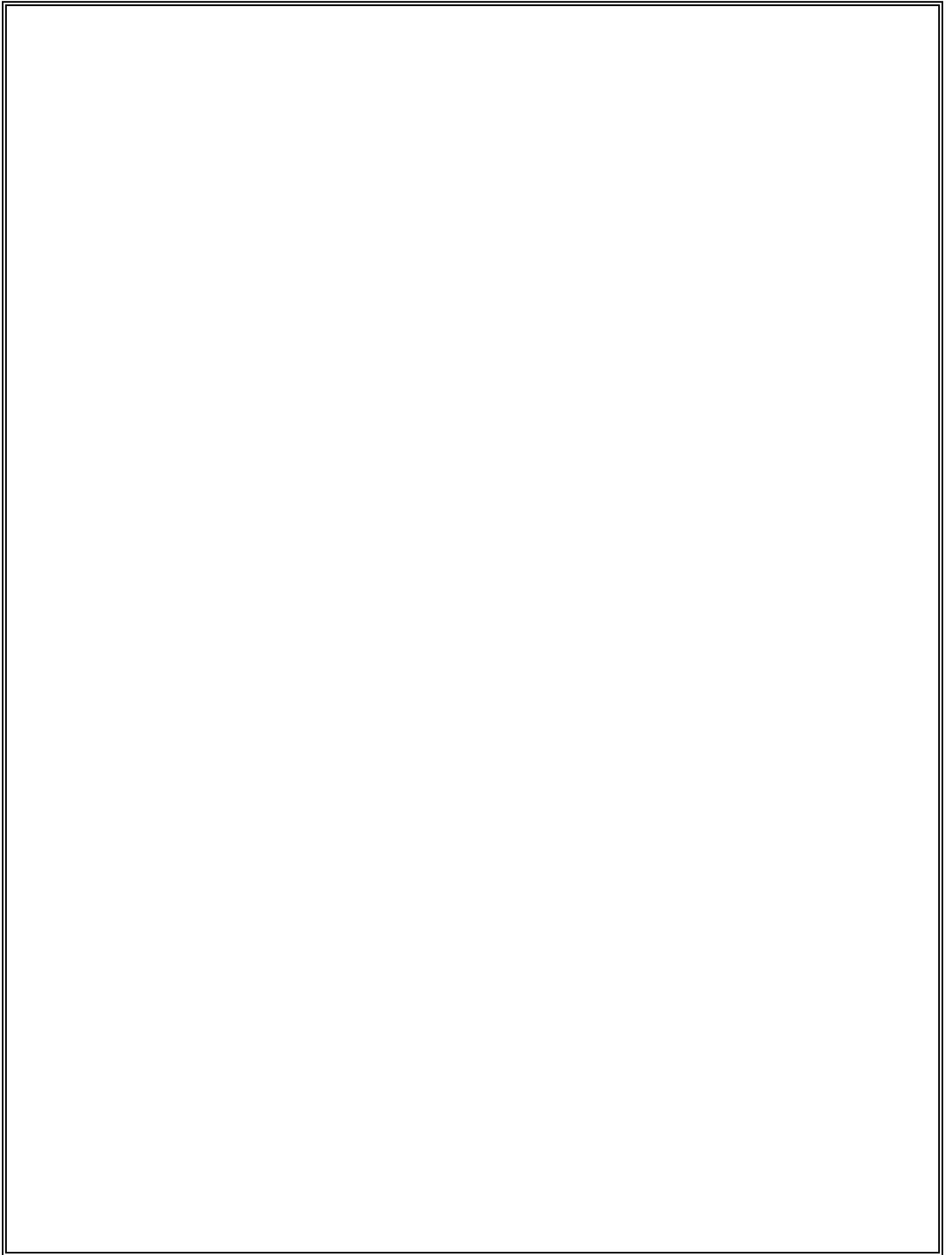






འབྲུག་གི་འཛོལ་རྟེན་ལས་འགུལ་གྱི་མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེའི་འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཞུགས།

བརྒྱུད་དོན་གསལ་བཤད།

འབྲུག་གི་འཚོ་རྟེན་ཟེར་མི་ལས་འགྲུལ་འདི་འབྲུག་གི་སྤངས་སྐྱོབ་ཀྱི་ས་ཁོངས་ཚུའི་ཡུན་བརྟན་འཛིན་སྐྱོང་གི་དོན་ལུ་ ནང་འཁོད་ཟད་ སོང་གི་འཛིན་ཚད་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཅན་དང་ བཀག་ཐབས་དང་ དང་ལེན་ གྱུ་ལྷན་སྒྲཊ་ཚོགས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ཚུའི་ ཐབས་ལས་སྤྱོད་ཚུགས་པའི་ ལོ་རྒྱུ་འཛུལ་འབྲེལ་གྱི་རྒྱ་ཅིང་མ་བཟོན་ནི་གི་དོན་ལུ་བཟོ་བཀོད་འབད་འབདམ་ཨིན། ལས་ འགྲུལ་འདི་གིས་ མིའི་ཕན་བདེ་དང་ གྱུ་ལྷན་སྒྲཊ་ཚོགས་ཉམས་སྤང་ གནམ་གཤིས་གཞོན་པ་བཀག་ཐབས་ཚུ་གྲུབ་ཚུགས་པའི་སྤང་ སྐྱོབ་ཀྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་དང་ གྱུ་ལྷན་མངའ་ཁོངས་ཚུའི་ཕན་ཕན་ཅན་གྱི་གཅིག་སྡེལ་ངེས་བརྟན་བཟོ་ནི་ལུ་དམིགས་གཏང་བསྐྱེད་པ་ ཨིན།

ལས་འགྲུལ་འདི་ སོ་ནམ་དང་ནགས་ཚལ་ལྷན་ཁག་འོག་གི་ ནགས་ཚལ་དང་གླིང་ག་ཞབས་ཏྲག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ སྤངས་སྐྱོབ་ས་ ཁོངས་ཚུ་དང་ རྒྱུ་ལྷན་མངའ་ཁོངས་ཚུ་ རྒྱུ་ལྷན་མངའ་ཁོངས་ནགས་ཚལ་སྡེ་ཚན་ཚུ་། གི་ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་གཅིག་སྡེལ་གྱི་ ཐོག་ལས་ འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་གི་འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཚན་ཚུ་དང་ སྤངས་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་དང་ གྱུ་ལྷན་མངའ་ཁོངས་ཚུ་གི་ནང་འཁོད་ལུ་ཚུད་ མི་ མི་སྡེ་ཚུ་དང་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་སྒོ་ལས་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཨིན།

འབྲུག་གི་འཚོ་རྟེན་ཟེར་མི་འདི་གི་དོན་ལུ་ མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེའི་འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་འདི་གིས་ འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་གི་ཁྲིམས་ དང་ སྒྲིགས་གཞི་ཚུ་དང་ འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་སྤངས་སྐྱོབ་ཀྱི་མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེའི་ཉེན་སྲུང་གི་གཅིག་བསྐྱེད་སྤྱོད་བྱས་དང་བྱ་སྒོ་ ལམ་ལུགས་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལས་འགྲུལ་འདི་ལས་བརྟེན་པའི་མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེའི་ཕན་གཞོན་ཚུ་སེལ་ནི་གི་དོན་ལུ་ གཞི་རྩ་ དང་བྱ་སྒོ་ལམ་ལུགས་ཚུ་གསལ་བཀོད་འབདམ་ཨིན། དེ་མ་ཚད་ སྤངས་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་དང་ གྱུ་ལྷན་མངའ་ཁོངས་ཚུ་ནང་གི་མི་སྡེ་ ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་གྲོས་བསྟུན་འབད་དེ་ འབྲེལ་ཡོད་མི་སྡེ་ཚུ་གི་བསམ་འཆར་དང་ ཚ་གྲུང་བཀོད་མི་ཚུ་བསྐྱེད་འབད་དེ་ཡོད། (ས་གནས་ཀྱི་གྲོས་བསྟུན་སྒྲོམ་ལས་བྱུང་བྱུང་སྒྲིགས་ལྷན་པ་ནང་གཟིགས་) དེ་གི་ལུལ་ལས་ འབྲེལ་ཡོད་མི་སྡེ་ལས་ཚོགས་ འབྲུག་གྱུ་ལྷན་གནས་སྤངས་སྡེ་ཚན་དང་ འབྲུག་གཙང་སྤྱོད་ གློ་ལྷན་གཞི་ཚོགས་ ན་གཞོན་གོང་འཕེལ་མ་དངུལ་ རྒྱལ་གཞུང་རང་ བཞིན་སྤངས་སྐྱོབ་ཚོགས་སྡེ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་གྲོས་བསྟུན་འབད་ཡི། ཁོང་གི་བསམ་འཆར་དང་ ཚ་གྲུང་བཀོད་མི་ཚུ་ཡང་ གཞི་ བཀོད་ཡིག་ཆ་འདི་ནང་མཉམ་འབྲེལ་འབད་དེ་ཡོད།

འབྲུག་གི་འཚོ་རྟེན་ཟེར་མི་ ལས་འགྲུལ་འདི་ སྤྱི་ལཱ་གནམ་གཤིས་མ་དངུལ་དང་ འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་ སྤྱི་ལཱ་དང་བྱུང་ཕྱོགས་སྡེ་ ཚན་ཚུ་ལས་རོགས་རམ་མ་དངུལ་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་བཟོ་བའི་སོར་འགྱུར་མ་དངུལ་གྱི་ཐོག་ལས་ཟད་སོང་གཏང་ནི་ཨིན། འཛམ་གླིང་རི་ དྲགས་མ་དངུལ་གྱི་རྟོང་ས་ལས་ ལས་འགྲུལ་འདིའི་བྱ་རིམ་གྱི་དོན་ལུ་རྒྱལ་གཞུང་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་ཕན་འདེབས་འབད་མི་ མཉམ་ རོགས་གཙོ་ཅན་ཅིག་ཨིན་དང་ ལས་འགྲུལ་འདི་གི་དོན་ལུ་སྤྱི་ལཱ་གནམ་གཤིས་མ་དངུལ་གྱི་ལས་སྡེ་སྡེ་ཚུ་འབད་དེ་ ཟད་ སོང་ཚུ་འདི་ཁ་ལས་བརྒྱུད་དེ་གཏང་ནི་ཨིན། དེ་འབདམ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ གཞི་བཀོད་འདི་གི་དོན་ལུ་ འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་མ་ དངུལ་གྱི་ མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེའི་མཉམ་འབྲེལ་སྤྱོད་བྱས་དང་བྱ་སྒོ་ལམ་ལུགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ལག་ལེན་

འཐབ་ནི་ཡིན། གཞི་བཀོད་འདི་ ལས་འགུལ་གྱི་སྡེ་ལྷན་ཅན་གྱི་གནས་གཤིས་མ་དངུལ་གྱི་སྟོན་ལས་ཟད་སོང་བཟང་མི་ཆ་ལག་ཚུ་
རྒྱུ་མ་ཅིག་གི་དོན་ལུ་མེན་པར་ ལས་འགུལ་གྱི་ཆ་ཤས་ཆ་མཉམ་ལུ་འཇུག་ནི་ཡིན།

ལས་འགུལ་འདི་ལུ་གཤམ་གསལ་ཆ་ཤས་ལྡོ་ཡོད་:

ཆ་ཤས་ཀ་པ་: གནས་ཚལ་དང་ས་ཆ་བཅུ་སྟོད་ཀྱི་གནས་གཤིས་གཞོན་པ་བཀག་ཐབས་ཡར་སེང་ - ཆ་ཤས་འདི་གིས་ གནས་
ཚལ་དང་ས་ཆ་བཅུ་སྟོད་ཀྱི་གནས་གཤིས་འགྱུར་བ་གི་གཞོན་པ་བཀག་ཐབས་དང་ དམིགས་བསལ་དུ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ ཅུག་
རྒྱུ་ཚད་ལྡན་སྟེ་གནས་ནི་གི་ཕན་ཐབས་ལུ་ སྤྱད་སྟོབ་ས་ཁོངས་ནང་ 'འཁོད་གནས་ཚལ་གྱི་བྱུང་ཚད་རྒྱུན་སྟོང་འཐབ་ནི་ལུ་དམིགས་
གཏང་བསྐྱེད་པ་ཡིན། འདི་ཡང་གཞུང་གི་ཁ་ཐུག་ལས་ཁས་ལེན་འབད་བའི་གཙོ་རིམ་ཅིག་ཡིན་མ་དང་ འདི་གིས་འབད་ ཅུག་རྒྱུ་
འཐེན་ཤུགས་ལྡན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་སྟེ་འཕྲོ་མཐུན་དེ་བཞག་ནི་གི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་སྤྱིའི་ལས་ལེན་གྲུབ་ནི་ལུ་ཡང་ཕན་ཐོགས་འབྱུང་ཚུགས།
འདི་གི་གྲངས་སྤྱོད་གཤམ་གསལ་ཚུ་དེ་འདི་ཡང་

(ཀ) སྤྱད་སྟོབ་ས་ཁོངས་གཅིག་སྟེ་ལ་ནང་འཁོད་ གནས་ཚལ་གྱི་སྤྱུ་ཚད་རྒྱུན་སྟོང་འཐབ་ནི་དང་ ས་ཆ་ཉེག་ཀྱང་ས་ཡ་, 1
ནང་བྱབ་སྟེ་ལ་འབད་ཞིན་མ་ལས་ དེ་གིས་འབད་ ད་ལྟོ་ཅུག་རྒྱུ་ཀྱང་ཁྲོན་པའི་ཨོག་སའི་མཉམ་ཚད་ས་ཡ་206 མཛོད་གསོག་
འབད་ཚུགས་པའི་ཚད་ཤུགས་སྟོན་ལུ་བཞག་ནི་ལུ་ཕན་ཐོགས་ནི་ཡིན་མ་ཚད་ གནས་ཚལ་གྱི་སྟེ་ལྡན་གནས་སྤྱངས་རིམ་ལུགས་
ཉམས་སྤྱད་གི་སྟོན་ལས་ གནས་གཤིས་ཀྱི་གཞོན་པ་བཀག་ཐབས་ཡར་སེང་འབད་ཚུགས།

(ཁ) འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་གྱིས་གནས་ཚལ་གྱི་བྱུང་ཚད་འགྱུར་བཅོས་ཤེས་རྟོགས་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ལྟ་རྟོག་གི་རིམ་ལུགས་ཅ་
བརྟན་བཟོ་ནི་དང་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བ་ཡར་སེང་གི་ཉེན་ཁ་ལས་བརྟེན་པའི་གནས་ཚལ་མེ་རྒྱུ་ཅ་མེད་བཟོ་ནི་ ལུ་དྲུག་ཐབས་སྤྱད་
དང་རང་སོའི་བྱིམ་གྱི་ཉི་ཤོད་སྟོན་མེ་ལ་སོགས་པའི་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་གདམ་ཁ་ཅན་ལུ་ཤུགས་ཀྱི་ཐབས་རིག་ཚུ་ཡར་ཤུག་གཏང་ནི་
སྤྱད་སྟོབ་ས་ཁོངས་ནང་འཁོད་ས་ཆ་མར་ཉམས་འབྱོ་མི་ཚུ་ གནས་གཤིས་མཁས་རིག་ཅན་གྱི་ཐབས་ལམ་སྟོན་ལས་ལེགས་བཅོས་
ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཡིན། ཐབས་ཤེས་འདི་ཚུ་ག་ར་གིས་ གནས་ཚལ་མར་ཉམས་ཀྱི་ཉེན་ཁ་མར་ཕབ་འབད་ཞིན་མ་ལས་ སྤྱང་
སྟོབ་ས་ཁོངས་ནང་འཁོད་གནས་ཚལ་གྱི་བྱུང་ཚད་སྤྱར་བཞིན་རྒྱུན་སྟོང་འཐབ་ནི་ ཡང་ན་ སྤྱང་ལས་ལྷག་སྟེ་ཡར་སེང་ གཏང་ཚུགས་
ནི་ཡིན་པས། ལས་དོན་འདི་ཚུ་ཡང་ འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་གྱི་གནས་ལུ་ལོ་རྒྱུ་10 གི་རིང་ལུ་འབད་མི་དེ་གིས་ སྤྱད་སྟོབ་ས་ཁོངས་
ནང་འཁོད་ཀྱི་གནས་ཚལ་དེ་ཚུ་ནང་གི་ཅུག་རྒྱུ་ལེན་འཛིན་ཤུགས་ CO2eq. ཁྲོན་ས་ཡ་34.7 དེ་ཅིག་གིས་ཡར་སེང་གཏང་
འོང།

ཆ་ཤས་ཁ་པ་: འཛོ་བའི་གནས་སྤྱངས་དང་ གནས་གཤིས་གཞོན་པ་བཀག་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ རང་བཞིན་འཐོན་ཁུངས་ཚུ་ཡར་
ཤུག་གཏང་ཐབས་ལུ་ མི་སྡེ་དང་སྟེ་ལྡན་རིམ་ལུགས་ནང་མཉམ་བསྟེན་ཀྱི་དང་ལེན་ - ཆ་ཤས་འདི་ གཞོན་འཚུབས་ཅན་གྱི་
གནས་གཤིས་ཀྱི་བཀག་ཐབས་བཟོ་ནི་དང་ གཞོན་ཉེན་མར་ཕབ་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ མི་སྡེ་དང་སྟེ་ལྡན་གནས་སྤྱངས་རིམ་ལུགས་
ལུ་བརྟེན་པའི་དང་ལེན་ལུ་གཙོ་བོར་བརྟེན་མ་ཡིན། འདི་ནང་ དམིགས་བསལ་གྱིས་ མི་སྡེ་ལུ་བརྟེན་པའི་གནས་གཤིས་ གཞོན་ཉེན་
དང་འཛོན་ཚད་དབྱེ་ཞིབ་འགོ་འཛེན་འཐབ་ནི་དང་ མི་སྡེ་དང་ལེན་གྱི་འཆར་གཞི་བཟོ་ནི་ དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་གཙོ་རིམ་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་
སྟེ་དང་ལེན་གྱི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཚུ་ཚུད་པ་ཡིན། དེ་མ་ཚད་ འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་གྱིས་ ཉམས་སྤྱད་དང་ གནས་

ལས་འགུལ་གྱི་ས་གནས་དང་ ལས་འགུལ་ས་ཁོངས་ཀྱི་གཞི་རྟེན་བཅད་དོན།

འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་ལས་འགུལ་འདི་གིས་ གླིང་ག་དང་སྤངས་སྤྱོད་ས་ཁོངས་^{༡༠} ག་ར་ལུ་བྱབ་མ་ཚད་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་གི་ རང་བཞིན་
སྤྱོད་ལུ་ཅི་ལུགས་དང་ ས་དབྱེད་ཀྱི་ས་གནས་ཚུ་ག་ར་ཚུད་པའི་འབྲུག་གི་སྤྱོད་ལུ་གནས་སྤངས་མངའ་ཁོངས་^༡ ག་ར་ལུ་བྱབ་
ཡིན། རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ལུ་ ལས་འགུལ་འདི་གིས་ འབྲུག་གི་ཆེད་འོག་^{༢༠༥} ལས་ ^{༡༥} ལུ་བྱབ་ཡིན། ས་ཁོངས་རྒྱ་ཚད་
འབད་བ་ཅིན་ འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་ལས་འགུལ་འདི་གིས་ འབྲུག་ས་དབྱེད་ཀྱི་ས་ཁོངས་བརྒྱ་ཆ་^{༥༡} དེ་ཅིག་ལུ་བྱབ་ཡིན།

སྤངས་སྤྱོད་ས་ཁོངས་བཅུ་ཐམ།

༡. བུམ་སྤེ་གླིང་རི་དྲགས་སྤངས་སྤྱོད་ས་ཁོངས།
༢. འཇིགས་མེད་རྩོ་རྩེ་རྒྱལ་ཡོངས་གླིང་ག་
༣. འཇིགས་མེད་གོ་སར་རང་བཞིན་སྤངས་སྤྱོད།
༤. འཇིགས་མེད་སེལ་དབང་ཕྱག་རྒྱལ་ཡོངས་གླིང་ག་
༥. རྩོ་མོ་གཙང་ཁ་རི་དྲགས་སྤངས་སྤྱོད་ས་ཁོངས།
༦. ཐིབ་སྤེ་རི་དྲགས་སྤངས་སྤྱོད་ས་ཁོངས།
༧. བུམ་ཤིང་ལ་རྒྱལ་ཡོངས་གླིང་ག་
༨. རྒྱལ་ཡོངས་མ་རྒྱུ་གླིང་ག་
༩. སག་སྤེ་རི་དྲགས་སྤངས་སྤྱོད་ས་ཁོངས།
༡༠. དབང་ཕྱག་བརྒྱ་འཁོར་རྒྱལ་ཡོངས་གླིང་ག་

སྤྱོད་ལུ་མངའ་ཁོངས་བརྒྱད།

༡. མངའ་ཁོངས་^༡འཇིགས་མེད་གོ་སར་རང་བཞིན་སྤངས་སྤྱོད་དང་ འཇིགས་མེད་རྩོ་རྩེ་རྒྱལ་ཡོངས་གླིང་ག་མཐུད་སྤེལ་འབད་མ་
ཡིན།
༢. མངའ་ཁོངས་^༢འཇིགས་མེད་རྩོ་རྩེ་རྒྱལ་ཡོངས་གླིང་ག་དང་ འཇིགས་མེད་སེལ་དབང་ཕྱག་རྒྱལ་ཡོངས་གླིང་ག་མཐུད་སྤེལ་
འབད་མ་ཡིན།
༣. མངའ་ཁོངས་^༣ ཐིབ་སྤེ་རི་དྲགས་སྤངས་སྤྱོད་ས་ཁོངས་ལས་ རྒྱལ་ཡོངས་མ་རྒྱུ་གླིང་ག་དང་ འཇིགས་མེད་གོ་སར་རང་
བཞིན་སྤངས་སྤྱོད་མཐུད་སྤེལ་འབད་མ་ཡིན།
༤. མངའ་ཁོངས་^༤ ཐིབ་སྤེ་རྒྱལ་ཡོངས་གླིང་ག་ལས་ འཇིགས་མེད་སེལ་དབང་ཕྱག་རྒྱལ་ཡོངས་གླིང་ག་དང་རྒྱལ་ཡོངས་མ་
རྒྱུ་གླིང་ག་མཐུད་སྤེལ་འབད་མ་ཡིན།
༥. མངའ་ཁོངས་^༥ རྩོ་མོ་གཙང་ཁ་རི་དྲགས་སྤངས་སྤྱོད་ས་ཁོངས་དང་ རྒྱལ་ཡོངས་མ་རྒྱུ་གླིང་ག་མཐུད་སྤེལ་འབད་མ་ཡིན།

༤. མངའ་ཁོངས་༤ རྩོམ་གཙང་ཁ་རི་དྲགས་སྤྱད་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་དང་ སག་སྤྱང་རི་དྲགས་སྤྱད་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་མཐུད་སྤྱེལ་
འབདམ་ཨིན།
༥. མངའ་ཁོངས་༥ ཕེབ་སྤྱ་རྒྱལ་ཡོངས་གླིང་ག་དང་ བུམ་སྤེ་གླིང་རི་དྲགས་སྤྱད་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་མཐུད་སྤྱེལ་འབདམ་ཨིན།
༦. མངའ་ཁོངས་༦ འཛིགས་མེད་གོ་སར་རང་བཞིན་སྤྱད་སྐྱོབ་ལས་འཛིགས་མེད་དོ་རྩེ་རྒྱལ་ཡོངས་གླིང་ག་དང་དབང་ཕྱུག་
བརྒྱ་འཁོར་གླིང་ག་མཐུད་སྤྱེལ་འབདམ་ཨིན།

འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་མ་དདུལ་མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་ཉེན་སྲུང་དབྱེ་རིམ་ཆིངས་ཡིག།

སྤྱི་ལོ་༢༠༡༤ མཇུག་ཁམས་དང་ ༢༠༡༥ གྱི་འགོ་བཙུགས་ཁམས་ལུ་ འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་མ་དདུལ་གྱི་ཉེན་སྲུང་གི་སྤྱི་བུས་
བཅོ་ཆར་ཞིན་མ་ལས་ འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་ལས་འགུལ་གྱི་མཐའ་འཁོར་དང་ མི་སྡེ་འབྲུག་ཞིབ་འབད་ཞིན་མ་ལས་ གཤམ་གསལ་
ཐག་བཅད་དེ་ཡོད་མི་འདི་ཡང་།

- གྲོས་འཆར་བཀོད་པའི་ལས་འགུལ་འདི་ དབྱེ་རིམ་ཁ་པ་སྡེ་ དབྱེ་བ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་འདི་ཡང་ སྤྱད་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ནང་
འཁོད་གྱི་མི་སྤྱོད་ས་ཚུ་དང་ ཁོང་རའི་འཛོ་སྤྱོད་གི་དོན་ལུ་སྤྱད་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཚུ་ལུ་བརྟེན་དགོ་མི་ཉེ་འདབས་ལུ་སྤྱོད་མི་ཚུ་འི་
མཐའ་འཁོར་དང་ མི་སྡེ་འབྲུག་སྤངས་ལུ་གཞོན་ཉེན་འབྱུང་སྤྱི་ནི་དང་ ཡངན་ མཐའ་འཁོར་གྱི་གཤམ་གནད་ཅན་གྱི་ས་
ཁོངས་ཚུ་ ས་གནས་དམིགས་བསལ་ཅན་དང་ བརྩེ་འགྱུར་འབད་བརྟུབ་ དང་ཐོག་ལུ་ལེགས་བཅོས་འབད་ཚུགས་པ་
ལས་བརྟེན་ཏེ་ཨིན་པས། ས་གནས་ངེས་ཏིག་དང་ཡངན་ འོས་འབབ་གྱི་མ་ཚུ་འཛོན་ཁུངས་སོར་འགྱུར་མ་དདུལ་ལས་
ཟད་སོང་གཏང་ནི་དེ་ཐད་ཀར་དུ་ཐག་མ་བཅད་པ་ལས་ འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་མ་དདུལ་མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་ཉེན་སྲུང་
མཉམ་བསྐྱེད་སྤྱི་བུས་དང་ བྱ་སྤྱོད་ལས་ལུགས་དང་གཅིག་མཚུངས་བཅོ་ཐབས་ལུ་ མཐའ་འཁོར་མི་སྡེ་འཛོན་སྤྱོད་གཞི་
བཀོད་ (དང་བྱ་རིམ་གཞི་བཀོད་) བཅོ་དགོ་ནི་ཨིན་པས།
- མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་འཛོན་སྤྱོད་གཞི་བཀོད་འདི་ ལས་འགུལ་ནང་མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་འཛོན་ཚུ་མཉམ་སྤྱོད་འབད་
ནི་གི་དོན་ལུ་བཅོ་ནི་ཨིན་མ་དང་ བྱ་རིམ་གཞི་བཀོད་འདི་ འཛོན་སྤྱོད་གཞི་བཀོད་ནང་བཙུགས་འོང་། (ཡངན་ ཡིག་ཆ་
སོ་སོ་སྤྱོད་བཅོ་འོང་) བྱ་རིམ་གཞི་བཀོད་འདི་ འཇུལ་སྤྱོད་ལུ་བཀག་ཆ་གང་ཉིང་ལས་མེད་པའི་གནད་ལས་བརྟེན་ཏེ་འཛོན་
མི་ འཛོ་བའི་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་བའི་གཞོན་ཉེན་ཚུ་སེལ་ནི་གི་དོན་ལུ་ མི་སྡེ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་གྲོས་བསྟུན་གྱི་ཐོག་
ལས་བཅོ་ནི་ཨིན།
- དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་གདོང་ལེན་: བྱ་རིམ་གཞི་བཀོད་བཅུ་ཉེ་ མཐའ་འཁོར་མི་སྡེ་འཛོན་སྤྱོད་གཞི་བཀོད་ འདི་ ལས་
འགུལ་གྱི་གོ་རྟེན་མཐའ་དབྱེད་མ་འབད་བའི་ཉེ་མ་བཅོ་ནི་ཨིན།

འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་མ་དདུལ་མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་ཉེན་སྲུང་དབྱེ་རིམ་ཆིངས་ཡིག་གི་ཡིག་ཆ་ཆ་ཆ་ ཟུར་སྤྲུགས་ཀ་པ་ནང་ལས་
ཐོབ་ཚུགས།

འཛོན་སྤྱོད་གཞི་བཀོད་གྱི་དམིགས་ཡུལ་དང་ཐབས་ཤིག་སྤྱོད་ཡོད་པ།

འབྲུག་གི་འཚོ་ཉེན་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་བཟུམ་སྟེ། འཛམ་གླིང་རིན་པོ་ལུ་མ་དངུལ་མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་ཉེན་སྲུང་དབྱེ་རིམ་ཆིངས་
 ཡིག་འདི་ནང་ད་ལྟོ་གི་གནས་རིམ་ནང་། ས་གནས་གྱི་ལས་དོན་ཚུ་དང་འབྲེལ་བའི་ཁ་གསལ་དང་གཏོང་ལེན་གྱི་ས་གནས་ཚུ་ཤེས་མ་
 ཚུགས་པ་དང་། ལག་ལེན་གྱི་གོ་རིམ་སྐབས་ལུ་རྒྱུ་མ་ཅིག་མཐའ་དབྱེད་བཅོ་ནི་ཡིན། འདི་ལས་བརྟེན་ཏེ། ས་གནས་དམིགས་
 བསལ་གྱི་མི་སྡེ་དང་མཐའ་འཁོར་གྱི་གནོད་ཉེན་ཚུ་དོས་འཛིན་འབད་མི་ཚུགས་ནི་ཡིན་མ་ཚད་། ལས་དོན་དམིགས་བསལ་ཉེན་སྲུང་
 གི་འཛིན་སྐྱོང་ཡང་དོས་འཛིན་འབད་མི་ཚུགས་ནི་ཡིན་པས། དེ་འབད་མ་ལས་བརྟེན་ཏེ། འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་འདི་ འབྲུག་གི་འཚོ་
 ཉེན་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་འགོ་བཙུགས་ཏེ། ས་གནས་གྱི་ལས་དོན་ཚུ་བཅུ་འཛིན་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ ལས་འགུལ་གྱི་ལས་དོན་དང་
 འབྲེལ་བའི་འཆར་གཞི་དང་། བཅོ་བཀོད་ ལག་ལེན་དང་ལྟ་རྟོག་གི་བྱ་རིམ་ཚུ་བཅོམ་ད་ མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་ཉེན་སྲུང་ཚུ་ལུ་
 ཚུལ་མཐུན་གྱི་བཅུ་འཛིན་འབད་བཅོ་ནི་གི་མཁོ་ཆས་བཟུམ་སྟེ། ལག་ལེན་འཐབ་ནི་གི་དོན་ལུ་བཅོ་བཅོམ་བཅོམ་ཡིན། འདི་ནང་
 ལས་འགུལ་འདི་ལས་བརྟེན་འབྱུང་སྤེད་པའི་ མཐའ་འཁོར་དང་། མི་སྡེ་ཉེན་སྲུང་འཚབས་ཆེན་འབྱུང་མི་བཙུག་ནི་དང་ཡང་ན་
 མར་ཕབ་ བཀག་ཐབས་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ ས་གནས་གདམ་ཁ་རྒྱབ་པའི་སྐབས་དང་། གཏོང་ལེན་འཐབ་པའི་སྐབས་ལུ་ལག་ལེན་
 འཐབ་ནི་ཡིན་པའི་ གཞི་རྩ་དང་། ཐབས་ལམ་ཚུ་གི་སྒྲིབ་ལས་གསལ་བཀོད་འབད་མ་ཡིན།

འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་འདི་བཅོ་ནི་གི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད་པའི་ ཐབས་རིག་འདི་ཡང་། ༡༡༽ འཛམ་གླིང་རིན་པོ་ལུ་མ་
 དངུལ་ཉེན་སྲུང་གི་སྤྱི་བུས་ཚུ་དང་། འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་གི་མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་ཉེན་སྲུང་ཞིབ་སྤྱི་བུས་ཚུ་འི་ཡིག་ཐོག་བསྐྱར་ཞིབ་
 དང་། ༡༢༽ འབྲེལ་ཡོད་མི་སྡེ་ལས་ཚོགས་དང་། སྤྱི་བུས་ལས་ཁོངས་དང་། རྒྱུ་ལྷན་མངའ་ཁོངས་ཚུ་འི་འཛིན་སྐྱོང་ཚུ་བཅུམ་ཏེ་
 འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་གྲོས་བསྟུན་དང་། བསྟུན་གྲོས་ཚུ་ མཉམ་བཟླམས་སྟེ་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན།

མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་ཉེན་སྲུང་དང་། སྤྱི་གསལ་གཞི་ ལས་སྟོན།

འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་འདི་བཅོ་བའི་སྐབས་ལུ་ ལས་འགུལ་འདི་དང་། འབྲུག་གི་འཚོ་ཉེན་གྱི་ལས་དོན་ནང་འཁོར་གྱི་བྱུང་ཆེད་སྤྱི་
 བུས་དང་ལེགས་འཇུག་ཚུ་དང་འབྲེལ་གཏུགས་ཡོད་པའི་དགོངས་དོན་ཚུ་ཡོད་མི་ རྒྱལ་གཞུང་གི་ཁྲིམས་དང་། སྤྱི་བུས་ སྤྱི་གསལ་
 གཞི་རྩ་ཡང་། གྲོས་བསྟུན་འབད་དེ་ཡོད། འབྲེལ་གཏུགས་ཡིག་ཆ་གི་གངས་སུ་ འབྲུག་གི་ཅ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ་༢༠༠༤ ཅན་མ་དང་
 འབྲུག་གི་སའི་བཅའ་ཁྲིམས་༢༠༠༧ ཅན་མ་ ཅན་མ་ ཅན་མ་ཚུ་དང་རང་བཞིན་སྤྱི་བཅའ་ཁྲིམས་༡༩༩༥ ཅན་མ་ འབྲུག་གི་སྤྱི་
 ལུན་རིགས་སྤྱི་བཅའ་ཁྲིམས་༢༠༠༣ ཅན་མ་ འབྲུག་གི་སྤྱི་མོ་ར་བཅའ་ཁྲིམས་༢༠༠༡ ཅན་མ་ ལུགས་སྤྱི་གསལ་སྤྱི་འགོག་དང་
 འཛིན་སྐྱོང་བཅའ་ཁྲིམས་༢༠༠༩ ཅན་མ་ རྒྱལ་ཡོངས་མཐའ་འཁོར་སྤྱི་བཅའ་ཁྲིམས་༢༠༠༧ ཅན་མ་ མཐའ་འཁོར་བརྟག་
 ཞིབ་བཅའ་ཁྲིམས་༢༠༠༠ ཅན་མ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཅན་མ་ཚུ་སྤྱི་བུས་༢༠༡༡ ཅན་མ་ ཅན་མ་ཚུ་དང་རང་བཞིན་སྤྱི་བཅའ་ཁྲིམས་
 ཡིག་དང་སྤྱི་གསལ་གཞི་༢༠༡༧ ཅན་མ་ སའི་བཅའ་ཡིག་༢༠༠༧ ཅན་མ་དང་། ལས་འགུལ་གྱི་མཐའ་འཁོར་ཉེན་སྲུང་མེད་གནད་པའི་
 སྤྱི་གསལ་གཞི་༢༠༠༡ ཅན་མ་ཚུ་ཚུད་པ་ཡིན།

རྒྱལ་ཡོངས་སྤྱི་བུས་དང་། ཁྲིམས་དོན་ ཚད་འཛིན་མཐའ་འཁོར་དེ་གིས་ རང་བཞིན་མཐའ་འཁོར་སྤྱི་བཅའ་དང་། རྒྱུ་ལྷན་རིགས་
 རྒྱ་ཉམས་སྤྱི་བཅའ་སྤྱི་བཅའ་ མཐོང་སྤྱི་ དོས་གཞུགས་གྱི་བཅོག་རྒྱུ་ཚུ་བཅུམ་ཏེ་ མཐའ་འཁོར་གྱི་ཉམས་སྤྱི་བཅའ་ལྟར་པ་ག་ར་
 སྤྱི་འགོག་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ འོས་འཚམས་ཅན་གྱི་གཞི་བཀོད་བྱིན་མ་ཡིན།

དེ་བཟུམ་སྟེ་ ལས་འགུལ་འདི་ལུ་སྒྲིབ་འཇུག་འབད་བརྟུལ་པའི་ འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་མ་དངུལ་གྱི་ཉེན་སྲུང་སྤྱིད་བྱས་དང་བྱ་སྒོ་ལམ་
ལུགས་ཚུ་ཡང་:

- རང་བཞིན་གྱི་རིགས་རྒྱུན་སྤྱིད་བྱས།
- སྤར་འཁྱུན་མི་ཚུ་འི་སྤྱིད་བྱས།
- རང་བྱུང་གི་གཞིས་ཆགས་སྤྱིད་བྱས།
- འབྲུ་སྤོན་འཛིན་སྒྲིབ།
- དངོས་གཞུགས་དང་ལམ་སྟོལ་གྱི་འཐོན་ཁུངས་ཚུ་ཨིན།

འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་མ་དངུལ་གྱི་ཉེན་སྲུང་སྤྱིད་བྱས་ཚུ་ནང་ མཐའ་འཁོར་དང་ མི་སྡེའི་གནས་སྤངས་ལུ་འཛབས་ཆེན་གྱི་གཞོན་
ཉེན་ག་ཅི་རང་ཡོད་རུང་ ངོས་འཛིན་འབད་ནི་ ཡངན་ སྤར་ནི་ མར་ཕབ་འབད་དགོ་པའི་དགོས་མཁོ་བཀོད་དེ་ཡོད། ཉེན་སྲུང་གི་
སྤྱིད་བྱས་ཚུ་ནང་ ཉམས་སྲུང་གི་གོས་ཐག་བཅད་པའི་སྐབས་ལུ་ མཐའ་འཁོར་དང་ མི་སྡེའི་བརྩེ་འཛུགས་མཉམ་བསྟེན་འབད་ནི་
གི་དོན་ལུ་ ཐབས་རིག་ཚུ་བཀོད་དེ་ཡོད། སྤྱི་ལཱ་གནམ་གཤིས་མ་དངུལ་གྱི་དོས་སྒྲིབ་ཅན་གྱི་ལས་སྡེ་ཅིག་ཨིན་མ་བཞིན་དུ་
འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་མ་དངུལ་གྱི་དགོས་མཁོ་ཚུ་ནང་ ལས་བྱེད་གྱི་གནས་སྤངས་དང་ འཐོན་ཁུངས་འཛིན་ཆད་ བཅོག་རྒྱུ་སྤོན་
འགོག་ མི་སྡེའི་འཕྲོད་བསྟེན་ ཉེན་སྲུང་དང་ སྤར་སྒྲིབ་གྱི་རྣམ་གྲངས་ལ་སོགས་པའི་ ལས་མིའི་གནད་དོན་ཚུ་ལུ་ལྟ་ནི་ཡང་ཚུད་པ་
ཨིན། དེ་འབད་མ་ལས་བརྟེན་ འཛིན་སྒྲིབ་གཞི་བཀོད་ནང་ འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་ལས་འགུལ་དབྱེ་ཞིབ་གྱི་ བྱི་བསེལ་དབྱེ་དབྱེད་བྱ་
རིམ་ནང་རྣམ་གྲངས་འདི་ཚུ་ཡང་ཚུད་དགོ་པ་སྟེ་ཡོད།

རང་བཞིན་གྱི་རིགས་རྒྱུན་ལུ་འགྱུར་བཅོས་ ཡངན་ ཉམས་སྤོན་མ་པ་ལས་མེད་པར་བཞག་དགོ་པ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ རང་བཞིན་
རིགས་རྒྱུན་གྱི་སྤྱིད་བྱས་འདི་ཡང་ ཚོར་སྤར་ཅན་གྱི་སྤྱི་ལཱ་གནས་སྤངས་ནང་ལས་དོན་ཚུ་འཐབ་པའི་སྐབས་ལུ་ མཐའ་འཁོར་བརྟག་
ཞིབ་གྱི་བྱ་རིམ་ཚུ་ལུ་ ཅན་ཚོ་ར་ཐེབས་བསྐྱེད་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཅན་བསྐྱེལ་བཟུམ་ཅིག་སྟེ་བཟོ་སྟེ་ཡོད་པ་ཨིན། འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་
ལུང་གཤོང་/ལུང་ཕྱོགས་ཏ་ལམ་ཆམ་ཉམ་ནང་ ཁ་སྐད་དང་ ལམ་སྟོལ་ རང་ལུགས་མ་འདམ་སྟེ་ཡོད་པ་ཨིན། རྒྱལ་ཡོངས་གོང་
འཕེལ་བྱ་རིམ་དང་ དམངས་གཙུག་ཅིག་བྱ་རིམ་ནང་ འབྲུག་གི་མི་སྡེ་ཅིག་ཡང་ཟུར་བཏོན་འབད་དེ་མེད། དེ་བཟུམ་མའི་མི་སྡེ་ཆམ་ཉམ་
གྱིས་ ཁོང་རའི་ས་གནས་གྱི་གཞུང་ཚུ་ནང་ མི་སྡེ་གཞན་ཚུ་དང་ཅོག་རང་འཐད་པ་སྟེ་ གཤམ་གཏོགས་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ཁར་ མི་སྡེ་
ཆམ་ཉམ་ནང་ མི་སྡེའི་གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་དང་ ས་གནས་གྱི་གཞུགས་སྤོན་ཚུ་ཡང་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་གིས་འབད་ གོང་འཕེལ་གྱི་བྱ་རིམ་
དང་ གཞུང་ སྤྱིང་གི་དམིགས་དོན་གྱི་གཤམ་ལས་ བྱིར་འབྲུད་སྟེ་ལུས་ནི་(རྒྱལ་སྤྱིར་འབད་ལུས་ནི་) གི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་སྟེ་བརྩེ་དགོ་
པའི་ མི་སྡེ་ཕུད་དོག་གཅིག་ཡང་མེད་པ་ཨིན། འདི་ལས་བརྟེན་ཏེ་ སྤར་འཁྱུན་གྱི་མི་ཚུ་འི་འཆར་གཞི་གི་གཞི་བཀོད་ ཡངན་ སྤར་
འཁྱུན་མི་ཚུ་འི་འཆར་ལོགས་སུ་སྟེ་མ་བཟོ་མ་ཨིན། སྤར་མི་རྒྱུང་ལས་ ས་ཆ་གཞུང་གི་ཐུགས་མཁོར་ལེན་ནི་ཚུ་མི་འབད།

སྤྱིར་བཏང་ལུ་ མཐའ་འཁོར་ཉོགས་མེད་གནད་བ་དང་ གཞོན་སྒྲིབ་བརྟག་ཞིབ་གྱི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་གཞུང་གི་སྤྱིད་བྱས་དང་ ལམ་སྤོན་
ཚུ་ནང་ འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་མ་དངུལ་གྱི་མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེའི་ཉེན་སྲུང་གི་དགོས་མཁོ་ཚུ་ག་ར་ཚུད་དེ་ཡོད། ཨིན་རུང་ དངོས་
གཞུགས་དང་ལམ་སྟོལ་འཐོན་ཁུངས་སྒྲོལ་ལས་ འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་མ་དངུལ་དང་མི་སྡེའི་ཉེན་སྲུང་སྤྱིད་བྱས་ནང་ལས་འགུལ་ལག་

ལེན་འཐབ་པའི་སྐབས་ལུ་ རོས་འཛིན་བྱང་མིང་པའི་རྒྱ་ཆ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ སྤྱི་གོང་གནང་བ་གྲུབ་པའི་འཛིན་སྐྱོང་དང་ ཉམས་སྤྱང་གི་
 ཐབས་ལམ་ཚུ་ཚུད་པའི་“ཐོབ་སྐལ་” གི་བྱ་སྐོ་ལམ་ལུགས་ཚུ་བཀོད་དེ་ཡོད། འབྲུག་གི་བསྐྱལ་ཚན་ལམ་སྲོལ་ཚུ་དངོས་བཅའ་
 ཁྲིམས་༢༠༠༥ ཚན་མ་ནང་ འགངས་ཚན་གྱི་ལམ་སྲོལ་ཚུ་དངོས་སྟེ་མི་ཚུ་དངོས་ འཁོར་ལམ་ ཡངན་ ཁྲིམ་བཟོ་བསྐྱར་
 འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ ཡངན་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ལཱ་གཞན་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ མཐོ་ ངམི་ག་ཅི་རང་ཨིན་རུང་ དེ་འབྲོ་ལས་
 འབྲེལ་ཡོད་ཚུང་ཁག་བརྒྱད་དེ་ ལམ་སྲོལ་ལས་ཁུངས་ལུ་སྟན་ཅུ་འབད་དགོཔ་སྟེ་བཀོད་དེ་ཡོད། ཨིན་རུང་ རྒྱལ་གཞུང་གི་སྤྱི་
 བྱས་དང་ ཆད་འཛིན་གྱི་གཞི་བཀོད་ནང་འཁོར་ལུ་ ཐོབ་སྐལ་གྱི་དོན་ལུ་རོས་ལེན་ཚན་གྱི་བྱ་སྐོ་ལམ་ལུགས་ཅིག་མེད་པ་ཨིན། དེ་
 ལས་བརྟེན་ཏེ་ “ཐོབ་སྐལ་” གི་བྱ་སྐོ་ལམ་ལུགས་འདི་ འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་ནང་བཅུགས་ཏེ་ཡོད།

འབྲུང་མིང་པའི་མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེའི་གཞི་སྐྱོན་བཀག་ཐབས་གི་ཐབས་ལམ།

ས་གནས་དམིགས་བསལ་ཚན་གྱི་མཐའ་འཁོར་གྱི་གཞི་དཔ་རྒྱ་ཁྱེ་འབྲུང་མིང་པའི་དོགས་སྤང་གི་གངས་སུ་ ས་བཞོ་བའི་སྐབས་
 དང་ སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་དང་སྤྱི་ལུ་མངའ་ཁོངས་གི་འཛིན་སྐྱོང་ཡིག་ཆ་ཚུ་དང་ ལེགས་བཅོས་ཚན་གྱི་བྱང་ཆར་ རྒྱན་སྐྱེལ་སྟོན་
 གནས་ འབྲུང་རྒྱུ་ལེགས་སྟོན་ རྒྱལ་ཡུལ་རྒྱུ་ལུ་ཚུ་དེ་བཟོ་བསྐྱར་སྐབས་དང་ སྤར་འབྲུན་གྱི་ལམ་ཚུ་རྒྱན་སྐྱོང་འཐབ་པའི་སྐབས་
 ལུ་འའཐོན་པའི་གཞི་སྐྱོན་ཚུ་ཚུད་པ་ཨིན། རྒྱ་སྟོན་འབད་སའི་ས་ཁོངས་ཚུ་རམ་འགོར་མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་རི་དྲགས་ཚུ་རྒྱན་འགྲུལ་འཐབ་
 བེ་ལུ་བར་ཆད་རྒྱབ་ནི་དང་ རང་བཞིན་བཟོ་བཤུལ་དར་བྱུང་འབྱུང་ད་བཟོ་བཤུལ་གྱི་ལས་དོན་ཡར་སེང་འབྱེལ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་
 གནས་ཚུ་བྱིན་ཐབས་ཉམས་ནི་གི་ཉན་ཁ་ཚུ་ཡང་ཚུད་པ་ཨིན།

ལས་འགྲུལ་ལས་བརྟེན་ཏེ་འབྲུང་མིང་པའི་མི་སྡེའི་ཉན་ཁ་དང་ གཞི་སྐྱོན་ལ་ལོ་ཅིག་ གནས་ཆལ་གྱི་ཁྲིམས་ལས་འགལ་ནི་དང་
 ཉམས་སྤྱང་ལས་བརྟེན་ཏེ་རང་བཞིན་འཐོན་ཁུངས་ལུ་འཛུལ་སྟོན་བཀག་དམ་འབད་ནི་ ལམ་སྲོལ་འཐོན་ཁུངས་ཚུ་ལུ་གཞི་སྐྱོན་ཚུ་
 རྒྱུ་ལུ་ཡང་ཚུད་པ་ཨིན། གཞི་སྐྱོན་འདི་ཚུ་གང་ཉེ་དང་ དམིགས་བསལ་གྱི་ས་གནས་ནང་ དེ་ལས་གནས་ཆད་ཚན་གྱི་བྱ་རིམ་
 དང་སྤྱིགས་གཞི་བཟོ་སྤྱིགས་སྟེ་ཡོད་མི་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་རོས་བརྟན་བཟོ་ཐོག་ལས་ བཀག་ཐབས་གི་ཐབས་ལམ་ཚུ་འཇམ་ཏོང་ཏེ་
 སྟེ་བཟོ་ཚུགས་མི་ཚུ་ཨིན། ཆ་གྲང་འདི་ཚུ་སེལ་ཐབས་ལུ་ ལས་འགྲུལ་གྱི་ཉོངས་ལས་ འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་
 པའི་གཞི་བཀོད་ལུ་གནས་འོང།

འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་གྱི་དོན་ལུ་ མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེའི་གཞི་སྐྱོན་འཛིན་སྐྱོང་།

འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་འཛིན་སྐྱོང་གི་བདེ་སྤྱིག་གངས་སུ་ སོ་ནམ་དང་ནགས་ཆལ་ལྷན་ཁག་ནང་འཁོར་ལུ་གཞི་བཅུགས་འབད་བའི་
 འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་ལས་འགྲུལ་མཉམ་འབྲེལ་སྟེ་ཕན་དང་(ལག་ལེན་ལས་སྟེ་)འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་ལས་འགྲུལ་གྱི་ལས་བྱེད་ཆོགས་
 རྒྱུང་ (ལོ་བསྟར་ལཱ་གི་འཆར་གཞི་ཆ་འཛོག་འབད་མི་ལྷ་རྟོག་ལས་ཆོགས་) དེ་ལས་འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་ཐབས་བྱས་དང་བྱུད་རིག་
 ཆོགས་རྒྱུང་(འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་ལས་འགྲུལ་མཉམ་འབྲེལ་ལུ་བྱུད་རིག་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་མི་) ཚུ་ཚུད་པ་ཨིན།

མཉམ་འབྲེལ་སྟེ་ཕན་གྱིས་ འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་དང་ འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལས་དོན་དང་ ལྷ་རྟོག་ག་ར་ཉན་
 སྤྱང་གི་ཡིག་ཆ་ཚུ་རྒྱན་སྐྱོང་འཐབ་དགོཔ་དང་ ཡིག་ཆ་བཞག་ནི་གི་ཉན་སྤྱང་བྱ་རིམ་གྱི་ཡིག་སྟོན་ཚུ་རྒྱན་སྐྱོང་འཐབ་དགོ།

གྲིང་ག་འཛིན་སྐྱོང་པ་དང་ མངའ་ཁོངས་ནགས་ཚལ་གྲིང་འཛིན་འགོ་དཔོན་ཚུ་གིས་ ས་གནས་ཀྱི་ལས་དོན་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་འོང་།
 ཁོང་གིས་བྱ་རིམ་བྱི་བསལ་བཅིས་ཏེ་ མཐའ་འཁོར་དབྱེ་ཞིབ་ (འོས་འབབ་ཁྱད་ཚད)དང་ འགོ་ཐོག་མཐའ་འཁོར་བརྟག་ཞིབ་
 དགོས་མཁོ་འཐོན་པའི་སྐབས་ལུ་ས་གནས་དམིགས་བསལ་གྱི་ལས་དོན་ཚུ་འོན་ལུ་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་བཟོ་ནི་ཚུ་བདེ་སྤྱོད་
 འབད་ནི་དང་ མཐའ་འཁོར་ཉོགས་མེད་གནད་བ་དང་ཡངན་ འཛིན་སྐྱོང་འཆར་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ཆ་རྒྱུ་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཡོད་པ་
 རེས་བརྟན་བཟོ་འོང་། ལཱ་འགན་དང་བསྟུན་ཏེ་ སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་དང་ སྤྱི་ལཱ་མངའ་ཁོངས་ཚུ་ཡང་ འབྲེལ་ཡོད་དབང་འཛིན་དང་
 འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཁོ་བྱོང་འཆར་མི་ཚུ་ལས་ཚོགས་ཐམ་/གནད་བ་དགོ་མི་ཚུ་ལེན་ནི་གི་འགན་འཁུར་ཡང་ཡོག། འབྲུག་གི་འཛོལ་རྟེན་
 མཉམ་འབྲེལ་སྡེ་ལཱ་ནང་ཡོད་པའི་ མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་ཉོན་སྤྱང་མཁས་མཆོག་གིས་གྲིང་ག་འཛིན་སྐྱོང་པ་ཚུ་དང་ མངའ་ཁོངས་
 ནགས་ཚལ་གྲིང་འཛིན་ཡིག་ཚང་ཚུ་ལུ་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་བཟོ་ནི་དང་ ལྷ་རྟོག་དང་འབྲེལ་བསྟུན་འབད་ནི་དང་ འབྲུག་གི་འཛོལ་རྟེན་
 ལས་འགུལ་གྱི་ལས་བྱེད་ཚོགས་ཚུ་དང་ དབང་འཛིན་ རྒྱལ་ཡོངས་མཐའ་འཁོར་ལྷན་ཚོགས་ཚུ་ལུ་ སྤྱིར་བཏང་གི་ཉོན་སྤྱང་སྐྱོར་
 ལས་སྟན་ལུ་འབད་ནི་ནང་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་འོང་། སོ་ནམ་ནགས་ཚལ་ལྷན་འག་གིས་ མཐའ་འཁོར་ཉོན་སྤྱང་དང་སྤྱང་སྐྱོབ་མཁས་
 མཆོག་གི་མཉམ་འབྲེལ་པ་སྡེ་ རྒྱལ་ཡོངས་མི་སྡེ་དང་མཐའ་འཁོར་ཉོན་སྤྱང་འགོ་དཔོན་ཅིག་ཡང་བསྐོ་བཞག་འབད་དགོ།

མཐའ་འཁོར་གྱི་གཞི་སྐྱོར་འཛིན་སྐྱོང་འབད་ནི་གི་བྱ་སྤྱོད་ལམ་ལུགས།

ལས་འགུལ་འདི་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མཐའ་འཁོར་དང་ མི་སྡེ་འགོ་དཔོན་ཚུ་ བྱི་བསལ་དང་ འོས་ཚད་ལྷ་ནི་ གཞི་རྟེན་ཐོན་
 སྐྱེད་ གཞི་སྐྱོར་དབྱེ་ཞིབ་དང་བཀག་ཐབས་ཞིབ་འཇུག་ མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ཚུ་བཟོ་ནི་གི་བྱ་རིམ་ཐོག་
 ལས་འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་འོང་།

མཐའ་འཁོར་གཞི་སྐྱོར་བརྟག་ཞིབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་ བྱི་བསལ་དང་ འོས་ཚད་ལྷ་ནི་ འགོ་ཐོག་མཐའ་འཁོར་བརྟག་ཞིབ་ཚུ་ རྒྱལ་
 ཡོངས་མཐའ་འཁོར་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་བཟོ་བའི་མཐའ་འཁོར་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་སྤྱིར་བཏང་ལམ་སྟོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལས་འགུལ་གྱི་ས་
 གནས་གདམ་ཁ་རྒྱབ་ནི་དང་ མཐའ་འཁོར་གཞི་སྐྱོར་བརྟག་ཞིབ་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་གི་བྱི་བསལ་དང་ འོས་ཚད་ལྷ་ནི་ཚུ་ལུ་ཕན་ཐབས་ལུ་
 ལས་འགུལ་གྱི་གོ་རྟོགས་གནས་རིམ་སྐབས་ལས་རང་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།བྱ་རིམ་འདི་ཚུ་གིས་:

- ས་ཁོངས་(ས་གནས་ཀྱི་ནང་འཁོར་དང་མཐའ་སྐྱོར་ལུ་) དེ་གི་དོན་ལུ་འབྱུང་མི་དཔའི་ (དངོས་གཞུགས་དང་ སྤྱི་ལཱ་ མི་སྡེ་
 ལམ་སྟོན་) དམིགས་བསལ་ཅན་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་དང་ ནང་གསེས་ཆ་ཤས་ཚུ་ངོས་འཛིན་འབད་ནི།
- ས་ཆ་ཐབས་དགོས་མཁོ་དང་ མི་དམང་ ཡངན་ སྤྱི་ལཱ་¹ ལས་ ས་ཆ་གཞུང་གི་ ཐུགས་མཁོར་བཞེས་མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་
 འཛོལ་འཁྱལ་གནས་སྤངས་ལུ་འབྱུང་མི་དཔའི་གཞི་སྐྱོར་ཚུ་ངོས་འཛིན་འབད་ནི།
- ས་ཁོངས་ནང་ དམིགས་བསལ་གྱི་ཚར་སྤྱང་བསྐྱེད་དགོ་པའི་ དཀའ་སྤྱུག་ཅན་གྱི་སྡེ་ཆ་ཚུ་ཡོད་མེད་ངོས་འཛིན་འབད་ནི།

¹ འབྲུག་གི་འཛོལ་རྟེན་འདི་གི་དོན་ལུ་ གཞུང་སྐྱོར་གྱི་ས་ཆ་ལེན་དགོས་ཅིག་མ་མཐོང་། གོ་རིམ་འདི་ མཐའ་འཁོར་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གནས་ཚད་གྱི་བྱ་རིམ་
 ཅིག་ཨིན་མ་ལས་བརྟེན་ཏེ་འདི་ནང་བཀོད་བཀོད་པ་ཨིན།

- དམིགས་བསལ་གྱི་དགོས་དོན་ཚུའི་དོན་ལུ་ ས་གནས་གྱི་མི་སྡེ་ ཡངན་ ས་གནས་གཞུང་ གཙུག་སྡེ་གཞན་ཚུ་ལས་ ཚད་ འཛིན་གྱི་ཉེགས་མེད་གནང་བ་གང་རུང་ ལེན་དགོས་ཡོད་མེད་དོས་འཛིན་འབད་ནི།
- འགོ་ཐོག་མཐའ་འཁོར་བརྟག་ཞིབ་ ཡངན་ འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ དམིགས་བསལ་གྱི་ཞིབ་འཇུག་ཅིག་བཟོ་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཞིབ་དཔྱད་/དཔྱད་ཞིབ་/དབྱེ་ཞིབ་ཐེབས་འབད་དགོས་ཚུ་གཞི་བཙུགས་འབད་ནི།

མི་སྡེའི་གཞི་དྲུག་སྐྱོང་འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་ནི་གི་བྱ་སྤྱོད་ལམ་ལུགས།

མི་སྡེའི་དབྱེ་ཞིབ་འདི་ཡང་ ལས་འགུལ་གྱིས་གཞི་དྲུག་བྱང་མི་ མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་གཞི་དྲུག་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་འགོ་འདྲེན་ འཐབ་འོང་། བྱ་རིམ་འདི་ནང་ གཞི་དྲུག་བྱང་མི་དྲུག་དང་སྡེ་ཚན་ཚུའི་འཛོ་བའི་གནས་སྤངས་གྱི་གདམ་ཁ་གཞན་གྱུ་བ་ཚུགས་ནི་ གི་དོན་ལུ་ འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་ལས་འགུལ་ལག་ལེན་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ས་ཆ་བཟུང་སྤྱོད་ལུ་འགྱུར་བཅོས་དང་བཀག་དམ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ གཞི་དྲུག་བྱང་མི་ མི་སྡེ་ ཡངན་ དྲུག་ཚུ་དང་ དམིགས་བསལ་གྱི་བཀག་ཐབས་གྱི་ཐབས་ལམ་ཚུ་དོས་འཛིན་འབད་ནི་ཚུ་དཔ་ ཡིན། འདི་ནང་ གཞི་དྲུག་བྱང་མི་སྡེ་ཚན་འདི་ཚུ་དང་ དེ་བཟུམ་མའི་གདམ་ཁ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་གི་དོན་ལུ་འགན་འཁུར་ཅན་ གྱི་ལས་སྡེ་ཚུ་ལས་ རང་དབང་དང་ འགོ་ཐོག་ལས་བརྟན་ལན་འབད་བའི་གནང་བ་ལེན་ནི་ཡང་ཚུད་དགོ། འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་ ནང་ བཀག་དམ་དང་ གཞི་དྲུག་བྱང་མི་སྡེ་ གོས་འདེབས་ཅན་གྱི་བཀག་ཐབས་གྱི་ཐབས་ལམ་ འགན་འཁུར་ཚུའི་སྤྱིར་བཏང་ གི་ཐོ་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་ འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་གྱི་ལས་འགུལ་ལག་ལེན་དོམ་འཐབ་པའི་སྐབས་ལུ་འཐོན་མི་ དམིགས་ བསལ་གྱི་ཁ་གསལ་ལྟར་བྱ་ བྱང་ཚད་དང་ ཁངས་ཚད་ཡང་བསྐྱར་བྱ་བཀོད་དགོས་པ་འཐོན་འོང་།

མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེའི་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི།

མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེའི་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ནང་ (འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་) ཕྱི་བསལ་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ལམ་ལུགས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་དགོས་ མཁོ་འཐོན་པའི་སྐབས་ལུ་ ལས་དོན་གྱི་གནས་ལུ་ནང་ བཀག་ཐབས་གྱི་ཐབས་ལམ་/ལག་ལེན་ལེགས་ཤོམ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ བཀོད་པ་ཡིན། མཐའ་འཁོར་ཉེགས་མེད་གནང་བའི་དོན་ལུ་འགོ་ཐོག་མཐའ་འཁོར་བརྟག་ཞིབ་མ་ཕུལ་བའི་ཏེ་མ་དང་ དགོས་མཁོ་ ཅན་གྱི་ཉེགས་མེད་གནང་བ་ཚུ་ལེན་པའི་བྱུལ་ལས་ འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་འདི་ཡང་ འགོ་ཐོག་མཐའ་འཁོར་བརྟག་ཞིབ་བཟོ་མི་ དང་གཅིག་མཚུངས་ཐོག་ལུ་བཟོ་དགོ།

འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་ནང་ ལས་དོན་གྱི་ཏེ་མ་དང་ ལས་དོན་ལག་ལེན་སྐབས་ལུ་ མཇུག་བསྟུན་གོ་རིམ་སྐབས་མཐའ་འཁོར་ འཛིན་སྐྱོང་དང་ བཀག་ཐབས་འཆར་གཞི་ཚུ་ཚུད་དགོ། (འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞིའི་བཅུད་དོན་གྱི་ཟུར་སྒྲགས་ ༡༥ པ་ནང་ལྟ་) དེ་ འབདཝ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ འདི་ནང་ དེ་ཚུ་ག་དེ་འབད་ ག་གིས་ ནམ་དེ་ཅིག་ལས་ འཐོན་ཁྲུངས་ག་ཅི་དང་གཅིག་ཁར་ ལྷ་རྟོག་ /བདེན་དཔྱད་ག་དང་གཅིག་ཁར་ དམིགས་དོན་ ཡངན་ ལས་དོན་གྱི་གོ་རིམ་ག་ཅི་གི་ཐོག་ལས་གྱུ་བ་ནི་ཡིན་ན་བཙུམ་ཏེ་ དམིགས་ལུ་འདི་ཚུ་གྱུ་བ་ནི་གི་དོན་ལུ་དགོ་པའི་ གཞི་ལེན་ཁ་གསལ་གྱི་གསལ་བཤད་བཀོད་དགོ། ལས་འགུལ་ལག་ལེན་ སྐབས་དང་ གློ་འབྱུར་གྱི་གནས་སྤངས་སྐབས་ ཡངན་ དཔྱད་རིག་མེད་པའི་དུས་སྐབས་ཚུ་དང་ དེ་དང་འབྲེལ་བའི་གནང་བ་གི་བྱ་ རིམ་ཚུ་ནང་ འགྱུར་བཅོས་འཐོན་མི་ཚུ་སེལ་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཐབས་ལམ་ཚུ་ཡང་སྤྱོད་དགོ། འདི་ནང་ ལག་ལེན་གྱི་ཆ་ཤས་སྡེ་དགོ་

པའི་ གཙུག་སྒྲིབ་བཀོད་སྤྱོད་དང་ ལཱ་འགན་ རྒྱུ་འབྲེལ་དང་ རྒྱུ་ལུ་འབྲེལ་ཡང་ཡོད་དེ། འདི་ནང་ འཛིན་སྐྱོང་འཆར་
གཞི་དང་ དེ་དང་འབྲེལ་ཡོད་སྤྱོད་བྱས་དང་ཁྲིམས་དོན་དགོས་མཁོ་ཚུ་གི་བར་ན་འབྲེལ་བ་དང་ དེ་བཟུམ་སྟེ་ཐོ་བཞག་ཐངས་དང་
རྒྱུ་ལུ་འབྲེལ་ཐངས་ བསྐྱར་ཞིབ་ ཕྱིས་ཞིབ་ འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་དུས་མཐུན་བཟོ་ནི་ཚུ་གི་སྒྲོལ་ལས་ཡང་ཡོད་དེ། འབྲེལ་བ་
ཡོད་མི་ག་ར་གི་གནད་དོན་ཚུ་ཀྱན་ཆང་གི་སྤྱོད་ལམ་ཐོག་ལུ་ བཅུ་འཛིན་འབད་ཡོད་པ་ཅེས་བརྟན་བཟོ་ནི་གི་དོན་ལུ་ སྤྱིར་བཏང་ལུ་
འབྲུག་གི་འཛོལ་ལས་དོན་གྱི་འཆར་གཞི་དུ་འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ཚུ་གྲལ་གཏོགས་ཀྱི་འཆར་གཞི་ཚུ་
དགོ། འཆར་གཞི་འདི་ནང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ཚུ་ངོས་འཛིན་འབད་ནི་དང་ གྲལ་གཏོགས་ཀྱི་ཆད་གཞི་དང་ཐབས་ཅིག་ དུས་ཚད་
དང་གནས་གཞི་བདེ་སྤྱོད་ འགན་འཁུར་ འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ཚུ་གྲལ་གཏོགས་འབད་ནི་དང་འབྲེལ་བའི་བཟང་འཕྲིན་དང་ ཉེན་ཁ་ཚུ་
ངོས་འཛིན་འབད་དགོ།

མཐའ་འཁོར་ཉོགས་མེད་གནད་བའི་ལྷ་ཡིག་དང་ཆ་འཛོགས།

ཕྱི་བསེལ་གྱི་བྱ་རིམ་ནང་གོས་འདེབས་འབད་མི་ཚུ་མཚུག་བསྐྱབ་པའི་ལུ་ལས་དང་ ཉོགས་མེད་གནད་བ་དང་རང་མོས་དང་སྒྲོག་
ལས་བཟང་ལན་འབད་བའི་གནད་བ་ག་ར་ལེན་ཞིན་མ་ལས་ ལག་ལེན་ལས་སྟེ་གིས་ འབྲེལ་ཡོད་སྟེ་ཆད་གྱི་དོན་ལུ་འགོ་ཐོག་མཐའ་
འཁོར་བརྟན་ཞིབ་ཀྱི་འབྲི་ཤོག་བཀའ་ཞིན་མ་ལས་ མཐའ་འཁོར་ཉོགས་མེད་གནད་བའི་དོན་ལུ་བྱ་རིམ་འཐབ་དགོ། བསྐྱར་ཞིབ་
འབད་ཞིན་མ་ལས་ རྒྱལ་ཡོངས་མཐའ་འཁོར་ལྷན་ཚོགས་ ཡང་ན་ ཆད་ལྷན་དབང་འཛིན་གྱིས་ འགན་ཚིག་དང་ ཆ་རྒྱུ་ཚུ་
བཀོད་དེ་མཐའ་འཁོར་ཉོགས་མེད་གནད་བ་སྤྱོད་ནི་དང་ ཡང་ན་ མཐའ་འཁོར་ཉོགས་མེད་གནད་བ་མ་སྤྱོད་པའི་ཉེ་མ་ལཱ་ཐབས་
འབད་དགོ་པའི་གོ་སྟེ་འདེབས་བཀོད་འོང། མཐའ་འཁོར་ཉོགས་མེད་གནད་བ་ནང་བཀོད་པའི་ འགན་ཚིག་དང་ཆ་རྒྱུ་ཚུ་ མཐའ་
འཁོར་དང་མི་སྒྲིབ་ཉེན་སྲུང་གི་ཐབས་ལམ་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

འགན་འཁུར།

རྒྱལ་ཡོངས་མཐའ་འཁོར་ལྷན་ཚོགས་ཡིག་ཆང་འདི་ རང་བཞིན་མཐའ་འཁོར་སྲུང་སྐྱོབ་དང་ ཉམས་སྲུང་ ཡར་དྲག་དང་འབྲེལ་བ་
ཡོད་པའི་གནད་དོན་ག་ར་གི་དོན་ལུ་ གོས་ཆེད་བཟོ་མི་དང་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་འདུས་ཚོགས་མཐོ་ཤོས་ཅིག་ཡིན། གཞུང་གི་འབྲེལ་
ཡོད་ལྷན་ཁག་ཚུ་ རང་སྲིད་འགན་དབང་དང་བསྐྱབ་པའི་མི་སྒྲིབ་གནད་དོན་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ མཐའ་དབྱེད་ཀྱི་དབང་འཛིན་ཡིན། རྒྱལ་
ཡོངས་མཐའ་འཁོར་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་ལས་དོན་ཚུ་འདི་དོན་ལུ་མཐའ་འཁོར་ཉོགས་མེད་གནད་བ་སྤྱོད་ནི་གི་དབང་
ཆ་དང་ རྒྱུ་ལམ་མཐའ་འཁོར་ཚོགས་ཚུ་ལུ་སྤྱོད་དེ་ཡོད། ཡིན་རུང་ ཆད་ལྷན་དབང་འཛིན་ ཡང་ན་ མཐའ་འཁོར་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་
ཉོགས་མེད་གནད་བ་མ་སྤྱོད་པའི་ཉེ་མ་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྟེ་གཞན་ ཡང་ན་ མི་སྟེ་ཚུ་ལས་ཉོགས་མེད་གནད་བ་ལེན་ཞིན་མ་ལས་
མཐའ་འཁོར་ཉོགས་མེད་གནད་བའི་ལྷ་ཡིག་དང་གཅིག་ཁར་སྤྱོད་ཀྱི་ཐུགས་དགོ། འབྲེལ་ཡོད་ཁེ་གྱིང་འཆར་མི་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་
མཉམ་འབྲེལ་འཐབ་སྟེ་ དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་ཉོགས་མེད་གནད་བ་ལེན་ནི་གི་འགན་འཁུར་ ལག་ལེན་ལས་སྟེ་ལུ་ཐོག། ཉོགས་མེད་
གནད་བ་གི་བྱ་རིམ་ལས་ལྷག་པའི་ཉེན་སྲུང་གི་ཐབས་ལམ་གཞན་ཚུ་བཏོན་ཡོད་པ་ཅེས་བརྟན་བཟོ་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཐོ་ཆེད་ཀྱི་ཉེན་སྲུང་
འགན་འཁུར་གྱི་ཐོ་བཟོ་སྟེ་ འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་ནང་བཙུགས་ཏེ་ཡོད།

འཁྲི་བསྐྱབ་ཀྱི་ལྷ་རྟོག།

འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བོད་ལག་ལེན་དང་ ལས་འགུལ་གྱི་མཐའ་འཁོར་ཉེན་སྲུང་ལས་དོན་གྱི་དོན་ལུ་ སྤྱིར་བཏང་གི་འགན་འཁུར་འདི་
སོ་ནམ་དང་ནགས་ཚལ་ལྷན་ཁག་ལོག་གི་ འབྲུག་གི་འཛོལ་ཉེན་མཉམ་འབྲེལ་སྡེ་མཉམ་ལུ་ཕྱག་ཉི་ཨིན་མ་བཞིན་དུ་ འདི་གིས་ མཐའ་
དཔུང་གི་འབྲུག་གི་འཛོལ་ཉེན་གཙུག་སྡེའི་བདེ་སྤྱི་གཉེན་ལྟར་དུ་ འབྲུག་གི་འཛོལ་ཉེན་ལས་བྱེད་ཚོགས་རྒྱུ་ལྷན་ལུ་འབད་ནི་དང་ འབྲུག་
གི་འཛོལ་ཉེན་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་གཙོ་ཅན་ལུ་བརྟེན་ལན་འབད་འོང་།

འབྲུག་གི་འཛོལ་ཉེན་མཉམ་འབྲེལ་སྡེ་མཉམ་ནང་ཡོད་པའི་ མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེའི་ཉེན་སྲུང་མཁས་མཆོག་གིས་ སྤྱང་སྐྱབ་ས་ཁོངས་
དང་ སྤྱི་ལུ་མངའ་ཁོངས་ལུ་བྱུང་ཅིག་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱིན་དགོས་དང་ བྱི་བསེལ་(འོས་ཚད་)དང་ འགོ་ཐོག་བརྟག་ཞིབ་ཀྱི་ཐོག་
ལས་མཐའ་འཁོར་བརྟག་ཞིབ་བཟོ་ནི་དང་ དགོས་མཁོ་འཐོན་པའི་སྐབས་ལུ་དམིགས་བསལ་གྱི་ས་གནས་ལས་དོན་ཚུའི་དོན་ལུ་
འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་བཟོ་ནི་གི་དོན་ལུ་ སྤྱང་སྐྱབ་ས་ཁོངས་དང་ སྤྱི་ལུ་མངའ་ཁོངས་ལུ་དང་གཅིག་ཁར་མཉམ་འབྲེལ་འབབ་
དགོ།

སོ་ནམ་དང་ནགས་ཚལ་ལྷན་ཁག་གི་ མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེའི་ཉེན་སྲུང་གི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་མཉམ་འབྲེལ་པ་གིས་The སྤྱང་
སྐྱབ་ས་ཁོངས་དང་ སྤྱི་ལུ་མངའ་ཁོངས་ལུ་ ས་གནས་དམིགས་བསལ་གྱི་ལས་དོན་ཚུའི་མཐའ་འཁོར་དབྱེ་ཞིབ་དང་ འཛིན་
སྐྱོང་འཆར་གཞི་བཟོ་ནི་ འཁྲི་བསྐྱོར་གྱི་ལྷ་རྟོག་འབད་ནི་ འབྲུག་གི་འཛོལ་ཉེན་བོད་ཚོགས་དང་ ཚད་ལྡན་དབང་འཛིན་ མཐའ་
འཁོར་ལྷན་ཚོགས་ལུ་སྤྱིར་བཏང་ཉེན་སྲུང་སྐྱོར་ལས་སྣན་ལུ་འབད་ནི་ཚུ་ནང་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ འབྲུག་གི་འཛོལ་ཉེན་མཐའ་
འཁོར་དང་མི་སྡེ་མཁས་མཆོག་དང་གཅིག་ཁར་མཉམ་འབྲེལ་འབབ་དགོ།

དཀའ་སྤྱད་སེལ་ནིའི་ཐབས་ལམ་ཐོག་ལས་ སྣན་ལུ་འབད་མི་དཀའ་སྤྱད་ཚུ་ རྩིས་དཔུང་འབད་དེ་ དེ་ཚུ་སེལ་ནི་གི་དོན་ལུ་འབད་
བའི་ཡར་འཕེལ་ཚུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ ལྷ་རྟོག་འབད་དགོ། དཀའ་སྤྱད་གི་ཐོ་ཡིག་ཚུ་ཡང་ མ་འོངས་པ་ལུ་དཀའ་སྤྱད་
གཅིག་མཚུངས་མར་ཕབ་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ སྤྱི་བྱས་བཟོ་ནི་དང་ཡང་ན་ བྱ་ཅིམ་འཁྱུར་བཅོས་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ དབྱེ་དཔུང་
འབད་དེ་ བརྟག་ཞིབ་འབད་དགོ། དཀའ་སྤྱད་ཅེ་ཅེ་བཞིན་དུ་དང་ དེ་གི་སེལ་ཐབས་བསྐྱོགས་མི་ཚུའི་ཐོ་ཡིག་རྒྱུ་སྐྱོང་འབབ་
དགོས་དང་ འབྲུག་གི་འཛོལ་ཉེན་གྱི་དུས་ཅིམ་སྣན་ལུ་ནང་ དཀའ་སྤྱད་བོད་མི་དང་ དཀའ་སྤྱད་སེལ་མི་ཚུའི་སྐྱོར་ལས་དོན་ཚན་
ཅིག་བཙུགས་དགོ།

ས་གནས་ཀྱི་ལས་དོན་གནས་ཅིམ་ནང་ལྷ་རྟོག་: མཐའ་འཁོར་ཉེགས་མེད་གནང་བ་ནང་བོད་དེ་ཡོད་པའི་འགན་ཆེག་དང་ཆ་རྒྱུ་ཚུ་
ལུ་གནས་ཏེ་ཡོད་མེད་ཞིབ་དཔུང་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་/འགོ་ཐོག་བརྟག་ཞིབ་བཟོ་དགོས་འཐོན་མི་ ས་གནས་
ཀྱི་ལས་དོན་ཚུའི་ལག་ལེན་གྱི་དོན་ལུ་ སྤྱང་སྐྱབ་ས་ཁོངས་དང་ སྤྱི་ལུ་མངའ་ཁོངས་འཛིན་སྐྱོང་གིས་ རང་འགུལ་ཚད་འཛིན་ལྷ་
རྟོག་དང་ལེན་འབད་དགོ། རང་འགུལ་ཚད་འཛིན་ལྷ་རྟོག་སྣན་ལུ་ཚུ་ཡང་སྤྱང་སྐྱབ་ས་ཁོངས་དང་ སྤྱི་ལུ་མངའ་ཁོངས་ འཛིན་སྐྱོང་
གིས་ལྷ་རྟོག་ཅེ་ཅེ་བཞིན་དུ་བཟོ་དགོས་དང་ འབྲུག་གི་འཛོལ་ཉེན་འཛིན་སྐྱོང་དང་ རྩིས་ལག་མཐའ་འཁོར་ཚོགས་རྒྱུ་ ཡང་ན་ རྒྱལ་
ཡོངས་མཐའ་འཁོར་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་དུས་མིན་ཞིབ་དཔུང་གྱི་དོན་ལུ་གྲ་སྒྲིག་འབད་བཞག་དགོ། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཉེན་སྲུང་སྤྱི་གཉེན་གཞི་
ཚུ་དང་འཁྲི་བསྐྱོར་གྱི་ལྷ་རྟོག་འདི་ ཚད་ལྡན་དབང་འཛིན་ ཡང་ན་ མཐའ་འཁོར་ལྷན་ཚོགས་ཡིག་ཚང་གིས་འབད་དགོ།

འཁྲི་བསྟན་གྱི་ལྟ་རྟོག་ལུ་ཕན་འདེབས་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ སྤངས་སྤྱོད་པ་ཁོངས་དང་ སྤྱི་ལུན་མངའ་ཁོངས་གིས་ ལོ་བསྟར་འཁྲི་བསྟན་གྱི་སྟན་ལུ་ཅིག་ འགན་ཚིག་ནང་བཀོད་མི་ལྟར་དུ་ འབྲུག་གི་འཚོ་རྟེན་སྤེལ་ལུ་སྤྱོད་དགོཔ་དང་ དེ་གིས་ ཚད་ལུན་དབང་འཛིན་ ཡངན་ མཐའ་འཁོར་ལྷན་ཡིག་ཚང་གཉིས་ལས་ མཐའ་འཁོར་ཉོགས་མེད་གནང་བ་སྤྱོད་མི་ག་ཡིན་མི་དེ་ལུ་སྤྱོད་དགོ། (དེ་ལས་སྟན་ལུ་འདི་རང་ འབྲུག་གི་འཚོ་རྟེན་གྱི་ཁོ་གྱོང་འཆང་མི་གཞན་ཚུ་ལུ་བདེ་ལན་འབད་ནི་དོན་ལུ་ཡང་སྤྱོད་བཏུག་)འཁྲི་བསྟན་གྱི་སྟན་ལུ་འདི་ནང་ མཐའ་འཁོར་ཉོགས་མེད་གནང་བ་སྤྱོད་དེ་ཡོད་པའི་ལས་འགུལ་གྱི་ལས་དོན་གྲངས་ཁ་དང་མིང་ མཐའ་འཁོར་ཉོགས་མེད་གནང་བ་ནང་བཀོད་པའི་འགན་ཚིག་དང་ཆ་རྒྱུན་ འགན་ཚིག་དང་ཆ་རྒྱུན་འདི་ཚུའི་ལག་ལེན་གྱི་གནས་ཤིང་ཚུ་ཚུད་དགོ།

ཚད་ལུན་དབང་འཛིན་ ཡངན་ མཐའ་འཁོར་ལྷན་ཚོགས་ཡིག་ཚང་གིས་ མཐའ་འཁོར་ཉོགས་མེད་གནང་བ་ནང་བཀོད་པའི་ཆ་རྒྱུན་ཚུ་དང་འཁྲིལ་མ་འཁྲིལ་ལྟ་ནི་དང་ ལག་ལེན་འདི་ ཆ་གནས་ཐོག་ཡོད་པའི་མཐའ་འཁོར་གྱི་སྤྱིགས་གཞི་དང་ མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྤྱིའི་ཉེན་སྲུང་ནང་བཅུགས་ཏེ་ཡོད་པའི་དགོངས་དོན་ཚུ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ཡོད་མེད་ལྟ་རྟོག་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ ལས་འགུལ་ས་གནས་ཚུ་ནང་ ཅུས་མིན་གྱི་འཁྲི་བསྟན་ལྟ་རྟོག་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཆོག། དེ་བཟུམ་མའི་ལྟ་རྟོག་གི་སྐབས་ལུ་ཚད་ལུན་དབང་འཛིན་གྱིས་ འོས་འཚམས་དང་བསྟན་ཏེ་ གོས་འདེབས་སྤྱོད་ནི་དང་ ཡངན་ ཉམས་ཆད་ཚུ་བཀལ་འོང།

དཀའ་སྤྱད་སེལ་ནིའི་ཐབས་ལམ་དང་ འབྲུག་གི་འཚོ་རྟེན་གྱི་བྱ་རིམ།

འབྲུག་གི་འཚོ་རྟེན་འདི་ དབྱེ་རིམ་ “ཁ་པ་”འི་ལས་འགུལ་སྤྱི་དབྱེ་བཀོད་འབད་དེ་ཡོད་རུང་ མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྤྱིའི་ལུ་གཞི་དང་ གང་ཉུང་དང་ མང་ཤོས་ཁོ་ཕན་འབྲུང་ནི་གི་འོས་འབབ་ཡོད་པའི་ལས་དོན་ཡིན་མ་ལས་ ཅུས་ལུན་རིང་མོ་གི་བར་ན་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་མངའ་ཁོངས་ཕྱེད་ཀ་དེ་ཅིག་ལུ་བྱལ་ནི་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་ འབྲུག་གི་འཚོ་རྟེན་གྱི་ལས་དོན་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ལས་བཞེན་ཏེ་བྱུང་མི་དཀའ་སྤྱད་ཚུ་སེལ་ནི་གི་དོན་ལུ་འོས་འཚམས་ཅན་དང་ ཐོབ་སྤྱོད་འབད་ཚུགས་པའི་གཙུག་སྤྱིའི་བདེ་སྤྱིག་དགོཔ་ཡོད། འཛིན་སྤྱོད་གཞི་བཀོད་འདི་ནང་ སྤྱི་གོང་ལས་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་དཀའ་སྤྱད་སེལ་ཐབས་འདི་ཡང་ དང་བདེན་དང་ དམིགས་ལུ་ཅན་ རང་དབང་ཅན་ འཇམ་ཏྲེང་ཏྲེ་ ཐོབ་སྤྱོད་འབད་ཚུགས་པ་ དང་ལེན་ཅན་ འཛིན་ཚད་ཅན་ཚུའི་གཞི་རྩ་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་གོས་འཆར་བཀོད་བཀོད་པ་ཡིན་མ་དང་ འདི་ནང་འོག་གི་ལེའུ་ པ་ནང་ཁ་གསལ་སྟེ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་ སྤྱིག་ཡངས་དང་ སྤྱིག་མཐུན་གྱི་བྱ་རིམ་གྱི་ཐོག་ལུ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྤྱིག་ཡངས་གྱི་བྱ་རིམ་འདི་གིས་ རྩོད་ཉོགས་འཐོན་མི་རྩ་ཕན་དང་ཡངན་ མི་སྤྱིའི་སྤངས་འབྲུན་གྱི་ལས་ལུགས་ལྟར་དུ་གཞི་བཅུགས་འབད་མི་གྲུར་གཞི་བཞག་སྟེ་ མི་ངོ་གཞན་གྲལ་གཏོགས་འབད་བཅུག་སྟེ་ ཁ་འཚམས་མི་ལུ་བརྩི་འཛིག་འབད་མ་ཡིན།

སྤྱིག་མཐུན་གྱི་བྱ་རིམ་ནང་གཤམ་གསལ་ཚུད་མི་འདི་ཡང་

- (༡) འབྲེལ་ཡོད་ས་གནས་ཀྱི་ཚོགས་པ་ རྟེན་འོག་བདག་སྤྱོད་ སྤྱིང་ག་/ནགས་ཆལ་སྤྱིང་འཛིན་ཡིག་ཚང་གིས་ དཀའ་སྤྱད་གི་ཉོགས་ཐོབ་སྟེ་ ཐོ་བཀོད་འབད་ནི།
- (༢) དཀའ་སྤྱད་ཚུ་དབྱེ་བ་བྱེས་ཏེ་བྱ་རིམ་འཐབ་ནི།
- (༣) འབྱོར་འཛིན་དང་ རྩིས་དབྱད་འབད་ནི།

(ལ) བདེན་དཔྱད་དང་ ཞིབ་དཔྱད་ གདོང་ལེན།

སྒྲིགས་གྲུབ་གོང་འཕེལ།

སྤྱད་སྒྲིབ་ས་ཁོངས་དང་ སྤྱི་ལུན་མངའ་ཁོངས་འཛིན་སྐྱོང་པ་ཚུ་གིས་འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་གི་ལས་རིགས་དང་
རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་འདི་དོན་ལུ་དང་ ས་གནས་ཀྱི་མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་ འབྲུག་གི་འཛོལ་རྟེན་མཉམ་འབྲེལ་སྡེ་ལུན་
ནང་ ལས་འགུལ་གྱི་རྟོང་ས་ལས་ གཏན་འཇགས་ཀྱི་མཐའ་འཁོར་ དང་མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་མཁས་མཆོག་ཅིག་བསྐྱོད་བཞག་འབད་དགོ་
པའི་གྲོས་འདེབས་འབད་ལྷ་ཨིན། སོ་ནམ་དང་ནགས་ཚལ་ལྷན་ཁག་གིས་ འབྲུག་གི་འཛོལ་རྟེན་མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་མཁས་མཆོག་
གི་མཉམ་འབྲེལ་པ་སྡེ་ རྒྱལ་ཡོངས་མི་སྡེ་དང་མཐའ་འཁོར་ཉེན་སྲུང་འགོ་དཔོན་ཅིག་བསྐྱོད་བཞག་ / རོས་འཛིན་འབད་དགོ། གོ་བཟུ་
སྤྱོད་ཡོད་པའི་གནད་བཟོ་བ་ནི་གི་དོན་ལུ་ མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་མཐའ་འཁོར་སྤྱོད་ནི་དེ་ ལས་དོན་ཚུ་ལག་ལེན་མ་འཐབ་པའི་རྟེན་ལས་
(སྤྱོད་གོ་གནད་བཟོ་བ་)ས་གནས་ཀྱི་མཐའ་འཁོར་དང་ མི་སྡེ་ལུ་ཕན་གཤོད་ཀྱི་སྐྱོར་ལས་ལེགས་ཤོམ་སྡེ་རྟེན་གོ་མི་ལུ་གཞི་བཞག་དགོ།
སྤྱོད་ལས་གོ་བཟུ་སྤྱོད་པའི་གནད་བཟོ་བ་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཐོབ་དབང་འཆར་མི་ཚུ་འོང་ཚབ་ཚུ་ སྤྱོད་གོ་གོ་བཟུ་སྤྱོད་པའི་གནད་
བཟོ་བ་ནི་གི་སྐྱོར་ལས་ ཤེས་ཡོན་དང་སྤྱོད་བཟུ་ལེགས་ཤོམ་སྡེ་བྱིན་དགོ། ཐོབ་དབང་འཆར་མི་ཚུ་འོང་ཚབ་ཚུ་ མང་ཤོས་རང་ ས་
གནས་ཀྱི་གནས་རིམ་ནང་ མི་སྡེ་ནགས་ཚལ་ ཡང་ན་ ཤིང་ཆ་མེན་པའི་ནགས་ཚལ་ཐོ་ བྱིན་སྡེ་ཆཅན་གྱི་ཁྲི་འཛིན་དང་ ཆོགས་པ་
ཆུ་ཚུ་ཨིན།

མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་གསལ་སྟོན།

མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་བཟོ་བའི་སྐབས་ལུ།

འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་འདི་བཟོ་ནི་གི་དོན་ལུ་ སྤྱད་སྒྲིབ་ས་ཁོངས་དང་ སྤྱི་ལུན་མངའ་ཁོངས་ཚུ་འཛིན་སྐྱོང་དང་གཅིག་ཁར་གྲོས་
བསྟུན་འབད་ཡོད་པ་དང་ དེ་གི་སྐབས་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་མི་སྡེ་ཚུ་འོང་ཚབ་སྤྱད་དང་ རེ་འདོད་ཚུ་བསྐྱོད་སྐྱུག་འབད་ཡི། (ཟུར་སྐྱུགས་ལ་
པ་ ས་གནས་ཀྱི་གྲོས་བསྟུན་སྐྱོར་ལས་འབྲེལ་བཟུ་ཐོ་བཟུ་དོན་ནང་ལྟ་)འདི་གི་བྱལ་ལས་འབྲུག་སྤྱི་ལུན་གནས་སྤྱོད་ཆོགས་པ་དང་
འབྲུག་གཙང་སྤྱོད་ སྤྱི་ལུན་གཞི་ཆོགས་ བཟུ་ཐོ་གོང་འཕེལ་མ་དངུལ་ རྒྱལ་གཞུང་རང་བཞིན་སྤྱད་སྐྱོབ་ཆོགས་པ་ཚུ་ཡོད་པའི་
འབྲེལ་ཡོད་མི་སྡེ་ལས་ཆོགས་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་གྲོས་བསྟུན་འབད་ཡི། ཁོང་གི་འཆར་སྤྱད་དང་རེ་འདོད་ཚུ་ཡང་ འཛིན་སྐྱོང་གཞི་
བཀོད་ནང་མཉམ་འབྲེལ་འབད་དེ་ཡོད།

དེ་བཟུམ་སྡེ་ སྤན་ལུ་འདི་ཚུ་གིས་འབད་མི་གི་རྟོང་ས་ལས་ཡང་ འབྲུག་གི་འཛོལ་རྟེན་གྱི་མཉམ་འབྲེལ་དང་ སྤྱོད་བྱས་དང་འཆར་
གཞི་སྡེ་ཆཅན་ སོ་ནམ་དང་ནགས་ཚལ་ལྷན་ཁག་ རང་བཞིན་སྤྱད་སྐྱོབ་སྡེ་ཆཅན་ ནགས་ཚལ་དང་སྤྱོད་གཞི་ཞབས་ཏྲུག་ལས་ཁུངས་
སྤྱད་སྒྲིབ་ས་ཁོངས་, དང་ སྤྱི་ལུན་མངའ་ཁོངས་, དང་བཅས་པའི་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་ འབྲེལ་ཡོད་ ད་འགོ་དཔོན་ཚུ་དང་
གཅིག་ཁར་གྲོས་བསྟུན་འབད་ཡི། སྤྱད་སྒྲིབ་ས་ཁོངས་དང་ སྤྱི་ལུན་མངའ་ཁོངས་འདི་ཚུ་ནང་ ཆེད་འོག་གི་གནས་རིམ་ཐོག་ལུ་
གྲོས་བསྟུན་གྱི་གོ་བསྐྱེད་ཞལ་འཛིན་ཚུ་ཡང་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཅི།

