བོད་ཡིག་དཔྱད་ཤོག
TIBETAN NEWS
Regd. No. HPTIB/2017/74104

དབུ་མའི་ལམ་ནི།
རྒྱ་ནག་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྩ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲོམ་གཞིའི་ནང་ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་པའི་བོད་རིགས་ཡོངས་ལ་མི་རིགས་ས་གནས་རང་སྐྱོང་གི་གནས་བབ་ཚད་ལྡན་མིང་དོན་མཚུངས་པ་ཞིག་དགོས།
བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་བཀའ་ཤག་གིས།

བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༢༡༤༧ རབ་གནས་ལྕགས་བྱི་ལོ། | བོད་ཟླ་ ༢ ཚེས་ ༡ རེས་གཟའ་ལྷག་པ། | 25th March 2020
ལོ་ ༤ ཨང་། ༡༢ | དབུས་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་བདུན་རེའི་ལས་རིམ་གསར་ཤོག | Vol. 4 Issue 12 Price Rs. 1

སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཐུགས་གསོ་མཛད་པ།

༄༅། །བོད་མིའི་བླ་ན་མེད་པའི་དབུ་ཁྲིད་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་དགུང་གྲངས་ ༧༦ ཕེབས་པ་བྱང་ཕྱོགས་ཨ་ཡིར་ལེནྜའི་ཞི་བའི་ལས་འགུལ་བ་དང་ནོ་བེལ་ཞི་བདེའི་གཟེངས་རྟགས་བཞེས་མྱོང་མཁན་ཚུམ་སྐུ་ཟྷེ་ཊི་ཝི་ལེམ་སི་ Betty Williams མཆོག་འདས་གྲོངས་སུ་གྱུར་བར་དམ་པ་ཁོང་གི་ཚ་ཁོར་ཐུགས་གསོ་མཛད་དོན། ཚུམ་སྐུ་མཆོག་འདས་གྲོངས་སུ་གྱུར་བ་དེ་ནི་ང་ཚོར་གྲོགས་པོ་སྙིང་ཉེ་བྱུང་ཞིག་མེད་པར་གྱུར་སྐབས་གསབ་དུ་མེད་པའི་གྲོང་གུན་ཞིག་ཕོག་པ་རེད། དམ་པ་ཁོང་གིས་སྐུ་འཚོ་བཞུགས་རིང་ཚོ་རྒྱུན་ནམ་འཚེ་བའི་ལམ་ནས་མིན་པར་འཚེ་མེད་ཞི་བའི་ཐབས་ལམ་བརྒྱུད་ནས་མོལ་ཐབས་མཛད་ཡོད། འདས་པའི་ལོ་བསྟུད་མར་ང་ཚོ་ནོ་བེལ་ཞི་བདེའི་གཟེངས་རྟགས་བཞེས་མྱོང་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་འཛམ་གླིང་ནང་གི་དཀའ་ངལ་དང་མི་མཐུན་པ་དེ་དག་འཚེ་མེད་ཞི་བ་གྲོས་མོལ་གྱི་ལམ་ནས་སེལ་ཐབས་ཆེད་འབད་བརྩོན་བྱེད་མུས་ཡིན། དམ་པ་ཁོང་ལ་མཆོན་ན་དཀའ་ངལ་ཇི་འདྲ་ཞིག་འཕྲད་ཀྱང་ཚོད་སེམས་བརྟན་པོས་དཀའ་ངལ་ལ་གདོང་ལེན་ཞིག་མཁན་ཞིག་རེད། ངོས་རང་དམ་པ་ཁོང་དང་མཇལ་བའི་དུས་སྐབས་དེ་དག་ཡིད་ལ་དྲན་སྐབས་སེམས་ནང་སྤྲོ་སྣང་འཕེལ་བཞིན་འདུག ཚུམ་སྐུ་མཆོག་གིས་སྤྱི་ཚོགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཞི་བདེ་བརྟན་བརྟན་སྒྲིང་ཆེད་ཐུགས་ཁུར་ཆེ་བཞེས་གནང་ཡོད། དེ་བདེན་ང་ཚོས་དམ་པ་ཁོང་ལ་རྗེས་དྲན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་ནི་རང་ཉིད་ཞི་བདེ་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོང་ཐབས་དང་། དེ་ནས་རང་གི་ཁྱིམ་ཚང་དང་སྤྱི་ཚོགས་བདེ་སྐྱིད་ལྡན་པ་ཞིག་བཟོ་ཐབས་བྱེད་དེ། ཞེས་འཁོད་འདུག །

བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་བློ་བཟང་སེང་གེ་མཆོག་གིས་ཐུགས་གསོ་གནང་བ།

༄༅། །དགུང་གྲངས་ ༧༦ ཕེབས་པ་བྱང་ཕྱོགས་ཨ་ཡིར་ལེནྜའི་ཞི་བའི་ལས་འགུལ་བ་དང་ནོ་བེལ་ཞི་བདེའི་གཟེངས་རྟགས་བཞེས་མྱོང་མཁན་ཚུམ་སྐུ་ཟྷེ་ཊི་ཝི་ལེམ་སི་ Betty Williams མཆོག་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༧ ཉིན་རང་གི་གཞིས་ཤག་ཏུ་སྐུ་ཚེའི་འཕེལ་པ་ཐོགས་པའི་ཡོད་སྐྱིའི་གནས་ཚུལ་ཐོན་པར་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་བློ་བཟང་སེང་གེ་མཆོག་གིས་ཤུལ་ལུས་ནང་མི་སྙིང་ཉེ་ཚང་མ་ལ་ཐུགས་གསོ་གནང་དོན།

ཚུམ་སྐུ་ཟྷེ་ཊི་ཝི་ལེམ་སི་མཆོག་སྐུ་ཚེ་མ་ཞེན་པའི་ཡིད་སྐྱོའི་གནས་ཚུལ་ཐོན་པར་ང་རང་སྐྱོ་མཐའ་ཅན་བྱུང་། དམ་པ་ཁོང་ནི་འཛམ་གླིང་ནང་ཞི་བདེའི་ལས་འགུལ་བ་གྲགས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། བྱང་ཕྱོགས་ཨ་ཡིར་ལེནྜའི་ནང་ཞི་བདེའི་ལས་འགུལ་སྤེལ་མཁན་གཙོ་གྲས་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༦ ལོར་ནོ་བེལ་ཞི་བདེའི་གཟེངས་རྟགས་ཕུལ་ཡོད་འདུག ལྷག་པར་བོད་མིའི་བླ་ན་མེད་པའི་དབུ་ཁྲིད་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་དང་དམ་པའི་ཁོང་ཐུགས་ཕྲན་འབྲེལ་ནས་ཡོང་ཅན་ཆེ་ཞིང་། བོད་མི་དང་བོད་དོན་ལ་ཡུན་རིང་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་མཁན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ཞེས་འཁོད་འདུག །

