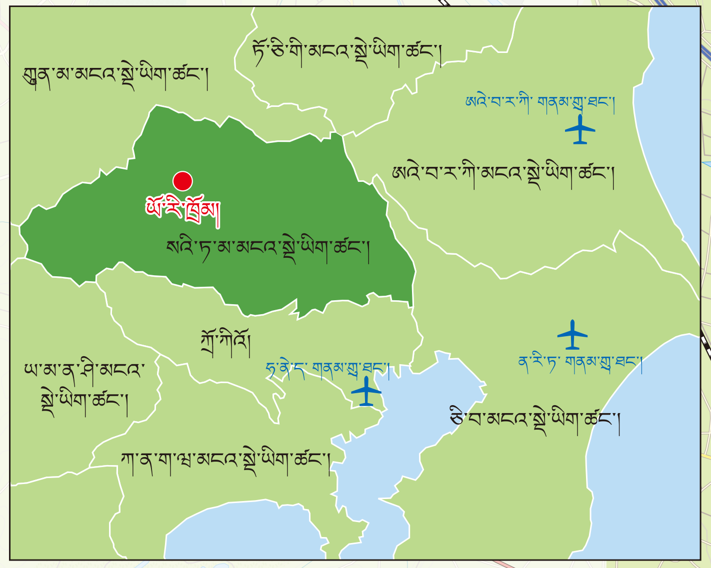
ཡོ་རི་ལྷུ་བཤལ་ལམ་སྟོན་ས་ཁྲ།



རང་ལུགས་བཞེས་སྒོ།

ཨ་ཡུ་བཞེས་སྒོའི་རིགས།

རྒྱ་མོ་ཨ་ར་ཀ་ལྷ་ནང་ལས་ ཉ་བཟུང་མ་ཐག་མི་དེ་
ལོ་བསྐྱར་བཞིན་དུ་སྤྱི་ཟླ་༧པའི་ཚེས་༧ལས་འགོ་བཙུགས་ཉ་བཟུང་ཆོག་པ་
ཡིན། ཀི་ཡོ་དྲི་ཟེར་
ཇ་པན་གྱི་རང་ལུགས་དང་བཟའ་ཁང་གི་རིགས་ཡིན་མི་
སའི་ཁ་མ་ཕྱོགས་སྣེག་ཅན་གྱི་རང་ལུགས་བཞེས་སྒོའི་བཟའ་ཁང་འདི་
ནང་ ཞིམ་བཅུད་ལྡན་པའི་ཨ་ཡུ་གི་བཞེས་སྒོའི་རིགས་མ་འདྲ་བ་
མང་རབས་ཅིག་དྲངས་ཡིན།
ཀོའི་དྲི་ སྣད་འཕྲིན་ཨང་ ༠༤༢-༥༤༧-༠༧༢༤།

ཏ་རེ་ཀ་ཙུ་དོན།

རྒྱམ་གྱི་ལྟོ་ནང་ལུ་
རོ་མངར་ཚ་དང་ལྡན་པའི་ཨེ་སྣུམ་ནང་ལུ་སྦང་བཞག་པའི་ཕག་ཤ་སྒོ་
སྡོམ་བཀལ་མི་འདི་ཡིན།

ཡ་ཀི་ཏོ་རི།

ཁྲོམ་དེ་ཕགས་གསོ་སྐྱོང་ལས་བརྟེན་གོང་འཕེལ་འགྲོ་ཡོདཔ་ལས་
ཡོ་རི་ལུ་ ཡ་ཀི་ཏོ་རི་འདི་ ཕགས་ཤ་གིས་བཟོཔ་ཡིན། ཀ་ཤི་ར་ཟེར་
ཕགས་གི་ཟ་ལྷབ་དང་ཐོདཔ་གི་ཤ་དེ་ ཚོལ་ལུ་ཞུགས་སྦེ་ཡོད་པའི་ཁྲུ་ལུ་
སྡོམ་ཞིམ་ཏོང་ཏོ་ཡོདཔ་ཡིན།

སྨན་དྲ་རིན་ཚལ་ལུ་ཁུ་བ།

ཡོ་རི་ལས་འཐོན་པའི་སྨན་དྲ་རིན་ཚལ་ལུ་གིས་བ
ཟོ་བའི་སྨན་དྲ་རིན་ཚལ་ལུ་༡༠༠%གི་ཁུ་བ།

སྨན་དྲ་རིན་ཚལ་ལུ་/སྒྲུང་གི་ཚལ་ལུའི་རྫམ།

ཨ་གྲུ་རིན་ཀྲན་གཡུས་སྒོ་ལྟེ་བ།

ཉམས་མྱོང་།

རྣང་ཐང་ལམ་འགྲུལ།

གངས་རི་ཀ་ནེ་ཙུ་ཀི་དོ་དང་ རྒྱ་མོ་ཕུལ་ཕུ་བདའ་སྐྱེ་
ཀ་ཟེ་ནོ་ཤི་ཅི་རྣང་ཐང་ལམས་འགྲུལ་ལ་སོགས་པའི་
རང་བཞིན་ཕྱུག་པའི་རྣང་ཐང་ལམ་འགྲུལ་འབད་སའི་ལམ་ ལེ་ཤ་ར་ཡོདཔ་ཡིན།

ཀ་ན་ཡ་མ་ཚ་རྒྱ།

ཀྲན་པོ་ནོ་ཡ་དོ་ཡོ་རི་ཚ་རྒྱ། རྣང་ཐང་ལམ་འགྲུལ་འབད་དེ་ ཝ་སྣུག་ཐང་ཆད་པའི་ཁྲོད་ཀྱི་གཟུགས་
སྐྱུན་བཅོས་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ས་གནས་འདི་བཟང་པོ་ཅིག་ཡིན་པའི་གྲུ་ལུ་ བཟའ་ཁང་ནང་ལུ་
ཞིན་འགྲུལ་པ་ཚུ་ལུ་ རྒྱ་སྣང་ནི་གི་ཞབས་ཏོག་ཡང་ཕུལམ་ཡིན།
*ཚ་རྒྱ་ཚུ་ དོད་བདགས་ཏེ་བགྲམ་སྤེལ་འབདཔ་ཡིན་མ་ད་
བཙག་ཞིན་ན་རྒྱ་གཞན་དང་ཟླ་བསྡོ་རྒྱ་ཡིན།
ཀྲན་པོ་ནོ་ཡ་དོ་ཡོ་རི། བརྙུད་འཕྲིན་ཨང་ ༠༤༢-༥༤༧-༡༡༦༥།

