གསར་ཨང་། ༥ འདོན་ཨང་། ༩༥ རྣམ་ཤུལ།

བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས།

སྐབས་བཅུ་བདུན་པ།

ཚོགས་དུས་བརྒྱད་པ།

གྲོས་ཚོགས་ལས་རིམ་གསར་ཤོག

བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༢༡༥༡ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༢༩ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༥ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༢༨

རྩོམ་སྒྲིག་ཚོགས་ཆུང་།

སྤྱི་ཁྱབ་ལྟ་ཞིབ་དང་ཞུ་དག་པ།

ཚོགས་དྲུང་བསོད་ནམས་རྡོ་རྗེ།

རྩོམ་སྒྲིག་པ།

ཟླ་བ།

གསར་འགོད་པ།

ཡོན་ཏན་དབང་ཕྱུག

ཡོན་ཏན་ཕུན་ཚོགས།

ཉི་མ་དོན་འགྲུབ།

པདྨ་སྒྲོལ་མ།

བསྟན་འཛིན་ལྷུན་འགྲུབ།

བསྟན་འཛིན་འཆི་མེད།

བློ་བཟང་མཚོ་མོ།

བསྟན་འཛིན་གཡུང་དྲུང་།

ཀཾ་པྱུ་ཊར་འགོད་འཛུགས་པ།

ཆོས་དབྱིངས་རང་གྲོལ།

བསྟན་འཛིན་གཡུང་དྲུང་།

ཚེ་དབང་རྒྱལ་མཚན།

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.chithu.org
www.tibetanparliament.org

དཀར་ཆག

ཨང་།	གནད་དོན།	ཤོག་གྲངས།
༡	**ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༨ ཉིན་གྱི་ཐུན་གཉིས་པ།** སྲུ་མ་ཐུད་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལས་བསྒོམས་ཐོག་སྤྱི་ཡོངས་བགྲོ་གླེང་དང་། བཀའ་ཤག་གི་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད།	༡…༢༣
༢	**ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༨ ཉིན་གྱི་ཐུན་གསུམ་པ།** སྲུ་མ་ཐུད་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལས་བསྒོམས་ཐོག་སྤྱི་ཡོངས་བགྲོ་གླེང་དང་། བཀའ་ཤག་གི་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད།	༢༤…༣༥
༣	**ལས་བསྒོམས་སྙན་སྒྲོན་དང་། ཞིབ་བཤེར་ལས་དོན།** འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣…༢༤ ལོའི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྒོམས་སྙིང་བསྡུས་སྙན་སྒྲོན། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༢༥ པ།	༣༦…༦༨
༤	**ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༨ ཉིན་གྱི་ཐུན་བཞི་པ།** སྲུ་མ་ཐུད་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣…༢༤ ལོའི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྒོམས་སྙིང་བསྡུས་སྙན་སྒྲོན།	༦༩…༧༢
༥	སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལས་བསྒོམས་རྒྱས་པར་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་སྙན་ཐོ་སྙན་སྒྲོན། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༢༦ པ།	༧༣…༧༤
༦	གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་འཆར། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༢༧ པ།	༧༤…༧༤
༧	གོང་གསལ་སྙན་ཐོ་ནང་གསལ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱི་དྲི་བ་ཁག་ལ་བཀའ་ཤག་གི་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད།	༧༥…༧༨
༨	འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལས་བསྒོམས་ཐོག་སྤྱི་ཡོངས་བགྲོ་གླེང་དང་། བཀའ་ཤག་གི་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད།	༧༩…༡༠༢
༩	**ཁྲིམས་བཟོའི་ལས་དོན། བརྗོད་པ་དང་པོ།** བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་བསྒྱུར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༡ པ་སྙན་སྒྲོན་དང་། བགྲོ་གླེང་།	༡༠༣…༡༡༧

༡༠	བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་འཕོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་ཐོག་བསྐྱར་ཞིབ་ཆེད་འཛུགས་ཚོགས་ཆུང་གི་ལས་བསྒོམས་དང་ཁྲིམས་འཆར་སྙན་སྒྲོན། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༢ པ།	༡༡༨…༡༣༦
༡༡	གོང་གསལ་སྒྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་གྱི་བརྗོད་པ་དང་པོའི་ཐོག་ལ་བགྲོ་གླེང་།	༡༣༧…༡༥༧
༡༢	བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གནས་བབ་དང་འབྲེལ་བའི་ཁྲིམས་ཡིག་བསྐྱར་ཞིབ་ཚོགས་ཆུང་གི་སྙན་ཐོ། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༣ པ། བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་འདུའི་འགྲོ་ལུགས་དང་། ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་དོན་ཚན་ ༡༣ པའི་ནང་གསེས་ ༢ པ། ཚོགས་གཙོས་དགོས་གལ་གཟིགས་ཚེ་རྒྱུ་མཚན་གསལ་བཤད་དང་འབྲེལ་གཏན་འབེབས་སྔོན་ཟིན་གྱི་ཉིན་དེའི་ལས་དོན་གྲོས་གཞིར་བསྒྱུར་བཅོས་གཏོང་ཆོག འོན་ཀྱང་གྲོས་བསྡུར་དབུ་འཛུགས་ཟིན་པའི་གྲོས་གཞི་ཞིག་ལ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་བྱུང་ན་ལས་བསྒྱུར་བཅོས་གཏོང་མི་ཆོག་ཟེར་བའི་གསལ་བཤད།	༡༥༧…༡༥༨
༡༣	མཛད་གཙོ་རྣམ་པའི་ཕོགས་དང་། ཟུར་ཕོགས། འགྲིམ་འགྲུལ། མཚན་དོན། ཉིན་རེའི་ལས་དོན་བཅས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་སྒྲིག་གཞིར་བསྐྱར་བཅོས། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༤ པ།	༡༥༨…༡༦༢

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༩ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡༨ ཉིན་གྱི་ཐུན་གཉིས་པ།

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

ལས་རིམ་སྔ་མ་ཐུད་ཀྱི་ཡིན། ད་ལྟ་ལས་རིམ་འགྲོ་བཞིན་པ་འདི་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལས་བསྒོམས་ཐོག་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་བགྲོ་གླེང་དང་བཀའ་ཤག་གི་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད་ཕེབས་བསྡད་ཡོད། སྤྱི་འཐུས་དབུ་དཀར་ཚང་གཡུ་སྒྲོན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དབུ་དཀར་ཚང་གཡུ་སྒྲོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒོམས་ཐོག་ལ་ཆ་ཤས་ལེན་པའི་ཐོག་ནས་ཐོག་མར་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཕྱག་ལས་དེ་གཞི་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡིན་དུས། དེའི་ནང་ལ་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་དང་འགན་ཁྱེར་མཁན་ཚང་མ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་དང་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། འདི་དང་ཆབས་ཅིག་ཁ་སང་བདེ་སྲུང་གི་སྐབས་ལ་ད་ལྟ་ང་ཚོས་ཐེངས་མ་དང་པོ་གོ་བ་དེ། བོད་མི་གང་ཟག་ཅིག་གིས་རེད་པ། འཛིགས་སྐྱུལ་པའི་བཀའ་མོལ་གནང་སྟངས་འདྲ་པོ་ཞིག་གནང་སྟེ། དེ་འདྲའི་བཀའ་མོལ་ཞིག་འདིར་བསླེབས་དུས་སོ་སོས་དོ་སྣང་བྱས་ཡིན། རྗེས་ལ་ཏ་གོ་བ་ལ་མི་དེ་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་བསྡད་མཁན་ཞིག་རེད་བཞག ད་ལྟའི་ཆ་ལ་མི་དེ་ཨོ་སི་ཊེ་ལི་ཡ་ལ་བསྡད་ཀྱི་འདུག་ལབ་ནས་དེ་ནས་མར་མིང་དང་ཚང་མའི་ཐོག་ནས་གནང་གི་འདུག་གླ། དེ་ལ་ང་ཚོས་སྒྲོ་གང་ཡང་མ་བཏགས་པའི་ཐོག་ནས་ཆོལ་ཁ་གནས་ཡིན་ནའང་། ཆོས་ལུགས་ག་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། མ་འོངས་པ་ལ་འང་མི་དེ་འདྲ་ཆོལ་ཁ་གཞན་ག་པར་ནས་ཡིན་ནའང་འདོན་སྲིད་པ་རེད་པ། དེ་ཚོ་ལ་ང་ཚོས་དངོས་གནས་ཁོ་རང་གཏོང་ལེན་ནན་པོ་ཞིག་གནང་དགོས་འདུག ད་ལྟ་འདི་ནས་མར་བདེ་སྲུང་བཀའ་བློན་གྱིས་གནང་གི་ཡིན་གསུངས་སོང་། ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་བློན་གྱིས་འདི་ནས་མར་བདེ་སྲུང་ནས་ག་རེ་ཐབ་ཚོད་པ་དེ་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་དོན་གཅོད་ཀྱིས་ལག་བསྟར་ནན་པོ་གནང་རྒྱུ་ཡིན་པ་གསུངས་སོང་། འདི་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་གནང་རོགས་གནང་། འདི་དཔེ་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་དང་། བཀའ་མོལ་རྣད་དེ་རྫབ་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་གསུངས་པ་དེ་ལ་ཏ་ཅང་གི་བློ་ཕམ་ཡོད་ཞུ་ཡི་ཡིན།

དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ད་ལྟ་འདིར་ཨ་རིའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ལ་རེད་པ། ཨ་རིའི་བོད་ཀྱི་ཁྲིམས་འཆར་དེ་དངོས་གནས་སོ་སོ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་ཚད་མཐོ་པོའི་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་བ་དེ་ལ། འདིར་ཞིབ་བྲ་ཞུ་ཡི་མིན། དངོས་གནས་བྱས་ན་དེའི་ནང་གི་གནད་དོན་ཁག་འགའ་ཤས་ཤིག་ཞུས་ན་བསམས་སོང་སྟེ། ད་ལྟ་དུས་ཚོད་ཀྱིས་རྐྱེན་པས་ཞུ་ཡི་མིན། རྗེས་ལ་ང་ཚོར་དུས་ཚོད་དེ་འདྲ་བསླེབ་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེའི་སྐབས་ལ་སྔ་མ་ཐུད་ནས་གནང་མཁན་ང་རང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་རྣམ་པ་ཚོ་དང་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་ཚང་མ་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཐུགས་ཆེ་ཞུ་ཡི་ཡིན། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ཨ་རི་དང་རྒྱ་གར་གཉིས་ཀ་ང་ཚོ་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡིན་དུས། རྒྱ་གར་གཞུང་ང་ཚོར་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་ཡིན་ཡིན་པ་བྱུས། དེ་ག་ནང་བཞིན་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མིས་ཀྱང་ང་རང་ཚོ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཀྱང་འབད་བརྩོན་གནང་གི་ཡོད་རེད་དེ། ད་ལྟའི་ཆ་ལ་རྒྱ་གར་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་དེ་འདྲ་བོད་པའི་གླེང་སློང་སྐད་ལ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཡང་ང་ཚོས་འབད་བརྩོན་བཀའ་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས། གཅིག་ལ་མཛུག་གུ་འཛུགས་རྒྱུ་གལ་ཡོད་མ་རེད་པ། གཉིས་ཀའི་ཐོག་ནས་ནན་པོ་ཞིག་གནང་དགོས་འདུག ཉེ་བའི་ཆ་ལ་ད་ལྟ་ཕྱག་རོགས་གཅིག་གིས་གསུངས་སོང་། ད་ལྟ་སི་ཀིམ་གྱི་དཔལ་

ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གི་བཀའ་འཁྲོལ་དང་སྦྲགས་ནས་ད་ལྟ་ Rajya Sabha member རྡོ་རྗེ་ཚེ་རིང་ལེབ་ཆ་ལགས་ (MP Dorjee Tshering Lepcha) ཀྱིས་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་བོད་དོན་ཐོག་ལ་བཀའ་མོལ་གནང་བ་དེ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ངས་གནད་དོན་གལ་ཆེ་ཤོས་ཞུ་རྒྱུ་དེ་འདི་ཡིན། ང་ཚོ་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་མང་པོ་ཞིག་རྩ་དོན་གྱི་ཐོག་ལ་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལ་བོད་དོན་ཞུ་གཏུག་གི་ལས་འགུལ་ཐོག་ལ་འགྲོ་དང་འགྲོ་མུས་རེད། ད་ལྟ་ཉེ་བའི་ཆ་ལ་ཨོ་སི་ཊེ་ལི་ཡ་ལ་ཕེབས་པ་འདི་ཡག་པོ་དཔེ་བྱུང་བཞག ད་ལྟ་ཕྱག་རོགས་སྤྱི་འཐུས་ཁ་ཤས་ཤིག་གིས་གསུང་གི་འདུག དེ་ལ་ཨོ་སི་ཊེ་ལི་ཡའི་དོན་གཅོད་དང་ཚང་མ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་ཡས་རེད། གོ་སྒྲིག་གནང་སྟངས་དང་གོ་སྐབས་དང་གང་ཅིའི་ཐོག་ནས་སྡིངས་ཆ་བསྐྲུན་པ་དང་ཚང་མ་དཔེ་ཡག་པོ་བྱུང་བཞག ད་ལྟ་ཉེ་བའི་ཆ་ལ་ཕྱི་ཟླ་ ༡༠ པ་དང་ ༡༡ ནང་ལ་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་ཕལ་ཆེར་ཁག་བཞི་ཙམ་ཞིག་ཡུ་རོབ་ཁུལ་ལ་ཕེབས་ཀྱི་འདུག དེ་ག་རང་གི་སྤྱི་མཚུངས་ཐོག་ནས་དེ་འདྲའི་གྲ་སྒྲིག་གནང་རྒྱུ་དང་། འཆར་གཞི་དང་། ཡིག་ཆ་དང་གང་ཅིའི་ཐོག་ནས་ང་རང་ཚོ་ཚང་མས་ང་རང་ཚོ་གྲོས་ཚོགས་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་ཕ་གིར་ལ་ཕྱིར་གྲུ་མཉམ་འདེགས་གནང་མཁན་གྱི་དོན་གཅོད་ཁག་ཚང་མས་དགོངས་པ་ཆེ་བཞེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གནང་རོགས་གནང་། ང་ཚོའི་ལས་འགུལ་དེ་བོད་དོན་ཞུ་གཏུག་འདི་རྩ་དོན་ཐོག་ལ་ཡིན་དུས་ཚང་མས་ནུས་པ་མཉམ་སྒྲུང་ཐོག་ནས། དེ་ད་ག་སེ་གཅིག་མིན་པར་དུས་ཚོད་འདི་རྩ་ཆེན་པོ་ཡིན་དུས་ང་རང་ཚོས་ངས་ད་ལྟ་འདི་གཅིག་ཞུས་ན་བསམ་སོང་། ཕ་གི་ལ་ཕེབས་དུས་ང་རང་ཚོའི་དམིགས་ཡུལ་དང་། དེ་ག་ནང་བཞིན་གནད་དོན་ཁག དེ་ག་ནང་བཞིན་མདོན་འདོད་འདི་ཁ་གསལ་པོ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས། ཁ་གསལ་པོ་འདི་ཡང་ང་ཚོ་བཀའ་ཤག་དང་། བཀའ་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ག་རེ་ཡོད་པ་དེ་ལ་ང་ཚོས་མཉམ་སྒྲུང་གི་ཐོག་ནས་ཧྲོག་ཙམ་ཞིག་འབད་བརྩོན་བྱེད་ཐུབ་ན། དེ་ཡང་ང་ཚོའི་མདོན་འདོད་འདི་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་གཅིག་དང་། དེ་ག་ནང་བཞིན་རིང་པོ་ཞེ་དྲགས་མིན་པར་ཐུང་ཐུང་བྱེད་རེད་པ། ཁ་གསལ་པོ་ཡོད་དགོས་པ་འདི་དཔེ་གནད་འགག་རེད་བཞག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཕ་གིར་བཅར་དུས་ང་ཚོས་རིང་པོ་ཞིག་ཞུས་དུས། ཕ་གིའི་མི་དེ་ཚོས་ག་རེ་རེད། ཁྱེད་རང་ཚོའི་མདོན་འདོད་ག་རེ་ལབ་པ་ཞིག་ཡོད་རེད་པ། འདི་ལ་བཀའ་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གལ་སྲིད་མར་ཞུ་དགོས་འདུག་ནའང་ཞུ་བྱེད་ད་ལྟ་བར་དུ་ང་ཚོའི་བྱེད་སྟངས་འདི་ཡིན། ལོ་རྟག་པར་རེ་བཞིན་གཅིག་པ་ཆགས་ཡས་ཡོད་མ་རེད། ལོ་ལོའི་ནང་ལ་ང་ཚོས་ད་ལོ་ང་ཚོའི་ཞུ་གཏུག་སྐད་ལ་ག་རེ་སྐད་ལ་ཁ་གསལ་པོ་བྱེད་ནས་ཕེབས་ཀྱི་ཡིན་ནམ། དེའི་སྐད་ལ་ངེས་པར་དུ་ཚང་མའི་ཐོག་ནས་ཕྱག་ལས་ཡག་པོ་ཞིག་གནང་དགོས་འདུག ཐུགས་ཆེ་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ག་རང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

འདི་དང་ཆབས་ཅིག་ངས་གཅིག་ཞུ་རྒྱུ་ལ། ད་ལྟ་ཨོ་སི་ཊེ་ལི་ཡའི་གྲོས་ཚོགས་ད་ལྟ་ཕ་གིར་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་སྐད་ལ་ཁ་སང་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་ལྷམ་སྐུ་ཛ་ནེ་ཊ་རཡེསི་ (Janet Rice) སྐད་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུའི་གྲོས་ཚོད་ཅིག་བསྟམ་ཕེབས་ཀྱི་རེད་གསུང་གི་འདུག སང་ཉིན་ཉིན་མ་མཐའ་མ་ཡིན་དུས། འདི་བསྟམ་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་ཤག་རེད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

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

སྤྱི་འཐུས་ཙ་ནེ་ཚང་དོན་འགྲུབ་བཀྲ་ཤིས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཅ་ནེ་ཚང་དོན་འགྲུབ་བཀྲ་ཤིས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡོམས་དང་འབྲེལ་ནས་བསམ་ཚུལ་ཁ་ཤས་ཤིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད། དང་པོ་དེ་ལ་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བཀའ་བློན་གཙོས་པའི་ལས་བྱེད་ཡོངས་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་ཡི་ཡོད། རྒྱ་བའི་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་རྒྱ་ཆེན་པོ། ས་གཞི་ལས་ཁུངས་ཨ་མ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོད་རེད། དེའི་འོག་ལ་དོན་གཅོད་ཁག ༡༣ ཙམ་ཡོད་རེད། རྒྱ་བའི་ཕྱི་དྲིལ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཆབ་སྲིད་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཀ་གནད་འགག་ཅན་མང་པོ་ཞིག་གནང་དགོས་དུས་ལས་བསྡོམས་རྒྱས་པ་ཡིན་ནའང་རེད། ཡང་ལས་བསྡོམས་སྙིང་བསྡུས་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་ཚོ་མར་མཇལ་ཡོད་དུས་སྣང་ལ་ཡག་པོ་ཞེ་དྲག་འདུག ནམ་རྒྱུན་ཕྱག་ལས་གནང་སྟངས་དང་དེ་ཚོ་ལས་བྱེད་རྣམ་པ་ཏ་ལས་པའི་ཡག་པོ་ཞེ་དྲག་འདུག འདི་གཅིག་ཞུ་ཡི་ཡིན།

དེ་དང་འབྲེལ་ནས་ཁ་ཐུག་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་ལ་དྲི་བ་དེ་འདྲ་འགའ་ཤས་ཤིག་ཡོད། དྲི་བ་གཅིག་དེ། ད་ལྟ་ཕྱི་དྲིལ་ཁྱབ་ཁོངས་ཀྱི་ལྡི་ལི་འཕགས་བོད་འབྲེལ་མཐུད་ལས་ཁུངས་འདི་སྔོན་མ་ནས་ང་ཚོ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་རྣམ་པ་ཡིན་ན་སྐད་ཤོར་བསྟུད་ཡོད་རེད། ནམ་རྒྱུན་ས་གནས་ཁག་ལ་མངའ་སྡེའི་ཞུ་གཏུག་ལ་འགྲོ་བའི་སྐབས་སུ་ཁོ་ཚོར་ཕར་འབྲེལ་བ་མཐུད་མ་ཐུབ་པ། ཁོ་ཚོའི་བར་ལ་འབྲེལ་བ་ཞེ་དྲག་མེད་པའི་བཟོ་འདྲ་པོ་ཞིག་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག མི་གཅིག་འབྲེལ་བ་ཡོད་ལ་མེད་ལ་ཞིག་བྱས་ནས་མི་གཅིག་བཏང་ཡོད་དུས་སྐབས་ལ་ཕན་མ་ཐོགས་པ་འདྲ་པོ། ཏ་ལམ་ཁོ་ཚོའི་ལས་ཀ་ཡིན་པའི་བཟོ་འདྲ་པོ་མ་གཞི་ཕན་མ་ཐོགས་པ་འདྲ་པོ་དེ་འདྲ་ཞིག་འདུག འདི་ཡིན་དུས་དེའི་ནུས་པ་དེ་ཆེ་རུ་གཏང་དགོས་ཀྱི་འདུག འདི་གཅིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་དང་མཉམ་དུ་སྤྱིར་བཏང་རྒྱ་བའི་ལྡི་ལི་འཕགས་བོད་འབྲེལ་མཐུད་ལས་ཁུངས་འོག་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པ་ག་ཚོད་ཅིག་ཡོད་རེད། ཚོགས་མི་ག་ཚོད་ཅིག་ཡོད་རེད། དེའང་གསལ་པོ་མི་འདུག ཁོ་ཚོ་ལ་ཐོ་གཞུང་ (Lists) ཡོད་པའི་བཟོ་འདྲ་པོ་མེད་པའི་བཟོ་འདྲ་པོ། དེ་གསལ་པོ་ཞིག་གསུང་གནང་རོགས་གནང་། ད་ལྟ་བཀའ་བློན་གྱིས་ཐད་ཀར་གསུང་མ་ཐུབ་ན་རྗེས་ལ་ཐོ་བརྒྱབ་ནས་གྲོས་ཚོགས་ལ་མར་སྙན་སྒྲོན་གནང་རོགས་གནང་།

གཉིས་པ་དེ་ལ། ན་ནིང་ཕྱི་ཟླ། ད་ལོ་ལབ་དགོས་རེད་དམ། ༸གོང་ས་མཆོག་ལ་གཞི་མེད་སྐྱོན་འཛུགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པའི་ཁ་ཐུག་ལ། ལྡི་ལི་འཕགས་བོད་འབྲེལ་མཐུད་ལས་ཁུངས་བརྒྱུད་ནས་རྒྱ་གར་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པ་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་འདུག་གྲ། ཁོང་རྣམ་པ་ལ་ཕར་གསལ་བཤད་བྱེད་རྒྱུ་དང་། རྒྱ་གར་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་གོ་བསྐྱོན་བྱེད་དགོས་པའི་བཀོད་མངགས་དེ་འདྲ་གནང་ཡོད་རེད་ཡོད་མ་རེད། ཁོ་རང་ཚོའི་ངོས་ནས་དང་བླངས་ངོས་ནས་དེ་འདྲ་བྱེད་ཡོད་རེད་ཡོད་མ་རེད། དྲི་བ་གཉིས་པ་འདི་ཡིན།

གསུམ་པ་དེ་ལ་ཐའེ་ཝན་དོན་གཅོད་ཁྱབ་ཁོངས་ལས་བསྡོམས་ནང་ལོགས་ན་བླ་མ་དགེ་བཤེས་ཁག་ཅིག་གི་ལག་འཁྱེར་གྱི་ཆེད་དུ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པར་ཐའེ་ཝན་གཞུང་གི་གནད་ཡོད་མི་སྣང་མཇལ་ཡིན་ཟེར་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་འཁོད་བསྡད་བཞག དྲི་བ་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཐའེ་ཝན་ནང་ལ་ད་ལྟ་བོད་པ་སྐྱབས་བཅོལ་ལག་འཁྱེར་དཀའ་ངལ་འཕྲད་བསྡད་པ་ཡོད་རེད་ཡོད་མ་རེད། ཡོད་ན་དེའི་ཆེད་དུ་ཕྱག་ལས་གནང་ཡོད་རེད་ཡོད་མ་རེད། ཡོད་ན་ཐའེ་ཝན་དོན་གཅོད་ཀྱི་ཁྱབ་ཁོངས་ལ་གྲངས་ཀ་ག་ཚོད་ཅིག་ཡོད་རེད། འདི་དྲི་བ་གཉིས་པ་དེ་ཡིན།

དེ་དང་འབྲེལ་ནས་དང་བླངས་བོད་དོན་ཞུ་གཏུག་ལས་འགུལ་གྱི་སྐོར་ལ་ད་ལྟ་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་བློན་མཆོག་གིས་མར་སྙན་སེང་ཞུས་ཡོད་དུས་སྐབས་ལ་ས་ཆ་འགའ་ཤས་ནང་དཔེ་ཙུང་ཙུང་རེད་འདུག འདིར་ང་ཚོའི་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱི་དྲི་བའི་ནང་ལོགས་ལ་དཔེ་བཞག་ན། ཉི་འོང་ལ་གཅིག་མ་གཏོགས་མི་འདུག ཐའེ་ཝན་ལ་བཞི་ཡོད་གསུངས་འདུག ཡིན་པ

ཡིན་ནའང་དོན་གཅོད་མེད་ས་ཁག་གཅིག་ལ་ཨཙ་ཙི་རེད། དོན་གཅོད་ཡོད་ས་དེ་ཚོ་ལ་ཐད་དེ་ཙུང་ཙུང་། སུད་སི་ལ་ངས་གོ་སྟངས་བྱས་ན་ཙུང་ཙུང་འདྲ་པོ་ཞིག་ཆགས་སོང་། འདི་ཤུགས་བསྐྱོན་དགོས་ཀྱི་འདུག དང་བླངས་ཞུ་གཏུག་གནང་མཁན་དེ་ཚོ་ཁོ་རང་ཚོ་སྐྱེར་གྱི་ངོས་ནས་དེ་ལ་དབྱིངས་འདྲ་པོ་ད་ལྟ་སྣང་ནས་ཕྱག་སྒྲིལ་སྒྱི་འཁྱུས་ཤིག་གིས་གསུངས་སོང་། དབྱིངས་ཞི་པོ་འདུག ཕར་ཕྱོགས་ནས་ནུས་པ་ཞི་པོ་འཐོན་གྱི་འདུག དང་བླངས་ཞུ་གཏུག་ལས་འགུལ་གྱི་གཞོན་སྐྱེས་དེ་ཚོས་ཕྱག་ལས་གནང་བ་དང་དེ་ལ། དེར་ཤུགས་བསྐྱོན་དགོས་ཀྱི་འདུག ལྷག་པར་དུ་ཨེ་ཤེ་ཡའི་རྒྱལ་ཁབ་ཚུང་ཚུང་དེ་ཚོའི་ངོས་ནས། ཐའེ་ལན་ཡིན་ནའང་རེད། ཉེ་ཕོང་ཡིན་ནའང་རེད། མང་དུ་གཏོང་ཐུབ་རྒྱུར་འབད་བརྩོན་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག སུད་སི་ཡིན་པ་ཡིན་ན་ལྷག་པར་དུ་མི་འབོར་མང་པོ་དང་ཁྱབ་ཁོངས་གལ་ཆེན་པོ་ཛི་ནི་ཝ་དང་དེ་ཚོ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་པ། དེ་ཡིན་དུས་ལ་དེ་ལ་འབད་བརྩོན་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག འདི་གཅིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

མཐའ་མ་དེ་ལ་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་ལ། ཨོ་སི་ཊེ་ལི་ཡའི་དོན་གཅོད་དང་འབྲེལ་ནས་ཁ་སང་ང་ཚོའི་མི་གཅིག་གིས་“གོང་ས་མཆོག་དང་འབྲེལ་བའི་སྐད་ཆ་ཞིག་བཤད་པ་དེ་རེད། མི་དེའི་མིང་ལ་སེང་གེ་ལབ་ཀྱི་འདུག ཁོ་རང་སྡོད་ས་འདི་ཨོ་སི་ཊེ་ལི་ཡའི་ Adelaide ལབ་པ་དེ་རེད་བཞག ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༠ ཐམ་པ་ཡས་མས་ཤིག་ལ་བོད་ནས་ཡོང་བ་དང་། ཤེས་རབ་དགའ་ཚལ་སློབ་གླིང་ལ་བསྡད་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་རེད་བཞག དེ་ལ་ངེས་པར་དུ་འདིའི་རྗེས་མའི་གྲོས་ཚོགས་བར་དུ་འདི་ཡིན་འདི་མིན་གྱི་ལན་ཞིག་ཁ་སང་བདེ་སྲུང་བཀའ་བློན་ངོས་ནས་གསུངས་སོང་། ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་བློན་ཡིན་ནའང་རེད། ཕ་གིའི་ཨོ་སི་ཊེ་ལི་ཡའི་དོན་གཅོད་བརྒྱུད་ནས་ངེས་པར་དུ་གཅིག་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག དངོས་གནས་ཚབས་ཆེན་པོ་རེད། དེ་ནང་འཁྲུག་མི་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད། ཁ་སང་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་མང་པོ་ཞིག ལྷག་པར་དུ་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་གཅིག་གིས་ག་རེ་གསུངས་སོང་ལབ་ན། ད་རེས་ཆོས་ལུགས་དང་ཚོལ་ཁ། ལུང་ཚན་དང་ལྟ་བའི་ཁྱད་པར་མེད་པའི་སྒང་ནས་དེ་ལ་གཏོང་ལེན་གནང་དགོས་རེད་ཟེར་བ་དེ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རེད། ཕྱག་སྒྲིལ་སྒྱི་འཁྱུས་དེ་ཡིས་གསུངས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞེ་དྲག་རེད། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དེ་ག་རང་རེད། ཡིན་ནའང་གསུངས་བ་དེ་ཕྱི་དྲག་རེད། སྔོན་མ་ན་ཞིང་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༡~ ༢༠༢༢ ལ་གནས་ཚུལ་འདི་འདྲ་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་རེད་པ། “སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་བཀའ་དབང་གནང་སྐབས་བསྟན་པ་བཤིག་མཁན་རེད་ལབ་པ་རེད། སྐབས་དེ་དུས་ནས་གསུང་དགོས་པ་ཞིག་དང་། དེ་དུས་ནས་དེ་ག་རང་ཕྱག་ལས་གནང་དགོས་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་རང་བྱུང་མ་སོང་། ད་རེས་ངེས་པར་དུ་ཚང་མས་དེ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་རེད། དེ་གཅིག་ཞུ་རྒྱུ་དང་།

དེ་དང་མཉམ་དུ་ཡང་ཕྱག་སྒྲིལ་སྒྱི་འཁྱུས་གཞན་པ་ཞིག་གིས་ངོས་ནས་ད་ལྟ་རང་བཙན་གྱི་མི་ལ་འབྲེལ་བ་མེད། དེ་གསུངས་སོང་། དངོས་གནས་བྱས་ན་སྒྱི་འཁྱུས་གཞན་པའི་ངོས་ནས་དེ་གསུངས་མ་སོང་སྟེ། ༼**ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** དུས་ཚོད་རྫོགས་འགྲོ་ཡི་འདུག༽ སྒྱི་འཁྱུས་ཁོ་རང་གི་ངོས་ནས་དེ་གསུངས་སོང་། དེ་ངེས་པར་དུ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ད་ལྟའི་ཚིག་དེའི་ནང་ལ་བརླེབས་པའི་སྐབས་ལ། ཁེ་ན་ཏའི་རང་བཙན་ཚོགས་འདུ་ལ་དཔལ་འབྱོར་འདུ་འགོད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་སྐད་ཆ་ཞིག་འཕྲོས་ནས་ཁོ་རང་གིས་བཤད་བསྡད་ཀྱི་འདུག ༼**ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** དུས་ཚོད་རྫོགས་འགྲོ་ཡི་འདུག༽ དེ་ལ་གསལ་པོ་བཟོ་རྒྱུ་དང་། ཡངས་ཕྱོགས་སྟོན་རྒྱུ་དང་དེ་ཚོ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་ཞུ་ཡི་ཡོད།

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

དཔལ་ལྡན་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་བློན་མཆོག

དཔལ་ལྡན་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་བློན་ངོར་འཛིན་སྤྲོལ་མ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས་ད་ལྟ་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་སྟེ་ཚན་མང་པོ་ཡོད་པ་དང་ལས་ཀ་ཡག་པོ་གནང་གི་ཡོད་པ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་གསུངས་གནང་སོང་། དེ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ག་ནང་བཞིན་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ཨ་རི་ལ་ཕེབས་དུས་ལས་ཐོག་གི་སྲིད་འཛིན་མཉམ་དུ་མཇལ་ཁ་བཟོ་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དེ་ལ་འབད་བརྩོན་བྱེད་ཡོད་དང་མེད་དེ་འདྲ་ཞིག་གསུངས་གནང་སོང་། དེའི་སྐབས་ལ་ཕལ་ཆེར་ངས་ལམ་སང་ཐག་ཆོད་པའི་ཐོག་ནས་ཁོ་ཚོས་འབད་བརྩོན་བྱེད་ཡོད་རེད་ཡོད་མ་རེད་བྱས་ནས་ངས་ཞུ་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག དེ་གནས་སྟངས་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས། གཅིག་འདི་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ངལ་གསོ་བསྐྱོན་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་གཅིག་རེད། དེ་ནང་བཞིན་སྤྱི་ཡོངས་ནས་ད་ལྟ་ཨ་རི་ལ་ཕེབས་པའི་སྐབས་སུ་མིན་པའི་དེའི་སྔོན་ལ་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་འབད་བརྩོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ་ཞེས་གལ་སྲིད་བཀའ་འདྲི་གནང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཟེར་ནས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ང་ཚོས་བྱེད་ཡས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ག་རེ་བྱས་ནས་ཟེར་ན། ཨ་རི་སྲིད་འཛིན་ཇོ་བྲྀ་ཌེན་མཆོག་གིས་སྔོན་མ་ད་ལྟ་འོས་ཤོག་ལང་པའི་སྐབས་དེ་ལ་བསྒྲགས་གཏམ་ནང་ལ་ཁོང་གིས་གསལ་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་གསུངས་ཡོད་རེད། ༧སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་མཇལ་འཕྲད་གནང་གི་ཡིན། དེ་མིན་ཁོ་རང་གི་གཞུང་གི་ཐོག་ནས་མི་སྣ་གལ་ཆེན་དེ་འདྲ་མཇལ་འཕྲད་ཞུ་ཡི་ཡིན་ཞེས་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་གསུངས་ཡོད་རེད། དེར་གཞི་འཛིན་པའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་འབད་བརྩོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན་ཆ་བཞག་ན། ང་རང་སྔོན་མ་ཨ་རིའི་དམིགས་བསལ་འབྲེལ་མཐུད་པ་དེ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༡ ཡིན་ནམ། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༢ ཀྱི་མགོ་སྟོད་གཅིག་ལ་རེད། དེའི་སྐབས་ལ་ད་ལྟའི་དམིགས་བསལ་འབྲེལ་མཐུད་པ་གདན་འདྲེན་ཞུ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བྱུང་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་དེ་ནང་བཞིན་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གིས་དེའི་ཐོག་ལ་འབད་བརྩོན་གནང་དང་གནང་གི་ཡོད་ཀྱི་རེད་བྱེད་ནས་ངས་དེ་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེའི་སྐབས་ལ་ང་རང་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། གལ་སྲིད་ཐུག་འཕྲད་གནང་རྒྱུ་དང་ད་ལྟ་མཇལ་འཕྲད་གནང་རྒྱུ་དེ་ཚོ་མེད་ན་ནི་དྭ་ཐོག་ནས་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན། འདི་ཡང་དགེ་མཚན་ཆེན་པོ་འདུག་ཟེར་ནས་དེ་འདྲ་སྔོན་མ་ཞུས་པ་བྱུང་ཡོད། ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་པ་གེར་ཨ་རི་ལ་ཁ་སང་ཕེབས་པའི་སྐབས་ལ་འབད་བརྩོན་བྱེད་ཡོད་རེད་དམ་ཡོད་མ་རེད་ཟེར་བ་དེའི་སྐད་ལ་ངས་དམིགས་བསལ་ཞུ་ཡས་མི་འདུག ག་རེ་བྱེད་ནས་ཟེར་ན། དེའི་སྐབས་ལ་ང་རང་སྐྱེར་དགོངས་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཤིག་གིས་རྐྱེན་པས་དེའི་དུས་ཡུན་དེ་ལ་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གིས་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་བློན་གྱི་འགན་བཞེས་ཀྱི་ཡོད་ཙང་། གཅིག་བྱས་ན་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གིས་བཀོད་མངགས་གནང་བའི་ཐོག་ནས་འབད་བརྩོན་ཐབས་ཤེས་དེའི་སྐབས་ལ་ཨ་རིའི་དོན་གཅོད་ངོས་ནས་གནང་ཡོད་ཀྱི་རེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་ངས་ལམ་སང་ཞུ་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག གལ་སྲིད་ཡང་དེའི་སྐད་ལ་འཕར་མ་དེ་འདྲ་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ངས་རྗེས་ནས་ཞུ་ཚོག་པ་བྱས་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནང་བཞིན་བརྟན་བཞུགས་བསྐྱར་འབུལ་དང་དེ་ཚོའི་སྐབས་ལ་གཅིག་སྒྲིལ་གྱི་ནུས་པ་དགོས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ། དེ་ནང་བཞིན་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་ད་ལྟ་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ལ་གདན་ཐོབ་འདི་སྔོན་མ་ནས་ཡོད་

ཡོད་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་གནང་སོང་། དྲང་པོ་བཤད་ན་ངས་དེ་ཡོད་པ་འདི་ཤེས་ཀྱི་མེད། ངས་འདི་བྱས་ནས་ད་གིན་ཞུས་པའི་རྒྱུ་མཚན་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ལ་ངས་ངེས་འཛིན་ཞུ་ཡི་ཡོད། ཡིན་ནའང་ངས་དེ་ཡོད་པ་ཤེས་ཀྱི་མེད། དེ་ཡིན་དུས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་གསུང་བ་ལ། ཁ་སེང་པ་གིར་གོ་རིམ་སྒྲིག་སྟངས་དང་གདན་ཐོབ་སྒྲིག་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཨ་རིའི་སྐབས་ལ་ཏོག་ཙམ་ཞིག་ཡག་པོ་བྱུང་མེད་པ། དེ་ནང་བཞིན་ད་ལྟ་སུད་སི་སྐབས་ལ་ཡག་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་དང་ཏག་ཏག་བྱུང་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་གསུངས་གནང་སོང་། དེ་དང་མཉམ་དུ་དྲི་བ་གཙོ་བོ་འདི། ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་བློན་ལ་གོ་བསྡུར་བྱུང་སོང་ངམ་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་རེད། དུས་ཡུན་དེའི་སྐབས་ལ་ངས་སྔོན་ནས་ཞུས་པ་གཞིར་བཟུང་ང་སྐྱེར་དགོངས་སྐབས་ལ་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། དེའི་གནས་སྟངས་མང་པོ་ཞིག་ངས་ཧ་གོ་ཡི་མེད་བྱེད་ནས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཧ་གོ་ཡི་མེད་ལབ་དུས། ངས་ཧ་གོ་བའི་རྗེས་ནས་ང་ཚོས་ག་རེ་བྱེད་དགོས་རེད་ལབ་པ་འདི་ང་ཚོའི་འགན་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེའི་སྔོན་ནས་ཞུས་པ་གཞིར་བཟུང་གིས་ང་ཚོས་དེའི་སྐད་ལ་གལ་སྲིད་སྔོན་མ་ནས་དེ་འདྲའི་གདན་ཐོབ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་སྐད་ལ་བསྒྱུར་ཞིབ་བྱེད་པའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོས་དེའི་སྐད་ལ་ལག་བསྟར་ནན་པོ་གནང་དགོས་རྒྱུ་དེ་ངས་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག དེ་ང་ཚོ་ནམ་རྒྱུན་ནས་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པ་ཡིན་ན། ང་རང་འདིར་ལས་ཀ་འགོ་བཙུགས་ནས་ལོ་གཉིས་ལྷག་ཙམ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་ད་ལྟ་ང་ཚོས་འབད་བརྩོན་བྱེད་རྒྱུ་འདི་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ལ་ཐེབས་པའི་མི་སྣ་སྐུ་མགྲོན་དེ་ཚོ་ལ་ང་ཚོས་ཁྲིད་གསོད་མ་འགྲོ་བ་དང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ Protocol དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེ་ལ་ང་ཚོས་གལ་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་བརྩིས་པའི་ཐོག་ནས་ད་ལྟ་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་ཚོ་ལ་ NDI རོགས་ཚོགས་ཀྱི་རོགས་དངུལ་རག་པའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོས་ཐབ་སྦྱོང་ཞིག་ཀྱང་ཕུལ་ཡོད། ད་ལོ་ཡིན་ན་ཐབ་སྦྱོང་དེ་ཟླ་མ་ཐུད་ནས་ང་ཚོས་འབད་བརྩོན་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེ་ནང་བཞིན་ང་ཚོའི་ཕྱི་རྒྱལ་སྐུ་མགྲོན་ཁག་སྐབས་ལ་སྣེ་ལེན་ཞུ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐད་ལ་བྱེད་སྟངས་བྱེད་ལུགས་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོ་ Manual འདྲ་པོ་ཞིག་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེ་འདྲ་ཞིག་ཀྱང་ང་ཚོས་བང་སྒྲིག་བསྡད་ཡོད། དེ་ནང་བཞིན་གྱི་ད་ལྟ་ང་རང་ཚོ་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ལ་གདན་ཐོབ་ཀྱི་ལམ་སྟོན་སྒྲིག་གཞིའི་རྩ་འཛིན་ལམ་སྟོན་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེ་གཞིར་བཟུང་དེ་ནང་བཞིན་དེ་ལ་བསྒྱུར་བཅོས་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ཁ་སྣོན་ག་རེ་བརྒྱབ་དགོས་པ་དང་། དེ་ཚོའི་ཐོག་ནས་མ་འོངས་པར་དེ་ཚོའི་སྐད་ལ་འབད་བརྩོན་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་འདི་ཞུ་ཡི་ཡིན།

དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་དེའི་ཕྱག་ལས་གཞི་རྒྱ་ཆེན་པོ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སྐད་ལ་ཚང་མས་ཡག་པོ་གནང་འདུག་ཅེས་གསུངས་སོང་། དེ་ལ་ཐུགས་ཆེ་གནང་བྱས་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནང་བཞིན་གྱི་བདེ་སྲུང་ལས་ཁུངས་སྐབས་ལ་གནད་དོན་གཅིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གླེང་སློང་དང་གྲོས་བསྡུར་མང་པོ་ཞིག་ང་ཚོར་བྱུང་བ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་དེའི་སྔོན་ནས་ངས་ཞུས་པ་གཞིར་བཟུང་རེད། ང་ཚོ་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ད་ལྟ་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་བློན་ཀྱི་ངོས་ནས་ཞུ་རྒྱུ་འདི། ད་ལྟ་ང་ཚོའི་དོན་གཅོད་ལ་དཔལ་ལྡན་བདེ་སྲུང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་བཀོད་མངགས་ག་རེ་གནང་བ་དེ་ལ་ནན་ཏན་གྱི་ཐོག་ནས་འཐུས་ཤོར་མེད་པའི་ཐོག་ནས་ལག་བསྟར་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ང་ཚོས་བཀོད་མངགས་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་བྱས་ནས་འདི་ཞུས་པ་ཡིན། དེའི་སྐད་ལ་ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་དེ་གནང་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་གསུངས་སོང་། ང་ཚོས་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་བྱེད་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་གཞིར་བཟུང་ཨ་རིའི་བོད་དོན་ཁྲིམས་འཆར་དེ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོབ་པ་འདི་ཡག་པོ་བྱུང་བ། འདི་ནང་བཞིན་དེའི་ནང་གི་གནད་དོན་གལ་གནད་ཅན་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གི་གསུངས་པ་གཞིར་བཟུང་ད་ལྟ་ང་ཚོར་དུས་ཚོད་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་རེ་རེ་ལ་ང་ཚོས་འགྲོ་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས། ཡིན་ནའང་དེ་ཚང་མ་གསུངས་པ་གཞིར་བཟུང་

གིས་དངོས་གནས་ང་ཚོར་ཁྲིམས་འཆར་འདི་ཡག་པོ་བྱུང་ཡོད་རེད། གལ་གནད་ཆེ་བའི་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་དེས་ཁྲིམས་ལ་བསྒྱུར་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད་རེད་ཅེས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་རྒྱ་གར་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་བོད་དེ་གླེང་སློང་བྱ་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོ་བཀའ་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འབད་བརྩོན་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག ང་ཚོས་དེ་དངོས་གནས་བྱེད་དགོས་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད། འདི་དངོས་གནས་གལ་ཆེན་པོ་རེད། གཙོ་བོ་ང་ཚོའི་སྡོད་ས་ཁོ་རང་རྒྱ་གར་ལ་ཆགས་བསྡད་དུས། འདི་ཡིན་དུས་གཅིག་དེ་རེད། གཉིས་པ་དེ་ལ་རྒྱ་གར་འདི་ང་ཚོ་ལ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཆགས་དུས། འདི་ནས་བོད་དོན་གླེང་སློང་ཡོང་རྒྱུ་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོབ་རྒྱུ་འདི་དེ་ནས་ཀྱང་གལ་ཆེན་པ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་བཞིན་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་གསུངས་པའི་སྐབས་ལ་དེ་སྟ་ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་ཞིག་ནས་སྐུ་ངོ་རྡོ་རྗེ་ཚེ་རིང་ལེབ་ཆ་ལགས་ཀྱིས་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་བོད་དོན་ཐོག་ལ་གླེང་བ་དེ་ངས་ལྷག་བཞག དེ་ལ་ང་རང་ངོས་ནས་ཐུགས་ཆེ་གནང་ཞུ་ཡི་ཡོད།

ཨོ་སི་ཊྲོ་ལི་ཡ་ལ་ཕེབས་མཁན་གྱི་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ལ། ད་ལྟ་གོ་སྒྲིག་བྱེད་སྟངས་དེ་ཡག་པོ་བྱུང་བཞག དེ་ཡིན་དུས་ཡུ་རོབ་ཁུལ་ལ་ཕེབས་པའི་སྐབས་ལ་དེ་ག་ནང་བཞིན་ཡོང་རྒྱུ་དང་། དེ་ནང་བཞིན་གལ་ཆེ་ཤོས་འདི་ད་ལྟ་ངས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་དེ་ག་རང་བསམ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། ད་ལྟ་ང་ཚོས་དེ་འདྲའི་ཞུ་གཏུག་གནང་བའི་སྐབས་ལ་དམིགས་ཡུལ་དང་། ང་ཚོའི་མངོན་འདོད་དང་དེ་ཚོ་དངོས་གནས་ཐིག་ཙུང་ཙུང་རེད་པ། ཐུང་ཐུང་ཁ་གསལ་པོ་དེ་ཚོའི་ནང་ལ་གལ་ཆེ་ཤོས་འདི་ང་ཚོ་བཀའ་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལངས་ཕྱོགས་ཡིན་ནའང་རེད། གནད་དོན་གལ་གནད་གཞིར་བཟུང་གི་ཐོག་ནས་འབོད་སྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་དེ་ང་ཚོས་གཏན་འབེབས་འདྲ་པོ་ཞིག་ལབ་དགོས་ཀྱི་རེད་དམ། གཏན་འབེབས་ལབ་ནའང་འགྲིག་གི་མི་འདུག མོས་མཐུན་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ནུས་པ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་རེད་པ། དེ་ཡིན་དུས་དེར་ཡང་མ་འོངས་པར་ང་ཚོས་གང་འདྲ་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་དམ། རེད་པ། དེ་ནང་བཞིན་དེ་ནས་ལྷུམ་སྐུ་ཇ་ནེ་ཊ་རཡེསི་ (Janet Rice) ཀྱི་ཐོག་ལ་འདི་གསུངས་གནང་སོང་། འདི་དེ་ག་རང་རེད། ཁོ་རང་དཔེ་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་རེད།

དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་གཅིག་ནས་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་གཞི་རྒྱ་ཆེན་པོ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་བཀའ་བློན། ལས་བྱེད། དོན་གཅོད་ཚང་མས་ཕྱག་ལས་ཡག་པོ་གནང་འདུག་ཅེས་གསུངས་སོང་། ཐུགས་ཆེ་གནང་བྱས་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། འདི་ནང་བཞིན་ད་ལྟ་ལྡི་ལི་འཕགས་བོད་འབྲེལ་མཐུད་ལས་ཁང་དེས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་སྔོན་མ་ས་གནས་ལ་ཕེབས་པ་དང་། ཡང་ཞུ་གཏུག་དེ་འདྲའི་སྐབས་ལ་འབྲེལ་མཐུད་དེ་འདྲ་མ་ཐུབ་པའི་གནས་སྟངས་བྱུང་སོང་འདྲ་པོ་ཞིག་གསུངས་སོང་། འཕགས་བོད་འབྲེལ་མཐུད་ལས་ཁང་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་ལ་ང་ཚོས་ཏོག་ཙམ་ཞིག་ག་རེ་ལབ་ཀྱི་རེད། འགན་འཛིན་འདི་གནས་མ་ཐུབ་པའི་གནས་སྟངས་དང་། ཡང་འགན་འཛིན་རག་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་དང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཏོག་ཙམ་ཞིག་སྟོང་པ་ཆགས་བསྡད་པའི་དུས་ཡུན་མང་པོ་ཞིག་ཆགས་སོང་། དེ་འདྲའི་རྐྱེན་པས་ལས་བྱེད་གཅིག་ཡིན་དུས་སྐད་ཡང་ལས་ཀ་མང་པོ་དང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་དུས། དེ་འདྲའི་སྐབས་ལ་འབྲེལ་བ་མཐུད་མ་ཐུབ་པ་དེ་འདྲའི་བྱུང་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེའི་སྐད་ལ་ང་ཚོས་གང་ཐུབ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་བྱེད་ནས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟའི་རྩིས་གཞི་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་ང་ཚོས་ད་ལྟ་ཕ་གི་ལ་ཚོད་གན་གྱི་ལས་བྱེད་གསར་པ་གཅིག་ཁ་སེང་མར་བཏང་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སྐད་ལ་ལས་བྱེད་ད་ལྟ་འགན་འཛིན་ལས་ཚབ་དང་ཚོད་གན་ལས་བྱེད་གཅིག་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ལས་བྱེད་གཉིས་ཆགས་བསྡད་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་འབྲེལ་མཐུད་གནང་ས་དེ་ཁ་སེང་སྔོན་མ་ད་ལྟ་སྐུ་ངོ་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་སྦྲེལ་པོ་གཉིས་ལ་ང་ཚོས་གྲོས་བསྡུར་

བྱེད་པའི་ཐོག་ནས། དྭ་ལྷ་སྤྱི་འཐུས་རང་གི་འབྲེལ་མཐུད་པ་གཅིག་ཕ་གིའི་འཕགས་བོད་འབྲེལ་མཐུད་ལས་ཁང་ལ་བསྒོ་གཞག་ཡོད་ཡོད་པ་རེད། ལས་བྱེད་འཕར་མ་གཅིག་ཡོད་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་རྒྱ་གར་ནང་ལ་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པ་ག་ཚོད་ཡོད་རེད་ཅེས་དེ་གསུངས་སོང་། འདི་གྲོས་ཚོགས་ལ་རྗེས་ནས་ཐོ་དེ་ཡོད་ན་སྟན་སྦྲོན་བྱེད་ན་ཡག་པོ་འདུག རྗེས་ནས་ང་ལ་ཐོ་རག་པ་དང་ཞུ་ཚོག་པ་གྱིས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ཐའེ་ཝན་ནང་དྭ་ལྷ་ཡིག་ཚད་ཀའ་ངལ་འཁྲུད་བསྟད་པ་དེ་འདྲའི་ཡོད་དམ་མེད། ག་ཚོད་ཡོད་རེད། ཐའེ་ཝན་གྱི་གནས་སྟངས་དེ་ཧ་ཀ་ཅམ་ཞིག་མི་འདྲ་བ་འདྲ་པོ་ཞིག་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སྐད་ལ་ཕ་གི་ལ་སྟོན་མ་ཡིན་ན་དགེ་བཤེས་དང་། གྲྭ་བ་དང་། སློབ་ཕྲུག་དེ་འདྲ་ཡིན་པ་ཡིན་ན། དུས་ཚོད་ཅིག་གི་ནང་ནས་མར་ཕྱི་ལོགས་ལ་འདོན་དགོས་ཀྱི་འདུག མར་ཕྱི་ལོགས་ལ་འདོན་ནས་ཡར་ཡང་བསྐྱར་འཛུལ་དགོས་པ་དེ་འདྲའི་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲད་བསྟད་ཀྱི་འདུག དེའི་ཐོག་ལ་དྭ་ལྷ་ཐའེ་ཝན་སྐུ་ཚབ་དོན་གཅོད་མཆོག་ནས་དངོས་གནས་སྐུ་ལས་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་བསྐྱོན་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་དེའི་སྐད་ལ་དྭ་ལྷ་གནས་སྟངས་འདི་ཧ་ཀ་ཅམ་ཞིག་སྟོན་མ་བཙིས་ན་ཡག་ཏུ་ཆགས་བསྟད་ཡོད་བྱེད་ནས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་དྭ་ལྷ་དཀའ་ངལ་འཁྲུད་མཁན་ག་ཚོད་ཡོད་དང་མེད། དེ་ཚོ་ཚང་མའི་གྲངས་ཀ་གཀལ་སྲིད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ངས་རྗེས་ནས་ཞུ་ཚོག་པ་གྱིས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནང་བཞིན་དང་ལྷངས་བོད་དོན་ཞུ་གཏུག་གི་ཚོགས་མི་དེ་ཚོ་ཨེ་ཤེ་ཡའི་ཁུལ་ལ་ཧ་ཅམ་ཙུང་ཙུང་འདུག ཉི་འོང་ལ་གཅིག་མ་གཏོགས་མི་འདུག གཞན་པ་དེ་འདྲའི་མི་འདུག་འདྲ་པོ་གསུངས་སོང་། ཉི་འོང་དང་ཨེ་ཤེ་ཡའི་ཁུལ་ལ་སྤྱི་ཡོངས་ནས་བོད་པ་ཁོ་རང་གྲངས་འབོར་དེ་ཙུང་ཙུང་ཆགས་བསྟད་ཀྱི་ཡོད་རེད་ལྷ། དེ་ཡིན་དུས་སྐད་ལ་དང་ལྷངས་བོད་དོན་ཞུ་གཏུག་གི་ཚོགས་མི་དེ་ཚོ་སྤྱིར་བཏང་བོད་མི་སུ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་འཛུལ་ཞུགས་བྱེད་ཚོག་གི་ཡོད་རེད་དེ། དེའི་ནང་ལ་མང་བ་གཅིག་གཞོན་སྐྱེས་ཡིན་དུས། མི་འབོར་ཁོ་རང་ཙུང་ཙུང་ཡིན་དུས་གྲངས་ཀ་དེ་ཙུང་བ་ཞིག་ཆགས་བསྟད་ཀྱི་འདུག དྭ་ལྷ་སུད་སི་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། དེའི་སྐད་ལ་ཤུགས་བརྒྱབ་དགོས་ཀྱི་འདུག་གསུངས་སོང་། དེའི་སྐད་ལ་ང་ཚོས་དངོས་གནས་ཤུགས་བརྒྱབ་ཀྱི་ཡིན། སུད་སི་འདྲ་པོ་ཡིན་ན་བོད་མི་མང་པོ་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཚོགས་མི་དེ་ལས་མང་བ་དགོས་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཤིག་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་གཞིར་བཟུང་དེ་ག་རང་རེད། དེ་ནང་བཞིན་སུད་སི་རེད། དེ་བཞིན་ཨེ་ཤེ་ཡའི་རྒྱལ་ཁབ་ཆུང་ཆུང་དེ་ཚོའི་ནང་ལ་ཤུགས་བརྒྱབ་དགོས་ཀྱི་འདུག ང་ཚོས་ཤུགས་བརྒྱབ་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་འདི་ཞུ་ཡས་ཡིན།

དྭ་ལྷ་བཀའ་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་ཨོ་སི་ཊྲེ་ལི་ཡ་ལ་མི་གཅིག་གི་མཚན་ལ་སེང་གེ་ལབ་མཁན་ཞིག་གིས་༧སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ལ་མཚན་སྨད་ཚད་ལས་འགལ་བ་ཞུས་པ་དེའི་ཐོག་ལ་རྗེས་མ་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་སྤྱིར་བཏང་བདེ་སྲུང་ལས་ཁུངས་ངོས་ནས་གནང་གི་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ལན་དེ་ཚོ་ག་རེ་གནང་ཡོད་མེད་དེ་ཚོ་དགོས་ཀྱི་འདུག་གསུངས་སོང་། དེར་ངས་ཁ་སེང་ཞུས་པ་གཞིར་བཟུང་རེད། དེ་ཚོའི་སྐད་ལ་ང་ཚོ་ཡིན་ནའང་སེམས་འཚབ་དང་དགག་པ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཡོད་ཅེས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ངོས་ནས་དོན་གཅོད་ལ་དཔལ་ལྡན་བདེ་སྲུང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་བཀོད་མངགས་ག་རེ་གནང་གི་ཡོད་པ་འདི་ལ་འཐུས་ཤོར་དང་། རྗེས་ལུས། ཚད་ལྷག་དེ་འདྲ་མེད་པའི་ཐོག་ནས་ལག་བསྟར་གནང་དགོས་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་ནན་ཏན་བཀོད་མངགས་ཞུ་ཡི་ཡིན་བྱེད་ནས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་དྭ་ལྷ་རྒྱ་གར་ནང་ལོགས་ལ་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པའི་གྲངས་དེ་ ༣༠ རེད་བཞག དེའི་ནང་ལ་ཚོགས་མི་ ༡,༡༩,༠༥༠ འདུག འདས་པའི་ལོ་གཅིག་གཉིས་ནང་ཐའེ་ཝན་དོན་གཅོད་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་མཁྱེན་རྟོགས་ཡོད་པ་ཐའེ་

ཕན་གནས་སྟོད་བོད་མི་གྲངས་དྲུག་ལ་ཡིག་ཆ་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་འདུག དོན་ཁང་ནང་ཁོང་རྣམ་པ་བོད་མི་དངོས་འབྲེལ་ཡིན་པའི་ངོས་སྒྲོར་སྒྲུད་དེ་མཐུན་འགྱུར་གང་ཐུབ་གནང་བཞིན་འདུག ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

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

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

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

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒྲོམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གནད་དོན་ཁ་ཤས་ཤིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད། ད་ལྟ་གནད་དོན་འདི་བྱུང་ཨ་རིའི་དོན་གཅོད་ཀྱི་ལས་བསྒྲོམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གནད་དོན་ཡིན། བྱུང་ཨ་རིའི་དོན་གཅོད་ཀྱི་ལས་བསྒྲོམས་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་དེའི་ནང་ལོགས་ལ། རྒྱ་རིགས་འབྲེལ་མཐུད་པའི་སྐོར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ལས་བསྒྲོམས་རྒྱས་པ་ཞེ་དྲག་མི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་པ་སོང་ཙང་ངའི་དྲི་བའི་གནད་དོན་འདི་ག་རེ་ཡིན་ཟེར་ན། ཨ་རིའི་གཞུང་གིས་རྒྱ་ནག་ནས་ཕེབས་པའི་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བ་ཡིན་ཟེར་མཁན་མིང་འཁུར་བ་མང་པོ་ཞིག་ལ་གསང་ཚུལ་བའི་གནས་སྟངས་མང་པོ་ཞིག་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་པ་སོང་ཙང་ད་ལྟ་བར་དུ་ཨ་རིའི་གཞུང་གིས་རྒྱ་ནག་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བ་མིང་འཁུར་ནང་ལོགས་ནས་རྒྱ་ནག་གི་གསང་ཚུལ་བ་རེད་ཟེར་མཁན་གྱི་མིང་འབོད་བྱེད་ས་ནང་ལོགས་དེ་ཚོ་ནས་ང་རང་ཚོའི་རང་གཞུང་དོན་གཅོད་དང་། རྒྱ་རིགས་འབྲེལ་མཐུད་པ་མཉམ་དུ་འབྲེལ་བ་བྱུང་སྐྱོང་མཁན་ག་ཚོད་ཅིག་བྱུང་ཡོད་རེད། དེའི་གནས་སྟངས་དྲི་བ་གཅིག་འདི་ཡིན།

དྲི་བ་གཉིས་པ་འདི། རྒྱ་ནག་གི་ཕྱི་ལ་ཐོན་པའི་རྒྱ་རིགས་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བ་ནང་ལོགས་ལ་རིམ་པས་འཛམ་གླིང་གནས་སྟངས་མང་པོ་ཞིག་ནང་ལོགས་ལ་རྒྱ་ནག་གསང་ཚུལ་བ་ཐོན་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་ཐོན་པའི་སྐབས་དེ་ལ་ང་རང་ཚོ་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་མ་འོངས་པ་ལ་རྒྱ་རིགས་འབྲེལ་མཐུད་པ་དང་དོན་གཅོད་ཚོ་ལ། དེ་ཚོ་མཉམ་དུ་ལ་འབྲེལ་བ་མཐུད་ཕྱོགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དོགས་ཟོན་དགོས་པ་འདི་དང་དེ་རེད་ཟེར་བ་ཞིག་དང་། མ་འོངས་ལངས་ཕྱོགས་འདི་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་རེད་ཟེར་བ་དེ་དམིགས་བསལ་གལ་བྱེད་ཡོད་རེད་དམ། ལམ་སྟོན་འདྲ་པོ་གལ་བྱུང་ཡོད་རེད་དམ། དྲི་བ་གཅིག་འདི་ཡིན།

ངའི་ད་ལྟ་གནད་དོན་གཅིག་འདི། ད་ལྟ་ཕྱག་སྙིལ་གཅིག་གིས་རོབ་ཙམ་ཞིག་གསུངས་སོང་། དེ་ལ་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་བློན་གྱིས་ལན་གཅིག་གནང་སོང་། གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཁ་ན་ཊ་ལ་ད་ལྟ་ Tibet Committee ཟེར་བ་འདི་ཁ་ན་ཊའི་བོད་དོན་ལྷན་ཚོགས་དེ་སོ་སོ་རང་ཉིད་ས་གནས་དེ་ལ་ཟླ་བ་གཉིས་མ་ཟིན་ཙམ་ཞིག་བསྡད་པ་ཡིན། སྐབས་དེ་དུས་ཞིབ་འཇུག་ཆ་ཚང་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་བྱུང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོ་ནས་བོད་པ་སེམས་ཤུགས་ཅན་ཚོས་བཙུགས་ནས་ད་ལྟ་ལོ་ ༦༠ ཟིན་ལ་ཉེ་ཡོང་གི་འདུག ཁོང་རྣམ་པ་ཚོས་ལས་གཞི་རྩོམ་པའི་སྐབས་ལ་ཊོ་རོན་ཊོ་ལ་ང་རང་ཚོའི་བོད་པའི་བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ་གཙོས་པའི་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་པ་བཞི་དང་། བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ་ལྟ་དེའི་ལས་གཞི་དེ་ཨོ་ཊ་ཕར་ (Ottawa) ལ་བརྗམས་པའི་སྐབས་ལ་དཀའ་ངལ་སྣ་ཚོགས་འཕྲད་བསྡད་ཀྱི་འདུག ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ད་ལྟའི་ཆ་ལ་པ་གིར་བསྡད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་ལོགས་ལ་དེ་རིང་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་ཞུ་ཡི་མིན་ཏེ། དོན་གཅོད་ཀྱི་ངོས་ནས་དེ་ལ་རྒྱབ་

སྐྱོར་བྱས་རྒྱུ་ལས་གནོན་ཤུགས་དང་། ཚོགས་པ་དེ་ཉམས་རྒྱུད་འགྲོ་བ་ལ་གནས་སྟངས་ཤིག་བྱུང་བསྡད་ཀྱི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྐད་ལ་བྱུང་བའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་ལོགས་ལ་གནས་སྟངས་གཅིག་ཞུས་པ་ཡིན་ན། དཔེར་ན། དོན་གཅོད་ཀྱིས་དེའི་ནང་ལོགས་ལ་ཚོགས་མི་འཛུལ་མཁན་བོད་པ་རེ་ཟུང་གི་སྐོར་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ཟེ་གཏོགས་བྱེད་བསྡད་པ་དང་། དེ་དང་དེ་མ་བྱུང་ན་ཟེར་བསྡད་པའི་ཟེ་གཏོགས་ཤིག་བྱེད་བསྡད་བཞག དེ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་ད་ལྟའི་ཆ་ལ་མིང་འབོད་བྱེད་ཀྱི་མིན། འདི་ད་ལྟ་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་བློན་གྱི་མཁྱེན་རྟོགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་རང་ཡིན། གནས་སྟངས་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དོན་གཅོད་ཀྱི་ཕྱག་ལས་གནང་སྟངས་དེ་ཁེ་ན་ཊ་ལ་ V-TAG ཟེར་ནའང་རེད། བོད་དོན་ཞུ་གཏུག་ལས་འགུལ་བ་དེ་ཡར་འཕེལ་རྒྱུ་དང་རྣམ་པར་རྒྱས་པའི་ཆེད་དུ་ལོ་ངོ་ ༩༠ ཙམ་རིང་གི་བོད་དོན་གྱི་ཐོག་ལ་ཕྱག་ལས་དང་གཟེངས་སུ་ཐོན་པ་གནང་མཁན་གྱི་ Tibet Committee དེ་ཚོ་ལ་གནོན་ཤུགས་སྤྲད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་དང་གནས་སྟངས་དེ་འདྲ་ཡོང་བསྡད་ཀྱི་འདུག དེ་ཚོའི་སྐོར་ལ་ཞིབ་འཇུག་གནང་རོགས་གནང་། ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་ཐོག་ནས་མ་འོངས་པ་ལ་ང་ཚོར་དྲི་བ་དྲིས་ལན་ཡོང་གི་རེད་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་འདི་ཡིན།

ངའི་དེའི་ནང་ལོགས་ལ་གནད་དོན་གཅིག་འདི། རྒྱ་ནག་གི་འགོ་དཔོན་ཚོ་ཕྱི་ལོགས་ལ་ཐེབས་པའི་སྐབས་ལ་ང་རང་ཚོ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལོགས་ལ་གཞོན་སྐྱེས་ཁག་གཅིག་གིས་མི་རིགས་དེའི་འཐབ་རྩོད་དེ་ལ་དམིགས་ནས་ལས་འགུལ་གཞི་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྤེལ་གྱི་ཡོད་རེད། དཔེར་ན། ཡུ་རོབ་ཕྱོགས་ལ་རྒྱ་ནག་གི་འགོ་དཔོན་ཐེབས་པའི་སྐབས་ལ་བོད་རང་བཙན་སློབ་ཕྲུག་ཚོགས་པའི་ལས་བྱེད་འཆི་མེད་ལྷ་མོ་དང་། བོད་དོན་འཐབ་རྩོད་པ་ཚེ་ལྷ་དང་། དེ་མ་ཡིན་པའི་ཡུ་རོབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་གཞོན་སྐྱེས་མང་པོ་ཞིག་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཕ་རན་སི་གཙོས་པའི་ཡུ་རོབ་ལ་ཡོད་པའི་བོད་རིགས་ཤ་ཁྲག་གཅིག་པའི་སྤུན་ཟླ་ཚོས་ལས་གཞི་བརྩམས་པ་དེ་ང་རང་ཚོའི་མིག་མདུན་ལ་མཐོང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། སོ་སོ་རང་ཉིད་འདྲ་པོ་ཡིན་ན་དེ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ཞུ་ཡི་ཡོད། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། རྣ་རམ་ས་ལའི་གསར་ཁང་གཅིག་གི་ནང་ལོགས་ལ་བོད་ནས་ཆབ་སྲིད་བཙོན་པ་ཡིན་ཟེར་མཁན་མིང་ཁུར་མཁན་ཞིག་ལ་དྲི་བ་དྲིས་པའི་སྐབས་ལ། བོད་ལ་ར་རྒྱ་ཤེས་རིག་ནོར་བུ་གླིང་སྒོ་བརྒྱབ་པ་དེ་རྒྱ་ནག་གི་འགོ་དཔོན་ཕྱི་ལོགས་ལ་བསླེབས་པའི་སྐབས་ལ་བོད་པ་ཚོས་སྐད་འབོད་བརྒྱབ་པ་དེ་འདྲ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒོ་བརྒྱབ་པ་རེད་མདོག་མདོག་གསུངས་ཡོང་གི་འདུག་གཱ། སྐབས་དེ་དུས་ང་ལ་ཚོར་བ་དེ་ཨ་ཧོ། རྒྱ་ནག་གཞུང་གི་གསར་ཁང་དང་མགྲིན་ཆབ་པ་དེ་རྣ་ས་ལ་བསླེབས་ཚར་འདུག་བསམ་པའི་ཚོར་བ་ཤུགས་ཆེན་པོ་བྱུང་སོང་། མི་སྣ་དེ་དག་ལ་ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་གསར་འགོད་པ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་ལ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་མིང་ཁུར་མཁན་ཚོའི་རྒྱབ་ལྗོངས་ལ་རྟོགས་པ་ཟ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཞུ་རྒྱུ་འདི་ཡིན། དེ་འདྲའི་བཀའ་མོལ་དེ་གསུང་བསྡད་པ་ཡིན་ན་མ་འོངས་པ་ལ་བཙན་བྱོལ་ལ་འཚར་ལོངས་བྱུང་མཁན་གྱི་མི་རབས་གཞོན་པ་ཚོས་བོད་དོན་སྐོར་ལ་ལས་ཀ་བྱེད་ཐོད་ཀྱི་རེད་དམ། ཤུགས་ལ་ཁོ་ཚོ་ལ་གནོན་ཤུགས་སྤྲད་ཡོང་གི་འདུག་གཱ། དེ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་དེ་ཚོའི་སྐོར་ལ་ང་ཚོས་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་ཀྱི་རེད། ང་ལ་དེ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་མཚན་ག་རེ་ཡོད་ཟེར་ན། རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་སྲིད་བྱུས་ཤིག་བཏོན་གྱི་ཡོད་རེད། བཅུ་ཚན་གསུམ་ཟེར་བ་ཞིག་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༥ བར་དུ་སྐད་རིགས་དེ་ཙམ་ཞིག་བཀག་བསྡོམས་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༣༥ ལོ་ལ་རྫོང་དང་ཤང་དང་། ཚོས་དང་གྲོང་དབྱུང་མན་ཆད་ལ་རྒྱ་ནག་གི་སྐད་དེ་སྤྱི་སྐད་བཟོ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ལས་གཞི་དེ་འགོ་དང་པོ་དེ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༡ ནས་འགོ་བཙུགས་ནས་བོད་ནང་ལོགས་ལ་སྔེར་གཉེར་གྱི་བོད་སྐད་ཡིག ང་རང་ཚོའི་ཕ་སྐད་བདག་པོ་བརྒྱབ་པའི་སྔེར་གཉེར་སློབ་གྲྭ་བདུན་སྒོ་རྒྱག་དགོས་ཀྱི་རེད་ཟེར་ནས་རིམ་པ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༢ ནས་མར་འགོ་བཙུགས་ནས་རིམ་པས་སྒོ་བརྒྱབ་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། རྒྱབ་ལྗོངས་དེ་ཚོའི་གྲངས་དེ་ང་རང་ཚོའི་ནང་ཁུལ་ལ་ཕར་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་མཁན་མི་

འདུག་གླ། གསར་ཁང་ཁག་ནང་ལོགས་ལ་ང་རང་ཚོ་བོད་རིགས་དེ་ཆོས་སྐད་འབོད་བརྒྱབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ར྄་རྒྱ་ཤེས་རིག་ནོར་བུའི་སློབ་གླིང་སློ་བརྒྱབ་པ་རེད། གཞོན་སྐྱེས་སྐད་འབོད་རྒྱག་མཁན་ཚོ་ལ་ཚོར་བ་གང་འདྲ་ཡོང་གི་རེད། དེ་ཚོ་ལ་བདེ་སྐྱིད་ཡིན་ནའང་རེད། ཕྱི་དྲིལ་རེད། གང་གས་ལན་བརྒྱབ་མཁན་དང་དྲི་བ་འདྲི་མཁན་གང་ག་ལ་དགོས་གཞི་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

དཔལ་ལྡན་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་བློན་མཆོག

དཔལ་ལྡན་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་བློན་ནོར་འཛིན་སྒྲོལ་མ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་བྱུང་ཨ་རིའི་དོན་གཅོད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཁྱབ་ཁོངས་ནང་ལ་ཡོད་པའི་རྒྱ་རིགས་འབྲེལ་མཐུད་པས་ཨ་རིའི་གཞུང་ནས་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བ་དེ་ཚོར་འབྲེལ་བ་བྱེད་པ་དང་དེ་ཚོའི་ནང་ལ་གསང་ཚུལ་ཐོན་པ་དེ་འདྲ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་བྱུང་སྐྱོང་ཡོད་པ་ག་ཚོད་ཡོད་རེད་ཅེས་འདི་གསུངས་གནང་སོང་། ངས་དེར་ལམ་སང་ཞིག་ཞུ་ཐུབ་ཡས་མི་འདུག དེའི་སྐབས་ལ་ད་ལྟ་དེ་འདྲའི་ཐོ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ངས་རྗེས་ནས་ཞུ་ཆོག དེ་ནས་གཙོ་ཆེ་བ་དེ་མང་གཙོ་དོན་གཉེར་བ་དེ་ཚོ་གསང་ཚུལ་འཛིན་པའི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བྱེད་ཕྱོགས་ལམ་སྟོན་དེ་འདྲ་གལ་བྱུང་ཡོད་རེད་དམ་ཞེས་གསུངས་གནང་སོང་། ང་ཚོ་ད་ལྟ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཁ་སེང་དཔེ་མཚོན་ཙམ་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ཉེ་ཆར་ད་ལྟ་བོད་ཀྱི་སྲིད་བྱུས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་གི་གོ་སྒྲིག་འོག་ལ་ཚོགས་འདུ་ཞིག་ཚོགས་ཡོད་རེད། དེ་འདྲའི་སྐབས་སུ་ང་ཚོ་དེའི་ནང་ལ་མཉམ་ཞུགས་གནང་མཁན་ཚང་མའི་ལོ་རྒྱུས་དང་ཞིབ་བྲ་ཚང་མ་སྔོན་ཚུད་ནས་ང་ཚོར་དགོས་ཀྱི་འདུག ང་ཚོས་དེ་ངས་འདིར་ཞུས་ན་ཧག་ཧག་ཅིག་ཡོད་ན་མེད་དམ། དེ་ང་ཚོས་སྔོན་ཚུད་ནས་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་ལ་ང་ཚོས་དེ་འདྲ་ཞིག་དེང་སང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་བྱུས་ནས་འདི་གཅིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་ང་ཚོ་ཕྱི་དྲིལ་ངོས་ནས་བྱེད་ཡས་དེ་ཚོ་ང་ཚོ་ཕྱིའི་མི་སྣ་མང་པོ་ཞིག་ལ་འབྲེལ་བ་ཆགས་དུས། མཚམས་མཚམས་ཡང་དེ་ཚོའི་སྐབས་ལ་དགོས་ཟོན་དང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་བྱུས་ནས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་དང་མཉམ་དུ་ Canada Tibet Committee དེ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་གཞིར་བཟུང་རེད། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༨༧ ནས་བོད་པ་སེམས་ཤུགས་ཅན་མང་པོ་ཞིག་གིས་བཙུགས་པ་ཆགས། དེ་ནང་བཞིན་གྱི་ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་ཕྱག་ལས་དངོས་གནས་ཧང་སང་བའི་ཡག་པོ་གནང་གི་འདུག ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་ལ། ངས་ད་ལྟ་བར་དུ་ངའི་ཚོར་སྣང་དང་ངས་ཧ་གོ་བ་འདི། ཨ་རིའི་དོན་གཅོད་ཀྱི་ངོས་ནས་མཉམ་མཐུན་གྱི་ཕྱག་ལས་གཅིག་གནང་གི་ཡོད་པ་དང་། དེ་འདྲ་ཞིག་ཕར་ཚུར་ཕན་ཚུན་མཐུན་གྲོགས་དང་། དེ་འདྲ་ཐོག་ནས་ཕར་ཚུར་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ཕྱག་ལས་གནང་གི་ཡོད་པ་ལ་ང་རང་གི་ཚོར་སྣང་དང་གོ་ཐོས་ལ་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་དེ་མིན་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་ན། འདི་གང་འདྲ་ཡིན་ནམ། དེར་ངས་བལྟ་ཡི་ཡིན་བྱུས་ནས་ཞུ་ཡི་ཡིན། དཔེར་ན་ཆ་བཞག་ན། དེ་འདྲ་ཞིག་གསུངས་གནང་སོང་། ཚོགས་མི་འཛུལ་མཁན་དེ་ཚོ་ལ་ཕལ་ཆེར་གཞོན་ཤུགས་སྤྲད་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ས་རེད། འདི་དངོས་གནས་བྱུས་ན་ང་ཚོའི་V-TAG དང་དེ་ཚོ་ག་རེ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ཚོགས་མི་དེ་སྤྱར་ཆའི་ཐོག་ལ་འབད་བརྩོན་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེར་

ངས་རྒྱུ་མཚན་ག་རེ་ཡིན་ནམ། གནས་བབས་ག་རེ་ཡིན་ནམ། ད་ལྟ་ངས་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཕྲུལ་མཆོག་ལ་གསུང་རོགས་བྱེད་གལ་ཞུ་ཡི་མེད། ཡིན་ནའང་ང་རང་ཚོའི་ངོས་ནས་དེའི་སྐོར་ལ་གཅིག་བལྟ་ཡི་ཡིན་བྱས་ནས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཕྲུལ་མཆོག་གིས་དེའི་སྐོར་ལ་ཞིབ་འཇུག་གནང་རོགས་བྱེད་ཅེས་གསུངས་སོང་། ང་ཚོས་དེའི་སྐོར་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཀྱི་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་རྒྱ་ནག་ནང་ལ་དྲི་བ་རང་དང་གལ་མི་འདུག འདི་དགོངས་ཚུལ་རེད་བཞག མི་རིགས་འཐབ་རྩོད་ཀྱི་ཆེད་དུ་དཔེ་ཆ་བཞག་ན། འཚི་མེད་ལྷ་མོ་ལགས་དང་ཆེ་ལྷ་ལགས་ཁོ་རང་ཚོ་ཚང་མས་དངོས་གནས་ལས་གཞི་ཡག་པོ་དེ་འདྲ་སྤེལ་ཡོད་རེད། དེ་ཡང་གསར་ཁང་ཞིག་གིས་གསུངས་པ་ཞིག་གསུངས་ཀྱི་འདུག རེད་ལྟ། ང་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། ཁོ་རང་ཚོས་དེ་འདྲའི་ལས་འགུལ་ག་རེ་སྤེལ་གྱི་ཡོད་པ་དེ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དང་བསྔགས་བརྗོད་ཡོད། ག་རེ་ལབ་ན་བོད་པའི་རྩ་དོན་དོན་དག་ལ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་སེམས་ཤུགས་ཤིག་འབྱེར་བའི་ཐོག་ནས་དེ་ཚོ་གནང་གི་ཡོད་པ་ལ་ང་རང་ངོས་ནས་འདི་ལྟར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཟེར་ནས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

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

སྐྱི་འཕྲུལ་བློ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་སྲི་ཐར་ལགས།

སྐྱི་འཕྲུལ་བློ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་སྲི་ཐར་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒོམས་དང་འབྲེལ་བའི་བསམ་ཚུལ་གཅིག་གཉིས་ཞུ་རྒྱུའི་འདོད་པ་བྱུང་སོང་། ཐོག་མ་དེ་འདི་གཅིག་ཞུ་རྒྱུའི་འདོད་པ་བྱུང་སོང་། ཉེ་ཆར་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། མང་པོ་ཞིག་གིས་གཅིག་བྱས་ན་གཟིགས་ཡོད་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ཉི་འོང་ (Japan) དོན་གཅོད་ཡིན་ནའང་རེད། ལྷོ་ལི་དོན་གཅོད་ཀྱི་ལས་བྱེད་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་དང་མཉམ་དུ་ད་ལྟ་བོད་ཀྱི་སྲིད་བྱུས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་གིས་རྩོམ་དང་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་བཀོད་འདུག རྒྱལ་སྤྱིའི་སྲིདས་ཆའི་དྭ་རྒྱ་ལབ་ནའང་རེད། གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ལ་རྩོམ་ཞིག་བཀོད་འདུག དེ་ཚང་མ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དང་བསྔགས་བརྗོད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ཞུ་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་འདི་ག་རེ་ཡིན་ཞུས་ན། སྔོན་མ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་འགྲོ་སྟངས་ཤིག་ག་རེ་ཡོད་རེད་ལབ་ན། བོད་པའི་གནད་དོན་འདི་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྲིདས་ཆ་སྐད་ལ་སྐྱེལ་དགོས་འདུག་ལབ་ན། གང་རེད་ལབ་ན། གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་དང་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་གསར་འགོད་པ་དེ་ཚོས་བཀོད་དགོས་རེད་ལབ་ནས་འགྲོ་སྟངས་ཤིག་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟའི་དུས་ལ་རྒྱལ་སྤྱིའི་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་གྱི་འགྲོ་སྟངས་ཁོ་རང་འགྱུར་བ་ཞིག་འགྲོ་ཡོད་དུས་སྐབས་ལ། སོ་སོའི་ལོ་རྒྱུས་འདི་སོ་སོས་འབྲི་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཤིག་ཡོད་དུས་སྐབས་ལ། གོ་སྐབས་དེ་འཛིན་པ་དེ་ངས་གལ་ཆེན་པོ་དཔེ་མཚོང་གི་འདུག འདི་ཡིན་དུས་དེ་ལ་གང་མང་མང་ཤུགས་བརྒྱབ་རྒྱུ་འདི་ངས་འབོད་སྐུལ་རང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གང་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་འདྲ་ཞིག་མང་བ་བྱེད་ཐུབ་ན། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ང་ཚོ་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ནང་ལོགས་ལ་ལས་བྱེད་ནང་ལོགས་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་འདྲའི་བསམ་ཚུལ་འབྲི་ཐུབ་མཁན་ཤེས་ཡོན་ལྡན་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་དུས་སྐབས་ལ། དེ་ལ་ཧོག་ཙམ་ཤུགས་ཤིག་བརྒྱབ་ཐུབ་ན་ང་ཚོ་བོད་པའི་གནས་ཚུལ་འདི་དྲིལ་བསྒྲགས་བྱེད་རྒྱུར་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེར་བརྟེན་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་ཤུགས་བརྒྱབ་རོགས་བྱེད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་དང་མཉམ་དུ་ཉེ་ཆར་བོད་ཀྱི་སྲིད་བྱུས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་དང་། ད་ལྟ་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་ Center for National Security Studies མཉམ་དུ་ད་ལྟ་ (MoU) ཞུ་ཡི་རེད་པ། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེ་འདྲ་ཞིག་བཞག་པ་འདིར་ངས་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་དགེ་གལ་ཆེན་པོ་མཐོང་གི་འདུག གང་ཡིན་ཟེར་ན། ལུང་པ་གཅིག་གི་སྲིད་བྱུས་གང་འདྲ་ཞིག་འགྱུར་བ་འགྲོ་མ་འགྲོ་དེ་སྲིད་བྱུས་དེ་འདྲའི་གང་ལྟར་ལྡན་ཁང་ཡིན་ནའང་རེད། སྲིད་བྱུས་དེ་འདྲའི་ཉམས་ཞིབ་ཁང་དེ་ཚོ་ལ་བལྟས་ནས་འགྱུར་བ་ཞིག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་དུས། དེ་འདྲ་ལ་ང་ཚོ་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ནས་མ་ཐུབ་འགྱུར་སྒྱུར་རྒྱུ། གང་རེ་ལབ་ན། ཉེ་ཆར་ང་རང་ཡིན་ནའང་རྒྱ་གར་གྱི་ཉམས་ཞིབ་ཁང་དེ་འདྲ་ཁ་ཤས་ཀྱི་ཉམས་ཞིབ་པ་དེ་འདྲ་མཉམ་དུ་མཇལ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བྱུང་སོང་། དེ་ཞུས་པའི་སྐབས་ལ་ཁོ་རང་ཚོས་ག་རེ་ཞུ་ཡི་འདུག་ལབ་ན། ང་ཚོ་བོད་པའི་སྐད་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་རྒྱུའི་འདོད་པ་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་དེ་ལ་ང་ཚོས་མ་ཐུབ་འགྱུར་ག་རེ་སྒྱུར་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་དམ། དེ་འདྲ་ལབ་དུས་སྐབས་ལ་དེ་འདྲའི་གང་མང་མང་ཞིག་ཆགས་ན་དེ་རྒྱ་གར་གཅིག་པུ་ཆགས་ཀྱི་མི་འདུག རྒྱལ་སྤྱིའི་སྡིངས་ཆ་ནང་ལོགས་ལའང་སྲིད་བྱུས་དང་དེ་འདྲ་བསྟན་པའི་སྐབས་ལ་བོད་པའི་བསམ་ཚུལ་དང་། བོད་པའི་གནས་སྟངས་ག་རེ་ཡིན་མིན་འདི་དགོས་ཡོད་དེ་ཕར་བསླེབ་རྒྱུ་དེ་རེད། གང་རེད་ལབ་ན། ཕྱི་ལོགས་ནས་ཕར་བལྟས་པ་དང་ནང་ལོགས་མཉམ་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་པ་ལ་ཁྱད་པར་ཞིག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་དུས། དེ་འདྲའི་ལས་གཞི་འདི་གང་མང་མང་རྩོམ་རིགས་བྱེད་ལབ་ནས་འདི་གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། དེ་དང་མཉམ་དུ་འབྲེལ་བ་ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ལབ་ན། ད་ལྟ་ཇི་ནི་ཝ་ (Geneva Forum) དང་འབྲེལ་བ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག Geneva Forum འདི་ང་རང་སྔེར་གྱིས་སྔོན་མ་དང་པོ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ན་བསམ་པའི་བསམ་ཚུལ་འདྲ་པོ་ཁ་ཤས་བྱུང་སོང་། རེད་པ། ཡིན་ནའང་ཉེ་ཆར་ལོ་གཅིག་གཉིས་ནང་ལོགས་ལ་ཚོགས་འདུ་གཞན་པ་དེ་འདྲ་བརྒྱུད་ནས་ཉམས་ཞིབ་པ་མང་པོ་ཞིག་ཐུག་སོང་། རྒྱ་ནག་སྐད་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཐུག་པའི་སྐབས་ལ་ཁོ་རང་ཚོས་ག་རེ་ཞུ་ཡི་འདུག་ལབ་ན། ང་ཁ་སེང་ Geneva Forum ལ་འགྲོ་ཡིན། དེའི་ནང་ལོགས་ལ་དེ་འདྲ་དེ་འདྲ་བྱུང་སོང་། ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ལབ་ན། ཁོ་རང་ཚོ་མང་པོ་ཞིག་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་དུས་སྐབས་ལ་ཚང་མས་མཁྱེན་གསལ་རེད། ཉེ་ཆར་ཉམས་ཞིབ་མང་པོ་ཞིག་ག་རེ་སྐད་ལ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད་ལབ་ན། ཡུ་གུར་དང་ (East Turkistan) ནང་ལོགས་ལ་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་ཐོན་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། དེ་ཐོན་པའི་སྐབས་ལ་ཁོ་རང་ཚོས་ག་རེ་ལབ་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ན། ཁོ་རང་ཚོའི་ཕ་གི་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་དུས། ང་ཚོ་བོད་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཆེ་རུ་འགྲོ་བའི་སྐབས་ལ་ཁོ་རང་ཚོས་གང་འདྲ་བྱས་ནས་བོད་པའི་ནང་ལོགས་ལ་གནད་དོན་བཀོད་རྒྱུ་ཡིན་ནའང་རེད། ང་ཚོ་ད་ལྟ་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་སྲིད་བྱུས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་འདྲའི་མཉམ་དུ་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཡོང་དུས་སྐབས་ལ། དེའི་ནང་ལོགས་ལ་ཁོ་རང་ཚོས་ཕྱུག་ལས་མ་ཐུབ་འགྱུར་ག་རེ་སྒྱུར་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་མེད་དེ་འདྲའི་བསམ་བློ་ཞིག་བསླེབས་ཡོང་གི་འདུག་གཱ། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་ང་ཚོས་གང་ཐུབ་ཐུབ་དེ་ལ་ཆ་རྐྱེན་བསྐྲུན་རྒྱུ་དེ་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་གལ་ཆེན་པོ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག་འདི་གཅིག་ཞུས་ན་བསམ་སོང་།

དེ་དང་མཉམ་དུ་ད་ལྟ་བོད་དོན་ཞུ་གཏུག་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ V-TAG ཞུ་ཡི་རེད་པ། དེའི་ལས་གཞི་དེ་ཟབ་སྦྱོང་སྤྲོད་པ་དང་དེ་ཚོ་ལ་བསྡུགས་བརྗོད་རང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གང་ཡིན་ཟེར་ན། དེང་སང་གཞོན་སྐྱེས་མང་པོ་ཞིག་ང་ཚོ་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ནང་ལོགས་ལ་ཚུར་གང་འདྲ་ལེན་དགོས་ཡོད་མེད། ཁོ་རང་ཚོ་ལ་མཉམ་ཞུགས་བྱེད་རྒྱུའི་ས་ཆ་ཞིག་བཟོ་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་དགེ་མཐོང་གི་ཡོད་དུས། དེ་འདྲའི་ལས་གཞི་རྩོམ་དུས་སྐབས་ལ་འདི་དགེ་གལ་ཆེན་པོ་མཐོང་གི་འདུག དེ་དང་མཉམ་དུ་དེ་རིང་གི་ལས་བསྡོམས་སྙིང་བསྡུས་ནང་ལོགས་ལ་ཟབ་སྦྱོང་སྤྲོད་པ་དེ་མ་གཏོགས་བཀོད་མེད་དུས། བྱུང་ན་

མཇུག་མ་དེའི་ནང་ལོགས་ལ་ཟབ་སྦྱོང་སྤྲོད་པ་ཙམ་མ་ཟད་དེས་ལས་གཞི་ག་རེ་ག་རེ་བརྩམས་ཡོད་པ་དེ་བཀོད་ཐུབ་ན་ཡག་པོ་འདུག་བསམ་གྱི་འདུག གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཉེ་ཆར་དཱ་ལ་ལྷི་ལི་ལ་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱིས་གོ་སྒྲིག་ཞུས་པའི་ཉིན་མོ་དེ་སྐུང་བརྩེ་བྱེད་སྐབས་སུ་ V-TAG གྱི་ལས་བྱེད་མང་པོ་ཞིག་དེའི་ནང་ལ་མཉམ་ཞུགས་བྱས་པ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག དེ་འདྲ་ཧ་ཅམ་ཞིག་ངོ་སྤྲོད་བྱེད་ཐུབ་ན། སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལོགས་ལ་གཞོན་སྐྱེས་ཚོ་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ལས་གཞི་ནང་ལ་མཉམ་ཞུགས་བྱ་རྒྱུར་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག འདི་གཅིག་ཞུ་རྒྱུའི་འདོད་པ་བྱུང་སོང་།

མཐའ་མ་དེ་ལ་འདི་གཅིག་ཞུ་ཡི་ཡིན། ད་ལྟ་འདི་ནང་ལོགས་ལ་ང་ཚོ་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་དྭ་རྒྱ་དང་སྒྲ་བརྙན་ཅན་པ་དེ་འདྲའི་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ལོགས་ལ་དཔེར་ན་ངོ་དེབ། Twitter , YouTube དེ་འདྲའི་གནས་སྟངས་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ལོགས་ལ་སྟོན་གྱི་ཡོད་པ་བྱས། དེའི་ནང་ལྟ་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་གནད་དོན་ཞིག་འདུག འདི་གལ་ཆེན་པོ་དགེ་མཐོང་སོང་། དེང་སང་འགྱུར་བ་གཅིག་ག་རེ་འགྲོ་ཡི་འདུག་ཞུས་ན། སྤྱི་ཚོགས་དྲྭ་རྒྱའི་ནང་ལོགས་ལ་སྔོན་མའི་སྤྱི་ཚོགས་དྲྭ་རྒྱའི་འགྲོ་སྟངས་དང་། ད་ལྟའི་སྤྱི་ཚོགས་དྲྭ་རྒྱ་འགྲོ་སྟངས་ལ་འགྱུར་བ་ཞིག་ག་རེ་འགྲོ་ཡོད་རེད་ལབ་ན། སྔོན་མ་སྤྱི་ཚོགས་དྲྭ་རྒྱའི་ནང་ལོགས་ལ་སོ་སོའི་གྲོགས་པོ་ཡིན་ནའང་རེད། Page ཞུ་ཡི་རེད་ལྟ། ཁ་བྱང་ཞིག་ཁྱེད་རང་གིས་ལྟ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་ན། དེའི་ནང་ལོགས་གསར་འགྱུར་གསར་པ་ག་རེ་བསླེབས་ནའང་ཁྱེད་རང་གི་མདུན་ལ་མཐོང་ཡོང་གི་རེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟའི་དུས་ལ་སྤྱི་ཚོགས་དྲྭ་རྒྱ་ནང་ལ་འདི་བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག གང་ཡིན་ཟེར་ན། མཚམས་མཚམས་མཐོང་གི་འདུག མཚམས་མཚམས་མཐོང་གི་མི་འདུག འདི་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱིས་ལས་ཀ་བྱས་པ་དང་། གཙོ་བོ་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སྒྲ་བརྙན་ཅན་པ་བརྒྱུད་ནས་བརྙན་འཕྲིན་དང་དེ་ཚོ་མང་པོ་ཞིག་སྟོན་པ་ཚང་མ་མི་མང་ནང་ལ་མཐོང་ཡོང་གི་མི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་འདི་ལ་ཐབས་ཤེས་གཅིག་ག་རེ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག་ལབ་ན། དེང་དུས་བོད་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་བེད་སྤྱོད་བཏང་བ་དེ་ལག་ཐོག་ཁ་པར་ཡིན་དུས་ Telegram བེད་སྤྱོད་གཏོང་ཡོང་དུས་ Telegram ནང་ལོགས་ལ་ Channel བཟོ་རྒྱུ་ཡོད་རེད། Broadcast Channel མི་ཁྲི་མང་པོ་ཞིག་ བླུག་རྒྱུ་ཡོད་དུས། དེ་འདྲའི་ནང་ལོགས་ལ་བརྙན་པར་དེ་ཚོ་བླུག་ཐུབ་ན་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཐུགས་ཕན་གསོ་ཡི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

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

སྤྱི་འཐུས་དོན་གྲུབ་ཚེ་རིང་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དོན་གྲུབ་ཚེ་རིང་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བསམ་ཚུལ་ཁག་ཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་། དང་པོ་འདི་ལ། ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྲུ་ཁག་ལ་ཡོད་པའི་བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པའི་གནད་དོན་དང་སྐྱགས། ཕྱག་སྒྲིལ་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གིས་དགོངས་འཆར་གནང་སོང་། ཕྱག་སྒྲིལ་སྤྱི་འཐུས་གསུངས་པ་གཞིར་བཟུང་གི་ང་ཚོ་ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྲུ་ཁག་ལ་བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ་མང་དུ་འགྲོ་དུས་སྐབས་ལ། དེའི་ནང་ལ་གནས་ཚུལ་ཡོང་མ་སྲིད་པ་དང་གནས་ཚུལ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དེ་དངོས་འབྲེལ་གནས་ཚུལ་ཡིན་པ་ཞིག་རེད། སོ་སོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་གནས་ལ་ཆ་བཞག་ན། སྔོན་མ་དེ་འདྲའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་བྱུང་མྱོང་ཡོད་རེད། གང་ལྟར་ངས་སྟིང་བསྡུས་ཞུ་རྒྱུ་འདི། ང་རང་ཚོའི་གཞུང་ངོས་ནས་ཟེར་

ནའང་མི་འདུག དོན་གཅོད་ལས་ཁུངས་བརྒྱུད་ནས་བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པར་དཀའ་ངལ་གང་འདྲ་ཞིག་འཕྲད་པ་ཡིན་ནའང་། དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་འགྲོ་ལུགས་ཤིག་ཡོད་དགོས་རྒྱུ་འདི་དཔེ་མ་སྲིད་པའི་འགྲོ་ལུགས་ལམ་སྟོན་ཡོད་དགོས་པ་འདི་ཧ་ལས་པའི་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག འདི་གཅིག་ཞུ་རྒྱུ་དང་། ཆབས་ཅིག་ཏུ་ལ་ང་ཚོ་ཨ་རིའི་དོན་གཅོད་ཁྲབ་ཁོངས་ལ་བོད་རིགས་འབྲེལ་མཐུད་པ་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་བོད་རིགས་འབྲེལ་མཐུད་པའི་ལས་འགན། ངོ་བོ་ག་རེ་ཡིན་མིན་དེ་གསལ་པོ་ཞིག་བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་མི་མང་ཚོར་མཁྱེན་རྟོགས་ཡོང་དགོས་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་འདི་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་བྱེད་འདི་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

དོན་ཚན་གཉིས་པ་འདི། ད་ལྟ་བོད་རྒྱ་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ཀྱི་ཁྲིམས་འཆར་དང་སྨྲགས་བྱེད་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་བཀའ་མོལ་མང་པོ་ཞིག་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་དེ་རིང་འདིར་ཕྱག་སྤྲེལ་སྤྱི་འཐུས་ཁ་ཤས་ཀྱིས་དེའི་ཐོག་ལ་བཀའ་གནང་སོང་། ཁྲིམས་འཆར་དེའི་བརྒྱུད་རིམ་ལོ་གཉིས་ལྷག་ཙམ་ཞིག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། ཁྲིམས་འཆར་འདིའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་ལ་ད་ལྟ་གོང་དུ་ཕྱག་སྤྲེལ་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཚོས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་གྱི་འཚོ་བའི་ཁྲབ་ཁོངས་ལ་བོད་དེ་སྔ་མོ་ནས་རྒྱ་ནག་ཆ་ཤས་མ་རེད་གསུངས་ཡོད་པ་ཟེར་བ་དེ་དངོས་འབྲེལ་རེད། ཡིན་ནའང་འདི་དག་འདིའི་བརྒྱུད་རིམ་ཆ་ཚང་ཕྱིན་རྗེས་མཐའ་མའི་གྲུབ་འབྲས་དེ་ཨ་རིའི་ཁྲིམས་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༡༡༨་༧༠ དེའི་ཐོག་ལ་གྲོས་ཚོགས་འོག་མའི་ཚོགས་གཙོས་མཚན་རྟགས་བཀོད་པ། གྲོས་ཚོགས་གོང་མའི་ཚོགས་གཙོ་མེད་པའི་སྐབས་དེར་ལས་ཚབ་ཀྱིས་མཚན་རྟགས་བཀོད་པ། དེ་ག་ནང་བཞིན་ཨ་རིའི་སྲིད་འཛིན་གྱིས་མཚན་རྟགས་བཀོད་པ། དེ་ཡང་མཚན་རྟགས་བཀོད་པའི་ཉིན་མོ་དེ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཕྱི་ཟླ་ ༧ པའི་ཚེས་ ༡༢ ཡིག་ཆའི་ནང་ལ་ཚོར་བ་ཞིག་འཁོད་ཡོད་མ་རེད། ཡིག་ཆའི་ནང་ལ་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཨིན་ཇིའི་ནང་ལ་ཡིན་ན་ Finding ཞེས་བྲིས། ང་རང་ཚོས་ངོས་འཛིན་ཞུས་ན་མི་འདུག ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བ་དེའི་ནང་གསེས་ལྔ་པའི་ནང་ལ་གསལ་པོ་ག་རེ་འཁོད་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། ཨ་རིའི་གཞུང་ངོས་ནས་ནམ་ཡང་ལངས་ཕྱོགས་བོད་ཟེར་བ་དེ་སྔ་མོ་ནས་རྒྱ་ནག་གི་ཆ་ཤས་རེད་ཟེར་བའི་ལངས་ཕྱོགས་ནམ་ཡང་ལེན་མེད་ཅེས་དེའི་ནང་གསལ་པོ་འཁོད་བསྡད་ཡོད་རེད། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ངས་དེ་ཨིན་ཇིའི་ནང་ཚང་མས་གསལ་པོ་གོ་རྟོགས་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་མར་ལྷུགས་ཀློག་ཞུ་ཚོག་པ་གྱིས། ཚིག་མཆན་གྱི་ཐོག་ནས་ Finding no 5. The US Government has never taken the position that Tibet was a part of China since Ancient time དེ་ཁྲིམས་ཡིག་གི་གནད་དོན་ཞིག་ཆགས་ཡོང་དུས་སྐབས་ལ་ཧ་ལས་པའི་གཏམ་བཟང་རེད། དེ་སྔ་ལོ་རྒྱུས་ནང་བྱུང་མ་མྱོང་བ། ད་ལྟ་སྐབས་སུ་བབས་པའི་ང་རང་ཚོ་ཚང་མས་དམིགས་ཡུལ་ཟེར་ནའང་མི་འདུག ལས་འགན་གཙོ་བོ་འདྲ་འདི་ཁྲིམས་ཡིག་དེ་རིམ་པས་ཨ་རིའི་གཞུང་གི་ལངས་ཕྱོགས་ལ་བསྒྱུར་ཐབས་བྱེད་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ང་ཚོ་ཚང་མས་འབད་བརྩོན་གནང་དགོས་རྒྱུ་འདི་ཧ་ལས་པའི་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག ངས་འདི་གསལ་པོ་བྱེད་དེ་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་གོ་བརྡ་གསལ་པོ་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་འདི་གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་།

མཐའ་མ་དེ་ལ། ཉེ་ཆར་སྤྱི་ཚོགས་དྲུ་རྒྱའི་ནང་ལ་གང་ཟག་གཅིག་གིས་ང་རང་ཚོའི་བླ་ན་མེད་པའི་དབུ་ཁྲིད་དང་། དབུས་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ལ་དངོས་གནས་བསམ་ཡུལ་ལ་མེད་པའི་མཚན་སྨད་ཞུས་པ་དེ་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དགག་པ་དང་ངོ་རྒོལ། དེ་ག་ནང་བཞིན་དེའི་ཐོག་ལ་བདེ་སྲུང་བཀའ་བློན་མཆོག དེ་ག་ནང་བཞིན་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་བློན་མཆོག་གི་ངོས་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་ནན་ཏན་ཐོག་ནས་ཞིབ་འཇུག་གནང་སྟེ། ཁྲིམས་གཏུག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ལ་ངས་བསྐྱར་དུ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་ཡི་ཡིན།

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

སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རྗེ་ཚེ་བརྟན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རྗེ་ཚེ་བརྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྐོམས་ཐོག་བགྲོ་གླེང་ཆ་ཤས་ལེན་པའི་ཐོག་ནས་གནད་དོན་ཁག་ཅིག་ཞུ་ཆོག་པ་བྱེས། ཐོག་མར་ད་ལྟ་བོད་ཀྱི་འགྲེམས་སྟོན་ཚན་པའི་ངོས་ནས་ལས་དོན་ཁག་འདིར་བཀོད་གནང་འདུག སྤྱིར་བཏང་ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྲུ་ཁག་རེད། ང་རང་ཚོ་འདིར་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་ཡིན་ནའང་རེད། ལས་དོན་ཚགས་ཚུད་པོ་དང་ཡག་པོ་སྤེལ་གནང་གི་འདུག ལས་བྱེད་དང་འགན་འཛིན་མཁན་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་དང་མཉམ་དུ་ཉེ་ལམ་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་འགན་འཛིན་པའི་ཐོག་ནས་ལྷོ་ལི་རྒྱལ་ས་ལ་བོད་ཀྱི་དུས་སྟོན་ཞིག་གོ་སྒྲིག་ཞུས་བཞག ཕལ་ཆེར་ལོ་དྲུག་བདུན་རྗེས་ནས་ངས་ནོར་མེད་ན་དེ་འདྲ་ཞུས་ཐུབ་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ས་རེད། དུས་སྟོན་ཐོག་ལ་སྤྱི་ཚན་མང་པོ་ཞིག་ལ་མགྲོན་ཤོག་ཕུལ་བྱེད་དེ་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཞུ་དགོས་ཀྱི་རེད་པས། ཉེ་ལམ་རྒྱ་གར་ནང་ལ་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་བྱུང་ཡོད་རེད། དེའི་གོ་སྐབས་འཛིན་བྱེད་ཡག་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་གནང་བཞག དེ་ལ་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན། འགན་འཁུར་མཁན་ཆ་ཚང་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་དང་མཉམ་དུ་གོ་ཐོས་ལ་ད་ལྟ་དུས་སྟོན་གྱི་དུས་ཚོད་དེ་གཟའ་མཇུག གང་ལྟར་དུས་སྟོན་གྱི་ས་གནས་དེ་རག་མེད་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ། རྒྱུ་རྐྱེན་ཞིག་ཡོད་སྲིད་ཀྱི་རེད། ཡང་ང་ཚོས་དུས་སྟོན་ལ་དམིགས་བསལ་སྐུ་མགྲོན་གྱི་དུས་ཚོད་ལ་གཞི་བཞག་ཡོད་ནའང་འདྲ། གང་ལྟར་གོ་ཐོས་ལ་དེ་འདྲའི་རྐྱེན་པའི་ཐོག་ནས་གལ་སྲིད་དེ་གཟའ་མཇུག་ལ་འཕེལ་བ་ཡིན་ན། ཧན་ཧན་དུས་སྟོན་གྱི་དམིགས་ཡུལ་དེ་མི་མང་རང་བཞིན་ཤུགས་ཆེན་པོ་འཛོམས་ཐུབ་པ་དང་གོ་རྟོགས་ཤུགས་ཆེན་པོ་སྤེལ་རྒྱུ་ཡིན་དུས། དེའི་ཐོག་ལ་ཡང་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་རྒྱུ་ཞིག་རེད་བཞག དེ་སོང་ཙང་ངས་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ལ་འབོད་སྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་དེ། དེ་འདྲའི་དུས་སྟོན་འདི་ལོ་འཁོར་མ། ལོ་འཁོར་གྱི་ལོ་རེ་རེ་རེ་རེ་ལ་ཐེངས་མ་རེ་རེ་བྱེད་ཐུབ་པའི་བང་གཅིག་བསྒྲིག་ཐུབ་ན། ལོ་ལྟར་རེ་ཞིག་དུས་ཚོད་ལྷོ་ལི་འདྲ་པོ་ཆ་བཞག་ན་དཀྱུན་དུས་དེ་ལ་མང་པོ་ཞིག་དེ་འདྲ་ཚོགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དུས་སྟོན་དེ་འདྲ། དེ་འདྲའི་དུས་ཚོད་ཅིག་འཛིན་བྱེད་དེ་ལྷོ་ལི་ནང་ལོགས་ལ་བཞུགས་མཁན་མི་མང་ཚོ་ཡིན་ནའང་། ལོ་གཅིག་ནང་ལོགས་ལ་ཐེངས་མ་གཅིག་དེ་འདྲའི་གཅིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ཧ་གོ་བ་དང་། དེའི་དུས་ཚོད་ལ་བསྟུན་ཏེ་མི་ཡང་རྒྱ་ཆེ་རུ་དང་། མང་དུ་མང་དུ་འགྲོ་བར། དུས་སྟོན་དེ་ཡང་ལྷོ་ལི་ནང་ལོགས་ལ་དུས་སྟོན་མང་པོའི་ནང་ལོགས་ནས་ཡར་ཐད་དེ་ཁོ་རང་ངོས་འཛིན་ཐོབ་པ་དེ་འདྲ་བྱེད་ཐུབ་པའི་ཧན་ཧན་ཞུས་པ་ཆ་ཚང་ཞིག་ཚང་ཡོད་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་ཞིག་བཞེས་ཐུབ་ན་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་འདུག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་དང་མཉམ་དུ་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཕྱག་སྤྲེལ་སྤྱི་འཐུས་འགའ་ཤས་ཀྱིས་གསུངས་སོང་། ཉེ་ལམ་པེ་ཌི་སི་ལ་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་གཉིས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཨིན་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ལ་ Tibet དེ་བསྒྱུབ་རྒྱུའི་ལས་དོན་སྤེལ་བའི་ཐོག་ལ་གཞུང་དང་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་པ། ལྷག་པར་དུ་བོད་རིགས་ཚོགས་པ་ཚང་མས་ལས་འགུལ་སྤེལ་རྒྱུའི་འཆར་གཞི་ཞིག་འགོ་བཙུགས་བཞག་ལ་ད་དུང་ཆ་ཤས་སྒྲིག་འདུག ཕྱོགས་གཅིག་ནས་དེ་དཀའ་ངལ་ཞིག་རེད་ལ། ཕྱོགས་གཉིས་ནས་ཧན་ཧན་གོ་སྐབས་ཤིག་གི་ངོ་བོའི་ཐོག་ནས་ལས་འགུལ་དེ་སྤེལ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཧན་ཧན་ང་ཚོ་ལ་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་ཀྱི་རེད། བདེན་པ་འདི་ང་ཚོ་ལ་ཡོད་དུས། དེའི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་ཐོག་ནས་ལས་འགུལ་འདི་ཚྭ་བ་ག་ཚོད་སྤེལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་

