



# གཤམ་རྒྱུ་

སྤྱི་ལོ་ ༡༠༠༧ ཟླ་བ་ ༡༠ བོད་རྒྱལ་ལོ། ༡༡༡༩ མེ་ཁྲི། བསྐྱར་ཟླ་བ། ལྷོ་ལོ་འདོན་ཐེངས། ༧

## དཀར་ཆག

༡༽ ཆེས་མཐོའི་རྩན་པའི་རྩན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་ཐེངས་བརྒྱད་པའི་ཐོག་ཕྱོགས་ཚོད་གཏན་འབེབས་  
བྱུང་བའམག .....༡

༢༽ རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་གི་འཕྲོད་བསྟེན་རྩན་ཁང་འོག་བཀོད་བཅུགས་གནང་བའི་རྟོགས་ཞིབ་  
ཚོགས་ཚུང་གི་ཚོགས་མི་ནམ་པ་ད་མར་ཆེད་ཐེབས་གནང་བའི་སྐོར།.....༡

༣༽ ལ་དུགས་སུ་ཉིན་གསུམ་རིང་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ཟབ་སྦྱོར་འཚོགས་པའི་  
སྐོར།.....༤

༤༽ བཙན་ཕྱོལ་བོད་མིའི་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ཆེས་མཐོའི་རྩན་པའི་རྩན་ཚོགས་ཀྱི་གྲིམས་  
ཡིག་བསྐྱར་བཙུག་ཐོང་བའི་སྐོར།.....༤

༥༽ ལྷ་ཁ་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་ཁང་དུ་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་དང་རྒྱ་གར་ཚེ་ཡི་རིག་  
བྱེད་ཐོག་རྒྱལ་ཡོངས་མཁས་པའི་བསྐོས་ལྗོངས་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་པའི་སྐོར། .....༥

༦༽ འཕྲོད་བསྟེན་ལམ་སྟོན་དང་འབྲེལ་བའི་གསུང་བཤད། .....༦

༧༽ གསོ་བ་རིག་སློབ་གཉེན་ཁང་དུ་བསྐྱེད་ཞིབ་ཐེབས་པའི་སྐོར།.....༧

༤༽ གསལ་བསྐྱབས། .....

༥༽ ལུགས་རྗེ་ཆེ་ལུ། .....

༦༽ འཕོད་བསྐྱེལ། .....

༡། ཆེས་མཚོའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་ཐངས་བརྒྱུད་པའི་ཕོས་གཞི་དང་ཕོས་ཚོད་

གཏན་འཛིན་བསམ།

ཕོས་གཞི། ཀལ་སྐྱེད་སྐྱེད་ཚོགས་ཐངས་བརྒྱུད་པའི་སྐྱབས་ལག་བརྒྱུད་པ་ལག

ཕོས་ཚོད། སྐྱེད་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་ཐངས་བརྒྱུད་པའི་ཕོས་ཚོད་ལ་པའི་ནང་གསལ། ཆེས་མཚོའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་ཚོགས་འདི་ཉིད་ཚོགས་

ཚོད་ཡོད་ཐབས་སུ་དེ་སྤྱི་བྱུང་ཡུལ་གྱི་ལག་ཏུ་འབྱེད་མཐུད་པ་བརྐྱེས་རྒྱུ་པའི་ཉེད་བྱ་བ་དང་པའི་ཡུལ་ནང་དུ་འདྲེས་པའི་སྐྱེད་

ཚོགས་ཀྱི་འབྱེད་མཐུད་པའི་ས་པར་དཔོན་རྒྱུར་ཐག་གཅོད་ལྟར་བ་ལྟར་གཞུགས་གསལ་སྐྱེད་པ་ནམས་ས་གནས་འབྱེད་མཐུད་པར་བརྐྱེས་

བཞག་པོད།

༡། མི་ཉི། ལུ་ལྷ། སྤྱི་ལ་ལུལ་གྱི་འབྱེད་མཐུད་པ། སྐྱེད་པ་བརྐྱེས་ཐབས་ལའམ། མེད་གནས་མི་ཉི།

༢། བཟ་ལྷ། ལྷ་རྒྱ་ལི། ཀུ་ལུ་ལུལ་གྱི་འབྱེད་མཐུད་པ། སྐྱེད་པ་ཀམ་ཚུལ་ཁྲིམས། མེད་གནས་ཀེ་ལོད།

༣། ལ་དུགས། ཐངས་དཀར། ལྷ་ལུ་ལུལ་གྱི་འབྱེད་མཐུད་པ། སྐྱེད་པ་འབྲིན་ལས་དབྱེད་འཕྲོར། མེད་གནས་ལ་དུགས།

༤། ཀའི་རྒྱུད་གསུལ། ས་ལུ་རྒྱུད། ལི་ལོད། ཀལི་ཀའ་ལུལ་གྱི་འབྱེད་མཐུད་པ། སྐྱེད་པ་བཅོད་ནམས་ཆེ་འིད། མེད་གནས་

རྒྱུད་འཕྲོད།

༥། མོན་རྒྱུད་བད། འཕུལ་མེ་ལ། བརྐྱེད་འབྲིན་རྒྱུད། ཉི་ལྷ། མེ་ལོ། ཨི་འཛ་རྒྱུད་ལུལ་གྱི་འབྱེད་མཐུད་པ། སྐྱེད་པ་ལྷ་ལྷ་ལུལ་

མཚོན། མེད་གནས་ཨི་འཛ་རྒྱུད།

༦། ལྷི་ལི། རོ་ལེ་ཏ། མེ་ལེ། ཨི་ལྷ་ལུ་ལྷ། ཨི་ལེ་ལུལ་གྱི་འབྱེད་མཐུད་པ། སྐྱེད་པ་བཀྲ་ལོན་བརྐྱེད་འབྲིན། མེད་གནས་ལྷི་

ལི།

༧། བད་རྒྱུད་རྒྱུད། ཀེ་ལི་མེན་འོན། རྒྱུད་རྒྱུད། མེ་ལེ་ཏ། མེ་ལྷ་ལུལ་གྱི་འབྱེད་མཐུད་པ། སྐྱེད་པ་ལྷོ་བཟང་ཚོས་འཕྲོར། མེད་

གནས་རྒྱུད་རྒྱུད།

༨། ལྷ་ལེ། རོ་ལེ་ཏ། མེ་ལེ་ཏ། ལྷ་ལུ་ལུལ་གྱི་འབྱེད་མཐུད་པ། སྐྱེད་པ་བཀྲ་ལོན། མེད་གནས་ལྷ་ལེ།



འོས་གནང་རྒྱ་> ཞེས་གསལ་པ་ལྟར་གྲིམས་ཞེས་པ་དེ་ཡུལ་གྲིམས་སེམ་ཡང་ན་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་ཚོགས་ཀྱི་གྲིམས་དང་སྤྱི་གཤམ་གཞི་གང་  
ཡིན་གསལ་པོ་མིན་འདུག་པས་ཁ་གསལ་པ་བཟོ་བའི་གནང་རྒྱ།

༡། སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་བརྒྱ་ཕྱེད་གསུམ་ཅན་པོ་དང་གཞུང་སྤྱོད་ཅིས་ཁང་ནི་འཛིན་སྐྱོང་སྤྱི་གཤམ་འདུགས་དང་སྤྱོད་པའི་གངས་  
འབོར་སོགས་གང་ཅིའི་ཐད་རྒྱ་ཆེ་བས་ད་ཡིད་སྤྱོད་ཚབ་གསུམ་གྱི་སྤོང་སྤྱོད་ཚབ་འཕམ་པ་གཅིག་དགོས་རྒྱུར་སྤྱོད་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་  
ནམས་ནས་སྤྱི་མོས་བྱུང་བ་ལྟར་སྤྱོད་ཚབ་གཅིག་གསལ་བཅུག་དགོས་རྒྱ།

༢། གྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་༡༠ པའི་ནང་གསལ་གསལ་པོ་འོན་ཀྱང་ཚང་ལུན་ལག་འཁྱེད་མེད་རིགས་ནས་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༣ རྩོན་ནས་ལག་  
བརྒྱར་བྱེད་བཞིན་པའི་ཡོང་གསལ་སྤྱོད་པ་ནམས་རྒྱ་གསུམ་སྤོང་མི་དགོས་ཐོག་དེ་བ་བསྐྱེལ་བྱ་འདུག་ཞེས་པ་ལྟར་འཕྲུལ་བྱ་སྤྱི་  
མོས་བྱུང་།

