

ཕྱི་ལོ་༢༠༢༠ ཟླ་༩ ཚེས་༡༧ ཉིན་བོད་མིའི་སླིག་འཇུག་ལ་འཕྲོད་བསྐྱེད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སྐུ་ཅན་ COVID-19 ལས་
དོན་ཚོགས་ཚུངསི་གསལ་འགོད་གསལ་བསྐྱབས་མེད་ཉི་ཤུ་ཅུ་པ།

གསལ་བསྐྱབས་ཁུངས་འཕྲོད་བསྐྱེད་སྐྱོད་རྒྱུ་ཆེ་དཔལ་ལྡན་དོན་འགྲུབ་ལགས་དང་ཕྱི་ལུགས་སློབ་པ་བསྐྱེད་འཛིན་རྣམས་
ལོན་ལགས། བོད་ལུགས་སློབ་པ་ཆེ་རིང་མཚམས་གཅོད་བཅས་ཡིན།

དང་པོ། དཔལ་ལྡན་འཕྲོད་བསྐྱེད་སྐྱོད་རྒྱུ་ཆེ་མཚོག་ནས་མི་མང་ལ་གནད་དོན་གཉིས་ཐད་གསལ་བཤད་ཞུས། གནད་དོན་དང་པོ་དེ་དུ་ཆ་
རྒྱ་ནག་གོང་ཁྲིའི་སྐུ་ཅན་ལས་མཆེད་པའི་ཉོག་དབྱེས་གཉན་རིམས་༡༩ དེ་རྒྱ་གར་ནང་ཁྲུབ་གདལ་ཆེན་པོ་འགོ་བཞེན་ཡོད་པས་བོད་པའི་
སྤྱི་ཚོགས་ནང་དཀའ་ངལ་གང་འདྲ་ཞིག་འཕྲད་ཡོང་བསམ་པའི་སེམས་ཚབ་དེ་བོད་མིའི་སླིག་འཇུག་ལ་དེ་སྔ་ཕྱི་ཟླ་དང་པོ་གཉིས་པ་ནས་
རྒྱུད་བསྐྱེད་ཡོད། འཕྲོད་བསྐྱེད་ལས་ཁུངས་ནས་འདི་ལོ་ཟླ་༡ ཚེས་༢༧ ལས་བརྒྱུད་མང་ཚོགས་ལ་ལག་བརྟུན་གྲོ་སོགས་སྤོན་འགོག་
ཐབས་ལམ་རྣམས་བསྐྱེད་དགོས་པའི་ལམ་སྟོན་ཟུམ་མ་ཆད་པ་ཞུས་ཡོད། ཉེ་ཆར་ཟླ་༩ ཚེས་༢༡ ཉིན་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་ནས་སློབ་རིམ་
པ་བཞེས་ཕྱི་བའི་ཡོངས་ཁྲུབ་གསལ་བསྐྱབས་སྤེལ་བའམ་དུ་ཆ་མི་མང་པར་འགོ་རྒྱུ་ལོང་འགྲུལ་བཞུགས་སོགས་བྱ་སྤོད་རྣམས་སྤྱི་ལོ་
བཞེན་བྱེད་ཚོགས་པས་དུ་ཆ་ནད་ཡམས་ཁྲུབ་གདལ་ལྷོ་ཆར་འགོ་རྒྱུ་ཉེན་ཁ་ཞེས་ཆེ་བུ་འགོ་ཡོད། བོད་མིའི་འདུ་སྲོད་ས་གནས་འགོ་འཛིན་
གཙུག་ལྷན་པོ་དང་ཚོགས་ཚུངསི་ལས་ཁུངས་ལ་ལག་བརྟུན་དགོས་སོགས་ལམ་སྟོན་གནང་ཡང་མི་དེ་རྒྱུད་གིས་དུ་ཆ་རྒྱ་གར་རྒྱུ་ལོངས་སློབ་
ཕྱི་ཡོད་པས་དེ་ནས་བཀག་སྡོམ་གང་བྱེད་ནས་གནད་གི་ཡོད་ཅེས་བསུན་སྦྱང་བྱེད་མཁན་དེ་འདྲ་འདུག དེ་ཚོ་ཡིན་ནས་དུ་ཆེ་བོད་མི་རྣམས་
མི་འབོར་གྱི་ཆ་ནས་ཉུང་ཉུང་ཞེས་གསུངས། དུས་དེར་གི་བར་དུ་མི་དུ་ཆེ་རྒྱ་གར་ནང་གི་བོད་མི་འདུ་སྲོད་ས་ཁུལ་༢༧ ཅམ་ནང་བོད་མི་
༢༩༠ ལྷག་ལ་ནད་གཞི་འདི་ལོག་ཡོད་ལ་མི་༡༡ འདས་གོངས་ཟེན་པའི་གནས་སྐྱེད་དེ་དུ་ཆེ་མི་འབོར་ལ་དཔག་པས་ཞེས་གསུངས་པོ་དེ།
བྱས་ཅང་ཞུ་དོན་སྤྱིར་བོ་དེ་སོ་སོ་ན་ཡས་རང་དབང་ཡོད་པ་དང་སོ་སོ་ལེ་ཡས་རང་དབང་ཡོད་ཀྱང་སོ་སོའི་རྒྱུད་མི་གཞན་ལ་བག་མེད་རྣམས་
གཡེང་གིས་ན་ཆ་འགོས་ཁྲུབ་བྱེད་ཡས་དང་ལེ་བཅུག་ཡས་དེའི་རང་དབང་དོ་བདག་ལས་གཞན་སྤུ་ལའང་ཡོད་མ་དེ། དེར་ཉེན་ཚང་མས་
སོ་སོ་ན་ཡི་མེད་ཤིག་ཅེས་ནས་འདུག་ཀྱང་ནད་གཞི་འདི་མི་སྤུ་ལའང་དམིགས་བསམ་མེད་པས་ཚང་མས་ཁ་རས་དེས་པར་གྱོན་ཡས། ལག་
པ་དུག་སེལ་བྱེད་ཡས། བོད་མིའི་ནད་བྱ་སྤུག་ཡོད་ན་ཕྱིར་འཁྲུམ་དུ་མ་གཏོང་ཡས་གལ་ཆེ། ཅུ་བའི་འཕྲོད་བསྐྱེད་ལས་ཁུངས་ནས་དཔལ་ལྡན་
བཀའ་ཤིག་ལ་མང་ཚོགས་དང་འབྲེལ་ལམ་སྟོན་དོན་ཚན་༡༧ ལྷན་གསལ་དུ་ལོད། དེའི་ཚོའི་ནད་ནས་གལ་ཆེ་བ་ཁ་ཤིག་ཞུ་ན་དུ་ཆ་རྒྱ་
གར་ནང་སློབ་རིམ་པ་བཞེས་ཕྱི་བའི་གསལ་བསྐྱབས་ལྟར་ན་མི་མང་འདུ་འཛོམས་དང་ཚོས་སྤོགས་བྱ་བ། ཅེད་འགྲུག་ རིག་གཞུང་འཁྲུབ་
སྟོན་དང་ཆབ་སྲིད་འདུ་འཛོམས་སོགས་ལ་མི་བརྒྱ་ཅམ་འདུ་འཛོམས་ཚོགས་གི་ཡོད་དེ། འོན་ཀྱང་ན་ཆེ་འགོ་ན་གྱིང་སོ་སོར་ཡོད་པས་
ཐེབས་མ་དགོས་གཙུག་འདོན་གནང་རོགས་ཅེས་འབོད་སྤུལ་ཞུ། ལྷག་པར་དུ་སློབ་ཁང་ཁག་ལ་ཐེབས་ཐད་འདི་ནས་སྤྱི་ལོ་མཚམས་སྟོན་རིམ་པ་
གནང་བ་ལྟར་རྒྱ་གར་སློབ་པའི་ཆེད་མ་གཏོགས་གཞན་འདི་ག་རྣམས་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་བདེ་ལེགས་སློབ་ཁང་གི་སློབ་པར་བཀའ་བསྐྱུར་ཞུས་ཅེད་
དེ་ནས་སློབ་ཁང་གཞན་ལ་འགོ་དགོས་པའི་ལེ་གོ་ཡོད་ན་ཐེབས་པ་ལས་དེ་མིན་རྒྱ་གར་སློབ་ཁང་ཆེ་ཁག་ལ་ཐེབས་ནས་ཚུར་ན་ཆེ་འཁྲུང་