ནའང་། དེའི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་ཐོག་ནས་བོད་དོན་དྲིལ་བསྒྲགས་ཏན་ཏན་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ང་ཚོས་བྱེད་ཐུབ་པའི་གོ་སྐབས་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་མཐོང་བསྡད་ཀྱི་འདུག་ལ། དེའི་ཐོག་ལ་ཚང་མས་ཐུགས་ཁུར་བཞེས་པ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

གནད་དོན་མཐའ་མ་དེ་ལ་ད་ལྟ་ཨ་རིའི་གཞུང་གི་བོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཁྲིམས་འཆར་ཐོག་ལ་གླེང་སློང་གནང་བ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་སྣེ་ཁྲིད་པའི་བཀའ་ཤག་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་དོན་གཅོད་ལས་ཁུངས། ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཚང་མས་སྐུ་ལས་བསྒྲུབ་ཡོད་རེད། ཨ་རིའི་ནང་ལོགས་ལ་གནས་སྡོད་གཞུང་དང་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་པ་ཚང་མས་དཀའ་ལས་བརྒྱབ་བྱས་ད་ལན་ང་ཚོར་རྒྱལ་ཁ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཐོབ་ཡོད་རེད། འདི་གནད་འགག་ཆེན་པོ་རེད། དེའི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་ཐོག་ནས་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཨ་རིའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མིའི་ཚོགས་ཆུང་ཞིག་ཧྲ་རམ་ས་ལར་ཕེབས་བྱས་ཧེ་སྲིད་འཛིན་གྱི་མཚན་རྟགས་མ་བརྒྱབ་གོང་ལ་སྐུ་མདུན་མཇལ་བའི་སྐབས་སུ་ལ་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལོགས་ལ་འདིར་དེ་རིང་རང་ཚོ་བགྲོ་གླེང་བྱེད་ས་དེ་ག་རང་ལ་ཕེབས་བྱས་ཧེ་ཕོ་རང་ཚོས་རྒྱབ་སྐྱོར། འདི་ང་ཚོ་བཙན་བྱོལ་གྱི་མང་གཙོ་ལབ་ནའང་རེད། ང་ཚོ་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ལབ་ནའང་དེ་ལ་ངོས་འཛིན་དང་། རྒྱབ་སྐྱོར་ཚད་མཐོན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ངོས་འཛིན་ཞུ་ཡི་ཡོད་རེད། དེ་དཔེ་མི་སྲིད་གནད་འགག་ཆེན་པོ་རེད། གལ་ཆེན་པོ་རེད་ཞུ་ཡས་ཡིན།

དེ་དང་མཉམ་དུ་རྒྱ་གར་ནང་ལོགས་ལ་དེའི་རྐྱེན་པའི་ཐོག་ནས་གོ་རྟོགས་གང་ལ་གང་འཚམ་ཞིག་སྤེལ་བྱས་དོ་སྣང་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་བསླེབས་ཡོད་རེད། འགན་འཛིན་མཁན་ཚོ་ལ་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ངས་ཞུ་དགོས་པ་གཅིག་འདི། གནད་དོན་དེ་འདྲའི་སྐབས་སུ་ལའང་སྐབས་རེ་ང་ཚོའི་བཟ་ལན་དེ་ཏོག་ཙམ་ཞིག་གཟབ་གཟབ་མ་བྱས་ན། ཨ་རིས་དེ་འདྲ་གནང་སོང་། རྒྱ་གར་གྱིས་དེ་འདྲ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་འདྲ་གསུང་མཁན་རེ་ཟུང་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག་སྟེ། རྒྱ་གར་གྱིས་གནང་བཞག་པ་དེ་ནང་བཞིན་སུ་གཅིག་གིས་གནང་ཐུབ་ཡོད་མ་རེད། ཨ་རིས་ད་ལན་ཏན་ཏན་གནང་བ་རེད། འདི་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་རེད། ཡིན་ནའང་རྒྱ་གར་གྱིས་གནང་ཕྱོགས་དེ་ལ་ངོས་འཛིན་དང་། དེ་ནང་བཞིན་རྒྱ་གར་གྱིས་གནང་བ་དེ་ཡང་ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་འདི་ལ་རྒྱ་གར་གྱིས་ཨ་རི་ནང་བཞིན་བྱེད་དགོས་ཀྱི་རེད་ལབ་ན། རྒྱལ་སྤྱིའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཐོག་ནས་རྒྱ་གར་གི་འགོ་ཁྲིད་ཚོ་ཏོག་ཙམ་ཚོར་བ་རྣོན་པོ་ཡོད་རེད། དེ་ལ་ང་ཚོ་འགན་ཁུར་མཁན་ངོས་ནས་བཀའ་མོལ་གནང་བའི་སྐབས་སུ་ལ་ཡང་ཐབས་མཁས་པོ་བྱེད་པའི་ཐོག་ནས། གང་ཡིན་ཟེར་ན། རྒྱ་གར་ནང་ལོགས་ལ་ཉེ་ལམ་སྐྱོན་འཛུགས་བྱེད་མཁན་གཅིག་འདི་ཨ་རིས་བོད་འདི་ལག་ཆ་ནང་བཞིན་བེད་སྤྱོད་བྱས་དུས། དེ་རྟེད་འཛུག་རྒྱུ་ཡོད་མ་རེད་ལབ་ནས་སྐྱོན་འཛུགས་བྱེད་མཁན་རིགས་གཅིག་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། དེ་ལ་རྒྱ་གར་ནང་ལོགས་ནས་ཀྱང་འགོག་ལན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ང་ཚོས་ཀྱང་དེ་འདྲའི་གོ་སྐབས་མ་སྤྲད་པའི་ཐོག་ནས་གནད་དོན་དེའི་ཐོག་ལ་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་བདེན་པའི་འཐབ་རྩོད་ཀྱི་ཐོག་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཙང་། དེའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་གོ་སྐབས་ལེན་དགོས་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པའི་ཐོག་ནས། ལྷག་པར་དུ་ཁྲིམས་འཆར་འདི་རྒྱ་གར་གྱི་བདེ་འཛུགས་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་ཆབ་སྲིད་ལ་གནད་འགག་ག་ཚོད་ཡིན་པ་ཐུག་གི་ཡོད་པ་འདི་འཁྲིལ་བརྗོད་རྒྱག་ཐུབ་ཡས་འདི་གལ་ཆེན་པོ་རེད། གནང་གི་ཡོད་རེད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག

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

དཔལ་ལྡན་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་བློན་མཆོག

དཔལ་ལྡན་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་བློན་ནོར་འཛིན་སྒྲོལ་མ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས་བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པའི་གནས་སྟངས་དང་། གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་ཡོང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་དང་དོན་གཅོད་ལས་ཁུངས་ངོས་ནས་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་དེ་འདྲ་དགོས་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་འདུག་ཅེས་གསུངས་གནང་སོང་། དེ་དངོས་གནས་དགོས་མཁོ་དུས་ལ་འཚམ་པ་ཞིག་རེད་འདུག ང་རང་ཡང་དེ་རེད་བསམ་པ་དྲན་གྱི་ཡོད། འདི་ཡིན་དུས་གཅིག་དེ་ང་ཚོས་ནམ་རྒྱུན་ནས་ལམ་སྟོན་དང་ག་རེ་བཟོ་ཡི་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་། དཔེ་ཆ་བཞག་ན། དཔེ་མཚོན་ཙམ་ཞུས་པ་ཡིན་ན། བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པ་དེ་ཚོ་ག་ཚོད་ཡོད་མེད། བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པ་ངོས་འཛིན་ཞུ་ཕྱོགས་དང་དེ་ཚོའི་ཐད་ལ་ང་ཚོའི་ལམ་སྟོན་ཟེར་དགོས་རེད། དཔྱད་ཞིབ་བྱེད་པའི་སྐབས་ལ་ནམ་རྒྱུན་དུ་དོན་གཅོད་རྣམ་པ་ཚོ་ལ་ཕར་ལམ་སང་འབྲེལ་བ་བྱས་ནས། ཁྱེད་རང་ཚོའི་ངོས་ནས་དགོངས་ཚུལ་ག་རེ་འདུག ག་རེ་བྱས་ནས་ལབ་ན། ས་གནས་ས་ཐོག་གི་གནས་སྟངས་དེ་ཡག་ཤོས་གཅིག་ས་གནས་ནང་ལ་བཞུགས་མཁན་ཁོང་རྣམ་པ་ཚོས་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་དུས་སྐད་ལ། ཁོ་རང་ཚོའི་རྩ་ནས་དགོངས་ཚུལ་བསྡུ་རུབ་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོས་ཁོ་ཚོའི་དགོངས་ཚུལ་ལ་གཞི་བཅོལ་བའི་ཐོག་ནས། ང་ཚོས་ནམ་རྒྱུན་ནས་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱེད་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། འདི་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་བཀའ་མོལ་གནང་བསྡད་པ་འདི་བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པའི་སྐད་ལ་བཀའ་མོལ་གནང་གི་ཡོད་རེད། བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ་དེ་ཕྱིས་སུ་རྒྱ་གར་ནས་ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་ལ་ཐེབས་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཆགས་པ་དང་། དེ་འདྲའི་གནས་སྟངས་མང་པོ་ཞིག་གི་རྐྱེན་པའི་ཐོག་ནས་བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེའི་ཐོག་ལ་དོན་གཅོད་ལས་ཁུངས་རྣམ་པ་དང་། བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པའི་བར་ལ་འབྲེལ་ལམ་བྱེད་ཕྱོགས། དེ་ནང་བཞིན་མ་འོངས་པར་ལས་དོན་གནང་ཕྱོགས་དང་དེ་ཚོའི་ཐད་ལ་ཏོག་ཙམ་ཞིག་ལམ་སྟོན་ཞུ་དགོས་རེད་དམ། དེ་འདྲ་ཞིག་དགོས་རྒྱུ་གཅིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྐད་ལ་དེར་ང་ཚོས་རྗེས་ནས་མ་གཞི་ནས་ཁ་སེང་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གིས་གྲོས་ཚོགས་ལ་གསུངས་སོང་། བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཨ་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ན། ཨ་རི་དང་ཁེ་ན་ཌའི་ཁུལ་གྱི་བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་འདི་ཕྱི་ཟླ་ ༣ པའི་ཚེས་མགོ་ཞིག་ལ་འཚོགས་རྒྱུ་གཏན་ཁེལ་ཡོད་ས་རེད། དེ་འདྲའི་སྐབས་ལ་དགོངས་ཚུལ་བསྡུ་རུབ་བྱ་རྒྱུ་དང་། གནང་སྟངས་དང་མང་པོ་ཞིག་དབུས་ནས་ཁྱེད་རང་ཚོས་གཅིག་བྱེད། གཉིས་བྱེད་ཅེས་མང་པོ་ཞིག་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ཡང་ས་གནས་ཀྱི་གནས་བབས་དང་གནས་སྟངས་དེ་ཚོ་ལ་ཡང་ང་ཚོས་རྒྱུས་ལོན་མེད་པའི་ཐོག་ནས། ང་ཚོས་འདི་ཞུ་ཡི་ཡོད་རེད་ཕླ། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཨིན་སྐད་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་ན་ Top - Down Approach དེ་འདྲ་གནང་བ་ཡིན་ན། འདི་ཏག་ཏག་ཅིག་གང་འདྲ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་དམ། དེ་ཡིན་དུས་དེའི་སྐད་ལ་རྗོག་རྗོག་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་དེའི་སྐད་ལ་བསམ་བློ་གཏོང་གི་ཡིན་ཞེས་འདི་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག གནས་སྟངས་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་བསྡད་ཀྱི་འདུག རེད་ཕླ། དེ་ཡིན་དུས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་འདུག ཡིན་ནའང་དེ་དང་མཉམ་དུ་དགོངས་པ་བཞེས་རྒྱུ་ཞིག་ལ། བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ་དེར་ང་ཚོས་འབྲེལ་བ་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་སྐད་ལ་ལམ་སྟོན་བཟོ་རྒྱུ་དང་། ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས། ང་ཚོའི་སྟངས་འཛིན་རང་འོག་ལ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད་དམ་ལབ་པ་འདི་དེ་སྤྱའང་ངས་ཞུ་རྒྱུ་བྱུང་། དེ་ཡིན་དུས་གནས་སྟངས་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ཡང་ད་ལྟ་བར་དུ་འགྲོ་སྟངས་དང་ལམ་སྲོལ་གྱི་ཆ་ནས་དེ་འདྲ་ཞིག་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་འདུག དེ་ཚོ་ཚང་མ་ལ་ས་གནས་ཀྱི་གནས་སྟངས་དང་ཚང་མ་ལ་གཞི་བཅོལ་བའི་ཐོག་ནས་ཐེབས་དགོས་པའི་

གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་རེད། ཡིན་ནའང་དེའི་སྐབས་ལ་བསམ་བློ་གཏང་རྒྱུ་དང་འབད་བརྩོན་བྱ་རྒྱུ་དེ་ང་ཚོས་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་འདི་ཞུ་ཡི་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྲི་འཛུགས་མཆོག་གིས་བོད་རྒྱ་དཀའ་རྙོག་གི་ཁྲིམས་འཆར་གྱི་ཐོག་ལ་གང་གསུངས་པ་དེ་ཆ་ཚང་ལ་མོས་མཐུན་ཡོད། ངས་འདིར་བསྐྱར་ལྷུབ་མི་དགོས་པ་བྱེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་དངོས་གནས་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ། གྲོས་ཚོགས་གོང་འོག་གཉིས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་དང་། དེ་ནང་བཞིན་སྲིད་འཛིན་གྱི་མཚན་རྟགས་ཐོག་ནས་ཁྲིམས་ཡིག་ཏུ་གྱུར་བ་ཡིན་དུས། ཨ་རིས་བོད་ཐོག་ལ་འཛིན་པའི་སྲིད་བྱུས་དང་། ལངས་ཕྱོགས་དེ་དེའི་ནང་ལ་ཁ་གསལ་བརྟན་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་པ། དེ་ཡག་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་རེད་བྱས་ནས་ང་རང་གི་དེ་ག་རང་བསམ་གྱི་ཡོད་ཞུ་ཡི་ཡིན།

དེ་ནས་ཨོ་སི་ཊེ་ལི་ཡའི་གང་ཟག་གཅིག་གི་ཐོག་ལ་ངས་དེ་སྔོན་ནས་ཞུས་ཟིན་པ་ཡིན། འདི་ཡིན་དུས་དེ་ག་རང་ནན་ཏན་བྱེད་ནས་དོན་གཅོད་ལ་བཀོད་མངགས་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཚོ་ང་ཚོས་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དགོངས་དག ངས་དེའི་སྔོན་གྱི་བཀུར་འོས་སྲི་འཛུགས་གཅིག་གི་དྲི་བའི་ལན་ཆད་ཡིན་ས་རེད། དེའི་ནང་ལ་བཀུར་འོས་སྲི་འཛུགས་གཅིག་གིས་ཉེ་འོང་དོན་གཅོད་རེད། ལྡི་ལི་དོན་ཁང་། དེ་ག་ནང་བཞིན་བོད་ཀྱི་སྲིད་བྱུས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་གི་ངོས་ནས་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྡིངས་ཆ་དང་། དྭ་རྒྱ་དེ་ཚོའི་ནང་ལ་བོད་ཀྱི་གནད་དོན་ཐོག་ལ་མང་པོ་ཞིག་འགྲེམས་སྤེལ་དང་དེ་འདྲའི་བཀོད་ཐུབ་པ་བྱུང་འདུག དེ་ཡག་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་བྱུང་བཞག་ཅེས་གསུངས་ཀྱི་འདུག དེར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། འདི་གཅིག་བྱེད། དེའི་སྐབས་ལ་ད་དུང་ཤུགས་མང་བ་བརྒྱབ་དགོས་ཀྱི་འདུག དེས་དམིགས་བསལ་གྱི་དྲིལ་བསྒྲགས་ལ་ཕན་གྱི་ཡོད་པ། བོད་དོན་དྲིལ་བསྒྲགས་ལ་ཕན་གྱི་ཡོད་པ་འདི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རང་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་གཉིས་པ་དེ་བོད་ཀྱི་སྲིད་བྱུས་ཉམས་ཞིབ་ཁང་དང་། སྤེང་ཡོར་ལ་རྟེན་གཞི་བྱས་པའི་ Centre For National University དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་ཁ་སེང་ང་ཚོས་གན་ཡིག་གཅིག་བཞག་ཐུབ་པ་ (MoU) དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེ་བཞག་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད་རེད། དེ་ཡག་པོ་བྱུང་འདུག དེ་ཚོའི་རིགས་དེ་ད་ལྟ་རྒྱ་གར་གཅིག་པུ་མིན་པར་རྒྱལ་སྤྱིའི་ནང་ལའང་དེ་ཚོར་འབད་བརྩོན་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་གསུངས་སོང་། དེ་ཁ་སེང་བྱུང་ཐུབ་པ་དེ་སྔོན་ནས་དེ་སྔ་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་དེར་ཕེབས་པའི་སྐབས་དང་བསྟུན་བཀའ་མོལ་བྱུང་བའི་ཐོག་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཡག་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་རེད། ག་རེ་བྱས་ནས་ལབ་ན། དེ་ཚོའི་རིགས་འདི་རྒྱ་གར་གཅིག་པུ་མིན་པར་རྒྱལ་སྤྱིར་ང་ཚོ་ཡིན་ནའང་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་འགྲོ་དུས་སློབ་སྟོན་ལྟེ་གནས་ཁང་དེ་ཚོ་ལ་ང་ཚོས་ཐུག་ཡག་ལ་འབད་བརྩོན་གང་ཐུབ་ཐུབ་ཅིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ག་རེ་བྱས་ནས་ཟེར་ན། སློབ་སྟོན་ལྟེ་གནས་ཁང་དེ་ཚོ་ཨིན་སྐད་ཐོག་ནས་ཞུས་ན། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག Policy Maker ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཁོ་ཚོའི་ཞིབ་འཇུག་དང་དེ་ཚོ་ལ་ཕྱི་སྲིད་ལྷན་ཁང་གིས་གལ་ཆེན་དོན་ཆེན་བརྩིས་ནས་ཁོང་ཚོས་གཞི་བཙོལ་བའི་ཐོག་ནས་ལངས་ཕྱོགས་འཛིན་རྒྱུ་དང་མང་པོ་ཞིག་གི་སྐབས་ལ་ཁེ་ཕན་འགྲོ་ཡི་ཡོད་དུས། དེ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ན་ MoU བཞག་ཐུབ་པ་དང་། མ་འོངས་པར་དེའི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་ལམ་དམ་ཟབ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་གཞན་ཕྱི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་ཚོའི་ནང་ལའང་སློབ་སྟོན་ལྟེ་གནས་ཁང་གཞན་པ་དེ་ཚོ་ལ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོང་ཐུབ་པའི་འབྲེལ་བ་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་རྒྱུ་དང་། དེ་ཚོ་ལ་དངོས་གནས་འབད་བརྩོན་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་ཞུ་ཡི་ཡིན།

དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྲི་འཁྲུས་མཆོག་གིས་སྒྲོང་ཚོར་ཞིག་གི་སྐད་ལ་གསུངས་གནང་སོང་། Geneva forum ཚོགས་འདུ་ལ་ཕེབས་མཁན་ཚོས་ཕ་གིར་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་གསུངས་ཀྱི་འདུག དེ་ཚོ་ང་ཚོའང་དེ་ག་རང་ཚོར་སྣང་བྱུང་། དེ་འདྲའི་ཚོགས་འདུ་མང་པོ་ཞིག་གོ་སྒྲིག་ཞུ་ཡི་ཡོད་རེད། མཚམས་མཚམས་གཞན་པ་རྒྱ་ནས་གོ་སྐྱེ་ཁོང་ཚོ་ལ་ཕན་ཐོགས་བྱུང་བ་དང་། ཁོང་ཚོ་ལ་ཧོག་ཙམ་ཞིག་ཚོར་བ་བསླེབས་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་གོ་ཡོང་དུས་སྐད་ལ། ཚོགས་འདུ་གོ་སྒྲིག་ཞུས་པ་འདིས་ཕན་ཐོགས་བྱུང་བཞག་བསམ་པའི་ཚོར་སྣང་དེ་ཡོང་གི་འདུག དེ་ཚོ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་གོ་སྒྲིག་ཞུ་མཁན་འདི་ང་ཚོ་ཕྱི་གླིང་གི་སྤྱི་ཚན། ང་ཚོ་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་མགྲིན་ཚབ་པ་གཙོས་པའི་ང་ཚོའི་ཞུ་གཏུག་ཚན་པ། དེ་ནང་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་དོན་གཅོད་ལས་ཁུངས་རྣམ་པ་ཚང་མ་མཉམ་བསྡུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གོ་སྒྲིག་དེ་ཚོ་མང་པོ་ཞིག་གནང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཅེས་ཞུ་ཡས་ཡིན།

དེ་ནས་ V TAG དེ་ཚོ་ལ་ཟབ་སྦྱོང་སྤྲོད་པ་དང་དེ་ཚོ་ཡག་པོ་བྱུང་བཞག་ཅེས་བསྔགས་བརྗོད་གནང་སོང་། དེ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ང་ཚོ་འདིར་ཕྱི་གླིང་གི་འགན་འཁྱེར་མཁན་ཁོང་རྣམ་པ་ཚང་མ་དང་། དེའི་ནང་ནས་བོད་དོན་ཞུ་གཏུག་ཚན་པ་ཞིག་ཡོད་རེད། ཁོ་རང་ཚོས་དངོས་གནས་དེའི་སྐད་ལ་སྐུ་ལས་ཚད་མེད་བསྐྱོན་སོང་ཞེས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་ཟབ་སྦྱོང་མང་པོ་ཞིག་གོ་སྒྲིག་གནང་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད་རེད། དེ་ནས་གཞོན་སྐྱེས་མང་པོ་ཞིག་ལ་སྦྱོང་ཆ་ཐུལ་ཐུབ་པ་དང་། ང་ཚོའི་བོད་དོན་གྱི་བདེན་མཐའ་སེལ་ཐབས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་དེའི་ནང་ལ་མཉམ་ཞུགས་གནང་རྒྱུ་དང་། ཚོར་བ་གོང་འཕེལ་ཡོང་རྒྱུ་དང་དེ་ཚོའི་ཆེད་དུ་ཡག་པོ་ཞིག་བྱུང་སོང་བསམ་པ་སོ་སོ་ལ་ཚོར་སྣང་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ཅེས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནང་བཞིན་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ (CTA) ཀྱི་ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་དེ་ཚོ་མང་པོ་ཞིག་དམིགས་བསལ་གྱི་Telegram དེ་འདྲའི་ལྟ་བུ་ནང་ལ་ Broadcast Channel དེ་འདྲ་ཡོད་རེད། དེ་ཚོའི་ནང་ལ་འཛུལ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཁྱབ་སྤེལ་ཆེ་བ་ཡོད་རེད་ཅེས་གསུངས་ཀྱི་འདུག འདི་ང་ཚོས་གཅིག་བལྟ་ཡི་ཡིན། དང་པོ་ང་རང་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་Telegram དེ་ཚོའི་ནང་ལ་ག་རེ་ཡོད་མེད་དེ་ཚོ་ངས་ཞེ་དྲག་ཏ་གོ་ཡི་མེད། དེ་གང་འདྲ་ཡོང་ས་རེད་བྱེད་ནས་ང་ཚོས་བལྟ་ཡི་ཡིན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྲི་འཁྲུས་གཞན་ཞིག་ནས་ད་ལྟ་བོད་ཀྱི་འགྲེམས་སྟོན་གྱི་ལས་དོན་ཚགས་ཚུད་པོ་དང་། ལས་བྱེད་དང་འགན་འཁྱེར་མཁན་ཚང་མ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་ཞེས་གསུངས་གནང་སོང་། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་བྱེད་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་འདི་དང་མཉམ་དུ་བོད་ཀྱི་དུས་སྟོན་གོ་སྒྲིག་དེ་ཁ་སེང་ཉེ་ཆར་ལྡི་ལི་ལ་བྱུང་བ་རེད། དེ་ཡག་པོ་གནང་འདུག ཡིན་ནའང་དུས་སྟོན་དེའི་དུས་ཚོད་དེ་གཟའ་མཇུག་དེ་འདྲ་ལ་འཁེལ་བ་ཡིན་ན། ཡང་དེ་ལ་མི་འཛུལ་ཞུགས་བྱེད་ཡས་དང་མཉམ་ཞུགས་བྱེད་རྒྱུ་ལ་ཁྱད་པར་དེ་འདྲ་འགྲོ་ཡི་རེད་པ་ཞེས་གསུངས་གནང་སོང་། ང་ཚོས་དུས་སྟོན་དེ་ཏ་ལམ་ཟླ་བ་མང་པོ་ཞིག་དེ་འདྲ་འགོར་པ་རེད། ག་རེ་བྱས་ནས་ལབ་ན། གཅིག་འདི་ཨ་རིའི་གཞུང་ཚབ་རེད། དེ་ནང་བཞིན་ང་ཚོ་ཕྱི་གླིང་རེད། དེ་ནང་བཞིན་སྤྱི་ཚན་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ལ་འབྲེལ་བ་ཆགས་དུས། འགག་ས་མང་ཤོས་དེ་ས་ཆ་དེ་ང་ཚོར་རག་པ་ལ་དུས་ཚོད་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་འགོར་བ་ཆགས་བསྡད་རེད། འགོར་བ་དང་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ས་ཆ་ (Hall) རག་རྒྱུ་དེ་ཚོའང་དུས་ཚོད་དེ་ལ་ལོ་གཅིག་ནང་ལ་ཁོ་རང་ཚོའི་དུས་ཚོད་འགའ་ཤས་ཤིག་མ་གཏོགས་མི་འདུག དེའི་ནང་ལ་གདམ་ཁ་བྱེད་རྒྱུ་ཞེ་པོ་ཞེ་པོ་ང་ཚོ་ལ་མི་འདུག དེ་འདྲའི་གནས་སྟངས་རྐྱེན་པས་དུས་ཚོད་འདི་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་པ་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། མ་འོངས་པར་དེ་ཚོའི་སྐད་ལ་གང་ཐུབ་ཐུབ་ཀྱིས་མི་མང་གང་མང་མང་མཉམ་ཞུགས་གནང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཡོད་པའི་དུས་ཚོད་དེ་འདྲ་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་འབད་བརྩོན་ཞུ་ཡི་ཡིན་བྱེད་ནས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་དང་མཉམ་དུ་གལ་ཆེ་བ་འདི། ད་ལྟ་ལོ་གཅིག་གཅིག་ནང་

ལ་ཐེངས་རེ་རེ་འཚོགས་ཐུབ་ན། དེ་དང་མཉམ་དུ་དུས་སྟོན་དེ་མ་འོངས་པར་བོད་ཀྱི་དུས་སྟོན་ཞེས་ལབ་ནས་ངོས་འཛིན་ཐུབ་པ་འདི་འདྲའི་ཆགས་ཐུབ་རྒྱུ་འདི་དངོས་གནས་དགོངས་གཞི་ཡག་པོ་རེད་འདུག ཡིན་ནའང་ལོ་རེ་རེ་ལ་བྱེད་ཐུབ་པ་འདི་ང་ཚོས་འབད་བརྩོན་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། ཡིན་ནའང་འདི་ཚང་མར་འགྲོ་སོང་དང་། ང་ཚོ་ཕྱི་དྲིལ་ལ་ཚོགས་འདུ་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཚོགས་ཀྱི་ཡོད་དུས་སྐབས་ལ། ཡང་ཚང་མ་མཉམ་དུ་མཚམས་མཚམས་གཅིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག་གྲ། དེ་འདྲ་ཐོག་ནས་གང་འདྲ་ཞིག་བྱེད་དགོས་ཡོད་ན་མ་གཏོགས། དེ་ཏ་ལམ་ལོ་གཅིག་ལ་མེད་ནའང་། གང་འདྲ་བྱེད་དགོས་ཡོད་ནའང་ང་ཚོས་བལྟ་ཡི་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཡིན་ནའང་འདི་དགོངས་ཚུལ་ཡག་པོ་འདུག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་པེ་ཊི་སི་ཡི་འབྲེམ་སྟོན་ཁང་གཉིས་ནང་ལ་བོད་ཀྱི་ཐ་སྙད་དེ་ཤིས་ཅང་ལ་བསྒྱུར་པ་དེའི་ཐོག་ལ་གཞུང་དང་། གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་དེ་ལ་སྐུ་ལས་བསྐྱོན་དང་སྐྱོན་བཞིན་པ་རེད། དེ་དངོས་འབྲེལ་རང་རེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྲི་འཛུས་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་དེ་དཀའ་ངལ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ང་ཚོས་གོ་སྐབས་ལ་བསྒྱུར་ནས་བོད་དོན་དྲིལ་བསྒྲགས་བྱེད་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཡག་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད་ཅེས་གསུངས་སོང་། འདི་དངོས་འབྲེལ་རང་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་དངོས་གནས་རང་རེད་ཅེས་ཞུ་ཡས་ཡིན།

དེ་ནས་ཨ་རིའི་བོད་ཀྱི་ཁྲིམས་འཆར་ཐོག་ལ་ཚང་མས་སྐུ་ལས་བསྐྱོན་པར་ཚང་མ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་ཞེས་གསུངས་གནང་སོང་། དེ་ག་ནང་བཞིན་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་ཁོང་ཚོའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚད་མཐོ་པོ་ཡོད་པ་དང་། གནད་འགག་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་འདི་དངོས་ཡོད་རང་རེད། ཨ་རིའི་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་ཁོང་རྣམ་པའི་སེམས་ཤུགས་དང་། ཁོང་རྣམ་པས་འཁུར་ལེན་པའི་ཐོག་ནས་ད་ལྟའི་གནས་སྟངས་འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་ང་ཚོ་བསླེབས་པ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཁོང་རྣམ་པ་དངོས་གནས་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་རེད། ཨ་རི་གཞུང་རེད། དེ་ནང་བཞིན་གྲོས་ཚོགས་རེད། དེ་ནང་བཞིན་ངས་དེ་སྔོན་ནས་ཞུས་པ་གཞིར་བཟུང་། དེའི་ནང་ལ་ཕྱུར་བྲུ་མཉམ་འདེགས་གནང་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། ཚང་མ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་། དེའི་ནང་ནས་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གིས་དབུ་ཁྲིད་པའི་བཀའ་ཤག་སྐབས་བཅུ་དྲུག་པ་འབད་བརྩོན་གནང་མཁན་ནང་ལ་ཚུད་བསྡད་ཡོད་རེད་ཅེས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་ད་ལྟ་འདི་དང་མཉམ་དུ་རེད། སྤྱིར་བཏང་ང་ཚོ་ཨ་རིའི་བོད་དོན་ཁྲིམས་འཆར་དེ་ནང་བཞིན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་པ་དེ་ཚོ་ལ་དེ་འདྲ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡོང་ཐབས་ཀྱི་ཆེད་དུ་འབད་བརྩོན་བྱེད་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་དོན་གཅོད་རྣམ་པ་ལ་ང་ཚོས་ཞུས་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་ང་ཚོ་ཕ་གིའི་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག་ལ་འགྲོ་དུས་སྐབས་ལ་ཚོར་བ་འདི་ག་རེ་བསླེབས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ན། ཁྲིམས་འཆར་དེ་ག་རང་ངོ་བོ་དང་། ནང་དོན་དང་ཚང་མའི་ཐོག་ནས་གཅིག་པ་གཅིག་ཕྲུང་འདི་ཡོང་ཁག་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཀྱི་རེད། ག་རེ་བྱས་ནས་ལབ་ན། རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་གཞུང་གི་འགྲོ་སྟངས་དང་ལམ་ལུགས་དེ་ཚོ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་རེད། ཡང་ཁོ་རང་ཚོའི་གནད་དོན་གལ་ཆེ་ཚུང་བརྩི་སྟངས་དང་། དེ་ནང་བཞིན་ཁོ་རང་ཚོས་རྒྱ་ནག་དང་མཉམ་དུ་འབྲེལ་ལམ་ཤུགས་ཆེ་ཚུང་དང་ཚང་མ་ལ་གཞིགས་པའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོས་རེ་བ་བཅངས་པ་ས་དང་། འབད་བརྩོན་བྱེད་ས་འདི་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་འདྲ་ནང་བཞིན་མཚམས་མཚམས་ཡང་ནང་དོན་ཆ་ཚང་མེད་པ་ཡིན་ནའང་། འགའ་ཤས་ཤིག་དེ་འདྲའི་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་བྱེད་ང་ཚོས་ནས་རྒྱུན་ནས་ཕྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ལ་ཞུས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྲི་འཛུས་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་འདི་རྒྱ་གར་གཞུང་ལ་གསུང་གི་ཡོད་རེད། དེ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རང་རེད། དེ་ང་ཚོས་ཏོག་ཙམ་ཞིག་ཐབས་མཁས་པོའི་ཐོག་ནས་གནང་དགོས་པ་རེད་བཞག་ཅེས་གསུངས་པ་དེ་ལ་མོས་མཐུན་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

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

སྤྱི་འབྱུས་བསྟན་འཛིན་འཇིགས་མེད་ལགས།

སྤྱི་འབྱུས་བསྟན་འཛིན་འཇིགས་མེད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒོམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ལས་གཞི་གཅིག་འདི་ཡག་པོ་ཞི་དྲག་མཐོང་སོང་། དེ་ལ་བསྔགས་བརྗོད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟ་ལས་བསྒོམས་ནང་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་གོ་སྒྲིག་འོག་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་གསར་ཁང་དང་གསར་འགོད་པ་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་ང་ཚོ་བོད་པའི་གསར་འགོད་པ། ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་མཉམ་དུ་འཛོམས་ནས་གང་ལྟར་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་ཡོང་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་གསོལ་ཚིགས་བཀུགས་པ་དང་དེ་འདྲའི་ལས་གཞི་ཞིག་ཡོད་ས་རེད། སོང་ཙང་འདི་ཡག་པོ་ཞི་དྲག་འདུག གནད་འགག་ཅིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ང་ཚོའི་བོད་དོན་དྲིལ་བསྒྲགས་འདི་ང་ཚོ་ནང་ཁུལ་ལ་གཅིག་པུ་མ་རེད། ཕྱི་ལ་གནང་དགོས་དུས་ཙམ་ལ། ཕྱིའི་གསར་འགོད་པ་དེ་ཚོའི་མཉམ་དུ་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་བཟོ་རྒྱུ་འདི་གལ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དེ་ག་ནང་བཞིན་འདི་དེ་བཞིན་གྱིས་ལས་གཞི་དེ་ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་ལ་དོན་གཅོད་བརྒྱུད་ནས་སྤེལ་ཐུབ་ན་ཡག་པོ་ཡོང་ས་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་འདི་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ནེའུ་ཡོག་གི་འགྲེམ་སྟོན་ཁང་ The Metropolitan Museum of Art ལ་ཁ་སང་ཕྱི་ཟླ་ ༩ པའི་ཚེས་ ༡༩ ནས་བྱས་ཏེ་བོད་དང་འབྲེལ་བའི་འགྲེམས་སྟོན་ཞིག་འགོ་བཙུགས་པ་རེད། དེའི་མིང་དེ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་ཕ་རན་སི་ལ་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་ཐོག་ལ་བགྲོ་གླེང་ཞིག་བྱུང་ཡོད་རེད། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ཕ་གི་ལ་ཏག་ཏག་ཅིག་འཁོད་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། Mandalas: Mapping the art of Tibet ཞེས་དེ་ལྟར་འཁོད་འདུག Museum འདི་གནད་འགག་ཞེ་པོ་ཞིག་རེད། ཨ་རིའི་ནང་ལ་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་དེ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ནེའུ་ཡོག་ལ་ཡོད་རེད། ཉི་མ་ནས་ཉི་མ་ཕ་གི་ལ་མི་འབུམ་འབུམ་བཅར་གྱི་ཡོད་རེད། ལོ་ལ་ས་ཡ་ལྔ་ལྷག་ཙམ་གྱིས་ཁོ་ཚོའི་དེ་ལ་བཅར་གྱི་ཡོད་ཅེས་གསུངས་ཀྱི་འདུག དེ་འདྲ་ཞིག་གི་འགྲེམ་སྟོན་ཁང་ནང་ལ་བོད་དང་འབྲེལ་བའི་འགྲེམས་སྟོན་ཞིག་གནང་བ་འདི་དངོས་གནས་གཟི་བརྗིད་རེད། འབྲེལ་ཡོད་ཚང་མ་ལ་བསྔགས་བརྗོད་ཞུ་རྒྱུ་དང་། ལྷག་པར་དུ་དེའི་ནང་ལ་ད་རེས་ང་ཚོ་བོད་པའི་སྒྱུ་རྩལ་པ་བསྟན་འཛིན་རིག་གྲོལ་ལགས་ཞེས་ཁོ་རང་གི་མཚན་རེད། དམིགས་བསལ་གྱིས་ཁོ་རང་ལ་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་གིས་འཁན་ཞིག་སྤྲད་ནས་ཁྱེད་རང་གིས་རི་མོ་ཞིག་འབྲི་རོགས་བྱེད་ཅེས་གསུངས་རྗེས་ཁོ་རང་གིས་ 《བསམ་བློའི་རྣམ་ཐར་》 ཞེས་འགྲེམས་སྟོན་ཞིག་ཕ་གིར་གནང་འདུག སོང་ཙང་འདི་ཡག་པོ་ཞི་དྲག་བྱུང་བཞག་ཅེས་བསམ་གྱི་ཡོད། བོད་དོན་དྲིལ་བསྒྲགས་ཤིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་རེད། དྲིལ་བསྒྲགས་ཀྱི་བརྒྱུད་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་རག་པའི་རེ་བ་ཞུ་ཡི་ཡོད། སོང་ཙང་འབྲེལ་ཡོད་ཚང་མ་ལ་བསྔགས་བརྗོད་ཞུ་ཡི་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་མཆོག ང་རང་ཚོ་འདིར་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་ཁ་སང་གནས་ཚུལ་གཅིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གླེང་སློང་བྱུང་བ་རེད། སོ་སོ་རང་ཉིད་འདྲ་པོ་ཡིན་ན་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་ཁ་སང་གོ་བ་ཐེངས་དང་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སོང་ཙང་ཁ་སང་དགོང་དྲོ་དེ་རྩད་གཅོད་ཅིག་བཏང་བྱེད་ཉན་དུས། ཉན་ཐུབ་ཡས་དེ་འདྲ་རེད་མི་འདུག ཉན་ཐུབ་ཡས་རེད་མི་འདུག ཏང་སང་བའི་ཆབ་ཆེན་པོ། བློ་ཕམ། མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངོ་རྒོལ་ཡོད་བྱེད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་

གཙོ་མཆོག ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ང་ཚོར་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་ཐོན་པའི་སྐབས་ལ་གཟབ་གཟབ་གནང་དགོས་རྒྱུ་འདི་ཡང་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག ང་ཚོས་མཁྱེན་གྱི་རེད། རྒྱ་ནག་གཞུང་ངོས་ནས་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་འདི་གཏོར་བཤིག་གཏོང་རྒྱུ་དང་དཀྲུག་རྐྱེན་འབད་བརྩོན་རབ་དང་རིམ་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཐོག་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། མི་བཏང་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། མི་ཞེས་ཞུ་བའི་སྐབས་ལ་སུ་བཏང་ཡོད་རེད། བོད་པ་རང་རེད་པས། ང་ཚོ་ནི་ཨུ་ཡོག་ལ་གནས་ཚུལ་བྱུང་སོང་བས། བོད་པ་རེད་འདུག་གས། ཡུ་རོབ་ལ་བྱུང་ཡོད་རེད། བོད་པ་རེད། མན་ཇུ་ཀ་ཏི་ལ་ (Majnu-ka Tilla) ལ་འཛུས་པ་རེད། བོད་པ་རེད། ང་ཚོས་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་གཟབ་གཟབ་བྱེད་དགོས་རྒྱུ་དང་། གནས་ཚུལ་དེ་ཚོ་བྱུང་བའི་སྐབས་ལའང་ང་རང་ཚོའི་ངོས་ནས་རྒྱ་མིས་འབད་བརྩོན་དང་། དོན་དག་ཁོ་རང་ཚོས་སྒྲུབ་པའི་བསམ་བློ་འདིར་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་གཟབ་གཟབ་བྱེད་རྒྱུ་དང་། མ་སྒྲུབ་ཡས་དང་གཟབ་གཟབ་གནང་དགོས་རྒྱུ་འདི་གལ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུའི་འདོད་པ་ཞིག་བྱུང་སོང་། གནས་ཚུལ་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བདེ་སྲུང་གི་ངོས་ནས་འགའ་ཞིག་འཁྱེར་བྱེད་གནང་གི་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་རེད། བཀྲ་ཆ་བཀྲ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཞུ་ཡི་ཡོད། གནང་རོགས་གནང་། མ་འོངས་པར་གནས་ཚུལ་འདི་ག་པར་བསླེབས་དང་མ་བསླེབ་ང་ཚོས་གཟིགས་ཚོག་གི་རེད། དེའི་སྟེང་ལ་ཨོ་སི་ཊེ་ལི་ཡར་ཡོད་པའི་བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ། དོན་གཅོད། ཕྱག་སྡེལ་སྤྱི་འཐུས་ཚང་མས་འགན་ཞིག་ཏན་ཏན་འཁྱེར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད་ལ་འཁྱེར་གྱི་རེད་ཅེས་ཡིད་ཆེས་ཞུ་ཡི་ཡོད།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འདིར་ལངས་སྡོད་མཁན་གྱི་སྤྱི་འཐུས་འདིའི་ལངས་ཕྱོགས་གང་ཡིན་པ་འདི་གང་ལ་གང་འཚམ་གསལ་པོ་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད། རྒྱ་གར་ལ་བསྡད་ནས་ལོ་དྲུག་ལས་ཀ་བྱས་པ་ཡིན། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་དབུ་མའི་ལམ་གྱི་སྲིད་བྱུས་ལ་ཉི་མ་གཅིག་དགག་བྱ་བརྒྱབ་མ་མྱོང་། རྒྱུག་ཐུབ་ཡས་ཡོད་མ་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། དབུ་མའི་ལམ་འདི་བོད་ཀྱི་བདེན་མཐའ་སེལ་རྒྱུའི་ཐབས་ལམ་གཅིག་ལ་ངོས་འཛིན་ཞུ་ཡི་ཡོད། ཐབས་ལམ་གཅིག་ལ་ངོས་འཛིན་ཞུ་ཡི་ཡོད། ང་ཚོ་ལ་བོད་ཀྱི་བདེན་མཐའ་སེལ་དགོས་དུས་ཙམ་ལ། ང་ཚོ་ལ་ཐབས་ལམ་འདྲ་མིན་སྣ་ཚོགས་དགོས་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད། ཐབས་ལམ་མང་པོ་ཞིག་ནང་ལོགས་ནས་ཐབས་ལམ་གཅིག་འདི་དབུ་མའི་ལམ། ད་ལྟ་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་སྲིད་བྱུས་དེ་དབུ་མའི་ལམ་རེད། ང་ཚོས་དགག་བྱ་རྒྱག་ཤེས་ཀྱི་མ་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད། རེད་པས། དེ་ག་ནང་བཞིན་རང་བཙན་འདྲ་པོ་ཡིན་ནའང་། བོད་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། ལོ་རྒྱུས་ལ་གཞི་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་ཐོབ་ཐང་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། འདི་ང་རང་ཚོས་ཐོབ་ཐང་རྟོད་རྒྱུའི་ཐོབ་ཐང་ཞིག་ཡོད་རེད་པས། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་འཐབ་རྩོད་དེ་གལ་ཆེ་བ་བརྩིས་ཏེ་ཕན་ཚུན་བར་ལ་གུས་བརྩི་དང་། གུས་བཀུར་ཞུས་བྱེད་དེ་འགྲོ་རྒྱུ་འདི་གནད་འགག་ཞེ་པོ་ཆགས་ཀྱི་འདུག ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་ལ་ཤིན་ཏུ་ནས་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ལྷག་པར་དུ་ད་ལྟ་༼དགོང་ས་༽སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ང་ཚོ་མཉམ་དུ་ཡོད་པའི་སྐབས་སུ། ང་ཚོའི་ངོས་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་ཚང་མས་མཉམ་རུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་འབད་བརྩོན་གནང་དགོས་རྒྱུ་འདི་གལ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

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

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༨ ཉིན་གྱི་ཐུན་གསུམ་པ།

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

ལས་རིམ་སྔ་མ་ཐུན་གྱི་ཡིན། ད་ལྟ་ལས་རིམ་འགྲོ་བཞིན་པ་འདི་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལས་བསྒོམས་ཐོག་སྤྱི་ཡོངས་བགྲོ་གླེང་དང་། བཀའ་ཤག་གི་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད་ཕེབས་བསྡད་ཡོད། སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རིང་བསྟན་འཛིན་ཕུན་ཚོགས་ལགས། གོ་སྐབས་གཉིས་པ།

སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རིང་བསྟན་འཛིན་ཕུན་ཚོགས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག གོ་སྐབས་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ། དུས་ཚོད་ཞེ་དྲག་མེད་ཙང་བསྡུས་པ་བསྡུས་པ་ཞུ་བཞག་གི་ཡིན། གཅིག་དེ་ཁ་སང་ང་ཚོ་ཕ་གིར་སྤྱི་འཐུས་བཞི་ཞུ་གཏུག་བྱེད་དུ་ཕྱིན་པའི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གཅིག་ཞུས་བཞག་ན་བསམ་བྱུང་། དང་པོ་འདི་ལ། མ་གིར་ལ་བོད་པ་ཐུག་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ད་གིན་ཕྱག་སྦྲེལ་གྱིས་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་ཡག་པོ་ཡོང་ས་རེད་ཟེར་བ་དེ་མ་འོངས་པའི་ལས་འཆར་ཞིག་རེད། དེ་ཡང་ཡག་པོ་ཡོང་ས་རེད་བསམ་པ་ཞིག་ཡོད། ཡིན་ནའང་དོན་གཅོད་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུས་པའི་སྐབས་ལ། ཁོང་རང་ཚོ་ཚང་མ་ལོག་ཕེབས་རེད། ང་ཞི་ཕ་གིར་བསྡད་མཁན་རེད། ངས་སྐད་ཆ་དྲིས་པའི་སྐབས་ལ། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ད་ལྟ་ང་ཚོའི་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ནས་ཁ་སང་སྤྱི་ཟླ་ ༨ པའི་ཚེས་ ༡༠ ཡིན་ནམ། དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་མ་གི་ལ་རྒྱ་འཛིན་ལམ་སྟོན་ཞིག་གནང་བཞག ང་རང་ཚོ་ཕྱོགས་སྐྱོད་ལ་ཕེབས་མཁན་ལ། འདིའི་ནང་ལོགས་ཀྱི་དོན་ཚན་ ༡༠ དེའི་ནང་ལ། ཕ་གིར་ད་ལྟ་བོད་པ་ཐུག་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དུས་ཚོད་འདྲ་པོ་ཞིག་ཁེར་གྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཞེས་གསུངས་གནང་བཞག དེ་ཡང་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཞིག་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དུས་ཚོད་ཁེར་མ་ཁེར་གྱི་གནས་སྟངས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་དུས་ཙམ་ལ། ཡིན་ནའང་མ་འོངས་པ་ལ་གལ་སྲིད་དེ་འདྲའི་རྒྱ་འཛིན་ལམ་སྟོན་ནང་ལ་བོད་པ་ཐུག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག་བཟོས་བཞག་པ་ཡིན་ན། ཡང་མ་གིའི་དོན་གཅོད་ཕྱག་ལས་གནང་སྟངས་ལ་འང་གདམ་ཀ་ཡོད་མེད་ཀྱི་གནས་སྟངས་དེ་མེད་པ་བྱེད་དེ་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་འདྲ་པོ་ཆགས་འགྲོ་ཡི་རེད། འདི་ད་ག་སེ་བསམ་ཚུལ་ཞིག་ཡིན། གཉིས་ཐད་ནས་མ་འོངས་པ་ལ་དེ་འདྲའི་གདམ་ཀ་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པའི་དུས་ཚོད་ཁེར་པ་ཡོད་ན་བཟོ་རྒྱུ་ཡོད་བསྡད་པ་ཞིག་རེད་བསམ་གྱི་འདུག འདི་གཅིག་ཡིན།

དེ་ནས་གཅིག་དེ་མ་གི་ལ་མང་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ལོགས་ནས་བསམ་ཚུལ་གཅིག་ག་རེ་ཡོང་གི་འདུག་ཟེར་ན། ཕྱག་སྦྲེལ་སྤྱི་འཐུས་སུ་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཡང་ཕྱག་སྦྲེལ་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གཉིས་མིང་འདོན་དགོས་ཀྱི་མ་རེད་ལྟ། དེ་འདྲ་ལ་བློ་ལ་འགྲོ་མ་འགྲོའི་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག ཁོ་རང་ཚོས་མ་གི་ནས་གསུངས་ཀྱི་འདུག ངས་ཀྱང་མར་ཞུ་ཡི་ཡོད། ཐེངས་མ་དང་པོ་གལ་མ་རེད། སྔོན་མ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ དེ་བར་ནས་མ་གི་ལ་འདུག སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གཉིས་ལ་བློ་འགྲོ་མ་འགྲོ་གལ་ཡོད་མ་རེད། ཁོ་སྤྱི་འཐུས་ཡིན་ན་སྤྱི་འཐུས་རང་རེད། སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཚོ་ནི་བཀའ་མོལ་གནང་རྒྱུར་སྨྲ་བརྗོད་རང་དབང་དང་འགན་ཞིག་ཡོད་དུས། གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་བཤད་པའི་སྐབས་ལ་སྣང་བ་འགྲོ་དང་མ་འགྲོ། བློ་ལ་འབབ་དང་མ་འབབ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཡོད་ཡོད་པ་རེད། བསམ་ཚུལ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་མ་གིར་བསླེབས་པའི་སྐབས་ལ་ཚོགས་འདུ་ལ་ཡོང་ནས

ཁྱེད་རང་གི་སྐད་ཆ་བཤད་སྟངས་འདི་འགྲིག་གི་འདུག དེ་འགྲིག་གི་མི་འདུག དེ་འདྲ་ཞིག་གནང་རོགས་བྱེད་ཅེས་འབོད་སྐུལ་
ཞུ་སའི་ལམ་ག་དེ་མང་ཚོགས་ལ་ཡོད་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཡག་གི་རེད་མ་གཏོགས། སྐྱི་འཐུས་གཅིག་
གི་གདོང་མཐོང་པ་དང་ཉོབ་འགྲོ་ཡི་འདུག་ཟེར་བའི་བཀའ་མོལ་དེ་འདྲ་བཤད་བསྡད་པ་ཡིན་ན། དེ་ང་ཚོའི་སྐྱི་པ་ལ་ཕན་གྱི་མ་
རེད་ཅེས་མང་ཚོགས་ལ་ངས་འདི་བཤད་ཀྱི་ཡོད་ལ། གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་ནང་ལོགས་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་། ང་རང་ཚོ་
ནང་ལོགས་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་བཀའ་མོལ་གང་འདྲ་གནང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་། རྒྱ་བའི་སྐྱི་པའི་འཐུས་མི་ཡིན་དུས་
བཀའ་མོལ་གནང་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་མང་པོ་ཡོད་ཀྱི་རེད་དེ། བཀའ་མོལ་ཞིག་གནང་བའི་སྐབས་ལ་འདི་ཡིས་སྐྱི་
ཚོགས་རྡུག་རྡུག་བཟོ་རྒྱུ་ལ་ཕན་གྱི་འདུག དེ་ཡིས་སྐྱི་ཚོགས་ཁ་འཐོར་འགྲོ་ཡི་འདུག རྐྱེན་དང་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་འདྲ་ཡང་
བསམ་གཞིག་ཅིག་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། མང་ཚོགས་དང་སྐྱི་འཐུས་གཉིས་ཀས་སྐྱི་པའི་ལས་དོན་ལ་བར་ཆད་མ་ཡོང་བའི་
ལམ་ག་ཞིག་ཆགས་ས་རེད་བསམ་པའི་བསམ་ཚུལ་རང་ཡིན།

དེ་ནས་གཅིག་འདི། དེ་འདྲའི་ཞུ་གཏུག་བྱེད་པར་ཕེབས་པའི་སྐབས་ལ་ཉམས་མྱོང་རང་རེད། ཁ་སེང་མ་གིར་བསྡད་
སྡོད་མཁན་གྱི་ཕྱོགས་བཞུགས་སྐྱི་འཐུས་དེའི་སྐབས་ལ་ང་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད། ང་མ་གིར་མིང་ཐོ་ནང་ལ་བླུགས་ནས་
མཉམ་དུ་བཏང་གནང་བཞག དེ་ལ་སྐྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གང་ལྟར་ཐུགས་ཐག་གཅོད་མཁན་ཚང་མ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་
རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་དེ་ང་འགྲོ་ཡས་རག་པའི་རྒྱུ་མཚན་གལ་མ་རེད། ང་ནམ་རྒྱུན་ནས་ཞུ་གཏུག་ལས་འགུལ་ལ་
འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། ཡིན་ནའང་མ་གིར་ཁྱད་པར་ཞེ་པོ་ཞིག་བཟོས་སོང་། མཉམ་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་པའི་སྐབས་ལ། གཅིག་གིས་
གཅིག་མ་ཤེས་པ་དེ་ཤེས་པ་བཟོ་རྒྱུ་དང་གཅིག་ཡོད་རེད་པ། མཉམ་རུབ་ཀྱི་ལས་ཀ་ཡིན་དུས་དགེ་མཚན་བྱུང་བ་དེ་ངས་ཞེ་
པོ་ཞིག་བཤད་ན་ལེན་པོ་ཡོད་མ་རེད་པ། ཕ་གིར་ས་འབྲེལ་སྐྱི་འཐུས་ཀྱིས་མཁྱེན་གྱི་རེད། ཞུ་གཏུག་བྱེད་མཁན་གྱི་མ་གིའི་
འགན་འཛིན་གྱིས་མཁྱེན་གྱི་རེད། དོན་གཅོད་ཀྱིས་མཁྱེན་གྱི་རེད། འདི་དེ་བཞིན་གྱི་བྱང་ཨ་རི་དང་ཡུ་རོབ་ནང་ལོགས་ལ་
ཕྱག་སྦྲེལ་སྐྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཚོ་འདི་ནས་ཞུ་གཏུག་ལ་ཕེབས་པའི་སྐབས་ལ་བྱང་ཨ་རིའི་སྐྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཚོ་མཉམ་དུ་ཡོད་
བསྡད་པ་ཞིག་རེད། གཉིས་ཀ་ཡོད་ན་རེད། གཅིག་ཡོད་ནའང་རེད། འདི་རྣམ་པ་ཚོས་གཟིགས་ཚོག་གི་རེད་པ། ང་མ་གིར་
ཧེང་ཧེང་རེད་པ། གཅིག་མ་གཞི་མེད་དུས་དེ་ག་རང་རེད། འདི་དགོངས་འཆར་དུ་བྱུས། དེ་དོན་གཅོད་དང་མཉམ་དུ་ཆགས་
དུས་མ་ཞུས་རང་ཞུ་རེད་འདུག

དེ་ནས་གཉིས་པའམ་མཐའ་མ་ཟེར་ནའང་རེད། མ་གིར་ད་ལྟ་བཀའ་མོལ་བྱུང་དང་བྱུང་བ་རེད། དེ་ཡང་གལ་པོ་ཆེ་
ལ་ནན་ཏན་གྱི་ཚུལ་དུ་ད་ལྟ་༧རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་མཚན་སྨད་ཞུ་བསྡད་མཁན་འདིའི་གནས་སྟངས་དེ་ཨོ་སི་ཊོ་ལི་ཡ་ནས་
ཡིན་པ་ར་འཕྲོད་བྱུང་ཙང་། ང་རང་མ་གི་ནས་ཡིན་ཙང་ང་ཡང་ཧ་ཀོ་ཙམ་འཆོར་པོ་འདྲ་བྱུང་། ངའི་བསམ་ཚུལ་ལ་དེ་འདྲ་མང་
པོ་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། སྔོན་མ་མི་དེས་གཅིག་བཤད་པ་རེད། དེ་དུས་འདི་ཙམ་ཞིག་དོ་སྣང་བྱུས་མེད། གང་རེད་ཟེར་ན། ཁོ་དེ་
འདྲ་འདྲ་པོ་ཞིག་རེད་བསམས་སོང་། འདི་ད་ལྟ་ཁྱི་སྨྱོན་པས་མ་དྲན་པའི་སྐད་ཆ་ཞིག་མི་ཐང་ཐང་ཞིག་གིས་དྲན་གྱི་ཡོད་རེད།
འདྲེ་ཡིས་མ་དྲན་པ་ཞིག་མི་ཡིས་ཉིན་མའི་དགུང་ལ་དྲན་གྱི་ཡོད་རེད། རྒྱ་མི་མིའི་ནང་ལོགས་ལ་ཡང་མ་དྲན་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་
བོད་པའི་མི་གཅིག་གིས་དྲན་གྱི་ཡོད་དུས། འདི་རྫབ་ཆེན་གྱི་སྐད་ཆ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡིན་དུས་དེ་ཚོ་ལ་དགག་པ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་
ཞུ་ཡི་ཡོད། ང་ཚོ་དགག་པ་ཞུ་མཁན་མང་པོའི་ནང་ནས་མཉམ་དུ་ཡིན་བྱེད་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་དང་། དེ་དང་དེ་བཞིན་གྱིས་འབོད་
སྐུལ་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་གྱིས་བདེ་སྲུང་ལས་ཁུངས་མཉམ་ལས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་བརྒྱུད་ནས་མ་གིའི་དོན་
གཅོད་རྣམ་པ་ཚོ་ཡིན་ནའང་རེད། ང་རང་ངོས་ནས་ག་རེ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་གང་ལྟར་དོ་བདག་དེ་ལ་མ་གིའི་ལུང་པའི་

ཁྲིམས་དང་མཐུན་པའི་ཐོག་ནས་ག་རེ་གནང་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་གནང་རོགས་བྱེད། ཁོ་རང་ཁོ་རས་སྡིག་པ་བསགས་པའི་ཉེར་ལེན་ལ་བརྟེན་ནས་ཨ་ཁུ་གཤིན་རྗེ་ཆོས་རྒྱལ་གྱིས་གཅིག་དྲ་གནང་གི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ཡིན་ནའང་མིས་ལས་ཀ་བྱེད་དགོས་དུས་མིས་གཅིག་གནང་གི་རེད་བསམ་པའི་རེ་བ་གཅིག་དང་འཁོད་སྐྱལ་གཅིག རྗེས་མ་ཕྱི་ཟླ་ ༣ པའི་གྲོས་ཚོགས་སྐབས་ལ་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་སོང་ཟེར་བ་ཞིག་ཆགས་པར་ཤོག དཔེ་མཚོན་ག་རེ་བྱས་ནས་བཞག་གི་ཡོད་ལབ་པ་ཡིན་ན། སྐབས་གཅིག་ལ་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ཆོབ་སློང་མཁན་མི་གཅིག་གིས་འདྲ་མི་འདྲ་བཤད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་འདྲའི་སྟུག་ཆགས་རང་བཤད་ཡོད་མ་རེད། སྐབས་གཅིག་ལ་མ་གིར་ La La Land ཟེར་བའི་ཚོང་གི་གཅིག་འདུག འདིས་༧རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་རི་མོ་འདྲ་པོ་ཁྱད་མཚར་པོ་ཞིག་འདུག ཡིན་རྒྱུ་དེ་ཁོ་ཚོས་རྣམ་དཔྱོད་སྟོན་པའི་སྐད་ཆ་རེད་བཞག དེ་ཚོ་ཡན་ཆད་ནས་དགག་པ་བརྒྱབ་ནས་ཕྱིན་ཡིན། དེའི་སྐབས་ཀྱི་དོན་གཅོད་གོང་མ་འདི་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཕྱི་ལོགས་མིས་གཅིག་བྱས་དུས་ང་ཚོས་ཞེ་པོ་བཤད་དགོས་དུས། བོད་པ་ནང་ལོགས་ན་ཡིན་ན་ངོ་ཡང་ཚ་པོ་འདུག་གུ། ཕྱི་རྒྱལ་མི་ལ་གདོང་སྟོན་རྒྱུ། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཚོ་གདོང་ལེན་བྱེད་དགོས་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཞུ་རྒྱུ་དང་།

མཐའ་དོན། ད་ལྟ་མ་གིར་འདིའི་སྔོན་ལ་ཕྱི་ཟླ་ ༤ པའི་ནང་ལ་རྒྱ་ནག་གི་སྲིད་བློན་བསླེབས་པའི་སྐབས་ལ་ས་གནས་ལ་ཡོད་བསྡད་པའི་བོད་པ་རེད། བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པ་རེད། དངོས་གནས་དྲང་གནས་ལས་འགྱུལ་དཔེ་ཡག་པོ་སྤྲེལ་སོང་། དེ་དུས་ལངས་ཕྱོགས་ཀྱི་སྐད་ཆ་གལ་ཡོད་མ་རེད། དབུ་མ་རང་བཙན་གྱི་སྐད་ཆ་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་མ་རེད། རྒྱ་མིའི་དཔོན་པོ་ཞིག་བསླེབས་དུས་རྣམ་འགྱུར་སྟོན་དུ་ཕྱིན་པ་རེད། རྣམ་འགྱུར་བསྟན་པ་ནང་བཞིན་གྱིས་སྟོན་ཐུབ་པ། དོ་བདག་དེ་ལ་འང་འགྲོ་རྒྱུ་བྱུང་། དངོས་གནས་དྲང་གནས་ཡག་པོ་དཔེ་བྱུང་སོང་། མ་འོངས་པ་ལ་དེ་འདྲའི་རྣམ་འགྱུར་སྟོན་ཐུབ་པའི་གོ་སྐབས་རག་སྐབས་ལངས་ཕྱོགས་ཀྱི་སྐད་ཆ་མེད་པ་བྱེད་ནས། བོད་ནང་གི་ཇ་དྲག་གནས་སྟངས་འདི་ལ་ང་ཚོས་རྣམ་འགྱུར་སྟོན་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་ཟེར་བའི་གཅིག་སྒྲིལ་གྱི་ནུས་པ་སྟོན་ཐུབ་པའི་གོ་སྐབས་ཤིག་ཡོད་ན་འདི་སྟོན་ཐུབ་པ་རང་བྱས་ནས་འགྲོ་དགོས་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་བཞག ངར་ད་ལྟ་མང་པོ་ཡོད་དེ་ལས་དེ་ག་རང་བཞག་གི་ཡིན། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

སྤྱི་འཐུས་མི་འགྱུར་རྡོ་རྗེ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་མི་འགྱུར་རྡོ་རྗེ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒོམས་སྙིང་བསྡུས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་བགྲོ་གླེང་ཆ་ཤས་ཚུང་ཚུང་ཞིག་ལེན་ན་བསམ་པ་འདྲ་ཞིག་དྲན་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་ཅང་ནས་ད་ལྟ་དུས་རྒྱུན་དུ་ང་ཚོས་ཞུས་བསྡད་པ་ནང་བཞིན་རང་རེད། ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒོམས་འདི་དག་གང་ག་གཅིག་ཆ་ཚང་པོ་ཞིག་དང་ཚང་མ་ཡག་པོ་ཡོད་བསྡད་པ་ཞིག་བྱུང་སོང་། གཙོ་བོ་གལ་ཆེ་ཤོས་འདི་ང་རང་ཚོའི་མི་ཆའི་མཐུན་རྐྱེན་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་གྱི་མི་ཆ་འདི་དག་དེ་ལ་འབུད་རྒྱུག་རྒྱུག་མཁན་རྒྱབ་རྟེན་གྱི་མཐུན་རྐྱེན་ཆེས་ཞན་པོ་ཞིག་གི་འོག་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། རྣམ་པ་ཆོས་སྟོབས་ཆེན་རྒྱལ་ཁབ་དེ་རིང་སང་ Super power གཉིས་པ་བྱས་ནས་བཤད་སྲོལ་འདྲ་པོ་ཡོད་བསྡད་པ་གཅིག་གིས་རྒྱ་ནག་ལ་

ཁ་གཏད་གཙོག་རྒྱུ་དང་། ཁོ་ཚོའི་མ་བདེན་མ་འཁྲིག་པ་དེ་དག་གང་ག་ཐེར་འདོན་བྱེད་རྒྱུའི་ལས་དོན་འདིའི་ཐོག་ལ་ཆེད་དུ་མངགས་པ་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་འགན་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད་ལ། འགན་ཡོད་པ་ནང་བཞིན་བྱས་ནས་ཁྱབ་ཁོངས་དང་བཅས་པ་ཚང་མས་ཧུར་ཐག་འབད་ཐག་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ལ་ཞེ་དྲག་ཡག་པོ་ཡོད་བསྟོད་པ་ཞིག་གི་རྣམ་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་འདི་ལྟར་ཐོན་སོང་། རྩ་བའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་དོན་ཐེར་མཁན་འདི་ལོ་གཅིག་གི་ནང་ལ་འགྲུབ་འབྲས་འབུར་དུ་ཐོན་པ་བྱེད་རྒྱུ་གལ་ཡོད་མ་རེད། ཁོ་ལོ་ནས་ལོ་བསྟུད་བྱས་ནས་ས་བོན་འདྲ་ཞིག་བཏབ་བྱས་ནས། ས་བོན་དེ་ནས་ག་ལེ་རིམ་པས་རིམ་པས་ལ་འབྲས་བུ་སྨིན་ཡས་བཟོ་འདྲ་པོ་ཆགས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཙང་ནས་ལམ་སང་འབུར་དུ་ཐོན་པ་ཞིག་ལ་རེ་བ་བཀྱབ་ན། ང་ཚོ་རེ་བ་རྒྱག་མཁན་དེ་ཚོ་ཡིན་ནའང་ལྷུགས་ཏྟགས་རེད་བསམ་བསམ་ཞིག་དྲན་གྱི་འདུག

དེ་ནས་ང་ཚོར་གལ་ཆེ་ཤོས་འདི་ད་གིན་གོང་དུ་ང་ཚོའི་ཞུག་སྤྲེལ་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་གིས་གསུངས་སོང་། ང་རང་ཚོ་བོད་ཀྱི་བདེན་མཐའ་ཐེར་མཁན་འདི་གསལ་བ་ལ་གལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་རྒྱ་གར་གཞུང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། རྒྱ་གར་གཞུང་དང་མི་མང་གིས་ང་ཚོའི་བོད་ལ་བཀའ་དྲིན་བསྐྱངས་བཞག་པ་དེ་འཛམ་བུ་གླིང་འདིའི་ནང་ལ་རྒྱལ་ཁབ་སུ་གཅིག་ལ་མཚུངས་བསྡུར་བྱེད་རྒྱུ་མེད་བསྟོད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་འདི་གསལ་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་རེད། ང་རང་ཚོ་དེ་རིང་འདིར་ར་བ་སྐོར་སྐོར་འདིའི་ནང་ལ་འདྲ་ཆགས་ཐག་ཚོད་ཅིག་བྱས། བཀའ་མོལ་རྒྱས་ཐག་ཚོད་གསུང་བཤད་པ་དང་འདི་དག་གང་ག་མཐུན་རྐྱེན་དང་། ཁོང་ཡུག་སྐྲུན་མཁན་དེ་དག་གང་ག་རྒྱ་གར་གཞུང་ཆགས་བསྟོད་ཡོད་རེད། རྒྱ་གར་གཞུང་གི་མི་མང་ཆགས་བསྟོད་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་ཞིག་རེད། དེ་ནས་རྒྱ་གར་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་གང་ཞིག་ལ་ཡིན་ནའང་ཁོ་རང་ཚོའི་ཆབ་སྲིད་འདི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དག་གི་གནད་དོན་གྱི་ཆབ་སྲིད་ལ་བལྟས་བྱས་ནས་འགྱུར་བ་རིམ་པས་རིམ་པས་འགྲོ་རྒྱུ་ཞིག་ནམ་རྒྱུན་ནས་འདི་རེད། ད་ལྟ་གོང་དུ་ང་ཚོའི་སྤྱི་འཐུས་ཁ་ཤས་ཀྱིས་གཅིག་གསུངས་གནང་སོང་། གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་སྤྱི་འཐུས་བྱེ་བྲག་པ་གཅིག་གིས་བོད་དོན་བཀའ་མོལ་གནང་པ་དེ་འདྲ་གསུངས་པ་དེ་ག་རང་ཏན་ཏན་རེད། དེ་སྔ་འདིའི་གོང་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་རྒྱ་གར་གྲོས་ཚོགས་འོག་མའི་ནང་ལ་བཀའ་མོལ་གནང་བ་དེ་འདྲ་ཏན་ཏན་བྱུང་ཡོད་རེད། དེ་དག་འདི་ང་ཚོས་ཁྱོན་ཡོངས་ཀྱི་ལྟ་སྟངས་འདི་ག་རེ་བལྟ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། ང་རང་བསམ་པ་བྱས་པ་ཡིན་ན། རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་ལོ་བཅུ་ཕྲག་འགའ་ཤས་ཤིག་གི་སྔོན་མ་ནས་འཛིན་པའི་སྲིད་བྱུས་དེ་ལ་རིམ་པས་རིམ་པས་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ཞིག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་བསྟོད་པ་ཞིག བོད་པའི་ཐོག་ལ་ལྟ་སྟངས་འདི་རེད། གང་ལགས་ཟེར་ན། གཞུང་འཛིན་ཚོགས་པ་གང་འདྲ་ཞིག་གི་འཐུས་མི་གཅིག སྤྱིར་བཏང་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཚང་མ་ལ་རེད། དེ་གང་རེད་ཟེར་ན། ཕྱི་འབྲེལ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་བསྟོད་པའི་གནས་ཚུལ་གྱི་ཐོག་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན། འདི་གཞུང་གི་སྣང་བ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་གཅིག་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཡང་ཕྱི་སྲིད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སྣང་བ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་སྤྱིར་བཏང་ཁོ་རང་འགྲོ་སྟངས་དེ་ག་རང་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་གྱི་ང་རང་ཚོ་མཛད་སྒོ་ཁག་དེ་ཚོ་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་སྤྱི་ཁྱབ་བློན་ཆེན་དེ་འདྲ་མང་པོ་གདན་འདྲེན་ཞུས་ཡོད་རེད། ཐེབས་པ་བྱུང་ཡོད་རེད། དེ་དག་འདི་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ང་ཚོས་ངོ་གདོང་ལ་ལྟ་དུས་ཙང་ནས་ལམ་སང་འདི་འདྲ་ཞིག་རེད། ཡག་པོ་ཞེ་དྲག་འདུག་ཟེར་ནས་དགའ་དགའ་སྤྲོ་སྤྲོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད་དེ། གཏིང་ནས་རང་གི་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་གཞི་རིམ་གྱི་སྲིད་བྱུས་ཁོ་རའི་ཐོག་ནས་སྣང་བ་ཡོད་བསྟོད་པ་ཞིག དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་དུས། རྒྱ་གར་གཞུང་གི་བར་སྐབས་ཀྱི་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་སྲིད་བྱུས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་བསྟོད་པ་དེ་ལ་ང་ཚོས་དོ་སྣང་དཔེ་ཆེན་པོ་གནང་དགོས་རྒྱུ་འདི་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཙང་ནས་ང་ཚོའི་གཞི་རང་བཙན་བྲོལ་སྒྲིག་འཛུགས་དེ་ག་རང་འདིའི་ནང་ཆགས་བསྟོད་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་

དུས་རྒྱ་གར་གཞུང་ལ་འབྲེལ་བ་གནང་རྒྱུ་དང་། ལྷག་པར་དུ་རྒྱ་གར་མི་མང་། རྒྱ་གར་གྱི་གསར་འགོད་ལྷན་ཚོགས། རྒྱ་གར་གྱི་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་འདི་དག་ལ་ད་ལྟ་བཀའ་སྤྲི་གཉིས་ཐུན་མོང་ཐོག་ནས་གང་ཡོང་ཡོང་ཞིག་གནང་བཞུགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ད་དུང་ང་ཚོས་འདི་ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་དེ་ལ་གོ་སྐབས་ཤིག་རེད། རྒྱ་གར་དཔལ་འབྱོར་ཐོག་ལ་གནས་སྟངས་ཡག་ཏུ་ཕྱིན། དཔལ་འབྱོར་གནས་སྟངས་ཡག་པོ་ཡོད་པའི་རྒྱུ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་རྒྱ་གར་འདི་འཛམ་བུ་གླིང་ནང་ལ་ཆེ་མཐོང་དེ་ཆེ་རུ་ཕྱིན། དེ་རིང་སང་ང་རང་ཚོས་མཐོང་བསྡད་ཀྱི་འདུག་གྲ། ཡུག་ཀེ་རན་དང་རུ་སུའི་རྙོག་གྲ་ནང་ལ་ཧ་ལམ་མ་སོང་ན་རྒྱ་གར་བཟོ་འདྲ་པོ་ཞིག་གིས་ཕ་གིར་འགྱུལ་སྐྱོད་ཅིག་བརྒྱབ་པ་ཡིན་ན། རེ་བ་ཡོད་བསྡད་པ་གཅིག་དེ་འདྲའི་དུས་ཚོད་ཅིག དེ་སྔ་འདྲ་པོ་ཡིན་ན་དུས་ཚོད་དེ་འདྲ་དཀོན་པོ་ཞེ་དྲག་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཙང་ནས་ང་ཚོས་རྒྱ་གར་ནང་ལ་ཕྱག་ལས་གནང་རྒྱུ་འདིའི་ཐོག་ལ་ད་ལྟ་གནང་བཞིན་པ་རེད་དེ། ད་དུང་ཤུགས་སྣོན་ཆེ་རུ་གཏང་དགོས་རྒྱུ་འདི་དཔེ་མི་སྲིད་གལ་ཆེན་པོ་མཐོང་གི་འདུག རེད་ལྟ། ཇི་སྲིད་འདི་ནས་ཉམས་པ་ཡིན་ན་འཛམ་བུ་གླིང་ནང་ལ་ཉམས་འགྲོ་ཡི་རེད། གང་ལྟར་རྟོག་རྟོག་བཤད་པ་ཡིན་ན། འདི་ནས་ཧ་ཏག་ཏག་ཅིག་ང་ཚོའི་སྙིག་འཛུགས་ཡོད་པ་ནང་བཞིན་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན། འཛམ་བུ་གླིང་ནང་ལ་ང་ཚོའི་ལས་དོན་འདི་ཡོང་གི་རེད་བྱས་ནས་འདི་ཅིག་ཞུ་འདོད་འདྲ་པོ་ཞིག་བྱུང་། འདི་སྤྱིར་བཏང་བསམ་ཚུལ་ཞིག་རང་རེད།

གཉིས་པ་འདི་ལ། ང་རང་ཚོ་ད་ལྟ་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཕྱི་རྒྱལ་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ནང་ལ་བོད་དོན་ཞུ་གཏུག་གི་ལས་འགུལ་ཞིག་སྤེལ་དང་སྤེལ་བཞིན་པ་རེད། འདི་དག་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་ང་རང་ཚོའི་ཚོགས་དྲུང་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་གནང་གི་ཡོད་རེད། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་བརྒྱུད་བྱས་ནས་སྐུ་ཚབ་དོན་གཅོད་དེ་ཚོས་གནང་གི་ཡོད་རེད། ཞེ་དྲག་ཡག་པོ་རེད། ཡིན་ནའང་ང་ཚོས་འགྲོ་སོང་ (**ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** དུས་ཚོད་རྫོགས་འགྲོ་ཡི་འདུག) མང་པོ་འདི་བཏང་། དཀའ་ངལ་དེ་ཙམ་བརྒྱབ་བྱས་ནས་འདི་དང་དོ་མཉམ་པ་ཞིག་ང་ཚོར་གྲུབ་འབྲས་ཐོན་རྒྱུ་འདུག་དང་མི་འདུག གང་ལ་ཟེར་ན། རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་ནང་ལ་ཉི་མ་གཅིག་གི་དུས་ཚོད་བཏང་བྱས་ནས་གལ་ཡོང་རྒྱུ་མེད་པ་ཞིག་གསལ་པོ་ཞེ་དྲག་རེད། དེ་འདྲའི་ཡིན་དུས་ཙང་ནས་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་བསྐྱར་དུ་དགོངས་བཞེས་ཤིག་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་མེད་འགྲོ་བསམ་བསམ་འདྲ་ཞིག་འདུག དོན་དག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན།

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

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ཇ་བ་གདངས་རི་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ཇ་བ་གདངས་རི་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འདིར་ལས་བསྒོམས་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་གཞུག་ལ་ལྷག་བསྡད་པ་ཡིན་དུས། ངས་འདི་མར་ཕྱིར་འཛིན་བྱེད་བཞག་ན་འགྲིག་གི་འདུག

ཚོགས་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་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒོམས་དང་འབྲེལ་ནས་ཚིག་འགའ་ཤས་ཤིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད། དང་པོ་འདི་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒོམས་དེ་སྤྱིར་བཏང་གི་ལས་བསྒོམས་འབྲི་སྟངས་དང་ཡིག་ཆ་དེ་ཚོ་སྤྲུས་དག་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་རེད་འདུག དེར་བརྟེན་བསྔགས་བརྗོད་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག ངས་ག་དུས་ཡིན་ནའང་ཞུས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། ང་ཚོ་ལྷན་ཁང་རེ་རེ་བཤད་བསྡད་དུས་ཚང་མ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད། ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་འདྲ་ཞིག་ཆ་བཞག་ན་ང་རང་ཚོ་བོད་གཞུང་གི་འཛམ་བུ་གླིང་ལ་ཕར་བསྟན་རྒྱུའི་གདོང་པ་འདྲ་པོ་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད། དེ་ལ་ཡག་པོ་ཞིག་དང་སྙིང་རྗེ་མོ་ཞིག་མ་ཆགས་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་ཕྱི་ལོགས་ལ་སྟོན་རྒྱུའི་གདོང་པ་འདི་ཡག་པོ་ཞིག་མེད་པ་ཡིན་ན་ཧ་ཅ་བ་ཉིད་ནས་འགྲིག་གི་ཡོད་མ་རེད། དེ་ནང་བཞིན་གྱི་ང་ཚོ་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་དང་དེས་ཕྲུག་ལས་གནང་བ་དེ་ཚོ་ངས་དཔེ་མི་སྲིད་གལ་ཆེན་པོར་རྩི་ཡི་ཡོད། གལ་ཆེན་པོ་བརྩིས་པ་ནང་བཞིན་གྱིས་ལས་བསྒོམས་དེ་མར་མཇལ་ཡོད་དུས་ཀྱང་ལས་བསྒོམས་དེ་ལོ་སྔོན་མ་དང་བསྡུར་བ་ཡིན་ན་ཏ་ལས་པའི་ཡར་རྒྱས་ཆེན་པོ་ཕྱིན་བསྡད་པ་དང་། ཕྲུག་ལས་གནང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། གང་ཅིའི་ཐོག་ནས་ཡར་རྒྱས་ཆེན་པོ་ཕྱིན་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་བྱེད་དུས་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བཀའ་བློན་ནས་བྱས་ནས་འགོ་ལས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལ་བསྔགས་བརྗོད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་ཉིན་མ་འགའ་ཤས་ཀྱི་ནང་ལོགས་ལ་གནས་ཚུལ་ཞིག་འགྲོ་བསྡད་པ་འདི་རེད། བོད་ཀྱི་ཚབ་ལ་ཤིས་ཙང་ (Xizang) ཟེར་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་པ་ཞིག་ཡོད་རེད་པླ། དེའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་སྔོན་མ་སྐད་ཆ་མང་པོ་ཞིག་དྲིས་པ་ཡིན། རྒྱ་སྐད་ཤེས་མཁན་དེ་ཚོ་ལ་ཡང་། ཤིས་ཙང་ལབ་པ་དེ་ང་ཚོས་གང་འདྲ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་དགོས་རེད། དེ་རྒྱ་ནག་གིས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་རྒྱུའི་ཚིག་གཅིག་ཡིན་ན་བོད་པ་ཚང་མ་ལ་ཁྲབ་ཀྱི་ཡོད་རེད་དམ་ཁྲབ་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། མ་ཁྲབ་པ་ཡིན་ན། རྒྱ་ཡིག་གི་ནང་ལོགས་ནས་གང་འདྲས་ཟེར་དགོས་རེད། བོད་པ་ཚང་མ་ལ་ཁྲབ་པའི་ཚིག་གཅིག་ཡོད་རེད་དམ་ཡོད་མ་རེད་ཟེར་དུས། རྒྱ་སྐད་ཤེས་མཁན་ཁ་ཤས་ཤིག་ལ་དྲིས་པ་ཡིན་ཏེ། ངེས་པ་རྙེད་པའི་ཚིག་དེ་འདྲ་ཞིག་གལ་གསུངས་ཡས་མི་འདུག ཡིན་ནའང་ད་རེས་ཕ་རན་སིའི་དཔེ་མཛོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དང་འབྲེལ་བྱས་ནས་གནས་ཚུལ་དེ་ཁྲབ་ཆེན་པོ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ལའང་ཤིས་ཙང་ཏེ་ཡེ་ཟེར་བའི་དྭ་རྒྱའི་སྡེ་ཚན་གཅིག་སྔོན་མ་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཚོ་བེད་སྤྱོད་བཏང་སྟངས་དེ་ཡང་ག་ཚོད་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་ཡོད་རེད། ཤིས་ཙང་ཟེར་བ་དེ་ཁྲབ་ཆེ་ཆུང་ག་ཚོད་ཅིག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་ཀྱི་ཡོད་དམ། དེ་གལ་ཆེ་ཤོས་འདི་རྒྱ་སྐད་ཤེས་མཁན་དེ་ཚོས་རྣམ་དཔྱོད་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་གཅིག་གསུང་དགོས་རྒྱུ་ཞིག་རེད་འདུག་མ་གཏོགས། འགྲིག་མི་འདུག་ཅེས་གཞན་ལུགས་དགག་པ་གཅིག་ཡུ་མ་ཡིན་པར་རང་ལུགས་བཞག་ཐུབ་རྒྱུ་དེ་ཡང་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། འདི་འགྲིག་གི་མི་འདུག འདི་འདྲ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་བ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་འདུག་མ་གཏོགས། ཕར་ཕྱོགས་དེ་འགྲིག་མི་འདུག་ཅེས་གཅིག་པུ་བཤད་བསྡད་པ་ཡིན་ན་ཏག་ཏག་ཅིག་བསྡད་ཀྱི་མི་འདུག འདི་ཞུ་ཡས་གཅིག་ཡིན།

དེ་ནས་བོད་ཡིག་ཚན་པའི་ནང་ལོགས་ནས་རང་དབང་གསར་ཤོག་དང་ཤེས་བྱ་དེ་ཚོ་ནམ་རྒྱུན་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་མཐོང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་ལ། བོད་ཡིག་གི་རྩོམ་སྒྲིག་བྱེད་མཁན་དེ་ཚོ་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ནམ་རྒྱུན་སྤྲུས་དག་པོ་ཞེ་པོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག དེའི་ནང་ནས་ཤེས་བྱ་དེ་ཚོན་ཁྲ་ཅན་གྱི་དུས་དེབ་གཅིག་ཡིན་དུས། ཕར་དེ་

ཚོ་སྤུས་ཀ་དག་པོ་ཞིག་བྱེད་རོགས་ཀྱིས་ཞེས་སྟོན་མ་ནས་མང་པོ་ཞུས་ཡོད་ལ། ད་ལྟའང་ཡར་རྒྱས་བཏང་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་མཐོང་མ་སོང་། དེ་བྱེད་དུས་སུ་མ་ཐུབ་ནས་ཡར་རྒྱས་གཏང་རོགས་བྱེད་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་འདི་ཆགས་བསྡད་ཡོད།

དེ་ནས་ལྡི་ལི་སྐུ་ཚབ་དོན་གཅོད་དང་འབྲེལ་ནས་རེ་བ་གཅིག་ག་རེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད་ཅེས་ཞུས་པ་ཡིན་ན། སྤྱིར་བཏང་གི་ད་ལྟ་ང་ཚོ་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་འགྲོ་མཁན་གྱི་རིགས་གཅིག་ལ་ Exit Permit དང་། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག Return Visa ཟེར་བའི་དཀའ་ངལ་འདི་སྟོན་མ་དང་བསྡུར་བ་ཡིན་ན་ལྷག་མང་པོ་ཞིག་གི་ཚུང་དུ་ཕྱིན་ཚར་བ་རེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་དཀའ་ངལ་གཅིག་ག་པར་ལ་འཕྲད་ཀྱི་འདུག་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ནང་མི་ཟླ་སྒྲིལ་བྱེད་མཁན་དེ་ཚོ་ལ་ Exit Permit དང་ Return Visa དེ་སྐབས་མཚམས་ལ་མ་རག་ནས་ཛ་དྲག་ཞེ་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་པ་དེ་འདྲའི་ད་དུང་ཡང་ཁ་ཤས་ཤིག་ཡོང་གི་འདུག དེ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་རེད་ཞུ་ཚོད་ཐིག་གི་མི་འདུག་སྟེ། ཁ་ཤས་ཤིག་གིས་དེ་འདྲ་ལ་དཀའ་ངལ་ཐོན་ཆེན་པོ་ཞིག་སྤྲད། ཁ་སང་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་རེད། དེ་འདྲའི་ལམ་ག་གཅིག་འདུག་བསམས་ནས་སྐབས་མཚམས་དེ་ལ་དམ་དྲག་བྱས་ནས་མར་མ་སྤྲད་ནས་དེ་འདྲ་ལས་བྱེད་བྱེ་བྲག་པ་དེ་འདྲ་རྒྱུས་ཡོད་བྱས་ནས་བྱེད་བསྡད་ཀྱི་མེད་འགྲོ་བསམ་བསམ་གྱི་དོགས་པ་དེ་འདྲ་འདུག དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ལྡི་ལི་དོན་གཅོད་ཀྱིས་ཕྱག་ལས་ཏ་ལས་པའི་ཕྱག་ལས་ཡག་པོ་དང་ཕན་ཐོགས་པོ་དེ་འདྲ་མང་པོ་གནང་ཡོད་རེད། དེ་ཚོ་ཏ་གོ་ཡི་ཡོད། ཤེས་ཀྱི་ཡོད། དེ་བྱེད་དུས་ཚང་མ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། མ་འོངས་པར་འདིའི་ཐོག་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ད་དུང་ཡང་ཤུགས་གཅིག་བརྒྱབ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ང་ཚོར་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཕན་ཐོགས་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོང་གི་འདུག འདི་ཐད་ཀར་ལྡི་ལི་དོན་གཅོད་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་འདི་ཆགས་ཀྱི་འདུག

དེ་ནས་ཨ་རི་སྐུ་ཚབ་དོན་གཅོད་དང་འབྲེལ་ནས་ཚིག་འགའ་ཤས་ཤིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད། གཅིག་འདི་ཁ་སང་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གིས་༧རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་ཕྱུས་སྣན་བཙོས་དང་འབྲེལ་ནས་མཇལ་ཁ་གཏོང་གི་ཡོད་མ་རེད། དཔེ་མཚོན་གཅིག་ག་རེ་བཞག་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། ཨ་རིའི་སྲིད་འཛིན་ཟུར་པ་དེ་འདྲ་ཡང་མཇལ་ཁར་བཏང་ཡོད་མ་རེད་ཅེས་གྲོས་ཚོགས་འདི་ནང་ལ་གསུངས་པ་རེད། དེ་འདྲ་གསུངས་པ་ཡིན་ན་གོ་བརྡ་དེ་གང་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་རེད། ང་རང་ལ་སྐབས་དེ་དུས་བློ་འཚབ་ཆེན་པོ་ཞེ་དྲག་བྱུང་སོང་། ཨ་རི་སྲིད་འཛིན་གྱིས་མཇལ་ཁ་ཞུས་ནས་མ་བཏང་རེད་ཟེར་བའི་སྐད་ཆ་དེ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་སྡིངས་ཆ་འདིའི་ཐོག་ལ་བཤད་པ་ཡིན་ན། ང་རང་ཚོའི་མཛའ་འབྲེལ་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་ཚོ་ལ་དོ་ཐོག་འགྲོ་ཡི་རེད་དམ་འགྲོ་ཡི་མ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་གང་འདྲ་བཞེས་ཡོད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་འདི་ཆགས་བསྡད་ཡོད།

དེ་ནས་ཨ་རི་དོན་གཅོད་ཀྱི་ཁྱབ་ཁོངས་ལ་བོད་རིགས་འབྲེལ་མཐུད་པ་ཟེར་བ་ཞིག་བསྐོ་གཞག་བྱས་ཡོད་རེད། ཉེ་ཆར་༧རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་བྱང་ཨ་རིར་ཡོད་མཁན་གྱི་བོད་མི་ཚོས་བརྟན་བཞུགས་ཕུལ་བའི་སྐབས་སུ་ཨ་རི་དོན་གཅོད་ལ་དབང་ཆ་མི་འདུག བོད་རིགས་འབྲེལ་མཐུད་པས་ག་རེ་བྱས་བྱེད་རེད་འདུག་ཟེར་བ་འདི་ཡོངས་གྲགས་རེད། དེ་འདྲའི་གནས་བབས་དེ་གང་འདྲ་བྱུང་བ་རེད། སྤྱིར་བཏང་གི་བོད་རིགས་འབྲེལ་མཐུད་པ་ཟེར་བ་དེས་ད་ལྟ་བར་དུ་ལས་ཀ་ག་རེ་བྱས་ཡོད་རེད། ནི་ཙ་ཡོག་ལ་ཆ་མཚོན་པ་ཡིན་ན་བོད་པ་མང་ཤོས་བསྡད་ས་ཤིག་རེད་དེ། བོད་པ་དེ་ཚོ་ནང་ཁུལ་ལ་མཐུན་ལམ་མེད་པ་སྡུག་ཤོས་ཤིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད། བོད་རིགས་འབྲེལ་མཐུད་པ་ཟེར་བ་དེས་བོད་པ་ནང་ཁུལ་ལ་འཆམ

མཐུན་བཟོ་ཡི་ཡོད་རེད། དཀྱུག་ཤིང་བརྒྱབ་ཀྱི་ཡོད་རེད། ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་གསལ་པོ་གནང་རོགས་གྱིས་ཞེས་གཅིག་འདི་ཆགས་བསྡད་ཡོད།

དེ་ནས་ནི་ཝུ་ཡོག་གི་བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པས་བོད་གཞུང་ལ་ཆུར་བུ་ལོན་མང་པོ་ཞིག་འབུལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད་པ། འདི་ད་ལྟའི་ཆ་ལ་ག་ཚོད་ཆགས་ཡོད་རེད། ཆ་ཚང་སྤྲད་ཐུབ་ཡོད་རེད་དམ་སྤྲད་ཐུབ་ཡོད་མ་རེད་ཟེར་བའི་དྲི་བ་གཅིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག དེ་ནས་ཕོག་གྲངས་ ༡༩ ཡི་ནང་ལོགས་ལ་སྲུད་སི་སྐྱ་ཚབ་དོན་གཅོད་ཀྱི་ཁྲབ་ཁོངས་ནང་ལོགས་ལ་རྟིས་ལོ་འདིའི་ནང་ལ་རང་བཙན་ལག་དེབ་ཀྱི་དཔྱ་དངུལ་སྲུད་སྒོར་འབུམ་ལྔ་དང་སྟོང་ཕྲག་ལྔ་བཅུ་ང་གྲངས་ཙམ་ཞིག་འདི་ལྟར་འབུལ་བཞེས་ཐུབ་པ་བྱུང་བཞག དེ་ལ་བསྟགས་བརྗོད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་གི་སྲུད་སི་སྐྱ་ཚབ་དོན་གཅོད་ཀྱི་ལས་བསྒྲིམས་དེ་ཧ་ལས་པའི་ཡག་པོ་འདུག ཕྱག་ལས་ཡག་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་གནང་བཞག དེར་བརྟེན་དམིགས་བསལ་གྱི་སྲུད་སི་སྐྱ་ཚབ་དོན་གཅོད་ལ་བསྟགས་བརྗོད་ཞུ་རྒྱུ་ཆགས་བསྡད་ཡོད། ༼ **ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** དུས་ཚོད་རྫོགས་སོང་། ༽

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

དཔལ་ལྡན་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་བློན་མཆོག

དཔལ་ལྡན་ཕྱི་དྲིལ་བཀའ་བློན་ནོར་འཛིན་སྒྲོལ་མ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས་ད་ལྟ་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་གཞི་མང་པོ་ཞིག་སྤེལ་གྱི་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ཁོང་གི་གཟིགས་ཚུལ་ལ་ཡག་ག་མཐོང་བ་འདི། རྒྱ་གར་གསར་ཁང་དང་བོད་པའི་གསར་ཁང་དེ་ཚོ་ལ་གསོལ་ཚིགས་ཕུལ་བའི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཡོང་རྒྱུའི་འབད་བརྩོན་བྱས་པ་དེ་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་གསུངས་གནང་སོང་། དེ་ག་ནང་བཞིན་དོན་གཅོད་ཁག་ལ་དེ་འདྲ་པོ་གནང་ཐུབ་ན་ཡག་པོ་འདུག་བྱེད་ནས་གསུངས་སོང་། དོན་གཅོད་འགའ་ཤས་ཀྱིས་གསོལ་ཚིགས་རང་མ་རེད། སྤྱིར་བཏང་ནས་འབྲེལ་བ་དེ་ཚོ་བཞག་བསྡད་པ་དེ་ཚོ་ནམ་རྒྱུན་ནས་བཞག་བསྡད་ཀྱི་འདུག་བྱེད་ནས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་ནི་ཝུ་ཡོག་གི་ Map Museum དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེའི་ནང་ལ་འགྲེམས་སྟོན་གཅིག་ Mandala: Mapping of Tibet ལབ་ནས་སྐུ་རྩལ་བ་བསྟན་འཛིན་རིག་གྲོལ་ལགས་ཀྱི་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ་གསུངས་གནང་སོང་། ངས་ཨ་རིའི་དོན་ཁང་དང་དེ་གཉིས་འབྲེལ་བ་ཡོད་དང་མེད་པ་ང་ད་ལྟ་ཧ་གོ་ཡི་མེད། གལ་སྲིད་དེ་འདྲ་ཞིག་སྐུ་རྩལ་བ་སྒེར་གྱི་ངོས་ནས་རེད། སུའི་ངོས་ནས་དེ་འདྲ་ཞིག་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། ཕལ་ཆེར་འདི་ད་ལྟ་འགྲེམས་སྟོན་བྱུང་ཡོད་ས་རེད། དེ་ཚོ་བྱུང་ཡོད་པ་ཡིན་ན་དངོས་གནས་ཧང་སང་བའི་ཡག་པོ་རེད། ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན། Map Museum ལབ་ན་རྒྱལ་སྤྱིའི་ནང་ལ་དངོས་གནས་སྐད་གྲགས་ཅན་གྱི་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་གཅིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་དང་མཉམ་དུ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་ཨོ་སི་ཊོ་ལི་ཡའི་བྱེ་བྲག་པ་གཅིག་གིས་༧སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ལ་མཚན་སྙན་དང

འཇིགས་སྐྱིལ་དེ་འདྲ་བྱས་པ་དེ་ལ་དགོངས་ཚུལ་གསུངས་པ་འདི་ང་ཚོ་གཅིག་མཚུངས་རེད་བྱེད་ནས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། འདི་སྐད་ལ་དེ་སྔོན་ནས་ངས་ཞུས་ཟིན་པ་ཡིན། འདིར་ངས་བསྐྱར་ཟློས་མི་དགོས་པ་བྱས།

དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཕྱུས་གཞན་གཅིག་ནས་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཕྱུས་བཞི་ཨོ་སི་ཏོ་ལི་ཡར་ཐེབས་པ་དང་། བོད་མི་རྣམས་དང་ཐུགས་འཕྲད་བྱེད་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་དགོངས་ཚུལ་ཞིག་གསུངས་གནང་སོང་། དེ་ད་ལྟ་གལ་སྲིད་གཞི་བཙོལ་ས་འདི་སྐྱི་འཕྱུས་ཚོགས་དུང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་གྱི་འོག་ནས་ཡང་དེ་འདྲ་ཞིག་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། འདི་ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཕྱུས་མཆོག་གི་གསུངས་པ་ནང་བཞིན། ཐུག་རྒྱུ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ལབ་པ་ཞིག་ཁ་གསལ་པོ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན། དེ་ག་ནང་བཞིན་གྱི་དོན་གཅོད་ལས་ཁུངས་རྣམ་པ་ཚོས་དེ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཀྱི་གོ་སྒྲིག་ཞུ་རྒྱུར་ཁྲིད་པར་ཞིག་འགྲོ་ཡི་རེད། དེ་ང་ཚོས་གང་འདྲ་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག་དང་མི་འདུག་འདི་སྐྱི་འཕྱུས་གྲོས་ཚོགས་རང་ནས་བཀའ་མངགས་ག་རེ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་གཞིར་བཟུང་གིས་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་སྐུ་ངོ་དོན་གཅོད་རྣམ་པ་ཚོ་ལ་བཀོད་མངགས་ག་རེ་གནང་གི་ཡོད་པ་དེ་ལ་ལག་བསྟར་འཕྱུས་ཚང་ཞུ་རོགས་བྱེད་ལབ་ནས་ང་ཚོས་ཞུ་ཡི་ཡིན་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཕྱུས་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་གཞན་ཞིག་ལ། ད་ལན་གྱི་ཨོ་སི་ཏོ་ལི་ཡའི་ཞུ་གཏུག་ཉིན་མོ་དེ་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་ས་རེད། དེའི་སྐབས་ལ་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཕྱུས་མཆོག་མཉམ་ཞུགས་གནང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བྱུང་བ། དེར་མཉམ་ཞུགས་གནང་ནས་ཚོར་བ་དང་སྤྱོད་ཚོར་འབྲེལ་ནས། ད་ལྟ་དེ་ནང་བཞིན་གྱི་བྱང་ཨ་རི་དང་ཡུ་རོབ་ཁུལ་ལ་དེ་འདྲ་བྱུང་ཐུབ་ན་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་གསུངས་གནང་སོང་། འདི་དེ་སྔའི་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལའང་དེ་འདྲའི་བཀའ་མོལ་ཞིག་བྱུང་སོང་། དེར་འགག་འཕྲས་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་རེད་ལྟ། སྐྱི་འཕྱུས་གྲོས་ཚོགས་ནས་ལས་གཞི་བསྒྲིགས་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་སྐྱི་འཕྱུས་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་སྐུ་དབང་དང་དབང་ཚད་ཀྱི་ཐོག་ནས་གོ་སྒྲིག་ཅིག་གནང་གི་ཡོད་རེད། དེ་གཞིར་བཟུང་ང་ཚོས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། གལ་སྲིད་ཡང་དོན་གཅོད་ལས་ཁུངས་གཅིག་གི་ལས་གཞི་དེ་འདྲ་སྤེལ་གྱི་ཡོད་པ་དང་། དེའི་ནང་ལ་ས་གནས་ལ་ཡོད་པའི་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཕྱུས་རྣམ་པ་མཉམ་ཞུགས་གནང་རྒྱུའི་གལ་གནད་དང་དེ་ཚོ་གཟིགས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། ཡང་དེ་ནང་བཞིན་གྱི་དུས་ཁམ་ཡོད་པ་འདི་ཚང་མ་གཅིག་སྟབས་བསྟུན་པ་ཡིན་ན། དེ་ཚོ་མཉམ་རུབ་བྱེད་རྒྱུ་འདི་ང་རང་ངོས་ནས་དངོས་གནས་གལ་ཆེན་པོ་རེད་བསམ་པ་དྲན་གྱི་ཡོད། འདི་གཅིག་རེད། དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཕྱུས་མཆོག་གིས་༼སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེར་ཚད་མེད་ཞུ་མཁན་དེའི་སྐད་ལ་རྒྱབ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ། དེ་བཞིན་དགག་པ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བརྒྱབ་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་ཚང་མ་ལ་མོས་མཐུན་ཡོད། དེ་ནང་བཞིན་ངས་དེའི་སྔོན་ནས་ཞུས་པ་གཞིར་བཟུང་རེད། གཅིག་མཚུངས་བྱས།

དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཕྱུས་མཆོག་གིས་ཕྱི་ཟླ་ ༩ པ་ཡིན་ནམ། ཕྱི་ཟླ་ ༨ ཡིན་པ་གཅིག་ནང་ལ་རྒྱ་ནག་གི་སྲིད་བློན་པ་གི་ཨོ་སི་ཏོ་ལི་ཡར་བསླེབས་པའི་སྐབས་ལ་བོད་མི་ཚོས་རྟོག་རྩ་གཅིག་སྤྲིལ་གྱི་ཐོག་ནས་སོ་སོའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལྟ་གྲུབ་འདྲ་མིན་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར་རྟོག་རྩ་གཅིག་སྒྲིལ་གྱི་ཐོག་ནས་དགག་པའི་རྣམ་འགྱུར་ཡག་པོ་ཞིག་དེ་འདྲ་སྟོན་ཐུབ་པ་བྱུང་སོང་བྱས་ནས་གསུངས་སོང་། དེ་ཡག་པོ་བྱུང་བ་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཕྱུས་གཞན་གཅིག་ནས་ད་ལྟ་ཕྱི་དྲིལ་གྱི་ལས་བསྒོམས་བསྡུས་པ་འདི་ཆ་ཚང་པོ་དང་ཡག་པོ་ཞིག་བྱུང་འདུག དེ་ཡིན་དུས་མི་ཆ་དང་མཐུན་རྐྱེན་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ཞན་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་དེ་ལ་དཔག་པའི་ང་ཚོས་སྟོབས་ཆེན་རྒྱལ་ཁབ་རྒྱ་ནག་ལ་ཁ་གཏད་གཏོག་རྒྱུའི་ལས་ཀ་དང་། དེ་ནང་བཞིན་རྒྱ་ནག་གི་ཐབ་སྤྱོད་

ངན་པ་དེ་ཚོ་ང་ཚོས་འབྱུར་དུ་གཏོན་རྒྱུའི་ལས་འགན་འཁྱེར་བསྡད་ཡོད་པ་བཞིན་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་འདི་གསུངས་གནང་སོང་། དེ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་བྱེད་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཕྲུས་མཆོག་གིས་གནད་འགག་ཆེ་བ་གཅིག་གསུངས་པ་འདི་ཆབ་སྲིད་ལས་དོན་དེ་ཚོ་ལ་གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་ཚད་གཞི་འཛིན་རྒྱུ་དེ་ཁག་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། དེ་ངས་ནམ་རྒྱུན་དུ་ནས་ངོས་འཛིན་བྱེད་བསྡད་མཁན་ཞིག་ཡིན། ལས་དོན་མང་པོ་ཞིག་ལ་དཔེར་ན། ང་ཚོའི་ལས་དོན་གཞན་པ་མང་པོ་ཞིག་ལ། དམིགས་བསལ་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ལས་དོན་དེ་ཚོ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་ལོ་གཅིག་གཉིས་དེ་འདྲའི་ནང་ལ་མངོན་པར་གསལ་བའི་རྣམ་པ་སྟོན་རྒྱུ། གྲུབ་འབྲས་སྟོན་རྒྱུ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་རེད། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་ཀ་སྒྲུབ་པའི་སྐབས་ལ་འབད་བརྩོན་རབ་དང་རིམ་པ་བྱེད་བསྡད་པ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག ཡིན་ནའང་ང་ཚོས་འདི་ཞུ་ཡི་རེད་པ། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཨིན་སྐད་ཐོག་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་ན། Quantifiable, Measurable འདི་ཚད་འཛིན་ས་དེ་ཏོག་ཙམ་ཁག་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་ང་ཚོས་འབད་བརྩོན་གྱི་ཐོག་ལ་འཕྲུས་ཤོར་རྩ་བ་ཉིད་ནས་བཏང་གི་མེད། སོ་སོས་གང་ཐུབ་ཐུབ། ང་ཚོའི་ལས་བྱེད་དང་དོན་གཅོད་ཚང་མའི་ངོས་ནས་གང་ཐུབ་ཐུབ་ཅིག་གནང་གི་ཡོད་བྱེད་ནས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཕྲུས་མཆོག་གིས་གསུངས་པར། བོད་ཀྱི་བདེན་མཐའ་གལས་ཐབས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་དེའི་ནང་ལ་གནད་འགག་ཆེ་ཤོས་རྒྱལ་ཁབ་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་ང་ཚོར་རྒྱ་གར་གཞུང་འདི་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། རྒྱ་གར་གཞུང་དམངས་གཉིས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་འདི་ང་ཚོས་བརྗེད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ང་ཚོ་ཚང་མས་ངོས་འཛིན་དང་ངོས་བཞེས་ཡོད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཕྲུས་མཆོག་གིས་ཐ་སྙད་བེད་སྤྱོད་བཏང་པ་མཚུངས་བསྡུར་བྱེད་རྒྱུ་མེད་པ། དངོས་གནས་དེ་ག་རང་རེད་ཟེར་ནས་ངས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེར་བརྟེན་ད་ལྟ་རྒྱ་གར་གྱི་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་བཀའ་མོལ་གནང་མཁན་བྱུང་བ་དང་། དེ་བཞིན་ང་ཚོའི་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་མཛད་སྒོ་ཁག་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་སྐུ་མགྲོན་གལ་ཆེན་དེ་ཚོ་ཕེབས་ཐུབ་པ་དེ་ཚོ་ཚང་མ་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཡིན་དུས། བཀའ་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་ང་ཚོས་ཞུ་གཏུག་གི་ལས་འགུལ་རབ་དང་རིམ་པ་ང་ཚོས་སྤེལ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེའི་སྐབས་ལ་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཕྲུས་མཆོག་གིས་གསུང་རྒྱུ་གཙོ་བོ་འདི་ཤུགས་སྣོན་ཆེ་རུ་གཏང་དགོས་ཀྱི་འདུག རེད་པ། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ང་ཚོས་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་དང་མཉམ་དུ་གྲོས་ཚོགས་ནས་ཞུ་གཏུག་གི་ལས་འགུལ་སྤེལ་སྟངས་དང་མཉམ་པ་ཡོང་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་དགོངས་བཞེས་དགོས་པ་འདི་ཕལ་ཆེར་སྐྱི་འཕྲུས་གྲོས་ཚོགས་རང་ལ་ཁྱབ་ཀྱི་ཡོད་ས་རེད། དེ་ནས་ང་ཚོའི་དོན་གཅོད་ཀྱི་ངོས་ནས་ག་རེ་གནང་རྒྱུ་ཡོད་པ་འདི་ང་ཚོས་མངག་བཞག་གི་ཡིན་ཟེར་ནས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཕྲུས་གཞན་ཞིག་ནས་ང་ཚོ་ཕྱི་དྲིལ་གྱི་ལས་བསྒོམས་འབྲི་སྟངས་རེད། ཡིག་ཆ་སྨྱུས་དག་པོ་ཆགས་པ་དང་། དེ་ནང་བཞིན་ལས་ཀ་མང་པོ་ཞིག་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཞིག་གཟིགས་སོང་ཞེས་དེ་གསུངས་གནང་སོང་། དེ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་བྱས་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཕྲུས་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་བཞིན་བཟུང་། ང་ཚོའི་ཤེས་ཅན་རྒྱ་ཡིག་གི་དྭ་རྒྱ་དེར་ངས་དཔེ་གཅིག་ཞུས་ཚར་ཡིན། དེ་ང་ཚོས་ཤེས་ཅན་ནས་ Tibet.com ཁ་སེང་ང་ཚོར་བཀའ་ཤག་གི་ལམ་སྟོན་ནང་ལོགས་ལ་ Tibet.com /cn ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་ཁ་སེང་ངས་ TCRC དང་ཡིག་འབྲེལ་ཞིག་མཐོང་བའི་སྐབས་ལ་དེའི་ནང་ལོགས་ལ་ Tibet.com འདྲ་པོ་ཞིག་བྲིས་འདུག དེ་ཡང་ག་རེ་བྱས་ནས་འགྱུར་བ་འགྲོ་ཡིན་ནམ་ངས་ཤེས་ཀྱི་མེད། ཡིན་ནའང་ང་ཚོས་འགྱུར་བ་གཏང་རྒྱུའི་ཐབས་ལམ་སྐད་ལ་ང་ཚོ་ད་ལྟ་འགྲོ་དང་འགྲོ་བཞིན་པ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་མིང་དེ་ཚོ་ཚང་མར་ང་ཚོས་འགྲོ་བཞིན་པ་ཡིན་བྱེད་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཕྲུས་མཆོག་