༣། སྤྱོད་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱ་མོན་འདི་བཞིན་རང་གཞུང་ནས་ནང་གཏོང་དགོས་རྒྱ།

༤། གྲིམས་ཡིག་དོན་ཚན་བཅུ་གསུམ་པ་ནང་གསལ་ < གྲིམས་ཡིག་འདི་ལ་བརྒྱུར་བཅོས་ནས་དགོས་མཚམས་བཅོན་འོ་བོད་གཞུང་  
འཕྲོད་བསྐྱེད་ལས་ཁུངས་དང་སྤྱི་འདུས་སུ་རྩེད་ནས་གོས་ཚོགས་སུ་བརྒྱུར་བཅོས་གྲིམས་འཆར་སྤུལ་ནས་སྤྱི་འདུས་སྤྱོད་ཚོགས་ཀྱི་དོ་ཡོད་  
གསུམ་ཆ་གཉིས་ཀྱིས་མོས་མཐུན་བྱུང་ན་གྲིམས་ཡིག་བརྒྱུར་བཅོས་བྱ་ཚོག་> ཅེས་གསུམ་ཆ་གཉིས་ཞེས་པ་དེ་མི་དགོས་པར་དེ་ཡི་ཚབ་  
དུ་མང་མོས་ཞེས་བརྒྱུར་བཅོས་གནང་རྒྱ།

༥། གྲིམས་ཡིག་ལེའུ་གསུམ་པའི་དོན་ཚན་༡༡ ཟུར་འཇར་།༡༡། པ་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྤྱོད་ཚོགས་སྤོང་བཟོའི་ལག་ལེན་ཚང་  
ལུན་གྱི་ཕྱག་དཔེ་ཁག་ནང་ནི་རབས་བོད་ནས་གསལ་འདོན་མཚན་པའི་གཤམ་གསལ་གྱི་དཔེ་དེབ་གཉིས་གསལ་བཅུག་དགོས་རྒྱ།

༡། བོད་ལུགས་གསོ་རིག་ཚོགས་མཚོན་ཆེན་མོ།

༢། བོད་སྤྱོད་སྤོང་སྤྱི་ཆེན་མོ།

༣། གྲིམས་ཡིག་ནང་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྤྱོད་ཚོགས་སྤོང་བཟོའི་ལག་ལེན་ཚང་ལུན་གྱི་ཕྱག་དཔེ་བྱི་མིང་གཞུང་མ་གཏོགས་བོད་སྤྱོད་  
གྱི་གཞུང་ལུགས་དངོས་བསྟན་པའི་ཕྱག་དཔེ་དང་དེ་དག་གི་འབྲེལ་པ་ནམས་ཀྱི་མཚན་གཞུང་སོགས་མེད་པར་བརྟེན་ཕྱག་དཔེ་བ་འདི་ནམས་  
མོད་གསལ་གྲིམས་ཡིག་ལེའུ་གསུམ་པའི་དོན་ཚན་༡༡ པའི་ཟུར་འཇར་ཁོངས་སུ་དེས་པར་བཅུག་ཐབས་དགོས་རྒྱ། ཞེས་འཕྲོད་རྒྱུར་  
གྲོས་ཚེད་བྱུང་།

གྲོས་གཞི། ད། སྤྱོད་པ་དཀའ་བཅུ་པ་དང་སྤྱོད་པམས་པའི་སྤོང་བཟོན་གཏན་འབེབས་སྤོང་།

མོས་ཚད། ཆེས་མཐོའི་སྐྱེན་པའི་སྐྱེན་ཚོགས་ནས་སྐྱེན་པ་དཀའ་བཅུ་པ་དང་སྐྱེན་པམས་པའི་གཞུང་ཚད་ཀྱི་སློབ་ཚན་རགས་ཟིན་བཞོད་  
ཟིན། དེར་གཞི་བཞག་ཐོག་གཤམ་གསལ་ཞིབ་འདུག་ཚོགས་རྒྱུད་ཞིག་རྒྱུར་འདུགས་ཀྱིས་ཞིབ་འདུག་གནང་བའི་སྐྱེན་ཚོར་གཟིགས་ཞིབ་  
ཀྱིས་ཆེས་མཐོའི་སྐྱེན་པའི་སྐྱེན་ཚོགས་ནས་ཐ་མའི་གཏན་འཛེབས་གནང་རྒྱ།

༡། ལྷ་ཆེས་མཐོའི་གཏུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་ཕལས་དབང་གཅིག

༢། སྐྱེན་ཅིས་ཁང་གི་ཕལས་དབང་གཉིས།

༣། རུབ་ཕྱོགས་སུ་བཞུགས་པའི་ཐོད་སྐྱེན་ཕལས་དབང་གཅིག

མོས་གཞི། ཅ། སྐྱེན་དང་སྐྱེན་སྐྱོར་ཚད་ལྡན་གྱི་སྐྱིག་གཞི་ཟིན་གྱིས།

མོས་ཚད། སྐྱེན་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཡིག་དགོངས་དོན་བཞིན་སྐྱེན་དང་སྐྱེན་སྐྱོར་ཚད་ལྡན་གྱི་ཅ་འདྲིན་སྐྱིག་གཞི་རགས་ཟིན་བཞོད་སྐྱིག་  
ཟིན།

### ༡། རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་གི་འཕྲོད་བསྟེན་སྐྱེན་ལང་འོག་བཞོད་བཅུགས་གནང་བའི་རྟོགས་ཞིབ་

#### ཚོགས་རྒྱུད་གི་ཚོགས་མི་རྣམ་པ་ད་སར་རྟོགས་ཞིབ་ཆེད་ཐེབས་པ།

ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་འདི་བཞིན་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་ཁྲིམས་ནས་དོན་ཡོན་ཡོང་ཐབས་སྐད་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་གི་  
འཕྲོད་བསྟེན་སྐྱེན་ལང་འོག་ཆེད་བཅུགས་གནང་བའི་སྐྱེན་འཕྲོད་རྟོགས་ཞིབ་ཚོགས་རྒྱུད་གི་ཚོགས་གཙོ་ཕལས་  
དབང་དགེ་བཤེས་དག་དབང་བསམ་གཏན་ལགས། རྒྱ་གར་ཆེ་ཡི་རིག་བྱེད་དང་མི་རྒྱ་མོལ་རྒྱུན་སྐྱེན་གྱི་ཉམས་ཞིབ་  
གཙོ་འདྲིན་ཕལས་དབང་ལུ་མེ་ཀུ་ར། ལུ་ལུ་མེ་དའི་ཕལས་དབང་རྒྱ་མ་དུ་བ་སི་རྒ། ལུ་ལུ་གས་སྐྱེན་གྱི་ཕལས་  
དབང་ཤོག་ཤར་ཨི་རྒྱ་མ་དུ་ར། རྒྱ་གར་ཆེ་ཡི་རིག་བྱེད་ཀྱི་ཕལས་དབང་ཤོག་ཤར་ལྷག་སྐྱེན་དུ་བ། ཚོགས་མིའི་  
ཁོངས་སུ་ཡོད་ཀྱང་ས་གནས་སུ་ཐེབས་ཐུབ་མེད། ལ་དུགས་ཨི་མ་ཆི་ཚོགས་པའི་ཚོགས་གཙོ་སྐྱེན་པ་པད་མ་  
འགྱུར་མེད་ལགས་བཅས་ཕལས་དབང་མི་སྣ་ལུ་བཞུགས་སྐར་རྟེན་མ་ས་ལར་ལུ་ཡོ་༢༠༠༢ ཟླ་༧ ཚེས་༡༡ ཉིན་  
ཐེབས་ནས་དབུས་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་འདྲིན་སྐྱོར་དང་། སློབ་གཉེར་ཁང་དཔེ་མཛོད། སྐྱེན་སྐྱོར་ཁང་དང་འབྲེམས་སྐྱོན་  
ཁང་། ནད་བཅོས་ཁང་དང་། དེ་བཞིན་ཆེས་མཐོའི་སྐྱེན་པའི་སྐྱེན་ཚོགས་ཀྱི་ཡིག་ཚང་བཅས་ལ་མཚམས་གཟིགས་  
ལེགས་པར་གནང་། ལུ་ཆེས་༡༡ ཉིན་དབུས་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་གི་ཚོགས་ཁང་དུ་ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྐྱེན་  
གཞུང་དགོངས་དོན་བཟོད་གཞིར་བཞག་ཐོག་གཤམ་གསལ་བཟོད་བྱའི་ཐོག་གཞུང་བཤད་གནང་།

