

ཞིབ་བརྟག

མི་མང་གི་
མགྲིན་ཆ་བ་
ཅིག་ལུ་འགྱུར་ཐངས།

ཞིབ་བརྟག་བརྒྱུད་ཀྱི་ལག་དེབ།



ཁྱེད་དག་ཀྱི་མི་- མིང་ ར་ཇ་ཀློང་དང་ ཀེ་ཨ་ཨེ་མི་གི་ ཨེ་ཤི་ཡ་བརྒྱུད་ལས་རིམ།

རྒྱལ་ཁྲིམས་ལོ་རྒྱུས།

ཞིབ་བརྟག་བརྒྱུད་ལག་དེབ་འདི་ ཀློན་པེ་ ཨ་ཁྱེ་ཅུར་ སི་ཁྲིམ་ཏུར་ ། ཀེ་ཨ་ཨེ་སི་ །
(KAS) གི་ ལས་འགུལ་ཅིག་ཡིན། ལག་དེབ་འདི་ སིང་ག་པོར་ལུ་ཡོད་པའི་ ཀེ་ཨ་ཨེ་སི་གི་
ཨ་ཁྲིམ་ལ་བརྒྱུད་ལས་རིམ་གྱིས་ ཤར་ལྟོ་ཡུ་རོབ་དང་ སོ་ཕེ་ཡ་ ལུ་ལག་དེབ་འདི་ ཀེ་ཨ་ཨེ་སི་
བརྒྱུད་ལས་རིམ་དང་ མཉམ་འབྲེལ་འབད་དེ་ བཟོ་སྒྲིག་འབད་ཡི། ང་བཅས་གྱིས་ ལག་དེབ་
འདི་ ཏུས་རྒྱན་ཏུ་ ཏུས་མཐུན་བཟོ་བཞིན་ཏུ་ རིམ་གྱིས་སྤྱོད་ རྒྱུ་ཡིག་ག་དེ་མང་མང་ཅིག་ནང་
རྒྱུ་རྒྱུར་རྒྱལ་པའི་བསྐྱེད་ཡོད།

དེའི་གནས་ལུགས་སྐོར་ལས་ ཡོངས་འབྲེལ་ཁ་བྱང་ www.investigative-manual.org
ནང་གཟིགས་གནང།

ཀེ་ཨ་ཨེ་སི་དེ་ རར་མུན་གྱི་གཞི་ཚུགས་ཅིག་ཡིན་ནམ་དེ་ མིང་དེ་ཡང་ རྟོ་ལོ་ཀུ་སི་དང་ འཛམ་གླིང་
དམག་ཆེན་ལ་ པ་ལུ་བརྟེན་པའི་ དཀའ་སྤྱད་ཚུངས་པའི་ཤུལ་ལུ་ རར་མུན་རྒྱལ་ཁབ་དང་ མི་
སེར་ཚུ་ ལོག་སྟེ་ར་ དམངས་གཙོ་འི་རིང་ལུགས་ལུ་ བཀོད་ནི་ལུ་ འགོ་བཟོ་འབད་མི་ རར་མ་ནི་གི་
དབུ་ཁྲིད་ ཀློན་པེ་ཨ་ཁྱེ་ཅུར་གྱི་ མཚན་གྱི་ཆེས་སུ་ངངས་ཏེ་བཏགས་ཅུག། དེ་མེས་ནངས་པར་
འཛམ་གླིང་ནང་ ཡིག་ཚང་༡༩༠ ཡོད་མི་ ཀེ་ཨ་ཨེ་སི་དེ་ དམངས་གཙོ་འི་རིང་ལུགས་དང་ མི་སྤྱིའི་
ཚོང་འབྲེལ་དཔལ་འབྱོར་ ཁྲིམས་གྱི་རིང་ལུགས་ཚུ་ དར་བྱལ་གཏང་ནི་ལུ་ འཛམ་གླིང་ནང་ བར་
དོན་སྤུལ་བྱལ་འབད་མི་ཅིག་ཡིན།

ལེའུ་༩ པ་

༩༠ བསྐྱེད་སྐྱེད་

གནད་སྤྱད་ཉེན་སྲུང་གི་ཐབས་ལམ།

ལེའུ་༣ པ་

༡༡ འཆར་གཞི

འཆར་གཞི་བཅུ་ཚུལ།

ལེའུ་༢ པ་

༡༩ འཆོལ

གནས་ཚུལ་འཆོལ་བར་འགྱུར།

ལེའུ་༡ པ་

༩ འགྲེལ་བཤད

ཞིབ་བརྟག་བརྒྱུད་པ་ཅིག་ལུ་འགྱུར་ཚུལ།



དཀར་ཆག

ལེའུ་ ༡ པ་

༧༥ འབྲི

གནས་ཚུལ་འབྲི་ཐངས།

ལེའུ་ ༢ པ་

༡༥ འབྲི

འོས་འབབ་ལྷན་པའི་ངོ་བོ་བཞུགས།

ལེའུ་ ༣ པ་

༤༤ འབྲི

གནས་ཚུལ་གྱི་གསར་ཟུང་འཛུལ་ནི།

ལེའུ་ ༤ པ་

༥༤ ཞིབ་འཇོལ

ཞིབ་འཇོལ། ཞིབ་འཇོལ། ཞིབ་འཇོལ།



ལེའུ་། པ་

ཞིབ་བརྟག་བད་བརྟུད་པ་ཅིག་ལུ་ འགྱུར་ཚུལ།

ལེའུ་འདི་ནང་ ཞིབ་བརྟག་བད་བརྟུད་ཀྱི་ བྱ་སྒྲིལ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་ དེའི་དམིགས་དོན་
དམིགས་ལུལ་ཚུ་སྟོན་མ་ཡིན། འདི་གིས་ཞིབ་བརྟག་བད་བརྟུད་དང་ དུས་རྒྱུན་བད་བརྟུད་
ཀྱི་ཁྱད་པར་ཚུ་བཤད་པ་ཡིན། འདི་གིས་མ་ཚད་པར་ཞིབ་བརྟག་བད་བརྟུད་པ་ཚུ་ལུ་མཁོ་
བའི་རིག་ཕུལ་དང་ མི་ངོའི་སྤྱུས་ཚད་དང་ ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་གྱི་དོན་ལུ་ འོས་བབ་
ཡོད་པའི་ དམིགས་བསལ་གནད་དོན་དང་ ཐབས་ལམ་ཚུ་གི་སྒྲོར་ལས་ གྲོས་བསྟར་
འབད་མ་ཡིན།

ཞིབ་བརྟག་བརྗེ་བརྒྱུད་ཟེར་མི་འདི་ ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་ཡིན་ནམ་?

པ་ན་མ་པེ་པར་སི། (Panama Papers) ཤོ་སི་ཁོ་གོ་ལོ་བ་ (The Boston Globe) གསར་ཤོག་གིས་ ཡེ་སུའི་ཕྱ་ཁར་ཚུ་
 ནང་ ཚུལ་མིན་འདོད་སྟོང་དང་ཁྱབ་སྤེལ་ཡོད་མི་དེ་ གསལ་སྟོན་འབད་འབད་ཤེ། བཟུམ་ཅིག་(Water Gate) ཞིབ་བརྟག་བརྗེ་བརྒྱུད་
 གྲི་མནོ་བསམ་གཏང་མ་ད་ མེས་མ་ཁར་བརྗེ་ཚུ་གསལ་པའི་ དཔེ་དག་པ་ཅིག་ འབྲི་ཚུ་ཡིན། ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་དེ་ཚུ་ རྒྱལ་རྒྱལ་ལང་
 མི་སི་དང་ གནད་དོན་གསར་པ་ བཟུམ་ཅིག་ཡིན་པུ་ བཟུམ་བཅོས་གཏང་དགོས་ཚུ་ཡིན།

འདི་འབད་མ་ད་ ག་ཅི་གིས་ རྟེན་ཁ་ཅན་གྱི་གནས་ཚུལ་དེ་ ཞིབ་བརྟག་བརྗེ་བརྒྱུད་སྟེ་ བཟུམ་ཅིག་ན། བེ་འུ་ལྷོ་མ་འབྲིལ་ རྩོམ་
 ཡི་མེས་ཀྱིས་བཤད་མིའི་ནང་ “བརྗེ་བརྒྱུད་འདི་ག་ཅི་པོ་ མི་ངོ་གང་ལུ་ མ་དག་པའི་གནད་དོན་ཅིག་ཡིན་མ་ད་ གཞན་ཡོད་
 ཚད་གཅིག་པོ་ མི་མང་མཐུན་འབྲེལ་ཡིན་” ཟེར་ཡིན་མས། མ་གཞི་གིས་ རྟེན་ཁ་བཞེད་ཏེ་འབྲུང་མི་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ལུ་ཡང་ ཞིབ་
 དམུང་འབད་དགོས་ཡོད་པུ་ ཞིབ་བརྟག་བརྗེ་བརྒྱུད་ཀྱི་ཐད་ཁར་སྟོན་པ་ད་ ཞིབ་འཚོལ་གཏོང་བཟུང་འབད་དགོས་བཞེད་ཏེ་ རེ་ཆེ་སྐབས་
 གནད་དོན་ག་ཅིག་ལུ་ར་ རྒྱལ་དང་ཡོ་ལེ་ཤེས་ འགོ་རམ་ཡིན།

གནས་ཚུལ་བསྟར་གོ་དཔེ་དེ་ཚུ་གིས་ བརྟམ་གསལ་སྟོན་འབད་ཚུ་གསལ་པའི་ གཙོ་དོན་ཅིག་ལུ་ ཞིབ་དམུང་འབད་ནི་དང་ གཞུང་
 ཡང་ན་ ལས་འཛིན་ཚུ་གི་སྤྲོད་བྱས་ཚུ་ བསྟར་ཞིབ་འབད་ནི་ ཡང་ན་ མི་སྡེ་དང་ དཔལ་འབྱོར་ སྤྲོད་ན་ ཡང་ན་ ལས་སྒོལ་གྱི་
 འབྲུང་འབྲེལ་ཚུ་ལུ་ བརྟམ་གསལ་འབད་མ་ཡིན། དུས་རྒྱུན་གྱི་གནས་ཚུལ་ མང་ཆེ་བ་ཅིག་ གཞུང་དང་ གཞུང་མིན་ལས་ཚོགས་ཚུ་གིས་
 ཁྱབ་བསྐྱེད་འབད་མི་ བརྟམ་གསལ་འབྲུང་མ་ཡིན་པུ་ ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་ཚུ་ གཙོ་པོ་ གནས་ཚུལ་བསྟར་བཞེད་པའི་ ཚུལ་
 རྒྱུ་བ་ལས་འབྲུང་མ་ཡིན། གནས་ཚུལ་བསྟར་གོ་དཔེ་ཅིག་ལུ་ འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ཅིག་ལས་ ལས་འཛིན་ཅིག་ནང་ བྱ་རན་ཅིག་བྱུང་དོ་
 ཡོད་པའི་སྐར་ འཛེར་གཏང་མ་བཤད་མི་ལས་ ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་འབྲུང་ཚུ་གསལ་ཡིན། གང་ལྟར་ཡང་ ཞིབ་བརྟག་བརྗེ་བརྒྱུད་ཀྱི་
 དམིགས་ལུ་དེ་མི་མང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ སུན་གཞོན་ཡོད་པའི་གནད་དོན་ཅིག་མནོ་བཞེད་པས་མ་བཞེད་ ཡང་ན་ སྤང་མེད་ཐོག་གི་ སྤང་
 གསར་སྟེ་ བཞག་ཡོད་མི་དེ་ཕྱིར་བཤད་འབད་མ་ཡིན། མི་མང་གི་མཐའ་དོན་ཡིན་མི་དེ་ལུ་མ་སྟོན་དེ་ཡང་ བརྟམ་གསལ་འབྲུང་མ་
 འབད་བ་ཅིན་མི་སྡེ་ཅིག་ལུ་ སྐབས་མ་བཤེས་བྱུང་ནི་ ཡང་ན་ རྒྱ་དངོས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ ཡང་ན་ ཤེས་ཡོན་དེ་ལུ་བརྟམ་གསལ་
 ཐོས་ཐག་གཅད་ནི་ལུ་ ཁེལ་འབྲུང་ཚུ་གསལ་ནི་ཡིན་མི་ཅིག་དགོ། བརྟམ་གསལ་ཡོ་ཅིག་གིས་ མི་སྡེ་ཅིག་ལུ་ ཁེལ་འབྲུང་མ་ད་ མི་སྡེ་
 གཞན་མི་ཅིག་ལུ་ གནོད་པ་འབྲུང་མ་ཡིན།དཔེ་དེ་ན་ རྟགས་ཚུལ་ནང་སྟོན་མི་ མི་སེར་ཚུ་གིས་ ཁྲོམ་ཁར་ཤིང་ཆས་ཀྱི་གོང་ཚད་ཤེས་པ་
 ཅིན་ ཤིང་དུས་ལས་སྟེ་ཚུ་གིས་ ཤིང་བཏོག་པའི་སྐབས་ མི་སེར་ཚུ་གིས་ ཤིང་མེན་སྟེ་མེན་གོ་པའི་ མཁོ་འདོད་བཞེད་ཡོད། དེ་གིས་
 སྟེ་ རང་བཞིན་གྱིས་ ཤིང་དུས་ལས་སྟེ་ཚུ་གིས་ ཤིང་ཆས་ཀྱི་གོང་ཚད་ གསལ་སྟོན་མ་འབད་བར་ བཞག་ནི་ལུ་ གཙོ་པོ་བཞེད་པས་
 ཡིན། མི་མང་མཐའ་དོན་གྱི་གནས་ཚུལ་ཚུ་གིས་ རྒྱུ་ཡོངས་ལུ་ སུན་གཞོན་འབྲུང་དགོས་མེད། གལ་སྟེ་ རྒྱུ་ཡོངས་ལུ་ སུན་
 གནོད་བྱུང་པ་ཅིན་ དེ་ལུ་རྒྱུ་ཡོངས་ཀྱི་མཐའ་དོན་ཟེར་སྟེ་ཡིན། མིང་ཆོག་འདི་ལུ་ སྐབས་མ་ལེགས་པ་ཅིག་ རེ་ཆེ་སྐབས་ གཞུང་ཚུ་
 གིས་ ཞིམས་འགལ་དང་ རྟེན་ཁ་ཅན་ ཡང་ན་ བྱ་རན་ཚུ་ ཡང་ན་ ཆབས་ཆེན་དཀའ་ངལ་ཅིག་གི་སྐར་ གནས་ཚུལ་བསྟར་གོ་དཔེ་
 ཚུ་ལུ་ གནས་ཚུལ་འབྲིམ་པ་བཅུག་པར་བཞག་ནི་གི་བཞེད་འབྲུང་མ་ཟེས་ནི་ལུ་ ལག་ལེན་འབམ་ཡིན།

ཞིབ་བརྟག་བརྗེ་བརྒྱུད་འདི་ དེ་འབྲེལ་ལས་འབད་ཚུ་གསལ་པའི་ལུ་ཅིག་མེན། འདི་གི་དོན་ལུ་ འཆར་གཞི་དང་ ཞིབ་འཚོལ་ གནས་ཚུལ་
 བསྟར་གོ་དཔེ་ཚུ་ གོ་མི་མ་ལེ་ཤེས་ཀྱི་ཐོག་ལས་འབད་དགོས་མ་ཚད་ གནས་ཚད་མཐོ་པའི་ བདེན་ཁུངས་དང་ རྒྱུ་བཟུང་ཚུ་དགོས་ཡིན།
 ཞིབ་འཚོལ་དེ་ཡང་ འབྲུང་ཁུངས་ལོ་མ་རྒྱུ་མ་གཅིག་ལུ་ བདེན་དམུང་འབད་དེ་ ཐག་བཏོག་ནི་མེན་པར་ དེ་ལས་ལྷག་སྟེ་ གསར་ཆུ་དེ་
 ཚུ་ ཐོབ་ཐབས་འབད་དགོ། མཐུན་ཐུག་ལུ་གནས་ཚུལ་དེ་གིས་ བརྟམ་གསལ་པའི་མཛོད་གསལ་འབད་དགོ། ཡང་ན་ སྤང་མེད་ཡོད་
 པའི་བརྟམ་གསལ་ཚུ་ སྟོ་སྤང་གསར་པའི་ཐོག་ལས་བཞེད་དེ་ སུན་གཞོན་ཚན་པ་ཅིག་ གནས་ཚུལ་འབྲུང་ཁུངས་ སྤང་དོག་གཅིག་ལས་
 གསར་བཞེད་ལུ་བཞག་ཡོད་པའི་ རྩེ་འཁོར་གྱི་བརྟམ་གསལ་པའི་ཅིག་ སྟོ་སྤང་ཅན་གྱི་སྟོ་ལས་ མངོན་གསལ་འབད་ཚུ་གསལ་ ཡིན་
 པུ་ གནད་དོན་དེ་ཚུ་གི་ རང་སྤྱོད་དང་ སྟོག་བརྟན་ མི་ཚུ་ལས་ཐོབ་པའི་ འབྲུང་ཁུངས་གཞན་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ སུན་ཚུན་ག་
 བསྟར་ཆུབ་སྟེ་ དེའི་དོན་དག་ལོ་ མ་ཐོབ་ཚུན་ཚོད་ ཞིབ་བརྟག་གི་གྲུལ་ཁར་མི་ཚུད།

ཞིབ་འཚོལ་	འཕུད་	འདི་	འབྲི་
-----------	-------	------	-------

ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་ བསྐྱེལ་ལེན་འབད་ནི་ལུ་ དུས་ཚུན་གྱི་གནས་ཚུལ་ བསྐྱེལ་ལེན་ལས་སྟག་པའི་ མཐུན་ཁྱེན་དང་ སྤྱི་ཚན་ མཉམ་རུབ་ དུས་ཚོད་ཉེང་བཀའ་དགོས་ཡོད། གནས་ཚུལ་ལེ་ཤ་ཅིག་ སྤྱི་ཚན་གྱི་ཐོག་ལུ་ ཞིབ་བརྟག་འབད་བའི་གྲུབ་འབྲས་ཨིན། ཨིན་རུང་ དུས་ཚོད་དང་ མ་དངུལ་ བྱད་རིག་ཅན་གྱི་མི་སྟོབས་ལངས་མེད་པའི་ གསར་ཤོག་རྒྱུ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ལཱ་ཁག་ཡོད། གནས་ཚུལ་བསྐྱེལ་བཀོད་པ་ཚུ་གིས་ཞིབ་བརྟག་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་མི་འཛོལ་དགོས་ཡང་ འཐོན་སྤྲོད་པ་མ་ཚད་ གནས་ཚུལ་ལས་ཁང་ གི་ཕྱི་ཁ་ལས་ བྱད་རིག་ཅན་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡང་ ལེན་དགོས་འཐོན་འོང།

“ ཀོང་གོ་ཡི་མི་ གནས་ཚུལ་བསྐྱེལ་བཀོད་པ་ བཟུང་མི་ཁྱིམ་གྲུ་ལུ་(Sage-Fidèle Gayala)གིས་ སྤྱི་ཚན་ ཐོག་ལུ་ ལཱ་འབད་ནི་གི་ སུན་པ་དང་གཞོན་པ་ཚུ་ ག་བསྐྱར་རྒྱབ་སྐྱེལ་བྱེད་ སྤྱི་ཚན་རྒྱུ་ཚུ་ཅིག་ནང་ལཱ་འབད་ བའི་སྐབས་ གྲུབ་འབྲས་ལེགས་ཤོམ་འཐོན་དོ་ཡོད་པ་ད་ དེ་ཡང་ སྤྱི་ཚན་འབྲས་མི་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ལྟོ་ཡོད་པའི་ སུན་ཐོགས་ཅན་གྱི་བྱད་རིག་ཚུ་ རོས་འཛིན་འབད་ཚུགས་པ་ཨིན་མས། དེ་ཡང་ གཅིག་གིས་མར་རྒྱུ་འབྲེན་གྱི་ ལཱ་ཚུ་འབད། གཅིག་གིས་ཞིབ་འཛོལ་དང་ ཡིག་ཆ་བསྐྱེལ་སྤྱིག་འབད། གསུམ་པམ་དེ་གིས་ གནས་ཚུལ་འབྲི་བ་ ཅིན་ ལེགས་ཤོམ་འོང་མ་ཨིན་མས། སྤྱི་ཚན་དེ་གིས་ ལཱ་ཚུ་མཁྱེགས་པར་འབད་དེ་ གནས་ཚུལ་དེ་ དུས་ཚོད་ ཁར་བཏོན་ཚུགས་པ་ཨིན་མས། དེ་འབད་མ་ད་ རྒྱལ་ཁབ་ལེ་ཤ་ཅིག་ནང་ གནས་ཚུལ་ལས་ཁང་རྒྱུ་ཚུ་ གནས་ སྤངས་གཙང་མེད་པ་ཨིན་མས། དེ་ཡང་ བཟོ་གྲུ་དང་ ཚོང་ལས་ཁང་ ཡང་ན་ སྤྲོ་བྱུས་རྩིས་མི་ཚུ་གིས་ གནས་ཚུལ་བསྐྱེལ་བཀོད་པ་དང་ རྩིས་སྤྱིག་པ་ཚུ་ལུ་ འཛིགས་སྐྱེག་བཏོན་ ཡང་ན་ རྒྱུ་ཚུ་གིས་ བྱེད་ཐོག་ལས་ ཁོང་གི་ཉིང་རྒྱུགས་པ་ཨིན་མས། དེ་མ་ཚད་ གསར་ཤོག་ལེ་ཤ་ཅིག་གི་འབྲུང་ཁུངས་ལུ་ དོགས་པ་ཡོད་མི་ དེ་ཡང་ དང་འདོད་ཅན་གྱི་ མི་ངོམས་ སྤྱི་ཚན་གྱིས་ མ་དངུལ་བྱེད་སྤྲོད་པ་ཨིན་མས། དེ་གིས་གཏང་ གཙོ་བོ་ རྩིས་སྤྱིག་པ་ཚུ་ལུ་ཨིན་མ་ལས་ རེ་ཆོ་སྐབས་ གཞོད་འགོལ་འབད་མི་ངོམ་ཡང་ ཁོང་ཆ་བྱུང་འོང་མ་ཨིན་ མས། དེ་བཟུམ་གྱི་གནས་སྤངས་ནང་རྒྱུད་པའི་སྐབས་ གནས་ཚུལ་བསྐྱེལ་བཀོད་པ་ རྟག་ཞེན་ཚུ་ལུ་ ཞིབ་བརྟག་ གནས་ཚུལ་གྱི་ལས་འགུལ་ཅིག་ མཇུག་བསྐྱེད་ཚུགས་པར་ ལཱ་ཁག་གཏང་མ་ཨིན་མས། ”

ཞིབ་བརྟག་བདེ་བརྒྱད་པ་ཚུ་ ཞིབ་དཔྱད་པ་ཨིན་ན་?

