྲིག་གི་མི་འདུག ང་
 རང་རང་ཐོག་ནས་ལབ་ཀྱི་ཡོད་དེ། ཡིན་ནའང་མང་ཆོག་ས་ནང་ལ་རིགས་ཁ་གསལ་ག་རེ་ལབ་ཀྱི་འདུག་ལབ་ན། ང་ཆོའི་འགོ་སོང་
 ༤༠༠༠༠ བྱིན་སོང་། མ་གཏོག་རྒྱ་ལ་འདི་འགྲིག་མ་སོང་། དེ་འདྲ་བཤད་པའི་རྗེས་སུ་ ༡༥༠༠༠ ལས་འབབ་ཀྱི་མི་འདུག དེ་
 འདྲ་འཆད་མཁན་ཡང་འདུག དེའི་སྐབས་སུ་ངས་ལན་ག་རེ་ཁྱེ་ཡི་ཡོད་ལབ་ན། སྒྲོར་མོ་ ༣༥༠༠ སྤྲད་ནས་ ༡༠༠༠༠ རག་གི་
 འདུག་ག། དེ་འདྲ་ཡང་ལབ་སྤོང་། གང་ལྟར་མི་མང་ལ་བབ་བདེ་པོ་དང་སྤངས་བདེ་པོ་གཅིག་འགོ་སྤངས་པའི་ཐོག་ལ་བསྐྱར་ཞེས་
 གནང་རྒྱ་ཡོད་ན། ང་ཆོ་རྒྱ་གར་གང་འདྲ་ལ་བྱིན་ནའང་འོག་གི་ཡི་གེ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་བལྟས་མི་འདུག་བ་ཟེར་རྒྱ་མིན་པ་བྱས་ནས།
 ཡི་གེ་ཆེན་པོའི་སྤངས་ལ་བལྟས་ནས་ཆང་མ་གོ་རྟོགས་སྤངས་རྒྱ་བཟོ་སྤངས་ན་དགེ་མཆན་མི་ཡོང་ངམ་སྤྱུ་མའི་ཆབ་ཏུ་ཁྱས་པ་
 ཡིན། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡེམས་དང་ཁྱིམ་ས་ཀྱི་སྤངས་ལ་ངས་ད་ལྟ་གོང་དུ་ཁྱས་པ་ཡིན། ང་རང་ཆོ་ལ་དབག་
 བྱས་གནང་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་ཆང་མ་གནང་གི་འདུག ཆིག་དེ་འཁོས་ལ་དབག་བྱས་ཁྱེ་ཡི་ཡོད། ང་ཆོ་སོ་སོ་རྒྱལ་ཁབ་ཡོད་མཁན་
 ཀྱི་དགོངས་པ་བཞེས་སྤངས་དེ། ང་ཆོ་ཞུ་མོ་ལྷམ་གྱོན་དེ་འདྲ་པོ་ཡོང་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་རེད། འཁོས་ལ་དབག་བྱས་གནང་རྒྱ་དང་
 ལྷག་པར་དུ་ཡང་བྲག་ལས་དེ་དག་ཡིན་ནའང་རེད། མཐུན་པོ་ཞེ་དག་འདུག མཐུན་པོ་བྱེད་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ང་རང་ནས་
 ཆོར་བ་བྱུང་། སྤོང་མ་ཡིན་ནའང་ལས་བྱེད་ཆོ་ཆོར་མེད་ཐོག་ལ་སྤོང་མཁན་ཞིག་ཡིན་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡོད་ཅེས་དེ་འདྲ་འཆད་
 མཁན་ཡང་འདུག ད་ལྟ་དེ་ཆོ་དགོན་པོ་རེད་བཞག བྱས་ཅང་ད་ལྟ་ང་ཆོ་སྤྱི་ཆོག་ས་འཁྲུག་ཆ་དོད་པོ་འདིའི་ནང་ལ་དབྱས་བཀའ་
 སྤོང་ནས་མཐུན་པོ་བྱེད་རྒྱ་དེ་དང་ལས་བྱེད་པ་ལྟ་སྐྱོད་གནང་རྒྱ་དང་རྒྱ་མཆན་འདི་བསྐྲགས་བརྗོད་ཀྱི་རྒྱལ་དུ་རང་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན།
 དེ་མ་གཏོགས་དམིགས་བསལ་གལ་ཁྱེ་རྒྱ་མེད། གཅིག་བྱས་ན་ངས་གོ་རྟོར་ཐེབས་མེད་ན། དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་
 སྤོང་མཆོག་གིས་ད་ལྟ་བྱུང་ཁོངས་པོ་དེ་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཆོག་ས་ཀྱི་དོན་ཆེན་ ༡་༣ ནང་ལ་དེ་བཞིན་ཞིང་གཤེགས་
 མཁས་དབང་ཁོ་རུ་ཆེ་རྒྱལ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་མཆན་ཐོག་ཕྱལ་དེའི་ནང་བཀོད་བཞག བཀའ་ལན་ནང་ལ་ཁོང་གི་འཁྲུངས་
 ཡུལ་དེ་ཆབ་མདོ་རེད། དེ་འདྲ་བརྒྱུད་བྱས་ནས་ཆིག་དེ་བེད་སྤོང་གནང་སོང་། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། དེ་འདྲ་བརྒྱུད་ནས་ཕྱལ་བའི་
 བཟོ་འདྲ་པོའི་ང་ལ་གོ་བ་ཉག་ཉག་རང་འཇགས་མ་སོང་། གཅིག་བྱས་ན་ང་རང་ཡག་པོ་མ་གོ་བ་ཡིན་གྱི་རེད། དེའི་འབྲེལ་
 བཤད་གསལ་པོ་གནང་སྤངས་སྤངས་པོ་མིན་འགོ་ཞེས་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན། སལ་ཆེར་གཅིག་བྱས་ན་ངས་གོ་རྟོར་ཐེབས་ཡིན་འགོ་མང་
 པོ་ཞིག་དེའི་ཐོག་ལ་གསུམ་ལོར་ཐེབས་མེད་པ་འདྲ། ཆོག་ས་མི་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་གསལ་པོ་ཆགས་སྤངས་པོ་འདུག་ཅེས་
 འདི་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནས་གཉིས་པ་དེ་བོད་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་སྒྲོར་དེ་ང་ཆོ་ཉིན་རེར་འབྲེལ་ཆགས་བསྐྲད་པའི་ལས་ཁུངས་གལ་ཆེན་པོ་
 ཞིག་ཆགས་བསྐྲད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེའི་ཐོག་ནས་མི་ཆེ་ཞབས་བྱི་ཁྱས་སྤོང་མཁན་དེ་སྤྱི་ཆོ་ཆོག་ས་དུས་སྐབས་གསུམ་པོའི་
 སྐབས་སུ་བཀའ་མོལ་ལུགས་ཆེན་པོ་བྱུང་སོང་བསམ་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྐྲད་ཡོད་རེད། ཅ་བའི་ང་རང་ཆོ་སྤྱི་ལུགས་དང་
 ནང་ལུགས་སྤོང་པ་ཁག་ཆང་མས་དངོས་གནས་བྱང་གནས་དུང་སྤྱག་འོ་མས་གསོས་པ་དེ་དག་ཆུ་སྤོང་སྤྱང་ལ་རྒྱག་རྒྱུའི་དཔེ་

ལྟར་ཁོ་རང་ཚོས་སློབ་སྦྱོང་བྱས་པ་དེ་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་བཀའ་བློན་དང་། བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་གི་ཀྲིས་ཐབས་བརྒྱ་རྩ་སྟོང་བྱས་པར་བརྟེན་ནས་ཐོན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། དེར་བརྟེན་ནས་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་བྱུག་ལས་གནང་མཁན་དེ་ཚོར་རྩལ་ཐག་གནང་བར་བསྐྱབས་བརྩོན་ཞུ་ཡི་ཡོད། ད་ལྟ་སྤྱན་བཀྲུང་ལོ་ཆུང་ཆུང་དེ་འདྲ་པོའི་ཀྲི་འདུག དེ་ཚོར་བསྐྱབས་བརྩོན་ཞུ་ཞི་ཡོད། དེས་གནས་བྱང་གནས་གང་ཡོང་ཅི་ཡོང་ཞིག་མགོ་དཀར་པོ་ཆགས་ནས་ལས་བསྐྱད་དུས་ཐུགས་ལ་བབ་པོ་ཡོང་གི་འདུག སྐབས་དེར་བཀའ་བསྐྱར་ནང་ལ་ག་རེ་བྱུང་བ་རེད་ཟེར་ན། རང་རང་ཚོ་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ནང་ལ་ཚོགས་མི་མང་ཆེ་བར་ཚོར་བ་ཆེན་པོའི་རང་ནས་སྤྱི་ཁྱེད་སྤྱན་དང་སྤྱི་ལོགས་ Doctor ཞུ་དགོས་རེད་ཅེས་བཤད་པ་ལྟོ་ཆེ་ཞེས་ཀྲི་ཚོགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་བྱས་མེས་ཆེ་བ་དོ་ཤེས་པ་བྱས་ནས་ང་ཚོའི་བོད་མི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་ཤེས་རྟོགས་ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས་སྤྱོད་མ་བཀའ་མོལ་དེ་འདྲ་བྱུང་སོང་། བལ་ཆེར་དེའི་བཟོ་འདྲ་པོ་གཅིག་བྱས་ན་དགོངས་བཞེས་གནང་གི་ཡོད་ཀྱི་མ་རེད། རང་རང་མཁྱོགས་པོ་ཤེས་དགོས་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཅང་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་བསྐྱད་པ་རེད། ཅུ་བའི་དགོངས་བཞེས་གནང་གི་མེད་ཡིན་ཀྱི་རེད། གལ་སྲིད་དགོངས་བཞེས་གནང་མཁན་མེད་པ་ཡིན་ན། གྲོས་ཚོགས་ནང་ཚོར་བ་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་བྱུང་བའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་ཅང་། གཙོ་བོར་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་རྩ་བ་གོང་ལ་བརྟེན་ནས་བཀའ་ལག་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་ངས་པར་དུ་དགོངས་བཞེས་གནང་ལོགས་གནང་དེ་ཞུ་ཞིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་ཚོས་སྦྱོང་དབང་ཐུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ ད་གིན་གོང་དུ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གི་བཀའ་འདི་ལ་ངས་བཀའ་ལན་ཞུས་པ་ཡིན། ཡིན་ཡང་། བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་ངས་ལན་སྤུལ་བ་དེ་མ་འགྲིགས་པའི་རྣམ་པ་དེ་མཇལ་མ་སོང་སྟེ་ངས་ཆོག་དེ་ཏོག་ཙམ་འབྲུགས་ཡོད་ས་རེད། ད་གིན་སྤྱན་ཅིས་ཁང་གི་ཨེམ་ཆི་གཞོན་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་ངས་གསུངས་ཡོད་ས་རེད། བལ་ཆེར་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་དེར་སྤྱོད་མཁན་གྱི་ལས་བྱེད་དང་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་གོ་བ་གསུང་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་ས་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་། ཨེམ་ཆི་གཞོན་པའི་ཆོག་དེ་མར་འཐེན་པའི་ཐོག་ནས་སྤྱན་སྐྱབ་ཁང་གི་ལས་བྱེད་གཞོན་པ་དེ་ཚོ་ཟེར་ནས་དེ་ཡར་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གི་བཀའ་འཁྲོལ་དང་སྐྱབས་ནས་ཡར་སྟོན་པ་ཡོང་བར་གསལ་འདེབས་ཞུ་ཡི་ཡོད།

བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་བཀའ་འདི་དང་པོ་གནང་མཁན་དེ་གཉན་ནད་རེག་དུག་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱོད་འགོག་དང་བརྟག་དབྱེད་ཀྱི་ལས་བསྟོམས་ཀྱི་འགན་ནས་ ༥་༥ དེའི་ནང་ལ་མ་རེད། སྤྱི་ཁྱེད་འཕྲོད་བསྟེན་འགོག་དང་བཅས་ཐབས་དེའི་འགན་

ནས་ ༩་༢ ཀྱན་པན་ཚོགས་པའི་རྒྱལ་གཉེར་ཟེར་བ་ཞིག་དང་། དེ་བཞིན་ ༥་༥ ནང་གཉན་ནད་རེག་དྲུག་བརྟག་དབྱེད་དང་
 རྟོན་འགོག་བརྟག་དབྱེད་ནང་ལ་ཀྱན་པན་ཚོགས་པ་དང་མཉམ་རུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལབ་བ་དེའི་ཐད་སྤྲོགས་གང་སར་རང་ཉིད་
 འགོ་སྐབས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཆབ་སྲིད་དང་མ་འབྲེལ་བ་བྱུག་ལས་གནང་མཁན་གང་མང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་བ་དང་གང་མང་
 འཛོན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་བ་དེ་ག་དུས་ཡིན་ཡང་གསོལ་འདེབས་ཞུ་སྟོན་ཀྱི་ཡོད། དེ་ག་ནང་བཞིན་ཀྱན་པན་ལྟ་བུར་ཆ་མཚོན་ན་དེ་
 སྤྱི་སོ་སོ་དྭ་སར་ལས་ཀ་བྱེད་པའི་རིང་ལ་ཀྱན་པན་ཚོགས་པ་དེ་ཐོག་མར་ངོས་འཛིན་གནང་བཞག་པ་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་རེད།
 དེ་ནས་བརྒྱུད་སྟེ་སྤྱི་སྤྱོད་རྣམས་དང་གཉན་ནད་རེག་དྲུག་གི་ཐོག་ལ་བྱུག་ལས་རབས་དང་རིམ་བཞིག་གནང་བསྐྱད་བ་
 སོ་སོས་མཐོང་བསྐྱད་བ་ཞིག་ཡིན། སྤྱི་སྤྱོད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་འགན་ཁུར་མཁན་ཀྱི་ནང་དུ་འདེམས་ཐོན་བྱུང་ནས་མར་ལས་
 བསྐྱོམས་བསྐྱུས་ཡོང་དུས་ལས་བསྐྱོམས་ནང་དུ་ཐུ་མཐུད་ནས་ལྷན་ཁང་དང་ལས་ཁུངས་མཉམ་རུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱུག་ལས་
 གནང་བསྐྱད་བ་ཞིག་འགོ་བསྐྱད་ཀྱི་འདུག བྱས་ཅང་བྱུག་ལས་གནང་བ་དེ་ངོས་བཞེས་དང་ངོས་ལེན། ད་དུང་དེ་དང་དེ་ལྟ་བུ་སྤྱི་
 ཚོགས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན། སྤྱི་ཚོགས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུར་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་གནས་བབ་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཁུར་བཞེས་མཁན་གང་མང་
 ཞིག་ཡོང་ཨེ་ཐུབ་ལྟ་བུ་དང་། ཡོང་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་བསམ་ཚོར་ནང་དུ་དེ་འདྲ་ཞིག་གནས་བསྐྱད་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་། དེ་སྤྱི་
 ནས་ཡོད་བསྐྱད་བར་ཐུ་མཐུད་ནས་ལས་བསྐྱོམས་ནང་དུ་སྟེབས་བཞིག་ལས་སྟབས་བསྟུན་བྱས་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་མ་རེད། དཔལ་
 ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཚོག་ ཏོག་ཅམ་བཞུགས་རོགས་གནང་།

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

བྱུག་ཚེད་ ༡༡༡༥ བར་དུ་གསོལ་ཇའི་བར་གསེང་ཡིན།

བྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལྷ་ ༩ ཚེས་ ༢༩ ཉིན་གྱི་ཐུན་གཉིས་པ།

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

ལས་རིམ་ཐུ་མཐུད་རྒྱ་ཡིན། ད་ལྟ་ལས་རིམ་འགོ་བཞེན་བ་དེ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྐྱོམས་སྤྱིང་བསྐྱུས་ཐོག་ལ་
 སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་བསྐྱོད་སྤྱོད་དང་གསལ་བཤད་ལན་འདེབས་ཐེབས་བསྐྱད་ཡོད། དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཚོག་ འཕྲོས་
 དེ་ཐུ་མཐུད་ནས་གསུང་རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ལྟ་རམས་བ་ཨ་ཀྲུག་ཆེ་བརྟན་ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་
 གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ལྟ་རམས་བ་ཨ་ཀྲུག་ཆེ་བརྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཚོག་ ངས་དགོངས་ཐེལ་དང་སྤྲུགས་ནས་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་ཞུ་རྒྱུ་ད། ད་གིན་ལུང་འབྲེན་ཞུ་དུས་
 རེ་བཅུན་བྱམས་བ་མགོན་པོའི་མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་ཀྱི་སྐབས་སུ། རྒྱ་དང་ལམ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་། དེའི་ཁ་བཏང་དེར་རྒྱུད་སྤྱོད་
 མའི་སྤྱོད་ཐེས་ཟེར་བའི་ཚིག་དེ་ངས་རྒྱུད་སྤྱོད་མ་ཞེས་བ་དེར་མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་ཞུས་འདུག དེར་དགོངས་ཐེལ་ཞིག་ཞུ་ཚོག་
 པར་གྱིས།

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

སྤྱི་འཐུས་ཆེ་བ་ཕུན་སྦྱིད་ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་ཆེ་བ་ཕུན་སྦྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་ཟེར་བ་དེ་ཆོག་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་གཞིའི་ནང་ལ་ཡོད་པ་
བཞིན་པེབས་དགོས་ཀྱི་འདུག་མ་གཏོགས། འདོད་པ་གང་ཡོད་བཤད་ས་དེ་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་བཤད་ས་བྱས་བ་ཡིན་ན།
ཉག་ཉག་ཅིག་སྟོང་གི་མི་འདུག་ དེར་སྟངས་འཛིན་གནང་རོགས་ཁྱེ་ཡི་ཡོད།

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

དེ་ཁ་སང་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་གི་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་ལ་ཁྱེ་ཡིན་བསམས་སོང་། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་ཅེས་པ་འདི་ཆོགས་
གཙོའི་ཐག་གཅོད་བྱེད་སྟངས་དང་ལས་རིམ་འགོ་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གསུང་བྱུང་དགོས་སྐད་ཀྱི་གལ་ཆེན་པོ་ཞིང་འདྲ་བའོ། ཡིན་
ནའང་ང་རང་ཆོའི་གནས་སྟངས་ཤིག་གི་ཐོག་ནས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་རེད་དམ། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ཨ་ཁྱུག་
ཆེ་བཏྟན་ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ཨ་ཁྱུག་ཆེ་བཏྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་ཁྱེ་པ་དེ་སྤྱིར་བཏང་སྤྱི་གཞིའི་ནང་ལ་གསལ་བ་བཞིན་ཆགས་བསྟང་
ཡོད་བསམ་ཀྱི་འདུག གང་ཡིན་ཁྱེ་ན་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གསུང་མཁན་དེས་ཀྱང་ག་དུས་ཡིན་ནའང་འདི་འདྲ་ཞིག་གསུང་
སྟོང་གི་འདུག འདི་ལྟར་ཡིན་ས་རེད་ཁྱེ་ལྟེ་ཡིན།

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

ལས་རིམ་དངོས་གཞིའི་ཐོག་ལ་པེབས་སྐྱེ་ཡིན། དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་མཆོག་ འཕྲོད་དེ་ཕུ་མཐུད་ནས་གསུང་
རོགས་གནང་།

དཔལ་ལྷན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་སློན་ཆོས་སྦྱོང་དབང་ཕུག་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ལན་དེ་གང་བསྟུས་བྱས་ནས་ཕུལ་ཆོག་པར་གྱིས། དེ་ལྟར་དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་ནས་འབྲམ་ཉི་ཤུ་ཙུ་
ལྷ་ཞིག་མར་གསོལ་རས་བསྟུལ་གནང་མཛད་ཡོད་རེད། དེའི་ཐད་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐད་ནས་རྒྱ་བ་གཉེར་གནང་
ཡོད་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེས་བཀའ་འདྲི་པེབས་པ་རེད། དེའི་སྐོར་ལ་ངར་ཤེས་ཆོར་གང་ཡང་མེད། ཤེས་ཀྱི་མེད་པས་ཁྱེ་ལྟེ་གང་
ཡང་མེད། དེ་བཞིན་དུས་དབང་གི་སྐབས་དེར་རྒྱ་བ་གཉེར་ཁྱེ་མིན་གྱི་སྐོར་ལ་བཀའ་འདྲི་པེབས་པ་རེད། དེའི་སྐབས་དེར་

པལ་ཆེར་ལས་ཁུངས་ནས་རྒྱ་བ་གཉེར་བུལ་མེད་པའི་གནས་སྐྱེད་ས་ཤིག་ཆགས་བསྐྱེད་ཡོད། གང་ཡིན་ཞུས་ན་དེ་དུས་ང་ཚོ་ཆ་
ཆང་ཞིག་དུས་འཁོར་དབང་ཆེན་ལ་བསྐྱེད་ས་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་གནས་སྐྱེད་ས་ཤིག་རེད། བྱས་ཅང་རྒྱ་བ་གཉེར་དེ་འདྲ་གང་ཡང་
ཕུལ་རྒྱ་མ་བྱུང་།

དེ་ནས་གཅིག་པུ་གཅིག་གོགས་ཀྱི་སྒོར་ལ་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་གསུངས་པ་རེད། བཀྱར་འོས་སྤྱི་
འཐུས་ཀྱིས་སྒྲགས་པས་མ་གྱིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱེད་ཏེ་ཆོར་བའི་ཐོག་ནས་ལས་སྒྲོན་པེབས་ཀྱི་ཡོད་རེད། རང་ཉིད་ལ་མཆོན་ནའང་དེ་
ཆོའི་སྒྲུང་ལ་ཡིད་གཟབ་དང་དེ་འདྲའི་གནས་སྐྱེད་ས་ཐོག་གྲུང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དང་གྲུང་འགོ་ཡི་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་སེམས་ནང་ལ་
ཆོར་གྱི་མེད། ཅ་བའི་དེ་འདྲའི་རྒྱ་ཡི་ནང་ལ་མི་རྒྱུད་པར་འབད་བཅོམ་བྱས་ནས་འགོ་སྟོན་མཁན་གྱི་གང་ཟག་ཅིག་ཡིན། དེ་
འདྲའི་གནས་སྐྱེད་ས་དེ་འདྲ་ཡོང་རྒྱ་ཡོད་མ་རེད། དེ་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་གནས་བབ་དང་གནད་དོན། སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་འཕེལ་ཆུབས་ཀྱི་
ཐོག་ལ་ཐུག་ལས་གནང་ནས་འགོ་བསྐྱེད་པ་ཅུ་མ་དང་། དེ་ལས་དོན་ཁག་དེ་ཆོ་འབྲེལ་ཡོད་ཆེན་པས་ཐུག་ལས་གནང་ནས་ཀྱན་
པན་ནས་མར་རྒྱ་བ་གཉེར་ཞུས་པ་དང་སྤྱན་བཅོས་ལ་འགོ་དགོས་མཁན་གྱི་གངས་འཁོར་དང་དེའི་ཐོག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་སྤེ་
ཆོན་གྱིས་དེ་ཆོ་བཅོས་ཐབས་ཁང་ལ་མར་གཏོང་རྒྱ་སོགས་དེ་འདྲའི་རིམ་པའི་ཐོག་ནས་ཐུག་ལས་གནང་བསྐྱེད་པ་ལས་དེ་ལས་
འཕྲོས་པའི་གཞན་པའི་རྒྱ་ཅ་དངོས་ལ་སོགས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་གནད་དོན་གྱི་ཐོག་ལ་གང་ཡང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད།
བྱས་ཅང་དེ་ཆོ་ལས་སྒྲོན་པེབས་པ་བཞེན་མི་ཡོང་བ་དང་། ཡོང་གི་མ་རེད་ཅེས་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་ལས་དོན་འདི་ཅུ་མིན་པར་
ལས་དོན་ཆེ་སྤྱི་རྒྱུ་གསུམ་གང་གི་ཐོག་ནས་གྲུང་འདི་འདྲ་མི་ཡོང་བའི་འབད་བཅོམ་ཞུ་ཡི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནས་བསྐྱེད་འཛིན་ཀྱན་གསལ་གྱི་ཐོག་ནས་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་དེ་ཆོར་དགོངས་བཞེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་
བསམ་ཚུལ་དང་ཁོང་གིས་རེ་འདོད་གནང་བསྐྱེད་པ་དེ་ཆོར་བོད་མིའི་སྤྱི་གཞུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གྲུང་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་
པའི་བཀའ་སློབ་པེབས་པ་རེད། གང་ཐུབ་གང་སློབ་གང་འཆོས་འཆོས་ཞིག་ལ་ང་ཚོས་གོ་མ་བ་བརྒྱབས་ནས་འགོ་རྒྱུའི་འབད་
བཅོམ་ཞུ་ཡི་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནས་སྤྱན་ཅིས་ཁང་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་བཀའ་སློབ་པེབས་པའི་ནང་ལ་ལ་སྐྱབས་མེ་བསྐྱེད་འཛིན་ནུས་དག་རིན་
པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་དཀར་ཅིས་དང་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ཁོང་གིས་བསྐྱེད་ས་བཞེད་དང་བཀའ་སློབ་ཐབས་པེབས་བསྐྱེད་ཡོད་པ་དེ་ཆོ་
འབྲེལ་ཡོད་སྤྱན་ཅིས་ཁང་ལ་བཞུ་འཕྲོད་པར་གནང་བ་དེ་ཆོར་བསྐྱེད་ས་བཞེད་ཞུ་ཡི་ཡོད། རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལ་འདྲ་ཐུགས་མེ་
ཆེ་ཞེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

དེ་བཞེན་ཡན་ལག་སྤྱན་ཁང་ནང་ལ་བོད་དོན་ཁྱབ་བསྐྱེད་ས་བྱེད་རྒྱ་དེ་དེ་སྤྱན་ཅིས་ཁང་གི་ཡན་ལག་ནང་ལ་
གནང་སྟོན་གྱི་ཡོད་རེད། ངས་གྲུང་དེ་འདྲ་སྤྱན་ཁང་རེ་ཟུང་གི་ནང་ནས་མཇུག་སྟོང་ཡོད། ད་ལྟའི་ཆར་དེ་སྤྱན་གནང་གི་ཡོད་མེད་
ཅད་གཅོད་བྱེད་རྒྱ་མ་བྱུང་ཡང་། གནང་གི་ཡོད་ཤིག་ཡིད་ཆེས་བྱེད་གྱི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།

དོན་ཆོན་གཞན་དེ་ཉིག་ཅུ་རིང་པོ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་དོན་དག་དོག་དོག་དེ་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཆོགས་
ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་ཆོན་རིག་རིག་གཞུང་གཅེས་སྤྱོད་གི་སྤྱི་གཞུགས་ཤིག་ཡོད་རེད། UNESCO ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་རེད། དེའི་
ནང་ལ་སྒྲོན་མའི་ལུ་བ་བཞག་གི་རིག་གནས་ཟེར་གྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ Intangible Cultural Heritage དེ་འདྲའི་ཐོག་

