



རྒྱལ་ཁབ་སྐྱོ་སྤྱོད་ལྷ་

དག་ཤོས་ ཆེ་རིང་སྟོབས་རྒྱས།
སྟོན་ཆེན།



འབྲུག་གི་སྤྱི་ཚོགས་ ༤ པའི་ཚོགས་ཐེངས་ ༡ པ།
སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ སྤྱི་ཟླ་ ༡ པའི་སྤྱི་ཚེས་ ༤ ལ།



དཀོན་མཆོག་ཅ་གསུམ་སྐྱབས་གནས་རྒྱ་མཚོ་ཡིས།
དག་ལེགས་རྟེན་འབྱུང་དམ་པའི་མཆོག་སྟོལ་བས།
ས་སྐྱོང་འཇིགས་མེད་གེ་སར་མཚན་ཅན་གྱི།
སྐྱ་ཆེ་ཡུན་བརྟན་མངའ་ཐང་རྒྱས་པར་ཤོག།

དཀར་ཆག

འགོ་བཙུགས་དང་རྩོམ་སྒྲིག་།	༡
ལེའུ་དང་པ་ ཀླུ་ཁམས་ཀྱི་གནས་སྤྱངས།	༣
ལེའུ་གཉིས་པ་ ཀླུ་ཁམས་ཀྱི་དཀར་ཆག་།	༩
ལེའུ་གསུམ་པ་ དཀར་ཆག་བསལ་ཞིག་གི་ཐབས་ལམ།	༡༢
ལེའུ་བཞི་པ་ ཏུས་ཅི་ལོ་གཅིག་གི་གཞུང་གི་འཆར་གཞི་དང་གཙོ་རིམ།	༡༤
ལེའུ་ལྔ་པ་ ཏུས་ཅི་ལོ་གཅིག་གི་གཞུང་གི་ཁྲིམས་བཟོ་གི་འཆར་གཞི།	༢༥
མཇུག་དོན་ བཀའ་བློན་དཀར་ཆོར་དང་བཀའ་ཤིས་ལེགས་སྒྲིག་།	༢༦

༤ ལུགས་གཉིས་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བ་དཔལ་མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་ ༧ ཞབས་པད་གོ་སར་
འདབ་སྟོང་རྒྱས་པའི་གསེར་ཁྲི་མངོན་པར་མཐོ་བའི་ཞབས་བྱུང་དུ།

སྒོ་གསུམ་གུས་པ་ཆེན་པོས་ ཕྱག་བཅས་ལུ་
གསོལ་དེ་ནི། ལོ་བསྐྱར་གཞུང་གི་རྒྱལ་ཁམས་ཀྱི་སྒྲན་བྲུ་ཕུལ་དོན་ དཔལ་མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་
གི་སྐྱེ་མདུན་ལུ་ སྒྲན་བྲུ་གི་ཟིན་བྲིས་ སྒྲན་འབུལ་དང་བཀའ་གྲོལ་གྱི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་ལྟར་གཟིགས་འབུལ་
ཕུལ་ཕྱིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

ལོ་བསྐྱར་རྒྱལ་ཁམས་ཀྱི་སྒྲན་བྲུ།

༩ འབྲུག་གི་རྩ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ། ཅ་ཆན་ ༡༠ པ། དོན་ཆན་ ༡༠ པ་གི་ནང་ལུ་ སྒོན་ཆེན་གྱིས་ གཞུང་གི་ཁྲིམས་
བཟོ་དང་ལོ་བསྐྱར་འཆར་གཞིའི་ཁར་ གཞུང་གི་གཙོ་རིམ་དང་བཅས་པའི་ རྒྱལ་ཁམས་ཀྱི་གནས་སྟངས་སྒྲོར་
ལས་ ལོ་བསྐྱར་སྒྲན་བྲུ་ཅིག་ འབྲུག་རྒྱལ་པོ་མཆོག་དང་སྤྱི་ཚོགས་ལྷན་ཁུགས་ལུ་ ཕུལ་དགོ་ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོད་
ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

དགོངས་དོན་འདི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ད་རིས་ སྤྱི་ཚོགས་ལྷན་ཁུགས་ལུ་ རྒྱལ་ཁམས་ཀྱི་གནས་སྟངས་སྒྲན་བྲུ་ཕུལ་དོ་
ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན། མ་གཞི་ སྤྱི་ཚོགས་བཞི་པའི་གཞུང་དབུ་བརྟེས་ཏེ་ ལྷན་ཁུགས་ཅིག་ལས་བཀལ་མ་ལང་།
ཨིན་རུང་ར་ རྒྱལ་ཁམས་ཀྱི་གནས་སྟངས་སྒྲན་བྲུ་ཕུལ་ནི་གི་ དམིགས་བསལ་གྱི་བཀའ་གནང་བ་དང་གོ་སྐབས་
གནང་མི་ལུ་ སྤྱི་གཙུག་གི་ཉི་ཟླ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལུ་ དད་དམ་གཙང་མའི་སྒྲོལ་ས་བཀའ་
རིན་དགའ་ཆོར་ལུ་དོ་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན། དེ་བཟུམ་སྟེར་ མི་རྗེ་ཚོགས་དཔོན་དང་ མི་རྗེ་ཁྲི་འཛིན་ དེ་ལས་ ལྷོག་
ཕྱོགས་འགོ་འབྲིད་པ་དང་ ཚོགས་ཁང་ཕན་ཚུན་གཉིས་ཀྱི་ ཆེད་བསྟོད་ཅན་གྱི་འཇུག་མི་ཡོངས་ལུ་ ཉིང་ལས་ར་
བཀའ་རིན་ཆེ་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

ད་རིས་ ཚོགས་ཁང་ནང་ལུ་ དངོས་སུ་སྟེ་འཛམས་མི་དང་ རྒྱུ་མཐོང་དང་མི་སྟེ་བརྟུན་གྱི་ཐོག་ལས་ ཀྱུལ་
ཁབ་ཀྱི་སྟན་ལྗེ། གཞིགས་མི་དང་གསན་མི་ག་ར་ལུ་ བཀའ་ངོན་ཆེ་བེད་ལུ་ནི་དང་འབྲེལ་ ཕྱོན་པ་ལེགས་སོ་
ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

ཀྱུལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཟེར་ཕ་ད་ལུ་ ཁག་ཆེ་ཤོས་འདི་ ཀྱུལ་ཁབ་ཀྱི་རང་དབང་སྲུང་སྐྱོབ་ དེ་ལས་ ཞི་བདེ་
འདི་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན། དེ་ཚུ་གི་ཐད་ཁར་སྟོན་པ་ད་ལུ་ སྤར་བ་ལྷག་པ་སྟེ་ སྤྲིང་སྤྲིང་ཡོད་པ་ཨིན་མ་ ང་བཅས་
ག་ར་གིས་མཁུན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན། ང་བཅས་དགའ་ཉླ་ཉླ་དང་ སྤྲིང་ཉླ་ཉླ་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ གཙོ་བོ་ར་ དྲག་ཁག་
གསུམ་དང་ བདེ་སྲུང་གིས་ ཀྱུལ་ཁབ་ཀྱི་རང་དབང་དང་སྲུང་སྐྱོབ་ ཞི་བདེ་ཚུ་ བདག་འཛིན་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་
འབད་དེ་ མངོན་མཐོའི་བཀོད་དཔོན་སྤྱི་བུ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལུ་ ལྷག་མ་བརྟུབ་བརྟུབ་
སྟེ་ལུ་ནི་འདི་གིས་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

ན་ལས་མར་ ད་རིས་ གཞུང་གི་ ལོ་བསྟར་གྱི་སྟན་ལྗེ་འདི་ གནད་དོན་ཁག་ལྔ་ལུ་ གཞི་བཞག་སྟེ་ ལེའུ་ལྔ་སྟེ་
གོ་རིམ་སྟེ་ཕུལ་ནི་ཨིན། དེ་ཡང་་་

- ལེའུ་དང་པ་ ཀྱུལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་སྟངས།
- ལེའུ་གཉིས་པ་ ཀྱུལ་ཁབ་ཀྱི་དཀའ་ངལ།
- ལེའུ་གསུམ་པ་ དཀའ་ངལ་བསལ་ནི་གི་ཐབས་ལམ།
- ལེའུ་བཞི་པ་ ཏུས་ཅི་ལོ་གཅིག་གི་ གཞུང་གི་འཆར་གཞི་དང་གཙོ་རིམ།
- ལེའུ་ལྔ་པ་ ཏུས་ཅི་ལོ་གཅིག་གི་ གཞུང་གི་ཁྲིམས་བཟོ་གི་འཆར་གཞི་ཚུ་ཨིན།



ལེའུ་དང་པ་ ཀྲུལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་སྤངས།

ང་བཅས་ར་འབྲུག་ཀྲུལ་ཁབ་ནང་ལུ་ ཀྲུལ་ཁམས་ཀྱི་གནས་སྤངས་གཟིགས་དགོ་པ་ཅིན་ ཁག་ཆེ་ཤོས་འདི་ར་ ཀྲུལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་གནས་སྤངས་འདི་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་བཟླ་དགོ་ཟེར་ལུ་ནི། དེ་སྟེ་ལུ་དགོ་ མི་འདི་ཡང་ ཀྲུལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་འདི་ ང་བཅས་ར་འདི་ ཡབ་རྗེ་དམ་པ་ མི་དབང་འབྲུག་ཀྲུལ་ བཞི་པའི་ ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་གཏེར་ལས་འཁྲུངས་པའི་ རྣམ་པ་ཅིག་ཨིནམ་ལས་བརྟེན་ཨིན། དེ་གི་མ་ཚད་ འདས་པའི་ལོ་རྒྱུ་ ༥༠ གི་ནང་འཁོད་ ང་བཅས་ར་འདི་ མི་སྤྱིའི་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་གྱི་སྤྱིད་བྱས་དང་འཆར་ གཞི་ ག་ཅི་ར་བཅུམས་རུང་ ཀྲུལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་ ལྷ་བ་དང་གཞི་རྩ་ཚུ་ལུ་གནས་ཏེ་ ལྷ་ འབདམ་ལས་བརྟེན་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཀྲུལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་གནས་སྤངས་ར་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཀྲུལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་སྤངས་ཡང་ རང་བཞིན་གྱིས་འབད་ ལེགས་ཤོམ་ཡོད་པ་སྟེ་ ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་ཚུགས་ཟེར་ལུ་ བྱི་ཨིན།

དེ་མེན་པར་ ཀྲུལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་ལས་བརྟེན་ གྲུབ་འབྲས་བཏོན་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ཀྲུལ་ ཁབ་ཀྱི་གནས་སྤངས་ཡང་ ལེགས་ཤོམ་མེད་པ་སྟེ་ རོས་ལེན་འབད་དགོ་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

ང་བཅས་ འབྲུག་པའི་མི་སེར་ག་ར་གིས་ མཁུན་དོ་བཟུམ་སྟེ་ ཀྲུལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་ དམིགས་ཡུལ་ཚུ་ དོན་འགྲུབ་དགོ་པ་ཅིན་ མི་སྤྱིའི་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་སྦྱིང་སྦྱིང་ཐལ་དགོ། དེ་བཟུམ་སྟེ་ ཆོས་དང་ལམ་སྲོལ་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་གཏང་དགོ། རང་བཞིན་གནས་སྤངས་བདག་འཛིན་འབད་དགོ། དེ་ ལས་ ཁག་ཆེ་ཤོས་འདི་ར་ གཞུང་སྐྱོང་ལེགས་ལཱ་ལུ་ གཙོ་བོ་བཏོན་ར་བཏོན་དགོ་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

ད་ལྟོ་ལུ་མི་ ཀྲུལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་ ཀ་ཆེན་བཞི་གི་གནས་སྤངས་ཚུ་ བཟླ་བ་ཅིན་

དང་པ་ར་ ཀྲུལ་ཁབ་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་འདི་འབད་བ་ཅིན་ ང་བཅས་ར་འདི་དཔལ་འབྱོར་འདི་ ཚུང་ཁྱུ་གཅིག་ལས་ མེད། ནང་འཁོད་ཐོན་ཁུངས་ཡོངས་བསྐྱེད་ལས་དབྱེད་པ་ཅིན་ དཔལ་ཁྱུ་གཅིག་ཐེར་འབྲུམ་ ༢༢༧ དེ་ཅིག་ལས་ བཟུམ་མེད། ཨིན་རུང་ར་ དཔལ་འབྱོར་ཚུང་ཁྱུ་ཅིག་པ་འདི་ འབྲུམ་ཉམ་དང་ཡུན་བརྟན་གྱི་ཐོག་ལས་ མཐའ་ འཁོར་གནས་སྤངས་མེད་པ་མ་གཏང་མི་གི་ དཔལ་འབྱོར་ཨིནམ་སྟེ་ ཆ་བཞག་པ་ཨིན། དེ་གུ་ ལོ་བསྐྱར་བཞིན་

དུ་ དཔལ་འབྱོར་འདི་ འགོ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཐལ་དོ། ན་ཉིང་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༣ ལུ་འབད་བ་ཅིན་ ནང་འཁོད་ཐོན་
ཁུངས་ཡོངས་བསྐྱེལ་འདི་ བརྒྱ་ཆ་ ༩.༥ གི་ ཡར་འཕར་འགྱུར་ལས་བརྟེན་ དཔལ་འབྱོར་ཡང་ འགོ་སྤྱོད་ཀྱིས་
སྤྱོད་ ཚར་གཅིག་བ་ཚར་གཅིག་ གོང་འཕེལ་ཐལ་དོ། ཨིན་རུང་ར་ ང་བཅས་རའི་ དཔལ་འབྱོར་འདི་ རྒྱུང་ར་
རྒྱུང་ནི་འདི་གིས་ སྤྲུལ་མ་བདེམ་དང་ཉེན་ཁ་སྤོང་སྤྱོད་འཐོན་ཏེ་ཡོད། དེ་ཚུ་གི་སྒྲོར་ལས་ འོག་ལས་མར་ གསལ་
ཞུ་ཐུལ་འོང་ཟེར་ཞུ་ནི་ཨིན།

ང་བཅས་རའི་ མི་སྤྱིའི་གོང་འཕེལ་འདི་འབད་བ་ཅིན་ གནམ་མེད་ས་མེད་ཡར་དྲག་འགྱུར་ཏེ་ཡོད། ཡར་དྲག་དེ་སྤྱོད་
འགྱུར་མི་འདི་ ང་བཅས་ག་ར་གིས་མཁྱེན་ཟེར་ཞུ་ནི་ཨིན།