སྨན་དྲ་རིན་ཚལ་ལུ་བཏོག་ནི།

ཡོ་རི་ལུ་ སྨན་དྲ་རིན་ཚལ་ལུ་འཛུགས་སྐྱོང་གི་ལྷ་འདི་
ལོ་ངོ་༩༠༠གི་ཧེ་མ་ལས་འབད་ཡོདཔ་ཡིན་མ་ད་ ལྷ་བཤལ་པ་མང་རབས་ཅིག་
སྨན་དྲ་རིན་ཚལ་ལུ་བཏོག་ནི་དུས་ཚོད་ སྤྱི་ཟླ་བཅུ་པའི་ཟླ་མཇུག་ལས་
སྤྱི་ཟླ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཟླ་ཕྱེད་ཀྱི་བར་ན་འོངམ་ཡིན།
སྤྱི་རབས་ཀྱི་ཐོམ་མངར་སྐྱུར་སྐྱེ་ཡོད་མི་ སྨན་དྲ་རིན་ཚལ་ལུ་དེ་ ལྷུང་པ་དེ་ནང་
ཕྱོགས་སྣེག་ཅན་ཅིག་སྐྱེ་བསྐྱེཔ་ཡིན།

རྒྱུན་འབྲུམ་བཏོག་ནི།

ཡོ་རི་གི་རྒྱུན་འབྲུམ་ཚུ་ རྒྱ་གཙང་རྣང་གཙང་ནང་གསོ་སྐྱོང་འབདཔ་ཡིན།
རྒྱུན་འབྲུལ་བཏོག་ནི་དུས་ཚོད་དེ་ ལོ་ཨ་རྟག་ར་ སྤྱི་ཟླ་བརྒྱད་པའི་འགོ་ལས་
སྤྱི་ཟླ་བཅུ་པའི་འགོ་ཚུན་ཡིན། རྒྱུན་འབྲུམ་གསོ་སྐྱོང་འབད་མི་ཚུ་གིས་
ཚོང་མགྲོན་པ་ཚུ་ལུ་ཐད་ཀར་སྤྲོ་བཙོང་མི་དེ་གིས་
ཁྱོད་ཀྱི་ཕམ་སྤུན་ཆ་དང་ལྷ་ལྟོ་ཚང་ཚུ་དང་མཉམ་ཅིག་
སྤྲོ་ཉམས་ཀྱི་སྒོ་ལས་ཟ་ནི་གོ་སྐབས་ཐོབ་ཡིན།

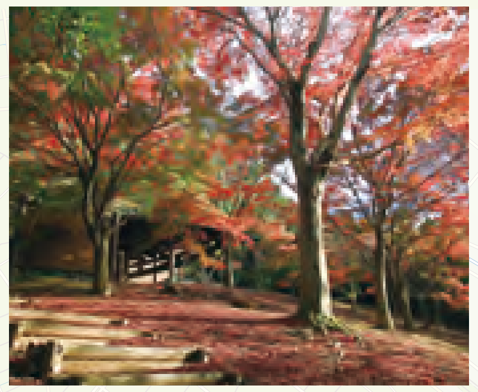
དུས་བཞི།

རང་བཞིན་གྱི་བཟང་པོའི་ཆུ་རིགས་དང་ལྡན་པའི་ཡོ་རི་ཁྲོམ་གྱི་དུས་བཞི་འདི་ དཔྱུན་གྱི་མེ་ཏོག་ ཡ་མ་ཏོ་ནོ་ས་ཏོ་ལུ་ཤར་མི་དེ་གིས་འགོ་བཙུགས་ཡིན།
རིམ་པ་བཞིན་དུ་ ཁྲོམ་དེ་ལོ་འཁོར་གཅིག་གི་རིང་ ཛ་པཱན་མངར་རི་ཁམ་དང་ ཛ་པཱན་ཁྲི་སོ་མེ་ཏོག་ ཅེ་རི་མེ་ཏོག་ མེ་ཏོག་ཨ་ཟ་ལི་ཡ་
དེ་ལས་སེར་ཁའི་ལོ་འདབ་ཚུ་གིས་ ག་ཞི་བ་མཛེསཔ་སྦྱི་བཛོམ་ཡིན།

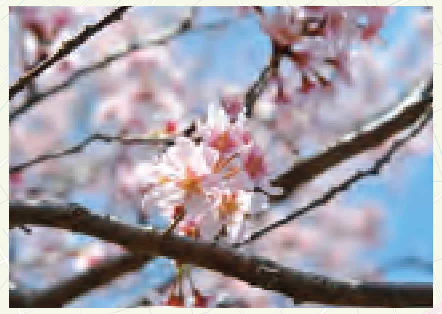
ན་ཆེ་ག་ཏ་བཙན་རྫོང་གླིང་གའི་ནང་ (ཤུ་ཨི་ཏུ་ཝི་ཟ་ཀུ་ར་ཟེར་སླབ་ཡིན) ཨི་དོ་ཏི་ཀུན་ཟ་ཀུ་ར་ (Cerasus itosakura f. ascendens)།

གངས་རི་ཀ་ནའོ་ལུ་ ཨ་ཟ་ལི་ཡ་མེ་ཏོག

རེན་ཀོ་ཇི་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ ཛ་པཱན་པིའོ་ནི་མེ་ཏོག



རྒྱ་གེན་དའི་ར་ རེའོ་ཀུ་ཆི་གླིང་ག་ནང་ལུ་ སེར་ཁའི་ལོ་འདབ།

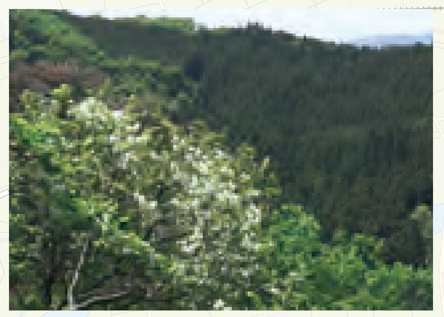


ཁྱོད་ཀྱིས་ ལོ་འཁོར་གཅིག་ར་ ཅེ་རི་མེ་ཏོག་ མཐོང་ཚུགས་པའི་ཁྲོམ།

ཁས་བླངས་པ་ཚུ་གིས་ཅེ་རི་མེ་ཏོག་གི་རིགས་༤༠༠ཡོད་མི་ག་ར་གི་ལྷུངམ་བྱུང་
ས་ཁ་༡༠.༠༠༠བཙུག་ནི་གི་དམིགས་གཏད་བསྐྱེད་དེ་བཙུགཔ་ཡིན།

