

ཕྱི་ལོ་༢༠༢༠ ཟླ་༡༡ ཚེས་༡༢ ཉིན་བོད་མིའི་སྤྱི་ག་འཇུག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སྐུ་ཅན་ COVID-19 ལས་དོན་ཚོགས་ཚུང་གི་གསར་འགོད་གསལ་བསྐྱབས་ཐེངས་ ༣ ༣ ལ།

གསལ་བསྐྱབས་ཁུངས་འཇུག་པོད་ལུགས་སྤྱན་པ་ཚེ་རིང་མཚམས་གཙོ་དང་ཕྱི་ལུགས་སྤྱན་པ་བསྟེན་འཛིན་བཅོམ་འགྲུས་ལགས་ཡིན།

དང་པོ། ལས་དོན་ཚོགས་ཚུང་གི་གསར་འགོད་འབྲེལ་མ་ཐུན་སྤྱན་པ་ཚེ་རིང་མཚམས་གཙོ་དང་གྱིས་འདས་པའི་བདུན་ཕྲག་
ཅིག་ནང་ཚོགས་ཚུང་གི་གྲུབ་ཐོན་མདོར་བསྐྱབས་ལུས་དོན། འདས་པའི་བདུན་ཕྲག་ནང་ཁྱོད་བོད་མི་གྲངས་༡༣༧༠ ། ཉེ་བར་
ཁྱིམ༦༧༡ སྤྱི་ག་འཇུག་ནས་མ་ཐུན་འགྲུར་སྐྱར་བའི་འགོག་དབྱེ་བྱུང་འཛོག་ཁང་དུ་བཞུགས་མཁན་མི་གྲངས་༦༩༩ ་
ཙམ་འགོག་དབྱེ་བྱུང་བཀག་ཐོག་བཞུགས་ཡོད་པ་དང་། གསོ་རིག་ལུས་སེམས་རུས་གསོའི་སྤྱན་དེ་དབར་ཁྱོད་བོད་མི་སྐུ་
ན་བགྲེས་པ་རྣམས་དང་། དེ་བཞིན་འགོག་དབྱེ་བྱུང་འཛོག་ཁང་དུ་བཞུགས་མཁན། སྤྱན་པ་དང་འཕྲོད་ལས་པ་སོགས་ཉེན་
ཚབས་ཆེ་བའི་མི་གྲངས་བཅས་བསྐྱོམས་བོད་མི་གྲངས་༢༡༩༥༥ ལ་གསོ་རིག་ལུས་སེམས་རུས་གསོའི་སྤྱན་བགོས་
འབྲེམས་གནང་བྱིན། སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་འབྲེལ་འདས་པའི་བདུན་ཕྲག་ནང་ནད་གཞི་ཕོག་པའི་མི་གྲངས་༡༣༠
ལ་ཁ་པར་ཐོག་འབྲེལ་བ་གནང་བ་བརྒྱད་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ཐོག་སློབ་གསོ་ལམ་སྟོན་གནང་བ་དང་། ནད་ཡམས་
ཁྱབ་གདལ་བཀག་འགོག་ཆེད་ས་གནས་སུ་ནད་གཞི་ཕོག་ཡོད་མེད་བཟླ་དབྱེད་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས་འདས་པའི་བདུན་
ཕྲག་ཅིག་གི་ནད་རྒྱ་གར་ནད་གི་ས་གནས་གྲངས་༡༤ ནད་ཁྱོད་མི་གྲངས་༡༣༩༠ ལ་བཟླ་དབྱེད་གནང་ཡོད་པ་དང་། བལ་
ཡུལ་ནད་གི་ས་གནས་གྲངས་༣ ནད་ཁྱོད་མི་གྲངས་༣༡ ལ་བཟླ་དབྱེད་གནང་ཡོད། བོད་མིའི་སྤྱི་ག་འཇུག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་
ལས་ཁུངས་ནས་ལམ་སྟོན་གནང་བ་བཞིན་བོད་མིའི་འདུ་སྐྱོད་ས་གནས་གཞིས་ཆགས་ཁག་ལ་ནད་ཡམས་ཁྱབ་གདལ་
བཀག་འགོག་ཆེད་ས་གནས་སྤྱན་ཁང་གཙོ་ས་མི་མང་འདུ་འཛོམས་ཆེ་སར་དུག་སེལ་གནང་ཡས་མཚོན་རྩ་དབྱེད་ཚོགས་
ཚུང་གི་ཚོགས་འདུ་དུས་ཐོག་བསྐྱོང་ཚོགས་ཐོག་ལས་དོན་ལུ་མ་ཐུན་འགོ་བཞེན་པའི་གནས་ཚུལ་ལྟ།