དཔེ་སྤྱོད་ཞུ་བ་ཅིན་ ང་བཅས་རའི་ ན་གཞོན་ཚུ་ག་ར་སློབ་གྲྭ་ནང་ ཤེས་ཡོན་སྤྱད་པར་འགྱུར་བ་གི་མ་ཚད་ འབྲུག་
མི་འབྲི་ལྷག་གི་གནས་ཚད་ (Literacy rate) འདི་ བརྒྱ་ཆ་ ༩༠.༤ གྱུ་ཉྩོད་དེ་ཡོད། དེ་གྱུ་ ཀྲུལ་ཁབ་
ཀྱི་གསོ་བའི་ཞབས་ཏྲིག་འདི་ ལོ་གཅིག་བ་ལོ་གཅིག་ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་ འགྱུར་ལས་བརྟེན་ མི་གི་ཚེ་ཚད་ (life
expectancy) འདི་ ལོ་ ༩༠ ལྷག་པ་ཅིག་གྱུ་ཡར་མཐོང་སོང་སྤྱོད་ཏེ་ཡོད། དེ་སྤྱོད་ མི་སྤྱིའི་གོང་འཕེལ་ནང་ གྲུབ་
འབྲས་སྤོང་འཐོན་ཚུགས་མི་འདི་ གཙོ་བོ་ར་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ ཤེས་རིག་དང་གསོ་
བའི་ཞབས་ཏྲིག་ཚུ་ག་ར་ རིན་མེད་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་གནང་པའི་ཁར་ མི་སྤྱོད་གི་ཕན་བདེ་ལུ་ སྤྱོད་སྤྱུག་གི་ལས་རིམ་ཚུ་
བསམ་གྱིས་མ་བྱུང་སྤྱོད་གནང་ནི་འདི་གིས་ཨིན་ཟེར་ཞུ་ནི་ཨིན། དེ་འབད་ཕམ་ལས་བརྟེན་ ང་བཅས་རའི་ ཀྲུལ་པོ་
རིམ་བྱོན་ཚུ་དང་ ལྷག་པར་དུ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལུ་ ང་བཅས་མི་སེར་ཡོངས་ཀྱིས་ ཉིང་
ལས་ར་ བཀའ་བློན་བསམ་སྤྱོད་ཏེ་ཟེར་ཞུ་ནི་ཨིན།

ཚོས་དང་ལམ་སྤོང་གི་ཐད་ལས་འབད་བ་ཅིན་ ཚོས་ཀྱི་དབུ་འཁྲིད་དམ་པ་ སྤྱོད་པ་རྩི་ལུ་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་
དང་ སློབ་དཔོན་ལྷན་རྒྱུས་ལཱ་གི་གཙོ་བོ་པའི་ གཞུང་གྲྭ་ཚང་དང་ རབ་སྤྱོད་ཁག་ དེ་བཟུམ་སྤྱོད་ ཚོས་སྤྱོད་ཁག་གི་
བླ་སྤྱུལ་ཚུ་གིས་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཡུན་རིང་མ་སྤྱོད་གནས་ཐབས་དང་ ལྷག་པར་དུ་ གསང་སྤྱུགས་དོ་རྩི་
ཐེག་པའི་རིང་ལུགས་ ཅ་བརྟན་སྤྱོད་བཟོ་གནང་སྤྱོད་ཏེ་ཡོད། དེ་འབད་ཕམ་ལས་བརྟེན་ ང་བཅས་རའི་ ནང་པ་ཚོས་ལྷན་
ཀྱི་ཀྲུལ་ཁབ་ནང་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ གོང་ལས་གོང་དུ་འཕེལ་ཏེ་ར་ཡོད་ཟེར་ཞུ་ནི་ཨིན།

དེ་གི་མ་ཚད་ སྤྱོད་པ་རྩི་ལུ་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་དང་ སློབ་དཔོན་ལྷན་རྒྱུས་ལཱ་གི་གཙོ་བོ་པའི་ གཞུང་གྲྭ་ཚང་
དང་རབ་སྤྱོད་ཁག་ དེ་བཟུམ་སྤྱོད་ ཚོས་སྤྱོད་ཁག་གི་བླ་སྤྱུལ་རྣམས་དང་ ཉིན་དུ་འཕྲི་ཤུ་ཚུ་གིས་ ཀྲུལ་ཁབ་ཀྱི་དོན་

ལུ་ བསམ་གྱིས་མ་བྱུང་པའི་སྐྱེ་ཤིང་ བསྐྱབས་གནང་མི་ལུ་བཀའ་ཤིན་དགའ་ཚེར་ཕུལ་དོ་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན། ལྷག་
པར་དུ་ མི་དབང་མངའ་བདག་ཤིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་ སྐྱོ་ཆེ་ཞབས་པད་བརྟན་ནི་དང་ མཛད་པ་དང་འཕྱིན་ལས་
དར་ཞིང་རྒྱས་ཐབས་ལུ་ ཅུས་རྒྱུན་དུ་ སྐྱེ་ཤིང་དང་ཐུགས་སྦྱོན་ཚུ་གནང་མི་ལུ་ ང་བཅས་མི་སེར་ཡོངས་ཀྱི་
མགྱིན་ཆབ་སྟེ་ བཀའ་ཤིན་དགའ་ཚེར་ཕུལ་དོ་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

དེ་གུ་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་ལམ་སྲོལ་ཚུ་ སྤར་བ་ལྷག་སྟེ་ མི་ཉམས་
གོང་འཕེལ་ཐལ་ཕྱ་ལས་ ལམ་ལུགས་སྲོལ་བཟང་མོ་ཚུ་ ག་མ་ཉམས་གྲུ་མ་ཉམས་པར་ ང་བཅས་རའི་ རྒྱལ་
ཁབ་རང་དབང་གི་དོ་རྟགས་སྟེ་ ཡོད་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

དེ་བཟུམ་སྟེ་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་ལས་དཔུང་རུང་ རྒྱལ་པོ་ཡབ་སྐུ་ཤིང་གི་ མཁུན་རྒྱ་ཆེ་བའི་ སྤྱིད་
བྱས་བཟང་མོ་ཚུ་ལས་བརྟེན་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་ཉམས་ཆག་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ མཐའ་འཁོར་གནས་
སྤངས་མེད་པ་ཐལ་ནི་ཕར་བཞག་ ཐ་ན་ འཛམ་གླིང་ནང་ལུ་ ང་བཅས་རའི་ རྒྱལ་ཁབ་འདི་ སྡོ་ལྷང་དང་ལྷན་
པའི་རྒྱལ་ཁབ་དྲག་ཤོས་སྟེ་ མིང་གཏམ་འཐོན་ཏེ་ཡོད། དེ་གི་མ་ཚད་ འཛམ་གླིང་ནང་ལུ་ ང་བཅས་རའི་ རྒྱལ་
ཁབ་འདི་ བཙོག་རྒྱུ་མེད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་སྟེ་ ཁྱད་དུ་འཕགས་པའི་སྒྲན་གྲགས་དང་ མིང་གཏམ་འཐོན་ཏེ་ཡོད་
ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་ཀ་ཆེན་ཚུ་གི་གྲལ་ལས་ ཁག་ཆེ་ཤོས་ར་ གཞུང་སྐྱོང་ལེགས་ལྷན་འདི་
ཨིན། དེ་སྟེ་ལུ་དགོ་མི་འདི་ གཞུང་སྐྱོང་ལེགས་ལྷན་འདི་མེད་པ་ཅིན་ ཀ་ཆེན་གཞན་མི་ཚུ་ ག་དེ་ཅིག་ ཁག་ཆེ་
རུང་ དོན་འབྲུབ་མི་ཚུགས་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན། གཞུང་སྐྱོང་ལེགས་ལྷན་ཟེར་ཕ་ད་ གཙོ་བོ་ར་ མི་དབང་ཡབ་སྐུ་
གཉིས་ཀྱིས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ འཕལ་ཕུགས་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་དོན་ཁོ་ན་ལུ་གཟིགས་ཏེ་ ང་བཅས་མི་སེར་ཚུ་ལུ་
དམངས་གཙོ་འི་རིང་ལུགས་འདི་ གསོལ་ར་སྟེ་གནང་མི་འདི་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

དམངས་གཙོ་རིང་ལུགས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ ད་ལྟོ་ཚུན་ཆོད་ བཙག་འཐུ་གི་རིམ་པ་ཐངས་ ༡༢ འགོ་འདྲེན་
འཐབ་ཅི། རྒྱལ་ཡོངས་ཆོགས་སྟེ་གི་བཙག་འཐུ་ཐངས་ ༤ རྒྱལ་ཡོངས་ཆོགས་འདུ་གི་བཙག་འཐུ་ཐངས་ ༤
དེ་ལས་ ས་གནས་གཞུང་གི་བཙག་འཐུ་ཐངས་ ༤ བསྐྱེམས་ཀྱི་བཙག་འཐུ་ཐངས་ ༡༢ འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཅི།
དེ་གུ་ ཅུས་མིན་བཙག་འཐུ་ཡང་ ཆར་ལེ་ཤ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཅི་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

རྒྱལ་ཡོངས་ཆོགས་འདུ་གི་བཙག་འཐུ་ཐངས་ ༤ འགོ་འདྲེན་འཐབ་ད་ གཞུང་སྐྱོང་ཆོགས་པ་ཆར་ ༤ སོར་ཡི།

དེ་བཟུམ་སྤྱེ་ རྩོག་ཕྱོགས་ཚོགས་པ་ཚར་ ༣ སོར་ཡི། དེ་གུ་ འབྲུས་མི་འབད་བ་ཅིན་ ཁྱངས་ཁ་མ་ཚད་པ་ཅིག་ སོར་ཡི་ཟེར་ཁྱེ་ནི་ཨིན། དེ་ཚུ་ག་ར་ སྒྲུབས་མ་བདེམ་ག་ནི་ཡང་མ་འཐོན་པར་ སོར་ཚུགས་མི་འདི་ དམངས་ གཙའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་གཞི་འབྱུམ་ ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་པའི་ རྟགས་མཚན་ངོ་མ་ཅིག་ཨིན་ཟེར་ཁྱེ་ནི་ཨིན།

དེ་གི་མ་ཚད་ ད་ལྟོ་ཚུན་ཚད་གྱི་བར་ན་ འགོ་འདྲན་འཐབ་མི་ བཅག་འབྲུག་གི་རིམ་པ་ཚུ་ རྒྱུ་དང་བར་ཆད་ག་ རི་ཡང་མ་འཐོན། དེ་སྤྱོད་མ་འཐོན་མི་འདི་ གཙའི་བོ་ར་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་ སྐུ་བསོད་ དབང་ཐང་གི་བྱིན་རླབས་ལས་བརྟེན་ཨིན་ཟེར་ཁྱེ་ནི་ཨིན། དེ་ལས་ ང་བཅས་ འབྲུག་པའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་འབད་ རུང་ དམངས་གཙའི་ལམ་ལུགས་འདི་ འགན་ཁུར་སྤྱོད་བསྒྲུམས་ཏེ་ བཅག་འབྲུག་གི་རིམ་པ་ཚུ་ནང་ ཐུགས་མ་ འཛེར་བར་ བཅའ་མར་མ་བདུབ་བདུབ་སྤྱོད་གཏོགས་གནང་མ་ལས་བརྟེན་ དམངས་གཙའི་རིང་ལུགས་འདི་ ཚར་ གཅིག་བ་ཚར་གཅིག་ ཅུ་བརྟན་སྤྱོད་ཐལ་ཏེ་ཡོད་ཟེར་ཁྱེ་ནི་ཨིན།

དེ་བཟུམ་སྤྱེ་ ཅུ་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་གཙུག་སྤྱོད་ཚུ་ཡང་ གཞི་འབྱུམ་སྤྱིང་སྤྱིང་སྤྱོད་ཐལ་ཏེ་ཡོད། ཞི་གཡོག་ལྷན་ཚོགས། དང་ཁྲིམས་ལྷན་སྤྱེ། ངན་ལྷན་བཀག་སྤོམ་ལྷན་ཚོགས། ཀྲུལ་གཞུང་ཅིས་ཞིབ་དབང་འཛིན། ཀྲུལ་གཞུང་དངུལ་ ལས་དབང་འཛིན། འབྲུག་གི་བཅག་འབྲུག་ལྷན་ཚོགས་ཚུ་ག་ར་ ཚར་གཅིག་བ་ཚར་གཅིག་ སྤྱིང་སྤྱིང་ཐལ་ཏེ་ཡོད་ ཟེར་ཁྱེ་ནི་ཨིན།

དེ་གུ་ དངུལ་འབྲེལ་ལྷེ་བ་ ཀྲུལ་གཞུང་དངུལ་ལས་དབང་འཛིན་ཡང་ སྤྱིང་སྤྱིང་སྤྱོད་ཐལ་ཏེ་ཡོད་ཟེར་ཁྱེ་ནི་ཨིན།

དེ་གི་མ་ཚད་ མི་སེར་ལུ་མཐའ་ཉེ་ཤོས་ཀྱི་གཞུང་ ས་གནས་གཞུང་འབད་རུང་ ཚར་གཅིག་བ་ཚར་གཅིག་སྤྱིང་ སྤྱིང་སྤྱོད་ཐལ་ཏེ་ མི་སེར་ལུ་ སན་སྤོམ་སྤྱོད་ཐོགས་ཏེ་ཡོད་ཟེར་ཁྱེ་ནི་ཨིན།

དེ་བཟུམ་སྤྱེ་ ཞི་བའི་མི་སྤྱོད་ལས་ཚོགས་དང་ བན་བརྒྱུད་ཀྱི་གཙུག་སྤྱོད་ཚུ་ཡང་ སྤྱིང་སྤྱིང་ཐལ་ཏེ་ཡོད་ཟེར་ཁྱེ་ནི་ ཨིན།

དེ་གི་ནང་ལས་ མི་དབང་ཀྲུལ་ཡུམ་རྣམས་བཞི་གི་ སྐུབས་འཛིན་གྱི་འོག་ལུ་ མི་སྤྱོད་གི་པན་བདེ་ལུ་མཁོ་བའི་ སྤྱིད་སྤྱུག་དང་ཕྱོགས་རམ་གནང་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཏཱ་ར་ཡ་ན་གཞི་ཚོགས་དང་ ན་གཞོན་གོང་འཕེལ་མ་དངུལ། འབྲུག་ཨ་ཁི་གཞི་ཚོགས། ཨམ་སྤྱི་ཆ་བཞག་དང་ཕྱོགས་གྲུབ་ཡར་སྤྱོད་ལས་སྤྱེ། [RENEW] དེ་ལས་ ཀྲུལ་འཛིན་ཐག་རིག་སྤོབ་སྤྱོད་ཚུ་གི་ དབྱུ་འཁྱེད་གནང་མི་ལུ་ མི་དབང་ཀྲུལ་ཡུམ་རྣམས་བཞི་ལུ་ བཀའ་ངོན་ དགའ་ཚོར་ཕུལ་དོ་ཟེར་ཁྱེ་ནི་ཨིན།