གིས་གནད་འགག་ཆེ་བ་གསུངས་པ་འདི་ང་ཡང་དེ་ག་རང་བསམ་གྱི་ཡོད། ད་ལྟ་ང་ཚོས་གཅིག་འགྲིག་གི་མི་འདུག་ཅེས་ལབ་ནས་འདི་ཞུས་པ་དང་། མཉམ་དུ་ང་ཚོའི་དེ་ལ་ཐབས་ལམ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད་ལྷ། གཞན་པ་ང་ཚོས་ག་རེ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་རེད། དེའི་ཆབ་ལ་ང་ཚོས་ག་རེ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་རེད། དེའི་སྐད་ལ་ང་ཚོས་གོ་བསྡུར་དང་གྲོས་བསྡུར་ཞིག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས་འདི་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་ནས་ Bod.asia ཡི་བོད་ཡིག་རྩོམ་སྒྲིག་སྡེ་ཚན་ཁོང་རྣམ་པས་ཕྱག་ལས་ཡག་པོ་གནང་གི་ཡོད་པ་གསུངས་གནང་སོང་། ཡིན་ནའང་ཤེས་བྱའི་ཚོན་ཁྲའི་སྦྱུས་ཀ་འདི་ཧ་ཅང་ཙམ་ཡག་ཏུ་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་གསུངས་གནང་སོང་། འདི་ང་ཚོས་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ལྷོ་ལི་དོན་ཁང་ངོས་ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་ Exit Permit དང་ Return Visa དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་དེ་སྔ་ཡིན་ན་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡོད་པ། དེ་ཕལ་ཆེ་བ་ཞིག་སེལ་བ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག ཡིན་ནའང་སྐབས་མཚམས་སུ་དུས་ཐོག་ལ་རག་རྒྱུའི་སྐད་ལ་དཀའ་ངལ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་གསུངས་གནང་སོང་། འདི་ང་ཚོས་གང་ཐུབ་ཐུབ་ཀྱིས་སེལ་ཐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། དཔེར་ན། ཁ་སེང་ང་ཚོའི་སྔོན་རྩིས་གྲོས་ཚོགས་སྐབས་ལ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་ནས་དཔེར་ན་ཕྱིར་བསྐྱོད་ལག་དེབ་རེད། དེ་ཚོ་དོན་ཁང་རང་ལ་ལེན་མ་དགོས་པའི་ཐོག་ནས་སྒྲིག་ཐོག་ནས་བྱེད་ཐུབ་ན་ཡག་པོ་འདུག་ལབ་ནས་དེ་འདྲའི་དགོངས་ཚུལ་ཕེབས་པ་གཞིར་བཟུང་གིས་ང་ཚོས་ལྷོ་ལི་དོན་ཁང་ལ་མངགས་ནས་ད་ལྟ་ང་ཚོས་སྒྲིག་ཐོག་ནས་གཏོང་རྒྱུ་འདི་བཟོས་ཚར་ཡིན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེའི་བཀོད་ཁྲབ་དེ་ལྷོ་སྤྱི། སིམ་སྤྱི། ས་གནས་འགོ་འཛིན་ཚང་མ་ལ་ཕེབས་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་སྒྲིག་ཐོག་ནས་གཏོང་རྒྱུ་དེ་ལ་དངུལ་དེ་འདྲ་ཧ་ཅང་ཙམ་ཞིག་དོ་བདག་ངོས་ནས་གནང་དགོས་རྒྱུ་དེ་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། གསལ་བསྒྲགས་དེ་ཚང་མ་འགྲོ་ཚར་ཡོད་རེད་བྱེད་ནས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟ་སྔོན་སེང་ཚུལ་དུ་ཞུ་ཡི་ཡོད། ཡིན་ནའང་དྲི་བ་ཕེབས་མ་སོང་། ཡིན་ནའང་འདི་དང་འབྲེལ་བ་བཏགས་ནས་ཞུས་པ་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་སྐབས་མཚམས་དང་དུས་ཐོག་ལ་རག་རྒྱུར་འབད་བརྩོན་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་བ་འདི་ང་ཚོས་གང་ཐུབ་ཐུབ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་ལྷོ་ལི་དོན་གཅོད་ནས་ཕྱག་ལས་ཧ་ལས་པ་གནང་གི་འདུག་བྱས་ནས་གསུངས་གནང་པར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་ཨ་རིའི་སྲིད་འཛིན་མཇལ་ཁ་བཏང་ཡོད་རེད་དམ་མ་རེད། སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ཨ་རིར་ཞབས་སྐུས་སྙན་བཅོས་ལ་ཕེབས་པའི་དུས་ཡུན་དེའི་ཐོག་ལ་སྲིད་འཛིན་མཇལ་ཁ་བཏང་ཡོད་དང་མེད་ཀྱི་སྐད་ལ་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གིས་གཅིག་གསུངས་གནང་སོང་། དེའི་སྔོན་ནས་ང་ལའང་དྲི་བ་དེ་ཕེབས་སོང་། ཨ་རིའི་སྲིད་འཛིན་མཉམ་དུ་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་རྒྱུར་འབད་བརྩོན་བྱས་ཡོད་རེད་དམ། སྲིད་འཛིན་ཟུར་པ་གསུངས་རེད་དམ། ལགས་སོ། མཇལ་ཁ་བཏང་ཡོད་དང་མེད་ཀྱི་སྐོར་ལ་ངས་དེ་སྔོན་ཞུས་པ་གཞིར་བཟུང་། ངས་དེའི་སྐད་ལ་དམིགས་བསལ་གལ་ཞུ་རྒྱུ་མི་འདུག ག་རེ་བྱས་ནས་ལབ་ན། ང་དེའི་སྐབས་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་པ་སོང་ཙང་། དེའི་སྐད་ལ་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གིས་གལ་སྲིད་ཡང་འཕར་མ་གསུང་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེའི་རྗེས་ནས་གསུང་རོགས་གནང་བྱས་ནས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་བོད་རིགས་འབྲེལ་མཐུད་པས་བོད་རིགས་ནང་ཁུལ་ལ་འབྲེལ་མཐུད་དང་འཆམ་མཐུན་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་ལས་ལྷོག་སྟེ་ཕྱག་ལས་གནང་གི་འདུག་འདྲ་པོ་ཞིག་གསུངས་གནང་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་སྐད་ལ་དེ་

གཟིགས་ཚུལ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ས་རེད། སྤྱིར་བཏང་བོད་རིགས་འབྲེལ་མཐུད་པའི་ལས་འགན་གཙོ་བོ་འདི་ང་ཚོ་བོད་རིགས་ནང་ཁུལ་ལ་འཆམ་མཐུན་ཡོང་རྒྱུ། འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་བཟོ་རྒྱུ། དེ་ནང་བཞིན་དམིགས་བསལ་གྱི་ད་ལྟ་ཨ་རིའི་སྐུ་ངོ་དོན་གཅོད་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ན་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་དོན་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡོད་དུས། ང་ཚོ་ད་ལྟ་ཨ་རི་ནང་ལོགས་ལ་བོད་རིགས་ཚོགས་པ་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡོད་སྐབས། བོད་རིགས་ཚོགས་པའི་ལས་དོན་དང་མང་པོ་ཞིག་ལ་འཁར་བསྡད་པ་ཡིན་ན། ཡང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་དོན་ལ་དོ་ཁོག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་སོང་ཙང་། བོད་རིགས་འབྲེལ་མཐུད་པ་འདི་བོད་རིགས་ནང་ཁུལ་གྱི་འབྲེལ་མཐུད་བྱེད་རྒྱུ་དང་། འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་བཟོ་རྒྱུ་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་བསྐྱོ་གཞག་གནང་བ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་དང་འདི་འབྲེལ་བའི་སྤྱིར་བཏང་ད་ལྟ་ང་ཚོའི་དོན་གཅོད་ཁང་ནང་ལ་ལས་བྱེད་ཡོད་པ་ཚང་མ་ང་ཚོས་འདི་ཞུ་ཡི་རེད་ལྷ། འགན་གཙོ་བོ་ཞིག་དང་། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཕྱག་ལས་མང་པོ་ཞིག་ནང་ལ་མཉམ་ཞུགས་གནང་དགོས་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ག་རེ་བྱས་ནས་ཟེར་ན། ལས་བྱེད་ཉུང་དྲགས་པའི་རྐྱེན་གྱིས་མང་པོ་ཞིག་ལ་འགན་མ་འཁྱེར་པ་ཡིན་ན། ང་འབྲེལ་མཐུད་པ་གཅིག་བུ་ཡིན་ལབ་ནས་གཞན་པ་ལ་ཕྱག་ལས་མ་གནང་ནས་བཞུགས་པ་ཡིན་ན་མ་འགྲིག་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་གི་ཐོག་ནས་མང་པོ་ཞིག་ལ་འགན་འཁྱེར་གྱི་ཡོད་རེད་ཅེས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་བོད་རིགས་ཚོགས་པའི་བུ་ལོན་དེ་སློག་ཐུབ་ཡོད་མེད་དང་དེ་ཅིག་གསུངས་གནང་སོང་། དེ་ངས་ད་ལྟ་ལམ་སང་ཞུ་ཚོད་ཐིག་གི་མི་འདུག ངས་རྗེས་ནས་ལན་འབུལ་ཆོག་པ་གྱིས། སྲུང་སྲི་དོན་གཅོད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་དབྱ་ཁྲལ་ལག་དེབ་དེ་ཡག་པོ་བྱུང་འདུག དེ་ནང་བཞིན་སྲུང་སྲི་དོན་གཅོད་མཆོག་ནས་ཕྱག་ལས་དེ་ཚོ་ཡག་པོ་གནང་གི་འདུག་གསུངས་སོང་། དེ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

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

དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག

དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་སྤྱེན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དམིགས་བསལ་ཞུ་རྒྱུའི་འདོད་པ་མེད། གང་རེད་ཟེར་ན། དུས་ཚོད་ཡོད་མ་རེད། ཉི་མ་གཅིག་དང་དེ་རིང་ཆུ་ཚོད་ ༢ པ་ཟིན་ཚར་བ་རེད། སང་ཉིན་ཉི་མ་མ་གཏོགས་ལྷག་ཡོད་མ་རེད། ཡིན་ནའང་འདིར་ཁ་སེང་ཞུས་པ་ཡིན། སྲིད་འཛིན་མཇལ་ཁ་བཏང་གི་འདུག་བྱས་ནས་རྙོག་གྲ་བཤད་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ༧རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་སྐུ་ངལ་གསོ་བའི་སྐབས་དེ་ལ་མཇལ་ཁ་བཏང་ཡོད་མ་རེད། སྲིད་འཛིན་ཟུར་པ་གཅིག་གིས་ཀུང་ཐེངས་གཉིས་ཞུས་རེད་དེ། དེ་བཏང་ཡོད་མ་རེད་བྱས་ནས་འདི་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་ཞུས་པ་དེས་མ་འགྲིག་པ་གང་ཡང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ཞུ་ཡི་མེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ༧རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་སྐུ་ངལ་གསོས་བྱེད་སྐུ་གཟུགས་གསོ་བཞིན་པའི་སྐབས་དེར་རེད། དེ་དུས་མཇལ་ཁ་བཏང་ཡོད་རེད་དམ་མ་རེད། མཇལ་ཁ་བཏང་བ་གང་མིན་ཚད་རེད་གསུངས་མཁན་དེ་འདྲ་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཙམ་ལ་མཇལ་ཁ་བཏང་ཡོད་མ་རེད་བྱེད་ནས་དེ་ཞུས་པ་རེད་མ་གཏོགས། གཞན་པ་ཞུ་མ་དགོས་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན།

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

དེ་ཡན་ཆད་ཀྱི་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལས་བསྒྲིམས་དང་། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་བགྲོ་གླེང་དང་བཀའ་ཤག་གི་ལན་འདེབས་ཆ་ཚང་ཐིན་པ་ཡིན།

དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གཉིས་པ། སྲུ་མཐུད་ལས་བསྒྲིམས་སྟན་སྦྲོན་དང་ཞིབ་བཤེར་ལས་དོན། ནང་གསེས་ཀ་པ། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣~༢༠༢༤ ལོའི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྒྲིམས་སྙིང་བསྡུས་སྟན་སྦྲོན། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༢༥ པ། ཕྱི་ཚེས་ ༡༣ གྱི་ལས་རིམ་ཁོངས་ལ་འདུག སྟན་སྦྲོན་གནང་མཁན་དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་སྤྱན་པ་ཚེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དུས་ཚོད་མེད་པ་དང་དུས་ཚོད་དཀོན་པོ་ཡིན་པ་སོང་ཙང་ག་ཚོད་ཐུབ་ཐུབ་ཅིག་གིས་རྟ་རྒྱུག་གཏོང་རྒྱུར་འབད་བརྩོན་ཞུ་ཡི་ཡིན།

ཡིག་ཆ་ཨང་། ༢༥

༄༅། །བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡ ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༣༡ བར་གྱི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྒྲིམས་སྙིང་བསྡུས།

ལས་དོན་ཇི་བྱས་དང་གྲུབ་འབྲས་ཇི་ཐོན།

ནད་རིགས་སྔོན་འགོག་དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕྲོད་བསྟེན།

ཀེ་སྦྲི་སྔོན་འགོག་དང་། སྨན་བཅོས།

༡ བོད་མིའི་ས་གནས་ཁག་གི་ནང་ཁྲབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཁག་ནས་ཀེ་སྦྲི་ནད་གཞི་སྔོན་འགོག་སྐད་བརྡ་དཔྱད་དང་སྨན་བཅོས་ཞུས་པ་གཤམ་གསལ།

ཨང་།	ས་གནས་དང་། བརྟག་དཔྱད།	བརྟག་དཔྱད་མི་གྲངས།	ནད་གཞི་ཐོན་པ།
༡	སྤིར་ཙོན་ཏ་ར་བོད་ཁྲིམ་སློབ་གྲྭ་དང་སུ་ཇ་བོད་ཁྲིམ་སློབ་ཕྲུག་རྣམས་ལ་རིན་མེད་ཐོག་ཊི་སྦི་ནད་གཞི་ཡོད་མེད་བརྟག་དཔྱད་ (Active Screening) ཞུས་ཁོངས་ནད་གཞི་ཐོན་པ་བྱུང་མེད།	༩༩༣	༠
༢	སྤིར་དང་། བདེ་སྐྱིད་གླིང་། ལྷོ་ལི། མོན་གྷོ། ཧོན་སུར། འཚོ་བྱེད་སྨན་ཁང་བཅས་ཀྱི་ནང་ཊི་སྦི་ནད་རྟགས་ཡོད་པ་དང་། དོགས་གཞི་ཅན་ལ་རིན་མེད་ཐོག་ནད་གཞི་ཡོད་མེད་བརྟག་དཔྱད་ (Presumptive TB) ཀྱི་མཐུན་རྐྱེན་སྦྱར་ཡོད།	༡༣༧	༣༨
༣	བདེ་སྐྱིད་གླིང་དང་། བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་། མོན་གྷོ་སྨན་ཁང་། སྤེལ་ཀོབ་སྨན་ཁང་བཅས་ནས་གཞིས་མི་ཊི་སྦི་ནད་པ་རྣམས་ལ་རིན་མེད་ཐོག་ནད་གཞིའི་ནད་འབུ་ཐྲ་སྲིན་དང་ཊི་སྦིའི་སྨན་འཕྲོད་མིན་བརྟག་དཔྱད་ (Culture & Drug Sensitivity Testing) ཞུས་ཡོད།	༡༣༧	༠
ཁྱོན་བསྡོམས།		༡༢༥༧	༣༨

༢ མོན་གྷོ་སྨན་ཁང་ནས་ཊི་སྦི་ནད་པ་མི་གྲངས་ ༣༠ ལ་དུས་ཐུང་ཊི་སྦི་སྨན་བཅོས་ (SCC-TB Drug) ཆེད་སྨན་གྲོན་རོགས་རམ་དང་། ཁོང་རྣམས་ལ་སྨན་ཞབས་པས་ཐད་ཀར་ལྟ་སྐྱོང་འོག་སྨན་བཅོས་ (DOT) བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་ཞུས་ཐོག་སྨན་བཅོས་མཐུན་འགྱུར་ཞུས་ཡོད།

༣ སུ་ར་སྟུན་བདེ་སྐྱིད་གླིང་སྨན་ཁང་དང་། བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་། མོན་གྷོ། ཨོ་ཊི་ཤཱ་སྨན་ཁང་བཅས་ཀྱི་ནང་འགོས་ནད་ཅན་གྱི་ཊི་སྦི་ནད་པ་ཁྱོན་གྲངས་ ༤༥ ཡོད་པ་རྣམས་ལ་སྨན་ཁང་སོ་སོའི་ཊི་སྦིའི་ཉལ་ཁང་དུ་ཟུར་འཛིན་ཞུས་པའི་ཐོག་ནད་པ་རྣམས་ལ་འོ་མ། ཤིང་ཏོག །སྒོ་ང་སོགས་དམིགས་བསལ་ཟས་བཅུད་དང་། ལྟོ་དོད། ཉལ་ཁྲིའི་གླ་དོད་བཅས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༤ ཁྲབ་ཁོངས་སྤེལ་ཀོབ་སྨན་ཁང་དང་། སྤིར་སྨན་ཁང་། ཨོ་རི་ས་སྨན་ཁང་། ཀོ་ལི་ཀླལ་སྨན་ཁང་། མན་སྤུར་སྨན་ཁང་། བདེ་སྐྱིད་གླིང་སྨན་ཁང་བཅས་ཀྱི་གློག་པར་འཕྲུལ་ཆས་ (X-Ray Machine & CR System), (Gene Xpert Machine) ལོ་རེའི་བདག་གཅེས་ཆེད་ཆོད་གན་ (Annual Maintenance Contract, AMC) བཞག་ཡོད་མ་ཟད། འཕྲོ་བརྒྱུག་སོང་བའི་གློག་པར་དེ་ལའང་བཟོ་བཅོས་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། དེ་བཞིན་མོན་གྷོ་སྨན་ཁང་དང་འཚོ་བྱེད་སྨན་ཁང་། བདེ་སྐྱིད་གླིང་སྨན་ཁང་བཅས་ལ་ཊི་སྦི་ནད་གཞི་བརྟག་དཔྱད་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་སྣག་ཚ་ (Cartridges) གྲངས་ ༩༠༠ གསར་ཉོ་ཞུས།

མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་སྔོན་འགོག་ལས་གཞི།

༡ བོད་མིའི་གཞིས་སྒར་ཁག་ ༤ ཀྱི་མི་མང་གྲངས་ ༣༡༣༡ ལ་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ནད་གཞི་བརྟག་དཔྱད་ཞུས་ཁོངས་མི་གྲངས་ ༤༦ ལ་ནད་འབུ་ཐོན་ཡོད་པ་དང་། མི་གྲངས་ ༢༤༧༦ ལ་ནད་འབུ་ཐོན་མེད་པ་རྣམས་ལ་སྔོན་ཁབ་གྲངས་ ༥༠༤༧ རོགས་རམ་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༢ མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ཁ་པའི་ལས་གཞིའི་འོག་སྨན་བཅོས་མཐུན་འགྱུར་བཞེས་མུས་ཡིན་པ་མི་གྲངས་ ༥༩༩ ལ་ཟླ་དྲུག་མཚམས་ཀྱི་མཇུག་སྐྱོང་བརྟག་དཔྱད་ཞུས། དེ་བཞིན་ནད་གཞི་ཐོག་ཡོད་ཀྱང་སྨན་མཆོད་མི་དགོས་པའི་མི་གྲངས་ ༤༦༢ ལ་ལོ་རེའི་མཚམས་མཇུག་སྐྱོང་བརྟག་དཔྱད་བཅས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་ཞུས། འདི་ལོར་མཆིན་ནད་ཀྱི་སྨན་མཆོད་མཁན་མི་གྲངས་ ༨༢༢ ལ་སྨན་གྱི་མཐུན་འགྱུར་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ ནས་ ༡༠༠ བར་ནད་པ་དོ་བདག་གི་དཔལ་འབྱོར་གནས་སྟངས་ལ་དཔགས་པའི་རོགས་སྐྱོར་ཞུས།

༣ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༢༤ ཉིན་འཛམ་གླིང་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ཉིན་མོ་དང་བསྟུན་བོད་མིའི་གཞིས་ཁག་ ༣༠ དང་སློབ་གྲྭ་ཁག་ ༣༢ དགོན་པ་ཁག་ ༣ བཅས་ཀྱི་ནང་འདི་གའི་ལམ་སྟོན་འོག་མཆིན་ནད་དང་འབྲེལ་སློབ་གསོ་ལམ་སྟོན་དང་གོ་རྟོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་འདྲ་མིན་སྤེལ་ཐུབ་པ་བྱུང་།

མ་དང་བྱིས་པ། ཐུད་མེད། ལང་ཚོ་དར་བབ། (MCH)

བྱིས་པ་ལོ་ལྔ་མན་དང་སྦྲུམ་མ་རྣམས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་རྟོག་དང་སྔོན་ཁབ་ཀྱི་འགྲོ་གྲོན་མཐུན་འགྱུར་སྔ་ར་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཟད། སྨན་རྩིས་ཁང་ནས་ཀྱང་བྱིས་པ་ལོ་ལྔ་མན་རྣམས་ལ་གསོ་རིག་སྨན་བློ་འཕེལ་རིལ་བུ་དང་ཚེ་འཕེལ་རིལ་བུ། གསོ་རིག་བཅུད་སྨན་གྱི་རིལ་བུ་རིན་མེད་ཐོག་མཐུན་འགྱུར་སྔ་ར་བཞིན་ཡོད། སྐྱིར་ནད་རིགས་སྔོན་འགོག་སྐད་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་ནས་གཏན་འཁེབས་གནང་བའི་སྔོན་ཁབ་ཁག་ཅིག་རིན་མེད་ཐོག་གནང་གི་ཡོད་ནའང་། བོད་མིའི་གཞིས་ཆགས་ཁག་ཅིག་ལ་སྔོན་ཁབ་དུས་ཐོག་ཐོབ་ཀྱི་མེད་སྐབས། འདི་ནས་གཤམ་གསལ་ལྟར་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༡ ས་གནས་གྲངས་ ༢༠ ཡི་བྱིས་པ་ལོ་ལྔ་མན་གྲངས་ ༦༨ ལ་སྔོན་ཁབ་རིན་མེད་ཐོག་རོགས་རམ་ཞུས། མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ཡོད་པའི་ཨ་མ་གྲངས་ ༧ གྱི་བྱིས་པ་གསར་སྐྱེས་ ༧ ལ་ནད་གཞི་མི་འགོས་སྐད་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ཁ་པའི་སྔོན་འགོག་ཁབ་ (Immunoglobin D) རིན་མེད་ཐོག་རོགས་རམ་ཞུས་ཡོད།

༢ ས་གནས་གྲངས་ ༣༠ ཡི་སྦྲུམ་མ་དང་ཨ་མ་གྲངས་ ༨༧༠ རྣམས་ལ་སྔོན་ཁབ་ (Tetanus Vaccine, TT) དང་། མངལ་གྱི་བརྟག་དཔྱད། དེ་བཞིན་ཁྲག་གཅིན་བརྟག་དཔྱད་རིགས་ (USG, Glucose test) གཉན་ནད་རིག་དུག་དང་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ (HIV, Hep-B, VDRL) སོགས་དང་། ཟུངས་ཁྲག་བཅུད་སྨན་ (Iron, Calcium & Folic Acid) བཅས་རིན་མེད་ཐོག་མཐུན་འགྱུར་ཞུ་ཐུབ་ཡོད།

༣ ས་གནས་ཁག་གི་སྨན་ཁང་དང་། བུད་མེད། དེ་བཞིན་བྱིས་པ་བུ་མོ་བཅས་པ་གྲངས་ ༣༨༣ ལ་མོ་ནད་སྤྱི་ས་ནས་ར་འཕྲོད་ཡོང་སྐད་མོ་ནད་སྨན་པ་དང་བྱིས་པའི་སྨན་པ་བསྟེན་གཏུགས་ཀྱི་འགྲོ་གྲོན་ (Gynae-Pediatric consultation fee) མཐུན་འགྱུར་ཞུས་པ་དང་སྦྲགས་ཁོང་རྣམས་ལ་མོ་ནད་སྐོར་གོ་རྟོགས་དང་སློབ་གསོ་ལམ་སྟོན་ཞུས།

༤ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༢༧ ཉིན་སིམ་ལ་སཾ་བྷོ་ཊ་སློབ་གྲྭ་དང་། ཀ་སྨུག་སཾ་བྷོ་ཊ། ལ་དྭགས་བོད་ཁྱིམ། རྡོར་གླིང་སཾ་བྷོ་ཊའི་སློབ་ཕྲུག་བུ་མོ་ལོ་ན་ ༡༣ ཡན་གྲངས་ ༥༣༦ རྣམས་ལ་ཟུངས་ཁྲག་བརྟག་དཔྱད་ (Anemia Test) ཞུས་འབྲས་སུ་ཟུངས་ཁྲག་ཚད་གཞི་ཞན་དྲགས་པའི་སློབ་མ་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱུང་།

༥ ཕྱི་ཟླ་ ༥ དང་ ༦ པའི་ནང་གཞིས་ཆགས་ཁག་ ༡༡ གི་བུད་མེད་གྲངས་ ༩༡༨ ལ་མངལ་གྱི་ཆུ་སྐྲན་ནད་གཞིའི་ (Polycystics Ovarian Syndrome) བརྟག་དཔྱད་ཞུས་པའི་ཁོངས་ནས་བུད་མེད་གྲངས་ ༡༠༠ ལ་ནད་རྟགས་ཐོན་ཡོད་པར་མོ་ནད་སྨན་པ་གདན་ཞུས་ཀྱིས་བསྟེན་གཏུགས་དང་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༦ འབྱུང་འགྱུར་རང་རེའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་མངལ་སྐྱེས་འབྲས་ནད་ (Cervical cancer) འགོག་ཐབས་སུ་སློབ་གྲྭ་ཁག་ ༢༥ ཡི་འཛིན་རིམ་བདུན་པ་ནས་བཅུ་གཉིས་བར་གྱི་སློབ་མ་གྲངས་ ༡༣༩༩ ལ་སྔོན་ཁབ་ HPV རྒྱག་ཐུབ་པ་བྱུང་།

༧ ཨ་མ་དང་བུད་མེད་རྣམས་ཀྱི་ལུས་སེམས་ངལ་བ་གསོ་ཐབས་དང་འཕྲོད་བསྟེན་གོ་རྟོགས་སྤེལ་རྒྱུའི་སྡིངས་ཆ་སྒྲུན་ཐབས་སུ་བྱང་ཤར་ཁུལ་གྱི་ས་ཁག་ ༧ ནང་འཕྲོད་བསྟེན་གོ་རྟོགས་སྤེལ་བ་དང་ལུས་སྦྱོང་ Zumba གོ་སྒྲིག་ཞུས་པར་བུད་མེད་གྲངས་ ༡༨༡ མཉམ་ཞུགས་གནང་།

༨ བུད་མེད་རྣམས་ལ་མངལ་འཁོར་བ་ནས་བཟུང་བྱིས་པ་ལོ་གཉིས་མ་ཟིན་བར་ཨ་མའི་ལུས་ཟུངས་གསོ་ཆེད་དུ་ཟླ་གསུམ་མཚམས་ཟས་བཅུད་བགོ་འགྲེམས་དང་། བྱིས་པ་གསར་སྐྱེས་རྣམས་ལ་ལེགས་གསོའི་མཚོན་བྱེད་བྱིས་པར་དགོས་གལ་ཆེ་བའི་བཅའ་དངོས་ཁག་ཅིག་བགོ་འགྲེམས་ཞུས། རྩིས་ལོའི་ནང་ཟས་བཅུད་ལེན་མཁན་མི་གྲངས་ ༡༢༧༦ དང་། བྱིས་པ་གསར་སྐྱེས་ལེགས་གསོའི་ཁུག་མ་ཞུ་མཁན་གྲངས་ ༣༩༤ བྱུང་ཡོད།

༩ རང་རེའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཐྲུ་གུ་སྐྱེ་འཕེལ་དང་བུད་མེད་རྣམས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཐབས་སུ། ས་གནས་ཁག་ ༡༥ དང་། སློབ་གྲྭ་ཁག་ ༩ བཙུན་དགོན་ཁག་ ༢ བཅས་ཀྱི་ནང་བུད་མེད་ལ་ཟླ་མཚན་སླེབས་སྐབས་དཀའ་ངལ་ཇི་འཕྲད་དང་། དེ་དག་ལ་གཏོང་ལེན་ཇི་དགོས་སྐོར་གོ་རྟོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་སྤེལ་བར་མཉམ་ཞུགས་གནང་མཁན་ཁྲོན་གྲངས་ ༣༢༩༤ བྱུང་།

སྨྱོས་རྫས་ངན་གོམས་སྔོན་འགོག་དང་། བཅོས་ཐབས། (Substance Abuse Prevention)

ས་གནས་ཁག་ཏུ་ཆང་རག་དང་སྨྱོས་རྫས་ངན་གོམས་ཡོད་རིགས་ལ་དོ་བདག་དང་ནང་མིའི་རེ་བ་བཞིན་བཅོས་ཐབས་ཁང་ཁག་ཏུ་འཛུག་རྒྱུའི་མཐུན་འགྱུར་ཞུ་བཞིན་ཡོད། བཅོས་ཐབས་ཁང་ནས་བཅོས་ཐབས་ཟིན་པ་རྣམས་བར་ལྡིང་ལས་མེད་དུ་གནས་ཚེ་སླར་ཡང་ངན་གོམས་སུ་འགྲོ་སྲིད་པར་བརྟེན་ཁོང་རྣམས་ལ་འཚོ་བའི་མདུན་ལམ་ཕན་ཕྱིར་སོ་སོའི་འདོད་བློ་ཡོད་པའི་ལས་རིགས་སྦྱོང་བརྡར་རམ་ལས་ཀ་གསར་འཛུགས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་སྐྱུན་ཡོད་པར་ཧུར་བརྩོན་གནང་མཁན་རྣམས་ལ་ཕན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད།

༡ རྗེས་ལོའི་ནང་རྣ་ས་ཀུན་ཕན་སྨྱོས་རྫས་བཅོས་ཐབས་ཁང་དུ་བོད་མི་སྨྱོས་རྫས་ངན་གོམས་ཅན་མི་གྲངས་ ༢༨ དང་། སྡེ་ར་སྡུན་ནེ་ཕྲིན་གི་རན་བཅོས་ཐབས་ཁང་དུ་མི་གྲངས་ ༧ སྡེ་ར་སྡུན་རེ་བ་བཅོས་ཐབས་ཁང་དུ་མི་གྲངས་ ༢ མེ་སོར་ཕྱི་ཕེག་ཀ་བཅོས་ཐབས་ཁང་དུ་མི་གྲངས་ ༢ སྲིག་ཀྲུ་ལྷའུཡིཔ་བཅོས་ཐབས་ཁང་དུ་མི་གྲངས་ ༡ བཅས་ཁྱོན་མི་གྲངས་ ༤༠ འཛུག་བཞེས་ཞུས་པ་མ་ཟད། ཁོང་རྣམས་ཀྱི་ནད་གཞིའི་བརྟག་དཔྱད་སོགས་ཀྱི་རོགས་རམ་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༢ རྣ་ས་ཀུན་ཕན་སྨྱོས་རྫས་བཅོས་ཐབས་ཁང་ནས་དྭག་སྐྱིད་བྱུང་བའི་མི་གྲངས་ ༤ ལ་སྨུམ་འཁོར་ཁ་ལོ་བའི་སྦྱོང་བརྡར་དང་། རེ་བ་བཅོས་ཐབས་ཁང་ནས་དྭག་སྐྱིད་བྱུང་བའི་མི་གྲངས་ ༡ ལ་ཛ་ཁང་གསར་འཛུགས་བཅས་ཀྱི་འཚོ་བའི་མདུན་ལམ་དང་རང་ཁ་རང་གསོར་ཕན་ཕྱིར་འགྲོ་གྲོན་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༣ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༢༦ ཉིན་རྒྱལ་སྤྱིའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཚོགས་ནས་གཏན་འབེབས་ལྟར་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྨྱོས་རྫས་ངན་གོམས་ལ་ཁ་གཏད་ཀྱི་ཉིན་མོ་སྲུང་བརྩི་དང་བསྟུན་བོད་མིའི་གཞིས་ཆགས་ཁག་ ༢༢ དང་སློབ་གྲྭ་ཁག་ ༢༩ བཅས་སོ་སོའི་ནང་གོ་རྟོགས་ཀྱི་ལས་འགུལ་སྤེལ་ཡོད།

གཉན་ནད་རིག་དུག་སྔོན་འགོག་དང་། བརྟག་དཔྱད། (HIV)

སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་གཉན་ནད་རིག་དུག་སྔོན་འགོག་སྐད་ས་གནས་མི་མང་དང་སློབ་གྲྭ་ཁག་ལ་གོ་རྟོགས་དང་། ནད་གཞི་བརྟག་དཔྱད། ནད་གཞི་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་སྨན་བཅོས་འགྲོ་གྲོན་དང་། རྒྱ་གར་གཞུང་གི་གཉན་ནད་བཅོས་ཐབས་ལྟེ་གནས་ཁང་ངམ་སྨན་ཁང་ (ART Center) དུ་བསྐྱོད་རྒྱུའི་ལམ་གྲོན་དང་ལྟོ་དོད། ནད་པར་འཚོ་བའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡོང་སྐད་འཚོ་སྣོན་སོགས་ཀྱི་མཐུན་རྐྱེན་བསྐྱུན་ཡོད།

༡ རྗེས་ལོའི་ནང་ནད་པ་གྲངས་ ༣༧ ལ་དགོས་གལ་སྨན་གྲོན་རོགས་རམ་མཐུན་འགྱུར་ཞུས། ནད་པ་གྲངས་ ༥༠ ལ་ཟླ་མཐུད་ཟླ་རེའི་འཚོ་སྣོན་སྒོར་ ༣༠༠༠། ཐམ་པ་བགོ་འགྲེམས་ཞུས།

༢ ཁྲབ་ཁོངས་ས་གནས་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་ཁག་ནས་མི་གྲངས་ ༤༧༦ གི་སོ་སོའི་འདོད་མོས་ཐོག་གཉན་ནད་རིག་དུག་ནད་འབུ་ཡོད་མེད་བརྟག་དཔྱད་རིན་མེད་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༣ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༢༥ ནས་ ༢༧ བར་ལྷོ་ཕྱོགས་རྒྱལ་ས་མེ་སོར་ཁྲབ་ཁོངས་སྨན་ཞབས་རྣམས་བསྐོང་ཚོགས་ཀྱིས་སྨན་ཁང་ཨ་ཕ་ཀི་རན་དང་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ནད་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་སློབ་སྟོན་སྦྱོང་བརྡར་གོ་སྒྲིག་ཞུས་པའི་སྐབས་འབྲེལ་ལས་གྲངས་ ༡༩ ནས་མཉམ་ཞུགས་བྱས།

༤ འཛམ་གླིང་གཉན་ནད་རིག་དུག་ཉིན་མོ་དེ་བཞིན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༡༢ ཚེས་ ༡ ཉིན་གཏན་འབེབས་གནང་ཡོད་པ་ལྟར་གཞིས་སྐར་དང་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ནང་ཉིན་མོ་དེ་སྲུང་བརྩི་ཞུས་པ་དང་བསྟུན། ནད་གཞི་སྔོན་འགོག་ཆེད་གོ་རྟོགས་དང་བརྟག་དཔྱད་བཅས་ཀྱི་ལས་འགུལ་སྤེལ་ཡོད། དེ་བཞིན་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ནང་ནད་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་རི་མོ་འགྲན་བསྡུར་སོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་སྤེལ་བ་མ་ཟད། ར་ཕྱང་ལ་དམག་སྐར་དུ་དམག་མི་གྲངས་ ༢༠༠ ཙམ་ལ་གཉན་ནད་རིག་དུག་སྐོར་སློབ་གསོ་ལམ་སྟོན་དང་གོ་རྟོགས་སྤེལ་ཡོད།

བརྙ་རྒྱ་དང་སྤྱི་ཚོགས་བརྙ་ལམ། (Media)

བོད་མི་མང་ཚོགས་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་གོ་རྟོགས་རྒྱ་ཆེར་སྤེལ་ཐབས་དང་། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་དོན་ཇི་བྱས་མང་ཚོགས་ཀྱི་མཁྱེན་རྟོགས་ཡོང་སླད་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་རྩ་འཛིན་ལམ་སྟོན་ཁག །དེ་བཞིན་ལས་དོན་སྤེལ་བ་ཁག་དང་། བྱུང་ཆེ་གཙོས་འབྲེལ་ལས་རྣམས་ས་གནས་སུ་གཞུང་འབྲེལ་ཕྱོགས་བསྒྲོད་དང་རྟོག་ཞིབ་ཕེབས་པ་ཁག་གཞུང་འབྲེལ་བརྙ་ཚིགས་ www.tibetanhealth.org དང་སྤྱི་ཚོགས་བརྙ་རྒྱའི་ངོ་དེབ་ (Health CTA) དང་། ཨིན་སྟ་གྲ་ཾ་རམ་ (Instagram) དེ་བཞིན་ཡུ་ཀྲུབ་ (YouTube) བཅས་བརྒྱུད་དུས་ཐོག་གནས་ཚུལ་སྤེལ་ཡོད་པ་བཞིན་ལས་བསྡོམས་དང་འགྲོ་གྲོན་ཁག་གི་འབེལ་འཛིན་ཆ་ཚང་ཨ་རི་བོད་ཀྱི་ཐེབས་རྩ་ Tibet Fund ལ་དུས་ཐོག་ཕུལ་ཡོད། དེ་བཞིན་མངོན་དགའ་སློབ་གྲྭའི་བརྙ་རྒྱ་ (www.ngoengaschool.org) ནང་སློབ་གྲྭ་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་ཚུལ་ཁག་སྤེལ་བཞིན་ཡོད།

འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་ཕྱོགས་བསྡུས། (HIS)

༡ འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོའི་ནང་གསལ། རྒྱ་གར་ཁུལ་གྱི་བོད་མིའི་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་ཁག་ ༣༦ དང་། བལ་ཡུལ་ཁུལ་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་ཁག་ ༩ བཅས་ནང་ཕྱིན་བསྡོམས་ནད་པ་གྲངས་ ༣༣༣༡༦ ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུས་ཡོད་པ་དང་། དུས་ཡུན་དེའི་རིང་ནད་པ་དེ་དག་ནས་ཕྱིན་ལན་གྲངས་ (footfalls) ༩༣༨༧༢ བསྟེན་གཏུག་གནང་འདུག

༢ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༤ པའི་ནང་གྲངས་ཐོ་སྤུས་ཚད་ཡར་རྒྱས་གཏོང་སླད་སྨིར་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་དུ་པར་སྐྲུན་འཕྲུལ་འཁོར་གསར་ཉོ་ཞུས། དེ་བཞིན་སེམ་ལ་ས་གནས་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཞབས་ལ་གྲངས་ཐོའི་ལས་གཞི་ངོ་སྤྲོད་ཟབ་སྦྱོང་སྤྲད།

༣ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༣ ནས་ ༡༤ བར་ས་གནས་ཁག་གསུམ་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་ལས་གཞིར་རྟོག་ཞིབ་ཞུས་པ་དང་འབྲེལ། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་གྲངས་ཐོའི་ལས་གཞི་འགྲུས་ཚད་བྱུང་ཡོད་མེད་དང་། དེ་བཞིན་གྲངས་ཐོ་ཁ་སྐོང་སྐབས་དཀའ་ངལ་ཇི་འཕྲད་སོགས་ཀྱི་ཐད་འབྲེལ་ལས་པན་ཚུན་གྲོས་བསྡུར་ཞུས་ཏེ་དཀའ་སེལ་ཐུབ་ཡོད།

༤ འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོའི་ལས་དོན་ཆེད་ས་ཏོན་དང་བསྟན་འཛིན་སྐབས། ཀ་སྒྲུག་སྨན་ཞབས་ཀྱི་ཆེད་ཊེབ་ལེཊ་ (tablet) རེ་གསར་ཉོ་ཞུས། ཀ་སྒྲུག་དང་བསུ་ན་མདའ་ས་གནས་སྨན་ཞབས་གསར་པ་གཉིས་ལ་ Android app བརྒྱུད་གྲངས་ཐོ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཕྱོགས་སྐོར་སྦྱོང་བརྡར་སྤྲད་ཡོད་པར་པན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད།

༥ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༡༥ དང་ཕྱི་ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༩ ཉིན་སོ་སོར་དབུས་སྨན་རྩིས་ཁང་དང་རྒྱ་གར་འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་ཚན་པའི་ HISP India ཁྱད་ལས་པ་ལྷན་ལས་གཞི་ལག་བསྟར་སྐབས་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པའི་གནད་དོན་ཐད་གྲོས་བསྡུར་བསྐྱར་ཞིབ་ཀྱི་ཚོགས་འདུ་བསྐོང་ཚོགས་ཞུས།

༦ ཨོ་ཊི་ཤ་དང་མོན་སྒོ། བཀྲ་ཤིས་ལྗོངས། མན་གྲུ་ཕ་ལ་བཅས་ཀྱི་ས་གནས་སྨན་ཞབས་རྣམས་ལ་གྲངས་ཐོའི་ལས་གཞི་བསྐྱར་སྦྱོང་སྐབས་སྨན་ཁང་གི་ལས་བྱེད་ཡོངས་ནས་མཉམ་ཞུགས་བྱུང་། དེ་བཞིན་བསུ་ན་མདའ་དང་། ར་ཕང་ལ། སྒང་ཏོག་བཅས་ཀྱི་ས་གནས་སུ་འཕྲོད་བསྟེན་རྒྱུད་བཅོས་ལས་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ཟབ་སྦྱོང་སྤྲོད་སྐབས་གྲངས་ཐོའི་ལས་གཞིའི་ཐོག་རྟོག་ལེགས་སྤེལ་ཐུབ་པ་བྱུང་།

༧ འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་ཁག་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་བེད་སྤྱོད་བྱ་བདེའི་ཆེད་ཐུན་བཅོས་ལས་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་གྲངས་ཐོ་ཁག་གྲངས་མཛོད་ DHIS2 ནང་ཁ་སྐོང་དང་གསར་འཛུགས་བྱས།

༨ ཙོན་ཏ་ར་དང་སྨིར་ཡན་ལག་སྨན་ཁང་དུ་གྲངས་ཐོའི་ལས་གཞི་རྒྱ་སྐྱེད་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་སྟབས་ ༢༠༢༤།༧།༢༦ ཉིན་འདི་ནས་ལས་བྱེད་རྣམས་ལ་གྲངས་ཐོའི་ལས་དོན་ཆེད་མཉེན་ཆས་གསར་ཉོ་དགོས་ལུགས་དང་མཉེན་ཆས་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་ཕྱོགས། གལ་གནད་དང་ལག་བསྟར་བྱེད་ཕྱོགས་བཅས་ཀྱི་སྐོར་སྦྱོང་བརྡར་སྤྲད་ཡོད།

༩ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༢ དང་ ༣ པའི་ནང་འདི་གའི་འབྲེལ་ལས་དང་རྒྱ་གར་གྲངས་ཐོའི་ཁྱད་ལས་གཉིས་ནས་རྡ་ས་དང་། སྦིར། བཀྲིས་ལྗོངས། བདེ་སྐྱིད་གླིང་། ལ་ཁན་ཕ་ལ། གླིང་ཚང་། རྣ་སྟེང་བོད་ཁྱིམ། དཔེ་སྟོན་སློབ་གྲྭ་བཅས་ཀྱི་གྲངས་ཐོ་ཚན་པའི་དགོས་མཁོ་བསྡུ་རུབ་དང་། སྦྱོང་བརྡར། རྟོག་ཞིབ། གྲངས་ཐོ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་སྐོར་སྦྱོང་བརྡར་གནང་ཡོད།

འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོ། (Health Education)

༡ འཛམ་གླིང་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཚོགས་ནས་འདི་ལོའི་འཛམ་གླིང་འཕྲོད་བསྟེན་ཉིན་མོའི་བརྗོད་གཞི་"ཀུན་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་" (Health for All) ཞེས་གཏན་འབེབས་གནང་བ་བཞིན་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ནས་ཀྱང་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༧ ཉིན་རྨ་ས་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཉེ་འགྲམ་དུ་འཛམ་གླིང་འཕྲོད་བསྟེན་ཉིན་མོ་ (World Health Day) སྲུང་བརྩི་ཞུས། དེ་བཞིན་ཁྲབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཁག་ཡོངས་ནས་ཀྱང་འཕྲོད་བསྟེན་ཉིན་མོའི་བརྗོད་གཞི་དང་འབྲེལ་མང་ཚོགས་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་གལ་གནད་ཆེ་བའི་གོ་རྟོགས་གཏམ་བཤད། ལུས་སྦྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་འགུལ་འདྲ་མིན་སྤེལ་ཐུབ་པ་བྱུང་།

༢ ཟས་བཅུད་དང་འབྲེལ་བའི་ཆེད་ལས་པ་སྲུད་སི་གནས་སྡོད་སྨན་པ་ Dr. Maria Bianca, Nutritionist གདན་ཞུས་ཀྱིས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཟས་བཅུད་ཀྱི་བརྗོད་གཞིའི་ཐོག་བཞུགས་མོལ་བཀའ་བསྡུར་ཞུས་པའི་བརྙན་འཕྲིན་ཞིག་བོད་ཀྱི་བརྙན་འཕྲིན་དང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་གཞུང་འབྲེལ་དྲྭ་ཚིགས་དང་སྤྱི་ཚོགས་དྲྭ་ལམ་བརྒྱུད་རྒྱང་སྲིང་ཞུས། བརྙན་འཕྲིན་དང་དྲྭ་ཚིགས་ཐོག་ཐུགས་སྣང་གནང་མཁན་མི་གྲངས་ ༡༩༠༨ བྱུང་འདུག

༣ འཛམ་གླིང་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཚོགས་ནས་འདི་ལོའི་འཛམ་གླིང་ཁྲག་རླུང་སྟོད་འཚངས་ཉིན་མོའི་ (World Hypertension Day) བརྗོད་གཞི་ (Measure your blood pressure accurately and control it, live longer) ཞེས་གཏན་འབེབས་གནང་བ་བཞིན། འདི་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༧ ཉིན་མོ་སྲུང་བརྩི་དང་སྦྲགས་བོད་མིའི་གཞིས་ཆགས་ཁག་ ༣༥ ཡི་མི་མང་གྲངས་ ༡༡༡༧ ལ་གོ་རྟོགས་གཏམ་བཤད་ཞུས། མང་ཚོགས་ལ་རིན་མེད་འཕྲོད་བསྟེན་བརྟག་དཔྱད་བྱ་རྒྱུའི་མཐུན་འགྱུར་ཞུས།

༤ ཆར་ཞོད་སྐབས་ལྷོ་ཕྱིར་ཆུ་ལོག་གི་དཀའ་ངལ་བྱུང་བའི་རྐྱེན་གྱིས་མིག་ནད་ཁྱབ་བརྡལ་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་དང་། དེ་བཞིན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༩ པར་རང་རེའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ Conjunctivitis ཞེས་མིག་ནད་ངན་པ་ཞིག་ས་ཕྱོགས་གང་སར་ཁྱབ་གདལ་གྱི་དཀའ་ངལ་ཞིག་འཕྲད་ཡོད་སྐབས། མང་ཚོགས་ནང་མིག་ནད་སྔོན་འགོག་དང་གོ་རྟོགས་སྤེལ་ཕྱིར་ནད་འགོག་ཐབས་ལམ་དང་སྨན་བཅོས་བསྟེན་ཕྱོགས་ཐོག་ཕྱི་དྲིལ་བོད་ཀྱི་བརྙན་འཕྲིན་ཚན་པའི་བཅར་འདྲིའི་ལས་ཚན་གོ་སྒྲིག་འོག་མིག་ནད་སྐོར་སྨན་པ་བསྟན་འཛིན་སྐལ་བཟང་ལགས་དང་ལྷན་བགྲོ་གླེང་ལས་རིམ་ཞིག་རྒྱང་བསྒྲིངས་ཞུས།

༥ ཕྱི་ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༧ ནས་ ༢༨ བར་ནི་ཙ་ཡོཀ་དང་ནི་ཙ་ཧར་སི་སྨན་ཞབས་ཚོགས་པ་བརྒྱད་ལྷོ་ཕྱོགས་ས་གནས་ཁག་ཏུ་གློ་སྙིང་གསོ་ཐབས་ (Cardiopulmonary Resuscitation-CPR) ཐོག་ས་གནས་སོ་སོའི་ནང་སྦྱོང་བརྡར་ཕུལ་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། སྐབས་དེར་ས་གནས་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ལས་དང་དགོན་པ་ཁག་གི་སྨན་ལས། འཛིན་སྐྱོང་འགན་འཛིན། གཞིས་མི་དང་སློབ་ཕྲུག་བཅས་ཁྲོན་མི་གྲངས་ ༣༧༡ ནས་འཛུལ་བཞུགས་གནང་ཡོད།

དེ་བཞིན་ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༩ རྒྱལ་སྤྱིའི་སྙིང་གི་ཉིན་མོའི་ཉིན་སྤྲེལ་ཀེབ་སེར་བྱེས་དགོན་པར་གློ་སྙིང་གསོ་ཐབས་ཐོག་གོ་རྟོགས་ལས་རིམ་ཞིག་གོ་སྒྲིག་ཞུས་ཡོད་པར་དེ་ཉིན་དགེ་འདུན་པ་གྲངས་ ༢༥༡༢ ནས་མཉམ་ཞུགས་གནང་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

༦ སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཕོ་མོ་ནད་གཞོན་དབྱེར་མེད་ཚང་མས་ཁ་པར་ཡང་ན་བརྙན་འཕྲིན་དང་ཡུ་ཊུབ། ཡང་ན་ཀེ་བྷུ་ཊར་བརྒྱུད་སྤྱི་ཚོགས་དྲྭ་རྒྱ་སོགས་བེད་སྤྱོད་མང་དྲགས་དན་ལངས་རྐྱེན་པས་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་གནོད་སྐྱོན་གྱི་ཉེན་ཚབས་ཤིག་ཡིན་པར་གོ་རྟོགས་སྤེལ་སྐད་བརྙན་ཐུང་ཞིག་ཡུ་ཊུབ་སྤྱོད་མཁན་ (བྷུ་ཚུང་ཁ་ཏ་ལགས་) བརྒྱུད་གློག་བརྙན་བཟོས་ཏེ་འགྲེམས་སྤེལ་ཞུས་ཡོད།

༧ དེང་སྐབས་བྱིས་པ་ཆུང་དུས་ནས་བརྙན་འཕྲིན་ལྟ་རྒྱུའི་དན་གོམས་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པར་ས་གནས་ཁག་ ༣༦ གི་འཛིན་རིམ་དང་པོ་ནས་ལྔ་པ་བར་གྱི་ཕྲུ་གུར་ཐས་སྤྱོད་བསྟེན་ཕྱོགས་ཀྱི་རྩེད་ཆས་གཞོན་རྩེད་ (Board Game) བགོ་འགྲེམས་ཞུས་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

༨ ཕྱི་ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༨ ཉིན་ཁྱི་དུག་སྨྱོན་འགོག་ཉིན་མོ་ World Rabies Day དང་སྟབས་བསྟུན་ཁྱི་སྨྱོན་སྔོན་འགོག་ཁབ་རྒྱག་རྒྱུའི་ལས་རིམ་ཞིག་ས་གནས་ཁག་ ༡༥ ནང་སྤེལ་ཡོད་པར་གཞིས་མི་གྲངས་ ༡༤༤༡ ནས་མཉམ་ཞུགས་ཀྱིས་ཕན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད།

༩ གཞིས་ཆགས་དང་སློབ་གྲྭ་ དགོན་སྡེ་དང་བཙུན་དགོན་ཁག་ ༢༢ ནང་བདེ་འཚོ་སྤྱོད་ཚུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ལུས་སྦྱོང་ Healthy Lifestyle Activities (HLC) འདྲ་མིན་ཁག་དཔེར་ན། རྐང་སྒྲོལ་རྩེད་འགྲན་དང་ལུས་སྦྱོང་ (Zumba/yoga & aerobic/callisthenic) བཅས་གོ་སྒྲིག་ཞུས་པ་ལྟར་མི་གྲངས་ ༢༦༣༨ ནས་མཉམ་ཞུགས་གནང་ཡོད།

༡༠ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༡༤ ཉིན་འཛམ་གླིང་གཅིན་སྙི་ཉིན་མོ་དང་བསྟུན་ས་གནས་ཁག་ ༢༩ ནང་ཉིན་མོ་སྲུང་བརྩི་དང་འབྲེལ། གྲྭ་བཙུན་དང་མང་ཚོགས་ལ་ནད་གཞིའི་སྐོར་གོ་རྟོགས་རྒྱ་ཆེ་སྤེལ་ཡོད་པ་དང་། གཅིན་སྙིའི་བརྟག་དཔྱད་སོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་སྤེལ་བར་མཉམ་ཞུགས་གནང་མཁན་མི་གྲངས་ ༢༦༡༠ བྱུང་ཡོད་པའི་ཁོངས་ནས་མི་གྲངས་ ༡༠ ལ་གཅིན་སྙིའི་ནད་གཞི་ཡོད་པ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཡོད།

༡༡ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༢ ཚེས་ ༤ ཉིན་འཛམ་གླིང་འབྲས་ནད་ཉིན་མོ་སྲུང་བརྩི་དང་བསྟུན་ས་གནས་ཁག་ཅིག་གི་སྨན་ཁང་གི་གོ་སྒྲིག་འོག་དེ་ཉིན་མང་ཚོགས་དང་སློབ་ཕྲུག་བསྡོམས་མི་གྲངས་ ༤༦༡ ལ་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་གོ་རྟོགས་སྤེལ་ཐུབ་པ་བྱུང་།

༡༢ བོད་མིའི་ས་གནས་ཁག་ ༩ ལ་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་དོན་ཁག་དང་གོ་རྟོགས་ལས་འགུལ་སྤེལ་ཕྱིར་བརྙན་སྟོན་འཕྲུལ་ཆས་ (Projector with screen) དགོས་མཁོ་ཡོད་པ་ལྟར་སྤྲུས་གཟིགས་ཞུས།

འཕྲོད་བསྟེན་སྐོར་སྐྱོང་ (CCOCC) དང་། རྒན་བཙོས་ལྟ་སྐྱོང་། (Elder care activities)

༡ རྒྱ་བལ་གཉིས་ཀྱི་སྨན་ཞབས་རྣམས་ནས་གཞིས་སྒར་གྱི་དུད་ཚང་ཁག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་བརྟག་དཔྱད་སྐོར་སྐྱོད་ཐེངས་༡༡༤༤༥ བྱས་ཏེ་ནད་རིགས་སྔོན་འགོག་དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕྲོད་བསྟེན་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུའི་ཞབས་ཞུ་སྒྲུབ། དེ་བཞིན་སྨན་ཞབས་རྣམས་ནས་མང་ཚོགས་ལ་གཞི་རིམ་གྱི་བརྟག་དཔྱད། ཁྲག་ཤེད་དང་། གཅིན་སྙི། ཁྲག་ཚད། མངལ་ཆགས་མིན་བརྟག་དཔྱད། ཁྲག་སྤྲི། སོགས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་ཞུས། ལས་གཞི་འདི་བརྒྱུད་ནད་གཞི་སྔ་ས་ནས་རྟོགས་ཐུབ་པ་མི་གྲངས་ ༥ བྱུང་ཡོད། སེམས་ཁམས་ནད་གཞི་ ༢ ངོས་འཛིན་ཐུབ་ཡོད། དེ་བཞིན་ནད་པ་གྲངས་ ༢ ལ་སློབ་གསོ་ལམ་སྟོན་བརྒྱུད་ཁྲག་ཤེད་སྨན་འགོ་ཚུགས་ཐུབ་ཡོད། གཞན་ཡང་སློབ་གསོ་ལམ་སྟོན་དང་མཐུག་སྐྱོང་བརྒྱུད་སྨྲུམ་མའི་འཕྲོད་བསྟེན་ཉེན་སྲུང་ཐུབ་པ་དང་། ཕ་མར་བྱིས་པའི་སྔོན་ཁབ་ཀྱི་དྲན་སྐུལ་བརྒྱུད་བྱིས་པའི་སྔོན་ཁབ་དང་འབུ་སྨན། བཙུད་སྨན་རིགས་དུས་ཐོག་ཐོབ་པ། དེ་བཞིན་ནད་པ་རྣམས་ལ་མཐུག་སྐྱོང་དང་མང་ཚོགས་ལ་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན། ཁྱི་དུག་གཙང་འཕྲོད། ཟླ་མཚན་འཕྲོད་བསྟེན། ཁྲག་ཤེད་དང་གཅིན་སྙི། ཊེང་གུ །ཆར་དུས་སྐབས་འཐུང་ཆུ་གཙང་མ་བེད་སྤྱོད་དགོས་པའི་སྐོར་བཅས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོ་ལམ་སྟོན་ཞུ་ཐུབ་པ་བྱུང་།

༢ ས་གནས་ཁག་གི་སྨན་པ་དང་སྨན་ཞབས་གསར་པ། རྒས་གསོ་ཁང་གི་སྨན་ཞབས་བཅས་ལ་སྐོར་སྐྱོད་ལས་གཞི་ངོ་སྤྲོད་དང་ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས། ལས་གཞིའི་དམིགས་ཡུལ། སྨན་ཞབས་རྣམས་ཀྱི་འགན་ཁུར། གྲངས་ཐོ་ཁག་བསྡུ་རུབ་དང་མཉེན་ཆས་ནང་འཇུག་སྟངས། བྱམས་སྙིང་རྗེའི་ཐོག་ནས་རྒན་འཁོགས་རྣམས་ལ་ལྟ་སྐྱོང་དང་། ན་ཟུག་འཛེམས་ཐབས། བྱང་ཆུབ་སེམས་སྐྱེད་སོགས་ཀྱི་བརྗོད་གཞིའི་ཐོག་སློབ་ཁྲིད་ཞུས། ལས་དོན་སྤེལ་ཕྱོགས་ཐད་གོ་བསྡུར་བྱུང་བ་བཞིན་གྲོས་ཆོད་ཁག་གཏན་འབེབས་ཀྱིས་ས་གནས་སུ་ལག་བསྟར་ཞུ་སྲུས།

༣ ས་གནས་སྨན་ཞབས་རྣམས་ནས་བགྲེས་སོང་གྲངས་ ༡༨༧༣ གྱི་ལུས་སེམས་གཉིས་བདེ་ཐང་དང་ལྟ་རྟོགས་ཡོང་ཐབས་སུ་ (Elder care activity) ནད་གཞི་དང་འཕྲོད་བསྟེན་དཔྱད་ཞིབ། ལུས་རྩལ། གཞས་དང་ཞབས་བྲོ། ལུས་སྦྱོང་། གསུང་ཆོས། གཙང་བཟོ། རྩེད་རིགས་སོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་འདྲ་མིན་བརྒྱུད་སྤྲོ་སྣང་བསྐྲུན་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། དེ་བཞིན་བགྲེས་སོང་གྲངས་ ༦༨༨ ལ་གཞི་རིམ་ནད་གཞི་བརྟག་དཔྱད་མཐུན་འགྱུར་ཞུས། ཞལ་ལག་དང་གསོལ་ཇ་སོགས་གོ་སྒྲིག་གང་ལེགས་ཞུས་པའི་ཁོར་དུ་འཕྲོད་བསྟེན་གོ་རྟོགས་ཀྱང་སྤེལ་བ་སོགས་ས་གནས་སོ་སོའི་འབྲེལ་ལས་ནས་རྣམ་སྤྲོད་ཀྱི་རྩལ་ཇི་ཡོད་སྤྲུངས་ཐུབ་པ་བྱུང་།

༤ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༡༤ ནས་ ༡༦ བར་ཉིན་བཞིའི་རིང་བདེ་སྐྱིད་གླིང་ས་གནས་སུ་སྨན་པ་བློ་བཟང་ཚེ་རིང་ལགས་ནས་རྒྱ་བལ་གཉིས་ཀྱི་ཁུལ་ཁོངས་ས་གནས་སྨན་ཁང་ཁག་གི་སྨན་ཞབས་དང་། ནང་སྲིད་ཁུལ་ཁོངས་རྒས་གསོ་ཁང་གི་ནད་གཡོག་རྣམས་ལ་རྒན་བཙོས་ལྟ་སྐྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་ངོ་སྤྲོད་ཟབ་སྦྱོང་ཞིག་གོ་སྒྲིག་ཞུས། དེ་བཞིན་

སྐོར་སྐྱོད་ལས་གཞིའི་འོག་དུད་ཚང་ལོ་འགོད་དང་། ཆུ་དང་གཙང་འཕྲོད་ལས་གཞིར་དཔྱད་ཞིབ་ཞུས་པའི་སྙན་ཐོ་ཞིག་བཏོན་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

༥ ས་གནས་ཁག་ ༤ ཡི་སྨན་ཁང་ནས་བགྲེས་སོང་རང་ལོ་ ༦༥ ཡན་སོན་པ་ཁྱོན་མི་གྲངས་ ༣༣༧ ལ་ཟ་ཁུ་གཅིན་སྙིའི་ནད་གཞི་ཡོད་མེད་བརྟག་དཔྱད་ HBA1c test ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། དེ་བཞིན་བགྲེས་སོང་རང་ལོ་ ༦༥ ཡན་གྲངས་ ༥༥༥ ལ་སྔོན་ཁབ་ Pneumococcal conjugate vaccine (PCV) མཐུན་འགྱུར་ཞུས་པ་བཞིན། སྨན་ཁང་དུ་ཕེབས་མ་ཐུབ་པ་རྣམས་རང་ཁྱིམ་དུ་བཅར་ཏེ་སྔོན་ཁབ་བརྒྱབ་ཡོད།

མིག་ནད་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་ལས་གཞི།

༡ བོད་ཀྱི་ཐེབས་རྩའི་རོགས་དངུལ་འོག་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༡༡ དང་ཟླ་ ༡༢ ནང་ཨོ་ཏི་ཤ་གཞིས་ཆགས་དང་མེའོ། ཏེ་ཛུ། བསྟན་སྐྱང་། ཀུ་གླིང་བཅས་སུ་མིག་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་རིན་མེད་སྨན་སྐར་ཚུགས་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། དེའི་སྐབས་གཞིས་མི་གྲངས་ ༤༣༨ གི་མིག་བརྟག་དཔྱད་ཞུས་ཁོངས་མི་གྲངས་ ༤༠ ཡི་མིག་གཤག་བཅོས་བྱས་པ་དང་། མི་གྲངས་ ༩༠༩ ལ་མིག་ཤེལ་མཐུན་འགྱུར་སྤྲུར། མི་གྲངས་ ༢༢༠ ལ་སྨན་དང་སྨན་བཅོས་ཞུས་ཐུབ་པར་ཕན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད།

༢ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༡༢ ཚེས་ ༢ ནས་ ༥ བར་བདེ་ལེགས་སློབ་ཕྲུག་ཚོགས་པ་ (Delek Student Foundation) ནས་མན་ཐུར་གཞིས་ཆགས་སུ་མིག་བརྟག་དཔྱད་དང་ལནྡ་ (Lens) མིག་ཤེལ་བཅས་རིན་མེད་བགོ་འགྲེམས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་གནང་ཡོད་པ་དང་། ལས་གཞི་འདིའི་ནང་རང་རིགས་མི་གྲངས་ ༡༦༥ ནས་མིག་བརྟག་དཔྱད་གནང་ཐུབ་པ་བྱུང་། ས་གནས་ཡུལ་མི་ཡང་མཉམ་དུ་གཅིག་མཚུངས་གཟིགས་རྟོགས་གནང་ཡོད་འདུག

སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན། (Mental Health)

༡ སེམས་ཁམས་ནད་པ་ཁྱོན་གྲངས་ ༡༧༦ དང་གྲིབ་སྐྱོན་སོགས་དབང་རྩ་ནད་པ་གྲངས་ ༧༩ ལ་སྨན་གྲོན། དེ་བཞིན་ཇ་དྲག་སེམས་ཁམས་ནད་པ་ཁྱོན་གྲངས་ ༡༣ ལ་སྨན་བཅོས་མཐུན་འགྱུར་སྤྲུར་ཡོད།

༢ ཕྱི་ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༥ ནས་ཟླ་ ༥ པའི་ཚེས་ ༡༢ བར་ལྷོ་ཕྱོགས་གཞིས་ཆགས་ཁུལ་དུ་གནས་སྡོད་མི་མང་དང་སློབ་ཕྲུག་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་ནད་པའི་གནས་སྟངས་རྟོག་ཞིབ། དེ་བཞིན་ས་གནས་སུ་སེམས་ཁམས་རྒྱུད་བཅོས་ལས་གཞི་ཆགས་ཚུད་ཡོད་མེད་ཞིབ་འཇུག་ཞུས་པའི་ཐོག་ལས་གཞི་རྒྱ་ཆེ་སྤེལ་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

༣ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༧ དང་ ༢༧ བར་ས་གནས་སོ་སོའི་སྨན་ཞབས་དང་། སློབ་གྲྭའི་སློབ་སྟོན་པ་རྣམས་ལ་སེམས་འཚབ་དང་སེམས་ངལ་ཐབ་གཏོང་ལེན་བྱེད་ཕྱོགས་དང་། དེ་བཞིན་སེམས་ཁམས་ནད་གཞི་ **སེམས་འཆོལ་** སྐོར་དྲྭ་ཐོག་སེམས་ཁམས་ཁྱད་ལས་སྨན་པ་ཀུན་དགའ་ནོར་འཛོམས་ལགས་གདན་ཞུས་ཀྱིས་ལས་གཞི་སྤེལ་བའི་སྐབས་མི་གྲངས་ ༡༣༥ ནས་མཉམ་ཞུགས་གནང་ཡོད།

༤ ལོ་ལྟར་ཕྱི་ཟླ་ ༥ ནང་ཡོངས་གྲགས་སུ་འཛམ་གླིང་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གོ་རྟོགས་ཀྱི་ཟླ་བ་ཞེས་སྲུང་བརྩི་ཞུ་སྲོལ་ཡོད་པ་དང་བསྟུན། ས་གནས་ཁག་ ༨ དང་སློབ་གྲྭ་ཁག་ ༧ ནང་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཐབས་སྐོར་གོ་རྟོགས་ལས་རིམ་སྤེལ་ཡོད།

༥ སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ནད་པ་དང་དེའི་ནང་མི་བཅས་ཀྱི་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀའི་གནས་སྟངས་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་ཐབས་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་སྐྱུད་སེམས་ཁམས་ངལ་གསོ་ (Psychosocial Rehabilitation) ཞེས་པའི་ལས་ཞེས་པའི་ལས་གཞི་ཞིག་ས་གནས་ཁག་ཏུ་འགོ་འཛུགས་ཞུས་པ་བཞིན། ས་གནས་ཁག་ ༥ ཡི་སྨན་ཁང་སོ་སོ་ནས་ནད་གཞི་དང་དེའི་རྒྱུ་རྐྱེན། སྨན་བཅོས་དང་ལྟ་སྐྱོང་བྱེད་ཕྱོགས་བཅས་ཀྱི་སྐོར་སློབ་གསོའི་ལས་འགུལ་དང་། སྤྲོ་སེང་། རྩེད་མོའི་བྱེད་སྒོ་ཁག་གོ་སྒྲིག་ཞུས་པར་སེམས་ཁམས་ནད་པ་གྲངས་ ༥༩ ནས་མཉམ་ཞུགས་གནང་ཡོད།

སེམས་ཁམས་རྒྱང་བཅོས། (Tele-psychiatry)

༡ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༡༠ ནས་ ༡༦ བར་སྤེལ་གོབ་ས་གནས་སུ་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་གི་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་སྨན་ཞབས་གྲངས་ ༡༨ ལ་སེམས་ཁམས་དཀའ་ངལ་ཅན་ལ་སློབ་གསོ་བྱེད་ཕྱོགས་ཐད་རྒྱ་བ་གནས་སྟོད་སང་ལྒཏ་ Sangath བསྐྱི་གནས་ཁང་དང་བྲུང་འབྲེལ་གྱིས་ཟབ་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་ཞུས།

༢ རྩིས་ལོའི་ནང་སེམས་ཁམས་ནད་པ་གྲངས་ ༡༧༠ ལ་སེམས་ཁམས་རྒྱང་བཅོས་ལས་གཞི་བརྒྱུད་སྨན་པར་བསྟེན་གཏུགས་ཐེངས་ ༦༠༠ བྱུས་ཡོད།

༣ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༡༠ ཚེས་ ༡༠ ཉིན་བྱང་ཤར་དང་། ལྷོ་དབུས་ཁུལ་གྱི་སློབ་གྲྭ་ཁག་དང་གཞིས་མི་བཅས་ལ་འཛམ་གླིང་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཉིན་མོ་སྲུང་བརྩི་དང་སྟབས་བསྟུན་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་སྐོར་སྨན་པ་དང་སྨན་ཞབས་རྣམས་ནས་གཏམ་བཤད་དང་རྩེད་རིགས། འབྲི་རྩོམ་དང་རི་མོ་སོགས་བརྒྱུད་གོ་རྟོགས་ཀྱི་ལས་འགུལ་སྤེལ་ཡོད།

བོད་ལུགས་གསོ་བ་རིག་པ་དང་ཕྱི་ལུགས་སྨན་གྱི་ཟུང་འབྲེལ།

༡ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡༡ ཉིན་འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་ཚན་པའི་ལས་གཞིའི་འོག་འགྲོ་ཕན་བོད་ཀྱི་སྨན་རྩིས་

ཁང་གི་བརྟག་དཔྱད་སྨན་ཁང་གི་གྲངས་ཐོ་བཙུག་སྒྲིག་ཐོག་ཟབ་སྦྱོང་ཕུལ་རྗེས་བརྟག་དཔྱད་སྨན་པ་རྣམས་ནས་དངོས་སུ་གྲངས་ཐོ་བཙུག་སྐབས་དཀའ་ངལ་ཇི་འཕྲད། ནང་དོན་ཡིག་ཆར་སྣོན་འཕྲི་བསྒྱུར་བཅོས་དགོས་རིགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཐོག་གོ་བསྡུར་བྱུང་བ་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་ཆེད་ལས་པས་བསྒྱུར་བཅོས་གནང་བ་དང་། དེ་རྗེས་ཕྱི་ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༡༢ ཉིན་འགྲོ་སོང་བོད་ཀྱི་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་འགན་འཛིན་དབུ་བཞུགས་ཐོག་ཡན་ལག་འགན་འཛིན་དང་ཉམས་ཞིབ་འགན་འཛིན། དེ་བཞིན་བརྟག་དཔྱད་སྨན་པ་བཅས་ཚོགས་འདུ་བསྐོང་ཚོགས་ཀྱིས་བསྒྱུར་བཅོས་ཡིག་ཆར་ཞིབ་འཇུག་ཞུས་པར་ཕན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད།

༢ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡༢|༡༣|༢༠ བཅས་ཉིན་རྒྱབ་སོ་སོར་ས་གནས་ཟུང་འབྲེལ་ཚོགས་ཆུང་ལྟ་དྲྭ་ཐོག་ཚོགས་འདུ་བསྐོང་ཚོགས་ཀྱིས་འཛུགས་འགྱུར་ཟླ་བ་གསུམ་རིང་ས་གནས་སུ་ཟུང་འབྲེལ་ལས་གཞི་དང་འབྲེལ་ཆེད་ལས་སྨན་པ་ཕན་ཚུན་ཤེས་ཡོན་བརྗེ་ལེན་དང་། སྤྱི་ཚོགས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་དཀའ་ངལ་དང་དེའི་གདོང་ལེན་བྱེད་ཐབས་ཕྱོགས་ཐད་ཚོགས་ཆུང་གི་ཚོགས་མི་རྣམས་ནས་ས་གནས་སུ་ལས་གཞི་སྤེལ་ཐབས་ཐོག་གྲོས་བསྡུར་བྱས།

༣ འདི་ལོའི་ཟུང་འབྲེལ་ལས་གཞིའི་ཁོངས་ནད་བཅོས་ཉམས་ཞིབ་དང་འབྲེལ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༢༥ ཉིན་སེམས་འཚབ་སྤྱིའི་ནད་གཞིའི་ཐོག་ (Generalized Anxiety Disorder, GAD) ཆེད་ལས་སྨན་པ་ Dr. Manoj མཛལ་འཕྲད་ཀྱིས་སེམས་འཚབ་སྤྱིའི་ནད་གཞིའི་ཉམས་ཞིབ་ཡིག་ཆའི་ (Study Plan/Protocol) ཐོག་གྲོས་བསྡུར་དང་ཁོང་ཉིད་ནས་ཉམས་ཞིབ་འདིའི་སློབ་སྟོན་པ་གནང་རྒྱུའི་ཞལ་བཞེས་གནང་ཡོད། སླར་ཕྱི་ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༡༢ ཉིན་ཉམས་ཞིབ་སློབ་སྟོན་པ་ Dr. Manoj དང་ཉམས་ཞིབ་སྨན་པ་བཅས་ལྷན་འཛོམས་ཚོགས་འདུའི་སྐབས་ཉམས་ཞིབ་ཡིག་ཆའི་མཐའ་མའི་ཟིན་བྲིས་ཡིག་ཆ་གཏན་འབེབས་བྱས། དེ་རྗེས་ཕྱི་ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༡༡ ནས་ ༡༣ བར་ཉིན་གྲངས་གསུམ་རིང་ཉམས་ཞིབ་སྨན་པ་རྣམས་ལ་ཉམས་ཞིབ་ཀྱི་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་ཕྱོགས་ཐོག་ཟབ་སྦྱོང་ཕུལ་བ་དང་། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༥ ནས་དངོས་སུ་མང་ཚོགས་ནང་དངངས་འཚབ་ནད་གཞི་ཡོད་མེད་ཞིབ་བཤེར་འགོ་འཛུགས་ཀྱིས་ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༣༠ བར་ཁྱོན་བསྡོམས་མི་གྲངས་ ༥༢༣ ལ་ཞིབ་བཤེར་གནང་བ་ནས་མི་གྲངས་ ༢༩ ལ་ནད་གཞི་ངོས་འཛིན་གྱིས་དངོས་སུ་མི་གྲངས་ ༥༥ ལ་ནད་བཅོས་འགོ་འཛུགས་ཟིན་ཡོད།

༤ ཕྱི་ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༣ ནས་ ༡༦ བར་རྒྱ་གར་དབུས་གཞིས་ཁག་གསུམ་ནང་ཆེད་བསྐྱོད་ཀྱིས་ས་གནས་སོ་སོའི་བོད་ལུགས་གསོ་རིག་དང་དེང་རབས་སྨན་ལུགས་སྨན་པ་སྨན་ཞབས་ཐུགས་འཕྲད་ཀྱིས་ཟུང་འབྲེལ་ལས་གཞི་ངོ་སྤྲོད་དང་སྨྲུགས་ས་གནས་ཚོགས་ཆུང་བསྐྲུ་འཛུགས་ཞུས། ཆབས་ཅིག་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་བཅོས་ཞབས་ཞུ་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་ལས་གཞི་དང་འབྲེལ་སྨན་ཁང་གསུམ་ནང་རྟོག་ཞིབ་ཞུས།

༥ ས་ཁག་ ༩ ཡི་བོད་ལུགས་གསོ་བ་རིག་པ་དང་དེང་རབས་སྨན་ལུགས་སྨན་པ་སྨན་ཞབས་བཅས་གྲངས་ ༡༡ ལ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༢༡ ནས་ཚེས་ ༣༠ བར་ཉིན་གྲངས་བཅུའི་རིང་སྤྱིར་ལོར་སྨན་རྩིས་མཐོ་སློབ་ཁང་དུ་དེང་

རབས་སྨན་པ་དང་སྨན་ཞབས་རྣམས་ལ་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ངོ་སྤྲོད་ཟབ་འཁྲིད་ཞུས། ཟབ་འཁྲིད་ཐོག་ཁྲིད་གསུང་བཤད་གནང་མི་ ༡༣ ནས་ཆུ་ཚོད་ ༥༨ རིང་བཟོད་གཞི་འདྲ་མིན་ཐོག་གཞུང་འཁྲིད་ཚོགས་ཐེངས་ ༢༠ དང་ལག་ལེན་ཚོགས་ཐེངས་ ༡༠ བཅས་ཀྱི་ཟབ་འཁྲིད་ཞུས་ཡོད། བྱེད་ཞིབ་ཞུས་པའི་སྨན་ཐོ་ཞིག་བཏོན་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

༦ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༣ ནས་ཚེས་ ༡༣ བར་ཉིན་གྲངས་བཅུའི་རིང་སྤེལ་ཀོབ་ཏུ་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྨན་པ་རྣམས་ལ་དེང་རབས་སྨན་ལུགས་ངོ་སྤྲོད་ཟབ་འཁྲིད་གོ་སྒྲིག་ཞུས་པའི་ཐོག་ཕྱི་ལུགས་སྨན་གྱི་རིག་པ་ལས་ལུས་ཀྱི་ཕུང་གྲུབ་དང་བྱེད་ལས་སོགས་ཁྲིད་གཞུང་འཁྲིད་ཚོགས་ཐེངས་ ༢༠ དང་ནད་པའི་ཁྲག་ལུད་དང་། གློག་པར་བརྙན་ཤོག་གློག་ཐབས། གཞན་ཡང་ཛ་དྲག་སྨྱུར་སྐྱོབ་སྨན་བཅོས་ཀྱི་ལག་ལེན་དམར་འཁྲིད་ཀྱི་ཚོགས་ཐེངས་ ༡༠ བཅས་ཁྲིད་གསུང་བཤད་གནང་མི་གྲངས་ ༢༣ ནས་བཟོད་གཞི་འདྲ་མིན་གྲངས་ ༣༠ ཐོག་ཟབ་འཁྲིད་གནང་བ་དང་ཆབས་ཅིག་ཚོགས་བཅར་སྨན་པ་གྲངས་ ༡༣ ཉེ་འཁོར་གྱི་སྨན་ཁང་ཆེ་བ་ (JSS Medical College, Mysore) ནང་སྨན་ཁང་གི་འཛིན་སྐྱོང་དང་ཉིན་རེའི་བྱེད་སྒོ །ནད་བཅོས་སྡེ་ཁག་གི་དགེ་མཚན། རིམས་ནད་འགོག་ཐབས་སོགས་དངོས་སུ་ངོ་སྤྲོད་ཞུས་པས་ཚོགས་བཅར་སྨན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་ལས་ལག་ལེན་ལ་དངོས་སུ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད།

༧ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༨ ཚེས་ ༡༠ ཉིན་སྤྱིར་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་དུ་སྤྱིར་དང་ཅོན་ཏ་ར་ཁུལ་གྱི་ས་གནས་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་འགན་འཛིན་དང་། སྨན་པ་སྨན་ཞབས། དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་སྨན་པ་བཅས་ཚོགས་འཛོམས་ཀྱིས་ས་གནས་སུ་ཟུང་འབྲེལ་ལས་གཞི་ངོ་སྤྲོད་དང་སྒྲིགས་ས་གནས་ཚོགས་ཆུང་ཆེད་འཛུགས་ཞུས། དེ་བཞིན་ཕྱི་ཟླ་ ༨ ཚེས་ ༡༩ ཉིན་ལ་དྭགས་བསོད་ནམས་གླིང་གཞིས་ཆགས་སུ་ཟུང་འབྲེལ་ལས་གཞིའི་སློབ་སྟོན་ཚོགས་མི་༧སྐུའི་བླ་སྨན་པ་ས་འདུ་ཚང་ཚེ་བརྟན་རྡོ་རྗེ་མཆོག་དང་། ༧སྐུ་བཅར་སྨན་པ་ཚེ་དབང་རྟ་མགྲིན་མཆོག་དབུ་ཞུགས་ཐོག་ས་གནས་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་གི་འགན་འཛིན་དང་སྨན་ཞབས་རྣམ་པ། སྨན་རྩིས་ཁང་གི་ཡན་ལག་སྨན་ཁང་གི་སྨན་པ་བཅས་ཚོགས་འཛོམས་ཐོག་ས་གནས་སུ་ཟུང་འབྲེལ་ལས་གཞི་ངོ་སྤྲོད་དང་། སློབ་སྟོན་པ་རྣམ་གཉིས་ནས་ཟུང་འབྲེལ་སྨན་བཅོས་གལ་གནད་ཐོག་གསུང་བཤད་གནང་།

༨ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༥ དང་ ༡༦ ཉིན་གཉིས་རིང་བོད་མིའི་འདུ་སྡོད་ས་གནས་ཆེ་ཁག་བཅུའི་ནང་ཟུང་འབྲེལ་ཚོགས་ཆུང་བསྐྱར་འཛུགས་ཞུས་པའི་ཚོགས་ཆུང་གི་ཚོགས་མི་གྲངས་ ༡༦ ནས་ས་གནས་སོ་སོར་འཕྲོད་བསྟེན་གནས་བབ་དང་དེར་གདོང་ལེན། ཁྱབ་གདལ་ཆེ་བའི་ནད་གཞི་ངོས་འཛིན་དང་དེར་སྔོན་འགོག་ཐབས་ལམ། ཟུང་འབྲེལ་ཆེད་ལས་པའི་ཤེས་ནུས་གོང་མཐོར་གཏོང་ཐབས་ཐོག་ལུགས་གཉིས་སྨན་པ་རྣམས་ནས་གྲོས་བསྡུར་ཞུས་ཏེ་ལག་བསྟར་འོས་པའི་དོན་ཚན་ཁག་ཟུར་འདོན་བྱས་ཡོད།

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

ད་ལྟ་ང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཟུར་ཉན་ར་བའི་ནང་ཕོགས་ལ་བོད་དང་ཐའེཝན་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ཚོགས་པའི་འབྲེལ་ཡོད་ཁག་ཅིག་ཕེབས་བསྡད་ཡོད། དེ་བཀའ་དྲིན་ཡིག་ཚང་གི་ཡིག་ཚུང་ཕེབས་པ་གཞིར་བཟུང་། ཐའེ་ཝན་སྐུ་ཚབ་དོན་ཁང་གི་གོ་སྒྲིག་འོག་ཐའེ་ཝན་དུ་རྟེན་གཞི་བྱས་པའི་གཞུང་ཁོངས་མིན་པའི་བོད་དང་ཐའེ་ཝན་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་ཚོགས་པའི་དྲུང་ཆེ་སྐུ་ཞབས་བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་ལགས་བྱས། དེ་ག་ནང་བཞིན་ཐའེ་ཝན་ངལ་རྩོལ་དཔུང་སྡེ་ཚོགས་པའི་དྲུང་ཆེ་སྐུ་ཞབས་སན་ ཡུ་ལ་ཡེན་ (SUN You- lian, Secretary - General of the Taiwan Labor Front) དང་། ཁྲིམས་རྩོད་པ་དང་། ཐའེཝན་ (Ming Chaun University) མཐོ་སློབ་ཀྱི་ངལ་རྩོལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སློབ་དཔོན་ལྕམ་སྐུ་ལེའོ་ཧུཡེ་ཕང་ (Ms.Liao Hui- Fang) འདིར་ཟུར་ཉན་ར་བའི་ནང་ལ་ཕེབས་བསྡད་ཡོད། ཁོང་རྣམ་པ་དུས་རྒྱུན་དུ་ནས་ཐའེ་ཝན་ནང་ཕོགས་ལ་བོད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་འགུལ་ལ་མཉམ་ཞུགས་གནང་ཡག་དང་། འགན་འཁུར་བཞེས་མཁན་གལ་ཆེ་བའི་གྲས་ཤིག་རེད་འདུག ཚང་མས་འཚམས་འདྲི་ཞུ་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག འཕྲོས་དེ་སྙན་སྒྲོན་གནང་རོགས་གནང་།

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་སྤྱེན་པ་ཚེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག སྔ་མ་ཐུད་ནས་སྙན་སྒྲོན་ཞུ་ཡི་ཡིན།

བོད་མིའི་རྒྱང་བཅོས་ལས་གཞི། (Telemedicine)

༡ འཕྲོད་བསྟེན་རྒྱང་བཅོས་ལས་གཞི་བརྒྱུད་རྒྱ་གར་ནང་འཕྲོད་བསྟེན་ཁྱབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཁག་ ༥ ནང་བསྡོམས་ནད་པ་གྲངས་ ༣༤༣ གི་སྨན་པ་བསྟེན་གཏུགས་ཆེད་ཐོ་འགོད་ཞུས་ཡོད་པའི་ཁོངས་ནས་ནད་པ་གྲངས་ ༣༣༠ ཡིས་སྨན་པ་དངོས་སུ་བསྟེན་གཏུགས་གནང་ཡོད།

༢ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༥ དང་ ༥ པའི་ནང་གཞིས་ཆགས་ཁག་གསུམ་དུ་རྒྱང་བཅོས་ལས་གཞིའི་སྐོར་མི་མང་ལ་གོ་རྟོགས་སྤེལ་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། དེ་བཞིན་ས་གནས་སུ་ལས་གཞི་ལག་བསྟར་སྐབས་རྒྱུན་དུ་དཀའ་ངལ་ཇི་འཕྲད་ལ་ལམ་སྟོན་དང་། སན་ཚུན་གྲོས་བསྡུར་གྱིས་དཀའ་སེལ་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

༣ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༥ པའི་ནང་ས་གནས་ཁག་གསུམ་དུ་རྒྱང་བཅོས་ལས་གཞིའི་སྐོར་གོ་རྟོགས་སྤེལ་བ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ས་གནས་སུ་ལས་གཞི་དེ་བཞིན་མུ་མཐུད་དགོས་མཁོ་ཡོད་མེད་དང་། དེའི་ཐོག་དང་ལེན་དང་མང་ཚོགས་ནས་འདོད་མོས་ཡོད་མེད་སོགས་ཀྱི་ཐད་རྟོག་ཞིབ་ཀྱང་བྱས་ཡོད། ཡང་ས་གནས་ཀྱི་རྒྱང་བཅོས་སྨན་པ་བསྟེན་གཏུགས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་བཞེས་མཁན་མི་མང་ལྷན་ལས་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ལག་བསྟར་སྐབས་ད་བར་དཀའ་ངལ་ཇི་འཕྲད་དང་། ལས་གཞིའི་ཁེ་ཕན་སོགས་ཀྱི་སྐོར་དོགས་འདྲི་ཁག་ལ་ལན་གསལ་ཕུལ་ཡོད་པར་དཀའ་སེལ་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

༤ རྒྱུད་བཙོས་ཁྱད་ལས་པས་ཉམས་ཞིབ་ཞུས་པའི་སྙན་ཐོ་ (Feasibility Report) ནང་གསལ་བསྟན་འཛིན་སྣང་དང་བསྲུ་ན་མདའ་ས་གནས་གཉིས་སུ་ལས་གཞི་རྒྱ་སྐྱེད་གཏོང་རྒྱུའི་འོས་བབ་ཆེ་ཤོས་ཡོད་ལུགས་ལྟར་ལག་བསྟར་ཞུ་རྒྱུའི་ཐག་གཅོད་བྱུང་ཡོད།

༥ ཕྱི་ཟླ་ ༡༢ ནང་བསྲུ་ན་མདའ་དང་བསྟན་འཛིན་སྣང་གཉིས་སུ་རྒྱུད་བཙོས་ལས་གཞི་ལག་བསྟར་ཆེད་ཡོ་ཆས་མགོ་སྒྲུབ་བྱུང་ཡོད་པར། བསྲུ་ན་མདར་ཉིན་གཉིས་རིང་རྒྱུད་བཙོས་ལས་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ཟབ་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་ཞུས་པ་ལྟར་ནད་པ་རྣམས་ནས་དྭ་རྒྱ་བརྒྱུད་སྨན་པ་བསྟེན་གཏུགས་དང་གྲུབ་འབྲས་སྐན་ཤོག་ཕབ་ལེན་ཞུ་རྒྱུ་མཚོན་པའི་སྦྱོང་བརྡར་ཕུལ་ཡོད།

༦ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༡༢ ཚེས་ ༢༩ ཉིན་དང་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༦ ཉིན་བསྟན་འཛིན་སྣང་དང་བསྲུ་ན་མདའ་ས་གནས་སོ་སོར་རྒྱུད་བཙོས་ཞབས་ཞུའི་ལས་གཞི་དབུ་འབྱེད་ཞུས་ཡོད་པ་དང་། སྨན་ཞབས་རྣམས་ནས་མང་ཚོགས་ལ་རྒྱུད་བཙོས་སྨན་གཏུགས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་དང་ཞབས་ཞུའི་སྐོར་གོ་རྟོགས་སྤེལ།

བདེ་དོན་སྤྱི་ཚན།

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

༡ བོད་ནས་ཕེབས་པའི་ཆབ་སྲིད་བཙོན་ཟུར་མི་གྲངས་ ༧ དང་། ཆབ་སྲིད་འབྲེལ་ཆགས་མི་གྲངས་ ༡ ཆབ་སྲིད་འབྲེལ་ཡོད་མི་གྲངས་ ༡ བཅས་ཁྱོན་མི་གྲངས་ ༩ ལ་ཟླ་རེའི་འཚོ་སྣོན་སྒོར་ ༣,༥༠༠ ཐམ་པ་དང་། དེའི་ཁོངས་ནས་རང་འཚོར་གནས་སྡོད་བྱེད་མཁན་མི་གྲངས་ ༣ ལ་ཟླ་རེར་ཁང་དོད་སྒོར་ ༢,༥༠༠ ཐམ་པ་རྒྱ་འཛིན་ལམ་སྟོན་ལྟར་ཕུལ་ཡོད།

༢ ཆབ་སྲིད་བཙོན་ཟུར་དང་། འབྲེལ་ཆགས། འབྲེལ་ཡོད་མི་གྲངས་ ༥ ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ཁྱབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཁག་དང་། འགྲོ་ཕན་བོད་ཀྱི་སྨན་རྩིས་ཁང་། བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་བཅས་ལ་བསྟེན་གཏུགས་ཞུས་པའི་སྨན་གྲོན་བརྒྱ་ཆ་ བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་བཅས་ལ་བསྟེན་གཏུགས་ཞུས་པའི་སྨན་གྲོན་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠ མཐུན་འགྱུར་ཞུས་ཡོད་པ་དང་། སྨན་པའི་རྒྱབ་གཉེར་ལྟར་ཕྱི་ལི་དང་ཙན་དི་ག་ར་གསོས་སྐྱེར་པའི་སྨན་ཁང་ཁག་ལ་བསྟེན་གཏུགས་གནང་བའི་ཆབ་སྲིད་བརྩོན་ཟུར་རྣམས་ལ་སྨན་གྲོན་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠ དང་། ཆབ་སྲིད་འབྲེལ་ཆགས་ལ་སྨན་གྲོན་བརྒྱ་ཆ་ ༦༠ འབྲེལ་ཡོད་ལ་བརྒྱ་ཆ་ ༥༥ བཅས་སོ་སོར་ཕུལ་ཡོད།

༣ འདི་ལོར་ཆབ་སྲིད་བཙོན་ཟུར་དང་། འབྲེལ་ཆགས། འབྲེལ་ཡོད་རྣམས་ལ་འཚོ་སྣོན་དང་ཁང་དོད་ཁྱོན་ཏིན་སྒོར་ ༢༡༠,༠༠༠ ཐམ་པ་དང་། སྨན་གྲོན་སྒོར་ ༡༠༡,༩༦༦ བཅས་ཁྱོན་བསྡོམས་ཏིན་སྒོར་ ༣༡༡,༩༦༦ བགོ་འགྲེམས་ཞུས་པ་ལྟར་ཕན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད།

དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་ལ་འཚོ་སྐྱོན།

༡ འདི་ལོར་རྒྱ་གར་དང་འབྲུག་ཁུལ་གྱི་ས་གནས་ཁག་ ༣༩ ནང་རང་རིགས་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་གྲངས་ ༤༧ ལ་ཟླ་རེར་འཚོ་སྐྱོན་སྒོར་ ༣,༠༠༠ ཐམ་པ་རྩིས་ཁྲོན་བསྡོམས་ཧྲིན་སྒོར་ ༣,༩༤༣,༠༠༠ ཐམ་པ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལས་ཁུངས་བརྒྱུད་བགོ་འགྲེམས་ཞུས་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

༢ ས་གནས་ཁག་གི་བགྲེས་སོང་དབང་པོ་དཀའ་ངལ་ཅན་མི་གྲངས་ ༢༥ སོ་སོའི་དགོས་མཁོར་གཞིགས་པའི་ཡོ་ཆས་ (aids & appliances) རྐུབ་སྟེགས་འཁོར་ལོ་ཅན་ (Wheel Chair) དང་། དབྱོད་སྟེགས་ (Commode Chair with Wheel) པུས་མོའི་ཁེབས་ཆས་ (Knee cap) འཁར་རྒྱུག་ walking stick ནད་པའི་ཆེད་བོལ་གདན་སོགས་གསར་ཉོ་ཞུས་ཡོད།

མཛེ་ནད་རྣམས་ལ་སྨན་བཅོས་དང་། འཚོ་སྐྱོན།

མཛེ་ནད་མི་གྲངས་ ༣ ལ་ཟླ་རེར་འཚོ་སྐྱོན་སྒོར་ ༣,༠༠༠ ཐམ་པ་རྩིས་ཁྲོན་བསྡོམས་སྒོར་ ༡༠༦,༠༠༠ ཐམ་པ་དང་། མི་གཅིག་གི་སྨན་གྲོན་སྒོར་ ༣,༡༩༣ བཅས་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལས་ཁུངས་བརྒྱུད་བགོ་འགྲེམས་ཞུས་ཡོད།

བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་ལས་གཞི།

༡ ལས་གཞིའི་རྩ་འཛིན་གཏན་འབེབས་ལྟར་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་ཚོགས་མི་རྣམས་ནས་ཚོགས་དངུལ་བསྡུ་ཆ་ནང་མི་མཉམ་འདུས་ཀྱི་དུད་ཁྱིམ་ཅན་ནས་ཧྲིན་སྒོར་ ༩,༣༠༠ རེ་དང་། ཧྲེང་པོ་ཅན་ནས་ཧྲིན་སྒོར་ ༡,༡༠༠ རེ་བསྡུ་ལེན་བྱས་ཡོད། དེ་འབྲེལ་སྨན་ལྟའི་ཚོགས་མི་དུད་ཁྱིམ་ཅན་ལ་ལོ་གཅིག་གི་སྨན་གྲོན་ཐོབ་ཆ་ཧྲིན་སྒོར་ ༡,༥༠,༠༠༠ རེ་དང་། ཚོགས་མི་ཧྲེང་པོ་ཅན་ལ་སྨན་གྲོན་ཐོབ་ཆ་ཧྲིན་སྒོར་ ༧༥,༠༠༠ ཐམ་པ་རེའི་ཁེ་ཕན་ཞུ་ལམ་ཡོད་པ་ཙམ་མ་ཟད། འཕྲོད་བསྟེན་ཁྱབ་ཁོངས་ཀྱི་ཕྱི་ལུགས་སྨན་རིན་ལ་བརྒྱ་ཆ་ ༢༠ ཆག་ཡང་དང་། འགྲོ་ཕན་བོད་ཀྱི་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་སྨན་ཁང་དང་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་ནས་སྨན་རིན་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠ ཆག་ཡང་མཐུན་འགྱུར་སྦྲར་ཡོད།

༢ ལས་གཞིའི་ཁོངས་རྒྱ་གར་གནས་སྡོད་བོད་མི་ཁྱིམ་ཚང་གྲངས་ ༢༣༡༢༧ དང་། ཁེར་རྐྱང་མི་གྲངས་ ༡༠༨༣ བཅས་ཁྲོན་ཚོགས་མི་གྲངས་ ༢༩༡༤༠ འཛུལ་ཞུགས་གནང་ཡོད་པའི་ཁོངས་ཚོགས་མི་ ༡༣༨༨༨ ལ་ཨ་རིའི་སྲིད་གཞུང་ USAID ནས་ཚོགས་དངུལ་བསྡུ་ཆ་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠ བསྡུ་དངུལ་མཐུན་འགྱུར་གནང་ཡོད།

༣ ལས་གཞི་འདིའི་འོག་ཚོགས་མི་མཉམ་ཞུགས་གནང་མཁན་མི་གྲངས་ ༢༩༡༤༠ ཁོངས་ནས་ཚོགས་མི་གྲངས་ ༢༥༠༨ ལ་སྨན་གྲོན་སྒོར་ ༢,༧༥,༩༡,༠༢༢ རོགས་སྐྱོར་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། དེ་བཞིན་ཚོགས་མི་གྲངས་ ༨༣ ནས་སྨན་གྲོན་ཧྲིན་སྒོར་ ༡,༠༠,༠༠༠ ནས་ ༡,༥༠,༠༠༠ བར་ཁེ་ཕན་ཞུས་ཐོབ་བྱུང་ཡོད།

༤ སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་ལས་གཞི་གོ་རྟོགས་གོང་མཐོར་གཏོང་ཐབས་སུ་ཚོགས་མི་ཐོ་འགོད་བྱ་རྒྱུའི་དྲིལ་བསྒྲགས་ཀྱི་སྒྲ་ཡིག་གསར་བཟོ་ཞུས་ཏེ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལས་ཁུངས་དང་། ས་གནས་སྨན་ཁང་ཡོངས་ལ་བགོ་འགྲེམས་ཞུས། དེ་བཞིན་དེང་དུས་སྤྱི་ཚོགས་དྲ་རྒྱ་བརྒྱུད་དྲིལ་བསྒྲགས་རྒྱ་ཆེ་ཞུས་ཡོད།

༥ ཕྱི་དྲིལ་བོད་ཀྱི་བརྙན་འཕྲིན་ཚན་པའི་མཐུན་འགྱུར་འོག་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་ལས་གཞི་དང་། ལྷག་པར་དུ་ལས་གཞི་བརྒྱུད་རང་རེའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་ནད་མནར་གྱི་རྐྱེན་པས་སྨན་གྲོན་ཐོན་ཆེ་སོང་སྐབས་སྨན་ལྟའི་ལས་གཞིའི་འོག་སྨན་གྲོན་རོགས་ཕན་དང་དགེ་མཚན་ཇི་ཡོད་སྐོར་སྐར་མ་ ༡༥ ཅན་གྱི་བརྙན་ཐུང་གསར་བསྐྲུན་ཞུས། དེ་བཞིན་དེང་དུས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་དྲ་རྒྱ་དང་མཚམས་པའི་སྨན་ལྟའི་ལས་གཞིའི་སྐོར་སྐར་མ་ ༢ ཙམ་གྱི་བརྙན་ཐུང་ (Animated video) ཞིག་བཟོ་བསྐྲུན་གྱིས་ཁྱབ་སྤེལ་བྱས་ཡོད།

༦ ལས་གཞི་འདིའི་ནང་ཚོགས་མི་འཛུལ་ཞུགས་ཀྱི་གཏན་འབེབས་དམིགས་ཚད་ལོན་པའི་ས་གནས་ཁག་བརྒྱད་ནི། རྡ་ས་དང་། སྦྱིལ་གོབ། མེའོ། སྤང་ཏོག །ར་ཝང་ལ། ཤྲཱུ་ཀྲིང་། བུ་རུ་ཤ་ལ། ཧུར་པ་སྦྱར་བཅས་སོ་སོར་གཟེངས་ཐོན་ཐུག་འཕྲེར་དང་བྱ་དགའ་ཕུལ་ཡོད།

ལས་བྱེད་དང་། ཉམ་ཐག་སྨན་བཅོས། དགོས་ངེས་སྨན་གྱི་མཐུན་འགྱུར།

༡ བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་དང་། སྲི་ཞུའི་ལས་བྱེད་ལས་ཐོག །བགྲེས་ཡོལ་བཅས་གྲངས་ ༢༩༣ ལ་སྨན་གྲོན་སྐོར་ ༩,༥༠༢,༢༩༦ མཐུན་རྐྱེན་ཞུས་ཡོད། དེ་བཞིན་སྲི་ཞུ་ལས་བྱེད་དང་བགྲེས་ཡོལ་བ་གྲངས་ ༡༢༥ ནས་དགོས་ངེས་སྨན་གྱི་མཐུན་འགྱུར་ཞུས་ཐོབ་བྱུང་བ་བཞིན་སྐོར་ ༡,༥༨,༣༣༦ སོང་ཡོད།

༢ ཉམ་ཐག་ཨང་ཐོབ་ཅན་གྱི་ཁོངས་ནས་རྒས་གཅོང་མགོན་མེད་ ༼ཉམ་ཐག་ཁ་པ།༽ དང་། ལོ་གཞོན་ནད་མནར་ ༼ཉམ་ཐག་ང་པ།༽ བཅས་གྲངས་ ༡༡༤ ལ་སྨན་གྲོན་སྐོར་ ༥,༦༠༣,༦༣༧ ཐམ་པ་མཐུན་འགྱུར་སྒྲུར་ཡོད། དེ་བཞིན་ཉམ་ཐག་ཨང་ཁ་པ་དང་ག་པའི་མི་གྲངས་ ༢༡༡ ལ་དགོས་ངེས་སྨན་གྲོན་སྐོར་ ༦,༩༨,༨༧༣ ཐམ་པའི་མཐུན་འགྱུར་ཞུས་སྤྲོད་བྱུང་ཡོད།

༣ བོད་མིའི་དང་བླངས་འཕྲོད་བསྟེན་ཚོགས་པའི་ཁྱབ་ཁོངས་ལས་བྱེད་གྲངས་ ༡༤༧ ནས་སྨན་བཅོས་བྱས་པའི་སྨན་གྲོན་སྐོར་ ༤,༩༥,༤༤༤ ཐམ་པ་མཐུན་རྐྱེན་ཞུས། དེ་བཞིན་ཁྱབ་ཁོངས་ལས་བྱེད་གྲངས་ ༡༢༤ ལ་སྐོར་ ༤༧༣,༧༨༠ ཐམ་པ་དགོས་ངེས་སྨན་གྱི་མཐུན་རྐྱེན་ཞུས།

༤ བོད་མིའི་ས་གནས་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་ཁག་ ༢༡ སོ་སོར་ཡོངས་གྲགས་སྤོད་འགོག་གི་ཡོ་ཆས་དགོས་མཁོ་ལྟར། ཁབ་ (Syringe) དང་། རླངས་གཙོའི་འཕྲུལ་ཆས་ (Autoclave) ལག་ཤུབས་ (Gloves) བྲག་ཤེད་ལྟ་བྱེད་

(Blood Pressure Apparatus) ལྗིད་ཚད་ཀྱི་འཕྲུལ་ཆས་ (Weighing Machine) བཅས་དུས་ཐོག་མཐུན་རྐྱེན་ཞུས།

ལས་འཆར་སྡེ་ཚན།

ཆུའི་ལས་གཞི།

༡ ཞིང་སྡེ་དགེ་ཁྲབ་ཁོངས་ལི་ལི་གྲོང་སྡེའི་ཆུ་མཛོད་ལས་གཞིའི་ཆེད་ཁྱོན་འགྲོ་གྲོན་ཧྲིན་སྒོར་ ༤༨༧,༧༦༣། ནས་ཨ་རིའི་སྲིད་གཞུང་ PRM གི་རོགས་དངུལ་སྒོར་ ༤༨༡,༧༦༡། བསྐྱལ་བ་དང་། མི་མང་ནས་སྒོར་ ༦,༠༠༢། བསྡུ་ཆ་ཞུས་ཏེ་ལས་གཞི་དེ་དག་ ༢༠༢༣།༧།༡༤ ཉིན་ལེགས་གྲུབ་ཀྱིས་གཞིས་མི་གྲངས་ ༢༥༠ ལ་འབྱུང་ཆུའི་གནས་སྟངས་བཟང་དུ་ཕྱིན་ཡོད།

༢ སྦྲན་དྲ་ར་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་གི་ཆུ་ཚགས་གསར་ཉོའི་ཆེད་ཨ་རི་སྲིད་གཞུང་ PRM ནས་རོགས་དངུལ་སྒོར་ ༡༨,༠༠༠། ཟམ་པ་བསྐྱལ་བར་ཆུ་ཚགས་ཤོང་ཚད་ (25 litre) ཅན་ཞིག་ ༢༠༢༣།༦།༢༢ ཉིན་གསར་ཉོ་ཐུབ་པ་བྱུང་།

༣ ཨོ་ཊི་ཤ་གྲོང་སྡེ་གཉིས་པའི་ཆུ་མཛོད་ཉམས་གསོའི་ཆེད་ཨ་རི་སྲིད་གཞུང་ PRM ནས་རོགས་དངུལ་ཧྲིན་སྒོར་ ༣༢,༨༥༦། གནང་སོན་བྱུང་བར་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༥ ནང་ལག་བསྟར་ཟིན།

༤ ཁེ་ར་ཀེམ་ཁྲབ་ཁོངས་གོང་དཀར་ཆོས་སྡེ་དགོན་པའི་ཆུ་མཛོད་གསར་རྒྱག་ཆེད་ཨ་རི་སྲིད་གཞུང་ PRM ནས་རོགས་དངུལ་སྒོར་ ༦,༦༢,༢༠༠། ཐམ་པ་གནང་བ་བཞིན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༣ ནང་གྲུབ་ཟིན།

༥ ཀུ་ཤིང་ཁྲབ་ཁོངས་ཉེ་རིང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་འབྱུང་ཆུའི་སྤྱུབས་མདོང་གསར་ཁྲིད་ཆེད་ཧྲིན་སྒོར་ ༤༠,༦༡༥། དམིགས་བསལ་སྤྱོད་རྩིས་ཁོངས་ནས་བཀའ་འཁྲོལ་ཞུས་བསྐྱལ་ལྟར་ ༢༠༢༣།༦།༢༠ ཉིན་ལས་གཞི་ལེགས་གྲུབ་ཟིན།

༦ བོད་གཞིས་ས་གནས་སུ་ཉི་འོད་གློག་ Solar Panel དང་ཆུ་འཐེན་འཕྲུལ་ཆས་ Submersible Pump གསར་འཛུགས་ཆེད་ཨ་རི་སྲིད་གཞུང་ PRM ནས་རོགས་དངུལ་སྒོར་ ༨༠༥,༥༠༠། ཐམ་པ་གནང་བ་བཞིན་གསར་འཛུགས་ཟིན།

༧ ཨ་རི་རོགས་ཚོགས་ PRM གྱིས་ཧོན་སུར་གྲོང་སྡེ་ F དང་ J གཉིས་སུ་འབྱུང་ཆུའི་སྤྱུབས་མདོང་བཙེ་ལེན་དང་ཆུའི་མི་ཊར་གསར་འཛུགས་ཆེད་སྒོར་ ༢,༥༨,༠༡༦། བསྐྱལ་བ་ལྟར་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༡༠ ནང་ལས་གཞི་ལག་བསྟར་ཞུས་ཡོད།

༨ ཨ་རི་ PRM རོགས་ཚོགས་ནས་སྒོར་ ༡༣,༠༧,༤༠༠། དང་མི་མང་གི་བསྡུ་ཆ་སྒོར་ ༢,༠༠,༠༠༠། མཉམ་རུབ་ཐོག་ཨོ་ཊི་ཤ་གཞིས་གྲོང་བཞི་པའི་མི་མང་ཆེད་གནམ་སྐྱེགས་ཆུ་མཛོད་ཀྱི་ལས་གཞི་ལེགས་གྲུབ་ཟིན།

༩ ཌལ་ཧོར་ཨམ་རིཊ་ཀོ་ཊིར་ཆུ་མཛོད་གསར་རྒྱག་ཆེད་ཨ་རི་ PRM རོགས་ཚོགས་ནས་སྒོར་ ༣,༧༤,༤༦༧། བསྐུལ་བ་ལྟར་ལས་གཞི་མཇུག་སྒྲིལ་ཟིན།

༡༠ ཛར་མན་ GAT རོགས་ཚོགས་ནས་བདེ་སྐྱིད་གླིང་དུ་ཆུ་ཚགས་གསར་འཛུགས་ཆེད་སྒོར་ ༡༠,༤༢,༣༨༠། ཐམ་པ་དང་། སིམ་ལ་ཁ་ར་པ་ཐར་ཆུ་འགྲོ་གསར་རྒྱག་ཆེད་སྒོར་ ༣,༨༢,༦༥༧། བཅས་གནང་སོན་ལྟར་ལས་གཞི་ལེགས་གྲུབ་ཟིན།

༡༡ དམིགས་བསལ་སྔོན་རྗེས་ཁོངས་ནས་ཧི་ཛུ་ས་གནས་ཀྱི་ལས་ཤག་ཆེད་གནམ་སྟེགས་ཆུ་མཛོད་གསར་རྒྱག་ ༢༠༢༣།༡།༣༠ ཉིན་ལེགས་གྲུབ་ཟིན་པ་དང་། སྦུབས་མདོང་ཆུ་འདྲེན་ ༢༠༢༤།༢།༢༩ ཉིན་གྲུབ་ཟིན།