ལ་རྒྱ་ནག་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དོན་ནས་རྒྱ་དམར་གྱི་བོད་སྤོང་ཞེས་དེའི་མཆན་ལོག་ནས་སྤོང་མ་དེ་བསྐྱེལ་བྱེད་
 རྒྱའི་འབད་བཅོམ་ཞིག་བྱས་འདུག ད་ལྟའི་ཆར་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་དོན་ནས་གསོ་བ་རིག་པ་རང་གི་མཆན་གནས་ཀྱི་ཐོག་ནས་
 དེ་བསྐྱེལ་བྱེད་རྒྱའི་འབད་བཅོམ་གནད་སྟོན་གྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་དེའི་ཐད་ལ་དེ་སྤྱི་ཡོད་ན་སྤོང་ཅིས་ཁང་དང་དེའི་འབྲེལ་ཡོད་
 ཀྱི་ཐོག་ནས་ UNESCO མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཆོག་གས་ཀྱི་ཆོག་གས་པ་དེ་ལ་ཐད་ཀར་ཕྱག་བྲིས་ཕྱེས་འདུག ཕྱེས་པ་མ་ཟད་དེ་འབྲེལ་
 བྱས་ན་འགྲིག་གི་མེད་པའི་གནས་སྟངས་ཀྱི་སྐྱོར་ཚུར་ལན་ཡང་འབྱོར་འདུག དེ་བཞིན་འདིའི་ཐོག་ལ་གསོ་རིག་ལྷན་ཆོག་གས་ཀྱི་
 དོན་ནས་སྤྱངས་ཤེས་དང་གོ་བསྐྱར་རབ་དང་རིམ་བུ་མང་པོ་ཞིག་གནང་འདུག དེའི་ཐད་ལ་འབྲེལ་ཡོད་མཁས་དབང་ལ་འང་
 ལམ་སྟོན་ཞུས་པའི་གནས་སྟངས་བྱུང་བསྟན་ཡོད། བྱས་ཅང་དེ་འབྲེལ་བྱེད་ཡོང་དུས་ད་ལྟའི་གནས་བབ་ནང་ལ་རྩ་བའི་རིག་ས་
 གཅིག་གིས་ལམ་སྟོན་དུ་དེ་འབྲེལ་དེ་བསྐྱེལ་གནང་ཡོང་དུས་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་གསུམ་བཞི་མཉམ་ཁུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་དེ་བསྐྱེལ་
 བྱུང་བ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཆན་ཞིག་གསུང་བསྟན་ཡོད་རེད། དེའི་ཐོག་ནས་དེ་བསྐྱེལ་གནང་བའི་ཐོག་ནས་མ་འོངས་
 པའི་ལས་འཆར་ཁག་དང་ཞིབ་འཇུག་ཁག་དེ་འབྲེལ་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཆོག་གས་ཀྱི་ཐོག་ནས་མཐུན་འགྱུར་ཡོང་བའི་རེ་
 བཞིག་འཆར་བཞིན་ཡོད། ད་ཡང་འདི་ཐད་ཀར་རྒྱ་ནག་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཅེས་རྒྱ་ནག་གི་མིང་གི་ལོག་ནས་རྒྱ་
 མིའི་བོད་སྤོང་ཞེས་ལབ་ནས་དེ་བསྐྱེལ་བྱས་པ་མ་འགྲིག་པ་རེད་ཅེས་དེ་སྤོང་ཡི་གེ་ཕྱེས་རེད་ཅེས་ངས་ཞུས་པ་བཞིན་དེའི་ཐོག་
 ལ་ད་ཆ་གང་ཡང་བྱུང་མི་འདུག རྒྱ་གར་གྱིས་གསོ་རིག་གི་ཁོངས་སུ་དེ་བསྐྱེལ་བྱས་བཞག་ཡོད་པ་དང་། རྒྱ་ནག་མི་དམངས་
 དང་རྒྱ་གར་མན་ཚུན་བར་ལ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་སྤོང་འཇུག་ས་དང་དགག་བྱ་གནང་རེས་བྱས་ནས་འགོ་བཞེན་ཡོད་པའི་
 གནས་ཚུལ་ཞིག་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་། གསོ་རིག་ལྷན་ཆོག་གས་ཀྱི་དོན་ནས་གནད་དོན་ཁག་ཁ་ཤས་ཤིག་གི་ནང་ལ་རྩ་བའི་བོད་ཀྱི་
 གསོ་བ་རིག་པ་དེ་ཐུན་མིན་གྱི་ཆ་ནས་འཛམ་གླིང་སྤྱི་ཡོངས་ལ་ཁུབ་སྐྱེལ་འགོ་བཞེན་ཡོད་པ་དང་དེ་མི་ཉམ་རྒྱུན་འཛིན་ལ་
 སེམས་འཁྲལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད་ཀྱང་དེའི་ནང་ནས་དཔེ་མཆོན་འགྲེལ་ཤིང་ཞུས་ན། བདུན་ཅི་སྤོང་སྐྱབ་དང་། ཅ་སྤྱོད་གི་
 ལག་ལེན་དང་གསོག་སྐྱབ་ཆེན་པོའི་ལག་ལེན་དེ་ཆོའི་རིག་ས་དེ་སྤོང་མེད་ལུལ་བཞག་གི་རིག་གནས་ནང་ལ་དེ་བསྐྱེལ་བྱེད་
 ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཞེས་དེ་འབྲེལ་གསོ་རིག་ལྷན་ཆོག་གས་ཀྱི་དོན་ནས་དགོངས་པ་ཞིག་བཞེས་བཞིན་ཡོད་རེད། དེའི་ཐད་ལ་གཙོ་བོ་དེ་
 གསོ་རིག་ལྷན་ཆོག་གས་གཅིག་རེད། གཉིས་པ་དེ་བོད་ཀྱི་སྤོང་ཅིས་ཁང་རེད། དེའི་ཐོག་ནས་དགོངས་པ་བཞེས་རྒྱ་དང་དེའི་ཐོག་
 ལ་ལམ་སྟོན་པེབས་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཆགས་འགོ་ཡི་འདུག ད་ལྟའི་ཆར་གནས་སྟངས་དེ་འབྲེལ་ཞིག་ལ་འགོ་བཞེན་འདུག

དེ་ནས་གནད་དོན་འདིའི་ཐོག་ལ་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་འབྲེལ་བཟོ་དེ་མི་དགོས་ཞེས་གསུང་གི་འདུག
 ཡིན་ནའང་དེའི་རྗེས་དེ་ལ་ང་ཆོ་ཡང་ས་གནས་སྤེལ་གོ་བ་ལ་སྤེལ་བས་བསྟན་ཡོད་རེད། དེར་གཅིག་ལྟ་ཡོང་དུས། དཔྱགས་ལེན་
 རྒྱའི་ལྷགས་མདོང་དེ་ད་ཆ་ཡོད་པའི་གནས་སྟངས་རེད་འདུག ང་ཆོ་ལ་ཞུ་མཁན་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་མ་སོང་། ཡིན་ནའང་བཀྱར་
 འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་ནས་ད་ལྟ་བཀའ་གནང་བ་དེ་ང་ཆོས་ལྟ་རྒྱ་ཡིན། གང་ལ་ཞུས་ན་བྱུང་བ་དེ་བྱུང་བ་རེད། མ་འོངས་པར་དེ་
 འབྲེལ་མི་འབྱུང་བར་སྤོང་བྱུང་ལས་སྤོང་གསོ་དང་ལམ་སྟོན་ཞུ་རྒྱ་དང་མ་འོངས་དེ་འབྲེལ་མི་ཡོང་བའི་ཉེན་འགོག་བྱེད་རྒྱ་དེ་སྤྱི་སྐར་
 ཡོངས་ནས་བསམ་སྒྲོལ་བྱེད་ཞེས་ཞུས་འགོ་ཡི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ལམ་སྟོན་རང་ལ་བཅུས་པའི་ཐོག་ནས་གོ་མ་པ་
 རྒྱག་གི་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནས་ཉེ་ཆར་མ་གཏིང་ས་གནས་སྤྱོད་ཁང་ལ་ཁྲག་གི་བརྟག་དབྱུང་གི་ཐོག་ལ་དཀའ་ངལ་ཞིག་འབྱུང་བ་རེད། དེ་ལས་
 གཞི་ག་རེ་ཡིན་མིན་དེ་ཞུས་ཟིན་པ་རེད། ལས་གཞི་དེའི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་ནང་ལ་ས་གནས་ས་ཐོག་གི་འཛོལ་བའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཁང་ནང་ལ་
 ཁྲག་གི་བརྟག་དབྱུང་སྤྱི་ཡོངས་ཆ་ཆང་ཡོད་པའི་ཐོག་ལ་དེའི་ནང་ནས་བརྟག་དབྱུང་བྱེད་དགོས་པའི་གནད་དོན་གསུམ་བཞི་
 ཞིག་མ་ཆང་བའི་གནས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆགས་བསྐྱེད་འདུག དེའི་ཡོད་ཀྱི་གནས་སྤྱོད་ལ་གང་ཡིན་ཞུ་བའི་ཆེན་ཁུ་གཏུག་ལ་ཆེན་ཁུ་བཟུང་ནས་ཞུ་ཡི་
 ཡོད། ཚུར་ཕྱོགས་སྒྲེར་གྱི་ཁྲག་བརྟག་དབྱུང་བྱེད་ས་དེ་ནས་སྒྲེར་རང་གིས་བརྟག་དབྱུང་བྱས་པ་རེད་མི་འདུག་ཀྱང་། ཁྲག་གི་
 མ་དབེ་དེ་སྤངས་པའི་ཐོག་ནས་དེ་སྤྱོད་ཁང་ཆེ་ས་ཞིག་ལ་ཁྲུར་སོང་ནས་དེས་དགོས་ཀྱི་བརྟག་དབྱུང་ཆ་ཆང་བྱས་ཏེ་ཡར་
 བསྐྱམས་ཡོང་བ་ཞིག་རེད་འདུག བྱས་ཅང་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྐབས་དེ་དུས་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་བདེ་ལེགས་སྤྱོད་ཁང་ནས་
 ཆེ་བས་བསྐྱེད་གནང་ནས་ཡར་སྒྲོལ་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་ལས་ཁུངས་ལ་ཐེ་བས་ནས་གནད་དོན་གང་བྱུང་ཆ་ཆང་ཞིབ་ཤར་
 གསུངས་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་མར་ས་གནས་ལ་འགྲོ་དུས་ཡིན་ན་གནས་སྤྱོད་ས་ག་རེ་ཡིན་མིན་ཅ་བའི་མང་ཆོགས་ནང་ལ་ང་ལ་
 འདྲི་མཁན་བྱུང་མ་སོང་ཡང་། ཕྱི་ལོགས་ནས་གནད་དོན་དེ་འདྲ་ཞིག་གསུང་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། དེ་འདྲ་ཞིག་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་
 གོ་ཐོས་བྱུང་སོང་། དེ་གོ་བ་དང་ས་གནས་སྤྱོད་ཁང་ལ་འདྲི་ཅད་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་ལས་ད་ལྟ་ཞུས་པ་བཞིན་རེད། བརྟག་དབྱུང་
 རིགས་བཞི་ཙམ་མེད་པའི་གནས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆགས་འདུག པར་ཕྱོགས་དེ་ནས་བརྟག་དབྱུང་གི་ལོགས་ལ་ཁུར་ནས་བྱས་འདུག
 ངས་ང་ཆོ་ལ་མེད་པ་དེ་ཕྱི་ལོགས་ལ་ཁུར་ནས་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད་དམ་ཞེས་ཞུ་དུས་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་རེད་ཅེས་གསུང་གི་འདུག དེ་
 ཡིན་དུས་མ་འོངས་པར་ལས་གཞི་དེ་ལྟ་བུའི་རིགས་དེ་གཟུང་མཁུག་གི་གྲུང་གསེང་ལ་མ་ལྟོས་པའི་ཐོག་ནས་རྩ་བའི་གོ་སྐོར་
 མཁོའི་ཐོག་ལ་བྱུག་ལས་དེ་སྤྱོད་གནང་ཡོད་རེད་ལ་ད་ལྟ་ཡང་གནང་དགོས་པའི་ཐོག་ནས་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཐེ་བས་
 འདུག ལས་དོན་ག་རེ་རེད་འདུག་དེ་ཆོ་ཆང་མ་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་གོ་མ་བ་རྒྱག་དགོས་པའི་གནས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་
 ས་རེད། དཔེར་ན་ང་ཆོར་ཁྲག་བརྟག་དབྱུང་བྱེད་རྒྱུའི་ཡོ་བྱེད་མ་ཆང་བ་ཡིན་ན་གཞན་ནང་བཞིན་ཕྱི་ལ་བརྟག་དབྱུང་བྱེད་དུ་
 ཁུར་མི་ཐུབ་པ་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཆོའི་ཐོག་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྱོད་ཁང་ཡིན་ནའང་རེད། སྤྱོད་ཁང་གཞན་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་ཆོའི་
 ཐོག་ནས་གནང་དགོས་པའི་གནས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཅེས་དེ་གཅིག་གསལ་བ་འདད་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

དེ་ནས་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་ཞིག་གིས་ནད་རིགས་སྤྱོད་འགོག་གི་ཐད་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་དང་དེ་
 བཞིན་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ལག་གི་ཐོག་ནས་ཁུར་བཞེས་པ་དང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་རང་ནས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆགས་ལེགས་ལེགས་
 ལག་ལེན་བསྐྱར་བ་དེ་ཆོར་བསྐྱེད་སྤྱོད་གནང་སོང་། དེ་གནང་བར་སྤྱོད་སྤྱོད་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་ཡི་ཡོད། ཅ་བའི་ང་ཆོའི་གཏམ་
 དཔེའི་ནང་ནས་གཏམ་དཔེ་གཅིག་ཞུ་ཆོག་པར་གྱིས། བཟང་པོ་ལ་རྩ་ཆང་ཞེས་དུས་ཡུག་པོ་ཡོད་རེད། བྱུག་ལས་གནང་མཁན་
 དེ་ཆོ་ལ་ཆོག་ཁ་ཤས་ཞིག་རེད་ཀྱང་། དེས་ཁོ་རང་ཆོའི་སེམས་ནང་ལ་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནས་པས་བསྐྱེད་གནང་
 སོང་བསམ་པའི་དགའ་ཆོར་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། དེ་ཡང་པན་པའི་གནས་སྤྱོད་ལ་ཞིག་ཡིན་དུས་དེ་རིང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་
 ཁུངས་ཙམ་མ་རེད་ས་གནས་དང་ཡན་ལག་ཆང་མས་ཏུར་ཐག་འབད་ཐག་གནང་བསྐྱེད་པའི་ཐོག་ནས་དེ་རིང་འདིར་བསྐྱེད་སྤྱོད་
 བསྐྱེད་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ལ་ངས་དབྱུང་དང་ཡན་ལག་ཆང་མའི་ཆབ་ཞུས་ནས་བཀའ་འཛིན་ཆེ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་གསོ་རིག་གི་ཐོག་ནས་སྤྲུགས་པའཁུར་ཆེ་ཙམ་བཞེས་དགོས་པེད་ཅེས་བཀའ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པེད། འདུན་པ་
ཡོད་ལ་དེའི་ཐོག་ལ་ཆོར་བ་ཡང་ཡོད། ཡིན་ནའང་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནང་བཞིན་བོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ལ་དེ་ཙམ་གྱིས་ཡག་པོ་
ཞིག་མི་ཤེས་དུས་ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་སྤྱད་རྒྱ་མང་པོ་ཞིག་ལྷག་བསྐྱད་འདུག དེ་ཡིན་དུས་གཉིད་ཟབ་པོ་ཞིང་འགྲོ་མི་ཤེས་པ་
ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་འདུག ཡིན་ནའང་དེ་རིང་ས་གནས་ས་ཐོག་གང་ཞིག་ཏུ་བསྐྱོར་བསྐྱོད་ཕྱིན་ཀྱང་ཆེས་མཐོའི་ནད་རིགས་སྟོན་
འགོག་ཆོགས་རྒྱུ་གིས་ལམ་སྟོན་ཐེབས་པ་ནང་བཞིན་བྱུང་འབྱེལ་ཞེས་པ་དེ་ཕྱི་ལུགས་དང་ནང་གི་རང་རང་ཆོ་བོད་པའི་གསོ་
རིག་འདི་བྱུང་དུ་སྟེལ་བའི་ཐོག་ནས་འགྲོ་དགོས་པེད་ཅེས་ལབ་པ་དེའི་ཐོག་ལ་འཆོགས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པེད་ལ་འཆོགས་རྒྱུར་
བསམ་སྒྲོ་ཡང་གཏོང་བཞིན་ཡོད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་སྟོན་འགྲོའི་ཚུལ་དུ་རང་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་རྒྱུ་དང་ཕྱི་ལུགས་ཀྱི་ཨེམ་ཆི་དེ་ཆོའི་
ཐོག་ནས་ཀྱང་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བསྟེན་གཏུག་བྱེད་དུས། ནད་པ་འདི་ལ་བོད་སྤྱོད་བསྟེན་དུ་བཅུག་ན་ཡག་པོ་ཡོད་པེད་ཅེས་
གསུང་དགོས་པ་དང་དེ་འདྲ་ཞིག་སོ་སོའི་བསམ་བཞེས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་དེ་འདྲའི་ལམ་སྟོན་ཞུ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བྱུང་སོང་། དེ་བཞིན་མ་
འོངས་པར་ཡིན་ནའང་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་ཞིབ་ཀྱི་ཆོགས་འདུ་དེ་འདྲ་བསྟེན་ཀྱི་ཡོད་པེད། དེ་ལ་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་གོ་བསྐྱར་ཞུ་རྒྱུ་
དང་། དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་མཁས་དབང་གདན་འདྲན་ཞུས་ཏེ་བཀའ་སྟོན་རབ་དང་རིམ་པ་ཞུ་རྒྱུའི་བང་བསྐྱོགས་ནས་ཡོད་ཅེས་ཞུ་
རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ལྟ་རྒྱུའི་ནད་གསོ་ཁང་དེའི་ཐད་ལ་བསྐྱགས་བརྗོད་གནང་སོང་། དེར་སྤྲུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཡིན་ནའང་
དུས་ཆོད་ཀྱི་ཆོད་བཀག་དེ་ལྷག་ཙམ་ཞིག་དགོས་པའི་བཀའ་གནང་སོང་། ཡིན་ནའང་ཆོས་རིག་གིས་པར་ནས་རྒྱུར་རྒྱུ་བ་
གཉེར་གནང་ནས་ག་ཆོད་བཞག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མེད་དང་དེ་ཆོ་བཀའ་ཐེབས་ཡོད་དུས། རང་ཆོས་ཀྱང་ལས་ཀ་དེ་ཆོ་བྱས་ནས་
འགོ་བཞིན་ཡོད་པེད། ད་ལྟ་འགའ་ཤས་ཡར་ལ་རྒྱུན་རིང་པོ་བཞུགས་པའི་གནས་སྤངས་ཀྱང་ཆགས་བསྐྱད་འདུག ཡང་ཁ་ཤས་
དུས་ཆོད་བྱུང་བྱུང་བཞུགས་པའི་གནས་སྤངས་པེད་འདུག དེ་ཡིན་དུས་རྒྱུ་བ་གཉེར་ག་ཆོད་རག་པ་དང་དེ་བཞིན་ཨེམ་ཆི་ཡི་
ལམ་སྟོན་གང་ཡོད་མེད་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཞུ་དགོས་པ་དང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་སྤྲུགས་ཐག་གཅོད་དགོས་པེད། ཅ་བའི་ལམ་སྟོན་
ཞིག་མར་གཏན་འཐེབས་ཡོད་པེད། དེ་གཞིར་བབྱུང་འགོ་བཞིན་ཡོད་པེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་
མཐའ་མ་ནས་སྤྱོད་བཅོས་ལྟ་སྟོང་ལས་གཞིའི་ཐོག་ལ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་སྟོར་མང་ཆོགས་ནང་ལ་དུས་ནས་དུས་སུ་ནག་ཐོག་
གཙག་འཁེལ་གྱི་ལམ་སྟོན་གནང་བའི་སྟོར་ཡང་བཀའ་གནང་སོང་། དེ་ཆོར་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་བསྐྱགས་
བརྗོད་དང་བཀའ་འདྲི་ཆེ་ཞེས་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེ་བཞིན་སྤྱོད་བཅོས་ལྟ་སྟོང་གི་ལས་གཞི་དེའི་ནང་ལ་གང་འཁོད་བསྐྱད་པ་དེ་མང་
ཆོགས་ཀྱིས་རྟོགས་སྤྱོད་པ་ཞིག་དང་མང་ཆོགས་ཀྱིས་གོ་སྐབས་ལྟའི་ལམ་སྟོན་གནང་སོང་། རང་གི་ངོས་ནས་
ཀྱང་དེ་ག་རང་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་གི་ཡོད། སྟོན་མ་སྤྱོད་བཅོས་ལྟ་སྟོང་གི་ལས་གཞི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་འགན་ཁུར་བ་
དང་དེའི་རྗེས་ལ་སྤྱོད་བཅོས་ལྟ་སྟོང་ལས་བྱེད་མཉམ་དུ་འཛོམས་པའི་ཐོག་ནས་བཀའ་མོལ་ཞུ་རྒྱུ་བྱུང་། བར་ལ་གནས་ཚུལ་
གསལ་པོ་མེད་ནས་དེའི་རྒྱུ་གིས་གནས་ཚུལ་གཞན་དེ་འདྲ་སྤྲུག་བསྐྱད་པ་དེ་འདྲ་ཅ་བ་ཉིད་ནས་ལག་དེབ་ནང་དང་དེ་ག་ནང་
བཞིན་ལམ་སྟོན་གྱི་ཤོག་བྱ་བཀའ་ཡིག་གི་ནང་ལ་ཅ་བ་ནས་མ་འཁོད་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ག་རེ་ཡིན་ནའང་ཁ་གསལ་པོ་
དགོས་ཀྱི་ཡོད། ག་རེ་རག་གི་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་ཁ་གསལ་པོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ག་རེ་རག་གི་མེད་པ་དེའང་ཁ་གསལ་པོ་དགོས་

ཀྱི་ཡོད། ཅེས་སྒྲིན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་ལས་གཞི་ནས་ཁ་གསལ་ཐག་ཆོད་བཅོས་ཡོད་པའི་ཚུལ་ཡིན། ཡིན་ནའང་ད་དུང་བཀྱར་འོས་
སྟེ་འཕུས་ནས་པའི་ཐོག་ནས་ད་དུང་ཡང་ལས་སྟོན་ཡོད་པ་ཡིན་ན་དེ་འགྲིག་ས་མ་རེད། དེ་འདི་འབྲེལ་ཁ་གསལ་པོ་བཅོ་
དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ལས་སྟོན་གནང་བ་ཡིན་ན་ངས་བསྐྱབས་བརྗོད་དང་དགའ་བསུ་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་དང་ལེན་ཞུ་ཡི་ཡིན།
དེ་ང་རང་ཆོའི་ནང་ལ་འགོད་ཐུབ་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། དེ་བཞིན་རྒྱ་གར་གྱི་ཉན་སྐྱོང་གི་ནང་དུ་ཡོད་བསྐྱད་པ་ཡི་གེ་རྒྱང་རྒྱང་རམ། T
and C apply , terms and conditions apply ཟེར་བ་དེ་འབྲེལ་སྒྲིན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་གི་ཡིག་ཆའི་ནང་ལ་ཅ་བ་ནས་
མེད་ཅེས་བཀྱར་འོས་སྟེ་འཕུས་མཆོག་ལ་སྒྲིན་གསན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་ད་ལྟའི་གནས་བབ་ནང་ལ་སྒྲིན་ཁང་ཁག་གི་ལས་བྱེད་དེ་ཆོ་མཐུན་པོ་ཆགས་འདུག་ཅེས་བཀའ་མེད་པས་སོང་།
དེ་འདྲིན་སྐྱོང་བཀའ་འགན་དང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་རེད། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དྲུང་ཆེད་བྱས་པའི་ལས་བྱེད་སོགས་
ཆང་མས་ཉུར་ཐག་འབད་ཐག་གནང་བསྐྱད་པའི་གནས་བབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་རེད། དེ་བཞིན་ས་གནས་ཁག་གི་བྱ་གཞི་ལས་གནང་
སྟོད་མཁན་ཨེམ་ཆི་རེད། ཨེམ་ཆི་ཡི་མཉམ་དུ་དེ་བཞིན་སྒྲིན་ཁང་གི་འགན་འདྲིན་རེད། འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་སྟེ་ཡོངས་ཀྱིས་
གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་གྱུས་བཅེ་དང་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བསྐྱོན་པའི་ཐོག་ནས་བྱ་གཞི་ལས་གནང་བསྐྱད་པའི་བྱ་བ་འབྲས་ལས་
བྱུབ་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད་ཟེན་ཀྱི་འདུག དེ་དང་མཉམ་དུ་ཁ་སང་བཀྱར་འོས་སྟེ་འཕུས་ཆོ་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་མེད་པས་
པའི་སྐབས་ལ་བཀའ་སློབ་དང་ལས་སྟོན་ཟབ་མོ་གནང་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་གནས་སྟངས་བཟང་པོ་ཆགས་ཡོད་དུས་སྟེ་
ཡོངས་ཀྱི་བྱ་བ་འབྲས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཅེས་དེ་རིང་འདིར་ཞུ་འདོད་བྱུང་། བཀྱར་འོས་སྟེ་འཕུས་ནས་དེ་རིང་ཐུགས་
ཞིབ་བྱུང་བ་དེ་འདིར་གསུངས་བ་དེས་ང་ཆོར་ཡང་ལས་ཀ་བྱེད་པར་ད་དུང་སྒྲོ་སྒྲོབས་འཕེལ་སོང་། དེར་བཀའ་འདྲིན་ཆེ་ཞེས་ཞུ་
རྒྱུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་ཞིང་ག་ཤེགས་དམ་པ་ཁོ་རུ་ཆེ་རྣམ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལ་གཤུ་ཐོག་གཟེངས་རྟགས་དེ་ཆབ་མདོ་སྟེ་འཕུས་
ཀྱིས་ཆོགས་གཙོ་བརྒྱུད་ནས་སྤྱད་པ་རེད་ཅེས་ངས་བཤད་སོང་གསུངས་པ་དེ་དང་། ལས་བསྐྱོམས་ནང་ལ་སྤྱད་པ་རེད་ཀྱང་
འདིར་གསལ་མ་སོང་གསུངས་པ་དེ་གཉིས་པལ་ཆེར་དེའི་ནང་ལ་ངའི་ཆོར་བ་དེ་འཆང་ཀ་བརྒྱབ་ནས་འཇུག་ཡིན་ས་རེད། གང་
ཡིན་ཞུས་ན་གཅིག་སྤྱད་དུས་ཕུལ་ས་དེ་ལ་འབྲུལ་དགོས་པ་ཞིག་ག་དུས་ཡིན་ནའང་ཡིན་དགོས་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ནས་ཞིག་
གནས་སྟངས་བཟང་པོ་ཞིག་གི་འོག་ནས་ཞིང་ག་ཤེགས་དམ་པ་ཁོ་རུ་ཆེ་རྣམ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་ནང་མི་དང་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་
གཉེན་ཉེ་འཁོར་ཞིག་མ་བསྐྱེད་བར་དུ་གཟེངས་རྟགས་དེ་ཆོགས་གཙོ་སྟེ་འཕུས་ཀྱིས་ཆོགས་གཙོ་ལ་བཞག་རྒྱུ་རེད། དེ་འབྲེལ་
ཞིག་མངལ་བའི་སྐལ་བཟང་ཉན་མོ་ཞིག་ཤར་སོང་ན་དེའི་གཟེངས་རྟགས་དེ་དེའི་ནང་མི་དེ་ལ་འབྲུལ་རྒྱུ་རེད། ད་ངས་བརྒྱུད་
ཟེར་ནའང་རེད། སྐྱེ་ཆབ་ཟེར་ནའང་རེད། ངས་ལས་བསྐྱོམས་ཀྱི་ནང་ལ་སྐྱེ་ཆབ་ཅེས་བཀོད་འདུག ཆབ་མདོའི་སྟེ་འཕུས་ཀྱིས་
ཆོགས་གཙོར་ཁོང་གི་སྐྱེ་ཆབ་དུ་གཟེངས་རྟགས་འབྲུལ་བཞེས་གནང་ཡོད། ཅེས་དེ་ལྟར་འཁོད་བསྐྱད་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ད་ལྟ་སྟེ་ཡི་ཐོག་སྒྲིན་པ་བྱི་ཕུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཨེམ་ཆི་ས་འདུ་ཆང་ཆེ་བརྟན་དོན་རེད། དེ་བཞིན་ཨེམ་ཆི་རྟ་མགྱིན་
ལགས་རེད། དེ་ང་ཆོས་རྣམ་པ་གཉིས་ལ་ངོ་ཤེས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ད་ལྟ་བཀྱར་འོས་སྟེ་འཕུས་མཆོག་ནས་གསུངས་པ་རེད། དེའི་ཐད་
ལ་པལ་ཆེར་གྲོས་ཆོགས་སྐབས་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་ཡིན་པ་ཡོད། སྐབས་བཅུ་དྲུག་གི་གྲོས་ཆོགས་ཆོགས་དུས་གཉིས་པའི་