དེ་གི་མ་ཚད་ བཟུངས་ཤིང་འཕེལ་མ་དངུལ་ གཞི་བཙུགས་གནང་སྟེ་ དུས་ཅི་འབདམ་ད་ མི་ལོ་ ༢༥ འཁོར་ ཏེ་ཡོད་པ་ལས་ མི་དབང་རྒྱལ་ཡུམ་ ཨ་ཞེ་ཆེ་རིང་དཔལ་མོ་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ལུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་བཀའ་ དྲིན་ཆེ་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་གྱི་ ཀ་ཆེན་བཞི་གི་གནས་སྤངས་ཚུ་ འཛེས་བཟླ་བ་ཅིན་ ང་བཅས་ རའི་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་གནས་སྤངས་ཡང་ སྤྲོད་སྤྲོད་དང་ལེགས་ཤོམ་ཨིན་མ་སྟེ་ ཆ་བཞག་དགོ་ནི་ཨིན་པས། དེ་ཨིན་ ཡང་དེ་སྟེ་ར་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན། ག་ཁྱབ་ཟེར་ལུ་བ་ཅིན་ མི་རབས་གཅིག་གི་རིང་ལུ་ར་ མི་སྡེ་དཔལ་འབྱོར་ གོང་འཕེལ་འདི་ ཡ་མཚན་ཆེ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་ གནས་ཚུ་བ་མོ་ ཉིམ་ཤར་དོ་བཟུམ་སྟེ་ཐལ་ཏེ་ཡོད། དུས་ཆོད་ཐུང་ཀྱ་ གཅིག་ནང་ར་ དེ་བཟུམ་མའི་གྲུབ་འབྲས་ ཡ་མཚན་ཆེ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་ འཛམ་གླིང་ནང་ བཟུངས་པ་འབྱུང་ཟེར་ལུ་ནི་ ཨིན།

ཨིན་རུང་ར་ ད་ལྟོ་གོང་ལུ་ལུ་མི་ཚུ་ ཀ་ཆེན་བཞི་གྱ་གཞི་བཞག་སྟེ་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་གྱི་ གནས་སྤངས་འདི་ སྤྱིར་བཏང་སྟེ་ བཟླ་བཟླ་མ་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན། རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་གྱི་ གནས་སྤངས་འདི་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་གཟིགས་དགོ་པ་ཅིན་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་གྱི་གནས་ རིམ་ (GNH Index) འདི་ གཟིགས་དགོ་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན། གནས་རིམ་འདི་ དཔལ་འབྱུག་ཞིབ་འཇུག་ རྟེན་བཞག་ས་ ལོ་ལྷ་གི་བར་ན་ ཆར་རེ་བརྟག་ཞིབ་འབདམ་ཨིན། བརྟག་ཞིབ་ཆར་རེ་འབདམ་ད་ལུ་ འབྱུག་རྒྱལ་ ཁབ་གྱི་ ཁོམ་སྟེ། རྫོང་ཁག། རྫོང་འོག། སྤྱི་འོག། གཡུས་སྤོ་ཚུ་ནང་ལས་པར་སྟོད་མི་ འབྱུག་མི་ ཉམ་ཆང་མ་ སྟེ་ འབྲེལ་བ་འཐབ་ཞིན་ན་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་གྱི་ གནས་རིམ་གྱི་སྤྱོད་ལུ་འདི་བཏོན་མ་ ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

དཔལ་འབྱུག་ ཞིབ་འཇུག་རྟེན་བཞག་སྤྱོད་ཀྱི་འབྲེལ་མ་ད་ཡང་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་གྱི་ གནས་རིམ་འདི་ ཡར་འཕེལ་འཁྱོད་ཡོད་པ་སྟེ་བཀོད་ལུག་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

སྤྱོད་ལུ་འདི་ནང་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་གྱི་གནས་རིམ་འདི་ ༠.༧༤༣ ལས་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༥ ལུ་ ༠.༧༥༦ གྱ་ ཡར་མེད་འཁྱོད་ཡོད་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན། དེ་ལས་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལུ་ བད་ ཡམས་ Covid ལས་བརྟེན་ རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་གྱི་གནས་རིམ་ བརྟག་ཞིབ་འབདམ་ ཚུགས་པས། བརྟག་ཞིབ་འདི་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༢ ལུ་ འབདམ་ད་ བད་ཡམས་གྱི་སྤྱོད་མ་མ་བདེམ་ལེ་ཤ་འཐོན་ཏེ་

མི་སྡེ་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་ལུ་ བྱེམ་སྒྲོམ་སྡེ་ཕོག་ནི་འདི་གིས་ གནས་རིམ་འདི་ མར་བབས་འགྱུ་འོང་བེར་
མཐོ་ཡི། ཨིན་རུང་ར་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༢ ལུ་ གནས་རིམ་འདི་ ༠.༧༥༡ གུ་ ད་རུང་ ཡར་འཕར་སོང་ཡི་བེར་ལུ་
ནི་ཨིན། དེ་སྡེ་ བད་ཡམས་འཐོན་སྡོད་པའི་སྐབས་ལུ་ཡང་ གནས་རིམ་འདི་ ཡར་སང་འགྱུ་འགྱུལ་གི་གྲུབ་
འབྲས་བཟུམ་ད་ ཉ་ལས་པ་མས་བེར་ལུ་ནི་ཨིན། དེ་ཡང་ གཙོ་བོ་རང་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་
གིས་ བད་ཡམས་ Covid འཛིན་སྐྱོང་གི་གདོང་ལེན་ཚུ་ སྐྱུ་ཉྱག་གཅིག་གིས་ དབུ་འཁྲིད་མཛད་པ་ལས་
བརྟེན་ཨིན་བེར་ལུ་ནི་ཨིན། དེ་གུ་ སྤྱད་གསོ་གི་སྦྱིད་སྤྱུག་ མ་བརྟུབ་བརྟུབ་སྡེ་གནང་མི་འདི་གིས་ བད་ཡམས་
འཐོན་ཏེ་ར་འབད་རུང་ ང་བཅས་མི་སེར་ཚུ་ལུ་ དཀའ་ངལ་སྒྲོམ་སྡེ་ འབྱུང་ར་མ་འབྱུང་པའི་ཉྱག་ས་མཆོན་ སྒྲོམ་
ཅིག་ཨིན་བེར་ལུ་ནི་ཨིན།

གནས་རིམ་དེ་སྡེ་ཡར་འཕར་འགྱུལ་ད་ ཀྲུལ་ཡོངས་དགའ་སྦྱིད་དཔལ་འཛོམས་དང་ ལྷག་པར་དུ་ ང་བཅས་རའི་
ཀྲུལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་སྤངས་འདི་ཡང་ གོམ་པ་མདུན་དུ་སྤྱོ་སྡེ་ ལེགས་ཤོམ་སྡེ་འགྱུ་བའི་བད་མཆོན་ངོ་མ་ཅིག་
ཨིན་བེར་ལུ་ནི་ཨིན།

ང་བཅས་རའི་ ཀྲུལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་སྤངས་འདི་ ལོ་གཅིག་བ་ལོ་གཅིག་ གོམ་པ་མདུན་དུ་སྤྱོ་མི་འདི་ གཙོ་བོ་ར་
ང་བཅས་རའི་ ཀྲུལ་པོ་རིམ་བྱོན་ཚུ་གི་ དབུ་འཁྲིད་དང་མཁུན་ཀྱ་བཟང་མོ་ཚུ་ལས་བརྟེན་ཨིན་བེར་ལུ་ནི་ཨིན། དེ་
འབད་མ་ལས་བརྟེན་ ང་བཅས་ག་ར་གིས་ ཀྲུལ་པོ་རིམ་བྱོན་ཚུ་དང་ ལྷག་པར་དུ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་
ཆེ་མཆོག་ལུ་ བཀའ་ངོན་དགའ་ཚོར་བསམ་སྟེ་ཡོད་བེར་ལུ་ནི་ཨིན། དེ་གི་མ་ཆད་ ང་བཅས་འབྲུག་པའི་མི་སེར་
ག་ར་གིས་ ཀྲུལ་བརྒྱུད་འཛིན་པའི་རིང་ལུགས་འདི་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཀྲུལ་ཁབ་ནང་ བསྐྱལ་པ་མ་སྟོང་གི་
བར་དུ་ བཞུགས་བཅུག་བེར་བའི་ སྒྲོན་འདེབས་ཕུལ་ཏེ་ར་ཡོད་བེར་ལུ་ནི་ཨིན། ད་ལས་ཡར་འབད་རུང་ ང་
བཅས་རའི་ཀྲུལ་ཁབ་འདི་ དབང་ཕུག་བརྒྱུད་འཛིན་གྱི་དབུ་འཁྲིད་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཀྲུལ་ཁབ་
འདི་ དགའ་སྦྱིད་ཀྱི་ཉིམ་ཤར་ཏེ་ གོང་ལས་གོང་དུ་འཕེལ་བཅུག་བེར་བའི་ སྒྲོན་འདེབས་ཕུལ་དོ་བེར་ལུ་ནི་ཨིན།



ལེབ་གཉིས་པ་ ཀྲུལ་ཁབ་ཀྱི་དཀའ་ངལ།

ཚེས་བཅུ་ལྔ་པ་ བདུན་བཅུ་གསུམ་ སྤྱི་ལོ་བཅུ་གསུམ་པའི་ཀྲུལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་སྟངས་ལེགས་ཤོམ་
འགྲོལ་དུ་ དེ་དང་བསྟུན་པའི་དཀའ་ངལ་ཡང་སྒྲོམ་སྟེ་འཐོན་ནི་གི་ཉེན་ཁ་ཡོད། དེ་ཚུ་ ང་བཅས་ཀྱིས་ངོས་ལེན་
འབད་དེ་ གཞི་ལེན་འབད་ནི་འདི་ གནས་མེད་ས་མེད་ཁག་ཆེ་བེར་བྱ་ནི་ཨིན།

ད་རེས་ ང་བཅས་རའི་ཀྲུལ་ཁབ་ནང་ དཀའ་ངལ་སྒྲོམ་ཤོས་བེར་རུང་ ང་བཅས་འབྲུག་མི་ཚུ་ ཕྱི་ཀྲུལ་ཁབ་ལས་
ཕར་ ལཱ་གཡོག་འཛོལ་བར་འགྲོ་མི་འདི་ཨིན། གནས་ཚུལ་སྟེ་བྱ་བ་ཅིན་ ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་ འབྲུག་མི་ཡོངས་
བསྡེམས་སྟོང་ཕྲག་ ༤༤ དེ་ཅིག་ ཀྲུལ་ཁབ་གནས་ཁ་ལས་ཕར་འགྲོ་སྟེ་འབྲུག་བེར་བྱ་ནི་ཨིན། ང་བཅས་རའི་མི་
སྒྲོབས་ཀྱི་ ཡོངས་བསྡེམས་ལས་དཔྱད་པ་ཅིན་ བརྒྱ་ཆ་ ༩ དེ་ཅིག་ ཕྱི་ཀྲུལ་ཁབ་ཚུ་ནང་ལས་ཕར་ འགྲོ་སྟེ་
འབྲུག་བེར་བྱ་ནི་ཨིན།

མ་སྤྱི་ དེ་སྟེ་ གནས་སྟེ་འགྲོ་ནི་འདི་གིས་ ལཱ་གཡོག་ཐོབ་པའི་ཁར་ དེག་རྩལ་གསར་པ་ཚུ་སྟོབ་སྟེ་ ཤེས་
ཡོན་དང་ཉམས་སྦྱང་ཚུ་སྒྲོམ་སྟེ་ཐོབ་ཚུགས་པ་མ་ཆད་ ཏི་རུ་ཡང་གསོག་འཛིག་འབད་དེ་ ཕམ་སྤྱན་ཆ་ཚུ་ལུ་ཡང་
ཆ་རོགས་འབད་ཚུགས་པས། ཨིན་རུང་ དེ་སྟེ་གནས་སྟེ་འགྲོ་མི་འདི་ ད་རུང་ བ་ལས་ཕར་འགྲོ་མཐུད་དེ་ར་
འགྲོ་བ་ཅིན་ ཉེན་ཁ་དང་སྤྱབས་མ་བདེམ་ཡང་ ལེ་ཤ་ཅིག་ར་མཐོང་མས་བེར་བྱ་ནི་ཨིན།

དེ་སྟེ་བྱ་དགོ་མི་འདི་ ང་བཅས་རའི་ཀྲུལ་ཁབ་འདི་ རྒྱ་ཁྱིམ་ལས་མེད་པའི་ཁར་ མི་སྒྲོབས་ཡང་ བྱངས་ཁ་
ཚད་པ་ཅིག་ལས་མེད་ནི་འདི་གིས་ཨིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ང་བཅས་རའི་ཀྲུལ་ཁབ་དང་ དཔལ་འབྱོར་གོང་
འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ མི་སྒྲོབས་འདི་གནས་མེད་ས་མེད་ཁག་ཆེ་བེར་བྱ་ནི་ཨིན། ང་བཅས་རའི་ཀྲུལ་ཁབ་རྒྱ་ལའི་
ཁར་ མི་སྒྲོབས་ཡང་ལངས་སྟེ་མེད་པ་ཅིན་ དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་ཐལ་ནི་ཕར་བཞག་ ཐ་ན་ དཔལ་འབྱོར་
གྱི་གཞི་འགྲམ་ར་ བདག་འཛིན་འབད་མ་ཚུགས་པར་ དཔལ་འབྱོར་རྒྱུ་འགྲོ་ནི་གི་ ཉེན་ཁ་ཡོད་ཅེར་བྱ་ནི་ཨིན།

དེ་གི་མ་ཆད་ ལྷ་རིག་ཅན་གྱི་མི་ངོམ་ཚུ་ དགོངས་མ་ལྷུ་ཤ་དུ་ དཔལ་འབྱོར་ལུ་བྱེམ་སྟེ་ཐོག་པའི་ཁར་
མི་དམངས་ཞབས་ཏྲུག་ཚུ་ འཛོན་ཐང་ཅན་སྟེ་ ཕུལ་མ་ཚུགས་པའི་དཀའ་ངལ་ སྒྲོམ་སྟེ་ར་འཐོན་མ་ཨིན་ཅེར་བྱ་
ནི་ཨིན། དཔྱེ་འབད་བ་ཅིན་ སྟོབ་དཔོན་དགོངས་མ་ལྷུ་ཤ་ ཤེས་རིག་གི་སྤྱོད་ཚད་མེད་པ་ཐལ་མ་ཨིན། རུང་
འཛོད་དང་སྤྱན་གཡོག་ཚུ་དགོངས་མ་ལྷུ་ཤ་ གསོ་བའི་ཞབས་ཏྲུག་མེད་པ་ཐལ་མ་ཨིན། དེ་བཟུམ་སྟེ་ ལྷ་རིག་
ཅན་གྱི་མི་ངོམ་ འབྲུལ་རིག་པ་དང་བཟོ་རིག་པ་ དཔྱལ་འབྲེལ་དང་ཁྲིམས་དོན་གྱི་མཁས་མཆོག་ཚུ་ མ་སྤྱི་ལས་

ང་བཅས་པའི་ན་གཞོན་ཚུ་ ང་བཅས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ལཱ་གཡོག་སྤྱོད་དགོ་པ་ཅིན་ དཔལ་འབྱོར་གྱི་གནས་
སྤངས་ལུ་ར་ རག་ལས་དགོ་ཟེར་ལྷོ་ནི་ཨིན།