༡༢ གུ་གྲིང་ཁྲབ་ཁོངས་དགེ་གླིང་གྲོང་གསེབ་ཏུ་ཆུ་མཛོད་གསར་རྒྱག་ཆེད་སྒོར་ ༥,༣༦,༠༨༠། ནས་ཨ་རིའི་སྲིད་གཞུང་ PRM གིས་རོགས་དཔལ་སྒོར་ ༤,༠༠,༠༠༠། བཀའ་འཁྲོལ་བསྐུལ་བ་དང་། མི་མང་ནས་བསྡུ་ཆ་སྒོར་ ༡,༣༦,༠༨༠། ཐམ་པ་མཁོ་སྒྲུབ་ཀྱིས་ལས་གཞི་དེ་དག་ ༢༠༢༣།༡༢།༤ ཉིན་ལག་བསྟར་ཞུས་ཟིན།

གཙང་འཕྲོད་ལས་གཞི་དང་། གསང་སྤྱོད་གསར་རྒྱག ཉམས་གསོ།

༡ བོད་མིའི་ས་གནས་ཁག་གི་སྤྱི་སྒེར་དང་དགོན་སྡེ་ཁག་བཅས་པ་ཁྱོན་གྲངས་ ༢༡ ལ་གསང་སྤྱོད་དང་ཁྲུས་ཁང་གསར་རྒྱག་དང་ཉམས་གསོའི་ལས་གཞི་ལེགས་གྲུབ་ཟིན་པའི་རོགས་དཔལ་རྒྱ་ཆེ་བ་ཨ་རི་སྲིད་གཞུང་ PRM དང་ཛར་མན་ GAT རོགས་ཚོགས། དེ་བཞིན་ཚོགས་སྡེ་ཁག །དམིགས་བསལ་རྗེས་འགོའི་འོག་བཅས་ནས་རོགས་རམ་དགོངས་བཞེས་གནང་བ་ཁྱོན་ཏིན་སྒོར་ ༨༢,༧༥,༨༣༩། དང་། གཞན་ཡང་དགོན་པ་དང་ས་གནས་སོ་སོའི་མི་མང་ནས་ལས་གཞིའི་འགྲོ་གྲོན་དཔྱ་འབོར་གྱི་ཆ་ཤས་ཐབས་འཚོལ་གནང་བ་ཁྱོན་བསྡོམས་སྒོར་ ༨༢,༢༠༠། ཆགས་ཀྱི་འདུག་པར་ཁུངས་སོ་སོར་གསང་སྤྱོད་ཀྱི་དཀའ་སེལ་ཕན་ཐོགས་བྱུང་།

༢ བོད་མིའི་ས་གནས་ཁག་ ༥ ནང་བཤང་མཛོད་གསར་རྒྱག་དང་ཉམས་གསོ། བཤང་མཛོད་ཀྱི་སྦུབས་མདོང་གསར་བཟོ་བཅས་ཀྱི་ཆེད་ཨ་རི་སྲིད་གཞུང་ PRM དང་། དམིགས་བསལ་རྗེས་འགོ་ནས་རོགས་རམ་དགོངས་བཞེས་གནང་བ་ཁྱོན་བསྡོམས་སྒོར་ ༡༥,༦༣,༨༢༩། དང་། དེ་བཞིན་ས་གནས་མི་མང་ནས་ལས་གཞིའི་འགྲོ་གྲོན་གྱི་ཆ་ཤས་ཐབས་འཚོལ་གནང་བ་ཁྱོན་སྒོར་ ༤,༡༤,༥༤༡། ཐམ་པ་བེད་གཏོང་གིས་བཤང་མཛོད་གསར་རྒྱག་དང་ཉམས་གསོ་ལེགས་གྲུབ་ཟིན་ཡོད།

༣ གུ་གྲིང་ཁྲབ་ཁོངས་པི་ཨའི་ལེན་ (P I Line) གཞིས་གྲོང་དུ་ཆུ་ཡུར་གསར་རྒྱག་ལས་གཞི་དང་། ཌལ་ཧོར་ཚེ་རིང་དང་སྐལ་བཟང་ཁང་ཉེ་འཁྲམ་གྱི་ཆུ་ཡུར་ཉམས་གསོ་བཅས་ལ་ཨ་རིའི་སྲིད་གཞུང་ PRM གི་རོགས་དཔལ་སྒོར་

༢,༣༥,༣༠༠། ཐམ་པ་དང་དམིགས་བསལ་རྩིས་འགོའི་འོག་ནས་སྐོར་ ༧,༠༠,༠༠༠། ཐམ་པ་དགོངས་བཞེས་གནང་བ་བཞིན་ལས་གཞི་ལེགས་གྲུབ་ཟིན།

ཨར་ལས་འཛུགས་བསྐྲུན་ལས་གཞི།

༡ མན་སྤུར་སྨན་ཁང་གི་སྨན་བཅོས་དང་ཁྲག་ལུད་བརྟག་དཔྱད། སྨན་སྦྱོད། ནད་གསོ་ཁང་བཅས་གསར་རྒྱག་ལས་གཞིར་དམིགས་བསལ་རྩིས་འགོའི་འོག་ནས་སྐོར་ ༢༤,༣༩,༡༥༠། ཐམ་པ་བཀའ་འཁྲོལ་བསྩལ་ཐོབ་བཞིན་ཕྱི་ཟླ་ ༣ པའི་ནང་ལས་གཞི་ལེགས་གྲུབ་ཟིན་ཡོད།

༢ མན་སྤུར་སྨན་ཁང་གི་སྨྲེའུ་ཁུངས་ཉམས་གསོ་དང་ཚོན་རྩི་གཏོང་རྒྱུའི་ལས་གཞིར་དམིགས་པའི་སྲུད་སི་ཕྱི་མ་ལ་རོགས་ཚོགས་ནས་སྐོར་ ༣,༥༡,༣༢༠། ཐམ་པ་གནང་བ་བཞིན་ཕྱི་ཟླ་ ༡༡ ནང་ལས་གཞི་གྲུབ་ཐུབ་ཡོད།

༣ མེའོ་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་གི་ཁང་པ་ཉམས་གསོའི་ཆེད་སྐོར་ ༡༡,༥༥,༧༤༧། སྲུད་སི་ཕྱི་མ་ལ་རོགས་ཚོགས་ནས་གནང་བ་བཞིན་ལས་གཞི་མཇུག་སྒྲིལ་ཟིན།

༤ མངོན་དགའ་སློབ་གྲྭའི་མཐའ་མཚམས་ར་བ་དང་ Panach Valley Residential མདུན་ངོས་ཀྱི་གྱང་ར་གསར་ཆག་ལ་བརྟེན་སློབ་ཕྲུག་དང་ལས་བྱེད་ཀྱི་བདེ་འཇགས་དང་ས་ཆ་སྲུང་སྐྱོབ་སླད་དམིགས་བསལ་རྩིས་འགོ་ནས་འགྲོ་གྲོན་སྐོར་ ༡,༣༩,༨༩,༣༦༠། བཀའ་འཁྲོལ་ཐོབ་པ་བཞིན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༣ ནང་ལས་གཞི་མཇུག་སྒྲིལ་ཟིན།

༥ མངོན་དགའ་སློབ་གྲྭའི་ལས་ཤག་དང་ཐྲུ་གཤུའི་སྤྱོད་ཁང་ཁག་ཅིག་ཉམས་གསོའི་སླད་དམིགས་བསལ་རྩིས་འགོ་ནས་འགྲོ་གྲོན་སྐོར་ ༢༣,༩༤,༠༠༠། བཀའ་འཁྲོལ་ཞུས་ཐོབ་བཞིན་ལེགས་གྲུབ་ཟིན།

༦ བོན་གཞིས་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་གི་སྨན་བཅོས་ཁང་བཟོ་བཅོས་དང་མཚོན་རྩི་གཏོང་རྒྱུར་དམིགས་བསལ་སྔོན་རྩིས་ཁོངས་ནས་སྐོར་ ༡,༢༠,༧༩༤། ཐམ་པ་བཀའ་འཁྲོལ་ཞུས་ཐོབ་ལྟར་ཕྱི་ཟླ་ ༩ ནང་ལས་གཞི་མཇུག་སྒྲིལ་ཟིན།

༧ ཁེ་ར་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་གི་ཁང་ཁུངས་དང་མདུན་ཐང་འགྲོ་ལམ་ཉམས་གསོའི་ཆེད་ཇར་མན་ GAT རོགས་ཚོགས་ནས་ཧེན་སྐོར་ ༡,༡༥,༣༢༠། ཐམ་པ་གནང་བ་བཞིན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༡༠ ནང་མཇུག་སྒྲིལ་ཟིན།

༨ གངས་སྐྱིད་སིལ་སྦྱོལ་རྩེད་ཐང་ཉམས་གསོའི་ཆེད་ཇར་མན་ GAT རོགས་ཚོགས་ནས་ཧེན་སྐོར་ ༡༡,༤༩,༡༩༧། གནང་བ་ལྟར་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༣ ནང་ལས་གཞི་མཇུག་སྒྲིལ་ཟིན།

༩ མེའོ་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་གི་ནད་པ་འོར་འདྲེན་སྣུམ་འཁོར་འཛོག་སའི་ཁང་པ་གསར་བསྐྲུན་སླད་དམིགས་བསལ་རྩིས་འགོ་ནས་སྐོར་ ༩༧,༡༩༡། གསོལ་བསྩལ་ལྟར་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༡༢ ནང་ལེགས་པར་གྲུབ་ཡོད།

༡༠ ཨི་ཏ་ལི་ Vimla Association རོགས་ཚོགས་ནས་ཧེན་སྐོར་ ༡༡,༥༥,༧༤༧། གནང་བ་ལྟར་མེའོ་སྨན་ཁང་གི་ནད་གསོ་ཁང་གསར་རྒྱག་ལས་གཞི་ལེགས་གྲུབ་ཟིན།

སྨན་ཁང་ཡོ་ཆས་དང་། འཕྲུལ་ཆས་གསར་ཉོ།

༡ སྦུད་སི་ Vimala Association རོགས་ཚོགས་ནས་སྒོར་ ༦,༥༨,༠༠༠། གནང་བ་ལྟར་བདེ་སྐྱིད་གླིང་སྨན་ཁང་གི་ཁྲག་ལུད་བརྟག་དཔྱད་འཕྲུལ་ཆས་ (Auto Biochemistry Analyser) ཕྱི་ཟླ་ ༧ ནང་མགོ་སྒྲུབ་ཟིན།

༢ སྒྲིར་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་དུ་སོའི་འཕྲུལ་ཆས་ Ultrasonic Cleaner དང་ UV Chamber མེད་རྐྱེན་ནད་པར་དུས་ཐོག་སྨན་བཅོས་ཐུབ་མིན་གྱི་དཀའ་སེལ་སླད་སྦུད་སི་བོད་ཀྱི་བུད་མེད་ཚོགས་པས་ཧིན་སྒོར་ ༢༥,༠༠༠། ཐམ་པ་གནང་བ་བཞིན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༦ ནང་གསར་ཉོ་ཞུས་ཟིན།

༣ སྦུད་སི་ཡུ་མ་ལ་རོགས་ཚོགས་ནས་སྒྲིར་སྨན་ཁང་གི་ཁྲག་ལུད་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་འཕྲུལ་ཆས་དང་སོའི་འཕྲུལ་ཆས་གསར་ཉོའི་ཆེད་སྒོར་༡༢,༥༦༦། དང་། ཡང་ཀཾ་པྱུ་ཊར་གཅིག་གསར་ཉོ་ཆེད་སྒོར་ ༨༩,༠༠༠། ཐམ་པ་བཅས་རོགས་རམ་གནང་སོན་བྱུང་།

༤ ཡེ་ཤེས་ནོར་བུ་རོགས་ཚོགས་ (Yeshe Norbu Foundation) ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་འོག་མེའོ་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་ནང་གཅིན་སྙི་བྲང་ཚད་མང་ཉུང་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་འཕྲུལ་ཆས་ (HBA1C Analyser) དང་ཁྲག་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་འཕྲུལ་ཆས་ (Serum electrolyte) གཅིག་དང་། ཧི་ཇུ་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་དང་མངོན་དགའ་སློབ་གྲྭའི་ཡིག་ཚང་དུ་ཀཾ་པྱུ་ཊར་ (Desktop) རེ། སྒྲིར་ནང་ཆེན་གཞིས་ཆགས་སུ་ཆུ་ཚགས་གསར་ཉོ་དང་གསར་འཛུགས་ཀྱི་ལས་གཞི་བཅས་ཀྱི་ཆེད་སྒོར་ ༡,༦༢,༨༣༧། གནང་སོན་བྱུང་ཡོད།

༥ ཛར་མན་ (GAT) རོགས་ཚོགས་ནས་སྒོར་ ༦,༡༠,༠༣༧། གནང་བ་བཞིན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༣ ནང་སྟན་དར་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་དུ་ནད་པ་འོར་འདྲེན་སྣུམ་འཁོར་ཞིག་སྤྱུས་གཟིགས་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

༦ ཨ་རི་རོགས་ཚོགས་ PRM ནས་སྒོར་ ༢,༠༩,༠༠༠། གནང་བ་བཞིན་མན་སྤྲར་སྨན་ཁང་དུ་ཁྲག་བརྟག་དཔྱད་འཕྲུལ་ཆས་ (CBC Machine) ཞིག་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༦ པའི་ནང་གསར་ཉོ་ཞུས།

༧ ཧོན་སུར་དང་ཀོ་ལེ་ལྷལ་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་གཉིས་ལ་ཡེ་ཤེས་ནོར་བུའི་རོགས་ཚོགས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་འོག་ཀཾ་པྱུ་ཊར་དང་པར་སྐྲུན་འཕྲུལ་ཆས་རེ་གསར་ཉོ་ཞུས་པའི་གོང་ཚད་ ༡,༦༥,༥༠༠། སོང་ཡོད།

སྨན་བཅོས་ཞབས་ཞུ་བཟང་ཤོས་ཀྱི་དཔེ་སྟོན་ལས་འཆར།

༡ སྨན་བཅོས་ཞབས་ཞུའི་གནས་ཚད་འགན་ལེན་ལས་གཞིའི་ Hospital Quality Assurance Standards ལམ་སྟོན་ལྟར་སྨན་ཁང་ཁག་ནང་ཐུག་བསྐར་གནང་གི་ཡོད་མེད་ཞིབ་འཇུག་སླད་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༨ ཚེས་ ༢༥ ནས་ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༣ བར་འདི་གའི་ཁྲུད་ལས་པ་དང་འབྲེལ་ལས་གཉིས་ནས་ལྷོ་ཕྱོགས་དང་དབུས་གཞིས་ཆགས་ཁག །ཕྱི་ལི། སྒྲིར་ས་གནས་བཅས་སུ་རྟོག་ཞིབ་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། རྟོག་ཞིབ་ཞུས་པའི་དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ་སྒྲི་

ཡོངས་སྨན་ཁང་གི་ཞབས་ཞུ་དང་། མཐུན་རྐྱེན། དེ་བཞིན་ལས་གཞི་གཞན་ཁག་གི་གནས་སྟངས་དཔྱད་ཞིབ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།

༢ སྨན་ཁང་རྒྱུན་གནས་ཐུབ་ཐབས་དང་དཔལ་འབྱོར་བསྡུ་རུབ་ (Fundraising Skills and Hospital Sustainability) དང་འབྲེལ་བའི་ཟབ་སྦྱོང་ཞིག་ཨིན་ཡུལ་གནས་སྤོད་ཁྱད་ལས་པ་ཐྭ་བ་སྒྲོལ་མ་ལགས་ནས་ ༢༠༢༣།༡༢།༡༥ ཉིན་དྭ་ཐོག་ཏུ་སྨན་ཁང་འགན་འཛིན་གྲངས་ ༨ དང་དབུས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་འཆར་གྱི་འབྲེལ་ལས་བཅས་ལ་གནང་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

༣ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ནང་ས་གནས་སྨན་ཁང་ཁག་གི་ཞབས་ཞུའི་རིན་འབབ་གཏན་འབེབས་ཞུས་ཡོད་ནའང་ད་ཆ་ཡུལ་ཐང་འཕར་ཆ་རྐྱེན་པས་བསྐྱར་ཞིབ་དགོས་གལ་བཞིན་འཕྲོད་བསྟེན་འཛིན་སྐྱོང་ཚོགས་ཆུང་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༡༡ ནང་སྨན་ཁང་ཁག་གི་རིན་འབབ་བསྐྱར་ཞིབ་ཚོགས་ཆུང་ཞིག་གསར་བཙུགས་གིས་ཁྲབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཁག་གི་རིན་འབབ་ཡོངས་རྫོགས་བསྐྱར་ཞིབ་ཞུས་ཏེ། འཕྲོད་བསྟེན་འཛིན་སྐྱོང་ཚོགས་ཆུང་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༣ ནང་གོང་གསལ་རིན་འབབ་བསྐྱར་བཅོས་གཏན་འབེབས་བྱས་ཡོད།

༤ སྨན་ཁང་འགན་འཛིན་གསར་པ་བཞི་ལ་དྭ་རྒྱ་བརྒྱུད་སྨན་ཁང་ཞབས་ཞུའི་གནས་ཚད་འགན་ལེན་ལས་གཞིའི་ལམ་སྟོན་ Standard Service Delivery Guidelines དང་འབྲེལ་བའི་ཟབ་སྦྱོང་ཞིག་ ༢༠༢༤།༣།༢༧ ཉིན་གོ་སྒྲིག་ཞུས། སྨན་ཁང་ཆེ་འབྲིང་གཉིས་ཀྱི་གནས་ཚད་དང་དགོས་ངེས་ཅན་གྱི་མཐུན་རྐྱེན། སྨན་ཁང་འཛིན་སྐྱོང་། ལས་བྱེད་གསོ་སྐྱོང་དང་བདག་ཉར། སྤུས་ཚད་ཚོགས་ཆུང་། ནད་པ་ལྟ་སྐྱོང་བཅས་ཀྱི་སྐོར་ལམ་སྟོན་བྱས་ཡོད།

ཕྱོགས་སྒྲིག་དང་། རྟོག་ཞིབ་ལས་དོན།

འདི་གའི་འབྲེལ་ལས་དང་ལ་དྭགས་ཟས་བཅུད་ལས་འཆར་ཚོགས་པ་ Ladakh Nutritional Project (LNP) ཡི་ཁྱད་ལས་པ་མཉམ་ཁྲིད་ཀྱིས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༢༠ ནས་ ༢༨ བར་ཉིན་གྲངས་ ༨ རིང་ལྷོ་ཕྱོགས་ཧོན་སུར་དང་ཀོ་ལེ་རྐལ་གཞིས་ཆགས་གཉིས་སུ་ས་འོག་ཆུ་འདྲེན་མདོང་འཁོར་བཟོ་བཅོས་ཀྱི་སྦྱོང་བརྡར་གོ་སྒྲིག་ཞུས།

ལས་དོན་གཞན་ཁག་ཅིག

འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་གྱི་གཞུང་འབྲེལ་ཕྱོགས་སྐྱོད།

༡ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༡ ནས་ ༡༧ བར་ཧི་མ་ཅལ་མངའ་ཁུལ་སིམ་ལ་དང་། ཀུ་ལུ་དཔལ་རབ་གླིང་། སྦོན་ཏོ་བཀྲ་ཤིས་གླིང་། མཚོ་པདྨ། བཀྲ་ཤིས་ལྗོངས་བཅས་ཀྱི་བོད་མིའི་སྡོད་ཁར་ཁག་ཏུ་གཞུང་འབྲེལ་ཕྱོགས་བསྐྱོད་ཞུས།

༢ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༩ ནང་རྡ་ས་ཁུལ་དང་། སེར་ཤུར། ཙ་སྨུཏྟ་བཅས་ཀྱི་ས་གནས་ཁག་ཏུ་བོད་མིའི་འདུ་གནས་དང་སློབ་གྲྭ །རྒས་གསོ་ཁང་། སྨན་རྩིས་ཁང་། དགོན་པ་ཁག །སྣེ་ལེན་འབྲེལ་མཐུད་ཁང་། ཚོགས་སྡེ་ཁག་ཡོངས་རྫོགས་ལ་གཞུང་འབྲེལ་ཕྱོགས་བསྐྱོད་ཞུས། ལྷག་པར་སྣེ་ལེན་ཁང་དུ་བོད་ནས་གསར་དུ་ཐེབས་མཁན་བོད་མི་ཁག་ཅིག་ཐུག་འཕྲད་ཀྱིས་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྟེང་གི་བོད་དོན་གནས་ཚུལ་སྐོར་གཏམ་བཤད་ཞུས། དེ་རྗེས་ཀུན་ཕན་ནད་གསོ་ཁང་དུ་གཞོན་སྐྱེས་ཁག་ཅིག་ཐུག་འཕྲད་བྱས་ཡོད། རྡ་ས་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཚོགས་ཁང་དུ་རྡ་ས་མེག་ལྡན་ཁུལ་གྱི་བོད་མི་རྣམས་ལ་གཏམ་བཤད་ཞུས།

འཕྲོད་བསྟེན་དྲུང་ཆེའི་གཞུང་འབྲེལ་ཕྱོགས་སྐྱོད།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༡༥ ཉིན་སྤྱིར་ཁུལ་གཞུང་འབྲེལ་ཕྱོགས་སྐྱོད་དང་སྤྲགས་སྤྱིར་སྡེ་ནང་གསུམ་གྱི་ས་གནས་འགོ་འཛིན་མཉམ་ཁྱབ་ཁོངས་སྤྱིར་སྨན་ཁང་གི་ལས་ཤག་གསར་རྒྱག་ཞུ་འཆར་གྱི་ས་ཆ་རྟོག་ཞིབ་དང་། སྤྱིར་དང་ཅོན་ཏ་ར་སྨན་ཁང་གཉིས་ལ་སྐོར་སྐྱོད་དང་ལས་བྱེད་ཐུག་འཕྲད་བྱས་ཡོད།

ཐང་ཀའི་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚན།

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

སློབ་གྲྭའི་དམིགས་ཡུལ་ལྟར་དམིགས་བསལ་དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་སློབ་ཕྲུག་ཚོར་ཤེས་ཡོན་སློབ་ཁྲིད་གཙོ་བ་བྱུང་ཐོག །གཟུགས་པོ་དང་སེམས་ཁམས། འཕྲོད་བསྟེན། བསམ་བློ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་བཅས་ཀྱི་ཆེད་ལས་བྱེད་གྲངས་ ༣༥ རྣམས་ནས་རྒྱུན་དུ་མཉམ་རུབ་སློབ་ཁྲིད་དང་གསོ་སྐྱོང་། ལྟ་རྟོག་བཅས་ཀྱི་ལས་འགན་ཞུ་བཞིན་པ་དང་། སློབ་ཕྲུག་ཚོའི་ནང་མིར་གོ་བསྡུར་གྱིས་ལམ་སྟོན་ཞབས་ཞུ་དེ་ཡང་གལ་གནད་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ལག་བསྟར་ཞུ་བཞིན་ཡོད།

༡ སློབ་གྲྭར་ཕྲུ་གུ་ལོ་ན་ ༥ ནས་ ༩༠ བར་གྱི་སློབ་ཕྲུག་ཕོ་མོ་གྲངས་ ༩༧ ཡོད་པ་རྣམས་རྒྱ་གར་ནང་གི་བོད་མིའི་སྡོད་སྒར་ཁག་དང་། བལ་ཡུལ། འབྲུག །བོད་བཅས་ནས་ཡོད། སློབ་ཕྲུག་མང་ཆེ་བ་བསམ་བློ་དང་། གཟུགས་པོ། ཚོར་ཤེས་བཅས་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཞན་པའི་དཀའ་ངལ་ཡོད།

༢ དགེ་ཆེ་གཙོས་དགེ་རྒན་རྣམས་ནས་སློབ་ཁྲིད་གནང་རྒྱུ་དང་། དེ་ཡང་སློབ་གྲྭའི་འཛིན་གྲྭ་མང་ཆེ་བར་བོད་ཡིག་དང་། ཨང་རྩིས། དབྱིན་ཡིག་བཅས་ཀྱི་སློབ་ཁྲིད་དང་། ཟས་བཟོ། ཚེམ་བུ། ཡང་ལྷ་བཟོ་བསྒྲུབ། རི་མོ་དང་ལྷུམ་ར་འདེབས་ལས་སོགས་ཀྱི་སྦྱོང་བརྡར་ཁག་ཀྱང་གལ་ཆེར་བཟུང་སྟེ་དེ་དག་གི་བསམ་པའི་གོ་དོན་དང་ལག་རྩལ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཐབས་ཞུས་དང་ཞུ་མུས་ཡིན། གོང་གསལ་གཏན་འབེབས་སློབ་ཚན་ཁོངས་མ་ཚུད་པའི་ཕྲུ་གུའི་གནས་སྟངས་ཏ་ཅང་ཞན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་དུ་དམིགས་བསལ་ཚོར་ཤེས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཐབས་ཆེད་འཛིན་གྲྭ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད།

གཏན་འབེབས་སློབ་ཚན་ཁོངས་ཡོད་པའི་སློབ་ཕྲུག་རྣམས་ནི་འཁོར་གྱི་སྒྲོ་གསེང་བྱ་ཡུལ་ཁག་ཏུའང་སྐོར་སྐྱོད་དུ་མཉམ་འབྲེད་ཞུས་དང་ཞུ་མུས་སུ་ཡོད།

༣ བྷ་གཅིག་ར་ཛ་སྤུར་རྣ་འོན་ (Bajaj Hearing School, Rajpur) སློབ་གྲྭར་སྤྱ་དགོང་སྐྱེལ་ལེན་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

༤ སློབ་གྲྭའི་ཁྲིམ་ཚང་ཕ་མ་ཚོས་སློབ་ཕྲུག་ལ་བྱམས་བརྩེའི་དང་སྤྱ་དགོང་དང་གུང་སེང་སྐབས་ཕ་མའི་ཚབ་བྱས་ནས་གསོ་སྐྱོང་ཞུ་སྒོ་ཁག་ཞུས་དང་ཞུ་མུས་ཡིན།

༥ ཕྱི་བཅོས་གསོ་ཐབས་དང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་བྱེད་ནས་སློབ་ཕྲུག་ཚོའི་གཟུགས་པོ་དང་འཕྲོད་བསྟེན་གནས་སྟངས་ཡར་རྒྱས་གང་ཐུབ་ཆེད་ལུས་ཀྱི་དབང་རྩའི་ནུས་པ་ཉམས་པའི་ཕྲུ་གུ་ཚོར་ཉིན་ལྟར་དགོས་ངེས་ཕྱི་བཅོས་གསོ་ཐབས་དང་ལུས་རྩལ་ཁག་སློབ་བཞིན་ཡོད། འདི་གའི་དམིགས་ཚད་གཙོ་བོ་ལུས་པོའི་གནས་སྟངས་དང་། གཡོ་འགུལ་བྱ་རྒྱུའི་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཐབས་དང་མ་འོངས་གཟུགས་གཞིར་དཀའ་ངལ་མི་འཕྲད་པའི་སྔོན་འགོག་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཞིན་སྤྱ་དགོང་སྨན་སྦྱོར་དགོས་པ་དང་། སྨན་བཅོས་དགོས་ཁག་ཀྱང་གང་ཐུབ་ཞུས་དང་ཞུ་མུས་ཡིན།

༦ ལོ་འཁོར་དབྱར་ཁའི་གུང་སེང་ཟླ་གཉིས་སྐབས་ཕ་མས་ཕྲུ་གུ་ནང་དུ་བསུ་ལེན་མ་ཐུབ་པ་རྣམས་སྐྱོ་སངས་ཆེད་ཕྱི་བཅོས་ཁྲིད་ལས་པས་སློབ་ཕྲུག་ཚོ་ཆུ་རྐྱལ་རྒྱབ་སར་འཁྲིད་ཐུབ་པར་ཕྲུ་གུ་ཚོར་དགའ་འཚོར་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད། དེ་བཞིན་རྒྱ་གར་དུང་བླངས་བ་ཞིག་ནས་སློབ་ཕྲུག་ཚོའི་སྐྱོ་སྣང་སེལ་བ་དང་ངལ་གསོ་ཐོབ་ཆེད་སློབ་ཁྲིད་ཀྱང་གནང་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

༧ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༡༢ ཚེས་ ༣ རྒྱལ་སྤྱིའི་དབང་པོ་ཞན་པའི་ཉིན་མོར་སྐུ་མགྲོན་རྣམས་གདན་ཞུས་ཀྱིས་སློབ་ཕྲུག་ཡོངས་ནས་ཏྲུ་སྒྲིག་གཟིགས་འབུལ་དང་། གཞས་སྣ་འཐབ་སྟོན། རྩེད་སྣ་འགྲན་བསྡུར་བཅས་ཀྱི་ལམ་ནས་དུས་ཆེན་སྲུང་བརྩི་ཞུས་ཡོད།

༨ སློབ་གྲྭ་དང་ཁྲིམ་ཚང་ཆེད་དགོས་མཁོའི་ཅ་དངོས་དང་འཕྲུལ་ཆས་གསར་ཉོ་ཞུས་པ་དང་། མདོན་སློབ་ཀྱི་ས་ཆ་མེང་བསྒྱུར་གྱི་ལས་དོན། ཁྲིམ་ཚང་གི་ཁང་ཁྱངས་ཉམས་གསོ་སོགས་ཀྱི་ལས་དོན་ཆེ་ཕྲ་ཆུང་གསུམ་ཞུས་པའི་ཞིབ་ཕྲའི་གནས་སྟངས་ཁག་ལས་བསྡོམས་རྒྱས་པའི་ནང་གསལ་ཡོད།

སྣ་ས་ལྷ་རྒྱལ་རི་ནད་གསོ་ཁང་།

ནད་གསོ་ཁང་དུ་གྲྭ་བཙུན་ནད་པ་གྲངས་ ༢༦ ཐེབས་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་བཞུགས་གནས་དང་གཟིམ་ཆས། ཞལ་ལག་དང་ཤིང་ཏོག་སོགས་ཀྱི་མཐུན་རྐྱེན་ཞུས་ཡོད། འདི་ལོའི་ནད་གསོ་ཁང་གི་ཟས་གྲོན་དང་། གློག་རིན། ལྟངས་རྫས་ཕུ་རིལ། ཅག་ཅིག་བཅས་ཀྱི་འགྲོ་གྲོན་བསྡོམས་སྒོར་ ༢༣༨,༥༣༥ དང་། ལས་བྱེད་གཉིས་ཀྱི་ཕོགས་ཐོབ་བསྡོམས་སྒོར་ ༤༨༩,༣༤༨ ཐམ་པ་བཅས་སོང་ཡོད།

ཁྱབ་ཁོངས་རང་སྐྱོང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཚན།

བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས།

༡ བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས་སུ་འཛིན་སྐྱོང་ཚོགས་མི་ ༡༣ དང་ལས་བྱེད་གྲངས་ ༣ ས་གནས་འབྲེལ་མཐུད་སྣན་པ་གྲངས་ ༡༠ ཡོད། ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་ ༡༠ དགོངས་དོན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༥ ལོར་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྨན་པ་རྣམས་ཀྱི་དེབ་སྐྱེལ་ཞུ་སྒྲོད་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་གཏན་འབེབས་ཀྱིས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༨ ལོར་དེབ་སྐྱེལ་འགོ་འཛུགས་ཞུས། རྩིས་ལོའི་ནང་སྨན་པ་གྲངས་ ༡༡ དེབ་སྐྱེལ་གནང་བས་ད་བར་ཁྱོན་སྨན་པ་གྲངས་ ༨༠༩ ལྷན་ཚོགས་འོག་སྨན་པའི་དེབ་སྐྱེལ་ཞུས་སྒྲོད་ཟིན། དེ་བཞིན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༡༠ ཚེས་ ༡ ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༣༠ བར་བོད་སྨན་མཐུན་གྲོགས་གྲངས་ ༥ དེབ་སྐྱེལ་གནང་བས་ད་བར་ཁྱོན་བོད་སྨན་མཐུན་གྲོགས་གྲངས་ ༡༡༠ ལྷན་ཚོགས་འོག་དེབ་སྐྱེལ་ཟིན་ཡོད།

༢ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༢༡ ཉིན་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲིམས་སྒྲིག་དགོངས་དོན་སྨན་རམས་པ་བློ་བཟང་བཙོད་པ་ལགས་ཀྱིས་བོད་དང་ཧི་མ་ལ་ཡའི་སྤོ་སྦྱོར་སྨན་སྦྱོར་ཁང་དུ་རྟོག་ཞིབ་གནང་སྟེ་ཟླ་གཅིག་ནང་ཚུད་རྟོག་ཞིབ་ཀྱི་ལས་བསྒོམས་མཇུག་སྒྲིལ་ཐོག་སྨན་སྦྱོར་ཁང་དེ་བཞིན་ཚད་ལྡན་ཡིན་པར་ཚོག་མཆན་དུས་ཡུན་ལོ་གསུམ་རིང་ཕར་འགྱངས་ཀྱི་ཕྱག་འཁྱེར་བསྐུལ་ཡོད།

༣ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༢༤། ༢༨། ༢༦ ཉིན་གསུམ་རིང་གསོ་རིག་འབུམ་བཞིའི་མཐོ་སློབ་སྨན་རིའི་གླིང་དུ་ཐོན་རྒྱུགས་ཆེན་མོའི་སྐབས་རྟོག་ཞིབ་དང་མཐོ་སློབ་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་འཛིན་ཁང་དང་སྤོ་སྨན་ཁང་སོགས་ལ་རྟོག་ཞིབ་ཞུས་ཏེ་མཐོ་སློབ་ཀྱི་སློབ་ཕྲུག་རྣམས་ལ་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ངོ་སྤྲོད་གཏམ་བཤད་བྱས་ཡོད།

༤ དཔལ་སྤུངས་རིག་གནས་མཐོ་སློབ་དོན་གཉིས་ནོར་བུའི་དགའ་ཚལ་དང་། ལྕགས་པོ་རིའི་དྲན་རྟེན་བོད་སྨན་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་མཐོ་སློབ་ཏུ་སྒྱུར་ཡོངས་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཐོག་རྟོག་ཞིབ་ཀྱིས་གནས་སྟངས་གང་ལེགས་ཡོད་པ་རྟོག་ཞིབ་ཚོགས་ཆུང་གི་ལས་བསྒོམས་ཕུལ་ཡོད།

༥ ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་དགོངས་དོན་གྲོས་གཞི་གྲོས་ཚོད་བཅོ་ལྔའི་ཐོག་ལྷན་ཚོགས་ཐེངས་ ༣༧ པ་བསྐོང་ཚོགས་ཞུས་པ་དང་། སྐབས་དེར་ཚོགས་མི་རྣམ་པར་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་མཇལ་ཁའི་སྐབས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འདས་པའི་ལོ་ངོ་ ༡༩ ལྷག་གི་ལས་བསྒོམས་སྙིང་བསྡུས་སྙན་སེང་ཞུས་ཡོད། ཡང་ལྷན་ཚོགས་ཚོགས་ཐེངས་ ༣༩ པ་དེ་བཞིན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༤ ནས་ ༦ བར་ཉིན་ལྔའི་རིང་རྒྱ་ས་བོད་ཀྱི་གསོལ་མགྲོན་ཁང་དུ་བསྐོང་ཚོགས་ཞུས་ཡོད་པར་གྲོས་གཞི་བཅུ་བཞིའི་ཐོག་གྲོས་བསྡུར་ལྷུག་པོ་གནང་སྟེ་གྲོས་ཆོད་བཅུ་བཞི་བཞག་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

༦ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༡༠ ཚེས་ ༡ ཉིན་ལྷན་ཚོགས་ཚོགས་ཐེངས་ ༣༨ པར་གྲོས་ཆོད་བྱུང་དོན་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་བྱུང་རབས་དང་གལ་ཆེའི་ལས་དོན་ཇི་བྱས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཕྱོགས་སྒྲིག་གིས་དཔེ་དེབ་ཆེད་གལ་ཆེའི་ཡིག་ཆ་དང་པར་རིས་སོགས་ཕྱོགས་སྒྲིག་ཞུས་སྲུས་དང་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ལས་དོན་བྱེད་སྲུས་ཡིན།

༧ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༥ ཉིན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཆེད་ལས་སྨན་པ་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་སྨན་དང་སྨན་རྫས་ཐོན་བསྐྱེད་ཁྲིམས་འཆར་ (Drugs & Cosmetic Act, 1940) ནང་གསོ་བ་རིག་པ་གསར་བཙུག་གི་ཡོངས་ཁྱབ་གསལ་བསྒྲགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཐོག་ལྕགས་པོ་རིའི་དྲན་རྟེན་བོད་སྨན་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་དབུ་འཛིན་དང་དགེ་ལས་རྣམས་ཀྱི་ལྷན་བསམ་ཚུལ་དང་དགག་བྱ་བསྡུ་ལེན་གྱི་ཚོགས་འདུ་བསྐོང་ཚོགས་ཞུས་ཡོད།

འགྲོ་ཕན་བོད་ཀྱི་སྨན་རྩིས་ཁང་།

༡ རྩིས་ལོའི་ནང་ལས་བྱེད་ངོ་མ་གྲངས་ ༢༠ ཡོད་པ་དང་། ཚོད་གན་ལས་བྱེད་གྲངས་ ༡༧ ཚོད་གན་ལས་མི་གྲངས་ ༡༥ བགྲེས་ཡོལ་སོང་བ་གྲངས་ ༡༡ རྒ་དགོངས་སོང་བ་གྲངས་ ༡༣ བཅས་ཀྱི་གནས་སྟངས་དང་། སྨན་རྩིས་ཁང་མ་ལག་བཅས་པའི་ནང་ཕྱིན་བསྡོམས་ལས་བྱེད་གྲངས་ ༦༣༠ དང་། སྨན་རྩིས་སློབ་ཕྲུག་གྲངས་ ༨༢ ཉམས་གསོག་སྨན་རྩིས་པ་ ༣༢ བཅས་བསྡོམས་ ༡༡༩ ཡོད།

༢ ཕྱི་ཟླ་ ༡༠ ཚེས་ ༢༣ ཉིན་ཧི་མ་ཅལ་གཙུག་ལག་སློབ་ཆེན་ (Atal Medical & Research University, Mandi) ནས་མཐོ་སློབ་ཀྱི་སློབ་དུས་གསར་པའི་ཆེད་སྐུ་ཚབ་གཉིས་རྟོག་ཞིབ་ཏུ་ཕེབས་འབྱོར་བྱུང་བ་བཞིན་དགོས་མཁོའི་ཡིག་ཆ་དང་ཆ་རྐྱེན་གཞན་ཁག་འཕྲུས་ཚང་ཞུས། དེ་བཞིན་སྨན་རྩིས་སློབ་མ་སྐབས་ ༢༥ སློབ་གྲངས་ ༡༩ ལ་གོང་གསལ་གཙུག་ལག་སློབ་ཁང་དུ་དྭ་ཐོག་དེབ་སྐྱེལ་ཆ་ཚང་ཞུས་ཟིན་ཡོད།

༣ མཐོ་སློབ་སྨན་ཁང་འདི་བཞིན་མངའ་གཞུང་ལ་དེབ་སྐྱེལ་ལས་དོན་སྔ་ཕྱིར་ཞུས་ནས་དགོས་མཁོའི་ཡིག་ཆ་རྣམས་ཆ་ཚང་ལེགས་གྲུབ་ཀྱིས་ཀང་ར་རྫོང་གི་སྨན་ཁང་གི་ལས་ཁུངས་བརྒྱུད་རྩིས་འབུལ་ཟིན་རྗེས་ཟླ་ ༡༢ ཚེས་ ༡ ཉིན་ལོ་གཅིག་གི་རིང་སྨན་ཁང་དེབ་སྐྱེལ་གྱི་ལག་ཁྱེར་ལག་སོན་བྱུང་ཡོད།

༤ ཨ་རི་ཨེ་མོ་རི་སྨན་གྱི་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་དགེ་རྒན་ཆེན་མོ་ Dr. Edward Pettus, Ph.D མཆོག་ནས་ཉིན་ལྔའི་རིང་སྨན་སློབ་རྣམས་ལ་ལུས་ཀྱི་གནས་སྟངས་སྐོར་ལག་ལེན་སློབ་ཁྲིད་གནང་རྗེས་ཡིག་རྒྱུགས་ཀྱང་བཞེས་ཏེ་གྲུབ་འབྲས་ལེགས་སོན་བྱུང་བར་བྱ་དགའ་བསྩལ་གནང་།

༥ ཕྱི་ཟླ་ ༡༠ ཚེས་ ༡༠ ནས་ ༢༦ བར་རྒྱ་གར་སྤྱིལ་རྒྱུན་སྨན་གྱི་ལྷན་ཚོགས་ (NCISM) རྒྱལ་ཡོངས་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་མ་གསར་པའི་ཚུད་རྒྱུགས་ཟིན་རྗེས་མཐོ་སློབ་ཏུ་སློབ་མ་གསར་པ་གྲངས་ ༡༠ ལ་ཉིན་གྲངས་ ༡༥ རིང་

སྔོན་འགྲོའི་སྦྱོང་བརྡར་ཕུལ་ཡོད། དེ་བཞིན་ཕྱི་ལུགས་ནད་རིགས་བརྟག་ཐབས་ལག་ལེན་སྨན་སློབ་རྣམས་ལ་ཕྱི་ལུགས་སྨན་པ་བཀྲིས་སྒྲོལ་མ་ལགས་ནས་ཟླ་རེར་སློབ་ཁྲིད་ཐེངས་རེ་གནང་བཞིན་ཡོད།

༦ སྨན་སློབ་སྐབས་ ༣༤ པ་རྣམས་ལ་སྤྱི་ཁྲིག་ངོ་སྤྲོད་དང་། སྐབས་ ༣༥ པ་རྣམས་ལ་སྨན་རྫས་ཀྱི་ནུས་པ་སློབ་ཁྲིད་ལྷན་དུ་བར་རིམ། འདུལ་སྦྱོང་བྱེད་ཐབས། དུག་ཤས་ཡོད་མིན་སྐོར་སློབ་ཁྲིད་བྱས། ཕྱི་ལུགས་ཚན་རིག་སློབ་ཁྲིད་ཀྱང་གནང་ཐུས་ཡིན།

༧ སྨན་སློབ་སྐབས་ ༣༥ བ་རྣམས་ཀྱི་ཟླ་དྲུག་དང་པོ་དང་ཟླ་དྲུག་གཉིས་པའི་ཡིག་རྒྱུགས་ཆ་ཚང་ལེགས་གྲུབ་ཟིན་ནས་ཡིག་རྒྱུགས་གྲུབ་འབྲས་ཀྱང་གང་ལེགས་བྱུང་ཡོད། དེ་བཞིན་སྨན་སློབ་སྐབས་ ༣༡ དང་རྗེས་སློབ་སྐབས་ ༡༡ བཅས་ཀྱི་ལོ་ལྔའི་ཐོན་རྒྱུགས་གྲུབ་འབྲས་ཆ་ཚང་བཟོ་འདོན་ཀྱིས་ལག་འཕྲེར་ཡང་གསར་བཟོ་ཟིན་ཡོད།

༨ རེས་གཟའ་ཟླ་བ་ནམ་ཡིན་ལ་སྨན་སློབ་རྣམས་ནས་རང་རང་སོ་སོའི་བརྗོད་གཞི་མི་འདྲ་བ་གསོ་བ་རིག་པའི་གོ་རྟོགས་སྐོར་དང་། གསོ་རིག་ཡིག་ཐོག་གི་རིག་གཞུང་། སྨར་བུའི་སྐོར། བཟང་དྲུག་གི་ཆ་ལག་ལི་ཤི་སྐོར། ཁ་ཟས་འཇུ་བྱེད་ཀྱི་མ་ལག་སྐོར། ནད་ཀྱི་མཚན་ཉིད། ནད་པའི་གནས་ཚུལ། འདར་ཚད་ནད། ཕོ་བའི་ནད། རོ་དྲུག་གི་སྐོར། ཉ་ཤའི་ཕན་ཡོན་སྐོར། རྩ་བརྟག་ཐབས། མ་རིག་པའི་སྐོར། ཆང་གི་སྐྱོན་ཡོན་སྐོར། གཉེན་པོ་སྟོབས་བཞིའི་སྐོར་བཅས་ལ་བགྲོ་གླེང་གཏམ་བཤད་སྦྱོང་བརྡར་བྱས།

༩ རྣ་ས་སྨན་སྦྱོར་ཁང་དང་ཙོན་ཏ་ར་སྨན་སྦྱོར་ཁང་གཉིས་ནས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་བླ་མ་གོང་མའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱག་རྒྱུན་ལྟར་རིས་མེད་སྐྱེ་འགྲོ་ཡོངས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་བཅོས་སྨད་གསོལ་སྨན་དང་། རིན་ཆེན་རིལ་བུ། ཐང་ཕྱེ་སོགས་སྤེལ་སྦྱོར་དང་བཟོ་སྐྲུན་ཐོག་དཔལ་ལྡན་དགའ་ལྡན་ཕོ་བྲང་དང་། དགོན་སྡེ་ཁག་ནས་འབོད་སྐུལ་གནང་བ་ལྟར་མ་ཎི་རིལ་བུ་དང་བདུད་རྩི་ཆོས་སྨན་བཟོ་སྐྲུན་ཞུ་བཞིན་ཡོད། རྣ་ས་སྨན་གྱི་སློབ་མ་རྣམས་ལ་སྨན་སྦྱོར་ལག་ལེན་སྐོར་སློབ་འཁྲིད་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

༡༠ རྗེས་ལོའི་ནང་སྨན་དང་རིན་ཆེན་རིལ་བུ་སྨན་སྣེ་གྲངས་ ༡༣༠ ལ་སྨན་རྒྱུ་ཀི་ལོ་ ༦༢,༦༣༡|༠༨༤ སྤེལ་སྦྱོར་བྱས་ཏེ་རིལ་གྲངས་ས་ཡ་ ༩༣.༨༠ བཟོ་བསྐྲུན་ཞུས་པར་མ་གནས་སྒོར་ས་ཡ་ ༣༣༣.༣༢ སོང་ཡོད། ཕྱིར་ཚོང་སྨན་སྣེ་གྲངས་ ༡༠ དང་། སྨན་ཕྱེ། བཟང་དྲུག་བཅས་རིལ་གྲངས་འབུམ་ ༡༣.༨༠ བཟོ་བསྐྲུན་ཞུས་པར་མ་གནས་སྒོར་ས་ཡ་ ༢.༦༨ སོང་། དགོན་སྡེ་ཁག་གི་བྱིན་རྟེན་ཀི་ལོ་ ༤,༠༦༢|༦༥༠ དང་། མ་ཎི་རིལ་བུ་ཀི་ལོ་ ༤,༤༡༨|༩༠༠ དང་བདུད་རྩི་ཆོས་སྨན་ཀི་ལོ་ ༣,༠༠༠|༠༠༠ བཟོ་བསྐྲུན་ཞུས།

༡༡ **སྤོ་སྦྱོར་ཉམས་ཞིབ་སྡེ་ཚན**་ནས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་གཞི་རྩར་བཟུང་ནས་ལུས་ཕན་ཉེར་མཁོའི་སླད་འཚོ་བཅུད་ཆེ་བའི་ཟས་སྨན་དང་། ལུས་ཁམས་སྙོམས་ཤིང་ནད་གཞི་སོ་སོར་ཕན་པའི་སྨན་ཇའི་རིགས། ལུས་

ཀྱི་པགས་དྲངས་གསོ་བའི་བྱུག་པའི་རིགས། དུགས་ལུམས་དང་། འབྲུས་རྫས་རིགས་བཅས་དེང་དུས་འགྲོ་ལུགས་ལྟར་ཚན་རིག་གི་ལམ་ནས་ཐོན་དངོས་མི་འདྲ་བ་ཇི་སྙེད་ཅིག་བཟོ་སྐྲུན་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

༡༢ **སྨན་རྫས་ཉམས་ཞིབ་སྡེ་ཚན་**ནས་བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་གཞུང་ནས་བསྟན་པའི་རིན་ཆེན་རིགས་དང་། སྔོ་སྨན་རྩི་སྨན་སོགས་ཀྱི་སྨན་རྫས་རྣམས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ་སྔོ་སྨན་ངོས་འཛིན་དང་། སྨན་རྒྱུ་གསར་འཚོལ། ས་གནས་འདྲ་མིན་གྱི་སྨན་རྫས་དཔེ་མཚོན་གསོག་ཉར། སྨན་རྫས་སྐོར་ལ་དཔེ་དེབ་རྩོམ་སྒྲིག་དང་པར་སྐྲུན། སྨན་རྒྱུ་འདེབས་ལས། བོད་ཀྱི་སྨན་རྩིས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐང་ག་དང་སྨན་རྩྭའི་དཔེ་རིས་འབྲི་བཞེངས། དཔེ་དེབ་དང་འགྲེམས་སྟོན་བརྒྱུད་དཔར་རིས་ཀྱི་ལམ་ནས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་དང་། དེ་འབྲེལ་གྱི་ནང་དོན་ཁག་ངོ་སྤྲོད་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

༡༣ **སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་སྡེ་ཚན་**འདི་ནི་བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མིན་པའི་སྨན་རྩིས་གཉིས་ལས་བསྟན་པའི་ལུས་སེམས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་གཞི་རྩར་བཟུང་བའི་ཐོག་༸གོང་ས་༸སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་ལྟར། རིག་གཞུང་གསར་རྙིང་མང་པོའི་སྙིང་དོན་བསྡུ་ལེན་གྱིས་འགྲོ་བ་མིའི་ལུས་སེམས་གཉིས་ལས། གཙོ་བོ་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཞབས་ཞུ་ཚད་མཐོར་ཡོང་ཐབས་ཆེད་ལས་དོན་སྒྲུབ་མུས་སུ་མཆིས།

༡༤ **དཔེ་དེབ་ཞིབ་འཇུག་དང་པར་བསྐྲུན་སྡེ་ཚན་**ནི་སྔོན་བྱོན་མཁས་དབང་རྣམས་ཀྱིས་བརྩམས་པའི་བོད་ཀྱི་སྨན་རྩིས་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཕྱོགས་སྒྲིག་དང་། འཚོལ་ཞིབ་བདག་ཉར། ཕབ་སྒྱུར། པར་སྐྲུན་བྱེད་པ་མ་ཟད། རྒྱུན་ཚད་ལ་ཉེ་བའི་སྨན་རྩིས་གཞུང་དང་། ཉམས་ཡིག་རིགས་འཚོལ་སྒྲུབ་དང་སྒྱུར་སྐྱོབ། ཞིབ་འཇུག་བྱེད་རྒྱུ། གློག་རྡུལ་གྱི་བྱ་ལམ་དང་དུས་དེབ་སོགས་ནང་སྨན་རྩིས་གཞུང་ལུགས་དང་། དེའི་ལག་ལེན་གྱི་ཁྱད་ཆོས་རྣམས་འཛམ་གླིང་སྟེང་གི་ཕྱི་ནང་མི་རིགས་དོན་གཉེར་ཅན་ལ་ངོ་སྤྲོད་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

༡༥ **ཉམས་ཞིབ་སྡེ་ཚན་**འདིས་ཉམས་ཞིབ་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་ནད་རིགས་ཁག་ལ་བོད་སྨན་གྱི་ཕན་སྐྱེད་དང་། ཕྱི་ལུགས་ནས་བཅོས་དཀའ་བའི་ནད་རིགས་ལ་བོད་སྨན་གྱི་ཕན་ནུས་གང་འདྲ་ཐོན་མིན་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ་མཐའ་མའི་གྲུབ་དོན་དེང་དུས་ཀྱི་ཚན་རིག་ཐོག་ནས་ར་སྤྲོད་བྱེད་ཐབས་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

༡༦ **སྐར་དཔྱད་རྩིས་རིག་སྡེ་ཚན་**ནས་ད་ལྟའི་ཆར་སྡེ་ཚན་གྱི་ཞུ་སྒོ་གཙོ་བོ་༸གོང་ས་མཆོག་བོད་ལུགས་དགུང་གྲངས་༩༠ ཐེབས་པའི་སྐུའི་དགུང་ཀེག་ཀེག་རྩིས་བཞེངས་ཏེ་ཕུལ། ༸སྐུའི་སྐུ་ཁམས་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་ཚུལ་ཕྱོགས་

བསྡུས་ཤིག༧སྐུའི་བླ་སྨན་ཞབས་ཞུ་བ་རྟ་མགྲིན་ལགས་སུ་ཕུལ། དཔལ་ལྡན་དགའ་ལྡན་ཕོ་བྲང་ཡིག་ཚང་གིས་རྟེན་མངོས་འཕེན་རྒྱུའི་དུས་ཚོད་དང་སློབ་དཔོན་ཞལ་ཕྱོགས་ཕུལ། ༧སྐུའི་ལྷུགས་སྨིན་བཟོ་སྐྲུན་གྱི་དུས་ཚོད་གཅིག་ཀྱང་བཏོན། ༧སྐུ་བཅར་རྣམ་གྲྭ་པན་བདེ་ལེགས་བཤད་གླིང་གི་དགུ་གཏོར་ཚེས་ཆ་སྟོན།

༡༧ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ བོད་གནམ་ལོ་ཤིང་འབྲུག་ལོའི་ལོ་ཐོ་རྒྱས་བསྡུས་དང་ཤོག་ཀྲང་མའི་མ་ཟིན་ལ་ཞུ་དག་ཡོངས་སུ་ཟིན་ཐོག་ལོ་ཐོ་ཤོག་ཀྲང་མ་དེ་བཞིན་ཤོག་ལྷེ་མང་དུ་དང་མཐོང་བདེར་བཟོས་ཐོག་མདུན་ལྡོག་ལོ་ཐོ་གསར་སྤེལ་བཅས་ཀྱི་ལས་གཞི་ཡོངས་སུ་ཟིན་ཏེ་སྤར་འདེབས་ཆེད་ལྡི་ལི་ཕྱིར་ཚོང་ཁང་དུ་བཏང་ཟིན། དེ་བཞིན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༥ བོད་གནམ་ལོ་ཤིང་སྦྲུལ་ལོའི་ལོ་ཐོ་རྒྱས་པའི་མ་ཟིན་གློག་ཀླད་ནང་བཅུག་སྒྲིག་གིས་དེར་མཐའ་མའི་ཞུ་དག་འགྲོ་མུས།

༡༨ **རྒྱ་ཡིག་སྡེ་ཚན**་འདིས་བོད་ཀྱི་སྨན་རྩིས་གཉིས་ཀྱི་རིག་གཞུང་འཛམ་གླིང་གང་སར་གནས་པའི་རྒྱ་མི་རིགས་ཀྱིས་ལོངས་སུ་སྤྱོད་ཐུབ་པ་དང་། ཉྭ་རྒྱའི་བརྒྱུད་སྨན་རྩིས་གཉིས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཁྱབ་སྤེལ་ཞུ་བཞིན་ཡོད།

༡༩ **ཙོན་ཏ་ར་དང་བདེ་སྐྱིད་གླིང་གསོ་རིག་སློབ་གཉེར་དང་ཉམས་ཞིབ་སྡེ་ཚན**་ནི་བོད་ལུགས་གསོ་བ་རིག་པ་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་ངོས་ལེན་ཐུབ་པའི་ཁོངས་སུ་ཙོན་ཏ་ར་གསོ་རིག་སློབ་གཉེར་དང་ཉམས་ཞིབ། བདེ་སྐྱིད་གླིང་གསོ་རིག་སློབ་གཉེར་དང་ཉམས་ཞིབ་ཞེས་རྒྱལ་སྤྱི་དང་གནས་ཡུལ་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་ཆབ་སྲིད་དང་ཁྲིམས་སྒྲིག་སོགས་ལ་སྙོ་ཀུན་ནས་གཞི་བཙལ་ཏེ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ དང་ ༢༠༡༨ སོ་སོར་གསར་དུ་བཙུགས་ཏེ་མངའ་སྡེ་ཧི་མ་ཅལ་དང་། ཨུ་ཏྲར་ཁཎྜ་བཅས་སུ་ཚོགས་པ་དེབ་སྐྱེལ་ཁྲིམས་ཡིག་འོག་ཁེ་མེད་ལས་འཛིན་ཚོགས་སྡེའི་ངོ་བོར་དེབ་སྐྱེལ་ཞུས་པའི་ཐོག་རྒྱུན་ལྡན་གྱི་ལས་དོན་སྤྱངས་འཛིན་གནང་མིར་ཚོགས་པའི་ངོ་བོ་མཚོན་པའི་ཚོགས་གཙོ་དང་ཚོགས་མི་བཅས་ལོགས་སུ་ཡོད། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༡༢ ཙམ་ནས་ཙོན་ཏ་ར་དང་། བདེ་སྐྱིད་གླིང་གསོ་རིག་སློབ་གཉེར་དང་ཉམས་ཞིབ་ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་ཡན་ལག་སྨན་ཁང་རྣམས་རིམ་པས་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་ཡན་ལག་ཁོངས་སུ་ཟླ་སྒྲིལ་གྱི་ལས་དོན་གཉེར་བཞིན་ཡོད།

༢༠ **སྤུས་ཚད་སྟངས་འཛིན་སྡེ་ཚན**་ནས་གསོལ་སྨན་དང་གསོ་རིག་ཐོན་དངོས་བསྡོམས་གྲངས་ ༣༤༦ དང་སྨན་གྱི་ཕྱེ་མ་གྲངས་ ༦༩ ལ་བཞའ་བརྟན་གྱི་བརྟག་དཔྱད་ཞུས། རྡ་ས་སྨན་སྦྱོར་སྡེ་ཚན་ནས་བཟོ་བསྐྲུན་ཞུས་པའི་གསོལ་སྨན་སྣེ་གྲངས་ ༧༠ དང་ཙོན་ཏ་ར་སྨན་སྦྱོར་སྡེ་ཚན་ནས་བཟོ་བསྐྲུན་ཞུས་པའི་གསོལ་སྨན་སྣེ་གྲངས་ ༥༦ སྤོ་སྦྱོར་

ཉམས་ཞིབ་སྡེ་ཚན་ནས་བཟོ་བསྐྲུན་ཞུས་པའི་གསོ་རིག་སྨན་ཇ་གྲངས་ ༢༣ དང་བྲུག་པ་གྲངས་ ༡༩༢ ལ་སྤྱུས་ཚད་བརྟག་དཔྱད་ཞུས།

༣༡ **སྤོ་སྨན་འདེབས་ལས་སྡེ་ཚན**་ནས་ཙོན་ཏ་ར་སྤོ་སྨན་འདེབས་ལས་ཀྱི་ལས་གཞི་ནང་སྤོ་སྨན་གུར་གུམ་དྲོད་ཁང་དུ་ཚོད་ལྟའི་ལས་འཆར་ཞིག་སྤེལ་ཟིན་པ་དང་། སྔོན་འབྲས་སྤུས་ཚད་ལེགས་པོ་ཡོད་པ་རྣམས་འདེབས་ལས་ཀྱི་ལས་གཞི་རྒྱ་སྐྱེད་ཁོངས་ (Polybag) ༥༠༠༠ ནས་ ༦༠༠༠ ནང་སྤོ་སྨན་གུར་གུམ་དང་ཨ་ཤོ་གནྡྷ་སྡོང་འཛུགས་བྱས་པ་རྣམས་ཞིང་སར་འདེབས་བཙུགས་བྱས། ཡང་བོད་མིའི་གཞིས་སྒར་ཁག་ནས་ཕེབས་པའི་སོ་ནམ་པར་ཙོན་ཏ་རར་ཕྱི་ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༢༣ ཉིན་སྨན་རྩ་འདེབས་ལས་སྐོར་ཟབ་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་ཞུས།

༣༢ **སྨན་སྦྱིན།** ལོ་གཅིག་ནང་སྨན་སྦྱིན་ཆ་ཚང་ཕུལ་བའི་མི་གྲངས་ ༥༣༨༣༥ ལ་སོང་སྒོར་ ༢,༥༦,༢༣,༣༡༨|༣༢ དང་། མི་གྲངས་ ༡༣༩༣༤༢ ལ་ཕྱེད་བཅག་སྨན་སྦྱིན་སོང་སྒོར་ ༣,༢༥,༦༩,༠༨༩|༤༤ བཅས་གནས་ཡོད་པར་མང་ཚོགས་ལ་ཕན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད།

༣༣ **ཐོན་རྫས་ལེ་སྦྱུར་སྡེ་ཚན**་ནས་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་ཐོན་རྫས་ཡོངས་ཀྱི་ཕྱི་འཕྲུམ་རྣམས་ FDA ཡི་འགྲོ་ལུགས་གཞིར་བཟུང་ཐོན་རྫས་སོ་སོའི་མིང་བྱང་དང་། སྦྱོར་བ། ཕན་ནུས་སོགས་ཀྱི་འགྲེལ་བརྗོད་བྱས་བཀོད་སྨན་ཐུམ་གྲངས་ ༡ དང་། ཐོན་དངོས་གྲངས་ ༨ ལེགས་གྲུབ་ཟིན། སྨན་རྩིས་ཁང་གི་དེབ་གྲངས་ ༢ གསོ་རིག་ཐོན་དངོས་གྲངས་ ༣༨༤༣ ཚོང་འགྲེམས་ཞུས་པར་ཡོང་འབབ་སྒོར་ ༣,༤༦,༩༣༥ བྱུང་།

༣༩ རྩིས་ལོའི་ནང་སྨན་དང་ཐོན་རྫས་ཁྲོན་བསྡོམས་ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་ལ་ཕྱིར་ཚོང་ (Total Export Sales) བྱུང་བ་**དང་**རྒྱ་གར་ནང་ཚོང་འབབ་བྱུང་བ་ (Total Domestic Sales) གཉིས་ཁྲོན་བསྡོམས་ས་ཡ་ ༣༥.༨༣ ནས་འགྲོ་གྲོན་ཆ་ཚང་འཐེན་ཏེ་གཙང་ཁེ་ (Net Profit) སྒོར་ས་ཡ་ ༡༡.༣༠ བྱུང་ཡོད།

བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་།

༡ འདི་ག་བདེ་སྨན་ནས་ཨ་རི་ Johns Hopkins University ཏེ་བི་ཉམས་ཞིབ་བསྡི་གནས་ཁང་གི་རོགས་དངུལ་རྒྱབ་སྐྱོར་འོག་བཙན་བྱོལ་ནང་རྟེན་གཞི་བྱས་པའི་རང་རེའི་སློབ་དགོན་བཙུན་གསུམ་ནང་ཏེ་བི་རྩ་མེད་ Zero TB Project བཟོ་རྒྱུའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལས་གཞི་ཞིག་བརྩམས་སྤེལ་ཞུས་ཏེ་ལོ་ངོ་ལྔ་ལ་ཁ་གཏད་ཡོད་ཅིང་། ལས་གཞི་འདི་ཉིད་ས་མ་ཐུད་ལག་བསྟར་ཞུ་ཆེད་རང་རེའི་བཙན་བྱོལ་སྤྱི་ཚོགས་ནང་རྟེན་གཞི་བྱས་པའི་

སློབ་དགོན་བཙུན་གསུམ་ནང་ཊི་སྦི་སྨན་པ་རྣམས་ནས་ཨུཊྟར་ཁཎྜ་ས་ཁུལ་དང་སྦིར་ཁུལ་དུ་སྐོར་སྐྱོད་ཀྱིས་སྦྱིར་ཊི་སྦི་ན་ཚ་ Active TB དང་། ཡང་སྐོགས་མི་མངོན་པའི་ཊི་སྦིའི་ (Latent TB infection) ནད་རྟགས་ཡོད་མེད་ཁྲག་ལུད་གློག་པར་བཅས་བརྒྱུད་རིམ་གསུམ་ཐོག་བརྟག་དཔྱད་ཞུས་ཡོད། ཊི་སྦིའི་སྨན་ཞབས་འགོ་འཛིན་ནས་ཀུང་ཀཱ་ར་རྫོང་གི་ཊི་སྦི་རྩ་འགོག་གི་ལས་འཆར་དང་འབྲེལ་བའི་གལ་ཆེའི་ཚོགས་འདུར་མཉམ་ཞུགས་བྱས། དེ་བཞིན་ཊི་སྦི་ནད་རྟགས་ཐོན་པ་དང་ལྷག་པར་མི་མངོན་པའི་ཊི་སྦིའི་ Latent TB ནད་རྟགས་ཐོན་མཁན་གྲྭ་བཙུན་རྣམས་ལ་སྨན་བཅོས་བཏང་བའི་གནས་སྟངས་རྟོག་ཞིབ་ཀྱི་མཇུག་སྐྱོང་སྨན་བཅོས་སྐོར་སྐྱོད་ཞུས།

༢ ཀཱ་ར་རྫོང་གི་ཊི་སྦི་སྡེ་ཚན་ནས་རྒྱ་གར་རྒྱལ་ཡོངས་ཊི་སྦི་རྩ་འགོག་གི་ལས་གཞི་དང་འབྲེལ་ ༢༠༢༤།༣།༡༠ ཉིན་ཀཱ་ར་ Regional Health and Welfare Training Center, Chebb བསྐྱེ་གནས་ཁང་དུ་སྨན་གྱི་སློབ་གཉེར་རྒྱུན་མཐུད་དང་འབྲེལ་བའི་ཟབ་སྦྱོང་ཞིག་གོ་སྒྲིག་གནང་བའི་ཁོངས་འདི་གཞི་སྨན་པ་གྲངས་ལྔ་ལ་མགྲོན་བརྡ་འབྱོར་དོན་བཞིན་མཉམ་ཞུགས་བྱས།

༣ བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་དམིགས་ཏེ་ Livelihoods in Focus ཞེས་པའི་དམིགས་བསལ་ལས་འགུལ་འོག་༢༠༢༣།༦།༢༠ ནས་ཚེས་ ༢༢ བར་རྣ་སར་རྟེན་གཞི་བྱས་པའི་རང་རེའི་དགོན་སྡེ་གྲྭ་ཚང་དང་། ལག་ཤེས་ལྟེ་གནས་ཁང་། སློབ་གྲྭ་ཁག །གཞན་ཡང་བདེ་སྨན་དང་འབྲེལ་ཡོད་ས་གནས་ཀྱི་དབང་པོ་སྐྱོན་ཅན་གྱི་སློབ་གྲྭ་ Surya Uday Charitable Trust བཅས་པར་སྐོར་སྐྱོད་ཀྱིས་མིག་ཤེས་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་ལས་རིམ་ཞིག་གོ་སྒྲིག་ཞུས་ཡོད། དེ་བཞིན་ Vision Spring Foundation ནས་རྣ་སའི་བོད་མིར་མིག་ཤེས་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་ལས་རིམ་མཇུག་སྐྱོང་སླད་ཟླ་ ༥ ནང་སྨན་པ་དང་ལག་རྩལ་མི་སྣ་ཆེད་གཏོང་གིས། ཕྱི་ཚེས་ ༡༡ དང་ ༡༢ བཅས་ཉིན་གཉིས་རིང་མིག་ལྟན་བདེ་སྨན་ཡན་ལག་སྨན་ཁང་དང་། དེ་རྗེས་ཕྱི་ཚེས་ ༡༣ ཉིན་རྣ་ས་བྱམས་པ་གླིང་ཐུས་གསོ་ཁང་བཅས་སོ་སོར་སྐོར་བསྐྱོད་ཀྱིས་མིག་ཤེས་བརྟག་དཔྱད་ཞུས་པར་ཕན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད། ཡང་མང་ཚོགས་ནང་མིག་ནད་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཡང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་འཕྲད་བཞིན་ཡོད་སྟབས། རྣ་ཤོད་ Apex སྨན་ཁང་གི་སྨན་པ་ (Ophthalmologist) ཞིག་རེས་གཟའ་ཕུར་བུ་རྟག་བཅར་བརྟག་དཔྱད་གནང་གི་ཡོད་པར་རྩིས་ལོའི་ནང་མི་གྲངས་ ༢༤༠ སོ་སོར་བརྟག་དཔྱད་དང་སྨན་བཅོས་ལམ་སྟོན་ཕུལ།

༤ རྒྱ་གར་རྒྱལ་ཡོངས་མཆིན་ནད་ཉམས་ཞིབ་མཐུན་ཚོགས་ Indian National Association for Study of the Liver ནས་ཇི་ལྟར་མགྲོན་བརྡ་འབྱོར་བ་ལྟར་འདི་གའི་སྨན་པ་ཕྱི་ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༣ ནས་ ༦ བར་ཨོ་ཊི་ཤ་མངའ་

སྡེའི་རྒྱལ་ས་སྦུབ་ནེ་ཤེ་ཞར་དུ་མཆིན་པའི་ནད་བཅོས་ཉམས་ཞིབ་ཐོག་ཆེད་ལས་སྨན་པ་གྲགས་ཅན་མང་དག་འདུས་པའི་ཚོགས་ཆེན་དུ་ཚོགས་བཅར་གྱིས་མཆིན་ནད་སྨན་བཅོས་ཐད་དུས་མཐུན་ལེགས་ཤེས་ཁ་སྐོང་གིས་བློ་སྐྱེད་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད།

༥ རྣ་ཤོད་ས་གནས་གཞུང་གི་སྨན་ཁང་ནས་བཟ་ཐོ་འགྲོར་དོན་བཞིན་ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༢༤ ཉིན་འདི་གའི་སྨན་ཞབས་གཉིས་ནས་བྱེད་སྒྲུམ་མ་ཅན་དང་བྱིས་པའི་སྨོན་ཁབ་དང་འབྲེལ་བའི་ U-Win ཞེས་པའི་ཐབ་སྦྱོང་ཞིག་ནང་མཉམ་ཞུགས་བྱས་པའི་གཙོ་བོ་མངལ་སྒྲུམ་གྱི་མཐའ་འབྲས་ (དཔེར་ན་བཙའ་བ། མངལ་ཤོར་བ། འཆི་སྐྱོན།) དང་། དེ་བཞིན་སྐྱེས་འབྲས་དང་སྐྱེས་རྗེས་བྱིས་པར་སྨན་དང་སྨོན་ཁབ་རྣམས་དུས་ཐོག་ཐོབ་ཕྱིར་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་བྱེད་ནས་འགན་འཁུར་རྐང་ལེན་ཐོག་བྱིས་པ་སྐྱེས་བསྡུ་ཁང་རང་དུ་ U-Win དྲྭ་སྒོ་ནང་འཇུག་ཞུགས་ཀྱིས་ཐོ་འགོད་ཇི་ལྟར་བྱེད་ཕྱོགས་ཐོག་ཐབ་སྦྱོང་ཐོབ་ཡོད།

༦ ཕྱོ་གོ་རི་ཡ་ནས་སྙིང་གི་སྨན་པ་གྲགས་ཅན་ Dr. Il Soo Lee མཆོག་གི་ཆེད་ལས་པའི་མཐུན་འགྱུར་འོག་ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༥ དང་ ༢༦ ཉིན་ཕྱེད་རིང་འདི་གར་རིན་མེད་སྙིང་ནད་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་སྨན་སྒར་ཞིག་གོ་སྒྲིག་ཞུས་ཡོད་པར། ཁྲོན་བསྡོམས་ནད་པ་གྲངས་ ༦༠ བསྙེབས་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་བྲང་འཁོག་གློག་པར་དང་། སྙིང་གི་བརྟག་དཔྱད་ ECG དང་ Echo CG བཅས་བརྒྱུད་རིམ་གསུམ་ཐོག་བརྟག་དཔྱད་ཀྱིས་དགོས་ངེས་སྨན་བཅོས་དང་ཟས་སྤྱོད་བསྟེན་ཚུལ་ཐོག་ལམ་སྟོན་ཕུལ་ཡོད།

༧ ཀཱངྒ་ར་རྫོང་གི་ཏེ་སྦི་དང་འཕྲོད་བསྟེན་འགན་འཛིན་སྨན་པ་ R K Sood ལགས་ནས་ཇི་ལྟར་རེ་སྐུལ་གནང་དོན་བཞིན་བདེ་སྨན་དང་རོ་ཊ་རི་ཚོགས་པ་གཉིས་ཟུང་སྦྲེལ་ཐོག་རྡ་ས་ས་གནས་གཞུང་གི་བཙོན་ཁང་དུ་ (Dharamshala Jail inmates) བཙོན་པ་གྲངས་ ༣༤༣ ཡོད་པ་ཆ་ཚང་ལ་ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༦ ནས་ ༤ བར་ཉིན་གྲངས་གསུམ་རིང་ཏེ་སྦི་ནད་གཞི་ཡོད་མེད་བརྟག་དཔྱད་ཞུས།

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

ཕྱག་ཚོད་ ༣ཿ༢༠ བར་དུ་གསོལ་ཇའི་བར་གསེང་ཡིན།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༨ ཉིན་གྱི་ཐུན་བཞི་པ།

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

ལས་རིམ་ སྔ་མ་ཐུད་ ཀྱི་ཡིན། ད་ལྟ་ལས་རིམ་འགྲོ་བཞིན་པ་འདི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣---༢༠༢༤ ལོའི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྒོམས་སྙིང་བསྡུས་སྙན་སྐྱོན་གནང་བསྡད་ཡོད། དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག་འབྲོས་དེ་སྙན་སྐྱོན་གནང་རོགས་གནང་།

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་སྐྱེན་པ་ཚེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག སྔ་མ་ཐུད་ནས་སྙན་སྐྱོན་ཞུ་ཚོག་པ་གྱིས།

༨ ཕྱི་ཟླ་ ༡༢ ཚེས་ ༡ སྔེ་གཞན་ནད་རིག་དུག་གི་ཉིན་མོར་བདེ་སྲུང་དང་། ཀུན་ཕན་དགེ་རྩ་ཚོགས་པ་གཉིས་ཟུང་སྦྲེལ་ཐོག་མིག་རྟགས་དུ་མང་ཚོགས་ནང་ནད་ཀྱི་འབྱུང་རྩ་དང་། སྔོན་འགོག་ཐབས་ལམ་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་གོ་རྟོགས་གཏམ་བཤད་དང་། ཟུང་ཁྲག་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་འདོད་པའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ལ་རིན་མེད་བརྟག་དཔྱད་ཞུས།

༩ རྔ་ས་དང་ཀླུ་རའི་ཉེ་འཁོར་དུ་གནས་པའི་མང་ཚོགས་ནང་རིན་མེད་མིག་དབང་སྐྱ་སྒྲིབ་གཤག་བཅོས་ཀྱི་ལས་རིམ་ཞིག་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༡༢ ཚེས་ ༢༥ ཉིན་ནད་པ་ ༣༠༠ ཡས་མས་བསླེབས་འབྱོར་རྣམས་ལ་སྐྱ་སྒྲིབ་བརྟག་དཔྱད་དང་། གཤག་བཅོས་དགོས་ངེས་ནད་པ་གྲངས་ ༥༤ ལ་སྐྱ་སྒྲིབ་གཤག་བཅོས་ཀྱིས་ལེགས་གྲུབ་བྱུང་བ་དང་། དེའི་ཁོངས་ནས་མི་གྲངས་ ༣༠ ཡུལ་མི་དང་ ༢༤ རང་རིགས་ཡིན།

༡༠ ཉིན་བོད་མཛའ་འབྲེལ་ཚོགས་པའི་ངོས་ནས་བདེ་སྲུང་འཛིན་སྐྱོང་དང་མཉམ་རུབ་གནང་རྒྱུའི་རེ་སྐུལ་གནང་དོན་བཞིན། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༡༩ ཉིན་རྔ་ས་ནས་ཆུ་ཚོད་གཉིས་ཀྱི་སར་ཡོད་པའི་ Salu ཞེས་པའི་མཐའ་འཁོབ་གྲོང་གསེབ་ཅིག་གི་ནང་རིན་མེད་སྨན་སྒར་ཞིག་གོ་སྒྲིག་ཞུས་པ་ལེགས་གྲུབ་བྱུང་། སྨན་སྒར་དུ་ཁྲོན་བསྡོམས་ནད་པ་གྲངས་ ༢༡༠ ནས་བསྟེན་གཏུག་བྱས་ཡོད།

༡༡ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡ ནས་ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༤ བར་ཧི་ལོག་ཕུར་དུ་རྟེན་གཞི་བྱས་པའི་ཞྭ་ལུ་དགོན་པའི་ནང་འདི་གའི་སྨན་པ་དང་སྨན་ཞབས་བཅས་པས་སྨན་བཅོས་ཞབས་ཞུ་རིན་མེད་ཐོག་ཞུས་པ་མ་ཟད། དགོན་པ་དེར་ཆོས་འབྲེལ་སྐབས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་བྱེད་ངེས་པར་དགོས་གལ་མདོན་པར་དང་བླངས་སྨན་ཞབས་ཤིག་བསྐོ་འཛུགས་ཞུས་པ་དེས་ཆོས་ཞུ་བ་རྣམས་ལ་ཟ་དྲག་གི་འཕྲོད་བསྟེན་ཞབས་ཞུ་འབུལ་རྒྱུར་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད་པ་དགོན་པའི་མཁན་པོ་དང་ཆོས་ཞུ་བ་ཡོངས་ནས་བསྔགས་བརྗོད་ཐོབ།

༡༢ དགའ་ལྡན་ཕོ་བྲང་དུ་དམིགས་བསལ་ཞབས་ཞུ་ཁག་ཅིག་ནི་༼རྒྱལ་བའི་ཕོ་བྲང་གི་མཆོད་ཆབ་ནང་ནད་འབྱུ་ཡོད་

མེད་བརྟག་དཔྱད་འགན་འཁུར་ཐོག ས་གནས་གཞུང་གི་འཐུང་ཆུའི་ལས་ཁུངས་ནས་ཟླ་བ་གསུམ་རེའི་ནང་མཚོད་ཚབ་བརྟག་དཔྱད་ཐེངས་རེ་ཞུས་པའི་སྙན་ཐོའི་ངོ་བཤུས་དགའ་ལྡན་ཕོ་བྲང་ཡིག་ཚང་དུ་འབུལ་སྲུས་དང་། ཕོ་བྲང་ནང་བཞུགས་མཆམས་པ་དང་། བགྲེས་ཡོལ་བ། དེ་བཞིན་ཞབས་ཞུ་བ་རྒན་གྲས་རྣམས་ལ་སྐུ་གཟུགས་གནས་བབ་དང་། གཙིན་སྙི་སོགས་ནད་གཞི་བྱེ་བྲག་པའི་གནས་སྟངས་བརྟག་དཔྱད་ཞུ་དགོས་རྣམས་འདི་ནས་མི་འགྲོ་ཆེད་གཏོང་གིས་ཕོ་བྲང་རང་དུ་སྐུ་ཁྲག་འཛིན་རྒྱུ་སོགས་ཞབས་ཞུ་སྒྲུབ་བཞིན་ཡོད། བདེ་སྲུང་ལས་ཁུངས་ནས་རེ་སྐུལ་གནང་དོན་བཞིན་ལོ་ཤས་སྔོན་ནས་༧རྒྱལ་བའི་ཕོ་བྲང་གི་སྐུ་སྲུང་ཞབས་ཞུ་བ་ཁྲོན་བསྡོམས་ ༩༦ ཡོད་པ་སྐབས་དུས་བརྗེ་ལེན་གྱི་ཚབ་གསར་རྣམས་ལ་གཟུགས་གཞི་བརྟག་དཔྱད་དང་། གཞན་ཡང་ཁོང་ཚོར་དགོས་གལ་ནས་བྱུང་ལ་འདི་གར་ཡོད་པའི་སྨན་བཅོས་བརྟག་དཔྱད་དང་གསོལ་སྨན་རྣམས་རིན་མེད་མཐུན་འགྱུར་ཞུ་སྲུས།

༡༣ འདི་གའི་སོའི་སྨན་པ་དང་ལས་རོགས་གཅིག་ནས་སོའི་སྨན་བཅོས་ཞབས་ཞུ་ཕུལ་བ་ཁྲོན་བསྡོམས་ནད་པ་གྲངས་ ༡༡༦༧ རྣམས་ལ་སོ་ཏྲུལ་བེད་མེད་རྩ་བཀོག་དང་། ས་སྟོང་འགེངས་བཅོས། སོ་གཙང་བཟོ། སོའི་རྩ་བར་སྨན་བཅོས། སོའི་གློག་པར། སོ་རྙིལ་འཆམ་སྦྱོར་དང་འཆམ་བཀྲོལ། ཙག་ཙིག་སྨན་བཅོས། སོ་ཁེབས་བཟོ་སྐྲུན། མཚན་མོར་སོ་སྲུང་ཁེབས་གཡོག་སོགས་ཀྱི་སྨན་བཅོས་ཞུས་ཡོད།

༡༩ བདེ་སྨན་དུ་ཁྲོན་ལས་བྱེད་གྲངས་ ༥༡ ཡོད་པ་དང་། སྔོ་བསྟེན་ནད་བཅོས་ཁང་དུ་བོད་མི་དང་། རྒྱ་གར་བ། ཕྱི་རྒྱལ་བ་བཅས་པའི་ནད་པ་ཁྲོན་གྲངས་ ༡༩༡༦༩ དང་། རྣ་སྙིང་སྨན་ཁང་དུ་ནད་པ་གྲངས་ ༩༩༦༣ ནད་གསོ་ཁང་དུ་ཁྲོན་ནད་པ་གྲངས་ ༢༦༠ ལ་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་བྱས་པའི་ཁོངས་ནས་མི་གྲངས་ ༢༣ འདས་གྲོངས་སུ་ཕྱིན་ཡོད། ཀཱ་ཧྲ་ར་ Fortis སྨན་ཁང་ནས་རེས་གཟའ་པ་སངས་རྟག་བཅར་མོ་ནད་སྨན་པ་ཞིག་འདི་གར་ཆེད་ཐེབས་གནང་བཞིན་ཡོད་པར་རྩིས་ལོའི་ནང་མི་གྲངས་ ༩༧༩ ནས་བསྟེན་གཏུགས་བྱུང་འདུག གཟུགས་གཞི་ཆ་ཚང་བརྟག་དཔྱད་བྱས་པ་མི་གྲངས་ ༢༠༧ བྱུང་ཡོད། གློག་པར་དང་རྫས་འགྱུར་བརྟག་དཔྱད། ཕོ་བ་བརྟག་དཔྱད་སོགས་ཀྱི་སྣེན་ཐོ་ཞིབ་ཕྲ་དང་། ཡང་ནད་པར་ཞབས་ཞུ་རིན་མེད་དང་ཆག་ཡང་གང་འོས་བཏང་བའི་སྨན་སྦྱིན་སྣོར་ཞིབ་ཕྲ་ལས་བསྡོམས་རྒྱས་པ་ནང་གསལ་ཡོད།

བོད་རྒྱལ་ཡོངས་རྩེད་རིགས་ཚོགས་པ།

༡ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༦ ནང་རྒྱལ་ཡུམ་ཆེན་མོའི་དྲན་རྟེན་གསེར་གྱི་གཟེངས་རྟགས་རྐང་རྩེད་སྤོ་ལོའི་རྩེད་འགྲན་ཐེངས་ ༢༥ པ་དེ་བཞིན་རྣ་སྙིང་བོད་ཁྱིམ་སློབ་གྲྭར་ཚེས་ ༡ ནས་ ༡༡ བར་ཉིན་གྲངས་ ༡༡ རིང་གོ་སྒྲིག་ཞུས་ཡོད་པ་དང་། རྩེད་འགྲན་ནང་རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ། ཨོ་སྒླིང་། ཡོ་རོབ་བཅས་ནས་བོད་པའི་རྐང་སྤོལ་རུ་ཁག་ ༡༦ ནས་མཉམ་ཞུགས་གནང་ཡོད། མཐའ་མའི་འགྲན་སྡུར་འདི་ཉིད་རྣ་ས་རུ་ཁག་དང་དོན་གྲུབ་གླིང་རུ་ཁག་གཉིས་དབར་གནང་སྟེ་མཐའ་མའི་རྒྱལ་ཁ་རྣ་ས་རུ་ཁག་ལ་ཐོབ་ཡོད་པ་དང་། འདི་ལོའི་བོད་རྒྱལ་ཡོངས་བུའི་རྐང་རྩེད་སྤོ་ལོའི་རུ་ཁག་ཁོངས་

རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་ནས་རྩེད་མོ་བ་གྲངས་ ༡༩་དང་། ཕྱི་རྒྱལ་ནས་བོད་པའི་གཞོན་སྐྱེས་རྐང་རྩེད་སྤོ་ལོ་བ་ ༡༠ ཙམ་འདེམས་ཞུས་ཡོད་པར་སྔེ་ར་སྟུན་གྱི་ས་གནས་དོན་འགྲུབ་གླིང་དུ་བོད་རྒྱལ་ཡོངས་བུའི་རྐང་རྩེད་སྤོ་ལོའི་རུ་ཁག་གི་རྐང་སྦྱོལ་སྦྱོང་བརྡར་གྱི་ལས་རིམ་ཟླ་གཅིག་རིང་སྤེལ་ཡོད།

༢ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༡༨ ཉིན་ནང་སྲིད་དྲུང་ཆེ་དབུ་བཞུགས་ཐོག་ལྷོ་སྤྱི་གཙོས་བོད་རྒྱལ་ཡོངས་རྩེད་རིགས་ཚོགས་པའི་ཚོགས་གཙོ་དང་རྒྱུན་ལས་དེ་བཞིན་ལྷོ་ཕྱོགས་གཞིས་ཆགས་ཁག་ལྔའི་ས་གནས་འགོ་འཛིན་གཙོས་ས་གནས་རྩེད་རིགས་ཚོགས་ཚུང་གི་འཐུས་མི་གཉིས་བཅས་ལྷོ་སྤྱི་ལས་ཁུངས་སུ་སྐོང་ཚོགས་ཀྱིས་༧རྒྱལ་ཡུམ་ཆེན་མོའི་དྲན་རྟེན་གསེར་གྱི་གཟེངས་རྟགས་རྐང་སྦྱོལ་རྩེད་འགྲན་ལས་འཕྲོས་པའི་གནས་དོན་མང་པོ་ཞིག་ཁ་གསལ་དང་གོ་དོན་བྱུང་བ་ཁག་གཙང་སེལ་གོ་བསྡུར་ཐག་གཅོད་བྱུང་ཡོད།

༣ ཀོ་ནི་ཕྰ་ཨེ་ཤེ་ཡ་གཟེངས་རྟགས་ (CONIFA Asia Cup 2023) ཀྱི་རྩེད་འགྲན་དེ་བཞིན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༨ ཚེས་ ༡ ནས་ ༦ བར་ Portugal རུ་རྩེད་རྒྱུ་གཏན་ཁེལ་བྱུང་ཡོད་ནའང་། རྒྱ་གར་གྱི་ཕྱི་སྐྱོད་ལག་འཁྱེར་མེད་པའི་མི་གྲངས་ ༩ ལ་ཕྱི་སྐྱོད་མཐོང་མཆན་ཐོབ་མེད་པ་དང་། མཐོང་མཆན་ཐོབ་པའི་རྩེད་མོ་བ་ ༥ དང་ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་ནས་བོད་རིགས་བཅས་པས་རྐང་རྩེད་སྤོ་ལོའི་འགྲན་བསྡུར་ཁོངས་མཉམ་ཞུགས་གནང་ཡོད། ཐོག་མར་རྩེད་འགྲན་འདིའི་ནང་མཉམ་ཞུགས་གནང་མཁན་རུ་ཁག་ ༨ ཡོད་ཀྱང་དུས་ཡུན་ཐུང་དུའི་ནང་རྩེད་འགྲན་ཚོགས་ཡུལ་འགྱུར་བ་ཕྱིན་སྐབས་མཐར་རུ་ཁག་གསུམ་ལས་བྱུང་མེད།

༤ ཕྱི་ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡ ནས་ ༧ བར་ལ་དྭགས་དབུས་གཞུང་མངའ་སྡེའི་འཛིན་སྐྱོང་དང་། ལ་དྭགས་གླེ་རང་སྐྱོང་རི་ལྗོངས་ཡར་རྒྱས་ལྷན་ཚོགས་གཉིས་ཀྱི་གོ་སྒྲིག་འོག་ལ་དྭགས་རྐང་སྦྱོལ་རྩེད་རིགས་ཚོགས་པའི་འགན་ཁུར་འོག Climate Cup ཞེས་རྐང་སྦྱོལ་རྩེད་འགྲན་ནང་བོད་རྒྱལ་ཡོངས་བུའི་རྐང་སྦྱོལ་རུ་ཁག་མཉམ་ཞུགས་བྱས་ཡོད། རྩེད་འགྲན་དེའི་ཁོངས་བོད་རྒྱལ་ཡོངས་རྐང་སྦྱོལ་རུ་ཁག་དང་། དབུས་འཛིན་མངའ་ཁུལ་ལ་དྭགས་རུ་ཁག (UT,Ladakh) དེ་བཞིན་ལ་དྭགས་ས་གནས་ཀྱི་རྐང་སྦྱོལ་རུ་ཁག་ (Ladakh FC) ལྡི་ལི་རྐང་སྦྱོལ་རུ་ཁག་བཅས་ཁྱོན་རུ་ཁག་ ༤ བྱུང་ཡོད་པར་མཐའ་མའི་རྒྱལ་ཁ་ལྡི་ལི་རུ་ཁག་ལ་ཐོབ་ཡོད།

༥ བོད་རྒྱལ་ཡོངས་རྩེད་རིགས་ཚོགས་པ་དང་སྤེལ་ཀོབ་བདེ་སླར་རྩེད་རིགས་ཚོགས་ཚུང་མཉམ་རུབ་ཐོག་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༢༦ ནས་ཟླ་ ༢ ཚེས་ ༤ བར་ལོ་གསར་དུས་ཡུན་རིང་སྤེལ་ཀོབ་ས་གནས་སུ་སིལ་སྦྱོལ་འགྲན་བསྡུར་གོ་སྒྲིག་ཞུས་ལྟར་རུ་ཁག་ ༦ ནས་མཉམ་ཞུགས་གནང་ཡོད། སྤེང་ལོར་རུ་ཁག་དང་གེ་སར་རུ་ཁག་གཉིས་དབར་ཉིན་མཐའ་མའི་འགྲན་སྡུར་སྐབས་སྤེང་ལོར་རུ་ཁག་ལ་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་ཡོད།

༦ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡ ཉིན་བོད་རྒྱལ་ཡོངས་རྩེད་རིགས་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་ལྷན་ཚོགས་གནང་བའི་ཐོག་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣~ ༢༠༢༥ ལོའི་སྔོན་རྩིས་འཆར་འབྱུལ་དང་། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ལོའི་ཀོ་ནི་ཕ་བུད་མེད་རྐང་རྩེད་སྒོ་ལོའི་འགྲན་བསྡུར་སྐབས་བོད་རྒྱལ་ཡོངས་བུད་མེད་རྐང་སྤོལ་རུ་ཁག་མཉམ་ཞུགས་གནང་རྒྱུའི་སྐོར། དེ་བཞིན་ཤེལ་སྤོལ་འགྲན་བསྡུར་གོ་སྒྲིག་ཞུ་རྒྱུའི་ལས་འཆར། སྟོང་བཙན་པོ་ལོང་བསྡེ་གནས་ (Tongtsen Football Academy) བཟོ་སྐྲུན་གྱི་བུ་ལོན་གུན་གསབ་འཆར་གཞི། བོད་རྒྱལ་ཡོངས་རྩེད་རིགས་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གསར་པ་བསྐོ་གཞག་ཞུ་རྒྱུ་སོགས་ཀྱི་ཐད་གྲོས་བསྡུར་ཞུས་ཡོད།

༧ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ལོའི་ཀོ་ནི་ཕ་བུད་མེད་རྐང་རྩེད་སྤོ་ལོའི་གཟེངས་རྟགས་ (CONIFA Women's World Cup) ཁོངས་བོད་རྒྱལ་ཡོངས་བུད་མེད་རྐང་སྤོལ་རུ་ཁག་མཉམ་ཞུགས་གནང་གཏན་ཁེལ་བ་བཞིན་བུད་མེད་རྐང་སྤོལ་རུ་ཁག་གདམ་རྒྱུའི་སྐོར་གསལ་བསྒྲགས་ ༢༠༢༣།༣།༣ ཉིན་སྤེལ་ཡོད་པར་ལས་དོན་ཞུ་སུས།

༨ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༥ ནང་༧རྒྱལ་ཡུམ་ཆེན་མོའི་དྲན་རྟེན་གསེར་གྱི་གཟེངས་རྟགས་རྐང་རྩེད་སྤོ་ལོའི་རྩེད་འགྲན་ཐེངས་ ༣༩ པའི་ནང་མཉམ་ཞུགས་གནང་མཁན་རུ་ཁག་ ༡༦ གི་ཐོ་གཞུང་དེ་བཞིན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༣ ཉིན་གསལ་བསྒྲགས་ཞུས། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་གཞི་རིམ་མང་ཚོགས་ (Grassroots Football program) ཁྲོད་རྐང་རྩེད་སྤོ་ལོའི་ལས་གཞི་ཁག་གི་གནས་སྟངས་སྤྱར་ལས་ལྷག་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་དང་། ན་གཞོན་རྩེད་མོ་བ་སྐྱེད་སྲིང་བྱ་རྒྱུའི་དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བཟུང་ཐོག་མི་མང་ངོས་ནས་རྐང་སྤོལ་ལས་གཞི་དང་འབྲེལ་འཆར་འབྱུལ་ཇི་ཡོད་འབྱུལ་དགོས་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བསྐྲུན་ཡོད།

༩ བོད་རྒྱལ་ཡོངས་རྩེད་རིགས་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་ནས་ཇར་མན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་སྐུ་ཞབས་ Michael Brand མཆོག་དང་། ཇི་ནི་ཞིའི་བོད་ཀྱི་སྐུ་ཚབ་དོན་གཅོད་རྣམ་གཉིས་དང་མཇལ་འཕྲད་ཀྱིས་བོད་མིའི་རྐང་རྩེད་སྤོ་ལོའི་འགྲན་སྡུར་དང་འབྲེལ་མ་འོངས་གོང་སྤེལ་གཏོང་ཕྱོགས་སྐོར་གྲོས་བསྡུར་ཞུས། བཅས་ཀྱི་ལས་བསྒོམས་སྙིང་བསྡུས་སུ། བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་གྱིས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༨ ལ།

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

ལས་རིམ་གཉིས་པའི་ནང་གསེས་ཁ་པ། སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལས་བསྒོམས་རྒྱས་པར་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་སྙན་ཐོ་སྙན་སྒྲོན། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༢༦ པ། སྙན་སྒྲོན་གནང་མཁན་སྤྱི་འཐུས་ཚེ་རིང་དབྱངས་ཅན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཚེ་རིང་དབྱངས་ཅན་ལགས་ནས།
དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག

ཡིག་ཆ་ཨང་། ༢༦

༄༅། །བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡ ནས་ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༣༡ བར་གྱི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྒོམས་གྲུས་པར་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ནས་བལྟ་ཞིབ་སྙན་ཞུ།

༡༽ ལས་བསྒོམས་གྲུས་པའི་ཤོག་གྲངས་ ༦ ༼**ཁྱད་མེད་ལ་ལུས་སྦྱོང་།**༽ ནང་གསལ། **རྩིས་ལོ་འདིའི་ནང་བྱང་ཤར་ཁུལ་གྱི་ས་ཁག་ ༢ ནང་འཕྲོད་བསྟེན་གོ་རྟོགས་དང་ལུས་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་ཞུས་པར་བྱེད་གྲངས་ ༡༦༡ ནས་མཉམ་བཞུགས་གནང་ཡོད་**ཅེས་གསལ་བ་བཞིན་བསྔགས་བརྗོད་ཞུ་རྒྱུ་དང་སྦྲགས་ད་ལྟའི་ཆར་ལུས་སྦྱོང་ཞུ་མ་ཐུབ་གནང་གི་ཡོད་མེད་དང་ལས་གཞི་སྤེལ་བར་དུ་བར་གྲུབ་འབྲས་ཇི་ཐོན་ཞིབ་འཇུག་གནང་ཡོད་མེད་རྒྱུ་མཚན་ལན་གསལ་ཡོད་པ།

༢༽ ལས་བསྒོམས་གྲུས་པའི་ཤོག་གྲངས་ ༥ ༼**འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་ཕྱོགས་བསྡུས།**༽ ནང་གསེས་ ༢ ནང་གསལ་ **སྔར་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་དུ་གྲངས་ཐོ་སྤྱུས་ཚད་ཡར་རྒྱས་གཏོང་སླད་པར་སྐྲུན་འཕྲུལ་འཁོར་གསར་ཉོ་ཞུས་**འཁོད་པ་བཞིན་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་གཞན་ནང་གནས་སྟངས་ཇི་ཡིན་གསལ་བཤད་ཡོད་པ།

༣༽ ལས་བསྒོམས་གྲུས་པའི་ཤོག་གྲངས་ ༡༡ ༼**འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོ།**༽ ནང་གསེས་ ༢ དང་ ༥ **བྱིས་པ་དང་ཕོ་མོ་དབྱེར་མེད་ཚང་མས་ཁ་པར་ཡང་ན་བརྙན་འཕྲིན་བརྒྱུད་སྤྱི་ཚོགས་དྲ་རྒྱ་སོགས་བེད་སྤྱོད་མང་དྲགས་ངན་གོམས་ཤིག་འགྲོ་བཞིན་པ་**གསལ་བ་བཞིན་ལས་གཞི་རྩིས་ལོའི་ནང་ག་ཚོད་སྤེལ་ཡོད་མེད་དང་ཕན་ཡོན་ཇི་བྱུང་དང་། མ་འོངས་གནང་འཆར་ཇི་ཡོད་ལན་གསལ་ཡོད་པ།

༤༽ ལས་བསྒོམས་གྲུས་པའི་ཤོག་གྲངས་ ༡༢ ༼**སེམས་ཁམས་རྒྱུང་བཅོས་ལས་གཞི། (Tele-psychiatry)**༽ནང་གསེས་ ༢ **རྩིས་ལོའི་ནང་སེམས་ཁམས་ནད་པ་གྲངས་ ༡༢༠ ལ་སེམས་ཁམས་རྒྱུང་བཅོས་ལས་གཞིའི་བརྒྱུད་སྨན་པར་བསྟེན་གཏུགས་ཐེངས་ ༦༠༠ བྱས་ཡོད་**འཁོད་པ་བཞིན་གྲུབ་འབྲས་ཇི་ཐོན་དང་། ད་ལྟའི་གནས་སྟངས་ཇི་ཡིན་ལན་གསལ་ཡོད་པ།

༥༽ ལས་བསྒོམས་གྲུས་པའི་ཤོག་གྲངས་ ༦༢ ༼**སྔོ་སྨན་འདེབས་ལས་སྡེ་ཚན།**༽ནང་གསེས་ ༤ ནང་འཁོད་དོན་**ཟླ་བ་བཅུ་པའི་ནང་རི་མགོའི་སྨན་རྩ་བོད་ལབ་དང་ཉུང་མ་འདེབས་པའི་སྨིན་འབྲས་བསྡུས་ཟིན་**ཞེས་གསལ་ཐད་སྨིན་འབྲས་ས་ཞིང་འབབ་མང་ཉུང་ལ་གཞིག་པའི་ཁེ་ཕན་ཇི་བྱུང་གསལ་བཤད་ཡོད་པ།

༨༽ ལས་བསྒོམས་རྒྱས་པའི་ཤོག་གྲངས་ ༨༧༼ **འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚན།** ༽ ནང་གསེས་ ༡ **རྩིས་ལོའི་ནང་ལས་བྱེད་ངོ་མ་གྲངས་ ༢༠ ཡོད་**པ་གསལ་བ་བཞིན། **རྒྱ་དགོངས་སོང་བ་གྲངས་ ༡༣** དེ་དག་ལས་བྱེད་ངོ་མ་ཡང་ན་ཚོད་གན་གང་ཡིན་གསལ་བཀོད་དང་། མ་འོངས་དཀའ་སེལ་སླད་ཐབས་ལམ་ཇི་ཡོད་ལན་གསལ་ཡོང་བ། ནང་གསེས་ ༣ སྨན་རྩིས་ཁང་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ནང་ལས་བྱེད་གྲངས་ ༨༢༠ འཁོད་འདུག་ན་ལོ་འདིའི་ནང་བགྲེས་ཡོལ་དང་རྒྱ་དགོངས་སོགས་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཇི་ཡིན་ལན་གསལ་ཡོང་བ་བཅས།

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

ལས་རིམ་གཉིས་པའི་ནང་གསེས་ག་པ། གོང་གསལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལས་བསྒོམས་སྙིང་བསྡུས་དང་། སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལས་བསྒོམས་རྒྱས་པར་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་སྨན་པོ་སྨན་སྦྱོར་ཟིན་པར་བགྲོ་གླེང་དགོས་པའི་གྲོས་འཆར། ཤོག་ཆ་ཨང་ ༢༦ པར་གཟིགས་རོགས་གནང་། གྲོས་འཆར་འདོན་མཁན་སྤྱི་འཐུས་ཚེ་རིང་དབྱངས་ཅན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཚེ་རིང་དབྱངས་ཅན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག

ཤོག་ཆ་ཨང་། ༢༦

གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་འཆར།

༄༅། །བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣---༢༤ ལོའི་ལས་བསྒོམས་སྙིང་བསྡུས་དང་། སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣---༢༠༢༤ ལོའི་ལས་བསྒོམས་རྒྱས་པར་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་སྨན་པོ་བཅས་སྨན་སྦྱོར་ཟིན་པའི་ཐོག་སྤྱི་ཡོངས་བགྲོ་གླེང་དགོས་པའི་གྲོས་འཆར་དུ། བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༧ ལ།།

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

རྒྱ་སྐྱོར་གནང་མཁན་སྤྱི་འཐུས་བསྟན་འཛིན་འཇིགས་བྲལ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་བསྟན་འཛིན་འཇིགས་བྲལ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག གཞུང་འབྲེལ་གྲོས་འཆར་ཨང་ ༢༦ པ་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཞུ་ཡི་ཡོད།

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

གྲོས་འཆར་དེ་ཚུད་པ་ལ་དགག་བྱ། མེད་པ་སོང་ཙང་འདི་ཚུད་པ་ཡིན།

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

ལས་རིམ་གཉིས་པའི་ནང་གསེས་ང་པ། གོང་གསལ་སྐན་ཐོ་ནང་གསལ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱི་དྲི་བ་ཁག་ལ་བཀའ་ལན་གྱི་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད། དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་སྤེན་པ་ཚེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག

༄༅། །བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡ ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༩ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༣༡ བར་གྱི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྒྲུབས་གྲུབ་པར་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ནས་དོགས་འདྲི་ཕེབས་པའི་ལན་འདེབས་ཁག་གཤམ་གསལ།

༡ ལས་བསྒྲུབས་གྲུབ་པའི་ཤོག་གྲངས་ ༤ (བུད་མེད་ལ་ལུས་སྦྱོང་།) ནང་གསལ། **རྩིས་ལོ་འདིའི་ནང་བྱང་ཤར་ཁུལ་གྱི་ས་ཁག་ ༢ ནང་འཕྲོད་བསྟེན་གོ་རྟོགས་དང་ལུས་སྦྱོང་གོ་སྒྲིག་ཞུས་པར་ཐེད་གྲངས་ ༡༤༡ ནས་མཉམ་བཞུགས་གནང་ཡོད་ཅེས་གསལ་བ་བཞིན་བསྡུགས་བརྗོད་ཞུ་རྒྱུ་དང་སྨྲགས་ད་ལྟའི་ཆར་ལུས་སྦྱོང་སྲུ་མཐུད་གནང་གི་ཡོད་མེད་དང་ལས་གཞི་སྤེལ་བར་དུ་བར་གྲུབ་འབྲས་ཇི་ཐོན་ཞིབ་འཇུག་གནང་ཡོད་མེད་རྒྱུ་མཚན་ལན་གསལ་ཡོང་བ།**

ལན། གོང་གསལ་ལས་གཞི་འདི་བཞིན་ལོ་ལྟར་ས་གནས་ཁག་ཏུ་རིམ་པ་བཞིན་སྤེལ་ཡོད། སྔ་ལོར་བྱང་ཤར་ཁུལ་དང་། འདི་ལོར་དབུས་ཕྱོགས་ཀྱི་གཞིས་ཆགས་ཁག་གསུམ་དང་བྱང་ཕྱོགས་གཞིས་ཆགས་ཁག་ལྔ་བཅས་སུ་བུད་མེད་ཙམ་མ་ཟད། ས་གནས་མི་མང་ཡོངས་ཀྱི་ཆེད་ལས་གཞི་སྤེལ་བཞིན་ཡོད། ལས་གཞི་གྲུབ་མཚམས་མི་མང་ནས་བསམ་ཚུལ་བསྡུ་རུབ་ཞུས་པའི་ཁོངས་ནས་འགའ་རེས་གཟུགས་པོ་བདེ་པོ་དང་སེམས་པར་བདེ་ཐང་བྱུང་བས་ལས་གཞི་སྲུ་མཐུད་སྤེལ་གནང་ཡོང་བའི་རེ་སྐུལ་ཡང་ཞུས་པ་བྱུང་ཡོད།

༢ ལས་བསྒྲོམས་རྒྱས་པའི་ཤོག་གྲངས་ ༤ **༼འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་ཕྱོགས་བསྡུས།༽** ནང་གསེས་ ༢ ནང་གསལ། **སྤྱིར་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་དུ་གྲངས་ཐོ་སྡུས་ཚད་ཡར་རྒྱས་གཏོང་སྐྱད་པར་སྐྲུན་འཕྲུལ་འཁོར་གསར་ཚོ་ཞུས་འཁོད་པ་བཞིན་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་གཞན་ནང་གནས་སྟངས་ཇི་ཡིན་གསལ་བཤད་ཡོང་བ།**

ལན། འདི་གའི་ཁྲུབ་ཁོངས་སྨན་ཁང་ཆེ་ཁག་དྲུག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་གྲངས་ཐོ་ལས་གཞིའི་ཆེད་པར་སྐྲུན་འཕྲུལ་འཁོར་རེ་ཐོག་མ་ནས་ཕུལ་ཟིན་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྤྱིར་སྨན་ཁང་གི་པར་སྐྲུན་འཕྲུལ་འཁོར་སྐྱོན་ཤོར་རྐྱེན་པས་བཟོ་བཅོས་ཞུས་ཀྱང་བེད་སྤྱོད་མེད་པའི་གནས་སྟངས་སུ་གྱུར་ཡོད་སྐབས་པར་སྐྲུན་འཕྲུལ་འཁོར་གཅིག་གསར་ཚོ་ཞུས།

༣ ལས་བསྒྲོམས་རྒྱས་པའི་ཤོག་གྲངས་ ༡༡ **༼འཕྲོད་བསྟེན་སློབ་གསོ།༽** ནང་གསེས་ ༧ དང་ ༤ **བྱིས་པ་དང་ཕོ་མོ་དབྱེར་མེད་ཚང་མས་ཁ་བར་ཡང་ན་བརྙན་འཕྲིན་བརྒྱུད་སྤྱི་ཚོགས་དྲ་རྒྱ་སོགས་བེད་སྤྱོད་མང་དྲགས་ངན་གོམས་ཤིག་འགྲོ་བཞིན་པ**་གསལ་བ་བཞིན་ལས་གཞི་རྩིས་ལོའི་ནང་ག་ཚོད་སྤེལ་ཡོད་མེད་དང་ཕན་ཡོན་ཇི་བྱུང་དང་། མ་འོངས་གནང་འཆར་ཇི་ཡོད་ལན་གསལ་ཡོང་བ།

ལན། ཁ་པར་དང་བརྙན་འཕྲིན་སོགས་བེད་སྤྱོད་མང་དྲགས་པའི་ངན་གོམས་ཀྱིས་གཟུགས་པོའི་འཕྲོད་བསྟེན་གནོད་སྐྱོན་དང་གདོང་ལེན་གནང་ཕྱོགས་སྐོར་བརྙན་ཐུང་བཟོ་སྐྲུན་བྱས་པར་མི་མང་གྲངས་ ༡༢༩༣༤ ནས་གཟིགས་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། དཔེར་ན་བརྙན་ཐུང་སྟེང་མཚན་འགོད་ཀྱི་ནང་དོན། "བདེན་པ་རེད་ད་ནས་བཟུང་མི་ཚེར་ཁ་པར་འཛིན་རྒྱུའི་དུས་ཚོད་དམ་འཛིན་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་" ཞེས་བཀོད་འདུག་པར་བོད་མི་གཅིག་གི་མི་ཚེར་བཟང་ཕྱོགས་སུ་བསྒྱུར་ཐུབ་པ་ནི་གྲུབ་འབྲས་ཞིག་ཏུ་བརྩི་བཞིན་ཡོད་མ་ཟད། མཚན་བཀོད་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་དེ་དང་དེ་འདྲ་བའི་མང་ཚོགས་བྱིངས་ལ་ཡང་བཟང་ཕྱོགས་སུ་བསྒྱུར་རྒྱུར་མིག་འབྱེད་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། དེ་བཞིན་བྱིས་པ་རྣམས་ལ་བརྙན་ཐུང་དང་ཁ་པར་སོགས་བེད་སྤྱོད་མི་བྱ་བའི་སྐོར་བཤད་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་དེའི་ཚབ་ཏུ་རྩེད་ཆས་རིགས་དཔེར་ན་གཞོང་རྩེད་ (board game) གྲངས་ ༣༨༠༠ ས་གནས་ཁག་ ༣༦ གི་སློབ་ཕྲུག་འཛིན་རིམ་ ༥ པ་མན་ལ་བགོ་འགྲེམས་ཞུས་ཡོད། དེ་བཞིན་བྱིས་པའི་དེབ་ཁ་ཤས་བགོ་འགྲེམས་ཞུས་པའི་ཁོངས་ "ཁ་པར་གདོན་འདྲེ་"ཞེས་པ་བགོ་འགྲེམས་ཞུས་ཏེ་ཁ་པར་གྱི་གནོད་སྐྱོན་སྐོར་གོ་རྟོགས་སྤེལ་ཡོད། གོང་གསལ་ལྟར་ཁ་པར་དང་བརྙན་འཕྲིན་སོགས་བེད་སྤྱོད་མང་དྲགས་པའི་ངན་གོམས་ལས་གྲོལ་ཕྱིར་དེའི་ཉེས་དམིགས་སྐོར་གོ་རྟོགས་སྤེལ་རྒྱུ་དང་། དེ་བཞིན་བྱིས་པའི་དེབ་ཚུང་བགོ་འགྲེམས་ཞུ་རྒྱུ་སོགས་མུ་མཐུད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