ནས་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཁྲུབ་གདམས་ཕྱིན་ཡས་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་རེད། གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་ཡིན་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྲོད་ཁང་ཡོད་རེད།
དེར་བསྟེན་གཏུག་བཀའ་འདྲི་ཞུས་ཅིང་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལ་འདྲེས་པ་ཞུས་ནས་སྤྲོད་ཁང་གཞན་ལ་བསྟེན་གཏུག་དང་སྤྱིར་འཁོར་
འཚམས་འགོག་དགེ་བྱུང་འཛོགས་ཁང་དུ་བཞུགས་དགོས་མིན་སོགས་བཀའ་བསྟུར་མཁུའུ་ཉོག་སྤྲོད་ཁང་གི་ཚོགས་ནང་ནད་ཡམས་ཁྲུབ་
གདམས་དེ་བཀག་འགོག་ལ་བཅད་ཐོགས་སྟུག་དེ་བཞིན་ས་གནས་སུ་འགོག་དགེ་བྱུང་འཛོགས་ཁང་ཡོད་པ་རྣམས་སྤྲོད་ཁང་གི་བཞིན་གནས་དགོས་
ཀྱི་རེད་ལ་དེར་འགོ་སོང་ཅིས་དེ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ནས་སྤྲོད་ཁང་གི་འཛུགས་འཛུགས་ཡོད་ཅེས་ཞུ།