སྐབས་ལ་ཡིན་ས་ཡོད། དེ་དུས་ཀྱང་བཀའ་མོལ་དེ་བྱུང་སོང་། དེ་དུས་ཀྱང་འདིར་ལངས་བཞིན་པ་འདིས་དེ་དང་དེ་བཞིན་ཞོ་
 ཞེས་ལན་ཕུལ་བ་ཡིན། བསམ་སྒྲོའི་ནང་ལ་ད་ལྟ་ཡང་དེ་ག་རང་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གི་ཐོག་
 ནས་ཡིན་ནའང་ང་ཚོ་འཛོམས་བཞུགས་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འཆར་གཞི་འདི་དང་འདི་ཡིན་ཞེས་ངས་ད་ལྟ་ཕུལ་མེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་
 ཡིན། ཡང་ག་རེ་བྱས་ཡོད་པ་དང་ག་རེ་བྱས་མེད་པ་དེ་ཁ་གསལ་པོ་ཞུས་ན་བྲན་གྱི་ཡོད། གང་ཡིན་ཞུས་ན་ང་རང་རྟགས་དང་
 རྟེན་འབྲེལ་ལ་ཅེ་མཁན་གྱི་མི་ཞིག་ཡིན་དུས་ཁོང་ནམ་པ་གཉིས་སྟུག་ཟུགས་ཐང་པོ་དང་ཕྱག་ལས་ཏུར་ཐག་འབད་ཐག་གནང་
 མཁན་གཉིས་ཡིན་ནའང་ད་དུང་ཡང་ལོ་བཅུ་བཅོ་ལྔ་དེ་ལྟར་གནང་གི་རེད་བསམ་པའི་སོ་སོའི་ཆོར་བ་དང་འདྲུ་ཤེས་ཀྱི་ཐོག་
 ནས་བསམ་སྒྲོ་འདི་ཁྱར་བསྐྱད་ཡོད་དུས། རྒྱ་གར་གི་སྒྲོག་བརྟན་འཁྲབ་མཁན་སྟན་འགས་ཅན་དེ་ཆོས་དང་མཚམས་ཞིག་ཟེར་
 གྱི་ཡོད་རེད་ཅེས་དེ་འདྲའི་གོ་བ་བཏང་ནས་བཤད་བསྐྱད་དུས་ཡང་དེ་འདྲའི་གོ་ལོག་རྒྱུ་གི་འགྲོ་ན་བསམ་པའི་ཆོར་བ་ཞིག་
 ཡོད། ཡིན་ནའང་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་གི་ནང་ལ་བཀྱར་འོས་སྟེ་འཕྲས་ཀྱིས་གསུང་སྟོད་པ་ནང་བཞིན་ང་ཚོའི་ཐོག་ནས་ངོ་ཤེས་དང་
 ཁོང་ནམ་པར་བཀའ་འདྲིན་ཟེས་ཟེན་གྱི་བསམ་སྒྲོ་དེ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་ཡོད་པ་དེ་དངོས་གནས་ཡིན། དེའི་ཐོག་ལ་དུས་སྐབས་བཟང་པོ་
 ཞིག་ཏུ་ཏུག་ཅིག་རན་པའི་སྐབས་སུ་ང་ཚོས་བར་རིམ་སྒྲིག་རྒྱུ་ཡིན། འདི་སྒྲིག་རྒྱུའི་སྟོན་ལ་དཔལ་ལྷན་བཀའ་ཤག་ལ་འཆར་
 འབྲལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། སྟན་གསལ་ཡང་ཞུ་ཡི་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་དང་ཆབས་ཅིག་དེ་བ་དེ་མཐའ་མ་ཡིན་དུས་གནས་དོན་གཅིག་གཉིས་ཤིག་བཀྱར་འོས་སྟེ་འཕྲས་ནམ་པར་བརྒྱད་
 ལམ་འདི་བརྒྱད་ནས་སྟན་གསལ་ཞུ་རྒྱུ་ད། ད་ལོའི་ལོ་ནས་ ༢༠༢༠ བར་དུ་རྒྱལ་སྤྱིའི་འཛོམས་བཞུགས་ཆོག་གས་ཀྱི་ངོས་ནས་
 TB ཙེ་དག་ཏོར་རྒྱུའི་འཆར་གཞི་འམ་གསལ་བསྐྱགས་སྟེལ་བཞིན་པ་ཞིག་རེད། དེ་བཞིན་རྒྱ་གར་དབྱུས་གཞུང་གིས་
 ༢༠༢༥ བར་དུ་ TB འདི་ཙེ་ག་ཏོར་ག་ཏོར་རྒྱུའི་གསལ་བསྐྱགས་སྟེལ་བཞིན་པ་རེད། ང་རང་ཚོའི་གནས་ཆང་མངའ་སྡེ་གཞུང་
 གིས་ ༢༠༢༢ དང་ ༢༠༢༣ གྱི་བར་དུ་ TB འདི་ཙེ་ག་ཏོར་ག་ཏོར་རྒྱུའི་གསལ་བསྐྱགས་སྟེལ་ཟེན་པ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་
 རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེའི་ལས་གཞི་དེའི་ཐང་ལ་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། མང་ཆོག་གས་ཀྱི་ནང་ལ་ TB
 ཡི་གོ་རྟགས་དང་ TB ནད་དེ་ཙེ་ག་ཏོར་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་ལག་ཅེད་སྟོ་ལོའི་ལས་རིམ་ཞིག་གོ་སྒྲིག་ཞུས་བཞག་པ་ཆགས་ཡོད་
 པ་རེད། དེ་དེ་སྔ་སྟོགས་བརྒྱད་དུ་བགོས་པའི་ཐོག་ནས་སྟོ་སྟོགས་དང་དབྱུས་ཀྱི་སྟོགས། བྱང་སྟོགས། བྱང་དཀྱིལ་དང་བྱང་
 ཤར་ཁག་གཉིས། དེ་ནས་བལ་ཡུལ་སྟོགས་ནས་བཅས་དེ་ལྟར་བྱས་ནས་སྟོགས་བགོས་པའི་ཐོག་ནས་ས་གནས་ནས་སིལ་
 པོལ་ཅེད་མཁན་གནད་འདེན་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་ཆེས་ ༢༢' ནས་འགོ་འཛུགས་ཞུས་བསྐྱད་པ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ནས། དཔལ་ལྷན་འཛོམས་བཞུགས་བཀའ་སྒྲོན་མཆོག་གང་བསྐྱས་བསྐྱས་ཤིག་གསུང་
 རོགས་གནང་། འཛོམས་བཞུགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དེ་བ་དང་དོགས་འདྲི་ཐེབས་པ་དེ་ལ་གསལ་བཤད་ཞུ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་
 རེད། དེ་ལས་འཛོམས་པའི། **དཔལ་ལྷན་བཀའ་སྒྲོན་མཆོག་ནས།** འཛོམས་བཞུགས་ཟེར་བ་འདི་མེད་པ་ཡིན་ན་ཆར་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད།
དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ནས། ལགས་རེད། གང་བསྐྱས་བསྐྱས་ཤིག་གསུང་རོགས་གནང་། **དཔལ་ལྷན་བཀའ་སྒྲོན་**
མཆོག་ནས། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་འཛོམས་བཞུགས་ལ་སྟོན་ཆོག་གས་འདིས་ཆོར་བ་ག་ཆད་ཡོད་མེད་དེ་དུས་ཆོད་ག་ཆོད་ག་ཆོད་གནང་
 མིན་དེ་ལའང་གང་ལ་གང་འཆམ་ཞིག་མཛོན་པར་གསལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དེ་འདྲའི་རྒྱ་མཆོན་གྱི་ཐོག་ནས་དེ་

རིང་གནད་དོན་ཁག་ཅིག་བཟུང་ནས་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་དེ་རིང་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་ཚོ་གསུམ་འདུ་ཐོལ་འགོ་
དུས་ལག་ཅིང་སློ་ལོའི་ཅིང་འགན་དེ་ཉིན་ཁ་ཤས་འདི་ལྟར་འགོ་ཡི་རེད། དེ་ཡིན་དུས་བར་དེར་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་
friendly invitation ནམ་པ་ཚོ་མགོན་འཛོད་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེ་ལ་སོ་སོའི་ཐོག་ནས་རྒྱ་བ་སྐྱོར་གནང་རོགས་གྱིས་ཞེས་དེ་
གཅིག་ཞུ་ཡི་ཡོད།

དེ་དང་མཉམ་དུ་གོ་སྐབས་འདིའི་ཐོག་ནས་ནད་རིགས་སྟོན་འགོག་ནད་རིགས་སྟོན་འགོག་གི་ནད་ནས་ལུས་སྦྱོང་དང་
དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་འགའ་ཤས་གྱིས་སྐྱོར་དང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་བྲ་ཐག་དང་གཟུགས་མཐོང་བརྟན་འཕྲིན་སོགས་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་
འདྲ་མིན་གྱི་ནད་ལ་དེ་འདྲའི་ལས་གཞི་སྟེལ་སྟོན་མཁན་དེ་འདྲའི་འདུག ང་ལ་དེ་འདྲ་གསུང་མཁན་བྱུང། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཚོ་
ཆང་མ་ལ་སྐྱོར་དང་སྦྱི་ཆང་མ་ལ་དེ་རིང་གོ་སྐབས་འདི་བཟུང་བའི་ཐོག་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་དང་། ད་དུང་ཡང་ལས་
རིམ་འདིའི་རིགས་འདི་ཚོར་སྤར་ལས་ལྷག་སྟེལ་རོགས་གྱིས་ཞེས་འཛོད་སྐུལ་ཞིག་ཞུ་འདོད་བྱུང།

དེ་ནས་དེ་དང་མཉམ་དུ་ཆེས་མཐོའི་ནད་རིགས་སྟོན་འགོག་ཚོགས་ཚུང་གི་ལས་སྟོན་ཕེབས་པ་ལྟར་དང་འཕྲོད་བསྟེན་
ལས་ཁུངས་གྱི་རོས་ནས་ཀྱང་ཞུ་སྐུལ་ཞུས་ཡོད། དེ་ཞུས་པ་བཞིན་ད་ལྟར་ཁོར་ཡོད་ན་ནི་དགོངས་སེལ་ཞུ་ཡི་ཡིན། དཔེར་ན་
VOA ལྟ་བུར་ཆ་བཞག་ན་དེའི་ཟུར་དུ་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་གཞི་མང་པོ་ཞིག་མངལ་རྒྱུ་འདུག དེ་བཞིན་གལ་
ཆེའི་རྒྱུད་འཕྲིན་ཁང་དང་ང་རང་ཚོའི་བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་བརྟན་ཆོན་པའི་ཐོག་ནས་གནང་གནང་བ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་
དེ་དང་དེ་ལྟ་བུ་ཆང་མས་དེའི་ཐོག་ལ་མ་ཐུན་འགྱུར་དང་། རྒྱགས་བརྒྱབ་བསྟན་བ་དེ། རང་བཞིན་གྱིས་བསྐྱགས་འོས་དང་དགའ་
ཚོར་སྤྱོད་འོས་པ་ཞིག་ཆགས་བསྟན་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་དང་ཆབས་ཅིག་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས་འདི་ལ་དགོངས་ཚུལ་
ཕེབས་རྒྱུ་རེད་འདུག་ཀྱང་དུས་ཚོད་མེད་པའི་ཐོག་ནས་དེ་རིང་ངས་འདིར་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གི་བཀའ་འཁྲོལ་དང་
སྤྱགས་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ར། གཟུགས་པོའི་འཕྲོད་བསྟེན་དབྱུད་ཞིབ་བྱས་པའི་སྐབས་ལ་དེའི་ནད་ལ་ H filery test ཟེར་བ་དེའི་
ཞིབ་འཇུག་དེ་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་འགོ་སོང་ཆེན་པོ་རེད་མི་འདུག འགོ་སོང་ཆུང་ཆུང་ཞིག་རེད་འདུག དེ་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་པོ་
བའི་ Cancer པོ་ཁའི་སྐྱོན་ནད་དེ་ནམ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་མེད་གང་ལ་གང་འཆམ་ཞིག་སྟོན་འགོག་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་ར་འཕྲོད་
པའི་གནས་སྤངས་ཞིག་རེད་འདུག དེ་ཚོ་ཡིན་ན་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་ཚོ་བརྒྱུད་ནས་མང་ཚོགས་ལ་དེའི་སྐོར་ལ་གོ་
རྟོགས་ཡོང་བའི་གསོལ་འདེབས་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེ་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གསུམ་མིང་སྐད་ཆ་མཐོ་
དམན་རབ་འབྱེད་དེ་འདྲ་ཁོར་བ་ཡིན་ན་ངས་དགོངས་སེལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་སྤྱགས། གོ་སྐབས་གནང་བ་དེར་བཀའ་འཁྲོལ་བྱ་མེད་དུ་ཆེ་
ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

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

འདི་ཡན་ཆད་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦་་་༢༠༡༧་ ལོའི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྟོམས་སྤྱི་བསྟུས་དང་སྤྱི་འཐུས་
རྒྱན་ལས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦་་་༢༠༡༧་ ལོའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྟོམས་རྒྱས་བར་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་སྟེན་
མོའི་ཐོག་ལ་བཟོ་སྦྱང་དང་གསལ་བཤད་ལན་འདེབས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཟེན་པ་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་ཐོ་འགོད་ལ་ཉོག་ཅམ་འགྱུར་བ་གཏོང་ཆོག་པའི་ཐོག་ནས་ལས་རིམ་གཉིས་ལ། མང་ཆོག་ས་ཅིས་
 ཁའི་ཆོག་ས་ཆུང་སྐབས་ ༩ པའི་ལས་བསྡེམས་དང་སྟུན་ཐོ་སྟུན་སྟོན་ཟེན་པའི་ཐོག་བསྐྱེད་གི་གོ་སྐབས་འབྲལ་རྒྱ་ཡིན། སྤྱི་
 འབྲས་ཆེ་རིང་གཡུ་སྟོན་ལགས་ནས།

སྤྱི་འབྲས་ཆེ་རིང་གཡུ་སྟོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་ས་གཙོ་མཆོག་ མང་ཆོག་ས་ཅིས་ཁའི་ཆོག་ས་ཆུང་གི་རྒྱབ་གཉེར་སྟུན་ཐོ་འགོག་གྲངས་ཨང་ ༣༣ དང་དེ་བཞིན་
 འོག་གྲངས་ ༡༡༠ དེ་ལྟ་བུ་འགའ་ཤས་ཤིག་འདུག དཔལ་ལྷན་སྤེད་སྟོང་དབྱས་པའི་བཀའ་ཤག་ལྷན་རྒྱས་དང་རང་རང་ཆོའི་གྲོས་
 ཆོག་ས་གི་འབྲས་མི་ཡོད་པ་ཆང་མར་སོ་སོའི་སེམས་འཆབ་ཅིག་ཞུས་ན་བསམ་གི་འདུག འདི་ཡི་བཅུ་དགུ་ཇ་ལ། དང་པོའི་
 རང་ལ་དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁུངས་གི་སྤྱིག་གཞི་དང་འབྲེལ་ས་ཆེ་བའི་དབང་ལྷན་འགན་འཛིན་ལ་འོས་འཆམ་གི་ཉེས་ཆད་གཅོད་
 དགོས་པེད་ཅེས་པ་དེ་འདྲ་འགའ་ཤས་ཤིག་སྟུན་ཐོའི་ནང་ནས་མཇུག་བྱང་། འདི་ཉེ་བའི་ཆར་རང་རང་ཆོའི་སྤྱིག་གཞི་ཞིག་གི་ཐོག་
 རས་དམིགས་གསལ་གིས་བསྐོས་གཞག་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པེད། བསྐོས་གཞག་གནང་བ་དེ་ཆོ་དབང་ལྷན་འགན་འཛིན་གི་
 ཞབས་སྟེགས་གི་ཐོག་ནས་བྱག་ལས་གནང་ཡོང་དུས་ཁོ་རང་ཆོ་ལ་དབང་ལྷན་འགན་འཛིན་གི་དབང་ཆ་མེད་བཞག་པ་ཞིག་
 མཐོང་གི་འདུག དབང་ལྷན་འགན་འཛིན་གི་དབང་ཆ་དེ་གཤམ་འོག་ལས་བྱེད་ཅིག་ཡོད་བསྟན་པ་ཞིག་ཡིན་དུས། དེས་དངོས་
 གནས་དབང་ལྷན་འགན་འཛིན་བྱག་ལས་གནང་མཁན་དེ་ཆོ་ལའང་སྐྱེད་ལ་ཞིག་མེད་འགྲོ་བསམ་པ་ཞིག་འདུག ད་ལྟ་འདས་པའི་
 རང་རང་ཆོའི་སྟུན་ཐོའི་ནང་ལ་མཇུག་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་མཐོང་དུས་མ་འོངས་པར་འདིའི་རིགས་འདི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཆགས་ན་དེ་ལ་
 གསལ་ཁ་གཅིག་ཡོད་ན་མེད་ན། བྱག་ལས་གནང་མཁན་དང་འགན་ཁུར་མཁན་གཉིས་ཀ་ལ་སྐྱེད་ལ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག དེ་
 ཡིན་དུས་དེ་ལ་གསལ་ཁ་ཞིག་ཡོད་པེད་དམ། མ་འོངས་པ་ཡང་མང་ཆོག་ས་ཅིས་ཁའི་ཆོག་ས་ཆུང་ནང་ལ་འདི་འདྲའི་གནས་
 ཚུལ་མང་པོ་བྱུང་བ་ཡིན་ན་འདིའི་འགན་དབང་དང་ཉེས་ཆད་གཅོད་དགོས་པའི་ཉེས་ཆད་གནང་སྟངས་དེ་ཆོ་ལའང་
 ཡང་ཅོད་རྟོག་དང་རྟོག་གཞི་ཞིག་ཡོང་རྒྱ་ཡིན་པ་ངས་མཐོང་གི་འདུག གལ་སྤེད་དེ་འདྲ་ཁ་གསལ་པོའི་ཐོག་ནས་བརྟག་དབྱེད་
 གནང་རྒྱ་དང་འགན་འཁུར་དགོས་རྒྱ་དེར་གསལ་ཁ་ཞིག་ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་འདི་རྒྱ་ཡིན། གང་ཡིན་ཞུས་ན་སོ་སོའི་སེམས་
 འཆབ་ཡིན། ངས་བཀའ་འདི་ཞུ་རྒྱ་བྱུང་། བྱག་ལས་གནང་མཁན་གིས་དཀའ་ངལ་འདུག་གསུང་གི་མི་འདུག་ཀྱང་བཀའ་མོལ་
 གནང་སྟངས་ལ་གཞིགས་པ་ཡིན་ན་བདེ་པོ་མེད་པ་ཞིག་ངས་མཇུག་སོང་། མོ་སོ་སོར་འགན་ཞིག་སྤྲད་ཡོད་པེད། འགན་སྤྲད་པ་
 རང་བཞིན་དབང་ཆ་ཞིག་ཡོད་པེད་ཀྱང་དབང་ཆ་དེ་ཉག་ཉག་བེད་སྟོང་གཏོང་རྒྱ་མེད་དུས་དེ་བྱག་ལས་གནང་དུས་སྐྱེད་ལ་ཞིག་
 རེད་བསམ་གི་འདུག འདི་ལྟ་བུའི་ཞབས་སྟེགས་བཙོ་བརྒྱད་ཅམ་ཡོད་དུས། འདི་ཆོ་ཆང་མའི་གནས་སྟངས་ག་འདྲ་ཆགས་གི་
 རེད། སྐྱེད་ལ་འབྲད་གི་ཡོད་ན་མེད་ན། དེ་ལ་ཁ་གསལ་པོའི་ཐོག་ནས་ལམ་སྟོན་ཡོད་དམ། མ་འོངས་པར་འདིའི་རིགས་ལ་རྟོག་
 བྱེད་བྱུང་བ་ཡིན་ན་སྤྱི་འགན་ཁུར་གི་རེད། སྤྱི་ལ་ཉེས་པ་ཁེལ་གི་རེད་དེ་ཆོ་གསལ་པོ་ཞིག་དགོས་པེད་བསམ་གི་འདུག ཡང་
 ར་ཆོའི་ཁྲིམས་དང་སྤྱིག་གཞི་འདིར་ག་རེ་ཡིན་ནའང་དཀའ་ངལ་ཞིག་མ་འབྲད་པར་མེད་པ་ཡིན་ན། མི་གང་ཟག་རེ་ལ་སྤྱག་ཡོང་
 དུས་དེར་སྤྱིག་གཞི་བཙད་དུས་ཡང་ར་ཆོས་བཤད་པ་ཡིན་ན་གང་ཟག་དེ་ལ་ཐོག་མཁན་འདྲ་ཞིག་དང་གཅིག་ལ་དམིགས་གི་

ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་ན་ཉག་ཉག་མ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག། ཁྱིམ་སྤངས་སྤངས་ཀྱི་ཞེ་བ་འདྲ་བུ་མི་སྲུ་གང་ལའང་མ་བཟུས་
 བར་དངོས་ཡོད་ཀྱི་གནས་སྤངས་ལ་བཟུས་ནས་བཅད་དགོས་ཡོད་ཀྱིས། དེ་ཆོ་དགའ་ངལ་མ་འཕྲད་སྟོན་ནས་གསལ་ཁ་ཞིག་
 དགོས་རེད་བསམ་པ་ཞིག་ཆོར་གྱི་འདུག། དེ་ཡིན་ཀྱང་དེ་ལའང་དགོངས་བཞེས་ཆེན་པོ་ཞིག་གནང་ནས་གསལ་ཁ་ཞིག་དགོས་
 ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན། དེ་ཡོད་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེས་དང་པོ་བཀའ་འདི་འདི་ཞིག་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན། གལ་ཏེ་དངོས་གནས་འདི་
 ཆོར་གསལ་ཁ་མེད་པ་ཡིན་ན་དེ་ལ་དགོངས་བཞེས་གནང་དགོས་རྒྱ་ཞིག་རེད་འདུག་ཅེས་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན། ལུགས་རྗེ་ཆེ།

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

དཔལ་ལྷན་ཆོས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་ཆོས་རིག་བཀའ་སློན་གཞུང་གི་ལེགས་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ དེ་རིང་མང་ཆོགས་ཅིས་ཁྱའི་ཆོགས་ཚུངས་སྐབས་སུ་གོ་སྐབས་འདི་མ་ཁྱས་རང་ཁྱེ་རྒྱ་སོང་།
 འདི་པལ་ཆར་སྤྱི་འཐུས་གོས་ཆོགས་རང་ལ་མ་གཏོགས་ཁྱེ་ས་མེད་པ་ལྟ་བུའི་གནས་སྤངས་ཤིག་ཆགས་བསྟན་འདུག། ངས་
 དཔེ་མཆོན་ལྟ་བུ་ཁྱེ་ལོང་བ་འདི་ད་ལྟ་འདིའི་ནང་ལ་བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་དེའི་ནང་དང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་ ༤ རྩ་ ༡ དེ་
 ཡིན། རོགས་དངུལ་གྱི་བརྒྱ་ཆ་གཅིག་འབྲུལ་དགོས་རྒྱ་སྟོན་མ་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཆོགས་རང་གིས་གོས་ཆོད་
 དགོངས་དོན་བྱས་ཏེ་དེ་ལྟར་ཆགས་བསྟན་ཡོད་རེད། བྱད་ཅང་དེའི་ཐོག་ལ་བརྒྱད་རིམ་གྱི་གནས་སྤངས་ག་རེ་ཆགས་བསྟན་
 འདུག་ཅེན་དཔེར་ན་འདིའི་ཐོག་ལ་གོས་ཆོད་དེ་ད་ལྟ་གཞུང་ལ་འདོན་གནང་རྒྱ་རེད། དེའི་ནང་ལོགས་ལ་འདི་ནས་མར་འཛིན་
 རྒྱུ་དང་བཀའ་འགའ་ལ་བཀའ་གནང་། བཀའ་འགའ་གིས་ཁྱེ་ས་སོ་སོར་པར་བྱས། ཁྱེ་ས་སོ་སོས་གསལ་བ་འདྲ་དང་ལན་འདེབས་
 བྱས་ཏེ་ཡང་ཡར་བཀའ་འགའ་ལ་འབྱོར། བཀའ་འགའ་གིས་ཡང་སྤྱི་འཐུས་རྒྱན་ལས་ལ་ལུལ། དེ་ནས་སྤྱི་འཐུས་རྒྱན་ལས་ནས་
 བས་བཟོ་བཅོས་མི་གཏོང་ག་མེད་དེ་ཆོ་ད་ལྟའི་བར་དུ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱན་ལས་ནས་བས་གོས་ཆོགས་སུ་བསྐྱམས་པ་དེ་འདྲ་བྱུང་
 ཡོད་མེད་ངས་ཁྱོད་ནས་བློ་ལམ་དུ་མི་འདུག། ཁྱེ་ཆོད་ཀྱང་ཐེག་གི་མི་འདུག། དེ་གང་ལྟར་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་མི་འདུག། དེ་འདྲ་
 ཡིན་ཀྱང་ད་ལྟ་བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་དང་འབྲེལ་བའི་བརྒྱ་ཆ་གཅིག་གི་ཅིས་ཞིབ་དེར་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། ཁོ་རང་ཆོའི་
 རོགས་དངུལ་དེ་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་རོགས་དངུལ་ཆགས་བསྟན་འདུག། ཁ་སང་འགན་འཛིན་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་ནང་ལའང་བཀའ་
 མོལ་ཞིབ་ཐ་བྱུང་ནས་ངས་ཀྱང་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་ཞིག་མ་ལེན་རང་ལེན་ལུགས་སོང་།