འབྲུག་གི་འཛོལ་རྟེན་ལག་ལེན་ནང་འཛུལ་ཞུགས།

ཁེ་སྤྱོད་འཆར་མི་དང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་ འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་ ལས་འགུལ་གྱི་ལས་དོན་ཚུ་བཟོ་
 བྱི་དང་ ལག་ལེན་ནང་མཐའ་འཁོར་དང་ མི་སྡེའི་དགོས་མཁོ་ཚུ་ནང་འདེབས་འབད་དགོ་པའི་སྐོར་ལས་ གོ་བཟུང་སྤྱོད་དགོ། རབ་ཏུ་
 འབྱུང་པ་ཅིན་འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་སྟན་འཉེ་ཡོངས་རྫོགས་དང་ དེ་མེན་རུང་བཟུང་དོན་གསལ་ བཤད་འདི་ རྫོང་ཁ་ནང་སྤྱད་སྐྱར་
 འབད་ནིན་མ་ལས་ སོ་ནམ་དང་ནགས་ཚལ་ལྷན་ཁག་དང་ ནགས་ཚལ་དང་གླིང་ག་ཞབས་ཏྲག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་
 སྤྱོད་དང་ དེ་བཟུམ་སྡེ་ ཡུ་ཨེས་གི་འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་མ་དངུལ་ཡིག་ཚང་དང་ འབྲུག་གི་འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་མ་དངུལ་ཡིག་ཚང་
 གི་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྤྱོད་ནང་ལས་ཐོབ་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་ཨིན། དེ་མ་ཚད་ བཟུང་དོན་ཁ་སྤོང་དང་ཤེས་ཡོན་ཁུབ་སྤེལ་གྱི་དོན་ལུ་དང་
 སྤྱད་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་དང་ སྤྱོད་སྤེལ་མངའ་ཁོངས་ཚུ་འོག་འོག་ལུ་ ནང་གི་འབྲེལ་ཡོད་མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་གོ་དོན་སྤེལ་ཐབས་ལུ་ སྤྱད་སྐྱོབ་
 ས་ཁོངས་དང་ སྤྱོད་སྤེལ་མངའ་ཁོངས་ཡིག་ཚུ་ལུ་ འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་ དེ་ཡོངས་རྫོགས་དཔར་བསྐྱར་འབད་བའི་འདྲ་ཚུ་ཡང་བཀྲམ་
 སྤེལ་འབད་ནི་ཨིན། སྤྱད་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་དང་ སྤྱོད་སྤེལ་མངའ་ཁོངས་འཛིན་སྐྱོང་གིས་ རང་སོའི་ཁུབ་དབང་ནང་འཁོད་ ཡང་ན་
 ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ གོ་དོན་ཁུབ་སྤེལ་གྱི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི་གི་འགན་འཁུར་འབག་འོང།

འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་ལག་ལེན་གྱི་སྐབས་ལུ།

ལས་དོན་དམིགས་བསལ་ཅན་གྱི་བཀག་ཐབས་འཆར་གཞི་ཚུ་ ལས་འགུལ་གོ་རྟོགས་མཐའ་དབྱེད་མ་བཟོ་བའི་སྤྱོད་ཀོང་ལས་ སན་
 གཞོད་ཅན་གྱི་མི་སྡེ་དང་ མི་སྡེ་ལས་ཚོགས་ཚུ་བརྩིས་ཏེ་ འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ག་ར་ལུ་གསལ་སྟོན་འབད་དགོ། འཆར་གཞི་ཚུ་གསལ་
 སྟོན་མ་འབད་བའི་རྟེ་མ་ འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་གྱི་ ཚད་ལྡན་དབང་འཛིན་དང་གཅིག་ཁར་གྲོས་བསྟར་གྱི་ཐོག་ལས་ འབྲུག་གི་འཛོ་
 རྟེན་མཉམ་འབྲེལ་སྡེ་མཉམ་གྱིས་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ ཆ་འཛིག་འབད་དགོ། འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་མཉམ་འབྲེལ་སྡེ་མཉམ་གྱིས་ མཐའ་
 དབྱེད་ཀྱི་འཆར་གཞི་ཚུ་དང་ལག་ལེན་མ་འཐབ་པའི་རྟེ་མ་དང་ ཐོ་མོ་མཉམ་བསྐྱེད་ལས་འགུལ་ལག་ལེན་སྐབས་ལུ་བཟོ་
 བའི་གཞོད་ལེན་འཆར་གཞི་ཚུ་ འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་ཕན་ཚུ་ལུ་གསལ་སྟོན་འབད་དགོ། གསལ་སྟོན་འདི་ཡང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མི་སྡེ་
 གིས་ ཁོང་གིས་གནང་བ་བྱིན་ནི་གི་དོན་ལུ་ རྒྱ་མཚན་ཅན་དང་ ཉ་གོ་ཚུགས་པའི་སྤྱོད་ལམ་ཐོག་ལུ་འབད་དགོ། འདི་གི་དོན་ལུ་
 བཀག་ཐབས་འཆར་གཞི་གི་བཟུང་དོན་གསལ་བཤད་ - མཐའ་འཁོར་ཉྱགས་མེད་གནང་བ་གཅིག་ཁར་འོང་མི་ འཛིན་སྐྱོང་འཆར་
 གཞི་ཨིན་རུང་ འགན་ཆེག་དང་ཆ་རྒྱུན་ཨིན་རུང་ སོ་ནམ་དང་ནགས་ཚལ་ལྷན་ཁག་དང་ འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་མ་དངུལ་གྱི་ཡོངས་
 འབྲེལ་འཆར་སྤྱོད་ནང་གསལ་སྟོན་འབད་དགོ།

མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་ལག་ལེན་གྱི་ཟད་ཅིས།

འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་ འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་ལག་ལེན་གྱི་ཟད་ཅིས་ཁ་གསལ་ འོག་གི་དོན་ཚན་ ༤.༧ པ་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད། ཟད་
 ཅིས་དངུལ་བསྐྱེམས་ཡུ་ཨེས་རྩི་ལར་ ༥༧, ༥༤༠.༠༠ གནས་ནི་དང་ ཟད་ཅིས་ཀྱི་ཆ་ཤས་གཙོ་བོ་བཞི་ཡང་;

- མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་ཉེན་སྲུང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཟད་ཅིས་དངུལ་བསྐྱེམས་ཡུ་ཨེས་རྩི་ལར་ ༣༠༥,༠༠༠.༠༠ དང་།
- སྤྱོད་བཟར་དང་ གོ་མས་འདྲིས་ གོ་དོན་སྤེལ་ནིའི་ལས་རིམ་དང་ བཟུང་དོན་ཁུབ་སྤེལ་གྱི་ཟད་ཅིས་ཡུ་ཨེས་རྩི་ལར་
 ༤༦༧,༠༤༠.༠༠།

- སྤྱང་སྦྱོབ་ས་ཁོངས་དང་ སྦྱི་ལྷན་མངའ་ཁོངས་ཀྱི་དོན་ལུ་ མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་འཁམས་མཆོག་དང་ རྒྱལ་ཡོངས་ མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་འགོ་དཔོན་ རང་དབང་གི་རྒྱལ་ཡོངས་ཉེན་སྲུང་གོས་སྟོན་པ་ཚུའི་འགོ་འགྲུལ་གྱི་དོན་ལུ་བད་ཅིས་ ཡུ་ཨེས་རྩོལ་ར་༥༠,༥༠༠.༠༠
- མི་སྡེ་དཔལ་འབྱོར་གཞི་རྟེན་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་བད་ཅིས་ (ལས་འགྲུལ་ལག་ལེན་གྱི་འགོ་ཐོག་ལྷ་རོལ་ འི་ནང་འཁོད་ལུ་) ཡུ་ ཨེས་རྩོལ་ར་༡༩,༠༠༠.༠༠

དེ་སྤྱིད།

༣ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་སྤྲོད་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༤ལོ་སྤྲོད་ཐུང་འཁྲིལ་མ་དང་ འབྲུག་གི་སྤྱི་ཚུལ་གྱི་ས་ཁོངས་དེ་ རྒྱལ་
ཁབ་ཀྱི་ས་ཆ་བརྒྱ་ཆ་༥༠%ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཚུ་ཡང་ གླིང་དགའ་ ? དང་ ཁྱེད་ཀྱི་དྲུག་གི་བར་ལམ་གླིང་དགའ་འདི་ཚུ་འབྲེལ་
མཐུད་འབད་བའི་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན། གླིང་དགའ་དང་ བར་ལམ་འདི་ཚུ་གིས་ རི་དྲུག་སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་ ཉེན་སྲུང་དང་ལཱ་ནམ་
འབད་ གླིང་དགའ་དེ་ཚུ་འི་ནང་ འགོ་འགྲུལ་འཐབ་སྟེ་ གླིང་ཉམས་ལཱ་འོག་ཏེ་འབད་ སྟོན་ས་བྱིན་མ་མ་ཚད་ ཤིང་སྤྲོད་ཚུ་ཡང་
གནོད་ཉེན་མེད་པར་ ལོ་འདབ་རྒྱས་སའི་ས་ཁོངས་ཅིག་ཡིན།

སྒྲིང་དགའ་དང་ བར་ལམ་གྱི་ས་ཁོངས་འདི་ཚུ་ནང་ འབྲུག་གི་མི་སྡེ་དཔལ་འབྱོར་དང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཡར་རྒྱས་ལུ་
ག་ཅི་དེ་ཁག་ཆེ་བའི་སྐྱེ་ལུན་གནས་སྤངས་ཀྱི་རིམ་ལུགས་སྐྱེ་ལུན་རིགས་སྣ་དང་ ། རིགས་མཚན་ ། རྒྱ་ཆེ་བླ་འབད་ཡོད་པ་ཨིན།
འབྲུག་གི་སྤྱང་སྐྱོབ་ཀྱི་ས་ཁོངས་འདི་ཚུ་གིས་ རོག་ཆགས་སྐྱེ་ལུན་རིགས་སྣ་འདི་ཚུ་ལུ་ གནམ་གཤིས་བརྒྱུར་བ་ལུ་བརྟེན་པའི་བྱོང་
ཚད་ཡར་འཕར་དང་ གཞན་གཞོད་པ་ཚུ་ གདོང་ལེན་འབད་ཐབས་བཏོན་ཏེ་ རྒྱལ་ཁབ་དང་ གནམ་གཤིས་བརྒྱུར་བ་ཐུབ་ནི་ལུ་
མེད་ཐབས་མེད་པ་ཨིན། འབྲུག་གི་སྤྱང་སྐྱོབ་ཀྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་འི་དམིགས་བསལ་གྱི་བྱད་ཆོས་ཅིག་ ས་ཁོངས་འདི་ཚུ་ནང་ལུ་ ཁོང་
གསེབ་ཀྱི་མི་རྒྱོབས་ལེ་ཤ་གཞི་ཆགས་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ཨིན།

འབྲུག་གི་སྤྱང་སྤྱོད་ཀྱི་ས་ཁོངས་ལ་ཤ་ཅིག་ ད་ལྟོ་ལེགས་ཤོམ་འབད་གནས་ཡོད་རུང་ ༼ལེ་ཤ་ཅིག་ནང་ ? ༽ རང་བཞིན་འཛོན་བསྐྱེད་དང་ མི་སྡེ་འཛོན་བ་འདི་ལུ་ ས་ཁོངས་ཁྲིམས་འགལ་གྱི་ཐོག་ལས་ ཤིང་བཏོགས་མི་ བློ་ལ་སྤྱོད་དང་ སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་དང་ ཁྲིམས་འགལ་གྱི་ཐོག་ལས་ ཤ་བདའ་ནི་ལ་སོགས་པའི་དཔལ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་དཀའ་ངལ་དང་ གནས་གཤིས་དང་ ཆར་རྒྱུ་འབྱོར་བ་ རྒྱུ་ལ་སྤྱོད་དང་ ཁྲིམས་ལྟུ་ནི་དང་ དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ས་རུང་དང་ རྒྱ་རུང་གི་ཉེན་ཁ་མང་སྲུ་འཛོན་དོ་ཡོད་པ་ལས་ དཀའ་ངལ་བྱུང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

འདི་བརྒྱུ་མའི་དཀའ་ངལ་བྱུང་དེ་ཡོད་རུང་། འཛིན་སྐྱོང་ལེགས་ཤོམ་འཐབ་སྟེ་ སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་འདི་ཚུ་ནང་ གནམ་གཤིས་
བསྐྱར་བ་གི་གནས་སྤངས་ཚུ་ བརྟག་ཞིབ་འབད་དེ་ སྤྱི་ལུ་གནས་སྤངས་ཅིམ་ལུགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐབས་ལམ་ཚུ་བཏོན་ཐོག་
ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཡུན་བརྟན་གོང་འཕེལ་དང་ གནམ་གཤིས་བསྐྱར་བ་དང་འབྲེལ་བའི་གྲུབ་འབྲས་ཚུ་ སྤྱི་ཚད་དང་ལྡན་མ་འབད་
བཏོན་ནི་གི་མ་དངུལ་ལང་མ་མེད་པ་ཨིན། དཀའ་ངལ་དེ་ཡང་ སྤྱི་ལོ་༢༠༡༤ལྷི་སྤྱང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཀྱི་གནས་སྤངས་བསྐྱར་ཞིབ་སྟེན་
ཞུའི་ནང་ལུ་ གསལ་ཞུ་བྱུང་ཡོད་པ་ཨིན།

༡- ལས་འགུལ་གི་བཤད་པ།

༡-༡ འབྲུག་གི་འཚོ་རྟེན་དམིགས་ཡུལ།

འབྲུག་གི་འཚོ་རྟེན་ཟེར་མི་ལས་འགུལ་འདི་འབྲུག་གི་སྤངས་སྐྱོབ་ཀྱི་ས་ཁོངས་ཚུའི་ཡུན་བརྟན་འཛིན་སྐྱོང་གི་དོན་ལུ་ ནང་འཁོད་ཟད་ སོང་གི་འཛིན་ཚད་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཅན་དང་ བཀག་ཐབས་དང་ དང་ལེན་ རྒྱུ་ལྷན་སྒྲུ་ཚོགས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ཚུའི་ ཐབས་ལམ་སྤྲོད་ཚུགས་པའི་ ལོ་ངོ་༡༤ འི་དངུལ་འབྲེལ་གི་རྒྱུན་རིམ་བརྟན་ནི་གི་དོན་ལུ་བཟོ་བཀོད་འབད་འབདམ་ཨིན། ལས་ འགུལ་འདི་གིས་ མིའི་ཕན་བདེ་དང་ རྒྱུ་ལྷན་སྒྲུ་ཚོགས་ཉམས་སྤྱང་ གནམ་གཤིས་གཞི་པ་བཀག་ཐབས་ཚུ་གྲུབ་ཚུགས་པའི་སྤང་ སྐྱོབ་ཀྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་དང་ རྒྱུ་ལྷན་མངའ་ཁོངས་ཚུའི་རྩས་ཕན་ཅན་གི་གཅིག་སྡེལ་ངེས་བརྟན་བཟོ་ནི་ལུ་དམིགས་གཏང་བསྐྱེད་པ་ ཨིན།

ལས་འགུལ་འདི་ སོ་ནམ་དང་ནགས་ཚལ་ལྷན་ཁག་འོག་གི་ ནགས་ཚལ་དང་གླིང་ག་ཞབས་ཏྲག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ སྤངས་སྐྱོབ་ས་ ཁོངས་ཚུ་དང་ རྒྱུ་ལྷན་མངའ་ཁོངས་ཚུ་ རྒྱུ་ལྷན་མངའ་ཁོངས་ནགས་ཚལ་སྡེ་ཚན་ཚུ་། གི་ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་གཅིག་སྡེལ་གི་ ཐོག་ལས་ འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་གི་འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཚན་ཚུ་དང་ སྤངས་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་དང་ རྒྱུ་ལྷན་མངའ་ཁོངས་ཚུ་གི་ནང་འཁོད་ལུ་ཚུད་ མི་ མི་སྡེ་ཚུ་དང་མཉམ་འབྲེལ་གི་སློ་ལས་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཨིན།

འབྲུག་གི་འཚོ་རྟེན་ཟེར་མི་འདི་གི་དོན་ལུ་ མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེའི་འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་འདི་གིས་ འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་གི་ཁྲིམས་ དང་ རྒྱུགས་གཞི་ཚུ་དང་ འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་སྤངས་སྐྱོབ་ཀྱི་མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེའི་ཉེན་སྲུང་གི་གཅིག་བསྐྱེལ་སྤྲོད་བྱས་དང་བྱ་སློ་ ལམ་ལུགས་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལས་འགུལ་འདི་ལས་བརྟན་པའི་མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེའི་ཕན་གཞི་ཚུ་སེལ་ནི་གི་དོན་ལུ་ གཞི་ཅ་ དང་བྱ་སློ་ལམ་ལུགས་ཚུ་གསལ་བཀོད་འབདམ་ཨིན། དེ་མ་ཚད་ སྤངས་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་དང་ རྒྱུ་ལྷན་མངའ་ཁོངས་ཚུ་ནང་གི་མི་སྡེ་ ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་གྲོས་བསྟུན་འབད་དེ་ འབྲེལ་ཡོད་མི་སྡེ་ཚུ་གི་བསམ་འཆར་དང་ ཚ་གུང་བཀོད་མི་ཚུ་བསྟུ་སྒྲིག་འབད་དེ་ཡོད། (ས་གནས་ཀྱི་གྲོས་བསྟུན་སྒྲོམ་ལས་ཐོ་བྱུར་སྒྲགས་ལྷ་ པ་ནང་གཟིགས་) དེ་གི་འབྲེལ་ལས་ འབྲེལ་ཡོད་མི་སྡེ་ལས་ཚོགས་ འབྲུག་རྒྱུ་ལྷན་གནས་སྤངས་སྡེ་ཚན་དང་ འབྲུག་གཙང་སྤྱོད་ རྒྱུ་ལྷན་གཞི་ཚོགས་ ན་གཞི་མོང་འཕེལ་མ་དངུལ་ རྒྱལ་གཞུང་རང་ བཞིན་སྤངས་སྐྱོབ་ཚོགས་སྡེ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་གྲོས་བསྟུན་འབད་ཡི། ཁོང་གི་བསམ་འཆར་དང་ ཚ་གུང་བཤད་མི་ཚུ་ཡང་ གཞི་ བཀོད་ཡིག་ཆ་འདི་ནང་མཉམ་འབྲེལ་འབད་དེ་ཡོད།

འབྲུག་གི་འཚོ་རྟེན་ཟེར་མི་ ལས་འགུལ་འདི་ རྒྱུ་ལྷན་གནམ་གཤིས་མ་དངུལ་དང་ འབྲུག་རྒྱལ་གཞུང་ རྒྱུ་ལྷན་སྤྲོད་ཐུགས་སྡེ་ ཚན་ཚུ་ལས་རོགས་རམ་མ་དངུལ་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་བཟོ་བའི་སོར་འགྱུར་མ་དངུལ་གི་ཐོག་ལས་ཟད་སོང་གཏང་ནི་ཨིན། འཛམ་གླིང་རི་ དྲགས་མ་དངུལ་གི་ཏོངས་ལས་ ལས་འགུལ་འདི་འི་བྱ་རིམ་གི་དོན་ལུ་རྒྱལ་གཞུང་ལུ་རྒྱུ་ལྷན་སྤྲོད་དང་ཕན་འདེབས་འབད་མི་ མཉམ་ རོགས་གཙོ་ཅན་ཅིག་ཨིནམ་དང་ ལས་འགུལ་འདི་གི་དོན་ལུ་རྒྱུ་ལྷན་གནམ་གཤིས་མ་དངུལ་གི་ལས་སྡེ་སྡེ་ཆ་སྤྲོད་འབད་དེ་ ཟད་ སོང་ཚུ་འདི་ཁ་ལས་བརྒྱུད་དེ་གཏང་ནི་ཨིན། དེ་འབདམ་ལས་བརྟན་ཏེ་ གཞི་བཀོད་འདི་གི་དོན་ལུ་ འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་མ་ དངུལ་གི་ མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེའི་མཉམ་འབྲེལ་སྤྲོད་བྱས་དང་བྱ་སློ་ལམ་ལུགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ལག་ལེན་

འཐབ་ནི་ཡིན། གཞི་བཀོད་འདི་ ལས་འགུལ་གི་སྡེ་ལྷན་ཅན་གི་གནས་གཤིས་མ་དངུལ་གི་ཐོག་ལས་ཟད་སོང་བཏང་མི་ཆ་ལག་ཚུ་
རྒྱུ་མ་ཅིག་གི་དོན་ལུ་མེན་པར་ ལས་འགུལ་གི་ཆ་ཤས་ཆ་མཉམ་ལུ་འཇུག་ནི་ཡིན།

འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་ལས་འགུལ་འདི་ གཏན་འཇགས་གི་དོན་ལུ་ ལས་འགུལ་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཟེར་བའི་ཐབས་ལམ་ཐོག་ལས་ སོར་
བསྐྱར་གི་མ་དངུལ་ཅིག་གཞི་བཅུག་འབད་དེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཡིན།

སོར་བསྐྱར་གི་མ་དངུལ་དཔྱད་ཏེ་སྤོས་ཅིག་ གནས་གཤིས་བསྐྱར་བ་གདོང་ལེན་གི་མ་དངུལ་ལུ་ཞུ་བ་འབད་དེ་ཡོད་པ་དང་
འཛམ་གླིང་རི་དྭགས་སྤྱད་སྐྱོབ་ཡིག་ཚང་འདི་ འདི་བཟུམ་མའི་མ་དངུལ་གི་ཞུ་བ་འབད་ཆོག་པའི་ངོས་འཛིན་ཐོབ་ཡོད་པའི་ལས་སྡེ་
ཅིག་ཡིན།

འབད་མ་ལས་བརྟེན་ ལས་འགུལ་དེ་གིས་ མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་ཉེན་སྲུང་སྤྱི་གཞི་བཅོ་བའི་སྐབས་ལུ་ འཛམ་གླིང་རི་དྭགས་
སྤྱད་སྐྱོབ་མ་དངུལ་ཡིག་ཚང་གི་མཐའ་འཁོར་དང་ ཉེན་སྲུང་གི་སྤྱད་བྱས་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་ཡོད་པ་ཡིན།

སྤྱད་བྱས་འདི་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་ཐོག་ལས་ གྱི་ལོ་༢༠༡༤་གི་ལོ་མཇུག་དང་ ༢༠༡༧ གི་ལོ་འགོ་བཅུག་པ་ད་ WWF གིས་
མཐའ་འཁོར་ཉེན་སྲུང་དང་ མི་སྡེ་ཉེན་སྲུང་གི་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ གཤམ་གསལ་གི་ངོས་འཛིན་བྱུང་ཡི།

ལས་འགུལ་འདི་ལས་བརྟེན་ཏེ་ སྤྱད་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ནང་ན་དང་ མཐའ་སྐྱོར་ལུ་སྡོད་མི་ཏོང་དང་། གལ་གནད་ཆེ་བའི་མཐའ་འཁོར་
གནས་སྤངས་གི་ས་ཁོངས་ཚུ་ལུ་ མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་གི་གནོད་པ་འདི་ཚུ་ འཕྲལ་གི་གནོད་པ་དང་ དཀའ་ངལ་སེལ་ཚུགས་
པའི་གནོད་པ་ཅང་ཅ་ཡིན་མ་ལས་ ལས་འགུལ་དེ་ དབྱེ་ཁག་ཁ་པ་ནང་བཅུགས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་མ་ཆད་ ལས་འགུལ་གི་ས་སྤོ་ག་
ཏེ་ལུ་ ལས་སྐྱ་ག་ཅིར་འབད་ནི་ཡིན་ན་གཏན་འཁེལ་མེད་པ་ལས་ མཐའ་འཁོར་དང་ མི་སྡེ་ཉེན་སྲུང་གི་སྤྱི་གཞི་འདི་ WWF
གི་ཉེན་སྲུང་གི་སྤྱད་བྱས་དང་ ལམ་ལུགས་དང་འཁྲུལ་བཅོ་ནི་ཡིན།

མཐའ་འཁོར་དང་ མི་སྡེ་གནད་དོན་དེ་ཚུ་ གདོང་ལེན་འབད་ནི་དོན་ལུ་ མཐའ་འཁོར་དང་ མི་སྡེ་གནད་དོན་འཛིན་སྐྱོང་གི་
སྤྱི་གཞི་ཅིག་བཅོ་ནི་དང་ སྤྱི་གཞི་འདི་ནང་ལུ་ བྱ་རིམ་གི་སྤྱི་གཞི་ཅིག་ཡང་བཅོ་ནི་ཡིན། བྱ་རིམ་གི་སྤྱི་གཞི་འདི་ གླིང་
དགའ་གི་ནང་ན་དང་ མཐའ་འཁོར་ལུ་ཡོད་པའི་གོང་གསལ་དང་ གཡུས་སྤོ་ཚུ་དང་ གོས་བསྐྱར་གི་ཐོག་ལས་བཅོ་ནི་ཡིན།

- མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལུ་བརྟེན་པའི་བཟོ་བཤུལ་དང་ ཚོང་འབྲེལ་གོང་འཕེལ།
- རྒྱེ་ལྡན་གནས་སྤངས་བཟོ་བཤུལ་གི་གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི།

- དངུལ་གྱི་འོང་འབབ་བཟོ་ཚུགས་པའི་ཤིང་མེན་པའི་ནགས་ཚལ་འཕོན་བསྐྱེད་ཚུ་ ཡུན་བརྟན་གྱི་བེད་སྤྱོད་དང་ ས་གནས་ནང་ལུ་རང་བཟོ་སྦྱར་འབད་ནི།

ཆ་ཤས་ཁ་- Copy from exc sum.

- སེམས་ཅན་སྟག་གི་གྲངས་ཁའི་ཚད་ཅིས་བཏོན་ནི།
- གནམ་གཤིས་བསྐྱར་བའི་རིག་པ་ཐོག་ལས་ སེམས་ཅན་སྟག་ཉམས་སྲུང་གི་འཆར་གཞི་བཟུམ་ནི།
- ཤ་བདའ་ནི་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་གྱི་ཚོང་འབྲེལ་དང་ གཞན་ཁྲིམས་འགལ་གྱི་ལཱ་ཚུ་ སྡོན་འགོག་དང་ གཞོང་ལེན་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ཤ་བདའ་ནི་ཙམ་ཅེད་གྱི་སྒྲིག་གཞི་བཟོ་ནི་དང་ སན་ཁུས་ཅན་གྱི་ཉེན་སྲུང་ལྟ་སྟོག་གཞི་བཙུག་འབད་ནི།
- སྤྱི་ལཱ་རིགས་སྣ་ཚུ་ཆེད་གཞི་ཡོད་པའི་ས་ཁོངས་ཚུ་རྩིས་འཛིན་འབད་ནི་དང་ འདི་བཟུམ་འབད་ ས་ཆ་མར་ཉམས་འགྱུར་མེད་དང་ གནམ་གཤིས་བསྐྱར་བ་གི་གཞོན་ཉེན་མེད་པའི་ས་ཁོངས་ཚུ་ བརྟག་ཞིབ་མཐོལ་ཕྱིན་འབད་དེ་ རྩིས་འཛིན་འབད་ནི།
- སེམས་ཅན་རྩ་བ་བཟའ་ས་ ཤིང་གི་སྤོང་རྒྱན་དང་ རྩའི་རྒྱུ་ཚུ་ འཛིན་སྦྱོང་འབད་ནི། རྩའི་དང་ རྩ་རམ་སར་ རྒྱུ་ཚུ་ཡིག་གིས་རྩིས་འཛིན་འབད་ཡོད་པའི་རྩའི་ཚུ་ཚུ་ལུ་ གནམ་གཤིས་བསྐྱར་བ་གི་གཞོན་ཉེན་མར་ཕབ་འབད་ནི།

འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་སྲུང་སྦྱོབ་མ་དངུལ་ཡིག་ཚང་གི་མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེའི་ཉེན་སྲུང་གི་དབྱེ་རིམ་ཁ་གསལ་དེ་ ཟུར་སྒྲགས་ཏེ་ བཤམ་ཡོད།

མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེའི་ཉེན་སྲུང་སྒྲིག་གཞི་འདི་ འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་མ་དངུལ་ཡིག་ཚང་གི་མཐའ་འཁོར་དང་ མི་སྡེའི་ཉེན་སྲུང་དབྱེ་རིམ་གྱི་གྲོས་གཞི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ཡིན། འཛམ་གླིང་གནམ་གཤིས་བསྐྱར་བའི་མ་དངུལ་ཁ་ཐུག་ལས་ འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་ལས་ འགྲུལ་ལུ་ མ་དངུལ་ཆ་ཤས་ཅིག་ལས་མེད་རུང་ མཐའ་འཁོར་དང་ མི་སྡེའི་ཉེན་སྲུང་སྒྲིག་གཞི་འདི་ ལས་འགྲུལ་ཡོངས་རྫོགས་ གྱི་དོན་ལུ་ སན་སྒྲུབ་ཆེན་འབད་བཟོ་ཡོད་པ་ཡིན།

༩.༣ ལས་འགྲུལ་གྱི་ནང་གསེས་དབྱེ་བ་དང་ ལས་སྣ་གི་ཁ་གསལ།

༡.༡.༡ འབྲུག་གི་འཚོ་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་ཚད།

འབྲུག་གི་འཚོ་རྟེན་ལས་འགྲུལ་འདི་གིས་ མི་སྡེའི་བདེ་སྲིད་དཔལ་འབྱོར་ སྐྱེ་ལྷན་རིགས་སྣ་ཉམས་སྲུང་དང་ གནམ་གཤིས་འཇུར་བ་གི་གདོང་ལེན་ཚུ་ལུ་ཕན་ཐོགས་སྤོང་འོང་ནིའི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་སྤྱིང་དགའ་དང་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་འགོ་འགྲུལ་གྱི་བར་ལམ་ཚུའི་ཡོངས་འབྲེལ་སྤྱིང་སྤྱིང་བཟོ་ཐོག་ལས་ སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཚུ་ཅ་གཏན་བཟོ་ནིའི་དམིགས་ལུ་ཨིན།

ལས་འགྲུལ་འདི་གི་ཐོག་ལས་ འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་ནི་ཨིན་པའི་སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཡོངས་འབྲེལ་འདི་གིས་གཤམ་འཁོད་གྱི་ཕན་ཐབས་འབྱུང་ནི་ཨིན།

- གྲོག་ཆགས་སྣ་ཚོགས་ དར་རྒྱས་ལུན་རིང་གནས་ཚུགས་ནི།
- ལུས་ལྷན་དང་ ལུན་བརྟན་ཅན་གྱི་སྐྱེ་ལྷན་རིམ་ལུགས་ཀྱི་མཐུན་ཁྱེན་འབྱུང་སའི་གནས།
- བཙོག་རྒྱུང་དང་ གནམ་གཤིས་བསྐྱར་བ་གི་གདོང་ལེན།
- དཔལ་འབྱོར་གྱི་གོ་སྐབས་དང་ མི་སྡེ་བདེ་སྲིད་ཀྱི་ལྟེ་བ།
- འཛིན་ཐངས་ཅན་གྱི་འཛིན་སྐྱོང་དང་ ཞབས་ཏྲོག་ཐོབ་སའི་ལྟེ་བ།

གོང་འཁོད་གནད་དོན་ལྟ་ཡོད་མི་ཚུ་ འབྲུག་གི་འཚོ་རྟེན་ལས་འགྲུལ་གྱི་དམིགས་ལུ་གཙོ་བོ་ལྟ་པོས་འཛིན་འབད་དེ་ཡོད་མི་ཚུ་ཨིན།

དམིགས་ལུ་འདི་ཚུ་ ཅུས་བྱུང་གི་གྲུབ་འབྲས་བྱུག་དང་ ལས་སྣ་གི་གྲུབ་འབྲས་བཙོ་ལྟ་གི་ཐོག་ལས་གྲུབ་ནི་ཨིན།

ལས་སྣ་གི་གྲུབ་འབྲས་ཁག་བཙོ་ལྟ་དེ་ ཆ་གས་ཁག་ལྟ་གི་འོག་ལུ་བཅུགས་ཏེ་ཡོད།

ཆ་གས་ཀ་པ་- གནས་ཚལ་དང་ ས་ཆ་བདེ་སྲིད་ཀྱི་གནམ་གཤིས་གཞི་བཟོ་བ་བཀག་ཐབས་ཡར་སེང་།

Copy from executive seamina.