ཛ་པཱན་ཁྲི་སོ་མེ་ཏོག་ཤར་ཕྱེད་ གནམ་སོ་ཁ་འགོ་བཙུགཔ་ཡིན།

ཡ་མ་ཏོ་ནོ་ས་ཏོ་ལུ་དཔྱུན་གྱི་མེ་ཏོག



གོ་ཡོ་ཙུ་ཙུ་ཇི་ (Rhododendron quinquefolium)།

གོ་ཡོ་ཙུ་ཙུ་ཇི་ཤིང་དེ་ ཕུབ་བུ་ལུ་ཡོད་པའི་
ཧ་ན་ཡ་མ་གི་ནུབ་བྱང་གི་བྱི་གཡོལ་ལུ་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེཔ་ཡིནམ་ད་
མེ་ཏོག་འདི་ སྤྱི་ཟླ་ལྔ་པའི་ནང་ཤརཔ་ཡིན། འདི་ལུ་
ཤི་རོ་ཡ་ཤིའོ་དང་མ་ཙུ་ཧ་ད་ཟེར་ཡང་སླབ་སྲོལ་ཡོདཔ་ཡིནམ་ད་
མངའ་སྡེ་ནང་ལུ་ རང་བཞིན་གྱི་དྲན་རྟེན་སྤྱི་ཆ་འཛོག་འབད་ཡོདཔ་ཡིན།

ཤུ་བྲུ་མེ་ནོ་མི་ཡ་གླིང་ག།

ས་གནས་འདི་ ཀ་བུ་ཀི་ཁྲབ་རྟེནྡཔ་དགོངསམ་ཞུ་མི་ ཀོ་ཤི་རོ་
མ་ཙུ་མོ་ཀྲོ་བདུན་པ་གི་ སྐུ་ཁྲིམ་ཡིན།
རྒྱ་གཞི་མི་ཀྲར་༡༠.༠༠༠འབད་མི་ནང་ལུ་ ཁྱོད་ཀྱིས་ གནམ་སོ་ཁ་འབདན་
ཛ་པཱན་ཁྲི་སོ་མེ་ཏོག་དང་ གནམ་དགུན་ལུ་འབདན་ སེར་ཁའི་ལོ་འདབ་ཚུ་
དགའ་ཉམས་མྱོང་ཚུགས། ཤིང་དང་མེ་མེ་ཏོག་གི་རིགས་ཚུ་
རང་བཞིན་གྱི་སྐྱེཔ་ཡིན།

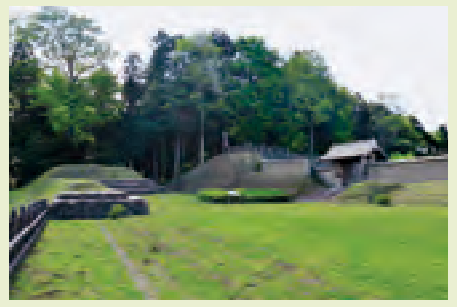
མེ་ཏོག་དང་དུས་སྟོན་ཟླ་ཐོ།

སྤྱི་ཟླ་དང་པ།	● དཔྱུན་གྱི་མེ་ཏོག (ཡ་མ་ཏོ་ནོ་ས་ཏོ)	སྤྱི་ཟླ་དྲུག་པའི་ཚེས་༧།	■ ཨ་ཡུ་ཉ་བཟུང་ལས་སྒོ་འགོ་འཛུགས།
སྤྱི་ཟླ་གཉིས་པ།	● ཇ་པཱན་མངར་རི་ཁམ། (རྒྱ་གེན་དའི་ར་དང་ ཤུའི་ནོ)	སྤྱི་ཟླ་བདུན་པའི་གཟའ་ཉིམ་དང་ཟླ་ཕྱེ་གཉིས་པ།	■ ཡོ་རི་གནམ་བྱ་དུས་སྟོན། (ཡ་ས་ཀ་ལྷ་ཁང་)
སྤྱི་ཟླ་གསུམ་པ།	● ཛ་པཱན་ཁྲི་སོ་མེ་ཏོག (ཡ་མ་ཏོ་ནོ་ས་ཏོ་དང་ ཡ་མ་ཏོ་མི་ཟུ་ཧ་ན་ཡ་མ་དོ་རྣང་ཐང་ལས་ ན་ཅེ་ག་ཏ་བཙན་རྫོང་གླིང་ག)། ● ཨི་དོ་ཏི་ཀུན་ཟ་ཀུ་ར་ (ཤུ་ཨི་ཏུ་ཝི་ཟ་ཀུ་ར)།	སྤྱི་ཟླ་བརྒྱད་པའི་གཟའ་ཉིམ་དང་པ། སྤྱི་ཟླ་བརྒྱད་པའི་ཟླ་འགོ་ལས་ སྤྱི་ཟླ་བཅུ་པའི་ཟླ་འགོ།	■ ཡོ་རི་ཏ་མ་ཡོ་ད་ཤུའི་ཧིན་ཤུ་དུས་སྟོན། ■ རྒྱུན་འབྲུམ་བཏོག་ནི།
སྤྱི་ཟླ་བཞི་པ། སྤྱི་ཟླ་བཞི་པའི་ཟླ་ཕྱེད་ལས་ སྤྱི་ཟླ་ལྔ་པའི་ཟླ་འགོ་ཚུན།	● ཅེ་རི་མེ་ཏོག (རྒྱ་གེན་དའི་ར་ རེའོ་ཀུ་ཆི་གླིང་ག་དང་ ཙུ་བུ་ར་ཁ་མཆོ་ ན་ཅེ་ག་ཏ་བཙན་རྫོང་གླིང་ག་ ཏ་མ་ཡ་དོ་ ལ་སོགས་པ) ● མི་ཙུ་བ་ཙུ་ཙུ་ཇི། (Rhododendron dilatatum) (ཏ་མ་ཡ་དོ) ● ཡ་མ་ཙུ་ཙུ་ཇི། (Rhododendron kaempferi) (གངས་རི་ཀ་ནའོ་དང་ གངས་རི་ཀ་ནེ་ཙུ་ཀི་དོ) སྤྱི་ཟླ་ལྔ་པ་ཚུན། ● ཛ་པཱན་པིའོ་ནི་ཤིང་། (རེན་ཀོ་ཇི་ལྷ་ཁང་) སྤྱི་ཟླ་ལྔ་པ་ཚུན། ■ ཀ་ནའོ་སྣན་ ཙུ་ཙུ་ཇི་དུས་སྟོན།	སྤྱི་ཟླ་བཅུ་པའི་ཟླ་མཇུག་ལས་སྤྱི་ཟླ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཟླ་ཕྱེད་ཚུན།	■ ཕུལ་བུ་/ཀོ་བ་ཡ་ཤི་ སྨན་དྲ་ཡིན་ཚལ་ལུ་བཏོག་ནི།
སྤྱི་ཟླ་ལྔ་པ། སྤྱི་ཟླ་ལྔ་པའི་ཟླ་འགོ་ལས་ཟླ་ཕྱེད་ཚུན།	● གོ་ཡུ་ཙུ་ཙུ་ཇི། (ཡ་མ་ཏོ་མི་ཟུ་ ཧ་ན་ཡ་མ་དོ་ རྣང་ཐང་ལས)། ■ ཡོ་རི་ཧོ་ཇོ་དུས་སྟོན།	སྤྱི་ཟླ་བཅུ་གཅིག་པ། སྤྱི་ཟླ་བཅུ་གཅིག་པའི་གཟའ་ཉིམ་དང་ཟླ་ཕྱེ་དང་པ། སྤྱི་ཟླ་བཅུ་གཅིག་པའི་ཟླ་ཕྱེད།	● སེར་ཁའི་ལོ་འདབ། (ཕུལ་བུ་དང་ ཅི་གེན་དའི་ར་ རེའོ་ཀུ་ཅི་གླིང་ག་ གངས་རི་ཀ་ནེ་ཙུ་ཀི་དོ་ ཤུ་བྲུ་མེ་ནོ་མོ་ཡ་གླིང་ག) སྤྱི་ཟླ་བཅུ་གཅིག་པའི་གཟའ་ཉིམ་དང་ཟླ་ཕྱེ་དང་པ། ■ ཡོ་རི་གནམ་དགུན་དུས་སྟོན། (སྣུ་ན་ཀ་ཏ་ལྷ་ཁང་) ■ ཡོ་རི་ཁྲོམ་བཟོ་གྲྭ་དང་ལས་སྒོལ་དུས་སྟོན། ■ གཡུས་ཚན་དུས་སྟོན་ཚོང་ཁྲོམ། ■ ཡོ་རི་ཁྲོམ་སྣུམ་འཁོར་བརྡ་སྟོན་ཞིབ་སྦྱང་ སྣུམ་འཁོར་རྙིང་པ་འགྲེམས་སྟོན།