རྒྱ་གར་གཞུང་གི་རོགས་དངུལ་ཆ་རྒྱུན་དེ་ཁོ་རང་གི་ནང་ལ་སྒྲོར་གཅིག་ཀྱང་དོན་དག་གཞན་གྱི་ཐོག་ཏུ་ཕྱིན་ན་
 འགྲིག་གི་མེད་ཅེས་གསལ་པོ་ཞེ་བྲག་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དེའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་ཁྱེ་ས་གཞན་གྱི་མ་དངུལ་གཞན་དེ་ཆོ་ནས་སྤྱིག་
 འཛུགས་འགའ་གས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ལུགས་ཁྱེ་ས་ཁྱོད་ནས་མེད་དེ་མ་དངུལ་གཞན་དག་ནས་ལུགས་བ་དེ་འདྲ་
 བྱས་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་ལུགས་ལྷན་ནས་བརྒྱད་རིམ་དེ་འདིར་ལུགས་ཡོད་ཀྱང་། ད་ལྟ་གོ་རྒྱ་ཆོར་རྒྱ་མེད་པ་དང་ཉག་པར་དུ་ངས་
 པར་དུ་སྤྱོད་དགོས་རེད། ངས་པར་དུ་སྤྱོད་དགོས་རེད་ཅེས་ཐེབས་སྟོད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་དེ་འདྲའི་གནས་སྤངས་ཤིག་ཆགས་

བསྐྱད་འདུག དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཁྲབ་ཁོངས་སྡེ་ཆོན་དེ་ཆོའི་འགན་འཛིན་སྟོན་ཆོག་པ་ཁ་གསུང་གི་ནང་ལ་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་སྐྱེ་ཆ་བེ་དེ་འབྲུལ་ཡོད་རེད། དེ་ཆོའི་མདུན་ལ་དེ་འབྲེལ་རྒྱ་གར་དུ་ལ་ཐོག་ལ་བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་གསུང་གིས་ཁྲལ་གྱི་བཟོ་འབྲེལ་ཞིག་ལྷན་པ་བྱས་ནས་ལོན་གྱི་ཡོད་པའི་བཟོ་འབྲེལ་ཞིག་བྱས་ནས་པལ་ཆེར་དེ་མཆོམས་མཆོམས་དོན་དག་མེད་པར་གོ་ནོར་དང་མཆོན་གསུང་ཡོང་བའི་གོ་སྐབས་ཤིག་ཀྱང་མཐོང་གི་འདུག ངས་མཐའ་མ་དེར་ཁྱེད་ཀྱི་དེ། དེ་དག་གི་ནང་ནས་ཆང་མ་རྒྱག་པ་ལེབ་རྒྱང་འབྲེལ་མིན་པར་སོ་སོ་དབྱེ་བ་བྱས་ཏེ་ཕུལ་བྱུང་ཐབས་ཁྱོད་ནས་མེད་མཁན་དང་། ཅ་བའི་ཆ་ནས་ཕུལ་འདོད་ཀྱང་མེད་མཁན། དེ་ཆོའི་རིགས་ལ་ག་རེ་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་དགོངས་བཞེས་ཤིག་གནང་ཐབས་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་མེད་འགྲོ། གཞན་མ་གཏོགས་ཏྲག་པར་འཐོན་སྡོད་ཀྱི་འདུག མ་འོངས་པར་མང་ཆོག་ཅིས་ཁྱའི་ཆོག་ཅིང་སྐབས་ག་ཆོད་བྱིན་ཀྱང་འདིའི་རིགས་འདི་ཡང་ཡང་དུ་ཉན་ཉན་འཐོན་སྡོད་རྒྱ་རེད་འདུག གློ་བ་རྒྱག་སྐྱེས་དེ་དག་གི་ཞུས་པ་བཞིན་གློ་བ་རྒྱག་སྡོད་ཀྱི་འདུག གྲོས་ཆོག་ས་རང་གི་ཐོག་ལ་སྤེལ་རྒྱུའི་ལམ་ཞིག་ཡོད་ཡོད་རེད་ཀྱང་། ད་ལྟའི་བར་དུ་དེ་སྤེལ་མ་བྱུང་བའི་བཟོ་ལྷན་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་འདུག དེར་དགོངས་བཞེས་ཤིག་གནང་རོགས་གནང་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། བྱུགས་ཐེ་ཆེ།

ཆོག་པ་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

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

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

དཔལ་ལྷན་ཆོག་པ་གཙོ་མཆོག་ ང་ལ་དོན་ཆོན་གཉིས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད། གཅིག་དེ་མང་ཆོག་ཅིས་ཁྱའི་ཆོག་ཅིང་གི་སྟོན་ཐོ་འདི་ལྟར་སྤེལ་བར་བྱས་པ་ལ་ཅིས་ཞིབ་ལས་ཁྲུངས་ཀྱིས་ལས་དོན་བྱས་པའི་བྱུང་འབྲས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་རེད། སྟོན་མ་ནས་ཞུས་ཡོད། ང་ཆོས་འདས་པའི་ལོ་དུག་བདུན་གྱི་ནང་ལ་སྟོན་ཐོ་འདི་ཆོར་བལྟས་པ་ཡིན་ན་ཡོང་བསྐྱད་སྟོད་བསྐྱད་ཀྱི་བཟོ་འབྲེལ་ཞིག་དང་ཡིག་ཆ་གཅིག་གཉིས་ཤིག་འབྲིག་མི་འབྲིག་གི་གནས་སྐྱེས་འགའ་ཤས་ཤིག་མ་གཏོགས་བལ་ཡུལ་དེ་ཤེད་ནས་གཅིག་གིས་ཐོས་སོང་རེད་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་རེ་གཉིས་ཤིག་ལས་ང་ཆོ་ལ་ཞེ་དྲག་མེད་པའི་བཟོ་འབྲེལ་ཞིག་འདུག་ལ་གཙང་མ་གང་ལ་གང་འཆོམ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་རེད། ཡིན་ན་འང་ངས་དོན་དག་གཙོ་བོ་ག་རེ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེ་ན་སྟོན་མ་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དབྱེད་མཆོག་གིས་ཀྱང་གསུངས་པ་རེད། ང་ཆོ་སྟོན་ཅིས་ཆོད་དཔག་འཆར་ཅིས་ཆོག་ཅིང་གི་ཆོག་པ་གཙོ་བྱེད་དུས་ཅིས་ཞིབ་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་འབྲིམ་འབྲུལ་བྱུང་ཐོགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ན་ཞིང་དགོས་ཟེར་གྱི་འདུག ད་ལོ་འགྲོ་མི་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དོན་དག་གཙོ་བོ་དེ་དུང་ཡང་ཅིས་ཞིབ་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་ཀྱིས་འདང་གི་མེད་པ་དེ་གསལ་པོ་རེད་འདུག དེ་ཅིས་ཞིབ་དང་བཀའ་ཤིག་གཉིས་ཀས་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་རེད། ཡིན་ན་འང་གང་ཞིག་ནས་འབྲིག་མེད་པ་ཡིན་མི་ཤེས་བཀའ་ཤིག་གིས་གསུངས་ན་ནི་འཆར་འབྲུལ་གང་བྱས་པ་དེ་ཡོད་གསུང་མདོག་ཁག་པོ་རེད། དཔེར་ཆ་བཞག་ན་ཉེ་ཆར་སྤེལ་གོ་བ་བདེ་སྤྱི་དུས་གསོ་ལ་མཉམ་འབྲེལ་ཅིས་ཞིབ་གནང་བསྐྱད་འདུག ཅིས་ཞིབ་པ་གཉིས་འདུག ཅིས་ལོ་གཉིས་ཀྱི་ཅིས་ཞིབ་གནང་གི་ཡོད་གསུང་གི་འདུག གཞོན་ཅམ་འགོར་གྱི་རེད་ཅེས་ཞུས་པ་ཡིན། རྒྱ་བ་དུག་འགོར་གྱི་རེད་གསུངས་སོང་། རྒྱ་བ་དུག་རེད་ད། ལོ་

ཕྱིད་ཀ་ དེ་ལྟར་འགོར་འགོ་ཡི་ཡོད་དུས་སྟོ་སྟོགས་ཅིས་ཞིབ་ཡན་ལག་ལ་མི་ག་ཚོད་ཡོད་རེད། དེའི་ནང་ནས་ག་ཚོད་འགོ་ཡི་
 ཡོད་རེད། དེའི་ནང་ནས་ག་ཚོད་འགོ་ཡི་ཡོད་རེད་ལྟ་དུས་དཀའ་ངལ་ཞིག་ཉན་ཉན་རེད་འདུག དེའི་ཐོག་ལ་ད་དུང་ཡང་གཙོ་བོ་
 དེ་ཅིས་ཞིབ་ལས་ཁྱེད་ཀྱི་མ་མཐུན་གཞི་མ་ཕུལ་ན་བཀའ་ཤག་ནས་ཀྱང་གནང་མཛོག་ཁ་པོ་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཅིས་ཞིབ་
 ལས་ཁྱེད་ཀྱི་ཀྱང་དངོས་གནས་དོ་སྣང་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་དེ་གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་།

གཉིས་པ་དེ་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ད་ལྟ་དཔལ་ལྷན་ཚོས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་གིས་སྤྱགས་སྦྲང་ཆེན་པོའི་
 ཐོག་ནས་ད་དངོས་གནས་ཚོས་རིག་བཀའ་སློན་གྱིས་དཔེ་མཛོད་ལ་སྤྱགས་སྦྲང་ཆེན་པོ་ཞིག་གནང་ནས་དེ་རིང་གསུངས་པ་དེ་
 གལ་ཆེན་པོ་ཞེས་པ་མཐོང་སོང་། ང་རང་ལ་རྒྱས་ཡོད་ཅང་། ད་ལྟའི་བར་དུ་མང་ཆོགས་ཅིས་ཁྱེད་ཚོ་གསུངས་པ་གསུམ་པ་
 ནས་བཟུང་སྟེ་ཞུས་པ་རེད་ལ་ལམ་ཁ་ཡང་མང་པོ་བསྟན་པ་རེད། ད་དཔལ་ལྷན་ཚོས་རིག་བཀའ་སློན་མཆོག་གིས་གསུངས་
 ཚར་བ་ཡིན་དུས་ཁོང་ནས་པས་རྒྱ་གར་སྤྱི་དཔྱིན་གྱིས་ས་ཡིག་བརྒྱབ་བཞག་པ་རེད་ཅེས་པ་དེ་འདྲ་ང་ཚོར་བསྟན་པ་རེད། ང་
 ཚོས་དོན་དག་དོག་དོག་མཐུང་མ་དེར་ད་ལྟའི་བར་དུ་ག་རེ་བྲིས་ཡོད་རེད་ཅེ་ན་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆག་ཡང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན་དེ་དགོས་
 པའི་རྒྱ་མཆོན་དང་བཅས་ཉེ་གྲོས་ཚོད་ཀྱི་ལམ་ནས་བཀའ་ཤག་བརྒྱད་ནས་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་གྲོས་ཚོད་ཅིག་གི་ལམ་ནས་
 ཁྱེད་ཀྱི་ཀྱང་དངོས་ཆོས་ཆག་ཡང་བྱེད་ཆོག་གི་རེད། དེར་ལམ་ཁ་ཞིག་འདུག་ཅེས་ཞུས་པ་རེད། ད་ལྟ་སྤྱབ་སྦྲང་བ་ལ་སླེབ་
 དུས་ཡང་འབྲལ་དགོས་ཞེས་པ་དེའི་སྦྲང་ལ་ཚུར་སླེབ་འདུག དེ་ཡིན་དུས་དོན་དག་དེ་ངས་ལམ་ཁ་དེ་རང་མཐོང་གི་ཡོད། ཉེ་
 ཆར་རྒྱ་སའི་མཉམ་འབྲེལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཀྱང་དེ་འདྲ་བྱུང་ཡོད་རེད། དོན་དག་ཅིག་དེ་ང་ཚོས་ད་བརྒྱ་ཆ་གཅིག་དེ་
 མེད་པར་བྱས་ཆར་བ་རེད། དེ་བྱས་ནས་ལོ་གསུམ་ཙམ་བྱིན་ཆར་རེད། ད་དུང་ཡང་ལྷག་མ་དེ་ལྷག་བསྐྱད་ཡོད་རེད། ལྷག་
 བསྐྱད་པ་དེ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་པར་ཁག་དཀྱིས། གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ཚུར་ཁག་དཀྱིས་བསྐྱད་པ་མིན་པ་དོན་དག་དེ་ག་
 རང་དེ་རིང་འདི་ནས་གཙང་མ་དེ་བཅོས་ཡིན་དེ་ཞེས་པ་ཞིག་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་རྗེས་མའི་གྲོས་ཚོགས་
 ནང་ལ་འདིའི་རིགས་སུ་སྐྱུར་བ་ག་ཚོད་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་འདྲིན་སྐྱོང་བཀའ་སློན་ནས་པ་ཆར་མ་མགོ་ནས་བར་དུ་འདིར་
 བཞུགས་བསྐྱད་ཡོད་རེད། དེ་དག་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་སྟངས་གཅིག་པ་གཅིག་རྒྱང་ག་ཚོད་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་། དེ་ཚོར་གྲོས་
 ཚོད་ཅིག་བསྐྱམས་ཡོང་ནས་གཙང་མ་བཅོས་བཞག་ན་འགྲིག་གི་རེད་འདུག ཁོ་སོ་སོའི་ཤེས་ཚོད་དེ་ཞུས་བཞག་ན་པན་ཐོགས་
 ཀྱི་རེད་ཐོན་ནས་ཞུས་ཡིན། སྤྱགས་རྗེ་ཆེ།

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

དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་ཀླུ་ཡེ་ཤེས་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ མང་ཆོགས་ཅིས་ཁྱེད་ཚོ་གསུངས་པ་གསུམ་པ་ ༡ པའི་སྟན་ཐོ་ལས་ཁྱེད་ཀྱི་མ་མཐུན་གཞི་མ་ཕུལ་ན་བཀའ་ཤག་ནས་ཀྱང་གནང་མཛོག་ཁ་པོ་མ་རེད།
 ༡༩༩ ལ་ཞིབ་འདུག་ཞུས་པའི་བྱུང་དོན་སྟན་ཐོ་ཤོག་གངས་ཉིས་བརྒྱ་མན་ཙམ་ཞིག་དེ་རིང་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་ཕུལ་བ་རེད།

དེ་ལ་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་གཉིས་པོ་དབུས་པའི་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས། ལྷག་པར་དུ་མང་ཚོགས་ཅིས་ཁྲིའི་ཚོགས་ཚུངས་སྐབས་
 ༤ པའི་ཚོགས་གཙོ་དང་ཆང་མར་བསྐྱུགས་བཞིན་དང་སྤྱི་ལས་བསྐྱོན་པ་དེ་ལ་སྤྱིར་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཞུས་པ་དང་
 སྤྱུགས་ནས། ད་ལྟ་བོར་དུ་དོགས་འདྲི་འགའ་ཤམ་ཤིག་མ་ཐེབས་པའི་སྤྱི་ལ་ངས་སྤྱན་གསན་ཏོག་ཅམ་ཞིག་ཞུས་ན་བསམས་
 སོང་། ད་འདི་ངས་དང་པོ་མི་ཞུ་བསམས་ནས་ཚོགས་གཙོར་སྤྱན་བསྐྱར་ཞུས་ཡིན། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་ལངས་པའི་ཞོར་ལ་ཞུས་
 བ། རྣམ་པ་ཚོའི་སྤྱན་ཐོའི་ཤོག་གངས་གཉིས་པ་དེའི་ནང་ལ་སྤྱེ་ཆོན་ཀ་པ་དེ་སྤྱི་ནད་སོགས་གངས་ ༡༩༠༩ ཡོད་རེད། དེ་ནས་
 མར་མང་ཅིས་སྐབས་བདུན་པ་ནས་འགྲིག་པ་དེ་མར་འཐེན་པ་ཡིན་བ། ༩༩༥ མར་འཐེན་པ་ཡིན་ན་ ༡༩༥༩ ལྷག་གི་འདུག
 དེ་ནས་ཐོས་ཚོགས་ཀྱིས་འགྲིག་པ་གསུངས་པ་དེ། རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་བཀའ་ཤག་ལ་བདའ་འདེད་གནང་། བཀའ་ཤག་གིས་རྒྱུན་
 ལས་ལ་ལན་ཕུལ་ནས་དེ་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་འགྲིག་པར་བཏང་། དེ་ནས་ཐོས་ཚོགས་ལ་སྐྱེབ་པ་དེ་འགྲིག་པ་དེ་ ༡༩༦༠ རེད། དེ་
 མར་འཐེན་པ་ཡིན་ན་ ༡༩༩༤ ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་ནས་མང་ཅིས་སྐབས་ ༤ པ་རང་གིས་ཅིས་གཉེར་ལན་འདེབས་འགྲིག་པ་དེ་
 ༩༩༩ དེ་མར་འཐེན་པ་ཡིན་ན་ ༡༩༩༥ ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་ནས་དོགས་འདྲི་བཏང་ནས་དོགས་འདྲི་ལན་འགྲིག་པ་དེ་མར་
 འཐེན་པ་ཡིན་ན་ ༢༠༠༩ རྩོན་ ༥༩༡ ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཅིས་འདིར་བལྟས་ན་རྣམ་པ་ཚོས་ ༥༩༠ གིས་འདུག
 དེ་གཅིག་ཡིན།

ད་ཡང་མཐུག་སྐྱོང་དགོས་པ་ ༡༩༩ ར་པ་ཆང་མ་བཏང་ཡོད་དུས་བསྐྱོམས་དེ་ཉག་ཉག་བསྐྱད་འདུག དེ་གང་དུ་
 འཇུགས་པ་ཡིན་ནའང་གཅིག་ནས་འཇུག་བསྐྱད་འདུག མང་ཅིས་སྐབས་བདུན་པས་འགྲིག་པ་འཇུག་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཐོས་
 ཚོགས་འགྲིག་པ་འཇུག་ཡིན་ནའང་འདྲ། གཅིག་འཇུག་བསྐྱད་འདུག མཐའ་མ་མཐུག་སྐྱོང་དགོས་རྒྱུ་དེ་ ༥༩༠ རེད་འདུག་ཅེས་
 དེ་ངས་གསལ་འདེབས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་ང་ཚོའི་དམིགས་བསལ་བསྐྱོ་གཞག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་བཀའ་ཞིག་གནང་བ་རེད། བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་
 བདེན་པ་རེད། དམིགས་བསལ་བསྐྱོ་གཞག་དེ་ཐོས་ཚོགས་ནས་བཏང་པ་རེད། དེ་དུང་ང་ཚོའི་རེ་བ་ལ་དམིགས་བསལ་བསྐྱོ་
 གཞག་གི་ས་མིག་ ༡༩ དམ་བརྒྱ་ཆ་གསུམ་ཞུས་པའི་སྐབས་སུ་དེར་དབང་ལྷན་འགན་འཛིན་སོགས་ཆང་མ་རྩུབ་པར་བྱས་རེད་
 གུང་མཐའ་མ་དེར་ཐོས་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ལ་བཀའ་མོལ་བྱུང་དུས་ང་ཚོས་དབང་ལྷན་འགན་འཛིན་མར་འཐེན་དུས་དཀའ་ངལ་དེ་
 ཆགས་པ་རེད། བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་བདེན་པ་རེད། འོན་ཀྱང་དེ་ལ་ད་ལྟའི་བཀའ་ཤག་གིས་ཞུ་རྒྱུ་ད། དམིགས་བསལ་བསྐྱོ་གཞག་ཡོད་
 པའི་ལས་བྱེད་དེ་དག་ལས་ཀའི་དབང་ལྷན་འགན་འཛིན་དེ་དོ་བདག་རང་ཉིད་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། ཅིས་ཀྱི་སྐོར་དེ་དབང་
 ལྷན་འགན་འཛིན་བསྐྱོ་གཞག་བྱས་པ་དེས་འགན་ཁུར་དགོས་ཀྱི་རེད། དེ་རིང་དེ་གསལ་པོ་བྱས་ནས་ཞུས་ཡིན། དབང་ལྷན་
 འགན་འཛིན་གྱིས་མཆོན་ཏེ་གསུངས་བསྐྱོན་པ་དེ་ཅིས་དང་འབྲེལ་བའི་འགན་དེ་ཁོས་འཁུར་དགོས་རེད། ལས་ཀ་དེ་ཁོ་རང་འབྲེལ་
 ཡོད་འགན་འཛིན་གྱིས་ཁུར་འགོ་ཡི་རེད། དོ་བདག་ལས་བྱེད་སུ་ཡིན་པ་དེས་འཁུར་དགོས་པའི་གསལ་བཤད་ཞུས་ན་
 བསམས་སོང་། དེ་གསལ་པོ་ཆགས་པའི་རེ་བ་ཡོད།

དེ་བཞིན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་དམིགས་བསལ་བསྐྱོ་གཞག་ཡོད་པའི་གང་ཐག་སོ་སོ་དང་དེ་བཞིན་དེའི་ཐོག་ལ་དབང་
 ལྷན་འགན་འཛིན་གྱི་ཞབས་བྱི་ཞུ་མཁན་གྱི་གཤམ་འོག་ལས་བྱེད་སུ་ཡིན་ནའང་འགན་དེ་གསལ་པོ་མཐུན་པ་ཡིན་ན་རྩ་བའི་དེ་

ཏྲིག་ཅམ་བདེ་པོ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་མ་རེད་ཀྱང་། བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་ཐི་བ་གནང་བ་དེ་བདེན་པ་རེད། དེའི་
ཐོག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་རོགས་ཀྱིས་ཞེས་དེ་གཅིག་ལྷན་ལྷན་ཡིན།

དེ་ནས་རོགས་དངུལ་བརྒྱ་ཆ་གཅིག་གི་སྒོར་དེ་དེ་ཡང་དེ་སྤྱི་མང་ཆོག་ཅིས་ཁའི་ཆོག་ཅིས་ཚུང་ནང་བསྐྱད་ཐོང་།
དཀའ་ངལ་དེ་ཡང་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། ད་ལྟ་འདིར་སྤྱི་འཐུས་རིག་བཀའ་སྒྲོན་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་རེད། དེའི་རྗེས་བཀུར་འོས་
སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་ཀྱང་ལམ་སྟོན་གནང་བ་རེད། དེ་གཞིར་བཟུང་ང་ཆོས་བཀའ་ཤག་ནང་ལ་བཀའ་བསྐྱར་ཞུས་ནས་ག་རེ་བྱ་
རྒྱུ་འདུག་ལམ་ཁ་བཅས་བའི་ཐོག་ནས་ད་གིན་རྩ་སའི་མཉམ་ལས་སྒོར་ལ་དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁུངས་ཀྱི་རྒྱབ་གཉེར་ཞུས་པ་དང་
སྒྲགས་ནས་བཀའ་ཤག་གི་རྒྱབ་གཉེར་ཐོབ། དེ་ནས་ཁྱོས་ཆོག་ཅིས་བརྒྱུད་ནས་གཙང་མ་ཆགས་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་
རྒྱུའི་རེ་བ་ཞུ་བཞིན་ཡོད། དེ་རིང་སྤྱི་འཐུས་རིག་བཀའ་སྒྲོན་གྱིས་དཔེ་མཛོད་ཀྱི་སྒོར་འདི་གསུངས་པ་དེ་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་ཐད་
འཛིན་ཀྱི་རོགས་དངུལ་ལ་ང་ཆོར་ཁལ་རྒྱག་པའི་འོས་བབ་ཆང་གི་ཡོད་མ་རེད། དེའི་དཀའ་ངལ་བྱས་ནས་གསུངས་པ་རེད་མ་
གཏོགས་བཀའ་ཤག་གི་རོས་ནས་ཁྱོས་ཆོག་ཅིས་ཀྱི་ཁྱོས་ཆོད་ལ་བཅི་ཡི་མེད་ལྷན་ལྷན་ཡོད་མ་རེད། འདིར་དཀའ་ངལ་ཞིག་འབྲུད་པ་
དེ་སྟོན་གསན་གནང་བ་རེད། དེ་ལ་ལམ་སྟོན་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ལྷན་ལྷན་ཡིན།