Copy from ex. sum.

- སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་གཅིག་སྤེལ་ནང་འཁོད་ གནས་ཚལ་ས་ཆ་ཏྲུག་ཀར་ས་ཡ་༡.༡ རྒྱུན་སྐྱོང་འཐབ་སྟེ་ ཅུག་རྒྱུང་གར་བློན་བཞུགས་པའི་དྭ་མཉམ་ཚད་ རྟོན་ས་ཡ་ ༢༠༠ མཛོད་གསལ་འབད་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི།
- སྐྱེ་ལྷན་གནས་སྤངས་ཀྱི་བརྟན་ཞིབ་འབད་ནི། རྒྱལ་ཡོངས་གནས་ཚལ་གྱི་གནས་སྤངས་བརྟན་ཞིབ་འབད་ནི་དང་ ས་ཆའི་གནས་སྤངས་བརྟན་ཞིབ་འབད་ནི།
- བརྟན་ཞིབ་ཀྱི་བརྟན་དོན་རིམ་ལུགས་ཚུ་ ཅུས་མཐུན་བཟོ་ནི།

- གཙོ་རིམ་སྒྲིག་ཐོག་ལས་ སྤངསྤྱོད་ས་ཁོངས་ནང་ན་སྤོང་མི་ མི་སྒྲོལ་ས་༡༠%ལུ་ སྤྱི་ལུ་མེ་རྒྱུ་དང་ ཉིང་ལུ་ བརྟེན་པའི་འཕུལ་རིག་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི།
- སྤངསྤྱོད་ས་ཁོངས་ནང་འཁོད་ ས་ཆ་མར་ཉམས་འགྱུ་མི་ཚུ་ གནམ་གཤིས་མཁས་རིག་ཅན་གྱི་ཐབས་ལམ་ཐོག་ ལས་ སྤྱི་ཤིང་བཅུག་ནི།
- མི་སྤྱེ་ནགས་ཆལ་འཛིན་སྤྱོད་ གོང་གསལ་ཤིང་ཆས་བཟམ་སྤེལ་ ཤིང་མེན་ནགས་ཆལ་འཐོན་བསྐྱེད་དང་ སྤངསྤྱོད་ ས་ཁོངས་ནང་ན་གི་རྩ་འབྲེག་འདི་ཚུ་འཕྲ་འབད་བའི་སྐབས་ ཡུན་བརྟན་དང་ གནམ་གཤིས་བསྐྱར་བ་གི་མཁས་ རིག་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཐོག་ལས་འབད་ནི། མི་སྤྱེ་ལུ་ དེ་ཚུ་འཛིན་སྤྱོད་བཅུ་བྱིན་ནི།
- སྤངསྤྱོད་ས་ཁོངས་ནང་ན་སྤོང་མི་མི་སྤྱེ་ཚུ་ ཉམས་སྤང་གི་ལཱ་དང་ ཕྱགས་སྤྲིགས་འཛིན་སྤྱོད་ དེ་ལས་ གནམ་ གཤིས་བསྐྱར་བ་གི་གདོང་ལེན་འབད་ནིའི་ནང་ལུ་ འབྲེལ་གཏོགས་འབད་བཅུག་ནི།
- ས་གནས་ནང་གི་མི་སྤྱེ་ཚུ་ལུ་ གླིང་དགའ་འཛིན་སྤྱོད་གི་ལཱ་གཡོག་ ། སྤྲོན་ལུ་བྱིན་མི་ ས་གནས་གྱི་ལམ་སྟོན་པ་ ཐབ་ཆང་པ་དང་ མགར་འཛིན་སྤྱོད་པ་ ། གོ་སྐབས་བཅོ་ནི།
- སྤངསྤྱོད་ས་ཁོངས་ནང་གི་མི་སྤྱེ་ཚུ་གི་གནམ་གཤིས་བསྐྱར་བ་དང་ རང་བཞིན་རྒྱུན་ལྔ་ཚུ་ གདོང་ལེན་གྱི་ལྷོགས་ གྲུབ་ཡར་མེང་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ སྤར་བྱུན་གྱི་རིག་པ་དང་ ཆན་རིག་དང་ འཕུལ་རིག་གི་ཐབས་ལམ་དྲག་ཤོས་ཚུ་ ལག་ལེན་མངམ་འཐབ་ནི།
- མི་སྤྱེ་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་པའི་གནམ་གཤིས་བསྐྱར་བའི་གཞི་ཉན་དང་ དེ་ཚུ་ གདོང་ལེན་གྱི་ལྷོགས་གྲུབ་བརྟན་ཞིབ་ འབད་ནི།
- སྤྱི་ལུ་རིམ་ལུགས་ལུ་གཞི་བཞག་པའི་གནམ་གཤིས་བསྐྱར་བ་གི་མཁས་རིག་ རང་བཞིན་གྱི་སོ་ནམ་དང་ དེ་དང་ བསྐྱར་བའི་འཕུལ་རིག་ལག་ལེན་འཐབ་ནི།
- ཆར་རྒྱུ་ལུ་བརྟེན་པའི་ཚུ་འཛིན་སྤྱོད་འཐབ་ནི་ རང་བཞིན་རྒྱུན་ལྔ་མར་ཕབ་བྲ་སྒྲིག་དང་ གདོང་ལེན་གྱི་ཐབས་ལམ་ ཚུ་བཅུམ་སྤྱེ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི།

- ལོ་ཐོག་གདམ་ཁ་མ་འདུལ་ ཆར་ཕྱུ་བསག་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི། སྤངསྟོབ་ས་ཁོངས་ཀྱི་བར་ན་ སྟེ་ལྷན་གྱི་ མཚམས་དང་ ས་ཁོངས་འདི་ཚུ་ ལེགས་བཅོས་འབད་ནི།
- རྩའི་འགྲམ་ རྩའི་ཉེ་འདབ་ཀྱི་ས་ཁོངས་དང་ བྱེ་ཐང་འདི་ཚུ་ འཛིན་སྟོང་ལེགས་ཤོམ་འཐབ་ནི་དང་ འདི་བཟུམ་མའི་ ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་ བཟུང་སྟོང་དང་ གོང་འཕེལ་བཀག་འཛིན་འབད་ནི།
- རང་བཞིན་ལུ་ཕན་པའི་གནམ་གཤིས་བསྐྱར་བའི་རིག་པ་ཅན་གྱི་བཟོ་བཀོད་དང་ བཟོ་བསྐྱར་གྱི་གཞི་རྩ་གོང་འཕེལ་ གཏང་ནི། རྒྱུ་ལེ་འབདན་ རྩུང་གིས་གཞོད་པ་བཀལ་མ་ཚུགས་པ།
- གཙང་ཚུ་ཉེན་སྲུང་དང་ འཛིན་སྟོང་འཐབ་ནི།
- སྤངསྟོབ་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་གཤམ་གནད་ཆེ་བའི་འཐུང་རྩའི་རྒྱ་དང་ ཞིང་རྩའི་རྒྱ་འདི་ཚུ་ ཉེན་སྲུང་དང་ བདག་ འཛིན་འཐབ་ནི།

ཆ་ཤས་- ག Copy from exc sum

- གནམ་གཤིས་བསྐྱར་བ་གི་རིག་པ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ སྤངསྟོབ་ས་ཁོངས་ཀྱི་འཛིན་སྟོང་འཆར་གཞི་བཟོ་ནི།
- སྤྲིང་དགའ་དང་ རི་དྲགས་འགོ་འགྲུལ་གྱི་བར་ལམ་ཚུ་དེ་ས་མཚམས་བཀོད་ནི།
- གྲུལ་གཏོགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ སྤྲིང་དགའ་དང་ རི་དྲགས་འགོ་འགྲུལ་གྱི་བར་ལམ་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་ས་ཁོངས་བཀོད་ནི།

ཆ་ཤས་- ང་ Copy from ex sum.

ཆ་ཤས་- ཅ Copy from exc, sum

༡.༡.༡ Copy from exc sum

ཆེད་འོག་ ༡༧ འདི་ རི་དྲགས་འགོ་འགྲུལ་གྱི་བར་ལམ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་དང་ ཆེད་འོག་ ༡༥ འདི་ སྤྲིང་དགའ་དང་འབྲེལ་ བ་ཡོད་པ་ཡིན། ལས་འགྲུལ་འདི་གིས་ རྫོང་ཁག་༡༥ནང་ ལྷན་ཞི་ཡིན་པ་དང་ མ་ཚུད་པའི་རྫོང་ཁག་དེ་རྒྱ་ཚུ་ རྩུ་ཁ་དང་ པ་སྐྱ་ དགའ་ཚལ་གཉིས་ཡིན།

སའི་བྱབ་ཚད།

སླིག་གཞི་དེ་ཙམ་པའི་སྐབས་ལུ་ ཕན་གཞོན་འབྱུང་ནི་ཡིན་པའི་ལས་འགུལ་གྱི་ལས་སྒྲུ་ཚུ་དང་ ཕན་གཞོན་ཚུ་ ག་ཏེ་ལུ་འབྱུང་ནི་ ཡིན་ན་ གཏན་འཁེལ་ཤེས་མ་ཚུགས་པ་ཡིན། འདི་ཚུ་ ལས་འགུལ་འདི་འགོ་བཙུག་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུ་མ་ཅིག་ ཤེས་ཚུགས་ནི་ཡིན་ པས། འདི་འབད་མ་ལས་ མཐའ་འཁོར་དང་ མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་སླིག་གཞི་འདི་ཙམ་སྟེ་ ལས་འགུལ་དེ་གི་ལུ་ཚུ་འབད་ནི་འགོ་ བཙུག་པའི་སྐབས་ལུ་ ས་ཁོངས་དང་འཁྲིལ་བའི་ཕན་གཞོན་གྱི་གདོང་ལེན་ཚུ་ འབད་ཚུགས་པའི་ཐབས་ལམ་ཡིན།

རང་བཞིན་གཞི་ཆགས་གྱི་སྤྱི་བུས་: སྤྱི་བུ་དང་ལུ་ ལས་འགུལ་འདི་གིས་ མཐའ་འཁོར་ཉམས་སྤང་གི་ཕན་པ་རྒྱ་ཆེ་བཟུ་འོང་ནི་ ། ཡིན་པ་ ། དང་ གལ་སྤྱི་ མི་སྡེ་དང་ནགས་ཚལ་ སྤང་ཐང་དང་གཞན་ རྟོག་ཆགས་གཞི་ཆགས་སྤྱི་བའི་ས་ཁོངས་ཚུ་ལུ་ གཞོན་པ་རེ་འབྱུང་བུ་ གཞོན་པ་འདི་ཚུ་ རྒྱ་ཆེ་བཟུ་མི་འབྱུང་ནི་ཡིན།

གཞོན་པ་སྟོན་མི་འབྱུང་ནི་ཡིན་པུ་ སྤྱི་བུས་དང་འཁྲིལ་དགོས་པ་འབད་བཞེད་མི་གནད་དོན་འདི་ རྒྱལ་ལས་ ལས་སྡེ་སོ་སོ་གིས་ ལུ་སྒྲུ་ཚུ་འབད་ནི་འགོ་བཙུག་པའི་སྐབས་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་གྱི་དབྱེ་ཞིབ་ དཔེ་འབད་ན་ སྤྱི་དགའ་གི་ཡིག་ཚང་རྒྱུ་ བློ་ ལམ་སེལ་ནི། ལས་བྱེད་པ་གི་སྤྱོད་ཁྱིམ་རྒྱུ་ལེ། འགོགས་སྤང་རྒྱུ་ལེ་དང་ བཟུ་བཤལ་པའི་བན་དོན་སྟེ་བ་རྒྱུ་ལེ་ལུ་ཚུ་ འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ མཐའ་འཁོར་ལུ་ གཞོན་ཉེན་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་དབྱེ་ཞིབ་རྒྱུ་ཚུགས་ནི་འདི་དོན་ལུ་ཡིན།

འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་མ་དདུལ་གྱི་དམིགས་ངོམ་རང་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་ ? ? ? ཐབས་/འཐབ་ནི་འདི་ཡིན་མ་ལས་ རང་ བཞིན་གྱི་གཞི་ཆགས་ས་ཁོངས་དང་ ལྷག་པར་དུ་ ཁྲིམས་ཀྱིས་ངོས་འཛིན་ཡོད་པའི་སྤྱི་བུ་ས་ཁོངས། སྤྱི་བུ་གྱི་དོན་ལུ་ གཞུང་འབྲེལ་ཐོག་ལས་ ཁྲོམ་འཆར་སྤུལ་ཚར་མི་དང་ ཉམས་སྤང་འབད་དགོས་པ་འབད་ ངོས་འཛིན་མཛད་ཚར་མི་ཚུ་ལུ་ འགྱུར་ བ་དང་ གཞོན་པ་ཡོད་པའི་ལས་འགུལ་ཚུ་ བརྩམ་ནི་མེད་པ་ཡིན།

ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ འབྲུག་གི་སྤྱི་དགའ་ག་ར་དང་ རི་དྲགས་འགོ་འགྲུལ་གྱི་བར་ལམ་ག་ར་ཚུ་དཔ་ཡིན། སྤྱི་བུ་ས་ ཁོངས་འདི་ཚུ་གིས་ ཆེད་འོག་༢༠༠༥ལས་ ཆེད་འོག་༢༠༡༥ གྱི་ལྷན་རིགས་སྤྱི་རིམ་ལུགས་ཞབས་ཏྲིག་དང་ འཛོ་བའི་ཞབས་ཏྲིག་ ཚུ་བྱིན་མ་ཡིན། ས་ཁོངས་འདི་ཚུ་ནང་སྤྱོད་མི་མི་སྟོབས་ཚུ་ འཛོ་བའི་གནས་སྤངས་གྱི་དོན་ལུ་ སོ་ནམ་དང་ སློ་ནོར་ལུ་བསྟེན་ སྤྱོད་པ་ཡིན་མ་ལས་ རང་བཞིན་གྱི་འཐོན་སྐྱོང་འདི་ ཁོང་ལུ་ ལག་ཆེ་ཏྲིག་ཏྲི་ཡིན།

འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་མ་དདུལ་གྱིས་ གཞོན་ཉེན་སྟོན་འགོག་གི་ཐབས་ལམ་འདི་ ལས་འགུལ་དང་ རིམ་ལུགས་ག་ར་ལུ་ ལག་ ལེན་འཐབ་ཡིན། འདི་འབད་མ་ལས་ གཞོན་ཉེན་སྟོན་ཡོད་པའི་གནས་སྤངས་ཚུ་ནང་ ཚན་རིག་གི་རྒྱུ་ཁུངས་མེད་མི་ལུ་ ཉེང་

/ཉེད་ཉེ་མ་འཕུལ་ཕུལ་ཏེ་ གཏོང་ལེན་གྱི་ལུ་ཚུ་ སར་འགྱུངས་འབད་མ་བཞག་པར་ སྤོན་འགོག་གི་སྤྱིད་བྱས་ཚུ་འདྲོངས་དོན་
ལྟར་ ཐ་ན་ གཞི་བཞེན་གྱི་ལས་འགུལ་ཚུང་ཀྱ་ཕྱིག་ལས་འགོ་བཟུང་སྟེ་ གཏོང་ཉེན་གྱི་བརྟག་ཞིབ་མཐེལ་ཕྱིན་འབད་དགོས་པ་ཨིན།

རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཐོག་མར་བྱུང་བའི་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱིད་བྱས་:

རི་དྲགས་སྤྱང་སྤྱོད་མ་དངུལ་གྱི་སྤྱིད་བྱས་དང་འབྲེལ་མ་དུ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ ཐོག་མར་བྱུང་བའི་མི་རིགས་ཡོད་པ་ཅིན་ མི་རིགས་
འདི་ཚུ་ ལས་འགུལ་ལས་བཞེན་ གཏོང་པ་མེད་པར་ ཁོང་ལུ་ སྤོང་བྱུན་དང་མ་འགལ་བའི་འཕྲུལ་ཚུ་ཕྱིན་ཏེ་ ཁོང་རའི་དབང་ཆ་
དང་ སྤོན་གོང་ལས་གནས་ཡོད་པའི་ས་ཁོངས་ཀྱི་ཕན་པ་ཚུ་ མེད་པ་མི་བཟོ་ནི་ལས་འཛུལ་དགོས་པ་ཨིན།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ གོང་འཕེལ་དང་ ཉམས་སྲུང་གི་ལས་འགུལ་ག་ཅི་གི་དོན་ལུ་ཡང་ མི་/མ་རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་མ་བདེ་མ་མེད།
འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ སྤྱིར་བཏང་གིས་ ཤར་ཕྱོགས་པ། སྤྲ་ལོང་པ་དང་ སྟོ་མཚམས་པ་ཟེར་བཅིམ་ཨིན་མ་དུ་ འདི་བཟུམ་གྱི་བར་
ན་ ས་ཁོངས་དང་ གཡུས་ཚན་ཚུང་ཀྱ་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་ནང་ ལམ་ལུགས་སྤོལ་མ་འབྲེལ་ཡོད་པའི་མི་སྡེ་ཡོད་པ་ཨིན། ཨིན་རུང་
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་ཡོངས་གོང་འཕེལ་དང་ དམངས་གཙའི་རིམ་ལུགས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ལུ་ མ་ཚུད་པ་དང་ མ་དབང་མི་ གཅིག་ཡང་
མེད་པ་ཨིན། མི་སྡེ་དང་ གཡུས་སྤོལ་ག་ར་ རང་སོའི་ས་གནས་གཞུང་གི་འོག་ལུ་ཚུད་པ་ཨིན། མི་སྡེའི་ཞབས་ཏྲོག་དང་ ས་གནས་
ཀྱི་གཙུག་སྡེ་ཚུ་ མི་སྡེ་ག་ར་ནང་བྱབ་སྟེ་ཡོད་པ་ཨིན། འདི་འབད་མ་ལས་ གོང་འཕེལ་དང་ གཞུང་སྐྱོང་གི་བྱ་སྤྱོད་ལུ་མ་ཚུད་པའི་
མི་སྡེ་གཅིག་ཡང་མེད་པ་ཨིན།

གཏོང་པ་བཀལ་མི་འབྲུབ་དང་ སེམས་ཅན་འཛིན་སྐྱོང་།

སྤྱང་སྤྱོད་ས་ཁོངས་ཀྱི་ནང་ལུ་སྤོང་མི་མི་སྡེ་ཚུ་གིས་ འབྲུབ་སྤྱོད་ཚུ་ ག་དེ་ཉུང་ཉུང་ལག་ལེན་འཐབ་དགོས་པ་ཨིན། འདི་འབད་མ་
ལས་ སྤྱིད་བྱས་འདི་དང་བསྐྱུན་དགོས་པ་ཨིན། རང་བཞིན་སོ་ནམ་གྱི་ལག་ལེན་འཐབ་པའི་རྒྱུ་སྤྱོད་དང་ རྒྱལ་ཡོངས་སྤྱོད་ཤིང་སྤྱང་
སྐྱོང་སྟེ་བའི་འབྲུབ་སྤྱོད་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལམ་ལུགས་དང་འབྲེལ་བའི་འབྲུབ་སྤྱོད་དང་ རྒྱུ་སྤྱོད་གཞན་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཚོགས་ནི་ཨིན་
པ་དང་ ལས་འགུལ་འདི་གི་ཐོག་ལས་ འཛུལ་གྱིང་གསོ་བའི་ལས་ཚོགས་ཀྱི་འབྲུབ་སྤྱོད་དབྱེ་ཁག་ 1A, 1B དང་ II ཚུ་མཁོ་
སྤྱོད་མི་འབད།

དངོས་ཅན་དང་ སྤྱང་སྤོལ་མཐུན་ཆུན།

རི་དྲགས་མ་དངུལ་གྱི་སྤྱིད་བྱས་འདི་དང་བསྐྱུན་མ་དུ་ སྤྱང་སྤོལ་གྱི་རྒྱུད་དངོས་དང་ མཐུན་ཆུན་གནའ་བུལ། རྒྱལ་རབས་དང་
འབྲེལ་བའི་བུལ། བཟོ་བཀོད་རིག་པ་དང་འབྲེལ་བའི་བུལ། ས་ཁོངས་རྩ་ཅན་དཔེ་འབད་ན་ དུར་ཁྲོད་དང་ གཞན་རང་བཞིན་
གནས་སྤངས་ཀྱི་དམིགས་བསལ་གྱི་རྩ་ཆེད་ཀྱི་ཡོད་མི་ཚུ་ གཏོང་སྤྱོད་མ་རྒྱུ་པར་བདག་འཛིན་འཐབ་དགོས་པ་ཨིན། འཚོ་ཉེན་
ལས་འགུལ་འདི་ནང་ ས་བཞོ་ རོ་ལུ་སྤྱོད་མེད་པ་ཨིན། ཨིན་རུང་ མི་སྡེ་ལེ་ཤུ་ཅིག་གི་ནང་ ལྷ་ཁང་དགོན་སྡེ་དང་ སྤྱང་སྤོལ་དང་

འབྲེལ་བའི་ས་ཁོངས་ཚུ་འདུག། དེ་མ་ཚད་ རྒྱུད་ རི་ཚུ་ལུ་ གུས་ཞབས་དང་ དད་པ་བསྐྱེད་ནི་འདི་ འབྲུག་པའི་ལམ་ལུགས་
ཅིག་ཡིན། ལས་འགུལ་དེའི་ཐོག་ལས་ གོང་ལུ་བཀོད་མའི་དངོས་ཅན་སྤྱར་སྟེལ་གྱི་མཐུན་ཆུན་དང་ ས་ཁོངས་ཚུ་ གཙང་ཏོག་ཏོ་
དང་ ཉམས་མ་བཅུག་པར་བཞག་ནི་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི་ཡིན།

ལས་འགུལ་འདིའི་ཐོག་ལས་ གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་རྒྱུད་ཀྱི་རེ་ གཞི་བཙུག་འབད་རུང་ དེ་ཚུ་ སྟོན་མ་ལས་ཡོད་པའི་སྤྱར་སྟེལ་དང་
འབྲེལ་བའི་མཐུན་ཆུན་དང་ རྒྱུད་དོས་ཚུ་ སྟོ་བཤུད་འབད་མ་དགོས་པའི་ཐབས་ལམ་ཐོག་ལས་འབད་ནི་ཡིན། འགོ་ཐོག་དབྱེ་ཞིབ་
འབད་བའི་སྐབས་ལས་ གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་གསར་སྐྱབ་གྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་ གཞོད་པ་མེད་པའི་ས་ཁོངས་དང་ གདམ་ཁ་རྒྱབ་
དགོས་པ་ཡིན།

རྒྱལ་སྤྱི་དངུལ་འབྲེལ་ལས་འཛིན་གྱི་ལཱ་གཡོག་དང་འབྲེལ་བའི་གཞུགས་ཁམས་དང་ ཉེན་སྲུང་གི་སྤྱི་བྱས་: སྤྱི་བྱས་འདི་དང་
འབྲེལ་པ་ད་ རྒྱལ་སྤྱི་གནམ་གཤིས་བསྐྱར་བའི་མ་དངུལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡོད་མི་ལས་འགུལ་ཚུ་ནང་ ལཱ་འབད་མི་ལས་བྱེད་པ་ག་ར་གི་
གཞུགས་ཁམས་ཉེན་སྲུང་གི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ སྤྲིན་དགོས་པ་ཡིན།

རྒྱལ་སྤྱི་དངུལ་འབྲེལ་ལས་འཛིན་གྱི་མི་སྡེ་འཛོམས་དང་ ཉེན་སྲུང་:
སྤྱི་བྱས་འདི་དང་བསྐྱུན་མ་ད་ ལས་འགུལ་གྱི་ལས་སྤྱོད་འདི་ཚུ་གིས་ རྒྱ་ ཆོ་སྟོག་དང་ རྒྱུད་དོས་ཚུ་ལུ་ ཉེན་ཁ་མེད་པའི་ཐོག་ལས་
འབད་དགོས་པ་ཡིན།

ཐོག་ཐོག་བཙུག་དགོས་པ་

༤.༣ འབྲུག་གཞུང་གི་རྒྱལ་ཡོངས་མཐའ་འཁོར་དང་ མི་སྡེའི་ཉོགས་མེད་ལམ་ལུགས་ཀྱི་བྱུང་ཚད།
སྤྱིར་བཏང་ འབྲུག་གཞུང་གི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཉོགས་མེད་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྲིན་གཞི་དང་ སྤྱི་བྱས་ཚུ་གིས་
རི་དྭགས་མ་དངུལ་། རྒྱུ་མཐའ་འཁོར་དང་ མི་སྡེའི་དགོས་མཁོ་ཚུ་ གཤམ་ཚུགས་རུང་ ལག་ལེན་འཐབ་ནིའི་ནང་ལུ་
བྱུང་པར་དག་པ་རེ་འདུག། དེ་ཚུ་ཡང་ སྤྱིར་བཏང་གིས་ འབྲུག་གཞུང་གི་མཐའ་འཁོར་ཉོགས་མེད་ལམ་ལུགས་ནང་ལུ་
འཛམ་གླིང་རི་དྭགས་མ་དངུལ་གྱི་ཉེན་སྲུང་སྤྱི་བྱས་དང་ ལམ་ལུགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཚུ་འདི་དགོངས་དོན་མཐུན་རུང་
འབྲུག་གི་འཛོ་རྟེན་ལས་འགུལ་གྱི་ལས་སྤྱོད་ཚུ་ལུ་ མ་དངུལ་བགོ་སྟོད་མ་འབད་བའི་རྟེན་ ལས་སྤྱོད་དེ་ཚུ་ག་ར་ མཐའ་
འཁོར་དང་ མི་སྡེའི་ཉེན་སྲུང་གི་བརྟག་ཞིབ་འབད་ནི་ཡིན། བརྟག་ཞིབ་ཀྱི་གཏིང་དང་ བྱུང་ཚད་འདི་ ལས་སྤྱོད་དང་བསྐྱུན་
ཏེ་འབད་ནི་ཡིན་མ་ད་ བརྟག་ཞིབ་ཀྱི་ས་ཁོངས་འདི་ཚུ་ ལས་འགུལ་འཛིན་སྐྱོང་གི་ཡིག་ཚང་དང་ གོ་ས་བསྐྱུན་ཐོག་
དོས་འཛིན་འབད་ནི་ཡིན།

འབྲུག་གཞུང་གི་མཐའ་འཁོར་ཉེགས་མེད་ལམ་ལུགས་ནང་ལུ་མ་ཚུད་མི་ཚུ་ འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་སྤྱང་སྒྲིབ་མ་དངུལ་གྱི་
 འབྲེལ་ཡོད་མཐའ་འཁོར་དང་ མི་སྡེ་ཉེན་སྲུང་ལམ་ལུགས་དང་འབྲེལ་ནི་ཡིན། ལས་འགུལ་འདི་གིས་ རྒྱ་དངོས་དང་
 འཛོ་བའི་གནས་སྤངས་ལུ་ གཞོད་པ་བྱུང་མི་ཚུ་ལུ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཐོག་ལས་ རྒྱ་དངུལ་ཚུ་ སྤྱོད་དགོས་པ་ཡིན།

ག་དམ་ཅིག་འབད་ ལས་འགུལ་འདི་གིས་ ལཱ་འགོ་བཙུག་སྟེ་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ རྒྱ་དངོས་དང་ སྤར་སྒོལ་གྱི་ས་
 ཁོངས་དང་ མཐུན་ཁྱེན་རེ་འཐོབ་པ་ཅིན་ འཛམ་གླིང་རི་དྲགས་མ་དངུལ་མཐའ་འཁོར་དང་ མི་སྡེ་ཉེན་སྲུང་གི་སྤྱི་བུས་
 ནང་ལུ་ དེ་ཚུ་ ག་དེ་འབད་འཛོན་སྤྱོད་འབབ་དགོས་པ་ཡིན་ན་གི་བྱ་སྒྲུའི་རིམ་པ་ཚུ་ ཡོད་པ་ཡིན།

འབྲུག་གི་སྒོལ་ཁུན་རྒྱ་དངོས་ཀྱི་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༠༥ ཅན་མ་ནང་ལུ་ འདི་བཟུམ་གྱི་སྤར་སྒོལ་གྱི་ས་ཁོངས་དང་ རྒྱ་དངོས་
 རེ་འཐོབ་པ་ཅིན་ རྫོང་ཁག་བདག་སྤྱོད་བརྒྱད་དེ་ སྒོལ་འཛོན་ལས་ཁུངས་ལུ་ཕུལ་དགོས་ཟེར་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ ལག་
 ལེན་ཁ་གསལ་ཡོད་པའི་བྱ་སྒྲུའི་རིམ་པ་མིན་འདུག། འདི་འབད་མ་ལས་ ལས་འགུལ་འདི་འདི་དོན་ལུ་ བྱ་སྒྲུའི་རིམ་པ་ཅིག་
 ཟུར་སྒྲུགས་ ༡༠ པ་ནང་ཡོད།

༥. འབྲུང་སྤྱི་དཔའི་མཐའ་འཁོར་དང་ མི་སྡེའི་གཞོད་ཉེན་དང་ དེ་ཚུའི་གདོང་ལེན།

༥.༡ འབྲུང་སྤྱི་དཔའི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་གཞོད་ཉེན་སྒྲོམ་ཤོས།

ལས་འགུལ་འདི་གིས་ མཐའ་འཁོར་ལུ་ཕན་པ་ཡོད་པའི་གྲུབ་འབྲས་ལེ་ཤུ་བཏོན་ནི་ཡིན་རུང་ ས་ཁོངས་ལ་ལུ་ཅིག་ནང་
 གཤམ་འཁོད་ཀྱི་མཐའ་འཁོར་ལུ་ གཞོད་པ་ཚུ་འབྲུང་སྤྱི།

- གླིང་དགའི་ཡིག་ཚང་གསར་པ་དང་ ཉམས་བཅོས་ཀྱི་ལཱ་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ ཕྱགས་སྤྲིགས་དང་ ཅ་ཆས་
 འཛོན་སྤྱོད་ལས་བརྟེན་པའི་སྐབས་མ་བདེམ། ཞོར་གྱི་སྤར་ཁྲིམ་རྒྱབ་ནི། འགོ་འགུལ་གྱི་སྤར་ཁྲིམ། འབྲུང་རྒྱ་
 དང་ ཞིང་རྒྱ་རྒྱུང་བ་གི་རྒྱ་མཛོད་དང་ མི་ལམ་ཉམས་བཅོས་ཀྱི་ལཱ་ཚུ་ལས་བརྟེན་ ས་བཞོ་ རྩོམ་དང་ ཅ་ཆས་
 འཛོན་སྤྱོད་གི་སྐབས་མ་བདེམ།