གསལ་བཤད།

༄༅། །ཞི་ལམ་སྐད་འཕྲིན་བརྒྱུད་མི་གཅིག་གིས་ནོག་དྲ་བྱིབས་མཐུན་རིམས་ ༡༩ Covid-19 སྔོན་འགོག་ཆེད་བཞུགས་སྒར་སྤྱི་ནོར་༧རྒྱལ་བའི་ཕོ་བྲང་ནས་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་མཚན་རྟགས་གསོལ་སྨན་མཛད་ཚུལ་དང་། མང་ཚོགས་ནས་ཚ་དང་འབྲི་མ་ཀ་ར་མེད་པའི་ཇ་ཐང་འབྱུང་དང་ནད་ཡམས་ཞི་བར་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པའི་བཀའ་སློབ་སྩལ་ཡོད་ཚུལ་དཔྱད་གཏམ་ཆེད་སྤེལ་བྱུས་པ་བར་ཁྱབ་བཞིན་ཡོད་འདུག དེ་ནི་དཀྲོག་གཏམ་རང་ཡིན་པས་མི་མང་ནས་བདེན་འཛིན་ཅ་བ་ནས་གནང་རྒྱུ་མེད། མ་འོངས་པར་དཀྲོག་གཏམ་དེ་རིགས་ལ་ཡིད་ཆེས་མི་བྱེད་པར་རྩིས་བཞག་གནང་དགོས། འདི་ཡིས་ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༡༧ ཉིན་རྒྱ་ནག་གི་དབུས་དང་ལྷན་ཆེས་ནོག་དྲ་བྱིབས་མཐུན་ནད་ཡམས་སེལ་ལ་ཕན་པའི་ཞལ་གདམས་ཤིག་ཡོད་མིན་སྐོར་༧གོང་ས་མཆོག་གིས་ཞབས་ཀྱི་དང་ལྡན་བཅུ་སྐོར་ལ་བཀའ་སློབ་གནང་སྐབས། ནོག་དྲ་བྱིབས་ནད་ཡམས་སྐོར་ལ་ཀུན་གྱིས་འཛེམས་བསྲུང་བརྩོན་ཐོབ་ཏུ་བྱ་བ་དང་། ནང་པའི་བཀའ་སློབ་ཕེབས་པ་འབྲུག་པ་དང་ཡང་ན་ཐུགས་ཀྱི་ཕྱི་ནང་བཀའ་རྒྱ་སུ་ཞིག་དམ་པ་མཆོག་ཞེས་ནང་བསམ་སྒྲིག་ཡོད། ཐུགས་ལྟེམ་གྱིས་ཡོད་པའི་བཀའ་བཟླ་བསྟན་པའི་ཕྱག་ཡིག་ཚད་ནས་བཏུས་ཡིག་གཉིས་ཐོག་ཡོང་བྱ་འགྲིམས་སྤྲེལ་བྱུས་ཡོད། གཞན་ཡང་ དཔའ་བྲུལ་ནས་ནད་ཡམས་ཀྱི་རྐྱེན་གྱིས་ལྟ་ཆེད་ནོག་དྲ་བྱིབས་ནད་ཡམས་སྔོན་འགོག་བྱེད་ཐབས་ཀྱི་ཞལ་གདམས་དགོས་ཞེས་ནུས་པ་བརྟན་པའི་དོན་ཚིགས་ལ་བཀའ་བསྩལ་གྱི་ཡོད་པའི་བཀའ་བཞག་པ་བཀའ་གནང་མེད་པ། བརྩམས། དཔལ་ལྡན་པོ་བྲང་ཡིག་ཚང་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༧ ལ། །

གནས་ཚུལ་སྙིང་བསྡུས།

བཞུགས་སྒར་ཐེག་ཆེན་ཆོས་གླིང་གཙུག་ལག་ཁང་ནང་རེ་ཞིག་མཆོད་མཇལ་ཞུ་མི་ཐུབ་པ་ཞོགས་མ་རྩ་རྒྱ།

༄༅། །རྒྱ་ནག་ལྷུ་བེ་ཞིང་ཆེན་ནས་ཁྱབ་དལ་བྱུང་བའི་ནོག་དྲ་བྱིབས་མཐུན་རིམས་ནད་དང་འབྲེལ་སྐབས་འཛམ་གླིང་ནང་ཡུལ་གྲུ་མང་པོར་ནད་ཡམས་ཁྱབ་དང་མུ་མཐུད་དང་ཡང་སྐྱོན་སྡེ་མ་འཆམ་ཁབ་སྤྱིའི་ཀླད་རིང་སྟོང་ཁྲིམས་ཀྱི་ཉེན་ཚད་ ༡༩༩ ལས་བརྒྱ་བཅས་ལ་བརྟེན། བཞུགས་སྒར་ཐེ་ག་ཆེན་ཆོས་གླིང་གཙུག་ལག་ཁང་ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༦ ནས་ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡༥ བར་མཆོད་མཇལ་ཞུ་མི་ཆོག་པ་དང་དཀའ་ལྡན་དགའ་ལྡན་ཕོ་བྲང་ཡིག་ཚང་ནས་བརྡ་ཁྱབ་འགྲེལ་པ་དང་མས་དགོངས་འཛུགས་འཚལ། །

ཆོས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་གསལ་བཤད།

༄༅། །ཆོས་རིག་ལས་ཁུངས། DEPARTMENT OF RELIGION & CULTURE གསལ་བསྒྲགས།

༄༅། །ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༧ ཉིན་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ཆོས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་དགོན་སྡེ་ཁག་ལ་རྒྱ་ནག་གྲོང་ཁྱེར་ཝུ་ཧན་ནས་བྱུང་བའི་ནོག་དྲ་བྱིབས་མཐུན་རིམས Covid-19 ཞེས་པའི་ནད་ཡམས་སྔོན་འགོག་ཐོག་དང་འབྲེལ་བའི་གསལ་བསྒྲགས་ཤིག་སྤེལ་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལས་སྔ་ཕྱོགས་སུ་ལས་ཁག་ཏུ་གསལ་བསྒྲགས་ཞུས་པ་དེའི་ཐོག་ཐང་ནས་བཅུ་སྐོར་བཅས་ལ་རྒྱུ་རྐྱེན་དགོས་གཏད་ཀྱི་ཆེད་ནོན་ཡོད་བཞིན་འདུག་སྐབས། ཆོས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་འདིའི་ཐོག་གསལ་བཤད་གནང་དོན། ཕྱི་ཚེས་ ༢༠༢༠ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༦ ཉིན་དཔལ་ལྡན་བཀའ་དྲུང་ཡིག་ཚང་གི་ཆོས་ཕྱོགས་ལམ་ལུགས་ལས་ཁུངས་ནས་ལྷག་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་དགོན་སྡེ་ཁག་ལ་རྒྱ་ནག་གྲོང་ཁྱེར་ཝུ་ཧན་ནས་བྱུང་བའི་ (Covid 19) ཞེས་པའི་ནད་ཡམས་སྔོན་འགོག་དང་འབྲེལ་བའི་གསལ་བསྒྲགས་སྤེལ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ལས་སྤྱི་ཚོགས་དུ་ལས་ཁག་ཏུ་གསལ་བསྒྲགས་ཞུས་པ་དེའི་ཐོག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མིང་བསྒྱུར་བཅོས་ཀྱིས་ཆེད་སྤེལ་བྱས་པ་གང་མང་ཁྱབ་བཞིན་ཡོད་འདུག་ན། རྒྱ་ཆེའི་མང་ཚོགས་ནས་འདི་ཐོག་ཐེ་ཚོམ་དང་ཀུན་དོགས་ཐེན་དགོས་རྒྱུ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ངན་བྲུས་ཀུན་དུ་བྲལ་ནས་པའི་དུ་སྐྱོད་འདིའི་རིགས་ཁྱབ་གདལ་མི་ཡོང་སྐྱེད། ཚང་མས་ཡིད་གཟབ་དང་། ང་བྱང་དོན་འཛིན་མེད་པ་གནང་རྒྱུ་དགོས་པའི་སྐུལ་འདེབས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཆོས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༦ ལ། །

གསལ་བསྒྲགས།

༄༅། །ཁྱོད་དུ་བྱིབས་མཐུན་རིམས་སྔོན་འགོག་ཆེད། ཐེ་ཡོ་ཉིན་ཁྲ་དུ་ཕེབས་མཁན་མི་མང་ཚང་མ་རེས་པར་དུ་ཁ་རས་སྨན་སྦྱར་ཅན་དགོས། ལག་པ་ཁྲུ་རྫས hand sanitizer བེད་སྤྱོད་གནང་དགོས་པའི་འཕོད་བསྟེན་གསལ་བསྒྲགས་སུ། ཐེ་ཡོ་དོན་ཁང་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༧ ལ་ཕུལ། །

ཧེ་ལོ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་སྐུ་རྩལ་འགྲེམས་སྟོན་དབུ་འབྱེད་ཀྱི་མཛད་སྒོར་ཕེབས་པ།