༡། ཅ་རྒྱ་བཏག་ཐབས་སྐོར། འཚོ་བྱེད་སྐྱེན་པ་པད་མ་དོ་རྗེ།

༡། ལྷན་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུ་སྒོ་རྒྱུ་ལ་ འཕྲོ་བྱེད་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུ་འདྲིན།

༢། ལྷན་པ་དང་ཚེ་ལོ་གནས་ལུགས་སྒོ་རྒྱུ་ འཕྲོ་བྱེད་སྐྱེས་པ་དེ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་བརྟུན།

༣། ལྷན་པ་ལྟ་བུ་ འཕྲོ་བྱེད་སྐྱེས་པ་དང་ལ་དེ་རྒྱུ་།

༤། ལྷན་པ་ལྟ་བུ་གནས་སྒོ་རྒྱུ་ འཕྲོ་བྱེད་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུ་འདྲིན།

གཞན་ལང་དབུས་སྐྱེས་ཚེས་ཁང་གི་འདྲིན་སྐྱོད་དབུ་འདྲིན་སྐྱེས་པ་ལོ་མཚོ་ག་དང་། དེ་བཞིན་མཚོ་སྐྱོད་ཁང་གི་སྐྱོད་  
དག། ཉམས་ཞིབ་སྐྱེས་པ་བཅས་འདྲུ་འཕྲོ་བྱེད་སྐྱེས་པ་སྐྱོད་སྐྱེས་ལྷན་གཉིས་དབར་བསྐྱོད་བཀའ་བརྒྱུ་  
རྒྱས་པ་གནད། ལྷན་ཚེས་༡༡ དགོང་ལོ་མཚོ་གས་ལུགས་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུ་དབུས་སྐྱེས་ཚེས་ཁང་འདྲིན་སྐྱོད་ནས་ཚེ་  
མེས་ཚོགས་མི་ཉམས་ལ་ལུགས་རྒྱུ་ལེགས་སྐྱོད་ཚུལ་ལངས་རྒྱས་སྐྱེས་ལེ་སྐྱེ་གང་ཏེ་ལུལ་བ་དང་། སང་གཞུང་  
བཀའ་ལག་གི་ལ་བཀའ་ཁྲི་ལའས་དབང་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་མཚོ་ག་དང་། སང་གཞུང་འཕྲོད་བརྟེན་ལ་བཀའ་ཁྲོན་  
བརྒྱལ་བཟང་དབུས་སྐྱོད་མཚོ་ག་དབུ་བཞུགས་ཚོགས་ལ་བཀའ་ཁྲི་ལའས་ཉམས་ཚེ་མེས་ལའས་ལུགས་  
རྒྱུ་ཚེ་ལུ་འི་གསུང་བཟང་གནད་ནས་ཐངས་འདི་འི་མཚོ་གས་གཟིགས་ཚོགས་ཞིབ་ལེགས་པར་བྱུང།

**༡། ལ་དུགས་སྐྱེས་གསུམ་གྱི་རིང་པོ་དུ་གསོ་བ་རིག་པའི་ཟབ་སྐྱོད་འཕྲོ་བྱེད་སྐྱེས་པའི་སྒོ་རྒྱུ་།**

བཙན་བྱོལ་པོ་དམི་འི་པོ་དུ་གསོ་བ་རིག་པའི་སྐྱེས་པའི་སྐྱེས་ཚོགས་ཀྱི་ལྷན་པོ་༡༠༠༧ ལོའི་ལས་འཆར་ནང་གསལ་  
རི་རྒྱུ་ལ་སྐྱེས་པོ་དམི་ལོ་ས་སྐྱེས་པ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་དུ་གསོ་བ་བཞིན་ཏེ་སྐྱེས་པའི་རི་བརྒྱུད་ཀྱི་སྐྱེས་པ་ཉམས་  
ལ་པོ་དུ་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་དང་ལག་ལེན་གང་ཅིར་ཟབ་སྐྱོད་གང་ལང་སྐྱོད་དགོས་པའི་མེས་པོ་ལྷན་འདྲི་  
ག་སྐྱེས་པའི་སྐྱེས་ཚོགས་ནས་འདྲི་ལོ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་  
པོ་དུ་གསོ་བ་རིག་པའི་ཟབ་སྐྱོད་ཞིག་གོ་སྐྱིག་གནད་ཡོད། དེ་སྐབས་ཟབ་སྐྱོད་དུ་སྐྱེས་པ་དང་ཚེས་པ་ཁྲོན་  
བསྐྱོལ་ས་གངས་ལྷོ་སྐྱེས་ཚོགས་ལོ་དང་། ཟབ་སྐྱོད་དབུ་འདྲིན་གྱི་མཚོ་སྐྱོད་ལ་དུགས་རི་སྐྱོད་ས་ལས་  
རྒྱས་ཚོགས་(Ladakh Autonomous Hill Development Council)པའི་ཚོགས་མི་སྐྱེས་ལའས་ཚེ་དབང་  
རིག་འདྲིན་མཚོ་ག་དང་། ལ་དུགས་མཚོ་ཉིད་སྐྱོད་བུ་འི་དེས་སྐྱོན་པ་སྐྱེས་ལའས་དག་དབང་ཚེ་རིང་ལགས་བཅས་  
མེས་གནད་ཡོད། ཟབ་སྐྱོད་སྐབས་སྐྱེས་པ་ལས་པ་ལང་ལ་དེ་རྒྱུ་ལེགས་ནས་ཅ་རྒྱ་བརྟུག་ཟབས་ཀྱི་རིག་པ་དང་དེའི་  
ལག་ལེན་དམར་ཁྲིད་དང་རྒྱུ་གི་ལག་ལེན་དང་ལན་རྒྱས་སྒོ་རྒྱུ་། དེ་བཞིན་སྐྱེས་པའི་ལེ་དབང་རྟེན་ལེགས་  
ནས་གདར་བསྐྱེག་ལག་ལེན་གྱི་གནད་དོན་སྒོ་རྒྱུ་། ལྷན་པའི་སྐྱེས་པ་དེ་རྒྱུ་ལེགས་ནས་པོ་དུ་གསོ་བ་རིག་  
པའི་གཞུང་གི་ལུ་ལོང་ལ་ལོན་པའི་ལྷན་ཚོགས་སྒོ་རྒྱུ་། ལྷན་པའི་སྐྱེས་པ་ལེ་དབང་ནས་གསོ་བ་རིག་སྐྱེས་