བདེ་བརྒྱད་པ་ཅིག་དང་ ཞིབ་དཔྱད་པ་ཅིག་གི་ རིག་ཅུལ་ཚུ་ ཆ་མཚུངས་ཨིན། ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་གེ་ར་ ཇི་བ་ཅིག་ལས་ འགོ་བརྩམས་དགོ། བདེ་བརྒྱད་པ་དེ་གིས་ གནས་ཚུལ་གྱི་གཞི་བཀོད་ཅིག་བཀོད་དགོ། དེ་ལས་ ཡིག་ཆ་དང་ ཇི་དཔྱད་དང་ འབྲེལ་བའི་ ཇི་བ་ཇི་ལན་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་ ཞིབ་འཛོལ་ཉེང་བཀའ་འབད་ཞེན་མ་ལས་ རྒྱབ་བྱེད་རྩིས་པ་སྤྱི་ཚན་གྱི་ གཅིག་ ཁར་བཀོད་དགོ། རྒྱབ་བྱེད་དེ་ཚུ་ཡང་ལེ་ལོ་ཅིག་ ཉ་ཅང་གིས་རྒྱས་དགས་པ་དང་ གོ་དཀའ་བའི་བྱད་རིག་ཅན་གྱི་ཐ་སྟོན་ཚུ་ འོང་མ་ཨིན།

བརྒྱུད་པ་ཚུ་གིས་ ཁྲིམས་འདུན་ལུ་ལག་ལེན་འཐབ་སྲོལ་ཡོད་པའི་ གནས་ཚད་ཅན་གྱི་ཁྲུངས་ལྷན་སྐབ་བྱེད་དང་
འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ཚུ་ རྩིས་འཛིན་འབད་ཞིན་མ་ལས་ དེ་ཚུ་གིས་མཐར་ཐུག་གི་སྐབ་བྱེད་ལུ་ སན་ཐོགས་ཡོད་མེད་བཟུ་
དགོ། མ་ཉེས་ཁ་ཡོག་གི་ཁྲིམས་ལུ་གསུམ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ བརྒྱུད་པའི་ ཞིབ་བརྟག་འབད་ཐངས་དང་ གནད་དོན་
བདེན་དཔྱད་འབད་ཐངས་ཚུ་ ཞིབ་དཔྱད་པ་ཅིག་གིས་ ཚུད་ཉོག་གི་ཉེས་འཛུགས་འབད་ཐངས་དང་ ཆ་འདྲ་སུ་ཅིག་
དགོ།

དེ་འབདམ་ད་ གྲི་བ་རོམ་འདི་ “ཞིབ་བརྟག་བརྒྱུད་པ་ཚུ་གིས་ ཞིབ་དཔྱད་པ་ཚུ་བཟུམ་སྤྱོད་ གསང་བའི་ཐོག་
ལས་ ལཱ་འབད་ནི་དང་ སྐབ་བཟུང་འབྲུལ་ཆས་དང་ པར་ཆས་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཚུ་འབད་ཆོག་ག?” དེ་གི་ལན་
འདི་ མགྱ་ཐོམ་སི་སི་ཡོད། བརྒྱུད་པ་ལ་ལོ་ཅིག་གིས་ དེ་སྤྱོད་འབད་དེ་ ཐབས་རིག་དེ་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ལཱ་འབད་
བའི་གྲབ་འབྲས་ལུ་ གསོལ་རས་ཐོབ་མི་ ལེ་ཤ་ཡོད། ཨིན་རུང་ ཞིབ་དཔྱད་པ་གིས་ གསང་བའི་ཐོག་ལུ་ལཱ་འབད་
ཐངས་དང་ ཁྲིམས་སྲུང་འགག་པ་གིས་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་མི་ མི་མེར་ཚུ་གི་ ཐོབ་དབང་ཚུ་ ཁྲིམས་ཀྱི་གཞི་བཀོད་
ཅིག་དང་འབྲེལ་དགོཔ་ཨིན་མ་ མེས་མ་ཁར་ངེས་དགོཔ་གཤམ་ཆེ།

བརྒྱུད་པ་ཚུ་གིས་ ཀྲུང་གི་རྒྱལ་གཞག་ལུ་གནས་དགོཔ་མ་ཚད་ སྤེར་གསང་གི་ཁྲིམས་ལུ་གསུམ་ལུ་ཡང་གནས་
དགོ། དེ་གིས་སྤྱོད་ ཀྲུང་གི་ལྷན་པའི་བརྒྱུད་ རེས་གཏང་བཟོ་ནི་དང་ རང་ལུ་ཉེས་འཛུགས་བཀག་ཐབས་ལུ་
ཞིབ་བརྟག་བརྒྱུད་པ་ཚུ་གི་ དེ་བཟུམ་མའི་ལཱ་མ་འབད་བའི་གོང་ལས་ གནས་སྤངས་རེ་རེ་བཞིན་ཏུ་འབྲལ་
བཏོན་ཏེ་ མནོ་བསམ་གཏང་དགོ། གསང་བའི་ཐོག་ལས་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ པར་ཆས་དང་སྐབ་བཟུང་ཚུ་གིས་ སྐབ་
བྱེད་རགས་པ་ ཉེང་བཀལ་ཐོབ་ཚུགས་ནི་ཨིན་རུང་ སྐབ་བྱེད་ཀྱི་དཔྱད་པ་དང་ བདེན་དཔྱད་ སྐབས་དོན་དང་
འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་བཟོ་ནི་ ཁྲུང་གི་ལྷན་པའི་ཅིག་སྤྱོད་པ་ཚུ་ལུ་ སན་ཐོགས་ཆུ་ཆེ་ཅིག་མི་འོང། རང་གིས་
འཛེལ་ཐངས་དང་ བསྐྱ་སྤྱོད་འབད་ཐངས་ཤེས་པ་ཅིན་ སྐབ་བྱེད་ག་དེམ་ཅིག་དགོ་རུང་ མི་མང་ལུ་ཐོབ་ཚུགས་པའི་
ཡིག་ཆ་ཚུ་ནང་ལས་ཐོབ་ཚུགས།

ལཱ་འབད་ཐངས་ལེ་ཤ་ཅིག་ནང་ ཞིབ་བརྟག་བརྒྱུད་པ་དང་ ཞིབ་དཔྱད་པ་ཚུ་ ཆ་འདྲམ་ཨིན་རུང་ ཁོང་གི་
མཐར་ཐུག་གི་དམིགས་ལུ་འདི་སོ་སོ་ཨིན། རེ་ཆོ་སྐབས་ བརྒྱུད་པའི་ཞིབ་བརྟག་དེ་ ཉེས་སྤྱོད་བཏོན་ནི་མེན་
པར་ བདེན་དཔྱད་འབད་ནི་ཙམ་ཅིག་ཨིན། ཞིབ་དཔྱད་པ་ཚུ་གིས་ ཉེས་ལས་འཐབ་མི་དེ་ཐོབ་ཞིན་མ་ལས་ ཞིབ་
དཔྱད་མཛུགས་སྐབས་ཨིན། རེ་སྐབས་ཅིག་ ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་དེ་གིས་ ཉེས་ལས་འཐབ་མི་དེ་ སྤྱོད་ནི་མེན་པར་
འབྱུང་ཆུན་མང་རབས་ཅིག་ མདོན་གསལ་འབདམ་ཨིན། ལམ་ལུགས་འདི་གི་ཐོག་ལས་ ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་
ཚུ་གིས་ ཉེས་ཅན་ཅིག་ལུ་ མཛུབ་མོང་དཔག་ནི་མེན་པར་ དཀའ་ངལ་ཅན་གྱི་ གནད་དོན་ཅིག་གི་སྐབས་དོན་དང་
གཏིང་ཟབ་པ་དང་ མགྱ་རྒྱུགས་པའི་གནད་དོན་ཚུ་གསལ་བཤད་འབདམ་ཨིན། ཞིབ་བརྟག་བརྒྱུད་པ་ཚུ་གིས་
ཁོང་རའི་ལཱ་ནང་ གཏིང་ཟབ་ཀྱི་གནས་ཚད་ འཕྲེལ་ཅིག་ལུ་སྤྱོད་པ་དང་ རང་གི་ལཱ་འགན་དང་འབྲེལ་བའི་ཆ་གྲང་ཚུ་
མར་ལབ་ཀྱབ་ཚུགས་པ་ཨིན།

ཁོང་འཁྲོ་ཅན་གྱི་བརྒྱུད་ཟེར་སྐབ་སྲོལ་ཡོད་པའི་ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་བསྐྱ་བཀོད་ནང་ཚུགས་གཉིས་ཚད་སྤྱོད་མས་
ཐོག་ལུ་ བཟོ་བཅོས་བཏང་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་ཅིག་ བཏོན་ནི་མེན་པར་ གནད་དོན་རེས་གཏན་ཅིག་ཨིན་དགོཔའི་
ཁར་ ཁས་མི་ལེན་པའི་གཏམ་ དཔེར་ན་ “ཡང་ཅིན་ རབ་ཅས་ལུ་འཛོལ་བ་ཡོད་པ་འོང་” “ཡང་ཅིན་ རབ་ཅས་
ཀྱིས་ གོ་བ་བྱི་འགྲུར་ལེན་དོ་འོང་” ཟེར་བལ་སོགས་པ་ རེས་མེད་ཀྱི་ཆོག་ཚུ་ བཀོད་ནི་མེད། དེ་བཟུམ་གྱི་དོགས་
པ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཞིབ་དཔྱད་མཐེལ་བྱིན་ འཕྲོ་མ་ཚུགས་པའི་རྟགས་ཨིན་མ་ལས་ གནས་ཚུལ་དེ་ དཔར་སྐྱེན་འབད་
ནི་ལུ་ག་སྤྱོད་མེད་ཨིན། གནས་ཚུལ་ཅིག་ལུ་ རྟགས་གཉིས་ཙམ་གྱིས་མ་དོ་བར་ཡོད། ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་ཅིག་

ནང་ ཚད་སྟོམས་ཟེར་མི་འདི་ རྩོགས་མང་བཤད་དགོ་པའི་ཁར་ ཡོ་རྒྱུས་བྱུང་མི་ཚུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་བཀོད་ནི་མེན་པར་ ག་ཅི་སྟེ་ བྱུང་ ཡོད་པ་ཡིན་ན་བཀོད་དགོ། ཞིབ་དཔྱད་པ་ཚུ་གིས་ གནས་སྤངས་ཞི་བཟུང་ཚུ་ རྒྱབ་སྲུང་ཁྲིམས་ཅོད་པ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་བཞག་དོ་ཡོད་པ་ ད་ ཞིབ་བརྟག་བརྗོད་པ་བརྒྱད་ནང་ སྐབས་དོན་ཆ་ཚང་བཀོད་པ་ཡིན།

མནོ་ལུགས་གཅིག་ལས་ ཞིབ་བརྟག་བརྗོད་པ་ཚུ་གིས་ ཚན་རིག་པ་བཟུམ་འབད་མ་ཡིན། གནས་ཚུལ་བཀོད་དོ་གི་ གནས་ སྐབས་ཅིག་ལུ་ རྒྱབ་སྟེར་འབད་ཚུགས་པའི་ རྒྱབ་བྱེད་ལང་མ་མ་ཐོབ་ཚུ་ཚོད་ སེམས་སྟོ་བྱ་སྟེ་བཞག་དགོ་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ རྒྱབ་ འགལ་གྱི་རྒྱབ་བྱེད་ཚུ་ སེམས་ཁར་བཞག་སྟེ་ རྒྱབ་བྱེད་དེ་ཚུ་གིས་ ལམ་ཕྱགས་སོ་སོ་ཅིག་སྟོན་པ་ཅིག་ ཉེ་མ་སེམས་ཐག་བཅད་ མི་དེ་ བསྐྱར་བཅོས་གཏང་དགོ་པ་ཡིན། ཞིབ་བརྟག་བརྗོད་པ་ཚུ་ འཛིན་སྟོང་པ་ཡང་ཡིན། རྒྱ་ཆེ་ཞིང་ ཡུན་རིང་གི་ལུས་པའི་ ལས་འགལ་ཚུ་ནང་ ཞིབ་འཇོལ་གཏིང་ཟབ་འབད་དགོ་པ་ལས་ གནས་ཚུལ་གྱི་འཆར་གཞི་ལུ་གནས་ཐབས་ལུ་ སྟེ་ཚན་གྱི་འབྲུས་ མི་གཞན་དང་ མཁས་མཆོག་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ ལཱ་འབད་དགོ། དེ་གི་དོན་ལས་ མི་ངོ་དེ་ཚུ་ལུ་ བརྗོད་སྟོན་ཡོན་དང་ སྟེ་ཚན་ ནང་ལཱ་འབད་ཐངས་གྱི་མཁས་སྤྱང་འབད་དགོ།

ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་བསྐྱར་བཀོད་སྟོར་གྱི་བཅོས་གཏང་མ།

འདི་འདི་ སྟོ་སྤྲང་ཅན་ཡིན།

‘‘གློག་བརྟན་ ཞལ་ད་པེར་སི་ཤེན་མི་མེན་’’ (All the president’s Men) ཟེར་མི་བརྗོད་ བྱུང་རི་མོ་གུ་ རར་གཉེ་གི་ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་འབྲི་མི་ བོབ་ལྷུ་ཤེ་དང་ ཀྲུལ་བར་ནིས་ རེན་གཉིས་མེན་པར་ གློག་བརྟན་གྱི་འཁྲུག་ཅེད་པ་ རོ་བའི་རེ་ཤེ་དང་ ར་སི་ཤེན་ཉི་མེན་ བཀོད་དོ་ཡོད་མི་ཡང་ དོན་དག་ཅིག་འདུག། འདི་ཤེས་དགོ་པ་ལག་ཆེ། ལཱ་ངོ་མ་སྟེ་འབད་བཟུམ་ ད་ ཞིབ་བརྟག་བརྗོད་པ་ཚུ་འདི་ ལཱ་ལག་དང་ ད་བར་ལོ་ངལ་སི་སི་ཡོད་པའི་ཁར་ འཕྲལ་འཕྲལ་ ར་ ཉེན་ལ་ཅན་ཡོད་པ་ཡིན།

བརྗོད་པ་ཚུ་ ཁོང་གིས་བསྐྱར་བཀོད་འབད་མི་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ལས་ལག་ཆེ།

ཞིབ་བརྟག་བརྗོད་པ་ཚུ་དེ་ མི་མང་གི་ཞབས་ཏྲག་ཅིག་ཡིན་པ་ལས་ རོ་བོ་སྟོན་མེན། ཞིབ་ བརྟག་བརྗོད་པ་ཚུ་ད་ ཅིག་འབད་མ་ད་ བྱེད་ལུ་བྱེད་རིག་གི་ཀུན་སྟོན་གནས་ཚད་ལས་འགལ་ཆོག་ པའི་ ཐོབ་དབང་སྟོན་པ་ཡིན།

ཞིབ་བརྟག་བརྗོད་པ་འདི་ རང་རྒྱུང་ལས་བྱེད་པ་ཡིན།

གློག་བརྟན་ཅིག་བཟོ་བའི་སྐབས་ འཁྲུག་ཅེད་པ་གཙོ་བོ་གཅིག་ཡོད་པ་ཅིན་ རྒྱུང་འབྲེལ་བཤད་ འབད་ནི་ལུ་འཇམ་ཏྲོང་ཏྲོང་ཡིན་ཅུང་ ཞིབ་བརྟག་བརྗོད་པ་ སྟེ་ཚན་གྱི་ཐོག་ལུ་ལཱ་ འབད་བ་ཅིན་ ཡུན་བརྟན་སྟེ་ གནས་མི་ཚུགས།

ཞིབ་བརྟག་བརྒྱུད་ལོ་གཙོ་བོ་སྒྲིལ་བརྒྱུད་ཚུ་གིས་ ལག་ལེན་འཐབ་ཞིན།

དེ་ལུ་ བདེན་པ་དུམ་གྱི་ཅིག་ཡོད། ཞིན་རུང་ གཞུང་དབང་བརྒྱུད་ཚུ་གིས་གཞུང་གི་ཁྱབ་འགལ་ལུ་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་ཡོད་པའི་ ཡོངས་གྲགས་ཅན་གྱི་དཔེ་ ལེ་ཤ་ཅིག་ཡོད།

ཞིབ་བརྟག་བརྒྱུད་ཀྱིས་ གནས་ཚུལ་ངན་པ་ཚུ་ལུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་གཙོ་བོ་བརྟོན་མ་ཞིན།

མི་སྡེ་དང་ ཁོང་ལུ་ཁྱབ་པའི་ བརྒྱུད་ཚུ་གི་གཙོ་བོ་མ་དེ་ ཁོར་བ་ཚུ་ གསལ་སྟོན་འབད་ནི་དང་ དེ་ཚུ་བཅོམ་རྒྱབ་ནི་འདི་ཞིན། ཞིན་རུང་ ཞིབ་བརྟག་བརྒྱུད་ཀྱིས་ཡང་ ལེགས་པའི་ཆ་རྒྱུན་གྱི་གནས་ཚུལ་ཚུ་ གསལ་སྟོན་འབད་ནིའི་ ལཱ་འགན་ཡང་འབག་དགོ། དཔེར་ན་ མི་མང་ ཡང་ན་ མི་སྡེ་ཚུ་གི་ ཆད་སྟོམས་མེད་མི་དང་ མཐོ་ལུགས་ངན་པ་ཚུ་ལུ་ ཁྱབ་འགལ་འབད་ནི་དེ་གིས་ ཞིབ་བརྟག་གི་གནས་ཚུལ་ རོམ་དང་ ལེགས་ཤོམ་གྱི་ གཞི་རྒྱ་ཅིག་ལུ་འགྱུར་འོང། སྤྱོད་ངན་ལོ་རྒྱུས་སྤེལ་མི་དང་ གསལ་བའི་གནས་ཚུལ་འཚོལ་ནི་དེ་གིས་ གཞན་གྱི་སྒྲིལ་དབང་མི་ཚོ་ལུ་ གཞོད་ནི་ལས་བརྒྱལ་ཏེ་ དགོས་དོན་གཞན་འགྲུབ་མི་ཚུ་གསལ་ མི་ངོའི་སྤྱོད་ངན་ལས་ལྷག་སྟེ་ མི་མང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ སྐོམ་གསལ་དངོས་སུ་ཡོད་པའི་ གནད་དོན་ཚུ་ལུ་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་དགོ།

ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་དེ་ གནས་ཚུལ་བསྐྱབ་པའི་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ཞིན།

བཅོས་གཏམ་འདི་ སྤར་སྤེལ་གྱི་མཐོ་ལུགས་ནང་ བརྒྱུད་པ་ཚུ་ སྟོན་འཚོལ་ཏེ་ མཇུག་མོ་དཔག་ནི་དང་ འགྱུར་བ་འབག་འོང་ནི་གི་དམིགས་དོན་ཡོད་པའི་ལྷོ་རྟོག་པ་ཅིག་བཟུམ་སྟེ་ མཐོང་མི་ལས་འབྱུང་མ་ཞིན། སྤྱོད་ངན་ཚུ་བཀག་ཚུགས་པའི་རེ་བ་བསྐྱེད་ཐོག་ ངན་ལྷན་ཅན་གྱི་མི་ངོ་ཚུ་ གསལ་སྟོན་འབད་དགོམ་འདི་ གལ་ཅན་ཞིན་རུང་ ཞིབ་བརྟག་སྟོན་ལུ་དེ་འཕྱེལ་ལུ་མཇུག་བསྐྱེད་སྟེ་ སྟོན་ཅན་ལམ་ལུགས་དེ་ལུ་ ཞིབ་དཔྱད་མ་འབད་བ་ཅིན་ དེ་བཟུམ་མའི་ལཱ་ངན་འབད་མི་ གསལ་པ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ས་སྟོ་བཟོ་དོ་བཟུམ་ཅིག་ཞིན། ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་ ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ནང་ དཀའ་ངལ་གཙོ་བོ་ཚུ་ངོས་འཛིན་འབད་དེ་ སྟོན་དེ་ཚུ་བསུབ་ཚུགས་མི་ འབྲེལ་བ་ཅན་ཚུ་ལུ་ ངན་བསྐྱེལ་འབད་དགོ། དཔེར་ཆད་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ དཀའ་ངལ་དེ་ཚུ་ བསལ་མ་བཏུབ་པ་ཅིན་ ག་ཅི་སྟེ་ཞིན་ན་ བཤུལ་དཔྱད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཅིག་འབྲི་དགོ།

ག་ཅི་སྤྱེ་ ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་འབྲི་དགོས་ཡིན་ནམ་?