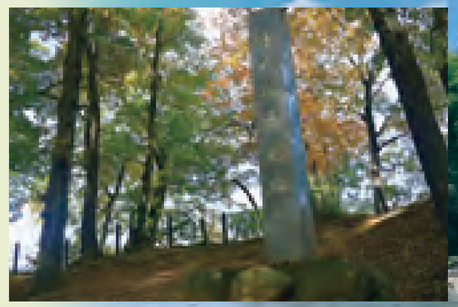
དང་ཕྱུགས་ཀྱི་བཙན་རྫོང་ཆེན་མོ།
ནྷ་ཅི་ག་ཏ་བཙན་རྫོང་གླིང་ག།

ནྷ་ཅི་ག་ཏ་བཙན་རྫོང་ཟེར་ དངས་ཕྱུགས་ཀྱི་བཙན་རྫོང་ཆེན་མོ་འདི་
ཆུ་མོ་ཨ་ར་ཀ་ཝ་གི་བྲག་གི་སྟེ་ཧོག་ཁར་བཞེངས་ཏེ་ཡོདཔ་ཨིན།
བཙན་རྫོང་གི་གྲུང་ཁོག་ཉམས་གསོ་ཞུ་མི་དེ་མཇལ་བར་འགྱོ་སྟེ་
དང་ཕྱུགས་དམག་འཁྲུག་ག་དེ་སྦྲི་ལངས་ཡི་ག་མཐོ་བསམ་བཏང་གི།

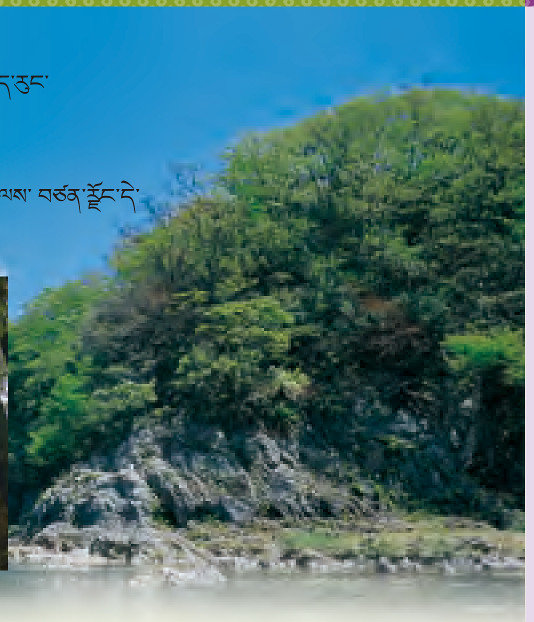
ནྷ་ཅི་ག་ཏ་བཙན་རྫོང་འདི་ དངས་ཕྱུགས་ཀྱི་བཙན་རྫོང་ བྲག་གི་སྟེ་ཧོག་ཁར་བཞེངས་ཏེ་ཡོདཔ་ད་ དེ་ཁར་ལས་བལྟཝ་ད་ ཆུ་མོ་ཨ་ར་ཀ་ཝ་གི་སའི་ཆགས་རབས་མཛེས་ཆ་དང་ལྡན་མི་འདི་མཐོངམ་ཨིན། དེ་བསྒང་ བཙན་རྫོང་ཆེན་མོ་ཟེར་སླབ་སྲོལ་ཡོད་རུང་ སྤྱི་ལོ་༡༥༩༠ལུ་ བཙན་རྫོང་དེ་དགྲ་དམག་ལུ་ཤོར་ཏེ་ འཕྲུལ་གཞི་གི་ས་ཁོངས་ལུ་གྱུར་ཡོདཔ་ཨིན། བཙན་རྫོང་དེ་ ཡོ་རི་ཁྲོམ་གྱི་ངོ་རྟགས་ཨིན་པའི་གྲུ་ལུ་ རིག་གཞུང་གི་ཕན་ཁུངས་སྒྲོམ་ཡོདཔ་ལས་ ཡོ་རི་ལུ་འབྱུང་རབས་ཀྱི་ས་ཁོངས་དང་པ་སྦྲི་ཆ་འཛོག་འབད་ཡོདཔ་ཨིན། འོབས་ཆུའི་ཡུར་བ་དང་ སྒོ་ར་ཚུ་ལོག་སྐྱེ་བཟོ་ཞིནམ་ལས་ བཙན་རྫོང་དེ་ འབྱུང་རབས་ཀྱི་གླིང་ག་སྦྲི་འགོ་འབྱེད་ཡོདཔ་ཨིན།