སྐྱོད་གྱི་ལག་ལེན་སྒྲིབ་འཇུག་སྐོར། སྐྱེན་པ་ཚེ་རིང་མཚམས་གཅོད་ལགས་ནས་མ་ལུ་འཕྲོད་བརྟེན་སྐོར་བཅས་  
དང་། ཉིན་མཐའ་མའི་དབྱེད་གཏམ་སྒྲིབ་པ་ལོ་ལ་སྐྱབས་སྐྱེན་རལ་པ་པད་མ་རྗེ་རྗེ་ལགས་ནས་ཁྲག་ཤིང་དང་། སྐྱེན་  
རལ་པ་ཚེ་དབང་རྟ་མཚན་ལགས་ནས་གཅིན་སྒྲིབ་པ་ལོ་ནད་གཞི། སྐྱེན་རལ་པ་རྗེ་རྗེ་རབ་བརྟེན་ལགས་ནས་འབྲས་  
ནད་སྐོར། སྐྱེན་པ་འབྲུར་མེད་རྣམ་རྒྱལ་ལགས་ནས་བད་གན་སྐྱེན་ག་པོ་འེ་ནད་གཞི་དང་བྱ་བྱེད་སྐྱེན་པ་ལོ་སྐོར། སྐྱེན་  
པ་ལུན་ཚོགས་ཚེ་རིང་ལགས་ནས་ལྷི་ནད་གྱི་འབྲུང་བ་འབྲེལ་ཚུ་ལ་སྐོར་གསུང་བཤད་གནད་པོ་ད། ཚོགས་བཅར་བ་  
སྐྱེན་པ་བཟུམ་གཞོན་ཚང་མས་གཞུང་གི་གོ་དོན་དང་ནད་བཅོས་ལག་ལེན་སྐྱབས་དཀའ་དཔེ་གང་འབྲས་བཞིན་པ་  
རྣམས་མེལ་ཐབས་སྐོར་ཐན་ཚུན་སྐོར་བྱ་ཡང་ས་པོ་འེ་སྐོར་ནས་འེ་བ་འེ་ལན་ལྷུ་ག་པོ་གནད་བར་བརྟེན་སྐྱེན་གཞུང་གི་  
རིག་པ་དང་། ལག་ལེན་གྱི་གནད་དོན་སྐྱེན་སྐྱེན་ཚོགས་པ་ལོ་བརྒྱུད་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ལོ་བརྟེན་པ་དང་ཉམས་  
ཐག་ནད་པ་ལོ་ལས་དོན་བརྒྱབ་རྒྱུར་ཐན་ཚོགས་ཚེན་པོ་བྱུང་པོ་ད། ཟབ་སྐྱོད་གི་མཇུག་སྐོར་མཚན་སྐོར་སྐྱེ་མཁོན་  
གཙོ་བོ་རྩ་སྐྱབས་ཀྱི་སྐྱེ་མཚན་ལོ་ལྷོ་ག་གི་ཀྱོང་ཚེན་སྐྱེ་ཞབས་རིག་འཛིན་མཚོགས་ལོ་ལྷོ་ག་གི་ས་པོ་དྱི་གསོ་བ་  
རིག་པ་འདི་ཚེ་ཚེ་རི་རིག་གཞུང་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། འདི་ས་མི་མང་གི་འཕྲོད་བརྟེན་གྱི་བདེ་ཚུལ་དངོས་པོ་ད་ཐན་  
ཚོགས་རི་ཚེ་བྱུང་པོ་དྱི་སྐོར་དང་། མ་འོངས་པར་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ལོ་ཚོགས་ཟབ་སྐྱོད་འདི་འདྲ་ཡང་ཡང་ཚུགས་  
དགོས་སྐོར་གསུང་བཤད་གནད། དེ་རྗེས་ཚེས་མཚོའི་སྐྱེན་པ་ལོ་སྐྱེན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་སྐྱེན་རལ་པ་རྗེ་རྗེ་  
རབ་བརྟེན་ལགས་ནས་མཇུག་སྐོར་གསུང་བཤད་གནད་ནས་ཟབ་སྐྱོད་དུ་ཚེད་བཅར་ས་གནས་སྐྱེན་པ་རྣམས་དང་ས་  
གནས་སྐྱེན་གང་ཅིའི་མཇུག་འབྲུར་གནད་མཁན་སྐྱེན་པ་པད་མ་འབྲུར་མེད་ལགས་དང་། སྐྱེན་པ་འཕྲིན་ལས་གཡང་  
འབྲོར་བཅས་ལ་ལུགས་རྗེ་ལེགས་འབྲུལ་གྱི་ལུག་རྟགས་འབྲུལ་བཞེས་གནད་འབྲུལ་འཚོ་བྱེད་པོ་དང་ས་ནས་གསོ་བ་  
བརྟེན་རྒྱས་སྐོར་ལས་ལུར་སྐྱེད་དང་བཅས་འདོན་གནད་མཚན་ནས་ཐེངས་འདིའི་ཟབ་སྐྱོད་ལེགས་པར་གྱུ་བ་པོ་ད།  
ཐེངས་འདིའི་ཟབ་སྐྱོད་གི་འགོ་བོན་ཚེ་ཚང་བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁར་གི་འཛིན་སྐྱོད་ནས་མཇུག་འབྲུར་གནད་བར་སྐྱེན་པ་ལོ་སྐྱེན་  
ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་རྣམས་པ་དང་། ཚོགས་བཅར་བ་པོ་དང་ས་ནས་དམིགས་བསལ་ལུགས་རྗེ་ཚེ་ལྷ། དེ་བཞིན་ཟབ་སྐྱོད་དུ་ཚེད་  
བཅར་གསུང་བཤད་གནད་མཁན་རྣམས་དང་། ས་གནས་སྐྱེན་གོ་སྐྱེན་མཇུག་འབྲུར་གནད་མཁན་རྣམས་ལའང་ལུགས་རྗེ་ཚེ་ལྷ།

༧། བཅན་བྱོལ་བོད་མིའི་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ལོ་ཚེས་མཚོའི་སྐྱེན་པ་ལོ་སྐྱེན་ཚོགས་ཀྱི་བྱིམས་ཡིག་

བརྒྱུར་བཅོས་སོང་བའི་སྐོར།

བཅན་ཕྱོད་པོ་དེ་མི་དེ་མི་ལྱི་གསོ་བ་སྲིག་པའི་ཆེས་མཐོའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་ཆོག་ལས་ཀྱི་ཆོག་ས་ཐངས་བརྒྱད་པའི་ཕྱོད་ས་  
 ཚོད་གཏན་འབེབས་ལྟར་པའི་ནང་གསལ་འདྲི་ལོ་སྤྱི་ལཱ་དང་ ཆེས་ལྷན་ཉེན་རང་གཞུང་འཕྲོད་བརྟེན་ལ་བཀའ་སློབ་  
 བརྒྱུད་ཁྱིམ་ཡིག་བརྒྱུད་བཅོས་ཁོ་ནའི་ཚེད་འོན་ཚུལ་ལྟར་ཅན་གྱི་ལྷོ་སྐྱེན་ཞིག་སྤེལ་བར་སྐབས་བཅུ་བཞི་པའི་  
 བོད་མི་མང་སྤྱི་འབྲུག་སྐྱེན་ཆོག་ལྱི་ཕོས་ཆོག་ས་ཆོག་ས་དུས་བཞི་པའི་ རྒྱུ་ལོ་ ༡༠༠༧།༨།༡༤ ནས་ ༡༠༠༧།༡༠།༤  
 བར་༽ སྐབས་སྐྱིག་གཞི་བརྒྱུད་བཅོས་དང་། གཞུང་གི་ས་ཕོས་ཚོད་གཏན་འབེབས་གནང་བའོངས་ནས་ཡིག་ཆ་ཙམ་  
 ༡༧ བཅན་ཕྱོད་པོ་དེ་མི་དེ་མི་ལྱི་གསོ་བ་སྲིག་པའི་ཆེས་མཐོའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་ཆོག་ལས་ཀྱི་ཁྱིམ་ཡིག་བརྒྱུད་བཅོས་ཐང་ཁྱིམ་ས་  
 ལུགས་གཞིར་བརྒྱུད་ཕོས་ཆོག་ས་ལྷོ་ལྷོ་དང་ཞིབ་བྱས་ཐོག་གསལ་གསལ་དོན་ཚན་གསུམ་ཐང་སྤྱི་ལོས་བརྒྱུད་  
 བཅོས་ལོས་མཐུན་གྱིས་གཏན་འབེབས་ཚད་འདྲིན་གནང་ཡོད།

༡། **ཆིག་བརྗོད་ཚིང་པ།** བཅན་ཕྱོད་པོ་དེ་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་གི་བྱ་བའོངས་སུ་ཡོད་པའི་སྐྱེན་པ་ནམས་གྱི་སྐྱེ་  
 ཚབ་གསུམ། བཅན་ཕྱོད་པོ་དེ་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་གི་སྐྱེན་པ་ནམས་གྱིས་ལོས་འདྲི་མས་བྱ་བུ།

**བརྒྱུད་བཅོས་ཆིག་བརྗོད་གསུང་པ།** བཅན་ཕྱོད་པོ་དེ་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་གི་བྱ་བའོངས་སུ་ཡོད་པའི་སྐྱེན་པ་  
 ནམས་གྱི་སྐྱེ་ཚབ་བཞི། བཅན་ཕྱོད་པོ་དེ་གཞུང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་གི་སྐྱེན་པ་ནམས་གྱིས་ལོས་འདྲི་མས་བྱ་བུ།