གཉིས་ལ། བཅོམ་བྱོལ་བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲིད་གནས་སྤངས་ཇི་ཆགས་ཐད་འདས་པའི་བདུན་ཕྲག་ཅིག་གི་ནད་རྒྱ་གར་
དང་བལ་ཡུལ་ནད་གི་བོད་མིའི་གཞིས་ཆགས་ཏུ་ནད་གཞི་ཕོག་པ་ར་འཕྲོད་བྱུང་བ་མི་གྲངས་༡༣༧ ལྷན་ཞིབ་པ་ལྟེ། ལ་
དུགས་ཁུལ་ནས་མི་གྲངས་༡༣༧ ལྷི་ལི་ཁུལ་ནས་མི་གྲངས་༤ ལྷ་རི་ཡུར་གཞིས་ཆགས་ནས་མི་གྲངས་༡ མོན་ལྷོ་གཞིས་

ཆགས་ནས་མི་གངས། ༡༠ ཅོན་རྒྱ་རྒྱལ་ནས་མི་གངས། ༣ ཅོན་སྤར་གཞིས་ཆགས་ནས་མི་གངས། ༡ ཇ་རམ་སྤྲ་ལྷ་ནས་
 མི་གངས། ༡ མེའོ་གཞིས་ཆགས་ནས་མི་གངས། ༡ ཁ་ལ་ཉོ་མི་གཞིས་ཆགས་ནས་མི་གངས། ༣ བདེ་སྦྱིད་སྦྱིང་གཞིས་
 ཆགས་ནས་མི་གངས། ༣ ཀལ་མན་ལོན་གཞིས་ཆགས་ནས་མི་གངས། ༡ སུ་རྒྱ་རྒྱལ་ནས་བོད་རིགས་གངས། ༤༤ ཇོ་རྗེ་སྦྱིང་
 གཞིས་ཆགས་ནས་མི་གངས། ༣ ཨོ་ཏི་ལ་གཞིས་ཆགས་ནས་མི་གངས། ༣ བཅས་རྒྱ་གར་ནང་མི་གངས་ ༡༣༥ ལྷུང་ཡོད་པ་
 དང་བལ་ཡུལ་ཀམ་མན་རྒྱལ་ནས་མི་གངས་ ༤ བཅས་ཁྱོན་མི་གངས་ ༡༣༧ ལྷུང་བ་ནང་ནས་སྦྱིས་པ་གངས་ ༤༤ དང་
 ལྷུང་མེད་གངས་ ༤༤ དགྲུང་ན་མཐོ་ཤོས་དེ་ ༤༤ དང་རྒྱུང་ཤོས་དེ་གྲིས་པ་མ་འབྲུང་རྒྱ་བ་ ༣ ཡིན་པ་རེད། དེའི་ནང་ནས་
 བད་རྟགས་རྒྱུང་མཛོན་པ་མི་གངས་ ༣༧ དང་བད་རྟགས་མེད་པ་མི་གངས། ༤༧ ཡིད་སྦྱོའི་གནས་རྒྱུ་ལ་ཞིག་ལ་འདས་པའི་
 བདུན་ཕྱག་ནང་སྦྱིས་ཀོབ་རྒྱལ་ནས་སྦྱིས་པ་རང་ལོ་ ༤༥ སོན་པ་གཅིག་དང་ལ་དྲུགས་རྒྱལ་ནས་སྦྱིས་པ་རང་ལོ་ ༧༤ དང་
 རང་ལོ་ ༤༤ སོན་པ་གཉིས་བཅས་མི་གསུམ་འདས་གྲོངས་སོང་ཡོད། ད་བར་རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་ནང་ཁྱོན་བོད་མི་བད་
 གཞི་ཕོག་པ་གངས་ ༡༡༤༥ འགྲུང་བྱུང་བ་མི་གངས། ༧༧༣ འདས་གྲོངས་སོང་བ་མི་གངས། ༣༤ ད་ལྟ་བད་མནར་བཞིན་
 པ་མི་གངས། ༣༤༧ བཅས་ལྷུང་བའི་གནས་རྒྱུ་ལ་ཞིག་ནང་གཞི་ཕོག་པ་རྣམས་ས་གནས་ཇོ་རྗེ་ཆོགས་རྒྱུང་དང་དེ་བཞིན་
 ཆོགས་པ་གྲ་ཚང་དང་སྦོའི་གྲུའི་འཛིན་སྦྱོང་ནས་ལམ་སྦྱོན་དང་རྒྱུར་བཀག་འཁོར་པོ་བྱེད་ནས་བཞུགས་ཡོད་ཅིང་བད་གཞི་
 ཕོག་པ་རྣམས་དམིགས་བསལ་ཇོ་རྗེ་མེད་པའི་གནས་སྤངས་ཡིན་འདུག་པ་བཅས།