གནད་དོན་གཉིས་པ་དེ་ད་ཆ་རྗེས་གདམས་ཅན་སྤྱིད་གཞེས་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་སྟངས་དེ་རེད། གདམས་ཅན་སྤྱིད་གཞེས་དེ་སོད་མིའི་
སྤྱིག་འཇུགས་ཀྱི་བསྟེན་གནས་ཤིག་ཡིན་པས་འདིར་དཀའ་ངལ་ཞིག་འཕྲད་ཆེ་ས་གནས་ཁག་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པེས་རེད། དཔེར་ན་རྒྱ་ཡོང་
སའི་རྒྱ་འགོར་དཀའ་ངལ་འཕྲད་ན་རྒྱ་མཚུགས་རྒྱའི་དཀའ་ངལ་འཕྲད་རྒྱ་ཡིན་པའི་དཔེ་དེ་ལྟ་བུ་རེད། དེར་ཉེན་བོད་མིའི་སྤྱིག་འཇུགས་དང་
འདིར་བཞུགས་མཁན་བོད་མི་རྣམས་ནས་སྟུགས་འགན་ཆེན་སོ་བཞེས་དགོས་པའི་དུས་ལ་བབ་ཡོད། འདི་གཉི་ཆར་ཀརྨ་ར་སོར་ཤེས་སྤྲོད་
ཁང་ནང་གནས་ཚུལ་བྱུང་ཡོད་པས་གནས་ཚུལ་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་ས་གནས་ལས་བྱེད་ཅད་ཞིབ་བྱས་སྐབས་ལས་བྱེད་མང་པོ་ཞིག་མེད་པས་འདུག་དེ་
ཡིན་དུས་མ་འོངས་ཕྱིན་ཆད་རྒྱ་གར་སྤྲོད་ཁང་ཆེ་ཁག་ལ་ཇ་འག་མེད་ན་མ་མེད་པས་རོགས་ཅེས་གསལ་བཞུགས་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། གལ་ཏེ་སྤྲོད་ཁང་ལ་
འགོ་དགོས་བྱུང་ནའང་དང་སོ་བའི་ལེགས་སྤྲོད་ཁང་ལ་བསྟེན་གཏུག་གིས་དེ་ནས་སྤྲོད་ཁང་སྤྱིར་མེད་པས་དགོས་ལེ་གོ་སྤྲོད་ན་ལས་དེ་མིན་མ་
མེད་པས་རོགས་གནང་ཅེས་ནན་ཏན་ཞུ་རྒྱ་ཡིན། གལ་ཏེ་ད་དུང་འདི་ནས་ལས་སྟོན་གནང་བར་གསལ་འཛོགས་མ་གནང་ཆེ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་
ཁུངས་ནས་སྤྲོད་བཅས་གནང་ཡས་དེ་ཆོ་བཀའ་སྤོངས་ཞུ་ཡས་དུས་ཆོད་སྤྱོད་མིའི་སྤྱིད་པ་རེད་ཅེས་གསུངས། ཉེ་ཆར་འདི་གཞེ་ན་ར་དཔུལ་
ཁང་ནང་ལས་བྱེད་གཉིས་ལ་ནད་གཞི་སོགས་ར་འཕྲོད་བྱུང་ཡོད། དེའི་སོགས་འབྲེལ་གཏུག་མི་ཅད་གཅོད་བྱེད་སྐབས་མི་མང་པོས་སྤྲོད་ཁང་གསལ་
མེད་པ་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་ལ་མང་པོས་སྤྲོད་ཁང་གནང་གི་འདུག་ ཡིན་ནས་ང་ཚོས་པར་ལེན་བརྟན་ཆས་སོགས་ནད་བཟོ་དུས་མི་མང་པོ་
ཅིག་སོན་ཡོང་གི་འདུག་ གནས་སྟངས་ཇ་འག་དེ་འདྲེ་ཆགས་དུས་སྤྲོད་ཁང་ཅན་སྤྱིད་རྒྱ་མེད། ཆང་མས་འགན་འཁུར་དགོས་པ་
གསུངས། མཐའ་དོན་རྗེས་ར་བཞུགས་མཁན་བོད་མི་ཆང་མས་ཁྲོམ་གཞུང་དང་སྤྲོད་ཁང་། སྤྱིག་བརྟན་ཁང་དང་མཚན་ཚོགས་ཁང་ནང་མ་
མེད་པས་རོགས་གནང་། མཚན་ཚོགས་ཁང་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་ཁང་པའི་རྒྱུང་འགོ་ཡག་སོ་མེད་པ་དང་མི་མང་པོ་འདུ་འཛོམས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས་དེ་
འདྲའི་དང་ནས་ནད་གཞི་སོགས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཁྲུབ་ཡས་ཉེན་ཁ་ཆེན་སོ་ཡོད་པས་ང་ཚོས་མཚན་ཚོགས་ཁང་དེ་ཆོར་སུ་འགོ་མིན་བཟོ་
ཞིབ་བྱ་རྒྱ་ཡིན་པ་གསུངས། དེ་དོན་མང་ཚོགས་འབྲེལ་བའི་དོན་ཚན་༡༥ དཔལ་ལྷན་བཀའ་ཤག་ལ་སྤུལ་ཡོད་པས་དེ་མགོ་གས་སོ་སོན་གྱི་
རེད། གདམས་ཅན་སྤྱིད་གཞེས་དང་འབྲེལ་དེའི་གཡས་གཡོན་གྱི་དགོན་སྡེ་གཞུང་། ཚོགས་པ་ཁག་བཅས་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་སྟོན་དོན་
ཚན་༡༥ ཅན་དེ་འབྲེལ་ཡོད་བྱུང་ཆེ་འགན་འཛིན་རྣམས་ལ་སྤུལ་ཡོད། ཆང་མས་འདས་པར་གཞིགས་ཞིབ་གནང་རོགས། ང་ཚོ་ཆང་མས་རྒྱུབ་
སོ་དོག་གཅིག་ཏུ་སྤྱིལ་ནས་མཉམ་ཁུངས་ཀྱིས་ནད་ཡམས་འདིར་གདོད་ལེན་གནང་རོགས་ཅེས་འཇུག་ཞུས་གནང།