ཞིབ་བརྟག་བརྒྱུད་འདི་ ཅུས་ལྷན་འགོར་བ་དང་ ཟད་འགོ་ཁྱིལ་ ཉེན་ལ་ཆེ་བ་ཡིན། ཉིན་ལྷན་འབྱུང་མི་ གནད་དོན་ཚུ་
གིས་ རལ་རངས་ཅན་གྱི་གནས་ཤོག་ཅིག་ བརྟེན་ཚུགས་པ་ཡིན་རུང་ བརྒྱུད་ཚུ་གིས་ རང་སྤོང་ཚུ་སྤྱི་གཤམ་ཚུ་ལུ་
ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་དེ་ བརྟེན་ཚུགས་པ་ཅིན་ ཁོ་ཕན་ལྷག་པར་ འོང་ནི་ཡིན་པའི་སྐོར་ལས་ ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་ཚུགས་པ་
བཟོ་དགོ།

ག་ཅི་སྤྱེ་ འབད་དགོས་ཡིན་ནམ་? དེ་ཡང་ བདེན་
ལུངས་ཅན་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་ གནས་ཚུལ་གྱི་ཐོག་
ལས་ གསལ་བརྟེན་འབད་མ་དུ་ རེགས་པའི་
འགྱུར་བ་ཚུ་ འབག་འོང་ཚུགས་པ་ཡིན། འདས་པའི་
ལོ་ངོ་དག་པ་ཅིག་གི་རིང་ སུ་ལིད་ཇར་ གསོལ་
རས་ཐོབ་མི་ཚུ་ལུ་བཟུ་བ་ཅིན་ ཞིབ་བརྟག་གནས་
ཚུལ་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་གིས་ མི་སྤྱེ་མ་འདུམ་ ཡང་
ན་ སྤྱི་ཚུ་ལུ་ ཕན་ཐོགས་སྤོམ་བྱུང་ཅུག། སྤྱི་
ལོ་ ༢༠༡༩ ལུ་ གསོལ་རས་དེ་ བཟུང་ཁྱེན་
པོམི་ (Washington Post) ལུ་སོང་ཡོད་པ་
ད་ དེ་ཡང་ ཁོང་གིས་ཨ་ལ་བྲམ་ལུ་ རྒྱལ་ཡོངས་
ཆོགས་སྤྱིའི་ (Senate) འདེམས་འོ་ཅིག་གིས་
འདས་པའི་རིང་ལུ་ བཟུང་ཁྱེན་ཚུ་ལུ་ ཚུལ་མིན་
འདོད་སྤྱོད་འབད་ཡོད་པའི་ མངོན་གསལ་འབད་
བ་ལས་ རྒྱལ་ཡོངས་ཆོགས་སྤྱིའི་འདེམས་འོ་ཅི་དོ་

འགྲན་ནང་ འགྱུར་བཅས་སོང་ཅུག། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༧
ལུ་ ཅར་ལེས་ཁོ་ན་ གོ་ཚེ་ཁེལ་ (Charleston
Gazette Mail) གྱི་ གནས་ཚུལ་བསྟུ་
བཀོད་པ་ ཨེ་རིག་ཨ་ཡར་གྱིས་ ཐོབ་ཡོད་པ་
ད་ དེ་ཡང་ ཁོ་གིས་ སྤྱན་རླུང་ཨ་པི་ཨོའི་
(opioid) ཚུ་ བཟུང་བར་ཇི་ནི་ལུ་ འཛུལ་དོ་
ཡོད་པའི་སྐོར་ལས་ གསལ་སྤྱོད་འབད་ཡོད་པ་ཡིན་
མས། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ལུ་ གསོལ་རས་དེ་ བཟུང་
ཁྱེན་པོ་ (Florida) གི་ གསལ་ཤོག་མ་འདུམ་
གི་ གནས་ཚུལ་བསྟུ་བཀོད་པ་གཉིས་ཀྱིས་ཐོབ་ཅུག།
དེ་ཡང་ ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ མེམས་
ཁམས་སྤྱན་ཁང་ནང་ རྒྱབ་སྤྱོད་ཡར་འཕར་སོང་
ཡོད་པའི་སྐོར་ལས་ གསལ་སྤྱོད་འབད་ཡོད་པ་ཡིན་
མས།

དེ་མ་ཚད་ ཞིབ་བརྟག་བརྒྱུད་འདི་ དམངས་གཙོའི་རིང་ལུགས་ ཅུ་བརྟན་བཟོ་ནི་ལུ་ མེད་ཐབས་མེད་པ་ཅིག་ཡིན།
གསལ་ཤོག་གི་གནས་ཚུལ་ཚུ་ནང་ གཞུང་གི་གནས་ཚུལ་གསལ་སྤྱོད་ཚུ་ལས་བརྒྱལ་དེ་ འཛོན་ནི་མེད་པ་ཅིན་ དབང་ཚད་
ནང་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ རྒྱུས་རྒྱུ་བརྒྱུ་ཡིན་པར་བརྟེན་ཚུ་ རྒྱུ་ལྷན་འགྲན་མ་བཀོད་མི་ཡང་ན་ དོ་འགྲན་འབད་མི་སྤྱེ་ཚན་
ཚུ་གི་བར་ན་ ཐོབ་བཟོད་བཀོད་ནི་དང་ དེ་ལུ་རྒྱབ་འགལ་འབད་མི་ཚུ་ལུ་ དབྱེ་ཞིབ་མ་འབད་བ་ཅིན་ གཞུང་ལུ་འགན་འཁུ་
བཀལ་ནི་གི་ གཞི་རྩ་དེ་ལུ་ འཐུས་ཤོར་འབྱུང་མ་ཡིན།

ཞིབ་བརྟག་བརྗེ་བརྒྱུད་པ་ ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ལུ་འགྱུར་ཚུལ།

དེ་འབྲུལ་ལས་ ཞིབ་བརྟག་བརྗེ་བརྒྱུད་པ་ལུ་ འགྱུར་མི་ཚུགས། ཡིན་ཅུང་ སྤྱིར་བཏང་གི་ཁྱད་ཆོས་དག་པ་ཅིག་ཡོད་མི་ཚུ་ ལུ་ གནས་པ་ཅིན་ ལམ་ཕྱོགས་དེ་ལུ་ཞུགས་པ་ཡིན། རེས་པར་མཁོ་བའི་ ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་བཟུང་སྤྱད་ལ་ལོ་ཅིག་འོག་ལུ་བཀོད་མི་ཚུ་ཡིན།

སློབ་པ་

མི་ཚུ་གིས་ སྤྱོད་གསལ་སྤེལ་ཞེས་མི་གནད་དོན་ཚུ་ ཁྱོད་ཀྱིས་གསལ་སྤོན་འབད་མ་ད་ ཞིབ་བརྟག་བརྗེ་བརྒྱུད་ འདི་གིས་ ཁྱོད་ར་ལས་ལཱ་ཁག་ཅིག་ནང་ལས་ཡར་འབྱོར་འོང། དབང་འཛིན་ཚུ་ལས་ མནན་བསྐྱུལ་དང་ རང་ གི་གོང་མ་ཚུ་གིས་ གནད་དོན་ཕྱིར་སེལ་ཁྱབ་ནི་ རེ་ཆོས་པས་ ཆོ་སྤྲོག་ལུ་ཉེན་ཁ་ཅན་གྱི་འཛིགས་བསྐྱུལ་ཚུ་ ཡང་འབྱུང་འོང། ལཱ་འཕྲོ་མཐུང་འབད་ནི་དེ་དོན་ལུ་ སློབ་པས་དང་ འཆར་སྤྱང་མེད་པ་དགོ།

ཤེས་འདོད།

ཞིབ་བརྟག་བརྗེ་བརྒྱུད་འདི་ ཉེན་ལྟར་བཞེན་ཏུ་ རང་སེའི་མི་ཆོ་ནང་ ག་ལྔ་(five Ws) དང་ ག་གཅིག་ (one H) གི་དྲི་བ་བཀོད་ཚུགས་མི་ལས་ འགོ་བརྒྱུགས་པ་ཡིན། དྲི་བ་ཚུ་ཡང་ གནས་ཚུལ་ནང་གི་བྱུང་ རྒྱུ་གྱི་སྐྱོར་ལས་ ཡང་ན་ ཉེན་རེམ་བཞེན་ཏུ་ རང་གི་མི་ཆོ་ནང་ མཐོང་མི་དང་གོ་མི་ཚུ་གི་སྐྱོར་ལས་བཀོད་ བལྟལ།

བརྗེ་བརྒྱུད་པ་

གནས་ཚུལ་གྱི་ཁྱད་གཤེག་འདི་གིས་ ཁྱོད་ལུ་གཤེག་ཚུགས་པ་མ་ཆད་ ཏུས་ཆོད་ལེ་ཤ་དང་ ཏུས་སྤོབས་ ལེ་ཤ་རྒྱུགས་པ་ཡིན། ཞིབ་བརྟག་བརྗེ་བརྒྱུད་པ་ཅིག་འབད་མ་ད་ དབང་ཆད་ཅན་གྱི་ མི་དོ་ཚུ་དང་གཤོང་བྱུག་ འབྱུང་མ་ད་རེ་ཆོས་པས་ རང་གི་ཆོ་སྤྲོག་ལུ་ཡང་ ཉེན་ཁ་འབྱུང་འོང། ཁྱོད་ཀྱིས་ལཱ་འདི་འབད་བ་ཅིན་ ཡན་ ཐོགས་ཆེ་བའི་གནད་དོན་ ཏང་བདེན་ ཏང་ཁྲིམས་ ཡང་ན་ མ་གོ་ཚུ་ལུ་གོམ་བཟོ་ནི་ལུ་ ཡིད་ཆེས་ཡོད་པ་ ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན།

ཚུལ་སྐྱུལ།

གནས་ཚུལ་ལས་ཁང་ལེ་ཤ་ཅིག་ འཐོན་ཁུངས་ཉུང་པུགས་དང་ ཏུས་ཆོད་ཐུང་ཀྱི་ཅིག་ནང་ ལཱ་འབད་དགོ་པ་ ཡིན། དེ་གིས་སྤེལ་ གནས་ཚུལ་ཞུལ་འཛོམས་ནང་ གནས་ཚུལ་གྱི་བསམ་འཆར་བཀོད་པའི་སྐབས་ ཁ་གསལ་ མེད་པ་ཅིན་ འཇམ་ཏྲོང་རྟོ་སྤེལ་ རོས་ལེན་འབད་མི་བལྟལ། ཞིབ་བརྟག་བརྗེ་བརྒྱུད་པ་ཚུ་གིས་ རང་གི་ཚུལ་ སྐྱུལ་ཐོག་ལས་སྤོན་འགྲོའི་ཞིབ་འཆོལ་ཚུ་འབད་ཞིན་མ་ལས་བསམ་འཆར་དེ་ གནས་ཚུལ་རེས་གཏན་ཅིག་ལུ་ བསྐྱར་ཚུགས་པའི་ འཆར་གཞི་བརྩམ་དགོ། དེ་ལས་ཡང་ གནས་ཚུལ་ལས་ཁང་གིས་ སྤོ་བ་བསྐྱེད་མ་བལྟལ་ པ་ཅིན་ རང་གི་ཚུལ་སྐྱུལ་ཐོག་ལས་ ལཱ་འདི་གི་དོན་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འཆོལ་དགོ་པ་ཡང་འཐོན་འོང། །གནད་ སྤྱིན་འཆོལ་ནི།

གསང་ཁྱུ།

ཁ་ལས་ག་འཐོན་སྒྲུབ་ནི་དེ་གིས་ ཞིབ་དཔྱད་རྒྱུ་མེད་པ་ འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ཚུ་གི་ ཆོ་སློག་ལུ་ ཉེན་ཁ་
འབྱུང་མ་ཡིན། དེ་གིས་མ་ཆད་པར་ རོ་འགྲན་པ་ཚུ་ལུ་ གསང་བརྟེན་ཐོབ་སྟེ་ རང་གི་གནས་ཚུལ་དེ་ གཞན་
གྱིས་བརྒྱུ་ནི་ཉེན་ཁ་ཡང་ཡོད་ ཡང་ན་ ཅི་བ་ཅི་ལན་འབད་དགོ་པའི་ མི་ཚུ་དང་འབྲུད་དེ་ ཁ་སྒྲུབ་མ་
ཚུགས་པ་ལས་ དེ་ཚུ་ལུ་ ཉེན་བརྟེན་འབད་ནི་ཉེན་ཁ་ཡོད།

**སེམས་ཁར་བཞག་དགོས་ ཁ་ཡངས་དྲགས་པ་ཅིན་ འདི་ལུ་ བྱ་ཚུ་ནང་ཐིམ་ཚུགས་པའི་རུས་
པ་ཡོད་པ་**

དང་བདེན་དང་ཀྱན་སྦྱོང་།

ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁུངས་ ༼བརྟེན་འབྱུང་ས་༽ ཚུ་གི་ཉེན་སྲུང་དང་
ལཱ་གཞི་ག་མ་ཆད་ ཐ་ན་ མི་ཆེ་ལུ་ཡང་ ཉེན་ཁ་འབྱུང་མིན། དེ་བཟུམ་སྟེ་ སྤང་མེད་ཀྱི་སྦྱོན་བཤད་རྒྱུ་མེད་
དེ་ཡང་ ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ཡིན། ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་བསྟུ་བཀོད་པ་ ལེགས་ཤོམ་ཅིག་གིས་ ཀྱན་སྦྱོང་རྩིས་
གཞུག་ལུ་གནས་ཞིན་མ་ལས་ གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁུངས་དང་ རོན་ཆོན་ཚུ་ལུ་ བཅི་བཀྱར་བསྐྱེད་དེ་ ག་དེ་
ཚུགས་ཚུགས་ གཞན་པ་ལས་ སྤང་ཐབས་འབད་མ་ཡིན། དེ་གིས་མ་ཆད་པར་ ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་ལུ་
རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་མི་ གནས་ཚུལ་ལས་ཁང་ཚུ་ནང་ ཀྱན་སྦྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་དཀའ་ངལ་ཚུ་ སེམས་ཐབས་ཀྱི་
ལམ་སྟོན་ཚུ་ཡོད་དགོ་པ་ཡིན།

རྒྱ་མཚན་ལྷན་པའི་མཛོ་ཐངས་དང་ འགོ་འདྲེན་ རང་གི་སྤྱི་གཤམ་།

ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་ བསྟུ་བཀོད་འབད་ནི་ལུ་ རུས་ལུན་འགོ་ར་དོ་ཡོད་པ་དང་ ཁྲིམས་དོན་གྱི་ཉེན་ཁ་
ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཡང་ལས་ཡང་དུ་ བདེན་དཔྱད་མཐིལ་ཕྱིན་ལུ་བརྟེན་མ་ཡིན། དེ་གིས་སྟེ་ རང་གི་རུས་ཆོད་དེ་
ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཤེས་དགོས་དང་ གནད་དོན་ཚུ་ ཆར་ལེ་ཤ་ཅིག་ བདེན་དཔྱད་འབད་ནི་ལུ་
བཙོན་ཕུགས་བསྐྱེད་ཞིན་མ་ལས་ གནས་ཚུལ་དེ་ གཅིག་ཁར་ཤོམ་ཚུགས་པ་ངེས་གཏན་བཟོ་དགོ།

སྤྱིར་བཏང་རྒྱ་ཆེའི་ཤེས་བྱ་དང་ཞིབ་འཛུལ་གྱི་རིག་རྩལ་ལེགས་ཤོམ་།

འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་གནད་དོན་དང་ ཅི་བ་ཚུ་ ངོས་འཛིན་འབད་ཐོག་ལས་ ཞིབ་དཔྱད་ཀྱི་གནས་སྤངས་དེ་ ༥
གོ་ཚུགས་པ་ཅིན་ བར་ན་ཐོགས་ལུས་ནི་ལས་བཀག་ཚུགས། ཨིན་རུ་ ཞིབ་དཔྱད་དེ་ རྒྱ་ཆེའི་དཔེ་གཞི་
དོན་ཅིག་ལུ་ཐུག་པ་ཅིན་ ཞིབ་བརྟག་བརྟེན་བརྟུན་པ་ཚུ་གིས་ ཆ་གཉེར་བཏོན་ཏེ་ གཞི་དོན་དེའི་རྒྱུ་ཁུངས་
དང་ མཐུན་གྲོས་ ཐ་སྟོན་ འབྲེལ་གཏོགས་ཅན་གཞི་དོན་དེ་གི་དཀའ་ངལ་ཚུ་གི་སྟོར་ལས་ལྷབ་སྤྱང་འབད་
དགོ། མཁས་མཆོག་ཅིག་དང་གཅིག་ཁར་ ཁུངས་ལྷན་གྱི་སྟོན་བཞུག་ནི་དང་ སྟོན་ལམ་ཐོག་ལས་འཛུལ་ནི་
ཕན་ཐོགས་ཆེ་བའི་དཔེ་དེ་བ་ཚུ་ ངོས་འཛིན་འབད་དེ་ལྷན་ནི་ཚུ་ གལ་ཅན་ཡིན། ག་དེ་མང་མང་ ལྷན་དགོས་
འདི་ གལ་ཆེ་དྲགས་ཨིན་མི་དེ་ཡང་ ཁྱེད་རའི་ཞིབ་བརྟག་དེ་ལུ་ གལ་གནད་ཆེ་བའི་བརྟེན་དོན་ཅིག་ བཟོ་འཐོན་
འོང་ག་ ག་ཏེ་ལས་འཐོན་འོང་ག་ སྒྲུབ་མི་ཤེས།