དེ་ནས་ཅིས་ཞིབ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་སྒོར་དེ་རེད། ཅིས་ཞིབ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་ཐུང་དགོས་པ་དེ་རང་
དབང་ཅན་གྱི་སྤྱི་ཆེན་ཡིན་པ་དང་ལྷག་པར་དུ་ཅིས་ཞིབ་དུས་ནས་དུས་སུ་ཏག་ཏག་ཆར་དགོས་རྒྱུ་དེ་ཡང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ།
དེ་རིང་འདིར་ང་ཆོར་ལས་ཁུངས་མ་ལག་ ༡༩༩ མ་གཏོགས་ཡོད་མ་རེད། ད་དུང་འགའ་ཤས་ཤིག་ལྷག་བསྐྱད་ཡོད་རེད། ཅིས་
ཞིབ་མ་གཏང་ན་མང་ཆོག་ཅིས་ཁའི་ཆོག་ཅིས་ཚུང་གིས་གཟིགས་སྐྱབ་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། བྱས་ཅང་ཅིས་ཞིབ་དུས་ཐོག་དུ་བྱེད་
དགོས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་། སྐབས་སྐབས་ལ་ཅིས་ཞིབ་ཀྱིས་བྱེད་མ་ཆར་ནས་དབང་ལྡན་འགན་འཛིན་འཁུར་ཆར་
བ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། དེ་ལྟ་བུས་རྒྱུན་བྱས་ནས་ཅིས་ཞིབ་ལ་ལས་བྱེད་འདུང་ངེས་འབྲུལ་རྒྱུ་དེ་བཀའ་ཤག་གི་ལས་འགན་
རེད། བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་བཀུར་ཤིག་གིས་གཟིགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་ལས་བྱེད་སྐབས་བའི་སྐབས་སུ་ལས་བྱེད་གང་འདྲ་བྱེད་
དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅིས་ཞིབ་ལའང་ལམ་སྟོན་ལྷན་ལྷན་བྱུང་། ཅིས་ཞིབ་དེའང་ང་ཆོའི་ཅིས་པའི་ཅིས་ཞིབ་བྱེད་སྐྱེད་པ་དང་། རྒྱ་གར་
ཅིས་པའི་ཅིས་ཞིབ་ཀྱི་བར་ལ་གནམ་སའི་ཁྱད་པར་ཡོད་རེད། དེ་ཡང་དུས་ཆོད་ཅུང་བ་དང་སྤྱི་དག་ཏུ་རྗེ་ལྷ་ར་གཏོང་དགོས་
མེད་ཐད་ལ་ལམ་སྟོན་ཞུས་ནས་མ་འོངས་པར་ཅིས་ཞིབ་དཀའ་ངལ་སེལ་རྒྱུ་དེའི་ཐོག་ལ་དེ་རིང་འདིར་བཀའ་མོལ་བྱུང་བ་ནང་
བཞིན་ཅིས་ཞིབ་ཀྱིས་གོ་བསྐྱར་ཡོང་སྲིད་ཀྱི་རེད། བྱུང་བའི་སྐབས་སུ་བཀའ་ཤག་དང་ཅིས་ཞིབ་གོ་བསྐྱར་གནང་བའི་ཐོག་ནས་
གང་ལྟར་ཕྱོགས་པན་ཚུན་གཉིས་ཀའི་ཅིས་ཀྱི་ལས་ཀ་དེ་གཙང་མ་དགོས་པ་དེ་སྤྱི་ཡོངས་ལ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་སོང་ཅང་ང་
ཆོའི་ངོས་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཅིས་ཞིབ་ཀྱི་འདོད་པ་བཀའ་སྐྱབ་མིན་གང་ཤེས་ཏེ་གང་ལ་གང་འཆམ་ཞིག་བཀོད་
རྒྱུར་འབད་བཅོམ་ལྷན་ལྷན་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཆོག་ཅིས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་སྲིད་སྒོར་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་སྤྲོད་སྒྲོ་བ་ཐང་མེད་གེ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཆོག་གས་གཙོ་མཆོག་ ཅེས་ཞིབ་ཀྱི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་གཞི་ཅེས་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་གྱིས་གསུངས་
སོང་ཡང་། སྤྱི་ཡོངས་ནས་རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་ས་གཅིག་འདུག ད་ལྟའི་ཆར་ཅེས་ཞིབ་ཀྱི་ས་མིག་ཡོད་པ་
དུག་ཅུ་རེད། ལས་བྱེད་ཡོད་བཞག་པ་དེ་ལྟ་བུ་དང་གཉིས་རེད། ད་ལྟའི་ཅེས་ཞིབ་གནང་སྤངས་གཞིར་བཟུང་ཅེས་ཞིབ་གནང་བ་
ཡིན་ན་ཅེས་ཞིབ་ལས་ཁུངས་ལ་ལས་བྱེད་དགོས་མཁོ་དེ་ ༡༩ ཅམ་ཞིག་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ངས་སྤྱི་ཡོངས་ནས་དགོངས་པ་
བཞེས་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་དུས་ང་ཆོའི་ལས་བྱེད་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ས་མིག་ ༤༥༠ རེད། ལྷན་ཁང་ཁག་ལ་ཁ་སང་དཔལ་འབྱོར་
བཀའ་སློན་གྱིས་གསུངས་སོང་། ང་ཆོས་ག་རེ་འབད་བཅོན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཅེ་ན་ལས་བྱེད་ ༤༥༠ རེད་ཀྱང་བརྒྱ་ཆ་བཅུ་
ལྷན་ཁང་རེ་རེ་ནས་ཉུང་བ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་བྱུག་ལས་གནང་གི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟའི་ས་མིག་སྤངས་ལ་ཡོད་བཞག་
པའི་ལས་བྱེད་པལ་ཆེར་ ༥༤༥ འམ་ ༥༤༧ དེ་ཅམ་ཞིག་རེད། གང་ལྟར་ང་རང་ཆོས་ལས་བྱེད་བརྒྱ་ཆ་བཅུ་ཉུང་བ་ཡོད་པའི་
ཐོག་ནས་བྱུག་ལས་གནང་གི་ཡོད་རེད། ད་ཅེས་ཞིབ་གཅིག་བྱར་ལས་བྱེད་ ༡༩ བྱས་པ་ཡིན་ན་ས་མིག་སྤྱི་ཡོངས་ལ་ ༤༥༠
ལས་མེད་པ་ཡིན་ན་ཅེས་ཞིབ་ལས་ཁུངས་ལ་ལས་བྱེད་བརྒྱ་ཆ་ ༡༥ ཆགས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། རྒྱ་གར་ཡིན་ན་འང་བརྒྱ་ཆ་
དུག་དང་བདུན་ཅམ་རེད་འདུག ཨ་རི་སོགས་གང་དུ་ཡིན་ན་འང་ཅེས་ཞིབ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་བརྒྱ་ཆ་བཞི་ལྷན་དུག་བདུན་
ཅམ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག གང་ཡིན་ཞུས་ན་ང་རང་ཆོ་སྤྱི་གཙུག་གས་ཀྱི་ཅ་དོན་གཙོ་བོ་དེ་ཆབ་སྤྲོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཆབ་
སྤྲོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ལྷན་ཁང་ནང་ལ་ལས་བྱེད་མང་ཤོས་ལྟ་བུ་དང་གྲངས་དང་། དུག་ཅུ་རེ་གྲངས་དེ་འབྲེལ་ཡོད་རེད། ང་
ཆོས་སྤྱི་ཆོན་བཞོས་ནས་ཁ་ཁ་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས་ཅེས་ཞིབ་ལ་ང་ཆོས་ལས་བྱེད་ ༡༩ བསྐྱོས་པ་ཡིན་ན་བསྐྱོ་ཆོག་གི་རེད།
བང་མཛོད་ལ་འཇོ་དོ་ཐོག་འགྲོ་ཡི་རེད། དེ་ཡིན་དུས་རྒྱ་ཆ་བོད་མིའི་སྤྱི་གཙུག་འཇུག་གས་ཀྱི་ལྷན་ཁང་ཆེ་ཤོས་དེ་ཅེས་ཞིབ་ལས་ཁུངས་
ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། འགྲོ་སོང་ཆེ་ཤོས་དེ་ཅེས་ཞིབ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དགོས་ཀྱི་མ་རེད་ཟེར་གྱི་ཡོད་མ་རེད། དེ་སོང་ཅང་
ཅེས་ཞིབ་གནང་རྒྱ་རང་གི་ཐོག་ནས་དགོངས་པ་བཞེས་ནས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱ་ཞིག་མེད་ན། དཔེར་ན་ཆ་བཞག་ན་ང་ཆོའི་
སྤྱན་ཐོའི་ནང་ལ་སྒྲོར་མོ་གཅིག་དང་བཅུ། སྒྲོར་མོ་བརྒྱ་དང་ལྷ་བརྒྱ་སོགས་སྒྲོན་མ་ཡོད་རེད། དེ་འབྲེལ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཅེས་ཞིབ་
གནང་མཁན་གྱི་ལས་བྱེད་དེ་ག་རང་ལ་ཅེས་གསུལ་གཏོང་རྒྱའི་དབང་ཆ་ཡོད་པ་བྱས། དེའི་སྤངས་ལ་ཟུང་དུང་གིས་གནང་རྒྱ་
ཡིན་པ་དང་དེ་ནས་དུང་ཆེ་ཡིས་གནང་རྒྱ་ཡོད་པ། དེ་ནས་དོ་བདག་བཀའ་སློན་ནས་གནང་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་འབྲེལ་ལས་པས་བཟོས་
བཞག་པ་ཡིན་ན་ལས་བྱེད་དེས་ཅེས་ཞིབ་བྱས་ནས་ཅེས་གསུལ་གཏོང་བའི་སྐབས་ལ་སྒྲོར་མོ་ལྟ་བུ་དང་བརྒྱ་དེ་ཆོར་
གཟེགས་མི་དགོས་པ་བྱས། གང་ཡིན་ཞུས་ན་བད་ཤག་ལྟ་བུ་ཞིག་མེད་པ་ཡིན་ན་འང་དེའི་ཅེས་ཆང་མ་སྤྱོད་དུས་དུས་ཆོད་
ཆང་མ་འགོར་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། དེ་སོང་ཅང་དེ་ག་རང་ལ་བསྐྱར་བཅོས་གནང་རྒྱ་མེད་ན། དེ་གནང་བ་ཡིན་ན་ང་རང་ཆོའི་
ཅེས་ཞིབ་ལས་བྱེད་ལ་འཇུག་པས་བདེ་བོ་ཆགས། ཅེས་ཞིབ་སྤྱན་ཐོ་ལ་འཇུག་པས་བདེ་མི་དང་ལོ་ལྟར་བཞིན་དེ་བ་མཐུག་པོ་རེ་
དོན་ཡོང་དུས་མི་མང་གིས་ཀྱང་ག་རེ་ཡིན་ན་བསམ་སྤྲོད་ཀྱི་རེད། ཡིན་རྒྱུ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཇུག་གིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་
གནས་ཚུལ་གཤམ་ཆེན་པོ་སྒྲོག་ཟ་རུལ་སྤངས་སོགས་དེ་འབྲེལ་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་དག་གི་སྤངས་ལ་དགོངས་པ་
ཞིག་བཞེས་ནས་གནང་བ་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་བཀའ་འགག་གི་ཐོག་ནས་ཅེས་ཞིབ་ལས་ཁུངས་ལ་ལས་བྱེད་ག་ཆོད་སྤུལ་ལ་བ་

ཀྱང་འབྲུལ་རྒྱ་རེད། སྤུལ་འདོད་ཡོད་ནས་ང་ཚོར་བཀའ་བསྟར་འདི་བྱུང་རེད། དེ་བྱེད་ཡོང་དུས་བརྒྱ་ཆ་བཙོ་ལྷ་བཙུག་ཅིས་
ཞིབ་གྱི་ལས་བྱེད་ཆགས་པ་ཡིན་ན་ང་ཚོའི་སྒྲོམ་གཞི་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཆགས་གྱི་རེད་ཅེས་དེ་ཡང་དགོངས་པའི་དབྱེད་གཞིའི་
ཚུལ་དུ་ཞུ་ཡི་ཡོད།

དེ་ནས་དེ་རིང་ང་ལ་དུས་ཚོད་འདི་ཡང་རག། དེ་ནས་རྣམ་པ་ཚོ་ཚང་མ་དེ་རིང་ཕེབས་འགྲོ་མཁན་ཡིན་དུས་ཚང་མ་
ལམ་ཁར་ཕེབས་ལམ་བདེ་པོའི་ངང་ནས་ཕེབས་ཐུབ་རྒྱུ་དང་། སྒྲིག་བྲུགས་ཐང་པོའི་ངང་ནས་ནང་ལ་འཕྱོར་བ་དང་། ཡང་ང་ཚོ་
ལོ་སར་གྱི་རྗེས་ལ་མཇུག་ཡོང་དུས་ལོ་སར་སྒྲོ་བོ་ཡོང་བ་དང་། རྣམ་པ་ཚོ་ཚང་མ་དེ་ལན་བཀའ་བསྟར་ལྷུག་པོ་ཞེས་གསུངས་བྱུང་
སོང་། བཀའ་བསྟར་གྱི་ལམ་རྣམ་རྣམ་པ་ཚོས་དགོངས་འཆར་གནང་བཞག་པ་དེ་ཚོ་བཀའ་ཤག་གི་བཀའ་སློན་ཚང་མ་མཉམ་
བསྟུས་གྱི་འགན་ཡིན་པ་མ་ཆད་བཀའ་སློན་རྣམ་པ་ཡང་མཐུན་པོ་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་ཁ་སང་ཡང་གཅིག་གིས་གསུངས་སོང་།
དེ་ཡིན་དུས་རྣམ་པ་ཚོས་དགོངས་པ་གནང་བཞག་པ་ཚང་མ་ང་ཚོས་གལ་ཆེན་པོར་བཅིས་པའི་ཐོག་ནས་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ལག་
བསྟར་ཞུ་ཡི་ཡིན། དེ་ནས་དེ་ལན་དགོངས་འཆར་གནང་མཁན་ཚང་མ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་དང་དམིགས་བསལ་གྱིས་ཚོགས་གཙོ་
རྣམ་པ་གཉིས་ལ་འང་སྒྲུ་ལས་ཡོད་རེད་ཀྱང་དེ་ལན་གྲོས་ཚོགས་འདི་ང་ཚོས་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འགྲོ་ཐུབ་ཡོད་
རེད་ལ་དེ་འཇམ་གླིང་ཡོངས་ལ་འགྲེམ་སྤེལ་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད་རེད། རྒྱ་ནག་ལ་བསྟར་བ་ཡིན་ན་ང་ཚོ་ལེགས་པ་ཞིག་ཡིན་
པ་དང་། བོད་ནང་ནས་ཀྱང་གཞིགས་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། ཁོང་ཚོས་ཀྱང་བཙན་གྲོལ་འདི་ལ་ཡགོངས་མཆོག་
གིས་མང་གཙོ་གསོལ་རས་གནང་བཞག་པ་དེ་ལག་བསྟར་ཚུལ་བཞིན་གནང་གི་འདུག་ཅེས་དགའ་སྟོབས་དང་སྤྲོད་སྟོབས་སྤྱི་
དགོས་པ་ཞིག་རེད། ཡོན་ཏན་ཅན་དང་གནད་འགག་ཅན་གྱི་ང་ཚོའི་བྱུང་འབྲས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་དུས་དེ་ལ་ང་ཚོ་ཚང་མས་ཆ་
ཤས་སྒྲུངས་ནས་ཚོགས་ཚུད་པོ་ཡོང་ཐུབ་པ་དེ་ལ་སྤྲོད་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

བཀོ་གླིང་གི་ཆ་ཤས་བཞེས་མཁན་མཐའ་མ། སྤྱི་འཐུས་རྒྱ་བ་ཕུན་སྤྱིད་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་རྒྱ་བ་ཕུན་སྤྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ མང་པོ་ཞུ་རྒྱ་མེད། ཁ་སང་ཞུ་རྒྱའི་འཆར་གཞི་གང་ཡང་མེད་དུས་དེ་ལྟ་འདི་ནས་བཀོ་གླིང་
ཞིག་འགྲོ་ཡོང་དུས་དེའི་བར་དེ་ལ་གཅིག་མཐོང་ནས་ཡང་གཅིག་ཆ་ཤས་ཤིག་ལེན་དགོས་ཆགས་སོང་། ད་ལྟ་འདིར་ཚོགས་
གཙོ་སྤེལ་པོའི་ལམ་སྟོན་ནང་གི་དང་པོ་དེ་ལ་ཅིས་ལོ་ ༢༠༡༤~༢༠༡༥ ལོའི་ཅིས་སྟན་དང་ལན་འདེབས་ཁག་ལ་ཞིབ་འཇུག་
ནན་པོ་འགྲོ་དགོས་སྟོན། ཞེས་པ་ཞིག་ཕེབས་བསྟན་ཡོད་རེད། དེའི་ནང་ནས་མང་ཚོགས་ཅིས་ཁྱའི་ཚོགས་ཚུངས་ལས་ ༡ པའི་
ངོས་ནས་ ༢༠༡༤ གི་བཀའ་དེ་ཡང་དེ་ལྟར་གནང་འདུག་དེ་འཕར་མ་གནང་བྱུང་པ་ཞིག་རེད། ད་ངས་ཞུ་དོན་གཙོ་པོ་དེ་གང་
ཡིན་ཞུས་ན་ཁག་ཅིག་ ༢༠༡༤~༢༠༡༥ ལོའི་ནང་མ་ཚུད་པ་དང་གནང་མ་ཐུབ་པ། ཅིས་ཞིབ་མ་བྱུང་པའི་རྒྱུ་གྱིས་གནང་མ་
ཐུབ་པའི་སྤེ་ཆན་ཁག་ཅིག་ལས་བསྟན་པ་དེ་གསལ་པོ་རེད་འདུག་ བྱས་ཅང་དེ་འདྲ་ཡིན་པ་སོང་ཅང་། མ་འོངས་པར་སྟན་ཐོ་

178

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

གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚོད་གྲོས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩༩ ལ་རྒྱ་བསྐྱོར་གནང་མཁན། སྤྱི་འཐུས་སློབ་དཔོན་ཐུབ་བསྟན་རྒྱལ་
མཆོན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཐུབ་བསྟན་རྒྱལ་མཆོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚོད་གྲོས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩༩ ལ་རྒྱ་བསྐྱོར་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

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

གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚོད་གྲོས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩༩ ལ་རྒྱ་བསྐྱོར་གནང་བའི་མཐོང་ཆ་ལྡན་པ་ཡིན། འདིའི་ཐོག་
ལ་བཀོ་སློང་གི་ལོ་སྤྱོད་པ་བཞེས་མཁན། སྤྱི་འཐུས་པར་འབྲུང་གནས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་པར་འབྲུང་གནས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ད་ལྟ་ངས་ཞུ་རྒྱུ་དེ་གྲོས་ཚོད་ཨང་བཞི་བ་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟ་ཡིན་ན་གྲོས་
ཚོད་དེ་བཞག་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཆེ་བ་གསུམ་ནང་ཚུན་ལ་བཀའ་ལག་གིས་ཞིབ་འཇུག་གནང་། བཀའ་ལག་གིས་ཞིབ་འཇུག་
གནང་ནས་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ལ་ཕྱུལ། སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་ཆེ་བ་གསུམ་གྱི་ནང་ལ་ཞིབ་འཇུག་གནང་ནས་དེའི་སྟུན་ནས་
དེ་གྲོས་ཚོགས་ལ་འབྲུལ་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་ཡོད་རེད། ད་ལྟ་འདིའི་ནང་ལ་ཆེ་བ་གསུམ་གྱི་ནང་ལ་བཀའ་ལག་གིས་ཞིབ་འཇུག་
གནང་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ལ་འབྲུལ་རྒྱུ་ཅུ་མ་ལས། སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་དེར་གནང་དགོས་རྒྱུ་གསལ་
ཀྱི་མི་འདུག དེ་ག་རེ་བྱས་ནས་མ་གསལ་བ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

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

སྤྱི་འཐུས་ཆེ་བ་ཕྱན་སྦྱིད་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཆེ་བ་ཕྱན་སྦྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ད་ལྟ་ངས་ཞུ་འདོད་པ་དེ་ག་རང་ཡིན། ཡང་བསྐྱོར་ཞུ་མི་དགོས་པ་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན།

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

འདི་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ནས་ཐེབས་ཡོང་དུས་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ནས་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་སྟན་ཐོ་ཁུངས་ཡོང་ཆོག་གི་རེད་བསམ་
གྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་དེ་གྲོས་ཚོད་ནང་ལ་ངེས་པར་དུ་གསལ་དགོས་པ་ཞིག་མཐོང་མ་སོང་། གྲོས་ཚོད་རིགས་གཉིས་འདུག
འདི་ཁྱེད་འདུག གཞན་ཞིག་ཀྱང་ཁྱེད་འདུག འདིས་འབྲིག་གི་འདུག་གམ། སྤྱི་འཐུས་རྒྱ་བ་ཕུན་སྦྱིད་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་རྒྱ་བ་ཕུན་སྦྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེའི་ནང་ལ་མ་འཁོད་པ་ཡིན་ན་བགོ་གཞི་དེ་ག་ཚོད་ཡིན་མིན་དེ་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་ཐེངས་ལྔ་
པའི་སྐབས་སུ་གནང་གི་ཡོད་དུག་པ་ལ་གནང་གི་ཡོད། ག་ཚོད་བར་དུ་ལུས་ཀྱི་ཡོད་མེད་དེ་གསལ་པོ་ཆགས་ཀྱི་མི་འདུག
བྱས་ཅང་ལས་ངལ་ཞིག་སྟག་གི་ཡོད་པའི་ཚོར་སྣང་ཞིག་སྟེབས་སོང་། བྱས་ཅང་ཞལ་གསལ་དགོས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་
མཐོང་ནས་ཁྱས་པ་ཡིན། ལུགས་རྩེ་ཆེ།

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

དེ་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་ལྔ་པའི་སྐབས་སུ་ཡོང་གི་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ཨ་ཀྲུག་ཆེ་
བརྟན་ལགས།

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

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་ཚོད་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༩༩ པའི་གྲོས་ཚོད་དོན་ཚན་བཞི་པ་དེ་སྤྱིར་བཏང་
དེའི་བྱང་རིམ་ལྟ་བུ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་ངས་ཞེ་དྲག་ཤེས་ཀྱི་མེད་ཀྱང་སྟོན་མ་ནས་མང་ཆོགས་ཅིས་ཁྲའི་ཆོགས་རྒྱུད་གི་སྟན་ཐོ་དང་
འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འདི་ལྟར་ཡོང་བསྟན་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་སམ་མ་རེད། མང་ཆོགས་ཅིས་ཁྲ་ཆོགས་རྒྱུད་སྐབས་ལྔ་པའི་
སྐབས་སུ་སྤྱིར་བཏང་ལས་དོན་དང་དེའི་ཐོག་ལ་འབྲུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་ནས་དེའི་མཐུག་སྐྱོང་དེ་ཆགས་རྒྱུད་པོ་ཞིག་ཡོང་
ཕྱིར་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་དེའི་ཐོག་ལ་མཐུག་གཞོན་ཞིག་གནང་ཐུབ་ན་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱབ་གཉེར་ཞིག་
ཁྱས་པར་བརྟེན་ནས་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་དང་དེ་འབྲའི་ཐོག་ནས་སྟན་ཐོ་ཞིག་འདོན་རྒྱུའི་བྱང་སྟངས་འདྲ་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱས་ནས་
བྱུང་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ངས་བསམ་པ་ག་རེ་ཡིན་ཞུས་ན་དེའི་རྩིས་ནས་མང་ཆོགས་ཅིས་ཁྲ་ཆོགས་རྒྱུད་རིམ་གྱོན་ལ་
དགོས་ངེས་ཅན་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས་ཡོང་བསྟན་པ་ཞིག་རེད། དེ་ཡིན་དུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཀྱང་དེའི་ལས་
དོན་དང་དེ་འབྲའི་ཐོག་ལ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱིས་མཉམ་ཞུགས་བྱས་ནས་དེ་འབྲའི་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ངས་བྱས་པ་
ཡིན་ན་ད་ལྟའི་ཆར་མཐུག་སྐྱོང་གི་ཅིས་རྟོག་དང་མ་མཐུངས་མང་པོ་ཞིག་བྲངས་ནས་ཡོད་ཅང་། ད་ལྟའི་ཆར་འདིའི་དོན་ཚན་
བཞི་པ་དེ་ངས་བྱས་ན་དགོས་ཀྱི་མི་འདུག ད་ལྟ་མང་ཆོགས་ཅིས་ཁྲའི་ཆོགས་རྒྱུད་སྐབས་བརྒྱད་པའི་ལས་བསྟོམས་ག་རེ་ཡོད་
པ་ཡིན་ནའང་དེ་རྩིས་ཀྱི་མང་ཆོགས་ཅིས་ཁྲའི་ཆོགས་རྒྱུད་སྐབས་ ༩ པ་ལ་མང་སྟོན་བཞག་པ་ཡིན་ན། དེའི་ཐོག་ནས་ངས་འདི་

དགོས་ཀྱི་མི་འདུག་ཅེས་ཞུ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གཅིག་ག་རེ་རེ་དེ་ན་གཞི་རྩའི་དང་པོ་འཇུག་ས་དགོས་པའི་དམིགས་ཡུལ་
 དེ་སྐབས་དེ་དུས་ཀྱི་སྐབས་སུ་གནས་ཚུལ་ལོགས་ཀ་རེད། ཅིས་ལྟོག་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་གསང་སྟངས་པའི་ཆེད་དུ་པན་ཐོགས་
 ཆེན་པོ་ཞིང་གསུང་ཡོད་རེད། ད་ལྟ་དེ་འདི་ལྟར་ལས་ལུགས་ཤིག་ལ་མར་བྱིན་བཞག་པ་ཡིན་ན་ཡང་དེའི་ཐོག་ནས་ལྷན་ཁང་སོ་
 སོ་ལ་འང་ལས་དོན་བྱེད་བྱེད་ཀྱིས་ལ་བར་ཆད་དམ་ལས་རྫོང་མར་པོ་ཞིག་ཆགས་རྒྱ་དང་འགལ་བྱེད་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོང་
 གྲོད་ཀྱི་འདུག་དེ་ཡིན་དུས་དགག་བྱ་དང་དགོས་པ་ལ་བལྟས་ན་དེས་འདི་མེད་པར་བྱས་ནས་མང་ཆོགས་ཅིས་ཁྲིའི་ཆོགས་
 རྒྱུང་ལ་ཐད་ཀར་སྤྲད་རྒྱ་སྤར་སྒོལ་ནང་བཞེན་བྱས་ན་ཡག་པོ་འདུག་དེ་ཡིན་དུས་ཐོས་ཆོད་ཨང་བཞི་པ་དེ་མར་བྱིན་འཐེན་བྱས་
 བཞག་ན་ཡག་པོ་འདུག་དེ་ལ་དགག་པ་ཡིན། སྤགས་ཟླ་ཆེ།

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

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

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

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་གོས་ཆོད་དོན་ཆེན་ཨང་ ༩ པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སྤྱིར་བཏང་བརྒྱུད་རིམ་ཉོག་ཅམ་
 ཞིག་ཞུས་ན་བསམས་སོང་། དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ ཉིན་གྲང་ཞལ་ལག་མ་ཟེན་བར་ཆར་ས་མ་རེད། ང་རང་ཆོ་ལ་ལབ་
 རྒྱ་ཡོད་པ་མ་རེད། དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ནས། ཞལ་ལག་མ་ཟེན་སྟོན་ནས་ཆར་རྒྱུའི་བསམ་སྟོམ་ཞིག་བཏང་ཡིན་ཡང་།
 བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནམས་བས་ཕྱག་བརྒྱུངས་ཡོང་དུས་གོ་སྐབས་མ་ཕུལ་ན་ནི་ཡོང་གི་མི་འདུག་སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྟོན་
 ལམ་མཐར་བྱིན་ལགས། སྤྱི་འཐུས་དམ་གསུང་རོགས་གནང་།

བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ལགས་ནས། དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཙོ་མཆོག་ བརྒྱུད་རིམ་དེ་ཞུས་ན་ཐོང་སོང་། ང་ཆོ་སྟོན་མ་
 མང་ཆོགས་ཅིས་ཁྲིའི་ཆོགས་རྒྱུང་སྐབས་གསུམ་པ་བྱེད་དུས་སྟོན་ཐོ་དེ་གོས་ཆོགས་ནང་ལ་སྟན་སྟོན་ཞུ་ས་རག་ཅམ་ཞིག་ལས་
 དེའི་རྗེས་སུ་གང་ཡང་མ་བྱུང་བ་རེད། སྐབས་བཞི་པའི་སྐབས་སུ་སྟན་ཐོ་སྟན་སྟོན་ཟེན་པའི་རྗེས་ལ་འཛིན་སྟོང་བཀའ་ཤག་གིས་
 མཐུག་སྟོང་གང་གནང་ཡོད་པ་དེ་གོས་ཆོགས་ནང་ལ་རྒྱུར་ཁྲུང་ཡོང་བ་རེད། གོས་ཆོགས་ནང་ལ་བཞག་གནང་པ་རེད། ད་ལྟ་
 འདིའི་ནང་ལ་རྒྱུན་ལས་ལ་སྟོད་དགོས་ཟེར་བ་དེ་གོས་ཆོགས་ནང་ལ་བཞག་པ་རེད། གོས་ཆོགས་ནང་ལ་བཞག་དུས་ཡང་དེ་ལ་
 ཞེབ་འཇུག་དེ་གཞན་ཞིག་གིས་བྱེད་དགོས་རེད་ཅེས་དེ་བཀའ་ཤག་གི་ལན་འདེབས་ཀྱི་ཚུལ་ཞིག་ལས་དེ་ལ་བཀའ་ཤག་གིས་
 བསམ་བཙོས་བྱས་ནས་འདི་འགྲིག་གི་རེད་འདི་འགྲིག་གི་མ་རེད་ཅེས་པའི་གནས་སྟངས་གང་ཡང་མེད་དུས། ཡང་གཞན་ཞིག་
 ལ་བྱིན་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་མང་ཆོགས་ཅིས་ཁྲིའི་ཆོགས་རྒྱུང་སྐབས་ལྷ་པའི་སྐབས་སུ་དེ་འགྲིག་གི་མི་འདུག་དེར་སྤྱི་འཐུས་
 རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་ལག་པ་ཞིག་འཆང་ན་ཞེས་སྐབས་ལྷ་པ། སྤྱག་པ། བདུན་པ་བཅས་གསུམ་ལ་ལག་པ་ཞིག་འཆང་པ་རེད། དེ་
 ཡིན་དུས་ཡང་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ནང་ལ་ལས་བསྟོམས་མང་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་རེད། དེ་ཆར་མས་མཁུན་གྱི་ཡོད་པ་རེད།
 དེ་ཡིན་དུས་ད་ལོ་ ༢༠༡༢ གྱི་ལོ་འགོ་ལ་ཆོགས་བྱུང་འཕོ་འཇུག་བྱིན་པ་རེད། སྐབས་དེ་དུས་པར་འཇུག་འགོ་མཁན་ཆོགས་

