

ཤར་རྩོམ་ཨེ་ཤི་ཡའི་སྐྱེལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྦྲེལ་ཡར་དྲག་། རྒྱ་ཨེ་སི་སི་
ཨི་ཨེས་ཨེས་ ། རྒྱ་གཞི་ལས་འགུལ། འབྲུག་། དགེ་ལེགས་སྤྱད་ལས་ ཉ་རས་ཐང་
གི་ལམ།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་ཕན་གོད་བཟླ་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལུང་བཀོད་ལྟབ་བཟུང་དོན།

འབྲུག་ལུ་ ཤར་རྩོམ་ཨེ་ཤི་ཡའི་སྐྱེལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྦྲེལ་ཡར་དྲག་
རྒྱ་ཨེ་སི་སི་ཨི་ཨེས་ཨེས་ ། རྒྱ་གཞི་ལས་འགུལ།



དགེ་ལེགས་སྤྱད་ལས་ ཉ་རས་ཐང་གི་ལམ།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་ཕན་གོད་བཟླ་ཞིབ་སྒྲུབ་ལུང་
བཀོད་ལྟབ་བཟུང་དོན།

འགྲོ་འགྲུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་ལས་ཁུངས།
གཞི་རྒྱུ་མཁོ་ཆས་དང་སྐྱེལ་འདྲེན་ལྷན་ཁག།
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་གི་དོན་ལུ་ བཀོད་སྒྲིག་
འབད་ཡོད།

ཟླ་ཚེས། སྤྱི་ལོ་ ༢༢/༡༡/༢༠༢༤ པུ།



ཤར་ལྷོ་ཨེ་ཤི་ཡའི་སྐྱེལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐྱེལ་ཡར་དྲག་། ཉེ་མི་སི་སི་
ཨི་ཨེས་ཨེས་ ། གི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྤྱད་ལས་ ཉར་སེལ་ཐང་
གི་ལམ།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གོད་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལུགས་ལུགས་ལྟར་བཟུང་དོན།

ལས་ལེན་མེད་པའི་དག་བརྗོད།

དགེ་ལེགས་སྤྱད་ལས་ ཉར་སེལ་ཐང་གི་གཞུང་ལམ་གྱི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གོད་བརྟག་
ཞིབ་འདི་ ཤར་ལྷོ་ཨེ་ཤི་ཡའི་སྐྱེལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐྱེལ་ཡར་དྲག་ ཉེ་མི་སི་སི་ཨི་ཨེས་ཨེས་ ། གི་
འབྲུག་ལུ་ལས་འགུལ་གྱི་ཚུལ་མཐུན་སྐྱོད་དོན་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཆ་ཤས་ཅིག་ཨིན།
མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གོད་བརྟག་ཞིབ་འདི་ གཞི་རྒྱུ་མཁོ་ཆས་དང་སྐྱེལ་འདྲེན་ལྷན་ཁག་
འོག་གི་ འགོ་འགུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་བཟོ་ཡོད་པ་ད་ དེ་ཡང་ རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚོང་འབྲེལ་ལག་ལེན་བཟང་
ཤོས་དང་ འཛམ་གླིང་དབུལ་ཁང་གི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་སྲིག་བཀོད་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཨིན།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གོད་བརྟག་ཞིབ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོ་མི་འདི་ འཛམ་གླིང་དབུལ་
ཁང་གི་ བཙོན་ཤུགས་ཅན་གྱི་བྱ་རིམ་གྱི་ཆ་ཤས་གཙོ་བོ་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་བའི་བསྐྱར་ཡོད་པ་
ཨིན། ལས་འགུལ་འདིའི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གོད་བརྟག་ཞིབ་ནང་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་
མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་གནད་དོན་ཚུ་ཆ་ཚང་སྤེལ་བཀོད་པར་ རྒྱུ་པར་ལུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡང་སྲིད།
རྒྱུ་པར་ལུགས་ཡོད་རུང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་སྲིག་བཀོད་ལུ་ ཆ་གནས་འབད་ཡོད་པ་ངེས་
གཏན་བཟོ་ཐབས་སུ་ ལྷན་ཐབས་ཞིབ་འཇུག་དང་བརྟག་ཞིབ་ དེ་ལས་ འཆར་གཞི་ཚུ་བརྒྱུད་དེ་ འོས་ལྷན་གྱི་
དུས་ཚོད་ཁར་ མཇུག་བསྟུ་ནི་ཨིན།

ལས་འགུལ་ལས་བརྟེན་ གོད་པ་བྱུང་མི་ མི་སེར་དང་ གཞན་ དང་འདོད་ཅན་གྱི་ཁེ་སྲོང་ཡོད་མི་ཚུ་ འཛམ་
གླིང་དབུལ་ཁང་གི་བརྗོད་དོན་ཐོབ་ཚུགས་པ་བཟོ་ནིའི་སྲིད་བྱུས་དང་བསྐྱར་ཏེ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་
སྲིད་ཕན་གོད་བརྟག་ཞིབ་འདི་ གསལ་སྟོན་འབད་མ་ཨིན། ཨིན་རུང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་
ཕན་གོད་བརྟག་ཞིབ་གསལ་སྟོན་འབད་ཡོད་མི་འདི་ འཛམ་གླིང་དབུལ་ཁང་གིས་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་
དང་མི་སྲིད་ཕན་གོད་བརྟག་ཞིབ་གུར་ མཐའ་དཔྱད་ངོས་ལེན་འབད་ཡོད་པར་ བརྩི་འཛོག་འབད་མ་ཨིན།

དཀར་ཆག།

རྩོམ་སྒྲིག་.....	1
ཞིམས་དོན་དང་གཙུག་སྡེའི་སྤྱི་བཞུགས་.....	3
ལས་འགུལ་ལུ་སྦྱོར་འཇུག་རུང་བའི་ཞིམས་ལུགས།.....	3
སྦྱོར་འཇུག་རུང་བའི་འཛམ་གླིང་དངུལ་ཁང་གི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེ་གི་གནས་ཚད།.....	4
ལས་འགུལ་གྱི་འབྲེལ་བཤད།.....	6
ལས་འགུལ་གདམ་ལ།.....	9
མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་གནས་སྤངས་ཚད་གཞི།.....	11
དངོས་ལམས་ཀྱི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས།.....	12
སྤྱི་ལྗན་རིགས་སྤྱི་ཚད་གཞི།	15
མི་སྡེ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཚད་གཞི།.....	22
མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེ་ལུ་ཉེན་ལ་དང་གཞོད་པ།.....	26
ཞི་ཞེས་ཞེས་ ༡ པ། མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེ་ལུ་ ཉེན་ལ་དང་ཕན་གོད་བརྟག་ཞིབ་དང་འཛིན་སྦྱོང་།.....	27
ཞི་ཞེས་ཞེས་ ༢ པ། ལུ་གཡོག་དང་ལུ་འབད་སའི་གནས་སྤངས།	34
ཞི་ཞེས་ཞེས་ ༣ པ། ཐོན་ལུངས་འཛིན་ཐངས་དང་ བཅོག་གི་བསྐྱོན་འགོག་དང་འཛིན་སྦྱོང་།	37
ཞི་ཞེས་ཞེས་ ༤ པ། མི་སྡེའི་འཕྲོད་བསྐྱོན་དང་ཉེན་སྲུང་།	40
ཞི་ཞེས་ཞེས་ ༥ པ།	
ས་ཆ་ཐུགས་འཁོར་བཞེས་ཐངས་དང་ ས་ཆ་ལག་ལེན་དམ་འཛིན་ དེ་ལས་ ཐབས་མེད་ཀྱི་གཞི་གསར།.....	42
ཞི་ཞེས་ ༦ པ།	
སྤྱི་ལྗན་རིགས་སྤྱི་ཚད་ལྟམས་སྤངས་འབད་ནི་དང་ རང་བཞིན་ཐོན་ལུངས་ཚུ་ ལུན་བརྟན་ཐོག་ འཛིན་སྦྱོང་འབད་ནི།.....	43
ཞི་ཞེས་ཞེས་ ༧ པ། མི་སྡེ་དང་འགོ་ལུགས་མ་འབྲ་བའི་སྤྱི་ཚད་གྱི་མི་ ཡང་ན་ སབ་ས་ཉ་རན་ཨམ་རི་ཀཱན་ སྤོན་དང་ཕྱི་དུས་ལས་ གོ་ སྐབས་དམའ་བའི་རང་ལུགས་ཀྱི་མི་སྡེ་ཚུ།	47
ཞི་ཞེས་ཞེས་ ༨ པ། ལམ་སྲོལ་གྱི་སྲོལ་ལྷན།	47
ཞི་ཞེས་ཞེས་ ༩ པ། ཁེ་སྤོང་ཡོད་མི་ཚུ་གཡེ་གཏོགས་འབད་ནི་དང་ བརྟན་ལྷན་སྤྱོད།.....	48
རིམ་བསགས་ཕན་གོད་བརྟག་ཞིབ།.....	55
མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེ་འཛིན་སྦྱོང་འཆར་གཞི།.....	57
གཙུག་སྡེའི་གཞི་བཙུགས།.....	58
མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེ་ཕན་གོད་བརྟག་ཞིབ་ལག་ལེན་ནིའི་འཆར་དངུལ།.....	62
ལས་འགུལ་གྱི་དུས་ཚོད་རེ་ལུ་མི།.....	62

དོ་སྙན།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་གིས་ འཛམ་གླིང་དངུལ་ཁང་གི་མ་དངུལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོག་ལས་ ཤར་རྩོམ་ཨི་ཡི་སྐྱེལ་
འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྦྲེལ་ཡར་བྱུག་ཏུ་ཨི་སི་སི་ཨི་ཨེས་ཨེས་ ཀྱི་དིམ་པ་སྤྱོད་ཚོགས་ཀྱི་ལས་དིམ་གྱི་ཆ་ཤས་
སྤེ་ འབྲུག་གི་ཨི་སི་སི་ཨི་ཨེས་ཨེས་ལས་འགུལ་གྱི་སྤྱོད་འབད་ཕྱ་ཨིན། འབྲུག་གི་ཨི་སི་སི་ཨི་ཨེས་ཨེས་ལས་
འགུལ་གྱི་དམིགས་གཏང་དེ་ཡང་ འབྲུག་ལུ་དོས་འཛིན་འབད་ཡོད་པའི་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་ ཚོང་འབྲེལ་དང་སྐྱེལ་
འདྲེན་ཚུ་དོན་སྤོང་ཅན་དང་ ལུས་ལྷན་ཅན་སྤེ་འབབ་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་འདི་ཨིན།

འབྲུག་ཨི་སི་སི་ཨི་ཨེས་ཨེས་ལས་འགུལ་ནང་ལུ་ ག་ཤས་གསལ་ལས་འགུལ་གྱི་ཆ་ཤས་ལག་གསུམ་ཚུད་ཡོད་པ་
འདི་ཡང་།

- **ཆ་ཤས་ ༡ པ་ གློག་ཐོག་ཚོང་འབྲེལ་དིམ་ལུགས།** ཆ་ཤས་འདི་གིས་ ཚོང་འབྲེལ་གི་བྱ་དིམ་ལག་ཐོག་དང་
ཡིག་ཤོག་གུར་བཀོད་དེ་འབད་བའི་བྱ་དིམ་ཚུ་ ཚམེད་གཏང་ནི་དོན་ལུ་ གློག་ཐོག་ཐབས་ཤེས་དང་འཕུལ་
དིག་གི་ཐབས་ལམ་ཚུ་བྱིན་ནི་ཨིན། ཆ་ཤས་འདི་ནང་ ཡན་ལག་ཆ་ཤས་བཞི་ཡོད། འདི་ཡང་ ཆ་ཤས་ཡན་
ལག་ ༡.༡ པ་གིས་ ལག་བྱེད་དང་ཚོག་ཐམ་ དེ་ལས་ གནང་བ་ཞབས་ཏྱིག་ཚུ་ དིམ་ལུགས་གཅིག་ནང་
མཉམ་སྲེབ་འབད་ནི་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གཞི་སྟོན་གཅིག་ལག་ལེན་འབབ་ནི་ཨིན། ཆ་ཤས་ཡན་ལག་ ༡.
༢ པ་གིས་ རྒྱལ་ཡོངས་ཨང་ཅན་དོན་གསལ་ཚུ་ མཉམ་བསྐྱོམས་འབད་ནི་དང་ བདེན་པའི་འབྲུང་ཁུངས་
གཅིག་གི་ཐོག་ལུ་ གནས་སྤུད་འཛུལ་བ་མེད་པ་བཟོ་ནི་ དེ་ལས་ ཨིའི་ཨི་ཁྱི་དང་ གནས་སྤུད་དབྱེད་བྱུང་
བཟུམ་གྱི་ལམ་ལུགས་ཚུ་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་ཚུ་ཅེས་ཏེ་ གློག་ཐོག་གི་ཕན་ཐབས་ཚུ་ཙ་བརྟན་བཟོ་ནི་
ཨིན། ཆ་ཤས་ཡན་ལག་ ༡.༣ པ་གིས་ ཉེན་སྲུང་དང་ལྷན་པའི་ཚོང་འབྲེལ་འབབ་ནི་དོན་ལུ་ གློག་ལམ་
ཉེན་སྲུང་ཡར་བྱུག་གཏང་ནི་ཨིན། ཆ་ཤས་ཡན་ལག་ ༡.༤ པ་གིས་ དོ་འགན་ཅན་གྱི་ཡོངས་འབྲེལ་གྱི་བུན་
མེད་མཁོ་སྐྱབ་འབད་ནི་དང་ མཚོགས་ཚད་མཐོ་བའི་ཡོངས་འབྲེལ་གྱི་མཐུན་རྐྱེན་རྒྱ་སྤེད་འབད་ཐོག་ལས་
གློག་ཐོག་མཐུན་འབྲེལ་དང་གནས་སྤུད་ཀྱི་ལྷོག་ལྷན་ཡར་བྱུག་གཏང་ནི་ དེ་ལས་ གློག་ཐོག་ཞབས་ཏྱིག་
ཉེན་སྲུང་དང་རྒྱུ་རྒྱུ་ལོག་ཐོབ་ནི་དོན་ལུ་ གཞུང་གི་གནས་སྤུད་ལྷེ་བ་ཚུ་ ཡར་བྱུག་གཏང་ནི་ཚུ་ཨིན།
- **ཆ་ཤས་ ༢ པ་ རྩོམ་ལུང་དང་ ལྷོག་ལྷན་ལྷན་པའི་རྟེན་གཞི།** ཆ་ཤས་འདི་གིས་ ལུང་ལྷོགས་ཀྱི་དོངས་
པོ་དང་དཔལ་འབྱོར་གཅིག་སྦྲེལ་གྱི་རྒྱབ་རྟེན་ཅིག་ཨིན་མི་ ལུང་ལྷོགས་ཀྱི་བར་ལམ་དང་འཇུལ་སྐྱོ་ཚུ་ ཡར་
བྱུག་གཏང་ནི་ཨིན། འདི་ནང་ལུ་ ཆ་ཤས་ཡན་ལག་གསུམ་ཡོད། ཆ་ཤས་ཡན་ལག་ ༢.༡ པ་གིས་ རྩོམ་ལུང་
དང་ལུས་ལྷན་ལྷན་པའི་ལམ་མཐུན་འབྲེལ་བཟོ་ནི་ལུ་གཙོ་བོར་བཟུང་སྟེ་ དགོ་ལེགས་སྤྱད་ལས་ ཏཱ་རས་

ཐང་གཞུང་ལམ་བཟོ་སྐྱོན་འབད་ནི་དང་ ལྗོ་ལྗོགས་ཤར་ལུབ་ཀྱི་གཞུང་ལམ་བདེ་སྲེ་ཡོད་མི་ མཐུན་སྐྱེལ་
གཞན་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་གནས་སྤངས་ཀྱི་བརྟག་ཞིབ་ཚུ་ཚུམ་ཏེ་ འོས་
འབབ་ཞིབ་འཇུག་འབད་ནི་ དེ་ལས་ ལམ་གྱི་རྒྱ་དངོས་འཛིན་སྐྱོང་ལམ་ལུགས་དུས་མཐུན་བཟོ་ནི་ དེ་
ལས་ ལཱ་གི་གྲུབ་འབྲེས་ལུ་གཞི་བཞག་པའི་ ལམ་རྒྱུན་སྐྱོང་གི་ལག་འབག་ལཱ་ཚུ་མོ་བཏབ་ཐོག་འབད་ནི་
ཨིན། ཚུམ་ལན་ལག་༣.༣ པ་ནང་ རང་འཁོད་ཚུ་ལམ་སྐྱེལ་འདྲེན་དང་ རེ་ལི་ལམ་ཚུ་ཚུམ་ཏེ་ ལྗོ་ལམ་
སྐྱེལ་འདྲེན་གྱི་གདམ་ཁ་ཚུ་ བརྟག་ཞིབ་འབད་ནི་ཚུ་ཚུད་པ་ཨིན། ཚུམ་ལན་ལག་༣.༣ པ་གིས་ སྐྱེལ་ལུན་
རིགས་སྐྱེལ་འཛིན་སྐྱོང་གི་འཆར་གཞི་ལག་ལེན་དང་ སྐྱེལ་ལུན་གནས་སྤངས་ཀྱི་རྒྱུན་ལམ་དང་ ཉམས་སྲུང་
འབད་སའི་ས་ཁོངས་ཚུ་ ཉམས་སྲུང་འབད་ནི་ མི་དང་རི་དྲགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་མར་ཕབ་འབད་ནི་ དེ་ལས་
རི་དྲགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཞིབ་འཇུག་དང་སྐྱོང་བརྟམ་ལས་རིམ་ཚུ་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་དེ་ མི་དང་རི་དྲགས་
སེམས་ཅན་ཚུ་ གཅིག་ཁར་གནས་ཚུགས་པའི་ཡར་ཤུག་གཏང་མ་ཨིན།

- **ཚུམ་ལན་༣ པ་ གཞུག་སྲེ་དང་སྤྱི་དབུས་སྐྱིད་སྐྱིད་བཟོ་ནི།** ཚུམ་ལན་འདི་གིས་ ཚོང་འབྲེལ་དང་ ཨང་ཅན་
སློག་ཐོག་ དེ་ལས་ སྐྱེལ་འདྲེན་གྱི་མཐུན་འབྲེལ་ཚུ་ལུ་ ལུང་རིག་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་ ལྗོགས་གྲུབ་ཡར་ཤུག་
གཏང་ནི་ཨིན། འདི་ནང་ལུ་ ཚུམ་ལན་ལན་ལག་གསུམ་ཡོད། ཚུམ་ལན་ལན་ལག་༣.༡ པ་གིས་ མཁོ་སྐྱབ་
དང་ དདུལ་འབྲེལ་འཛིན་སྐྱོང་ མཐའ་འཁོར་ དེ་ལས་ མི་སྲེ་ཉེན་སྲུང་དོན་ལུ་མཁས་མཚོག་ཚུ་བཟུགས་
ནི་དང་ ལྗོ་རྟོག་དང་བརྟག་ཞིབ་འབད་དེ་ ལས་འགུལ་བསྐྱར་སྐྱོད་འབད་ནི་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་མ་ཨིན།
ཚུམ་ལན་ལན་ལག་༣.༢ པ་གིས་ བསྐྱར་སྐྱོད་ལས་སྲེ་ཚུ་ལུ་ སྐྱེལ་འདྲེན་དང་ ཨང་ཅན་སློག་ཐོག་གོང་
འཕེལ་ དེ་ལས་ གཙོ་རིམ་ཅན་གྱི་གཞི་དོན་ཚུ་ནང་ ལྗོགས་གྲུབ་ཡར་ཤུག་དང་སྐྱོང་བརྟམ་ཚུ་བྱིན་ནི་ཨིན།
ཚུམ་ལན་ལན་ལག་༣.༣ པ་གིས་ ས་མཚམས་བརྒྱུད་ཏེ་ ཨང་ཅན་སློག་ཐོག་ཚོང་འབྲེལ་དང་སྐྱེལ་འདྲེན་
འབད་ནི་ལུ་ ཕན་ཐོགས་པའི་སྤྱི་དབུས་དང་ཁྲིམས་ལུགས་ དེ་ལས་ སློག་གཞི་ཚུ་ བཟོ་ནི་དང་ཡར་ཤུག་
གཏང་ནི་ལུ་ ལུང་རིག་གི་སློགས་རམ་བྱིན་མ་ཨིན།

གོས་འཆར་བཀོད་པའི་རྟེན་གཞི་ལཱ་ཚུ་ཡང་ དམིགས་བསལ་དུ་ དགེ་ལེ་སྐྱེལ་ལས་ རྟ་རས་ཐང་གི་གཞུང་ལམ་
བཟོ་སྐྱོན་ལུ་ གཙོ་བོར་བཏོན་ནི་ཨིནམ་ད་ མཐུན་འབྲེལ་ལེགས་ཤོམ་བཟོ་ནི་དང་ ལྗོགས་ལུགས་ཡར་ཤུག་གཏང་ནི་
དེ་ལས་ འགོ་འགུལ་གྱི་དུས་ཚོད་མར་ཕབ་འབད་ཐོག་ལས་ ཚོང་འབྲེལ་དང་ སྐྱེལ་འདྲེན་གྱི་ཟད་འགོ་ཚུ་མར་ཕབ་
འབད་ནི་ལུ་ དམིགས་གཏང་བསྐྱེད་པ་ཨིན། ཨི་སི་མི་ཨི་ཨེས་ཨེས་ཀྱི་གོས་འཆར་བཀོད་མི་ཚུམ་ལན་ཚུ་འགྲུལ་ལས་
དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ལས་ རྟ་རས་ཐང་ཚུ་གི་གཞུང་ལམ་ཏུ་ཚུམ་ལན་༣.༡ པ་ཀྱི་འདི་ མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྲེ་གི་མཐོང་

ཤར་རྫོང་ཨི་ཤི་ཡའི་སྐྱེལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐྱེལ་ཡར་ཤུགས་ཀྱི་ཨི་མི་མི་
ཨི་ཨེས་ཨེས་ཀྱི་ལས་འགུལ། འབྲུག་། དགེ་ལེགས་སྤྱད་ལས་ ཉ་རས་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་ཕན་གཞོན་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལུགས་ཀྱི་འབྲུག་བཟུང་དོན།

ཚུལ་ལས་ ཉེན་ཁ་ཆེ་བའི་དབྱེ་ཁག་གི་ལས་སྐྱོལ་ཅིག་སྟེ་ཚུད་དེ་ཡོད་པ་ལས་ མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེའི་བརྟག་ཞིབ་ཆ་
ཚང་འབད་དགོ་པ་ཨིན། གཞན་མི་ འབྲུག་གི་ཨི་མི་མི་ཨི་ཨེས་ཨེས་ལས་འགུལ་གི་འོག་ལུ་ ལས་འགུལ་གི་ལས་
སྐྱོལ་ ཉེན་ཁ་ཆུང་བ་ལས་ རན་ཉོག་ཉོ་ཚུན་གི་དབྱེ་ཁག་ནང་ཚུད་ཡོད་པ་དང་ དེའི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་
མི་སྡེའི་འཛིན་སྐྱོང་དང་མར་ཕབ་འབད་ནི་འདི་ དེའི་ཉེན་ཁ་གི་གནས་ཚད་དང་བསྟུན་ བྱང་འཁོར་གི་ཁྲིམས་ལུགས་
དང་ འཛམ་གླིང་དབུལ་ཁང་གི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་སློབ་བཀོད་གི་དགོས་མཁོ་ཚུ་དང་འབྲེལ་
དགོ་པ་ཨིན།

བཀོད་བྱུང་བཟུང་དོན་འདི་གིས་ དགེ་ལེགས་སྤྱད་ལས་ ཉ་རས་ཐང་གི་གཞུང་ལམ་བཟོ་སྐྱོན་ཀྱི་ཕྱིན་ཆད་ “ལས་
འགུལ” ཟེར་བཟོ་དེ་ཉོན་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་ཕན་གཞོན་བརྟག་ཞིབ་གི་བཟུང་དོན་གི་
གནད་དོན་གཙོ་བོ་ཚུ་དང་ དང་ལེན་གི་གོས་འཆར་བཟུང་བསྐྱེད་བཀོད་དེ་ཡོད།

ཁྲིམས་དོན་དང་གཙུག་སྡེའི་སློབ་བཀོད།

ལས་འགུལ་ལུ་སྐྱོར་འཇུག་རུང་བའི་ཁྲིམས་ལུགས།

ལས་འགུལ་འདི་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་སློབ་གཞི་ཚུ་ཡང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་བརྟག་ཞིབ་
བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༠༠ ཚན་མ་དང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་ཉོག་མེད་གནང་བའི་སློབ་གཞི་ ༢༠༠༢ ཚན་མ་ཚུ་
ཨིན། ཁྲིམས་ལུགས་འདིའི་འོག་ལུ་ ལས་འགུལ་གི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཉོག་མེད་གནང་བ་ཀྱི་ཨི་མི་ཀྱུ་
ནིའི་དོན་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་ཕན་གཞོན་བརྟག་ཞིབ་ཀྱི་ཨི་ཨའི་ཨི་ཀྱའདི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་
དང་གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་གནང་བ་གི་དོན་ལུ་བཙུགས་དགོ།

འབྲུག་གི་ཕྱགས་སྒྲིགས་སྡེའི་འགོ་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༠༩ ཚན་མའི་འོག་ལུ་ ཕྱགས་སྒྲིགས་འཛིན་
སྐྱོང་གི་འཆར་གཞི་འདི་དགོ་པ་ཨིན། འབྲུག་གི་རྒྱའི་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༡ ཚན་མ་གིས་ རྒྱ་བཏོན་ནི་དང་བཙོག་ཚུ་
ཕྱིར་བཏོན་འབད་ནི་ཚུ་ ཚད་འཛིན་འབད་མ་ཚད་ རྒྱལ་གཞི་གི་ཚོགས་ཐམ་དགོ། འབྲུག་གི་སའི་བཅའ་ཁྲིམས་
༢༠༠༧ ཚན་མའི་འོག་ལུ་ ལས་འགུལ་འདི་ བྱམས་ཚལ་གི་ས་ཁོངས་ནང་ ཡང་ན་ དེའི་ཉེ་འདབས་ལུ་ཡོད་ཚེ་
རུས་ལུགས་དང་རང་བཞིན་ཐོན་སྐྱེད་ལྟན་ལག་འོག་གི་ བྱམས་ཚལ་དང་གླིང་ག་ཞབས་ཉོག་ལས་ཁུངས་ལས་ ས་ཆ་
ལག་ལེན་གི་གནང་བ་ལེན་དགོ། མཐའ་འཁོར་དང་སྐྱེ་ལྷན་རིག་པའི་ཁྲིམས་ལུགས་ཚུའི་དང་གཅིག་ཁར་ མི་སྡེ་དང་
འབྲེལ་བའི་བཅའ་ཁྲིམས་ཚུ་ཡང་ རྒྱལ་ཡོངས་པོ་མོའི་འབྲེལ་ཉམ་གི་སྲིད་བྱུས་ ༢༠༢༠ ཚན་མ་དང་ འབྲུག་གི་ནང་
འཁོར་རྒྱུ་སྐྱོད་བཀག་བསྐྱོར་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༣ ཚན་མ་ དེ་ལས་ ལཱ་གི་གནས་སྤངས་སློབ་གཞི་ ༢༠༢༣ ཚན་
མ་ དེ་ལས་ ས་ལེན་དང་རྒྱུད་འབྲུས་ཀྱི་བཅའ་ཡིག་དང་སློབ་གཞི་ ༢༠༢༣ ཚན་མ་ཚུ་ཨིན།

ཤར་རྫོང་ཨི་ཡའི་སྐྱེལ་འབྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐྱེལ་ཡར་རྒྱུ་རྒྱུ་ཨི་མི་མི་
ཨི་ཨེས་ཨེས་། གི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ལས་ ཉར་ས་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གནོད་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལུ་བཀོད་ལྷན་བཅུད་དོན།

གོང་འཁོད་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཚུ་འགྲུབ་ཐབས་ལུ་ བསྟར་སྲོད་ལས་སྡེ་དང་ འགོ་འགྲུལ་སྐྱེལ་འབྲེན་
ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ དམིགས་བསལ་ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་གཞི་སོ་སོར་ནང་ ཚེད་དུ་བཀོད་ཡོད་པ་ལྟར་ དགོས་མཁོ་འི་ལུ་
ཚོག་དང་བརྟག་ཞིབ་ཚུ་ག་སྒྲིག་འབད་ཐོག་བཅུགས་དགོ། དགོས་མཁོ་འི་ཚོག་ཐམ་དང་གནང་བ་ཚུ་ཐོབ་ཚུགས་ནི་འི་
དོན་ལུ་ ལུས་ལུགས་དང་རང་བཞིན་ཐོན་སྐྱེད་ལྷན་ཁག་འོག་གི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་གནམ་གཤིས་འགྱུར་
བསྐྱོད་ལས་ཁུངས་དང་ དེ་ལས་ ས་གནས་གཞུང་དང་གཞན་འཛིན་སྐྱོང་འདུས་ཚོགས་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ མཉམ་
འབྲེལ་ལེགས་ཤོམ་འཐབ་དགོཔ་གལ་ཚེ།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བསྐྱོད་དང་ རར་རྒྱུད་ལོ་རྒྱུན་ཤེས་པ་ དེ་ལས་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་
སྤྱ་ཉམས་སྤང་ ལམ་སྲོལ་གྱི་སྲོལ་ལུན་ འགོ་བཟུང་དབང་ཚུ་ ཉེན་ཁ་ཅན་གྱི་ཕྱགས་སྤྱིགས་འཛིན་སྐྱོང་ཚུ་གི་ མང་
ཕྱོགས་ཀྱི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་གན་རྒྱ་ཚུ་འི་འཕུས་མི་ཨིན་མ་དང་ གན་རྒྱ་གུ་མཚན་རྟགས་བཀོད་ཡོད་པ་
ཨིན། དམིགས་བསལ་དུ་ འབྲུག་དང་རྒྱ་གར་གྱི་བར་ན་ བྱགས་ཚལ་དང་སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱི་ཚེངས་ཡིག་དང་ མ་
རྒྱས་སྤྱི་ལུ་སྐྱོབ་ཀྱི་ཚེངས་ཡིག་ དེ་ལས་ རྫོང་ཨི་ཡའི་མཉམ་འབྲེལ་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་ལས་རིམ་
༡༩༩༡ ཅན་མ་རྩིས་པའི་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་དང་སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱི་ལུ་ཐང་ཁར་ མཐུན་ལམ་སྐྱིད་སྐྱི་
ཡོད་པ་ཨིན།

སྐྱོར་འཇུག་རུང་བའི་འཛམ་གླིང་དངུལ་ཁང་གི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་གི་གནས་ཚད།

འཛམ་གླིང་དངུལ་ཁང་གིས་ མ་རྩ་གཞི་བཅུགས་ཀྱི་ལས་འགུལ་གྱི་མ་དངུལ་ཐོག་ལས་ མ་དངུལ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་
མི་ལས་འགུལ་གསར་པ་གར་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་སྒྲིག་བཀོད་དང་འབྲེལ་དགོཔ་ཨིན། མཐའ་
འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་སྒྲིག་བཀོད་ཀྱིས་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་གནས་ཚད་རྒྱ་ཨི་ཨེས་
ཨེས་། ༡༠ བཀོད་དེ་ཡོད་པ་དང་ དེ་ལུ་ སྐྱོན་འགྲུལ་ལེན་མི་ཚུ་གིས་ ལས་འགུལ་གྱི་གནས་ལུན་རིང་ལུ་ རེས་
པར་ཆ་གནས་འབད་དགོ། གནས་ཚད་དེ་ཚུ་ ལས་འགུལ་དང་འབྲེལ་བའི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་
ཉེན་ཁ་དང་ཕན་གནོད་ཚུ་ རོས་འཛིན་འབད་ནི་དང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་དོན་ལུ་བཀོད་སྒྲིག་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན།
འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་གི་གནས་ཚད་ཚུ་ཡང་།

- ཨི་ཨེས་ཨེས་ ༡ པ། མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཉེན་ཁ་དང་ཕན་གནོད་བརྟག་ཞིབ་དང་འཛིན་
སྐྱོང་།
- ཨི་ཨེས་ཨེས་ ༢ པ། ལཱ་གཞི་དང་ ལཱ་འི་གནས་སྤངས།
- ཨི་ཨེས་ཨེས་ ༣ པ། ཐོན་ཁུངས་འཛིན་ཐངས་དང་བཅོམ་གྱིབ་ སྐྱོན་འགོག་དང་འཛིན་སྐྱོང་།

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡི་སྐྱེལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྦྲེལ་ཡར་རྒྱུ་ཉེ་སྲི་མི་
ཨི་ཨེས་ཨེས་ ། གི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དག་ལེགས་སྐྱུག་ལས་ ཏྲ་རས་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིའི་ཕན་གཞོན་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལུ་བཀོད་བྱེད་བཅུད་དོན།

- ཨི་ཨེས་ཨེས་ ༤ པ། མི་སྲིའི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཉེན་སྲུང་།
- ཨི་ཨེས་ཨེས་ ༥ པ། ས་ཆ་ཐུགས་འཁོར་བཞེས་ཐངས་དང་ ས་ཆ་ལག་ལེན་དམ་འཛིན་ དེ་ལས་ ཐབས་
མེད་གྱི་གཞི་གསར།
- ཨི་ཨེས་ཨེས་ ༦ པ། སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྐྱ་ཉམས་སྲུང་དང་ རང་བཞིན་ཐོན་ཁུངས་ཚུ་ ཡུན་བརྟན་ཐོག་འཛིན་
སྦྱོང་།
- ཨི་ཨེས་ཨེས་ ༧ པ། མི་སྲིའི་དང་འགོ་ལུགས་མ་འདྲ་བའི་སྲིའི་ཚན་གྱི་མི་ ཡང་ན་ སབ་ས་ཏྲ་རན་ཨམ་རི་
ཀུན་ སྲོན་ དང་སྲུའི་དུས་ལས་ གོ་སྐབས་དམན་པའི་རང་ལུགས་གྱི་མི་སྲིའི་ཚུ།
- ཨི་ཨེས་ཨེས་ ༨ པ། ལམ་སྲོལ་གྱི་སྲོལ་ལུན།
- ཨི་ཨེས་ཨེས་ ༩ པ། ཁེ་སྲོང་ཡོད་མི་ཚུ་གྲུལ་གཏོགས་དང་ བརྟན་དོན་བྱེད་སྤེལ།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིའི་གནས་ཚད་ཚུ་དང་འབྲེལ་ འགོ་འགུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ ལས་
འགུལ་འདིའི་གཤམ་གསལ་གྱི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིའི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ བཀོད་སྐྱིག་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་
མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་ཐོན་ཁུངས་འཛིན་སྦྱོང་སྤེལ་ཉེ་སྲིའི་ཞུ་ ཞབས་ཏྲོག་ལེན་ཡོད་པ་དང་ བཅུད་
དོན་གཙོ་བོ་ཚུ་ ཡིག་ཆས་འདི་ནང་བཅུད་བསྐྱེད་བཀོད་ཡོད་པ་འདི་ཡང་།

- མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིའི་འཛིན་སྦྱོང་འཆར་གཞི་བརྩི་པའི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་
སྲིའི་ཕན་གཞོན་རྟག་ཞིབ་སྒྲུབ་ལུ།
- སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྐྱ་འཛིན་སྦྱོང་འཆར་གཞི།
- ཁེ་སྲོང་ཡོད་མི་ཚུ་གྲུལ་གཏོགས་ཀྱི་འཆར་གཞི།
- གཞི་གསར་གྱི་ལས་རིམ་འཆར་གཞི།

དེའི་ལྷན་ཐབས་ འཛམ་གླིང་དངུལ་ཁང་གི་ལག་ལེན་བཟང་ཤོས་དང་ ལས་མི་མང་འབབ་དང་ ཕོ་མོ་དབྱེ་བ་དང་
ཕོ་མོ་ལས་བརྟེན་པའི་རྩལ་སྦྱོང་གྱི་ལམ་སྲོན་ཚུ་ འཛམ་གླིང་དངུལ་ཁང་གི་སྲིའི་ཚན་གྱི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་
འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཉེན་སྲུང་གི་ལམ་སྲོན་ཚུ་ ལས་འགུལ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ལམ་སྲོན་ཨིན་པ་དང་ མཐའ་འཁོར་
གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིའི་བརྟག་ཞིབ་དང་འཛིན་སྦྱོང་འཆར་གཞི་ནང་ རིམ་བསགས་ཕན་གཞོན་བརྟག་ཞིབ་ཚུ་བརྩི་
འཛིན་འབད་མ་ཨིན།

འཕར་ལྗོངས་ཤི་ཡའི་སྐྱེལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐྱེལ་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ཨི་མི་མི་
 ཨི་ཨེས་ཨེས་ཀྱི་གི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགོ་ལེགས་སྐྱུག་ལས་ ཉ་རས་ཐང་
 གི་ལས།

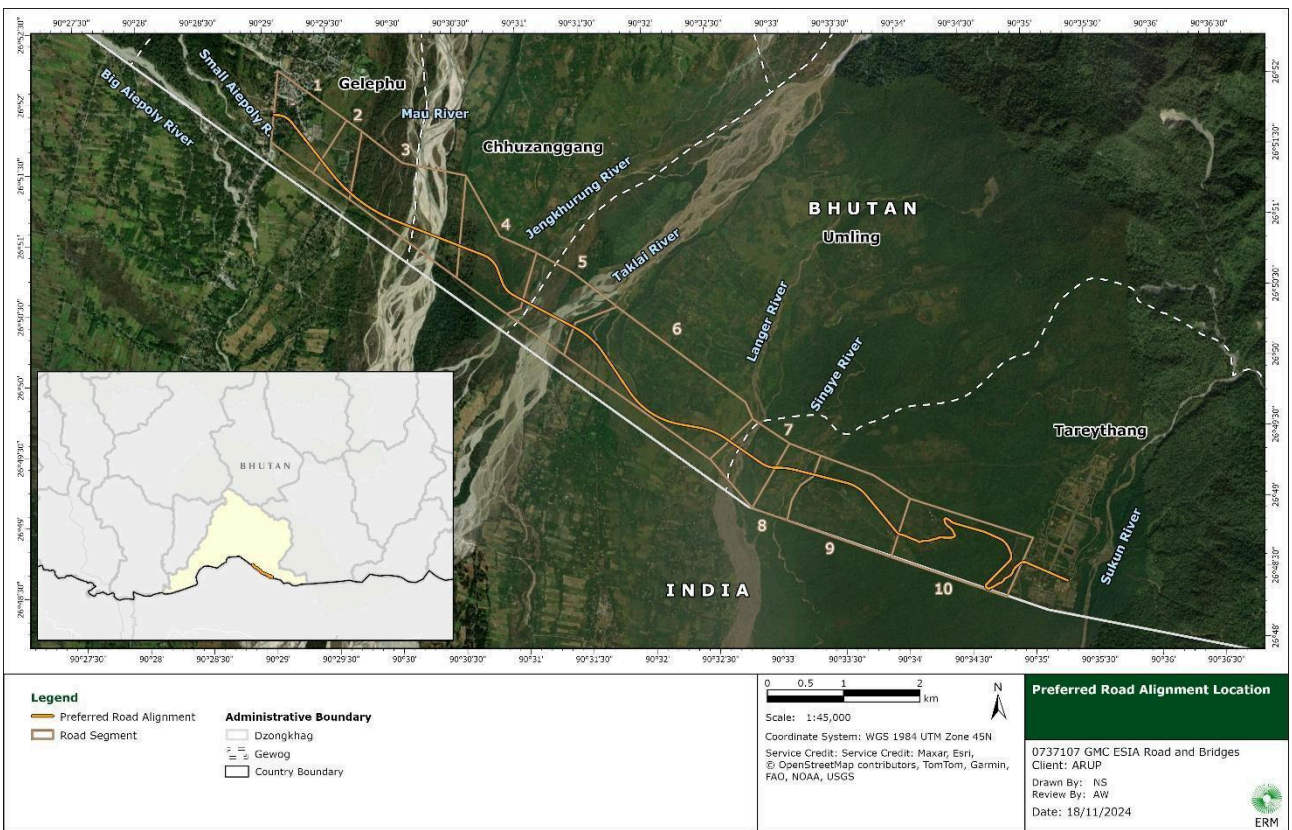
མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གཞི་བརྟེན་
 ཞིབ་སློབ་ཞུའི་བཀོད་ཁྲབ་བཟུང་དོན།

ལས་འགུལ་གྱི་འབྲེལ་བཤད།

དགོ་ལེགས་སྐྱུག་ལས་ ཉ་རས་ཐང་གི་ལས་འདི་ གནམ་གྲུ་ཐང་དང་ འོ་མ་ཕབ་ལེན་ས་ཁོངས་ དགོ་ལེགས་སྐྱུག་
 གི་སྐྱེལ་འདྲེན་སྐྱོ་མང་ལྟེ་བ་ དེ་ལས་ གལ་ཅན་གྱི་བསམ་ཚེ་ལས་ བསམ་འགྲུབ་སྤྲོད་ས་མཁར་གྱི་གཞུང་ལམ་
 རྒྱུང་ལམ་གི་ལོ་མི་འར་༢༠༠༠ཅམ་ཀྱི་ལུ་ བན་ཐབས་གྱི་དོན་ལུ་ ལྷོ་ཕྱོགས་གྱི་འར་ལུབ་གཞུང་ལམ་སྐྱེལ་མཐུན་གྱི་
 ཆ་ཤས་ཅིག་ཨིན། ལམ་འདི་ གསར་སྤང་ཚོང་ལག་ནང་ འབྲུག་གི་ལྷོ་ཕྱོགས་གྱི་སྐྱུག་ལུ་ཡོད་པ་ཨིན།

ལམ་གྱི་རིམ་སྒྲིག་འདི་ རང་བཞིན་གྱི་སའི་ཆགས་ཚུལ་དམའ་ས་ལས་བཞུལ་འགྲོམ་མ་ཚད་ དགོ་ལེགས་སྐྱུག་ཁོམ་
 ལྟེ་དང་ ལུ་བཅས་སྤང་ཆེད་འོག་དང་ ལུ་མ་གྲིང་ཆེད་འོག་ དེ་ལས་ ཉ་རས་ཐང་ཆེད་འོག་ཚུ་བཞུད་དེ་འགྲོམ་ཨིན།
 ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་འདི་ པར་རིས་ཨི། པ་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད།

པར་རིས་ ཨི། པ། ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་གྱི་མཐོང་སྣང།



ལས་འགུལ་ནང་ གཤམ་གསལ་གྱི་ཆ་ཤས་ཚུ་ཚུད་ཡོད་པ་དེ་ཡང་།

- **འཁོར་ལམ་བཟོ་སྐྱབ་གྱི་ལྷན་** གི་ལོ་མི་འར་༡༠.༢ ཅམ་ གཞི་ཆགས་མེད་པའི་ས་ཁོངས་སྤོང་མ་ནང་ལས་
 གཞུང་ལམ་གསར་པ་རྒྱུང་ལམ་གྱི་དགོ་ལེགས་སྐྱུག་གི་ཉེ་འདབས་གྱི་གི་ལོ་མི་འར་༣.༢ འབད་མི་འཁོར་ལམ་དེ་ ལམ་
 གཉིས་འབྲེལ་མ་དང་ གི་ལོ་མི་འར་༤.༢ འབད་མི་འདི་ ལམ་གཅིག་ལས་བཞུལ་མེད་ཀྱི་དང་ གི་ལོ་མི་འར་

3.2 འབད་མི་ལམ་འདི་ ད་ལྟོའི་གཞུང་ལམ་རྒྱ་སྐྱེད་འབད་མི་འདི་ རྟ་རས་ཐང་གི་ཉེ་འདབས་གྱི་ལམ་མཐུག་
ལུ་ཨིན།

- 0 **ལམ་བཞི་འབྲེལམ།** འཁོར་ལམ་གྱི་རྒྱ་ཚད་དེ་ ཡོངས་བསྐྱོམས་མི་ཤར་༡.2 ཨིནམ་དང་ ཕྱོགས་
རེ་ལུ་ རྒྱ་ཚད་མི་ཤར་༡.4 ཡོདཔ་ད་ འཁོར་ལམ་དེ་ནང་ ལམ་གཉིས་འབྲེལམ་ཡོདཔ་བཞིན་དུ་
ཕྱོགས་རེ་ལུ་ རྒྱ་ཚད་མི་ཤར་3.2 རེ་ཡོད། སྐྱུག་གི་ས་མཚམས་དེ་ རྒྱ་ཚད་མི་ཤར་3 ཡོད་མི་
འདི་གིས་ ལམ་ཕྱོགས་གཉིས་ལས་སྐྱུམ་འཁོར་ཚུ་ རྒྱུན་འགྲུལ་དོན་ལུ་ མཚམས་བཀག་
འབདམ་ཨིནམ་ད་ དེ་ནང་ སའི་མངོས་བཀོད་བཟོ་ནི་ཨིན། ལམ་བཟོ་བཀོད་དེ་ནང་ ཕྱོགས་
གཉིས་ཚར་ནང་ལུ་ མི་ཤར་0.4 འབད་མི་ ལམ་གྱི་མཐའམ་ཚུ་ཡོད། དེའི་ཁ་སྐྱོང་ རྒྱ་ལའོར་
གཏང་མི་དང་ རྒྱ་ལའོར་ལ་ཚུ་ལུ་ ཉེན་སྲུང་གི་དོན་ལུ་ འཁོར་ལམ་གྱི་ཟུར་ཁ་ལུ་ རྒྱ་ཚད་མི་
ཤར་3 འབད་མི་ རྒྱ་ལའོར་ལམ་ ཡང་ན་ འཁོར་ལམ་གྱི་ཟུར་སོ་སོ་ལས་ རྒྱ་ལའོར་ལམ་ཚུ་
ཡང་ཚུད་དེ་ཡོད། ལམ་འདིའི་ ལམ་གྱི་ཐོབ་དབང་ས་ཁོངས་འདི་ མི་ཤར་20 དང་ མཚོ་གསལ་
ཚད་དེ་ རྒྱ་ཚད་རེ་ལུ་ གི་ལོ་མི་ཤར་60 ཨིན།
- 0 **ལམ་ཕྱོགས་རེ་ལུ་ ལམ་གཉིས་འབྲེལམ།** འཁོར་ལམ་གྱི་རྒྱ་ཚད་དེ་མི་ཤར་1.4 དང་ ཕྱོགས་རེ་
ལུ་ རྒྱ་ཚད་མི་ཤར་3.4 ཡོདཔ་ད་ ཕྱོགས་གཉིས་ཚར་ནང་ལུ་ མི་ཤར་0.4 འབད་མི་ ལམ་གྱི་
མཐའམ་ཚུ་ཡོད། དེའི་ཁ་སྐྱོང་ རྒྱ་ལའོར་ལམ་དང་རྒྱ་ལའོར་ལམ་ཚུ་ལུ་ ལམ་གྱི་རྒྱ་ཚད་
ཡོངས་བསྐྱོམས་མི་ཤར་1.2 ཡོད། ལམ་འདིའི་ ལམ་གྱི་ཐོབ་དབང་ས་ཁོངས་འདི་ མི་ཤར་30
དང་ མཚོ་གསལ་ཚད་དེ་ རྒྱ་ཚད་རེ་ལུ་ གི་ལོ་མི་ཤར་60 ཨིན།