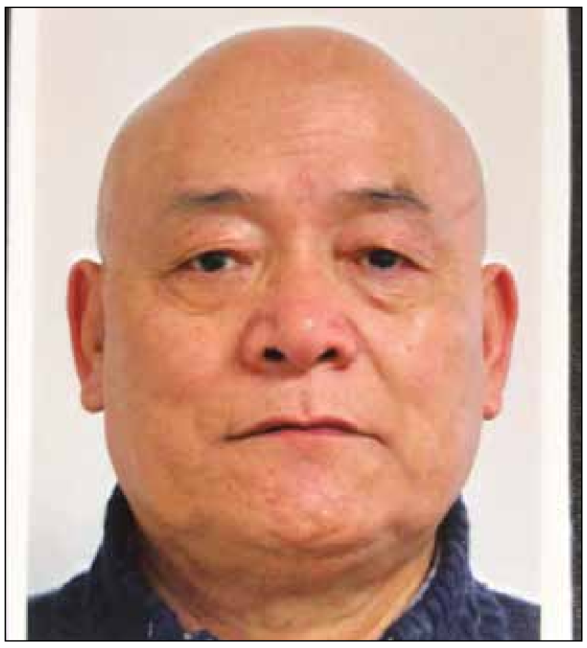
༄། །ཁལ་མུག་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ Kalmyk Republic ལ་རང་སྲིད་རང་སྐྱོང་ཐོབ་སྟེ་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཧྲིལ་པོ་འཁོར་བའི་དུས་དྲན་སྲུང་བརྩི་ཆེད་ཨུ་རུ་སུའི་རྒྱལ་ས་མོ་སི་ཁོ་ Moscow ནང་རྟེན་གཞི་བྱས་པའི་ཕྱི་ཁི་ཏོ་རི་ཡ་པར་ཀི་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་ Victory Park Museum དུ་ཚོན་བྲིས་རི་མོ་དང་། འབུར་བཟོ། རྡོ་རྐོས་རི་མོ་སོགས་འགྲེམས་སྟོན་དབུ་འབྱེད་ཀྱི་མཛད་སྒོ་ཚོགས་ཡོད་པ་དང་། མཛད་སྒོའི་ཐོག་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་རུ་སོག་སྐུ་ཚབ་དོན་གཅོད་ཧེ་ལོ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ཆེ་བསྟོད་སྐུ་མགྲོན་དུ་ཕེབས་ཡོད།

དབུ་འབྱེད་མཛད་སྒོའི་ཐོག་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་དེ་སྔ་ཁལ་མུག་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཆིབས་སྒྱུར་བསྐྱངས་པའི་སྐོར་གླེང་བརྗོད་གནང་ནས་ཁལ་མུག་མི་མང་བར་རྒྱ་ཆེའི་ཕན་ནུས་ཐེབས་ཡོད་པའི་སྐོར་གླེང་བ། སྐབས་དེར་ཧེ་ལོ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་སྐུ་རྩལ་པ་དང་། ཤེས་ཡོན་པ། ལོ་རྒྱུས་སྨྲ་བ། སྐུ་རྩལ་ལ་དགའ་མོས་གནང་མཁན་ཡོངས་ལ་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་དང་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ཚབ་ཞུས་ཏེ་འཚམས་འདྲི་གནང་བ་དང་འབྲེལ། དུས་རབས་ ༣༠ ནང་བོད་དང་ཨུ་རུ་སུའི་ནང་རིག་གཞུང་ལ་གཏོར་བཤིག་ཚབས་ཆེན་ཐེབས་ཡོད་པ་དང་། ད་ཆ་ཨུ་རུ་སུའི་མི་མང་ལ་རང་དབང་ཐོབ་ཡོད་ཀྱང་བོད་མི་ཚོས་མ་ཐུབ་རང་དབང་གི་ཆེད་དུ་འཐབ་རྩོད་གནང་བཞིན་པ་སོགས་ཀྱི་སྐོར་གསུངས།

ཁལ་མུག་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་ཡུལ་སྐོར་སྤྱི་འཆམ་ལྷན་ཁང་གི་བློན་ཆེན་སྐུ་ཞབས་ཧོན་གར་ཨེ་ལི་ཕྱི་ཀོབ་ Hongar Elbikov མཆོག་གིས་ཕྱི་ཁི་ཏོ་རི་ཡ་པར་ཀི་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་གི་ངེས་སྟོན་པ་གཞོན་པ་ལགས་ལ་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་གི་ངོས་ནས་སྐུ་རྩལ་འགྲེམས་སྟོན་གྱི་གོ་སྐབས་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས། དབུ་འབྱེད་

མཛད་སྒོ་གྲོལ་རྗེས་ཧེ་ལོ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་གསར་འགོད་པའི་བཅར་འདྲི་དང་ལེན་གནང་སྐབས་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་ཆེན་གྱི་མཛད་ཁུར་གཙོ་བོ་བཞིའི་སྐོར་ངོ་སྤྲོད་དང་འགྲེམས་སྟོན་གྱི་ལམ་ནས་ཕན་ཚུན་རིག་གཞུང་སྐོར་རྒྱུས་ལོན་གནང་རྒྱུར་ཕན་ཐོགས་ཡོད། ཅེས་དང་། གཞན་ཡང་ཧེ་ལོ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་འགྲེམས་སྟོན་གྱི་ལམ་ནས་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་ཆེན་གྱི་མཛད་ཁུར་གཙོ་བོ་བཞིའི་ནང་ནས་གཉིས་ཏེ་འགྲོ་བ་མིའི་རིན་ཐང་དང་ཆོས་ལུགས་ནང་ཁུལ་མཐུན་སྒྲིལ་གོང་མཐོར་གཏོང་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་དེ་སྔ་ཨུ་རུ་སུའི་ནང་ཐེངས་མང་ཆིབས་སྒྱུར་བསྐྱངས་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱི་སྐོར་གསུངས། འགྲེམས་སྟོན་གྱི་དབུ་འབྱེད་མཛད་སྒོ་གྲོལ་རྗེས་ཁལ་མུག་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་ཡུལ་སྐོར་སྤྱི་འཆམ་ལྷན་ཁང་གི་བློན་ཆེན་མཆོག་གིས་ཧེ་ལོ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལ་དྲན་རྟེན་གྱི་ལེགས་སྐྱེས་ཤིག་ཀྱང་ཕུལ་ཡོད་པ་བཅས། །