གོ་ཡངས།

ཞིབ་དཔྱད་ཅིག་ལུ་ རྒྱལ་རྒྱུ་མེད་པའི་ འགྱུར་བ་འཐོན་ནི་ཡོད། རེ་ཆེ་སྐབས་ ཅི་བ་དང་པམ་དེ་ལུ་ ཐོགས་ལུས་ནི་དང་ རེ་ཆེ་སྐབས་ ལྷག་པར་སྤྱོད་ཅན་ཅིག་དང་ གོ་བ་ཉིང་སངས་མེད་པའི་ ཅི་བ་ལུ་ཐུག་པ་ཡིན། དེ་བཟུམ་གྱི་གནས་སྤངས་འབྱུང་པའི་སྐབས་ ཞིབ་བརྟག་བརྟན་བརྟུང་པ་ཚུ་གིས་ འགོ་ཐོག་གི་གནས་སྐབས་ འདི་ལུ་ར་ གཙོ་བོ་བརྟོན་ཏེ་མ་སྤོང་པར་ མཛོ་བསམ་འགྱུར་བཅས་ཀྱི་སྒྲིལ་ས་ ཞིབ་འཛེལ་འབད་དགོས་ཚུ་ ཡང་ བསྐྱར་སྒྲིག་འབད་དགོ།

སྤྱི་ཚན་སེམས་བྱུགས་དང་ བརྟོན་སྤྱོད་ལེན་གྱི་རིག་ཅུལ།

རེ་ཆེ་སྐབས་ ཉེན་སྲུང་གི་ཐབས་ལམ་མ་བརྟོན་ཚུ་ཆོད་ གནས་ཚུལ་ཅིག་ གཞན་ལུ་མ་སྤྱབ་པར་ གསང་བ་སྤེལ་བཞག་དགོས་ གལ་ཆེའི་གནས་སྤངས་ཅིག་ ཤར་ནི་ཡོད། ཡིན་རུང་ གནས་སྤངས་མང་ཤོས་ཅིག་ནང་ གནས་ཚུལ་དག་ཤོས་ཚུ་ ཐོབ་ཚུགས་པའི་རིག་ཅུལ་གེར་ གནས་ཚུལ་ལས་ཁང་གི་ཕྱི་ནང་གཉིས་ལུ་ ལག་ལེན་འཐབ་སྤྱོད་ སྤྱི་ཚན་མཉམ་རུབ་ཐོག་ལས་བརྟོན་ཚུགས་པ་ཡིན། དཔེར་ན་ སི་པོ་ལ་ཡི་ཏེ་སྤྱི་ཚན་གྱིས་ (Spotlight Team) ཡེ་ཤུའི་ཆོས་པ་ཚུ་གིས་ ཨ་ལུ་ཚུ་ལུ་ ཚུལ་མིན་འདོད་སྤྱོད་འབད་བའི་སྐྱོར་ བརྟག་ ཞིབ་འབད་མི་དེ་ མཐར་འཁྱུལ་ཅན་ཅིག་ལུ་གྱུར་ཅུག། ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་ཅིག་ལུ་ ཚན་རིག་དང་ གསེ་བ་ལས་འགོ་བཟུང་སྤྱོད་ དཔལ་འབྱོར་དང་ སྤྱི་སྤྱོད་སེམས་རིག་པའི་ ཤེས་ཡོན་ཚུ་དགོས་ཡོད། བརྟུང་པ་ཅིག་ལུ་ རྒྱ་ཆེའི་ཤེས་ཡོན་ ག་དེམ་ཅིག་ཡོད་རུང་ གཞི་དོན་དེ་ཚུ་ག་རེའི་ནང་ མཁས་མཆོག་མི་འོང་ འབྲེལ་བ་ལེགས་ཤོམ་བཞག་ནི་དང་ ཡོངས་འབྲེལ་འཐབ་ནི་ཚུ་ སྤྱི་ཚན་མཉམ་རུབ་ཀྱི་ ཆ་ཤས་ཅིག་ཡིན། གཞན་ཡང་བརྟོན་སྤྱོད་ལེན་ལེགས་ཤོམ་འབད་དགོས་དང་ སྤྱི་ཚན་དེ་གིས་ གནས་ཚུལ་དེ་གི་དགོས་དོན་ ཉ་གོ་སྤྱོད་ གནས་ཚད་མཐོ་བའི་ དེས་གཏན་དང་ དྲང་བདེན་ གསང་བརྟུང་ལུ་གནས་དགོ།

ལེའུ་འདི་ནང་ ཞིབ་བརྟག་བརྟུང་དེས་འཛིན་འབད་བའི་ཁར་ དེ་ཡང་ མི་མང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ གལ་ཆེའི་སྐྱོར་ལས་ གསལ་བཤད་འབད་ཡི། འདི་ནང་ལུ་ ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་ཅིག་འབྲི་ནི་ལུ་ བརྟུང་པ་ཚུ་གིས་ རང་སེའི་ཚུ་སྤྱོད་ཚུ་ལུ་ ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་བརྟུག་ནི་ལུ་ ལཱ་ཁག་ཡོད་པའི་སྐྱོར་ལས་དང་ དེ་ཡང་ གཙོ་བོ་ གནས་ཚུལ་དེ་གི་ཞིབ་འབྲེལ་ སྤྱོ་བ་ཡོད་མེད་ལུ་རགས་ལས་པ་ཡིན་པའི་སྐྱོར་ལས་བཀོད་ཅི། དེ་གིས་སྤྱོ་ བྱལ་མའི་ལེའུ་དོན་ གནས་ཚུལ་ འཛེལ་ཐངས་དང་ འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་བརྟུང་མཚན་ ཡང་ན་ ཕན་བསྐྱབ་རྩུམ་མ་ཚུ་གི་རྩུམ་སུ་འབྱུག་ནི་མེད་པ་ དེས་གཏན་ བཟོ་ནིའི་སྐྱོར་ལས་ ཁྲོས་བསྐྱར་འབད་ནི་ཡིན།



ལེའུ་༩ པ་

གནས་ཚུལ་འཆོལ་བར་ འགྱུ་ནི།

གནས་ཚུལ་གེ་ར་གནས་སྐབས་ཅིག་གི་ཐོག་ལས་འགོ་བཙུགས་དགོས་པ་བཞིན་དུ་ལེའུ་འདི་ནང་གནས་སྐབས་འདི་ཚུ་གཏེ་ལས་འཐོབ་ཚུགས་པ་ཡིན་ན་བཤད་ནི་ཡིན། དེ་ཡང་གསར་ཤོག་དང་འབྲུང་ཁུངས་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་སྒྲོ་སྒྲུབ་ནི་དབང་ཅུས་ཡོད་པའི་མི་ཚུ་དང་འབྲུད་ནི་ཡང་ན་གསར་འབྲུང་སྒྲ་ཆོགས་ཚུ་ལུ་བཟུ་ནི་ལས་གནས་ཚུལ་གྱི་གནས་སྐབས་མ་འདྲཱ་ཚུ་ཐོབ་ཚུགས་པ་ཡིན། ལེའུ་འདི་ནང་མི་སྡེའི་ཡོངས་འབྲེལ་ས་ཁོངས་དང་ས་ཁོངས་དེ་ཚུ་གིས་གནས་ཚུལ་གསར་བཏོན་དང་གཙོ་དོན་ཚུ་ལུ་བཟུ་རྒྱུ་གི་ལཱ་འགན་འབག་པའི་སྐོར་ལས་ཡང་གཙོ་བོར་བཏོན་ནི་ཡིན། ཞིབ་བཞག་བརྒྱ་བརྒྱུད་གྱི་དོན་ལུ་ཁྱེད་ར་བདེ་ཉམས་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་ནས་ཕྱི་ཁར་འཐོན་ཏེ་མ་ཤེས་མ་ཐོང་པའི་གནད་དོན་ཚུ་གསར་འཆོལ་འབད་དགོས་དང་དེ་དང་བསྐྱུན་པའི་ཉེན་ཁ་ཚུ་ཡང་འབག་དགོ།

འབྲེལ་བཤད

འཆོལ

འཆར་གཞི

བསྐྱུད་སྒྲུབ

གནས་ཚུལ་གྱི་གནས་སྐབས་འཛེལ་བྱངས།

གནས་ཚུལ་ཅིག་གི་གནས་སྐབས་དེ་ སྤྱིར་བཏང་ གཞན་གྱིས་སྤབ་ས་གོ་བའི་ གནས་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ལས་ཡང་ འབྱུང་ནི་ཡོད། སྤར་ ལས་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་ཅིག་གི་སྒྲོར་ལས་ གྲིབ་བཀོད་མི་ལས་ཡང་ གནས་སྐབས་ཐོབ་ཚུགས། ཞིབ་བརྟག་བརྗེ་བརྒྱུད་པ་ཚུ་ལུ་ གནས་ཚུལ་གྱི་གནས་སྐབས་ཡོད་དགོས་འདྲི་ མེད་ཐབས་མེད་པ་ཅིག་ཡིན་མེད་ དེ་ཡང་ ལཱ་འགན་གྱི་གསལ་ལས་ ལཱ་ལག་ཤོས་ ཅིག་ཡིན། ཏུས་རྒྱུན་ཏུ་ གནས་སྐབས་ལེགས་ཤོམ་ཚུ་ འཐོབ་ཚུགས་པར་ ལཱ་ལག་ཡོད། ཡིན་རུང་ གནས་སྐབས་ཐོབ་ནི་ལུ་ ཕན་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡོད་མི་ཚུ་ དག་པ་ཅིག་འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་:

དང་པར་ གནས་ཚུལ་གྱི་གནས་སྐབས་ཚུ་ འཇམ་ཏྲོང་ཏྲོ་སྤེ་ རང་གི་ཕང་མར་ འབབ་འོང་ཟེར་བའི་ མཚན་ལུགས་དེ་ སྤང་དགོ། རབ་ཅས་ར་ ལ་ལོ་ཅིག་གིས་ ཁྱིམ་བར་གྱི་ ལམ་ཁ་ལས་ གསང་བའི་ཡིག་ཆ་ ལེ་ཤ་ཐོབ་པའི་རེ་བ་དང་ དེ་ནང་ལས་ ཉེན་ ཁ་ཅན་གྱི་གསང་བརྒྱུ་ཚུ་ཐོབ་སྟེ་ གདོང་ཤོག་གི་གནས་ཚུལ་སྤེ་བཀོད་དེ་ དེ་གུ་རང་གི་མིང་ཡང་ རྩོམ་རིལ་རིམ་ཐོག་ཐོག་ བསྟོར་ བསྟུགས་དང་བཅས་པའི་རོམ་འཛིན་དང་ གསོལ་རས་ཚུ་ འཐོབ་ཚུགས་པའི་ རེ་ཆིབས་སྤྱད་པ་ཡིན། རེ་སྐབས་ཅིག་ དེ་སྤྱོད་ཡང་ འབྱུང་སྟེ། དེ་ཡང་ ར་ཁར་གཉེན་གསེལ་ གསང་བའི་བརྗེ་དོན་གྱི་ བརྒྱུད་འཕྲིན་ཅིག་ཐོབ་མི་ལུ་བརྟན་ཏེ་ མཐའ་མཇུག་ལུ་ སྤྱིང་ འཛིན་རེ་ཅར་ཤེ་ཞིག་སྟོན་དེ་ དགོངས་ཁུ་འབབ་དགོས་འབྱུང་ཞུག། མ་གཞི་སྤྱིར་བཏང་གིས་ དེ་བཟུམ་མའི་ གསང་བའི་བརྗེ་དོན་ གྱི་བརྒྱུད་འཕྲིན་ཐོབ་ནི་དང་ སྤྱིང་དོན་གྱི་འཕྲིན་སྟོན་གྱི་ གསང་བརྒྱུ་ཅན་གྱི་ཡིག་ཆ་ཐོབ་ནི་དེ་ ཉ་ཅང་གིས་ དགོན་དགས་ཡིན་ པའི་ཁར་ མཐིལ་ཕྱིན་སྟེ་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་དགོ། ར་ཁར་གཉེན་དེ་ སྤྱིང་དོན་གཡོ་འབྱུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ གནས་ཚུལ་གྱི་དཔེ་སྟོན་ ཡོངས་གྲགས་ཅན་ཅིག་ཡིན་པ་མ་ཚད་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ གནས་ཚུལ་བསྐྱབ་བཀོད་པ་ཚུ་གིས་ ལཱ་ལུགས་སྟོན་ བརྟན་ཡོད་པའི་ རྟགས་མཚན་ཅིག་ཡིན་མས།

གཉིས་པ་ལུ་ ཏུས་ནས་ཡང་ སྤྱིག་གཡོག་ནང་མེད་པར་མ་སྟོན། གནས་ཚུལ་གྱི་གནས་སྐབས་འཐོབ་ནི་ འཇམ་ཤོས་ཅིག་ ལ་ རྟག་ར་ རང་གི་མིག་གི་དབང་པོ་འདྲི་ སྟོ་ཕྱེ་སྟེ་བཟུང་དགོ། བརྗེ་བརྒྱུད་པ་ཅིག་ ལཱ་སར་འཕྱོ་བའི་ལམ་ཁར་ བཅོམ་ལུར་བསུབ་སྟེ་ ཡོད་ས་དང་ ཕྱི་མི་ནང་བསྟུང་ཡིག་ཆ་ཅང་ནང་ ལམ་ཡིག་ཁུ་བར་འོང་མི་མང་རབས་ཅིག་ གུལ་རིངས་སྟེ་ བཅར་ཏེ་སྟོན་སྟེ་ སྤུན་ ཁང་ཅིག་ནང་ སྤུན་གཡོག་མོ་ཅིག་གིས་ ནད་པ་ཚུ་ལུ་ རྩུབ་སྟོན་འབད་སར་ མཐོང་ཚུགས་པ་ཡིན། མཐོང་སྤྱད་དེ་ཚུ་ཆམ་ཉམ་ ར་ དེ་འབྲལ་ལས་ གནས་ཚུལ་སྟེ་ འཕྱོ་མ་བདུབ་རུང་ བརྟག་ཞིབ་འགོ་བཙུགས་ནི་གི་ གནས་སྐབས་ཅིག་ཐོབ་ཡིན། དེ་འབྲལ་ ལས་ གནས་སྐབས་དེ་ཚུ་ འཕྲི་དབུ་འབྱུང་ཐོབ་བཀོད་དགོས་པ་ རང་གི་སེམས་ཁར་འཆར་མི་ གྲིབ་ཚུ་ཡང་ ཐིས་ཞིན་པ་ལས་ རང་གི་འབྲུལ་འཕྲིན་ནང་བཀོད་དགོས་མ་ཚད་ མཐོང་སྤྱད་ཚུ་གི་ཕར་བཏབ་ དཔེ་ཁྲམ་ཚུ་བཟོ་སྟེ་ མཉམ་ཆས་ཐོག་ལུ་འབྲེལ་བཟོ་སྟེ་ རང་གི་ཏེ་འཕྱོ་སར་ འབག་འཕྱོ་དགོ།

གསུམ་པ་ལུ་ རང་གི་ཤེས་ཚར་ལུ་ གློ་གཏང་དང་ ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་དགོ། ས་ཁོངས་ཅིག་ནང་སོང་སྟེ་ གནས་ཚུལ་དང་འབྲེལ་བ་ ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ ལོ་རྒྱུས་སྤབ་ཆར་བའི་རྩེས་སུ་ གནས་ཚུལ་བསྐྱབ་བཀོད་པ་ལ་ལོ་ཅིག་གིས་ གཞན་མི་ཚུ་གིས་ ཉམས་སྦྱང་བརྗེ་སོར་ མི་འབད་བས་མཚོ་སྟེ་ སྟོན་འཕྱོང་ཞིབ་འཛེལ་ཡང་མ་འབད་བར་ བཀོ་བཞག་པ་ཡིན། དེ་འབད་མཇུག་ རྩུང་ལུ་གནས་ཚུལ་ཅིག་ འགོ་བཙུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཕན་ཐོགས་འབྱུང་ཚུགས། གནས་ཚུལ་བསྐྱབ་བཀོད་པ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ དཔལ་པོ་དག་ཤོས་དེར་ ཁོང་ར་ཚུ་ ཡིན་པ་ལས་ གནས་ཚུལ་ཅིག་ འཕྲི་ནི་གི་དོན་ལུ་ རང་གིས་མིག་མཐོང་ལག་བཟུང་གི་ ཉམས་སྦྱང་ཚུ་ཐོབ་པ་ཅིན་ ལེགས་ཤོམ་ ཡིན། རྩུང་གྱི་ཉམས་སྦྱང་དེ་ སྤུབ་ལེགས་སྟེས་དབང་ཅིག་ཡིན་རུང་ དེ་ལུ་མཚན་མས་འཛོག་འབད་མ་བཞག་པར་ སྟོན་འཕྱོང་ ཞིབ་དཔྱད་ཚུ་ འགོ་བཙུགས་དགོ།

གནས་སྐབས་ཐོབ་ནི་གི་དོན་ལུ་ ག་དེ་མང་མང་ ལྷག་དགོས།

ཁྱེད་ར་ བརྒྱ་བརྒྱུད་ལུ་ བཅོམ་ཤུགས་བསྐྱེད་མི་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་ ལྷག་ནི་དེ་ ག་དམ་ཁ་ཙམ་ཅིག་མེན་པར་ ཁྱེད་གཡོག་གི་ལཱ་འགན་ གཅི་པོ་ཅིག་ཡིན། དེ་གིས་རང་གི་ཚུ་རིག་ ཡར་དྲག་གཏང་ཚུ་གསལ་ནི་ཡིན་མ་ཚད་ ཚུ་མ་བྱས་དང་ དཔེ་དེ་བ་ཚུ་ལྷག་ནི་དེ་གིས་ ལམ་ ལུགས་དང་ བྱ་རིམ་ཚུ་ ག་དེ་སྤེལ་ ཡོད་པ་ཡིན་ན་ ལེགས་ཤོམ་སྤེལ་ ཉ་གོ་ཚུ་གསལ་ལམ་ རོར་བ་འབྱུང་པའི་སྐབས་ སྤྱོད་དེ་ཚུ་ ཉ་གོ་ ཚུ་གསལ་ རང་གི་ག་དོང་ཁར་འོང་མི་ བརྒྱ་དོན་རྒྱུ་མ་གཅིག་ལུ་ རྩམ་ཚད་རྫོགས་ཏེ་མ་སྤོང་པར་ རང་གི་ཤེས་ཡོན་གྱི་གཞི་རྒྱ་ རྒྱ་བསྐྱེད་ གཏང་ཐབས་ལུ་ བརྒྱ་དོན་གསལ་པ་ཚུ་ འཕྲོ་མཐུད་དེ་ར་ འཆོལ་མ་འཆོལ་སར་སྤོང་དགོ།