● **བམ་ལུ།**

- 0 མའོ་གཙང་ཚུའི་བམ་གྱི་བཟོ་བཀོད་རྒྱ་ཚད་ རུད་ཐང་དང་ གཙང་ཚུ་བཀྲལ་བའི་ ཡོངས་བསྐྱོམས་
མི་ཤར་1,004 ཨིནམ་ད་ དེ་ནང་ གྲང་མོ་ཆེ་ཚུའི་བར་ལམ་ རྒྱ་ཚད་མི་ཤར་240 དང་ ཡར་
མར་ས་སྟོང་མི་ཤར་1.2 རྒྱ་ལའོར་ལམ་གྱི་ཤར་ཕྱོགས་ཁ་ཐུག་ ཉུང་ཤོས་མི་ཤར་4.2 རྒྱ་ཚད་དེ་ཡོད། ལམ་
གྱི་ ལམ་ཕྱོགས་རེ་ནང་ སྐྱུམ་འཁོར་གཉིས་འགོ་འགྲུལ་འཐབ་ཚུགས་པའི་ལམ་གཉིས་འབྲེལམ་
བཟོ་ནི་དང་ ཕྱོགས་གཅིག་ལས་ རྒྱ་ལའོར་ལམ་ཚུ་ འགོ་འགྲུལ་འཐབ་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་ཨིན།
བཟོ་བཀོད་ཀྱི་ལུང་ཚུ་འདི་ནང་ གཙང་ཚུའི་གྲུ་ལས་ རིང་ཚད་མི་ཤར་10 འབད་མི་ རྒྱ་ལའོར་
དང་ལྷགས་གཏུང་གི་སྐྱོམ་ཀམ་སྟོང་བཟོ་ནི་དང་ ཕྱོགས་རེ་ལུ་ རིང་ཚད་མི་ཤར་40 འབད་མི་ཡོད།

༠ གཞན་ཟུང་བཞི་ཡང་ རེན་ཀྱང་རུང་དང་ སྤྱད་ལའི་གཙང་ཚུའི་ཟུང་ཀྱི་མི་འར་༡༥༠ ་དང་ སྤང་
སྤར་གཙང་ཚུག་ཟུང་ཀྱི་མི་འར་༣༥༠ ་ དེ་ལས་ སེངྒེ་གཙང་ཚུག་ཟུང་ཀྱི་མི་འར་༣༥༥ ་ ་ཚུ་ནང་
ལམ་ཕྱོགས་རེ་ནང་ རྒྱན་འགྲུལ་ལམ་གཅིག་ཡོད་པའི་ཁར་ ཟུང་དེའི་ཕྱོགས་གཅིག་ལས་ ཀྱང་
འགྲུལ་པ་ཚུའི་ལམ་ཡང་ཡོད། ཟུང་བཟོ་བཀོད་ཀྱི་ཁྱད་ཚོས་ནང་ ཅི་འདམ་གྱི་སྐྱོམ་ཀམ་ལྟོང་བཟོ་
མི་རྒྱ་ཚད་མི་འར་༤༠ ་ ཡོད་པ་དང་ སྐྱོམ་ཀམ་གི་གཏིང་ཚད་མི་འར་༣ ་ ཡོད། ཟུང་དེ་ཚུ་ནང་
སྤང་མོ་ཆེ་ཚུ་འགོ་འགྲུལ་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ མི་འར་༥ ་ ལས་༡༥ ་ ཚུན་གྱི་བར་ན་ ཡར་མར་ས་སྤོང་
ཡོད།

- **གཙང་ཚུ་བཀག་འཛིན་གྱི་ལྷ།** གཙང་ཚུ་གི་མཐུན་མ་ལུ་ ས་རུད་བཀག་འཛིན་འབད་ནི་དང་ རྒྱུད་ཚད་
འཛིན་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ཟུང་ཚུ་ནང་ གཙང་ཚུ་གི་སྟོན་ཕྱོགས་དང་ཚུ་རྒྱུག་ལ་ཐུག་ལུ་ ལྷགས་ཐག་ཏུ་
མིག་ཅིག་གུང་ཚུ་རྒྱབ་ནིའི་གོ་ས་འཆར་བཀོད་དེ་ཡོད། མའོ་གཙང་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ གཙང་ཚུ་གི་ཤར་ལ་ཐུག་ལུ་
གཙང་ཚུ་གི་སྟོན་ཕྱོགས་ལུ་ མི་འར་༣༠༠ ་ དང་ ཚུ་རྒྱུག་ལ་ཐུག་ལུ་ མི་འར་༡༠༠ ་ དེ་ཅིག་ཡོད། གཞན་
གཙང་ཚུ་ཚུའི་ཟུང་ལུ་ གཙང་ཚུ་གི་སྟོན་ཕྱོགས་ལུ་ མི་འར་༤༠༠ ་ དང་ ཚུ་རྒྱུག་ལ་ཐུག་ལུ་ མི་འར་༡༠༠
རྒྱབ་ནིའི་འཆར་གཞི་ཡོད།
- **འཛོམས་ལམ་གཉིས།** ཀེ་ལོ་མི་འར་༡༠.༣ ་ ལམ་གསར་པ་གིས་ དགེ་ལེགས་སྤྱད་དང་ཉར་ས་ཐང་གི་ ད་
སྟོ་ཡོད་པའི་ལམ་གྱི་མཚུག་ལུ་ འཛོམས་ལམ་གཉིས་ཀྱི་ལམ་རྒྱ་འགྲམ་ཀྱི་བརྒྱུད་དེ་ མཐུན་སྐྱེལ་འབད་ནི་
ཨིན། མ་འོངས་པའི་ནང་ རྒྱ་བཟང་སྤང་ཆེད་འོག་དང་ ལུ་མ་ཆེད་འོག་ལུ་ དགེ་ལེགས་སྤྱད་ཤར་ཤེས་
ཁོམ་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ འཛོམས་ལམ་བཟོ་ནིའི་རྒྱ་ཡང་ཚུད་དེ་ཡོད།
- **རྒྱལ་ཡུར་ལམ་དང་ཟུང་ཚུང་བ།** ཟུང་ཚུང་བ་ཀྱི་དགེ་ལེགས་སྤྱད་བཙོག་ཚུའི་འཕྲུལ་ཁང་གི་ཉེ་འདབས་ལུ་མི་
འར་༥༠ ་ འབད་མི་དང་ ལམ་བདའ་སྟེ་ རྒྱལ་ཡུར་བཟུལ་ནིའི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་ཡུར་ལམ་ཚུ་ཡོད།
- **རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་མཐུན་སྐྱེལ།** སྐྱེལ་འདྲེན་གྱི་ལམ་དང་ ས་གཏེར་གྱི་ས་ཁོངས་ རྫོང་རྒྱུག་འཐག་ནི་འཕྲུལ་ཁང་
ས་བཞོ་རྫོང་གི་ས་ཁོངས་ ལུ་འབད་སའི་ས་ཁོངས་ ལས་མིའི་སྤྱོད་ དེ་ལས་ ལྷགས་སྤྱིགས་བཀོ་སའི་
ས་ཁོངས་ཚུ་ཚུད་པའི་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་མཐུན་སྐྱེལ་ཚུ་དགོ་པ་ཨིན།

འབྲེལ་ཡོད་མཐུན་སྐྱེལ། འདི་ཡང་ འཛོམས་སྤྱིང་དབུལ་ཁང་གི་མ་དབུལ་གོས་རམ་མ་འབད་བའི་མཐུན་སྐྱེལ་དང་
ལས་སྤྱོ་ཚུ་ཚུད་དེ་ཡོད་རུང་ ཐང་ཀར་དུ་ ལས་འགྲུལ་དང་འབྲེལ་བ་སྐྱོམ་ཡོད་པའི་ཁར་ ལས་འགྲུལ་དང་གཅིག་
ཁར་ དུས་མཉམ་དུ་ལུ་འབད་ནི་དང་ ཡང་ན་ ལུ་འབད་ནིའི་འཆར་གཞི་བཟོ་ནི་དང་ ལས་འགྲུལ་གྱི་དོན་ལུ་ རེས་

ཤར་ལྗོ་ཨི་ཤི་ཡི་སྐྱེལ་འབྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐྱེལ་ཡར་བྱལ་། ཨི་མི་མི་
ཨི་ཨེས་ཨེས་ ། ཤི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྐྱུག་ལས་ ཏྲ་ས་ཐང་
གི་ལམ།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གནོད་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལྷན་འགོད་ཁྲབ་བརྒྱུད་དོན།

པར་མཁོ་བའི་ འོས་འབབ་ཅན་གྱི་མཐུན་སྐྱེལ་ཨིན་པའི་ཁར་ ལས་འགུལ་མེད་པ་ཅིན་ མཐུན་སྐྱེལ་ཚུ་ བཟོ་སྐྱུན་
འབད་ནི་དང་ རྒྱ་སྐྱེད་འབད་ནི་ ཡང་ན་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་མེད་པ་ཨིན། འཛམ་གླིང་དངུལ་ཁང་གི་མཐའ་འཁོར་
གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་སྐྱིག་བཀོད་ཀྱིས་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་གནས་ཚད་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཚུ་
སྐྱབ་ནི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་མཐུན་སྐྱེལ་ཚུ་དགོས་ཨིན། མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་གནས་ཚད་, པ་
ནང་ལུ་ཚེད་དུ་བཀོད་པའི་ངེས་ཚིག་དང་ཁྱད་ཚད་དང་བསྟུན་ ལས་འགུལ་འདི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་མཐུན་སྐྱེལ་ཚུ་
ངོས་འཛིན་འབད་དེ་མེད་པ་ཨིན།

ལས་འགུལ་གདམ་ཁ།

ལས་འགུལ་གྱི་གདམ་ཁ་མེད་པ། “ལས་འགུལ་གྱི་གདམ་ཁ་མེད་པ་” ཟེར་བཀོད་མི་འདི་གི་ ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་འཁོར་
ལམ་གྱིས་ དགེ་ལེགས་སྐྱུག་བྱེད་ཤེས་ཁོམ་གྱི་དོན་ལུ་ ཉེན་སྲུང་དང་རུས་ཤུགས་ལྡན་མ་སྟེ་འགོ་འགུལ་འཐབ་མི་
ཚུགས་ཟེར་ གོས་དོན་འབད་མ་ཨིན། ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་ དགེ་ལེགས་སྐྱུག་ལས་ ཏྲ་ས་ཐང་གི་ལམ་འདི་ ཀེ་ལོ་མི་
ཁར་༤༥ ཡོད་པ་དང་ ས་གནས་གཉིས་ཀྱི་བར་ ལམ་གྱི་རྒྱ་ཚད་ཚུང་བའི་ཁར་ འགུལ་འཁོར་གཅིག་ཤོང་པའི་ལམ་
སའི་དབྱིབས་གཟར་བྲག་ཡོད་པ་ལས་ དུས་ལུན་ཚུ་ཚོད་, དང་ རྟེན་ཚུ་༢༠ དེ་ཅིག་འགོ་རམ་ཨིན། ལམ་འདི་ཁར་
འགུལ་འཁོར་གཅིག་ཤོང་པའི་ཟམ་ལེ་ཤ་ཡོད་པའི་ཁར་ ལམ་གྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་ ས་རུད་ཚད་ཉེན་ཅན་ཡོད་པའི་ཁར་
དམིགས་བསལ་དུ་ མའོ་གཙང་ཚུ་གི་ཉེ་འདབས་ཀྱི་ས་ཁོངས་འདི་ཨིན། དེ་མ་ཚད་ རྒྱུང་སྐར་དང་ རྟུག་ལའི་ དེ་
ལས་ རེན་ཀུ་རུང་གཙང་ཚུ་གི་གཤམ་ ལམ་བདའ་སྟེ་ཡོད་པ་ལས་ བམ་བུར་ལུ་ འགོ་འགུལ་ཐབས་མ་ཚུགས་པར་
ལུས་ནི་དང་ འགུལ་འཁོར་ཚུ་ཐབས་མེད་པར་ རུབ་ཕྱོགས་ཁ་བྱུག་གི་ལམ་ལས་འགྲོ་དགོས་འཐོན་མ་ཨིན་མས།
གོང་ལུ་བཀོད་པའི་གནས་སྤངས་ཚུ་ལས་བརྟེན་ ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་འཁོར་ལམ་འདི་ ལྟོ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཤར་རུབ་གཞུང་ལམ་
དོན་ལུ་ འོས་འབབ་མེད་པའི་ཁར་ ཉེན་སྲུང་དང་རུས་ཤུགས་ལྡན་མ་སྟེ་འགོ་འགུལ་འཐབ་མི་ཚུགས། ལས་འགུལ་
གྱི་དམིགས་དོན་འདི་ དགེ་ལེགས་སྐྱུག་དང་ཏྲ་ས་ཐང་བར་ན་ ཐང་ལམ་དང་ རྒྱུས་ཚད་ལེགས་ཤོམ་ཡོད་པའི་
ལམ་མཐུན་སྐྱེལ་འབད་ནི་དང་ དགེ་ལེགས་སྐྱུག་ལུ་ འཆར་གཞི་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་རྒྱལ་སྤྱི་གནས་ཐང་དང་ དོས་
ཕབ་ལེན་ས་ཁོངས་ དེ་ལས་ སྐྱེལ་འབྲེན་སྐྱ་མང་ལྟེ་བ་དོན་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་ཨིན། ལས་འགུལ་འདི་གིས་
དགེ་ལེགས་སྐྱུག་བྱེད་ཤེས་ཁོམ་གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་སྐྱེད་རིམ་པ་ཚུ་ནང་ མཐུན་སྐྱེལ་འབད་ནི་དང་ འཁོར་ལམ་གྱི་
རྒྱ་ཚད་ཚུང་བའི་གདོང་ལན་དང་ ལམ་རྒྱབ་བྲག་ ས་རུད་ཚད་ཉེན་ཅན་གྱི་གདོང་ལན་དང་ རྒྱ་རུད་འཐོན་པའི་སྐབས་
འགོ་འགུལ་ཐབས་མ་ཚུགས་པའི་དཀའ་ངལ་ཚུ་བསལ་ཏེ་ རྒྱབ་སྐྱེལ་ཚུགས་པའི་རུས་ཚད་ཡོད་པ་ངེས་གཏན་བཟོ་ནི་
ཨིན། ལས་འགུལ་གྱི་གདམ་ཁ་མེད་པ་ཟེར་བཀོད་མི་འདི་གིས་ ལས་འགུལ་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་

ཤར་རྩོམ་ཡི་ཡི་ལྷོ་ལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྦྲེལ་ཡར་རྒྱུ་ཉེ་སྲི་མི་
ཨི་ཨེས་ཨེས་ཀྱི་ལས་འགུལ། འབྲུག་། དགེ་ལེགས་སྐྱུག་ལས་ ཉར་ས་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གཞི་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལུ་བཀོད་བྱས་བཅུད་དོན།

སྡེ་ལུ་གཞི་དཔ་མེད་རུང་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ལུ་དགོ་པའི་ ཚོང་འབྲེལ་ཡར་རྒྱུ་གཏང་ནི་དང་ རྩོམ་སྐྱུག་ལུ་ ལུས་
ཚད་དང་སྐྱུག་ལུགས་ལྡན་པའི་སྦྲེལ་འདྲེན་གྱི་དགོས་དོན་གྲུབ་མི་ཚུགས་ནི་ཨིན་མས།

ལམ་གྱི་གདམ་ཁ། རྒྱ་གར་གྱི་ས་མཚམས་དང་ གངས་རི་རྩེ་གཟུང་རྒྱུ་བར་ན་ ས་ཁོངས་རྒྱ་ཁྱོན་གི་ལོ་མི་ཧཱུ་
ནང་ གཞི་རྟེན་བཟོ་བཀོད་གསུམ་ བསམ་ཞིབ་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན། ལམ་གྱི་བཟོ་བཀོད་གསུམ་ཉེ་བྱུང་སྐྱུག་ལུ་
སྐྱུག་ལུ་དང་ རྩོམ་སྐྱུག་ལུ་སྐྱུག་ལུ་ དེ་ལས་ དུས་སྐྱུག་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་ མི་སྲིད་ དེ་ལས་
བཟོ་ལས་གྱི་ཚ་རྩེ་ཚུ་དོན་ལུ་ དབྱེ་དབྱེ་འབད་ཡོད་པ་ཨིན། གདམ་ཁ་བརྒྱབ་ཡོད་པའི་ལམ་འདི་ རྩོམ་སྐྱུག་གི་
ལམ་ལས་ བྱུང་སྐྱུག་གི་ལམ་གཉིས་སྦྲེལ་མཐུན་འབད་དེ་ ད་རྩོམ་ཡོད་པའི་ལམ་གྲུབ་འགྲིག་ནི་ཨིན། ལམ་འདི་གི་
གཙུག་ཚུ་བརྒྱལ་ནི་དེ་རིང་ཚད་མར་ཐབ་འབད་བའི་ཁར་ ཟམ་གྱི་བཟོ་བཀོད་ཡང་མར་ཐབ་འབད་དེ་ཡོད། མའོ་གཙུག་
ཚུ་བརྒྱལ་ནི་དོན་ལུ་ བྱུང་སྐྱུག་གི་རིང་ཚད་མི་ཧཱུ་400 དང་ དུས་སྐྱུག་གི་རིང་ཚད་མི་ཧཱུ་400 དེ་ལས་
རྩོམ་སྐྱུག་གི་རིང་ཚད་མི་ཧཱུ་200 ཨིན་མི་དང་ཕྱད་པ་ད་ གདམ་ཁ་རྒྱབ་ཡོད་པའི་རིང་ཚད་འདི་མི་ཧཱུ་200 ཨིན།
བྱུང་སྐྱུག་གི་ལམ་ལས་བརྟེན་ རང་བཞིན་འབྲུམ་ས་རྟེན་ཧཱུ་20.3 དང་ དུས་སྐྱུག་གི་ལམ་གྱིས་ རང་
བཞིན་འབྲུམ་ས་རྟེན་ཧཱུ་23.2 དེ་ལས་ རྩོམ་སྐྱུག་གི་ལམ་ལས་བརྟེན་ རང་བཞིན་འབྲུམ་ས་རྟེན་ཧཱུ་20.0
6) མེད་པ་འགྲོ་ནི་ཨིན་རུང་ གདམ་ཁ་བརྒྱབ་ཡོད་པའི་ལམ་འདི་གི་ རང་བཞིན་འབྲུམ་ས་རྟེན་ཧཱུ་20.0
མེད་པ་གཏང་ནི་ཨིན་པས། རྩོམ་སྐྱུག་ལུ་སྐྱུག་གི་ལམ་དང་ཕྱེད་པ་ད་ རང་བཞིན་འབྲུམ་ས་ལུ་གཞི་དཔ་དུམ་ག་ཅིག་
མཐོ་སུ་ཡོད་རུང་ ཉར་ས་ཐང་གི་ཉེ་འདབས་གྱི་བར་ལམ་ལག་ལེན་ཐབས་པ་ཅིན་ ལྷགས་ཚལ་ནང་ལས་ལམ་
གསར་པ་བཏོན་མི་ལས་བརྟེན་ རྩོམ་སྐྱུག་རིག་སྒྲུབ་ཚུ་མངས་སྡེ་གཏོར་བཞིག་བཏང་ནི་དང་ཕྱད་པ་ད་ གཞི་དཔ་མར་ཐབ་
འབད་ཚུགས་ནི་དང་ རྩོམ་སྐྱུག་རིག་སྒྲུབ་ལུ་གཞི་དཔ་ཉེ་འདབས་འོང་ནི་ཨིན་མས།

ཟམ་བཟོ་བཀོད་གདམ་ཁ། ཟམ་གྱི་བཟོ་བཀོད་གདམ་ཁ་རྒྱབ་ནི་དོན་ལུ་ ཟམ་གྱི་དབྱེ་བ་མ་འདྲམ་ཚུ་ བརྩི་
འཛིག་འབད་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་ མའོ་གཙུག་ཚུ་དོན་ལུ་ ལྷགས་གྱི་ཀམ་གི་ཟམ་མེན་པར་ ལང་འཁོད་གྱི་ཅ་ཆས་
ལག་ལེན་དང་ བཟོ་སྐྱུག་གི་མགོ་རྩོག་མར་ཐབ་ དེ་ལས་ ཟད་འགྲོ་དམའ་སུ་གནས་མི་ལས་བརྟེན་ ལྱི་འདམ་གྱི་
སྒྲོམ་ཀམ་ལྟོང་སྡེ་བཟོ་ནི་ཟམ་འདི་གདམ་ཁ་བརྒྱབ་ཡོད་པ་ཨིན། རེན་ཀུ་རུང་དང་ ལྷག་ལའི་ ལྷང་སྐྱུག་ དེ་ལས་
སེང་གོ་གཙུག་ཚུ་དོན་ལུ་ ལུས་བརྟེན་པའི་གཞི་དཔ་མར་ཐབ་དང་ སྤྱིང་སྤྱིང་བཟོ་ནི་ དེ་ལས་ ཉམས་བཅོས་
འཇམ་ཏྲོག་ཏྲོ་སྡེ་འབད་ཚུགས་པའི་ རིང་ཚད་མི་ཧཱུ་60 འབད་མི་ ལྱི་འདམ་གྱི་སྒྲོམ་ཀམ་ལྟོང་སྡེ་བཟོ་མི་ཟམ་འདི་
གདམ་ཁ་རྒྱབ་ཡོད་པ་ཨིན།

རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ཚུ་ འགྲུལ་སྐྱོད་ཐབས་ལམ། འབྲུག་གི་རྫོང་ཕྱོགས་ཀྱི་ ས་ཐང་ཆ་མཉམ་རང་ ཨི་ཤི་ཡའི་
སྐྱེལ་ཚུ་འགོ་འགྲུལ་འབད་སའི་ བར་ལམ་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་ ལས་འགྲུལ་གྱི་དོན་ལུ་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་གྱི་
བར་ལམ་ཚུ་ལུ་ ཐོ་མ་ཐོག་པ་སྤེལ་འབད་ནིའི་ཐབས་གཞན་མིན་འདུག་ མའོ་གཙང་རྒྱའི་ཟམ་ལས་ སྐྱེལ་ཚུ་
འགྲུལ་སྐྱོད་དོན་ལུ་ གདམ་ཁ་རྒྱ་ཡང་ ཟམ་གྱི་རིན་ཚད་དང་ ཡར་མར་གྱི་ས་སྤོང་ དེ་ལས་ སྐྱེལ་ཚུ་གི་རང་
བཞིན་གྱི་བར་ལམ་ནང་འཁོད་ འགྲུལ་སྐྱོད་འབད་ཚུགས་པ་དེས་གཏན་བཟོ་ནིའི་བཟོ་བཀོད་ཚུ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་
ཡོད་པ་ཨིན། གདམ་ཁ་རྒྱ་ལུ་ གཙང་རྒྱའི་ཤར་ཁ་སྐྱེལ་གི་མཐའ་ལས་ སྐྱེལ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ས་
སྤོང་ལང་མ་སྤེལ་བཞག་སྟེ་ རྒྱ་རུད་ཀྱི་ས་ཁོངས་དགོས་མཁོ་ཚུ་ འབྲེལ་ཉམ་བཟོ་ཐབས་ལུ་ ཟམ་གྱི་རིན་ཚད་དང་
མཐོ་ཚད་མ་འབྲམ་སྟེ་ བརྩེ་འཛོག་འབད་ཡོད་པ་ཨིན། མཐའ་འཁོར་གྱི་ གདམ་ཁ་རྒྱ་ལུ་ གདམ་ཁ་རྒྱ་ལུ་ བར་
ལམ་རྒྱ་ཚད་མི་ཉེ་པ་ ༢༥༠ བཞག་ཡོད་པ་དང་ ཡར་མར་གྱི་དཔུ་སྤོང་ས་སྤོང་འདི་མི་ཉེ་པ་ ༢༠༠ བཞག་སྟེ་ ཟམ་གྱི་
བཟོ་བཀོད་འདི་གིས་ སྐྱེལ་ཚུ་འགྲུལ་སྐྱོད་དོན་ལུ་ བར་ཆད་མེད་པ་བཟོ་ཡོད་པ་ཨིན། བཟོ་བཀོད་འདི་ རྒྱ་
རུད་འཛོན་སྐྱོང་དང་ རི་དྲགས་སྐྱོག་ཆགས་ཚུ་ འགོ་འགྲུལ་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ཕན་ཐོགས་རྒྱ་ཆེན་འབྱུང་ནི་ཨིན་མ་
ལས་ གདམ་ཁ་རྒྱ་ལུ་ཡོད་པ་ཨིན།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་གནས་སྤངས་ཚད་གཞི།

ཚད་གཞི་བརྟན་ཞིབ། གཤམ་གསལ་བཅུད་དོན་བཀོད་དོན་བཞིན་ ཕྱི་རིག་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ ས་ཁོངས་ཞིབ་
འཇུག་ དེ་ལས་ དཔེ་ཚད་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ གཞི་རྟེན་ཞིབ་འཇུག་ཚུ་ ཡོངས་སུ་རྫོགས་སྟེ་ བཟོ་ཡོད་པ་ཨིན།
གཞི་རྟེན་ཞིབ་འཇུག་གི་ས་ཁོངས་ཚུ་གིས་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་གི་ཆ་ཤས་ཚུ་ལུ་ ཐད་ཀར་དུ་དང་
ཐད་ཀར་དུ་མེན་པ་ དེ་ལས་ རིམ་བསགས་ཀྱི་གཞི་ལུ་ བརྩེ་འཛོག་འབད་ཡོད་པ་ཨིན།

- **རྒྱ་དང་ ས་ རྒྱུང་ དེ་ལས་ རྒྱུ་སྐྱེལ་ཚད།** ས་ཐོག་རྒྱ་གི་དཔེ་ཚད་ཚུ་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༢ པའི་
ཚེས་ ༢༠-༢༡ ལུ་ ས་གནས་ཁག་ལུ་ལས་ རྒྱ་གི་དཔེ་ཚད་བཅུ་ཐམ་ བསྐྱེལ་འབད་ཡོད་པ་ཨིན། ས་
འོག་རྒྱ་གི་དཔེ་ཚད་འདི་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༢ པའི་ཚེས་ ༢༠-༢༡ ལུ་ ས་གནས་ཁག་གཉིས་ལས་ དཔེ་
ཚད་བཞི་བསྐྱེལ་འབད་ཡོད་པ་ཨིན། ས་ལུ་ཉེ་མིགས་བསལ་དུ་ བཅུད་ཅན་གྱི་ས་ལུ་ ས་གནས་ཁག་
དེ་སྤེལ་ཡོད་པ་ཨིན་ན་ ཉེ་གོ་ཐབས་ལུ་ ས་གནས་ཁག་བདུན་ལས་ གཏིང་ཚད་སེན་ཁི་མི་ཉེ་པ་ ༡༠-༡༥ ལས་
དཔེ་ཚད་ཚུ་ བསྐྱེལ་འབད་དེ་ སའི་སྐྱེལ་ཚད་བརྟན་དཔུད་འབད་ཡོད་པ་ཨིན། ས་གནས་ཁག་གསུམ་
ནང་ལུ་ ཆར་རྒྱུ་དུས་ཚོད་ལུ་ ཉིན་གྲངས་ ༢༣ གི་རིང་ལུ་ PM10 དང་ PM2.5 གི་ རྒྱུ་གི་སྐྱེལ་ཚད་ལྟ་
རྟོག་འབད་ཡོད་པ་དང་ ས་གནས་ཁག་དུག་ནང་ལུ་ NOx དང་ NO2 དེ་ལས་ SO2 ཚུ་ རྒྱབ་

བདེལ་དུང་ཅུང་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ཉིན་གྲངས་ ༣༠ གི་རིང་ལུ་ལྷ་རྟོག་འབད་ཡོད་པ་ཨིན། ལམ་བདེལ་སྟེ་
ལས་འགུལ་གྱིས་ གཞོད་པ་བྱུང་སའི་ས་ཁོངས་ལག་བདུན་ནང་ ལུང་སྐྱའི་ཚད་གཞི་གི་དཔེ་ཚད་ཚུ་ བསྟེ་
ལེན་འབད་ཡོད་པ་ཨིན།

- **ས་ཐོག་གི་སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྟེ་** ས་ཐོག་གི་སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྟེ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་བརྟེན་ཞིབ་
འབད་ཡོད་པ་འདི་ཡང་ ཤིང་སྟེ་གི་དོན་ལུ་ མི་ཏར་ ༢༠x༢༠ གི་ སྤོ་ཚལ་ས་ཚུ་ ༡ དང་ བྱ་རིགས་གྱི་
དོན་ལུ་ ས་ཐོག་གྲངས་ཁ་ ༣༣ ས་ཚལ་ཡོངས་བསྟོམས་གི་ལོ་མི་ཏར་ ༥༢.༦༥ དང་ herpetofauna
ཏར་པེ་ལོ་མི་ཏར་དོན་ལུ་ ས་ཐོག་གྲངས་ཁ་ ༣༣ ས་ཚལ་ཡོངས་བསྟོམས་གི་ལོ་མི་ཏར་ ༥༢.༦༥ མངལ་སྐྱེས་
སྟོག་ཆགས་ཚེ་བ་དང་བར་མ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ས་ཚལ་གི་ལོ་མི་ཏར་ ༢༡.༩ དང་ བར་ཆས་ ༢༠ བཅུགས་
ཡོད་པ་ཨིན།
- **ཚུན་གི་སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྟེ་** ཚུན་གི་སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྟེ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་བརྟེན་ཞིབ་འབད་
ཡོད་པ་ཨིན། ཉུ་གི་དཔེ་ཚད་ལེན་ཞི་དོན་ལུ་ ཚུན་གི་ས་ཚུ་ ༥ དང་ ཀར་རྟེན་དཔེ་ཚད་འཐབས་ལམ་
ལག་ལེན་འཐབ་ཐོག་ལས་ སྐལ་ཚོགས་མེད་པའི་སྟོག་ཆགས་གྱི་དཔེ་ཚད་བཏོན་ཞི་དོན་ལུ་ ཚུན་གི་ས་
ཚུ་ ༥ དེ་ལས་ ཚུ་གི་སྐྱེས་ཚད་གྱི་དོན་ལུ་ སྟོག་ཁབ་ལེན་ཞི་དང་འཕུལ་ཆས་གྱི་དབྱེ་དབྱེད་ལག་ལེན་
འཐབ་ཐོག་ལས་ ཚུ་གི་ས་ཁོངས་ ༥ ལས་དཔེ་ཚད་ལེན་ཡོད་པ་ཨིན།
- **མི་སྟེ།** མི་སྟེ་འཚད་གཞི་གི་དོན་ལུ་ དུག་ཆ་གཙོ་བོ་ཚུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ཡོད་པའི་ཁར་ མི་གྲངས་ ༢༡
དང་གཅིག་ཁར་ ལག་ཚེ་བའི་བརྟེན་དོན་ལེན་ཞི་དེ་རིས་ལན་འབད་ཡོད་པ་མ་ཚད་ བ་གཞོན་བུམོ་དང་ ཨམ་
སྟེ་ དེ་ལས་ སྐྱེས་ཡོངས་བསྟོམས་ ༡༢༣ ཚུ་ དམིགས་གཏད་སྟེ་ཚུ་ ༡༢ བཟོ་སྟེ་ སྟོགས་བསྟེན་འབད་
ཡོད་པ་ཨིན།

དངོས་ཁམས་གྱི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས།

འཛིག་རྟེན་ཆགས་བཀོད་རིག་པ། དགེ་ལེགས་སྤྱད་འདི་ འབྲུག་གི་སྟོ་སྟོགས་ལུ་ ཉི་མ་ལ་ཡ་རིམ་ལུ་ཆགས་ཏེ་
ཡོད་པ་དང་ འདི་ནང་ལུ་ ས་གནས་དམའ་སའི་ཐང་དང་ ཚུ་རྒྱུན་རིམ་ལུགས་དང་ གྲེན་ཅན་རི་རྒྱུད་ཀྱི་ཚུ་ཡོད། ས་
གནས་དེ་ནང་ ས་ཞིས་ཚུ་ སོ་ནམ་དང་ ཉམས་སྤང་ ཁྲོམ་གོང་འཕེལ་ དེ་ལས་ བྱགས་ཚལ་འཛིན་སྐྱོང་གི་ས་
ཁོངས་སྟེ་ དབྱེ་བ་བྱེ་སྟེ་ཡོད་པ་ཨིན། དགེ་ལེགས་སྤྱད་འདི་ ཁྲོམ་ཚོགས་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ཅིག་ཨིནམ་ད་ དེའི་
མཐའ་འཁོར་ལུ་ སོ་ནམ་ས་ཚུ་དང་ རང་བཞིན་སྤང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཚུ་ཡོད།

ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་འདི་ ཆ་ཤས་ཅིག་ རུང་ཐང་ནང་འཁོད་ཆགས་ཡོད་པ་དང་ མའོ་དང་ རིན་ཀྱི་རུང་ དེ་

ཤར་རྫོང་ཨི་ཡེ་ལྷོ་ལ་འབྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྦྲེལ་ཡར་བྱུང་། ཨི་མི་མི་
ཨི་ཨེས་ཨེས་ ། གི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་ཕྱག་ལས་ ཉར་ས་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གནོད་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལུ་བཀོད་བྱེད་བཅུད་དོན།

ལས་ སྒྲིག་ལའི་དང་ སླང་སྐྱར་ དེ་ལས་ མེ་རླེ་གཙང་ཚུ་བཙུ་སྟེ་ གཙང་ཚུ་མང་རབ་ཞིག་བརྒྱལ་ཏེ་འགྲོམ་ཨིན།
ལས་འགུལ་འདི་ གཙང་ཚུ་གི་མཐའ་མ་ཆགས་ཡོད་པ་དང་ དེའི་མཐའ་སྐྱོར་ལུ་གངས་རི་རྩ་བ་ཚུན་རི་གྲོན་ཚུང་ཀུ་ཚུ་
ཡོད་པ་ད་ ཐང་ཁ་ཐུག་ལུ་ རྒྱ་མཚོའི་མཐའ་མ་ལས་མཐོ་ཚད་མི་ཉེ་པར་༡༠༠ དང་ གྲོན་གྱི་རྩེ་ལུ་ མཐོ་ཚད་མི་ཉེ་པར་
༤༠༠ དེ་ཅིག་ཡོད་པ་ཨིན། མའོ་གཙང་ཚུ་འདི་ ཐང་རྒྱ་ཆེ་བྱུགས་སྟེ་ཡོད་པ་ལས་ རྒྱ་རུད་འཐོན་ནི་གི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་
ཨིན། རྒྱ་བངས་སྐྱང་རྟེན་འོག་འདི་ མའོ་གཙང་ཚུའི་ཤར་ཁ་ཐུག་ལུ་ཡོད་པ་དང་ ས་ཆའི་མཐོ་ཚད་མི་ཉེ་པར་༡༡༠
ལས་༡༣༠ གི་བར་ན་ཡོད་པ་དང་ ཐང་ཁ་ཐུག་ལུ་ མི་ཉེ་པར་༡༤༠ ཡོད་པ་ཨིན། སྒྲིག་ལའི་གཙང་ཚུ་གི་ཤར་ཁ་ཐུག་
ལུ་ ས་གཞི་འདི་ ས་ཆའི་མཐོ་ཚད་མི་ཉེ་པར་༡༣༠ ལས་ མི་ཉེ་པར་༡༥༠ཚུན་གྲོན་འཛེགས་ཏེ་ཡོད། སླང་སྐྱར་གཙང་ཚུ་
འདི་ ས་ཐང་རྒྱ་ཆེ་ཏོག་ཏོ་ཅིག་ནང་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན། མེ་རླེ་གཙང་ཚུ་གི་ཤར་ཁ་ཐུག་ལུ་ ཐང་འདི་ ཉར་
རས་ཐང་ཚུན་ གྲོན་འཛེགས་འགྲོམ་ཨིན་པ་དང་ སུ་ཀུན་གཙང་ཚུ་ཁ་ཐུག་ལུ་ མར་འབབ་འགྲོམ་ཨིན། ཉར་ས་ཐང་
གི་ས་ཁོངས་འདི་ མཐོ་ཚད་མི་ཉེ་པར་༡༥༠ དེ་ཅིག་ལས་ མི་ཉེ་པར་༡༣༠ དེ་ཅིག་ལུ་ མར་ཕབ་འགྲོམ་མི་ དི་གཟུར་
བྲགས་ཅིག་ཨིན།

གནམ་གཤིས་གནས་སྤངས། ལྷོ་རུབ་ཀྱི་རྒྱུང་ཆར་ལས་བརྟེན་ཏེ་ དགེ་ལེགས་ཕྱག་ལུ་ གནམ་གཤིས་ཚོ་བོ་དོན་ལྷན་
པ་དང་ གནམ་གཤིས་སློན་གཤེར་ཅན་ཡོད་པའི་ཁར་ སྤྱི་ཟླ་༤ པ་ལས་༧ པ་ཚུན་ ཆར་པ་ལུགས་སྟེ་འབབ་ཨིན།
ལོ་བསྟར་གྱི་བོད་ཚད་དེ་ ༡༠°C དང་ ༡༥°C གི་བར་ན་ཡོད་པ་དང་ སྤྱི་ཟླ་༧ པ་ལས་༧ པ་ཚུན་ལུ་ བོད་ཚད་དེ་
༡༧°C དེ་ཅིག་ཨིན་རུང་ བོད་ཚད་མཐོ་ཤོས་དེ་ ༤༣°C ཐོ་བཀོད་འབད་ཡོད། གནམ་དགུན་གྱི་ཟླ་མ་། སྤྱི་ཟླ་༡༡
པ་ལས་སྤྱི་ཟླ་༣ པ་ཚུན་ ། རྒྱ་ནང་ བོད་ཚད་དེ་ ༡༡-༡༣°C གྱི་བར་ན་ཨིན་རུང་ བོད་ཚད་ ༤°C ལུ་ཡང་ མར་
བབས་འགྲོམ་ཨིན། འབྲུག་གི་ཆར་འབབ་རིམ་པ་འདི་ ལྷོ་རུབ་ཀྱི་རྒྱུང་ཆར་བྱེད་ལས་བརྟེན་ཨིན་པ་དང་ ཉམ་
བྲལ་གྱི་དུས་ལུན་འདི་ སྤྱི་ཟླ་༤ པ་ལས་༧ པ་ཚུན་ཚོད་གནས་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། ལྷོ་ཕྱོགས་ཁ་ཐུག་གི་རི་ཕྱན་ཚུ་ནང་
ལོ་བསྟར་བཞེན་དུ་ ཆར་པ་གི་དུ་སྟོམས་ཚད་གཞི་དེ་ མི་ལི་མི་ཉེ་པར་༡,༥༠༠ དང་༥,༥༠༠ གི་བར་ན་ཨིན་པས། སྤྱི་
ལོ་༡༠༡༣ ཟླ་༥ པ་ལུ་ གསར་སྤང་གི་ས་གནས་ བྱར་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ ཆར་འབབ་མཐོ་ཤོས་ མི་ལི་མི་ཉེ་པར་
༡,༥༠༠ དེ་ཅིག་ཐོ་བཀོད་འབད་དེ་འདུག།

རྒྱ་རུད་དང་རང་བཞིན་གྱི་ཉེན་ཁ། ལས་འགུལ་འདི་ ཆགས་གནས་དང་དེའི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལས་བརྟེན་
རང་བཞིན་གྱི་ཉེན་ཁ་ གཤོད་ལེན་བྱུང་དེ་ཡོད་པ་ད་ དེ་ཡང་ ས་ཡོམ་དང་ སྤྱི་ཟླ་༤ པ་ལས་༧ པ་ཚུན་ཚོད་ རྒྱུང་
ཆར་ལུགས་སྟེ་རྒྱ་བྱེ་ རྒྱ་རུད་ཐོན་ནི་ དེ་ལས་ སྤྱིགས་མ་ཆད་ཆད་པ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ ས་རུད་སྟོམ་སྟེ་ར་ཐོན་
དོ་ཡོད་པ་ཨིན། ལུང་ཕྱོགས་ཀྱི་བོ་སའི་གནམ་གཤིས་གནས་སྤངས་ཀྱིས་སྟེ་ཤིང་མ་འབྲས་ཚུ་ དཔེར་ན་ ལྷོ་རུབ་ཤིང་

དང་ འདབ་མ་ལེབ་ཉེག་ཉེག་གི་ནགས་ཚལ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ འཕྲལ་འཕྲལ་སྐབས་ ནགས་ཚལ་མེ་རྒྱུན་འབྱུང་
ནིའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ཡིན།

ཚུད་ཕྱད་རིག་པ། ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་གི་གཙང་ཚུ་ཚུ་ཡང་ མའོ་དང་ རེན་ཀུ་རུང་ སྐྱག་ལའི་ སྤང་སྤང་
དེ་ལས་ སེངྒེ་ཚུ་ཚུ་ཡིན། ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ཡོད་པའི་གཙང་ཚུ་ཚུ་ མང་ཤོས་ར་ ཚུ་ལམ་བསྐྱར་འགྲོ་མི་
དང་ བྱེམ་དང་དོ་བསགས་ཉེ་ཡོད་པའི་ཚུ་རྒྱུན་ཅིག་ཡིན། མའོ་གཙང་ཚུ་འདི་ འབྲུག་གི་གངས་རི་ནགས་ལས་འབབ་
མི་ གཙང་ཚུའི་ཡན་ལག་ཅིག་ཡིན་པ་ད་ རྒྱ་གར་ཨ་སམ་གྱི་མ་རྒྱས་གཙང་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་མཐུད་པ་ཡིན། ལས་
འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་འདི་ ཨའི་ཚུ་ལུང་གཤོང་དང་ བར་མ་ཕུ་ཉ་རའི་གཙང་ཚུའི་ཡན་ལག་གམ་ནང་ཚུད་ཡོད་པ་ད་
དེ་གིས་ ལོ་བསྐྱར་བཞེན་དུ་ ཚུ་མི་འར་ཀུའུ་ས་ཡ་༤,༧༥༧ འབབ་དོ་ཡོད་པ་ད་ རྒྱ་གར་གྱི་ས་མཚམས་ཚུན་ཚོད་
ཁྲབ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན། དུས་ཚོད་དང་བསྐྱེད་ གཙང་ཚུ་ཚུ་ལས་ ཚུ་འབབ་ནིའི་འགྲུར་བ་མཐོང་ཡོད་པ་ད་ མའོ་གཙང་
ཚུ་གི་ ཚུ་འབབ་ཚད་མཐོ་ཤོས་འདི་ རྒྱུ་ཚར་གི་དུས་ཚོད་ལུ་ཡིན་པ་དང་ སྐར་ཆ་གཅིག་ལུ་ ཚུ་མི་འར་ཀུའུ་ས་
ཡ་༡༥༠༠ ལས་༣༠༠༠ འབབ་འགྲོ་དོ་ཡོད་པ་དང་ སྐར་ཆ་པའི་དུས་ཚོད་ལུ་ ཚུའི་འབབ་ཚད་དེ་ ཉ་ཅང་གི་དམའ་
ཤོས་སྟེ་ དུས་ལུན་སྐར་ཆ་ལུ་ ཚུ་མི་འར་ཀུའུ་ས་༤༠ དང་༡༣༥ གི་བར་ན་ འབབ་འགྲོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

ཚུད་སའི་སྐྱེས་ཚད། ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ལས་ ས་ཐོག་གི་ཚུད་ ས་འོག་གི་ཚུ་ དེ་ལས་ སའི་དཔེ་
ཚད་ཚུ་ བརྟུག་དཔྱད་ཁང་ནང་ དབྱེ་དཔྱད་འབད་དེ་ འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་གནས་ཚད་དང་འཛམ་གླིང་གསོ་བའི་
ཚོགས་པའི་ལམ་སྟོན་ཚུ་དང་ ག་བསྐྱར་འབད་ཡོད་པ་ཡིན། ཚུ་གི་དཔེ་ཚད་ནང་ལུ་ Coliform ཀོ་ལི་ཕོར་མ་གྱི་
གནས་ཚད་འདི་ “ཉ་ཅང་ལེགས་ཤོམ་”ལས་ལྷག་སྟེ་འཐོན་ཡོད་རུང་ “ལེགས་ཤོམ་” ཡང་ན་ “རན་ཉེག་ཉེ”གི་
གནས་ཚད་ནང་འཁོད་ཡིན་པའི་ཁར་ལུ་ ཚད་གཞི་གཞན་ཚུ་ རོས་ལེན་རུང་བའི་ཚད་གཞི་གི་ནང་འཁོད་ཡོད་པ་ཡིན།
སའི་དཔེ་ཚད་ཚུ་ སྤྱིར་སྤྱད་དང་ བཅུད་ལུན་ cation ཀའི་ཡུན་བརྗེ་སོར་ལུ་བ་གི་དོན་ལུ་ བརྟུག་དཔྱད་འབད་
ཡོད་པ་དང་ མངལ་སྐྱེས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་ཚད་དང་ ལུ་ནའི་འཁོར་སི་འཁོར་གི་མཐུན་འཁོར་
སྤང་སྤང་ལས་སྟེ་གི་ སྤྱི་ལུན་གནས་སྤངས་དང་སའི་ཕྱི་སེམས་གནས་རིམ་ཚུ་གྲུབ་ཡོད་པ་ཡིན། མའོ་གཙང་ཚུ་ནང་
ལས་ སྤྱི་གས་མ་དབྱེ་དཔྱད་འབད་བའི་སྐབས་ བྱེམ་མཐོ་ཉེགས་སྟེ་ཡོད་པའི་མངོན་གསལ་བྱུང་བ་ལས་ ས་རུང་
ཚད་ནིའི་ཉེན་ཁ་འདུག་ཟེར་བསམ་འཆར་བཀོད་ལུག།