དེ་འབད་ཕ་ལས་བརྟེན་ ད་རེས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་སྟངས་མངལ་ཕ་ད་ ལམ་རྒྱ་གམ་གྱ་སྟོད་དེ་ཡོད་ཟེར་ལུ་ནི་
ཡིན། ཏུས་ཚོད་འ་ནེམ་གཅིག་ཁར་སྟོད་པ་ད་ ང་བཅས་ག་ར་ སེམས་དང་མཐོ་བསམ་གཅིག་སྟེ་གཏང་སྟེ་ ལམ་
ལེགས་ཤོམ་འདི་གདམ་ཁ་རྒྱབ་ཞིན་ན་ ལཱ་རྩ་འགོ་དང་ཏེ་འབད་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ང་བཅས་ར་དེ་རྒྱལ་ཁབ་འདི་
སྟོང་མ་འཐོན་མ་ཐག་ཚོད་ར་ཡིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན།

ག་ནི་བ་ འཕྲུབ་ཆེ་བའི་གནས་སྤངས་འདི་ གདོང་ལེན་འབད་དགོ་པ་ཅིན་ དངཔ་ར་ དཀའ་ངལ་དང་ཉེན་ཁ་ཚུ་
 རོས་ལེན་འབད་དགོ། དེ་ལས་ དེ་དང་བསྐྱུན་ དཀའ་ངལ་དང་ཉེན་ཁ་ལུ་ གདོང་ལེན་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་
 སེམས་དང་མཉོ་བསམ་གཅིག་ཁར་གཏང་སྟེ་ ང་བཙས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ ང་བཙས་ཀྱིས་ར་ སྤྲོད་སྤྲོད་བཟོ་སྟེ་
 ང་བཙས་ཀྱིས་ར་ བདག་འཛིན་འབད་དགོ་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན།



ལེའུ་གསུམ་པ་ དཀའ་ངལ་བསལ་ནི་གི་ཐབས་ལམ།

གོང་གི་དཀའ་ངལ་ཚུ་བསལ་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཐབས་ལམ་གཅིག་བཟུལ་ལྟག་པ་མེད། དེ་ཡང་ ང་བཅས་རའི་ དཔལ་འབྱོར་འདི་ར་སྤྱི་དབྱེད་བཟོ་དགོ། ཐབས་ལམ་གཞན་ག་ནི་ཡང་མེད་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན། དེ་ལས་ དཔལ་ འབྱོར་གི་གནས་སྤངས་ ལེགས་བཅས་འབད་དེ་ དཔལ་འབྱོར་ཚར་རེར་བཏོན་ཚུ་སྤྱི་གཏང་དགོ་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན། དེ་བ་ལྟག་པའི་ཐབས་ལམ་གཞན་ ཡོད་ར་མེད་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན།

དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་གི་ ཐབས་ལམ་ཚུ་གི་གྲུལ་ལས་ ཁག་ཆེ་ཤོས་ར་ GMC དགོ་ལེགས་སྤྱུག་ རང་སྤྱོད་ ལུང་ཕྱོགས་འདི་ཡིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན། དེ་ཡང་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་ བཞེད་ དཔལ་འབྱོར་གི་ལྟེ་བ་ GMC དགོ་ལེགས་སྤྱུག་ རང་སྤྱོད་ལུང་ཕྱོགས་འདི་ མ་འོངས་ཀྲུལ་ཁབ་དང་ མི་སེར་གི་ མཐའ་དོན་ཁོ་ན་ལུ་གཟིགས་ཏེ་ འཕམ་གི་བདེ་ཐབས་དང་ ཐུགས་ཀྱི་བཅན་ཐབས་སྤྱི་ཚུགས་པའི་ ལས་འགུལ་རྩ་ཆེ་ཏོག་ཏོ་ཅིག་ ང་བཅས་མི་སེར་ག་ར་ལུ་ གསོལ་ར་སྤྱོད་གནང་མ་ལས་བཏོན་ཡིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན།

དེ་སྤྱི་ལུ་དགོ་མི་འདི་ཡང་ དགོ་ལེགས་སྤྱུག་ རང་སྤྱོད་ལུང་ཕྱོགས་འདི་གིས་ དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་གི་མདུན་ ལམ། སྤྱི་ལུ་གི་གོ་སྐབས། བཟོ་ལེན་གི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས། ལཱ་གཡོག་གི་གོ་སྐབས། སོ་ནམ་ཚོང་འབྲེལ་ གི་གོ་སྐབས། འབྲུག་མི་ཕྱི་ཀྲུལ་ཁབ་ལས་ཕར་ཡོད་མི་ཚུ་ ལོག་ཀྲུལ་ཁབ་ནང་འོང་ནི་གི་ཐབས་ལམ། མ་འོངས་ པའི་བྱ་གཞི་ཚུ་ལུ་ བདོག་གཏང་སྤོམ་ཅིག་འབད་མ་ལས་ཡིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན།

མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ དགོ་ལེགས་སྤྱུག་ རང་སྤྱོད་ལུང་ཕྱོགས་ ཀྲུལ་རབས་ཅན་གི་ལས་ འགུལ་ འ་ནི་བཟུམ་ཅིག་འགོ་བཙུགས་གནང་མ་དུ་ ང་བཅས་འདི་ ག་ཅི་སྤྱི་ ཡིད་མི་ཆེས་ནི་ འཇམ་གླིང་ནང་ གོང་འཕེལ་ཐལ་ཚར་བའི་ ཀྲུལ་ཁབ་ཀྱི་མི་ཚུ་ཡང་ གནམ་མེད་ས་མེད་ཡིད་ཆེས་འབྱུང་སྟེ་འདུག་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན།

ཕྱི་ཀྲུལ་ཁབ་ཀྱི་མི་ཚུ་གིས་ ཡིད་ཆེས་འ་ནི་མ་ཅིག་བསྐྱེད་ས་མཐོང་མ་ད་ ང་བཅས་ལུ་ སློ་སྟོབས་དང་སེམས་ རྒྱུགས་སློམ་སྤྱོད་འབྱུང་པའི་ཁར་ ཆ་གུང་དང་འགན་ཁུར་ཐེབས་སྤྱོད་འབག་སྟེ་ ཕུག་ལུ་ནི་ལུ་གསལ་ལང་སྟེ་ཡོད་ ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན།

མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ དགོ་ལེགས་སྤྱུག་ རང་སྤྱོད་ལུང་ཕྱོགས་གི་ འཆར་གཞི་དང་སྤྱི་ ཐུས་ ལས་རིམ་དང་ཐབས་ཐུས་ཚུ་གི་ དབྱུང་འབྱུང་ཚུ་ག་ར་ གསེར་ཁྱི་གུ་ལས་གནང་འབད་མ་ད་ ང་བཅས་

གཞུང་གི་འགན་ཁུར་དང་ ང་བཅས་མི་སེར་གྱི་འགན་ཁུར་འདི་ སེམས་དང་མཐོ་བསམ་གཅིག་སྟེ་གཏང་སྟེ་ ལྷག་བསམ་ནུས་དག་གི་སྒོ་ལས་ ཕྱག་ལུ་ནི་ཅིག་ར་ཨིན་པས་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

དེ་སྟེ་སྐུ་ལང་པའི་ཁར་ གློ་སྟོབས་དང་སེམས་ཤུགས་ཡང་ སྒྲོམ་སྟེ་ར་ཐོབ་སྟེ་ཡོད། དེ་ཡང་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ ད་སྟོ་ཚུན་ཆོད་ དབུ་འཁྲིད་དང་མཛད་བྱ་ ག་ཅི་ར་མཛད་རུང་ མཛད་བྱ་བཟང་མོ་ཚུ་གི་ མཛད་ཀྱི་ལུ་ཚུ་ ང་བཅས་རའི་ རེ་བ་ལས་ལྷག་སྟེ་ འཐོན་ནི་འདི་གིས་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

མ་གཞི་ མཛད་བྱ་བཟང་མོ་ཚུ་གི་ མཛད་ཀྱི་ལུ་ཚུ་ག་ར་ལུ་དགོ་པ་ཅིན་ ལུ་སྟེ་ཡང་མི་ཆར་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན། ཨིན་རུང་ དག་པ་ཅིག་ དཔྱེ་སྟེ་ལུ་བ་ཅིན་ འབྲུག་མི་སེར་རྒྱ་མོར་གཞི་བཟུང་ འགོ་བཙུགས་གནང་མི་གི་གྲུབ་འབྲས། བདེ་སྤྱང་གི་ལས་འགུལ་ གཞི་བཙུགས་གནང་མི་གི་མཛད་ཀྱི་ལུ། དེ་ལས་ བདེ་ཡམས་ Covid གཏོང་ལེན་གྱི་འཛིན་སྐྱོང་། མི་ཕྱིས་ཀྱི་སྦྱིད་སྤྱད། ས་ཆ་གི་སྦྱིད་སྤྱད། གསོ་བའི་སྦྱིད་སྤྱད། རྒྱུ་རལ་འཛིན་སྐྱོང་། དེ་བཟུམ་སྟེ་ ཀྲུལ་རབས་ཅན་གྱི་ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་གཏེར་ ཀྲུལ་སྤྱང་གི་ལས་འགུལ། དེ་ལས་ ག་ནི་བ་ ཁག་ཆེ་ཤོས་ར་ དམངས་གཙོའི་རིང་ལུགས་ གཞི་བཙུགས་གནང་མི་གི་གྲུབ་འབྲས་འདི་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན། མཛད་ཀྱི་ལུ་ཚུ་ག་ར་ ང་བཅས་རའི་ རེ་བ་ལས་ལྷག་པ་སྟེ་ གྲུབ་འབྲས་འཐོན་ཏེ་ ཀྲུལ་ཁབ་དང་མི་སེར་ལུ་ ཕན་ཐོགས་བསམ་གྱིས་མ་ཁུབ་སྟེ་ འབྱུང་སྟེ་ཡོད་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན། དེ་འབདཿ་ལས་བརྟེན་ མ་འོངས་པའི་ནང་ ཀྲུལ་རབས་ཅན་གྱི་ལས་འགུལ་ དགེ་ལེགས་ཐུག་ རང་སྐྱོང་ལུང་ཕྱོགས་གི་ མཛད་ཀྱི་ལུ་དང་ཕན་ཐོགས་ཡང་ དེ་བཟུམ་སྟེ་འབྱུང་ནི་ཨིན་མ་ ང་བཅས་འབྲུག་པའི་མི་སེར་ ཡོངས་ཀྱིས་ ཏ་གོ་མ་ལས་བརྟེན་ གསལ་ལང་སྟེ་ཡོད་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

དེ་སྟེ་ ཕྱག་ལུ་ཚུ་ག་ར་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ མཛད་དོ་ཟེར་ ང་བཅས་མི་སེར་ཚུ་ གློ་བདེ་པག་པ་སྟེ་ སྤོད་ནི་ཨིན། ང་བཅས་ཀྱིས་ཡང་ འཕྲལ་དང་འཕྲལ་ར་ ག་དེ་མཐོགས་མཐོགས་སྟེ་ ང་བཅས་རའི་ ཀྲུལ་ཁབ་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་གནས་སྤངས་འདི་ ལེགས་བཅོས་འབད་དེ་ ཀྲུལ་ཁབ་ནང་ལུ་ ལཱ་གཞི་གི་གོ་སྐབས་བཟོ་དགོ། ཆོང་ལམ་གྱི་གོ་སྐབས་བཟོ་དགོ། ཏི་རུ་བཟོ་ནི་གི་གནས་སྐབས་བརྟེན་དགོ། དཔལ་འབྱོར་སྦྱིང་སྦྱིང་བཟོ་སྟེ་ དཔལ་ཐོགས་ཡར་སང་འབད་དགོ་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

ང་བཅས་རའི་དཔལ་འབྱོར་འདི་སྦྱིང་སྦྱིང་བཟོ་དགོ་པ་ཅིན་ ང་བཅས་རའི་དཔལ་འབྱོར་རྒྱ་ཁྱུང་འདི་ བདེ་ཡམས་ Covid གིས་ བྱེམ་ཐོག་སྟེ་ཡོང་མ་ཚུགས་པར་ཡོད་མི་འདི་ ག་དེ་མཐོགས་མཐོགས་བཅོལ་རྒྱབ་དགོ། བཅོལ་རྒྱབ་དགོ་ཟེར་མ་ད་ ཐབས་ལམ་གཞན་ག་ནི་ཡང་མེད། གཙོ་བོ་ར་ ཏི་རུ་འབོར་ཆེ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་གཞི་བཙུགས་འབད་དེ་ དཔལ་

འབྱོར་འདི་ལྟོང་དགོ། དེ་གི་དོན་ལུ་ ཉི་རུ་ཐེར་འབུམ་ ༡༥ འབད་མི་གི་ དཔལ་འབྱོར་ལྷན་ཐབས་ལས་རིམ་
གཞི་བཙུགས་འབད་དེ་ཡོད་ཅེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན།

ལས་རིམ་འདི་གི་དོན་ལུ་ ཐེར་འབུམ་ ༡༥ མིལ་བུམ་སྟེ་ རྒྱ་གར་གཞུང་གི་ཁ་ཐུག་ལས་གནང་ནི་སྟེ་སྤྱུགས་ཐག་
བཅད་དེ་ཡོད། དེ་སྟེ་རྒྱ་བསྐྱོར་མིལ་བུམ་གནང་མི་ལུ་ རྒྱ་གར་གཞུང་དང་ ལྷག་པར་དུ་ སློན་ཆེན་ ཉི་རི་ལྷ་རྒྱལ་
རྩོམ་རྩི་ལུ་ ཉིང་ལས་ར་ བཀའ་ངོན་ཆེ་ཅེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན།

ཉི་རུ་གི་ལག་ལེན་འདི་ཡང་ དཔལ་ཁང་ཚུ་བརྒྱད་དེ་འབད་ ཆོང་རྒྱབ་མི། ཆོང་ལཱ་འགོ་བཙུགས་མི། ར་གཞོན། སོ་
ནམ་པ། བྱིམ་རྒྱབ་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ སྐྱེད་ཉུང་བའི་སྐྱིན་འགྲུལ་བྱིན་ནི་ཨིན། དེ་གི་སྟེ་ སྐྱེར་སྟེ་དང་ཆོང་ལཱ་ལུ་ཕན་
ཐོགས་པའི་ཁར་ བཅོ་སྤྱ་རྒྱུང་བ། བལྟ་བཤམ། སོ་ནམ་དང་སྐོ་ཞོར། བཅོ་སྐྱུན། སྐྱེལ་འདེན། བད་བརྒྱད་དང་
སྐྱོག་བརྟན་དེ་ཚུ་ལུ་ ཕན་ཐོགས་ཏེ་འབད་ དཔལ་འབྱོར་ཡར་སྐྱོང་ཚུགས་ཅེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན།