༤ ལས་བསྒོམས་གྲུབ་པའི་ཤོག་གྲངས་ ༡༧ ཤེམས་ཁམས་རྒྱུད་བཅོས་ལས་གཞི། (Tele-psychiatry) ནང་གསེས་ ༢ **རྩིས་ལོའི་ནང་སེམས་ཁམས་ནད་པ་གྲངས་ ༡༧༠ ལ་སེམས་ཁམས་རྒྱུད་བཅོས་ལས་གཞིའི་བརྒྱུད་སྨན་པར་བསྟེན་གཏུགས་ཐེངས་ ༦༠༠ གྲུབ་ཡོད་**འགོད་པ་བཞིན་གྲུབ་འབྲས་ཇི་ཐོན་དང་། ད་ལྟའི་གནས་སྟངས་ཇི་ཡིན་ལན་གསལ་ཡོང་བ།

ལན། ས་གནས་ཁག་སོ་སོའི་ནང་དུ་ཐོག་བརྒྱུད་ཁྱད་ལས་སེམས་ཁམས་སྨན་པ་བསྟེན་གཏུགས་ཐུབ་ཡོད་པ་དང་། སྨན་པ་མཉམ་སྐད་ཀྱི་གོ་བརྡ་མི་འཕྲོད་པའི་དཀའ་ངལ་ཅན་རྣམས་ལ་སྨན་ཞབས་མའི་ཕྱག་རོགས་ཡོད་པས་རྒྱལ་སའི་སྨན་ཁང་ཁག་ལ་ཐེབས་མི་དགོས་པར་འགྲོ་སྒྲོན་བསྲི་ཚགས་ཡང་བྱུང་ཡོད། དཔེ་མཚོན་རེ་གཉིས་ཞུས་ན། ནད་པ་ཞིག་ཕྱི་ལ་ཚོར་མེད་ལྟ་བུ་འགྲོ་བཞིན་པ་དང་། མི་ལ་ཞེད་སྣང་བྱེད་པ། འཁྲུལ་སྣང་སྐྱེ་བ། གཉིད་མེད་པ། ཟས་ལ་དང་ག་མེད་པའི་ནད་པ་ཞིག་སེམས་ཁམས་རྒྱུད་བཅོས་སྨུ་མ་ཐུབ་བྱུས་པར་ད་ལྟའི་ཆར་དྲག་བསྐྱེད་བྱུང་ཡོད། ཡང་སེམས་ཁམས་དཀའ་ངལ་ཅན་ནད་པ་གཞན་ཞིག་ལ་སེམས་ངལ་དང་རང་སྲོག་གཅོད་རྒྱུའི་འདོད་པ་ཡང་ཡང་སྐྱེས་པ། གཉིད་མི་ཁུག་པ་དང་ཟས་ཀྱི་དང་ག་མེད་པའི་ནད་པ་རང་ལོ་ ༢༨ ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཡང་དེང་སྐབས་དྲག་བསྐྱེད་བྱུང་སྟེ་མི་ཚེ་རྒྱུན་ལྡན་ལྟར་འཚོ་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་དང་དེ་འདྲ་བ་ནད་པ་མང་པོར་ཕན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད།

༥ ལས་བསྒོམས་གྲུབ་པའི་ཤོག་གྲངས་ ༦༧ ཤེ་སྨན་འདེབས་ལས་སྡེ་ཚན། ནང་གསེས་ ༨ ནང་འཁོད་དོན་**ཟླ་བ་བཅུ་པའི་ནང་རི་མཐོའི་སྨན་རྩ་བོད་ལབ་དང་ཙུང་མ་འདེབས་པའི་སྟོན་འབྲས་བསྡུས་ཟིན་**ཞེས་གསལ་ཐད་སྟོན་འབྲས་ས་ཞིང་འབབ་མང་ཙུང་ལ་གཞིག་པའི་ཁེ་ཕན་ཇི་བྱུང་གསལ་བཤད་ཡོང་བ།

ལན། ཙོན་ཏ་ར་གཞིས་ཆགས་སུ་ལ་ཐུག་གི་ལོ་ ༡༦༣༨༠༠། དེ་བཞིན་ལ་དྭགས་སུ་ས་ཞིང་གྲུ་བཞི་མ་ sq. Ft ༧༠x༧༠ ཡི་གསུམ་ཆ་གཅིག་ཙམ་ལ་བོད་ལབ་དང་ཙུང་མ་འདེབས་པའི་སྟོན་འབྲས་སུ་བོད་ལབ་སྐམ་པོ་ཀི་ལོ་ ༥ དང་ཙུང་མ་སྐམ་པོ་ཀི་ལོ་ ༣ བྱུང་།

ཁེ་ཕན་ཐད་ཙོན་ཏ་རའི་སྨན་རྩ་འདེབས་ལས་སྟོན་འབྲས་འབབ་མང་ཙུང་ལ་གཞིགས་པས་ཁེ་ཕན་ཇི་བྱུང་བའི་ལན་གསལ་དགོས་སྐོར་བཀའ་ཐེབས་ཐད། རྩིས་ལོ་ ༢༠༢༣-༢༤ ལོའི་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་འགྲོ་སྒྲོན་ཁྲོན་སྐོར་ ༤༦,༧༨,༣༠༥། ཐམ་པ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ཁོངས་ནས་གླ་སོགས་འགྲོ་སྒྲོན་ཁྲོན་སྐོར་ ༢༦,༠༧,༣༨༦ ཐམ་པ། གཞན་འགྲོ་སྒྲོན་ཁག་ལ་ཁྲོན་སྐོར་ ༢༠,༧༠,༨༡༩ ཐམ་པ་བཅས་ཡིན། གཞན་ཡང་ལ་ཐུག་གི་ལོ་ ༡༦༣.༨༠༠ * ༢༠ = ༣༢༥༦ སྐོར་གསུམ་སྟོང་ཉིས་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་དྲུག་ཐམ་པ་དང་། བོད་ལབ་ཀི་ལོ་ ༥ * ༢༠ = ༡༠༠ སྐོར་བརྒྱ་ཐམ་

པ། ཞུང་མ་ཀི་ལོ་ ༣ * ༢༠ = ༦༠ སྒོར་དྲུག་ཅུ་བཅས་གོང་གསལ་སྤྱི་ཚལ་ཁག་ལས་ཁྱོན་བསྡོམས་སྒོར་ ༣,༩༡༦ ཐམ་པ་ཁེ་ཕན་བྱུང་བ་ཞུ་རྒྱུ་བཅས།

༦ ལས་བསྡོམས་རྒྱས་པའི་ཤོག་གྲངས་ ༦༤ (**འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚན།**) ནང་གསེས་ ༡ **རྩིས་ལོའི་ནང་ལས་བྱེད་ངོ་མ་གྲངས་ ༢༠ ཡོད་**པ་གསལ་བ་བཞིན། **རྒྱ་དགོངས་སོང་བ་གྲངས་ ༡༣** དེ་དག་ལས་བྱེད་ངོ་མ་ཡང་ན་ཚོད་གཉེར་གང་ཡིན་གསལ་བཤད་དང་། མ་འོངས་དཀའ་སེལ་སྔོན་ཐབས་ལམ་ཇི་ཡོད་ལན་གསལ་ཡོང་བ། ནང་གསེས་ ༢ སྨན་རྩིས་ཁང་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ནང་ལས་བྱེད་གྲངས་ ༦༢༠ འཁོད་འདུག་ན་ལོ་འདིའི་ནང་བགྲེས་ཡོལ་དང་རྒྱ་དགོངས་སོགས་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཇི་ཡིན་ལན་གསལ་ཡོང་བ་བཅས།

ལན། རྒྱ་དགོངས་སོང་བ་གྲངས་ ༡༣ དེ་དག་ལས་བྱེད་ངོ་མ་ཡིན་པ་དང་། མ་འོངས་དཀའ་སེལ་སྔོན་འབད་བརྩོན་ཡོད་རྒྱུ་བྱེད་བཞིན་ཡོད། བགྲེས་ཡོལ་དང་རྒྱ་དགོངས་སོགས་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཞུར་སྦྱར་ (ཀ) པའི་ནང་གསལ་ལྟར་ བགྲེས་ཡོལ་སོང་བ་གྲངས་ ༡༡ དང་རྒྱ་དགོངས་སོང་བ་ ༡༣ ཡིན།།

༄༅། འགྲོ་ཕན་བོད་ཀྱི་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡ ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༩ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༣༡ བར་ལས་བྱེད་གསར་བསྐྱོ། བགྲེས་ཡོལ་དང་རྒྱ་དགོངས་བཅས་ཀྱི་གནས་སྟངས། ཞུར་སྦྱར། ཀ

དོན་གནད།	ཕོ།	མོ།	བསྡོམས།
ལས་བྱེད་ངོ་མ།	༡༠	༡༠	༢༠
ཚོད་གཉེར་ལས་བྱེད།	༦	༡༡	༡༧
ཚོད་གཉེར་ལས་མི།	༤	༧	༡༥
རྒྱ་དགོངས་སོང་བ།	༤	༥	༡༣
བགྲེས་ཡོལ་སོང་བ།	༡༠	༡	༡༡
ཚོད་གཉེར་དུས་ཡུན་རྫོགས་ཟིན་པ།	༡༤	༡༦	༣༩

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

དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གཉིས་པའི་ནང་གསེས་ཅ་བ། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལས་བསྡོམས་ཐོག་སྤྱི་ཡོངས་བགྲོ་གླེང་དང་། བཀའ་ཤག་གི་ལན་འདེབས་གསལ་བཤད་ཕེབས་རྒྱུ་ཡིན། རྣམ་པ་ཚོ་ཚང་མས་མཁྱེན་གྱི་རེད། དུས་ཚོད་འདེང་ངེས་ཤིག་ཡོང་གི་མི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྐར་མ་གསུམ་གསུམ་གོ་སྐབས་འབུལ་གྱི་ཡིན། གཞན་པ་བཀའ་མོལ་གསུང་མཁན་ཡོད་དམ། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡོམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་འཐུས་ཆོས་འཕེལ་ཐུབ་བསྟན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཚོས་འཕེལ་ཐུབ་བསྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ད་ལྟ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒོམས་འདུག་སེ་མར་ལྟ་དུས་སྐབ་ནས་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལས་འཆར་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་སྤེལ་བཞག དེ་ཚོ་ཚང་མ་ལ་ལེགས་གསོལ་བསྔགས་བརྗོད་ཞུ་ཡས་ཡིན། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ད་ལྟ་རྒྱ་བའི་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་གྱི་དགོངས་པ་ལ་ཕལ་ཆེར་ཡོད་བསྡད་པའི་བཟོ་འདྲ་འདུག གཞིས་ཆགས་ཆེ་ཁག་ནང་ལོགས་ལ་ང་རང་ཚོར་ཁྱད་ལས་པ་ཆ་ཚང་ཁག་པོ་རེད་དེ། གང་ལ་གང་འཚམ་ཞིག་ཡོད་པའི་ Multi-Speciality Hospital ཟེར་བ་དེ་རེད། དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་དགོས་པ་དེ་ཧ་ཅང་གི་གང་ལྟར་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག དེའི་སྐབ་ལ་ལྷག་པར་དུ་དེ་རིང་ཁ་སང་སྐྱེར་པའི་སྨན་ཁང་ལ་བསྟེན་གཏུག་བྱེད་པའི་སྐབས་ལ་སྨན་ཁང་དེ་ཚོ་ཚོང་ར་ཆེན་པོ་ཆགས་དུས་སྐབ་ནས་ནད་པ་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ད་ལྟ་བསླུ་བྲིད་དང་མགོ་སྐོར་འོག་ལ་སྨན་བཅོས་དེ་ཚོ་ཚད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོང་གི་མེད་པ་དེ་འདྲའི་དཀའ་ངལ་ཞིག་འདུག སོ་སོར་ཡིན་ནའང་དེ་འདྲ་ཉམས་མྱོང་བྱུང་། ནད་པ་གཅིག་གིས་གང་ལྟར་སྐོར་མི་འབུམ་གཅིག་གིས་གཤག་བཅོས་བྱེད་ཐུབ་ས་ལ་སྐོར་མོ་འབུམ་གསུམ་དེ་འདྲ་ཕོར་བསྡད་པ་དེ་འདྲ་གང་ལྟར་དཀའ་ངལ་དེ་འདྲ་འཕྲད་བསྡད་པ་ཡོང་གི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྐབ་ནས་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་མ་འོངས་པར་གང་ལྟར་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན། དེ་ཚོའི་རིགས་དེ་ལ་ལམ་སྟོན་དང་ཁེ་ཕན་ཡོང་བའི་གཞི་རྩ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་དང་ཕྱོགས་མཚུངས་གང་ལྟར་ང་རང་ཚོའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཁྱབ་ཁོངས་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་སྨན་ཁང་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། འཕྲོད་བསྟེན་འགན་འཛིན་ཞིག་ཡོད་རེད། དེ་ཚོས་སོ་སོའི་ས་ཁུལ་གྱི་རྫོང་གི་མངའ་སྡེ་གཞུང་གི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་འགན་འཛིན་མཉམ་དུ་དེ་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་གྱི་དཔེར་ན། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཤིན་ཧྲིའི་ནང་ལ་ཞུས་པ་ཡིན་ན། District Health Officer དང་ Taluk Health Officer ཟེར་བ་དེ་འདྲ་ཡོད་རེད། བྱེད་དུས་སྐབ་ནས་དེ་ཚོ་མཉམ་དུ་དུས་རྒྱུན་དུ་འབྲེལ་ལམ་ཡག་པོ་དགོས་པ་དང་། དེ་ཚོ་གྲས་ཀ་དེ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་འདྲ་པོ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག དཔེར་ན་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། སྔོན་མ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩‴༡༠༢༠ ལོར་ཧོག་དབྱིབས་ཀྱི་ནད་ཡམས་ཛ་དྲག་པོའི་སྐབས་ལ་དཔེར་ན། ལྷོ་ཕྱོགས་འདྲ་པོ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། དེ་འདྲའི་སྐབས་ལ་དེ་དུས་འབྲེལ་ལམ་ཡག་པོ་ཡོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཚོའི་ད་ལྟ་ཧོག་དབྱིབས་ཀྱི་སྨན་དེ་ཚོ་དུས་ཐོག་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་མི་གཞིར་བཟུང་གི་སྤྱི་མཚུངས་ཀྱི་དུས་ཐོག་ལ་རག་ཡས་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་གྱི་ཁོ་རང་ཚོའི་མངའ་སྡེ་གཞུང་གི་ངོས་ནས་ལས་འཆར་དང་། རོགས་རམ་དང་ལམ་སྟོན། དེ་ག་ནང་བཞིན་ང་ཚོའི་ད་ལྟ་སྨན་ཁང་གི་ལག་འཁྱེར་དེ་ཚོ་ཡང་ཁོ་ཚོ་བརྒྱུད་ནས་ཞུ་དགོས་དུས་སྐབ་ནས་ཁོ་ཚོ་ལ་འབྲེལ་ལམ་བྱེད་ཡས་དེ་གལ་ཆེན་པོ་འདུག་ཅེས་ཞུ་ཡས་ཡིན།

དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ད་ལོ་ལྷོ་ཕྱོགས་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་མ་གཞི་ད་ལོ་ཆར་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་བྱུང་བ་རེད། ཆར་ཤུགས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤེལ་ཀོབ་བཟོ་འདྲ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། ད་ལོ་ Dengue དང་ Typhoid ཡི་ནད་རིམས་དེ་ཞེ་པོ་ཤུགས་ཆེན་པོ་འཕེལ་སོང་། དེ་བྱས་དུས་སྐབ་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་སྨན་ཁང་ནང་ལོགས་ལ་གང་ལྟར་ནད་པ་ཡོང་སྡོད་མཁན་མང་ཆེ་བ་ཞིག Dengue དང་ Typhoid ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་ག་ནང་བཞིན་ཉེ་འགྲམ་གྱི་རྒྱ་གར་སྨན་ཁང་དེ་ཚོ་ལ་ནད་པ་ཚང་མ་གང་ལྟར་ Dengue དང་ Typhoid རེད་བཞག་ལབ་བྱས་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་འཕེལ་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་སྐབ་ནས་མ་འོངས་པར་གང་ལྟར་ཆར་དུས་ཀྱི་དེ་མ་བསླེབ་གོང་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་འགན་འཁྱེར་བའི་ཐོག་ནས་ངེས་པར་དུ་དེ་ཚོར་སྔོན་འགོག་བྱེད་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་ཐབས་ལམ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་འདུག་ཅེས་དེ་

གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་། དེ་ནས་ད་ལྟ་འདིར་ལས་བསྡོམས་ནང་ལ་ང་ཚོའི་ཟམ་བཅུད་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་ལ་དམིགས་བསལ་གལ་གསལ་གྱི་མི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྐད་ནས་ང་རང་ཚོ་དེ་རིང་ཁ་སང་ན་ཆ་མང་ཆེ་བ་ཞིག་སྤོན་འགོག་གི་ཐོག་ནས་འགྲོ་དགོས་དུས་སྐད་ནས་ཟམ་བཅུད་འཕྲོད་བསྟེན་དེའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོའི་གཞིས་ཆགས་ནང་ལོགས་ལ་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཏོག་ཙམ་ལས་འགྱུལ་རྒྱ་ཆེ་བ་ཞིག་སྤེལ་ཐུབ་ན་ཕན་ཐོགས་ཡོང་གི་མིན་ནམ་བསམ་གྱི་འདུག ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

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

སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རྗེ་ཚེ་བརྟན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རྗེ་ཚེ་བརྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡོམས་ཀྱི་བགྲོ་གླེང་ལ་ཆ་ཤས་ལེན་པའི་ཐོག་ནས་གནད་དོན་གཅིག་རང་ཐོག་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུ་ཡས་ཡིན། འདི་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་གྱི་ལས་གནས་སྐོར་ལ་ཡིན། དེ་སྔ་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ང་རང་ས་བགོས་འགྲོ་བའི་སྐབས་སུ་མི་མང་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཐུག་འཕྲད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་བཀའ་འདྲི་ཞུ་ཡི་ཡོད་རེད། སྐྱོན་འཛུགས་ཀྱང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། འཐུས་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཐོག་ནས་བསམ་ཚུལ་ཚང་མ་ཉན་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་ལྟ། ད་ལྟ་ང་རང་ཚོའི་བགྲོ་གླེང་འདི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་དུས་དེའི་སྐབས་སུ་ལ་ད་ལོ་གཅིག་གི་གོང་ལ་རེད། གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་བཀའ་བློན་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་བསྐོས་བཅུག་མ་སོང་། བསྐོ་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག དེས་རྐྱེན་པའི་ཐོག་ནས་འཐུས་ཤོར་འགྲོ་ཡི་འདུག དཀའ་ངལ་འདུག་ལབ་མཁན་ཚང་མ་ལ་བྱུང་ཡོད་ཀྱི་རེད། ང་ལ་མང་པོ་ཞེ་པོ་བྱུང་སོང་། ལས་བསྡོམས་ནང་ལ་བཀོད་ཡོད། དེ་སྔོན་གྱི་གྲོས་ཚོགས་ཐོག་ལ་བཅའ་ཁྲིམས་བསྐྱར་བཅོས་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་ད་ལྟའི་ཆར་བོད་མིའི་སྤྲིག་འཛུགས་ཀྱི་རང་སྐྱོང་སྲིད་ཚན་གལ་ཆེ་བ་མི་སྣ་ཁག་བསྐོས་ཐུབ་ཡོད་རེད། བཀའ་བློན་ཡང་བསྐོ་ཐུབ་པའི་གནས་སྟངས་ཆ་ཚང་ཚང་ཡོད་རེད། ཡ་མཚན་པ་ཞིག་ལ་བཀའ་བློན་བསྐོས་མ་ཐུབ་པ་དེ་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་གང་ལྟར་བསྐོས་བཅུག་མ་སོང་ལབ་ནས་དེ་དུས་བཤད་པ་དང་། དེ་དགོས་ཀྱི་འདུག་བཤད་མཁན་གྱི་བསམ་ཚུལ་དེ་ཏ་ལམ་འཇང་ཡལ་བ་ནང་བཞིན་ཞིག་ཡལ་ཚར་བཞག དེ་ཕལ་ཆེར་ང་གཅིག་པུ་རང་ཡིན་གྱི་མ་རེད། གྲོས་ཚོགས་འདི་མ་འཚོགས་གོང་ལ་གསར་འགོད་པ་གང་ལ་གང་འཚམ་ཞིག་ཕེབས་བྱུས། དྲི་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་འདྲ་ཡི་རེད་བསམས་སོང་སྟེ། དེ་ཡང་འདྲི་མཁན་མི་འདུག དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་དངོས་གནས་འགན་ཆེན་པོ་རེད། རྣམ་པ་ཚོས་གཟིགས་ཡོད་རེད། ཕྱག་ལས་ཧང་སང་བ་གནང་གི་འདུག དངོས་གནས་ཡིན། ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་ཡིན། ད་ལྟ་རྒྱ་རམ་ས་ལར་འདུག་བསམ་ན་གཞིས་ཆགས་ཤིག་ལ་བསླེབས་ཚར་བཞག དེ་ནས་སང་ཉིན་ཕྱིའི་རྒྱལ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་བསླེབས་ཚར་བཞག དེ་འདྲ་རྐྱེན་པའི་ཐོག་ནས་ལྷན་ཁང་འདིའི་ཐོག་ལ་དེ་རིང་འདྲ་པོ་ཆ་བཞག་ན། གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ནང་ལོགས་ལ་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་གིས་ལྷན་ཁང་ལྟ་འགན་འཁྱེར་བའི་ཐོག་ནས་ཚབ་བྱས་ཏེ་གསུང་དགོས་ཆགས་ཡོད་རེད། ལས་སླ་པོ་རྩ་བ་རང་ནས་མ་རེད་ལྟ། ང་ཚོ་ཡིན་ནའང་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལོགས་ལ་སྡོད་དུས་དཀའ་ལས་ག་ཚོད་འདུག ཉམས་མྱོང་ཕྲ་ལ་ཕྲན་བུ་ཞིག་བསགས་ཡོད་རེད། གངས་ཅན་སྐྱིད་གཤོངས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ནང་ལ་བསྡད་བྱུས། བཀའ་བློན་གྱི་མིང་ཐོག་ནས་སྲིད་སྐྱོང་གིས་འགན་

མང་པོ་ཞིག་འཁྱེར་གྱི་ཡོད་རེད་དེ། སྔ་ཚན་ཞིག་དང་ལྷན་ཁང་གཅིག་ལ་བཀའ་བློན་མེད་དུས་དེའི་དཀའ་ངལ་དེ་ལས་བྱེད་ཚོས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ལོ་གཅིག་དང་ཟླ་བདུན་བརྒྱད་ཙམ་ཡོད་རེད། ཉུང་ཉུང་རྩ་བ་རང་ནས་མ་རེད། དེ་སོང་ཙང་ངས་དྲི་བ་འདྲི་ཡས་འདི། ད་ལྟ་མི་མང་གིས་འདྲི་ཡི་ཡོད་མེད་ཆ་མ་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་དངོས་ཡོད་གནས་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དེ་སྔའང་དཀའ་ངལ་ཡོད་ན་ད་ལྟའང་དཀའ་ངལ་ལབ་ནའང་རེད། དངོས་གནས་འཕྲུལ་ཤོར་འགྲོ་བའི་ལམ་ག་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ལས་བྱེད་རྣམ་པས་འབད་བརྩོན་ཞུ་ཡི་ཡོད་པ་ངས་ངོས་འཛིན་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེ་སོང་ཙང་དྲི་བ་འདྲི་རྒྱུ་འདིར་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གིས་ད་ལན་བཀའ་བློན་འོས་པའི་འོས་མི་འཁྱེར་རྒྱུའི་འཆར་གཞི་ཡོད་དམ་མེད། ད་གིན་ངས་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་གལ་སྲིད་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཞུ་ཡས་གང་ཡང་མེད། མེད་པ་ཡིན་ན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལམ་ཀ་དེ་གཙང་མ་བཟོས་ཡོད་རེད། མི་མང་གིས་མཁྱེན་དགོས་ཀྱི་རེད། རེད་སྐྱ། དེ་ནང་བཞིན་གནད་དོན་འདིའི་ཐོག་ལ་ལན་གསལ་ཞིག་ཡོད་ན་ཏན་ཏན་དྲི་བ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ཙང་ཕན་གྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

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

སྤྱི་འཐུས་མཁན་པོ་ཀ་ཎྜྲག་དངོས་གྲུབ་བསོད་ནམས་ལགས།

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

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་དང་འབྲེལ་བའི་དྲི་བ་ཁག་ཅིག་འདྲི་ཆོག་པ་གྱིས། དྲི་བ་གཅིག་དེ་སྐབས་སྔོན་མའི་གྲོས་ཚོགས་སྐབས་ལ་ངས་དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་ལ་གཅིག་དྲིས་བཞག་ཡོད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། སྔོན་མ་འདྲ་ཡིན་ན་དགོན་པ་གྲྭ་ཚང་ཁག་གི་དཔེ་ཁྲིད་དགེ་རྒན་དེ་ཚོའི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་ཞེ་པོ་ཞིག་འདུག དེ་ཚོ་ལ་མ་ཐུབ་རྐྱེན་སྤྲུ་ར་རོགས་བྱེད་ཞུ་ཡོང་དུས་དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་གྱིས་ཞལ་བཞེས་གཙང་མ་གནང་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟའི་ཆར་དགོན་པ་ག་པར་ག་པར་དཔེ་ཁྲིད་དགེ་རྒན་དེ་ཚོ་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་མ་ཐུབ་རྐྱེན་སྤྲུ་ར་ཡོད། དགོན་པ་དང་གྲྭ་ཚང་གི་དཔེ་ཁྲིད་དགེ་རྒན་སུ་དང་སུ་ལ་སྤྲུ་ར་ཡོད། ད་ལྟ་བར་དུ་གྲུབ་འབྲས་ག་རེ་ག་རེ་ཐོན་སོང་། དེ་ངེས་པར་དུ་འདིའི་ནང་ལོགས་ལ་གསུང་རོགས་བྱེད་མ་གཏོགས། ཁ་ཤས་ལག་ལེན་བསྟར་དགོས་རེད་མ་གཏོགས། ཁ་ནས་བཤད་བཞག་པ། ལག་ལེན་བསྟར་མ་ཐུབ་ན་འཕྲུལ་ཤོར་ཟེར་བ་དེ་ཚོ་རེད། ད་བར་ག་ཚོད་ག་ཚོད་ལ། དགོན་པ་ག་པར་ག་པར་བྱུས་ཡོད་དེ་གཅིག་ཞུ་ཡས་ཡིན།

དེ་དང་མཉམ་དུ་ཉེ་བའི་ཆར་དཔལ་ལྡན་སྐུ་སྐྱེར་ཡིག་ཚང་ནང་ལོགས་ལ་རྣ་རམ་ས་ལ་ཉེ་འཁོར་ལ་ཆམ་ནད་ཀྱི་རིགས་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡོང་བསྡད་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས་གསལ་བསྒྲགས་ནན་པོ་ཞིག་གནང་སོང་། དེའི་ཐད་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ནས་བརྡ་ཁྱབ་གང་ཡང་བཏང་མ་སོང་། དེའི་རྒྱུ་མཚན་ག་རེ་ལ་ཐུག་ཡོད་མེད་དང་། དེ་ཚོ་མཁྱེན་རྟོགས་ཡོད་རེད་དམ་ཡོད་མ་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་གྱི་ད་ལྟ་ང་ཚོ་གྲོས་ཚོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་ལོགས་ལའང་ཆམ་པ་ན་མཁན་མང་པོ་ཞིག་བསླེབས་བཞག དེ་ཚོ་ལ་མ་ཐུབ་རྐྱེན་སྤྲུ་ར་བ་ལ་གོ་སྒྲིག་འདྲ་པོ་དང་། འཆར་གཞི་གང་ཡང་མེད་དམ་ཞེས་དེ་གཅིག་ཞུ་ཡི་ཡིན།

དེ་དང་མཉམ་དུ་ད་དུང་ཡང་སྨན་རྩིས་ཁང་ནང་ལོགས་ལ་ཚོད་གནའ་གྱི་རྣམ་པ་དང་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ལྷག་བཞག ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ཕ་བསད་བུ་ལའང་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་རྒྱུ་ཡོད་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ཚོད་གནའ་ངོ་བོ་དེ་མ་བཞག་འཁྱུས་ཤོར་འགྲོ་ཡི་འདུག་ཅེས་ལབ་ནའང་། འཁྱུས་ཤོར་འགྲོ་ཡི་མེད་པ་གསུངས་པ་རེད། དེ་རིང་ཡང་འདིའི་ལས་བསྐོར་ནང་ལ་ཚོད་གནའ་ངོ་བོ་མང་པོ་ལྷག་བཞག དེ་ཚོ་ཕར་གཏན་འཛུགས་བྱེད་མ་ཐུབ་པའི་རྒྱུ་མཚན་གང་ཡང་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག དེ་ཚོ་ངེས་པར་དུ་ངོ་སྤྲོད་སྤྲོད་དགོས་པ་དེ་དཔེ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་བཞག་ཅེས་གཅིག་ཞུ་ཡི་ཡིན། དེ་དང་མཉམ་དུ་ལས་བསྐོམས་ནང་ལོགས་ལ་ང་རང་གིས་ཚིག་རྩ་ནས་གོ་མ་སྤྱོད་མཁན་ཞིག་འདུག གོ་བ་ཡང་ལེན་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་དཔེར་ན་ཚིག་འདིའི་ནང་ལ་སེམས་ཁམས་རྒྱུད་བཅོས་ཟེར་བ་འདྲ་འདུག བོད་མིའི་རྒྱུད་བཅོས་ལས་གཞི་ཟེར་བ་འདྲ་པོ་དང་། རྒྱུད་བཅོས་ལབ་ན་ག་རེ་འགྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་དགོས་རེད། ང་ཚོའི་བཟ་སྤྲོད་རིག་པའི་ནང་ལོགས་ལ་བསྟུས་ཆེ་ན་བསྟུས་བཅོས་ཟེར་བ་ཡོད་རེད། ཕལ་ཆེར་ཞེ་པོ་བསྟུས་ཆེ་ན་བསྟུས་བཅོས་བསླེབས་ཀྱི་ཡོད་རེད། རྒྱུད་བཅོས་ཟེར་ན་ག་རེ་ལབ་ཀྱི་ཡོད་རེད། ག་རེ་ལྷིང་ཡོད་རེད། ཡང་ན་འདི་ཚིག་ཨིན་ཇིའི་ཚིག་བསྒྱུར་ནས་ཨིན་ཇི་དེ་དང་འདི་གཉིས་རྩ་ནས་ནང་དོན་ཁག་ཁག་རེད་འདུག ངས་ཚིག་མཛོད་ལ་བལྟག་ས་ཡིན་ལ། ཨིན་ཇི་ཡག་པོ་ཤེས་མཁན་ལའང་སྐད་ཆ་དྲིས་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཚོ་ཚིག་འདི་ཨིན་ཇིའི་ཚིག་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་ཡིན་པའི་བཟོ་འདྲ་པོ་ཞིག་རེད་མི་འདུག ཨིན་ཇི་དེ་དོན་སྒྱུར་རེད་མི་འདུག སྒྲ་སྒྱུར་ཡང་རེད་མི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་རྒྱུད་བཅོས་ཟེར་ནས་བཟ་དང་ཐ་སྙད་ག་པར་ནས་སྦྱར་བ་རེད། འོན་ཚིག་རིང་པོ་ཞིག་ཚུར་བསྡུ་ཡི་ཡོད་ན། ཚིག་རིང་པོ་འདི་འདྲ་ཞིག་ང་ཚོས་ཚུར་བསྡུས་བཅོས་ཡོད་ཅེས་གོ་དགོས་རེད་མ་གཏོགས། སེམས་ཁམས་རྒྱུད་བཅོས། བོད་མིའི་རྒྱུད་བཅོས་ལས་གཞི་ཟེར་ནས་འདི་ནས་མར་རྒྱུད་བཅོས་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་བསླེབས་ཡོང་གི་འདུག དེའི་ཐད་ལ་དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་གྱིས་འགྲེལ་བཤད་ཅིག་གནང་རོགས་བྱེད། རྒྱུད་བཅོས་ཞེས་པའི་གོ་དོན་དེ་ལ་རེད། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་སྲིན་པ་ཚེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་ད་ལྟ་ Multi-Specialty སྨན་ཁང་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ནད་གཅིག་མ་ཡིན་པར་ནད་མང་པོ་བཅོས་སའི་སྨན་ཁང་དེ་འདྲ་ཁྲིད་ལས་ཡོད་པའི་སྨན་ཁང་སྐོར་དེར་གསུངས་པ་རེད། དེའི་སྐོར་དེ་ཁ་སེང་ལངས་སྤྱོད་མཁན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་དེ་ག་རང་གིས་ཀྱང་ལྷན་ཁང་གཞན་པ་ཞིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དེའི་སྐོར་ལན་ཞུས་ཟིན་པ་ཡིན། མ་འོངས་པར་ང་རང་ཚོ་རང་གིས་མ་ཐུབ་རྐྱེན་སྒྲུབ་ཐུབ་ཡས་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེའི་སྐབས་དེ་ལ་ཡོང་གི་རེད་བྱས་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བསམ་བློའི་ནང་ལ་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ཤིག་ད་ལྟ་ང་ཚོར་ཆ་རྐྱེན་ཚང་མ་འདེང་གི་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སྐབས་དེ་དུས་བལྟ་རྒྱུ་རེད་བྱས་ནས་འདི་ཞུ་ཡས་ཡིན།

དེ་ནས་ས་གནས་སྨན་ཁང་གི་འབྲེལ་ཡོད་ཚོས་རྫོང་དང་རྫོང་གི་ཆ་ཤས་ཀྱི་ Taluk དེ་ཚོའི་ནང་ལོགས་ལ་ལས་བྱེད་དེ་ཚོ་འབྲེལ་བ་བཞག་དགོས་རེད་ཟེར་བ་དེ་ཚོར་ང་ཚོས་དམ་དོན་མངག་གི་ཡོད། ད་ལྟ་བར་དུ་ཡང་གང་ཐུབ་ཐུབ་འདྲ་

པོ་ཞིག་བྱས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། འདི་ཡོད་པའི་རྒྱུ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ཧ་ཅང་དབྱིབས་སྐབས་ལ་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་རོགས་རམ་དང་ལམ་སྟོན། ལས་འཆར་དེ་ཚོ་ཡག་པོ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་ཆར་ཤུགས་ཀྱི་སྐབས་ལ་ Dengue དང་ Typhoid མང་པོ་ཞིག་ལྷོ་ཕྱོགས་ཁུལ་ལ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་འདི་གསུང་སྟོད་ཀྱི་འདུག མ་འོངས་པར་དེ་ལ་དཔག་པའི་ང་ཚོས་སྔོན་འགོག་ག་རེ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མེད་དེ་ཚོ་འདི་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། ཟས་བཅུད་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་དེ་ Health Education བརྒྱུད་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་སློབ་གསོའི་ལས་གཞིའི་བརྒྱུད་ནས་ཟས་བཅུད་དང་འབྲེལ་བ་དེ་ཚོའི་སྐོར་ལ་སློབ་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ནང་བཞིན་བྱས་ནས་འཛམ་བུ་གླིང་གི་ World Hypertension Day ཟེ་བ་རེད། Diabetes Day ཟེར་བ་རེད། དེ་ནས་ Health Day དེ་ཚོའི་སྐབས་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ཟས་བཅུད་སྐོར་ལ་ལབ་ཀྱི་ཡོད་བྱས་ནས་འདི་ཞུ་ཡི་ཡིན། ཟས་བཅུད་སྐོར་ལ་མ་ལབ་རང་ལབ་རེད། དེང་སང་ན་ཚ་མང་པོ་ཞིག་ Lifestyle གྱི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། ཟས་བཅུད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་དུས་དེའི་སྐོར་དེར་སྔོན་འགོག་གི་ལས་གཞི་ནང་ལོགས་ལ་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད་བྱས་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་བཀའ་བློན་གྱི་ལས་སྣེ་སྐོར་དེར་དྲིས་པ་རེད། བཀའ་བློན་བསྐོས་དང་མ་བསྐོ་ཟེར་བ་དེ་སྲིད་སྐྱོང་གི་འགན་རེད། འདི་སྲིད་སྐྱོང་གི་རང་དབང་རེད། འདི་སུ་ཞིག་ལ་ཡང་བཙན་བཀའ་གནང་ཡས་གལ་ཡོད་མ་རེད། ག་དུས་བསྐོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་དང་མེད། བསྐོ་བར་ཆ་རྐྱེན་འདང་གི་འདུག་དང་མི་འདུག དེ་ཚོ་གྲས་ཀ་ཚང་མ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཕྱི་ཟླ་ ༣ པའི་གྲོས་ཚོགས་དེའི་ནང་ལོགས་ལ་དམ་བཅའ་འབུལ་རྒྱུ་བཟོས་ཡོད་རེད། དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་གསུང་བ་ལ་ལོ་གཅིག་དང་ཕྱེད་ཀ་དེ་མང་པོ་རེད་གསུང་གི་ཡོད་རེད། དེ་བསྐོ་དགོས་ཀྱི་འདུག་དང་མི་འདུག དེ་སྲིད་སྐྱོང་རང་གིས་ཐག་གཅོད་ཀྱི་རེད་མ་གཏོགས་ཤིག སུ་ཞིག་ལ་འགན་དབང་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད་བྱས་ནས་འདི་ཞུ་ཡི་ཡིན། གྲོས་ཚོགས་ནང་གསུངས་པ་ཡིན་ནའང་། འདི་སྲིད་སྐྱོང་རང་གིས་ཐག་གཅོད་བྱེད་རྒྱུ་ཞིག་རེད། དེ་ལ་དགེ་སྐྱོན་གྱི་གནས་སྟངས་ག་རེ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་འདི་སྲིད་སྐྱོང་གིས་བལྟ་ནས་འགྲོ་ཡི་རེད་མ་གཏོགས། ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་འདི་བསྐོ་དགོས་པ་དང་། དེ་འདྲ་བཀའ་གཏོང་མཁན་སུ་ཞིག་ཀྱང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད་བྱེད་ནས་ཞུ་ཡས་ཡིན། དེ་ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་འཐུས་ཤོར་འགྲོ་བ་གང་ཡང་བྱུང་མེད། འོ་དེའང་ཞུ་ཡི་ཡིན།

དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་དགོན་པའི་དཔེ་ཁྲིད་དགེ་རྒན་ག་ཚོད་ལ་འདི་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་གསུངས་པ་རེད། ད་ལྟ་འདིར་གྲངས་ཀ་དེ་ལམ་སང་འདོན་ཚོག་ཚོག་མི་འདུག ཡིན་ནའང་། ད་ལྟའི་གྲངས་ཀ་དེ་ཚོའི་ནང་ལོགས་ལ་ང་ཚོའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ངོས་ནས་སྔོན་འགོག་རེད། ལྷག་པར་དུ་རྒན་གོན་ཚོ་ལ་སྨན་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་པ་དང་། དེ་ཚོ་ཚང་མའི་ནང་ལོགས་ལ་དཔེ་ཁྲིད་དགེ་རྒན་དེ་ཚོ་ངེས་པར་དུ་ཚུད་པ་ཡོད་བྱས་ནས་ཞུ་ཡས་ཡིན། གལ་སྲིད་དེ་འདྲ་ཡང་མ་ཚུད་པ་འདྲ་པོ་བྱུང་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེ་རིང་ནས་བཟུང་ང་ཚོས་ཆ་ཚང་ཚུད་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་བྱས་ནས་ཞུ་ཡས་ཡིན།

དེ་ནས་རྙ་ས་ལ་ཆམ་ནད་ཡོད་པའི་སྐོར་དེ་རེད། སྤྱིར་བཏང་གི་འཛམ་བུ་གླིང་སྐད་ཚང་ལ་དེང་སང་ Covid དེ་ཡི་རྗེས་ལ་ཡང་ Covid ཀྱི་ནད་དེའི་དབྱིབས་མ་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་གསར་པ་དེ་བསླེབས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཉེ་བའི་ཆར་ཨ་ཕེ་རི་ཀ་ནས་ M-Pox ཟེར་བ་དེ་ཚོ་ཡང་བསླེབས་བསྡད་ཡོད་རེད། དགུན་ཁ་ལ་ཆམ་རིམས་དེ་ག་དུས་ཡིན་ནའང་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། ཡོང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་གི་ཨེམ་ཆི་ (Doctor) ཆེ་བརྟན་ལགས་ཀྱིས་དེའི་སྐོར་དེ་གཅིག་ཞུས་ནས་པོ་བྲང་ལ་ཡར་བཏང་བྱས། པོ་བྲང་གིས་དེ་སྤྱི་ཡོངས་ལ་ཕན་མི་ཡོང་ངམ་བསམས་བྱས། ཡིག་སྒྱུར་བྱས་ནས་མར་བཏང་བཞག་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་ཛ་དྲག་གི་མང་ཚོགས་ནང་ལོགས་ལ་དེས་

ག་རེ་ཟེར་དགོས་རེད། ཁ་རྭས་གྲོན་དགོས་པ་དང་དེ་ཚོའི་གནས་སྟངས་ཚགས་ཡོད་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཚགས་པ་ཡིན་ན། སྐབས་དེ་དུས་ང་ཚོ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ནས་མར་གསལ་བཤད་བྱེད་ཡོང་གི་རེད་བྱས་ནས་འདི་གཅིག་ཞུ་ཡི་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་སྨན་རྩིས་ཁང་ནང་ལོགས་ལ་ཚོད་གན་གྱི་ལས་བྱེད་དེ་ཚོ་གཏན་འཇགས་བཟོས་ཟེར་བ་དེ་ཚོ་ལས་ཀའི་ངོ་བོའི་ཐོག་ནས་སྒྲིག་འཛུགས་སོ་སོའི་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོ་བོའི་ཐོག་ནས་གཏན་འཇགས་དང་ཚོད་གན་ག་རེ་འཛུག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མེད་དེ་བལྟས་ནས་འགྲོ་གི་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས། ཚང་མ་གཏན་འཇགས་བཟོ་དགོས་པ་དང་། ཚང་མ་ཚོད་གན་བཟོ་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་གལ་མ་རེད། དེ་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་འཛིན་སྐྱོང་གི་འགན་འཁྲི་མཁན་དང་འཛིན་སྐྱོང་ཚོགས་ཆུང་ནས་དགོས་མཁོ་ལ་དཔག་པའི་ཐག་གཅོད་གྱིན་གཅོད་གྱིན་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་འདི་ལ་སྨན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐ་སྙད་ག་རེ་བཟོས་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་དེ་དག་ཚང་མ་ཤེས་རིག་གི་བརྡ་ཆད་ཅན་པའི་ཐོག་ནས་གཏན་འབེབས་བྱས་བཞག་པ་དེ་དག་འདི་ང་ཚོས་འདིའི་ནང་ལ་བཙུག་གི་ཡོད་རེད། ལྷག་པར་དུ་ད་ལྟ་ཚན་རིག་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་ཨེ་མོ་རི་ (Emory) དང་དེ་བར་ནས་བཟོས་བཞག་པ་དེ་དག་འདི་བརྡ་ཆད་ཚན་པ་ནང་ལ་བཙུག་གི་ཡོད་རེད། བརྡ་ཆད་ནང་ལ་ག་རེ་བཟོས་ཡོད་པ་དེ་དག་འདི་ང་ཚོས་འདིའི་ནང་ལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། རྒྱང་བཅོས་ཟེར་བ་དེ་ Telemedicine ལ་གོ་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

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

སྤྱི་འཐུས་ཐུབ་བསྟན་རྒྱ་མཚོ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཐུབ་བསྟན་རྒྱ་མཚོ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དབུས་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༤ ཚེ་ ༡ ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༣༡ བར་གྱི་ལོ་འཁོར་ལས་བསྒོམས་སྙིང་བསྡུས་ཐོག་ལ་ཆ་ཤས་ལེན་གྱི་ཡོད། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལས་བསྒོམས་བཀྲ་ཤིས་པ་ལོ་ལེགས་པ། ང་རང་ཚོའི་ཁ་ལ་དཔག་པའི་སོ། ད་ལྟ་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་གནས་བབས། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲོམ་གཞི་ལ་དཔག་པའི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་། ལུས་ཁམས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་དཔག་པའི་བྱེད་སྒོ་སྣ་མིན་སྣ་ཚོགས་སྣ་མང་སྤེལ་བཞག དེ་འདྲ་སོང་ཙང་། དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་དབུས་པའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དྲུང་ཆེ་འགོ་ལས་ཚང་མ་ལ་འཚམས་འདྲི་དང་། བསྔགས་བརྗོད་ཡང་ཞུ་ཡས་ཡིན། དེ་ནས་ང་ཚོ་འདིའི་ནང་ལ་མེད་པ་འབོད་སྐུལ་གྱི་ཚུལ་དུ་བསམ་ཚུལ་མ་གཏོགས་དྲི་བ་གལ་མེད། ད་ལྟ་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་བཤད་ཀྱི་ཡོད་དུས་ཕྱིའི་ལུས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་དེ་ད་ང་ཚོ་བོད་ཀྱི་མཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྨན་རླུང་མཁྲིས་བད་ཀན་གཞི་ལ་བཞག་པའི་དྲོད་གྲང་གིས་ཁྱབ་པའི་འབྱུང་བ་འཁྲུག་པའི་གནད་དོན་ལ་བརྟེན་ནས་སྨན་བཅོས་བྱེད་སྟངས་ཤིག་དང་། དེང་སང་ནུབ་ཕྱོགས་པའི་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག Biochimie གྱི་སྨན་བཅོས་ལྟར་ཡང་སྨན་བཅོས་བྱེད་སྟངས་ལུགས་དར་སྲོལ་བྱེད་སྲོལ་གཉིས་འགྲོ་དང་འགྲོ་བཞིན་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ཚང་མས་གཟབ་དགོས་རེད། ཡིན་ནའང་ང་ཚོ་བོད་ཁ་བ་གངས་ཅན་ལ་མཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ངོམ་ཡས་ཡོད་པ། ལྷག་པར་དུ་སེམས་ཁམས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་དེ། རང་རེའི་ནང་དོན་རིག་པ་ནང་གི་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་གཞིར་བཞག་བྱས། ཞི་གནས་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་དང་། ཡང་རང་

གི་གཏོང་ལེན་ཟེར་བ་དེ་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་བརྒྱུད་ནས་རང་གི་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེའི་ལས་བསྒོམས་ནང་ལ་ Generalized Anxiety Disorder, GAD ཞེས་པ་ཞིག་འདུག་གྲ། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་སེམས་འཚབ་ཀྱི་དངངས་སྐྲག་རང་བཞིན་གྱི་ཁེར་རྐྱང་ཞུས་པའི་སྡུག་བསྔལ་གནམ་བརྡིབས་པ་ནང་བཞིན་སེམས་འཚབ་དེ་འདྲ་ཡོང་བའི་ནད་གཞི་དེ་ཚོའི་གྲུས་དེ་རེད། ང་ཚོའི་ནང་དོན་རིག་པ་ནས་བཤད་བཞག་པའི་བསམ་བློ་དེ་ཕར་གཞན་ལ་བསྐྱུལ་བྱས། འཁོར་བའི་གནས་ལུགས་དང་། མི་རྟག་པ་དང་། དྲན་པ་ཉེར་བཞག་དེ་ཚོ་སྒོམ་ཉམས་ལེན་བྱས་ནས་མདོར་བསྡུས་ནས་བཤད་ན། དེང་སང་ཨ་མི་ར་ཀ་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་ནུབ་ཕྱོགས་ལ་ཕེབས་ནས་ནང་ཆོས་དང་ཚན་རིག་དབར་ཐུག་འཕྲད་དང་། ཕྱོགས་གཉིས་ཀྱི་མཁས་དབང་དང་ཉམས་ལེན་པ་འདུག་སེ་བརྟག་དཔྱད་རབ་དང་རིམ་པ་ཕྱིན་བྱས། སེམས་པ་བཟང་པོ་བྱས། སྙིང་རྗེ་ཉམས་ལེན་བྱས། བྱམས་སྙིང་རྗེ་ཉམས་ལེན་བྱས། ཉམས་ལེན་བྱས་པ་ཡིན་ན། སློབ་གྲྭའི་ཕྲུ་གུ་ཆུང་བ་ཚོ་ལ་སེམས་པ་བཟང་པོ་བྱེད་རྒྱུའི་སློབ་ཚན་དང་། སྒོམ་རྒྱག་ཡས་དེ་འདྲ་དུས་ཚོད་ཟུར་དུ་བཏོན་ནས་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན། སེམས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དེ། རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ལ་ར་སྤྲོད་བྱུང་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་སོང་ཙང་ང་རང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་དེ་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཞེ་ས་མ་ཞུས་ན། བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆ་རྐྱེན་ཞིག་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཐུབ་པའི་ཐོག་ལ་མ་འོངས་པར་དགོངས་པ་བཞེས་ཀྱི་ཡོད་ཀྱི་རེད། དེ་ནས་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་དང་མཁན་པོ། སློབ་དཔོན་ཐོན་བཞག་པ་ཐུགས་ཁེམ་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་ཡིན་ན། ང་རང་ཚོར་མི་ཆ་ཡི་ཆ་ནས་དཀའ་ངལ་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་མ་རེད། རྣལ་འབྱོར་བ་དང་མཚམས་པ་བ་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་སོང་ཙང་། ༼ **ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** ལགས་འོང་། དུས་ཚོད་རྫོགས་སོང་། ༽ ཨ་ལས། དངོས་གནས་བྱེད་ན་ད་ལྟ་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཡོད།

ཚོགས་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་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒོམས་དང་འབྲེལ་ནས་དྲི་བ་འགའ་ཤས་ཞིག་འབུལ་ཡས་ཡོད། དང་པོ་དེ་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་སྐོར་ལ་ཡིན། སྨན་རྩིས་ཁང་དེ་ང་ཚོར་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད། གྲོས་ཚོགས་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ལ་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་ཛ་དྲག་གི་གནས་སྟངས་དེ་མང་པོ་ཞིག་གསུངས་པ་རེད། ཡིན་ནའང་། ད་དུང་ཡང་དཀའ་ངལ་དེ་སེལ་མེད་པ་དང་། དཀའ་ངལ་ཆེ་རུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་གོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་གྱི་ཐོག་ནས་ད་ལྟའི་ཆར་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་གནས་སྟངས་དེ་གང་འདྲ་ཆགས་ཡོད། ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་གཞི་དེ་ཚོ་བཟོ་ཡི་ཡིན་གསུངས་ཡོད་རེད། དེ་ཚོ་ཚད་ལྡན་བཟོ་ཐུབ་ཡོད་རེད་དམ་མ་རེད་ཟེར་བའི་དྲི་བ་དེ་དང་འབྲེལ་ནས། སྨན་རྩིས་ཁང་གི་ནང་ལ་ད་ལྟ་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ག་རེ་འཕྲད་ཀྱི་ཡོད་རེད་གོ་རྒྱུ་འདུག་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ལས་བྱེད་རྒན་པ་ཞབས་ལོ་ཉི་ཤུ། སུམ་ཅུ་དེ་འདྲ་ཟིན་ཚར་བ་དེ་ཚོའི་གནས་བབས་དེ་ལ་དོ་ཕོག་ཆེན་པོ་ཞིག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་དང་། དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ཞིག་འཕྲད་ཀྱི་ཡོད་པའི་སྐད་ཆ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་

རེད། ལས་བྱེད་དེ་ཚོས་དང་པོ་ཡར་སླེབ་རྗེས་ཁང་ལ་འཛུལ་ཞུགས་གནང་བའི་སྐབས་སུ་ཆ་རྐྱེན་དང་། ལག་འཁྱེར་དང་དེ་འདྲའི་སྐད་ཆ་ཡོད་མ་རེད། གང་ལྟར་སྐབས་དེ་དུས་ཏག་ཏག་འཁྲིག་བསྡད་པ་ཞིག་ལ་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་ལོ་ ༢༠ དང་ ༣༠ དེ་འདྲ་ཞབས་ཕྱི་ཞུས་ཚར་བའི་རྗེས་ལ་ལས་བྱེད་རྣམ་པ་དེ་ཚོར་ལག་འཁྱེར་ཡང་ཡག་པོ་མི་འདུག་མདོག་མདོག དེ་ནས་ཁྱོད་ཚོས་ལས་ཀ་ཡང་ཡག་པོ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག་མདོག་མདོག་བྱས་ནས་གང་ལྟར་སླེབ་རྗེས་ཁང་གི་སྒྲིག་འཛུགས་དེ་ལ་སྒྲིག་གཞི་ཚད་ལྡན་མེད་པ། འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གི་ངོས་ནས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་ཞིག་མ་གིར་གང་ཟག་གིས་དབང་སྒྱུར་གྱི་ཐོག་ནས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་དེ་དཔེ་མི་སྲིད་པའི་ཤུགས་ཆེན་པོ་རེད་འདུག དེ་བྱེད་དུས་ལས་བྱེད་རྣམ་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ནད་དེ་གསུང་སྐད་ཕོར་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་འདུག ལས་བྱེད་རྣམ་པ་དེ་ཚོ་ལ་མཐུན་རྐྱེན་ཡར་སྤྲུར་ཡས་མེད་པ་ཡིན་ནའང་མར་རྒྱ་བ་ཉིད་ནས་མ་གཙོག་རོགས་གནང་། དེའི་གནས་སྟངས་དེ་གང་འདྲ་ཆགས་ཡོད་རེད། དེ་མི་གཅིག་དང་གཉིས་རེད་མི་འདུག དེ་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་བསྡད་འདུག ལས་བྱེད་རྣམ་པ་དེ་ཚོ་ལ་མཐུན་འགྱུར་ཆེ་རུ་དེ་འདྲ་གནང་ཡས་མེད་པའི་ཚབ་ལ་མར་བཅག་པ་དང་། དེ་ཚོ་ལ་ལྟ་ཕྱོགས་མཐོང་ཕྱོགས་སྡུག་ཆགས་བྱེད་ཡས་དེ་འདྲ་རྒྱ་བ་ཉིད་ནས་མ་འོས་པ་ཞིག་རེད། ལས་བྱེད་གསར་པ་དེ་ཚོ་ལ་ལགའ་ཁྱེར་ཡག་པོ་ཡོད་རེད། ཁྱོད་རང་ཚོ་ལ་ལག་འཁྱེར་མེད་པ་ཟེར་བ་དེ་འདྲའི་སྐད་ཆ་ཡང་མང་པོ་བྱུང་བཞག དེ་གཅིག་རེད།

དེ་ནས་ད་ལྟ་སླེབ་བཅོས་ཀྱི་སྐོར་ལ་མར་བཤད་ཡོད་དུས་ཤོག་གྲངས་ ༢ པའི་ནང་ལ་གཞིས་ཆགས་ཁག་ ༣༠ དང་སློབ་གྲྭ་ཁག་ ༣༢ ཀྱི་ནང་ལོགས་ལ་མཆིན་ནད་དུག་ཐབས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་དང་གོ་རྟོགས་སྤེལ་སའི་ནང་ལོགས་ལ་དགོན་པ་ ༣ མ་གཏོགས་ཡོད་མ་རེད། དགོན་པ་ ༣ དེ་ག་རེ་བྱས་པ་རེད། གཞིས་ཆགས་ཁག་ ༣༠ ཡི་ནང་ལོགས་ལ་དགོན་པ་ ༣ མ་གཏོགས་མེད་པ་རེད་དམ། དགོན་པ་གྲྭ་ཚང་དེ་ཚོ་ལ་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་ཉན་མ་བྱོ་བ་རེད་དམ། བྱེད་མ་དགོས་པ་གཟིགས་པ་རེད་དམ། གང་འདྲ་རེད། ཤོག་གྲངས་ ༢ པའི་ནང་ལོགས་ལ་དྲི་བ་རང་ཡིན། ང་ཚོས་ག་དུས་ཡིན་ནའང་ཟེར་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ང་ཚོ་བོད་ཀྱི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་བདག་པོ་རྒྱག་མཁན་དེ་དགོན་སྡེ་གྲྭ་ཚང་ཁག་དེ་ཚོ་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད། དེ་ཆགས་ཡོད་པ་དེ་རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་དེང་སང་གསལ་པོ་བྱས་ནས་སྟོན་གྱི་ཡོད་རེད། གྲྭ་བཙུན་ལ་ཚད་བཀག་བྱེད་རྒྱུ། ང་རང་ཚོའི་བཙན་བྱོལ་ནང་ལ་ཡོད་སྡོད་མཁན་གྱི་དགོན་པ་གྲྭ་ཚང་ནང་ལ་བཞུགས་སྡོད་མཁན་དེ་ཚོ་དམིགས་བསལ་གྱི་མཐུན་འགྱུར་ཞིག་སྤྲོ་ཡས་མེད་པ་ཡིན་ནའང་བོད་མི་གཅིག་མཚུངས་ཀྱི་མཐུན་རྐྱེན་དེ་སྤྲོ་དགོས་པ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་རེད། གཞིས་ཆགས་ཁག་ ༣༠ ནས་དགོན་པ་ ༣ ལ་མ་གཏོགས་དེ་འདྲའི་གོ་རྟོགས་དང་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་མཐུན་འགྱུར་གནང་མ་ཐུབ་པ་ལ་ཏ་ལས་པའི་བློ་ཕམ་ཆེན་པོ་ཡོད། དེ་ག་རེ་བྱུང་བ་རེད། ༼ **ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** ལགས་འོང་། དུས་ཚོད་རྫོགས་སོང་། བཞུགས་རོགས་གནང་། ༽ དེ་གཅིག་དང་། དེ་ནས་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་སྐོར་ལ། ༼ **ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** བཞུགས་རོགས་གནང་། ༽

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

སྤྱི་འཐུས་མཁན་པོ་འཇམ་དཔལ་བསྟན་འཛིན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་མཁན་པོ་འཇམ་དཔལ་བསྟན་འཛིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་དང་འབྲེལ་ནས་དྲི་བ་འགའ་ཤས་ཁ་ཐུག་ཕར་ཞུ་ཡི་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་ཤོག་གྲངས་ ༧༠ པའི་ནང་ལ་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་སྐོར་ཞིག་གསུངས་བཞག་འདུག དེའི་ནང་ལ་སྨན་པ་ཀུན་དགའ་ནོར་འཛོམས་ལགས་གདན་ཞུས་བྱས་ནས་ས་གནས་སོ་སོའི་སྨན་ཞབས་པ་དང་། སློབ་གྲྭའི་སློབ་སྟོན་རྣམས་ལ་སེམས་འཚབ་དང་སེམས་ངལ་གདོང་ལེན་བྱེད་ཕྱོགས་ཐད་ལ་སློབ་གསོ་ཐེར་དགོས་ནའང་འདྲ། ཐབ་སྦྱོང་ཞིག་སྤྲད་འདུག འདི་ཐབ་སྦྱོང་སྤྲད་ཡས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་སྤེལ་གྱི་ཡོད་རེད། ང་རང་ཚོ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་མཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་ཐེར་བ་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་ཞིག་རེད་དམ། ཡང་ན། ནང་ཆོས་ཀྱི་གཞི་གནས་དང་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། དེ་རེད་དམ། ཡང་ན། ཁ་སང་དེ་རིང་གི་ཚན་རིག་དང་བསྟུན་པའི་སྒོ་ནས་སློབ་གསོ་ཞིག་བརྒྱབ་པ་རེད། གང་རེད། དོན་དངོས་པོར་བཤད་ན། ཁ་སང་དེ་རིང་འཛམ་བུ་གླིང་འདིའི་སྐྱང་ལ་སེམས་ཁམས་ཀྱི་སྨན་དེ་ཡོད་མ་རེད། ཡིན་ནའང་སེམས་ཁམས་ཀྱི་སྨན་དེ་ནང་པའི་ཆོས་ཁོན་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དུས། དེ་དང་འདི་རིགས་ལ་ནང་པའི་ཆོས་གཞི་གནས་ལ་སོགས་པ་བེད་སྤྱོད་བཏང་ནས་དེའི་དཀའ་ངལ་དེ་སེལ་ཐབས་བྱེད་དགོས་རྒྱུ་ཞིག་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་། དེའི་ནང་ལ་དེ་འདྲའི་ལས་བསྒོམས་རྐང་གཅིག་ཀྱང་མཐོང་ཡས་མི་འདུག དེ་ག་རེ་རེད་ཟེར་དེ་གཅིག་ཞུ་ཡས་ཡིན།

དེ་ནས་མར་འགྲོ་བ་ཡིན་ན། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྨན་བཅོས་ལྷ་སྐྱོང་ལས་གཞི་ཟེར་བ་དེ་རེད། དེ་ལ་བསམ་བློ་གཏོང་བ་ཡིན་ན། ང་རང་ཚོ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། འདིའི་ནང་ལ་ཁེ་ཕན་གཅིག་ཐོབ་རེད། གཉིས་ཐོབ་རེད་ཟེར་བ་མ་གཏོགས། ང་རང་ཚོ་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དེ་ལ་ལོ་རེ་བཞིན་དུ་ཡང་ན་འཕར་གྱི་ཡོད་རེད། ཡང་ན་ཆག་གི་ཡོད་རེད། དེ་ལ་མཉམ་ཞུགས་བྱེད་མཁན་གྱི་གྲངས་ཀ་དེ་ག་ཚོད་ཅིག་ཡོད་རེད། ག་ཚོད་ཅིག་ཡོད་མ་རེད་ཟེར། འོ་དེ་གསལ་པོ་ཞིག་བཀའ་ལན་ཞིག་གནང་རོགས་བྱེད་ཞུ་ཡས་ཡིན།

དེ་ནས་མར་འགྲོ་བ་ཡིན་ན། འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་གཞུང་འབྲེལ་ཕྱོགས་སྐྱོད་ཟེར་བ་ཞིག་འདུག དེའི་ནང་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་གྱི་མིང་ཐོག་ནས་ཕྱོགས་སྐྱོད་ཕྱིན་པ་དེ་ཧི་མ་ཅལ་མདའ་ཁོངས་ཀྱི་སིམ་ལ་ལ་སོགས་པའི་ས་ཁུལ་འགའ་ཤས་རེད་འདུག དེ་ཡིན་དུས་མ་གཞི་ཡིན་ན། དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་ཡིན་ནའང་འདྲ་འདུག ཆོས་རིག་བཀའ་བློན་ཡིན་ནའང་འདྲ། ནང་སྲིད་བཀའ་བློན་ཡིན་ནའང་འདྲ། དཔལ་འབྱོར་བཀའ་བློན་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཤེས་རིག་དང་འཕྲོད་བསྟེན་ག་རེ་སུ་ཡིན་ནའང་། བཀའ་བློན་མང་པོ་ཞིག་གི་མིང་འཁུར་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དཔེར་ན། ཧི་མ་ཅལ་གྱི་ས་ཁོངས་ལ་འགྲོ་བའི་གནས་སྐབས་ན། དཔལ་འབྱོར་བཀའ་བློན་གྱི་ག་རེ་ཟེར་དགོས་རེད། ལས་བསྒོམས་ཀྱི་སྐྱང་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན། དཔེ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་ལ་ཕེབས་པའི་གནས་སྐབས་ན། ཆོས་རིག་བཀའ་བློན་འདྲ་པོ། དེ་ག་ནང་བཞིན་ལ་དྭགས་ལ་ཕེབས་པའི་གནས་སྐབས་ན་ནང་སྲིད་བཀའ་བློན་འདྲ་པོ་མིང་ཐོག་ཅིག་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་གང་འདྲ་རེད། དེའི་ལས་དོན་སྤེལ་ཕྱོགས་དེ་གང་འདྲ་རེད་ཟེར་བའི་དྲི་བ་དེ་ཡིན། དྲི་བ་དེ་ལ་ལན་གསལ་པོ་གནང་རོགས་བྱེད་ཞུ་ཡས་ཡིན།

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

ད་ལྟ་སྤྱི་འཐུས་ ༡༣ ཡོད། གོ་སྐབས་གཉིས་པ་ཞུ་མཁན་ ༣ དེའི་ནང་ཚུད་བསྡད་ཡོད། དེའི་རྗེས་ལ་གོ་སྐབས་འབུལ་ཀྱི་མིན། སྤྱི་འཐུས་ལྷ་རྒྱ་རི་རྣམ་རྒྱལ་སྒྲོལ་དཀར་ལགས།

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

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྒོམས་སྒྲིང་བསྡུས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཡིན། སྤྱི་ཡོངས་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་ས་གནས་ཁག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ལས་གཞི་མང་པོ་ཞིག་བསྣམས་ཕེབས་བཞག གཙོ་བོ་དེ་བུད་མེད་དང་སྨྲུམ་མ། དེ་ནང་བཞིན་བུ་མོ་ཆུང་ཆུང་ཁོང་ཚོའི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ལས་གཞི་མང་པོ་ཞིག་བསྣམས་ཕེབས་བཞག ཐུས་ཅང་དེ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་ཡས་ཐུས། ལྷག་པར་དུ་དེ་ནང་ལོགས་ནས་བུད་མེད་ཟླ་མཚན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སློབ་གསོ་དང་། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་སྐོར་ལ་ལས་གཞི་མང་པོ་ཞིག་བཏང་གནང་བཞག ཐུས་ཅང་དེ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་ཡས་ཐུས། དེའི་ནང་ལོགས་ནས་ས་གནས་ཁག་ ༡༥ དང་སློབ་གྲྭ་ཁག་ ༨། བཙུན་དགོན་ཁག་ ༣ ལ་དེ་འདྲ་གནང་ཡོད་གསུངས་བཞག བྱུང་བ་ཡིན་ན་ས་གནས་ཁག་དང་སློབ་གྲྭ་ཁག བཙུན་དགོན་དེ་བར་ལ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། བུད་མེད་ཙམ་མ་ཡིན་པར་སྐྱེས་པ་ཚང་མ་ལ་མཉམ་པོར་གསུང་གནང་ཐུབ་ན་ཡག་པོ་འདུག་བསམ་གྱི་འདུག དཀའ་ངལ་དེ་བུད་མེད་ཙམ་མ་ཟད་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག་ལ། རང་བཞིན་ཡིན་ཙང་ངོ་ཚ་དགོས་པའི་གནད་དོན་གང་ཡང་མ་རེད།

གཉིས་པ་ཞུ་ཡས་དེ་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག སྨྱོས་རྫས་ངན་གོམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ངོས་ནས་ལས་གཞི་འདི་གནད་འགག་བཀྱེ་པའི་ཐོག་ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་འགྲོ་སོང་མང་པོ་ཞིག་བཏང་གནང་གི་ཡོད་རེད། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་རྣ་རམ་ས་ལ་ཡོད་པའི་ཀུན་ཕན་གྱི་སྨྱོས་རྫས་ཡིན་ནའང་རེད། སྔེ་ར་སྡུན་ལ་ཡོད་པའི་དེ་ཚོ་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་སྐྱུ་ངལ་འཕྲད་མཁན་ཚོ་ལ་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་འགྲོ་སོང་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་གནང་བའི་ཐོག་ནས་ཐུགས་ཕན་གསོ་པོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ཡིན་ནའང་། ས་གནས་ཁག་ལ་དེ་འདྲ་སྐྱུ་ངལ་འཕྲད་མཁན་དང་ཐུགས་ཕན་གསོས་པ་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་སྐབས་སུ་བབ་པར་དྲག་ཐུས་ཐོན་འདུག་བསམ་པ་ཡིན་ནའང་། བསྐྱར་དུ་རང་འཛུགས་དཀའ་ངལ་འཕྲད་བསྡད་ཐུས། ག་རེ་ཞུ་དགོས་རེད། ཡང་བསྐྱར་ནད་པ་རང་འཛུགས་ཆགས་བསྡད་པ་ཞིག་དང་། དཀའ་ངལ་རང་འཛུགས་ཆགས་བསྡད་ཡས་གཅིག ཚོང་ཡང་བསྐྱར་སྐོར་བ་རྒྱག་པའི་གནས་སྟངས་འདྲ་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག ཐུས་ཅང་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་གཟབ་གནང་དགོས་ཡས་གཅིག་དང་། དེ་ཡང་བསྐྱར་དུ་མ་བྱུང་བ་ལ་ཐབས་ལམ་ག་རེ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཡང་དགོངས་བཞེས་གནང་དགོས་པ་ཞིག་གལ་ཆེན་པོ་མེད་འགྲོ་བསམ་གྱི་འདུག་ལ། ད་ལྟའི་ཆར་དཀའ་ངལ་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ལྡེ་ལིའི་ས་ཁུལ་ལ་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་དཀའ་ངལ་དེ་ཚོ་བྱུང་དུས་ཁོ་རང་ཚོས་ཚིག་དེ་ག་རང་བེད་སྤྱོད་བཏང་ཤོར་གྱི་འདུག གང་འདྲ་ཞིག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མེད། དཀའ་ངལ་འཕྲད་མཁན་ཚོ་ལ་སླན་ཁང་ལ་གང་འདྲ་སྐྱེལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མེད། ཁོ་རང་ཚོ་ལ་སྐད་ཆ་གང་འདྲ་བཤད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མེད། དེའི་ཐོག་ལ་དཀའ་ངལ་ཞེ་པོ་སྡུད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་གསུངས་ཀྱི་འདུག ཐུས་ཅང་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ལམ་སྟོན་ཕེབས་དགོས་པ་ཞིག་ས་གནས་ས་ཐོག་ལ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་བཞག ད་ལྟ་ཚོ་ལྡེ་ལི་འདྲ་པོ་ཡིན་པ་ཡིན་ན། ས་གནས་མང་པོ་ཞིག་འཛོམ་ས་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་དུས། དེ་ཚོའི་དཀའ་ངལ་འཕྲད་མཁན་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ས་གནས་པ་གིར་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་འདྲ། འདིར་གཅིག་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཞུ་ཡས་ཡིན།

དེ་ནས་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་འཕྲད་བཞིན་པ་ ༡༩༦ གི་གྲངས་འབོར་ཞིག་འདིར་བཀོད་གནང་བཞག འདིར་ཡོད་བཞིན་པ་དེ་ཚོ་ཁོ་རང་ཚོའི་ལོ་ཚད་གང་འདྲ་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་དམ། ཕོ་དང་མོ་ག་ཚོད་ཡོད་དམ། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ག་རེ་ཞུ་དགོས་རེད། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་གཏོང་ལེན་

གནང་སྟངས་གང་འདྲ་གནང་གི་ཡོད་དམ་ཞུ་ཡས་ཡིན། ག་རེ་བྱེད་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་ན། དེའི་ནང་ལོགས་ལ་སླན་གྲོན་གནང་བ་མ་གཏོགས། དཀའ་ངལ་དེ་ལ་གནོང་ལེན་གནང་སྟངས་ཁ་གསལ་ཞིག་གལ་གསལ་མི་འདུག བྱས་ཙང་དེའི་ཐོག་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུ་ཚོག་པ་གྱིས། ༼ **ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** ཕལ་ཆེར་དུས་ཚོད་རྫོགས་སོང་ ༽ ལགས་སོ།

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

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག སྐུ་འཚུས་བཞི་ཙམ་འདྲ་བྱུང་སོང་།

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་སྤེན་པ་ཚེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག སྨན་རྩིས་ཁང་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཛ་དྲག་གནས་སྟངས་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་རེད། དེ་གསུང་མཁན་སུ་ཡིན་མིན་ཤེས་ཀྱི་མེད། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། ད་ལྟ་སྨན་རྩིས་ཁང་ཛ་དྲག་གང་ཡང་མེད་བྱས་ནས་ཞུ་ཡག་ཡིན། ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་གཞི་དེ་ཚོ་ཏག་ཏག་བཟོས་ཡོད་རེད་དམ་མ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་རེད། ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་གཞི་ཆ་ཚང་ཞིག་བཟོས་ཟིན་བྱས། ལག་བསྟར་བྱེད་བཞིན་པ་རེད་བྱས་ནས་དེ་ཞུ་ཡག་ཡིན། ཁ་སང་སྔོན་མའང་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ནང་ལ་མང་པོ་ཞུས་ཡོད། སྨན་རྩིས་ཁང་གི་དཀའ་ངལ་མ་རེད། ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་གཞི་ཡག་པོ་ཡོད་མེད་ཀྱི་དཀའ་ངལ་རེད་བྱས་ནས་ངས་ཞུས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་ལས་བསྒོམས་དེའི་ནང་ལ་ཡག་པོ་ཞིག་གཟིགས་པ་ཡིན་ན། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣-༢༩ ནང་ལོགས་ལ་སྨན་རྩིས་ཁང་ཁེ་བཟང་ནང་ལོགས་ལ་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་བྱས་ནས་དེ་དག་ཚང་མ་ལས་དོན་གྱི་ཐོག་ནས་རེད། ཁྲིམས་སྒྲིག་གི་ཐོག་ནས་རེད། དེ་ཚོའི་དཀའ་ངལ་སེལ་བཞག་ཡོད་བྱས་ནས་འདི་ཞུ་ཡག་ཡིན། ད་ལྟ་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་དེ་ལོ་ ༢༠།༣༠ འགྲོ་མཁན་དེ་ཚོ་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་འཕྲད་ཀྱི་འདུག དེ་ཚོ་ཐོག་མ་འཛུལ་བའི་སྐབས་དེ་ལ་ལས་བྱེད་རྣན་པ་བྱས། ཁྲོད་རང་ཚོ་ལ་ལག་འཕྲེར་མི་འདུག ད་ལྟ་གསར་པ་ཚོ་ལ་ལག་འཕྲེར། འདི་རྒྱ་བ་ཉིད་ནས་ལབ་ཤེས་ཡག་ཁོ་རང་ཡོད་མ་རེད། གལ་སྲིད་དེ་འདྲ་ཞིག་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན་ན། སུས་གསུངས་འདུག ངོ་བདག་སུ་ཡིན། འགན་འཛིན་གྱིས་གསུངས་འདུག་གམ། འཛིན་སྐྱོང་ཚོགས་ཆུང་ནང་ལ་ཡོད་མཁན་ཚོས་གསུངས་འདུག་གམ། དེ་འདྲ་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ཐེར་འདོན་བྱས་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་དེ་ལ་དཔགས་པའི་ལས་བྱེད་འབྲེལ་ཡོད་དེ་ལ་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཡག་ཅིག་ཡོང་གི་རེད། དེ་མ་གཏོགས་ཤིག་དབང་རྟགས་གང་ཡང་མེད་པའི་འདུག་སེ་བྱས་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་ན། དེ་ལ་འཛིན་སྐྱོང་གི་ངོས་ནས་གང་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མེད། ད་ལྟ་གསུང་སྟངས་དེ་ཕལ་ཆེར་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་ལས་ཀ་བྱེད་སྟངས་དེ། གང་ཟག་གི་དབང་སྒྱུར་འོག་ལ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ། གང་ཟག་གི་དབང་སྒྱུར་གྱི་འོག་ལ་འགྲོ་ཤེས་ཡག་ཁོ་རང་ཡོད་མ་རེད། སྨན་རྩིས་ཁང་གི་ལས་དོན་ག་རེ་བྱེད་པ་ཡིན་ནའང་བཀའ་འཁྲོལ་ཞུ་ཡག་དེ་འགན་འཛིན་ལྷན་ཚོགས་ལ་ཞུ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ནང་བཞིན་བྱས་ནས་ཉིན་རེ་ཉིན་རེའི་ལས་དོན་དེ་འགན་འཛིན་གཅིག་པུ་མ་ཡིན་པར། འདིར་འགན་འཛིན་ཚོགས་ཆུང་ཡོད་རེད། འདིའི་ནང་ལ། Management Committee ཟེར་བ་གཅིག་ཡོད་རེད། འདི་མཉམ་དུ་གོ་བསྡུར་བྱས་རྗེས་ Management Committee ནང་ལོགས་ལ་ཚང་མ་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་རྒྱུང་རྒྱུང་རེད་མ་གཏོགས། ཕྱི་ནས་མི་སུ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་མ་རེད། འགན་འཛིན་འདི། འགན་འཛིན་དྲུང་ཆེ་མ་

གཏོགས་ཤིག དེ་ཡིན་དུས་ཚང་མ་གོ་བསྒྱུར་བྱས་དེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས། མི་གཅིག་གིས་གང་ཟག་གི་དབང་སྒྱུར་བྱེད་ཡས་དེ་འདྲ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་ཡོད་མ་རེད་བྱས་ནས་ཞུ་ཡི་ཡིན།

དེ་ནང་བཞིན་བྱས་ནས་རྐྱན་པ་སུ་ལ་ཐོགས་མར་བཅག་འདུག གང་འདྲ་སེ་བཅག་འདུག ཉམས་ཆག་གང་འདྲ་བཏང་འདུག ཡར་མང་དུ་མ་བཏང་བ་བྱས། ཙུང་དུ་གང་འདྲ་བཏང་འདུག ཐོགས་ནི་ཚང་མ་ལ་ཡར་སྦྲར་བཞག་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་སུ་ལ་བཅག་ཡོད་རེད། དེ་ཚོ་གསུང་ཐུབ་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་ལ་དཔག་པའི་ང་ཚོས་ལན་རྒྱག་རྒྱུར་ཁྲིད་པར་ཞིག་ཡོང་ས་རེད་བྱས་ནས་འདི་གཅིག་ཞུ་ཡས་དང་། དེ་ནས་སྨན་སྦྱིན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ད་ལྟ་འབུལ་བསྟུད་ཡག་དེ། གང་ལྟར་སྨན་སྦྱིན་ཆ་ཚང་དང་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ ཆ་ཚང་མ་བསྡོམས་པའི་སྒོར་འབུམ་ ༥༠༠ ལྷག་ཅིག་སྨན་རྩིས་ཁང་གིས་ལོ་རྟག་པར་རེ་བཞིན་ཕྱེད་ཆག་དང་། བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམ་པ་ཕུལ་བ་དེ་དག་འདི་འདུག་སེ་བྱས་ནས་ཕུལ་བསྟུད་ཀྱི་ཡོད་རེད་བྱས་ནས་ཞུ་ཡས་ཡིན།

ད་ལྟ་འདིར་མཆིན་ནད་རིག་དུག་གི་ཉེན་མོ་དེ་རེད། དེའི་གྲངས་ཀ་མང་བཀོད་བཞག་ཡོད་རེད། མཆིན་ནད་རིག་དུག་གི་ཉེན་མོ་དེར། སྤྱིར་བཏང་གི་ཉེན་མོ་མང་པོ་ཡོད་རེད། ལོ་རེ་རེའི་ནང་ལོགས་ལ་འཁྲོད་བསྐྱེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཉེན་མོ་མང་པོ་ཡོད་དུས་ཉེན་མོ་དེ་དག་ཚང་མ་སྲུང་བརྩི་ཞུ་ཡི་ཡོད་རེད། སྲུང་བརྩི་ཞུས་པའི་སྐབས་ལ་ས་གནས་ཚང་མ་ལ་འབྲེལ་བ་ཞུ་ཡི་ཡོད་རེད། དགོན་སྡེ་ཁག སློབ་གྲྭ་ཚང་མ་ལ། གཞིས་ཆགས་ཚང་མ་ལ་འབྲེལ་བ་ཞུ་དུས་མཉམ་ཞུགས་གནང་མཁན་དེ་དག་འདིའི་ཐོ་གཞུང་དེ་ནང་ལ་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས་ཤིག མཉམ་ཞུགས་མ་གནང་མཁན་དེ་དག་འདི། དེའི་ནང་ལ་ཡོད་མ་རེད་བྱས་ནས་ཞུ་ཡས་ཡིན། དགོན་པ་ ༣ དེ་ག་རེ་ག་རེ་རེད་བྱས་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་ན། གཅིག་དེ་སྡེ་ར་སྟུན་ཁུལ་གྱི་ས་སྐྱ་དགོན་པ་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་འབྲས་སྤུངས་བཙུན་དགོན་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་སྨིན་གྲོལ་གླིང་དགོན་པ། ད་ལྟའི་འདིའི་ནང་ལ་འདི་གསུམ་འདི་མཉམ་ཞུགས་གནང་བཞག མཉམ་ཞུགས་གནང་བ་སོང་ཙང་། ང་ཚོས་མཐུན་འགྱུར་སྒྲུར་ཡོད་རེད། མཉམ་ཞུགས་མ་གནང་བ་ཡིན་ན། གསལ་བསྒྲགས་ཞུས་པའི་རྗེས་ལ་མཉམ་ཞུགས་མ་གནང་བ་ཡིན་ན། དེ་མཉམ་ཞུགས་གནང་སོང་བྱས་ནས་ལས་བསྡོམས་ནང་ལ་ཞུ་ཤེས་ཡས་ཡོད་མ་རེད། དེ་འཁྲོད་བསྐྱེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཉེན་མོ་མང་པོ་ཡོད་པ་སོང་ཙང་། དེ་མཆིན་ནད་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་བསྟུད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད། ཉི་མ་གཅིག་ལ་སྲུང་བརྩི་ཞུ་བའི་གནས་སྟངས་རེད་བྱས་ནས་འདི་ལ་བློ་ཐམ་གནང་དགོས་ཡས་ཡོད་མ་རེད་བྱས་ནས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ང་ཚོ་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱིས་ལས་ཀ་ག་རེ་བྱས་པ་ཡིན་ནའང་དབྱེ་བ་འབྱེད་ཀྱི་མེད་བྱས་ནས་ཞུས་ཡོད། མི་མང་ཡིན་ནའང་རེད། དགོན་སྡེ་ཁག་ཡིན་ནའང་རེད། ཚང་མ་ལ་གཅིག་གྱུར་རང་བྱས་ནས་འགྲོ་བསྟུད་ཡོད་མ་གཏོགས། ཆོས་ལུགས་ནང་ལོགས་ལ་ཡིན་ནའང་། ཆོས་བརྒྱུད་སོ་སོའི་དེ་དག་ཚང་མ་ལ་གཅིག་གྱུར་བྱས་ནས་ལྟ་བསྟུད་ཀྱི་ཡོད་མ་གཏོགས་ཤིག དབྱེ་བ་འབྱེད་པ་གང་ཡང་མེད་བྱས་ནས་འདི་གསལ་པོ་བྱས་ནས་ཞུ་ཡས་ཡིན།

དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་སེམས་ཁམས་འཁྲོད་བསྐྱེན་དང་འབྲེལ་བའི་སྨན་པས་ཟབ་སྦྱོང་ཞིག་སྤྲད་བཞག དེ་སྦྱོད་སྟངས་གང་འདྲ་སྤྲད་པ་རེད། འདི་ད་ལྟ་སྨན་པ་འདི་ཨིན་ཇིའི་ལུང་པ་ནས་རེད། ཨིན་ཇིའི་ལུང་པ་ནས་དྲྭ་ཐོག་ནས་དེང་སང་གི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་བཅོས་ཐབས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་རེད། དེའི་སྐོར་ལ་ལས་བསྡོམས་ནང་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག་བྱས་ནས་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ད་ལྟ་འདི་ལ་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་གི་སྐོར་ལ་གསུང་གི་འདུག གཞི་གནས་ཀྱི་སྐོར་ལ་གསུང་གི་འདུག དེ་ཚོ་གྲས་ཀ་དེ་ག་དུས་ཡིན་ནའང་མཐུན་རྐྱེན་དེ་ཡོད་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ནད་པ་ཁག་ཅིག་ལ་ཨ་ལས་དང་པོ་ཆོས་ཉན་ཡས་ཕར་བཞག དེ་འདྲའི་གནས་སྟངས་ཁོ་རང་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཚོའི་རིགས་ཁག་ཅིག

ལ་ཆོས་བཤད་ནས་ཉན་ཡས་དང་། དེ་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཐུབ་པའི་གནས་བབས་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེ་ཚོ་ལ་སློབ་གསོ་བརྒྱབ་རྒྱུ་རེད་མ་གཏོགས། དེ་འདྲ་ཕན་ཐོགས་ཡས་མེད་པ་ཞིག་ལ་དེ་རིང་ཀ་ཁ་ག་ང་བསླབ་ནས་སང་ཉིན་བརྗེད་འགྲོ་མཁན་གྱི་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། ད་ལྟ་མདོན་དགའ་སློབ་གྲྭའི་ནང་ལ་ཡོད་བསྡད་པ་དེ་དག་འདིར། ཆོས་ཤེས་ཡས་དང་ཉན་ཡསདང་དེ་ཚོ་དཔེ་མི་སྲིད་པའི་གནས་སྟངས་ཁག་པོ་རེད། བྱས་ཙང་ནད་པའི་གནས་སྟངས་འདྲ་མི་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་དུས་དེ་ལ་དཔག་པའི་བྱེད་དགོས་པ་དེ་དག་འདི་བྱེད་བསྡད་ཡོད་རེད།

དེ་ནས་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སེམས་ཁམས་ཀྱི་སློབ་གསོ་གང་འདྲ་ཞིག་སྤྲོད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་། ད་ལྟ་འདི་ནས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་ཞིག་རེད། ང་ཚོ་འདིར་དགེ་བཤེས་དང་། མཁན་པོ། དེ་ཚོ་མང་ཐག་གཅོད་ཅིག་ཡོད་རེད། ཁོང་རྣམ་པ་ཚོར་རེ་བ་ཞུས་བྱེད་དེ། ནད་པ་ལ་ཕན་ཐོགས་པར་ནད་པས་མགོ་འཚོས་ཐུབ་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེ་ཚོང་ཚོས་ཞུ་ཡི་ཡིན་བྱས་ནས་ཞུ་ཡས་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་ལས་གཞི་དེ་རེད། ལོ་རེ་བཞིན་འཕར་ཆག་ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མེད་ཟེར་བ་རེད། ན་ནིང་དང་ད་ལོ་བསྡུར་བ་ཡིན་ན། ད་ལོ་འདི་ལ་ ༣༥༠༠༠ ཙམ་ཡོད་རེད། དེ་ཐན་བུ་ཞིག་འཕར་ཡོད་རེད་བྱས་ནས་འདི་ལས་བསྒོམས་ནང་ལ་ཞུས་བཞག་ཡོད། དེ་ག་ནང་བཞིན་བྱས་ནས་བཀའ་བློན་ཕྱོགས་སྐྱོད་ཕྱིན་པའི་སྐབས་ལ་ངོ་བོ་ག་རེ་སྐད་ལ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། དེ་སྲིད་སྐྱོང་གི་འགན་འཁྱེར་དགོས་རེད། ནང་སྲིད་བཀའ་བློན་གྱི་འགན་འཁྱེར་དགོས་རེད། འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་འགན་འཁྱེར་དགོས་རེད། དཔལ་འབྱོར་གྱི་འགན་འཁྱེར་དགོས་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་བྱས་ནས་ད་ལྟ་ཆོས་རིག་གི་འགན་འཁྱེར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དགོན་པ་ཁག་ལ་འགྲོ་དུས་ནི་ཆོས་རིག་བཀའ་བློན་གྱི་མིང་ཐོག་ནས་འགན་འཁྱེར་ནས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། དེ་བྱས་ཙང་ལས་བསྒོམས་ནང་ལ་ཚང་མ་ཚུད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དཔལ་འབྱོར་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་དཔལ་འབྱོར་སྐོར་ལ་བཤད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ནང་སྲིད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ནང་སྲིད་སྐོར་ལ་བཤད་ཀྱི་ཡོད་རེད། གཞིས་ཆགས་རེ་རེར་ལྟ་སྐོར་འགྲོ་དུས་ལྟན་ཁང་དེ་དག་ཚང་མའི་ལྟ་སྐོར་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། ད་ལྟ་སྲིད་སྐྱོང་གིས་འགན་ཐང་ཀར་འགན་འཁྱེར་གྱི་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར་སློབ་གྲྭ་ལ་ལྟ་སྐོར་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་བྱས་ནའང་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས་ཤིག ང་ཤེས་རིག་བཀའ་བློན་མིན་ཞེས་ངས་སློབ་གྲྭ་ལ་ལྟ་སྐོར་མ་འགྲོ་བ་དེ་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། ཁྲིན་ཡོངས་ནས་འགན་འཁུར་དགོས་པ་དེ་དག་འདི་ཚང་མ་འཁྱེར་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས། ས་གནས་རེ་རེ་ལ་འགྲོ་དུས་ཞྭ་མོ་མི་འདྲ་མི་འདྲ་བ་གྱོན་ནས་འགྲོ་ཡས་ཡོད་མ་རེད་བྱས་ནས་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ནས་བཀུས་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་བུད་མེད་ལྷ་མཚན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ད་ལྟ་ལས་འགུལ་མང་པོ་ཞིག་སྤེལ་བསྡད་ཡོད་རེད། དེ་ནས་བསྐྱར་དུ་ནད་པ་ཆགས་བསྡད་པ་དེ་ཚོ་ལ་ཐབས་ལམ་ག་རེ་ཡོད་རེད་བྱས་ནས་གསུངས་ཡོད་རེད། དེ་ཚོ་ནད་གཞི་ལ་རག་ལས་ཀྱི་རེད། དེ་ཚོ་གྲས་ཀ་དེ་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱིས་ལྟ་སྐྱོང་གི་འོག་ལ་སྨན་ཁང་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་ཚོའི་ནང་ལ་བཞག་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ནི། ཆ་ཚང་བལྟ་ཡི་རེད། དེ་ནས་མར་འགྲོལ་བྱས་སོ་སོར་རང་གནས་སུ་ཕེབས་པ་ཡིན་ན་ནི། གཞན་པ་ལྷ་རེའི་ང་ཚོས་འབུལ་ཡས་དེ་དག་འདི་ཕྱུལ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ནས་སྨུ་མ་ཐུད་ནས་བལྟ་དགོས་པ་དེར་བལྟས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཅེས་ཞུ་ཡས་ཡིན། རང་བཙན་ཡོད་མཁན་རྒྱལ་ཁབ་ཚོ་ལའང་དེ་ཚོ་ལྟ་ཡས་ཁག་པོ་ཞེ་དྲག་རེད། བྱས་ཙང་ང་ཚོས་རེ་བ་དེ་དག་འདི་ཚད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་གནང་བ་ཡིན་ན། དེ་ལ་དཔག་པའི་ང་ཚོས་འདུག་སེ་ཡོང་གི་རེད། དེ་ལ་གཅང་འཕྲོད་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་དེའི་སྐད་ལ་ལོ་ཚད་དང་ཕོ་མོ་ག་ཚོད་ཡོད་རེད་བྱས་ནས་གསུངས་སོང་། དེར་ངས་ད་ལྟ་ལམ་སང་ཞུ་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག དེ་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་ནས་གདོང་ལེན་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད།

སྣན་གྲོན་གནང་བ་མ་གཏོགས་ཤིག འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་དེ་ས་གནས་ལ་ཡོད་མཁན་གྱི་ལས་བྱེད་དེ་ཚོ་རེད། དབུས་ལས་ཁུངས་དེ་དག་འདི་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་འཛིན་སྐྱོང་ལྟ་མཁན་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དབུས་ཀྱི་འཛིན་སྐྱོང་བལྟ་ཡས་དང་། གྲོས་ཚོགས་ནས་བཀའ་འཁྲོལ་གང་ཐོན་པ་དེ་དག་འདི་མར་བགོ་འགྲེམས་བྱེད་པ་དང་། དེ་དག་འདི་ས་གནས་ནས་ལག་བསྟར་བྱེད་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

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

སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རྗེ་ཚེ་བརྟན་ལགས། གོ་སྐབས་གཉིས་པ་ཞུ་མཁན།

སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རྗེ་ཚེ་བརྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་དང་སྲིད་སྐྱོང་གཅིག་ལྷོགས་ཀྱི་ལན་འཕྲོས་ནས་འདིར་བསམ་ཚུལ་ཞིག་ཞུ་ཡས་འདོད་པ་བྱུང་སོང་། སྲིད་སྐྱོང་གིས་གསུངས་བར་བཀའ་བློན་བསྐོ་རྒྱུ་དེ་སྲིད་སྐྱོང་གི་ལས་འགན་རེད། སུ་ཞིག་གི་བཀའ་གཏང་ཚོག་གི་མ་རེད། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེར་དྲི་བ་འདྲི་ཡི་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས། སུ་ཞིག་གིས་བཀའ་བཏང་གི་ཡོད་མ་རེད། དྲི་བ་འདྲི་ཡས་དེ་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་འགན་རེད། མང་གཙོའི་ནང་ལུགས་ལ་མི་མང་གིས་ཀྱང་དྲི་བ་འདྲི་ཚོག་གི་ཡོད་རེད། དེ་རིང་ངས་འདིར་དྲིས་པ་དེ་དེ་སྤྱ་མི་མང་གིས་དྲི་བ་དྲིས་བྱས། གནས་སྟངས་དེ་རང་འདྲགས་རེད། དེ་སོང་ཙང་གནས་སྟངས་རང་འདྲགས་ཡིན་ཙང་། བཀའ་བློན་གྱི་འོས་མི་འོས་པ་འཕྱེར་བསླེབ་ཀྱི་རེད་དམ་མ་རེད་ལབ་ནས་དྲི་བ་དྲིས་རེད། དེར་དྲི་བ་དྲིས་པ་ཙམ་གྱི་དེར་སུ་ཞིག་གི་བཀའ་གཏང་ཚོག་གི་མ་རེད་ལབ་ན། གཅིག་བྱས་ན་བཀའ་མོལ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་གསར་འགོད་པ་དེ་ཆོས་ཕལ་ཆེར་བཀའ་ལན་འདྲི་ཡི་ཡོད་ས་མ་རེད། དེ་ལས་འགན་རེད་ལྤ། དེ་སོང་ཙང་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ངས་ད་གིན་གོང་དུ་ཞུས་པ་ཡིན། སྲིད་སྐྱོང་གི་ཕྱག་ལས་དངོས་གནས་གནང་གི་ཡོད་རེད། ང་ཡིན་ནའང་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་གི་ཐོག་ནས་ཡག་ག་བྱེད་པ་ལ་ཡིན་དང་ཡིན། ཡང་དེའི་རྐྱེན་པའི་ཐོག་ནས་དྲི་བ་འདྲི་དགོས་ས་ལ་དྲི་བ་འདྲི་ཡི་ཡོད། དེའི་རྐྱེན་པའི་ཐོག་ནས་ད་ལྟ་དུས་ཚོད་ཀྱང་གང་ལ་གང་འཚམ་ཞིག་ཡོད་རེད། བཀའ་ལན་གལ་དམིགས་བསལ་གནང་དང་མ་གནང་དེ་རེད། ཡིན་ནའང་འཐུས་ཤོར་འགྲོ་ཡི་འདུག་དང་མི་འདུག དེ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འགན་དབང་རེད། ང་རང་ཚོས་ཆ་ཤས་ལེན་པའི་ཐོག་ནས་བལྟ་ཡི་རེད། དེ་རིང་ལས་བསྡོམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ང་ཚོས་དྲི་བ་འདྲི་ཡི་ཡོད་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་མི་མང་གིས་གཟིགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་སོང་ཙང་དེ་རིང་ངས་དྲི་བ་རང་དྲིས་ཡིན་མ་གཞི། བཀའ་རྒྱ་བ་རང་ནས་གཏོང་བའི་དབང་ཚད་ཀྱང་ཡོད་མ་རེད་ལ། བཏང་ནའང་འགྲིག་གི་ཡོད་མ་རེད། དེ་སོང་ཙང་དེ་ཡང་མཁྱེན་དགོས་པ་ཞིག་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོང་སོང་ཞུ་ཡས་ཡིན། ད་ལྟ་ཕྱག་སྒྲིལ་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་དྲི་བ་དྲིས་པ་ནང་བཞིན་སྲིད་སྐྱོང་ཕེབས་པའི་སྐབས་སུ་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན། ཆོས་རིག་བཀའ་བློན་ཆ་ཚང་། དེ་རིང་ཤེས་རིག་གིས་འདིར་འགན་འཁྱེར་ཡོད་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་ག་པར་ལྷག་སོང་། དེར་དཔལ་འབྱོར་བྱས། ཆ་ཚང་ཞིག་འགན་འཁྱེར་དུས་དངོས་གནས་དཀའ་ལས་ཡོད་རེད་ལྤ། དེ་ང་ཚོས་ཏ་གོ་ཡི་ཡོད་རེད་ལྤ། དེ་སོང་ཙང་མི་མང་ནང་ལུགས་ལ་བསམ་ཚུལ་དངོས་གནས་ཡོད་རེད། དེའི་ཐོག་ནས་འགན་དེ་ཡང་ཏོག་ཙམ་གཞན་ལ་ཡང་དེ་འདྲ་སྤྲད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། ལས་དོན་ད་ལྟ

སྤེལ་བ་ལས་ཚགས་ཚུད་པ་དང་། ཡག་ཏུ་འགྲོ་བའི་རེ་བ་ཡོང་སྲིད་ཀྱི་རེད་ལྟ། དེ་སོང་ཙང་ངྲི་བ་དེ་བསླེབས་ཀྱི་ཡོད་ཙང་འདིར་འདྲི་ཡི་ཡོད་ཞུ་ཡས་ཡིན། ལགས་སོ། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག

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

སྤྱི་འཐུས་མཁན་པོ་ཀུཉྫག་དངོས་གྲུབ་བསོད་ནམས་ལགས། གོ་སྐབས་གཉིས་པ་ཞུ་མཁན།

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

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ངྲི་བ་འདྲ་པོ་འདྲ་ཚགས་སོང་། ངས་དེར་ཁོས་བཀའ་བཏང་མི་ཆོག་ཟེར་བ་དེའི་སྐོར་ངྲི་བ་འདྲི་དགོས་དྲན་སོང་། ཡིན་ནའང་ཞུས་ཚར་སོང་། དེ་དང་ཡར་ལངས་ཚར་དུས་ག་རེ་ཞུ་འདོད་བྱུང་ཟེར་ན། དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་གིས་ད་ལྟ་བཀའ་ལན་གནང་བ་རེད། བཀའ་བློན་བསྐོ་མི་བསྐོས་དེ་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་གི་དབང་ཚད་ཡིན་པ་དང་། ཁྱད་པར་དུ་ག་རེ་བསྐོ་གཞག་བྱས་ནའང་གཞི་རྩའི་ཆ་ནས་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་ལ་དབང་ཚད་ཡོད་པ་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠ རེད། ཡིན་ནའང་མང་ཚོགས་ནང་ལོགས་ནས་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་གིས་བཀའ་བློན་བསྐོ་ཡི་མི་འདུག་ཅེས་ལབ་ཀྱི་འདུག གྲོས་ཚོགས་ར་བའི་འཐུས་མི་ཡིས་བསྐོ་ཡི་མི་འདུག ཁྱད་པར་དུ་ཆོས་བརྒྱུད་སྤྱི་འཐུས་དེ་ཆོས་བཀག་བཞག་འདུག་རྒྱུང་རྒྱུང་ལབ་ཀྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་དེ་རིང་འདིའི་སྒྲིངས་ཆ་ནས་གསལ་པོ་བཟོས་ནས་བཀའ་བློན་བསྐོས་མི་བསྐོ་དེའི་དབང་ཚད་ང་ལ་ཡོད། ངས་ད་ལྟ་བསྐོས་ཀྱི་མེད་ཅེས་གསལ་པོ་གསུང་རོགས་བྱེད་མ་གཏོགས། རྒྱ་ཆེའི་མང་ཚོགས་ཀྱིས་ཆོས་བརྒྱུད་སྤྱི་འཐུས་དེ་ཆོས་བཀའ་བློན་བསྐོ་མི་བཅུག་པར་བཀག་བཞག་རེད་ཅེས་ཡོངས་གྲགས་བཟོ་ཡི་འདུག དེ་ཡང་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་མཁན་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་ཁྱེད་རང་གི་མི་སྣ་རྒྱུང་རྒྱུང་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་རིང་ར་བ་འདིའི་ནང་གསལ་པོ་བཟོ་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

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

སྤྱི་འཐུས་བསྟན་འཛིན་འཇིགས་བྲལ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་བསྟན་འཛིན་འཇིགས་བྲལ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འདི་ད་ལྟ་རེ་སྐུལ་ཡིན། ང་རང་ཚོ་ད་ལྟ་བོད་གཞུང་གི་སྲིག་འཛུགས་འདི་ཡི་སྨལ་ཚིགས་ལྟ་བུ་དེ་ང་རང་ཚོ་འདུག་སེ་གཞུང་ཞབས་པ་ཚགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཁོང་རྣམ་པ་ང་རང་ཚོས་བདག་པོ་མཐར་ཕྱིན་པ་བརྒྱབ་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཚགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། གཞུང་གི་ངོས་ནས་བདག་པོ་རྒྱག་ཀྱང་རྒྱག་གི་ཡོད་རེད། དེང་སང་ང་རང་ཚོ་གཞུང་ཞབས་ནང་ལོགས་ལ་ལོ་ཆུང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་གཞུང་ཞབས་ཀྱིས་ལོ་མང་དཀའ་ལས་རྒྱག་གི་ཡོད་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་བོད་གཞུང་གི་ངོས་ནས་ཡིན་ནའང་དུས་ཡུན་རིང་པོ་ནུས་པ་སྐྱེད་སྲིང་བྱས་ཧེ་མཐའ་མ་དེ་ལ་གློ་བུར་དུ་འདུག་སེ་ཆེ་སྒྲོག་ཤོར་བ་ཡིན་ན། དེ་ཧ་ང་སང་བའི་བློ་ཕམ་གྱི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཚགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ད་ལོ་འདུག་སེ་ལྟར་ཡིན་ནའང་གང་ལྟར་གཞུང་ཞབས་གང་ལ་གང་འཚམ་ཞིག་འདུག་སེ་གློ་བུར་དུ་ཆེ་སྒྲོག་ཤོར་

བའི་བློ་ཕམ་གྱི་གནས་ཚུལ་བྱུང་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་རྒྱ་བའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་ནས་མཐུན་རྐྱེན་སྦྱར་གྱི་ཡོད་རེད། དཔེ་མཚོན་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ང་རང་ཚོ་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་འདིར་ལོ་གཉིས་དང་ཕྱེད་ཀ་ཕྱེད་ཀའི་ནང་ལོགས་ལ་གཟུགས་པོ་ཆ་ཚང་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་པར་སྐུ་དབང་ཡོད་རེད། མཐུན་རྐྱེན་སྦྱར་གྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་བྱུང་སོང་བྱུང་བ་ཡིན་ན། བོད་གཞུང་གི་ངོས་ནས་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་གཞུང་ཞབས་རྣམ་པ་ལ་འདུག་སེ་ངེས་པར་དུ་གང་ལྟར་ལོ་གཉིས་དང་ཕྱེད་ཀ་མེད་པ་ཡིན་ནའང་། ལོ་གསུམ་ཡང་མིན་ན་དུས་ཡུན་ངེས་ཅན་ཞིག་ནང་ལོགས་ལ་གང་ལྟར་གཟུགས་པོ་བརྟག་དཔྱད་གང་ལྟར་བྱེད་དགོས་པ་དེ་འདྲ་བཀོད་ཁྲབ་ལམ་སྟོན་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེས་ཏན་ཏན་ཐུགས་ཕན་གསོ་ཡི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག སྤྱ་འདོན་གྱི་འགྲོ་སོང་དེ་ཡིས་ཕྱི་ཡི་འགྲོ་སོང་མང་པོ་ཞིག་བསྒྲི་ཚགས་བྱེད་ཀྱི་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་སྤྱི་ཡོངས་ལ་ང་རང་ཚོའི་བོད་གཞུང་གི་སྐྱལ་ཚིགས་ཀྱི་གཞུང་ཞབས་པ་རྣམ་པ་ལ་ཁོ་རང་ཚོ་ལ་ཡིན་ནའང་ང་རང་ཚོས་བདག་རྐྱེན་དང་མཐུན་རྐྱེན་སྦྱོར་སྦྲོད་གནང་ཐུབ་ཀྱི་རེད།

དེ་ནས་ད་ལྟ་ལས་བསྒོམས་སྙིང་བསྡུས་དེའི་ནང་ལོགས་ཀྱི་ཤོག་གྲངས་ ༡༩ འདིའི་ནང་ལོགས་ལ་ཨི་ཧ་ལིའི་ Vimla Association དེ་ག་ནང་བཞིན་གྱི་སྲུད་སི་ Vimala Association དེ་གཉིས་གཅིག་པ་རེད་དམ་ཁག་ཁག་རེད། གཅིག་གི་ནང་ལོགས་ལ་ཨིན་ཇིའི་ཚིག་གང་ལྟར་ A འདུག་སེ་འཐོལ་བ་བསླེབས་བསྡད་བཞག དེ་གཉིས་གཅིག་པ་ཡིན་ན། དེ་ནས་ཨ་མ་གང་དེ་རེད། ཡན་ལག་གང་དེ་རེད། དེ་གཅིག་ཞུ་ཡས་ཡིན། དེ་ནས་ཤོག་གྲངས་ ༢༡ དེའི་ནང་ལོགས་ཀྱི་ཡིག་ཕྲེང་གཉིས་པ་དེའི་ནང་ལོགས་ལ་གང་ལྟར་ "ཚོགས་ཆུང་ཞིག་གསར་བཙུགས་གིས་" ཞེས་བྲིས་བཞག དེ་ཡིན་དུས་ཡང་འཇུག་ས་ཡིན་དུས་ཀྱིས་དགོས་ཡག་གི་གནས་སྟངས་ཤིག་མཐོང་སོང་། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

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

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་སྤེན་པ་ཚེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བཀའ་བློན་བསྐོ་རྒྱུ་དང་བཀའ་བློན་བསྐོ་དང་མ་བསྐོ་ཟེར་བ་དེ་དྲི་བ་རེད། མི་མང་གི་གསུངས་སོང་ཟེར་ནས་གསུང་གི་ཡོད་རེད། དོ་བདག་འདིར་ལངས་སྡོད་མཁན་དེའང་ས་གནས་མི་མང་ཚང་མ་རྒྱར་བཅར་བ་ཡིན། དེའི་སྐོར་དེ་ལ་གང་ཡང་གསུངས་མཁན་མི་འདུག གསུངས་མཁན་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དོ་བདག་ལ་གསུང་དགོས་རེད་པ། ང་ལ་ནི་ས་གནས་ག་པར་ཕྱིན་པ་ཡིན་ནའང་གང་ཡང་གསུངས་མཁན་མི་འདུག ད་ལྟ་ལས་ཀ་ཡག་ཐག་ཚོད་འགྲོ་ཡི་འདུག་བྱས་ནས་གསུངས་ཀྱི་འདུག་མ་གཏོགས། ད་ལྟ་བསྐོ་ཡི་རེད་དམ་མ་རེད་གསུང་བ་དེ་རེད། སྤྱིར་བཏང་གི་ལས་རིམ་གྱི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲད་བསྡད་ཀྱི་འདུག ད་ལྟ་ལས་རིམ་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ལྷག་བསྡད་ཡོད་རེད། བཀའ་བློན་འོས་མི་བཏོན་པ་ཡིན་ནའང་དུས་ཚོད་ཞེ་པོ་འགག་ཡས་ཡོད་མ་རེད་དེ། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དེ་ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ན། བཀའ་བློན་འོས་མི་འདོན་པ་ལ་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་སྲིད་སྐྱོང་གིས་ཁས་ལེན་བཞག་ཡོད། བཀའ་བློན་གཅིག་གི་འོས་མི་བཏོན་པའི་སྐབས་ལ་གྲོས་ཚོགས་འདི་ནས་འཐུས་མི་ཁག་ཅིག་མར་བཞེངས་ནས་གྲུབ་ཆ་མ་ཚང་བ་བྱས་ཏེ་བཀའ་བློན་གྱི་འོས་བསྡུ་བྱས་ཐུབ་ཡོད་མ་རེད། དེའི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད། ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་ལ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱིས་བཀའ