རྒྱུ་གི་སྐྱེས་ཚད། དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་གི་རྒྱུ་གི་སྐྱེས་ཚད་ཀྱི་ཚད་གཞི་འདི་ སྤྱིར་བཏང་ལུ་ ལེགས་ཤོམ་ཡོད་པ་ད་
བཅོག་གི་བ་ཀྱི་གནས་ཚད་དེ་ ཉུང་སྤྱི་ཅིག་ལས་བརྒྱལ་མེད་པ་ཡིན། བཅོག་གི་བ་མཐོ་ཤོས་ར་ དགེ་ལེ་སྐྱེལ་ཐོམ་སྟེ་
ནང་ཡིན་པ་ད་ འདི་ཡང་ དམིགས་བསལ་དུ་ གནས་སྐྱེས་པའི་དུས་ཚོད་ལུ་ མའོ་གཙང་ཚུ་ལས་ ཐལ་ཕ་རྒྱུ་གིས་

འཕུ་མི་ལུ་བརྟེན་ཨིན་མས། ལྷ་རྟོག་གི་གནས་སྤྱད་དང་འབྲེལ་ཕ་ད་ PM10དང་ PM2.5གི་གནས་ཚད་ཚུ་
འཛམ་གླིང་དངུལ་ཁང་གི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཉེན་སྲུང་གི་ལམ་སྟོན་དང་འབྲེལ་ ལེགས་
ཤོམ་ཡོད་པ་དང་ སྤྱི་སྟོམས་ཚད་གཞི་འདི་ ༤.༡༤ $\mu\text{g}/\text{m}^3$ དང་ བརྒྱ་ཚ་༤.༡༣ $\mu\text{g}/\text{m}^3$ ཨིན་མ་ལས་ ཚད་
གཞི་ལས་ ༡་ཅང་གི་དམའ་སྤུ་འདུག་ཟེར་བཀོད་ལྷག། NO2དང་ SO2 དེ་ལས་ NOx རྒྱུ་གི་གནས་ཚད་
ཚུ་ཡང་ གནས་ཚད་ལས་དམའ་སྤུ་ཡོད་པ་ད་ སྤྱི་སྟོམས་མཐའ་འཁོར་གྱི་ཚུ་ཚད་ ༣.༡༡ $\mu\text{g}/\text{m}^3$ (NO2) དང་
༣.༤ $\mu\text{g}/\text{m}^3$ (NOx) དེ་ལས་ ༠.༡༤༡ $\mu\text{g}/\text{m}^3$ (SO2)ཚུ་ཨིན་མས། སྤྱིར་བཏང་ལུ་ རྒྱུ་གི་སྤྱི་སྟོན་ཚད་
འདི་ མིའི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་མཐུན་པའི་གནས་ཚད་ཚུ་དང་མཐུན་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་ རྒྱུ་གི་བྱ་བ་ཚད་དེ་ སྤྱི་རྒྱུ་གས་
མེན་སྤེལ་མཐོང་མ་ཨིན་མས།

འཕུ་སྤྱི་སྟོན་ཚད། དགེ་ལེགས་སྤྱད་ལུ་ འཕུ་སྤྱི་གནས་ཚད་ཀྱི་ཚད་གཞི་འདི་ འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཡོངས་གནས་
ཚད་དང་ འཛམ་གླིང་དངུལ་ཁང་གི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཉེན་སྲུང་གི་ལམ་སྟོན་ཚུ་དང་
མཐུན་ཏེ་ཡོད་པ་ད་ ས་གནས་སོ་སོ་དང་ཉེ་འདབས་ལུ་ཡོད་པའི་འཕུ་སྤྱི་གི་འབྲུང་ཁུངས་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ འཕུ་སྤྱི་གས་
འབད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས། སྤོད་ལྷིམ་དང་ བཟོ་གྲུ་ དེ་ལས་ མི་མང་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་ ལྷ་རྟོག་འབད་སའི་ས་
ཁོངས་ཚུ་ནང་འབད་བ་ཅིན་ ལྷིམ་གྱི་མཐའ་འཁོར་དང་ རྟོང་གསེབ་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་ འཕུ་སྤྱི་གི་ཚད་གཞི་ཚུ་
དོས་ལེན་རུང་བའི་ཚད་གཞི་ནང་ཡོད་རུང་ བཟོ་གྲུ་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་འབད་བ་ཅིན་ འཕུ་སྤྱི་གི་ཚད་གཞི་དེ་ མཐོ་ཚད་
ནང་འཕྲོད་ཏེ་འདུག།

སྤྱི་སྟོན་ཚད་ལེགས་སྤྱད་ཀྱི་ཚད་གཞི།

སྤྱི་སྟོན་གནས་སྤངས་དང་མཐུན་པའི་ས་ཁོངས་ཞིབ་དཔྱད་ཀྱི་ཨི་ཨེ་ཨེ་ཨེ། སྤྱི་སྟོན་ཚད་ལེགས་སྤྱད་ཀྱི་ཚད་གཞི་
གི་དོན་ལུ་ འཕུ་སྤྱི་གས་འབད་སའི་ས་ཁོངས་འདི་ རྒྱལ་སྤྱིའི་བཟོ་གྲུའི་ལག་ལེན་བཟང་ཤོས་དང་འབྲེལ་ སྤྱི་
སྟོན་གནས་སྤངས་འོས་འབབ་ཅན་གྱི་དབྱེ་དཔྱད་ས་ཁོངས་ཅིག་སྤེལ་ ཚ་བཞག་པ་ཨིན། ས་ཐོག་གི་སྤྱི་སྟོན་གནས་
སྤངས་དང་མཐུན་པའི་ས་ཁོངས་ཞིབ་དཔྱད་ཀྱིས་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་གནས་ཚད་ལུ་ པའི་གཞི་
ཚུ་དང་འབྲེལ་ སྤོད་གནས་དང་ དུག་སྤྱི་སྟོན་གྱི་ཚུ་ཚད་ཚུ་ མཉམ་འབྲེལ་འབད་དེ་ ལག་ཆེ་བའི་སྤོད་
གནས་ཚུ་ ཉམས་སྤངས་འབད་ནི་དང་ སྤྱི་སྟོན་གནས་སྤངས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བདག་འཛིན་འབབ་ནི་ལུ་ གཙོ་བོར་
བསྟོན་པ་ཨིན། འདི་ནང་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་མ་རྒྱས་རྒྱལ་ཡོངས་གླིང་ག་དང་ གསར་སྤངས་ལས་ དགེ་ལེགས་སྤྱད་ཀྱི་
སྤོད་ཚུ་མཐུན་པའི་ཚོ་རྩོམ་གས་ཚུ་ལས་ཁོངས་ཚུ་ སྤྱི་དཀར་གསེབ་གྱི་མདོག་ཅན་ལ་སོགས་པའི་དུག་སྤྱི་སྟོན་ཚུ་ལུ་
རྒྱུ་སྤྱི་སྟོན་འབད་ནི་གི་དོན་ལས་ འབྲུག་ས་ཁག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཨིན། ལུ་ཕྱོགས་ཁ་ཐུག་ལུ་ སྤྱི་སྟོན་གནས་སྤངས་

དང་མཐུན་པའི་ས་ཁོངས་ཞིབ་དཔྱད་ནང་ སོ་ནམ་ས་གཞི་དང་ ལྷ་ཐང་ བྱུགས་ཚལ་གྱི་ས་ཁོངས་ཀྱི་ལས་ལས་ ཀི་
ལོ་མི་ཏར་༥ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁར་བཀོད་ས་པའི་འབྲུམ་ས་ཚུ་སྐྱབ་སྐྱེ་ཡོད་པ་དང་ ཤར་རྫོང་གསལ་ལ་ཐུག་ལུ་ སྐྱེ་ལྡན་
གནས་སྤངས་དང་མཐུན་པའི་ས་ཁོངས་ཞིབ་དཔྱད་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་མ་རྒྱས་རྒྱལ་ཡོངས་སྤྱི་བུ་གི་ ཉེ་འདབས་
འབྲུམ་སའི་ས་ཁོངས་ནང་ སྤང་མོ་ཆེ་འགྲུལ་སྐྱོད་འབད་ནིའི་ཕན་ལོགས་འབད་ཡོད་པ་ད་ འདི་ཡང་ ས་ཁོངས་ཞིབ་
དཔྱད་འབད་བའི་གནས་སྤྱད་ནང་ ལྷུ་སྤྱི་བུ་ཆེད་ལོག་བརྒྱུད་དེ་ སིབ་སྐུ་རི་དྲུགས་སྤུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ནང་ སྤང་མོ་
ཆེ་འགོ་འགྲུལ་འཐབ་ཡོད་པར་སྐྱོན་ཡོད་པ་ཨིན། སྐྱོ་ཕྱོགས་ལ་ཐུག་ལུ་ སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་དང་མཐུན་པའི་ས་
ཁོངས་ཞིབ་དཔྱད་འདི་ རྒྱ་གར་གྱི་རི་ཕུ་དང་ཅི་རང་བྱུགས་ཚལ་སྤུང་སྐྱོབ་ ཀི་ལོ་མི་ཏར་༥ རྒྱུད་པ་ཨིན། རིགས་སྐྱ་
ལ་ལུ་ཅིག་ ས་མཚམས་བརྒྱལ་འགྲོ་དོ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་ཏེ་ མཐའ་འཁོར་གནས་
སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གཞི་བརྟག་ཞིབ་ནང་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་གནད་དོན་འདི་ཚུ་ བཅི་འཛོག་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན།
རྒྱུན་གནས་པའི་སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་དང་མཐུན་པའི་ས་ཁོངས་ཞིབ་དཔྱད་ནང་ མའོ་གཙང་རྒྱུད་དང་ ལྷུག་ལའི་
གཙང་རྒྱུག་ཉིས་ཆར་གི་ རྒྱུག་སྐྱོད་ཕྱོགས་དང་ རྒྱུག་གཉིས་ཆར་ལུ་བྱུབ་ཡོད་པ་ཨིན། བམ་བྲུར་རྒྱུང་ཆར་དུས་
ཚོད་ལུ་ རྒྱ་སྐྱེལ་ལས་བརྟེན་ རིགས་སྐྱ་ཚུ་ རྒྱུག་སྐྱོད་ཕྱོགས་སུ་ སྤྱོད་ལོག་འབྲུད་སའི་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ གནས་
སྐྱོ་འགོ་ནི་ལུ་ བར་ཆད་རྒྱབ་པ་ཨིན་མས། དེ་འབད་མ་ལས་ ས་གནས་འདི་ནང་གི་ཉེ་འགྲུལ་ཚུ་གིས་ གནས་
རྒྱུགས་པའི་འབྲུམ་སའི་ས་ཁོངས་མ་འབྲམ་ཚུ་ དཔེར་ན་ གཙང་རྒྱུང་རྒྱུ་ཚུ་ནང་ སྤྱོད་ལོག་འབྲུད་ནིའི་དོན་ལུ་དང་
རྒྱ་གཉིང་རིང་མོ་ རྒྱ་རྒྱུང་ གཙང་རྒྱུང་ཡན་ལག་ དེ་ལས་ རོ་དང་རོ་རུ་ཚུ་ཡོད་པའི་ས་ཁོངས་ཚུ་ཨིན་མས།

སྐྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་ཀྱི་སྐྱབས་དོན། ལས་འགུལ་གྱི་ས་སྐོ་འདི་ མང་ཤོས་ར་ སོ་ནམ་ས་གཞི་དང་བྱུགས་ཚལ་ཚུ་
གིས་བྱུབ་སྐྱེ་ཡོད་པ་དང་ གཞན་དོན་བཀོལ་སྤྱོད་ས་ཆ་ཚུ་ རྒྱུང་རྒྱ་ཅིག་ལས་བརྒྱལ་མིན་འདུག་ བྱུགས་ཚལ་གྱི་སྐྱོ་
ཤིང་ཚུ་ལུ་ དུམ་གྲ་ཅིག་གཞི་བཀོད་པ་ཡོད་རུང་ རིགས་སྐྱ་མ་འབྲམ་ཚུ་ལུ་ འཕྲོ་མཐུད་དེ་ ཕན་འགོག་འབད་ནི་བརྩམས་
འདུག།

ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ཀྱི་བྱང་ལ་ཐུག་གི་ས་ཆ་མང་ཤོས་ཅིག་ནང་ ས་གནས་ཀྱི་མཐོ་ཚད་མི་ཏར་༡༥༠ དང་༣༧༥
བར་ན་འབད་མི་ ཚོ་ཚོ་ཅན་གྱི་བྱུགས་ཚལ་ཚུ་ རྒྱབ་ཆེན་སྐྱེ་ཡོད་པ་ཨིན། ཚོ་ཚོ་ཅན་གྱི་བྱུགས་ཚལ་འདི་ནང་ལུ་
དུས་རྒྱུན་ཉོ་མོ་སྐྱེ་སྐྱོད་མི་དང་ རང་བཞིན་གྱིས་འདབ་མ་བུད་བའི་ཤིང་ཚུ་དང་ སྐྱོ་དུམ་ཅན་ དེ་ལས་ བར་ཆལ་
སྐྱུག་བྲགས་ཡོད་མི་འདི་ནང་ རིགས་སྐྱ་དཔེར་ན་ *Indian mahogany(Chukrasia tabularis)* དང་
Red cedar(Acrocarpus fraxinifolius) རྒྱུང་ *Tree of heaven(Ailanthus grandis)*
དང་ *Red silk-cotton tree(Bombax ceiba Duabanga grandiflora)* རྒྱུང་

ཤར་ལྗོ་ཨི་ཤི་ཡའི་སྐྱེལ་འབྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐྱེལ་ཡར་བྱུག་ཏུ་ཨི་སི་མི་
ཨི་ཨེས་ཨེས་ཀྱི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྐྱུག་ལས་ ཏཱ་རས་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གནོད་བརྟག་
ཞིབ་སློབ་ཞུའི་བཀོད་བྱུང་བཅུད་དོན།

Lampate (Shorea robusta) དེ་ལས་ *Sal tree(Tetrameles nudiflora)*
Naked-flowered tree (Tetrameles nudiflora) ཚུ་ཡོད་པ་ཨིན། བྱགས་ཚལ་འདི་ སྤྱིར་བཏང་
ལུ་ ཚ་བོད་རན་ཏོག་ཏོ་དང་ རྫོན་གཤེར་ཅན་གྱི་གནས་སྤངས་ནང་ལུ་བྱུང་དོ་ཡོད་པ་དང་ བྱ་དང་ འབྲུབ་ མངལ་
སྐྱེས་སེམས་ཅན་ དེ་ལས་ མོ་བཤུད་སེམས་ཅན་ལ་སོགས་པའི་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་སྐྱ་ཚོགས་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་
འབད་མ་ཨིན།

བྱགས་ཚལ་དང་གཙང་རྒྱུག་མཐའ་མ་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱེ་ཡོད་པའི་ ལྷ་ཐང་ཚུ་ནང་ མང་ཤོས་ར་ དཔེར་ན་ སྤང་མོ་ཆེ་གི་
ལྷ་ *Elephant Grass (Miscanthus spp)*དང་ *Cogongrass(Imperata spp)* དེ་ལས་
གུམ་ཆ་(*Saccharum spp*)བཟུམ་གྱི་ལྷ་རིང་མོ་ཡོད་པ་དང་ རྒྱ་ལུ་དང་ ལྷ་ཟ་བཅུག་ཅི་ དེ་ལས་ བྱགས་
ཚལ་མེ་རྒྱུན་ཚུ་གིས་ རུས་མཚམས་དུ་གཞོན་པ་རྒྱབ་མི་ལུ་ མཐུན་འགྱུར་འབད་མ་ཨིན་མས། ལྷ་ཐང་འདི་ ལྷ་ཟ་
མི་སེམས་ཅན་དང་ ཤ་ཟའི་སེམས་ཅན་གཞན་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ལག་ཆེ་བའི་འབྲུམ་ས་ཅིག་ཨིན།

ཤིང་གི་འདབ་མ་ལེབ་ཏེག་ཏེ་ཡོད་པའི་བྱགས་ཚལ་འདི་ འདབ་མ་བུད་མི་དང་ རུས་རྒྱུན་ཏོན་མོ་སྤེ་སྤེད་མི་སྤེ་ཤིང་ཚུ་
སྤེ་བསྤེ་སྤེ་ཡོད་ཨིན། དཔེར་ན་ *Chinese alangium(Alangium chinense)*དང་ *Himalyan*
*alder(Alnus nepalensis)*དང་ *Alder-leaved birch(Betula alnoides)* དང་ *Java*
*cedar(Bischofia javanica)*དང་ *Beautyberry tree(Callicarpa arborea)*དང་ རྒྱ་གར་
གྱི་སོ་གེ་ཤིང་ *Indian chestnut(Castanopsis indica)*དང་ *Clammy cherry(Cordia*
*obliqua)*དང་ འབྲུག་གི་སྤེ་ཏོན་མོ་ *Bhutan green bamboo(Dendrocalamus hookeri)*དང་
*Blue evergreen hydrangea (Dichroa febrifuga)*དང་ སྐྱུག་སྐྱུ་ *Mauwa(Engelhardia*
*spicata)*དང་ *African dream herb(Entada spp.)*དང་ *Nilgiri helix (Helicia*
*nilagirica)*ཚུ་ཨིན་མས། བྱགས་ཚལ་གྱི་རྒྱབ་ཚད་དེ་ སྐྱུག་ཚད་རན་ཏོག་ཏོ་སྤེ་ཡོད་པ་ལས་ དེའི་འོག་ལུ་ཡོད་
པའི་ བར་ཚལ་དང་སྤེ་ཤིང་ཚུ་ལུ་ འོད་མདངས་ལངས་སྤེ་ཕོག་བཅུག་པ་ཨིན།

རང་བཞིན་ ཡང་ན་ བཟོ་བཅོས་ འབྲུམ་ས། ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་འདི་ མང་ཤོས་ཅིག་ར་ མོ་ནམ་ས་གཞི་
དང་བྱགས་ཚལ་ཚུ་རྒྱབ་སྐྱེ་ཡོད་པ་དང་ གཞན་དོན་བཀོལ་སྤྱོད་ས་ཆ་ དཔེར་ན་ ས་ཆ་སྤྱོད་མ་དང་ བཟོ་སྐྱུན་འབད་
ཡོད་པའི་ས་ཆ་ རིམ་སྤྱི་གུ་ལྷ་ཐང་དང་ རྒྱུའི་མཐའ་མའི་ལྷ་ཐང་ཚུ་ཡོད་པ་ཨིན། ལུང་ཕྱོགས་འདི་ནང་ལུ་ མི་རིགས་
ལས་བྱུང་བའི་གཞོན་པ་འདི་ རྒྱབ་ཆེན་སྤེ་ རྩོམ་ཚོགས་གོང་འཕེལ་ལས་བརྟེན་ ཨིན་སྤེ་བཅི་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།
འདི་གིས་ ས་ཆ་འདི་ཚུ་ གནས་མེད་ས་མེད་དཔུད་བཀོ་རྒྱབ་སྐྱེ་ཡོད་པ་དང་ མོ་ནམ་ས་གཞི་དང་ མིའི་གཞི་ཆགས་

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡི་སྐྱེལ་འབྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐྱེལ་ཡར་བྲག་། ཞེ་སི་སི་
ཞི་ཞེས་ཞེས་ ། ཞི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ལས་ ཏཱ་ལའ་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གཞོན་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལུ་བཀོད་ལྷབ་བཅུད་དོན།

ཚུ་ ཚུ་ཐང་གི་ས་སྐོ་ཚུ་ནང་ བར་འཇུལ་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན། རུབ་ཕྱོགས་ནགས་ཚལ་འདི་ མིབ་སྐུ་རི་དྲགས་སྐྱུང་
སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཚུ་མཐུད་དེ་ཡོད་པ་དང་ རྩོམ་ཕྱོགས་ནགས་ཚལ་འདི་ རྒྱལ་གཞུང་མ་རྒྱས་རྒྱལ་ཡོངས་གླིང་ག་ཚུ་ན་
མཐུད་དེ་ཡོད་པས་ གཞོན་པ་བྱུང་ཡོད་རུང་ རིགས་སྒྲུ་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་དེ་འདུག།

ཁྲིམས་མཐུན་སྐྱུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་དོན་འཛིན་འབད་བའི་སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྒྲུ་རིན་ཐང་ཆེ་བའི་ས་ཁོངས།
མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་གནས་ཚད་ལུ་ བའི་འོག་ལུ་ དེས་ཚོག་བཀོད་པ་ལྟར་ ལས་འགུལ་འདི་
ཁྲིམས་མཐུན་ཐོག་ལས་ ཉམས་སྐྱུང་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ས་ཁོངས་དང་ རྒྱལ་སྤྱིའི་དོན་འཛིན་འབད་བའི་སྐྱེ་ལྡན་
རིགས་སྒྲུ་རིན་ཐང་ཆེ་བའི་འབྲུམ་ས་ལ་ལུ་ ཅིག་གི་ཉེ་འདབས་ལུ་ཚུད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན། ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ལས་
ཀི་ལོ་མི་ཧཱ་ལ་40 བུང་འཁོད་ཚུད་པའི་ས་ཁོངས་ཚུ་ཡང་།

ཁྲིམས་མཐུན་སྐྱུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་འདི་ཡང་།

- རི་བུ་དང་ཅི་རང་གི་ནགས་ཚལ་སྐྱུང་སྐྱོབ་ ། ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ལས་ ཀི་ལོ་མི་ཧཱ་ལ་2 གི་ས་ཁར་ །
དང་།
- རྒྱལ་གཞུང་མ་རྒྱས་རྒྱལ་གླིང་ག་ ། ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ལས་ ཀི་ལོ་མི་ཧཱ་ལ་7 གི་ནང་འཁོད་ །
- མ་རྒྱས་རི་དྲགས་སེམས་ཅན་སྐྱུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ ། ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ལས་ ཀི་ལོ་མི་ཧཱ་ལ་24 གི་ས་
ཁར་ །
- མིབ་སྐུ་རི་དྲགས་སེམས་ཅན་སྐྱུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ ། ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ལས་ ཀི་ལོ་མི་ཧཱ་ལ་30 ས་
ཁར་ ། དང་།
- རྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྐྱུ་རི་བར་ལམ་3 ། ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ལས་ ཀི་ལོ་མི་ཧཱ་ལ་12 དེ་ཅིག་གི་ས་ཁར་ ། ཚུ་
ཡོད་།

རྒྱལ་སྤྱིའི་དོན་འཛིན་འབད་བའི་སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྒྲུ་བཟི་མཐོང་ཆེ་བའི་ས་ཁོངས་འདི་ཡང་།

- རི་བུ་དང་ཅི་རང་གི་སྐྱུང་སྐྱོབ་ནགས་ཚལ་ ། ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ལས་ ཀི་ལོ་མི་ཧཱ་ལ་2 ས་ཁར་ ། དང་།
- རྒྱལ་གཞུང་མ་རྒྱས་རྒྱལ་ཡོངས་གླིང་ག་ནང་ འག་ཆེ་བའི་བྱ་རིགས་འབྲུམ་སའི་ས་ཁོངས་ ། ལས་འགུལ་གྱི་
ས་ཁོངས་ལས་ ཀི་ལོ་མི་ཧཱ་ལ་7 ས་ཁར་ །
- རྒྱ་གར་ལུ་ མ་རྒྱས་རྒྱལ་ཡོངས་གླིང་ག་ནང་ འག་ཆེ་བའི་བྱ་རིགས་དང་རབས་ཚད་མེད་པའི་མཐུན་འབྲེལ་
ས་ཁོངས་ ། ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ལས་ ཀི་ལོ་མི་ཧཱ་ལ་24 ས་ཁར་ །

- སྐབས་སུ་རི་དྭགས་སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ནང་ ལག་ཆེ་བའི་བྱ་རིགས་འབྲུམ་སའི་ས་ཁོངས་ཏུ་ལས་འགུལ་གྱི་ས་
 ཁོངས་ལས་ ཀེ་ལོ་མི་ཏར་³ ས་ཁར་།
- གསར་སྤང་ལས་ དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ལས་ཀྱི་རི་ཕན་ནང་ ལག་ཆེ་བའི་བྱ་རིགས་འབྲུམ་སའི་ས་ཁོངས་
 ཏུ་ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ལས་ ཀེ་ལོ་མི་ཏར་³ ས་ཁར་། རྒྱ་ཡོད།
- རྒྱ་གར་ལུ་ མ་རྒྱས་རི་དྭགས་སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཏུ་ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ལས་ ཀེ་ལོ་མི་ཏར་³ དེ
 ཅིག་གི་ས་ཁར་། ཡོད།

རིགས་སྐྱེལ་ ས་ཐོག་རིགས་སྐྱེལ་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ལྷོ་ལ པའི་ཚེས་ ༡༢ ལས་ ལྷོ་ལ པའི་ཚེས་ ༢༤ ལུ་ རྒྱ་
 རང་གནས་པའི་རིགས་སྐྱེལ་ཚུ་ཚད་གཞི་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ལྷོ་ལ པའི་ཚེས་ ༥ ལས་ ལུ་ རྒྱ་ཀྱི་ཞིབ་དཔྱད་འབད་
 ཡོད་མི་ནང་ གཤམ་གསལ་བཅུད་དོན་བཀོད་ཡོད་པ་འདི་ཡང་།

- **ཤིང་སྐྱེལ།** ཤིང་སྐྱེལ་བརྟག་ཞིབ་འདི་ནང་ལུ་ ཤིང་དང་སྤུ་རུམ་ལྷ་གི་རིགས་^{༡༢}དང་ སྤུ་སྐྱེལ་གྱི་རིགས་^{༤༤}
 ལོག་སྐྱེལ་ཤིང་རིགས་^{༤༤} དེ་ལས་ ཤིང་ཐོག་ཁར་སྐྱེལ་མི་ཤིང་རིགས་³ མཐོང་ཡོད་པ་ཨིན། སྤྱང་སྐྱོབ་གྱི་
 ཚ་གྲང་ཅན་གྱི་རིགས་སྐྱེལ་³ ཡོད་མི་འདི་ཡང་ རིག་ཤིང་(*Tectona grandis*, IUCN EN)དང་
Kebella(*Aporosa cardiosperma*, IUCN VU)ཚུ་ཨིན། ཤིང་རིགས་³ འདི་ ཏྲ་རས་
 ཐང་ཚེད་འོག་ཁ་ཐུག་ལུ་ ལམ་བཟོ་ནི་འདི་ནང་ ཟུར་ལུག་འཇལ་ཆས་བརྟག་དཔྱད་(*Quadrat survey*)
 ཐོག་ལས་ ས་ཁོངས་^༡ པའི་ནང་མཐོང་ཡོད། ཤིང་རིགས་⁴ འདི་ ལུབ་སྐྱེལ་ཅན་གྱི་རིགས་སྐྱེལ་སྐྱེ་ རོས་
 འཛོན་འབད་ཡོད་པ་ཨིན།
- **བྱའི་རིགས།** བྱའི་རིགས་ཀྱི་ཞིབ་འཚོལ་དང་འབྲེལ་ཐུག་ད་ ས་ཁོངས་དེ་ནང་ལུ་ བྱའི་རིགས་སྐྱེལ་མ་འདུམ་
 མཐོང་ཡོད་པ་དང་ འདི་ནང་ལུ་ བྱའི་རིགས་སྐྱེལ་^{༡༥} ཐོ་བཀོད་འབད་དེ་འདུག། བྱའི་རིགས་སྐྱེལ་ཚུ་གི་གསལ་
 ལས་ བྱ་དགོ་བོ་སྐྱོམ་(*Buceros bicornis*, FNCRR, IUCN VU, CITES I)དང་ ཨི་
 རློག་གུར་གསེར་བོ་ཡོད་པའི་བྱ་དགོ་བོ་རིགས་(*Rhyticeros undulatus*, IUCN VU), རྒྱ་བྱ་
River Lapwing(*Vanellus duvaucelii*, FNCRR, IUCN NT)དང་ བྱ་ཐ་
Peregrine Falcon(*Falco peregrinus*, IUCN LC, CITE I)ཚུ་ཐོ་བཀོད་འབད་དེ་
 འདུག།
- **ཐོ་བཟུང་སྐྱོག་ཆགས།** ས་དང་ཚུ་གཉིས་ཆ་ར་ནང་གནས་པའི་སྐྱོག་ཆགས་རིགས་སྐྱེལ་^༡ དང་ ཐོ་བཟུང་
 སྐྱོག་ཆགས་རིགས་སྐྱེལ་³ ཐོ་བཀོད་འབད་ཡོད་པ་ད་ ས་དང་ཚུ་གཉིས་ཆ་ར་ནང་གནས་པའི་སྐྱོག་ཆགས་

རིགས་སྟོང་ལྔ་ དང་ ཐོ་བཤུད་སློག་ཆགས་རིགས་སྟོང་ལྔ་ འདི་ རིགས་སྟོང་འཁྲུག་རིམ་ནང་ རོས་འཛིན་
འབད་མ་ཚུགས་པས། ཉམས་སྲུང་གི་ཚ་གྲང་ཡོད་མི་རིགས་སྟོང་ལྔ་ ཡོད་མི་ཚུ་ཡང་ གངས་རི་གི་རུས་སྐལ་
Tricarinate Hill Turtle(*Melanochelys tricarinata*, IUCN EN, CITES
I)དང་ ཀིང་ཀོབ་ར་ *King Cobra*(*Ophiophagus hannah*, IUCN VU, CITES
II) དེ་ལས་ བུར་མའི་སྐྱེལ་མོ་ཆེན་ *Burmese Python*(*Python bivittatus*, IUCN
VU)ཚུ་ཨིན་མས།

- **ས་ཐོག་མངལ་སྐྱེས་སེམས་ཚན།** ས་ཐོག་མངལ་སྐྱེས་སེམས་ཚན་ཚུ་འདི་དབྱེ་བ་ཚུ་ པར་ཆས་ལག་ལེན་
འཐབ་ཐོག་དང་ བརྒྱད་འགྲུལ་བརྟག་དཔུད་ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་ཐོག་ལུ་ ས་ཐོག་མངལ་སྐྱེས་སློག་ཆགས་ཀྱི་
རིགས་སྟོང་ལྔ་ ཐོ་བཤུད་འབད་ཡོད་པ་དང་ དེ་ནང་ རིགས་སྟོང་ལྔ་ འདི་ པར་ཆས་ནང་མཐོང་ཡོད་པ་ཨིན་
པས། ཐོ་བཤུད་འབད་ཡོད་པའི་རིགས་སྟོང་ལས་ ཉམས་སྲུང་གི་གལ་གནད་ཚན་གྱི་རིགས་སྟོང་ལྔ་ཡང་།

- ཀ་ཤ། *Hog Deer*(*Axis porcinus*, IUCN EN)
- འཕར་ཤ། *Dhole*(*Cuon alpinus*, IUCN EN)
- ཨི་ཤི་ཡའི་སྐྱེལ་མོ་ཆེ། *Asian Elephant*(*Elephas maximus*, IUCN EN)
- བེང་གལ་སྟག། *Bengal Tiger*(*Panthera tigris ssp. Tigris*, EN)
- སྐྱེད་ཀར་གསེར་གྱི་མདོག་ཚན། *Gee's Golden Langur*(*Trachypithecus geei*, IUCN EN and endemic to Bhutan)
- རི་སྐྱེད། *Gaur*(*Bos gaurus*, IUCN VU)
- ཤམ། *Sambar*(*Rusa unicolor*, IUCN VU)
- སྐྱེལ་ *Smooth-coated Otter*(*Lutrogale perspicillata*, IUCN VU)

- ཉ། མའོ་གཙང་ཚུ་ནང་ ཉའི་རིགས་སྟོང་ལྔ་ དང་ སྟག་ལའི་གཙང་ཚུ་ནང་ ཉའི་རིགས་སྟོང་ལྔ་ ཐོ་བཤུད་
འབད་དེ་ཡོད། རྒྱལ་སྤྱིའི་རང་བཞིན་སྲུང་སྐྱོབ་མཐུན་ཚོགས་ ཉེན་ཚན་(IUCN VU) རིགས་གཉིས་
མཐོང་ཡོད་པ་ད་ འདི་ཡང་ *Reticulated Loach*(*Schistura reticulofasciata*)དང་
Mrigal Carp(*Cirrhinus cirrhosus*)ཚུ་ཨིན་རུང་ *Mrigal Carp*འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་
ནང་ ལུག་སྐལ་ཚན་གྱི་རིགས་སྟོང་བརྩམ་ཨིན།

- སྐལ་ཚོགས་མེད་པའི་སློག་ཆགས། རིགས་ཚན་ ༤ གི་འོག་ལས་ རིགས་ ༡༡ ཐོ་བཤུད་འབད་ཡོད་པ་
ཨིན། འདི་ཚུ་གི་གསལ་ལས་ *Mayfly fauna*གི་སློག་ཆགས་རིགས་ དཔེར་ན་ *Baetis* spp.ཟེར་

མི་མཐོང་ཡོད་མི་འདི་ གཙང་ལྷ་གཙང་ཉོག་ཉོ་ཡོད་པའི་བཟང་མཚོན་ཅིག་ཞིན་མས།

ཉེན་ཚབས་ཆེ་བའི་འབྲུམ་ས། ཉེན་ཚབས་ཆེ་བའི་འབྲུམ་ས་འདི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་གནས་ཚད་
༤ པ་ལྟར་ རྒྱུ་ལྡན་རིགས་སྐྱེལ་ལག་ཆེས་ ཡང་ན་ བརྩི་མཐོང་ཆེ་བའི་ས་ཁོངས་ཞིན་མས་སྤྱི་ དེས་ཚིག་བཀོད་དེ་
ཡོད་པ་ཞིན། ལས་འགུལ་གྱི་ལས་འདི་ ཁྲིམས་མཐུན་ཐོག་ལས་ ཉམས་སྲུང་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ས་ཁོངས་ ཡང་ན་
རྒྱལ་སྤྱིའི་དོན་འཛིན་འབད་བའི་རྒྱུ་བརྩི་མཐོང་ཆེ་བའི་ལྡན་རིགས་སྐྱེལ་འབྲུམ་ས་ཚུ་ནང་ མ་ཚུད་པར་ཡོད་པ་ཞིན།
ཞིན་རུང་ གོང་ལུ་བཀོད་དོན་བཞིན་ ཚད་གཞི་བརྟག་ཞིབ་སྐབས་ལུ་ ཉེན་ཁ་ཅན་གྱི་རིགས་སྐྱེལ་ལེ་ཤ་ཅིག་ དོན་
འཛིན་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཞིན། འདི་ཚུ་གི་གུལ་ལས་ ཞེ་ཤི་ཡུན་སྤངས་ཆེ་དང་ སྤྱུ་དཀར་གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་གྱི་
ཉེན་ཚབས་ཆེ་བའི་འབྲུམ་སའི་བྱུང་རྣམ་ཚུ་ ཁེ་ཕན་འབྱུང་བཅས་ལུ་ ཐབས་ལམ་ཚུ་ ལག་ལེན་འབབ་ནིའི་ མཐའ་
འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་གནས་ཚད་༤ པའི་དགོས་མཁོ་ཚུ་གྲུབ་དགོཔ་འབྱུང་ནི་ཞིན་མས། འདིའི་དོན་ལུ་
ཉེན་ཚབས་ཆེ་བའི་འབྲུམ་ས་བརྟག་དཔྱད་འབད་བའི་བསྐྱར་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཁེ་ཕན་འབྱུང་བཅས་ལུ་ ཐབས་ལམ་ཚུ་
རྒྱུ་ལྡན་རིགས་སྐྱེལ་འཛིན་སྦྱོང་འཆར་གཞི་ནང་བཅུགས་ཉེ་ བཟོ་ཡོད་པ་ཞིན། དམིགས་བསལ་དུ་ གཤམ་གསལ་
གནད་དོན་ཚུ་ཚུད་ཡོད་པ་འདི་ཡང་།

- **ཞེ་ཤི་ཡུན་སྤངས་ཆེ་ཆུ་** ཞེ་ཤི་ཡུན་སྤངས་ཆེ་ཆུ་ རྒྱ་གར་གྱི་ས་མཚམས་བདའ་སྤེ་ འབྲུག་གི་རྩོམ་ལས་ས་
ཁོངས་ཚུ་ནང་ལས་ཕར་ཉེ་བསམ་ཅེ་དང་ རྒྱ་ཁ་ དར་དཀར་ན་ ཕིབ་སུ་རི་དུགས་སྤུང་སྦྱོབ་ས་ཁོངས་
གསར་སྤང་ རྒྱལ་གཞུང་མ་རྣམས་རྒྱལ་ཡོངས་སྤྱི་དག་ བསམ་གྲུབ་སྤོངས་མཁར་ རོ་མོ་གཙང་ཁ་རི་དུགས་
སྤུང་སྦྱོབ་ས་ཁོངས་ ཅི་རང་རི་ཕུ་ནགས་ཚལ་སྤུང་སྦྱོབ་ དེ་ལས་ མ་རྣམས་རྒྱལ་ཡོངས་སྤྱི་དག་ཀྱི་ནང་ རྒྱབ་
སྤོམ་ཡོད་པ་དང་ རི་དུགས་སྤངས་ཆེ་ཆུ་ མཐོ་ཚད་མི་ཉེ་༡༠༠ ལས་ མི་ཉེ་༢༠༠༠ གི་བར་ན་ཉེ་རང་
བཞིན་སྤུང་སྦྱོབ་སྤེ་ཚན་ སྤྱི་ལོ་༢༠༡༢ ལོའི་སྤྱི་ལོ་ལྷོ་ཡོད་པ་ཞིན། ས་ཁོངས་ཞིབ་དཔྱད་འབད་བའི་སྐབས་
སྤངས་ཆེ་ཆུ་ ཡོད་མི་ སྤངས་ཆེ་སྤེ་ཚན་༢ མཐོང་ཡོད་པ་ད་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གུང་ས་རྩིས་ལས་ བརྒྱ་ཆ་༤
༤༤ལས་ ༤.༡༢ ཚུན་གྱི་འབྲེལ་མཉམ་ཡོད་པར་ཐོ་བཀོད་འབད་ཅུག། དེའི་ཁ་སྤོང་ལུ་ ཞེ་ཤི་ཡུན་སྤངས་ཆེ་
ཆུ་ཡོད་པའི་བཟང་མཚོན་ཚུ་ཡང་ སྤངས་ཆེའི་ཨ་ཕ་དང་ ལྷ་ཟ་བའི་ལུལ་ འགུལ་སྦྱོང་འབད་བའི་ལས་ལུལ་
དེ་ལས་ གེག་ཡོད་པའི་གསལ་བཏོན་འབྱུང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ པར་ཆས་ཐོག་ལས་གནས་སྤུང་ཐོབ་ཡོད་མི་དང་
འཁྲིམས་ད་ ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་དང་དེའི་མཐའ་འཁོར་ལུ་ འཕམ་འཕམ་སྤེ་ར་ ཞེ་ཤི་ཡུན་སྤངས་ཆེ་
ཆུ་འབྲུམ་དོ་ཡོད་པ་སྤེ་ཞིན་མས། རིགས་སྐྱེལ་འདི་ལུ་ ཉེན་ཅན་གྱི་འབྲུམ་ས་དགོཔ་སྤེ་སྤོན་མི་འདི་ཡང་ ༡ ་།
ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ རིགས་སྐྱེལ་ཚུ་གི་འགུལ་སྦྱོང་ལུ་ རྒྱབ་སྦྱོར་འབད་ནི་ལག་ཆེས་ཞིན། ༢ ་།

སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་དང་མཐུན་པའི་ས་ཁོངས་ཞིབ་དཔྱད་ནང་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཨི་ཡེན་གྲངས་འཁོར་ཚད་
འབྲུམ་ས་ རྒྱལ་སྐྱོར་གང་དགས་འབདཱ་ཨིན། ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་དང་ དེ་འདྲེན་འདབས་ཀྱི་ས་
ཁོངས་ནང་ འབྲུམ་ས་ཚུ་མེད་ཐལཱ་ལས་བརྟེན་ གྲངས་ཚུ་ འགྲུལ་སྐྱོད་ཀྱི་ལས་ཚུ་ བསྐྱར་བཅོས་
འགྲོ་བེ་ཨིན་མས།

- **སྤྱད་ཀར་གསེར་གྱི་མདོག་ཅན།** སྤྱད་ཀར་གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་འདི་ འབྲུག་གི་རྩོ་ཕྱོགས་ལ་ཐུག་ལུ་བྱེད་
སྤྱོད་པ་དང་ དམིགས་བསལ་དུ་ རྒྱལ་འཛིན་མ་རྒྱུ་རྒྱལ་ཡོངས་གླིང་ག་དང་ ཐིབ་སུ་རི་དྲགས་སྤྱང་
སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཀྱི་ཉེ་འདབས་ལུ་ཡོད་པའི་ནགས་ཚལ་ཚུ་ནང་བྱེད་སྤྱོད་ཨིན། གནོད་སྐྱོན་འབྱུང་ཡོད་
ཅུང་ སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་དང་མཐུན་པའི་ས་ཁོངས་ཞིབ་དཔྱད་ནང་འཁོར་གྱི་ནགས་ཚལ་ཚུ་གིས་ ཚད་
འཛིན་ཅན་གྱི་རིགས་སྤྱ་ཚུ་ལུ་ གལ་ཆེ་བའི་འབྲུམ་ས་བྱིན་མ་ཨིན།

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༡ པའི་ནང་ ས་ཁོངས་ནང་ཞིབ་དཔྱད་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ ཞིབ་དཔྱད་རིམ་པ་ ༡ ནང་
སྤྱད་ཀར་གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་ལ་གྲངས་ ༢༣ ལས་ ༧༩ ཐོ་བཀོད་འབད་ཡོད་པ་ད་ དེ་ཡང་ འཛམ་གླིང་གི་
གྲངས་ཕྱི་ལས་བརྒྱ་ཆ་ ༠.༣༥ ལས་ ༡.༥༥ དང་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གྲངས་ཕྱི་ལས་ བརྒྱ་ཆ་ ༡.༡ གི་བར་ན་
ཡོད་པའི་གསལ་སྤོན་འབྱུང་ཡོད་པ་ཨིན། མཉུ་གཙུག་ལྷན་གྱི་གནོད་ཕྱོགས་ལུ་ སྤྱད་ཀར་གྱི་སྤོན་གཉིས་
ཀི་ལོ་མི་ཀར་ ༡༩ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁར་ མཐོང་ཡོད་པ་ལས་ ཞིབ་དཔྱད་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ སྤོན་མོ་མོ་
ཡོད་པ་སྤོན་གསལ་བརྟེན་འབད་ཡོད་པ་ཨིན། སྤོན་ལུ་འདི་གིས་ ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ སྤྱད་ཀར་
གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་འདི་ རྒྱ་ཆེས་སྤོན་པར་གསལ་སྤོན་འབདཱ་ཨིན།
རིགས་སྤྱ་འདི་ལུ་ ཉེན་ཅན་གྱི་འབྲུམ་ས་དགོས་སྤོན་མི་འདི་ཡང་ ༡ གྱི་ ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་
རིགས་སྤྱ་འདི་ལ་གྲངས་ལེ་འུ་ཡོད་པ་དང་ དེ་བཟུམ་སྤོན་ ས་ཐོག་གི་སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་དང་མཐུན་པའི་ས་
ཁོངས་ཞིབ་དཔྱད་འདི་ནང་ རིགས་སྤྱ་ལ་གྲངས་ལེ་འུ་ཡོད་པ་འོང་བེ་ཨིན་མས། ༢ གྱི་ རིགས་སྤྱ་ཚུ་ གནོར་
འགྲོ་བེ་གི་གནོད་པ་ལུ་ བཀག་ཆ་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ རིགས་སྤྱ་ཚུ་གི་ཉེན་ལ་ཡོད་པ་ཨིན། ལ་གསལ་གྱི་
དོན་ལུ་ སྤོན་ལུ་འོ་མ་ནང་གི་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤྱ་གི་ཚད་གཞི་ཞིབ་དཔྱད་དང་ གལ་ཆེ་བའི་འབྲུམ་ས་བརྟེན་
ཞིབ་ཚུ་ལུ་གཞིགས་གནང།

མི་སྤོན་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཚད་གཞི།

མི་འཁོར་ཞིབ་ཕྱིས། ལས་འགུལ་འདི་ འབྲུག་གི་རྩོ་ཕྱོགས་ལ་ཐུག་ རྒྱ་གར་གྱི་མངའ་སྤོན་ཨ་སམ་གྱི་ས་མཚམས་
ལར་ གསར་སྤང་ཚོང་ལག་ནང་ལུ་ཡོད་པ་ཨིན། མི་སྤོན་ཞིབ་དཔྱད་ས་ཁོངས་འདི་ ཐང་ཀར་དང་ཐང་ཀར་མིན་པའི་

ཕན་གཞོན་འབྲུང་བའི་ས་ཁོངས་ དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ལས་སྤྱོད་དང་ དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ལས་སྤྱོད་འོག་ བསམ་གཏན་གྱི་རྒྱུ་
འོག་ ལུས་སྤྱོད་འོག་ རྒྱ་ཚངས་སྤྱོད་འོག་ གསེར་གཞོན་འོག་ དེ་ལས་ ཉེ་སི་ཐང་འོག་བརྩི་
སྟེ་ འོག་དྲུག་ཚུད་ཡིན། མི་སྲིད་ཞིབ་དཔྱད་ས་ཁོངས་ནང་ མི་སྲིད་ལས་ ༢༥,༢༤༧ དེ་ཅིག་ཡོད་པ་ད་ རྒྱུ་
གུང་པ་ཡོངས་བསྟོམས་ ༥,༢༢༡ ཚུད་དེ་ཡོད། མི་སྲིད་ཞིབ་དཔྱད་ས་ཁོངས་ནང་ འོག་དྲུག་ཚུད་པ་
རྒྱུ་གུང་པ་རེ་ལུ་ སྤྱི་རྩིས་ལས་ ༤ རེ་ཡོད་པའི་གསལ་སྟོན་འབྲུང་ཡོད་ཡིན། ཕན་གཞོན་འབྲུང་
བའི་ས་ཁོངས་ཀྱི་མི་སྲིད་ལས་ གསེར་སྤྱོད་ཚོང་ལག་གི་མི་སྲིད་ལས་ བརྒྱ་ཚང་ ༥༦ ཡིན་མས།