- ལྷ་འབྲོག་ཚུ་ ར་བ་རྒྱབ་མི་ལུ་བརྟེན་ རི་དྲགས་ཀྱི་འགོ་འགུལ་ལུ་ སྐབས་མ་བདེམ།

- བལྟ་བཤམ་ལུ་བརྟེན་ གནས་ཚུའི་བྱེད་སྐབས་ཉམས་ནི།

༥.༢ འབྲུང་སྤྱི་དཔའི་མི་སྡེའི་གནས་སྤངས་ལུ་གཞོད་ཉེན།

ལས་འགུལ་འདི་གིས་ ཁྲོང་གསེབ་ཀྱི་འཛོ་བའི་གནས་སྤངས་ཡར་རྒྱས།

ལས་སྒྲུབ་	ཕན་གཞི་དུ་གྱུར་མཚན་	འབྲུང་སྤྱི་པའི་མཐའ་འཁོར་གྱི་ཕན་གཞི་དུ་	གདོང་ལེན་གྱི་ཐབས་ལམ་གྲོས་འཆར་	འགན་ཁག་ཕོག་མི་ལས་སྒྲུབ་
		གྱི་གྲངས་ཁ་མར་ཕབ་འགྱུར་ ནི་དང་ རྩོམ་རིགས་ གསར་པ་ཚུ་ རིན་གོང་མཐོ་ དག་དང་ བདག་འཛིན་ འབད་ནི་ལྷ་ཁག་ཡོད་པ།		༼མཁས་རིག་ རྒྱུ་རྒྱུར་༽
		མི་༼རྒྱུན་༽གཤིས་མངམ་ འཐོན་ཏེ་ རྩི་མ་ཞིམ་གྱིས་ གང་ནི་དང་ མེ་རྒྱུན་འབྲུང་ ནིའི་ཉེན་ཁ།	བུ་ཡོ་གཤིས་ཀྱི་འཕྲུལ་ཆས་ ལེགས་ཤོམ་འབད་སྤྱར་ བཞག་ནི་དང་ གཤིས་ཀྱི་དྲུང་ རྩུང་མཐུད་མཚམས་ཚུ་ ཉེན་སྲུང་ལྷན་པ་བཟོ་ནི།	
ས་ཆའི་གནས་སྤངས་ དང་མ་མཐུན་པའི་ཤིང་ རིགས་བརྩུག་ནི་	ཆུའི་ལག་ལེན་གྱི་རུས་ ལྷགས་དམའ་སྤྱོད་ལོང་ནི། ཆའི་གནས་སྤངས་དང་ སྤྱོམས་ཚད་དྲེད་གསལ་ཏེ་ས་ ཆའི་གནས་སྤངས་དང་བརྩུད་ མར་ཉམས་ནི།	ཤིང་སྤྱའི་རིགས་ཚུ་ ཆུའི་ དགོས་མཁོ། མེ་རྒྱུན། རྒྱུ་ ལྷན་རིགས་སྤྱ། མི་སྤྱའི་ དགོས་མཁོ། རྒྱུ་སྤྱེ་སྤྱོམ་འགྱུ་ཚུགས་པའི་ རུས་པ་དང་ ལམ་སྤོལ་དང་ མཐུན་མི་མཐུན་ཚུ་གི་ཐོག་ ལས་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི། ས་གནས་ཀྱི་ཤིང་སྤྱའི་རིགས་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི།	གླིང་དགའ་ཡིག་ ཚང་།	
		ལས་གཡོག་པ་ཚུ་གི་གནས་ སྤྲོལ་གྱི་སྤྲོལ་ལས་འཐོན་ པའི་ཕྱགས་སྤྲོལ་ཚུ།	ཕྱགས་སྤྲོལ་བསྐྱུ་ལེན་གྱི་ རྟོད་ཚུ་ སྤྲོལ་གྱི་མཐའ་ འཁོར་བཞག་ནི། སྤྲོལ་ནང་ལས་འཐོན་མི་ ཕྱགས་སྤྲོལ་ཚུ་ ཁྲོམ་སྤྱེ་ དང་ ས་གནས་ཀྱི་ཕྱགས་	གླིང་དགའ་ཡིག་ ཚང་། ༼བཟླ་རྟོག་༽ ཁག་འབག་ ༼ལག་ལེན་ འཐབ་ནི་༽

ལས་སྒྲུ་	ཕན་གཞི་དུ་གྱུ་མཚན་	འབྱུང་མིང་པའི་མཐའ་འཁོར་གྱི་ཕན་གཞི་	གདོང་ལེན་གྱི་ཐབས་ལམ་གྲོས་འཆར་	འགན་ཁག་ཕོག་མི་ལས་སྒྲུ་
			སྤྲིགས་བསྐྱུ་ལེན་གྱི་ལས་རིམ་ནང་བཙུག་ནི།	
		ལས་གཡོག་པ་ཚུ་གི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྐར་ལས་འཐོན་མི་བཅོལ་ཆུ།	ཆུ་འབྲུ་ས་དང་ཆབ་གསང་གི་ས་སྤོ་སོ་སོ་བཞག་ནི། རང་བཞིན་དང་མཐུན་པའི་ཆུ་འབྲུ་ནིའི་མཐུན་ཆུ་དང་ཆབ་གསང་བཅོ་བཏོད་འབད་ནི།	
	ཤིང་མེན་ནགས་ཚལ་གྱི་འཐོན་སྐྱེད་བཅོ་སྦྱར་འབད་མ་དུ་ཐབ་ཤིང་ལག་ལེན་འཐབ་ནི།	ནགས་ཚལ་ཉམས་ནིའི་གཞི་པ།	སྐམ་ནི་དང་ཕྱག་འཐག་ནིའི་འཕྲུལ་ཆས་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་སྤྱོད་ཐབ་ཤིང་ལག་ལེན་མར་ཡབ་རྒྱབ་ནི་དང་ཕྱག་སྤྲིགས་ཉུང་སྤྱོད་བཅོ་ནི།	གླིང་དགའ་ཡིག་ཚང་། ༼བཟླ་རྟོག་༽
	རྩ་འབྲོག་རེ་རེ་བཞིན་ར་བ་རྒྱབ་ནི།	རི་དྲགས་སེམས་ཅན་འགྲོ་འགྲུལ་ལུ་བར་ཆད།	ལྷགས་སྐྱེད་ར་བ་རྩེ་ཡོད་མི་མེན་པར་བྱ་མིག་གི་ར་བ་རྒྱབ་ནི། རི་དྲགས་འགྲོ་འགྲུལ་གྱི་ས་སྤོང་བཞག་ནི།	གླིང་དགའ་ཡིག་ཚང་དང་སྤོ་རྩེ་ལས་ཁུངས།
	རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ཉམས་སྤྱང་།	སྤོ་རྩེ་སེམས་ཅན་ལུ་གཞི་སྤོ་ནི།	སྤོ་རྩེ་དང་ལོ་ཐོག་གི་གཞི་སྤོ་ལུ་རྒྱུ་འབྱུང་བཅོ་ནི།	

མི་སྤྱོད་ལུ་ཕན་གཞི་

ལས་སྒྲུ་	ཕན་གཞི་དུ་གྱུ་མཚན་	འབྱུང་མིང་པའི་མི་སྤྱོད་ཕན་གཞི་	གདོང་ལེན་གྱི་གྲོས་འཆར་	འགན་ཁག་ལས་སྒྲུ་
རོས་འཛིན་འབད་	དང་ཕྱུའི་རྒྱུ་ལམ།	ས་ཆ་སྤྱོད་ནིའི་ཉེགས།	ལས་སྒྲུ་ཚུ་ས་གནས་ཀྱི་མི་སྤྱོད་དང་གླིང་དགའ་	

ལས་སྒྲུབ་	ཕན་གཞི་དུ་གྱི་རྒྱ་མཚན་	འབྲུང་སྤྱི་པའི་མི་སྡེའི་ ཕན་གཞི་དུ།	གཞི་ལེན་གྱི་གྲོས་འཆར་	འགན་ཁག་ ལས་སྡེ་
ཡོད་པའི་ས་ ཁོངས་རྒྱ་ནང་ གནས་གཤིས་ བསྐྱར་བའི་རིག་ པ་ལག་ལེན་ འཐབ་སྟེ་ས་ཆ་ ཉམས་གསོ་འབད་ ནི།	གནས་ཁྱིན་ཅན་དང་ མི་སྡེའི་སྡེ་གིས་སྤྱོད་ པའི་ས་ཁོངས་ཉམས་ ཏེ་འགྱུ་ཡོད་མི་རྒྱ་ནང་ ཤིང་བཅུག་ནི།		ཕན་གཞི་དུ་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མི་རྒྱ་ དང་གྲོས་བསྐྱར་འབད་དེ་འབད་ནི། མོ་གྱི་རྒྱ་ཆག་ཀླུ་ལམ་ཉམས་གསོ་ བཅོས་དང་ས་ཆ་ཉམས་གསོ་གི་ལཱ་ མཉམ་སྡེབས་འབད་ནི། གནས་ཁྱིན་ ཅན་པ་རྒྱ་ནང་སྤྱར་སྟེལ་དང་མཐུན་ པའི་ཤིང་རིགས་བཅུག་ནི་ལ་སོགས་པ་ རྒྱ་འབད་དེ་མི་སྡེ་ལུ་ཕན་པ་ཡོད་པ་ དང་སྤྱར་སྟེལ་གྱི་རིག་པ་ལག་ལེན་ག་ དེ་མང་མང་འཐབ་ནི། ལཱ་གཡོག་ག་ར་ལྷགས་ཆོག་ཉེན་ སྤྱང་ཅན་གྱི་ལྷན་ལག་བྱུང་དང་ སྤྱོ་བྱར་སྤྱན་བཅོས་གྱི་མཐུན་ཁྱེན་རྒྱ་ སྤྱོད་ནི།	ཡིག་ཚང་།
			ན་ཆོད་མ་སྤྱིན་པའི་ཨ་ལོ་རྒྱ་ལཱ་ གཡོག་གི་ནང་མ་བཅུག་ནི། ལཱ་གཡོག་པ་རྒྱ་གི་དོན་ལུ་གནས་ སྐབས་གྱི་ཆབ་གསལ་རྒྱུ་ནི། ལཱ་གཡོག་པ་རྒྱ་ལུ་ཉེན་སྤྱང་ལྷན་པའི་ འབྲུང་རྒྱ་ཁྱིན་ནི།	གྲིང་དགའ་ ཡིག་ཚང་ ༼བཟླ་ རྟོག་༽ ཁག་འབག་ ༼ལག་ ལེན་༽
ཡུན་བརྟན་དང་ གནས་གཤིས་ བསྐྱར་བའི་མཁས་ རིག་དང་ལྷན་པའི་ མི་སྡེ་ནགས་ཚལ་	མི་སྡེ་ནགས་ཚལ་ ཚོགས་པ་ནང་འཇུག་ ཞུགས།	སྤྱིང་ལཱ་འབད་མ་ རྒྱ་གས་མི་རྒྱ་ཚོགས་ པ་ནང་འཇུག་མ་ རྒྱ་གས་པ་ལས་བརྟེན་ མི་སྡེ་ནགས་ཚལ་ནང་		

ལས་སྒྲུབ་	ཕན་གཞི་དུ་གྱུ་མཚན་	འབྲུང་སྤྱིད་པའི་མི་སྡེའི་ ཕན་གཞི་དུ།	གཞི་རྒྱུ་ལེན་གྱི་གྲོས་འཆར་	འགན་ཁག་ ལས་སྡེ་
འཛིན་སྐྱོང་།		ལས་ འཐོན་སྐྱོང་མི་ ཐོབ་ནི།		
		མི་སྡེ་ནགས་ཚལ་ འཛིན་སྐྱོང་གི་ལུ་ནང་ ལུ་ བཀོད་བྱ་བ་གྱི་ ལས་འགན་འབག་མི་ ཨམ་སྤྱི་ཉུང་སྤྱི་ཡོད་པ།	ཚོགས་པ་ནང་ལུ་ འཕུས་མི་གྲལ་ཁར་ དབུལ་ཕོངས་གྱི་དཀའ་ངལ་ཡོད་མི་དང་ ཨམ་སྤྱིའི་འཕུས་མི་ཚུ་ཡང་ གཞན་ དང་འབྲེལ་མཉམ་བཟོ་ནི། དབུལ་ཕོངས་གྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་ནིའི་ ཐབས་ལམ་ཚུ་ཡང་ མི་སྡེ་ནགས་ཚལ་ གྱི་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་བཀོད་ནི།	གླིང་དགའ་ ཡིག་ཚང་
	མི་སྡེ་ནགས་ཚལ་གྱི་ ཐབས་ལམ་འདི་ མཐའ་འཁོར་ཉམས་ སྤྱད་དོན་ལུ་ཨིན་མ་ ལས་ དཔལ་འབྱོར་ གྱི་ཁེ་སན་སྤྱོད་མེད་པ།	མི་སྡེ་ནགས་ཚལ་ འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་ནིའི་ ཐབས་ལམ་དེ་ ཡུན་ བརྟན་འབད་བཞག་ ནིའི་དཀའ་ངལ།	མི་སྡེ་ནགས་ཚལ་འཛིན་སྐྱོང་གི་འཆར་ གཞི་ནང་ལུ་ ཡུན་བརྟན་ཡོད་པའི་ཚོང་ ལས་ཚུང་བ་ མི་སྡེ་ལུ་འོང་འབབ་བཟོ་ ཚུགས་པའི་ཐབས་ལམ་ཚུ་བཙུག་ནི།	གླིང་དགའ་ ཡིག་ཚང་
ཡུན་བརྟན་དང་ གཤམ་གཤིས་ བསྐྱུར་བའི་རིག་ པ་དང་ལཱ་ནང་པའི་ ཤིང་མེན་ནགས་ ཚལ་གྱི་འཐོན་ སྐྱོང་འཛིན་སྐྱོང་།	ཚད་འཛིན་མེད་མི་དང་ ཁྲིམས་འགལ་གྱི་སྒོ་ ལས་ ཤིང་མེན་འཐོན་ སྐྱོང་ཚུ་ བསྐྱུ་ལེན་ འབད་ཀྱི་མི།	མི་སྡེའི་བར་ན་ཉམས་ བཤད། འཐོན་སྐྱོང་ཚུ་ ཉམས་ འགྱུར་མེད་ཉམས་ལ།	ཡུན་བརྟན་འཛིན་སྐྱོང་དང་ བསྐྱུ་ལེན་ གྱི་ཐབས་ལམ་དགོས་པའི་འཐོན་སྐྱོང་ གྱི་ཐོབ་ཐོན་ནི། ཐོབ་ཐོན་ཡོད་པའི་འཐོན་སྐྱོང་ཚུའི་དོན་ ལུ་ ཡུན་བརྟན་འཛིན་སྐྱོང་དང་ བསྐྱུ་ ལེན་གྱི་ལམ་སྟོན་བཟོ་ནི། ཤིང་མེན་ནགས་ཚལ་འཐོན་སྐྱོང་གྱི་ ཚོགས་པ་བཟོ་ནི་དང་ ལམ་སྟོན་འདི་ ཚུ་ ཚོགས་པའི་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་ བཙུག་ནི། བཟུ་རྟོག་གི་ལས་འགན་ བཀལ་ནི།	གླིང་དགའ་ ཡིག་ཚང་

ལས་སྒྲུབ་	ཕན་གཞི་དུ་གྱུ་མཚན་	འབྲུང་སྤྱིད་པའི་མི་སྡེའི་ཕན་གཞི་དུ།	གཞི་དཔེ་ལེན་གྱི་གྲོས་འཆར་	འགན་ཁག་ལས་སྡེ་
			འཐོན་སྐྱོད་འདི་ཚུ་ འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་ ནིའི་སྐྱོང་བཅར་བྱིན་ནི། ཤིང་མེན་འཐོན་སྐྱོད་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་ འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་བཟོ་ནི།	
ཡུན་བརྟན་དང་ གཤམ་གཤིས་ བསྐྱར་བའི་མཁུ་ རིག་དང་ལྷན་པའི་ རྩ་འབྲེག་འཛིན་ སྐྱོང་།	རྩ་འབྲེག་གི་ལས་ ལུགས་དང་ དབང་ཆ་ གི་སྐྱོར་ལས་ གོ་བ་ བརྟན་སྤྱོད་མེད་མི།	སློ་ཞོར་སེམས་ཅན་གྱི་ ཁྱུ་ རྩ་འབྲེག་གཅིག་ ལས་ གཅིག་ནང་ འཇུག་ནི་དང་ ཞོར་ རྩིས་གི་བར་ན་ རང་ སོའི་རྩ་འབྲེག་བདག་ འཛིན་གྱི་ཉེ་གས་འཐོན་ མི།	རྩ་འབྲེག་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྐྱོར་ལས་ གོ་ བ་བརྟན་སྤྱོད་དང་ གསལ་བཤད་འབད་ ནི།	གྲིང་དགའ་ ཡིག་ཚང་
			རང་བཞིན་གནས་སྤངས་དང་མཐུན་ པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱིས་རྒྱབ་ ཞེན་མ་ལས་ བཟུ་བཤུ་ལུ་ ཞོར་རྩིས་གི་ཉེ་གས་སྤྱོད་ཀྱི་བཅོང་ ཤེས་བས་སྤྱི་གཞི་ནི།	
	སེམས་ཅན་ཚུ་ ག་ དགའ་མ་འབད་རྩ་ འབྲེག་ནང་གཏང་མི།	ཡུན་བརྟན་མ་ཡིན་པའི་ རྩ་འབྲེག་སྤྱོད་ཐངས།	སའི་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་དང་ཀྱི་བའི་ གནད་སྤྱོད་ཀྱི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ རྩ་འབྲེག་ གི་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི་བཟོ་ནི།	སློ་ཞོར་ལས་ ཁུངས་

རེ་འུ་མིག་ ༡༢ : ཕན་གཞི་དུ་དང་ དེ་ཚུའི་གཞི་དཔེ་ལེན་ - ཆམས་ཀྱི་ལ་པ།

ལས་སྒྲུབ་	ཕན་གཞི་དུ་གྱུ་མཚན་	འབྲུང་སྤྱིད་པའི་མི་སྡེའི་ཕན་གཞི་དུ།	གཞི་དཔེ་ལེན་གྱི་གྲོས་འཆར་	འགན་ཁག་ལས་སྡེ་
ཕན་ལུས་ཅན་གྱི་ ཕུགས་སྤྱི་གས་	མཁྱོད་མ་དང་ བཟུ་ བཤུ་ལུ་གི་གྲུངས་ལ་	ཕུགས་སྤྱི་གས་མང་སྤྱོད་འཐོན་ ནི།	ནགས་ཚལ་དང་ རང་ བཞིན་གནས་སྤངས་ཉེ་གས་	རྫོང་ཁག་རང་ བཞིན་གནས་

ལས་སྒྲུབ་	ཕན་གཞི་དུ་གྱུར་མཚན་	འབྲུང་སྤྱི་པའི་མི་སྡེའི་ཕན་གཞི།	གཞི་རྒྱུ་གྱི་གྲོས་འཆར་	འགན་ཁག་ལས་སྡེ་
འཛིན་སྐྱོང་ལས་ཅིམ།	ཡར་སེང་འགྲོ་མི།		སྤྱད་གི་བྱ་བའི་གནད་སྤྱོད་ དོན་ཚན་༤༧པའི་༥པ་དང་ ཕྱགས་སྟིགས་འཛིན་སྐྱོང་གི་ བཅའ་ཁྲིམས་དང་འབྲེལ་ ཕྱགས་སྟིགས་འཛིན་སྐྱོང་གི་ ཐབས་ལམ་བཟོ་ནི།	སྤངས་འགོ་དཔོན་ ༼མཁས་རིག་ རྒྱལ་སྐྱོར་༽
གཙོ་རིམ་ཅན་གྱི་ རྒྱུ་རྒྱུ་གི་ས་ ཁོངས་ཚུ་ནང་ གྱུ་ ལྷན་རིམ་ལུགས་ དང་ གནམ་ གཤིས་བསྐྱར་བའི་ མཁས་རིག་དང་ ལྷན་པའི་རང་ བཞིན་སོ་ནམ་གྱི་ ཐབས་ལམ་དང་ རིག་པ་ཚུ་ འགྲེམས་སྟོན་ འབད་ནི།	སོ་ནམ་གྱི་འཐོན་སྐྱོད་ མངམ་བཞོན་ནིའི་དོན་ ལུ་ འཕྲུལ་ཆས་དང་ སྤྲན་རྒྱུ་ལག་ལེན་ འཐབ་མི།	ས་རུད། སའི་བརྒྱུད་ཉམས་ ནི་དང་ མ་འོངས་པ་ནང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ མར་ཉམས་འགྲོ་ནི།	འཕྲུལ་སྤྱད་སྤྱོད་ལག་ལེན་ ༼མ་༽མི་འཐབ་ནི། སའི་ བརྒྱུད་མ་ཉམས་ནིའི་དོན་ལུ་ རང་བཞིན་མེན་པའི་རྒྱུ་ སྤྱོད་ཚུ་ ལག་ལེན་མི་འཐབ་ ནི། རང་བཞིན་སོ་ནམ། རང་ བཞིན་དང་ལྷན་པའི་ས་མོ་ ཐངས་ རང་བཞིན་གྱི་ལུད་ རྒྱགས་ནི། ས་བརྒྱུད་བདག་ འཛིན་འཐབ་ནིའི་ཐོག་ཚུ་ འཛུགས་སྐྱོང་འབད་ནི་ལ་ སོགས་པའི་ལས་འགུལ་གྱི་ རྒྱལ་སྐྱོར་ཐོག་ལས་ གོང་ འཕེལ་གཏང་ནི།	གྲིང་དགའ་ཡིག་ ཚང་དང་ སོ་ ནམ་ལས་ཁུངས། སོ་ནམ་ཚོང་ འབྲེལ་དང་ མཉམ་ལས་ ཚོགས་སྡེའི་ལས་ ཁུངས།
རིད་གས་སེམས་ ཅན་གྱི་གཞི་པ་ བཀག་ནིའི་དོན་ ལུ་ ཕན་ལུ་ཆེ་ བའི་རིག་པ་	ལོ་ཐོག་ས་སོར་བཏབ་ ནི་འགོ་བཙུག་ནི།	ལོ་ཐོག་གི་ནད་གཞི་གསར་པ་ གིས་ གཞི་པ་བཀག་ནི།	ལོ་ཐོག་གསར་པ་ཚུ་མ་བཏབ་ ལས་ འབྲུག་སོ་ནམ་དང་ བཟའ་སྤྱོད་ཁྲིམས་དོན་དབང་ འཛིན་དང་ རྒྱལ་ཡོངས་སྡོ་ ཤིང་ཉམས་སྤྱད་ལྷེ་བ་གཉིས་	གྲིང་དགའ་ཡིག་ ཚང་། ལས་འགུལ་ཡིག་ ཚང་། ༼མཉམ་འབྲེལ་༽

ལས་སྒྲུབ་	ཕན་གཞི་དུ་གྱུ་མཚན་	འབྱུང་ཁྱིམ་པའི་མི་སྡེའི་ཕན་གཞི་དུ།	གཞི་རྒྱུ་ལེན་གྱི་གྲོས་འཆར་	འགན་ཁག་ལས་སྡེ་
གསར་པ་ དཔེ་ འབདན་ ལོ་ཐོག་ སོར་བཏབ་ནི། ཆར་པ་གི་ཚུ་བསྐྱུ་ ལེན་འབད་ནི། ས་ཁོངས་གྱི་ མཐུན་ཆུན་དང་ ཚུ་དངོས་གོང་ འཕེལ་གཏང་ནི་ དང་ སྤྱི་ཐུན་གྱི་ བཀག་སྡོམ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ ནི།			ལས་ ལག་ཁྱེར་ལེན་ནི།	
རི་དྭགས་སེམས་ ཅན་གྱིས་ ཚུ་ དངོས་ལུ་གཞི་དུ་ པ་མང་སུ་བཀག་ སའི་ས་ཁོངས་ སྤྱང་སྤྱོད་ས་ ཁོངས་ནང་ན་ཚུད་ མི་ཚུ་ནང་ བཀག་ཞིའི་མཐུན་ ཆུན་བཙུག་ནི།	མི་སྡེའི་གཞི་ཆགས་ས་ ཁོངས་དང་ རི་དྭགས་ གྱི་བར་ན་རང་བཞིན་ གྱི་ར་བ་མེད་པ་ཡིན།	མི་དང་ རི་དྭགས་སེམས་ ཅན་གྱི་བར་ན་ སྤྱབས་མ་ བདེས།	མི་སྡེ་ནགས་ཚལ་ཚུ་ མི་ དང་ རི་དྭགས་སེམས་ ཅན་གྱི་བར་ན་ ར་བ་འབད་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི།	གླིང་དགའ་ཡིག་ ཚང་དང་ མི་སྡེ་ ནགས་ཚལ་སྡེ་ ཚན།
	གནམ་གཤིས་གྱི་ གཞི་དུ་ཆུན་	ཆུང་འཕྲོད་དང་ ཆུང་ ཆར་པ། ཚུ་རུད།	མི་སྡེ་ནགས་ཚལ་འདི་ཚུ་ མི་སྡེའི་ས་ཁོངས་ཚུ་ གནམ་གཤིས་གྱི་གཞི་དུ་པ་	གླིང་དགའ་ཡིག་ ཚང་དང་ མི་སྡེ་ ནགས་ཚལ་སྡེ་

ལས་སྒྲུབ་	ཕན་གཞི་དུ་གྱུ་མཚན་	འབྱུང་སྤྱི་པའི་མི་སྡེའི་ཕན་གཞི།	གདོང་ལེན་གྱི་གྲོས་འཆར་	འགན་ཁག་ལས་སྡེ་
			ལས་བཀག་ནིའི་ཐབས་ལམ་འབད་ལག་ལེན་འཐབ་ནི།	ཚན།
		རྒྱ་ཚད་རྒྱུང་པའི་རྒྱུ་ལམ་བདེ་སྟེ་ ཐུག་རྒྱུ་གྱི་ཉེན་ལ།	རྒྱུ་ལམ་རྒྱ་ཚད་ཉུང་ཤོས་མེད་ 'ལྷ' བཞག་ནི།	གླིང་དགའ་ཡིག་ཚད། ༼བཟླ་རྟོག་༽ ཁག་འབག་༼ལག་ལེན་༽
		ལམ་གསར་པ་སེལ་མི་ལུ་བརྟེན་ མཐའ་འཁོར་ལུ་གཞོན་པ།	རྟེ་མ་ལས་ཡོད་པའི་རྒྱུ་ལམ་དང་ གཅིག་འབད་བཟོ་ནི།	གླིང་དགའ་ཡིག་ཚད་དང་ བཞོན་འོག་བདག་སྦྱོང་།
		ས་རྒྱུད་འཕུག་བདེ་ནི།	ས་སྒོ་ཉུང་སྒྲུ་སེལ་ནི། རི་གཟར་དག་ སྒྲེ་ལྷན་རིགས་སྤྱི་ལོ་ཁོངས་གལ་ཅན་ཚུ་ནང་ལས་ རྒྱུ་ལམ་མི་སེལ་ནི། རྒྱུ་ལམ་དང་ཤིང་སྤྱི་ལོ་ཁོངས་འབད་འབྱུང་བཞག་ནི། རིའི་འགྲུང་ཉེན་སྒྲུང་བཟུག་ནི།	གླིང་དགའ་ཡིག་ཚད། ༼བཟླ་རྟོག་༽ ཁག་འབག་༼ལག་ལེན་༽
	མེ་སྒོར་ལྷིང་ནི། ས་ཁོངས་གོང་འཕེལ་དང་ ལེགས་བཅོས།	ས་ཁོངས་དང་ དེའི་མཐའ་འཁོར་ལུ་ ས་བཞོན་ རྟོ་ལུ་ལས་བརྟེན་ ས་སྤྱིང་སྤྱིང་མེད་པ་བཟོ་ནི་དང་ རྒྱུ་ཚད་ནི།	མེ་སྒོར་ལྷིང་སའི་ས་སྒོ་སོ་སོ་བཟོ་ནི་དང་ ཐལ་ཕྱ་བཞོན་སའི་ས་སྒོ་ཚུ་བཟོ་ནི། རྒྱུ་ཚད་སའི་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་ ཤིང་བཟུག་ནི། གཏན་བཞག་གི་ཕྱིག་པ་རྒྱབ་ནི།	གླིང་དགའ་ཡིག་ཚད། ཁག་འབག།

ལས་སྒྲུབ་	ཕན་གཞི་དུ་གྱུ་ མཚན་	འབྲུང་སྤྱི་པའི་མི་སྡེའི་ཕན་ གཞི།	གདོང་ལེན་གྱི་གྲོས་འཆར་	འགན་ཁག་ལས་ སྡེ་
གླིང་དགའ་དྲུག་ནང་ གསར་པ་རྒྱབ་ནི་དང་ གླིང་དགའ་བཞི་ནང་ རྒྱ་བསྐྱེད་གཏང་ནི།		པར། སྤར་སྒོལ་ལམ་ལུགས་ དང་ མཐུན་མི་མཐུན།	གནས་གཞུང་དང་གྲོས་ བསྟུན་ཐོག་ལས་འབད་ནི། བཟོ་བཤུལ་གྱི་རྒྱ་ལམ་རྒྱ་ དང་སྤྱི་ལམ་བདེ་སྟེ་སེལ་ ནི།	
	སྤར་བྱིས་རྒྱབ་ནི།	ས་གནས་གྱི་ལམ་སྒོལ་ལུ་ གཞི་དུ་པ་དང་ ཉམས་ཆགས།	སྤར་གྱི་ས་ཁོངས་རྒྱ་ རྩོད་ ལྟ་ཁང་དང་ དཔོན་སྡེ་ ༼འདི་རྒྱ་ལས་ མི་ཁྲར་ ༥༠༠གི་ས་ཁར་རྒྱབ་ནི། ས་ཁོངས་རྒྱ་གིས་ ས་ གནས་གྱི་ལམ་སྒོལ་ལུ་ གཞི་དུ་པ་མེད་པའི་དྲན་ཐོ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི།	
			ལམ་སྒོལ་དང་འབྲེལ་བའི་ མཐུན་རྒྱུན་ཡོད་པ་ཅིན་ མི་ ཁྲར་༡༠༠གི་ནང་ལུ་ ས་ ཁོངས་སོ་སོ་འཛུལ་ནི་དང་	གླིང་དགའ་ཡིག་ ཚང་དང་ གེད་ འོག།
	ངལ་འཛོལ་པའི་ཁང་ བྱིས་རྒྱབ་ནི།			
	གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་ གྱི་བཟོ་བཀོད།	བཟོ་བཀོད་དང་ གཞི་བཀོད་ རྒྱ་ ས་གནས་གྱི་ལམ་ ལུགས་སྒོལ་དང་ མ་ མཐུན་མ།	བཟོ་བཀོད་དང་ གཞི་ བཀོད་རྒྱ་ གླིང་བྱིས་གྱི་ལམ་ ལུགས་༢༠༠༩དང་ གཞན་ འབྲེལ་ཡོད་ལམ་ལུགས་དང་ འབྲེལ་ནི།	
		ས་ཆ་གླིང་གླིང་མེད་པའི་ས་	བཟོ་བཀོད་དང་ གཞི་	གླིང་དགའ་ཡིག་