༢། **ཆིག་བརྗོད་ཚིང་པ།** དེ་བ་བརྒྱུད་ལ་ཟིན་པའི་སྐྱེན་པ་གང་ཞིག་ལ་ཕྱོད་འཇུགས་དཀའ་སྤོག་ལྟར་སྐབས་ཁྱིམ་ས་  
 དང་བརྒྱུན་ཏེ་དཀའ་མེལ་དང་ཐག་གཅོད་གནང་ལོས་གནང་བུ།

**བརྒྱུད་བཅོས་ཆིག་བརྗོད་གསུང་པ།** དེ་བ་བརྒྱུད་ལ་ཟིན་པའི་སྐྱེན་པ་གང་ཞིག་ལ་ཕྱོད་འཇུགས་དཀའ་སྤོག་ལྟར་  
 སྐབས་སྐྱེན་པའི་སྐྱེན་ཆོག་ལྱི་ཁྱིམ་དང་སྐྱིག་གཞིར་བརྒྱུན་ཏེ་དཀའ་མེལ་དང་ཐག་གཅོད་གནང་ལོས་གནང་བུ།

༣། **གསུང་བཅུག** ཆེས་མཐོའི་སྐྱེན་པའི་སྐྱེན་ཆོག་ལྱི་ཁྱིམ་ཡིག་ཡེའུ་གསུམ་པའི་དོན་ཚན་༡༡ ལུང་འདྲར་  
 རྒྱ་ཀོ་ཤར་བོད་ལྱི་གསོ་བ་སྲིག་པའི་ཆེས་མཐོའི་སྐྱེན་ཆོག་སྤྱོད་བཅོའི་ཡག་ཡེན་ཚད་སྐྱེན་གྱི་བྱ་བའོངས་གསལ་གསལ་  
 དེ་བ་གཉིས་གསུང་བཅུག་ཆོག་པ་སྤྱི་འབྲུག་ཕོས་ཆོག་ས་ནས་སྤྱི་ལོས་བྱུང་།

༡། **བོད་སྐད་སྐྱོར་སྤྱི་ཚེན་ལོ།** བསོད་ནམས་དོན་འབྱུང་། ལྷ་ས་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་། ༡༠༠༩།

༢། **བོད་ལུགས་གསོ་རིག་ཆིག་མཛོད་ཚེན་ལོ།** ཚོམ་སྐྱིག་པ་གཙོ་བོ་དབང་འདུལ། ལྷ་ས་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་།



५) भूतकैसखेदे गतुवा यवा खेव कद नु वैदग्री गखेव री गप दद कु गव के यी री ग

वृद्वेव कु गव कु य यें वख खख पवै वखे खे व गी के गख नु ।

वैदग्री गखेव री गप दद कु गव कलु व गी खिखख खेव नख देव खे व यें व खवख खे व नु खि र लु खे व दद अखे य  
यें द वैद री गखे य अखे य गनु गख री ख प व लु ख प य व फे व कु गव नु गख कलु व अखे व व फे व खे व क ल व ये ग  
के गखे खे व के गखे कु द [Facts Finding Committee] खि ग के व वतु गख गव व यें द । के गखे कु द अदी  
व कु द नख वैद ग्री गखेव री गप पवै कलु व गी कलु व व द कु व खे व व ग्री ये कु ख । सु ख न व ग फे व वैद री खे व  
गख ग खे गख वैद ग्री गखेव री गप पवै कलु व सु गख अदी वैद ग्री सु व खें व ख यी व पवै री ग गख खे खे यी व प  
कलु व व खे य यी ग के गव न अवे वखे ग्री ख कु गव खे य कु व खे व ग्री खे के व द कु गव नु गख कलु व अखे व व फे व  
यख कलु व व कु द खे व के गखे सु ख गव ग के व यें व कु दी गव न दे व द अखे य खे ये १००५ खे १० के ख न  
ख खे खे ११ व व फे व खे यी री द भूतकैसखेदे गतुवा यवा खे व ग फे व कद नु वैदग्री गखेव री गप दद  
कु गव के यी री ग वृद्वेव कु गव कु य यें वख खख पवै वखे खे व गी के गख नु । खि ग के गख गव व यें द ।  
गखे गखे य के व अवे व खख न व व द खे व खे व व खे व सु वै व गे व ग सु व व गे व ग व द व व ग  
१। वैद ग्री गखेव री गप पवै ये कु खे खे र । अके वृद्वेव खख न व व द न्दे खे व ग नु य ।

१। History of Ayurveda by Dr. G. P Upadhyay (Shri Ayurved College; Nagpur)  
२। वैद ग्री गखेव री गप पवै यखे य खे ग्री गखे व सु गख री ग प । अके वृद्वेव खख न व व द व गे खे व खे व व खे व  
अखे व ।  
३। Concepts of Human Physiology in Ayurveda by Dr. Kishor Patwardhan (B.H.U  
Varanasi)  
४। वैद ग्री गखेव री गप पवै यखे य अखे य अखि व न व ग्री गखे व सु गख री ग प । अके वृद्वेव खख न व व द य व खे खे ।  
५। An Ayurved Approach Towards the nature of Disease by Dr. P Murali Krishna  
(SVAC, Tirupathi)  
६। Concepts of Diagnosis: An Ayurvedic Approach by Prof. Dr. G.S.Tomar (SAC, Handia  
Allahabad)  
७। वैद ग्री गखेव री गप पवै यखे व न व फे व खे व खे व ग्री री ग प । अके वृद्वेव खख न व व द खे व व ।



གཤམ་ ལྷི་ཚེས་༡ ལྷི་དགོང་དྲོ་རྩུན་རལས་པ་དོ་རྗེ་རབ་བརྟན་ལགས་ནས་ཨ་གསེང་བརྒྱ་ཤོག་༧༥༡༧༧༧ བཅས་ཀྱི་མང་ཚོགས་དང་།  
དེ་དང་དྲུས་མཉམ་།

ང་། རྩུན་རལས་པ་པང་མ་དོ་རྗེ་ལགས་ནས་བརྒྱ་ཤོག་༧༥༡༧༠ བཅས་ཀྱི་མང་ཚོགས་ལ་འཕྲོད་བརྟེན་གསུང་བཤད་བསྐྱེད་སྤེལ་གནས་  
མི་མང་གི་འཕྲོད་བརྟེན་ཡར་རྒྱས་ཡོང་བར་རྒྱུན་དྲུན་ཟུག་དང་ལུས་སེམས་ཀྱི་སྲོད་ལམ་བརྟེན་སྲོགས་སྐོར་ཤོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ནང་  
དོན་དང་མཐུན་པའི་སློབ་སློབ་སློབ་སློབ་གསལ་པོ་གནང་བའི་བརྒྱུད་པའི་ཐོག་ལྷན་དང་བཤུད་པའི་འབྲེལ་ས་གནས་གཞིས་འགོ་རྩུན་ཚོགས་ལགས་  
ནས་ས་གནས་མི་དམངས་ཀྱི་ཚབས་ལྷན་ཏེ་ཆེད་མེད་སྲུན་པ་རྣམས་ལ་འཚམས་འདྲིའི་མངལ་དར་དང་ལྷགས་རྗེ་ཆེ་ལྷའི་གསུང་བཤད་  
གནང་།

༣༧ ལྷི་ལོ་༡༠༠༧ ཟླ་༡༠ ཚེས་༥ ཉིན་ཚེས་མཐོའི་རྩུན་པའི་རྩུན་ཚོགས་འོག་སྤེལ་སེམས་ཤིང་བ་བརྒྱུད་ལ་ཟེན་པའི་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་  
ནང་པའི་རིག་གནས་མཐོ་སློབ་ཁང་གི་གསོ་བའི་གཞི་ཚན་དུ་ལོ་ལའོར་རྟོགས་ཞིབ་དུ་བསྐྱོད་ཞོར་ཚེས་མཐོའི་རྩུན་པའི་རྩུན་ཚོགས་ཀྱི་  
ཚོགས་གཙོ་རྩུན་རལས་པ་དོ་རྗེ་རབ་བརྟན་ལགས་དང་། རྩུན་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་རྩུར་པ་རྩུན་རལས་པ་པང་མ་དོ་རྗེ་ལགས་ནས་གཉིས་ནས་  
རྩུ་དོ་རྗེ་ཚོང་གཅིག་རིང་དགོ་སློབ་ཡོངས་ལ་ཤོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་དོན་བཞིན་རྩུན་བརྟེན་ཟུག་སྲོད་གཉིས་ཀྱི་ལམ་ནས་འཕྲོད་  
བརྟེན་གནང་སྲོགས་སྐོར་གསུང་བཤད་གནང་ཡོད།

