

ཕྱི་ལོ་༢༠༢༡ ཟླ་༣ ཚེས་༡༡ ཉིན་བོད་མིའི་སློབ་འཛུགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལུ་ཏུན་COVID-19
ལས་དོན་ཚོགས་ཚུང་གི་གསར་འགོད་གསལ་བསྐྱབས་ཐེངས་༥༠ པ།

གསལ་བསྐྱབས་ཁྱེད་མཁན་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བྱང་འཕར་བྱམས་པ་ཕུན་ཚོགས་ལགས་དང་། སྤུན་པ་བསྟན་འཛིན་
བཅོན་འགྲུས་ལགས་དང་སྤུན་པ་ཆེ་རིང་མཆམས་གཅོད།

དང་པོ། བོད་མིའི་སློབ་འཛུགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བྱང་འཕར་བྱམས་པ་ཕུན་ཚོགས་ནས་གསུངས་དོན། ད་ཆ་
ཉོག་དབྱིབས་སྡོད་ཁབ་རྒྱ་གར་རྒྱལ་ཡོངས་ནང་རྒྱ་སྐྱོད་ཚུགས་ཅིང་། ལྷ་སྤྱི་ནོར་ལགོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་
དང་། དཔལ་ས་སྐྱ་བདག་ཁྱིའི་པོ་ཆེ་མཆོག་གཙོས་ས་ཕྱོགས་གང་སར་ཡོད་པའི་བོད་མི་སྤྱི་ན་བགྲུས་པ་མང་པོར་རྒྱ་
གར་གཞུང་གི་མ་ཕུན་འགྱུར་འོག་སྡོད་ཁབ་རྒྱ་བྱུང་བར་བོད་མིའི་སློབ་འཛུགས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ནས་
ཐུགས་རྗེ་ཆེ་དང་ཡི་རངས་བསྐྱབས་བརྩོན་ཞུ། དོན་ཚན་གཉིས་པ་དེ་འདས་པའི་ལོ་གཅིག་རིང་ཉོག་དབྱིབས་སྡོད་འགོག་
ཆེད་གཞུང་དང་ཆེད་ལས་པས་ལམ་སྟོན་གནང་བ་བཞིན་དུ་ཕྱ་མ་ཕུད་ནས་སྡོད་འགོག་ཐབས་ལམ་རྣམས་བསྟེན་
དགོས་པ་དང་། ད་ཆ་རྒྱ་གར་ནང་བོད་མིའི་གཞིས་ཆགས་ཁོངས་སྡེ་ལ་ཀོ་ལ་འཆོ་བྱེད་སྤྲོད་ཁང་། ཉོན་ལུར་པན་བདེ་སྤོང་
ཁང་དང་། ལ་དྲགས་དང་བདེ་སྐྱོད་གཞིས་ཆགས་ཁག་གི་སྤོང་ཁང་རྣམས་ཉོག་དབྱིབས་སྡོད་འགོག་སྤོང་ཁབ་རྒྱ་གར་པའི་
བསྟེན་གནས་ལ་ངོས་འཛིན་གྱིས་མ་ཕུན་འགྱུར་གནང་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། རིང་མིན་དྲ་ས་བདེ་ལེགས་སྤོང་ཁང་འདིར་ཡང་
སྡོད་ཁབ་རྒྱ་གར་པའི་བསྟེན་གནས་ཆགས་རྒྱ་རེ་བ་ཆེན་པོ་བྱེད་བཞིན་ཡོད། སྡོད་འགོག་སྤོང་ཁབ་དང་འབྲེལ་ས་གནས་འགོ་
འཛིན་རྣམས་པ་གཙོས་འབྲེལ་ཡོད་ཆང་མས་འགན་འཁུར་ཏུར་བཞིས་གྱིས་ས་གནས་སུ་སྡོད་འགོག་སྤོང་ཁབ་གི་ལས་དོན་
གང་ལེགས་འགོ་བཞེད་པར་འབྲེལ་ཡོད་ཆང་མར་སྟོང་ཐག་པ་ནས་ཡི་རངས་བསྐྱབས་བརྩོན་དང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཞུ། ད་
ལྷའི་ཆར་སྡོད་ཁབ་བཞིས་རྒྱ་འདི་སྡོད་འགོག་ཐབས་ལམ་ཡག་ཤོས་དེ་ཡིན་པས་མི་མང་གང་མང་ནས་དེ་བཞིས་ན་དགོ་
ཆེན་ཡོད་པ་གསུངས་པ་དང་། མང་ཚོགས་ནས་སྡོད་འགོག་སྤོང་ཁབ་བཞིས་དང་བཞིས་མིན་ལ་མ་སྟོས་པར་ཁ་རས་གྱོན་
ཡས་དང་མིའི་དབར་རྒྱང་ཐག་འཛོག་ཡས་དང་ལག་པ་ཡང་སེའ་བུ་རྒྱ་དེ་ཆོ་ལུ་མ་ཕུད་ནས་གནང་དགོས། རྒྱ་གར་ནང་ཆ་
བཞག་ན་ས་གནས་ཁ་གས་སར་ཇ་དྲག་ཏུ་འགོ་ཡི་ཡོད་པ་དང་ཁ་གས་སར་གནས་སྐྱངས་ཡག་ཏུ་འགོ་བཞེད་ཡོད་ན་རང་
རིགས་བོད་མིའི་འདུ་སྲོད་དང་ཚོགས་སྡེ་ཁག་དང་མི་སྐྱེར་སོ་སོའི་ངོས་ནས་རྣམས་གཡེང་དང་སྟོད་གཡེང་དུ་མ་ཤོར་བར་