མི་སྲིད་ལས་སྐྱོལ་གྱི་བསྐྱར་རྒྱས། མི་སྲིད་ཞིབ་དཔྱད་ས་ཁོངས་ནང་ མི་སྲིད་ལས་སྐྱོལ་དང་སྤྱོད་ཡིག་ལག་ལེན་འབབ་
མི་སྤྱོད་ཚོགས་འདུག། ས་ཁོངས་ནང་ རང་པོ་ཚོས་ལུགས་ཉམས་ལེན་འབད་མི་བྱེད་ཆེན་སྲིད་ཡོད་པ་དང་ དེ་ལྟེན་
ལས་ར་ ཉེ་སི་ཐང་ཚོས་ལུགས་ཉམས་ལེན་འབད་མི་ཚུ་འདུག། གཙོ་བོ་ཆེ་བའི་སྤྱོད་ཚུ་ཡང་ ང་ལོང་དང་ ཤར་
ཕྱོགས་པ་ དེ་ལས་ རྩོམ་ཚམས་པ་ཚུ་ཡིན་པས།

དཔལ་འབྱོར་དང་ཚོང་འབྲེལ་གནས་སྤངས། མི་སྲིད་ཞིབ་དཔྱད་ས་ཁོངས་ནང་ རྩོམ་ཚོགས་མཐོ་ཤོས་དེ་ དགེ་
ལེགས་སྐྱེལ་ལས་སྤྱོད་ཡིན་པ་ད་ དེ་ནང་ ཚོང་ལང་དང་ ཚོང་ལས་ཚུང་བ་ཚུད་པའི་ ཚོང་འབྲེལ་འབབ་ས་ལེ་ཤ་ཡོད།
དོ་རུང་ ལས་འགུལ་འདི་ རྩོམ་གྱི་ས་ཁོངས་ཚུང་བ་གཉིས་ནང་ལས་པར་བརྒྱུད་དེ་འགྱོད་ཡོད་པ་ད་ དེ་ཡང་ ལུས་
སྤྱོད་དང་ ཉེ་སི་ཐང་ཡིན་པ་ད་ འདི་ནང་ ཚོང་ལས་ཉམས་ལེན་ཅིག་དང་ གནས་སྤྱོད་ཀྱི་ཚོང་ལས་ཚུང་བ་(pop-up
stalls)མངས་ཡོད་ཡིན། གསེར་སྤྱོད་ཚོང་ལག་ནང་ ལས་མི་ཡོངས་བསྟོམས་ལས་ ཨམ་སྤྱོད་ བརྒྱ་ཚང་ ༤༤.༥
དང་ མོ་སྤྱོད་ བརྒྱ་ཚང་ ༢༣.༧ ཡིན་མས། མོ་སྤྱོད་ དམིགས་བསལ་དུ་ རྒྱ་འབྲུག་སྤྱོད་འདི་ འོང་འབབ་ཀྱི་
ཐོན་ལུངས་གཙོ་བོ་ཅིག་ཡིན་པ་ད་ ས་ཚུམ་ཀར་ ༧,༢༢༢.༣ ལུ་ ཞིང་ཚུའི་རྒྱུ་སྤྱོད་འབད་དེ་འདུག། དགེ་ལེགས་
སྐྱེལ་གི་ཉེ་འདབས་ལུ་ རྒྱུ་གུང་མང་ཤོས་ཅིག་གིས་ ཚོང་ལུ་ཚུང་ཀུ་དང་ ཞབས་ཏོག་གི་ལུ་ཚུ་འབད་མ་ཡིན་མས།
ཨམ་སྤྱོད་ལུ་ ལུ་གཡོག་གི་ཐོ་སྤྱོད་ལུ་ཚུ་ཅིག་ལས་བརྒྱལ་མེད་པ་ལས་ ཁོང་ཚུ་སྤྱོད་སྐྱོལ་མེད་པའི་ལུ་གཡོག་
འབད་ཡོད་པའི་ཁར་ ས་གནས་ནང་ཐོ་སྤྱོད་ལུ་ཚུ་ཅིག་ལས་བརྒྱལ་མེད་པ་བརྟེན་ བ་གཞོན་ཚུ་ ས་གནས་
གཞན་ཁར་ གནས་སྤྱོད་འགྱོད་མི་མཐོ་ཤོས་སྤྱོད་འདུག། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་
ཨམ་སྤྱོད་ཚུའི་དོན་ལུ་ ལུ་གཡོག་གི་གནས་སྤངས་དེ་ ལེགས་ཤོམ་མེད་པ་བཞིན་དུ་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༢ ལུ་ ཨམ་སྤྱོད་
ཚུའི་ ལུ་གཡོག་གི་གནས་སྤངས་ལེགས་མེད་པའི་ཚད་གཞི་འདི་ བརྒྱ་ཚང་ ༢༣.༢ དང་ མོ་སྤྱོད་ཚུ་གི་ བརྒྱ་ཚང་ ༤༡.༤
ཡིན་མས། དེ་བཟུམ་སྟེ་ མི་སྲིད་ཞིབ་དཔྱད་ས་ཁོངས་དེ་ནང་ རྒྱ་གར་ལས་ རྒྱ་འབྲུག་ཉམས་ལེན་ཐོག་ལུ་ ལས་མི་ལེ་
ཤ་ལོང་དེ་ཡོད་པ་ཡིན་མས།

འབྲུག་གི་དབུལ་ཕོངས་བརྟུག་ཞིབ་སློབ་ལུ་༢༠༢༢ ཅན་མའི་ནང་ གསར་སྤང་རྫོང་ལག་ནང་ དབུལ་ཕོངས་འདི་
བརྒྱ་ཚུ་༥ དང་ དགེ་ལེགས་སྐྱུག་ཁྲོམ་སྲེེ་ལུ་ བརྒྱ་ཚུ་༡༢ སྲེེ་བཀོད་དེ་འདུག། ལཱ་གཡོག་གི་བརྟུག་ཞིབ་སློབ་ལུ་
༢༠༢༢ ཅན་མ་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ གསར་སྤང་རྫོང་ལག་ནང་ ལཱ་གཡོག་མ་ཐོབ་མིའི་བརྒྱ་ཚུ་༧༡ དང་ བ་གཞོན་ལཱ་
གཡོག་མ་ཐོབ་མིའི་བརྒྱ་ཚུ་༤༤༢ ཨིན་མ་སྲེེ་བཀོད་དེ་འདུག།

མི་སྲེེ་ཚུ་གིས་ གེ་ཟ་དང་ མོན་བྲུ་ བྲུ་ རྟོག་མ་ ས་སྐྱ་ དེ་ལས་ ཚུམ་ཚུ་ འཇུགས་སྐྱོང་འབད་མ་ཨིན། བགས་
ཚལ་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་དང་ཞབས་རྟོག་ཚུ་གི་ཐད་དུ་ བགས་ཚལ་ལག་ལེན་འབབ་མི་ཚུ་གིས་ མི་སྲེེ་བགས་ཚལ་ལུ་བརྟེན་
ཏེ་ ཐབ་ཤིང་དང་ ཤིང་མིན་བགས་ཚལ་ཐོན་སྐྱེད་ སྐྱར་པང་དང་ ཤིང་ཆས་ སྐྱ་ ཚི་ཤིང་ ཤ་ལུ་ འཇུགས་མ་ དེ་
ལས་ དེ་བཟུམ་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ ལག་ལེན་འབབ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ ཆེད་འོག་རེ་རེ་གི་འོག་ལུ་ རྒྱུ་གུང་པ་རེ་རེ་
བཞིན་དུ་ མི་སྲེེ་བགས་ཚལ་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ རང་སོའི་གནད་དོན་མ་འདྲམ་ཚུའི་དོན་ལ་བརྟེན་མ་ཨིན་མས།

མི་སྲེེ་དང་ཕྱིའི་རྟེན་གཞི། འབྲུག་ལུ་ གསོ་བའི་ཞབས་རྟོག་འདི་ རིན་མེད་སྤོང་པ་སྲེེ་ཡོད་པ་ལས་ མི་སྲོབས་བརྒྱ་ཚུ་
༧༠ དེ་ཅིག་ལུ་ལྷུང་སྲེེ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཐག་རིང་དུས་ཡུན་ཚུ་ཚོད་༢ ནང་འཁོད་ལུ་ གསོ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་ཐོབ་
ཚུགས་པ་དང་ གསོ་བའི་རྟེན་གཞི་ཚུ་ཡང་ གཞི་རྟེན་དང་ འབྲིང་རིམ་ དེ་ལས་ ཆེ་རིམ་གྱི་མཐུན་རྐྱེན་ཞབས་རྟོག་
ཚུ་ཨིན་མས། དགེ་ལེགས་སྐྱུག་ཁྲོམ་སྲེེའི་ནང་གི་དབུལ་ཕོངས་གཙོ་བོ་བརྟེན་སྐྱེན་ལང་འདི་ མཐུན་རྐྱེན་གཙོ་བོ་ཨིན་
པའི་ཁར་ འདི་ལུ་ གཞན་སྐྱེན་ལང་དང་སྐྱེན་བཙུག་ལང་ཚུ་གིས་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་མ་ཨིན་མས། གསོ་བའི་ཚ་གུང་
སྲོམ་ཤོས་རང་ མ་འདྲུ་བའི་ནད་གཞི་དང་ ཆང་མང་སུ་འབྲུང་མི་ མཚན་མ་གྱི་ནད་གཞི་ཉེ་པ་ཉི་ཉིས་ཅི་ དེ་ལས་
མཁལ་རྟོག་གི་ནད་གཞི་ཚུ་ ཡར་སེང་འགྱུ་མི་ཚུ་ཨིན་མས། མི་སྲེེའི་ཞིབ་དབྱེད་ས་ཁོངས་ནང་ མི་མང་གི་སྲོབ་གྲུ་
དང་ལག་ཚུལ་སྐྱོང་བརྟེན་སྲེེལ་ཁང་ ལེ་ཤ་ཅིག་ཡོད་རུང་ ས་གནས་ནང་ མཐོ་རིམ་སྲོབ་གྲུ་མིན་འདུག། སྲོག་མེ་
དང་ སྲོག་རིག་ཡོངས་འབྲེལ་གྱི་མཐུན་རྐྱེན་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་ཡོད་རུང་ དམིགས་བསལ་གྱིས་ བམ་སྐྱེལ་པའི་དུས་
ཚོད་ལུ་ ལུ་བཟུམ་སྲེེལ་འབད་ནི་ལུ་གདོང་ལེན་བྱུང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས།

ཨིན་རུང་ རྫོང་གསེབ་གྱི་ཨམ་སུ་ཚུ་ ཉེན་ཁ་ཅན་དང་ གསོ་བའི་ཞབས་རྟོག་གི་གོ་སྐབས་ ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་སྲེེ་
ཐོབ་མ་ཚུགས་པའི་ཁར་ དམིགས་བསལ་དུ་ ཨམ་སུ་ཚུ་གི་མཚན་རྟགས་དང་སྐྱེ་རྒྱུ་གྱི་དགོས་མཁོ་ཚུ་ལུ་གཙོ་
བོར་བརྟེན་མི་ཞབས་རྟོག་ཚུ་ལང་མ་སྲེེ་ཐོབ་མ་ཚུགས་པར་འདུག། རྫོང་གསེབ་གྱི་ཨམ་སུ་ཚུ་ལུ་ ཁྲོམ་ནང་གི་ཨམ་
སུ་ཚུ་དང་ཕྱད་པ་ད་ བཟུང་ཚང་འཆར་གཞི་དགོས་མཁོ་མ་སྐྱུབ་པའི་ཚད་གཞི་འདི་ བརྒྱ་ཚུ་༡༡ མཐོ་བཟུམ་སྲེེ་
འདུག། ཏྲ་རས་ཐང་ཆེད་འོག་ནང་ ཉེ་མ་ ཨམ་སུ་ཚུ་ལུ་ ཟས་བཅུད་གྱི་དཀའ་ངལ་བྱུང་མི་འདི་ཡང་ གེ་ཟ་རྒྱུང་མ་
ཅིག་ འཇུགས་སྐྱོང་འབད་ཚུགས་ཏེ་ ཟས་བཅུད་མ་འདྲམ་ཚུ་ཐོབ་མ་ཚུགས་པར་ཡོད་པ་སྲེེ་བཀོད་དེ་འདུག།

ཤར་རྫོང་ཨི་ཤི་ཡའི་སྐྱེལ་འབྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐྱེལ་ཡར་རྒྱུ་ཉེ་མི་མི་
ཨི་ཨེས་ཨེས་ཀྱི་ལས་འགུལ། འབྲུག་། དགོ་ལེགས་སྐྱེལ་ལས་ ཉེ་མི་མི་
གི་ལས།

མཐུན་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེ་ཕན་གནོད་བརྟག་
ཞིབ་སློབ་ལྷན་འགྲུལ་བཅུད་དོན།

འབྲུག་ལུ་ སློབ་གྲྭ་རྒྱུ་བའི་གནས་ཚད་ནང་ འཇུག་ལྷགས་འབད་མི་འི་བརྒྱ་ཚད་ བུ་དང་བུམོ་གཉིས་ཆ་ར་ལུ་ བརྒྱ་
ཆ་༡༠༠ དེ་ཅིག་ཨིན་མས། སློབ་གྲྭ་རྒྱུ་བའི་ནང་ དཔེ་ཆ་ལྷན་མི་བུ་དང་བུམོ་གི་གནས་ཚད་དེ་ བུམོ་བརྒྱ་ཆ་༧༥.
༩༥ དང་ བུ་བརྒྱ་ཆ་༥༤.༥ ཡོད་པ་ལས་ བུམོ་གི་གནས་ཚད་དེ་མཐོ་ཤོས་ཅིག་ཨིན་མས། འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་ནང་ བུ་
དང་བུམོ་ཚུ་ འབྲེལ་མཉམ་སྦྲེ་བཅུགས་དོ་ཡོད་རུང་ འཛམ་གླིང་དབུལ་ཁང་གི་གནས་སྤུད་༢༠༢༢ ཅན་མ་དང་འབྲིལ་ཕྱི་
ད་ བུམོ་བརྒྱ་ཆ་༤༤.༢ དང་ བུ་བརྒྱ་ཆ་༥༩.༦ རྒྱུ་ཅིག་གིས་ འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་ནང་ལས་མཐུན་འབྲེལ་དོ་
ཡོད་པ་སྦྲེ་བཀོད་དེ་འབྲུག་། སློབ་གྲྭ་རྒྱུ་བའི་ནང་ འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་ཚུ་ནང་ བུ་དང་བུམོ་གི་གནས་ཚད་འབྲེལ་མཉམ་
སྦྲེ་ཡོད་རུང་ མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་ཚུ་ནང་ བུམོ་ཉེ་བུ་བརྒྱ་ཆ་༢༩.༧ དང་བུམོ་བརྒྱ་ཆ་༡༧.༡ རྒྱུ་ཅིག་ཨིན་མས།
གོས་བསྐྱེད་འབད་མི་དང་འབྲིལ་ད་ ཤེས་ཡོན་གི་གནས་ཚད་ཡར་འཕེར་འགྱུ་བའི་བསྐྱེད་ལས་ བུམོ་ཚུ་གི་བཅའ་
མར་གཏོགས་མི་གི་གྲངས་ཁ་མར་བབས་འགྱུ་ཕྱི་ཨིན་མས་ དེ་ཡང་ བུམོ་ཚུ་ དབུལ་ཕོངས་དང་ མགྱོགས་པ་ཨ་
ལོ་སྦྲེ་ནི་ དེ་ལས་ བྱིས་ནང་གི་འགན་ཁུར་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ སློབ་གྲྭ་ནང་ལས་ཐོན་མི་འི་གྲངས་ཁ་འདི་
མཐོ་རྒྱུ་སྦྲེ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ཨིན་མས། བུམོ་ཚུ་གིས་ འཇུག་རིག་དང་ལག་ཤེས་ཀྱི་སྦྱོང་བརྒྱུ་ཚུ་མེན་པར་
སྦྱིར་བཏང་ཤེས་ཡོན་ཚུ་སྦྱངས་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས།

ལམ་སྐྱོལ་གྱི་སྐྱོལ་ལྷན། མི་སྡེ་ཞིབ་དཔྱད་ས་ཁོངས་ནང་ ལམ་སྐྱོལ་གྱི་སྐྱོལ་ལྷན་ཐོན་སྐྱེད་བསྐྱོར་མས་༢༤ རོས་
འཛིན་འབད་ཡོད་མི་ནང་ལས་༡༧ དེ་ཅིག་ ལྷ་ཁང་དང་དགོན་སྡེ་ ཡང་ན་ རྒྱུ་ཕེད་ཚོས་ལུགས་དང་ ཉིན་དུ་འི་
ཚོས་ལུགས་གཉིས་ཆ་ར་ལུ་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་བཟོ་བཀོད་ཉེ་མི་མི་ ཐར་པ་གླིང་གྲྭ་ཚང་ ཡང་ན་
ཉིན་དུ་འི་མན་ཁེར་ཀྱི་ཚུ་དང་ གཞན་མི་ཚུ་ མི་སྡེ་ནགས་ཚལ་ཚུ་ ལམ་སྐྱོལ་གྱི་སྐྱོལ་ལྷན་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ཨིན་མས།
མི་སྡེ་ནགས་ཚལ་ཚུ་ འབྲུག་གི་ནགས་ཚལ་དང་རང་བཞིན་ཉམས་སྲུང་བཅའ་ཁྲིམས་༢༠༢༣ ཅན་མ་དང་འབྲིལ་
རོས་འཛིན་འབད་ཕྱི་ཨིན།

གསར་སྤང་རྒྱུ་ལག་ནང་ དེ་ལས་མེད་ལམ་སྐྱོལ་གྱི་སྐྱོལ་ལྷན་ དུས་སྟོན་གཙོ་བོ་༡༠ དེ་ཅིག་ རོས་འཛིན་འབད་དེ་
ཡོད་མི་འདི་ཡང་ ས་གནས་ལས་ རྒྱལ་ཡོངས་གནས་རིམ་ཚུ་གི་དུས་སྟོན་ཚུ་ཨིན་མས། དཔེར་ན་ བསམ་རྟེན་
གླིང་རྒྱུ་ལོག་གི་ མི་སྡེ་གིས་ གཏུང་དཀར་གླིང་མི་སྡེ་འི་ནགས་ཚལ་ནང་ ས་སྟོང་གཅིག་ཡོད་མི་འདི་ དེ་ཕྱི་ཐན་
ཡང་ན་ ཚ་ཅན་ས་ཁོངས་སྦྲེ་བཅུ་ཕྱི་ཨིན་མས། རྒྱུ་ཕེད་སྐྱོང་མི་སྡེ་འི་ནགས་ཚལ་ནང་ ཚ་ཅན་གྱི་ཤིང་གཅིག་
ཡོད་པ་ལས་ དེ་ནང་ འཇུག་ལྷགས་འབད་མི་ཚོག་པས།

མི་སྡེ་ཞིབ་དཔྱད་ས་ཁོངས་ནང་ མི་སྡེ་འི་ནགས་ཚལ་༡༥ བཅུ་པའི་ ས་ཆ་ཉེ་གྲ་ཁར་༡,༢༤༠.༥༧༤ ཚུད་པ་ཨིན་
མས། དགོ་ལེགས་སྐྱེལ་ལོ་སྡེ་འདི་ ལོ་ཚོགས་སྦྲེ་དབྱེ་བ་བྱེ་ཡོད་མི་དང་ གསར་གཞིང་རྒྱུ་ལོག་མ་གཏོགས་

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡི་སྐུལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྦྲེལ་ཡར་རྒྱུ་ཞེས་མི་
ཡི་ཡེས་ཡེས་ཀྱི་ལས་འགུལ། འབྲུག་། དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ལས་ ཏཱ་ལའ་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་ཕན་གཞོན་བརྟག་
ཞིབ་སྟན་ལུང་བཀོད་བྱེད་བཅུད་དོན།

གཞན་མི་རྒྱུ་འོག་ཆ་མཉམ་ནང་ རང་སོའི་ས་ཁོངས་དང་ཉེ་འདབས་སུ་ མི་སྡེ་ནགས་ཚལ་ཚུ་ཡོད་པ་ཡིན། མི་སྡེ་
ནགས་ཚལ་ལ་ལུ་ཅིག་ནང་ ས་གནས་གྱི་མི་ཚུ་ལུ་ ལམ་སྲོལ་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ ཕ་ཚབ་གྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་ཡོད་པ་
སྡེ་བཀོད་ལུག། མི་སྡེའི་ནགས་ཚལ་ནང་འཁོད་ ཕ་ཚབ་གྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་ ཕ་ཚབ་གྱི་ཤིང་དང་ རང་བཞིན་གྱི་ཚུ་
མིག་དང་ཚུའི་ཉེ་འདབས་ལུ་ཡོད་པའི་ས་ཁོངས་ཚུ་ཚུད་པ་ཡིན།

ཕོ་དང་མོ། མི་སྡེའི་ཞིབ་དཔྱད་ས་ཁོངས་ནང་ མི་སྡེ་བས་ཡོངས་བསྡེམས་ལས་ ཕོ་བརྒྱ་ཚུ་དང་ མོ་བརྒྱ་ཚུ་
ཡོད་པ་ཡིན། མི་སྡེའི་ཞིབ་དཔྱད་ས་ཁོངས་ནང་ཡོད་པའི་རྒྱུ་འོག་དང་ཁྲོམ་སྡེ་གི་ནང་འཁོད་ ཕོ་མོའི་བྱུང་པར་ཚད་
གཞི་དཔྱད་སྟོམས་ལུ་ ཕོ་༡༡༩ དང་ མོ་༡༠༠ གི་བར་ན་ཡོད་པ་དེ་དེ་ཡང་ གསལ་སྤྲང་རྒྱུ་ལག་གི་ནང་འཁོད་ལུ་
ཕོ་མོའི་བར་ན་ བྱུང་པར་ཚད་གཞི་འདི་༡༠༧.༩ ལས་མཐོ་ཤོས་ཅིག་ཡིན་མས། ཟུན་ཤོས་ཚུའི་ནང་འཁོད་ མོའི་
འབྲི་ལྷག་ཤེས་ཡོན་འདི་ ཕོ་དང་ཕྱད་པ་དེ་ ཉུང་སུ་སྡེ་ཡོད་དང་ བྱུང་པར་ ༡༥.༩ འཕྲོན་མི་འདི་ ལྷོ་ཞེ་ཤི་ཡ་
ལུང་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱུང་པར་ ༡༤.༦ དང་ཕྱད་པ་དེ་ མཐོ་སུ་ཅིག་ཡིན་མས།

ཨམ་སུ་ཚུ་ལུ་ ཚུབ་སྦྱོད་འབད་མི་ཐད་དུ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་ བད་ཡམས་ཀོ་བེ་ཏཱ་-༡༧ འཕྲོན་མ་དེ་ འགོ་
འགུལ་བཀག་བསྐྱུལ་སྐབས་ བད་འཁོད་ཚུབ་སྦྱོད་ཡར་སེང་སོང་ལུག། སྤྱི་ལོ་༢༠༡༡ གི་སྟན་ལུ་དང་འབྲེལ་མ་དེ་
སྤྱི་ལོ་༢༠༠༦ དང་༢༠༡༡ གི་བར་ན་ རྒྱལ་ཡོངས་ཨམ་སུ་དང་ཨ་ལོའི་ལྷན་ཚོགས་ལུ་ བད་འཁོད་ཚུབ་སྦྱོད་ཀྱི་
གནད་དོན་༧༠༠ དེ་ཅིག་སྟན་ལུ་འབད་ལུག། ཨིན་རུང་ ལྷན་ལུ་ཉུང་སུ་འབད་མི་དེ་ མི་སྡེའི་ནང་ ཚ་བྱང་ལང་དགོ་
པའི་གནད་དོན་ཅིག་ཡིན་མ་དེ་ འདི་ཡང་ མི་སྡེའི་ཞན་ཆགས་དང་ དམ་ལན་གྱི་འཛིགས་སྤང་ དེ་ལས་ མི་སྡེ་དང་
ལམ་སྲོལ་ནང་ ཕོ་དང་མོ་ལུ་གཞི་བཞག་མི་ལམ་ལུགས་ཚུ་ལས་བརྟེན་ཡིན་མས།

མི་སྡེའི་ཞིབ་དཔྱད་ས་ཁོངས་ནང་ ཁེ་སྲོང་ཡོད་མི་ཚུ་དང་གྲོས་བསྟུན་འབད་མ་དེ་ ཕོ་མོའི་དབྱེ་བ་ལུ་བརྟེན་པའི་ཚུབ་
སྦྱོད་དེ་ གནད་དོན་ལེ་ཤ་ལས་བརྟེན་ཡིན་མས་སྡེ་བཀོད་ཡོད་རུང་ གནད་དོན་གཅིག་པ་འདི་ བྱིམ་ནང་ཆང་འཐུང་མི་
བྱུང་ཆེན་སྡེ་ཡོད་པ་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་མས། ཨམ་སུ་ཚུ་གི་འགུལ་སྦྱོད་དང་ གྲོས་བྱུང་བཅད་ཐངས་ དེ་ལས་ དཔལ་
འབྱོར་ནང་ལུ་བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་ཚུ་ རང་ལུགས་ཀྱི་ཕོ་མོའི་གནས་ལུགས་དང་འགན་ཁུར་ཚུ་དང་འབྲེལ་གནས་
བཞིན་ཡོད་པ་ཡིན་མས། ས་ཆ་གི་བདག་དབང་གི་ཐད་ལུ་ ཁེ་སྲོང་ཡོད་མི་སྡེ་ཚོན་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ གྲོས་བསྟུན་
འབད་མ་དེ་ དེང་སང་གི་དུས་ལུ་ ཕོ་སྡེ་དང་ཨམ་སུ་ཚུ་གི་བར་ན་ སྐལ་བཟོ་འདྲ་མཉམ་ཐོབ་ཟེར་བཀོད་ལུག།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེ་ལུ་ཉེན་ཁ་དང་གཞོན་པ།

གཞོན་པ་ཚུ་ དེའི་ལུགས་ཚད་དང་གལ་ཆེ་ཉིང་ཐོག་ལས་ དབྱེ་བ་ཕྱེ་ཡོད། འབྲེལ་ཡོད་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་
དང་མི་སྡེའི་གནས་ཚད་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལས་འགུལ་གྱི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེ་ལུ་ཉེན་ཁ་དང་གཞོན་པ་

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡི་སྐྱེལ་འབྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐྱེལ་ཡར་རྒྱུ་ཞི་སི་མི་
ཨི་ཨེས་ཨེས་ཀྱི་ལས་འགུལ། འབྲུག་། དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ལས་ ཉར་ས་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གོད་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལུ་བཀོད་ལྷན་བཅུན་དོན།

ཚུ་ གཤམ་གསལ་དོན་ཚན་ཚུ་ནང་ བཅུན་བསྐྱེད་བཀོད་སྐྱིག་འབད་ཡོད།

ཨི་ཨེས་ཨེས་། ཡ། མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ལུ་ ཉེན་ཁ་དང་ཕན་གོད་བརྟག་ཞིབ་དང་འཛིན་སྐྱོང་།
ལས་འགུལ་གྱི་གོད་པ་དང་ཉེན་ཁ་གཙོ་བོ་ཚུ། ལས་འགུལ་གྱི་མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྲིད་ཉེན་ཁ་གི་དབྱེ་ཁག་འདི་
འཛམ་གླིང་དངུལ་ཁང་གི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་སྐྱིག་བཀོད་དང་འབྲེལ་ཏེ་ མཐོ་བུགས་སྐྱེད་བྱེད་ཞིབ་
འབད་ཡོད་པ་ད་ དེ་ཡང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ལུ་ གོད་པ་དང་ཉེན་ཁ་འབྱུང་སྲིད་མི་དང་དེའི་
གོད་པ་དང་ཉེན་ཁའི་སྐྱོམ་ཚུང་དང་འབྲེལ་ཨིན་པའི་ཁར་ འགོ་འགུལ་སྐྱེལ་འབྲེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ གོད་སྐྱོན་ཚུ་
འཛིན་སྐྱོང་ཐབས་ཚུགས་པའི་སྒྲིགས་གྲུབ་དང་འབྲེལ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཡོད་པ་ཨིན། ལས་འགུལ་གི་གོད་པ་དང་ཉེན་
ཁ་གཙོ་བོ་ཚུ་གི་བཅུན་དོན་ཚུ་གཤམ་གསལ་བཀོད་ཡོད་རུང་ འདིའི་ཁ་གསལ་ཚུ་ གཤམ་གསལ་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད་
པའི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་གནས་ཚད་ཚུ་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད། གོད་པ་དང་ཉེན་ཁ་ཚུ་ཡང་ ༡༽
བཟོ་སྐྱུན་གྱི་ལས་སྤྲོད་དང་ ཅ་ཆས་ དེ་ལས་ འགུལ་སྐྱོད་ཚུ་ལས་འཐོན་པའི་ ཐལ་ཕྱ་དང་ རྒྱུང་ དེ་ལས་ ལུང་སྐྱོ་
གི་བཙོག་གི་བུ་ཚུ་ཨིན་ ༢༽ལྗོད་ཅན་གྱི་འཕྲུལ་ཆས་ཚུ་གི་ས་ཆ་ཨེབ་ནི་དང་ ས་སྐྱུམ་དང་རྩལ་སྐྱོར་ཚུ་འཛུགས་ནི་ དེ་
ལས་ རྒྱགས་སྐྱིགས་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སྤེམ་བཀོ་མི་ལས་བརྟེན་ ས་གཞི་ལུ་གོད་སྐྱོན་དང་ ས་རུད་འཐོན་ནི་
༣༽ས་རུད་དང་ སྐྱིགས་མ་ཚུ་ལས་བརྟེན་ རྒྱན་གི་སྐྱོག་ཆ་དང་ སོ་ནམ་གྱི་ས་ཆ་ལུ་གོད་སྐྱོན་བྱུང་ནི་ ༤༽རི་
ཕྱད་གྱི་བྱེན་གུ་ལུ་ ས་བཞོ་གི་ལུ་ལས་བརྟེན་ བྱེན་བརྟེན་ཏོག་ཏོ་མེད་པ་བཟོ་བ་ ༥༽གཙང་ཚུའི་ཉེ་འདབས་ལུ་བཟོ་
སྐྱུན་འབད་མི་དང་ ལམ་གྱི་རྒྱ་གཡུང་གྱི་བཟོ་བཀོད་ལེགས་ཤོམ་སྤེམ་པ་ལས་བརྟེན་ རྒྱ་རུད་དང་ འབྲུམ་ས་ལུ་
བར་ཆད་བྱུང་ནི་གི་ཉེན་ཁ་ ༦༽འབྲུམ་ས་ཉམས་འགྱུ་བ་དང་གཏོར་བཞིག་གཏང་བ་ དེ་ལས་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་
ཚུ་ལུ་གོད་པ་ལས་བརྟེན་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྤུ་གོད་པ་བྱུང་བའི་ཁར་ མི་དང་རི་དྲགས་གྱི་དཀའ་ངལ་ཡར་སེང་
དང་ སྐྱེ་ལྷན་རིམ་ལུགས་གྱི་ཞབས་ཏོག་ཚུ་ལུ་ གོད་པ་བྱུང་མི་ ༧༽ས་ཆ་ཐུགས་འཁོར་བཞེས་པ་ལས་བརྟེན་
གཞིས་སྐྱོད་གོ་བ་ཐོན་ནི་དང་ འཚོ་བའི་གནས་སྤངས་ལུ་བར་ཆད་རྒྱབ་ནི་ དམིགས་བསལ་དུ་ ས་ཆའི་ཐོབ་དབང་
ཉམས་ཆགས་ལས་བརྟེན་ ཨམ་སྐུ་ཚུ་ལུ་ཐོ་ཐོག་སྲིད་པ་ ༨༽ཐོ་མའི་རྩལ་སྐྱོད་ཡར་སེང་གི་ཉེན་ཁ་ དེ་ལས་ ༩༽
ལམ་གྱི་ཐོབ་དབང་ས་ཁོངས་ནང་ལས་ མི་སྲེ་ནགས་ཚལ་ཏེག་ཁར་༢༤.༡༤ དེ་ཅིག་ སེལ་བ་བརྟེན་ ནགས་ཚལ་
འདི་ཚུ་ལུ་བརྟེན་སྲོད་མི་ གུང་པ་ཚུ་ལུ་ ཐོ་ཐོག་ནི་ཨིན་མས། གོད་པ་ཚུའི་ཤུགས་ཆེ་ཉིང་འདི་ གོད་ཉེན་མར་
ཕབ་གྱི་ཐབས་ལམ་ ལག་ལེན་མ་འཐབ་པའི་ཉེ་མ་དང་ ལག་ལེན་འཐབ་ཞིན་མ་ལས་ དེའི་ཚབས་ཆེ་ཉིང་ཁྲོད་བྱེད་
ཁག་ མཐོ་ཤོས་ ཡང་ན་ རྒྱ་ཆེ་བ་ རན་ཏོག་ཏོ་ དེ་ལས་ དམའ་སྐྱེད་བྱེད་བཟུང་ཡོད་པ་དང་ ཚོན་རྟགས་
བཀོད་དེ་ཡོད་ཀྱི་དང་འབྲེལ་བརྟག་ཞིབ་འབད་ཡོད་པ་དང་ ཐིག་ལམ་། པ་ནང་ ལས་འགུལ་བསྐྱེད་འབད་བའི་
བཟོ་སྐྱུན་དང་ལག་ལེན་གྱི་རིམ་པ་ཚུ་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་ཨིན།

གཞོན་ཉེན་མར་ཕབ་གྱི་ཐབས་ལམ་དང་ **མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཐབས་བྱས།** གོང་ལུ་བཀོད་མི་
མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་གཞོན་པ་དང་ཉེན་ཁ་ཚུ་འཛིན་སྐྱོང་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ལས་འགུལ་གྱིས་
མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཞིབ་དཔྱད་མཐིལ་ཕྱིན་འབད་ཡོད་པ་དང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་
སྲིད་ཐབས་བྱས་ཚུ་ བཀོད་སྒྲིག་འབད་ཡོད་པ་དང་ འདི་ནང་ གཞོན་ཉེན་མར་ཕབ་ཐབས་ལམ་གྱི་གཞི་རྩ་ཚུ་དང་
འབྲེལ་ གཞོན་ཉེན་མར་ཕབ་གྱི་ཐབས་ལམ་ཚུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན། ཐབས་བྱས་ཚུ་ཡང་།

༡༽ ལུང་སྤྱོད་ཀྱི་གོང་འཕེལ་གསར་གཏོང་ཚུ་ལུ་ གཞོན་པ་བསལ་ཐབས་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་
སྲིད་ཕན་གཞོན་བརྟག་ཞིབ་དང་གཅིག་ཁར་ དེ་མ་བསལ་གྱི་ཕན་གཞོན་བརྟག་ཞིབ་དང་ མཐའ་འཁོར་གནས་
སྤངས་དང་མི་སྲིད་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་དང་ ལས་འགུལ་བཟོ་སྐྱབ་འབད་བའི་བསྐྱར་དང་ ལག་ལེན་འཐབ་པའི་
སྐབས་ གཞོན་པ་འཛིན་སྐྱོང་འབད་ནི་དོན་ཐབས་བྱས་བཀོད་སྒྲིག་འབད་ཡོད་པའི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་
སྲིད་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི།

༢༽ རྒྱ་ལྷན་རིགས་སྤྱ་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི། འདི་ནང་ ལག་ཆེ་བའི་འབྲུམ་ས་ས་བརྟག་ཞིབ་དང་ རང་བཞིན་
གནས་སྤངས་ཡར་རྒྱས་གཏང་ནི་དོན་ཐབས་ལམ་འགྲུབ་ནི་དོན་ལུ་ རིགས་སྤྱ་དང་འབྲུམ་ས་ས་སྤྱོད་གྱི་ཐབས་
བྱས་ཚུ་ཚུད་པ་ཨིན།

༣༽ གནམ་གཤིས་གྱི་ཉེན་ཁ་ཚུ་དང་ དེ་དོན་ཉེན་ཁ་མར་ཕབ་དང་མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཐབས་ལམ་ངོས་འཛིན་འབད་མི་
གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོ་དེ་གྱི་ཉེན་ཁ་བརྟག་ཞིབ།

༤༽ མི་སྲིད་ཚུ་བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་དོན་ལུ་ ཁེ་སྲོང་ཅན་ཚུ་གྲལ་གཏོགས་འབད་ནི་དོན་འཆར་གཞི།

༥༽ ཨམ་སྐུ་དང་ ཨ་ལོ་ ཕོ་མོའི་དབྱེ་བ་མ་འདྲམ་ཚུ་(LGBT+) དེ་ལས་ གཞན་ཉེན་ཅན་ཚུ་ ཉེན་སྲུང་འབད་
ནི་དང་ ཕོ་མོའི་དབྱེ་བ་མ་འདྲམ་ཚུ་(LGBT+) བརྩིས་པའི་ ཕོ་མོའི་རྩལ་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཉེན་ཁ་དང་ ལོ་
ཚད་དང་བསྐྱབ་པའི་རྩལ་སྤྱོད་མེད་པའི་ གྲུས་ཞབས་ཅན་དང་ཉེན་སྲུང་ཅན་གྱི་གནས་གཏང་ཡར་རྒྱས་གཏང་ནི་དོན་
དོན་ལུ་འདོད་སྤྱོད་ཀྱི་ལོག་སྤྱོད་དང་སྤྱུག་སྤྱོད་ དེ་ལས་ འདོད་སྤྱོད་ཀྱི་བརྟམ་གསལ་གྱི་དང་ལེན་འཆར་གཞི་ ཕོ་
མོ་གི་དང་ལེན་འཆར་གཞི།

༦༽ ཕོ་མོ་འདྲ་མཉམ་ཡར་རྒྱུ་གཏང་ནི་དང་ ཨམ་སྐུའི་དབང་ཆ་འབྲིན་ནི་ ཕོ་མོའི་ཁྱད་པར་བསལ་ནི་དོན་ལུ་ ཕོ་
མོའི་དབྱེ་བ་མ་འདྲམ་ཚུ་(LGBT+) ཡར་རྒྱུ་གཏང་ནི་ དེ་ལས་ ཕོ་མོ་དང་འབྲེལ་བའི་རྩལ་སྤྱོད་དང་དེ་དོན་སྤྱོད་
ལུ་འབྲེལ་བའི་གྲུ་ལུ་ཕྱི་ལོ་གི་ལས་རིམ་ནང་ ག་ར་གིས་བཅའ་མར་གཏོགས་ཚུགས་པའི་ ཕོ་མོ་གི་དང་ལེན་འཆར་
གཞི།

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡའི་སྐྱེལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐྱེལ་ཡར་རྒྱུ་ཞེས་མི་
 ཡི་ཨེས་ཨེས་ཀྱི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྤྱད་ལས་ ཏྲ་ས་ཐང་
 གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གོད་བརྟག་
 ཞིབ་སྒྲུབ་ལུ་བཀོད་ལྷན་བཅུད་དོན།

༡། ས་ཆ་གཞུང་གི་ཐུགས་མཁོ་བཞེས་མི་འཛིན་སྐྱོང་ནིའི་ཐབས་ལམ་དང་། གཞི་གསར་གྱི་གོད་ཉེན་ཚུ་ཚུད་པའི་
 གཞི་གསར་ལས་རིམ་གྱི་འཆར་གཞི།

གོང་འཁོད་ཡིག་ཆས་ཚུ་ གཅིག་རུབ་སྟེ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཉེན་ཁ་ཚུ་འཛིན་སྐྱོང་འབད་ནིའི་
 སྐྱོག་བཀོད་ཨིནམ་དང་ ལས་འགུལ་གྱི་གྲུབ་འབྲེས་ ཡུན་བརྟན་ཅན་ཨིནམ་ དེས་བརྟན་བཟོམ་ཨིན། མཐའ་
 འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཡིག་ཆས་ཚུ་ འགོ་འགུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་ལས་ཁུངས་དང་ འཛམ་གླིང་གཞུང་ཁང་གི་
 ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྐོར་ནང་གསལ་སྟོན་འབད་ནི་ཨིན།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཉེན་ཁ་ཚུ་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྤྱོད་ལུ་གྲུབ། འགོ་འགུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་
 ལས་འགུལ་གྱི་བྱ་རིམ་ཚུ་ནང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་བརྟེན་འཛུགས་འབད་ཡོད་པ་དེས་གཏན་བཟོ་དགོ་
 པའི་འགན་ཁུར་འབག་དགོ། འགོ་འགུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ནང་འཁོད་ཀྱི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་
 མི་སྲིད་སྡེ་ཚན་གྱིས་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ དང་ལེན་ལྟ་རྟོག་འབད་ནི་དང་
 དེས་མེད་ཀྱི་གནད་དོན་གང་རུང་ སེལ་ཐབས་འབད་ནི་ དེ་ལས་ བཟོ་སྐྱུན་དང་བཀོལ་སྤྱོད་འབད་བའི་སྐབས་ཀྱི་
 གནས་རིམ་ནང་ བྱིམས་ལུགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཚུ་ བསྟར་སྤྱོད་འབད་ཡོད་པ་དེས་གཏན་བཟོ་དགོཔ་ཨིན། ཁ་
 འབག་པ་དང་ ལྟ་བཀོད་བཟོ་རིག་འགོ་དཔོན་གྱིས་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་
 ལག་ལེན་འཐབ་ནིའི་དོན་ལུ་ རང་སོའི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཆེད་མིགས་ཀྱི་སྡེ་ཚན་དགོཔ་ཨིན།
 འགོ་འགུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཁས་ལེན་འཆར་གཞི་བཟོ་ཡོད་པ་
 དང་ ལས་འགུལ་གྱི་གནས་ཡུན་ནང་འཁོད་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་གནས་ཚད་ཚུ་ལུ་གནས་
 ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ འཛམ་གླིང་དབུལ་ཁང་དང་གཅིག་ཁར་ དང་ལེན་དང་ ཐབས་ལམ་ དེ་ལས་ དུས་ཚད་རེ་ལུ་
 མིག་ཚུ་ལུ་ཁ་འཆམ་འབྱུང་ཡོད།

ཐིག་ཁམ་། པ། བཟོ་བསྐྱུན་དང་ ལག་ལེན་གྱི་ དུས་རིམ་ནང་ ལམ་ལས་འགུལ་གྱི་ཕན་གོད་ཀྱི་གལ་གནད།

ཕན་གོད་ཉེན་ཁ།	གོད་ཉེན་མར་ཕབ་གྱི་ཐབས་ལམ་མ་ འབད་བའི་སྟོན་མ་ གོད་ཉེན་ཐུགས་ ཆེ་ཉིད།	གོད་ཉེན་མར་ཕབ་འབད་ཚར་བའི་ ལུ་ལུ་ ལྷག་ལུས་གོད་ཉེན་ ཐུགས་ཆེ་ཉིད།
བཟོ་སྐྱུན་ལས་རིམ་ལུ་ གོད་ཉེན་དང་ཉེན་ཁ།		
ཨི་ཨེས་ཨེས་། པ་དང་འབྲེལ་བའི།		

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡའི་སྐྱེལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐྱེལ་ཡར་ཤུགས་ཀྱི་ཨེ་སི་སི་
 ཨི་ཨེས་ཨེས་ ། གི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགོ་ལེགས་སྐྱུག་ལས་ ཏྲ་རས་ཐང་
 གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གཞོན་བརྟག་
 ཞིབ་སློབ་ཀྱི་བཀོད་བྱུང་བཅུད་དོན།

རྒྱུར་བཏང་སྐྱེལ་འཁོར་ལམ་གྱི་ལས་ འགུལ་གྱི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ དང་མི་སྲིད་ཕན་གཞོན།	མཐོ་ཤུགས།	དམའ་སྤྱ།
ཨི་ཨེས་ཨེས་ ༢ པ་དང་འབྲེལ་བའི།		
ལས་མི་དང་ལུ་གཡོག་གི་གནས་ སྤངས།	རྒྱ་ཆེ་བ།	དམའ་སྤྱ།
ལས་མིའི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཉེན་སྲུང།	མཐོ་ཤུགས།	རབ་ཏོག་ཏོ།
བཟོ་སྐྱུན་ནང་ ལུ་གཡོག་འཕྲོད་ བསྟེན་དང་ཉེན་སྲུང།	མཐོ་ཤུགས།	རབ་ཏོག་ཏོ།
ཨི་ཨེས་ཨེས་ ༣ པ་དང་འབྲེལ་བའི།		
ས་བཞོལ་ལུ་དང་ སྐྱེལ་འཁོར་རྒྱུན་རྒྱ་ཆེ་བ། འགུལ་ལས་ཐོན་མི་ཐལ་ཤ།	རྒྱ་ཆེ་བ།	དམའ་སྤྱ།
བཟོ་སྐྱུན་འཕྲུལ་ཆས་དང་འགྲོ་འགུལ་ ལས་བྱུང་བའི་བཅོམ་གྱི་བ།	རྒྱ་ཆེ་བ།	ཅུང་ཟད།
བཟོ་སྐྱུན་ལས་བྱུང་མི་ལུར་སྐྱ་དང་ ལྷགས་འཕར།	རྒྱ་ཆེ་བ།	རབ་ཏོག་ཏོ།
རང་བཞིན་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་འགྱུར་བ།	རྒྱ་ཆེ་བ།	རབ་ཏོག་ཏོ།
ས་རུད་དང་སྒྲིགས་མ།	རབ་ཏོག་ཏོ།	དམའ་སྤྱ།
རྒྱའི་སྐྱེལ་ཚད་ཉམས་ཆག་དང་བཅོམ་ གྱི་བ།	རབ་ཏོག་ཏོ།	དམའ་སྤྱ།
ས་གཞི་སྲེབ་སྦྱོར་དང་ཉམས་ཆག།	རབ་ཏོག་ཏོ།	དམའ་སྤྱ།