ལུ་ཨེ་སི་ལུ་ཡོད་པའི་ ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་བསྐྱེད་པ་དང་ཚུ་མ་སྤྱོད་པ་ (Investigative Reporters and Editors) ཟེར་བའི་ ལེ་མེད་ལམས་སྤེལ་ བོ་གོ་ཁྱབ་མདོ་ཆེན་བསྐྱེད་པ་ བེ་ཤེན་ཏེ་ རྩམ་ཚུ་གིས་བོ་གོ་དམི་འོན་ ས་གནས་ཀྱི་གསར་ཤོག་ཚུ་གི་ གནས་ཚུལ་ཚུ་གི་རྒྱ་དོན་ ཞིབ་བརྟག་གི་རྒྱུ་མ་བཟུང་གནས་ཚུལ་གྱི་ ས་བོན་ལེ་ཤ་འདུག་ཟེར་ཡིན་མས། གསར་ཤོག་ནང་ སྤྱི་འཐུས་སྤྱོད་ དེ་ དཔར་སྤྱད་འབད་མི་ བརྒྱ་འཕྲིན་ཡོད་ཆད་ཅིག་ལས་ གནས་ཚུལ་རེ་ འཐོན་ཚུགས་ནི་ཡིན་མི་དེ་ཡང་ དཔེར་ན་ མིང་གནས་སོར་ བསྐྱེད་དང་ གོང་ཆད་པལ་ཆག་ཆོང་བསྐྱེད་ རིན་བསྐྱེད་གསལ་བསྐྱེད་ཚུ་གར་ གནས་ཚུལ་གྱི་འབྲུང་ཁྲུང་པ་བྱུང་ཡིན་མས། བརྒྱ་ བརྒྱུད་པ་ཚུ་གིས་ བརྒྱ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱོད་ལས་ དེ་ཚུ་ ག་ཅི་ཡིན་ན་ ག་ཅི་སྤེལ་ཡིན་ན་ བཟུང་དགོ། དེ་མ་ཚད་ ཉེ་མ་ལས་ དཔར་སྤྱད་འབད་ཆར་ མི་ གནས་ཚུལ་ཚུ་གི་ རྩམ་ཚུ་ཡོད་པའི་ གནས་ཚུལ་ལུ་ལྷག་མི་ཚུ་གི་ བརྟག་ཞིབ་དང་ གཅི་བཏོན་སྤེལ་ཆོན་ཚུ་དང་ འབྲེལ་མ་ད་ གནས་ཚུལ་ལྷག་མི་ཚུ་གིས་ ཉེ་མ་ཐོན་ཡོད་པའི་ གནས་ཚུལ་གྱི་ལུ་དཔུང་ཚུ་ བཟུང་གོ་མཐོམ་ཡིན་མས། དེ་ཡང་ དེའི་ རྩམ་ལས་ ག་ཅི་འབད་ཡི་ག། ག་ཅིག་སྤེལ་ འབད་ཡི་ག། ག་དེ་སྤེལ་འབད་ཡི་ག། ཉེ་མ་ཐོན་མི་ གནས་ཚུལ་བྱུང་གུ་ཚུ་གི་རྒྱུ་ཁར་ ག་ཅི་ཡོད་ག་ ཤེས་དགོ་མཐོམ་ཡིན་མས། ལྷག་པར་དུ་ ག་ཅི་སྤེལ་ ཟེར་བའི་དེ་བ་ མ་བོ་གོ་དཔར་ཡོད་པའི་ གནས་ཚུལ་དང་ ཡང་ན་ དཀའ་འཁལ་དེའི་ རྩོགས་གཅིག་ལུ་རྒྱུ་མ་གཅིག་ གཅི་བོར་བཏོན་དོ་བཟུམ་སྤེལ་ཐོང་མི་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ལུ་བཟུང་དགོ། རྩམ་ཚུ་གི་གནས་ ཚུལ་ དཔེར་ན་ རྒྱལ་སྤྱི་ ཡང་ན་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ རྩམ་བརྒྱུད་ལུ་བཟུམ་གྱི་གནས་ཚུལ་ཚུ་ ཐབས་ལམ་སོ་སོ་ཅིག་གི་ཐོག་ལས་འབྲི་ ནི་གི་ འོས་བབ་བཟུང་དགོ། ཁྱེད་ཀྱིས་ལེ་ཤ་ལྷག་མི་ལུ་ཆེན་ཏེ་ ཡོངས་གྲགས་ཅན་གྱི་ གཞུང་གི་བཅོ་སྐྱོན་ལས་འགལ་ཅིག་ རྒྱུ་ཁར་ཁུ་ སེམ་སེ་སྤེལ་ ཡལ་དོ་ཡོད་པའི་སྐྱོར་ལས་ ཉ་གོ་ཚུ་གསལ།

གཞུང་དང་ གཞུང་མིན་ལས་ཚོགས་ཚུ་གི་ གཞུང་འབྲེལ་སྤྱུ་ལུ་སྤྱོད་ སྤྱི་བམེད་དོ་བཟུམ་སྤེལ་ཐོང་དུང་ ལྷག་དགོ། ཐོན་ཁྲུང་ས་དགོན་པའི་ ཁར་ ས་ཆའི་དགནས་སྤངས་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཕྱི་ཁད་དེ་སྤྱུ་ཚུ་ ཐོན་ཚུགས་པར་ལཱ་ཁག་ཡོད་དུང་ འཛམ་གླིང་ནང་ རང་གི་གནས་ཚུལ་ གྱི་གཞི་དོན་དང་འབྲེལ་པའི་ གནད་དོན་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ རྩམ་མཐུན་སྤེལ་དགོ། གཞུང་ཆབ་ལས་ཁར་ ཡང་ན་ གཞུང་མིན་ལས་ ཚོགས་ཚུ་ནང་ སྤྱི་འཐུས་སྤྱོད་མ་དགོ་པའི་ དཔེ་མཛོད་ ཡང་ན་ ལྷག་སའི་ཁང་མིག་ཚུ་ཡོད་པ་ལས་ དེ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་སྤེལ་ གནས་ ཚུལ་ཚུ་ ཉ་གོ་སྤེལ་སྤོང་དགོ།

རྩམ་ཚུ་གི་ཞིབ་དཔུད་འབད་ཐངས་ གཞན་མི་གཅིག་འདི་ ལས་དོན་སོ་སོའི་ནང་ལུ་ རང་གི་འབྲེལ་བ་ཅན་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ རྒྱུ་ཆད་ མེད་པར་ ལོ་རྒྱུས་སྤྱོད་སྤོང་དགོ། གནས་ཚུལ་བསྐྱེད་པ་གཞན་ཚུ་གིས་ ཉེ་མ་གསལ་ལས་ རང་ལུ་བརྒྱ་དོན་ཕྱིན་ཚུ་གསལ་མི་ མཐུན་ འབྲེལ་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ གཞི་བཅུགས་འབད་དགོ་པར་ གོ་ས་གཞི་དེས་གཏན་མེད་དུང་ རྩམ་ཚུ་དུ་ སྤྱོད་པ་སྤེལ་ འབྲེལ་བ་བཞག་དགོ། རང་ལུ་དགོ་པའི་སྐབས་ལུ་རྒྱུ་མ་གཅིག་ འབྲེལ་བ་འཐབ་པ་ཅིན་ ཁོང་ལུ་ལཱ་བོ་གོ་ལོ་དོ་བཟུམ་སྤེལ་ཐོན་འོང་། དེ་ལུ་རང་གི་འབྲེལ་བ་བཟོ་ ཐངས་ཟེར་སྤྱབ་ཡིན། འབྲུང་ཁྲུང་པ་དེ་ཚུ་ལས་ཐོབ་མི་ བརྒྱ་དོན་ཚུ་ རང་བཞིན་གྱིས་ གནས་ཚུལ་སྤེལ་ མི་བཏུབ་ནི་ཡིན་མ་ལས་ རང་ གིས་རིག་ཚུལ་དང་ རྩམ་པའི་ཚུ་ལས་ གནས་ཚུལ་གྱི་གནས་སྐབས་ ལེགས་ཤོམ་འཆོལ་དགོ།

མཇུག་ར་ མི་སྤེལ་བརྒྱུད་ དཔེར་ན་ བེམི་ཤུག་དང་ ཡིན་མི་ཏེ་ག་རམ་ ཡང་ན་ རྒྱུ་ཆད་ཚུ་ བརྒྱ་དོན་དང་ འཆར་སྤངས་གི་འབྲུང་ ཁྲུང་ ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ཡིན། རྒྱུ་ཆད་དེ་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ལྷོ་ ༡༡ པའི་ནང་ ཨ་མི་རི་ཀའི་སྤྱི་འཛོམ་ རྩོད་ལུ་ཁས་པ་གི་ བཅོ་གཞུང་ རྩམ་ལས་ དཔེ་ས་ཁམས་ཅིག་ཁར་ ལོག་སྤེལ་ཡོངས་གྲགས་ཐོན་ཡི། སྤྱོད་པ་དུ་ དར་ཁུབ་འགྱུར་ ལོ་རྒྱུས་ཚུ་པར་བཞག་སྤེལ་ རེ་སྐབས་ ཅིག་ འཕྲམ་གྱི་དཀའ་འཁལ་ ལེ་ཤ་ཅིག་གི་སྐྱོར་ལས་ གཞི་རྒྱུ་བརྒྱ་དོན་ཐོབ་ནི་དང་ འཕྲམ་གྱི་གནས་ཚུལ་ཚུ་བཏོན་ནི་གི་ ཐབས་ལམ་ ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ཡིན། ཁྱོད་གསེབ་ཁག་ལུ་ཡོད་པའི་ བརྒྱ་བརྒྱུད་ཚུ་གིས་ མཁས་མཆོག་དང་ སྤྱི་དོན་པ་ ཡང་ན་ བརྒྱ་བརྒྱུད་ གཞན་ཚུ་དང་ འབྲེལ་བ་འཐབ་པ་ཅིན་ ཡན་ཐོགས་འབྲུང་ཚུ་གསལ།

གནས་ཚུལ་གྱི་ གནས་སྐབས་ཅིག་ དཔྱད་ཞིབ་འབད་ནི།

“ ཐབས་ལམ་ག་ཅིག་ཐོག་ལས་ཡིན་རུང་ རྒྱུད་ཀྱིས་ གནས་ཚུལ་གྱི་གནས་སྐབས་ཅིག་ ཐོབ་ཞིན་མཁུ་གོ་མ་
 བ་ཕུལ་མཁུ་དེ་ དེ་གིས་ ལཱ་འབད་བརྟུབ་ག་མི་བརྟུབ་ དུམ་ཟླ་ཅིག་ ཞིབ་དཔྱད་རྒྱབ་དགོ། གཤམ་གསལ་གྱི་
 རྩོགས་ལྷུང་དང་ བར་ཆད་འབྲུང་ཉེན་ཚུ་ལཱ་ བར་པ་བཏོན་དགོ། ”

རང་ཚོ་ལཱ་ བྱགས་ཐལ་བ།

གནས་ཚུལ་གྱི་ གནས་སྐབས་ཅིག་གི་སྒྲིབ་ལས་ ལཱ་འབད་བའི་སྐབས་ དཀའ་ངལ་ཁག་གཉིས་འཕྱོར་མིད། དང་པ་ ཚད་སྟོམས་
 ཅན་གྱི་ཞིབ་བརྟག་འབད་བའི་སྐབས་ལཱ་ ཚོར་སྤང་འབྲུང་འོང། གནས་ཚུལ་དེ་ལཱ་ བར་བདེན་མིན་པའི་ ཁོང་འཕྲོ་ཅན་གྱི་ གཞན་
 དོན་གྱིས་གང་སྟེ་ཡོད་པ་ལས་ མི་མང་འགོ་དཔོན་ཚུ་གི་ བྱ་སྟོན་ཚུ་ལཱ་བཟྩ་སྟེ་ རྒྱུད་གནས་མེད་ས་མེད་ ཅིག་ལཱ་ཟེའོང། དེ་གི་
 སྐབས་ལཱ་ བར་བརྟུད་ཀྱི་ལྷ་བ་ལས་མ་འགལ་བར་ རང་གི་ཚོར་སྤང་དགའ་ལོ་ལཱ་ གདོང་ལེན་འབད་དེ་ གློ་གཏང་རུང་བའི་ བསྐྱལ་
 སྟོན་པ་ ཡང་ན་ ཆར་གསལ་ཚུ་ལཱ་ ལོ་རྒྱུས་སྤེལ་ཞིན་མཁུ་གོ་ བདེན་ཁྲུངས་ལཱ་བརྟེན་པའི་ གནས་ཚུལ་ཅིག་ཡིན་མ་ དེས་གཏན་
 བཟོ་ནི་ལཱ་ ཟུ་འགོངས་དགོ།

དཀའ་ངལ་འབྲུང་ཉེན་ གཞན་མི་གཅིག་པོ་འདི་ རང་གི་ཚོར་སྤང་གི་ཉམས་མུང་དེ་ གཞན་གྱི་ཉམས་མུང་མེན་མཁུ་འོང། རང་ལཱ་
 དཀའ་ངལ་མུང་དོ་བཟུམ་སྟེ་ར་ གཞན་མི་ག་དམ་ཅིག་ལཱ་ མུངས་ཕུག་ག་ ཉ་གོ་དགོམ་གལ་ཆེ། རྒྱུད་ར་ བར་བརྟུད་པ་ཅིག་
 ཡིན་པའི་ཆལས་ ཡང་ན་ ཐོ་སྟེས་ཅིག་ཡིན་པའི་ཆལས་ ཡང་ན་ .ཤེས་ཡོན་ཅན་ཅིག་ཡིན་པའི་ཆལས་ རྒྱུད་ལཱ་བརྩེ་མཐོང་སོ་
 མོ་བསྟེན་པའི་ ཉམས་མུང་ཐོབ་ཅིག། གཞན་མི་ག་དམ་ཅིག་ལཱ་ དེ་བཟུམ་མའི་ཉམས་མུང་ཐོབ་ཕུག་? དཀའ་ངལ་དེ་ ཉེན་རིམ་
 བཞིན་བྱ་བུང་མེན་མཁུ་ ཡང་ན་ རྒྱུད་ལཱ་ཐོངས་གཅིག་ བྱུང་མི་དེ་རྒྱུང་མ་གཅིག་ཡིན་ན་? གནས་ཚུལ་ནང་ལཱ་ འབྲུང་རྒྱུན་ལྷན་དོག་
 གཅིག་གི་སྒྲིབ་མེན་པར་ དེ་ལས་ལྷག་སྟེ་རྒྱུད་དགོ། རང་གི་ཚོར་སྤང་བཀོད་ས་དེ་ བསམ་འཆར་གྱིས་གོ་ནང་མ་གཏོགས་ ཞིབ་
 བརྟག་གནས་ཚུལ་ནང་མེན། རྒྱུད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དེ་ རང་རྒྱུད་གི་དཀའ་ངལ་ལས་ལྷག་སྟེ་ གཞན་གྱི་དཀའ་ངལ་ཡང་ཡིན་པའི་
 ཁྲུངས་བདེན་གནས་ཚུལ་ཅིག་ཡིན་མ་ དེས་གཏན་བཟོ་ཐབས་ལཱ་ རྒྱུ་མཚན་འཆོལ་ཏེ་ སྐབས་དོན་ཉ་གོ་མ་འབད་དགོ་པའི་གྲ་ མི་
 མོ་སོ་དང་གཅིག་ཁར་ གློ་སྤྲོད་དགོ།

རྒྱུད་རའི་མཉམ་འགྲུལ་དང་ ཆར་གསལ་ཚུ་ལས་ཐོབ་པའི་ ལོ་རྒྱུས་དང་ གསལ་བའི་བརྟན་དོན་ཚུ་ཡང་ དེ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན། ཁོང་ལཱ་
 བྱུང་མི་ཉམས་ཚེར་དེ་ དེས་བདེན་ཉེན་རུང་ གཞན་ལཱ་དར་ཁུབ་མེད་པ་དང་ རྩོགས་ལྷུང་ཅན་འོང་མིད། དཀའ་ངལ་ཐད་ཀར་བྱ་ མ་
 མུངས་མི་ ཆར་གསལ་ཚུ་ལས་ཐོབ་པའི་ གཞན་བརྟུད་བརྟན་དོན་ཚུ་ཡང་ དེས་དཔྱད་འབད་དགོ། ལོ་རྒྱུས་སྤེལ་མི་དེ་གི་ མིང་དང་ཁ་
 བྱང་ཚུ་ རོས་འཛིན་བྱུང་བའི་ཁར་ ཅི་བ་དེ་ལན་ འབད་ས་གཅིག་ མ་ཐོབ་ཚུན་ཚོད་ ལོ་རྒྱུས་དེ་ འཐོར་གཏམ་ ཡང་ན་ ཁྲོམ་
 ཁའི་བཤད་ཐོ་ཅིག་སྟེ་ ཆབ་ཞག་དགོ། ཉམས་ཚེར་དེ་ཚུ་ ཞིབ་བརྟག་ལེགས་ཤོམ་གྱི་དོན་ལཱ་ འགོ་བཙུགས་ཀྱི་ གནད་དོན་ཅམ་
 ཅིག་སྟེ་བཞག་དགོ།

དེའི་ཁ་སྐོང་ལཱ་ ཞིབ་བརྟག་བརྟུད་སྟེ་བའི་ (Centre for Investigative Journalism) བསྐྱབ་བྱ་ཚུ་ མེམས་
 ཁར་བཞག་དགོ། དེ་ཡང་ རྒྱུད་ཀྱིས་རོཤས་མི་ ལ་ལོ་ཅིག་ གསལ་བའི་བརྟན་དོན་ བྱུར་བཤད་འབད་མ་ཆོག་པའི་ ལཱ་འགན་འབག་
 མི་ཡིན་མཁུ་འོང། དེ་ཡང་ དཔེར་ན་ ཁྲོམ་སྤང་འགག་པ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན། རྒྱུ་མཚན་འདི་ལཱ་བརྟེན་ཏེ་ རང་གི་ཆར་གསལ་ ཡང་ན་
 ཁྲོམ་ཚང་ཡིན་མ་ཅམ་གྱིས་ རྒྱུད་ལཱ་བརྟན་དོན་ལཱ་ ཆར་གསལ་འོང་མཁུ་བའི་ རེ་ཅིམ་བསྟེན། དེ་གིས་ཁོང་ལཱ་ ལཱ་ཁག་གཏང་
 འོང། ཁ་རང་འབད་རུང་ མི་ངོ་ཅིག་གི་སྒྲིབ་ལས་ གནས་ཚུལ་མ་གཏོང་གོང་ལས་ མི་ངོ་དེ་ལས་གནང་བ་ལེན་དགོ།

བཤད་ཐོག་དང་ འཐོར་གཏམ་ཚུ་དང་ འབྲེལ་འཛིན་འབད་ཐངས།

ཁྲོམ་ཁར་ལོ་རྒྱུས་དར་ཁབ་གཏང་ནི་དེ་ ལམ་རྒྱུ་རྒྱུ་བསྐྱགས་ (roadside radio) ལས་ལྷག་པའི་ བན་བརྒྱུད་གཞན་མི་འོང་།
 | Roadside radio ཟེར་མི་འདི་ ཁྲོམ་ལམ་ཁའི་ཚེངས་དང་ གྲྭ་འཁོར་དེད་གཡོགས་ ལམ་འགྲུལ་པ་ གོལ་པ་གི་ཕྱི་ཚུལ་འབག་མི་
 སྤྱིད་དོན་པ་དང་ ཁྲིམས་སྲུང་འགག་པའི་ ཆ་རྟེན་གས་ ཡང་ན་ ལས་ཕྱེད་པ་ ས་ཚོང་རྒྱུ་མི་ ཆང་ཁང་དང་ བཟའ་ཁང་གི་ཚོང་པ་གི་ཚུ་གིས་
 བཤད་ཐོག་གཏང་མི་དང་ ལོ་རྒྱུས་སྤྲུལ་མི་ཚུ་ དར་ཁབ་མཉུགས་དྲགས་སྟེ་ འགྲོ་མི་ལུ་སྤྲུལ་ཨིན། སྤྱི་སྤྱད་ཚན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དེ་ཚུ་ མང་ཤོས་
 ལུ་ བདེན་ཁྱུངས་མེད་རུང་ སྤྱིང་བརྟེན་ཚན་གྱིས་ བརྟེན་ཞིབ་འབད་པ་ཅིན་ འཐོར་གཏམ་དེ་ཚུ་གིས་ ང་བཅས་ལུ་ གནས་སྤངས་
 དངོས་དང་འབྲུག་པ་ཚུ་ སྤྱོད་ཚུ་གསལ་ཨིན། དེ་མེས་ཁམས་ བུ་མོ་ལེ་ཤ་ཅིག་ གར་སོང་མེད་པ་ཡལ་སོ་མི་དེ་གིས་ གསལ་བའི་སྒོ་ལས་
 འགྲོ་བ་མི་དེ་གི་ཚོང་ཡོངས་འབྲེལ་ཅིག་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ མཐོང་མས་ག་? མི་ཚུ་གིས་ ཁྲིམ་ནང་བཟོ་མི་ སྤྱི་ཆང་གསལ་པ་ཅིག་ ལོག་
 སྤྱོད་འབད་ནི་ འགོ་བཙུགས་ཅུག་ག་? ཚོང་པ་ལྷག་པོ་ཅིག་གིས་ དེ་འབྲེལ་ལས་ ཟད་འགྲོ་གཏང་ནི་ མཚམས་འཛིན་འབད་ཅུག་ག་? ཡང་
 ན་ ཁྲིམས་སྲུང་འགག་པའི་ འགོ་དཔོན་སྤྱོད་ཚུ་གིས་ དྲག་ཤེས་ཚན་ཚུ་དང་ འབྲེལ་བ་འཐབ་ནི་འགོ་བཙུགས་ཅུག་ག་? ལོ་རྒྱུས་
 དེ་ཚུ་གི་ར་ ལམ་རྒྱུ་རྒྱུ་བསྐྱགས་ཀྱིས་ སྤྲུལ་ནི་ཡོད། དེ་འབད་མ་ད་ བན་བརྒྱུད་པ་ཚུ་གིས་ ཁོང་རང་ལུ་ མི་ཚུ་གིས་ ག་ཅི་སྟེ་ བདེན་
 འཛིན་ཤེས་ཨིན་ན་ ཅི་བ་བཀོད་དགོ། འདི་གིས་ང་བཅས་ར་ གནས་པའི་དུས་ཚོད་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྐོར་ལས་ ག་ཅི་སྤྲུལ་ནི་འདུག་?