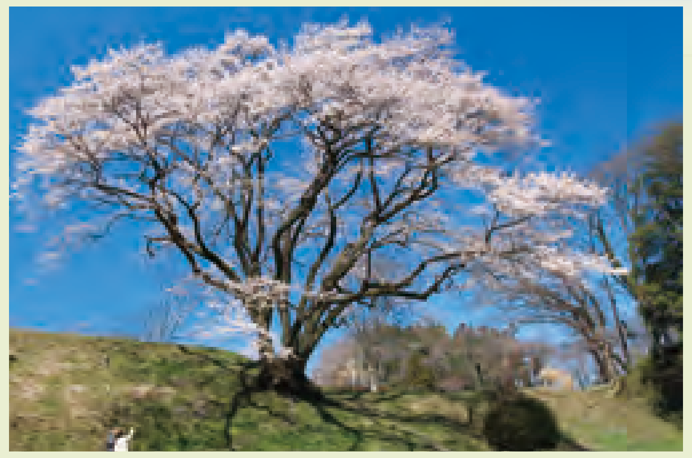


● ནྷ་ཅི་ག་ཏ་བཙན་རྫོང་གྲུང་ཁོག



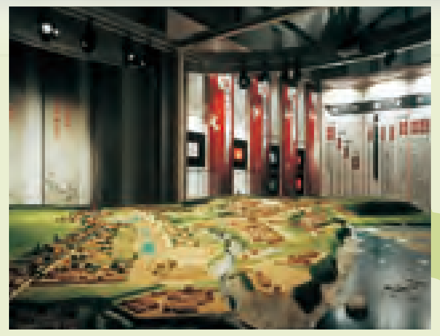
● ནྷ་ཅི་ག་ཏ་བཙན་རྫོང་གི་རྡོ་རིང་





● ཨི་དོ་ཧི་ཀྱཱན་ཟ་ཀུ་ར།(ཤུ་ཛི་ཀུ་ནི་ཟ་ཀུ་ར)

ནྷ་ཅི་ག་ཏ་བཙན་རྫོང་གི་ངོ་རྟགས་ཀྱི་ཤིང་། སྟི་བླ་ལྷ་པའི་བླ་མཇུག་ཁམས་ཅིག་ལས་ ཉིན་གདུགས་ཀྱི་དབྱིབས་བཟུམ་ཡོད་པའི་ཞལ་ལག་ཚུ་ལས་ མེ་ཏོག་ཚུ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་སྦེ་ཤར་ཕྱེ་ཨིནམ་ལས་ ས་ཁར་ལས་བལྟཝ་ད་ མེ་ཏོག་ཤ་ཁ་ཚུ་ རྣམ་ལས་གནམ་ཧོངམ་སྦེ་ གནའི་བ་ལེགས་པ་སྦེ་མཐོང་ཨིན། རིང་ཚད་མི་ཊར་༡༩བཅད་མི་ཤིང་དེ་ལུ་ ཞལ་ལག་ཤར་ལས་ནུབ་ལུ་མི་ཊར་༢༢.༥དང་ བྱང་ལས་ལྷོ་ལུ་ཚུན་ མི་ཊར་༢༧.༩རྒྱས་ཨིནམ་ད་ ར་ཏོ་སྐོར་ཁེག་ཞི་ཊར་༤.༥ཡོདཔ་ཨིན། ཤིང་དེ་ མེ་ཏོག་ཡོངས་རྫོགས་ཤར་བའི་དུས་ཚོད་ལུ་ མི་བཏོག་ཏེ་བཞགཔ་ཨིན།



● ནྷ་ཅི་ག་ཏ་འབྱུང་རབས་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་།

ས་གནས་ཀྱི་ལམ་སྲོལ་དང་འབྱུངས་རབས་ཚུ་ལྟཝ་ནི་
དང་ཉམས་མྱོང་འབད་ནི་གི་ཆ་རྐྱེན་ཅིག་ཨིན་མས་ལས་
གཙོ་བོ་ གཞུང་འབྲེལ་དུ་ཆ་འཛོག་འབད་དེ་ཡོད་པའི་
ནྷ་ཅི་ནྷན་བཙན་རྫོང་དེ་གི་འབྱུང་རབས་ལྷན་སྐྱོང་འ
བད་ནི་གི་ས་གནས་ཅིག་ཨིན།
གདན་འདྲེན་གྱི་འགྲེམས་སྟོན་འདི་གིས་
ནྷ་ཅི་ག་ཏ་བཙན་རྫོང་གི་འབྱུང་རབས་དང་བཟོ་བཀོ
ད་ཚུ་ པར་རིས་དང་བཅས་ངོ་སྤྲོད་འབདཔ་ཨིནམ་ད་
འགྲེམས་སྟོན་གི་བརྗོད་གཞི་ཡང་
སོར་ཡི་ར་བཞགཔ་ཨིན།

འགོ་ཕྱེ་དུས་ཚོད་/ཧྲོ་པ་ཆུ་ཚོད་༩:༣༠ལས་ཕྱི་རུ་ཆུ་ཚོད་༤:༣༠
(ཕྱི་རུ་ཆུ་ཚོད་༤:༠༠ཚུན་ནང་ན་འཛུལ་ཚོགས)
གོ་བསྡམ་པའི་ཉིནམ/གཟའ་མིག་དམར་(ངལ་གསོ་མ་བརྩི་བར་)
དང་ མི་མང་ངལ་གསོའི་ཤུལ་མམ་གི་ཉིནམ
དེ་ལས་ལོ་མཇུག་དང་ལོ་གསར་གྱི་ངལ་གསོ་ཚུ།
འཛུལ་ཞུགས་འཛུམ/ན་ལོན་ལུ་ཡེན་༢༠༠དང་
སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ཡེན་༡༠༠
ལོ་ན་༧༠ཡན་ཆད་དང་དབང་པོ་སྐྱོན་ཅན་གྱི་ལག་ཁྱེར་ཡོད་མི་ཚུ་
ལུ་རིན་མེད་སྤྲོད་པ།
བརྒྱུད་འཕྲིན་/༠༤༩_༥༨༩_༠༣༡༥།

ལྷ་ཁང་དང་གནས་ཁང་།
འབྱུང་རབས་ཏ་གོ་ཚུགས་པའི་ས་གནས།

སྨིན་འདྲེན་གྱི་ལྷེ་བ་གཡལ་ཅན་ཅིག་ལུ་གྱུར་མི་ ཡོ་རི་ཁྲོམ་གྱི་ནང་ལུ་
ཁྱོད་ཀྱིས་འབྱུང་རབས་ཀྱི་སྟོང་འབད་ཚུགས་པའི་ལྷ་ཁང་དང་གནས་ཁང་མང་རབ
ས་ཅིག་ཡོདཔ་ཨིན། སྣོ་ཉམས་ཀྱི་ལྷ་སྐོར་སྦེ་
ལྷ་ཁང་དང་གནས་ཁང་ཚུ་མཇལ་བ་སྦྱོན་ན?