སྔོན་འགོག་ཐབས་ལམ་རྣམས་སྤྱི་མཐུན་ནས་བསྟེན་དགོས་པའི་ལམ་སྟོན་གནང་། ཉན་ཡམས་འདིའི་གནས་སྟངས་ཡག་ཏུ་
མ་འགོ་བར་ཆང་མས་གཟབ་གཟབ་གནང་དགོས་པའི་ལམ་སྟོན་གནང་།

གཉིས་པ། ལས་དོན་ཆོག་ས་ཚུང་གི་གསར་འགོད་འབྲེལ་མཐུན་སྟེན་པ་ཆེ་རིང་མཆམས་གཅོད་ཀྱིས་འདས་པའི་བདུན་
ཕྲག་ཅིག་ནང་ཆོག་ས་ཚུང་གི་བྱ་བ་ཐོན་མཛོར་བསྐྱུས་ཞུས་དོན། འདས་པའི་བདུན་ཕྲག་ནང་ཁྱོད་ཀྱི་གར་ནང་བོད་མི་གངས་
༤༧། ༡ རང་ཁྱིམ། ༡༧། ༣ ཆོག་ས་སྡེ་དང་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱིས་མཐུན་འགྱུར་སྤྱར་བའི་འགོག་དབྱེ་བྱར་འཛོག་ཁང་དུ་
བཞུགས་མཁན་མི་གངས་༡༠༥། ༡ འགོག་དབྱེ་བྱར་བཞག་གོ་བ་བཞུགས་ཡོད་པ་དང་། གཉིས་པ་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་
བསྟེན་དང་འབྲེལ་འདས་པའི་བདུན་ཕྲག་ནང་ནད་གཞི་ཕོག་པའི་མི་གངས་༤ ལ་ཁ་བར་བརྒྱུད་ནས་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་
བསྟེན་སློབ་གསོ་གནང་བ་བྱུང་ཡོད་པ་དང་ཆབས་ཅིག་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ཆོན་པའི་ངོས་ནས་མདུན་བསྐྱོད་
ཞབས་ཞུ་བའི་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྲད་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ཐོག་ནས་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་སྐོར་ཐབ་
སྐྱོང་གཅིག་གོ་སྒྲིག་ཞུས་ཡོད་པ་དང་། དེ་ནས་ནད་ཡམས་ཁྲབ་གདལ་བཞག་འགོག་ཆེད་བདུན་ཕྲག་འདིའི་ནང་ཁྱོད་ཀྱི་
གར་ནང་གི་བོད་མི་གངས་༡༥༤༡ ཅམ་ལ་ནད་གཞི་ཕོག་ཡོད་མེད་བཟླ་དབྱེད་བྱ་བ་བྱུང་། ཀྱི་གར་ནང་སྔོན་འགོག་
སྟེན་ཁབ་ཀྱི་སྐོར་ཆོག་ས་ནས་ད་བར་མདུན་བསྐྱོད་ཞབས་ཞུ་བ་མི་གངས་༤༥༤ དེ་བཞིན་བོད་མི་ལོ་ན་བཟེས་པ་གངས་
༣༣༡༠ ཅམ་ལ་ཀྱི་གར་གཞུང་གི་མཐུན་འགྱུར་འོག་སྔོན་འགོག་སྟེན་ཁབ་ཀྱི་བྱ་བ་བྱུང་ཡོད། གཞན་ཡང་ས་གནས་ཇ་
དྲག་ཆོག་ས་ཚུང་ནས་ས་གནས་གཞུང་གི་སྟེན་ཁང་དང་དེ་བཞིན་རྫོང་གི་སྤྱི་ཁྲབ་སྟེན་པ་འགན་འཛིན་བཅས་ངོ་བཅར་
ཐུགས་སྤྲད་དང་བདུན་རེའི་ཆོག་ས་འདྲ། དེ་བཞིན་མང་ཆོག་ས་ལ་ལམ་སྟོན་གནང་ཡས་གཅོས་ལས་དོན་རྣམས་སྤྱི་མཐུན་
ནས་འགོ་བཞེན་པའི་གནས་ཚུལ་ཞུ།