༣༨ ཀྱི་ ལྷི་ལོ་༡༠༠༧ ཟླ་བ་༡༠ ཚེས་༤ རས་ཚེས་༡༡ བར་རྩུ་ཆ་ཚེས་མཐོའི་གཞུག་ལག་སློབ་གཉིས་ཁང་དུ་ཤོད་ཀྱི་གསོ་བའི་གི་  
པ་དང་རྒྱ་གར་ཆེ་ཡི་རིག་གཞུང་གོག་རྒྱ་གར་རྒྱལ་ཡོངས་མཁས་པའི་བཅོ་སྲིད་ཚོགས་འདུར་ཆེད་བཅར་རྩུན་རལས་པ་པང་མ་དོ་རྗེ་ལགས་  
ལ་དེ་རྩུར་ཚེས་མཐོའི་རྩུན་པའི་རྩུན་ཚོགས་ནས་འཕྲོད་བསྐྱེད་ལུས་པ་བཞིན་རྩུན་རལས་པ་པང་མ་དོ་རྗེ་ལགས་དང་རྩུན་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་  
རྩུན་རལས་པ་དོ་རྗེ་རབ་བརྟན་ལགས་ནས་གཉིས་ནས་རྩུ་ཆ་ཚེས་མཐོའི་གཞུག་ལག་སློབ་ཁང་གི་དབལ་ཨ་ཏི་ཤའི་ཚོགས་ཁང་དུ་སེར་རྒྱ་  
སློབ་མ་ཡོངས་ལ་ཤོད་དོ་རྗེ་ཚོང་གཅིག་ཅེས་རིང་འཕྲོད་བརྟེན་གྱི་གལ་གནང་དང་། ཟུག་སྲོད་སྲང་སྲང་གི་ལམ་རྟོན་ཁ་གསལ་གནང་  
བ་དང་། སློབ་མ་རྣམས་ནས་རྒྱུན་དྲུན་གསལ་པོ་ཡོད་པའི་རིགས་ལ་མཚན་རྩུན་གྱི་བའི་ལན་གྱི་རྒྱལ་དུ་གནང་དོན་དོ་འཕྲོད་པའི་ཐོག་གིན་དུ་  
རྒྱ་བས་ཆེ་བའི་ལམ་རྟོན་གསུང་བཤད་གནང་བར་མཐོ་སློབ་ཁང་གི་བདེ་དོན་ཚོགས་གཙོ་མཚོག་ནས་ལྷགས་རྗེ་བཀའ་དྲིན་ལྷན་ལྷན་ཏེ་ཆེ་  
ལྷའི་མངལ་དར་དང་དཔེ་དེབ་བཅས་གསོལ་བསྐྱེད་གནང་།

༣༩ རྩུན་པའི་རྩུན་ཚོགས་ནས་འཕྲོད་བསྐྱེད་ལུས་པ་བཞིན་དབུས་རྩུན་ཅིས་ཁང་གི་རྩུན་པ་བསོད་ནམས་སློབ་མ་ལགས་དང་རྩུན་ལྷན་  
རྩུན་ལས་ལས་ཐོག་རྩུན་པ་ཆེ་རིང་མཚམས་གཅོད་རྣམ་གཉིས་ནས་རྩུ་ཆ་ཚེས་མཐོའི་གཞུག་ལག་སློབ་ཁང་གི་སྤྱུ་དུ་སྤེལ་མའི་ཉལ་  
ཁང་དུ་ལྷི་ཚེས་༡༠ ཡི་དགོང་དྲོ་རྩུ་ཚོང་གཅིག་ཅེས་རིང་རྩུན་དུ་གཅོད་སྲིད་འཕྲོད་བརྟེན་གྱི་སྲོགས་སྐོར་དང་། དེར་རྩུ་ཚོགས་ནང་དར་

ཁྲུང་ཆེ་པའི་མོ་ནད་ཁག་དང་། མ་ལུ་འཕྲོད་བརྟེན་གྱི་གལ་གནད་སྐོར་གསུང་བཤད་བཀའ་དྲིན་བསྐྱེད་གནད་པར་མང་ཚོགས་ནས་ཀྱང་  
ཐུགས་འཁུར་ཆེན་པོས་གསན་གནད་མང་དུ།

གོ་སྐབས་འདིའི་བརྒྱུད་ཆེས་མཐོའི་སྤྱན་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་ཡོངས་ནས་ཆེད་འབོད་གསུང་བཤད་གནད་མཁན་འཚོ་བྱེད་ནམས་ལ་  
ཐུགས་རྗེ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞེས་ཞུ།

### ༡། གསོ་རིག་སློབ་གཉེར་ཁང་དུ་བལྟ་ཞིབ་ཐེབས་སྐོར།

བཅན་པོལ་བོད་མིའི་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ཆེས་མཐོའི་སྤྱན་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་གཉེར་ཁང་དོན་ཐེབས་པུ་  
ཕྱོགས་ཀྱི་སྐྱིལ་གཞི་དོན་ཚན་༦།༡ རན་གསལ་ལྟར་འདི་ག་ཆེས་མཐོའི་སྤྱན་པའི་ལྷན་ཚོགས་ནས་ཚོགས་མི་གསུམ་ཅན་གྱི་བལྟ་ཞིབ་  
ཚོགས་ཚུང་ཞིག་བསྐོས་བཞག་གིས་ཕྱི་ལོ་༢༠༠༧ ཟླ་༡༠ ཚེས་༥ ཉིན་རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་ནང་པའི་རིག་གནས་མཐོ་སློབ་ཁང་གི་  
གསོ་རིག་སླེ་ཚན་དུ་བལྟ་ཞིབ་ཆེད་ཐེབས་ཡོད་པ་དང་། ཐེངས་འདིའི་བལྟ་ཞིབ་ཚོགས་ཚུང་གི་ལས་དོན་གཙོ་བོ་ནི་དེ་སྤྱི་ཆེས་མཐོའི་  
སྤྱན་པའི་ལྷན་ཚོགས་ནས་གསོ་རིག་སླེ་ཚན་འདི་ལོ་གསུམ་རིང་སྤེལ་སེལ་དེ་བསྐྱེད་གནད་བ་ནས་ད་བར་གསོ་རིག་སླེ་ཚན་གྱི་འདིན་  
སྐྱོང་དང་ཤེས་ཡོན་སྐོང་ཕྱོགས། དཔེ་མངོན་ཁང་། སྤྱན་སྐྱོང་དང་དགོ་སློབ་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་ཐད་ཡར་རྒྱས་སྤྱིན་ཡོད་མེད་བལྟ་ཞིབ་ཆེད་ཡིན།  
ཕྱོགས་མཚུངས་ཕྱི་ཆེས་༡༡ ཉིན་ལྷ་ཆ་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་གསོ་རིག་སླེ་ཚན་དུ་སློབ་ཁང་དང་དཔེ་མངོན།  
སྤྱན་སྐྱོར། སྤྱན་གྱི་སྐྱེད་ཚལ་སོགས་འདིན་སྐྱོང་དང་ཤེས་ཡོན། དེ་བཞིན་དགོ་སློབ་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་གནས་འབབ་སོགས་ལ་ཚོགས་ཚུང་གི་  
ཚོགས་མི་ནམས་ནས་བལྟ་ཞིབ་ཐེབ་ནན་གྱིས་སྤྱན་ཐོ་ལས་བསྐྱེད་སེལ་བཀོད་གནད་ཡོད།