གསུམ་པ། མི་མང་ལ་སྤྱུགས་སྤང་ལམ་སྦྱོན་ལྷུ་གཅོ་བོད་ཆ་རྒྱ་གར་ནང་གྱི་རྒྱ་ ༡༡ ལའང་སྦོ་རྒྱུགས་ནས་བད་གཞི་ཕོག་
 པའི་གངས་ཉིན་རེ་ནས་རེ་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་འདས་པའི་རྒྱུ་ཆོད་ ༣༧ བད་ཁྱོན་མི་གངས་ ༧༧༣༡ ཅམ་ལ་བད་གཞི་ཕོག་
 པ་ལྷུང་ཡོད། ཅ་བའི་རྒྱ་གར་ནང་འགྲུང་བྱུང་བཞིན་པའི་བརྒྱ་ཆ་དེ་ ༤༣༧ ཅམ་ཡིན་པས་བད་མནར་བཞིན་པ་མང་པོ་
 འགྲུང་བྱུང་གྱིན་ནས་བད་གཞི་ཕོག་པའི་གངས་འབྲུམ་ལྷ་ནས་ད་ཆ་ ༧༤༧༤༥ བར་ཆག་ཡོད། འོན་ཀྱང་ནམ་དུས་
 འགྲུང་གྲོག་དང་རྒྱ་གར་ནང་ཆོས་སྤོགས་དུས་ཆེན་མང་པོ་སྦྱེབས་ལ་ཉེ་བས་བད་ཡམས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱལ་གཉིས་པ་ཡོང་མི་
 སྲིད་པ་མིན་པ་ཁྱུང་ལས་པ་རྣམས་ཀྱི་གསུངས་བཞིན་ཡོད་ན་རང་རིགས་བོད་མི་རྣམས་ཀྱིས་གཟབ་གཟབ་གནང་གལ་ཆེ་
 བ་ཡིན། དེ་རྗེས་ད་ཉིན་རྒྱ་ ༡༡ ཆོས་ ༡༣ ཉིན་མོ་དེ་འཛམ་གྱིང་ Pneumonia ཉིན་མོ་ཞེས་སྤང་ཅི་ལྷུ་བཞིན་ཡོད་ན་སྦོ་ནང་
 འདིའི་རྒྱུ་གྱིས་སྤྲོ་ལོ་ ༢༠༡༤ ལོར་མི་ས་ཡ་བྱེད་དང་གཉིས་ཅམ་འདས་གྲོངས་བྱིན་ཡོད་པ་དང་། འདི་ལོའི་བད་ཡམས་
 རྒྱུན་པས་སྦོ་ནང་འདི་མནར་བའི་མི་གངས་ས་ཡ་ ༡༤ ལྟེ་བརྒྱ་ཆ་ ༧༥ ཅམ་གྱི་ཆེ་སྦོག་འགྲོ་སྲིད་པའི་ཉིན་ཁ་ཡོད་པ་དང་