● ཤོ་རིའུ་ཛི་ལྷ་ཁང་།

གདམ་རྒྱུད་ནང་ལས་ བཙན་རྫོང་གི་ཁྲོམ་ཁར་ འཕྲུག་དོན་མ་ཅིག་བོང་སྟེ་ མཆོད་འབྲེལ་བཀྲུག་བཅུགཔ་ཟེར་སླབ་ནི་ཡོདཔ་ལས་
ལྷ་ཁང་གི་མཚན་ཡང་དེ་ལས་རྟ་དྲངས་ཏེ་གསལ་གསལཝ་ཨིན་མས། དེ་ཁར་ ནྷ་ན་ཛོ་ཝོ་བཙན་རྫོང་གི་རྫོང་དཔོན་
ཤུ་ཛི་ཏ་དང་ཁོ་གི་བཙུན་མོ་ ནྷ་ཅི་ག་ཏ་བཙན་རྫོང་གི་རྫོང་དཔོན་ ཤུ་ཛི་ཀུ་ནི་ཧོ་ཇོ་དང་ཁོ་གི་བཙུན་མོ་ཚུ་གིས་
སྐུ་ཕྱུང་བཞག་ས་ཡོདཔ་ཨིན།

● གོ་ཧྱ་ཡ་ཀུ་ར་ཀྱཱན་
(ར་ཀྱཱན་སྙ་འདྲ་༥༠༠)།

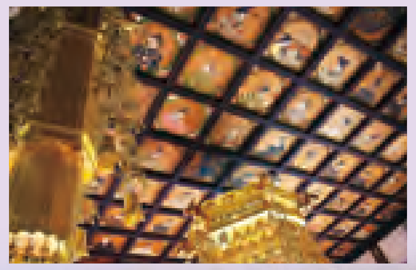
ར་ཀྱཱན་ཟེར་མི་འདི་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སློབ་མ་ཨིན།
ཤི་རྣོན་ཛི་ལྷ་ཁང་གི་རྒྱབ་ལས་ཡོད་མི་
གངས་རི་དེ་ནང་
ར་ཀྱཱན་གྱི་སྙ་འདྲ་༥༠༠འདི་ཅིག་གྲུལ་
སྒྲིག་སྟེ་ཡོདཔ་ཨིན།

● སེན་ཏའི་ཀོ་ཛིན་
(རྡོའི་དྲན་རྟེན་༡༠༠༠)།

ཤི་རྣོན་ཛི་ལྷ་ཁང་གི་རྒྱབ་ལས་ཡོད་མི་
གངས་རི་དེ་ནང་
རྡོའི་དྲན་རྟེན་ལེ་ཤ་ར་ཡོདཔ་ཨིན།
དྲན་རྟེན་༩༠༠འདི་ཅིག་
ད་ལྟོ་ཡང་ཡོདཔ་ཨིན།

● ཧྱ་ན་ཀ་ཏ་གནས་ཁང་།

གནས་ཁང་དེ་
ཆུ་མོ་ཨ་ར་ཀ་ཝའི་འགྲམ་ལུ་ཆགས་ཏེ་
ཡོདཔ་ཨིན།
ཧྱ་ན་ཀ་གནས་ཁང་གི་ལྷ་དེ་གི་རྣམ་ཤེ
ས་དེ་
ཕྱུ་གུའི་ཀ་མདའ་སྐྱེ་ནང་བསྒོ་ཤ་རྣམ་སྟེ་
 ཆུ་ཏུད་ལས་བཀག་སྲུང་མཛད་པ་ཨིན།
དེ་མ་འབད་བ་ཅིན་
འཕྲུལ་འཕྲུལ་ར་ཆུ་ཏུད་འཐོན་དོ་ཡོད་
པ་ཨིན་མས།



● ཤུ་ཛི་ཀུ་ནི་ཧོ་ཇོ་དང་བཙུན་མོ་
གི་སྐུ་ཕྱུང་བཞག་ས།

● ཧེ་ཡ་ཀུ་ཞིན་གྱི་ཚོན་རིས་ཡོད་པའི་གནས་པང་།

● ཤོ་རིན་ཛི་ལྷ་ཁང་།

ཤོ་རིན་ཛི་ལྷ་ཁང་འདི་
ནྷ་ན་ཛོ་ཝོ་གི་རྫོང་དཔོན་ཤུ་ཛི་ཏ་གིས་བ
ཞེངས་ཡོདཔ་སྦེ་བརྩིཝ་ཨིན།
ལྷ་ཁང་གི་རྒྱབ་ཁར་ཡོད་པའི་གངས་རི་དེ་
ནང་ལས་
རྣང་ཐང་ལམ་འགྲུལ་གྱི་ལམ་ཡོདཔ་ད་
གོ་ཧྱ་ཡ་ཀུ་ར་ཀྱཱན་(ར་ཀྱཱན་སྙ་འདྲ་༥༠༠)
དང་ སེན་ཏའི་ཀོ་ཛིན་
(རྡོའི་དྲན་རྟེན་༡༠༠༠)ཚུ་ཡོདཔ་ཨིན།

● ཟེན་དོ་ཛི་ལྷ་ཁང་། ཚོགས་ཁང་གཙོ་བོ་གི་གནམ་པང་དེ་ སྣུན་དགའ་མཁན་དང་སྣུན་དགའ་
དེ་ལས་ཧི་ཡ་ཀུ་ནི་ན་ཨའི་ཟུ་
(སྣུན་དགའ་མཁན་གཅིག་གི་བརྐྱ་གི་ས་བརྐྱམས་ཡོད་པའི་སྣུན་དགའ་མཆོག་ཏུ་གྲུ་ར་པ)
ཚ་གི་ཚོན་རིས་༡༠༥ཀྱི་ས་བརྐྱ་ནཏེ་ཡོདཔ་ཨིན།

རང་ལུགས་དུས་སྟོན།
ཛ་པཱན་གྱི་རང་ལུགས་ལམ་སྲོལ་སྒྲོ་ཉམས་ལེན་ས།

ཛ་པཱན་གྱི་དང་ཕྱུགས་ཀྱི་དམག་འཁྲུག་འཐེན་འཐེནམ་ཚུ་
འདྲ་བསྒོ་འབད་པའི་དུས་སྟོན་ཅིག་དང་
མཐོང་སྣང་ཆེ་བའི་ཆུའི་དུས་སྟོན་ཨིན།
ཡོ་རི་ལུ་ ཛ་པཱན་གྱི་དུས་སྟོན་ཉམས་མྱོང་འབད་གེ་སྙོ་ལགས?