གྲུང་ལྷན་པ་དེས་ཀྱང་ང་ཚོ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ནང་ལ་ཚོར་ཤུགས་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་ལས་དོན་འདིའི་ཐོག་ལ་མང་ཚོགས་
 ཅིས་ཁའི་ཚོགས་ཚུང་ནང་བཞུགས་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་དུས་ཚོད་གཏོང་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག་དེ་
 ཡིན་དུས་ད་ལྟའི་ཅིས་ཞིབ་སྒྲུབ་ཐོ་ཡིན་ནའང་འདྲ། མང་ཚོགས་ཅིས་ཁའི་ཚོགས་ཚུང་གི་སྒྲུབ་ཐོ་ཡིན་ནའང་འདྲ། དེའི་ནང་ལ་
 འགལ་ཆབས་ཆེ་ཚུང་ངམ་གནད་དོན་ཐུབ་ཆེ་ཚུང་དེ་ཚོ་ནས་བསྐྱུས་ན་ཏུ་ཅང་གི་ཇ་དྲག་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད་མི་འདུག
 རྒྱུན་མ་བར་སྐབས་ཤིག་ལ་ང་ཚོ་འབ་སྤྱད་མ་བྱུང་ནས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་དུས། ཐེངས་ལྔ་པ་བྱུག་པ་བདུན་པ་བཅས་
 གསུམ་གྱི་ནང་ལ་དེ་འདྲ་བྱེད་དུས་གང་ལ་གང་འཆོམ་ཞིག་འདུག་དངོས་གནས་བྱས་པ་ཡིན་ན་འདི་བཀའ་ཤག་གི་མཛུགས་
 བསྐྱེད་པ་དེ་རྒྱུན་ལས་ལ་སྤྲད་པ་དེ་ཐད་ཀར་མང་ཚོགས་ཅིས་ཁའི་ཚོགས་ཚུང་རྒྱུ་མ་དེ་ལ་སྤྲད་བཞག་པ་ཡིན་ན་དེ་ལ་མཛུགས་
 རྒྱུང་བྱེད་མ་དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག་བསམས་ནས་དེ་གསུངས་པ་རེད། དེ་ནས་མདང་དགོངས་ཟེན་གྱིས་ཤིག་སོ་
 སོར་གནང་སོང་བ་ལས་གོ་བསྐྱུར་ཅི་བྱས་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ང་རང་གིས་གོ་བ་དེ་དེ་ལྟངས་པ་རེད། དེ་རིང་བཀའ་ཤག་
 གིས་རྒྱུན་ལས་ལ་སྤྲད་ཀྱི་རེད། རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་རྗེས་མ་མང་ཚོགས་ཅིས་ཁའི་ཚོགས་ཚུང་སྐབས་དགུ་པ་དེ་བཅུགས་པའི་
 གནས་སྐབས་སུ་ཚོགས་གཙོ་རྣམས་པ་གཉིས་ཀྱི་བཀོད་ཁྲབ་དང་མཉམ་དུ་པར་གཏོང་གི་རེད་ཟེན་པ་རེད། དེས་མང་ཚོགས་ཅིས་
 ཁའི་ཚོགས་ཚུང་ལ་ལས་ཀ་བྱེད་པར་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་ཡོང་། རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་ཐག་བཅད། པར་ལ་མང་ཚོགས་ཅིས་ཁའི་
 ཚོགས་ཚུང་གཅིག་བཅུགས། ཚུར་ཕྱོགས་ལ་རྒྱུན་ལས་གཅིག་བྱས་པ་དེས་མང་ཚོགས་ཅིས་ཁའི་ཚོགས་ཚུང་གི་ལས་དོན་ལ་
 འགོག་རྒྱུ་མང་པོ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་མཐའ་མ་དེར་པན་ཐོགས་ཀྱི་ཡོད་རྒྱུ་རེད་ཀྱང་དེའི་བར་དེ་ལ་འགོག་རྒྱུ་མང་པོ་ཞིག་
 ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཉམས་སྤྱོད་གི་ཐོག་ནས་རེད། དེ་ང་ཚོའི་ཚོགས་ཚུང་ནས་ལག་པ་འཆང་མ་ཤེས། དེ་གལ་ལ་ཡོད་རེད་
 ད་བསམ་པ་འདྲ་ཞིག་བྱས། དེ་ཡིན་དུས་ངས་བསམ་ཚུལ་ལ་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་གསུངས་སོང་ཡང་དོན་དག་
 གོ་བ་འདྲ་དེ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ལ་སྤྲད་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་སྤོང་མ་སྐབས་ལྔ་པ་བྱུག་པ་དང་བདུན་པ་ནང་བཞུགས་མཛུགས་སྤོང་བྱེད་
 དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡང་མཐོང་གི་མི་འདུག་ ཡིན་ནའང་མང་ཚོགས་ཅིས་ཁའི་ཚོགས་ཚུང་སྐབས་དགུ་པ་དེ་ལ་ངེས་པར་
 དུ་པར་སྤྲད་ནས། སྐབས་དགུ་པ་དེས་རྗེས་མའི་གྲོས་ཚོགས་དེ་ལ་ཉག་ཉག་འབྲུལ་བྱུང་དགོས་པ་ཞིག་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག
 དེ་གནད་འགག་ཆགས་ཀྱི་འདུག་བསམས་ནས་གྲོས་ཚོད་དེ་ལ་འགྱུར་བ་གང་ཡང་གཏོང་དགོས་ཀྱི་མི་འདུག་ཀྱང་བསམ་ཚུལ་
 དེ་དེ་ཡིན་ཞེས་ཀྱུ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་དང་མཉམ་དུ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ནང་ལ་མ་ཞུགས་མཁན་དེ་ཚོར་གསུང་རྒྱ་མང་པོ་ཡོད་རྒྱུ་རེད། ཡིན་ནའང་
 ཚོགས་ཚུང་ནང་ལ་བསྐྱད་པ་དང་ལས་དོན་དེ་བྱེད་དུས་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འབྲུད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ལས་དོན་མང་པོ་ཞིག་ལ་
 འགོག་རྒྱུ་ཡང་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ ད་ལྟ་གོང་དུ་གསུངས་པ་ནང་བཞུགས་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ལས་ཁུངས་ཁག་དང་ཅིས་པ་ཁག་ འབྲེལ་
 ཡོད་ཀྱི་ལས་བྱེད་ཁག་ཅིས་དེ་ཚོས་ལན་འདེབས་མ་འདྲ་བ་ཅིས་ཞིབ་ལས་ཁུངས་ལ་གཅིག་བརྒྱབ་ མང་ཚོགས་ཅིས་ཁའི་
 ཚོགས་ཚུང་ལ་གཅིག་བརྒྱབ། སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ལ་འང་གཅིག་བརྒྱབ། དེ་འདྲའི་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་སྟེ་རྒྱ་ཆགས་
 ཀྱི་འདུག་ དེ་ཡིན་དུས་དེ་རིང་གི་དུས་ཚོད་བགོས་བཞག་པ་འདིའི་ནང་ལ་འཛིན་སྟོང་བཀའ་ཤག་ཡིན་ནའང་དོན་ཅུ་ཙམ།
 འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་ཁག་ནས་ཀྱང་ཉག་ཉག་ལན་ཞིག་བརྒྱབ་པ་ཡིན་ན་མང་ཚོགས་ཅིས་ཁའི་ཚོགས་ཚུང་སྐབས་དགུ་པ་

དེས་དེད་འགྲོ་དུས་དཀའ་ངལ་འབྲུག་གི་མ་རེད་བསམ་པ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་གོས་ཚོད་དེ་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་དགོས་
 རྒྱ་གར་ཡང་མི་འདུག ངས་བསམ་ན་དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཡག་གི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག རྗེས་སུ་ག་རེ་གནང་མ་གནང་དེ་གོས་
 ཚོགས་གྱི་ལག་ལ་ཡོད་རེད། གཤམ་སྤྱི་དུས་འཁུག་རྒྱུ་ལས་གྱིས་མཐུག་སྐྱོང་གནང་དགོས་པའི་དབང་དུ་བཞག་གི་ཡོད་ན།
 ངས་པར་དུ་འགྲོ་དགོས་གྱི་རེད། གསལ་པོ་བྱས་ནས་འགྲོ་དགོས་གྱི་རེད། དུས་ཚོད་ཀྱང་འགྲོ་དགོས་གྱི་རེད། དེ་ལྟ་ཡི་ཡོད།
 དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་བྱེད་གི་ཡིན་མདོག་མདོག་དང་འགྲིག་འགྲོ་ཡི་རེད་མདོག་མདོག་གསུང་གི་འདུག་ཀྱང་།
 ཡིན་ནའང་དགོས་གྱི་ཡོད་ན་དེ་འགྲོ་དགོས་གྱི་རེད། དེ་ལྟ་རྒྱ་ཡིན།

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

སྤྱི་འཐུས་ཆེ་བ་ཕུན་སྦྱིད་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཆེ་བ་ཕུན་སྦྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གོང་དུ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུ་ལས་གཉིས་གྱིས་བཀའ་གནང་བ་དེ་ལ་མོས་མཐུན་ཞུ་འོས་པ་ཞིག་
 མཐོང་སོང་ཞེས་དང་པོ་དེ་ལྟ་འདོད་བྱུང་། ངས་ད་གིན་བཞི་བ་དེ་ལ་དགག་པ་མ་ཞུས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞུས་ན་སྤྱི་འཐུས་
 རྒྱུ་ལས་ནས་བསྐྱམས་པེབས་པ་ཡིན་ཅང་བཀའ་བསྟར་རིམ་པ་མང་པོ་གནང་ནས་དགག་བྱ་དང་དགོས་པ་མང་པོ་ཞིག་ལ་
 གཞིགས་ནས་བསྐྱམས་པེབས་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ཞུས་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་བཞིན་ལ་མང་པེབས་ཡོང་དུས་དགོངས་
 ཚུལ་ལ་ཉན་དུས་དེ་ལ་རྒྱ་མཚན་མི་འདུག་བསམ་པ་ཅི་ཡང་བྲན་མ་སོང་། ལྟ་དོན་གཙོ་བོ་དེ། ང་ཡང་མང་ཚོགས་ཅིས་ཁྱའི་
 ཚོགས་ཚུངས་སྐབས་དུག་པར་བསྐྱད་སྐྱོང་མཁན་ཞིག་ཡིན། བྱས་ཅང་ལས་རྩོག་ག་ཚོད་ཡོད་མེད་དེ་ཚོགས་ལ་པོ་ཤེས་གྱི་ཡོད་
 ཅས་ལྟ་རྒྱ་དེ་ཉ་ཅང་གི་གནད་འགག་ཆེན་པོ་མཐོང་སོང་། དེ་ལྟ་རྒྱ་ཡིན།

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

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

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

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ད་ལྟ་གོང་དུ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་དོན་དག་དོན་དོན་འབྲུག་
 བབ་ས་གཅིག་པ་ཆགས་འགྲོ་ཡི་འདུག ད་ལྟ་དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་དེ་ནས་མར་ལམ་སྟོན་གསུང་ཡོང་དུས་དོན་
 ཚན་བཞི་བ་དེའི་ནང་ལ་སྤར་ལམ་བཞིན་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུ་ལས་གྱིས་ཀྱང་ཞིབ་འཐུག་ལུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་འགྲོ་དགོས་པ་དེ་
 གཞིར་བཞག་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་ཅང་། ངས་ད་གིན་གྱི་བཀའ་མོལ་དེ་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་ང་ཚོས་སྤྱི་འཐུས་
 རྒྱུ་ལས་ལ་འགྲོ་མི་དགོས་པ་བྱས་ནས་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་འགག་གིས་ཐད་ཀར་ལན་འདེབས་གནང་བཞག་པ་དེ་ཐད་ཀར་མང་

ཚོགས་ཅིས་ཁྲི་ཚོགས་ཚུངས་སྐབས་ ༩ པར་འགོ་རྒྱ་དེ་ག་རང་གི་ཐོག་ནས་སྤྱི་བཞག་པ་ཡིན་ན་དེ་ག་རང་ལ་མོས་མཐུན་
ཁྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

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

དེར་ཁྱད་པར་དེ་ཙམ་མི་འདུག་པར་གྱི་འདུག་སྤྱི་འཐུས་བསྐྱེད་འབྱུང་གནས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་བསྐྱེད་འབྱུང་གནས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ངས་ད་གིན་དོགས་འདྲི་ཙམ་ཞིག་ཁྱུས་པ་ཡིན། སྤྱི་མ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་རེད། ད་ལྟ་འདྲི་འདྲ་
ཞིག་ཆགས་བསྐྱེད་འདུག་དེ་ག་རེ་ཡིན་ནམ་ཞེས་དེ་ཁྱུས་པ་ཡིན། ད་ལྟ་ལས་རྫོགས་ཡོད་པ་དང་དེ་ཚོའི་གྲས་དེ་དངོས་ཡོད་རེད་
ལ་མོས་མཐུན་ཡང་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད། ང་རང་ཉིད་ལྟ་བུར་མཆོན་ན་མང་ཚོགས་ཅིས་ཁྲི་ཚོགས་ཚུངས་སྐབས་བཞེ་ཙམ་བྱས་པ་ཡིན།
དེ་དག་པལ་ཆེར་ཚོགས་གཙོ་བྱས་པ་ཡིན། ཁྱུས་མངའ་ཆ་ཆང་ཡོད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

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

དེར་ཁྱད་པར་དེ་ཙམ་མི་འདུག་པར་གྱི་འདུག་དེ་ཡིན་དུས་ཚོགས་གཙོ་གཉིས་ལ་དམིགས་བསལ་མཐེགས་བཟུང་གང་ཡང་
མེད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་མང་པ་ཞིག་གིས་དགོངས་པ་བཞེས་པ་ཡིན་ན། ཐད་ཀར་བཀའ་ཤག་
གིས་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ལ་གནང་རྒྱ་དེ་ག་རང་གིས་འགྲིག་གི་འདུག་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་བཟུང་ནས་མང་ཚོགས་ཅིས་ཁྲི་
ཚོགས་ཚུངས་སྐབས་དགུ་པར་མར་བཏང་ན་འགྲིག་གི་འདུག་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དེས་འགྲིག་གི་འདུག་གས། དཔལ་ལྷན་དཔལ་
འབྱོར་བཀའ་ལློན་མཆོག་

དཔལ་ལྷན་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་ལློན་ཀམ་ཡེ་ཤེས་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གས་མིན་དགོངས་པ་བཞེས་སྐབས་དེ་འདྲ་བཞེས་ཀྱི་ཡོད་ན། ཕྱི་ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༣༡ འདི་དུས་
བཀའ་མ་གནང་ན་ཉོག་ཙམ་ཡག་པོ་མེད་འགོ། བཀའ་ཤག་ལ་དུས་ཚོད་འདྲང་ངེས་རག་གི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག་ད་ལྟ་བཞི་
ཡོད་དུས་བཟུ་པ། བཟུ་གཅིག་བཟུ་གཉིས། དེ་ནས་དང་པོ་སྤྱི་བཞག་ཆར་བ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ལག་པོ་དང་ཚོགས་ཚུད་པ་
འབྲལ་རྒྱུར་མང་ཚོགས་ཅིས་ཁྲི་ཚོགས་ཚུངས་སྐབས་དགུ་པ་མཐོག་གས་པོ་འཇུགས་དགོས་པ་དེ་རང་ཉིད་སྤྱི་འཐུས་ཡིན་པའི་
སྐབས་སུ་ངས་མཐོང་གི་མེད། གང་ཡིན་ཁྱུས་ན་མང་ཚོགས་ཅིས་ཁྲི་ཚོགས་ཚུངས་པོ་བཟུགས་པ་ཡིན་ན་མཐོག་གས་དག
ཅིས་ཞིབ་མ་ཆར་ནས་ལས་ཀ་ལྟག་བསྐྱེད་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་གི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་མང་ཚོགས་ཅིས་ཁྲི་ཚོགས་ཚུངས་སྐབས་
དགུ་པ་དེ་མཐོག་གས་པོ་འཇུགས་མི་དགོས་པའི་དགོངས་པ་བཞེས། ང་ཚོའི་དུས་ཚོད་དེ་ཐོན་བྱ་ཞིག་པར་བསྐྱར་གནང་ན། ང་ཚོ་
ལ་ཡང་ལན་གང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་གསལ་གསལ་ཐིང་ཐིང་ཞིག་འབྲལ་རྒྱ་ཡོད་པ་བྱས། དེ་ནས་སྐབས་དགུ་པས་གཟིགས་པ་ཡིན་

ན། ད་ལྟ་འདི་ལ་ཡང་གནང་རྒྱ་དེ་མང་ཆོག་ས་ཅིས་ཁྲིའི་ཆོག་ས་ཆུང་སྐབས་དགུ་པས་གནང་རྒྱ་དང་། དུས་ཚོད་དེ་དང་པོའི་
 ལུས་ཅུ་སོ་གཅིག་བཞག་པ་ཡིན་ན་ཉོག་ཅམ་བཀའ་ཤག་ལ་དུས་ཚོད་ཉུང་བླ་གི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག བཀའ་ཤག་ལ་འང་ལས་
 རོན་མང་པོ་ཡོད་རེད། བཀའ་ཤག་གིས་ལྷན་ཁང་ཆང་མར་ལྟ་དགོས་པ་རེད། དཔལ་ལྷན་ཆོག་ས་གཙོ་མཆོག་ནས། དུས་ཚོད་
 དེ་ཁ་གསལ་པོ་གསུང་རོགས་གནང་། དུས་ཚོད་དེ་ག་ཚོད་དགོས་མིན་ཁ་གསལ་པོ་གསུང་རོགས་གནང་། དཔལ་ལྷན་བཀའ་
 རྒྱུ་མཆོག་ནས། དུས་ཚོད་དེ་ལྷ་བ་ལྷ་བླ་ཅིག་དགོས་པ་རེད། དཔལ་ལྷན་ཆོག་ས་གཙོ་མཆོག་ནས། ལྷ་བ་བླ་ལེ། དཔལ་
 ལྷན་བཀའ་རྒྱུ་མཆོག་ནས། ལགས་ཡིན། ཕྱི་ལྷ་གསུམ་པའི་བར་དུ། ལྷ་བ་བླ་གིས་འགྲིག་གི་འདུག དཔལ་ལྷན་ཆོག་ས་གཙོ་
 མཆོག་ནས། གསུམ་པའི་བཙུ་དེ་གཟའ་ཉི་མར་འཁེལ་བསྐྱེད་ཡོད་ན་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། དཔལ་ལྷན་བཀའ་རྒྱུ་མཆོག་ནས།
 དས་གསུམ་པའི་ལྷ་མཁུག་ནང་ཚུན་ཅམ་དུ་བྱུང་ན་བསམས་སོང་།

ཆོག་ས་གཙོ་མཁུག་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༩ ལྷ་ ༣ པའི་ལྷ་མཁུག་ནང་ཚུད་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་སུ་འབུལ་དགོས་རྒྱ། གྲོས་རོན་འདི་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་
 འབེབས་པར་དགག་བྱ་ཡོད་དམ། དགག་བྱ་མེད་པ་སོང་། འདི་སྤྱི་མོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གཏན་ལ་པབ་པ་ཡིན། ཕྱག་ཚོད་ ༡༩༣༠
 བར་དུ་དགྲུང་ཆོག་ས་བར་གསེང་ཡིན།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༧ ལྷ་ ༤ ཆེས་ ༡༩ ཉིན་གྱི་ཐུན་གསུམ་པ།

ཆོག་ས་གཙོ་མཁུག་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།

ལས་རིམ་འགོ་འཛུགས་ཀྱི་ཡིན། དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་བཞི་པ། ཁྲིམས་བཟོའི་ལས་རོན་ཁག་གི་བརྗོད་པ་གསུམ་པ་དེ་གཏན་
 འབེབས་གནང་རྒྱ་ཆགས་བསྐྱེད་ཡོད། རང་གསེས་ཀ་པ། རོད་མའི་སྤྱི་ག་འཛུགས་ཀྱི་ལས་ཤག་དང་བཟེས་ཤག་བཙོ་འགྲེམས་
 ཀྱི་སྤྱི་ག་གཞི་བསྐྱར་བཙུགས། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༢༥ པར་གཟིགས་རོགས་གནང་། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༢༥ པ་སྟན་སྟོན་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

༢༢། །གཞུང་འབྲེལ་སྤྱི་ག་གཞི་བསྐྱར་བཙུགས་ཁྲིམས་འཆར།

རོད་མའི་སྤྱི་ག་འཛུགས་ཀྱི་ལས་ཤག་དང་བཟེས་ཤག་བཙོ་འགྲེམས་ཀྱི་སྤྱི་ག་གཞི།

དོན་ཚན།	ཆོག་བརྗོད་སྤྱིང་པ།	བསྐྱར་བཙུགས་ཆོག་བརྗོད།	ཟུར་བརྗོད།
བརྒྱ་ གཉིས་པ། ནང་གསེས། ༣	བཟེས་ཡོལ་ལས་བྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་ཁང་། ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐྱོ་ལྷན་ཁང་ནས་ལྷ་བླ་པའི་ ནང་བཟེས་ཡོལ་ཐོན་མཁུག་གི་མཆོན་ཐོ་ཐོན་པ་ དང་ཆབས་ཅིག་བཟེས་ཡོལ་སྤྱོད་ཁང་ལྷ་མཁུག་སོ་ སོའི་སྟན་ལྷ་གཏན་འབེབས་འགོངས་ཤོག་ཐོག་ བསྐྱར་སྟེ་ས་ཁང་བདག་གཉེར་འགན་འཛིན་ལ་ འབུལ་དགོས། ས་ཁང་བདག་གཉེར་འགན་འཛིན་	བཟེས་ཡོལ་ལས་བྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་ཁང་། ཀྱ ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐྱོ་ལྷན་ཁང་ ནས་ལྷ་བླ་པའི་ནང་བཟེས་ཡོལ་ ཐོན་མཁུག་གི་མཆོན་ཐོ་ཐོན་པ་དང་ ཆབས་ཅིག་བཟེས་ཡོལ་སྤྱོད་ཁང་ལྷ་ མཁུག་སོ་སོའི་སྟན་ལྷ་གཏན་འབེབས་ འགོངས་ཤོག་བསྐྱར་སྟེ་ས་ཁང་	བསྐྱར་བཙུགས་ མང་མོས་ ཀྱིས་གཏན་ལ་ པབ།

གྲིས་སྟུན་ཞུ་དེ་དག་འབྱོར་རིམ་ལྟར་སྐྱབ་ཐོའི་ནང་ དེ་བཤོད་བྱེད་དགོས། བཟེས་ཡོལ་ཐོན་མཆོམས་ སྐྱབ་ཐོན་གསལ་ལྟར་གནས་རིམ་ལ་གཞིགས་ བའི་བཟེས་ཤག་ཨང་རིམ་བཞིན་འབྲུལ་རྒྱ་དང་། ཅི་སྟེ་བཟེས་ཁང་མེད་པ་དང་། ཡང་སྐབས་དུས་སོ་ སོར་བཤོ་སྟོད་མ་སྐབ་ཆེ་དུས་ནས་དུས་སྟུ་བཀའ་ ཤག་གིས་གཏན་འབེབས་གནང་བ་ལྟར་སྒྲུ་རེ་ བཞིན་བཟེས་ཤག་གོ་སྒྲིག་མ་སྐབ་བར་ཁང་དོད་ སྟོད་རྒྱ། གཞིས་ཁང་ཐོབ་ཐང་ཡོད་མེད་ལ་མ་སྟོས་ བར་རང་གི་བཟེས་སོགས་ཇི་ཐོབ་པོ་བཅུས་སྐྱར་ བའི་དདུལ་འཁོར་སྟེ་བ་གཅིག་ལ་བཟེས་ཤག་གི་ དོད་དུ་ཞུ་སྟོད་ཆོག་ཀྱང་འགན་འཛིན་སྟེ་ཆོན་གྱི་ ལས་བྱེད་ནམས་ལ་མང་མཐར་ཉིན་སྟོར་འབྲུམ་ བཅུ་བྱུག་དང་ཉི་མེ་ལྟོང་དང་ལས་བྱེད་ཆོན་གྱི་ ལས་བྱེད་ནམས་ལ་མང་མཐར་ཉིན་སྟོར་འབྲུམ་ བཅུ་བཞི་ལས་མ་བཞུལ་བ་བྱ་དགོས། འདི་རིགས་ ལ་དེའི་རྗེས་བཟེས་ཤག་གི་ཐོབ་ཐང་མེད། ལས་ ཤག་སྒྲིག་དོན་ལྟར་སྒྲུ་གཉིས་ནང་ཆོན་བྱིར་འབྲུལ་ ཞུ་དགོས། འོན་ཀྱང་དེ་སྔ་བཟེས་ཤག་གི་དོད་སྔ་ འདོན་ཞུས་ཐེན་རིགས་ནས་གནས་སྟངས་དབང་ གིས་བཟེས་ཤག་ཞུ་དགོས་བྱུང་ནས་ཁང་བདག་ གཉེར་ཁང་ལ་རྒྱ་མཆོན་དང་བཅས་སྟུན་ཞུ་འབྲུལ་ དགོས། བཟེས་ཤག་གསར་རྒྱག་གམ་སྟོར་བ་བྱུང་ ཆེ་བཤོ་སྟོད་ཆོག་རྒྱུ་འདེད་བདག་ནས་དེ་སྔ་བཟེས་ ཤག་དོད་ཞུ་ཡོན་ཇི་བྱས་སོགས་སྟེད་འབབ་བརྒྱ་ཆ་ ༥ བསྟན་ཉེ་བྱིར་འབྲུལ་དགོས་པ་ཡིན།	བདག་གཉེར་འགན་འཛིན་ལ་འབྲུལ་ དགོས། ས་ཁང་བདག་གཉེར་འགན་ འཛིན་གྱིས་སྟུན་ཞུ་དེ་དག་འབྱོར་ རིམ་ལྟར་སྐྱབ་ཐོའི་ནང་དེ་བཤོད་ བྱེད་དགོས། སྤྱི་རྒྱལ་དུ་གཞིས་སྟོས་ ཐེན་བའི་བཟེས་ཡོལ་བ་སྐྱད་བཟེས་ ཡོལ་ཐོན་མཆོམས་སྐྱབ་ཐོན་ གསལ་ལྟར་གནས་རིམ་ལ་གཞིགས་ བའི་བཟེས་ཤག་ཨང་རིམ་བཞིན་ འབྲུལ་རྒྱ་དང་། ཅི་སྟེ་བཟེས་ཁང་ མེད་པ་དང་། ཡང་སྐབས་དུས་སོ་ སོར་བཤོ་སྟོད་མ་སྐབ་ཆེ་དུས་ནས་ དུས་སྟུ་བཀའ་ཤག་གིས་གཏན་ འབེབས་གནང་བ་ལྟར་སྒྲུ་རེ་བཞིན་ བཟེས་ཤག་གོ་སྒྲིག་མ་སྐབ་བར་ཁང་ དོད་སྟོད་རྒྱ། གཞིས་ཁང་ཐོབ་ཐང་ ཡོད་མེད་ལ་མ་སྟོས་བར་རང་གི་ བཟེས་སོགས་ཇི་ཐོབ་པོ་བཅུས་སྐྱར་ བའི་དདུལ་འཁོར་སྟེ་བ་གཅིག་ལ་ བཟེས་ཤག་གི་དོད་དུ་ཞུ་སྟོད་ཆོག་ ཀྱང་འགན་འཛིན་སྟེ་ཆོན་གྱི་ལས་ བྱེད་ནམས་ལ་མང་མཐར་ཉིན་སྟོར་ འབྲུམ་བཅུ་བྱུག་དང་ཉི་མེ་ལྟོང་དང་ ལས་བྱེད་ཆོན་གྱི་ལས་བྱེད་ནམས་ ལ་མང་མཐར་ཉིན་སྟོར་འབྲུམ་བཅུ་ བཞི་ལས་མ་བཞུལ་བ་བྱ་དགོས། འདི་རིགས་ལ་དེའི་རྗེས་བཟེས་ཤག་ གི་ཐོབ་ཐང་མེད། ལས་ཤག་སྒྲིག་དོན་	གསར་འཛུགས་ མང་མོས་ གྲིས་གཏན་ལ་ སྐབ།
---	---	---