གསུམ་པ། བཅན་ཁྱོལ་བོད་མིའི་སྤྱི་ཆོག་ས་ཁོད་ནད་གཞི་ཕོག་པ་སྟེན་གསར་ཞུ་ཀྱིས་འདས་པའི་བདུན་ཕྲག་ཅིག་གི་ནང་
ཀྱི་གར་ནང་དུ་ནད་གཞི་ཕོག་པ་ར་འཕྲོད་བྱུང་བ་མི་གངས་༡༡ བྱུང་། ཞིབ་པ་ནི། རྩ་རི་བྱར་གཞིས་ཆགས་ནས་མི་གངས་༡
དྲ་རམ་སྤྱ་སྤྱ་ཁུལ་ནས་མི་གངས་༤ རྩོ་ལན་རི་བོན་གཞིས་ནས་མི་གངས་༡ མོན་རྩོ་འདོད་ཀྱི་སྤྱི་ཆོག་ས་ཆགས་ནས་མི་
གངས་༣ སིམ་ལ་ཁུལ་ནས་མི་གངས་༡༣ བཅས་ཁྱོད་མི་གངས་༡༡ བྱུང་ཡོད་པ་ལས་སྤྱིས་པ་གངས་༤ དང་བྱུང་མེད་
གངས་༣ དེའི་ནང་ནས་དགྲུང་ན་མཐོ་ཤོས་དེ་༤༤ དང་ཆུང་ཤོས་དེ་ལོ་༣༡ བྱུང་ཡོད། ནད་གཞི་ཕོག་པ་དང་དེ་བཞིན་ནད་པ་
དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་གཏུག་བྱུང་བ་རྣམས་རང་ཁྱིམ་དང་། ཆོག་ས་སྡེའི་བྱར་བཞག་གོ་བ་དོན་ན་བཞུགས་བཞིན་གསོ་བཅོས་

གནང་བཞིན་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི། སྐབས་ལེགས་པ་ཅིག་ལ་བརྟུན་སྐབས་འདིའི་ནང་ནང་གཞི་འདིའི་རྒྱུ་གྱིས་བོད་མི་
འདས་གྲོངས་སོང་བ་གཅིག་ཀྱང་བྱུང་མེད། ད་བར་རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་ནང་བོད་མི་ནང་གཞི་ཐོག་པ་ཁྱོད་མི་གངས་
༡༩༡༣ ཟླ་སྟེང་བྱུང་བ་མི་གངས་༡༩༤༩ འདས་གྲོངས་སོང་བ་མི་གངས་༩༣ ད་ལྟ་ནང་མནར་བཞིན་པ་མི་གངས་༧༥
ཡོད་པ་ཡིན།