ཨ་རྟག་བཟུམ་སྟེ་ གོམ་ཐངས་དང་པ་འདི་ འཐོར་གཏམ་དེ་ཚུ་ལུ་ བདེན་ཁྱུངས་ཡོད་མེད་ དེས་གཏན་བཟོ་དགོ། རང་གིས་ཤེས་པའི་
 འབྲུང་ཁྱུངས་ཚུ་ལས་ བདེན་ཁྱུང་འབད་དགོ། དེ་ལས་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་གནད་སྤྱད་ཚུ་ ག་དེ་མང་མང་འཚོལ་དགོས་དེ་ཡང་ དཔེར་ན་ བུ་མོ་
 བྱང་སྤྱོར་ཞུགས་མི་གི་སྐོར་ལས་ ས་གནས་ཀྱི་ཁྲིམས་སྲུང་འགག་སྟེ་ལུ་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་དགོ། སྤྱི་ཆང་ལོག་སྤྱོད་ཀྱི་སྐོར་ལས་ དྲུང་འཚོ་
 ལུ་དྲི་དཔྱད་འབད་དགོ། ཚོང་པ་དེ་གི་ཚོང་ཡོངས་ཀྱི་སྐོར་ལས་ དེ་ལས་ཕྱེད་པ་ཚུ་ལུ་ ཅི་བ་བཀོད་དོ་ ཚོང་འབྲེལ་གྱི་འབྲུག་འགྲོས་སྐོར་ལས་
 སྤྲུལ་ནི་དོན་ལུ་ མ་དངུལ་གྱི་ཅིས་དཔྱད་ཚུ་ལེན་དགོ། འཐོར་གཏམ་ཅིག་ལུ་ བདེན་ཁྱུངས་དུམ་གྲ་ཅིག་ཐོབ་ཞིན་མས་ལས་ གནས་ཚུལ་
 སྤྱོམ་ཅིག་ འབྲི་ནི་གི་ འཆར་གཞི་འགོ་བཙུགས་དགོ།

གསལ་བའི་བན་དོན་ དཔྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།

ཉེས་ལས་ཕྱིར་བཤད་འབད་མི་ གནས་ཚུལ་ལེ་ཤ་ཅིག་ གསལ་བའི་བན་དོན་ཅིག་ལས་ འགོ་བཙུགས་པ་ཨིན། དཔེར་ན་ སྤྱི་མ་
 འཁོར་ཡར་རྒྱུད་གྱི་གཡོ་ཚོང་ནང་ འགག་པའི་འགོ་དཔོན་ཅིག་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་སྐོར་ འགག་སྟེ་ནང་གི་ འབྲེལ་བ་ཚན་དོགས་
 ཤེས། རན་ལཱ་འཇལ་དགོ་མཚོ་མི་ བཟའ་རྒྱ་བགྲེས་པ་ཅིག་གིས་ མོ་གི་སྒྲིག་པ་བགྲེས་པ་དེ་གིས་ ཁྲལ་ལས་རྒྱུ་ཡོད་པའི་སྐོར་
 ལས་ མོ་ར་གིས་ སྤྱོད་མངགས་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ གསལ་ཤོག་ལས་ཁང་ལུ་ བརྒྱུད་འཕྲིན་གཏང་འོང། སྤྱིད་དོན་པ་ཅིག་གིས་ ཁོ་
 རའི་ཆ་རྟེན་གས་ ཚུ་མ་སྤྱིག་པ་ཅིག་ལུ་ གཞུང་གི་ཁག་འབག་རིན་བསྐྱར་ལས་སྟེ་ཅིག་དང་ རིན་བསྐྱར་བཀོད་ཆོགས་ཀྱི་འབྲུམ་མི་ཅིག་
 གི་བར་ན་ ཚུལ་མིན་མཐུན་འབྲེལ་ཡོད་པའི་སྐོར་ལས་སྤྲུལ་འོང།

དེ་འབད་མ་ད་ མིག་གིས་མཐོང་མི་ལས་ལྷག་པའི་ གནད་དོན་གཞན་འོང་སྟེ། བདེན་ཁྱུངས་མེད་རུང་ གཞན་མི་ཅིག་ལུ་ གནོད་
 བཙུག་ནི་གི་དོན་ལུ་ བརྟེན་ཡོད་པའི་ འཆར་གཞི་ཅིག་ཨིན་པའོང། ཡང་ཅིན་ དཔེར་ཆད་ཚན་གཞན་ཚུ་གིས་ ཁྱོད་ལུ་གནས་
 ཚུལ་འབྲི་བཙུག་ནི་གི་དོན་ལུ་ འཆར་གཞི་བརྟེན་མས་བརྟེན་མས་འོང་ག་མི་ཤེས། དེ་གི་སྤྲུལ་པ་ལུ་ ཐོར་གཏམ་ཚུ་བདེན་དཔྱད་འབད་
 བྱི་གི་ ལམ་ལུགས་དེ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོས་མ་ཆད་ དེ་བཟུམ་མའི་ གསལ་བའི་བན་དོན་ཚུ་ དཔྱེ་ཞིབ་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་
 རང་གིས་རང་ལུ་ འོག་གི་དྲི་བ་ཚུ་བཀོད་དགོ།

གསལ་བའི་བན་དོན་དེ་ མ་ཐོབ་རུང་ གནད་དོན་འདི་གི་སྐོར་ལས་ ང་གིས་གནས་ཚུལ་འབྲི་འོང་ག་?

- དཀའ་ངལ་འདི་གི་སྐོར་ལས་ ང་ལུ་སྤྱི་བ་ཡོད་ག་?
- རྒྱལ་ཕྱིར་བཤད་འབད་མི་ བདེན་ཁྱུངས་ཚུ་ མི་མང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ཨིན་པས་ག་?
- ཁྱོད་ཀྱིས་ ཅི་བ་གསུམ་ཆར་ལུ་ རོས་ལཱ་ཡོད་པ་ཅིན་ ལཱ་འགོ་བཙུགས་དགོ།

ངན་ལྗང་ - གནད་དོན་ཅིག་ལུ་ དོན་དག་ལག་གཉིས་ཡོད་པ།

གནད་དོན་ལ་ལོ་ཅིག་ནང་ ངན་ལྗང་ཅན་གྱི་མི་ངོ་ གསལ་སྟོན་འབད་མི་དེ་གིས་ མི་སྡེ་ལུ་ སན་པ་སྟོན་ཅིག་མི་འོང་། དེ་ཡང་ གོང་ལུ་བཀོད་མི་ རིན་བསྐྱར་བཀོད་ཆོགས་ཀྱི་འབྲུས་མི་དང་ ལལ་འབབ་ལས་ཟུར་མི་ ལྷག་པ་བཟུམས་པ་གི་ དཔེ་གོང་དོ་བཟུམ་ཅིག་ཨིན། དེ་ཡང་གཙོ་བོ་ རྒྱལ་ཁམས་ཀྱི་གཞི་བཀོད་ནང་འཁོད་དང་ མི་སྡེ་དེ་སྡེ་ཆ་ན་ལ་ལོ་ ཅིག་ནང་ ངན་ལྗང་དང་ ལལ་ཟུར་དར་ཁབ་ཡོད་པའི་ རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་ནང་ འབྱུང་ནི་ཨིན་མས། བར་བརྟུད་པ་ལེ་ག་ ཅིག་གིས་ ངན་ལས་འབད་མི་ མི་ངོ་ཅིག་ གསལ་སྟོན་འབད་མེད་ གཞན་ཚུ་འདྲོགས་ཏེ་ དེ་བཟུམ་མའི་ལཱ་ངན་ འབད་ནི་ལས་ འཛུལ་ནི་དང་ ངན་ལྗང་བཀག་དམ་གྱི་ཐབས་ཤེས་ཚུ་ ཡར་དག་གཏང་ཚུགས་ཟེར་བའི་ བདེན་ལུངས་ བཀོད་པ་ཨིན་མས། འདི་ལུ་བདེན་ལུངས་དུམ་ག་ཅིག་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ ལལ་བཟབ་མི་ཚུ་གིས་དངུལ་ཨིན་མ་ལས་ མི་ མང་གིས་ཤེས་དགོ་པའི་ ཐོབ་དབང་ཡོད། ཏེ་མའི་བྱུང་སྟོན་ ལེ་ག་ཅིག་དང་འཁྲིལ་མ་ད་ ངན་ལྗང་དར་ཁབ་སྟོན་འགྲོ་ སར་ ངན་ལྗང་འབད་མི་ མི་ངོ་ག་ཅིག་ གསལ་སྟོན་འབད་མི་དེ་གིས་ སན་ཐོགས་གངས་ འབྱུང་མི་ཚུ་གསལ་པས། ངན་ ལྗང་འདི་ གཞི་བཀོད་ནང་འཁོད་དང་ སྟོན་ལེན་གྱི་ལམ་ལུགས་ཚུ་ནང་ གཏིང་ཟབ་སྟེ་ ཚུད་མི་པའི་ཁར་ ཐ་ན་ ངན་ ལྗང་བཀག་དམ་གྱི་ གཞི་བཀོད་ནང་རང་ ཚུད་དེ་ཡོད་པ་ཅིན་ མི་མང་གིས་ གནས་ཚུལ་འདི་ནང་ གསལ་པ་ག་ཅི་ འདུག་གོ་ཟེར་ ཕྱིར་འབྱུང་གཏང་འོང། དེ་འབད་མེད་ བར་བརྟུད་པ་ཚུ་གིས་ ངན་ལྗང་གི་གནད་དོན་ཅིག་ ལག་ ལེན་འཐབ་ཐོག་ལས་ ལལ་འབབ་ལས་ཟུར་ནི་དང་ རྒྱལ་སྤྱིའི་རྒྱུ་རྐྱེན་ལུ་ འཇམ་ཏྲིང་ཏྲི་བཅོམ་མི་ ལམ་ལུགས་ནང་གི་ རྟོན་ཆ་ཚུ་ གསལ་སྟོན་འབད་ཚུགས་པ་ཅིན་ གནས་ཚུལ་དེ་གིས་ སན་ཐོགས་སྟོན་འབྱུང་ཚུགས་ནི་དང་ དེ་ལུ་བརྟེན་ ཏེ་ སྡེ་ཆ་ནང་ ཆོགས་པ་ཚུ་གིས་ གསལ་བཞག་ནི་ལུ་ ལཱ་ལག་བཅོས་ཨིན།

ཟུར་བན་དང་ འབྱུང་ལུངས་ཚུ་གི་དབྱེ་ཞིབ།

ཁྱེད་རང་གི་གནས་ཚུལ་འབྱུང་ལུངས་ དཔེར་ན་ གསལ་བའི་བན་དོན་ ཡང་ན་ ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྟོན་ནང་ བར་སྟོན་འབད་དེ་ཡོད་ པའི་ མིང་མེད་ཡི་ག་ཚུ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་འགོ་བཙུགས་དགོ་ འགོ་དང་འགོ་ལས་རང་ ཡི་ག་དེ་ ག་གིས་བྲིས་བྲིས་མ་ཨིན་ན་ ཁོ་ གི་ཁྱད་ཆོས་དང་ རེ་སྐུལ་ཚུ་ ག་ཅི་ཨིན་ན་ རི་དབྱུང་འབད་དགོ། ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྟོན་ནང་ ཆོང་འབྲེལ་དང་ སྤྱི་དོན་གྱི་དང་ འདྲོད་ཡོད་མི་ མཁས་མཆོག་ངོ་མ་ལས་ འགོ་བཙུགས་ཏེ་ ཁྱིམ་ངན་ཚུ་མི་དང་ ལུ་སྐུལ་འབད་མི་ལ་སོགས་པ་ མི་ངོ་ག་གིས་ ཡང་ གནད་དོན་ག་ཅི་ཡང་ བཀོད་ཚུགས་པ་ཨིན། ཁྱེད་ཀྱིས་མི་ངོ་དེ་ རོས་འཛིན་འབད་ཞེན་མ་ལས་ མི་ངོ་དེ་གི་སྟོང་ལས་ ག་ དེ་མང་མང་ ཤེས་ཐབས་འབད་དགོ། ཁོ་གི་མི་ཆེད་ལོ་རྒྱུས་ དཔེ་ཆ་ག་ཏེ་ལྷག་ཅིག་དང་ གོ་གནས་ག་ཅི་འཆར་མ་ཨིན་ན་ཚུ་ཤེས་ དགོ། ཁོ་གི་མེས་བུ་ག་ཅིས་ཐོང་དང་ ལུ་ཡིའ་ཚུ་ལུ་བཟྩ་དགོ། ཁོ་གིས་ཆོང་ལས་ཁང་གསལ་པ་ཅིག་གི་སྟོང་ལས་བཤད་པ་ཅིན་ དེ་ནང་ ལཱ་འབད་མི་གཙོ་བོ་ ག་དང་ག་ཨིན་ན་དང་ ཆོང་ལས་ཁང་དང་ མི་ངོ་དེ་མཉམ་འགྲུལ་ ཡང་ན་ བྱང་འཕྲད་ ཡང་ན་ ག་ཁུང་ནང་ ཡོད་པའི་ འབྲེལ་བ་ཅན་ཚུ་གི་བར་ན་ འབྲེལ་མཐུན་ཡོད་མེད་བཟྩ་དགོ། སོ་ནམ་སྟོན་པོ་གསལ་པ་དེ་ འབྲུ་སྟོན་ཆོང་འབྲེལ་གྱི་ལས་ སྡེ་སྟོན་ཅིག་གི་ བཀོད་ཆོགས་ཀྱི་འབྲུས་མི་འགྲུལ་སུ་བཞུགས་པ་ཅིན་ ཁྱིམ་མཐུན་ཨིན་ན་ གལ་སྟེ་ ཆོག་པ་ཨིན་རུང་ ཁོ་ སན་ལྗང་གི་སྟོན་ གསལ་བཏོན་འབད་ཅུག་ག་ དེ་བཟུམ་གྱི་འབྲེལ་བ་བཅོམ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ཁྱེད་རང་གི་གསལ་བའི་བན་དོན་དེ་ དབྱེ་ཞིབ་ འབད་ནི་ལུ་ སན་ཐོགས་ཡོད་པ་མ་ཆད་ བུལ་ལས་ གནས་ཚུལ་འབྲི་ནི་ལུ་ སན་ཐོགས་ཆེད་བན་དོན་ཚུ་ཐོབ་ཚུགས།

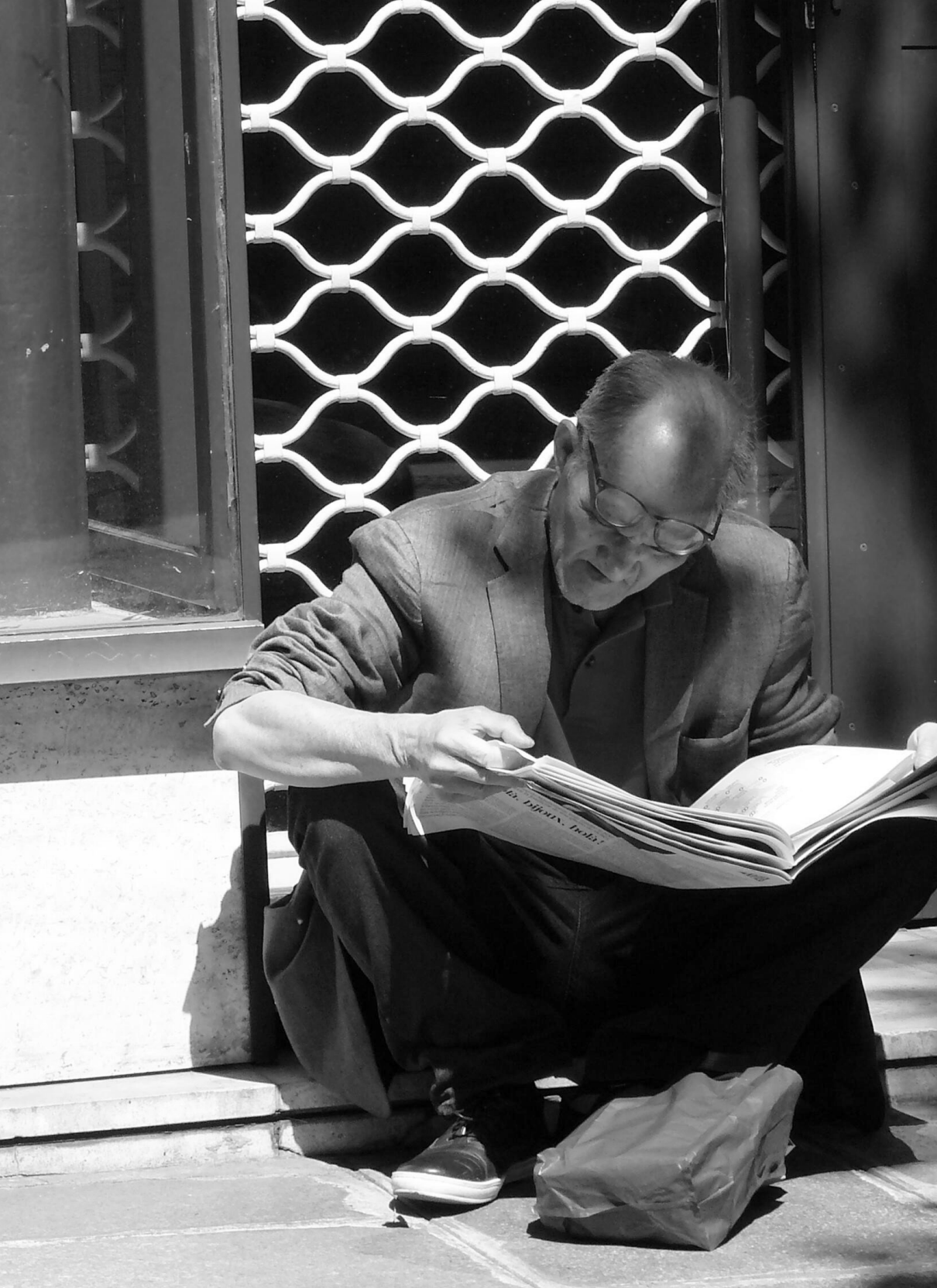
མི་ངོ་དེ་དང་ག་ཅིག་ཁར་ལཱ་འབད་མི་ མི་གཞན་ཚུ་དང་ག་ཅིག་ཁར་ རྟོ་སྐྱབ་སྟེ་བཟྩ་དགོ། ཁོང་གིས་ མི་ངོ་དེ་ ག་བཟུམ་ཅིག་ ཨིན་མ་སྟེ་ བཤད་པ་མས་གོ་ མི་དེ་ཚུ་གིས་སྐྱབ་མི་དེ་ ཁྱེད་ཀྱིས་མཐོ་མི་ལས་ རྒྱུ་བཤག་པ་ཨིན་པ་ཅིན་ ཁྱེད་རང་ལམ་ཁོར་པ་ལུ་ ལུགས་ཡོད་པ་ཨིན། ཨིན་རུང་ དམ་བཅོམ་ཞེན་མ་ལས་ དེ་འབྲེལ་ལས་ གཞན་གྱི་སྐྱབ་ཆད་ཅིག་ལུ་ རྟོ་གཏང་དང་ཡོད་ཆེས་ བསྐྱེད་ནི་མི་འོང།