	མེད།	ལྟར་ཟླ་གཉིས་ནང་ཚུན་བྱིར་འབྲུལ་ཞུ་ དགོས། འོན་ཀྱང་དེ་སྔ་བཟེས་ཤལ་ གི་དོད་སྔ་འདོན་ཞུས་ཟིན་རིགས་ ནས་གནས་སྟངས་དབང་གིས་བཟེས་ ཤལ་ཞུ་དགོས་བྱུང་ན་ས་ཁང་བདག་ གཉེར་ཁང་ལ་རྒྱ་མཚན་དང་བཅས་ སྟན་ཞུ་འབྲུལ་དགོས། བཟེས་ཤལ་ གསར་རྒྱག་གས་སྟོང་པ་བྱུང་ཆེ་བལོ་ སྟོད་ཆོག་རྒྱ་ལང་དོ་བདག་ནས་དེ་སྔ་ བཟེས་ཤལ་དོད་ཞུ་ལེན་རི་བྱས་ཐོག་ སྟེད་འབབ་བརྒྱ་ཆ་ ༥ བསྟན་ཏེ་བྱིར་ འབྲུལ་དགོས་པ་ཡིན། ཁ བྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྱུ་ཁག་གཞིས་སྟོས་ཟིན་ བའི་བཟེས་ཡོལ་བ་གང་ཞིག་ཁང་ དོད་སྔ་མ་ཐུད་ཞུ་བཞིན་པ་རྣམས་ལ་ ཡུལ་དུས་གནས་བབ་དང་། ཁྲིམས་ དོན་གང་ཅིའི་ཆ་ནས་བཟེས་ཤལ་གོ་ སྒྲིག་ཞུ་ཐབས་མེད་པར་བཞེན་བྱི་ རྒྱལ་ཡུལ་གྱུ་ཁག་ཏུ་གཞིས་སྟོས་བྱ་ གཏན་འཁེལ་བ་དང་བྱེད་ལ་ཉེ་བ་ རྣམས་ལ་བཟེས་ཡོལ་ཐོན་ཉིན་ནས་ སྒྲིག་གསལ་བཟེས་ཤལ་གི་དོད་ཞུ་ སྟོད་ཆོག་རྒྱ་ལས་ཁང་དོད་དང་ བཟེས་ཤལ་གི་ཐོབ་ཐང་མེད། བྱི་ རྒྱལ་ཡུལ་གྱུ་ཁག་ཏུ་གཞིས་སྟོས་ཟིན་ པ་གང་ཞིག་ཁང་དོད་ཞུ་སྟུག་ཡིན་ན། དེ་རྣམས་ལ་སྐྱབས་དེའི་བཟེས་	
--	-------------	---	--

		ཐོགས་ཐོག་ཅིས་སྐྱོར་གྱིས་བགྲུ་ འག་གི་དོད་གཅིག་མཚུངས་འཛོལ་ རྒྱ་ཡིན་ཡང་ལོ་ ༡ ནས་ ༣ ཟླ་བོར་ ཁང་དོད་ལྷན་ཟེན་རིགས་ལ་བགྲུ་ འག་གི་དོད་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ དང་། ལོ་ ༣ ནས་ ༥ ཟླ་བོར་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠། ལོ་ ༦ ཟླ་བོར་ཡན་ལ་བརྒྱ་ཆ་ ༣༥ རེ་གནང་སྟེ་ཁང་དོད་གནང་རྒྱ་ མཚམས་འཛོག་དང་བགྲུ་འག་ སྒྱུ་ག་ཐོ་ནས་ཀྱང་སྤྱིར་འཐེན་བྱ་ དགོས།	
--	--	---	--

བརྗོད་བ་གསུམ་བ་ཟེན་བ་ཡིན།

དེ་རིང་གི་ལས་དོན་གྱི་བརྗོད་བ་ལྟ་བུ། ལས་དོན་འཕྲོ་སྐྱོང་དགོས་རིགས། ཚོགས་གཙོ་གཉིས་ཀྱིས་མ་དོན་བའི་ཐོག་
 ནས་བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་བ་དང་བཀའ་ཁྲོན་ནམ་བས་ཅི་སྟབས་སོང་བས་མ་ན་གསུང་རོགས་གནང་ཞེས་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན། དེ་
 རིང་གི་ལས་རིམ་དྲུག་པ། མཚུངས་མེད་ཚོགས་དྲུང་ནས་དགོངས་ཤོག་ཁག་སྟན་སྟོན་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན།

མཚུངས་མེད་ཚོགས་དྲུང་ལྟ་ཁང་ཆེ་རིང་སྟོབས་རྒྱལ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་དགོངས་ཤོག་ཁག་སྟན་སྟོན་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན།

ཡང་།	མཚན།	དགོངས་ཁྱེ་ཆེས་དང་། རྒྱ་མཚན།
༡	སྤྱི་འཐུས་ཁྲི་བ་ཆེ་རིང་ལགས།	སྐར་གྱི་ལས་དོན་གལ་ཆེ་ཞིག་གྱི་རྒྱུན་བས་གོས་ཚོགས་སུ་བཅར་ ཐུབ་མིན་ལ་བརྟེན། ཕྱི་ཆེས་ ༣༤ ཉིན་གཅིག་དགོངས་ཁྱེ།
༢	སྤྱི་འཐུས་སྤྱི་ཆོང་རྒྱ་རིགས་ཐར་ ལགས།	བདག་གི་དྲིན་ཆེན་མ་ལོན་ཆེ་བ་དང་། ཉན་མནར་གྱི་རྒྱུན་བས་འདས་ གོངས་སུ་གྱུར་བས་ནམ་དཀར་མཆོད་སྤྱོད་ཁྱེ་རྒྱ་འབའ་ཞིག་གི་ཆེད། ཕྱི་ཆེས་ ༣༤ ནས་ ༣༥ བར་ཉིན་གསུམ་དགོངས་ཁྱེ།
༣	སྤྱི་འཐུས་དབུ་དཀར་ཆོང་གཡུ་ སྟོན་ལགས།	ཕྱི་ཆེས་ ༣༥ ཉིན་རྒྱུ་དང་། ཕྱི་ཆེས་ ༣༥ ཉིན་གང་གོས་ཚོགས་སུ་ བཅར་ཐུབ་མིན་གྱིས་ཉིན་གཅིག་དང་ཕྱི་དགོངས་ཁྱེ།

དཔལ་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་དགོངས་ཤོག་སྟན་སྟོན་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན།

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

དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་བདུན་པ། ཚོགས་གཙོའི་མཛུགས་བསྐྱེད་པ་གཏམ་བཤད་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན།

དཔལ་ལྷན་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གི་མཛུགས་བསྐྱེད་པ་གསུང་བཤད།

༡༣། སྐྱབས་ ༡༩ པའི་ཁྱོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་ ༩ པའི་མཛུགས་བསྐྱེད་པ་གི་ཐོག་ལ། ཅ་པའི་ཚོགས་གཙོའི་ངོས་ནས་གཏམ་བཤད་རིང་པོ་ལྷ་རྒྱུའི་གྲྭ་སྤྱི་གཤམ་གང་ཡང་ལུས་མེད། འོན་ཀྱང་ཚོགས་གཙོས་གང་བཤད་པ་དེ་ཚོགས་འདུའི་བྱ་བ་འབྲས་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་བསྟན་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ཐག་གཅོད་དང་བཀོད་ཁུབ་གང་ཡང་ཆགས་ཀྱི་མ་རེད་ཅེས་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་ང་ཚོས་ལས་རིམ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཐུ་དན་གྲུས་འདུད་ཀྱི་ཁྱོས་ཚོད་ལྔ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཁྱོས་ཚོད་དོན་ཚན་བདུན་ཡོད་པ་གཅིག་དང་། ཁྱིམ་སྤྱི་གཤམ་བསྐྱར་བཅོས་རིགས་གཅིག་ཐེབས་ཡོད། ང་ཚོ་སྐབས་ ༡༩ པའི་ཁྱོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་ ༩ པའི་ལས་རིམ་མང་ཆེ་བ་དེ་བཀའ་བློན་ལྷན་ཁང་ཁག་གི་ལས་བསྐྱེད་སྤྱི་འཐུས་དང་། སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ལས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལྷན་ཁང་ཁག་གི་ལས་བསྐྱེད་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་བར་ཞིབ་འཛུགས་གནང་བའི་སྟུན་ཐོའི་ཐོག་ལ་བསྐྱོད་དང་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ལ་དུས་ཚོད་མང་ཅམ་ཞིག་བཏང་ཡོད་པ་རེད། དུས་ཚོད་བཏང་བའི་ནང་ལ་ཡིན་ནའང་དཔལ་ལྷན་སྤྱི་འཐུས་གཙོ་མཆོག་པའི་དཔལ་ལྷན་བཀའ་བློན་ནམ་བུ་དང་། ཁྱོས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་ཡོངས་ནས་ཆ་ཆ་ཁྱུར་ཁྱུར་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལས་རིམ་ཐེབས་པ་ནམས་ལ་ཚོགས་གཙོ་སྤེལ་པོའི་ངོས་ནས་འཆར་གཞི་གཞིར་བཟུང་ལས་རིམ་ལག་ཐོག་ཚོད་ཅིག་བྱུང་སོང་སྟུང་པའི་ཚོར་སྣང་བྱུང་།

ཅ་པའི་ང་ཚོས་ལས་དོན་གང་དང་གང་བརྩམས་པ་ཡིན་ནའང་། གཅིག་ནས་བོད་མིའི་སྤྱི་གཤམ་དང་བོད་མི་རིགས་དབར་ལས་དོན་ཐོག་ལ་འབྲེལ་བ་ཆགས་དགོས་པ་གཅིག་དང་། གཉིས་ཐད་ནས་ང་རང་ཚོ་བོད་མིའི་བདེན་མཐའ་གསལ་ཆེད་དུ་རྒྱ་ནག་གཞུང་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནས་སྟངས་རེད། ང་རང་ཚོས་ལས་རིམ་མང་པོ་ཞིག་སྤྱི་གཤམ་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཀྱང་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་མཆོན་ན། རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐོག་ནས་དམར་ཤོག་གི་སྤྱི་གཤམ་དེ་འབྲེལ་མར་འགྱུར་བ་འགྲོ་ཡི་རེད་ཅེས་བཤད་ཆོད་ཐེག་གི་མི་འདུག་སྟེ། ཡིན་ནའང་དམར་ཤོག་གི་སྤྱི་གཤམ་དེ་སྤྱོད་པ་ཞིའི་ནང་ལ་འགྱུར་བ་མང་པོ་ཞིག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཆགས་ཡོད་ཀྱི་འདུག དེ་ཡང་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་འབྲེལ་ནས་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱས་ན་མི་འགྲིག་པའང་མེད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཡོད་ཀྱི་འདུག ཉེ་ཆར་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་ཆེན་སྐབས་སུ་རྒྱ་ནག་གི་ཕྱི་སྲིད་མྱོན་ཆེན་ Wang Yi ཞེས་པ་དེས་གཏམ་བཤད་གནང་འདུག སྐབས་དེར་ཁོང་གིས་རྒྱལ་ཕྱན་མཆོན་ཆ་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་པན་ཚུན་སྐད་ཆ་བཤད་ནས་ཐག་གཅོད་བྱ་དགོས་པ་རེད་ཅེས་བཀའ་མོལ་དེ་འདྲ་གསུངས་འདུག གནས་སྟངས་དེ་འདྲར་གཞིགས་ན། སྤྱི་ནོར་ལྔ་གོང་ས་ལྷ་ས་མགོན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་དགོངས་གཞི་རེད། བོད་མིའི་སྤྱི་གཤམ་དེ་ལངས་ཕྱོགས་རེད། མདོར་ན་སྤྱི་འཐུས་དབུ་མའི་ལས་ཀྱི་བོད་རྒྱ་གཉིས་པན་གྱི་ལས་ནས་ང་རང་ཚོ་མདུན་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱབ་དགོས་པ་རེད། གཅིག་བྱས་ན་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་འགྱུར་བ་འགྲོ་བའི་གནས་སྟངས་ཆགས་ཀྱི་མེད་དམ་སྟུང་པའི་རེ་བ་མཐོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ང་རང་ཚོའི་སྤྱི་གཤམ་རེད། དེ་ཚོའི་ཐོག་ནས་གོ་སྐབས་དམ་འཛིན་གནང་དགོས་པ་དང་། གནས་སྟངས་དེའི་ཐོག་ལ་འཐུས་ཤོར་མི་འགྲོ་བ་གནང་སྤྱབ་དགོས་པ་དེའང་ཉ་ཅང་གི་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་རེད། རྒྱ་ནག་གཞུང་གི་ངོས་ནས་བོད་ཀྱི་གནད་དོན་གྱི་ཐོག་ལ་ལག་པ་མ་འཆར་བར་སྟུང་མཐུད་ནས་ལྷག་སྤྱབ་ཐབས་

མེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་མཐོང་གི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། གཅིག་ནས་བོད་ནང་གི་བོད་མིའི་སེམས་ཤུགས། ལྷག་བསམ་
 དང་ལྡན་པའི་ཐོག་ནས་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དམ་འཛིན་གནང་དགོས་པ་དེ་ཡང་གནས་སྐྱེད་སྤྱོད་གཅིག་རེད། དེ་ནས་ང་རང་ཆོ་
 བཅན་ཤོལ་སྤྱི་ཆོག་ནས་ནང་ལ། གཙོ་བོ་སྤྱི་ཙོང་ལ་གོང་ས་ལ་སྐུ་བས་མགོན་པོ་ཆེ་མཆོག་དང་བོད་མིའི་སྤྱི་ག་འཇུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་
 སེམས་ཁུར་རེད། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱི་ཆོག་ནས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བོད་དོན་ཐོག་ལ་ཐུགས་སྦྱང་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་ནག་གཞུང་
 གིས་བོད་དོན་ཐོག་ལ་ལག་པ་མ་འཆང་ནས་ཟུར་ལ་གཡུག་བཞག་པའི་གནས་སྐྱེད་སྤྱོད་གཅིག་ཅུ་བ་ཉིད་ནས་ཆགས་ཀྱི་མི་འདུག་ཅེས་
 ཆོག་གས་གཙོ་ས་མཐོང་ཚུལ་ཞིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

དེ་བཞིན་དུ་ང་ཆོའི་གྲོས་ཆོག་ནས་ཀྱི་ལས་རིམ་ནང་ལ་སྤྱི་འཐུས་སྤེལ་གྱི་གྲོས་ཆོད་ཅིག་ཐེབས་ཡོད། དེ་ཆོ་མང་མོས་ཀྱི་སྒོ་
 ནས་གཏན་འཁེབས་ཞུ་བ་ལ་བྱུང་ཡོད། གཙོ་བོ་བོད་མིའི་སྤྱི་ག་འཇུགས་ཀྱི་དབུས་སའི་ཡན་ལག་ལ་གཏམ་བཤད་ཡིག་འབྲེལ་
 རིགས་གཙོ་བོ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ནས་གནང་དགོས་པའི་ཐག་གཅོད་ཅིག་བྱུང་བ་ལྟར་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟའི་དུས་ཆོད་ཀྱི་གནས་སྐྱེད་སྤྱོད་
 ལ་གཞིགས་ན་ཆོག་གས་གཙོ་ས་ལག་པོ་བྱུང་སྐད་སྤྱོད་ཆོད་སྤྱོད་བྱུང་། རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ད་ལྟ་ང་ཆོ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་
 གནས་སྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ལ་སེམས་འཆབ་སྤྱི་དགོས་པའི་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ གཅིག་ནས་བོད་ནང་གི་གནས་སྐྱེད་སྤྱོད་
 ཀྱི་ཐོག་ནས་སེམས་འཆབ་སྤྱི་དགོས་པའི་གནས་སྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་གཉིས་ཐད་ནས་ང་ཆོ་བཅན་ཤོལ་སྤྱི་ཆོག་ནས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སེམས་
 འཆབ་སྤྱི་དགོས་པའི་གནད་དོན་ཞིག་ཀྱང་ཆགས་འདུག་ དཔེར་ན། བོད་ལྟ་བུར་ཆ་མཆོན་ན། རྒྱ་ནག་དང་ས་མཚམས་ཀྱི་བོད་མིའི་
 གནས་སྐྱེད་སྤྱོད་རེད། གཞན་ཡང་བོད་ནང་ལ་རིགས་གཅིག་གིས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་མ་ཤེས་པའི་གནས་སྐྱེད་སྤྱོད་སོགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་
 གི་འདུག་ ང་ཆོ་བཅན་ཤོལ་སྤྱི་ཆོག་ནས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཡིན་ནའང་མང་ཆེ་བ་ཞིག་གཞན་དབང་སྐབས་བསྐྱུན་ཆགས་ཡོད་དུས། རང་རྒྱུ་
 གི་ཐོག་ནས་ང་རང་ཆོ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐེད་སྤྱོད་གཏོང་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་ང་རང་ཆོས་གཞན་དབང་སྐབས་བསྐྱུན་ཀྱི་འོག་
 ནས་གང་ལ་གང་འོས་པ་དང་། གང་ལ་གང་འཆམ་པའི་ཐོག་ནས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དེ་རྒྱ་མཚན་གྱི་ཤུགས་ཆེན་པོ་གནང་བ་ལྟར་དགོས་པ་
 དེ་གནད་ལག་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། ང་ཆོ་སྤྱི་རྒྱལ་ཁག་ནང་ལ་བཞུགས་པའི་བོད་མི་ཆོའི་ངོས་ནས་བསྐྱུན་ནའང་། བོད་
 ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་དོ་སྤྱོད་གསར་པ་ཞིག་བསྐྱེད་པས་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་ག་ཆུང་ཆུང་ཡིན་ནའང་། བོད་ཀྱི་སྤྱི་ག་ཀྱི་སོགས་ཀྱི་
 ཐོག་ལ་དོ་དམིང་སྤྱོད་གསར་པ་ཞིག་བསྐྱེད་པས་བསྐྱེད་འདུག་ དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ང་རང་ཆོའི་ཁོར་ཡུག་ལག་ཏུ་འགྲོ་བ་གཅིག་དང་། སོ་སའི་
 ངོས་ནས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་དོ་སྤྱོད་ཆེ་དུ་ཡོད་རྒྱ་ཅུ་མ་མ་ཟད། མ་འོངས་པར་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་ཉན་ཉན་ཐུགས་པན་སོས་པའི་རེ་
 བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཀྱང་འདུག་ དེ་ཡིན་དུས་ང་རང་ཆོའི་ངོས་ནས་གོ་སྐབས་དམ་འཛིན་གནང་དགོས་པ་དང་། བོད་མི་མང་ཆོག་ནས་ཀྱི་ངོས་
 ནས་ཡིན་ནའང་དེའི་ཐོག་ལ་དོ་སྤྱོད་དམིགས་བསམ་ཞིག་དང་ཤུགས་ཆེ་དུ་གནང་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་རིང་ང་ཆོའི་ལས་རིམ་གལ་ཆེ་བ་གཅིག་དེ་མང་ཆོག་ནས་ཅིས་ཁྲའི་ཆོག་སྐྱེད་ཀྱི་སྐབས་ ༩ པའི་སྐྱེད་ཐོད་ཆགས་ཡོད་པ་
 རེད། དེའི་ཐོག་ནས་མང་ཆོག་སྐྱེད་ཅིས་ཁྲའི་ཆོག་སྐྱེད་ཀྱི་ཆོག་གཙོ་རེད། ཆོག་སྐྱེད་མི་རྣམས་པས་དངོས་གནས་ཤུགས་ལས་ཏུར་ཐག་
 གནང་སྟངས་། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཆོག་སྐྱེད་གཙོ་གཉིས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཡིན་ནའང་བསྐྱེད་པས་བརྗོད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ང་ཆོས་མཆུག་སྤྱོད་གནང་
 ཐུགས་དེ་གོང་དུ་བཞོ་སྤེལ་བྱས་མ་ཐག་པ་དེ་རེད། བོད་མིའི་སྤྱི་ག་འཇུགས་དབུས་སའི་ཡན་ལག་ཁག་ལ་ད་ལྟའི་ཆར་སྤྱོད་ཐུལ་
 སྤངས་ཀྱི་གནས་སྐྱེད་སྤྱོད་ཤུགས་ཆེ་བ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་སྤྱི་ག་གཞི་དང་ལས་དོན་ཤུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཅིས་ཞིབ་

སྒྲིབ་མེད་ཀྱི་ལྷན་ཚུལ་དེ་རིགས་ལྷན་པ་མང་པོ་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཚོ་འོ་སྒྲོ་ལ་རིམ་བུས་ལན་འདེབས་དང་གསལ་བཤད་ཀྱི་སྒོ་ནས་
འགྲིག་འགྲོ་བ་གཅིག་དང་། བྱང་ན་འབྱུང་འབྱུང་ང་ཚོ་མང་ཚོ་གསུམ་ཅིས་ཁུའི་ཚོ་གསུམ་ཚུང་ཡང་བསྐྱར་འཇུགས་མ་དགོས་པའི་གནས་
སྒངས་ཤིག་བཟོ་དགོས་པ་གཤམ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད།

དེ་ནས་ང་རང་ཚོ་དེ་རིང་གི་བཀའ་སློན་ལྷན་ཁང་ཁག་གི་ལས་བསྐྱེམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བཟོ་སྐྱེད་མང་པོས་ཤིག་
ནང་མིང་ལས་ཁུངས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཡིན་པ་དང་། དེ་ཡང་མང་པོས་ཤིག་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཉིན་མོའི་ཐོག་ལ་བཟོ་སྐྱེད་འབྲེལ་བའི་
པོ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སྐྱེད་འཇུག་གི་ཁྱེད་མཁན་གྱི་རིས་ནས་གང་ལ་གང་འཆོམ་གྱིས་སྐྱེད་འཇུག་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། ཡིན་
ནའང་སྐྱེད་འཇུག་གི་ཁྱེད་དུས་གནས་ཚུལ་རིགས་གཅིག་བདེ་པོ་མེད་པའི་གནས་སྐྱེད་འཇུག་ཡོད་ཀྱི་འདུག་སྐྱེད་གཞི་མང་བ་དེ་བྱུང་
མེད་ཀྱི་ཉིན་མོའི་གནས་སྐྱེད་འཇུག་དེ་ཆགས་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཉིན་མོ་དགོས་འདུག་དང་མི་འདུག་ཅེས་པ་དེའི་ཐད་ལ་བཟོ་
སྐྱེད་འབྲེལ་བའི་པོ་བསྐྱེད་པས་པ་རེད། དེ་ཚོ་འོ་ཐད་ལ་འཇུག་སྐྱེད་བཀའ་འབག་གིས་གོ་བསྐྱར་སྐྱེད་པས་བཤད་གནང་ཐུབ་དགོས་པ་
དང་། བྱང་ན་སྐྱེད་གསལ་ཞུ་དགོས་ནའང་ཞུས་ནས་གང་ལྟར་བསྐྱར་དུ་བཟོ་སྐྱེད་མ་ཡོང་བ་ཞིག་གནང་ཐུབ་དགོས་ཀྱི་དེ་གཤམ་ཆེན་པོ་
རེད་བསམ་གྱི་འདུག་ དེ་རིང་གི་གྲོས་ཚོགས་འདི་གཅིག་བྱ་མ་རེད། གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་གསུམ་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་བྱུང་མེད་ཀྱི་
ཉིན་མོ་དང་འབྲེལ་བའི་སྒོར་ལ་བཟོ་སྐྱེད་འབྲེལ་བའི་པོ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། གཞན་ཡང་བཟོ་སྐྱེད་བྱུང་མེད་པའི་གཞི་རྩ་འཇུག་སྐྱེད་ཀྱི་ལས་དོན་
ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱོགས་དང་། སྤྱི་གཞི་སོགས་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཆ་ནས་སྐྱེད་སྐྱོང་མང་པོ་བྱུང་ཡོད། དེ་ཚོར་འཇུག་སྐྱེད་
གི་རིས་ནས་བསྐྱར་ཞིབ་གནང་དགོས་པ་དང་། ཐག་གཅོད་དང་ལག་བསྐྱར་གང་དང་གང་གནང་དགོས་པ་གོ་བསྐྱར་གནང་དགོས་ཀྱི་དེ་
ཉུང་གཤམ་ཆེན་པོ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག་ དེ་ཡིན་དུས་དེ་ལྟར་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་འབྱུང་འབྱུང་གི་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་ཡང་ཡང་སྐྱེད་
སྐྱོང་མི་ཡོང་བ་ཞིག་ཉན་ཉན་ཡོད་ཀྱི་རེད་སྟེ། དེ་ལས་གཤམ་ཆེན་པོ་མང་པོ་ཞིག་ལ་དུས་ཚོད་གཏོང་ཐུབ་པར་ཉན་ཉན་ཐུགས་མན་སོས་
ཀྱི་རེད་སྟེ།

དེ་བཞིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་སྐྱོང་བའི་སྐབས་སུ་ཚོགས་གཙོ་གཉིས་ལ་ཚོར་སྣང་ངམ། གང་ལྟར་སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་ཆ་ནས་
ང་རང་ཚོ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འགྲོ་ཐུགས་དང་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པ་ཚོ་འོ་བཟོ་སྐྱེད་ཀྱི་ཆ་ཤིས་བཞེས་ཕྱོགས། དེ་བཞིན་ཀྱི་བཀའ་སློན་རྣམས་
པའི་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད་སོགས་དངོས་གནས་ཉུང་གི་ཆད་མཐོན་པོ་རེད་འདུག་ དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཚོ་འོ་གསལ་ལ་ང་ཚོས་དགའ་
བ་སྒྲོམ་དགོས་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་རེད། ངས་མིང་ཞུ་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས། གནང་ཡོད་མི་གཅིག་གིས་ཁྱེད་ཚོ་འོ་གྲོས་ཚོགས་
ཚོགས་བསྐྱེད་འདུག་ཅེས་གསུངས་སོང་། ལས་སང་གྲོས་ཚོགས་གནས་སྐྱེད་འཇུག་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཞུ་དུས། ཁོང་བོད་པ་མ་
རེད། ཁོང་གིས་ལས་སང་ཁྱེད་ཚོ་དཔེ་ཉུང་ལས་པ་རེད་འདུག་ སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་གི་ཐོག་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་བཟོ་སྐྱེད་དང་མེད་སྐྱོད་བཏང་
ཐུབ་པ་དེ་ཡང་དངོས་གནས་ཉུང་ལས་པ་ཞིག་རེད་འདུག་ ང་ཚོ་རང་བཅོན་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ནང་ལ་དེ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཆུང་པོ་ཡག་པོ་
ཞིག་འགྲོ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་དང་ལས་དོན་བཅས་གནས་སྐྱེད་འཇུག་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་དེ་འདྲའི་ལས་རིམ་
ཆགས་ཆུང་པོ་འགྲོ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་གསུང་མཁན་འགའ་ཡོད་ཀྱི་འདུག་ དེ་ཡིན་དུས་འདི་ཚོ་ང་ཚོ་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་
ནས་དགའ་བ་སྒྲོམ་དགོས་པའི་གནས་སྐྱེད་འཇུག་རེད་ཅེས་ཞུ་ཐུ་ཡིན།