ལས་སྒྲུབ་	ཕན་གཞི་དུ་གྱུ་ མཚན་	འབྲུང་སྤྱི་པའི་མི་སྤྱིའི་ཕན་ གཞི།	གཞི་ལེན་གྱི་གྲོས་འཆར་	འགན་ཁག་ལས་ སྤྱེ་
		ཁོངས་ནང་ལུ་ མཐུན་ཀྱིན་ ཚུ་བཅུག་པ་ཅིན་ ཀྱིན་ངན་ འབྲུང་ནིའི་ཉེན་ལ།	བཀོད་གྱི་ལུ་ཚུ་མ་འབད་མ་ ལས་ ས་ཆའི་གནས་སྤངས་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་ནི།	ཚང་།
	བཟོ་བསྐྱུན་གྱི་ལུ་ ཚུ་ནང་ ལུ་ གཡོག་པ་བཅུག་ནི།			
སྤྱང་སྒྱུབ་ས་ཁོངས་ཚུ་ ནང་ རང་བཞིན་ གནས་སྤངས་ལུ་ བརྟེན་པའི་ཚོང་ལུ་ ༣༠བཅུག་ནི།	རང་བཞིན་གནས་ སྤངས་ལུ་བརྟེན་ པའི་ཚོང་ལུ།	ཚོང་ལུ་འབད་མི་དང་ ཚོང་ འབྲེལ་མེན་པར་ རང་བཞིན་ གྱི་འཐོན་སྐྱེད་སྤྱོད་མི་ས་ གནས་གྱི་མི་ཚུའི་བར་ན་ ཉེག་ས་ཅོད།	ཚོང་ལུ་འགོ་མ་བཅུག་པའི་ཉེ་ མ་ མི་སྤྱེད་དང་ མཐའ་ འཁོར་གྱི་ཕན་གཞི་དུ་བརྟེན་ ཞིབ་འབད་ནི། འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ས་གནས་ གྱི་མི་སྤྱེ་ཚུ་ལས་ལས་ཉེག་ས་ མེད་ལེན་ནི།	གླིང་དགའ་ཡིག་ ཚང་། མེད་འོག།
སྤྱང་སྒྱུབ་ས་ཁོངས་ ནང་ན་ཡོད་པའི་ཤིང་ མེན་འཐོན་སྐྱེད་ཚུའི་ ཚོང་འབྲེལ་གོ་སྐབས། གཤམ་གཤམ་བསྐྱར་ བ་ལུ་བརྟེན་པའི་ གཞི་དུ་ཉེན་དང་ ཡུན་ བརྟེན་ཚུ་ བརྟེན་ ཞིབ་འབད་ནི།	ཤིང་མེན་ནགས་ ཚལ་གྱི་འཐོན་སྐྱེད་ ཚུ་ ཚོང་འབྲེལ་ འཐབ་ནི།	རང་བཞིན་གནས་སྤངས་ལུ་ བརྟེན་པའི་ཚོང་ལུ། ཚོང་ལུ་འབད་མི་དང་ ཚོང་ འབྲེལ་མེན་པར་ རང་བཞིན་ གྱི་འཐོན་སྐྱེད་སྤྱོད་མི་ས་ གནས་གྱི་མི་ཚུའི་བར་ན་ ཉེག་ས་ཅོད།	ཚོང་ལུ་འགོ་མ་བཅུག་པའི་ཉེ་ མ་ མི་སྤྱེད་དང་ མཐའ་ འཁོར་གྱི་ཕན་གཞི་དུ་བརྟེན་ ཞིབ་འབད་ནི། འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ས་གནས་ གྱི་མི་སྤྱེ་ཚུ་ལས་ལས་ཉེག་ས་ མེད་ལེན་ནི།	གླིང་དགའ་ཡིག་ ཚང་། མེད་འོག།

རེའུ་མིག་ ༡༣ : ཕན་གཞི་དུ་དང་ དེ་ཚུའི་གཞི་ལེན་- ཆམས་- ག་པ།

ལས་སྒྲུབ་	ཕན་གཞི་དུ་གྱུ་མཚན་	འབྲུང་སྤྱི་པའི་མི་སྡེའི་ ཕན་གཞི།	གདོང་ལེན་གྱི་གྲོས་ འཆར་	འགན་ཁག་ལས་སྡེ་
ཕྱི་ཁའི་སྤྱི་ལུན་གྱི་ རིགས་གཞི་ཉེན་ ཅན་ཚུའི་ཐོ་བཀོད་རྒྱུ་ སྟེ་བྱ་བ་སྤྱི་ལུ་བཀག་ སྡོམ་འབད་ནི།	ཕྱི་ཁར་གྱི་སྤྱི་ལུན་ རིགས་བྱ་བ་སྤྱི་ལུ།	ས་གནས་གྱི་སྤྱི་ལུན་ རིགས་ལུ་གཞི་ཉེན།	ཕྱི་ཁའི་སྤྱི་ལུན་རིགས་ཚུ་ རོས་འཛིན་འབད་དེ་ བྱ་བ་སྤྱི་ལུ་བཀག་སྡོམ་ འབད་ནིའི་ཐབས་ལམ་ བཏོན་ནི།	གླིང་དགའ་ཡིག་ཚང་ དང་གླིང་དགའ་ ཞབས་རྟོག་ལས་ ཁུངས། རྒྱལ་ཡོངས་སྡེ་ཤིང་ ཉམས་སྤྱད།
	ས་ཁོངས་ཉམས་གསོའི་ དོན་ལུ་སྤྱི་ལུན་ རིགས་སྤྱི་ལུ་འཛུགས་ སྤྱོད།	འཛུགས་སྤྱོད་གི་ས་ ཁོངས་ཚུ་དང་ཕྱི་ལས་ ས་གནས་གྱི་མི་སྡེ་ལུ་ དབང་ཆ་ཡོད་པའི་ས་ ཁོངས་དང་སྤྱོད་ཅེས་ སེམས་ཅན་འཛུགས་འི་ ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ཐོག་ སྤྱོད་ནི། ཉམས་གསོའི་ས་ཁོངས་ ཚུ་ནང་ཤ་བདའ་སའི་ གནས་ལུ་འགྱུར་ནིའི་ ཉེན་ལ།	འདི་བརྩམ་མའི་ཉམས་ གསོ་འབད་དགོས་པའི་ ས་ཁོངས་ཚུ་མི་སྡེ་ དང་གྲོས་བསྟུན་ཐོག་ རོས་འཛིན་འབད་དེ་ མཉམ་ཁུབ་ཐོག་ འཛིན་སྤྱོད་འཐབ་ནི།	གླིང་དགའ་ཡིག་ཚང་། ཁྱེད་ལོག།
གནམ་གཤིས་བསྐྱར་ བའི་གཞི་ཉེན་བཀག་ ཐབས་གྱི་དོན་ལུ་ དལ་གྱིས་བབ་པའི་ གཙང་ཆུ་བདག་ འཛིན་དང་འཛིན་སྤྱོད་ འཐབ་ནི།	གཙང་ཆུའི་ལག་ལེན་ འཐབ་ནི་ལས་བཀག་ འཛིན།	ཞིང་ཆུ་མི་ལང་ནི།	རྒྱུ་ལས་ལས་མི་ དགོས་པའི་ཤིང་རིགས་ ཚུ་ས་ཆ་ཉམས་ གསོའི་ཤིང་འཛུགས་ སྤྱོད་དོན་ལུ་ལག་ལེན་ འཐབ་ནི།	གླིང་དགའ་ཡིག་ཚང་། རྒྱལ་ཡོངས་སྡེ་ཤིང་སྤྱད་ སྤྱོད་ལུ་བ།

མི་སྡེའི་ཕན་གཞི་དུ།

ལས་སྒྲུབ་	ཕན་གཞི་དུ་གྱུ་མཚན་	འབྲུང་སྤྱིད་པའི་མི་སྡེའི་ ཕན་གཞི་དུ།	གདོང་ལེན་གྱི་གྲོས་ འཆར་	འགན་ཁག་ལས་སྡེ་
སེམས་ཅན་སྤྲུག་དང་ གངས་གཟིག་གི་དོན་ ལུ་ གནམ་གཤེས་ བསྐྱར་བ་གི་མཁའ་ས་ རིག་དང་ལྷན་པའི་ ཉམས་སྲུང་གི་འཆར་ གཞི་བཙུག་ནི། ༼དེ་ གི་གངས་སུ་མི་ལུ་ཕན་ པའི་གནམ་གཤེས་ བསྐྱར་བའི་གདོང་ལེན་ ཚུ་ཡང་ཚུད་དགོས་༽	སྤྲུག་དང་ གངས་ གཟིག་གི་གྲངས་ཁ་ ཡར་སེང་།	མི་དང་སེམས་ཅན་གྱི་ ཆོ་སྤྲུག་ལུ་ ཉེན་ལ།	དུས་ཚོད་ཁར་སྤོང་ ཚུགས་པའི་ཡུན་བརྟན་ གྱི་འཐུས་སྤྱོད་ནིའི་ལམ་ ལུགས་གཞི་བཙུག་ འབད་ནི། རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ གྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་ ནིའི་ཐབས་ཤེས་ཚུ་ སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ ཉམས་སྲུང་གི་འཆར་ གཞི་ནང་བཙུག་ནི།	གླིང་དགའ་ཡིག་ཚང་།
སྲུང་སྐྱོབ་ས་ཁོངས་ཚུ་ ནང་ བཟུ་རྟོག་ལེགས་ ཤོམ་འབད་ནི།	བཟུ་རྟོག་	བཟུ་རྟོག་འབད་མ་ ཚུགས་པའི་ས་ཁོངས་ ཚུ་ནང་ ཤ་བདའ་ནིའི་ ཉེན་ལ།	ས་གནས་གྱི་མི་ཚུ་ལུ་ ཐོབ་ལམ་རེ་སྤོང་དེ་ བཟུ་རྟོག་དང་ སྤྲུ་ཁུ་ འབད་བཙུག་ནི།	གཞི་འོག།
རྒྱལ་ཡོངས་གྱི་གནས་ ཚད་ལུ་བརྟག་ཞིབ་ མཐིལ་ཕྱིན་འབད་དེ་ སྤྱི་ལཱ་རིགས་སྤྱི་ཚེ་ དྲག་ ས་ཆ་ཉམས་ ཆག་ཐོག་མི་དང་ གནམ་གཤེས་བསྐྱར་བ་ གིས་གཞི་མ་ཚུགས་ པའི་ས་ཁོངས་ཚུ་ རོས་ འཛིན་འབད་ནི།	ཉམས་ཆག་ཐོག་མི་ས་ ཁོངས་རོས་འཛིན།	མི་༼སྤྱིའི་༽སྤྱི་གིས་ ལག་ལེན་འཐབ་སྡེ་ ཡོད་པའི་ས་ཁོངས་ དཔེ་འབད་ན་ དང་ཕྱིའི་ རྒྱལ་ཡུལ་ གནས་དང་ དམངས་གི་ས་ཚུ་གི་ནང་ ལུ་ ཉམས་སྲུང་གི་ལུ་ འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ ཉོགས་འཐོན་སྤྱིད་ནི།	ཉམས་གསོའི་ལུ་ཚུ་ ས་གནས་གྱི་མི་སྡེ་དང་ གཞུང་དང་ གོ་ཤེས་ ཉན་ཤེས་ཚུ་དང་ ༼གནས་?༽ ༼ཆལ་?༽དང་ མཐའ་འཁོར་ཉམས་ སྲུང་གི་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༧ཅན་མའི་དོན་ ཚན་༤༤དང་འབྲེལ་	གླིང་དགའ་ཡིག་ཚང་། རྫོང་ཁག། གཞི་འོག། ནགས་ཆལ་དང་ གླིང་ དགའ་ཞབས་རྟོག་ལས་ ཁུངས།

ལས་སྒྲུབ་	ཕན་གཞི་དུ་གྱུ་མཚན་	འབྲུང་སྤྱི་པའི་མི་སྡེའི་ ཕན་གཞི་དུ།	གདོང་ལེན་གྱི་གྲོས་ འཆར་	འགན་ཁག་ལས་སྡེ་
			གྲོས་བསྐྱུན་ཐོག་ལས་ འབད་ནི།	
སྤྱང་སྦྱོབ་གྱི་ས་ཁོངས་ ནང་ལུ་ གཞི་རྟེན་མཁོ་ ཆས་རྒྱབ་ནིའི་དོན་ལུ་ གནམ་གཤིས་བསྐྱར་བ་ གི་མཁུ་རིག་དང་ ལྷན་པའི་བཟོ་བསྐྱུན་གྱི་ གཞི་ཅ་བཅུམ་ནི།	རང་བཞིན་གནས་ སྤངས་དང་མཐུན་པའི་ ཐབས་ལམ་དང་ མཁུ་རིག།			
སྦྱེ་ལྷན་རིམ་ལུགས་ ཞབས་རྟོག་འཐུས་གྱི་ ལམ་ལུགས་འགོ་ བཅུམ་ནི། ཞབས་རྟོག་ དཔེ་འབདན་ སྤྱིང་ དགའ་ནང་འཛུལ་ ཞུགས་གྱི་འཐུས། རྒྱུ་ རིན་གོང་ལ་སོགས་པ།	སྦྱེ་ལྷན་རིམ་ལུགས་ ཞབས་རྟོག་གི་ཞབས་ རྟོག་	རིམ་ལུགས་དང་ ཞབས་རྟོག་གི་དབང་ཆ། འོང་འབབ་འཛིན་སྦྱོང་ གི་ཉམས་འོང་སྤྱིད་ནི།	ལམ་ལུགས་བཟོ་བའི་ སྐབས་ལུ་ ཞབས་ རྟོག་བྱིན་མི་དང་ སྦྱོང་ མི་ག་ར་འབྲེལ་ གཏོགས་འབད་ནི།	སྤྱིང་དགའ་ཡིག་ཚང་། ལས་འགུལ། འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ག་ར།
སྦྱེ་ལྷན་རིམ་ལུགས་གྱི་ ཞབས་རྟོག་རྒྱུ་རིན་ གོང་གི་དབྱེ་ཞིབ་ཞབས་ རྟོག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ད་ ལྟོ་ཡོད་པའི་སྤྱིད་བྱུས་ ལུ་ བསྐྱར་ཞིབ་དང་ ལེགས་བཅོས་འབད་ནི།	ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་སྤྱིད་བྱུས་ ལུ་ ལེགས་བཅོས་ འབད་ནི།	སྤྱིད་བྱུས་གཞན་དང་ གཅིག་ཁར་ཡོད་པའི་ འབྲེལ་མཐུན་ལུ་ མེད་པ་བཟོ་ནིའི་ཉེན་ཁ།	འཐུག་གཞུང་གི་དབུལ་ ཐོངས་དང་ རང་ བཞིན་གནས་སྤངས་གྱི་ གནད་དོན་འབྲེལ་ཡོད་ འཆར་གཞི་དང་ ལས་ རིམ་ལུ་ནང་བཅུག་ནིའི་ ལམ་སྟོན་དང་འཁྲིལ་ནི།	སོ་ནམ་ལྷན་ཁག། ལས་འགུལ། ༼མཉམ་འབྲེལ་ཡིག་ ཚང་༽ སྤྱིང་དགའ་ཡིག་ཚང་།

རེའུ་མིག་ ༡༤ : ཕན་གཞོན་དང་ དེ་ཚུའི་གཞོང་ལེན། ཆེ་གས་- ག་པ།

ལས་སྒྲུ་	ཕན་གཞོན་གྱི་རྒྱ་མཚན་	འབྱུང་སྤྱིད་པའི་མི་སྡེའི་ ཕན་གཞོན།	གཞོང་ལེན་གྱི་གྲོས་ འཆར་	འགན་ཁག་ལས་སྡེ་
གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་ གསར་སྐྱབ་དང་ ཉམས་བཅོས་འབད་ནི།	གྲིང་དགའ་དང་ རི་ དུགས་གྱི་བར་ལམ་ནང་ འཁོད་ལུ་ མཁོ་ཆས་ རྒྱབ་དགོས་པའི་ས་ ཁོངས་ཚུ་ནང་།	ས་གནས་གྱི་ལམ་སྲོལ་ དང་ གཙང་བ་ལུ་ གཞོན་ཉེན།		གྲིང་དགའ་ཡིག་ཚང་། ཆེད་འོག།
	གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་གྱི་ བཟོ་བཞོན།	བཟོ་བཞོན་དང་ གཞི་ བཞོན་ཚུ་ ས་གནས་ གྱི་ལམ་སྲོལ་དང་ རང་ བཞིན་དང་མི་མཐུན་ ། རྒྱུ་ལྡན་གྱི་དང་ རྒྱུ་ལྡན་གྱི་གཞོན་ཉེན།		གྲིང་དགའ་ཡིག་ཚང་ དང་ ཆེད་འོག།
	གྲིང་དགའ་དང་ རི་ དུགས་འགོ་འགྲུལ་གྱི་ བར་ལམ་གཅིག་ལས་ མངམ་ ཆེད་འོག་ གཅིག་ནང་ཕྱག་ཡོད་པ་ དང་། གྲིང་དགའ་དང་ རི་ དུགས་འགོ་འགྲུལ་གྱི་ བར་ལམ་གཅིག་གི་ནང་ ཆེད་འོག་ལེ་ཤ་ཚུ་ ཡོད་པ།	ས་གནས་གཞུང་ལུ་ བདག་སྐྱོང་མགོ་སྟོག་ དག་གི་དཀའ་ངལ། ས་མཚམས་ངོ་མ་ཉིང་ སངས་སངས་འབད་མ་ ཤེས་པའི་དཀའ་ངལ།	གྲོས་བསྐྱུན་ཐོག་ལས་ གྲིང་དགའ་དང་ རི་ དུགས་འགོ་འགྲུལ་གྱི་ བར་ལམ་ཚུའི་ས་ ཁོངས་དང་ ས་ མཚམས་ཉིང་སངས་ སངས་དང་ སྐྱབས་ བདེ་ཉོག་ཉོ་བཟོ་ནི། ཆེད་འོག་གི་ས་ མཚམས་དང་ སྐྱང་ སྐྱོབ་ས་ཁོངས་གྱི་ས་ མཚམས་གཉིས་ མཐུན་སྒྲིག་བཟོ་ནི། གྲིང་དགའ་དང་ རི་	གྲིང་དགའ་ཡིག་ཚང་། ཚོང་ཁག། ཆེད་འོག། ནགས་ཚལ་དང་ གྲིང་ དགའ་ཞབས་ཉོག་ལས་ ཁུངས།

ལས་སྒྲུབ་	ཕན་གཞི་དུ་གྱུ་མཚན་	འབྱུང་ཁྱིམ་པའི་མི་སྡེའི་ ཕན་གཞི་དུ།	གདོང་ལེན་གྱི་གྲོས་ འཆར་	འགན་ཁག་ལས་སྡེ་
			དུགས་འགྲོ་འགྲུལ་བར་ ལམ་གྱི་ལས་འགན་ཚུ་ ཆེད་འོག་གི་ས་ མཚམས་དང་བསྐྱེད་ སྐྱབས་བདེ་ཉག་ཉི་བཅོ་ ནི། དཔེ་འབདན་ མཐའ་འཁོར་ཉམས་ སྤྱང་གི་ལས་འགན་ཚུ་ གླིང་དགའི་ཡིག་ཚང་ གིས་འབག་ནི་དང་ ནགས་ཚལ་གྱི་ཞབས་ ཉོག་ ? རྒྱུད་ཚུ་ རི་ དུགས་བར་ལམ་ཡིག་ ཚང་གིས་འབག་ནི།	

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེ་དང་འབྲེལ་བའི་འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད།

ནགས་ཚལ་སྤྱང་སྐྱོབ་ཞབས་ཏྲུག་ལས་ཁུངས་(༢༠༡༡)་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ཀླུ་ཁབ་གྱི་ས་ཆ་བརྒྱ་ཆ་༡༠.༤༤འདི་
ནགས་ཚལ་གྱིས་བྱུང་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་པ་ལས་ འབྲུག་འདི་ རང་བཞིན་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལེགས་ཤོམ་
སྟེ་ སྤྱང་སྐྱོང་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ཀླུ་ཁབ་ཅིག་ཡིན། ལས་འགུལ་རྫོང་ཁག་གི་ ནགས་ཚལ་གྱི་བྱུང་ཚད་འདི་
ཀླུ་ཡོངས་གྱི་ནགས་ཚལ་བྱུང་ཚད་ཀྱི་ཆ་སྟོ་མས་ལས་མཐོ་སུ་ ཡངན་ འདྲ་མཉམ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན། ལས་
འགུལ་གྱི་ ས་སྟོ་དེ་ཚུ་ནང་ སོ་ནམ་ཞིང་ལཱ་འེལ་ཆ་ ཉུང་སུ་ཅིག་སྟེ་ཡོད་པ་དང་ ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་དེ་ཚུ་
ནང་ལུ་ སོ་ནམ་དང་འབྲེལ་བའི་ལཱ་འབད་ཐངས་ཚུ་བྱུང་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ མི་ཚུ་གིས་སྤར་སྟོལ་བཞིན་ རང་ལངས་
ཅིག་གི་ སོ་ནམ་ཞིང་ལཱ་ལུ་གཙོ་བོ་སྟོན་ཡིན། ས་གནས་གྱི་ལམ་སྟོལ་དང་ རང་བཞིན་ས་ཁོངས་མ་འདྲམ་ཚུ་
སྤྱིར་བཏང་ལུ་ གཡུས་སྟོ་ཚུ་ ནང་ དང་ ས་གནས་དེ་ཚུ་ནང་ལུ་ འགྱུ་སའི་ལམ་གྱི་གཡུས་གཡུན་ལས་ཕར་
མཐོང་ཚུགས་པ་མ་གཏོགས་ ཀླུ་ཡོངས་དང་ ཀླུ་སྤྱི་འོ་ནང་ལུ་ཚུད་དེ་མེད་པ་ཡིན། ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་ རང་
བཞིན་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཚུ་ མ་ཉམས་པར་ཡོད་ པ་སྟེ་མཐོང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ མི་སྟོབས་ ཡར་སེང་
འགྱུ་མི་དང་ གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་གོང་འཕེལ་མཁྱེགས་དྲགས་སྟེ་འགྱུ་མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ བྱུང་བའི་གཞོད་པ་ ཚུ་ལས་
འཛུགས་ཚུགས་ནི་འདི་གཞོད་པ་ལན་ཅན་ཅིག་འོང་ནི་ཡིན་པས། སོ་ནམ་ཞིང་པ་དང་ སྟོ་ནོར་སེམས་ཅན་གཉིས་ལུ་
རི་དྲགས་སེམས་ཅན་གྱི་གཞོད་པ་འདི་འཕྲོ་མཐུད་དེ་ར་བྱུང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་ ལས་འགུལ་འདི་གི་
མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཆ་བྱང་ཚུ་ཡང་ སོ་ནམ་ཞིང་ལམ་དང་ ཚུགས་པ་བཏོན་
ནི་འོ་ལས་རིམ་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་སྤྱོད་ཐབས་འབད་མ་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་ མཐའ་བྱུར་གྲོང་གསེབ་མི་སྡེ་གོང་
འཕེལ་ལས་འགུལ་ལས་བརྟེན་པའི་ གཞོད་པ་ཚུ་བཀག་ཐབས་འབད་ནི་ དང་ ཡངན་ གཞོད་པ་ཚུ་མར་ཕབ་
འབད་ཐབས་ལུ་དམིགས་ཏེ་ ལམ་སྟོན་གཞི་བཀོད་དམ་དམ་ཅིག་བཟོ་དགོཔ་འདུག།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེ་དང་འབྲེལ་བའི་འཛིན་སྐྱོང་གཞི་བཀོད་ཀྱི་དགོས་དོན་གཙོ་བོ་ ལས་འགུལ་
འགོ་དཔོན་ཚུ་དང་ གཞན་འབྲེལ་གཏོགས་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ ལས་འགུལ་འདི་གི་གལ་ཆེ་ཏེང་ ཏ་གོ་ཚུགས་ནི་གི་
དོན་ལུ་དང་ གཞན་ཡང་ ལས་འགུལ་ལག་ལེན་འཐབ་པའི་གོ་རིམ་སྒྲ་ཚོགས་ནང་ལུ་ འབྲུག་ཀླུ་གཞུང་དང་
འཛམ་གླིང་དབུལ་ཁབ་གི་རང་བཞིན་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་ མི་སྡེ་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་སྤངས་ཉེན་
སྤང་སྟོན་བྱས་ལུ་གནས་ཚུགས་པའི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་ མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་ལག་ལེན་གྱི་གཞི་བཀོད་
དང་ ལམ་སྟོན་ བྱ་སྟོན་རིམ་པ་ཚུ་བཟོ་བཀོད་འབད་ནི་འདི་ཡིན།

ལས་འགུལ་འདི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་སྤྱིད་པའི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་བའི་གཞོན་སྦྱོན་ཚུ།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་བའི་གཞོན་སྦྱོན་གྱི་རྒྱ་རྒྱུ་གཙོ་བོ་ར་གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་གསར་སྐྱབ་གྱི་
ལུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་སྤྱིད་ཀྱི་ཨིན་མ་དང་གཞོན་སྦྱོན་གྱི་བྱུང་ཆེད་ཡང་གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་གྱི་དབྱེ་བ་དང་
སྒྲིམ་ཚུང་། དེ་ལས་དེ་ཚུ་རྒྱབ་སའི་ས་ཁོངས་དང་འབྲེལ་ཏེ་བྱུང་ནི་ཨིན་པས། ཨིན་རུང་བཅོས་ཐབས་མེད་པའི་
མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་སྦྱོན་ཚུ་མི་བྱུང་བའི་རེ་བ་ཡོད། དེ་འབད་རེ་བ་བསྐྱེད་མི་འདི་ཡང་
༡༽ མི་སྤྱིའི་དགོས་མཁོ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་སྐྱབ་དགོ་པའི་གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་ཚུང་བ་ཚུ་ རྫོང་ཁག་དྲུག་གི་ནང་ལུ་སྤེལ་
ནི་ཨིན། ༢༽ གལ་སྤྱིད་ལས་འགུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་སྒྲུ་ཚུ་ སྤངས་སྦྱོབས་ས་ཁོངས་དང་ ཉེན་ཁ་ཡོད་པའི་
མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ཨིན་པ་ཅིན་ ལས་འགུལ་གྱི་ལས་སྒྲུ་ཚུ་ལུ་རྒྱབ་སྦྱོར་མི་འབད་ནི་
ཨིན་པའི་ཁར་ ཡན་ལག་ལས་འགུལ་དང་ དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་སྒྲུ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་པའི་སྐབས་ལུ་ རང་
བཞིན་མཐའ་འཁོར་དང་མཐུན་པའི་ ཐབས་རིག་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཨིན། གྲོང་གསེབ་གྱི་ གཞི་རྟེན་མཁོ་
ཆས་གྱི་བཟོ་སྐྱོན་ལུ་དང་འབྲེལ་བའི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་གཞོན་སྦྱོན་ཚུ་ཡང་

༡༽ ས་ཆད་ནི་དང་ས་རུད།

༢༽ རྒྱལ་སྤྱིའི་དང་ཤིང་རིགས་ཚུ་བསྐྱུག་སྟོར་ཤོར་ནི་དང་མར་ཉམས་འགྱུ་ནི།

༣༽ གཙང་སྤྱོད་འཕྲོད་བསྐྱེད་དང་ཉེན་སྲུང་།

༤༽ བཟོ་སྐྱོན་དུས་ལུ་བར་སྦྱོར་བྱུང་ནི་ཚུ་ཚུད་པ་ཨིན།

ཨིན་རུང་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་དེ་བཟུམ་མའི་གཞོན་སྦྱོན་ཚུ་གི་ བཀག་ཐབས་ལག་ལེན་འཐབ་བཞིན་ཡོད་མི་
ལུ་བརྟེན་ཏེ་དེ་བཟུམ་མའི་གཞོན་སྦྱོན་ཚུ་ འཛིན་སྦྱོར་འབད་ཚུགས་ནིའི་ལུ་ག་སྤྱིའི་ཡོད་པ་ཨིན། ལས་འགུལ་འདི་
དང་འབྲེལ་བའི་ མི་སྤྱིའི་དང་། རྫོང་འབྲེལ་གྱི་ལམ། དེ་ལས་ ཐོན་ཁུངས་ཅན་གྱི་རྒྱ་དངོས་ཚུ་གི་ལས་སྒྲུ་ག་ར་
རང་བཞིན་མཁའ་འཁོར་དང་མཐུན་པའི་སྤྱོད་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་འབད་ཡོད་དགོ་མི་དེ་ཡང་ ལས་འགུལ་འདི་གི་རྒྱབ་
སྦྱོར་གྱི་དམིགས་པ་དེར་ སྤྱིམ་ཚད་ཡར་དྲག་ཅན་གྱི་ལམ་དང་ ཞིང་ཚུའི་གཡུར་བ་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ སོ་ནམ་ཞིང་
པ་ཚུ་གི་ཐོན་ལུགས་ ཡར་དྲག་གཏང་ནི་ལུ་དམིགས་པ་བསྐྱེད་པ་ཨིན་མ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཨིན། དེ་མ་ཚད་ ལས་
འགུལ་འདི་གིས་ འབྲུག་གི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མཐུན་པའི་ སོ་ནམ་ཞིང་ལུ་འཕྲི་སྤྱིའི་བྱུང་ དཔེར་ན།
རང་བཞིན་གྱི་ལུད་ལུ་བརྟེན་པའི་ཞིང་ལུ་དང་། ས་གནས་ནང་ལུ་ཐོན་ལུགས་ཆེ་བའི་ལོ་ཐོག་གི་རིགས། བརྟག་
ཞིབ་ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ སྒོ་མོར་གྱི་རིགས་དང་ ཤིང་རིགས་མེན་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོན་སྐྱེད་