དེ་བསྐྱར་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ལུ་ཡང་ སྤྱི་ཚེགས་གཉིས་པའི་གཞུང་དབུ་བརྟེས་པ་ད་ དཔལ་འབྱོར་མེད་པ་ཐལ་མི་འདི་
ཐེར་འབུམ་ ༥ གི་ དཔལ་འབྱོར་ལྷན་ཐབས་ལས་རིམ་ གཞི་བཙུགས་འབད་དེ་ བཅོ་ཁ་རྒྱབ་ཅི། དེ་བསྐྱར་ཡང་
རྒྱ་གཞུང་གིས་ རྒྱོགས་རམ་མིལ་བུམ་སྟེ་གནང་ཡི། དེ་བསྐྱར་ཡང་ དཔལ་འབྱོར་ལྷན་ཐབས་ལས་རིམ་འདི་གིས་
གནམ་མེད་ས་མེད་ཕན་ཐོགས་ཅི་ཅེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན།

ང་བཅས་རའི་ ཀླུ་ཁམ་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་ ལེགས་བཅོས་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ ད་རུང་ ག་ནི་བ་ཁག་ཆེ་བའི་ལས་
རིམ་ ང་བཅས་ཀྱི་ ལོག་ཅི་ལོག་ཅི་མི་ཐོབ་ཅེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན། ད་རེས་ ང་བཅས་ར་ལུ་ འདི་བཟུམ་མའི་ གོ་སྐབས་
ཐོབ་ད་ལུ་ ཆ་གུང་དང་འགན་ཁུར་ཐེབས་སྟེ་འབག་སྟེ་ གོ་སྐབས་འཕྲོ་བརྒྱག་མ་གཏང་པར་ བྱུང་འབྲས་བཏོན་
ཚུགས་པ་སྟེར་ ཕུག་ཁྱུ་ག་ཅེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན།

དཔལ་འབྱོར་ལྷན་ཐབས་ལས་རིམ་འདི་གིས་ ང་བཅས་རའི་དཔལ་འབྱོར་འདི་ འདི་འཕྲོ་ལས་ བཅོ་ཁ་རྒྱབ་
ཚུགས་པ་ད་ ལོ་ལྔ་འཆར་གཞི་ ༡༣ པ་གིས་ དཔལ་འབྱོར་གི་གནས་སྐྱོང་སྐྱོང་སྟེ་བཅོ་ཚུགས། འཆར་
གཞི་ ༡༣ པ་འདི་ འདས་པའི་འཆར་གཞི་ཚུ་དང་ མ་སྤྱ་ལས་མི་འདྲ། མ་དཔལ་ལས་དཔལ་པ་ཅིན་ འཆར་གཞི་
༡༣ པ་དང་ཕུད་པ་དང་ ཉ་ལམ་ལོག་ལྟ་བུ་ཀྱི་སྟོན། དེ་གི་ནང་ལས་འཆར་གཞི་ ༡༣ པའི་ དམིགས་ལུལ་ཡང་
གཙོ་བོར་ དཔལ་འབྱོར་ལོག་ལྟ་སྟེ་ རྒྱ་སྐྱེད་གཏང་སྟེ་ དཔལ་འབྱོར་སྐྱོང་སྐྱོང་དང་ ཅ་བརྟན་བཅོ་ནི་འདི་ཨིན་
ཅེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན།

འཆར་གཞི་ ༡༣ པའི་ མ་དདལ་ཡོངས་བསྟོམས་ ཐེར་འབུམ་ ༥༡༩ ཡོད་མི་ནང་ལས་ རྒྱ་རྒྱུང་གི་མ་དདལ་
 ཐེར་འབུམ་ ༩༤༧ ཡིན། དེ་ལས་ གསར་རྒྱབ་གྱི་མ་དདལ་ཐེར་འབུམ་ ༩༤༥ བཤོ་བཀྲམ་འབད་དེ་ཡོད།
 གནས་རྒྱལ་སྤེལ་བའི་ མ་དདལ་གྱི་གྲགས་རམ་འབད་མི་ལེ་ཤ་ཡོད། དེ་རྩི་གི་གྲལ་ལས་ སྤོམ་ཤོས་འདི་ར་
 རྒྱ་གར་གཞུང་ཡིན། རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་ འཆར་གཞི་ ༡༣ པའི་དོན་ལུ་ གྲགས་རམ་མ་དདལ་ཐེར་འབུམ་ ༩༥
 གནང་མི་འདི་ འཆར་གཞི་ ༡༩ པ་དང་ཕུད་པ་ད་ ལོག་ལྟམ་གྱི་སྤོམ་ཐེར་ལུ་ནི་ཡིན། དེ་སྤེལ་ གྲགས་རམ་སྤོམ་སྤེལ་
 འབད་མི་ལུ་ རྒྱ་གར་གཞུང་དང་ རྒྱ་གར་གྱི་མི་སེར་རྩི་ལས་ར་ བཀའ་བྲིན་ཆེ་ཐེར་ལུ་ནི་ཡིན།

དེ་བརྒྱུ་སྤྱེ་ གྲོགས་རམ་འབད་མི་གཞན་ལུ་ཡང་ དཔྱེ་འབད་ཅུ་བ་ཅིན་ ཡུ་རོལ་གཅིག་བསྐྱེམས་ཆོགས་པ། Ja-
pan གཞུང་། ཨེ་ཤི་ཡུན་གོང་འཕེལ་དངུལ་ཁང་། འཛམ་གླིང་དངུལ་ཁང་། འཛམ་གླིང་སྤྱི་ཆོགས་དང་ གཞུང་
གཞན། དེ་ལས་ ལས་སྤྱེ་གཞན་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་མི་ལུ་ སེམས་ཀྱི་གདིང་ལས་ར་ བཀའ་བྱིན་དགའ་ཆོར་ལུ་
དོ་ཟེར་ཅུ་ནི་ཨིན།

འཆར་གཞི་ ༡༩ པ་འདི་ སྤྱི་ཚྭ་གས་ནང་ལུ་གསལ་ལུ་སྤུལ་ཏེ་ གསུང་གོས་ཚུ་ཡང་ མ་བདུབ་བདུབ་སྤེ་གནང་ཡི།
ང་བཅས་ར་ ཆེད་བསྟོད་ཅན་གྱི་འབྲུས་མི་ཚུ་གིས་ ལམ་སྟོན་དང་བཀའ་སློབ་གནང་མི་འདི་གིས་ འཆར་གཞི་
ལེགས་བཅོས་འབད་ནི་ལུ་ གནམ་མེད་ས་མེད་ཕན་ཐོགས་འོང། བཀའ་ངོན་ཆེ་བེར་ལུ་ནི་ཨིན།

དེ་འབད་མ་ལས་ འཆར་གཞི་ཚུ་གི་སྒྲོར་ལས་ ཟུས་ཁིང་ཟུས་པ་སྟེ་ གསལ་བྱ་ཕུལ་མི་དགོ་ནི་མས་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན།

ཡིན་རུང་ར་ འཆར་གཞི་ ༡༣ པ་ལས་བརྟེན་ དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་ལུ་ བད་ཀར་རུ་ ཕན་ག་དེ་སླེ་ཐོགས་འོང་
ག་ བརྟན་བརྟུ་སྟེ་འབད་ ཟུ་གེ་ཟེར་ཟུ་ནི་ཡིན།

དང་པ་ར་ གནི་རྟེན་མཁོ་ཆས་ཀྱི་དོན་ལུ་ མ་དངུལ་ཐེར་འབུམ་ ༤༥ བཞག་སྟེ་ཡོད། དེ་ཡང་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་
འཁོར་ལམ་ རྒྱ་སྐད་དང་གསར་པ་བསལ་ནི། ཟམ་རྒྱབ་ནི། རྟེན་འོག་ལྟེ་བ་གི་ལམ་ ལོག་ཅི་ནག་གཏང་ནི། སློབ་
ཟུང་དང་སྒྲན་ཁང་རྒྱབ་ནི། ཞིང་རྒྱ་བཏོན་ནི་རྒྱ་གི་དོན་ལུ་ཨིན། དེ་གིས་ དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་ལུ་སན་ཐོགས་པའི་
ཁར་ ཁ་འབག་པ་རྒྱ་ལུ་ ཐད་ཀར་དུ་སན་སློམ་སྟེ་ ཐོགས་རྒྱ་གས་ཟེར་བུ་ནི་ཨིན།

གཉིས་པ་ བན་དོན་འཕུལ་རིག་གི་དོན་ལུ་ མ་དངུལ་ཐེང་འབུམ་ ༡༠ བཞག་སྟེ་ཡོད། དེ་གི་ བན་དོན་འཕུལ་
རིག་གི་ཚོང་ལུ་ཚུ་ལུ་ སན་ཐོགས་པའི་ཁར་ དཔལ་འཕྱོར་གྱི་གཞི་འགུམ་སྤྱིང་སྤྱིང་བཟོ་ནི་གི་དོན་ལུ་ སན་ཐོགས་
ཟེང་ལྷ་ནི་ཨོན།

གསུམ་པ་ ས་གནས་གཞུང་གི་དོན་ལུ་ མ་དངུལ་ཐེར་འབུམ་ ༧༢ བཞག་སྟེ་ཡོད། དེ་གི་ སྤྱི་འག་གི་ལམ། ལུགས་ཀྱི་བླ་མི་གི་རམ། ཞིང་ཚུ་ཚུ་ཀྱ་སྐྱེད་དང་ལེགས་བཅོས་འབད་ཚུགས། དེ་གི་མ་ཚད་ ཁྲོང་གསེབ་ནང་ བཞུགས་མི་ཚུ་གི་ འཛོ་བའི་གནས་སྤངས་ཡར་དྲག་གཏང་ཚུགས། དེ་གུ་ སོ་ནམ་དང་སྒོ་མོར་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་ ཀྱ་ སྐྱེད་སྒོམ་སྟེ་གཏང་ནི་ལུ་ སན་ཐོགས་ཟེར་ཁུ་ནི་ཨིན།

བཞི་པ་ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ མ་དངུལ་ཐེར་འབུམ་ ༤༠ བཞག་སྟེ་ཡོད། སྟེ་ དཔལ་འབྱོར་ཀྱ་ སྐྱེད་གཏང་ནི་གི་དོན་ལུ་ མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་འདི་ཁག་ཆེན་ལས་བརྟེན་ གསོ་བ། ཤེས་རིག། ལག་རྩལ་དང་ རིག་རྩལ་གྱི་སྦྱོང་བརྩམས་ལང་ཚུ་ ཀྱ་སྐྱེད་གཏང་ནི་ཨིན། དེ་གི་ དཔལ་འབྱོར་ལུ་ རང་བཞིན་གྱིས་འབད་ སན་ཐོགས་འོང་ཟེར་ཁུ་ནི་ཨིན།

དེ་གི་མ་ཚད་ གློག་ཤུགས་འདི་ དཔལ་འབྱོར་གྱི་གཞི་རྟེན་གཙོ་བོ་ཅིག་འབད་མ་ལས་ ལོ་ལྷ་གི་ནང་འཁོད་གློག་ ཤུགས་ཏ་ལམ་གསུམ་ལྟ་བུ་སྟེ་ MW ༤,༥༠༠ ཀྱ་ཀྱ་སྐྱེད་གཏང་ནི་གི་དོན་ལུ་ མ་དངུལ་ཐེར་འབུམ་ ༥༢༧ འཆར་གཞི་ནང་མ་བཅུགས་པར་ ལོགས་སུ་སྟེ་བཞག་སྟེ་ཡོད་ཟེར་ཁུ་ནི་ཨིན། དེ་བཟུམ་སྟེ་ དཔལ་འབྱོར་ཀྱ་ སྐྱེད་གྱི་དོན་ལུ་ མ་དངུལ་ཁག་ཆེན་ལས་ ཕྱི་འི་མ་རྩ་གཞི་བཅུགས་འདི་ཐེར་འབུམ་ ༥༠༠ ཀྱ་ཡར་སེང་འབད་ནི་ གི་ཐབས་ལམ་སྒྲིག་སྟེ་ཡོད་ཟེར་ཁུ་ནི་ཨིན།

དེ་ལས་ བཟླ་བཤལ་ལས་བརྟེན་ མི་སྟེ་གི་ནང་འཁོད་ ཏི་རུ་གི་ཁེ་སན་ ཐདས་ཐད་ཁ་ལས་པར་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ བཟླ་བཤལ་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་འཆར་གཞི་དང་གཙོ་བོ་ཅིག་སྒྲིག་སྟེ་ཡོད་ཟེར་ཁུ་ནི་ཨིན།

ང་བཅས་རའི་ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གིས་ ཞིབ་འཇོལ་མ་བརྟུབ་བརྟུབ་སྟེ་འབད་དེ་ འཆར་གཞི་ ༡༣ པ་ལེགས་ཤོམ་ སྟེ་ བཅུམས་གནང་མི་ལུ་ བཀའ་ངེན་དགའ་ཆོར་ལུ་དོ་ཟེར་ཁུ་ནི་ཨིན། ན་ལས་པར་འབད་རུང་ འཆར་གཞི་ ༡༣ པའི་དམིགས་ལུ་ལུ་ འབྲུབ་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གིས་ རྒྱབ་སྐྱོར་དང་མཉམ་འབྲེལ་ འཕྲོ་མཐུད་ དེར་གནང་སྟེ་བཀའ་ངེན་བསྐྱང་གནང་ཟེར་ཁུ་ནི་ཨིན།

གོང་ལུ་ཁུ་དོ་བཟུམ་སྟེ་ ང་བཅས་རའི་ དཔལ་འབྱོར་འདི་ཚུང་ཀྱ་གཅིག་ལས་མེད་པའི་ཁར་ དཔལ་འབྱོར་འདི་ མཐོགས་དྲག་སྟེ་ ཀྱ་སྐྱེད་ཐལ་མ་ཚུགས་ཟེར་ཁུ་ནི་ཨིན། དེ་འབད་མ་ལས་བརྟེན་ ང་བཅས་རའི་འགན་ཁུར་འདི་ ཀྲུལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱེད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་ལྷ་བ་ ལུན་བརྟན་དང་འབྲེལ་མཉམ་གྱི་གཞི་རྩ་ལུ་གནས་ཏེ་ དཔལ་ འབྱོར་འདི་ ག་དེ་མཐོགས་མཐོགས་ ཀྱ་སྐྱེད་གཏང་ར་གཏང་དགོ། དེ་ལུ་ དགོད་བྲ་མི་ཤོང་ཟེར་ཁུ་ནི་ཨིན།