དེ་ནས་དེ་རིང་ང་ཚོའི་བྱོམ་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་ཞིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བྱོམ་ཚོགས་ཚོགས་ཐེངས་ཤིག་ཚོགས་མ་
 ཐུབ་བའི་གནས་སྟངས་ཆགས་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྐབས་དེར་གཏམ་བཤད་གནང་སྟངས་དང་།
 ཚིག་ཆ་བཅད་སྟོང་གཏོང་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སེམས་འཆབ་ཆགས་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཀྱང་ཆགས་པ་རེད། དེར་བརྟེན་
 དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དུང་མཆོག་ནས་བཅད་གཅོད་དང་བྱོམ་ཚོགས་ནང་ལ་གཏམ་བཤད་པེབས་དགོས་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཚོགས་གཙོའི་
 ཐོག་ནས་གཏམ་བཤད་ཞུ་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་པ་རེད། ཅ་བའི་གནས་ཚུལ་དེ་གསལ་པོ་ཆགས་པའི་རྗེས་ལ་བཀུར་འོས་
 སྤྱི་འཐུས་སྐེད་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཚིག་ཆ་དེ་ཚོ་ཆང་མ་སྤྱིར་འཐེན་ཞུ་ཡི་ཡིན་ཞེས་ཞུས་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཚིག་ཆ་དེ་ཚོ་སྤྱིར་འཐེན་
 ཞུས་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་ཚོགས་འདུའི་འགོ་སྟངས་ཀྱི་ཆ་ནས་མི་འགྲིག་པ་ཡོད་པ་མ་རེད་ཀྱང་། གལ་པོ་ཆེ་ལ་ནན་ཏན་གྱི་ཚུལ་དུ་ཚོགས་
 གཙོས་ཡར་ལངས་ཏེ་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཚིག་ཆ་ཐམས་ཅད་བྱོམ་ཚོགས་ཀྱི་དེ་བ་ཐེངས་ནང་ནས་སྤྱིར་འཐེན་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་གསལ་པོ་
 བྱས་ནས་ཐག་གཅོད་ཞུས་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་བྱོམ་ཚོགས་ཀྱི་འགོ་ལུགས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཐག་གཅོད་ཆད་མཐོའོས་ལྟ་བུ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་
 པ་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་ང་རང་ཚོའི་གནས་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཆོལ་ཁ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་མ་ཐུན་ལམ་ལ་གཞི་བཞུགས་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་
 ཡགོང་ས་ཡུལ་ས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ལ་མཆན་སྟོན་གྱི་གཞི་གང་ཡང་ལྷག་མེད་ཅེས་དེ་གསལ་པོ་བྱས་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ཡིན་
 དུས་བྱོམ་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་རྣམས་པ་རེད། ལྷག་པར་དུ་རྒྱ་ཆེའི་མང་ཚོགས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། རྒྱ་བཅོམ་པོ་གནང་རོགས་
 ཀྱིས་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ལར་ནས་བྱོམ་ཚོགས་ཀྱི་གནས་སྟངས་ལ་གཞིགས་ན། བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་པོ་སྐབས་ལེན་དུས་ཚོར་བའི་དབང་
 གིས་སྐད་ཆ་རེ་བྱུང་རིང་བྱུང་ཤོར་བ་མཆམས་རེ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་བྱོམ་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་རྣམས་པ་ཡིན་
 ནའང་འགན་ཁུར་གནང་དགོས་པ་ཞིག་དང་། ལྷག་པར་དུ་རྒྱ་ཆེའི་མང་ཚོགས་ཀྱི་དེའི་ཐོག་འགན་ཁུར་གནང་དགོས་པ་ཏ་ཅང་གལ་
 ཆེན་པོ་རེད་པས་མ་གྱི་འདུག དེ་ལྟ་བུའི་བཀུར་འོས་ལ་གསུངས་པ་དེ་དག་བཅད་བཏུབ་བྱས་ནས་པར་ཚུར་སྤྱི་ཚོགས་བྱ་རྒྱུའི་ནང་ལ་བཅད་
 སྟོང་གང་བྱུང་བཏང་བ་དེ། ངས་བལྟས་ན་དེ་འགན་ཁུར་ཡག་པོ་ཞིག་མ་རེད་པས་མ་གྱི་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་འགན་ཁུར་ཡག་པོ་ཡིན་ན་
 དང་པོ་སོ་སོ་ནས་འགོ་བཙུགས་ནས་སྤྱི་ཚོགས་འདི་བརྟན་ལྗོངས་དང་ལྗོངས་འཛུགས། མ་ཐུན་ལམ་ཡོང་རྒྱུར་ང་ཚོས་འབད་བརྩོན་བྱ་སྟེ་
 དགོས་པ་དེའང་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

ལར་ནས་བྱོམ་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་རྣམས་པ་རེད། བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་དེ་ཉིད་རེད། མ་འོངས་པའི་ང་ཚོའི་བྱོམ་ཚོགས་ཀྱི་
 ནང་ལ་སྤོང་སྤོང་ག་རེ་གནང་བ་ཡིན་ནའང་འགྲིག་གི་རེད། ཡིན་ནའང་གནང་ལུགས་གནང་སྟོགས་དེ་རྒྱ་མཆན་དང་ཁུངས་ལུང་ལྷན་
 པའི་ཐོག་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་རྒྱུ་ཡིན་ནའང་འདྲ། ལུས་ངག་གཉིས་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཚུལ་དང་མ་ཐུན་པ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན་ན།
 གཞིགས་མཁན་གྱི་རྒྱ་ཆེའི་མང་ཚོགས་ཡིན་ནའང་བཀུར་འོས་བྱོམ་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་རྣམས་པར་ཡིད་ཆེས་དང་ཆ་འཛོག་ལུགས་ཆེ་
 བ་ཡོང་བའི་རེ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་འབྱུང་འབྱུར་ང་ཚོའི་བྱོམ་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་རྣམས་པ་ཡིན་ནའང་ཚུལ་དང་མ་ཐུན་
 པའི་སློན་ཏན་འགན་ཁུར་བཞེས་སྟེ་དགལ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་ངས་འཛོད་སྟེ་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

དེ་བཞིན་ཡགོང་ས་ཡུལ་ས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དགོངས་གཞི་རེད། ང་རང་ཚོས་དུས་རྒྱུན་དུ་ནས་གཏམ་བཤད་ནང་
 ལ་ཞུ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། ང་རང་ཚོ་ཆོལ་ཁ་གསུམ་དང་ཆོས་བརྒྱད་ཆང་མ་སྤྱིར་ན་མཉམ་སྤྱིད་དང་སྤྱག་ན་མཉམ་སྤྱག་དགོས་ཀྱི་རེད་

ཅེས་ཆང་མའི་དམ་བཅའ་དེ་རང་རེད། དམ་བཅའ་དེ་རང་རེད་དེ་མཆམས་རེ་རང་རྩོམ་གནང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཟུང་གསུང་གི་
 རིགས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཡོང་བསྐྱད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གུས་ཅང་དེ་མ་ཡོང་བ་བྱ་དགོས་པ་དེ་རྩོམ་ཐོག་ནས་ཀྱི་འཕྲིན་མི་རྣམས་
 ཡིན་ནའང་འདྲ། རྒྱ་ཆེའི་མང་ཆོག་གསུང་གི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་འགན་ཁུར་དགོས་པ་རེད་བསམ་ཀྱི་འདུག རྒྱ་ཆུན་རང་རྩོམ་ཆེག་
 སྒྲིལ་ཟེར་དུས་དོན་ཐོག་རང་རྩོམ་ཆང་མ་མཉམ་དུ་སྒྲིབ་ཐུག་དགོས་རྒྱ་དང་། མཉམ་དུ་གནས་སྐབས་རྒྱ་ཆུན་འབད་བཅོམ་གནང་དགོས་རྒྱ་
 དེ་ཡང་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། མཉམ་གནས་དང་མཉམ་དུ་བསྐྱད་སྐབས་པ་དེ་དང་མཉམ་དུ་རྒྱས་པ་མཉམ་སྦྲུངས་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་
 པ་རེད། རྒྱས་པ་མཉམ་སྦྲུངས་བྱས་པའི་དུས་ཡུན་རིང་བསམ་ཚུལ་མ་མཐུན་པ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། བསམ་ཚུལ་ཆང་མ་གཅིག་གྱུར་
 ཡོང་གི་རེད་དམ་ཟེར་ན། རྩོམ་དུས་ནས་ཡང་ཁྱེད་ཐོག་གི་མ་རེད། ཡིན་ནའང་བསམ་ཚུལ་མ་མཐུན་པ་ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་བཟོ་
 སྒྲིབ་དང་གོ་བསྐྱར་སྦྲུངས་བཞག་གནང་སྟེ། ད་ལྟར་རང་རྩོམ་སྤྱི་འཕྲིན་ཐོག་ནས་སྤྱི་འཕྲིན་ཐོག་ནས་བོད་མི་རིགས་དང་
 བོད་ཀྱི་འཕམ་ཕྱགས་རྒྱང་གསུམ་ལ་ཕན་ཐོགས་བྱེད་སྐབས་རྒྱ་ཆུན་ཐག་ཆོད་ཡོང་སྐབས་དགོས་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། མ་འོངས་པར་
 རྩོམ་ཐོག་ནས་ནང་དང་། སྤྱི་ཆོག་ནང་ལ་ཡིན་ནའང་དེ་འདྲའི་འགན་ཁུར་བཞེས་སྐབས་དགོས་རྒྱ་དེ་ད་ལྟའི་དུས་ཆོད་ལ་ཉ་ཅང་གི་
 གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་བསམ་ཀྱི་ཡོད།

དེ་བཞིན་ལགོ་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་རྩོམ་ཐོག་ནས་ཡོངས་ཀྱི་སྒྲན་མེད་པའི་མགོན་སྐབས་དང་མཆོན་ཉགས་
 ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། དེ་རྩོམ་གསུང་རང་རྩོམ་ཡིད་ལ་བཅངས་ཏེ་ཁོང་གི་དགྲ་ལོའི་བབ་དང་གནས་སྐབས་མང་པོ་ཞིག་ད་ཆ་
 མའི་ལུས་སུ་སྒྲིབ་བཞེས་ཡོད་དུས་སྐབས་ཡོད་པ་གསལ་པོ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་འདྲའི་སྐབས་ཁྱད་བསད་ཀྱིས་བོད་མི་རིགས་དང་
 བོད་ཀྱི་འཕམ་ཕྱགས་རྒྱང་གསུམ་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཐོག་ལ་སེམས་འཁུར་བྱས་ནས་དེ་ལྟར་སྐབས་ལས་འགན་ཆེན་པོ་བསྐྱོན་གནང་
 པ་དེ་ཆོ་དངོས་གནས་རྩོམ་མཛུགས་ཅན་གྱིས་སོ་སོའི་སེམས་པའི་ནང་ལ་ཆོར་བ་མ་འདྲ་བ་ཞིག་བསྐྱེད་པ་ཡོང་བའི་གནས་སྐབས་
 ཤིག་གྱུར་ཆགས་བསྐྱད་འདུག མདོར་ན་ཁོང་གི་དགོངས་གཞི་དང་མཐུན་པ། ཁོང་གིས་རི་ལྷོ་གསུངས་པ་དེ་བཞིན་དང་དེའི་མཐུན་
 ཕྱོགས་ལ་འབད་སྐབས་བྱ་སྐབས་དགོས་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་ཁྱེད་ཀྱི་འདོད་བྱུང་། རང་རྩོམ་ཐོག་ནས་ནང་ལའང་སྒྲིབ་སྒྲིབ་མང་པོ་
 བྱུང་སོང་། དེ་བཞིན་སྤྱི་དྲུང་གི་ཐོག་ནས་གསལ་བཞག་དེ་འདྲའང་ཁྱེས་སོང་། Guwahati རས་ Dibrugarh ཡི་བར་ལ་གནས་
 གྱུ་འཕུར་བའི་སྐབས་སུ་ལ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་མར་ཆེབས་བསྐྱར་གནང་ནས་རྩ་རྒྱལ་ལ་ཕེབས་དུས། དེ་དུས་སྤྱི་དྲུང་
 གཉིས་མཉམ་དུ་ཕེབས་བསྐྱར་བཅར་བ་རེད། བཅར་བའི་སྐབས་སུ་མཛུགས་དང་ཡང་ཕྱལ་བ་དང་། ལ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེས་
 གསུངས་དོན་ལ། " གནས་སྤྱི་ཆུང་ཆུང་དེའི་ནང་འགོ་དུས་ཆར་འཛུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཨ་ཁ་གནས་སྐབས་ཤིག་ལྷག་སོང་སྐབས་པའི་ཆོར་
 སྐབས་བྱུང་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ཡིན་ཡང་བོད་མི་ས་ཡ་དུག་གི་གནས་སྐབས་དེ་གང་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ན་བསམ་པ་སེམས་པའི་ནང་
 འཕྱགས་ཆེན་པོ་བྱུང་སོང་ " ཟེར་ནས་རྩོམ་དེ་གསུངས་གནང་སོང་། གང་ལྟར་ལ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ཡིས་དེ་འདྲའི་མཛུགས་
 འཕྲིན་ལས་བསྐྱུངས་པ་དང་། སེམས་ནང་ལ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་སེམས་ཁུར་གནང་བ་དེ་ཆོ་ཉ་ཅང་གིས་རྩོམ་བཞག་འཕྲིན་ཆེན་པོ་དང་
 རྒྱབ་ཆེན་པོ་རེད། ད་ལྟར་རང་རྩོམ་དུས་ཆོད་འདི་ལའང་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་བོད་ས་ཡོར་ནས་གནས་སྐབས་ཐབས་སྒྲིབ་པོ་འདྲ་པོ་ཞིག་
 ཆགས་ཡོད། ཕྱོགས་གཅིག་ཞིག་ནས་རྩོམ་སྐལ་བཟང་དུས་བཟང་ཞིག་གི་གནས་སྐབས་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། རྩོམ་འདིར་
 མཉམ་སྒྲིལ་བྱེད་སྐབས་དང་བཞག་མོལ་གནང་སྐབས་ལ། གང་ལྟར་མང་གཙོའི་སྤྱི་གཙུགས་ཆོད་དང་ལྷན་པ་ཞིག་ཡོང་སྐབས་པའི་རྒྱ་

མཆན་གཙོ་པོ་ནི། ལགོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་བཀའ་འདི་ཉམས་ཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་བ་ཡིན་ཅང་། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་
 ང་ཆོས་བཀའ་འདི་ཆོར་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་ཟེར་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དེ་དང་མཉམ་དུ་དེ་ཞུས་ན་ཁྱེད་པར་མི་འདུག་ན་
 བེད་སྤེལ་ལོའི་སྐབས་སུ་ང་ཆོ་མཆོ་བརྒྱུད་བཅར་བ་རེད། སྐད་ཀྱི་སྤྱི་སྤྱོད་མཆོག་ཡོད་པ་རེད། ཞོགས་པ་ཆོས་སྤྱོད་ཁག་དེ་ཆོ་སྐྱ་
 གསོལ་ཁྱེད་ཀྱི་དང་། དེའི་རྗེས་ལ་བར་གསལ་བཞག་པ་རེད། ལགོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཆེད་མངགས་ཡར་ཤོག་
 ཟེར་ནས་བཀའ་གནང་འདུག་དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་ང་ཆོ་ཡར་བཅར་བ་ཡིན། བཅར་བའི་སྐབས་སུ་སྐབས་དེར་དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་གི་གནད་
 ཡོད་མི་སྣ་ཡོད་པ་རེད་ལ། དེ་བཞིན་སྤྱི་སྤྱོད་མཆོག་དང་བདེ་སྤང་བཀའ་བློན་གཉིས་ཡོད་པ་རེད། བོད་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ་བྱང་མེས་པའི་
 ཆོར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ། ལྷག་པར་དུ་ཁྱིའི་སྤྱོད་ལྡེ་ལུ་བཅན་དང་འབྲེལ་བ་དམིགས་བསམ་ཡོད་ལུགས་སྒྲོར་ལ་སྐབས་མགོན་པོ་ཆེས་
 དེ་འདྲའི་བཀའ་སློབ་ལེབས་པའི་རྗེས་ལ། ད་ལྟའི་དང་ཆོ་ཉན་ཉན་ལས་སྒྲོན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་རེད་དུ། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་ཁྱེད་དང་
 ཆོ་སྐྱབས་པ་དང་ལྡན་པའི་ཐོག་ནས་ཤུགས་རྒྱུ་བས་ཤོག་ཨ་ཟེར་ནས་བཀའ་ལེབས་སོང་། དེ་འདྲའི་གནད་དོན་འདིར་ཁྱེད་གོས་པའི་རྒྱ་
 མཆན་གང་ཡིན་ཟེར་ན། ང་ཆོ་ཆང་མ་བོད་སྤྱི་པའི་ཐོག་ལ་འགན་འཁུར་མཁན་གྱི་མི་སྣ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། ང་ཆོས་ལས་
 དོན་གཤེད་བཅས་ཀྱང་སྐྱབས་པ་དང་ལྡན་པའི་ཐོག་ནས་བོད་མི་རིགས་ཆེད་དུ་སེམས་ཤུགས་སྤྱོད་ནས་གནང་སྐབ་དགོས་པ་བྱ་རྒྱ་
 དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་ཟེར་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

དེ་བཞིན་གྲོས་ཆོག་སྐྱོད་ཀྱིས་བཞེ་པའི་ཐོག་ལ་ལས་དོན་གང་འཆོམ་ཆགས་ཆུད་དང་ཡག་པོ་གནང་བྱ་བ་སྐབ་སོང་།
 འདྲིན་སྤྱོད་བཀའ་ཤག་ལ་བསམ་ཚུལ་མང་པོ་འབྲུལ་རྒྱ་དང་། སྤྱགས་པན་སོས་པ་ཉན་ཉན་ཡོད་པ་རེད་དེ་ཉན་གྱི་འདུག་ལེགས་ཆ་ལེན་
 སྐབ་དགོས་པ་དང་། དེ་བཞིན་སྤྱི་འཕུས་ནས་པ་ཡིན་ཡང་། ཟླ་བ་དུག་གི་གནས་སྤངས་མང་པོར་བརྟེན་ནས་མཐོང་བསྐྱད་པ་དེ་རིང་
 འདིར་ཁྱེད་གོ་སྐབས་ཉན་ཉན་བྱང་ཡོད་པ་རེད། འདི་ཆོའི་ཐོག་ལ་སྤྱགས་སྒྲོ་བདེ་པོ་བྱང་ཡོད་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག་ཡིན་ཡང་ང་
 ང་ཆོ་སྐྱ་མཐུན་ནས་བྱང་ན་ཉིན་མཆན་དུས་དུག་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཤུག་ལས་གནང་སྐབ་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་
 ཡོད་པ་རེད། ང་ལ་ང་ཆོས་འབད་བཅོན་ཁྱེད་གོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ལྷག་པར་དུ་གྲོས་ཆོག་སྐྱོད་ཀྱི་འདི་ནང་བཞུགས་མོལ་ཆོག་ས་
 འདུ་ཞིག་ཆོག་ས་སྐབ་པ་བྱང་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་སྤྱི་འཕུས་ལྷན་ཆོག་ས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དམིགས་བསམ་ཀྱི་བོད་དོན་ཁྱེད་འབོད་གནང་
 རྒྱ་དང་ལས་འགུལ་སྤེལ་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་ལས་རིམ་ཞིག་ཐག་གཅོད་ཁྱེད་སྐབ་ཡོད་པ་རེད། དེ་གཞིར་བཟུང་སྤྱི་འཕུས་རྒྱུན་ལས་ནང་ལ་གོ་
 བསྐྱར་བྱས་ནས་རིམ་བས་མར་སྤྱི་ཆོག་ས་ནང་ཐོན་གྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག་ ང་ཆོས་མཉམ་ཞུགས་གནང་སྐབ་དགོས་པ་དང་། ལྷག་
 པར་དུ་རྒྱ་ཆེའི་མང་ཆོག་ས་ཀྱི་དོས་ནས་མཉམ་ཞུགས་གནང་སྐབ་པའི་གོ་སྐབས་དེ་འདྲ་བྱང་ན། ཞུགས་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དེ་
 དང་མཉམ་དུ་ལྷན་ཁང་ཁག་གི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲོར་ལ་བསྐྱགས་བརྗོད་ཁྱེད་དང་། རིགས་གཅིག་ཐད་ཀྱི་སྒྲོན་བརྗོད་ཟེར་
 བའང་མི་འདུག་གང་ལྟར་གནད་དོན་ཁྱེད་གོ་སྐབས་བྱང་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་སྤྱི་ཞུ་བའི་ལས་ཀྱི་དུས་མཚའ་མའི་ཐོག་ནས་
 ཡིན་ཡང་། གྲོས་ཆོག་ས་ནང་དུ་སྤེད་སྤོང་འདི་འདྲ་བྱང་སོང་སྤྱི་པའི་ཐོག་ནས་དང་སོ་སོ་དུས་རྟག་ཏུ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཞུ་བ་ཞིག་
 ཡིན་པར་བརྟེན། སེམས་ཤུགས་མ་ཆག་པར་ལྷག་བསམ་ནས་དག་གི་སྒྲོན་པོ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ལས་འགན་ཁུར་སྐབ་དགོས་པ་
 ཞིག་དང་། ལས་ཀ་དེ་སྤྱི་ཞུ་བའི་ལས་ཀྱི་སྤང་དོར་སྤྱི་གཞི་གཞིར་བཟུང་གི་ཐོག་ནས་ལས་དོན་ནང་དུ་མཉམ་ཞུགས་གནང་སྐབ་
 དགོས་པ་དེ་ཉ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་ཟེར་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

མཐའ་མ་དེར་ང་ཚོ་གྲོས་ཚོགས་འཚོགས་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་དུ། ཕྱི་དྲིལ་སྤྱི་བརྒྱན་སྡེ་ཚན་གྱི་ཐོག་ནས་མཐུན་འགྱུར་གྱི་
 ཅང་ཡག་པོ་གནང་སོང་། འོན་ཀྱང་ང་ཚོར་ཐོག་མར་བར་ཆད་ལྟ་བུ་ཐོན་བྱུང་སོང་། དེ་ཡང་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀའི་ཐོག་ནས་རེད།
 ཕྱོགས་གཅིག་ནས་གངས་སྤྱིད་ལ་ཨར་པོའི་ལས་གཞི་འགོ་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་རེད་འདུག། ཕྱོགས་
 གཞན་ཞིག་ནི་ནང་གི་སློབ་སྦྱོང་འཁྲིད་སྤངས་དང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་གནས་སྤངས་བྱུང་འདུག། གཞན་ཡང་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་ཏེ་
 རྒྱ་བརྒྱུད་ནས་གཞིགས་མཁན་ནམ་པ་དང་། བཀྱར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ནམ་པ་ཡིན་ནའང་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་སྤྲོད་པོ་ཉོག་ཅི་མ་བྱུང་
 སོང་བསམས་སོང་། སོང་ཅང་དེར་ཚོགས་གཙོའི་ངོས་ནས་དགོངས་སེལ་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས་མ་འོངས་པར་དེའི་རིགས་མི་ཡོང་རྒྱུར་
 གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཐབས་ལམ་ག་རེ་འདུག་ཀྱང་གནང་ཐུབ་དགོས་པ་ཞིག་དང་། དེ་བཞིན་ཕྱི་དྲིལ་སྤྱི་བརྒྱན་སྡེ་ཚན་ངོས་ནས་
 ཀྱང་མཐུན་འགྱུར་སྤར་ལྷག་ཞུ་ཡི་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད། གཞན་ཞིག་ནི་བདེ་སྤང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁྱེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ང་
 ཚོར་འདྲིར་ཕྱི་མི་ལྟ་ཉོག་བྱེད་རྒྱ་དང་། གཞན་དག་གི་ཐོག་ལ་ལས་འགན་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཁུར་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་ནམ་པ་ཡིན་ཡང་དུས་
 ཚོད་ལ་མ་ལྟོས་པའི་ཐོག་ནས་འགན་ཁུར་གནང་སོང་ཞུ་རྒྱ་དང་། དེ་བཞིན་ཚོགས་བྱུང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་ཁྱེད་ནམ་པ་ཡིན་ཡང་
 འོགས་པ་སྤྱི་ལངས་དང་དགོངས་མོ་ཕྱི་ཉལ་གྱི་ཐོག་ནས་ལས་ཁྱེད་དེ་དག་བྲེལ་བ་ཆེན་པོ་ཆགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། ལྷག་པར་དུ་
 ཚོགས་བྱུང་ཡིན་ནའང་ཤུགས་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ལས་བསྐྱོན་གནང་སོང་། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཚོགས་གཙོ་སྤེལ་པོའི་ངོས་ནས་ང་
 ཚོ་གྲོས་ཚོགས་ལ་མཐུན་འགྱུར་གནང་མཁན་ཕྱི་དྲིལ་སྤྱི་བརྒྱན་སྡེ་ཚན་དང་། བདེ་སྤང་ལས་ཁུངས། དེ་བཞིན་ཚོགས་བྱུང་ལས་ཁུངས་
 ཀྱི་ལས་ཁྱེད་འགོ་མང་ཆང་མར་ཐུགས་རྩེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱ་དང་། ང་ཚོ་གྲོས་ཚོགས་འདི་གོལ་བའི་རྒྱ་བརྒྱུག་གི་རྩེ་ལ་སྤར་ཡང་ལྷན་འཛོམས་
 ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་བར་དུ་ཆང་མ་སྤྱོད་གཟུགས་བདེ་ཐང་ཡོང་བ་དང་། བརྒྱུད་དུ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ལས་དོན་གྱི་ཐོག་ལ་
 མཉམ་ཞུགས་གནང་ཐུབ་པའི་སློབ་འདུན་ཞུ་རྒྱ་བཅས། མཐའ་དོན་སྤྱི་ལོར་ལྟ་བུ་སྤྱོད་མཁོན་ཆེན་པོ་མཆོག་སྤྱི་ཆེ་བསྐྱེད་
 བརྒྱུད་བརྒྱན་ཅིང་། ཐུགས་བཞེད་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པ། བོད་དོན་བདེན་མཐའ་སྤྱར་དུ་གསལ་བའི་སློབ་འདུན་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། ཐུགས་རྩེ་ཆེ།