### ༢། གསལ་བསྐྱབས།

#### ༡། གསོ་རིག་དབུད་ཚོམ་ཕྱོགས་བསྐྱབས་ཀྱི་གསལ་བསྐྱབས།

༡། །རྒྱ་ཆེའི་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་རྒྱན་འདིན་འཚོ་བྱེད་སྤྱན་པ་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱན་ལམ་དུ།  
ཞུ་གསོལ། ཉེ་འཆར་ཆེས་མཐོའི་སྤྱན་  
པའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གསོ་རིག་གསར་འཕེལ་ནང་གསལ་འཆར་ལོ་༢༠༠༥ ཟླ་༩ པའི་ཆེས་༢༤ རས་ཆེས་༢༥ པར་ཉིན་ལྷའི་རིང་འདི་  
ག་ཆེས་མཐོའི་སྤྱན་པའི་ལྷན་ཚོགས་དང་ད་ས་བོད་གཞུང་དབུས་སྤྱན་ཚིས་ཁང་རྒྱང་འབྲེལ་གོ་སྐྱིལ་ལོག་རྒྱལ་ཡོངས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་  
པའི་བསྐོས་ཚོགས་ཆེན་ཞིག་གོ་སྐྱིལ་ཞུ་རྒྱུ་ཐུགས་གདན་འཁེལ་བ་བཞིན། ཐེངས་འདིའི་ཚོགས་ཆེན་སྐབས་གོ་སྐྱིལ་ཚོགས་ཚུང་  
དོན་ནས་གསོ་རིག་དུས་དཔེ་གཞིག་དཔར་འབྲེམས་ཞུ་སྐད་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་རྒྱན་འདིན་སྤྱན་པ་ཡོངས་ནས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་  
པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། རན་བཅོས། སྤྱན་རྫོང་དང་སྤྱན་སྐྱོར། རིག་གཞུང་སོགས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་སྐྱེ་དང་འབྲེལ་བའི་དབུད་ཚོམ་

བསྐྱེད་ལེན་གྱི་རྒྱ་ལོན། རིང་མིན་དཔུང་ཚོམ་ཁག་ལ་དཔུང་ཞིབ་ཀྱིས་དཔུང་ཚོམ་ཚད་ལྡན་བྱུང་བ་ནམས་དམིགས་གསལ་རྒྱལ་ཡོངས་  
ཚོགས་ཚེན་གྱི་གསོ་རིག་དུས་དེབ་ནང་ཐད་ཀར་འདོན་འཆར་དང་། དེ་མཉམ་དོ་བདག་སྐོར་ལ་རྒྱལ་ཡོངས་སྤྱན་གྱི་ཚོགས་ཚེན་གྱི་ག་  
སྐྱིག་ཚོགས་ཚུང་ནས་ལེགས་སྐྱིས་ཀྱི་རྒྱལ་དུ་གསོ་རིག་དུས་དེབ་གངས་ལུ་དང་ཕྱག་དུལ་བཅས་ཚོགས་ཚེན་སྐབས་གསོལ་རས་གནང་  
རྒྱལ་གསལ་ན་འབྲེལ་ཡོད་སྤྱན་པ་ནམས་ནས་རང་རེའི་དཔུང་ཚོམ་ངོ་མ་དེ་ཕྱི་ལོ་༡༠༠༥ ཟླ་༡ ཚེས་༡༥ འགྲུངས་མེད་ཆེས་མཐོའི་སྤྱན་  
པའི་སྤྱན་ཚོགས་ཀྱི་ཡིག་ཚང་དུ་འབྲེལ་གནང་ཡོང་བ་ལྟ། ཟུར་བརྗོད་དུ།

༡། དཔུང་ཚོམ་དེ་རང་ཉིད་ཀྱིས་འབྲི་བའམ་ཡང་ན་རང་གིས་དཔུང་ཞིབ་གནང་བའི་ཡིག་ཚང་ཞིག་ཡིན་དགོས་པ་ལས་དེ་མིན་གཞན་ནས་  
བལྟས་པའམ་དེ་སྐྱོ་གཞན་གྱིས་འདོན་སྤྲིལ་ཟེན་པ་ནམས་ཚིས་མེད་གཏོང་རྒྱ་ལོན།

༢། དཔུང་ཚོམ་གྱི་ཚད་གཞི་དེ་མི་ཤོར་རྒྱ་ཚན་ཤོག་ལྷོ་རྒྱལ་མདུན་ཅིས་པའི་ཤོག་བུ་ལྷ་ནས་བཙོ་ལུ་བར་ཡོད་དགོས།

༣། དཔུང་ཚོམ་བསྐྱེད་ལེན་གྱི་དུས་ཚོད་མཐའ་མ་དེ་༡༠༠༥ ཟླ་༡ པའི་ཚེས་༡༥ ཡིན་ཞེས་ནན་ཏན་དུ་ལྟ།

### ༡། རྒྱལ་ཡོངས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་བསྐྱོ་སྤྱོད་ཚོགས་འདུ།

༡༡། །གཞན་རྗེས་སུ་འདྲིན་པའི་རྒྱ་ཚང་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་རྒྱན་འདྲིན་འཚོ་བྱེད་སྤྱན་པ་ཡོངས་ལ།

ཆེད་ལྟ། འཆར་ལོ་༡༠༠༥

ཟླ་༡ ཚེས་༡༤ ནས་ཚེས་༡༥ བར་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ཆེས་མཐོའི་སྤྱན་པའི་སྤྱན་ཚོགས་དང་དེས་དཔུས་  
སྤྱན་ཅིས་ཁང་རྒྱང་འབྲེལ་ལོག་ཉིན་ལྗེའི་རྒྱལ་ཡོངས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་བསྐྱོ་སྤྱོད་ཚོགས་འདུ་ཞིག་གོ་སྐྱིག་ལྟ་གཏན་འཁེལ་བ་  
དང་། ཚོགས་ཚེན་དུ་རྒྱ་གར་ཚོ་ཡི་རིག་བྱེད་ཀྱི་མཁས་དབང་གསལ་དང་། ཡུ་ན་ནི། སི་རྟེ་དེ་བཞིན་ཕྱི་ལུགས་སྤྱན་གྱི་མཁས་དབང་  
རེ་རེ་བཅས་དང་། རྒྱ་གར་དང་ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྲུར་གནས་བཞུགས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་དང་ལོ་རྒྱུས་ཚོགས་ཚུངས་སུ་ཚོན་པའི་མཁས་  
དབང་ཁག་བཅས་ཕྱ་ནང་གི་མཁས་དབང་འདྲིམས་པའི་བསྐྱེད་པ་བཟང་གི་གོ་སྐྱབས་འདིར་ཚོགས་ཞུགས་གནང་འདོད་ཀྱི་སྤྱན་པ་ནམས་ནས་  
ཕྱི་ལོ་༡༠༠༥ ཕྱི་ཟླ་༡༡ ཚེས་༡༥ འགྲུངས་མེད་སྤྱན་ལྷན་ཡིག་ཚང་དུ་དེབ་སྐྱེལ་ངེས་བར་གནང་སྐྱོད་ཡོང་བ་ལྟ། བོད་གཞུང་སྤྱན་  
ཅིས་ཁང་གི་སྤྱན་པ་ནམས་དང་ཆེས་མཐོའི་སྤྱན་པའི་སྤྱན་ཚོགས་འོག་དེབ་བསྐྱེལ་ཡོད་པའི་སྤྱན་པ་ཕྱི་ལོ་དེ་མིན་གྱི་ཚོགས་བཙུག་པ་ནམས་  
ནས་ཉིན་ལྗེའི་ཚོགས་བཙུག་དོད་དུ་ཉིན་མོར་༥༠༠ རེ་བསྐྱེད་རྒྱ། ཚོགས་བཙུག་པ་ཡོངས་ལ་ཚོགས་འདུའི་རིང་ཉིན་དགུང་གསོལ་  
ཚོགས་འདི་ག་གོ་སྐྱོག་ཚོགས་ཚུང་ནས་གྲ་སྐྱིག་ལྟ་རྒྱ་དང་དེ་མིན་ལས་བྱོན་དང་བཞུགས་ཡུལ་སོགས་དོ་བདག་རང་ངོས་ནས་ཐབས་  
འཚོལ་གནང་རྒྱ། བཞུགས་ཡུལ་མགོན་ཁང་ཆེད་གཞུགས་དུ་དེས་འདི་ཉི་འཁོར་གྱི་མགོན་ཁང་ལྗེའི་འབྲེལ་མཐུན་ཁ་པར་ཨང་གངས་གོད་  
ཡོད་པར་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་གནང་སྐྱོད་ཡོད་པ་ལྟ། ༡། བཟུངས་ལྗེའི་མགོན་ཁང་། ༠༡༤༩ ༡༡༡༡༡ ༡། འབྲས་སྤྱངས་སྐོར་གསལ་