ཡིད་སྐྱོའི་གནས་ཚུལ།



༄། །ཧ་མགྲིན་ཚེ་རིང་ལགས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༥ ཉིན་ཨོ་སི་ཀྲོ་ལི་ཡའི་མེལ་བྷོན་ Calvary Health Care Bethlehem སྨན་ཁང་དུ་སྐུ་ཚེ་མ་ཟིན་པའི་ཡིད་སྐྱོ་བའི་གནས་ཚུལ་བྱུང་འདུག དམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་ཙམ་ཞུ་ན། ཧ་མགྲིན་ཚེ་རིང་ཡོངས་གྲགས་སུ་ཨ་ཁུ་དྷུའུ་ཅི་ལགས་ཨ་མདོ་རེབ་གོང་དུ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༨༦ ལོར་ཕ་བསོད་ནམས་དབང་རྒྱལ་དང་མ་སངས་རྒྱས་མཚོ་གཉིས་སུ་འཁྲུངས་པ་དང་། ཆུང་དུས་དམངས་བཙུགས་སློབ་གྲྭར་འཛུལ་ཞུགས་ཀྱི་རྗེས་རང་ལོ་ ༡༧ སོན་སྐབས་མཚོ་སྔོན་མི་རིགས་སློབ་གྲྭར་ལོ་ལྔའི་རིང་སློབ་སྦྱོང་གནང་། དེ་རྗེས་མཚོ་སྔོན་གྱི་གྲོང་ཚོ་ཁག་ནང་ཁྲིན་ལོ་ངོ་བཅུ་གཉིས་ལྷག་དྷུའུ་ཅིའི་ཕྱག་ལས་གནང་བ་དང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༥ ལོར་ཞིབ་ས་ཤང་གྲོང་ཚོར་དྷུའུ་ཅི་གནང་རིང་རང་རེའི་སྐུ་ཚབ་ཚོགས་པ་ཐེངས་བཞི་པ་བོད་ནང་འབྱོར་སྐབས་རྒྱ་གཞུང་གིས་མ་ཆོག་པའི་དོན་ཚན་ལྔ་བཅན་བཀའ་བཏང་ཡོད་པ་དེར་མ་གསན་པར་ལས་གནས་སུ་ཡོད་བཞིན་དུ་རང་རེའི་སྐུ་ཚབ་ཚོགས་མི་རྣམ་པར་དགའ་བསུ་ཞུས་པ་དང་། དེ་བཞིན་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རྩ་དོན་སྐད་ལས་ཀུལ་རིམ་པར་སྤེལ་རྐྱེན་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༧ ཉིན་བཙན་བྱོལ་དུ་མ་ཡོང་དཀའ་མེད་བྱུང་། བཙན་བྱོལ་ནང་བཞུགས་རིང་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༠ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༡ ཉིན་ནས་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་སུ་དྲུང་གཞོན་གནས་རིམ་དུ་བསྐོ་གཞག་གིས་ཕྱག་ལས་གནང་རྗེས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༠ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༣༠ ཉིན་བགྲེས་ཡོལ་དུ་ཕེབས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༢ ཉིན་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ཨོ་སི་ཀྲོ་ལི་ཡའི་གཞི་སྡོད་ལས་གཞིའི་ཁོངས་ཨོ་སི་ཀྲོ་ལི་ཡར་གཞིས་བསྐྱོད་གནང་འདུག །

ཨིན་ཡུལ་གྲོས་ཚོགས་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པའི་ཟུང་འབྲེལ་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་གསུམ་བཅུའི་དུས་དྲན་ཐེངས་ ༦༡ ཐོག་གསུང་བཤད་གནང་བ།

༄། །ཨིན་ཡུལ་གྲོས་ཚོགས་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པའི་ཟུང་འབྲེལ་ཚོགས་གཙོ་སྐུ་ཞབས་ཋིམ་ལུབ་ཋོན་ Tim Loughton མཆོག་གིས་བོད་མིའི་སྙིང་ལངས་གསུམ་བཅུའི་དུས་དྲན་ཐེངས་ ༦༡ ཐོག་གསུང་བཤད་གནང་དོན། གྲོགས་པོ་རྣམ་པ། སྔོན་པ་ལགས་ཀྱིས་གོང་དུ་གསུང་པ་ལྟར་རྣམ་པ་ཚོ་བོད་ནང་གི་བོད་མི་ཚོ་དང་། དེ་བཞིན་འཛམ་གླིང་ནང་ང་དང་འདྲ་བའི་བོད་ཀྱི་གྲོགས་པོ་དང་བོད་དོན་ཆེད་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་མཁན་ས་ཡ་མང་པོའི་སྐུ་ཚབ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་མཆེན་གྱི་ཡོད། འདས་པའི་ལོ་ངོ་ ༣༣ རིང་ཕྲན་རང་ཉིད་ནས་ཨིན་ཡུལ་གྲོས་ཚོགས་ནང་བོད་དོན་སྐད་རྒྱབ་སྐྱོར་ཞུས་དང་ཞུ་མུས་ཡིན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༠ ལོའི་ནང་རང་ཉིད་སློབ་མ་ཡིན་པའི་སྐབས་ལོན་ཊོན་དུ་རྟེན་གཞི་བྱས་པའི་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པ་ Tibet Society དང་ལྷན་ཐེངས་དང་པོ་རྒྱ་ནག་གི་གཞུང་ཚབ་ཁང་གི་མདུན་དུ་བོད་དོན་ཆེད་ཞི་བའི་ངོ་རྒོལ་བྱས་པ་ཡིན། དུས་དེ་ནས་བཟུང་ད་བར་ངས་བོད་དོན་སྐད་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱིས་ལས་འགུལ་སྤེལ་དང་སྤེལ་བཞིན་ཡོད། རྒྱ་ནག་གི་དྲག་གནོན་ལ་བོད་མི་ཚོས་ངོ་རྒོལ་གྱིས་སྙིང་ལངས་བྱས་ནས་ལོ་ངོ་ ༦༡ འཁོར་བཞིན་པ་དང་རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་མུ་མཐུད་བོད་ལ་དབང་སྒྱུར་བྱེད་བཞིན་ཡོད། ང་ཚོས་གསུམ་བཅུའི་དུས་དྲན་ཐེངས་ ༦༡ སེམས་སྐྱོ་པོའི་སྒོ་ནས་སྲུང་བརྩི་ཞུ་བཞིན་ཡོད།

འདས་པའི་ལོ་ངོ་ ༦༡ ནང་ཞི་བདེ་བག་མཁན་བོད་མི་ས་ཡ་གཅིག་ལྷག་རྒྱ་ནག་གི་དྲག་གནོན་འོག་གཅེས་པའི་ལུས་སྲོག་དང་བཅས་པ་བློས་བཏང་ཡོད། གལ་ཏེ་དེ་རིང་གི་ངོ་རྒོལ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ས་ལྷ་སར་བྱུང་ཚེ་ངོ་རྒོལ་དེ་ཡུན་རིང་བགོར་

མི་སྲིད། རྒྱུ་མཚན་ནི་ང་ཚོ་ཚང་མས་ཤེས་གསལ་ལྟར། རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་སྐྱོན་བརྗོད་ལ་དགའ་པོ་བྱེད་མེད། ན་ཉིང་ལོར་ཨ་རིའི་གྲོས་ཚོགས་གོང་འོག་གི་འཐུས་མི་ཚོས་སྤྱི་མོས་ཐོག་ནས་བོད་དུ་རང་དབང་ཐོག་ཕར་འགྲོ་ཚུར་འོང་ཆོག་པའི་ཁྲིམས་འཆར་ Reciprocal Access to Tibet Act ཁྲིམས་སུ་གཏན་འཁེལ་གནང་བ་དེ་གཞིར་བཞག་ཐོག་ངས་ཨིན་ཡུལ་གྲོས་ཚོགས་འོག་མའི་ནང་བོད་དུ་རང་དབང་ཐོག་ཕར་འགྲོ་ཚུར་འོང་ཆོག་པའི་ཁྲིམས་འཆར་ངོ་སྤྲོད་བྱས་པ་ཡིན། ཁྲིམས་འཆར་དེ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་གཞུང་འབྲེལ་སྐུ་ཚབ་མི་སྣ་དང་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཚན་པ་ཚོར་རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་བོད་མིའི་ཐོག་བྱབ་ཚོད་དང་གཉའ་གནོན་བྱེད་བཞིན་པ་དེ་ཐེར་འདོན་དང་ཁྱབ་བསྒྲགས་བྱེད་པར་དགོས་མཁོ་ཅན་ཆགས་ཡོད།

བོད་ཀྱི་གནད་དོན་ནི་བོད་མི་ཙམ་མ་ཟད། མང་གཙོ་ལ་དགའ་མོས་གནང་མཁན་ཡོངས་ཀྱི་རྩ་དོན་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ཅེས་སོགས་ཀྱི་གསུང་བཤད་གནང་ཡོད་པ་བཅས། །

བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ཚོགས་གཙོ་མཆོག་གིས་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་དགུ་པའི་མཇུག་བསྡོམས་གསུང་བཤད་གནང་བ།