དཔལ་འབྱོར་འདི་ ག་དེ་མཐོགས་མཐོགས་ རྒྱ་སྤྱོད་གཏང་ནི་གི་དོན་ལུ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ ཀླུ་ཡོངས་དུས་ཆེན་ ༡༡༥ པའི་ནང་ལུ་ དུས་རབས་ ༥༡ གི་ དཔལ་འབྱོར་གྱི་མདུན་ལམ་ཅིག་ ཉིང་སངས་སངས་སྤོ་བཟོ་དགོ་པའི་བཀའ་སློབ་གནང་ཡི་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན། བཀའ་སློབ་གསེར་གྱི་ཐིགས་པ་འདི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གཞུང་གིས་ཁ་ཐུག་ལས་ དཔལ་འབྱོར་གྱི་མདུན་ལམ་ཅིག་ ཉེ་མ་ལས་བཟོ་སྟེ་འདུག། དེ་སྤོ་བཟོ་སྟེ་ ཡོད་མི་འདི་ ད་རེས་ ང་བཅས་ཀྱིས་ ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་མཁས་མཆོག་ཚུ་བཙུགས་ཏེ་ དཔལ་འབྱོར་གྱི་མདུན་ལམ་འདི་ ཡོངས་སུ་རྒྱ་ཐོགས་པ་སྟེ་ ལེགས་བཅོས་འབད་དོ་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན།

བཙུན་བསྟུ་སྟེ་འབད་བྱ་བ་ཅིན་ ང་བཅས་རའི་ཀླུ་ལ་ཁམས་འདི་ ལམ་རྒྱ་གམ་གྱི་སྟོན་དེ་ཡོད། ཉེ་མ་ ནམ་ཡང་མ་འབྱུང་བའི་ ཉེན་ཁ་ཅན་གྱི་དུས་ཆོད་ཅིག་གུ་ སྟོན་དེ་ཡོད་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན། ཀླུ་ལ་ཁམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་བསལ་ནི་དང་ ཉེན་ཁ་གདོང་ལེན་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཐབས་ལམ་ཁག་ཆེ་ཤོས་འདི་ དགོ་ལེགས་ཐུག་ རང་སྦྱོང་ལུང་ཕྱོགས་འདི་ཨིན། དེ་བཟུམ་སྟེ་ དཔལ་འབྱོར་ལྷན་ཐབས་ལས་རིམ་དང་ འཆར་གཞི་ ༡༥ པ་གིས་ཡང་ དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་ལུ་ གནམ་མེད་ས་མེད་པན་ཐོགས་འོང་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན། དེ་གུ་ སློག་མེ་གི་ལས་འགུལ། བཟུ་བཤལ་གོང་འཕེལ། ཕྱིའི་མ་ཙཱ་གཞི་བཙུགས་ཚུ་གིས་ དཔལ་འབྱོར་ལུ་ལྷན་ཐབས་འབད་དེ་ ང་བཅས་རའི་ དཔལ་འབྱོར་འདི་ ཉིང་སྐལ་ར་ སྤྱིང་སྤྱིང་ཐལ་ཚུགས་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན།



ལེའུ་བཞི་པ་ གཞུང་གི་ ཏུས་ཅི་ལོ་གཅིག་གི་ འཆར་གཞི་དང་གཙོ་རིམ།

འཆར་གཞི་ ༡༣ པ་གི་དམིགས་ཡུལ་འགྲུབ་དགོས་པ་ཅིན་ ཏུས་ཅི་ འཆར་གཞི་ ༡༣ པའི་ ལོ་ངོ་དང་པ་འདི་
ནང་ལས་ར་ འཆར་གཞི་དང་གཙོ་རིམ་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ ལཱ་འགོ་བཙུགས་ནི་འདི་གནམ་མེད་ས་མེད་
ཁག་ཆེ། ཏུས་ཅི་ལོ་གཅིག་གི་འཆར་གཞི་དང་གཙོ་རིམ་ སྤྱི་བྱས་དང་ལས་རིམ་ཚུ་ག་ར་ མི་ལུ་བཟུང་ལུ་ཁྱིམ་ལྔ་
ཡིན་རུང་ ཁག་ཆེ་ཏོག་ཏོ་དག་པ་ཅིག་ ན་ལས་མར་ལུ་བ་ཅིན་

དང་པ་ར་ ཏུས་ཅི་ ལཱ་ཁག་ཆེ་ཤོས་འདི་ར་ དགོ་ལེགས་ལུག་ རང་སྤྱོད་ལུ་བྱུགས་འདི་ཡིན། ཀྱུལ་རབས་ཅན་
གྱི་ལས་འགུལ་འདི་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་ ཐུགས་ལས་འཁུངས་པའི་ དགོངས་གཏེར་
ཡིན་པའི་ཁར་ ལས་འགུལ་གྱི་ སྤྱི་བྱས་དང་འཆར་གཞི་ ལས་རིམ་དང་ཐབས་བྱས་ཚུ་ག་ར་ མི་དབང་མངའ་
བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ དབུ་འཁྱུང་མཛད་གནང་དོ་བཟུང་ལུ་ཁྱིམ་ལྔ་ དེ་འབད་མ་ལས་བརྟེན་ མི་དབང་
མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལུ་ སྒྲན་གསན་པལ་སྤྱོད་ ལས་འགུལ་གྱི་ལས་བྱེད་པ་ཚུ་དང་བསྐྱུན་གྲོས་འབད་དེ་
ང་བཅས་གཞུང་དང་མི་སེར་གྱིས་ཏོང་ལས་ ཅི་ལྷོགས་གང་ལྷོགས་དང་ ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་གི་ཐོག་ལས་འབད་
ལུག་ལུ་ཁྱིམ་ལྔ་

གཞུང་གི་འཆར་གཞི་དང་གཙོ་རིམ་གཞན་མི་ཚུ་ རིམ་པ་བཞིན་ཏུ་འབད་ ལུ་བ་ཅིན་

དཔལ་འབྱོར་ལེགས་བཅོས་དང་ གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་

དང་པ་ དཔལ་འབྱོར་ལྷན་ཐབས་ལས་རིམ་ལས་བརྟེན་ སྤྱི་བྱེད་གོང་འཕེལ་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་དེ་ ད་རེས་སྤྱིན་
འགྲུལ་བཀག་དམ་འབད་དེ་ཡོད་མི་འདི་ ཡངས་ཆག་གཏང་ནི་ཡིན། དེ་གི་མ་ཆད་ ཆོང་ལམ་ལེགས་བཅོས་
འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་དང་ ཆོང་ལམ་རྒྱ་སྐྱོད་གཏང་ནི་གི་དོན་ལུ་ དེ་ལས་ ཆོང་ལམ་གསར་པ་འགོ་བཙུགས་ནི་གི་དོན་
ལུ་ སྤྱི་བྱེད་བའི་སྤྱིན་འགྲུལ་གྱི་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་ཡིན། དེ་གི་ནང་ལས་ སྤྱི་བྱེད་སྤྱི་བྱེད་བཟོ་ནི་གི་དོན་ལུ་
དང་ ལྷག་པར་ཏུ་ ཆོང་ལམ་འབད་མ་ད་ ལྷག་བསམ་བདེ་ཏོ་སྤྱོད་བཟོ་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཆོང་འཕེལ་གྱི་སྤྱི་བྱས་དང་ལས་
ལུགས་ སྤྱི་བྱེད་གཞི་ཚུ་བདེ་སྤྱི་བྱེད་འབད་ནི་ཡིན།

གཉིས་པ་ ཀྱུལ་ཁབ་ཀྱི་གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་ལེགས་བཅོས་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཀྱུལ་ཡོངས་ཀྱི་འཁོར་ལམ་ཁག་
༡༡ རྒྱ་སྐྱོད་གཏང་ནི་དང་ འཁོར་ལམ་གསར་པ་ ༨ བསལ་ནི་ཡིན། དེ་གུ་ གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་ཚུ་ ཏུས་ཚོད་

ཁར་དང་ སྤྱུལ་ཚད་དང་ལྷན་སྦྲེལ་བྱ་བ་ཞི་དོན་ལུ་ གཞུང་གིས་ དམིགས་བསལ་ལྟ་རྟོག་སྤེལ་ཅིག་ ལོགས་སུ་སྤྱོད་ གཞི་བཙུགས་འབད་ནི་ཨིན།

གསུམ་པ་ བཟླ་བཤལ་གོང་འཕེལ་དང་ རྒྱ་སྐད་གཏང་ནི་གི་དོན་ལུ་ སྤྱི་ཕྱུས་དང་ལམ་ལུགས་ ཞབས་ཏྲུག་ཚུ་ ལོགས་བཅས་འབད་ནི་ཨིན། དེ་གི་མ་ཚད་ བཟླ་བཤལ་གྱི་ཚད་ལམ་འཛུལ་ནི་ནང་ གཙུག་པོ་བཏོན་ནི་ཨིན།

བཞི་པ་ བརྟེན་དོན་འཕུལ་རིག་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་གི་དོན་ལུ་ བརྟེན་དོན་འཕུལ་རིག་གི་ཚད་ལུ་ཚུ་ཚུ་ ཚོང་འབྲེལ་གྱི་གོ་སྐབས་བྱིན་ནི་ཨིན། དེ་གི་མ་ཚད་ ཡོངས་འབྲེལ་གྱི་རྒྱུ་ལམ་གསུམ་པ་འདི་ གཏན་འཁེལ་སྤེལ་འགོ་བཙུགས་ནི་ཨིན། དེ་ལས་ ཡོངས་འབྲེལ་གྱི་གོང་ཚད་ གཞུག་ཞི་གི་ལུ་ འགོ་བཙུགས་ནི་ཨིན།

ལྔ་པ་ ཕྱི་མ་ཙུ་གཞི་བཙུགས་རྒྱ་སྐད་གཏང་ནི་གི་དོན་ལུ་ དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་བཀོད་ཚུགས་ཀྱིས་ ཚོང་འབྲེལ་གྱི་གོ་སྐབས་ངོས་འཛིན་འབད་ནི་ཨིན། དེ་གི་མ་ཚད་ ཕྱི་མ་ཙུ་གཞི་བཙུགས་ཀྱི་སྤྱི་ཕྱུས་ལོགས་བཅས་ འབད་ནི་ཨིན། ལྷག་པར་དུ་ འབྲུག་མི་ཕྱི་ཁར་སྤྲོད་མི་ཚུ་ལུ་ མ་ཙུ་གཞི་བཙུགས་ཀྱི་ དམིགས་བསལ་གྱི་གོ་སྐབས་བཟོ་སྤྱོད་བྱིན་ནི་ཨིན།

དྲུག་པ་ ཀྲུལ་ཁམས་ནང་ གློག་ཤུགས་རྒྱ་སྐད་གཏང་ནི་གི་དོན་ལུ་ སྤྱི་ན་གཙུག་ཚུ་གློག་མེ་ལས་འགུལ་ ༡ པ་ དུས་ཅི་ གློག་ཤུགས་བཏོན་ནི་འགོ་བཙུགས་ནི་ཨིན། དེ་གུ་ སྤྱི་ན་གཙུག་ཚུ་གློག་མེ་ལས་འགུལ་ ༡ པ་གི་ བཟོ་སྤྱོད་ཀྱི་ལུ་ དུས་ཅི་ལས་ ལོག་འགོ་བཙུགས་ནི་ཨིན། དེ་བཟུམ་སྤྱོད་ མཁོ་ལོང་ཚུ། སུ་ཚུ། འབྲུག་གུ་ཚུ། ཡུང་གི་ཚུ། འབྲུག་རྒྱུ་དུ་ ༡ པ། འབྲུག་རྒྱུ་དུ་ ༢ པ། སྐམ་རི་ ༡ པ། འབོད་སྐར་ན། རོ་མོ་རི་ཚུ་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ཡོད་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན།

བདུན་པ་ དཔལ་འབྱོར་གྱི་གཞི་འགུམ་སྤྱི་ཕྱུས་བཙུགས་ནི་ན་ དཔལ་འབྱོར་ལོགས་ཤོམ་སྤེལ་རྒྱ་སྐད་གཏང་ནི་གི་དོན་ལུ་ དུས་རབས་ ༢༡ པའི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་མདུན་ལམ་འདི་ བཏན་ཏྲུག་ཏྲུག་སྤེལ་བཟོ་ནི་ཨིན་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན།

དུས་ཅི་ སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོ་རྒྱ་སྐད་གཏང་ནི་གི་དོན་ལུ་”

དང་པ་ དཔལ་འབྱོར་ལྷན་ཐབས་ལས་རིམ་ལས་བརྟེན་ སོ་ནམ་པ་ཚུ་ལུ་ སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོ་རྒྱ་ལག་ཆེ་བའི་ རྒྱུ་ཚུང་བའི་རྒྱུ་ལུ་གྱི་རྒྱུ་སྤྱོད་གནང་ནི་ཨིན།

གཉིས་པ་ སྤྱིལ་འབྲེན་སྒྲུབ་སྤྱི་ལོ་ལྟ་བུ་བཟོ་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཅུས་ཅི་ མེད་འོག་ལྟེ་བའི་ལམ་ཁག་ ༢༠ ཉམས་
བཅོས་འབད་དེ་ ལོག་ཅི་ནག་གཏང་ནི་ཨིན། དེ་བཟུམ་སྤྱེ་ སྤྱི་འོག་གི་ལམ་ཡོངས་བསྐྱེམས་ ༢༠༠ དེ་ཅིག་
ཉམས་བཅོས་དང་ལེགས་བཅོས་འབད་ནི་གི་ དམིགས་གཏང་བསྐྱེད་དོ་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན།

གསུམ་པ་ ཅུས་ཅི་ལོ་གཅིག་གི་ནང་ལུ་ ཞིང་ཚུ་གི་ལས་འགུལ་ཡོངས་བསྐྱེམས་ ༥༤ འགོ་བཙུགས་ནི་ཨིན། དེ་
ནང་ལས་ ༩༩ འདི་ ཞིང་ཚུ་གསར་བཏོན་ནི་གི་ ལས་འགུལ་ཨིན་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན།

བཞི་པ་ ཅུས་ཅི་ སྤྱི་འོག་ཁག་ ༢༠༠ དེ་ཅིག་ནང་ ལུགས་ཀྱི་བླ་མ་གི་ར་བ་ བསྐྱོར་ནི་གི་དམིགས་གཏང་དང་
རེ་བ་བསྐྱེད་དོ་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན།

ལྔ་པ་ འབྲུ་སྒྲུབ་དང་ཤིང་འབྲས་ སྒོ་མོར་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ གཙོ་རིམ་སྤྱིག་སྤྱེ་ དེ་ཚུ་གི་གོང་ཚད་འདི་ གཞུང་གིས་
ཁག་འགན་འབག་ནི་གི་ ལས་རིམ་དང་སྤྱི་བྱས་གསར་བཟུམ་ནི་ཨིན། སྤྱི་བྱས་འདི་ ང་བཅས་རའི་ སོ་
ནམ་པ་ཚུ་གི་ལག་པར་ འོང་འབབ་ཐོབ་ཚུགས་པའི་ཐམས་ལམ་ ཁག་ཆེད་གཏོ་ཅིག་ཨིན་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན།