མྱིང་མགོན་ཁང་། ༠༡༤༧ ༡༡༡༠༤༧ ༡། ར་སྟོན་མགོན་ཁང་། ༠༡༤༧ ༡༡༤༡༠༧ ༤། ལོ་མགོན་ཁང་། ༠༡༤༧  
༡༡༡༡༡༡ ༥། རྒྱན་དགའ་མགོན་ཁང་། ༠༡༤༧ ༡༡༡༡༤༠༧ བཅས་ཆེས་མཐོའི་སྐྱུན་པའི་སྐྱུན་ཚོགས་ཀྱི་ཡིག་ཚང་ནས།

## ༧ ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལུ།

༡། རྒྱལ་ཡོངས་སྐྱུན་པའི་སྐྱུན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་ཆེན་གཉིས་པའི་སྐབས་ཞལ་འདེབས་བྱུང་བའི་མཚན་ཐོ།

༡། བལ་ཡུལ་མཁན་པོ་ཐུབ་བསྐྱུན་བཟང་པོ་ནས་ཉིན་རྒྱུ་རྒྱ། ༥༠༠༧

༢། ཉི་མ་ལགས་ནས་ཉིན་རྒྱུ་རྒྱ། ༥༠༠༧༠༠

༣། ལ་དུགས་ཆེ་དབང་སྟོལ་མ་ལགས་ནས་ཉིན་རྒྱུ་རྒྱ། ༡༡༠༠༧༠༠

༤། ར་ས་སྐྱུགས་པ་ཀམ་ལགས་ནས་ཉིན་རྒྱུ་རྒྱ། ༥༠༠༧༠༠

༢། དམིགས་བསལ་ལས་གཞིའི་ཆེད་ཞལ་འདེབས་བྱུང་བ།

ཕྱི་ལོ་༢༠༠༧ལོའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཨིཾས་ཉིན་མོ་བསྐྱུང་ཆེའི་ལས་གཞི་ཆེད་ར་ས་བོད་ཀྱི་རོགས་ཚོགས་(Tibet Charity)

ནས་ཉིན་རྒྱུ་རྒྱ། ༡༤༠༠༠༧༠༠ ། རྒྱལ་སྤྱིའི་བཞི་སྟོང་ཐམ་པ། ། ཞལ་འདེབས་གནང་སོན་བྱུང་བར་ཐུགས་རྗེ་བཀའ་རིན་ཆེ་ཞེས་ལུ།

## གསོ་རིག

གསོ་རིག་གསར་འཛུགས་འདི་བཅོན་བྱེད་པོད་མིའི་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ཆེས་མཐོའི་སྐྱུན་པའི་སྐྱུན་ཚོགས་ཀྱི་ཡིག་ཚང་ནས་ལྷ་ལྷག་པའི་  
མཚན་ཐོ་ལ་ཐེངས་པའི་འབྲེལ་ས་སྤེལ་ལུ་བཞེན་ཡོད། གསར་འཛུགས་འདིའི་དམིགས་ལུ་ལ་གཙོ་བོ་མི་འདི་ག་ཆེས་མཐོའི་སྐྱུན་པའི་སྐྱུན་  
ཚོགས་ཀྱི་སྐྱིལ་འདུགས་འོག་ལས་གཞི་ལས་འཆར་ཆེ་ཁག་ནམས་དང་དེ་བཞེན་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་དོན་རྗེ་བྱུང་  
ནམས་འཚོ་བྱེད་སྐྱུན་པ་ནམས་མཁུན་ཏོགས་སྐྱེད་ཡིན།

གསར་འཛུགས་འདི་རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་གྱི་སྟོལ་རྒྱན་གསོ་རིག་སྐྱུན་པ་ནམས་དང་། དེ་བཞེན་སྤྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྱི་

ཁག་ཏུ་གནས་བཞུགས་རྒྱན་འདྲིན་སྐྱུན་པ་ནམས། ས་གནས་སྤྱི་སྐྱེད་ལས་ཁུངས་ཆེ་ཁག་དང་དགོན་སྡེ་བླ་ཆེད་། ལྷ་ཆེན་དཔོན་

རིགས། ས་གནས་སྟོབ་བླ་ཆེ་ཁག་གཏོང་མོད་ཅན་གྱི་སྤྱིན་བདག་བཅས་ལ་རིན་མེད་དང་འབྲེལ་ས་སྤེལ་ལུ་བཞེན་ཡོད།

ལགས་ན་འབྲེལ་ཡོད་ནམས་ནས་དེ་དོན་དམིགས་བསལ་དཔལ་འབྱོར་རོགས་འདེབས་གནང་འདོད་མཆིས་ཆེ་གཤམ་གསལ་ཞལ་བྱུང་

ཐོག་འབྲེལ་བ་གནང་སྟོང་ཡོད་བཞུ།

## ༡༠༧ འཕོད་བསྐྱུལ།

## བྱིན་གྱིས་མཐུན་འགྲུང་འོགས་རམ་གང་གནང་བྱུང་བམ།

ད་ལྟའི་ཆར་ཆེས་མཐོའི་སྐྱོན་པའི་སྐྱོན་ཚོགས་འདི་གྱིས་པ་ནཏེ་ལ་སོན་པའི་ན་ཚོད་ཀྱི་སྐབས་ཡིན་པས་བྱིན་གྱིས་སྐྱོན་ཚོགས་འདི་སྲ་བརྟན་  
རྒྱན་གྲོངས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་གསལ་བཅིའི་དགོངས་འཆར་དང་། ལྷག་པར་སྐྱོན་ཚོགས་འདི་ཆགས་འཛིག་ལ་བབས་པའི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་  
ཇོ་བོ་གི་གནས་བབས་ལ་བྱིན་གསལ་དཔལ་འབྱོར་མཐུན་འགྲུང་གྱི་འོགས་རམ་གནང་བྱུང་། ད་བར་བྱིན་གསལ་སྐྱོན་ཚོགས་ལ་དཔལ་  
འབྱོར་ཞལ་འདེབས་གནང་བར་བརྟེན་འདི་ནས་འཚོ་བྱེད་སློབ་གསལ་བ་རྣམས་ལ་ཟབ་སློབ་དང་བཟོ་སྒྲིབ་ཚོགས་འདུ། དེ་བཞིན་མི་མང་ལ་  
སྐྱོན་ཚོགས་འདིའི་གལ་གནད་དོ་སློབ་དང་སྐྱབས་འབྲོང་བརྟེན་ལས་སྟོན། རན་གཞི་སློབ་འགོག་སོགས་ལས་འཆར་གོ་སྒྲིག་གཞུས་དང་  
ཞུ་ལུས་ལ། སྲིད་བྱིན་གྲང་ཐོས་བསམ་གྱིས་ལྷུག་པའི་རྒྱ་ཆེ་སློབ་པ་པོ་རྣམས་ནས་སློབ་ཅེ་གཉིས་མེད་དང་ཡོན་བབས་མང་རྒྱུད་ལ་མ་སྟོས་  
པའི་དཔལ་འབྱོར་མཐུན་འགྲུང་ཅི་ནས་གནང་སྐྱོད་ཡོང་བའི་རེ་བསྐྱུལ་ཞུ། གཤམ་གསལ་སྐྱོན་ཚོགས་ཀྱི་དབུལ་ཁང་ཁ་བྱང་འདིའི་ཐོག་  
ཅེག་འཛིན་དང་རྒྱལ་གང་རྒྱུད་བརྒྱུད་གནང་སྐྱོད་ཡོང་བ་ཞུ།

### Published by:

The Central Council of Tibetan Medicine  
Gangchen Kyishong, Dharamsala-176215  
Distt: Kangra, H.P. (India)

Telephone: 01892-223483

Telefax: 01892-226462

Website: [www.tibmedcouncil.org](http://www.tibmedcouncil.org)

E-mail: [chethoe@yahoo.com](mailto:chethoe@yahoo.com)

If you want to receive our SORIG Newsletter and you have any suggestion, comment or Q, please write to [<chethoe@yahoo.com>](mailto:chethoe@yahoo.com)