



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༠ ལོར་བཀའ་ཤག་གིས་གཏན་འབེབས་གནང་བའི་གཞི་རིམ་
བར་མའི་བསྐབ་གཞི་ཙུ་འཛིན་གྱི་དགོངས་དོན་ལྟར་ཚོམ་སྒྲིག་ཞུས།
ཨ་ཁི་ཡ།

འཛིན་རིམ་བདུན་བའི་སློབ་དཔ།

ཕྱི་ཚེས་༥༨་ཉི་འག།

ཁུ་གཏ་ཁུ་མཚོ།



སྒྲིག་སྒྲིང་ཆེན།

ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ཚོམ་སྒྲིག་དང་གཏན་འབེབས་ཞུས།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༠ ལོར་བཀའ་ཤག་གིས་གཏན་འབེབས་གནང་བའི་གཞི་རིམ་བར་མའི་
བསྐྱབ་གཞིའི་ཅ་འཛིན་གྱི་དགོངས་དོན་ལྟར་ཅོམ་སྒྲིག་ཞུས།

འཛིན་རིམ་བདུན་པའི་སློབ་དཔ།

ཕྱི་ཆོག་ས་ཆེན་རིག

ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ཅོམ་སྒྲིག་དང་གཏན་འབེབས་ཞུས།

བསྐྱར་ཞིབ།	Revised Edition	མངགས་ཉེའི་ཁ་བྱང་།
ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༢ ཟླ་ ༡	Jan 2023	Printed and Distributed by: Sherig Parkhang R-27 & 28, Ramesh Park Laxmi Nagar, New Delhi-110092 Ph: +91-11-2245 3672 Fax: +91-11-2245 5634 Email: shepardelhi@gmail.com Web: www.sherigparkhang.com
དཔར་ཐངས་དང་པོ།	First Printing	
དཔར་གྲངས་ ༡༥༠༠།	1500 Copies	

སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཛིན།

ཚཱ་སྤྱིག་འགན་འཁུར་བ།

ཚཱ་སྤྱིག་པ།

དེབ་གཟུགས་དང་།

རྒྱབ་ཤ་རྩས་འགོད་པ།

བསྟན་འཛིན་པ་རྒྱ། (ཤེས་ལྷན་འགན་འཛིན།)

དགེ་འདུན་དོན་ཡོད།

བོན་གྲོགས་པ་སངས་ཆེ་རིང་།

དགེ་འདུན་དོན་ཡོད། བོན་གྲོགས་པ་སངས་ཆེ་རིང་།

སློབ་དེབ་བསྐྱར་ཞིབ་དང་གཏན་འཁེབས་ཚོགས་ཚུངས་།

བསོད་ནམས་བཟང་པོ།

(ཤེས་ལྷན་འགན་འཛིན་ལུས་པ།)

དགེ་འདུན་དོན་ཡོད།

(ཤེས་ལྷན་སློབ་དེབ་ཚན་པའི་འགན་འཛིན།)

བུ་རྒྱ་སྤྱབས།

(སྤྱི་ཚན་ཚཱ་སྤྱིག་པ་རྩུར་པ།)

ངག་དབང་ཆེ་བརྟན།

(སྤྱི་ཚན་བོད་ཁྱིམ་སློབ་ཁྲིམས།)

བྱམས་པ་ལྷ་མོ།

(སྤྱི་ཚན་ཁྱིམ་སློབ་ཁྲིམས།)

ཀུན་བཟང་དོ་རྩེ།

(མེས་དཔོན་གཙུག་ལག་དཔེ་སྟོན་སློབ་ཁྲིམས།)

བསྟན་འཛིན་དབང་ལྷུག་

(རྒྱ་སྤྱི་ཚན་བོད་ཁྱིམ་སློབ་ཁྲིམས།)

ཆེ་རིང་ཆོས་སྤྱི།

(མ་སྤྱི་ཚན་བོད་ཁྱིམ།)

ལྷ་འཛོམས་ཆེ་རིང་།

(རྒྱ་སྤྱི་ཚན་བོད་ཁྱིམ་སློབ་ཁྲིམས།)

བཀྲ་ཤིས་མཆོ་མོ།

(བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་།)

བཀྲ་ཤིས་ལྷ་མོ།

(སྤྱི་ཚན་བོད་ཁྱིམ་སློབ་ཁྲིམས།)

ལྷ་དག་པ།

བསོད་ནམས་བཟང་པོ། ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆོན།

རི་མོ་འབྲི་མཁན།

བསྟན་འཛིན་དགོན་པོ།

སློབ་དེབ་འདི་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བཞུགས་པ་ལྷན་ཁྲིམས། www.bodyiglobjong.com རྒྱས་ལྷ་སྟོན་དང་ཕབ་ལེན་བྱེད་ཐུབ།

© Department of Education, CTA

FUNDED BY:

Danish International Development Agency through CICED.



འབྲེལ་འདྲིལ་ཡུལ་ཁྱེད་ལྷན་ཁྲིམས་

DEPARTMENT OF EDUCATION
Central Tibetan Administration

Cable: SHERIG
Phone: +91-1892-222572/222721
Fax: +91-1892-223481
Email: education@tibet.net
Web: www.sherig.org

GANGCHEN KYISHONG
DHARAMSALA - 176215
DISTT. KANGRA H.P
H.P INDIA

ཆེད་བརྗོད་

༡༡། བཅན་བྱུང་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་རིན་པོ་ཆའི་དགོངས་དོན་སྤྱི་དང་། བྱུང་བར་བྱེ་ལོ་ ༢༠༠༩ ལྷ་ ༩ པའི་ནང་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་མཉམ་ཆོག་སྤྱི་མོས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་བཅན་བྱུང་བོད་མིའི་གཞི་རིམ་གྱི་ཤེས་ཡོན་སྤྱི་ལྷན་གྱི་འབྲེལ་དོན་བཞིན། བཅན་བྱུང་བོད་མིའི་གཞི་རིམ་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ཤེས་ཡོན་སློབ་སྟོན་གྱི་སྤྱི་ཚད་གོང་མཐོར་གཏོང་བ་དང་ཆབས་ཅིག་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་བརྒྱུད་ལམ་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་རྒྱ་ནི་བཅན་བྱུང་བོད་མིའི་གཞི་རིམ་འགན་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། བོད་ཀྱི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་མི་ཉམས་རྒྱུ་འདྲིན་བྱེད་ཐབས་གཙོ་བོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།

བྱེ་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་ང་ཚོ་བཅན་བྱུང་དུ་འབྱོར་བ་ནས་བཟུང་། སྤྱི་ལོར་ཡགོང་ས་ཡུལ་ས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ང་གི་སྤྱན་མིན་རིག་གཞུང་དང་སྐད་ཡིག་མི་ཉམས་རྒྱུ་འདྲིན་ཡོང་ཐབས་སྤྱད་མ་ཡོངས་མདོན་གཞིགས་ཀྱི་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་དུས་ནས་དུས་སུ་ཐེབས་པ་དང་། བོད་པའི་སློབ་གྲྭ་རྒྱ་རྒྱུ་འཛུགས་མཛད་པ། དེ་དང་རབས་དང་མ་སྤྱོད་པའི་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་སློབ་སྤྱི་ལྷན་པ་དང་། ལོ་རབས་བརྒྱུད་ཅུ་པའི་སྤྱད་ཅུ་མ་ནས་གཞི་རིམ་འོག་མའི་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་བརྒྱུད་ལམ་རིམ་བཞིན་བོད་སྐད་ཐོག་སྒྱུར་འགོ་བཙུགས་ཏེ། བྱེ་ལོ་ ༢༠༠༠ ལོར་སྤྱི་ལོ་འགོ་ནས་གཞི་རིམ་འོག་མའི་སློབ་ཆུང་ཡོངས་རྫོགས་བོད་སྐད་ཐོག་ཐབ་སྒྱུར་དང་འབྲེལ་སློབ་ཁྲིད་ལག་བསྟར་བྱུང་བ་བྱུང་ཡོད། བྱེ་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོར་བཅན་བྱུང་བོད་མིའི་གཞི་རིམ་གྱི་ཤེས་ཡོན་སྤྱི་ལྷན་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་ནས་བཟུང་། གཞི་རིམ་བར་མའི་སློབ་ཆུང་ནམས་བོད་ཡིག་དུ་བསྒྱུར་འགོ་བཙུགས་པ་དང་། བྱེ་ལོ་ ༢༠༡༠ ལོར་བཀའ་ཞབས་ཤེས་ཤེས་ཡོན་སྤྱི་ལྷན་གྱི་དགོངས་དོན་འོག་གཞི་རིམ་བར་མའི་བསྐྱབ་གཞིའི་རྩ་འདྲིན་གཏན་འབེབས་གནང་རྗེས། དེ་དང་མ་སྤྱོད་པའི་གཞི་རིམ་འོག་མ་དང་བར་མའི་སློབ་དེབ་ཡོངས་ལ་བསྒྱུར་ཞིབ་ཀྱིས་ཚོམ་སྤྲིན་དང་ཚོམ་སྒྱུར་ཞུས་པ་དང་། གཞི་རིམ་བར་མའི་སྤྱི་ཚོགས་ཆེན་རིག་གི་སློབ་དེབ་ཀྱང་ཆ་ཆར་ཚོམ་སྒྱུར་ཞུས་ཏེ་ལོ་ངོ་བཙུགས་ཅུ་མ་འགོར་ཡོད་ནའང་། ལག་ལེན་དུ་བསྟར་མ་སྤྱོད་པའི་ཡིད་པངས་པའི་གནས་སུ་མཆིས།

དུས་ཀྱི་འགྱུར་འགྲོས་དང་བསྟུན་ནས་གནས་ཚུལ་མང་དག་ཅིག་འགྱུར་བ་འགོ་བཞེད་ཡོད་སྟབས། བཅན་བྱུང་བོད་མིའི་སྤྱི་ལྷན་གྱི་སྤྱི་

ཚོགས་ཚན་རིག་གི་སློབ་དཔལ་ལ་བསྐྱར་ཞིབ་དགོས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་གི་སློབ་དཔལ་བསྐྱར་ཞིབ་དང་། གཏན་འཁེབས་བྱའདྲི་བར་སྒྲིལ་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱུང་བས་དགའ་བས་བཞུགས།

སློབ་དཔལ་འདི་ནི་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༣ ལོར་ཚུམ་སྐྱར་བྱས་པའི་འཛིན་རིམ་བདུན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སློབ་དཔལ་བསྐྱར་ཞིབ་ཞུས་ཏེ། ས་ཁམས་རིག་པ་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་ལོ་རྒྱུས། བོད་གཞུང་གི་རྒྱུས། བོད་གནས་འོ་སྤྱོད། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་གནས་སྐྱབས་འོ་སྤྱོད་བཅས་ལས་སློབ་ཚན་ཁ་ཅིག་ཕྱིར་འཐེན་དང་། འགའ་ཤས་འཛིན་རིམ་གོང་མར་སློབ་པ། འགའ་ཞིག་གསར་སྒྲིལ་གྱིས་རགས་ཐེན་ཚུམ་སྐྱར་ཞུས་ཏེ། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་བསྐོ་འདྲུགས་གནང་བའི་གཞི་རིམ་བར་མའི་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སློབ་དཔལ་བསྐྱར་ཞིབ་ཚོགས་ཚུང་གིས་མཐའ་མའི་བསྐྱར་ཞིབ་དང་སྒྲུགས་གཏན་འཁེབས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན།

སློབ་དཔལ་འདི་ནི་གཞི་རིམ་བར་མའི་བསྐྱབ་གཞིའི་རྩ་འཛིན་གྱི་དགོངས་དོན་བཞིན་སློབ་སྦྱོང་དང་སློབ་བྱིད་ཀྱི་གཞི་ཅའི་དམིགས་ཡུལ་སྐྱབ་ཐབས་ཀྱི་སློབ་དཔལ་ཡིན་པ་ཙམ་ལས། གཞི་རིམ་བར་མའི་འཛིན་རིམ་ཁག་གི་སྤྱི་ཚན་སློབ་བྱིད་ཀྱི་རྩ་འཛིན་མིན་སྐབས། ས་གནས་དང་། སློབ་སྒྲུག་ཁོར་ཡུག་ཆ་རྒྱུ། ཤེས་ཡོན་ལམ་སློལ་མི་འདྲ་བའི་གནས་སྐྱབས་འོག་གཞི་རིམ་བར་མའི་འཛིན་རིམ་ཁག་གི་སློབ་དཔལ་འདིའི་ནང་དོན་དང་། གོ་རིམ། ཟབ་ཆད་བཅས་ལ་དགེ་ཆུན་རང་ངོས་ནས་སྐབས་བསྐབས་ཆོད་འཛིན་གྱིས་སློབ་བྱིད་ཀྱི་སྒྲུས་ཆད་གཙོ་བོར་འཛིན་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས། འོན་ཀྱང་གཞི་རིམ་བར་མའི་བསྐྱབ་གཞིའི་རྩ་འཛིན་གྱི་དགོངས་དོན་དང་མ་འགལ་བ་དགོས་པ་ཡིད་འཇགས་འཆའ།

ང་ཚོའི་སློབ་བྱིད་དང་སློབ་སྦྱོང་གི་དམིགས་ཡུལ་ནི་སློབ་ཚན་གྱི་བྲག་པ་དང་། སློབ་དཔལ་གྱི་བྲག་པ་སློབ་པ་ཙམ་ལ་ཡིན་པར། སློབ་མའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་གནས་ཆད་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱ་དེ་ཡིན་སྐབས། སློབ་དཔལ་འདི་ཉིད་དང་དེའི་གཞིགས་འདེགས་ཀྱི་སློག་དཔལ་ <<ང་ཚོའི་ས་ཡུལ་བོད།>>དང་། <<རི་མོ་མཁའ་གྲགས་ཅན།>> <<གསར་བརྗེ།>> <<རོ་སྐྱ་བག།>> ཞེས་པ་སོགས་བཅད་སྤྱོད་གནད་སློན་དུ་བཏང་སྟེ། སློབ་སྒྲུག་གི་ཤེས་ཡོན་གྱི་རྒྱས་རྒྱལ་གོང་མཐོར་གཏོང་བའི་རེ་འདུན་ཞུ་རྒྱུ་དང་། སློབ་དཔལ་འདི་ལ་འཇུས་སློལ་ཆད་བ་དང་། གསར་སྒྲིལ་བྱེད་དགོས་པའི་ཀྱི་རིགས་ལ་འབྲེལ་ཡོད་སློབ་དགེ་དང་། ཐུགས་སྒྲུང་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་དགོངས་འཆར་ཡིག་ངག་གཉིས་ཐོག་ནས་དུས་ནས་དུས་སུ་གནང་སྤྱོད་ཡོང་བ་ཞུ་རྒྱུ་བཅས། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས། བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༡༩༩༧ ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༣ ལྷ་ ༡ ཚེས་ ༡༥ ཉིན།



༣༡ སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཏཱ་ལའི་བླ་མ་སྐུ་ཕྱེད་བཅུ་བཞི་པ་ ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྤྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི།

དང་པོ། རོས་རང་འགྲོ་བ་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། འགྲོ་བ་མིའི་རྒྱུད་ཀྱི་བཟང་སྤྱོད་གོང་མཐོར་སླེལ་ཐབས་
བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་མི་སྐྱེར་དང་། བྱིས་ཆང་། སྤྱི་ཆོགས་བཅས་སུ་བདེ་སྤྱོད་འབྱུང་བའི་གཞི་རྩ་
ཡིན་པར་འདོད།

གཉིས་པ། རོས་རང་ཆོས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། ཆོས་ལུགས་པན་ཚུན་བར་མ་ཐུན་འབྲེལ་གོང་མཐོར་
གཏོང་རྒྱུ་དེ་ཡིན་ཞིང་། ཆོས་ལུགས་འབྲེལ་མཉམ་ལ་ཉལ་བ་དང་གྲུབ་མཐའ་འབྲེལ་མཉམ་ཡོད་ཀྱང་། བྱམས་
པ་དང་། བརྟེན་བཞུགས་ཆོག་ཤིང་། ཚུལ་ཁྲིམས་བཅས་ཀྱི་བསྐྱབས་བྱ་ཉམས་སུ་ལེན་པར་ཆོས་
ལུགས་ཆང་མ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་མ་ཟད། མི་ཆེ་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་དུ་འབྲིང་པའི་རྒྱས་པ་འང་
གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པར་འདོད།

གསུམ་པ། རོས་རང་བོད་མི་ཞིག་ཡིན་པ་དང་ཏཱ་ལའི་བླ་མའི་མཆོན་གནས་ཡོད་པ། ལྷག་པར་དུ་བོད་ཕྱི་
ནང་དུ་ཡོད་པའི་བོད་མི་སེར་སྐྱེ་ཡོངས་ཀྱིས་ཡིད་ཆེས་སློབ་གཏད་ཆེན་པོ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པའི་ཆ་ནས།
བོད་ཀྱི་སྤྱད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་། ཁོར་ལུག་བཅས་ལ་སྤྱགས་ཁུར་དང་། བཅོན་འོག་ལ་གནས་པའི་
བོད་མི་ཆོའི་རང་དབང་གི་མགོན་ཆབ་པ་ཞིག་བྱ་རྒྱུ་དེའང་རོས་ཀྱི་འགན་ཁུར་ཡིན།

བཞི་པ། རོས་རང་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་རྗེས་འབྲངས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། རྒྱ་གར་
ཀྱི་གནའ་བོའི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་དང་། ཆོད་མའི་རྣམ་གཞག་ ལྟ་གྲུབ་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲོམ་སྒྲུབ།
ཆོས་ལུགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་སྤྱོད་བཟང་བཅས་དང་གི་ཤེས་ཡོན་ལམ་ལུགས་དང་མཉམ་སླེལ་གྱིས་
རྒྱ་གར་ནང་བསྐྱར་གསོ་བྱས་ཏེ། བྱམས་བརྟེན་ལུན་པའི་འཛམ་གླིང་ཞིག་འཛུགས་སྐྱེད་བྱེད་སྤྱབ་པར་
རོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ཤེས་ཡོན་སྒྲོབ་སྒྲུང་སྒྲིང་པའི་དམིགས་ཡུལ།

- ༡། སྒྲོབ་སྒྲུག་རྣམས་རང་རང་གི་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཡོངས་སུ་སང་དེ་སྒྲུང་དོར་གྱི་གནས་ལ་རང་སྒྲོབས་ཀྱིས་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་རྒྱས་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐག་གཅོད་བྱེད་རྒྱས་པའི་བསམ་སྒྲིང་གི་རང་དབང་དང་། འཆོ་བ་དགོས་མཁོ་དང་འཆཛམས་པའི་ཐོག་གཞན་ཁོ་ནར་བརྟེན་པའམ་གཞན་ལ་བལྟ་གཞོག་བྱེད་མ་དགོས་པར། རང་གི་འབད་ཚོལ་གྱིས་བསྐྱབས་པའི་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཡང་དག་པར་འཆོ་རྒྱས་པའི་འཆོ་བའི་རང་དབང་། འཆོ་མེད་ཞི་བའི་ཐབས་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་དང་རང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རང་དབང་སྒྲུབ་སྒྲོབ་བྱེད་རྒྱས་པའི་སྒྲུབ་སྒྲོབ་ཀྱི་རང་དབང་བཅས་ “རང་དབང་” དང་།
- ༢། རང་ལས་གཞན་གཅེས་པར་བཟུང་སྟེ་གཞན་གྱི་དོན་དུ་རང་ཉིད་སྒོས་བཏང་ནས་སྤྱི་ལྷན་སྒྲུབ་རྒྱས་པའི་ “གཞན་པལ།”
- ༣། འབྱུང་འགྱུར་མི་རབས་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་ཁོར་ཡུག་དང་ཐོན་ཁུངས་ལ་གནོད་སྐྱོན་མི་གཏོང་བར་ས་ཡི་གོང་བུ་འདི་ཞི་བདེ་རྒྱན་གནས་སྤུང་པ་དང་། རང་གི་པ་མེས་ནས་བྱུང་བའི་རིག་གཞུང་བཟང་པོ་རྣམས་བརྒྱུད་འཛིན་བྱེད་རྒྱས་པའི་ “རྒྱན་འཛིན།”
- ༤། འཛིག་རྟེན་སྤྱིའི་པན་བདེ་དང་འབྲེལ་ཞིང་ཡུལ་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འཆཛམས་པའི་ལྷ་གྲུབ་དང་ལམ་ལུགས། དངོས་པོ། ལས་འགྲུལ་སོགས་གསར་གཏོད་བྱེད་རྒྱས་པའི་ “གསར་གཏོད་” བཅས་བཞི་དང་ལྷན་པའི་ཡུལ་མི་བསྐྱུན་རྒྱ་དེ་ཡིན། །

དཀར་ཆག

ས་ཁམས་རིག་པ།

༡་	སའི་གོ་ལའི་བཀོད་པ།	༡
༢་	སའི་གོ་ལའི་ནང་རོལ།	༡༡
༣་	འགྱུར་ལྗོགས་ལྟན་པའི་སའི་གོ་ལ།	༡༩
༤་	ཁོར་ལུག	༣༥
༥་	རྒྱུང་།	༣༩
༦་	མུ།	༤༣
༧་	བོད་ཀྱི་རི་རྒྱུད་དང་གཙང་པོ།	༥༡

རྒྱ་གར་གྱི་ལོ་རྒྱུས།

༡་	དུས་རབས་བར་མའི་འགྱུར་བ་ལ་དབྱེ་ཞིབ།	༤༩
༢་	རྒྱ་གར་གྱི་དུས་རབས་བར་མའི་དབང་འཛིན་པ།	༧༣
༣་	དུས་རབས་བར་མའི་རྒྱ་གར་གྱི་སྐྱེ་ཆལ་དང་ཚོམ་རིག།	༩༤

བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས།

༡༡་	བཙན་པོའི་རྒྱལ་རབས་དང་མངའ་ཐང་།	༧༤
-----	-------------------------------------	----

༡༣'	བཅན་པོའི་སྐབས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནམ་བ།	༡༠༧
༡༣'	བོད་སིལ་བྱའི་དུས་སྐབས།	༡༡༥

བོད་གནས་འོ་སྤྱོད།

༡༤'	བཅན་འཇུག་གི་སྤྱི་ཚུལ།	༡༣༡
༡༥'	དཀའ་སྤྱད་གི་ལོ་རྒྱུ།	༡༣༤
༡༤'	ཞིང་པའི་འཚོ་བ།	༡༣༡
༡༥'	བོད་ཀྱི་ལག་ཤེས།	༡༤༠
༡༦'	ད་ལྟའི་བོད་ཀྱི་ཁོར་ལུག་གི་གནས་སྐབས།	༡༤༥

སྤྱི་ཚོགས་དང་སྤྱི་དོན་གྱི་འཚོ་བ།

༡༧'	རང་དབང་ཐེར་ན་ཅི་རེད།	༡༥༤
༡༨'	ཚུང་དུས་ཀྱི་ཚོར་སྣང་།	༡༤༣
༡༩'	བརྒྱུད་ལམ།	༡༥༣
༢༠'	ས་གནས་སྤྱི་དགུང་།	༡༥༠



ས་ཁམས་རིག་པ།

གལ་ཆེའི་གནད་དོན་ཁག

- སའི་གོ་ལའི་ས་ཁུལ་སོ་སོའི་ས་དབྱིབས་སམས་བཀོད་པ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད། དཔེར་ན། རི་དང་། ཐང་། མཐོ་སྒང་། བཅས་ཡིན།
- སའི་གོ་ལ་ནི་ཙོང་རྫོག་ཅིག་ལྟར་བྱི་ཤུན་དང་ནང་ཤུན་གྱི་བཅེགས་རིམ་མང་པོས་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན།
- སྒྲིང་དབྱིབས་ཀྱི་ས་ལྗོངས་ནམས་ཀྱི་འགྲུལ་སྐྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་སའི་གོ་ལའི་ངོས་སུ་ནམས་པ་མི་འདྲ་བའི་འགྲུར་ཕྱོག་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད།
- ང་ཆོའི་ཉེ་འཁོར་དུ་གང་ཡོད་པ་མཐའ་དག་ལ་ཁོར་ཡུག་ཐེན།
- རྒྱང་ཁམས་ཀྱིས་ང་ཆོར་འབྱེན་རྒྱབ་བྱེད་པའི་མཁའ་རྒྱང་སྐྱོད་ཀྱི་ཡོད།
- འཛམ་གླིང་ནང་གི་ཚུའི་འབྱུང་ཁུངས་མཐའ་དག་ལས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༥་ནི་ནི་ཚུ་ཚུ་ཡིན་པས་ང་ཆོས་སྐྱོད་མི་ཐུབ།
- བོད་ཡུལ་གྱི་མིང་གཞན་ལ་ "ཨེ་ཤི་ཡའི་ཚུ་མཛོད་" ཅེས་འབོད་ཀྱི་ཡོད།



སའི་གོ་ལའི་བཀོད་པ།



བར་རིས། ༡་༡ རི་བོ་ཇོ་མོ་གླང་མ་ནི་བལ་ཡུལ་དང་
བོད་གཉིས་ཀྱི་ས་མཚན་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སློབ་དཔལ་
ཚད་ལ་མི་ཉར་ ༡༩༥༩ ཡོད་པས། འཛིན་སྤྱོད་ནང་
གི་རི་བོ་མཐོ་ཤོས་ཡིན།



བར་རིས། ༡་༢ རི་མ་ཐང་གི་ཕྱགས་སྒྲིལ་གྱིས་ཤིང་
མོ་དབྱིབས་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སློབ་དཔལ་



བར་རིས། ༡་༣ རི་མ་ཐང་གི་ཕྱགས་སྒྲིལ་གྱིས་
ཆེ་གས་དབྱིབས་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སློབ་དཔལ་

༡༡། །སའི་གོ་ལའི་རིས་ཀྱི་བཀོད་པ་མཚོན་པའི་རི་མོ་ལ་ལྟོས་དང་། བྱིས་སའི་གོ་ལའི་རིས་ཡོངས་ཇོགས་བདེ་ཞིང་ཁོད་སྒྲིལ་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སློབ་དཔལ་
ཤེས་ཐུབ། ས་ཁུལ་སོ་སོའི་ས་དབྱིབས་སའི་བཀོད་པ་མི་འདྲ་བ་ཡོད། དཔེར་
ན། ས་རོས་ཁ་ཤིང་མཐོ་ཞིང་བརྗེད་ཆགས་པའི་རི་རྒྱ་མང་པོས་གྲུབ་ཡོད་
པ་དང་། ས་རོས་ཁ་ཤིང་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཐང་གིས་གྲུབ་ཡོད་ལ། ས་
རོས་ཁ་ཤིང་མཚོ་རོས་ལས་མཐོ་ཏུ་འཕགས་ཤིང་ཅུང་ཙམ་གྲམ་བའི་མཐོ་
སྒང་གིས་གྲུབ་ཡོད་པ་ལྟར་རེད།

ས་རོས་ཀྱི་བཀོད་པ་ (Landform) རི་བྱི་དང་ནང་གི་བརྒྱུད་རིམ་
གཉིས་ཀྱིས་གྲུབ་ཡོད་དེ། དང་པོ། **ནང་གི་བརྒྱུད་རིམ་** (Internal process)
ནི། སའི་གོ་ལའི་ནང་རིམ་དུ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་གཡོ་འགྲུལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་
པ་ལ་བརྟེན་ནས། སའི་གོ་ལའི་བྱི་རོས་ཀྱི་ས་དབྱིབས་ཆགས་སྐྱེད་སྤྱོད་ལའང་
འགྱུར་བ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། ས་ཁུལ་ཁ་ཤིང་མཐོ་པོ་དང་། ཁ་ཤིང་དམའ་
པོ་ཡིན་པའི་ནམ་བུ་མི་འདྲ་བ་བྱུང་བ་ཡིན། གཉིས་པ། **བྱི་ཡི་བརྒྱུད་རིམ་**
(External process) རི། སའི་གོ་ལའི་ས་རོས་ཁ་ཤིང་ཆར་དང་རླངས་སྤོངས་
བྱི་རིམ་རྒྱུང་ཁུལ་གྱི་འགྱུར་བའི་ཕྱགས་སྒྲིལ་གྱིས་རིམ་བཞིན་ཐང་འགོ་
ཡི་ཡོད་པ་དང་། ཡང་ས་རོས་ཁ་ཤིང་རྒྱ་དང་རྒྱང་གིས་ཁུར་བའི་ས་རྩལ་
ནམས་གནས་གཅིག་ཏུ་སྤྱང་གསོག་གིས་རིམ་བཞིན་ས་དབྱིབས་ཀྱི་ནམ་བུ་
གཞན་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

ཆར་རྒྱུད་དང་། རྒྱུག་རྒྱ། ལྷགས་པ། འབྲུགས་དར་སོགས་རང་བྱུང་
ཁུལ་གྱི་འགྱུར་ལྷོག་གི་རྒྱུ་རྫོང་ཆོགས་ཀྱིས་ས་དང་རྩོད་ནམས་རིམ་བཞིན་
ཐོས་ནས་ཐང་པར་གྱུར་པ་ལ་**རིམ་ཐང་** (Erosion) ཟེད། ས་རོས་ཁ་ཤིང་གི་
ནམ་བུ་དེ་རིམ་ཐང་གི་དབང་གིས་འཛིག་འགོ་བཞིན་ཡོད་ནའང་། **སྤྱང་གསོག་**
(Deposition) གི་རྒྱུ་གྱིས་ས་དབྱིབས་ཀྱི་ནམ་བུ་གཞན་ཞིག་སྤྱུང་གི་

ཡོད། རིམ་ཟད་དང་སྤང་གསོག་གི་འགྱུར་ཕྱོག་འདི་གཉིས་ནི་གོང་དུ་བཤད་
བ་བཞིན་ཆར་ཕྱུང་། རྒྱལ་མཉམས་པ། འབྲུག་པ་དང་སོགས་རང་བྱུང་
ཁམས་ཀྱི་འགྱུར་ཕྱོག་གི་རྒྱུ་ཕྱོད་ཆོག་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་ཞིག་
ཡིན།

རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་དབྱེ་ན། སའི་གོ་ལའི་ངོས་ཀྱི་བཞོད་བ་ནི་སའི་ངོས་ཀྱི་
མཐོ་ཆད་དང་ཆགས་སྐྱངས་ལ་གཞིགས་ཏེ་རི་དང་། མཐོ་སྒང་། ཐང་བཅས་
ནས་བ་མི་འདྲ་བ་གསུམ་དུ་དགར་གྱི་ཡོད།

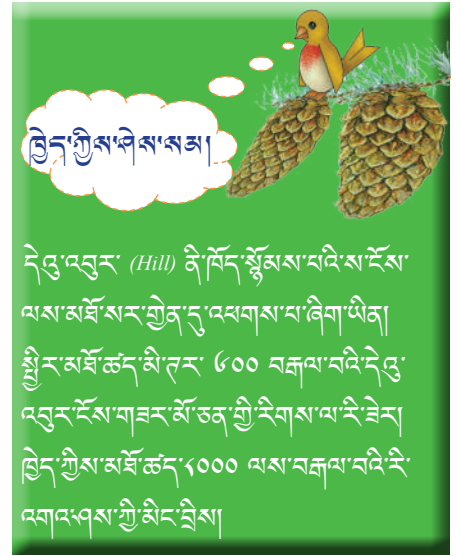
འཕྲུག་པ་ (Mountains)

རི་ནི་སའི་གོ་ལའི་ངོས་ནས་མཐོ་སར་གྱུན་དུ་འབགས་པ་ཞིག་ཡིན་
པས། མཐའ་འཁོར་གྱི་ས་ངོས་ཀྱི་ལས་ཏ་ཅང་མཐོ་བའི་ས་དབྱེབས་
ཆགས་སྐྱངས་ཀྱི་ནས་བ་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། ས་ཁུལ་སོ་སོར་ཆགས་
བའི་རི་ཡི་མཐོ་ཆད་དང་དབྱེབས་ཀྱང་མི་འདྲ་བ་སྒྲ་ཆོག་ཡོད།

རི་ཁུལ་ཁ་ཤས་དུས་བཞིར་འགྱུར་བ་མེད་པར་འབྲུག་པ་བས་
བརྒྱུས་ཡོད་པ་ལ་**འབྲུག་པ་རོམ་** (Glacier) ཟེད། ཡང་རི་ཁ་ཤས་རྒྱ་
མཚོའི་གཏིང་དུ་ཡོད་པས་ང་ཆོས་ཕྱི་རོལ་ནས་བལྟས་པ་ཅུ་མ་གྱིས་མཐོང་
མི་ཐུབ། དུས་རྒྱུན་རི་ཁུལ་དུ་གནས་གཤིས་གྲང་ཞིང་། ས་བབ་གཟར་བས་
ཞིང་ལས་སོགས་འཚོ་ཐབས་གཉེར་དཀའ་བ་ཡིན། དེར་བརྟེན་རི་ཁུལ་དུ་
འཚོ་སྡོད་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་གྲངས་ཀྱང་ཉུང་དུ་ཞིག་ལས་མེད།

ཀི་ལོ་མི་ཉར་བརྒྱ་ཕྲག་མང་པོའི་རིང་ཆད་དུ་རི་ཆོག་སྐྱར་ལ་
བརྒྱས་ནས་ཡོད་པ་ལ་**རི་རྒྱུད་** (Mountain Range) ཟེད། དཔེར་ན། ཨེ་
ཤི་ཡ་གླིང་ཆེན་གྱི་ཉི་མ་ལ་ཡ་རི་རྒྱུད་དང་། ཡུ་རོབ་གླིང་ཆེན་གྱི་**ཨེབ་ས་**
(Alps) རི་རྒྱུད། རྫོ་ཨ་མེ་རི་ཀའི་གླིང་ཆེན་གྱི་**ཨན་དེས་** (Andes) རི་རྒྱུད་
ལྟ་བུའོ།

རི་གྲུབ་སྐྱངས་ཀྱི་ཆ་ནས་དབྱེ་ན་**ལྗོངས་གཉེར་རི་** (Fold Mountain)
དང་། **ཆད་རིམ་རི་** (Block Mountain) **མེ་རི་** (Volcanic Mountains)



དེུ་འབྱར་ (Hill) རྒྱུ་ལོང་སྤྱོད་ས་བའི་ས་ངོས་
ལས་མཐོ་སར་གྱུན་དུ་འབགས་པ་ཞིག་ཡིན།
རྒྱུ་མཐོ་ཆད་མི་ཉར་ ༩༠༠ བརྒལ་བའི་དེུ་
འབྱར་ངོས་གཟར་མོ་ཅན་གྱི་རིགས་ལ་རི་ཟེར།
ཁྱེད་ཀྱིས་མཐོ་ཆད་ ༩༠༠༠ ལས་བརྒལ་བའི་རི་
འགའ་ཤས་ཀྱི་མིང་གིས།



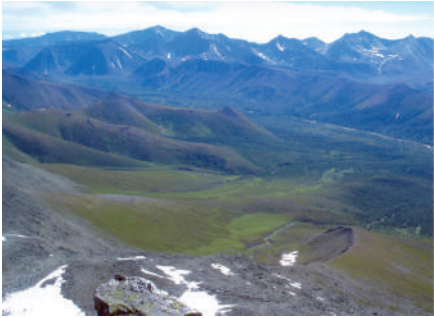
བར་རིས། ༡་༩ འབྲུག་པ་རོམ།



བར་རིས། ༡་༥ ཨེབ་ས་རི་རྒྱུད་ནི་ཡུ་རོབ་གླིང་གི་
གཞི་རྒྱ་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་རི་རྒྱུད་ཡིན།



བར་རིས། ༡་༦ ཨན་དེས་རི་རྒྱུད།



བར་རིམ། ༡་༢ ཡུ་རུ་ལ་རི་རྒྱུད།



བར་རིམ། ༡་༤ རི་བོ་གི་ལེ་སྒྲན་རྒྱ་འོ།



བར་རིམ། ༡་༩ རི་བོ་སྤྱི་རྒྱུ་རི་ལྷ་སྒྲ།



བར་རིམ། ༡་༡༠ རི་ཁྲུན་མཐོ་སྒྲིང་།

བཅས་ནམ་པ་མི་འདྲ་བ་གསུམ་དུ་བྱེ་ཡོད། ཉི་མ་ལ་ཡ་རི་རྒྱུད་དང་ཨེབ་ས་རི་རྒྱུད་གཉིས་ནི་མཐོ་ཞིང་འབར་འབྱར་མང་བའི་རི་ཁྲུང་གིས་བྱུང་བའི་ལྷོ་བ་གཉེར་རི་གསར་བའི་དཔེ་མཚོན་ཞིག་ཡིན་ལ། རྒྱ་གར་ནང་གི་**ཡུ་རུ་ལ་རི་རྒྱུད་** (Aravali Mountains) ནི་འཛམ་གླིང་ནང་གི་ལྷོ་བ་གཉེར་རི་རྒྱུད་ལོ་ས་ཤིག་ཡིན། དེ་ལ་རིམ་ཟད་གི་ཤུགས་རྒྱུན་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཡོད་པས། རི་རྒྱུད་དེ་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོའི་རིང་ཆར་རྒྱུང་སོགས་གིས་ཐོས་ཤིང་ཟད་བའི་སྤང་ཚུལ་གསལ་པོར་མཐོང་བྱུང། དེ་བཞིན་ཨུ་རུ་སུའི་ནང་ཡོད་པའི་**ཡུ་རུ་ལ་རི་རྒྱུད་** (Ural Mountains) ཡང་ལྷོ་བ་གཉེར་རི་རྒྱུད་ལོ་ས་གི་དཔེ་མཚོན་ཞིག་ཡིན།

ཆད་རིམ་རི་ནི་ས་ཁྲོན་ཆེན་པོ་ཞིག་བརྒྱུས་ཏེ་ངོས་མཐོ་དམའ་གཉིས་སུ་ཆད་པ་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེའི་མཐོ་དམའ་གསལ་བའི་ཆ་ལ་**འབྱར་ངོས་** (Horst) ཟེར་བ་དང་། དམའ་བའི་ཆ་ལ་**རྒྱུང་ངོས་** (Graben) ཟེར། ཡུ་རོ་བ་གླིང་ཆེན་ནང་གི་**ཨོ་རེས་རི་བོ་** (Vosges mountain) དང་**རི་ཁྲུང་རྒྱུད་** (Rhine Valley) གཉིས་ནི་ཆད་རིམ་རི་ཡི་དཔེ་མཚོན་ཡིན།

བྱེད་ཤོ། འཛམ་གླིང་ས་ཁྲུང་ངོས་ལ་བལྟས་ཏེ་རི་དང་རི་ཁྲུང་དེ་གཉིས་



གང་དུ་ཡོད་པ་ཆོས།

མེ་རི་ནི་ས་འོག་གི་དྲོད་ཆད་ཆེ་བའི་དྲོད་ཀླན་ས་ངོས་སུ་འབྱར་ཡོང་བའི་བྱེད་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན། ཨེབ་རི་ཁྲུང་ཆེན་གི་**རི་བོ་གི་ལེ་སྒྲན་རྒྱ་འོ་** (Mt. Kilimanjaro) དང་། ཉི་ཏོང་གི་རི་བོ་**ལྷུ་རི་ལྷ་སྒྲ་** (Mt. Fujiyama) གཉིས་ལྟ་བུའོ།

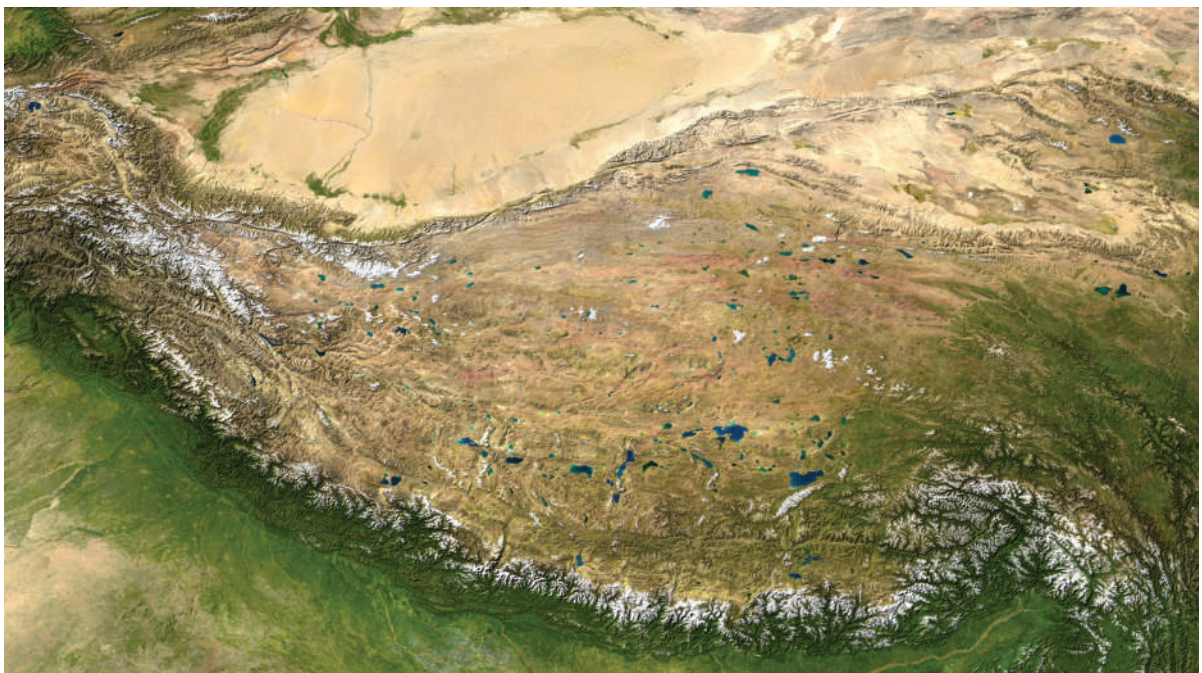
རི་ནི་སའི་གོ་ལའི་བྱུང་ཚུལ་སྤྱད་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། ང་ཚོའི་འཆོ་བའི་ནང་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། འབྲུག་ས་འོས་དང་རི་ཡི་ཁོང་གསལ་ནི་འཛམ་མཐའ་མེད་པའི་རྒྱ་མཐོང་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་མཚུངས་པས། ཞིང་ལས་དང་རྒྱ་སྒོག་ས་ཆོགས་འཛུགས་སྤྱད་སོགས་གི་

ཐད་མེད་ཐབས་མེད་པའི་ཆུ་བོ་མང་པོ་ཞིག་གི་འབྲུང་ཁུངས་ཀྱང་གཏོས་ཆེ་
བའི་རི་བོ་དག་ཡིན། རི་བོ་ནི་རྩི་ཤིང་དང་སྒོ་གྲངས་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་རབ་ཏུ་
སྒྱུག་པ་མ་ཟད། རིན་ཐང་ཆེ་བའི་གཏེར་དངོས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་འབྲུང་
གནས་ཀྱང་ཡིན།

མཐོ་སྒང་། (Plateau)

སྤྱིར་ས་བབ་མཐོ་ཞིང་ཁོད་སྟོང་སྟེ་མས་པའི་ས་ཁམས་ཀྱི་བཀོད་པ་ཞིག་
ལ་མཐོ་སྒང་ཟེར་བ་དང་། མཐོ་སྒང་ཁ་ལས་ནི་གསེག་ངོས་གཟར་བོ་དང་ལྗན་
པའི་ས་བབ་ཀྱིས་བྱུང་ཡོད། མཐོ་སྒང་གི་ས་བབ་མཐོ་ཆད་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཚོགས་ཡོད་དེ། ཁ་ལས་ཀྱི་མཐོ་ཆད་ལ་མི་ཤར་
བརྒྱ་ཐག་དུ་མ་ཡོད་བ་དང་། ཡང་ཁ་ལས་ཀྱི་མཐོ་ཆད་ལ་མི་ཤར་སྟོང་ཐག་ཁ་ལས་ཡོད་པའང་ཡོད། རི་ལ་གསར་རྩིང་གི་
ཁྲད་པར་ཡོད་བ་ལྟར་མཐོ་སྒང་ལའང་གསར་རྩིང་གི་ཁྲད་པར་ཡོད། དཔེར་ན། རྒྱ་གར་གྱི་**དེ་ཤུལ་མཐོ་སྒང་** (Deccan Pla-
teau) ནི་མཐོ་སྒང་རྩིང་ཤོས་ཤིག་ཡིན་བ་དང་། གཞན་ཡང་**ཨ་ཕ་རི་ཁའི་མཐོ་སྒང་** (East African Plateau) དང་། **ཨ་སྤེ་
ལི་ཡའི་བྱ་བ་རྒྱ་མཐོ་སྒང་** (Western Plateau of Australia) སོགས་དཔེ་མཆོན་མང་པོ་ཡོད།

མཆོ་ངོས་ཀྱི་**ཆ་སྟོང་མཐོ་ཆད་** (Mean sea level) མི་ཤར་ ༩༠༠༠ ནས་ ༩༠༠༠ བར་ཡོད་པའི་བོད་ཀྱི་མཐོ་སྒང་
ནི། འཛམ་གླིང་ནང་ས་བབ་མཐོ་ཤོས་ཀྱི་མཐོ་སྒང་ཞིག་ཡིན།



པར་རིས། ༡་༡༡ བར་སྒྲུང་ནས་པར་སྒྲུངས་པའི་བོད་ཀྱི་མཐོ་སྒང་ཆགས་ཚུལ།

ཆོག་
གསར་

ས་ངོས་ཀྱི་བཀོད་པ། -Landform

རིམ་ཐད། -Erosion

སྤྱང་གསོག། -Deposition

འབྲུགས་རོམ། -Glacier

རི་རྒྱུ། -Mountain Range

ལྷོ་གཏེར་རི། -Fold Mountain

ཆད་རིམ་རི། -Block Mountain

མེ་རི། -Volcanic Mountain

གཤིན་པོ། -Fertile



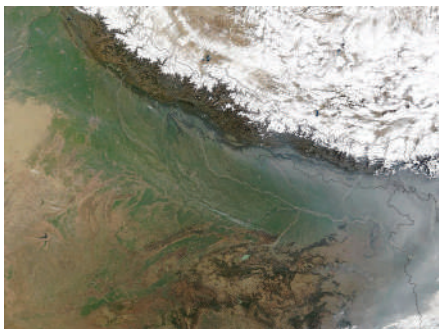
བར་རིམ། ༡'༡༢ ལྷུ་ལི་ཡའི་རྒྱུ་རྒྱུ་མཐོ་སྒང་།



བར་རིམ། ༡'༡༣ ཤར་ལམ་རི་ཁའི་མཐོ་སྒང་།



བར་རིམ། ༡'༡༤ ཐང་།



མཐོ་སྒང་ནི་གཏེར་དངོས་ལྷན་སྤྱི་ཚོགས་པའི་བར་མཐོ་དུ་ཆེན་པོ་
ཞིག་ཡིན་པས། འཛམ་གླིང་ནང་གཏེར་ཁ་སྲོག་འདོན་བྱེད་པའི་ཉེན་གཤི་
མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་མཐོ་སྒང་གི་ཁུལ་དུ་བརྒྱལ་ས་ཡོད། དཔེར་ན། ལམ་རི་
ཁའི་མཐོ་སྒང་ནི་གསེར་དང་རྫོང་རྫི་པ་ལམ་གྱི་གཏེར་ཁའི་ཐོན་ཁུངས་གྲགས་
ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་ཆོ་རྒྱ་རྒྱུ་མཐོ་སྒང་ (Chhotanag-
pur Plateau) ཡང་ལྷགས་དང་རྫོང་སོལ་གྱི་གཏེར་ཁའི་ཐོན་ཁུངས་གལ་ཆེན་
ཞིག་རེད།

མཐོ་སྒང་ནི་ས་བབ་མཐོ་སར་ཆགས་ཡོད་པས་དྲག་ཤྱགས་ཆེ་བའི་
རྒྱ་རྒྱུ་མང་པོ་ཡོད་ལ། ས་ཆ་ཁ་ཤས་ཀྱི་ས་གཤིས་གཤིན་པོ་ཡོད་པས་
ཞིང་ལས་གཏེར་བར་ལེགས། མཐོ་སྒང་མང་པོ་ཞིག་གི་ས་བབ་ཆགས་
སྒངས་དང་ཡུལ་ལྗོངས་ཀྱི་ནུས་པ་མཐོ་སྒང་སྤྱད་པས། ཡུལ་སྒོར་སྒོ་
འཆམ་པ་ཆོ་འགོ་འདོད་ཆེན་པོ་བྱེད་ས་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།

ཐང་། (Plain)

སྤྱིར་ས་བབ་དམའ་ཞིང་རྒྱ་ཆེ་ལ་ཁོད་སྒྲོམས་པའི་ས་ཁམས་ཀྱི་
བཀོད་པ་ཞིག་ལ་ཐང་ཟེར། དུས་རྒྱུན་ཐང་གི་ས་བབ་མཐོ་ཆད་ནི་རྒྱ་མཚོའི་
ངོས་ཀྱི་ཆ་སྒྲོམས་མི་ཉར་ ༢༠༠ ལས་མ་བརྒལ་བ་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཐང་
ཁ་ཤས་ནི་བར་རིམ་དང་འབར་འབྱར་མང་བའི་ས་ཁོད་མི་སྒྲོམས་པ་དེ་འབྲ་
ཡང་ཡོད། ཐང་མང་ཆེ་བ་ནི་གཙང་པོ་དང་རྒྱ་ལག་གིས་བྱུག། རི་ངོས་ནས་
འབབ་པའི་གཙང་པོ་དག་གིས་རི་ངོས་ཀྱི་ས་རིམ་གྱིས་ཐོས་ཏེ་ས་སྒྲིགས་
མང་པོ་ལུང་གཤོངས་དང་རྒྱ་གཞུང་དུ་ཁུར་བ་དང་། དུས་ལྡན་རིང་པོ་
འགོར་རྗེས་ས་སྒྲིགས་དེ་རིགས་ས་རྫོང་བྱེད་པའི་ཕྱང་གསོག་ཆེན་པོར་
འགྱུར་གྱི་ཡོད་པ་དང་། རིམ་བཞིན་ས་སྒྲིགས་དང་། རྫོང་བྱེད་པའི་ཕྱང་གསོག་
དེ་རིགས་ཀྱིས་ཐང་སྒྲིག་གྱི་ཡོད།

ཐང་གི་ས་ཁུལ་མང་ཆེ་བ་ཁོད་སྒྲོམས་པོ་ཡོད་པས། གཞུང་ལམ་
དང་། ཁང་བཅེགས་སོགས་འཛུགས་སྐྱོད་བྱེད་བའི་པོ་ཡོད་པ་མ་ཟད། ས་

གཤེས་ཀྱང་གཤེན་པོ་ (fertile) ཡོད་པས་ཞིང་ལས་ཐོན་སྐྱེད་གཉེར་བར་
 ཡང་ཉ་ཅང་འཆམ་པོ་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཐང་ནི་འཛམ་གླིང་ནང་མི་འབོར་པོན་
 ཆེན་པོ་འདུས་སྡོད་བྱེད་ས་གཙོ་པོ་ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན། རྒྱ་གར་བྱང་རྒྱུད་
 ཐང་ཁུལ་དུ་འདུས་སྡོད་བྱེད་པའི་མི་འབོར་ཉ་ཅང་པོན་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་
 དེ། གཙང་པོའི་འབབ་རྒྱུན་གྱིས་བསྐྱུན་པའི་ཐང་ཆེ་ཤོས་ཁ་ཤས་ནི་ཨེ་ཤི་
 ཡ་དང་བྱང་ཨ་རིའི་ཡུལ་དུ་ཆགས་ཡོད། དཔེར་ན། ཨེ་ཤི་ཡའི་ནང་རྒྱ་
 རག་གི་ས་ཁུལ་དུ་འབྲི་རྒྱའི་ (Yangtze River) འབབ་རྒྱུན་གྱིས་བསྐྱུན་པའི་
 ཐང་ཆེན་པོ་དང་། རྒྱ་གར་དུ་རྒྱ་པོ་རྩ་མཆོག་ཁ་འབབ་ (Yarlung Tsang-
 po) དང་གཞུང་འབབ་རྒྱུན་གྱིས་བསྐྱུན་པའི་ཐང་ཆེན་པོ་སོགས་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་
 དེ།



བར་རིས། ༡་༡༥ ས་ཡོམ་བརྒྱབ་པ།



བར་རིས། ༡་༡༦ མེ་དེ་འབྱར་པ།

ས་ངོས་ཀྱི་བཀོད་པ་དང་མི་སྡེ།

ས་ངོས་ཀྱི་བཀོད་པ་མི་འབྲས་སར་གནས་སྡོད་བྱེད་པའི་མི་རྣམས་ཀྱི་
 འཆོ་བའི་གོམས་གཤེས་ཀྱང་མི་འབྲས་བ་སྣ་ཆོགས་ཡོད། གནམ་གཤེས་དང་
 ས་བབ་མཐོ་ཆད་ཀྱི་དབང་གིས་རི་ཁུལ་དུ་འཆོ་བ་སྐྱེལ་རྒྱ་ནི་ཉ་ཅང་དཀའ་
 ངལ་ཅན་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཐང་དུ་ས་ཁོད་སྟོམས་ཤིང་། ས་བཅུད་བཟང་
 བས་ཁང་བཅེགས་དང་གཞུང་ལམ་སོགས་འཛུགས་སྐྱོད་བྱེད་བདེ་བ་དང་།
 ཞིང་ལས་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱང་གཉེར་བདེ་བ་ཡོད།



བར་རིས། ༡་༡༧ རྒྱ་ལོག་རྒྱག་པ།

ཁྱེད་ཀྱིས་ས་ངོས་ཀྱི་བཀོད་པ་མི་འབྲས་སར་མི་རྣམས་ཀྱིས་འཆོ་བ་སྐྱེལ་
 ཐབས་ཀྱང་མི་འབྲས་བ་སྣ་ཆོགས་ཡོད་པ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་དམ།



བར་རིས། ༡་༡༨ གད་སྡིགས་སྤངས་པ།

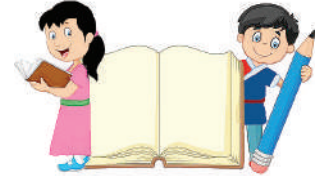
མཆམས་རེར་ས་ཡོམ་དང་། མེ་དེ། རྒྱ་ལོག་ རྒྱང་འཛུབ་སོགས་རང་
 རྒྱང་ཁམས་ཀྱི་གོད་ཆག་གིས་མི་རྣམས་ཀྱི་འཆོ་གནས་ལ་གནོད་འཆེ་ཆེན་
 པོ་གཏོང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ང་ཚོས་གོད་ཆག་དེ་རིགས་ཀྱི་འབྱུང་རྒྱུན་ཤེས་
 རྟོགས་བྱུང་བ་ན། ཉེན་ཁ་མང་པོ་ཞིག་ལས་ཐང་ཐབས་བྱེད་སྐབ་རེས། ས་
 ཡོམ་དང་། རྒྱ་ལོག་ རྒྱང་འཛུབ་ལྟ་བུའི་རང་རྒྱང་ཁམས་ཀྱི་གནོད་པ་མང་
 པོ་ཞིག་ང་ཚོ་མི་རྣམས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ནོར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་ཡོད། དཔེར་ན།



བར་རིས། ༡་༡༩ བཟོ་སྐྱེའི་དུ་ག

གཏེར་ཁ་སྤྲོད་འདོན་བྱེད་རྒྱ་མང་བླ་མ་པ་དང་། ཤིང་ནགས་གཙོད་འབྲེག་བྱེད་རྒྱ་མང་བླ་མ་པ། གཞོད་འཆེ་དེ་དག་
འབྲུང་གི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་རེད།

སྤྱོད་ཚན།



དང་པོ། གཤམ་གྱི་བྱི་བ་རྣམས་ལ་ལན་མདོར་བསྟུས་རེ་བྲིས།

༡། སའི་གོ་ལའི་བཀོད་བ་གཙོ་བོ་གང་དག་ཡིན་ནམ།

༢། རི་དང་མཐོ་སྐང་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གང་ཡིན་ནམ།

༣། རི་ལ་གྲུབ་ཚུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་ན་མི་འདྲ་བ་གང་དང་གང་ཡོད་དམ།

༤། ཐང་ནི་རི་ལྟར་གྲུབ་པ་ཡིན་ནམ།

༥། གཙང་པོའི་འབབ་རྒྱན་དུ་ཆགས་པའི་ཐང་སྟེང་དུ་མི་འབོར་མང་པོ་གནས་སྡོད་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན་ནམ།

༦། རི་ཁྲུལ་དུ་གནས་སྡོད་བྱེད་པའི་མི་འབོར་ཉུང་ཙམ་ལས་མེད་དོན་ཅི་ཡིན་ནམ།

༧། ཁྱེད་རང་གནས་སྡོད་བྱེད་སའི་ས་ཁྲུལ་གྱི་བཀོད་བ་གང་རེད།

གཉིས་པ། འོས་འཚམས་གྱིས་ལན་འདེམས་དགོས།

༡། རི་དང་དེའུ་འབྲུང་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་འབྲེད་པའི་གཞི་འཛིན་ས་ནི།

ཀ) མཐོ་ཆད།

ཁ) གསེག་ངོས།

ག) བཟོ་ལྷ།

༢། འབྲུགས་རོམ་ཆགས་ས་ནི།

ཀ) རི་རྒྱད།

ཁ) ཐང་།

ག) མཐོ་སྐང་།

༣། རྟེ་ཤྲོན་མཐོ་སྐང་ཆགས་ས་ནི།

ཀ) བོད།

ཁ) ལྷ་ལྷེ་ལི་ཡ།

ག) རྒྱ་གར།

༥། འབྲི་ཆུ་འབབ་ཡུལ་ནི།

ཀ) ལྷོ་ཨ་མེ་རི་ཀ

ཁ) ཨ་ལྷེ་ལི་ཡ།

ག) རྒྱ་ནག

༦། ཡུ་རོབ་ཁུལ་དུ་ཆགས་པའི་རི་རྒྱུད་གཙོ་བོ་ནི།

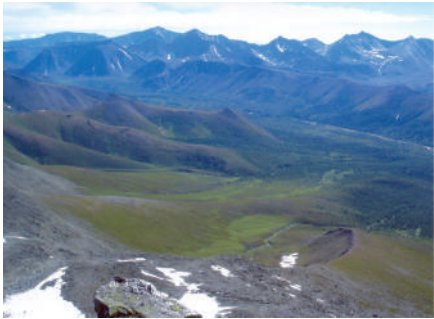
ཀ) ཨ་ཁ་ཤེས་རི་རྒྱུད།

ཁ) ཨེབ་ས་རི་རྒྱུད།

ག) ཉི་མ་ལ་ཡ་རི་རྒྱུད།



གསུམ་པ། མ་ཐུན་སྒྲོར་གྲིས།

༡			ཨེབ་ས་རི་རྒྱུད།
༢			རི་བོ་ལྷོ་རི་ཡུ་སྐ།
༣			རི་བོ་ཀི་ལི་སྐུན་རྒྱ་རོ།
༤			ཡུ་རོབ་རི་རྒྱུད།

བཞི་པ། འབྲིག་མེན་རྟགས་རྒྱུ་བ།

༡། ཐང་ནི་ས་བབ་དམའ་ཞིང་རྒྱ་ཆེ་ལ་ཁོད་སྟོང་ས་པའི་ས་ཁམས་ཀྱི་བཀོད་པ་ལ་གོ།

༢། དེ་ལོ་ཉི་མ་ལ་ཡ་ནི་མེ་དེ་བྱུང་སྟངས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས།

༣། རྟེན་མཐོ་སྒང་ནི་མཐོ་སྒང་རྙིང་ཤོས་ཤིག་ཡིན།

༤། དེ་ཁུལ་དུ་ཞིང་ལས་ཐོན་སྐྱེད་མང་ཤོས་གཉེར་གྱི་ཡོད།

༥། མེ་དེ་ནི་ས་འོག་གི་བོད་ཆད་ཆེ་བའི་རྩོ་ཁུན་ས་ངོས་སུ་འཕྱར་ཡོང་བའི་བྱེད་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན།



༣

སའི་གོ་ལའི་ནང་རོལ།

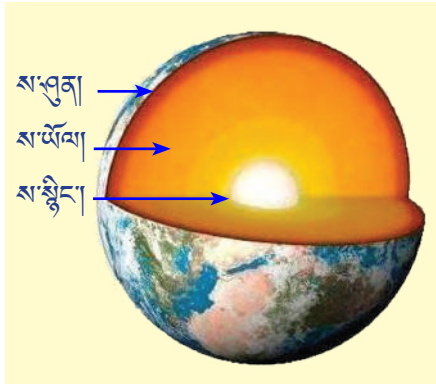
ཁྱེད་ཀྱིས་ཞེས་སམ།



འཛམ་གླིང་དུ་གཏོར་ཁ་ཐོག་འདོན་
 ཆེད་བཞོས་པའི་ས་དོང་ཟབ་ཤོས་ནི་
 ལྷོ་ཁམ་རི་ཁོང་ནང་ཡོད་པ་དང་། དེའི་
 ཟབ་ཆད་ལ་གི་ལོ་མི་ཅེར་ ༤ ཅུ་
 ཡོད། ལྷོ་ཁམ་གྱི་ཐོན་ཁུངས་འཛོལ་ཆེད་
 འབྲུག་ས་སྐྱོན་བཟོ་ལས་པ་ཚོས་ཟབ་
 ཆད་ལ་གི་ལོ་མི་ཅེར་ ༤ ཡོད་པའི་ས་
 ཁུང་ཞིག་བཞོས་ཡོད།
 སའི་གོ་ལའི་ནང་རོལ་གྱི་དུ་གི་ལ་
 དབྱས་སུ་སྒྲེབས་པར་མཆོ་གཏིང་གི་
 ས་དོས་ནས་ཟབ་ཆད་ལ་གི་ལོ་མི་ཅེར་
 ༦༠༠༠ ཡོད་པའི་ས་བྱུང་གོས།

༢༡། །མིའི་རིགས་ཀྱིས་ཁྱིམ་གཞི་བཅའ་སའི་གོ་ལ་འདི་ནི་འགྱུར་ཐོག་རང་
 བཞིན་ཅན་གྱི་གཟུང་ཞིག་ཡིན། དེའི་ཕྱི་དོས་དང་ནང་རོལ་ལ་དུས་དང་ནམ་པ་ཀྱན་
 ཏུ་འགྱུར་ཐོག་འབྱུང་གི་ཡོད། ཁྱེད་ཀྱིས་སའི་གོ་ལའི་ནང་རོལ་དུ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དམ་
 ལྷོ་ཁམ་ནས་ཡ་མཆོན་སྒྲེ་ཐོང་ངམ། དོན་དངོས་སུ་སའི་གོ་ལ་འདི་ཅི་ཞིག་གིས་གྲུབ་
 བ་ཡིན་ནམ།

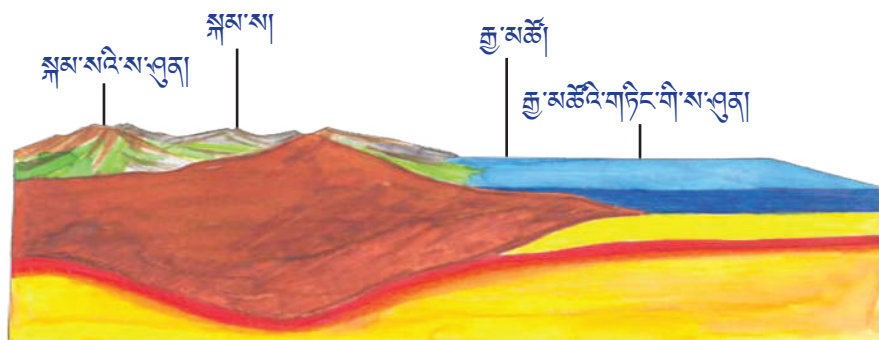
སའི་གོ་ལའི་ནང་རོལ། (Interior of the Earth)



ཙང་དོག་ཅིག་ལྟར་སའི་གོ་ལ་
 བྱི་ཕྱི་ཕྱན་དང་ནང་ཕྱན་གྱི་བཅེགས་
 རིམ་མང་པོས་གྲུབ་བ་ཞིག་ཡིན། སའི་
 གོ་ལའི་ཕྱི་དོས་ཀྱི་ཕྱན་བ་ཐོག་མ་དེ་
 ལ་**ས་ཕྱུན་** (Crust) ཟེར། དེ་ནི་ས་
 ཕྱན་གྱི་བཅེགས་རིམ་ཆང་མའི་ནང་
 གི་སྒབ་ཤོས་ཡིན། ལྷོ་ཁམ་སའི་ཁུལ་དུ་

དེའི་ཆ་སྒྲོམས་མཐུག་ཆད་ལ་གི་ལོ་མི་ཅེར་ ༣༥ ཅུ་ཡོད་པ་དང་། རྒྱ་མཆོའི་གཏིང་གི་ས་དོས་ནས་འཇལ་ཆོ། དེའི་ཆ་
 ལྷོ་ཁམ་མཐུག་ཆད་ལ་གི་ལོ་མི་ཅེར་ ༥ ལས་མེད།

ལྷོ་ཁམ་ས་འབྲུབ་བྱེད་ཀྱི་གཏོར་རྒྱས་གཙོ་བོ་ནི། **མི་རྩོ་སི་ལི་ཁ་** (Silica) དང་**ཏུ་ཡང་གི་གཡའ་རྒྱས་** (Alumina)



གཉིས་ཡིན། དུས་རྒྱུན་ཨིན་
 ཡིག་ནང་དེ་གཉིས་ཀྱི་བསྐྱས་
 མིང་དུ་**སྒྲིལ་** (Sial) ཞེས་འབྱེ།
 དེ་བཞིན་རྒྱ་མཆོའི་གཏིང་གི་
 ས་ཕྱུན་ནི་སི་ལི་ཁ་དང་**དཀར་**
གཡའ་ (Magnesium) ཡིས་

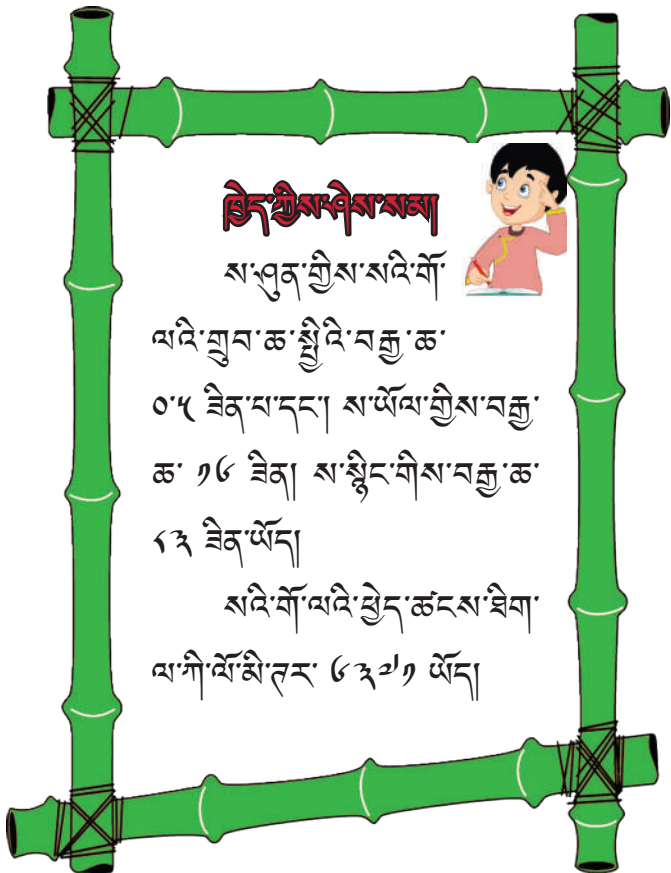
བར་རིས། ༣.༡ ལྷོ་ཁམ་སའི་ས་ཕྱུན་དང་མཆོའི་གཏིང་གི་ས་ཕྱུན།

འཛིན་སྒྲུབ་བདུན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སྒྲིབ་དེབ།

གྲུབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་བསྐྱུས་མིང་ལ་**སི་ལྷ་**
 (Sima) ཞེས་འབྲི། ས་ཤུན་གྱི་འོག་ཏུ་**ས་ཡོལ་** (Mantle)
 ཡོད། དེའི་མཐུག་ཚད་ནི་གི་ལོ་མི་ཏར་ ༣༩༠༠ ཡིན།
 སའི་གོ་ལའི་ནང་རོལ་གྱི་དྲུལ་དབྱས་སུ་བྱེད་
 ཚངས་ཐེག་ལ་གི་ལོ་མི་ཏར་ ༣༥༠༠ ཡོད་པའི་**ས་སྙིང་**
 (Core) ཡོད། ས་སྙིང་ནི་**ག་ཤའ་དཀར་** (Nickel) དང་
ལྷགས་ (Iron) གྱིས་གྲུབ་ཡོད་ལ། སའི་གོ་ལའི་ནང་རོལ་
 གྱི་དྲུལ་དབྱས་སུ་**རྫོད་ཚད་** (Temperature) དང་
གཞོན་འུགས་ (Pressure) གྱི་ཚད་ཉ་ཅང་མཐོ།

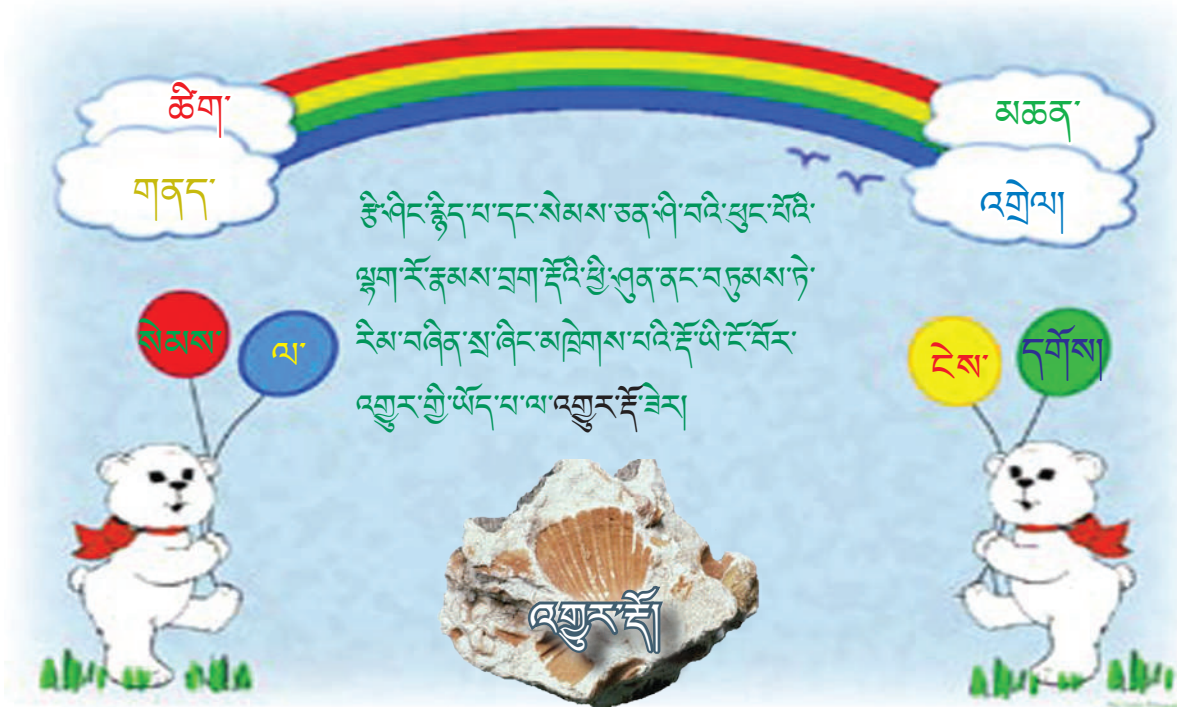
རྫོང་དང་གཉེར་རྩས། (Rocks and Minerals)

སའི་གོ་ལའི་ས་ཤུན་ནི་རྫོང་རིགས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་
 གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན། ས་ཤུན་གྲུབ་པའི་རང་བྱུང་གཉེར་
 རྩས་རིགས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་དེར་**རྫོང་** (Rock) ཟེད།
 རྫོང་ལ་མདོག་དང་། ཆེ་ཆུང་། སྤྱི་ཚད་སོགས་ཀྱི་ཆ་ནས་མི་འདྲ་བ་སྤྱི་ཚོགས་ཡོད། རྫོང་ལ་སྤྱི་ཚད་ཆ་ནས་དབྱེ་བ་གཙོ་བོ་



ཁྱེད་ཀྱི་ས་ཞེས་སམ།

ས་ཤུན་གྱིས་སའི་གོ་
 ལའི་གྲུབ་ཆ་སྤྱི་ཚད་བརྒྱ་ཆ་
 ༠.༥ ཟེན་བ་དང་། ས་ཡོལ་གྱིས་བརྒྱ་
 ཆ་ ༡༩ ཟེན། ས་སྙིང་གིས་བརྒྱ་ཆ་
 ༨༡ ཟེན་ཡོད།
 སའི་གོ་ལའི་བྱེད་ཚངས་ཐེག་
 ལ་གི་ལོ་མི་ཏར་ ༩༣༧ ཡོད།



གསུམ་ཡོད་དེ། **མེ་རྫོག** (Igneous Rocks) དང། **ཟེགས་རྫོག** (Sedimentary Rocks) **གཞན་འགྱུར་བྲག་རྫོག** (Metamorphic Rocks) བཅས་ཡིན།

བོད་ཆད་རེ་དམའ་རུ་སོང་སྟེ་**བྲག་རྫོག་འཕྲུལ་ཕྱུག་** (Molten Magma) དཀག་ནས་མཐེགས་སོང་གྱུར་པ་ལ་མེ་རྫོག་
 ཟེར། **མེ་རྫོག་བྲག་རྫོག་གཙོ་བོ་འདྲ་** (Primary Rocks) ཟེར། **དེར་དབྱེ་ན་ས་སྟངས་མེ་རྫོག** (Extrusive Igneous Rocks) དང་
ས་འོག་མེ་རྫོག (Intrusive Igneous Rocks) གཉིས་ཡོད།

ཁྲུང་གིས་མེ་རི་འབར་བའི་ཁྲོད་ནས་ཐོན་པའི་**མེ་འཕྲུལ་** (Lava) ལ་བསམ་སྟོན་སོང་ས་དང། **དོན་དངོས་སུ་མེ་འཕྲུལ་**
མེ་བྲག་རྫོག་འཕྲུལ་ཕྱུག་ (Molten Magma) ས་གཏིང་ནས་ས་ཁར་འགྱུར་ཡོང་བ་ཡིན། **མེ་འཕྲུལ་ས་ཁར་ཐོན་རྗེས་མེ་རིང་**
 བར་དཀག་སྟེ་མཐེགས་སོང་ཆགས་ནས་བྲག་རྫོག་འགྱུར་གྱི་ཡོད་པ་དང། **ས་ཁར་ཆགས་པའི་བྲག་རྫོག་འདིའི་རིགས་ལ་ས་**
སྟངས་མེ་རྫོག་ཟེར། **ས་སྟངས་མེ་རྫོག་མེ་རྫོག་ཅ་ཅང་ཞིབ་སྟེ།** **མེ་རྫོག་པོ་འཕམ་ཀ་མ་རུ་ནག་པོ་ལྷ་བྱ་རེད།** **ཁྱ་གར་གྱི་ཉེ་ཤར་མཐོ་**



མེ་རྫོག



ས་སྟངས་མེ་རྫོག



ས་འོག་མེ་རྫོག



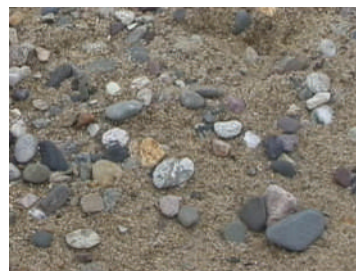
གཞན་འགྱུར་བྲག་རྫོག



རྫོག་པའ་མཁ།



ཟེགས་རྫོག་དམར་པོ།



རྫོག་ཟེགས།



ཟེགས་རྫོག



བྲག་རྫོག་འཕྲུལ་ཕྱུག

བར་རིས། ༡་༣ བྲག་རྫོག་རིགས།

འདིན་ལྷ་བདུན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སློབ་དཔུང་།

སྐར་ནི་མེ་ཆོ་ནག་པོས་གྲུབ་པའི་མཐོ་སྒང་ཞིག་ཡིན། སྐབས་འགར་བྲག་རྗེའི་ལྷན་སྒྲུག་ས་ཁར་མ་ཐོན་གོང་ས་གཏིང་དུ་
དཀའ་གཉེ་མཆིགས་པོ་ཆགས་ནས་བྲག་རྗེར་འགྱུར་གྱི་ཡོད་པ་དང་། བྲག་རྗེ་འདིའི་རིགས་ལ་ས་འོག་མེ་ཆོ་ཟེར། ས་འོག་མེ་
ཆོ་གང་མོ་ཆགས་པར་དུས་ལུན་ཅུང་འགོར་གྱི་ཡོད་པ་དང་། དེས་རྗེ་ཚོགས་ཆེན་པོའི་རིགས་གྲུབ་པ་རེད། དཔེར་ན། **འཛིང་རྩྭ་**
(Granite) ལྟ་བུ་རེད། རྗེ་དེ་རིགས་ནི་སྐན་སྒྲིང་འབྲུ་རིགས་སོགས་ཞིབ་མོར་འཐག་བྱེད་རང་འཐག་བཟོ་བར་ཡང་སྤྱོད་
གྱི་ཡོད།

སྐབས་འགར་ས་ངོས་གཟར་ས་ནས་བྲག་རྗེ་རྒྱུས་གྲིལ་ནས་སེར་ཁ་གས་པ་དང་། བྲག་རྗེ་པན་ཚུན་བརྟུགས་
ནས་འཐོར་ཏེ་རྩྭ་ཏུ་འགྱུར་གྱི་ཡོད། རྩྭ་གྲིལ་གྱི་ཟེགས་མ་ཆུང་དུ་འདིའི་རིགས་ལ་**རྩྭ་ཟེགས་** (Sediments) ཟེར། རྩྭ་
ཟེགས་འདི་དག་ཆུ་དང་ལྷགས་པ་སོགས་ཀྱིས་ཁུར་ཏེ་སྤྲང་གསོག་བྱེད་པ་དང་། རིམ་བཞིན་དེ་དག་གཞོན་ལྷགས་ཀྱིས་རེ་
མཆིགས་སུ་གྱུར་ཏེ་བྲག་རྗེའི་ཕྱི་ལྷན་གྲུབ། འདི་ལྟ་བུའི་བྲག་རྗེའི་རིགས་ལ་ཟེགས་རྩྭ་ཟེར། དཔེར་ན། བྲེ་ཟེགས་ཀྱིས་གྲུབ་
པའི་**བྲེ་རྩྭ་** (Sandstone) ལྟ་བུ་རེད། ད་དུང་སྐབས་འགར་ཟེགས་རྩྭའི་ནང་དུ་དེ་སྤྲ་གནས་དེར་སྤྱོད་འཆར་བྱུང་བའི་ཅི་ཤིང་
དང་། སྤོག་ཆགས། གཞན་ཡང་སྤྱི་ལྷན་སྤྲ་མའི་རིགས་ཀྱི་**འགྱུར་རྩྭ་** (Fossil) འགྱུར་གྱི་ཡོད།

རྩྭ་ཆང་དང་གཞོན་ལྷགས་ཏེ་ཅང་ཆེ་བའི་གནས་སྤངས་འོག་མེ་ཆོ་དང་ཟེགས་རྩྭ་གཉིས་གཞན་འགྱུར་བྲག་རྗེར་
འགྱུར་གྱི་ཡོད། དཔེར་ན། འདམ་བག་**གཡའ་མ་** (Slate) ལ་འགྱུར་བ་དང་། **རྩྭ་ཐམ་** (Limestone) ཀྱི་རྒྱ་**རྩྭ་རྩྭ་མ་རུ་**
(Marble) ལ་འགྱུར་བ་ལྟ་བུ།

རྗེ་ནི་ར་ཆོར་སྤྱོད་སྤྱོད་ཏེ་ཅང་ཆེ་བའི་དངོས་པོ་ཞིག་ཡིན། བྲག་རྗེ་མཆིགས་པོའི་རིགས་ནི་གཞུང་ལམ་དང་། ཁར་



པར་རིས། ༡་༣ རྩྭ་མ་རུ་དཀར་པོ་སྤྱད་དེ་འཛུགས་སྤྲོན་
བྱས་པའི་བང་སོ་གྲགས་ཐན་རྒྱུ་མཉམ་ (Taj Mahal)



པར་རིས། ༡་༤ བྲེ་རྩྭ་ཐམ་པོ་སྤྱད་དེ་འཛུགས་སྤྲོན་
བྱས་པའི་མཁར་དམར་པོ། (Red Fort)

བྲག་རྡོ་ཞིག་རྒྱ་རྒྱུན་མི་འདྲ་བའི་གནས་སྐངས་འོག་རྣམ་པ་གཞན་

དང་གཞན་དུ་འབྱུང་བ་ནི། རོ་མཆར་ཆེ་བའི་རང་བྱུང་གི་སྒྲུབ་ཚུལ་ཞིག་
ཡིན། དཔལ་རྫོགས་ཀླུ་པ་མི་འདྲ་བའི་དཔལ་རྫོགས་གཞན་ཞིག་གི་རོ་བོར་འབྱུང་

བདེ་བརྒྱུད་རིམ་འདི་ལ་ **བྲག་རྒྱུད་རིམ་** (Rock Cycle) ཟེད། **ཁྲིད་ཀྱིས་ཡོང་དུ་སྐྱུར་པ་**བཞིན། **བྲག་རྒྱུད་ལྷན་**

དཀག་ནས་མཐེགས་པོར་གྱུར་ཏེ་མེ་རྫོ་གྱུབ་པ་དང་།

མེ་དོགས་འཁོར་དུ་སོང་བའི་དོ་སྤྱད་གི་ཟེགས་མ་ཅུང་

ཏུ་རྒྱལ་ས་སྤྱང་གསེག་གིས་ཟེགས་དོ་གྲུག། མེ་དོ་དང་།

ཟེགས་རྩོག་ཉིས་ཀྱང་རྩོད་ཆད་དང་པའོན་ལྷགས་

ངེས་ཅན་ཞིག་གི་འོག་གཞན་འགྱུར་བྲག་རྩི་རོ་བོར་

འགྱུར་བ་དང་། རྫོང་ཆ་དང་གཞིན་ལྷགས་ཆེན་པོའི་

འོག་ཡུན་རིང་གནས་པའི་གཞན་འགྱུར་བྲག་རྫོང་།

དག་རིམ་བཞིན་སྐབས་དེའི་ལྷན་ཟུག་གི་ངོ་ཐོར་འགྲུང་།

གྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་སྐབས་དེའི་ཞུན་ཐུག་སྤྱིར་ཡང་དཀའ་

སྟེ་མཁེགས་པོར་གྱུར་ནས་མེ་རྩ་འགྱུར་གྱི་ཡོད།

ཐག་དོན་གཏོར་རྫས་ལྷ་མོག་སྒྲིས་

ཡུལ་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། གཏེར་རྩ་མེ་ཕྱིའི་རྣམ་པ་དང་

རྣམ་ཀྱི་གྲུབ་ཆ་ངེས་ཅན་ལྟན་པའི་རང་བྱུང་རྣམ་རྒྱུ་

ཞིག་ཡིན། གཏེར་རྩམ་ནི་མིའི་རིགས་ལ་སྤོང་སྤོང་ཏེ་ཅད་

ཀྱི་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། རྫོང་སོལ་དང་། རང་བྱུང་རྒྱངས།

གྲུ་ཁི་ནང་དུ་སློང་གི་ཡོང་དེ། དཔེར་ན། ལྷགས་དང་།

སྒོ་དེ་གི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་རེད།

ಹೆಚ್

३। Al_2O_3 - Alumina

3। स'येंवा-Mantle

༧། ས་སྤྱིང་།-Core

༥། བལྟའ་དགའ་-Nickle

୫୧ ଷେ.ଭଗା- *Lava*

2) བླ་མ་རྒྱུ་ལྷ་མོ་ - Molten Magma

༡༡ རྩེ་རྩོ།-Sandstone

༩༩ རྒྱུར་རྫོང་-Fossil

༡༠༡ རྫོ་བྲལ། - *Limestone*



སྤྱི་ཚོགས།



དང་གོ། གཤམ་གྱི་བྱི་བ་རྣམས་ལ་ལན་གནད་བསྐྱུས་རེ་བྲིས།

- ༡། སའི་གོ་ལར་བརྟེན་པའི་གསུམ་ཡོད་པ་དེ་གང་དག་ཡིན་ནམ།
- ༢། ཅི་ཞིག་ལ་རྩི་བཤུ།
- ༣། བྲག་རྩི་དེ་བྲེ་བ་གསུམ་གང་དག་ཡིན་ནམ།
- ༤། ས་སྤྱི་མེ་རྩི་དང་ས་ཡོག་མེ་རྩི་གཉིས་རྩི་ལྟར་བྲུབ་པ་ཡིན་ནམ།
- ༥། ཅི་ཞིག་ལ་བྲག་རྩི་འགྱུར་རིམ་ཟེར།
- ༦། བྲག་རྩི་ལ་བཅད་སྤྱོད་ཅི་ཞིག་ཡོད།
- ༧། ཅི་ཞིག་ལ་གཞན་འགྱུར་བྲག་རྩི་ཟེར།

གཉིས་པ། ལན་འགྲིག་པ་དེ་འདེམས་དགོས།



- ༡། བྲག་རྩི་ཞུན་ཐུག་གིས་བྲུབ་པའི་བྲག་རྩི་ནི།
 - ཀ། མེ་རྩི།
 - ཁ། ཟེགས་རྩི།
 - ག། གཞན་འགྱུར་བྲག་རྩི།
- ༢། སའི་གོ་ལའི་ནང་རོལ་གྱི་དཀྱིལ་དབུས་སུ་ཆགས་པའི་རིམ་པ་དེ་ནི།
 - ཀ། ས་ཤུན།
 - ཁ། ས་སྤྱི་དྲ།
 - ག། ས་ཡོལ།
- ༣། གསེར་དང་། རྩི་སྤྱུལ། རྩི་སོལ་བཅས་ནི་གཤམ་དུ་འཁོད་པ་དག་ལས་གང་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་སམ།
 - ཀ། བྲག་རྩི།
 - ཁ། གཏེར་རྩི།
 - ག། འགྱུར་རྩི།
- ༤། འགྱུར་རྩི་ཆགས་པའི་བྲག་རྩི་ནི།
 - ཀ། ཟེགས་རྩི།
 - ཁ། གཞན་འགྱུར་བྲག་རྩི།
 - ག། མེ་རྩི།
- ༥། སའི་གོ་ལའི་བརྟེན་པའི་སྐབས་ལོས་ནི།
 - ཀ། ས་ཤུན།
 - ཁ། ས་ཡོལ།
 - ག། ས་སྤྱི་དྲ།

གསུམ་པ། མཐུན་སྦྲེང་གྲིས།

༡།	ས་སྤྱིང་།		གཡའ་མ་ལ་འབྱུང་བ།
༢།	གཏེར་ཇུས།		གཞུང་ལམ་དང་ཁང་བཅེགས་འཛུགས་སྐྱོད་དུ་ སྦྲོད་པ།
༣།	རྒོ།		སི་ལི་ཁ་དང་ཏ་ཡང་གི་གཡའ་ཇུས་ཀྱི་བསྐྱུས་མིང་།
༤།	འདམ་བབ།		ཇུས་ཀྱི་བྱུབ་ཆ་ངེས་ཅན་ལྡན་པ།
༥།	སྒྲིལ།		སའི་གོ་ལའི་ནང་རོལ་གྱི་དཀྱིལ་དབུས་སུ་ཆགས་ བའི་རིམ་པ།

བཞི་པ། ལན་ཐོབ་ས།

༡། ང་ཚོ་སའི་གོ་ལའི་ནང་རོལ་གྱི་དཀྱིལ་དབུས་སུ་འགོ་མི་བྱབ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན་ནམ།

༢། ཟེགས་དོན་མས་དོ་ཟེགས་ཀྱིས་བྱུབ་ཚུལ་ཅི་འདྲ་ཡིན་ནམ།

ལྔ་པ། བྱེད་སྒོ།

༡། རྒོ་ཡི་བེད་སྦྱོང་བཅུ་ཤོད་དང་།

༢། གཡའ་ཏེ་སའི་གོ་ལ་འདི་ས་ཁོན་ས་བྱུབ་ཡོད་ན་གང་འབྱུང་ངམ།

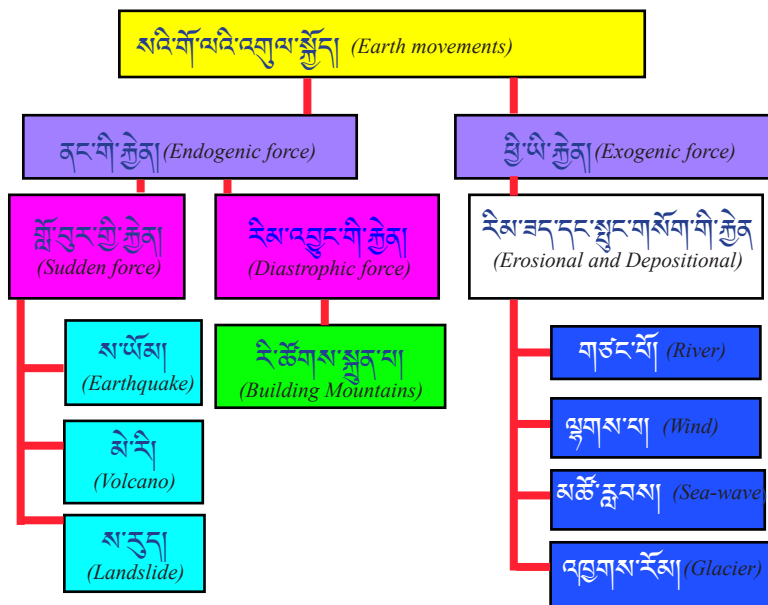




འགྲུར་ཕྱོག་ལྷན་པའི་སའི་གོ་ལ།

༣༡ | **ས་སྒོགས་** (Lithosphere) བྱི་ཕྱེར་དབྱིབས་ཀྱི་ས་ལྗེབ་ (Plates) མང་པོས་གྲུབ་ཅིང་། ཕྱེར་དབྱིབས་ཀྱི་ས་ལྗེབ་དེ་དག་ལ་**ས་ཕྱེར་** (Lithospheric Plates) ཟེའ། ས་ཕྱེར་འདི་དག་དལ་པོའི་ངང་ཕྱོགས་མཐའ་སོ་སོར་འགྲུལ་སྐྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། (དེ་ནི་མ་གཅིག་ལ་མི་ལེ་ཅར་འགྲུལ་འགྲུལ་ལས་འགྲུལ་སྐྱོད་བྱེད་ཀྱི་མེད་པ་སྟེ། འགྲུལ་སྐྱོད་ཀྱི་མ་གྲོགས་ཚད་ཉ་ཅང་དལ།) འདི་ལྟ་བུའི་འགྲུལ་སྐྱོད་ནི་སའི་གོ་ལའི་ནང་རོལ་གྱི་བྲག་རྩོམ་ཞིའི་ཞུན་ལྷག་གི་འགྲུལ་སྐྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན། སའི་གོ་ལའི་ནང་རོལ་གྱི་བྲག་རྩོམ་ཞིའི་ཞུན་ལྷག་འགྲུལ་སྐྱོད་བྱེད་སྐྱངས་ནི། གཤམ་གསལ་བྱེད་སྐྱོའི་ནང་དུ་བརྟན་པ་ལྟར་འཁོར་སྐྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ས་ཕྱེར་འདི་དག་གི་འགྲུལ་སྐྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་སའི་གོ་ལའི་ངོས་སུ་རྒྱུ་པ་བ་མི་འདྲ་བའི་འགྲུར་ཕྱོག་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད། སའི་གོ་ལའི་འགྲུལ་སྐྱོད་ནི་དེའི་འགྲུལ་སྐྱོད་ལ་གཞིགས་ཏེ་རྒྱུ་པ་བ་སོ་སོར་དབྱེ་ཡོད་དེ། སའི་གོ་ལའི་ནང་རོལ་ནས་བྱུང་བའི་འགྲུལ་སྐྱོད་དག་ལ་**ནང་གི་རྒྱུ་པ་** (Endogenic Force) ཟེར་བ་དང་། སའི་གོ་ལའི་བྱི་ལོ་རྒྱུ་པ་ནས་བྱུང་བའི་འགྲུལ་སྐྱོད་དག་ལ་**བྱི་ལོ་རྒྱུ་པ་** (Exogenic Force) ཟེར།

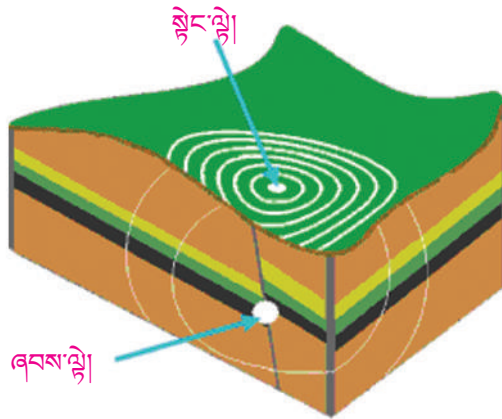


བར་རིས། ༣.༡ ས་བབ་ཆགས་ཚུལ་གྱི་འགྲུར་ཕྱོག་

སྐབས་འགར་ནང་གི་རྒྱུ་པ་སྒོགས་ཀྱིས་ས་ངོས་སུ་འགྲུལ་སྐྱོད་སྐྱོ་བྱུར་བ་དེ་འདྲ་འབྱུང་གི་ཡོད་ལ། ཡང་སྐབས་འགར་ནི་འཇགས་ཀྱི་འགྲུལ་སྐྱོད་དེ་འདྲ་

ཐུན་སྒྲོལ།

- ༡། བསྐྱེད་པོར་ནང་ཆུ་བྱེད་ཅམ་ལྷགས།
- ༢། དེའི་ནང་ཚོན་མདོག་ཅན་གྱི་ཤོག་རིལ་རྒྱང་དུ་ཞིག་ཞོག།
- ༣། བསྐྱེད་པོར་རྒྱང་གསུམ་སྐྱེགས་ཀྱི་ཕྱེད་ཐོག་བཞག་སྐྱེ་ཆུ་སྐྱོལ།
- ༤། ཞུང་གིས་བརྟག་དབྱེད་ཀྱིས་དང་། རིམ་བཞིན་ཆུ་ཆ་པོ་ཆགས་ཏེ་བསྐྱེད་པོར་གྱི་གཉིང་ནས་ཡར་འཕྱུར་ཡོང་བ་དང་བསྐྱེད་ནས་ཤོག་རིལ་དེ་ཆུ་ཁར་གཡེང་ཡོང་ལ། དེ་རྗེས་བསྐྱེད་པོར་ནང་གི་ཆུ་བྱང་མའི་འགྲོས་དང་བསྐྱེད་ནས་ཕྱིར་གཉིང་ལ་བྱིར་འགྲོ།
- ༥། སའི་གོ་ལའི་ནང་རིམ་གྱི་བྲག་རྩོམ་ཞིའི་ཞུན་ལྷག་འགྲུལ་སྐྱོད་བྱེད་སྐྱངས་ནི་གོང་གི་ངང་ཆུལ་དེ་དང་མཚུངས།



བར་རིས། ༣.༩ ས་ཡོམ་འབྱུང་ཚུལ།

འབྱུང་གི་ཡོད། དཔེར་ན། འགྲུལ་སྐྱོད་སྒོ་བྱར་བ་ནི་ས་
 ཡོམ་རྒྱག་པ་དང་མེ་རི་འབར་བ་ལྟ་བུ་རེད། དེས་ས་
 རོམ་སྤྱ་གཏོར་སྐྱོན་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད།
 མེ་རི་ནི་སའི་གོ་ལའི་ས་ཤུན་གྱི་གསེང་ནས་སྐྱོ་
 བྱར་དུ་རྡོ་ཁུན་འཕྱར་ས་ཡིན།
 དེ་བཞིན་ས་སྤྲོད་དག་འགྲུལ་སྐྱོད་བྱེད་པའི་ཆེ།
 སའི་གོ་ལའི་རོམ་སྤྱ་འདར་ཡོམ་ (Vibration) གྱི་རྣམ་
 བ་འབྱུང་ཞིང་། འདར་ཡོམ་དེ་ས་རོམ་སྤྱ་བྱུང་འགྲོ་བ་

དང་། འདར་ཡོམ་དེ་རིགས་ལ་ས་ཡོམ་ཟེར། ས་ཡོམ་ཏུ་འགྲུལ་སྐྱོད་བྱེད་འགོ་འཛུགས་ས་དེར་ཞབས་ལྗེ་ (Focus) ཟེར།
 ཞབས་ལྗེའི་ཐད་དུ་ཁེལ་བའི་ས་སྤྲོད་གི་གནས་དེར་ལྷེང་ལྗེ་ (Epicentre) ཟེར། འདར་ཡོམ་དེ་དག་སྤྲོད་ལྟ་ནས་རྒྱལ་སྤྱི་
 བཞིན་ཕྱོགས་མཐའ་ཀུན་ལ་བྱུང་གི་ཡོད། དུས་རྒྱུན་སྤྲོད་ལྟ་དང་ཐག་ཉེ་ཤོས་ལ་གཏོར་སྐྱོན་ཆེ་ཤོས་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་།
 རིམ་བཞིན་སྤྲོད་ལྟ་ནས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ས་འགྲུལ་གྱི་སྒྲུལ་ལྷགས་རེ་ཆུང་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད།

སྤྲོད་ས་ཡོམ་འབྱུང་རྒྱ་ནི་ཆོད་དཔག་མི་སྟབ་བ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། ང་ཆོས་ལྷ་ས་ནས་དྲགས་ཐོན་བྱས་ཆོ། ས་ཡོམ་
 གྱི་གཏོར་སྐྱོན་མང་པོའི་འཛིགས་པ་ལས་ཐར་ཐུབ། དུས་རྒྱུན་ས་གནས་མི་མང་ལ་ས་ཡོམ་སྤྲོད་དཔག་བྱེད་ཐབས་འགའ་
 ཡོད་པ་ནི། སློབ་ཆགས་ཀྱི་སྤྱོད་ལམ་ལ་བརྟུག་རྒྱ་དེ་རེད། ས་ཡོམ་རྒྱག་ཉེན་ཡོད་ཆོ། མཆོ་ནང་གི་ཉ་བྱས་སྤྲོད་ལས་ལྷག་
 པའི་འཆུ་བ་སྐྱོར་རྒྱག་པ་དང་། སྒྲུལ་དང་ཅི་ཅི་རྣམས་ས་སྤྲོད་དུ་ཐོན་པ་སོགས་ལྷས་སྤྲོད་ཆོགས་འབྱུང་བ་ཡིན།

བྱེད་སྒོ། མཆུངས་བསྐྱར་རེད་མིག་ནང་ས་ཡོམ་དང་ཆུ་ལོག་གཉིས་ཀྱི་བར་མཆུངས་པ་དང་མི་མཆུངས་པ་གང་ཡོད་བྲིས།

མཆུངས་པ།

☞

☞

☞

☞

མི་མཆུངས་པ།

☞

☞

☞

☞

ཁྱིམ་གྱི་ཕྱི་ལོ་ལྟ་བུ།

འཛམ་གླིང་ནང་རྒྱལ་ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁང་པོ་
ཡོད་པའི་ནང་ནས། ས་ལ་ཆེས་གཟར་ཤོས་
ནས་འབབ་པའི་རྒྱལ་ཁྱེད། རྟོ་ཨ་རིའི་ས་ཁུལ་
ཐེན་ཱི་ཏུ་ལ་ (Venezuela) ཅུ་ཡོད་པའི་ཨེན་ཱལ་
(Angel) རྒྱལ་ཁྱེད་ལོ་ཡིན།



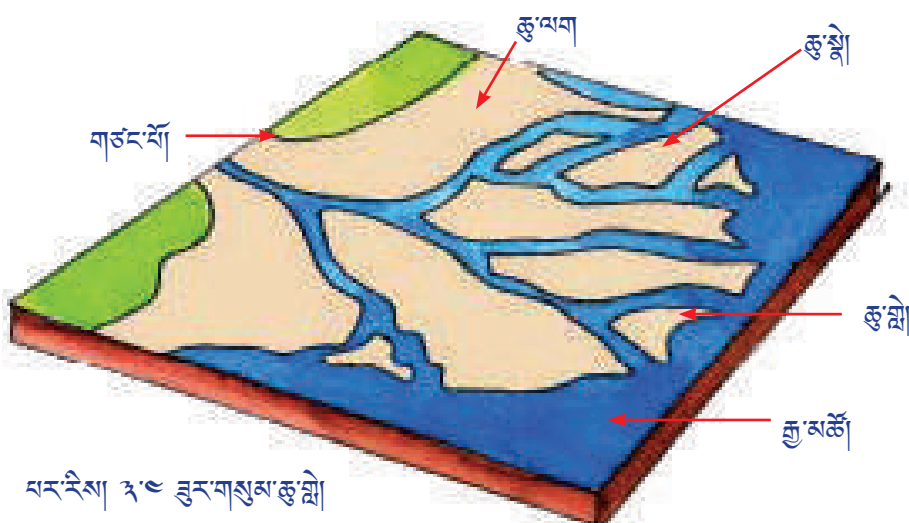
པར་རིམ། ༩་༩ འོག་དབྱིབས་མཆེན་གྲུབ་ཚུལ།

ས་ངོས་གྱི་བཀོད་པ་གཙོ་ཆེ་ཁག (Major Land Forms)

འཛོར་ཞིག་ (Weathering) དང་རིམ་ཅན་ (Erosion) དབང་གིས་
 ས་ངོས་སུ་ཅན་སྐྱོན་གྱི་འགྱུར་ཕྱོག་རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་འགྱུར་གྱི་ཡོད།
 འཛོར་ཞིག་ནི་ས་ངོས་ཀྱི་བྲག་རྩོད་གྲག་འཛོར་ཞིག་ཏུ་འཕྲོ་བ་ལ་ཟེད། རིམ་
 ཅན་ནི་འབྲུག་ས་དར་དང་། ལྷག་ས་བ། ལྷ་སོགས་ཀྱིས་ས་ངོས་ཀྱི་ཆ་
 མང་པོ་རིམ་གྱིས་ཅན་པར་གྱུར་བ་ལ་ཟེད། རིམ་ཅོས་བྱས་པའི་ས་རྒྱུ་
 རྣམས་རྒྱག་ལྷ་དང་ལྷག་ས་རྒྱུར་གྱིས་ཁུར་ཏེ་གནས་གང་སར་སྤྱད་གསོག་
 གྱེད་ཀྱི་ཡོད། རིམ་ཅན་དང་སྤྱད་གསོག་གི་རྒྱུན་གྱིས་སའི་གོ་ལའི་ངོས་སུ་ས་
 དབྱིབས་སྣ་ཚོགས་ཆགས་པ་རེད།

ཐུག་ཀྱི་བྱེད་པས། (Work of River)

ལྷག་ཆུའི་བཞུར་རྒྱུན་གྱིས་ས་རིམ་ལ་ཟད་སྐྱོན་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད། ཐང་
 བརྒྱད་ལྷག་ཀྱིས་གིས་བཞུར་བའི་གཙང་ཆུའི་དྲུག་ལ་མཆོམས་ཀྱི་ཁྲག་ལ་
 དག་ལ་**ཆུའི་ཁྲག་པ་** (Meander) ཟེད། ཆུའི་ཁྲག་པ་གཡས་གཡོན་དུ་རྒྱུན་
 ཆད་མེད་པར་འབྱུང་བའི་རིམ་ཟད་དང་སྤྱང་གསོག་གིས་སྐྱེན་བྱས་ཏེ། རིམ་
 བཞིན་ཁྲག་སྐྱེ་གཉིས་ཁ་ཐག་ཏེ་རུ་འཁོ་བ་དང་། དུས་ལྷུན་གང་འཆོམ་འགོར་
 རེས་ཁྲག་པ་དེ་གཙང་ཆུ་ལས་ལོགས་སུ་ཆད་ནས་མཆོམ་ཆུ་དུ་ཞིག་འགྱུར་
 ཀྱི་ཡོད་ལ། དེར་**ལོག་དབྱིབས་མཆོམ་ཆུ་** (Ox-Bow Lake) ཡང་ཟེད། མཆོམས་



པར་རིས། ༣་༩ ཟུར་གསུམ་ལྷ་སྒྲེ།

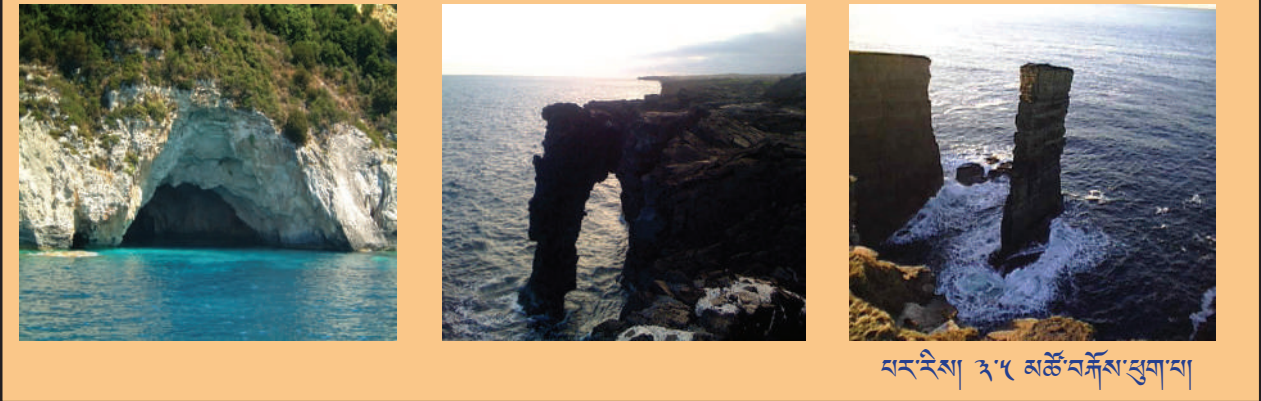
དེར་ཚུ་རྒྱལ་ནས་གཙང་
 སྒོ་འགྲམ་རྒྱད་ཀྱང་ཚུས་
 ཁེངས་ཏེ། ཉེ་འགྲམ་གྱི་ས་
 ཁུལ་མང་པོར་ཚུ་ལོག་གི་
 གཞོད་འཆེ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད། ཚུ་
 ལོག་རྒྱལ་པར་བརྟེན་ནས་
 གཙང་འགྲམ་གཡས་གཡོན་
 དུ་ས་རྒྱལ་དང་སྤྱིགས་མ་མང་

པོ་སྤང་གསོག་བྱས་པ་དེས། ས་གཤིས་གཤིན་པོའི་ཐང་སྤྱན་གྱི་ཡོད། ཐང་དེ་
 དག་ལ་ཚུ་ལོག་གིས་བསྐྱོན་པའི་ཐང་ངམ་ཚུ་ལྷལ་ཐང་ (Floodplain) ཟེད། དེ་
 བཞིན་གཙང་པོའི་འགྲམ་རྒྱུད་གཡས་གཡོན་གྱི་ས་ངོས་ནི་མཐོར་སོང་བ་དེར་
 ཚུ་རགས་/ རགས་སྒོར་ (Levee) ཟེད། གཙང་ཚུ་བཞུར་ནས་མཐར་འབབ་
 ལུལ་མཆོ་དང་ཉེ་སར་སླེབས་པ་ན། བཞུར་རྒྱུན་གྱི་འགོས་ནི་དལ་དུ་འགོ་བ་
 དང་། ཡན་ལག་མང་པོར་ཁ་གྲམ་གྱི་ཡོད། ཡན་ལག་དེ་དག་ལ་ཚུ་ལག་ (Dis-
 tributary) ཟེད། དེམ་བཞིན་གཙང་པོའི་བཞུར་རྒྱུན་ཤིན་ཏུ་དལ་མོར་གྱུར་
 ཉེ། བྱར་ཡོང་བའི་ས་རྒྱལ་དང་སྤྱིགས་མ་ཡོངས་རྫོགས་སྤང་གསོག་བྱེད་གྱི་
 ཡོད། ཚུ་ལག་རེ་རེར་ཚུ་སྟེ་ (Mouth) རེ་ཡོད་པ་དང་། མཐར་ཚུ་ལག་གི་ཚུ་སྟེ་ཆང་མས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་སྤངས་པའི་
 སྤྱིགས་མ་དེས་བྱར་གསུམ་ཚུ་སྟེ་ (Delta) ཞིག་སྤྱོད་གྱི་ཡོད།

- ཆིག་གསུམ་**
- ༡། ས་སྟེར་། - Lithospheric plates
 - ༢། སྟེར་དབྱིབས་གྱི་ས་སྟེབས། - Plates
 - ༣། ཞབས་སྟེ། - Focus
 - ༤། སྟེང་སྟེ། - Epicentre
 - ༥། འཐོར་ཞིག་ - Weathering
 - ༦། ཚུའི་ཁྱག་པ། - Meander
 - ༧། བྱེ་རི། - Sand Dune
 - ༨། བྱར་གསུམ་ཚུ་སྟེ། - Delta
 - ༩། རྒྱ་མཚོའི་གྲམ་ཐང་། - Beach
 - ༡༠། མཚོ་འགྲམ། - Shore

མཚོ་རྒྱབས་གྱི་བྱེད་ལས། (Work of Sea Waves)

མཚོ་རྒྱབས་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་རིམ་བུ་དང་སྤང་གསོག་གིས་ས་བབ་ནི་མཐོར་བཏང་སྟེ་མཚོ་རྒྱུད་ཆགས་སྤངས་ཐང་ནམ་
 པ་མི་འདྲ་བ་ཡོང་གི་ཡོད། མཚོ་རྒྱབས་གྱིས་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་བྲག་རྩོར་དེག་གི་ཡོད་ལ། དེ་ལྟར་དེག་པ་དེས་བྲག་རྩོར་
 སེར་ཀ་གས་གྱི་ཡོད། དུས་ལྷན་རིང་པོ་འགོར་བ་ན། སེར་ག་དེ་ཆེར་གྱུར་ཉེ། མཐར་བྲག་རྩོར་ངོས་སུ་བྲག་ཕྱག་ལྟ་བུའི་
 བྱར་བུ་བརྟོལ་བ་དེར་མཚོ་བརྟོན་ཕྱག་པ་ (Sea Cave) ཟེད། དེམ་བཞིན་མཚོ་བརྟོན་ཕྱག་པ་དེའི་ཁ་ཆེ་རུ་གྱུར་ཉེ། མཐར་
 ཕྱག་པ་དེའི་མདུན་རྒྱབ་བརྟོན་ནས་ཆེ་གམ་གཟུགས་སུ་འགྱུར་གྱི་ཡོད་པ་དང་། དེར་གཞུང་དབྱིབས་མཚོ་ཕྱག་ (Sea Arch)
 ཟེད། དེ་བཞིན་རིམ་བུ་དང་བགྱིས་བྲག་གི་སྒྲང་ངོས་ཡོངས་རྫོགས་བུད་ཅིང་བྱར་ངོས་གཅིག་ཕྱ་ལྷག་སྟེ་རྩོ་ཅིག་ལྟར་གྱུར་
 པ་དེར་བྲག་ཕྱར་ (Stack) ཟེད། **མཚོ་རྒྱུད་** (Coast) གྱི་བྲག་གཡང་ལ་མཚོ་ཁའི་བྲག་གཡང་ (Sea Cliff) ཟེད། མཚོ་
 རྒྱབས་གྱིས་སྤྱིགས་རོ་མང་པོ་མཚོ་མཐའ་ (Shore) རུ་སྤངས་པ་དང་། དེར་སྤང་གསོག་བྱས་པའི་སྤྱིགས་རོས་རྒྱ་





བར་རིས། ༣་༩ འབྲག་ས་རོམ།

མཚོའི་གྲམ་ཐང་ (Beach) ལྷ་ཚོགས་སྤྱན་གྱི་ཡོད།

འབྲག་ས་པའི་བྱེད་ལས། (Work of Ice)

འབྲག་ས་རོམ་ནི་འབྲག་ས་པའི་རྒྱུན་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཡིན་པས། དེས་ས་རོམ་མཐོ་ས་ནས་དམའ་སར་རིམ་བཞིན་རྒྱུར་འགོས་བྱེད་པ་དང་བསྐྱུན་ནས། ས་རྒྱུ་དོན་ནས་རིམ་བཞིན་གྱི་རྒྱས་པ་འདོན་གྱི་ཡོད། བྱེད་རྒྱས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བྲག་རྩོ་ས་ཁར་འདོན་པ་དང་། ས་རོམ་སྤྱི་གོང་དོང་བཅས་མོ་བཏོད་གྱི་ཡོད། དུས་གྱིས་འབྲག་ས་པ་ལྷ་སྤྱི་གོང་དོང་དེ་རིགས་ཆུས་ཁེངས་པར་གྱུར་པ་དེས། རི་ལུང་ཁོང་དུ་མཛེས་ཤིང་སྤྱག་པའི་མཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱན་གྱི་ཡོད། འབྲག་ས་རོམ་བཞུས་པའི་ཁོང་དུ་ཆེ་ཆུང་འདྲ་མིན་གྱི་བྲག་རྩོ་དང་། བྱེ་མ། ལྷག་ས་མ་སོགས་མང་པོ་ཞིག་ཁུར་ནས་སྤྱི་གོང་གསོག་བྱས་པ་དེ་ལ་འབྲག་ས་རོམ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ས་རྩོའི་ཕོན་པོ་ (Glacial Moraine) ཟེད།



བར་རིས། ༣་༡ བྱེ་རི།

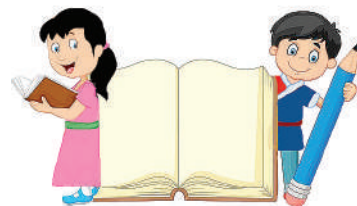
ལྷག་ས་པའི་བྱེད་ལས། (Work of Wind)

བྱེད་རང་བྱེ་ཐང་དུ་བསྐྱོད་མྱོང་ངམ། ལྷག་ས་པ་ནི་བྱེ་ཐང་དུ་རིམ་བཞིན་དང་སྤྱི་གསོག་གི་རྒྱས་པ་འདོན་མཁན་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན། བྱེ་ཐང་དུ་བྱེད་གྱིས་ཤུ་མོ་དབྱིབས་ཀྱི་བྲག་རྩོ་ (Mushroom Rock) མཐོང་བྱུང། དེ་ནི་ལྷག་ས་པས་བྲག་རྩོའི་འོག་རིམ་ཤུགས་ཆེར་ཐོས་པས། ལྷིང་རིམ་སྒྲོམ་ལ་འོག་རིམ་སྤྱི་བར་གྱུར་ཏེ་བྲུབ་པ་ཡིན། ལྷག་ས་རྒྱུར་གཡུག་པའི་ཆེ་བྱེ་རྒྱལ་ཁུར་ནས་འགོ་བ་དང་། ལྷག་ས་རྒྱུར་གཡུག་མཚམས་བཞག་པ་དང་ལྷག་ས་པས་འཁུར་བའི་བྱེ་རྒྱལ་སར་བབས་ཏེ་དེའི་འཁུར་དམའ་མོ་ཞིག་སྤྱི་གསོག་བྱེད་གྱི་ཡོད་ལ། དེར་བྱེ་རི་ (Sand Dune) ཞེས་འཛོད། ཏ་ཅང་སྤྱི་བྱེ་རྒྱལ་ཡང་མཐོའི་རིགས་ལྷག་ས་པས་ཁུར་ཏེ་རྒྱུར་ཐག་རིང་པོར་འགོ་བ་དང་། བྱེ་རྒྱལ་དེ་རིགས་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་ས་ཁུལ་དུ་སྤྱི་གསོག་བྱས་པ་ལ་བྱེ་ཐལ་ (Loess) ཟེད།



བར་རིས། ༣་༢ ཤུ་མོའི་དབྱིབས་ཀྱི་བྲག་རྩོ།

སྒྲིང་ཆེན།



དང་པོ། ག་ལམ་གྱི་རི་བ་རྣམས་ལ་ལན་མདོར་བསྡུས་རེ་བྲིས།

༡། ས་སྒྲེར་དག་འགྲུལ་སྒྲོད་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན་ནམ།

༢། ཅི་ཞིག་ལ་བྱེ་ཡི་རྒྱུ་དང་ནང་གི་རྒྱུ་ཟེད།

༣། ཅི་ཞིག་ལ་རིམ་ཟད་ཟེད།

༤། རྒྱ་ལུ་ཐང་རི་ལྟར་གྲུབ་པ་ཡིན་ནམ།

༥། ཅི་ཞིག་ལ་བྱེ་རི་ཟེད།

༦། གམ་ཐང་རི་ལྟར་གྲུབ་པ་ཡིན་ནམ།

༧། ཅི་ཞིག་ལ་ཞོག་དབྱིབས་མཆོད་ཟེད།

གཉིས་པ། ལན་འགྲིག་པ་དེ་འདེམས་དགོས།

༡། མཆོ་རྒྱལ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་རིམ་ཟད་གྱི་བྱེད་ཆོས་མི་ལྟན་པ་ནི།

(ཀ) མཆོ་གཡང་། (ཁ) གམ་ཐང་། (ག) མཆོ་བརྟེན་ཕྱག་པ།

༢། འབྲུག་ས་རོམ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་སྤྱད་གསོག་གི་བྱེད་ཆོས་ལྟན་པ་ནི།

(ཀ) རྒྱ་ལུ་ཐང་། (ཁ) གམ་ཐང་། (ག) འབྲུག་ས་རོམ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ས་རྒྱུ་ལོ་ལོ།

༣། སའི་གོ་ལའི་འགྲུལ་སྒྲོད་སྒྲོ་བྱར་བ་ལས་བྱེད་པ་ནི།

(ཀ) མེ་རི། (ཁ) ལྟོ་རིམ། (ག) རྒྱ་ལུ་ཐང་།

༤། འཕམ་པའི་དབྱིབས་ཀྱི་བྲག་རྒྱུ་ཆགས་ལུལ་ནི།

(ཀ) བྲེ་ཐང་། (ཁ) གཙང་པོའི་འབབ་རྒྱུ། (ག) འབྲུག་ས་རོམ།

༥། ཞོག་དབྱིབས་མཆོད་ཆགས་ལུལ་ནི།

(ཀ) འབྲུག་ས་རོམ། (ཁ) གཙང་པོའི་འབབ་རྒྱུ། (ག) བྲེ་ཐང་།



གསུམ་པ། མཐུན་སྦྲེང་གྱིས།

༡	འབྲག་མ་རོམ།		མཚོ་ལྗང་མ།
༢	ཚུའི་ཁྱག་པ།		འབྲག་མ་དར་གྱི་ཐུན།
༣	གམ་ཐང་།		གཙང་པོ།
༤	ཁྲེ་རི།		ས་རོས་འདར་ཡོམ།
༥	ས་ཡོམ།		ཁྲེ་ཐང་།

བཞི་པ། བྲོས་བསྐྱར་གྱིས།

- ༡། བྲག་རྒོལ་ཁ་གསལ་གྱི་མོའི་དབྱིབས་སུ་གྲུབ་ཡོད་དོན་ཅི་ཡིན་ནམ།
- ༢། ཚུ་ལྷུ་ལ་ཐང་གི་ས་གཤེས་ཏེ་ཅང་གཤེན་པོའི་དོན་ཅི་ཡིན་ནམ།
- ༣། མཚོ་བཀོས་སྤྲུག་པ་ནི་རིམ་གྱིས་བྲག་སྤྱར་གྱི་རོ་བོར་འགྱུར་དོན་གང་ཡིན་ནམ།
- ༤། ས་ཡོམ་གྱིས་ཁང་བརྟེན་དག་ལ་གཏོར་སྐྱོན་ཐེབས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ།
- ༥། གལ་ཏེ་འཛམ་གླིང་ཐོག་རྒྱ་མཚོ་མེད་ན་གང་ཁྲེད་དམ།



ཆུ་ལགས་གྱིས་སློབ་སྤྲུག་ནམས་ལ་རྒྱ་མཚོ་དང་གཙང་པོ་གང་ལ་དགའ་
མིན་སྐད་ཆ་བྲིས་ཏེ། རང་རང་གི་དགའ་སྤྲུགས་བཞིན་སྤྲེ་ཆོན་གཉིས་ལ་དབྲེ་
དགོས།

སྤྲེ་ཆོན་སོ་སོས་རང་རང་གི་བྲེད་ཚོས་ལེགས་པ་ནམས་ཤོད་རེས་བྲེད་དགོས།



ཁོར་ཡུག།

༡༡། ཁྲ་བ་གཉིས་ཀྱི་གུང་གསེང་རྫོགས་ནས་སློབ་འགོ་ཚུགས། རང་གྲོལ་སློབ་གྲར་འགོ་སྐབས། སློབ་གཉི་ཉེ་འགམ་གྱི་སྤང་ཐང་དེ་ས་སློག་དོ་སློག་བྱས་ཡོད་པ་མ་ཟད། དེའི་སྤྱིང་དུ་བཞད་པའི་མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་མེ་ཉོག་དང་། ཚོས་གཞི་འདྲ་མིན་གྱི་བྱེ་མ་ལེབ་རྣམས་མཐོང་ཡུལ་དུ་མེད་པར་གྱུར་འདུག་པས། ཁོ་སེམས་ཏ་ཅང་སློ་པོ་བྱང་། ཞོགས་ཚོགས་སྐབས་སློབ་སྦྱི་མཚོག་གིས། “སློབ་སྦྱག་ཚོ། གཟེགས་དང་། ང་ཚོའི་ཁོར་ཡུག་ལ་འགྱུར་བ་དེ་འདྲ་བྱེན་འདུག” ཅེས་གསུངས།

རང་གྲོལ་འཛིན་ཁང་ནང་འབྱོར་མ་ཐག་རང་གི་འཛིན་དགེ་ལ། ཁོར་ཡུག་ཟེར་ན་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་སམ། ཞེས་བྲིས་པར། ཀླན་ལགས་ཀྱིས། བྱིད་ཀྱི་ཉེ་འཁོར་དུ་གང་ཡོད་པ་མཐའ་དག་ཁོར་ཡུག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱས་ཚོག་ ཅེས་གསུངས།

རང་གྲོལ་གྱིས། དེས་ན་སློབ་ཁང་དང་། ཅོག་ཅེ། རྒྱབ་བཟུག་ ཅེད་ཐང་། འགོ་ལམ། གད་སྐྱེགས། ངའི་འཛིན་གྲོགས་བཅས་ཚང་མ་ཁོར་ཡུག་རེད་འདུག ཅེས་ལབ་པར།

ཀླན་ལགས་ཀྱིས། དེ་འདྲ་རེད། འོན་ཀྱང་ཅ་དངོས་ཁ་ཤས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ཡོད། དཔེར་ན། རི་དང་། རྒྱ་ཤིང་། སློག་ཆགས་སོགས་དང་། ཡང་ཁ་ཤས་མིས་བཟོས་ཡོད། དཔེར་ན། ལམ་དང་། མོ་ཀྱ། བྱོན་གོས། དཔེ་དཔ་སོགས་རེད། བྱིད་རང་གི་ཉེ་འཁོར་གྱི་ཅ་དངོས་རྣམས་རང་བྱུང་དང་མིས་བཟོས་ཅ་དངོས་གང་ཡིན་ཐོ་འགོད་བྱེད་སྐབ་བས།

རང་གྲོལ་དང་། སྐལ་བཟང་། འཛིགས་མེད། དཔལ་མོ་སོགས་ཀྱིས་བྱེད་སློ་སྤེལ་བཞིན་པའི་སྐབས། མཚོ་མོས། ང་



(Living organism) རང་འཁོར་བཞིན་པའི་ས་ཆ་དང་། མི། སེམས་ཅན། ཅ་ལག་སོགས་ལ་གོ་བ་མ་ཟད། དེ་ནི་རང་བྱུང་
དང་། མིས་བཟོས་གཉིས་ལས་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཏེ་གོ་བྱུང། དེར་བརྟེན་སའི་གོ་ལའི་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་ཟེར་ན་སྤྱི་ལྟན་
(Biotic) དང་། **སྤྱི་ལྟན་མིན་པ་** (Abiotic) གཉིས་ཀ་གནས་པ་ལ་གོ།

རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་ (Natural Environment)

རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་ནང་ས་དང་། ལྗང་། ལྗང་། ཅི་
ཤིང་། སེམས་ཅན་བཅས་ཚུད་ཡོད། བྱིས་ཀྱིས་འཛིན་གྲ་
བྱུག་པའི་སློབ་དེབ་ནང་འདིའི་སློབ་སྐབས་ཟེན་ཡོད་ཀྱང་།
སྤྱི་ལྟན་གནད་དོན་གལ་ཆེ་ཁག་ཁ་ལས་ཤིག་གི་སློབ་
ལ་སྒྲེང་ན།

ས་སྒྲོགས་ (Lithosphere) ནི་སའི་གོ་ལའི་ངོས་
ཀྱི་ས་ཤུག་མཐུགས་པོ་འཕེལ་སའི་གོ་ལའི་ངོས་ཀྱི་རིམ་བ་
དང་པོ་དེ་ལ་གོ་དགོས། དེ་ནི་ས་ངོས་སྤྱི་ལྟན་གནད་
བྱུག་དོན་གཉེར་ཇུས་ཀྱིས་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན། དེའི་
ངོས་སྒྲོམས་པོ་མེད་པར་**རི་** (Mountain)དང་། **མཚོ་**

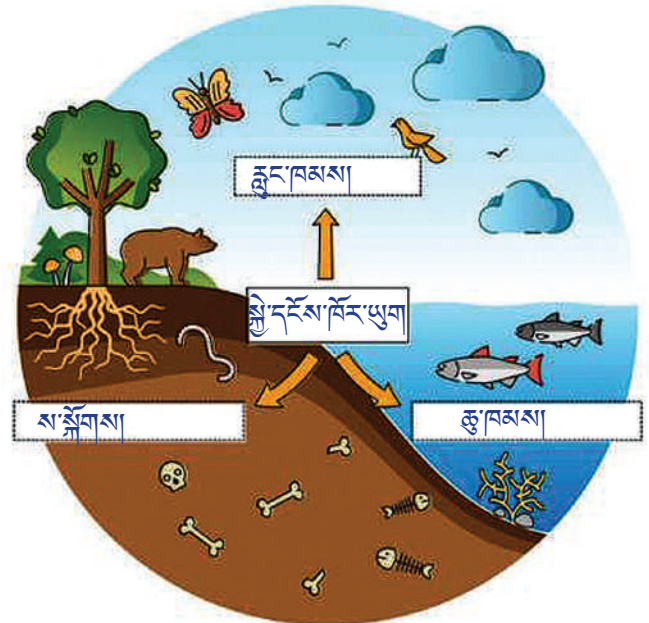
སྒང་། (Plateau) **ཐང་།** (Plain) **ལུང་ག་ཡོངས་** (Valley)

སོགས་ས་ངོས་ཀྱི་བཀོད་བ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

ས་ངོས་མི་འདྲ་བ་དེ་ནི་སའི་གོ་ལའི་སྒྲོམ་སའི་སྤྱི་ལྟན་ཆེན་ཁག་ནང་ཡོད་པ་དང་། རྒྱ་མཚོའི་མཐིལ་ལ་ཡང་ཡོད།
ས་སྒྲོགས་ཀྱི་སྤྱི་ལྟན་དུ་ང་ཚོ་ལ་ནགས་ཆལ་དང་། རྩ་ཐང་། ཞིང་ས། མིའི་སྤྱོད་གནས་སོགས་ཡོད་པ་མ་ཟད། དེ་ནི་གཉེར་ཇུས་
ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱང་ཡིན། གནས་སྤངས་དེ་ལྟ་བུ་ཚུའི་ནང་ལ་འཇུག་པས། དེ་ལ་**ལྗང་ཁམས་** (Hydrosphere) ཟེར།

ལྗང་ཁམས་ལ་གཙང་པོ་དང་། རྗེ་བུ། མཚོ་ལྷོ། རྒྱ་མཚོ་རྣམས་ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་**སྤྱི་ལྟན་** (Living Organism) ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན།

སའི་གོ་ལར་ལྗང་ག་ཟུགས་ཀྱི་རིམ་བ་སྤྱི་ལྟན་གོ་ལའི་མཐའ་སྒྲོར་དུ་བསྐྱས་པར་བྱས་ཡོད། ལྗང་
ཤུགས་ (Gravitational force) ཀྱིས་ལྗང་ག་ཟུགས་རྣམས་སའི་གོ་ལའི་མཐའ་སྒྲོར་དུ་བསྐྱས་པར་བྱས་ཡོད། ལྗང་
ག་ཟུགས་དེས་ང་ཚོར་ཉི་མའི་ཆ་གདུག་དང་། གནོད་འཚེ་ཅན་གྱི་འོད་ཟེལ་ལགོ་བུ་བྱུག་པ་དང་། ལྗང་ཁམས་ནང་**རྒྱང་ས་**
རྩ་ས་ (Gas) འདྲ་མིན་དང་། ཐལ་རྩལ། ལྗང་རྒྱང་ས་བཅས་གནས་ཡོད། ལྗང་ཁམས་འགྲུར་བ་བྱིན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་



པར་རིས། ༤-༡ རང་བྱུག་གི་ཁོར་ལུག་གཉེན་གས།

གནས་གཤིས་དང་ནམ་ཟུང་ལའང་འགྱུར་བ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད།

ཅི་ཤིང་གི་ཁམས་ (Plant Kingdom) དང་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ (Animal Kingdom) གཉིས་མཉམ་དུ་འདུས་པ་
ལས་ང་ཚོ་འཚོ་གནས་བྱེད་སའི་སྤྱི་དངོས་ཁོར་ཡུག་ (Biosphere) ཟུབ་ཡོད། དེ་ནི་སའི་གོ་ལའི་ས་ཆུ་རྒྱུད་གསུམ་པན་
ཚུན་ལྷོས་རེས་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སློབ་འཚོ་གནས་ཟུབ་ཀྱི་ཡོད།

ཅི་ཞིག་ལ་སྤོང་བཅུད་མ་ལག་ཟེར། (Ecosystem)

མི་དང་། ཅི་ཤིང་། སློབ་ཆགས་སོགས་རང་གནས་སའི་ཁོར་ཡུག་དང་བསྐྱེད་ཏེ་པན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་
གྱིས་གནས་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱི་དངོས་པན་ཚུན་གྱི་འབྲེལ་ལམ་ལ་སྤོང་བཅུད་མ་ལག་ཟེར། བྱེད་གྱིས་རྩ་ཐང་
དང་། རི། བྱེ་ཐང་། རྒྱུག་ཆུ། རྒྱ་མཚོ། དེ་བཞིན་མཆོའུ་ཞིག་གི་ནང་ལའང་སྤོང་བཅུད་མ་ལག་མཐོང་བྱུག།



པར་རིས། ༧-3 སྤོང་བཅུད་མ་ལག

མིའི་ཁོར་ཡུག་ (Human Environment)

མིས་ཁོར་ཡུག་ལ་ལྷོས་ནས་རང་གི་དགོས་མཁོ་དང་
འཚམ་སའི་འགྱུར་བ་གཏོང་བཞིན་ཡོད། གནའ་བོའི་མི་རྒྱལ་ས་
གྱིས་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་ལ་བསྐྱེད་ནས་གནས་ཡོད་པ་དང་། ཁོ་
ཚོས་ཁོར་ཡུག་ལ་བརྟེན་ནས་སྐབས་བདེ་བའི་འཚོ་བ་བསྐྱུལ་
ཡོད། དུས་ཚོད་འགྱུར་འགྲོས་ལ་བརྟེན་ནས་མིའི་དགོས་མཁོ་
ཡང་མང་དུ་ཕྱིན་ཏེ་ཁོར་ཡུག་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་འགོ་ཚུགས། ཁོ་
ཚོས་ས་གནས་གཅིག་རང་ལ་བསྐྱེད་ནས་ལོ་རྒྱུག་འདེབས་ལས་
དང་། སློ་ཐུགས་འཚོ་སྦྱོང་། ཟ་འབྲུ་འཕར་མ་ཡོད་པས་**བརྟེན་ཚོང་
ལམ་ལུགས་** (Barter System) དར་བ་དང་། ཚོང་དང་ཅིས་
སོགས་དར་འགོ་ཚུགས། རིམ་བཞིན་**འཁོར་ལོ་** (Wheel) གསར་
གཏོང་བྱས་ཏེ་ **བརྟེན་ལས་གསར་བརྟེན་** (Industrial Revolution)
འགོ་ཚུགས་ནས་ཐོན་ཁུངས་གསར་གཏོང་བྱས། **སྤྱི་ལ་འབྲེན་**
(Transportation) མགྲོགས་སུ་ཕྱིན། **བརྟེན་ལས་གསར་བརྟེན་**
(Information revolution) ཡིས་པན་ཚུན་འབྲེལ་ལམ་ལས་སྤྱི་
བྱ་བཏང་ཡོད།

ཚིག་
གསར་

༡། སྤྱི་དངོས་ - Living Organism

༢། སྤྱི་ལྡན་ - Biotic

༣། སྤྱི་ལྡན་མེད་པ་ - Abiotic

༤། ལུང་གཤོངས་ - Valley

༥། ཅི་ཤིང་གི་ཁམས་ - Plant Kingdom

༦། སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ - Animal Kingdom

བོད་ཀྱི་ཁོར་ཕུག་

སྤྱིར་བོད་ཀྱི་ཁོར་ཕུག་ནི་འཛམ་གླིང་གི་ཡུལ་གྱ་ཀུན་ལས་དམིགས་བསལ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན། མི་ཚོས་བོད་ལ་
འཛམ་གླིང་ཡང་ཅེ་དང་། འཛམ་གླིང་གི་སྤྱོད་གསུམ་པ། ཨེ་ཤི་ཡའི་ཆུ་མཛོད་སོགས་མིང་འདྲ་མིན་འབོད་སྲོལ་ཡོད། བྱིས་
ཀྱིས་འཛིན་རིམ་དུག་པའི་སློབ་དཔེ་ནང་ “ང་ཚོའི་པ་ཡུལ་བོད་” ཅེས་པའི་སློབ་ཆུང་དཔེ་ནང་བོད་ཀྱི་ཆ་སྤྲོམས་ས་བབ་མཐོ་
ཆད་དང་། སྤྱིའི་ས་ཁོང་གི་ལོ་མི་ཉར་གྱ་བཞེས་ག་ཆོད་ཡོད་མེད་སོགས་སྤྱངས་ཟེན་པ་ནམས་བྲན་སོས་ཀྱི་འདུག་གམ།

འཛམ་གླིང་ཡང་ཅེ། (Roof of the World)

བོད་ནི་འཛམ་གླིང་གི་མཐོ་སྐར་མཐོ་ཤོས་དེ་ཡིན་པ་མ་ཟད།
མི་ཉར་ ༥༠༠༠ ཡན་གྱི་རི་མཐོ་ཤོས་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད། འཛམ་
གླིང་གི་རི་མཐོ་ཤོས་ཚོ་སྤང་མ་ (མི་ཉར་ ༩༩༥༩) ཡང་བོད་ལ་
ཡོད། བོད་སྤྱིའི་ས་ཁོང་ལ་གི་ལོ་མི་ཉར་གྱ་བཞེས་ས་ཡ་ ༩༥ ཡོད།
དེ་ནི་འཛམ་གླིང་སྤྱིའི་ས་ཁོང་ལས་བརྒྱ་ཆ་ ༩ ཙམ་ཡིན།



བར་རིས། ༩་༩

སྤྱོད་གསུམ་པ། (Third Pole)

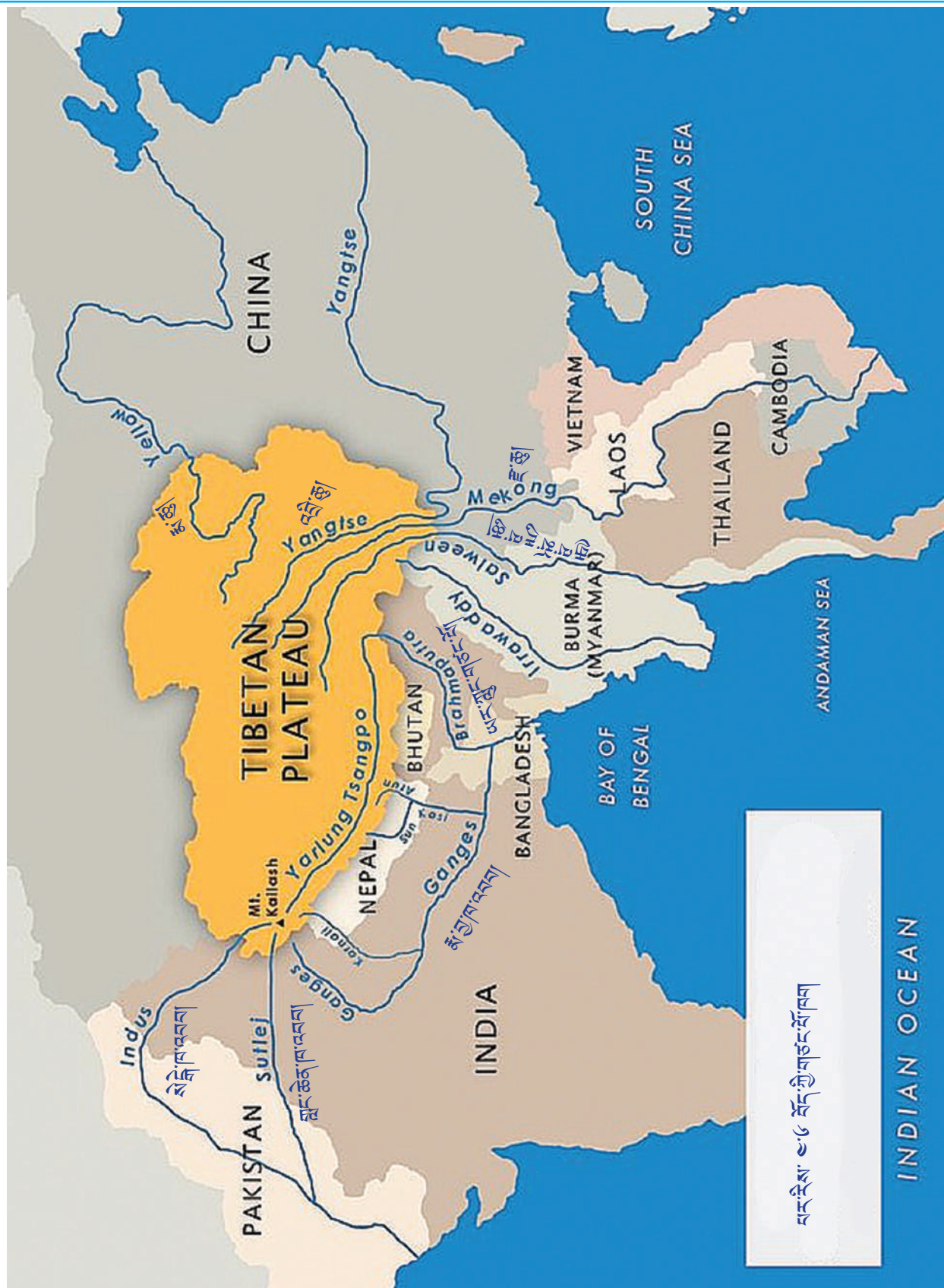
མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་བོད་ལ་གླིང་སྤྱོད་གསུམ་པ་དང་ཡང་
འགའ་ཤས་ཀྱིས་གངས་ལྷོངས་ཞེས་ཀྱང་འབོད་སྲོལ་ཡོད། དེ་ཡང་
བོད་ནི་འཛམ་གླིང་གི་འབྲུགས་རོམ་ ༩༩༠༠༠ ལྷག་གི་གནས་
ཡིན་པ་དང་། ལྷོ་སྤྱོད་དང་བྱང་སྤྱོད་འཛམ་གླིང་གི་འབྲུགས་རོམ་
མང་ཤོས་གསུམ་པ་དེ་ཆགས་པར་བརྟེན་བོད་ལ་སྤྱོད་གསུམ་པ་
ཞེས་འབོད་པ་ཡིན།



བར་རིས། ༩་༥

ཨེ་ཤི་ཡའི་ཆུ་མཛོད། (Water Tower of Asia)

བོད་ནི་ཨེ་ཤི་ཡའི་ཆུ་མོ་ཆེ་ཤོས་བཅུ་ལྷག་གི་འབྲུང་ཁུངས་ཡིན་པ་མ་ཟད། ཆུ་བོ་དེ་དག་ཨེ་ཤི་ཡའི་རྒྱལ་ཁབ་མང་
པོའི་ནང་དུ་རྒྱུག་གི་ཡོད། འཛམ་གླིང་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་ཁོར་ཕུག་སྤྱོད་གསུམ་པ་གཞིའི་ (United Nations
Environmental Programme) ལྷན་ཐོལ་ས། བོད་ནི་འཛམ་གླིང་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་མི་འབོར་བརྒྱ་ཆ་ ༩༠ ལྷག་གི་འབྲུང་ཆུ་དང་།
ཞིང་ཆུ། ཉ་འཛིན། བཟོ་གྲ་སོགས་ཀྱི་ཆུའི་ཐོན་ཁུངས་གཙོ་བོ་དེ་ཆགས་ཡོད་པ་གསལ་ཡོད།



ས་ཁ་ལ་སྟོན་ནས་ལན་རྒྱུ་བ།

- ༡། ཡར་སྐྱེད་གཙང་པོ་རྒྱལ་ཡུལ་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་མིང་བྲིས།
- ༢། བོད་ནས་རྒྱ་ནག་ནང་གཙང་པོ་གང་དང་གང་རྒྱལ་གི་འདུག་གཤམ།
- ༣། བོད་ནས་རྒྱ་གར་ནང་གཙང་པོ་གང་དང་གང་རྒྱལ་གི་འདུག་གཤམ།



བྱེད་སྒྲོ་

ཁྱེད་ཀྱི་ནང་མི་ཚན་རབས་ཤིག་ལ་རྒྱ་ནག་དམར་གཞུང་གིས་བོད་བཙན་བཟུང་མ་བྱས་གོང་གི་གནས་ཚུལ་སྟོན་ཅིས་དང་།

- ཅི་ཤིང་དང་། རི་དྲགས་གང་དང་གང་མཐོང་སྟོང་ཡོད་དམ།
- འཕྲང་ཆུ་ཁྲི་ལྟར་བེད་སྟོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
- སྐྱེལ་འཕྲུལ་ཁྲི་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ།
- གཉེར་ཁ་སྟོན་འདོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ།
- སྤྲུལ་བཙོག་རིགས་གང་དང་གང་ཡོད།

སྟོང་ཆོན།



༡། གཤམ་གྱི་འྲི་བ་རྣམས་ལ་ལན་མདོར་བསྟུས་རེ་བྲིས།

- ༡། ས་སྟོན་གྱི་གོ་དོན་བྲིས།
- ༢། ཅི་ཞིག་ལ་སྟོན་བཟུང་མ་ལག་ཟེར།
- ༣། ཅི་ཞིག་ལ་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་ཟེར།
- ༤། མིས་བཟོས་ཁོར་ཡུག་གི་དཔེ་ཁ་ཤམ་ཤིག་བྲིས།
- ༥། ཁོར་ཡུག་གི་གྲུབ་ཆ་གང་དང་གང་ཡིན།
- ༦། སྐྱེ་ལྔ་ནང་སྐྱེ་ལྔ་མིན་པའི་དབར་ལ་ཁྱད་པར་གང་ཡོད་དམ།
- ༧། བོད་ལ་འཛམ་གླིང་གི་སྟེ་གསུམ་པ་ཞེས་འབོད་དགོས་དོན་གང་ཡིན།



ཁ) ལན་འབྲིག་པ་ལ་ཏྲགས་རྒྱོབ།



༡། རང་བྱུང་སྣོད་བཅུད་མ་ལག་མིན་པ་གང་རེད།

ཀ) བྱེ་ཐང་། ཁ) ཤེལ་ཁང་རྫིང་བྲ། ག) ཏྲགས་ཚལ།

༢། མིའི་ཁོར་ཡུག་གི་ཆ་ཤས་མིན་པ་གང་རེད།

ཀ) ས་ཆ། ཁ) ཚོས་ལུགས། ག) མི་ཚོགས།

༣། སྤྱི་ཐུན་མིན་པ་གང་རེད།

ཀ) མོ་ཀ། ཁ) ཀྱུ་ཤུའི་སྣོད་ལོ། ག) སྤྱི་ལྗེ།

༤། མིས་བཟོས་པའི་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་གང་རེད།

ཀ) རི། ཁ) མཚོ། ག) ལམ།

༥། བོད་སྤྱིའི་ས་ཁྲིན་ལ་གེ་ལོ་མི་ཤར་བྱ་བཞི་མ་ས་ཡ་ག་ཚོད་ཡོད།

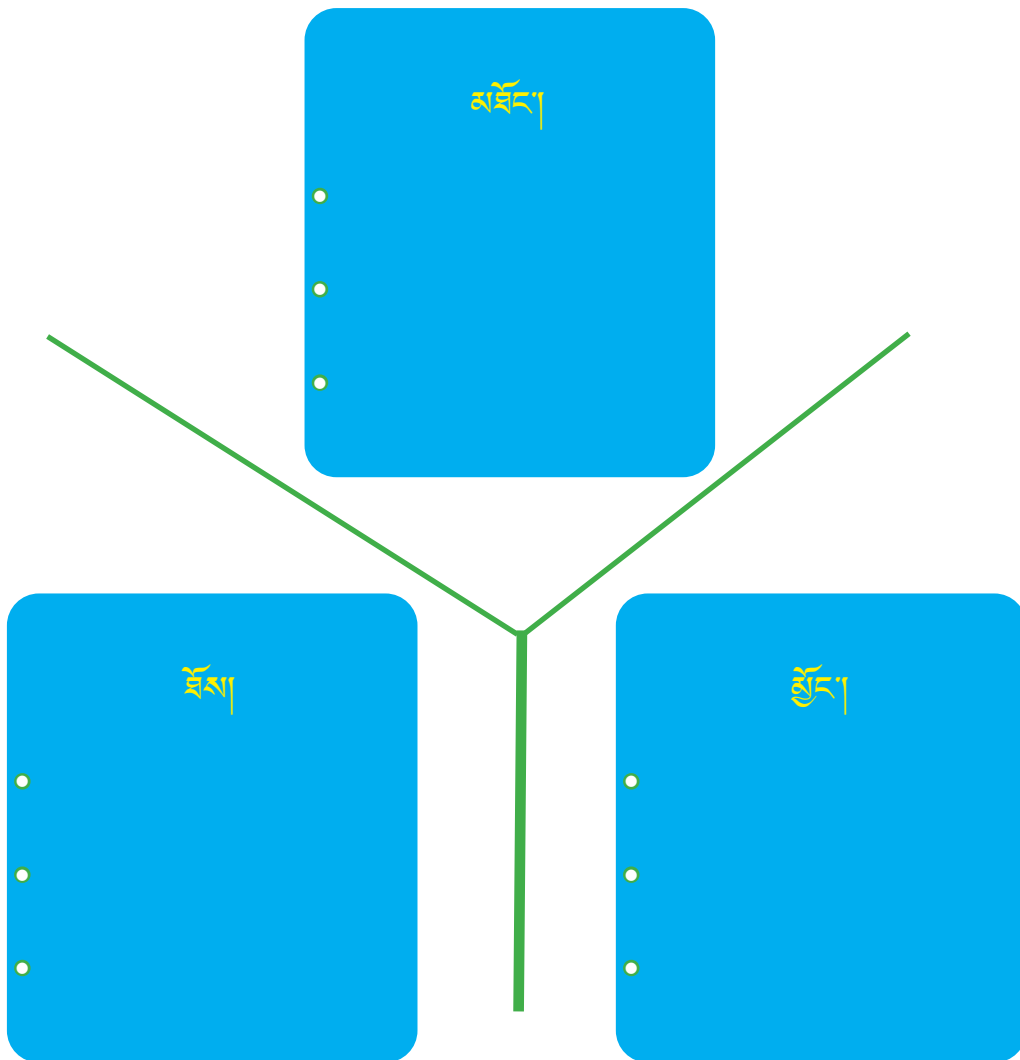
ཀ) ༥་༥ ཁ) ༣་༥ ག) ༡་༥

ག) མཐུན་སྦྱོར་གྱིས།

༡།	སྤྱི་དངོས་ཁོར་ཡུག་		རྒྱུ་ཤུགས་ཀྱི་ཁེབས་སྤྱད་པོ་ཞིག་གིས་མཐའ་བསྐྱོར་ནས་གནས་ཡོད།
༢།	རྒྱུ་ཁམས།		རྒྱུའི་རིགས་སུ་གྱུར་བ།
༣།	རྒྱུ་ཁམས།		ང་ཚོའི་ཉེ་འཁོར།
༤།	ཁོར་ཡུག་		སྐམ་ས་དང་རྒྱུའི་དབར་གྱི་འབྲེལ་མཐུད།

ད) བྱེད་སྒོ།

ཕྱིད་སྤང་དོད་པའི་ཁོར་ཡུག་སྒོར་ལ་མཐོང་ཐོས་སྤྱོད་གསུམ་གྱི་བྱེད་སྒོ་བྲིས།



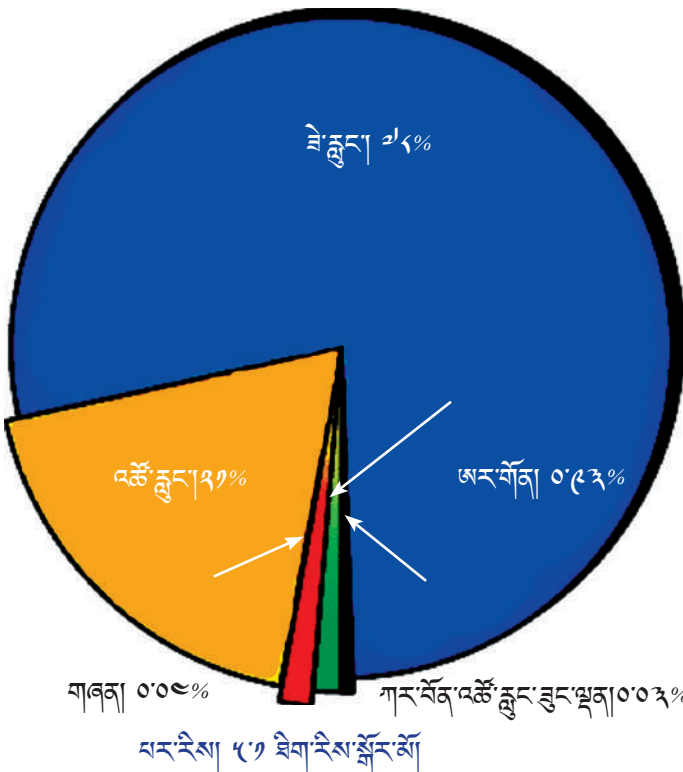


ལྷ་ཁྱེད་།

༡༡། །སའི་གོ་ལ་འདི་རྒྱུ་གཟུགས་སྤྱད་པོ་ཞིག་གིས་མཐའ་བསྐྱོར་ནས་གནས་ཡོད་པ་དེ་ལ་རྒྱུ་ཁམས་ཟེར། སའི་གོ་ལའི་སྤྱི་ཚོགས་ལྷན་ཚད་མ་འཆོ་གནས་སྤྱད་པར་རྒྱུ་ཁམས་ལ་བརྟེན་དགོས། རྒྱུ་ཁམས་ཀྱིས་ང་ཚོར་འབྲིན་རྒྱུ་བྱེད་བཞིན་པའི་མཁའ་དབུགས་སྤོད་རྒྱུ་ཀྱི་ཡོད་ལ། ང་ཚོར་གཞོན་པའི་ཉི་འོད་(སྤྱད་ཕྱི་འོད)ལས་ཀྱང་སྤྱད་གི་ཡོད།

གལ་ཏེ་རྒྱུ་གཟུགས་སྤྱད་པོ་དེ་མེད་ན། ཉན་མོའི་དུས་སུ་ཉི་མའི་ཆ་གདུག་གིས་ང་ཚོ་སྐྱམ་སྤྱོད་གཞོན་ཉན་ཡོད་པ་དང་། མཚན་མོའི་སྐབས་སུ་ང་ཚོ་འབྲུགས་རེངས་སུ་ཐེབས་ཉན་ཡང་ཡོད། རྒྱུ་སྤྱད་པོ་དེའི་རྒྱུ་པས་ང་ཚོ་སའི་གོ་ལ་འདིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཉི་མའི་རྫོད་ཚད་རན་པོ་ཞིག་གི་ངང་ནས་འཆོ་སྤྱད་པ་ཡིན།

རྒྱུ་ཁམས་ཀྱི་བྱུང་ཆ། (Composition of the Atmosphere)



ང་ཚོས་དབུགས་འབྲིན་རྒྱུ་བྱེད་པའི་སྐབས། ཡར་རྒྱུ་པའི་རྒྱུ་དེ་ནི་རྒྱུ་ཁམས་ལྷན་ཚད་མའི་ལས་བྱུང་པ་ཞིག་ཡིན་པ་བྱེད་ཀྱིས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་དམ། **མེ་རྒྱུ་** (Nitrogen) དང་། **འཆོ་རྒྱུ་** (Oxygen) རྒྱུ་ཁམས་ཀྱིས་རྒྱུ་ཁམས་ཀྱི་ཁྱོད་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། **ཀར་བོན་འཆོ་རྒྱུ་ལྷ་ཁྱེད་** (CO₂) དང་། **ཉི་ལི་ཡམ།** (Helium) **ཨོ་ཇོན།** (Ozone) **ཨར་གོན།** (Argon) **ཡར་རྒྱུ་** (Hydrogen) བཅས་ཀྱི་འབོར་ཉུང་བ་ཡོད། རྒྱུ་ཁམས་ལྷན་ཚད་དུ་སྤྱད་པའི་དུང་རྒྱུ་ཁམས་ནང་ཐལ་རྒྱུ་ལ་སྤྱད་མོ་ཡང་ཡོད། བྱེད་ཀྱིས་པར་རིས་ ༥.༡ **ཐིག་རིས་སྤོར་མོ་** (Pie Chart) ལ་གཟིགས་ན་རྒྱུ་གི་བྱུང་ཆའི་ཆད་ཤེས་སྤྱད།

ཐེ་ཆུང་ནི་ཆུང་གི་ནང་དུ་སྐྱེས་ཤིང་ཆེ་ཤོས་དེ་ཡིན། ང་ཚོས་དབྱུགས་ཡར་རྒྱས་པའི་སྐབས་སློབ་ས་ཐེ་ཆུང་ཡར་ཡར་རྒྱས་ནས་མར་གཏོང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཐེ་ཆུང་ནི་ཅི་ཤིང་ལ་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཡིན། ཅི་ཤིང་གིས་ཐེ་ཆུང་ཐད་ཀར་ཆུང་ནས་ལེན་སྟབ་ཀྱི་མེད། སའི་འོག་དུ་གནས་པའི་**མ་སྤྱོད་** (Bacteria) དང་ཅི་ཤིང་གི་ཙུ་བས་ཐེ་ཆུང་སྐྱེས་ནས་དེའི་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་བཏང་སྟེ་ཅི་ཤིང་གིས་སྤོད་སྟབ་ཀྱི་ཡོད།

འཚོ་ཆུང་ནི་ཆུང་ཁམས་ནང་མང་ཤོས་གཉིས་པ་དེ་ཆགས་ཡོད། མི་དང་སློག་ཆགས་ཀྱིས་དབྱུགས་འབྱེན་རྒྱུ་བྱེད་སྐབས་འཚོ་ཆུང་འབྱེན་རྒྱུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། འཚོ་ཆུང་ནི་**འདྲ་ཀྱི་སྒྲུབ་སྤྱོད་** (Photosynthesis) བྱེད་པའི་སྐབས་བཟོ་སྐྱེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས། ཆུང་ཁམས་ནང་འཚོ་ཆུང་གི་མང་ཉུང་ཆད་རན་པོ་གནས་སྟབས། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་ཤིང་སྤོང་མང་པོ་བཅད་ན་འཚོ་ཆུང་གི་ཆད་གཞི་ལ་འང་དོ་སྟོན་འགྲོ་བཞིན་ཡོད།

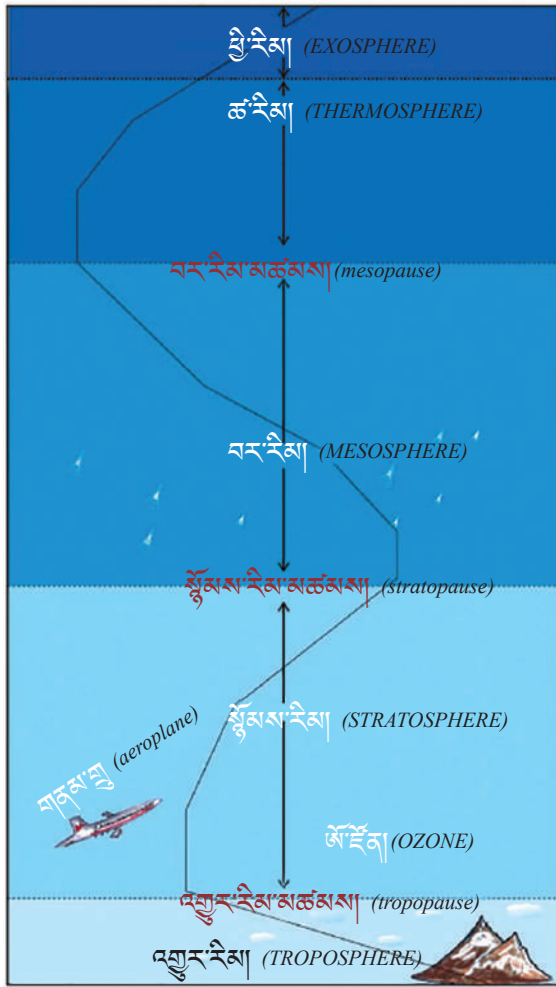
ཀར་བོན་འཚོ་ཆུང་ཟུང་ལྡན་ཡར་རྒྱས་ཤིང་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། ཅི་ཤིང་གིས་ཀར་བོན་འཚོ་ཆུང་ཟུང་ལྡན་ཡར་རྒྱས་པ་དང་འཚོ་ཆུང་མར་འབྱེན་ཀྱི་ཡོད། མི་དང་སློག་ཆགས་ཀྱིས་དེ་ལས་སྟོན་སྟེ་ཀར་བོན་འཚོ་ཆུང་ཟུང་ལྡན་མར་འབྱེན་པ་དང་འཚོ་ཆུང་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ཡོད། མི་དང་སློག་ཆགས་ཀྱིས་ཀར་བོན་འཚོ་ཆུང་ཟུང་ལྡན་མར་འབྱེན་པ་དང་ཅི་ཤིང་གིས་དེ་ཡར་རྒྱས་པ་གཉིས་ནི་ཆད་རན་པོ་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་ང་ཚོས་**བྱད་རྩས་** (Fuels) འབྲུ་མེན་སྟེ། དཔེར་ན། **སྤྱུ་མ་** (Oil) དང་། **རྩ་སྟོང་** (Coal) སྟོན་པའི་བྱད་རྩས་པ་ལས་ཆད་གཞི་དེར་དོ་སྟོན་འགྲོ་བ་དང་། བྱད་རྩས་དེ་ཚོས་ལོ་རེར་ཆུང་ཁམས་ནང་ཀར་བོན་འཚོ་ཆུང་ཟུང་ལྡན་ཏེ་ཅང་པོ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་ནས་སའི་གོ་ལའི་གནས་གཤིས་དང་ནས་སྐྱེས་ཤིང་འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་འགྲོ་ཡི་ཡོད།

ཆུང་ཁམས་ཀྱི་རིམ་པ། (Layers of the Atmosphere)

ང་ཚོའི་ཆུང་ཁམས་དེ་སའི་གོ་ལའི་ངོས་ནས་བརྩིས་པའི་རིམ་པ་ལྔ་ལ་དབྱེ་ཡོད། དེ་ནི་**འགྱུར་རིམ་** (Troposphere) དང་། **སྟོང་ས་རིམ་** (Stratosphere) **བར་རིམ་** (Mesosphere) **ཆ་རིམ་** (Thermosphere) **ཕྱི་རིམ་** (Exosphere) བཅས་ཡིན།

འགྱུར་རིམ་ (Troposphere)

འགྱུར་རིམ་ནི་ཆུང་ཁམས་ཀྱི་རིམ་པ་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་ཡིན། རིམ་པ་དེ་ནི་ས་ངོས་ནས་ཆ་སྟོང་ས་མཐོ་ཆད་ཀི་ལོ་མི་ཉར་ ༡༠ ནས་ ༡༥ བར་ཡོད། ང་ཚོས་འབྱེན་རྒྱུ་བྱེད་པའི་ཆུང་དེ་རིམ་པ་འདིའི་ནང་ཡོད། དཔེར་ན། ཆར་པ་འབབ་པ་དང་། སེར་པ་འབབ་པ། སྐྱུག་པ་འཐེབས་པ་སོགས་གནས་གཤིས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ཏེ་ལམ་ཆ་ཆད་ཞིག་རིམ་པ་དེའི་ནང་འགྱུར་གི་ཡོད།



བར་རིམ། ༥.༣

སྟོ་མས་རིམ། (Stratosphere)

འགྲུར་རིམ་གྱི་སྟེང་ལ་སྟོ་མས་རིམ་ཡོད། སྟོ་མས་རིམ་གྱི་མཐོ་ཚད་གི་ལོ་མི་ཏར་ ༣༠ ནས་ ༥༠ བར་ཡོད། རིམ་བ་དེའི་ནང་སྟེན་པ་དང་། གནམ་གཤིས་གྱི་འགྲུར་བ་སོགས་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་པས་གནམ་གྱི་འཕྲུར་སའི་ལམ་ཡག་ཤོས་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། སྟོ་མས་རིམ་གྱི་དཔེགས་བསལ་ཁྱད་ཆོས་གཅིག་ནི་དེའི་ནང་ཨོ་རྩོ་རྒྱ་དང་ས་མཐོ་རྒྱ་ (Ozone gas) ཡོད་པ་དང་། ང་ཚོས་གོང་དུ་བཞགས་པ་བཞིན་ཨོ་རྩོ་རྒྱ་དང་ས་མཐོ་རྒྱ་གིས་ང་ཚོར་གཞིན་པའི་ཉི་མའི་འོད་ལས་སྤང་གི་ཡོད།

བར་རིམ། (Mesosphere)

བར་རིམ་ནི་སའི་གོ་ལའི་རྒྱ་དང་ཁམས་ཀྱི་རིམ་བ་གསུམ་བ་དེ་ཡིན་པ་དང་། སྟོ་མས་རིམ་གྱི་སྟེང་ལ་ཡོད། དེའི་མཐོ་ཚད་ལ་གི་ལོ་མི་ཏར་ ༥༠ ནས་ ༩༥ བར་ཡོད། བར་སྤང་ནས་སྤྱུང་བའི་སྐར་རྩོ་ (Meteorites) རྒྱ་མས་རིམ་བ་དེའི་ནང་འཛིག་ནས་བཞུ་བཞིན་ཡོད།

ཚ་རིམ། (Thermosphere)

ཚ་རིམ་ནང་མཐོ་ཚད་དེ་མཐོར་འགོ་བ་བཞིན་དོད་ཚད་ཀྱང་མཐོ་རུ་འགོ་ཡི་ཡོད། ཐོག་དུལ་ཅན་གྱི་རྒྱ་དགོག་ལ་ (Ionosphere) ནི་རིམ་བ་འདིའི་ནང་ཡོད། འདིའི་མཐོ་ཚད་གི་ལོ་མི་ཏར་ ༩༥ ནས་ ༩༥༠ བར་ཡོད། རིམ་བ་འདི་རྒྱ་དཔེན་རྒྱ་དགོག་གི་ཆེད་དུ་པན་ཐོགས་ཡོད། སའི་གོ་ལ་ནས་རྒྱ་དགོག་གིས་བའི་རྒྱ་དཔེན་གྱི་རྒྱ་དཔེན་ (Radio waves)



དོད་ཚད་ཀྱི་ཚིག་ཞི་ (Unit) འདོག་སྤངས་ཚད་ལྡན་ནི་ཏེ་ག་རི་ སེལ་ཤ་ས་ (Degree Celsius) ཡིན། འདི་ནི་ཨན་ཊར་ས་ སེལ་ཤ་ས་ (Anders Celsius) ཡིས་གསར་གཏོད་བྱས་པ་ཡིན། སེལ་ཤ་ས་ཡི་ཚད་གཞིའི་ནང་ 0°C ལ་ཆུ་འབྲུགས་པ་དང་། 100°C ལ་ཆུ་འཁོལ་བ་ཡིན།

སའི་གོ་ལར་སྒྲིག་འཕྲོ་ (Reflecting Back) རིམ་པ་དེའི་ནང་བྱེད་ཀྱི་
ཡོད།

བྱི་རིམ། (Exosphere)

སྒྲིབ་ཁམས་ཀྱི་རིམ་པ་མཐོ་ཤོས་དེ་ལ་བྱི་རིམ་ཟེར། རིམ་པ་དེའི་
སྒྲིབ་ཏུ་ཅང་སྤྱོད་ཅིང་། དཔེར་ན། ཉི་ལེ་ཡམས་ (Helium) དང་། ཡང་
སྒྲིབ་ (Hydrogen) སོགས་སྒྲིབ་པ་ཟུང་ཡང་པོའི་རིགས་རིམ་པ་དེ་
ནས་བར་སྒྲིབ་དུ་གྲམ་འགྲོ་ཡི་ཡོད།

ཆིག་གསལ།

- ༡། ཟེ་རྒྱུད། Nitrogen
- ༢། འཕྲོ་རྒྱུད། Oxygen
- ༣། ཀར་སྔོན་འཕྲོ་རྒྱུད་ཐུང་ཐུང། Carbondioxide
- ༤། ཡང་རྒྱུད། Hydrogen
- ༥། འོད་ཀྱི་སྒྲིབ་སྒྱུར། Photosynthesis
- ༦། བྲ་སྒྲིབ། Bacteria
- ༧། བྲུང་རྒྱུ། Fuels
- ༨། གནས་གཤེས་སྒྲིབ་བརྒྱ། Weather forecast
- ༩། ཉི་འོད་འཕྲོ་ཆད། Insolation
- ༡༠། སྒྲིབ་ཀྱི་འོད། Ultraviolet rays

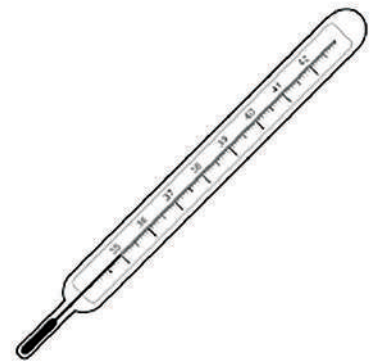
གནས་གཤེས་དང་ནམ་ཟེའ། (Weather and Climate)

ཁྱེད་ཀྱིས་བལྟས་ན་དེ་རིང་གནས་འཕྲིམས་ཀྱི་རྒྱུ་དང་། ཡང་ན་ཉི་མ་ཤར་ཀྱི་རྒྱུ་དང་། དུས་རྒྱུན་གཟུང་མཁུག་སྐབས་
རང་གི་ས་མ་དང་མཉམ་དུ་འཆམ་འཆམ་དུ་འགྲོ་རྒྱུའི་འཆར་གཞི་དེ་ཆར་བ་བབས་ནས་འགྲོ་མ་བྱུང་ན་སྒྲིབ་པའི་སེམས་
ཁམས་ལངས་སྤོང་དང་། གནས་གཤེས་ནི་ཆུ་ཆོད་ནས་ཆུ་ཆོད་དང་། ཉིན་ནས་ཉིན་བར་ཀྱི་སྒྲིབ་ཁམས་ཀྱི་གནས་སྒྲིབ་
ཤིག་ལ་གོ་དགོས། གནས་གཤེས་ཆ་པོ་དང་སྒྲིབ་གཤེས་ཅན་གྱིས་ང་ཚོར་ཉོན་ལྷན་དང་། ཡང་གནས་གཤེས་བསེལ་བས་
ང་ཚོར་སྤྲོད་སྤྲོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་ཉིན་ནས་ཉིན་བར་ལ་འགྱུར་བ་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་འགྲོ་ཡི་ཡོད། འོན་ཀྱང་གཞི་ཁྲོན་ཆེ་བའི་
ས་ཆ་ཞིག་གི་སྤྱིར་བཏང་གི་དུས་ལུན་རིང་པོའི་གནས་གཤེས་ཀྱི་སྤྱི་ཡོངས་གནས་སྒྲིབ་ཤིག་ལ་ནམ་ཟེའ་ཟེར། དེར་བརྟེན་
ང་ཚོར་ཉིན་ལྟར་གནས་གཤེས་སྒྲིབ་བརྒྱ། (Weather Forecast) ཡོད་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་དེ་ཡིན།

དྲོད་ཆད། (Temperature)

ང་ཚོས་ཉིན་ལྟར་དྲོད་སྤོང་བཞིན་པ་དེ་ནི་སྒྲིབ་ཁམས་ཀྱི་དྲོད་ཆད་ཡིན། སྒྲིབ་ཁམས་ཀྱི་ཆ་གང་ཆད་གཞི་ལ་དྲོད་ཆད་
ཟེར། སྒྲིབ་ཁམས་ཀྱི་དྲོད་ཆད་ལ་ཉིན་མཚན་ཅུ་མ་མིན་པར་ནམ་དུས་ནས་ནམ་
དུས་བར་ལ་འགྱུར་བ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། དབྱར་ཁ་ནི་དགྲུག་ཁ་ལས་ཆ་བ་ཆེ་བ་
ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

དྲོད་ཆད་ཀྱི་ཁྲུབ་ཆད་ལ་འགྱུར་བ་འགྲོ་བའི་ཁྲུབ་ཆེས་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི་
ཉི་འོད་འཕྲོ་ཆད། (Insolation) ཡིན། ཉི་འོད་འཕྲོ་ཆད་ཟེར་ན་སའི་གོ་ལས་ཉི་མའི་
རྒྱས་ལྷགས་ (Solar Energy) འཛིན་ཉར་བྱེད་པའི་ཆད་ལ་གོ་སའི་གོ་ལའི་

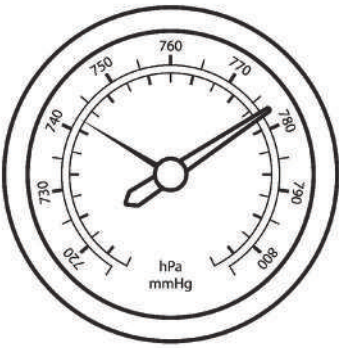


པར་རིས། ༥་༣ དྲོད་ཆད་འཇུག་ཆས།

དཀྱིལ་ཐིག་ནས་སྤྲེལ་གཉིས་ཀྱི་བར་ཉི་འོད་འཕྲོ་ཆད་ཆུང་དུ་འགྲོ་བར་བརྟེན་བྱོད་ཆད་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཆུང་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོང།

ཁྱེད་ཀྱིས་སའི་གོ་ལའི་སྤྲེ་སྤྲེ་དང་བྱང་སྤྲེའི་ཁུལ་དུ་གངས་ཀྱི་གསལ་ཆད་དེ་ལྷ་རྩེ་ཆེན་པོ་ཡིན་དགོས་དོན་གང་ཡིན་གཤམ་སོང་ངམ། གལ་ཏེ་སའི་གོ་ལའི་བྱོད་ཆད་ཏ་ཅང་མཐོ་དཀའ་ས་ན་སོ་ནམ་པའི་ལོ་ཉོག་སྤྱི་འཕེལ་ལའང་དགའ་ངལ་འབྲས་དེས་རེད། བྱོད་ཁྱེད་ཀྱི་བྱོད་ཆད་ནི་བྱོད་གསེབ་ལས་ཏ་ཅང་མཐོ་བ་ཡོང། རྒྱ་མཚན་ནི་ཨ་ར་འདས་ཀྱི་ཁང་པ་ཐོག་བརྟེན་གས་ཅན་དང་སྤྲེལ་ནས་བཏོང་བའི་གཞུང་ལས་རྣམས་ཉིན་མོ་ཏ་ཅང་ཆ་པོ་ཆགས་ནས་མཚན་མོ་བྱོད་ཆད་ཆེ་རུ་གཏོང་གི་ཡོང་བ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིན།

ཆུང་གི་གཞོན་འཁུགས། (Air Pressure)



བར་རིས། ༡༠ ཆུང་གཞོན་འཁུགས་ཆས།

ཆུང་ཁམས་ཀྱིས་ང་ཚོར་གཞོན་འཁུགས་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། ཏ་ལས་དགོས་པ་ཞིག་ལ་དེ་ང་ཚོས་ཚོར་མི་སྟུག། གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཆུང་གིས་ང་ཚོར་ཐོགས་གང་ས་ནས་མཐའ་བསྐྱར་ཏེ་གཞོན་འཁུགས་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེར་ང་ཚོའི་གཞུགས་པོས་ཀྱང་གཞོན་འཁུགས་ལ་ལན་ (Counter Pressure) སྤྲེལ་གི་ཡོང། ཆུང་གི་གཞོན་འཁུགས་ནི་སའི་གོ་ལའི་ངོས་སུ་ཆུང་པོའི་ལྗོད་ཆད་ལས་ཐོན་པའི་རྒྱས་འཁུགས་དེ་ལ་ཟེར། ཆུང་ཁམས་ཀྱི་རིམ་པ་གོང་མཐོར་འགྲོ་སྐབས་

ཆུང་གི་གཞོན་འཁུགས་ཆུང་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོང། ཆུང་གི་གཞོན་འཁུགས་ཆེ་ཤོས་རྒྱ་མཚའི་ངོས་སུ་ཡོད་པ་དང་། མཐོ་ཆད་ཅི་ཅམ་མཐོ་རུ་སོང་བ་དེ་ཅམ་ཀྱིས་ཆུང་གི་གཞོན་འཁུགས་ཆུང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོང། ཆུང་གི་གཞོན་འཁུགས་ནི་ས་ཆ་གྲེ་བྲག་ཅིག་གི་བྱོད་ཆད་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྱད་པར་འགྲོ་ཡི་ཡོང། གལ་ཏེ་ས་ཆ་གཅིག་ལ་བྱོད་ཆད་མཐོ་པོ་ཡོད་ན་དེའི་ཁུལ་གྱི་ཆུང་དེ་ཆ་པོ་

སྤྲེལ་པ་འཁུགས་དྲག་རྒྱག་པའི་སྐབས་ཁྱེད་ལ་དགའ་ངལ་གཞན་གང་འབྲས་སྤོང་ངམ།



ཆགས་ནས་ནམ་མཁའ་འཕྱར་འགྲོ་བར་བརྟེན། ས་ཆ་དེ་ལ་གཞོན་འཁུགས་ཆུང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོང། གཞོན་འཁུགས་ཆུང་བ་ནི་ནམ་མཁའ་སྤྲིན་པ་འཕྲེལ་ས་པ་དང་། གནམ་གཤེས་རྒྱན་གཤེས་ཅན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོང། བྱོད་ཆད་དམའ་བའི་ས་ཆ་ཁག་ལ་ཆུང་ཡང་ཁྱང་མོ་ཡོད་པ་དང་ལྗོད་ཆད་ཀྱང་ལྷི་པོ་ཡོང། ཆུང་ལྷི་པོ་དེ་ཐིམ་ནས་ས་ཆ་དེ་ལ་གཞོན་འཁུགས་ཆེ་རུ་འགྲོ་ཡི་ཡོང། གཞོན་འཁུགས་ཆེ་བ་ནི་མཁའ་དབྱིངས་དྲངས་མ་དང་ཉི་འོད་འཆར་བ་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོང། ཆུང་ནི་གཞོན་འཁུགས་ཆེ་བའི་ས་ཆ་ནས་ཆུང་སར་འགྲོ་ཡི་ཡོང།



ཡོད་ན་ཉིན་དེར་བཞུགས་ཆེན་ཆེན་པོ་ཡོང་ངེས་ཡིན། རྒྱུ་ཆ་པོ་ཆགས་པའི་སྐབས་སྤྱི་
རྒྱུ་ཆ་པོ་ཉར་ཆད་མཐོ་ཏུ་སྤྱིན་ནས་བཞུགས་ཆེན་ཆེན་པོ་ཡོང་། བཞུགས་ཆེན་ཆེན་
ཉིན་དེར་ང་ཚོའི་གྲོན་གོས་ཀྱང་སྐམ་ཁག་པོ་ཡོད་པ་མ་ཟད། ང་ཚོའི་གཟུགས་པོ་སྤྱི་
ཆག་ཆག་ཏུ་གྱུར་ནས་མི་བདེ་བའི་ཆོར་སྤང་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད།

སྤྱི་རྒྱུ་ཆ་པོ་སྤྱིར་ཐོན་ཐོན་སྐབས་དེའི་ཐོད་ཆད་རྒྱུ་ཏུ་སྤྱིན་ནས་རྒྱུ་ཆ་
གཟུགས་གཤེར་འགྱུར་གྱིས་སྤྱི་ཐོན་ཆགས་མར་ (Water Droplets) འགྱུར་གྱི་ཡོད།

སྤྱིན་པ་ནི་སྤྱི་ཐོན་ཆགས་མ་འཁོར་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། སྐབས་དེར་རྒྱུ་ཆ་པོ་དེའི་ཏུ་སྤྱི་ཐོན་ཆགས་མ་རྒྱུ་ཏུ་སྤྱིན་ནས་སྤྱི་
མ་སྤྱོད་པར་རྒྱུ་ཆ་པོ་སྤྱི་ཐོན་ཆགས་མ་འབབ་གྱི་ཡོད། སའི་གོ་ལའི་སྤྱི་ཐོན་ཆགས་མ་འབབ་པའི་སྤྱི་ཐོན་ཆགས་མ་འབབ་གྱི་རྒྱུ་ཆ་པོ་སྤྱི་ཐོན་ཆགས་
(Precipitation) དེ་ལ་ཆར་པ་ཟེར་རོ།

སྤྱི་ཐོན་ཆགས་མ་



ཀ) གཤམ་གྱི་ཏི་བ་རྒྱུ་ཆ་པོ་འཁོར་ཆེན་པོ་ཡོང་ངེས་ཡིན།

- ༡ ཅི་ཞིག་ལ་རྒྱུ་ཆ་པོ་འཁོར་ཆེན་པོ་ཡོང་ངེས་ཡིན།
- ༢ རྒྱུ་ཆ་པོ་འཁོར་ཆེན་པོ་ཡོང་ངེས་ཡིན་པའི་ཆེན་ཆེན་པོ་ཡོང་ངེས་ཡིན།
- ༣ ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་གཤམ་གཤམ་ཆེན་པོ་ཡོང་ངེས་ཡིན།
- ༤ ལྷགས་པའི་དབྱེ་བ་གསུམ་གང་དག་ཡིན་ནམ།



ཁ) ལན་འགྲིག་པ་དེ་འདེམས་དགོས།

- ༡ སྤྱི་ཐོན་ཆེན་པོ་ཡོང་ངེས་ཡིན་པའི་ཆེན་ཆེན་པོ་ཡོང་ངེས་ཡིན།

༡) གར་པོ་འཁོར་ཆེན་པོ་ཡོང་ངེས་ཡིན།

༢) ཐོ་ཆེན་པོ་

༣) ཡོ་ཐོ་ཆེན་པོ་

- ༢ སྤྱི་ཐོན་ཆེན་པོ་ཡོང་ངེས་ཡིན་པའི་ཆེན་ཆེན་པོ་ཡོང་ངེས་ཡིན།

༡) འགྱུར་ཆེན་པོ་

༢) སྤྱི་ཐོན་ཆེན་པོ་

༣) བར་ཆེན་པོ་

༤) ཐོ་ཆེན་པོ་

- ༣ རྒྱུ་ཆ་པོ་སྤྱི་ཐོན་ཆེན་པོ་ཡོང་ངེས་ཡིན་པའི་ཆེན་ཆེན་པོ་ཡོང་ངེས་ཡིན།

ཀ) འགྱུར་རིམ། ཁ) སྒྲིམས་རིམ། ག) བར་རིམ།

ང) བྱི་རིམ།

༧། སའི་གོ་ལའི་རིམ་པ་གོང་མཐོར་འགོ་བའི་སྐབས་གཞོན་ལྷགས།

ཀ) ཆེ་དུ་འགོ་ཡི་ཡོད།

ཁ) ཆུང་དུ་འགོ་ཡི་ཡོད།

ག) རང་འཇགས་གནས་ཀྱི་ཡོད།

ག) མཐུན་སྦྲེལ་གྱིས།

ཀ།	ཆོང་འབྱེན་ལྷགས་པ།		ཆུང་གི་འགྲུལ་སྒྱོད།
ཁ།	ལྷ།		ནམ་དུས་རྗེས་འབྲེལ་ལྷགས་པ།
མ།	ཆར་ཆུང་།		གཏན་འཇགས་ལྷགས་པ།
ལ།	ལྷགས་པ།		ས་གནས་ལྷགས་པ།

ང) གྲོས་བསྟུར་གྱིས།

ཀ། བཞའ་ཆེན་ཆེ་བའི་དུས་སུ་གྲོན་ཆས་སྐྱམ་པར་དུས་ལུན་རིང་བ་འགོར་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ཁ། ཆུང་ཁམས་ཀྱི་རིམ་པ་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་གང་ཡིན་ནམ།



ག) བྱི་རིམ།

ཀ། ཐེག་རིམ་སྒྲོར་མོ་ཞིག་གིས་ནས་དེའི་ནང་ཆུང་གཟུགས་ཀྱི་གྲུབ་ཆ་གང་འདྲ་ཡིན་པ་གིས་ནས་ཆོན་ཐོངས།

ཁ། སའི་གོ་ལའི་དཀྱིལ་ཐེག་ནས་སྒྲེ་གཉིས་ཀྱི་བར་ཉི་འོད་འཕྲོ་ཆད་ཆུང་དུ་འགོ་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

མ། སྒྲོབ་ལྷག་མོ་མོར་རང་གི་གནས་ལུལ་ཀྱི་ཆུང་ཁམས་ཀྱི་གནས་སྒྲུངས་ཤོད་འཇུག་དགོས།



ཆུ།

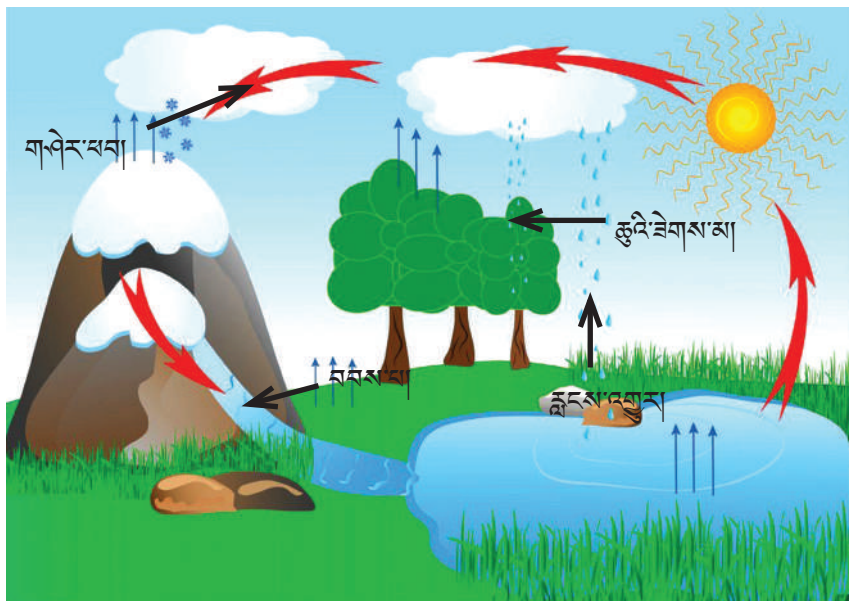
༡༡། རྩིད་ཀྱིས་ཆུའི་སྐོར་ལ་བསམས་ན། དྲངས་ཤིང་གཙང་བའི་རྒྱལ་ཆུ་དང་། ལྷང་ལྷང་དུ་བཞུར་བའི་ཆུ་ཕྲན། འག་འག་འབབ་བའི་ཆར་ལ། ཡང་ན་ཆུ་ཀ་ལ་ནས་ཐོན་བའི་ཆུ་སོགས་གང་འཆར་གྱི་འདུག་གས།

དུས་རྒྱུན་སྤྱ་གྲུ་ཆོས་རྒྱུ་རྩིད་ནང་དུ་ཤོག་བྱས་བཅོས་བའི་སྤྱ་རྒྱུ་གཏོང་རྒྱུ་དགའ་ལོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཆ་བ་རྒྱས་ཤིང་ཆར་ཆུ་དཀོན་བའི་དུས་སྤྱ་རྒྱུ་དེ་མཐོང་རྒྱ་མེད་པར་ཆགས་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

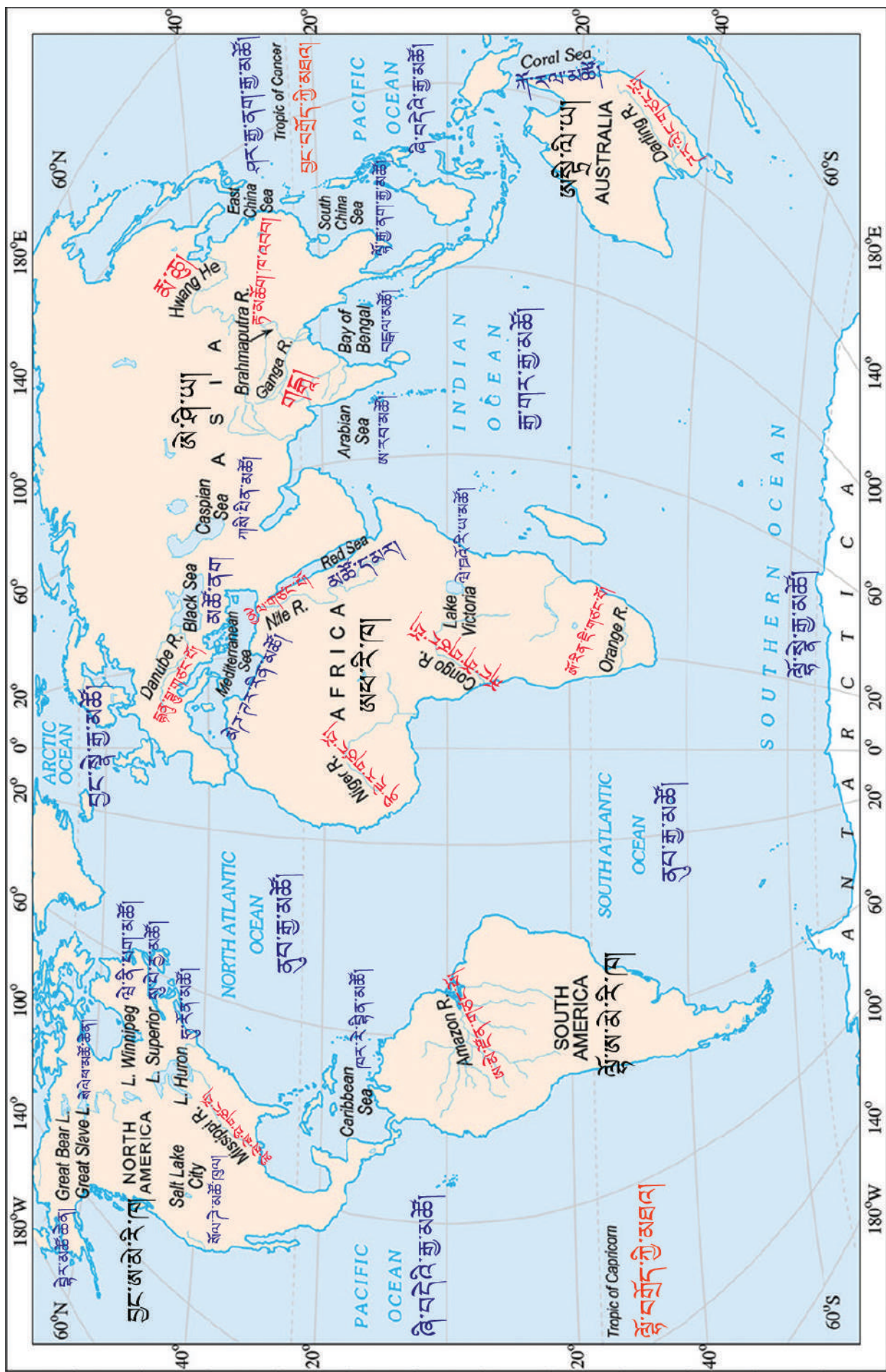
དེ་ནི་ཉི་མའི་བོད་ཆད་ཀྱི་རྒྱུན་པས་ཆུ་དེ་རྒྱངས་པར་གྱུར་པ་དང་། རྒྱངས་པ་དེ་གང་མོ་ཆགས་པའི་སྐབས་གཤེར་གཟུགས་སྤྱ་གྱུར་ནས་སྤྱིན་པར་འགྱུར་གྱི་ཡོད། ཆར་པ་དང་། གངས་ཀྱི་ནམ་པ་དེ་སྐམ་ས་དང་རྒྱ་མཚོའི་སྤྲོད་དུ་འབབ་ཀྱི་ཡོད་ལ། ཆུའི་ནམ་པ་དེ་རྒྱ་མཚོ་དང་། རྒྱང་ཁམས། སྐམ་ས་བཅས་ཀྱི་ནང་རྒྱུན་དུ་འཁོར་བཞིན་པའི་བརྒྱུད་རིམ་དེ་ལ་**ཆུ་ཡི་རྒྱུན་འཁོར་** (Water Cycle) ཟེད།

ང་ཚོའི་སའི་གོ་ལ་འདི་**གསོར་** (Terrarium) ཞིག་དང་མཚུངས་པར། ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོའི་གོང་དུ་ཡོད་པའི་ཆུ་དེ་ད་ལྟ་འདྲ་གནས་ཡོད། རྩིད་ཀྱིས་ད་ལྟ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་བཞིན་པའི་ཆུ་ནམས་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོའི་གོང་དུ་**ཨ་མེ་རྩོན་རྒྱལ་ཆུའི་** (Amazon River) ནང་དུ་བཞུར་ཡོད་སྟེ།

ང་ཚོས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་བཞིན་པའི་**བ་ཆུ་མེད་པའི་ཆུའི་** (Fresh Water) འབྱུང་ཁུངས་ནི་རྒྱལ་ཆུ་དང་། རྩིད་བྱ། ཆུ་མིག་འབྱུགས་རོམ་སོགས་ལས་ཡོང་བ་ཤིས་ལོན་ཡིན། རྒྱ་མཚོའི་ཆུ་ནི་ཆུ་ཁུ་ལོན་ཡིན། དེ་ནི་རྒྱ་མཚོའི་ནང་ཆུ་མང་བའི་རྒྱུན་གྱིས་ཡིན། ཆུ་དེ་ནི་མང་ཆེ་བ་**བྲུལ་རྩིས་ཆུ་ཕྲན་** (Sodium Chloride) དང་། ཡང་ན་སྤྱིར་བཏང་ང་ཚོས་ཁ་ལག་ནང་བེད་སྤྱོད་བྱེད་བཞིན་པའི་ཆུ་དེ་ཡིན།



བར་རིས། ༤.༡ ཆུ་ཡི་རྒྱུན་འཁོར་



स.प्र. १. विश्व नक्साको आधारमा एशिया महाद्वीपको नक्सा

ཆུ་འབྲུང་ཆད། (Distribution Of Water Bodies)

ང་ཚོས་ཤེས་གསལ་ལྟར། སའི་གོ་ལའི་བཞི་ཆ་གསུམ་ནི་ཆུ་ཡིན་པ་དང་། སའི་གོ་ལར་སྐྱམ་ས་ལས་ཆུ་མང་བ་ཡོད་ནའང་། འཛམ་གླིང་གི་ཆུ་ལ་ཁབ་མང་པོའི་ནང་ཆུ་འབྲུང་དཀའ་ངལ་འབྲུང་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ། སའི་གོ་ལའི་ནང་ཡོད་པའི་ཆུ་ཆང་མང་ཚོས་སྟོད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་དམ། ག་ཤམ་གྱི་རེ་ལུ་མིག་ནང་ཆུ་འབྲུང་ཆད་ཀྱི་བརྒྱ་ཆའི་གནས་སྟངས་བཞག་ཡོད།

ཨང་།	ཆུ་འབྲུང་ཁུངས།	བརྒྱ་ཆ།	ཆུ།
༡།	ཆུ་མཚོ། (Ocean)	༩༧.༣	ཆོ་ཆུ།
༢།	འབྲུགས་ལྗེ། (Ice Cap)	༢.༠	བ་ཆ་མེད་པའི་ཆུ།
༣།	ས་འོག་ཆུ། (Ground Water)	༠.༦༤	བ་ཆ་མེད་པའི་ཆུ།
༤།	མཚོ་དྲངས་མ། (Fresh water lakes)	༠.༠༠༩	བ་ཆ་མེད་པའི་ཆུ།
༥།	སྐྱམ་སའི་མཚོ། (Inland Seas)	༠.༠༠༩	བ་ཆ་མེད་པའི་ཆུ།
༦།	ཆུ་ཁམས། (Atmosphere)	༠.༠༠༠༩	བ་ཆ་མེད་པའི་ཆུ།
༧།	རྒྱུག་ཆུ། (Rivers)	༠.༠༠༠༡	བ་ཆ་མེད་པའི་ཆུ།

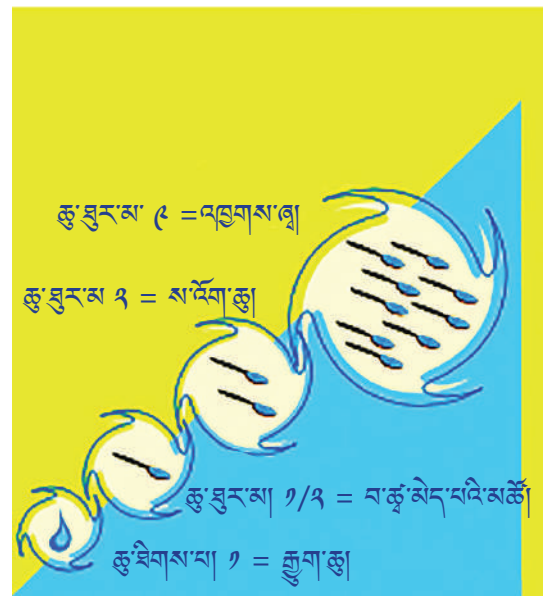
ཆུ་ནི་ང་ཚོའི་འཚོ་གནས་ཆད་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན། ང་ཚོའི་སྐྱམ་ས་སེལ་ཐུབ་མཁན་ནི་ཆུ་གཅིག་ཀྱི་ཡིན། ཆུ་འཕྲོ་བརྒྱག་བཏང་ན་དགོ་དང་སྒྲིན་གང་ཡོད་དམ།

བྱེད་སྒྲིག་



བྱེད་ཀྱིས་ཆུ་སྟོད་ཅིག་གི་ནང་དུ་ཆུ་ལི་པར་གཉིས་སྒྲགས་ནས། དེས་སའི་གོ་ལའི་ངོས་ཀྱི་ཆུ་ཆང་བྱེད་དགོས། ཆུ་སྟོད་དེ་ནས་ཆུ་ཐུར་མ་ ༡༢ ཆུ་སྟོད་གཞན་ཞིག་དུ་སྒྲགས་ཇེས་ཆུ་ལྟག་མ་དེས་རྒྱ་མཚོའི་ཆུ་མཚོ་ནི་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་མཚོའི་ཆུ་ལ་ཆུ་ཡོད་པས་ང་ཚོས་འབྲུང་ཆུ་འཛིན་པའི་སྟོད་བྱེད་ཀྱི་མེད།

བྱེད་བཏོན་ཟིན་པའི་ཆུ་ཐུར་མ་ ༡༢ ཡིས་བ་ཆ་མེད་པའི་འབྲུང་ཆུ་དེ་མཚོན།



པར་རིས། ༦.༣ བ་ཆ་མེད་པའི་ཆུ་འབྲུང་ཆད།

རྒྱ་མཆོའི་འགྲམ་དུ་ཀར་རྩེན་དུ་འགྲོ་བའི་ཆོར་སྤང་དེ་བརྗོད་མི་ཤེས་པ་ཞིག་ཡིན། མཆོ་ཁའི་ཤེ་མ་རྩོན་པ་དང་། རྒྱར་བསེལ་བྱ། མཆོ་བྱ་འདྲ་མིན། ད་དུང་རྒྱར་དང་འགྲོགས་པའི་ཤེ་མའི་ཤི་མ་དང་རྩ་རྒྱལ་ས་ཀྱི་སྤྱ་སྟགས་ནི་ཡིད་དབང་འགྲོག་པ་ཞིག་ཡོད། རྒྱ་མཆོ་ནི་དུས་ཉག་ཏུ་འགྲུལ་བཞིན་ནམ་ཡང་མྱིང་འཇགས་མི་སྲིད་ལ། འཇམ་མིང་དེར་འབྲིས་བའི་མཆོའུ་དང་རྩེང་བུ་སྟགས་དང་མི་འདྲ་བ་ཡོད། རྒྱ་མཆོ་འགྲུལ་སྡོད་དེའི་བ་གསུམ་དུ་ཤེ་ཡོད་པ་ནི། **བ་རྒྱལ་ས་** (Wave) དང་། **དུས་**

གཤམ་མེད་མེད་ཀྱིས་མཆོ་ཁ་རུ་བྱ་སྒྲོལ་བཅས་ཏེ་སྒྲོལ་
 དེ་རྒྱ་མཆོའི་ངོས་ལྷན་ལྷུང་ན་ཅི་འཕྱུར་ངམ། བ་རྒྱབས་ཀྱིས་
 སྒྲོལ་དེ་མཆོ་མཐའ་རུ་དེད་པ་མཐོང་བུལ། རྒྱ་མཆོའི་ངོས་ཀྱི་
 རྒྱའི་རྒྱབས་རྒྱན་གཅིག་འཕྲོར་གཅིག་མཐུད་ནས་འཕྲོ་བ་དེ་
 ལ་བ་རྒྱབས་ཐེད། རྒྱབས་ཐེད་དག་ཆར་འབབ་བའི་དུས་ལྷན་
 རྒྱུར་གྱི་འུགས་མེད་ཆེ་རུ་ཕྱིན་ནས་བ་རྒྱབས་དག་པོ་གཤམ་

ས་ཡོམ་ (Earthquake) དང་། མེ་དི། (Volcano) བཛོལ་ལ་ས་རུད་རྒྱལ་བ་ (Under Water Landslide) སྲིགས་
 གྱིས་རྒྱ་མཚོར་འགུལ་སྐྱོད་ཆེན་པོ་ཐེབས་གྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཉ་ལམ་མཐོ་ཆད་མི་ཉར་ ༡༥ ཙམ་གྱི་དུས་རྒྱབས་གྱིས་
 གཡོ་བའི་རྩ་རྒྱབས་ (Tidal Wave) སྤྱ་ཤ་མི་ (Tsunami) ཞེས་པ་དེ་འབྱུང་གི་ཡོད། ད་བར་ཆད་འཇལ་བའི་སྤྱ་ཤ་མི་ཆེ་

རྒྱ་མཚོའི་ངོས་སུ་ཁ་ཕྱེགས་ངོས་ཅན་ཞིག་དུ་འཕྱེ་བཞིན་པའི་ཆུ་མོའི་རྒྱུན་དེ་ལ་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབས་རྒྱུན་ཟེད། རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབས་རྒྱུན་ལ་ཕྱོན་མོ་དང་གང་མོ་ཅི་ཡང་ཡོད་མིད། སྤྱིར་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབས་རྒྱུན་ཕྱོན་མོ་དེ་སའི་གོ་ལའི་དགེམ་ཐིག་(ཐིག་དཔར་)ནས་བྱུང་སྟེ་སྟེ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱེགས་སུ་འགྲོ། རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབས་རྒྱུན་གང་མོ་ནི་སྟེ་གཉིས་སམ་ས་བབ་མཐོ་ས་ནས་སྟེ་བཟོད་ཀྱི་མཐོང་དང་བྱང་བཟོད་ཀྱི་མཐོང་དུ་འཁོར་ནས་འགྲོ། **ལེ་བྲ་ཏེར་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབས་རྒྱུན་** (Labrador Ocean Current) བེ་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབས་རྒྱུན་གང་མོ་དང་། **གླལ་ཕུ་ཆུ་རྒྱུན་** (Gulf Stream) བེ་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབས་རྒྱུན་ཕྱོན་མོ་ཡིན། རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབས་རྒྱུན་གྱི་དབང་གིས་ས་ཆ་གཅིག་གི་ཤོད་ཆད་ལ་ཁྱད་པར་འགྲོ་བ་དང་། རྒྱབས་རྒྱུན་ཕྱོན་མོ་ཡིས་ས་གཞིའི་སྟེང་དུ་ཤོད་ཆད་ཆེ་བ་ཡོད་གི་ཡོད། རྒྱབས་རྒྱུན་ཕྱོན་མོ་དང་གང་མོ་གཉིས་སུག་ས་དེར་འཇམ་སྒྲིང་ནང་ཉ་འཛིན་མཁན་མང་ཤོས་ཡོད་གི་ཡོད། དཔེར་ན། ཉེ་ཏྲོང་དང་བྱང་ཨ་མེ་རི་ཁའི་ཤར་གྱི་མཚོ་ཁ། ཡང་རྒྱབས་རྒྱུན་ཕྱོན་མོ་དང་གང་མོ་གཉིས་སུག་སར་སྒྲུག་པ་འཕྲིབས་པའི་གནམ་གཤིས་སྟོན་པས་མཚོ་འབྲུལ་གྱེད་དཀར་བ་ཡོད་དོ།



སྒྲིང་ཆོད།



ཀ) ག་ཤམ་གྱི་རི་བ་རྣམས་ལ་ལན་མདོར་བསྐྱས་རེ་བྲིས།

- ༡། ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་ཚུའི་རྒྱན་འཁོར་ཟེད།
- ༢། སྤྱན་མི་འབྱུང་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་གང་ཡིན་ནམ།
- ༣། ཅི་ཞིག་ལ་དུས་རྒྱུ་སྤྱོད་ཟེད། དེ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་གང་ཡིན་ནམ།
- ༤། ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་རྒྱ་མཆོའི་རྒྱུ་སྤྱོད་ཟེད།
- ༥། རྒྱུ་སྤྱོད་འོན་མོ་དང་གང་མོ་གཉིས་ཐུག་ས་དེར་གང་ཡོད་གི་ཡོད།



ཁ) རྒྱ་མཆོན་ཤོད།

- ༡། རྒྱ་མཆོའི་རྒྱ་ལ་བ་ཚུ་ཡོད། རྒྱ་མཆོན་ནི།
- ༢། འབྱུང་རྒྱ་སྤྱོད་ཐུག་ཐེད་དགོས་པ་གཤམ་ཆེན་པོ་ཡིན། རྒྱ་མཆོན་ནི།

ག) ལན་འབྲིག་པ་ལ་རྒྱུ་སྤྱོད་ཆུང་བ།

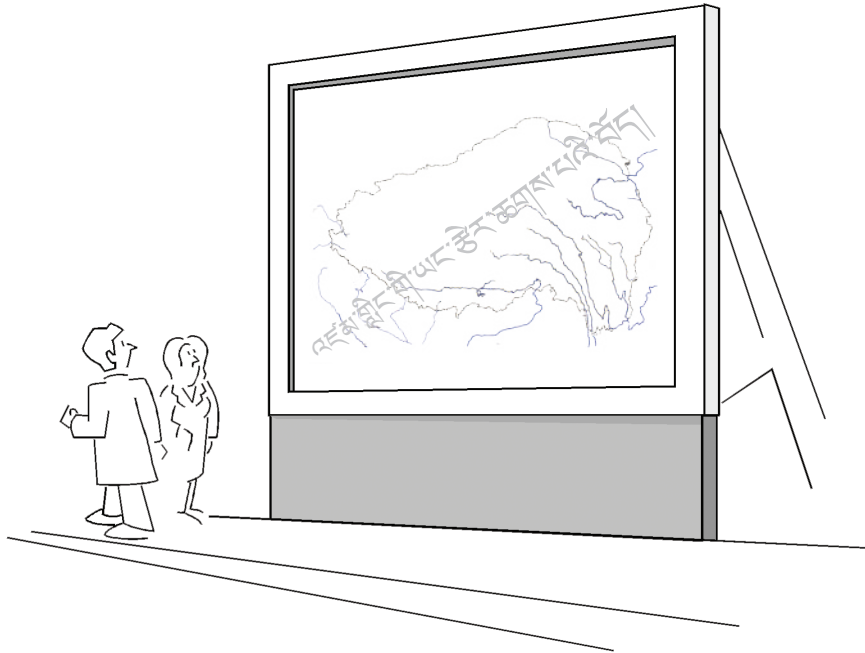
- ༡། ཚུའི་རྣམ་པ་འབྱུང་ནས་རྒྱ་མཆོའི་དང་། རྒྱུ་ཁམས་སྤྱོད་ས་བཅས་ཀྱི་ནང་རྒྱ་དུ་འཁོར་བ་ཞིན་པའི་བརྒྱུད་རིམ་དེ་ལ།

- | | | |
|--|------------------------------|------------------------------|
| ཀ) དུས་རྒྱུ་སྤྱོད་ཟེད། | ཁ) ཚུའི་རྒྱ་དུ་འཁོར་བ། | ག) རྒྱ་མཆོའི་རྒྱུ་སྤྱོད་ཟེད། |
| ༡། རྒྱུ་རྒྱ་མཆོའི་རྒྱུ་སྤྱོད་འོན་མོ་དེ་འབྱུང་ས་ནི། | | |
| ཀ) རྒྱ་གཉིས་ཡིན། | ཁ) ད་ཀྱི་ལ་ཐིག་ཡིན། | ག) གཉིས་ཀ་ཡིན། |
| ༢། རྒྱ་དུ་ཉིན་མཆོན་གཅིག་ལ་རྒྱ་མཆོའི་རྒྱ་འཕེལ་འབྲིབ་ཐེད་པ་དེ་ལ། | | |
| ཀ) དུས་རྒྱུ་སྤྱོད་ཟེད། | ཁ) རྒྱ་མཆོའི་རྒྱུ་སྤྱོད་ཟེད། | ག) བ་རྒྱུ་སྤྱོད་ཟེད། |





བོད་ཀྱི་རི་རྒྱུད་དང་གཙང་པོ།



བོད་ཀྱི་ས་དབྱིབས།

སྤྱི་མཐོང་དུ་ས་ནས་བོད་མི་ཚོའི་ཁ་རྒྱུན་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དེབ་ཐེང་དག་གི་ནང་བོད་ཀྱི་ས་དབྱིབས་ཆགས་སྐྱངས་ཀྱི། “སྤྱད་ཀྱི་མངའ་རིས་སྐོར་གསུམ་རྗེར་གི་ཚུལ། །བར་དུ་དབུས་གཙང་རུ་བཞེ་ཡུར་བ་འདྲ། །སྤྱད་དུ་མདོ་ཁམས་སྐང་རྒྱག་ཞིང་ལྷ་བྲ། །” ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་ཡོད།

དེར་སྐབས་བོད་ཀྱི་ཤར་ལྷོ་རྒྱབ་བྱང་གི་ས་ཁམས་ཆགས་ཚུལ་ལ་བྱང་ཕྱོགས་ས་མཐོའི་ཁུལ་དང་། ལྷོ་ཕྱོགས་ལྷང་གཤོངས་ཁུལ། ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་ཁུལ། བྱང་ཤར་མཐོ་སྐང་ཁུལ། ཤར་ཕྱོགས་རི་མཐོ་གྲོག་རོང་ཁུལ་བཅས་དབྱེ་བ་ལྟ་བུ་ཡོད།

ས་ཁྲ ༥.༡ ལ་ལྷོ་ས་ནས་ལན་རྒྱུ་བ།

- ☞ བོད་ཀྱི་བྱང་རོས་སུ་རི་རྒྱུད་གང་དང་གང་འདུག་གས།
- ☞ རི་བོ་རྩོ་བོ་སྐང་མ་བོད་ཀྱི་ས་ཕྱོགས་གང་དུ་འདུག་གས།

བྱང་ཕྱོགས་ས་མཐོའི་ཁུལ།

བྱང་ཕྱོགས་ས་མཐོའི་ཁུལ་ཞེས་པ་ནི་ཁུ་བྱ་དང་། གདང་ལ། གདངས་ཏི་སེ་སོགས་རི་རྒྱུད་ཆེན་པོ་གསུམ་དང་། གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷ་བཅས་ཀྱི་བར་དུ་ཆགས་པའི་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་བྱང་ཐང་ས་ཁུལ་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེར་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྤང་ཐང་དང་། རྩ་བོའི་འབྲུང་ཁུངས་མཆོད་ཕྱོགས་མང་བས། ཕྱགས་ལས་གཉེར་བར་རང་བྱུང་ཆ་རྒྱུན་འཛོམས་པོ་ཡོད། ཕྱགས་ལས་རྒྱ་ཆེར་གཉེར་བའི་མངའ་རིས་ཀྱང་ས་ཁུལ་འདིའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས།



བར་རིས། ༢་༡ ཁུ་བྱ་རྒྱུད།



བར་རིས། ༢་༢ གདང་ལ་རི་རྒྱུད།

ཕྱོ་ཕྱོགས་ལུང་གཞོངས་ཁུལ།

ས་ཁུལ་འདི་གདངས་ཏི་སེ་དང་ཏི་མ་ལ་ཡ་རི་རྒྱུད་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་གནས་ཤིང་། ཡར་ལྷུང་གཙང་པོ་དང་དེའི་རྩ་ལག་ཆེན་པོ་སྤྲིད་རྒྱ་དང་། ལྷུང་རྒྱ། (གཙང་ཁུལ་) ཉང་རྒྱ། (ཀོང་པོ་)གསུམ་འབབ་ལུལ་གྱི་ལུང་གཞོངས་མང་བའི་ས་ཁུལ་ཞིག་ཡིན། འདིར་ས་གཤེས་གཤིན་ལ་རྒྱ་ཐོན་མང་བས། ཅི་ཤིང་དང་ལོ་རྟོག་སྤྲོ་ཆོགས་ཀྱི་ཐོན་ཁུངས་ལེགས་པོ་ཡོད།



བར་རིས། ༢་༣ གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷ།

ཏི་མ་ལ་ཡ་རི་རི་ཁུལ།

འདི་ནི་བོད་དང་། རྒྱ་གར། བལ་ཡུལ། འབྲུག་ཡུལ་སོགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་དང་འབྲེལ་མཆོམས་སུ་གནས་ཤིང་། རི་རྒྱུད་མང་བའི་ས་ཁུལ་ཞིག་ཡིན། དེའི་རུབ་རྒྱུད་ས་མཐོ་ཞིང་གནམ་གཤེས་གང་མོད། འཇར་རྒྱུད་ཕྱོ་ལ་ཆར་རྒྱ་བཟང་བས་ནགས་ཆལ་སྤྲུག་པོ་ཡོད།

བྱང་འཇར་མཐོ་སྤང་ཁུལ།

བྱང་འཇར་མཐོ་སྤང་ཁུལ་ནི་བོད་ཀྱི་གདང་ལ་རི་རྒྱུད་ཀྱི་བྱང་ཕྱོགས་དང་། མདོ་ལ་རིང་མོ་རི་རྒྱུད་ཀྱི་རུབ་ཕྱོགས་སུ་གཏོགས་



བར་རིས། ༢་༤ རྩ་བོ་སྤང་མ།



བར་རིས། ༥'༥ ལ་ཕྱེས་མ་ཆེན།



བར་རིས། ༥'༦ གནས་ལྷགས་འབར་ལ།



བར་རིས། ༥'༧ རོང་བཙན་ཁ་བ་དཀར་པོ།



བར་རིས། ༥'༨ གངས་དཀར་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ།

ཡོད། ལྷ་བདུན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སློབ་དཔལ། བ་ཡན་ཏ་རིའི་རི་རྒྱུ། མ་
ཆེན་གངས་ཀྱི་རི་རྒྱུ་སོགས་ཡོད་པས། ས་མཐོ་ཞིང་རི་ཆེན་མང་སོ་ཡོད།

ཤར་ཕྱོགས་རི་མཐོ་ཕྱོག་རོང་ཁུལ།

དེ་ནི་སོག་རྫོང་ཤར་ཕྱོགས་དང་། འབའ་ལུང་བྱང་ཕྱོགས། དར་ཅེ་
མདོའི་བུ་ཕྱོགས། བ་ཡན་ཏ་རིའི་ལྷ་ཕྱོགས། བོད་ཤར་ལྷོ་འཛམས་
ཀྱི་འཕྲུལ་རྒྱུ་རི་རྒྱུ་དང་གཙང་ཆེན་གསུམ་རྒྱུ་ཡུལ་གྱི་ས་ཁུལ་
དུ་རོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

བོད་ཡུལ་གྱི་རི་རྒྱུ།

རི་རྒྱུ།

དུས་རྒྱུན་བོད་ཡུལ་ལ་ “གངས་རིའི་ར་བས་བསྐྱོར་བའི་ཞིང་
ཁམས།” ཞེས་གྲགས་པ་ལྟར། བོད་ཡུལ་གྱི་ཕྱོགས་མཐའ་ཀུན་མཐོ་
ཞིང་གཟར་ལ་མཛེས་ཤིང་བརྗིད་པའི་གངས་རི་སྤྱི་ཚོགས་དང་། གངས་
རི་དེ་དག་གི་རི་ལག་རི་རྒྱུ་མང་སོས་སུ་འབྲེལ་དུ་བསྐྱོར་ཡོད་པས། དེ་
ནི་འཛམ་གླིང་གི་མཐོ་སར་ཆགས་པའི་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་འདྲི།
འཛིགས་ཞུམ་བུལ་བའི་དཔའ་བོའི་དཔུང་ཁག་ཅིག་གིས་ལག་དང་
དཔུང་གཤེབ་ཀྱིས་བརྟན་སྲུང་བྱེད་པའི་སྤྱིང་སྤྱོད་ལ་འགྱུར་བ་མེད་པ་
ལྟར་སྤང་། བོད་ཡུལ་གྱི་རི་རྒྱུ་ཆགས་སྤངས་ལ་འདྲི་ལྷ་བུའི་ཉམས་
སྤང་དང་མཛེས་སྤྱད་ལྟར་ཡོད།

སྤྱིར་བོད་ཡུལ་སྤྱོད་ཕྱོགས་སུ་ཉི་མ་ལ་ཡ་རི་རྒྱུ་དང་། ཤར་ཕྱོགས་
སུ་འཕྲུལ་རྒྱུ་རི་རྒྱུ། བུ་ཕྱོགས་སུ་ཁ་ར་ལུ་བུ་རི་རྒྱུ། བྱང་ཕྱོགས་
སུ་མདོ་ལ་རི་རྒྱུ། ཡུལ་དབུས་སུ་གངས་ཉི་མའི་རི་རྒྱུ་བཙས་ཀྱིས་
ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་ནས་ཡོད།

དེ་མཁའ་ཡ་རི་རྒྱུ།

དེ་ནི་བོད་ཀྱི་ལྷོ་མཐའི་རྒྱལ་ཁབ་རྒྱ་ཁར་དང་། བལ་ཡུལ། འབྲུག་ཡུལ་སོགས་ཀྱི་མཐའ་མཆམས་སུ་ཆགས་པའི་གཞུང་རྒྱལ་རི་རྒྱུ་ཆེ་ཤོས་ཡིན། དེའི་རིང་ཆད་ལ་གི་ལོ་མི་ཏེར་ ༣༦༠༠ དང་། ཞིང་ཆད་ལ་གི་ལོ་མི་ཏེར་ ༣༩༠ ནས་ ༤༠༠ བར་ཡིན་ལ། མཆོ་ངོས་ལས་ཆ་སྟོམས་མཐོ་ཆད་མི་ཏེར་ ༦༡༠༠ ཅམ་ཡིན། མཐོ་ཆད་ལ་མི་ཏེར་ ༡༡༥༥ ཡོད་པའི་འཛམ་གླིང་གི་རི་བོ་མཐོ་ཤོས་ཇོ་མོ་གླང་མའང་རི་རྒྱུད་འདྲིའི་དཀྱིལ་དུ་བལ་བོད་གཉིས་ཀྱི་ས་མཆམས་སུ་ཆགས་ཡོད།

འབྲེད་རྒྱལ་རི་རྒྱུ།

རི་རྒྱུད་འདྲི་ནི་གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷ་དང་གདང་ལའི་རི་རྒྱུད་ལ་འབྲེལ་ཏེ་བོད་ཤར་ཕྱོགས་ནས་བྱུ་ཕྱོགས་སུ་རྒྱལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་ཆགས་ཤིང་། མཆོ་ངོས་ལས་མཐོ་ཆད་མི་ཏེར་ ༤༠༠༠ ནས་ ༥༠༠༠ ཅམ་ཡིན།

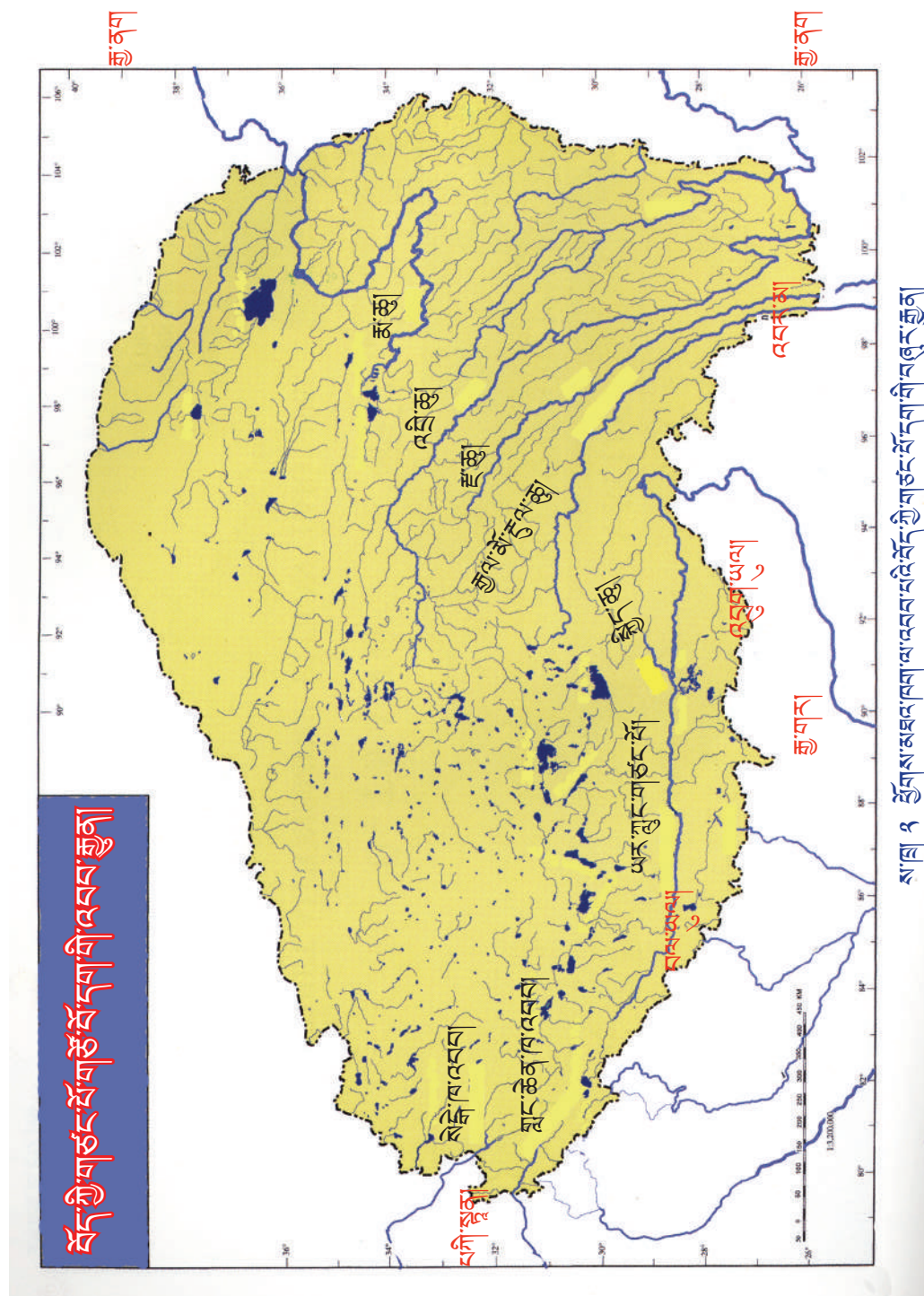
ཁར་ཁུ་བུ་རི་རྒྱུ།

རི་རྒྱུད་འདྲི་ཤར་ཉུ་ཤེ་རྒྱུ་གྱི་བྱུ་བ་བྱང་མཐའ་མཆམས་སུ་ཆགས་ཤིང་། **པ་མིར་** (Pamir) ས་ཁུལ་དང་འབྲེལ་ཡོད། རི་རྒྱུད་འདྲིའི་ཤར་ཕྱོགས་དང་བྱུ་བ་ཕྱོགས་བར་གྱི་རིང་ཆད་ལ་གི་ལོ་མི་ཏེར་ ༣༤༡༠ ཡོད་ལ། དེ་ནི་བོད་མཐོ་སྒང་གི་ཚུ་འདམ་གཤོངས་དང་། ཤར་ཉུ་ཤེ་རྒྱུ་གྱི་**ཏུ་རིམ་གཤོངས་** (Tarim Basin) གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཡོད།



བར་རིམ། ༡. ༤ གདངས་རི་ནི་ལོ་ཆེ་མཐོ་གདངས་རི་ཡི་མེ་

འདི་ནི་བོད་སྐད་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་ཆགས་ཡོད། བཙུག་པོ་ལས་མཐོ་ཆད་ཆ་སྟོ་ལས་མི་ལྟར་ ༥༥༠༠ ལས་ ༥༥༠༠ ཙམ་
ཡིན། བཙུག་པོ་ལས་མཐོ་ཆད་མི་ལྟར་ ༦༥༡༤ ཡོད་པའི་གངས་ཀྱི་པོ་ཆེ་ནི་རྒྱུད་འདིའི་ཁོད་ཀྱི་རྒྱུ་ལོ་ཞེས་ཡིན།
རྒྱུད་འདིའི་ཁར་སྟེ་བཙུག་པོ་ལས་མཐོ་ཆད་མི་ལྟར་ ༥༡༡༥ ཡོད་པའི་གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷ་དང་འབྲེལ་ལས་ཡོད།



གཙང་པོ།

བོད་ཡུལ་ནི་འཛམ་གླིང་གི་ཡང་ཅེར་ཆགས་ཤིང་ཕྱོགས་མཐའ་ཀུན་གངས་རིས་བསྐྱར་ཡོད་པས། མཐོ་ས་ནས་དམའ་ས་དང་། གངས་རི་ལས་རྒྱ་མཚོར་འབབ་པའི་གཙང་པོ་མང་པོ་ཞིག་གི་འབྱུང་ཁུངས་ཆགས་ཡོད། འཛམ་གླིང་ནང་མི་འབོར་ཆེས་མང་པའི་རྒྱལ་ཁབ་རྒྱ་གར་དང་རྒྱ་ནག་སོགས་ཨ་ཤི་ཡའི་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག་གི་རྒྱུ་འབྱུང་ཡུལ་གཙོ་བོ་བོད་ཡིན་པས། བོད་ཡུལ་ཨ་ཤི་ཡའི་རྒྱ་མཚོ་དང་ཁྲ་ཐེར་གྱི་ཡོད།

བཞུར་རྒྱུན་གྱི་རིང་ཚད་ལ་གི་ལོ་མི་ཉར་སྟོང་ལྷག་ཡོད་པའི་གཙང་པོ་སྐང་ཆེན་ཁ་འབབ་དང་། ཉ་མཚོག་ཁ་འབབ། མ་བྲ་ཁ་འབབ། སེ་རྒྱེ་ཁ་འབབ། འབྲི་རྒྱ། མ་རྒྱ། རྩ་རྒྱ། རྒྱལ་མོ་རྩལ་རྒྱ་སོགས་ནི་བོད་ནས་འབབ་པའི་གཙང་པོ་ཤིང་ལྷག་ཡིན་ལ། འདི་དག་གིས་འཛམ་གླིང་མི་འབོར་བརྒྱ་ ༩༥ གྱི་རྒྱ་ཡི་དགོས་མཁོ་སྟོང་གི་ཡོད་པས། བོད་ཀྱི་གཙང་པོ་ནི་འཛམ་གླིང་མི་འབོར་ས་ཡ་མང་པོའི་འཆོ་ཐབས་དང་འབྲེལ་བ་དམ་ཐབ་ཆགས་ཡོད།

ཨང་།	གཙང་པོ། (བོད་མིང་།)	གཙང་པོ། (མིང་གཞན།)	བཞུར་རྒྱུན་གྱི་རིང་ཚད། (གི་ལོ་མི་ཉར།)	འབབ་ཡུལ། (རྒྱལ་ཁབ།)
༡།	སྐང་ཆེན་ཁ་འབབ།	Sutlej	༡༩༥༠	རྒྱ་གར།
༢།	མ་བྲ་ཁ་འབབ།	Ganges	༢༥༡༠	རྒྱ་གར།
༣།	ཉ་མཚོག་ཁ་འབབ།	Brahmaputra	༢༩༠༠	རྒྱ་གར། བརྒྱལ་ལྷོ་ཤར་གྱི་ལྷོ་ཕྱོག་གསུམ་པོ།
༤།	སེ་རྒྱེ་ཁ་འབབ།	Indus	༣༣༠༠	རྒྱ་གར། བཀྲ་ཤིས་རྒྱལ་ཁབ།
༥།	འབྲི་རྒྱ།	Yangtze River	༦༣༠༠	རྒྱ་ནག་གི་རྒྱ་ཁྲོན་ཁུལ།
༦།	མ་རྒྱ།	Yellow River	༥༩༩༩	རྒྱ་ནག་གི་ཨོ་ལོ་ལོ་ཁུལ།
༧།	རྒྱལ་མོ་རྩལ་རྒྱ།	Salween	༢༩༠༠	འབར་མ།
༨།	རྩ་རྒྱ།	Mekong	༤༣༥༠	ཐའེ་ལན་ཁྲོན། ལའོ་སེ། ཀམ་བོ་ཏི་ཡ། མེ་ཏེ་ནམ།



བར་རིས། ༢་༡༢ རྩ་མུ།



བར་རིས། ༢་༡༣ རྩ་མུ་མོ་རྩུལ་མུ།



བར་རིས། ༢་༡༤ རྩ་མུ།



བར་རིས། ༢་༡༥ རྩ་མུ།

རྩ་མུ།

རྩ་མུ་ནི། བོད་མདོ་ཁམས་རྩ་མུ་རྫོང་ཁོངས་རི་བོ་ལྷ་ར་སྐྱ་ནས་
འབབ་པའི་གཙང་པོ་ཞིག་ཡིན། གཙང་པོ་དེའི་བུའུ་ལྷུ་ལོད་དང་། ལའོ་
སེ། ཐའེ་ལ་ཐྱ། ཀམ་བོ་ཉི་ཡ། ཐེན་ནམ་བཙས་ཀྱི་མི་འབོར་ས་ཡ་ལྷ་བཙུ་
ལྷག་གི་ཞིང་ལས་སོགས་འཛོལ་བས་ཐད་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་གཙང་པོ་
གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་སྒྱུར་ཡོད། འཛམ་གླིང་ནང་ཆུ་བོ་རིང་ཤོས་ཨང་བཙུ་
གཉིས་པ་ཡིན།

རྩུལ་མོ་རྩུལ་མུ།

རྩུལ་མོ་རྩུལ་མུ་ནི་ནག་ཆུ་ཁུལ་གྱི་གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷ་རི་རྩུད་ནས་
ཤར་ཕྱོགས་སུ་འབབ་པ་དང་། མཐར་ཁམས་ཁུལ་བརྩུད་ལྷོ་བྱུང་གི་ཕྱོགས་
སུ་བུའུ་ནས་འབར་མ་རྩུལ་ཁབ་བརྩུད་རྩུ་གར་རྩུ་མཆོར་འབབ་ཀྱི་ཡོད།
འབར་མ་རྩུལ་ཁབ་ཀྱི་གཙང་པོ་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན།

མ་མུ།

བོད་ཤར་ཕྱོགས་མགོ་ལོག་མ་ཆེན་རྫོང་ཁོངས་ནས་བ་ཡན་ཏ་རིའི་
ཤར་ངོས་ནས་བུའུ་རྟེ་མཐར་རྩུ་ནག་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་རྩུ་མཆོར་འབབ་
ཀྱི་ཡོད། བོད་ཀྱི་གཙང་པོ་རིང་ཤོས་ཨང་གཉིས་པ་ཡིན་ལ། འཛམ་གླིང་གི་
གཙང་པོ་རིང་ཤོས་ཨང་དུག་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། གཙང་པོ་འདི་རྩུ་ནག་གི་
མི་འབོར་ས་ཡ་ ༥༥༠ ལྷག་འཛོལ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་བྱང་ཕྱོགས་ཐང་བརྩུད་
ནས་འབབ་ཀྱི་ཡོད་པས། རྩུ་ནག་གི་ཞིང་ལས་ཐོན་ཁུངས་གསུམ་ཆ་གཉིས་
ཀྱི་འཛོལ་རྟེན་གཙོ་བོར་སྒྱུར་ཡོད་ལ། རྩུ་ནག་རྩུལ་ཁབ་སྤེལ་པའི་ཆུའི་ཐོན་
ཁུངས་ཀྱི་ལྷ་ཆ་གཅིག་ཟེན་ཀྱི་ཡོད།

འབྲི་མུ།

བོད་ཀྱི་གདང་ལ་རི་རྩུད་ནས་འབབ་ཅིང་། བ་ཡན་ཏ་རིའི་ལྷོ་ངོས་

ནས་རྒྱ་ནག་གི་མངའ་སྡེ་བཅུ་ལྷག་བརྒྱད་མཐར་རྒྱ་ནག་སྤང་ཉེ་ས་
ཁུལ་དུ་ཏུང་ཉེ་རྒྱ་མཚོ་དུ་འབབ་གྱི་ཡོད། རྫོང་མོ་ནས་ལྷ་ས་བར་གྱི་མེ་
འཁོར་ལྷགས་ལམ་ཡང་གཙང་པོ་འདྲིའི་འགོ་ཁུངས་བརྒྱད་ནས་བཅོས་
ཡོད། བོད་ཀྱི་གཙང་པོ་རིང་ཤོས་ཨང་དང་པོ་དང་། འཛམ་གླིང་གི་གཙང་
པོ་རིང་ཤོས་ཨང་གསུམ་བུ་ཡིན། གཙང་པོ་འདྲིའི་འགྲམ་རྒྱུད་དུ་གནས་
བའི་རྒྱ་ནག་གི་མི་འབོར་དུང་ཕུར་མང་པོའི་ཚུ་ཚོ་གསལ་འབྲེན་དང་།
འཆོ་བ་ལ་ཕན་ཐོགས་གྱི་ཡོད།

རྩ་མཆོག་ཁ་འབབ།

རྩ་མཆོག་ཁ་འབབ་ནི་གངས་ཉི་མེ་ནས་འབབ་པའི་བོད་ཀྱི་གཙང་
ཆེན་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཡོངས་གྲགས་སུ་ཡར་རྒྱང་གཙང་པོ་
ཞེས་འབོད། བོད་ཀྱི་ལྷོ་ཕྱོགས་བརྒྱད་ནས་ཤར་དུ་བབས་ཐེས་སྤྲོན་
གླིང་པད་ཚུ་ས་ཁུལ་ནས་ཁ་བྱང་ཤར་དོས་སུ་ཕྱོགས་ཉེ་བཞུར་ཞིང་།
རི་བོ་གནམ་ལྷགས་འབར་བ་ལ་སྒྲོར་བ་རྩ་མེག་འབྲེན་བཞུག་ཐེས་
སྤར་ཡང་སྒྲོ་བུ་ཁུལ་གྱི་གཙང་ལོང་ཟུང་མོ་འགྲེམས་ནས་རྒྱ་གར་དུ་
འབབ་ལ། རྒྱ་གར་དུ་དེའི་མིང་ལ་རྒྱར་མ་ཕུང་ཟེར། མཐར་མེ་འབོར་ས་
ཡ་ ༡༢༩ བརྒལ་བའི་ས་ཁོན་བརྒྱད་བརྒྱ་ལ་དེ་ལ་མཆོ་ཁུག་དུ་འབབ་
གྱི་ཡོད།

སེལྷེ་ཁ་འབབ།

སེལྷེ་ཁ་འབབ་ནི་གངས་ཉི་མེའི་བྱང་ཕྱོགས་ནས་བབས་ཉེ་བུ་
ཕྱོགས་སུ་ལ་དྲགས་ཡུལ་དུ་བཞུར་བ་དང་། དེ་དུ་སེལྷེ་གཙང་པོ་ཞེས་
འབོད། དེ་ནས་ཕྱ་མཐུད་ཀ་ཤི་སྤྲོད་བརྒྱད་ནས་བ་ཀི་སྤྲོད་གྱི་ཡུལ་དུ་
བབས་ཉེ་ཡུལ་དེའི་གཙང་པོ་གཙོ་བོར་གྱུར་ཡོད། དེའི་བཞུར་རྒྱུ་གྱི་
རིང་ཆད་ལ་ཀི་ལོ་མི་ཉར་ ༣༥༠༠ ཡོད་པ་དང་། རྒྱ་གར་གྱིས་གཙང་
པོ་དེའི་མིང་ལ་**ཨིན་ཏུ་ས་** (Indus) གཙང་པོ་ཟེར།



བར་རིས། ༢་༡༤ རྩ་མཆོག་ཁ་འབབ།



བར་རིས། ༢་༡༥ སེལྷེ་ཁ་འབབ།



བར་རིས། ༢་༡༦ སྤང་ཆེན་ཁ་འབབ།



བར་རིས། ༢་༡༧ རྩ་གྲུ་ཁ་འབབ།

སྤང་ཆེན་ཁ་འབབ།

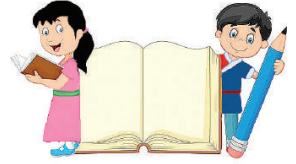
སྤང་ཆེན་ཁ་འབབ་ནི་གངས་ཉི་མའི་རྩལ་ཕྱོགས་ནས་བབས་ཉེ་རི་བོ་ཉི་མ་ལ་ཡ་བརྒྱད་ནས་རྒྱ་གར་མངའ་སྡེ་ཉི་མ་
ཅལ་དང་སན་ཇབ་ཏུ་བཞུར་གྱི་ཡོད་པ་དང་། མཐར་པ་གི་སྤྱན་ཏུ་འབབ་པའི་གཙང་པོ་ཨིན་ཏུ་སའི་ནང་འབྲེས་ཡོད། དེའི་
བཞུར་རྒྱུན་གྱི་རིང་ཆད་ལ་གི་ལོ་མི་ཏར་ ༡༩༥༠ ཡོད་ལ། རྒྱ་གར་གྱིས་གཙང་པོ་དེའི་མིང་ལ་**སྤུཏ་ལྷུང་** (Satluj) ཟེད།

མ་བྲུ་ཁ་འབབ།

མ་བྲུ་ཁ་འབབ་ནི་གངས་ཉི་མའི་ནས་བབས་ཉེ་རི་བོ་ཉི་མ་ལ་ཡ་བརྒྱད་བལ་ཡུལ་གྱི་རྩལ་ཕྱོགས་སུ་བཞུར་ནས་
མཐར་རྒྱ་གར་གྱི་གཙང་པོ་གཞུ་དང་འབྲེས་ཡོད། དེའི་བཞུར་རྒྱུན་གྱི་རིང་ཆད་ལ་གི་ལོ་མི་ཏར་ ༣༥༡༠ ཡོད།

གཞན་ཡང་བོད་ཡུལ་དུ་ཆེ་ཆུ་དང་། སྤང་ཆུ། རྫོ་གཞུང་གཙང་པོ། འབྲུག་ཆུ། ཅ་སྤྱུ་གཙང་པོ། མཚོ་ལ་གཙང་པོ། ཨ་
མོ་གཙང་པོ། ཁ་འབྲུང་གཙང་པོ། བྲག་གཙང་པོ་སོགས་བྲངས་ཤིང་གཙང་ལ་བཞུར་རྒྱུན་རིང་བའི་གཙང་པོ་ཉ་ཅང་མང་པོ་
ཡོད་དོ།

སྲོང་ཆོན།



དང་པོ། ལན་གནད་བསྐྱུས་རེ་གྲིས།

- ༡། བོད་ཀྱི་གཞུང་རྒྱལ་དེ་རྒྱུད་ཆེ་ཤོས་གང་ཡིན་པ་དང་། དེའི་ཆགས་ལུལ་གང་ཡིན་དང་མཐོ་ཆོད་ག་ཆོད་ཡོད་དམ།
- ༢། བོད་ལུལ་ལ་གངས་རིའི་ར་བས་བསྐྱོར་བའི་ཞིང་ཁམས་ཞེས་གྲགས་དོན་གང་ཡིན་ནམ།
- ༣། བོད་ལུལ་ལ་ཨེ་ཤེ་ཡའི་ཆུ་མཛོད་ཟེར་དོན་གང་ཡིན་ནམ།
- ༤། བོད་ཀྱི་གཙང་པོ་གང་རུང་ལྗེའི་མིང་གིས།
- ༥། འབར་མ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་འབབ་པའི་བོད་ཀྱི་གཙང་པོ་དེ་གང་ཡིན་ནམ།



གཉིས་པ། དྲིས་ལན་འགྲིག་པ་རྣམས་ལ་ཉན་སྐྱོད་སྒྲིབ་སྤྲོད།

- ༡། བོད་དང་རྒྱ་གར། བལ་ལུལ། འབྲུག་ལུལ་བཅས་ཀྱི་མཐའ་མཆོམས་སུ་ཆགས་པའི་དེ་རྒྱུད་དེ་གང་ཡིན་ནམ།
 - ༡།) མདོ་ལ་རིང་མོ་དེ་རྒྱུད། ༢།) ཁ་ར་ཁུ་ཁུ་དེ་རྒྱུད། ༣།) ཉི་མ་ལ་ཡ་དེ་རྒྱུད།
- ༢། བཀའ་སྤྱོད་ཏུ་འབབ་པའི་གཙང་པོ་གང་ཡིན་ནམ།
 - ༡།) མ་ཆུ། ༢།) རྒྱལ་མོ་རྩལ་ཆུ། ༣།) སེ་རྒྱེ་ཁ་འབབ།
- ༣། ལ་དྲུགས་ལུལ་ཏུ་སེ་རྒྱེ་གཙང་པོ་ཞེས་འབོད་པ་དེ་བོད་ཀྱི་གཙང་པོ་དེ་གང་ཡིན་ནམ།
 - ༡།) སེ་རྒྱེ་ཁ་འབབ། ༢།) ཉ་མཆོག་ཁ་འབབ། ༣།) འབྲི་ཆུ།
- ༤། ཐེན་ལྷ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་འབབ་པའི་བོད་ཀྱི་གཙང་པོ་དེ་གང་ཡིན་ནམ།
 - ༡།) ཉ་མཆོག་ཁ་འབབ། ༢།) རྩ་ཆུ། ༣།) རྒྱལ་མོ་རྩལ་ཆུ།

གསུམ་པ། བྱེད་སྒྲོ།

- ༡། ས་ཁ་ལས་བོད་ཀྱི་དེ་རྒྱུད་གཙོ་བོ་དག་གང་དུ་ཡོད་འཚོལ་དགོས།
- ༢། ས་ཁ་ལས་བོད་ཀྱི་གཙང་པོ་གཙོ་བོ་དག་ཁྱིམ་མཆོས་རྒྱལ་ཁབ་གང་དང་གང་དུ་འབབ་ཀྱི་ཡོད་པ་བཅས་ཉེ། སློབ་

འཛིན་སྒྲིག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སྒྲིབ་དེབ།

ཐུག་ནང་ཁུལ་དུ་སོ་སོའི་བསམ་ཚུལ་བཟོ་སྒྲིབ་བྱེད།

༣། བོད་ཀྱི་རི་རྒྱུད་དང་གཙང་པོ་དག་གི་པར་རིས་ཕྱོགས་བསྒྲིབ་ཀྱིས་ངོ་སྤྲོད་དང་འགྲེལ་བརྗོད་བྱེད།

བཞི་པ། མ་ཐུན་སྒྲོར་གྱིས།

༡།	འབྲི་ཆུ།		<i>Satluj</i>
༢།	མ་ཆུ།		<i>Salween</i>
༣།	རྩ་ཆུ།		<i>Ganges</i>
༤།	རྒྱལ་མོ་རྩལ་ཆུ།		<i>Brahmaputra</i>
༥།	མ་ཁུ་ཁ་འབབ།		<i>Mekong</i>
༦།	སྤང་ཆེན་ཁ་འབབ།		<i>Indus</i>
༧།	ཏཱ་མ་ཆོག་ཁ་འབབ།		<i>Yellow River</i>
༨།	ཤེ་རྒྱེ་ཁ་འབབ།		<i>Yangtze River</i>



ཁྱུ་གར་གྱི་ལོ་རྒྱུས།

དུས་རབས་བར་མའི་སྐབས་ཀྱི་བྱུང་བ་བརྗོད་པ།

གལ་ཆེན་གནད་དོན་ཁག

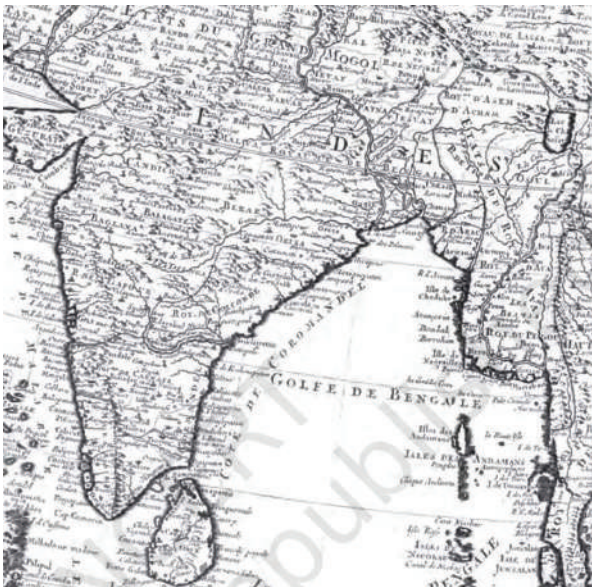
- ☞ དུས་རབས་བར་མའི་སྐབས་ཤོག་བྱའི་གོང་ཆད་ཆུང་དུ་ཕྱིན་ནས་ཕྱོགས་གང་སར་དཔེ་ཆ་དང་། ས་སྤོང་གི་དུས་རིམ་དེབ་ཐེངས། བྲམ་ཐེ་ཆོའི་ཡིག་རིགས་དང་གསུང་ཆོས། སྙན་ཁུངས་ཁྲིམས་བཤེར་གྱི་བཅད་ཁ། འབྲེད་ཁ། དབྱ་ཁལ་སོགས་ཀྱི་དེབ་གཞུང་ཤོག་བྱའི་ནང་འབྲི་རྒྱུ་བཅད་སྤོད་བྲེད་འགོ་ཚུགས།
- ☞ དུས་སྐབས་དེའི་བར་ལ་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་བྱུན་སྤྱམ་ཚོགས་པ་ཞིག་ཕྱིན་ཡོད། དཔེར་ན། ཞིང་ཆུ་འདྲན་པའི་ཆེད་བར་ཤི་ཡའི་ཆུ་འདྲན་འབྲུལ་ཆས་དང་། ཐགས་འཐག་ཆེད་སྒལ་སྒྱུད་འཁེལ་བྲེད་ཀྱི་པར་འཁོར། འཐབ་ཚོལ་ཆེད་མེ་མཚོན་བཅས་གསར་དུ་ཐོན་ཡོད།
- ☞ ཁྱུ་གར་བྱུང་ཕྱོགས་ཀྱི་དུས་རབས་བར་མའི་དབང་འཛིན་པ་གཙོ་ཆེ་བ་སུལ་ཏུན་དང་སུ་གལ་རྒྱལ་རྒྱུད་ཁག་ཡིན།
- ☞ ཁྱུ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་དང་རུབ་ཕྱོགས་ཁུལ་གྱི་དབང་འཛིན་པ་ཆེ་ཁག་ནི་ཙོལ་དང་མེངས་ན་གར། མར་ཇུ་སོགས་ཡིན།
- ☞ སུལ་ཏུན་གྱི་དུས་སྐབས་སུ་ཁང་བཅོ་རིག་པ་གསར་ཐོན་བྱུང་ཡོད། དཔེར་ན། གཞུ་དབྱིབས་ཁང་པ་དང་། བ་གམ། ལྷོག་མཁར་བཅས་ཡིན།
- ☞ དུས་རབས་བར་མའི་སྐབས་ཁྱུ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་ཁུལ་དུ་ཀར་ནུ་ཤིག་རོལ་དབྱངས་དར་བྱུང་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད།
- ☞ དུས་རབས་བར་མའི་ཁྱུ་གར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ནང་ཁང་བཅོ་རིག་པ་དང་། རོལ་དབྱངས། རི་མོ་ཅམ་མ་ཟད། བག་ཉི་དང་སུ་ལྷའི་ལས་འགུལ་གྱིས་ཁྱུ་གར་གྱི་ཚོམ་རིག་ཡར་རྒྱས་ཐང་པན་རུས་ཆེན་པོ་ཐོན་ཡོད།



དུས་རབས་བར་མའི་འགྲུར་བ་ལ་དབྱུང་ཞིབ།



ས་ཁྲ ༡ ས་ཁམས་རིག་བ་ལ་ཨ་ལ་ཨི་རི་རི་སི་ (Al-Idrisi) ཡིས་དུས་རབས་བཅུ་གཉིས་ནང་གིས་པའི་འཛམ་གླིང་ས་ཁྲའི་ནང་གི་ཆ་གས་ལས་ཀྱི་མཚོ་དང་སྐྱམས་ས་ལས་ཐོན་པའི་ཀྱ་གར་སྐྱམས་ས་ཆེན་མོ།



ས་ཁྲ ༢ དུས་རབས་བཅོ་བརྒྱད་པའི་སྤུ་རན་སིའི་ས་ཁྲ་བཙོ་མཁན་གྱི་ཡོལ་མ་ (Guillaume) ཡིས་ཁྲའི་དབ་ནང་གི་ཀྱ་གར་སྐྱམས་ས་ཆེན་མོ།

ས་ཁྲ།

ས་ཁྲ ༡ དང་ ༢ ལ་གཟིགས་དང་། ས་ཁྲ་དང་པོ་དེ་ནི་ཕྱི་ལོ་ ༡༡༥༩ ནང་ཨ་རབ་ཀྱི་ས་ཁམས་རིག་བ་ལ་ཨ་ལ་ཨི་རི་རི་སི་ (Al-Idrisi) ཡིས་བཙོ་སྤྲོད་བྱས། ཁོང་གིས་འཛམ་གླིང་གི་ས་ཁྲ་ལས་**ཉི་བའི་གླིང་ཆེན་ཀྱ་གར་** (Indian Subcontinent) ཀྱི་ས་ཁྲ་ཞིབ་ཕྲ་ཞིག་སྟོན་ཡོད།

ས་ཁྲ ༢ ནི་ཕྱི་ལོ་ ༡༥༣༠ ལྷ་བས་སྐུ་རན་སི་ཡི་ས་ཁྲ་བཙོ་མཁན་ (Cartographer) ཞིག་གིས་བཙོ་སྤྲོད་བྱས་ཡོད། སྤྱིར་ས་ཁྲ་གཉིས་ཀ་ས་ཁྲོན་གཅིག་ཡིན་ཅུང་ཉྐག་ཅུ་མ་མི་འདྲ་བ་ཡོད། ཨ་ལ་ཨི་རི་རི་སི་ཡི་ས་ཁྲའི་ནང་ཀྱ་གར་གྱི་ཕྱོགས་ནི་ད་ཆོས་ཆོད་དཔག་བྱེད་པའི་ཀྱ་གར་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཁུལ་དུ་ཡོད་པ་དང་། སྤུ་རན་སི་ཡི་ས་ཁྲའི་འགོ་དུ་ཡོད་པའི་གླིང་ཕན་དེ་ཡིན། ས་ཁྲའི་མིང་ལྷ་མས་ཨ་རབ་ཀྱི་ཡི་གེའི་ཐོག་བཀོད་ཡོད། ས་ཁྲ་གཉིས་པ་དེ་ད་ཆོས་མཐོང་བདེ་བ་ཡོད་པ་མ་ཟད། མཚོ་ཁའི་འགྲམ་དུ་ཡོད་པའི་ས་ཁྲ་ལས་ཞིབ་ཕྲའི་དང་བཀོད་ཡོད། ས་ཁྲ་དེ་ནི་ཡུ་རོབ་ཀྱི་ཆོད་པ་དང་གྲུ་བ་ཆོས་མཚོ་འབྲུལ་སྐབས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་ཡོད།

ད་ཆོས་ཡིད་ལ་འཇགས་དགོས་པའི་གལ་ཆེའི་གནད་དོན་གཅིག་ནི་ས་ཁྲ་བཙོ་སྤྲོད་ཀྱི་སྟོབ་སྟོང་སྟོང་ཚུལ་དེ་དུས་སྐབས་མི་འདྲ་བ་ལ་སྟོབ་སྟོང་སྟོང་སྟོང་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་བར་ཡོད་པ་ཤེས་དགོས། ལོ་རྒྱུས་འབྲི་མཁན་ཆོས་འདས་ཟེན་པའི་**ཡིག་ཆ་** (Documents) དང་། ས་ཁྲ། གཞུང་སོགས་སྟོན་གྱི་

པའི་སྐབས་ཁོང་ཚོས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ལྟོངས་དང་སྐབས་དོན་མི་འདྲ་
བ་རྣམས་ལ་ཡིད་གཟབ་བྱེད་དགོས། རྒྱ་མཚན་ནི། དེའི་ནང་ཁོང་
ཚོའི་འདས་པའི་གནས་ཚུལ་རྣམས་འཁོད་ཡོད།

ཆིག་གསལ་

- ༡། སྐབས་དོན། - Context
- ༢། རང་བཅོན་རྒྱལ་ཁབ། - Nation State
- ༣། ལྷངས་འཛིན། - Censorship
- ༤། ཉེ་བའི་སྤྱི་ཚེ། - Subcontinent
- ༥། དུས་རིམ་དེབ་ཐེར་འབྲི་མཁན། - Chronicler

ཐ་སྙད་གསར་བ་དང་རྒྱུ་མཚན་གྱི་སྤྱི་ཚེ་ (New and Old Terminologies)

གཤམ་ཉེ་དུས་ཚོད་ཀྱི་རྒྱུ་མཚན་གནད་དོན་ཞིག་གི་སྐབས་དོན་ (Context) ལ་འགྲུར་བ་འགོ་ཡི་ཡོད་ན། སྐད་ཡིག་
དང་ནང་དོན་ལ་འགྲུར་བ་མི་འགོ་བ་ཡོང་སྲིད་དམ། འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐོན་ཐོ་སྐད་ཡིག་འདྲ་མིན་ཐོག་
ཡོད་པ་རྣམས་ལ་འགྲུར་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཐེབས་ཡོད། དཔེར་ན། བོད་མི་ཀྱན་གྱི་སེམས་ནང་བོད་ཅེས་པ་ནི་གངས་རི་ར་བས་
བསྐྱོར་པའི་ཚལ་གསུམ་གོང་བུ་གཅིག་གྱུར་གྱི་ཚོས་ལྷན་ཞིང་ཁམས་དེ་ཡིད་ལ་འཆར་ངེས་ཀྱང་། ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆའི་ནང་
བོད་ཅེས་བརྗོད་སྐབས་བཅོན་པའི་མངའ་ཐང་མ་རྒྱུས་གོང་བུ་བཞིའི་བྱེད་ཁོངས་ཅམ་ལ་གོ་བ་དང་། སྐབས་ལ་ལར་བོད་
ཚལ་ཁ་གསུམ་གྱི་ཁུལ་ཡོངས་ལ་གོ་བ་མ་ཟད་ལོ་རྒྱུས་འབྲི་མཁན་གྱི་ངོས་འཛིན་མི་འདྲ་བའི་ཐོག་སྐབས་དོན་སྤྱི་ཚེ་གསར་
ལ་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཡོད། རྒྱ་ནག་གིས་བཅོན་འཇུག་བྱས་ཐེས་ཆེད་མངགས་བོད་ས་དུམ་བུར་བགོས་པ་དང་། ལོ་རྒྱུས་ལ་
འཁྲོག་བཤའ་གྱིས་བོད་ཅེས་པ་བོད་རང་སྤྱོད་ལྟོངས་ཐེར་པའི་ས་ཁུལ་ཁོ་ནར་གོ་ཐབས་བྱེད་པ་སོགས་ཡོང་གི་ཡོད།

དེ་བཞིན་རྒྱ་གར་གྱིས་ཉི་ཁྱུ་སྤྱོད་ (Hindustan) ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་དེ་ཡང་དེང་སང་ང་ཚོས་ “ཡིན་ཏི་ཡ” (India)
ཞེས་དེང་རབས་ཀྱི་རང་བཅོན་རྒྱལ་ཁབ་ (Nation state) ཅིག་ལ་གོ་དགོས། ཐ་སྙད་དེ་དུས་རབས་བཅུ་གསུམ་ནང་
མིན་ཏུ་ཡི་མི་སི་རུ་ (Minhaj-i-Siraj) ཞེས་པའི་དུས་རིམ་དེབ་ཐེར་འབྲི་མཁན་ (Chronicler) ཞིག་གིས་བར་ཤི་ཡའི་
སྐད་ཡིག་ཐོག་འབྲི་སྐབས་ཁོང་གིས་ཉི་ཁྱུ་སྤྱོད་ཀྱི་ས་ཁོན་ནི་པན་ཇབ་དང་། ཏར་ཡ་ན། དེ་བཞིན་ཡ་ལུ་ན་དང་གཏུ་ (Yamu-
na and Ganga) བར་དུ་ཡོད་པའི་ས་ཁོན་ལ་གོ་འདུག་ཁོང་གིས་ཐ་སྙད་འདི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ངོ་ཐོའི་ཐོག་ནས་དི་མི་སི་ལུ་ཏུ་
གྱི་མངའ་ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་ས་ཆ་རྣམས་ལ་བེད་སྤྱོད་ཡོད། འོན་ཀྱང་དུས་རབས་བཅུ་དྲུག་གི་འགོ་སྟོད་ལ་བུ་བར་ (Ba-
bur) གྱིས་ཉི་ཁྱུ་སྤྱོད་ (Hindustan) ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་དེ་ཉེ་བའི་སྤྱི་ཚེ་ (Subcontinent) རང་གནས་སྟོད་བྱེད་མཁན་
གྱི་སྟོད་བཅུད་དང་། རིག་གཞུང་སོགས་ལ་འབྲེལ་བརྗོད་བྱས་འདུག་དེར་བརྟེན་དེང་སང་གི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་ཚེ་ཐ་སྙད་
བེད་སྤྱོད་པའི་སྐབས་ཡིད་གཟབ་བྱེད་གཤམ་ཆེ། གང་ཡིན་ཞེ་ན། འདས་པའི་དུས་ཚོད་ནང་ཐ་སྙད་དེ་ཚོའི་དོན་མི་འདྲ་བ་ཡོད་
སྲིད།

ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་ཚེ་བ་དང་ཁོང་ཚོའི་རྒྱ་ཆ། (Historians and Their Sources)

ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་ཚེ་འདས་པའི་བྱུང་རབས་སྤྱོད་རྒྱུའི་ཆེད་རྒྱ་ཆ་འདྲ་མིན་ཞིག་དབྱེད་ཞིབ་ཀྱི་དུས་སྐབས་དང་ངོ་ཐོ་



ཤོག་བྱ་བཅོ་བ།



ལོ་རྒྱུས་འབྲི་བ།



གསེར་དངུལ་བཞུས་ནས་མཆན་ཐོ་འགོད་བ།



དེབ་བཅོ་བ།

ལ་ལྟོས་ནས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་ཡོད། སློབ་དཔུང་འདིའི་ནང་ཁྱེད་ཀྱིས་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བ་ཚོས་རྒྱ་ཆ་གཅིག་པ་སྤྲུལ་ཐུག་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་ཡོད་པ་ཞེས་ཐུག། ཁོང་ཚོས་སྤྲུལ་ཐུག་མཐུན་ལྷ་ཀ་ (Coins) དང་། ཡིག་ཚགས། (Inscriptions) ཁང་བཅོ་རིག་པ་ (Architecture) མ་དཔེའི་ཟིན་ཐོ་ (Textual Records) བཅས་ནས་གནས་ཚུལ་རྟོགས་ཐབས་བྱས་ཡོད་ཀྱང་། འདས་པའི་དུས་ཚོད་ནང་སྐབས་རེར་ཡུན་རིང་བར་མཆན་ཐོ་ཆད་པ་ཡང་བྱུང་ཡོད། ཁྱེད་ཀྱིས་སློབ་དཔུང་འདིའི་ནང་རྒྱ་གར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་པལ་ཆེ་བ་ལོ་ ༥༠༠ ནས་ ༡༥༠༠ བར་སྟོན་རྒྱ་ཡིན་པས་དུས་སྐབས་དེའི་ནང་མ་དཔེའི་ཟིན་ཐོ་ཐོའི་གངས་ཀ་དང་སྤྲུལ་ཏ་ཅང་མང་དུ་ཕྱིན་ཡོད་པ་ཏ་གོ་བྱུག། དུས་སྐབས་དེའི་ནང་ཤོག་བྱའི་གོང་ཆད་ཆུང་དུ་ཕྱིན་ནས་ཕྱོགས་གང་སར་མི་ཚོས་དཔེ་ཆ་དང་། ས་སྤྱོད་གི་དུས་རིམ་དཔེ་ཐེར་ (Chronicle) བྲམ་ཟེ་ཆོའི་ཡིག་རིགས་དང་གསུང་ཆོས། ལྷན་ཁྱེད་དང་ཁྱིམ་ས་བཞེར་གྱི་བཅད་ཁ། འབྲེད་ཁ་དང་། དཔྱ་ཁལ་སོགས་ཀྱི་དཔེ་གཞུང་ཤོག་བྱའི་ནང་འབྲི་རྒྱུར་བེད་སྤྱོད་བྱེད་འགོ་ཚུགས། མ་དཔེ་ (Manuscript) རྣམས་འབྲོར་ལྡན་དང་། ས་སྤྱོད་། དགོན་པ། ཡེ་ཤུའི་སྤྱ་ཁང་བཅས་ནས་བསྐྱུ་རུབ་བྱས་ཏེ། ཡིག་ཚགས་དང་དཔེ་མཛོད་ཁང་དུ་ཉར་ཆགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཡིག་ཆ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བ་ཚོས་གནས་ཚུལ་རྒྱ་ཆ་སྤྲུལ་ཐུག་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་ཡོད།

རག་སྒྲུབ་གྱི་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ནམས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་རྒྱ་དཀའ་ཁག་ཆེ། གང་ཡིན་ཟེར་ན། གྲུ་སྐྱབས་དེའི་སྐབས་བར་སྒྱུན་འབྲུལ་ཆས་ (Printing Press) མེད་བས་ཡིག་མཁན་ (Scribe) གྱིས་མ་དཔེ་ནས་ལག་བཟུས་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ཡིག་མཁན་ནམས་གྱིས་མ་དཔེ་ནས་བཟུས་འདྲི་བྱེད་སྐབས་ཆོག་དང་བརྗོད་བ་ལ་སྒན་བྱའི་ཁྱད་བར་ཐེབས་སྲིད་བས། ཁྱད་བར་དེ་ནམས་ལོ་བརྒྱ་སྒྲག་མང་པོ་བརྒྱད་མཐར་མ་དཔེ་གཅིག་ལ་འདྲ་བཟུས་མི་འདྲ་བ་ཡོང་གི་ཡོད། གནས་སྐབས་དེ་ནི་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། རྒྱ་མཚན་ནི་དེང་སང་ང་ཚོས་ཚུལ་བཤེས་མ་དཔེ་དངོས་དེ་རྟེན་རྒྱ་ཏ་ཅང་ཁག་པོ་ཡིན། དེར་བརྟེན་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བ་ཚོས་མ་དཔེ་གཅིག་གི་འདྲ་བཟུས་མི་འདྲ་བ་བསྐྲགས་ཏེ་དངོས་འབྲེལ་གང་གིས་ཡོད་མེད་ལ་ཆོད་དཔག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད།

སྤྱི་ཚོགས་དང་ཆབ་སྲིད་གྱི་སྤེལ་གསར་བ། (New Social and Political Groups)

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠ ནས་ ༡༢༥༠ བར་གྱི་ལོ་ངོ་བརྒྱ་མང་པོའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་དབྱེད་ཞིབ་བྱེད་རྒྱ་ནི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བ་ཚོར་དཀའ་ཆོག་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། གྲུ་སྐྱབས་དེའི་བར་ལ་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་བྱུང་སྐབས་ཚོགས་པ་ཞིག་ཕྱིན་ཡོད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཡིན། དཔེར་ན། ཞིང་ཁུ་འདྲན་པའི་ཆེད་བར་གྱི་ཡའི་རྒྱ་འདྲན་འབྲུལ་ཆས་ (Persian Wheel) དང་། ཐགས་འཐག་ཆེད་སྒྲུབ་སྒྱུད་འཁེལ་བྱེད་ཀྱི་བར་འཁོར་ (Spinning Wheel) འཐབ་ཀྱོལ་ཆེད་མི་མཚན་ (Firearms) བཅས་གསར་དུ་ཐོན་ཡོད། དེ་བཞིན་ཞོག་ཞོག་དང་། མ་ཚོས་ལོ་རྟོག་སི་བན། ཇ་དང་འཆིག་ཇ་སོགས་ཁ་ཐས་དང་འཐུང་རྒྱུ་འཕྲུལ་གསར་བ་ཉེ་བའི་སྤྱིང་ཆེན་ནང་ཐོན་ཡོད། འབྲུལ་ཆས་དང་ལོ་རྟོག་གསར་དུ་བྱུང་བ་བཞིན་མའི་བསམ་སྒྲོགས་པ་རྟེན་བར་བརྟེན། གྲུ་སྐྱབས་དེ་ནི་དཔལ་འབྱོར་དང་། ཆབ་སྲིད། སྤྱི་ཚོགས་དང་རིག་གནས་སོགས་ལ་འགྱུར་བ་ཕྱིན་ཡོད།



བར་རིས། ༤-༩ བར་གྱི་ཡའི་རྒྱ་འདྲན་འབྲུལ་ཆས།

གྲུ་སྐྱབས་དེའི་ནང་མི་མང་པོ་རྒྱང་རིང་འབྲུལ་སྤྱོད་བྱས་ཏེ་གོ་སྐབས་འཆོལ་དུ་ཕྱིན་ཡོད། ཉེ་བའི་སྤྱིང་ཆེན་རྒྱ་གང་དུས་མའི་བསོད་ནམས་དབང་ཐང་ཆེད་རྒྱ་ཞོར་དང་གོ་སྐབས་གང་མང་དམ་འཛིན་བྱས་ཡོད། དེའི་ནང་གི་གྲགས་ཆེ་བ་གཅིག་ནི་རྩ་རྒྱུ་ (Rajput) ཡིན། སྤྱིར་མིང་དེ་ནི་དུས་རབས་བརྒྱད་པ་ནས་བཅུ་བཞིའི་བར་རྒྱ་གར་གྱི་རིགས་དུས་ལྔའི་ (Kshatriya) ཡིན་ཟེར་བའི་སྤང་མི་ནམས་ལ་བེད་སྤྱོད་ཡོད། དེ་མིན་མ་ར་ཐས། (Marathas) སྤྱིག་ (Sikhs) ཇཱ་ (Jats) ཡ་ཏོམ་ (Ahoms) ཀ་ཡ་ཐས་ (Kayathas) བཅས་གྱིས་ཀྱང་དུས་སྐབས་དེའི་གོ་སྐབས་ཐོན་ནས་ཆབ་སྲིད་ནང་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཐོན་ཡོད།

དུས་ལུན་དེའི་རིང་ཤིང་བཅད་ནས་ཞིང་མོ་བ་དང་། རྒྱལ་ས་ཚལ་ནང་གནས་སྡོད་ཀྱི་མཁན་རྣམས་གནས་སྡོད་ས་ས་གཞན་དུ་ཞིང་པའི་འཛོལ་བ་སྐྱེལ་འགོ་ཚུགས། རིམ་བཞིན་ཁོང་ཚོའི་འཛོལ་བར་ཁྲིམ་ར་དང་། འགོ་བཤམ་ཚུ་དཔོན་དཔོན་པ་སོགས་ཀྱི་གཞོན་ཤུགས་ཐེབས་ནས་ས་བདག་ལ་ཁྲལ་དང་ཞབས་སྐྱོད་དགོས་པའི་ཟང་ཟེང་ཅན་གྱི་རྣམ་པ་ཞིག་ཏུ་སྒྱུར། ཞིང་ས་གཞིན་པོ་ཡོད་མེད་དང་། སྒོ་སྤྱུགས་མང་ཅུང་། ཁ་ཤས་ཀྱིས་ཞིང་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱི་ཅལ་འབྲེལ་མཉམ་འབྲེལ་དུས་ལུན་གྱི་ཉེ་བཤམ་འགོ་ཚུགས་ནས་རྒྱུ་ཞེས་རིགས་མཐོ་དམན་གྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་འགོ་ཚུགས། གྲལ་རིམ་དེ་ཡང་རིས་གཏན་མེད་པར་རྒྱུ་ཡི་ཚོགས་མི་རྣམས་ཀྱི་དབང་ཆ་དང་། གཞོན་ཤུགས་ཐོན་ཁུངས་སོགས་ལ་གཞི་བཞག་ནས་དབྱེ་བ་བྱེ་ཡོད། རྒྱུ་ཡི་སྤྱི་གསལ་བཅོ་སྤྱི་གྲུས་པ་རྣམས་ཀྱི་རབས་རྣམས་ཀྱིས་གཏན་འབེབས་བྱེད་སྒོའ་ཡོད། ས་ཁུལ་ཁ་ཤས་ནང་ཁོང་ཚོར་**རྒྱུ་ཡི་ས་གནས་ལས་ཁུངས་** (Jatis Panchayat) ཟེད། འོན་ཀྱང་ཁོང་ཚོས་གོང་སྤྱིའི་སྤྱི་གསལ་སྤང་དགོས་པ་དང་གོང་སྤྱི་ཁ་ཤས་ནང་འགོ་བཤམ་འཛིན་སྐྱོད་བྱེད་སྒོའ་ཡོད། ཁོང་ཚོའི་གོང་སྤྱི་རྣམས་མཉམ་དུ་གཅིག་འབྲེལ་གྱིས་མངའ་སྡེ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་གྲུབ་ཀྱི་ཡོད།

ཆིག་གཤམ་

༡། ཁང་བཅོ་རིག་པ། *Architecture*
 ༢། མ་ཟིན། *Manuscript*
 ༣། བར་སྐྱོད་འབྲེལ་ཆས། *Printing Press*
 ༤། གནས་སྤོམ་ཁུ། *Migrants*

རྒྱལ་ཁམས་དང་མངའ་ཁུལ། (Region and Empire)

མངའ་ཁུལ་མང་པོ་ཞིག་ནི་**ཅོལ་** (Cholas) དང་། **ཏུག་ལ་ག་** **ཐུག་ལ་** (Tughluqs Mughals) བཅས་ཀྱིས་མཐའ་བསྐྱོར་ནས་ཡོད།
ལེགས་སྤྱར་གྱི་སྐད་དུ་**བ་ཤེས་ཏི་** (Prashasti) དེ་སྤྱི་སྤུལ་ཏུན་མི་ཡ་

གྱིམ་ལ་བན་ (Ghiyasuddin Balban 1266-1287) ཡི་བསྟོན་པའི་ནང་ཁོང་ནི་**བརྒྱལ་** Bengal (Gauda) ལས་ཐུབ་**ཨམ་ག་ལྷ་སྤྱན་** (Afghanistan) བར་དང་། **རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་རྒྱུ་ཏུ་** (Dravida) ཡང་ཆུད་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཁམས་ཆེན་པོ་ཞིག་གིས་སྤྱོད་ཡིན་ཞེས་འཁོད་ཡོད་པ་མ་ཟད། **གོ་དུང་** (Gauda) དང་། **ཨྲན་ཏུ་** (Andhra) **གེ་ར་ལ་** (Kerala) **ཀར་ནཱ་ཀ་** (Karnataka) **མར་ཏུ་** (Maharashtra) **གུ་ར་ཏུ་** (Gujarat) བཅས་ཀྱི་མི་རྣམས་ཁོང་གི་དམག་མི་སྤྱོད་པ་གོང་ནས་བོས་བྱོལ་དུ་བྱེན་ཆར་བ་ཡང་གསལ་ཡོད། འོ་རྒྱལ་སྤྱི་བཅོས་དེ་ནི་འོ་རྒྱལ་ལ་འབྲེག་བརྩོད་བྱས་པར་རིས་འཛིན་བྱས་ཏེ། ས་སྤྱོད་དེ་ཆོས་ཉེ་བའི་སྤྱིའི་ཆེན་རྒྱ་གར་ནང་ས་ཆ་མང་པོར་བདག་དབང་ཡོད་པའི་ཆོད་ལེན་བྱེད་དགོས་དོན་གང་ཡིན་མཉམ་ཏེ་གོ་ཐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ཁྱེ་ལོ་ ༢༠༠ ཟེན་སྐབས་མངའ་ཁུལ་མང་ཆེ་བར་སོ་སོའི་ས་ཁོངས་དང་། སྐད་ཡིག་རིག་གཞུང་གི་ཁྲུང་ཆོས་སོགས་ཐོན་སྐབས་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཁོང་ཚོས་ས་སྤྱོད་བྱེད་སྤྱུག་ཅིག་གི་འོག་གཅིག་མཐུན་བྱེད་འགོ་ཚུགས་ཡོད། མངའ་ཁུལ་དེ་ཆོའི་བར་ལ་འབྲེག་ཆོད་གང་མང་བྱུང་ཡོད་ཀྱང་སྐབས་དེ་ཅོལ་དང་། ཏུག་ལ་ག་ ཐུག་ལ་བཅས་ཀྱིས་**ཡོངས་ཁྲུབ་མངའ་ཁུལ་** (Pan regional) ཞེས་མངའ་ཁུལ་མང་པོར་དབང་ཆུང་ཁྲུབ་སྐབས་བྱུང་ཡོད་ཀྱང་། མང་པོ་ཞིག་སྤྱི་བཅོས་དུ་གནས་

ཐུབ་མེད། དུས་རབས་བཙོ་བརྒྱུད་པའི་ནང་**ལྷགལ་རྒྱལ་རྒྱུད་** (Mughal empire) ཉམས་རྒྱུད་ཕྱིན་ནས་ཡང་བསྐྱར་**རྒྱལ་ཕྱན་** (Regional states) ཉམས་ཡར་ཐོན་བྱུང་ཐུབ་ཡོད། ཕྱི་ལོ་ ༥༠༠ ནས་ ༡༥༥༠ བར་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་མངའ་ཁུལ་ཁག་མི་འདྲ་བ་རྣམས་རང་གི་གཞི་རྩའི་བྱུང་ཆོས་རྣམས་མ་དོར་བར་པན་ཚུན་རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་ས་སྤྱོད་ཆེན་མོ་གཅིག་གི་དབང་ཐང་གི་རྒྱུན་པས་མཐུན་འབྲེལ་ཐོག་གནས་ཐུབ་ཡོད།

ཆོས་ལུགས་གསར་རྒྱུད་ (Old and New Religions)

ང་ཆོས་ལོ་ངོ་སྤོང་ཕྱག་མང་པོའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱས་པ་བརྒྱུད་ཆོས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ལའང་རྒྱ་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ཕྱིན་པ་ཤེས་ཐུབ། མིས་ལྷ་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་ནི་སྐྱབས་རེར་སྒྲེར་ཞིག་གི་གནད་དོན་ཡིན་སྲིད་ཀྱང་མང་ཆེ་བ་ནི་ཐུན་མོང་གིས་དད་པ་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན། དེར་སང་གི་ཉིན་རྒྱུད་ཆོས་ལུགས་ཀྱང་དུས་སྐབས་དེའི་ནང་འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཕྱིན་ཡོད། དཔེར་ན། དད་པ་བྱེད་ལུལ་(ལྷ་འཕེལ་ཡི་དམ།) གསར་པ། རྒྱལ་རིགས་ཀྱིས་ལྷ་ཁང་གསར་པ་བཙུགས་པ། བྲམ་ཟེ་དང་། ཆོས་དཔོན་རྣམས་གལ་གནད་ཆེ་བུ་ཕྱིན་ཏེ་སྤྱི་ཆོགས་ནང་གཙོ་གསུ་སྤྱུང་། བྲམ་ཟེ་རྣམས་ཀྱིས་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་ཤེས་པའི་དབང་གིས་སྤྱི་ཆོགས་ནས་གྲུས་བཅི་ཆེ་བུ་ཕྱིན།

དུས་རབས་བརྒྱན་པའི་ནང་**ཆོང་པ་དང་གནས་སྤོམ་ཁམ་** (Merchants and Migrants) ཆོས་རྒྱ་གར་ནང་**ཁུ་རན་** (Quran) གྱི་ཆོས་ཐོག་མ་བྲུབ་སྟེལ་བྱས་ཡོད། ཁ་ཆེ་བ་ཆོས་ཁུ་རན་ནི་ཁོང་ཆོའི་རྩ་ཆའི་ཕྱག་དཔེ་ (Holy Quran) ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས་**ཨ་ལྷ་ཏུ་** (Allah) ཡིས་གང་ཟག་གཅིག་གི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱོད་ས་ལ་དབྱེ་བ་མེད་པར་ཁོང་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་སྤྱོད་གི་ཡོད་པའི་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དུས་རབས་དེའི་སྐབས་སུ་བོད་ལ་ནང་ཆོས་དར་འགོ་ཚུགས། ཁ་ཆའི་ཆོས་ལུགས་ལའང་དེའི་རྗེས་འཇུག་པ་ཆོས་འགྲེལ་བཤད་མི་འདྲ་བ་བརྒྱལ་སྤྱོད་ཞིག་གཉིས་བྱུང་ཡོད། དེ་ནི་**ཤི་ལྷ་ཁ་ཆེ་** (Shia muslim) དང་། **སུ་ཆྷི་ཁ་ཆེ་** (Sunni Muslim) ཞེས་པ་དེ་ཡིན།

ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་ཚོད་དང་དུས་ཡུན་ལ་བསམ་པ། (Thinking About The Time And Historical Periods)

ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བ་ཆོར་དུས་ཚོད་ནི་སྤྱི་ཆོགས་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་འགོ་སྤངས་དང་། དད་པ་དང་བསམ་སྤྱོད་འགྱུར་བ་བཅས་ལས་ཉོགས་པ་དང་། དུས་ཚོད་ལ་ཆ་སྤྲོམས་ཀྱིས་དུས་ཡུན་གཅིག་གི་བྱུང་ཆོས་ལ་བརྟེན་ནས་དབྱེ་བ་ཞིན་ཡོད། དུས་རབས་བཙུ་དགའའི་ནང་ཨིན་ཱིའི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བ་ཆོས་རྒྱ་གར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཉིན་རྒྱུད་དང་། ཁ་ཆེ། ཨིན་ཱི་བཅས་དུས་སྐབས་མི་འདྲ་བ་གསུམ་དུ་དབྱེ་ཡོད། དབྱེ་བ་དེ་ནི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དབུ་ཁྲིད་གཙོ་བོ་བཞག་པ་ཙམ་ལས་གཞན་སྤྱི་ཆོགས་དང་རིག་གཞུང་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བསམ་མེད། ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བ་ཁ་ཤིས་ཀྱིས་དུས་རིམ་དེ་ལ་བལྟ་ཡི་ཡོད་ཀྱང་མང་ཆེ་བས་འདས་པའི་སྤྱི་ཆོགས་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་བྱུང་ཆོས་ལ་གཞི་བཞག་ནས་འབྲི་བ་ཞིན་ཡོད། དཔེར་ན། བྱེད་

ཀྲིས་འཛིན་གྲྭ་དུག་པའི་ནང་། རྩོན་པ་དང་མ་ཐུ་མཁན། ཞིང་འབྲོག་གི་འཚོ་བ། གནའ་བོའི་གྲོང་ཁྱིམ། དོགས་སློང་དང་ལྷ་
གྲུབ་བཅས་ཀྱི་སྐོར་ལ་བསྐྱགས་པ་བཞིན་ཡིན་རོ། །



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠ ན་མ་ ༡༢༥༠ བར།

- འོག་བུའི་གོང་ཚད་ཆུང་དུ་བྱིན་ཡོད།
- ཞིང་ཆུ་འབྲེན་པའི་ཆེད་པར་གི་ཡའི་ཆུ་འབྲེན་འབྲུལ་ཆས། ཐགས་འཐག་ཆེད་སྒྲུལ་སྒྲུབ་འཁེལ་བྱེད་ཀྱི་པར་འཁོར།
འཐབ་རྒྱུ་ཆེད་མེ་མཚོན་བཅས་གསར་དུ་ཐོན་ཡོད།
- འིང་བཅད་ནས་ཞིང་ཚོ་བ་དང་། ཉགས་ཚལ་ནང་གནས་སྡོད་བྱེད་མཁན་རྣམས་གནས་སྡོད་ནས་ས་གཞན་དུ་ཞིང་
པའི་འཚོ་བ་སྐྱེལ་འགོ་ཚུགས།
- མངའ་ཁུལ་མང་ཆེ་བར་སོ་སོའི་ས་ཁོངས་དང་། སྐད་ཡིག་རིག་གཞུང་གི་བྱད་ཆོས་སོགས་ཐོན་ཐུབ་ཡོད།



༡༥ གཤམ་གྱི་འི་བ་རྣམས་ལ་ལན་མདོར་བསྐྱས་རེ་བྲིས།

༡༥ མིན་རྒྱུ་ ཨི་ སི་རྒྱུ་ཞེས་པའི་དུས་རིམ་དེ་བ་ཐེར་འབྲི་མཁན་དེས་ཉི་མུ་སྒྲུན་ཞེས་པའི་ཐ་སྐད་དེ་འབྲེལ་བཞིན་བྱེད་
སྤངས་གང་འདྲ་བྱས་འདུག་གཤ།

༢༥ རྒྱ་ནག་གིས་བཅན་འཇུལ་བྱས་ཐེས་པོ་དེ་ཅས་པ་ས་ཁྱོན་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་གོ་ཐབས་བྱེད་བཞིན་ཡོད་དམ།

༣༥ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠ ན་མ་ ༡༢༥༠ བར་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་གང་དང་གང་བྱིན་ཡོད་དམ།

༧ རྒྱལ་ཞེས་རིགས་མཐོང་མཆ་གྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་འགོ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་ཚུགས་ཡོད་དམ།

༥། རྒྱ་གར་ནང་ཁ་ཆེད་ཆོས་ཐོག་མ་སྤྱད་ཁྱབ་སྤེལ་བྱས་སམ།

༩། ཨིན་ཁི་ལོ་རྒྱ་ས་སྤྱ་བ་ཆོས་རྒྱ་གང་གི་ལོ་རྒྱ་ས་དུས་སྐབས་མི་འད་ག་ཆོད་དུ་དབྱེ་ཡོད་དམ། དེ་གཞི་གང་ལ་
བཞག་ནས་དབྱེ་ཡོད་དམ།



ཁ་ཤོས་བཟུང་གྱིས།

༡། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱ་ཆའི་ཡིག་ཆ་ནམས་ཀྱིས་ལོ་རྒྱུས་སྒྲིབ་ཆོར་གནས་ཚུལ་རྒྱས་པོ་སྟོན་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་མེད་སྟོན་གཏོང་རྒྱ་དཀའ་ཁག་ཆེ་བའི་རྒྱ་མཆན་གང་ཡིན་ནམ།

༩། མ་དཔེའི་ཟེན་མེད་གངས་ཀ་དང་སྒྲ་ཁ་ཏ་ཅང་མང་དུ་འགྲོ་དགོས་དོན་གང་ཡིན།

3. རྒྱ་ནག་གིས་ཐོད་ཅེས་པ་ཐོད་རང་ཕྱོད་ས་ཕྱོད་ས་མེར་བཟི་ས་ཁྲུལ་ཁོ་ནར་གོ་ཐབས་མེད་དགོས་དོན་གང་ཡིན།

གཤམ་བཟུང་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པ།

༡། ཡིག་ཚགས་ཁང་གི་ནང་ལ་.....ཉར་ཚགས་བྱས་ཡོད།

3) ཉིན་ལྷན་ (Hindustan) ཞེས་པའི་མ་སྤྱད་དེ་མི་དེང་རབས་ཀྱི་རང་བཅན་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ལ་གོ་དགོས།

༣། དུས་སྐབས་མི་འདྲ་བ་ལ་ས་ཁ་བཟོ་སྒྲུངས་གྱི་.....མི་འདྲ་བ་ཡོད།

༧། དུས་རབས་བར་མའི་ནང་ཞིང་ཆུ་འདྲེན་པའི་ དང་། ཐགས་འཐག་ཆེད་
 འཐག་ཆོལ་ཆེད་བཅས་གསར་དུ་ཐོན་ཡོད།



དེ་ཅིང་གློ་

༡། བྱེད་ཀྱི་དགོ་གན་དང་སྒྲོབ་གྲེ་ཡིག་ཆ་གསུམ་ཁང་ནང་ཡིག་ཆ་ཉར་ཆ་གསུམ་བྱས་ཡོད་དམ། ཡིག་ཆ་དེ་དག་ཉར་
ཆ་གསུམ་བྱེད་དགོས་པའི་སྐྱེ་མཆན་གང་ཡིན་ཤེས་ཐབས་ཀྱོས།

༡༩ ཁྱེད་ཀྱི་པ་མ་དཔལ། རྒྱ་བོ་དང་རྗེ་མཆོག་པོ་སྐུ་ལ་རྟེན་ཅུང་འཚོལ་ཞིག་ཤེད་སྐུ་ཕྱིན་ནལ། སྐུ་ཆ་ནལ་ས་པོ་ཤེད་ཤོས།

༢

རྒྱ་གར་གྱི་དུས་རབས་བར་མའི་དབང་འཛིན་པ།



དེམྱིའི་ས་བབ་ཆགས་ཚུལ།

ཁྱེད་ཀྱིས་ས་ཁྲ་ལ་གཞིགས་ནས་གནས་ཚུལ་ག་རེ་ཤེས་
ཐུབ་ཀྱི་འདུག་གས།

༡། རྒྱ་གར་གྱི་གན་ཇི་ལིག་ཐང་། (Indo-Gangetic Plain)

༢།

༣།

༤།

ཁྱེད་ཀྱིས་ཤེས་གསལ་ལྟར། དེམྱི་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་གན་ཇི་
ལིག་ཐང་། (Indo-Gangetic Plain) སྤྱིང་དུ་ཆགས་ཡོད། དེའི་
ཁུལ་གྱི་ས་རྒྱུ་ས་གཤིན་པོ་ཡོད་པར་བརྟེན་ནིང་ལས་འབེལ་
རྒྱས་ཐད་པན་རྒྱས་ཆེན་པོ་ལྡན་ཡོད།

ཨ་ར་ལ་ལི་རི་རྒྱུད་ (Aravalli Range) ཀྱིས་དེམྱིར་ཕྱིའི་བཙན་འཛུལ་ལས་འགོག་སྲུང་བྱེད་ཆེད་བཙན་རྩོད་གི་
ཚུལ་དུ་གནས་ཡོད། དེ་རྒྱུད་དེའི་བྱག་རྩོད་ཆེན་པོ་རྒྱུ་ས་མཁར་དང་པོ་བྱང་བཟོ་སྐྱོན་ཆེད་མེད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་ཟད།
གཙང་པོ་ཡ་ལུ་ན་བརྒྱུད་དེམྱིའི་ཁུལ་དུ་ཅ་དངོས་དཔོན་འཛིན་ (Transportation) དང་ཆུ་ལྷེད་ངེས་བཞེན་པ་མཁོ་སྤྱོད་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གོང་གསལ་ས་བབ་ཆགས་སྤངས་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་པོ་མང་པོའི་ཡིད་དེམྱིར་མགྲུ་ཡི་ཡོད།

དེམྱིར་དབང་འཛིན།

དུས་རབས་ ༤ པའི་ནང་ཐངས་དང་པོར་དེམྱི་ཁྱོན་ཡོངས་རྟོ་ལྷ་རྒྱལ་པོའི་ (Tomar Kings) མངའ་ཁོག་ཏུ་བསྐྱུས་
ཡོད་པ་དང་། དུས་སྐབས་དེར་དེམྱིའི་མིང་ལ་དེམྱི་ཀ་ (Dhillika) ཞེས་འབོད་ཀྱི་ཡོད། རྟོ་ལྷ་རྒྱལ་པོའི་སྤྱི་ཚུགས་ཀྱི་རྒྱུད་
(Chauhan dynasty) ཀྱིས་དབང་སྐྱུར་བྱས་པ་དང་། བྱེད་པོ་ལྷ་རྒྱལ་པོའི་ (Prithviraj Chauhan) རྟོ་ལྷ་རྒྱལ་པོའི་རྒྱུད་ཀྱི་
རྒྱལ་པོ་མཐའ་མ་དེ་ཆགས་ཡོད། དེར་སངས་གི་ཨམ་གྲུ་ལྷ་ (Afghanistan) ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་ལྷ་རྒྱལ་པོའི་ (Mu-

hammad of Ghor) ཡིས་བྲིན་པའི་ཆེན་མོ་ཉན་པམ་ཉེས་བཅང་ནས་དེ་མིའི་དབང་རྒྱུར་བྱས་པ་དང་། གྲུ་རུབ་ ལུང་ བོན་
ཨཡེ་བག་ (Qutb ud din Aibak) རི་ཁོང་གི་དམག་གྲུ་ཆེན་མོ་ཡིན།

ལྷ་ཡ་རྒྱན་གྱི་མདའ་དབང་རྒྱ་གར་རྒྱལ་མ་ཆེན་ཨོ་ཨོ་ཏ་མ་ཡ་བྱེད་པ་འི་རྒྱུ་།



སྒྲ ༣

༡། ས་ཁ་ ༩ རྣམ་གྲུང་རྒྱུ་རྣམ་འཛིན།

ཕ། བྱུང་རྒྱུ་ས་ཁམས་ཆགས་སྐྱེས་ལ་དམིགས་བསལ་བྱེད་ཆོས་གང་
འདྲག་གམ།



བར་རིས། ༥.༡ སྤྱི་ཏུ་མི་ལ་ཡིས་
གསར་བའོ་བྱས་པའི་ལྷགས་སྒོར།

ཁུ་རུབ་ ཟུང་ དེན་གྱི་རྗེས་ལ་ མྱོ་རུཏ་མིལ་ (Il-
 tutmish) ཡིས་རྒྱལ་སྤྱི་དབུ་རྒྱུ་། ཁོང་གིས་ ཟུལ་
 ཏན་ (Multan) ཡུལ་དང་། ལ་ཏོ་ལྷ་ (Lahore) བརྒྱལ་
 (Bengal) སོགས་ལ་བཅོན་འཛུལ་བྱས། རང་ཉིད་གྱི་
 མངའ་ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་ས་ཁུལ་ཁག་ལ་དབུལ་གྱི་འགོ་
 སྤངས་གཅིག་གྱུར་ཞིག་གསར་གཏོད་མཛད་དེ། རྩ་ཀ་
 (Tanka) དང་། རི་ཏལ་ (Jital) གྱི་སྒྲགས་སྒྲོར་གསར་
 བ་བཟོས་ཡོད། མྱོ་རུཏ་མིལ་ཡི་རྗེས་སུ་ས་ཁུལ་དེའི་སྤྱི་
 དབང་གཙོ་བོ་བལ་བན་ (Balban) གྱིས་ཟིན།

ཡུལ་རྒྱལ་རྒྱལ་པོའི་སྤྱི་དབང་བྱུང་ཆོད།

འིལ་ཇི་ཁུལ་ཁུད་ (The Khalji Dynasty) གྱིས་

ལམ་ལུག་རྒྱལ་རྒྱུད་ (Mamluk Dynasty) གྱི་རྗེས་ལུག་

བཟུང་བ་དེ། **ཨ་ལཱ་ཤིན་ཁིལ་ཇི་** (Alauddin Khalji) རི་ཁིལ་ཇིའི་རྒྱལ་པོའི་ནང་ནས་
 གྲགས་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཡིན། ཁོང་གི་དུས་སྐབས་སུ་རྒྱ་གར་གྱི་ཕྱོ་ཕྱོགས་དང་འུབ་ཕྱོགས་
 གྱི་ས་ཁུལ་ནམས་དེམྱི་སུལ་ཏུ་རྒྱལ་པོའི་མངའ་འོག་ཏུ་བསྐྱས་པ་དང་། **གུར་ཁྱ་** རི་
 (Gujarat) ཁོང་ཆོའི་མངའ་འོག་ཏུ་བསྐྱས་པའི་ས་ཁོངས་དང་པོ་དེ་ཡིན།

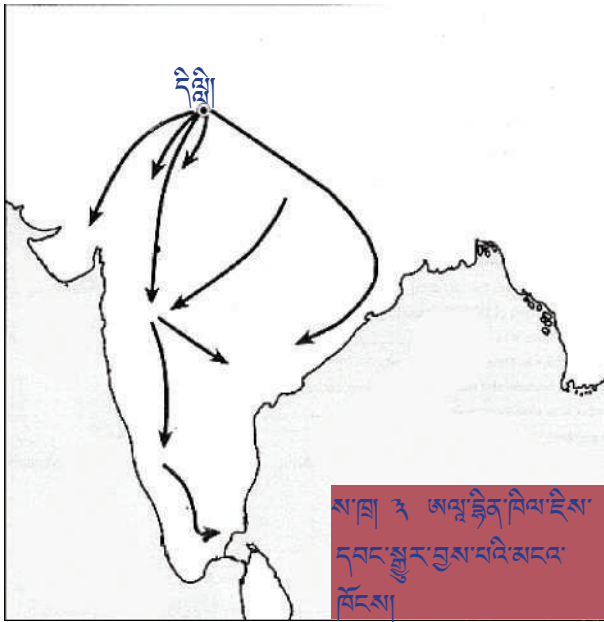
ཁྱེད་ཀྱིས་ས་ཁའི་ནང་མཐོང་བ་བཞིན་གྲུང་རྒྱུ་ཡི་མཚོ་མཁའི་ས་མཆོམས་

(Coastline) རྟི་ས་ཁུལ་དེའི་དམིགས་བསལ་གྱི་བྱང་ཚོས་ཤིག་ཡིན། དེར་བརྟེན་ས་ཁུལ་

དེར་གྲུ་ཁ' (Seaport) ཁ་ལས་བཞེས་ཡོད།

ཨ་ལཱ་ཤིན་ཁིལ་ཇིས་ (Alauddin Khalji) གུང་རྒྱུ་དབང་སྐྱུར་བྱས་པར་བརྟེན་གྱི་ཁ་ནམས་ཁོང་གིས་མངའ་ལོག་
 ཏུ་ཚུད་པ་རེད། ཁོང་གིས་གྲུ་ཁ་ནམས་བརྒྱུད་ནས་ཨི་རག་ནས་ཏྲ་མཆོག་མང་པོ་ནང་ལེན་བྱས་པ་རེད། རྒྱ་མཆོན་དེས་
 རྒྱུ་ཁ་ནམ་ཁོང་གི་དཔག་གི་དབང་ཤུགས་ཆེ་ཏུ་ཕྱིན་པ་མ་ཟད། རྒྱ་གར་གྱི་ལྷོ་ཕྱོགས་དང་བྱུང་ཕྱོགས་གྱི་ས་ཁུལ་ནམས་
 གུང་དབང་སྐྱུར་བྱས།

ཏུག་ལྷག་རྒྱལ་རྒྱུད་ཀྱིས་ཁི་ཁི་རྒྱལ་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུད་འཛིན་པ་བྱས་ཡོད། ལཱ་ཏུམྱཏ་ བིན་ ཏུག་ལྷག་ (Mohamad



གུང་རྒྱ་དབང་ཕྱུང་བྱས་པར་ཨལ་རྟིན་ཁིལ་རིས་དེའི་དམག་གི་སྟོབས་ལུགས་ཆེ་བའི་ལྷར་ཕྱི།

Bin Tughluq) བོ་ཏུག་ལྷ་གྲ་གིས་རྒྱལ་པོའི་ནང་ནས་གཤམ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན། ཁོང་གིས་རྒྱལ་པོ་དེའི་ནས་
དེམ་གྱི་རི་ (Devagiri) རུ་འཛིན་སྐྱོང་ཚགས་ཚུད་ཡོང་བའི་ཕྱིར་གནས་སྟོབས་པ་མ་ཟད། གནས་དེའི་མིང་
ལ་རྟོ་ལ་ཏ་སྐྱ་ (Daulatabad) ཞེས་བཏགས། ཁྱེད་ཀྱིས་ས་ཁོང་ནང་དུ་གཞིགས་དང་། རྟོ་ལ་ཏ་སྐྱ་ཞིག་གིས་ཆེ་བའི་
མངའ་སྡེའི་དཀྱིལ་དུ་ཆགས་ཡོད་པ་མཐོང་ཐུབ། ཁོང་གིས་རྒྱལ་པོ་དེའི་ནས་རྟོ་ལ་ཏ་སྐྱ་ལ་གནས་སྟོབས་ནས་རྒྱ་



སྤལ་ཏུན་ཨིལྱུ་ཏ་མི་ཤེས་སྤལ་མོ་རང་ལྷ་ཕྱི་ལོ་ ༡༣༣༦ ལོར་ཁོང་བཀོད་དེ། མཆོན་ལ་སྤལ་ཏུན་རང་ལྷ་
ཞེས་གསོལ། ཁོང་མོས་སྤལ་ཏུན་གྱི་མཆོན་གནས་བཞེས་རྗེས། བུད་མེད་ཀྱི་གནས་བབ་དང་གདོང་
གཤོག་སོགས་དོར་ཉེ་སྤེམ་པའི་ཆས་སྤྲས་ནས། ཞིང་གི་དབུ་ཁྱེད་གནང་། ཁོང་མོའི་དུས་སྐབས་ཀྱི་
བྱུང་རབས་སྤྱི་བ་མིན་རྒྱུང་ (Minhaj-i Siraj) ཞེས་བསམ། སྤལ་ཏུན་རང་ལྷ་ཞི་ཁོང་གི་སྤུན་

མཆེད་སྤེམ་པ་ནམས་ལས་འཛོན་མང་ཏ་ཅང་ཆེ་བའི་སྐོར་བཀོད་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྐབས་དེའི་སྤེམ་པ་ནང་བུད་མེད་ལ་སྤེམ་པ་
ལྷར་ཐོབ་མང་དང་རྒྱས་པ་གཅིག་མཆོངས་སུ་ཡོད་པར་ངོས་འཛིན་གྱིད་མཁན་དཀོན་པས། ཏུ་ཞིའི་མི་དག་ཆོས་ཁོང་ཆེད་སྤེམ་པ་
མེད་ཅིག་གིས་དབང་ཕྱུང་གྱིད་པར་འདོད་སྟོབས་ཁོངས་པར། ཕྱི་ལོ་ ༡༣༤༠ ལོར་ཁོང་མོར་ངོ་ཚོལ་བྱས་ཏེ་ཁྱིལ་ས་མག།

ཨིལྱུ་ཏ་མི་ཤེས་གསར་བཟོ་གནང་བའི་རམ་ཀའི་ཐོག་ཁོང་མོ་ཞི་སྤལ་ཏུན་ཨིལྱུ་ཏ་མི་ཤེས་སྤལ་མོ་ཡིན་སྐོར་བཀོད་ཡོད་ཀྱང་།
ཏུ་ཞིའི་མི་དག་སོགས་ཀྱིས་ངོ་ཚོལ་བྱས་ནས་ཁྱིལ་ས་བབ་པའི་གནས་ཚུལ་ཐོན་རྗེས། རྒྱལ་པོ་གཤམ་གྱི་གནས་བབ་ལ་འང་ལུགས་
ཕྱོད་ཐེབས། དཔེར་ན། སྤང་རྒྱལ་(དེང་སྐབས་ཨན་དར་རྒྱལ་པོ་ཁོངས་)་ཀཱ་ཀཱ་ཏི་ཡ་རྒྱལ་རྒྱུད་ (Kakatiya Dynasty) ཀྱི་རྒྱལ་མོ་
རུད་རྒྱལ་ དེ་མི་ (Rudrama Devi) ཞེས་བསམ་རང་གི་རམ་ཀའི་ཐོག་མིང་རྒྱལ་མ་ཐེས་ནས། རང་ཉིད་སྤེམ་པ་ཞིག་ཡིན་ཁྱལ་བྱས་ཡོད།

གར་གྱི་མངའ་ཁུལ་ཚང་མར་འཛིན་སྤྱོད་སྤྱི་བཟོན་ཞིག་ཡོང་བར་སྐྱེས་ཡང་། དེས་ཕན་རུས་མེད་པར་ཤེས་ཏེ་ཐག་གཅོད་
དེ་ཕྱིར་འཕྲུལ་བྱེད་དགོས་བྱུང་། ཏུག་ལཱ་ག་རྒྱལ་རྒྱུད་ཀྱི་ཤུལ་འཛིན་མཁན་**སེལཱ་** (Sayyid) དང་། **ལོ་དྲོ་** (**Lodi**) རྒྱལ་རྒྱུད་
ནུམ་ས་སྟོབས་ཤུགས་ཞན་སྟབས་ཏུག་ལཱ་ག་རྒྱལ་རྒྱུད་ཤུལ་འཛིན་དེ་སྤྱི་ཁ་ཆེའི་རྒྱལ་པོའི་དབང་ཤུགས་ཉམས་གཏུང་དུ་འགོ་
འགྲོཅ་ཚུགས་ཡོད།

ཐུག་ལཱ་གྱིས་དེ་སྤྱིར་དབང་སྐྱོར་བྱས་པ། (Delhi Under Mughal Rule)



ཕར་རིས། ༥་ན པ་ནི་སྤྱོད་དམག་འཐབ།

ཕྱི་ལོ་ ༡༥༡༩ ལྷ་ ༩ ཚེས་ ༡༩ ཉིན་ཐུལ་ཏུན་གྱི་
རྒྱལ་པོ་**ཨི་བླཱ་ཏི་ལོ་རྟེ་** (Ibrahim Lodi) དང་། ཨམ་གྲཱ་རྟེ་
སྐྱོན་ནང་ཡོད་པའི་**ཀཱ་བུལ་** (Kabul) གྱི་རྒྱལ་པོ་**བུབར་**
(Babur) གཉིས་དབང་དེ་སྤྱིའི་ཉེ་འབྲེལ་**པ་ནི་སྤྱོད་** (Panipat)
རུ་དམག་འཐབ་བྱས།

བུབར་གྱི་དམག་མི་ཚོར་དམག་གི་ལག་ཆ་མེ་
སྤྱོགས་དང་མེ་མདའ་ཡོད་པས། ཁོ་ཚོས་ཨི་བླཱ་ཏི་ལོ་
རྟེ་ཡི་དམག་ནུམ་ས་དཀའ་ཁག་མེད་པར་ཕམ་ཉིས་བཏང་།
དེ་ནས་བུབར་གྱིས་ཐུལ་ཏུན་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་འཕྲོག་པ་དང་།
ཐུག་ལཱ་གྱིས་དབང་འཛིན་གསར་པ་བྱས་ཏེ་རྒྱལ་ས་དེ་སྤྱི་
རུ་གནས་སྟོབས། ཐུག་ལཱ་གོང་མ་ནི་སོག་པོའི་རྒྱལ་པོ་
ཇིང་གི་སེ་ལྷན་ (Genghis Khan) དང་། **ཨི་རན་གྱི་རྒྱལ་**
པོ་ཏེ་ཐུར་ (Timur) གྱི་རྒྱུད་པ་ཡིན་པས། ཨི་ཤི་ཡའི་
སྤྱིར་ཆེན་ནང་སྟོབས་ཤུགས་ཆེ་བའི་གྲགས་ཅན་དཔལ་པོ་
གཉིས་ཀྱི་རྒྱུད་པ་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱལ་རྒྱུད་ཅིག་ཡིན།

ཨག་བུར་གྱི་མངའ་ཐང་རྒྱ་སྐྱོད་བྱས་ཚུལ།

བུབར་གྱིས་ཐུག་ལཱ་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་བུབར་བ་དེ་རིམ་བཤུགས་རྒྱ་སྐྱོད་བྱས་ཡོད། དེའི་ནང་གཙོ་བོ་**ཨག་བུར་** (Akbar)



གྲིས་བྱས་རྗེས་ཆེན་པོ་བཞག་ཡོད།

ཨག་བྱར་གྲིས་ཁ་ཆེད་ཆོས་པ་དང་དམག་དཔོན་རྣམས་ལ་ཡིད་ཆེས་དེ་ཙམ་མ་གནང་བར། རྒྱུ་ཏུ་དང་ཉི་མའི་དབར་མཇེལ་འབྲེལ་གང་ཟབ་བཅུག་ས། ཟུག་ལ་གོང་མའི་བྱིས་རྒྱུད་དང་རྒྱུ་ཏུ་ཡི་ནང་མའི་དབར་གཉེན་འདུན་གྱི་འབྲེལ་བ་བཅུག་ས་པ་མ་ཟད། ཁོང་རང་ཉིད་གྲིས་ཉི་མའི་རྒྱལ་པོའི་སྤྱི་མོ་མང་པོ་བཅུན་མོར་བཞེས་པས། ཉེ་འབྲེལ་མཇེལ་གྲོགས་གྱི་སྲིད་བྱས་དེས་མངའ་ཐང་རྒྱ་སྐྱེད་དང་། རྒྱལ་སྲིད་བཞུན་པོ་འཛུགས་རྒྱུ་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་།

ཨག་བྱར་གྲིས་རྒྱ་གར་འདི་ཉིད་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་གཅིག་ལ་ངོས་འཛིན་གྲིས། རྒྱ་གར་ཡོངས་རྫོགས་ལ་དབང་སྐྱུར་བྱེད་པའི་སྲིད་བྱས་བཟུང་། ཨ་རབ་དང་ཡུ་རོབ་ཡུལ་ལུང་ཁག་ལ་ཆོང་འབྲེལ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་གུར་རྒྱུ་མངའ་ཁུལ་དང་། ལྷོ་ཕར་ཨེ་ཤི་ཡ་དང་རྒྱ་ནག་སོགས་ལ་ཆོང་འབྲེལ་བཟང་བའི་བརྒྱལ་ལ་དབང་སྐྱུར་བྱས། དེ་ནས་རྒྱ་གར་དབྱུས་དང་ཨ་པ་གཞི་སྐྱོན་ས་གནས་**ཀི་རྒྱུར་** (Kandahar) དབང་དུ་བསྐྱུས་ཏེ། དབྱུས་ཨེ་ཤི་ཡ་དང་པར་ཤི་ཡུ་ (དེང་སང་གི་ཨེ་རན་ཡིན) ལྷན་དུ་འབྲེལ་ལམ་བཅུག་ས། དེ་རྗེས་རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་ཁུལ་དུ་འང་དབང་སྐྱུར་བྱས་ཏེ། འཕགས་ཡུལ་གྱི་མངའ་བདག་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་བྱུང་།



ས་ཆ་ཞིག་གི་ཆགས་སྐྱེད་སྲིད་བྱས་ཀྱི་ཆེན་པས་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་དབུ་འཕྲོར་དང་སྐྱེད་སྐྱོབ་སོགས་ལ་ཁུད་པར་གང་འགོ་ཡི་ཡོད་དམ། བོད་གྱི་སའི་ཆགས་སྐྱེད་སྲིད་བྱས་གང་འབྲེལ་ཞིག་ཡོད། བོད་གྱི་སའི་ཆགས་སྐྱེད་སྲིད་བྱས་ཀྱི་ཆེན་པས་དབུ་འཕྲོར་ཡར་རྒྱས་དང་སྐྱེད་སྐྱོབ་བཅུན་པོ་ཡོང་བུ་གྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག་གམ།



ཡུག་ལ་གོང་མ་རིམ་བྱོན།

གྲགས་ཆའི་དོན་ཁྱེན།

སུབར། (Babur) ༡༥༡༦-༡༥༣༠

ཕྱི་ལོ་ ༡༥༡༦ ལོར་སྐྱེ་བའི་དམག་འཁྲུག་ནང་ཨིབ་ཀྲེན་ལོ་དྲུ་པམ་ཉེས་སུ་བཏང་།
ཕྱི་ལོ་ ༡༥༡༧ ལོར་ཁྲན་སྐྱ་གཡུལ་ས་རུ་རྒྱུ་རྒྱུ་དམག་དབུང་ཆམ་ལ་པག་
ཕྱི་ལོ་ ༡༥༡༩ ལོར་རྒྱུ་རྒྱུ་གཡུལ་ས་རུ་རྒྱུ་རྒྱུ་དམག་དབུང་ཆམ་ལ་པག་རྒྱུ་
དང་ཞུག་རྒྱ་སོགས་ལ་དབང་སྐྱོར་བྱས།

ཏུམ་ཡུམ། (Humayum) ༡༥༣༠-༡༥༤༠། ༡༥༥༥-༡༥༥༦

ཏུམ་ཡུམ་ནི་སུབར་གྱི་བུ་ཆུན་པ་ཡིན་ཞིང་། པ་ནི་སྐྱ་དང་ཁྲན་སྐྱ་དམག་འཁྲུག་ནང་ཞུགས། པ་དམ་
པའི་བཀའ་དགོངས་ལྟར་གཅེན་གཞུང་རེར་མངའ་སྡེ་རེ་བཀོས་ནས། རང་རང་གི་མངའ་སྡེ་མིང་
སྤོང་གི་འགན་ཁུངས། འོན་ཀྱང་ཁོའི་གཞུང་པོ་མི་རྒྱུ་ཀློན་ (Mirza Kamran) གྱི་རྒྱུ་འགལ་
མིང་རྩས་ལ་བརྟེན། ཤེར་ཁྲན་གྱི་བཅན་འཇུ་ལ་འོག་པམ་ཉེས་བྱུང་ནས། ཏུམ་ཡུམ་ཨི་རན་དུ་བཅན་
བྱོལ་ལ་འཕྱོད་གོས་བྱུང་།

ཨི་རན་ནང་སྐྱུ་མེད་ཤ་ (Safavid Shah) ཡི་རྒྱུ་སྤོང་འོག་སྤོངས་འཁྲུག་སྐྱོར་གསོ་བྱུང་། ཕྱི་
ལོ་ ༡༥༥༥ ལོར་བསྐྱར་དུ་དེ་མིང་དབང་སྐྱོར་བྱས་ཀྱང་། དེའི་ཕྱི་ལོར་འདས་བྱུངས་སུ་གྱུར།



ཨ་ག་སུར། (Akbar) ༡༥༥༦-༡༥༨༥



ཕྱི་ལོ་ ༡༥༥༦ ལོར་པ་ནི་སྐྱ་དམག་འཁྲུག་གཉིས་པའི་ནང་བེར་མ་ཁྲན་ (Bairam Khan) གྱི་
རོགས་སྤོང་འོག་ཏེ་སྐྱ་དང་དམག་འཁྲུག་བྱས་ནས། ཏེ་སྐྱ་པམ་ཉེས་བཏང་། དམག་འཁྲུག་མཐུག་
བསྐྱེལ་རྗེས་བེར་མ་ཁྲན་གྱི་འགན་ཁུངས་ཆབ་སྤྱི་ཏེ་འགན་ཚང་མ་སྤངས་ཏེ། ཡུག་ལ་གྱི་མིང་དབང་སྐྱོར་
བཏང་བཅོས། ཨ་ཁེ་མེད་དང་། སྐལ་ལྷ་སོགས་ལ་དབང་སྐྱོར་བྱས་ཏེ་མངའ་རིས་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱེད།
ཕྱི་ལོ་ ༡༥༥༠-༡༥༥༥ ལོ་བར་གྱུར་རྒྱུ་དང་། བེ་རྒྱུ་ བསྐྱེལ། ཨི་རི་ས་བཅས་ལ་དབང་སྐྱོར་བྱས།
ཕྱི་ལོ་ ༡༥༥༥-༡༥༨༥ ལོ་བར་གཤེད་སོགས་རྒྱ་གར་རྒྱུ་བྱུང་ལུང་དང་། ཨ་པ་གྲུ་སྐྱ་སྐྱ་གྱི་ས་
གནས་ཀློན་ (Qandahar) དབང་དུ་བསྐྱེད།
དེ་རྗེས་ཕྱོད་ཕྱོགས་ཁྲན་དེལ་ (Khandesh) དང་བེ་རྒྱུ་ (Berar) ཨ་ཁེ་མེད་ན་གར་ (Ahmad-
nagar) གྱི་ཆུ་ཤས་འགལ་ཞིག་ལ་དབང་སྐྱོར་བྱས།
དེ་ལྟར་ཨ་ག་སུར་ནི་འཕགས་ཡུལ་གྱི་ས་ཆ་པལ་ཆེ་བའི་མངའ་བདག་ཆེན་མོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར།

ཨག་ལྷར་གྱི་འཛིན་སྤྱོད་སྤྱི་དབྱུང་།

ཐུག་ལ་གོང་མ་ཆེན་མོ་ཨག་ལྷར་གྱི་འཛིན་སྤྱོད་སྤྱི་དབྱུང་ནི་མིག་དཔེར་འོས་པ་ཞིག་ཡིན། ཁོང་གིས་གོང་མའི་
རྒྱལ་ཁབ་ས་དེ་མངའ་སྡེ་མང་པོར་བགོས་པ་དང་། མངའ་སྡེ་དེ་དག་གཞུང་ཆེ་ཆུང་དུ་མར་བགོས། གཞུང་དེ་དག་གྲང་རྫོང་
ཁག་ལ་བགོས་པ་དང་། རྫོང་ཁག་དེ་དག་གོང་གསེབ་རིམ་པར་བགོས་ནས་འཛིན་སྤྱོད་བྱས།

ས་གནས་དཔོན་རིགས་ (Mansabdars)

རྣམས་ས་གནས་གཅིག་ལ་ཡུན་རིང་བཞག་ཆེ། སྟོབས་ཆེན་པོར་འགྲུར་
བ་དང་། མི་མང་ལ་གཞོད་པར་དོགས་ནས། ས་གནས་གཅིག་ལ་མ་
བཞག་པར་གནས་སྟོ་ཡང་ཡང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ཆིག་

༡། ཁང་བཞེད་རིག་པ། Architecture

༢། བྱིས་པའི་གཉེན་སྲིག་ Child Marriage

གསལ་

༣། མཚོ་མཁའི་ས་མཆེན་པ། Coastline

ཨག་ལྷར་གྱིས་གནས་སྤྱོད་ཀྱི་ཁྲུ་ (Pilgrimage Tax) དང་།

རྩི་ཡུ་ (Jizya) ཟེར་བའི་ཆོས་ཁྲུ་མེད་པར་བཅོས་པ་དང་། ཉི་མུ་དང་

ཡེ་ཤུ་སོགས་ཆོས་ལུགས་གཞན་ལ་རང་དབང་དང་ཐོབ་ཐང་འདྲ་མཉམ་སྤྲད། ཁོང་གིས་ཀུན་བྱུང་ཞི་བདེ་ (Sulh-i kul)
ཞེས་པའི་ལྟ་བ་བརྒྱུད་བསྐྱུགས་བྱས་ནས། སྤྱི་ཚོགས་ནང་རིགས་རྩ་དང་ཆོས་ལུགས་དབྱེ་འབྱེད་བྱེད་པའི་སྟོལ་ངན་
སྟེལ་མི་ཆོག་པར་བཅོས། དེ་བཞིན་བཅན་དབང་གིས་ཁ་ཆེད་ཆོས་ལུགས་སུ་བསྐྱར་བའི་ལམ་སྟོལ་རྣམས་མེད་པར་
བཅོས་པ་དང་། དེ་སྔ་བཅན་དབང་གིས་ཁ་ཆེད་བསྐྱར་བ་རྣམས་སྤྱི་མཉམ་ཆོས་ལ་ཞུགས་ཆོག་པ། ཉི་མུའི་ཆོས་པར་གྱུས་
བཅེ་དང་ཁོང་ཆེད་ལམ་སྟོལ་ལ་ངོས་འཛིན་གནང་བྱིས། རྒྱལ་པོའི་ཐབས་ཆ་དང་སྤྱི་མཉམ་པ་བཅོས་མི་ཆོག་པའི་བཀའ་གནང་།
བྱིས་པའི་གཉེན་སྲིག་ (Child Marriage) ཅས་བྱིས་པ་ན་ཆོད་མ་ཟེན་གོང་གཉེན་སྲིག་སྟོལ་དང་། ཉི་མུའི་བྱུང་མེད་རྣམས་
ཁྱོ་ག་འདས་རྗེས་ཕྱང་པོ་དང་ལྷན་དུ་གསོན་སྟེག་བྱེད་པའི་ས་རྒྱ་ལུགས་སྟོལ་ (Sati System) ཡང་མེད་པ་བཅོས་པས།
མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁོང་ལ་ཨག་ལྷར་ཆེན་པོ་ (Akbar-e-Azam) ཞེས་མཛོན་པར་བསྟོད།

མངའ་ཐང་ཉམས་བྱུང་།

ཨོ་རྩིག་རྩེ་གི་སྐྱབས་ཐུག་ལ་གོང་མའི་མངའ་རིས་རྒྱ་ཆེ་ཤོས་སུ་སྟེབས་ཡོད་ཀྱང་། སྔར་ཨག་ལྷར་སྐྱབས་ཀྱི་
འཛིན་སྤྱོད་ལམ་སྟོལ་རྣམས་ལག་བསྟར་མ་བྱས་པ་མ་ཟད། ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱི་དབྱུང་གྲང་བཅོད་བསྐྱར་དང་ཞི་མ་ཐུན་མཉམ་
གནས་མེད་པར་དམ་བྱ་ཤུགས་ཆེན་བྱས་རྒྱུ། ས་ཁུལ་གང་ས་ནས་ངོ་མོག་པའི་འགོ་བཙུགས།

སྟོ་ཕྱོགས་མར་ཁྲའི་རྒྱལ་ཁབ་ས་དབང་དུ་བསྐྱར་བར་ཨོ་རྩིག་རྩེ་གིས་ལོ་ངོ་ཉི་ཤུ་ཙམ་བཏང་ཡང་། ཨོ་རྩིག་རྩེ་གི་
གོང་ས་རྗེས་མར་ཁྲའི་རྒྱལ་ཁབ་སྟོབས་ཆེན་པོར་གྱུར་ནས་ཐུག་ལ་གྱི་ཁ་གཏད་དུ་ལངས། དེ་བཞིན་རྒྱུ་དང་སིག་མི་
རིགས་ཀྱིས་སྟོགས་གང་ས་ནས་ངོ་མོག་བྱེད་ལངས་བྱས།

ཨོ་རྩིག་རྩེ་གི་གོང་ས་རྗེས་ཁོའི་རྒྱལ་སྤྱོད་འཛིན་སྤྱོད་ལ་མ་འཆམ་པས། བྱ་སྐྱུག་ནང་ཁུལ་འབྲུག་ཅོད་ཤོར་བ་

དང་། མཐར་ཐུང་པོ་ (Bahadur Shah) ལ་རྒྱལ་ཁབ་ཐོབ་སྟེ་སྲིད་བསྐྱུངས་ཀྱང་། རིང་པོར་མ་སོན་པར་ཆེ་ལས་འདས། དེ་རྗེས་བུ་སླག་ནང་ཁུལ་དབང་ཆ་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་ནང་འཁྲུག་བྱུང་བ་དང་། ཟུག་ལ་གོང་མའི་མངའ་ཁུལ་གང་ས་ནས་གྲུན་ལངས་བྱས་པ། ཨི་རན་དང་ཨ་པ་གླན་སོགས་ཕྱི་རྒྱལ་གྱིས་བཙན་འཛུལ་སོགས་ལ་བརྟེན། རིམ་བཞིན་མངའ་ཐང་ཉམས་སྐྱོད་བྱུང་གོ། །

རྒྱ་གར་ཕྱོ་ཕྱོགས་དང་རྒྱལ་ཕྱོགས་ཁུལ་གྱི་དབང་འཛིན་པ་ཆེ་ཁག

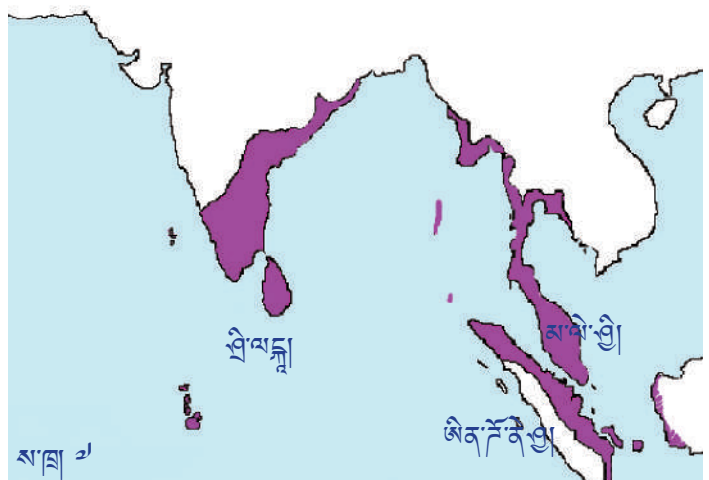
གོང་དུ་ང་ཚོས་དུས་རབས་བར་མའི་དེ་མའི་དབང་འཛིན་པ་ཚོའི་སྐོར་བསྐྱུགས་ཟིན། གཤམ་ལ་རྒྱ་གར་ཕྱོ་ཕྱོགས་དང་རྒྱལ་ཕྱོགས་ཁུལ་གྱི་དབང་འཛིན་པ་ཆེ་ཁག་དོས་བྱུངས་དང་།

རྒྱལ་རྒྱུ། (Kingdom)	ས་ཁུལ། (Region)
ཚོལ། Chola ཕྱི་ལྷ་ན་གར། Vijayanagara བན་མ་ནི། Bahmani	རྒྱ་གར་ཕྱོ་ཕྱོགས། Southern India
མར་ཐ། Maratha	རྒྱ་གར་རྒྱལ་ཕྱོགས། Western India

ཅོ་ལའི་རྒྱལ་གཞིས། (Chola Kingdom)

དུས་རབས་དགུ་པའི་ནང་ཅོ་ལའི་རྒྱལ་རྒྱུད་ཀྱི་དབང་ཐང་རྒྱ་ཁྱབ་དུ་ཕྱིན་ཡོད། རྒྱ་རྒྱུ་ཅོ་ལ་ (Rajendra Chola) དང་། རྒྱ་རྒྱུ་ཅོ་ལ་ (Rajendra Chola) གཉིས་ནི་ཅོ་ལའི་རྒྱལ་ཐོའི་ནང་ནས་གྲགས་ཆེ་བའི་གས་ཡིན།

ཅོ་ལའི་རྒྱལ་རྒྱུད་སྐབས་མཆོ་དམག་ལ་མཁས་ཤིང་། ཁོང་ཚོའི་དབང་རྒྱུད་ཕྱི་རྒྱལ་ཁབ་མ་ལ་ཤི་ཡ་ (Malaysia) དང་། ཨིན་ཏོ་ནི་ཤི་ཡ་ (Indonesia) བཙས་ལ་ཁྱབ་སྐྱོང་ཡོད།



ས་ཁུལ་གཞིགས་ནས་རྒྱལ་ཁབ་གང་དང་གང་ཅོ་ལའི་མངའ་ཁོངས་སུ་ཚུད་ཡོད་པ་དོས་འཛིན་གྱིས།

རྒྱལ་སྐུ་དེའི་མངའ་འོག་ཏུ་ཐུ་ཁ་སུམ་བརྒྱ་དང་། ཐུ་ཁ་གཅིག་གི་ཆེ་ཆུང་ནི་གཤམ་གཤམ་ (Calicut) དང་
མཉམ་ཞིང་། ཟླ་དོ་གསུམ་ཙམ་འགྲུལ་བཞུད་བྱེད་དགོས་པའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་ས་ཁོངས་ཡོད། མངའ་ཁོངས་དེའི་
ས་ཆ་པལ་ཆེ་བར་ཞིང་ས་འདེབས་ལས་ལ་ས་གཞི་ཏུ་ཅང་གཤིན་པོ་ཡོད་པ་དང་། འབྲུམ་སྤྲུག་གཅིག་ཙམ་གྱི་
དཔུང་དམག་ཡོད།

ཨབ་རུར་ ར་རྫོག་ (Abdul Razzaq)

ཕྱི་རྒྱལ་ན་གར་གྱི་རྒྱལ་གཞིས། (Vijayanagara Kingdom)

གོང་གི་བརྗོད་པ་འདི་ནི་པར་ཤི་ཡའི་འགྲུལ་པ་ཨབ་རུར་ ར་རྫོག་ (Abdul Razzaq) གི་འགྲེལ་པ་ལས་ལུང་འདྲེན་
བྱས་པ་ཞིག་ཡིན། བྱེད་གྱི་བརྗོད་པ་དེ་ལས་གནད་དོན་གང་ཉོགས་སྤྱབ་སོང་།

དཔེར་ན།

༡། ཕྱི་རྒྱལ་ན་གར་ནང་ཐུ་ཁ་མང་པོ་འདུག

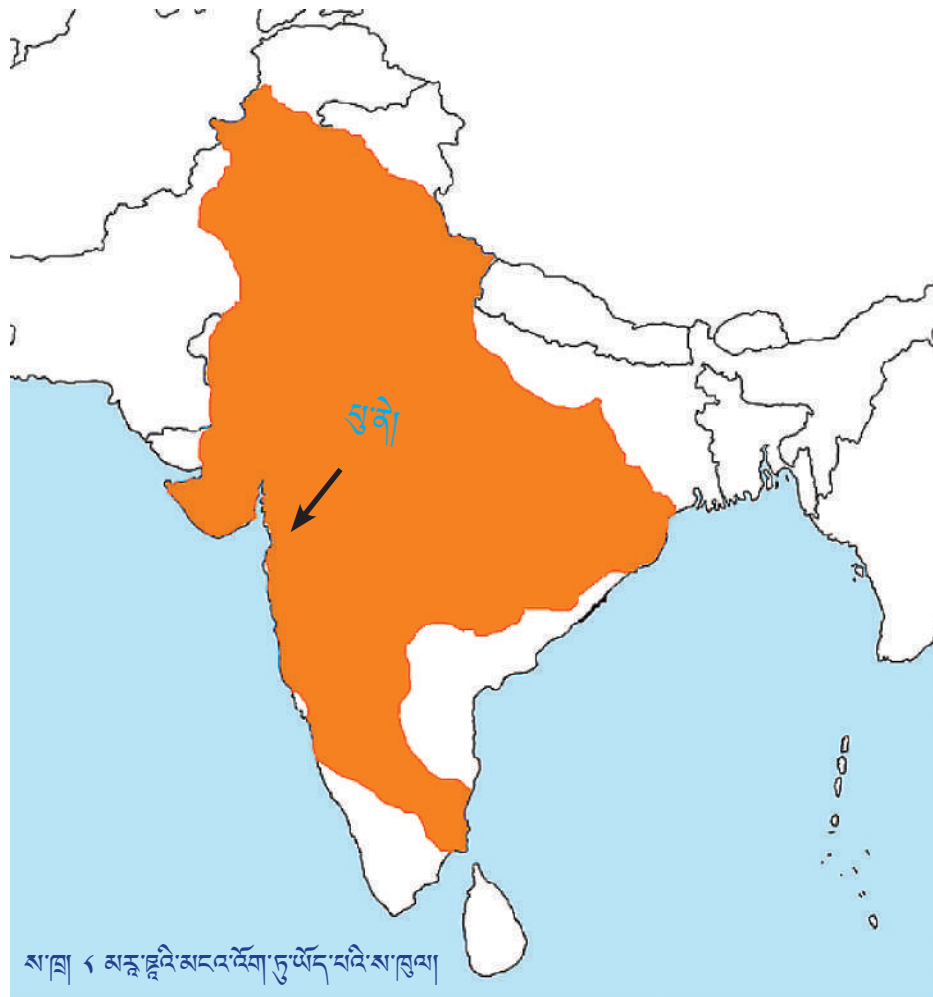
༢།

༣།

དུས་རབས་ ༡༥ ནང་གི་ཏཱ་རི་ཏར་དང་བུཊ་ (Harihara and Bukka) གཉིས་ཀྱིས་ཕྱི་རྒྱལ་ན་གར་རྒྱལ་སྤིང་
བརྒྱུད་ཡོད། གྱི་ཕུ་རྟེ་མ་ རྫ་ཡ་ (Krishnadeva Raya) བོ། ཕྱི་རྒྱལ་ན་གར་ (Vijayanagara) གྱི་རྒྱལ་པོ་གྲགས་ཆེ་བ་ཞིག་
ཡིན།

བར་མ་ནི་རྒྱལ་གཞིས། (Bahmani Kingdom)

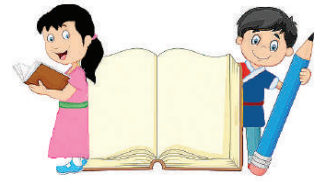
ཨུ་ལ་རྟེན་ ཏཱ་སན་ རྩ་མཉ་ ལུ་ཏ་ (Alauddin Hasan Bahman Shah) བོ་བར་མ་ནི་རི་རྒྱལ་སྤིང་ཅ་འཇུགས་གནང་
མཁན་དེ་ཡིན། ཏུན་ག་རྩ་བ་ (Tungabhadra) དང་གྱི་ཕུ་ (Krishna) རྒྱུག་ཆུའི་བར་གྱི་ས་ཁུལ་རལེ་ཅུར་ (Raichur) བོ་ས་
གཞི་གཤིན་པོ་ཡོད། ས་དེའི་མིང་ལ་རྒྱ་གར་ལྗོ་ཕོ་གས་ཀྱི་འབྲས་པོར་ (The Rice Bowl of South India) ཞེས་ཟེར། ས་
ཁུལ་དེའི་བདག་འཛིན་བྱེད་ཆེད་བར་མ་ནི་དང་ཕྱི་རྒྱལ་ན་གར་གཉིས་བར་དམག་འཁྲུག་ཡང་ཡང་ཤོར་གྱི་ཡོད།



མར་ཁུ་ཁྲུའི་རྒྱལ་གཞིས། (Maratha Kingdom)

དུས་རབས་ ༡༥ རྒྱུ་མར་ཁུ་ཁྲུའི་དབང་ཐང་རྒྱ་ཁྲབ་ཏུ་སྤྱིན་ཡོང། མར་ཁུ་ཁྲུའི་ས་ཁུལ་གྱི་སའི་ཆགས་དབྱིབས་ཀྱི་རྒྱུན་བས་ཁོང་ཆོའི་དབང་ལུགས་རྒྱ་སྐྱེད་གཏོང་བྱས་ཡོང། **མིན་ཏུ་སཏ་པུ་ར་** (Vindhya -Satpura) རི་རྒྱུད་དང་། **ནམ་ཏུ་དང་ཏུ་པི་** (Narmada and Tapi) གཙང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་མར་ཁུ་ཁྲུའི་ས་ཁུལ་ས་ཆ་གཞན་ལས་ལོགས་སུ་འབྱེད་བྱས་ཡོང། དེར་བརྟེན་ཁོང་ཆོ་རང་བཞིན་གྱི་བཙན་རྒྱུ་ཞིག་ཆགས་ཡོང། མར་ཁུ་ཁྲུའི་སྐད་ཡིག་དང་ཚེས་ཡིག་གི་རྒྱུན་བྱས་ནས་ཁོང་ཆོའི་བར་ལ་ཆེག་སྤྱོད་གྱི་ཆོར་བ་ཞིག་བསྐྱུག། **ཤེས་ཤིན་** (Shivaji) རི་མར་ཁུ་ཁྲུའི་རྒྱལ་གཞིས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་གྲགས་ཆེ་ཤོས་དེ་ཡིན། མར་ཁུ་ཁྲུའི་མཆོ་དམག་དང་ས་དམག་གི་དབྱུང་སྟོབས་ཆེན་པོ་ཡོད་པས། ཁོང་ཆོའི་མངའ་ཐང་ཡང་ཏ་ཅང་རྒྱ་སྐྱེད་བྱེད་བྱས་ཡོང། **ཕུན་པེ་** (Pune) རི་མར་ཁུ་ཁྲུའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་ས་ཡིན།

ལྷོ་ཆ་ན།



ག། བཤམ་གྱི་དྲི་བ་ཁག་ལ་ལན་མདོར་བསྡུས་རེ་གྲིས།

- ༡། ཀྱ་ཏུབ་ ལྷན་ རིན་ ཨལེ་བག་གིས་དབང་རྒྱུར་བྱས་པའི་རྒྱལ་རྒྱུད་དེའི་མིང་ལ་གང་ཟེད།
 ༢། སྤལ་ཏུན་རྒྱལ་རྒྱུད་ཅེས་འཛོད་དགོས་དོན་གང་ཡིན།
 ༣། ལྷི་ཏུཏ་མིའལ་ཡིས་རྒྱལ་སྲིད་བཟུང་ནས་ས་ཁུལ་གང་དང་གང་ལ་བཅན་འཇུལ་བྱས་ཡོད་དམ།
 ༤། དངུལ་གྱི་འགོ་སྟངས་གཅིག་རྒྱུར་ཡོང་བའི་གསར་གཏོད་གང་དང་གང་གནང་ཡོད་དམ།
 ༥། ཨལ་རྟེན་ཁིལ་རིའི་དུས་སྐབས་སུ་རྒྱ་གང་གྱི་ས་ཁུལ་གང་དང་གང་མངའ་ཁོངས་སུ་བསྐྱུས་ཡོད།
 ༦། དེསླེའི་ཉེ་འབྲེལ་པའི་སྤྱད་དུ་སྤྱོད་དབང་དམག་འཐབ་བྱས་ཡོད།



ཁ་ཤིས་ལོ་འགྲིལ་བ་ལ་རྟགས་རྒྱུ་བ།

- ༡། དེལྷིའི་མིང་གཞན་ནི།
 ༡། དེལྷི་ཀ ༢། དེལྷི་གསར་པ། ༣། དེལྷི་རྩིང་པ།
 ༢། གུ་རུབ་ ལུ་དེན་གྱི་རྩེས་ལ་རྒྱལ་སྤིང་འཛིན་མཁན་ནི།
 ༡། ལྷི་རུཏྟ་མིལ ༢། བལ་བན། ༣། ལུ་རྩིན་བིལ་ཇི།
 ༣། ལལ་ཇིའི་རྒྱལ་པོའི་ནང་ནས་བྲགས་ཆེ་ཤོས་ནི།
 ༡། ལུ་རྩིན་བིལ་ཇི། ༢། ལུ་རྩིན་ བིན་ རུག་ལུ་ཀ ༣། ལྷི་རུཏྟ་ ལ་ རུ་གལ་ཀ
 ༤། མརྩ་རྩིང་རྒྱལ་གཞིས་གྱི་རྒྱལ་པོ་བྲགས་ཆེ་ཤོས་ནི།
 ༡། ལུ་ལ་རྩིན་ ཏ་སན་ ལྷ་མཎ་ ལྷ་རྩ། ༢། ལི་མ་ཇི། ༣། ལྷི་རྩིན་ ལྷ་ ལུ་ལ།

ཁ། ལན་རྒྱུ་བ།

- ༡། ཨ་ལཱ་ཤྲིན་ཁིལ་ཇིས་ (Alauddin Khalji) གུང་རྒྱུ་དབང་སྐྱུར་བྱས་པར་ཁོང་ཚོའི་དམག་ཤུགས་ཆེ་དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན།
- ༢། ལྷ་བར་དང་སུའི་དབང་དམག་འཐབ་བྱས་ཡོད། ལྷ་བར་ལ་དམག་ཐོབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན།
- ༣། རལེ་ཅུར་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་འབྲས་པོར་ཞེས་འབོད་དགོས་དོན་གང་ཡིན།
- ༤། ཨག་ལྷར་གྱི་བྱས་ཇེས་ཆེན་པོ་བཞག་པའི་སྐོར་མདོར་ཅས་བྲིས།

ག། གཤམ་གྱི་མིང་རྣམས་ས་གནས་གང་དུ་ཡོད་པ་ས་ཁྲའི་སྟེང་བྲིས།

- ༡། མརྒྱའི་མངའ་འོག་དུ་ཡོད་པའི་སུ་ན།
- ༢། སུལ་རྒྱ་རྒྱལ་པའི་མངའ་འོག་གི་གུང་རྒྱུ།
- ༣། རྒྱ་གར་གྱི་གན་ཇི་ལྷིག་ཐང་།



༡༠ རྒྱལ་རབས་བར་མའི་རྒྱ་གར་གྱི་སྒྲུ་རྩལ་དང་རྩོམ་རིག།

ཁྱེད་ཀྱིས་རྒྱ་གར་གྱི་ཕྱོགས་དང་སྒྲོ་ཕྱོགས་སུ་སྒྲིང་སྒྲུབ་སྒྲུ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་མཁར་དང་ལྷ་ཁང་གི་བཞོ་བཀོད་འབྲུ་མེན་མཐོང་སྤྱོད་ངམ།

༡། ཁང་པ་དེ་ཆོའི་དབྱེ་བས་དང་ཁ་དོག་མི་འབྲུ་བའི་རྒྱ་མཆོན་གང་ཡིན་ནམ།

༢། གནའ་བོའི་སྒྲུབས་སུ་ཁང་པ་འཛུགས་སྒྲུན་བྱེད་པའི་ལག་ཆ་གང་དང་གང་ཡོད་དམ།

༣། ལོ་ངོ་བརྒྱ་ལྷག་འདས་པའི་ཁང་པ་དེ་ཆོ་ཉར་ཆོགས་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་གང་ཡིན་ནམ།

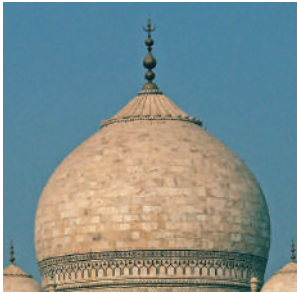
རྒྱ་གར་གྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཁང་བཞོའི་རིག་པ།

སྐུ་ལྷན་གྱི་རྒྱལ་སྒྲུབས་ (Sultanate Period) སྐུ་ཁང་བཞོའི་རིག་པ་ (Architecture) གསར་ཐོན་བྱུང་ཡོད། དེ་ལ་



གཞུ་དབྱེ་བས་ཁང་པ།

(Arch)



བ་གམ།

(Dome)



སྒྲུག་མཁར།

(Minaret)

རྒྱ་གར་དང་ཁ་ཆའི་ཁང་བཞོའི་རིག་པ་ (Indo-Islamic Style of Architecture) ཡང་ཟེར།

ཏུ་རྒྱ་དང་པར་ཤི་ཡ་ (Turkey and Persia) རྒྱལ་ཡིན་པའི་ལག་རྩལ་ཅན་གྱི་ཁང་བཞོའི་རིག་པ་བ་མང་པོ་ཞིག་རྒྱ་གར་ལ་ཁང་བཞོའི་ཆེད་འབོད་འགྲུགས་བྱས་ཡོད། ཁོ་ཆོ་དང་ལྷན་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་རྩོམ་རིག་པ་ (Sculptor) དང་། རྩལ་རྩོམ་པ་ (Labourer) རྩོ་བཞོ་བ་ (Mason) བཅས་རྒྱལ་ཁང་བཞོའི་ལས་ཀར་མཉམ་ཞུགས་བྱས། དེར་བརྟེན་རྒྱ་གར་དང་ཁ་ཆའི་ཁང་བཞོའི་རིག་པ་ནི་ཆོ་ཁག་གཉིས་མཉམ་ལས་བྱས་པ་ལས་ཐོན་པའི་བཞོ་ལྷ་དམིགས་བསལ་ཅན་ཞིག་ཡིན།

ཁྱེད་ཀྱིས་བཞོ་ལྷ་དེ་ཆོའི་བྱེད་ཆོས་ཁག་ལ་རྩོག་ཞིབ་ཅིག་གིས་དང།

༡། གཞུ་དབྱེ་བས་ཁང་པ་ (Arch) དང་། བ་གམ། (Dome) སྒྲུག་མཁར་ (Minaret) བཅས་ནི་ཁང་པ་དེ་ཆོའི་བྱེད་ཆོས་

- དམིགས་བསལ་ནམས་ཡིན།
- ༡། མེ་ཏོག་དང་། ཅི་ཤིང་སོགས་ཁང་པའི་རྒྱ་སྤྲུལ་ཆེད་བཞོས་ཡོད།
- ༢། **ཅིག་འདམ་** (Mortar) དང་། **བྱེ་རྫོང་མར་པོ།** (Red Sandtones) **རྫོག་མ་རུ་**
(Marble) བཅས་བཟོ་སྤྲོད་ཆེད་བེད་སྤྱད་ཡོད།
- ༣། ཁང་པའི་གཡམས་གཡོན་ལ་ལྷུ་མ་ར་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ་འབྲུ་བསྤྲོད་ཡོད།



བར་རིས། ༡༠་༡ ཅི་ཤིང་དང་མེ་ཏོག་གི་
མཛེས་རྒྱ།

གྲུ་ཏུབ་ མི་ནར། (Qutab Minar)

གྲུ་ཏུབ་ མི་ནར་ (Qutab Minar) འི་གོང་གི་བཞོན་པ་བཞེན་བཟོ་སྤྲོད་བྱས་པའི་ཁང་པ་ཆེས་
ཐོག་མ་དེ་ཆགས་ཡོད། **གྲུ་ཏུབ་ ལུང་ དེན་ ཨ་ཡེ་བག།** (Qutb ud din Aibak) ཞེས་བ་སྤྲུལ་ཏུན་
གྱི་རྒྱལ་སྲིད་འཛུགས་མཁན་ཁོང་གིས་ཁང་བཟོའི་བཟོ་སྤྲོད་འགོ་རྒྱུགས་བ་དང་། **རེས་སུ་མྱི་**
ཏུཏ་མིཤ། (Iltutmish) ཡིས་མཛུགས་བསྐྱངས། **ལྷོག་མཁར་དེ་རིང་པོ་ཡོད་པ་དང་།** **མདུན་རོས་**
སུ་འབྱར་དུ་ཐོན་པའི་ཀ་པིབས་ (Balcony) རྣམས་ཁང་པ་དེའི་བྱང་ཆོས་ཤིག་ཡིན། **རྒྱ་གར་གྱི་**
ཁ་ཆེའི་ཁང་པའི་བཟོ་ལྷ་ནི་སུགལ་ (Mughal) གྱི་སྐབས་སུ་སྐད་གྲགས་ཆོད་བར་གྱུར་ཡོད།
སུགལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཆོའི་མཁར་དང་། **ཁ་ཆེའི་ལྷ་ཁང་།** སུར་ཁང་རྣམས་རྒྱ་གར་དང་ཁ་ཆེའི་ཁང་
བཟོ་རིག་པའི་བྱང་ཆོས་མཛོན་ཡོད།



བྱིད་ཀྱིས་བཟོ་བཞོན་དེའི་རིགས་གྱི་པར་ཁ་ཤས་ལ་གཟིགས་དང་།

དེམྱིའི་ནང་ཡོད་པའི་རུམ་ལྷོ་ (Humayun's Tomb) གྱི་སུར་ཁང་ནི་བཟོ་བཞོན་འདིའི་
མཆོན་བྱེད་སྣང་དོན་ (Epitome) དེ་ཡིན། དེ་ནི་ལྷུ་མ་ར་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་གི་དཀྱིལ་དུ་ཆགས་

བར་རིས། ༡༠་༢ གྲུ་ཏུབ་
མི་ནར། (Qutab Minar)

ཆོན་
ཐོངས།



འབྲི་དཔ་ནང་གཞུ་
དབྱིབས་དང་། བ་གཞ།
ལྷོག་མཁར་བཅས་གྱི་རི་
མོ་བྲིས་ནས་ཆོན་ཐོངས།



བར་རིས། ༡༠་༣ དེམྱི་ནང་ཡོད་པའི་རུམ་ལྷོ་གྱི་སུར་ཁང་། Humayun's Tomb -Delhi

ཡོད། སུར་ཁང་འདི་ནི་གྲེ་རྫོང་མར་པོ་དང་རྫོག་མ་རུ་བ་གཉིས་ཀྱི་བཅོས་ཡོད། **རྒྱ་མཚང་མ་ལྷ་ལ་** (Taj Mahal) ཡང་སུར་ཁང་དེའི་བཅོ་བཏོད་བཞིན་འདུག་སྐྱོན་བྱས་ཡོད།

ཁང་པའི་བར་རིས་ (ཨང་༡༠༩) **ཨག་ར་** (Agra) རང་ཡོད་པའི་**རྒྱ་མཚང་མ་ལྷ་ལ་ནི་ཤུག་ཇ་ཉན་** (Shah Jahan) གྱིས་



བར་རིས། ༡༠༩ **རྒྱ་མཚང་མ་ལྷ་ལ་** (Taj Mahal)



བར་རིས། ༡༠༥ **མཁར་དམར་པོ།** (Red Fort)

རང་གི་ཚུང་མ་**མུམ་ཏུ་མ་ལྷ་ལ་** (Mumtaz Mahal) ཆེད་བཅོ་སྐྱོན་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་རྒྱ་གར་དང་ཁ་ཆེའི་ཁང་བཅོའི་བཅོ་སྐྱོན་འབྲེལ་ཡོད་པའི་ལྷ་མོས་ཞིག་ཏུ་རྫོང་འཛིན་དགོས། ཁང་པ་དེ་བཅོ་སྐྱོན་ཆེད་**རྫོག་མ་རུ་བ་དཀར་པོ་** (White Marble) བདེ་སྤྱོད་བྱས་ཡོད།

བཅོ་བཏོད་དེ་འབྲེལ་བའི་ཁང་པ་གཞན་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ནི་དི་སྤྱིའི་ནང་ཡོད་པའི་**ཇ་མ་ མུས་ཇི་ཉ་** (Jama Masjid) ཡིན། ཁང་པ་དེ་བཅོ་སྐྱོན་ཆེད་རྫོག་མ་རུ་བ་དང་གྲེ་རྫོང་མར་པོ་བཅོད་སྤྱོད་བྱས་ཡོད།

རྒྱ་གར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁང་བཅོའི་རིག་པ།

པ་ལ་ཞ་ (Palava) ནི་རྒྱ་གར་སྤྱི་ཚོགས་**ཀཱ་ན་ཅི་པུ་རམ་** (Kanchipuram) ལུ་ཁྱི་ས་སྤྱོད་ཞིག་ཡིན། **མཚ་ལྷ་ལི་པུ་རམ་** (Mahabalipuram) ནི་ཁོང་ཆེའི་སྤྱ་ཁའི་གྲོང་མེ་ (Port City) ཆེ་ཁག་གཅིག་ཡིན། པ་ལ་ཞའི་རྒྱལ་པོ་**རྒྱ་ར་སི་མ་ཉ་**

ཞར་མན་ (Narasimhavarman) གྱི་རྒྱལ་སྤྱོད་བའི་སྐབས་མཚ་ལྷ་ལི་པུ་རམ་ནང་བཞུགས་པའི་ལྷ་ཁང་རྣམས་ལ་**པན་ཆ་ར་** **ལྷ་ས་** (Pancharathas) ཞེས་འབོད་ཀྱི་ཡོད།

གནས་དེའི་ལྷ་ཁང་རྣམས་བྲག་རྩོག་ལགས་ནས་བཅོས་པ་ལ་སྐྱེས་ཡིན། དེ་ལྷ་བྱའི་བྲག་རྩོག་ལགས་ནས་བཞུགས་པའི་ལྷ་ཁང་རྒྱ་གར་གྱི་ས་ཆ་མང་པོའི་ནང་མཐོང་རྒྱ་ཡོད།



བར་རིས། ༡༠༥ **ཇ་མ་མུས་ཇི་ཉ།** (Jama Masjid)



པར་རིས། ༡༠་༤ མ་རྒྱ་ལི་ཕུ་རམ་ (Mahabalipuram) ནང་ཡོད་པའི་པན་ཆ་ར་ལྷ་ས་ (Pancharathas)

མ་རྒྱ་ལི་ (Maharashtra) ནང་གི་ཨེ་ལོ་རྒྱའི་ (Elora) བླ་མ་ཕུག་ལྷ་ཁང་ནི་བོ་བཞོན་དེ་བཞིན་ཡིན། ལྷ་ཁང་
དེའི་རིགས་དུས་རབས་ ༤ པ་ནས་ ༡༩ པར་བཞེངས་ཡོད། གནས་དེར་ནང་པ་ (Buddhist) དང་། གཙུང་བུ་པ། (Jain)
ཐེན་པ་ (Vaishnavite) ཞེས། (Shaivite) བཅས་ཡོད།



པར་རིས། ༡༠་༥ ཨེ་ལོ་རྒྱའི་བླ་མ་ཕུག་ལྷ་ཁང་། (Elora Temple)

དུས་སྐབས་དེའི་རྒྱལ་ཁབ་བོ་རིག་པ་གསར་པ་ཐོན་ཡོད། དེའི་ནང་བླ་མ་རྒྱ་ལྷ་ཁང་ནས་བླ་མ་ཕུག་ལྷ་ཁང་
བཞིན་ཉམས་ཅན་མང་པོ་བཞེངས་ཡོད།

ལྷ་ཁང་དེའི་རིགས་པལ་ཆེ་བ་ཐོག་བཅུགས་མང་པོ་ཡོད་པ་ལ་
སྐྱུ་ཡིན། རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་ཏན་ཇ་ཕུར་ (Tanjavoor) ཞེས་པའི་གྲོང་
ཁྱེར་ནང་ཁྲུལ་པོ་རྒྱ་རྒྱ་ཅལ་ (Rajaraja Chola) གྱི་རྒྱལ་སྲིད་སྲོང་
སྐབས་བཞེངས་པའི་བེ་རེ་ཉར་དེ་ས་མར་ལྷ་ཁང་ (Brihadiswara Tem-
ple) དང་། རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་ཨ་སམ་ནང་ཡོད་པའི་ཀ་མ་ལྷ་ལྷ་ཁང་
(Kamakhya Temple) ནི་བོ་བཞོན་དེའི་མཆོན་བྱེད་སྤྲིད་དོན་དེ་ཡིན།

ཆིག་
གསལ།

- ༡། ཁང་བོ་རིག་པ། - Architecture
- ༢། རྒྱུ་རིས་པ། - Sculptor
- ༣། རལ་ཅོལ་པ། - Labourer
- ༤། རྒྱ་བཞོན་པ། - Mason



བར་རིས། ༡༠་༩ ཉན་རྩ་ཁྱེ་ལྷ་ཁང་མེ་རེ་ཉར་དེ་ས་མཐ།

རྗེས་སུ་ལྷ་ཁང་གི་གྲུང་རོས་སུ་བཞོས་རིས་ (Sculpture) གྱིས་རྒྱན་སྤྲས་བྱེད་
བ་ཁྱབ་གདལ་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད། རྒྱ་གར་གྱི་ར་མ་ལྷ་ (Ramayana) དང་། མནུ་རྩ་རཉ་
(Mahabharata) བ་ག་མཉུ་ (Bhagavata) སོགས་ལྷ་ཁང་གི་ཅིག་དེའི་རོས་སུ་བཞོས་
ཡོད་པ་མ་ཟད། དམག་འབྱུག་དང་། སྤྱུ་ཅལ། སྤྱ་གར་སོགས་མཆོན་པའི་བཞོས་རིས་
ནམས་ལྷ་ཁང་གི་ཅིག་རོས་སུ་མཐོང་བྱུང།

བར་རིས། ༡༠་༩ མཐུ་ བཤེལ་ནང་གི་
ཁབྱ་ར་རྩ་ལྷ་ཁང་ (Khajuraho Temple)
གི་ཅིག་གྲུང་ཞི་བཞོས་རིས་གྱིས་རྒྱན་
པའི་ལྷ་ཁང་གི་དཔེ་མཆོན་ཞིག་ཡིན།

རོལ་དབྱངས་དང་རི་མོ། (Music and Painting)

དུས་རབས་བར་མའི་སྐབས་རྒྱ་གར་ནང་ཁང་བཞོ་རིག་པ་ཙམ་མིན་བར་རོལ་དབྱངས་ཀྱང་དར་ཁྱབ་ཆེན་པོ་བྱུང་
ཡོད། རྒྱ་གར་རྩོ་ཕྱོགས་ཁལ་དུ་ཀར་རྩ་རིག་རོལ་དབྱངས་ (Carnatic Music) དར་ཁྱབ་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད། བུར་རྩ་རྩ་ (Pu-
randaradasa) ཞི་ཀར་རྩ་རིག་རོལ་དབྱངས་ཀྱི་རོལ་མོ་མཁན་སྟན་གྲགས་ཙན་ཞིག་ཡིན། དེ་སྤྱི་ཁ་ཆེའི་རྒྱལ་པོ་དང་། ལུ་
གལ་གྱི་རྒྱལ་རྒྱུད་སྐབས་བར་ཤི་ཡའི་རོལ་དབྱངས་
ཀྱི་ལྷགས་རྒྱན་ཆེན་པོ་སྤེལ་ས་བར་བཞེན་རོལ་
དབྱངས་ལ་དེ་སྤྱི་གསར་བ་ཞིག་སྤེལ་ས་ཡོད་པ་དེ་
ལ་ཉི་རྩ་སྟན་གྱི་རོལ་དབྱངས་ (Hindustani Mu-



རོལ་དབྱངས།

དམག་འབྱུག

སྤྱ་གར།

sic) ཞེས་ཟེད། དུས་

སྐབས་དེར་རོལ་མོ་བ་སྟན་གྲགས་ཙན་ཞི་ཨ་མིར་ ལུ་ས་རོ་ (Amir Khasrau) དང་ཉཾ་
སེན་ (Tansen) ལ་སོགས་ཡིན།

ཀལྱ་ལེ་ (Qawwali) ཞི་དུས་སྐབས་དེར་དར་སོ་ཆེ་བའི་རོལ་དབྱངས་ཤིག་ཡིན། ཨ་

མིར་ ལུ་ས་རོ་ (Amir Khasrau) ཡིས་རོལ་དབྱངས་དེ་དར་ཁྱབ་འགོ་བར་རྒྱང་འགན་ལེན་
བཞེས་ཡོད། དེ་མིན་གྱི་རོལ་ཆ་མང་པོ་གསར་གཏོད་བྱུང་ཡོད། དཔེར་ན་ ཉབ་ལ་ (Tabla)



བར་རིས། ༡༠་༡༠ ཉབ་ལ་དང་
སི་ཉཾ།

དང་སི་ཏར་ (Sitar) ལྷ་བྲ།

གཤམ་གྱི་པར་རིས་ལ་གཞིགས་ན་ཁོང་ཚོའི་རི་མོ་འབྲི་སྒྲངས་ལ་འགྱུར་བ་ཕྱིན་པ་ཤེས་ཐུབ།

རི་མོའི་ནང་གི་བརྗོད་གཞི་གཙོ་བོ་ནི་རྩ་མ་ཏེ་ (Ramayana) དང་། ཡེ་ཤུ་གསུང་རབ་བཤེ་བཤ། (Bible) རྒྱལ་



རྩ་མ་ཏེ།



རང་བྱུང་ཁམས།



རྒྱལ་བཟུན་གྱི་འཛོལ་



ཡེ་ཤུ་གསུང་རབ་བཤེ་བཤ་ལྷ་མོག་བྱེད་བཞིན་པ།

པར་རིས། ༡༠་༡༡

བཟུན་གྱི་འཛོལ་ (Royal Life) རང་བྱུང་ཁམས་ (Nature) བཅས་ཡིན།

སྒྲིམ་རིག (Literature)

དུས་རབས་བར་མའི་རྒྱ་གར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ནང་ཁང་བཙོ་རིག་པ་དང་། རོལ་དབྱངས། རི་མོ་ཅམ་མ་ཐད་བག་ཉི་དང་སུ་ཕྱིའི་
(Bhakti and Sufi Movement) ལས་འགྲུལ་གྱིས་རྒྱ་གར་གྱི་རྩོམ་རིག་ཡར་རྒྱས་ཐད་པན་རྒྱས་ཆེན་པོ་སློན་ཡོད།

བག་ཉི་ལས་འགྲུལ་ (Bhakti Movement)

རྒྱ་གར་གྱི་ཕྱོགས་སུ་ལས་འགྲུལ་དང་ཁྱེད་ཕྱིན་པའི་བག་ཉི་ལས་འགྲུལ་ནི་གཙོ་བོ་དབྱེ་བ་གཉིས་སུ་བྱེད་ཡོད། ལས་འགྲུལ་
(Alvars) རི་ཕྱེ་མཐོ་མཐོ་ (Vaishnavites) དང་། རྒྱ་ནར་ (Nayanars) རི་ཤེས་ (Shaivites) ཡིན། དེ་ཡང་ཕྱེ་མཐོ་མཐོ་ཞེས་
པས་ལྷ་དབང་ཕྱུག་ (Shiva) གི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དང་། ཤེས་པའི་ཁྱེད་ཕྱིན་པའི་ལྷ་ཕྱུག་ (Vishnu) རྗེས་འབྲང་བ་རྒྱུས་ལ་གོ་
བག་ཉི་ལས་འགྲུལ་དེ་དུས་རབས་ ༡༩ པའི་ནང་རྒྱ་གར་གྱི་ཕྱོགས་སུ་ལས་འགྲུལ་དེས་རྒྱུན་རྒྱ་
གར་གྱི་ཡུལ་སྐད་ (Vernacular) རྒྱབ་གདལ་དུ་བྱེད་ཡོད་པ་མ་ཐད། རྒྱབ་གདལ་གཏོང་མཁན་གཙོ་བོའི་གསུང་སུ་གྲུ་བྱ་

ན་ནག་ (Guru Nanak) དང་། ཀ་བིར་དྲ་ས། (Kabirdas) ཏུ་སིལ་དྲ་ས། (Tusildas) མི་ར་བཡེ་ (Mirabai) སོགས་ཚུད་
ཡོད།

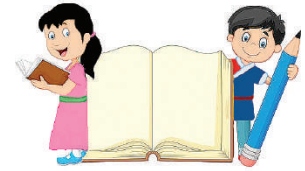
སུ་ཕྱི་ལམ་འགྲུལ། (Sufi Movement)

སུ་ཕྱི་ཞེས་པ་ནི་ཨ་རབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་སུ་ཕྱི་ (Suf) ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན། ཨ་རབ་ཀྱི་སྐད་ལ་བལ་གྱི་དོན་ཡིན། དེ་ནི་ཁ་
ཆེའི་བྱ་བ་ཉར་བ་ཆོས་བལ་གྱིས་བཟོས་པའི་ན་བཟའ་བ་ཞེས་ནས་ཡུལ་ངེས་མེད་ལ་བསྐྱོད་པ་ལས་མིང་དེ་ལྟར་སོགས་པ་
ཞིག་ཡིན།

སུ་ཕྱི་བ་ནམས་ཀྱིས་རྒྱས་སྒྲོས་ཀྱི་འཆོ་བ་ཁས་མི་ལེན་པ་དང་། ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་འཆོ་བར་གཤམ་གནད་འཛིན་མཁན་
ཞིག་ཡིན།

སུ་ཕྱི་ལམ་འགྲུལ་གྱིས་ཨུར་དུ་ (Urdu) སྐད་ཡིག་ཡར་རྒྱས་ཆེད་པན་སོགས་བྱུང་ཡོད། ཨུར་དུ་ནི་ཨ་རབ་ཀྱི་
སྐད་ཡིག་དང་། པར་ཤི་ཡའི་སྐད་ཡིག་ ཉིན་ཉིད་སྐད་ཡིག་བཅས་སྦྲུང་ཐབས་ (Hybridization) བྱས་པ་ལས་བྱུང་བར་
བཤད། དུས་རབས་བར་མའི་ནང་དེ་མང་པོ་ཞིག་པར་ཤི་ཡའི་སྐད་ཡིག་སོག་བསྐྱར་ཡོད། དཔེར་ན། ལེགས་སྐྱར་ནས་
རྩ་མ་ཏེ་ (Ramayana) དང་། མ་རྩ་རྩ་རྩ་ (Mahabharata) བཅས་ཨུར་དུ་སྐད་ཡིག་སོག་བསྐྱར་ཡོད། ཁོ་ཆེའི་ལས་
འགུལ་དེ་ཁྱབ་གདལ་དུ་གཏོང་མཁན་གཙོ་བོ་ནི་ཁོ་ལྷ་ཇ་ ལུཡི་ཕྱིན་ ཆེ་ས་ཏི་ (Khwaja Muiuddin Chisti) དང་། ཉི་ཇ་མ་
སུ་ཕྱིན་ ཨོ་ལི་ཡ་ (Nizamuddin Auliya) སོགས་ཡིན། །

སྒྲིང་ཆོད།



༡༽ གཤམ་གྱི་དྲི་བ་ནམས་ལ་ལན་མདོར་བསྐྱས་རེ་བྲིས།

- ༡། རྒྱ་གར་དང་ཁ་ཆེའི་ཁང་བཅོའི་རིག་པ་ལ་དམིགས་བསལ་ཁྱད་ཆོས་གང་ཡོད།
- ༢། གྲུ་ཏུབ་ མི་ནར་བཙོ་སྐྱོན་མཐུག་སྒྲིང་གནང་མཁན་དེ་སུ་ཡིན་ནམ།
- ༣། ཞེ་ལོ་རྒྱའི་བྲག་ཕྱག་ལྷ་ཁང་རྒྱ་གར་གྱི་མངའ་སྡེ་གང་དུ་ཡོད་དམ།
- ༤། རྒྱ་གར་གྱི་ཕྱོགས་ཁུལ་ནས་དར་བྱུང་བྱིན་པའི་བག་ཉི་ལས་འགྲུལ་ནི་གཙོ་བོ་དབྱེ་བ་ག་ཆོད་ཕྱེ་ཡོད།
- ༥། སུ་ཕྱི་ཞེས་པའི་ཐ་སྲད་དེ་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ།



ཁ༽ བར་སྒྲིང་ཁ་སྐོང་ས།

- ༡། སུ་ཕྱི་ལས་འགྲུལ་གྱིས་.....སྐྱད་ཡིག་ཡར་རྒྱས་ཆེད་པན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད།
 - ༡། ཉིན་རྒྱུ་ལ། ཁ། ལྷུང་དུ་ལ། ག། ཡིན་ཇི་ལ།
- ༢།ཡི་ལག་རྩལ་ཅན་གྱི་ཁང་བཅོའི་རིག་པ་བ་མང་པོ་ཞིག་རྒྱ་གར་ལ་ཁང་བཅོའི་ཆེད་འབོད་འགྲུགས་བྱས་ཡོད།
 - ༡། ཅར་གེ་དང་པར་ཤི་ཡ། ཁ། ཡིན་ལུལ་དང་ཅར་གེ ག། པར་ཤི་ཡ་དང་ཨ་རི་
- ༣། མཁར་དམར་པོའི་བཙོ་བཏོད་འདྲ་བའི་ཁང་པ་གཞན་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ནི་.....
 - ༡། ཇ་མ་སྐྱས་ཇི་ཏ། ཁ། ཏུང་མཉལ། ག། གྲུ་ཏུབ་ མི་ནར།
- ༤། པ་ལ་ཐ་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་ཕྱོགས་.....ཁུལ་གྱིས་སྒྲིང་ཞིག་ཡིན།
 - ༡། ཏན་ཇ་ལུལ། ཁ། གུན་ཅི་ཕུ་རམ། ག། གུ་ཀུ་མ་ལི།
- ༥། ཐེམ་ཐེམ་ཞེས་པས་.....རྗེས་འབྲང་བ་ལ་གོ།
 - ༡། ལྷ་ཁྱབ་འཐུག། ཁ། ལྷ་དབང་ཕུག། ག། ལྷ་ཆངས་པ།



ག༽ གྲོས་བསྐྱར་གྲིས།

- ༡། རྒྱ་གར་དང་ཁ་ཆེའི་ཁང་བཟོའི་རིག་པའི་བྱང་ཚུལ་ཁག་ལ་གྲོས་བསྐྱར་གྲིས།
- ༢། རྒྱུ་མཉམ་ནི་ལྷ་ཇ་ཉན་གྲིས་རྒྱ་མཚན་གང་གི་ཆེད་བཟོ་སྒྲུན་བྱས་ཡོད་དམ།
- ༣། ཉི་མུ་སྒྲུན་གྱི་རོལ་དབྱངས་ཞེས་པ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས།

ང༽ མཐུན་སྦྱོར་གྲིས།

གཤམ་གྱི་པར་རྣམས་བ་གམ་དང་། གཞུ་དབྱིབས། ལྷོག་མཁར་གང་ཡིན་ངོས་ཟེན་ནས་དེའི་མིང་དང་རྒྱལ་ཁབ་གང་དུ་
ཡོད་མིན་བྲིས།

པར།	མིང་།	དབྱིབས།	རྒྱལ་ཁབ།
			
			
			

བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས།

བཙན་པོའི་དུས་སྐབས་ཀྱི་བྱུང་བ་བརྗོད་པ།

གལ་ཆེའི་གནད་དོན་ཁག

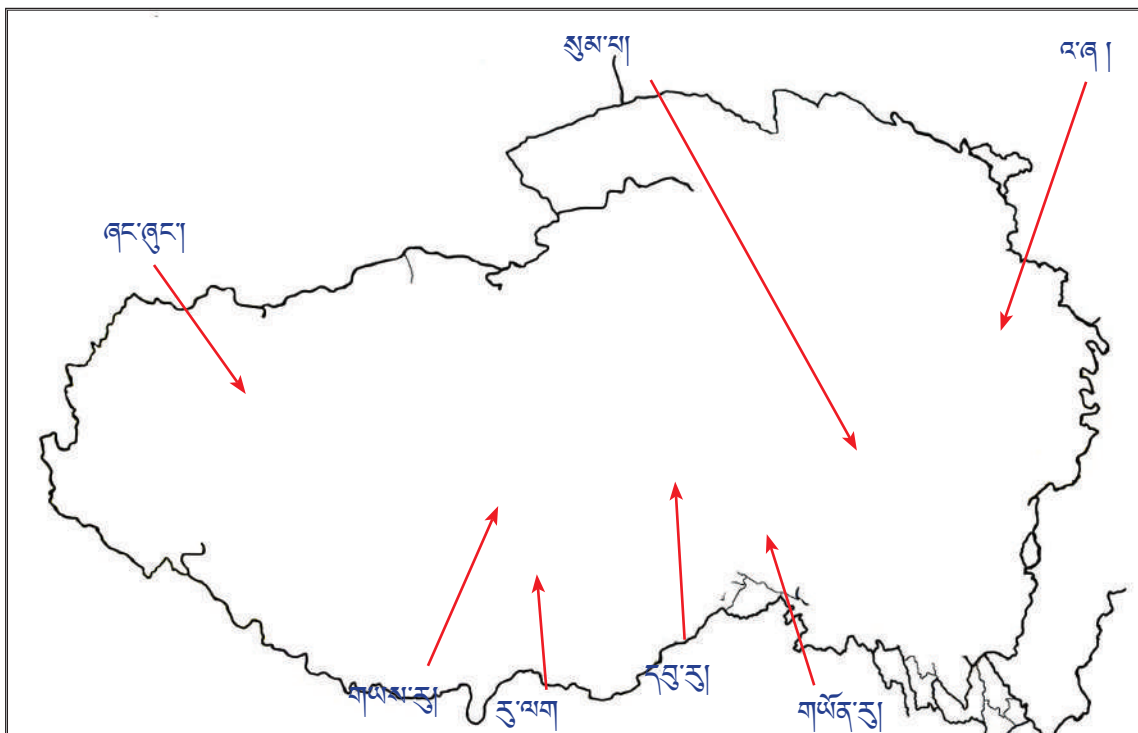
- ☞ བཙན་པོ་སྔོང་བཙན་སྐམ་པོ་ཁྲི་ལ་བཞུགས་སྐབས་བོད་ཁམས་སྤྱི་ལ་བྱུང་བའི་ཡི་གེ་མེད་པས། བོད་སྐད་མྱོ་མྱོ་བ་ཁག་ཅིག་ཀྱི་གར་དུ་བརྗོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོན་པོ་མེད་པ་དང་། ཕྱིར་བོད་དུ་ཐེབས་མེས་པོ་བླང་མ་རུང་བོད་ཀྱི་སྐད་དང་མཐུན་པའི་ཡི་གེ་གཏན་ལ་ཕབ།
- ☞ ཁྲི་སྔོང་ལྷུ་བཙན་གྱིས་མྱོན་པོ་སྤྲ་གསལ་སྤྱང་ཀྱི་གར་དུ་བརྗོད་སྤྱོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་དང་རིག་སྤྲུགས་ཀྱི་བདག་པོ་སློབ་དཔོན་པལ་འབྱུང་གནས་བོད་དུ་གདན་འདྲུས།
- ☞ ཁྲི་རལ་པ་ཙན་གྱིས་ཀྱི་གར་གྱི་པཱིཏ་ཤིལཱ་པོ་རྟེན་དང་། རྒྱ་ན་ཤི་ལ། རི་ན་མི་ཏ་ལ་སོགས་བོད་དུ་གདན་འདྲུས། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་སྐམ་བ་དཔལ་བཅེགས་དང་། ཅོག་རོ་སྤྱི་རྒྱལ་མཆོན། ཞང་ཡེ་ཤེས་སྡེ་ལ་སོགས་པས་སྤར་ཡབ་མེས་ཀྱི་དུས་སྐབས་སྤྱི་བཟུང་བའི་ཆོས་ལ་དག་ཐེར་དང་། སྤང་བསྐྱར་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་སྤྱད་གསར་བཙན་གྱིས་སྔོན་གཏན་ལ་ཕབ།
- ☞ རྒྱལ་པོ་ལྷ་དུམ་བཙན་པོ་དང་མྱོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་ཁྲིམས་བཞུགས་པར་གྲོས་བྲལ་ཏེ། དགོན་པ་དང་ལྷ་ཁང་བཞུགས་ལྷ་སྐྱེད་དང་གསུང་རབ་རྣམས་ས་འོག་དུ་སྤྱོད། ཕལ་ཆེ་བ་མེ་ལ་བསྐྱེགས་པ་སོགས་སངས་རྒྱུ་ཆོས་ལུགས་མེད་པར་བཟོ་བའི་ལས་སྤྱོད་ཆོགས་བྲལ།
- ☞ འོད་སྤངས་ཀྱི་ཕྱོགས་རྣམས་ཀྱིས་གཡོ་རུའི་ཡུལ་གྱི་རྣམས་བཟུང་བ་དང་། ཡུམ་བརྟན་ཕྱོགས་ཀྱིས་དབུ་རུའི་ཡུལ་ཕལ་ཆེར་བཟུང་སྟེ། ཡུལ་སྡེ་རེར་དཔོན་ཆུང་རེས་བཟུང་ནས་གཅིག་གྱུར་གྱིས་དབང་སྐྱུར་མཁན་རྒྱལ་པོ་མེད་པས། སྤར་རྒྱལ་བཙན་པོའི་རྒྱལ་ཁམས་དེ་མིལ་བྱར་འཛོམ།

༡༧། །ཆོས་རྒྱལ་སྲིང་བཅན་གླམ་པོ་ནི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༡ ནི་སྤྱི་ཁོར་པོ་བྱང་མི་འཇུག་བྱམས་པ་གླིང་དུ་ཡབ་གཉན་རི་སྲིང་།



བཅན་དང་། ཡུལ་ཆེ་སྤོང་བཟའ་འཁྲི་མ་བོད་དཀར་གཉིས་ཀྱི་སྐས་སུ་སྐྱེ་འབྱུངས།
སྐྱེན་གཞོན་སྐབས་དྲགས་ཀོང་མུང་གསུམ་སོགས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་བཅན་པའི་དབང་
སྐྱུར་གྱི་སྟོབས་བྱགས་སྲ་བརྟན་མེད་པར་བརྟེན། འབངས་མི་རྒྱུས་ཀྱིས་ཚུར་
ཁོལ་འོས་ལངས་བྱས་པ་དང་། སུམ་པ། ཁང་ཁུང་། འ་ཁ། མི་ཉག་སོགས་ཀྱིས་
རང་རང་གི་མངའ་ཁོངས་སུ་བཅན་པའི་དབང་བྱགས་བསྐྱེབ་པར་དོགས་ཏེ། བོད་
མི་ནང་ཁུལ་དུ་དབྱེན་དཀྱུག་སྣ་ཆོགས་བྱས། གཞན་ཡང་བཅན་པའི་དབང་འོག་
ཏུ་གནས་པའི་བོད་ཏུ་བཞི་ཡང་ས་ཁོངས་གསར་རྫིང་གི་འགལ་ལྷན་ཡོད་པ་བཅས་
ཀྱི་དུས་སྐབས་དེར། རྫོན་པོ་རིགས་གཅིག་གིས་གོ་སྐབས་བཟུང་ནས་རོ་ལོག་
པ་མ་ཟད། མ་ན་བཅན་པོ་གནམ་རི་སྤོང་བཅན་ཡང་དྲུག་གིས་བཤོངས།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༢ ལོ་གྲངས་ལོ་སྤྱི་ལོ་བཅས་སྐུ་ལོ་དགྲུང་གྲངས་བཅུ་གསུམ་ལ་



ས་བྲ། ༡
 བོད་ཡོངས་
 གཅིག་གྱུར་
 བཟོ་གནང་
 མཛེད་པ།

ཐེབས་སྐྱབས། རྫོན་ཆེན་མུང་མང་པོ་ཐེ་ཞང་སྤང་། མགར་མང་ཞང་སུམ་སྤང་། རླང་པོ་སྤྱང་སང་བུ་ཅེ། དབའ་དབྱེ་ཆབ་
བཅས་ཀྱིས་བཅན་པོ་ཁྱི་ཐོག་ཏུ་བཀོད། བཅན་པོས་རྫོན་ཆེན་དེ་དག་གི་རྒྱབ་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་རུ་བཞིའི་ངོ་ལོག་རྣམས་
དག་འདུལ་བྱས་པ་དང་། ལྷག་པར་དུལ་བ་སྤྱད་གྲོང་མཁན་རིགས་ཆར་བཅད་ནས། རང་གི་མངའ་ཁོངས་ཀྱི་དབང་སྒྱུར་སྤྱི་
བརྟེན་དུ་བཏང་། དེ་ནས་སུམ་པ་དང་། ཞང་ཞུང་། འ་ཞ མི་ཉག་བཅས་ཞི་དག་གཉིས་ཐབས་ཀྱིས་དབང་སྒྱུར་བྱས་ནས་
བོད་ཆེན་པོའི་རྒྱལ་ཁབ་གསར་དུ་བཅུགས། བོད་ཅེས་པའི་མིང་འདི་ཡང་ས་ཁུལ་ཆེན་པོ་ལྷ་གཅིག་སྤྱད་བྱས་པའི་ས་ཁུལ་
ཞིག་ཏུ་བསྒྱུར། ས་ཁུལ་ཆེན་པོ་ལྷ་ནི། བོད་རུ་བཞི་དང་། ཞང་ཞུང་། སུམ་པ། འ་ཞ མི་ཉག་བཅས་ཡིན།

བོད་ཡིག་གསར་བཅོ་གནང་།

བཅན་པོ་སྲོང་བཅན་སྐུ་པོ་ཁྱི་ལ་བཞུགས་སྐྱབས་བོད་ཁམས་སྤྱི་ལ་
ཁྱབ་པའི་ཡི་གེ་མེད་པས། བཅན་པོའི་ལུང་གིས་ཁྱབ་པའི་ཡི་གེ་ཞིག་དགོས་
པ་ནི་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་ལ། བཅན་པོའི་དབང་
སྒྱུར་སྤྱི་མཐུན་གནས་སྤྱབ་པའི་ཆ་རྒྱུན་གཤམ་ཆེན་ཞིག་དང་། མངའ་ཐང་རྒྱས་
པའི་བྱ་གཞག་ཅིག་ཀྱང་ཡིན། དེར་བརྟེན་བོད་སྤྱག་སློབ་པ་ཁག་ཅིག་རྒྱ་གར་
དུ་བཟངས། དེའི་ཁོངས་སུ་ཐོན་མིའང་ཁྱོན་པ་དང་། ཐོན་མིས་རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་དང་ཡི་གེའི་གཞུང་ལུགས། དེ་བཞིན་ནང་
པའི་ཆོས་སོགས་ལོ་བདུན་རིང་སློབ་སྦྱོང་མཐར་ཕྱིན་གནང་། ཕྱིར་བོད་དུ་ཁྱོན་ནས་པོ་བྲང་མ་རུར་བོད་ཀྱི་སྐད་དང་མཐུན་
པའི་ཡི་གེ་གཏན་ལ་པབ་པ་དང་། དེའི་གཞུང་ལུགས་རྣམས་ཀྱང་རིམ་པས་བརྩམས། ཐོག་མར་བཅན་པོར་སྤྱན་བསྟར་
ཞུས་པ་དང་། དེ་ནས་རྫོན་རིགས་ཀྱི་སྤྱ་གྲུ་རྣམས་ལ་སྤྱང་དུ་བཅུག་སྟེ། རིམ་བཞིན་བོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་ཁྱབ་སྤེལ་གནང་།
ཐོན་མི་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྤར་བཅན་པོ་རྒྱལ་ཐོག་སྤྱོད་མའི་དུས་སུ་ཁྱོན་པའི་དབང་སྒྲོང་ལྷག་བརྒྱ་པ་དང་། མདོ་སྤེལ་དཀར་
སོགས་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྒྱུར་ནས་དམ་པའི་ཆོས་དར་བའི་ཆ་རྒྱུན་ཡང་བསྐྱུན་ཏེ། ཕྱི་རབས་པ་རྣམས་ལ་ལོགས་སྤྱིས་འཛོག་
གནང་མཛད།



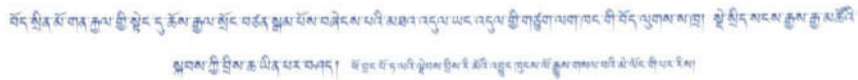
བར་རིས་ ༡༡་༣ ཐོན་མི་སློབ་པ་

ཁྱིམ་ས་ལུགས་གསར་བཅོ་དང་། འཛུགས་སྤྱོད།

བཅན་པོ་སྲོང་བཅན་སྐུ་པོས་ཁོང་སོ་དུག་དང་། ལྷ་ཆོས་དགེ་བ་བཅུ། མི་
ཆོས་གཅང་མ་བཅུ་དུག་སོགས་ཁྱིམ་ས་ལུགས་དང་ཡ་རབས་སློལ་བཟང་གི་
ལུགས་སློལ་གཏན་ལ་པབ་སྟེ། ལུལ་ལུང་ཁྱིམ་ས་ཀྱིས་དབང་ལུང་སྤྱིར་བའི་
སློལ་བཏོད། གཞན་ཡང་བོད་ལུལ་ཡོངས་ཐོག་སྤྱོད་པའི་སྤྱི་ལུང་དུ་དབྱེ་



བར་རིས་ ༡༡་༣ ཐོ་བྲང་པོ་ཏུ་ལ།



གཞན་ཡང་ར་ས་འབྲུལ་སྤང་གཙུག་ལག་ཁང་དང་། རྒྱས་བཏབ་ར་མོ་ཆེ། ཁ་འབྲུག་གཞོང་བ་ཆེལ། སྟག་བ་ཆེལ་སོགས་
 རུ་གཞོན་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་དང་། མཐའ་འདུལ་ཡང་འདུལ་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་མང་དུ་བཞེངས་ཏེ་གོང་དང་གོང་ཁྱེད་གྱི་
 རྣམ་པར་བསྐྱུན་ནས། གཅིག་ནས་མིད་འཛིན་ལྟེ་གནས་དང་། གཉིས་ནས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་སྟེལ་སའི་ལྟེ་གནས་སུ་
 བསྐྱར་ཏེ་འབངས་ཀྱི་དགོས་འདོད་རི་བཞིན་བསྐྱངས།

མི་ཉག་བཟའ།

རྒྱ་བཟའ་གོང་།

ཞང་ཁུང་བཟའ།

སྤོད་ལུང་མོང་བཟའ་ཁྱིལ་།

བལ་བཟའ་ཁྱིལ་།

ས་བླ་ ༡ བཟའ་མོ་ཆེ་རྒྱུང་ཁབ་ཏུ་བཞུགས་ཡུལ།

བོད་ཀྱི་རིག་གནས་དང་མངའ་བའ་རྒྱ་སྐད་ཀྱི་ཁྱིམ་མཆོས་རྒྱལ་
ཁབ་བལ་ཡུལ་དང་། རྒྱ་ནག་གཉིས་སུ་བཅན་པོས་ཞི་བླ་གི་ཐབས་ཤེས་སྒྲ་
ཆོག་ས་བཏང་། གྱི་ལོ་ ༤༣༩ ལོར་བལ་ཡུལ་རྒྱལ་པོ་འོད་ཟེར་གོ་ཆའི་སྤྲུལ་
མོ་བལ་བཟའ་ཁྱི་བཙུན་བཙུན་མོར་བཞེས་ནས། རྟེན་སྒྲུལ་དུ་རྩོམ་མི་བསྐྱོད་རྩོ་
རྩེ་གདན་བྲངས། གཞན་ཡང་བལ་ཡུལ་ནས་ལག་རྩལ་མི་སྒྲ་བཀའ་འགྲུག་
གནང་སྟེ་བོད་ཀྱི་ཁབ་བཟའ་ལག་ཤེས་སོགས་འཕེལ་རྒྱས་བཏང་། དེ་བཞིན་
བོད་རྒྱལ་ཁྱི་ཕྱེ་གཙུག་བཏན་བར་བལ་ཡུལ་བོད་ཀྱི་མངའ་འོག་ཏུ་གནས་ཤིང་།
ལོ་ལྷུར་བོད་ལ་ཁུལ་འཇལ་དགོས་བྱུང་།



གྱི་ལོ་ ༤༤༡ ལོར་རྒྱ་ནག་ཐང་གོང་མའི་སྤྲུལ་མོ་རྒྱ་བཟའ་གོང་རྩོ་བཙུན་
མོར་བཞེས་ཤིང་། རྟེན་སྒྲུལ་དུ་རྩོམ་པོ་ལྷ་ལྷ་སྤྲུལ་ཀེ་གདན་བྲངས། གཞན་ཡང་སྒྲན་
ཅེས་དང་མཛེས་རིས་ཀྱི་ལག་རྩལ་སོགས་བོད་དུ་བྲངས་ནས། བོད་ཀྱི་ཤེས་
རིག་ལག་རྩལ་གྱི་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་། རྒྱ་བཟའ་ས་དབྱུང་བཏག་པ་ལྟར་ར་ས་
འབྲུལ་སྤང་གཙུག་ལག་ཁང་དང་ར་མོ་ཆེ་སོགས་གསར་བཞེངས་གནང་།

པར་རིས། ༡༡-༤ རྫོན་ཆེན་མགར་སྟོང་བཅན།

བཅན་པོ་སྲོང་བཅན་གྱིས་བཙུན་མོ་གཞན་གསུམ་སྤངས་ཡོད་པ་
ནི། སྟོད་ལུང་མོང་བཟའ་ཁྱི་ཕུམ་དང་། ཞང་ཁུང་བཟའ། རུ་ཡོང་བཟའ་བཅས་ཡིན། མོང་བཟའ་ཁྱི་ཕུམ་ལ་སྤྲུལ་
རི་གྲང་བཅན་འཁྲུངས་པ་ལས་བཙུན་མོ་གཞན་ནམས་ལ་སྤྲུལ་མ་བྱུང་། ཞང་ཁུང་བཟའ་ཐེམ་བྱ་སྒྲོག་གི་ལྷ་ཁང་དང་།
རུ་ཡོང་བཟའ་བྲག་ལྷ་སྤྲུལ་གི་ལྷ་ཁང་། མོང་བཟའ་ཁྱི་ཕུམ་གྱིས་ཡེར་པའི་ལྷ་ཁང་བཅས་བཞེངས།

མང་སྲོང་མང་བཅན།

སྲོང་བཅན་སྤྲུལ་པོ་སྤྱི་གཤེགས་རྩེས་དཔོན་སྤྲུལ་མང་སྲོང་མང་བཅན་རྒྱལ་ཁྱིམ་བཀོད་ཀྱང་། ཁོང་ནར་མ་སོན་
པར་བཞེན་ལོ་བཅོ་བརྒྱད་རིང་རྫོན་ཆེན་མགར་སྟོང་བཅན་གྱིས་ཆབ་སྲིད་བསྐྱུངས། དུས་དེར་སྟོད་སྤྲུལ་ནས་བྲག་ཐིང་སྲོང་

བཅན་པོ་འདུས་སྲོང་མང་རྩེའི་སྤྱི་དུས་སུ་རྩལ་པོ་ཆེ་མི་བདུན་ཞེས། དམག་དཔོན་གྲགས་ཆེན་བདུན་བྱོན་ཡོད་དེ། རྩོག་རིང་ལ་ནག་པོས་
སྤང་ཆེན་འདེགས་ཐུབ་པ་དང་། རྩོག་སྤྱིང་ཁམ་པས་གཡག་བྲུས་པོ་ཆེ་ལག་པས་ཐེག་པ། གཞོད་སྤྱིན་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་མདའ་སྟེུ་ཁ་མ་
འཕངས་ཏེ་བྱ་ཁའི་སྤྱིད་པ་གཙོད་ཐུབ་པ། སྤྲུལ་སྟོན་མདོར་ཅན་གྱིས་མིག་རྒྱུད་གསུམ་གྱི་ས་ལ་མདའ་རྒྱུད་གཅིག་གིས་སྤྱོད་ཐུབ་པ།
མགོས་གཡག་རྒྱུད་གིས་ལྷ་བའི་རྒྱུད་བྱེ་མས་བཀའ་སྟེ་སྤྱད་ལ་བསྟོར་ཐུབ་པ། ཅོག་ལོ་འབྲོང་གཤོར་གྱིས་འབྲོང་ཐུར་དུ་རྒྱུག་པ་བྱེན་
དུ་འཕྲེན་ཐུབ་པ། གཞོད་སྤྱིན་ཁྱི་བདུན་གཡུ་བྱེན་གྱིས་རྟ་བཟང་པོ་གཡུང་ལ་མཆོང་བ་བྱེན་དུ་འཕྲེན་ནས་པ་བཅས་ཡིན་ཞིང་།
གནས་རྒྱལ་དེ་དག་གིས་སྤྲུལ་པ་དེའི་དམག་གི་གནས་བབ་མཆོན་ཡོད།





བར་རིས། ༡༡་༥ མཁན་སློབ་ཚོས་གསུམ་གྱིས་བཞེངས་པའི་དཔལ་བསམ་ཡས་མི་འགྱུར་ལྷན་གྱིས་བྱུང་བའི་གཙུག་ལག་ཁང་།
མཁན་བྱུང་རིགས་ནམས་བྲག་འདུལ་བྱས་པ་དང་། ཉེ་ལ་དམག་ཆེན་བྲངས་ཏེ་བྲག་འདུལ་མཛད། དེ་བཞིན་རྒྱ་ལ་འང་
དམག་ཐེངས་ཁ་ཤས་བརྒྱབ་པ་སོགས་ལོ་རྒྱུས་མང་དུ་མཆིས། ཕྱི་ལོ་ ༤༤༧ ལོར་སྤྱི་བྱུང་སློབ་ཆེན་མགར་སྟོང་བཙན་
འདས་གྲོངས་སོང་བར་བརྟེན། ཁོང་གི་སྲས་བཟེས་པ་མགར་བཙན་སྟོང་ལོ་སྤྱི་བྱུང་སློབ་ཆེན་དུ་བསྐོས་བཞག་བྱས།
དུས་སྐབས་དེར་སོད་དམག་གིས་སླར་ཡང་རྒྱའི་ཡུལ་ཁམས་མང་པོ་ཞིག་བཙོན་པར་བརྟེན། རྒྱ་རྒལ་གྱིས་སྐབས་དེའི་
རྒྱའི་དམག་དཔོན་ཞའོ་ལོ་ཀོས་ལ་དམག་འབྲུམ་གཅིག་དང་བཙས་བཏང་ནའང་། དམག་འཁྲུག་ཁྲིད་རྒྱ་དམག་ཡོངས་སུ་
ཉམས་ཉེས་སུ་གྱུར་ཏེ་ཕྱིར་ལོག། ཕྱི་ལོ་ ༤༧༥ ལོར་བཙན་པོ་མང་སྟོང་མང་བཙན་ཆང་བར་སྐྱེའོས་པའི་ས་གནས་སུ་སྤྱི་
གཤེགས་པ་དང་། བང་སོ་མེས་པོ་སྟོང་བཙན་གྱི་གཡོན་དུ་བཞུགས་སོ།

འདུས་སྟོང་མང་རྗེ།

བཙན་པོ་འདུས་སྟོང་མང་རྗེ་ནི་ཡབ་མང་སྟོང་མང་བཙན་དང་ཡུམ་འབྲོ་བཟའ་ཁྲི་མ་ལོད་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་ཕྱི་ལོ་
༤༧༥ ལོར་སྤྱི་འཁྲུངས། ཡབ་འདས་ཀྱང་ལོ་གསུམ་ལ་གསང་རྒྱ་གནང་བ་དང་། དེ་ནས་འདུས་སྟོང་མང་རྗེ་ཁྲིའི་བཀོད་
དེ་ཡུམ་འབྲོ་བཟའ་ཁྲི་མ་ལོད་ཀྱིས་སྲིད་བཟུང་། ཆོན་ཆེན་མགར་བཙན་སྟོང་མགར་ཁྲི་འབྲིང་སྟུན་མཆེད་ཀྱིས་དམག་
སྲིད་ཀྱི་བྱ་བར་རམ་འདེགས་ལུགས་ཆེ་བྱས། བཙན་པོ་ནར་སོན་པ་དང་། ཕྱི་ལོ་ ༥༠༠ ལོར་བཙན་པོས་བཀོད་འདོམས་
གནང་ནས་དབྱང་ཆེན་སྤང་ཡུལ་དང་། ཐའི་ཡུལ་སོགས་སུ་བྲངས་ཏེ་རྒྱའི་དམག་དབྱང་པམ་ཉེས་སུ་བཏང་། ཕྱི་ལོ་

༢༠༣ ལོར་འཇང་ཡུལ་དུ་དབྱུང་ཆེན་བླ་མ་ཉེ་འཇང་ཡུལ་དབང་དུ་བསྐྱུས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༤ ལོར་བཅན་པོ་འཇང་ཡུལ་དུ་སྐྱེ་བྲོངས།

ཁྲི་ལྷེ་གཙུག་པོ་རྟན།

བཅན་པོ་ཁྲི་ལྷེ་གཙུག་པོ་རྟན་མེས་ཨག་ཆོམ་ནི་ཡབ་འདུས་སྲོང་མང་པོ་ཟླ་དང་། ཡུམ་མཆོམས་བཟའ་བཅན་ཐོག་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་ཤིང་འབྲུག་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༤ ལོར་པོ་བླ་མ་ཆེན་པོ་འདུས་སྲོང་མང་ཟླ་འཇང་ཡུལ་དུ་སྐྱེ་བཞེགས་པར་བཞེན། སྲས་ནར་མ་སོན་པས་ཨ་ཕྱི་ཁྲི་མ་ལོད་ཀྱིས་སྲིད་བཟུང་། རར་སོན་རྗེས་རྒྱལ་སྲིད་བཟུང་བ་དང་། རྒྱ་བཟའ་ཀེམ་ཤིང་ཀོང་རྫོང་བཅན་མོར་སྤངས། བཅན་པོ་འདིའི་རིང་ལ་སློན་ཆེན་གཅིག་ཕྱུང་སྟེ་འཇོག་ཐེངས་དྲུག་ཙམ་ལ་བྱས་ཏེ། དཔོན་གནས་ལམ་ལུགས་ལ་བཅོས་བསྐྱར་དང་སྤྱི་གཞི་རྒྱ་ལྷོ་ཞིབ་ཏུ་བཏང་། དེ་བཞིན་



པར་རིས། ༡༡་༤ སང་མི་བདུན་མཁན་སློབ་ཀྱི་བྱང་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་།

བཅན་པོ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་ཕྱེ་བཅན་གྱི་སྐྱབས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་འཕེལ་རྒྱས་སྤར་ལས་ལྷག་པ་ཕྱིན་ཡོང། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༤ ལོར་གཡུ་ཐོག་རྩིང་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ་འཇུངས་ཤིང་། རང་གི་ཡབ་དང་མཁས་པ་དུ་མའི་བྱང་ནས་གསན་བསམ་རྒྱ་ཆེ་གནང་། རྒྱ་དཀར་ནག་དང་བལ་ཡུལ་སོགས་སུ་ཕེབས་ནས་གསོ་བ་རིག་པ་མཁས་ཅན་མང་པོའི་ཞབས་ལ་གཏུགས་ཏེ། མཁས་པའི་མཆན་སྟོན་ཕྱོགས་ཀྱང་ཏུ་བྱུང། བཅན་པོ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་ཕྱེ་བཅན་གྱིས་སྐྱེ་བྲོང་པོ་ཤིང་གཞིགས་རྟོགས་ཆེན་པོ་གནང་། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་རྒྱ་དང་བཞི་བཅས་ས། ཀོང་པོ་སྐྱེན་ཕྱུང་དུ་སྐྱེན་གྱི་སློབ་བྱ་བཅུགས་ཏེ། གསོ་བ་རིག་པའི་སྤྱོད་རྒྱ་ཆེར་བཏང་།

མི་འབོར་ཞིག་བཤེར་དང་། དཔལ་འབྱོར་རྩིས་གཞིར་བྱས་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱོད་ལུགས་ཆོད་སྙན་བཟུང་།

ཐོད་ཀྱི་སྤར་ཡོད་མངའ་ཁོངས་རྒྱལ་སྤྱོད་གནང་བ་ལ་ཟད། ད་དུང་ལུ་མ་ཐུད་མངའ་ཐང་ཆུ་བསྐྱེད་དེ་ཆུའི་ས་
ཁོངས་ཅིན་པན་ཟེར་བའི་མྱོང་ཁྱེར་དབར་བསྐྱར་བ་དང་། ཆུ་ནག་དབུས་སྤྱའང་ཐོད་དམག་གིས་དབྱར་འཕྲུག་བྱས།

བཅན་པོ་འདིའི་རིང་སྟེ་ཁང་མང་པོ་བཞེངས་པ་དང་། མདོ་སྡེ་དང་སྒྲན་དབྱང་སོགས་ཀྱི་བསྒྲན་བཅས་མང་པོ་མོད་
ཤད་ཏུ་བསྒྱུར་བ་སོགས་ཆོས་ཁྲིམས་ཀྱི་མཛད་རྗེས་ཡིན་ཏུ་ཆེ། གྱི་ལོ་ ༧༥༧ ལོར་སྐུ་ཁྱེངས་སོ།

ཁྱིའ་ཕྱེད་བཅུ་།

ཁྱིལ་གཙུག་བརྟན་གྱི་སྐུ་ཁྱིམ་ལྷེ་ཕུ་བཅན་ནི་ཆུ་ཉི་ལོ་ ༥༥ ལོར་འབྲུངས་ཤིང་། དགྲུང་ལོ་བཅུ་བཞིའི་
 རོག་རྒྱལ་ཁྱིམ་ལེབས། ཡབ་མེས་རྣམས་ཀྱིས་རི་ལྟར་མཛད་པ་བཞིན་ནང་ཆོས་གོང་འཕེལ་གཏོང་ཐབས་ཤུགས་ཆེར་
 མཛད་ཀྱང་། རོན་ལ་དགའ་ཞེན་ཆེ་བའི་ཁྱོན་པོ་མ་ཞང་ཤོན་པ་སྦྱེད་དང་། ལྷག་ར་སྤྱ་གོང་སོགས་དབང་ཤུགས་ཆེ་བླ་ས་
 བས་རེ་ཞིག་རྒྱལ་པོའི་ཐུགས་དགོངས་རི་བཞིན་འབྲུབ་དགའ་བ་བྱུང་། དེའི་སྐབས་སུ་ནང་ཆོས་ལ་དགའ་བའི་ཁྱོན་པོ་དག་
 གིས་ཐབས་བྱས་པ་ཏོན་ནས། ཁྱོན་པོ་མ་ཞང་ཤོན་པ་སྦྱེད་སྦྱོང་ལུང་དང་། ལྷག་ར་སྤྱ་གོང་འཕན་པོར་རྒྱལ་པོའི་སྤྱ་སྦྱེད་ཏུ་
 བརྒྱངས་ནས་གསོན་པོར་དྲར་དྲ་བཅུག།

རྒྱལ་པོ་ཁྱིའི་སྒོ་ནས་བཅའ་བྱིས་སྒྲོན་པོ་སྤྲ་གསལ་སྤང་རྒྱ་གར་དུ་བརྒྱུངས་ཏེ། རྒྱ་གར་གྱི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་མཁན་
 ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་དང་རིག་སྤྲུགས་ཀྱི་བདག་པོ་སྒྲོན་དཔེ་པ་རྒྱ་འབྱུང་གནས་པོད་དུ་གདན་དངས། རྒྱལ་པོ་འདིའི་རིང་པོར་
 རྒྱའི་ས་མཆམས་སུ་དམག་འབྱུག་མང་པོ་བྱུང་བས། པོད་ཀྱི་དམག་དབུང་འབྱུལ་སྤྲུག་གཉིས་བཏང་ནས་རྒྱ་དམག་པམ་
 བར་བྱས།



བར་དེས། ༡༡་པ་ གྱེ་ལོ་ ༡༩༣ ལོར་
བཞེངས་པའི་ལྷ་སའི་རྫོང་རིང་།

རྒྱ་ཡི་གོང་མ་དང་སྒྲོན་པོ་རྣམས་རང་གི་རྒྱལ་མར་སྤོང་མ་སྤུབ་པར་རྒྱའི་སྟོ་
 ཕྱོགས་སུ་བློས། བོད་དམག་རྣམས་རྒྱའི་རྒྱལ་ས་ཁྲང་ཨན་ལ་འབྱོར་ནས་གཤམ་ཤིང་
 གོང་ཚའི་མིང་པོ་ཆེད་རུང་ཞེས་པ་དེ་རྒྱ་ནག་གོང་མར་བསྐྱོས། བརྟ་ཤིས་ཞེས་པའི་
 བོ་མིང་བཏགས་ནས། རྒྱ་ནག་གི་ཕྱགས་སྟོལ་ལྟར་བརྟ་ཤིས་ཀྱི་ཁྱི་ལོ་ཁྲབ་བསྐྱགས་
 གུས། རྒྱ་ནག་གིས་ལོ་ལྟར་བོད་ལ་དབྱ་ཁལ་འབྱུལ་རྒྱའི་ཆེད་ས་ཡིག་བཞག་ཁྱི་
 སྟོང་ལྡུ་བཅན་གྱིས་ཆབ་སྲིད་ཕྱོགས་བཞིར་རྒྱ་སྤྱོད་ཅིང་ཕྱོགས་མཐའི་རྒྱལ་ཁབ་
 རྣམས་ལ་འབྲེལ་བ་བཙུགས། རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་སོགས་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
 གསུང་རབ་མང་པོ་བོད་དུ་བསྐྱར་ཅིང་དགེ་འདུན་གྱི་སྤྲེལ་མར་བཙུགས།

ཀླུ་ལ་པོ་ཁྱི་སྒོར་ཕྱེུ་བཅུ་སྐུ་བཅ་མ་མངའ་ཐང་ཀླུ་སྒྲིང་ཆེན་པོ་



འཕུལ་ཆོན་མཛེས་མི་བདུན་པ་ནི། ཁི་
མོང་ལྟུ་བཙན་གྱི་ཆོན་པོ་སྟག་བཙན་གདོང་
གཟིགས་བྱ་བ་དེ་ཡིན་ལ། ཆོན་པོ་འདིའི་སྐུ་རིང་ལ་
འབངས་མི་ཁྲིམ་རེ་ལ་རྟ་མཛོལ་གསུམ་སོགས་ཆ་
སྟོམས་སུ་བགོས་ཤིང་། དབྱར་གྱི་རྩ་མེགས་ནས་
བསྐལ་པ་རེས། དལུན་དུ་པ་སྟགས་ཀྱི་གཟན་དུ་
བྱེད་པའི་སྐོལ་བཏོད།



མོད་རྒྱ་གཉིས་དབར་ཆིངས་འདུལ་སྒྲུ་རྗེས་བཞག་གུང་། ཆིངས་
དོན་ལ་མ་གཞིས་པར་དཔག་འབྱུག་ཡང་ཡང་གྲུང་བར་བཞེན། རྒྱལ་ལྷ་

མཆན་
འགྲེལ།

དབྱང་འཇུག - དཔལ་འབྱོར་པའི་དོན།
ཞང་སྒྲོན། - བཅན་པོའི་གཉིན་ཚན་གྱི་སྒྲོན་པོ་ལ་གོ།
ཁུ་ལག - ཁུ་ལ་དང་གཡོག་ལས་ཀྱི་མིང་།
རྩ་ཤུང་། རྩ་ཡི་བཅུན་པ།
ཆེ་སྒྲོན། རྩ་ལ་པོའི་སྒྲོན་པ་ལ་ཟེར།

ཤང་དང་། བོད་ཀྱི་དགེ་འདུན་པ་ཚོས་དཔེ་ཞང་མཐུན་པའི་བཀའ་
མོལ་གྱི་མཆམས་སྒྲིབ་གནང་སྟེ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣ ལོར་རྒྱ་བོད་གཉིས་ཞི་
ཆེངས་བྱས་ཏེ་གཅིག་གི་དོན་དུ། “རྒྱ་རྒྱ་ཡུལ་ན་སྤྱིད། བོད་བོད་
ཡུལ་ན་སྤྱིད།” ཅེས་སོགས་པན་ཚུན་གཉིས་མོས་བྱང་བའི་ཆེངས་
ཡིག་རྣམས་རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀའི་ཡི་གེའི་ཐོག་དོན་དུ་འཇོས་ཏེ། རྒྱ་
བོད་ས་མཆམས་གྲུ་གྲུ་མེ་རུར་དོན་དུ་གཅིག་དང་། བོད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་

ས་སྒྲ་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་མདུན་དུ་དོན་དུ་གཅིག་ རྒྱའི་རྒྱ་ལ་ས་ཁང་ཨན་གྱི་པོ་བྱང་མདུན་དུ་དོན་དུ་གཅིག་བཅས་
བཅུག་སྤྱོད།

བཅན་པོ་འདིས་རབ་རྩ་བྱང་བ་རེ་རེ་ལ་དུད་ཁྱིམ་བདུན་རེ་ཡུལ་ནས་ཞབས་ཏོག་བསྐྱབ་བཅུག་པ་དང་། རབ་རྩ་བྱང་
བ་རྣམས་ལ་མིག་ལོག་ལྟ་བུ་བ་དང་། མཚུ་བ་མོ་ཀེར་བ། མཚུ་གཙུས་པ་སོགས་བྱས་ན་དེ་དག་ལ་ཆད་པ་ནན་པོ་གཙོད། དགེ་
འདུན་གྱི་སྤྱི་དེ་རྒྱས་སྤྱ་གཏོང་ཆེད་རབ་རྩ་བྱང་བ་མང་དུ་བཏང་། འོན་ཀྱང་དགེ་འདུན་པའི་བྱངས་ཆད་འཕར་ཡང་སྤྱས་ཀ་
ཉམས་ཆག་རྩ་སོང་བ་དང་། བོད་གི་ཁྱིམས་དེ་དག་ལ་འབངས་ཀྱིས་མཐོང་ཚུལ་ཅི་རིགས་བྱུང་། གཞན་ཡང་ཞང་སྒྲོན་དང་
སྒྲོན་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་བཅན་པོར་ཕྱག་དབྱ་སྤྱགས་སྤྱུལ་ཡང་ལན་མི་གནང་བ་དང་། དགེ་འདུན་པར་བཅན་པོས་གྲུས་
ཕྱག་སྤུལ་བ་སོགས་ལ་བརྟེན། བཅན་པོ་དང་སྒྲོན་པོའི་དབར་ལ་རིམ་བར་འགལ་ཆེ་བྱུང་།

རྒྱ་ལ་སྒྲོན་དབར་གྱི་འགལ་ཆེར་བརྟེན་ནས། སྒྲོན་པོ་སྤྱས་སྤྱག་སྤྱུལ་སོགས་ཀྱིས་སྒྲོན་པོ་བྱན་ཀ་དཔལ་ཡོན་དང་བཅུན་
མོ་དཔལ་གྱི་ངང་ཚུལ་མའི་བར་ལ་ལུས་འབྲེལ་ཡོད་པའི་སྤྱ་མ་བརྒྱབ་ནས། བྱན་ཀ་དཔལ་ཡོན་བྱང་དུ་སྤྱགས་ཏེ་བཏོངས་
པ་དང་། བཅུན་མོ་དཔལ་གྱི་ངང་ཚུལ་མ་རང་ཉི་བརྒྱབ། ལྷ་སྤྱས་གཙང་མ་ཡང་གོ་མོར་སྤྱགས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤ ལོར་བཅན་
པོ་ཁྱི་རལ་པ་ཅན་པོ་བྱང་གི་ཁྱིམས་རར་བཞུགས་ཤིང་། རྒྱ་ཆང་གསོལ་བའི་སྐབས་དང་བསྐྱུན། སྒྲོན་པོ་སྤྱས་སྤྱག་སྤྱུལ་
སོགས་ཀྱིས་མགུལ་གཙུས་ཏེ་བཏོངས་སོ།

འུ་དུམ་བཅན་པོ།

འུ་དུམ་བཅན་པོ་ནི་ཡབ་རྒྱལ་པོ་ཁྱི་ཕྱེ་སྤོང་བཅན་དང་། ཡུམ་འབྲོ་བཟའ་ཁྱི་མ་ལོད་གཉིས་ཀྱི་སྤྱས་སྤྱུ་འཁྱུངས།
སྐབས་དེར་དགེ་འདུན་གྱི་སྤྱི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་། སྤྱི་དཔོན་མི་བྱུག་དང་། སྒྲོན་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་ས་ཁུལ་བཅད་བཟུང་བྱས་
པ་སོགས་ཀྱིས། མི་ཤུགས་དང་རྒྱ་ཤུགས་གཉིས་ཀར་དོ་ཤོག་བྱུང་ནས། བོད་ཀྱི་དཔལ་དོན་དང་དཔལ་འབྱོར་སོགས་ལ་
ཉམས་ཉེས་ཆེན་པོ་བྱུང་། བཅན་པོ་ཁྱི་རལ་པ་ཅན་བཏོངས་རྗེས་འུ་དུམ་བཅན་པོ་ཁྱི་ལ་འཁོད། ཁོང་གིས་ཐོག་མར་སྤར་
གྱི་ཤུགས་སྒོལ་བཞིན་སྤྱིད་བསྐྱུངས་ཀྱང་། བོད་ཡུལ་དུ་ཆོས་ཤུགས་ལ་དད་མོས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་དང་། རབ་བྱང་བ་རྣམས་

ལ་འཆོ་བ་སྒྲ་ནས་སྒྲོར་བ་དང་། ཀུན་གྱིས་གཙུག་ཏུ་བཀྱར་
དགོས་པ། དམག་ལ་འགྲོ་མི་དགོས་པ། ཁྲིམ་དང་ཁྲིམ་གྱི་ལམ་ལུགས་ལྟགས་ཆེར་དར་
ཡོད་པར་བརྟེན། ལམ་ལུགས་དེ་དག་རིམ་བཞིན་བཅོས་
བསྐྱར་བྱས་ནས་འཆོ་བ་རང་ཁ་རང་གསོ་བྱེད་པའི་འགོ་
བཙམས། ལམ་ལུགས་དེ་ལག་བསྟར་བྱེད་སྐབས། ཐོག་མར་
བཅན་པོས་ཆོས་ལ་གནག་པ་ཅམ་ལས་གཞོད་པ་ལྟགས་
ཆེར་མ་བྱས་ཀྱང་། གྱི་ལོ་ ༡༣༩ ལོ་ནས་བཟུང་རྒྱལ་པོ་དང་
སློབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་ཁྲིམས་བཞིག་པར་གྲོས་བྱས་ཏེ།
དགོན་པ་དང་ལྷ་ཁང་བཞིག་ལྷ་སྐྱ་དང་གསུང་རབ་རྣམས་ས་
འོག་ཏུ་སྒྲུབ། སལ་ཆེ་བ་མེ་ལ་བསྐྱེད་པ། གཙུག་ལག་ཁང་དུ་
བཞག་ར་བཅོས། ལྷ་ཁང་གི་ནང་དུ་བཙུན་པ་ཆང་འཐུང་བའི་
རི་མོ་བྲིས། བཙུན་པ་རབ་རྣམས་བསད། འཕྲིང་རྣམས་རྒྱང་
ལུང་དུ་བཏང་། ཐ་མ་རྣམས་ཁྲིར་བྱེད་དུ་བཅུག་པ་སོགས།
སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་མེད་པར་བཅོ་བའི་ལས་སྒྲ་ཆོགས་



བར་རིས་ ༡༡་༩

བྱས། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་སྤྱི་དང་། ཁྱད་པར་དུ་ལོ་རྒྱུས་དེབ་ཐེར་དང་། སྒྲ་རིག་པ། གསོ་བ་རིག་པ། བཅོ་རིག་པ་སོགས་
ཀྱི་བསྟན་བཅོས་དུ་མ་ཅ་མེད་དུ་སོང་།
དེ་ལྟར་གྱི་ལོ་ ༦༣༩ ལོར་ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་སྐམ་པོ་གསེར་ཁྲིར་ཕེབས་ཏེ། བཙན་པོའི་མངའ་ཐང་རྒྱ་བསྐྱེད་
པ་ནས་བཟུང་། བཙན་པོ་རིམ་བྱོན་གྱིས་ཆོས་སྲིད་ཀྱི་མཛད་པ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱེད་པ་ཡོད་ནའང་། གྱི་ལོ་ ༡༣༩ ལོར་ལྷ་ལྷང་
དཔལ་རྫོང་གྱིས་བཙན་པོ་ལྷ་ལྷང་བཙན་པོ་བཏོངས་པ་ནས་བཟུང་། བཙན་པོའི་གཤུང་རྒྱུད་ཀྱིས་བོད་སྤྱི་ལ་དབང་བསྐྱེད་
བའི་རིམ་པ་དེ་ནས་མཐུག་ཆོགས་སོ།

ལྷ་འབྲུར་རྟེན་མ།

༡༡། ཅ་གསུམ་ཀུན་འདུས་སྟོབ་དཔོན་བསྐྱེད་ལྷ་འབྲུར་། མཁན་ཆེན་ཞི་འཚོ་ཆོས་རྒྱལ་ཁྱི་སྟོང་ཞབས།

གཞུགས་ཆེན་སངས་རྒྱལ་ཉང་སྟོན་ཉི་མ་འོད། བཀའ་གཏེར་ཤིང་རྩ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

ཆོས་རྒྱལ་སྟོང་བཅན་སྐུ་པོའི་སྐུ་དུས་སྤྱན་དམའི་སྤེ་སྟོན་གསུམ་དང་རྒྱུད་སྤེ་མང་པོ་བསྐྱུར་ཅིང་བསྟན་པའི་སྟོལ་བཏོད།
གསང་སྤྲུགས་སྤེ་འབྲུར་དོ་རྩེ་ཐེག་པའི་རིང་ལུགས་མདོར་བསྐྱུས་ཅན་གྱིས་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆོས་རྒྱལ་ཁྱི་སྟོང་གི་སྐབས་སྤེ་
དར། ཁོང་གིས་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཚོ་དང་སྟོབ་དཔོན་བསྐྱེད་ལྷ་འབྲུར་གནས་བོད་དུ་གདན་ཅདས། མཁན་སྟོབ་ཆོས་གསུམ་



བཀའ་བཀྲོས་མཛད་ནས་དཔལ་བསམ་
ཡས་མི་འབྲུར་ལྷན་གྱིས་བྱུང་པའི་གཙུག་
ལག་ཁང་བཞེངས་ཏེ། མཁན་སྟོབ་གཉིས་
གྱིས་རབ་གནས་གནང་བ་ན། རྒྱལ་པོའི་
སྤྲུགས་ལ་མདོ་སྤྲུགས་གྱི་བསྟན་བ་དངོས་
གཞི་འཇུགས་པར་དགོངས་ཏེ། བོད་སྤྲུག་སྟོ་
གསལ་རྣམས་ལ་ལོ་རྒྱ་བསྐྱབས། རྒྱ་གར་
ནས་སྟོབ་དཔོན་རྩེ་ན་མི་ཏུ་སོགས་མཁས་
བྱུང་དུ་མ་བོད་དུ་སྤྱན་ཅདས་ནས། སད་
མི་བདུན་རབ་ཏུ་བྱུང། བེ་རོ་ཅ་ན་སོགས་ལོ་
རྒྱ་བ་རྣམས་གྱིས་མདོ་སྤྲུགས་གྱི་བཀའ་དང་
བསྟན་བཅོས་རྩེ་སྟོན་ཅིག་བསྐྱུར་ཅིང་གཏན་
ལ་བཅ། མཆོན་ཉིད་ཐེག་པའི་བཤད་བྱ་དང་
གསང་སྤྲུགས་གྱི་སྟོལ་བྱ་དར།

མངའ་བདག་ཁྱི་རལ་གྱིས་ཡབ་མེས་

གྱི་བཀའ་སྟོལ་ལྷར་གཙུག་ལག་ཁང་མང་དུ་བཞེངས། སྤར་བསྐྱུར་པའི་གསུང་རབ་རྣམས་སྐད་གསར་བཅད་གྱིས་གཏན་
ལ་བཅ། རྒྱལ་པོའི་དབུ་སྐྱེ་ལ་དར་ཡུག་གཉིས་བཏགས་པའི་སྟེར་རབ་བྱུང་དུར་སྤྲིག་གི་སྤེ་དང་། གོས་དཀར་ལུང་ལོའི་སྤེ་
གཉིས་བཏུགས་སྤེ་གསོལ་ཞིང་དབུ་ཡི་མཆོད་གནས་སྤེ་བཀྲུ། དེ་རྩེས་བསྟན་པའི་འཕེལ་འགྲིབ་ཅན་ལས་ད་ལྟའི་བར་
རྒྱལ་བསྟན་འི་མ་མེད་བ་གསལ་བར་འཛིན་པའི་ཆེ་བ་དུག་ལྷན་གྱི་གསང་སྤྲུགས་སྤེ་འབྲུར་རྟེན་མའི་བཞེད་སྟོལ་འདི་ཉིད་
དར་ཞིང་རྒྱས་པར་གནས་སོ།

སྦྱོར་ཆ་ན།



ཀ) གཤམ་གྱི་རྩི་བ་རྣམས་ལ་ལན་གནད་བསྐྱུས་རེ་བྲིས།

- ༡། ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་སྐུམ་པོ་དགྲུང་ལོ་ག་ཆོད་སྐབས་རྒྱལ་པོའི་ཁྱིམ་འཁོད་ཡོད་དམ།
- ༢། ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་སྐུམ་པོའི་མཛད་རྗེས་གསུམ་བྲིས།
- ༣། མང་སྲོང་མང་བཙན་ནང་མ་སོན་སྐབས་ལྷོན་ཆེན་སྲུས་ཆབ་སྲིད་བསྐྱུངས་སམ།
- ༤། ཁྱི་ལྷོ་གཙུག་བཏན་གྱིས་སྲིད་དབང་སྲ་བཏན་རི་ལྟར་བཞོས་སམ།
- ༥། ཆོས་རྒྱལ་ཁྱི་སྲོང་ལྷུ་བཙན་གྱིས་རྒྱ་གར་ནས་མཁས་བ་གང་དག་གདན་དྲངས་སམ།
- ༦། བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་སྲུས་བཞེངས་སམ།
- ༧། ཁྱི་ལོ་གང་གི་ལོར་དཔོན་ཞང་རྩོམ་བཏུགས་སམ།
- ༨། ལུ་དུམ་བཙན་པོ་བཀོངས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་གང་ཡིན་ནམ།

ཁ) མཐུན་སྦྱོར་གྱིས།

༡	ཁྱི་ལོ་ ༤༣༩	བོད་ཡིག་གཏན་ལ་པ།
༢	ཁྱི་ལོ་ ༤༣༩	མགར་སྲོང་བཙན་སྲོངས།
༣	མོ་བྲང་མ་རུར་	སྐད་གསར་བཙན་བྲུས།
༤	ཁྱི་ལོ་ ༤༤༢	དཔོན་ཞང་རྩོམ་ཐོག་བཀོད།
༥	སྲུན་བཙན་པོས་	ལུ་དུམ་བཙན་པོ་བཀོངས།
༦	གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོས་	རྒྱ་བོ་གཞུང་འབྲུལ་དུ་རྒྱ་བོད་རྩོམ་བཏུགས།
༧	ཁྱི་སྲོང་ལྷུ་བཙན་སྐབས་	འབངས་གྱི་དབུལ་སྐྱུག་བསྐྱུས།
༨	རྒྱ་རྒྱལ་ན་སྦྱིད། བོད་བོད་ལུ་ན་སྦྱིད།	བལ་བཟའ་ཁྱི་བཙན་བཙན་མོར་བསྐྱུས།
༩	ཁྱི་ལོ་པ་ཙན་སྐབས་	སྐན་གཞུང་རྒྱུད་བཞི་བཙནས།
༡༠	ཁྱི་ལོ་ ༤༤༤	སྲོང་བཙན་སྐུམ་པོ་ཁྱི་ལོ་འཁོད།

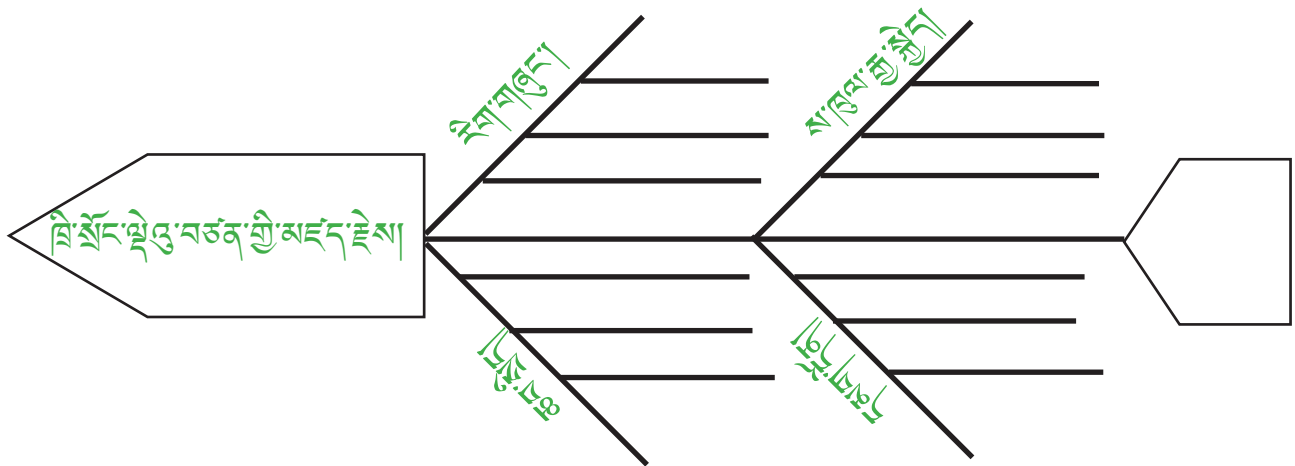
ག) ལན་རྒྱུ་



- ༡། ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་སྐུ་ན་མ་པོའི་སྐབས་ཀྱི་བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་ཆེན་པོ་ལྔ་གང་དང་གང་ཡིན།
- ༢། མང་སྲོང་མང་བཙན་སྐུ་ན་མ་པོའི་སྐབས་མགར་གྱི་མི་རྒྱུད་ཀྱིས་ཆབ་སྲིད་རིམ་ལྔ་ར་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཡོད།
- ༣། བཙན་པོ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་འུ་བཙན་སྐབས་གསེབ་རིག་པར་འཕེལ་རྒྱས་རིམ་ལྔ་ར་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཡོད།
- ༤། མངའ་བདག་ཁྲི་རལ་སྐབས་རྩོད་རྒྱུ་གྲགས་ཆེ་བ་གང་དག་བཙུགས་ཡོད།
- ༥། བཙན་པོ་ཁྲི་རལ་ས་ཅན་གྱིས་རབ་བྱུང་ནམས་ལ་གཟིགས་སྒྲིང་རིམ་ལྔ་ར་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཡོད།
- ༦། བཙན་པོ་ཁྲི་རལ་ས་ཅན་དང་སྒྲོན་པོའི་དབར་འགལ་ཆེ་བུང་དགོས་དོན་གང་ཡིན།

ང) བྱེད་སྒྲིག་

- ༡། འུ་རུམ་བཙན་པོས་ནང་ཆོས་མེད་པར་བཟོ་དགོས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གང་ཡིན་སྐོར་ལ་གྲོས་སྤྱར་གྲོས།
- ༢། ཆོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་འུ་བཙན་གྱི་མཇུག་རྗེས་སྐོར་ལ་ཉ་རུས་དཔེ་རིས་ནང་བྲིས།





བཅན་པོའི་སྐབས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རྣམས་པ།

༡༣། །བཅན་པོ་སྤོང་བཅན་སྐབས་པོ་ནས་ལུ་དུམ་བཅན་པོའི་བར་གྱི་ཁྲིམས་ལུགས་ལམ་སྟོན་རྣམས་པལ་ཆེར་མ་ཐུན་ཞིང་། ལམ་ལུགས་ཐད་ལའང་རྩེ་ཟེར་ཅེ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་སྤྱོད་མོད། པལ་ཆེ་བ་གཅིག་མཚུངས་སུ་སྤང་། བཅན་པོའི་སྐབས་ཀྱི་ཁྲིམས་སྟོན་ནི་སྤོང་བཅན་སྐབས་པོའི་དུས་ནས་འགོ་བཙུགས་པ་དང་། ཁོང་གིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་ཁྲིམས་ལའང་དོན་ཆན་ཆེན་པོ་དུག་ཡོད་དེ། བཀའ་ཡི་ཁྲིམས་ཡིག་དུག བཀའ་གྲོས་ཆེན་མོ་དུག ཡིག་ཆང་དུག བྱག་རྒྱ་དུག རྒྱུན་དུག དཔལ་ཆན་དུག་བཅས་དོན་ཆན་དུག་དང་། དེ་དག་ཅེ་ཅེ་ལའང་ལེ་ལུ་འཕེལ་དོན་ཆན་རྩེ་བ་དུག་ཅེ་ལས་བྱུང་པས་ཁྲོན་བསྐྱེམས་དོན་ཆན་སུམ་ཅུ་མོ་དུག་ཡོད། དེ་ལ་ཁོང་མོ་དུག་ཅེས་ཀྱང་གྲགས། ཆོས་རྒྱལ་སྤོང་བཅན་གྱིས་འདི་དག་གཏན་ལ་པལ་པའི་རྩེས་སུ་སྟོན་འཕྲི་སྤྲོན་ཅན་ཅེ་བྱས་ཡོད་ཀྱང་། ཅ་བའི་ཆ་ནས་སྟོན་གཞི་འདིའི་སྟེང་ནས་བཅན་པོ་ཅེས་བྱོན་གྱི་དབང་ལུང་མ་ཉམས་པའི་བར་དུ་གནས་ཡོད།

བཅན་པོའི་སྐབས་ཀྱི་གྲལ་རིམ་གྱི་དབྱེ་བ།

བཅན་པོའི་སྐབས་སུ་བཅན་པོའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་ཆབ་འབངས་ཡོངས་ལ་གྲལ་རིམ་དབྱེ་འབྱེད་བྱས་ཡོད་པ་དང་། རང་རང་གི་གྲལ་རིམ་མཚོན་བྱེད་གྱི་ཐོབ་ཐང་ངམ་ཡིག་ཆང་ཡོད་དེ། ཡིག་ཆང་དེ་དག་གཤམ་དང་། **ཤ་མེན།** (Electrum) དང་ལ། **འཕར་བ།** (Bell Metal) ཟངས། ལྷགས། འིང་སྐྱ་སོགས་ཀྱི་སྟེང་བཀོད་ཡོད། དུས་སྐབས་འདིའི་ནང་དུ་བཅན་པོ་གོང་དུ་ལས། རྟོན་ཆེན་ནས་མི་སེར་རྣམས་ཀྱི་བར་ལ་གྲལ་རིམ་གྱི་བྱེད་པར་ཆེན་པོ་ཡོད། སྐབས་འདིའི་བཅན་པོའི་གཞུང་གི་དཔོན་རིགས་ལ། གྲུང་རྟོན་ཆེ་འབྲིང་རྩེད་གསུམ། རང་རྟོན་ཆེ་འབྲིང་རྩེད་གསུམ། བཀའ་རྟོན་ཆེ་འབྲིང་རྩེད་གསུམ་བཅས་ནི་ལས་སྟེ་མཐོ་ཤོས་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་ལ་རྟོན་ཆེན་དགུ་ཟེར། རྟོན་པོ་དགུའི་ནང་གི་མཐོ་ཤོས་ནི་གྲུང་རྟོན་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་མཚོན་བྱེད་གྱི་ཡི་གེ་ནི་གཤམ་ཡིག་ཆེན་པོ་ཡིན། དེའི་འོག་ཏུ་གྲུང་རྟོན་ཆེ་འབྲིང་དང་། རང་རྟོན་ཆེན་པོ་གཉིས་ནི་གཤམ་ཡིག་ཆུང་དུ་དང་། དེའི་འོག་ཏུ་གྲུང་རྟོན་ཆུང་དུ་དང་། རང་རྟོན་ཆེ་འབྲིང་། བཀའ་རྟོན་ཆེན་པོ་བཅས་ལ་གསེར་ཡིག་ཆེན་པོ་དང་། རང་རྟོན་ཆུང་དུ་དང་། བཀའ་རྟོན་ཆེ་འབྲིང་ལ་གསེར་ཡིག་ཆུང་དུ་། བཀའ་རྟོན་ཆུང་དུ་ལ་ཤ་མེན་གྱི་ཡི་གེ་ཡིན།

དེ་དག་གི་འོག་ཏུ་དངུལ་ཡིག་ཆེ་རྩེད་དང་། ཟངས་ཡིག་ཆེ་རྩེད་། ལྷགས་ཡིག་ཆེ་རྩེད་། འིང་སྐྱ་ཆེ་རྩེད་གི་ཡི་གེ་སོགས་གནང་སྟེ། རྟོན་རིམ་པ་བཅོ་བརྒྱད་དུ་བྱེ་ཡོད།

བཅན་པོའི་ཆབ་འབངས་ལ་རིགས་གཉིས་ཡོད་དེ། གཅིག་ནི་དམག་སྡེ་ལམ་གྲོད་དང་། གཞན་དེ་ནི་ཁལ་སྡེ་ལམ་གཡུང་གི་སྡེ་ཡིན། དེ་ཡང་བཅན་པོའི་སྐབས་རུ་སྡེ་ལྔ་དང་ཁང་ཁུང་ཁྲི་སྡེ་བཅས་རྒྱལ་ལ་གྲོད་ཀྱི་སྡོང་དཔོན་རྒྱལ་ཅུ་ཙུ་གཅིག་གས། སྡོང་སྡེ་རྒྱལ་ཅུ་ཙུ་གཅིག་ཡོད།

གཡུང་གི་སྡེ་ཞེས་པ་ནི་དམག་མི་བྱེད་མི་དགོས་པར་ཁལ་དང་ཁུང་ལག་གིས་བཅན་པོའི་རྒྱལ་ཁམས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་མཁན་གྱི་མི་སེར་ནམས་ལ་གོ་གཡུང་ལ་སྲིད་པ་དག། རྩི་བདུན། མཁན་རྒྱལ་ཚོང་ལྷ། རྒྱལ་བཞི། འཛིན་གསུམ་བཅས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མཆིས།

བཅན་པོའི་སྐབས་ཀྱི་དམག་ཆས་དང་རུ་དར།

དབུ་རུ་སྡོང་སྡེ་ཀྱི་དམག་རྩ་ནི། ཟེ་དཀར་རྩ་སྐྱ་དང་མཚལ་བུ་གཟུགས་རིང་། རུ་དར་དམར་པོ་ལྷེ་ཁ་དང་དཔལ་དར་དམར་པོ། དམག་ནི་མཚོ་ལ་གངས་འབབ་པ་དང་འབྲེལ།

གཡོ་རུ་སྡོང་སྡེ་ཀྱི་དམག་རྩ་ནི། རྩ་མོག་རོ་བུན་བུན་དང་མཚལ་བུ་རྩིང་དཀར། རུ་དར་སེལ་དམར་པོ་དང་། དཔལ་དར་དར་དཀར་སྡིང་ནག་མཚོ་ལ་སྐྱང་མ་འབབ་པ་བཞེན་དུ་འགྲེམས་སོ།

གཡལས་རུ་སྡོང་སྡེ་ཀྱི་དམག་རྩ་ནི། མཚལ་བུ་མེ་རྟག་དང་སྡོན་པོ་གཡུ་རྩ། རུ་དར་དར་ནག་སྡིང་དཀར་དང་བྱ་ཁུང་གིས་པ་དང་སྐྱར་ཁ་གོང་ཁ། སྐང་ལ་མེ་མཆེད་པ་ལྟར་འགྲེམས་སོ།

རུ་ལག་སྡོང་སྡེ་ཀྱི་དམག་རྩ་ནི། ངར་པ་བུད་དམར་དང་རག་པ་རྩོག་ནག་རུ་དར་སེལ་གནམ་འཕྲོ་དཔལ་དར་ནག་པོ། གངས་ལ་སེར་བ་འགྲེམ་པ་བཞེན་དུ་འཕྲོ། ད་དུང་སུམ་པ་དང་ཁང་ཁུང་སོགས་ཀྱི་ཁྲབ་ཁོངས་ཀྱི་དམག་གི་ཆས་གོས་དང་དར་ཆ། དམག་རྩ་སོགས་རྩི་བཞེན་བཤད་ཐབས་བྲལ་ཡང་། དམག་སྡེ་མང་དུ་ཡོད། དུས་ཚོད་འདིའི་ནང་དུ་རྒྱུང་རིང་ནས་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་དམག་སྡེ་གང་ཡིན་ཤེས་བྱ་བ་ཆེད། དར་དང་རྩ། གོ་ཁྲབ་སོགས་མི་འབྲུག་བྲལ་པ་ཡིན་ནོ།

བཅན་པོའི་སྐབས་ཁང་སྡོན་གྱིས་དབུས་ཀྱི་འདུན་ས་འཛིན་ཚུལ།

བཅན་པོ་སྡོང་བཅན་སྐམ་པོའི་སྐུ་དུས་ནས་བཟུང་། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལས་དོན་གལ་ཆེ་བའི་རིགས་ལ་རྒྱལ་སྡོན་ལྷན་འཛོམས་ཀྱིས་གོས་སྐྱར་བྲལ་ནས་ཐག་གཅོད་པའི་སྲོལ་བྱེ་བ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རིམ་བར་གོས་བྱེད་སྐྱངས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་བཅུགས་ཤིང་། གོས་ཀྱི་འགན་འཁུར་མཁན་ཡང་བྱར་འཇུགས་བྲལ། གོས་སྐྱར་བྱེད་སྐབས་ཁང་སྡོན་གསུམ་དང་སྡོན་པོ་བཞི་བཅས་ཁྲོན་བསྐྱེམས་སྡོན་པོ་བདུན་གྱིས་འགན་འཁུར་རྒྱ་དང་། ལས་དོན་གལ་ཆེན་རིགས་ལ་རྒྱལ་པོ་དང་།

སློན་ཆེན་དེ་དག་འཛོམས་ནས་ཐག་གཅོད་བྱེད་པ་ལས། ལས་དོན་ཆེས་གལ་ཆེ་བའི་རིགས་ལ་སློན་པོ་འདི་རྣམས་ཀྱིས་སློན་པོ་གཞན་རྣམས་བསྐྱོད་བྱས་ཏེ་གྲོས་སྤྱར་བྱེད་པ་དང་། གྲོས་སྤྱར་གྱི་ནང་དོན་བཅན་པོར་སྤྲོད་སློན་ཞུ་བ་དང་། གཏན་ཁེལ་བའི་གྲོས་དོན་སྤྱི་ལྟར་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད། དེ་ནི་དེང་སྐབས་གྲོས་ཚོགས་ཀྱིས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་ལམ་སྲོལ་དང་ལྟན་འགྲོ་བཤམས།

བཅན་པོའི་སྐབས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལམ་ལུགས།

ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་བཅན་སྐམ་པོས་རྒྱལ་ཁབ་སྤངས་ཀྱི་ཁྲིམས་ལུགས་གཏན་ལ་ཐབ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་སྤྱི་བཏུན་གནང་ཡོད། ཁྲིམས་ཡིག་འདིའི་ནང་དུ་རྒྱལ་ཁྲིམས་བཅོ་ལྔ་དང་། ཁྲིམས་ཆེན་བདུན། མི་ཆོས་གཙང་མ་བཅུ་དྲུག་བཅས་འཁོད་ཡོད། དེ་དག་ནི་བཅན་པོ་དང་། སྐབས་དེའི་མཁས་པ་དང་མཛུངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱ་སྤྱོད་མཐོར་འདེགས་བྱ་ཆེད་གཏན་ལ་ཐབ་པ་དང་། མི་མང་གིས་དེ་ལ་མོས་མཐུན་གྱིས་ཉམས་ལེན་ཞུ་བཞིན་ཡོད།

རྒྱལ་ཁྲིམས་བཅོ་ལྔ་ནི། མཛུང་པ་གསུམ། མི་མཛུང་པ་གསུམ། བསྟོད་པ་གསུམ། དམོད་པ་གསུམ། མི་མནར་བ་གསུམ་བཅས་ཡིན།

མཛུང་པ་གསུམ་ནི། ཕྱིའི་དགྲ་བརྟུལ་ནས་རྒྱལ་ཁབ་བདེ་འཇགས་ཡོང་བར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱ་གི་ཆབ་སྲིད་ལུགས་བཞིན་བསྐྱེད་སྤྱོད་ནས་འབངས་རྣམས་བདེ་བར་བྱེད་པ། ཆེ་ཕྱི་མའི་དོན་དུ་དམ་པའི་ལྷ་ཆོས་བྱེད་པ་བཅས་གསུམ་མོ།

མི་མཛུང་པ་གསུམ་ནི། དད་པ་མེད་པ་དང་། རྒྱལ་ཅན་ལ་དམ་པའི་ཆོས་མི་བཤད་པ། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོས་འཆང་རྒྱ་བའི་ཆེད་ཡིན་པ་ལས། རྟོག་གྱི་ཆེད་དུ་མི་བཅོངས་པ་དང་། མི་གཤེས་ངན་པའི་རིགས་དང་། བྲན་གཡོག་རྒྱལ་ཅན་རྣམས་ནི་དཔོན་དང་ལས་སྤྱོད་བསྐྱོད་གཞག་མི་བྱེད་པ་བཅས་གསུམ་ཡིན།

བསྟོད་པ་གསུམ་ནི། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཆེད་དུ་དཔལ་པོའི་ལས་བྱེད་མཁན་དང་། མཛུངས་པ་ལམ་གསར་གཏོད་བྱེད་མཁན་གྱི་མཁས་པ། དེ་བཞིན་གཞུང་སྲུ་མཐོ་བའི་ལས་བྱེད་མཁན་བཅས་ལ་རང་རང་གི་བྱས་རྒྱས་དང་མཐུན་པའི་གོ་གནས་སུ། ཐོབ་ཐང་ཕྱལ་ནས་བསྟོད་དགོས་པ་དང་། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་མ་བསྟོད་ན། རྒྱུ་ནས་ལེགས་པའི་ལས་བྱེད་མཁན་མི་ཡོང་བར་བཤགས།

དམོད་པ་གསུམ། དམག་ས་ནས་དགྲ་ལ་མགོ་སྐྱར་མཁན་དང་། བྲོས་བྱོལ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ཀྱི་མགོར་མ་མའི་རྒྱ་གཡོགས་ནས་དམའ་འབབས་བྱེད་དགོས་པ་དང་། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་དཔལ་པོ་དང་སྤར་མ་དབྱེ་འབྱེད་མི་ལུས། དེ་བཞིན་ངན་པ་རྣམས་ལ་ནན་པོ་བྱེད་པ་དང་། ཁྲིམས་འགལ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ནི་ཁྲིམས་ཀྱིས་གཙུག་དགོས། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་ལང་ཤོར་དུ་སོང་ནས་བྲན་ཤེས་མི་བསྟོན་པ་དང་། ལས་ཀ་ངན་པ་བྱེད་རྒྱུ་མཆོམས་མི་འཛོག་པ་ཡིན།

མི་མནར་བ་གསུམ་ནི། བྱ་སྤྲུག་རྣམས་ཀྱིས་པ་མ་རྣམས་ལ་མནར་གཅོད་མི་གཏོང་ཞིང་། གལ་ཏེ་མནར་ན་འབྲལ་

མཚན་
འགྲེལ།

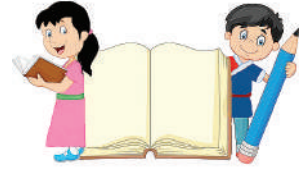
མཐོར་འདེགས། - ཡར་རྒྱས་
བཏང་བའི་དོན།
ཡང་ཁེངས་- ལུ་ལག་རྒྱལ་ཁབ་
གྲལ་རིམ་དམའ་ཤོས།
གཡུང་། - འབངས་མི་མེད་ལ་གོ་
བཟའ་གྲོགས། - བཟའ་རྒྱ་ལ་གོ་
ཁྲིམས་ཐོག་- ཁྲིམས་རྒྱུ་ཚབ་
རིགས།

ཕྱགས་གཉིས་ཀར་གཏོད་པ་དང་། བ་མ་ནམས་ཀྱིས་རང་རང་གི་བྱ་སྤྱལ་ནམས་
ལ་མི་མནར་བར་བྱམས་སྐྱོང་བྱ་དགོས། བ་མས་སྤྱ་གུ་མནར་གཅོད་བཏང་ན་སྤྱ་
གུ་ནམས་པ་མར་མི་མོས་བར་འགྱུར་བ་མ་ཟད། དག་པོས་ཀྱང་འཕྱ་དམོད་བྱེད་པ་
དང་། དེ་བཞིན་བཟའ་གྲོགས་མི་མནར་བ་ཡིན་ཞིང་། གལ་ཏེ་བཟའ་གྲོགས་མནར་
ན་ཞིང་སྤྱགས་ཀྱི་ལས་ཀ་དང་། ཕྱི་ནང་གི་ལས་དོན་ཡོངས་རྫོགས་འཕུས་ཤོར་དུ་
འགོ་བ་ཡིན་པས་དེ་རིགས་སྤང་དགོས་པའི་ཁྲིམས་བཟོས།

དེས་ན་ཁྲིམས་ཐོག་སོ་བརྒྱད་པོ་དེ་དག་ནི་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བསམ་སློ་

འབྱེད་སྤངས་དང་། མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་སྐོར་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉིད་གྲང་སློན་ནས་ཡང་ཁེངས་བར་བྱུང་བར་མེད་པར་
བཅི་སྤང་དགོས་པར་མ་ཟད། དེ་དག་དང་འགལ་ན་བཅོན་པོའི་གཞུང་གིས་ཁྲིམས་གཅོད་བྱེད། །

སྦྱོར་ཆ་ན།



ཀ) གཤམ་གྱི་དྲི་བ་ནམས་ལ་ལན་གནད་བསྐྱུས་རེ་བྲིས།

- ༡། ཁོད་སོ་བླག་རྒྱལ་པོ་སྐྱུས་གཏན་འབེབས་མཛད་པ་དང་། དེ་ལ་དོན་ཆན་ཆེ་བ་ག་ཆོད་ཡོད་དམ།
- ༢། རྒྱུ་ཆེན་གྱི་གོ་གནས་རིམ་པ་ཅི་ལྟར་བགོས་ཡོད་དམ།
- ༣། ཆབ་འབངས་ཀྱི་གྲལ་རིམ་དབྱེ་བ་གཉིས་དེ་གང་དང་གང་ཡིན་ནམ།
- ༤། དམག་ཏྲ་དང་དམག་དར་མི་འབྲེ་བ་ཡོད་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ།



ཁ) མཐུན་སྦྱོར་གྱིས།

༡	གྲུང་རྒྱུ་ཆེན་པོ།	སྤང་ལ་མེ་མཆེད་བ་ལྟ་བུ།
༢	བཀའ་རྒྱུ་ཆེན་པོ།	ཆོད།
༣	གཡོ་བུ་སྟོད་སྤང་གྱི་དམག།	གངས་ལ་སེར་བ་འབྲིམས་བ་ལྟ་བུ།
༤	གཡམ་བུ་སྟོད་སྤང་གྱི་དམག།	གསེར་ཡིག་ཆེན་པོ།
༥	བུ་ལག་སྟོད་སྤང་གྱི་དམག།	གཡུང་།
༦	དབུ་བུ་སྟོད་སྤང་གྱི་དམག།	མཆོ་ལ་གངས་བབས་བ་ལྟ་བུ།
༧	དམག་སྤྱེ།	གཡུ་ཡིག་ཆེན་པོ།
༨	ཁྲལ་སྤྱེ།	མཆོ་ལ་སྤྱང་མ་བབས་བ་ལྟ་བུ།

ག) ལན་རྒྱུ་བ།

- ༡། ཁོད་སོ་བླག་ལས་དོན་ཆན་ཆེ་བ་བླག་རེ་རེ་བཞིན་བྲིས།
- ༢། གྲལ་རིམ་མཆོན་བྱེད་ཡིག་ཆང་གང་འདྲ་གནད་ཡོད།
- ༣། བསྟོད་བ་གསུམ་གང་དང་གང་ཡིན།
- ༤། མཛད་བ་གསུམ་གང་དང་གང་ཡིན།
- ༥། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གལ་ཆེའི་ལས་དོན་རིགས་ཐག་གཅོད་ཅི་ལྟར་གནད་གི་ཡོད།

༥) བྱེད་སྒྲིག་།

༡། བཅོམ་པོའི་སྐྱབས་གྲུ་ལ་རིམ་ཇི་ལྟར་དབྱེ་བའི་སྐོར་ལ་གྲོས་ཐུང་གྲོས།

༢། བཅོམ་པོའི་སྐྱབས་ཀྱི་ཁྱིམ་ས་སྟོལ་དང་དང་སང་གི་ཁྱིམ་ས་སྟོལ་དབར་ལྷ་བའི་ཆ་དང་། མི་ལྷ་བའི་

ཆ་གང་ཡོད་སྐད་ལྟར་ཆ་སྒྲིག་ནང་བྲིས།



བཅོམ་པོའི་སྐྱབས་
ཀྱི་ཁྱིམ་ས་སྟོལ།

དང་སང་གི་
ཁྱིམ་ས་སྟོལ།

མཚུངས་པ།



མི་མཚུངས་པ།



དོགས་པ།



༡༣

བོད་སྐད་ལྟུང་ཁྱེ་དུས་སྐབས།

༡༣༡ ཁྱི་ལོ་ ༡༧༩ ལོར་རྒྱལ་པོ་ལྷ་མོ་ལྟུང་ཁྱེ་བོ་བཞུངས་ཤིང་། བོད་བཙན་པོའི་གདུང་རྒྱུད་ཀྱིས་གངས་ལྷོངས་ཡོངས་ལ་སྲིད་ཀྱི་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བའི་མཚུགས་ཐོག་ནས། དེ་ནས་བཟུང་ཁྱི་ལོ་ ༡༨༡༣ ལོར་འགྲོ་མགོན་ཆོས་རྒྱལ་འཕགས་པས་བོད་ཆོས་ཁ་གསུམ་ལ་དབང་མ་བསྐྱར་བའི་བར་དུ་ལོ་ ༢༡༡ རིང་བོད་ཁམས་ཁ་འཐོར་དུ་གནས་པས། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་སུ་སྐབས་དེ་ལ་བོད་སྐད་ལྟུང་ཁྱེ་དུས་སྐབས་ཞེས་བརྗོད།

ལྷ་མོ་ལྟུང་ཁྱེ་བོའི་བཙན་པོ་ཆུང་བར་སྐྱས་ཤིག་འཁུངས་ཤིང་། མཚན་ལ་གནམ་སྡེ་འོད་སྤངས་ཞེས་གསོལ། དེའི་ཆེ་བཙན་པོ་ཆེ་བས་ཀྱང་གྲེས་པ་མ་འབྱར་ཞིག་བཙལ་ཏེ། རང་ལ་སྦྱེས་ཁུལ་བྱས། རྒྱུ་འབངས་རྣམས་ལ་བསྟན་པས་མདང་སྦྱེས་ཀྱི་གྲེས་པར་སོ་སྦྱེས་འདུག་ཅེས་ཡིད་མ་ཆེས་ཀྱང་། བཙན་པོ་ཆེན་མའི་གཙོ་འཁོར་དབང་ལྷགས་ཆེ་བས། ཡུམ་ཆེན་མའི་བཀའ་བརྟན་དུ་ཆུགས་ཟེར་ནས། མཚན་ལ་འང་མངའ་བདག་ཡུམ་བཙན་དུ་བཏགས།

སྐུ་དེ་གཉིས་སྦྱོར་ཆུང་དུས་ནས་ཡབ་བཞུངས་པས་རྒྱལ་སྲིད་སྐྱུ་སྦྱོང་གཏན་ཁེལ་མེད་པར་བརྟེན། བཙན་པོ་གཉིས་དང་སོ་སོའི་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱུ་འབངས་དབང་མ་འཆམ་པར་འགལ་བ་བྱུང་། འོད་སྤངས་ཀྱི་ཕྱོགས་རྣམས་ཡུལ་ཀྱང་ཏེ་གཡོ་དུའི་ཡུལ་གྱི་རྣམས་བཟུང་སྟེ་གནས་པ་དང་། ཡུམ་བཙན་ཕྱོགས་ཀྱིས་དབུ་དུའི་ཡུལ་པལ་ཆེར་བཟུང་སྟེ་གནས། པན་ཆུན་དབང་ལོ་ངོ་བཙན་གཉིས་ལ་འཐབ་པས། མཐར་ཡུལ་སྡེ་རེར་དཔོན་ཆུང་རེ་བྱུང་སྟེ་གཅིག་གྱུར་གྱིས་དབང་སྤྱར་མཁན་རྒྱལ་པོ་མེད་པས། འབངས་ཀྱིས་གྲོན་ལོག་བྱས་པ་དང་། མཐའི་ས་མཚམས་རྣམས་ལྟ་སྤང་བྱེད་མ་སྟབ་པར་མངའ་ཁོངས་རིམ་བཞིན་ཉམས་ཏེ་སྤྱར་རྒྱལ་བཙན་པོའི་རྒྱལ་ཁམས་དེ་སྐད་ཀྱང་འཐོར།



པར་རིས། ༡༣་༡ བཙན་པོ་ཆུང་བས་རང་གི་སྐུ་མང་མའི་འོད་ཀྱིས་སྤང་བ།

རྒྱལ་ཕྱན།

བོད་ཁམས་དུམ་བུར་བཅད་དེ་གཏུང་རྒྱུད་སོ་སོས་ཡུལ་གྱི་འཛིན་བཟུང་བྱས་པས་རྒྱལ་ཕྱན་མང་དུ་བྱུང་། དེ་དག་ལས་གཙོ་ཆེ་བ་ནི། ཡུམ་བརྟན་དང་ཁྱི་ལྷེ་ཉི་མ་མགོན་སོགས་ཀྱིས་ལྷ་སའི་རྒྱལ་རྒྱུད་བཅུགས། མངའ་བདག་འོད་སྤངས་སོགས་ཀྱིས་ཡར་ལྷང་རྒྱལ་རྒྱུད་བསྐྱངས། འོད་སྤངས་ཀྱི་ཆ་བོ་སྤྱིད་ལྷེ་ཉི་མ་མགོན་སོགས་ཀྱིས་མངའ་རིས་རྒྱལ་རྒྱུད་བསྐྱངས། སྤྱིད་ལྷེ་ཉི་མ་མགོན་ཀྱི་བཅུན་མོ་ཅོག་རོ་བཟའ་ལ་སྤྲས་གསུམ་འབྲུངས་པ་ལས། ཆེ་བ་དཔལ་ལྷེ་རིག་པ་མགོན་ཀྱིས་མང་ཡུལ་བཟུང་ཞིང་། དེའི་རྒྱུད་པས་ལ་དྲགས་རྒྱལ་རབས་བཅུགས། བར་བ་བཀའ་ཤིས་ལྷེ་མགོན་ཀྱིས་སྤྱ་རངས་བཟུང་བ་དང་། རྒྱུང་བ་ལྷེ་གཅུག་མགོན་ཀྱིས་ཞང་ཞང་བཟུང་སྟེ། ཕྱིས་སྤྱ་གཤེད་རྒྱལ་རྒྱུད་བྱོན། མདོ་སྤྱད་ཅོང་ཁའི་ཡུལ་དུ་བཅན་སའི་གཏུང་རྒྱུད་ལས་མཆེད་པའི་ལྷ་སྤྲས་ཁྱི་ལྷེ་བྱ་བས་ཅོང་ཁའི་རྒྱལ་རྒྱུད་བཅུགས་ཏེ། ཅོང་ཁ་སྤེལ་ཁམས་བཙོ་བརྒྱད་གཙོས། མདོ་སྤྱད་པལ་ཆེ་བར་དབང་སྐྱུར་བྱས། གཞན་ཡང་མི་ཉག་གི་ཡུལ་དུ་ལིས་ཡོན་ཏོ་སོགས་ཀྱིས་མི་ཉག་རྒྱལ་རྒྱུད་བཅུགས་པ་སོགས། བོད་ཁམས་ཀྱི་ལ་རྒྱལ་རྒྱུད་དང་དཔོན་རིགས་སྤྱ་ཚོགས་བྱུང་།

མཆན་
འགྲེལ།

གཏུང་རྒྱུད། -རིགས་རྒྱུད་ཀྱི་དོན།
འཐབ་ག། -དཔག་འཁྲག་བརྒྱུ་བ་པའི་དོན།
གཙོ་འཁོར། -ལྷ་དང་རྒྱལ་སོ་སོགས་ལ་ཟེར།
ཁྱ་ལོ། -པའི་གཅེན་སོ་དང་གཅུང་སོ་ལ་ཟེར།

བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྟེང་བསྟན་པ་སྤྱ་དར་དང་ཕྱི་དར་ཞེས་གྲགས་པ་ནི་
བྱབ་པའི་བསྟན་པ་བོད་དུ་དར་བའི་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་སྟན་པ་དར་དུས་སྤྱ་
ཕྱི་གཉིས་ལ་ཟེར་ཞིང་། བསྟན་པ་སྤྱ་དར་ནི་ཡོངས་གྲགས་སྤྱ་དུས་རབས་
བདུན་པར་ནང་ཆོས་ཀྱི་དབྱ་བཞེས་པ་ནས། འུ་དུམ་བཙན་པོས་བསྐྱབས་
པའི་བར་ལ་ངོས་འཛིན་ནི།

བཀའ་གདམས་པ།

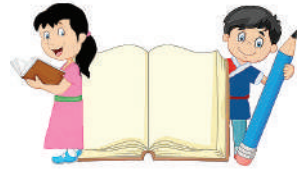
འུ་དུམ་བཅན་པོས་ཆོས་བསྐྱབས་ཇེས་དབུས་ནས་གཡོ་དགེ་བའི་འབྲུང་གནས་དང་། གཅིང་རབ་གསལ། དམར་ཤྲུ་
 མུ་ནེ་སྟེ། ཡོངས་གྲགས་སུ་དམར་གཡོ་གཅིང་གསུམ་མམ་མཁས་པ་མི་གསུམ་དུ་གྲགས་པ་དེ་དག་གིས་འདུལ་བའི་
 སྟེགས་བམ་བསྐྱམས་ནས་སྤྲད་དུ་བྱོན། དེ་ནམས་ཀྱི་བྱང་ནས་སུ་གཟུ་གསལ་འབར་བྱ་བ་རབ་དུ་བྱུང་བས། མཆན་ལ་
 དགེ་བ་རབ་གསལ་དུ་གསོལ། ཐུགས་རིག་བཟ་བས་
 ཕྱིས་སུ་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ཞེས་གྲགས། ཁོང་
 གིས་འདུལ་བའི་སྟོན་རྒྱན་ཟམ་མ་ཆད་པར་སྟེ། དེ་
 ལྟར་བྱུང་བའི་བསྟན་པ་ཉག་ཤ་བའི་མེ་རོ་མདོ་ཁམས་
 སྤྲད་ནས་སྤར་གསོས་པས། དབུས་གཅིང་གི་མི་
 བཅུས་སྤྲད་ནས་སྟོན་རྒྱན་ཁྲངས་ཇེས། ཕྱིས་དབུས་
 སུ་སྟེབས་ནས་དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་སྤར་ཚུགས་པ་དང་།
 ཉང་བའི་བསྟན་པ་སྤར་ཡང་བོད་དུ་དར་འགོ་བཙམས་
 སོ།།



བར་རིམ། ༡༣་མ རོ་བོ་ཇེ་དབལ་ལྷན་ཨ་ཉི་ཤ

གཞན་ཡང་སྟོད་མངའ་རིས་དང་དབུས་གཅིང་
 ཕྱོགས་ནས་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་སྤྱོད་
 མ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐུ་དུས་སུ་ལོ་རྒྱུ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོས་
 འཕགས་ཡུལ་ནས་བརྟེན་དུ་མ་སྐྱོན་བྱངས་ཏེ། མཆན་
 ཉིད་ཀྱི་ཐེག་པ་དང་རྒྱུད་སྡེ་བཞི་འཕམ་བྱུང་པར་དུ་ཡོ་
 ག་དང་གསང་འདུས་སྟོར་གྱི་ཆོས་མང་པོ་བསྐྱར་ཅིང་
 གཏན་ལ་པབ། ལྷ་སྤྱོད་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་གྱིས་རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་རོ་བོ་ཇེ་དབལ་ལྷན་ཨ་ཉི་ཤ་གཏན་འདེན་རྒྱུ་འབད་པ་
 དུ་མ་གནང་། ཁོང་གི་དཔོན་པོ་བྱང་ཆུབ་འོད་གྱིས་ཁྱ་བོའི་ཞལ་ཆེམས་བཞིན་རྒྱ་བཙོན་འབྲས་སེལ་དང་ནག་ཆོ་ལོ་རྒྱ་བ་
 གཉིས་ལ་གསེར་བསྐྱར་ཏེ་རྒྱ་གར་དུ་རོ་བོ་ཇེ་གཏན་འདེན་དུ་བཞུངས། རོ་བོ་ཇེ་བོད་དུ་ཐེབས་ནས་བྱང་ཆུབ་ལམ་སྟོན་
 སོགས། གཞུང་ཉི་ཤུ་ལྷག་ཙམ་མཛད་པའི་སྟོན་པ་བསྟན་པ་དར་སྟེལ་གནང་སྟེ། བཀའ་གདམས་པའི་བྱུང་མཐའ་གཞི་
 བཏིངས། ཁོང་གི་ཐུགས་སྤུས་གཙོ་བོ་འབྲོམ་སྟོན་རྒྱལ་བའི་འབྲུང་གནས་དང་། རོ་བོ་ཇེ་ལེགས་པའི་ཤེས་རབ། ཁྱ་སྟོན་
 བཙོན་འབྲས་གཡུང་བྱང་བཅས་ཀྱིས་སྐྱོན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ནང་པའི་བསྟན་པ་དང་། སྤྲ་དང་། ཆད་མ། གསོ་རིག་སོགས་
 སྐྱོན་མོང་རིག་གནས་ཀྱི་འཛིན་སྐྱོང་སྟེལ་གསུམ་ལ་བྱས་ཇེས་ཆེན་པོ་འདོག་གནང་མཛད།

སྒྲི་ཚོགས།

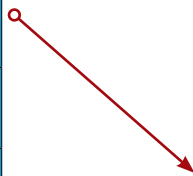


ག) གསལ་གྱི་འི་བ་ནམས་ལ་ལན་མདོར་བསྐྱས་འེ་གིས།

- ༡། ལོ་ངོ་ཅི་ཙམ་རིང་བོད་ཁམས་ཁ་འཐོར་དུ་གནས་སམ།
- ༢། མངའ་བདག་ཡུམ་བརྟན་ཞེས་མཚན་འི་ལྟར་བཏགས་སམ།
- ༣། འོད་སྤངས་ཕྱོགས་གིས་ཡུལ་གང་ཞིག་བཟུང་ངམ།
- ༤། བསྟན་པ་སྤྲ་དར་གྱི་དུས་ཡུན་འི་ལྟར་བཅི།
- ༥། དམར་གཡོ་གཙང་གསུམ་སྤྲ་དར་སྤྲ་ཡིན།
- ༦། སྤྲ་གཟུ་གསལ་འབར་གྱི་རབ་བྱུང་གི་མཚན་ལ་གང་ཞུ།
- ༧། བཀའ་གདམས་པའི་བྱུང་མཐའི་སློབ་གཏོད་མཁན་སྤྲ་ཡིན།

ཁ) མཐུན་སྒྲི་རྒྱུས།

༡	ཡུམ་བརྟན་དང་ཁྱེ་ཉི་མ་མགོན།
༢	མངའ་བདག་འོད་སྤངས།
༣	སྤྲ་ཁྱེ་ཉི་མ་མགོན།
༤	དབལ་ཁྱེ་ཉི་མ་མགོན་གྱི་རྒྱུད་པ།
༥	ཁྱེ་གཙུག་མགོན།
༦	ལྷ་སྐུ་ཁྱེ་ཁྱེ།
༧	དབལ་ཁྱེ་རིག་པ་མགོན།
༨	བཀའ་ཞིས་ཁྱེ་མགོན།



ལ་དྲགས་རྒྱལ་རྒྱུད།
གྲུ་གཤེ་རྒྱལ་རྒྱུད།
ཙུང་ཁའི་རྒྱལ་རྒྱུད།
ཡར་སྤང་རྒྱལ་རྒྱུད།
སྤྲ་རངས།
མང་ཡུལ།
ལྷ་སའི་རྒྱལ་རྒྱུད།
མངའ་རིས་རྒྱལ་རྒྱུད།

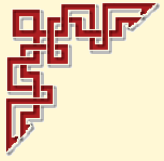
ག) ལན་རྒྱུ་བ།



- ༡། བོད་སིལ་བྱར་འཐོར་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་གང་ཡིན།
- ༢། རང་བའི་བསྐྱེད་པ་བོད་དུ་བསྐྱར་དར་ཅི་ལྟར་བྱུང་ཡོད།
- ༣། སྲིད་མངའ་རིས་དང་དབྱས་གཙང་སྤྱོད་གས་ནས་བསྐྱེད་པ་རྒྱས་ཚུལ་ཅི་ལྟར་ཡིན།
- ༤། རྩོམ་ཅི་ཅི་བོད་དུ་ཐེབས་ནས་ནང་བསྐྱེད་ལ་མཛད་ཅེས་ཅི་ལྟར་འཛོག་གནང་མཛད་ཡོད།

ང) བྱེད་སྒོ།

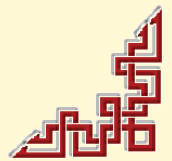
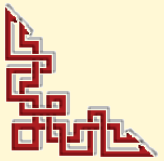
- ༡། རྩོམ་ཅི་ཅི་བོད་དུ་གདན་འདྲེན་ཞུ་ཚུལ་སྒོར་གཏམ་བཞིན་ཐུང་དུ་ཞིག་གོ་སྒྲིག་བྱོས།
- ༢། ལྷ་ལུང་དབལ་ཞོར་གྱིས་ལུ་ལུ་བཅན་པོ་བཞོངས་མེད་ན། ལྷ་བས་དེའི་བོད་ཀྱི་གནས་བབ་ལ་འགྱུར་བ་ཅི་འདྲ་ཞིག་
ཐེབས་སྲིད་མིན་སྒོར་བཞོ་སྒྲེང་བྱོས།



བོད་གནས་རི་མྱོང།

གལ་ཆེའི་གནད་དོན་ཁག

- ☞ ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ཟླ་ ༡༠ ཚེས་ ༡ ཉིན་བོད་ཀྱི་བྲིམ་མཆེས་རྒྱལ་ཁབ་རྒྱ་ནག་དེ་བཞིན་རྒྱ་ནག་མི་དམངས་
སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཅེས་བ་གསར་དུ་བཅུགས།
- ☞ ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ ལོའི་དབྱིང་དུས་སུ་དཔག་སྤེལ་བཅོ་བརྒྱད་བ་བོད་ཤར་ཕྱོགས་དར་ཅེ་མདོ་དང་། བྱང་ཤར་ཨ་མདོ་
ཁུལ་དང་། དཔག་སྤེལ་ཨང་བཅུ་བཞི་བ་བོད་སྤོ་ཤར་བདེ་ཆེན་ཁུལ་བཅས་ཁག་སོ་སོར་སྤེལ་བ་ནས། ཁམས་དང་
ཨ་མདོར་བཅུན་འཇུག་བྱས།
- ☞ ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༡ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༢༣ ཉིན་འབྲམ་མཉམ་རྒྱ་བ་ཉིད་ནས་མེད་པར། བོད་ཞི་བའི་བཅེངས་འགྲོལ་འབྱུང་
ཐབས་ཀྱི་གྲོས་མཐུན་དོན་ཆེན་བཅུ་བདུན་ཟེར་བ་འཛོགས་ཏུ་བཅུག
- ☞ ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༠ ཉིན་རྒྱ་དཔར་ཀྱི་བཅུན་འཇུག་ལ་འོ་གྲོལ་ཀྱི་སྤེར་ལངས་ཆེན་མོ་ཞིག་
བྱས།
- ☞ རིག་གནས་གསར་བཞེ་ཆེན་པོ་ནི་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ནས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ བར་ལོ་བཅུའི་རིང་བྱང་།
- ☞ བཅུན་ཁྲོལ་ནང་བོད་མིའི་འདུས་སྡོད་གཞིས་ཆགས་གངས་ ༥༩ ཡོད།
- ☞ བཅུན་ཁྲོལ་བོད་མིའི་སྤྱི་འཇུགས་ཀྱི་ནང་སྤྱི་ལས་ཁུངས་ནས་ཞུ་སྐྱུལ་བྱས་པར་བརྟེན་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩
ལོར་རྒྱ་གར་དབྱས་གཞུང་ནང་སྤྱི་ལས་ལྷན་ཁང་གིས་བོད་མིར་མཐུན་ཆེན་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་ཕྱོགས་
ཀྱི་སྤྱི་བྱས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་གཏན་འབེབས་གནང་ནས་བོད་མིའི་གཞིས་ས་ཡོངས་རྫོགས་དབྱས་བོད་མིའི་
ངལ་སེལ་ཆོགས་པའི་མིང་ཐོག་ལ་ཡོད་པ་ནས་ས་ཐོ་ལག་འཛིན་སོགས་བོད་མིར་ཡུལ་མི་སྤྱི་མཆུངས་
ཀྱི་ཐོབ་ཐང་རག་རྒྱུ་ཡོད་པ་འཁོད་ཡོད།
- ☞ བོད་ཡུལ་དུ་ལོ་རྒྱུད་སྤྱི་ལས་མང་པོའི་སྤོན་ནས་མི་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ལྷན་པའི་ལག་ཤེས་འབྲས་མེན་སྤྱི་
ཆོགས་དར་ཡོད། དཔེར་ན། ཤིང་བཟོ་དང་། ལྷ་སྤྱིས། ལྷགས་བཟོ། རུས་ཐགས་སོགས་
ཡིན།





བཅན་འཇུལ་གྱི་སྤྲུལ་རྒྱུ་

༡༢། བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་པོའི་ཤར་བྱུགས་སུ་རྒྱ་ནག་དང་། བྱང་གི་བྱུགས་སུ་སོག་པོ། ཤར་ཏུ་ཤི་སྤྲུལ་བཅས་དང་། ལྷོ་བྱུགས་སུ་རྒྱ་གར་དང་། འབར་མ། བལ་ཡུལ། རུབ་བྱུགས་སུ་པ་གི་སྤྲུལ་དང་། ཨམ་གླའི་སྤྲུལ། ལྷ་ཏུ་སྤྲུལ་བཅས་ཡོད། རྒྱལ་དབང་སྐུ་ཐོང་ལྷ་པ་ནས་བཟུང་ཏུ་ལའི་ལྷ་མ་སྐུ་ཐོང་རིས་བྱོན་ནམས་བོད་ཀྱི་ཆོས་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་དབུ་ཁྲིད་ཡིན། རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐུགས་འགན་མ་བཞེས་པའམ་སྐུ་འཆོ་བཀུགས་མེད་པའི་སྐབས་བོད་ལྗོངས་ཆོགས་འདུ་ཆེན་པོ་ནས་རྒྱལ་ཆབ་བསྐྱོ་སྟོན་ཡོད། རྒྱལ་དབང་སྐུ་ཐོང་བཟུ་བཞེས་ཆེན་པོ་མཆོག་ནི་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༥ བོད་ཤིང་པག་ཟླ་ ༥ ཆོས་ ༥ ཕྱི་ཟླ་ ༥ ཆོས་ ༦ ཉིན་བོད་བྱང་ཤར་མདོ་ཁམས་སྐུ་འབྱུང་དང་ཉི་མའི་ལྷག་མཆོར་ཞེས་པར་སྐུ་འཁྱུངས། རྒྱལ་དབང་སྐུ་ཐོང་བཟུ་གསུམ་པའི་ཡང་སྲིད་ངོས་འཛིན་ལྷ་མཁན་ནས་བཀྲག་དབུ་རི་བྱང་དང་། ལྷ་ཟླའི་ལུང་བསྟན་ནམས་ཅེ་མཐུན་བྱང་བར་བཞུན། བོད་ལྗོངས་ཆོགས་འདུ་རྒྱུ་འཛོམས་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༩ བོད་ས་ཡོས་ཟླ་ ༦ ཆོས་ ༢༩ ཉིན་ཡང་སྲིད་འཁྱུལ་བལ་ངེས་ཉིད་བྱང་བའི་གསལ་བསྐྱགས་གནང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༩ བོད་ས་ཡོས་ཟླ་ ༩ ཆོས་ ༢༥ ཉིན་ཡང་སྲིད་རིན་པོ་ཆེ་ཐེབས་བསྐྱེད་རིམ་པ་རྒྱ་ཆེད་དང་བཅས། ལྷ་ལྷན་རྒྱལ་སར་ཞབས་སོར་བདེ་བར་འཁོད། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༠ བོད་ལྷགས་འབྱུག་ཟླ་ ༡ ཆོས་ ༡༢ ཉིན་ཡོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གསེར་གྱི་མངའ་གསོལ་གྱི་མཛད་སྟོན་གནང་།



དཔེ་རིས། ༡༢-༡

བོད་སྲིད་པ་ཆགས་པ་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ བར་བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་དར་རྒྱུ་སྤྲུལ་ཆོགས་བྱང་ཡོད་ཀྱང་། རང་བཅན་གཙང་མའི་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་གནས་ཡོད།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༩ ཟླ་ ༡༠ ཆོས་ ༡ ཉིན་བོད་ཀྱི་བྱིམ་མཆོས་རྒྱལ་ཁབ་རྒྱ་ནག་དེ་བཞེན་རྒྱ་ནག་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཅེས་པ་གསར་དུ་བཟུགས་པ་དང་འབྲེལ། བེ་ཅིང་རྒྱུང་འཕྲིན་ནས་བཅིངས་འགྲོལ་དམག་གིས་བོད་དང་། ཤར་ཏུ་ཤི་སྤྲུལ། ཉེ་ནན། ཐེ་ཕུན་བཅས་ལ་བཅིངས་འགྲོལ་གཏོང་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་ཁྲབ་བསྐྱགས་བྱས།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ཟླ་ ༡༡ ཆོས་ ༣ ཉིན་བོད་གཞུང་གི་སྲིད་ལས་ཁུངས་ནས་དེའི་ལན་དུ་རྒྱ་ནག་གི་གཙོ་འཛིན་མའོ་

ཅེ་ཏུང་ལ་ཕྱག་ཐོས་ཤིག་བཏང་། དེའི་ནང་བོད་དེ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་གདུལ་ཞིང་ཚོས་ལྷན་གྱི་རྒྱལ་
ཁབ་ཅིག་ཡིན་པ་དང་། ད་བར་ཕྱི་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱད་ཀྱི་ཡང་བཅན་འཕྲོག་བྱས་མེད་ཅིང་། ཕྱི་རྒྱལ་བཅན་འཕྲུལ་ལ་གདོང་
ལེན་གྱིས་རང་ས་རང་སྤྱང་བྱས་ཡོད། རྒྱ་དམག་རྒྱ་བོད་ས་མཆའ་ས་བཞུགས་ཏེ་བོད་སར་འཕྲུལ་ཐལ་མི་འབྱུང་བ་དང་།
དམག་གི་ལས་འགུལ་གང་ཡང་མི་བྱེད་པའི་ང་ཚོར་ཁས་ལེན་གནང་དགོས། དེ་བཞིན་རྒྱ་བོད་ས་མཆའ་ས་སྤྱི་ཡོད་པའི་
ཞི་བྱུག་དཔོན་རིགས་ཚོར་བཀའ་བཏོད་གནང་སྐྱོང་ཡོང་བ་མ་ཟད། རྒྱ་ནག་གི་གཞུང་འཛིན་ཕྱོད་མ་ཚོའི་སྐབས་བོད་ཀྱི་



པར་རིས། ༡༩༥༣ རྒྱ་དམག་ལྷན་སར་འབྱོར་ག།

ས་ཁུལ་མང་པོ་ཞིག་རྒྱ་ནག་གི་མངའ་ཁུལ་དུ་བཅན་
བཟུང་ཆེ་སྤྱིལ་བཏང་བ་དེ་དག་བོད་ལ་ཕྱིར་སློག་ཐག་
གཅོད་ཡོང་སྤྱད་གོས་སྤྱད་བྱེད་འགོ་འཕྲུགས་འདོད་ཡོད་
ཅེས་བཀོད། འོན་ཀྱང་རྒྱ་ནག་གཞུང་ནས་བོད་གཞུང་
གི་འབོད་སྤྱུལ་ལ་ཉན་འཛོག་བྱ་རྒྱུ་ཆབ་དུ། རྒྱ་ནག་
བཅེངས་འགྲོལ་དམག་དབུང་ཟེར་བ་བོད་ཤར་ཕྱོགས་
བརྒྱུད་རིམ་བཞིན་བོད་ལ་བཅན་འཕྲུལ་བྱས། བོད་
ཕྱོང་ས་ཚོགས་ཚན་ནས་བོད་སྤྱང་སྐྱོབ་ཆེད་དུ་ཐག་
གཅོད་གནང་དོན། རྒྱ་མིར་དངོས་སྤྱི་འཐབ་འཛིང་བྱེད་

པར་མི་འབོར་དང་། གོ་ལག་གང་ས་ནས་འདང་མིན་ལ་བརྟེན། རྒྱ་དམག་བཀག་འགོག་ཕྱིས་སྤྱོད་མི་ཡོང་ཆེད་རྒྱལ་ཁབ་
གཞན་དག་ལ་ཇ་བྱུག་གི་སྤྱན་ལྷུ་འབྲུལ་རྒྱར་ཐག་བཅད་དེ། ཨིན་ཇི་དང་། ཨ་རི། རྒྱ་གར། བལ་ཡུལ་བཅས་པར་རོགས་
རམ་ལྷུ་བསྐྱལ་ཆེད་སྤྱི་ཚབ་ཚོགས་ཁག་བཞི་བསྐྱོས། སྤྱི་ཚབ་ཚོ་ལྷ་ས་ནས་མ་ཐོན་གོང་རྒྱལ་ཁབ་དེ་ཚོའི་གཞུང་ལ་བོད་
ཀྱི་རང་དབང་རང་བཅན་ལ་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་དང་། སྤྱི་ཚབ་གཏོང་འདོད་ཡོད་སྐོར་ཏར་འཕྲིན་བཏང་བར་དེ་འདོད་ཇི་བཞིན་
མ་བྱུང་བར་སློ་པམ་དགོས་པའི་ཏར་ལན་འབྱོར། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༤ ལོར་བཅེངས་འགྲོལ་དམག་མིའི་མདུན་སྐྱོད་དབུང་ཕྱེས་
བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་ལ་བཅན་འཕྲུལ་བྱེད་འགོ་བཙུགས་ཏེ། རྒྱ་དམར་དབུང་ཕྱེ་ཁག་ཅིག་མཆོ་སྤྱོད་བརྒྱུད་སྤྱི་རྒྱ་མདོ་དང་ནང་
ཆེན་དུ་ཡོང་བ་དང་། ཁག་ཅིག་འདན་ཁོག་བརྒྱུད་སིབ་མདའ་དང་གཡུ་རྩ་ཁ་སོགས་ནས་སྤྱོད་པ། ཁག་གཅིག་ཕྱེ་དགོ་སྤྱོད་
ཐོག་བྱུ་ཁ་དང་འཛོ་མདའ་བརྒྱུད་ནས་སྤྱོད་པ། ཁ་ཤས་འབའ་ཐང་བརྒྱུད་སྤྱང་ཁམས་དང་། ཡུན་ནན་བརྒྱུད་ཆ་སྤྱོད། ཤར་
ཏུ་སྤྱོད་བརྒྱུད་མངའ་རིས་བཅས་ས་ཁག་དྲུག་ཅུ་ནས་བཅན་འཕྲུལ་བྱས།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ ལོའི་དབྱིད་དུས་སྤྱི་དམག་ཕྱེ་བཅོ་བརྒྱད་པ་བོད་ཤར་ཕྱོགས་དར་ཅེ་མདོ་དང་། བྱང་ཤར་ཨ་མདོ་ཁུལ་དང་།
དམག་ཕྱེ་ཨང་བཅུ་བཞི་པ་བོད་སྤྱོད་ཤར་བཅེན་ཁུལ་བཅས་ཁག་སོ་སོར་སྤྱོད་པ་ནས། ཁམས་དང་ཨ་མདོར་བཅན་འཕྲུལ་བྱས།
ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༡༧ ཉིན་བོད་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་བྱང་ས་ཟད་ཀྱི་ནད་པ་ལྷ་བྱ་སྤྱང་སྐབས། ལྷ་སྤེའི་ཡུང་རྟགས་དགོངས་དོན་

བཀའ་ལག་དང་ཆོག་མཆོག་ཆེན་མོ་གསལ་བ་བཏབ་པ་ལྟར། ལ་ཡོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་དགྲུང་ལོ་བཅུ་དྲུག་ལས་མ་
མེད་པ་ཀྱང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐུགས་འགན་བདག་གིར་བཞུགས། དེ་ཉིན་ལ་ཡོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་བོད་ཀྱི་བཙོན་པ་
ཡོངས་རྫོགས་སློང་གྲོལ་གཏོང་བའི་བཀའ་པུགས་

ཀྱི་ནག་གི་བཙོན་འཛུལ་དཔལ་དབྱུང་བོད་ནང་རིམ་འཛུལ་གྱིས་བོད་ས་མང་པོ་ཀྱི་ལག་ཏུ་ཤོར། བོད་ལྗོངས་ཆོག་མཆོག་ལྟུང་ས་
ལ་ཡོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་བོད་དང་ཀྱི་གར་ས་མཆོམས་སུ་རེ་ཞིག་ཉན་གཡོལ་དུ་ཆིབས་བསྐྱར་གནང་ན་ལེགས་
ཚུལ་གྱི་བསམ་ཚུལ་གཅིག་མཐུན་བྱུང་བར་བརྟེན། བཀའ་ལག་བརྒྱུད་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གསལ་བ་བཏབ་སྐྱོད་ཀྱི་ཐུགས་
གཏན་ཁེལ།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༡ ལོ་ ༡ ཆེས་ ༡༩ ཉིན་མཐུན་ཚུངས་མཐུན་བཀའ་ལུགས་དང་། ཅིས་དཔོན་བདེ་མཁར་བ་ཆེ་དབང་རབ་བརྟན་
གཉིས་ལ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐུགས་འགན་བཞུགས་མཐུན་སྲིད་ཆབ་ཏུ་བསྐྱོད་བཞག་གིས། ལ་ཡོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་སྐུ་
འཁོར་དང་བཅས་གྲོ་མོར་གསལ་སྐྱབས་ཀྱིས་ཆིབས་སྐྱོད་གནང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༡ ལོ་ ༤ བའི་ནང་གྲོ་མོ་བཞུགས་སྐྱར་ནས་བོད་
ཀྱི་ཞི་མཐུན་ཡོང་ཆེད་སྐུ་ཆབ་ཆེད་བཟངས་གནང་ནས། འཕྲལ་སེལ་བོད་ལྗོངས་བདེ་ཐབས་སུ་དོན་ཚན་ལྟ་ཅན་ཞིག་ཆབ་མདོར་
སྐྱེབས་པའི་ཀྱི་དཔལ་བཅེངས་འགྲོལ་དཔལ་གི་འགོ་བ་མང་ཆེ་མིན་ལ་གནང་།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༡ ལོ་ ༥ ཆེས་ ༡༤ ཉིན་འབྲུག་མཐུན་ཆབ་ཆེད་ནས་མེད་པར། བོད་ཞི་བའི་བཅེངས་འགྲོལ་འབྱུང་ཐབས་ཀྱི་
གྲོས་མཐུན་དོན་ཚན་བཅུ་བདུན་ཟེར་བ་འཛིག་ཏུ་བཅུག ཕྱི་ལོ་

༡༩༥༡ ལོ་ ༥ ཆེས་ ༡༩ ཉིན་གྱི་སྤྱོད་པེ་ཅིང་ཀྱང་ནན་ཉེའི་ཆིང་
ཤེན་ཏན་ཞེས་པའི་སྲིད་སྐྱོང་ཆོམས་ཆེན་གྱི་ནང་དུ། བོད་ཞི་བས་
བཅེངས་འགྲོལ་འབྱུང་ཐབས་སྐྱོར་གྱི་གྲོས་མཐུན་ལ་མིང་རྟགས་
བཀོད་ཟེར་བའི་མཛད་སློབ་ཞིག་ཀྱང་འཆོག་པ་ཡོད། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༡
ལོ་ ༥ ཆེས་ ༡༩ ཉིན་ལ་ཡོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་
གི་འཕྲལ་སེལ་བཞུགས་སྐྱར་གྲོ་མོ་དུང་དཀར་དགོན་གྱི་གཟིམ་



བར་རིས། ༡༤-༣

གྲོས་མཐུན་དོན་ཚན་བཅུ་བདུན་ལ་མཆོན་རྟགས་འགོད་པ།

ཚུངས་ལ་ཡོང་ས་མཆོག་དང་ཀྱི་ནག་གཞུང་གི་སྐུ་ཆབ་ཀྱང་ཅི་ཕྱ་མཛུལ་འཕྲད་གནང་བ་དང་། གྲོས་མཐུན་དོན་ཚན་བཅུ་བདུན་
བཞག་པའི་སྐོར་སོགས་སྐྱབས་མགོན་དང་འབྲེལ། གྲོས་མཐུན་མིང་རྟགས་བཀོད་པར་བཅི་བཀྱར་ཆེད་བཀའ་ལུགས་བདེ་ལེགས་ཀྱིས་
ཏར་འཕྲིན་ཞིག་མཛོ་ཀྱུ་ཞི་ལ་འཕྲལ་དུ་གཏོང་གནང་ཡོང་བ་ཞུས་ཡོད་ཀྱང་ཞལ་བཞེས་གནང་མེད། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༡ ལོ་ ༥ ཆེས་
༡༩ ཉིན་ལ་ཡོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་སྐོར་འཁོར་ནམས་ལྷ་སར་ཆིབས་བསྐྱར་མཛད། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༡ ལོ་ ༩ ཆེས་ ༩ ཉིན་
དཔལ་སྤེ་བཙོན་པའི་མདུན་སྐྱོད་དཔལ་མི་ལྷ་སར་འབྱོར།

སྤྱི་ཚོགས་



༡༽ གཤམ་གྱི་ཐི་བ་ཁག་ལ་ལན་གནད་བསྐྱུས་རེ་བྲིས།

- ༡༽ སྤྱི་ཚོགས་བསྐྱོད་བཞག་སྐྱུས་གནད་གི་ཡོད།
- ༢༽ ལ་རྒྱལ་བ་སྤྱི་ཐོང་བཅུ་བཞི་བ་ཆེན་པོའི་འཁྲུངས་ལུ་ལ་གང་ཡིན།
- ༣༽ ཡང་སྤྱི་འཁྲུལ་བུ་ལ་རེས་རྟེན་བྱུང་བའི་གསལ་བསྐྱུགས་སྐྱུས་གནད་ཡོད།
- ༤༽ རྒྱ་ནག་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་གསར་དུ་བཅུགས་ཐེས་གསལ་བསྐྱུགས་གང་བྱས་སམ།
- ༥༽ རྒྱ་དམག་ལ་གདོང་ལེན་ཆེད་བོད་མྱོངས་ཚོགས་འདུས་ཐག་གཅོད་རི་ལྟར་བྱས་སམ།
- ༦༽ ལ་གོང་ས་མཆོག་དགུང་ལོ་ག་ཆོད་ཐོག་ཆབ་སྤྱི་ཁྱུགས་འགན་བཞེས་སམ།
- ༧༽ ལ་གོང་ས་མཆོག་གིས་ཆབ་སྤྱི་ཁྱུགས་འགན་བཞེས་ཉིན་བཀའ་ཅི་ཞིག་ཐེབས་སམ།
- ༨༽ ལ་གོང་ས་མཆོག་གོ་མོར་ཐེབས་སྐྱབས་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་དང་སྤྱི་བསྐྱོད་བཞག་གནད་ཡོད།
- ༩༽ རྒྱ་བོད་གཉིས་དབར་འདྲ་མཉམ་མེད་པའི་ཐོག་ནས་གོས་མཐུན་ཞིག་བཞག་པ་དེར་དོན་ཚན་ག་ཆོད་ཡོད།
- ༡༠༽ གོ་མོ་དུང་དཀར་དགོན་གྱི་གཟུང་རྒྱུ་ལ་གོང་ས་མཆོག་གིས་རྒྱའི་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་དང་མཇུག་འཕྲད་གནད་ཡོད།

ཁ༽ མཐུན་སྦྱོར་གྱིས།

༡	ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༥ ལྷ་ ༧ ཆོས་ ༩
༢	ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༩ ལྷ་ ༩ ཆོས་ ༣༩
༣	ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ ལྷ་ ༡ ཆོས་ ༡༥
༤	ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ ལྷ་ ༡༡ ཆོས་ ༡༧
༥	ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༡ ལྷ་ ༡ ཆོས་ ༡༣
༦	ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༡ ལྷ་ ༥ ཆོས་ ༡༥
༧	ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༡ ལྷ་ ༩ ཆོས་ ༩

གསེར་ཁྱིམ་འགྲོ་ལ།
ལ་གོང་ས་མཆོག་སྤྱི་འཁྲུངས།
གོ་མོར་ཆེབས་ཐོན་གནད།
དམག་སྤྱི་ཨང་བཅོ་བརྒྱད་པ་ལྷ་སར་འབྱོར།
ཡང་སྤྱི་འཁྲུལ་བུ་ལ་རེས་བཅུད་བྱུང།
ཆབ་སྤྱི་ཁྱུགས་འགན་བཞེས།
གོས་མཐུན་དོན་ཚན་བཅུ་བདུན་བཞག

གཤམ་བསྐྱར་སྒྱུར།

- ༡། བྱེ་ལོ་ ༡༩༥༠ བོད་བོད་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་གནས་བབ་གང་འདྲ་ཡོད།
- ༢། བྱེ་ལོ་ ༡༩༥༩ ལྷ་ ༡༡ ཆེས་ ༩ ཉིན་བོད་གཞུང་གི་སྲིད་ལས་ཁུངས་ནས་མཐོ་ཅི་རྒྱུ་ལ་ཕྱག་བྲིས་ཞིག་བསྐྱེད་ས་
ཡོད་པ་དེའི་ནང་དོན་དག་གང་བཞོད་ཡོད་དམ།
- ༣། བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་གང་དག་ནས་རྒྱ་དམག་གིས་བཅན་འཛུལ་བྱས་ཡོད།
- ༤། གནས་བབ་གང་འདྲ་ཞིག་གི་འོག་གོས་མ་ཐུན་དོན་ཆོན་བཅུ་བདུན་ཟེར་བ་བཞག་ཡོད།
- ༥། གོ་མོ་དྲུང་དཀར་དགོན་དུ་ཡགོང་ས་མཆོག་ལ་རྒྱུ་སྐྱེ་ཆབ་ཀྱང་ཅི་ཚུ་ཡིས་མཇུག་འདྲུད་སྐབས་ཅི་ཞིག་ཞུས་ཡོད་
དམ།

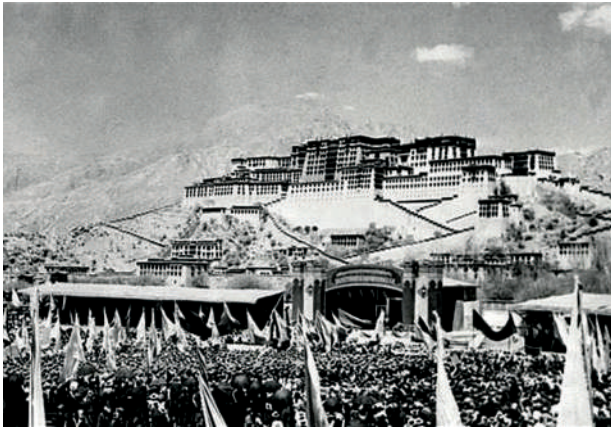


- ༡། ས་ཁུལ་ཐོག་ནས་བོད་ཀྱི་བྲིས་མཆོས་རྒྱལ་ཁབ་ནམས་ངོས་འཛིན་བྱས།
- ༢། གོས་མ་ཐུན་དོན་ཆོན་བཅུ་བདུན་ཟེར་བ་འཛོག་སྐབས་བོད་ཀྱི་སྐྱེ་ཆབ་གང་དག་བཅར་ཡོད། དེ་དག་གི་མིང་
རེ་རེ་བཞིན་བྲིས།
- ༣། གོས་མ་ཐུན་དོན་ཆོན་བཅུ་བདུན་ནི་འདྲ་མཉམ་མེད་པར་བཞག་ཡོད། དེང་སྐབས་འདྲ་མཉམ་མེད་པའི་གོས་
མ་ཐུན་དེ་འདྲ་འཛོག་སྐབས་ཡོད་མེད་སྟོར་གོས་སྤྱར་བྱས།
- ༤། གོས་མ་ཐུན་དོན་ཆོན་བཅུ་བདུན་གྱི་ནང་དོན་ནམས་རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་ལག་ལེན་བསྟར་ཡོད་མེད་སྟོར་
གོས་སྤྱར་བྱས།

༡༥

དཀར་སྐྱུག་གི་ལོ་ཟླ།

༡༩༥༡ ལྷ་དམར་བཙན་འཇུག་ལ་བས་ཉིན་ནས་ཉིན་བསྐྱེད་བོད་གཞུང་མང་གཉིས་ལ་གདུག་རྩུབ་རྩེ་ཆེ་དང་། མཐའ་ན་
ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ལ་མཐོ་འཆོས་པའི་གྲབས་བྱས་པར་བརྟེན། བོད་མི་མང་ཁྱུ་མཉམས་ཟད་ནས།
མ་བཤོས་བསམ་པ་གཅིག་མཐུན་གྱིས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༤ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༠ ཉིན་ལྷ་དམར་གྱི་བཙན་འཇུག་ལ་འོ་སྒོལ་གྱི་སྐྱེར་
ལངས་ཆེན་མོ་ཞིག་བྱས། དུས་དེ་ནས་བརྒྱུད་བོད་མི་མང་ནས་ལས་འགྲུལ་དེར་གསུམ་བཅུའི་དུས་ངན་ཞེས་ལོ་ལྟར་ངན་
གསོ་བྱེད་བཞིན་ཡོད།



བར་རིས། ༡༥་༡ བོད་དུ་རིག་གནས་གསར་བརྩེ་ལས་འགྲུལ་ཙོམ་པ།



བར་རིས། ༡༥་༢ ཉེས་མེད་མི་སེར་སློབ་ཐོག་གཏོང་བ།

ལྷ་དམར་གཞུང་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༤ ནས་ཕྱི་ལོ་
༡༩༥༩ བར་བོད་ཚོལ་ཁ་གསུམ་གྱི་ས་ཁུལ་ཁག་དུ་བཙོས་
བསྐྱར་ཟེར་བའི་ལས་འགྲུལ་ཞིག་བཙུགས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༤
ལོར་ལྷ་དམར་བཙན་འཇུག་དམག་དབུང་གིས་ཁམས་
དང་། ཨ་མདོའི་ས་ཁུལ་ཁ་གསུམ་ནང་དམངས་གཙོའི་བཙོས་
བསྐྱར་ཟེར་བའི་ལས་འགྲུལ་དངོས་སུ་འགོ་འཇུགས་བྱས་
པ་དང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་མདོ་ཁམས་གཉིས་ཀྱི་ས་
ཁུལ་ཁྲོན་ཡོངས་སུ་བཙོས་བསྐྱར་གྱི་ལས་དོན་ལྷ་ཁྱེད་ལག་བསྟར་
བྱས། བོད་ཀྱི་དབུས་གཙང་ཁུལ་དུའང་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་དམངས་
གཙོ་བཙོས་བསྐྱར་ཟེར་བ་འགོ་བཙུགས་ཡོད། ལས་འགྲུལ་དེའི་ནང་ལྷ་
དམར་གཞུང་གིས་བོད་མི་མི་ངག་དཔོན་རིགས་དང་། ལྷག་པོ་རྣམས་ཀྱི་
རང་བདག་ལྷ་དངོས་དང་། ཁ་དབང་བཙས་པ་གཞུང་བཞེས་བཏང་
ཡོད། སྐྱེར་བདག་ལྷ་དངོས་གཞུང་བཞེས་བཏང་རྗེས་ས་ཁུལ་ཁག་ནང་
རོགས་རེས་ཚོགས་རྒྱུད་ཟེར་བ་བཙུགས་ནས། བོད་མི་རྣམས་ཚོགས་
རྒྱུད་ཁག་བཙོས་སྤྱི་གཞུང་འཇུགས་བྱས། བཙོས་བསྐྱར་དེས་སྐྱེར་ལ་དབང་
བའི་ལས་འགྲུལ་ཡོངས་རྫོགས་མེད་པར་བཟོ་སྐྱབ་མེད་ཀྱང་། ལྷ་དམར་
གཞུང་ནས་བོད་ཀྱི་ཞིང་འབྲོག་ཐོན་སྐྱེད་ཡོང་འབབ་ལ་ལྷུ་གཅིས་སྤྱི་

འབྲུ་ཟེར་བ་དང་། འབྲུ་ལྷག་སྤྱོད་ཆོང་། སྤྱི་དམངས་གསོག་འཛུགས་
བསྐྱེད་འབབ་ཟེར་བའི་མིང་བཏགས་ཏེ་ཁྲལ་རིགས་ཆེན་པོ་བཅན་
བསྐྱེད་བྱས། ཁྱེད་ཀྱི་མི་མཉམ་པའི་བཅོས་བསྐྱར་སྤྱི་དམངས་དེ་
དག་གིས་ཐོན་སྐྱེད་ལ་གོགས་བར་ཆེན་པོ་བཅོས་པར་བརྟེན། མི་
མང་གིས་ཐོན་སྐྱེད་ལས་དོན་ལ་དོ་སྣང་ཆུང་དུ་གྱུར་པ་དང་། ཐོན་
སྐྱེད་ཉམས་སྐྱེད་ཆ་བས་ཆེ་བྱུང་སྟེ་བཟའ་བཅའ་མི་འདད་བས་སྤྱི་
གཤེད་དཀའ་སྤྱད་སྤྱང་དགོས་བྱུང་། རོགས་རེས་ཆོགས་ཆུང་ཟེར་
བའི་འགོ་དཔོན་ཆོས་གོང་རིམ་རྒྱ་དམར་ལ་དོ་སྣང་དང་། རང་ཉིད་ལ་



བར་རིས་ ༡༥་༣ མའོ་ཅི་ཏུང་གི་གཏམ་བཤད་དང་བར་རིས་
ཟིལ་བསྐྱགས་བྱེད་པ།

རྒྱ་བསྐྱེད་འཛུགས་ཆེད་ཐོན་སྐྱེད་གངས་ཐོ་རྩུབ་བཅོ་བྱས་ཏེ་གོང་རིམ་ལ་འབྲལ་གྱི་ཡོད། རྩུབ་བཅོ་བྱས་པའི་གྲུན་གསལ་དུ་
མི་མང་ནས་དབྱ་ཁྲལ་བསྐྱས་པར་བརྟེན། དམངས་ཀྱི་འཆོ་བ་དང་ཐོན་སྐྱེད་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཡོད།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༣ ལོར་རྒྱ་དམར་བཅན་འཛུལ་བས་གྲལ་རིམ་འཐབ་ཅོད་ཞེས་པ་ལག་བསྟར་བྱས་ནས། རྒྱ་ཆེད་
མི་མང་ནང་གྲལ་རིམ་ཁག་གསུམ་དུ་བགོས། ལས་འགུལ་དེའི་
ནང་ཉེས་པ་ཟེར་འདོན་དང་། རང་སྤྱོད་རང་བཟོད་བྱེད་དུ་འཇུག་
པ། རྒྱ་དེག་ཆ་ནན་གཏོང་བ་བཅས་ཆབ་སྤྱི་དུ་ཅ་དོན་གསུམ་
བཅན་ཤེད་ཀྱིས་ལག་བསྟར་བྱས་ནས། དེ་སྤྱི་བོད་གཞུང་གི་
ལས་བྱེད་དང་། སྒྲིལ་བ་སྤྱད་པོ་ཁག་ཆོས་བྱེད་ཀྱི་མཁན་པོ་
དང་སྤྱི་མ་སོགས་ལ་མངའ་བདག་ཆེན་པོ་གསུམ་ཟེར་བའི་ཉེས་ལྷ་
ཆེན་པོ་གཡོགས་ནས། ཉན་མཆན་མེད་པར་མནར་གཅོད་སྤྱིང་
དགོས་བྱུང་། ལས་འགུལ་དེའི་ནང་བོད་མི་དུས་མཉམ་རྒྱུན་འདས་
སོང་བའི་གངས་འབོར་ ༤༥༠༠༠ ལྷག་ཟིན།



བར་རིས་ ༡༥་༣ གྲལ་རིམ་འཐབ་ཅོད་གཏོང་བ།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༥ ལོར་རོགས་རེས་ཆོགས་ཆུང་ཟེར་བ་སྤྱི་
བསྐྱེད་བྱས་ཏེ། མི་མང་སྤྱི་ཁང་མཉམ་སྦྲེལ་ཟེར་བ་འགོ་འཇུགས་བྱས། སྒྲིལ་ལ་དབང་བའི་ལས་ཤུགས་ཤུལ་མེད་བཅོས་
ནས་མི་མང་རྣམས་མི་མང་སྤྱི་ཁང་ཟེར་བར་ཁག་བགོས་བྱས། མི་མང་རྣམས་ལ་ངལ་ཅོལ་གྱི་ཁུར་པོ་སྤྱི་དུ་བཏང་ཞིང་། ཆ་
སྟོམས་བྱས་ན་མི་རེས་ཉན་རེར་ངལ་ཅོལ་ཆུ་ཆོད་ ༡༥ བྱེད་དགོས། ཉན་ལས་བྱུང་རྗེས་དགོང་མོ་འཆར་ཅན་ཆབ་སྤྱིད་
སྟོབ་གསོའི་ཆོགས་འདུར་ཞུགས་དགོས་པ་ཡིན།

ངལ་ཅོལ་སྤྱུལ་ཤུགས་ཆེ་ལ་འཆོ་བ་ཏ་ཅང་ཞན་པའི་དཀའ་སྤྱད་འོག་བོད་མི་སྤྱིང་ཆོ་མང་པོས་རང་གི་ཤུས་སྟོག་

འཚོ་ཐབས་སུ་བོད་མི་རིགས་ཀྱིས་དེ་སྔོན་ཅ་བ་ཉིད་ནས་མི་བཟའ་བའི་ཅི་ཅི་དང་། ཉ་ཤ བོད་ཤ ཞི་མིའི་ཤ བྱི་ཤ འབྲུ། རྩ། ཤིང་པགས་དང་ལོ་མ་གང་བྱུང་བཟས་ནས་དུད་འགོ་རྩ་བུའི་འཚོ་བ་སྦྱེལ་དགོས་བྱུང་ཡོད། རྒྱ་དམར་གཞུང་གིས་བོད་ནང་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་མ་བསྟུན་པར་བྲེལ་བེད་གིས་ལས་འགུལ་འདྲ་མིན་སྦྱེལ་བར་བརྟེན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༤ ནས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༣ བར་བོད་སྤྱི་དབང་ཚགས་པ་ནས་ལོ་རྒྱུས་ནང་བྱུང་མ་གྱིང་བའི་སྤྱ་གཤམ་ཐེ་མི་གྲངས་ ༣༩༠༠༠༠ རྒྱུ་འདས་སོང་།

རིག་གནས་གསར་བརྗེ།

རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ནི་མཐོ་ཅི་རྒྱུ་གིས་ཐད་ཀར་སྦྱུལ་སློང་དང་འགོ་འཁེད་བྱས་པའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་འགུལ་ཞིག་ཡིན། དེའི་དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ་ནི་མ་ཅུ་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལས་དུ་ཞུགས་མཁན་ལ་ངོ་མོལ་བྱ་རྒྱུ་ཁས་འཆེ་ཡང་། དོན་དངོས་སུ་རྒྱ་དམར་དབང་འཛིན་པ་ནང་ཁུལ་དུ་སྤྱི་དབང་འཕྲོག་རེས་ཀྱི་འཐབ་ཚད་ཅིག་ཡིན། རྒྱ་ནག་སྤྱི་ཡོངས་ལ་རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ཆེན་པོ་ནི་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ནས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༦ བར་ལོ་བཅའི་རིང་བྱུང་། དུས་སྐབས་དེའི་རིང་རྒྱ་ནག་ཁྲོན་ཡོངས་ལ་བསམ་བཞིན་ལས་འདས་པའི་སྤྱ་གཤམ་སློང་མནར་གཅོད་སྲུང་དགོས་བྱུང་ཡོད། ལས་འགུལ་དེ་བོད་དུ་སྦྱེལ་སྐབས་ཁ་ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ཏུ་བསྒྱུར་ནས། བོད་ཀྱི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་། ཆོས་བྱེད་མི་སྣ་དང་ཤེས་ཡོན་ཅན་སོགས་ལ་བྲག་གཞོན་དང་། གཞུག་རྩལ་ཆད་ལས་འདས་པ་བཏང་ཡོད། བོད་ཁྲོན་ཡོངས་ལ་ཞིང་འབྲོག་དབུལ་སྐྱོད་སྲུང་དམག་སེམས་པ་དེ་བས་དམར། །མཐོ་ཅི་རྒྱུ་བསམ་པའི་བྲག་ཆས་སྤྱུས། །རང་ལུས་དུམ་བུར་གཏུབས་པར་མ་འདྲེམས་པར། །གོང་མ་རྩ་ཡི་ཐོག་ནས་འཐེབས་པར་ཐོད། །

འབོད་ཆོག་འདི་ནི་ཞིང་འབྲོག་དབུལ་འཕྲོད་ཀྱི་བྱ་སྤྱུག་ནམས་ལ་ངན་བསྐྱབ་བྱས་པའི་སྲུང་དམག་དམར་པོའི་འབོད་ཆོག་ཡིན།



པར་རིས། ༡༥་༣ སྲུང་དམག་དམར་པོས་ལྷ་ཁང་གཏོར་བཞིག་གི་གྲ་སྒྲིག

ཀྱི་སྤྱ་གྲུ་ནམས་ལ་ངན་བསྐྱབ་ཀྱིས་བསྐྱབ་སློང་བྱས་ཏེ། སྲུང་དམག་དམར་པོའི་སྤྱུག་འཇུགས་བཅུགས་ཏེ་ཁབ་སྦྱེལ་རྒྱ་ཆེར་བཏང་། ཁོང་ཆོར་སྤྱིར་སྤྱོད་པས་ངན་བསྐྱབས་རྒྱུད་བསྐྱུལ་དང་སྤྱུགས། རྩིང་བཞི་ཅ་གཏོར་བཏང་ནས་གསར་བཞི་འཇུགས་དགོས་ཟེར་བའི་ལས་འགུལ་བཅུམས། མི་ལོ་སྤྱིར་སྤྱུག་སྔོན་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྡན་པའི་བོད་ཀྱི་དགོན་སྡེ་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་ཀྱི་ལྷ་སྤྱ་རྟེན་གསུམ་དང་། གསུང་རབ་སྒྲེགས་བཅ་ཁག་ལྷོ་ར་བུའི་རིགས་ཀྱི་དངོས་རྒྱས་རིན་ཐང་བུལ་བ་སོགས་སྤྱུག་འདོན་བཅུན་འཁྲེང་བྱས་པའི་འཕྲོས། མེར་སྤྱུག་གཏོར་བ་དང་། ཅ་གཏོར་གཏོར་བ་སོགས་བྱས་ཡོད།

- བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ཙུག་ཏོར་གཏོང་བ་དང་། དེ་དག་ལ་དགའ་ཞེན་དང་རྒྱུན་ལཱིན་བྱེད་མཁན་ལ་
འཕམ་འཛིང་གཏོང་བ།
- ལ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ལ་ཤ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེའི་སྐུ་པར་སྤྲིག་ག་ཤོམ་དང་བྲག་མཆོད་བྱེད་པར་སྦྱོན་བརྗོད་
དང་། རྒྱལ་དུ་མའོ་ཅེ་རྒྱུ་གི་འདྲ་པར་བཅན་འགེལ་བྱེད་བ།
- ལྷ་དཔོན་མི་བྲག་ཆོར་སྦྱོན་བརྗོད་སྤྱ་ཆོག་གས་བྲིས་པའི་ཤོག་ལྷ་གཡོགས་ཏེ་ཁྲིམ་སྒྲོར་དང་། མི་མང་འདུ་
འཛོམས་སར་རང་སྦྱོན་རང་བརྗོད་བྱེད་དུ་བཅུག་བ།
- གཙུག་ལག་ཁང་དང་དགོན་པ་ཆེ་ཁག་ལ་ལྷ་འདེ་གའོན་བགེགས་གཅང་འབྲུག་ཅེས་པའི་མིང་ཐོག་ནས་རྟེན་
གསུམ་གཏོར་བཅོམ་དང་། གསེར་དུལ་རིན་ཆེན་གྱི་སྐུ་རྟེན་སྤྱ་ཆོག་གས་རྒྱ་ནག་རྩ་དཔོར་འདེན་བྲས་པ། དགོན་
པ་དང་ལྷ་ཁང་རྣམས་མགྲོན་ཁང་དང་སྟོད་གནས། ལས་ཁུངས་སོགས་སུ་བསྐྱར་བ།
- གྲལ་རིམ་མཐོ་བའི་བླ་གྲས་སོ་སོའི་པ་མར་དགག་པ་རྒྱག་རྩ་བཅུག་བ།
- རབ་བྱུང་བ་རྣམས་བཅན་དབང་གིས་སྐུ་སར་པབ་བ།
- མི་མང་རྣམས་སུ་གོས་མནར་ཏེ། ཁྱི་དང་ཞི་མི་སོགས་དུད་འགོ་བསད་ནས་བཟའ་དགོས་བྱུང་བ་སོགས་སུ་ག་
བསྐལ་ཆོད་མེད་སྟོང་དགོས་བྱུང་།

A cartoon illustration of a young girl and a young boy. The girl, on the left, has dark hair in a ponytail and is wearing a pink dress. She is holding a small brown book. The boy, on the right, has dark hair and is wearing a blue shirt and red pants. He is holding a large blue pencil. Between them is a large, open book with blank yellow pages.

༡། བོད་ཚོས་ཁ་གསུམ་གྱི་ས་ཁུལ་ཁག་ནང་དམངས་གཙོ་བཅོས་བསྐྱར་གྱི་ལས་འགུལ་དུ་ས་ཡུན་རི་ཙམ་འིང་སྒེལ་ལམ།

༣། དམངས་གཙོ་བོའི་བསྐྱེད་གྲིས་པན་གཞི་ཅི་ཞིག་བྱང་ཡོད།

༥། གྲལ་རིམ་འཐབ་རྩོད་ཅེས་པ་དུས་ནམ་ཞིག་ནས་འགོ་བརྩུགས་སམ།

2) འཐབ་རྩོད་གཏོང་ས་གཙོ་བོ་གང་དག་ཡིན།

- ༡། གྲལ་རིམ་འཐབ་ཚད་ནང་བོད་མི་ག་ཚོད་རྒྱུན་འདས་སོང་ཡོད།
༢། ལུ་གེ་བྱུང་ནས་བོད་མི་ག་ཚོད་བྱོངས་ཡོད།

ཁ། ལན་རྒྱུ་བ།

- ༡། གསུམ་བཅུའི་སྒྲེར་ལངས་ཀྱི་འབྱུང་རྒྱུན་གང་ཡིན་ནམ།
༢། དམངས་གཙོ་བཙུན་བསྐྱར་ཟེར་བའི་ལས་འགུལ་དེའི་ནང་བོད་མིར་དཀའ་སྤྱུག་ཇི་ཅམ་སྤྱོད་དགོས་བྱུང་ཡོད་དམ།
༣། མི་མང་སྤྱི་ཁང་ངམ་མཉམ་སྦྲེལ་ཟེར་བ་ནམ་ཞིག་ལ་འགོ་བཙུགས་སམ། ངལ་ཚོལ་སྐྱལ་ཤུགས་ཀྱིས་བོད་མི་ཚོར་
མནར་གཅོད་ཅི་ཤོག་དང་ཁུ་སྤྱུག་གི་འཚོ་བ་ཇི་ལྟར་སྦྲེལ་དགོས་བྱུང་ཡོད་དམ།
༤། རྒྱ་ནག་ཁྲོན་ཡོངས་སུ་རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ཆེན་པོ་དུས་ཡུན་ཇི་ཅམ་རིང་གནས་ཡོད་དམ། ལས་འགུལ་དེའི་
དགོས་དམིགས་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་ནམ།
༥། བོད་མི་ཚོས་རིག་གནས་གསར་བརྗེའི་སྐབས་དཀའ་སྤྱུག་ཇི་ཅམ་སྤྱོད་དགོས་བྱུང་ཡོད།



- ༡། འཛིན་གྲྭའི་སློབ་སྤྱུག་ནམས་ཚོགས་ཚུང་ཁག་བགོས་བྱས་ཏེ། གཤམ་འཁོད་བརྗོད་ཆོག་གང་རུང་ཐོག་གྲོས་སྤྱར་
དང་གཏམ་བཤད་བྱ་དགོས།
གསུམ་བཅུའི་དུས་བབ།
དམངས་གཙོའི་བཙུན་བསྐྱར།
རོགས་རེས་ཚོགས་ཚུང་།
གྲལ་རིམ་འཐབ་ཚད།
མི་མང་སྤྱི་ཁང་།
རིག་གནས་གསར་བརྗེ།
སྤྱང་དམག་དམར་པོ།
སྤྱི་བཞི་ཅ་གཏོར།
༢། དགེ་ཆེན་གྱིས་སློབ་ཚན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་སློབ་བརྒྱུན་རིགས་སྤྱོད་དགོས།



ཞིང་པའི་འཚོ་བ།

༡༡། སྤྱི་འཛོམས་ཀྱི་པ་ལག་ས་ནི་**སྤྱི་ཚོགས་ཞབས་ཞུ་བ་** (Social Worker) དང་། ཨ་མ་ལག་ས་སློབ་གྲུའི་དགོ་ཆ་ནི་**ཀྱི་ཕྱག་ལས་གནང་བཞིན་ཡོད།** ད་དུང་ཁོང་ཚོའི་ནང་ལ་སློབ་པ་ལག་ས་དང་མོ་མོ་ལག་ས་ཡོད།

སྤྱིར་བོད་མིའི་འཚོ་ཐབས་གཙོ་བོ་ནི་སོ་ནམ་ཞིང་ལས་དང་འབྲོག་ལས་གཉིས་ཡིན། བོད་དུ་མིའི་འགྲོ་བ་བྱུང་བ་ནས་

ཁྱིམ་གྱིས་སྤྱི་འཛོམས་ཀྱི་སློབ་པ་ལག་ས་དང་མོ་མོ་ལག་ས་གཞིན་ལུང་སྐབས་ཕྱག་ལས་གང་གནང་གི་ཡོད་པ་
ཤེས་ཐུབ་བཅ། ཁོང་ཚོ་གཞིན་ལུང་ཡིན་པའི་སྐབས་དང་དེང་སང་གི་དུས་དབར་ལ་བྱུང་བར་གང་ཕྱིན་ཡོད།



བཟུང་ཐོག་མར་ཤིང་འབྲས་ཟ་ཞིང་། ཤིང་ལོ་གྲོན་པ་སོགས་ཀྱི་གདོད་མའི་སྤྱི་ཚོགས་བྱུང་། དེམ་བཞིན་རྫོང་དང་དབྱུག་པ་
སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་རི་དྲགས་རྫོན་པ་དང་། ཅི་ཤིང་གི་འབྲས་བྱ་དག་རོལ་ནས་འཚོ་བར་གྲགས། དུས་ཚོད་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་
ཁོང་འབྲོག་ལས་གཅིག་ཕྱི་མི་ཚོམས་པར་དེམ་པས་ས་ཞིང་འདེབས་པ་དང་། ཁང་ཁྱིམ་ཅིག་པ་སོགས་ལག་ཤེས་
དར་ཁྱབ་བྱུང་ནས་**ཤིང་བཟོ་** (Carpenter) དང་། **རྫོང་བཟོ་** (Mason) **འཁེལ་དང་འཐག་** (Spinning and Weaving) **རི་མའི་**
ཕྲུ་ཅལ་ (Painting) སོགས་རིམ་བཞིན་འཕེལ་ཆུས་བྱུང་།

ཞིང་པའི་འཚོ་བ་ཐོག་མར་བྱུང་སྐད་སྒྲུབ་པ།

འཛམ་གླིང་སྤྱི་དང་འབྲ་བར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཕེལ་འགྲོས་དང་མ་ཐུན་པའི་ཞིང་ལས་ནི་མིའི་གཞི་རྒྱུ་འཚོ་བར་མཁོ་བ་
མ་ཟད། རྒྱུན་གནས་སྤྱི་ཅིང་མིའི་རིགས་ཀྱི་ཕྱག་ས་བརྟན་འཕེར་བའི་ཡར་རྒྱས་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན། དེར་བརྟེན་
ལོ་རྒྱུད་ཕྱག་མང་པོའི་སྤྱོད་ནས་དར་བའི་ས་ཞིང་འདེབས་ལས་དེ་
བོད་རྒྱལ་བརྒྱུད་པ་སྤྱི་དེ་གྲུང་རྒྱལ་གྱི་སྐབས་ནས་བཟུང་ཞིང་ཆུ་
བྲངས་ཏེ་ཞིང་ལས་འཕེལ་ཆུས་བྱུང་བར་བརྟོན།

རང་རེའི་མེས་པོ་ཚོས་ས་ཞིང་མོ་བ་ནི་འཚོ་བའི་ཐོན་ཁུངས་
གལ་ཆེན་ཞིག་དུ་བརྩིས་ཏེ་སྤྱི་མཐུན་རྒྱུན་འཛིན་གྱིས་ད་ལྟའི་བར་
ཡུལ་ཡུང་པལ་ཆེ་བས་སོ་ནམ་གྱི་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་འཚོ་བ་



བར་རིས། ༡༩༡༡ འབྲིང་ལ་ས་ཞིང་མོ་འདེབས་བྱེད་པ།

སྤྱི་ལ་བཞིན་ཡོད།

སོན་མ་བྱེད་ལུགས།

བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཞིང་ལས་སོན་འདེབས་ཀྱི་དུས་ཚིགས་
 བེ་ཡུལ་དུས་ལ་བསྐྱེད་ནས་ས་ཁུལ་སོ་སོའི་ལུགས་ཅུང་མི་འདྲ་
 བྱེད་ཀྱི་གནས་གཤམ་གྱི་གནས་སྐྱེད་ས་དང་བསྐྱེད་ཏེ་སྤྱི་འཛིན་ཆ་ནས། དེ་བྱེད་དུས་ལུགས་འདྲིལ་བ་དང་སོན་འདེབས་ལ། དབྱུང་
 ཁ་ཚུ་གཏོང་བ། ཡུར་མ་ཡུར་བ། (རྩ་རྒྱ་བཞོག་གི་ལ།) སུད་ཀྱིས་བཅོམ་བ། སེར་བ་བབས་བ། ལུ་འོད་རྒྱུག་བ་སོགས་འགོག་
 ཐབས། སྟོན་དུས་བཅས་མ་བར་སྤྱད་དང་། གཡུལ་གཅིག་གི་ལུགས་འདྲུ་རིགས་ཉར་ཆགས། འཕྲུ་ལོག་རྒྱག་གི་ལུགས་འདྲུ་ཁར་
 ལོ་རྒྱུས་མའི་སོན་མ་གྱི་གྲ་སྒྲིག་ཏུ་ཞིང་ཁར་རྩོད་དང་རྩོད་བསལ་བ། དབྱུང་ལུགས་དང་དབྱུང་ཚུ་གཏོང་བ་སོགས་བྱེད་
 དགོས།



མར་རིས། ༡༦་ན་གཉེན་འཁོར་།

དེ་ཡང་ཞིང་རྩོད་བའི་དུས་ཚིགས་ལ་གནས་གཤམ་གྱི་རྩོད་གྲང་ལ་གཞིགས་པའི་སྤྱ་གཞུག་ཅུང་ཟད་ཡོད་མོད། བོད་
 ཀྱི་ཡུལ་གྲུ་ལལ་ཆེ་བར་གནས་གཤམ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་སྐབས་བོད་ལྗང་དང་པོ་དང་གཉིས་པའི་ནང་ཡིན་ཞིང་། ཞིང་མ་
 བཏབ་སྟོན་ལ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆོག་སྤྱོད་སྤྱོད་ཡོད།

དེ་ནས་ཞིང་སར་རྩོད་བབས་ཡོད་མིན་ལ་བརྟག་ཏེ་དང་པོ་ལུགས་སྤྱད་ས་རྒྱུས་ཞིང་ཁར་གཏོར་རྒྱུ་ས་སོན་བཏབ་སྟེ་
 ཞིང་རྩོད་འགོ་འཛུགས་པ་ཡིན། དབྱུང་གོ་བཏབ་པ་རྒྱུས་ཀྱིས་ཚུ་གཏོང་བ་སོགས་བྱེད། མོན་སྤེལ་སྐབས་ལའང་ཡུལ་གྲུ་
 འགར་རྩོད་དེལ་ལྟ་བུ་གཅིག་རེ་ལ་རྩོད་རྒྱུ་ཅིང་། བ་སྐྱེད་དང་མཛོ་གང་ཡིན་ཡང་གཉིས་རེ་དོར་གཅིག་ཏུ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད།

སོན་འདེབས་སྐབས་ཀྱི་གོམས་སྤྱོད།

གནའ་སྤྱ་མོན་མ་ཞིང་ཁ་འདེབས་ལས་སྐབས་ཀྱི་གོམས་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོག་བོད་ཆོལ་ཁ་གསུམ་དང་ཡུལ་ལུང་སོ་སོ་



མར་རིས། ༡༦་ན་ ཞིང་རྩོད་བའི་སྤྱ་གོན་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་བྱེད་ལ།

ཅུང་མི་འདྲ་བའི་ཚུལ་དུ་ཡོད། དཔེར་ན། བོད་དབྱུང་
 ཁུལ་ལ་མཆོན་ན་སོན་འདེབས་ཀྱི་ཉིན་དེར་ནངས་
 སྤྱ་མའི་དུས་ནས་གྲོང་ཆེའི་དགེ་འདུན་པ་ཞིག་གིས་ཆོ་
 ག་འདོན་པ་དང་། དེ་ནས་གྲོང་ཆེའི་ཀན་རབས་རྒྱུས་
 ཀྱིས་ཡུལ་ལྷ་གསོལ་ཏེ་བསང་མཆོད་བྱེད་ལ། ཡུལ་
 མི་སྤྱོད་ཐོ་ཀན་གཞིན་པོ་མོ་རྒྱུས་ཀྱིས་ལུས་ལ་གཟབ་
 མཆོར་སྤྱས་ཏེ་གཉེན་སྤྱོད་རྟེན་འབྲེལ་བྱེད་སར་འདུ་

འཛོམས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེར་བཟ་ཤིས་ཉེན་འབྲེལ་མཆོན་པའི་གྲོ་སོ་བྱེ་མར་དང་། ར་ཆང་བཅས་ཟས་རིགས་སྣ་འཛོམས་
 གྱི་ཕྱེར་ཁ་སྒྲིག་སྲོལ་ཡོད་ལ། དེར་མེབས་དགེ་འདུན་པར་ཆང་མས་ཁ་བཏགས་བསྒྲོན་ནས་བཟ་ཤིས་སྒྲོན་འདུན་ལྟ་སྲོལ་
 ཡོད། དེ་ནས་སྒྲིམ་པ་མོ་གཞོན་མོ་རྟགས་ཆུ་བྱི་ཡིན་པ་ཞིག་གིས་ལུས་ལ་གཟབ་མཆོར་སྤྲས་ཤིང་དཀར་གཙང་ཁ་བཏགས་
 གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་ཐོང་གཤེལ་སྒྲོར་བ་དང་། སྒྲན་ཤར་བྱ་མོ་མོ་རྟགས་མེ་འབྲུག་ཡིན་པ་ཞིག་གིས་སོན་གཏོར་ཏེ། མོ་ལེགས་
 ཤིང་ཆར་ཆུ་དུས་སུ་འབབ་པའི་བཟ་ཤིས་སྒྲོན་འདུན་མཆོན་བྱེད་དུ་དབྱིད་ཚེས་གཉའ་སྤེལ་ཞེས་ཚེ་ལུགས་ཀྱི་དྲ་དང་གཉའ་
 ཤིང་བཅས་སུ་གོས་ལིང་སྣ་ཆོགས་དང་ཁ་བཏགས་ཀྱིས་རྒྱན་སྲོལ་ཡོད་ལ། དེ་ལྟར་ཚོན་དོར་གྱིས་ཞིང་ཁར་རོལ་ཁ་བཏོད་
 པ་དང་། དེ་རྗེས་སྒྲན་ཤར་བྱ་མོ་རྟགས་ཞིང་ཁར་འཆང་ཁ་ཤིག་ཤིག་གིས་འོང་ནས་རོལ་ཁ་བསུམ་པ་སོགས་སོ་ནམ་དབྱིད་
 ཚེས་བྱེད་ལུགས་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་བྱེད་སྲོལ་ཡོད། དེ་རྗེས་མོ་གཞོན་མོ་གཞོན་རྟགས་ཀྱིས་པན་ཚུན་སྒྲུ་གཏོར་ལེན་བྱེད་པ་
 སོགས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་ཅིང་། མཇུག་མཐར་ཆང་མས་སྒྲོར་མའི་བསྐྱར་བསྒྲིགས་ཏེ་ལྷ་གསོལ་འཐེན་ཏེ་གཉའ་སྤེལ་གྱི་བྱེད་
 སྒོ་ཤིལ་པོ་མཇུག་སྤེལ་བ་ཡིན་ལ། བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་གཞན་དུ་དེ་དང་འདྲ་བའི་ཆོག་སྤེལ་སྲོལ་ཡོད།

ཞིང་ལས་ཡོ་བྱེད་ཁག

			
འཛིན།	ཐོར་ག།	སྒྲེ་བོ།	ཁ་བྲག་གམ་ཆེ་ག།
			
ཐོང་གཤེལ།	རྩི་རིལ།	ལུགས་གཞབ།	སྒྲོ་མ།
			
སྒྲོ་རྩུང།	འབྲང་ལུ།	ཤལ་ག།	ཚོ་ལུག།

པར་རིས། ༡༩-༩ ཞིང་ལས་ཡོ་བྱེད།

༡། ང་ཚོ་རྒྱ་གར་ནང་བཅན་གྱི་ལ་དུ་གནས་རིང་ས་ཆའི་བདག་དབང་སུ་ལ་ཡོད་དམ།



རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་གཞི་ས་ཆགས་ལས་ཁུངས་དང་དབུས་བོད་མིའི་ངལ་སེལ་ཚོགས་པ་

(Central Tibetan Relief Committee) བཅས་ཀྱི་ལས་སྟན་ལྟར་བོད་མི་བཅན་གྱི་ལ་བ་ཚོར་འཚོ་བའི་

མ་གུན་རྒྱུན་ཆེད་ས་ཁིང་གཡར་པོ་གནང་བ་དང་། ས་ཁང་བེད་སྤྱོད་དང་བདག་ཉར་སྐྱོར་བོད་མི་མང་

སྤྱི་འབུས་ལྷན་ཚོགས་ནས་གཏན་འབེབས་གནང་བའི་ས་ཁང་གི་སྤྱི་གཞི་ལྟར་འབྲོ་དགོས་པ་རེད། བཅན་གྱི་ལ་བོད་

མིའི་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་ཀྱི་ནང་སྤྱིད་ལས་ཁུངས་ནས་ཞུ་སྐྱེལ་བྱས་པར་བརྟེན། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལོར་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་

ནང་སྤྱིད་ལྷན་ཁང་གིས་བོད་མིར་མ་གུན་རྒྱུན་སྤྱོད་བྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱི་བྱུས་ (The Tibetan Rehabilitation Policy

2014) ཀྱི་ཡིག་ཆ་གཏན་འབེབས་གནང་ནས་བོད་མིའི་གཞི་ས་ཡོངས་རྫོགས་དབུས་བོད་མིའི་ངལ་སེལ་ཚོགས་པའི་

མིང་ཐོག་ལ་ཡོད་པ་ནས་ས་ཐོ་ལག་འདྲིན་ (RTC-Record of Rights, Tenancy and Crops) སོགས་བོད་མིར་ཡུལ་

མི་སྤྱི་མཆུངས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་རག་རྒྱ་ཡོད་པ་འཁོད་ཡོད།

༢། བྱེད་ཀྱི་ས་གནས་ཀྱི་ཁིང་པ་ཚོའི་ལོ་གཅིག་གི་ས་ཁིང་འདེབས་ལས་སྐྱོར་གསུང་རོགས།



ཁིང་ལས་དང་། ཞོར་དུ་བ་ཕྱགས་གསོ་ཉར།

ཁིང་ལས་ཕྱི་སྐྱོ་ ༤ པ་ནས་འགོ་འཛུགས་ཀྱི་

འབྲུ་སྤྱོད་རྒྱ་ག་དགོས་པ་དང་། ཁིང་འདེབས་ལས་ཕྱི་སྐྱོ་ ༢

པའི་མཐུག་དང་ཕྱི་སྐྱོ་ ༤ པའི་འགོ་ལ་ཆར་རེས། ལོ་རྟོག་

གང་འཆམས་སྤྱི་སྤྱོད་རྒྱ་སྤྱོད་ལྟར་བཞག་པ་དང་། ལུང་འཛོག་

པ་སོགས་བྱེད། སྤྱོད་ཁ་བཅས་མ་བཟས་ཏེ་ཁིང་ཁའི་ནང་

སྤྱོད་བརྒྱབ་ནས་འཛོག་པ་དང་། བག་པ་དང་སྤྱོད་ཆེན་

སྤྱོད་དགོས། དེའི་རྒྱུ་ལོ་རྟོག་བཞག་པ་ཏེ་ནང་ལ་དཔོར་

དགོས་པ་ཡིན།



བར་རིས། ༡༤-༤ ཁིང་ལས་སྤྱོད་རྒྱ་སྤྱོད་འཆར་ལ་རྟོག་ཞིབ།

༧། ཞིང་ས་འདེབས་ལས་ཆད་འབྲུལ་ཆས་གང་དང་གང་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་ཡོད་དམ།



ཕྱི་རྒྱ་གཉིས་པ་ཅེས་ནས་ཞིང་ས་སྟོན་སྟོན་**ཚོད་འཁོར་** (Tractor) གྱིས་རྒྱག་དགོས་པ་དང་། ཞིང་འདེབས་སྐབས་གཞིས་མི་མང་ཆེ་བས་བ་སྐྱང་གིས་ཨ་ཤོམ་འདེབས་ལས་བྱེད་པ་དང་། མི་ཆང་རེ་ལྷུང་གི་ཚོད་འཁོར་ལ་བརྟེན་ནས་ཨ་ཤོམ་འདེབས་ལས་བྱེད་གི་ཡོད། དེར་སངས་སྟོན་མ་དང་མི་འབྲུལ་འབྲུལ་རིགས་ཡར་རྒྱས་བྱེད་པར་བརྟེན། ཚོད་འཁོར་གྱི་ཨ་ཤོམ་འདེབས་ལས་བྱེད་པ་དང་། བཅས་མ་བསྐྱུ་རྒྱ་སོགས་འབྲུལ་ཆས་གསར་པ་དེ་འབྲུལ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་ཡང་འདུག་པས་བ་སྐྱང་བཞག་གི་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་ཅུང་ཅུང་རེད།

༨། ཨ་ཤོག་གང་དང་གང་འདེབས་གི་ཡོད་དམ།



ཞིང་པ་མང་ཆེ་བ་གནས་ཆུ་ལ་བརྟེན་མཁན་ཡིན་པས་ཨ་ཤོམ་འདེབས་ལས་བྱེད་པ་དང་། དེར་སངས་སྟོན་མ་དང་མི་འབྲུལ་འབྲུལ་རིགས་ཡར་རྒྱས་བྱེད་པར་བརྟེན། ཚོད་འཁོར་གྱི་ཨ་ཤོམ་འདེབས་ལས་བྱེད་པ་དང་། བཅས་མ་བསྐྱུ་རྒྱ་སོགས་འབྲུལ་ཆས་གསར་པ་དེ་འབྲུལ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་ཅུང་ཅུང་རེད།



བར་རིས། ༡༩༩༩ ཚོད་འཁོར།

༩། ཞིང་པ་ཆོས་སྟོན་འབྲས་ཉེ་ཆོང་ཅི་ལྟར་བྱེད་གི་ཡོད་དམ།

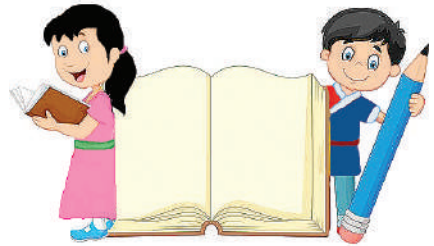
མཉམ་འབྲེལ་ནས་ལུད་དང་། སོན། རྩ་སྐྱོན་སོགས་གཞིས་མི་སོ་སོར་བགོ་སྤྱོད་དང་། ས་ཞིང་འབྲུ་སྟོན་རྒྱག་པར་ཚོད་འཁོར་བཅས་མ་སྐྱུན་འབྲུར་གནང་བ་དང་། རྩེས་མ་སྟོན་འབྲས་བསྐྱུས་རྩེས་ཨ་ཤོམ་ནས་སོན་དང་། ལུད། ཚོད་འཁོར་བཅས་སྟོན་དགོས། ཨ་ཤོམ་ལྷག་མ་རྣམས་མཉམ་འབྲེལ་དང་། ཉེ་ཆོང་ཆུ་གར་ཆོང་པ་སོགས་སྐྱུ་རིན་པ་མཐོ་བ་སྤྱད་ན་དེ་ལ་འཆོང་གི་རེད། ས་འབྲུ་ནས་ཞིང་ཆུ་འབྲེན་མཁན་ཆོས་ཞོག་ཞོག་དང་། ཞོག་པ། སི་བན། སྐ་སེར། སྟོ་ཆེལ་སོགས་རྒྱལ་སའི་ཁྲིམ་ར་ཆེ་ཁག་ལ་ཆོང་སྐྱུར་བྱེད་མཁན་ཡང་འདུག།

ཕ། ད་ལྟའི་གཞིས་ཆགས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཅི་འདྲ་ཡིན་ནམ།



གཞིས་ཆགས་ཚུགས་ནས་ལོ་ ༩༩ ཙམ་འགྲོ་བའི་སྐབས་འདིར་དེ་སྟོན་འཇུགས་སྤྱན་གྱི་ལས་གཞི་
སྤྱགས་གསོ་ཁང་དང་། བྱ་གསོ་ཁང་། ཅམ་འཐག་རྩམ་གདན་བཞེས་སོགས་ཆ་ཆར་སློབ་རྒྱུ་བ་དང་། བ་
སྤྱགས་ཉུང་དུ་ཕྱིན་པ། ཞིང་འདེབས་ལས་བྱེད་མཁན་ཉུང་དུ་ཕྱིན་པ། གཞིས་མི་དང་སློབ་སྤྱི་གི་གངས་ཆད་ཉུང་
དུ་ཕྱིན་ཡོད། །

སྦྱོང་ཆོད།



དང་པོ། གཤམ་གྱི་བྱི་བ་ཁག་ལ་ལན་མདོར་བསྟུས་རེ་བྲིས།

- ༡། བྱི་བ་བྲིས་ན་ཞིང་འཇོག་གཉིས་ལས་གང་སྟོན་ལ་དར་ཡོད་དམ།
- ༢། ཞིང་པས་ལོ་ལེགས་ཤིང་ཆར་ཚུ་དུས་སུ་འབབ་པའི་བཀའ་ཤིས་སྟོན་འདུན་མཆོན་བྱེད་དུ་གང་བྱེད་དམ།
- ༣། བྱི་བ་ཁག་ལ་ཞིང་འདེབས་ལས་བྱེད་མཁན་དུས་ཙམ་ལ་འགོ་འཇུགས་སམ།
- ༤། བྱི་བ་ཁག་ལ་ལོ་རྒྱུག་གང་དང་གང་འདེབས་ཀྱི་ཡོད་དམ།

གཉིས་པ། ལན་གྱི་བྱ།

- ༡། སྤྱི་ཚོགས་དང་སངས་བླ་མ་དཔལ་ཞིང་ལས་མེད་འདེབས་ལ་ཁྱད་པར་གང་ཕྱིན་འདུག།
- ༢། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཞིང་ལས་ལོ་རྒྱུག་ཁག་གི་རི་མོ་དང་མིང་བྲིས།

གསུམ་པ། བར་སྟོང་ཁ་སྐོང་ས།

༡། སྤྱིར་བོད་མིའི་འཆོ་ཐབས་གཙོ་བོ་ནི་ གཉིས་ཡིན།

༡) བཟོ་བྲུ་དང་ཆོང་ཁང་།

༢) ཞིང་པ་དང་འབྲོག་པ།

༣) ལྷ་བྲིས་དང་ཤིང་བཞོས།

༢། ཞིང་ལས་སོན་འདེབས་སྐབས་དབྱར་ཁ་ གཏོང་གི་ཡོད།

༡) ཟུ།

༢) ལྷ་ངན།

༣) འུ་འོད།

༣། སྤྱིར་བཙན་བྱོལ་ནང་གཞིས་ཆགས་གངས་ ཡོད།

༡) ༤༤

༢) ༥༤

༣) ༩༤

༤། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྤྱི་ལ་འཇུག་གི་ཉེན་མིན་ལས་ཁུངས་ནས་ཁྱེད་ལ་བྱས་པར་བརྟེན་ཟུ་གར་གཞུང་ནང་སྤྱི་

ལྷན་ཁང་གིས་ ཟེར་བའི་ཡིག་ཆ་གཏན་འབེབས་གནང་།

༡) བོད་མིར་མཐུན་ཆེན་སྤྱི་ལ་སྤྱོད་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱི་བྱས་ ༢༠༡༩

༢) བོད་མིའི་ས་ཞིང་བདག་དབང་

གི་སྤྱི་བྱས་ ༢༠༡༩

༣) ཟུ་གར་གཞུང་གི་ས་ཞིང་སྤྱི་བྱས་ ༢༠༡༩

བཞི་པ། བྱེད་སྒྲིལ་

ཁྱེད་ཀྱི་ཉེ་འཁོར་གྱི་ཞིང་པ་ཆོས་ལོ་གཅིག་གི་ཞིང་ལས་སོན་འདེབས་སྐོར་ལ་བཅར་འཕྲི་བྱས་ཏེ་རེ་ཤུ་མིག་སྐོང་ས།

སོན།	འདེབས་དུས།	གནས་ ཟུ་/ཞིང་ ཟུ།	ཆོན་འདེབས་བྱེད་ ཐབས། (དེད་དུས། / སྤྱོད་ཆུལ།)	ཆོན་ཇུས། (ཆོང་སྒྲུབ་ / སྤྱི་ བྱས་བཅོས་སྤྱོད།)	བཙན་མ་བཟ་ བའི་དུས་ཆོད།



བོད་ཀྱི་ལག་ཤེས།

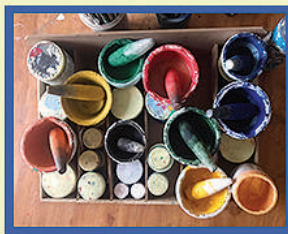
༡༢། བོད་ཁ་བ་ཅན་གྱི་ལྗོངས་འདིར་ལོ་སྟོང་ལྷག་མང་བོའི་སྟོན་ནས་རང་གི་མི་རིགས་ཀྱི་བྱེད་ཚུལ་ལྟར་བའི་ལག་ཤེས་འདྲ་མིན་སྣ་ཚོགས་དར་ཡོད། དཔེར་ན། ལྷ་བྲིས་དང་། རུམ་ཐགས་ཤིང་བཟོ། ལྷགས་བཟོ། འཛིམ་བཟོ། ལྷམ་འཐག་སྤྱ་ཐང་བཞེངས་བའི་ལག་རྩལ་སོགས་མང་པོ་ཡོད། ལག་ཤེས་དེ་ཚོ་ནི་བོད་རྒྱལ་ཁབ་ངོས་འཛིན་གྱི་ལག་འབྱེར་ལྟ་བུ་ཡིན། གོང་གསལ་བོད་ཀྱི་ལག་ཤེས་དེ་དག་དང་དུས་ཀྱི་ལག་ཤེས་ལྟར་ཡུལ་གྱུ་མང་པོར་དར་སྟོལ་ཆེན་པོ་བྱུང་མེད་ཀྱང་མི་རབས་མང་བོའི་རིང་རྒྱུ་ལ་མེས་ཚོས་རྩ་ཆེར་བཟུང་ནས་རྒྱུན་འཛིན་དང་ཡར་རྒྱས་བཏང་ཡོད། ལག་ཤེས་དེ་ཚོ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་འཚོ་ཐབས་དང་བོད་བའི་བྱེད་ཚུལ་ལྟར་གྱུགས་སྤང་གནང་དགོས།

༡། ལྷ་བྲིས།

རྒྱལ་ཁབ་ལལ་ཆེ་བའི་ནང་རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རི་མོའི་འབྲི་སྟོལ་འདྲ་མིན་སྣ་ཚོགས་དར་ཡོད། དེ་བཞིན་བོད་ལ་ཆ་བཞག་ནའང་། གཤམ་ཁྱི་བཅན་བོའི་གོང་ནས་རི་མོ་འབྲི་སྟོལ་དར་ཡོད་ཅིང་། ལྷ་སྤྱུ་འབྲི་བའི་སྟོལ་ནི་ནང་ཚོས་བོད་ལ་དར་བ་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན། རས་དང་ཤོག་བྱའི་ངོས་སུ་བྲིས་བའི་རི་མོ་ལ་ཐང་ག་དང་། ཅིག་བའམ་གྱང་ངོས་སུ་



རས་གཞི།



ཚོན།



བིར་སྤྱུག་



ཐང་ག།



ཐིག་སྤྱུག་



དབུར་རྩོ།

བར་རིས། ༡༢། ལྷ་བྲིས་བའི་ལོ་བྱུང་།



བར་རིས། ༡༥་༣ སིང་བཟོ་བའི་ཡོ་བྱད།

སེན་གཟུགས་མ་ཤིང་གི་ཡུ་བ་འཛིན་བདེ་ཅན་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་དང་། གཞོང་ཁ་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་ཁ་ཤིས་དང་། རྟོ་བྱེད་དང་། གཞོག་བྱེད། གཅོད་བྱེད། འཕྱིག་བྱེད། རླུང་བྱེད་དང་། འབྲུ་བྱེད། བཟར་བྱེད་སོགས་དགོས།

༡། ལྷགས་བཟོ།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༡ ལྷགས་པག་ལོར་གྲུབ་ཐོབ་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོ་དགྲུང་ལོ་བདུན་ཅུ་དོན་གཅིག་ལ་ཐེབས་སྐྱབས། ཁོང་གིས་དབྱེ་མེད་དེ་རྒྱ་ཆ་མཁོ་སྐྱབ་མཛད་ནས་ལྷ་སའི་སྤྱི་ཚོགས་ལྷགས་ཐམ་ཐོག་མར་བཟོགས་བ་ནས་དགྲུང་ལོ་བརྒྱ་དང་ཉེར་ལྷ་ལ་མ་ཐེབས་བར་སྟོང་ལུང་དང་། ལྷ་ཅེ་ལྷོ་ཁ། ལོན། འབན་པོ་བྲག་རལ། ཤར་གྲུ་ཁ། འབྲི་གྲུང་། ལྷགས་ཐམ་རྒྱ་བོ་རི། རྩ་རྒྱ་ཁ། འབྲི་རྒྱ། ཉག་རྒྱ། དར་ཅེ་མདོ་སོགས་དབྱུས་གཅོང་ཁམས་གསུམ་གྱི་ས་ཆར་ཁྱོན་བསྡེམས་ལྷགས་ཐམ་ལྷ་བཟུང་བརྒྱད་བཟོགས། ཁོང་སྐུ་གཤེགས་ཁར་ལྷགས་ཐམ་མཐའ་མ་སྟོ་ཁའི་ཉ་མགོ་གྲུ་ཁའི་ལྷགས་ཐམ་འཛུགས་གནང་མཛད་པ་རེད། ལྷགས་ཐམ་རྣམས་ཀྱི་ལྷགས་ཐམ་སྟོམ་ཆད་སྐྱ་གྲུ་ལོ་བརྒྱད་ལོན་པའི་ལག་དང་དང་མཉམ་པ་ཤ་སྟག་ཡོད་ལ། ལྷགས་ཐམ་གྱི་བཟོ་བ་སོ་སོའི་མིང་མང་པོ་ཞིག་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོའི་རྣམ་ཐར་ནང་གསལ་བས་ཐམས་ཅད་བོད་རིགས་བཟོ་བ་ཤ་སྟག་ཡིན།



བར་རིས། ༡༥་༤

ལྷགས་བརྒྱ་བརྒྱལ་བྱས་ཏེ་དངོས་རིགས་ལྷ་ཚོགས་བཟོ་བ་དང་། ཚགས་ཀྱག་པ། ལྷགས་སྤ་ལྷགས་པ། བྱེ་མ་བཟོ་
བ། ལྷགས་སྤྱད་འཐེན་པ། བཅུ་མ་བསྐྱེས་ཁོ་ལྷགས་བཟོ་བ་སོགས་ཀྱི་ལག་ཅུལ་བ་ལ་ལྷགས་བཟོ་བ་ཞེས་ཟེད།

ལྷགས་རིགས་ཀྱི་དངོས་ཆས།



ཕྱུ་བཅུ་ལྔ།



བྱུང་པ།



མཆོད་ཀོང་།



ཉིང་།



ན་ལོང་།



མཚུབ་དགེས།



གསེར་གྱི་ཕྱོག་དུང་།



སོག་བྱེད།



ཏ་ཡང་།



འོག་ཕྱིར།



ཆེ་བ་གི།



५।

བར་རིས། ༡༩.༥ ཡོ་ཆས།

མོད་ཀྱི་ལྷགས་བཟོའི་ལག་ཅེས་ནི་ཕྱི་ལོའི་དུས་རབས་དང་མོའི་གཡས་གཡོན་དུ་ཅུ་ལས་སྐྱེས་ཀྱིས་ཟངས་ལྷགས་
བཞུས་འདོན་བྱས་པ་ལོ་རྒྱུས་ནང་གསལ་ཡོད།

ལྷགས་ཀྱི་མི་དང་། ཁབ་སྟགས་བཟོ་བའི་ལག་ཅེས་ཀྱི་ཚུ་ཚད་འདྲ་མིན་མང་པོ་ཡོད། ལྷགས་ཁབ་དང་ལྷགས་ཟམ་
བཟོ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱིར་བཏང་གི་ཡོ་བྱད་བཟོ་བྱེད་ལས་ཏུ་ཅང་དགའ་ཞིང་། ལག་ཅེས་ཚུ་ཚད་མཐོ་པོ་མེད་ན་བཟོ་མི་སྲུག།

ལྷགས་རིགས་ནི། གསེར་དང་། དུལ་ ཟངས། ལྷགས་ ༩ ཡང་སོགས་ཀྱི་སྤྱི་མིང་ཡིན། བོད་ཀྱི་ལྷགས་བཅའི་ལས་
རིགས་ལ་གསེར་བཅོད་དང་། དུལ་བཅོ། ལྷགས་བཅོ་སོགས་ནང་གསེས་ཁ་ཤས་ཡོད། བོད་མི་ཚོ་རྒྱན་ཆ་ལ་དང་དོད་
ཡོད་པས། གསེར་བཅོ་བ་དང་། དུལ་བཅོ་བས་རྒྱན་ཆ་ལྷ་ཚོགས་བཅོ་བ་རེད། དེ་བཞིན་མཚོད་པའི་ཡོ་ཆས་ལྷ་ཚོགས་

འཐག་གི་ཡོ་ཆས།



ཐགས་ལས་ཀྱི་ཐོན་རྫས།



བར་རིས། ༡༥.༦

བཟོ་བ་དང་། ཚགས་རྒྱག་པ་སོགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

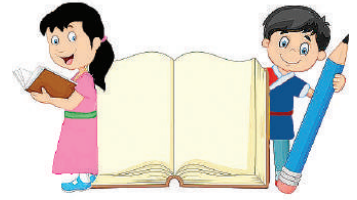
༥།རྒྱུ་ཐགས།

བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལག་ཤེས་ཆེ་བ་གཅིག་ནི་རུམ་འཐག་ཡིན། མལ་གདན་སྤྱི་ཚོགས་འཐག་རྒྱུའི་ལག་ཤེས་དེ་ལ་རུམ་འཐག་ཟེར། བོད་པའི་རུམ་འཐག་རྒྱ་ཆ་གཙོ་བོ་བལ་ཡིན་པས་འཇམ་པོ་དང་ཕྱོ་པོ་ཡོད། རུམ་ཐགས་གི་ལག་ཤེས་དེ་བོད་ཀྱི་ས་ཆ་གཞན་དག་ལས་དབུས་གཙང་ཕྱོགས་ལ་དར་བྱུང་ཆེ་བ་བྱུང་ཡོད། གཙང་གི་ཕྱོགས་ནས་ཐོན་པའི་རུམ་ལ་གཙང་རུམ་ཞེས་སྐད་གྲགས་ཆེ་ལ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་མཁན་མང་པོ་ཡོད།

ཐགས་ལས་ཀྱི་ཐོན་རྫས།

ཐགས་ལས་ཁོངས་སུ་རུམ་གདན་གཅིག་སྤྱུ་མ་ཡིན་པར། ཁ་གདན་དང་། སྒྲུ་སྤྱ། ཤད་མ། བར་གདན། རྟེན་གདན། བཅུགས་སྤྱུ་སོགས་མང་པོ་ཡོད། བོད་ནང་ཐགས་ལས་མང་ཆེ་བ་བྱུང་མེད་ཆོས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེར་སང་བོད་ཀྱི་ཁྲི་མཆོས་རྒྱལ་ཁབ་བལ་ཡུལ་དང་། རྒྱ་གར། འབྲུག་སོགས་ནང་བོད་ཀྱི་རུམ་ཐགས་ལག་ཤེས་བྱུང་ཆེན་པོ་ཡོད་དོ།

སྤྱོད་ཆ་ན།



དང་པོ། གཤམ་གྱི་ཐི་བ་ཁག་ལ་ལན་མདོར་བསྟུས་རེ་གིས།

༡། བོད་ཀྱི་བྱང་ཆས་ལྡན་པའི་ལག་ཤེས་ཁག་གི་མིང་གིས།

༢། བོད་དུ་རི་མོ་འབྲི་སྟོང་ག་དུས་ནས་དར་ཡོད།

༣། ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་ལྟེ་བས་རིས་ཟེད།

༤། སྤྱན་གྱིས་ཞེས་པའི་རི་མོའི་འབྲི་སྟོང་གསར་པ་དེ་སྟུས་བཟོས་སམ།

༥། རྒྱལ་པོ་ཕུ་དེ་གྲང་རྒྱལ་གྱི་དུས་སུ་ཤིང་བཟོའི་ལག་རྩལ་གང་དང་གང་དར་ཡོད་དམ།

༦། ཅི་ཞིག་ལ་ལྟེ་བས་བཟོ་ཟེད།

༧། དུས་ཐགས་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་པ་དང་། བོད་ཆོལ་ཁག་སྟུས་ལས་དར་བྱས་ཆེ་ཤོས་གང་དུ་ཡོད།

གཉིས་པ། འབྲི་བ་མིན་རྟགས་རྒྱུ་བ།

༡། ལྷ་སྟུ་འབྲི་བའི་སྟོང་ཞི་ནང་ཆས་བོད་ལ་དར་བ་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན།

༢། ཅིག་པའམ་གྲང་ངོས་སུ་གིས་པའི་རི་མོ་ལ་ཐང་ག་ཟེད།

༣། ཁབ་དང་ལྟགས་ཐམ་བཟོ་རྒྱུ་ཞི་སྤྱིར་བཏང་གི་ཡོ་བྱད་བཟོ་རྒྱུ་ལས་སྟུ།

༤། དུས་ཐགས་ཀྱི་ལག་ཤེས་དེ་བོད་ཀྱི་ས་ཆ་གཞན་དག་ལས་དུས་གཙང་ཕྱོགས་ལ་དར་བྱས་ཆེ་བ་ཡོད།

༥། བོད་ཀྱི་འཛིན་བཟོའི་ལག་རྩལ་ཞི་ཕྱི་ལོའི་གོང་གི་ལོ་ཉིས་བརྒྱ་ལྟ་གི་སྟོན་ནས་དར་ཡོད།

གསུམ་པ། རྩོམ་བསྟར་གྱིས།

༡། བྱིད་རང་གིས་དགའ་ཤོས་བྱེད་སའི་ལག་ཤེས་གང་ཡིན། ལག་ཤེས་དེ་སྤྱོད་བར་ཆ་རྒྱུན་གང་དང་གང་དགོས་སམ།

༢། སྟོན་སྟུག་རྣམས་ཕྱེ་ཆན་དུ་བགོས་ནས་ལག་ཤེས་ཤིག་གི་སྟོར་ལ་རྩོམ་བསྟར་གྱིས།

(དཔེར་ན། ལག་ཤེས་དེ་ལ་ཡོ་ཆས་གང་དང་གང་དགོས་མིན། ལག་ཤེས་དེས་དངོས་ཆས་གང་དང་གང་བཟོ་བྱས་མིན།)

བཞི་པ། མཐུན་སྦྲེལ་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སློབ་དཔུང་།

༡།	བཟུང་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སློབ་དཔུང་།		སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སློབ་དཔུང་།
༢།	འབྲུག་ལུང་།		སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སློབ་དཔུང་།
༣།	མི་རིགས་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སློབ་དཔུང་།		རྒྱ་རིགས་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སློབ་དཔུང་།
༤།	མཐུན་སྦྲེལ་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སློབ་དཔུང་།		འཛིན་ལྷན་པ་དེ་གི་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སློབ་དཔུང་།

ལྷན་པ་གྲུབ་སྒྲིལ་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སློབ་དཔུང་།

༡། ལྷན་པ་གྲུབ་སྒྲིལ་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སློབ་དཔུང་།

༢། དེ་དང་འདྲ་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་སློབ་དཔུང་།



ད་ལྟའི་བོད་ཀྱི་ཁོར་ལུག་གི་གནས་སྐབས།

༡༡། ཁྱེད་ཀྱིས་སློབ་ཚན་བཞི་པ་ “ཁོར་ལུག་” ཅེས་པ་དེ་བསྐྲགས་ཇེས། ཁོར་ལུག་ཟེར་ན་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་གྱི་
ཡོད་པ་དེ་སོས་ཀྱི་འདུག་གམ། སྤྱིར་དུ་ཁོར་ལུག་ལས་བྲལ་ཐབས་མེད་པ་མ་ཟད། ཁོར་ལུག་གིས་དུ་མའི་ལུས་
སེམས་གཉིས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་འབྲུགས་ཀྱི་ཆེན་ཆོན་པོ་སློང་གྱི་ཡོད། དཔེར་ན། ཁྱེད་ཀྱི་ཁང་པའི་ཉེ་འགམ་དུ་གད་སྟོགས་
དང་ཚུ་རྟོག་ལས་ཅི་ཤིང་དང་མེ་རྟོག་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་ཡོད་ན། ལུས་བདེ་བ་དང་སེམས་སྦྱིད་པ་ཡོང་གི་མ་རེད་དམ།

སློབ་ཚན་འདིའི་ནང་དུ་ཁོར་ལུག་ད་ལྟའི་བོད་ཀྱི་ཁོར་ལུག་གི་གནས་སྐབས་སྐོར་ལ་སློང་རྒྱ་ཡིན། ཁྱེད་ཀྱིས་རྒྱ་ནག་
གཞུང་གིས་བོད་ཀྱི་ཁོར་ལུག་ལ་གཞོན་སྟོན་རི་འདྲ་གཞོན་བཞིན་ཡོད་པའི་སྐོར་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་དམ།

ཁྱེད་སློ། བོད་ཀྱི་ཁོར་ལུག་སྐོར་ལ་ཤེས་གསུམ་རེ་བྱ་མིག་གི་ཁྱེད་སློ་སྤེལ་དགོས།		
ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པ།	ཤེས་འདོད་པ།	ཤེས་རྟོགས་བྱུང་པ།

༡། གཙང་པོར་ཚུ་མངོད་རྒྱལ་པ།

དང་། ལོ་རྟོག་གི་ཐོན་སྐྱེད། ཉའི་ཁ་གངས་
བཅས་ལ་གཞོད་སྐྱོན་བཟོ་ཡི་ཡོད། ལྷ་མཛོད་
ཀྱི་རྒྱུན་བས་བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་མང་པོར་ལྷ་ལྷག་
དང་ས་རུད་རྒྱག་པ། ཉེ་ལམ་རུ་ཡོད་པའི་ཆེ་
ཤིང་དང་སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་འཆེ་གཏོང་གི་
ཡོད།

འཛམ་གླིང་ནང་གི་ཚུ་མཛོད་ཀྱི་གངས་
མང་པོ་ཞིག་སྐྱེས་པའི་མཛུ་ལྷན་དུ་
བསྐྱེད་ཡོད། ཚུ་མཛོད་དེ་དག་ལས་ཚུ་ལྷན་
སྐྱོག་འདོན་ཆེ་ཁག་ལྟ་བུ་ལྷན་འདུགས་

བཞིན་ཡོད། ཉེ་ཆར་རྒྱ་ཆ་ཁུལ་དུ་**ཇམ་ཚུ་ལྷགས་སྒོག་ཁང་** (Zangmu Hydro Powerplant) ཞེས་པའི་ཚུ་མཛོད་ཆེན་པོ་
ཞིག་ཡར་སྐྱང་གཙང་པོའི་རྒྱུད་ལ་གསར་རྒྱག་བྱས་ཡོད།

༡༡ འབྲོག་པ་གནས་སྒོ།

བོད་ཀྱི་ས་ཁོན་བརྒྱ་ཆ་བདུན་ཅུ་ཙམ་
རྩ་ཐང་ཡིན་པ་དང་། དེའི་སྤྱིང་འབྲོག་པ་
ཆོས་ལོ་རྒྱུད་སྤྱག་མང་པོའི་རིང་འཆོ་
བ་བསྐྱལ་ནས་གནས་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱ་
གཞུང་གིས་འཛུགས་སྐྱོན་དང་ཡར་
རྒྱས་ལ་ཁ་གཏུག་ནས་བོད་ཀྱི་འབྲོག་
པ་མང་པོ་གནས་སྒོ་བྱས་ནས་གྲོང་སྤེ་
གསར་འཛུགས་ཀྱིས་འཆོ་བ་སྐྱེལ་དུ་



བར་རིས། ༡༩༩༩ བོད་མདོ་སྤྱང་བསང་ཚུ་རྫོང་ཨ་མཆོག་ཡུལ་ཆའི་བོད་མི་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱ་
གཞུང་གིས་སྤྱ་མཐུད་གཏོར་ཁ་སྤྱོད་འདོན་ལ་ཞི་ཆོལ་སྐད་འབོད་བྱས་པ།

འཛུགས་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་འབྲོག་པ་རྣམས་ཀྱི་འཆོ་ཐབས་གྲོང་ཁྱེར་དང་མི་འབྲུ་བ་ཡིན་པས། ཉེན་རེའི་འཆོ་བ་ཙམ་ལའང་
དཀའ་ངལ་འཕྲད་བཞིན་ཡོད།

འབྲོག་པ་རྣམས་གནས་སྒོ་བྱས་པའི་ཤུལ་དུ་བཅོ་བྲུ་འཛུགས་པ་དང་། **གཏོར་ཁ་སྤྱོད་འདོན་ལས་གཞི** (Mining
Project) རིགས་སྤེལ་ཏེ་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་ལ་གཏོར་སྐྱོན་གཏོང་བཞིན་ཡོད། **དུག་རྩས་སྤྱིགས་རོ་** (Toxic Waste)
སོགས་ཚུའི་ནང་གཞུགས་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་དེའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་མི་དང་སེམས་ཅན་མང་པོར་གཞོན་སྐྱོན་པོག་པའི་གནས་ཚུལ་
རིགས་ཐོན་བཞིན་ཡོད།

༡༢ གཏོར་ཁ་སྤྱོད་འདོན།

རྒྱ་གཞུང་གིས་བོད་ཀྱི་རང་བྱུང་གཏོར་ཁ་གསེར་དང་། དཔུལ། ཐངས། ཞ་ཉ། ཏིག་ཆ་སོགས་ཆོད་ལས་བཞུལ་བ་སྤྱོད་
འདོན་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་ལ་དོ་ཕྱག་ཤུགས་ཆེར་བཅོ་བཞིན་ཡོད། རྒྱ་གཞུང་གིས་**གཙང་གསུམ་ (མ་
ཆུ་ལྷི་ཆུ་རྩ་ཆུ) འགོ་ཁུངས་རང་བྱུང་སྐྱོབ་ཁུལ་** (Sangjiangyuan National Nature Reserve) ཞེས་བཏགས་ཡོད་
ཀྱང་། ཁྲིམས་ལ་རྟོག་རྩལ་གྱིས་གནས་རི་སྤྱོད་འདོན་བྱས་པར་བརྟེན་ཁུལ་དེའི་མི་མང་ཆོས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ཟླ ༩ ཆོས་
༡༩ ཉེན་རོ་ཆོལ་བྱས་ཡོད། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ནས་ད་བར་བོད་ནང་གཏོར་ཁ་སྤྱོད་འདོན་ལ་བོད་མིས་རོ་ཆོལ་གྱི་ལས་
འགུལ་ཐངས་ ༣༠ ལྷག་སྤེལ་ཡོད། འོན་ཀྱང་རྒྱ་གཞུང་གིས་བོད་མིའི་མདོན་འདོད་ལ་ཉན་འཛོག་གཏན་ནས་མ་བྱས་པ་



པར་རིས། ༡༥་༣ འིང་སྤྱོད་བཅད་ཟིན་པའི་པར།

མ་ཟད། ཁེ་སང་དང་འདྲོད་རུལ་ཁོན་ལས་བོད་
 གྱི་ཁོར་ཡུག་ལ་དོ་སྣང་མ་བྱས་པར། བཅོམ་ཚད་
 ལས་ཁུངས་དང་ས་གནས་དཔོན་རིགས་ངན་
 འབྲེལ་གྱིས་བོད་ནང་གཏོར་ཁ་སྤྱོད་འདོན་གྱིད་
 ས་ ༣༠༠༠ ལྷག་བཟུགས་ཡོད།

༥། འིང་ནགས་གཅོད་འབྲེག

ཁོར་ཡུག་ཉམས་ཞིབ་པ་ (Environmental

Researcher) ཚེའི་ཉམས་ཞིབ་ཁག་ཅིག་ལས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ ནས་ ༡༩༥༥ བར་བོད་ནང་འིང་ནགས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་ ༩༩
 ཅུ་མ་ཉུང་དུ་སྤྱོད་ཡོད་པ་གསལ་ཡོད།

དེ་སྤྱོད་ཀོང་པོ་ཁུལ་གྱི་འིང་ནགས་སྤྱག་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་གིས་གཅོད་འབྲེག་ཆད་ལས་བརྒལ་བ་བྱས་ཏེ་འིང་ཆ་
 མང་པོ་ཞིག་གཅོད་ཆུ་དང་མོ་ཉ་བརྒྱད་ཀྱི་ནག་ཏུ་དཔོར་འབྲེག་གྱིད་བཞིན་པ་སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་རིམ་བཞིན་ཡོད་པ་
 རེད། འིང་ནགས་གཅོད་འབྲེག་མང་བའི་རྒྱུ་གྱིས་བོད་ནང་གནས་གཤམ་བྱེད་ཆད་མཐོ་རུ་སོང་བ་དང་། ཆུ་ལོག་རྒྱག་
 པ་དང་ས་རུད་རྒྱག་པའི་གནས་ཚུལ་ལོ་ལྷོ་འཐོན་བཞིན་ཡོད།

༥། དེ་དྲགས་གསོད་པ།

ལྷ་ཆུལ་དབང་སྐྱེ་ཐོང་བཅུ་བཞི་པ་བསྟན་འཛིན་ཀྱི་མཆོ་མཆོག་སྐྱེ་ཐོང་བཅུ་གསུམ་པའི་ཡང་སྤྱིད་དུ་ངོས་འཛིན་བྱང་
 རྗེས་ཨ་མ་མདོ་ནས་ལྷ་སར་ཆིབས་བསྐྱར་གནང་སྐབས་ཐེབས་ལམ་དུ་བོད་ཀྱི་དེ་དྲགས་སེམས་ཅན་རྣམས་རང་དབང་
 ངང་རྒྱ་བཞིན་པའི་གཞིགས་ཚུལ་ཁོང་གི་མཛད་རྣམས་ “**ངོས་ཀྱི་ཡུལ་དང་ངོས་ཀྱི་མི་མང་**” ནང་འཁོད་ཡོད་པ་དང་། བོད་
 ནང་རྒྱ་གཞུང་གིས་བཅན་བཟུང་བྱས་རྗེས་དེ་དྲགས་ཆད་ལས་བརྒལ་བ་བསད་བཟུང་བྱས་པར་བརྟེན། **གཅོད་**(Ante-
 lope) དང་། **རྒྱུད་**(Wild Ass) **དོམ་ཁྲ་**(Panda) སོགས་སེམས་ཅན་ཁག་ཅིག་ཅ་སྟོང་དུ་འབྱོ་ཉོན་ཡོད། །

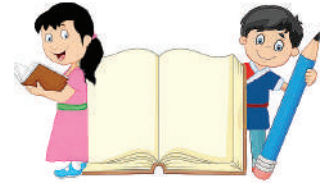


གཅོད།



རྒྱུད།

སྒྲིང་ཆོད།



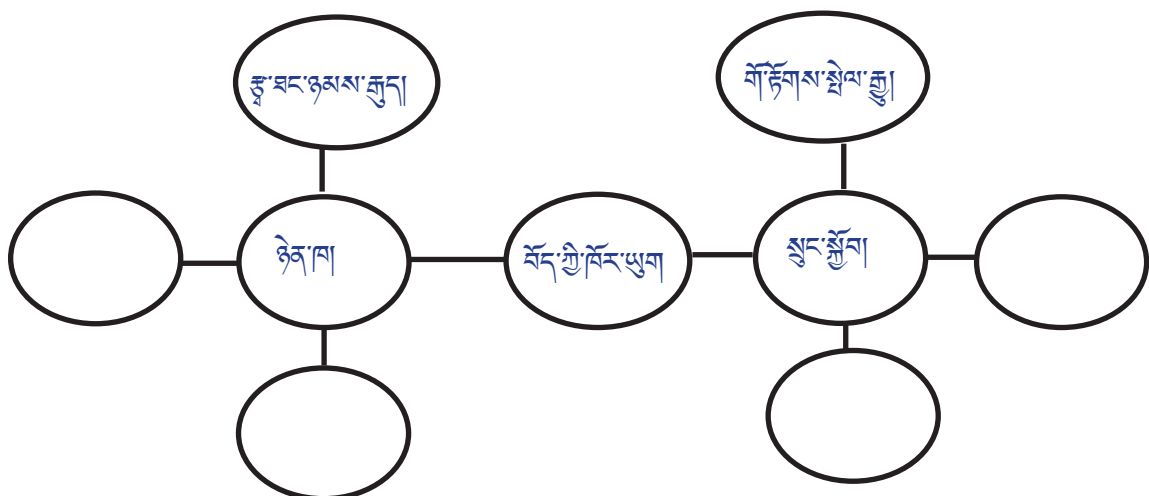
གཤམ་གྱི་ཁྱི་བ་རྒྱལ་ས་ལ་ལན་མདོར་བསྐྱུས་རེ་བྲིས།

- ༡། ལྷ་མཚོ་དྲུག་ཁྱི་སྐོར་ལ་གཞོན་སྒྲིལ་གང་དང་གང་གཏོང་གི་ཡོད་དམ།
- ༢། འབྲོག་པ་གནས་སྒོ་བྱས་ན་རྩ་ཐང་ཉམས་ཆག་འགྲོ་དགོས་དོན་གང་ཡིན།
- ༣། ལྷ་ལྷ་གཞུང་གིས་བོད་ཀྱི་རང་བྱུང་གཏེར་ཁ་གང་དང་གང་སྒྲིག་འདོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
- ༤། ལྷ་ལྷ་གཞུང་གིས་བོད་ནང་གཏེར་ཁ་སྒྲིག་འདོན་བྱེད་ས་གཞི་བཅུགས་ཡོད།
- ༥། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ ལས་ ༡༩༥༥ བར་བོད་ནང་གི་དུང་དྭགས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་གཞི་ཅན་ཉུང་དུ་བྱེད་ཡོད།

ཁ་ཤིག་མིན་རྒྱལ་སྒྲིག་

- ༡། ལྷ་མཚོ་དྲུག་ལྷ་ཁྱི་རང་བཞིན་ཀྱི་རྒྱུ་དེ་འགོག་གི་མེད།
- ༢། བོད་ཀྱི་ས་ཁྱོན་ཉུང་ཤས་ཅན་རྩ་ཐང་ཡིན།
- ༣། འབྲོག་པ་རྒྱལ་སྒོར་གསེབ་གསར་བར་སྒོས་ཏེ་སྐྱོད་པོ་བྱུང་ཡོད།
- ༤། ལྷ་ལྷ་གཞུང་གིས་ཁེ་སང་དང་འདོད་རྩལ་ཁྱི་སྐོར་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་ཀྱི་མེད།

གཤམ་གྱི་ཁྱི་སྐོར་ལ་བཞུགས་པའི་གཞི་ཅན་ཆོས་བླ་མ་དཔེ་རིས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་སྒྲིག་དགོས།



ང་། བོད་ཀྱི་སློབ་ཆགས་ཁག་གི་མིང་རྣམས་ངེས་པར་གྱིས།



ཁ་བྱུག (Cuckoo)



ཕུ་ཕུད། (Hoopoe)



གཙོད། (Antelope)



ཁྲང་ཁྲང་སྒྲིན་ག (Black Necked Crane)



གསལ། (Snow Leopard)



མེ་བ། (Musk Deer)

ཅ། བྱེད་སྒྲིལ།

ཁོར་ཡུག་སྤང་སློབ་ལ་བོད་པའི་གོམས་སློབ་ནང་བཤད་རྒྱུ་གང་ཡོད་པ་སློབ་ཤོད་བྱོས།

དཔེར་ན། ས་ཆ་གང་བྱུང་ལ་བཙོག་གཅིན་བཏང་ན་ལུས་ལ་མ་སྟོན།

ཕྱི་ཆོག་སྐད་ཆ་བཟོ་བའི་ཁྱེད་ཀྱི་འཆོ་བ།

གཤམ་ཆེའི་གནད་དོན་ཁག

- ☞ རྒྱ་གར་གྱི་རང་དབང་འཐབ་ཚོད་ལོ་རྒྱུས་ནང་ཨམ་རྩེ་ཏ་སར་གྱི་ཕྱེབ་གསོད་ཆེན་མོའི་དོན་རྒྱུན་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་དེ་རྩ་ལན་ཟ་ལ་ ལྷག་སྤྱི་སྤྱི་མིང་ནང་བྱུང་ཡོད།
- ☞ རང་དབང་གི་གོམ་བཟོད་རིང་པོ་ཞེས་པ་དེ་ནི་ནེལ་སོན་ མན་ཤི་ལ་མཆོག་གིས་ལྷོ་ཨམ་རི་ཁའི་མི་རིགས་དཀར་ནག་དབྱེ་འབྱེད་ཀྱི་སྤྱི་བྱས་ཐོག་འཐབ་ཚོད་བྱས་པའི་རང་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན།
- ☞ ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༩ གྱི་ལོ་ལྷ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་བོད་ཀྱི་གནད་དོན་རྒྱུ་མཐུན་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བཀོད་དེ་ལྷ་སྤྱི་ཡིག་འབྲུ་ཁྱི་བདུན་རྒྱ་ནག་གི་སྤྱི་མོན་གྱི་འཕྲི་ཨེན་ལེ་ཡི་མཆོན་ཐོག་ཏུ་བྱུང་།
- ☞ ང་ཆོས་ནམ་རྒྱུ་སྤྱི་ལུ་ཆུང་དུས་ཀྱི་འཆར་ཡོངས་བྱེད་སྤྱངས་གཅིག་པ་ཡིན་བསམ་གྱི་ཡོད།
- ☞ ང་ཆོས་པན་ཚུན་འབྲེལ་བ་བྱེད་ས་ཡོད་ཆད་ལ་བརྒྱུད་ལམ་ཟེར།
- ☞ ད་ལྟའི་ཆར་ནང་སྤྱི་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་བྱེད་ཁོངས་སུ་བོད་མའི་ས་གནས་གཞིས་ཆགས་ཁག ༥༤ ཡོད།



རང་དབང་ཟེར་ན་ཅི་རེད།

༡༢། །འདས་པའི་བྱང་རབས་ནང་དབང་ལྷན་ཆེ་བས་ཚུང་བར་བཅན་གཞོན་ (Oppression) དང་། བཟུ་གཞོན་ (Exploitation) དབང་སྒྱུར་ (Rule) གྲུས་པ་སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཐོན་ཡོད་ཀྱང་། བཅན་འཛུལ་དང་གཉའ་གཞོན་ལས་ཐར་ཆེད། སྤྱི་བོ་འགའ་ཤམ་གྱིས་དཀའ་བ་བྱུང་དུ་བསད་དེ་གཞོང་ལེན་དང་འཐབ་ཚིང་གྲུས་པའི་ལོ་རྒྱུས་སེམས་འགྲུལ་ཐེབས་པ་མང་པོ་ཞིག་འདས་ཟེན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནང་བྱུང་སྲོང་ཡོད།

བྱེད་སྒྲུབ་



སློབ་སྤྲུལ་ནམས་སྡེ་ཚན་གསུམ་དུ་བགོས་ནས་གྲོས་བསྡུར་གྱིས།

- ☞ མི་མང་པོས་རང་དབང་གི་ཆེད་དུ་རང་གི་ཡོད་ཆད་སློས་གཏོང་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ།
- ☞ བོད་མིའི་རང་དབང་ཆེད་སྤྱོད་ལས་སྤྱོད་མཁན་གྱི་མི་སྡེ་འགའ་ཤམ་གྱི་མཚན་གྱིས།
- ☞ བྱེད་ཀྱི་གྲོང་སྡེ་འགྲོང་བྱེད་ནང་མི་མང་གི་རང་དབང་ཆེད་ལེན་བྱེད་མཁན་གྱི་སྤྱི་བོ་དེ་འདྲ་ཡོད་དམ། གལ་ཏེ་ཡོད་ན་ཁོང་གི་སློབ་ལ་མདོར་ཅམ་ཞིག་འབྲི་དེ་བ་ནང་དུ་གྱིས།

ང་ཚོས་རང་གི་ཡོད་ཆད་སློས་གཏོང་བྱེད་སྤྱོད་པའི་རང་དབང་ཟེར་བ་དེ་གང་རེད།



དཀྱིལ་བྱུང་ལོ་རྒྱུས་

ང་ཚོའི་འཛམ་གླིང་འདི་བྱང་བ་ནས་བཟུང་འགྲོ་བ་མིའི་རང་དབང་གི་ཆེད་དུ་མི་མང་པོས་ཆད་ལས་འདས་པའི་དཀའ་བ་བྱུང་བ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དེ་བཅར་ནང་མང་པོ་འཁོད་ཡོད། དེའི་ནང་འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ལ་བྱུང་བའི་རང་དབང་དང་། ཡང་སྤྱིར་གྱི་རང་དབང་། མི་རིགས་ཀྱི་རང་དབང་། ཐོ་མའི་རང་དབང་སོགས་འདྲ་མིན་ཡོད་པ་ལས་གཤམ་གྱི་དངོས་བྱང་ལོ་རྒྱུས་ནམས་སྤྱོད་ནས་རང་དབང་ཟེར་ན་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་གོ་མིན་རྟོགས་ཐབས་གྱིས།

༡། ཨམ་རྩི་སར་གྱི་སྡེ་བ་གསོད། (Massacre in Amritsar)

དེ་མང་ཡུལ་སྐོར་བ་མང་པོས་དོ་སྤང་བྱ་
 ཡུལ་རྩ་ལན་མ་ལ་ རྩག་ (Jallianwala Bagh) གྱི་
 གླིང་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་རང་དབང་འཐབ་ཚད་བྱེད་པའི་
 ལོ་ཆེན་པོ་གཤམ་གནད་ཆེ་ཞིང་ལོ་རྒྱུས་ལྡན་པའི་
 ས་གནས་ཤིག་ཡིན། དེ་ནི་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༩ ལྷ་ ༤
 ཆེས་ ༡༣ ཉིན་དེ་མང་རྒྱ་གར་གྱི་པན་ཇབ་མངའ་
 སྡེ་ནང་ཡོད་པའི་ཕྱོགས་གསུམ་ཅིག་གྲང་གིས་
 བསྐོར་བའི་ཨམ་རྩི་སར་ (Amritsar) རྩ་ལན་མ་
 རྩག་གྱི་གླིང་དུ་ཨིན་ཱེ་འེ་དམག་དབུང་གིས་རྒྱ་གར་
 ཨིན་གཞུང་གི་སྤྱི་བྱས་ལ་ངོ་ཚོལ་བྱེད་མཁན་
 དང་། བལ་སྤ་ཁི་ (Baisakhi) ཞེས་པའི་དུས་
 ལྷོན་བྱེད་པར་ཅན་དེ་སྤང་བཅི་བྱེད་མཁན་མི་
 མང་ཁྱི་ཚོ་ཡོང་བ་འདྲ་འཛོམས་ཀྱིས་བདེན་པའི་
 ལྷ་ཚུགས་ (Satyagraha) ཀྱིས་འཆོ་མེད་ཞི་བའི་



བར་རིས། ༡༩༡

༡། བདེན་པའི་ལྷ་ཚུགས། - Satyagraha

༢། ཁྲིམས་ཞིབ་མེད་པའི་བཀག་ཉར། - Detention without trial

༣། མཉམ་འབྲེལ་མེ་བྱེད་པའི་ལས་འགུལ། - Non Co-operation Movement

༤། ཕྱོགས་བསྐྱོད་ཀྱི་རང་དབང། - Freedom of movement

༥། སྤྱི་བཟོད་ཀྱི་རང་དབང། - Freedom of speech and expression

༦། སྤྱི་དམངས་ཐོབ་ཐང་ཚད་ལོན། - Civil Rights Movement

(Non-Violence) ཐབས་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ངོ་ཚོལ་བྱེད་སྐབས་ཨིན་ཱེ་འེ་དམག་དཔོན་ཇ་ཡེར་ (Edward Harry Dyer)
 ཀྱིས་ཆམ་ཆོམ་མེད་པར་མེ་མདའི་སོ་ཁ་མི་མང་འདྲ་འཛོམས་སར་གཏད་དེ་རྒྱ་གར་གྲོས་པའི་བཀའ་བཏང་ནས། མེ་མདའ་
 བཀག་བཀྱབ་སྟེ་དུས་ཡུན་སྐར་མ་བཅུ་ཅམ་གྱི་རིང་མི་ ༤༠༠ ཅམ་རྒྱུན་ལམ་དུ་བཏང་བ་དང་། མི་ ༡༢༠༠ ལྷག་ལ་
 མས་སྐྱོན་ཆབས་ཆེན་བཅོས་པས། ལོ་རྒྱུས་ནང་ཨམ་རྩི་སར་གྱི་སྡེ་བ་གསོད་ཆེན་མོ་ (Amritsar Massacre) ཞེས་
 ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་དོན་རྒྱུ་དེ་བྱུང་། དེས་རྒྱ་གར་མི་མང་གི་སེམས་ནང་མ་ཁ་གཏིང་ཐབ་པོ་ཞིག་བཅོས་པ་མ་ཟད།
 རྒྱ་གར་རང་བཅན་འཐབ་ཚད་པ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་སྟན་ཉི་མཆོག་གིས་རང་བཅན་ཚད་ལོན་བྱེད་པའི་དམ་བཅའ་བརྟན་པོ་
 གནད་སའི་ས་ཆ་ཞིག་གྲང་ཆགས་ཡོད།

ཨིན་གཞུང་གིས་དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཀྱིས་ཤེས་སམ།

འཛམ་གླིང་དམག་ཆེན་དང་པོའི་ (༡༩༡༤ ལས་ ༡༩༡༩) སྐབས་ཨིན་གཞུང་གིས་རྒྱ་གར་ནང་རྩ་བའི་གནས་
 ལྷངས་དང་འབྲེལ་བའི་དབང་ཤུགས་ (Emergency Powers) བེད་སྤྱོད་བཏང་བ་དང་། དམག་ཆེན་དང་པོ་མཇུག་བསྐྱེལ་

རྒྱ་རྒྱུ་གར་མི་མང་གིས་རང་སྤྱོད་གི་ཐོབ་ཐང་ཆེ་ཙམ་སྤོང་བའི་རེ་བ་བཅངས། ཨོན་ཀྱང་ཨིན་གཞུང་གིས་དེ་ལས་ལྷོག་
 སྟེ་**རོ་ལའ་ཁྲིམས་** (Rowlatt Acts) ཞེས་གསར་བརྗེའི་ལས་རིགས་གང་ཡིན་རུང་མཐུད་**ཁྲིམས་ཞིབ་མེད་པའི་བཀག་**
ཉར་བྱེད་རྒྱུའི་ (Detention without Trial) བཀག་བཟུང་། གནས་སྐྱངས་དེས་རྒྱ་གར་མི་མང་ཆོའི་སེམས་ནང་ཁོང་ཁོ་
 དང་འདྲོད་སློོ་མི་ཁོངས་པ་ལྷགས་ཆེ་བུང་། སྐབས་དེར་རྟུན་རྟེ་མཆོག་རྒྱ་གར་**གོང་རེ་སི་ཆོགས་པའི་** (Congress Party)
 ཆོགས་གཙོ་ཡིན་པ་དང་། གོང་རེ་སི་གཙོས་པའི་ཆབ་སྲིད་ཆོགས་ཁག་མང་པོས་ཨིན་གཞུང་ལ་ངོ་ཚྏལ་ལྷགས་ཆེན་བྱས།
 ཁོང་གིས་**བདེན་པའི་མུ་ཚུགས་** (Satyagraha) གྱི་ཐོག་ནས་ཨིན་གཞུང་ལ་**མཉམ་འབྲེལ་མི་བྱེད་པའི་ལས་འགུལ་** (Non
 Co-operation Movement) གསལ་བསྐྱགས་བསྐྱངས་ཏེ། ཨིན་རིའི་སྲིད་གཞུང་གི་ལས་སྡེར་གཏོགས་པའི་རྒྱ་གར་བ་
 ཆོས་ལས་གནས་ནས་དཔོངས་པ་ཞུས་པ་དང་། ཁྲིམས་ཁང་ལྟ་བུའི་སྲིད་གཞུང་གི་ཁོངས་གཏོགས་སྡེ་ཆོན་ཁག་ནས་ལས་
 མཆོམས་བཞག་པ། རྒྱ་གར་གྱི་བུ་ཕྱག་ཆོ་སྲིད་གཞུང་གི་སློབ་བྱ་ནས་བྱིར་འཐེན་པ་སོགས་ལས་འགུལ་འདྲ་མིན་བྱུང་བ་
 མ་ཟད། རྒྱ་གར་གྱི་ས་ཁུལ་གང་སར་མང་ཆོགས་འདུ་འཛོམས་གྱིས་གཞུང་ལམ་བཀག་ཏེ་ཨིན་གཞུང་ལ་ངོ་ཚྏལ་བྱས།

3) མོན་ལོ་མི་རི་ཕྱི་ཕྱོད་ཆང་ས་འཁོར་ནང་འགྲུལ་ཕྱོད་བྱ་རྒྱ་རོ་ཆོལ་བྱས་པ། (Montgomery Bus Boycott)

ལན་གྱི་པ།

༡ མི་མང་གི་ཚོ་ལོང་ལ་ཨམ་རྟེན་སངས་ལན་མ་ཟླ་ཤི་མིང་ཏུ་འདྲ་འཛོམས་ཤེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཁན་གང་ཡིན།

༡༩ གལ་ཏེ་བྱེད་མིན་ཟིན་པ་དཔྱད་པ་ཡིན་ན་གནས་སྟངས་དེར་གདོང་ལེན་ཟིན་པ་བྱེད་དམ།

༣། རོ་ལའ་བྲིམས་ཞེས་པ་དེས་ཁོང་ཚོའི་རང་དབང་ལ་དྲོག་རོལ་ཅི་ལྟར་བཏང་འདུག།

ཐུ་ལོ་ ༡༩༥༥ ཟླ་ ༡༢ ཚེས་ ༡ ཉིན་གྱི་ཕྱི་རོལ་འཕྲེལ་ལ་བ་མའི་ (Alabama) རྒྱུ་ཁྱིམ་མེ་རི་



(Montgomery) ཉང་གནས་ཕྱོད་བྱེད་མཁན་རྫོ་ས་བག་ (Rosa Parks) ཞེས་པའི་ཆོས་མཁན་མ་སྤྱི་
དམངས་ཐོབ་ཐང་ཚོད་མཁན་ཁོང་མོ་དང་ཨམ་རི་ཁའི་ཨ་རི་བ་ (African American) གསུམ་སྤྱི་སྤྱོད་
ཆུང་ས་འཁོར་ནང་བསྐྱོད་སྐྱབས་ཁ་ལོ་བས་ཁོང་ཆོ་ཡར་ལངས་ཏེ་མི་རིགས་དཀར་པོའི་མི་ཞིག་སྤྱི་སྤྱོད་



ཐེང་གློ་

- མར་ཁེན། ལུ་ཐར་ཀིང་གི་ལོ་རྒྱུ་ས་གན་ལག་ས་ཀྱིས་འཛིན་གྱའི་ནང་ལོང་དགོས།

ཆེད་ས་འཁོར་ནང་འཇུག་ཡོང་བ་དེ་ལ་རྒྱབ་བཟུགས་སྒྲིང་དགོས་པའི་
བཀོད་པ་བཏང་།



བར་རིས། ༡༩'༣ རྫོ་ས་བཟ།

མོན་མོ་མི་དེ་ཁྱིམ་ས་ལྟགས་ནང་། སྤྱི་སྤྱོད་ཆང་ས་ལའོར་གྱི་
མདུན་གལ་གྱི་རྒྱབ་བཀྲ་ག་བཅུ་མི་དེགས་དཀར་པོ་གཅིག་ཕྱེ་ཆེད་
དུ་ཡིན། ཞེས་ལའོར་ཡོད་པ་དང་། མོ་ལེ་ཁ་ལོ་བས་སྟོན་ག་གིས་
མི་དེགས་དཀར་ནག་དབར་རྒྱབ་བཀྲ་ག་ལོགས་སུ་དབྱེ་དགོས་བཤད་
པར་མོས་མ་ཉན་སྟབས་ལེན་བཟུང་བུས། དེར་བརྟེན་མོན་མོ་མི་དེ་

ཨ་མ་དེ་ཁའི་ཨ་དེ་བའི་མར་ཆོག་ས་ (Montgomery's African American Community) གིས་ཐོང་བྱེད་དེའི་ཕྱི་སྡོད་
 ཆང་ས་འཁོར་ནང་འབྱུང་བ་སྡོད་ཁྱེད་རྒྱ་མཚམས་འཛོག་གིས་ངོ་མོལ་བྱས། ཁོང་ཆོས་ལོ་གཅིག་ལྟག་དེ་ལྟར་ངོ་མོལ་
 བྱས་པར་རྒྱལ་སྤྱིའི་ནང་མོན་ལྷོ་མི་དཔེ་ལས་འབྲུལ་ལ་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་བྱུང་།

ཟླ་ལོ་ ༡༩༥༦ ལྷ་ ༡༩ རང་ཨ་རིའི་ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་ནས་སྐབ་བཟུག་ལོགས་སུ་དབྱེ་བའི་འགོ་ཕྱགས་
 འདི་རྩ་ཁྲིམས་དང་འགལ་བའི་ཐག་གཅོད་གནང་ཡོད། ཉིན་གངས་ ༣༥༡ རིང་གི་སྤྱི་སྤྱོད་རྒྱངས་འཁོར་ནང་འབྱུང་སྤྱོད་
 མཆམས་འཛོག་གི་ལས་འབྱུང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཨ་རིའི་སྤྱི་དམངས་ཐོབ་ཐང་རྩྭ་ལེན་གྱི་ལས་འབྱུང་ (Civil Rights
 Movement) འགོ་བརྩམས་པ་དང་། མི་རིགས་ནག་པོའི་ཐོབ་ཐང་རྩྭ་ལེན་པ་མར་འེན་ ལུ་ཐར་གིང་ (Martin Luther
 King) ཡང་དེའི་ནང་མཉམ་ཞུགས་གནང་ཡོད།

ལན་རྒྱུ་ལ།

༡། ཁྱེད་ཀྱིས་བསམ་ན། སྤྱི་སྤྱོད་རྒྱུ་ལས་འཁོར་གྱི་མདུན་གྲུ་ལ་གྱི་རྒྱུ་བ་གྲུ་བ་མུ་མི་རིགས་དཀར་པོ་གཅིག་ཤུའི་
 ཆེད་དུ་ཡིན་ཟེར་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ། དེས་རང་དབང་ལ་རྟོག་རྩིས་རི་ལྟར་གཏོང་གི་འདུག
 ༢། གལ་ཏེ་ཁྱེད་མོན་མོ་མི་རིའི་ཨ་པ་རི་ཁའི་ཨ་རི་བའི་མང་ཆོགས་ནང་ཡོད་ན། ཐག་གཅོད་དེར་གཏོང་ལོན་རི་ལྟར་
 བྱེད་དམ།

༣། ཡུལ་གཞིགས་པའ་ཆེན་སྐྱ་མེད་བཙུ་བ་དང་ཡིག་འབྲུ་ཁྱི་བདུན་གྱི་སྙན་ལྷ།

གྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་བོད་ས་ཡོངས་རྫོགས་བཅན་བཟུང་བྱས་རྗེས། བོད་ཀྱི་ཆོས་དང་རིག་
 གཞུང་ཙམ་མེད་དུ་འགྲོ་ཉོན་ཆེ་ཞིང་། དེ་ལས་སྡོལ་ཆེད་ཡ་ཤ་ཆེན་སྐུ་སྤེར་བཅུ་པ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་མཆོག་གིས་སྐུ་
 སྤེར་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ཡོངས་སུ་དོར་ཏེ། རྒྱ་ནག་གིས་བོད་ནང་བཅན་འདུལ་བྱས་པའི་བརྒྱད་རིམ་ཁོད་སྤར་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་



བར་རིས། ༡༩༣༣ ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༤ ལོར་དམར་སྤང་དམག་གིས་གཟིམ་ཚུང་ནས་ཀྱང་དབྱངས་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་འཛིན་བཅའ་བཅུ་ཞིག་གིས་འཐབ་ཅོད་བྱེད་སྐབས་ཤིག།

ནང་བྱུང་སྤྱི་ཚོགས་མཐོང་པོ་ཤོད་ཆག་དང་། བོད་མི་ཚོར་འཕྲད་བཞིན་པའི་དཀའ་ངལ་རྣམས་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བཀོད་དེ་གོང་རིམ་འགོ་འཁེད་ཆོར་འབྲུལ་རྒྱ་གཡ་ཆེན་ཡིན་པ་དང་། དེའི་ཐུགས་འགན་ཀྱང་རིན་པོ་ཆེ་ཁོ་ནར་ཡོད་པ་དགོངས་ཏེ། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༣ ལོར་བོད་ཀྱི་གནད་དོན་རྣམས་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བཀོད་དེ་ཁུ་སྟོན་ཡིག་འབྲུ་ཁྱི་བདུན་རྒྱ་ནག་གི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁྱེད་ཨེན་ལེ་ཡི་མཚན་ཐོག་ཏུ་བྱུལ་བ་དང་། དེའི་འབྲས་བུར་གནས་ཚུལ་བཟང་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་མངོན། རྒྱ་གསུམ་རྒྱུ་ཡུལ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ཏང་ལ་ངོ་རྒྱུ་དང་། མི་མང་ལ་ངོ་རྒྱུ། སྤྱི་ཚོགས་རིང་ཐུགས་ལ་ངོ་རྒྱུ་ཞེས་པའི་ལྷ་མོ་ཆེན་པོ་གསུམ་གཡོགས་ཏེ།

གཞུང་གི་ལས་གནས་ནས་པ་པ་མ་ཟད། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༤ ལོར་རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ཆེན་མོའི་སྐབས་སློབ་དཔལ་དུ་སྤང་དམག་དམར་པོས་གཟིམ་ཁང་ནས་བསྐྱམས་བཀྱིགས་ཀྱིས་བཅའ་འཁེད་བྱས་ཏེ་པེ་ཅིང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་མི་ཚོགས་སྤྱི་ཚོགས་ཡོད་པའི་ཚོགས་འདུའི་སར་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྟོན་བརྗོད་སྤྱི་ཚོགས་དང་འཐབ་ཅོད་དག་པོ་བཏང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༩ ལོར་ལོ་བརྒྱད་དང་རྒྱ་བ་བརྒྱད་ཀྱི་བཅོན་འཇུག་ཁྲིམས་ཐག་བཅད་པ་སོགས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ ལྷག་ལ་སྤྱུག་སྤྱོད་དང་མནར་གཅོད་ཆད་མེད་ཐུངས།

རྒྱ་མཚན་ཤོད།

ཁྱེད་ཀྱི་བལྟས་ན། ཡུལ་གཟིགས་པ་ཆ་ཆེན་རིན་པོ་མཆོག་གིས་རྒྱ་གཞུང་ལ་བྱུལ་བའི་ཡིག་འབྲུ་ཁྱི་བདུན་ཀྱི་སྟོན་ལེན་དོན་དེས་རྒྱ་གཞུང་གིས་བཤད་པའི་ཉེས་པ་རྣམས་བསགས་འདུག་གམ།

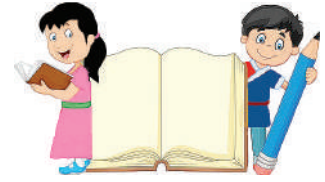
སྤྱིར་རང་དབང་ལ་མི་སྐྱེར་དང་། རྒྱལ་ཁབ། ཚོགས་སྡེ་སོགས་སོ་སོའི་འགྲེལ་པ་མི་འབྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་མོད་ཀྱང་། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་བསམ་སློབ་རང་དབང་ཅོད་ལེན་བྱས་པ་ནི་གང་ཟག་གཅིག་གི་སྐྱེར་ཀྱི་འཆོ་བ་དང་ལས་དབང་ལ་སོ་སོའི་བསམ་སློབ་མངོན་འདོད་དང་རྣམ་འབྱུར་ཐོག་སྤྱི་ཚོགས་བཀག་འགོག་མེད་པར་རང་དབང་དང་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཐུབ་པ་མ་ཟད། ཡང་སྤྱི་ཚོགས་ཞིག་ལ་ཆ་བཞག་ནའང་དེའི་རིག་གཞུང་དང་། སྤྱི་ཡིག་སོགས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་བཤད་པ་ལ་གོ་བྱུག་།



ང་ཚོས་ཤེས་ཡོན་སྤྱི་བྱས་ནང་ཤེས་ཡོན་གྱི་དམིགས་ཡུལ་དེར་རང་དབང་དང་ཕོར་བཞག་པ་དང་། འཛོག་དགོས་
 འོན་ཀྱི། རང་དབང་མེད་ན་བདེ་བ་མེད། རང་དབང་མེད་ན་རང་བཞིན་དུ་གནས་ཀྱི་མེད། རང་བཞིན་དུ་མི་གནས་པའི་མི་
 ཞིག་གིས་རང་གི་དོན་སྦྱབ་སྦྱབ་ཀྱི་མེད། གཞན་གྱི་དོན་སྦྱབ་སྦྱབ་ཀྱི་མེད། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དོན་སྦྱབ་སྦྱབ་ཀྱི་མེད། མི་རིགས་
 ཀྱི་དོན་དག་སྦྱབ་མི་སྦྱབ། དེར་བརྟེན། མི་དེ་མིའི་ངོ་བོར་སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ་ཁོ་ལ་དགོས་ངེས་ཀྱི་རང་དབང་དེ་ངེས་པར་
 དུ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། རང་དབང་མེད་ན་ག་ཚོད་མི་དགོས་ག་ཚོད་ཡིན་ཟེར་ན་འདྲ་ཞེད་སྤང་གི་འོག་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
 ཡང་ན། འདྲོད་རྩམ་འོག་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། རེ་དོགས་གཉིས་པོ་གང་རུང་མེད་པའི་ཤེས་པ་རང་བཞིན་པའི་ལས་ཀ་བྱེད་
 རྒྱུ་ལོ་སྐབས་དེ་ཤོར་ཟེན་པ་རེད། ཞེད་སྤང་གི་འོག་ནས་ངས་དེ་འདྲ་ཞིག་མ་བྱས་ན་གོང་རིམ་གྱིས་བཀའ་བཏོན་པོག་གི་
 རེད། ཆད་པ་པོག་གི་རེད། གོ་གནས་ཤོར་གྱི་རེད། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རེད་བསམས་པའི་ཞེད་སྤང་གི་འོག་ནས་ལས་ཀ་བྱེད་
 ཀྱི་ཡོད། ཡང་མིན་ན། ངས་ལས་ཀ་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱས་ན་ཁེ་བཟང་རག་གི་རེད། གོ་གནས་རག་གི་རེད། དདུལ་རག་གི་རེད།
 དེ་མ་གཏོགས་པའི་བྱ་བ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན་འདྲ་འཕྲུལ་དང་སྤྱུགས་སུ་རང་ལ་ག་རེ་པན་གྱི་རེད། གཞན་ལ་ག་རེ་པན་གྱི་
 རེད། སྤྱི་ཚོགས་ལ་ག་རེ་པན་གྱི་རེད། སེམས་ཅན་སྤྱི་ཡོངས་ལ་ག་རེ་པན་གྱི་རེད། ག་རེ་གཞོད་ཀྱི་རེད། དེའི་བསམ་སྒྲོ་
 གཏང་རྒྱུ་ལོ་རང་དབང་ཤོར་ཆར་བ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་སྐབས། ཤེས་ཡོན་བསྐྱུན་པའི་རྗེས་ལ་ཤེས་ཡོན་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་
 ཡིན་ན། སྡོན་དང་པོ་དེ་རང་དབང་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས་རྒྱུ་དེ་བཤད་མི་དགོས་པ་རེད།

(སློབ་དཔོན་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ཤེས་རིག་ཚོགས་ཆེན་མེངས་རྒྱག་པའི་ཐོག་གནང་བའི་གསུང་
 བཤད་ལས་བྱུང་།)

ལྷོ་ཆ་ན།



ག) ག་ཤམ་གྱི་བྱེད་སྒོ་ཁག་བྱིས།

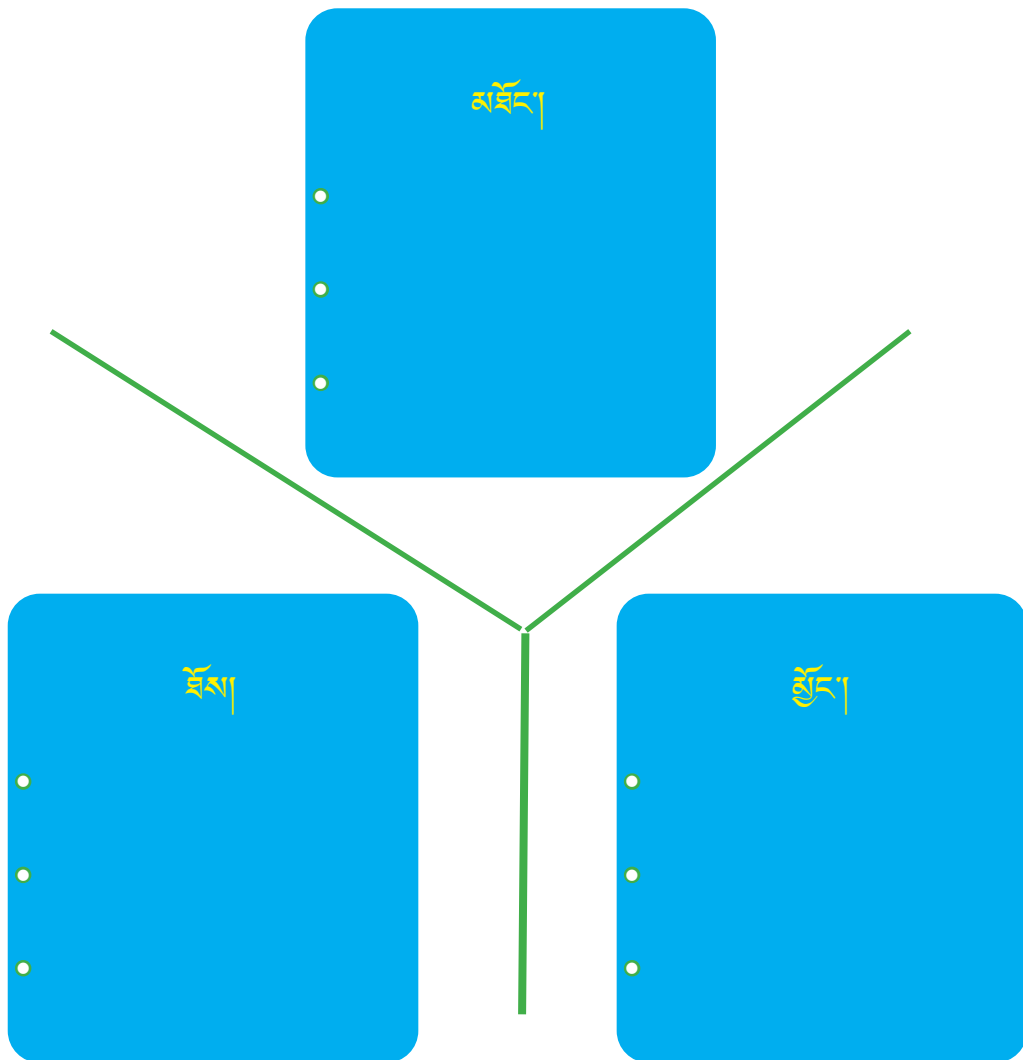
- ༡། རང་དབང་ཞེས་པའི་བརྗོད་གཞིའི་ཐོག་གཞས་ཕྱི་ག་བརྩམས་ནས་འཛིན་གྲུའི་ནང་གཏོང་དགོས།
- ༢། ར་ཆོའི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་རང་དབང་ཟེར་ན་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་གོ་སྟབས་མཐུ། དེ་བཞིན་རང་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་གཞུང་འབྲེལ་གྲུང་གསེང་འདུག་གམ།
- ༣། གལ་ཏེ་བོད་ལ་རང་དབང་ཐོབ་ན་བོད་མིའི་སྤྱི་ཆོགས་ལ་འགྱུར་བ་གང་ཐེབས་སམ།

ཁ) བསམ་སྒྲོ་བཏང་སྟེ་བྲིས།

- ༡། ཁྱེད་ལ་སློབ་སྦྱོང་གྲེང་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་རང་དབང་གང་ཡང་ཞིག་དགོས་འདུག དེ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་
ཡིན། དེ་མེད་ན་གྲོང་གུན་གང་འདུག།
- ༢། མོད་ནང་གི་མོད་མི་ཆོའི་རང་དབང་ལ་རྒྱ་གཞུང་གིས་དོག་རེལ་ཇི་ལྟར་གཏོང་གི་ཡོད་པའི་སྐོར་གནས་ཚུལ་བསྟུ་
རུབ་བྱས་ནས་འཕྲི་དེབ་ནས་འཕྲི་དགོས།
- ༣། ཁྱེད་ལ་རང་དབང་གི་མཚན་དོན་ཅི་ཡང་ཞིག་སྟེང་གི་འདུག་པ་རེ་མོའི་ཐོག་གིས།



བོད་མིའི་རང་དབང་ཞེས་པའི་བརྗོད་གཞིའི་ཐོག་མཐོང་ཐོས་ཕྱོང་གསུམ་གྱི་བྱེད་སྒོ་སྤེལ།



༣༠

ཆུང་དུས་ཀྱི་ཚོར་སྣང་།



༣༡། །ང་ཚོ་ཆུང་དུས་ནས་རང་ཉིད་ཕོ་མོ་གང་ཡིན་ཏེ་གོ་རྒྱུ་ནི་གང་ཟག་ཅིག་གི་ངོ་ཐོ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། ང་ཚོ་འཆར་མེད་ས་བྱུང་སའི་སྤྱི་ཚོགས་དེས་བྱ་དང་བྱ་མེད་གཤིས་སྤྱོད་ངོས་འདིན་བྱེད་བ་དང་། བྱ་བ་གང་ཞིག་ཕོ་མོ་སྤྱི་ཚོགས་བྱེད་ཚོགས་དང་མི་ཚོགས་སོགས་ཀྱང་སློབ་ཀྱི་ཡོད། གནས་ཚུལ་འདི་རིགས་ས་བྱེད་གང་དུ་བྱེད་ཀྱང་གཅིག་པ་ཡིན་བསམ་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། དོན་དངོས་སྤྱི་ཚོགས་ཚང་མའི་ནང་བྱ་དང་བྱ་མེད་ལྟ་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ཐེངས་མོ།

ཞིང་པ།

སྤྱོད་ཞབས་པ།

ཚན་རིག་པ།

དགོ་ཆེན།

ཁྱིམ་སྤྱོད་པ།

ཅིས་པ།

བྱ་བ་ཞིའི་ནང་ལས་ཀ་དང་མཚམས་པའི་བྱ་དང་བྱ་མེད་རི་མོ་བྱིས།

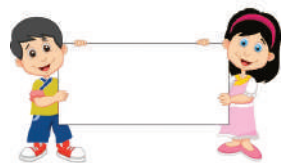
གོང་དུ་བྱིས་པའི་རི་མོ་ལས་ཕོ་མོའི་གྲངས་གཞི་ཡོད་མེད་ལ་བལྟས་ནས་བྱི་བར་ལན་ཐོབ་ས།

༡། བྱ་དང་བྱ་མོ་སྤྱི་མང་བ་བྱིས་འདུག་གམ།

༢། ལས་གནས་གང་ལ་བྱ་མོ་མང་བ་འདུག་གམ།

༣། སྤྱོད་ཞབས་པའི་ལས་གནས་སྤྱི་བྱ་མོ་བྱིས་འདུག་གམ། རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན།

༤། ཞིང་པའི་ལས་གནས་སྤྱི་བྱ་མང་བ་བྱིས་འདུག་གམ། རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན།





པར་རིག་ ༡༠་༩

བྱ་རྒྱུ་མེད་པར་སྤང་ལམ་ནང་ཅིང་མི་ཅི་ནས་དགའ་སྤྱིའི་ངང་རྒྱུ་
འཁོར་བཞུགས་ཏེ་པན་ཚུན་བསྟན་བཞིག་སྤྱོད་བ་སོགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། བྱ་མོ་ཚོར་
མཚོན་ན་གཞུང་ལམ་ནི་འདིགས་སྤང་དང་དངངས་སྒྲག་སྤྱིན་པའི་གནས་ཞིག་ལས་
མ་འདས།

གོང་གི་དཔེ་མཚོན་དེ་དག་བསྒྲགས་ཐེས་ང་ཚོས་མི་ཚང་མར་རྒྱུ་སྤྱི་འཆར་
ལོངས་བྱེད་སྤངས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་བཞེས་སྟབས། ང་ཚོས་ནམ་རྒྱུན་སྤྱི་ཁྱེད་མའི་

རྒྱུ་སྤྱི་འཆར་ལོངས་བྱེད་སྤངས་གཅིག་པ་ཡིན་བསམ་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་མཚན་ནི་ང་ཚོས་སོ་སོའི་རྒྱུ་སྤྱི་འཆར་
སྤྱོད་དང་བག་ཆགས་ཀྱི་རྒྱུན་པས་ཡིན། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་ནང་གི་མི་རྒྱུན་པ་རྒྱུ་སྤྱི་འཆར་ལ་དེས་ན་ཁོང་ཚོའི་རྒྱུ་སྤྱི་
འཆར་ལོངས་བྱེད་སྤངས་དང་ང་ཚོའི་དབར་ལ་ཉེ་བག་ཆེན་སོ་ཡོད་བཞེས་སྟབས།

སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་བྱ་དང་བྱ་མའི་དབར་ལ་བྱེད་པར་འབྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡང་ང་ཚོས་ཉ་གོ་སྟབས། དེ་ཡང་ང་ཚོ་རྒྱུ་སྤྱི་
སྤྱོད་པས་འགོ་རྒྱུ་སྤྱི་འཆར་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན། བྱ་ལ་མོ་ཁ་དང་། བྱ་མོར་ཨ་ལའང་བད་གོ་ལྟ་བུ་ཅིང་ཆས་ཁག་ཁག་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད།
ཅིང་ཆས་གཉིས་ཀ་ཅིང་མའི་ཆེད་ཡིན་ཀྱང་བྱ་ལ་མོ་ཁའི་ཅིང་ཆས་དང་། བྱ་མོར་ཨ་ལའང་བད་གོ་སྤྱོད་དགོས་པ་དེ་གང་ཡིན་
ནམ། ཅིང་ཆས་ནི་སྤྱི་ཁྱེད་མའི་སྤྱོད་པས་མདུན་ལམ་སོ་སོ་ཡིན་པ་སྤྱོད་མཁན་གྱི་ལམ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

གལ་ཏེ་ང་ཚོས་དེའི་ཐོག་མཐོང་བསམ་ཞིག་བྱུང་ན། བྱེད་པར་འབྱེད་ནི་རྒྱུན་གཏན་གྱི་གནད་དོན་རྒྱུ་སྤྱི་འཆར་དང་
ཆེན་སོ་མང་སོའི་ནང་བཟོ་བཞིན་ཡོད། བྱ་མའི་གྲོན་གོས་གྲོན་སྤངས་དང་། བྱ་སྤྱོད་མོ་གའི་ཅིང་མིན། བྱ་མོས་སྤྱོད་ཆ་
འཇམ་སོ་ཡོད་དགོས་པ། བྱའི་གཞིས་སྤྱོད་ངར་ཅམ་དགོས་པ་སོགས་སྤྱི་ཁྱེད་པས་མ་འོངས་པར་སོ་སོ་སོ་སོའི་ལས་འགན་
མི་འདྲ་བ་ཞིག་སྤྱོད་མཁན་གྱི་ལམ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཐེས་སྤྱི་ཁྱེད་མའི་མདུན་ལམ་གྱི་ཁ་ཕྱོགས་ཀྱང་དེ་ནས་
ལྷགས་རྒྱུན་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོ་རྒྱུ་སྤྱི་འཆར་ལོངས་བྱེད་སྤངས་ཀྱི་ལོ་ཁྱེད་ལྷག་གིས་མ་འོངས་པའི་མི་ཆེ་
སྤྱོད་སྤང་དང་། དོན་དང་ལྷན་པ་ཞིག་གི་ཐོག་འགོ་སྟབས་རྒྱུ་སྤྱི་འཆར་བ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན།

གོང་དུ་ང་ཚོས་བསྒྲགས་པ་བཞིན་སྤྱི་ཚོགས་མང་ཆེ་བའི་ནང་སོ་སོའི་ལས་ཀར་རིན་ཐང་དང་གནས་བབ་གཅིག་པ་
སྤྱོད་ཀྱི་མེད། སོ་སོའི་དབར་གྱི་གནས་བབ་ལ་མཐོང་མཐོང་གྱི་བྱེད་པར་འབྱེད་བཞིན་ཡོད། བྱེད་ཀྱིས་སྤྱོད་དེ་བསྒྲགས་ནས་
སྤྱོད་སྤྱོད་གཞན་དང་མཉམ་དུ་དེའི་ནང་དོན་སྤྱོད་ལ་གྲོས་བསྟུར་གྱིས།

བའི་ཨ་མ་ལགས་ལ་བྱག་ལས་ཟེད།

ཆོས་སྒྲོན་གྱི་བྲིམ་ལ།

ཨ་མ་ལགས། རེས་གཟའ་སྡེན་པར་སྒྲོབ་བྱའི་ཆོས་འདུས་རེད། ཆེན་སྒྲོལ་
མ་ལགས་ལ་བྱག་རོགས་དགོས་འདུག ལྷག་བསམ་གྱི་ཨ་མ་ལགས་ལ་
བྱག་ལས་ཟེད་བས་ག་དུས་ཡིན་ཡང་དང་སྒྲངས་གནང་གི་འདུག བྲིད་
ཀྱིས་ལས་ཁུངས་ནས་དགོངས་ཁུས་ཀྱིས་དང་སྒྲངས་བྱེད་བྱེད་བས།



ཆོས་སྒྲོན། དེ་ལྟར་མ་གསུང་བུ་མོ། ལྷག་བསམ་གྱི་ཨ་མ་ལགས་
རྟག་ཏུ་བྱག་ཆོད་ལྟ་བུར་བཞེངས་ཏེ་ཉིན་གང་བྲིམ་གྱི་བྱག་ལས་
ཆ་ཆང་གནང་གི་ཡོད་པ་བྲིད་ཀྱིས་ཤེས་སམ།

འོ་ཅི་བུ་མོ། དེ་ལྟར་མ་ཤོད། བྲིད་ཀྱིས་བལྟས་ན། བྲིམ་ལས་ལས་ཀ་མ་
རེད་བསམ་གྱི་འདུག་གམ། ད་ལན་རེད་གཉིས་གནང་དོན་དེའི་ཐད་ཨ་
ཅག་ཆོས་སྒྲིད་ལགས་ལ་བསམ་ཚུལ་གང་ཡོད་དེ་ཆོག

རེད། དེ་ངས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། ཡིན་ནའང་། དེ་ནི་
བྲིམ་ལས་ཅན་ལས་བྱག་ལས་མ་རེད།



སྤྲུལ་བསམ་གྱི་ཁྱིམ་ལ།

ཨ་ཙག་ཚོས་སྤྱི་ཚོགས་ལགས། ངའི་བུ་མོ་ཚོས་སྤྱི་ཚོགས་ཁྱིམ་ཁྱེད་ལ་
ཐུག་ལས་ཡོད་པ་མ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་འབྲེལ་དེད་ཀྱི།

ཚོས་སྤྱི་ཚོགས་ལགས། ངའི་ཨ་མ་ལགས་
ལ་ཐུག་ལས་མེད། ཁོང་ཁྱིམ་འཛིན་མ་ཡིན།



རེད། ངའི་བཟའ་ཕྲུག་ལས་ཀ་མེད། ཁོང་ནང་ལ་
ཁྱིམ་ལས་ཙག་ཙིག་ཐུས་ནས་སྤྱོད་གྱི་ཡོད།



ཏྲ་ཏྲ་ཏྲ། སང་ཉིན་ལྟང་
མོ་ཡོད་རེད།

ཚོས་སྤྱི་ཚོགས་ལགས། ཁོང་ཚོའི་བསམ་སློབ་འགྱུར་བ་ཞིག་
གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག སང་ཉིན་ཁྱིམ་གྱི་ལས་ཀ་ཆ་ཚང་ཁོ་
ཚོར་ཁྱེད་དུ་བརྟུག་ན།

དགོངས་ཚུལ་དེ་ཡག་པོ་འདུག སང་ཉིན་ང་སྤྱི་ཚོགས་
ཁྱིམ་དུ་འགྲོ་དགོས་བསམ་བཞག་ཡོད།

ཞོགས་པའི་ཚུ་ཚོད་ ༥།༣༠

དགོན་མཆོག་མཆོད། ཆོས་སྤྱིད་ལགས། དུས་ཚོད་
གཟིགས་དང་། ཞོགས་ཟེས་གྲ་སྒྲིག་ཡོད་དམ། བུ་སྟོབ་
ཟུར་འགྲོ་རྒྱུ་འདི་གྲ་སྒྲིག་མེད་པ་གང་རེད།

དེ་རིང་ང་སྒྲན་ཁང་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་ཡིན་ལས་མ་སོང་
ངམ། ཁྱེད་ཀྱིས་བརྗེད་པ་རེད་དམ།



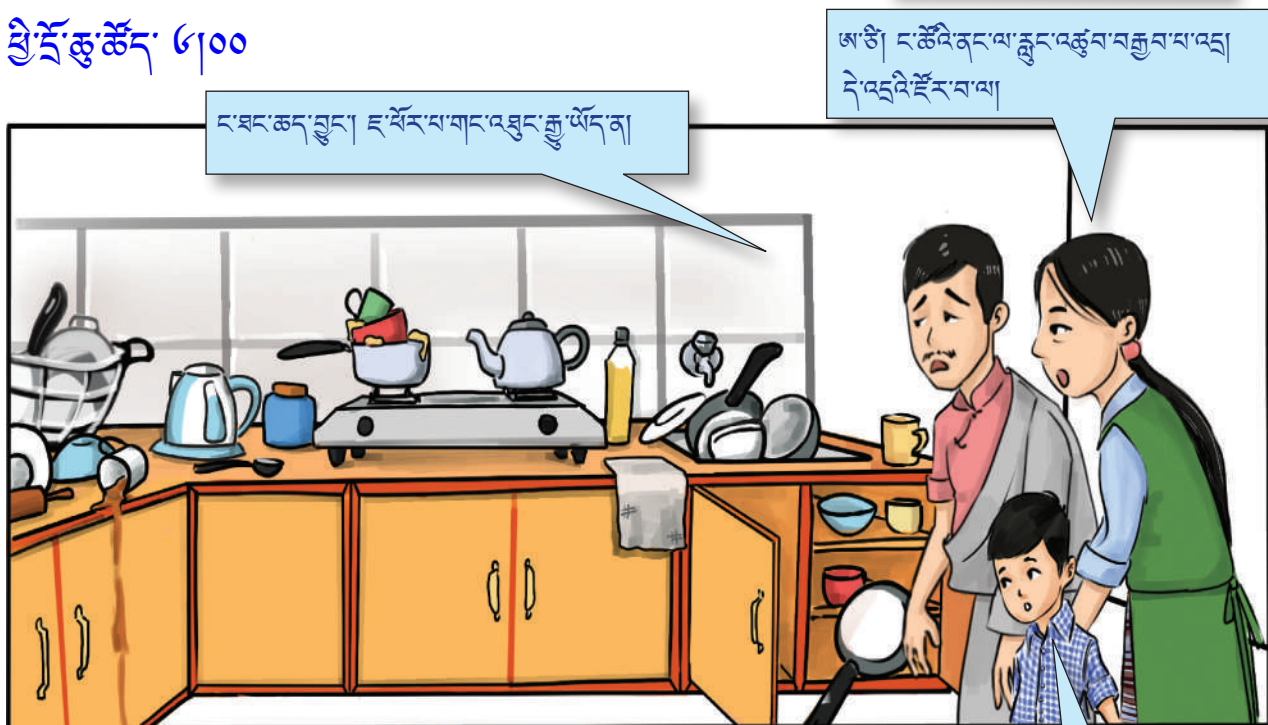
འོ་རེད། ཁྱིམ་ལས་ཅག་ཅིག་དེ་བྱེད་རྒྱུར་
དཀའ་ངལ་གང་ཡོད། གཟིགས་ཨང་།

འོ་ཅི་དེ་ཡིན་ན། སྟོབ་ཟུར་སྤྱི་སྤྱོད་རྒྱང་ས་འཁོར་སྟེབས་
སོང་། ལྷག་བསམ། མཁྱེགས་པོ་རྒྱ་དམ་ཁྱེད་ཤོག།





ཕྱི་རོ་ཆུ་ཆོང་ ༩༡༠



ཆུ་གསལ་གྱི་ཚོགས་གསོམ་གྱི་ཕྱི་གྲུ་ཡོད་དམ།

ང་ཐོར་གྱི་ཚོགས་གསོམ་གྱི་ཕྱི་གྲུ་ཡོད་དམ།

མཛོད་འདོད། - Aspiration

ཁྱིམ་ལས། - Household Chores

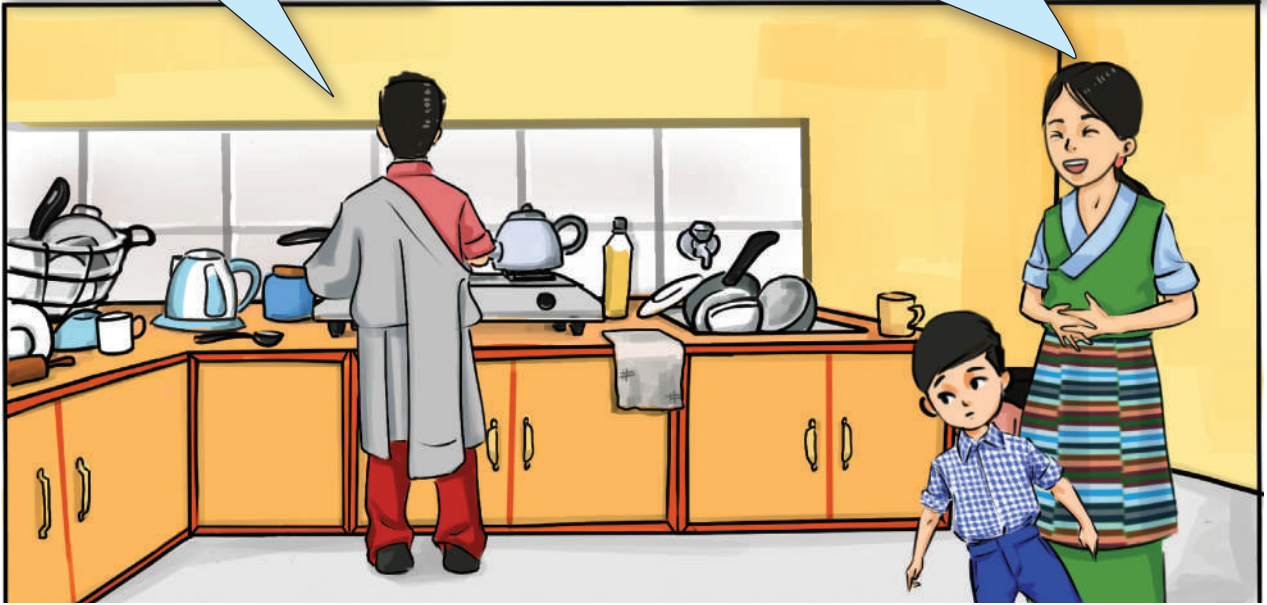
ཁྱིམ་འཛིན་མ། - House Wife

བག་རྒྱུང་སྤྱད། - Dowry

ནམ་རྒྱུན་འཛིན་ལ་གཙང་མ་ཇི་ལྟར་ཆགས་པ་ཡིན་ནམ་

ཆོས་སྤྱིད་ལགས། བྱེ་མ་ཀ་ར་ག་པར་བཞག་
ཡོད། ཨ་ཙི་དེ་འབྲེད་ཀྱང་ལས་ལ།

ནི་ནི། ད་ར་ལ་ལས་ཀ་ཡོད་པ་མ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག་གམ། ད་
དུང་དགོང་མོའི་ཞལ་ལག་གཞིན་ས་བཅོ་རྒྱ་རེད་འདུག་ག།



བྱད་མེད་ཀྱི་ལས་འགན་དང་འབྲེ་མཉམ།

གོང་དུ་ར་ཆོས་བསྐྱབས་པ་བཞིན་ལྷག་བསམ་དང་པ་ལགས་ཀྱིས་ཨ་མ་ཆོས་སྤྱིད་ཀྱི་ནང་ལས་དེ་བྱུག་ལས་ཡིན་
པར་བསམ་གྱི་མེད། གནས་སྐབས་དེ་ཁོང་ཆོའི་ནང་དུ་ཡོད་པ་ཙམ་མ་རེད། དུལ་ལུང་མང་པོའི་ནང་བྱ་སྤྱོད་དང་། གན་
འཁོགས། ནད་པ་བཅས་ལ་ལྟ་རྟོག་བྱེད་རྒྱ་ནི་བྱད་མེད་གཅིག་བྱེད་ལས་འགན་ཡིན་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་
དང་། དེ་ནི་བྱད་མེད་ལ་འབྲེ་བའི་ལས་འགན་ཡིན་ཤིག་བྱས་ཏེ་རིན་ཐང་མ་ཤེས་པར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་མཐོང་ཆུང་ཡང་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དོན་དངོས་ཐོག་བྱད་མེད་ཀྱི་ནང་ལས་བྱས་པ་དེ་སྤྱི་ཆ་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར་ལས་རིགས་གཞན་བྱས་
པ་གཅིག་མཆུངས་ཡིན་པས། མི་སྐྱེར་དང་བྱིས་ཆང་ཙམ་མིན་པར་གཞུང་གིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ངོས་འཛིན་དང་ལྟ་རྟོག་བྱེད་
དགོས་ངེས་ཤིག་ཡིན།



བྱེད་ཀྱིས་
སྤེམས་དང་།

- གལ་ཏེ་ཨ་མ་ལགས་ཀྱིས་བྱེད་རང་གི་སྤྱི་སྐྱེར་ཆེད་ཅེད་ཆས་ཤིག་ཏེ་རྒྱ་ཁས་
སྤངས་ཡོད་ན་བྱེད་ལ་ག་རེ་དགོས།
- གལ་ཏེ་བྱིས་ལ་བསྐྱད་ནས་བྱིས་ལས་ཆ་ཆང་ཞིག་བྱེད་དགོས་ན་དེའི་ནང་ལས་ཀ་
གང་དང་གང་ཆུད་འདུག་གམ།

བསྐྱར་སྤྱོད་



- ༡། ས་མོ་ཕྱའི་སྤྱིང་ཕྱན་ནང་བྱ་བུ་སྤྱེས་ནས་གོམ་བ་སྤོ་འགོ་ཚུགས་པ་ནས་བཟུང་། ཁོ་ཚོར་བ་མ་དང་མི་ཚན་བ་རྣམས་
ཀྱིས་ལྟ་ཉིག་བྱེད་ཀྱི་མེད་པར་སྤྱན་མཆེད་ཚན་པས་ལྟ་ཉིག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད།
- ༢། བྱི་ལོ་ ༡༩༤༠ ལོར་མཐུ་ བླ་ཡོན་ནང་འཛིན་བྱ་བུ་ག་པའི་རྩིས་སུ་བྱ་དང་བྱ་མོ་སློབ་བྱ་ཁག་ཁག་འགོ་དགོས་བ་དང་།
སློབ་བྱའི་བཀོད་བ་ལ་ཡང་བྱུང་པར་ཡོད།

སྤྱོད་ཚན།



༡༽ ག་གཤམ་ཀྱི་བྱི་བ་རྣམས་ལ་ལན་གནད་བསྐྱར་རེ་བྲིས།

- ༡། ས་མོ་ཕྱའི་སྤྱིང་ཕྱན་ནང་ལས་ཀ་གཤམ་ཆེ་ཤོས་གཅིག་གང་ཡིན་ནམ།
- ༢། བྱ་མོ་ཆོ་སློབ་བྱ་གོམ་ནས་ནང་དུ་སྤྱོད་པའི་སྐྱབས་སེམས་ནང་འཛིགས་སྤང་ངང་གང་མགྱོགས་ནང་དུ་སྤྱོད་པས་སྤྱབ་
པའི་རེ་བ་བྱེད་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ།
- ༣། བྱེད་ཀྱིས་དགའ་ཤོས་བྱེད་སའི་ཅིད་ཆས་གཅིག་གི་མིང་བྲིས་ནས་དེར་དགའ་ཤོས་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་
ཡིན་ནམ།
- ༤། ཆོས་སྤྱོད་ཀྱིས་ལྷག་བསམ་གྱི་ཨ་མ་ལགས་ཕྱག་ལས་གནད་གི་མེད་ལས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ།
- ༥། ལྷག་བསམ་གྱི་བ་ལགས་ཀྱིས་བྲིས་ཀྱི་ལས་ཀ་ཆ་ཆང་བྱེད་སྤྱབ་ཡོད་མེད་རྒྱ་མཚན་དང་སྤྱགས་ནས་ཤོད།

ཁ༽ བྱིས་བསྐྱར་གྱིས།

- ༡། སློབ་བྱའི་ནང་བྱ་དང་བྱ་མོ་ཡི་བདེ་འཇགས་ལ་བྱུང་པར་ག་རེ་འདུག



༡། ཕྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལས་ཀ་ལས་བྱིས་ཀྱི་ལས་ཀ་དཀའ་ཁག་ཆེ་བ་ཡོད།

༢། ལས་རིགས་གང་ཡིན་ཡང་བྱ་དང་བྱ་ཚོ་གཉིས་ཀས་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད།



ག༽ བསམ་སྒྲོ་བཏང་སྟེ་བྲིས།

བྱེད་ཀྱི་ཚུང་དུས་འཆོ་བའི་ནང་དགོས་ངེས་ཆ་སྟེན་གང་དང་གང་འདུག དེ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན། དེ་མེད་ན་

སྟེན་གང་ཡོད་པ་བཅས་རེ་ཕྱི་མིག་ནང་བྲིས།

དཔེར་ན། (དང་པོ་དེ་བཞིན་བྲིས།)

	དགོས་ངེས་ཆ་སྟེན།	དེ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན།	དེ་མེད་པའི་སྟེན།
༡།	སྒྲིག་ཆས་དགོས།	སྟོབ་སྤྱད་དབར་ལ་གྱོན་ཆས་ཀྱི་ འགྲན་སྤྱར་མེད་པ།	གྱོན་གོས་ཀྱིས་སྟོབ་སྤྱད་ཁ་ ཤས་ཀྱི་སེམས་ལ་དཀའ་ ངལ་འབྲད་སྟེན།
༢།			
༣།			
༤།			

༢༡

བརྒྱུད་ལམ།

ཁྱེད་ཀྱིས།

- དགའ་ཤོས་བྱེད་སའི་བརྒྱུད་ལམ་གྱི་ལེ་ཚན་དེ་གང་ཡིན།
- རྒྱུད་ལམ་གྱི་རེ་ཉན་རྒྱུ་དགའ་ཤོ་ཡོད།
- ཚོགས་པར་དང་དུས་དེབ་གང་སྟོན་གྱི་ཡོད།
- དུ་རྒྱ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ། དེའི་དགོ་མཚན་གྱི་རེ་མཐོང་སྟོང་།



༢༢། །རྒྱུན་དུ་ང་ཚོས་རྒྱུད་ལམ་མིན་དང་། བརྒྱུད་ལམ་མིན། ཚོགས་པར། དུ་རྒྱ་སོགས་འབྲེལ་ལམ་དང་དེའི་བསྐྱེད་སྤྱོད་སའི་ཐབས་ལམ་འདྲ་མིན་ཡོད་པ་ལས་སྤྱི་བྱེད་ཀྱི་མིང་གཅིག་ཡོད་པ་དེ་གང་ཡིན་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་དམ། **དེ་ལ་བརྒྱུད་ལམ་** (Media) ཟེར་གྱི་ཡོད།

སློབ་ཚན་འདིའི་ནང་ང་ཚོས་བརྒྱུད་ལམ་གྱི་སྐོར་ལ་སྤྱོད་རྒྱ་ཡིན། ཁྱེད་ཀྱིས་བརྒྱུད་ལམ་ཞིག་བཟོ་ཆེད་དགོས་མཁོ་གང་དགོས་མིན་དང་། དེས་ན་རྒྱུན་ང་ཚོའི་མི་ཚེའི་ནང་ཤུགས་རྒྱུན་གྱི་རེ་ཐབས་ཀྱི་ཡོད་མེད་སོགས་ཀྱི་སྐོར་ལ་སྤྱོད་རྒྱ་ཡིན།

བརྒྱུད་ལམ་ཟེར་ན་ཁྱེད་ཀྱི་སློབ་གྲྭའི་ཁྲིམ་འདུས་ཀྱི་ཚུལ་ཁང་ནས་བཟུང་བརྒྱུད་ལམ་མིན་ནང་གི་ལེ་ཚན་སོགས་**འབྲེལ་ལམ་** (Medium) མཐའ་དག་ལ་གོ་དགོས། དེའི་ནང་མི་པན་ཚུན་ཁ་པར་གྱི་འབྲེལ་ལམ་དང་། སྤྱད་གོང་གི་གསར་འགྱུར་སོགས་མདོར་ན་ང་ཚོས་པན་ཚུན་འབྲེལ་བ་བྱེད་ས་ཡོད་ཆད་ལ་བརྒྱུད་ལམ་ཟེར། ཡང་བརྒྱུད་ལམ་མིན་དང་། གསར་འགྱུར།

ཚོགས་ཤོག་སོགས་ཀྱིས་ཡུལ་གྲུ་འདྲ་མིན་གྱི་མི་འབོར་ས་ཡ་མང་པོར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས་བརྒྱུད་ལམ་དེ་ལ་**རྒྱ་བྱེད་ལམ་** (Mass media) ཟེར།

ཚིག་གསུམ་

བརྒྱུད་ལམ། - Media

རྒྱ་བྱེད་ལམ། - Mass Media

བརྒྱུད་ལམ་ - Television

པར་སྤྱོད་བརྒྱུད་ལམ། - Print Media

སྟོན་འཕྲུལ་བརྒྱུད་ལམ། - Electric Media

འཕྲུལ་རིག་ - Technology

བརྒྱུད་ལམ་དང་འབྲུལ་རིག་ (Media and Technology)

ཁྱེད་ཀྱིས་བརྒྱུད་ལམ་མེད་པའི་མི་ཆེ་ཞིག་བསམ་ཐུབ་པམ། དེར་སང་སྤྱད་ཡོད་བརྒྱུན་འཕྲིན་ (Cable television) དང་དྲ་རྒྱ་ (Internet) རི་དར་བྱེད་ཆེན་པོ་ཡོད། བརྒྱུད་ལམ་དེ་ཆོ་གསར་གཏོད་བྱས་ནས་མི་ལོ་སྤྱུང་ཅུ་ཙམ་ལས་ཕྱིན་མེད་ཀྱང་འབྲུལ་རིག་ལ་འབྲུར་བ་འགོ་བཞེས་ཡོད། རྒྱ་བྱེད་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་གིས་མི་ཉ་ཅང་མང་པོའི་སར་བྱེད་ཐུབ་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་འབྲུལ་རིག་འདྲ་མིན་མང་པོ་བཅུད་སྤྱད་པས་ཡིན། ཆོག་སྐད་པར་དང་། བརྒྱུན་དེབ་ (Magazine) ཁག་ལ་པར་སྤྱད་བརྒྱུད་ལམ་ (Print Media) ཟེར། བརྒྱུན་འཕྲིན་དང་། རྒྱུད་འཕྲིན་ཁག་ལ་སློབ་འབྲུལ་བརྒྱུད་ལམ་ (Electronic Media) ཞེས་མིང་མི་འདྲ་བ་འདོགས་དགོས་དོན་ནི། བརྒྱུད་ལམ་གྱིས་འབྲུལ་རིག་མི་འདྲ་བ་བཅུད་སྤྱད་བྱས་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིན།

པར་རིས་དེ་ཆོས་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་གིས་བཅུད་སྤྱད་བྱས་པའི་འབྲུལ་རིག་ལ་འབྲུར་བ་ཕྱིན་པ་ཉ་གོ་ཐུབ།



༡༩༣༠-༡༩༥༠



༡༩༥༠-༡༩༦༠



༡༩༦༠-༡༩༩༠



༡༩༩༠-༢༠༠༠



༢༠༠༠-༢༠༡༠



༢༠༡༠

པར་རིས། ༢༡་༡

དེར་དུས་ཀྱི་འབྲུལ་རིག་ (Technology) དང་། འབྲུལ་ཆས་ (Machines) ལས་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་རྒྱ་བྱེད་ཆེ་རུ་ཕྱིན་ཡོད་པ་མ་ཟད། དེའི་ནང་གི་སྤྱད་དང་བརྒྱུན་གྱི་སྤྱུས་ཀ་ཡང་ཡག་ཏུ་ཕྱིན་ཡོད། འབྲུལ་རིག་གིས་དེ་ལས་ལྷག་པའི་རང་ཉིད་ཀྱི་འཆོ་བའི་ནང་གི་བསམ་སྒྲོག་གཏོད་སྤྱོད་སྤྱུས་ལ་ཡང་འབྲུར་བ་བཏང་ཡོད། དཔེར་ན། དེར་སང་ང་ཆོས་བརྒྱུན་འཕྲིན་མེད་པའི་འཆོ་བ་ཞིག་རོལ་དཀའ་ཙམ་ཡོད། བརྒྱུན་འཕྲིན་གྱིས་ང་ཆོ་གོ་ལ་ཆེན་པོ་འདིའི་ནང་གི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཡིན་པ་ཆོར་ཐུབ་

ཁྱེད་ཀྱིས་ཤེས་སམ།



འོན་ཏེ་ལོ་གི་ རྟེན་འཇུག་ (Joh L. Baird) རི་སི་ཀོའི་ལེ་རྒྱལ་ཡི་ཨིན་ཇི་ཡི་ཡར་ (engineer) ཞིག་ཡིན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༢༩ ལྷ་ ༡ ཆོས་ ༢༩ ཉིན་ཁོང་གིས་འཛེས་སྤྱོད་ནང་བརྒྱུན་འཕྲིན་གསར་གཏོད་མཛད་ནས་མི་མང་ལ་སྤྱད་འབྲུལ་ཞུས་ཡོད།



པར་བཅོས་ཡོད། བརྒྱན་འཕྲིན་ནང་གི་པར་རྣམས་འཁོར་སྐྱར་ (Satellite) དང་སྒྲིག་
སྒྱུད་ (Cable) བརྒྱན་ནས་རྒྱ་རིང་པོར་བསྐྱོད་ཐུབ་པ་དེས་ང་ཚོར་འཛམ་གླིང་ས་
ཕྱོགས་གཞན་གྱི་གསར་འགྱུར་དང་སློབ་དེད་པོའི་ལེ་ཆ་ལྷན་ཁྲུ་མེན་ཞིག་ལྟ་ཐུབ།
ཁྱེད་ཀྱིས་བརྒྱན་འཕྲིན་ནང་ལྟ་བཞིན་པའི་འགྲུལ་བརྒྱན་ (Cartoon) མང་ཆེ་བ་ནི་ཨ་
རི་དང་ཉི་ཉོར་ནས་བཅོས་པ་ཤིས་ལྟག་རེད།



པར་རིས། ༡༡་༣ ཆེད་བཟོས་ཐོར་བྱ་ལགས།



ཁ་སྤྱོད་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༢ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༥ ཉིན་ང་ཚོས་བོད་ནང་དུ་ན་གཞོན་
གཞས་པ་ཆེད་བཟོས་ཐོར་བྱ་ལགས་ཀྱིས་པོ་ཏ་ལའི་མདུན་ཐང་དུ་བོད་ཀྱི་བསྐྱར་སྤྱོད་
ཆེད་སྒྲུ་ལུས་མེར་སློབ་བཏང་བའི་གནས་ཚུལ་དེ་རྒྱ་གཞུང་གིས་གསང་བ་ག་ཆོད་
བྱས་ཀྱང་རྒྱ་གར་གཙོ་སྐྱོང་འཛམ་གླིང་ཡུལ་གྱི་གཞན་དུ་གྱུར་བའི་བོད་མི་ཚང་མས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཡོད་པ་མ་ཟད། བོད་མི་
ཚོས་གདུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་ཞུ་ཐུབ་ཡོད། དེ་བཞིན་ད་བར་བོད་མི་བརྒྱ་ཕྱག་གཅིག་དང་ཁྱེད་ལྷན་གིས་སྒྲུ་ལུས་མེར་
སློབ་བཏང་བ་ནི་འདས་པའི་ལོ་བཅུ་ཕྱག་ཁ་ཤས་ནང་སྒྲུ་ལུས་མེར་སློབ་གི་ལས་འགྲུལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཡིན་པ་སྤྱི་ཚོགས་
རིག་པ་བས་འགྲེལ་བཞེད་བྱས་ཡོད། རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་བརྒྱད་ལམ་ལ་སྤངས་འཛིན་རི་ལྟར་བྱས་ན་ཡང་། དེང་དུས་
འབྲུལ་རིག་ཡར་རྒྱས་ཆད་མཐོའི་ལོག་འཛམ་གླིང་ས་ཕྱོགས་གང་སར་རྒྱ་གཞུང་གིས་བོད་ཕྱོག་འཛིན་པའི་དྲག་གཞོན་དང་
གདུག་རྩལ་ཅན་གྱི་སྤྱོད་བྱས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་རྣམས་ཁྲབ་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

Official webtv station of Central Tibetan Administration

བརྒྱད་ལམ་དང་འགྲོ་གྲོན། (Media and Money)

རྒྱ་ཁྲབ་བརྒྱད་ལམ་གྱིས་བེད་སྤྱད་པའི་འབྲུལ་རིག་མི་འབྲ་བ་རྣམས་ལ་འགྲོ་གྲོན་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡིན། དཔེར་ན།
གསར་འགྱོད་པ་སྤྱོད་པའི་བརྒྱན་འཕྲིན་སྒྲིག་སྒྱུར་ཁང་ (T.V Studio) ལྟ་བུར་ཆ་བཞག་ན། དེར་དགོས་མཁོ་ཆེ་པའི་སྒྲིག་
དང་། བརྒྱན་ལེན་པར་ཆས་ (Video camera) སྒྲུ་འདུག་ (Recorder) འཁོར་སྐྱར་ཁྲབ་གདལ་ (Transmission Satellites)
སོགས་ནི་རིན་པོ་དེ་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡིན།

གསར་འགྱུར་སྒྲིག་སྒྱུར་ཁང་དུ་སྟན་སྒྲོན་པ་ (News Reader) ཙམ་མིན་པར་དེ་དང་ལྟན་དུ་རྒྱུང་སྤྱོད་ (Broad-
cast) ཁྱེད་མཁན་གྱི་ལས་ཁྱེད་དང་། དེ་བཞིན་བརྒྱན་ལེན་
མཁན་དང་སྒྲིག་གི་ལས་ཀ་ཁྱེད་མཁན་ཆང་མར་སྒྲ་ཆ་
སྤྱོད་དགོས།

གོང་དུ་བཞེད་པ་བཞིན་རྒྱ་ཁྲབ་བརྒྱད་ལམ་གྱི་
འབྲུལ་རིག་རྣམས་ཡང་ཡང་འགྱུར་བ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་



པར་རིས། ༡༡་༣ བོད་ཀྱི་བརྒྱན་འཕྲིན་ཁང་གི་བརྒྱན་ལེན་པར་ཆས།

པས་དུས་སྐབས་སོ་སོའི་འབྲུལ་རིག་གསར་པ་ནམས་ཉོ་དགོས་སྐབས་འགྲོ་སོང་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེའི་
ཤྱེན་པས་རྒྱ་བྱུང་བརྒྱུད་ལམ་གྱི་ལས་ཀ་འབྲུབ་པར་དཔུལ་ཕོན་ཆེན་གྱི་དགོས་མཁོ་ཡོད། དེར་བརྟེན་བརྒྱུད་ལམ་
བརྒྱུད་ལམ་ཁག་དང་། གསར་ཁང་པལ་ཆེ་བ་ཆོང་ཁང་ཆེ་ཁག་གི་ཆ་ལས་སུ་ཚུད་ཡོད། ཁོང་ཆོའི་ཡོང་འབབ་གཙོ་བོ་
ནི་མོ་ཁ་དང་། གྲོན་གོས། ཁ་པར་སོགས་**བྱུང་བསྐྱབས་** (Advertisement) གྲས་པ་ལས་ཡོང་གི་ཡོད། བྱིད་ཀྱིས་ནམ་
རྒྱུན་བརྒྱུད་ལམ་སྐབས་བྱུང་བསྐྱབས་གཅིག་ཡང་ཡང་
ལྟ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དེ་ཡིན།

བརྒྱུད་ལམ་དང་མང་གཞི།

(Media and Democracy)

ཆོག་གསར་

འཕོར་སྐར་བྱུང་བ་གདལ་ - Transmission Satellite

སྟན་སྟོན་བ་ - News Reader

ས་ཡིག་བསྐྱུ་རུབ་ཀྱི་ལས་འགུལ་ - Signature Campaign

སྤྱི་སྟོན་སྟན་ཐོ་ - Balance Report

སྤངས་འཛིན་ - Censorship

མང་གཙོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་ནང་བརྒྱུད་ལམ་གྱིས་རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་ཚུལ་མཁོ་སྤྲོད། གནད་
དོན་གྲོས་བསྟར་བྱེད་པའི་ལས་
འགན་གལ་ཆེན་ཞིག་སྤྱུབ་ཀྱི་
ཡོད། གནས་ཚུལ་དེ་དག་ལ་
བརྟེན་ནས་མི་མང་གིས་གཞུང་
གི་འགྲོ་ལུགས་ཤེས་སྤྱོད་པ་
སོགས་ཡོང་གི་ཡོད། སྐབས་
རེར་གནས་ཚུལ་དེ་གཞིར་
བརྒྱུད་ནས་རང་གི་འདོད་སྤྱོད་མི་



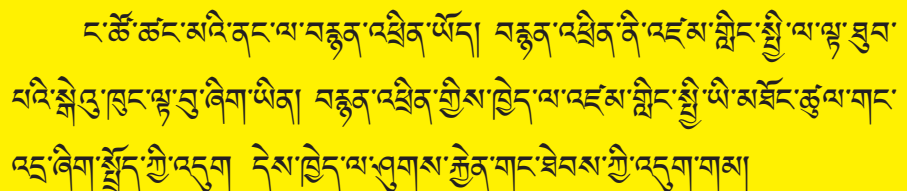
པར་རིས། ༡༡་ཙ ཆོག་པ་པར་འདྲ་མི།

ཁངས་པ་དང་མི་འཆོམ་པའི་གནས་སྤངས་ཡོང་ཆེ་ཡིག་ཐོག་ནས་**སྟན་ཐོ** (Petitions) དང་། **ས་ཡིག་བསྐྱུ་རུབ་ཀྱི་ལས་**
འགུལ་ (Signature Campaign) སོགས་སྤེལ་ཏེ་གཞུང་གི་ལས་འཆར་ཁག་ཅིག་ལ་མི་མང་གིས་ངོ་རྒྱུས་ཡང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

བརྒྱུད་ལམ་གྱི་ལས་འགན་གཙོ་བོ་གནས་ཚུལ་མཁོ་སྤྲོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་སྐབས། ག་དུས་ཡིན་ཡང་གནས་ཚུལ་དེ་
ནམས་སྤྲོགས་སུ་མ་སྤྱད་བར་བདེན་དང་ཐལ་ཆ་མེད་པར་སྤྱི་སྟོན་སྟན་ཐོ་དགོས་གལ་ཆེ། གལ་ཏེ་བྱིད་ཀྱིས་ཀྱང་
གནས་ཚུལ་ཞིག་གི་སྒྲིབ་ཤེས་འདོད་ན་གསར་འགྱུར་གཅིག་རང་ལ་མི་ལྟ་བུར་གསར་ཁང་མི་འདྲ་བ་མང་པོའི་སྟན་ཐོར་
སྤྲོད་དགོས་རྒྱ་ཏེ་ཅང་གལ་ཆེ། དེ་ལས་བྱིད་ཀྱི་སྤྱི་སྟོན་སྟན་ཐོ་ཞིག་ཏེ་གོ་བྱུང་། **སྤྱི་སྟོན་སྟན་ཐོ** (Balance Re-
port) ཟེར་ན་གནད་དོན་གཅིག་ལ་སྤྲོགས་ཆང་མའི་གནས་ཚུལ་བསྐྱུ་རུབ་བྱས་ཏེ་གཙོ་བོ་སྤྲོག་པ་སོ་ནམས་ལ་ཐག་གཅིད་

[illegible]

མོད་ནང་རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་ཆོད་མཐོའི་འབྲུལ་རིག་གི་ལམ་ནས་མཁྱེགས་འཛིན་གྱི་
 མིང་བྱས་ལག་བསྟར་བྱས་པར་མི་མང་གི་སེམས་ཁམས་དང་མོད་མི་ཆོའི་འཆོ་བའི་ཐད་དམིགས་བསལ་གྱི་སྟངས་འཛིན་
 དང་། ལྷོན་གྱི་དོགས་ཐོན་བྱས་པར་བརྟེན་ཆེད་དམ་བསྐྱལ་མ་ཆེ་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་བསྐྱེད་རྒྱུར་འབད་བཅོན་ཁྱེད་བཞིན་
 ཡོད། ཁོང་ཚོས་མོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁྱོན་ཡོངས་སུ་འགྲོ་སོང་སོན་ཆེན་བཟང་སྟེ། མོད་ཆོམ་ཁ་གསུམ་དང་ཆོས་བརྒྱད་བྱལ་
 མཐའ་ཁག་གི་དབར་མཐུན་སྤྱིལ་དང་དམ་ཚིག་ཉམས་སྟངས། བརྒྱད་ལམ་ཁག་ཏུ་ཁྱེད་མི་དག་པའི་འཁྱེག་བཤད་དང་
 རྒྱན་སྤྱིལ་གི་གནས་ཚུལ་ཆོད་ལས་བཀལ་བ་བརྒྱད་སྟེལ་ཁྱེད་བཞིན་ཡོད།



ལེ་ཆ་ན་བཀོད་སྒྲིག (Setting agendas)

བརྒྱད་ལམ་གྱིས་གནད་དོན་ཅི་འདྲ་ཞིག་བཀོད་སྒྲིག་བྱེད་མིན་ནི་ཉ་ཅང་གནད་འགག་ཅིག་ཆགས་ཡོད། དཔེར་ན། བྱེད་ཀྱི་སློབ་གྲུལ་ཁྲིམ་འདུས་ཉིན་མོའི་གནས་ཚུལ་གསར་འགྱུར་ནང་འགོད་ཁག་པོ་རེད། འོན་ཀྱང་སྒྲན་གྲགས་ཅན་གྱི་ལྷན་མོ་འཁྲབ་མཁན་ཞིག་སྒྲིམ་གྲོན་དུ་གདན་འདྲེན་ཞུས་ཡོད་ན། དེ་ནི་གསར་འགྱུར་ནང་བཀོད་སྒྲིག་བྱེད་རེས་རེད། དེར་བརྟེན་བརྒྱད་ལམ་གྱིས་གནས་ཚུལ་གྱི་གྲགས་པ་ཅིག་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་སྒྲུངས་ཀྱིས་ང་ཚོའི་བསམ་སྒྲོན་དང་། ཚོར་སྣང་། བྱེད་སྒྲུངས་བཅས་ལ་བྱེད་པར་ཆེན་པོ་བཟོ་ཡི་ཡོད་པས། མང་གཙོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཀ་བ་བཞི་བར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། །



- ལྷན་དུ་ང་ཚོས་ལྷན་འཛིན་དང་། བརྒྱན་འཛིན། ཆགས་པར། དུ་ཆུ་སོགས་འབྲེལ་ལམ་དང་བྲིལ་བསྒྲགས་བྱེད་སའི་ཐབས་ལམ་འདྲ་མིན་ཡོད་པ་ལས་སྤྱི་བྱེད་ཀྱི་མིང་གཅིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་བརྒྱད་ལམ་ཟེད།
- ལྷན་འཛིན་དང་། བརྒྱན་འཛིན། ཆགས་པར་བཅས་ནི་འཛམ་གླིང་གི་མི་ས་ཡ་མང་པོའི་སར་བྱེད་སྒྲུང་བའི་དབང་གིས་དེར་ཆུ་བྱེད་ལམ་ཟེད།
- ཆགས་པར་དང་། བརྒྱན་དེབ་ཁག་ལ་བར་སྐྱོན་བརྒྱད་ལམ་ཟེད།
- བརྒྱན་འཛིན་དང་། ལྷན་འཛིན་ཁག་ལ་སློབ་འཕྲུལ་བརྒྱད་ལམ་ཞེས་ཟེད།
- ཆུ་བྱེད་ལམ་གྱིས་བེད་སྤྱད་པའི་འབྲུལ་རིག་མི་འདྲ་བ་རྣམས་འགྲོ་བྱོན་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད།
- སྤྱི་སྒྲུལ་གྱི་སྒྲན་ཐོ་ཟེར་ན་གནད་དོན་གཅིག་ལ་སྤྱོད་ཆང་མའི་གནས་ཚུལ་བསྐྱེད་པུ་བྱས་ཏེ་གཙོ་བོ་སློབ་པ་པོ་རྣམས་ལ་ཐག་གཅོད་ཆེད་འཛོག་གི་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཟེད།



༡༥ གཤམ་གྱི་དྲི་བ་རྣམས་ལ་ལན་མདོར་བསྐྱུས་རེ་བྲིས།

༡༥ བརྒྱད་ལམ་ཟེར་ན་གང་ལ་གོ་དགོས་སམ།

༡༥ བརྒྱད་ལམ་དང་ཆུ་བྱེད་ལམ་དབར་ལ་བྱེད་པར་གང་ཡོད་དམ།

- ༣། རྒྱ་བྱུང་བ་བརྒྱུད་ལམ་གྱིས་བཅུད་སྤྱད་པའི་འབྲུལ་རིག་མི་འབྲུག་གི་འཕྲུལ་ལྷན་པ་གང་དང་གང་ཡོད།
- ༤། སྐབས་རེར་རང་གི་འདོད་ཆོལ་ཁེངས་པ་དང་མི་འཚམས་པའི་གནས་སྐབས་ཡོང་ཆེ་གཞུང་ལ་ངོ་རྒྱུ་གི་རྣམ་པ་གང་འབྲུག་ནས་སྟོན་དགོས་སམ།
- ༥། བརྒྱུད་ལམ་གྱིས་གནས་ཚུལ་མཐོ་སྤྱད་བྱེད་པའི་སྐབས་ལས་འགན་གཙོ་བོ་གང་དང་གང་ཡོད་ལ་འཇགས་དགོས་སམ།
- ༦། སྤྱི་སྟོན་གྱི་སྟུན་ཐོ་ཟེར་ན་གང་རེད།

ཁ། བསམ་སློབ་བཏང་སྟེ་བྲིས།

- ༡། རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་ཚད་མཐོའི་འབྲུལ་རིག་ལ་སྤར་ལས་ལྷག་པའི་དམ་བསྐྱུགས་དང་སྐབས་འཛིན་ནན་བོ་བྱེད་དགོས་དོན་གང་ཡིན།
- ༢། བརྒྱུད་ལམ་གྱིས་གནད་དོན་ཅི་འདྲ་ཞིག་བཀོད་སྤྱོད་བྱེད་མིན་གྱིས་ང་ཚོའི་འཚོ་བའི་ནང་ཤྱགས་སྟེན་ག་རེ་ཐེབས་གི་ཡོད།
- ༣། གང་འབྲུག་ནས་བརྒྱུད་འཕྲིན་གྱིས་ང་ཚོ་གོ་ལ་ཆེན་པོ་འདིའི་ནང་གི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཡིན་པ་ཆོར་ཐུབ་པར་བཞེས་ཡོད།
- ༤། བྱེད་གྱིས་བོད་ནང་གི་དེང་སང་གི་གནས་ཚུལ་ཇི་སྟེར་ཤིག་ཐུབ་གི་འདུག་གམ།
- ༥། བརྒྱུད་འཕྲིན་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་དང་། གསར་ཁང་པམ་ཆེ་བ་ཆོང་ཁང་ཆེ་ཁག་གི་ཆ་ཤས་སུ་ཚུད་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ།



ག། འོས་འཚམས་གྱིས་ལན་འདེམས་དགོས།

- ༡། ཚོགས་པར་དང་། བརྒྱུད་དེབ་ཁག་ལ་.....ཟེར།
- ༡) པར་སྐྱེན་བརྒྱུད་ལམ། ༢) མྱོག་འབྲུལ་བརྒྱུད་ལམ། ༣) རྒྱ་བྱུང་བརྒྱུད་ལམ།
- ༢། བརྒྱུད་འཕྲིན་དང་། རྒྱུད་འཕྲིན་ཁག་ལ་.....ཟེར།
- ༡) པར་སྐྱེན་བརྒྱུད་ལམ། ༢) མྱོག་འབྲུལ་བརྒྱུད་ལམ། ༣) རྒྱ་བྱུང་བརྒྱུད་ལམ།

༣། འགྲུལ་བརྟན་མང་ཆེ་བ་ནི་.....བཅོས་པ་ཤ་སྟག་རེད།

ཀ) ཨ་རི་དང་ཉི་ཏོང་།

ཁ) རྒྱ་གར་དང་རྒྱ་ནག་

ག) ཨུ་རུ་སུ་དང་ཨིན་རི།

༤། གསལ་འགོད་པས་གནས་ཚུལ་འབྲི་སྐབས་.....གལ་ཆེ་ཤོས་ཡིན།

ཀ) ཁྱབ་བསྐྱབས།

ཁ) དྲང་བཤེན།

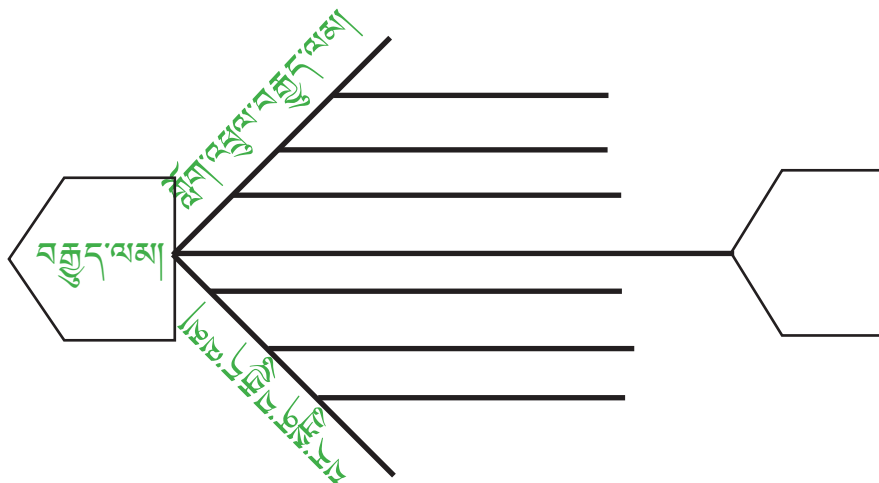
ག) སློབ་སྒྲུབ་བྱེད།

ང་། བྱེད་སྒྲུབ་

༡། བྱེད་ཀྱིས་རྒྱན་དུ་གནས་ཚུལ་མཁོ་སྦྱབ་བྱ་ཆེད་བརྒྱད་ལམ་མང་ཤོས་གང་མེད་སྟོང་གཏོང་གི་ཡོད། དེ་གཏོང་
དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན།

༢། ང་ཚོའི་འཆོ་བའི་ནང་བརྒྱད་ལམ་ལ་དགེ་སྟོན་གང་ཡོད་ཐོས་བསྐྱར་གྱིས།

༣། བྱེད་ཀྱིས་གྲང་སྐར་མེད་ཉ་རུས་དཔེ་རིས་ཤིག་གིས་ཉེ་སྟོན་འཕྲིན་བརྒྱད་ལམ་དང་པར་སྐྱོན་བརྒྱད་ལམ་གང་དང་
གང་ཡོད་མེད་ཐོས་བསྐྱར་བྱས་ནས་འབྲི་དགོས།



ས་གནས་མིང་གཞུང་།

༢༡། །ང་ཆོས་འཛིན་གྱི་ཐུག་པའི་སློབ་དེབ་ནང་མང་གཙོའི་སྲིད་གཞུང་གིས་ལས་དོན་ཁག་ལེགས་གྲུབ་ཡོང་སླད་འཛིན་
སློང་གི་རིམ་པ་མི་འབྲ་བ་ཁག་ལ་དབྱེ་ཡོད་པའི་སློང་བསྐྲགས་ཡོད། སློབ་ཆན་འདིའི་ནང་ང་ཆོས་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་ས་
གནས་འཕུས་ཆོགས་ཀྱི་སློང་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་ས་གནས་སྲིད་གཞུང་གཉིས་ཀྱི་འཕུས་མིའི་འོས་ཤོག་ཁོང་ཆོའི་ལས་འགན་
བཅས་ཀྱི་སློང་ལ་ཕྱད་རྒྱུ་ཡིན།

ཕྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དགོངས་བཞེད་ལྟར་བོད་མིའི་སྤྱི་ག་འཛུགས་ནང་སྲིད་ལས་
 བྱངས་བརྒྱད་བཅན་གྱོལ་དུ་གྱུར་བའི་རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་དུ་ཡོད་པའི་བཅན་གྱོལ་བོད་མིའི་སོ་ནམ་གཞིས་ཆགས་ཁག་
 ༥༦ ཡོད་ལ། དེར་འཛིན་སྐྱོང་བྱེད་མཁན་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལས་ཁྲུང་ས་དང་། ལས་དོན་ལ་སྟངས་འཛིན་གནང་མཁན་
 ས་གནས་པལ་ཆེ་བར་ས་གནས་འབྲུས་ཆོགས་ཡོད།

ལྷ་ལོ་འགན་འཁུའི་རེད།

སྒོ་བོ་ཀླུ་ལགས། བྱིད་ཀྱི་ཞིང་ས་མི་གཞན་གྱིས་ཉམ་
བ་བྱས་འདུག ཉ་ལམ་སུ་ཏུ་བཞི་མ་ (sq ft) བཅུ་
ཅམ་བཟེས་ཡོད་པ་འདྲ།



ད་ཡིན་ན་དཔེ་བསགས་སོང་།
 ཐབས་ཤེས་གང་ཡོད།

གནད་དོན་དེ་ང་ཚོའི་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལ་ཁྱས་ན་ཉག་ཉག་རེད།

ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལས་བྱེད་པ་ལ།

སྤྱི་ལོ་ལགས། དེད་ཆན་ཆོན་གཉིས་ལོན་ཆས་པས་
ཞིང་ལས་བྱེད་མ་ཐུབ་པར་ལོ་འགའ་ཤས་ཕྱིན་
སོང་། དེ་རིང་སྤྱབས་མ་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་ངའི་ས་ཞིང་
མི་གཞན་གྱིས་ཉམ་ཟ་བྱས་འདུག བྱིད་གྱིས་ཐུག་
རོགས་ཤིག་གཞན་རོགས།



སྤྱི་ལོ་ལགས། གཞན་དོན་དེ་ཆོག་ཟ་ཆེན་པོ་རེད།
ངས་ལམ་སང་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད།
གནས་ཚུལ་དེ་ངས་ས་གནས་འཐུས་ཚོགས་ལ་གོ་
སྤང་ཁྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་།

ས་གནས་འབྲུས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་འདུར།



ངས་ཤེས་ཆོག་སྤྱང་བར་གཞིགས་
ན། ང་ཆོའི་སོན་མ་པ་ཆོས་ཞིང་ས་མ་
བཏབ་པར་ཡུན་རིང་བཞག་པའི་ཆུན་
གྱིས་དཀའ་ངལ་དེ་འཕྲད་ཀྱི་ཡོད།

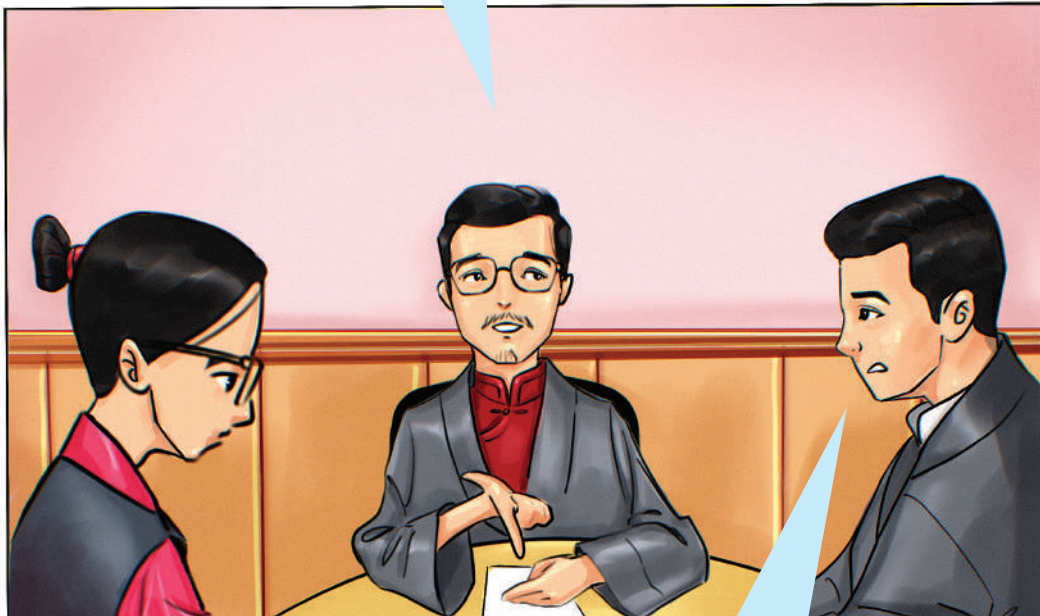
ང་ཆོའི་ཁྱོད་ཆོའི་སྤྱི་ལོ་ལགས་ཀྱི་ས་ཞིང་མི་གཞན་གྱིས་ཉམ་
ཟ་བྱས་འདུག གཞན་དོན་དེའི་རིགས་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་
འཕྲད་བཞིན་འདུག དེའི་ཐད་ལ་འཐུས་མི་ཆོས་དཀའ་
ངལ་མེད་ཐབས་ཀྱི་དགོངས་ཚུལ་གསུང་རོགས།

རེད། ངས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཐོས་ཀྱིས་བྱུང་། འོན་ཀྱང་སོ་ནམས་པ་མང་སོའི་ནང་གྱུ་སྤྱུག་མེད་པ་དང་། གན་གློན་གཉིས་ཀ་
ལོ་ན་མཐོ་བས་ཞིང་ས་འདེབས་ལས་སྤྱོད་ཐབས་མེད་པས། ས་ཞིང་མ་བཏབ་པར་ལྷག་པ་རེད།



འཇུས་མི་ཁ་ཤས་ནས་གསུངས་པ་གཞིར་བཟུང་། ས་གནས་འགོ་འཛིན་
ལས་ཁུངས་བརྒྱུད་ནང་སྤྱོད་ལས་ཁུངས་ལ་ཁྱེད་ལྟར་འབྲུལ་རྒྱུ་དེ་རེད།

ཞིང་འདེབས་མ་སྤྱོད་པ་དེ་དག་འཇུག་ཐོ་མ་རེད། ང་ཚོ་
རྒྱ་གར་ནང་སྤྱོད་པ་བཅོལ་དུ་འབྱོར་ནས་ལོ་རྒྱུ་བཅུ་ལྷག་
ཕྱིན་འདུག་ཀྱང་། ས་ཞིང་བདག་དབང་ལ་ཁྲིམས་ཐོག་ནས་
ཡིག་ཆ་མེད་པས་ཡིན།



རེད། འཇུས་མི་རྣམས་པས་གསུངས་པ་བདེན་པ་རེད། སོ་ནམས་པ་དེའི་ནང་མིས་ཐོགས་མ་གཏོང་འདོད་ཡོད་ཀྱང་། ཁྲིམས་དང་སྤྱིག་གཞིའི་འོག་ནས་གཏོང་སྤྱོད་
མེད། དེར་བརྟེན་ས་ཞིང་སྤྱོད་པར་ལུས་ནས་དེ་རིང་གི་གནས་ཚུལ་ཅུ་མ་མ་རེད། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་ཚུལ་མང་སོའི་འབྲུག་ཡོད། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་ས་ཆའི་
བདག་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་ཁྲིམས་ཡིག་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་དགོས་ན་ང་ཚོར་ཐབས་ཤིས་མེད། དེ་ནི་ནང་སྤྱོད་ལས་ཁུངས་སུ་ཁྱེད་ལྟར་གྱུ་སྤྱུག་ལེགས།

ཀྱུན་དགའ་ཐོལ་འཛུགས་པ་དང་དབྱུགས་ཉལ་གྱིན། ཉལ་གྱིན།

ས་གནས་འཕུས་མི་ཟེར་ན་སྤྱི་རེད་དམ།

ཁྱེད་ཀྱིས་གོང་གི་སྒྲུང་དེ་སློབ་པའི་སྐབས་མི་མང་གི་སྤྱི་ཚབ་
བྱེད་མཁན་གྱི་མི་སྣ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་མཐོང་བྱུང། མི་སྣ་དེ་ཆོ་
ས་གནས་སོ་སོའི་མི་མང་གིས་འདེམས་ཀྱིས་པའི་འཕུས་མི་
ཡིན་པས་ཁོང་ཆོར་ས་གནས་འཕུས་མི་ཟེར། བཅན་བྱོལ་བོད་མིའི་
བཅའ་ཁྲིམས་ནང་འཁོད་ལྟར་ས་གནས་འཕུས་མིའི་གྲངས་ཚད་ནི་
ས་གནས་ཆེ་ཆུང་ལ་གཞིགས་པའི་ཆོག་མི་གྲངས་ ༣༥ ལས་
མི་བཞུལ་བ་དང་། ༥ ལས་མི་ཉུང་བའི་འདེམས་སྒྲུབ་གིས་
དངོས་གཞི་འདེམས་སྐབས་འདེམས་གྲངས་ཅེ་བཏོག་གིས་བསྐོ་
གཞག་བྱེད་པ་དང་། ལས་ལུན་ལོ་གསུམ་ཡིན།

Sr.no

ཆུག་ ༡༡ རྣམས་ས་གནས་འཕུས་མིའི་སྤྱི་འཛུགས་འགོ་བཙུག་པའི་འགོ་བཙུག་གི་ཀྱུན་དགའ་ཐོལ་འཛུགས་པ་
(Local Tibetan Assembly Dharamshala Preliminary Election Form)

མང། Sr.no	མི་དཔྱད་མིང་། Name/Surname	འབྲུག་ Native origin	དུ་བཞུགས་ཀྱི་འདུག་གསལ་ Present Residence	དུ་བཞུགས་ཀྱི་འདུག་གསལ་ Present or former occupation
༠༡				
༠༢				
༠༣				
༠༤				
༠༥				
༠༦				
༠༧				
༠༨				
༠༩				
༡༠				
༡༡				
༡༢				
༡༣				
༡༤				
༡༥				

ཆོག་མི་མང་གི་སྤྱི་འཛུགས་ཀྱི་འགོ་བཙུག་པའི་འགོ་བཙུག་གི་ཀྱུན་དགའ་ཐོལ་འཛུགས་པ་
འགོ་བཙུག་པའི་འགོ་བཙུག་གི་ཀྱུན་དགའ་ཐོལ་འཛུགས་པ་
Election commission
DHARAMSHALA(Kangra)

ས་གནས་འཕུས་ཆོག་གསུང་པ།

ས་གནས་འདེམས་བསྐྱེད་པའི་འགོ་བཙུག་གི་ཀྱུན་དགའ་ཐོལ་འཛུགས་པ་

ས་གནས་འཕུས་ཆོག་གསུང་པའི་ས་གནས་ཀྱི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱི་གཞི་གཞི་བཟོ་འགོ་དང་། གཏན་འབེབས་བྱ་
རྒྱུའི་འགན་དབང་ཡོངས་རྒྱ་ཆོག་གསུང་པའི་ས་གནས་འཕུས་མིའི་ཆོག་གསུང་པ་ཡོད། འོན་ཀྱང་མཐའ་མའི་གཏན་འབེབས་མ་བྱས་
གོང་ས་གནས་འགོ་འཛིན་དང་། འགོ་འཛིན་ལས་རོགས་ལ་གོ་བསྐྱེད་བྱེད་དགོས།

ས་གནས་འགོ་འཛིན་ཟེར་ན་སྤྱི་རེད་དམ།

དབྱུགས་ནས་བསྐོ་གཞག་གམ་ས་གནས་མི་མང་གིས་འདེམས་ཀྱིས་པའི་ས་གནས་དེ་གའི་འཛིན་སྐྱོང་གི་འགོ་
ཁྱེད་དེ་ལ་གོ་བ་དང་། ས་གནས་སོ་སོའི་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལས་དོན་བྱེད་སྐོར་ཆེ་སྤྱི་མཐའ་དག་ཆེས་མཐོའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ཁང་
ནས་བསྐྱེད་པའི་ཁྲིམས་ཞིབ་ལས་འཁུར་སོགས་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད།

ཁྱུ་ཁར་གྱི་མངའ་སྡེའི་སྲིད་གཞུང་།

ཁྱུ་ཁར་མང་གཞིའི་སྲིད་གཞུང་གི་འཛིན་སྐྱོང་དེ་ཡང་ས་གནས་སྲིད་གཞུང་ (Local Government) དང་། མངའ་སྡེའི་སྲིད་གཞུང་། (State Government) དབུས་གཞུང་ (Central Government) བཅས་རིམ་པ་གསུམ་དུ་བྱེ་ཡོད། ས་གནས་སྲིད་གཞུང་ནི་རང་གི་གནས་སྡོད་བྱེད་སའི་གོང་གསལ་བཅས་གོང་དལ་འཛིན་སྐྱོང་བྱེད་མཁན་དེ་ཡིན། མངའ་སྡེའི་སྲིད་གཞུང་ནི་ཁྱུ་ཁར་མངའ་སྡེ་གངས་ ༣༩ སོ་སོའི་འཛིན་སྐྱོང་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་གཞུང་དེ་ཡིན། དབུས་གཞུང་ནི་ཁྱུ་ཁར་རྒྱལ་ཡོངས་འཛིན་སྐྱོང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་རེད། དེ་རིང་ང་ཚོས་ཁྱུ་ཁར་མངའ་སྡེའི་གཞུང་གི་སྐོར་ལ་སྦྱོང་རྒྱ་ཡིན།

ཁྲིམས་བཟོ་ལྷན་ཚོགས། (Legislative Assembly)



ས་ཁ། ༡ ཧི་མ་ཅལ་སྡེའི་སྲིད་གཞུང་།

ཁྱུ་ཁར་གྱི་མངའ་སྡེ་ཚང་མའི་ནང་ཁྲིམས་བཟོ་ལྷན་ཚོགས་རེ་ཡོད། མངའ་སྡེ་སོ་སོའི་ཁྲིམས་བཟོ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྐྱོམ་གཞི་དེ་འོས་བསྐྱེད་ས་ཁུལ་ (Constituency) ལ་བཞག་དགོས། དཔེར་ན། ཁྲིད་གྲིས་ས་ཁུལ་ནང་གཞིགས་པ་བཞིན་ཁྱུ་ཁར་གྱི་མངའ་སྡེ་ཧི་མ་ཅལ་སྡེའི་སྲིད་གཞུང་། (Himachal Pradesh) ལྷ་ལུང་མཚོན་ན་འོས་བསྐྱེད་ས་ཁུལ་ ༤༩ ལ་བྱེ་ཡོད། འོས་བསྐྱེད་ས་ཁུལ་རེ་ནས་མི་མང་གིས་འོས་འཕངས་ཏེ་འོས་མང་ཤོས་ཐོབ་པའི་ཆབ་སྲིད་ཚོགས་པའི་འཕུས་མི་དེ་ཁྲིམས་བཟོ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མིར་ (Member of Legislative Assembly) ཟུང་ཡོད། ཁྲིད་གྲི་ཐུགས་སྦྱང་བྱུང་

ཡོད་ན་ཁྱུ་ཁར་གྱི་འོས་བསྐྱེད་སྐབས་འཕུས་མི་འདྲ་མིན་གྱིས་ཆབ་སྲིད་ཚོགས་པ་མི་འདྲ་བའི་མཚན་ཐོག་ནས་སྤྱི་ཚོགས་བྱེད་སློབ་ཡོད། འཕུས་མི་དེ་ཚོ་མངའ་སྡེའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་ཡིན།

མངའ་སྡེའི་སྤྱི་ཁྲབ་ཁྲོན་ཆེན་དང་ཁྲོན་ཆེན་གཞན། (Chief Minister and Ministers of States)

མངའ་སྡེའི་མི་མང་གིས་མངའ་སྡེའི་ཁྲོན་ཆེན་འདམས་བསྐོས་བྱེད་སྐབས་ནི། དཔེར་ན། ཧི་མ་ཅལ་མངའ་སྡེའི་ནང་ཆབ་

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༢ ལོའི་ཉི་མུ་ཅལ་ བུད་ལྔ་ཡི་ཁྲིམས་བཞུགས་ཕྱི་ཚོགས་བསྐྱེད་གྲུབ་འབྲས།

	ཆབ་སྲིད་ཚོགས་པ། (Political Party)	འོས་འདེམས་གྲུབ་བའི་ཚོགས་མི།
༡།	ཀོང་གྷེ་ཏེ་སི། (Indian National Congress)	༤༠
༢།	བེ་ཅེ་པི། (Bharatiya Janata Party)	༢༥
༣།	དུངས་རྒྱུང་པ། (Independents)	༣
༤།	ཁྲིན་བསྐྱོང་པ།	༤༩

ཆོག་གསལ་
གསལ་པོ་

ཁྲིམས་བཞུགས་ཚོགས་པ། - Legislative Assembly
འོས་བསྐྱེད་ས་ཁུལ། - Constituency
མང་མོས། - Majority
གཞུང་འཛིན་ཚོགས་པ། - Ruling Party
ཁ་གཏད་ཚོགས་པ། - Opposition Party
ཕྱི་ཁྲབ་སློན་ཆེན། - Chief Minister
མངའ་སྡེའི་སྲིད་སྐྱོང་། - Governor

ཕྱི་ཚོགས་པ་མང་པོ་ཡོད། ཀོང་གསལ་དཔེ་རིས་ནང་གསལ་བ་བཞིན་ཉི་མུ་ཅལ་མངའ་སྡེ་དེ་འོས་བསྐྱེད་ས་ཁུལ་ ༤༩ ལ་ཕྱེ་ཡོད་པ་ལས་ཀོང་གྷེ་ཏེ་སི་ཆབ་སྲིད་ཚོགས་པ་འོས་ ༤༠ ཐོབ་ཡོད།

ཆབ་སྲིད་ཚོགས་པ་གཅིག་ལ་འོས་བསྐྱེད་ས་ཁུལ་བརྒྱ་ཆ་ལྔ་བཅུ་ལས་ལྷག་པའི་འོས་ཐོབ་ཡོད་པ་དེ་ལ་**མང་མོས་** (Majority) ཟེད། མང་མོས་ཐོབ་པའི་ཆབ་སྲིད་ཚོགས་པ་དེ་

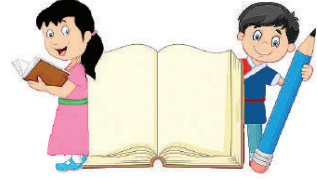
ལ་**གཞུང་འཛིན་ཚོགས་པ་** (Ruling Party) དང་། ཚོགས་པ་གཞན་ཞུས་པ་**ཁ་གཏད་ཚོགས་པ་** (Opposition Party) ཡིན། ད་ལྟོའི་འོས་བསྐྱེད་དེར་གཞིགས་ན་ཀོང་གྷེ་ཏེ་སི་ནི་གཞུང་འཛིན་ཚོགས་པ་དང་། བེ་ཅེ་པི་ནི་ཁ་གཏད་ཚོགས་པའི་ནང་གི་གཙོ་བོ་དེ་ཆགས་ཡོད།

འོས་བསྐྱེད་གྲུབ་རྗེས་ཁྲིམས་བཞུགས་ཕྱི་གཞུང་འཛིན་ཚོགས་པའི་ཚོགས་མིས་འགོ་ཁྲིད་གཅིག་བདམས་ནས་ཁོང་ནི་མངའ་སྡེའི་ཕྱི་ཁྲབ་སློན་ཆེན་ (Chief Minister) དང་། མངའ་སྡེའི་ཕྱི་ཁྲབ་སློན་ཆེན་གྱིས་སློན་ཆེན་གཞན་ཞུས་འདེམས་སྤོང་ཡོད། **མངའ་སྡེའི་སྲིད་སྐྱོང་** (Governor) གིས་མངའ་སྡེའི་ཕྱི་ཁྲབ་སློན་ཆེན་དང་སློན་ཆེན་གཞན་ཞུས་བསྐོས་གཞག་གཏང་གི་ཡོད། ཕྱི་ཁྲབ་སློན་ཆེན་དང་སློན་ཆེན་གཞན་ཞུས་པ་མངའ་སྡེའི་གཞུང་གི་**ལྷན་ཁང་** (Departments) གི་སྐྱེད་འཛུགས་ལུང་བཞེས་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ཁོང་ཚོར་སོ་སོའི་ལས་ཁུངས་ཁག་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད།

ཁྲིམས་བཞུགས་ཚོགས་པ་ (Legislative Assembly) ནི་ཁྲིམས་བཞུགས་ཕྱི་གཞུང་འཛིན་ཚོགས་པའི་ཚོགས་

མི་དང་ཁ་གཏད་ཚོགས་པའི་ཚོགས་མི་རྣམས་ལྷན་འཛོམས་ཀྱི་གནད་དོན་གོ་བསྐྱར་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། དེར་བརྟེན་ཁྱིམ་ས་
བཟོ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་ཁ་གསལ་ལ་འགན་ཁུར་གཉིས་ཡོད། ཁྱིམ་ས་བཟོ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མིའི་འགན་ཁུར་དང་
སློན་ཆེན་གྱི་འགན་ཁུར་བཅས་སོ། །

སློབ་ཆན།



ཀ) གསལ་གྱི་བྲི་བ་རྣམས་ལ་ལན་མདོར་བསྐྱུས་རེ་བྲིས།

- ༡། ས་གནས་འཕུས་མི་རྣམས་འོས་འདེམས་བྱེད་མཁན་སུ་ཡིན།
- ༢། ས་གནས་འཕུས་ཚོགས་ཀྱི་ལས་འགན་གང་དང་གང་ཡིན།
- ༣། ས་གནས་འགོ་འཛིན་གྱི་ལས་འགན་གང་དང་གང་ཡིན།
- ༤། རྒྱ་གར་གྱི་ཆབ་སྲིད་ཚོགས་པ་གཉིས་ཀྱི་མིང་བྲིས།
- ༥། ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་གཞུང་འཛིན་ཚོགས་པ་ཟེར།
- ༦། མངའ་སྡེའི་སྤྱི་ཁྱབ་སློན་ཆེན་དང་སློན་ཆེན་གཞན་རྣམས་བསྐོས་གཞག་བྱེད་མཁན་སུ་ཡིན།



ཁ) འགྲིག་མིན་ཏྲགས་ཀློང་།

- ༡། ས་གནས་མི་མང་གིས་འོས་འདེམས་བྱས་པའི་ས་གནས་འདི་གའི་འཛིན་སྐྱོང་འགོ་ཁྲིད་ལ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ཟེར།
- ༢། སློབ་ཤེས་ལགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་བརྒྱ་དཔོན་གྱིས་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཐུབ་ཡོད།
- ༣། རྒྱ་གར་ལ་མངའ་སྡེ་ ༢༩ ཡོད།
- ༤། མང་མོས་ཐོབ་པའི་ཆབ་སྲིད་ཚོགས་པ་དེ་ལ་ཁ་གཏད་ཚོགས་པ་ཟེར།
- ༥། མངའ་སྡེའི་སྤྱི་ཁྱོང་གིས་མངའ་སྡེའི་སྤྱི་ཁྱབ་སློན་ཆེན་དང་སློན་ཆེན་གཞན་རྣམས་བསྐོས་གཞག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ག) གྲོས་བསྐྱར་གྱིས།

༡། གཞིས་ཆགས་ཁག་ཏུ་ཞིང་ལས་བྱེད་མཁན་མང་དུ་བྱིན་ཡོད་དམ། ཉུང་དུ་བྱིན་ཡོད། རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ།

ང) བྱེད་སྒོ།

༡། ས་གནས་འཕུས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་འོས་བསྐྱེད་སྐྱད་ས་དང་། སློབ་གྲུའི་སྤྱི་བྱེད་ཆུ་བཞག་བདག་འདེམས་སྐྱད་ས་ལ་
བྱེད་སར་གང་ཡོད་དམ།

༢། བྱེད་ཀྱི་ས་གནས་ཀྱི་མངའ་སྡེའི་སྤྱི་བྱེད་སྒོ་ཆེན་གྱི་མིང་དང་གཞུང་འཛིན་ཚོགས་པ་སུ་ཡིན་དོས་འཛིན་གྱིས།

༣། འཕུས་མིས་མི་མང་གི་སྐྱེ་ཆབ་བྱས་ཏེ་གྲོས་ཚོགས་ནང་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་སར་དགེ་སྦྱོར་དོགས་གསུམ་
གྱི་བྱེད་སྒོ་སྤེལ།

དགེ།	སྦྱོར།	དོགས།