གཉིས་པ། ལས་དོན་ཚོགས་ཚུང་གི་གསར་འགོད་འབྲེལ་མ་ཐུན་སྐྱོན་པ་ཚེ་རིང་མཚམས་གཙོད་གྱིས་འདས་པའི་བདུན་པ་ལ་ཅིག་འདྲ་
 ཚོགས་ཚུང་གི་གྲུབ་ཐོན་མདོར་བསྡུས་ལྷུ་རྒྱུ་ད། ད་ལྟའི་ཆར་རྒྱ་གར་ནང་གི་བོད་མིའི་གཞིས་ཆགས་གྲངས་༡༥ དང་བལ་ཡུལ་ནང་གི་བོད་
 མིའི་གཞིས་ཆགས་གྲངས་༩ བཅས་ནང་ཁྱོན་མི་གྲངས་༤༩༠ འགོག་དབྱེ་བྱུང་འཛོག་ཁང་དུ་བཞུགས་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་མི་གྲངས་༣༡༡
 རང་གྲིམ་དང་བོ་མི་གྲངས་༣༡༤ སྤྱི་གཞུང་གས་ནས་མ་ཐུན་འཇུག་སྐྱུར་བའི་འགོག་དབྱེ་བྱུང་འཛོག་ཁང་དུ་བཞུགས་ཡོད། དེ་ནས་སེམས་
 ཁམས་འཛོན་བསྟེན་ཚན་པའི་ངོས་ནས་འདས་པའི་བདུན་པ་ལ་ཅིག་འདྲ་བོད་མིའི་གཞིས་ཆགས་གྲངས་༡༠ ནང་ཁྱོན་བོད་མི་གྲངས་༡༥༠ ལ་ཁ་
 བར་ཐོག་འབྲེལ་གཏུག་གིས་སེམས་ཁམས་དཀའ་ངལ་དང་གཞན་སློབ་གསོ་ལམ་སྟོན་གནང་དགོས་གནང་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། འདས་པའི་
 བདུན་པ་ལ་ཅིག་འདྲ་ནང་གཞི་སོག་པའི་མི་རྣམས་ལ་ཁ་བར་ཐོག་འབྲེལ་བ་གནང་བྱུང་བ་བྱུང་ཡོད། ནང་ཆུགས་ཡོད་མེད་ཆོགས་ཞིབ་ཚོགས་ཚུང་
 ལས་བོད་མིའི་གཞིས་ཆགས་གྲངས་༣༥ ནང་ཁྱོན་བོད་མི་གྲངས་༢༡༤ ལ་ཚ་བ་འཕར་གྱི་ཡོད་མེད་སོགས་ནང་ཆུགས་ཡོད་མེད་བཞག་
 དཔྱད་གནང།