● ཡོ་རི་ཧོ་ཛོ་དུས་སྟོན།

སྤྱི་ལོ་༡༥༩༠ལུ་ ཤུ་ཛི་ཀུ་ནི་ཧོ་ཛོ་གིས་ ནྷ་ཅི་ག་ཏ་བཙན་རྫོང་སྲུང་བཞིན་ཏེ་
དམག་མི་ནི་༣༥༠༠ཕྱིད་དེ་ དགྲ་དམག་༥༠་༠༠༠དང་ཅིག་ཁར་ ཐལ་གཅིག་གི་རིང་དམག་རྒྱབ་ནུག།
དམག་གི་མཐོང་སྣང་དེ་ ཡོ་རི་ཧོ་ཛོ་དུས་སྟོན་གྱི་སྐབས་ འདྲ་བཟོ་སྟེ་སྟོནམ་ཨིན། དུས་སྟོན་གྱི་ཉིནམ་ལུ་
མི་༥༠༠འདི་ཅིག་ དེ་བསྒང་གྱོན་སྲོལ་ཡོད་པའི་ ས་མུ་རའི་གྱོན་ཆས་གྱོན་ཏེ་ ཁྲོམ་ཁར་ཏུ་སྐྱིག་འགྲེམས་སྟོན་འབད་དེ་
ཏ་མ་ཡོ་གཱ་ཝ་ར་ལུ་ སྦྱི་ཚན་གཉིས་སྦེ་བགོ་སྟེ་དམག་རྒྱབ་པའི་མཐོང་སྣང་སྟོནམ་ཨིན།

● ཡོ་རི་དཀྱུན་གྱི་དུས་སྟོན།

སྣོན་མ་གིས་བརྟན་པའི་ རྟེན་གོ་གི་གྲ་བདུན་དང་ མ་ཙུ་རི་བ་ཡ་ཤི་ (སྣན་ཆའི་དུས་སྟོན)
གི་འགྲེམས་སྟོན་དང་ཅིག་ཁར་ སྦོ་བ་ཆེ་ཧོག་གི་ལས་རིམ་ དཔེར་ན་ ཤི་ཤི་མའི་ (སེང་གེའི་འཆམ)
དང་ ཀ་གུ་ར་ (ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་གླུ་དང་གར) དེ་ལས་ ཨ་ཡོའི་ཏུ་སྒྲིག་འགྲེམས་སྟོན་ཚུ་ཡོདཔ་ཨིན།

● ཡོ་རི་སྦྲུར་གྱི་དུས་སྟོན།

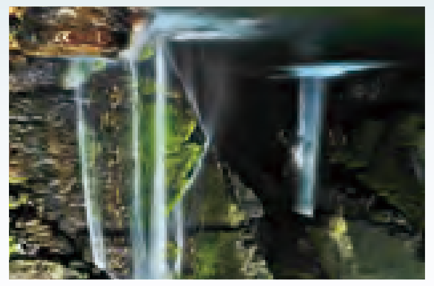
ཁྲོམ་བདའ་སྟེ་ ཁྱིན་རྣབས་ཅན་གྱི་མི་ཀོ་ཤི་ (སྒོ་བཏུབ་པའི་མཆོད་གཞམ)གི་འགྲེམས་སྟོན་གྱི་དུས་སྟོན་ཅིག་ཨིན།
ལོ་ཐོག་ལེགས་ནི་དང་གཟུགས་ཁམས་བདེ་བའི་སྟོན་ལམ་བཏབ་ཏེ་ ཨཔ་ཟླ་རེ་རེ་ལས་ ཤི་ཀོ་ཤི་ལོ་རྣམ་དྲག་གིས་
དཔལ་རྣལ་དེ་མཇུག་བསྡུ་ཨིན།

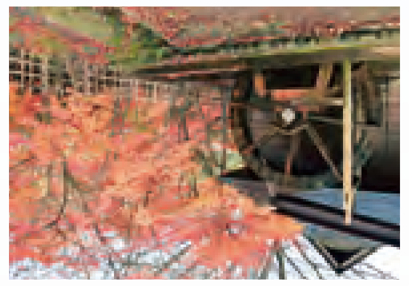
● ཡོ་རི་ཏ་མ་ཡོ་དོ་སྦུའི་ཏེན་གྲུ་དུས་སྟོན།

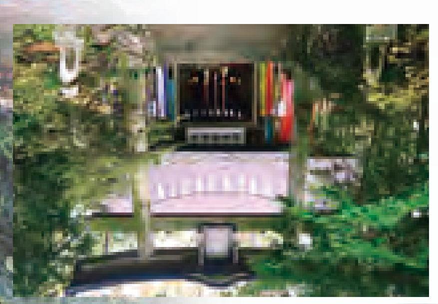
ཏ་མ་ཡོ་དོ་ལུ་ ཆུ་ལྷའི་དུས་སྟོན་ སྦོ་སྣང་ཅན་དེ་ ཆུའི་རྟེན་པ་དང་ ཨ་ཡོ་ལེགས་ཤོམ་སྒྲི་སྦྱི་ནི་
ཨ་ཡོ་ཤིགས་ཤོམ་སྒྲི་གཅིག་སྦྲོང་འབད་ནི་དོན་ལུ་ སྟོན་ལམ་བཏབ་ནི་གི་དུས་སྟོན་ཅིག་ཨིན།
མེ་རྟེན་དང་གྲུ་འགྱོ་བའི་མཐོང་སྣང་ཅིག་ཁར་མཐོངམ་ལས་ དུས་སྟོན་འདི་ ཀྲུན་ཏོ་གི་ལུང་ཕྱོགས་ནང་ལུ་
དྲག་ཤོས་སྦེ་བརྩིས་ཨིན། དུས་སྟོན་འདི་ ལོ་ཨ་རྟག་ར་ སྤྱི་ཟླ་བརྒྱད་པའི་གཟའ་ཉིམ་དང་པ་ལུ་བརྩི་སྲུང་འབདཔ་ཨིན།

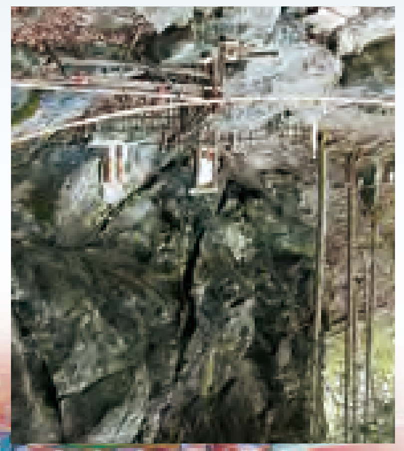
ཡིད་སྣང་གིས་སྦྱོང་བརྡར་རིན་མེད་སྟོང་པ་སྦྲི་འབད།