འཛམ་གླིང་ནང་སློབ་མི་དེ་ཀ་དང་ཨེ་ཤ་ཡ། ལེ་ཤིན་ཨ་མི་དེ་ཀ་འདི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་དམིགས་བསལ་གྱིས་བ་དང་སྤྱད་གྲུ་
གཞོན་ལྷན། ལོ་ན་༤༥ ཡན་གྱི་རྒྱན་བཟེས་རྣམས་ལ་སློབ་དེད་འདི་ཉེན་ཁ་ཆེ་བ་ཡོད་ན་འབྲེལ་ཡོད་ཚང་མས་གཟབ་གཟབ་
གནང་དགོས་གཤམ་ཆེ་བ་ཡིན། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་དེག་བ་ལས་སློབ་འདི་ནང་གཞིར་དེག་ས་བརྒྱད་བསྟན་ཡོད་པས་ནང་དེག་ས་
འདི་ཚོ་འདི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་ཟེས་རུ་ལ་སྤྲད་སྤྲོད་པ། འད་དང་མར་སོགས་ཉིད་པ། ཏུ་བ་དང་མཁའ་རྒྱུད་འབག་བཙོག་
ཆམ་བ་འགྲམས་པ། འུགས་ལས་མང་པོ་བྱེད་པ་སོགས་ལས་སློབ་འདི་ནང་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་བྱེད་གྱི་ཡོད་པས་རྒྱ་རྒྱུན་འདི་དེག་ས་
སྤང་བ་དང་རྒྱུན་ཏུ་རྒྱ་གར་ལོ་འབྲུག་རྒྱ་དང་སྤུ་མ་སྲེག་ཟེག་ཟེས་སོགས་དེས་པར་སྤོང་དགོས་བ་ཡིན། སློབ་དེད་འདི་དེག་ས་ལ་རྒྱ་
སློབ་འབྲུང་བ་དང་། སྤང་ཅི་དང་ཉ་སོ་མ། རྒྱན་འབྲུམ་དང་། བ་ཡི་བཞོས་སོག་འོ་མ་བོད་མོ། མར་གསར་དེག་ས་བསྟེན་ན་
མན་དེས་ཡིན་པས་ད་ལན་སློབ་དེད་ཉི་མོ་འདི་དང་འབྲེལ་ནས་ཟས་སྤྱོད་སྤང་སྤང་དེ་ལྟར་ཤེས་དགོས་པའི་ལམ་སྟོན་གནང་བ་
དང་ཆབས་ཅིག་ད་ལན་ཉོག་དེད་འབྲེལ་གཉན་དེམས་༡༩ འདི་སློབ་བར་བབ་ན་ཆེ་སློག་ལ་ཉེན་ཁ་ཆེ་བ་ཡོད་པས་སློབ་གཙོང་
དང་སློབ་འདི་གཉན་ཚད་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་ནས་དམིགས་བསལ་ནང་ཡམས་ཁྲབ་གདལ་གྱི་ཏུ་ས་སུ་གཟབ་གཟབ་གནང་
དགོས་བ་དང་། གཤམ་ཉེ་སློབ་དེད་ཤེས་མནར་བཞིན་པའི་མི་རྣམས་ཡིན་ན་སྤྲོད་བཙོང་ཏུ་ས་སོག་དང་སུ་མ་སྤྲད་བསྟེན་གཤམ་ཆེ་
བའི་ལམ་སྟོན་ལྟར་སྤྲོད་གནང་།