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡའི་སྐྱེལ་འབྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐྱེལ་ཡར་ཤུགས་ཀྱི་ཞི་སྲི་མི་
 ཞི་ཞེས་ཞེས་ཀྱི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྐྱུག་ལས་ ཉར་སེམས་
 གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིའི་ཕན་གཞོན་བརྟག་
 ཞིབ་སྒྲུབ་ཀྱི་བཀོད་བྱུང་བཅུད་དོན།

ས་གཞི་དང་ས་འོག་གི་རྒྱུ་ལུ་ བཅོམ་མཐོང་ཤུགས། པ།		རབ་ཏོག་དྲོ།
ལས་མི་རྒྱ་གཞི་ ཕྱགས་སྐྱེགས་རྒྱ། རྒྱ་ཆེ་བ།		རབ་ཏོག་དྲོ།
ས་ཁོངས་སེལ་བ་དང་ ཕྱིར་བཏོན་གྱི་རྒྱ་ཆེ་བ། ཕྱགས་སྐྱེགས།		རབ་ཏོག་དྲོ།
ཉེན་ལ་ཅན་གྱི་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཕྱགས་སྐྱེགས། རྒྱ་ཆེ་བ།		རབ་ཏོག་དྲོ།
མར་ཁུ་དང་རྩེ་སྐྱོད་རྒྱ་ཕྱིར་ཐོན་མི།	མཐོང་ཤུགས།	རབ་ཏོག་དྲོ།
ནག་རྒྱུད་གི་བཅོམ་གྱི་བ།	རབ་ཏོག་དྲོ།	དམའ་སྤྱ།
ཞི་ཞེས་ཞེས་ ༤ པ་དང་འབྲེལ་བའི།		
ལུ་གཡོག་པ་མང་འབབ་དང་ བུ་རྒྱ་ཆེ་བ། འཁོད་གནས་སྐྱོ་བ།		རབ་ཏོག་དྲོ།
ལུ་གཡོག་གི་མང་འབབ་ལས་བརྟེན་ རྒྱ་ཆེ་བ། མི་སྲིའི་གཅིག་མཐུན།		རབ་ཏོག་དྲོ།
མི་སྲིའི་རྟེན་གཞི་དང་ཕན་དེ་བ།	རྒྱ་ཆེ་བ།	རབ་ཏོག་དྲོ།
མི་སྲིའི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཉེན་སྲུང་གི་ རྒྱ་ཆེ་བ། ཉེན་ལ།		རབ་ཏོག་དྲོ།
འདོད་སྦྱོང་གི་ལོག་སྦྱོང་དང་སྐྱུག་སྦྱོང་ རྒྱ་ཆེ་བ། དེ་ལས་ འདོད་སྦྱོང་གི་བཅུད་ གསེགས།		རབ་ཏོག་དྲོ།
བཅོ་སྐྱོན་སྐྱབས་ སྐྱུ་མ་འཁོར་རྒྱུ་ རྒྱ་ཆེ་བ། འགྲུལ་གྲུངས་ལ་ཡར་སེང།		རབ་ཏོག་དྲོ།

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡའི་སྐྱེལ་འབྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྦྲེལ་ཡར་ཤུགས་ཀྱི་ཨེ་སི་སི་
 ཨི་ཨེས་ཨེས་ ། གི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགོ་ལེགས་སྐྱུག་ལས་ ཏྲ་རས་ཐང་
 གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གཞོན་བརྟག་
 ཞིབ་སྒྲུབ་ལུང་བཀོད་བྱུང་བ་བཅུད་དོན།

བཟོ་སྐྱུན་ལས་འབྲེལ་བའི་སྐྱུམ་འཁོར་ ཐུག་གྱེན་ངན།	མཐོ་ཤུགས།	དམའ་སྤྱ།
ས་ཡོམ་གྱི་ཉེན་ཁ་ལ་སོགས་པའི་རང་ བཞིན་གྱི་ཉེན་ཁ།	མཐོ་ཤུགས།	ཅུང་ཟད།
གནམ་གཤིས་འགྱུར་བའོད་ལུ་བརྟེན་ པའི་ རྒྱ་རུད་ལ་སོགས་པའི་ཉེན་ཁ།	མཐོ་ཤུགས།	དམའ་སྤྱ།
ཨི་ཨེས་ཨེས་ ༥ པ་དང་འབྲེལ་བའི།		
ཕྱི་དངོས་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་སྤོ་ བཤུད།	མཐོ་ཤུགས།	རབ་ཏོག་རྒྱ།
ཨི་ཨེས་ཨེས་ ༦ པ་དང་འབྲེལ་བའི།		
ས་ཐོག་གི་འབྲུམ་ས་ལུ་ཉམས་ ཆགས་ཀྱི་ལོ་མི་ཉར་ཨེས་ཀོལར་ ༠. ༡༤ །	རབ་ཏོག་རྒྱ།	དམའ་སྤྱ།
འབྲུམ་ས་ཉམས་པ་དང་བྱུང་སྐྱེལ་ཅན་ གྱི་རིགས་སྣ་དར་བྱུང།	རབ་ཏོག་རྒྱ།	དམའ་སྤྱ།
ས་ཐོག་གི་རི་དྲགས་སེམས་ཅན་རྩེ་ལུ་ གཞོན་པ།	དམའ་སྤྱ།	ཅུང་ཟད།
རྩེ་དང་གི་སྤོག་ཆག་གི་འབྲུམ་ས་ལུ་ གཞོན་པ།	རབ་ཏོག་རྒྱ།	དམའ་སྤྱ།
མི་དང་རི་དྲགས་སེམས་ཅན་རྩེ་གི་ བར་ནའི་དཀའ་ངལ།	མཐོ་ཤུགས།	རབ་ཏོག་རྒྱ།
ཨི་ཨེས་ཨེས་ ༧ པ་དང་འབྲེལ་བའི།		

ཤར་སྟོ་ཨི་ཤི་ཡའི་སྐྱེལ་འབྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐྱེལ་ཡར་ཤུག་ཏུ་ཨི་སི་སི་
 ཨི་ཨེས་ཨེས་ཀྱི་གི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགོ་ལེགས་སྐྱུག་ལས་ ཏུ་རས་ཐང་
 གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་ཕན་གཞོན་བརྟུག་
 ཞིབ་སྒྲུབ་ལུ་འགོ་དུ་བྱས་བཅུད་དོན།

ལམ་སྲོལ་གྱི་སྲོལ་ལྷན་ཐོན་སྐྱེད།	དམའ་སྤྱ།	ཅུང་ཟད།
གནས་ཚད་ཆ་མཉམ་ནང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པ།		
གནས་ཚད་ག་ར་དང་འབྲེལ་བའི་ སོ་མཐོ་ཤུགས། མོའི་དབྱེ་ཞིབ་དང་མཉམ་ཞུགས་གྱི་ ཕན་གཞོན།		རབ་ཏོག་ཏོ།
བཀོལ་སྤྱོད་འབད་བའི་སྐབས་གྱི་ཕན་གཞོན་དང་ཉེན་ལ།		
བཀོལ་སྤྱོད་འབད་བའི་སྐབས་ སྐྱུ་ཅུང་ཟད། འཁོར་རྒྱུན་འགྲུལ་ལས་བརྟེན་པའི་ ལྷུང་གི་སྐྱུ་ཚད་གྱི་གཞོན་པ།		ཅུང་ཟད།
བཀོལ་སྤྱོད་འབད་བའི་སྐབས་ ལྷན་མཐོ་ཤུགས། འགྲུལ་ལས་བརྟེན་པའི་ལུ་སྐྱོད་དང་ ལྷུགས་འཕར།		རབ་ཏོག་ཏོ།
ས་ཐོག་གི་ལམ་དང་ཟམ་ལས་བརྟེན་ པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་འགྲུར་བ་ དང་བཙོག་གི་བ།	རབ་ཏོག་ཏོ།	དམའ་སྤྱ།
ཉེན་ཅན་གྱི་མངལ་སྐྱེས་སྲོག་ཆགས་ འབྲུམ་ས་མེད་པ་གཏང་མི།	མཐོ་ཤུགས།	རབ་ཏོག་ཏོ།
ས་གནས་ནང་ གནས་སྤོ་འོང་མི་ལས་རྒྱ་ཆེ་བ། བརྟེན་པའི་ འདོད་སྤྱོད་ཀྱི་ལོག་སྤྱོད་ དང་སྐྱུག་སྤྱོད་ དེ་ལས་ འདོད་སྤྱོད་ གྱི་བརྟེན་གསལ་གསལ་གྱི་ཉེན་ལ།		རབ་ཏོག་ཏོ།
མི་སྡེའི་རྒྱུད་དང་ལུ་སྐྱེལ་གཞོན་པ།	རབ་ཏོག་ཏོ།	རབ་ཏོག་ཏོ།
ལམ་སྲོལ་གྱི་སྲོལ་ལྷན་ཐོན་སྐྱེད།	རབ་ཏོག་ཏོ།	དམའ་སྤྱ།

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡི་སྐུལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐུལ་ཡར་རྒྱུ་ཞེས་མི་
ཡི་ཡེས་ཡེས་ ། ཞི་ཡེས་འགྲུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ལས་ ཏཱ་ལའ་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གནོད་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལུ་འགོ་དུ་བྱས་བཅུད་དོན།

ཡི་ཡེས་ཡེས་ ༡ པ། ལཱ་གཡོག་དང་ལཱ་འབད་སའི་གནས་སྤངས།

ལས་འགྲུལ་གྱི་ལཱ་གཡོག་པ། ལས་འགྲུལ་གྱི་ལས་བྱེད་པ་ཚུ་ཡང་ འགོ་འགྲུལ་སྐུལ་འདྲེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་གཏན་
འཇགས་ཀྱི་ལས་གཡོག་པ་ ༥༠ དང་ ལ་འབག་པ་གིས་ ལ་འབག་ཐོག་བཅུགས་མི་ལཱ་གཡོག་པ་ལ་གྲངས་ ༡,༠༠༠
ལས་ ༡,༥༠༠ གི་བར་ན་འོང་ནི་ཡིན་མས། ལ་འབག་ཐོག་བཅུགས་མི་ལཱ་གཡོག་པ་ཚུ་ཡང་ ལ་གྲངས་ ༤༠༠ ལས་
༡༠༠ བར་ན་ ལུད་རིག་ཅན་གྱི་ལཱ་གཡོག་པ་དང་ ལུད་རིག་མིན་པའི་ལཱ་གཡོག་པ་ལ་གྲངས་ ༡,༤༠༠ ལས་ ༡,
༡༥༠ གི་བར་ན་ཡིན་མས། ལཱ་གཡོག་པ་མང་ཤོས་ར་ ཕྱི་རྒྱལ་ལས་མི་འོང་ནི་ཡིན་མས། ལས་མི་ཚུ་ཡང་ ལས་
འགྲུལ་གྱི་ས་ཁོངས་དང་ འབྲུག་གི་ས་གནས་གཞན་ཚུ་ནང་ལས་ དེ་ལས་ ཕྱི་རྒྱལ་ལས་ དམིགས་བསལ་དུ་ རྒྱ་
གར་གྱི་ལས་མི་བཅས་ ལས་མི་སྡེ་ཚོགས་འོང་ནི་ཡིན་མས།

ལཱ་གཡོག་གི་ཉེན་ལ། ལས་འགྲུལ་ནང་ ལཱ་གཡོག་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཉེན་སྲུང་གི་ཉེན་ལ་ཚུ་མ་བཅི་བར་ ལས་
གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ ཉེན་ལ་འབྱུང་སྲིད་ནི་འདི་ཡང་ ཡ་ལོ་ཚུ་ལུ་ལཱ་འབད་བཅུག་ནི་དང་ དབང་བཅོང་ཐོག་ལས་ལཱ་
འབད་བཅུག་ནི་ དེ་ལས་ ལཱ་འབད་སའི་ས་ཁོངས་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་མེད་པ་ལས་ འཕྲོད་བསྟེན་ལུ་ཉེན་སྲུང་ཚུ་ཡིན་
པས། ཉེན་ཅན་གྱི་སྡེ་ཚན་དང་ ཕྱི་ལས་འོང་མི་ལས་མི་ཚུ་ལུ་ ཐད་ཀར་དུ་ ཉེན་ལ་ཡོད་པ་ཡིན། གཞན་ཚུ་གྲང་
གནད་དོན་ཚུ་ཡང་ སློག་མཐུན་གྱི་གན་རྒྱ་མེད་པ་དང་ ལཱ་གི་དུས་ཚོད་མཐོ་རྒྱུགས་པ་ ལཱ་གཡོག་བཅུགས་ནི་ནང་
ཕྱོགས་རིས་འབད་ནི་ དེའུ་ཕོག་སྲོད་ནི་ལུ་ དུས་ཡུན་འགོར་མི་ ཡང་ན་ ལང་མ་སླེ་མེད་མ་སྲོད་པ་ དེ་ལས་ ལ་
འབག་པ་ ཡང་ན་ ལཱ་གཡོག་པ་བཅུགས་པའི་འོ་ཚབ་ཚུ་གིས་ ཁྲིམས་ལུགས་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ལཱ་གཡོག་པ་གི་གནས་
ཚད་ཚུ་དང་མ་འཁྲིལ་བར་ ལཱ་གཡོག་གི་ལོག་སྲོད་འབད་ནི་ཉེན་ལ་ཚུ་ཡོད་པ་ཡིན། ལཱ་གཡོག་པ་འཛིན་སྲོད་བྱ་
རིམ་ དཔེར་ན་ ཉེན་སྲུང་དང་འཕྲོད་བསྟེན་འཛིན་སྲོད་འཆར་གཞི་དང་ ལས་མི་འཛིན་སྲོད་འཆར་གྱི་
ཐབས་ལམ་ ཀུན་སྲོད་རྣམ་གཞག་ དེ་ལས་ སྲོད་ཁྲིམ་འཛིན་སྲོད་གི་འཆར་གཞི་དང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་
དང་མི་སྲིད་འཛིན་སྲོད་འཆར་གཞི་གིས་ ལཱ་གཡོག་པ་གི་ཉེན་ལ་ཚུ་སེལ་ཤ་ཡིན།

ལཱ་གཡོག་པ་མང་འབབ། ལཱ་གཡོག་པ་མང་མ་འོང་མི་ལས་བརྟེན་ ས་གནས་ཀྱི་མི་སྲིད་སྐུལ་ལྷགས་ཉེན་ལ་བཀལ་ནི་
དང་ འདོད་སྲོད་ཀྱི་ལོག་སྲོད་དང་སྐྱུག་སྲོད་ དེ་ལས་ འདོད་སྲོད་ཀྱི་བརྟེན་གསེགས་ཀྱི་བྱུང་རྒྱུ་ཡར་སེང་འགྲོ་ནི་
ཡིན་མ་མ་ཚད་ ས་གནས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ བགས་ཚལ་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ལུ་བརྟེན་སྲོད་མི་ལུ་ ས་གནས་ཀྱི་མི་སྲིད་
ཚུ་གི་བར་ན་ ས་གནས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་ལུ་ དོ་འགྲན་སྲོམ་འབྱུང་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

ལཱ་གཡོག་པ་མང་འབབ་ལས་བརྟེན་ ད་སྟོ་ཡོད་པའི་ གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་དང་ཞབས་ཏྲུག་ཚུ་ དཔེར་ན་ གསོ་བའི་
ཞབས་ཏྲུག་དང་ཤེས་རིག་ལུ་ ཐོ་ཕོག་སྲིད་པ་ལས་ ཞབས་ཏྲུག་གི་གནས་ཚད་དང་ གོ་སྐབས་ཚུ་ མར་ཉམས་

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡའི་སྐྱེལ་འབྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྦྲེལ་ཡར་རྒྱུ་ཞེས་མི་
ཡི་ཡེས་ཡེས་ཀྱི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྤྱད་ལས་ ཏྲ་ས་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གནོད་བརྟག་
ཞིབ་སློབ་ལུང་བཀོད་ལྷན་བཅུད་དོན།

འགྲོ་བེ་ཡིན་མས། འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ དཔེར་ན་ ལཱ་གཡོག་པ་མང་འབབ་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་དང་ འདོད་
སྦྱོང་གི་ལོག་སྦྱོང་དང་སྤྱད་སྦྱོང་ འདོད་སྦྱོང་གི་བཟབ་གསེགས་གི་འཆར་གཞི་ དེ་ལས་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་
དང་མི་སྲིད་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ཚུ་གིས་ ལཱ་འབད་སའི་ཉེན་སྲུང་དང་ སྦྱོང་བཟུང་ དེ་ལས་ གསོ་བའི་བརྟག་
དཔུང་ཚུ་བསལ་ཐབས་འབད་མ་ཡིན། ལས་འགུལ་དེ་གིས་ ལཱ་འབད་མི་ཚུ་ལུ་ ཉེན་སྲུང་ལེགས་ཤོམ་སླེ་བྱིན་
ཐབས་ལུ་ སྲིད་བྱས་ཚུ་ དམ་དམ་སླེ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དང་ ལྷ་རྟོག་འབད་དགོཔ་ཡིན།

ལས་འགུལ་བཟོ་སྐྱོན་གི་སྐྱབས་ལུ་ ལཱ་གཡོག་གི་གོ་སྐྱབས་སློམ་བཟོ་ཚུགས་པའི་རེ་བ་བསྐྱེད་དོ་ཡོད་པ་ད་ ལཱ་
གཡོག་གི་ཁ་གངས་མཐོ་ཤོས་དེ་ མི་གངས་ ༣,༥༠༠ དེ་ཅིག་ཡིན་མ་ད་ དེ་ནང་ འབྲུག་ནང་འཁོད་དང་རྒྱ་གར་ལས་
ལྷན་རིག་ཅན་གི་ལཱ་འབད་མི་དང་ ལྷན་རིག་མིན་པའི་ལཱ་འབད་མི་ཚུ་འོང་ནི་ཡིན་མས། མ་གཞི་ ལཱ་གཡོག་པ་ཚུ་
གྲྭ་འབྲུས་ཉུང་སུ་ཐོབ་མི་ལུ་བརྟེན་ རྒྱ་གར་ལས་འོང་མི་ལཱ་གཡོག་པ་ཚུ་མང་མ་འོང་ནི་ཡིན་རུང་ བྱང་ཁོད་གི་ལཱ་
གཡོག་པ་ དམིགས་བསལ་དུ་ ལྷན་རིག་མེད་པའི་མི་དང་ ལྷན་རིག་ཉུང་བའི་མི་ཚུ་ ལཱ་གཡོག་ནང་ བཅའ་མར་
གཏོགས་ནི་གི་འོས་འབབ་འདུག། བྱང་ཁོད་གི་དཔལ་འབྱོར་ལུ་ ཚོང་འབྲེལ་གི་གོ་སྐྱབས་ཡར་སེང་འགྲོ་མི་ལུ་
བརྟེན་ ཕན་ཐོགས་འབྱུང་ནི་ཡིན་མ་ད་ དེ་གིས་ ས་གནས་གི་ བཟུང་ཁང་དང་ ཚོང་ཁང་ལ་སོགས་པའི་ ཚོང་
ལས་ཚུ་ལུ་ཕན་ཐོགས་འབྱུང་ནི་ཡིན་མས། ལས་འགུལ་དེ་གིས་ ལུགས་མཐུན་གི་ལཱ་གཡོག་གི་ཐོག་ལས་ ཡམ་སྤུ་
ཚུ་ལུ་ དཔལ་འབྱོར་གི་རུས་ལུགས་བྱིན་ནིའི་གོ་སྐྱབས་ཚུ་ཡོད་ཡིན། ཡིན་རུང་ ལས་འགུལ་དེ་གིས་ ས་གནས་གི་
ལག་རྩལ་ཅན་གི་ལཱ་འབད་མི་ཚུ་ གནས་སྐྱབས་ཅིག་གི་དོན་ལུ་ གྲྭ་ཆ་ལེགས་ཤོམ་སླེ་ཐོབ་པའི་ལས་འགུལ་གི་དོན་
ལུ་ ཁོང་རའི་ད་རྩོམ་ལུ་འདི་བཀོ་བཞག་ནི་བཟུམ་འདུག།

ལས་མིའི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཉེན་སྲུང་ ལཱ་གཡོག་གི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཉེན་སྲུང། གོང་འཕེལ་རྒྱ་ཚུལ་སླེ་གཏང་པའི་
ལས་འགུལ་ཚུ་ནང་ ལཱ་གཡོག་གི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ ཉེན་སྲུང་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ལེ་ཤ་ཅིག་ནང་ ཉེན་ཁ་
ཡོད་པ་ཡིན། ལཱ་འབད་སའི་ས་ཁོངས་ནང་ ཚུལ་མཐུན་གི་ཐབས་ལམ་མ་བཏོན་པ་ཅིན་ རྒྱུ་རལ་དང་ མ་སྐྱོན་ དེ་
ལས་ ཤི་རྒྱུ་ཚུ་འབྱུང་སྲིད་ནི་ཡིན་མས། དེ་ནང་ལས་ གཡལ་སྲིད་ ཉེན་སྲུང་ཅན་གི་ལཱ་འཕེལ་ལུགས་ཚུ་ལག་ལེན་
མ་འཐབ་པ་ཅིན་ བཟོ་སྐྱོན་གི་ལས་སྐྱ་ཚུ་ནང་ རྒྱུ་རལ་དང་ མ་སྐྱོན་ཚུ་བྱུང་ནི་ཡིན་མས།

ལཱ་གཡོག་གི་ནད་གཞི་འདི་ ལཱ་འབད་མི་ཚུ་ལུ་ གནོད་ཉེན་ཅན་གི་གནད་དོན་ཅིག་ཡིན་མ་ད་ དེ་ཡང་ ལཱ་འབད་
སའི་གནས་སྤངས་ཉེན་ཅན་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ འབྱུང་དོ་ཡོད་ཡིན་མ་ད་ བྱང་གཞི་ཚུ་ཡང་ གཤམ་གསལ་སླེ་ཚན་ཚུ་ནང་
དབྱེ་བ་བྱེ་ཡོད་མི་འདི་ཡང་ ཤུལ་ཚིགས་གི་ནད་གཞི་དང་ སེམས་ཁམས་གི་ནད་གཞི་ ལུང་སྐྱེལ་བརྟེན་ན་
བའི་དབང་པོ་མེད་པ་ཐལ་ནི་ འབྲུ་ཉེན་ཅན་དང་འབྲུལ་ནད་གཞི་ དཔུགས་གཏོང་ལེན་གི་ནད་གཞི་ བགས་ནད་

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡི་སྐུལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྦྲེལ་ཡར་རྒྱུ་ཉེ་སྲི་སི་
ཨི་ཨེས་ཨེས་ཀྱི་གི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ལས་ ཏྲ་རས་ཐང་
གི་ལམ།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གནོད་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལུ་བཀོད་ལྷན་བཅུད་དོན།

དོན་ཉིད་གི་ནད་གཞི་ དེ་ལས་ ལཱ་གཡོག་གི་གོན་སར་ཚུ་ཨིན་མས། ནད་གཞི་འདི་ཚུ་ ལཱ་གི་གནས་སྤངས་དང་
གཙང་སྐྱེ་འཕྲོད་བསྟེན་ལེགས་ཤོམ་མེད་མི་ལུ་བརྟེན་འབྲུང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། ལཱ་གཡོག་གི་ནད་གཞི་ལ་ལོ་ཅིག་ ནད་
གཞི་ཐོབ་ཚར་ཕ་ཅིག་ དེ་འཕྲོ་ལས་ ནད་གཞི་ཐོབ་ཡོད་པར་ཤེས་དོ་ཡོད་པ་དང་ ལ་ལོ་ཅིག་ ནད་གཞི་ཐོབ་སྟེ་
ཡོད་རུང་ ལུན་རིང་མོ་གི་ལུལ་ལས་ཤེས་པ་ཨིན་མས།

གཞོན་ཉེན་མར་ཕབ་ཀྱི་ཐབས་ལམ་འདི་ཡང་ ཁ་འབག་གི་ལཱ་གཡོག་ཚུ་དང་མི་སྲིད་ལཱ་གཡོག་པ་འབད་མི་ཚུད་པའི་
ལཱ་གཡོག་ཆ་མཉམ་གྱི་དོན་ལུ་ སྦྱོར་འཇུག་འཐབ་ཚུགས་པའི་ ལཱ་གཡོག་གི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཉེན་སྲུང་འཛིན་སྦྱོང་
གི་འཆར་གཞི་བཟོ་ནི་དེ་ཨིན། ལཱ་ཁཡོག་ཚུ་ལུ་ གསོ་བ་དང་ཉེན་སྲུང་དང་འབྲེལ་བའི་འགོ་ཐོག་སྦྱོང་བརྟེན་དང་
དུས་རྒྱུན་གྱི་སྦྱོང་བརྟེན་ཚུ་བྱིན་དགོ་པ་ཨིན་མ་ད་ འདི་ནང་ རང་སོའི་ཉེན་སྲུང་གི་ཅ་ཆས་ཚུལ་མཐུན་གྱིན་ནི་དང་
གཙང་སྐྱེ་འཕྲོད་བསྟེན་ལེགས་ལེན་དང་ ནད་འབྱུབ་དང་འབྲེལ་བའི་བརྟེན་དོན་ དེ་ལས་ ཉེན་ཁ་དང་གཞོན་ཉེན་འཛིན་
སྦྱོང་གི་སྦྱོང་བརྟེན་ཚུ་བྱིན་དགོ་པ་ཨིན། གཞན་ཐབས་ལམ་ཚུ་ཡང་ རང་སོའི་ཉེན་སྲུང་གི་ཅ་ཆས་སྦྱོང་ནི་དང་ བཟོ་
སྐྱེན་གྱི་ལས་སྐྱེ་འགོ་མ་བཅུགས་པའི་སྦྱོན་ལས་ ལཱ་གཡོག་གི་ཉེན་ཁ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་ ཅ་ཆས་རྒྱུན་སྦྱོང་འབད་ནི་
དང་འོས་ལཱ་གི་སྦྱོག་མེ་ཡོད་པ་བཟོ་ནི་ ལམ་འགྲུལ་འཛིན་སྦྱོང་འཆར་གཞི་བཟོ་ནི་ ལཱ་གཡོག་ཚུ་ལུ་ རི་དུགས་
སེམས་ཅན་དང་རིགས་སྐྱེ་ཚུ་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་ནིའི་སྦྱོང་བརྟེན་ཚུ་ ཕྱགས་སྟེགས་འཛིན་སྦྱོང་ལམ་ལུགས་བཟོ་
ནི་ དེ་ལས་ འབྲུལ་བཀག་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་ཚུ་ཨིན། ལཱ་འབད་མི་ཚུ་ལུ་ ལཱ་འབད་སའི་ས་ཁོངས་ནང་
བཅུགས་པའི་ཉེ་མ་ སྤོམ་བཅོས་འབད་དགོ་པ་ཁག་ཆེ་ཤོས་ཨིན། དེ་བཟུམ་སྟེ་ ལཱ་གཡོག་ཚུ་ལུ་ གསོ་བའི་
ཞབས་ཏོག་དང་སྤོམ་བཅོས་ཚུ་བྱིན་དགོ་པ་མ་ཚད་ ས་གནས་ཀྱི་གསོ་བའི་ཞབས་ཏོག་བྱིན་མི་ཚུ་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་
སྟེ་ ཞབས་ཏོག་བྱིན་དགོ་པ་ཨིན།

ཁག་ཆེ་ཤོས་ར་ ལཱ་གཡོག་ཚུ་གིས་ ཉེན་སྲུང་བཟོ་ཚུ་གསང་བའི་ཐོག་ལས་ ལུ་གཏུགས་འབད་ནི་དོན་ལུ་
ཉེན་སྲུང་འཛིན་སེམས་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ གཞི་བཅུགས་འབད་དེ་ བསྐྱར་སྦྱོང་འབད་དགོ།

ལཱ་གཡོག་ཚུ་འི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཕན་བདེ་སྲུང་སྦྱོབ་འབད་ནི་དང་ གུས་ཞབས་ཀྱི་སྦྱོང་ལམ་ཡར་རྒྱུ་གཏང་ནི་ དེ་
ལས་ ཉེན་སྲུང་དང་ཐོབ་སྦྱོང་ཚུ་ དེས་གཏན་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ དགོས་མཁོ་ཚུ་བཀོད་དེ་ ལཱ་གཡོག་གི་ཀུན་སྦྱོང་
རྣམ་གཞག་བཀོད་སྦྱོག་འབད་དེ་ བསྐྱར་སྦྱོང་འབད་ནི་ཨིན། ལས་འགུལ་འདི་གིས་ རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་ཚད་དང་
འབྲེལ་ཏེ་ ལས་མི་འཛིན་སྦྱོང་འཆར་གཞི་ཉེ་པ་ལུ་ཨེམ་ཕི་། ལམ་ལེན་འཐབ་ནི་ཨིན་མ་མ་ཚད་ ལཱ་གཡོག་ནང་
ཕྱོགས་རིས་མེད་པའི་ལམ་ལུགས་དང་ དུས་ཚོད་ཁར་ དུལ་ཕོགས་སྦྱོང་ནི་ དེ་ལས་ གན་རྒྱ་གསལ་ཏོག་ཏོ་བཟོ་
ཡོད་པ་དེས་གཏན་བཟོ་ནི་ཨིན། ས་གནས་ཀྱི་ལས་སྟེ་ཚུ་དང་ མཉམ་འབྲེལ་འབད་མི་འདི་གིས་ མི་སྲིད་འཕེལ་

ལུ་རྒྱུ་སྐྱེར་འབད་ནི་དང་ མི་སྲིད་གཞི་ལེན་ཚུ་ བསལ་ནི་ཨིན་པ་ད་ སོ་མོ་འི་དབྱེ་བ་གི་བཟོ་བཀོད་གཞི་ཚུ་
གིས་ ལས་འགུལ་གི་མཐུན་སྐྱེལ་ཚུ་ནང་ཉེན་སྲུང་ཡར་རྒྱུ་གཏང་ནི་ཨིན། ཉེན་སྲུང་བཀོད་དང་སྐྱེལ་བཟོ་གི་དོན་ལུ་
ཉེན་སྲུང་དང་ལྡན་པའི་ གསལ་བའི་སྐྱེལ་ཞུ་འབད་ཐངས་ཚུ་བཟོ་སྟེ་ ལུ་འབད་མི་ཚམ་ཉམ་ལུ་ རྒྱུ་སྐྱེར་གི་གནས་
སྤངས་ དེས་གཏན་བཟོ་ནི་ཨིན།

ཨི་ཨེས་ཨེས་ལ། བ། ཐོན་ཁུངས་འཛོན་ཐངས་དང་ བཅོག་གི་བཟོ་བཟོ་འགོག་དང་འཛོན་སྐྱེར།

ཐོན་ཁུངས་འཛོན་ཐངས། ལས་འགུལ་གི་དོན་ལུ་ དགོས་མཁོ་ཆེ་བའི་ཚམས་ཚུ་གི་སྐྱོན་ཅིས་ཚུ་ཡང་ སྤྱིར་བཏང་ས་
ཆ་བསུབ་ཚད་མི་ཉར་ཀུལ་༥༩,༥༡༠ དང་ རྫོང་རིང་/རྫོང་མི་ཉར་ཀུལ་༡༤,༡༡༠ ཅི་ནག་མི་ཉར་ཀུལ་༤༠༠ ཅི་ས་འོྱོན་
༡༤,༠༤༠ བྱེམ་འོྱོན་༢༥,༤༠༠ དེ་ལས་ རྫོང་རྒྱུ་འོྱོན་༡༩,༥༡༠དང་ རྫོང་རྫོང་འོྱོན་༡༤,༣༥༠ ལྷགས་རིགས་
prestressing steel འོྱོན་༡,༣༡༠ དེ་ལས་ ལྷགས་ཐག་འོྱོན་༣༤༠ཚུ་དགོས་ཨིན། བཟོ་སྐྱེལ་གི་ཚམས་
དཔེར་ན་ ཅི་ས་དང་ ཅི་ནག་ རྫོང་རྒྱུ་ དེ་ལས་ དགོས་མཁོ་ཚན་གི་ཚམས་ཚུ་ འོས་བབ་དང་བསྐྱེལ་ ལས་
འགུལ་གི་ཉེ་འདབས་ལུ་ཡོད་པའི་ གཞུང་གིས་དོས་འཛོན་འབད་མི་ ཅི་ས་བཟོ་སྐྱེལ་ཁང་དང་ རྫོང་རྒྱུ་བཟོ་སྐྱེལ་
ཁང་ ཅི་ནག་ རྫོང་རྒྱུ་འཕུལ་ཁང་ཚུ་ལས་ མཁོ་གུབ་འབད་ནི་ཨིན་མས། ས་ཁོངས་ནང་ལས་ཐོན་པའི་ཚམས་ཚུ་
ལོག་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ སྤྱིར་བཏོན་ཡོད་པའི་ཚམས་ཚུ་ བཀོ་ནི་མར་ཕབ་འབད་ནི་ཨིན། ཐོན་ཁུངས་འཛོན་ཐངས་
ལུ་གཞི་དེ་ཉེན་མར་ཕབ་གི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ཡང་ ས་བཞོན་ནི་དགོས་མཁོ་མར་ཕབ་འབད་ནི་དང་ བཏོག་ནི་དང་བསུབ་
ནི་ཚུ་འབྲེལ་མཉམ་བཟོ་ནི་ ཚམས་ཚུ་ ལོག་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་གི་འོས་འབབ་ཚུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་ ས་དང་ཚ་
ཆས་སྤྱིར་བཏོན་མར་ཕབ་དོན་ལུ་ སྤྱིར་བཏོན་ཡོད་མི་ས་ཚུ་སྤྱི་ཤིང་ཚུ་ནང་སྐྱེལ་ནི་དང་ སའི་མཛེས་བཀོད་བཟོ་ནི་
ཐབས་ལམ་གི་གོ་སྐབས་ཚུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི་ཚུ་ཨིན། ལག་ལེན་བཟང་ཤོས་དང་འབྲེལ་ བཟོ་སྐྱེལ་གི་ལས་སྐྱེལ་
གི་སྐབས་ལུ་ ས་ཁོངས་ནང་ ཚམས་ག་དེ་ཅིག་ཐོན་ཡོད་པ་ཨིན་ན་དང་ ས་ཁོངས་ནང་ལས་འཐོན་མི་ཚམས་
ལོག་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད་མི་ དེ་ལས་ ས་ཁོངས་ཕྱི་ཁར་བཀོ་བཞག་མི་ དེ་ལས་ བཀོ་བཞག་སའི་ལམ་དང་
དུས་ཚོད་རེ་ལུ་མིག་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ ཁ་གསལ་སྟེ་ས་ཁོངས་ཀྱི་ཐོ་ཡིག་ཚུ་བཞག་དགོ།

ས་རུད་དང་སྐྱེགས་མ་ཚད་འཛོན། ལས་འགུལ་གི་ས་ཁོངས་ནང་ ས་ཐང་མཚམས་ཅིག་ཡོད་མི་ལས་ ཞུན་གཟར་
རྒྱུ་སྐྱེལ་ཚུ་ཚོད་ཡོད་པའི་ས་ཚུ་སྤྱིང་ས་འདི་ ས་རུད་ཀྱི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ཨིན། བཟོ་བསྐྱེལ་གི་ལུ་ དཔེར་ན་ ས་ཆ་
སེལ་ནི་ལུ་དང་ ས་ཞོ་རྫོ་རྫོ་གི་ལུ་ དེ་ལས་ གཙང་ཚུ་ཚུ་ནང་ གཟུང་དང་གཞི་འགུམ་ཚུ་ བཟོ་སྐྱེལ་འབད་མི་འདི་
གིས་ གཙང་ཚུ་འཕྲུལ་ལུ་ གཞི་དཔ་བྱུང་སྤོང་པའི་ཁར་ ས་རུད་འཐོན་ནི་ཉེན་ཁ་དང་སྐྱེགས་མ་རག་རྩི་ཚུ་
འབྲུག་འབག་འགྱུ་ནི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ཨིན། འདི་འབད་ཕ་ལས་ ས་རུད་འཐོན་ནི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པའི་ས་ཆ་ཞུན་གཟར་

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡི་སྐྱེལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྦྲེལ་ཡར་དྲག་ཏུ་ཞེ་སི་སི་
ཞི་ཞེས་ཞེས་ཀྱི་ལས་འགུལ། འབྲུག་། དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ལས་ ཏཱ་ལ་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གོད་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལུ་བཀོད་ལྷན་བཅུད་དོན།

དྲགས་ལུ་ གཞོན་སྐྱོན་རྒྱབ་ནི་ལས་ འཛེམ་དགོཔ་ཁག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན། ལས་འགུལ་གྱིས་ ས་ཁོངས་ནང་ ས་
ཆའི་ཐོན་སྐྱེད་ཉམས་སྲུང་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ཐབས་ལམ་ཚུ་ཡང་ ཁ་འབག་པ་གིས་ གཞུང་གི་དབང་འཛིན་གྱིས་ཆ་
འཛིག་འབད་མི་ས་ཁོངས་ལས་བརྒྱལ་ཏེ་ ས་ཆ་སེལ་ནི་ ཡང་ན་ དགོགས་ནི་ཚུ་ལས་བཀག་ནི་དང་ ས་ཆའི་ཐོན་
སྐྱེད་སྲུང་སྐྱོབ་དོན་ལུ་ ས་ཆ་ལུ་གོད་སྐྱོན་རྒྱབ་མི་ལས་སྣ་འགོ་མ་བཅུགས་པའི་ཏེ་མར་ ཆ་འཛིག་འབད་ཡོད་པའི་
ས་རུད་བཀག་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ཚུ་སྤྲིལ་དགོཔ་དང་ བཟོ་སྐྱོན་འབད་ཚར་བའི་ལུ་ལུ་ ས་ཆ་བརྟན་ཏོག་ཏོ་བཟོ་
ནི་དོན་ལུ་ དེ་འབྲེལ་ཤིང་གི་འདབ་མའི་ཕྱགས་སྒྲིགས་དང་རང་བཞིན་བཟི་སྟེ་ སྤངས་ཚུ་བཏོན་ནི་དང་ གསོག་
འཛིག་འབད་ནི་ དེ་ལས་ སྤངས་ས་བསྐྱབ་དགོཔ་དང་ གཞོན་པ་བྱུང་མི་ས་ཁོངས་ཚུ་ བརྟན་ཏོག་ཏོ་བཟོ་ནི་དང་ ས་
གནས་ཀྱི་སྤོ་ཤིང་ཚུ་ ལོག་སྟེ་གཞི་བཅུགས་འབད་ནི་ལུ་ སན་ཐོགས་འབྱུང་ནི་གི་དོན་ལུ་ བསྐྱེད་གསོག་འབད་ཡོད་
པའི་སྤངས་ས་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ། ཁག་འབག་པ་གིས་ ས་རུད་དང་སྒྲིགས་མ་དམ་འཛིན་གྱི་འཆར་གཞི་
བཟོ་དགོཔ་མ་ཚད་ མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་ ས་རུད་དང་སྒྲིགས་མ་རག་རོ་གི་གནད་དོན་ག་ཅི་ར་བྱུང་རུང་ དབང་འཛིན་དང་
ཁ་འབག་པ་ལུ་ སྒྲུབ་ལུ་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ཉམས་སྲུང་སྐྱོབ་ལུ་ ཉམས་སྲུང་སྐྱོབ་ལུ་ ཉམས་སྲུང་སྐྱོབ་ལུ་ ཉམས་སྲུང་སྐྱོབ་ལུ་

བཅོག་གི་བཀག་ཐབས། ལས་འགུལ་བཟོ་བསྐྱོར་གྱི་གོད་པ་ཚུ་ཡང་ ས་ཆའི་ལུ་ལས་ཐོན་མི་ཐལ་ཕྱ་དང་ ལུ་
སྤྲི་བཅོག་གི་བཀག་ ས་རུད་དང་སྒྲིགས་མ་འབྲུགས་ནི་ གྲེན་བརྟན་ཏོག་ཏོ་ཉམས་སྲུང་ནི་ ས་ཉམས་སྲུང་འབྲེལ་མི་ ཆར་ཚུ་གི་
བཅོག་གི་བཀག་ནི་དང་ བཅོག་ཚུ་གིས་ས་ཐོན་གི་ཚུ་ཚུ་ལུ་བཅོག་པ་ལུ་གསལ་མི་ ཚུ་རིག་པའི་བསྐྱུར་བཅོས་ ས་ཆ་
ལུ་གོད་སྐྱོན་ཏུ་དཔེར་ན་ ས་ཆ་ཞེས་ཞེ་དང་ ས་ཆ་དང་ས་ཐོན་གི་ཚུ་ལུ་བཅོག་གི་བཀག་ལུ་གསལ་ནི་ ཕྱགས་སྒྲིགས་
བཀོ་ནི་ ཉམ་ཅན་དང་ཉམ་ཅན་མིན་པའི་ཕྱགས་སྒྲིགས་ཚུ་ལག་ལེན་ལས་བརྟེན་ ཚུ་གི་སྤྲོས་ཚད་དང་ མི་མང་གི་
འཕྲོད་བསྟེན་ལུ་གོད་པ་རྒྱབ་ནི་ དེ་ལས་ སྤྲོས་འཁོར་དང་འཕྲུལ་ཁང་ཚུ་ལས་ཐོན་མི་ བཅོག་གི་བཀག་ལུ་ཡིན།
ཐལ་ཕྱ་དང་རྒྱུང་གི་བཅོག་གི་བཀག་མར་ཕབ་འབད་ནི་འཐབས་ལམ་ཚུ་ཡང་ ཐལ་ཕྱ་བཀག་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་བྱས་ དཔེར་
ན་ དུས་རྒྱུན་ ས་ཐོན་ལུ་ཚུ་སྤྲོས་མི་དང་ བཟོ་སྐྱོན་གྱི་ཅ་ཆས་ཚུ་བཀག་བཞག་ནི་ དེ་ལས་ འཕྲོད་རྒྱུང་མར་ཕབ་
འབད་ནི་དོན་ལུ་ འཕྲུལ་ཆས་ཚུ་ཚུ་ལ་མཐུན་སྟེ་རྒྱུན་སྤྲོད་འཐབ་ཡོད་པ་ངེས་གཏན་བཟོ་ནི་ཚུ་ཡིན། བཟོ་སྐྱོན་གྱི་
ལས་སྣ་ཚུ་ལས་བརྟེན་པའི་ལུ་སྤྲོས་ཚུ་མར་ཕབ་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ལུ་སྤྲོས་ལུ་ཚུ་ ཉམ་མའི་དུས་ཚོད་ལུ་འབད་དེ་ཚད་
འཛིན་འབད་ནི་དང་ དུས་རྒྱུན་འཕྲུལ་ཆས་ཚུ་ རྒྱུན་སྤྲོད་འབད་ནི་དང་ ས་ཁོངས་གཙོ་བོ་ཚུ་ནང་ ལུ་སྤྲོས་ལུ་རྟོག་
འབད་ནི་ཚུ་ཡིན། ལས་འགུལ་གྱིས་ ཚུ་ནང་སྒྲིགས་མ་མར་ཕབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ ས་རུད་བཀག་འཛིན་ཐབས་ལམ་དང་
སྒྲིགས་མ་བཀག་ཆག་གི་རྟེན་གཞི་བཟོ་སྐྱོན་འབད་དགོ།

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡི་ཡི་སྐྱེལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྦྲེལ་ཡར་དྲག་ཏུ་ཞེ་སི་སི་
ཞི་ཞེས་ཞེས་ཀྱི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྤྱད་ལས་ ཏཱ་ལ་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གནོད་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལུ་བཀོད་ལུ་བཅུད་དོན།

ལག་ལེན་འཐབ་པའི་སྐབས་ལུ་ སྤྱི་འཁོར་གྱི་རྒྱ་ལྷག་དང་ ལམ་འགྲུལ་པ་རྒྱ་གིས་ཕྱགས་སྒྲིགས་བཀོག་བཞག་
མི་བརྟེན་ བཅོམ་གྱི་བའཐོན་ནི་ཉེན་ལ་ཡོད་པ་ཡིན། གནོད་ཉེན་མར་ཕབ་འབད་ནི་དོན་ལུ་ སྤྱི་འཁོར་གྱི་བཅོམ་
གྱི་བའཐོན་ ཉེ་འདབས་གྱི་རྒྱ་ལིག་རྒྱ་ལུ་ བཅོམ་གྱི་བའཐོན་ཐབས་ལུ་ སྤྱི་འཁོར་ཆེ་བ་འགྲུལ་སྦྱོང་ ཡང་ན་
བཀག་བཞག་སའི་ས་ཁོངས་རྒྱ་ནང་ ས་སྤྱི་འཁོར་རྒྱ་སོ་སོ་བྱེ་མི་འབྲུལ་ཆས་རྒྱ་བཅུགས་ནི་དང་ བཅོམ་གྱི་བའཐོན་
རྒྱ་གི་གནས་ཚད་ལྟ་རྟོག་འབད་ནི་དང་ བཅོམ་གྱི་བའཐོན་ཕོད་པ་ཅིན་ བཅོམ་རྒྱ་བའཐོན་ལུ་རྒྱ་འབད་ནི་
ཡིན།