དྲུག་པ་ སོ་ནམ་པ་ཚུ་ལུ་ འཕུལ་གྲང་ཉོ་ནི་གི་དོན་ལུ་ སྤྱི་ལོ་ལྟ་བུ་ལུ་འགྲུལ་གྱི་ལམ་ལུགས་ གཞི་
བཙུགས་འབད་ནི་ཨིན་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན།

བདུན་པ་ ལོ་ཐོག་དང་སྒོ་མོར་གྱི་རྒྱུ་འབྲས་དང་ ཉེན་བཅོལ་གྱི་ སྤྱི་བྱས་དང་འཆར་གཞི་བཟུམ་ནི་ཨིན་ཟེར་
ཁྱུ་ནི་ཨིན།

མི་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ ཅུས་ཅི་ ལོ་གཅིག་གི་གཙོ་རིམ་ཚུ་ཁྱུ་བ་ཅིན་”

དང་པ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ ཅུས་ཅི་ དབྱིན་ལྷ་ ༩ པའི་དབྱིན་ཆེས་ ༥ ལུ་ ཀྲུལ་
རབས་ཅན་གྱི་ ཀྲུལ་སྤྱང་གི་ལས་རིམ་ འགོ་བཙུགས་གནང་ནི་ཨིན། ག་ནི་བ་ཁག་ཆེ་བའི་ལས་རིམ་འདི་གིས་
མ་འོངས་ང་བཅས་རའི་ཀྲུལ་ཁམས་ལུ་ ཕན་ཐོགས་བསམ་གྱིས་མ་བྱུང་སྤྱི་ལོ་ལྟ་བུ་ལུ་འབྱུང་འོང་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན། ཀྲུལ་སྤྱང་
ལས་རིམ་གྱི་ དམིགས་ལུལ་འགྲུབ་ནི་གི་དོན་ལུ་ གཞུང་གིས་ཉོང་ལས་ ཅི་ཚུ་གས་གང་ཚུ་གས་ཀྱི་ཐོག་ལས་
ཕྱག་ཁྱུ་ནི་སྤྱེ་ གསལ་ལང་སྤྱོད་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན།

གཉིས་པ་ ཤེས་རིག་གི་ལམ་ལུགས་ལེགས་བཅོས་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ ཤེས་རིག་ལེགས་སྦྱར་གྱི་བཀའ་ཤོག་གནང་མི་དང་འཁྲིལ་ སྟན་ལུ་དང་འཆར་གཞི་ དེ་ལས་ཤེས་རིག་གི་སྤྱི་བྱས་ཚུ་ གཏན་འཁེལ་སྤེལ་བཟོ་ནི་ཨིན། དེ་གི་མ་ཚད་ སློབ་གྲྭ་ལག་ ༤༩ སློབ་གྲྭ་ལྟེ་བ་ལུ་ རྒྱ་སྤྱོད་གཏན་ནི་གི་ལཱ་ འགོ་བཙུགས་ནི་ཨིན། དེ་གི་དོན་ལུ་ སློབ་གྲྭ་ལྟེ་བ་གི་སྤྱི་བྱས་དང་ལམ་ལུགས་ སྤྲིལ་གཞི་གསར་པ་བཟུམ་ནི་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

གསུམ་པ་ གསལ་བའི་ཞབས་རྟོག་གི་ སྤྱི་ཚད་ཡར་ཤུག་གཏན་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཐིམ་ཕུག་དང་མོང་སྐར་ལུ་ ཀླུ་བཙུན་རྩེ་བཙུན་པ་སྤྱོད་དབང་ཕུག་ ཡའི་དང་ཨ་ལུ་འུ་སྤྲོད་ཁང་འདི་ འགོ་བཙུགས་ནི་ཨིན། དེ་གྱ་ བན་གཞི་ཀོན་སར་གྱི་དམིགས་བསལ་སྤྲོད་ཁང་གི་ ལས་འགུལ་ཁ་གསལ་སྟན་ལུ་བཟོ་ནི་ཨིན། དེ་གི་མ་ཚད་ གསལ་བའི་སློ་གཏན་མ་དངུལ་ རྒྱ་སྤྱོད་གཏན་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཐབས་ཤེས་དང་གནས་སྐབས་གསར་པ་བཏོན་ཏེ་ བཙོན་བྱགས་བསྐྱེད་ནི་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

བཞི་པ་ ང་བཅས་འབྲུག་པའི་ན་གཞོན་ཚུ་ལུ་ ཁག་ཆེ་བའི་རིག་ཅུལ་སྤྱོད་ནི་གི་དོན་ལུ་ ལག་ཅུལ་གྱི་སྤྱོད་བཟུང་སྤེལ་ཁང་གར་ རྒྱ་སྤྱོད་དང་ཡར་ཤུག་གཏན་ནི་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

ལྔ་པ་ འབྲུག་ཨོ་ལོ་མ་ཡིག་ཆོགས་པ་དང་གཅིག་ཁར་ མཉམ་འབྲེལ་འབད་དེ་ ཀླུ་ཡོངས་ཅུད་རིག་གི་འཆར་གཞི་བཟུམ་ལྟེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་འགོ་བཙུགས་ནི་ཨིན། དེ་གྱ་ སློབ་གྲྭ་ལག་ནང་ ཅུད་རིག་ལུ་གཙོ་བོ་བཏོན་ནི་གི་དོན་ལུ་ མཐུན་ཁྱེན་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚུ་བྱིན་ནི་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

དྲུག་པ་ ང་བཅས་རའི་ན་གཞོན་ཚུ་ ཕྱི་ཀླུ་ལས་ཡར་ འཕྲོ་མཐུད་ཤེས་ཡོན་སྤྱད་པར་འགྱུར་ད་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ རྒྱུད་མེད་པའི་སྤྱོད་འགྲུལ་བྱིན་ནི་གི་ སྤྱི་བྱས་དང་འཆར་གཞི་བཟུམ་ནི་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

བདུན་པ་ སློ་རྒྱས་མར་ཕབ་དང་ཅུ་མེད་གཏན་ནི་གི་དོན་ལུ་ སྤྲུལ་སྤེལ་བཤེས་ཚུ་རོས་ལེན་འབད་དེ་ བཙོན་བྱགས་སློམ་སྤེལ་བསྐྱེད་དེ་ གདོང་ལེན་འབད་ནི་ཨིན། དེ་གྱ་ སློ་རྒྱས་སྤྱོད་མི་ ན་གཞོན་སློབ་ཕུག་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་སློབ་གྲྭ་འགོ་བཙུགས་ནི་ཨིན། དེ་གི་མ་ཚད་ བསྐྱར་གསོ་དང་སྤྲོད་བཅོས་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ ལྟེ་བ་ཅིག་ ལོགས་སུ་སྤེལ་ གཞི་བཙུགས་འབད་ནི་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

ཚས་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་ཐད་ལས་འབད་བ་ཅིན་ ང་བཙས་གཙོ་ཤིང་ལེ་ག་སྤྱི་ག་སྟེ་ཡོད་པའི་ནང་ལས་”

དང་པ་ གསར་སྤང་རྫོང་འཕྲོ་མཐུད་དེ་བཞེངས་ནི་ཨིན། དེ་གི་མ་ཚད་ ཅ་ཆེ་བའི་ལྷ་ཁང་ དཔྱེ་འབད་ནི་ རིག་གསུམ་དགོན་མ། གསར་སྤྱགས་ཚས་འཁོར། དེ་བཟུམ་སྟེ་ ལྷ་ཁང་ཁག་ལྔ་ རྒྱ་སྤྱད་དང་ཉམས་གསོ་ལུ་དོ་བཅར་ལུ་ནི་ཨིན། དེ་གི་ནང་ལས་ བདེ་ཆེན་མོ་བྲང་དགེ་འདུན་སྟོན་གྱི་འདི་ གསར་བཞེངས་འབད་དེ་ དགེ་སྟོན་སྟོན་ཕུག་ཚུ་གི་ ཕུག་དཔེ་དང་ སྟོན་སྟོང་གནང་ས་གི་མཐུན་ཁྱེན་དང་གནས་སྤངས་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་བཟོ་ནི་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

གཉིས་པ་ བན་དོན་འཕུལ་རིག་གྱི་ཐོག་ལས་ རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་དང་དར་བྱུང་གཏང་ནི་ལུ་ གཙོ་བོ་བཏོན་ནི་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

གསུམ་པ་ ཀྲུལ་གཞུང་གློས་གར་ལྟེ་བ་འདི་ རྒྱ་སྤྱད་འབད་དེ་ སྟོན་ལང་འདི་གི་ སྟོང་བཅར་ལོག་འགོ་བཙུགས་ནི་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

ཕྱི་འབྲེལ་གྱི་སྤྱི་དབུས་དང་མཐུན་ལམ་ བདག་འཛིན་འཐབ་ནི་གི་དོན་ལུ་”

དང་པ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལུ་ གུས་བཏུང་དང་བརྩི་བཀྱར་གྱི་ཐོག་ལས་ བཀའ་ཤིན་དགའ་ཚོར་སྤུལ་ནི་ཨིན། དེ་ཡང་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ ཀྲུལ་ཁབ་ཀྱི་ཕུག་ལུ་བསམ་གྱིས་མ་བྱུང་སྟེ་ ཡོད་དེ་ར་འབད་རུང་ ཕྱི་ཀྲུལ་ཁབ་ལས་པར་ ཀྲུལ་ཁམས་ཀྱི་གཟིགས་སྒྲོར་གནང་པར་བྱོན་ནི་འདི་གིས་ མཛེས་བཤེས་མཐུན་འབྲེལ་ཚུ་དམ་ཟབ་སྟེ་ བཟོ་ཚུགས་ཏེ་ཡོད། དེ་གི་མ་ཚད་ ཀྲུལ་སྤྱི་ནང་ལས་ བལྟ་བཤུལ་པ་ ཚུ་ཡང་ ང་བཙས་རའི་ཀྲུལ་ཁབ་ནང་ ལྷ་སྒྲོར་ནང་འོང་ནི་ལུ་ པན་སྟོན་སྟེ་ཐོགས་པས་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ ཁྱིམ་ཚང་རྒྱ་གར་ཀྲུལ་ཁབ་ཀྱི་སྟོན་ཆེན་ ཤི་རིན་རྒྱ་མོ་རྟེ་ལུ་ གཟེངས་བསྟོད་ཀྱི་རྟགས་མ་མཐོ་ཤོས་ མངའ་བདག་དཔལ་གྱི་འཁོར་ལོ་གནང་མི་འདི་གིས་ རྒྱ་གར་ཀྲུལ་ཁབ་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་མཛེས་བྱ་ལུ་ ཡིད་ཆེས་དང་བརྩི་མཐོང་སྟོན་སྟེ་འབྱུང་པའི་ཁར་ གནམ་མེད་ས་མེད་ སེམས་དགའ་སྟེ་འདུག་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན། མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ དབུ་འཁྱིད་དང་མཁྱེན་རྒྱ་བཟང་པོའི་མཛེས་བྱ་ལས་བརྟེན་ རྒྱ་འབྲུག་གཉིས་ཀྱི་མཛེས་བཤེས་མཐུན་འབྲེལ་འདི་ བསྐྱེད་པ་མ་སྟོང་གི་བར་དུ་གནས་ཚུགས་པ་སྟེ་ བཟོ་གནང་མི་ལུ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལུ་ བཀའ་ཤིན་དགའ་ཚོར་སྤུལ་དོ་བཅར་ལུ་ནི་ཨིན།

གཉིས་པ་ མི་དམངས་ཀྱི་ཞབས་ཏྲུག་ཚུ་ ཏུས་ཚོད་ཁར་ སྤྱི་ཚད་དང་ཕྱན་མ་སྤེལ་ནི་གི་དོན་ལུ་ སྤྱི་བྱས་
དང་ལམ་ལུགས་ སྤྱི་ག་གཞི་བཟོ་ནི་ན་ གཅིག་བསྐྱེད་ཞབས་ཏྲུག་ལྟེ་བ་ཅིག་བཟོ་སྟེ་ ཞབས་ཏྲུག་སྤེལ་ནི་འགོ་
བཙུགས་ནི་ཨིན་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན།

གསུམ་པ་ ས་གནས་གཞུང་གི་འཕུས་མི་ཚུ་དང་ ཞལ་འཛོམས་ཚོགས་ཏེ་ འཆར་གཞི་ ༡༣ པའི་ བསྐྱེད་གྲོས་
འབད་དེ་ གོམས་འབྲིས་སྦྱོར་བཅར་ཡང་ འཕལ་ར་སྤེལ་ནི་ཨིན་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན།

ཏུས་ཅི་གི་ གཙོ་རིམ་ཁག་ཆེ་ཏྲུག་ཏྲུ་གི་གཤམ་ལས་ གོང་ལུ་མ་ཚུད་པའི་ སྤྱི་བྱས་ཁག་ཆེ་ཏྲུག་ཏྲུ་དག་པ་ཅིག་
བྱ་བ་ཅིན་ཀྱོང་།

སྤྱི་བྱས་མེད་མི་ཚུ་ལུ་ ཁྱིམ་གྱི་བདག་དབང་བྱེད་ནི་གི་དོན་ལུ་ སྤྱི་བྱས་པའི་སྤྱི་བྱས་འགྲུལ་གྱི་སྤྱི་བྱས་དང་
འཆར་གཞི་བཟུམ་ནི་ཨིན།

གོང་གསལ་བ་ཚེ་སྤྱི་བྱས་ཏེན་བཅོལ་ཡར་སང་གི་ སྤྱི་བྱས་དང་འཆར་གཞི་བཟུམ་ནི་ཨིན།

ཨ་ལུ་གསུམ་པ་སྤྱི་མི་ ཨམ་སུ་ཚུ་ལུ་ ཨ་ལུ་གི་ ལྷ་རིམ་གྱི་འཕུས་གནང་ནི་གི་ སྤྱི་བྱས་དང་སྤྱི་ག་གཞི་ འཆར་
གཞི་ཚུ་བཟུམ་ནི་ཨིན་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན།



ལེའུ་ལྷ་པ་ ཏུས་ཅི་ལོ་གཅིག་གི་ གཞུང་གི་ཁྲིམས་བཟོ་གི་འཆར་གཞི།

ད་རེས་ སྤྱི་ཚེས་ ༩ པའི་ ཚེས་ཐེངས་ ༡ པའི་ནང་ལུ་ དངུལ་འབྲེལ་དང་རྟི་རྟི་དཔྱད་ཡིག་ དེ་ལས་
མཁའ་འགྲུལ་གན་ཡིག་གཅིག་མ་གཏོགས་ ཁྲིམས་བཟོ་གི་དཔྱད་ཡིག་གཞན་ གཞུང་གི་ཁ་ཐུག་ལས་མ་ཕུལ་
ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན། དེ་བཟུམ་སྟེ་ ཏུས་ཅི་ར་འབད་རུང་ དེས་རྟིག་དགོཔ་འཐོན་པ་ཅིན་མ་གཏོགས་ གཞུང་གིས་ཁ་
ཐུག་ལས་ ཁྲིམས་བཟོ་གི་དཔྱད་ཡིག་ཚུ་ ཕུལ་ནི་གི་འཆར་གཞི་མེད་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན།