༄༅། །བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ཚོགས་གཙོ་པན྄་འབྱུང་གནས་མཆོག་གིས་སྐབས་བཅུ་དྲུག་པའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་དགུ་པའི་མཇུག་བསྡོམས་གསུང་བཤད་གནང་དོན། དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་མཆོག་གིས་དབུས་བཀའ་བློན་རྣམ་པ། དཔལ་ལྡན་ཚོགས་གཞོན་མཆོག་གིས་དབུས་ཞུག་སྤྲོལ་སྤྱི་འཐུས་རྣམ་པ་བཅས་ལ་ཞུ་རྒྱུར། དེ་རིང་སྐབས་བཅུ་དྲུག་པའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་དགུ་པ་འདི་ཐོག་མར་ལས་རིམ་བསྒྲིགས་པ་ནང་བཞིན་ཧྲག་དཔྱིབས་ནད་ཡམས་རྐྱེན་པས་བྱུང་ཐུབ་མེད། དེ་རིང་ཉིན་གྲངས་གཅིག་རིང་ཚོགས་པའི་ནང་མྱུ་ངན་གུས་འདུད་ཀྱི་གྲོས་ཆོད་གཉིས་བཞག་གནང་ཐུབ་པ་དང་། གདུང་སེམས་མཉམ་སྐྱེའི་གྲོས་ཆོད་གཅིག རྩིས་ལོ་ ༢༠༢༠–༢༠༢༡ ལོའི་གཏོང་ལེན་ཁྲིམས་ཡིག་གཏན་འབེབས་གནང་ཐུབ་པ་བྱུང་བ་འདི་དག་ཚང་མ་ལེགས་གྲུབ་ཡོང་བར་གྲོས་ཚོགས་ར་བ་འདིའི་ནང་ཆ་ཤས་བཞེས་གནང་རྒྱུའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་མཁན་ཡོངས་ཀྱིས་མཐུན་འགྱུར་མཉམ་རུབ་གནང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་སྐབས་འདི་འབྱུང་བཞིན་ཡོད། ཚང་མར་ལེགས་གསོལ་བསྔགས་བརྗོད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

སྤྱིར་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ནང་ལ་ཚོགས་ཆུང་བསྐོ་གཞག་བྱ་རྒྱུ་ནི་དཀའ་ལས་ཁག་ཤོས་ཤིག་རེད། མང་ཚོགས་རྩིས་ཁྲ་ཚོགས་ཆུང་དང་ཆོད་དཔག་འཆར་རྩིས་ཚོགས་ཆུང་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཚོགས་གཙོ་གཉིས་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་འཕྲད་བཞིན་འདུག ད་རེས་ཆོད་དཔག་འཆར་རྩིས་ཚོགས་ཆུང་ནང་འཛུལ་མཁན་ཏ་ཙང་ཁག་པོ་བྱུང་། མཐར་འཁོད་སྐུལ་ཞུས་ཏེ་ཆོད་དཔག་འཆར་རྩིས་ཚོགས་ཆུང་བཙུགས་ཐུབ་པ་དང་། ཁོང་རྣམ་པས་ཕྱུག་ལས་ཞིབ་ཚགས་པོ་དང་ད་ཙང་ཡག་པོ་གནང་འདུག ཐེངས་འདིའི་སྔོན་རྩིས་འདི་རྩ་བའི་ལས་ཁུངས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཞིབ་འཇུག་མཐར་ཕྱིན་པ་གནང་བ་དང་། དེ་རྗེས་ཆོད་དཔག་འཆར་རྩིས་ཚོགས་ཆུང་གིས་ཞིབ་ཚགས་པོ་ཏ་ཙང་གནང་འདུག དེ་ལྟར་ཞིབ་ཚགས་པོ་གནང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་རིང་གཏན་འབེབས་བྱུང་བ་རེད། དེར་བརྟེན་ཆོད་དཔག་འཆར་རྩིས་ཚོགས་ཆུང་ལའང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ད་རེས་གྲོས་ཚོགས་འདི་ཚོགས་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་སུ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ངོས་ནས་སྔོན་འགོག་སྐད་མཐུན་འགྱུར་ཏ་ཙང་ཡག་པོ་གནང་བྱུང་།

གཞན་ཡང་ཐར་རྒྱུན་ལྟར་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བརྙན་འཕྲིན་ཚན་པ་དང་། བདེ་སྲུང་ལས་ཁུངས་སོགས་མཐུན་འགྱུར་གནང་མཁན་ཡོངས་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

འདི་ལོར་འཛིན་སྐྱོང་བཀའ་ཤག་ངོས་ནས་ལོ་འཁོར་མོར་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ལ་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལོར་སྲུང་བརྩི་ཞུ་རྒྱུ་རེད། བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལོ་འདིའི་ནང་བོད་མི་སྤྱི་བོ་གནམ་བསྣན་ཡོངས་ཀྱིས་༧རྒྱལ་བའི་བཀའ་དགོངས་གང་ཐུབ་བསྒྲུབ་རྒྱུ་དང་། མཐུན་ལམ་གོང་བུ་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིལ་བའི་ཐོག་ནས་རྩ་དོན་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་དུས་ཚོད་གཏོང་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་། དོན་མེད་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དཀྲོག་རྐྱེན་བཟོ་རྒྱུའི་རིགས་སུ་ལའང་དགོས་པ་མེད། མི་དགོས་པ་དེར་དང་ལེན་མ་གནང་བར་རྒྱུད་རིང་དུ་བཏང་བའི་ཐོག་ནས་དུས་ཚོད་གང་ཡོད་པ་སྤྱི་པའི་རྩ་དོན་ཆེད་གང་བྱེད་དགོས་པ་དང་། སོ་སོའི་ནུས་པ་གང་འདོན་ཐུབ་པ་དེ་དག་གི་ཐོག་ནུས་པ་མཉམ་སྤུངས་ཐུབ་ཐབས་སྐད་འབོད་སྐུལ་ཞུ་བཞིན་ཡོད།

དེང་སྐབས་ཧྲག་དཔྱིབས་མཉན་རིམས་རྐྱེན་པས་འཛམ་གླིང་སྤྱི་ཡོངས་ལ་དཀའ་ངལ་ཚབས་ཆེ་ཞིག་འཕྲད་བཞིན་ཡོད་པར་བརྟེན་འདི་ལྟ་བུའི་ནད་ཡམས་མགྱོགས་ནས་མྱུར་དུ་འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་ཞི་བ་དང་། མ་འོངས་པར་འདི་རིགས་མི་ཡོང་བའི་སྨོན་འདུན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

མཐའ་དོན་སྤྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྐུ་ཚེ་༧ཞབས་པད་བསྐལ་བརྒྱར་བརྟན་ཅིང་། ཐུགས་ཀྱི་བཞེད་དགོངས་མཐའ་དག་ལྷུན་གྱིས་འགྲུབ་པ་དང་། བོད་དོན་བདེན་མཐའ་མྱུར་དུ་གསལ་བའི་སྨོན་འདུན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། །

ཅེག་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་ས་གནས་གྲངས་ ༡༡༠༣ ནང་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་དར་བསྒྲེངས་འཛུགས་གནང་སྟེ་གསུམ་བཅུའི་དུས་དྲན་སྲུང་བརྩི་ཞུས་པ།

༄༅། །ཅེག་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ Czech Republic ནང་བོད་དོན་ལ་གདུང་སེམས་མཉམ་སྐྱེ་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་མཚོན་ཆེད་གྲོང་སྡེ་ཁག་ ༡༩༩ དང་། སློབ་གྲྭ་གྲངས་ ༡༣༣། ཚོགས་པ་ཁག་ ༡༩། དེ་བཞིན་མི་མང་སྒེར་པ་བཅས་ནས་ཁྲོན་ས་གནས་མ་འདྲ་བ་གྲངས་ ༡༡༠༣ ནང་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་དར་བསྒྲེངས་འཛུགས་གནང་སྟེ་གསུམ་བཅུའི་དུས་དྲན་ཐེངས་ ༦༡ སྲུང་བརྩི་ཞུས་འདུག དེ་ཡང་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༦ ལོར་ཟླུང་ཏ་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པའི་ངེས་སྟོན་པ་ལུ་བྷོ་མིར་ Lubomir Sklenka ལགས་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་འོག་བོད་དོན་ཆེད་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་དར་གྲངས་ ༩ བསྒྲེངས་འཛུགས་གནང་སྟེ་ལས་འགུལ་སྤེལ་ཡོད།