ཕྱགས་སྒྲིགས་འཛིན་སྦྱོང་། ལས་འགྲུལ་ལས་ ཕྱགས་སྒྲིགས་མ་འདྲམ་འཐོན་ནི་ཡིན་མས་ གཙོ་བོ་ར་ རང་འཁོར་
གྱི་ཕྱགས་སྒྲིགས་དང་བཅོམ་སྤྱོད་གྱི་ཕྱགས་སྒྲིགས་རྒྱ་ཡིན། ཕྱགས་སྒྲིགས་རྒྱ་ འཐོན་པའི་སྐབས་དང་ བསལ་
བཞག་པ་ད་ སྐྱེལ་འདྲེན་ དེ་ལས་ བཀོ་བའི་སྐབས་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལུ་གནོད་སྦྱོན་བྱུང་ནི་གི་ཉེན་
ལ་ཡོད་པ་ཡིན། གནོད་སྦྱོན་གཙོ་བོ་འདི་ ཐལ་མ་དང་ རྒྱུ་སྤྱི་འཁོར་ སྤྱི་བཏང་གི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཉེན་སྲུང་ དེ་
ལས་ མཐོང་སྤང་གི་གནོད་སྦྱོན་རྒྱ་ཡིན། ཕྱགས་སྒྲིགས་གྱི་ཚད་དཔག་དེ་ཡང་ ཉེན་མ་རེ་ལུ་ བྱིམ་ནང་གི་ཕྱགས་
སྒྲིགས་ཀའི་ཇི་༡,༢༥༠ དང་ བཅོམ་སྤྱོད་གྱི་ཕྱགས་སྒྲིགས་ཀའི་ཇི་༡༥༠ དེ་ལས་ ས་སྤྱི་འཁོར་ཡོད་པའི་རས་ཆ་དང་
ཚེ་སྤྱི་འཁོར་ཕྱགས་སྒྲིགས་ལས་ ཉེན་ལ་ཅན་གྱི་ཕྱགས་སྒྲིགས་ཀའི་ཇི་༥,༢ ཉེན་ཅན་གྱི་གཤེར་ལུ་འི་ཇི་༧,༤,༣༥ དང་
ས་སྤྱི་འཁོར་ཕྱགས་སྒྲིགས་དང་ཚེ་སྤྱི་འཁོར་དང་འབྲེལ་བའི་ཉེན་ལ་ཅན་གྱི་ཕྱགས་སྒྲིགས་ཀའི་ཇི་༡༡,༧ འཐོན་ནི་ཡིན་
མས། བཅོམ་རིག་མཁོ་སྤྱོད་དང་བཅོམ་སྤྱོད་གྱི་ལ་འབག་པ་གིས་ ཕྱགས་སྒྲིགས་འཛིན་སྦྱོང་འཆར་གཞི་ཅིག་བཅོམ་སྤྱོད་
བཅོམ་སྤྱོད་གྱི་ལུ་མ་རན་པའི་ཉེ་མར་ཆ་འཛོག་འབད་ནི་དོན་ལུ་ འགོ་འགྲུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་ལས་ལུ་བཅུགས་
དགོ་པ་དང་ འཆར་གཞི་དེ་ནང་ བྱིམ་ནང་གི་ཕྱགས་སྒྲིགས་རྒྱ་ བཅུན་ཕྱག་རེ་ནང་ དགེ་ལེགས་སྤྱད་ཕྱགས་
སྒྲིགས་བཀོ་སའི་ས་ཁོངས་ནང་ སྐྱེལ་འདྲེན་འབད་ནི་དང་གཅིག་ཁར་ བཟའ་འཐུང་གི་ཕྱགས་སྒྲིགས་རྒྱ་དབྱེ་བ་བྱེ་
ནི་ དེ་ལས་ ཕྱགས་སྒྲིགས་འདི་རྒྱ་ ལུ་བཅོམ་དགོ་པ་དང་ ཡང་ན་ ལེགས་བཅོས་འབད་སའི་ས་ཁོངས་ནང་
གཏང་དགོ། དེ་བཟུམ་སྤྱོད་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་སྤྱི་གཞི་རྒྱ་དང་འབྲེལ་ཡོད་པ་ དེས་གཏན་བཅོམ་ནི་དོན་
ལུ་ ཉེན་ལ་ཅན་གྱི་ཕྱགས་སྒྲིགས་བཞག་སའི་སྤོད་རྒྱ་ དབྱེ་བ་བྱེ་དགོ་པ་དང་ རྒྱུ་མཐུན་བཀོ་ཐབས་ལུ་ ཚོང་པ་
ལུ་ ལོག་སྦྱོང་དགོ་པ་མ་ཚད་ ཉེན་ལ་ཅན་གྱི་རྒྱ་ལུ་ ཉེན་སྲུང་ཕྱན་པའི་སྤོད་ལས་བཞག་དགོ་པ་དང་འཛིན་སྦྱོང་
འབད་དགོ། གཞན་མར་ཕབ་འབད་ནི་དེ་ཐབས་ལམ་རྒྱ་ཡང་ ཕྱགས་སྒྲིགས་རྒྱ་ ས་དོང་ནང་བཅུགས་ནི་ ཡང་ན་
མེ་བཏང་ནི་རྒྱ་བཀག་དམ་འབད་ནི་དང་ ཕྱགས་སྒྲིགས་རྒྱ་ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་གསལ་འཛོག་འབད་ནི་ ཕྱགས་སྒྲིགས་རྒྱ་
དོས་འཛིན་འབད་མི་བསྐྱེལ་ལེན་པ་གིས་སྐྱེལ་འདྲེན་འབད་ནི་ ཕྱགས་སྒྲིགས་འཛིན་སྦྱོང་འབད་ནི་དོན་ལུ་ གཙོ་བོ་སྤྱོད་

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡི་སྐུལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྦྲེལ་ཡར་རྒྱུ། ཞེ་སི་སི་
ཞི་ཞེས་ཞེས་ ། ཞི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྤྱད་ལས་ ཉར་ས་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གོད་བརྟག་
ཞིབ་སློབ་ལུང་བཀོད་བྱེད་བཅུད་དོན།

ལྷན་པའི་ས་སྤྱོད་འདི་དོང་ རོས་འཛིན་འབད་ནི་ ཡང་ན་ བཟོ་སྐྱུན་འབད་ནི་ ས་ཚོ་གྲི་ལུ་མར་ཕབ་འབད་ནི་ ས་ཚོ་
ནི་དང་སྤྱོད་འདི་ཚད་སྟོམ་འབད་ནི་ ཕྱགས་སྤྱིགས་ཚུ་ལོག་ལག་ལེན་འབབ་ནི་ འཇོག་ལུས་སྤྱོད་འདི་འཕྲུལ་ཆས་ཚུ་
བྱིན་ནི་ ཕྱགས་སྤྱིགས་གསོག་འཇོག་འབད་སའི་མཛོད་ཚུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་ དེ་ལས་ ལཱ་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ ཕྱགས་
སྤྱིགས་འཛིན་སྐྱོང་ནང་སྐྱོང་བཟུང་བྱིན་ནི་ཚུ་ཨིན།

ཞི་ཞེས་ཞེས་ ། ཡ། མི་སྲིད་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཉེན་སྲུང་།

བཟོ་སྐྱུན་གྱི་སྐབས་ལུ་ འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཉེན་སྲུང་གི་ཉེན་ལ། ལས་འགུལ་དང་འབྲེལ་བའི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཉེན་
སྲུང་གི་ཉེན་ལ་ལེ་ཤ་ཡོད་པ་ལས་ དེ་གིས་ མི་སྲིད་ལུ་ ཉེན་ལ་སྐྱོམ་སྤོང་ཕོག་ནི་ཨིན་མཇུག་ དེ་ཚུ་གི་གྲས་ལས་
འཕྲུལ་ཆས་སྐྱོམ་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་ནི་དང་ ཅ་ཆས་སྐྱུལ་འདྲེན་འབད་ནི་དང་འཁོར་ལམ་བདེ་ལྟེ་འགུལ་སྐྱོད་འབད་
ནི་ དེ་ལས་ འབྲུ་ནད་བྱབ་སྤེལ་གྱི་འགྲུར་བ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ཨིན། བཟོ་སྐྱུན་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ ཕྱགས་སྤྱིགས་
ལེ་ཤ་འཐོན་ནི་ཨིན་མཇུག་ལས་ ས་གནས་ཀྱི་རིམ་ལུགས་ལུ་ ཉ་ཅང་གི་གོད་སྐྱོན་རྒྱབ་ནི་ཨིན་མས། འུང་སྐྱོད་དང་
ཐལ་མ་ དེ་ལས་ བཟོ་སྐྱུན་གྱི་ལུ་ཚུ་ནང་ལས་བྱུང་མི་འདར་གསེག་གིས་ ས་ཁོངས་དེ་གི་མཐུན་ཆེན་ཚུ་མར་ཕབ་
འབད་དེ་ ས་གནས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གི་ མི་ཚོ་གནས་སྤངས་ལུ་ ཐོ་ཕོག་ནི་ཨིན་མས།

ལཱ་གཡོག་པ་མང་འབབ་ལས་བརྟེན་ ས་གནས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ལུ་གོད་པ། མི་རྣོབས་མང་འབབ་དང་ ལས་འགུལ་
གྲི་ལས་སྤྱོད་ཚུ་ལས་བརྟེན་ ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་ གསོ་བའི་ཞབས་ཏོག་ཚུ་ལུ་ཐོ་ཕོག་ནི་ཨིན་མཇུག་ གསོ་བའི་ཞབས་ཏོག་
ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སྤོང་འཐོབ་ཚུགས་པ་ཅིན་ འབྲུ་ནད་ཚུ་བཀག་འཛིན་འབད་ནི་ལུ་ ཕན་ཐོགས་འབྱུང་ནི་ཨིན་མས།
ལས་འགུལ་ལས་བརྟེན་ ས་གནས་ནང་མི་གནས་སྤོང་འོང་མཇུག་ ཚུའི་ཐོན་སྐྱེད་ལུ་གོད་པ་ལུགས་འབྱུང་མ་བཞིན་དུ་
ས་གནས་ཀྱི་མི་སྲིད་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ ཚུ་འཐོབ་ནི་ནང་ རོ་འགྲུན་འབྱུང་ནི་ཨིན་མས།

མི་སྲིད་ལུ་ཕན་པའི་ཐབས་བྱས་ནང་ལུ་ ཚུ་དང་ ཕྱགས་སྤྱིགས་ དེ་ལས་ སྐྱུལ་འདྲེན་གྱི་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ཚུ་
དང་ ཁོ་གྱོང་ཡོད་མི་ཚུ་གི་གནད་དོན་དང་ཚ་གྲང་ཚུ་བཀོད་ནི་དོན་ལུ་ མི་སྲིད་ཉེན་སྲུང་འཛིན་སེལ་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་
ལམ་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་དགོས་ཨིན།

ཕོ་མོའི་དབྱེ་བ་ལུ་བརྟེན་པའི་རྩུབ་སྐྱོད་དང་ འདོད་སྦྱོང་གི་ལོག་སྦྱོང་དང་སྤྱད་སྦྱོང་ དེ་ལས་ འདོད་སྦྱོང་གི་བཟུང་
གསེགས་ཀྱི་ཉེན་ལ་ཚུ། ལས་འགུལ་འདི་གིས་ ས་གནས་ནང་ལུ་ ཐང་ཀར་དུ་དང་ ཐང་ཀར་དུ་མེན་པའི་ལུ་
གཡོག་གི་ཐོག་ལས་ མི་མངམ་འོང་ནི་ཨིན་མས། མི་རྣོབས་ཡར་སེང་འདི་ཡང་ མང་ཤོས་ཅིག་ར་ ས་གནས་ཀྱི་ཕྱི་
ཁ་ལས་ ཕོ་སྐྱེས་ཚུ་འོང་ནི་ཨིན་མས། ད་ལྟོ་ ཕོ་མོའི་དབྱེ་བ་ལུ་བརྟེན་པའི་རྩུབ་སྐྱོད་ཀྱི་གནས་སྤངས་འདི་ ཆང་
ལོག་སྦྱོང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ལས་བརྟེན་ཨིན་རུང་ ལཱ་འབད་མི་ཚུ་ མང་སུ་སྤོང་མི་ལས་བརྟེན་ཏེ་ ཉེང་སྐལ་

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡི་སྐུལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐུལ་ཡར་དྲག་། ཞེ་སི་སི་
ཞི་ཞེས་ཞེས་ ། ཞི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ལས་ ཏྲ་རས་ཐང་
གི་ལམ།

མཐུན་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གནོད་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལུ་བཀོད་ལྷན་བཅུད་དོན།

རང་ ཚབས་ཚེན་སྲེ་འགྲོ་ནི་ཨིན་མ་ད་ འདི་ཡང་ ཚང་འབྲུང་མི་ཡར་སང་འགྲོ་མི་དང་ ས་གནས་ཀྱི་མི་སྲིད་གནས་
སྤངས་མ་ཤེས་མི་ མི་ངོམ་ཚུ་ཡོད་མི་འདི་གིས་ འབྲེལ་འབྲེལ་རང་ རྩུབ་སྦྱོད་འབྲུང་ནི་ཨིན་མས། ལས་མི་ཚུ་
མང་སྐྱེ་འོང་མི་འདི་གིས་ མི་སྲིད་ནང་ལུ་ ཚ་གྲུང་ཡང་བཟོ་ནི་ཨིན་མ་ལས་ ཉེན་སྲུང་ལེགས་ཤོམ་སྲེ་མ་འབད་བ་
ཅིན་ ས་གནས་ཀྱི་ཨམ་སྐུ་ཚུ་ལུ་ ཉེན་སྲུང་མེད་པའི་ས་ཁོངས་ཅིག་ལུ་འགྱུར་ནི་ཨིན་མས།

ལས་འགུལ་འདི་གིས་ ཨམ་སྐུ་ཚུ་ལུ་སྐྱེ་ཚེ་མེད་པའི་ རང་གི་ལཱ་དང་གཅེས་སྦྱོང་གི་ལཱ་ཚུ་འབད་བཅུག་མི་དེ་གིས་
ཕོ་མོའི་བར་ན་ འབྲེལ་ཉམ་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་འདི་ ཉེང་སྐལ་རང་ ཡར་སང་འགྲོ་ནི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ཨིན། གལ་
སྲིད་ བཟའ་ཚང་གི་ཕོ་སྐྱེས་ཚུ་གིས་ ལས་འགུལ་གྱི་ཐོག་ལས་ ལཱ་གཡོག་ཐོབ་པ་ཅིན་ ཨམ་སྐུ་ཚུ་གིས་ རང་གི་
ལཱ་དང་སྐྱེ་ཚེ་མེད་པའི་ལཱ་འབད་དགོ་པ་འཐོན་སྲིད་ནི་ཨིན་མས། འདི་བཟུམ་སྲེ་ ཨམ་སྐུ་ཚུ་ལུ་ ལཱ་གཡོག་དང་ཤེས་
ཡོན་སྦྱང་ནི་འོག་སྐབས་ཚུ་ཡང་ མར་ཕབ་འགྲོ་ནི་ཨིན་མ་ལས་ རང་ལུགས་ཀྱི་ཕོ་མོའི་འགན་ཁུར་དེ་ ཡར་དྲག་
འགྲོ་ནི་དང་ ཨམ་སྐུ་ཚུ་ དབང་ཚེད་པ་སྲེ་བཞག་ནི་ལུ་ཕན་ཐོགས་འབད་ནི་བཟུམ་འདུག།

དོ་རུང་ ལས་འགུལ་ལས་བརྟེན་པའི་བར་ཚད་ཚུ་ཡང་ ཨམ་སྐུ་དང་བུམ་ཚུ་འདི་དོན་ལུ་ ཤེས་ཡོན་ལྷབ་ནི་ལུ་ ད་རྩོད་
ཡོད་པའི་བར་ཚད་ཚུ་ཡང་ ཉེང་སྐལ་རང་ ཡར་སང་འགྲོ་ནི་ཨིན་མས། བུམ་ཚུ་ རྒྱུ་ནང་ལཱ་འབད་ནི་འདི་དོན་ལུ་
སློབ་གྲུ་ལས་ ཕྱིར་འབྲེན་པའི་གནས་སྤངས་ཀྱིས་ ཁོང་གི་མ་འོངས་པའི་གོ་སྐབས་ཚུ་ བཀག་འཛིན་འབད་བའི་
ཁར་ ཉེན་ཁ་ཡར་སང་འགྲོ་ནི་ཨིན་མས།

དམ་འཛིན་དང་ རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་ཚད་ཚུ་འདི་དགོངས་དོན་འགྲུབ་ཐབས་ལུ་ ལས་འགུལ་གྱིས་ ལས་འགུལ་གྱི་ས་
ཁོངས་ནང་ ཨམ་སྐུ་ཚུ་ལུ་ ལཱ་གཡོག་བྱིན་ནི་ལུ་ གཙོ་རིམ་བཟུང་སྲེ་ མི་སྲིད་གོང་འཕེལ་འཆར་གཞི་དང་ ཕོ་
མོའི་དབྱེ་བ་ལུ་བརྟེན་པའི་རྩུབ་སྦྱོད་དང་ འདོད་སྦྱོང་གི་ལོག་སྦྱོད་དང་སྐྱེལ་སྦྱོང་ དེ་ལས་ འདོད་སྦྱོང་གི་བཟུང་
གསལ་གསལ་གྱི་དང་ལེན་འཆར་གཞི་ དེ་ལས་ ཕོ་མོའི་དང་ལེན་འཆར་གཞི་ཡོངས་རྫོགས་སྲེ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཨིན།
འདི་ནང་ ལཱ་གཡོག་གི་ཐང་ཁར་ དམིགས་གཏང་ཚུ་གསལ་ཏོག་ཏོ་སྲེ་བཟོ་ནི་དང་ མི་ག་ར་གིས་ གོ་སྐབས་འབྲེ་
མཉམ་ཐོབ་ནི་དོན་ལུ་ དམིགས་གཏང་ཅན་གྱི་སྦྱོང་བཟུང་དང་ གོ་སྐབས་འབྲེ་མཉམ་ཐོབ་ཐབས་ངེས་གཏན་བཟོ་
ཐབས་ལུ་ དམིགས་གཏང་ཅན་གྱི་སྦྱོང་བཟུང་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚུ་བྱིན་ནི་ཨིན། དེ་མ་ཚད་ ཨམ་སྐུ་སྲེ་ཚན་ཚུ་ལུ་
འབྲི་ལྷག་ཤེས་ཡོན་ལས་རིམ་དང་ དཔུལ་འབྲེལ་ དེ་ལས་ སློག་རིག་གི་ཤེས་ཡོན་སྦྱང་ནི་འོག་སྐབས་ལུགས་མཐུན་
རྒྱུན་བྱིན་ནི་དང་ ཨམ་སྐུ་ཚུ་གིས་ འཛིན་སྦྱོང་འཐབ་མི་ ཚོང་འབྲེལ་གྱི་སྐྱོ་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་ཨིན། ལས་
རིམ་དེ་གིས་ ཨམ་སྐུ་ཚུ་ལུ་ དབང་ཚེད་བྱིན་ནི་དང་ ཡུན་བརྟག་ཐོག་ལས་ འཚོ་བ་སྦྱོང་ཚུགས་པའི་འོས་འབབ་བཟོ་
ནི་ དེ་ལས་ རང་འཁོད་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་སྦྱིང་སྦྱིང་བཟོ་ནི་ཚུ་ཨིན།

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡའི་སྐྱེལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐྱེལ་ཡར་རྒྱུ་ཞེས་མི་
ཡི་ཡེས་ཡེས་ ། གི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགོ་ལེགས་སྐྱུག་ལས་ ཉར་ས་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་ཕན་གཞོན་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ཞུའི་བཀོད་ཁྲབ་བཅུད་དོན།

**ཡི་ཡེས་ཡེས་ ། ས་ཆ་སྐྱུགས་འཁོར་བཞེས་ཐངས་དང་ ས་ཆ་ལག་ལེན་དམ་འཛིན་ དེལས་ ཐབས་མེད་གྱི་
གཞི་གསལ།**

ས་ཆ་འཁོར་བཞེས་ཐངས་། མ་གཞི་ ཕྱི་དངོས་པོ་དང་དཔལ་འབྱོར་གནས་སྤངས་ཚུའི་ གཞོན་ཉེན་མར་
ཕབ་འབད་ཐབས་ལུ་ བརྩོན་ལུགས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་རུང་ མི་སྡེའི་འཚོ་སྤྱོད་དང་ཐོན་ལུངས་ཚུ་ འཐོབ་ཚུགས་པ་ལུ་
ཐོ་ཐོག་ནི་ཡིན་མས། ས་ཆ་སྐྱུགས་འཁོར་བཞེས་ཐངས་གྱི་བྱ་རིམ་ནང་ འཁོར་ལམ་དང་ ཟམ་ དེལས་ ལྷན་
ཐབས་གྱི་མཐུན་ཆུན་གཞན་ཚུ་བཟོ་སྐྱུག་གའབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ས་ཆ་པོ་འ་༢༢༤ དེ་ཅིག་གི་ གཏན་འཇགས་དང་
གནས་སྐབས་གྱི་དོན་ལུ་ ཐུགས་འཁོར་བཞེས་དགོ་པ་ཡིན། དེ་གིས་ སོ་ནམ་དང་མི་སྡེའི་ནགས་ཚལ་ བྱིམ་རྒྱབ་
སའི་ས་ཁོངས་ དེལས་ ནགས་ཚལ་ལ་སོགས་པའི་ས་ཆ་ལག་ལེན་སྐྱོལ་ཚོགས་ལུ་ ཐོ་ཐོག་ནི་ཡིན་མ་ལས་ བྱིམ་
གུང་པ་༡༡ དེ་ཅིག་གི་ ས་ཆ་སྐྱོ་བཤུད་འབད་དགོ་པ་འཐོན་ནི་དང་ ས་ཆ་ཡེ་ཀར་༢༢༤ དེ་ཅིག་གི་ཚོ་བདག་ཚུའི་
དཔལ་འབྱོར་ལུ་ ཐོ་ཐོག་ནི་ཡིན་པས། ལམ་གྱི་ཐོབ་དབང་ས་ཁོངས་ནང་འཁོད་ མི་སྡེ་ནགས་ཚལ་གྱི་ས་ཆ་ཡོངས་
བསྐྱོལ་ས་ ཉེག་འར་༢༤.༡༤ ཡོད། དེ་ནང་ ཕུན་སུམ་ཐང་། ཉེག་འར་༤.༧༠ ། དང་ ཉེ་ལའི་ཐང་། ཉེག་འར་༢༡.
༡༥ ། དེལས་ ཚུ་ཞིང་སྟོད་། ཉེག་འར་༢.༡༡ ། ཚུ་ཚུད་པ་ཡིན།

འགོ་འགུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་ལས་ལུངས་གྱིས་ འཛམ་གླིང་དབུལ་ཁང་གི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་གནས་
ཚད་ ༥ པ་དང་འབྲེལ་ཉེ་ གཞིས་གསལ་ལས་རིམ་གྱི་འཆར་གཞི་ཅིག་བཟོ་ནི་ཡིན། གཞོན་ཉེན་མར་ཕབ་འབད་
ཐབས་གྱི་ཐབས་བྱས་ནང་ རྒྱུད་འབྲུས་སྤྱོད་ནི་དང་ ས་གནས་གཞན་ཁར་སྐྱོ་བཤུད་འབད་ནི་ནང་ ལྷན་ཐབས་འབད་
ནི་ དེལས་ ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ཞབས་ཉོག་ཚུ་འཐོབ་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་ དེལས་ ས་ཆ་སྐྱུགས་འཁོར་བཞེས་ཐངས་
དང་ གཞི་གསལ་ དེལས་ ཐོབ་ནི་དང་ས་གནས་གཞན་ཁར་ ལོག་གཞི་བཅུགས་འབད་ནི་དང་ ཚུལ་མཐུན་འཚོ་
བ་བསྐྱར་གསོ་འབད་མི་ཚུ་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཚུ་ ཇུས་རྒྱུན་གྱི་ལྷ་རྟོག་འབད་དེ་ ལེགས་ཤོམ་སྤེ་སེལ་ཐབས་
འབད་ནི་ཚུ་ཡིན།

དངོས་སྐྱོ་བཤུད། ས་ཆ་པོ་འ་༢༢༤ དེ་ཅིག་ ས་ཆ་སྐྱུགས་འཁོར་བཞེས་དགོ་པ་ཡིན་པས། བཟོ་བཀོད་ཁྲ་གངས་
༡༢ དེ་ཅིག་ ལམ་གྱི་ཐོབ་དབང་ས་ཁོངས་ནང་ཡོད་པ་དང་ དགོ་ལེགས་སྐྱུག་ཁོམ་སྤེ་ནང་ བཟོ་བཀོད་༡༡ དེ་ཅིག་
བྱིམ་གུང་པ་ཡིན་མ་སྤེ་ ཚོད་ཕྱིས་བརྟོན་ཡོད་ཡིན། དོངས་སྐྱོ་སྤེ་སྐྱོ་བཤུད་ལས་བརྟེན་ མི་སྡེའི་ལམ་སྐོལ་དང་
དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་ལུ་ བར་ཆད་རྒྱབ་ནི་ཡིན་མ་ལས་ གཞོན་པ་འབྱུང་བའི་མི་དོམ་ཚུ་ ཁོང་རིའི་གཡུས་ཚན་
དང་ཆེད་འོག་ནང་འཁོད་ སྐྱོ་བཤུད་འབད་ནི་ཡིན།

དཔལ་འབྱོར་མར་ཕབ། ལས་འགུལ་འདི་གིས་ ས་གནས་གྱི་མི་སྡེ་ཚུ་ གཏན་འཇགས་དང་ གནས་སྐབས་ཅིག་གི་
རིང་ དཔལ་འབྱོར་གྱི་གནས་སྤངས་ལུ་ ཐོ་ཐོག་ནི་ཡིན་པ་ད་ དམིགས་བསལ་དུ་ སོ་ནམ་དང་ ལྷ་འབྲོག་

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡི་སྐུལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྦྲེལ་ཡར་རྒྱུ་ཉེ་སེ་སེ་
ཨི་ཨེས་ཨེས་ཀྱི་ལས་འགུལ། འབྲུག་ལ། དགེ་ལེགས་སྐྱུག་ལས་ ཉེ་སེ་ཐང་
གི་ལས།

མཐུན་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གཞིར་བརྟུན་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལུགས་ཀྱི་འབྲུག་ལས་བཟུང་དོན།

འཇུགས་སྐྱོང་གི་ལུ་རྒྱ་ལུ་ ཐོ་ཐོག་ནི་ཨིན་མས། ལས་འགུལ་གྱིས་ ཐང་ཀར་དུ་ གཞོན་པ་རྒྱབ་མི་ས་ཆ་རྒྱ་ གཙོ་
བོ་ར་ སོ་ནམ་གྱི་དོན་ལུ་ ལག་ལེན་འཐབ་མི་རྒྱ་ཨིན་པའི་ ཚོད་རྩིས་བཏོན་ཡོད་མི་འདི་ནང་ རྒྱ་དང་གེ་ཟ་ ཚོད་
བསྐྱེད་དང་ དོག་མ་རྒྱ་འཇུགས་སྐྱོང་འབད་མི་རྒྱ་རྒྱུད་པ་ཨིན། གཏུན་འཇུགས་གནས་སྤོ་འགྲོ་མི་འདི་ མི་ངོ་མ་རྒྱ་
གིས་ ལག་ཆེ་བའི་ས་ཆ་དང་ཐོན་སྐྱེད་རྒྱ་ མ་ཐོབ་པའི་སྐབས་ལུ་ འབྲུང་སྲིད་ནི་ཨིན་མ་ལས་ ལོག་སྲེ་འོང་འབབ་
བརྟུན་ཏོག་ཏོ་སྐྱེ་འཐོབ་ནི་གི་དོན་ལུ་ འཚོ་བའི་གནས་སྤངས་ཉམས་གསོའི་འཆར་གཞི་དགོས་ཨིན། གནས་སྐབས་
ཅིག་གི་དོན་ལུ་ གནས་སྤོ་འགྲོ་མི་འདི་ བཟོ་བསྐྱུན་གྱི་སྐབས་ལུ་ བྱུགས་ཚལ་དང་ ལུ་འབྲོག་རྒྱ་བཀག་ཆ་འབད་
མི་ལུ་བརྟེན་འབྲུང་ནི་ཨིན་མས། ལས་འགུལ་གྱིས་ ཚོང་ལས་རྒྱུད་ཀྱི་དང་ མི་སྲིད་ནམས་ཚལ་རྒྱ་ལུ་ཡང་ གཞོན་
པ་འབྲུང་ནི་ཨིན་མས། གཞོན་པ་འདི་ མར་ཐབ་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ལས་འགུལ་གྱིས་ རྒྱ་དངོས་མེད་པ་ཐལ་མི་རྒྱ་
ལུ་ འོས་མཚམས་ལྡན་པའི་རྒྱུ་འབྲུས་སྤོད་ནི་དང་ ཉེན་ལ་ཅན་གྱི་སྤེ་ཚན་རྒྱ་རྒྱུ་ རྒྱུ་འབྲུང་འབད་ནི་ དེ་ལས་
རིག་རྒྱལ་གསར་པ་གི་སྤོང་བརྒྱུད་རྒྱ་བྱིན་ནི་ཨིན་མ་མཚན་ ལག་ཆེ་བའི་ཞབས་ཏོག་དང་ཚོང་ལས་རྒྱ་ འཕྲོ་མཐུད་དེ་
རང་ ཐོབ་རྒྱུགས་པ་བཟོ་ནི་དང་ འཚོ་བའི་གནས་སྤངས་རྒྱ་ སྤོ་བཤུད་མ་འབད་བའི་ཉེ་མའི་གནས་ཚན་ལོག་ཐོབ་ནི་
ལུ་བརྟེན་ལུགས་བསྐྱེད་ནི་ཨིན།

**ཨི་ཨེས་ལྷུ་ པ། རྒྱུ་ལྡན་རིགས་སྤོ་ཉམས་སྤངས་འབད་ནི་དང་ རང་བཞིན་ཐོན་ལུངས་རྒྱ་ ལུན་བརྟེན་ཐོག་ འཛིན་
སྐྱོང་འབད་ནི།**

རང་བཞིན་འབྲུམ་ས་ཉམས་ཆགས། ལས་འགུལ་བཟོ་སྐྱུན་དོན་ལུ་ ས་ཆ་རྒྱ་སེལ་བའི་སྐབས་ ས་ཐོག་གི་འབྲུམ་སའི་
ས་ཆ་ཡོངས་བསྐྱོམས་གི་ལོ་མི་ཏར་ཨིས་ཀོ་ཡར་༠.༡༧ དེ་ཅིག་ཉམས་ཆགས་འབྲུང་ནི་ཨིན་མས། ཐང་ཀར་དུ་ རང་
བཞིན་འབྲུམ་ས་གི་ལོ་མི་ཏར་ཨིས་ཀོ་ཡར་༠.༠༢ དེ་ཅིག་ཉམས་ཆགས་འབྲུང་ནི་ཨིན་པའི་ལར་ བཟོ་བཅོས་འབྲུམ་
ས་གི་ལོ་མི་ཏར་ཨིས་ཀོ་ཡར་༠.༡༢ དེ་ཅིག་ལུ་ཉམས་ཆགས་ཐོག་པ་ཨིན་མས།

གཏོར་བཤེགས། ལས་འགུལ་ལས་བརྟེན་ ཐིབ་སྤུ་རི་དྲུགས་སྤངས་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་དང་ རྒྱལ་གཞུང་མ་རྒྱས་སྤིང་ག་ དེ་
ལས་ འབྲུག་དང་རྒྱ་གར་གྱི་ས་མཚམས་གྱི་རྩོམ་ལ་ཐུག་གི་འབྲུམ་ས་ཉམས་ཆེར་ རྒྱ་གར་གྱི་མ་རྒྱས་རྒྱལ་ཡོངས་སྤིང་
ག་ཀྱི་ནང་འཁོད་ རྩོམ་ལ་ཐུག་གནས་པའི་ ས་ཐོག་གི་རྒྱུ་ལྡན་གནས་སྤངས་ཀྱི་མཐུད་སྐུལ་རྒྱ་ གཞོན་པ་
འབྲུང་ནི་ཨིན་པས། རང་བཞིན་འབྲུམ་ས་ཉམས་ཆགས་ལས་བརྟེན་ ཨེ་ཤི་ཡུན་སྤངས་ཆེད་ རྒྱ་དཀར་གསེར་གྱི་
མདོག་ཅན་རྒྱུའི་ མཐུད་འབྲེལ་ཉམས་ཆགས་འགྲོ་ནི་དང་ འབྲུམ་ས་གཏོར་བཤེགས་བཏང་ནི་ཨིན་མས།

གནང་བ་མེད་པར་ཤ་བདའ་ནིའི་ཉེན་ལ། བཟོ་སྐྱུན་གྱི་ལས་མི་མང་སྤུ་སྤེ་ཡོད་མི་ལས་བརྟེན་ ཤ་བདའ་ནིའི་ཉེན་ལ་
འདུག བཟོ་སྐྱུན་གྱི་ལས་མི་རྒྱུ་ལྡན་སྤོད་ནམས་གཞག་ནང་ ཤ་བདའ་བ་ ཡང་ན་ རང་བཞིན་གྱི་སྤེན་སྤོད་བསྐྱེད་བ་

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡི་སྐུལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐུལ་ཡར་ཕྱག་ཏུ་ཞེ་སི་སི་
ཞི་ཞེས་ཞེས་ཀྱི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྐྱེད་ལས་ ཏཱ་ལ་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གཞོན་བརྟག་
ཞིབ་སློབ་ལུ་བཀོད་བྱས་བཅུད་དོན།

ཅེན་ ལས་གཡོགས་ནང་ལས་བཏོན་གཏང་ནིའི་སྐོར་ཚུད་དགོཔ་དང་ ལས་མི་ཚུ་ སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྣ་སྤྱད་སྐྱོབ་འབད་
དགོཔ་འི་ སྐྱོང་བཟུང་བྱིན་ནི་དང་ གོ་བ་བཟུང་སྐྱོད་འབད་དགོཔ་ཞིན།

ཚུན་གི་འབྲུམ་ས་དང་སློབ་ཆགས་རིགས་ལུ་གཞོན་པ། ལས་འགུལ་གྱི་བཟོ་སྐྱེད་ལུ་ལས་བཏོན་ ཚུན་གི་འབྲུམ་
ས་ལུ་ཐོ་ཕོག་ནི་ཞིན་མས།

ས་ཚོའི་ལུ་ལས་ཐོན་མི་ སྤྱིགས་མ་ཚུ་གིས་ ཚུའི་སྐྱེས་ཚད་འདི་ མར་ཕབ་འགྲོ་དོ་ཡོདཔ་དང་ དེ་གིས་ བཟོ་བྱི་
མེད་པའི་སྤྱིགས་མ་ཡར་སང་འགྲོ་ནི་དང་ ཚུན་གི་སློབ་ཚུང་གི་གནས་ཚད་དེ་ མར་ཕབ་འགྲོ་ཕ་ལས་ ཉེད་
སྐུལ་ཚིག་མེད་པའི་སློབ་ཆགས་རིགས་སྣ་ དེ་ལས་ ཚུན་གི་ཟས་ཆས་རིམ་ལུགས་ཚུ་ གཞོན་སྐྱོན་རྒྱབ་ནི་ཞིན་
མས། གཙམ་ཚུ་བཀག་འཛིན་གྱི་ལུ་ལས་བཏོན་ གཙམ་ཚུའི་མཐའ་མ་དང་ རུད་ཐང་ནང་འབྲུམ་པའི་སློབ་ཆག་ཚུ་ལུ་
གཞོན་པ་འབྱུང་ནི་ཞིན་མས།

སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྣ་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི།

ལས་འགུལ་ལས་བཏོན་པའི་གཞོན་ཉེན་དང་ སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྣ་ལུ་ རིམ་བསགས་གྱི་གཞོན་པ་འབྱུང་མི་ཚུ་སེལ་
ཐབས་ལུ་ སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྣ་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་བཟོ་བའི་སྐྱེད་ཡོདཔ་དང་ བཟོ་བཀོད་ཡོངས་ཚོགས་མཚུག་བསྐྱེ་
ཞིན་མ་ལས་ ཐག་གཙམ་ནི་ཞིན། སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྣ་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་གིས་ ཆ་ཤས་གཙོ་བོ་རང་ གཞོན་པ་
འབྱུང་མི་སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྣ་ཚུ་ལུ་ ས་གནས་གཞན་ཁར་ འབྲུམ་ས་བཟོ་ནི་དང་ཉམས་སྤྱད་འབད་ནི་ཐབས་བྱས་དང་
མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་གནས་ཚད་ལུ་ པ་གི་དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་ དང་ལེན་འབད་ནི་ཞིན།
ཐབས་བྱས་དང་ དང་ལེན་ཚུ་ ལས་འགུལ་བཟོ་བཀོད་ནང་ ཡན་ལག་ཆ་ཤས་^{༡,༢} པའི་ནང་བཀོད་དེ་ཡོདཔ་ཞིན།

སྐྱེ་ལྡན་རིགས་སྣ་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ནང་ འབྲུམ་ས་མེདཔ་འགྲོ་མི་འདི་ ཉམས་སྤྱད་འབད་ནི་དང་ཡར་ཕྱག་
གཏང་ནི་གྱི་སྤྱིག་བཀོད་གྱི་གཞི་རྩའི་ཆ་ཤས་གཙོ་བོ་ཚུ་ གཤམ་གསལ་བཅུད་སྤྱད་ཡོདཔ་དེ་ཡང་།

ཆ་ཤས་ ༡ པ། འབྲུམ་ས་རྒྱ་སྐྱེད་དང་ བར་འབྲུམ་ས་ཁོངས་གོང་འཕེལ།

- འབྲུམ་སའི་སྐྱེས་ཚད་ཡར་ཕྱག། སྤྱད་སྐྱོབ་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ ལཱ་ཐང་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་དང་ ལཱ་ཐང་གསོ་
སྐྱོང་འབད་ནི་ དེ་ལས་ ལཱ་སྤེལ་ཅན་གྱི་རིགས་སྣ་ཚུ་འཛིན་སྐྱོང་འབད་ཐོག་ལས་ ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ཡར་ཕྱག་
གཏང་ནི།
- གནས་སྤོ་ནིའི་བར་འབྲུམ་ས་ཁོངས་མོ་བཏབ། གཞུང་གི་ས་ཆ་ལུ་ འགོ་ཐོག་བར་འབྲུམ་ས་ཁོངས་གོང་
འཕེལ་གཏང་ནི་དང་གཅིག་ཁར་ མ་དངུལ་ཁ་སྐོང་དགོས་དོན་དང་འབྲེལ་ རྒྱ་སྐྱེད་འབད་ནིའི་འཆར་གཞི་
ཡོད། བར་འབྲུམ་ས་ཁོངས་འདི་གིས་ ཡན་ལག་གཙོ་བོ་གཉིས་ལུ་དམིགས་པ་བསྐྱེད་ནི་ཞིན་ འདི་ཡང་།

- **སྐྱེ་མེད་ཀྱི་བར་འབྲེལ་ས་ཁོངས།** ཨི་ཤེ་ཡུན་སྐྱེ་མེད་ལུ་ རྒྱུ་སྐྱོར་འབད་མི་འབྲེལ་སའི་ས་ཁོངས་མཐུན་
སྦྲེལ་ཉམས་ཆག་མོག་པའི་གནད་དོན་སེལ་ཐབས་ལུ་ སྐྱེ་མེད་ཀྱི་བར་འབྲེལ་ས་ཁོངས་གཞི་བཙུགས་
འབད་ནིའི་འཆར་གཞི་བཟོ་བའི་བསྐྱེད་ཡོད་པ་ཨིན། མའོ་གཙང་ཚུ་བཟུམ་འདི་ ཤར་ཁ་བྱུག་ལུ་ རྒྱ་སྐྱེད་
འབད་དེ་ སྐྱེ་མེད་ཀྱི་ཚུ་གསལ་བཟོ་ནི་ཨིན། སྐྱེ་མེད་ཀྱི་གིས་ འགོ་འགྲུལ་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ རྒྱ་
ལམ་ལག་ལེན་འབབ་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ཆར་པ་གི་དུས་ཚོད་ལུ་ འགོ་ལམ་འདི་ བདག་འཛིན་འབབ་ནིའི་དོན་
ལུ་ འགོ་ཐོག་བཟོ་བཀོད་ནང་ ཤར་ཁ་བྱུག་འི་གཙང་ཚུའི་མཐུན་མར་ སྐྱེ་མེད་ཀྱི་ལམ་འདི་ ཉུང་ཤོས་
རང་ མི་ཉེ་རམ་༢༥༠ རྒྱ་སྐྱེ་མེད་བཞག་སྟེ་ཡོད་པ་ད་ སྤྱི་སྟོམས་ལུ་ ཡང་མར་གྱི་ས་སྟོང་མི་ཉེ་རམ་༢༥༠ དང་
ས་སྟོང་ཉུང་ཤོས་རང་ མི་ཉེ་རམ་༢༥༠ བཞག་སྟེ་ཡོད་པ་ཨིན། རྒྱུ་སྐྱེད་ཀྱི་བཟོ་གྲུའི་ལག་ལེན་བཟུང་ཤོས་དང་
འཁྲིལ་ ཤར་ཁ་བྱུག་གི་བཟུམ་ཉེ་རམ་ལུ་ མི་ཉེ་རམ་༥༠ ཡོད་པ་ཨིན། ལམ་གྱི་སྟོང་དང་བྱང་ཁ་བྱུག་གི་ནགས་
ཚལ་གྱི་ས་ཁོངས་མཐུན་འབྲེལ་ཚུ་ མ་དགོགས་པར་བཞག་ཡོད་པ་ལས་ འགྲུལ་ལམ་ ཡང་ན་ འབྲེལ་ས་
གིས་ ཨི་ཤེ་ཡུན་སྐྱེ་མེད་ཀྱི་ཚུའི་འབྲེལ་ས་ཁ་གཏོར་ཉེ་ཡོད་པའི་གནོད་པ་ཚུ་ མར་ཕབ་འབད་ཚུགས་ནི་ཨིན་
མས།

- **སྤྱི་དཀར་གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་གྱི་འགྲུལ་སྐྱོད།** ཤིང་ཐོག་ལུ་འབྲེལ་མི་རིགས་སྤྱི་ དཔེར་ན་ སྤྱི་དཀར་
གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་ཚུ་ འགོ་འགྲུལ་རྒྱུ་སྐྱོར་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ཤིང་སྤྱི་བ་གྱི་བཟུང་དང་ ཟ་ཆས་གྱི་
ཐགས་ དེ་ལས་ བཤུད་འགོ་ས་གྱི་ཀམ་ཚུ་བཟོ་ནི་ཨིན། སྤྱི་དཀར་གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་གྱིས་སྤྱི་ཤིང་གི་
བཟུང་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་མི་ འཕྲལ་འཕྲལ་སྤྱི་ར་ ལྷ་རྟོག་འབད་དགོཔ་ཨིན།

- **ཐོན་སྐྱོད་ཐོབ་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི།** ཉམས་སྤངས་ས་ཁོངས་ནང་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ཚུ་ འབྲེལ་ཉེ་སྤྱོད་ནིའི་
དོན་ལུ་ འཚོ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་ རྒྱ་དོང་དང་ གཏོར་རྒྱས་ས་སྐོ་ཚུ་བཟོ་སྟེ་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ཚུ་ མི་
སྤྱོད་སའི་ས་ཁོངས་ནང་ འབྲེལ་ནིའི་མར་ཕབ་འབད་ནི་ཨིན།

ཆལས་ ༢ པ། མི་དང་རི་དྲགས་གྱི་དཀའ་ངལ་དང་ མཉམ་གཅིག་གནས་ནིའི་ཐབས་བྱས་དང་ལག་ལེན།

- **མི་དང་རི་དྲགས་གྱི་དཀའ་ངལ་གྱི་ཐབས་བྱས་བཀོད་སྤྱི་གཞི།** མི་དང་རི་དྲགས་གྱི་དཀའ་ངལ་མར་ཕབ་ཀྱི་
ལམ་སྟོན་བྱིན་ནི་དོན་ལུ་ མི་སྲིད་བསམ་ལན་དང་ནགས་ཚལ་ཞབས་ཉོག་གི་མཁས་རིག་ཚུ་མཐུན་འབྲེལ་
འབད་དེ་ ཐབས་བྱས་ཡོངས་རྫོགས་ཅིག་བཟོ་ནི།
- **མི་སྲིད་རྒྱུ་སྐྱོད་སྤྱོད།** མོ་ནམ་ས་ཆ་དང་ རྒྱ་དོང་ས་ དེ་ལས་ མི་ཚོའི་ཚོ་སྟོག་ལུ་ ཉེ་རམ་སྤྱོད་འབད་ནིའི་
དོན་ལུ་ རྒྱ་སྐྱེད་སྤྱོད་བཙུགས་ནི།

- **གང་མགྲོགས་གདོང་ལན་སྡེ་ཚན་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར།** མི་དང་རི་དྲགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་གྱི་བྱུང་རྒྱུ་ཚུ་འཐོན་པའི་
སྐབས་ བན་ལུས་ཚན་སྡེ་ གང་མགྲོགས་གདོང་ལན་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ གང་མགྲོགས་གདོང་ལན་སྡེ་ཚན་
གྱི་ལྷོགས་གྲུབ་ཡར་རྒྱུ་གཏང་ནི།
- **སྡོན་ལས་ཉེན་བརྒྱུད་ལམ་ལུགས།** མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་ ཉེན་བརྒྱུད་དང་གླིག་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ སྡོན་ལས་
གྲུང་མོ་ཚེ་ཚུ་ཡོད་པ་ཤེས་ཚུགས་པའི་རིམ་ལུགས་བཟོ་ནི།
- **གཞི་རྒྱུན་མཐུན་རྒྱུན་ཉམས་གསོ།** མི་དང་རི་དྲགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་བྱུང་པའི་སྐབས་ལུ་ འཕྲལ་འཕྲལ་སྡེ་ར་
གོད་སྐྱོན་བྱུང་མི་ དཔེར་ན་ རྒྱ་རྒྱུད་དང་རྒྱ་བསགས་ཁང་ལ་སོགས་པ་ གལ་ཅན་གྱི་མཐུན་རྒྱུན་ཚུ་
ཉམས་བཅོས་འབད་ནི་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི།

ཆེད་སློབ་ ༣ པ་ མཉམ་འབྲེལ་དང་ལྷོགས་གྲུབ་ཡར་རྒྱུས།

- **སྦྱོང་བརྒྱུད་ལས་རིམ།** མི་དང་རི་དྲགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་མར་ཕབ་གྱི་ལམ་སྡོན་བཀོད་སྐྱིག་འབད་མི་ལུ་གཞི་
བཞག་སྡེ་ གང་མགྲོགས་གདོང་ལན་སྡེ་ཚན་དང་ས་གནས་ཀྱི་མི་སྡེ་ལུ་ མི་དང་རི་དྲགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ དོན་
སྡོན་ཚན་སྡེ་འཛིན་སྦྱོང་འབད་ནིའི་སྦྱོང་བརྒྱུད་ཚུ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི།
- **མཉམ་འབྲེལ་དང་མཉམ་རུབ།** ས་མཚམས་བདེ་སྡེ་ ས་ཁོངས་གཅིག་ལས་གཅིག་བརྒྱུད་དེ་ གྲུང་མོ་ཚེ་གི་
འགྲུལ་སྦྱོང་འབད་མི་བཀག་ཐབས་ལུ་ གཞན་ལས་སྡེ་དང་གཙུག་སྡེ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ འབྲེལ་གཏོགས་དང་
མཉམ་འབྲེལ་འབད་ནི།