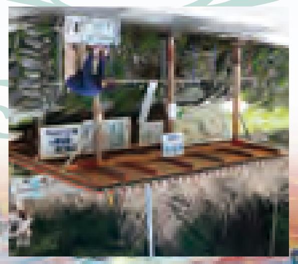
ཛ་པཱན་དང་ཡོ་རི་ལུ་འབྱོན་པར་ལེགས་སོ།
ཡོ་རི་ལྷ་བཞལ་ལམ་སྟོན་ས་བྲ།
དང་ཕྱུགས་ཀྱི་བཙན་རྫོང་གྲུང་ཁོག་ལུས་ཏེ་ཡོད་པའི་ རང་བཞིན་ཕྱུག་པའི་ཁྲོམ།

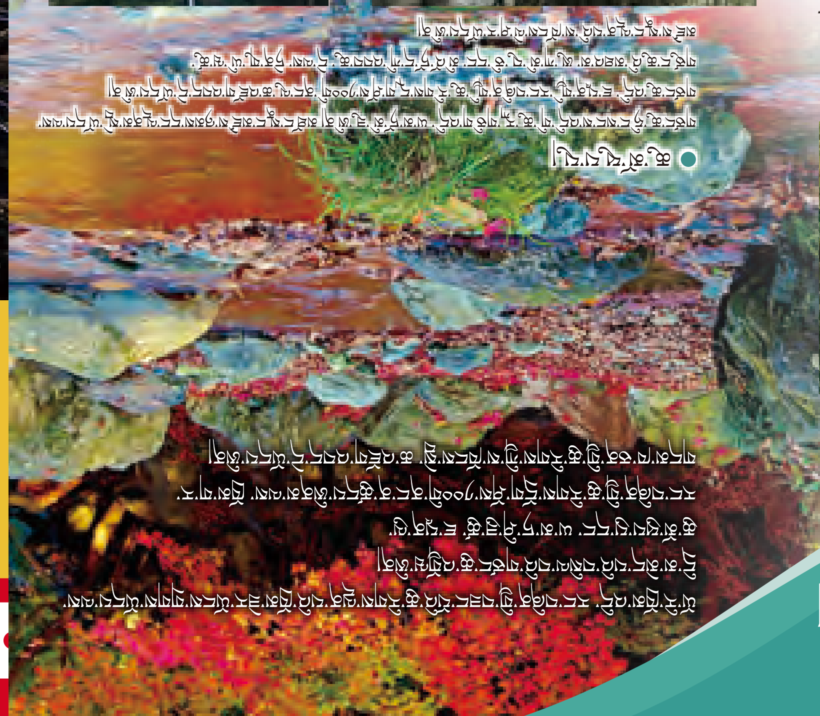




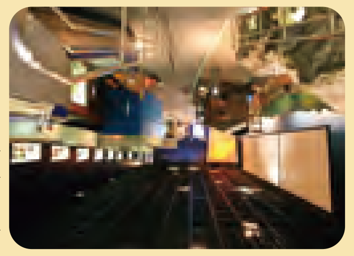


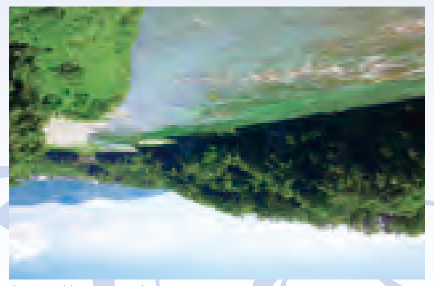


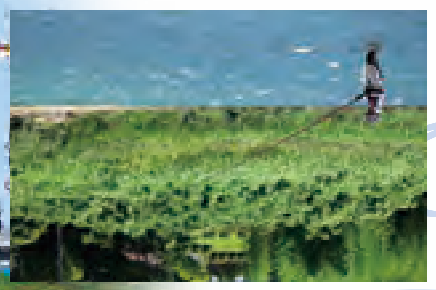


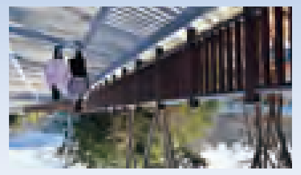


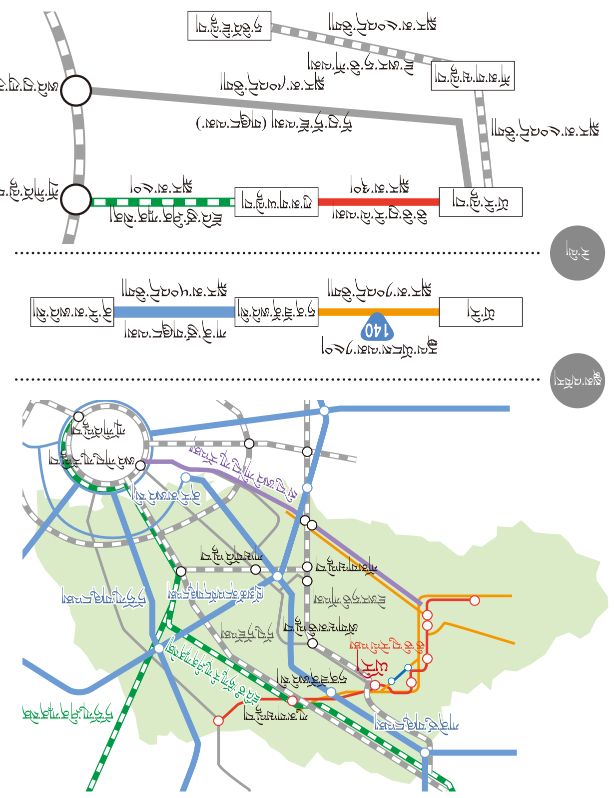
རང་བཞིན་གྱི་བཟང་པོའི་ཆུ་རིགས་ལྡན་པའི་ཁྲོམ།
བསིལ་བའི་གཙང་ཆུ་དང་ཆུ་མིག།









ཆུ་གི་མཐའ་མར་རྟེན་མོ་རྟེན་གོ།
གཙང་ཆུ་དང་མཚོ།

ཡོ་རི་ལུ་ གཙང་ཆུའི་མཐའམ་བདའ་སྟེ་ སྡོ་བའི་ལས་རིམ་མང་རབས་ཅིག་ཁྱོད་ལུ་འཁྲུག་སྟེ་ཡོད།
ཁྱོད་ཀྱིས་ སྡོ་ཉམས་ཀྱི་སྐོ་ལས་ ཉ་བཟུང་ནི་དང་ གྲུ་བཏང་ནི་
སྡོད་སྐར་ནང་སྡོད་ནི་ཚུ་འབད་ཚུགས།