ཁྱེད་ཀྱིས་ ས་སྐྱམ་དང་ ས་ཆ་ཚུ་གི་ བཀའ་སྲེལ་དཀོན་པའི་སྐོར་ལས་ ཡང་ན་ གྲོ་བ་གཉིས་ཐོག་ས་རམ་ཚུ་ མ་ལང་པའི་སྐོར་ ལས་ སྐར་ཁྱུ་ཚུ་ལྷག་པའི་སྐབས་ལུ་ རང་གི་སེམས་ཁར་ ཅི་བ་དུམ་གྱི་རེ་འོང་དགོ། ཐོན་སྐྱོད་དེ་ཚུ་ ཆད་འཛིན་འབད་མི་དང་ བདག་སྐྱོང་འབབ་མེ་ ག་ཡིན་ན་དང་ བཀའ་སྲེལ་གྱི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ ག་དེ་ཡོད་དགོ་པ་ཡིན་ན་ ཅི་བ་ཀོད་འབད་བ་ཅིན་ དན་ལྷང་ འབྱུང་ཉེན་ཚུ་ རོས་འཛིན་འབད་ནི་ལུ་ སན་ཐབས་ཡོད། ཞིབ་བཞག་བཟང་བརྒྱད་པ་ཚུ་གིས་ མི་ངོ་དེ་ཚུ་གིས་ བཟང་དོན་ག་ཅིར་ གསལ་སྟོན་འབད་མ་ཡིན་ན་དང་ ག་དེ་མ་ཅིག་ གསལ་སྟེ་བཞག་པ་ཡིན་ན་ ཏ་གོ་ཚུ་གས།

སྐྱོན་བཟོ་དེ་ རྒྱབ་སྐྱོར་ཡིག་ཆ་ཚུ་གི་ བདེན་ཁུངས་ལུ་ བཞག་དཔུད་འབད་དགོ། དེ་ཡང་ མ་བདེན་པའི་སྐྱོན་བཟོ་དེ་ཚུ་ལུ་ རྒྱབ་ སྐྱོར་གྱི་ཡིག་ཆ་ རྩམ་མ་བཟོ་ནི་འཁྱེད་ལ་ཡོད། ལས་ཤོག་དང་ མོ་ཤོ་ཤོ་བ་ སྐྱོག་ཅིག་ ཡང་ན་ འབྲུག་ལྷན་ཁག་ཚུ་ སྤྱི་ རྒྱུ་ལོ་གོ་སྐབས་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ ཡིག་ཆ་རྩམ་མ་ཚུ་ འཇམ་ཏྲོང་ཏྲོ་སྤྱོད་བཟོ་ཚུ་གས། མ་གཞི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ རོས་ཡིན་ཏེ་འབད་རུང་ དེ་ ཚུ་འཕྲི་སྟོན་ཐོག་ལས་ བཟོ་བཅོས་བཏང་སྟེ་ རྒྱུད་བདེན་མ་དང་ རྒྱུད་མ་བདེན་མ་བཟོ་ནི་འཁྱེད་ལ་ཡོད། ཡིག་ཆ་དེ་ཚུ་ རོས་བདེན་ ཡིན་མིན་གྱི་སྐོར་ལས་ གྲོ་གཏང་རུང་བའི་ གཞུང་གི་འབྱུང་ཁུངས་ཚུ་དང་ག་ཅིག་ཁར་ བདེན་དཔུད་འབད་དགོ།

རེ་ཆེ་སྐབས་ ཡིག་ཆ་ཚུ་ མཁུ་སྟོགས་དགས་དང་ ཆན་ཅིག་དང་འབྲུལ་ཅིག་འོང་མ་ལས་ དེ་འོག་བ་ལེན་ནི་ལུ་ མཁས་མཆོག་ ལུ་བཞེན་དགོ། ཡིག་ཆ་དེ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ རང་དབང་ཐ་དད་ཀྱི་མཁས་མཆོག་ དཔེར་ན་ ཅུས་འཛིན་པ་ ཁྲིམས་རྩོད་པ་ ཡང་ ན་ རུང་འཆོ་བ་བྱམས་ཚུ་དང་ག་ཅིག་ཁར་ ཐོས་བསྐྱར་འབད་དགོ། ཡིག་ཆ་འཇམ་ཏྲོང་ཏྲོ་ཚུ་ཡང་ གོ་བ་ཕྱི་འབྱུར་ལེན་ནི་འཁྱེད་ལ་ ཡོད། རེ་ཆེ་སྐབས་ སྐྱོན་བཟོ་དེ་ཚུ་ བདེན་ཁུངས་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ ཉེས་ལས་དེ་ རྒྱུ་ཀྱི་ཅིག་འོང་མ་ཡིན། དན་ལྷང་གྱི་སྐྱོན་བཟོ་དེ་ ཚུ་ གཟན་དོམ་འཕུར་དོ་བཟུམ་སྟེ་ དར་ཁྱབ་འབྱོལ་ད་ བཟང་བརྒྱད་པ་ཚུ་གིས་ དན་མ་བཏོན་ཏེ་ གཞན་གྱི་དབང་ལུ་ ཐལ་ནི་ མེད་པ་ཅིག་འབད་དགོ།

རྩར་བཟང་དང་ འཐོར་གཏམ་ གསལ་བའི་བཟང་དོན་ཚུ་ ཕྱིར་བཙག་འབད་ཞིན་མ་ལས་ ག་དེ་མཐོག་གསལ་མཐོག་གསལ་ ཞིབ་ དཔུད་འབད་ནི་ འགོ་བཙུགས་དགོ། ཞིབ་འཆོལ་གྱི་ལཱ་ནང་ གཏིང་ཟབ་མ་འཇུག་བའི་གོང་ལས་ ལཱ་འབད་ཐངས་ཀྱི་ འཆར་གཞི་ཅིག་བཟུམ་དགོ། གོ་ཤིམ་དང་པ་ག་ཅི་ཡིན་ན་ ཞིབ་དཔུད་མ་བའི་ཉེ་མ་དང་ ཞིབ་དཔུད་འབད་བའི་སྐབས་ ལུ་ སེམས་ཁར་བཞག་དགོ་པ་ ག་ཅི་འདུག་གོ་ ལེའུ་ལུ་མམ་དེ་ནང་ ཅི་བ་དེ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་བཤད་ནི་ཡིན།





ལེའུ་ནང་པ་

འཆར་གཞི་བཟུམ་ཚུལ།

ལེའུ་འདི་ནང་ ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་ཅིག་གི་ འཆར་གཞི་བཟུམ་ཐངས་ཀྱི་ རིམ་པ་མ་
འབྲས་ཚུ་སྟོན་ནི་ཡིན། རང་གིས་རང་ལུ་ ཅི་བ་བཀོད་ནི་དང་ འབྲུང་ཁུངས་ཚུ་ལུ་ ཞིབ་
དཔྱད་འབད་ནི་ལས་ འགོ་བབྱང་སྟེ་ གནས་ཚུལ་ངོ་སྟོན་འབད་ནི་དང་ འཆར་དཔུལ་
ཟླ་སྤྱི་ཁྱེད་འབད་ནི་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ ལེའུ་འདི་ནང་སྟོན་མི་ དཔེ་སྟོན་ཆ་མཉམ་གྱིས་ ཞིབ་
བརྟག་གནས་ཚུལ་གྱི་ ལས་འགུལ་གྱི་དོན་ལུ་ འཆར་གཞི་བཟུམ་དགོཔ་འདི་ རེས་མཁོ་
ཅན་ཅིག་སྟེ་ སྟོན་མ་ཡིན། དེ་གིས་མ་དོ་བར་ གློ་གཏད་རུང་བའི་ གནས་ཚུལ་འབྲུང་
ཁུངས་ཚུ་ རོས་འཛིན་འབད་ཐངས་དང་ གནས་ཚུལ་གྱི་ཁ་གསལ་ཚུ་ སྟོན་བཅུ་ཅིག་གྱི་
འགྲེལ་བཤད་ཀྱི་སྒོ་ལས་ སྤྱད་བྱེད་དང་བཅས་པ་སྟེ་ བཀོད་ཐངས་ཚུ་ ངོ་སྟོན་འབད་མ་
ཡིན།

ཞིབ་བརྟག་ཅིག་གི་འཆར་གཞི་བརྩམ་ཚུལ།

ཁྱེད་ཀྱིས་ གནས་ཚུལ་གྱི་གནས་སྐབས་ཅིག་ ཐོབ་མི་དེལས་ སྤངས་པར་ ཞིབ་དཔྱད་གྲུ་ འཁྱུ་མི་ཚུགས། ཁྱེད་ ཀྱི་གནས་སྐབས་དེ་ འགོ་བཙུགས་ས་ཚོགས་ཚམ་ཅིག་ཡིན། ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་ལུ་ མི་སྡེ་དེ་འགན་ཁག་སྒྲོམ་ ཡོད་པའི་ཁར་ ཁྱིམ་ས་ཀྱི་ཉེན་ཁ་ཡང་ ལེ་ཤ་ཡོད་པ་ལས་ ག་དེ་དག་དྲག་ མཐིལ་ཕྱིན་དང་ དྲང་བདེན་ ཆ་ཆར་ ཡོད་པ་ དེས་གཏན་བཟོ་དགོ། དེ་བཟུམ་མའི་གནས་ཚུལ་ འབྲི་ནི་གི་དོན་ལུ་ སྤྱི་ཚན་མཉམ་རུབ་ཀྱི་ བཅོམ་ལྷན་གས་ དགོ་པའི་ཁར་ མ་དངུལ་བརྩིས་པའི་ཐོན་ཁུངས་ ལེ་ཤ་དགོ་པ་མ་ཆད་ ཡན་ཚུན་གྱི་བརྒྱུད་འབྲེལ་ ལེགས་ཤོམ་དགོ། དེ་གིས་སྤྱི་ གནས་ཚུལ་དེ་གི་གོ་རིམ་ རེ་རེ་བཞིན་དུ་གི་ འཆར་གཞི་ཁག་སལ་བཀོད་དགོ།

ཁྱེད་ཀྱི་ལཱ་གི་འཆར་གཞི་དེ་ཡང་ གནས་ཚུལ་གྱི་གནས་སྐབས་དེ་ ག་དེལས་ བྱུང་མི་དང་འབྲེལ་དགོ། གནས་ སྐབས་དེ་ ཁྱེད་རང་མིག་མཐོང་ལག་བཟུང་ ཡང་ན་ ལོ་རྒྱུས་ནང་ལས་ བྱུང་བུང་མ་ཡིན་པ་ཅིན་ དེ་བཟུམ་མའི་ རང་རྒྱུ་གི་ཉམས་ཐྱོང་རྩེ་ རྒྱ་ཆེན་སྤྱི་ གཞན་ལུ་བྱབ་སྤྱོད་ཡོད་མེད་ དེས་གཏན་བཟོ་དགོ། གནས་སྐབས་དེ་ གསར་ བའི་བརྟན་དོན་ཅིག་ལས་ ཐོབ་ཐོབ་ཡིན་པ་ཅིན་ གོམ་པ་ཐེབས་ ག་དོང་ཁར་མ་སྒྲིམ་ལས་ འབྱུང་ཁུངས་དེ་དེ་བདེན་ ཁུངས་དང་ གློ་གཏང་ ཀྱན་སྒོང་རྩེ་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་དགོ། ཁྱེད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་རྩེ་ འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཡིན་པའི་ ཁར་ འགོ་ཐོག་གི་བདེན་ཁུངས་རྩེ་ལུ་ འཁྱུར་ལྷོག་མེད་པ་ཅིན་ ཁྱེད་རང་གནས་སྐབས་དེ་ ལག་ལེན་འཐབ་སྤྱོད་ ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་ཅིག་ འབྲི་ནི་གི་འཆར་གཞི་བརྩམ་དགོ། ཡིན་རུང་ འགོ་ཐོག་གི་འཆར་གཞི་དེ་ གོ་ཡངས་ ཏྲིག་ཏྲི་སྤྱི་ བཞག་དགོ་པ་དེ་ དེ་ཡང་ ཞིབ་དཔྱད་ཀྱི་སྐབས་ལུ་ བརྟན་དོན་གསར་པ་དང་ མཐོང་ཚུལ་མ་འདྲམ་འཐོན་ པ་ཅིན་ བསྐྱར་བཅོས་འབད་དགོ་པ་འཐོན་འོང།

འཕྲལ་འཕྲལ་འབད་ གནས་ཚུལ་ཅིག་ རྒྱ་ཆེའི་གནས་སྐབས་ཅིག་གི་ཐོག་ལས་ འགོ་བཙུགས་པ་ད་ གནད་དོན་ རྣམ་པ་སྤྱི་ཚོགས་ལུ་ རྒྱ་ཆེའི་སྤྱོད་འཐབ་ནི་ལུ་ལག་ཡོད་མི་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་དགོ་པ་ འཐོན་མི་ཡིན། ཨ་མི་ རི་ཀའི་གསར་ཤོག་ ཨྲི་ལེན་ཏྲ་ རྩོམ་ལུ་ཀྱན་སྒོང་འཁྱུར་ལྷོག་ (Atlanta Journal-Constitution) ཀྱི་ འཛིན་སྐྱོང་ཚུམ་སྤྱི་གས་བཞུགས་པ་ ཐོ་མུ་ཨ་ལི་བར་གྱིས་ བཀོད་མའི་ནང་ ལས་འགུལ་རྒྱ་དང་ དོན་ཚན་གཅིག་གི་ རྒྱུ་ ཤེས་དགོ་མཁོ་རེ་མཁོ་ཆད་ཀྱི་ གནད་དོན་རྣམ་པ་སྤྱི་ཚོགས་ མང་དགས་ལུ་འཁྱུར་བའི་བསྐྱང་ལས་ འདི་ནི་ ལེགས་ཆ་མེན་པར་ ཉེས་ཆ་ཡིན་ ཟེར་ཡིན་མས།

གནས་སྐབས་དེ་ གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་དང་ ལེགས་ཤོམ་བཟོ་ནི་དེ་ ཐབས་རིག་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ རང་གི་འབད་ ཐངས་རྩེ་ འབྲི་དགོ་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ མཐའ་མཇུག་ལུ་ ཁྱེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དེ་ ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་ འོང་ནི་ཡིན་ན་ བཤད་པ་རྒྱབ་སྤྱོད་ སྤང་གི་བརྟན་དོན་ བྱུང་གྱི་ཅིག་འབྲི་དགོ། གནས་ཚུལ་དེ་གི་དོན་ལུ་ གནས་ཚུལ་ཚུམ་སྤྱི་གས་ རང་ སེམས་སྤྱོད་ཕྱི་ནི་གི་ཐབས་ལམ་ཅིག་ འདི་ཡིན་པར་ འོས་བབ་ཡོད་པའི་ འབྲེལ་བཤད་ལེ་ཤ་བཀོད་དགོ། འདི་ ལུ་བརྟན་དེ་ ཁྱེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གྱི་སྤྱི་དེ་ ས་གནས་ཀྱི་ལཱ་ཐངས་ལས་ བཀོད་སྤྱི་གས་ལེགས་ཤོམ་ འཁྱུ་མ་འཁྱུ་དང་ ལུང་ཕྱོགས་དང་ རྒྱལ་ཡོངས་ལུ་ དེ་གི་བྱེམ་ ཐོག་མི་ཐོག་ བཟུ་ནི་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཡོད། གོ་རིམ་འདི་ཁར་ འོག་གི་ རི་བ་རྩེ་ སེམས་ཁར་བཞག་དགོ།

- ག་ཅི་བྱུང་ལུག་གོ་ ཁྱེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ ལྷག་མི་ཚུ་གིས་ ག་ཅི་སྤྱོད་ སྤང་དག་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན་?
- འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ ག་དང་ག་ར་ཡིན་ན་? ཁོང་གིས་ ག་དེ་སྤྱོད་ འབད་འབད་མ་ཡིན་ན་? ག་ཞོད་སྤྱོད་ག་ཅིར་ བྱུང་ལུག་?

ཞིབ་འཆོལ	འཕྱད	འདྲི	འབྲི
----------	------	------	------

- བོར་པ་གཅིག་བྱུང་ཅུག་? བོར་པ་དེ་གཤམ་གྱི་བྱུང་བའི་ཡིན་ནེ་? གཅི་མེ་ བོར་པ་ཐོན་སོང་ཡིན་ནེ་? དེ་ལུ་པརྟེན་པའི་གཞོད་པ་ གཅི་བྱུང་ཅུག་?
- གནས་ཚུལ་དེ་བཏོན་པ་ཅིན་ ག་ལུ་ སན་ཐོགས་འབྱུང་ནི་མས་ ཡང་ན་ ག་ལུ་གཞོད་ནི་མས་? གནས་ཚུལ་དེ་གིས་ མི་ མཉེན་ཁྱད་བཅུད་དང་ རྟོན་ལམ་སྐོར་ལས་ རྟོན་བསྐྱར་འབྱུང་ནི་མས་ག་? གནས་ཚུལ་དེ་གིས་ ལམ་ལུགས་ ཡང་ན་ བྱ་རིམ་གྱི་སྟོན་ཆ་ཚུ་ གསལ་སྟོན་འབད་ནི་མས་ག་?