སྦྱོང་བརྒྱུད་ལས་སྡེ་ཉམས་སྤངས་འཆར་གཞི་ནང་ལུ་ ལམ་དང་ཟམ་བཟོ་སྐྱུན་དང་ ལག་ལེན་ ཡང་ན་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་
བའི་སྐབས་ལུ་ འབྲུལ་ས་དང་རིགས་སྐྱེ་ཚུ་ འཛིན་སྦྱོང་དང་ གོད་ཉེན་མར་ཕབ་ དེ་ལས་ ལྷོ་རྒྱུག་འབད་ནིའི་
དོན་ལུ་ ཐབས་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་ཚུ་ཚུད་ནི་ཨིན། བཟོ་སྐྱུན་གྱི་སྐབས་ལུ་ གོད་པ་མར་ཕབ་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་
ཐབས་ལམ་ཚུ་ཡང་ རོས་འཛིན་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ས་ཁོངས་ཀྱི་ཕྱི་ཁར་ སྲོ་ཤིང་ཚུ་བསལ་ནི་ལས་བཀག་ཆའབད་ནི་
དང་ རོས་འཛིན་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ རིགས་སྐྱེ་ཚུ་ ཉམས་སྤངས་འབད་ནི་གི་དོན་ལས་ སྦྱོ་བལྟུང་
འབད་ནི་ དེ་ལས་ བཟོ་སྐྱུན་གྱི་ལཱ་གཡོག་པ་ཚུ་ལུ་ ཉེན་ཁ་ཅན་གྱི་རིགས་སྐྱེ་ཚུ་ སྦྱོག་སྐབས་འབད་ནིའི་སྦྱོར་ལས་
སྦྱོང་བརྒྱུད་བྱིན་ནི་དང་ སྦྱོག་ཆགས་ཚུ་ ཉེན་སྦྱོབ་འབད་ནི་གི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ སྦྱོག་ཆགས་ལུག་ཇིའི་མཐུན་གྲོས་
ནང་ བཀོད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན།

ལས་འགུལ་ལག་ལེན་གྱི་སྐབས་ལུ་ ཐབས་ལམ་ཚུ་ཡང་ རི་དྲགས་སྦྱོག་ཆགས་ཚུ་འགྲུལ་སྦྱོང་གྱི་ས་ཁོངས་དང་
ཤིང་སྐབ་ཀྱི་ཟམ་ཚུ་བཟོ་ནི་དང་ རི་དྲགས་སྦྱོག་ཆགས་ཚུ་འགྲུལ་སྦྱོང་འབད་སའི་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་ རོས་འབབ་ཅན་

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡི་ཡི་སྐྱེལ་འབྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྦྲེལ་ཡར་རྒྱུ་ཞེས་སེེ་
ཨི་ཨེས་ཨེས་ཀྱི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ལས་ ཏྲ་ས་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གོད་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལྷན་པོའི་འབྲེལ་བཅུད་དོན།

གྱི་བད་དོན་བད་མཚོན་ཚུ་བཅུགས་ནི་ ལོག་འཇལ་གྱི་ནགས་ཚལ་ཉམས་གསོ་འབད་ནི་ སྐང་མོ་ཆེ་ཚུ་གིས་ འབྲུམ་
སའི་ས་ཁོངས་དང་ ཤིང་སྐུབ་ དེ་ལས་ རྒྱལ་ཡུར་ལག་ལེན་འབབ་མི་ཚུ་དང་ ལམ་ལས་བརྟེན་ཤི་རྒྱུན་འབྱུང་མི་
སྤྱད་ཀར་གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་དང་རུས་སྤེལ་ཚུ་ལྟ་རྟོག་འབད་ནི་ སེམས་ཅན་གྱི་ལམ་དང་ ཡང་ན་ འབྲུལ་སྦྱོད་གྱི་
ལམ་བད་འཕྲེ་ བཀག་ཆ་འབད་མི་ཚུ་བསལ་ནི་ དེ་ལས་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ཚུ་ ལམ་ཁར་ བསད་མི་མར་ཕབ་
འབད་ནི་འོ་དོན་ལུ་ སྤུམ་འཁོར་གི་འབྲུགས་ཚད་ཚུ་ཚད་འཛིན་འབད་ནི་ཚུ་ཨིན།

**ཨི་ཨེས་ཨེས་ ༡༡ པ། མི་སྲིད་དང་འགྲོ་ལུགས་མ་འདྲ་བའི་སྲིད་ཚན་གྱི་མི་ ཡང་ན་ སབ་ས་ཏྲ་རན་ཨམ་རི་ཀཱན་ རྩོན་
དང་སྤུའི་དུས་ལས་ གོ་སྐབས་དམའ་བའི་རང་ལུགས་གྱི་མི་སྲིད་ཚུ།**

ལས་འགུལ་གྱི་སྐྱོག་འབད་བའི་སྐབས་ རྩོན་འགྲོའི་བརྟག་ཞིབ་ནང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་གནས་
ཚད་ ༡༡ པ་གི་ཚད་གཞི་དང་འཁྲིལ་མ་ད་ ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ མི་སྲིད་དང་འགྲོ་ལུགས་མ་འདྲ་བའི་སྲིད་
ཚན་གྱི་མི་དོས་འཛིན་འབད་དེ་མིན་འདུག།

ཨི་ཨེས་ཨེས་ ༡༢ པ། ལམ་སྲོལ་གྱི་སྲོལ་བྱུན།

ལས་འགུལ་གྱི་ལས་སྐྱེལ་ཚུ་གིས་ ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ ལམ་སྲོལ་གྱི་སྲོལ་བྱུན་ཚུ་ལུ་ ཐད་ཀར་དུ་ གཞོད་
པ་ག་ནི་ཡང་མེད་རུང་ ལས་སྐྱེལ་ཚུ་ལས་བརྟེན་ ལུང་སྐྱེད་དང་འདར་གསལ་གིས་ བཟོ་སྐྱེད་གྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་གི་ཉེ་
འདབས་ལུ་ཡོད་མི་ ས་ཁོངས་ཚུ་ལུ་ གནས་སྐབས་ཅིག་རིང་ལུ་གཞོད་པ་ཚུ་འབྱུང་སྲིད་ནི་ཨིན་མས། ལས་འགུལ་
གྱི་བཟོ་སྐྱེད་གྱི་གཞོད་པ་ལས་བརྟེན་ ཐད་ཀར་དུ་ མི་སྲིད་ནགས་ཚལ་གཉིས་ལུ་ གཞོད་སྦྱོན་འབྱུང་ནི་ཨིན་མ་
ཚད་ མི་སྲིད་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ས་ཁོངས་ཚུ་ཁག་ཆེམ་ལས་བརྟེན་ དོས་མེད་སྲོལ་བྱུན་ཚུ་ལུ་ གཞོད་པ་བྱུང་སྲིད་ནི་
ཨིན་མས།

བཟོ་བསྐྱེད་གྱི་ལས་སྐྱེལ་ལས་བརྟེན་ ལྷ་ཁང་༡༡ རོས་འཛིན་འབད་ཡོད་མི་གཅིག་ཡང་ སྲོལ་བྱུང་འབད་དགོཔ་མེད་
རུང་ བཟོ་བསྐྱེད་གྱི་སྐབས་ལུ་ ལམ་སྲོལ་དང་ སྐྱེལ་ཚུལ་ ཡང་ན་ ཚོས་ལུགས་གྱི་གལ་གནད་ རང་ལུགས་གྱི་
ཤེས་བྱ་ དེ་ལས་ ལག་ལེན་འབད་བའི་ དོས་ཅན་ལམ་སྲོལ་གྱི་སྲོལ་བྱུན་གྱི་ས་གནས་ཚུ་ནང་ དམ་འཛིན་འབད་
མི་ལུ་བརྟེན་ གཞོད་པ་བྱུང་ནི་ཉེན་ཁ་འདུག ཨིན་རུང་ ལས་འགུལ་འདི་ལས་བརྟེན་ཏེ་ དོས་མེད་ལམ་སྲོལ་གྱི་
སྲོལ་བྱུན་ལག་ལེན་ཚུ་ལུ་ ཐད་ཀར་དུ་ གཞོད་པ་མི་འབྱུང་ནི་ཨིན་མས།

ལམ་སྲོལ་གྱི་སྲོལ་བྱུན་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་གྱི་འགྲུར་བ་ལས་བརྟེན་ ཐད་ཀར་མིན་པའི་
གཞོད་པ་ཚུ་འབྱུང་སྲིད་ནི་ཨིན་མས། འདི་ཡང་ ཟམ་དང་ རྒྱལ་ཡུར་ལ་སོགས་པའི་བཟོ་བཀོད་གསར་པ་ཚུ་གིས་

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡི་སྐྱེལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྦྲེལ་ཡར་རྒྱུ་ཞེས་མི་
ཡི་ཨེས་ཨེས་ཀྱི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ལས་ ཉར་ས་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་ཕན་གོད་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལུ་བཀོད་ལྷན་བཅུད་དོན།

མཛེས་ཚད་དང་ བྱུང་རབ་ཀྱི་སྐྱབས་དོན་ཚུ་ འབྲུར་བཅོས་འགྲོ་ཞིའི་ མཐོང་སྣང་ཚུ་ཚུད་པ་ཡིན། བཟོ་བསྐྱུན་གྱི་ལས་
སྤེལ་འུར་སྐྱེལ་འདི་གིས་ ཟིང་བའི་འུར་སྐྱེལ་འབྲུང་བ་འགོ་བཙུགས་ནི་ཨིན་མཁས་ དེ་གིས་ ལམ་སྲོལ་གྱི་སྲོལ་རྒྱུན་
ས་ཁོངས་ཀྱི་གནས་སྤངས་ལུ་གཞོན་འབྲུང་སྲིད་ནི་ཨིན་མཁས། བཟོ་སྐྱུན་ལས་ཐོན་མི་ཐལ་ཕ་གིས་ མཐའ་འཁོར་
གནས་སྤངས་ལུ་ གཞོན་པ་རྒྱབ་ནི་ཨིན་མཁས་ དེ་གིས་ ལམ་སྲོལ་གྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་གི་མཐོང་སྣང་དང་ གཟུགས་
ཁམས་ལུ་གཞོན་པ་རྒྱབ་ནི་ཨིན་མཁས། དེ་བཟུམ་སྟེ་ གནས་སྐྱབས་ཀྱི་ ཡང་ན་ གཏུན་འཇག་གི་སྐྱོ་ལམ་བཀག་
དམ་འབད་མི་དེ་གིས་ དམིགས་བསལ་དུ་ བཟོ་སྐྱུན་གྱི་དུས་ཡུན་ནང་ མི་སྡེ་ཚུ་གིས་ ལམ་སྲོལ་གྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་
སྲོད་ནི་ལུ་ཚད་འཛིན་འབད་ནི་ཨིན་མཁས། ལས་འགུལ་ལག་ལེན་གྱི་གནས་རིམ་ནང་ ཐང་ཀར་གྱི་གཞོན་པ་མེད་རུང་
ཐང་ཀར་མིན་པའི་གཞོན་པ་འབྲུང་སྲིད།

གཞོན་ཉེན་མར་ཕབ་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ཚུ་འོས་འཆར་ནང་ ལམ་སྲོལ་གྱི་སྲོལ་རྒྱུན་འཛིན་སྐྱོང་གི་འཆར་གཞི་ཨིན་མཁས་ད་
འདི་གིས་ འཇུལ་སྲོད་འཛིན་སྐྱོང་དང་ འཕྲོ་མཐུད་དེ་རང་ ལྷ་རྟོག་འབད་ནི་ དེ་ལས་ ཁེ་སྲོང་ཡོད་མི་ཚུ་གྲལ་
གཏོགས་འབད་ནིའི་ཐབས་ལམ་ཚུ་བཀོད་ནི་དང་ རྣམ་རྟོག་མེད་པའི་གསར་ཐོབ་ཀྱི་བྱ་སྐྱོའི་ལམ་སྲོལ་ཚུ་བཀོད་དེ་
ཡོད་པ་ཨིན། ཐབས་ལམ་གཞན་ཚུ་ཡང་ མི་སྡེ་གྲལ་གཏོགས་འབད་ནི་དང་ མི་སྡེའི་ཉེན་མཚན་འཛིན་ཐབས་ལམ་ ས་
ཁོངས་ཞིབ་འཚོལ་ཁ་གསལ་ གོ་སྐྱབས་ཐོབ་མིའི་བྱ་རིམ་ གནས་སྐྱབས་ཀྱི་རམ་དང་ཐལ་ཕ་བཀག་འཛིན་ དེ་
ལས་ མཐོང་སྣང་དང་འུར་སྐྱེལ་གི་ལྷ་རྟོག་འབད་ནིའི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ཡོད་པ་ད་ དེ་ཡང་ ལམ་སྲོལ་གྱི་སྲོལ་རྒྱུན་ཐུན་
སྐྱེད་ཚུ་ལུ་ གཞོན་སྐྱོན་བྱུང་མི་མར་ཕབ་འབད་ནི་དང་ རྒྱལ་ཡོངས་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་ཚད་ཚུ་དང་གནས་ཡོད་པ་
ངེས་གཏུན་བཟོ་དམིགས་གཏད་བཀོད་དེ་ཨིན། ལས་འགུལ་གྱི་གནས་ཡུན་རིང་ལུ་ འབྲུག་གི་ལམ་སྲོལ་གྱི་སྲོལ་
རྒྱུན་ཚུ་ ཉམས་སྤང་འབད་ཐབས་ལུ་ ཐབས་ལམ་ལེགས་ཤོམ་བཏོན་ཚུགས་པ་ཅིན་ ཐང་ཀར་མིན་པའི་གཞོན་སྐྱུན་
ཚུ་ མར་ཕབ་འབད་ཚུགས་ནི་ཨིན་མཁས།

ཨི་ཨེས་ཨེས་ ༡༠ པ། ཁེ་སྲོང་ཡོད་མི་ཚུ་གྲལ་གཏོགས་འབད་ནི་དང་ བརྟོན་ལྷན་སྐྱེལ།

ཕན་གཞོན་འབྲུང་བའི་རྩ་ཕན། འཛམ་གླིང་དཔུལ་ཁང་གི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་གནས་ཚད་ ༡༠
པ་- ཁེ་སྲོང་ཡོད་མི་ཚུ་གྲལ་གཏོགས་འབད་ནི་དང་ བརྟོན་ལྷན་སྐྱེལ། དབྱེ་དབྱུང་འདིའི་དོན་ལུ་ ཁེ་སྲོང་ཡོད་མི་
ཚུ་ཟེར་བའི་གོ་དོན་ འབྲེལ་སྦྱར་འབད་ཕ་ཨིན། ཁེ་སྲོང་ཡོད་མི་ཚུའི་གོ་དོན་འདི་ཡང་ ལས་འགུལ་གྱི་ཕན་གཞོན་
འབྲུང་བའི་རྩ་ཕན་ཚུ་ཟེར་ ལས་འགུལ་གྱི་ཕན་གཞོན་འབྲུང་བ་ ཡང་ན་ འབྲུང་སྲིད་པའི་ མི་ངོམ་ ཡང་ན་ སྡེ་
ཚན་ཚུ་ལུ་གོ་ཕ་ཨིན། གཤམ་འཁོད་ ཁེ་སྲོང་ཡོད་མི་ཚུ་ ལས་འགུལ་གྱི་ཕན་གཞོན་འབྲུང་བའི་རྩ་ཕན་ཚུ་ཟེར་
ངོས་འཛིན་འབད་ཡོད་པ་དེ་ཡང་།

- ས་གནས་ཀྱི་མི་སྲིད་ཚུ།
- སའི་ཚོ་བདག་ཚུ།
- ས་ཆ་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཏུ་ཞིང་གི་ལུ་འབད་མི་དང་ སྐར་སྤྱོད་ཐོག་གི་སོ་ནམ་པ་ དེ་ལས་ སྐོ་ཞོར་གསོ་
སྦྱོང་འབད་མི།
- མི་སྲིད་ལས་ཆལ་ལག་ལེན་འཐབ་མི།
- ཚོང་ལས་ཚུང་ཀུ་དང་ ཚོང་ཁང་ བཟུང་ཁང་ དེ་ལས་ ཉུག་སོ་སྦྱོང་།
- ཉེན་ཅན་སྲེ་ཚན་ཚུ། ཨམ་སྐུ་མོ་རྒྱུང་ ཡང་ན་ ཡུགས་ས་མོ་ལུ་རྒྱུར་མི་གིས་འཛིན་སྦྱོང་འབད་བའི་གྲུང་པ་
ཚུ་དང་ མི་རྒྱལ་ཤོས་ དབུལ་ཐོངས་ཀྱི་ཚད་གཞི་ལས་དམའ་བའི་གྲུང་པ་ དབང་པོ་ལུ་སྦྱོན་ཅན་ དེ་ལས་
ས་གཞི་ཉུང་སྐུ་ཡོད་པའི་གྲུང་པ།

དང་འདྲོད་ཅན་གྱི་རྩ་ཕན་གཞན། འཛམ་གླིང་དབུལ་ཁང་གི་ མཐུན་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ལས་ཚད་༡༠
- ཁེ་སྲོང་ཡོད་མི་ཚུ་གལ་གཏོགས་འབད་ནི་དང་ བན་དོན་བྱུང་སྲིད། དབུ་དཔུད་འདྲིའི་དོན་ལུ་ ཁེ་སྲོང་ཡོད་མི་ཚུ་
ཟེར་བའི་གོ་དོན་ འབྲེལ་སྦྱོར་འབད་མ་ཨིན། ཁེ་སྲོང་ཡོད་མི་ཚུ་འོ་དོན་འདི་ཡང་ དང་འདྲོད་ཅན་གྱི་རྩ་ཕན་གཞན་
ཚུ་ ལས་འགུལ་ལུ་ དང་འདྲོད་བསྐྱེད་མི་ མི་ངོམ་ ཡང་ན་ སྲེ་ཚན་ཚུ་ལུ་གོ་མ་ཨིན། གཤམ་འཁོད་ ཁེ་སྲོང་ཡོད་
མི་ཚུ་ དང་འདྲོད་ཅན་གྱི་རྩ་ཕན་གཞན་ཚུ་ཟེར་ ངོས་འཛིན་འབད་ཡོད་པ་དེ་ཡང་།

- ས་གནས་གཞུང་གི་བཅུགས་སྲེ་ ཡང་ན་ བདག་སྦྱོང་། ཚོང་ཁག་དང་རྒྱུང་ཁག་བདག་སྦྱོང་དང་ ཁོམས་སྲེ་
ཏུ་སྦྱོང་སྲེ་། དེ་ལས་ མེད་འོག།
- གཞུགས་སྲིད་ཁེ་སྲོང་ཡོད་མི།
- ཅན་འཁོད་ཀྱི་གསར་འགྱུར་རྩོམ་སྒྲིག་པ་ ཡང་ན་ བན་བརྒྱུད།
- སྐོབ་རིག་མཁས་པ།
- རྒྱལ་སྤྱི་དང་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གཞུང་མིན་ལས་སྲེ་ཚུ་དང་མི་སྲིད་ལས་ཚོགས། དཔེར་ན་ འབྲུག་ཨེས་ཨེན་མི་
དང་ འབྲུག་གི་དབང་པོ་སྦྱོན་ཅན་ཚོགས་སྲེ་ འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་སེམས་ཅན་མ་དབུལ་ ཅན་གཞོན་གོང་
འཕེལ་མ་དབུལ་ འབྲུག་སྐྱེ་ལྔ་གནས་སྤངས་ཚོགས་སྲེ་ ཨམ་སྐུ་མོ་ཆ་བཞག་དང་ལྷོགས་གྲུབ་ཡར་བསྐྱེད་
ལས་སྲེ་ འབྲུག་ལྷོགས་གྲུབ་སྤྱི་ཚོགས་ ཏཱ་ལ་ཡ་ན་གཞི་ཚོགས་ དབང་པོ་ལྷོགས་གྲུབ་མེད་མི་ཚུ་གི་དོན་
ལུ་བྲག་མཚེ་ རྒྱལ་འཛིན་རང་བཞིན་སྤྱོད་ཚོགས་སྲེ་ སྐོ་ལྔ་གཞི་ཚོགས་ དེ་ལས་ འབྲུག་ས་བཟ་
དེ་ལས་ གཞན་ལས་སྲེ་ འབྲུག་ཉེན་སྐོལ་སྲེ་ཚོགས་དང་ ཨམ་སྐུ་མོ་ཆ་བཞག་དང་ལྷོགས་གྲུབ་ཡར་བསྐྱེད་
དབུལ་རྩོམ་ཚུང་བ།

- མི་སྲིད་ཉན་གཞི། སློབ་གྲྭ་དང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་དང་ གསོ་བའི་སྡེ་བ་ ཚོས་ཚོགས་ དེ་ལས་ གཞན་མི་
སྲིད་ཉན་གཞི་ཚུ།
- གཞུང་དབང་ལས་སྡེ་དང་འཛིན་སྐྱོང་དབང་འཛིན་ཚུ།
- དགེ་ལེགས་སྤྱད་ལས་ཤོམ་ཁྲི་འཛིན་སྐྱོང་།
- རྒྱལ་ཡོངས་ས་ཆ་སྤྲོད་ཚོགས།
- རུས་ཤུགས་དང་རང་བཞིན་ཐོན་སྐྱེད་སྤྱད་ལག་གི་ནགས་ཚལ་དང་གྲིང་ག་ཞབས་ཉོག་ལས་ཁུངས།
- རུས་ཤུགས་དང་རང་བཞིན་ཐོན་སྐྱེད་སྤྱད་ལག། མཐའ་འཁོར་དང་ས་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་ལས་ཁུངས།
- རང་བཞིན་འཐོན་སྐྱེད་གོང་འཕེལ་ལས་འཛིན་ཚུ།
- རྒྱལ་ཡོངས་ཨམ་སྲུ་དང་ཨ་ལོའི་སྤྲོད་ཚོགས།
- རྒྱལ་གཞུང་འབྲུག་གི་འགག་སྡེ།
- ཤེས་རིག་དང་རིག་རྩལ་གོང་འཕེལ་སྤྲོད་ལག།
- གཞན་ གཞུང་དབང་ལས་སྡེ་དང་འཛིན་སྐྱོང་དབང་འཛིན་ཚུ།

ཉེན་ཅན་སྡེ་ཚན་ཚུ། མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་གནས་ཚད་, ༡༠གི་ལམ་སྟོན་དང་འཁྲིལ་ དབྱེ་དཔྱད་
འབདམ་ད་ གཤམ་འཁོད་ ཉེན་ཅན་ཚུ་རོས་འཛིན་འབད་ཡོད་པ་འདི་ཡང་།

- དབང་པོ་ལུ་སྐྱོན་ཅན།
- ཕོ་མོའི་དབྱེ་བ་མ་འདྲམ་ཚུ་(LGBT+)|
- ཨམ་སྲུ་མོ་རྒྱུང་ ཡང་ན་ ཡུགས་ས་མོ་ལུ་རྒྱུར་མི་གིས་འཛིན་སྐྱོང་འབད་བའི་རྒྱུང་པ།
- བ་གཞོན།
- གཞན་ མི་སྲིད་པལ་འབྱོར་དམའ་བའི་ གོ་སྐབས་ཉེས་པའི་སྡེ་ཚན་ཚུ།

ཁེ་སྐྱོང་ཡོད་མི་ཚུ་གྲལ་གཏོགས་འབད་ནིའི་གོ་སྐབས་འཆར། ཁེ་སྐྱོང་ཡོད་མི་ཚུ་གྲལ་གཏོགས་ཀྱི་འཆར་གཞི་འདི་ འགོ་
འགྲུལ་སྐུལ་འདྲན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དོན་ལུ་བཟོ་ཡོད་པ་དང་ འཆར་གཞི་འདི་ སྤྱི་སྐྱོད་ཅན་གྱི་ཡིག་ཆས་ཨིན་མ་ལས་
ལས་འགུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་སྐྱེའི་ འཆར་གཞི་ཚོམ་ནི་དང་ བཟོ་སྐྱེད་ དེ་ལས་ རྒྱུན་སྐྱོང་རིམ་པའི་ མང་ཉུང་
དང་ཚད་དོམ་དང་གནས་སྤངས་དང་འཁྲིལ་ དུས་དང་དུས་སུ་ དུས་མཐུན་བཟོ་ནི་དང་ལེགས་བཅོས་འབད་དགོ་པ་
ཨིན། སྤྱིར་བཏང་ལུ་ ཁེ་སྐྱོང་ཡོད་མི་ཚུ་གྲལ་གཏོགས་ཀྱི་འཆར་གཞི་གིས་ གོ་རིམ་ལྡན་པའི་སྐོ་ལས་ ཁེ་སྐྱོང་ཡོད་
མི་ཚུ་གྲལ་གཏོགས་འབད་ཚུགས་པ་བཟོ་ཨིན། དེ་ཡང་ བསྐོ་བཞག་འབད་མི་ལས་བྱེད་པ་དེ་གིས་ ཁེ་སྐྱོང་ཡོད་མི་
སྡེ་ཚན་ཚུ་ལུ་ ཁོང་རའི་བསམ་འཆར་དང་ གོ་སྐབས་འཆར་ ཚ་གྲུང་ ཉོགས་འཛིང་ལ་སོགས་པ་བཀོད་ནིའི་སྐོ་སྐབས་

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡི་སྐུལ་འདྲན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐུལ་ཡར་རྒྱུ་ཞེས་སེ་
ཨི་ཨེས་ཨེས་ཀྱི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྐྱུག་ལས་ ཉར་ས་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གནོད་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལུ་བཀོད་ལྷབ་བཅུད་དོན།

བྱིན་ནིའི་ དམིགས་བསལ་གྱི་ཐབས་ལམ་བསྟར་སྦྱོང་འབད་དགོ་པའི་ཁར་ འགོ་འགུལ་སྐུལ་འདྲན་ལས་ཁུངས་ལུ་
ཚེད་དམིགས་དུས་ཚད་ནང་འཁོད་ འོས་ལཱ་གི་ལེན་རྒྱབ་ནི་སྐོ་སྐབས་བྱིན་ཨིན།

གཙུག་སྡེ་གཞི་བཅུགས། ལས་འགུལ་གྱི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་དོན་ཚན་ཚུ་ འཛིན་སྐྱོང་འབད་ནི་
དོན་ལུ་ འགོ་འགུལ་སྐུལ་འདྲན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ ལས་འགུལ་བསྟར་སྦྱོང་སྡེ་ཚན་གཞི་བཅུགས་འབད་དོགས་དང་
འཁོར་ལམ་དང་ཟམ་བཅོ་སྐྱུན་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ཁ་འབགས་བཅུགས་དགོས་དང་ ཁ་འབགས་ཚུ་གི་ལཱ་ལྟ་རྟོག་
འབད་ནི་དོན་ལུ་ ལྟ་རྟོག་བཅོ་རིག་པ་བཅུགས་དགོས་ཨིན། ཁེ་གྱོང་ཡོད་མི་ཚུ་གཉེན་གཏོགས་ཀྱི་འཆར་གཞི་
བསྟར་སྦྱོང་འབད་ནིའི་ འགན་ཁུང་འདི་ འགོ་འགུལ་སྐུལ་འདྲན་ལས་ཁུངས་ལུ་ཕོགས་ཨིནམ་ད་ བཅོ་སྐྱུན་དང་
རྒྱུན་སྐྱོང་གི་རིམ་པའི་ནང་ ཁ་འབགས་དང་མཉམ་འབྲེལ་མཐུན་འབད་དགོས་ཨིན།

སྦྱོང་བཅུད། ཁེ་གྱོང་ཡོད་མི་ཚུ་གཉེན་གཏོགས་འབད་ནིའི་འཆར་གཞི་ནང་གི་ བྱ་སྐོའི་རིམ་པ་དང་འཁྲིལ་ ཁེ་གྱོང་
ཡོད་མི་ཚུ་དང་ཚུན་མཐུན་སྡེ་གཉེན་གཏོགས་འབད་ནི་དང་ ཉེན་མཚེན་བཀག་ཐབས་ལུ་ རང་འཁོད་དང་བྱིའི་ཁེ་
གྱོང་ཡོད་མི་ཚུ་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་ནི་དོན་ལུ་ ལས་འགུལ་གྱི་གནས་ཚད་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་ཚུ་ལུ་ སྦྱོང་བཅུད་བྱིན་ནི་
ཨིན། སྦྱོར་ལས་རིམ་ནང་ ཁོང་ལུ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་སྤྱད་བ་དང་ ཁོང་རའི་ འཛིན་སྐྱོང་པ་དང་ གཞན་ལས་
བྱེད་པ་ཚུ་ ཁ་འབགས་ དེ་ལས་ ལྟ་སྐོར་པ་ཚུ་ལུ་འགན་ཁུང་ ཉེན་མཚེན་སེལ་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ཚུད་དགོ་
ཉུང་མཐའ་གཤམ་གསལ་ཚུད་དགོས་འདི་ཡང་།

- འགོ་དང་པ་རང་ ཉེན་མཚེན་བཀག་ཐབས་ལུ་ ལཱ་གཞིགས་དང་ཁེ་གྱོང་ཡོད་མི་ཚུ་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་
པའི་སྐབས་ རེ་བ་བསྐྱེད་པའི་སྦྱོང་ལམ་དང་ རོས་ལེན་འབད་ཚུགས་པའི་ལག་ལེན་ཚུ་དགོ།
- ལཱ་གཞིགས་ཚུའི་དོན་ལུ་ ཉེན་མཚེན་བཅུགས་ནིའི་ལམ་ལུགས་ཡོད་པ་བཅོ་དགོ།
- ལཱ་གཞིགས་དང་ བྱིའི་ཁེ་གྱོང་ཡོད་མི་གཞན་ཚུ་གིས་ ཉེན་མཚེན་བཀོད་ནིའི་དོན་ལུ་ ལམ་ལུགས་ཚུ་ཡོད་པ་
བཅོ་དགོ།
- རང་འཁོད་དང་བྱིའི་ ཁེ་གྱོང་ཡོད་མི་གཙོ་བོ་ཚུའི་གཉེན་གཏོགས་ལུ་འཐབ་ནིའི་ཚུད་པའི་ ཉེན་མཚེན་ འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་
ནི་དང་ སེལ་ཐབས་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ལཱ་འགན་དང་འགན་ཁུང་བཀོད་དགོ།
- ཐོ་བཀོད་དང་བརྟག་ཞིབ་འབད་ནིའི་བྱ་རིམ་ཚུ་དགོ།

སྒྲུབ་ལུ་འབད་ཐངས། ལས་འགུལ་གྱི་གནས་རིམ་ནང་ལུ་ ཁེ་གྱོང་ཡོད་མི་ཚུ་གཉེན་གཏོགས་འཆར་གཞི་དང་ ཉེན་མཚེན་
འཛིན་སེལ་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་འདི་ ལོ་བྱེད་རེ་ལུ་ བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནི་ཨིན། ལས་འགུལ་དེ་
བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ལས་འགུལ་གྱི་ལས་བྱེད་པ་ཚུ་གིས་ ལས་འགུལ་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚན་དང་ འགོ་

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡི་སྐྱེལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐྱེལ་ཡར་རྒྱུ་ཞེས་སེལ་
ཞི་ཞེས་ཞེས་ཀྱི་གི་ལས་འགུལ། འབྲུག་། དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ལས་ ཉམས་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གནོད་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལུགས་ཀྱི་འཕུལ་བུ་བཅུད་དོན།

འགྲུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཡོངས་ཁྱབ་མདོ་ཆེན་ལུ་ ཟླ་ངོ་གསུམ་རེ་ལུ་ ཚར་རེ་སྟོན་ལུ་སྐྱེལ་དགོས་ཞིན།
ལས་འགྲུལ་འདི་ལག་ལེན་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་སྟོན་ལུ་སྐྱེལ་དགོས་ཞིན།

ཉམས་འཛིང་སེལ་ཐབས། ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་བརྒྱུད་འབྲེལ་གྱི་ཐབས་བྱས་དང་ ཉམས་འཛིང་སེལ་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་
ཡང་ན་ དེ་མཚུངས་ཀྱི་སྲིད་བྱས་ཚུ་ གཞི་བཅུགས་འབད་དེ་མེད་མི་འདི་ བཟོ་ནི་དང་ཚུ་གཏན་བཟོ་ནི་དང་གཅིག་
མཚུངས་ དམིགས་ཡུལ་དང་གཞི་ཚུ་ རོས་འཛིན་འབད་དེ་ཡོད་མི་ཚུ་ གྲུབ་ཐབས་ལུ་ འགོ་འགྲུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་
ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ ཉམས་འཛིང་ཚུ་ལེན་ནི་དང་སེལ་ཐབས་འགྲིག་ཡོད་པ་རེས་གཏན་བཟོ་ནི་འདི་ ལས་འགྲུལ་གྱི་
ལས་སྐྱོ་གཞན་ཚུ་དང་ དེ་བཟུམ་མའི་མཐུན་སྐྱེལ་ཚུ་ གཏན་འཇགས་ཐོན་ཁུངས་ཚུ་ཐོབ་ཚུགས་པའི་རེས་གཏན་བཟོ་
དགོས་ཞིན། དམིགས་ཡུལ་ཚུ་ བསྟར་སྲོད་འབད་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ འགོ་འགྲུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་ལས་ཁུངས་
ཀྱིས་ རྒྱུ་འཁོད་ལུ་ གོས་བསྐྱུན་འབད་དེ་ མི་ངོས་ཚུ་ བསྐྱོ་བཞག་འབད་ནི་ཞིན་མ་མ་ཚད་ ཉམས་འཛིང་སེལ་
ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ལག་ལེན་འབབ་ནི་ལུ་ འཛིན་སྐྱོང་འབབ་ནི་དོན་ལུ་ འཆར་དུལ་གྱི་དགོས་མཁོ་ཚུ་ཡང་
བྱིན་ནི་ཞིན། ཉམས་འཛིང་སེལ་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ དབྱེ་བ་གཉིས་ཡོད་པ་འདི་ཡང་།

- རྒྱུ་འཁོད་ཀྱི་ཉམས་འཛིང་། ལས་འགྲུལ་གྱིས་ ཉམས་འཛིང་སེལ་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་འདི་ནང་ ཉམས་
འཛིང་བཅུ་འཛོག་འབད་ནི་འདི་ཡང་ལཱ་འགོ་མ་བཅུགས་པའི་སྲོན་མ་ བསྐྱོ་བཞག་དང་གཡོག་སྲོད་ཀྱི་གནས་
ཚོག་ཚུ་ ལ་འཆམ་འབྱུང་བ་དང་ཐག་གཅད་པ་དང་ ལོ་ལྟར་གྱི་ལཱ་གི་གྲུབ་འབྲས་གཏན་འབབས་དང་གཏན་
འཁེལ་བྱེ་རིམ་ སྤྱི་གཞི་ཞེས་ཀྱི་དང་ལེན་འབད་བའི་ཉམས་བཤམ་ ཡང་ན་ འདི་འཛོག་གཏུགས་ ལས་གཡོག་
ལས་བཏོན་གཏང་པ་ ཡང་ན་ ཕྱིར་བཏོན་གཏང་མི་ལས་བཞེན་པའི་ཉམས་བཤམ་ འགོ་འགྲུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་ལས་
ཁུངས་ཀྱི་བྱ་རིམ་གང་རུང་ལུ་ སློ་འདོད་མ་བཀའ་བ་ ཡང་ མ་དགའ་བའི་ཉམས་འཛིང་ དེ་ལས་ རྒྱུ་འཁོད་
ཀྱི་ཉམས་འཛིང་སེལ་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ཞིན།

རྒྱུ་འཁོད་ཀྱི་ཉམས་འཛིང་ནང་ ལས་གཡོག་པ་དང་ ལ་འབག་པ་ ཡང་ན་ ཚོང་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཉམས་
འཛིང་ཚུ་ཡང་ཚུད་པ་ཞིན། ལ་འབག་པ་དང་ཚོང་པ་ཚུ་འཛིན་སྐྱོང་འབབ་ནི་དོན་ལུ་ ཆེད་དམིགས་ཀྱི་འཆར་གཞི་
གིས་ ཚོང་པ་གིས་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་ ཉེན་སྲུང་ ལས་མིའི་ཐོབ་དབང་ཚུ་ཕྱིས་ཏེ་ ལཱ་གི་གནས་
སྤངས་དང་ སྐྱ་ཆ་ འགོ་བ་མིའི་ཐོབ་དབང་། ལ་ལུའི་ལས་མི་དང་ དབང་བཅོང་གི་ཐོག་ལས་ ཡང་ན་ ཐབས་
མེད་ཀྱི་ལཱ་ དེ་ལས་ ཉེ་རིང་བཀག་ཆ་ཀྱི་ སྐྱོར་འཇུག་རུང་བའི་ཞེས་ལཱ་གནས་ཚུ་ལུ་གནས་ཡོད་པ་རེས་
གཏན་བཟོ་དགོ་ འཆར་གཞི་འདི་ནང་ འདས་པའི་ལོ་དག་པ་ཅིག་ནང་ གོང་འཁོད་ལུ་ མ་གནས་པའི་བྱ་སྲོད་

གང་རུང་འཐབ་པ་ལས་བརྟེན་ དན་སྐྱེལ་འབད་བ་ ཡང་ན་ ཉེས་བྱ་བཀའ་ཡོད་མི་ཚུ་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་ནི་འི་
དགོངས་དོན་ཚུ་ཡང་ཚུད་དགོཔ་ཨིན།

- ཕྱི་ཉེ་གས་འཛིང། ཕྱི་ཉེ་གས་འཛིང་བེའ་མི་འདི་ ཕྱི་ཉེ་ཁོ་གྲོང་ཅན་ དཔེར་ན་ ཚོང་འབྲེལ་ལུ་གོད་སྐྱོན་བྱུང་
མི་བཟུང་ཚང་ཚུ་དང་ ཚོང་མགོན་པ་ཚུ་ ས་གནས་ཀྱི་མི་སྡེ་ཚུ་ བདག་སྐྱོང་གཞི་བཅུགས་ དེ་ལས་ གཞན་ཚུ་
ལས་ ཐོབ་མི་ཉེ་གས་འཛིང་བཀོད་མི་ཚུ་ཨིན། ཉེ་གས་འཛིང་སེལ་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་འདི་ནང་ ཕྱི་ཉེ་གས་
འཛིང་ཚུ་གི་རྒྱ་རྒྱུན་ཚུ་ཡང་ མི་སྡེ་དང་ འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཉེན་སྲུང་ ཉེ་གས་ཀྱི་ རྒྱུན་འགྲུལ་ རྒྱུག་རྒྱུན་
ཉེ་གས་ཀྱི་ སྐོ་ལོ་ལུ་རྒྱུག་རྒྱུན་ ཉེ་གས་ཀྱི་ ལ་འབག་པ་གི་ལས་བྱེད་པ་ ཡང་ན་ ཡན་ལག་ལ་འབག་པ་ཚུ་གིས་ཀུན་
སྤྱོད་དང་མ་མཐུན་པའི་སྤྱོད་ལམ་ དྲི་མངར་མ་བཏུབ་མི་ ས་གནས་ཀྱི་ལུ་གཡོག་གི་རེ་བ་དང་ ཅུང་མས་/ཞབས་
ཉེ་གས་ཀྱི་ ས་གནས་ཀྱི་ཞབས་ཉེ་གས་བྱིན་མི་ཚུ་ལས་མཁོ་མངག་འབད་ནི་འི་རེ་བ་ མི་སྡེ་ནང་ ཡང་ན་ དེ་ཉེ་
འདབས་ཀྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་ གནས་སྤོ་འོང་མི་ལས་བྱེད་པ་ཚུ་ལས་བརྟེན་ ལས་སྐོལ་གི་དཀའ་ངལ་ ཡང་ན་
གོ་སྐབས་ལེན་ནི་འབྲུག་ཚུད་ཚུ་ དེ་ལས་ གོང་འཁོད་ཉེ་གས་འཛིང་ཚུ་ གསང་བ་འབད་བཞག་ནི་དཔའ་བཅུ་
མི་ཚུ་ཨིན།

ཉེ་གས་འཛིང་སེལ་ནི་འི་རིམ་པ་ཚུ་ཡང་ ཉེ་གས་འཛིང་ལེན་ནི་དང་ཐོ་བཀོད་འབད་ནི་དང་ ཉེ་གས་འཛིང་བསྐྱར་ཞིབ་
དང་ཞིབ་དཔྱད་འབད་ནི་ ཉེ་གས་འཛིང་སེལ་ནི་ ལྷ་རྟོག་འབད་ནི་ ལྷ་ལུ་འབད་ནི་དང་ བསྐྱར་ཞིབ་ཀྱི་བྱ་རིམ་
ལྷ་རྟོག་གཞི་དོན་ གཞུགས་སྡེ་གཞི་བཅུགས་འབད་ནི་ ལས་འགུལ་གི་ལས་བྱེད་པ་ཚུ་ལུ་སྤྱོད་བཟུང་བྱིན་ནི་ དེ་ལས་
ཉེ་གས་འཛིང་འབྲི་ཤོག་ཚུ་ཚུད་པ་ཨིན་པས།

ཁོ་གྲོང་ཡོད་མི་ཚུ་དང་གོས་བསྐྱར་འབད་ཡོད་པ་དང་ བསམ་འཆར་ཚུ་ཐོབ་ཡོད་པ།

ཁོ་གྲོང་ཡོད་མི་ཚུ་དང་མཉམ་ གོས་བསྐྱར་ཐེངས་གསུམ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཡོད་པ་ཨིན། གོས་བསྐྱར་ཐེངས་དང་པ་
སྤྱི་ལྟེན་༧ པའི་ཚེས་༡༥ ལས་༢༤ ཚུན་ ལས་འགུལ་གི་ཁྲབ་ཚད་རིམ་པ་ནང་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཡོད་པ་ཨིན།
འདི་གིས་ ལས་འགུལ་གི་ཕན་གོད་བྱུང་མི་ས་ཁོངས་ནང་ ཁོ་གྲོང་ཡོད་མི་ཚུ་གཡེལ་གཉེན་ཚུ་ཕྱིས་ཏེ་ ས་གནས་
ཀྱི་གནས་སྤངས་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སྤེལ་ཏེ་གོ་ནི་ལུ་ ཕན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད་པ་ཨིན།

ལས་འགུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཉེན་ལ་དང་ཕན་གོད་དོན་འཛིན་འབད་ནི་འི་དོན་ལུ་ བཟོ་དོན་བསྐྱེད་ལེན་འབད་ནི་ཚུ་
ཕྱིས་ཏེ་ གཞི་རྟེན་ཚེས་གྲངས་བསྐྱེད་ལེན་འབད་ནི་འི་དོན་ལུ་ སྤྱི་ལོ་༢༠༢༤ ལྟེན་ པའི་ཚེས་༣༠ ལས་ སྤྱི་ལྟེན་
པའི་ཚེས་༣ ཚུན་ ས་ཁོངས་ལྷ་སྐོར་ཐེངས་གཉིས་པ་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཡོད་པ་ཨིན། ལས་འགུལ་གི་ཕན་གོད་
བྱུང་སའི་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ མི་འབོར་ཞིབ་ཕྱིས་མ་འདམ་ཚུ་གི་དོ་ཚབ་ མི་སྡེ་འབྲུས་མི་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ དྲི་བ་

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡའི་སྐྱེལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐྱེལ་ཡར་རྒྱུ་ཉེ་སེ་སི་
ཨི་ཨེས་ཨེས་ཀྱི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ལས་ ཉེ་སེ་ཐང་
གི་ལས།

མཐུན་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྤེལ་ཕན་གཞོན་བརྟག་
ཞིབ་སྐྱོད་ལུང་བཀོད་བྱས་བཅུད་དོན།

དྲིས་ལན་དང་ སྡེ་ཚན་གྱི་གྲོས་བསྟུན་ཚུ་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་རུག་ གྲོས་བསྟུན་འདི་ནང་ ཨམ་སྤྱད་དང་ བ་གཞོན་
བུམ་ བ་གཞོན་སྡེ་ཚན་ གཞུང་མིན་ཚོགས་པ་ ཚོང་པའི་ཚོ་བདག་ སོ་ནམ་པ་དང་ཞིང་པ་ སློབ་དཔོན་དང་གསོ་
བའི་ལས་བྱེད་པ་ཚུ་ཨིན་མས།

གྲོས་བསྟུན་འདི་གིས་ ད་ལྟོའི་ལས་འགུལ་གྱི་སྐྱོར་ལས་ ཁེ་སྲོང་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ ཉ་གོ་ཐངས་དང་ ཁེ་སྲོང་ཡོད་མི་
ཚུ་གིས་ གྲལ་གཏོགས་འབད་ནིའི་གདམ་ཁ་དང་ ད་རེས་ལག་ལེན་འཐབ་བཞིན་པའི་ཉོགས་འཛིང་གི་ལག་ཆས་
དེ་ལས་ ཉེན་ཁ་ཅན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཚུ་གིས་ ཁེ་སྲོང་ཡོད་མི་ཚུ་གྲལ་གཏོགས་འབད་ནིའི་གོ་སྐབས་ཚུ་ཐོབ་ཚུགས་པའི་
ཐབས་བྱས་ཚུ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་ལུ་ སན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད་པ་ཨིན། གྲོས་བསྟུན་གྱི་གནད་དོན་གཙོ་བོ་ཚུ་ཡང་
ལས་འགུལ་གྱི་སྐྱོར་ལས་ གོ་བ་བརྒྱ་སྤྱོད་དང་ ཞབས་ཏོག་ཚུ་ཐོབ་ཚུགས་པ་ མི་སྡེ་གི་གནས་སྤངས་ མི་སྡེ་ནང་ཕོ་
མོའི་དབྱེ་བ་དང་བསམ་སྤྱོད་ སན་གཞོན་བྱུང་མི་ས་ཁོངས་ནང་མཐུན་རྐྱེན་ མི་སྡེ་ཚུའི་ལཱ་གཡོག་གི་གནས་སྤངས་
འོང་འབབ་ཀྱི་སྤྱིར་སྟོམས་གནས་ཚད་ གཞུང་མིན་ལས་ཚོགས་དང་མི་སྤེལ་ལས་ཚོགས་ཀྱི་གྲོས་བསྟུན་དང་བསམ་
འཆར་ཚུ་ ལས་འགུལ་གྱིས་ ཉེན་ཁ་ཅན་གྱི་སྡེ་ཚན་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ གྲལ་གཏོགས་འབད་ནི་ལ་སོགས་པའི་
གནད་དོན་གཞན་དང་གཞན་ཡང་ཡོད་པ་ཨིན།