སློབ་དམ་བཅའ་འབུལ་ས་ཡི་ལམ་ཀ་དེ་བཟོས་ཡོད་རེད། དེ་ཁས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མ་གཏོགས་ཤིག ད་དུང་ཡང་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་བཀག་བསྡད་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ནས་སུ་ཞིག་གིས་གསུང་གི་ཡོད་མ་རེད། གཅིག་ནས་དེ་རིང་འོས་མི་འདོན་པ་ཡིན་ནའང་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་ཚོ་ཡར་ལངས་ནས་མར་འགྲོ་བཞག་པ་ཡིན་ན། དེས་བཀའ་ཤག་དང་གྲོས་ཚོགས་དབར་ལ་གནོད་ཐུག་ཐེབས་ས་རེད་བསམ་བསམ་འདྲ་པོ་ཞིག་དྲན་སོང་།

གཉིས་ནས་ལོ་གཅིག་དང་བྱེད་ཀ་མ་གཏོགས་ལྷག་ཡོད་མ་རེད། ལོ་གཅིག་དང་བྱེད་ཀའི་ནང་ལོགས་ལ་ད་ལྟ་ལམ་གཞི་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་འགྲོ་བསྡད་ཡོད་རེད། ལམ་གཞི་མང་པོ་འགྲོ་སྟོད་དུས་བཀའ་སློན་གསར་པ་ཞིག་བསྐོས་པ་ཡིན་ན། བཀའ་སློན་དེ་ཡིས་ལས་ཀ་དེ་རྒྱུས་ལོན་བྱེད་ཡས་ཁོ་རང་ལ་ཟླ་བ་གསུམ་བཞི་འགོར་འགྲོ་ཡི་རེད། ད་ལྟ་ལམ་གཞི་འགྲོ་བསྡད་པ་དེ་དག་འདི་རྒྱུས་ལོན་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཡང་དེ་ལས་དོ་ཕོག་འགྲོ་བའི་ཉེན་ཁ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག དེ་ང་ཚོར་ད་ལྟ་ NDI ཡི་ལམ་གཞི་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་འགྲོ་བསྡད་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེའི་གནད་དོན་འདི་གཅིག་རེད། གནད་དོན་གཞན་པ་ཞིག་དེ། ད་ལོ་གཅིག་དང་བྱེད་ཀ་མ་གཏོགས་ལྷག་མེད་དུས་སུ་འདྲ་ཞིག་བཀའ་སློན་ལ་ཡར་བསླེབ་པ་ཡིན་ནའང་། གང་ལྟར་དགུང་ལོ་ཆུང་བ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། སྐབས་གཉིས་བྱེད་རྒྱུའི་འདོད་པ་ཡོད་རེད་པས། ལོ་གཅིག་དང་བྱེད་ཀ་དེ་ཡིས་སྐབས་གཅིག་བརྩེ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་དུས། དེ་སྣ་འབྲེལ་བ་བྱེད་སའི་དོ་བདག་དེ་ཚོས་ད་ལྟ་མ་འདོན་ན་འགྲིག་ས་རེད་བྱས་ནས་གསུངས་ཀྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྲིད་སྐྱོང་གི་ངོས་ནས་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། ལོ་གཅིག་དང་བྱེད་ཀ་མ་གཏོགས་ལྷག་ཡོད་མ་རེད། ལོ་གསུམ་དང་བྱེད་ཀ་ཙམ་འགྲོ་ཡི་འདུག ལོ་གསུམ་དང་བྱེད་ཀའི་ནང་ལོགས་ལ་འགན་མང་པོ་འཁྱེར་བའི་རྒྱུ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ལས་དོན་ལ་འཐུས་ཤོར་ནི་གང་ཡང་བཏང་མེད། ད་ལྟ་ལོ་གཅིག་དང་བྱེད་ཀ་འདིའི་ནང་ལོགས་ལ་ལས་དོན་སྒྲུབ་ཐུབ་ནས་འགྲོ་ཐུབ་ཀྱི་རེད་བསམ་པའི་དོན་དག རྒྱུ་མཚན་གཙོ་བོ་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་རིང་འཁྱེར་མེད་བྱེད་ནས་འདི་ཞུ་ཡས་ཡིན།

དེ་ནས་བཀྲ་ཤིས་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་ད་ལྟ་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་རེད། ངས་དོན་དག་དེ་ཡང་འདིའི་ནང་ལ་ཐོ་ཆ་ཚང་ཞིག་ཐེབས་མི་འདུག བཀའ་སློན་ཞིག་གསུངས་བཞག ཡང་ཆོས་བརྒྱུད་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གསུངས་བཞག བརྒྱ་ཆ་ཞིག་གི་སྐོར་ལ་གསུངས་བཞག དེ་ཡང་བསྐྱར་འདྲི་གནང་རོགས་གནང་། ངའི་དེའི་ནང་ལ་ཆ་ཚང་ཞིག་ལན་ཐེབས་མི་འདུག

དེ་ནས་བཀྲ་ཤིས་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་གཞུང་ཞབས་བདག་པོ་རྒྱག་དགོས་པ་དེའི་སྐོར་ལ་གསུངས་པ་རེད། དེ་ནས་གཟུགས་པོ་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་ཡས་དང་། དེ་ཚོའི་མཐུན་རྐྱེན་ཡོད་ཡོད་པ་རེད། བརྒྱ་ཆ་ ༣ འདི་ཡར་བསྣུ་ཡི་ཡོད་རེད། བརྒྱ་ཆ་ ༣ ཡར་བསྣུས་པའི་རྗེས་ལ་ནད་ན་ཚ་བྱུང་བ་ཡིན་ནའང་མཐུན་རྐྱེན་ཡོད་ཡོད་པ་རེད། ལོ་རེ་རེ་རེ་རེའི་གཟུགས་པོ་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་དགོས་ཡས་དེ་ཚོ་ཡིན་ནའང་། དེ་དག་ལ་མཐུན་རྐྱེན་ཡོད་ཡོད་པ་རེད། ལས་བྱེད་བརྟག་དཔྱད་གནང་དགོས་མཁན་ཚོས་དེའི་མཐུན་རྐྱེན་བཞེས་བཞེས་པ་རེད་མ་གཏོགས། ད་ལྟ་བར་དུ་མཐུན་རྐྱེན་མ་བསྒྲུན་པ་དང་དེ་འདྲ་གང་ཡང་མ་རེད་བྱས་ནས་ཞུ་ཡས་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་གཅིག་འདི་ཨི་ཏ་ལི་ Vimala དང་སྤུད་སི་ Vimala དེ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིག་འཛུགས་ཁོ་རང་ཁག་ཁག་རེད། Vimala གཅིག་པ་རེད་བཞག དེ་ཡིན་དུས་སྤུད་སིའི་ Vimala དང་ཨི་ཏ་ལིའི་ Vimala བྱས་ནས་ཐ་དད་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་གསལ་པོ་བྱས་ནས་འདུག་སེ་བཀོད་བཞག་ཡོད། དེ་ནས་འདིའི་འོག་གི་བརྡ་རྟགས་དེ་བཅོས་ཡོད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

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

ད་གོ་སྐབས་འབུལ་གྱི་མིན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དྲི་བ་རང་གནང་རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་མཁན་པོ་ཀཱུན་དགོས་གྲུབ་བསོད་ནམས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་མཁན་པོ་ཀཱུན་དགོས་གྲུབ་བསོད་ནམས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་གོ་མ་སོང་བས་དྲི་བ་ཡང་བསྐྱར་གཏོང་རོགས་བྱེད་ཐེར་བ་དེས་ལབ་ཀྱི་ཡོད། ངས་ཞུ་ཡས་དེ་སྤྱིར་བཏང་གཞི་རྩའི་ཆ་ནས་ང་ལངས་པ་དེ་བཀའ་གཏོང་མ་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་ཡིན་དེ་ཕར་ནས་ཞུས་ཚར་དུས་ངས་བསྐྱར་དུ་ག་རེ་འདྲི་ཡི་ཡོད་རེད་ཐེར་ན། དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་གིས་ད་ལྟ་བཀའ་བློན་རྣམ་པ་བསྐོ་མི་བསྐོ་ཡི་དབང་ཚད་ཆ་ཚང་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་ཡོད་པ་ནང་བཞིན་གྱི་དེ་རིང་གྲོས་ཚོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་ལོགས་ལ་ངས་བསྐོས་ཀྱི་མེད། འཁུར་མེད་ཅེས་གསལ་པོ་བཟོ་རོགས་བྱེད། གང་ཡིན་ཐེར་ན། མང་ཚོགས་ནང་ལོགས་ལ་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་ཡིས་བཀའ་བློན་བསྐོས་ཀྱི་མི་འདུག ཁྲར་པར་དུ་ཆོས་བརྒྱུད་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་བཀག་ནས་བསྐོ་ཡི་མི་འདུག་ལབ་ཀྱི་འདུག དེ་གྲོས་ཚོགས་ར་བ་འདི་ནང་ལ་གསལ་པོ་བཟོ་རོགས་བྱེད། བཀའ་བློན་མི་བསྐོ་བ་དང་། ཁྲིམས་ཞིབ་པ་མི་བསྐོས་པ་དེ་ང་རང་གི་དབང་ཚད་ཡིན་ཞེས་གསལ་པོ་བཟོ་རོགས་བྱེད། ཁོ་འདི་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེ་ནས་མ་གོ་ན་ཡང་བསྐྱར་ང་ལ་གོ་སྐབས་གནང་རོགས་བྱེད།

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

འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག མཉམ་དུ་བཀའ་ལན་གནང་རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་ཡེ་ཤེས་སྒྲོལ་མ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཡེ་ཤེས་སྒྲོལ་མ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བསྡོམས་སྙིང་བསྡུས་ཀྱི་སྐོར་ལ་དྲི་བ་ཞི་དྲག་ཞུ་ཡས་མེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག་གིས་གསུང་བ་ལ་བདེ་ལེགས་སྨན་ཁང་ནས་ཡར་ཡིག་ཆུང་ཞིག་ནང་ལ་ཆམ་རིམས་སྐོར་ལ་མར་དྲིལ་བསྒྲགས་གནང་བའི་སྐོར་དེ་གསུངས་དུས་སྐབས་ལ་ངས་འདི་གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་། རེད་པ། བདེ་སྲུང་བཀའ་བློན་གྱི་བརྒྱུད་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། ༸རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ཞབས་ཕྱུས་གཡུག་བཙོས་གནང་ནས་ཚུར་ཕེབས་ནས་ཡང་དཀྱུན་ཆམ་སྡུག་ཅག་ཞེ་པོ་ཞིག་བཞེས་བཞག་རེད་པ། དེའི་སྐོར་ལ་གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་། ༸སྐུ་མདུན་ག་དུས་ཕྱི་ལོགས་ལ་ཆིབས་བསྒྱུར་གནང་བ་ཡིན་ནའང་། ཚུར་ཕེབས་དུས་སྐབས་ལ་གཟིམ་ཁང་དེ་ཆོ་སྐམ་པོ་བཟོ་རྒྱུ། གཟིམ་ཆས་ཚང་མ་སྐམ་པོ་བདག་པོ་ཡག་པོ། ག་རེ་ཡིན་ནའང་བརྟག་དཔྱད་གནང་ཡས་དེ་དཔེ་གལ་ཆེན་པོ་མཐོང་གི་འདུག དེ་དང་མཉམ་དུ་ལ་ Vitamin C དེ་འདྲ་འབུལ་རྒྱུ་དང་། དེ་འདྲ་སྐབས་ལ་གནང་གི་ཡོད་བཞག་རེད། ད་དུང་སྲུ་མ་ཐུད་ནས་གང་གཟབ་གནང་དགོས་འདུག གང་ཡིན་ཐེར་ན་༸རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་དགུང་ལོའི་བབས་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་གྱི་ད་ལྟ་སྐུ་མདུན་ཁ་སེང་ཚུར་ཕྱི་རྒྱལ་ནས་ཆིབས་བསྒྱུར་གནང་ནས་མི་མང་མཇལ་འཕྲད་རྗེས་ལ་ཆམ་རིམས་བསྐྱོན་མི་འདུག མི་མང་མཇལ་འཕྲད་དང་པོ་དེ་མཇལ་ཁ་ཞུ་དུས་སྐབས་ལ་ཆམ་རིམས་བསྐྱོན་བཞག་ལབ་ནས་ཁོང་ཆོས་གསུངས་ཀྱི་འདུག དཀྱུན་ཆམ་དཔེ་སྡུག་

ཅག་བསྐྱོན་གྱི་འདུག རེད་ལྟ། བྱས་ཙང་ངའི་བསམ་པར་ད་ལྟ་ རྣ་རམ་ས་ལའི་གནམ་གཤིས་རྐྱེན་པས་ཚུར་ཡེབས་དུས་གཟིམ་ཆས་དེ་ཚོ་ཚང་མ་ཡག་པོ་བྱས་ནས་བརྟག་དཔྱད་གནང་རྒྱུ། སྐམ་པོ་བཟོ་རྒྱུ། ག་རེ་བྱས་ནས་ལབ་ན་རྣ་རམ་ས་ལར་བཞལ་ཚན་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་ནང་ལ་གཟིམ་ན་ལམ་སང་ཆམ་པ་བསྐྱོན་གྱི་རེད་ལྟ། དེ་ཚོ་དཔེ་བརྟག་དཔྱད་ཡག་པོ་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག གཟབ་གཟབ་ཞེ་པོ་ཞིག་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག གང་བྱས་ནས་ལབ་ན། ང་ཚོ་ནང་མི་དེ་ཚོ་ཡིན་ནའང་སོ་སོའི་གནྡ་པ་ནང་ལ་ཡོད་ན། ཆམ་པ་གཅིག་ཀྱང་བརྒྱབ་བཙུག་གི་མ་རེད་ལྟ། ཆམ་པ་དེ་བརྒྱབ་པ་ཡིན་ན། དཀྱུང་ལོ་ཆེན་པོ་ལ་ལམ་སང་སྐྱ་གཟུགས་དེ་སྐྱོ་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད་ལྟ། བྱས་ཙང་འདི་གཅིག་ཞུ་འདོད་བྱུང་། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

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

སྤྱི་འཐུས་བསྟན་པ་ཡར་འཕེལ་ལགས། གོ་སྐབས་གཉིས་པ་ཞུ་མཁན།

སྤྱི་འཐུས་བསྟན་པ་ཡར་འཕེལ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་གིན་ངས་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་སྐོར་དེར་ཞུ་ཐུབ་ཡོད་མ་རེད། དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད། ང་ཚོར་དེའི་དཀའ་ངལ་དེ་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཆགས་བསྡད་ཡོད་དུས་དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་གྱིས་ལན་གནང་སྐབས་དེ་བྱས་པ་ཡིན་ན། སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་ནང་ཆོས་ངོ་སྤྲོད་བྱེད་ཡས་ཁོ་རང་ཡོང་ས་མ་རེད་ཟེར་བའི་བཟོ་འདྲ་པོ་ཞིག གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཁ་སང་ཀ་ཁ་བསླབས་ནའང་དེ་རིང་བརྗེད་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད་ཟེར་གྱི་ཡོད་རེད། དེ་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག་ནང་ཆོས་ལ་རྒྱུས་མངའ་མེད་པའི་རྟགས་མཚན་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ནང་ལོགས་ནས་ད་ལྟ་ཀ་བསླབས་ན་ཁ་བརྗེད། ཁ་བསླབས་ན་ཀ་བརྗེད་སྡོད་མཁན་དེ་འདྲའི་གཏི་མུག་ཅན་དེ་ཚོ་ཡང་དགྲ་བཅོམ་པའི་གོ་འཕང་འཐོབ་སའི་ལམ་ཀ་བཟང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡོད་བསྡད་རེད། དེ་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་ལ་བསླབ་བྱ་ཡི་མ་འདངས་པ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་ཡོད་མ་རེད། དེ་འདྲ་བྱེད་དུས་ང་ཚོ་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཐོག་ལ་དཀའ་ངལ་ཡོད་མཁན་དེ་ཚོ་ལ་དགོན་སྡེ་གྲྭ་ཚང་གི་མཁན་པོ། དགེ་བཤེས་དེ་ཚོ་ལ་སྐྱབས་འཇུག་ག་ཚོད་ཞུས་ཡོད་རེད། དེ་ཚོ་ག་ཚོད་གདན་འདྲེན་ཞུས་ཡོད་རེད། དེ་ཚོ་ངེས་པར་དུ་ཞུ་དགོས་ཀྱི་འདུག ང་ཚོ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་ལུགས་དེའི་ནང་ལ་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་གཞུང་ལུགས་དེ་ལ་འཛམ་བུ་གླིང་ལ་ངོམ་ཆོག་པ་དེ་རེད། ང་ཚོ་ལ་སེམས་ཁམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འཛམ་བུ་གླིང་ལ་མེད་མཁན་ཞིག་ང་ཚོ་ལ་ཡོད་བསྡད་པ་ཞིག་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ང་རང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་ནང་ཆོས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་དེ་ཆུང་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པའི་རྒྱུ་མཚན་གྱི་སེམས་ཁམས་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་ཀྱི་ཡོད་པ་གསལ་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཆགས་རེད། ནང་ཆོས་ལ་གོ་རྟོགས་ཡོད་མཁན་དང་མཁྱེན་རྒྱ་ཡོད་མཁན་དེ་ཚོ་ལ་སེམས་ཁམས་ལ་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་ཞིག་རྩ་བ་ཉིད་ནས་མི་སྲིད་པ་ནང་བཞིན་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད། འོ་དེའི་ཐོག་ལ་ག་ཚོད་ད་ལྟ་བར་དུ་དགེ་འདུན། ཚྭ་མ། མཁན་པོ་དེ་ཚོ་ལ་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་ཞུས་ཡོད་རེད་དམ་མ་རེད། འདི་གཅིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད།

དེ་ནས་མར་ཡོང་དུས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ལས་བསྡོམས་འབྲི་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ལ་འཁྲུས་ཤོར་མང་པོ་འདུག་ལ། ཡི་གེ་འབྲི་སྟངས་ཀྱང་མ་འོས་པ་དེ་འདྲ་མང་པོ་འདུག ཆ་ཚང་ཞུ་ཡི་མེད། དཔེར་ན། ཤོག་གྲངས་ ༤ པའི་ནང་ལོགས་ལ་གཞིས་ཆགས་དང་སློབ་གྲྭ དགོན་སྡེ་དང་བཙུན་དགོན་ཞེས་བྲིས་ཡོད་རེད། བཙུན་དགོན་དེ་དགོན་སྡེ་གྲྭ་ཚང་གི་ཁུངས་ལ་ཚུད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེར་ཁ་སང་ང་ཚོས་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཕོ་མོ་དབྱེ་འབྱེད་དང་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་འདུག་དྲ། དེ་འདྲས་བྲིས་པ་ཡིན་ན་ཕོ་མོ་དབྱེ་འབྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་དེ་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། དགོན་སྡེ་ཁག་ཟེར་དུས་དེའི་ནང་ལ་བཙུན་དགོན་ཡོད་ཡོད་པ་རེད། འོ་དེ་འདྲའི་འབྲི་སྟངས་དེ་ཚོ་འགྲིག་མི་འདུག དེ་བཙུན་དགོན་ལ་མཐོང་ཆུང་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག ཞུ་རྒྱུ་ཅིག་འདི་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད།

དེ་ནས་མར་འོག་ལ་ཡོང་དུས་ང་ཚོ་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་དེ་རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་ངོས་འཛིན་གནང་རེད་ཟེར་བ་གཅིག་འདུག་གླ། དེ་ཡག་ག་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་གནང་གི་ཡོད་དམ། དེ་ཤོག་གྲངས་ ༣༦ གྱི་ནང་ལ་བོད་ལུགས་གསོ་བ་རིག་པ་རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་ངོས་ལེན་བྱས་པའི་ཁུངས་ཟེར་བ་གཅིག་ཡོད་རེད་ལྷ། དེ་ངོས་ལེན་བྱས་པ་དེ་ཡག་ག་ཞིག་ལ་བརྟེ་ཡི་ཡོད་དམ། གང་འདྲ་ཞིག་ལ་བརྟེ་ཡི་ཡོད་ཟེར་ཡག་གི་དྲི་བ་གཅིག་འདི་ཆགས་བསྡད་ཡོད། དེ་ནས་དྲི་བ་གཅིག་དེ་ཤོག་གྲངས་ ༣༧ གི་ནང་ལོགས་པོ་བྲང་རང་དུ་སྐུ་ཁྲིམ་འཛིན་རྒྱུ་ཟེར་བ་དེར་ངས་ཐོན་མ་ཞིག་ཞུས་པ་ཡིན་བསམས་སོང་། དེར་ཐ་སྙད་འཇོག་སྟངས་འདི་ཀུན་སློང་ལ་ངས་དོགས་པ་གཡལ་མེད། རེད་ལྷ། ཐ་སྙད་འཇོག་སྟངས་དེ་ཡག་པོ་མ་རེད། དེ་བོད་པའི་ཡི་གེའི་འགྲོ་སྟངས་ཀྱི་ངོས་ནས། དེའི་སྐད་ལ་བརྟག་དཔྱད་ཞུ་དགོས་རྣམས་འདི་ནས་མི་འགྲོ་ཆེད་གཏོང་གིས་ཆ་ཚང་ཞུས་ཡོད་ཅེས་བྲིས་བཞག་པ་ཡིན་ན། འགྲིག་གི་ཡོད་རེད། སྐུ་ཁྲིམ་འཛིན་རྒྱུ་ལབ་པ་དེ་ཡག་པོ་མ་རེད། འོ་དེ་བྱེད་དུས་སྨན་ཁང་གི་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་དགོས་པ་ཚང་མ་བྱས་ནས་གནང་ནི་གནང་བཞག དེ་ཡིན་དུས་འབྲི་སྟངས་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་དེ་འདྲ་མ་འོངས་པར་མ་འབྲི་རོགས་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་དང་།

དེ་ནས་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་ད་ལྟ་དེ་གཅིག་ཡོད་རེད་ལྷ། རིན་ཆེན་རིལ་བུ་འཚོང་སྟངས་དེ་ཚོ། ཕྱི་རྒྱལ་ནས་ཡོང་མཁན་དེ་ཚོས་བད་ཀ་ལྡན་ལོག་སྤྲད་པ་ཡིན་ན། ག་ཚོད་ཉི་ཉི་ཞིག་བཙོང་རྒྱུ་ཡོད་རེད་ཟེར་བ་ཞིག་གོ་ཡས་འདུག དེ་འདྲ་བྱེད་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོ་ཧག་ཧག་བསྡད་ཡོད་རེད་དམ་མ་རེད། རིན་ཆེན་རིལ་བུ་ཡི་ཆེ་མཐོང་དང་། རིན་ཐང་རྩ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དེ་ཡང་ང་ཚོས་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་དགོས་རེད་དམ་མ་རེད། ཚོང་གི་རྣམ་པ་རང་གི་ཐོག་ལ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན། མ་འོངས་པར་དེ་འདྲ་གང་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་རེད། དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་བསམ་བཞེས་ཡོད་དམ་མེད་ཟེར་བའི་དྲི་བ་གཅིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག ༼ **ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** དུས་ཚོད་རྫོགས་སོང་། ༽ དེ་དང་ད་ལྟ་བཀའ་བློན་བསྐོ་དང་མི་བསྐོ་ཡི་ཐོག་ལ་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གིས་མི་མང་ནས་གང་ཡང་དྲི་བ་བཏང་མ་སོང་ལབ་པ་དེ་རེད། སྐྱུག་རྫུན་རེད་ཞུ་ཡས་ཡིན། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཉེ་ཆར་ཁེ་ན་ཏར་ཕེབས་པའི་སྐབས་སུ་མི་མང་རང་གི་ངོས་ནས་དྲི་བ་བཏང་སོང་། བཀའ་བློན་མི་བསྐོ་བ་ག་རེ་ཡིན། ༼ **ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** དུས་ཚོད་རྫོགས་སོང་། ༽ ག་རེ་བྱས་པ་ཡིན་ནམ་ཟེར་ནས་སྲིད་སྐྱོང་རང་ལ་དྲི་བ་བཏང་སོང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

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

སྤྱི་འཐུས་མི་འགྱུར་རྡོ་རྗེ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་མི་འགྱུར་རྡོ་རྗེ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ང་ལ་འདིར་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བར་དྲི་བ་མང་པོ་དེ་འདྲ་གང་ཡང་མེད། ངས་འདི་གཅིག་སྐོར་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་ཅིག་འདུག བོད་རྒྱལ་ཡོངས་རྩེད་རིགས་ཚོགས་པ་ལབ་རེད་པ། རྒྱལ་ཡོངས་རྩེད་རིགས་ཚོགས་པ་ཟེར་དུས་ཕལ་ཆེར་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག Sport Authority of India ཟེར་བ་དེ་འདྲ་ཡོད་རེད་པ། དེ་འདྲ་འདྲ་པོ་ཞིག་མིན་འགྲོ་བསམ་གྱི་འདུག དེའི་ནང་ལ་རྐང་སྤོལ་གྱི་སྐོར་རྒྱུད་རྒྱུད་མ་གཏོགས། གཞན་དག་རྩེད་རིགས་དེ་འདྲ་རྣམ་གྲངས་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག་གྲ། ཡང་རྩེད་རིགས་གཞན་དག་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་ཡིན་ནམ། མེད་པ་ཡིན་ནམ། མེད་པ་ཡིན་ན་མིང་དེ་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད་པ། དེ་གང་འདྲ་ཆགས་པ་རེད། འདི་བཀའ་འདྲི་ཞུ་ཡི་ཡིན།

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

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་མཆོག

དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྟེན་བཀའ་བློན་སྤེན་པ་ཚེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་གིན་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་གསུངས་བཞག་པ་དེ་ངས་ཡག་པོ་བྱས་ནས་མ་གོ་བ་རེད། འདི་ལན་ཐེབས་བཞག་བྱས་ནས་ཞུ་ཡས་ཡིན། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ད་གིན་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་གཞན་པ་ཞིག་གིས་དྲི་བ་འདི་བཏང་བའི་ཐོག་ནས་ད་ལྟའི་གནས་བབས་ལ་ལོ་གཅིག་དང་ཕྱེད་ཀ་མ་གཏོགས་ལྷག་མི་འདུག བཀའ་བློན་འོས་མི་ཚོ་ཡིན་ན་འང་། སྐབས་གཅིག་སྐད་ཆ་གནང་ཡས་ཀྱི་འདོད་པ་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་ཡོང་སྲིད་ཀྱི་རེད། ད་ལྟ་འོས་མི་ཡོད་པ་དེ་ཚོས་ཀྱང་མ་འདོན་རོགས་བྱེད་གསུངས་སོང་། ལས་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ལོ་གཅིག་དང་ཕྱེད་ཀ་མ་གཏོགས་ལྷག་མེད་དུས་ཙམ་ལ་དེ་རིང་འདོན་ཡས་ཀྱི་འཆར་གཞི་མེད་བྱེད་ནས་འདི་གསལ་པོ་ཞུ་ཡི་ཡོད། སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཚོས་ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་ལ་ནི་བཀག་གི་མི་འདུག་བྱས་ནས་འདི་གཙང་མ་བཟོས་ཚར་བ་རེད། དམ་བཅའ་འབུལ་ས་ཡོད་ཡོད་པ་རེད་བྱེད་ནས་འདི་གསལ་པོ་བྱས་ནས་ཞུ་ཡི་ཡིན། མང་ཚོགས་ཀྱིས་གསུང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེ་སྔ་དེ་འདྲ་རང་གནས་སྟངས་རེད། དེ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རེད་པ།

དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་ད་ལྟ་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་མཇལ་ཆམ་བཞེས་པ་དང་། དེའི་སྐོར་དེ་གསུངས་པ་རེད། དེ་ཚོ་ད་ལྟ་འདི་ནས་གསུངས་པ་དེ་ཚོ་གཅིག་བྱེད་ན་པོ་བྲང་གིས་ཀྱང་གསན་བསྡད་ཡོད་ཀྱི་རེད། དེ་ཚོའི་ལས་ཀ་ཚང་མ་པོ་བྲང་རང་གིས་གནང་གི་ཡོད་རེད། སྐུའི་བླ་སྨན་པ་བོད་སྨན་དང་ཕྱི་ལུགས་གཉིས་ཀས་ཐུགས་འགན་བཞེས་བྱས་ཏེ་གནང་གི་ཡོད་རེད། དེ་ནས་གཟིམ་ཆས་དང་དེ་དག་ང་ཚོ་ནང་དཀྲུམ་མ་ལ་གནང་གི་ཡོད་དུས་༧རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ཕྱི་ལོགས་ཐེབས་པའི་སྐབས་ལ་དེ་ངེས་པར་དུ་ཏན་ཏན་གནང་གི་ཡོད་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ཡིན་ན་འང་། མཇལ་ཆམ་དེ་གཟིམ་ཆས་དང་དེ་ཚོ་བཞའ་ཚན་གཅིག་པུའི་སྐད་ཆ་མ་རེད། དེ་དག་ཚང་མ་གནས་སྟངས་གང་འདྲ་ཆགས་ཡོད་མེད་དེ་ངས་ཞུ་ཤེས་ཀྱི་མ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་ང་ཚོ་ཚང་མར་ཐུགས་ཚབ་ཡོད་རེད། ཁ་སེང་བརྟན་བཞུགས་སྐབས་ལ་མཇལ་ཆམ་བཞེས་བྱས་ཏོག་ཙམ་སྐྱུངས་ལ་བྱུང་བ་རེད། ད་རང་ཞོགས་པ་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་དང་ང་ཚོ་བརྟན་བཞུགས་ལ་ཡར་བཅར་བའི་གོ་སྐབས་བྱུང་སོང་། སྐབས་དེ་དུས་༧རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་སྐུ་ཁམས་ཐང་ཐག་ཆོད།

ཡག་ཐག་ཆོད་འདུག་བྱེད་ནས་ཞུ་ཡས་ཡིན། དེ་སྔོན་གྱི་མཛད་རིམ་དེའི་སྐབས་དེ་ལ་ཡིན་ནའང་༼ རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་དཔེ་མི་སྲིད་སྐུ་ཁམས་ཡག་པོ་འདུག་བྱེད་ནས་འདི་གཅིག་ཞུ་ཡས་ཡིན། ད་ལྟ་གསུངས་བཞག་པ་དེ་དག་འདི་ཏན་ཏན་འབྲེལ་ཡོད་ཆོས་གསན་བྱས་ཧེ་གནང་གི་ཡོད་ཀྱི་རེད།

དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གསུངས་པ་རེད། ད་ལྟ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ནས་ང་ལ་འདིར་ལན་གལ་འགྱུར་མ་སོང་། དེ་ནང་ཆོས་ཀྱི་སློབ་དཔོན་ཚོ་གདན་འདྲེན་ཞུ་ཡི་ཡོད་མེད། བྱས་ཙང་ངས་ཞུ་ཡས་དེ་འདི་རེད། ཚང་མ་གཅིག་པ་མ་རེད། དེ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རེད། ཁག་ཅིག་ལ་དེ་རིང་ཀ་ཁ་བསླབས་ན། སང་ཉིན་བརྗེད་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། དེ་དག་འདི་ལ་ནང་ཆོས་སློབ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་གསུང་མཁན་དེ་འདྲ་ཡོད་ན། ང་ཚོས་གདན་འདྲེན་ཞུ་དང་ཞུས། སེམས་ཁམས་ལ་བཟོ་བཅོས་བརྒྱབ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། དེ་འདྲ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ཡིན་དང་ཡིན། ང་ཚོས་ཕྱི་ལུགས་སྨན་བསྟེན་དགོས་ཡས་མི་འདུག་གྰ། ཚང་མ་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱེད་ཐུབ་ཡས་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེ་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱེད་ཐུབ་པ་ཁག་ཅིག་ཡོད་རེད། ཕྱི་ལུགས་ཀྱི་སྨན་གྱི་ཐོག་ནས་བྱེད་ཐུབ་པ་ཁག་ཅིག་ཡོད་རེད། དཔེར་ན། Hypertension ཟེར་ཡས་དེ་ཚོ་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ Tension དེ་མར་བཅག་ཐུབ་ཀྱི་རེད་དམ། དེ་ཚོའི་གྲས་ཀ་ལ་སྨན་སྤྲད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། སྨན་མ་བཟའ་ན་རང་བཞིན་གྱི་ཡང་སྲོག་ཆུང་འཕར་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲའི་གནས་སྟངས་མང་པོ་ཡོད་རེད། ཕྱི་ལུགས་ཀྱི་སྨན་གྱི་ཕན་པ་དང་། ནང་ཆོས་ཀྱི་ཕན་པ་སྣ་ཚོགས་ཡོང་གི་རེད། ད་ལྟ་འདི་ལ་ཡང་ཕལ་ཆེར་ཕལ་ཆེར་ནང་ཆོས་དེས་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་མེད་པའི་བཟོ་འདྲ་ཞིག་བཤད་མཁན་ཡོད་ས་རེད། གྲོས་ཚོགས་འདི་ནས་སྲིད་སྐྱོང་ནང་ཆོས་ཞེ་དྲག་ཤེས་ཀྱི་མེད་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཕྱ། ནང་ཆོས་མཁྱེན་མཁན་དེ་ཚོས་ཉམས་ལེན་གང་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མེད། དེ་སོ་སོས་གཟིགས་ཡས་རེད་ཕྱ། འོ་དེ་འདྲའི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད་བྱེད་ནས་འདི་གཅིག་ཞུ་ཡི་ཡིན།

དེ་ནས་གཞིས་ཆགས་དང་དགོན་སྡེ། བཙུན་དགོན་ཞེས་བྲིས་ཡོད། ད་དེ་བཙུན་དགོན་ཟུར་དུ་བྲིས་པ་ཡིན་ན། བཙུན་མ་ཚོ་ལ་མཐོང་ཚུལ་བཏང་གི་ཡོད་པའི་བཟོ་འདྲ་ཞིག་གསུངས་སོང་། དེ་མཐོང་ཚུལ་བཏང་བ་མ་རེད། དངོས་གནས་བྱས་ན་བཙུན་མ་ཚོ་ལ་ཆེ་མཐོང་ཆེད་དུ་དགོན་སྡེ་ཁག་དེ་མཉམ། འདི་ཟུར་དེ་ལ་བཙུན་དགོན་ཞེས་བྲིས་པ་རེད། སྤྱིར་བཏང་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཐུས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་རེད། དགོན་སྡེ་ཟེར་དུས་དགེ་འདུན་པ་དང་བཙུན་མ་གཉིས་ཀ་ཚུད་ཡས་ཤིག་རེད། དེ་ཚོའི་གྲས་ཀ་ང་ཚོས་བལྟ་ཚོག་ཅེས་ཞུ་ཡས་ཡིན།

དེ་ནས་གསོ་བ་རིག་པ་རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་ངོས་ལེན་བྱས་པ་དེ་ལ་ཡག་པོ་བརྩི་ཡི་ཡོད་དམ་ཟེར་བ་དེ་ཡག་པོ་བརྩི་དང་མ་བརྩི་ཡི་གནས་སྟངས་ཁོ་རང་ལྟག་མི་འདུག དེ་སྔོན་མ་ནས་ངོས་འཛིན་བྱས་ཚར་བ་རེད། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༣–༡༨ ནས་བྱུང་ཚར་བ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལོགས་ལ་གླེང་སློང་མང་པོ་ཞེ་པོ་བྱུང་ཚར་བ་རེད། སྤྱིར་བཏང་གི་ངོས་ལེན་བྱས་པ་བརྒྱུད་ནས་ད་ལྟ་ང་ཚོ་ལས་དོན་སློབ་འཇུག་བྱེད་ཡས་དང་། སློབ་ཁྲིད་བྱེད་ཡས་དང་དེ་ཚོ་ཚང་མ་རང་ཚོའི་འདོད་པ་ཡོད་པ་ནང་བཞིན་ཡོང་གི་ཡོད་མ་རེད། དེ་ངོས་ལེན་བྱས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་རེད། ངོས་ལེན་བྱས་ནས་ལག་འཁྱེར་དེ་དག་འདི་ཚད་ལྡན་ཞིག་དེང་སང་སྤྲད་ཀྱི་ཡོད་རེད། སྔོན་མ་དེ་ཚོ་ཡིན་ནའང་སྤྲད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཁོ་ཕན་ཐོགས་པ་ཞིག

ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཁོ་ལག་འཁྱེར་དེ་སྤྲད་པའི་རྒྱུ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་ས་ཆ་ག་པར་བཙུགས་པ་ཡིན་ནའང་། དེ་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་ངོས་ལེན་ཡོད་པའི་ཨམ་ཆི་ཞིག་ཆགས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་དག་དེ་འདྲའི་ཆ་ནས་བལྟས་པ་ཡིན་ན་ཡག་ག་རེད། དེ་འདྲ་མ་ཡིན་པའི་ཡང་གཅིག་སློབ་འཇུག་བྱེད་སྟངས་སྐོར་ལ་དེ་ཚོ་ཡིན་ན་སེམས་ཁྲལ་ཆེན་པོ་འདུག ལོ་གཅིག་ནང་ལོགས་ལ་ཐེ་གུ་སློབ་འཇུག་ག་ཚོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། སློབ་ཕྲུག་སོ་སོའི་འདོད་པ་ཡོད་པ་ནང་བཞིན་འགྲོ་ས་མི་འདུག་གཱ། རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་ཡིག་ཚད་ག་རེ་བཏང་བ་ཡིན་ནའང་སློབ་གྲྭ་དེ་ལ་རྒྱུག་ལབ་ན་འགྲོ་དགོས་རེད་མ་གཏོགས་ཤིག དེ་དེབ་སྐྱེལ་བྱས་པའི་གནས་སྟངས་ཀྱི་འོག་ནས་སྦྱོན་མ་ནས་ང་ཚོས་ཚོད་དཔག་བྱས་ཐུབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དེ་དག་འདི་རེད། དེ་ནང་བཞིན་བྱས་ནས་ Ayush ནང་ལོགས་ལ་ང་ཚོ་བོད་པ་རང་གི་བོད་སྨན་གྱི་སྐུ་ཚབ་ཡོད་མ་རེད། ད་ལྟ་དེབ་སྐྱེལ་བྱས་བཞག་པའི་སྒྲིག་འཛུགས་རྒྱ་གར་ཡུལ་མི་ཡོད་བསྡད་མཁན་དེ་ཚོའི་ནང་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ན་ཡང་རྒྱ་གར་ཡུལ་མི་ཡིན་ན་ནི་ལས་ཀ་རག་གི་ཡོད་རེད། གླ་ཆ་ཡག་པོ་རག་གི་ཡོད་རེད། རྒྱ་གར་ཡུལ་མི་མིན་པ་ཡིན་ན་ད་ལྟ་ལས་ཀ་དང་གླ་ཆ་ཡག་པོ་དེ་ཚོ་རག་ཡས་ཀྱི་གོ་སྐབས་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཁ་སེང་ལྷི་ལི་ལ་འགྲོ་བའི་སྐབས་ལ་ Ayush ཀྱི་འགན་འཛིན་དེ་ཐུག་ཡས་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་རང་གཟུགས་པོ་བདེ་པོ་མེད་པ་བྱས་དེ་ཐུག་ཐུབ་མ་སོང་། མ་འོངས་པར་གདུས་འགྲོ་བ་ཡིན་ནའང་ Ayush ལ་འབྲེལ་བ་ཞུ་ཡི་ཡིན། དེ་སྲུ་མ་ཐུབ་ནས་འབྲེལ་བ་ཞུ་བསྡད་ཡས་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད།

དེ་ནས་སྐུ་ཁྲག་འཛིན་རྒྱུ་ཟེར་ཡས་དེ། ཨིན་ཇིའི་ཚིག་ནང་ལ་ Blood Test ཟེར་བ་དེ་རེད། ལས་གཞི་གཅིག་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ལས་ཀའི་ངོ་བོ་ཞིག་ཡིན་པ་སོང་ཙང་། དེ་བྲིས་པ་རེད་བྱས་ནས་འདུག་སེ་བྱེད་ནས་ཞུ་ཡས་ཡིན། ལས་ཀ་བྱས་བཞག་པ་དེ་མ་བྲིས་རང་བྲིས་འདྲ་པོ་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད།

དེ་ནས་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་རིན་ཆེན་རིལ་བུ་དེ་ཚོ་ཕྱི་རྒྱལ་ནས་ཡོང་མཁན་དེ་ཚོ་ཡིན་ན་ག་ཚོད་ཉོ་ཉོ་གོང་ཆེ་བ་ཞིག དེ་ཉོ་མཁན་ཡིན་པ་ཡིན་ན་ཕྱི་རྒྱལ་གཅིག་ཡུ་མ་རེད། བོད་པ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་དེ་སྤྲད་ཐུབ་དགོས་རེད། དེ་ཚོང་གི་ངོ་བོ་ལ་བལྟས་ན་འཁྲིག་གི་མི་འདུག་བྱས་ནས་ནད་པ་ཡིན་པ་ཡིན་ན། ཁོ་དགོས་ངེས་ཀྱི་སྨན་རྩིས་ཁང་ཨམ་ཆིས་ག་རེ་བྲིས་པ་ཡིན་ནའང་དེ་དེ་བཞིན་སྤྲད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཕྱི་རྒྱལ་ནས་ཡོང་མཁན་ཚོ་ཡིན་པ་ཡིན་ན་ཁོང་ཚོ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་གནས་སྟངས་དང་གང་ཅིའི་ཐོག་ནས་ཡག་ག་ཡོད་པ་སོང་ཙང་། རིན་ཆེན་རིལ་བུ་དེ་ཚོ་ཉོས་པ་ཡིན་ན། རིན་གོང་ཆེ་བ་ཞིག་གི་སྟེང་ལ་བཙོང་གི་ཡོད་རེད། དེ་དངོས་ཡོད་རེད། རྒྱ་གར་ནང་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། གལ་སྲིད་སོ་སོ་ནད་པ་མ་ཡིན་བྱས། འཕར་མ་ཉོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེ་ལ་གོང་ཚད་ཅིག་འདུག་སེ་བྱས་ནས་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། གང་ལྟར་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་ཡོང་འབབ་ཡོད་ན་མེད་ན་སྨན་དེ་རང་རེད་མ་གཏོགས་ཤིག གཞན་པ་སྨན་རྩིས་ཁང་ལ་ཡོང་འབབ་ཡོད་མ་རེད། སྨན་རྩིས་ཁང་གི་སྨན་གྱི་ཡོང་འབབ་དེ་ནས་ལས་བྱེད་དང་། སློབ་ཕྲུག ༢༠༠།༤༠༠ དེ་དག་ཚང་མ་གསོ་སྐྱོང་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། གསོ་སྐྱོང་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་དུས་ཙམ་ལ་ཁེ་ཕན་ཧ་ཅང་ཙམ་མེད་པར་དེ་དག་ཚང་མ་གསོ་སྐྱོང་བྱེད་ཐུབ་ཡས་ཡོད་མ་རེད་པ། བྱས་ཙང་ངས་ཞུ་ཡི་ཡོད། སྒེར་པ་སྨན་བཟོས་མཁན་དང་། སྨན་རྩིས་ཁང་གི་སྨན་བཟོས་ཡས་དེ་འདྲ་ཡི་མ་རེད། སྒེར་པ་སྨན་བཟོས་མཁན་ཡིན་པ་ཡིན་ན། ཁོ་སྨན་བཟོ་གྲྭ་ཞིག་བཙུགས། ལས་བྱེད་བཙུགས། ཆུ་དང་གློག་རེན། ལས་བྱེད་གླ་ཞིག་སྤྲད་བྱས། དེ་མ་གཏོགས་ཤིག་སྨན་རྒྱུ་དེ་ཚོ་ལ་འགྲོ་སོང་ཡོད་རེད། སྨན་རྩིས་ཁང་ལྟ་བུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན། སྨན་གྱི་རྒྱུའི་འགྲོ་སོང་

གཅིག་བུ་མ་རེད། དེའི་སྐབས་ལ་ལས་བྱེད་མང་པ་ཞེ་པོ་ཞིག་གི་གླ་ཆ་དང་དེ་ཚོ་བལྟ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཚོའི་གྲས་ཀ་དེ་སྨན་བཅོས་ས་ནས་ཡོང་དགོས་ཀྱི་རེད་མ་གཏོགས། གཞན་པ་སྨན་རྩིས་ཁང་ལ་ཡོང་སའི་ལམ་ཀ་ཡོད་མ་རེད་པ། ནད་པ་བལྟ་ཡས་དང་སྨན་བཅོས་ཡས་དེ་ཡོང་གི་ཡོད་དུས་དེ་ང་ཚོས་ཚོང་རང་གི་ངོ་བོ་ཐོག་ནས་བལྟས་པ་ཡིན་ན་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་ལས་ཀ་བྱེད་སྟངས་ཐད་དེ་ཁག་ཁག་བྱེད་ཡས་རེད། སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་འགྲོ་ཕན་སྨན་རྩིས་ཁང་བཙུགས་པའི་སྐབས་ལ་དེ་འགྲོ་བ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡས་ཀྱི་ཆེད་དུ་རེད་ད་བྱས་ནས་བཀའ་གནང་དུས་ད་ལྟ་ང་ཚོས་འདི་ཚོང་གི་ལས་ཀ་དང་། ཚོང་གི་ལྟ་སྟངས་ཤིག་གི་ཐོག་ནས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་མ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ཡོང་འབབ་གང་ཡོད་པ་དེ་སྨན་རྩིས་ཁང་ཆུ་ལ་མ་དིམ་ཞིག་གནས་ཐུབ་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད།

དེ་ནས་བཀའ་བློན་བསྐོས་དང་མ་བསྐོ་སྔོར་ལ་ཞུས་ཟིན་པ་ཡིན། དེ་ནས་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་ད་ལྟ་དེ་རྩེད་རིགས་ཚོགས་པ་དེ་ཡི་ནང་ལོགས་ལ་རྐང་རྩེད་སྤོ་ལོ་གཅིག་བུ་ཞིག་རེད་བཞག ཐོག་མ་དེ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་ཀྱི་རེད། TNSA ཟེར་བ་དེ་ Tibetan National Sports Association ཟེར་བ་དེ་ Sports རང་མ་གཏོགས། དང་པོ་དེ་བར་ལ་ Football Association རྐང་རྩེད་སྤོ་ལོ་ཟེར་བ་དེ་འདྲ་ཡོད་རེད། དེ་ནས་རྒྱ་ཆེ་ས་བཟོས་བྱས་དེ་རྩེད་འགྲན་རང་སྐད་ལ་བཟོས་ཡོད་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་ཡིན་ན། རྐང་རྩེད་སྤོ་ལོ་བུ་དང་བུ་མོ། དེའི་སྐད་ལ་ལོ་ ༥༠ ཡན་ཆད་ཀྱི་རྐང་རྩེད་སྤོ་ལོ་ཞིག་ཀྱང་རྩེད་ཡོང་གི་འདུག སྐུ་གཟུགས་ཐང་པོ་ཡོད་ན་ནི་ཡག་པོ་རེད་པ། དེ་མེད་ན་ཁ་སེང་བར་དེར་རྩེད་མོ་རྩེད་པའི་སྐབས་དེ་བར་མི་གཅིག་འདས་གྲོངས་ཕྱིན་པ་དེ་འདྲ་བྱུང་བཞག ཕྱི་རྒྱལ་ལ་ཡང་རྩེད་མཁན་ཡོང་གི་འདུག དེ་ཚོ་ཚང་མ་ TNSA ཡི་ཁྲིབ་ཁོངས་རེད། རྩེད་མོ་གཞན་པ་གཅིག་ད་ལྟ་ལས་བསྡོམས་ནང་ལ་གཟིགས་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ལྷོ་ཕྱོགས་ཁུལ་ལ་སེལ་སྒྲོལ་འགྲན་བསྡུར་བྱས་པ་དེ་ TNSA ཡིས་གོ་སྒྲིག་ཞུས་ཡོད་རེད། དེ་མ་ཡིན་པའི་རྩེད་འགྲན་ད་ལྟ་འདིའི་ནང་ལ་ཡོད་མ་རེད་བྱེད་ནས་ཞུ་ཡི་ཡིན།

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

དེ་ཡན་ཆད་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་མ་ལག་དང་བཅས་པའི་ལས་བསྡོམས་དང་། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་བགྲོ་གླེང་དང་བཀའ་ཤག་གི་ལན་འདེབས་ཆ་ཚང་ཟིན་པ་ཡིན་ཞུ་ཡི་ཡིན།

དེ་རིང་གི་ལས་རིམ་གསུམ་པ། ཁྲིམས་བཟོའི་ལས་དོན། ཁྲིམས་བཟོའི་ལས་དོན་དེ་རིང་བརྗོད་པ་དང་པོ་རང་གི་ཐོག་ལ་ཕེབས་རྒྱུ་ཡིན། སང་ཉིན་བརྗོད་པ་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་འཁྱུར་གྱི་ཡིན་ཞུ་ཡི་ཡིན། ནང་གསེས་ཀ་པ། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༡ པ། ཁྲིམས་འཆར་འདོན་མཁན་སྲིད་སྐྱོང་སྤེན་པ་ཚེ་རིང་མཆོག

དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་སྤེན་པ་ཚེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག

༄༅། །བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར།

དོན་ཚན།	ཚིག་བརྗོད་སྔོན་མ།	ཚིག་བརྗོད་གསར་པ།	ཟུར་བརྗོད།
སོ་བདུན་པ།	**བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གྲུབ་ཆ།** བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གྲུབ་ཆ་ག་ཤམ་གསལ། ༡ ཁ་སྔོན་མ་དང་། བཀའ་བརྒྱུད། ས་སྐྱ། དགེ་ལུགས། གཡུང་དྲུང་བོན་བཅས་ལྔ་པོ་རེ་རེ་ནས་འོས་བསྡུ་བྱས་པའི་སྤྱི་འཐུས་གཉིས་རེ།	**རང་འཇགས།** **རང་འཇགས།** ༡ ཁ་སྔོན་མ་དང་། བཀའ་བརྒྱུད། ས་སྐྱ། དགེ་ལུགས། **ཇོ་ནང་།** གཡུང་དྲུང་བོན་བཅས་དྲུག་པོ་རེ་རེ་ནས་འོས་བསྡུ་བྱས་པའི་སྤྱི་འཐུས་གཉིས་རེ།	
རེ་གསུམ་པ།	**ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་གི་ཁྲིམས་ཞིབ་པ།** ༣ ག ཁྲིམས་ཁང་ཞིག་ནང་ལོ་ལྔའི་རིང་སྲུ་མཐུད་ཁྲིམས་དཔོན་གྱི་ལས་འཁུར་བྱས་མྱོང་བའམ། ཡང་ན་ཉུང་མཐར་ལོ་བཅུའི་རིང་ཁྲིམས་རྩོད་མཁས་པའི་གྲས་སུ་ཚུད་པ་བཅས་ལ་མ་གཏོགས་འོས་བབ་ཡོད་པ་མ་ཡིན། འོན་ཀྱང་བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ཉིད་ལག་ལེན་འགོ་འཛུགས་བྱས་པ་ནས་བཟུང་ལོ་<u>སུམ་ཅུའི</u>་རིང་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ཆེ་བ་དང་། ཁྲིམས་ཞིབ་པ་གཞན་གཉིས་བཅས་བསྐོ་གཞག་དགོས་རིགས་ནང་གསེས་འདིའི་ཆ་རྐྱེན་ཁག་ལ་བསྟུན་གནང་མི་དགོས།	**རང་འཇགས།** ༣ ག ཁྲིམས་ཁང་ཞིག་ནང་ལོ་ལྔའི་རིང་སྲུ་མཐུད་ཁྲིམས་དཔོན་གྱི་ལས་འཁུར་བྱས་མྱོང་བའམ། ཡང་ན་ཉུང་མཐར་ལོ་བཅུའི་རིང་ཁྲིམས་རྩོད་མཁས་པའི་གྲས་སུ་ཚུད་པ་བཅས་ལ་མ་གཏོགས་འོས་བབ་ཡོད་པ་མ་ཡིན། འོན་ཀྱང་བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ཉིད་ལག་ལེན་འགོ་འཛུགས་བྱས་པ་ནས་བཟུང་ལོ་**བཞི་བཅུའི**་རིང་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ཆེ་བ་དང་། ཁྲིམས་ཞིབ་པ་གཞན་གཉིས་བཅས་བསྐོ་གཞག་དགོས་རིགས་ནང་གསེས་འདིའི་ཆ་རྐྱེན་ཁག་ལ་བསྟུན་གནང་མི་དགོས།	

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག སྔན་སྦྲོན་ཞུས་པ་དང་ལྷན་དུ་ཇོ་ནང་ཡར་བཅུག་དགོས་པ་དེ་ཚོས་ཚོགས་སྐབས་ ༡༣ པའི་སྐབས་ལ་ཐག་གཅོད་དེ་གཞི་བཟུང་བྱས་ནས་འཛིན་སྐྱོང་གི་འདི་ཁྱེར་ཡོང་བ་ཡིན་ཞེས་ཞུ་ཡས་དང་། ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་གི་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་དེ་དག་འདི་ཡར་བསླེབ་ཡས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཚོགས་ཚུང་གི་ག་རེ་ཁྱེར་བ་དེ་བསྐྱར་དུ་བཀའ་ཤག་གིས་

རང་འཛུགས་འབྲེར་ཡོད་ཅེས་ཞུ་ཡས་ཡིན། བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་བཙུགས་པའི་ཚོགས་ཆུང་དེའི་སྣན་ཐོ་ནང་ལ་ཡོད་པ་རང་འཛུགས།

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

རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་མཁན་བདེ་སྲུང་བཀའ་བློན་རྒྱ་རི་སྒྲོལ་མ་མཆོག

དཔལ་ལྡན་བདེ་སྲུང་བཀའ་བློན་རྒྱ་རི་སྒྲོལ་མ་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༡ ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཞུ་ཡི་ཡོད།

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

ཁྲིམས་འཆར་འདི་ཚུད་པ་དགག་བྱ། དགག་བྱ་རེད་ལྷ། གལ་གསུང་དགོས་པ་ཡོད་དམ། སྤྱི་འཐུས་རྒྱལ་ལྗོངས་ཕུར་པ་རྡོ་རྗེ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་རྒྱལ་ལྗོངས་ཕུར་པ་རྡོ་རྗེ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གིས་འབྲེར་ཡོད་པའི་ཇོ་ནང་པ་ལ་སྤྱི་འཐུས་རྐུབ་བཀུག་དགོས་ཟེར་པའི་ཁྲིམས་འཆར་དེ་ལ་དགག་པ་ཞུ་ཡི་ཡོད། དགག་པ་རྒྱག་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཞུས་པ་ཡིན་ན། སྤྱིར་བཏང་ཇོ་ནང་ཟེར་དུས་ཇོ་ནང་གི་ནང་ལོགས་ལ་ཇོ་ནང་ཏཱ་ར་ནཱ་ཐ་ལ་སོགས་པ་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་སྤྱི་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་ང་རང་ཚོ་བོད་གངས་ཅན་ལྗོངས་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་དང་བྱས་རྗེས་བཞག་སྐྱོང་མཁན་གྱི་བྱས་རྗེས་གང་ལ་གང་འཚམ་ཞིག་ཡོད་རེད། བྱས་ཙང་ང་རང་སོ་སོ་སྙིར་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་ཚོ་ལ་ཧ་ཅང་གི་དགའ་མོས་བྱེད་མཁན་གྱི་གང་ཟག་ཅིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་ད་ལྟའི་ཆ་ལ་འདྲ་པོ་ཡིན་ན་དམིགས་ཡུལ་ག་རེ་ཡིན་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པའི་ཐོག་ནས་གང་ཟག་ཁག་ཅིག་གིས་ཆོས་བརྒྱུད་སྤྱི་འཐུས་མི་དགོས་ཟེར་བའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད། བྱས་ཙང་དེ་ལྟ་བུའི་དུས་ཚོད་ཅིག་ལ་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གི་ཁྲིམས་འཆར་དེ་འདྲ་པོ་ཞིག་འཁྱུར་ཡོད་པ་དེ། དུས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། ཁོར་ཡུག་གི་ཆ་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། འོས་པོ་དང་འཚམ་པོ་མི་འདུག ལྷག་པར་དུ་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གི་ང་རང་ཚོད་ལྟའི་ཁོར་ཡུག་གི་གནས་བབས་ལ་འགན་མ་འཁྱུར་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་མཐོང་སོང་། བྱས་ཙང་ཁྲིམས་འཆར་དེ་ལ་དགག་པ་ཞུ་ཡི་ཡོད།

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

དེར་དགག་པ་བྱུང་བ་ཡིན་ཙང་། དང་པོ་དགག་པ་གནང་མཁན་ཕྱུག་རྫོང་རིགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སློན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རིགས་གནང་།

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

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེ་ལ་དོན་ཚན་ ༣༧ པ་དང་ ༦༣ པ་གཉིས་ཡོད་རེད། ད་ལྟ་གོང་དུ་དགག་པ་སྐྱོན་མཁན་དེ་ཡིས་ ༣༧ པ་དེ་ལ་དགག་པ་བསྐྱོན་པ་ཡིན་ཟེར་ནས་གསལ་པོ་གསུངས་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་དེ་གཉིས་ཀ་མཉམ་དུ་བསྡུས་ན་ཏག་ཏག་སྒྲིད་ས་མ་རེད་པླ། སོ་སོ་སོ་སོ་བྱེད་ནས་བསྡུ་དགོས་མ་རེད་དམ་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

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

དེ་སོ་སོར་བསྡུས་ན་མ་འགྲིག་པ་མི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་དོན་ཚན་ ༣༧ པ་དེ་ལ་དགག་པ་རྒྱག་མཁན་ཕྱག་རྐྱོང་རོགས་གནང་། གཅིག་བྱུང་རེད་པླ། འདི་ཡར་ཚུད་པ་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་མཁན་ཚོ་ཕྱག་རྐྱོང་རོགས་གནང་། ༡༦ འདུག་པས་འདི་མང་མོས་ཀྱིས་ཐོག་ནས་ཡར་ཚུད་པ་ཡིན། དོན་ཚན་ ༦༣ པ་དེ་ཚུད་པ་ལ་དགག་པ་རེད་དམ། སྤྱི་འཐུས་གསེར་ཏྲ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་གསེར་ཏྲ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བཀའ་ཤག་གི་ཁྲིམས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༡ པའི་ནང་གསེས་ ༤ རེད། དོན་ཚན་ ༦༣ པ་དེ་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དགག་བྱ་ཞུ་ཡི་ཡིན། དེའི་རྒྱུ་མཚན་ག་རེ་བྱེད་ནས་ཡིན་ལབ་ན། ང་ཚོས་ཟླ་དྲུག་གི་སྔོན་ལ་ཁྲིམས་སྒྲིག་བསྐྱར་ཞིབ་ཚོགས་ཆུང་གི་ངོས་ནས་དེ་ག་རང་ཁྱེར་བསྡད་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་བཀའ་ཤག་གི་སྐབས་དེ་དུས་བཟོ་བཅོས་གྲོས་འཆར་བཏོན་ནས་ཆེད་དུ་གཏོང་བའི་བཟོ་ལྟ་འདྲ་པོ་བྱས་ནས་མི་འགྲོ་བ་ཞིག་བཟོས་སོང་། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་ཟླ་བ་དྲུག་སོང་བའི་རྗེས་ལ་ཁ་སེང་སྔོན་མ་མ་འགྲིག་ཡས་དེ་ད་ལྟ་འགྲིག་པ་ག་རེ་བྱས་ནས་ཆགས་རེད། རྒྱུ་མཚན་གཅིག་འདི་ཡིན།

རྒྱུ་མཚན་གཉིས་པ་དེ། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནང་ལོགས་ལ་ཁྲིམས་ཞིབ་པའི་འོས་ཚོས་དེ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ནས་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དུས་ཚོད་དུས་ཚོད་ཀྱི་ཆ་ནས་པར་འགྱུངས་བྱས་རེད་མ་གཏོགས། ད་ལྟའི་ཁྲིམས་ཞིབ་མཁས་པས་ལབ་ཡས་དེ་ཚོ་གྲས་ཀྱི་ཆ་རྐྱེན་དེ་བཅའ་ཁྲིམས་དང་པོ་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་གནས་སྐབས་ནས་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཁ་སང་ང་ཚོའི་ཕྱི་ཟླ་ ༣ པའི་གྲོས་ཚོགས་ཚུབ་པའི་རྗེས་ལ་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་དང་། ཚོགས་གཙོ་དང་ཚོགས་གཞོན་གྱི་ངོས་ནས་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་དང་། ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ཆེ་བ་དང་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་གཞན་གཉིས་དང་དེ་འདྲ་བཅལ་ཡས་ཀྱི་ཚོགས་ཆུང་དེ། ངས་གོ་ཐོས་ལ་བཙུགས་ཡོད་ས་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ད་ལྟའི་ཆར་དེའི་འོས་ཚོས་རག་གི་མ་རེད་ཟེར་ཡས་དེ། ཚོགས་གཙོ་ཚོགས་གཞོན་དང་སྲིད་སྐྱོང་གི་དགོངས་ཚུལ་ཙམ་ཞིག་རེད་མ་གཏོགས་པས། ཚོགས་ཆུང་བཙུགས་ནས་མ་རག་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་ཡོད་མ་རེད། འདས་པའི་ལོ་འགའ་ཤས་ནང་ལ་མ་རག་པའི་གནས་ཚུལ་བྱུང་ཡོད་རེད་དེ། ད་ལྟའི་ཆར་དེ་འདྲ་གནས་སྟངས་ཡོད་པ་དེ། དབང་རྟགས་དང་རྒྱུ་མཚན་ཡོད་པ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་ཆགས་ཀྱི་མི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ད་ལྟའི་གནས་སྟངས་འདི་ལ་ང་བཀའ་ཤག་གི་ཀུན་སློང་ལ་དོགས་པ་ཡོད། དེ་ཞུ་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ག་རེ་བྱེད་ནས་ལབ་ན། ཁ་སང་སྔོན་མ་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་ཡར་མར་ཞིག་བྱས་ནས་གཅིག་བཀག ཡང་ད་ལྟའི་

ཆ་ལ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ཁ་བྱས། ཁ་ཤས་ཀྱིས་ཁོག་བྱས་འདྲ་མི་འདྲ་བྱས་ནས་གནང་གི་འདུག་བསམ་བསམ་དེའི་ཐོག་ནས་ད་ལན་དེ་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དགག་པ་ཞུ་ཡི་ཡོད་ཞུ་ཡས་ཡིན།

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

དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག

དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་སྤྱན་པ་ཚེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དོན་ཚན་ ༨༣ པ་དེ་ཚུད་པ་ལ་དགག་པ་བྱུང་བ་རེད། རྒྱུ་མཚན་ག་རེ་གསུང་གི་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། བཀའ་ཤག་གིས་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་སྔོན་མ་དེའི་སྐབས་ལ་ཚོགས་ཚུད་གི་བསྡམས་ཡོད་པའི་སྐད་ལ་བཀའ་ཤག་གིས་བཟོ་བཅོས་གྲོས་འཆར་ཞིག་འཁྱེར་ཡོང་བྱས་ཏེ་ཆེད་མངགས་བཀག་པ་རེད་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད་རེད། དེ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་མ་རེད། བཀའ་ཤག་གི་བཟོ་བཅོས་གྲོས་འཆར་དེ་རྣམ་པ་ཚོས་གཟིགས་གནང་དང་། ཚོགས་ཚུད་གིས་ལོ་ ༣༠ དེ་ ༩༠ ལ་ཕར་འགྱུར་བྱེད་དགོས་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད་རེད། བཀའ་ཤག་གིས་དེའི་སྐད་ལ་ལོ་གཉིས་ཤིག་བསྣུན་པ་རེད། བསྣུན་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་དེ་ཡང་ཞུས་ཡོད། ག་རེ་ཟེར་ན་གྲོས་ཚོགས་དང་བཀའ་ཤག་གཉིས་བརྗེ་པོ་བརྒྱབ་པའི་སྐབས་དེ་ལ་འཕེལ་གྱི་འདུག དེ་བརྗེ་པོ་བརྒྱབ་པའི་སྐབས་དེ་ལ་འཕེལ་བ་ཡིན་ན། ཁྲིམས་ཞིབ་པ་གསར་པ་བསྐོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་། ཡང་ཡང་བསྐྱར་བཅའ་ཁྲིམས་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དུས་གལ་སྲིད་ཆ་རྐྱེན་འདང་པ་མེད་པ་ཡིན་ན། འདང་ངེས་ཤིག་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་རག་གི་མེད་པ་ཡིན་ན། དེ་བྱེད་དགོས་ཡོད་དུས་བཀའ་ཤག་གིས་བཟོ་བཅོས་གྲོས་འཆར་ལོ་གཉིས་བསྣུན་ནས་ཡར་འཁྱེར་ཡོང་བ་དེ་ཡིས་དེ་ལ་དགག་པ་བརྒྱབ་པ་དང་། གནས་སྟངས་གང་ཡང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད་པས། ལོ་གཉིས་ཁྱད་པར་བཟོ་བ་དེ་ཡིས། ག་རེ་ཁྱད་པར་བཟོ་ཡི་ཡོད་རེད། དེ་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད་བསམ་གྱི་འདུག རྒྱུ་མཚན་དང་པོ་དེ་རེད།

དེ་ནས་ཚོགས་ཚུད་བཙུགས་ཡོད་ས་མ་རེད་གསུངས་པ་རེད། ཚོགས་ཚུད་མ་བཙུགས་པ་མ་རེད། ཚོགས་ཚུད་བཙུགས་ཡོད་རེད། བཀའ་ཤག་སྐབས་འདི་མ་བསླེབས་པའི་སྔོན་ནས་བཀའ་ཤག་སྐབས་གོང་མས་ཚོགས་ཚུད་བཙུགས་བྱས། འོས་མི་རག་མ་སོང་བྱས་ནས་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་ཡོད་རེད། བཀའ་ཤག་སྐབས་ ༡༨ པ་དེ་བསླེབས་ནས་ཕྱི་ཟླ་ ༡༡ པའི་ཚེས་ ༣ ལ་ཚོགས་ཚུད་བཙུགས་མཁན་དེ་ཡང་སྲིད་སྐྱོང་གཅིག་པུ་མ་རེད། དེ་བཅའ་ཁྲིམས་དགོངས་དོན་བྱས་ནས་ད་ལྟ་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ཆེ་བ་མེད་དུས། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་ཚོགས་གཞོན་རྣམ་པ་གཉིས་དང་སྲིད་སྐྱོང་ཚོགས་བྱས་ཏེ་བཙུགས་ཀྱི་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས་ཤིག དེའི་འགན་དེ་སྲིད་སྐྱོང་གཅིག་པུ་ལ་ཡོད་མ་རེད། ཡིན་ནའང་ང་ཚོས་ཕར་ཚུར་གོ་བསྡུར་བྱས་ཏེ་ཕྱི་ཟླ་ ༡༡ གི་ཚེས་ ༣ ཉིན་མོ་དེ་ལ་བཀའ་བློན་ཟུར་པ་གསུམ་བཙུགས་པ་རེད། དེ་ཡིས་འོས་མི་རག་གི་མི་འདུག་བྱས་ནས་སྟན་ཐོ་ཡར་འབྲོར་བ་རེད། དེ་འབྲོར་བའི་རྒྱུ་མཚན་ལ། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༡ བྱས་ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༩ འགྲོ་བསྡད་ཡོད་རེད། ལོ་གསུམ་འདིའི་ནང་ལོགས་ལ་ཁྲིམས་དཔོན་ལོ་ལྔ་བྱས་སྡོང་མཁན་དང་། ཁྲིམས་རྩོད་པ་མཁས་པ་ལོ་བཅུ་ཡོད་མཁན་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་སུ་བསྟན་ཡས་ཡོད་རེད། དེའི་བར་ལ་འགྱུར་བ་ག་རེ་ཕྱིན་ཡོད་རེད། དེར་འགྱུར་བ་གང་ཡང་ཕྱིན་ཡོད་མ་རེད། གང་ལྟར་ང་ཚོས་བོད་སྤྱི་པ་ལ་བསམ་བློ་བཏང་ནས་བྱས་པ་ཡིན་ན། མང་གཙོའི

ཀ་བ་གསུམ་དེ་ཧ་ཏག་ཏག་ཅིག་ཡར་བསླེབ་ཐུབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་བསླེབ་ཡས་ཀྱི་ཆེད་དུ་འཁྱེར་ཡོང་རེད་མ་གཏོགས། གཞན་པ་བཀའ་ཤག་གིས་ཀུན་སློང་ལ་དོགས་པ་ཡོད་གསུངས་ཡས་དེར། ཀུན་སློང་ལ་ག་རེ་ལ་དོགས་པ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་འདི་ཧ་ཏག་ཏག་ཡོང་རོགས་བྱས་ན་བསམས་ནས་སྒྲིག་འཛུགས་གང་ཡོད་པ་དེ་དག་ཚང་མ་ཏག་ཏག་ཅིག་ཆགས་རོགས་བྱས་ན་བསམས་ནས། དེའི་ཀུན་སློང་དེ་སྡུག་ག་རེད་ཅེས་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད། རེད་པས། དེའི་ཀུན་སློང་དེ་སྡུག་ག་མིན་པ་ཡིན་ན་དེ་འཁྱེར་ཡོང་བ་དེ་ལ་བཀའ་ཤག་གི་ཀུན་སློང་སྡུག་ག་ག་རེ་ཡོད་རེད། ང་ཚོ་ཚགས་ཚུད་པོ་ཡོང་ཡས་ཀྱི་ཆེད་དུ་འཁྱེར་ཡོང་གི་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས་ཤིག གཞན་པ་དེ་མ་རེད་བྱས་ནས་འདུག་སེ་རེད། ད་ལྟའི་ཆར་དབང་ཧྲགས་དང་རྒྱུ་མཚན་ཡོད་པ་ཟེར་བ་དེ་ཚོ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལོགས་ལ་ལོ་ལྔ་ཁྲིམས་དཔོན་གནང་སྤྱོད་མཁན། ཁྲིམས་རྩོད་མཁས་པ་ལོ་བཅུ་གནང་སྤྱོད་མཁན་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། མི་འདོན་གནང་དང་། ང་ཚོས་ཚོགས་ཚུང་ཡང་བསྐྱར་འཛུགས་ཚོག་གི་རེད། དེར་དཀའ་ངལ་ཡོད་མ་རེད། ཡིན་ནའང་མི་རག་གི་ཡོད་མ་རེད། ཐེངས་མ་གཉིས་བཙལ་ནས་མི་རག་གི་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཡིན་པ་སོང་ཙང་། དུས་ཚོད་ཕར་འགྱངས་དེ་ཡང་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཚོགས་ཚུང་རང་ནང་ལ་ཡོད་རེད། ཁ་སེང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་ཚུང་རང་ནང་ལ་ཡོད་རེད། ཚོགས་ཚུང་རང་གིས་རྒྱུ་གཉེར་བྱས་ནས་ཚིག་དེ་ག་རང་བསྣམས་ཕེབས་ཡོད་རེད། ཚོགས་ཚུང་གིས་འཁྱེར་བཞག་པ་དེ་ག་རང་ལ་དགག་པ་སྐྱོན་གྱི་ཡིན་གསུང་པ་ཡིན་ན་ནི། དེ་དོ་བདག་སོ་སོའི་རང་དབང་རེད་པས། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། རྒྱུ་མཚན་དེ་ཡང་དག་མ་རེད། གཅིག་གིས་ཁ་དང་གཅིག་གིས་ཁོག་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ག་རེ་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ད་ལྟ་བར་དུ་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་གི་ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་དེ། བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་ནང་ལོགས་ལ་ཧུས་གཏོགས་བྱེད་ཀྱི་མེད་ཅེས་ལབ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཧུས་གཏོགས་བྱེད་ཀྱི་མེད། གྲོས་ཚོགས་ར་བ་དེ་ག་རང་ནང་ལ་ཞུས་ཡོད། རེད་པས། གནས་ཚུལ་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་དགོས་ཡས་དེ་ང་ཚོས་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་ཀྱི་རེད། ཡིན་ནའང་སུས་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་འདུག དེ་ལ་དེ་བྱེད། དེ་ལ་དེ་མ་བྱས། ཚིག་གཅིག་ད་ལྟ་བར་དུ་ར་བ་འདིའི་ནང་ལ་རེད། གཅིག་བསྟན་ཡས་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེ་ཡང་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་པ་རེད། ལས་འགུལ་སྤེལ་མཁན་ནང་ལོགས་པ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། གང་ཡང་འབྲེལ་བ་མེད། བརྒྱུད་བསྐུལ་གང་ཡང་བྱས་མེད། ས་མཚམས་ཟིན་ནས་སོ་སོ་རང་སར་བསྡད་ཡོད། དེ་བྱེད་དུས་ཀྱང་གཅིག་གི་ཁ་དང་གཅིག་གི་ཁོག་ཟེར་དུས་གཅིག་གིས་གཅིག་བརྒྱུད་བསྐུལ་འདྲ་ཞེ་པོ་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པའི་བཟོ་འདྲ་ཞིག ད་ལྟ་བར་དུ་བཀའ་ཤག་གིས་བརྟན་པོ་བྱས་ནས་བསྡད་ཡོད། སུ་གཅིག་ལ་ཡང་བརྒྱུད་བསྐུལ་བྱས་མེད། སྤྱི་འཐུས་ལའང་ཞུས་མེད། ལས་འགུལ་སྤེལ་མཁན་ཚོ་ལའང་ཞུས་མེད། དེ་གསལ་པོ་མ་བཟོས་པ་ཡིན་ན་ཡང་དགོས་པ་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག དེང་སང་དུས་ཚོད་ཁོ་རང་དོགས་པ་དང་རྣམ་རྟོག་གིས་གྲོས་ཚོགས་ལ་ལས་རིམ་ཞིག་འཁྱེར་ཡོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་། དེ་འཁྱེར་ན་ག་རེ་འདྲ་ཞིག་བསམ་འགྲོ་ཡོད་འགྲོ་བསམ་བསམ་དེ་འདྲ་རྐྱང་རྐྱང་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བྱས་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་ལས་ཀ་བྱེད་ཐུབ་ཡས་ཁག་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་རེད་པས། འོ་དེ་ཞུ་ཡི་ཡིན།

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

ད་ལྟ་དོན་ཚན་ ༥༩ པ་ཁྲིམས་ཡིག་འཆར་ཟིན་བཀག་འགོག་ཟེར་བ་དེ་རེད། ནང་གསེས་དང་པོ། ཁྲིམས་ཡིག་གམ་སྒྲིག་གཞིའི་འཆར་ཟིན་ཞིག་གྲོས་གཞིར་འཇུག་རྒྱུར་སྤྱི་འཐུས་སུ་ཐུང་ནས་བཀག་འགོག་བྱ་རྒྱུའི་གྲོས་འཆར་བཏོན་པ་ཡིན་ན། ཚོགས་གཙོའི་བཀའ་འཁྲོལ་དང་སྣྲགས་དགག་བྱའི་གྲོས་འཆར་འདོན་མཁན་དང་། ཁྲིམས་ཡིག་འཆར་ཟིན་འདོན་མི་སོ་སོས་

དོན་གནད་སྐོར་གཏམ་བཤད་མདོར་བསྡུས་རེ་བྱས་རྗེས་བགྲོ་གླེང་མ་དགོས་པར་འོས་བསྡུས་མང་མོས་ལྟར་ཐག་གཅོད་བྱ་རྒྱུ་ཞེར་བ་དེ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་དཀག་བྱ་བྱུང་བ་ཡིན་ཙང་། དེ་དཀག་བྱ་གནང་མཁན་ཚོ་ཕྱག་རྐྱང་རོགས་གནང་། གསུམ་བྱས། རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་མཁན་ཚོ་ཕྱག་རྐྱང་རོགས། གྲོས་འཆར་ཚུད་པ་ལ། ༩ བྱུང་། དེ་མང་མོས་ཀྱིས་ཐོག་ནས་ཡར་ཚུད་པ་ཡིན། དེའི་ཐོག་ནས་བརྗོད་པ་དང་པོའི་ཐོག་ལ་ཐེབས་ཡས་ཡིན། སྨྲི་འཕྲུལ་དགེ་བཤེས་སློན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས།

སྨྲི་འཕྲུལ་དགེ་བཤེས་སློན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དོན་ཚན་ ༣༧ པའི་ནང་གསེས་ ༡ པོའི་ཁ་པ། ཇོ་ནང་པ་གསར་དུ་བཙུག་ཡས་ཀྱི་སྐོར་དེ་ཆོས་ཚོགས་ཐེངས་ ༡༢ པའི་གྲོས་ཆོད་དགོངས་དོན་གཞིར་བཞག་ཁུར་ཡོང་བ་ཡིན་གསུངས་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཆོས་ཚོགས་ཐེངས་ ༡༢ པའི་གྲོས་ཆོད་ནང་ལ་བཀའ་ཤག་གིས་འཁུར་གྱི་རེད་ལབ་ནས་ བྲིས་ཡོད་རེད་དམ། ཡང་ན་གང་འདྲ་བྱས་ནས་བྲིས་ཡོད་རེད། དོན་དག་གཅིག་འདི་ཡིན།

དོན་དག་གཉིས་པ་འདི། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ ཐམ་པ་ལོར་སྨྲི་ཉོར་"གོང་ས་"སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་མང་གཙོ་གསོལ་རས་གནང་བའི་གནས་སྐབས་སུ་རྟིང་མ་དང་བཀའ་བརྒྱུད། ས་སྐྱ། དགེ་ལུགས་བཅས་ཆོས་ལུགས་བཞི་ནས་འཕྲུལ་མི་རེ། དེའི་མཇུག་ལ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༧ ལོར་གཡུང་དྲུང་བོན་གྱི་སྨྲི་འཕྲུལ་དེ་གསར་དུ་བླུགས་པ་རེད། དེ་རིམ་པ་བྱས་ནས་ཡོང་རེད། དེ་ནས་ཇོ་ནང་དེ་གཡུང་དྲུང་བོན་གྱི་སྟེང་ལ་ཡར་བསྣོན་བཞག དེ་རྒྱུ་མཚན་གང་འདྲ་བྱས་ནས་བསྣོན་ཀྱི་ཡོད་རེད། དཔེར་ན། ང་ཚོ་ལྷན་ཁང་ཁག་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། ཁོ་བཙུགས་སྔ་ཕྱི་བྱས་ནས་ཡོང་གི་འདུག་གྷ། དེ་ཡིན་དུས་དེའི་གནས་སྟངས་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་ཡར་བཞག་པ་རེད། དེ་ལ་དགོས་པ་རྒྱུ་མཚན་ག་རེ་ཡོད་རེད། དེ་གཉིས་བྱས།

དེ་ནས་ད་ལྟ་གཞན་པ་དེ་དོན་ཚན་ ༦༣ པའི་ནང་གསེས་ ༢ པའི་ག་པ་སྐོར་ལ་ཚོགས་ཆུང་གཉིས་བཙུགས་པ་རེད་གསུངས་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་ཚོགས་ཆུང་གཅིག་དེ་སྔོན་མ་བཙུགས་ནས་སྟན་ཐོ་དེ་འདིར་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་ཚོགས་དུས་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༧ ཉིན་མོ་འགྱོར་བཞག ཚོགས་ཆུང་གཅིག་བཙུགས་རེད་གསུངས་ཡས་དེ། ག་དུས་བཙུགས་རེད། ཟླ་བཅུ་གཅིག་གསུངས་སོང་། ལོ་གང་ཡང་གསུངས་མ་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་ཁ་སང་ཕྱི་ཟླ་ ༣ པ་ནས་ད་ལྟ་ཕྱི་ཟླ་ ༩ བར་དུ་ཟླ་བ་བཅུ་གཅིག་ཅིག་ཡོང་ཡས་ཡོད་མ་རེད། ཕྱི་ཟླ་ ༡༡ ལབ་པ་དེ་ཡོང་ཡས་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ག་དུས་བཙུགས་པ་རེད། ཚོགས་ཆུང་ཐེངས་གཉིས་བཙུགས་ཡིན་གསུངས་ཡས་དེ། དེ་བྱས་ནས་ད་ལྟ་འདིར་ཁུར་ཡས་ཀྱི་ཐོག་ལ་རག་གི་མ་རེད་གསུངས་ནས་རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་བཙུགས་ཀྱི་ཡོད་རེད་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་རེད། རྣམ་པ་གསུམ་ཀའི་ཐོག་ནས་གོ་བསྡུར་འདྲ་པོ་བྱུང་ནས་ང་ཚོར་རག་གི་མ་རེད། ཚོགས་ཆུང་བཙུགས་དགོས་མ་རེད་གསུངས་ནས་གནད་དོན་ཕྱི་ཟླ་ ༣ པ་ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་བྱུང་བ་རེད་དམ། ཡང་ན་སྔོན་མ་མ་རག་དུས་རག་གི་མེད་པ་གཞིར་བཞག་བྱས་ནས་བཙུག་པ་རེད། འདི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

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

དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག

དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་སྲིན་པ་ཆེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་བརྗོད་པ་དང་པོ་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཇོ་ནང་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་ཚུལ་དེ་ལོ་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ལྟག་བསྡད་པ་དེ། ང་ཚོ་ཚང་མས་མཁྱེན་མཁྱེན་པ་རེད། དེའི་རྒྱབ་ལོག་གི་གནས་ཚུལ་དང་དེ་ཚོ་ཚང་མ་དོ་བདག་འདིར་ཡངས་སྟོད་མཁན་དེ་ཚོགས་གཙོ་ཡིན་པའི་སྐབས་ནས་བྱས་ཏེ་གནས་ཚུལ་དེ་བྱུང་བསྡད་ཡོད་རེད། ད་གིན་ཞུས་པ་ཡིན། ང་ཚོས་གཞི་རྩ་བཞག་ས་དེ་ཚོས་ཚོགས་ཐེངས་ ༡༣ པའི་སྐབས་ལ་ཚོས་ཚོགས་ཐེངས་བཅུ་གཉིས་འདིའི་ནང་ལོགས་ལ་འདིའི་སྔོན་ལ་ཇོ་ནང་པས་རེ་འདུན་མང་པོ་ཞིག་ཞུས་ཡོད་རེད། ཚོས་ཚོགས་ ༡༣ པའི་གྲོས་ཆོད་འདིའི་ནང་ལོགས་ལ་ཇོ་ནང་བ་དེ་ལྟ་གྲུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་རེད། དེ་ཚོའི་ཐོག་ནས་རང་སྐྱོ་འཕེར་བའི་ཚོས་བརྒྱུད་ཅིག་རེད་བཞག་བྱས་ནས་ཐག་གཅོད་དེ་གནང་ཡོད་རེད། འདི་ལ་གཞི་བཞག་ནས་ཚོས་བརྒྱུད་རང་སྐྱོ་འཕེར་བ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་དེ་ཡང་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག་བཀའ་ཤག་གིས་མཐོང་ནས་དེ་ཡར་ཕྱིར་ཡོང་བ་རེད་བྱས་ནས་འདི་ཞུ་ཡི་ཡོད།

དེ་ནས་ད་ལྟ་མར་གོ་རིམ་འདྲ་པོ་དེ་གསུངས་པ་རེད། གོ་རིམ་དེ་ལ་ཁྱད་པར་གང་ཡང་མེད། ང་ཚོའི་འདིར་མ་འགྲིག་པ་གཟིགས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ཇོ་ནང་དེ་བོན་པོའི་རྗེས་ལ་བཞག་ན་སྐྱོན་རང་མི་འདུག ང་ཚོས་དེ་ཞེ་པོ་ཞིག་བསམ་བློ་བཏང་ཡོད་མ་རེད། བསམ་བློ་བཏང་ཡས་དེ་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་དེ་མཉམ་དུ་བཞག དེ་ནས་བོན་པོ་དེ་འདུག་སེ་བྱས་ནས་བཞག་པའི་སྐད་ཆ་རེད། དེ་ལ་མཐོང་ཚུང་བཏང་བ་དང་དེ་འདྲ་གང་ཡང་གནས་སྟངས་མེད་བྱས་ནས་འདི་མགོ་མཇུག་ག་རེ་བཞག་པ་ཡིན་ནའང་ཁྱད་པར་གང་ཡང་མི་འདུག་བྱས་ནས་འདི་ཞུ་ཡས་ཡིན། ཡང་གལ་སྲིད་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཚོས་བརྒྱུད་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། ཡང་དེ་ལ་ཐུགས་ཐོག་འདྲ་བྱུང་ཡོད་ན་ནི་དགོངས་སེལ་ཞུ་ཡས་ཡིན། དེའི་གོ་རིམ་དེ་ལ་ཁྱད་པར་གང་ཡང་མེད།

དེ་ནས་ཚོགས་ཚུང་གཅིག་དེ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༡ གི་ད་ལྟ་བཀའ་ཤག་འདི་མ་བསླེབས་སྔོན་ནས། བཀའ་ཤག་སྐབས་ ༡༨ མ་བསླེབས་སྔོན་ནས་དེ་འདྲ་ཞིག་བཙུགས་པ་རེད་ཟེར་བའི་སྐད་ཆ་དེ་ཞུ་ཡི་ཡོད། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༡ གི་ཟླ་ ༣ པའི་ནང་ལོགས་ལ་དེ་ཞུ་ཡི་ཡོད། བཀའ་ཤག་འདི་བསླེབས་ནས་བཀའ་ཤག་སྐབས་ ༡༨ པ་བསླེབས་ནས་ཕྱི་ཟླ་ ༡༡ གི་ཚེས་ ༢ ཉིན་མོ་དེ་ལ་ཚོགས་ཚུང་བཙུགས་བྱས། བཀའ་ཟུར་རྣམ་པ་གསུམ་ཡོད་རེད། བཀའ་ཟུར་རྣམ་པ་ཚོར་དུས་ཚོད་ངེས་ཅན་ཞིག་སྤྲད་པའི་ནང་ལོགས་ནས་ཡར་ཕྱག་བྲིས་གནང་རྗེས་རག་གི་མི་འདུག ཚོས་མི་རག་གི་མི་འདུག་བྱས་རྗེས་ཕྱག་བྲིས་གནང་བཞག་པ་དེ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། རྣམ་པ་ཚོས་གཟིགས་ཡས་ཡོད་རེད། ཚོགས་ཟུང་ལ་འབུལ་ཚོག་པ་ཞིག་བྱས་ནས་འདི་ཞུ་ཡས་ཡིན། དེའི་རྗེས་ལ་ཐབས་ཤེས་ཁོ་རང་བྱས་ཡོད་མ་རེད། ག་རེ་ཟེར་ན་གནས་སྟངས་ལ་འགྱུར་བ་ཕྱིན་མེད་པ་སོང་ཙང་། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་སྤྲུལ་པོ་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་ང་ཚོས་ཚོགས་ཚུང་འཛུགས་དགོས་ཀྱི་འདུག་གསུང་མཁན་བྱུང་མ་སོང་། ངས་ཀྱང་ཕར་ཞུ་ཡས་གལ་བྱུང་མ་སོང་། ད་ལྟ་བར་དུ་གནས་སྟངས་འདུག་སེ་རེད་བྱེད་ནས་ཞུ་ཡས་ཡིན།

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

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ཨ་ཀྱག་ཚེ་བརྟན་ལགས། བརྗོད་པ་དང་པོ་རང་གི་ཐོག་ལ་གསུང་རོགས་གནང་།

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

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་ངས་བརྗོད་པ་དང་པོའི་ཐོག་ལ་ཆ་ཤས་ལེན་པ་དེ་ལ་ད་གིན་ངས་ལག་པ་བརྐྱངས་སྐབས་དེ་ཕལ་ཆེར་ཚོགས་གཙོས་འབྲུགས་པའི་བཟོ་འདྲ་ཞིག་བྱུས་སོང་། ངས་ ༨༣ པ་དེའི་སྐད་ལ་བཀྲུགས་པ་རེད། ད་ལྟ་ ༨༣ པ་དེ་ཁ་སང་ད་ལྟའི་བཀའ་ཤག་གིས་ཕྱིར་ཡོང་བ་དེ། འདིའི་སྔོན་ལ་ཚོགས་ཚུང་གིས་ཕྱིར་ཡོང་བ་དང་གཅིག་པ་གཅིག་རྐྱང་རེད་བཞག དེ་ཡིན་དུས་སྐད་ལ་ད་ལྟའི་བཀའ་ཤག་གིས་སྔོན་མ་འགྲོ་མ་ཐུབ་པ་ཞིག་ད་དུང་འགྲོ་བར་དགོངས་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་ག་རེ་འདྲ་བཞེས་རེད། ལྷག་པར་དུ་དེ་སྔོན་ལ་འཁྱེར་བའི་སྐབས་སུ་ངས་གསལ་པོ་ཞུས་ཡིན། ང་རང་ཚོ་ཁྲིམས་སྒྲིག་ག་རེ་ཡི་ཡིན་ན་སྲིད་སྐྱོང་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། ཚོགས་གཙོ་གནང་སྒྲོང་མཁན་རེད། ཁྲིམས་སྒྲིག་གང་འདྲ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། མར་ཡག་པོ་འདྲ་ཞིག་འགྲོ་བསྡད་དགོས་དུས་དེ་ལ་བཟོ་བཅོས་དང་བསྐྱར་བཅོས་འཁྱེར་ཡོང་དུས་རང་བཞིན་གྱིས་མི་འཁོར་འགྲོ་ཡི་རེད། ང་ཚོས་ཁྲིམས་སྒྲིག་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་པ་ལ་རྒྱབ་རྩ་ཞིག་ཡོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད་ལྟ། དེ་ལོང་ཡས་ལ་ཁ་འཁོར་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྐབས་དེ་དུས་ཚོགས་ཚུང་གིས་དེ་ག་རང་ཕྱིར་ཡོང་བ་དེའི་སྐད་ལ་ལོ་གཉིས་བསྟན་པ་བརྒྱབ་རེད། ད་ལྟ་ལོ་གཉིས་དེ་མར་བཅག་ནས་ཕྱིར་ཡོང་རེད། དེ་ཡིས་སྔོན་མ་ལོ་གཉིས་དེ་བསྟན་པ་བརྒྱབ་པ་ལ་ག་རེ་གནོད་ཀྱི་རེད་ཟེར། དེ་ཡིས་གནོད་ཀྱི་འདུག་གྲ། བསམ་ཚུལ་མ་མཐུན་པ་གཉིས་བསླེབས་ཡོང་དུས་སྐད་ལ་གསུམ་ཆ་གཉིས་ལོང་ཡས་དེ་མེད་པ་ཆགས་འགྲོ་ཡི་རེད། སྐབས་དེ་དུས་ནས་ངས་གང་ལྟར་ཀུན་སློང་ག་རེ་ཡིན་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་གང་ལྟར་དེ་རིང་གི་འདི་གཏོར་སོང་བ་འདྲ་པོ་ཞིག་ལ་ཚོར་གྱི་ཡོད་བྱུས་ནས་ངས་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་ག་ནང་བཞིན་དེ་རིང་ཚོགས་ཚུང་གི་དེ་རང་འཛུགས་ཕྱིར་ཡོང་ནས་དེ་བསླེབ་ཐུབ་རྒྱུ་ག་རེ་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་ཀྱི་ཡོད་རེད་བྱུས་ནས་འདི་དྲི་བ་ཡིན།

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

དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག བཀའ་ལན་དེ་བརྗོད་པ་དང་པོ་རང་གི་ཐོག་ལ་གསུང་རོགས་གནང་།

དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་སྤེན་པ་ཚེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་བཀའ་ཤག་གིས་ཚོགས་ཚུང་གི་ཚིག་བརྗོད་དེ་ག་རང་ཡང་བསྐྱར་འཁྱེར་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ག་རེ་རེད་བྱུས་ནས་གསུངས་པ་རེད། སྔོན་མ་འཁྱེར་ཡོང་དུས་སྐབས་ལ་བསྐྱར་བཅོས་སྐད་ལ་བཟོ་བཅོས་འཁྱེར་ཡོང་བྱུས་ཏེ་ཁ་འཁོར་བ་རེད། འདི་ངས་ཁ་གཡར་ས་ཙམ་ཞིག་བརྗེ་ཡི་ཡོད་མ་གཏོགས་ཤིག དོན་དག་སྐད་ལ་རྒྱུ་མཚན་དེ་གཟིགས་དང་། བཀའ་ཤག་གིས་དེ་དུས་བཟོ་བཅོས་དེ་ག་རེ་བྱུས་ནས་ཕྱིར་ཡོད་རེད། རྒྱུ་མཚན་ཞུས་པ་ཡིན་ལྟ། ལོ་ ༧༠ ཟེར་དུས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༡–༢༠༣༡ ཏག་ཏག་ཆགས་འགྲོ་ཡི་རེད། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༣༡ ལ་ད་ལྟའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འདི་ལོ་ལྔ་ལྔ་དེ་ཏག་ཏག་བྱུས་ནས་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན། ཡང་འོས་བསྡུ་ལས་རིམ་གསར་པ་ཞིག་དང་། སྤྱི་འཐུས་སྐབས་གསར་པ་ཞིག་བསླེབ་

ཡོང་གི་ཡོད་རེད། སྤྱི་འཐུས་སྐབས་གསར་པ་བསྐྱིབས་པ་དང་ལམ་སང་བཅའ་ཁྲིམས་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་དགོས་ཡས་དེ་འདྲ་ཡིན་ན་ཧོག་ཙམ་ཁག་པོ་མེད་འགྲོ། དེ་བྱས་ནས་ལོ་སྔར་ནས་འཁྱེར་ཡོང་བ་རེད། དེ་སྔར་ན་འཁྲིག་གི་མི་འདུག ཐོར་སོང་ལབ་ཀྱི་ཡོད་རེད། རེད་པ། ད་ལྟ་ཚོགས་ཆུང་གི་དེ་རང་འཛུགས་ཁྱེར་ཡོང་ནའང་འདི་འཁྱེར་ནའང་འཁྲིག་གི་མི་འདུག་གསུང་གི་ཡོད་རེད། ད་ག་རེ་འཁྱེར་ཡོང་དགོས་རེད། གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ནང་ལོགས་ལ་ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་གཞི། གྲོས་ཚོགས་ཁོ་རང་གི་མིང་ལ་ཁྲིམས་བཟོ་ལྟན་ཚོགས་ལབ་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་གཞི་བཟོ་ཡས་དེ་ཁྲིམས་བཟོ་ལྟན་ཚོགས་ཀྱི་ལས་འགན་རེད། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། ད་ལྟ་བར་དུ་གྲོས་ཚོགས་ལོ་གསུམ་ཙམ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། བཀའ་ཤག་ལོ་གསུམ་དང་ཕྱེད་ཀ་ཙམ་ཞིག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་ང་ཚོའི་ཁྲིམས་བཟོའི་ལས་དོན་དེ་ཚགས་ཚུད་པོ་ག་ཚོད་ཅིག་འགྲོ་ཐུབ་ཡོད་རེད་དམ་མ་རེད། ད་ལྟ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་དངངས་སྐྲག་སྐྱེས་བསྡད་ཀྱི་འདུག་གླ། སང་ཉིན་ཉི་མ་གཅིག་མ་གཏོགས་ཡོད་མ་རེད། ལས་རིམ་གང་འདྲ་འདྲ་ཞིག་ཚར་གྱི་ཡོད་ན་བསམམས་བྱས་དེ་འདུག་སེ་བྱས་ནས་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཁ་འཁོར་བ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་བཟོ་བཅོས་གྲོས་འཆར་བཏང་བའི་རྒྱུ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ཁ་འཁོར་དགོས་ཡས་ཁོ་རང་ཡོད་མ་རེད། ཡིན་ནའང་ཉེས་པ་དེ་བཀའ་ཤག་ལ་སྤྱང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་སོང་ཙང་། བཀའ་ཤག་གིས་བཟོ་བཅོས་གྲོས་འཆར་འཁྱེར་ཡོང་བ་སོང་ཙང་། དེ་བྱས་ནས་འཁོར་བ་རེད་བྱས་ནས་གསུང་གི་ཡོད་རེད་པླ། བཟོ་བཅོས་གྲོས་འཆར་ལ་སྐྱོན་ག་རེ་འདུག དང་པོ་རྒྱུ་མཚན་འདུག་གམ་མི་འདུག དེ་གཟིགས་ནས་རྒྱུ་མཚན་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དང་དུ་བླངས་རྒྱུ་རེད། རྒྱུ་མཚན་མེད་པ་ཡིན་ན་བཞག་ཡས་རེད། གྲོས་ཚོགས་ལ་ཁྲིམས་ཡིག་བསྐྱར་བཅོས་འཁྱེར་ཡས་ཀྱི་འགན་དབང་ཆ་ཚང་ཞིག་ཡོད་རེད། ཚོགས་ཆུང་ལ་བཀའ་ཤག་གི་ངོས་ནས་སྐབས་དེ་དུས་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནང་ལོགས་ལ། བཅའ་ཁྲིམས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་གཟིགས་ཡས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་འདི་ཡིན་པ་སོང་ཙང་། བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ལོགས་ལ་བསྐྱར་བཅོས་ག་རེ་ག་རེ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མེད། བཀའ་ཤག་ལྷན་རྒྱས་ནང་ལོགས་ལ་གོ་བསྡུར་བྱས་རྗེས་ཆ་ཚང་ཞིག་ཚོགས་ཆུང་ལ་ཕུལ་ཡོད། ཡིན་ནའང་ཚོགས་ཆུང་གི་ངོས་ནས་དོན་ཚན་དང་པོ་དེ་བསྣམས་བཞག དེ་མ་ཡིན་པའི་དོན་ཚན་གཞན་པ་དེ་ཚོ་བསྣམས་མི་འདུག དོན་ཚན་དང་པོ་དེ་གཏན་འབེབས་བྱུང་བ་རེད། དེ་ཡང་ངས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གནས་བབས་ཀྱི་ཆ་ནས་གལ་ཆེན་པོ་རེད་བྱས་ནས་ཞུ་ཡི་ཡོད། དོན་ཚན་དང་པོ་གཏན་འབེབས་བྱེད་ཐུབ་པ་དེ། དེ་ཡིན་དུས་ལྷག་མ་དེ་དག་འདི་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་རེད་བྱས་ནས་བཀའ་ཤག་ལ་གོ་བསྡུར་ཞུས་པ་རེད། ད་ལྟ་བཀའ་ཤག་ནང་ལོགས་ལ། ཚོགས་ཆུང་ལ་ཕུལ་བཞག་པ་དེའི་ནང་ལོགས་ལ་ང་ཚོར་བསྐྱར་བཅོས་མང་པོ་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་རིང་ཁོར་ཡུག་དང་གནས་སྟངས་མང་པོ་ཞིག་ལ་བལྟོས་ནས་ང་ཚོའི་མང་གཙོ་ཀ་བ་གསུམ་དེ་ཚད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡར་བསྐྱིབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། བཀའ་ཤག་སྐབས་ ༡༨ བསྐྱིབས་པ་ནས་བྱས་ནས་རེད། སྤྱི་འཐུས་སྐབས་ ༡༢ པ་ཕེབས་པ་ནས་བྱས་ནས་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ནང་ལོགས་ལ་བཀའ་ཤག་གིས་ཐོག་མ་དེ་ལ་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་ནས་མར་གཅིག་བཏང་ཡོད་རེད། དེ་དུས་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་ནས་རེད་བྱས་ནས་བཀག་གནང་བ་རེད། དེ་འཁྲིག་གི་མེད་པ་ཡིན་ན། དེ་ཚོགས་དུས་རྗེས་མ་དེ་ལ་བཀའ་ཤག་རང་གི་ངོ་བོ་ཐོག་ནས་འཁྱེར་ཡོང་བ་རེད། ཐེངས་མ་གཉིས་གསུམ་ཞིག་འཁྱེར་ཡོང་བ་རེད། ངོ་བོ་མི་འདྲ་འཁྱེར་ཡོང་བ་རེད། དེ་དག་ཚང་མ་འགྲོ་ཐུབ་ཡོད་མ་རེད། དེ་ནས་ལོ་གཅིག་རིང་ལ་ནི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ཚོགས་ཆུང་བཙུགས་པ་རེད། ཚོགས་ཆུང་བཙུགས་པ་སོང་ཙང་། གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་འཁྱེར་བའི་ལམ་ཀ་ཡོད་མ་རེད། བྱས་ཙང་ང་ཚོས་གྲོས་ཚོགས་ལ་འཁྱེར་ཡོད་མ་རེད། ད་ལྟ་ཚོགས་ཆུང་བཙུགས་ཚར་ནས་གནས་སྟངས་ཤིག་ཆགས་པ་རེད། ད་ལྟ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། བཀའ་ཤག་གིས་རེ་བ་དེ་ག་རང་ཞུ་ཡི་ཡོད། ང་ཚོ་དེ་དག་འདི་ང་ཚོ་ནང་ཁུལ་ལ་འདུག་སེ་བྱས་ནས་ཕར་ཚུར་ཞིག་ཞེ་པོ་ཞིག་བཀག་བསྡད་པ་བྱས་པ་ཡིན་ན། ང་

ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་སྟངས་དེ་གང་འདྲ་ཆགས་ས་རེད། ཆིག་སྒྲིལ་གྱི་ནུས་པ་དེ་གང་འདྲ་ཆགས་ས་རེད། ཁ་གཏད་ཀྱི་དཔུང་སྟོབས་དེ་གང་འདྲ་ཆགས་ས་རེད། ང་ཚོས་ཕར་ཁ་གཏད་བྱེད་ཡས་ཀྱི་ང་རང་ཚོའི་དཔུང་དང་ནུས་པ་དེ་ཚོ་གང་འདྲ་ཆགས་ས་རེད། དེ་དག་ཚང་མ་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་པའི་ཐོག་ནས་རེ་བསྐུལ་ཞིག་ཞུས་པ་ཡིན་ན། དགོངས་པ་བཞེས་ཡས་མེད་འགྲོ་བསམས་བྱས་དེ་ཡང་བསྐྱར་འཁྱེར་ཡོང་གི་ཡོད། གང་ལྟར་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ངོས་ནས་བསྒམས་མ་ཐེབས་པ་ཡིན་ན། གྲོས་ཚོགས་ནང་ལོགས་ལ་ཁྲིམས་ཡིག་བསྐྱར་བཅོས་འཁྱེར་ཡོང་མཁན་གཞན་པ་དེ་བཀའ་ཤག་མ་གཏོགས་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་བཀའ་ཤག་གི་འགན་འཁྱེར་བའི་ཐོག་ནས་འཁྱེར་ཡོང་བ་ཡིན་མ་གཏོགས་ཤིག ཀུན་སློང་ངན་པ་ཞིག་དང་། གཞན་པ་ལ་ཁ་དང་ཁོག་གི་འབྲེལ་བ་བྱས་པ་དེ་འདྲ་རྒྱ་བ་ཉིད་ནས་མེད། གཏན་འབེབས་གནང་ཐུབ་ནའང་རེད། མ་ཐུབ་ནའང་རེད། དེ་དག་འདི་རྒྱུ་མཚན་གྲོས་ཚོགས་རང་ནས་གཟིགས་ཡས་རེད་མ་གཏོགས། ང་ཚོ་ལ་ནི་ལག་པ་རྐྱོང་བའི་དབང་ཆད་ཡོད་མ་རེད། དེ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་གཟིགས་ཡས་རེད། ཡིན་ནའང་འཁྱེར་ཡས་ཀྱི་ལས་འགན་དེ་ང་ཚོ་ལ་ཡོད་རེད། འགན་དབང་ཡང་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་པ་སོང་ཙང་ང་ཚོས་དེ་འཁྱེར་ཡོང་བ་ཡིན་ཞེས་རྒྱུ་མཚན་དེ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

བརྗོད་པ་དང་པོ་རང་གི་ཐོག་ལ་གསུང་རོགས་གནང་། ཡང་ང་ཚོས་བགྲོ་གླེང་གི་རྣམ་པ་འདྲ་པོ་འགྲོ་བསྡད་ན། ཡང་དེ་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་ཡོང་གི་མི་འདུག་གྲ། དེ་ཡིན་དུས་བགྲོ་གླེང་སང་ཉིན་ཐེབས་ཚོག་གི་ཡོད་རེད། རྣམ་པ་ཚོས་གསུང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཆ་ཚང་ཡོད་རེད། བརྗོད་པ་དང་པོ་རང་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་དགོངས་པ་བཞེས་རོགས་གནང་། དུས་ཚོད་དེ་ཆུ་ཚོད་ ༨ བར་དུ་ཕར་འགྱང་ཞུ་ཡི་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་སློབ་དཔོན་ཐུབ་བསྟན་རྒྱལ་མཚན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་སློབ་དཔོན་ཐུབ་བསྟན་རྒྱལ་མཚན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཁྲིམས་འཆར་བརྗོད་པ་དང་པོའི་ཐོག་ལ་བསམ་ཚུལ་ཞུ་ཡས་ལ་ད་ལྟ་འདིར་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༣༧ པའི་ནང་ལོགས་ལ་ད་ལྟ་འདིར་གཅིག་ཡར་འཕོས་བ་ཁ་སྐོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཚིས་བརྒྱད་གཅིག དེ་ཡིན་དུས་དེར་རྒྱུ་མཚན་གཙོ་བོ་དེ་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་རང་སྐྱ་འཕེར་བ་མཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ། རང་སྐྱ་འཕེར་བ་ཞིག་རེད་ཟེར་ནས་དེ་འདྲ་གསུངས་ཀྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ང་རང་ཚོ་བོད་གངས་ཅན་ལྗོངས་ཀྱི་སྒྲུབ་བརྒྱུད་ཤིང་རྟ་བརྒྱད་ལ་སོགས་པ་དང་། དེ་ནས་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་དེར་ཁོ་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་མཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཚོ་ཚང་མ་ལ་བཀའ་ཤག་གི་དགོངས་པ་དེ་བཞེས་ཡོད་རེད་དམ་ཟེར་ནས་དེ་བཀའ་འདྲི་ཞུ་ཡས་གཅིག་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་དོན་ཚན་ ༨༣ པ་དེ་ཟླ་བ་དྲུག་གི་གོང་ལ་གནས་སྟངས་གང་འདྲ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་རེད། ཟླ་བ་དྲུག་གི་རྗེས་ལ་གནས་སྟངས་དེ་འདྲ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཆགས་ཡས་ཀྱི་རེ་བ་དང་། རྟགས་དང་མཚན་མ་དམིགས་བསལ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡོད་བྱས་ནས་ཁྱེར་པ་རེད་དམ། ག་རེ་རེད། འདི་ཞུ་ཡི་ཡིན།

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

དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག

དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་སྤེན་པ་ཚེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཆོས་བརྒྱུད་སོ་སོའི་ནང་ལ་ལྟ་གྲུབ་དང་གྲུབ་མཐའ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་རེད་གསུངས་པ་རེད། དེ་ཚོ་ངས་ཞུ་དགོས་ཡས་ཡོད་མ་རེད། བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཚོས་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་ཛ་ནང་གི་སྐོར་དེ་ལ་ལོ་ག་ཚོད་ཅིག་འགྲོ་ཡོད་མེད་རྣམ་པ་ཚོ་ཚང་མས་མཁྱེན་མཁྱེན་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ང་ཚོ་བཀའ་ཤག་གི་གཞི་བཙོལ་ས་དེ་ཆོས་ཚོགས་ཚོགས་ཆེན་བཅུ་གཉིས་པའི་ཐོག་ལ་ཛ་ནང་པ་དེ་ལྟ་བ་དང་གྲུབ་མཐའ་གཉིས་ཀའི་ཐོག་ནས་རང་སྐྱོ་འཕེར་བ་ཞིག་རེད་ཟེར་བ་དེ་ལ་གཞི་རང་བཙོལ་བྱས་ཁྱེར་ཡོད་བྱས་ནས་རེད། དེ་ལས་ལྷག་ང་ཚོས་འགྲེལ་བཤད་ཞུ་ཡས་གལ་ཡོད་མ་རེད། གཏན་འབེབས་གནང་ནའང་རེད། མ་གནང་ནའང་རེད། དེ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་གཟིགས་ཡས་རེད་བྱེད་ནས་ཞུ་ཡས་ཡིན། ད་ན྄་བ་དྭག་ནང་ལོགས་ལ་འགྱུར་བ་ག་རེ་ཕྱིན་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། ན྄་བ་དྭག་ནང་ལ་འགྱུར་བ་ག་རེ་ཕྱིན་ཡོད་མེད་གནས་ཚུལ་གསལ་མ་རེད། ང་ཚོས་དུས་ཚོད་ག་ཚོད་མར་ནར་བ་ཡིན་ནའང་དེ་ག་ཙམ་གྱི་མང་གཙོའི་ཀ་བ་གསུམ་གྱི་ཆ་ལག་དེ་མ་ཚང་བྱས། སྤྱི་ཚོགས་གཞན་པ་ལ་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་དགོས་བྱུང་ནའང་ཁག་པོ་འདུག་གྲ། ང་ཚོས་སྙོབས་པ་ཞེ་པོ་ཞིག་བྱས་ཏེ་༧རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་ཐུགས་རྗེའི་བཀའ་དྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་མང་གཙོ་ཚད་ལྡན་དང་ལྡན་པ་ཡོད། མང་གཙོའི་ཀ་བ་གསུམ་ཡོད་བྱས་ནས་ལབ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ད་ལྟ་མང་གཙོའི་ཀ་བ་གཅིག་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་བསྡད་ཡོད་པ་དེ་ཚང་མས་ཧ་གོ་བསྡད་ཡོད་རེད། ང་ཚོ་ལོ་གསུམ་ལྷག་ཙམ་ཕྱིན་པ་རེད། རེད་ལྒ། དེ་ང་རང་ཚོ་ནང་ཁུལ་ལ་ག་ཚོད་ཅིག་བར་དུ་བཀག་བསྡད་ཀྱི་ཡིན་ནམ། ངས་ཞུ་ཡས་དེ་རེད། ང་ཚོས་མཐའ་མ་ཐག་ཅིག་ཚོད་བྱེད་དེ་མདུན་བསྐྱོད་བྱེད་ཐུབ་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། ཚང་མ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོང་གི་རེད། ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་འདི་ལ་རྒྱལ་སྤྱིའི་ནང་ལོགས་ལ་དོ་སྣང་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡོད་བསྡད་པའི་སྐབས་དེ་ལ། ང་ཚོས་དུས་ཚོད་མང་བ་དེ་ཕར་རྒྱལ་སྤྱིའི་ནང་ལོགས་ལ་སློབ་ཐུབ་ཡས་དང་། གཞན་པ་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་འཚོལ་ཐུབ་ཡས་དེ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་སྙམ། ཡིན་ནའང་ང་ཚོ་ད་ལྟ་ང་རང་ཚོ་ནང་ཁུལ་གྱི་གནས་ཚུལ་སྐད་ལ་མང་པོ་ཞིག་ཐོགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིས་དུས་ཚོད་ཀྱང་འཕྲོ་བརླག་བཏང་། བསམ་བློ་ཡང་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་དེའི་སྐད་ལ་གཏོང་དགོས་ཐུག་གི་འདུག་གྲ། དེ་ནས་གཡོལ་ཐུབ་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། ཕན་ཐོགས་ཤིག་ཡོང་གི་མེད་འགྲོ་བསམས་ནས་འཁྱེར་ཡོང་བ་ཡིན་ཞུ་ཡི་ཡིན།