བཞི་པ། མི་མང་ལ་ཐུགས་སྐྱོང་ལམ་སྟོན་ཞུ་རྒྱུ་རུ། ད་བར་རྒྱལ་སྤྱིའི་ནང་ནང་གཞི་འདི་ཐོག་པའི་མི་གངས་ས་ཡ་༡༡༧ དང་
བྱེ་བྲག་ཨ་རིའི་ནང་ཇ་ཟག་ཤོས་བྱུང་བས་ད་བར་མི་གངས་ས་ཡ་༣༩ རྒྱ་གར་ནང་ས་ཡ་༡༡ ལུ་རུ་སི་ནང་ས་ཡ་༩ དང་
ཨིན་ཡུལ་ནང་ས་ཡ་༩ ལྷག་བྱུང་ཡོད། རྒྱ་གར་ནང་ད་ལྟ་ནང་མནར་བཞིན་པ་མི་གངས་༡༩༤༣༩༩ ཅམ་དང་འདས་པའི་རྒྱ་
ཆོད་ཉེར་བཞི་ནང་མི་གངས་༣༣༩༩༩ དང་སྟོན་འགོག་སྐྱོན་ཁབ་རྒྱག་ཟེན་པ་མི་གངས་འབྲུམ་༣༩༩༩ ཟེན་ཡོད།

སྟོན་འགོག་སྐྱོན་ཁབ་དང་འབྲེལ་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནང་དེ་སྔ་དུས་རབས་༡༧ ནང་འབྲུམ་བྱ་དང་སེབ་བྱ་ལ་
སོགས་པའི་རིམས་ནད་བྱུང་ཡོད་ལ་འབྲུམ་བྱའི་རིམས་ནད་སྟོན་འགོག་ཆེད་འབྲུམ་ནད་ཐོག་པའི་མིའི་འབྲུམ་སྐྱོགས་
བསགས་ནས་དེའི་ནང་སྐྱོན་སྦྱོར་བྱེད་ནས་མིའི་ཁ་སྐྱ་བརྒྱུད་ཁོང་དུ་བཏང་བ་དང་ཡང་བཅགས་བྱའི་ལོ་བྱང་གིས་དཔུང་
བར་སྐྱོན་འདེབས་ཅིང་འབྲུམ་འཇུགས་སམ་འབྲུམ་འདེབས་ཅེས་སྐྱོན་བཅོས་རིག་པ་བཏང་ནས་འབྲུམ་བྱ་ལས་ཐར་བར་
བྱེད་པ་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆའི་ནང་གསལ་ཡོད་ན་རིམས་ནད་འདི་ཆོའི་རིགས་ལ་སྟོན་འགོག་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་པ་དང་།
ནད་ཡམས་འདི་ལས་ཐར་བར་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་པ། དེ་བཞིན་ནད་གཞི་བྱུང་བའི་རྗེས་སུ་གསོ་བཅོས་བྱ་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། ལྷི་
ལུགས་སྐྱོན་གྱི་རིག་པ་ལས་སྟོན་འགོག་སྐྱོན་ཁབ་དེ་དུས་རབས་༡༩ ཅམ་ལ་ཐོག་མར་བཅོས་བསྐྱོན་བྱེད་སྒོ་ཚུགས་ནས་ད་
བར་ནད་རིགས་འདྲ་མིན་ཉི་ཤུ་ཙམ་གངས་ལ་སྟོན་འགོག་སྐྱོན་ཁབ་རྒྱབ་བཞིན་ལོ་རེར་མི་གངས་ས་ཡ་༣་་་ ༣ ཅམ་གྱི་ཆེ་
སྟོན་སྟོབ་ཐུབ་པ་ཡོང་གི་ཡོད། སྟོན་འགོག་སྐྱོན་ཁབ་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་གཞི་རིམ་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ཆ་ཤས་གལ་ཆེ་ཤོས་ཞིག་
ཆགས་ཡོད། ད་ཆ་རྒྱ་གར་ནང་བོད་པའི་སྟོབ་གྲ་ཁག་རིམ་བས་སྟོ་བྱེ་བཞིན་རིང་མིན་འབྲིང་རིམ་དང་དམའ་རིམ་སྟོབ་ཐུག་
ནམས་བསྐྱེད་སྐྱོང་གནང་གི་ཡོད་ན་སྟོབ་མ་དེ་ནམས་འཕྲོད་བསྟེན་ཐོག་གོ་རྟོགས་ཞན་པས་སྟོབ་གྲའི་འཛིན་སྐྱོང་དང་དགོ་
སྟོབ་ནས་དམིགས་བསལ་དམ་དོན་དང་སྟོན་འགོག་ཐོག་ཐུགས་སྐྱོང་གནང་དགོས་པའི་བློ་སྤུལ་ཞུ།