གསུམ་པ། བཅོན་པའི་བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་གནས་སྡངས་ཇི་ཆགས་ཐད་དོ་སྟོན་ལྷུ་རྒྱུ་ད། འདས་པའི་བདུན་པ་ལ་ཅིག་
 ལ་ཅིག་འདྲ་བོད་མིའི་གཞིས་ཆགས་ཏུ་ནང་གཞི་སོག་པ་ར་འཛོན་བྱུང་བ་མི་གྲངས་༣༣ བྱུང་ཡོད། ཞིབ་སློབ་ཞི་ལོ་
 རི་ས་བོད་མིའི་གཞིས་ཆགས་ནས་མི་གྲངས་༡ ཅོན་ཏེ་ར་ནས་གྲངས་༡༤ མོན་ལྟོ་འདོད་རྒྱ་གཞིས་ཆགས་ནས་གྲངས་༡༥ ལ་
 དྲགས་བསོད་ནམས་སྤིང་གཞིས་ཆགས་ནས་གྲངས་༡ སི་ལི་བྱུ་རི་ནས་གྲངས་༣ ཏོན་སྐྱུར་རབ་རྒྱས་སྤིང་གཞིས་
 ཆགས་ནས་གྲངས་༡ སྤེལ་ཀོབ་གཞིས་ཆགས་ནས་གྲངས་༡ སུ་རྒྱ་ཁུལ་ནས་གྲངས་༡ ལི་ལོང་ཁུལ་ནས་གྲངས་༡ རོ་རྩེ་
 སྤིང་ནས་གྲངས་༩ རྩེ་ལྷོ་ལྷོ་ནས་གྲངས་༡ མེན་སྤྲ་གཞིས་ཆགས་ནས་གྲངས་༡ བཅས་མི་གྲངས་༣༣ བྱུང་བ་ནང་ནས་
 མི་གྲངས་༡༤ ལ་ནང་ཆུགས་ལྷུང་ཡོད་པ་དང་མི་གྲངས་༡ རོ་རྩེ་སྤྲ་བཅོས་ཁང་དུ་ཡོད་པ་དང་། མི་གྲངས་༡༢ ལ་
 དམིགས་བསལ་ནང་ཆུགས་མེད་པའི་གནས་སྡངས་ལྷུ། ནང་གཞི་སོག་པ་གྲངས་༣༣ ལས་དབྱུང་ན་མཐོ་ལོས་དེ་༤༣
 དང་ཚུང་ལོས་ལོ་༡༡ ཡིན་པ་རེད། སློབ་མཁ་པའི་གནས་ཚུལ་ལྷུ་རྒྱུ་ད། འདས་པའི་བདུན་པ་ལ་ཅིག་འདྲ་བོད་མི་གྲངས་༥ ནང་
 ཡམས་རྒྱུན་བས་ཚེ་འདས་སོང་། དེ་ཡང་ལ་དྲགས་ཁུལ་ནས་བོད་མི་སྤྱི་ས་བ་རང་༤༡ བྱུང་མེད་རང་ལོ་༤༤ སྤྱི་ས་བ་རང་
 ལོ་༤༡ སྤང་ཏོག་ཁུལ་ནས་སྤྱི་ས་བ་རང་ལོ་༤༥ ལྷན་དུ་ར་ཁུལ་ནས་སྤྱི་ས་བ་རང་ལོ་༤༤ བཅས་ལྷེ་ཚེ་འདས་སོང་ཡོད་ན་
 ཚང་མ་སྤྱགས་སྟོན་གནང་རོགས་ལྷུ། ད་བར་རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་ནང་ཁྱོན་བོད་མི་གྲངས་༡༤༥ ལ་ནང་གཞི་སོག་ཡོད་
 ཅིང་དེའི་ནང་ནས་མི་གྲངས་༡༡ ཚེ་འདས་སོང་ཡོད་པ་དང་། མི་གྲངས་༡༠༤ དྲག་སྤྱིད་སོང་ཡོད་པ་དང་། ད་ཆ་མི་གྲངས་
 ༡༢༥ ནང་མཐར་བཞིན་པའི་གནས་སྡངས་ལྷུ།

ནད་གཞི་ཕོག་པའི་མི་རྣམས་ལ་ས་གནས་འཕྲོད་བསྟེན་ཚོགས་ཚུངས་གསོ་རིག་གསོ་བཅོས་སྒྲུབ་ཕུལ་ཡས་དང་དེ་
བཞིན་འདི་ག་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ཆེད་ལས་པའི་ངོས་ནས་གནས་སྟངས་བརྒྱུད་ལོན་
དང་སློབ་གསོ་ལམ་སྟོན་དགོས་ངེས་ལ་སློབ་གསོ་ལམ་སྟོན་གནང་བྱུང་བ་བྱུང་།