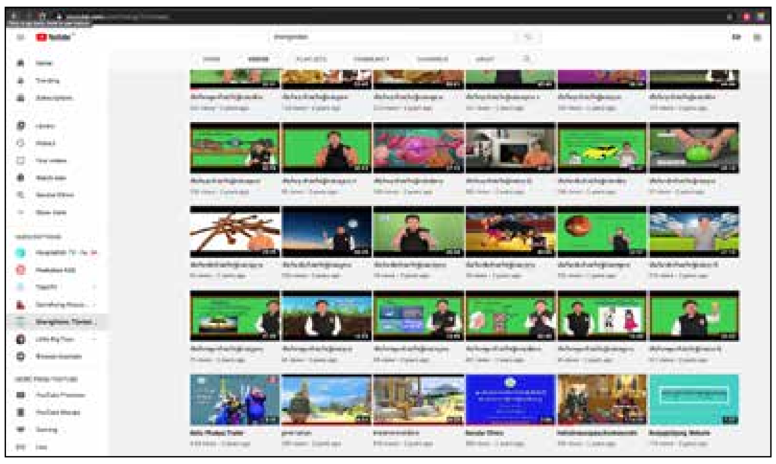
ཟླུང་ཏ་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པས་ལོ་ལྟར་ཅེག་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་ས་པི་རག་ Prague ནང་རྟེན་གཞི་བྱས་པའི་རྒྱ་ནག་གཞུང་ཚབ་ཁང་གི་མདུན་དུ་གསུམ་བཅུའི་དུས་དྲན་སྲུང་བརྩི་ཞུས་ཏེ་ཞི་བའི་ངོ་རྒོལ་གནང་གི་ཡོད་པ་མ་ཟད། བོད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་འགྲེམས་སྟོན་དང་དཔེ་དེབ་དཔར་སྐྲུན་གནང་སྟེ་ལས་འགུལ་སྤེལ་གྱི་ཡོད། གཞན་ཡང་ཅེག་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པ་ Czechs Support Tibet དང་། པོ་ཏ་ལ་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པ། ཅེག་བོད་རིགས་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ་སོགས་ནས་གསུམ་བཅུའི་དུས་དྲན་སྲུང་བརྩི་དང་བོད་དོན་ཆེད་ལས་འགུལ་སྤེལ་ཡོད།

ད་ལྟའི་ཟླུང་ཏ་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོགས་པའི་ངེས་སྟོན་པ་ཨེ་ཌི་ཏ་ Edita Kleckerová ལགས་ཀྱིས། ཅེག་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ས་གནས་མ་འདྲ་བ་ཁག་ ༡༡༠༣ ལྷག་གི་ནང་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་དར་བསྒྲེངས་འཛུགས་དང་། བོད་དོན་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་སྟེ་རྒྱ་ནག་གིས་བོད་ཐོག་འཛིན་པའི་དྲག་གནོན་ཅན་གྱི་སྲིད་བྱུས་ལ་ངོ་རྒོལ་གནང་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཅེག་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ནང་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་པའི་གྲངས་ཀ་ལོ་རེ་བཞིན་འཕེལ་བཞིན་ཡོད། ཅེས་གསུངས།

སྲུད་སིའི་སྐུ་ཚབ་དོན་གཅོད་འཆི་མེད་རིག་འཛིན་ལགས་ཀྱིས་ཅེག་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བོད་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་བ་ཡོངས་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་པ་དང་སྦྲགས། ཆུ་ཐིགས་བསགས་པས་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་གསུང་བ་ལྟར། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་དར་བསྒྲེངས་འཛུགས་ཀྱི་ལས་འགུལ་འདི་བཞིན་ཐོག་མར་གཞི་རྒྱ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་ནས་འགོ་བཙུགས་ཡོད་པ་དང་། ད་ལྟ་ལས་འགུལ་འདི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་རུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། ཅེས་སོགས་གསུངས། །

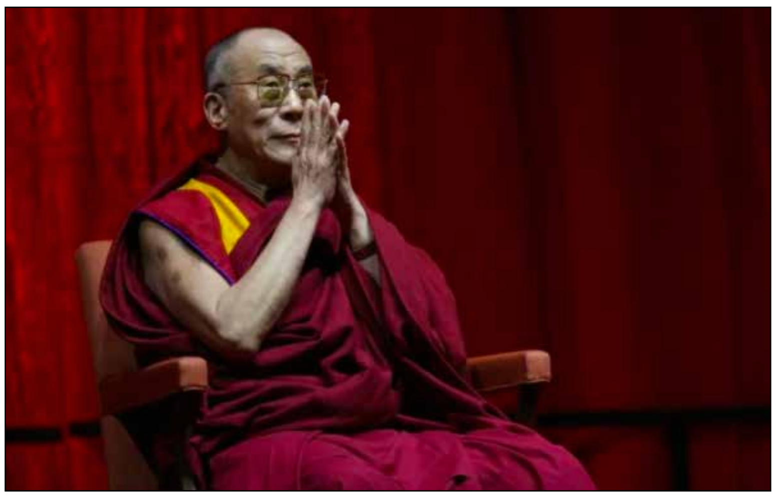
ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་འབོད་སྐུལ་གསལ་བསྒྲགས།

༄༅། །དེང་སྐབས་འཛམ་གླིང་ཡུལ་གྲུ་གང་སར་ཧྲག་དཔྱིབས་མཉན་རིམས་ཁྱབ་བརྡལ་སོང་བའི་དབང་གིས། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་གཞི་རིམ་སློབ་གྲྭ་ཁག་གནས་སྐབས་རིང་སྒོ་རྒྱག་དགོས་བྱུང་ཡོད། དུས་ཡུན་འདིའི་རིང་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་རང་ཁྱིམ་དུ་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་དོ་སྣང་ཆེར་བསྐྱེད་གནང་དགོས་པ་དང་སྦྲགས། དུས་ཚོད་སྟོང་པའི་སྐབས་དཔེ་དེབ་ཀློག་པ་དང་། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བོད་ཡིག་སློབ་སྦྱོང་དྲ་ཚིགས་དང་ https://bodyiglobjong.com/teaching/ ཡུ་ཊུབ་དྲ་བརྙན་བརྒྱུད་ https://www.youtube.com/user/sherigCTA/videos བོད་ཡིག་དང་། ཨང་རྩིས། ཚན་རིག་སོགས་ཀྱི་བརྙན་ཕབ་སློབ་ཁྲིད་ལ་གཟིགས་གནང་ཡོང་བ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། རྒྱ་ཆེའི་ཁྱིམ་བདག་རྣམ་པས་ཀྱང་རང་དོན་རང་གཅེས་ཀྱི་ཕྲུ་གུའི་དུས་ཚོད་འཕྲོ་བརླག་མི་འགྲོ་བའི་ཆེད་གོང་གསལ་རྒྱུ་ཆ་ཁག་བེད་སྤྱོད་གནད་སྨིན་གཏོང་གནང་ཡོང་བའི་འབོད་སྐུལ་ཞུ། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༨ ལ། །



སྐྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་དེ་མྷ་ཙལ་མངའ་སྡེའི་གཞུང་གི་ནད་ཡམས་སྔོན་འགོག་ལས་གཞིར་རྒྱབ་སྐྱོར་མཛད་པ།

༄༅། །ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༢༦ ཉིན་བོད་མིའི་བླ་ན་མེད་པའི་དབུ་ཁྲིད་སྐྱི་ནོར་



༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་དེ་མྷ་ཙལ་མངའ་སྡེའི་སྤྱི་ཁྱབ་བློན་ཆེན་ Shri Jai Ram Thakur མཆོག་ལ་གསུང་འཕྲིན་ཞིག་སྩལ་ཏེ། ཧྲོག་དབྱིབས་མཉན་རིམས་ Corona-virus འཛམ་གླིང་ཡོངས་སུ་མཆེད་ནས་ད་ལྟ་མངའ་སྡེ་འདིར་ཡང་སླེབས་ཡོད་པར་ཉིན་རེ་བཞིན་ཧུར་བརྩོན་ཆེན་པོས་ནད་ཡམས་འགོག་ཐབས་ཆེད་འབད་བརྩོན་བྱེད་བཞིན་པར་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ཅེས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་གསུང་འཕྲིན་ནང་དུ། ངོས་རང་དེ་མྷ་ཙལ་མངའ་སྡེ་ནང་བསྡད་ནས་ད་བར་ལོ་ངོ་ ༦༠ སོང་ཡོད། འདི་ནི་ངོས་ཀྱི་ཕ་ཡུལ་གཉིས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེར་བརྟེན་ངོས་ཀྱིས་ཐེངས་འདིར་མངའ་སྡེའི་གཞུང་མང་གཉིས་ལ་གདུང་སེམས་མཉམ་སྐྱེ་མཚོན་བྱེད་དུ་དགའ་ལྡན་ཕོ་བྲང་ཐེབས་རྩ་ནས་ཇ་དྲག་ངལ་སེལ་སྣོད་མངའ་སྡེའི་སྤྱི་ཁྱབ་བློན་ཆེན་གྱི་ཐེབས་རྩ་ཁང་དུ་བཟའ་བཅའ་དང་སྨན་རིགས་སོགས་ཀྱི་ཆེད་ཞལ་འདེབས་ཕྲན་བུ་ཞིག་འབུལ་གྱི་ཡོད། ཅེས་བཀའ་སློབ་སྩལ་འདུག མཐར་སྐྱི་ནོར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་རྒྱ་གར་གྱི་སྲིད་བློན་མཆོག་གི་ཚོད་སེམས་བརྟན་པོས་ནད་ཡམས་སྔོན་འགོག་ཆེད་ལས་འགུལ་འདྲ་མིན་སྤེལ་བཞིན་པ་དེ་དག་ལ་ནུས་པ་ངེས་ཅན་ཞིག་ཐོན་པའི་རེ་བ་ཡོད་སྐོར་བཀའ་སློབ་སྩལ་འདུག །

དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་བློ་བཟང་སེངྒེ་མཆོག་གིས་ཧྲོག་དབྱིབས་མཉན་རིམས་ལ་ཡིད་གཟབ་དགོས་པའི་འབོད་སྐུལ་གནང་བ།

༄༅། །བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་དཔལ་ལྡན་སྲིད་སྐྱོང་བློ་བཟང་སེངྒེ་མཆོག་གིས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༢༣ རེས་གཟའ་ཟླ་བའི་ཉིན་ཕྱི་དྲིལ་ལྷག་པ་ཚེ་རིང་དྲན་རྟེན་ཚོགས་ཁང་དུ། རྒྱ་ནག་གི་གྲོང་ཁྱེར་ཝུ་ཧན་ནས་མཆེད་པའི་ཧྲོག་དབྱིབས་མཉན་རིམས་ཁྱབ་བརྡལ་ཤུགས་ཆེ་འགྲོ་བཞིན་པ་དེར་བོད་མི་ཚོས་ཡིད་གཟབ་དགོས་གལ་གྱི་འབོད་སྐུལ་གནང་དོན། རྒྱ་གར་གཞུང་ནས་ཧྲོག་དབྱིབས་མཉན་རིམས་ཐོག་སྔོན་འགོག་གི་ལམ་སྟོན་ཇི་ལྟར་གནང་བ་རྣམས་བོད་མི་ཚང་མས་ངེས་པར་ལག་བསྟར་ཡོང་ཐབས་སྣང་འབད་བརྩོན་གནང་རོགས། དེ་རིང་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༢༣ རེས་གཟའ་ཟླ་བ་ནས་བཟུང་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ལས་ཁུངས་ཁག་ནང་ལས་བྱེད་བརྒྱ་ཆ་ལྔ་བཅུ་ལས་ཉུང་བ་ལས་བཅར་ཞུས་པ་དང་། སྣེར་ལ་པང་ཐོག་ཀམ་པུ་ཊར་ཡོད་མཁན་ཚོས་ལས་ཁུངས་སུ་བཅར་མི་དགོས་པར་རང་ཤག་ནས་ལས་ཀ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ཕྱིས་སུ་ལས་དོན་གང་བྱེད་མིན་ཐད་ལས་ཁུངས་སུ་སྔོན་སེང་ཞུ་དགོས། ནད་ཡམས་དེ་ཁྱབ་བརྡལ་མ་ཡོང་བའི་ཆེད་ཕན་ཚུན་བར་ཐག་རེག Social Distance སོགས་བྱེད་མི་རུང་ཞིང་། ཕན་ཚུན་མི་ཊར་གཅིག་གི་རྒྱང་ཐག་བཞག་ནས་འབྲེལ་བ་

གནང་དགོས་པ་རེད། དེ་མྷ་ཙལ་མངའ་སྡེ་གཞུང་ནས་ཕྱི་ནས་འགྲུལ་བཞུད་བྱེད་མཁན་ལ་དམ་བསྒྲགས་བཀག་སྡོམ་བྱས་ཡོད། ཁ་སང་ཀཱངྐར་རྫོང་ཡོངས་རྫོགས་ལ་དམ་བསྒྲགས་བཀའ་རྒྱ་བཏང་ཡོད། ང་ཚོས་ས་གནས་རྫོང་དཔོན་དང་འབྲེལ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་དང་རྫོང་ལས་ཁུངས་སུའང་ལས་བྱེད་བརྒྱ་ཆ་ལྔ་བཅུས་ཞུགས་ལས་གནང་གི་ཡོད་སྐབས་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཡང་དེ་དེ་བཞིན་གནང་རྒྱུ་རེད། ཚང་མས་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་དང་ས་གནས་རྫོང་ལས་ཁུངས་ནས་ལམ་སྟོན་ཇི་ཕེབས་ངེས་པར་སྲུང་བརྩི་ཞུ་དགོས། ལྷག་པར་ནད་ཡམས་དེར་བོད་མི་ཚང་མས་ཡིད་གཟབ་གནང་རོགས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། །

ཡོངས་ཁྱབ་གསལ་བསྒྲགས།

༄༅། །གཞིས་བྱེས་བོད་རིགས་སེར་སྐྱ་ཕོ་མོ་ནང་གཞན་ཡོངས་ཀྱི་སྣན་ལམ་དུ་གསོལ་རྒྱུར། འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་ཁྱབ་གདལ་འགྲོ་བཞིན་པའི་ཀོ་ཝི་ཊ་༡༩ ཞེས་པའི་ནད་ཡམས་འགོག་ཐབས་སུ། སྤྱིར་བཏང་དོགས་ཟོན་ཡིད་གཟབ་བྱ་སྒོ་ཁག་དང་ཕྱི་ནང་རིམ་གྲོ་ཁག་ཅིག་སྤྱི་སྒེར་གཉིས་ཐད་ནས་སྒྲུབ་བཞིན་ཡོད་པ་མཁྱེན་གསལ་ལྟར་དང་། ཉེ་ཆར་དཀྱུང་གསར་རྗེས་༧རྒྱལ་བའི་སྐུ་ཕྱག་དང་། བསྟན་སྲིད་བདེ་ཐབས། སྐྱེ་མཐུན་བསོད་ནམས་གསོག་བསྐྱེད། འབྱུང་བའི་གནོད་པ་དང་གོང་གསལ་ནད་ཡམས་བཟློག་ཐབས་བཅས་ལ་བླ་ལྷའི་བཀའ་ལུང་ཁག་ཅིག་ཞུས་བསྐུལ་བྱུང་ཁྲོད་ནས་རིམ་གྲོ་ཆེ་ཁག་དང་། སྒྲུབ་ཚོག་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་རྣམས་བྱེས་ཁྲོད་རིས་མེད་དགོན་སྡེ་ཁག་ལ་འགྲེམས་འབུལ་ཞུ་བཞིན་ཡོད་ཅིང་། མང་ཚོགས་སྣེར་ངོ་སོ་སོས་སྒྲུབ་གསོག་དགོས་པའི་གཟུངས་སྔགས་ཁག་ཅིག་གཤམ་གསལ་ལྟར་ཡིན་ན། ཚང་མས་རང་དོན་རང་གཅེས་ཀྱིས་སྨིན་སྒྲུབ་གནང་གལ་ཆེ་བ་དགོངས་འཇགས་འཚལ།