དེ་རྗེས་སྤྲོད་བ་བསྟེན་འཛིན་བཙོན་འབྲུས་ལགས་ནས་དོགས་སེལ་ལམ་སྟོན་གནང་དོན། ཉེ་ཆར་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་
ཚོགས་བ་དང་གསར་འབོད་བ་ཁག་ཅིག་ལ་སློབ་འཕྲིན་ཅིག་འབྲོར་ཡོད་པ་ད་ཟེངས་གཉིས་བ་དེ་ཆགས་གྱི་འདུག་སློབ་
འཕྲིན་ཁ་བྱང་དེ་<delekhospitalcovid19@yahoo.com> རེད་འདུག་པས་འདི་ནི་བདེ་ལེགས་སྤྲོད་ཁང་གི་སློབ་འཕྲིན་ཁ་
བྱང་མིན་བ་གསལ་ནན་གསུངས། ཁ་སློབ་ཕྱི་ཚེ་༩ ཆེས་༡༩ ལ་སོག་མར་སློབ་འཕྲིན་འབྲོར་བའི་ནང་མཉམ་སྦྲུང་ཡིག་ཆ་
(Handbook for public protection against Covid-19.rar)ཞེས་ཡིག་ཆ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡིག་འབྲུམ་འགོ་བཞིན་བ་དེ་
བདེ་ལེགས་སྤྲོད་ཁང་ནས་མིན་བ་དང་མང་ཚོགས་ནས་འདི་ལྟའི་སློབ་འཕྲིན་འབྲོར་ཆེ་སློབ་འཕྲིན་དང་མཉམ་སྦྲུང་ཡིག་ཆ་
དེ་ཅིས་མེད་དང་པབ་ལེན་མ་གནང་དོགས་ཅེས་འབོད་སྤྲོད་ཞུས། བདེ་ལེགས་སྤྲོད་ཁང་ནས་ད་བར་གཞུང་འབྲེལ་གསལ་
བསྐྱབས་དེག་ས་བོད་ཀྱི་བརྒྱུན་འཕྲིན་བརྒྱུད་གནང་ཡོད་ལ་འབྲུང་འབྲུང་ཡང་བརྒྱུད་ལམ་འདི་ནས་གནང་རྒྱ་ཡིན་བ་
གསུངས། དེ་ནས་མང་ཚོགས་ལ་དེ་སློབ་ནས་དེ་སྤྲོད་ཞུས་པ་བཞིན་ད་ལན་སྤྲོད་ཡང་ནན་སྤྲོད་ཞུ་རྒྱུ་ལ། གཤམ་ཆེ་དོན་ཆེན་
ཡིན་ན་མ་གཏོགས་ཕྱིར་འབྲུལ་བཞུད་མ་གནང་དོགས། ལྷག་པར་ད་ས་ཞུས་ཏུ་མི་མང་པོ་ཅིག་ཡུལ་སློབ་སློབ་འབྲུམ་དང་