བཞི་པ། མི་མང་ལ་སྤྱད་ལམ་སྟོན་ཚུལ་དུ་ལྷུ་རྒྱུ་པ།

ད་ཆ་འཛམ་གླིང་ཁྱོད་ཡོངས་ལ་མི་ས་ཡ་༥༩ ལྷག་ལ་ནད་གཞི་ཕོག་ཡོད་པ་དང་མི་གངས་འབྲུམ་༩ ལྷག་ནད་གཞི་འདིའི་
རྒྱུན་པས་འདས་ཕྱོངས་སུ་བྱིན་ཡོད། རྒྱ་གར་ནད་ད་བར་ཁྱོད་མི་གངས་འབྲུམ་༥༡ ལྷག་ལ་ནད་གཞི་ཕོག་ཅིང་མི་གངས་ཁྲི་
༩ ལྷག་རྒྱུན་འདས་སུ་བྱིན་ཡོད་པ་དང་མི་གངས་འབྲུམ་༩༠ ལྷག་དྲུག་སྐྱེད་སོང་ཡོད་པ་དང་། ད་ཆ་མི་གངས་འབྲུམ་༡༠
ལྷག་ནད་མནར་བཞིན་པ་དང་། ཉིན་ཅིག་ཉེ་འདས་པའི་ཚུ་ཚོད་༥༩ རང་མི་གངས་ཁྲི་དྲུག་ལྷག་ལ་ནད་གཞི་ཕོག་པ་ར་
འཕྲོད་བྱུང་ཡོད་པས་རྒྱ་གར་འདི་བཞིན་ད་ཆ་འཛམ་གླིང་ནད་ནད་གཞི་ཕོག་མཁན་གངས་འབོར་མཐོ་ཤོས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་
ཨང་གཉིས་པ་དེ་ཆགས་ཡོད། རྒྱ་གར་བརྟག་དབྱུང་དང་འབྲེལ་རྒྱ་གར་ནད་ད་བར་ཁྱོད་མི་གངས་འབྲུམ་༩༠༥ ལྷག་ལ་ནད་
གཞི་ཕོག་ཡོད་མེད་བརྟག་དབྱུང་བྱས་ཅིང་། འདས་པའི་ཉིན་གངས་གཅིག་ནད་ཁྱོད་མི་གངས་འབྲུམ་༡༡ ལ་བརྟག་དབྱུང་
གནང་བ་བྱུང་འདུག།

ང་ཚོ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་འང་ད་ཆ་ནད་གཞི་ཕོག་པའི་གངས་ཇེ་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་དང་གནས་ཡུལ་གཞུང་གི་
ལམ་སྟོན་འོག་ནད་གཞི་ཕོག་པ་གང་ཞིག་ནད་ཉུགས་དམིགས་བསལ་མེད་པ་རྣམས་རང་གྲིམ་དུ་རླུང་བཀག་ཐོག་བཞུགས་
དགོས་པའི་ལམ་སྟོན་གནང་བཞིན་ཡོད་པས་ད་ཆ་བོད་མི་ནད་མནར་བཞིན་པ་མང་ཆེ་བ་བོད་མིའི་སྤྱི་གཟུགས་ནས་
མ་སྤུན་རྒྱུར་བའི་ཀོ་མེར་གཅེས་སྐྱོང་ཁང་དུ་གསོ་བཅོས་གནང་བཞིན་ཡོད་པས་ནད་ཉུགས་མེད་པའི་ནད་པ་རྣམས་
ནས་ངེས་པར་རང་གྲིམ་མམ་ཀོ་མེར་གཅེས་སྐྱོང་ཁང་དུ་རླུང་བཀག་ནན་པོ་བཞུགས་དགོས་པ་དང་། གསོ་བཅོས་ཆེད་
གསོ་རིག་ཕུལ་བ་རྣམས་དུས་ཐོག་བསྟེན་རྒྱ། དེ་བཞིན་གསོ་བཅོས་ཀྱི་རྒྱུད་རིམ་ནང་ཆ་བ་འཕམ་གྱི་ཡོད་མེད་སོགས་ནད་
ཉུགས་མངོན་མེན་རང་ཉིད་ནས་རྟོགས་ཞིབ་གནང་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ། ལྷག་པར་ཁྲུག་ཤེད་དང་གཅིན་སྟེ་སོགས་ལྷ་གཉན་
ནད་གཞི་ཡོད་པ་རྣམས་ནས་ཟས་སྐྱོད་སྒྲུབ་བཅོས་སོགས་ལ་མ་སྤུང་མ་ཤོར་བར་བསྟེན་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན། ད་ཉིན་
ལྷ་༩ ཆེས་༡༥ ཉིན་མོ་འདི་འཛམ་གླིང་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྱི་གཟུགས་ནས་འཛམ་གླིང་ནད་པའི་བདེ་འཇགས་ཉིན་མོ་ཞེས་སྤང་
ཅི་ཞུ་བཞིན་འདུག་པས་འདི་ལོའི་འཕོད་སྐྱ་དེ་འཕྲོད་ལས་བ་རྣམས་བདེ་འཇགས་སྤང་སྐྱོབ་བྱུང་ན་ནད་པ་རྣམས་བདེ་

འངགས་སྐྱབ་སྐྱོབ་ཐུབ་ཅེས་འདི་གཉིས་ནི་དངུལ་གམ་གཅིག་གི་སྤྱོད་ཀྱི་སྐྱབ་སྐྱོབ་མཁུན་གཉིས་དང་དབྱེར་མེད་པས་ང་ཚོས་ད་
ལན་ནད་ཡམས་ཁྲབ་གདལ་གྱི་ཇོ་བོ་གནས་སྐྱབ་སྐྱོབ་པ་གཙོ་བོ་ལས་པ་མང་པོས་དཀའ་བ་དང་དུ་སྐྱབ་སྐྱོབ་
ནས་ནད་པའི་ཞབས་འདེགས་བསྐྱབ་ཡོད་པ་དང་། འཕྲོད་ལས་པ་མང་པོས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྐྱབ་སྐྱོབ་པ་གཞན་ནད་པའི་སྤྱོད་དེ་
གཅེས་པར་འདྲིན་ནས་ཞབས་ཞུ་སྤྱོད་མེད་བསྐྱབ་ཡོད། ང་ཚོ་བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་ཀྱི་བལ་འབྲུག་གསུམ་གཙོ་བོ་གྱི་
རྒྱལ་ནང་བོད་རིགས་སྤྱན་པ་དང་སྤྱན་ཞབས། འཕྲོད་ལས་པ་དང་དང་སྐྱབ་སྐྱོབ་པ་མང་པོས་ད་ལན་ཇོ་བོ་དུས་ཚོད་འདིར་
ཞབས་ཞུ་ཉུང་བསྐྱབ་སྐྱོབ་ཡོད་པས་ད་ལན་ཉིན་མོ་སྐྱབ་སྐྱོབ་ཅི་འདི་བསྐྱབ་ཚང་མར་བསྐྱབ་སྐྱོབ་བརྗོད་ཡི་རངས་དང་ཐུགས་རྗེ་
ཆེ་ལྟ།

དེ་རྗེས་ཀྱི་ལུགས་སྤྱན་པ་བསྐྱབ་སྐྱོབ་ལྷན་པོ་ལྷན་པས་མི་མང་ལ་ལམ་སྤོན་གནང་རྒྱུ་རྒྱ་གར་ནང་སྤོན་རྒྱ་རིམ་པ་
བཞི་པ་སྤེལ་སྤོན་པས་པར་འཕྲོ་ཚུར་འཕྲོ་གྲུ་ཡེངས་དུ་བཏང་བས་ཡུལ་འཁོར་སྤོ་འཆམ་པ་སོགས་ཀྱི་མི་འབྲུག་བཞུད་བྱེད་མཁུན་
མང་དུ་འཕྲོ་ངེས་ལ་ཉེན་ཚང་མས་གཟབ་གཟབ་གནང་དགོས་པ་དང་། ཁ་རས་སྤོན་དགོས་པ་དང་མི་དང་མིའི་དབར་རྒྱུ་
ཐག་འདྲོག་ཡས། དེ་བཞིན་ལག་པ་ཡང་སེ་བཟུ་རྒྱ་སོགས་སྤོན་འགོག་གི་ཐབས་ལམ་ལུ་མ་ཐུང་བསྤོན་དགོས་པའི་བྱ་
སྤོན་ཞུ་རྒྱ་རྒྱ་དང་། གཉིས་པ་དེ་དང་སང་བོད་མི་ལོ་ན་གཞོན་པ་མང་པོའི་བསམ་བཤེན་སོ་སོ་རང་ཉིད་ནད་གཞི་འདི་འགོས་ཀྱི་
མ་རེད་འགོས་ནའང་དུག་འཕྲོ་ཡི་རེད་བསམ་པའི་བསམ་སྤོན་བཅངས་ནས་ལྷན་གཡེང་དང་སྤོན་གཡེང་གཏོང་བཞིན་མང་པོ་
ཅིག་ཁྲོམ་དང་འདུ་འདྲོམས་ཆེ་ས། མཚན་ཚོགས་ཁང་སོགས་ལ་འཕྲོ་བའི་གནས་ཚུལ་གོ་ཐོས་ལ་དེ་རིགས་རྩ་བ་ནས་མ་
གནང་རོགས། དེ་འབྲེལ་འདྲམ་སྤོན་འཕྲོད་བསྤོན་སྤོན་ལྷན་པས་ནད་ཡམས་འདིའི་རྐྱེན་པས་འདས་སྤོངས་སུ་སོང་བའི་
གངས་ཐོར་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་སྐབས་འདས་སྤོངས་སོང་བའི་ནད་བརྒྱ་ཆ་༧ གཞོན་སྤོན་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་ནད་གཞི་
འདི་ཕོག་པའི་གཉན་ཁའི་ལུས་ཀྱིས་མ་འོངས་པར་སྤོན་བརྐྱོན་ཆ་ཆེན་པོ་བྱུང་ངེས་དང་སྤོན་བའི་བྱེད་ལས་ལ་སྤོན་རྒྱུ་རྒྱ་
ཡིན་པས་ཚང་མས་སྤོན་གཡེང་དང་ལྷན་གཡེང་མ་གནང་བར་གཟབ་གཟབ་གནང་དགོས། མཐའ་དོན་དེ་བྱུང་མེད་སྐྱམ་མ་
ལྷན་པས་ལ་ཞུ་རྒྱུ་རྒྱ་ དེང་ནད་ཡམས་ཁྲབ་གདལ་གྱི་དུས་ཚོད་འདིར་བྱུང་མེད་ལྷན་པས་ནད་དམིགས་བསལ་གཟབ་གཟབ་
གནང་དགོས། ལྷན་པས་མངའ་ལ་ནད་སྤོན་གྲུ་འཁོར་ཡོད་པས་དེའི་དུས་སྤོན་འགོག་གི་རུས་པ་ཉམས་ཀྱི་ཡོད་པས་ནད་གཞི་
གང་ཡང་འཇུག་སྤོན་པ་ཡོད་པས་གཟབ་གཟབ་གནང་གལ། སྤོན་འགོག་གི་ཐབས་ལམ་ཐོག་གཉིད་དུས་ཐོག་དང་འདང་ངེས་
ཞུག་དགོས་པ། མེས་པ་ནད་དང་སྤོན་སྤོན་ལས། ཁ་རས་དུས་ཐོག་དང་བཏུད་ལྷན་གྱི་ཐབས་བསྤོན་དགོས་པ། ལྷན་པ་
ལྷན་པས་སྤོན་པའི་གཞུགས་གཞི་བཏུག་དུང་གནང་དགོས་པ་ལྷན་པས་ལ་མ་ཐུང་འོར་མ་སོང་བར་ས་གནས་སོ་སོར་སྤོན་

བ་ཡོད་པས་སྐྱོན་པར་ཁ་བར་ཐོག་འབྲེལ་གནང་དགོས་པ་དང་། གལ་ཏེ་སྐྱོན་ཁང་དུ་འགོ་དགོས་འབྲུང་ཆེ་སྐྱོན་པའི་ལམ་
སྟོན་དང་སྟོན་འགོག་ཐབས་ལམ་བསྟེན་དགོས་པ་དང་། རང་ཉིད་བསྐྱོད་སའི་སྐྱོན་ཁང་གི་གནས་སྟངས་དེ་ཤེས་དགོས་གལ་
ཆེ། སྐྱོན་ཁང་དེར་ནད་གཞི་སོགས་པའི་ནད་པ་མང་པོ་ཡོད་ཆེ་རང་ཉིད་ལ་འང་ནད་གཞི་འགོས་ཉེན་ཆེ་བས་མ་ཐེབས་ན་
ལེགས། ཡང་སྐྱུ་མ་གང་ཞིག་ལ་ནད་གཞི་སོགས་འདི་སོགས་ཡོད་ཆེ་སྐྱུ་མ་དེ་ཉིད་སྐྱ་གུ་བཙའ་བའི་དུས་ཚོད་ལས་སྐྱ་ལྷན་
གིས་སྐྱེ་སྲིད་པའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ནས་བྱུང་མེད་སྐྱུ་མ་གཅིག་ལ་ནད་གཞི་འདི་སོགས་ཡོད་ཆེ་དའི་སྐྱ་གུར་ནད་གཞི་
འགོས་ཉེན་ཡོད་མེད་ཐད་རྩ་བའི་སྐྱ་གུར་ནད་གཞི་འགོས་ཡས་ཉེན་ཁ་རྒྱུང་རྒྱུང་རེད། གལ་ཏེ་འགོས་པ་ཡིན་ཡང་ནད་
ཉམས་མེད་པ་དང་ནད་ཉམས་རྒྱུང་མཛོན་པ་ལས་ཚབས་ཆེ་གང་ཡང་ཐོན་མེད་ལ་དྲག་སྐྱེད་ཀྱང་མགྲོགས་སོ་འགོ་ཡི་ཡོད།
ཡང་ནད་གཞི་སོགས་པའི་མས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐྱ་གུ་ལ་བྱ་མ་བསྐྱུན་ཚོག་མིན་ཐད་ད་བར་བྱ་མ་བསྐྱུན་ནས་ནད་གཞི་འདི་སོགས་གི་
ཡོད་པ་གསལ་ར་འཕྲོད་པ་བྱུང་མེད། མས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐྱ་གུར་བྱ་མ་བསྐྱུན་ཚོག་ཀྱང་ཁ་རས་གྲོན་ཡས་སོགས་སྟོན་འགོག་
གི་ཐབས་ལམ་རྣམས་གཅིག་མཚུངས་བསྟེན་དགོས་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན། བཅས་ལས་དོན་ཚོགས་རྒྱུང་གི་གསར་
འགོད་གསལ་བསྐྲངས་ཐེངས་༡༥ པ་དེ་མཇུག་སྐྱིལ་གནང་ཡོད།

གོང་གསལ་གསལ་བསྐྱོད་གསལ་བསྐྱུགས་ཆ་ཚང་གཤམ་གསལ་ངོ་དེས་ཐད་གཏོང་དང་ Youtube ན་ཚོག་ནས་གཞིགས་ ཐུབ།།
<https://www.facebook.com/CTATIBETTV/videos/326092905308626>

<https://youtu.be/FYbTR-mnh9s>