༡) གཟུངས་སྔགས་ཡི་གེ་དྲུག་མ།
ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ།

༢) མཉྫུ་གུ་རུའི་མཚན་སྔགས།
ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་བཛྲ་གུ་རུ་པདྨ་སིདྡྷི་ཧཱུྃཿ

༣) སྒྲོལ་མའི་གཟུངས་སྔགས།
ཨོཾ་ཏཱ་རེ་ཏུཏྟཱ་རེ་ཏུ་རེ་སྭཱཧཱ།

༤) ལོ་མ་གྱོན་མའི་གཟུངས།
ཨོཾ་པི་ཤ་ཙི་པརྞ་ཤ་བ་རི་སརྦ་ཛྭ་ར་པྲ་ཤ་མ་ན་ཡེ་སྭཱཧཱ།

༥) རྡོ་རྗེ་རྣམ་འཇོམས་པའི་གཟུངས།
ན་མ་ཤྩཎྜ་བཛྲ་ཀྲོ་དྷཱ་ཡ། ཧུ་ལུ་ཧུ་ལུ། ཏིཥྛ་ཏིཥྛ། བནྡྷ་བནྡྷ། ཧ་ན་ཧ་ན། ཨ་མྲྀ□□ཏེ་ཧཱུྃ་ཕཊ།

༦) སྨན་བླའི་གཟུངས་ཐུང་། ཏདྱ་ཐཱ། ཨོཾ་བྷཻ་ཥཛྱེ་བྷཻ་ཥཛྱེ། མཧཱ་བྷཻ་ཥཛྱེ་བྷཻ་ཥཛྱེ་རཱ་ཛ་ས་མུདྒ་ཏེ་སྭཱཧཱ།

༧) ལྷ་མོའི་གཟུངས་ཧྲིཿབདུན་མ།
ཧྲིཿརཀྵ་ཧྲིཿརཀྵ་ཧྲཱུྃ་ཧྲཱུྃ། རཀྵ་བྷྲུན་ཧྲཱུྃ། ཁ་ལ་རག་ཆེན་མོ། རཀྵ་ཨ་བྷྱ་ཏ་བྷྱ་བྷྲུན་ཧྲཱུྃ། ཏྲ་ཡུ་ར་ཡུ་ཧཱུྃ་ཧྲཱུྃ་ཧཱུྃ།

ཤེས་རིག་དྲུང་ཆེ་ཀརྨ་སེངྒེ་ལགས་ཨོ་གླིང་དོན་གཅོད་དུ་བསྐོ་གཞག་གནང་བ།

༄༅། །ལས་བྱེད་འདེམས་བསྐོ་ལྷན་ཁང་གི་སྒྲིག་གཞི་དོན་ཚན་ ༡༨།༡ དགོངས་དོན། ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་ཏུ་སྐུ་ཚབ་དོན་གཅོད་རྣམས་སྲིད་སྐྱོང་དང་བཀའ་བློན་ཚང་འཛོམས་ཞིབ་གྲོས་དག་འདེམས་ཀྱིས་བཀའ་ཤག་ནས་བསྐོ་འཛུགས་གནང་བར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྐུ་ཚབ་ཀྱི་མཚན་གནས་སྩལ་རྒྱུ། ཞེས་གསལ་བ་ལྟར་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དྲུང་ཆེ་ཀརྨ་སེངྒེ་ལགས་ཨོ་སི་ཀྲོ་ལི་ཡའི་སྐུ་ཚབ་དོན་གཅོད་དུ་བསྐོ་གཞག་སྩལ་སོང་བས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༡ ནས་ལས་ཁུར་འགོ་འཛུགས་བྱ་དགོས་ཐེབས་སོང་བས་གསལ་བསྒྲགས་སུ། དེ་ཡང་དྲུང་ཆེ་ཀརྨ་སེངྒེ་ལགས་ནི་ཕ་ལྷུན་གྲུབ་ཡེ་ཤེས་དང་། མ་ཚེ་རིང་སྒྲོལ་དཀར་གཉིས་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་སྲས་སུ་ཡུལ་ལ་དྭགས་བསོད་ནམས་གླིང་གཞིས་ཆགས་སུ་ ༡༩༧༠ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༢༥ ཉིན་སྐྱེས་ཤིང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༨༣ ལོར་པན་ཇབ་གཙུག་ལག་སློབ་གྲྭའི་ Govt. College, Punjab University ཉེ་བའི་གཙུག་ལག་རབ་འབྱམས་པ་ B.A ཐོན་རྗེས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༨༥ ཟླ་ ༨ ཚེས་ ༢༡ ཉིན་ལ་དྭགས་བསོད་ནམས་གླིང་གཞིས་ཆགས་ཀྱི་མཉམ་འབྲེལ་ལས་ཁུངས་སུ་དྲུང་ལས་གནས་རིམ་ཐོག་བསྐོ་གཞག་གནང་འདུག དེ་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༨༦ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༨ ཉིན་ལ་དྭགས་བྱང་ཐང་མཉམ་དྲུང་དུ་བསྐོ་གཞག་གནང་འདུག ཕྱི་ལོ་ ༡༩༨༨ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡ ཉིན་སྔོན་ཁ་ཚོལ་གསུམ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་དུ་བསྐོ་གཞག་གནང་ཞིང་། ༡༩༩༩ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༣ ཉིན་དྲུང་གཞིན་གནས་རིམ་དུ་གནས་སྤར། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༣ ཉིན་ལ་དྭགས་ལས་ཁུངས་སུ་གནས་སྤོས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༣ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༩ ཉིན་མེའོ་ས་འགོ་ལས་ཁུངས་སུ་གནས་སྤོས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༣ ཉིན་འཆར་འགོད་ལྷན་ཁང་དུ་གནས་སྤོས། ཕྱི་ལོ་༢༠༠༩ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༡ ཉིན་སྤྱིར་བོད་ཚོགས་སུ་གནས་སྤོས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ཟླ་ ༡༢ ཚེས་ ༡༦ ཉིན་ཀུ་ལུ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་དུ་གནས་སྤོས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༥ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༨ ཉིན་བྱང་དྲུང་གནས་རིམ་དུ་གནས་སྤར། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༥ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༢༩ ཉིན་ཀུ་ལུ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་རང་འཇགས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༨ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༣ ཉིན་ཀོ་ལི་ཀཱལ་ས་འགོ་དུ་གནས་སྤོས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༣ ཉིན་དྲུང་ཆེ་ལས་འཕར་དུ་གནས་སྤར། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༦ ཉིན་སྤྱིར་ལོར་ལྷོ་སྤྱི་ལས་ཁུངས་སུ་ལྷོ་སྤྱི་གནས་སྤོས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༡ ཉིན་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་སུ་གནས་སྤོས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༨ ཉིན་ཤེས་རིག་དྲུང་ཆེར་གནས་སྤར། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༨ ཉིན་ཤེས་རིག་དྲུང་ཆེར་ལས་འགན་བཀོད་སྒྲིག་གནང་ནས་ད་བར་དྲུང་ཆེ་གནང་མུས་ཡིན་པ་བཅས། །

Published by: Tsering Yangkyi, DIIR, **Printer:** Narthang Press (DIIR), CTA, Gangchen Kyishong, Dharamshala-176215 H.P., INDIA **Name of Editor:** Ngawang Thogmed,
Place of Publication: CTA, Gangkyi, Dharamshala-176215 H.P., INDIA Tel:+91-1892-222457/222510 **Email:** diiraddl.secy@tibet.net **Website:** www.bod.asia
Regd. No. HPTIB/2017/74104