གནས་མཇུག་སོགས་ལ་འགོ་བསྟོན་གྱི་བཞིན་འདུག་ན་ཉེ་བའི་ཆར་དེ་འདྲའི་འགྲུལ་བཞུད་ལས་ནད་གཞི་སོགས་མང་པོ་
བྱུང་ཡོད་ན་ཆར་མས་གསལ་ཆེ་དོན་ཆེན་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་གནས་སྐབས་འགྲུལ་བཞུད་མ་གནང་རོགས་ཅེས་ཞུས། དེ་
ནས་ད་ལྟོ་ནས་དུས་དགུན་ཁ་སྐྱེ་བས་ལ་ཉེ་བས་དགུན་ཁ་མི་མང་པོ་ནད་དུ་ཆ་སྟོན་བཏང་ནས་མཉམ་སྡོད་གནང་གི་ཡོད་
པས་དེ་སྐབས་ཁང་བའི་རྒྱུ་འགྲོ་ཡག་པོ་མེད་པའི་རྒྱུ་གྱིས་ནད་གཞི་འགོ་སྟོན་ཉེན་ཆེ་བས་ཆར་མས་གསལ་གནང་གསལ་
ཆེ་བ་དང་ནད་དུ་སོ་སོའི་ནད་མི་སྡུན་ཉེ་ཡིན་ནས་ཁ་རས་གྲོན་ནས་སྡོད་ན་རང་གཞན་ཆར་མའི་སྐྱུང་སྐྱོབ་ལ་ཕན་ཐོགས་
ཡོང་ངེས་ཡིན་པས་ཁ་རས་གྲོན་ཡས་དང་། དེ་བཞིན་མིའི་དབར་འགྲུངས་ཐག་འཛོག་ཡས། ལག་བ་ཡང་སེ་འགྲུ་བ་སོགས་
སྡོན་འགོག་ཐབས་ལས་སྲུ་མ་སྐྱུང་བསྟེན་གནང་ཡོང་བའི་ནད་སྐྱུལ་སྐྱར་ཞུས་གནང་བ་དང་། དེ་ནས་བདུན་ཕྱག་སྲུ་མར་ཞུས་
བ་བཞིན་དུ་སྲུ་ལ་མར་རྒྱུང་འཁོར་རྒྱུང་བའི་ནད་འགྲུལ་བཞུད་གྱི་བ་ལས་གཉན་སྲིན་འགོ་སྟོན་ཉེན་ཉེ་ཅང་ཆེ་བ་
དང་། ལྷག་བར་ནད་གཞི་འདིར་ནད་ཉྱགས་མེད་པ་མང་པོ་ཡོད་པས་མི་སྲུ་ལ་གཉན་སྲིན་ཡོད་མེད་ཤེས་ཉྱགས་དཀའ་བས་
ཆར་མས་རྒྱུང་འཁོར་རྒྱུང་བའི་ནད་འགོ་སྟོན་དགོས་པ་གཙོ་འདོན་གནང་རོགས་ཞུ་བ་དང་། ཆབས་ཅིག་མངའ་སྡེ་ནད་ཞུས་
འགྲུལ་བཞུད་གྱི་དགོས་བྱུང་ཆེ་རྒྱུང་འཁོར་ཆེ་བ་རྒྱུང་འགོ་བཀག་བ་Volvo Bus དེ་ཚོའི་ནད་ཐེབས་མ་དགོས་གཙོ་
འདོན་གནང་རོགས། འགྲུལ་བཞུད་དུས་ཡུན་རྒྱ་ཚོད་༦:༠༠ ན་ བར་གནང་བ་དང་རྒྱུང་འཁོར་ནད་རྒྱུང་འགོ་མེད་པས་ནད་གཞི་
འགོ་སྟོན་ཉེན་ཉེན་ཉེ་ཆེ་བ་ཡོད་ན་ཆར་མས་གསལ་གསལ་གནང་དགོས་པའི་ལམ་སྟོན་གནང་བ་དང་སྐྱགས་གསལ་འགོད་
གསལ་བསྐྱབས་ཐེངས་ ༣ ༣ པ་དེ་མཚུགས་སྐྱིལ་གནང་།

གོང་གསལ་གསལ་འགོད་གསལ་བསྐྱབས་ཆ་ཆར་གསལ་གསལ་འདི་དེ་བ་ཐད་གཏོང་དང་ Youtube ན་ཚོགས་ནས་གཞིགས་སྐྱབ།

<https://www.facebook.com/CTATIBETTV/videos/364016538045236>
https://www.youtube.com/watch?v=LN7xza4GU9E&ab_channel=HealthCTA