གཞན་ཚུ་ ཚུལ་ མཐུན་ འབད་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དང་། ཡུན་ བརྟན་ས་གཞི་སྤྱོད་ཐངས་ཚུ་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་
 འབདམ་ཨིན། དེ་གིས་མ་དོ་བར་ སོན་སྤྱོད་སྤྱོད་ཐངས་འབད་ནི་དང་ ཚལ་ལུ་འཛིན་གིས་ཀྱི་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་ནད་གཞི་
 བཀག་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ འཛམ་གླིང་གསེབ་འཛིན་ཆོག་གི་ དབྱེ་ཁག་༥པའི་ ཉེན་ཁ་ཉུང་ཚུང་བའི་འབྲུལ་སྤྲུལ་
 ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་ གློ་སྤྱོད་ཐངས་བསྐྱེད་བཅུག་པ་ཨིན། རྩིས་རིགས་ལུ་བརྟེན་ཏེ་བཟོ་ཡོད་པའི་འབྲུལ་སྤྲུལ་ཚུ་
 མཁོ་སྤྱོད་འབད་ནི་དང་ བཀྲམ་སྤེལ་འབད་ནི། དེ་ལས་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཚུ་ ལྷོ་བ་ལུ་གཞི་བཅུགས་འབད་
 ཡོད་པའི་ལམ་ལུགས་དང་ འབྲུག་གི་འབྲུལ་སྤྲུལ་བཅའ་ཁྲིམས་༢༠༠༠ཅན་མའི་ཐོག་ལས་ ཁྲིམས་དང་ མཐུན་མ་
 སྤྱོད་བཀག་ཆ་འབདམ་ཨིན། འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ འོས་འབབ་ ལྷན་པའི་རང་བཞིན་མཐའ་འཁལ་གནས་
 སྤངས་དང་འབྲེལ་བའི་ སྤྱོད་བྱས་དང་སྤྱིགས་གཞི་ཚུ་ཡོད་པ་ཨིན། ལས་འགུལ་གྱི་ས་ཁོངས་ལྷོ་བ་ནང་ལུ་
 ཉམས་སྤྱོད་གི་ལུ་ཚུ་ལུ་ གནང་བ་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་གཞན་ལུ་རིགས་ཚུ་ག་ར་ དམ་དམ་སྤྱོད་བཀག་བསྐྱུལ་ས་
 འབད་དེ་ཡོད། ལམ་སྤོལ་ས་ཁོངས་དང་ རྩ་ཅན་ས་ཁོངས་ལས་ མི་༧༥,༥༠༠འི་ ནང་འཁོད་ཚུང་པའི་ལུ་རིགས་
 ཚུ་ལུ་ ནང་སྤྱོད་དང་ལམ་སྤོལ་ལྷན་ཁག་ལས་ གཞུང་དོན་གི་ཉོགས་མེད་ཡི་གུ་ཁྱུ་དགོ་པ་ཨིན། འབྲུག་གི་རང་
 བཞིན་མཐའ་འཁལ་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་ལམ་ལུགས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ དགོངས་ཡང་སྤྱོད་ཆ་འཛོག་གྲུབ་ཡོད་ན་
 མ་གཏོགས་ དེ་མིན་ གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་འགུལ་ཡང་ན་ ལུ་རིགས་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ རང་བཞིན་མཐའ་འཁལ་
 གནས་སྤངས་ལྷན་ཆོག་ས། ཡང་ན་ དབང་ཚད་ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་གང་རུང་ལས་ མཐའ་འཁལ་གནས་སྤངས་
 དང་འབྲེལ་བའི་ཉོགས་མེད་ཡི་གུ་ལེན་དགོ། ལུ་རིགས་འགོ་འབྲེན་འཐབ་ནི་ཨིན་མི་འདི་གིས་ མཐའ་འཁལ་དང་
 འབྲེལ་བའི་ཉོགས་མེད་འདི་ གནས་ཚད་ཅན་གྱི་སྤྱིག་གཞི་ཐོག་ལས་ ཁྱུ་བ་བཅུགས་དགོ་པ་དང་ དེ་དང་གཅིག་
 ཁར་ རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་དོན་ལུ་ མཐའ་འཁལ་གནས་སྤངས་ཀྱི་ཉོགས་མེད་ཀྱི་ཁྱུ་བ་དང་གཅིག་ཁར་ ཉོགས་མེད་
 ལག་བྱེད་གྱི་བདེ་དོན་དང་ མཐའ་འཁལ་གནས་སྤངས་ཀྱི་བདེ་དོན་ཚུ་ཡང་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་བཅུགས་དགོ། རང་
 བཞིན་མཐའ་འཁལ་གནས་སྤངས་ཀྱི་བདེ་དོན་གྱི་གངས་སུ་ མཐའ་འཁལ་གནས་སྤངས་ལུ་བྱུང་སྤྱོད་པའི་ལོག་
 པའི་བྱེམ་དང་ དེ་ཚུ་ལས་ འཛམ་ཐབས་ཀྱི་འཆར་གཞི་དང་འཛིན་སྐྱོང་འཆར་གཞི། དེ་ལས་ མཐའ་འཁལ་
 གནས་སྤངས་དང་ ལས་འགུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཁེ་ཕན་གཞན་ཚུ་ཡང་བཅུགས་དགོ། དེ་ལས་ དབང་ཚད་ཅན་
 གྱི་དབང་འཛིན་གྱིས་མཐའ་འཁལ་དང་འབྲེལ་བའི་བདེ་དོན་དང་ མི་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཉོགས་མེད་ཚུ་ མཐའ་
 འཁལ་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་བའི་གཞི་དང་ ཕྱེ་སེལ་གྱི་ཆ་ཤས་ཅིག་འབད་ལག་ལེན་འཐབ་ཐོག་ལས་ མཐའ་
 འཁལ་གནས་སྤངས་ཀྱི་ཉོགས་མེད་སྤྱོད་ནི་དང་། ཡང་ན་ ཉེང་བཀལ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ་པའི་བཀའ་རྒྱ་གནང་

ནི། ཡངན་ གནས་སྤངས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཟུ་བ་ཆ་མེད་གཏང་ནིའི་གང་རུང་སྐྱབ་ཚུགས་ནི་ཡིན། མི་སྡེའི་ཉོགས་
མེད་ཀྱི་དོན་ལས་ གཞོད་པ་ཕོག་ཡོད་པའི་ མི་སྡེ་དང་གཅིག་ཁར་བསྐྱུན་གྲོས་འབད་དགོཔ་ཡོད་མི་འདི་ ཉོགས་
མེད་ཡིག་གུ་མ་བྱིན་པའི་ཏེ་མ་དང་། མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་བརྟག་ཞིབ་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་འབད་དགོཔ་
ཡིན། དེ་ལུ་ གནས་མ་གནས་ལྟ་རྟོག་འབད་ནི་དེ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་བའི་ཉོགས་མེད་སྤྱོད་
མིལས་སྡེའི་འགན་ཁུར་ཡིན། དེ་གི་དོན་ལུ་ རང་བཞིན་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལྟན་ཆོགས་དང་ དབང་ཚད་
ཅན་གྱི་དབང་འཛིན་ཚུ་ལུ་ གནས་མ་གནས་ལྟ་རྟོག་གི་འགན་དབང་གནང་སྟེ་ཡོད།

ལས་འགུལ་ལས་བརྟན་ཏེ་བྱུང་སྤྱོད་པའི་མི་སྡེའི་གནད་དོན་ཚུ།

གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་ཀྱི་དོན་ལུ་མ་ཅུ་བཅུགས་བཞག་དང་ མི་སྡེ་གོང་འཕེལ་ལས་འཆར་གཉིས་ ཆར་འི་གངས་སུ་
བཟོ་སྐྱུན་གསར་པོ་དང་ ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་གོང་གསེབ་ཀྱི་གཞི་རྟེན་ཉམས་བཅོས་ ། སོ་ནམ་ཐོན་སྐྱེད་ཡར་བྲག་ཚུ་
ཚུད་པ་ཡིན། མ་ཅུ་གཞི་བཅུགས་དང་བཟོ་སྐྱུན་ལས་སྒྲ་གཉིས་ཆར་འི་ཁ་བྱུག་ལས་ མི་སྡེ་ལུ་ཕན་གཞོད་གཉིས་
ཆར་ཡོད། ཡིན་རུང་ ལས་སྒྲ་དེ་ཚུའི་ སྒོམ་ཚུང་དང་ རང་བཞིན་ལུ་བརྟན་ཏེ་ འོག་པའི་བྲེམ་འདི་ཉུང་སུ་ཅིག་
ལས་བརྒྱལ་མི་ཕོག་ ཕན་གཞོད་ཀྱི་གངས་སུ་གཤམ་འཁོད་ཚུ་ཚུད་པ་ཡིན།

- ✓ ས་འཕྲུག་འབག་མི་ལུ་བརྟན་ཏེ་འཆོ་བའི་མཐུན་ཁྱེན་ལུ་ཕན་ གཞོད་ །
- ✓ ས་གནས་སྤོ་དགོ་པའི་གཞི་བཞོད་ལུ་ཕན་ གཞོད་ །
- ✓ ཞིང་རྒྱའི་རྒྱལ་ཡུར་སོགས་ཀྱི་མི་མང་གཞི་རྟེན་མཁོ་ཆས་ལུ་ཕན་ གཞོད་ །
- ✓ འོ་ཐོག་དང་ཤིང་རིགས་ཀྱི་བརྒྱུག་སྟོར།
- ✓ གོང་གསེབ་ཀྱི་གཞི་བཞོད་ཚུ་གི་བརྒྱུག་སྟོར།
- ✓ བཟོ་སྐྱུན་ལུ་བརྟན་ཏེ་མི་མང་གི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཐལ་མ་ དེལས་ ཉེན་སྲུང་ལུ་གཞོད་པ་དང་ཕན་པ།
- ✓ ཉེན་ཁ་ཅན་དང་སྐབས་ཉེས་ས་ཚུད་ཡོད་པའི་སྡེ་ཆན་ལུ་ཕན་གཞོད།

ལས་འགུལ་འདི་གིས་ དམིགས་གཏད་གཙོ་བོ་རང་ ལམ་གི་ཞབས་ཏྲག་དང་ རིག་རྩལ་ཚུ་རྒྱ་བསྐྱེད་གཏང་ཐོག་
ལས་ དབུལ་ཕོངས་ཅན་གྱི་མི་སྡེ་ཚུ་གི་འཆོ་བའི་གནས་སྤངས་ཡར་བྲག་གཏང་ནི་འདི་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་
དམིགས་ཡུལ་དེ་སྐྱབ་ཐབས་ལུ་ ལས་རིམ་བཟོ་བཞོད་འབད་བའི་སྐབས་དང་ ལག་ལེན་འཐབ་པའི་སྐབས་ལུ་
ལས་འགུལ་དེལས་ འང་མཉམ་གྱི་ཁེ་ཕན་ཐོབ་ཚུགས་པ་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ དགོས་མཁོ་ཆེ་མི་དང་ ཉེན་ཁ་ཅན་
གྱི་བཟའ་ཚང་ཚུ་ ལས་འགུལ་འདི་གི་ལས་རིམ་ནང་ལུ་ ཚུད་ཚུགས་པ་འབད་ནི་འདི་ཡིན། དེ་གི་དོན་ལུ་ འཆར་

གཞི་བཅུམ་པའི་སྐབས་དང་ ལག་ལེན་འཐབ་པའི་ནམ་དུས་ལས་ར་ གཤམ་འཁོད་ཀྱི་གནད་དོན་ཚུ་ལུ་ ནན་པ་
ཐེབས་ཅིག་བཏོན་དགོཔ་ཡོད།

- ✓ བོ་མོའི་དབྱེ་བ།
- ✓ མི་སྡེ་གངས་བཅུགས།
- ✓ ཉེན་ཁ་ཅན་གྱི་ཟ་ཆང་།
- ✓ མི་སྡེ་དང་བསྐྱེད་གྲོས་འབད་ནི་དང་འབྲེལ་གཏོགས་འབད་ནི།

ལས་འགུལ་སྡེ་སྡེ་མང་ལས་སྡེ་ དཔེར་ན། སོ་ནམ་དང་ནགས་ཚལ་ལྷན་ཁག་ རྫོང་ཁག་བདག་སྐྱོང་། རྫོང་ཁོག་
བདག་སྐྱོང་། སྤྱི་འོག་ ཁག་འབག་པ། དེ་ལས་ ས་གནས་གཞུང་ཚུ་གིས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནི་ཨིན་པའི་ཁར་
རྒྱལ་ཡོངས་རང་བཞིན་མཐའ་འཁོར་ལྷན་ཚོགས་དང་ སོ་ནམ་དང་ནགས་ཚལ་ལྷན་ཁག་གི་ སྤྱི་ འཆར་ སྡེ་
ཚན་ཚུ་གིས་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཨིན་པ་དང་ རྫོང་ཁག་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཚོགས་པ་ཚུ་ལུ་ མཐའ་འཁོར་
གནས་སྤངས་དང་ མི་སྡེའི་འཛིན་སྐྱོང་གི་འགན་དབང་ཕོག་པ་ཨིན། རྫོང་ཁག་དང་མི་སྡེ་ལུ་ ས་གནས་ནང་གི་
མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་ མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་གི་ཤེས་རྒྱ་ མཐོང་རྒྱ་ལེགས་ཤོམ་ཡོད་པ་ཨིན། ཨིན་རུང་
ཁྲིམས་བཟོ་དང་ལམ་སྟོན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཡིག་ཆ་བཟོ་ནིའི་ལྷོགས་གྲུབ་དེ་ཉུང་སུ་གཅིག་ལས་བརྒྱལ་ཏེ་མེད་ པ་
ཨིན། དེ་བཟུམ་སྡེ་ ཁག་འབག་པ་ཚུ་ལུ་ཡང་ བཟོ་སྐྱེད་ས་ཁོང་ནང་གི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་ མི་སྡེ་
འཛིན་སྐྱོང་གི་འཆར་གཞི་བཟོ་ནིའི་ལྷོགས་གྲུབ་མེད་པ་ཨིན། དེ་འབདཝ་ལས་ གོང་ལུ་ རོས་འཛིན་འབད་ཡོད་
པའི་ལྷོགས་གྲུབ་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་ཚུ་སེལ་ནིའི་ཐབས་ལུ་ ལས་འགུལ་འདི་ནང་ ལྷོགས་གྲུབ་སྐྱིད་སྐྱིད་བཟོ་
ནིའི་ ཐབས་ལམ་ཚུ་ཡང་ བཅུགས་ཏེ་ཡོད། དེ་ཚུ་ཡང་། ལག་ལེན་འཐབ་པའི་སྐབས་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་
སྤངས་དང་ མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་གི་གཞི་བཞག་དང་འཁྲིལ་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ དམིགས་གཏད་བསྐྱེད་ཡོད་མི་དང་
དམིགས་བསལ་གྱི་བཟོ་ཡོད་མི། དགོས་མཁོ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་བཟོ་ཡོད་པའི་ གོ་བཟུའི་ཐབས་ཤེས་དང་ གོ་མས་
འདྲིས་སྟོབ་སྟོབ་། དེ་ལས་ སྐྱོང་བདེ་དང་ ལྷ་རྟོག་གི་དོན་ལུ་ གོས་སྟོན་པ་སྒྲ་ཁར་ལེན་ནི། ཡན་ལག་ལས་
འགུལ་དང་འབྲེལ་བའི་དམིགས་བསལ་གྱི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་ མི་སྡེ་ཡངས་ཆག་གི་གནས་གོང་ཚུ་
ཡན་ལག་ལས་འགུལ་གྱི་ ཁ་གསལ་སྟན་ལུ་ཁྲུའི་གངས་སུ་བཅུགས་ནི།

མཐའ་རྒྱར་གོང་གསེབ་མི་སྡེ་གོང་འཕེལ་ལས་འགུལ་གྱི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་ མི་སྡེ་དང་འབྲེལ་བའི་
བརྟག་ཞིབ་གཞི་བཞག་། ལམ་སྟོན་དང་ བྱ་སྐྱོའི་ལམ་ལུགས་དང་བཅས་པ་སྡེ་བཟོ་སྡེ་ ལས་འགུལ་ལག་ལེན་

འཐབ་མིའི་ མཉམ་འབྲེལ་པ་ཚུ་ལུ་བཀའ་ཏེ་ཡོད། མཐའ་བྱུང་གྲོང་གསེབ་མི་སྡེ་གོང་འཕེལ་ལས་འགུལ་གྱི་འོག་
 ལུ་ཚུད་པའི་ ལས་འགུལ་གྱི་ལས་སྒྲུབ་དང་ ཡན་ལག་ཆ་ཤས་ཚུ་ག་ར་ གསལ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་སློབ་གཞི་
 དང་ བྱ་སྒྲུབ་ཅིམ་ཚུ་བརྒྱུད་དེ་ཕྱི་སེལ་རྒྱབ་དགོ། ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཚུ་གིས་ཡང་ ཕྱི་སེལ་རྒྱབ་ཐོག་ལས་བཟོ་
 ཡོད་པའི་ མཐའ་བྱུང་གྲོང་གསེབ་མི་སྡེ་གོང་འཕེལ་ལས་འགུལ་གྱི་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་གནས་ཚད་
 དང་འབྲེལ་དགོཔ་མ་ཚད། ལས་སྒྲུབ་ཚུ་འགོ་མ་བཅུགས་པའི་སྤྱི་གོང་ལས་ ལས་སྒྲུབ་དེ་ཚུ་ ལག་ལེན་གྱི་དོན་ལུ་ཕྱི་
 སེལ་རྒྱབ་སྒྲེ་ཡོད་པ་ངེས་བདེན་བཟོ་དགོ།

རྒྱབ་རྟེན་དཔེ་དེབ།

ཨེ་ཤི་ཡ་གོང་འཕེལ་དངུལ་ཁང་ རང་བཞིན་མཐའ་འཁོར་ཉེན་སྲུང་ ཉམས་སྤྱོད་ལེགས་ཤོས་ (ལཱ་འབད་འཕྲོ་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆས་),
 གནམ་ལོ་ ༢༠༡༢ དེམིན་ཟླ ༡༢པ།

ཨར་མེ་ནི་ཡ་ རིག་གསར་གྱི་ཞིང་ཚུ་ལས་འགུལ་གྱི་དོན་ལུ་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་སློབ་གཞི་བཀོད། གནམ་ལོ་
 ༢༠༡༤

ཀ་སྤུལ་རྩོ་ཡལ་ མི་འཕེལ་སྤྱི་ལུ་གཞུག་ལག་ མོས་ཀོ་ བཀག་ཆ་མེད་པ་དང་ སྤྱི་གོང་དེ་ལས་ཐོས་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཁས་ལེན་- རང་གི་མི་
 སྡེ་ནང་ལུ་ཁོ་ཕན་བགོ་བཤའ་གི་དོན་ལུ་ གྲོས་བསྟུན་གྱི་ལམ་ལུགས་དང་སློབ་གཞི་བཀོད།

ཀར་ལོས་པེ་རུན་ དང་ ཉེ་ལི་ནེ་སིམ་ ཨེ་མེ་རི་ཀ་ནང་འཁོད་གོང་འཕེལ་དངུལ་ཁང་ མེ་ཤིང་ཡོན་རྩི་སི་ ལུན་བརྟན་གོང་འཕེལ་
 ས་གནས་རྒྱ་རིན་དང་པ་ན་མ་ལུ་གནས་དོན་དེ་ཕྱི་ཞིབ་(མི་སྡེ་དང་ཅིག་ཁར་གྲོས་བསྟུན་)

ཀརིས་ཀྱི་ན་ཉིལ་ ཨོས་པམ་ལཱ་ཀ་ལི་ཡ་ ཀར་ལ་ཡོན་ལི་ཀ་ཡོ་རི་ཡ་ ལཱ་ཀ་ཀ་ལི་ཡ་: བཀག་ཆ་མེད་པ་དང་ སྤྱི་གོང་དེ་ལས་
 ཐོས་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཁས་ལེན་དེ་མི་སྡེ་གི་ལེགས་ཤོས་སྡེ་ཉ་གོ་ནི་སྤྱོད་སྤྱོང་པའི་ལག་དེབ་ གནམ་ལོ་ ༢༠༡༤ དེམིན་ཟླ ༤ པ།

(www.oxfam.org.au):

སོ་ནམ་ལས་ཁུངས་ སོ་ནམ་དང་ནགས་ཚལ་རྩོད་ཁག་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་: འབྲུ་སྤྱོད་འཕྲོད་ཀྱི་གནས་ཐོ་དང་ས་གཞི་
 དེ་ཕྱི་ལག་གི་ས་ཁྲ་ལས་འགུལ་ གནམ་ལོ་ ༢༠༡༠།

རྒྱུ་ལྟར་འཛིན་རྒྱུ་ལས་ཁྱད་སྤྲོད་དང་སྤོལ་འཛིན་ལྟན་ལག་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་རང་བཞིན་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེ་འཛིན་རྒྱུ་ལྟན་གྱི་ལོ་འཁོར་གནས་གཤིས་དང་རྒྱུ་ལྟན་ལེགས་བསྐྱར་ལས་འགུལ་གནས་ལོ་ ༢༠༡༤ དེའི་ཁྱིམ་ ༤ པ་ལྟ་བུའ་བའི་སྤྲོད་ལྷ།

ནགས་ཚལ་དང་གླིང་ཀ་ཞབས་ཉལ་ལས་བྱངས་། འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་གི་སྤྱད་སྟོབ་ས་ཁོངས་། རྒྱལ་ཡོངས་གླིང་ཀ་ རི་དགས་སྤྱད་སྟོབ་ས་ཁོངས་། རང་བཞིན་སྤྱད་སྟོབ་ས་ཁོངས་། གནམ་ལོ་ ༢༠༡༥

སློལ་ལས་ཁུངས་ སྐྱེ་བ་དང་ཞུགས་ཚེ་ལྷན་ཁག་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་ སློལ་ལས་ཐོག་ གནས་ལོ་ ༢༠༡༥

སོནམ་ཚང་འབྲེལ་དང་མི་སྡེ་ལས་ཚོགས་ལས་བྱེད་ས་ སོནམ་དང་ནགས་ཚལ་ལྟོན་ཁག་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་ སོནམ་པ་འི་
སྡེ་ཚན་དང་མི་སྡེ་ལས་ཚོགས་ཀྱི་གནས་ཐོ་ གནམ་ལོ་ ༢༠༡༤

དོ་མི་དར་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྒྲིག་བཀོད་ (རྒྱལ་ཡོངས་གོང་གསལ་ཚུ་ནང་འགོ་འགྲུལ་ལས་ཤིང་གྱ་
སྡེད) གནས་ལོ་ ༢༠༡༩ དེའི་ཟླ་ ༡༠པ།

འཛམ་གླིང་མྱི་ཚོགས་ཀྱི་བ་འཕུང་དང་སོན་མ་ཚོགས་པ་, རོམ་ བཀག་ཆ་མེད་པ་དང་ སྤ་གོང་དེ་ལས་ཐོས་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཁས་ལེན་ལུ་
གན་ལེན་ (གཞུང་ ཚོང་སྤེ་ གཞུང་མིན་ཚོགས་པ་ མི་སྤེ་གི་དོན་ལུ་ ས་ཆ་མཁོ་སྤྱབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ལག་སྦྱོང་ལམ་སྟོན) གན་མ་ལོ་
༢༠༡༤

འཇམ་གླིང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བ་འཁུང་དང་སོན་མ་ཚོགས་པ་, རོམ་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་ལམ་སྟོན་, རོམ་
གནས་ལོ་ ༢༠༡༥;

མགར་ས་ཚོང་ཁག་ འབྲུག་ འཆར་གཞི་ ༡༠་པའི་དུས་ཕྱིད་བསྐྱར་ཞིབ་(གནམ་ལོ་ ༢༠༠༥ དེའི་ཟླ་ ༡ - གནམ་ལོ་ ༢༠༡༠ དེའི་ཟླ་ ༤ པ་), གནམ་ལོ་ ༢༠༡༡ དེའི་ཟླ་ ༣ པ།

རང་བཞིན་མཐའ་ལོང་གནས་སྤངས་ རྒྱ་དང་ས་གཤིས་སྟོན་ལག རིམ་བུ་བས་གཞུང་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེ་འཛིན་
སྤྱོད་སྤྱི་ག་གཞི། གནས་ལོ་ ༢༠༡༣ དེའི་ཟླ་ ༡༢ པ།

ཨིན་དོན་ཨེ་ཤི་ཡ: གཞི་གསར་མིན་བྱས་སྒྲིག་བཀོད་དང་ ཤར་ཨིན་དོན་ཨེ་ཤི་ཡ་ལུ་ ཉ་རིགས་འཛིན་སྐྱོང་གི་དོན་ལུ་ བྱ་སྒྲུའི་
ཟིམ་པའི་སྒྲིག་བཀོད།

རྒྱས་ལྟན་ཀེམ་བེལ: བཀག་ཆ་མེད་པ་དང་ སྤྲོད་དེ་ལས་ཐོས་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཁས་ལེན་ལུ་བཅའ་མར་གཏོགས་ནི། གནམ་ལོ་ ༢༠༡༢
དེའི་ཟླ་ ༩ པ། (www.bsr.org)

ཇི་ནི་ཨིས་མིང་གར་ དང་ མ་ནེ་ས་རེ་ཏ་ན་: བཀག་ཆ་མེད་པ་དང་ སྤྲོད་དེ་ལས་ཐོས་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཁས་ལེན་ དང་ འཛམ་གླིང་གྱི་
ཆོག་གས་ཀྱི་ནགས་ཚལ་ལས་བརྟེན་པའི་བཙོག་རྒྱུང་མ་པ་ལས་སྟོན་དང་ཡིག་ཆས། (འཛམ་གླིང་རི་དགས་སྤྱང་སྐྱོང་མ་དདུལ་གྱི་དོན་
ལུ་ལཱ་འབད་འཕྲོ་ཡོད་པའི་སྟན་ལུ། གནམ་ལོ་ ༢༠༡༤ དེའི་ཟླ་ ༡ པ།

ཇིམ་སིང་ལེ་ཀོན་ རི་ནི་སུ་ལའི་སྟན་ རང་བཞིན་ཉམས་སྤང་: ཤར་སྟོ་ཨེ་ཤི་ཡ་ སྤྱང་སྐྱོབ་འབད་བའི་རྒྱ་མཚོ་འི་ས་ཁོངས་ ཨིན་
དོན་ཨེ་ཤི་ཡ་: རང་བཞིན་མཐའ་འཁོར་བརྟག་ཞིབ་ - ཀོ་མོ་དོ་རྒྱལ་ཡོངས་གླིང་ཀ་ ཨིན་དོན་ཨེ་ཤི་ཡ་: གནམ་ལོ་ ༢༠༠༩
དེའི་ཟླ་ ༡༠ པ།

ཇ་ཁུན་ཀེ་ཁུན་ཀེ་འོ་ འཛམ་གླིང་དདུལ་ཁང་གི་ཁུས་ལྷན་ལས་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་གོགས་རམ། སྤར་བསྐྱུན་དང་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་
རྒྱལ་སྤྱིའི་དདུལ་ཁང་། ཡ་ཤིང་ཀོན་རི་སི

ས་སྐྱུམ་དུང་ལམ་ལས་འགྲལ་ནང་རང་བཞིན་མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་འབྲེལ་མཐུན་ནང་ལག་ལེན་ལེགས་ཤོས་: བོལ་བི་ཡ་སྐྱུམ་དུང་
ལམ་ལས་འགྲལ་ལས་སྐོབ་སྤྱང་། གནམ་ལོ་ ༢༠༡༤ དེའི་ཟླ་ ༧ པ། (<http://www.worldbank.org/esmap>);

སོ་ནམ་དང་ནགས་ཚལ་ལྟན་ལག་: འབྲུག་གི་གླིང་ཀའི་གནས་སྤངས་སྟན་ལུ།

རྒྱལ་ཡོངས་རྩིས་དཔྱད་བཀོད་འཛིན་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་: ཁྱིམ་དང་མི་སྡེ་བས་ཀྱི་སྟོན་རྩིས།

ནེ་སུལ་: ལུ་རི་ཡ་ས་ཁོངས་ནང་ཡུན་བརྟན་ས་གཞི་འཛིན་སྐྱོང་ལས་འགྲལ་གྱི་མི་སྡེ་པན་གཞི་བརྟན་ཞིབ།

མི་ལི་མིན་ས་: བཀག་ཆ་མེད་པ་དང་ སྤྲོད་དེ་ལས་ཐོས་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཁས་ལེན་ གནམ་ལོ་ ༢༠༡༢ ཅན་མ།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་: འབྲུག་གི་གདམ་ཁ་ཅན་གྱི་འཁོན་འདྲུམ་ བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༣ ཅན་མ།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་: འབྲུག་གི་སྐྱེ་ལྗན་ཉན་སྤང་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༡༥ ཅན་མ།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་: འབྲུག་གི་ཙ་ཁྲིམས་ཆེན་མོ།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་: ཉེས་འགེལ་ཁྲིམས་དེབ་ ༢༠༠༩ ཅན་མ།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་: འབྲུག་གི་ཆོས་སྒྲུབ་བཅའ་ཁྲིམས་ ༢༠༠༧ ཅན་མ།

ས་ཕྱུལ་ ཀེ་རྟེ་རྟི་ཡ། སེང་ཨེ་ལར་མི་ ན་ན་ སའི་ཨོ་རྩ་ ཨ་ན་ག་ ལི་བི་རི་ཡ་མི་སེར་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ ལི་བི་རི་ཡ་གནས་ཚལ་ལས་
ཆན་གྱི་ལས་འགུལ་: རང་བཞིན་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་སྒྲིག་གཞི། གནམ་ལོ་ ༢༠༡༣ དེམིན་ཟླ་ ༡༢
པ (སྟུན་ལུ་རོམ་), གནམ་ལོ་ ༢༠༡༤ དེམིན་ཟླ་ ༡ པ

འཛམ་གླིང་དབྱེལ་ཁར་: ཀེ་རི་བི་ཡུན་ས་གཤིས་རིག་གསར་ལྟེ་བ་གི་ ལམ་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་འོས་ལྷན་གྱི་གྲལ་གཏོགས་
གནམ་ལོ་ ༢༠༡༥ དེམིན་ཟླ་ ༩ པ།

ཐེ་རེ་ས་ བྱ་པ་ལྟ་དང་ ཨེ་ཤིན་མེ་ཀ་ ཀེ་ཉེན་: བཀག་ཆམ་དཔ་དང་ སྤྲ་གོང་དེ་ལས་ཐོས་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཁས་ལེན་ ལག་ལེན་འཐབ་
ཞིའི་ལམ་སྟོན་ (རྒྱལ་སྤྱིའི་ཉམས་སྤང་ལག་དེབ་) གནམ་ལོ་ ༢༠༡༣ དེམིན་ཟླ་ ༡༢ (www.conservation.org)

འཛམ་གླིང་སྤྱི་ཚོགས་རང་བཞིན་མཐའ་འཁོར་: འཛམ་གླིང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནགས་ཚལ་ལས་བརྟེན་པའི་བཙོག་རྒྱུང་མ་ཕབ་འབད་ནིའི་
ལས་འགུལ་གྱི་ལམ་སྟོན།

རི་དགས་ཉམས་སྤྱེ་སྤེལ་ ནགས་ཚལ་དང་གླིང་ཀ་ན་བས་རྟོག་ལས་ཁུངས་ སོ་ནམ་དང་ནགས་ཚལ་རྟོག་ཁག་ གླིང་ཀ་དང་སྤྱི་
ལྷན་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་ཚུད་པའི་ཆེད་འོག་གི་ཐོ

འཛམ་གླིང་དབྱེལ་ཁར་: ཤར་ཕྱོགས་ཀེ་རི་བི་ཡུན་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ འབྲུག་ཟླ་ཡོད་པའི་ལུང་ཕྱོགས་རྟོག་བཞུགས་གྱི་ལས་འགུལ་
གནམ་ལོ་ ༢༠༡༤ དེམིན་ཟླ་ ༩ པ།

རང་བཞིན་མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་སྒྲིག་བཀོད་

ཇོ་མ་གླིང་རི་དགས་སྐྱོང་མ་དབུལ་ མ་ཉིང་འོན་ སྤྱི་མི་ རང་བཞིན་མཐའ་འཁོར་དང་མི་སྡེ་ཉན་སྐྱོང་ འབྲེལ་མཐུན་ཡོད་པའི་
ཁྱིད་བྱས་དང་བྱ་སྐྱོའི་རིམ་པ།

(www.worldwildlife.org)