ད་རུང་ དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ཡར་རྒྱུ་ཞེས་ཁོམ་གྱི་སྤྱི་བྱེད་ཀྱིས་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ཟླ་ ༧ པའི་ཚེས་ ༢༧ ལུ་ ལས་འགུལ་གྱི་
ས་ཁོངས་ དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ཡར་རྒྱུ་སྡེ་དང་ ཨུམ་སྤྱིང་རྒྱུ་འོག་ དེ་ལས་ དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ཡར་རྒྱུ་འོག་ཚུ་ནང་ ས་
གནས་ཁག་སོ་སོ་ཚུ་ནང་ ཁེ་སྲོང་ཡོད་མི་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ གྲོས་བསྟུན་འབད་ཡོད་པ་ཨིན། གྲོས་བསྟུན་ནང་
ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་གི་ས་ཚའི་ཚོ་བདག་བརྒྱ་ཆ་ ༧༠ དེ་ཅིག་གིས་ བཅའ་མར་གཏོགས་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་མ་
ཚད་ ས་གནས་གཞུང་གི་བཅག་འཐུ་གྲུབ་མི་ འགོ་དཔོན་ཚུ་གིས་ཡང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ཡོད་པ་ཨིན། གྲོས་
བསྟུན་ལས་རིམ་ནང་ ཉེ་འདབས་ཀྱི་ས་གནས་ཚུ་ནང་ལས་ ས་ཚའི་ཚོ་བདག་ཚུ་གིས་ཡང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་
ལུ་ སེམས་བྱུགས་བྱེད་ཡོད་པ་ཨིན།

གྲོས་བསྟུན་གྱི་གནད་དོན་གཙོ་བོ་རང་ ལས་འགུལ་གྱི་སྐྱོར་ལས་ གསལ་སྟོན་འབད་ནི་དང་ ད་ལྟོའི་སྤྱི་འཐུས་སྤྱོད་
ཐངས་ གཞིས་གསར་གྱི་འོས་འབབ་ རྒྱུ་འཐུས་ཀྱི་ཚད་གཞི་ཚུ་ཉེ་སེ་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༠༧ ཅན་མ་ནང་བཀོད་
ཡོད་པའི་ཚད་གཞི་ལྟར་མེན་པར་ ཁོམ་གྱི་གོང་ཚད་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ཨིན་པའི་སྐྱོར་ཀྱི་དང་ ས་ཚུ་གསལ་འཁོར་
བཞེས་ནི་དང་གཞིས་གསར་གྱི་བྱ་རིམ་འོག་ལུ་ ཁེ་སྲོང་གྱི་དོན་ལུ་བརྩི་འཛོག་འབད་ནི་ཚུ་གྲོས་བསྟུན་འབད་རུག།
དེ་བཟུམ་སྟེ་ མི་སྡེ་ཚུ་གིས་ ཁག་ཆེ་བའི་དྲི་བ་བཀོད་མི་ཚུ་ཡང་ སྤྱི་བྱེད་དང་འབྲེལ་ཡོད་འགོ་དཔོན་ཚུ་གིས་ ལན་
གསལ་བྱེད་ཡོད་པ་ཨིན།

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡི་སྐུལ་འདྲན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐུལ་ཡར་ཤུགས་ཀྱི་ཨེ་སི་སི་
ཨི་ཨེས་ཨེས་ཀྱི་གི་ལས་འགུལ། འབྲུག་། དགེ་ལེགས་སྐྱུག་ལས་ ཏྲ་ས་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གཞོན་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ལུ་བཀོད་ཁྱབ་བཅུད་དོན།

གོས་བསྐྱེད་གི་སྐབས་ལུ་ དྲི་བ་ལག་ཚོ་བོ་བཀོད་མི་ཚུ་ཡང་ ས་ཆའི་གོང་ཚད་དང་ རྒྱུད་འབྲུམ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་
བཀོད་ལུགས། གོས་བསྐྱེད་གི་སྐབས་ལུ་ བསམ་འཆར་འདི་ མང་ཤོས་ར་ ལེགས་ཤོམ་ཡོད་པ་དང་ མི་སྲེ་ཚུ་གིས་
དཔལ་འབྱོར་ལེགས་སྐྱུར་གི་དོན་ལུ་ ས་ཆ་ཚུ་ དགེ་ལེགས་སྐྱུག་ཤོས་ཁོམ་དང་ གཞུང་ལམ་གི་ལས་འགུལ་ལ་
སོགས་པ་ཚུ་ནང་བྱིན་ནི་ཨིན་ཟེར་བཤད་ཡོད་པ་ཨིན། མི་སྲེ་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་ ལས་འགུལ་ནང་ ལཱ་གཡོག་གི་གོ་
སྐབས་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ དྲི་བ་བཀོད་ཡོད་པ་ཨིན།

གོས་བསྐྱེད་གསུམ་པ་འདི་ སྤྱི་ཚེས་ ༡༣/༡༠/༢༠༢༤ ལས་ ༣༡/༡༠/༢༠༢༤ ཚུན་ འགོ་འགུལ་སྐུལ་འདྲན་ལས་
ཁུངས་ཀྱི་མི་སྲིད་མཁུམ་མཚོག་དང་ འཛམ་གླིང་དདུལ་ཁང་གི་ཕོ་མོའི་མཁུམ་མཚོག་གིས་ འགོ་འདྲན་འཐབ་
ཡོད་པ་ཨིན། གོས་བསྐྱེད་འདི་ ཁེ་གྲོང་སོ་སོ་ཡོད་མི་ ཐིམ་ཕུག་དང་དགེ་ལེགས་སྐྱུག་གི་ གཞུང་གི་ལས་སྲེ་དང་
སྐོར་པ་ དེ་ལས་ མི་སྲེའི་ལས་ཚོགས་ཚུ་དང་མཉམ་ གོས་བསྐྱེད་འབད་ཡོད་པ་ཨིན། གོས་བསྐྱེད་འདི་གཚོ་བོ་རང་
ཚོང་ལས་དང་ཚོང་འབྲེལ་བདེ་ཉམས་ཐོག་འབད་ནི་དང་ ཨམ་སྐུ་ཚུའི་རིག་ཅུལ་དང་སྤྱོད་གས་གྲུབ་ཡར་ཤུག་གཏང་ནི་
དམྱོལ་ཡོད་པའི་ཚོང་ལས་ཀྱི་ཚ་གུང་ ཉོགས་སེལ་རོམ་བ་དང་ཚོང་པ་ དམིགས་བསལ་དུ་ཨམ་སྐུ་ཚུ་དང་ མི་སྲེ་ནང་
ལུ་ སྤྱིར་བཏང་ པོ་མོའི་ཚ་གུང་དང་དཀའ་ངལ་ཚུ་དང་ ཞབས་ཏོག་བྱིན་མི་ཚུའི་རིག་ཅུལ་དང་སྤྱོད་གས་གྲུབ་ ཏུ་གོ་
ནིའི་དོན་ལུ་ གཚོ་བོར་བཏོན་ཡོད་པ་ཨིན།

གོས་བསྐྱེད་འདི་ཚུ་འབད་བའི་བསྐྱར་རང་ཡོད་པ་ལས་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ལོ་ལྷོ་ ༡༢ པའི་ནང་ ལས་འགུལ་གི་ས་ཁོངས་
ནང་གི་ མི་སྲེ་དང་ ཁེ་གྲོང་ཡོད་མི་ཚུ་དང་མཉམ་གོས་བསྐྱེད་འབད་ནི་ཨིན།

རིམ་བསལ་ཕན་གཞོན་བརྟག་ཞིབ།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གཞོན་བརྟག་ཞིབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་སྲེ་ སྲོན་འགོའི་རིམ་བསལ་ཕན་གཞོན་
བརྟག་ཞིབ་འབད་ཡོད་པ་ཨིན། བརྩི་མཐོང་ཅན་གི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲེ་ཆ་ཤས་རོས་འཛིན་འབད་མི་
ཚུ་ཡང་ རྒྱུད་གི་སྐྱུས་ཚད་དང་ མཐའ་འཁོར་གི་ལུང་སྐྱུ་ ཚུ་གི་ཐོན་ཁུངས་ འབྲུམ་སའི་ས་ཁོངས་གཏོར་བ་ རི་
དུགས་སེམས་ཅན་འགུལ་བསྐྱེད་དང་མི་དང་རི་དུགས་དཀའ་ངལ་ དེ་ལས་ མི་སྲེ་ནགས་ཚལ་དང་འཚོ་བ་གནས་
སྤངས་ཚུའི་ཨིན། རིམ་བསལ་ཕན་གཞོན་བརྟག་ཞིབ་ཀྱིས་ ས་ཁོངས་ནང་ གཞན་གོང་འཕེལ་ཚུ་གིས་ རིམ་
བསལ་ཕན་གཞོན་འབྱུང་སྲིད་མི་ཚུ་སྟོན་མ་ཨིན། དཔེར་ན་ དགེ་ལེགས་སྐྱུག་ཤོས་ཁོམ་དང་ དགེ་ལེགས་
སྐྱུག་རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་ཐང་ རེལ་ལིའི་ལམ་དང་དོས་ཕབ་ལེན་ས་ཁོངས་ ཁོམ་གི་ས་མཚམས་ལྷགས་རི་ དེ་ལས་
ཕྱི་ལས་བྱུང་མི་དཀའ་ངལ་གི་གནད་དོན་ དཔེར་ན་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཏོན་དང་ རང་བཞིན་གི་རྒྱུན་ལོ་ དེ་
ལས་ བརྩི་མཐོང་ཅན་གི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲེ་ཆ་ཤས་ནང་ གནས་སྲོའོང་མི་ཚུ་སྟོན་མ་ཨིན།

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡི་སྐུལ་འདྲན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྦྲེལ་ཡར་རྒྱུ་ཞེས་མི་
ཞི་ཞེས་ཞེས་ཀྱི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྤྱད་ལས་ ཉར་ས་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གཞོན་བརྟག་
ཞིབ་སྒྲུབ་ཞུའི་བཀོད་ཀྱིས་བཅུད་དོན།

ལས་འགུལ་དང་ གཞན་གོང་འཕེལ་ལས་སྣ་ དེ་ལས་ ཕྱི་རི་ཚ་གྲུང་ལས་བརྟེན་པའི་ རིམ་བསགས་ཀྱི་གནད་པ་
གཙོ་བོ་ཚུ་ཡང་ གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་སྣ་ཚུ་དང་ བཟོ་སྐྱུན་དང་རྒྱུན་འབྲེལ་འབད་མི་ལུ་བརྟེན་ རུང་སྐྱེ་ཡར་འཕར་
འགྲོ་མི་དང་ བཟོ་སྐྱུན་དང་ས་ཆ་ལག་ལེན་གྱི་འགྱུར་བཅོས་ལུ་བརྟེན་ ཚུ་གི་ཐོན་སྐྱེད་ལུ་ འགྱུར་བ་འགྲོ་ནི་དང་
འདི་ལས་བརྟེན་ ས་རུད་དང་ སྤྱི་གས་མ་ཆགས་ནི་ དེ་ལས་ ཚུ་གི་སྤུས་ཚད་ཉམས་ནི་ དེ་ལས་ གོང་འཕེལ་གྱི་
ལས་སྣ་ལས་བརྟེན་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་འབྲུམ་ས་གཏོར་གཏང་ནི་དང་འགྱུལ་སྐྱོད་བཀག་འཛུགས་འབད་མིས་ རི་
དྲགས་སེམས་ཅན་གྱི་འགྱུལ་སྐྱོད་གཞོན་པ་བཀག་འཛུགས་ རི་དང་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ཚུ་སྤོ་འབྲུམ་ས་མར་ཉམས་ནི་ དེ་
ལས་ མི་དང་རི་དྲགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ ཡར་འཕར་འགྲོ་ནི་ཚུ་ཞིན་མས། ལས་འགུལ་གྱི་གཞོན་ཉེན་འདི་ ས་ཆ་
ཐུགས་འཁོར་བཞེས་མི་ལས་བརྟེན་འབྱུང་ནི་ཞིན་ད་ དེ་ཡང་ ས་གནས་ཀྱི་མི་སྡེ་དང་ དམིགས་བསལ་དུ་ སོ་ནམ་
དང་ནགས་ཚལ་ལུ་བརྟེན་སྤོད་མི་ མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་ ས་གནས་གཞན་ཁར་སྤོ་འགྲོ་དགོ་པའི་ཁར་ དཔལ་འབྱོར་ཡང་
མེད་པ་གཏང་ནི་ཞིན་མས། ས་གནས་འདི་ནང་ གོང་འཕེལ་ལས་བརྟེན་ ས་གནས་ཀྱི་འཚོ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་ལུ་ རིམ་
བསགས་སྤེ་གཞོན་པ་བཀག་འཛུགས་ དཔལ་འབྱོར་གྱི་གནས་སྤངས་བསྐྱུར་བཅོས་འགྲོ་ནི་ཞིན་མས། གནད་དོན་ཚུ་
གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ལས་ ཉེང་སྐྱད་ དགེ་ལེགས་སྤྱད་ཅན་ཤེས་ལོམ་གོང་འཕེལ་གྱིས་ ས་
གནས་ཀྱི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་ཚུ་ལུ་ གཞོན་ལུགས་འབད་ནི་ཞིན་མས།

སྤེ་ལཱ་རིག་སྣ་འཛུགས་སྐྱོང་འཆར་གཞི་འདི་ འབྲུམ་ས་དང་རིགས་སྤེའི་བརྩི་མཐོང་ཚུ་ལུ་ རིམ་བསགས་གཞོན་པ་
འབྱུང་མི་ཚུ་ སར་སལ་འབད་ནི་ལུ་ ལས་འགུལ་གྱི་གཞོན་ཉེན་མར་སལ་གྱི་ཐབས་ལམ་གཅིག་ཞིན། ལས་འགུལ་
གྱི་གཞོན་ཉེན་མར་སལ་གྱི་ཐབས་ལམ་དང་མཉམ་ ཐབས་བྱས་འཛུགས་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དང་
གཞོན་ཉེན་མར་སལ་འབད་ནི་དོན་ལུ་ཐབས་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ དེ་ལས་ ཁེ་གྲོང་ཡོད་མི་ཚུ་དང་
གཅིག་ཁར་ མཉམ་འབྲེལ་འབད་མི་འདི་ གྲུབ་འབྲས་ཅན་གྱི་གཞོན་ཉེན་མར་སལ་གྱི་ཐབས་ཤེས་ཅིག་ཞིན། ལས་
འགུལ་གྱིས་ ལཱ་འབད་མི་སྡེ་ཚན་དང་ ཡང་ན་ གཞུང་གི་ལས་རིམ་ཚུ་ནང་ འབད་ཚུགས་ཚུགས་པ་ཅིག་ བཅའ་
མར་གཏོགས་ཐོག་ལས་ མཉམ་འབྲེལ་ཡར་རྒྱུ་གཏང་དགོ། གཞོན་ཉེན་མར་སལ་གྱི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ཡང་ གནས་
སྐབས་ཀྱི་འཆར་གཞི་དང་ས་ཁོངས་འཆར་གཞི་གཉིས་ གཅིག་འབྲེལ་ཐོག་ལུ་ འཆར་གཞི་བཀོད་ཡོད་པའི་གོང་
འཕེལ་ལས་འགུལ་ཚུ་གི་བར་ན་ བན་དོན་བརྗེ་སོར་འབད་ནི་དང་འབྲེལ་མཐུན་འབད་ནི་དང་ དགེ་ལེགས་སྤྱད་ཅན་
ཤེས་ལོམ་གྱི་དམིགས་གཏང་ མི་མང་སྐུལ་འདྲན་ལག་ལེན་ཡར་སེང་དང་ སྤོག་འབྲེལ་འགུལ་འཁོར་ཚུ་ དང་ལེན་
འཐབ་ནི་ལུ་མཉམ་རུབ་འབད་ནི་ དུས་ཐོག་ཚུ་དམུག་རིག་པའི་ལྟ་རྟོག་བསྐྱར་སྤོད་དང་ སྤོན་ལས་ཉེན་བརྗེའི་ལམ་
ལུགས་དོན་ལུ་མཉམ་འབྲེལ་འབད་ནི་ དེ་ལས་ གཞོན་ཉེན་མར་སལ་གྱི་ཐབས་ལམ་དང་མི་སྡེ་གོང་འཕེལ་མཐའ་
སྐྱོང་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ས་གནས་ཀྱི་མི་སྡེ་ཚུ་གྲུབ་གཏོགས་འབད་ནི་ཚུ་ཞིན།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་ཕན་གོད་བརྟག་གི་

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་ཕན་གོད་བརྟག་གི་འདི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་ཕན་གོད་
བརྟག་ཞིབ་སྒྲུབ་ལུ་གི་ཆ་ཤས་འབད་བཟོ་ཡོད་པ་ད་ འདི་ནང་ ལས་འགུལ་གི་དོན་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་
དང་མི་སྡེའི་ཕན་གོད་བརྟག་ལས་ལེན་ཚུའི་ བཅུད་དོན་མཉམ་དེ་བ་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན། ཡིག་ཆས་འདི་གིས་ འཛིན་སྐྱོང་དང་
གཞོན་ཉེན་མར་ཕབ་ དེ་ལས་ ལྷ་རྟོག་གི་ཐབས་ལམ་ཚུ་དང་ བསྟར་སྤྱོད་འགན་ཁུར་ག་ལུ་ཕོག་པ་ཨིན་ན་ཚུ་ཚུད་དེ་
ཡོད་པ་ཨིན།

ལས་འགུལ་བཟོ་སྐྱོན་དང་ལག་ལེན་གི་གནས་ལུན་ནང་ ལས་འགུལ་གི་ལས་ལེན་འབད་ཡོད་པའི་འཛིན་སྐྱོང་དང་
གཞོན་ཉེན་མར་ཕབ་གི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ དོན་སྲིན་ཅན་སྤེལ་བསྟར་སྤྱོད་འབད་དགོ་པ་ལག་ཆེ་བའི་སྐྱོར་ འཛིན་སྐྱོང་
འཆར་གཞི་ཚུ་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་ད་ འདི་ནང་།

- བཟོ་སྐྱོན་གི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་ཕན་གོད་བརྟག་གི་- འདི་ནང་ ཐལ་ཕ་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་
གཞི་དང་ རྒྱུད་གི་སྐྱེས་ཚད་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ ཚུའི་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་། རྒྱུད་གི་ལག་ལེན་བཟོན་ནི་འཆར་
གཞི་དང་ ཆར་ཚུ་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ ། དུགས་སྐྱེགས་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ ཉེན་ལ་ཅན་གི་རྒྱུ་ཆས་
གཏོར་འགྲོ་ནིའི་ལས་བཀའ་ཐབས་འཆར་གཞི་དང་ ལས་མི་ཚུའི་ཉོགས་འཛིན་སེལ་ཐབས་གི་ཐབས་ལམ་ཚུ་
ཚུད་དེ་ཡོད།
- ལུ་གི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཉེན་སྲུང་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི།
- ཚབས་དོལ་ག་སྐྱིག་དང་གཏོང་ལན་འཆར་གཞི་། ཡང་ན་ ཚབས་དོལ་གཏོང་ལན་འཆར་གཞི་ ། དང་ འདི་
ནང་ མེ་རྒྱུན་བཀའ་ཞིའི་འཆར་གཞི།
- རྒྱུན་འགུལ་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི།
- རྒྱུ་ཕན་རིགས་སྤྱོད་ རྒྱུ་ཕན་རིགས་སྤྱོད་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་དང་ རྒྱབ་སྐྱེལ་ཅན་གི་རིགས་སྤྱོད་ཚུ་འཛིན་སྐྱོང་
འཆར་གཞི།
- ལེ་རྒྱུད་ཡོད་མི་ཚུ་གལ་གཏོགས་འཆར་གཞི་། དེ་ནང་ མི་སྡེའི་ཉོགས་འཛིན་སེལ་ཐབས་གི་ཐབས་ལམ་ ། དང་
གཞིས་གསར་གི་ལས་རིམ་འཆར་གཞི་། དེ་ནང་ འཚོ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་ཉམས་གསོ་འཆར་གཞི་ ། ཕོ་མོའི་དང་
ལེན་འཆར་གཞི་ འདོད་སྤྱོད་གི་ལོག་སྤྱོད་དང་སྤྱུག་སྤྱོད་ དེ་ལས་ འདོད་སྤྱོད་གི་བརྟེན་གསལ་འཆར་གཞི་
མང་འབབ་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ རང་འཁོད་གི་ཡིད་ཚིམ་འཆར་གཞི་། དེ་ནང་ གཞི་བཟོ་བཅུགས་སྤྱོད་བྱས་ །

ཤར་སྟོ་ཨི་ཤི་ཡའི་སྐྱེལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུན་སྐྱེལ་ཡར་ཤུག་ཏུ་ཨི་སི་མི་
ཨི་ཨེས་ཨེས་ཀྱི་གི་ལས་འགུལ། འབྲུག། དགེ་ལེགས་སྐྱེལ་ལས་ ཉར་ས་ཐང་
གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཕན་གཞི་བརྟུག་
ཞིབ་སློབ་ལུ་བཀོད་ལུ་བཅུད་དོན།

ལུ་གཤམ་གཤམ་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་དེ་ནང་ མི་སྟོབས་ཐོན་སྐྱེད་འཆར་གཞི་དང་ སྟོན་གནས་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་
གཞི་ དེ་ལས་ ཀུན་སྟོན་རྣམ་གཞག། དེ་ལས་ བཀྲམ་སྐྱེལ་འབྲེལ་མཐུན་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི།

གཙུག་སྐྱེལ་གཞི་བཅུགས།

ལས་འགུལ་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚན་ཏུ་ཕི་ཨེའི་ཡུ་ཀའི་གཞི་བཅུགས་འབད་དེ་ ལས་འགུལ་འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་ཅི་ཨིན།
འགྲོ་འགྲུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ བཟོ་སྐྱུན་ཁ་འབག་དང་མཉམ་ ལས་འགུལ་གི་མཐའ་འཁོར་གནས་
སྤངས་དང་མི་སྲིད་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ བསྟར་སྟོན་འབད་ཅི་ཨིན།

འགྲོ་འགྲུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་དང་གནས་
དགོ་པའི་འགན་ཁུངས་འབག་དགོ་པ་དང་ ཁ་འབག་ཚུ་གི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ལས་དོན་ལྟ་ཉུག་
འབད་དགོ་ ཕན་གཞི་འབྱུང་བའི་མི་སྲིད་དང་ལཱ་གཉེན་ལས་འབད་ནི་ ལས་འགུལ་གི་ཉུགས་འཛིན་སེལ་ནིའི་ལས་
རིམ་འཛིན་སྐྱོང་འབད་ནི་ དེ་ལས་ གཞན་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་འགན་ཁུངས་ཚུ་འབག་དགོ་པ་ཨིན།
ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ འཛམ་གླིང་དབུལ་ཁང་གི་གནས་ཚད་དང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ལས་ལེན་
འཆར་གཞི་གི་ལས་ལེན་ དེ་ལས་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་གི་ཁྲིམས་ལུགས་ཚུ་དང་འབྲེལ་ ལས་འགུལ་འདི་བསྟར་སྟོན་
འབད་དགོ་པ་ཨིན། དེ་ནང་ ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ དང་ལེན་ལྟ་ཉུག་དང་ གནས་སྤངས་དང་བསྐྱུན་བསྐྱུར་བཅོས་འབད་
བརྟུབ་པའི་ བསྟར་སྟོན་ལས་རིམ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་ གཙུག་སྐྱེལ་སྐྱིད་སྐྱིད་བཟོ་ནིའི་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་
བསྟར་སྟོན་འབད་དགོ་པ་དང་ དེ་ནང་ རྒྱབ་སྐྱོན་འབད་བའི་ཐབས་ལམ་ དཔེར་ན་ ལས་གཤམ་གཤམ་བསྐྱོ་བཞག་དང་
སྟོགས་ལྷུ་ཡར་ཤུག་གཏང་ནི་ དེ་ལས་ འཆར་དབུལ་དགོས་མཁོ་ཚུད་དགོ།

ལས་འགུལ་བསྟར་སྟོན་སྡེ་ཚན་གྱིས་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་བསྟར་སྟོན་འབད་
ནིའི་དོན་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོན་ལུ་འབད་མི་ རང་འཁོད་གི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་མཁུམ་མཚོག་གཅིག་བསྐྱོ་བཞག་
འབད་དགོ་པ་དང་ མཁུམ་མཚོག་དེ་ལུ་ གཤམ་གསལ་མི་དོ་ཚུ་གིས་དང་གནད་ཚུ་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་ཨིན་མི་འདི་
ཡང།

- མི་སྲིད་དང་གཞི་གསར་གནད་དོན་དང་ ས་གནས་གི་མི་སྲིད་ཚུ་དང་ལཱ་མཐུན་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ མི་སྲིད་གོང་
འཕེལ་མཁུམ་མཚོག།
- ཕོ་མོའི་རྒྱབ་སྟོན་ ཉག་ཚོང་ འབྲུན་ཚུའི་ གོ་བཤུ་ལས་རིམ་དང་སྐྱོང་བཤུར་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནིའི་དོན་
ལུ་ ཕོ་མོའི་རྒྱབ་སྟོན་གོས་སྟོན་པ་བསྐྱོ་བཞག་འབད་དགོ།

- བླ་བཀོད་བཟོ་རིག་འགོ་དཔོན་གྱིས་ སྤྱི་ལུ་རྒྱན་རིགས་སྤྲུལ་ གོད་པ་འབྱུང་མི་ཚུ་ བསལ་
འི་དང་ ཁེ་ཕན་དེས་ཉིགས་ཐོབ་ཐབས་ལུ་ ཉམས་སྤང་གི་ཐབས་ལམ་ཁ་སྐོང་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་འི་
དོན་ལུ་ཨིན།

ལྷ་བཀོད་བཟོ་རིག་འགོ་དཔོན། ལྷ་བཀོད་བཟོ་རིག་འགོ་དཔོན་གྱིས་ དང་ལེན་ལྷ་རྟོག་འབད་འི་དང་ ལས་འགུལ་
ས་ཁོངས་ཞིབ་དཔུད་འབད་འི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིའི་ལས་དོན་སྟོན་ལུ་འབད་འི་ མཐའ་འཁོར་
གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིའི་དགོས་མཁོའི་སྤྱིར་བཏན་འགོ་འདྲེན་འཐབ་འི་ དེ་ལས་ ལས་འགུལ་བསྟར་སྤྱོད་སྡེ་ཚན་
དང་ ཁ་འབག་ཚུ་དང་འབྲེལ་མཐུན་འབད་དེ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིའི་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་དོན་
སྤྱིན་ཅན་སྡེ་བསྟར་སྤྱོད་འབད་ཡོད་པ་དེས་གཏན་བཟོ་དགོ། ལྷ་བཀོད་བཟོ་རིག་འགོ་དཔོན་གྱིས་ ལས་འགུལ་གྱི་
གནས་ལུན་ནང་ དག་བཙུན་འི་དང་ལེན་དོན་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོན་བཀོད་དགོས་དང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་
སྲིའི་ཉེན་ཁ་འཛིན་སྐྱོང་འབད་འི་ ལྷ་བཀོད་བཟོ་རིག་འགོ་དཔོན་གྱིས་ ལྷ་བཀོད་བཟོ་རིག་འགོ་དཔོན་གྱིས་ ལས་འགུལ་གྱི་
འཁལ་མཚོག་དང་ མི་སྲིའི་མཁལ་མཚོག་ ལུ་གཞི་གི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཉེན་སྲུང་གི་མཁལ་མཚོག་ དེ་ལས་ སྤྱི་
ལུ་རྒྱན་རིགས་སྤྲུལ་མཁལ་མཚོག་ཚུ་ཨིན།

ཁ་འབག་པ། མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིའི་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ནང་ ཁ་འབག་པ་གིས་འགན་ཁུར་འདི་
ལས་འགུལ་བཟོ་སྐྱོན་འབད་མ་ད་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིའི་ཉེན་སྲུང་ལས་སྤྲུལ་ཚུ་བསྟར་སྤྱོད་འབད་ཡོད་
དེས་གཏན་བཟོ་དགོས་དང་ དེ་ནང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིའི་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་
པའི་གོད་ཉེན་མར་ཕབ་ཐབས་ལམ་ དང་ལེན་འབད་འི་དང་ ལྷ་བཀོད་བཟོ་རིག་འགོ་དཔོན་གྱིས་ ལས་འགུལ་གྱི་མི་
སྲིའི་ལུ་བར་ཆད་མར་ཕབ་འབད་འི་ དེ་ལས་ ཉེན་སྲུང་གནས་ཚད་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད་པ་དེས་གཏན་བཟོ་དགོས་
ཚུ་ཚུད་པ་ཨིན། ཁ་འབག་པ་གིས་ ཁོང་རའི་ལས་བྱེད་ཚུ་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིའི་ལག་ལེན་
བཟང་ཤོས་ཚུ་ལུ་སྤྱོད་བཏན་བྱིན་འི་དང་ དང་ལེན་ལྷ་རྟོག་འབད་འི་ དེ་ལས་ ལས་འགུལ་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་
ཚུ་ ལས་འགུལ་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚན་ལུ་སྟོན་ལུ་འབད་དགོ། དེ་མ་ཚད་ ཁ་འབག་ཚུ་གིས་ ལས་འགུལ་བསྟར་སྤྱོད་
འབད་མ་ད་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ ཡང་ན་ མི་སྲིའི་ཚ་གུང་ཚུ་ སེལ་འི་དོན་ལུ་ ལྷ་བཀོད་བཟོ་རིག་འགོ་
དཔོན་དང་གཅིག་ཁར་ལུ་འབད་དགོས་ཨིན། ཁ་འབག་པ་གི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིའི་ལས་བྱེད་ཚུ་
ཡང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་མཁལ་མཚོག་དང་ མི་སྲིའི་འབྲེལ་འཛིན་འགོ་དཔོན་ ལུ་གཞི་གི་འཕྲོད་
བསྟེན་དང་ཉེན་སྲུང་གི་མཁལ་མཚོག་ དེ་ལས་ འོས་ལུན་གྱི་ས་ཁོངས་ལྷ་རྟོག་པ་ཚུ་ཨིན།

ཤར་རྩོམ་ཞི་ཡི་སྐུལ་འདྲེན་དང་ཚོང་འབྲེལ་མཐུད་སྐུལ་ཡར་དྲག་ཏུ་ཨེ་སི་སི་
 ཨི་ཨེས་ཨེས་ཀྱི་གི་ལས་འགུལ། འབྲུག་། དགེ་ལེགས་སྐྱུག་ལས་ ཉར་ས་ཐང་
 གི་ལས།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་ཕན་གཞོན་བརྟུག་
 ཞིབ་སློབ་ལུ་བཀོད་ལྷན་བཅུད་དོན།

སྐྱོགས་སྐྱབ་ཡར་དྲག་གཏང་ཐབས། མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་སྦྱོང་བརྟུག་གིས་ ལས་འགུལ་གི་མི་
 སྦྱོབས་ཚུ་གིས་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་འཛིན་སྦྱོང་འཆར་གཞིའི་དགོས་མཁོ་ཚུ་ ཉར་དགོ་ནི་དང་ འདི་
 ལུ་གནས་ཚུགས། གནམ་ཁ་བརྒྱབ་ཡོད་པའི་གོས་བསྐྱར་པ་ལུ་ འཛམ་གླིང་དཔུལ་ཁང་གི་མཐའ་འཁོར་གནས་
 སྤངས་དང་མི་སྡེའི་སྦྱིག་བཀོད་དང་ མཐའ་འཁོར་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཉེན་སྲུང་གི་ལམ་སྟོན་ཚུའི་ལྷན་ཚུ་ཚང་
 དགོས་ཨིན། སྦྱོང་བརྟུག་འདི་ ལས་འགུལ་འཛིན་སྦྱོང་པ་དང་ རིག་ཚུལ་ཚན་གི་ལས་གཡོགས་ རིག་ཚུལ་མེད་
 པའི་ལས་གཡོགས་ དེ་ལས་ སྡོད་སྐྱར་གི་ལས་གཡོགས་ཚུ་ལུ་ ཁོང་ལུ་དགོ་པའི་སྦྱོང་བརྟུག་བྱིན་ནི་ཨིན། སྦྱོང་
 བརྟུག་ལས་རིམ་འདི་གིས་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་སྐྱུས་ཚད་དང་ལས་མིའི་གནས་སྤངས་ དེ་ལས་ མི་སྡེའི་
 ཚ་གུང་ཚུ་ལུ་གཙོ་བོར་བརྟུང་སྟེ་ སྐྱོགས་སྐྱབ་ཡར་དྲག་གཏང་ནི་ཨིན་ལས་ ལས་འགུལ་བསྐྱར་སྦྱོང་སྟེ་ཚན་གི་
 ལས་གཡོགས་ཚུ་གི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་འཛིན་སྦྱོང་དང་མི་སྡེའི་གོང་འཕེལ་གི་རིག་ཚུལ་ཡར་དྲག་གཏང་
 ཚུགས། ཁ་འབག་ཚུ་གིས་ ཁོང་རའི་ལས་བྱེད་ཚུ་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་འཛིན་སྦྱོང་འཆར་
 གཞི་འདི་ དོན་སྦྱིན་ཚན་སྟེ་བསྐྱར་སྦྱོང་འབད་ནི་དོན་ལུ་ སྦྱོང་བརྟུག་བྱིན་དགོས་ཨིན།

སློབ་ལུ་ཐབས་ཐངས། བཟོ་སྐྱུག་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ སློབ་ལུ་འབད་དགོས་ཚུ་ གཤམ་གསལ་ཐིག་ཁྲམ་ནང་
 བཅུད་བསྐྱེ་བཀོད་ཡོད་པ་དེ་ཡང་།

སློབ་ལུ་	ཁ་གསལ།	འགན་ཁུར་ཚན་གི་ཚ་ ཕན	སློབ་ལུ་ཐབས་ཐངས་
མཐའ་འཁོར་ གནས་སྤངས་ དང་མི་སྡེ་ ལྷོག་གི་ སློབ་ལུ་	སློབ་ལུ་འདི་ནང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་ མི་སྡེའི་ཕན་གཞོན་ཚུ་དང་ ལྷོག་འབད་བའི་ བསྐྱར་ཡོད་མི་དང་ གཞོན་ཉེན་མར་ཕབ་གི་ ཐབས་ལམ་གོས་འཆར་བཀོད་མི་བསྐྱར་སྦྱོང་གི་ གནས་རིམ་ ལུ་གི་སྐྱབ་འབྲས་དམིགས་གཏང་ བཀོད་མི་ལྷོག་འབད་མི་ དེ་ལས་ མཐའ་ འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་འཛིན་སྦྱོང་འཆར་ གཞི་ཚུའི་དགོས་མཁོ་དང་བསྐྱར་ཚུ་གནས་འབད་ ཡོད་པའི་གནས་རིམ་ཚུ་ཚུད་པ་ཨིན།	ཁ་འབག་གིས་ ལྷོ་ བཀོད་བཟོ་རིག་འགོ་ དཔོན་ལས་ རྒྱབ་ སྦྱོར་ལེན་ཏེ་བཟོ་དགོ། ལས་འགུལ་བསྐྱར་ སྦྱོང་སྟེ་ཚན་གིས་ ལྷོ་བཀོད་བཟོ་རིག་ འགོ་དཔོན་ལས་རྒྱབ་ སྦྱོར་ལེན་ཏེ་བཟོ་དགོ།	ཁ་འབག་དང་ ལྷོ་བཀོད་བཟོ་རིག་ འགོ་དཔོན་གིས་ ལྷོ་བཟོ་རིག་ ལས་འགུལ་བསྐྱར་ སྦྱོང་སྟེ་ཚན་གིས་ ལྷོ་བཟོ་རིག་ ལས་འགུལ་བསྐྱར་ སྦྱོང་སྟེ་ཚན་གིས་ ལྷོ་བཟོ་རིག་ ལས་འགུལ་བསྐྱར་ སྦྱོང་སྟེ་ཚན་གིས་

སློབ་ལུ་	ལ་གསལ།	འགན་ཁུར་ཅན་གྱི་ཙམ་ ཕན	སློབ་ལུ་ཐེངས་རིམ།
<p>བྱུང་རྒྱུ་མ་ གནས་པའི་ སློབ་ལུ།</p>	<p>བྱུང་རྒྱུ་སློབ་ལུ་ཚུ་ནང་ བྱུང་རྒྱུ་གང་ཅུང་དང་ སློབ་ལུ་གྱི་བར་རྒྱུ་ ཡང་ན་ མཐའ་འཁོར་ གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ཉེན་སྲུང་ལུ་མ་གནས་ པ་ ཞིབ་དཔྱད་སློབ་ལུ་ དེ་ལས་ དག་བཅོས་ དང་ལེན་འབད་དགོ་པའི་གྲོས་འཆར་གི་གནས་ རིམ་ཚུ་ཚུད་དགོ།</p>	<p>ལ་འབག་པ་གིས་ ལས་འགུལ་བསྟར་ སློབ་སླེ་ཚན་དང་ ལཱ་ བཀོད་བཅོམ་རིག་འགོ་ དཔོན་ཚུ་གི་ལྟ་རྟོག་ ཐོག་ལུ་ བཅོམ་དགོ།</p>	<p>བྱུང་རྒྱུ་ཚུ་བྱུང་ བའི་སྐབས་དང་ ཆ་ གནས་འབད་མ་ བཏུབ་པའི་གནད་ དོན་འཐོན་པའི་ སྐབས་ ཏུས་དང་ ཏུས་སྐབས་དགོ།</p>
<p>འཕྲོད་བསྟེན་ དང་ ཉེན་ སྲུང་ མཐའ་ འཁོར་གནས་ སྤངས་གྱི་ སློབ་ལུ་ཚུ།</p>	<p>སློབ་ལུ་འདི་ནང་ ལཱ་འབད་སའི་ས་ཁོངས་གྱི་ཉེན་ སྲུང་དང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་འཛིན་སྐྱོང་ ལག་ལེན་ དེ་ལས་ ལས་འགུལ་བཀོད་སློབ་གྱི་ འཕྲོད་བསྟེན་དང་གནས་སྤངས་ དཔེར་ན་ དཔེར་ བ་ ཟུགས་སྤྲོད་འཐོན་མི་གི་འཁོར་ཚད་དང་ བྱུང་སློབ་ལས་བརྟེན་ཏུས་ཚོད་འཕྲོ་བརྒྱུག་གི་ཚད་ གཞི་ དེ་ལས་ འཕྲལ་མཁོའི་སློབ་བཅོས་གྱི་ཙམ་ ཆས་ཚུ་གི་བྱུང་རྒྱུ་ཚུ་ཨིན།</p>	<p>ལ་འབག་པ་གིས་ ལཱ་ བཀོད་བཅོམ་རིག་འགོ་ དཔོན་གྱི་ལྟ་རྟོག་ཐོག་ ལུ་བཅོམ་དགོ།</p>	<p>བཅོམ་སྐབས་འབད་བའི་ སྐབས་ ལྷན་རིམ་ བཞིན་སློབ་ལུ་སྐབས་ དགོ།</p>
<p>སློབ་བཅར་ དང་ ལྷན་གསལ་ གྲུབ་ཡར་ བྲག་གི་སློབ་ ལུ་ཚུ།</p>	<p>སློབ་ལུ་འདི་གིས་ ལས་འགུལ་གྱི་ལས་གཞི་གསལ་ དང་ ལ་འབག་པ་ དེ་ལས་ རྒྱུ་འཁོར་ལས་མི་ ཚུ་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྲིད་ གནད་དོན་ཚུ་འཕྲོད་བཅར་བྱིན་པའི་ལ་གསལ་ བཀོད་པ་ཨིན།</p>	<p>ལ་འབག་པ་གིས་ ལས་འགུལ་བསྟར་ སློབ་སླེ་ཚན་དང་ མཐའ་འཁོར་གནས་ སྤངས་ ཡང་ན་ མི་ སྲིད་མཁས་མཚོག་ ལས་རྒྱབ་སློབ་ལེན་ཏེ་ བཅོམ་དགོ།</p>	<p>བཅོམ་སྐབས་འབད་བའི་ སྐབས་ ལྷན་ རྒྱུ་ ཚར་རེ་སྐབས་དགོ།</p>

སློབ་ལྗན།	ལ་གསལ།	འགན་ཁུར་ཅན་གྱི་ཙམ་ཕན།	སློབ་ལྗན་ཐེངས་རིམ།
ཉེགས་འཛིང་ སེལ་ཐབས་ གྱི་ཐབས་ ལས་ སློབ་ ལྗན།	སློབ་ལྗན་འདི་ནང་ ས་གནས་མི་སྡེ་ ཡང་ན་ ལས་ མི་ཚུ་ལས་ ཉེག་བཤད་གང་རུང་ ཡང་ན་ ཉེགས་འཛིང་བཀོད་མི་ཚུ་དང་ འདི་ཚུ་ག་དེ་སྡེ་ སེལ་ཡོད་གཏེ་ལ་གསལ་བཀོད་པ་ཨིན།	ལ་འབག་པ་གིས་ ལས་འགུལ་བསྟར་ སྤོད་སྡེ་ཚན་དང་ མཉམ་འབྲེལ་འབད་ དེ་བཟོ་དགོ།	བཟོ་སྐྱབ་འབད་བའི་ སྐབས་ ལྷ་རིམ་ བཞིན།

ལྷ་རྩོམ་དང་དབྱེ་ཞིབ།

ལས་འགུལ་གྱིས་ ལས་འགུལ་གྱི་གནས་ཡུན་ནང་ གཞོད་པ་ཕོག་མི་ གྲུང་པ་དང་མི་སྡེ་ཚུ་གི་འཚོ་བའི་མཐུན་ཀྱེན་
 ཚུན་སྦྱོང་འབད་ནི་ ཡང་ན་ ཡར་རྒྱུ་གཏང་ཡོད་པ་ཅེས་གཏན་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ བྱང་འཁོར་དང་ཕྱིའི་ལམ་ལུགས་གཞི་
 བཅུགས་འབད་ནི་ཨིན། ལམ་ལུགས་འདི་གིས་ གོས་བསྐྱབ་དང་ གྲུབ་ཚང་ དེ་ལས་ ས་གནས་གྱི་མི་སྡེ་ཚུ་དོན་
 འཁུངས་ཡོད་པ་སྡེ་གཏེ་གཏོགས་འབད་ནི་དང་ གཞོད་པ་ཕོག་མི་སྡེ་ཚན་ཚུ་གི་རེ་བ་བསལ་ནི་ ཐང་ཀར་དུ་ ཉེན་ཅན་
 གྱི་མི་སྡེ་བས་དང་ཕོ་མོའི་དཀའ་ངལ་ཚུ་བསལ་ནི་ལུ་ མི་སྡེ་གོང་འཕེལ་ལས་རིམ་ཚུ་ལུ་གཙོ་བོ་བཟུང་ནི་ཨིན། ཨམ་
 སྐྱེ་ཚུ་གི་གཏེ་གཏོགས་ཡར་འཕར་གཏང་ནི་དང་ ཁོང་གི་ས་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱི་བཟོ་དང་ཉེན་སྲུང་ཉེན་ཁ་ཚུ་གི་
 དཀའ་ངལ་བསལ་ནི་དོན་ལུ་ བཟོ་བྱ་གས་བསྐྱེད་ནི་ཨིན།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་ཕན་གོད་བརྟུག་ཞིབ་ལག་ལེན་ནིའི་འཆར་དཔུལ།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་ཕན་གོད་བརྟུག་ཞིབ་ལག་ལེན་ནིའི་འཆར་གཞི་བསྟར་སྤོད་འཐབ་ནིའི་དོན་ལུ་ སྤོན་རྩིས་ཡོངས་
 བསྐྱེམས་ལུ་ཨེས་འོ་ལར་ས་ཡ་ ༢.༢༥ ཚད་བཅུས་བཏོན་ཡོད་པ་ཨིན། ཨིན་རུང་ འཆར་དཔུལ་དེ་ ད་རུང་ བསྐྱར་
 ཞིབ་དང་ ཁེ་སྤོང་ཡོད་མི་ཚུ་དང་གོས་བསྐྱབ་འབད་དེ་ དུས་མཐུན་བཟོ་ཐོག་ལས་ ལས་འགུལ་གྱི་གཏན་འབེབས་
 གྱིས་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་ཕན་གོད་བརྟུག་ཞིབ་དང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེའི་
 འཛིན་སྦྱོང་འཆར་གཞི་ནང་ དུས་མཐུན་བཟོ་ནི་ཨིན།

ལས་འགུལ་གྱི་དུས་ཚོད་རེ་ལུ་མིག།

ལས་འགུལ་གྱི་ལྷན་རིག་བཟོ་བཀོད་ལ་གསལ་འདི་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༥ ལོའི་ ལྷ་ ༡ པ་ལས་ ལྷ་ ༣ ཚུན་གྱི་ནང་
 འཁོར་ལས་འགོ་བཅུགས་ནི་ཨིན། བཟོ་སྐྱབ་ལུ་འདི་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༦ ལོའི་ ལྷ་ ༡ པ་ལས་ལྷ་ ༣ པའི་ནང་འཁོར་
 འགོ་བཅུགས་ནི་དང་ བཟོ་སྐྱབ་ལུ་འདི་དུས་ཡུན་ལོ་རྒྱུ་ གི་ནང་འཁོར་ མཐུག་བསྐྱབ་ནི་ཨིན།