ཨིན་རུང་ར་ གནམ་དགུན་གྱི་ཚེས་ཁྲིམས་ནང་ལུ་ ཁྲུལ་གྱི་དཔྱད་ཡིག་ འཕྲི་སྒྲན་གི་དོན་ལུ་ ཕུལ་ནི་གི་
འཆར་གཞི་ཡོད། དེ་སྟེ་ཕུལ་དགོ་མི་འདི་ གཙོ་བོ་ར་ སྒྲེ་སྟེ་གོང་འཕེལ་དང་ དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་གཏང་
ནི་གི་དོན་ལུ་ཨིན་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན།

གཞན་མི་ཚུ་འབད་བ་ཅིན་ ང་བཅས་ར་ ཉེ་མ་ལས་ཡོད་པའི་སྤྱི་དབྱུས་ཚུ་ ལེགས་བཅོས་འབད་དེ་ ཕུག་བྱ་ནི་
དང་ གོང་ལུ་བྱ་མི་ སྤྱི་དབྱུས་གསར་པ་ཚུ་བཙུམ་སྟེ་ ཕུག་བྱ་ནི་ཨིན་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན།



མཐུག་བསུ་ བཀའ་ངེད་དགའ་ཚེར་དང་བཀྲ་ཤིས་ལེགས་སྟོན།

༡༽ སྤྱི་གཙུག་གི་ཉི་ཟླ་ དཔལ་མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ ཀྲུལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་ཕྱག་ལུ་ བསམ་གྱིས་མ་ཁྱབ་སྟེ་ ཡོད་དེ་ར་འབད་རུང་ སྤྱི་ཚོགས་བཞི་པའི་ ཚོགས་ཐེངས་དང་པའི་ འགོ་བཙུགས་ཀྱི་མཇུག་སྟོན་ལུ་ ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་གནང་ཡི་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན། དེ་སྟེ་ ཞབས་བཅགས་གནང་མི་འདི་ ང་བཅས་རའི་ སྤྱི་ཚོགས་དང་ ཁྱིམ་ས་བཟོ་ལྷན་སྟེ་ལུ་ ཐུགས་ཀྱི་བརྟེ་བ་གནང་པའི་ རྟགས་མཚན་ངོ་མ་ཅིག་ཨིན་ལས་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལུ་ ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ གུས་པའི་སྟོ་ལས་ བཀའ་ངེད་དགའ་ཚེར་ཕུལ་དོ་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན།

༢༽ བཅག་འཐུ་ལས་གྲུབ་པའི་གཞུང་བཞི་པ་ གཞི་བཙུགས་འབད་དེ་ ད་རིས་ཚུན་ཚེད་འབད་མ་ད་ ཟླ་ལོ་ ༥ དང་ ཉིན་མ་ ༩ གིག་གི་ལང་ཡི་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན། དུས་ཚོད་འ་ནེམ་ཅིག་གི་ནང་འཁོད་ ཕྱག་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཁྱུ་ལུ་ཡོད་པ་ཅིན་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ བདག་ཁྱེན་གནང་པའི་ཉིན་མ་ལས་ར་ ང་བཅས་ལྷན་ཀྲུས་གཞུང་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་ཚུ་དང་ ལྷག་པར་དུ་ ང་ར་ལུ་ མཁུན་རྒྱ་ཆེ་བའི་བཀའ་སྟོན་དང་ལམ་སྟོན་ གནང་མ་ལས་ བརྟེན་ཨིན་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན། མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ དུས་དང་དུས་སུ་ བཀའ་སྟོན་དང་ལམ་སྟོན་གསེར་གྱི་ཐིགས་པ་གནང་མི་འདི་ དུས་ཨ་རྟག་ར་སེམས་ཁར་བྱུང་ཏེ་ རང་དོན་རྒྱབ་ཁར་བཞག་ ཀྲུལ་ཁབ་དང་ མི་སེར་གྱི་མཐའ་དོན་ལུ་ གཙོ་བོ་བཏོན་ཏེ་འབད་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་ ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ འགྲུབ་ཐབས་ལུ་ ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྟོ་ལས་ ཕྱག་ཁྱུ་ནི་གི་དོན་ལུ་ དམ་ཚིག་གཙང་མའི་ ཁས་བླངས་དམ་བཅའ་ཕུལ་དོ་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན།

༣༽ དེ་བརྟེན་སྟེ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ ཞི་གཡོག་པ་དང་སྤྱི་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ བཀའ་སྟོན་དང་ལམ་སྟོན་ རྒྱབ་སྟོར་ཚུ་ གནང་དང་གནང་བཞིན་དུ་ཡོད་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ང་བཅས་རའི་ ཞི་གཡོག་པ་དང་སྤྱི་གཡོག་པ་ཚུ་གིས་ ཅ་བ་གསུམ་ལུ་ ཕྱག་མ་བདུབ་བདུབ་སྟེ་ རྒྱ་བཙོན་ལྷགས་བསྐྱེད་དེ་འབད་། རྒྱ་དཔའ་ཉམས་ཀྱི་ཐོག་ལས་སྟེ་། ཕྱག་ཁྱུ་ཚུགས་པས་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན། རྒྱབ་སྟོར་དེ་སྟེ་གནང་པ་གི་མ་ཚད་ དམིགས་བསམ་དུ་ ཞི་གཡོག་པ་དང་སྤྱི་གཡོག་པ་ཚུ་གི་ སྤྱི་དུག་ལུ་གཟིགས་ཏེ་ ཁོང་གི་དདུལ་ཕོགས་ཡར་སེང་གནང་ནི་གི་ དོན་ལུ་ བྱ་ཉིང་ མ་དདུལ་ཐེར་འབུམ་ ༩ གནང་ཡི་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན། དེ་གི་དོན་ལུ་ དུས་ཅི་ཡང་ འཕྲོ་མཐུད་དེ་ར་ ད་རུང་ ཐེར་འབུམ་ ༩ གནང་མི་ལུ་ ཉིང་ལས་ར་ བཀའ་ངེད་ཆེ་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན། མ་དདུལ་ཐེར་འབུམ་ ༥ འདི་ གཞུང་གི་འོང་འབབ་ལས་མེན་པར་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་ དམིགས་བསམ་ལས་འགྲུལ་གྱི་འོང་འབབ་ལས་ཨིན་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན།

༤༽ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ ཀྲུལ་ཁབ་དང་མི་མེད་ཀྱི་མཐའ་དོན་ལུ་ ཉིན་ལྷུ་བ་མེད་པར་
སྐུ་འོ་བ་ཀྲུལ་བ་དང་ ཐུགས་འཆོར་བ་ལུ་མ་གཟིགས་པར་ བཙོན་ཁྲུགས་གནང་སྟེ་ ཕྱག་ལཱ་གནང་མི་དང་ ཀྲུལ་
སྤྱི་གི་དབུ་འཁྲིད་ནང་ ཁྱད་དུ་འཕགས་པའི་ལམ་སྟོན་གནང་པའི་ཁར་ མཁུན་རྒྱ་ཆེ་བའི་དབུ་འཁྲིད་མཛད་གནང་
ནི་འདི་གིས་ ཉེ་མ་ལས་ར་ རྒྱ་གར། Japan , Canada, Thailand གི་ གཙུག་ལག་སློབ་སྡེ་བདུན་
གྱིས་ མཁས་དབང་སྐུ་ཡོན་ (honorary doctorate) གི་ གཞུང་ས་བསྟོན་ལག་ཁྱེར་རྩེ་ སྤུལ་ཏེ་ཡོད་
ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན།

དེ་བཟུམ་སྟེ་ ད་རུང་ འཕྲལ་ཁབ་མེད་གཅིག་ཁར་ སྤྱི་ཟླ་ ༤ པའི་ སྤྱི་ཚེས་ ༡༩ ལུ་ Thailand གི་ གཙུག་
ལག་སློབ་སྡེ་བདུན་གྱིས་ དུས་ཚོད་གཅིག་གུ་ མཁས་དབང་སྐུ་ཡོན་གི་ གཞུང་ས་བསྟོན་ལག་ཁྱེར་སྤུལ་ཏེ་ཡོད་
ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན། དེ་ལུ་ འབྲུག་མི་ཡོངས་ཀྱི་མགྱིན་ཚབ་སྟེ་ དད་དམ་གཙང་མའི་ཐོག་ལས་ དགའ་བསུ་དང་
བཅས་པ་སྟེ་ བཀའ་ཤིས་ལེགས་སྟོན་སྤུལ་དོ་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན། དུས་ཚོད་གཅིག་ལུ་ གཙུག་ལག་སློབ་སྡེ་བདུན་
ལས་ སྟབས་གཅིག་ཁར་ ཁྱད་དུ་འཕགས་པའི་ མཁས་དབང་སྐུ་ཡོན་གི་ གཞུང་ས་བསྟོན་ལག་ཁྱེར་བཞེས་
མི་འདི་ ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་ འཛམ་གླིང་ནང་ འབྱུང་ར་མ་འབྱུང་པའི་གྲུབ་འབྲས་ ཡ་མཚན་ཆེ་ཏོག་ཏོ་ཅིག་ཨིན་ཟེར་
ཁྱུ་ནི་ཨིན། དེ་བཟུམ་མའི་གྲུབ་འབྲས་ ཉེ་ལས་སི་སི་འདི་ འཛམ་གླིང་གི་ ཀྲུལ་རབས་ནང་ཚུད་པའི་ དབུ་
འཁྲིད་པ་གི་མཛད་ཀྱིས་ བསམ་གྱིས་མ་ཁྱབ་ཅིག་ཨིན་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན། Thailand གི་ གཙུག་ལག་སློབ་སྡེ་
བདུན་ལུ་ཡང་ འབྲུག་ཀྲུལ་ཁབ་ཀྱི་ མི་མེད་ཡོངས་ཀྱི་མགྱིན་ཚབ་སྟེ་ བཀའ་བློན་དགའ་ཚོར་སྤུལ་དོ་ཟེར་ཁྱུ་
ནི་ཨིན།

༥༽ ང་བཅས་རའི་ ཡབ་རྗེ་དམ་པ་ མི་དབང་འབྲུག་ཀྲུལ་བཞི་པ་མཆོག་གིས་ ཀྲུལ་ཁབ་ཀྱི་འཛིན་སྐྱོང་དང་གོང་
འཕེལ་གི་ལྟ་བ་ ཀྲུལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ གཞི་བཙུགས་གནང་པའི་ཁར་ ཀྲུལ་ཁབ་ཀྱི་རང་
དབང་དང་ སྤྱང་སྐྱོབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ སྐུ་སྟོན་ཡང་གཏའ་མ་བཙུགས་ཏེ་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཀྲུལ་ཁབ་འདི་ རང་
དབང་དང་ དགའ་སྐྱིད་དང་ལྷན་མ་སྟེ་ བཅོ་གནང་ཡི་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན། དེ་གི་མ་ཚད་ ད་རེས་ར་འབད་རུང་ བཀའ་
སློབ་དང་ལམ་སྟོན་གསེར་གི་ཐིགས་པ་རྩེ་ དུས་དང་དུས་ཚོད་ལུ་གནང་མི་ལུ་ བཀའ་བློན་དགའ་ཚོར་སྤུལ་དོ་
ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན།

༦༽ མི་དབང་ཀྲུལ་སྐས་མཆོག་ སྐུ་ན་ཕུམ་ དགའ་ལོ་ ༢ ལས་མ་བཞེས་རུང་ ཀྲུལ་ཁབ་དང་མི་མེད་ཀྱི་མཐའ་
དོན་ལུ་ ཕྱག་ལཱ་ག་དེ་སྟེ་གནང་དེས་ག་ ང་བཅས་ག་ར་གིས་ མཇལ་ས་ཨིན་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཨིན། མི་དབང་ཀྲུལ་

འབྲུག་གི་མི་དབང་མངའ་བདག་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་ མཁའ་ཀློང་དང་དབྱུང་འབྲེད་བཟང་པོའི་མངའ་འོག་ལུ་ དཔལ་
ལྷན་འབྲུག་པའི་ཀླུ་ལམ་འདི་ བསྐྱེད་པ་མ་སྟོང་གི་བར་ཏུ་ དག་འཁྱིད་ཀྱི་ཉི་མ་ཤར་བཅུག་ཟེར་བའི་ བཀྲ་ཤིས་
ལེགས་སྟོན་ཕུལ་དོ་ཟེར་ཞུ་ནི་ཨིན། བཀའ་ཤིན་ཆེ།

དཔལ་མི་དབང་མངའ་བདག་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ གོང་དོན་ ཀླུ་ལམ་གྱི་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲུབ་འབྲུག་ཕུལ་
མི་འདི་ ཐུགས་ཀྱི་བརྩེ་བས་གཟིགས་ཏེ་ བཀའ་སྟོན་དང་ལམ་སྟོན་གསེར་གྱི་ཐིགས་པ་དང་བཅས་ བཀའ་གྲོལ་
གྱི་གནང་བ་གནང་སྟེ་ བཀའ་ཤིན་བསྐྱེད་གནང་བར་ཞུ་བ་ སྐྱེད་ཐུང་ཐུགས་ཡོན་ཏན་འཕྱིན་ལས་དམ་པ་ མཁའ་
མཁའ་མཁའ་མཁའ་མཁའ་། ཞེས་ རང་ལུགས་གནམ་ལོ་ཤིང་པོ་འབྲུག་ལོ་ རང་ལྷ་ ༥ པའི་ཚེས་ ༢༩ ལུ་འམ་
སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ སྤྱི་ལྷ་ ༡ པའི་ སྤྱི་ཚེས་ ༩ ལུ་ གུས་པ་གང་གི་སྐྱབས་འོག་པ་ ཆེ་རིང་སྟོབས་རྒྱས་ནས་

སྟོ་ ༣ རབ་ཏུ་དྲངས་པའི་

གུས་པ་ཆེན་པོས་

ཐུག་བཅས་

ཕུལ།

ཡིག་འབྲུག་

༡༽ ཆོགས་དཔོན་ལུ།

༢༽ ཁྱི་འཛིན་ལུ།

༣༽ ལྷོག་ཕྱོགས་འགོ་འབྲེད་པ་ལུ།

༤༽ ཆེད་བསྟོད་ཅན་གྱི་འབྲུག་མི་ཡོངས་ལུ།

སྒྲན་ཚིག།

ཕན་བདེ་འབྱུང་གནས་ཀྱུ་ལ་བའི་བསྐྱེད་པ་འཕེལ།

ཀྱུ་ལ་སྒྲོན་འབངས་འཁོར་དམ་གཙང་མཐུན་འབྲེལ་བ།

བདེ་སྤྱིད་སྤྱན་ཚེགས་དཔལ་ཡོན་དགུང་དུ་འཕྱར།

སྤྱོད་པ་འདི་འཇམ་གླིང་ཀྱན་གྱི་ཀྱན་གྱུར་ཅིག།



བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས།