



འབྲུག་གི་བཟའ་འཐུང་དང་ཟས་བཅུད་ ཉན་སྤང་གི་དབྱུས་ 2023 ཅན་མ།



སོ་ནམ་དང་སློ་ནོར་ལྷན་ཁག
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།
ཐིམ་ཕུག



དཔལ་ལྷན་འབྲུག་གཞུང་།



འབྲུག་གི་བཟའ་འཁུང་དང་ཟས་བཅུད་ཉིན་སྤྱང་སྤྱིད་བྱས་

༢༠༢༣ ཅན་མ།



སོ་ནམ་དང་སྒོ་ཞོར་ལྷན་ཁག

ཐིམ་ཕུག

དཀར་ཆ།

རྒྱལ་ཁབ་ལྟུང་ལ།	༡
དོན་སྤྱོད།	༩
གཞི་རྒྱུ་ལྟུང་ལ།	༤
ངེས་ཆེན། ལྟུང་ལྟུང་། དམིགས་ལྟུང་།	༥
ཐབས་ཤེས་ཅན་གྱི་བར་ཞུགས་སྤྱོད་བྱས་དང་ ཐབས་ལམ།	༩
ཐབས་ཤེས་ཅན་གྱི་བར་ཞུགས་སྤྱོད་བྱས་ ༡ བ།	༡༡
ཐབས་ཤེས་ཅན་གྱི་བར་ཞུགས་སྤྱོད་བྱས་ ༩ བ།	༡༡
ཐབས་ཤེས་ཅན་གྱི་བར་ཞུགས་སྤྱོད་བྱས་ ༩ བ།	༡༢
ཐབས་ཤེས་ཅན་གྱི་བར་ཞུགས་སྤྱོད་བྱས་ ༤ བ།	༡༣
ཐབས་ཤེས་ཅན་གྱི་བར་ཞུགས་སྤྱོད་བྱས་ ༥ བ།	༡༤
ཐབས་ཤེས་ཅན་གྱི་བར་ཞུགས་སྤྱོད་བྱས་ ༤ བ།	༡༥
ཐབས་ཤེས་ཅན་གྱི་བར་ཞུགས་སྤྱོད་བྱས་ ༧ བ།	༡༦
ཐབས་ཤེས་ཅན་གྱི་བར་ཞུགས་སྤྱོད་བྱས་ ༥ བ།	༡༧
ཐབས་ཤེས་ཅན་གྱི་བར་ཞུགས་སྤྱོད་བྱས་ ༩ བ།	༡༨
ཐབས་ཤེས་ཅན་གྱི་བར་ཞུགས་སྤྱོད་བྱས་ ༩ བ།	༡༩
ཐབས་ཤེས་ཅན་གྱི་བར་ཞུགས་སྤྱོད་བྱས་ ༡༠ བ།	༡༩
ཐབས་ཤེས་ཅན་གྱི་བར་ཞུགས་སྤྱོད་བྱས་ ༡༡ བ།	༡༩
སྤྱོད་བྱས་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་གི་ རིམ་སྒྲིག།	༢༠
ལྟུང་ལྟུང་དང་ དེ་ལྟུང་ལྟུང་།	༢༡
ལས་བྱེད་སྤྱོད་ཅན་གྱི་འཐབ་ལྟུང་།	༢༡

༡. རྒྱལ་ཁྲུང་སྤྱོད་

འབྲུག་གི་བཟའ་འཐུང་དང་ཟས་བཅུད་ཉེན་སྲུང་སྲིད་བྱུས་ ༢༠༡༤ ཅན་མ་འདི་ ད་ལྟོ་ཚུན་ཆོད་ སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་གོང་ འཕེལ་གཏང་ནི་ལུ་ གཞི་རྩ་ཅིག་སྤྱོད་བཞེད་ཡོད་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་ སྲིད་བྱུས་འདི་བསྐྱར་སྤྱོད་འབད་བའི་སྐབས་སུ་ གནད་ འགག་ཆེ་བའི་གོང་འཕེལ་གྱི་གནད་དོན་ དཔེར་ན་ བཟའ་འཐུང་ཉེན་སྲུང་དང་གསོ་བ་ ཟས་བཅུད་ དེལ་ས་ སློ་ཞོར་གོང་ འཕེལ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ཚུ་ ཡོངས་སུ་རྒྱུག་སེལ་སྤྱོད་ གསལ་བཏོན་འབད་མ་ཚུགས་པའི་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཡོད་པ་ཡིན། སོ་ནམ་ དང་སློ་ཞོར་གྱི་ལྷ་ནང་ མི་དང་རི་དྭགས་སེམས་ཅན་གྱི་འབྲེལ་འཛིང་ ཞིང་སྤོང་མང་སུ་སྤྱོད་ལུ་སྤྱོད་ནི་དང་ ལས་མི་མ་ལང་པའི་ གཞི་འཕེལ་གྱི་ གནམ་གཤིས་འཁྱུར་བ་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱུ་རྗེ་ ས་རུད་ཆད་ནི་ ལོ་ཐོག་ལུ་གཞི་འབྲེལ་བཏགས་ནི་ལ་ སོགས་པའི་གཞི་འཕེལ་ཚུ་གིས་ སོ་ནམ་གི་ལྷ་ལུ་ཉེང་སྐལ་གཞི་འཕེལ་ཡོད་པ་ཡིན། བསྐྱར་བཟོ་འབད་ཡོད་པའི་ བཟའ་འཐུང་ དང་ཟས་བཅུད་ཉེན་སྲུང་སྲིད་བྱུས་ཀྱིས་ གཞི་འཕེལ་བསལ་ནི་ལུ་ ལས་སྤྱོད་འབད་ནི་ཡིན།

དེ་མ་ཆད་ རྒྱལ་ཁྲུང་གོ་བོཌ་-༡༩ ལས་ སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་ལས་སྤྱོད་ནང་ ཆག་སྤྱོད་བྱུང་ཡོད་པའི་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་མི་ དང་ གཞུག་སྤྱི་ལེགས་སྐྱུར་ དེལ་ས་ དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་ལུ་གཙོ་བོ་རྟོན་ཏེ་ བཟའ་འཐུང་དང་ཟས་བཅུད་ཉེན་སྲུང་ སྲིད་བྱུས་འདི་བསྐྱར་ཞིབ་དང་བསྐྱར་བཟོ་འབད་མ་ཡིན། དམིགས་བསལ་ཏུ་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༡ སྤྱི་ཟླ་ ༤ པའི་སྤྱི་ཚེས་ ༢༡ ལུ་ མི་དབང་མངའ་བདག་པོ་ལོ་མཆོག་གིས་ སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་ལྷན་ཁག་ལུ་མངའ་ཕྱད་གནང་བའི་ཤུལ་ལས་ སྲིད་ བྱུས་བསྐྱར་ཞིབ་དང་བསྐྱར་བཟོ་འབད་དགོ་པའི་སེམས་ཤུགས་ཐོབ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལུ་བརྟེན་ བསྐྱར་བཟོ་འབད་ཡོད་པའི་ སྲིད་བྱུས་འདི་གིས་ སྤྱོད་བྱུང་དང་གཞན་ཆོབས་ཆེན་གྱི་གནས་སྤངས་ནང་ བཟའ་འཐུང་ལས་ལུགས་བཟོད་བསྐྱར་ཡོད་པ་ སྤྱོད་མེད་ནི་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་ཡར་རྒྱས་ལུ་ ལྷན་སྐབས་འབད་ནི་ཡིན། བསྐྱར་བཟོ་འབད་ཡོད་པའི་བཟའ་འཐུང་ དང་ཟས་བཅུད་ཉེན་སྲུང་སྲིད་བྱུས་ཀྱིས་ བཟའ་འཐུང་ཐབས་བྱས་དང་ ལོ་ལྷའི་འཆར་གཞི་ ༡༣ པ་བཟོ་ནི་ལུ་ གཞི་རྩ་སྤྱོད་ ཆགས་ནི་ཡིན།

ཡུན་བརྟན་འཆར་གཞི་ ༢༠༢༤-༢༥ པའི་སྤྱོད་འཁོ་ཟིན་བྲིས་ཀྱིས་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༡ ལུ་ རྒྱལ་ཁོང་ ཐོན་སྐྱེད་ཡོངས་འཕོར་ ཡུ་ཨེས་ཾོ་ལར་ ཐེར་འབྲུམ་ ༢.༣ ལས་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ལུ་ ཡུ་ཨེས་ཾོ་ལར་ ཐེར་འབྲུམ་ ༡༠ གུ་འཛིག་ནི་དང་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༡ ལུ་ མི་རེའི་རྒྱལ་ཁོང་ཐོན་སྐྱེད་ཡོངས་འཕོར་ ཡུ་ཨེས་ཾོ་ལར་ ༢.༣༥ ལས་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༤ ལུ་ ཡུ་ཨེས་ཾོ་ལར་ ༡༢.༠༠༠ གུ་བཀལ་ཏེ་ འོང་འབབ་ཆེ་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་སྤྱོད་འཁྱུར་ནི་དེ་སྤྱོད་བསལ་ བྱུང་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་ རེ་འདོད་ཅན་གྱི་གོང་འཕེལ་དམིགས་གཏང་འབྲུབ་ཐབས་ལུ་ སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་ ལས་སྤྱོད་ཁྱབ་འབྲས་ གསར་གཏོད་དང་ གོང་འཕེལ་ཡར་དྲག་གཏང་ནི་དོན་ལུ་ བཟའ་འཐུང་དང་ཟས་བཅུད་ཉེན་སྲུང་ སྲིད་བྱུས་འདི་ བཟོ་ཡོད་པ་ཡིན།

4. རྫོས་དང་།

སོ་ནམ་དང་སྒོ་ནོར་ རྒྱལ་ཆའ་ལས་སྡེ་འདི་ གྲོང་གསེབ་དཔལ་འབྱོར་གི་སྲོག་ཤིང་སྡེ་ཆགས་ཡོད་པ་ཡིན། སོ་ནམ་དང་སྒོ་ནོར་ རྒྱལ་ཆའ་ལས་སྡེ་གིས་ རང་འཁོད་ཐོན་སྐྱེད་ཡོངས་འབོར་ གྱི་ལོ་ 2022 ལུ་ བརྒྱ་ཆ་ 76 ལས་ གྱི་ལོ་ 2023 ལུ་ བརྒྱ་ཆ་ 78.78 དེམ་ཅིག་མཐུན་སྦྲེལ་ཡོད་པ་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ བརྒྱ་ཆ་ 68 ལུ་ ཐང་ཀར་ལཱ་གཡོག་ བྱིན་ཅུག་ ལས་སྡེ་འདི་གིས་ གྲོང་གསེབ་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་ འོང་འབབ་བཟོ་ནི་དེ་གོ་སྐབས་སྤྱད་པ་མ་ཚད་ སོ་ནམ་པའི་མི་སྡེ་ དང་ ཁོམ་ཚོགས་གི་མི་སྒྲོབས་ཚུ་ལུ་ བཟའ་འཐུང་ཉེན་སྲུང་གི་མཁོ་འདོད་བསྐྱར་ཚུགས་པ་ཡིན།

གྱི་ལོ་ 2022 ལུ་ མི་གངས་ 132,222 དེམ་ཅིག་ལུ་ བཟའ་འཐུང་སྤྱད་དགོ་ནི་ཨིན་མ་དང་ ད་ལྟོ་མི་རེ་འི་ཐ་སྤྱོད་ ལུ་ཆ་བཞག་པ་ཅིན་ འབྲུ་སྒྲུ་མེ་ཁྲི་ཀ་ལྷན་ 22,222 དང་ ཚོད་བསྡེ་དང་ཤིང་འབྲས་གི་རིགས་ མེ་ཁྲི་ཀ་ལྷན་ 760,760 ཨོམ་ མེ་ཁྲི་ཀ་ལྷན་ 13,222 ཤ་ མེ་ཁྲི་ཀ་ལྷན་ 4,003 དེ་ལས་ སྒོང་རྟོག་ མེ་ཁྲི་ཀ་ལྷན་ 782 དགོ་ནི་ཨིན་མས། དེ་ འབད་མ་ལས་ བཟའ་འཐུང་གི་མཁོ་འདོད་ཡར་སེང་འབྱོར་མི་དང་བསྐྱུན་ སོ་ནམ་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ཡང་ ཡར་སེང་གཏང་དགོ་པ་ ཨིན་མས།

བཟའ་འཐུང་གི་ཐོན་སྐྱེད་ཡར་སེང་འབྱོར་དང་གཅིག་ཁར་ མི་སེར་ཚུ་ལུ་ ཉེན་སྲུང་དང་ཟས་བཅུད་ལྷན་པའི་བཟའ་འཐུང་ཚུ་ འཐོབ་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་དེ་ གལ་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན། བཞེས་སྒོ་བཅུད་ཅན་བ་ཅིན་ མི་མང་གི་གཟུགས་ཁམས་སྤྱིང་སྤྱིང་ དང་ བདེ་རྟོག་རྟོ་སྤྱོད་བཞག་ཚུགས། ཨིན་རུང་ ཚོད་བསྡེ་དང་ཤིང་འབྲས་གི་རིགས་ དེ་ལས་ ཨོམ་ཚུ་ཉུང་སྤྱོད་ཅིག་དང་ ཤ་ དང་ འབྲུ་སྒྲུ་མེ་རིགས་ལས་རྒྱུ་མང་སྤྱོད་སྤྱོད་དོ་ཨིན་མས། སྤྱན་ལུ་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་གི་ ཨ་ལུ་ ལོ་ 4 འོག་རྒྱ་སྤྱོད་མི་ བརྒྱ་ཆ་ 22.2 ལུ་ ཚོད་གཞི་དང་ལྷན་སྤྱོད་སྤྱོད་མ་ཚུགས་པའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་དང་ ཨ་ལོ་ ལྷན་ 6 དང་ 48 གི་ བར་ན་ལུ་ བརྒྱ་ཆ་ 63.2 དེམ་ཅིག་ལུ་ ཞག་དམར་ཉུང་བའི་ནད་གཞི་ (anemia) ཡོད་པ་སྤྱོད་ཨིན་ མས། བརྟག་ཞིབ་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ 2022 ལུ་ བརྒྱ་ཆ་ 26.6 གིས་ འཛམ་གླིང་གསོ་བའི་ལས་ཚོགས་གིས་རྒྱབ་སྐྱོན་ བཀོད་མི་ ཉིན་བསྐྱར་གི་བཞེས་སྒོ་འདི་རིགས་དང་ ཚོད་གཞི་དང་མ་འཁྲིལ་བར་ཟ་དོ་ཨིན་མ་དང་ གྱི་ལོ་ 24 ལས་ 68 གི་བར་ན་ བརྒྱ་ཆ་ 33 དེམ་ཅིག་ལུ་ སྤྱིང་སྤྱིང་གསེང་དང་ བརྒྱ་ཆ་ 22.6 ལུ་ ཚོད་ལས་བརྒྱལ་བའི་ཉམས་ཡོད་པ་ སྤྱོད་ཤོས་རྟོགས་བྱུང་ཅུག།

༣. གདོང་ལེན་གཙོ་བོ།

ཉིན་སྤྱད་དང་ཟས་བཅུད་ལྷན་པའི་བཟའ་འཐུང་ ཐོན་སྐྱེད་དང་ཟ་སྤྱད་འབད་ནི་ལུ་ གདོང་ལེན་གཙོ་བོ་ཚུ་གཤམ་ལུ་འཁོད་དེ་ པོད།

༡. ལས་མི་མ་ལང་མ།

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ གི་ ལས་མི་མི་སྟོབས་བརྟག་ཞིབ་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ སོ་ནམ་ནང་ལུ་འབད་མི་འདི་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལུ་ བརྒྱ་ཆ་ ༤༥ ལས་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ལུ་ བརྒྱ་ཆ་ ༤༩.༢ ལུ་མར་བབ་ཡོད་པ་དང་ འོ་བསྐར་བཞིན་དུ་ བརྒྱ་ཆ་ ༡.༤ མར་ཕབ་འབྱོར་བའི་བརྟེན་ཡིན་མས། ལས་མི་མ་ལང་པའི་དཀའ་ངལ་ཡང་ གཙོ་བོ་ར་ ཞིང་ལཱ་འབད་ནི་འདི་ལུ་ཁག་ཡིན་ པའི་ཁར་ སོ་ནམ་མེན་པའི་ལཱ་གཡོག་གི་སྒོ་སྐབས་ དཀའ་སྤྱོད་པ་ལས་བརྟེན་ཡིན།

༡. སོ་ནམ་ཞིང་ལཱ་འདི་ ཨམ་སྤྱི་ལཱ་སྤྱོད་ལུ་འགྱུར་མི་དང་ སོ་ནམ་པའི་ལོ་ཚད་ཀླས་མི།

འབྲུག་གི་མི་སྟོབས་དང་ཁྱིམ་གྱི་གངས་ཅིས་སྤྱན་ལུ་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༥ དང་ ༢༠༡༡ ཅན་མ་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ སོ་ནམ་ཞིང་ ལཱ་ནང་ ཨམ་སྤྱི་ལཱ་གཏོགས་འདི་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༥ ལུ་ བརྒྱ་ཆ་ ༥༢.༥ ལས་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ལུ་ བརྒྱ་ཆ་ ༥༩.༣ ལུ་ ཡར་སེང་འབྱོར་ཡོད་པ་སྤྱོད་ཡིན་མས། དེ་ཡང་ གཙོ་བོ་ར་ ཕོ་ཀས་གཞོན་མ་ཚུ་ སོ་ནམ་མེན་པའི་ལཱ་འདི་དོན་ལུ་ གནས་སྤོ་ འབྱོར་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན། རང་བཞིན་སྤྱར་བྱུང་ཐོན་སྐྱེད་གངས་ཅིས་ ༢༠༡༩ ཅན་མའི་སྤྱན་ལུ་ནང་ཡང་ སོ་ནམ་ལས་སྤོ་ ནང་ ཨམ་སྤྱི་ལཱ་མང་ཡོད་པ་སྤྱོད་ཡིན་མས། དེ་བརྒྱུས་སྤོ་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ དང་ ༢༠༡༢ གྱི་ ལས་མི་མི་སྟོབས་བརྟག་ ཞིབ་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ ཁྱོད་གསལ་ནང་ལུ་ ལས་མི་མར་ཕབ་ཡོད་པ་དང་ ཁྱོད་ཚུ་གསལ་ནང་ ཡར་སེང་སོང་དེ་འདུག།

༢. མི་དང་རི་དྲགས་སེམས་ཅན་གྱི་འབྲེལ་འཛིན།

མི་དང་རི་དྲགས་སེམས་ཅན་གྱི་འབྲེལ་འཛིན་འདི་ དཀའ་ངལ་སྤོང་ཤོས་ཅིག་ཡིན་པ་དང་ དེ་ལུ་བརྟེན་ སོ་ནམ་དང་སྒོ་ནོར་ གྱི་ཐོན་ལུགས་ ལྷན་སྤྱོད་ཐོན་དོ་ཡིན་པ་དང་ ཞིང་སྤྱོད་ཡར་འཕར་འབྱོར་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ གི་ རྒྱལ་ཡོངས་ གློག་ཐག་རམ་གྱི་ཕན་གཞོན་བརྟག་ཞིབ་སྤྱན་ལུ་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ སོ་ནམ་ཞིང་པ་ཚུ་གིས་ ལྷན་ ༣ དང་ ༤ དེམ་ ཅིག་ འོ་ཐོག་བསྐྱར་རུང་ འོ་བསྐར་བཞིན་དུ་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་གྱི་གཞོན་པ་ལས་བརྟེན་ འོ་ཐོག་བརྒྱ་ཆ་ ༡༩ དང་ ༤༩ གི་བར་ན་ཚུད་ཟོས་འབྱོར་དོ་ཡིན་མས།

༣. ཞིང་སྤྱོད་དང་ཆལ་ལུ་བྱུར།

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལུ་ སོ་ནམ་ཞིང་སྤྱོད་པ་ཨེ་ཀར་ ༤༡,༠༠༠ ལས་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ལུ་ ཨེ་ཀར་ ༤༤,༡༢༠ ལུ་ ཡར་ སེང་སོང་ཡོད་པ་ཡིན་པ་དང་ རང་བཞིན་སྤྱར་བྱུང་ཐོན་སྐྱེད་གངས་ཅིས་ ༢༠༡༩ གི་སྤྱན་ལུ་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ ཞིང་ས་དེ་ ཨེ་ཀར་ ༢༣༤,༥༠༩ ལས་ ཨེ་ཀར་ ༡༢༢,༠༢༤ ལུ་ མར་ཕབ་ཡོད་པ་ཡིན་མས།

༥. སོ་ནམ་དང་སློན་མོ་རྩི་དེང་སངས་འཕྲུལ་རིག་དང་རྒྱ་སྒྲུབ་ལག་ལེན་ཉུང་སྟེ།

ཞིང་ས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༤ རྒྱུ་མཉམ་ཅིག་ འཕྲུལ་སྒྲུབ་དང་ རྒྱ་སྒྲུབ་བརྒྱ་ཆ་ ༡༤ འདི་ སྒྲུབ་སྒྲོལ་ཐོག་ལག་ལེན་འཐབ་དོ་ཡིན་མས། དེ་ལས་ ཞིང་ས་བརྒྱ་ཆ་ ༩༩ ལུ་ ཞིང་རྒྱུ་མཉམ་བཟུང་ཡོད་པ་དང་ བཟོ་བཅོས་ཀྱི་ལུང་དང་སོན་ མེ་ཁྲི་ཀ་ལྷ་ན་ ༣,༦༠༠ ལག་ལེན་འཐབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས།

༦. རང་འཛོལ་ཅམ་གྱི་ཞིང་ལྷ།

རང་བཞིན་སྒྲུབ་བྱུང་ཐོན་སྐྱེད་ཁང་ས་ཅིས་ ༡༠༡༩ གི་སྟེན་ལུ་དང་འཕྲུལ་བ་ཅིན་ རྒྱུ་མཉམ་གྱི་དོན་ལུ་ ཐོན་སྐྱེད་བརྒྱ་ ༩ རྒྱུ་མཉམ་གཅིག་ཡིན་པ་ད་ འབྲུག་ལུ་སོ་ནམ་ཞིང་ལུ་འདི་ ད་ལྟོ་ཡང་ རང་འཛོལ་ཅམ་གྱི་དོན་ལུ་ རྒྱ་སྒྲུབ་ཆེ་སྟེ་རྩི་ཡོད་པ་ཡིན།

༧. རིས་བརྒྱུད་འབྲེལ་འབྲུག་དང་ཚོང་ལམ་སྤྲོད་སྤྲོང་མེད་པ།

སོ་ནམ་དང་སློན་མོ་རྩི་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་ཚོང་འབྲེལ་འདི་ ཐོན་སྐྱེད་ཉུང་སྟེ་ རྒྱུ་མཉམ་ཐོན་སྐྱེད་ རྒྱུ་མཉམ་འབྲེལ་གནས་གོང་མཐོང་གས་ ཐོག་བསྐྱུ་བའི་ལུ་ལས་རྒྱ་ཅད་ རང་འཛོལ་གྱི་ཚོང་ལམ་ལེགས་ཤོམ་མེད་པ་དང་ རྩི་ཚོང་འཐབ་ས་ཉུང་སྟེ་ཡོད་པ་ལས་ བརྒྱུད་ཉེ་ ཐོག་སྒྲུབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལས་ རྒྱུ་མཉམ་ཚོང་ཁང་ སྒྲུ་མཉམ་ བཟོ་སྒྲུབ་ དོ་སྤྱོད་དང་ཚོང་བསྐྱུར་མཐུན་ རྒྱུ་མཉམ་སྤྲོད་མེད་པ་དང་ རྒྱུ་མཉམ་ཚོང་ཚད་འཛིན་ལེགས་ཤོམ་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་གྱིས་ ཚོང་འབྲེལ་ལུ་ བར་གོག་ས་རྒྱ་བ་ དོ་ཡིན་མས། བཟའ་འཐུང་བཟོ་སྒྲུབ་མང་ཤོས་ར་ རང་བཟོ་དང་བཟོ་གྲུ་རྒྱུ་མཉམ་སྤྲོད་ཡོད་པ་ཡིན་པ་དང་ རང་བཞིན་རྒྱུ་མཉམ་ རྒྱུ་མཉམ་ ཐོན་སྐྱེད་བཟོ་སྒྲུབ་ཉུང་སྟེ་ཡོད་པ་ལས་ མཁོ་ཆས་རང་འབྲེལ་མང་སྤྲོད་འབད་དགོ་པ་འཐོན་མ་ཡིན། དཔེར་ན་ འབྲུག་གི་ཚོང་འབྲེལ་ཅིས་དཔྱད་ ༡༠༢༡ ཅན་མ་དང་འཕྲུལ་བ་ཅིན་ སོ་ནམ་དང་སློན་མོ་རྩི་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་རང་འབྲེལ་གནས་ཅིས་ འདི་ དཔྱད་ཀྱི་མ་ ཐེར་འབྲུམ་ ༡༠.༤ དང་ རྩི་ཚོང་དཔྱད་ཀྱི་མ་ཐེར་འབྲུམ་ ༣.༡ ཡིན་མས།

༨. རྩི་ཐོན་ཐོན་ལུ་གཏོགས་ཉུང་སྟེ།

སོ་ནམ་ནང་མ་རྒྱ་གཞི་བརྒྱུགས་འབད་ནི་འདི་ ཉེན་ཁ་ཅན་ཅིག་སྤྲོད་འཐོང་དོ་ཡོད་པ་ལས་ གཙོ་བོ་གཞུང་གིས་འགོ་འཁྲི་ དོ་ཡིན་པ་ད་ རྩི་ཐོན་དང་ རྩི་ཐོན་མ་རྒྱ་གཞི་བརྒྱུགས་ཀྱི་ཐོན་ལུ་གཏོགས་ཉུང་སྟེ་ཅིག་ལས་མེད་པ་ཡིན། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༡ གི་ འབྲུག་ཚོང་དང་བཟོ་གྲུ་འཛོལ་ཚོགས་ཐོན་སྐྱེད་ལུ་དང་འཕྲུལ་བ་ཅིན་ རིས་བརྒྱུད་འབྲེལ་མཐུད་སྤྲོད་སྤྲོང་མེད་པ་དང་ ཚོང་ལམ་ མཐུན་རྒྱུ་ རྒྱུ་མཉམ་ཀྱི་སྤྲོད་ལུ་དང་སྟེ་ དེ་ལས་ ས་སྤྲོད་ལེན་ནི་ལམ་ལུགས་རྒྱ་ ལུ་ལག་ཡོད་པ་ལས་ རྩི་ཐོན་ རྩི་ཐོན་ཐོན་ལུ་འབད་ནི་ལུ་ བཟུམ་ལུགས་ཉམས་བཟུགས་ཡིན། དེ་བཟུམ་སྤྲོད་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༢ ཀྱི་ རྩི་ཐོན་མ་རྒྱ་གཞི་ བརྒྱུགས་སྟེན་ལུ་དང་འཕྲུལ་བ་ཅིན་ རྒྱུ་མཉམ་རང་འབྲེལ་མ་རྒྱ་གཞི་བརྒྱུགས་ཀྱི་ལས་འགུལ་མང་ཤོས་ར་ ཞབས་ཏྲུག་དང་ བཟོ་སྒྲུབ་ལུ་ཡོད་པ་སྤྲོད་པ་ཡིན་མས།

༩. གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་དང་ གློ་བུར་གྱི་གཞི་དུས་

སོ་ནམ་དང་སྒོ་ནོར་ལས་སྡེ་འདི་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་དང་ གཞན་རང་བཞིན་གྱི་ཆུན་པོ་ གཞི་དུས་བུ་དང་ནད་གཞི་ རྒྱ་གིས་གཞི་དུས་ ཉེན་ཁ་སྒོམ་ཡོད་པ་ཡིན། དཔེར་ན་ གློ་ལོ་ ༢༠༢༡ གློ་ཟླ་ ༡༠ པའི་གློ་ཆེས་ ༡༤ ལས་ ༢༡ ཆུན་ ཆར་པ་མ་ཆད་པར་རྒྱབ་མི་གིས་ རྫོང་ཁག་ ༡༧ ནང་ ཞིང་ས་ཨེ་ཀར་ ༢,༥༠༠ ལྷག་པ་ཅིག་དང་ ལོ་ཐོག་ མེ་ཁྲི་ག་ ༧,༤༠༠ དེམ་ཅིག་མེད་པ་གཏང་ཡོད་པ་ཡིན། རྒྱལ་ཡོངས་ཟེས་བཅུད་ཐབས་བྱས་དང་ལག་ལེན་འཆར་གཞི་ ༢༠༢༠ ཅན་མའི་སྐྱེ་ཁྲིམས་ལྟར་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ གློ་ལོ་ ༡༩༩༤ དང་ ༢༠༢༡ གི་བར་ན་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ལུ་ སྒོ་སྒྲོར་སེམས་ ཅན་འབྲེལ་བའི་ནད་གཞི་ ༡༩ དེ་ཅིག་ཐོན་ཡོད་པ་ཡིན་མས། གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་ལས་བརྟེན་ གློ་ལོ་ ༢༠༡༩ ལུ་ སྤུལ་ཨར་མི་མཐའ་ཟེར་ ནད་འབྱུང་འགོ་དང་པོ་ཐོན་ཡོད་པ་དང་ འབྱུང་དེ་ གེ་བ་བཏབ་མི་རྫོང་ཁག་མང་ཤོས་ནང་ཐོན་ཡོད་ པའི་སྐྱེ་ཁྲིམས་ལྟར་ཡོད་པ་ཡིན། རྒྱལ་སྤྱིའི་གནམ་གཤིས་འགྱུར་བའི་སྒྲིག་བཅོས་ཁྲུམ་རིམ་ལྟར་དུ་འབད་བ་ཅིན་ འབྲུག་རྒྱལ་ ཁབ་འདི་ ཉེན་ཁ་ཆེ་བའི་གནམ་རིམ་ ༣༩ པ་ནང་ཡོད་པ་ཡིན། གནམ་གཤིས་དང་འབྲེལ་བའི་ཞབས་ཏྲུག་མེད་པའི་ཁར་ གཞི་དུས་སྒྲིན་དང་གྲོང་རྒྱུད་ཕྱག་པའི་གནམ་སྐྱུད་གྱི་བརྟེན་ཐོན་མེད་པ་ལས་ གནམ་གཤིས་ལུ་བཟོན་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ཕན་ཐུས་ ཅན་གྱི་ལས་རིམ་ཚུ་བཟོ་ནི་འདི་ ཐོགས་དེ་ལུས་ཡོད་པ་ཡིན།

༡༠. སྒྲི་ཕྱན་དང་བཟའ་འཐུང་ཉེན་སྲུང་བྱུགས་མེད་པ།

ལོ་བསྐར་བཞིན་དུ་ སྒྲི་ཕྱན་ཉེན་སྲུང་གི་གོ་རྟོགས་ཉུང་མ་ལས་ གཞི་དུས་བུ་དང་ནད་གཞི་ལུ་བརྟེན་ ལོ་ཐོག་དང་སྒོ་ནོར་ སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་ གྲོང་རྒྱུད་ཕྱག་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། བཟའ་འཐུང་ཉེན་སྲུང་གི་འབད་བཟོན་འདི་ དཀའ་ངལ་མ་འཐོན་མ་ལས་ སྒོ་ནོར་འགོག་འབད་ནི་མེན་པར་ དཀའ་ངལ་ཐོན་ཞིན་མ་ལས་ གསལ་ནི་ལུ་གཙོ་བོར་བརྟེན་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། གློ་ལོ་ ༢༠༢༢ གློ་ཟླ་ ༤ པ་ནང་ རྒྱལ་རྫོང་ཁག་ བསམ་འཕེལ་གྱི་རྒྱུ་རྐྱེད་འོག་ནང་ ཨམ་རི་ཀའི་ཕག་ནད་ གློ་བུར་དུ་དར་བྱུང་ འབྱུང་བའི་སྐབས་སུ་ གཞུང་ལུ་ཟད་འགོ་ དུལ་ཀྲམ་ ས་ཡ་ ༢༡ ལྷག་པ་ཅིག་གནམ་ཡོད་པ་ད་ ཕག་པ་ ༡,༠༠༠ ལྷག་པ་ ཅིག་བསད་དགོ་པ་ཐོན་ཡོད་པ་ཡིན།

༡༡. ཕན་ཐུས་ཅན་གྱི་སྤར་སྒོམ་ལོ་ཐོག་དང་ རང་ལུལ་སེམས་ཅན་རིགས་རྒྱུན་ཐོན་ཁུངས་ཉམས་ཆག

སྤར་སྒོམ་གྱི་ལོ་ཐོག་རིགས་སྐྱེ་ཚུ་ དེང་སང་གི་ལོ་ཐོག་མ་འདྲུག་དང་ སེམས་ཅན་རིགས་རྒྱུན་ཐོན་བྱུགས་མི་གིས་གཞི་དུས་ བྱུང་ཡོད་པ་ཡིན། རིན་ཐང་ཆེ་བའི་རྒྱུ་ཁུངས་ཚུ་ ཉམས་སྲུང་འབད་ནི་ལུ་བཟོན་བྱུགས་མ་བསྐྱེད་པ་ཅིན་ རིན་ཐང་བཟུལ་བའི་ སྤར་སྒོམ་གྱི་ལོ་ཐོག་དང་ རང་ལུལ་སེམས་ཅན་གྱི་རིགས་རྒྱུན་ཐོན་ཁུངས་ཚུ་ རབས་ཆད་ནི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ཡིན། འབྲུག་གི་ སྒོ་ནོར་ཅིས་དཔུད་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ གློ་ལོ་ ༢༠༡༠ དང་ ༢༠༢༠ གི་བར་ན་ གཞུང་ལུ་སྒོ་ནོར་སེམས་ཅན་གྱི་གྲངས་ འཕོར་ བརྒྱ་ཆ་ ༤༩ གིས་ མར་ཕབ་སོང་ཡོད་པ་དང་ གཞུང་ལུ་ཕག་པ་གྲངས་འཕོར་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༧ དང་ གཞུང་ལུ་ག་ གི་གྲངས་འཕོར་ བརྒྱ་ཆ་ ༤༤ དེ་ལས་ རུབ་སྤྱང་གི་གྲངས་འཕོར་ བརྒྱ་ཆ་ ༣༤ གིས་མར་ཕབ་སོང་ཡོད་པ་ཡིན་མས།

གཞི་ལེན་འདི་ཚུ་བསལ་ཐབས་ལུ་ གསར་གཏོད་ཅན་གྱི་སྤྱིད་བྱས་དང་ལས་འགུལ་ འཕྲུལ་རིག་ དམིགས་གཏང་ཅན་གྱི་མ་ཙུ་གཞི་བཙུགས་ དེ་ལས་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གཙོ་ཚུ་གི་བར་ན་ འགན་ཁུར་ཚུ་འགན་ལེན་འབད་དགོཔ་གལ་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཨིན། སོ་ནམ་དང་སློ་ནོར་ལས་སྡེ་གི་ གཞི་ལེན་བསལ་ཐབས་དམིགས་གཏང་གཙོ་བོ་འདི་ ནང་འཁོད་ཐོན་སྐྱེད་ཡོངས་འབོར་ཡར་སེང་གཏང་ནི་དང་ གཙོ་རིམ་ཆེ་བའི་བཟའ་འཐུང་གི་རིགས་ཚུ་ དུན་བརྟན་ཏུ་ འོས་ལྷན་གྱི་རང་མགོ་རང་ འཛོལ་གི་གནས་ཚད་ཅིག་ རེས་བརྟན་བཟོ་ནི་འདི་ཨིན། ནང་འཁོད་ཐོན་སྐྱེད་ལུ་ཕན་འདེབས་འདི་ གནས་གོང་མཐོ་བའི་ སོ་ནམ་དང་སློ་ནོར་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ལུ་གཙོ་བོ་བརྟན་ཏེ་ ཡར་སེང་ནི་དང་ སོ་ནམ་པ་གིས་ཡང་ འོང་འབབ་མངམ་སྡེ་བཟོ་ ཚུགས་པ་མ་ཆད་ ཕྱིར་ཆོང་འཐབ་ནིའི་གོ་སྐབས་ཚུ་ཡང་བཟོ་ཚུགས་ནི་ཨིན། གཙོ་རིམ་ཆེ་བའི་བཟའ་འཐུང་གི་ རང་མགོ་ རང་འཛོལ་གི་གནས་ཚད་ཡར་སེང་གཏང་ནི་ལུ་ སོ་ནམ་པ་ཚུ་ལུ་ ཟད་འགོ་བགོ་བཤའ་རྒྱབ་སྤྱོད་ནི་ ཡང་ན་ རིན་གོང་ཕབ་ ཆག་ལུ་གཙོ་བོ་བརྟན་ནི་ཨིན།

ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ཡར་འཕེལ་གཏང་ནི་གིས་མ་དོ་བར་ སོ་ནམ་པའི་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་འོང་འབབ་ལེགས་ཤོམ་འཐོབ་བཟོ་ནི་ལུ་ རིམ་བརྒྱད་འབྲེལ་མཐུད་ ཆོང་འབྲེལ་ རོ་སྒྱུར་ལུ་གཙོ་བོ་བརྟན་ནི་དང་ ཕྱིར་ཆོང་འཐོལ་ཞིབ་འབད་ནི་ དེ་ལས་ གཞི་རྟེན་མཁོ་ ཆས་ཀྱི་མཐུན་རྐྱེན་ཚུ་གཞི་བཙུགས་འབད་ནི་ཨིན།

ངེས་ཚིག་

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ གི་ འཛམ་གླིང་བཟའ་འཐུང་ཆེས་མཐོའི་ལྷན་ཚོགས་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ མི་མང་གིས་ ཏུས་རྒྱན་ཏུ་ དགོས་མཁོའི་བཞེས་སྒོ་ལངསྟེ་ གཟུངས་ཁམས་སྤྱིང་སྤྱིང་བཞག་ཐབས་ལུ་ གདམ་ཁའི་སྟོན་ལམ་ཡོད་པའི་ ཟས་བཅུད་དང་ ཉེན་སྲུང་ལྷན་པའི་བཟའ་འཐུང་འཐོབ་སྟོན་འབད་ཚུགས་པ་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ བཟའ་འཐུང་དང་ཟས་བཅུད་ཉེན་སྲུང་ལྷན་པའི་རྟགས་ཡིན་ཟེར་བཀོད་ཡོད་པ་ཨིན།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཡོད་པའི་མི་སེར་ག་ར་ལུ་ ཏུས་རྒྱན་ཏུ་ གཟུགས་ཁམས་སྤྱིང་སྤྱིང་དང་ མི་ཆེ་གྲབ་འབྲས་ཅན་བཟོ་ཐབས་ལུ་ ཉེན་སྲུང་དང་ཟས་བཅུད་ལྷན་པའི་བཟའ་འཐུང་སྒྲ་ཚོགས་རྒྱ་ལངས་སྟེ་ ཐོབ་སྟོན་འབད་ཚུགས་པའི་མཐུན་རྒྱུ་ཡོད་པ་བཟོ་ནི།

འཆར་སྤྱད།

དམིགས་ཡུལ།

བཟའ་འཐུང་དང་ཟས་བཅུད་ཉེན་སྲུང་སྤྱིད་བྱས་ཀྱིས་ གཤམ་གསལ་གྱི་དམིགས་ཡུལ་སྦྱབ་ནི་ལུ་རེ་འདོད་བསྟེན་པ་ཨིན།

- འབྲུག་གི་ཁྱིམ་གྲང་ག་ར་ལུ་ རང་གིས་ལཱ་འབད་དེ་ཨིན་རུང་ ཡང་ན་ ཉེ་ཚུགས་པའི་མཐུན་རྒྱུ་ཡོད་པ་བཟོ་སྟེ་ བཟའ་འཐུང་འཐོབ་བཟོ་ནི།
- འཕྱོད་བསྟེན་དང་ ཟས་བཅུད་ དེ་ལས་ བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཟས་བཅུད་ཅུང་བའི་ན་ཆ་མ་འདྲམ་རྒྱ་ལངས་བཟོ་ནི།
- གནས་གོང་ཆེ་བའི་སོ་ནམ་དང་སྒོ་ཞོར་ཐོན་སྟེ་ལུ་གཙོ་བོར་བཏོན་ཏེ་ སོ་ནམ་དང་སྒོ་ཞོར་ལས་སྟེའི་ ལོ་བསྟར་ནང་འཁོད་ཐོན་སྟེ་ཡོངས་འབོར་གྱི་གོང་འཕེལ་ཚད་གཞི་ ཡར་དག་གཏང་ནི།
- སོ་ནམ་དང་སྒོ་ཞོར་ཐོན་སྟེ་ཀྱི་ ཕྱིར་ཆོང་ཡར་དག་གཏང་ནི།

༤. ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་སྤྱིད་བྱས་དང་ཐབས་ལམ།

ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་ ཐབས་ལམ་དང་སྤྱིད་བྱས་ཀྱིས་ གནས་གོང་མཐོ་བའི་སོ་ནམ་དང་སྒོ་ནོར་ཐོན་སྐྱེད་ ཡར་འགྲུ་གཏང་ བྱི་ལུ་གཙོ་བོར་བཏོན་ནི། དེ་ཡང་ དགོས་མཁའི་བཟའ་འཐུང་ཚུ་ ལངས་བཟོ་ནི། ལོ་ཐོག་བཏབ་ནི་ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ སྤྱིད་མ་འབདཝ་ཚུ་ཚོད་གྱི་རིམ་བརྒྱད་འབྲེལ་མཐུད་དང་ ཚོང་འབྲེལ་ རོ་སྤྱོད་ ཕྱིར་ཚོང་ཚུ་ ཅ་བཏོན་བཟོ་ནི།

འགྱུར་བཟོད་གྱི་ལྷ་བ་གིས་ སོ་ནམ་དང་ བཟའ་འཐུང་ལས་སྡེ་ནང་ གནད་འགག་ཆེ་བའི་གཞི་བཞུགས་ བར་གོགས་ ཚུ་རིས་འཛིན་འབད་དེ་ བསལ་ཐབས་ལུ་ སྤྱིད་བྱས་འཆར་གཞི་ཆ་ཆར་ཅིག་བཞུགས་ཡིན། འགྱུར་བཟོད་གྱི་ལྷ་བ་གིས་ བཟའ་འཐུང་དང་ ཟས་བཟུང་ཉེན་སྲུང་སྤྱིད་བྱས་ལུ་ བཞུགས་ལམ་ལམ་སྟོན་སྤྱོད་ནི་ཡིན་མ་དང་ རྒྱ་མཚན་ལྷན་པའི་ཐབས་ ཤེས་གསལ་ཏྲུག་ཏྲོ་བཟོ་ནི་ཡིན།

གཞིར་ལན།	ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་ ཐབས་ལམ།	བཟའ་འཐུང་དང་ ཟས་བཟུང་ཉེན་སྲུང་སྤྱིད་བྱས་ཀྱི་ དམིགས་ཡུལ།	དམིགས་ཡུལ་མཐར་ཐུག
སོ་ནམ་ཐོན་ ཁྲུངས་དང་ ལག་ལེན་ཚུ་ ཚད་ཉུང་སྟུ། ཞིང་སྟོང་ཆ་ཤས་དུམ་ བུར། ལས་མི་མ་ལངས་ དང་ སོ་ནམ་ཞིང་ལཱ་ འདི་ ཨམ་སྤུའི་ལཱ་ སྡེ་སྡེ་ལུ་འགྱུར་མི་ དང་ སོ་ནམ་པའི་ལོ་ ཚད་ཆས་མི། དེང་སང་གི་འཕུལ་ རིག་ལག་ལེན་ཉུང་ སྟུ།	ཚུ་ཞིང་བཞོལ་སྤྱོད་ལྟོད་ཡངས་ དང་ ཞིང་སྟོང་བཞོལ་སྤྱོད་ ཡར་མེད་འབད་ནི། སོ་ནམ་འཕུལ་རིག་དང་ ཚོང་ བརྒྱུགས་ཀྱི་སོ་ནམ་ཞིང་ལཱ་ གསར་གཏོད་ཅན་གྱི་ འཕུལ་ སྤྱོད་དང་ མཉམ་བསྐྱོམས་ ཐོན་སྐྱེད།	ལས་སྡེའི་ལོ་བསྐྱར་ནང་ འཁོད་ཐོན་སྐྱེད་ཡོངས་འབོར་ ཡར་མེད་ལུ་ལྷན་ཐབས་ འབད་ནི།	འབྲུག་གི་ཁྱིམ་གྲང་ག་ར་ ལུ་ བཟའ་འཐུང་ཉེན་སྲུང་ དང་ལྷན་མ་བཟོ་ནི།

ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་ སྤྱོད་ཐངས་ བཅོ་སྟེན་ཉུང་ སྤྱ།	རང་འཛོལ་ཅམ་གྱི་ ཞིང་ལྷ། རིམ་བརྒྱད་འབྲེལ་ མཐུད་དང་ ཆོང་ ལམ་སྤྱི་སྤྱི་མེད་པ། སྤྱི་སྤྱི་ལྷོ་ལྷོ་ གཏོགས་ཉུང་སྤྱ།	གནས་གོང་མཐོ་བའི་སོ་ནམ་ དང་ སྤོ་ཞོར་ཞིང་ལྷ་དང་ཐོན་ སྐྱེད། རིན་ཐང་ཅན་གྱི་ཕྱིར་ ཆོང་། ཡང་གནས་ཅན་གྱི་ སོ་ནམ། ཐོན་སྐྱེད་རིགས་སྤྱི་ ཐུ་སྐྱེད། ཆོང་ལྷ་བདེ་ཉེ་གཏོ་ བཅོ་ནི།		
བཅོད་བསྐྱར་ རྒྱས་ཀྱི་གས་ རྒྱུ་ལ།	མི་དང་རི་དྭགས་ སེམས་ཅན་གྱི་འབྲེལ་ འཛིང་། གནས་ གཤིས་འགྱུར་བ་དང་ སྤྱོ་བུར་གྱི་གཞོན་ཉེ། སྤྱི་ལྷན་དང་ བཟའ་ འཐུང་ཉིན་སྤྱད་ ཀྱི་གས་མེད་པ། ཕན་རྒྱས་ཅན་གྱི་སྤྱིར་ སྤྱི་ལོ་ཐོག་དང་ རང་ལྷོ་སེམས་ ཅན་རིགས་རྒྱུན་ཐོན་ ཁུངས་ཉམས་ཆག	གསར་གཏོད་ཅན་གྱི་བར་ འཛུལ་ཐབས་ལམ། ཆོང་ འབྲེལ་ལྷན་པའི་རང་བཞིན་ སོ་ནམ་དང་སྤོ་ཞོར་གྱི་ལྷ། གནས་ཆད་ཅན་བཅོ་ནི་དང་ རོ་སྤྱོར་འབད་ནི་ དེ་ལས་ སྤྱི་ ལྷན་ཐོན་སྐྱེད་བཅོ་ནི།	སོ་ནམ་དང་ སྤོ་ཞོར་ཐོན་ སྐྱེད་ཀྱི་ ཕྱིར་ཆོང་གནས་ རྒྱས་ཡར་དྲག་གཏང་ནི།	ཟས་བཟུང་ཉུང་བའི་ན་ཆ་ ཡོད་མི་ཉུང་སྤྱ་བཅོ་ནི།

བར་འཛུལ་ཐབས་ལམ་ལུ་གཙོ་བོ་བཏོན་ཏེ་ གཞི་འགྲུམ་རྩ་བརྟན་བཅོ་ནི་ དེ་ལས་ སོ་ནམ་པ་དང་ སྤོ་ཞོར་རྒྱས་སྤྱི་བས་
ཡར་དྲག་གཏང་ཐོག་ལས་ སོ་ནམ་དང་སྤོ་ཞོར་ལས་སྤྱི་གིས་ ཐོན་སྐྱེད་ཐོབ་སྤྱོད་འབད་ཚུགས་བཅོ་སྤྱི་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དཔལ་
འབྱོར་ལུ་ལྷན་ཐབས་འབད་ཚུགས་པའི་ རྒྱལ་འབྲུམ་ཅན་གྱི་ལས་སྤྱི་ལུ་བསྐྱར་ཚུགས་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པ་ཨིན། ཆོང་
བསྐྱུགས་ཐབས་ལམ་ཐོག་ འཕྲུལ་རིག་ཡང་གནས་གོང་འབེལ་ ཞིབ་འཛོལ་དང་བཅོས་མའི་རིག་པ་ལས་བརྟན་པའི་གོ་
སྤྱི་བས་སྤྱི་ལུ་གས་འབད་དེ་ གནས་གོང་མཐོ་བའི་སོ་ནམ་དང་སྤོ་ཞོར་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ལུ་ གཙོ་བོར་བཏོན་ཏེ་ དཔལ་འབྱོར་
གོང་འབེལ་ལུ་ གལ་གནད་ཅན་གྱི་རྒྱ་རྒྱུ་འབད་ནི་ཨིན།

ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་སྤྱིད་བྱུས་དང་ཐབས་ལམ་ ༡ པ།

ཡུན་བརྟན་དང་ཡན་ཏུས་ཅན་གྱི་སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་གྱི་རྒྱ་སྒྲུབ་ལམ་ལུགས།

- ༤.༡.༡ ཡུན་བརྟན་གྱི་བཟའ་འཐུང་ཐོན་སྐྱེད་དོན་ལུ་ མཁོ་ཚད་དང་སྤྱད་ཚད་ཅན་གྱི་ སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་གྱི་རྒྱ་སྒྲུབ་
འཐོབ་ཚུགས་པ་དང་ རྫོང་ལམ་ངེས་བརྟན་བཟོ་ནི་ལུ་ ཡན་ཏུས་ཅན་གྱི་འབད་ཚུལ་དང་ ཐབས་ལུགས་ལྟམ་
འབྲེལ་འབད་ནི། དེ་ལས་ རྫོང་ཨེ་ཤིའི་ལུང་ཕྱོགས་མཐུན་འབྲེལ་ཚོགས་པའི་སོན་ཁང་གི་མཁོ་སློད་ལམ་ལུགས་
དང་བསྟུན་ ཚད་གཞི་ཉུང་མཐའི་སོན་ གསལ་འཛུགས་འབད་ནི།
- ༤.༡.༢ ཚོང་དོན་ལུ་འོས་འབབ་ལཱ་ན་པའི་ སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ རྒྱ་སྒྲུབ་བཟོ་སྐྱེད་དང་བཀའ་
སྤྱོད་ཞབས་ཏོག་ཚུ་ སྤྱོད་སྒྲུབ་གྱི་དོན་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི།
- ༤.༡.༣ སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་གྱི་རྒྱ་སྒྲུབ་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ བཀའ་སྤྱོད་འབད་ནི་ནང་ སྤྱོད་སྒྲུབ་དང་ གཞུང་དབང་ལས་སྡེ་ དེ་
ལས་ ཚོང་པ་ལུ་འོས་འབབ་མེད་མི་དང་ སྤྱི་ཚད་ཚད་ལཱ་དང་འབྲེལ་དགོ་མི་ཚུ་ལུ་ གཞུང་གིས་རྒྱབ་སྐྱོར་
འབད་ནི།
- ༤.༡.༤ རྒྱལ་ཁབ་མཐའ་དབྱས་མེད་པར་ སྤྱད་ཚད་ཅན་གྱི་སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་གྱི་རྒྱ་སྒྲུབ་ཐོན་སྐྱེད་ལུ་ རྫོང་ལམ་བདེ་
ཏོག་ཏོ་བཟོ་ནི་ལུ་ ཚད་གཞི་དང་ཐབས་བྱས་ལམ་སྟེན་བཟོ་ནི།
- ༤.༡.༥ གཞུང་གིས་འཛིན་སྐྱོང་འབད་མི་ སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་གྱི་རྒྱ་སྒྲུབ་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ རྒྱལ་ཁབ་མཐའ་དབྱས་མེད་པར་
གོང་ཚད་ཤོ་མཚུངས་སྡེ་འཐོབ་ཐབས་ལུ་ རྫོང་ལམ་ངེས་བརྟན་བཟོ་ནི།

ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་སྤྱིད་བྱུས་དང་ཐབས་ལམ་ ༢ པ།

ཞིང་སའི་ཡུན་བརྟན་གོང་འཕེལ་དང་ ཐོན་ཁུངས་ཅན་གྱི་ལག་ལེན།

- ༤.༢.༡ སའི་ཐོན་ལུགས་དང་ ཡུན་བརྟན་བཟོ་བསྐྱེད་གྱི་བཟའ་འཐུང་ལམ་ལུགས་ དེ་ལས་ འཕུལ་སྤྱོད་གོང་འཕེལ་
གྱི་དོན་ལུ་ ས་ཞིང་ཡུན་བརྟན་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལག་ལེན་བཟུང་པོ་ཚུ་ཡར་ཤུགས་གཏང་ནི།
- ༤.༢.༢ མཉམ་བསྐྱེད་ཐོན་སྐྱེད་ལྟེ་བའི་ཐོག་ ཞིང་ས་དུམ་བུར་ཚུ་ནང་ གཙོ་རིམ་ཅན་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ ཚོང་འབྲེལ་འོས་
འབབ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ཚད་གཞི་རྒྱ་ཆེ་ཤུགས་སྡེ་སེང་ནི།
- ༤.༢.༣ ཐོན་སྐྱེད་ཅན་གྱི་ཞིང་ས་སྤྱོད་ཚུ་ ཉམས་གསོ་འབད་དེ་ ཡན་ཏུས་ཅན་སྡེ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་ འོས་འབབ་
ལཱ་པའི་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི།
- ༤.༢.༤ འོས་འབབ་ལཱ་ན་པའི་ལོ་ཐོག་དང་ཐོན་སྐྱེད་ལམ་ལུགས་ ལམ་སྟེན་འབད་ནི་ལུ་ ས་གཞིའི་ལུས་ལུགས་བརྟན་
ཞིབ་འབད་ནི།

- ༤.༢.༥. ལས་མི་མ་ལང་བའི་དཀའ་ངལ་བསལ་ཐབས་དང་ ཐོན་སྐྱེད་ཟད་འགོ་ཕབ་ནི་ དེལས་ སོ་ནམ་ཞིང་ལཱ་ལུ་ སློ་བ་བསྐྱེད་བཅུག་ནིའི་དོན་ལུ་ སློང་བཏུབ་པའི་སོ་ནམ་ཞིང་ས་ཚུ་ འཕུལ་སྐྱར་འབད་ནི།
- ༤.༢.༦. དགོས་མཁོ་དང་བསྐྱུན་ ཚུམ་གྱི་རང་མགོ་རང་འབྲོང་རྒྱུན་སྐྱོང་འབད་ཐབས་ལུ་ ཚུ་ཞིང་གཙུག་ཚན་ཚུ་ རོས་འཛིན་འབད་དེ་ སྐྱང་སྐྱོབ་འབད་ནི་དང་ སློ་འཐུས་རན་ཏྲོག་ཏྲོ་ཐོག་ ཞིང་སའི་ཆགས་བཀོད་ཚུ་ མི་ཉམས་སྐྱུན་སྐྱོང་འབད་ནི།
- ༤.༢.༧. ཚུ་ཞིང་གཙུག་ཚན་གྱི་རོས་འཛིན་གྲལ་ཁར་མ་ཚུད་མི་ཚུ་ཞིང་ཚུ་ནང་ མཁོ་ཆེ་བའི་སོ་ནམ་དང་ སློ་ནོར་ཐོན་སྐྱེད་གྱི་ལཱ་འབད་བཅུག་ནི།
- ༤.༢.༨. དགོས་མཁོ་ཆེ་བའི་ འབྲུ་སྐྱའི་རང་མགོ་རང་འབྲོང་ཆད་གཞི་རྒྱུན་སྐྱོང་འབད་ཐབས་ལུ་ གཞན་འབྲུ་སྐྱའི་རིགས་ཚུ་བཏུབ་ནི་ནང་ ཡར་འགྲུག་གཏང་ནི།
- ༤.༢.༩. ས་ཁ་མཐོ་སའི་སོ་ནམ་པ་ཚུ་གི་འཆོ་བའི་གནས་སྤངས་ཡུན་བརྟན་སྡེ་བཞག་ཐབས་ལུ་ ལ་རྒྱུད་ས་ཁོངས་སོར་རྒྱུད་འབད་ནི་དང་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་གྱི་ཞབས་ཏྲོག་འཐུས་སྤྱོད་གྱི་ལམ་ལུགས་ གཞི་བཙུགས་འབད་ནི།

ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་སྤྱིད་བྱས་དང་ཐབས་ལམ་ ༣ པ།

རྒྱུན་ལྔ་བཟོད་བསྐྱར་ ཉེན་ཁ་འཛིན་སྐྱོང་དང་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བསྐྱོད་གྱི་སོ་ནམ་རིག་པ།

- ༤.༣.༡. གཙུག་སྤེའི་འགན་འཁུ་ཚུ་མཐུན་སྒྲིག་བཟོ་ནི་དང་ མི་དང་རི་དྭགས་སེམ་ཅན་གྱི་འབྲེལ་འཛིང་འཛིན་སྐྱོང་འབད་ནིའདི་ རྒྱུག་གཏང་གི་འཆར་གཞི་དང་ ལག་ལེན་ལས་སྐྱེ་ནང་འཁོད་དེ་གཙུག་ཚན་ལུ་བཟུང་ནི།
- ༤.༣.༢. སོ་ནམ་དང་སློ་ནོར་འབྲེལ་བའི་ཉེན་ཁ་འཛིན་སྐྱོང་དང་ བཟོད་བསྐྱར་ཐབས་ལམ་འདི་ མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ཆ་ཤས་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་ གསར་གཏོད་ཅན་གྱི་ལོ་ཐོག་དང་སློ་ནོར་གྱི་ཉེན་བཙོལ་དང་ ཉེན་སྲུང་གི་ལས་འཆར་གཞན་ཚུ་ གཞི་བཙུགས་དང་ རྒྱབ་སྐྱོར་ དེལས་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི།
- ༤.༣.༣. སོ་ནམ་ལས་སྐྱའི་དོན་ལུ་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་དང་འབྲེལ་བའི་ བན་དོན་སྤྱོད་ནི་ཚུ་ཡར་འགྲུག་གཏང་ཐབས་རེས་བརྟན་བཟོ་ཐབས་དང་ ཕན་ལུ་ཅན་ཅན་ཚུ་བཟོ་ནི་ལུ་ གནམ་གཤིས་གནས་སྤྱད་ལས་རིམ་དང་དབྱེད་ལྷན་ཁྱེ་ དེལས་ ལོ་ཐོག་དང་སློ་ནོར་གྱི་རྒྱུད་ གཞི་སྐྱོན་གནས་སྤྱད་ལས་ལུགས་ཚུ་ ལས་སྡེ་སོ་སོའི་ནང་འཁོད་ལུ་ བརྒྱ་སོར་འབད་ནི་དང་ལག་ལེན་སྤྱོད་སྤྱོད་བཟོ་ནི།
- ༤.༣.༤. སོ་ནམ་འཕུལ་རིག་དང་ཐབས་ལམ་ཚུ་ གསར་གཏོད་ཅན་དང་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བསྐྱོད་གྱི་རིག་པ་དང་བསྐྱུན་ཕན་ལུ་ཅན་ཅན་དང་གོང་ཆད་རན་ཏྲོག་ཏྲོ་ཡོད་པ་སྡེ་གཞི་བཙུགས་འབད་དེ་ གོང་འབྲེལ་དང་ ཡར་འགྲུག་གཏང་ནི།

- ༤.༣.༥. སློ་ཞོར་གསེར་སྤྱོད་ཁང་ལྟེ་བ་རྩེ་ནང་ མར་ཕབ་ སྤར་བཅོ་དང་སྤར་སྤྱོད་ཟེར་ ཡར་ ༩ (3R) གྱི་ལྷ་རྩལ་ལུ་
གནས་ཏེ་ སྤྱི་ལུ་མེ་རྒྱུང་བཙུགས་ནི་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་དེ་ སོ་ནམ་པའི་ཟ་ཚད་ནང་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་རུས་
ཤུགས་སྤྱོད་ནི།
- ༤.༣.༦. བཟའ་འཐུང་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་རིམ་བརྒྱུད་འབྲེལ་མཐུན་ནང་ རྒྱལ་ཡོངས་བཟའ་འཐུང་རྒྱུ་ཐོས་དང་ སྤྱིགས་རོ་གི་
གནས་སྤངས་གནས་རྩིས་བཏོན་ནི་དང་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་ མར་ཕབ་ཐབས་ལམ་བཅོ་ནི། བཟའ་འཐུང་
རྒྱུ་ཟད་བཀག་ཐབས་དང་ འགན་ཁག་ཅན་གྱི་ཟ་སྤྱོད་བཅོ་ནི་དོན་ལུ་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་ཐབས་རིག་འགོ་
བཙུགས་ནི།
- ༤.༣.༧. གསར་གཏོད་ཅན་དང་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཅོལ་འབྲེལ་བའི་རིག་པ་ དེ་ལས་ རྒྱུ་རྒྱུ་སོར་རྒྱུད་ཅན་གྱི་ཞིང་
རྒྱུ་ལེ་ཞི་རྒྱུ་མཁོ་ཆས་ཡར་རྒྱས་གཏང་ནི་དོན་ལུ་ ཟད་འགོ་གཏང་ནི་དང་ རྒྱུ་ཞིང་ས་ཆ་རིམ་བརྒྱུ་ཡོད་མི་
བརྒྱ་ཆ་ ༩༩ ལས་ ༥༧ གྲུ་ལུ་ཡར་སེང་འབད་ནི།
- ༤.༣.༨. ཞིང་རྒྱུ་ལག་ལེན་གྱི་རུས་ཤུགས་ཡར་རྒྱས་གཏང་ནི་དང་ རྒྱུ་ཟད་མར་ཕབ་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ཞིང་རྒྱུ་གསེག་
འཛིག་འབད་ནི་དང་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་འཕུལ་རིག་འགྱུར་བ་ དེ་ལས་ རུས་ཤུགས་ཆེ་བའི་རྒྱུ་ཞིང་ལམ་
ལུགས་དང་ འཛིན་སྐྱོང་ཐབས་ལེས་ལུ་ ཟད་འགོ་གཏང་ནི།
- ༤.༣.༩. སོ་ནམ་དང་འབྲེལ་བའི་གཞི་རྒྱུ་མཁོ་ཆས་དང་ ཞབས་ཏོག་རྩེ་ ཡུན་བརྒྱུ་ལག་ལེན་གྱི་དོན་ལུ་ འོས་འབབ་
ལྷན་པའི་ཐབས་རིག་འགོ་བཙུགས་ནི།
- ༤.༣.༡༠. སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་གྱི་ཕབ་ཆག་མ་དངུལ་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་འདི་ རྒྱ་སྤྱོད་ལས་ ཕྱིར་ཐོན་གྲུབ་འབྲས་ལུ་ གཙོ་ཐོར་
བཟུང་སྟེ་ གནས་གོང་མཐོ་བའི་སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་ཐོན་སྐྱེད་རྒྱུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི།
- ༤.༣.༡༡. རོས་འཛིན་འབད་ཡོད་པའི་ སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་ཐོན་སྐྱེད་རྒྱུ་ སྤྱི་ཚད་དང་བསྟུན་ གོང་ཚད་སྤྱིག་ནིའི་ལམ་
ལུགས་བཅོ་ནི།
- ༤.༣.༡༢. ནད་གཞི་བཀག་འཛིན་ཐབས་རིག་ཆ་ཚད་ཅུ་བརྒྱུ་བཅོ་ནི། ས་མཚམས་ལས་འདས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་ནད་
གཞིའི་ གསར་རྒྱ་དང་ སྤྱི་ལུ་ཉེན་སྲུང་གི་བྱ་སྤྱིག་དང་གཞི་ལེན་ སློ་ཞོར་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་སྤྱི་རིགས་དང་
ཅ་ཆས་ དེ་ལས་ སོ་ནམ་པའི་མི་སྤེལ་ རྒྱུ་འཐུས་སྤྱོད་ནི་ནང་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི།

ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་ཐབས་ལམ་དང་སྤྱི་དྲུག་ ༤ པ།

སྤྱི་འབྲུག་ཅན་གྱི་སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་ཞིབ་འཛེལ་གསར་གཏོང་དང་འཕུལ་རིག

- ༤.༤.༡. མཁོ་མངག་རྒྱུད་སྤྱུལ་དང་ ཡར་ཐོན་ཅན་གྱི་གསར་གཏོང་ སྤྱི་དྲུག་འབྲེལ་མཐུན་ སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་ཡུན་བརྟན་གོང་འཕེལ་ཚུ་ལུ་ གཞི་རྟེན་མཐུན་འགྱུར་ རེས་འཐབ་ལག་ལེན་དང་ ཞིབ་འཛེལ་སྤྱི་དྲུག་ཚུ་ ཅ་བརྟན་དང་ཡུན་བརྟན་བཟོ་ནི།
- ༤.༤.༢. སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་འབྲེལ་བའི་ཞིབ་འཛེལ་ཚུ་ སུམ་རུས་ཅན་དང་ དམིགས་གཏང་ཅན་ དེ་ལས་ རིན་ཐང་ཅན་སྤྱོད་ཐབས་ལུ་ ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་ སོ་ནམ་གྱི་ནང་འཁོད་ཡོངས་འབོར་ལས་ ཞིབ་འཛེལ་མ་དདུལ་ བརྒྱ་ཆ་ ༡ བཞོ་བཀམ་འབད་དེ་ སོ་ནམ་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་དང་གསར་གཏོང་ཡར་འཕེལ་གཏང་ནི།
- ༤.༤.༣. སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་གྱི་རིམ་བརྒྱུད་འབྲེལ་མཐུན་ནང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ཚུ་གི་ ལྷོགས་གྲུབ་ཡར་རྒྱས་གཏང་ཐབས་ལུ་ ཚོང་ལམ་ཞིབ་འཛེལ་དང་ བརྗོད་ཅན་ དེ་ལས་འཕུལ་རིག་གསར་པ་ཚུ་ ཡར་འཕེལ་གཏང་ནི།
- ༤.༤.༤. གཏོང་ལེན་ཅན་གྱི་གནས་སྤངས་ནང་ བཟའ་འཐུང་ཉིན་སྤྱང་འབད་ཐབས་ལུ་ གནས་གཤིས་སྤྱི་འབྲེལ་ལུ་ བཟོད་ཚུགས་པའི་ རུས་བསྟུན་དེང་སང་གི་སོ་ནམ་ཐབས་ལམ་ དེ་ལས་ ལོ་ཐོག་ཚུ་འབྲེན་འཛིན་སྐྱོང་ལ་སོགས་པའི་ གསར་གཏོང་ཅན་དང་ ལས་མི་ཉུང་བའི་ བཟོ་འདོན་ཐབས་ལམ་ཚུ་ ཡར་འཕེལ་གཏང་ནི་དང་ དང་ལེན་འབད་ནི།
- ༤.༤.༥. སློ་ཞོར་རིགས་རྒྱུད་ཡར་འཕེལ་དང་ ལྷོ་ཆག་འཛིན་སྐྱོང་ཐོག་ ཡུན་བརྟན་གྱི་སློ་ཞོར་ཐོན་སྐྱེད་ཡར་འཕེལ་གཏང་ནི་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི།
- ༤.༤.༦. ཉའི་ཟས་རིགས་དང་ལྷོ་གི་ཆབ་སྤྱོད་ རྒྱུ་རྒྱ་རུ་ལུ་བརྟེན་པའི་ཉལ་སྤྱོད་གི་ལུ་ དང་ལེན་འབད་དེ་ ཡར་འཕེལ་གཏང་ནི།
- ༤.༤.༧. རང་བཞིན་གནས་སྤངས་དང་ གནས་གཤིས་འགྱུར་བཟོས་ལས་བཟོད་ཐབས་ལུ་ ཐོན་ལྷོགས་དང་མཐུན་འགྱུར་ ལྷོགས་གྲུབ་ཡར་འཕེལ་གཏང་ནི་ལུ་ སྤྱོད་འཕེལ་ཅན་གྱི་འཕུལ་རིག་ཅ་བརྟན་བཟོ་ནི།
- ༤.༤.༨. སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་གསེབ་སྤྱོད་གི་ལམ་ལུགས་ནང་ དེང་སང་གི་འཕུལ་རིག་ གནས་སྤྱོད་ཆེན་མོ་དང་ སྤྱོད་རིག་སྤྱོད་སྤྱོད་ དངོས་པོའི་སྤྱོད་རིག་ཡོངས་འབྲེལ་(IoT)དང་ཟེར་འཕུལ་ དེ་ལས་ རྟོན་གསར་གྱི་ཚོང་འབྲེལ་འཕུལ་རིག་ཚུ་ གཞི་བཙུགས་དང་ བཞོལ་སྤྱོད་འབད་དེ་ ཉན་བཅོལ་དང་རོ་སྤྱོད་ དེ་ལས་ ཡོངས་འབྲེལ་གཏོང་ལེན་ཚུ་ཡར་འཕེལ་གཏང་སྤྱོད་ བཟའ་འཐུང་བཀམ་སྤྱོད་གྱི་འབྲེལ་མཐུན་ གོང་འཕེལ་གཏང་ནི།
- ༤.༤.༩. འོས་འབབ་ཅན་གྱི་ཐབས་ལམ་དང་འཕུལ་རིག་གསར་པ་ཚུ་ དང་ལེན་དང་ལག་ལེན་ དེ་ལས་ ཡར་འཕེལ་གཏང་ཐོག་ལས་ སོ་ནམ་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་ཡར་འཕེལ་གཏང་ནི།

ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་ཐབས་ལམ་དང་སྤྲིད་བྱས་ ༥ པ།

ཡུན་བརྟན་ཅན་གྱི་སོ་ནམ་དང་ ཡར་འཕེལ་ཅན་གྱི་སོ་ནམ་ཆོང་བསྐྱུགས་ དེ་ལས་ ཡར་འཕེལ་ཅན་གྱི་བཟའ་འཐུང་དང་ཟས་བཅུད་ཉིན་སྲུང་།

- ༤.༥.༡. བཟོད་བསྐྱེད་དང་ཡུན་བརྟན་ཅན་གྱི་བཟའ་འཐུང་ཉིན་སྲུང་གི་དོན་ལུ་ ལུས་དང་ གཞན་ཉེར་མཁོའི་སོ་ནམ་དང་ སློ་ཞོར་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་རང་མགོ་རང་འདྲོང་ ཡར་འཕེལ་གཏང་ནི།
- ༤.༥.༢. དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་ ལྷུ་ཡོངས་བཟའ་འཐུང་ཉིན་སྲུང་གསོག་འཛུགས་གི་ཐོག་ལས་ བཟའ་འཐུང་གི་རིགས་ལངས་སྤྱེ་གསོག་འཛུགས་འབད་ནི།
- ༤.༥.༣. དགོས་མཁོའི་བཟའ་འཐུང་ཚུ་ རོས་འཛིན་འབད་ཡོད་པའི་ཆོང་ལས་ཚུ་བརྒྱུད་དེ་ བཟའ་འཐུང་འབད་ནི།
- ༤.༥.༤. གཙང་སྐྱུགས་ལཱ་ན་པའི་ སློ་ཞོར་ཐོན་སྐྱེད་ཡར་འཕེལ་གཏང་ནི་དང་འཕྲོད་བརྟེན་མེད་པའི་སློ་ཞོར་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ བཟའ་འཐུང་མར་ཕབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ སློ་ཞོར་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་བཟོ་བྱ་འཕུལ་ཁང་ཚུ་ཡར་འཕེལ་གཏང་ནི་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ནི།
- ༤.༥.༥. བཟའ་འཐུང་ཐོན་སྐྱེད་དང་ འཕུལ་རིག་བརྒྱུད་སྤྲོད་ དེ་ལས་ སྐབས་ཐོག་གི་དཀའ་ངལ་དང་གཏོང་ལེན་ཚུ་ལུ་ རོས་ལེན་འབད་ནིའི་ཞབས་རྟེན་ཚུ་ དོན་སྤྲོད་ཅན་སྤྱོད་ཐབས་ལུ་ སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་རྒྱ་སྐྱེད་ཞབས་རྟེན་ཚུ་ ཅ་བརྟན་བཟོ་ནི།
- ༤.༥.༦. རོས་འབབ་ལཱ་ན་པའི་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ མོ་བཏབ་ཀྱི་དོན་ལུ་ཆོང་འབྲེལ་འབད་ནི་དང་ འབྲུག་པའི་སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ ཕྱིར་ཆོང་འབད་ནི་ལུ་ ཆོང་ལམ་གསར་པ་འཛུགས་ཞིབ་འབད་དེ་ གཞི་བཙུགས་འབད་ནི།
- ༤.༥.༧. གཙོ་རིམ་བཟུང་ཡོད་པའི་ ཆོང་འབྲེལ་ཅན་གྱི་སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་དོན་ལུ་ སྤྱོད་འཕུལ་ཀྱི་ལས་འཆར་ཚུ་གཞི་བཙུགས་འབད་ནི།
- ༤.༥.༨. རང་བཞིན་ཐོན་སྐྱེད་དང་ གནམ་ཁ་ཅན་གྱི་སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་དོན་ལུ་ བཀོལ་སྤྱོད་ཡོངས་ཚོགས་ཅན་གྱི་ཞིབ་དཔྱད་ དང་བརྟན་ཞིབ་ དེ་ལས་ རོ་སྤྱོད་ལམ་ལུགས་ཚུ་གཞི་བཙུགས་འབད་ནི།
- ༤.༥.༩. བཟའ་འཐུང་ཐོན་སྐྱེད་དང་ རོས་འབབ་ལཱ་ན་པའི་ཕྱིར་ཆོང་གི་ཆོང་ལམ་ཉིན་སྲུང་དང་གནས་ཚད་ཅན་གྱི་སྤྱད་ཚད་ ཡར་འཕེལ་གཏང་ནིའི་དོན་ལུ་ སོ་ནམ་ལེགས་ལཱ་ཐབས་ལམ་ཚུ་ ཅ་བརྟན་བཟོ་ནི།

ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་ཐབས་ལམ་དང་སྤྱིད་བྱུང་ ༤ པ།

སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་གྱི་རིམ་བརྒྱད་འབྲེལ་མཐུད་དང་ ཆོང་ལམ་མཐུན་ཆུན།

- ༤.༤.༡. དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་ གཤམ་གནད་ཆེ་བའི་ཆོང་འབྲེལ་མཐུན་ཆུན་ གཞི་བཙུགས་འབད་དེ་ སྤྱིལ་འབྲེལ་མཐུད་ལམ་དང་ ཆོང་པ་དང་ཆོང་ཁོམ་ཚུ་གི་བར་ན་མཐུན་འབྲེལ་བཟོ་ནི།
- ༤.༤.༢. གཙཱ་རིམ་བཟུང་བའི་ཐོན་སྐྱེད་ལུ་ གཙཱ་བོར་བཏོན་ཏེ་ལོ་ཐོག་བསྐྱེད་ཚར་བའི་བྱལ་ལུ་ འཛིན་སྐྱོང་མཐུན་ཆུན་ གསར་བཟོ་ཡར་ཕྱག་གཏང་ནི་དང་ སྤྱིད་ཐངས་བཟོ་སྐྱེད་འཕུལ་ཆས་ཚུ་གསར་བཏོད་འབད་ནི།
- ༤.༤.༣. དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་ས་གནས་ཚུ་ནང་ སོ་ནམ་བཟའ་འཐུང་མཐུན་ཆུན་དང་ ཞབས་རྟེན་པན་ཚུ་ན་ལུ་ལཱ་འདྲིལ་ སོ་ནམ་ལས་འབྲེལ་གྱི་དཔལ་འབྱོར་ས་ཁོངས་གྱི་ འཆར་གཞི་བཙུན་ནི་དང་གཞི་བཙུགས་འབད་ནི།
- ༤.༤.༤. ནང་འཁོད་ཆོང་འབྲེལ་གྱི་གོ་སྐབས་ཡར་ཕྱག་གཏང་ཐབས་ལུ་ ཆོང་འབྲེལ་གྱི་བཀའ་སྤྱོད་ལམ་ལུ་གསར་ཚུ་ གཞི་བཙུགས་འབད་ནི་དང་ རྩ་བཟོན་བཟོ་ནི།
- ༤.༤.༥. རྒྱ་སྐྱབ་ཞབས་རྟེན་དང་ ཆོང་འབྲེལ་བརྒྱན་ལམ་ཡར་ཕྱག་གཏང་ནི་དེ་དོན་ལུ་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་ལུ་བཟོན་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་སོ་ནམ་ཞིང་ལམ་གྱི་མཐུན་འབྲེལ་ཚུ་ རྩ་བཟོན་བཟོ་ནི།
- ༤.༤.༦. རྒྱ་ཆད་ཅན་གྱི་དཔལ་འབྱོར་ཡར་ཕྱག་དང་ དོན་སྤྱིན་ཅན་གྱི་ རྒྱ་ཆུན་ལག་ལེན་ དེ་ལས་ ཆོང་ལམ་ཡར་ཕྱག་གཏང་ནི་དེ་དོན་ལུ་ སོ་ནམ་པའི་སྤྱོད་ཆད་དང་ མཉམ་ལས་ཆོགས་སྤྱོད་ཚུ་ རྩ་བཟོན་བཟོ་ནི།
- ༤.༤.༧. གཙཱ་རིམ་བཟུང་བའི་ སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་གི་ རིམ་བརྒྱད་འབྲེལ་མཐུད་ རྩ་བཟོན་དང་སྤྱིག་མཐུན་བཟོ་ནི།
- ༤.༤.༨. རྒྱལ་སྤྱི་ལུ་ངོས་ལེན་ཡོད་པའི་ འབྲུག་པའི་དམིགས་གསལ་ཁྱད་ཆོས་ཅན་གྱི་སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི།
- ༤.༤.༩. དགོས་མཁོ་དང་བསྐྱེད་པའི་ མཁའ་རིག་དང་མ་རྩ་གཞི་བཙུགས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོག་ལས་ ཐོན་སྐྱེད་བཟོ་སྐྱེད་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཆོང་ལམ་ཚུ་ ཡར་ཕྱག་གཏང་ནི།
- ༤.༤.༡༠. འབྲུག་པའི་རྩ་གསལ་ཐོག་ལུ་ དམིགས་གསལ་ཁྱད་ཆོས་ཅན་གྱི་ སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་ཐོན་སྐྱེད་ཡར་ཕྱག་གཏང་སྟེ་ རིན་ཐང་ཆེ་བའི་ནང་འཁོད་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཆོང་འབྲེལ་ ཡར་ཕྱག་གཏང་ནི།
- ༤.༤.༡༡. དམིགས་གཏང་བསྐྱེད་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཆོང་འབྲེལ་གྱི་དགོས་མཁོ་དང་བསྐྱེད་ སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་གི་རྩ་གསལ་དང་ གནས་ཚད་ དེ་ལས་ རྩ་བཟོན་ཚུ་ རྩ་བཟོན་བཟོ་ནི།

ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་ཐབས་ལམ་དང་སྤྲིད་བྱས་ ༡ པ།

རང་བཞིན་སོ་ནམ་ཡར་དྲག

- ༤.༡.༡. གཙོ་རིམ་ཅན་གྱི་ སོ་ནམ་དང་སློ་ནོར་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་ དམིགས་གསལ་དང་རིང་ཐང་ཆེ་བའི་ཚོང་འབྲེལ་གྱི་དོན་ལུ་
ཚོང་འབྲེལ་ལྷན་པའི་ རང་བཞིན་སོ་ནམ་དང་སློ་ནོར་གྱི་ལུ་ཚུ་ རྒྱ་ཆེ་དྲགས་སྤེལ་བད་ནི།
- ༤.༡.༢. རོ་སྐྱོར་འབད་ཡོད་པའི་ ལུན་བརྟན་རང་བཞིན་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་དོན་ལུ་ རིམ་བརྒྱུད་འབྲེལ་མཐུད་དང་ ཐོན་སྐྱེད་ཡར་
དྲག་གཏང་སྟེ་ ཅ་བརྟན་བཟོ་ནི།
- ༤.༡.༣. རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གཅིག་ཁར་ རང་བཞིན་ཚོང་འབྲེལ་སྤྲུལ་བའི་དྲགས་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ རང་བཞིན་སོ་ནམ་
དང་རོ་སྐྱོར་ལམ་ལུགས་ཅ་བརྟན་བཟོ་ནི་དང་ རྒྱལ་སྤྱིའི་ངོས་འཛིན་གྱིས་མ་དོ་བར་ བན་ཚུན་ངོས་འཛིན་གྱི་དོན་
ལུ་ཡང་ ལཱ་འཕྲོ་མཐུད་དེ་འབད་ནི།
- ༤.༡.༤. རྩིས་སྤྱོར་གྱི་ལུང་དང་ སོ་ནམ་གྱི་རྩིས་སྤྱོར་རྒྱ་ཆ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ནིའདི་ རིམ་གྱིས་སྤྱོད་སྤྱོད་བཟོ་ནིའི་དོན་
ལུ་ རང་བཞིན་དང་སྤྲོ་ལྷན་རྒྱ་ཆུང་ཐོན་སྐྱེད་ དེལས་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་ སེམས་བྱུགས་རྒྱལ་སྤྱོར་འབད་
ནི།
- ༤.༡.༥. ས་བཟུང་དང་སྤྲོ་ལྷན་རིགས་སྤྱིའི་ སོར་རྒྱུད་ལུགས་ཡར་དྲག་གཏང་ནིའི་དོན་ལུ་ སྤྲོ་སྤྱོད་ཅན་གྱི་སོ་ནམ་
གོང་འཕེལ་གཏང་ནི།

ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་ཐབས་ལམ་དང་སྤྲིད་བྱས་ ༢ པ།

ཉེན་སྲུང་དང་ཟས་བཟུང་ལྷན་པའི་བཟའ་འཐུང་དང་ གཞུགས་ཁམས་བདེ་བའི་ལག་ལེན།

- ༤.༢.༡. འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་མཉམ་འབྲེལ་འབད་དེ་ མི་མང་དང་སློབ་གྲྭ་ སྤན་ཁང་དང་དགོན་སྡེ་ དེལས་ གཞུགས་
སྡེ་གཞན་ཚུ་ནང་ ཉེན་སྲུང་དང་ཟས་བཟུང་ལམ་ལུགས་ངེས་བརྟན་བཟོ་ནི།
- ༤.༢.༢. སློབ་གྲྭ་དང་སྤན་ཁང་གི་བཞེས་སློ་བྱིན་ནི་ལས་རིམ་དང་ སློབ་གྲྭའི་སོ་ནམ་ཞིང་ལཱའི་ལས་རིམ་ཚུ་ལས་བརྒྱུད་དེ་
ཨ་ལུ་ཚུ་གི་གཞུགས་ཁམས་སྤྱིང་སྤྱིང་འབྱོར་ཐབས་ལུ་དམིགས་ཏེ་ ནང་འཁོད་ལས་འཐོན་པའི་ཟས་བཟུང་ལྷན་
པའི་ཟ་སྤྲོད་ཀྱི་རིགས་ཚུ་ ཡར་དྲག་གཏང་ནི་དང་ གཙོ་རིམ་བཟུང་ནི།
- ༤.༢.༣. རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གནས་ཚད་དང་བསྟུན་ ཟས་བཟུང་ལྷན་ཐབས་འབད་ནིའི་ཚུལ་སྤྱོད་དང་ལས་རིམ་ཚུ་ ཅ་བརྟན་
བཟོ་ནི།
- ༤.༢.༤. ཨ་ལུ་སློམ་ནི་དང་གཞུགས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་དོན་ལུ་ རྒྱུ་ཞིན་ལས་ལྷན་ ༤ ཚུན་ཚོད་ ཨའི་གི་ཨོམ་
རྒྱུང་མ་གཅིག་བྱིན་ནི་དང་ ཨོ་ ༡ ཚུན་ཚོད་ ཟས་བཟུང་དང་ཉེན་སྲུང་ལྷན་པའི་ལྷན་ཐབས་ཀྱི་བཞེས་སློ་བྱིན་
ནི།

- ༤.༡.༥. རྩ་སྤྱོད་ཨོམ་གྱི་ཚོང་འབྲེལ་ཚད་འཛིན་འབད་ནི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་སྤྱིའི་ཨོམ་ཚབ་གྱི་ཚོང་འབྲེལ་སྤྱིག་གཞི་དང་ འཛམ་གླིང་གསེབ་པའི་ཚོགས་འདུའི་ཐོས་ཚད་ཚུ་བསྟར་སྤྱོད་འབད་ནི།
- ༤.༡.༦. ཟས་བཅུད་མ་ལང་པའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་དཀའ་ངལ་ཡོད་མི་ཨ་ལུ་ཚུ་ ངོས་འཛིན་འབད་དེ་ གཅེས་སྤྱོད་དང་ འཛིན་སྤྱོད་འབད་ནི།
- ༤.༡.༧. ཉེན་སྲུང་ལཱ་ན་པའི་བཟའ་འཐུང་ལམ་ལུགས་ཡར་ཤུག་གཏང་ནི་དོན་ལུ་ གཟུགས་ཁམས་ལུ་འཕྲོད་པའི་བཞེས་སྤྱོད་ལཱ་ལེན་ཚུ་ དང་ལེན་འབད་དེ་ རྒྱུན་སྤྱོད་འབད་ནི།
- ༤.༡.༨. རང་སོའི་སྤྱིག་བཟུང་གིས་མ་དོ་བར་ བཟའ་འཐུང་དང་སྤྱོད་ལཱ་ཉེན་སྲུང་གི་དགོས་མཁོ་བསྟར་སྤྱོད་འབད་དེ་ བཟའ་འཐུང་བཟོ་སྐྱུན་འབད་མི་དང་ཚོང་པ་ དེ་ལས་ཟ་སྤྱོད་འབད་མི་ཚུ་གི་ནང་ན་ བཟའ་འཐུང་ཉེན་སྲུང་ལུགས་སྤོལ་དེ་ ཡར་ཤུག་གཏང་ནི།
- ༤.༡.༩. དམིགས་བསལ་གྱི་ འཕྲོད་ཁམས་ལེགས་ཤོམ་མེད་མི་ དཔེར་ན་ནད་གཞི་ཨེམ་ཨའི་ཡི་དང་ བད་ཀན་ནད་གཞི་དེ་ལས་གཞན་ནད་གཞི་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ འོས་འབབ་ལཱ་ན་པའི་ཟས་བཅུད་གྱི་ཐབས་ལམ་ངེས་བཟླ་བཟོ་ནི།
- ༤.༡.༡༠. ཟས་བཅུད་ལཱ་ན་པའི་སྤྱོད་ཐོར་ཐོན་སྤྱོད་ཚུ་ལངས་སྤོལ་འཐོབ་ཐབས་ལུ་ སློབ་བྲལ་ནང་འགྱུར་མི་ཨ་ལུ་ག་ར་ལུ་ ཨོམ་གཞུམ་ ༢༥༠ དང་ སྤྱོད་དོག་ ༡ བྱིན་ནི།

ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་ཐབས་ལམ་དང་སྤྱིད་བྱས་ ༩ པ།

སོ་ནམ་སྤྱོད་ལཱ་རིགས་སྤྱོད་དང་ ཤིང་མེན་ནགས་ཚལ་ཐོན་སྤྱོད་གྱི་ མཐུན་འགྱུར་དང་ཡུན་བརྟན་ལག་ལེན།

- ༤.༢.༡. ཡུན་བརྟན་དང་བཟོད་བསྐྱར་གྱི་སོ་ནམ་ཞིང་ལཱའི་ལམ་ལུགས་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ སོ་ནམ་གྱི་སྤྱོད་ལཱ་རིགས་སྤྱོད་དང་ རི་ཁ་ལས་བརྒྱད་པའི་སོ་ནམ་པ་ཚུ་གིས་བཏབ་མི་ལོ་ཐོག་ (Crop Wild Relatives) དེ་ལས་ འབྲེལ་ཡོད་སྤྱོད་སྤོལ་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཉམས་སྲུང་དང་ཡུན་བརྟན་ལག་ལེན་འདི་ ཡར་ཤུག་གཏང་ནི།
- ༤.༢.༢. ས་གནས་གྱི་ལོ་ཐོག་རིགས་སྤྱོད་དང་ སྤྱོད་མེད་པ་སྤོལ་བཞག་མི་ དེ་ལས་ མང་སྤྱོད་མ་སྤྱོད་མི་ལོ་ཐོག་གི་རིགས་སྤྱོད་ (Neglected and Under-utilized Crop Species) ཐོན་ཁུངས་དང་ཟ་སྤྱོད་ ཡར་ཤུག་གཏང་ནི།
- ༤.༢.༣. འཛོ་བའི་གནས་སྤྱོད་ཡར་ཤུག་གཏང་ཐབས་ལུ་ ས་གནས་གྱི་ལོ་ཐོག་དང་ སྤྱོད་ཆགས་གྱི་རིགས་སྤྱོད་ཐོན་ཁུངས་ དེ་ལས་ ཤིང་མེན་ནགས་ཚལ་ཐོན་སྤྱོད་ཚུ་གི་ཡུན་བརྟན་འཛིན་སྤྱོད་ ཡར་ཤུག་གཏང་ནི།
- ༤.༢.༤. དཔལ་འབྱོར་ལེ་ཕན་ཡར་ཤུག་གཏང་ནི་དོན་ལུ་ ཐོབ་སྤྱོད་དང་ལེ་ཕན་བཀོ་བཤའི་གསར་གཏོད་གཞི་བཅུགས་ཚུ་ ཅུ་བརྟན་བཟོ་ནི།

- ༤.༢.༥. རང་བཞིན་ས་ཁོངས་ལས་ཨིན་མི་དང་ཨེན་མི་ འཛིག་ཉིན་ཡོད་པའི་ས་གནས་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་དར་བྱལ་ཡོད་ མི་སྡེ་ལྷན་རིགས་སྡེའི་ཉམས་སྤྱད་འདི་ ཡར་ཤལ་གཏང་ནི་དང་ངེས་བརྟན་བཟོ་ནི།
- ༤.༢.༦. འོང་འབབ་སྤྱ་ཚོགས་བཟོ་ནི་དང་ ཉམས་ཚལ་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ལུ་ གཞོད་སྦྱོན་མར་ཕབ་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ཅི་ ཞིམ་དང་སྤྱན་ལྷན་གྱི་སྤྱོད་ཤིང་གིས་མ་དོ་བར་ གནས་གོང་མཐོ་བའི་ཤིང་ཨེན་ཉམས་ཚལ་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ གཡུས་ ཁར་གསེས་སྦྱོང་འབད་ནི་དང་ སྦྱོང་ནི་ཚུ་ ཡར་ཤལ་གཏང་ནི།

ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་ཐབས་ལམ་དང་སྤྱི་དབུས་ ༡༠ པ།

ཕོ་མོ་འབྲུ་མཉམ་དང་མི་སྡེ་གྲལ་བཟུགས།

- ༤.༡༠.༡. བཟའ་འཐུང་ལམ་ལུགས་དང་ འཛོ་བའི་མཐུན་ཉེན་གྱི་ཐབས་ལམ་གཞན་ནང་ ཕོ་མོའི་ལྷ་འགན་གྱི་བརྟེན་ཁ་ གསལ་དང་ཡོངས་རྒྱུགས་སྤྱོད་གཞི་བཟུགས་འབད་ནི།
- ༤.༡༠.༢. ཨམ་སྤྱ་དང་ཉེན་ཁ་འབྱུང་སྤྱི་པའི་མི་ཚུ་ སོ་ནམ་དང་སློ་ཞོར་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་རིམ་བརྒྱུད་འབྲེལ་མཐུན་ནང་ བཅའ་ མར་གཏོགས་བཟུག་ནི་དང་འབྲེལ་མཐུན་བཟོ་ནི་ དེ་ལས་ དབང་ཆ་བཟོན་ནི་དོན་ལུ་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་ ཐབས་རིག་ཚུ་གཞི་བཟུགས་འབད་ནི་དང་ ངེས་བརྟན་བཟོ་ནི།
- ༤.༡༠.༣. ཕོ་མོ་རང་སོའི་སྤྱབས་བདེ་སྤྱལ་དང་བསྤུན་ ལག་ལེན་འཐབ་བརྟལ་པའི་འཕྲལ་རིག་དང་ ལས་མི་ཉུང་བའི་སོ་ ནམ་དང་སློ་ཞོར་འཕྲལ་རིག་ཚུ་ གཞི་བཟུགས་འབད་དེ་ ཐོབ་སྦྱོང་ཡར་ཤལ་གཏང་ནི།
- ༤.༡༠.༤. ཉེན་ངན་འཛིན་སྦྱོང་ཐབས་བྱས་སྡེ་ ལྷོགས་སྤྱབ་གོང་འཕེལ་དང་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བསྐྱོས་དང་བསྤུན་པའི་ ཐོན་སྐྱེད་ལམ་ལུགས་གསར་པ་ཚུ་གཙོ་རིམ་བཟོ་བའི་ཐོག་ ཞིང་ལཱ་རྒྱུང་བའི་སོ་ནམ་པ་གི་བཟོ་ད་བསྐྱུན་ ཡར་ ཤལ་གཏང་ནི།
- ༤.༡༠.༥. སོ་ནམ་པའི་སྡེ་ཚན་དང་ མཉམ་ལས་ཚོགས་སྡེ་ཚུ་འཛིན་སྦྱོང་འབད་ནི་ལུ་ ཨམ་སྤྱ་དང་ མི་སྡེ་ནང་རྒྱལ་ཁར་ ལུས་མི་ཚུ་གི་གྲལ་གཏོགས་ ཡར་ཤལ་གཏང་ནི།
- ༤.༡༠.༦. ཨམ་སྤྱ་དང་ན་གཞོན་ཚོང་ལཱ་འབད་མི་ཚུ་ལུ་དམིགས་གཏང་བསྐྱེད་དེ་ ཚོང་རིག་གི་རིག་རྒྱལ་དང་ལྷོགས་སྤྱབ་ གོང་འཕེལ་གཏང་སྟེ་ སོ་ནམ་ཚོང་འབྲེལ་ཡར་ཤལ་གཏང་ནི།

ཐབས་བྱས་ཅན་གྱི་ཐབས་ལམ་དང་སྤྱོད་ལྟུང་ ༡༡ པ།

མཉམ་རྒྱལ་དང་མཉམ་འབྲེལ།

- ༤.༡༡.༡. སོ་ནམ་བཟའ་འཐུང་ལམ་ལུགས་འདི་ བཅོད་བསྟན་ཅན་དང་སྤྱི་གཞི་སྤྱོད་བཅོམ་ཞི་དེ་དོན་ལུ་ མཉམ་འབྲེལ་དང་ མཉམ་རྒྱལ་ དེ་ལས་ ལས་སྡེ་ཁག་གི་བར་ན་ཐབས་ལམ་ཚུ་ སྤྱོད་ཀྱི་ལུགས་འབད་ནི།
- ༤.༡༡.༢. སྤྱོད་ལྟུང་བསྟར་སྤྱོད་འབད་མི་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་ཚུ་གི་བར་ན་ མཉམ་རྒྱལ་དང་མཉམ་འབྲེལ་མཐའ་སྤྱོད་གི་ གཞི་བཀོད་ཀྱི་ཆེས་སྡེ་གསར་བཅོམ་འབད་ནི།
- ༤.༡༡.༣. དངུལ་འབྲེལ་དང་འཐུང་འཐུང་ལུ་གི་ཐོན་ཁུངས་བསྟར་ནི་དོན་ལུ་ དངུལ་འབྲེལ་ཐབས་ལུ་གཞན་གྱིས་མ་དོ་བར་ ད་ལྟོ་ཡོད་མི་དང་ ཁོང་འཕེལ་མཉམ་འབྲེལ་བ་གསར་པ་ ཁྲོགས་རམ་བྱིན་མི་ལས་སྡེ་ དེ་ལས་ རྒྱལ་སྤྱོད་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དངུལ་ཁང་ཚུ་གཅིག་ཁར་ མཉམ་འབྲེལ་ཙུ་བརྟན་བཅོམ་ནི།
- ༤.༡༡.༤. སོ་ནམ་ཚོང་རྒྱུ་གྱིས་མ་དོ་བར་ བཟའ་འཐུང་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ལེགས་སྦྱར་ ལྷན་ཐབས་འབད་ནི་དོན་ལུ་ སྤྱོད་ ལྟུང་དང་ ཁྲིམས་ཡིག་ཚུ་ བསྟར་ཞིབ་འབད་ནི་དང་མཐུན་སྤྱི་གཞི་བཅོམ་ནི།
- ༤.༡༡.༥. སོ་ནམ་དང་སྤྱོད་ནམ་གྱི་རིམ་བརྒྱུད་འབྲེལ་མཐུད་ཁོང་འཕེལ་ནང་ སོ་ནམ་པའི་མི་སྡེ་ལུ་ མཉམ་འབྲེལ་དང་འགན་ བསྟར་འབད་ནི་དེ་མཉམས་ཀྱི་ལུགས་བྱིན་ནི་ལུ་ གཞུང་དབང་ཚོང་ལས་དང་ ཞི་བའི་མི་སྡེ་ལས་ཚོགས་ དེ་ལས་ གཞུང་མིན་ལས་ཚོགས་དང་ སྤྱི་ལོ་ལུ་འགན་ཚུ་ ཡར་ཤལ་གཏང་ནི་དང་ བསྟོན་བསྟུགས་འབད་ནི།
- ༤.༡༡.༦. མ་ཙུ་གཞི་བཙུགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ལྷན་ཐབས་བདེ་བའི་གནས་སྤངས་བཅོམ་དེ་ ཕྱི་མི་ཙུ་གཞི་བཙུགས་དང་ སྤྱི་ལོ་ལུ་ གཞུང་གཏོགས་ཡར་ཤལ་གཏང་ནི།
- ༤.༡༡.༧. སོ་ནམ་དང་སྤྱོད་ནམ་ལས་སྡེ་ཁོང་འཕེལ་ རྒྱུད་བསྟར་འབད་ནི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཁྱད་རིག་ལུ་འབྲེལ་གྱི་ ཁོང་འཕེལ་གཞི་བཀོད་བསྟར་སྤྱོད་འབད་ནི་དང་ མི་སྟོབས་ལྷན་གྱི་ཙུ་བརྟན་བཅོམ་ནི།

4. མིང་ལྟུང་ལག་ལེན་གྱི་རིམ་གླིང་།

བཟའ་འཐུང་དང་ཟས་བཅུད་ཉེན་སྲུང་བསྐྱབ་ནི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་ཡོད་ལྷན་ཁག་ རྒྱལ་སྤྱི་དང་ནང་འཁོད་ཀྱི་དབང་འཛིན་ དེ་
ལས་གོང་འཕེལ་མཉམ་འབྲེལ་བ་དང་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་གཞན་ཚུ་གི་བར་ན་ མཉམ་འབྲེལ་དང་མཉམ་ལས་མཐའ་སྐྱོང་
འབད་ནི་དོན་ལུ་ ལས་སྡེ་ཁག་ལས་ ཐབས་ལམ་སྒྲ་ཚེགས་དགོཔ་ཡིན། དེ་འབདཝ་ལས་བརྟེན་ འབྲུག་གི་བཟའ་འཐུང་
དང་ཟས་བཅུད་ཉེན་སྲུང་སྤྱིད་བྱས་ ༢༠༢༩ ཅན་མ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་འུགས་ཁུར་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་ག་ར་ལུ་ཕོག་
འབྲུག་གི་བཟའ་འཐུང་དང་ ཟས་བཅུད་ཉེན་སྲུང་སྤྱིད་བྱས་ཀྱི་ལག་ལེན་འདི་ གཞན་སྤྱིད་བྱས་དང་ཐབས་བྱས་ཚུ་གཅིག་
ཁར་ མཐུན་སྒྲིག་ཐོག་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ མཉམ་འབྲེལ་དམ་ཟབ་ཐོག་ལས་འབད་ནི་ཡིན།

གྲུལ་ཡོངས་ཀྱི་གནས་ཚད་ལུ་ མཉམ་འབྲེལ་དང་འཛིན་སྐྱོང་འབད་ནི་འཕགན་ཁྲུང་དེ་ མོ་ནམ་དང་སློ་ཝོར་ལྟན་ལག་དང་
 གསེ་བའི་ལྟན་ལག་ དེ་ལས་ ཤེས་རིག་དང་རིག་ཅུལ་གོང་འཕེལ་ལྟན་ལག་འོག་གི་ སྲིད་བྱུས་དང་འཆར་གཞི་སྡེ་ཚན་
 ཚུ་ལུ་ཐོག་པ་ཡིན། སྲིད་བྱུས་ལག་ལེན་ཐབས་བྱས་དང་འཆར་གཞི་ ༡༩ པ་དེ་ འབྲུག་གི་བཟང་འཕུང་དང་ཟས་བཟུང་ཉེན་
 སྲུང་སྲིད་བྱུས་ ༢༠༢༣ ཅན་མའི་ ལག་ལེན་འཆར་གཞི་སྡེ་བཞག་ནི་ཡིན། དེ་གིས་མ་དོ་བར་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་
 གཅིག་ཁར་གྲོས་སྟོན་ཐོག་ མོ་ནམ་དང་སློ་ཝོར་ལྟན་ལག་གིས་བརྩམ་ནི་ཡིན་མི་ འགན་ཁྲུང་འཆར་བཀོད་སྡེ་ཚན་འདི་ རྩེ་
 བ་དང་རྫོང་ལག་ རྐྱེད་འོག་ ཁྲོམ་སྡེ་ ཞི་བའི་མི་སྡེ་འི་ལས་ཚོགས་ སླར་སྡེ་ དེ་ལས་ ལྷུང་དབང་ཚོང་ལས་ཚུ་གི་ལཱ་འགན་
 དང་འགན་ཁྲུང་ གསལ་ཉོག་ཉོ་བཟོ་ནི་འཕགན་ཅུ་སྡེ་བཞག་ནི་ཡིན།

༤.ལྷ་རྟོག་དང་དབྱེ་ཞིབ།

འབྲུག་གི་བཟའ་འཁུར་དང་ཟས་བཅུད་ཉེན་སྲུང་སྲིད་བྱུས་ནང་ངོས་འཛིན་འབད་ཡོད་མི་ ཐབས་ལམ་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་བསྟར་སྦྱོང་
འདི་ ལྷ་རྟོག་འབད་ནི་འོ་ནོན་ལུ་ ལྷ་རྟོག་དང་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་གཞི་བཀོད་སྦྱིང་སྦྱིང་ཅིག་བཟོ་ནི་ཨིན། ལྷ་རྟོག་དང་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་
གཞི་བཀོད་ནང་ འབྲུར་བཟོད་ཀྱི་ལཱ་བ་དང་ གཞི་བཀོད་གྲུབ་འབྲས་ཚུད་ཡོད་མི་གིས་ དགོས་མཁོ་དང་བསྟུན་པའི་ལས་སྒྲུ་
དང་ལས་རིམ་ཚུ་ ངོས་འཛིན་འབད་ནི་ཨིན། ལྷ་རྟོག་དང་དབྱེ་ཞིབ་གཞི་བཀོད་དང་ ལག་ལེན་རིམ་སྒྲིག་འདི་ འབྲེལ་ཡོད་
ལྷན་ཁག་གི་ ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་ལྷ་རྟོག་དང་དབྱེ་ཞིབ་གཞི་བཀོད་ལམ་ལུགས་ཚུ་དང་ མཐུན་སྒྲིག་འབད་ནི་ཨིན།

འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ལྷན་ཁག་གི་ སྲིད་བྱུས་དང་འཆར་གཞི་སྡེ་ཚན་གྱིས་ སྲིད་བྱུས་ཐབས་བྱས་ཀྱི་ལག་ལེན་གྱི་གནས་འིས་
འདི་ ཏུས་མཚམས་སུ་ ལྷོ་རྟོག་དང་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་ གཞུང་ལུ་སྒྲུབ་ཏུ་འབད་དགོལ་ཡིན། ཏུས་ཚོད་དང་བསྒྲུབ་
ཏེ་ ལཱ་འབད་ཚུགས་ནི་ཡིན་མི་དང་ གཤམ་གནད་ཆེ་བའི་ལག་ལེན་འཆར་གཞི་གསར་བཟོ་འབད་དེ་ འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་དང་

ལས་ཁུངས་ཚུ་ལུ་ ལཱ་འགན་སྒོ་དེ་ ཅུས་རྒྱན་ཅུ་ལྟ་རྟོག་འབད་ནི་ཨིན། འབྲུག་གི་བཟའ་འཁྱུང་དང་ཟས་བཅུད་ཉེན་སྲུང་
 སྲིད་བྱུས་ཀྱི་དམིགས་དོན་དང་བསྟུན་ཏེ་ གྲུབ་འབྲས་དང་ཕན་གཞོན་ ཚད་བཏོན་ནི་འོ་དོན་ལུ་ ལྟ་རྟོག་དང་དབྱེ་ཞིབ་ལས་
 རིམ་བཟོ་དེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཨིན།

ལས་བྱེད་སྡེ་ཚན་གྱི་འཐུས་མི།

༡. གཤམ་ཆོང་འདྲ། སྤེཾཆོན་འགོ་དཔོན། འཆར་གཞི་གཙོ་འཛིན་འགོ་དཔོན། སྤིང་བྱས་དང་འཆར་གཞི་སྤེཾཆོན། སོ་ནམ་དང་སྤོ་ཞོར་ལྷན་ཁག
༢. བསོད་ནམས་དཔལ་མགོན། ལས་བྱེད་འགོ་ཁྲིད། འཆར་གཞི་འགོ་དཔོན་གོང་མ། སྤིང་བྱས་དང་འཆར་གཞི་སྤེཾཆོན། སོ་ནམ་དང་སྤོ་ཞོར་ལྷན་ཁག
༣. ལས་སྦྱིད། སོ་ནམ་གཙོ་འཛིན་འགོ་དཔོན། སོ་ནམ་ལས་ཁྲུངས། སོ་ནམ་དང་སྤོ་ཞོར་ལྷན་ཁག
༤. འཇམ་དབྱངས་སྒོ་འཕེལ། དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་དང་ཆོང་འབྱེལ་གཙོ་འཛིན་འགོ་དཔོན་འོག་མ། སོ་ནམ་ཆོང་འབྱེལ་དང་མཉམ་ལས་ཆོགས་སྤེཾལས་ཁྲུངས། སོ་ནམ་དང་སྤོ་ཞོར་ལྷན་ཁག
༥. དན་གླ་དྲུ་རའི། སེམས་ཅན་སྤྱེཾའཕེལ་མཁས་མཆོག་ ༡ པ། སྤོ་ཞོར་ལས་ཁྲུངས། སོ་ནམ་དང་སྤོ་ཞོར་ལྷན་ཁག
༦. མིན་ པར་སད་ ཏིམ་ཤི་ན། སྤོ་ཞོར་ཞལ་བཀོད་མཁས་མཆོག་ སྤོ་ཞོར་ལས་ཁྲུངས། སོ་ནམ་དང་སྤོ་ཞོར་ལྷན་ཁག
༧. རིན་ཆེན་རྫོང་། སྤྱེཾལུན་རིགས་སྤྱི་ལྟོགས་གོང་མ་ ༡ པ། རྒྱལ་ཡོངས་སྤྱེཾལུན་རིགས་སྤྱི་ལྟོགས། སོ་ནམ་དང་སྤོ་ཞོར་ལྷན་ཁག
༨. ཕྱག་རྡོར་དབང་འདུས། མཁས་མཆོག་ ༣ པ། འབྲུག་ཟ་ཆས་དང་སྤྱན་རིགས་དབང་འཛིན།
༩. ཏྲི་པར་སད་པོག་རེལ། ལས་རིམ་འགོ་དཔོན་གཙོ་འཛིན་འོག་མ། མི་མང་གསོ་བའི་འབྲོད་བསྐྱེད་ལས་ཁྲུངས། གསོ་བའི་ལྷན་ཁག
༡༠. བསོད་ནམས་དཔལ་འཕྲོན། མཁས་མཆོག་ ༣ པ། ཉགས་ཆལ་དང་སྤྱིང་ག་ཞབས་ཏྲིག་ལས་ཁྲུངས། ལུས་ལྷགས་དང་རང་བཞིན་ཐོན་སྐྱེད་ལྷན་ཁག
༡༡. དབང་ལྷགས་འབྲུག་པ། སོ་ནམ་ཞལ་བཀོད་མཁས་མཆོག་ སོ་ནམ་ལས་ཁྲུངས། སོ་ནམ་དང་སྤོ་ཞོར་ལྷན་ཁག





མི་ནམ་དང་སྒོ་ནིར་ལྷན་ལག

Post Box: ༡༠༧༥ གིམ་ཐུག

www.moal.gov.bt