དེ་རྗེས་སྤྱི་ལུགས་སྟོན་པ་བསྟན་འཛིན་བཙུག་ལགས་ནས་ལམ་སྟོན་གནང་གསལ། ད་ཆ་རྒྱ་གར་ནང་ལོ་ན་ ༦༠ ཡན་
 ལ་སྟོན་འགོག་སྟོན་ཁབ་རྒྱག་བཞིན་ཡོད་པས་འདི་ལྷའི་ཆེས་ ༡༠ བར་ཀླན་ར་རྫོང་ཁོངས་མི་གངས་ ༦༧༡༠ ཅམ་ལ་སྟོན་
 ཁབ་རྒྱག་ཟིན་འདུག དེ་ནས་ལོ་ ༧༥ ཡན་སྤྱི་གཉན་ནད་གཞི་ཡོད་པ་མི་གངས་ ༣༣༣ ལ་སྟོན་ཁབ་རྒྱག་ཟིན་ཞིང་སྤྱི་ལའང་
 ཟུར་ཕོགས་ལྟ་བུའི་ཇ་དྲག་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པ་བྱུང་མིན་འདུག ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་མི་མང་པོས་སྟོན་འགོག་སྟོན་ཁབ་
 རྒྱག་ཟིན་རྗེས་ཁ་རས་གྲོན་ཡས་སོགས་སྟོན་འགོག་ཐབས་ལམ་བསྟན་དགོས་མིན་དོགས་འདི་མང་པོ་ཡོང་བཞིན་འདུག་
 ན་སྟོན་འགོག་སྟོན་ཁབ་དང་པོ་དང་གཉིས་ཀ་གཉིས་ཀ་རྒྱབ་ཟིན་པའི་རྗེས་སྟོན་འགོག་བརྒྱ་ཆ་ ༧༠ ཅམ་ཡོད་པ་ལས་བརྒྱ་
 ཆ་ ༡༠༠ སྟོན་འགོག་ཐུབ་པ་མེད་དུས་ཁ་རས་གྲོན་ཡས་སོགས་སྟོན་འགོག་ཐབས་ལམ་སྤྱི་མཐུན་བསྟན་དགོས་པའི་ལམ་
 སྟོན་གནང་། སྟོན་འགོག་སྟོན་ཁབ་ཆེད་དྲ་ཐོག་ནས་ཐོ་འགོད་བྱེད་ཕྱོགས་དང་འབྲེལ་ Arogya Setu མཉེན་ཆས་པབ་ལེན་
 བྱེད་ཕྱོགས་དང་ཡང་ www.cowin.gov.in ཞེས་གཞུང་འབྲེལ་དྲ་རྒྱའི་ཐོག་ནས་ཐོ་འགོད་དེབ་སྤྲེལ་བྱེད་སྐབས་ཐོག་ལམ་
 སྟོན་ཞིབ་ཐྲ་གནང་བ་དང་སྤྱགས་ལས་དོན་ཚོགས་རྒྱུད་གི་གསར་འགོད་གསལ་བསྐྱགས་ཐེངས་ ༥༠ པ་དེ་མཐུག་སྤྱིལ་
 གནང་ཡོད།

གོང་གསལ་གསར་འགོད་གསལ་བསྐྱགས་ཆ་ཚང་གཤམ་གསལ་ངོ་དེབ་ཐད་གཏོང་དང་ Youtube དྲ་ཚོག་ནས་གཟིགས་ཐུབ།།

<https://fb.watch/49K63kHCxT/>

<https://youtu.be/0Uu3llmHKK8>