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

སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རིང་བསྟན་འཛིན་ཕུན་ཚོགས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རིང་བསྟན་འཛིན་ཕུན་ཚོགས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༡ དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ ༣༢ པ་ལ་དེ་ལ་དྲི་བ་ཞུ་ཡས་ལ། རྩ་བའི་བཀའ་ཤག་གིས་བསྐྱར་བཅོས་དེ་བསྟུམས་པ་ཕེབས་པའི་

ཀུན་སློང་ལ་དོགས་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། ད་དྲི་བ་རང་ཡིན། བརྗོད་པ་དང་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དང་མེད་ཐུགས་ཐག་གཅོད་ཡས་རེད། མ་ཆགས་པ་ཡིན་ན་དགོངས་སེལ་ཞུ་ཡས་ཡིན། ད་ལྟ་གྲུབ་ཆ་འདིའི་སྐབས་ལ་བསྐྱར་བཅོས་ཐེབས་གནང་བའི་སྐབས་ལ་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་སྒྲོམ་གཞིའི་གྲུབ་ཆ་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་མ་ཐུབ་པ་དེ་འདྲ་ག་རེ་གནང་པ་ཡིན་ནམ། དཔེར་ན། ང་ཚོས་ཕྱི་རྒྱལ་སྤྱི་འཐུས་མང་དུ་གཏོང་དགོས་འདུག་ཟེར་གྱི་ཡོད་རེད་དེ། འདི་ལ་ད་ལྟ་ཐེབས་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དེ་གཅིག་པུ་གཅིག་བསྣམས་ཐེབས་ཡས་བྱུས། གཞན་པའི་གྲུབ་ཆ་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་མ་ཐུབ་པ་དེ་རྒྱུ་མཚན་འདྲ་པོ་ཞིག་ག་པར་ཐུག་ཡིན་ནམ་ཞུ་ཡས་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

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

དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག གྲུབ་ཆའི་སྐོར་འདྲ་པོ་གཅིག་གསུངས་སོང་། ལགས་འོང་། སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རིང་བསྟན་འཛིན་ཕུན་ཚོགས་ལགས་དྲི་བ་དེ་འགོ་ནས་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རིང་བསྟན་འཛིན་ཕུན་ཚོགས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་དེ་གྲུབ་ཆ་རང་གི་སྐོར་ལ་རེད་འདུག ཡར་བྱུས་མར་བྱེད་དུས་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གྲུབ་ཆ་འགྱུར་བ་གཏོང་རྒྱུའི་ཐོག་ནས་ཆ་ཤས་ཤིག་དེ། ད་ཚོས་བརྒྱུད་སྤྱི་འཐུས་གྲུབ་ཆ་འགྱུར་བ་གཏོང་ཡས་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད་པླ། དེ་ཡིན་དུས་དེ་གཅིག་པུ་གཅིག་བསྣམས་ཐེབས་པའི་རྒྱུ་མཚན་དེ་ག་པར་ཐུག་གི་རེད་དམ། གྲུབ་ཆ་སྤྱི་ཡོངས་ནས་འགྱུར་བ་ཐེབས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག་གཟིགས་མེད་པ་ཡིན་ནམ། དེར་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་ཡས་དང་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་ཁྱད་པར་ཡོད་རེད་པླ། ག་རེ་རེད་ཟེར་ན། ང་ཚོ་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་ཡོད་སྡོད་མཁན་གྱི་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཚོ་མང་དུ་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་བཀའ་མོལ་མང་པོ་ཞུ་ཡི་ཡོད་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་། དེ་རིང་འདིར་བསྣམས་ཐེབས་པ་དེ་གཅིག་པུ་ཞིག་བསྣམས་ཐེབས་བཞག སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་གྲུབ་ཆ་ལ་འགྱུར་བ་ { **ཚོགས་གཙོ་ མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** དངོས་གནས་བྱུས་ན་འདི་ཚིག་བརྗོད་རང་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གསུང་ཡས་རེད། དེ་འདྲ་བྱུས་ན་ང་རང་ཚོ་བགྲོ་གླེང་ཆགས་འགྲོ་ཡི་འདུག་པླ། } འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་ལ་བརྩི་ཡི་མེད་དམ། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཐུགས་ཐག་གཅོད་གནང་ན་འགྲིག་གི་རེད། བྲེལ་བ་ཁྱོན་ནས་མེད། { **ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** དེ་ལན་གལ་ཞུ་དགོས་པ་མི་འདུག དྲི་བ་དེ་རང་ཡིན་པ་ཡིན་ན། }

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

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

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

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དོན་ཚན་ ༦༣ པ། ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་གི་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ལོ་དུས་བར་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་དམིགས་བསལ་གལ་མ་ཞུ་དགོས་དྲན་སོང་སྟེ། དེ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། གནས་སྟངས་འགའ་ཤས་ཤིག་

ཡོང་གི་འདུག དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གིས་ཆེད་མངགས་སུ་འགོག་རྐྱེན་བཟོས་པ་མིན་ཟེར་བ་དེ་ལ་གནས་སྟངས་ཁ་ཤས་ཤིག་ཞུས་ན་བསམས་སོང་། ༼ **ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** ལགས་འོང་། བཟོད་དང་པོ་རང་གི་ཐོག་ལ་ཕེབས་རོགས་གནང་། འདི་བགྲོ་གླེང་འདྲ་པོ་ཆགས་འགྲོ་ཡི་འདུག ༽ བཟོད་པ་དང་པོ་ཡི་ནང་ལོགས་ལ་འོས་ཚོས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་སོ་སོ་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཡིན་པའི་སྐབས་ལ་ཐེངས་གཉིས་འཁུར་ཡོད་རེད། སོ་སོ་བཅའ་ཁྲིམས་བསྐྱར་བཅོས་ཚོགས་ཆུང་ཡིན་པའི་སྐབས་ལ་ཐེངས་གཅིག་འཁུར་ཡོད། ཐེངས་གསུམ་ཆ་དེ་ལ་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་གིས་དེའི་ནང་ལོགས་ལ་གྲོས་འཆར་རེ་རེ་ཁུར་ནས་ཐོབ་པ་དེ་ཡོངས་གྲགས་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད། བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ང་ཚོ་ཚོལ་ཁ་ཆོས་བརྒྱུད་དབྱེ་བ་མེད་པའི་ཐོག་ནས་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཐེངས་གསུམ་འཁུར་བ་དེ་ལ་འགོག་རྐྱེན་བཟོས་ཡོད་རེད། འགོག་རྐྱེན་བཟོས་པ་དེ་ཁས་ལེན་དགོས་ཀྱི་འདུག་དྲན་གྱི་འདུག གནས་སྟངས་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྔང་ལ་ད་དུང་ཡང་དེ་འདྲ་མ་རེད་ཟེར་བའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཡོང་བསྡད་ཀྱི་འདུག

གཉིས་པ་དེ། མང་གཙོའི་ཀ་བ་གསུམ་ཆ་ལག་ཚང་བ་ཞིག་བཟོ་དགོས་ཀྱི་རེད་གསུངས་ཀྱི་འདུག བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནང་ལོགས་ལ་བཀའ་བློན་བདུན་དང་སྲིད་སྐྱོང་གཅིག་བཅས་བརྒྱད་ཡོད་རེད། ས་མིག་བརྒྱད་ཡོད་ས་ལ་ས་མིག་བཞི་ཡིས་ཆ་ལག ༼ **ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** ལགས་འོང་། དེ་འབྲེལ་བ་མི་འདུག ༽ ཚང་གི་ཡོད་ན། ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་ལ་ཁོ་རང་ཚོས་ཡར་བཞག་འཛོག་ཡོད་དུས་གསུམ་ནང་ལོགས་ནས་གཅིག་ཡོད་ན་ཆ་ལག་མ་ཚང་བ་ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་བཀའ་མོལ་དེ་ཡིས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་འཁྲུག་ཐེབས་ཀྱི་འདུག ད་ལྟ་མང་ཚོགས་མང་པོ་ཞིག་ལྟ་སྟོད་དུས་སྔང་ལ་ད་དུང་ཚིག་དེ་ཡིས་ང་ཚོ་ནང་ཁུལ་ལ་འཁྲུག་ཆ་བཟོ་ཡས་འདྲ་ཞིག་དང་། ཁག་ཅིག་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་ཡིན་པའི་ཁུལ་འདྲ་པོ། ཁག་ཅིག་མང་ཚོགས་དང་མང་གཙོའི་ཀ་བ་གསུམ་གྱི་གྲུབ་ཆ་ལ་བསམ་བློ་མ་གཏོང་མཁན་འདྲ་པོ་དེས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་འཁྲུག་ཐེབས་ཡས་ཀྱི་དེ་དང་། འབར་རྡས་གཡུགས་ཀྱི་འདུག་དྲ། དེ་གཟབ་གཟབ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཞུ་ཡས་ཡིན།

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

ང་ཚོ་བཀའ་ལན་གནང་མཁན་རེད། བགྲོ་གླེང་ཞུ་མཁན་རེད། ཚང་མས་བཟོད་པ་དང་པོ་རང་གི་ཐོག་ལ་ཕེབས་རོགས་གནང་། དེ་ཡིན་དུས་ཡང་ང་ཚོ་ཕར་ཕྱུར་ཏོག་ཙམ་འཁྲུག་ཐེབས་སོང་ན། ང་ཚོར་ལས་འཆར་ཁག་འགའ་ཤས་ཤིག་ཡོད། ཡང་དེ་ཚོ་ཚང་མར་འཁྲུག་ཐེབས་པའི་ཉེན་ཁ་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ཚང་མས་ཏོག་ཙམ་དགོངས་པ་བཞེས་རོགས་གནང་ཞུ་ཡི་ཡིན། དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག

དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་སྲིན་པ་ཚེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་མཆོག་གིས་ལོ་དུས་ཕར་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གསུང་ཡས་ཀྱི་འདོད་པ་མེད་དེ། འདི་ཆེད་མངགས་བཟོ་ཡི་ཡོད་པའི་བཟོ་འདྲ་ཞིག འོས་ཚོས་དང་འབྲེལ་བྱས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་ཐེངས་མ་གཉིས་འཁྱེར། དེ་ནས་འདུག་སེ་བྱས་ཏེ་བྱས་ཡོད་གསུངས་པ་རེད། ད་ལྟ་བར་དུ་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལོགས་ལ་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་

ཚོགས་ཀྱིས་ཚོགས་ཚུད་བཙུགས་ནས་བསྒྲུམས་ཕེབས་པ་དེ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་གིས་མར་བཏང་ནས་བཀའ་ཤག་གི་ཆབ་བྱས་ནས་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ནང་ལ་འཁྱེར་ཡོང་བ་དེ་སོ་སོས་ངེས་ཀྱི་འདུག དེ་ག་ནང་བཞིན་གྱི་བཀའ་ཤག་གིས་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་ཐེངས་རེ་རེ་རེ་རེ་ལ་ད་ལྟ་ཚོགས་ཚུད་མ་བཙུགས་པའི་སྔོན་ནས་གང་ཐུབ་ཐུབ་ཅིག་དེའི་སྐད་ལ་འབད་བརྩོན་བྱས་ཡོད། དེ་ཟླ་བ་དྲུག་ནང་ལོགས་ལའང་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཚོའི་བསམ་བློ་འགྱུར་བ་ཐེབས་བྱས། དགོངས་པ་ཞིག་བཞེས་མི་ཡོང་ངམ་བསམ་བྱས་དེ་འདུག་སེ་བྱས་ནས་འཁྱེར་བསྡད་ཡོད་རེད། དེ་ལ་སྲིད་སྐྱོང་གིས་འགོག་རྐྱེན་བཟོས་ཡོད་རེད་བྱས་ནས་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ཡར་བསླེབ་ཡས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྲིད་སྐྱོང་གིས་འགོག་རྐྱེན་ག་རེ་བཟོས་པ་རེད། གསུང་བདེ་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་རེད་པ། འགོག་རྐྱེན་བཟོས་པ་རེད། འགོག་རྐྱེན་བཟོས་པའི་ཁུངས་ག་རེ་བསྐྱལ་ཡས་ཡོད། ལོ་གཉིས་པར་འགྱུར་དེ་ལོ་ ༨༢ བཟོས་པ་དེ་ཡིས་འགོག་རྐྱེན་བཟོས་པ་རེད་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་རེད་དམ། དེ་ལ་ནི་ངས་རྒྱུ་མཚན་ཡང་དག་ཞུས་ཡོད། རྒྱུ་མཚན་ལྟ་ཤེས་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། རེད་པ། དེ་ཆ་ཚང་ཞིག་ཞུས་ཡོད་དུས་དེའི་སྐོར་དེ་ཆ་ཚང་ཞིག་ཞུས་ཡོད་བྱས་ནས། ༼ **ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** ཧ་ག་ཅམ་བཞུགས་གནང་རོགས་གནང་། དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་བརྗོད་སོང་། ༽ འགོག་རྐྱེན་བཟོས་མེད་བྱས་ནས་དེ་གསལ་པོ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

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

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་གོ་བོ་བློ་བཟང་ཕན་བདེ་ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

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

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་གང་ཆད་དེ་ལ་གང་ཐུབ་ཐུབ་ཅིག་ལྷིང་འཇགས་ཀྱི་དོན་དུ་ཞུ་མ་དགོས་ན་དྲན་དུས་སྐད་ལ་རྒྱུ་མཚན་འཁུར་ཤོག་གསུངས་ཀྱི་འདུག ༼ **ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** ལགས་འོང་། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས། ༽ སྐབས་སྔོན་མའི་ལས་རིམ་འདི་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༠ པ་དེ་འཁུར་དུས་བཀའ་ཤག་གིས་འཚང་ག་བརྒྱབ་ནས་ཨང་ ༡༥ པ་དེ་བཙུག་ནས་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༡༥ པ་དང་ ༣༠ པ་ཟེར་བ་དེ་སྟེ་ཚན་གཉིས་ལ་ཕྱེས་ནས་གཉིས་ཆ་འགྲོ་མ་ཐུབ་པ་དེ་སྐབས་དེ་དུས་བཀའ་ཤག་གིས་ཨང་ ༡༥ པ་དེ་མ་འཁུར་ན། སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱི་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ཡིག་ཆང་ཨང་ ༣༠ དེ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། ཆེད་མངགས་སུ་དེ་ལ་ཞུ་ཚུགས་བརྒྱབ་ནས་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༠ པ་དེ་འཁུར་ནས་ཡོང་ཡས་དེ་དབང་རྟགས་ཡིན་ཞུ་ཡི་ཡིན།

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

དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག འཁྲོས་བཀའ་ལན་དེ་མདོར་བསྡུས་གསུང་རོགས་གནང་།

དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་སྔོན་པ་ཚེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཡིག་ཆ་ཨང་ ༧༩ དང་ ༣༠ དེ་ག་རེའི་སྐོར་ལ་ཡིན་པ་དེ་མཁྱེན་དགོས་པ་དེ་དཔེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དང་པོ་དེའི་སྔོན་ལ་ཞུ་པ་དེ་ལ་འགོག་རྐྱེན་བཟོས་ཡོད་རེད། དེ་ཁས་ལེན་དགོས་ཀྱི་ཟེར། ད་ལྟ་འགོག་རྐྱེན་བཟོས་པ་དེ་ལ་ཁུངས་དེ་ག་རེ་སྐྱེལ་གྱི་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༧༩ དང་ ༣༠ དེས་ཁུངས་སྐྱེལ་གྱི་ཡོད་རེད། སྐབས་དེ་དུས་ཙམ་ལ་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༠ དེ་དམ་བཅའ་འབུལ་རྒྱུའི་སྐོར་དེ་རེད། དམ་བཅའ་འབུལ་ཡུལ་གྱི་སྐོར་དེ་རེད། ཐོག་མ་ཉིད་ནས་གྲོས་ཚོགས་ལ་ཞུས་ཡོད། བཅའ་ཁྲིམས་བསྐྱར་བཅོས་གཉིས་ཀ་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡོད་བྱས་ནས་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་ག་རང་ལ་གནས་བསྟུད་ཡོད། ཉིན་གུང་བར་གསེང་ཡང་ཁེལ་སོང་། སྐབས་དེ་དུས་སྐད་ཆ་བཤད་རྒྱུའི་བསམ་བློ་ཁོ་རང་མེད། ཡིན་ནའང་གྲོས་ཚོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་ལོགས་ལ་རྗེས་ལ་བཀུར་འོས་སྐྱི་འཐུས་ཁ་ཤས་ཀྱིས་གསུངས་སོང་། སྐྱི་འཐུས་གཅིག་གི་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྲིད་སྐྱོང་གི་དེ་གསུངས་སོང་། སྐྱི་འཐུས་གཅིག་གིས་གསུངས་པ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་སྐབས་དེ་དུས་སྐྱི་འཐུས་གསུང་མཁན་དེའི་ལངས་ཕྱོགས་ག་རེ་རེད། བཅའ་ཁྲིམས་དེ་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡོད་རེད་ཡོད་མ་རེད། དེའི་གནས་སྟངས་ཀྱང་གཟིགས་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དེ་དུས་ག་རེ་གསུངས་པ་རེད། ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་དགོས་ཡས་མེད་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་གསུངས་པ་རེད། དེ་གསུངས་དུས་ཙམ་ལ་བཀའ་ཤག་གི་ལངས་ཕྱོགས་གཅིག་མ་ཟིན་རང་ཟིན་ཐུག་བྱུས། དེ་ནས་བཀའ་ཤག་གིས་ཡར་ལངས་ནས་བཤད་དགོས་ཐུག་པ་རེད་མ་གཏོགས། ཆེད་མངགས་འགོག་རྐྱེན་བཟོས་པ་དེ་འདྲ་གང་ཡང་མེད། ཐོག་མ་ནས་གཉིས་ཀ་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱས་ཡོད་མ་གཏོགས། དེས་འགོག་རྐྱེན་བཟོས་ཡོད་མ་རེད། ད་ལྟ་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལོགས་ལ་འདུག་སེ་འབབ་རྟས་གཡུགས་ཀྱི་འདུག་ལབ་ཀྱི་ཡོད་རེད། གསུང་མཁན་དེའང་དགེ་འདུན་པ་ཞིག་རེད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ན་བཟའ་མཆོད་ཡོད་རེད། སྲིད་སྐྱོང་གིས་འབབ་རྟས་ག་རེ་གཡུགས་སོང་། ཟུག་སྦྱོད་པ་རེད་ཟེར་གྱི་ཡོད་པས། དེ་ཚོའི་གསུངས་བབས་དེ་ཚོ་གཟབ་གཟབ་གནང་དགོས་རེད་མ་གཏོགས། དེ་ཚོ་ཏག་ཏག་བཤད་ཀྱི་མ་རེད། དེ་མང་གཙོའི་ཀ་བ་གསུམ་ཟེར་དུས་ཙམ་ལ་ཕལ་ཆེར་ཕལ་ཆེར་བཀའ་བློན་དེ་དག་དེ་དུས་ཡུན་ཚང་མ་ (**ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** དེ་ཚོ་ཚང་མ་མ་གསུང་ན་འགྲིག་གི་འདུག བརྗོད་པ་དང་པོ་དང་འབྲེལ་བ་ཞེ་དྲག་མི་འདུག)

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

དེ་ཡན་ཆད་ཀྱི་ད་ལྟ་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༧ པའི་ཐོག་ལ་བརྗོད་པ་དང་པོ་ཟིན་པ་ཡིན།

དེ་རིང་གི་ཁྲིམས་བཟོའི་ལས་དོན་བརྗོད་པ་དང་པོའི་ནང་གསེས་ཁ་པ། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༢ པར་གཟིགས་རོགས་གནང་། བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་འཕོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་ཐོག་བསྐྱར་ཞིབ་ཆེད་འཛུགས་ཚོགས་ཆུང་གི་ལས་བསྒོམས་དང་ཁྲིམས་འཆར་སྙན་སྒྲོན་གནང་མཁན་ཚོགས་ཆུང་གི་ཚོགས་གཙོ་སྐྱི་འཐུས་རྡོ་རྗེ་ཚེ་བརྟན་ལགས།

སྐྱི་འཐུས་རྡོ་རྗེ་ཚེ་བརྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག

༄༅། །བོད་མིའི་སྲིད་འཛུགས་ཀྱི་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་འཕོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་སྲིད་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་ཟིན་བསྐྱར་ཞིབ་ཆེད་འཛུགས་ཚོགས་ཆུང་གི་ལས་བསྒྲོམས།

(ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༤ ནས་ཟླ་ ༨ ཚེས་ ༡༣ བར།)

༡) ཚོགས་ཆུང་བསྐོ་འཛུགས་དང་། ལས་དོན་འགོ་འཛུགས།

བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་སྤྱིལ་པོ་མཆོག་གིས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༨ ཉིན་བཀོད་ཁྱབ་ནང་དོན། "བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་སྐབས་ ༡༧ པའི་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་བདུན་པའི་གྲོས་ཆོད་ཨང་ ༢༠༢༤།༡༧།༧།༢༥ ལྟར། བོད་མིའི་སྲིད་འཛུགས་ཀྱི་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་འཕོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་འདུའི་འགྲོ་ལུགས་དང་། ལས་དོན་བྱེད་ཐོགས་ཀྱི་སྲིད་གཞིར་བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༡༧ པ་སྐབས་བཅུ་བདུན་པའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་ ༧ པའི་ཐོག་བརྗོད་པ་དང་པོ་ཟིན་བསྟུན་དགོངས་འཆར་སྤྱི་མོས་གཞིར་བཟུང་། གོང་གསལ་སྲིད་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཟིན་བསྐྱར་ཞིབ་ནན་ཏན་གྱིས་སྲིད་གཞི་དེ་རང་ངམ། ནང་དོན་དེར་བསྟུན་གྱིས་སྲིད་གཞི་ཞིག་ཟུར་དུ་གསར་བཟོ་དགོས་མིན་གང་དགེའི་སྐད་སྤྱི་འཐུས་གསུམ་ལས་གྲུབ་པའི་ཆེད་འཛུགས་ཚོགས་ཆུང་ཞིག་བསྐོ་གཞག་དགོས་པའི་མི་འགྲོར། སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རྗེ་ཚེ་བརྟན་ལགས་དང་། སྤྱི་འཐུས་ཀརྨ་དགེ་ལེགས་ལགས། སྤྱི་འཐུས་བསྟན་འཛིན་འཇིགས་གྲོལ་ལགས་བཅས་ལ་ཐུགས་གཏན་འཕེལ་བ་ཡིན་ན་གྲུབ་དོན་སྔོན་ཐོ་དང་། ཁྲིམས་འཆར་ཟིན་བྲིས་བཅས་ཕྱི་ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༦ འགྲངས་མེད་ཚོགས་དྲུང་ལས་ཁུངས་སུ་འབུལ་ཐུབ་པ་དགོས་རྒྱུ་བཅས་དགོངས་འཛུགས་ཞུ།" ཞེས་འཁོད་པ་ལྟར། ཕྱི་ཟླ་ ༦ པའི་ཚེས་ ༤ ཉིན་གྱི་སྔ་དྲོ་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་གསུམ་ཚོགས་དྲུང་ལས་ཁུངས་སུ་དངོས་སུ་ལྷན་འཛོམས་ཀྱིས་ཚོགས་ཆུང་གི་ཚོགས་གཙོར་སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རྗེ་ཚེ་བརྟན་དང་། དྲུང་ཆེ་སྤྱི་འཐུས་ཀརྨ་དགེ་ལེགས་གཉིས་སྤྱི་མོས་ཐོག་གཏན་ཁེལ་བྱུས་རྗེས། དེ་འབྲེལ་ཡིག་ཆ་ཁག་མཁོ་སྒྲུབ་ཀྱིས་ལས་དོན་དངོས་སུ་འགོ་འཛུགས་ཞུས།

༢) ཚོགས་གཙོ་སྤྱིལ་པོའི་ལམ་སྟོན།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༤ ཉིན་སྔ་དྲོ་ཚོགས་ཆུང་ཚོགས་མི་རྣམ་པ་ཚོགས་དྲུང་ལས་ཁུངས་སུ་ལྷན་འཛོམས་བྱུས་རྗེས། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཞོན་སྤྲོལ་མ་ཚེ་རིང་མཆོག་གི་དྲུང་དུ་བཅར་ནས་ལམ་སྟོན་ཞུ་སྒོ་ཁག་ཞུས་ཤིང་། དེའི་སྐབས་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཞོན་མཆོག་གིས་ཚོགས་ཆུང་གི་ལས་དོན་རྣམས་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་གྲོས་ཆོད་དགོངས་དོན་གཞིར་བཟུང་

གནང་དགོས་པའི་གལ་གནད་སྐོར་དང་། ཆབས་ཅིག་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་རྩ་ཁྲིམས་དང་། འཕོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་སྲིད་གཞི་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་དང་། དེའི་བྱ་རིམ་བཅས་ཀྱི་སྐོར་ལ་གོ་རྟོགས་དང་ཤེས་ཐབས་གནང་དགོས་པའི་ལམ་སྟོན་ཕེབས་སོང་། (སྐབས་དེར་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གཞུང་འབྲེལ་ཐོག་ཕྱི་ལ་ཕེབས་ཐོན་གནང་འདུག)

༣) ཚོགས་ཆུང་གི་ལས་དོན་སྒྲུབ་སྟངས།

ཐོག་མའི་ལས་དོན་འགོ་འཛུགས་སྐབས། ཚོགས་ཆུང་ནས་གནད་དོན་དེའི་ཐོག་གོ་རྟོགས་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་ཡོང་སླད་ཚོགས་མི་རྣམ་པས་སྔོན་མའི་ཁྲིམས་སྲིག་བསྐྱར་བཅོས་འཆར་ཟིན་ཚོགས་ཆུང་གི་ "བོད་མིའི་སྲིག་འཛུགས་ཀྱི་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་འཕོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་འདུའི་འགྲོ་ལུགས་དང་། ལས་དོན་བྱེད་ཐོགས་ཀྱི་སྲིག་གཞིར་བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར། (ཡིག་ཆ་ཨང་ ༡༢ པ།)" དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་ཆ་དང་། རྒྱབ་གཉེར་ཁག་ལ་ཞིབ་འཇུག་མཐིལ་ཕྱིན་བྱས་པ་དང་། རིམ་པས་རྒྱ་གར་གྱི་རྩ་ཁྲིམས་དང་། གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་འདུའི་འགྲོ་ལུགས་དང་། ལས་དོན་བྱེད་ཐོགས་ཀྱི་སྲིག་གཞི་ཁག་ནང་གསལ་བའི་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་རྒྱུའི་དམིགས་ཡུལ་དང་། བྱ་རིམ་ཐོག་ཞིབ་འཇུག་མཐིལ་ཕྱིན་བྱས་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་གནས་སྟངས་གང་འདྲ་ཞིག་གི་འོག་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་དོ་སྣང་བྱས་ཡོད།

ལས་དོན་སྐབས་ཚོགས་ཆུང་གི་ཐོག་ནས ༡) རྒྱ་གར་གྲོས་ཚོགས་འོག་མའི་ཚོགས་འདུའི་འགྲོ་ལུགས་དང་། ལས་དོན་བྱེད་ཐོགས་ (Rules of Procedure and Conduct of Business in Lok Sabha) དང་། ༢) གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འགྲོ་ལུགས་དང་ལག་བསྟར་བྱེད་ཐོགས། (Practice and Procedure of Parliament) ༣) རྒྱ་གར་གཞུང་གི་རྩ་ཁྲིམས་བསྐྱར་བཅོས། (Constitution Amendment in India) ༤) རྒྱ་གར་གྲོས་ཚོགས་འོག་མའི་ཚོགས་དྲུང་ལས་ཁུངས་ནས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས་པའི་ཁྲིམས་དཔོན་འཕོ་འགྱུར་གྱི་ཡིག་ཆ་ (Impeachment of Judges) ༥) ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༨ ལོའི་ཁྲིམས་དཔོན་འཕོ་འགྱུར་གྱི་ཁྲིམས་ཡིག (The Judges Inquiry Act, 1968) ༦) རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་རྩ་ཁྲིམས་ཕྱོགས་བསྡུས། (The Constitution of the World) བཅས་གལ་ཆེའི་ཡིག་ཆ་དེ་དག་ལ་གང་ཐུབ་ཀྱིས་དཔྱད་བསྡུར་བྱས་ཤིང་། རྒྱ་ཆ་དེ་དག་གིས་ཁྲིམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་བའི་བྱ་རིམ་དང་། འགྲོ་ལུགས་སྐོར་གྱི་གལ་ཆེའི་གནས་ཚུལ་སྐོར་བརྒྱུས་ལོན་བྱས། ཚོགས་ཆུང་གི་ངོས་ནས་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་མང་པོའི་ནང་གི་འཕོ་འགྱུར་གྱི་གནས་ཚུལ་དང་། དེའི་བྱ་རིམ་ཐོག་སྤྱི་ཡོངས་ཐོག་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཡོད་ཀྱང་། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མང་གཙོའི་འགྲོ་ལུགས་དང་འཚམས་པའི་སྲིག་གཞི་སྐྱར་བཅོས་གོད་འབྱུལ་ཞུས་ཡོད། ད་ལན་གྲོས་ཚོགས་སུ་འབུལ་ལམ་ཞུས་པའི་སྲིག་གཞི་སྐྱར་བཅོས་ཀྱི་དོན་ཚན་དང་ནང་གསེས་རེ་རེ་བཞིན་ཚོགས་ཆུང་གི་ཚོགས་མི་ཚང་མས་གོ་བསྡུར་ཞིབ་ཕྲ་ཞུས་ནས་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་འབའ་ཞིག་ཡིན།

༩) མཇུག་བསྡོམས།

བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་འཕོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲིག་གཞི། བྱ་རིམ་དང་ཞིབ་འཇུག་ཚད་ལྡན་དགོས་རྒྱུ་གལ་ཆེན་ཡིན་པའི་ཚོགས་ཚུང་གི་ལས་དོན་འབྲུས་མ་ཚང་བ་དང་། མ་འགྲིག་པའང་ཡོད་སྲིད་པས་བཀུར་འོས་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མི་རྣམ་པས་ཐུགས་སྣང་ཆེན་པོས་ལེགས་བཅོས་ཀྱི་དགོངས་འཆར་དང་བཅས་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་རྒྱུའི་རེ་བ་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ཚོགས་ཚུང་གི་ལས་དོན་ཐོག་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་སྤྱིལ་པོ་མཆོག་དང་། ཚོགས་དྲུང་མཆོག་གིས་དབུས་ཚོགས་དྲུང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་ཚང་མའི་ངོས་ནས་མཐུན་འགྱུར་གནང་བར་གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱུད་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། མཐའ་དོན་སྤྱི་ནོར་༸གོང་ས་༸སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་སྐུ་ཚེ་༧ཞབས་པད་བརྐྱལ་བརྒྱར་བརྟན་ཅིང་གཞིས་བྱེས་མཉམ་འཛོམས་ཀྱི་སྐྱིད་པའི་ཉི་མ་མགྱོགས་ནས་མྱུར་དུ་འཆར་བའི་སྨོན་འདུན་དང་བཅས། བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་འཕོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་ཐོག་བསྐྱར་ཞིབ་ཆེད་འཛུགས་ཚོགས་ཆུང་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༩ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡༣ ཉིན།

ཕུལ། །

༡) **ཚོགས་གཙོ།** སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རྗེ་ཚེ་བརྟན།

༢) **དྲུང་ཆེ།** སྤྱི་འཐུས་ཀརྨ་དགེ་ལེགས།

༣) **ཚོགས་མི།** བསྟན་འཛིན་འཇིགས་གྲོལ།

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

དེའི་ཚིག་བརྗོད་གསར་པ་དེ་རྒྱུང་རྒྱུང་གློག་ན་འཕྲིག་གི་མི་འདུག་གམ། ལགས་འོང་། ཚིག་བརྗོད་གསར་པ་དེ་རྒྱུང་རྒྱུང་གློག་གནང་རོགས་གནང་། ཚིག་བརྗོད་གསར་པའི་འགོ་བརྗོད་དེ་ཚོ་རང་མར་གློག་གནང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རྗེ་ཚེ་བརྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག

༄༅། །སྒྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར།

བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་འདུའི་འགྲོ་ལུགས་དང་། ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི།

དོན་ཚན།	ཚིག་བརྗོད་རྙིང་པ།	ཚིག་བརྗོད་གསར་པ།	ཟུར་བརྗོད།
ལེའུ་བཅུ་བདུན་པ།	ཚོགས་གཙོ་དང་། ཚོགས་གཙོ་གཞོན་པ་ལས་འབུར་ནས་ཕྱིར་འཐེན།	མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་ལས་ཁུར་ནས་འཕོ་འགྱུར།	
དོན་ཚན་དོན་ལྔ་པ།	ཚོགས་གཙོ་དང་། ཚོགས་གཙོ་གཞོན་པ་ལས་བཀོལ།	མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་ལས་འབུར་ནས་འཕོ་འགྱུར་།	གསར་འཇུག
	མེད།	༡ སྲིད་སྐྱོང་དང་། བཀའ་བློན་ཁྲི་ཐྲག་པའམ། བཀའ་ཤག་ཡོངས་རྫོགས་ལས་འབུར་ནས་འཕོ་འགྱུར།	གསར་འཇུག
	མེད།	ཀ སྤྱི་འཐུས་སུ་ཞིག་གིས་སྲིད་སྐྱོང་ དང་། བཀའ་བློན་ཁྲི་ཐྲག་པའམ། བཀའ་ཤག་ཡོངས་རྫོགས་ལས་འབུར་ནས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་དགོས་ཀྱི་གྲོས་འཆར་བཏོན་ཚེ་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་རྒྱ་འབོར་བཞི་ཆ་གཅིག་ལས་མ་ཉུང་བས་མཚན་རྟགས་བཀོད་ནས་སྔོན་ཤོག་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་འདུ་མ་ཚོགས་གོང་ཚོགས་དྲུང་ལས་ཁུངས་སུ་ཉུང་མཐར་ཉིན་ ༡༤ སྔོན་གཏོང་དགོས། ཁ གྲོས་འཆར་དེ་བཞིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་དུ་འཇུག་འོས་མིན་ཚོགས་གཙོ་སྤྲེལ་པོས་གནད་དོན་རྒྱུས་ལོན་བྱས་རྗེས་བཅའ་ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་གཞི་ཁག་འགལ་མིན་དགོངས་དཔྱད་ཀྱིས་ཐག་གཅོད་བྱ་རྒྱུ།	

		ག གྲོས་འཆར་དེ་རིགས་ཚད་ལྡན་ཡོང་བར་གཞམ་གསལ་ཆ་རྐྱེན་ཁག་ཚང་དགོས། ༧ བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༢༧ པ་ནང་གསལ་ལྟར་སྲིད་སྐྱོང་དང་། བཀའ་བློན་གྱི་འོས་ཚོས་གང་རུང་མ་ཚང་བ་འགྱུར་བ། ༢ སྐྱོན་འཛུགས་བྱ་རྒྱུའི་དོན་གནད་ཇི་ཡིན་ངེས་གསལ་ཡོད་པ། ༣ ཇོད་གླེང་དང་། ཚོད་དཔག ཟུར་ཟ། དམའ་འབེབས་ཀྱི་ཚིག་སྦྱོར་རིགས་མེད་པ། ང ཚོགས་གཙོས་གྲོས་འཆར་འདོན་མཁན་མིང་འབོད་སྐབས་རང་ཉིད་ཀྱིས་གྲོས་ཚོད་གྲོས་འཆར་འདོན་པ་ལས། གཏམ་བཤད་བྱེད་མི་ཆོག ཅ གྲོས་འཆར་བཏོན་རྗེས་གྲོས་གཞིར་ཚུད་མིན་ངོ་ཡོད་སྐུ་འཐུས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་ཆ་ ༥༠ ལས་མ་ཉུང་བའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོབ་དགོས། ཆ གྲོས་འཆར་ཐོག་བགྲོ་གླེང་བྱ་རྒྱུའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོབ་ཚེ་ཚོགས་གཙོས་བདུན་རྗེས་མའི་ལས་རིམ་ནང་ཐོ་འགོད་ཀྱིས་དུས་ཚོད་འོས་འཚམས་སྤྲད་དེ་གྲོས་བསྡུར་བྱ་རྒྱུ།	

		ཇ བགྲོ་གླེང་སྐབས་གྲོས་ཚོད་གྲོས་འཆར་དུ་ཁ་གསལ་འཁོད་པའི་སྐྱོན་འཛུགས་ཀྱི་དོན་གནད་མ་གཏོགས་གཞན་གྲོས་བསྡུར་བྱེད་མི་ཆོག གྲོས་བསྡུར་བྱས་རྗེས་འབྲེལ་ཡོད་སྲིད་སྐྱོང་དམ། བཀའ་བློན་བྱེ་བྲག་པར་གསལ་བཤད་བྱ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་སྤྲོད་དགོས། ཉ དོ་བདག་གི་གསལ་བཤད་རྗེས་བགྲོ་གླེང་མ་དགོས་པར་གྲོས་འཆར་ཐོག་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་༡༩ ནང་གསེས་ ༢ པའི་ ཀ་པ་ནང་གསལ་ལྟར་སྤྱི་འཐུས་ཚ་འཁོར་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་མོས་མཐུན་བྱུང་ན་དེ་ཉིན་ལས་འཁྱུར་ནས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་འཐུས།	
	ཚོགས་གཙོ་དང་། ཚོགས་གཙོ་གཞོན་པ་ལས་བཤོལ།	**༣ ཚོགས་གཙོ་དང་། ཚོགས་གཙོ་གཞོན་པ་ལས་འཁྱུར་ནས་འཕོ་འགྱུར།**	
	༢ སྤྱི་འཐུས་སུ་ཞིག་གིས་ཚོགས་གཙོ་དང་། ཚོགས་གཙོ་གཞོན་པ་གཉིས་ཀའམ། སུ་རུང་ལས་འཁྱུར་ནས་ཕྱིར་འཐེན་བྱ་དགོས་ཀྱི་གྲོས་འཆར་འདོན་ཆེ་སྔོན་ཤོག་ཚོགས་དྲུང་བརྒྱུད་གཏོང་དགོས།	ཀ སྤྱི་འཐུས་སུ་ཞིག་གིས་སྤྱི་འཐུས་ཚོགས་གཙོ་དང་། ཚོགས་གཙོ་གཞོན་པ་གཉིས་ཀའམ། སུ་རུང་ལས་འཁྱུར་ནས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་དགོས་ཀྱི་གྲོས་འཆར་བཏོན་ཆེ་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་ཚ་འཁོར་བཞི་ཆ་གཅིག་ལས་མ་ཉུང་བས་མཚན་རྟགས་བཀོད་ནས་སྔོན་ཤོག་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་འདུ་མ་ཚོགས་གོང་ཚོགས་དྲུང་ལས་ཁུངས་སུ་ཉུང་མཐར་ཉིན་ ༡༨ སྔོན་གཏོང་དགོས།	

	༢ སྒྲིག་གསལ་སྙན་ཤོག་དང་། གྲོས་འཆར་འགྲོར་རྗེས་གྲོས་བསྡུར་བྱ་རྒྱུར་མོས་མཐུན་ཡོད་མེད་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་མང་མོས་ཐག་གཅོད་བྱ་རྒྱུ།	ཕྱིར་བསྡུ།	
	༣ གྲོས་བསྡུར་བྱ་རྒྱུར་མོས་མཐུན་བྱུང་ཚེ་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ལས་དོན་པོ་གཞུང་ནང་པོ་འགོད་བྱ་རྒྱུ་དང་། ཚོགས་གཙོས་ཉིན་བདུན་རྗེས་དུས་ཆེས་གཏན་འབེབས་བྱ་རྒྱུ།	ཕྱིར་བསྡུ།	
	མེད།	ཁ གྲོས་འཆར་དེ་བཞིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་ནང་ཐད་ཀར་འཐོ་འགོད་བྱ་རྒྱུ།	གསར་འཇུག
	༤ ཚོགས་གཙོ་དང་། ཚོགས་གཙོ་གཞོན་པ་གཉིས་ཀ་ཕྱིར་འཐེན་བྱ་དགོས་ཀྱི་གྲོས་འཆར་ཡིན་ན་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༤༥ ནང་གསེས་ ༤ པ་ནང་གསལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་གཙོ་སྐྱོང་བྱེད་མི་ཚོག་སྐབས་ཚོགས་གཙོའི་ལས་ཚབ་ཀྱི་མིང་ཐོར་ཡོད་པ་ཞིག་གིས་གཙོ་སྐྱོང་བྱ་རྒྱུ།	ག ཚོགས་གཙོ་དང་། ཚོགས་གཙོ་གཞོན་པ་སུ་རུང་ལས་འཁུར་ནས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་དགོས་ཀྱི་གྲོས་འཆར་ཡིན་ན་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༤༥ ནང་གསེས་ ༤ པ་ནང་གསལ་ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱིས་གཙོ་སྐྱོང་བྱེད་མི་ཚོག་གལ་ཏེ་ཚོགས་གཙོ་དང་ཚོགས་གཙོ་གཞོན་པ་གཉིས་ཀ་ལས་འཁུར་ནས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་དགོས་ཀྱི་གྲོས་འཆར་ཡིན་ན་ཚོགས་གཙོའི་ལས་ཚབ་ཀྱི་མིང་ཐོར་ཡོད་པ་ཞིག་གིས་གཙོ་སྐྱོང་བྱ་རྒྱུ།	
	༥ གྲོས་འཆར་དེ་རིགས་ཚད་ལྡན་ཡོང་བར་གཞུམ་གསལ་ཆ་རྐྱེན་ཁག་ཚང་དགོས།	ང གྲོས་འཆར་དེ་རིགས་ཚད་ལྡན་ཡོང་བར་གཞུམ་གསལ་ཆ་རྐྱེན་ཁག་ཚང་དགོས།	
	ཀ སྐྱོན་འཛུགས་བྱ་རྒྱུའི་དོན་གནད་ངེས་ཡིན་ངེས་གསལ་ཡོད་པ།	༡ སྐྱོན་འཛུགས་བྱ་རྒྱུའི་དོན་གནད་ངེས་ཡིན་ངེས་གསལ་ཡོད་པ།	

	ཁ ཇོད་གླེང་དང་། ཚོད་དཔག ཟུར་ཟ། དམའ་འབེབས་ཀྱི་ཚིག་སྦྱོར་རིགས་མེད་པ།	༣ ཇོད་གླེང་དང་། ཚོད་དཔག ཟུར་ཟ། དམའ་འབེབས་ཀྱི་ཚིག་སྦྱོར་རིགས་མེད་པ།	
དོན་ཚན་དོན་དྲུག་པ།	**ཚོགས་གཙོ་དང་ཚོགས་གཙོ་གཞོན་པ་ཕྱིར་འཐེན་བྱ་རྒྱུའི་གྲོས་འཆར་ལ་ཐག་གཅོད།**	**ཕྱིར་བསྡུ།**	མཚམས་འདི་ནས་འགོ་བརྗོད་ཕྱིར་བསྡུ་བྱས་ཏེ། དོན་ཚན་༢༨ པའི་འགོ་བརྗོད་ག་ཤམ་དུ་རང་འཛུགས་འགོད་རྒྱུ།
	༡ གྲོས་འཆར་འདོན་**མི་**མིང་འཐོབ་སྐབས་རང་ཉིད་ཀྱིས་གྲོས་འཆར་**འགོ་འཛུགས་བྱེད་པ**་ལས། **གཞན་གྱིས**་གཏམ་བཤད་**རིགས**་མི་ཆོག མེད།། ༣ ཚོགས་གཙོའམ་ཚོགས་གཙོ་གཞོན་པ། ཡང་ན་སྐབས་དེའི་ཚོགས་གཙོ་ལས་ཚབ་**སུ་ཡིན་དེས་ཚོགས་འདུར་གྲོས་འཆར་ཐོག་བགྲོ་གླེང་བྱ་རྒྱུའི་**དུས་ཚོད་འཚམས་སྤྲད་དེ་གྲོས་བསྡུར་**བྱས་རྗེས་འབྲེལ་ཡོད་ཚོགས་གཙོའམ་ཚོགས་གཞོན། ཡང་ན་གཉིས་ཀར་གསལ་བཤད་བྱ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་སྤྲོད་དགོས།** མེད།།	ཅ **ཚོགས་གཙོས**་གྲོས་འཆར་འདོན་**མཁན**་མིང་འཐོབ་སྐབས་རང་ཉིད་ཀྱིས་**གྲོས་ཚོད**་གྲོས་འཆར་**འདོན་པ**་ལས། གཏམ་བཤད་**བྱེད**་མི་ཆོག ཆ གྲོས་འཆར་བཏོན་རྗེས་གྲོས་གཞིར་ཚུད་མིན་ངོ་ཡོད་སྤྱི་འཐུས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ ལས་མ་ཉུང་བའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོབ་དགོས། ཇ **གྲོས་འཆར་ཐོག་བགྲོ་གླེང་བྱ་རྒྱུའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོབ་ཆེ**་ཚོགས་གཙོའམ་ཚོགས་གཙོ་གཞོན་པ། ཡང་ན་སྐབས་དེའི་ཚོགས་གཙོ་ལས་ཚབ་**ནས་བདུན་རྗེས་མའི་ལས་རིམ་ནང་བོ་འགོད་ཀྱིས**་དུས་ཚོད་འཚམས་སྤྲད་དེ་གྲོས་བསྡུར་**བྱ་རྒྱུ།** ཉ བགྲོ་གླེང་སྐབས་གྲོས་ཚོད་གྲོས་འཆར་དུ་ཁ་གསལ་འཁོད་པའི་སྐྱོན་འཛུགས་ཀྱི་དོན་གནད་མ་གཏོགས་གཞན་གྲོས་བསྡུར་བྱེད་མི་ཆོག གྲོས་བསྡུར་བྱས་རྗེས་འབྲེལ་ཡོད་ཚོགས་གཙོའམ་ཚོགས་གཙོ་གཞོནཔ། ཡང་ན་གཉིས་ཀར་གསལ་བཤད་བྱ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་སྤྲོད་དགོས།	**གསར་འཛུགས** **གསར་འཛུགས**

	༣ དོ་བདག་གི་གསལ་བཤད་རྗེས་བགྲོ་གླེང་མ་དགོས་པར་གྲོས་འཆར་ཐོག་** འོས་བསྡུ་བྱ་རྒྱུ་དང་།** བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༩༥ ནང་གསེས་ ༣ པ་ནང་གསལ་**གྱི་སྤྱི་འཐུས་རྒྱ་འབོར་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཀྱིས་མོས་མཐུན་བྱུང་ན་དེ་ཉིད་ནས་ལས་འབུད་བཀོལ་དགོས་པའི་གསལ་བསྒྲགས་བྱ་རྒྱུ།**	༤ དོ་བདག་གི་གསལ་བཤད་རྗེས་བགྲོ་གླེང་མ་དགོས་པར་གྲོས་འཆར་ཐོག་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༩༥ ནང་གསེས་ ༣ པ་ནང་གསལ་**ལྔར་**སྤྱི་འཐུས་རྒྱ་འབོར་གསུམ་ཆ་གཉིས་ **ཡན་གྱིས་** མོས་མཐུན་བྱུང་ན་དེ་ཉིད་ལས་འབུད་**ནས་འཐོ་འགྱུར་གཏོང་འཐུས།**	
	མེད།	**༣ སྤྱི་འཐུས་བྱེ་བྲག་པ་ལས་འབུད་ནས་འཐོ་འགྱུར།**	**གསར་འཇུག**
	མེད།	ཀ སྤྱི་འཐུས་སུ་ཞིག་གིས་སྤྱི་འཐུས་བྱེ་བྲག་པ་ལས་འབུད་ནས་འཐོ་འགྱུར་གཏོང་དགོས་ཀྱི་གྲོས་འཆར་བཏོན་ཚེ་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་རྒྱ་འབོར་བཞི་ཆ་གཅིག་ལས་མ་ཉུང་བས་མཚན་རྟགས་བཀོད་ནས་སྐུན་ཤོག་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་འདུ་མ་ཚོགས་གོང་ཚོགས་དྲུང་ལས་ཁུངས་སུ་ཉུང་མཐར་ཉིན་ ༡༥ སྔོན་གཏོང་དགོས། ཁ གྲོས་འཆར་དེ་བཞིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་དུ་འཇུག་འོས་མིན་ཚོགས་གཙོ་སློབ་དཔོན་པས་གནད་དོན་རྒྱུས་ཡོད་བྱས་རྗེས་བཅའ་ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་གཞི་ཁག་འགལ་མིན་དགོངས་དཔྱད་ཀྱིས་ཐག་གཅོད་བྱ་རྒྱུ། ག གྲོས་འཆར་དེ་རིགས་ཚད་ལྡན་ཡོང་བར་གཞམ་གསལ་ཆ་རྐྱེན་ཁག་ཚང་དགོས།	**གསར་འཇུག**

		༡ བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན ༣༤ པ་ནང་གསལ་ལྟར་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིའམ་ཚོས་གང་རུང་མ་ཚང་བ་འགྱུར་བ། ༢ སྐྱོན་འཛུགས་བྱ་རྒྱུའི་དོན་གནད་ཇི་ཡིན་ངེས་གསལ་ཡོད་པ། ༣ ཇོད་གླེང་དང་། ཚོད་དཔག ཟུར་ཟ། དམའ་འབེབས་ཀྱི་ཚིག་སྦྱོར་རིགས་མེད་པ། ༤ ཚོགས་གཙོས་གྲོས་འཆར་འདོན་མཁན་མིང་འབོད་སྐབས་རང་ཉིད་ཀྱིས་གྲོས་ཚོད་གྲོས་འཆར་འདོན་པ་ལས། གཏམ་བཤད་བྱེད་མི་ཆོག ༥ གྲོས་འཆར་བཏོན་རྗེས་གྲོས་གཞིར་ཚུད་མིན་ངོ་ཡོད་སྤྱི་འཐུས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ ལས་མ་ཉུང་བའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོབ་དགོས། ༦ གྲོས་འཆར་ཐོག་བགྲོ་གླེང་བྱ་རྒྱུའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོབ་ཚེ་ཚོགས་གཙོས་བདུན་རྗེས་མའི་ལས་རིམ་ནང་ཐོ་འགོད་ཀྱིས་དུས་ཚོད་འོས་འཚམས་སྤྲད་དེ་གྲོས་བསྡུར་བྱ་རྒྱུ། ༧ བགྲོ་གླེང་སྐབས་གྲོས་ཚོད་གྲོས་འཆར་དུ་ཁ་གསལ་འཁོད་པའི་སྐྱོན་འཛུགས་ཀྱི་དོན་གནད་མ་གཏོགས་གཞན་གྲོས་བསྡུར་བྱེད་མི་ཆོག གྲོས་བསྡུར་བྱས་རྗེས་འབྲེལ་ཡོད་སྤྱི་འཐུས་ལ་གསལ་བཤད་བྱ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་སྤྲོད་དགོས།	

		༧ ངོ་བདག་གི་གསལ་བཤད་རྗེས་བགྲོ་གླེང་མ་དགོས་པར་གྲོས་འཆར་ཐོག་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༥༢ ནང་གསེས་ ༡ པོ་ནང་གསལ་ལྟར་སྤྱི་འཐུས་རྩ་འཛིན་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་མོས་མཐུན་བྱུང་ན་དེ་ཉིན་ལས་འཁྱུར་ནས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་འཐུས།	
	མེད	**༨ ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་གི་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ཆེ་བ་དང་། ཁྲིམས་ཞིབ་པ་གཞན་གཉིས་ལས་འཁྱུར་ནས་འཕོ་འགྱུར།**	**གསར་འཛུགས**
	མེད	ཀ སྤྱི་འཐུས་སུ་ཞིག་གིས་ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་གི་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ཆེ་བ་དང་། ཁྲིམས་ཞིབ་པ་གཞན་གཉིས་སུ་རུང་ལས་འཁྱུར་ནས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་དགོས་ཀྱི་གྲོས་འཆར་བཏོན་ཚེ་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་རྩ་འཛིན་བཞི་ཆ་གཅིག་ལས་མ་ཉུང་བས་མཚན་རྟགས་བཀོད་ནས་སྔོན་ཤོག་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་འདུ་མ་ཚོགས་གོང་ཚོགས་དྲུང་ལས་ཁུངས་སུ་ཉུང་མཐར་ཉིན་ ༡༨ སྔོན་གཏོང་དགོས། ཁ གྲོས་འཆར་དེ་བཞིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་དུ་འཛུགས་འོས་མིན་ཚོགས་གཙོ་སྤྱིལ་པོས་གནད་དོན་རྒྱུས་ལོན་བྱས་རྗེས་བཅའ་ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་གཞི་ཁག་འགལ་མིན་དགོངས་དཔྱད་ཀྱིས་ཐག་གཅོད་བྱ་རྒྱུ།	

		ག གྲོས་འཆར་དེ་རིགས་ཚད་ལྡན་ཡོང་བར་ག་ཤམ་གསལ་ཆ་རྐྱེན་ཁག་ཚང་དགོས། ༡ བོད་མིའི་རྩ་དོན་དང་ཁེ་ཕན་ལ་གནོད་པའི་ལས་དོན་གང་རུང་དང་། དངོས་ཤུགས་བརྒྱུད་གསུམ་ནས་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དན་རྟགས་ཡོད་པ་བཅས་སྐོར་ཡིན་པ། ༢ ལུས་སེམས་ཀྱི་གནས་བབས་རྐྱེན་པས་རང་འཁྲིའི་ལས་འགན་འགྲུབ་མ་ཐུབ་པའི་དོན་གནད་སྐོར་ཡིན་པ། ༣ སྐྱོན་འཛུགས་བྱ་རྒྱུའི་དོན་གནད་ཇི་ཡིན་ངེས་གསལ་ཡོད་པ། ༤ རྩོད་གླེང་དང་། ཚོད་དཔག ཟུར་ཟ། དམའ་འབེབས་ཀྱི་ཚིག་སྦྱོར་རིགས་མེད་པ། ང ཚོགས་གཙོས་གྲོས་འཆར་འདོན་མཁན་མིང་འབོད་སྐབས་རང་ཉིད་ཀྱིས་གྲོས་ཚོད་གྲོས་འཆར་འདོན་པ་ལས། གཏམ་བཤད་བྱེད་མི་ཆོག ཅ གྲོས་འཆར་བཏོན་རྗེས་གྲོས་གཞིར་ཚུད་མིན་ངོ་ཡོད་སྤྱི་འཐུས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་གྲུ་ཆ་ ༥༠ ལས་མ་ཉུང་བའི་གྲུབ་སྐྱོར་ཐོབ་དགོས། ཆ གྲོས་འཆར་ཚུད་ཟིན་རྗེས་སྐབས་དེར་བགྲོ་གླེང་མ་དགོས་པར་ ཚོགས་གཙོ་སྤྱིལ་པོས་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༥༤ དགོངས་དོན་ཚོགས་ཚུད་ཟུར་འཛུགས་ཀྱིས་རྟོགས་ཞིབ་བྱ་རྒྱུ།	

		ཇ གྲོས་འཆར་དང་ཚོགས་ཆུང་གི་སྣོན་ཐོ་གཉིས་ཚོགས་གཙོས་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་རྗེས་མར་བགྲོ་གླེང་བྱ་རྒྱུའི་དུས་ཚོད་ངོས་འཚམས་སྤྲོད་དེ་གྲོས་བསྡུར་བྱས་རྗེས་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༨༣ ནང་གསེས་ ༩ པ་ནང་གསལ་ལྟར་སྤྱི་འཐུས་རྩ་འཁོར་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་མོས་མཐུན་བྱུང་ན་དེ་ཉིན་ལས་འཁྲུར་ནས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་འཐུས།	
	མེད	**༥ དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་གི་སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཛིན་ལས་འཁྲུར་ནས་འཕོ་འགྱུར།**	**གསར་འཛུད**
	མེད	ཀ སྤྱི་འཐུས་སུ་ཞིག་གིས་དབུས་འོས་བསྡུ་ལས་ཁང་གི་སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཛིན་ལས་འཁྲུར་ནས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་དགོས་ཀྱི་གྲོས་འཆར་བཏོན་ཚེ་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་རྩ་འཁོར་བཞི་ཆ་གཅིག་ལས་མ་ཉུང་བས་མཚན་རྟགས་བཀོད་ནས་སྣོན་ཤོག་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་འདུ་མ་ཚོགས་གོང་ཚོགས་དྲུང་ལས་ཁུངས་སུ་ཉུང་མཐར་ཉིན་ ༧༩ སྔོན་གཏོང་དགོས། ཁ གྲོས་འཆར་དེ་བཞིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་དུ་འཇུག་འོས་མིན་ཚོགས་གཙོ་སློབ་པོས་གནད་དོན་རྒྱུས་ལོན་བྱས་རྗེས་བཅའ་ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་གཞི་ཁག་འགལ་མིན་དགོངས་དཔྱད་ཀྱིས་ཐག་གཅོད་བྱ་རྒྱུ།	**གསར་འཛུད**

		ག གྲོས་འཆར་དེ་རིགས་ཚད་ལྡན་ཡོང་བར་གཤམ་གསལ་ཆ་རྐྱེན་ཁག་ཚང་དགོས། ༡ བོད་མིའི་རྩ་དོན་དང་ཁེ་ཕན་ལ་གནོད་པའི་ལས་དོན་གང་རུང་དང་། དངོས་ཤུགས་རྒྱུད་གསུམ་ནས་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དན་རྟགས་ཡོད་པ་བཅས་སྐོར་ཡིན་པ། ༢ ལུས་སེམས་ཀྱི་གནས་བབས་རྐྱེན་པས་རང་འཁྲིའི་ལས་འགན་འགྲུབ་མ་ཐུབ་པའི་དོན་གནད་སྐོར་ཡིན་པ། ༣ སྐྱོན་འཛུགས་བྱ་རྒྱུའི་དོན་གནད་ཇི་ཡིན་ངེས་གསལ་ཡོད་པ། ༤ ཚོད་གླེང་དང་། ཚོད་དཔག ཟུར་ཟ། དམའ་འབེབས་ཀྱི་ཚིག་སྒྲོར་རིགས་མེད་པ། ང ཚོགས་གཙོས་གྲོས་འཆར་འདོན་མཁན་མིང་འབོད་སྐབས་རང་ཉིད་ཀྱིས་གྲོས་ཚོད་གྲོས་འཆར་འདོན་པ་ལས། གཏམ་བཤད་བྱེད་མི་ཆོག ཅ གྲོས་འཆར་བརྟོན་རྗེས་གྲོས་གཞིར་ཚུད་མིན་ངོ་ཡོད་སྤྱི་འཐུས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་ ༥༠ ལས་མ་ཉུང་བའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོབ་དགོས། ཆ གྲོས་འཆར་ཚུད་ཟིན་རྗེས་སྐབས་དེར་བགྲོ་གླེང་མ་དགོས་པར་ཚོགས་གཙོ་སྤྲེལ་པོས་ཚོགས་ཚུང་ཟུར་འཛུགས་ཀྱིས་རྟོགས་ཞིབ་བྱ་རྒྱུ།	

		ཇ གྲོས་འཆར་དང་ཚོགས་ཆུང་གི་སྣོན་ ཐོ་གཉིས་ཚོགས་གཙོས་གྲོས་ ཚོགས་ཚོགས་དུས་རྗེས་མར་བགྲོ་ གླེང་བྱ་རྒྱུའི་དུས་ཚོད་འོས་འཚམས་ སྒྲུབ་དེ་གྲོས་བསྒྱུར་བྱས་རྗེས་བཅའ་ ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༩༩ ནང་གསེས་ ༡ པོ་ནང་གསལ་ལྟར་སྤྱི་འཐུས་རྩ་ འབོར་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་ མོས་མཐུན་བྱུང་ན་དེ་ཉིན་ལས་ འཁྱུར་ནས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་ འཐུས།	
	མེད།	**༨ འདེམས་བསྐོ་ལྷན་ཁང་གི་ཚོགས་གཙོ་ དང་། ཚོགས་མི་ལས་འཁྱུར་ནས་འཕོ་ འགྱུར།**	**གསར་འཛུགས**
	མེད།	ཀ སྤྱི་འཐུས་སུ་ཞིག་གིས་འདེམས་བསྐོ་ལྷན་ ཁང་གི་ཚོགས་གཙོ་དང་། ཚོགས་མི་གང་ རུང་ངམ། ཆ་ཚང་ལས་འཁྱུར་ནས་འཕོ་ འགྱུར་གཏོང་དགོས་ཀྱི་གྲོས་འཆར་བཏོན་ ཚེ་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་རྩ་ འབོར་བཞི་ཆ་གཅིག་ལས་མ་ཉུང་བས་ མཚན་རྟགས་བཀོད་ནས་སྣོན་ཤོག་གྲོས་ ཚོགས་ཚོགས་འདུ་མ་ཚོགས་གོང་ཚོགས་ དྲུང་ལས་ཁུངས་སུ་ཉུང་མཐར་ཉིན་ ༡༠ སྔོན་གཏོང་དགོས། ཁ གྲོས་འཆར་དེ་བཞིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ ལས་རིམ་དུ་འཇུག་འོས་མིན་ཚོགས་ གཙོ་སྤྱིལ་པོས་གནད་དོན་རྒྱུས་ལོན་ བྱས་རྗེས་བཅའ་ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་ གཞི་ཁག་འགལ་མིན་དགོངས་དཔྱད་ ཀྱིས་ཐག་གཅོད་བྱ་རྒྱུ།	**གསར་འཛུགས**

		ག གྲོས་འཆར་དེ་རིགས་ཚད་ལྡན་ཡོང་བར་ག་ཤམ་གསལ་ཆ་རྐྱེན་ཁག་ཚང་དགོས། ༡ བོད་མིའི་རྩ་དོན་དང་ཁེ་ཕན་ལ་གནོད་པའི་ལས་དོན་གང་རུང་དང་། དངོས་ཤུགས་རྒྱུད་གསུམ་ནས་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དན་རྟགས་ཡོད་པ་བཅས་སྐྱོར་ཡིན་པ། ༢ ལུས་སེམས་ཀྱི་གནས་བབས་རྐྱེན་པས་རང་འཁྲིའི་ལས་འགན་འགྲུབ་མ་ཐུབ་པའི་དོན་གནད་སྐྱོར་ཡིན་པ། ༣ སྐྱོན་འཛུགས་བྱ་རྒྱུའི་དོན་གནད་ཇི་ཡིན་ངེས་གསལ་ཡོད་པ། ༤ རྩོད་གླེང་དང་། ཚོད་དཔག ཟུར་ཟ། དམའ་འབེབས་ཀྱི་ཚིག་སྦྱོར་རིགས་མེད་པ། ང ཚོགས་གཙོས་གྲོས་འཆར་འདོན་མཁན་མིང་འབོད་སྐབས་རང་ཉིད་ཀྱིས་གྲོས་ཚོད་གྲོས་འཆར་འདོན་པ་ལས། གཏམ་བཤད་བྱེད་མི་ཆོག ཅ གྲོས་འཆར་བཏོན་ཇེས་གྲོས་གཞིར་ཚུད་མིན་ངོ་ཡོད་སྤྱི་འཐུས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་ ༥༠ ལས་མ་ཉུང་བའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོབ་དགོས།	

		ཆ གྲོས་འཆར་ཚུད་ཟིན་རྗེས་སྐབས་ དེར་བགྲོ་གླེང་མ་དགོས་པར་ཚོགས་ གཙོ་སྤྲེལ་པོས་ཚོགས་ཆུང་ཟུར་ འཛུགས་ཀྱིས་རྟོགས་ཞིབ་བྱ་རྒྱུ། ཇ གྲོས་འཆར་དང་ཚོགས་ཆུང་གི་སྙན་ ཐོ་གཉིས་ཚོགས་གཙོས་གྲོས་ ཚོགས་ཚོགས་དུས་རྗེས་མར་བགྲོ་ གླེང་བྱ་རྒྱུའི་དུས་ཚོད་འོས་འཚམས་ སྤྲོད་དེ་གྲོས་བསྡུར་བྱས་རྗེས་བཅའ་ ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༡༠༥ ནང་གསེས་ ༢ པ་ནང་གསལ་ལྟར་སྤྱི་འཐུས་རྩ་ འབོར་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་ མོས་མཐུན་བྱུང་ན་དེ་ཉིན་ནས་ལས་ འཁུར་ནས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་ འཐུས།	
	མེད།	**༧ རྩིས་ཞིབ་སྤྱི་ཁྱབ་པ་ལས་འཁུར་ ནས་འཕོ་འགྱུར།**	**གསར་འཛུག**
	མེད།	ཀ སྤྱི་འཐུས་སུ་ཞིག་གིས་རྩིས་ཞིབ་སྤྱི་ ཁྱབ་པ་ལས་འཁུར་ནས་འཕོ་འགྱུར་ གཏོང་དགོས་ཀྱི་གྲོས་འཆར་བཏོན་ཚེ་ སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་ རྩ་འབོར་བཞི་ཆ་གཅིག་ལས་མ་ཉུང་ བས་མཚན་རྟགས་བཀོད་ནས་སྙན་ ཞོག་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་འདུ་མ་ ཚོགས་གོང་ཚོགས་དྲུང་ལས་ཁུངས་ སུ་ཉུང་མཐར་ཉིན་ ༡༨ སྔོན་གཏོང་ དགོས།	**གསར་འཛུག**

		ཁ གྲོས་འཆར་དེ་བཞིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ ལས་རིམ་དུ་འཇུག་འོས་མིན་ཚོགས་ གཙོ་སྤྲེལ་པོས་གནད་དོན་རྒྱས་ལོན་ བྱས་རྗེས་བཅའ་ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་ གཞི་ཁག་འགལ་མིན་དགོངས་དཔྱད་ ཀྱིས་ཐག་གཅོད་བྱ་རྒྱུ། ག གྲོས་འཆར་དེ་རིགས་ཚད་ལྡན་ཡོང་ བར་ག་ཤམ་གསལ་ཆ་རྐྱེན་ཁག་ཚང་ དགོས། ༡ བོད་མིའི་རྩ་དོན་དང་ཁེ་ཕན་ལ་གནོད་ པའི་ལས་དོན་གང་རུང་དང་། དངོས་ ཤུགས་རྒྱུད་གསུམ་ནས་འབྲེལ་བ་ ཡོད་པའི་དན་རྟགས་ཡོད་པ་བཅས་ སྐོར་ཡིན་པ། ༢ ལུས་སེམས་ཀྱི་གནས་བབས་རྐྱེན་ པས་རང་འཁྲིའི་ལས་འགན་འགྲུབ་མ་ ཐུབ་པའི་དོན་གནད་སྐོར་ཡིན་པ། ༣ སྐྱོན་འཛུགས་བྱ་རྒྱུའི་དོན་གནད་ཇི་ ཡིན་ངེས་གསལ་ཡོད་པ། ༤ རྩོད་གླེང་དང་། ཚོད་དཔག ཟུར་ཟ། དམའ་འབེབས་ཀྱི་ཚིག་སྦྱོར་རིགས་ མེད་པ། ང ཚོགས་གཙོས་གྲོས་འཆར་འདོན་ མཁན་མིང་འབོད་སྐབས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ གྲོས་ཚོད་གྲོས་འཆར་འདོན་པ་ལས། གཏམ་བཤད་བྱེད་མི་ཆོག	

		ཅ གྲོས་འཆར་བཏོན་རྗེས་གྲོས་གཞིར་ཚུད་མིན་ངོ་ཡོད་སྤྱི་འཐུས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ ལས་མ་ཉུང་བའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོབ་དགོས། ཆ གྲོས་འཆར་ཚུད་ཟིན་རྗེས་སྐབས་དེར་བགྲོ་གླེང་མ་དགོས་པར་ཚོགས་གཙོ་སྤྲེལ་པོས་ཚོགས་ཚུད་ཟུར་འཛུགས་ཀྱིས་རྟོགས་ཞིབ་བྱ་རྒྱུ། ཇ གྲོས་འཆར་དང་ཚོགས་ཚུད་གི་སྔོན་ཐོ་གཉིས་ཚོགས་གཙོས་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་རྗེས་མར་བགྲོ་གླེང་བྱ་རྒྱུའི་དུས་ཚོད་འོས་འཚམས་སྤྲོད་དེ་གྲོས་བསྡུར་བྱས་རྗེས་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༡༡༠ ནང་གསལ་ལྟར་སྤྱི་འཐུས་རྩ་འབོར་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་མོས་མཐུན་བྱུང་ན་དེ་ཉིད་ལས་འཁྱུར་ནས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་འཐུས།	
དོན་ཚན་དོན་དྲུག་པ།	**ཚོགས་གཙོ་དང་ཚོགས་གཙོ་གཞོན་པ་ཕྱིར་འཐེན་བྱ་རྒྱུའི་གྲོས་འཆར་ལ་ཐག་གཅོད།**	**ཚོགས་གཙོ་དང་ཚོགས་གཙོ་གཞོན་པ་ཕྱིར་འཐེན་བྱ་རྒྱུའི་གྲོས་འཆར་ལ་ཐག་གཅོད།**	དོན་ཚན་འདིའི་འགོ་བརྗོད་ཙམ་ལས་ནང་དོན་ཁག་གོང་གསལ་དོན་ཚན་ ༢༥ པའི་ནང་བླ་སྒྲིལ་བྱས་ཟིན་པས། ཚིག་བརྗོད་སྙིང་པ་བསྐྱར་འགོད་བྱས་མེད།

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

ཁྲིམས་འཆར་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་མཁན་ཚོགས་ཚུད་གི་དྲུང་ཆེ་སྤྱི་འཐུས་ཀརྨ་དགེ་ལེགས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཀརྨ་དགེ་ལེགས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༡ བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་འཕོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་འཆར་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཞུ་ཡི་ཡོད།

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

ཁྲིམས་འཆར་དེ་ཚུད་པ་ལ་དགག་བྱ། མེད་པ་སོང་ཅང་འདི་ཚུད་པ་ཡིན། འདིའི་ཐོག་གི་བརྗོད་པ་དང་པོའི་ཐོག་ལ་སྤྱི་འཐུས་ཟླ་བ་ཕུན་སྐྱིད་ལགས། སྤྱི་འཐུས་ཀརྨ་དགེ་ལེགས་ལགས་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་ཀརྨ་དགེ་ལེགས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འདི་ཚོགས་དུས་སྔོན་མའི་ནང་ལ་བརྗོད་པ་དང་པོ་ཟིན་པ་རེད། ཟིན་བྱུས་ནས་འདི་འཕྲལ་དུ་གང་ལྟར་ཚོགས་ཚུད་ལ་གཏོང་དགོས་པ་ཆགས་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ད་ལྟའི་འདིའི་ཆར་བརྗོད་པ་གཉིས་པའི་ཐོག་ལ་ཕེབས་དགོས་མེད་འགྲོ་བསམ་གྱི་འདུག ཐད་ཀར་བརྗོད་པ་གཉིས་པའི་ཐོག་ལ་ཕེབས་དགོས་མེད་འགྲོ་བསམ་གྱིས་ཡོད།

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

བརྗོད་པ་དང་པོ་མ་བྱེད་རང་བྱེད་ཆགས་ཀྱི་རེད། ཚིག་བརྗོད་མང་བ་དེ་གསར་པ་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད་པས། དེ་ཡིན་དུས་འདི་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག སྤྱི་འཐུས་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཕྱག་རྐྱོང་གི་འདུག གང་མདོར་བསྡུས་གསུང་རོགས་གནང་། སྤྱི་འཐུས་ཟླ་བ་ཕུན་སྐྱིད་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཟླ་བ་ཕུན་སྐྱིད་ལགས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བརྗོད་པ་དང་པོའི་ཐོག་ལ་རེད། ད་ལྟ་འདི་ཚོགས་ཚུད་གི་དྲི་བ་བསྐྱལ་ཡས་འདི་ཚོགས་ཚུད་གིས་འདི་བསྟུམ་པ་དེ། སྔོན་མ་ཚོགས་ཚུད་མེད་པ་ནང་བཞིན་ཞིག་བསྟུམས་བཞག སྔོན་མ་ནས་ཚོགས་ཚུད་མེད་པའི་གནས་སྟངས་ནི་ངས་མིན་པ་འདི་མཁྱེན་གྱི་ནི་ཡོད་པ་བསམ་པ་དྲན་གྱི་འདུག ལས་བསྒོམས་གནང་སྟངས་དང་དེ་དག་ཚང་མ་ལ་གཟིགས་པ་ཡིན་ན། དེ་སྔོན་ཚོགས་ཚུད་ཁྲོན་ནས་མེད་པ་ཞིག་ལ་ད་ལྟ་ཚོགས་ཚུད་གསར་པ་ཞིག་བསླེབས་ནས་དེས་ཆ་ཚང་ཡར་བསྟུམས་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་འདུག བྱས་ཙང་དེའི་ཕྱག་ལས་གནང་ཕྱོགས་དང་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་ཏག་ཏག་ཅིག་བསྟད་ཀྱི་མི་འདུག་ལ། གཉིས་པ་དེ་ལ་བསྟད་ཀྱི་ཨ་ཡོད་དམ་ཞེས་དྲི་བ་བཟོས་ན་མ་གཏོགས། ཡང་འདི་བརྗོད་པ་དང་པོ་སོང་ཅང་། ཏོ་འདི་བྱུས།

དེ་ནས་གཉིས་པ་དེ་ལ་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་འཕོ་འགྱུར་གྱི་སྐོར་ལ་ད་ལྟ་གནས་ཚུལ་བཀོད་པ་དེར་གྲང་སངས་གཏང་ན་གང་འདྲ་ཡོད་དམ། བཏང་བཞག་ན་འོས་པ་མི་འདུག་གམ། གང་ཡིན་ཟེར་ན་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་བསྐོས་ནི་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། འཕོ་འགྱུར་གཏོང་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོ་བྲེལ་བ་ག་རེ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་དྲི་བ་ཡིན།

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

ལགས་འོང་། དེ་རིང་བརྗོད་པ་དང་པོ་ཞིག་འགྲོ། དེ་ནས་འདིའི་རྗེས་ལ་ ཡང་གྲང་སངས་གཏོང་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ན། སྐབས་དེ་དུས་བལྟ་ཡས་ཡིན། རེད་པས། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ཨ་ཀྱུག་ཚེ་བརྟན་ལགས།

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

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་བརྗོད་པ་དང་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ད་གིན་དེ་དང་གཅིག་འདྲ་པོ་འདྲ་པོ་ཆགས་སོང་། ག་རེ་རེད་ལབ་ན། དེའི་སྔོན་ལ་ཚོགས་ཆུང་གིས་བསྐྱར་བཅོས་ཤིག་འཁྱེར་ཡོད་རེད། ད་ལྟ་འདིས་ངས་བསྐྱར་བཅོས་ལ་བཟོ་བཅོས་འདྲ་པོ་ཞིག་འཁྱེར་ཡོང་གི་རེད་བསམས་སོང་སྟེ། བསྐྱར་བཅོས་དེ་ཅི་ཡང་མེད་པ་བྱས། ཁ་ཐུག་ལ་དེ་འདྲ་མེད་པ་བྱས། ད་ལྟ་ཚོགས་ཆུང་གིས་དེ་རྩིས་མེད་རང་བཏང་ནས་གཅིག་འཁྱེར་བཞག དེ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་འཁྱེར་ཡོང་ཡིན་བྱས་ནས་དྲི་བ་གཅིག་ཡིན། དེ་ནས་ངའི་དྲི་བ་གཉིས་པ་དེ་ལ་འདྲ་པོ་འདྲ་པོ་རེད་བཞག ཡ་གིར་དོན་ཚན་དོན་ལྔ་པ་མར་ཡོང་དུས་སྐབས་ལ་ད་ལྟ་སྲིད་སྐྱོང་དང་བཀའ་བློན་བྱེ་བྲག་པའམ། བཀའ་བློན་ཡོངས་རྫོགས་ལས་འཁྱུར་ནས་འཛོ་འགྱུར་བྱེར་ཡས་དེའི་ཀ་པ་དེའི་ནང་ལོགས་ལ་བཀའ་ཤག་ཡོངས་རྫོགས་ལས་འཁྱུར་ནས་འཛོ་འགྱུར་བྱེར་ནས་བཀའ་ཤག་འཛོ་འགྱུར་གཏོང་ཡས་ཀྱི་ཆ་རྐྱེན་ཞིག་འདིའི་ནང་ལ་གསུངས་བཞག ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། འོག་གི་གྲོས་ཆོད་དེ་འདྲའི་རིགས་ལ་ཆ་རྐྱེན་ཞིག་བཞག་འདུག ཆ་རྐྱེན་དེའི་ནང་ལོགས་ལ་གྲོས་ཆོད་འདི་བཞག་པ་ལ་ཆ་རྐྱེན་དེ་ཚང་དགོས་རེད་བྱེར་བ་ཚང་དགོས་རེད་བྱེར་བའི་གཞིམ་གསལ་ཆ་རྐྱེན་དང་པོ་དེའི་ནང་ལོགས་ལ་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༣༡ པ་དང་། ༣༡ པ་ནང་གསལ་ལྟར་སྲིད་སྐྱོང་དང་། བཀའ་བློན་གྱི་འོས་ཚོས་གང་རུང་མ་ཚང་བ་འགྱུར་བ་བྱེར་བ་འདི་བཞག་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་དེའི་ཐོག་ལ་ངའི་དྲི་བ་ག་རེ་ཡོད་བྱེར་ན། བཀའ་བློན་ཡིན་ནའང་འདྲ། སྲིད་སྐྱོང་ཡིན་ནའང་འདྲ། བཀའ་ཤག་ཡོངས་རྫོགས་འཛོ་འགྱུར་གཏོང་བ་ལ་ངེས་པར་དུ་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༣༡ པའི་དོན་ཚན་གང་རུང་དང་འགལ་བ་མ་གཏོགས། གཞན་དག་ཅིག་འཛོ་འགྱུར་གཏོང་ཡས་ཀྱི་ལམ་ཀ་མེད་རེད་དམ། བཀའ་ཤག་ལ་དེ་ཡི་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༣༡ པའི་ད་ནང་དོན་ནང་བཞིན་ཞིག་འཛོ་འགྱུར་གཏོང་ཡས་ཀྱི་དེ་འདྲའི་ཆ་རྐྱེན་ཞིག་ཡོད་རེད་དམ། དེ་གཉིས་འདི་དྲི་བ་ཡིན།

དེའི་རྗེས་ལ་དེ་ནས་སྤྱི་འཐུས་བྱེ་བྲག་པ་འཛོ་འགྱུར་དེ་ལ་ཡང་དེ་ག་རང་རེད་བཞག མདོར་བསྡུས་ན་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་འོས་ཚོས་གང་རུང་མ་ཚང་བ་ཆགས་པ་དེ་ལ་མ་གཏོགས། དེ་ལས་གཞན་པ་ལ་འཛོ་འགྱུར་གཏོང་ཡས་ཀྱི་ལམ་ཀ་མེད་པ་འདྲ་པོ། སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་འོས་ཚོས་མ་ཚང་ན་རང་བཞིན་གྱིས་འཛོ་འགྱུར་ཆགས་ཚར་རེད་མ་གཏོགས། དེ་ང་ཚོས་འཛོ་འགྱུར་གཏོང་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་མ་རེད་བསམ་བསམ་འདྲ་ཞིག་འདུག དེ་དྲི་བ་ཡིན།

དེ་ནས་འདིའི་རྗེས་ལ་ད་ལྟ་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་དེ་ཚོ་རེད། ཁྲིམས་ཞིབ་པ་འཛོ་འགྱུར་གཏོང་ཡས་ཀྱི་ཆ་རྐྱེན་ཞིག་བཞག་ནས་དེ་འདྲའི་གྲོས་ཆོད་དེ་ལ་ཆ་རྐྱེན་འདི་ཚང་དགོས་རེད་བྱེར་བསྟད་རེད། གྲོས་ཆོད་དེ་རིགས་ཚད་ལྡན་ཡོང་བར་གཞིམ་གསལ་ཆ་རྐྱེན་ཁག་ཚང་དགོས་ལབ་རེད། གཞིམ་གསལ་ཆ་རྐྱེན་ཁག་བྱེར་བ་དེ་ལ་ཆ་རྐྱེན་ཁ་ཤས་ཤིག་ཡོད་རེད། དེའི་ནང་ནས་ཆ་རྐྱེན་དང་པོ། བོད་མིའི་རྩ་དོན་དང་ཁེ་ཕན་ལ་གནོད་པའི་ལས་དོན་གང་རུང་དང་། དངོས་ཤུགས་བརྒྱུད་གསུམ་ནས་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དྲན་རྟགས་ཡོད་པ་བཅས་ཀྱི་སྐོར་བྱེར་བ་ཞིག་འདུག ཆ་རྐྱེན་གཉིས་པ། ལུས་སེམས་ཀྱི་གནས་བབས་རྐྱེན་པས་རང་འཁྲིའི་ལས་འགན་འགྲུབ་མ་ཐུབ་པའི་དོན་གནད་སྐོར་ཡིན་པ་བྱེར་བ་ཞིག་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་འདིའི་ཆ་རྐྱེན་

གཉིས་ཀ་ཆང་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་དྷ་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ཞིག་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་བ་ལ་ငེས་པར་དུ་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀྱི་སྟེང་ནས་རང་འཁྲིའི་ལས་འགན་འགྲུབ་མ་ཐུབ་པ་ཞིག་མ་ཆང་བ་ཡིན་ན། འཕོ་བའི་ལམ་ཀ་མེད་པ་ཞིག་དེ་འདྲ་ཆགས་བསྡད་བཞག དེའི་གནས་སྟངས་གང་འདྲ་ཆགས་ཡོད་རེད་ཟེར། དེ་ནང་བཞིན་དཔྱ་རང་དབང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཚན་གསུམ་ལ་དེ་དང་གཅིག་པ་འདྲ་པོ་ཆགས་བསྡད་བཞག དེའི་སྐོར་ལ་དྲི་བ་ཞུ་ཡས་ཡིན།

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

ཚོགས་ཆུང་གི་ཚོགས་མི་ཚོས་དྲི་བ་དེ་ཚོ་མཚན་ཐོ་སྐྱོན་རོགས་གནང་། དེ་ནས་ང་ཚོས་དུས་ཚོད་ཅིག་ལ་གོ་སྐབས་འབུལ་གྱི་ཡིན་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་གསེར་ཧྲ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་གསེར་ཧྲ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་ང་ཚོའི་ཆེད་འཛུགས་ཚོགས་ཆུང་གིས་ངོས་ནས་དཀའ་ལས་མང་པོ་ཞིག་བརྒྱབ། དེ་ནས་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་འདིའི་ནང་ལ་བསྡམས་ནས་འཁྱེར་བཞག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྐབས་ཐོབ་པོའི་ནང་ལ་གསལ་པོ་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དེ་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞུ་ཡས་ཡིན། དོན་དག་གཙོ་བོ་དེ་གོང་དུ་གསུངས་བསྡད་མཁན་ཁ་ཤས་ཀྱི་ཐོག་ལ་གསུངས་པ་དེ་དང་གཅིག་པ་བྱས་ནས་བསྐྱར་ཟློས་བྱེད་ཀྱི་མེད། ག་རེ་བྱེད་ནས་ལབ་ན། དགེན་གོང་དུ་ཚོགས་ཆུང་གི་ཚོགས་མི་ཞིག་གིས་གསལ་བཤད་བྱས་པ་ནང་བཞིན་གྱིས་སྔོན་མ་དེའི་བརྗོད་པ་དང་པོ་ཟེན་པ་རེད། བརྗོད་པ་དང་པོ་ཟེན་ཆར་བའི་ཡིག་ཆ་ཞིག ད་འདི་ནང་ཕྱིན་ནས་མ་འཁྱེར་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་མ་རེད། ག་རེ་བྱས་ནས་ལབ་དུས་ཕོ་རང་འགྲོ་སྟངས་ཀྱི་ཁྲིམས་འཆར་འཁྱེར་སྟངས་ཀྱིས། དེ་ཡིན་དུས་འདི་ལ་སྤྱིར་བཏང་གི་རྒྱ་བའི་ཚོགས་ཆུང་གི་ཡིག་ཆ་དེ། བཟོ་བཅོས་ཚིག་བརྗོད་ཀྱི་སྒོ་ནས་འཁྱེར་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། བྱས་ཙང་དེ་མ་གཏོགས་ཁ་སང་སྔོན་མ་བརྗོད་པ་དང་པོ་ཟེན་ནས་ཕོ་སྤྱི་མོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཟེན། དེ་ནས་བརྗོད་པ་དང་པོ་ཟེན་ཆར་བའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཡིན་དུས་དེ་ཡོད་དགོས་པ་དེ་གནད་འགག་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། འདིའི་ནང་འགྱུར་བ་མང་པོ་ཡོད་པ་དེ་ཚོའི་སྐོར་ལ་གལ་ཞུ་ཡི་མེད། གནད་འགག་ཅིག་འདུག འདི་གཅིག་རེད།

དེ་ནས་གཉིས་པ་དེ་ལ། དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་རྒྱ་བའི་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་ཡས་མང་པོ་ཞིག་རེད་བཞག ངས་ཚོགས་ཆུང་ལ་དོགས་འདྲི་ཞུ་ཡས་ཤིག་དེ་དཔེ་བཞག་ན། བཀའ་ཤག་འཕོ་འགྱུར་རེད། བཀའ་ཤག་འཕོ་འགྱུར་ཤོག་གྲངས་ ༣ པའི་ནང་གི་དོན་ཚན་ཉ་པ་དེ་རེད། ང་བདག་གིས་གསལ་བཤད་ཇེས་བགྲོ་གླེང་མ་དགོས་པར་གྲོས་འཆར་ཐོག་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༢༩ ནང་གསེས་ ༣ པའི་ཀ་པ་ནང་གསལ་ལྟར་སྤྱི་འཐུས་རྒྱ་འབོར་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་མོས་མཐུན་བྱུང་ན་དེ་ཉིན་ལས་འཁུར་ནས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་འཐུས་ཟེར་ནས་ལབ་ཡོད་རེད། དེ་བཀའ་ཤག་དང་སྲིད་སྐྱོང་གི་རེད། ཡིན་ནའང་། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནང་ལོགས་ལ་ག་རེ་ཡོད་རེད་ལབ་དུས་དོན་ཚན་ ༢༩ པའི་ནང་གསེས་ ༦ པ་ལ་བཀའ་ཤག་གི་ཡུན་ཚད་རྫོགས་མཚམས་སྲིད་སྐྱོང་གསར་པའི་དམ་འབུལ་མ་ཟིན་པར་རྙིང་པས་ལས་འཁུར་རྒྱུན་སྐྱོང་བྱེད་དགོས། དོན་ཚན་འདིའི་ནང་གསེས་ ༣ པ་དང་ ༩ པ་བཅས་ཀྱི་འོག་བཀའ་བློན་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་འཕོ་འགྱུར་བྱུང་ཚེ་དེས་འཕྲལ་དུ་ལས་འཁུར་མཚམས་འཇོག་བྱེད་དགོས། བཀའ་བློན་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ཡིན་ན་འཕྲལ་དུ་ལས་འཁུར་མཚམས་འཇོག

བྱེད་དགོས། ཡིན་ནའང་བཀའ་ཤག་ཆ་ཚང་འཕོ་འགྱུར་བྱུང་ཚེ་སྲིད་སྐྱོང་གསར་པའི་དམ་འབྱུལ་མ་ཐེན་བར་རྟིང་པས་ལས་འཁུར་རྒྱུན་སྐྱོང་བྱེད་དགོས་ལབ་རེད། དེ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་བཀའ་ཤག་ཆ་ཚང་འཕོ་འགྱུར་བཏང་བ་ཡིན་པ་ཡིན་ན། བཀའ་ཤག་གསར་པས་དམ་འབྱུལ་མ་ཐུབ་ཀྱི་བར་དུ་ལས་འཁུར་རྒྱུན་སྐྱོང་བྱེད་དགོས་རེད་མ་གཏོགས། དེའི་ཉི་མ་ནས་ཁོ་འགྲོ་བཞག་པའི་གནས་སྟངས་ཤིག་ཡོད་མ་རེད། བྱས་ཙང་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་འདི་ཁྲིམ་ཚད་དང་རྒྱུ་མཚན་གྱི་ཐོག་ནས་གང་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ནམ་ཟེར་བ་གཅིག་འདི་ཡིན། ད་མང་པོ་ཞིག་ཞུ་དང་མ་ཞུ་མི་འདུག ཡིན་ནའང་། འདིའི་ནང་ལ་གཙོ་བོ་དེ་ཚིག་སྦྱོར་གྱི་ཐོག་ནས་ཁ་ཤས་གོ་ཐུབ་དང་མི་ཐུབ་ཀྱི་གནས་སྟངས་གང་ལ་གང་འཚམ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག དེ་ག་ནང་བཞིན་དེ་ལ་ཡི་གེའི་དག་ཆའི་ཐོག་ནས་གནས་སྟངས་ཁ་ཤས་ཤིག་འདུག བྱས་ཙང་དེ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་གཙོ་བོ་དེ་གནད་འགག་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཚོགས་ཚུང་ལ་དོགས་འདྲི་ཞུ་ཡས་གཅིག་དེ། ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ལ་ཚོགས་ཚུང་འཛུགས་ཡས་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཟླ་བ་དྲུག་གི་རྗེས་ལ་གང་ལྟར་རྒྱུན་གཏན་ཡིན་པ་ཡིན་ན། ཟླ་བ་དྲུག་གི་རྗེས་ཀྱི་ཚོགས་འདུ་རྗེས་མ་དེ་ལ་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་ཡས་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཤིག་རེད། དེ་ལས་དོན་གྱི་ཐོག་ནས་ཨོ་རྫི་ཡིན་འགྲོ ཡིན་ནའང་རང་དབང་ཅན་གྱི་སྤྱི་ཚན་གསུམ་དེ་ཡི་འཕོ་འགྱུར་དེ་ཡང་དེ་ག་རང་ཟླ་བ་དྲུག་གི་རྗེས་ལ་དང་པོ་སྤྱི་འཐུས་སྔེར་གྱི་གྲོས་ཚོགས་འཁྱེར། འཁྱེར་ཚར་བའི་རྗེས་ལ་སྤྱི་འཐུས་བཙུ་ཐམ་པའི་མཚན་སྦྱོར། འདིའི་ནང་ལ་ ༡༡ རེད། ༡༡ གིས་མཚན་རྟགས་བརྒྱབ་ནས་འཁྱེར་ཡོང་བའི་སྐབས་ལ་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་ཚུད། གྲོས་ཚོགས་ལ་ཚུད་པའི་རྗེས་ལ་ཆེད་འཛུགས་ཚོགས་ཚུང་འཛུགས་ཡས་བྱས། ཆེད་བཙུགས་ཀྱི་སྟན་ཐོ་ཟླ་བ་དྲུག་རྗེས་ལ་བསླེབ་ཀྱི་རེད། བྱས་ཙང་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་འོས་བསྡུ་ཆེན་མོ་འགོ་བཙུགས་པའི་སྐབས་ལ་འོས་བསྡུའི་འགན་འཛིན་གྱིས་ཡག་པོ་མ་བྱས་པའི་གནས་སྟངས། དྲང་པོ་མ་བྱས་པའི་གནས་སྟངས་བྱུང་བ་ཡིན་པ་ཡིན་ན། འདི་འཐྲལ་དུ་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་དགོས་པའི་གནད་འགག་ཡོད་རེད། དེ་མ་གཏོགས་ཡང་འདི་ཟླ་བ་དྲུག་གི་རྗེས་ལ་བསྐྱར་དུ་ཡོང་ཡས་བྱས་ནས་དེ་འདྲའི་གནས་སྟངས་བྱས་བསྡད་ན། ང་ཚོའི་ལས་དོན་གྱི་ཐོག་ལའང་འཐུས་ཤོར་འགྲོ་བ་དང་། ལས་དོན་མང་པོ་ཞིག་འགྲོ་མ་ཐུབ་པའི་གནས་སྟངས་ཡོང་གི་མ་རེད་དམ། བྱས་ཙང་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་རྩ་བའི་ཞུ་ཡས་དེ། བྱུང་ན་དེས་ང་ཚོའི་ཚོགས་འདུའི་འགྲོ་ལུགས་དང་། ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་དོན་ཚན་ ༤༡ པ་ཁྲིམས་སྒྲིག་བསྐྱར་སློག་གི་ནང་ནས་བསྐྱར་དུ་ཚོགས་ཚུང་ལ་གཏོང་རྒྱུ་ཞིག་བྱས་ན་མ་གཏོགས། ང་ཚོའི་དུས་ཚོད་ཚང་མའི་ཐོག་ནས་ཆགས་ཚུད་པོ་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོང་ས་མ་རེད་བསམས་ནས་ངས་དེའི་དོགས་འདྲི་འདི་ཞུ་ཡས་ཡིན།

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

སྤྱི་འཐུས་ཟླ་བ་ཕུན་སྐྱིད་ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་ཟླ་བ་ཕུན་སྐྱིད་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་ང་ཚོ་འདི་ལ་འགྲོ་བ་དེ་བརྗོད་པ་དང་པོའི་ཐོག་ལ་ཚོགས་གཙོས་བཀའ་གནང་བ་ནང་བཞིན་འདུག་སེ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། ཚོགས་ཚུང་གི་ཐོག་ནས་དེ་བརྗོད་པ་གཉིས་པ་ཡིན་བྱས་རྗེས་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་རེད། བརྗོད་པ་དང་པོ་རེད། གཉིས་པ་རེད། ད་ལྟ་གསལ་པོ་ཞིག་ཚོགས་གཙོའི་ཐོག་ནས་བཀའ་ཞིག་གནང་བ་ཡིན་ན། དེ་ལ་དཔག་པའི་ཚ་ཤས་ལེན་རྒྱུར་ཁྱད་པར་འགྲོ་ཡི་འདུག་ཞུ་ཡི་ཡིན།

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

ད་ལྟ་བརྗོད་པ་དང་པོ་རང་གི་ཐོག་ལ་ཕེབས་བསྡད་ཡོད། བརྗོད་པ་དང་པོ་རང་གི་ཐོག་ལ་ཕེབས་བསྡད་ཡོད། དེ་ད་ལྟ་འགྲོ་སྟངས་ཤིག་དེ་ཚིག་བརྗོད་གསར་པ་མང་པོ་ཡོད་ན། ཡང་བརྗོད་པ་དང་པོ་དེ་ཏག་ཏག་མ་བྱུང་ན་ཏག་ཏག་བསྡད་ཀྱི་མི་འདུག་ད་གིན་ཙ་བའི་འདྲ་ཡིན་ན། ང་ཚོ་བརྗོད་པ་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་མཉམ་དུ་བསླེབས་བསྡད་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་འགྲོ་སྟངས་ཤིག་གི་ཐོག་ནས་བརྗོད་པ་དང་པོ་རང་གི་ཐོག་ལ་ཕེབས་ཡས་ཆགས་བསྡད་ཡོད་ཞུ་ཡས་ཡིན། དེ་ཡང་བསྐྱར་དུ་ཆེད་འཛུགས་ཚོགས་ཆུང་ལ་གཏོང་དགོས་ཡས་པ་དེ་འདྲའི་དགོངས་ཚུལ་ཡོང་གི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་དེ་ཚོའི་གྲུས་བསམ་ཚུལ་མང་བ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ན་དེ་ག་རང་ང་ཚོས་ཞུ་ཡི་ཡིན་ཞེས་ཞུ་ཡས་ཡིན། རེད་ལྟ། ད་ལྟ་འདིར་དྲི་བ་ཁ་ཤས་ཤིག་བསླེབས་སོང་། ཡང་བསྐྱར་དུ་དྲི་བ་ཡང་སེ་ཡང་སེ་མ་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་ད་ལྟ་ཚོགས་ཆུང་ལ་གོ་སྐབས་ཤིག་འབུལ་ཡས་ཡིན། ཚོགས་ཆུང་གི་ཚོགས་གཙོ་སྐྱི་འབུམ་རྡོ་རྗེ་ཚེ་བརྟན་ལགས།

སྐྱི་འབུམ་རྡོ་རྗེ་ཚེ་བརྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཚོགས་ཆུང་གི་སྐན་ཐོ་ནང་ལོགས་བཀོད་པ་གཞིར་བཟུང་ལས་དོན་འགོ་འཛུགས་པ་དང་དེ་སྔ་ཚོགས་ཆུང་གིས་ཕྱག་ལས་གནང་ཕྱོགས་ཡིག་ཆ་དང་དེ་ལ་འཕོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་རྒྱ་བ་གཉེར་ཡིག་ཆ་ཁག་དེ་ཚོ་ཆ་ཚང་བལྟ་ཡས་བྱུང་བ་དེ་ལས་བསྡོམས་ནང་ལ་བཀོད་ཡོད། ཕལ་ཆེར་ཕྱག་སྦྲེལ་སྐྱི་འབུམ་ཚང་མས་གཟིགས་ཡོད་པའི་རེ་བ་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེ་དང་མཉམ་དུ་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་ང་རང་ཚོའི་བཀོད་ཁྲབ་ཡི་གེའི་ཐོག་ལ་གོང་གསལ་སྒྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཐོག་དཔྱད་ཞིབ་ནན་ཏན་གྱིས་སྒྲིག་གཞི་དེ་རང་ངམ་ནང་དོན་དེར་བསྟུན་གྱི་སྒྲིག་གཞི་ཞིག་ཟུར་དུ་གསར་བཟོ་དགོས་མིན་གང་དགེའི་སྐད་སྐྱི་འབུམ་གསུམ་ལས་གྲུབ་པའི་ཚོགས་ཆུང་ཞེས་ལབ་དུས་ང་རང་ཚོས་དེ་གཞིར་བཟུང་ལས་ཀ་བྱས་པ་རེད། སྤྱིར་བཏང་ད་ལྟ་ང་རང་ཚོའི་འདིར་བཀོད་བཞག་པའི་ཚིག་སྒྲོར་གཞི་རྟེན་དེ། དེ་སྔའི་ཚོགས་ཆུང་ལ་བཞག་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གི་ངོས་ནས་ཡང་སྒྲིག་གཞིའི་ཐོག་ནས་འཁྲེར་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དེ་སྔ་ཚོགས་ཆུང་གི་ག་རེ་རེད། ད་ལྟ་ཚོགས་ཆུང་གི་ག་རེ་རེད། འདི་ཡང་གྲོས་ཚོགས་འཐུས་མིས་ཐུགས་ཐག་གཅོད་རྒྱུ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོང་གི་ཡོད་ན། གལ་སྲིད་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་དགོངས་པ་ཡིན་ན། འདི་བྱེད་ན་མ་འགྲིག་པ་མི་འདུག་ཞུ་ཡས་ཡིན།

དེ་ནང་བཞིན་ད་ལྟ་ཕྱག་སྦྲེལ་སྐྱི་འབུམ་ཀྱིས་བསམ་ཚུལ་ཕེབས་སོང་། ཚོགས་ཆུང་གི་སྐན་ཐོ་ནང་ལ་བཀོད་པ་ནང་བཞིན་འཕོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་དོན་དེ་དཔེ་མ་སྲིད་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། ད་ལྟ་ང་ཚོར་དཀའ་ངལ་འཕྲད་བསྡད་པའི་གནས་སྟངས་མང་པོ་ཞིག་སྒྲིག་གཞི་ཁ་གསལ་མེད་པ་དང་། གནས་སྟངས་མང་པོ་ཞིག་ལོག་ལ་ཡིན་དུས་ང་ཚོས་དེའི་ཐོག་ལ་ཞིབ་ཚགས་བལྟ་ཡས་ཀྱི་འབད་བརྩོན་བྱས་པ་ཡིན། ཞིབ་ཚགས་བལྟས་པ་དང་མཉམ་དུ་ཡང་ཆ་རྐྱེན་ཡང་གང་ལ་གང་འཚམ་གང་འདྲ་རེད་བཞག་བལྟས་ནས་བླུག་ཡས་འབད་བརྩོན་བྱས་པ་ཡིན། དེ་བླུགས་ན་དེ་ནང་བཞིན་དྲི་བ་མང་བ་ཏན་ཏན་ཡོང་གི་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་དུས་ཚོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལས་དོན་གྱི་ཐོག་ནས་ཀྱང་དུས་ཚོད་ཡོད་དང་མེད། དེའི་ཐོག་ནས་ཀྱང་སྐྱི་འབུམ་མང་བའི་བསམ་ཚུལ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཕེབས་པ་ཡིན་ན། ཚོགས་ཆུང་གི་དེ་ལ་

དགག་པ་ཞུ་ཡི་མེད། དེ་དང་མཉམ་དུ་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་འདི་ལ་དྲི་བ་ཕེབས་ཙང་། ངས་ལན་འདི་ཞུ་ཚོག་པ་གྱིས། ཡང་ཚོགས་ཆུང་གི་ཚོགས་མི་གཞན་གྱིས་དེའི་ཐོག་ལ་ལན་འདེབས་ཡོད་ན་གསུང་རོགས་གནང་ཞུ་ཡས་ཡིན།

ད་ལྟ་དྲི་བ་གཅིག་འདི། སྲིད་སྐྱོང་གི་འཕོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཆ་རྐྱེན་འཁོད་ཡོད་རེད་པ། དེའི་ཐོག་ལ་དྲི་བ་ཕེབས་སོང་། ད་གིན་གོང་དུ་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་ལས་བསྡོམས་ཐོག་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་རྩ་ཁྲིམས་ཐོག་ལ་འཕོ་འགྱུར་དེ་གང་འདྲ་གཏོང་གི་འདུག གནས་སྟངས་གང་འདྲ་ཞིག་གི་འོག་ལ་གཏང་དགོས་ཀྱི་འདུག གནས་སྟངས་གང་འདྲ་ཞིག་གི་འོག་ལ་འཕོ་འགྱུར་གྱི་གནད་དོན་དེ་འཁྱེར་ཚོག་གི་རེད་དམ། དེ་ཞིབ་ཕྲ་བལྟ་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་བཞག རྒྱ་གར་གྱི་ཡང་རྩ་ཁྲིམས་དེ་ལྟ་ཡོད་དུས་རྒྱ་གར་གྱི་འགྲོ་སྟངས་དེ་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་ང་ཚོའི་འགྲོ་སྟངས་འདྲ་ཡི་མ་རེད། དཔེ་ཆ་བཞག་ན། སྲིད་འཛིན་འདྲ་པོ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཁ་གསལ་པོ་འདིའི་ནང་ལོགས་ག་རེ་བྲིས་ཡོད་རེད་ལབ་ན། རྩ་ཁྲིམས་དང་མ་འགལ་བ། རྩ་ཁྲིམས་དང་འགལ་ན། སྲིད་འཛིན་དེ་ལ་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་ཡས་ཀྱི་གྲོས་འཆར་བཏོན་ཆོག་གི་འདུག་གླ། དེ་མིན་ངས་གཅིག་འགྲིག་མ་སོང་། ལམ་སང་དེ་འདྲ་བཏོན་ཆོག་ཡས་ཀྱི་ལམ་ཀ་མི་འདུག ཡིན་ནའང་། ད་གིན་འདིར་སྤྱི་འཐུས་བཞི་ཆ་གཅིག་གིས་སོ་སོས་བཏོན་པ་ཡིན་ན། དེ་བཏོན་ཡས་ཀྱི་ལམ་ཀ་ཡོད་རེད་དེ། འདི་བཅའ་ཁྲིམས་དང་མཐུན་གྱི་འདུག་དང་མི་འདུག་ལྟ་མཁན་དེ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་དང་ཚོགས་གཞོན་གྱི་སྐུ་དབང་། རྒྱ་གར་ནང་ལོགས་ལ་ཡང་འགྲོ་སྟངས་དེ་ག་ནང་བཞིན་ཆགས་བསྡད་བཞག དེ་སོང་ཙང་ང་ཚོའི་བསམ་པར་འོས་ཚོས་དེ་བཀོད་པའི་སྐབས་སུ་ལ་འདི་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ལ་བཀོད་པའི་ཚིག་དོན་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ལྷག་པར་དུ་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ལོགས་ལ་དོན་ཚན་ད་སྲིད་སྐྱོང་ཡིན་ནའང་འདྲ། དེ་ག་ནང་བཞིན་འོས་ཚོས ” པ་དེ་གཟིགས་པ་ཡིན་ན། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་དང་བཅའ་ཁྲིམས་ལ་ཡིད་ཆེས་བློ་གཏད་མེད་པའམ་བོད་མིའི་རྩ་དོན་ལ་གནོད་པའི་ལས་དོན་གང་རུང་དང་། དངོས་ཤུགས་བརྒྱུད་གསུམ་ནས་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ། དན་རྟགས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་བཅས་བྲིས་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་འདི་ཁ་གསལ་པོ་ཞིག་མཚོན་ཐུབ་ཀྱི་འདུག་བསམས་ནས་ང་ཚོས་དེ་བཀོད་པ་ཡིན།

དེ་ནང་བཞིན་ཕྱག་སྲིལ་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་འོས་ཚོས་དེ་འགལ་བ་ཡིན་ན། ཁོ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུད་པ་རེད་ པ་ཟེར་ནས་ལབ་ཀྱི་ཡོད་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་རང་བཞིན་གྱིས་གང་འདྲ་སེ་འབྱུད་ཀྱི་རེད། འགལ་བ་ཡིན་ན་འགལ་བའི་རྟགས་སྟོན་དགོས་ཀྱི་རེད། དེ་ནང་བཞིན་ཚོགས་ཆུང་བསྐོས་དགོས་ཀྱི་རེད། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག གཅིག་འདི་ཞུ་ཡས་བྱུང་ན། རྒྱ་གར་ནང་ལོགས་ལ་གྲོས་ཚོགས་གོང་འོག་ཡོད་དུས་སྲིད་སྐྱོང་འདྲ་པོ་ཆ་བཞག་ན། གྲོས་ཚོགས་གོང་མས་ཀྱང་བཏོན་ཆོག་གི་འདུག གྲོས་ཚོགས་འོག་མས་ཀྱང་བཏོན་ཆོག་གི་འདུག གྲོས་ཚོགས་གོང་མས་བཏོན་ན་ཞིབ་འཇུག་དེ་གྲོས་ཚོགས་འོག་མས་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག གང་ལྟར་ཁོ་ཚོའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་ལོགས་ལ་ལས་སླ་པོ་ཞིག་འགྲོ་ཡས་མེད་པ་དང་། མཐིལ་ཕྱིན་པ་བྱེད་ཡས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་ཟིན་པའི་ཐོག་ནས་དེ་འདྲ་བང་མང་པོ་ཞིག་བསྒྲིགས་བཞག དེ་ཡང་ཆེད་དུ་མི་དགོས་པ་བྱུས། (**ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** དྲི་བ་རང་གི་ཐོག་ལ་གསུང་རོགས་གནང་། ང་ཚོར་བགྲོ་གླེང་འདྲ་ཆགས་སྡོད་ན་ཡོང་གི་མི་འདུག) ལགས་འོང་། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེ་ནས་ཐད་ཀར་ད་ལྟ་དྲི་བ་གཅིག་འདི་ཁྲིམས་ཞིབ་པའི་ད་ལྟ་འཕོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཆ་རྐྱེན་གཅིག་གི་ཐོག་ལ་འདིར་བཀའ་འདྲི་ཞིག་ཕེབས་སོང་། དེ་ལ་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེ་དང་མཉམ་དུ་ད་ལྟ་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་གི་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་འཕོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཆ་རྐྱེན་དེ་རྒྱ་གར་གྱི་རྩ་ཁྲིམས་ནང་ལོགས་ལ་གཞི་བཞག་པ་ཡིན་ན། ཚིག་དོན་གཉིས་ཡོད་རེད། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཨིན་སྐད་ཐོག་ལ་ Misbehaviour དང་ Incapability

Incapability དེ་གོ་བ་གོ་དགོས་པ་འདི་ག་རེ་རེད་ཟེར་ན། ལུས་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གནས་སྟངས་ཏག་ཏག་མ་བསྡད་པ། ཕྱག་ལས་གནང་ཐུབ་ཡས་ཀྱི་གནས་སྟངས་དཔེ་ཆ་བཞག་ན། སྲིད་འཛིན་ཡིན་ནའང་འདྲ། གང་ལྟར་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་གི་འོག་ལ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་རེད་ལྷ། དེ་ནང་བཞིན་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་འདིར་ Misbehaviour ལབ་དུས་ང་ཚོའི་བོད་ཡིག་ནང་ལོགས་ཚུར་བསྒྱུར་བ་ཡིན་ན། སྤྱོད་ལོག་ལབ་ནའང་རེད། འགན་ཡག་པོ་མ་འཁྱེར་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡང་འདི་རང་འཁོད་ན། གོ་བ་དེ་ལེན་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག དེ་སོང་ཙང་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་ཚིག་འདི་གང་ལྟར་གོ་ཐུབ་རྒྱུར་བོད་མིར་ད་ལྟ་འདིའི་ནང་ལོགས་ལ་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ཡི་ཚིག་འདི་མར་བལྟས་པ་ཡིན་ན། དེ་འདྲ་ཞིག་བཞག་ཡོད།

དེ་ནང་བཞིན་ད་ལྟ་ཕྱག་སྲིལ་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་དྲིས་པ་ལ་འོས་བསྡུ་ལྷན་ཁང་གི་འགན་འཛིན་དང་། དེ་ནང་བཞིན་ཆ་ཚང་ལ་དེ་འདྲ་དུས་ཚོད་གཅིག་མཚུངས་བཀོད་བཞག་ཅེས་བྲིས་བཞག དེ་ནང་བཞིན་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་ཞིབ་འཇུག་ཅིག་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་གར་གྱི་རྩ་ཁྲིམས་ནང་ལ་ག་རེ་འདུག་ལྟ་བའི་སྐབས་སུ་ལ་ Election Commissioner དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འོས་བསྡུ་ལྷན་ཁང་གིས་འགོ་འཁྲུར་གཏོང་བ་དེའི་ཐོག་ལ་ཡང་ཟུར་དུ་གསལ་བྱུས། དེ་འདྲ་དེ་འདྲ་བྱེད་དགོས་རེད་ཅེས་འཁོད་མི་འདུག ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ལབ་ནའང་རེད། ཁྲིམས་དཔོན་གང་འདྲ་ཞིག་མར་ཕྱིར་འབུད་གཏོང་གི་ཡོད་ནའང་། དེ་གཅིག་མཚུངས་ཀྱི་དགོས་ཀྱི་རེད་ལབ་ནས་བྲིས་བཞག འདིའི་ནང་ལ་དབྱེ་བ་ཁ་ཤས་ཤིག་འདུག་གླ། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འདིའི་རིགས་འདི་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལོགས་ལ་མེད་དུས། རང་དབང་ཅན་གྱི་སྤྱི་ཚན་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་མེད་དུས་ཕོ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ། ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་ཡིན་ན། དེ་ལ་དཔག་པའི་དུས་ཚོད་གཏང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་ཕྱག་སྲིལ་སྤྱི་འཐུས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་ཟླ་བ་དྲུག་ལབ་ནས་གསུངས་སོང་། ཇ་དྲག་ཅན་གྱི་གནས་སྟངས་ཡིན་ན། གྲོས་ཚོགས་འཚར་མ་བསྐོང་ཚོག་གི་ཡོད་རེད། ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་ཟླ་བ་དྲུག་ལ་སྒུག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། དེ་སོང་ཙང་དེ་འདྲའི་གནས་སྟངས་ཐོག་ལ་ཡང་གནས་ཚུལ་ཁ་ཤས་ཤིག་འདུག ངས་འདིར་ཞིབ་ཕྲ་ཞུ་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས་ཡང་ཕྱག་སྲིལ་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པའི་ལན་དེ་གསུང་ན་འགྲིག་གི་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་གོང་དུ་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་དེ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་རེད་བཞག དེ་ལ་དཔག་པའི་ཡང་གྲོས་བསྡུར་མང་ཙམ་བྱུས་རྗེས་དེའི་ཐོག་ལ་རེ་རེ་བྱེད་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་བཞག དེ་འདྲ་སྤྱི་འཐུས་མང་བའི་དགོངས་འཆར་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོ་ཚོགས་ཆུང་གི་ངོས་ནས་དེ་ལ་དགག་པ་ཞུ་ཡི་མེད་ཅེས་ཞུ་ཡས་ཡིན།

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

སྤྱི་འཐུས་དཀོན་མཆོག་ཡང་འཕེལ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དཀོན་མཆོག་ཡང་འཕེལ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཚོགས་ཆུང་ལ་དྲི་བ་འདྲི་རྒྱུ་ལ་ང་ཚོའི་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་ཚང་མ་འགོ་འཁྲུར་གཏོང་མཁན་ཡིན་ན་གྲོས་ཚོགས་དེ་ག་རང་ཆགས་བསྡད་བཞག གྲོས་ཚོགས་འདི་ན་ཡོད་པའི་སྲིད་སྐྱོང་ཡིན་ནའང་རེད། བཀའ་ཤག་ཡིན་ནའང་རེད། བཀའ་བློན་རྣམ་པ་ཡིན་ནའང་རེད། ཚོགས་གཙོ་དང་ཚོགས་གཞོན་ཡིན་ནའང་རེད། སྤྱི་འཐུས་ཡིན་ནའང་རེད།

ཚང་མ་ལ་གྲོས་ཚོགས་འདི་ནང་གསལ་བཤད་བྱེད་པར་རྒྱ་འབོར་གྱི་གསུམ་ཆ་གཉིས་ལས་གཅིག་གོ་བརྡ་སྤྲད་ཡས་ཀྱི་ལམ་ཀ་ཞིག་འདུག དེ་མ་ཡིན་པར་མ་གིར་རང་དབང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཚན་རེད། ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་རེད། དེ་ཚོ་ལ་ནི་གསལ་བཤད་བྱེད་པར་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ནང་ལོགས་ལ་རྒྱ་འབོར་གསུམ་ཆ་གཉིས་ལ་གོ་བརྡ་སྤྲོད་པར་གསལ་བཤད་བྱེད་རྒྱུའི་ལམ་ཀ་མི་འདུག ཚོགས་ཆུང་ཞིག་བཙུགས་ཡོད་རེད། ཚོགས་ཆུང་འདིས་རྒྱ་འབོར་གསུམ་ཆ་གཉིས་ལ་ཁོང་ཚོ་འབུད་མ་དགོས་པའི་བརྡ་ལན་དེ་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ནང་ལ་སྤྲད་ཐུབ་ཀྱི་རེད་དང་མ་རེད། གཅིག་འདི་རེད། དེ་ནས་མཚམས་མཚམས་ང་ཚོས་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་མར་འཐོ་འགྱུར་བཏང་བཞག་དུས་ཡར་འཛུལ་ཡོང་མཁན་དེ་འདྲ་བཀག་རྒྱུའི་ཐབས་ལམ་དེ་འདྲ་གལ་བཟོས་མེད་དམ།

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

སྤྱི་འཐུས་དབུ་དཀར་ཚང་གཡུ་སྒྲོན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་དབུ་དཀར་ཚང་གཡུ་སྒྲོན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༢ ད་ལྟ་མཛད་གཙོ་རྣམ་པའི་འཐོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་ཁྲིམས་འཆར་དེ་ལ་ཆ་ཤས་ལེན་པའི་ཐོག་ནས་ད་ལྟ་འདི་གཅིག་བཀའ་འདྲི་ཞུ་དགོས་བསམ་སོང་། ད་ལྟ་ཚོགས་ཆུང་གིས་འཐོ་འགྱུར་གཏོང་ཡས་ཆ་ཚང་འདི། ད་ལྟ་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་འདུའི་འགྲོ་ལུགས་དང་། ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞིའི་དོན་ཚན་ ༢༨ པའི་འོག་ལ་ཆ་ཚང་རེད་དམ། དེ་ཆ་ཚང་དེའི་འོག་ལ་ཚུད་བསྡུད་ཡོད་ས་རེད་པས། དོན་ཚན་ ༢༨ པའི་འོག་ལ་ཆ་ཚང་ཞིག་འདིའི་ནང་ལ་ཚུད་གནང་ཡོད་རེད་པས། (**ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** ལགས་འོང་། རེད།) དེ་ལོགས་ཀ་ཞིག་བསྣམས་ཕེབས་ཐུབ་ན། འདིའི་ནང་ལ་དེ་འདྲ་ཆ་ཚང་འདིའི་ནང་ལ་ཚུད་དགོས་པའི་གལ་གནད་ཅིག་ག་རེ་གཟིགས་ཡིན་ནམ། ད་ལྟ་སྤྱི་འཐུས་དང་། སྲོན་མ་ཡིན་ན་འདིའི་ནང་ལ་ཚོགས་གཙོ་དང་ཚོགས་གཞོན་མ་གཏོགས། གཞན་པ་སུ་གང་ཞིག་ཡོད་མ་རེད་པས། ད་ལྟའི་ཆ་ལ་ཆ་ཚང་འདིའི་ནང་ལ་བསྣམས་ཕེབས་པའི་གལ་གནད་དེ་ག་རེར་གཟིགས་ཡིན་ནམ། སྔོར་བཏང་ནས་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་མཛད་གཙོ་རྣམ་པའི་ཐོགས་ཐོབ་སོགས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་ཁག་དེ་ལོགས་ཀ་འདུག་གྲ། དེ་ནང་བཞིན་འཐོ་འགྱུར་གཏོང་རྒྱུའི་སྒྲིག་གཞི་དེ་ཡང་ལོགས་ཀ་ཞིག་བཞག་གནང་ན། གང་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ནམ་ཞེས་འདི་བཀའ་འདྲི་ཞུ་ཡས་ཡིན།

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

སྤྱི་འཐུས་ཆོས་གྲགས་རྒྱ་མཚོ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཆོས་གྲགས་རྒྱ་མཚོ་ལགས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་བརྗོད་པ་དང་པོའི་སྐབས་ལ་དྲི་བ་ཐད་ཀར་མ་སྐུལ་སྔོན་ལ་ཚོགས་ཆུང་གི་ཚོགས་གཙོ་དང་དྲུང་ཆེ། ཚོགས་མི་གསུམ་ཆ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་ཡས་ཡིན། སྔོར་བཏང་ང་ཚོའི་ཁ་སང་དེ་རིང་གནས་སྟངས་ཁོ་རང་

ཚོགས་ཚུང་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་མི་འགྲོ་མ་རག་པའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་རེད། ང་ཚོས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། དེ་བྱེད་དུས་རྣམ་པ་ཚོས་དཀའ་ལས་བསྐྱོན་བྱས་ཏེ་འདུག་སེ་ཕེབས་པ་དེར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ། དེ་ནས་བརྗོད་པ་དང་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་དྲི་བ་ཞིག་གཏོང་རྒྱུ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། བརྗོད་པ་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་ཆ་ཤས་ལེན་དགོས་དང་མ་དགོས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཞིག་བཟོ་ཡི་འདུག དེ་ག་ནང་བཞིན་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་དང་མ་བྱེད་ལ་ཡང་ཁྱད་པར་ཞིག་བཟོ་ཡི་འདུག དེ་བྱེད་དུས་དྲི་བ་དང་པོ་དེ་ད་ལྟ་སྲིད་སྐྱོང་དང་། བཀའ་བློན་བྱེ་བྲག་པའམ་ཡང་ན་བཀའ་ཤག་ཡོངས་རྫོགས་འཕོ་འགྱུར་ཟེར་བ་དེའི་སྐད་ལ་རྣམ་པ་ཚོས་འདིར་བཟོ་བཅོས་ཚིག་བརྗོད་གསར་པ་དེ་འཁྱེར་ཡོང་དུས་དེ་འདྲའི་དགོངས་པ་འདྲ་པོ་བཞེས་ཡས་བྱུང་ཡོད་པ་ཡིན་ནམ། དཔེ་ཆ་བཞག་ན། སྲིད་སྐྱོང་ཟེར་བ་དེ་མི་མང་གིས་བདམས་བཞག་པ་ཞིག་རེད། བཀའ་བློན་ཟེར་བ་དེ་རྩ་ཆེན་པོ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་སྲིད་སྐྱོང་གིས་མཚན་འདོན་བྱས་རྗེས་གནང་བཞག་པ་ཞིག་ཡིན་དུས་སྲིད་སྐྱོང་དང་། བཀའ་བློན་གཉིས་ཀར་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་སྟངས་དེ་གཅིག་པ་བཞག་འཛོག་ན་ཏག་ཏག་ཅིག་བསྡད་ཀྱི་ཤ་ཡོད་དམ། དེའི་སྐད་ལ་དགོངས་པ་ཞིག་བཞེས་ཡོད་ན་ཟེར་བ་དེ་དྲི་བ་དང་པོ་དེ་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་ཚོགས་གཙོ་དང་ཚོགས་གཞོན་གྱིས་ཡར་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་སྟངས་ཀྱི་སྐོར་ལ་ཡང་ཁ་གསལ་པོ་མ་བྱུང་བ་ཞིག་ང་རང་གི་ངོས་ནས་ག་རེ་མཐོང་སོང་ཟེར་ན། ཚོགས་གཙོ་ནས་འཕོ་འགྱུར་བཏང་བ་ཡིན་པ་ཡིན་ན། སྤྱི་འཐུས་ཕལ་པ་ཞིག་བྱས་ནས་བཞུགས་ཀྱི་ཡོད་རེད་དམ། ཡང་ན་ཚོགས་གཙོ་ཡིས་འཕོ་འགྱུར་བཏང་བ་ཙམ་གྱིས་སྤྱི་འཐུས་རང་ནས་ཀྱང་འཕོ་འགྱུར་ཕྱིན་པ་རེད་དམ། དེ་ཡང་འདིའི་སྐད་ལ་ཁ་གསལ་བཀོད་མི་འདུག དེ་བསམ་སོང་། རེད་ལླ། དེ་བྱེད་དུས་དེ་ཚོའི་སྐད་ལ་དགོས་པ་འདྲ་པོ་ག་ཚོད་གཟིགས་ཀྱི་ཡོད་དམ། དྲན་པ་རེད་དམ། ཡང་ན་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ནས་དགོས་པ་རྒྱུ་མཚན་ཞིག་ལ་གཟིགས་ནས་དེ་མེད་པ་བཟོས་གནང་བ་ཡིན་པ། དེ་གཅིག་ཞུ་ཡས་ཡིན།

དེ་ནས་ད་ལྟ་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོགས་ཚུང་གི་ཚོགས་གཙོས་གསུངས་སོང་། ང་ཚོས་རྒྱ་གར་གྱི་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ག་རེ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག Ground གཉིས་ཀྱི་སྐད་ནས་ Incapacity དང་ Misbahaviour ལམ་ཀ་ནས་འདུག་སེ་བྱས་ནས་འཕོ་འགྱུར་བཏང་གི་ཡོད་པ་དེ་གསུངས་སོང་། ང་ཚོ་ཚང་མས་མཁྱེན་དགོས་པ་ཞིག་ལ་སྐུ་ངོ་སྲིད་སྐྱོང་གཙོས་པའི་བཀའ་བློན་རྣམ་པ་ཚབ་སྲིད་པ་རེད། སྐུ་ངོ་ཚོགས་གཙོ་སྤྱིལ་པོ་གཙོས་པའི་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཚབ་སྲིད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ཟེར་བ་དེ་ཆེད་ལས་ཀྱི་རང་བཞིན་རེད། དེ་ཚབ་སྲིད་པ་མ་རེད། དེ་བྱེད་དུས་ཙམ་ལ་དེ་དག་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་སྟངས་དང་། ང་ཚོས་དེའི་སྐད་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་རྩ་ཁྲིམས་གཞིར་བཟུང་ཡིན་ན། རྣམ་པ་ཚོ་མང་པོ་ཞིག་གིས་གཟིགས་བཞག ཆ་རྐྱེན་དེ་དག་ཚང་བའི་སྐད་ནས་ད་དུང་ཁོ་ཡར་ཞིག་གཏོང་མཁན་ཞིག་གིས་བཏང་། དེ་ལ་ཚོགས་ཚུང་གིས་ཞིབ་འཇུག་མང་པོ་ཞིག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་གླ། དེ་བྱེད་དུས་དེ་དག་ཆ་ཚང་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་མ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ཚབ་སྲིད་པ་ནང་བཞིན་གྱི་ཆ་རྐྱེན་གཅིག་པ་ཞིག་གི་སྐད་ལ་བཞག་འཛོག་པ་ཡིན་ན། ཡང་གཅིག་དེའི་རྒྱབ་ལྗོངས་དེ་དག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་ཡས་བྱུང་ཡོད་དམ་མེད་དམ། དེ་དག་དོགས་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་བྱུང་སོང་། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

སྤྱི་འཐུས་ཐུབ་བསྟན་རྒྱ་མཚོ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཐུབ་བསྟན་རྒྱ་མཚོ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་འཕོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཚོགས་ཆུང་ནས་སྔོན་ཐོ་འདུག་སེ་ཐེབས་པ་དེ་མར་བལྟས་ཡོང་དུས་ཙམ་ལ་གོང་དུ་ཕྱག་སྡེབ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་གསུངས་སོང་། དེ་ཏ་ལམ་སྟབ་མེད་པ་ཞིག་གསར་པ་འཁྱེར་བ་རྐྱང་རྐྱང་ཞིག་འཁྱེར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་བཞག ཡིན་ནའང་། དང་པོ་ཞུ་ཡས་གཅིག་ལ་དེའི་ནང་ཚང་མས་དོན་ཚན་ཆེ་ཁག་དེ་གསུངས་གནང་སོང་། བཀའ་ཤག་འཕོ་འགྱུར་འགྲོ་ཡས་རེད། བཀའ་བློན་ཁྲི་ཐོག་པ་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་ཕྱོགས་རེད། དེ་ནས་ཚོགས་གཙོ་ཚོགས་གཞོན་རྣམ་པ་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་ཕྱོགས་རེད། སྤྱི་འཐུས་ཁྲི་ཐོག་པ་ཆ་ཚང་འདིའི་ནང་ལ་གསལ་གྱི་འདུག་གྲ། ཡིག་ཆ་ང་ཚོ་ཚང་མར་ཡོད་པ་འདིར་རེད། སྔོན་མ་ང་ཚོ་ཚོགས་ཆུང་གིས་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་ཡས་ཤིག་འདིའི་ནང་བླུགས་བཞག་ཡོད་རེད། ད་ལྟའི་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་གཞན་པ་ལ་ལག་པ་འཆང་། འཕོ་འགྱུར་གཏོང་རྒྱུའི་སྐྱ་དབང་དེ་ཡོད་ཤག་ཤག་བྱས། ལྷན་ཚོགས་འདི་འཛམ་བུ་གླིང་གི་མང་གཙོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཚད་ལྡན། རྩ་ཁྲིམས་ཀྱི་ལྡིང་སྙོམས་སྟངས་འཛིན་ཕྱག་ལེན་བསྟར་ནས་འགྲོ་མཁན་གྱི་ཨ་རི་དང་ཡུ་རོབ་ཀྱི་མང་གཙོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཚང་མ་ལ་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་གནས་དབྱུང་གཏོང་ཡས་ཀྱི་སྐྱ་དབང་དང་ཐོབ་ཐང་། འཛིན་སྐྱོང་ལ་ཡོད་རེད། དེ་ཁྲོད་རང་ཚོས་ང་ཚོའི་ཚོགས་ཆུང་གི་ངོས་ནས་བསམ་བློའི་གནས་ཚད་ཀྱི་མ་འདང་ས་ཅང་། མགོ་རྙོག་པོ་ཞིག་འགྱུར་བ་གཏོང་ཡས་མེད་པ་ལས་ཡོད་པ་ཙམ་ཞིག་འཁྱེར་ཡོད་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་། ཁྲོད་རང་ཚོས་དེ་ཐད་དེ་མེད་པ་བཟོས་བཞག་འདུག དེའི་དགོས་པ་རྒྱུ་མཚན་ག་རེ་ཡིན་ནམ། ངོ་དེ་འདྲ་ཞིག་ངའི་དྲི་བ་ཡིན།

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

སྤྱི་འཐུས་བློ་བཟང་ཐུབ་བསྟན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་བློ་བཟང་ཐུབ་བསྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་འཕོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་གྲོས་ཚོད་དེའི་སྐབས་ལ་ཐད་ཀར་བཀའ་འདྲི་ཞུས་ཚོག་པ་གྱིས་ཞུ་ཡས་ཡིན། ད་ལྟའི་དེའི་ནང་ལོགས་ཀྱི་དོན་ཚན་ཀ་པ་དེའི་ནང་ལོགས་ལ་སྤྱི་འཐུས་སུ་ཞིག་གིས་སྲིད་སྐྱོང་ངམ་བཀའ་བློན་ཁྲི་ཐོག་ཡོངས་རྫོགས་ལས་འཁུར་ནས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་དགོས་ཀྱིས་གྲོས་འཆར་བཏོན་ཆེ་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་རྩ་འབོར་བཞི་ཆ་གཅིག་ལས་མ་ཉུང་བས་མཚན་རྟགས་བཀོད་ནས་ཉིན་གྲངས་ ༡༥ ཡི་སྔོན་ལ་གཏོང་དགོས་ལབ་འདུག་གྲ། དེ་བཀའ་བློན་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་ག་རང་སྲིད་སྐྱོང་བྱས། དེ་ནས་ཚོགས་གཙོ་ཚོགས་གཞོན། སྤྱི་འཐུས་ཁྲི་ཐོག་པ་དང་རང་དབང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཚང་མ་ཆགས་བསྡད་འདུག་གྲ། དེ་ཡིན་དུས་ཚོགས་ཆུང་གི་ངོས་ནས་ད་ལྟའི་ཆར་ང་རང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལོགས་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པའི་ཁོར་ཡུག་གི་གནས་སྟངས་གང་འདྲ་ཆགས་པ་དེ་རྣམ་པ་ཚོས་ཏ་གོ་ཡི་རེད། ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་དེ་ཙམ་ལ་ད་ལྟ་རྣམ་པ་ཚོས་འཁྱེར་ཡོང་བ་དེ་ཁ་ཤས་རྒྱ་གར་གྱི་རྩ་ཁྲིམས་ནང་ནས་ཁྱེར་བསླེབས་བཞག རེད་པ། ད་ལྟ་རྒྱ་གར་གྱི་སྲིད་འཛིན་དང་ཁོ་ཚོ་ Impeachment བྱས་ནས་ཕར་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་ཡས་ཀྱི་སྐབས་ལ་དེ་ག་རང་འཁྱེར་བསླེབས་པ་འདྲ་པོ་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་

འདུག དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟའི་ང་ཚོའི་ཁོར་ཡུག་འདིའི་ནང་ལོགས་ལ་རྒ་བའི་མཐའ་མ་དེ་ལ་མ་གིར་ནས་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཀྱི་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད་དེ། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། འདི་ཡར་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལོགས་ལ་འཁྱེར་ཡོང་བ་དེ་ལ་བཞི་ཆ་གཉིས་ལབ་དུས་ང་ཚོར་ད་ལྟའི་ཆར་གྲུབ་ཆ་དེ་ ༩༥ ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད། མི་ ༡༣ ཀྱིས་རྟག་པར་ཡར་འཁྱེར་ཡོང་བ་ཆགས་བྱུས། དེ་འཁྱེར་ཡོང་བ་ཡིན་ན་ག་དུས་ཡིན་ནའང་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་དེ་ཙམ་འཁྱེར་བསླེབས་ན། ང་ཚོའི་ཁོར་ཡུག་དེའི་གནས་སྟངས་གང་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་རེད། དེས་ཁོར་ཡུག་འདི་ལ་གནོད་སྐྱོན་བཟོ་པ་དེ་ལ་རྣམ་པ་ཚོས་དགོངས་པ་བཞེས་ཐུབ་ཡོད་རེད་དམ་མ་རེད། འོ་དེ་བཀའ་འདྲི་ཞུ་ཡི་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

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

ལགས་འོང་། ད་ལྟ་འདིར་ཁ་ཤས་ཡང་བསྐྱར་དུ་ཆེད་འཛུགས་ཚོགས་ཆུང་ལ་གཏོང་དགོས་རྒྱུའི་དགོངས་ཚུལ་གསུངས་ཀྱི་འདུག དེ་འདྲ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་བརྗོད་པ་གཉིས་པ་མ་ཡོང་སྔོན་ནས་དེ་ཐག་གཅོད་གནང་དགོས་ཀྱི་རེད། དེ་ཡིན་དུས་རྒ་བའི་ང་ཚོའི་འགྲོ་ལུགས་དེ་འདི་རེད། གོང་གསལ་གྲོས་འཆར་ཁ་པ་དང་ག་པ་གང་རུང་གཏན་འཁེལ་བྱུང་ཚེ། དེ་དོན་ཚོགས་ཆུང་གི་རྒྱབ་གཉེར་དང་མང་ཚོགས་ཀྱི་བསམ་འཆར་ཇི་བྱུང་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཚོགས་ཆུང་གིས་ཞིབ་འཇུག་ཐོག་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་རེད། དངོས་གནས་ཞིབ་འཇུག་འདི་ང་ཚོས་འགྲོ་ཡོད་མ་རེད། དེ་མ་འགྲོ་བ་སོང་ཙང་བརྗོད་པ་དང་པོ་དེ་འགྲོ་ཡས་ཀྱི་གནས་སྟངས་དེ་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་བསྐྱར་དུ་ཚོགས་ཆུང་ལ་གཏོང་དགོས་ཡས་ཡིན་ན། ཡང་བརྗོད་པ་དང་པོ་འགོ་མ་བཙུགས་སྔོན་ལ་ང་ཚོས་གཏོང་དགོས་པའི་གནས་སྟངས་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད། རྒ་བའི་འདི་ཞེ་པོ་བྲེལ་བ་ཡང་གལ་མེད་པའི་བཟོ་འདྲ་ཞིག་འདུག ཡིན་ནའང་འདི་ཞིབ་ཚགས་དགོས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་བཞག དེ་ཡིན་དུས་རྣམ་པ་ཚོས་དེར་ཧ་ཁོག་ཙམ་དགོངས་ཚུལ་འདྲ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། གསུང་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་ཡས་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སློན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས།

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

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བརྗོད་པ་དང་པོ་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཞུ་ཡི་ཡོད། ད་གིན་གོང་དུ་ཞུས་སོང་། ཡིན་ནའང་། གསལ་བཤད་གནང་མ་སོང་། ད་ལྟ་བཀའ་ཤག་དང་། སྲིད་སྐྱོང་དང་བཀའ་བློན་འཕོ་འགྱུར་བྱེད་ཡས་འདི་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༢༩ ནང་གསེས་ ༣ པ་ནང་གསལ་ལྟར་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་དགོས་རེད་གསུངས་ནས་དེ་ཉིན་མོ་ནས་འཕོ་དགོས་རེད་གསུངས་པ་རེད། ཉི་ཤུ་རྩ་དགུ་ནང་གསེས་ ༨ པའི་ནང་ལ་དེ་བྱུས་མེད་དུས་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་དང་ཐད་ཀར་འགལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཁྱེད་རང་ཚོས་མཐོང་སོང་ངམ། དེ་གལ་སྲིད་མེད་པ་ཡིན་ན་ད་ལྟ་གང་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ནམ། དེ་གཅིག་ཞུ་ཡས་ཡིན།

གཉིས་པ་དེ་ཨིན་ཇིའི་སྐད་མང་པོ་བརྒྱབ་སོང་། དོན་དག་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་སྒྲེ་ཚན་གཉིས་ཡོད་རེད་གསུངས་པ་རེད། དེ་ཡི་གེ་འདིའི་ནང་ལ་ཤོག་གྲངས་ ༦ པའི་ནང་ལ་གཟིགས་དང་། ད་གིན་གོང་དུ་དྲི་བ་དྲིས་སོང་། གྲོས་འཆར་དེ་རིགས་ཚད་ལྡན་ཡོང་བ་ག་ཤམ་གསལ་ཆ་རྐྱེན་ཁག་ཚང་དགོས་ལབ་རེད། དོན་དག་བོད་མིའི་རྒ་དོན་དང་ཁེ་ཕན་ལ་གནོད་པའི་ལས་དོན་གང་རུང་དང་། དངོས་ཤུགས་རྒྱུད་གསུམ་ནས་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དན་རྟགས་ཡོད་བཅས་སྐོར་ཡིན་

པ། ལུས་སེམས་ཀྱི་གནས་བབས་རྐྱེན་པས་རང་འབྲིའི་ལས་འགན་འགྲུབ་མ་ཐུབ་པའི་དོན་གནད་སྐོར་ཡིན་པ་ལབ་ནས་འབྲི་སྐྱངས་དེ་ལ་བལྟས་ན། འདི་གཉིས་ཀ་ཚང་དགོས་ཀྱི་འདུག་མ་གཏོགས། གཅིག་གཅིག་བུ་རེད་མི་འདུག ཨིན་ཇིའི་སྐད་ནང་ལ་རྒྱག་དུས་གཅིག་རང་ཡིན་ས་རེད། བོད་སྐད་ནང་ལ་རྒྱག་དུས་དེ་ཏག་ཏག་རེད་མི་འདུག་གྲ། དེ་འདྲ་རེད་དམ། དེ་ནང་བཞིན་གྱི་འདིའི་ནང་ལ་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག མང་པོ་ཞུས་ན་འགྲིག་གི་མ་རེད། དེ་ནས་མར་བལྟས་དུས་ལྷ་ལག་མ་ཚང་བ་དཔེ་མང་པོ་འདུག ཡ་མཚན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ཡང་མིན་ན་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་ནི་གནང་མི་འདུག ཡང་མིན་ན་ཚོགས་ཚུང་ཞིག་ལ་གཏོང་དགོས་འདུག་མ་གཏོགས་པས། ངས་བསམ་ན་ད་ལྟ་ཏག་ཏག་ཅིག་ཡོང་ས་མ་རེད། དེ་ཞུ་ཡི་ཡིན།

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

སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རྗེ་ཚེ་བརྟན་ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རྗེ་ཚེ་བརྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག འདི་གང་ཡིན་ཟེར་ན། དངོས་གནས་དྲི་བ་དཔེ་མ་སྲིད་ཡག་པོ་གཏོང་གནང་གི་འདུག དེར་དྲི་བ་མང་དྲགས་ནས་དེ་ཡང་འགའ་ཤས་ཆད་འགྲོ་ཡི་འདུག་གྲ། ཐལ་ཆེར་ཚོགས་ཚུང་གི་ཚོགས་མི་གཞན་པ་ལའང་ང་ཚོའི་ལན་ཡོད་རེད། འདི་མཉམ་དུ་མཉམ་དུ་གཉིས་གསུམ་གཉིས་གསུམ་བཏང་ན། ལན་དེ་ཡང་ཏོག་ཙམ་ཡག་པོ་ཡོང་བར་རེ་བ་ཞུ་ཡི་ཡོད།

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

རྒྱ་བའི་འདི་ཞུ་ཡི་ཡོད། ག་རེ་ཟེར་ན་འདིར་ཕྱག་རྐྱང་མཁན་དེ་མཚམས་འདྲ་ཆད་སོང་བསམ་ན་ཡང་ཕྱག་རྐྱང་ཡོང་གི་འདུག་གྲ། དེ་བྱས་ནས་ང་ཚོ་འདིར་བར་མཚམས་བཞག་ཡས་དེ་ཏོག་ཙམ་ཁག་པོ་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ཚོགས་ཚུང་གི་ད་ལྟ་ཚོགས་མི་ཁག་ཅིག་གིས་ཕྱག་བརྒྱངས་ཡོད་རེད། དེ་དུས་གོ་སྐབས་འབྱུལ་ཡས་ཡིན། ད་ལྟ་འདིར་སྲིད་སྐྱོང་བྱས། དེ་ནས་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་མ་གཏོགས་མེད། དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག གསུང་རོགས་གནང་།

དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་སྤེན་པ་ཚེ་རིང་མཆོག་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག མང་ཆེ་བ་ཞིག་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཚོས་གསུང་བསྒྲུབས་སོང་། ཡིན་ནའང་འཛོ་འགྱུར་བྱེད་ཡས་ཀྱི་སྐད་ཆ་དེ་བཤད་ཡོང་དུས་ཙམ་ལ་འཛོ་འགྱུར་བྱེད་དགོས་པའི་གཞི་རྒྱ་ཞིག་ཨིན་ཇིའི་ནང་ལ་ Ground ལབ་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་བྱེ་བྲག་དེའི་ལས་ཁུངས་སུ་ཡིན་ནའང་རེད། ལས་འགན་འཁྱེར་མཁན་སུ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་དེ་ལ་དཔག་པའི་བཟོ་དགོས་པ་དེ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་རེད། ད་ལྟ་འདིའི་ནང་ལ་འདུག་སེ་བྱས་ནས་བལྟས་པ་ཡིན་ན། བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་དཔེར་ན། སྲིད་སྐྱོང་དང་བཀའ་བློན་རྣམ་པ་ཚོ་ཡིན་ན་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༢༡ པའི་ནང་གསེས་སྲིད་སྐྱོང་དང་བཀའ་བློན་གྱི་འོས་ཚོས་གང་རུང་མ་ཚང་བ་འགྱུར་བ་བྱུས་ནས་འདི་མར་ཚད་ལྡན་ཡོང་བར་གཤམ་

གསལ་ཆ་རྐྱེན་ཁག་ཚང་དགོས་བྱས། ཆ་རྐྱེན་འདི་གཅིག་པུ་མ་གཏོགས་ཡོད་མ་རེད། འདི་གཅིག་པུས་འགྲིག་གི་ཡོད་རེད་དམ་མ་རེད་ཟེར་བ་འདི་གཞི་རྩ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་བཞག་དགོས་རེད། འདི་བཀའ་ཤག་ཡིན་ནའང་རེད། ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ཡིན་ནའང་རེད། རང་དབང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་ནས་འདི་འོག་དེ་དག་ཚང་མ་བྱ་རིམ་བཟོ་འདྲ་ཞིག་མ་གཏོགས་ཤིག དེའི་སྐབས་ལ་ཆ་རྐྱེན་གཞན་པ་མི་འདུག ད་ལྟ་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་རྣམ་པ་ཚོ་དང་རང་དབང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཚན་གསུམ་དེར་ཆ་རྐྱེན་ད་གིན་བཀོད་ཡོད་པ་ནང་བཞིན་འདུག་སེ་བྱས་ནས་བཞག་ཡོད་རེད། ད་ལྟ་དེ་དག་འདི་ཡང་མ་འོངས་པར་ཕལ་ཆེར་འདུག་སེ་བལྟས་པ་ཡིན་ན། ཚོགས་ཆུང་ཞིག་ལ་གཏོང་རྒྱུའི་དགོངས་པ་ཡོད་ས་རེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་བརྗོད་པ་དང་པོ་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་སོང་ཙང་། ཤོག་གྲངས་ ༤ པ། ག་པའི་ ༣ པ་དེའི་འོག་ལ་གྲོས་འཆར་གལ་ཏེ་ཚོགས་གཙོ་དང་ཚོགས་གཙོ་གཞོན་པ་གཉིས་ཀ་ལས་འཁྱུར་ནས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་དགོས་ཀྱི་གྲོས་འཆར་ཡིན་ན་ཟེར་བ་དེ་ལ་འ་གཅིག་ཆད་བསྡད་བཞག དེ་ག་ནང་བཞིན་གྱི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་དང་དེ་ཚོའི་གྲས་ཀ་ལ་ཆ་རྐྱེན་གཅིག་དེ། བོད་མིའི་རྩ་དོན་དང་ཁེ་ཕན་ལ་གནོད་པའི་ལས་དོན་གང་རུང་དང་། དངོས་ཤུགས་རྒྱུད་གསུམ་ནས་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དན་རྟགས་ཡོད་པ་བཅས་སྐྱོར་ཡིན་པ་ལབ་ནས་བཅས་སྐྱོར་ཡིན་པ་ཟེར་བ་དེ་དགོས་ཡས་མི་འདུག དེ་ཁོ་ཡོད་པ་ཡོད་པ་ལབ་བཞག་པ་ཡིན་ན། དེ་སྔོན་གྱི་འོས་ཚོས་དེ་ཚོའི་ནང་ལོགས་ལ་འདི་མཐའ་མ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དུས་དེ་ནས་བཅས་སྐྱོར་ཡིན་པ་ལབ་ཡས་དེ་བྲིས་ཡོད་དུས། དེ་ག་རང་ཚུར་སྔོན་མའི་ཆ་རྐྱེན་དེ་ཆ་རྐྱེན་གཞན་པ་ཞིག་ནས་ཚུར་བཀོག་བྱས་ཏེ་བཅས་སྐྱོར་ཡིན་པ་བྱས་ནས་མཉམ་དུ་སྦྲུར་བཞག་མ་གཏོགས། འདི་དགོས་ཡས་གལ་མི་འདུག གང་རེ་རེད་ཟེར་ན། བཅས་སྐྱོར་ཡིན་པ་ཡིན་ན། དེ་མཐའ་མ་དེ་ལ་གཅིག་བསྣན་དགོས་ཀྱི་རེད་པླ། འདི་མ་འོངས་པར་ཡང་ཚོགས་ཆུང་གཞན་པ་ཞིག་ལ་གཏོང་བ་ཡིན་ན། དགོངས་པ་བཞེས་ཡས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཐུགས་ཕན་གསོ་མི་ཡོང་ངམ་བསམ་བྱས་ཏེ་བརྗོད་པ་དང་པོའི་ཐོག་ལ་ཞུ་ཡི་ཡིན།

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

གོ་སྐབས་ཞུ་མཁན་མཐའ་མ་སྤྱི་འཐུས་ཙ་ནེ་ཚང་དོན་འགྲུབ་བཀྲ་ཤིས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཙ་ནེ་ཚང་དོན་འགྲུབ་བཀྲ་ཤིས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་འདིའི་སྐབས་ལ་ང་ཚོས་བརྗོད་པ་གཉིས་པ་དང་དང་པོ་གསུངས་བསྡད་ཀྱི་འདུག བརྗོད་པ་དང་པོ་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་རེད། བརྒྱ་ཆ་དྲུག་ཅུ། བདུན་ཅུ་ཞིག་ཚིག་གསར་པ་རེད། གཅིག་དེ་རེད། གཉིས་པའི་ཆ་ནས་འདི་ལ་བཟོ་བཅོས་གྲོས་འཆར་བཟོས་ཡོད་མ་རེད། བསྐྱར་བཅོས་ཁྲིམས་སྒྲིག་བསྐྱར་བཅོས་ལབ་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ངེས་པར་དུ་བརྗོད་པ་དང་པོ་འགྲོ་དགོས་རེད། དེ་གཅིག་ཞུས་ན་བསམ་སོང་།

གཉིས་པ་དེ་ད་ལྟ་གོང་ནས་ཕྱག་སྦྲེལ་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་ཀྱང་གསུངས་སོང་། དེའི་ནང་ལ་མར་ལྟ་ཡོད་དུས་སྐབས་ལ་ང་ཚོས་འདི་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་ལུགས་གཏོང་སྟངས་ཀྱི་བཅའ་ཁྲིམས་བསྐྱར་བཅོས་འདི་བཟོ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་པའི་དམིགས་ཡུལ་འདི་འགྲིག་མི་འདུག གསལ་པོ་མི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་ཡང་བསྐྱར་ཚོགས་ཆུང་ལ་གཏོང་ཡས་དང་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས་ཡས་འདི་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་བསམ་གྱི་འདུག དེ་གཅིག་ཡིན། གཉིས་པ་དེ་ལ་ད་ལྟ་གོང་ནས་ཕྱག་སྦྲེལ་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་ཀྱང་གསུངས་སོང་། སྔོན་མའི་ཚོགས་ཆུང་གི་ད་ལྟ་བཅའ

ཁྲིམས་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་ནང་ལོགས་ལ་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཡོངས་རྫོགས་འཚོ་འགྱུར་གཏོང་ཡས་ཀྱི་ལམ་ཀ་ཞིག་ཡོད་རེད། ཆ་རྐྱེན་ཞིག་བཞག་ཡོད་རེད། འདི་ད་གིན་འདིའི་ནང་ལ་དེ་མི་འདུག མེད་དུས་སྐབས་ལ་དེ་སྤྱིར་བཏང་གི་ཁོ་སྤོན་མའི་བསྐྱར་བཅོས་ཡིན་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པའི་སྐབས་ནས་ངེས་པར་དུ་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཡོངས་རྫོགས་འཚོ་འགྱུར་གཏོང་ཡས་ཀྱི་ལམ་ཀ་ཞིག་བཟོ་དགོས་ཀྱི་རེད། འོ་དེ་ཞུ་ཡི་ཡོད།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།
སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྨོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་། གསུངས་བ་དེ་ཚར་སོང་།

སྤྱི་འཐུས་དགེ་བཤེས་སྨོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ལགས་ནས།
དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཚར་སོང་ན་ཡང་སྤྱི་འཐུས་ཡོངས་རྫོགས་འཚོ་འགྱུར་གཏོང་ཡས་དེ་ཁ་སང་དེའི་ནང་ལ་རྒྱ་བ་ཉིད་ནས་ཡོད་མ་རེད་པ། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ལ་ཡོད་ནས་འདི་མར་ང་ཚོའི་མིག་གི་མཐོང་ས་ལ་མར་ཟགས་སོང་། ཡང་དེ་རིང་འདི་ལ་ཚུར་སླེ་ར་ནས་ཚོགས་ཚུང་ལ་འཁྱུར་མི་འདུག་ལབ་ནས་ཚོགས་གཏམ་གཏོང་ས་ཡོད་མ་རེད། དེར་ཚོགས་གཙོས་སྐུངས་འཛིན་གནང་དགོས་རེད་ཞུ་ཡས་ཡིན།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།
དེ་ཚང་མས་མཁྱེན་གྱི་རེད། དེར་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གལ་མི་འདུག་གླ། འདི་དེ་ག་རང་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་རེད། དེ་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ལོགས་ཡོད་རེད། ད་ལྟ་འདི་ཚོགས་འདུའི་འགྲོ་ལུགས་ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་རེད་པ། འདི་རེད། སྤྱི་འཐུས་ཅ་ནེ་ཚང་དོན་འགྲུབ་བཀྲ་ཤིས་ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་ཅ་ནེ་ཚང་དོན་འགྲུབ་བཀྲ་ཤིས་ལགས་ནས།
སྐབས་ནས་ཞེ་པོ་ཤེས་མདོག་མདོག་བྱུས་ནས་དེར་དམིགས་བསལ་བཤད་དགོས་ཀྱི་མ་རེད། ང་ཚོར་འདི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། འདི་ནང་ལ་འཁྲེར་དགོས་ཀྱི་རེད། (**ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** ལགས་འོང་། ད་ལྟ་དེ་རང་གི་ཐོག་ལ་གསུང་རོགས་གནང་།) ང་ཚོའི་ཚོགས་ཚུང་འདིའི་ནང་ལ་བཀའ་ཤག་ཡོངས་རྫོགས་འདིའི་ནང་ལ་འཁྲེར་ཡས་ཀྱི་ལམ་ཀ་བཟོས་བཞག་ཡོད་རེད། དེ་ནང་བཞིན་གྱི་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱང་བཟོ་དགོས་ཀྱི་འདུག འོ་དེ་ཞུ་ཡི་ཡོད།

ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།
ད་ལྟ་ཚོགས་ཚུང་གི་ཚོགས་མི་དེ་ཚོ་ལ་གོ་སྐབས་འབུལ་གྱི་ཡིན། ཚོགས་ཚུང་གི་དྲུང་ཆེ་སྤྱི་འཐུས་ཀརྨ་དགེ་ལེགས་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཀུན་དགེ་ལེགས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པའི་དོགས་འདྲི་རེད། དགོངས་འཆར་དེ་དག་ལ་རྒྱ་བའི་རྣམ་པ་ཆོས་ད་ལྟའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་འདུའི་འགྲོ་ལུགས་དང་། ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་ད་ལྟ་ཚོགས་ཆུང་ནས་བཟོས་བཞག་པ་དེ་རྣམ་པ་ཆོས་འདུག་སེ་གཟིགས་པ་ཡིན་ན། ཧན་ཧན་གཟིགས་མ་ཙམ་གྱིས་ངས་མཁྱེན་གྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་ང་ཆོས་ཞེ་པོ་ཞིག་དེ་འདྲ་ཧ་མ་གོ་ཡས་དང་། དེ་འདྲ་གང་ཡང་བཟོས་ཡོད་མ་རེད། རྒྱ་བའི་ད་ལྟའི་ང་ཚོའི་ཚོགས་ཆུང་འདི་ཚོགས་དུས་སྔ་མའི་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལོགས་ལ་བརྗོད་པ་དང་པོ་ཟིན་པ་ཞིག་ཟིན་བྱུས་ནས་དེ་ནས་འཕྲལ་དུ་ཚོགས་ཆུང་ལ་གཏོང་དགོས་རེད་ཟེར་བྱུས་ཏེ་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་གྱི་ཚོགས་ཆུང་ལ་བཏང་བ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་དེ་ལ་ཚིག་བརྗོད་རྙིང་པ་དེ་འདྲ་གལ་ཡོད་མ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། འདི་བརྗོད་པ་དང་པོ། ཚོགས་དུས་སྔོན་མའི་ལས་རིམ་ཞིག་སྣ་མཐུད་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་དུས་སྐབས་ལ་དེ་ལ་ཚོགས་གཙོ་དང་ཚོགས་གཞོན་གྱིས་དེ་ལ་དེ་སྔ་ནས་ཚིག་བརྗོད་རྙིང་པ་ཞིག་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས་ཤིག དེ་གཞན་དག་ཚིག་བརྗོད་རྙིང་པ། གཞན་དག་ཚང་མ་ལ་ཚིག་བརྗོད་རྙིང་པ་ཡོད་མ་རེད། ད་རེས་འདི་བཟོ་བཅོས་ཀྱང་མ་རེད། འདི་བསྐྱར་བཅོས་རང་རེད། འདི་ཞུ་ཡས་ཡིན།

དེ་ནས་སྤྱི་འཐུས་བྱེ་བྲག་པ་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་ཡས་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ལ་ཡོད་རེད་ལྟ་གསུངས་སོང་། དེ་ནང་ལ་ད་སྔོན་མ་ནས་ཡོད་རེད། ཡོད་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟའི་ང་ཚོའི་ཚོགས་ཆུང་གིས་ག་རེ་ལབ་ཀྱི་ཡོད་རེད་ལབ་ན། དེ་གང་འདྲ་སེ་གཏོང་ཡིན་ལྟ། གང་འདྲ་སེ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་པ་ཟེར་བྱུས་འདི་རེད། Procedure ང་ཚོས་བཤད་ཀྱི་ཡོད་རེད་ལྟ། བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ལ་གསུང་གི་ཡོད་རེད། སྤྱི་འཐུས་བྱེ་བྲག་པ་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་དགོས་རེད་ལབ་རེད། གང་འདྲ་སེ་གཏོང་གི་ཡིན། གཏོང་སྟངས་གཏོང་ལུགས་མེད་ལྟ། དེ་ང་ཚོས་བཟོ་ཡི་ཡོད་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་འཕོ་འགྱུར་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་ད་ལྟའི་སྲིད་སྐྱོང་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་རེད། བཀའ་བློན་རྣམ་པ་ཚོ་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་སྤྱི་འཐུས་ཚོགས་གཙོ་ཚོགས་གཞོན་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་ནས་སྤྱི་འཐུས་བྱེ་བྲག་པ་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ལོགས་ལ་གང་ལྟར་ཚོགས་ཆུང་ཟུར་དུ་འཛུགས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཙང་ཚོགས་དུས་གཅིག་གི་ནང་ལ་ཐག་གཅོད་ཐུབ་ཀྱི་འདུག དེ་ག་རང་ནང་ལ་ཐུབ་ཀྱི་འདུག གང་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་དག་འདི་ལ་ཚོགས་ཆུང་བཙུགས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། ཐད་ཀར་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལོགས་ལ་ཆ་ཤས་ལེན་ཡས་ཀྱི་གོ་སྐབས་ཡོད་པ་ཡིན་ཙང་། ཚོགས་ཆུང་བཙུགས་དགོས་ཀྱི་མི་འདུག ཁྲིམས་ཞིབ་པ་རྣམ་པ་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་རང་དབང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཚན་རེད། བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ལོགས་ལ་ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་རྣམ་པ་ཚོ་ལ་ཡང་ཚོགས་ཆུང་འཛུགས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ལ་གསལ་བསྟད་ཡོད་རེད་ལྟ། དེ་ག་ནང་བཞིན་རང་དབང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཚན་དེ་ཚོ་ལ་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ལོགས་ལ་ཚོགས་ཆུང་འཛུགས་དགོས་རེད་གསུངས་ཡོད་མ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་། ང་ཚོ་ཚོགས་ཆུང་གི་ངོས་ནས་དེ་ལ་ཚོགས་ཆུང་ཞིག་བཞག་དགོས་ཀྱི་འདུག རྒྱུ་མཚན་ག་རེ་རེད་ལབ་ན། ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་རྣམ་པ་ཚོ་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་རང་དབང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཚན་དེ་དག་འདི་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལ་གསུང་ཡས་ཀྱི་གོ་སྐབས་མེད་པ་ཡིན་ཙང་། དེའི་གནས་སྟངས་གཅིག་གྱུར་ཡིན་པ་ཡིན་ཙང་། རང་དབང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཚན་དེ་ཚོ་ལ་ཡང་ཚོགས་ཆུང་ཟུར་དུ་འཛུགས་དགོས་ཀྱི་འདུག བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ལ་གསལ་མེད་པ་ཡིན་ནའང་། ཁོ་མར་འདུག་སེ་ **༼ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** དྲི་བ་རང་གི་ཐོག་ལ་གསུང་

རོགས་གནང་། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་བགྲོ་གླེང་འདྲ་འགྲོ་བསྡད་ན། ང་ཚོ་འདིར་གཅིག་ཆགས་འགྲོ་ཡི་འདུག་གྲ། ༽ དྲི་བ་མང་པོ་ཞིག་ཐེབས་སོང་། ཚང་མ་འདི་ནང་ལ་འཁྱུས་པ་བྱུས་ནས་མཉམ་དུ་ཞུ་བཞག་གི་ཡོད། གཅིག་གཅིག་གཉིས་གཉིས་བྱུས་ནས་ཞུ་བསྡད་པ་ཡིན་ན། གང་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ན་བསམ་གྱི་འདུག ཡིན་ནའང་དེའི་ནང་ལ་འོས་ཚོས་ཐོག་ལ་གསུངས་སོང་། རེད་ལྷ།

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

སྤྱི་འཁྱུས་དཀོན་མཆོག་ཡང་འཕེལ་ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཁྱུས་དཀོན་མཆོག་ཡང་འཕེལ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ང་ཚོས་འདིར་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་ཚོའི་འཕོ་འགྱུར་དེར་ད་ལྟ་ཚོགས་ཚུང་གི་སྐབས་ཐོ་དེ་ལ་ལྟ་བ་ཡིན་ན། ཁ་ཐུག་ཁོ་རང་བཅའ་ཁྲིམས་དང་འགལ་བསྡད་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་དུས་ཙམ་ལ་དེ་ལ་གསལ་བཤད་མང་པོ་བྱུས་བསྡད་ན། དུས་ཚོད་འཕྲོ་བརླག་འདྲ་མཐོང་གི་འདུག དེ་ལས་ཚོགས་ཚུང་གཞན་པ་ཞིག་ལ་གཏོང་རྒྱུ། ཡང་མིན་ན་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་རྒྱུའི་སྐབས་ལ་འོས་ཤོག་གཅིག་བསྐུས་ནས་ཐག་གཅིག་བཅད་བཞག་ན། འདིའི་སྐབས་ལ་འགྲོ་དང་མ་འགྲོ་གལ་མི་འདུག་གྲ།

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

ལགས་འོང་། འདི་སྤྱིར་བཏང་བསམ་བློའི་ནང་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་། ཚོགས་ཚུང་དེ་ཚོ་ལ་གཅིག་གསུང་བཏུབ་ན། དེ་རྗེས་འབྲེལ་གྱིས་ང་ཚོས་ཚོགས་ཚུང་ལ་གཏོང་བའི་གྲོས་ཚོད་གཅིག་བསླེབ་ཀྱི་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་དགོངས་ཚུལ་སྤྱང་ཆོག་གི་རེད། ཡང་མ་འོངས་པར་བྱེད་སྟངས་ལ་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་རེད་ལྷ། འདི་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ང་ཚོས་ལས་རིམ་འགྲོ་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཏོག་ཙམ་ད་ལྟ་ང་ཚོས་ཁྲིམས་སྒྲིག་ཁག་དེ་ཚོ་བརྗོད་པ་དང་པོ་ཟིན་ན་བསམ་སོང་། དེར་ཚང་མས་ཏོག་ཙམ་བཟོད་བསྲན་གནང་རོགས་གནང་། ཏོག་ཙམ་དེར་དགོངས་བཞེས་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་ཡས་ཡིན། སྤྱི་འཁྱུས་ཀརྨ་དགེ་ལེགས་ལགས། འཕྲོས་དེ་གསུང་གནང་རོགས་གནང་། དེ་ཁྱད་མཚར་ཞེ་པོ་ཞིག ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གི་ཐོག་ལ་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་ག་རེ་རེད། སྤྱི་འཁྱུས་ཙ་ནེ་ཚང་དོན་འགྲུབ་བཀྲ་ཤིས་ལགས།

སྤྱི་འཁྱུས་ཙ་ནེ་ཚང་དོན་འགྲུབ་བཀྲ་ཤིས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་གོང་ན་འདི་བཅའ་ཁྲིམས་དང་འགལ་བའི་ཚིག་གཅིག་གསུངས་ཡོད་རེད། དེ་ལ་ཚོགས་ཚུང་གི་ཚོགས་གཙོས་ཕྱག་རྒྱོང་གི་འདུག ཁོ་ལ་གསལ་བཤད་བྱེད་བཏུབ་ན་ཡག་པོ་ཡོད་རེད།

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

དེར་གསལ་བཤད་བྱེད་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཀྱི་མཚན་ཐོ་ཞུས་ཡོད། དེ་ནས་གསལ་བཤད་བྱེད་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བསླེབ་ཡོང་གི་རེད་པ། དེ་དུས་གནང་འགྲོ་ཡི་རེད། དེ་དུས་ཚོད་འཕྲོ་བརྒྱག་རང་ཚགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག སྤྱི་འཐུས་ཀརྨ་དགེ་ལེགས་ལགས། འཕྲོས་དེ་གསུང་གནང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་ཀརྨ་དགེ་ལེགས་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེ་ག་ནང་བཞིན་ངས་ག་རེ་ཞུ་ཡི་ཡོད་རེད་ལབ་ན། གང་ལྟར་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་རྣམ་པ་གསུམ་རེད། རང་དབང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཚན་དེ་དག་འདི་ཚོགས་དུས་གཅིག་གི་ནང་ལ་གང་ལྟར་ཐག་གཅོད་ཡོང་ཡས་མི་འདུག གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཚོགས་ཆུང་འཛུགས་དགོས་ཀྱི་རེད། ཚོགས་ཆུང་གི་སྟན་ཐོ་ཡོང་དགོས་ཀྱི་རེད། རེད་པ། ང་ཚོ་གྲོས་ཚོགས་ཉི་མ་བཅུ་བཅུ་གཅིག་ཚོགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཉི་མ་བཅུ་བཅུ་གཅིག་གི་ནང་ལ་ཚོགས་ཆུང་འཛུགས་ཡས་དང་སྟན་ཐོ་ཡོང་ཡས་ཡོང་གི་རེད་དམ། ཡོང་གི་མ་རེད་པ། དེ་འདྲ་ཡིན་ཙང་འདི་ཚོགས་དུས་རྗེས་མའི་ཐོག་ལ་བསྐུམ་ཕེབས་ཡས་ཤིག་ང་ཚོས་སྲིག་གཞི་ནང་ལ་བསྒྱུར་བཅོས་དེ་འདྲ་ཞིག་བཟོས་ཡོད་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་མང་པོ་ཞིག་གསུངས་སོང་། རེད་པ། དྲི་བ་ལ་ལན་རྒྱག་སྙིང་ཡང་བློ་མ་སོང་། ཚོགས་ཆུང་ལ་བཞུགས་བྱེད་ལབ་དུས་བཞུགས་མཁན་ཡོད་མ་རེད། རེད་པ། ད་ལྟ་ཚང་མས་མཁྱེན་མདོག་ཁ་པོ་གསུང་གི་འདུག་གྲ། གཅིག་ཕེབས་ཤོག་ཟེར་དུས་ང་མིན། ཁོ་མིན། ང་འཛོན་གྱི་མེད། ང་ཡར་ལ་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ང་མར་ལ་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། རེད་པ། ཕེབས་མཁན་ཡོད་མ་རེད། བྱུས་ཅང་ད་ལྟང་ང་ཚོ་ཚོགས་ཆུང་གི་ཐོག་ནས་གང་ཡོང་ཅེ་ཡོང་བྱུས་ཡིན། རེད་པ། ཚོགས་ཆུང་གཞན་དག་གཅིག་བཙུགས་པ་ཡིན་ནའང་ངའི་བསམ་པ་དེ་ལས་ལྷག་པ་བྱུས་ཡོང་བསམ་གྱི་མེད། དྲང་པོ་ཡིན། ད་ལྟ་ནས་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེ་ནས་ང་ཚོས་གཞུག་མ་བལྟ་ཆོག་གི་རེད་པ། ཚོགས་ཆུང་བཙུགས་ནས་གཞུག་མ་ག་རེ་འཁྱེར་ཡོང་གི་འདུག བལྟ་ཆོག་གི་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ང་ཚོ་ཚོགས་ཆུང་གི་ཐོག་ནས་གང་ལྟར་གང་ཡོང་ཅེ་ཡོང་བྱུས་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཙམ་ལ་ང་ཚོས་རྒྱ་གར་གྱི་ཁྲིམས་ནས་གང་ལ་གང་འཚམ་ཞིག་བལྟས་པ་ཡིན། བལྟས་ནས་ང་རང་ཚོའི་འགྲོ་སྟངས་ཤིག་གི་ཐོག་ནས་བཟོ་དགོས་ཀྱི་རེད་མ་གཏོགས། ཚང་མ་ལ་དཔེ་བལྟ་ཡས་གལ་མི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྐབས་ལ་ཚོགས་ཆུང་གིས་ག་རེ་གནང་གི་ཡིན་པ་ཡིན་ན་ཡང་དེ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་ཚོས་དགོངས་པ་བཞེས་ཡས་རེད། ཚོགས་ཆུང་ལ་གཏང་དགོས་ཡོད་ནའང་གཏོང་རོགས་གནང་། ང་ཚོ་ལ་ནི་ཁྱད་པར་གང་ཡང་མེད། འོ་དེ་ཞུ་ཡས་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

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

སྤྱི་འཐུས་བསྟན་འཛིན་འཇིགས་གྲོལ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་བསྟན་འཛིན་འཇིགས་གྲོལ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག གོ་སྐབས་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ། འདིར་ཆ་ཤས་ལེན་པའི་ཐོག་ནས་ད་གིན་གོང་དུ་ང་རང་ཚོའི་ཚོགས་ཆུང་གི་ཚོགས་གཙོས་འདུག་སེ་ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་བརྗོད་གནང་ཚར་བ་རེད། སོ་སོ་ཡིན་ནའང་ལས་རིམ་

རྣམ་གཞག་མཉམ་དུ་ཡོད་རེད་པླ་ཞུས་པའི་ཐོག་ནས། ད་ལྟ་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་གི་ངོས་ནས་ཁྲིམས་འཆར་ཁྲིར་བསླེབས་པའི་སྐབས་སུ་མི་རེ་རེ་ཡིས་དྲི་བ་རེ་སྐྱུལ་དུས་ལན་འདེབས་འབུལ་ཡས་ཀྱི་དུས་ཚོད་གནང་གི་འདུག དང་པོ་དེ་ལ་ང་ཚོ་ཡིན་པ་ཡིན་ན། མི་གཉིས་དེ་ནས་སྡེབ་གཅིག་ལ་མི་དྲུག་ཙམ་རེད་པླ། དེ་ཡིན་དུས་ཙམ་ལ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་སྐབས་རེ་ལན་ཐེབས་མ་ཐེབས་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཡོང་བསྡད་ཀྱི་འདུག བྱས་ཙང་ད་ལྟ་ཆགས་བསྡད་པ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་གོང་དུ་ཕྱག་སྙིལ་ཚོགས་ཆུང་གི་དྲུང་ཆེ་ཡིས་གསུངས་གནང་བ་དེ་ག་རང་རེད། དངོས་གནས་འདིའི་སྐད་ལ་ད་ལྟ་འཕྲུལ་ཕྱུགས་རྒྱང་གསུམ་གྱི་བསམ་བློ་བཏང་བའི་ཐོག་ནས་འབད་བརྩོན་ཞུས་པ་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་ཚང་མ་འདི་ལ་ང་ཚོ་འདིར་སྤྱི་བའི་འགན་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། རྣམ་པ་ཚོའི་སྐུ་དབང་རེད། ཡིན་ནའང་། ང་རང་ཚོའི་སྒྲིག་འཛུགས་འདིར་དགོངས་པ་བཞེས་པའི་སྐབས་སུ་ད་ལྟ་གཅིག་བུ་མ་ཡིན་པར། ཕྱུགས་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་པ་འདི་གལ་ཆེན་པོ་མཐོང་གི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་ཚིག་སྒྱུར་གྱི་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཨ་ལས་དང་པོ་གཞན་པ་དེ་ཚོ་ལ་ངས་བཀའ་ལན་མ་ཞུ་གོང་ལ་ཡོད་རེད་པླ། ད་ལྟ་གོང་དུ་ད་ལྟ་སྤྱི་འཐུས་གཅིག་འདིར་བཞུགས་མི་འདུག ཕེབས་ཚར་བཞག དེ་ཡིན་དུས་ད་གིན་ཁོང་གིས་ཚིག་དེ་འདྲ་ཞིག་བེད་སྤྱོད་བཏང་གནང་སོང་། གནས་ཚད་མ་འདངས་པ་ཡོད་རེད་པླ། དེ་ངས་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོ་གནས་ཚད་འདངས་བསྡད་པ་ཞིག་ཡོད། འདིར་ང་ཚོའི་བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ ༣༨ པ། སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་ངོས་ཆོས་ནང་གཟིགས་པ་ཡིན་ན། བོད་ཀྱི་ཡུལ་མི་ཡིན་པ་དེ་གང་ཟག་མངོན་གསལ་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་གྱི་རང་ལོ་ ༢༥ ཧྲིལ་པོ་ལོན་པ་དེ་མངོན་གསལ་རེད། དེ་ག་ནང་བཞིན་གྱི་ཁྲིམས་ཁང་ནས། སྨན་པ་ཚད་ལྡན་གྱིས་རིག་འཚོ་མ་ཟིན་པ་གསལ་བསྒྲགས་བྱས་པ་མ་ཡིན་པ་མངོན་གསལ་རེད། བུ་ལོན་སྤྲུབ་འཇལ་མ་ཐུབ་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་མངོན་གསལ་རེད། ཁྲིམས་ཁང་ནས་ཉག་ཉེས་ཐོག་ཟིན་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་མངོན་གསལ་རེད། དྲུག་པ། བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་མ་ཡིན་པ་མངོན་གསལ་རེད། བདུན་པ། བོད་མིའི་ཁེ་ཕན་ལ་གནོད་གཞིའི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་ལས་དོན་དང་གོ་གནས་ (**ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** བརྗོད་པ་དང་པོ་ད་ལྟ་ང་ཚོའི་ཚིག་བརྗོད་དེ་རེད་པླ།) ལགས་འོང་། དེ་ཡིན་དུས་ཚིག་དེ་འདྲ་བེད་སྤྱོད་བཏང་དུས་གང་ལྟར་ཁོ་རང་གིས་ཚིག་འདི་དངོས་གནས་བྱས་ན་མར་ཕྱིར་འཐེན་གནང་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། བྱས་ཙང་ད་ལྟ་གཅིག་འདིའི་ནང་ལོགས་ལ་ད་ལྟ་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་གི་ངོས་ནས་འདི་ཙིག་གསུངས་གནང་སོང་། གྲོས་ཚོད་འདི་རིགས་གང་ལྟར་ཚད་ལྡན་ཡོང་བར་ག་ཤམ་གསལ་གྱི་ཆ་རྐྱེན་ཁག དེ་ཡིན་དུས་ཚིག་དེ་ག་རང་གཟིགས་པ་ཡིན་ན། དེ་སྔོན་ཚོགས་ཆུང་གིས་ཕྱག་ལས་གནང་བའི་ཚིག་དེ་ག་རང་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ནས་ང་ཚོས་འདིའི་སྔོན་གྱི་ཚོགས་ཆུང་གིས་ཚིག་དེ་ཚོ་བེད་སྤྱོད་བཏང་བར་ད་ལྟ་གཞི་བཞག་པ་འདི་མངོན་གསལ་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ནས་མར་ཆ་རྐྱེན་དེའི་ནང་ལོགས་ལ་ད་ལྟ་སྲིད་སྐྱོང་ངམ་བཀའ་བློན་གྱི་ངོས་ཆོས་གསུང་བའི་སྐབས་སུ་འདི་གང་ལྟར་དོན་ཚན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། དེའི་ནང་ལོགས་ལ་ད་ལྟ་གནད་འགག་ཆེ་བ་དོན་ཚན་ ༩།༡༠།༡༡ ཟེར་དུས་ཙམ་ལ་བོད་མིའི་ཁེ་ཕན་ལ་གནོད་གཞིའི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་ལས་དོན་དང་། དངུལ་དངོས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་མེད་པ། དེ་ཡིན་དུས་ཙམ་ལ་བོད་མིའི་ཁེ་ཕན་ལ་གནོད་གཞིའི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་ལས་དོན་ལབ་དུས་དེར་བོད་མིའི་ཁེ་ཕན་ལབ་དུས་འགྲེལ་བཤད་གང་ལྟར་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད་པླ། དེ་ག་ནང་བཞིན་གྱི་ ༡༠ པ་སྤྱི་འཐུས་ལྡན་ཚོགས་ཀྱིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་འོས་བསྡུའི་ཁྲིམས་ལུགས་སམ་ཁྲིམས་སྒྲིག་ཅི་རིགས་དང་མི་འགལ་བ། དེ་ཡིན་དུས་དེ་ནས་གང་ལ་གང་འཚམ་ཞིག་ཁོ་གོ་བ་འཐུས་ཐུབ་པ་འདུག དེ་ནས་ ༡༡ པ་དེ་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་ལ་ཡིད་ཆེས་བློ་གཏད་མེད་པ། དེ་

ནས་བོད་མིའི་རྩ་དོན་ལ་གནོད་པའི་ལབ་དུས་བོད་མིའི་རྩ་དོན་ལབ་དུས་ཁོ་འགྲེལ་བཤད་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་རེད་ལ྄། དེ་ཡིན་དུས་འདི་ཆ་ཚང་ཞིག་གང་ལྟར་འཚུད་མ་ཐུབ་པ་མི་འདུག

དེ་ནས་ད་ལྟ་ཕྱག་སྡེབ་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་ད་ལྟ་བཞི་ཆ་གཅིག་འདི་གསུངས་གནང་སོང་། དེ་ཡིན་དུས་བཞི་ཆ་གཅིག་འདི་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་གང་ལྟར་འཐབ་ཕྱུགས་རྒྱང་གསུམ་འདུག་སེ་དགོངས་པ་བཞེས་པའི་ཐོག་ནས་སྟོན་མའི་ཚོགས་ཚུང་མི་བཅུ། མི་འགྲོ་བཅུ་འདུག་སེ་གསུངས་གནང་གི་འདུག སོ་སོས་ནོར་མེད་པ་ཡིན་ན། མི་འགྲོ་བཅུ་གཞི་བཞག་ས་དེ་རྒྱ་གར་གྱི་རྩ་ཁྲིམས་ནང་ལོགས་ལ་དེའི་ནང་ལོགས་ནས་ད་ལྟ་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་འཐོ་འགྱུར་བྱུས་པའི་སྐབས་སུ་མ་མཐར་མི་བརྒྱ་དགོས་འདུག་གླ། དེ་ཡིན་དུས་དེ་འདྲའི་གང་ལྟར་སྒྲོམ་གཞིར་གཞི་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་མི་བཅུ། ང་རང་ཚོས་བཞི་ཆ་གཅིག་བཤད་པའི་སྐབས་སུ་མ་འོངས་པར་ང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་གྲུབ་ཆ་དེ་ཉུང་དུ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན། གང་ལྟར་བཞི་ཆ་གཅིག་འདི་ང་ཚོས་ཆད་འཛིན་ཡས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད་ལ྄། ཚད་ལྡན་ཞིག དེ་ཡིན་དུས་དེ་གཞིར་བཟུང་གི་ཁོ་གྲངས་ཏག་ཏག་ཅིག་བསླེབ་འགྲོ་ཡི་རེད། དེའི་གྲངས་ཀ་དངོས་སུ་འདི་ཡིན་ཞུ་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས་ཡོད་རེད་ལ྄། བྱས་ཙང་འདི་གཅིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་ག་ནང་བཞིན་གྱི་ད་ལྟ་ཆ་རྐྱེན་ཁག ད་ལྟ་གོང་དུ་ཕྱག་སྡེབ་གཅིག་གི་ཡང་ན་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གྲོས་ཚོད་དེར་ཚད་ལྡན་ཡོང་བར་གཞམ་གསལ་ཁག ད་ལྟ་ལུས་སེམས་ཀྱི་གནས་བབས་རྐྱེན་པས་རང་འཁྲིའི་ལས་འགན་འགྲུབ་མ་ཐུབ་པའི་དོན་གནད་སྐོར་ཡིན་པ། དེ་ལུང་འདྲེན་བྱས་སོང་། དེའི་སྐད་ལ་དོན་ཚན་དང་པོ་དེ་བོད་མིའི་རྩ་དོན་དང་ཁེ་ཕན་ལ་གནོད་པའི་ལས་དོན་ལབ་དུས། ཡང་བོད་མིའི་རྩ་དོན་ལབ་དུས་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་ས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་བསྡད་དུས་རང་བཞིན་གྱིས་འདིའི་ནང་ལ་གང་ལ་གང་འཚམ་ཞིག་ཁོ་ཚུད་བསྡད་པ་སོ་སོའི་ངོས་ནས་དང་། རང་ཚོ་ང་ཚོ་ཚོགས་ཚུང་གི་ངོས་ནས་ཀྱང་ངོས་འཛིན་ཞུ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནས་ཆད་པ་ཡོད་ན་ཚོགས་ཚུང་གི་ཚོགས་མི་རྣམ་པས་དེ་ག་ནང་བཞིན་ཞུ་རོགས་བྱེད་ཞུ་ཡས་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་།

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

སྤྱི་འཐུས་ཚོགས་ཚུང་གི་ཚོགས་གཙོ་རྡོ་རྗེ་ཚེ་བརྟན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་རྡོ་རྗེ་ཚེ་བརྟན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག གོ་སྐབས་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་། ད་ལྟ་དྲི་བ་གནད་འགག་ཆེ་བ་ཁག་ཅིག ད་གིན་དྲི་བ་མང་པོ་ཡོད་ཙང་འདིར་གཅིག་ལྷག་སོང་རེད་ལ྄། འདི་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་དོན་ཚན་ ༢༨ པའི་སྲིད་སྐྱོང་གི་འོས་པ། གལ་སྲིད་དེ་མ་ཐག་ཏུ་གྲོས་ཚོགས་ཀྱིས་འཐོ་འགྱུར་བཏང་ན། དེ་ནས་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ལོགས་ལ་ཕ་གིར་ཡང་དོན་ཚན་ ༤ པའི་ནང་ལོགས་ལ་འཁོད་ཡོད་རེད་ལབ་པ་དེ་གནད་འགག་ཅིག་རེད། ཡིན་ནའང་། དེ་རིང་ང་ཚོ་འདི་བརྗོད་པ་དང་པོ་རེད་ལ྄། ཚོགས་ཚུང་གི་བསམ་ཚུལ་ཕྱུལ་གྱི་ཡོད་རེད། དེ་ལ་ཡང་བསྐྱར་བཙོས་འཕྲེར་ཚོག་གི་ཡོད་རེད། དེ་གཏན་འབེབས་ཆགས་པ་དེ་འདྲ་ནི་གལ་མ་རེད། དེ་འགྲོ་སྟངས་ཀྱི་བརྗོད་པ་དང་པོ་རེད། བརྗོད་པ་གཉིས་པ་རེད། དེར་ཆ་ཚང་ལམ་ཀ་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་རིགས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་གནད་འགག་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ཚོགས་ཚུང་གི་ངོས་ནས་ངོས་བཞེས་གནང་དང་གནང་། དེ་དང་མཉམ་དུ་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཡང་དེ་ལ་གཟིགས་དགོས་ཡས་ཤིག་འདི་རེད་བཞག མ་འོངས་པར་ཚོགས་ཚུང་

ཤུ་ཡིས་ལས་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ནའང་། གལ་སྲིད་གང་ཟག་དེ། སྲིད་སྐྱོང་དེ་ཡིས་དངོས་གནས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བདེ་འཛུགས་དང་གནས་སྟངས་ཤིག་ལ་འཕོ་འགྱུར་བཏང་བ་ཡིན་ན། སྲིད་སྐྱོང་གཞན་པ་མ་བསླེབ་བར་དུ་ད་དུང་རྒྱུན་བཀྲག་སྣང་ལ་བསྡད་སྡོད་ཀྱི་རེད་དང་མ་རེད། དེར་དགོངས་པ་ཞིག་རྗེས་མ་ཡང་བཞེས་དགོས་པ་ཞིག་རེད་བཞག ང་ཚོ་ཕ་གིར་རྩ་ཁྲིམས་ཡིན་ནའང་། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག བཅའ་ཁྲིམས་ཡིན་ནའང་དེ་འདྲའི་དགོས་མཁོ་ལ་ལྟ་གིན་ལྟ་གིན་བསྒྱུར་བཅོས་བྱེད་ཀྱིན་བྱེད་ཀྱིན་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད་པཱ། འདིར་བཅའ་ཁྲིམས་དེ་རྫོ་ལ་བརྐོས་པ་མ་རེད་པཱ། དེ་ཡང་དེའི་ནང་ལོགས་ལ་ཚང་འདུག་དང་མི་འདུག་ཅེས་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་རྒྱུ་ཞིག་རེད་བཞག དེ་ནས་ད་ལྟ་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག {**ཚོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་བསྟན་འཕེལ་མཆོག་ནས།** དེ་ཚོ་ཚོགས་ཚུད་ལ་གཏོང་ཡས་ཆགས་སོང་ན། གྲོས་ཚོད་འཁུར་ཡོང་གི་རེད་པཱ། གྲོས་ཚོད་ཀྱི་ཐོག་ལ་གསུང་ཚོག་གི་ཡོད་རེད། ད་ལྟ་བཀའ་ལན་དེ་གནང་རོགས།} ལགས་འོང་།

དེ་ནས་ད་ལྟ་དྲི་བ་བསླེབས་ཡོད་ཙང་ལན་ཐུང་ཐུང་ཁ་ཤས་ཤིག་རྒྱག་གི་ཡིན། གནད་འགག་བཅས་པ། ད་ལྟ་ཕྱག་སྒྲིལ་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་གསུངས་གནང་སོང་། སྤྱི་འཐུས་བཞི་ཆ་གཅིག་བྱེད་ཡས་དེ་ཡང་ཏོག་ཙམ་སྟབས་བདེ་པོ་ཆགས་ཀྱི་མ་རེད་དམ་ལབ་ན་ས། ད་ལྟ་ཡོད་བཞིན་པ་ང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་ནང་ལོགས་ལ་སྤྱིར་བཏང་རང་དབང་ཅན་གྱི་སྡེ་ཚན་དང་། སྲིད་སྐྱོང་དང་། ཚོགས་གཙོ་ཚོགས་གཞོན་ལ་མ་གཏོགས་ཡོད་མ་རེད། དེ་ནང་ལོགས་ལ་ཆ་རྐྱེན་དེ་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད། ད་ལྟ་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་ཆ་རྐྱེན་ཞིག་དགོས་འདུག་ལབ་པ་དེ། དེ་སྔ་ཚོགས་ཚུད་གིས་འཕྱེར་བསླེབས་པའི་ནང་ལོགས་ལ་ཆ་རྐྱེན་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད། ང་ཚོའི་ངོས་ནས་དེ་ལ་དཔག་པའི་གོམ་པ་གཅིག་བརྒྱབ་རེད། ཡིན་ནའང་། ཆ་རྐྱེན་དེ་བརྟོན་པའི་སྐབས་སུ་ལ་ཏོག་ཙམ་ཞིག་ང་ཚོ་གཅིག་ཕྱུ་མ་རེད་བཞག དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་གིན་ངས་གོང་དུ་ཁྲིམས་ཞིབ་ལྷན་ཁང་ཞུས་པའི་སྐབས་སུ་ལ་ད་ལྟ་ཨིན་སྐད་ཐོག་ནས་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེ་ག་རང་རེད་བཞག Misbehaviour ལབ་པ་ཞིག་ཡོད་རེད་པཱ། དེ་དཔེ་ཁྲབ་ཆེན་པོ་རེད་ལབ་ནས་ཁོང་རང་ཚོའི་ནང་ལོགས་ལ་རྩོད་རྙོག་ཞེ་པོ་ཞིག་འདུག དེ་ཡིན་དུས་དེ་སྤྱི་ཡང་གང་འདྲ་བྱས་བཞག ཁྲིམས་དཔོན་དེ་འདྲ་འཕོ་འགྱུར་བཏང་ཡོད་ན། དེའི་སྐབས་སུ་ལ་ལུང་གང་འདྲ་བྲངས་བཞག རེད་པཱ། དེའི་སྐབས་སུ་ལ་དམིགས་བསལ་ལྐོག་ཟ་རྡུལ་སྤུངས་དང་། དངུལ་དངོས་ཀྱི་ཁེ་ཕན། དབང་ཆ་ལ་དོ་ཕོག་གཏོང་མཁན། བེད་སྤྱོད་ལོག་པ་གཏོང་མཁན་དེ་འདྲའི་ཆ་རྐྱེན་བཀོད་བཞག དེ་ཏོག་ཙམ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་ནང་བཞིན་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་ཚོགས་ཚུད་གི་ད་ལྟ་གོང་དུ་ཕྱག་སྒྲིལ་གྱིས་བཀའ་ལན་གནང་སོང་། བཀའ་ལན་གནང་བ་ལ་དངོས་གནས་དམིགས་བསལ་ཞུ་དགོས་པ་གང་ཡང་མེད། ཡིན་ནའང་། ད་གིན་ཕྱག་སྒྲིལ་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་གསུངས་སོང་། སྤྱི་འཐུས་ཡོངས་རྫོགས་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་ཡས་འདི། དེ་སྔ་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ལོགས་རེད་པཱ། ང་ཚོ་ད་ལྟ་ཚོགས་འདུའི་འགྲོ་ལུགས་ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་དེ་སྔ་ཡི་ཚོགས་ཚུད་གི་གང་ཡོད་པ་དེའི་སྐད་ལ་ང་ཚོ་ལས་ཀ་བྱེད་དུས། དེ་མེད་པ་ཞིག་ང་ཚོས་འཕྱེར་བསླེབས་ན་ཡང་ཏག་ཏག་ཅིག་བསྡད་ཀྱི་མ་རེད། དེ་སྤྱི་འཐུས་གང་ཟག་ཁོ་རང་སྔོན་མ་ཚོགས་ཚུད་ནང་ལ་བཞུགས་ཡོད་རེད་པཱ། ཁོ་རང་གིས་དྲན་པ་བརྗེད་ཚར་འདུག་གཱ། ད་ལྟ་ལམ་སང་ཞིག་ཚོགས་ཚུད་གིས་གཅིག་འདངས་ཀྱི་མི་འདུག གཉིས་འདངས་ཀྱི་མི་འདུག་ལབ་ན་ཡང་གནས་སྟངས་གང་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དམ། དེ་ནས་ཕྱག་སྒྲིལ་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་དྲི་བ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་དྲིས་སོང་། དེང་སང་ཡང་ཁ་ཤས་ལས་སྣེ་ཡི་ཐོག་ནས་མར་ཕུད་ཚར་ཡིན་ན། ཡང་ཡར་འཛུལ་བསླེབ་ན། དེ་ལ་ཚོགས་ཚུད་གིས་ག་རེ་བྱས་ཡོད། ཚོགས་ཚུད་ལ་དེ་འདྲའི་ནུས་པ་ག་བ་ག་བ། གྲོས་ཚོགས་ཀྱིས་བྱེད་མ་ཐུབ་ན་ཚོགས་ཚུད་གི་མི་

གསུམ་གྱིས་བྱེད་ཐུབ་ཡས་དེ་ག་པར་ཡོད་རེད། དེ་ཡང་གྲོས་ཚོགས་ལ་དྲི་བ་ཞིག་གཏོང་དགོས་པ་ཞིག་རེད་བཞག སོ་སོ་རང་ལ་དྲི་བ་གཏོང་དགོས་ཡས་ཤིག་རེད་བཞག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་དང་མཉམ་དུ་མ་གཞི་དུས་ཚོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ཞེ་དྲག་ཞུ་མི་དགོས་པ་བྱུས། ཡིན་ནའང་། གལ་ཆེ་ཤོས་གཅིག་སྟེ་ད་ལྟ་ཚོགས་ཚུང་གི་འཁྱུས་མི་ང་བརྩིས་པའི་གཉིས་ཡོད་རེད། ཁོ་རང་ཚོས་དུས་ཚོད་བཏང་བྱུས་ཏེ་དངོས་གནས་སོ་སོས་དུས་ཚོད་བཏང་རེད། ཆ་ཤས་ལེན་རེད། དེ་སྔ་ཚོགས་ཚུང་གིས་བཞག་པ་ལས་དེ་རིང་དྲི་བ་གནད་འགག་ཆེ་བ་དེ་དཔེ་མི་སྲིད་གལ་ཆེན་པོ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དྲི་བ་གལ་མེད་པ་བྱུས། དེ་ནས་གཅིག་བཟོས་བཞག དེ་ནས་སང་ཉིན་དྲི་བ་ལུང་པ་གང་བསླེབས་དུས་རྟོག་ཞིབ་ཡོང་གི་འདུག་གྲ། དྲི་བ་ག་ཚོད་ཡོད་ནའང་། དེ་ལ་དཔག་པའི་ང་ཚོས་ལན་བཙལ་བྱུས་ཏེ་སྲིག་གཞི་ཡག་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡས་ཀྱི་རེ་བ་ཞུ་ཡི་ཡོད། ད་ལྟ་ཚོགས་ཚུང་གི་ཚོགས་མི་མ་རག་མ་རག་ནས་རེད་པ། ཤུ་ཚུགས་བརྒྱབ་ནས་ཁ་ཤས་ཀྱང་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་སྨྲེལ་པོས་ལམ་སྟོན་བྱུས་རྗེས་ཡང་ཁ་ཤས་བཞུགས་རེད། ང་ཡིན་ནའང་དངོས་གནས་དེ་སྔ་ཚོགས་ཚུང་གཅིག་གཉིས་ནང་བསྡད་པའི་གོ་སྐབས་རག་སོང་། མཁྱེན་རྒྱུ་ཡོད་པ་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། ཉམས་མྱོང་ཡོད་པ་མང་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། གོ་སྐབས་གཞན་པ་ལ་དང་པོ་ཕུལ་ན་ཞུས་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་དེ་མེད་དུས་ལས་དོན་གཅིག་ནི་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་གྲ། ཡིན་ནའང་གནད་ཚོད་མཐོན་པོའི་ཐོག་ནས་དེ་སྔ་ཚོགས་ཚུང་གིས་གནང་བཞག་པ་ལས་ད་ལྟའི་ཚོགས་ཚུང་གི་ལས་དོན་དེ་གོམ་པ་གཅིག་ང་ཚོས་རྒྱག་ཐུབ་པ་ཞིག་ལ་ང་ཚོས་ངོས་འཛིན་ཞུ་ཡི་ཡོད། དེ་ལས་ལྷག་པ་ད་དུང་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད་ལབ་ནས་ཚོགས་ཚུང་གི་ཚོགས་མི་ཞིག་གིས་གསུངས་སོང་སྟེ། ངས་དེ་འདྲ་བསམ་གྱི་མི་འདུག ཏན་ཏན་ཐུབ་ཀྱི་རེད། དེའི་ནང་ཤོགས་ལ་དངོས་གནས་ཉམས་མྱོང་ཡོད་པ། ཤེས་ཡོན་ཡོད་པ། དེ་འཁོད་བྱུས་བསྡད་ན། མ་འོངས་པར་སོ་སོའི་ངོས་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་ཞུ་ཡི་ཡིན། ཐུགས་ཆེ་གནང་། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག

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

དེ་ཡན་ཆད་ཀྱི་ང་ཚོའི་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༢ པའི་ཐོག་ལ་བརྗོད་པ་དང་པོ་ཟིན་པ་ཡིན། བཀའ་མོལ་བྱུང་བ་གཞིར་བཟུང་རེད། ཚོགས་ཚུང་གི་ཚོགས་མི་ཚོགས་ཚུང་ནང་ཤོགས་ལ་བསྡད་རྒྱུ་འདི་དཔེ་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་ཞེ་པོ་ཞིག་འདུག ཚོགས་གཙོ་གཉིས་ཀྱིས་དང་པོ་དམིགས་འཛུགས་འདྲ་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེར་རེ་བ་ནང་བཞིན་གྲུབ་འབྲས་མེད་པ་དུས་དེ་ཡང་ཚང་མ་ལ། མི་རེ་རེར་ཡང་རེ་སྐུལ་བརྒྱབ་དགོས་པ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག རྣམ་པ་ཚོ་གསུམ་དེ་རིང་ཚོགས་ཚུང་ནང་ལ་བཞུགས། དེ་ནས་བཞུགས་པ་ཙམ་མ་ཟད། དེ་རིང་གྲོས་ཚོགས་ནང་ཤོགས་ལ་གྲོས་ཚོད་ཀྱི་དགོངས་དོན་སྣན་ཐོ་འགྲོར། ཁྲིམས་སྲིག་གི་འཆར་ཟིན་འདི་འགྲོར་ཐུབ་པ་དེར་དམིགས་བསལ་གྱིས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་ཡི་ཡིན། དེ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་རྣམ་པ་ཚོ་ཚང་མས་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོར་བ་ལ་བལྟས་པ་ཡིན་ན། དེ་ཚོགས་ཚུང་ཞིག་ལ་བསྐྱར་དུ་གཏོང་དགོས་པའི་དགོངས་པ་བསླེབས་ཀྱི་འདུག དེ་ཡིན་དུས་འདི་ཚོགས་ཚུང་ལ་བསྐྱར་དུ་གཏང་རྒྱུར་ང་ཚོས་སང་ཉིན། དེ་རིང་གི་བརྗོད་པ་དང་པོའི་བགྲོ་གླེང་གི་རྣམ་པ་ལ་བལྟས་ནས་གྲོས་ཚོད་འཁུར་ཡོང་གི་ཡིན་ཞུ་ཡི་ཡིན།

དེ་རིང་གི་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༣ པ་དེ་ད་ལྟ་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གནས་བབ་དང་འབྲེལ་བའི་ཁྲིམས་ཡིག་བསྐྱར་ཞིབ་ཚོགས་ཚུང་གི་སྙན་ཐོ་དང་། ཁྲིམས་ཡིག་བསྐྱར་བཅོས་སྙན་སྦྲོན་གནང་མཁན་དེ་ཆགས་བསྡད་

ཡོད་རེད། དེ་ད་ལྟ་འདིར་ཧ་ཅང་ཉུང་ངུ་ཞིག་ལ་བཞུགས་ཨུ། ཚོགས་གཙོས་འདི་ཐག་གཅོད་ཅིག་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། སྤྱི་འཐུས་འཇུ་ཆེན་དཀོན་མཆོག་ཆོས་སྒྲོན་ལགས། ལས་རིམ་རྣམ་གཞག་གསུང་རོགས་གནང་།

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

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་གིན་དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གི་ཐག་གཅོད་ནང་ལ་ཕྱག་ཚོད་ ༨༔༠༠ བར་དུ་ཕར་འགྱང་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་གསུངས་སོང་། ད་ལྟ་ ༨༔༣༥ རེད་འདུག ཚོགས་གཙོས་ཐག་གཅོད་ལས་འགལ་འགྲོ་ཡི་འདུག

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

ལགས་འོང་། དེ་ད་གིན་ཧ་ཅང་བཟོད་བསྲན་གནང་རོགས་ཞུས་ཡིན། ད་ལྟ་འགྲོ་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འདི་འདྲ་ང་ཚོའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཧ་ཅང་ལས་འཐོར་གྱི་ཆ་ནས་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག ད་ལྟ་གསོ་རིག་དེ་ཁ་སང་ང་ཚོས་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཁོང་རྣམ་པ་ཁག་ཅིག་ཐུག་རེད། ཁོ་ཚོའི་ཐོག་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་ན། ད་དུང་བསྐྱར་དུ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས་རྒྱུའི་དགོངས་ཚུལ་གསུངས་བསྡད་ཀྱི་འདུག ཡིན་ནའང་། དེ་རིང་དུས་ཚོད་འདང་ངེས་འདྲ་ཡིན་པ་ཡིན་ན། གྲོས་ཚོགས་ནང་གཅིག་འཁུར་ནས་བགྲོ་གླེང་འདྲ་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། ཧ་ཅང་ཐུགས་ཕན་གསོ་ཡི་མེད་ནམ་བསམ་སོང་། ཡིན་ནའང་ང་ཚོར་དུས་ཚོད་དང་ལས་འཐོར་གྱི་ཆ་ནས་ཁག་པོ་ཆགས་བསྡད་ཀྱི་འདུག

དེ་ཡིན་དུས་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་འདུའི་འགྲོ་ལུགས་དང་། ལས་དོན་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་དོན་ཚན་ ༡༣ པའི་ནང་གསེས་ ༢ པ། ཚོགས་གཙོས་དགོས་གལ་གཟིགས་ཚེ་རྒྱུ་མཚན་གསལ་བཤད་དང་འབྲེལ་གཏན་འབེབས་སྔོན་ཟིན་གྱི་ཉིན་དེའི་ལས་དོན་གྲོས་གཞིར་བསྐྱར་བཅོས་གཏོང་ཆོག ཅེན་ཀྱང་གྲོས་བསྡུར་དབུ་འཛུགས་ཟིན་པའི་གྲོས་གཞི་ཞིག་ལ་ཧ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་བྱུང་ན་ལས་བསྐྱར་བཅོས་གཏོང་མི་ཆོག་ཟེར་བ་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་གསོ་རིག་གི་ད་ལྟ་ཁྲིམས་སྒྲིག་བསྐྱར་བཅོས་ཟེར་བ་དེ། གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ལོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་ནང་ལོགས་ལ་བསྐྱར་བ་གཏོང་གི་ཡིན། དེ་གཞུག་མའི་གྲོས་ཚོགས་འདྲ་པོ་ཞིག་ལ་འཁུར་ཐུབ་རྒྱུར་འབད་བརྩོན་ཞུ་ཡི་ཡིན།

དེ་རིང་གི་ནང་གསེས་ང་པ་དེ་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད། མཛད་གཙོ་རྣམ་པའི་ཐོགས་དང་། ཟུར་ཐོགས། འཁྲིམ་འགྱུལ། མཚན་དོན། ཉིན་རེའི་ལས་དོན་བཅས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་སྒྲིག་གཞིར་བསྐྱར་བཅོས། ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༩ པ། ཁྲིམས་འཆར་འདོན་མཁན་སྤྱི་འཐུས་ཚེ་རིང་དབྱངས་ཅན་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་ཚེ་རིང་དབྱངས་ཅན་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག

ཡིག་ཆ་ཨང་། ༣༩

དང་པོ། བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ཉེར་དྲུག་པའི་འོག་སྲིད་སྐྱོང་དང་། བཀའ་བློན་རྣམ་པའི་ བླ་རེའི་ཐོགས་དང་། ཟུར་ཐོགས། འཁྲིམས་འགྲུལ་ཐོབ་ཐང་བཅས།

མཚན་གནས།	རྩ་ཐོགས།	ཡུལ་ཐང་གྱུན་གསབ།	ཐོགས་བསྡོམས།	གནས་རིམ་གོང་འོག་གི་བར་ཁྱད།	ཕྱོགས་བསྐྱོད་ཉིན་རེའི་ཟུར་ཐོགས།		ཟུར་བརྗོད།
					རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་ནང་ཧིན་སྒོར།	ཕྱི་རྒྱལ་ནང་ཨ་སྒོར།	
སྲིད་སྐྱོང་།	༩༧,༢༠༠.༠༠	༤,༠༠༧.༠༠	༥༥,༢༠༧.༠༠	༢༧༥.༠༠	༨༣༠.༠༠	༥༠.༠༠	
བཀའ་བློན་རྣམ་པ།	༩༦,༤༠༠.༠༠	༧,༨༥༦.༠༠	༥༩,༧༥༦.༠༠	༢༧༥.༠༠	༨༢༠.༠༠	༩༥.༠༠	

གཉིས་པ། བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་ལྔ་བཅུ་པའི་འོག་སྤྱི་འཐུས་ཀྱི་མཚན་མཐོང་དོད་དང་། ཉིན་རེའི་ལས་དོད། ཉིན་དོད་བཅས།

མཚན་གནས།	མཚན་དོད།	ཉིན་རེའི་ལས་དོད།	ཟླ་རེའི་མཚན་དོད་དང་། ལས་དོད་བསྡོམས།	གནས་རིམ་གོང་འོག་གི་བར་ཁྱད།	ཕྱོགས་བསྐྱོད་ཉིན་རེའི་ཉིན་དོད།		ཟུར་བརྗོད།
					རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་ནང་ཧིན་སྒོར།	ཕྱི་རྒྱལ་ནང་ཨ་སྒོར།	
སྤྱི་འཐུས་ཚོགས་གཙོ།	༧,༠༠༠.༠༠	༢,༦༠༨.༩༠	༥༥,༣༤༣.༠༠	༢༧༦.༠༠	༨༣༠.༠༠	༥༠.༠༠	
སྤྱི་འཐུས་ཚོགས་གཞོན	༧,༠༠༠.༠༠	༢,༥༨༧.༧༠	༥༩,༨༣༢.༠༠	༢༧༦.༠༠	༨༢༠.༠༠	༥༠.༠༠	
སྤྱི་འཐུས།	༧,༠༠༠.༠༠	༢,༥༤༠.༣༠	༥༩,༩༠༦.༠༠	༢༧༥.༠༠	༨༠༠.༠༠	༩༥.༠༠	

གསུམ་པ། བཅའ་ཁྲིམས་དོན་ཚན་རེ་ལྔ་པ་དང་། དོན་ཚན་གོ་བརྒྱད་པ། དོན་ཚན་བརྒྱ་དང་བཞི། དོན་ཚན་བརྒྱ་དང་དགུ་བཅས་ཀྱི་འོག་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ཆེ་བ་དང་། ཁྲིམས་ཞིབ་པ་གཞན་གཉིས། དབུས་འོས་བསྡུའི་འགན་འཛིན་རྣམ་པ།

རྩིས་ཞིབ་སྤྱི་ཁྱབ་པ། ལས་བྱེད་འདེམས་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་བཅས་ཀྱི་ཟླ་རེའི་ཕོགས་དང་། ཟུར་ཕོགས། འགྲིམས་འགྲུལ་ཐོབ་ཐང་བཅས།

མཚན་གནས།	ཕ་ཕོགས།	ཡུལ་ཐང་གུན་གསབ།	ཕོགས་བསྡོམས།	གནས་རིམ་གོང་འོག་གི་བར་ཁྱད།	ཕྱོགས་བསྐྱོད་ཉིན་རེའི་ཉིན་དོད།		ཟུར་བརྗོད།
					རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་ནང་ཉིན་སྐོར།	ཕྱི་རྒྱལ་ནང་ཨ་སྒོར།	
ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ཆེ་བ།	༩༧,༩༠༠.༠༠	༤,༠༥༤.༠༠	༥༥,༩༥༤.༠༠		༨༣༠.༠༠	༥༠.༠༠	
ཁྲིམས་ཞིབ་པ་གཞན།	༩༦,༤༠༠.༠༠	༧,༨༥༦.༠༠	༥༩,༧༥༦.༠༠	༡༧༥.༠༠	༨༡༠.༠༠	༩༥.༠༠	
དབུས་འོས་བསྡུའི་འགན་འཛིན་དང་། འགན་འཛིན་ལས་འཐར།	༩༦,༦༥༠.༠༠	༧,༨༣༡.༠༠	༥༩,༥༤༡.༠༠	"	༨༠༠.༠༠	༩༥.༠༠	
ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐོ་ལྷན་ཁང་གི་ཚོགས་གཙོ།	༩༦,༦༥༠.༠༠	༧,༨༣༡.༠༠	༥༩,༥༤༡.༠༠	"	༨༠༠.༠༠	༩༥.༠༠	
རྩིས་ཞིབ་སྤྱི་ཁྱབ་པ།	༩༦,༦༥༠.༠༠	༧,༨༣༡.༠༠	༥༩,༥༤༡.༠༠	"	༨༠༠.༠༠	༩༥.༠༠	

ལས་ཐོན་ཕོགས་ཐོབ་ཀྱི་ཕ་ཕོགས་གོང་གསལ་ལས་གནས་སོ་སོའི་ཕ་ཕོགས་ཐོབ་འབབ་གཞིར་བཟུང་མཛད་གཙོ་རྣམ་པའི་ཐོབ་ཐང་སྒྲིག་གཞི་ནང་གསལ་ཞབས་ལོ་རྩིས་བསྐོར་གྱིས་ཐོབ་རྒྱུ།
ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐོ་ལྷན་ཁང་གི་ཚོགས་མིར་ལས་བཅར་སྐབས་ཉིན་གྲངས་ཇི་འགོར་ལ་འདེམས་ལྷན་ཚོགས་གཙོའི་ཕ་ཕོགས་ཉིན་གྲངས་ ༣༠ ལ་རྩིས་བསྐོར་གྱིས་ཉིན་རེར་ཐོབ་ཆ་ཇི་བྱེད་ལས་དོད་དུ་ཞུ་སྤྲོད་ཚོག་རྒྱུ་དང་། ཟླ་རེར་མཚན་དོད་སྒོར་ ༡,༧༠༠.༠༠ འཐོབ་རྒྱུ།

བཞི་པ། སྤྱི་ཞུའི་ལས་བྱེད་རྣམ་པར་ཡུལ་ཐང་ཀུན་གསལ་ནམ་འཕར་སྐབས་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་ལ་འདང་གཅིག་གྱུར་རང་བཞིན་གྱིས་འཕར་རྒྱུ་དང་། དེ་ཡང་མཛད་གཙོ་རྣམ་པའི་རྩ་ཐོགས་དང་། མཚན་དོན། ལས་དོན་བཅས་ལ་རྩིས་བསྐོར་གྱིས་ཐོབ་རྒྱུ། ཡུལ་ཐང་ཀུན་གསལ་འཕར་འབབ་ལ་གཞིགས་པའི་མཛད་གཙོ་རྣམ་པའི་མཚན་དོན་དང་། ལས་དོན། ཉིན་དོན། འགྲིམས་འགྲུལ་ཟུར་ཐོགས་བཅས་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་གཏན་འབེབས་གནང་དགོས།

ལྔ་པ། སྤྱི་ཞུ་ལས་བྱེད་རྣམ་པར་ཐོགས་རིམ་བསྐྱར་བཙོས་སྐབས་བོད་མིའི་སྲིག་འཛུགས་ཀྱི་མཛད་གཙོ་རྣམ་པའི་ཐོགས་ཀྱང་དུས་ནས་དུས་སུ་སྤྱི་འཐུས་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་མུས་ཡིན་ན་གྲོས་ཚོགས་ནས་དང་། དེ་མིན་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ནས་སྟར་ཆ་གནང་དགོས། སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ནས་ཕྱིས་སུ་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་སྐབས་གྲོས་ཚོགས་ནས་བཀའ་འཁྲོལ་ཞུ་དགོས།

དྲུག་པ། ཚད་རིམ་སྒྲིག་གཞི་འདི་བཞིན་སྤྱི་ཞུ་ལས་བྱེད་རྣམ་པའི་ཐོགས་རིམ་བསྐྱར་ཞིབ་ཚོགས་ཆུང་བདུན་པའི་སྙན་ཐོ་དང་བཀའ་ཤག་གི་བཀོད་ཁྲབ་ཀྱི་རྩ་ཐོགས་གསར་པའི་ཚད་གཞི་བཞིན་མཛད་གཙོ་རྣམ་པར་ཡང་དེ་མཚུངས་བརྩིས་བསྐོར་གྱིས་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༩ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༤ ལ་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་ལྟར་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༩ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡ ནས་རྩ་འཛིན་ལག་བསྟར་ཞུ་དགོས་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཐོགས་རིམ་བསྐྱར་ཞིབ་ཚོགས་ཆུང་བདུན་པའི་སྙན་ཐོའི་ས་བཅད་དྲུག་པའི་ནང་གསེས་ ༦་༢༡ དང་ ༦་༢༢ ཀྱི་དགོངས་དོན་སྤྱི་ཞུ་ལས་བྱེད་རྣམ་པའི་གཞུང་དོན་ཕྱོགས་བསྐྱོད་ཀྱི་ཟུར་ཐོགས་ཐོབ་འབབ་བཀའ་ཤག་གི་བཀོད་ཁྲབ་བཞིན་མཛད་གཙོ་རྣམ་པ་ལ་ཡང་དེ་མཚུངས་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༩ ཟླ་ ༨ ཚེས་ ༥ ལ་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་ལྟར་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༩ ཟླ་ ༨ ཚེས་ ༡ ནས་ལག་བསྟར་ཞུ་དགོས།

བདུན་པ། སྒྲིག་གཞི་འདི་ལ་བསྐྱར་བཙོས་ནམ་དགོས་སྐབས་སྤྱི་འཐུས་མང་མོས་ཀྱིས་བསྐྱར་བཙོས་གནང་བར་སྲིད་སྐྱོང་གིས་ཚོག་མཆན་མིང་རྟགས་འགོད་དགོས།

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

ཁྲིམས་འཆར་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་མཁན་སྤྱི་འཐུས་བསྟན་འཛིན་འཇིགས་བྲལ་ལགས།

སྤྱི་འཐུས་བསྟན་འཛིན་འཇིགས་བྲལ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག གཞུང་འབྲེལ་སྒྲིག་གཞི་བསྐྱར་བཙོས་ཁྲིམས་འཆར་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༩ ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཞུ་ཡི་ཡོད།

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

ཁྲིམས་འཆར་དེ་ཚུད་པ་ལ་དགག་བྱ། མེད་པ་སོང་ཙང་དེ་ཚུད་པ་ཡིན། དེ་གྲོས་ཚོགས་ལ་བཀའ་འཁྲོལ་ཞུ་རྒྱུ་གཅིག་ལྷུ་འདྲ་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ནམ་རྒྱུན་འགྲོ་སྟངས་འདྲ་པོ་ཞིག ཁྲིམས་འཆར་འཁུར་སྟངས་འདྲ་པོ་ཞིག་འཁུར་བསྡུད་པ་མ་

གཏོགས། ལག་ལེན་བསྟར་ནས་འགྲོ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་དེ་གཏན་འབེབས་བྱས་ནས་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་མཐྱེན་རྟོགས་ཆེད་དུ་འདྲ་པོ་ཞིག་རེད་བཞག ཡིན་ནའང་འཕྲུར་སྟངས་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་འཕྲུར་རེད། བརྗོད་པ་དང་པོའི་ཐོག་ལ་རེད་དམ། སྤྱི་འཐུས་དཀོན་མཆོག་ཡང་འཕེལ་ལགས་གསུང་རོགས་གནང་།

སྤྱི་འཐུས་དཀོན་མཆོག་ཡང་འཕེལ་ལགས་ནས།

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག དེ་རིང་མ་གིར་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཟླ་ཕོགས་དེའི་སྐོར་ལ་ལྟ་བ་ཡིན་ན་གཏམ་བཟང་ཞེ་པོ་ཞིག་འདུག ག་རེ་ལབ་ན། ངའི་མཐྱེན་རྟོགས་ལ་བྱས་པ་ཡིན་ན་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ལ་མ་གཏོགས་སྤྱི་འཐུས་ལ་དེ་འདྲ་ཟླ་ཆ་ ༥༩,༩༠༦. ༠༠ ཡོད་པ་དེ་འདྲ་ཕྱིན་ནས་ཏ་གོ་ཡི་མེད། ད་ལྟ་བར་དུ་འདིའི་སྔོན་ལ་སྐབས་གཅིག་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ་ ༡,༥༠༠.༠༠ འདྲ་པོ་ཞིག་འདུག མཚན་དོད་རེད་ལབ་ནས། འདིའི་རྗེས་ལ་ ༣,༠༠༠.༠༠ ཙམ་ཞིག་འདུག ད་ལྟའི་ཆ་ལ་ ༢,༠༠༠.༠༠ ཙམ་ཞིག་བཟོས་བཞག དེ་ནས་མར་ཚང་མ་ལ་སྤྱི་འཐུས་ཟེར་དུས་རྣམ་པ་ཚོས་ཡིག་ཆ་ལ་གཟིགས་དང་། སྤྱི་འཐུས་ལ་མཚན་དོད་ ༢,༠༠༠.༠༠། ལས་དོད་ ༡,༥༨༠.༣༠ ཕྱིན་བསྡོམས་ནས་ ༥༩,༩༠༦.༠༠ རག་གི་རེད་ལབ་བཞག དེ་ཡིན་དུས་ཙམ་ལ་དེ་འདྲ་རག་གི་ཡོད་ན་ནི་ཡག་པོ་རེད། མ་རག་ན་ནི་སྤྱི་འཐུས་རྒྱུན་ལས་ཞེས་ལོགས་ཀ་ཞིག་བཞག དེ་ནས་སྤྱི་འཐུས་མཚན་དོད་གཅིག་པུ་ཡོད་པ་བཞག་ན་མ་གཏོགས། དེ་ཏག་ཏག་ཅིག་བསྡད་ས་མ་རེད་ཞུ་ཡི་ཡིན།

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

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

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

དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཙོ་མཆོག ད་ལྟ་བཀུར་འོས་སྤྱི་འཐུས་ཤིག་གིས་གཅིག་གསུང་བསྡད་པ་དེ་ལ་བསྡོམས་ཤིག་རྒྱག་ཡོང་དུས་སྐད་ལ་མཚན་དོད་དང་། ཉིན་རེའི་ལས་དོད་འདི་གཉིས་བསྡོམས་ཡོང་ན་ཟླ་རེའི་ཕོགས་ལབ་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཉིན་རེའི་ལས་ཀ་ལས་མཁན་དེ་རྒྱུན་ལས་མ་གཏོགས་མེད་པ་ཡིན་ཙང་། རྒྱུན་ལས་ལ་མ་གཏོགས་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། ཚོགས་ཆུང་ནང་ལ་བསླེབས་ནའང་རེད། ཕྱོགས་བཞུགས་ལ་ཕེབས་ནའང་རེད། ཡང་དེ་ཕེབས་པའི་སྐབས་སུ་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་རེད་མ་གཏོགས་སྤྱི་འཐུས་ཡོངས་རྫོགས་ལ་གོ་དགོས་མ་རེད།

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

ལགས་འོང་། འདི་དེ་ག་རང་ཆགས་བསྡད་ཡོད་རེད། འགྲོ་སྟངས་འདི་སྤྱི་འཐུས་ཚང་མ་ལ་ཁྱབ་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་འགྲོ་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས། ཡང་གང་ལས་ཀ་ལ་བཞུགས་པ་དེ་ལ་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས། ལས་ཀ་ལ་མ་བཞུགས་ན་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། ཡིན་ནའང་སྒོར་ ༢,༠༠༠ མཚན་དོད་དེ་ཚང་མ་ལ་ཟླ་བ་ཟླ་བར་ཐོབ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡན་ཆད་ཀྱིས་ད་ལྟ་ང་ཚོས་ཡིག་ཆ་ཨང་ ༣༩ པ་དེའི་བརྗོད་པ་དང་པོ་ཟིན་པ་ཡིན།

སང་སྔ་དྲོ་ཆུ་ཚོད་ ༤:༣༠ བར་དུ་ཚོགས་གསེང་ཡིན།