དྲི་བ་དེ་ཚུ་ལུ་ ལན་རྒྱབ་པ་ཅིན་ ཁྱེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དེ་ བཀོད་ཐངས་ཀྱི་མནེ་བསམ་གཏང་ནི་དང་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་ཐངས་ཀྱི་ ཐབས་ལམ་བསྒྲིག་ནི་ལུ་ ཕན་ཐོགས་འབྱུང་འོང།

དཔེར་ན་ འཐུང་ཚུབ་གྲས་སྒྲེལ་གྱི་ལྷ་གཡོག་དེ་ སྐར་སྒྲེལ་སྤྱོད་པའི་ཤུལ་ལུ་ མཁ་གསལ་བཤལ་ནད་ཀྱི་ དཀའ་ངལ་
སྒྲོལ་ཅིག་འཕོན་སོ་བ་ཅིན་ ཁྱེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གྱི་ ལྷ་ཐངས་ ཡང་ན་ གཙཾ་བོདྱན་དེ་ མི་མེར་རྒྱུ་ལུ་ མེད་ཐབས་མེད་
པའི་ གཤི་རྟེན་མཐུན་ཁྱེད་དེ་ སྐར་སྒྲེལ་ས་ ཉེ་མ་རྒྱགས་པར་ འཐུང་ཚུབ་ས་གཞན་སྤྱོད་མི་ལས་ དཀའ་ངལ་བྱུང་ཡོད་
པའི་སྐོར་ལས་བཀོད་དགོ་ ཡང་ན་ འཐུང་ཚུབ་གྲས་སྒྲེལ་འཐུལ་ཁང་ལུ་སོང་སྟེ་ འཐུང་ཚུའི་ཉེན་སྲུང་རྒྱ་ ལངས་ཡོད་
མེད་པ་ལྟ་ཞིན་མ་ལས་ ཉེན་སྲུང་མེད་པའི་གནད་དོན་ལུ་ གཙཾ་བོར་བོདྱན་དགོ་ དེ་གི་སྐབས་ལུ་ ཁྱི་པ་དེ་རྒྱ་ མེམས་ཁང་
བཀལ་བ་ཅིན་ གནས་ཚུལ་འབྲི་དགོ་པའི་ རྒྱ་ཁྱེད་དེ་རྒྱ་ རྒྱ་རྒྱགས་པ་ཨིན།

ཁྱེད་ཀྱི་གནས་ཚུགས་དེ་ མི་མང་གི་མཐའ་དྲོ་རོམ་ ཡིན་ན་མེད་ འཇེས་ཅིག་ཁང་བསྐྱ་དགོ། བདེན་པ་མེད་པའི་སྤྱོད་
བརྗོད་ཅུམ་ཅིག་ཡིན་པ་ཡིན་ བཀོད་བཞག་དགོ། ཁྱེད་ཀྱིས་གནས་ཚུགས་བཀོད་པའི་སྐབས་ གོ་དྲོ་མ་འདུམ་སོ་སོ་སྤྱོད་མི་
མིང་ཚིག་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་མི་འོད་ ཁྱེད་ཀྱིས་རང་ལུ་དགོ་པའི་སྐབས་མེད་ཚུ་ གེར་ ཐོབ་ཞེས་ལས་ དེ་བདེ་ཚུ་གུ་
ཡོད་ལྟེ་ དེ་དང་འབྲེལ་དེ་ འཕྲིའི་འགོ་བརྟུན་པས་དགོ།

གནས་སྐབས་ཅིག་ལས་ དཔག་འཆར་ཅིག་ལུ་བསྐྱར་ནི།

དགོས་ལུ་མ་ འགོ་ཐོག་གི་འཆར་སྤང་ཚུ་ ཁྱེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དེ་གིས་ དཀའ་ངལ་སེལ་ཚུགས་པའི་ དམིགས་བསལ་དྲི་བ་ཅིག་ལུ་
བསྐྱར་དགོ། འདི་གིས་ཁྱེད་ལུ་ ཕན་ཐོགས་ཡོད་མི་དེ་ཡང་།

- ! བདེན་ཁྲམས་ནང་ ག་ཅིར་ རྒྱུ་བཟེད་ག་ཅི་ འབྲེལ་བ་ཡོད་ལ། ཁྲོས་ཐག་བཅད་དགོ། བཅད་མཚམས་
དང་ དམིགས་དོན་རྒྱ་ དེས་གཏན་བཟོ་ཐོག་ལས་ འཛིན་སྡོད་འཐབ་རྒྱ་གསུ་བཟོ་ནི།
- ! མི་གཞན་ལུ་ བད་དོན་སྤྱོད་ཐོག་ལས་ གནས་སྐབས་དེ་ གཞན་གྱི་མེམས་ཁར་རྒྱུད་པ་བཟོ་དགོ།
- ! ཏུས་ཚོད་དང་ ཐོན་ཁྲམས་རྒྱ་ དེས་གཏན་སྡོད་ འཆར་འགོད་འབད་དགོ།
- ! གནས་རྒྱལ་འོས་ལཱ་ལཱ་ན་ཅིག་གི་ གཞི་རྒྱ་གཉིད་དགོ།

མི་གཞན་ལ་ བད་དེན་སྒྲིབ་སྟོན་ལས་ གནས་སྐབས་དེ་ གཞན་གྱི་སེམས་ཁར་རྒྱུད་པ་བཟོ་དགོ།

! དུས་ཚིད་དང་ ཐོན་ཁུངས་ཚུ་ དེས་གཏན་སྤོ་ འཆར་འགོད་འབད་དགོ།

! གནས་ཚུལ་འོས་ལྟན་ལྟན་ཅིག་གི་ གཞི་རྟེན་གཏིང་དགོ།

གནས་ཚུལ་གྱི་ གནས་སྐབས་རེ་ཤེས་པ་ མཐའ་ཐུག་གནས་ཚུལ་གྱི་དོན་ལུ་ དཔག་འཆར་ ཡང་ན་ ལམ་ཕྱོགས་ ལེ་ཤ་འཐོན་ འོང། དཔེར་ན་ འཐུང་ཚུ་ལུ་བརྟེན་པའི་ནད་གཞིའི་ གནས་ཚུལ་དེ་ལུ་ དཔག་འཆར་ལག་གཉིས་འཐོན་འོང།

༼༡༽ འཐུང་ཚུ་བཟམ་སྟེལ་ སྒེར་སྟེལ་ལུ་སྤྱོད་ནི་དེ་གིས་ མི་སེར་མཉམ་ཚུང་ཚུ་ ཚུ་ཉམ་ཚུགས་པར་ སྤོང་མར་ཐོབ་མི་ གཙང་ སྤྱོད་པའི་ཚུ་ སྤྱོད་མི་ལུ་བརྟེན་ནི་ ནད་ཡམས་ཐོན་ཡོད་པ།

༼༢༽ འཐུང་ཚུ་བཟམ་སྟེལ་འབད་མི་ སྒེར་སྟེལ་གིས་ ཟད་འགོ་མར་ཕབ་ཀྱབ་སྟེ་ འཐུང་ཚུའི་གནས་ཚད་ མར་འབབ་འགྲོ་མི་ལུ་ བརྟེན་ནི་ ནད་ཡམས་བྱུང་ཡོད་པ།

འཁྱིད་པག་འཆར་གཉིས་ལུ་ ན་འཐན་སྟེ་ དན་པ་བརྟོན་ནི་ དེ་ཕྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ། ཚུ་ཉམ་དེ་གཉིས་ཆར་ དེས་གཏན་མེད་པའི་ མོ་ཚད་ཅམ་ཅིག་ཡིན། ༼༡༽ པ་གིས་ སྤོང་མར་ཐོབ་པའི་ གཙང་སྤྱོད་མེད་པའི་འཐུང་ཚུ་ལས་ ནད་ཡམས་ཐོན་ཡོད་པ་སྟེ་ མཐོམ་ ཡིན། ༼༢༽ པ་གིས་ འཐུང་ཚུ་བཟམ་སྟེལ་འབད་མི་དེ་གིས་ འཐུང་ཚུའི་གནས་ཚད་ལུ་ སྤང་མེད་བསྐྱར་ནི་བཞག་པ་ལས་ ནད་ ཡམས་ཐོན་ཡོད་པ་སྟེ་མཐོམ་ཡིན། དེ་གཉིས་ལས་ བདེན་པ་ག་ཡིན་ན་ སྤྱབ་མ་ཤེས་པ་ལས་ དེ་ཕྱེ་དཔུད་འབད་དགོཔ་གལ་ཆེ། ནད་ཡམས་དེ་ ག་ཉི་ལས་ འགོ་བཙུགས་ནུག་?

དེ་གི་སྐབས་ལུ་ དེ་བ་དུག་པའི་དཔག་འཆར་ གཞན་ཡོད་མི་དེ་ཡང་:

༼༣༽ ད་རེས་ཁམས་ ཁྲོམ་ཚོགས་ཅིག་ནང་ ཚུ་ལུ་བརྟེན་པའི་ནད་ཡམས་ཅིག་ ཐོན་མི་དེ་ སྒེར་སྟེལ་ལུ་སྤྱོད་མི་ འཐུང་ཚུ་ བཟམ་སྟེལ་ ཡང་ན་ གཞུང་འབེལ་མིན་པའི་འཐུང་ཚུ་ནང་ལས་ བྱུང་བྱུང་འོང་ནི་ཡིན་མས།

བསྐྱར་བཟོ་འབད་མི་ དཔག་འཆར་དེ་གིས་ ཁྲོད་རའི་གནས་ཚུལ་ བཅུད་སྤྱད་དེ་ལུ་ ལོག་བཟུ་ཞིན་མ་ལས་ ཁ་ གསལ་དང་ ཚད་སྟོམས་ཅན་གྱི་ ཞིབ་དཔུད་འཆར་གཞི་ཅིག་ བཅུམ་བཅུག་པ་ཡིན།

༼༤༽ འཐུང་ཚུ་བཟམ་སྟེལ་ སྒེར་སྟེལ་ལུ་སྤྱོད་ཡོད་པའི་ ཁྲོམ་ཚོགས་ཅིག་ནང་ ཚུ་ལུ་བརྟེན་པའི་བཤུལ་ནད་ཀྱི་ ནད་ཡམས་ཚབས་ ཆེན་ཅིག་ཐོན་ནུག། དེ་གིས་སྐབས་ ནད་ཡམས་དེ་ ག་དེ་སྟེ་ བྱུང་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ འཚོལ་དགོཔ་ཡིན། མི་སེར་ཚུ་གིས་ སྒེར་སྟེལ་བཟམ་སྟེལ་མི་ཚུ་ ཉམ་ཚུགས་པར་ གཙང་སྤྱོད་མེད་པའི་ ཤར་ཚུ་དང་ རྒྱང་ཚུ་ནང་ལས་ སྤྱོད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ ཡང་ན་ སྒེར་གྱི་འཐུང་ཚུ་བཟམ་སྟེལ་ལས་སྟེལ་གིས་ ཟད་འགོ་མར་ཕབ་ཀྱབ་སྟེ་ འཐུང་ཚུ་བཟམ་སྟེལ་འཕྲུལ་ཁང་ནང་ འཐུང་ཚུའི་སྤྱུམ་ཚད་ཀྱི་གནས་ཚད་ མར་འབབ་མོང་ཡོད་པ་ཡིན་ན་? དེ་གི་ཚུ་ཉམ་གྱི་སྤོང་ལས་ དབཅས་ཀྱིས་ ཚན་ དེ་ག་པ་དང་གཅིག་ཁར་ གློ་སྤྱབ་དགོ།

དབཅས་ཀྱིས་ མི་སྟེལ་མཉམ་ཚུང་གི་འཐུས་མི་ ཉེན་ལྷུང་གི་འཐུང་ཚུ་ འཚོལ་བར་འགྲོ་མི་ཚུ་དང་ འཐུང་དགོཔ་མ་ཚད་ དེ་ག་ གཏོགས་མེད་པའི་ མཁས་མཚན་གྱི་ཅིག་དང་མཉམ་ འཐུང་ཚུ་བཟམ་སྟེལ་འཕྲུལ་ཁང་ནང་ མོང་ཞིན་མ་ལས་ ཉེན་སྲུང་གནས་ཚད་ ལུ་བཟུ་དགོ། དབཅས་ཀྱིས་ ནད་ཡམས་དེ་ ག་ཉི་བྱུང་ཡི་ག་ རོས་འཛིན་འབད་ཞིན་མ་ལས་ ནད་ཡམས་དེ་བཀག་ཐབས་ལུ་ ག་ ཅི་འབད་དགོཔ་འདུག་ག་བཟུ་དགོ།

ཁྲོད་ཀྱིས་ དཔག་འཆར་ཁ་གསལ་དེ་ གཏན་འཁེལ་བཟོ་ཞིན་མ་ལས་ ཞིབ་འཚོལ་གྱི་འཆར་གཞི་ཅིག་ བཅུམ་དགོཔ་ད་ དེ་གི་ གྲངས་སྤྱུ་ཚུ་དགོཔ་ཡང་:

- འཐུང་ཁུངས་འཚོལ་ནི།
- སྤྱབ་ཕྱེད་ཀྱི་ཁུང་ཚད་བཟོ་ནི།
- ཐབས་ལམ་སྒྲེར་ གྲོས་ཐག་བཅད་ནི།
- དུས་ཚོད་ཀྱི་འཆར་གཞི་ཅིག་བཟོ་ནི།
- མ་དངུལ་གྱི་འཆར་གཞི་ཅིག་བཟོ་ནི།

ལེའུ་འདི་ནང་གི་ འོག་གི་དོན་ཚན་ཚུ་ནང་ གོ་རིམ་དེ་ཚུ་ ག་དེ་སྟེ་ བཟུང་དགོས་ཡིན་ན་གི་སྒྲིབ་ལས་ སྤྱི་དོན་ཅིག་བཀོད་འོང་།
ཤུལ་མའི་ལེའུ་ཚུ་ནང་ གོ་རིམ་དེ་ཚུ་ རེ་རེ་བཞིན་དུ་ ག་དེ་སྟེ་ བསྟར་སྤྱོད་འབད་ནི་ཡིན་ན་ རྒྱུ་གིང་རྒྱུས་པ་སྟེ་ གསལ་བཤད་
འབད་འོང།

མཐའ་མཇུག་ལུ་ ཁྱོད་ཀྱིས་ ཁྱོད་རའི་གནས་ཚུལ་དེ་ ཆོག་ཉུང་ལ་ དོན་གསལ་བའི་ མགོ་རྒྱུན་ཅིག་གི་ཐོག་ལས་ འགོ་བཅུགས་
དགོ། གནས་ཚུལ་དེ་གི་ མཐར་ཐུག་གི་མགོ་རྒྱུན་དེ་ འདི་ལུ་གནས་མི་རྒྱུགས་པ་འོང། ཡིན་རུང་ ཁྱོད་ཀྱིས་སྤང་དེ་ལུ་གཙོ་བོར་
བཏོན་ནི་ལུ་ མགོ་རྒྱུན་དེ་གིས་ སན་ཐོགས་འབད་འོང། དེ་མ་ཚད་ གནས་ཚུལ་དེ་ རོ་སྤྱོད་འབད་ནི་དང་ གནས་ཚུལ་ལས་ཁང་
ཅིག་གིས་ གནས་ཚུལ་དེ་ ག་དེ་སྟེ་ བཏོན་དགོས་ཡིན་ན་ རྒྱལ་འོག་གི་ཐོག་ལས་ མན་བསམ་གཏང་ནི་ལུ་ཡང་ སན་ཐོགས་འོང།

འབྲུང་ཁུངས།

འབྲུང་ཁུངས་ཐོབ་གོང་དེ་ ཁིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་ འབྲེལ་འདྲེལ་ལུ་ ལཱ་གི་གོ་མ་རིམ་གཉིས་པམ་དེ་ སྤང་ནང་འབྲེལ་གཏོགས་
ཡོད་པའི་ མི་ངོ་རྒྱ་དང་ ཁོང་གི་བྱ་ལས་ཚུ་གི་སྒྲིབ་ལས་ གྲུ་ཐོབ་གོང་དེ་ཡོད་པའི་ ཡིག་ཆ་ཚུ་ རོ་སྤྱོད་འབད་ནི་དེ་ཡིན། མི་
མང་གི་ཡིག་ཆ་ མང་རབས་ཅིག་ནང་ གཞུང་དང་ སྤྱི་ཁབ་གི་ལས་ཁྲུང་པ་ ལས་འཛིན་ རན་ཆོགས་ (mafia) སྤྱོད་དོན་པ་
ཚུ་གིས་ ག་ཅི་འབད་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ བཀོད་དེ་འོང། རང་གི་འབྲེལ་གཏུགས་པ་ (contacts) སོ་སོ་ཚུ་གིས་ཡང་ ཁྱོད་ཀྱི་འགོ་
ཐོག་གི་ དཔག་འཆར་དེ་ལུ་ བདེན་དཔྱད་འབད་ཚུགས་ ཡང་ན་ བདེན་མེད་བཟོ་ཚུགས། བདེན་ཅིག་ཅིག་ བདེན་དཔྱད་འབད་
དེ་ རེས་གཏན་བཟོ་ནི་ལུ་ ཉུང་མཐའ་ལུ་ རེག་གཏན་གསལ་མེད་པའི་ འབྲུང་ཁུངས་གཉིས་དགོ། འཁྱེ་འབྲུང་ཁུངས་དེ་ཚུ་ རྒྱབ་རྟེན་
མཁས་མཆོག་སྟེ་ བཏུབ་ནི་ཡིན་པ་ལས་ ཁོང་གི་འབྲེལ་གཏུགས་ཁ་གསལ་ཚུ་ ཁྱོད་རའི་ཁ་བྱང་གི་དེབ་ནང་ བཀོད་དགོས་གཤམ་ཆེ།

འབྲུང་ཁུངས་ལུ་ དབྱེ་བ་གཉིས་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ གཙོ་བོ་དང་ ཡན་ལག་ཡིན།

འབྲུང་ཁུངས་གཙོ་བོ་ དེ་ཡང་ སྤྱི་བུ་ཐུང་ཐང་ཀར་བྱིན་མི་དང་ ཉམས་ཐུང་ཐང་ཀར་སྤྱབ་མི་ འབྲུང་ཁུངས་
ཚུ་ཡིན། དཔེར་ན་ སྤྱི་ཁབ་གི་རྒྱབ་སྐྱོལ་ས་ སྤྱི་ཁབ་གཡོག་མོ་ཅིག་ལས་ སྤྱི་ཁབ་ཉོ་ཡོད་པའི་ རྟད་པ་ཅིག་
གིས་ སྤྱི་ཁབ་གཡོག་མོ་གིས་ རྒྱབ་ཁ་ལས་ སྤྱི་ཁབ་ཙོང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ ཁ་གསལ་མ་སྤྱབ་རུང་ སྤྱི་ཁབ་ཉོ་ནག་
ཆོང་ཡོད་པའི་སྒྲིབ་ལས་ བདེན་དཔྱད་འབད་ཚུགས། འབྲུང་ཁུངས་སྤྱི་བུ་ཐུང་ཐང་གི་ ལཱ་བཀོད་པ་
ཅིག་ལུ་ རྒྱའི་གཙང་དག་སྤྱི་བུ་ཐུང་ཐང་ བཏུན་རིམ་གྱི་ཆོབ་ལུ་ རྒྱ་རིམ་ལུ་འབད་དགོ་པའི་
བཀོད་རྒྱ་ཐོབ་སྟེ་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ འབྲུང་ཁུངས་གཙོ་བོ་ཡིན། དེ་བཟུམ་སྟེ་ སྤྱི་ཁབ་གཞུང་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱོན་
པོ་ཅིག་གི་ དངུལ་ཁང་གི་ དངུལ་ཚུལ་གསལ་བཤད་ནང་ རྒྱལ་སྤྱི་འོག་མཚོན་ལས་སྟེ་ཅིག་ལས་ དངུལ་
སྤྱོད་ཡོད་པ་སྟེ་ འཁོད་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ བདེན་དཔྱད་འབད་དེ་ རེས་བདེན་ཡིན་པ་ཅིན་ འབྲུང་ཁུངས་གཙོ་
བོ་ཡིན། དེ་ཚུ་གིས་ ཐང་ཀར་གྱི་སྤྱི་བུ་ཐུང་ཐང་ཚུ་གསལ་ལས་ སན་ཐོགས་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་ འབྲུང་ཁུངས་ཡིན།
དེ་ཚུ་ཐོབ་ཚུགས་པར་ གནས་མེད་ས་མེད་ ལཱ་ཁག་ཡོད། དེ་ཡང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ ཉམས་ཐུང་ཐང་
ཚུ་གིས་ ཁོང་རང་ལུ་གནོད་ཉེན་འབྲུང་བའི་ དོགས་སྤང་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བུ་ཐུང་ཐང་ དངུལ་ཁང་
གི་ཕྱིས་བཤད་ལ་སོགས་པའི་ ཡིག་ཆ་དང་ སྤྱི་ཁབ་གི་དྲན་ཐོ་ཚུ་ཡང་ གསལ་བའི་ཐོག་ལུ་བསྐྱམས་ཏེ་
བཞག་པའི་ཁར་ སྤྱི་ཁབ་ཁང་གི་ཁྲིམས་ལུགས་ཚུ་གིས་ བཀག་ཆ་འབད་མ་ཡིན།





ཡན་ལག་འབྱུང་ཁུངས་: ཡན་ལག་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་གྲངས་སྟེ ལས་ཚོགས་ཁག་གི་སྒྲན་ཞུ་དང་ མི་ངོ་གཉིས་པ་ལས་བརྒྱད་པའི་ ཡོ་རྒྱས་ཚུ་བཅུས་ཏེ་ དཔེ་སྒྲན་འབད་ཡོད་པའི་ ཡིག་ཆའི་རིགས་ ཆ་མཉམ་ཚུ་དཔ་ཡིན། ཡན་ལག་འབྱུང་ཁུངས་ཚུ་ གལ་ཆེད་གཏོ་ཡིན་མི་དེ་ཡང་ དམིགས་བསལ་གྱིས་ སྐབས་དོན་དང་རྒྱབ་ཁུངས་ རིས་འཛིན་འབད་ནི་དང་ དཀའ་ངལ་ཚུ་གི་བཤད་པ་རྒྱབ་ནི་ལུ་ སུན་ཐོགས་ཡོད་པའི་ཁར་ འབྲེལ་གཏུགས་པ་ ལེགས་ཤོམ་ལུ་ འབྱིད་ཚུགས་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་ དེ་ཚུ་ནང་བཏོན་པའི་སྒྲིབ་བྱེད་དང་ དེ་ཚུ་འབྱུང་སའི་ མི་ངོ་ཚུ་ ཞིབ་དཔྱད་ཀྱི་ཐོག་ལས་ བདེན་དཔྱད་འབད་དགོ།

ཁྱེད་ཀྱིས་ འབྱུང་ཁུངས་སྐྱམ་པ་བཞི་གི་ཐོག་ལས་ དབྱེ་བ་བྱེ་ཚུགས་ནི་ཡིན་མི་དེ་ཡང་ འགྲོ་བ་མི་ལུ་བརྟེན་པའི་འབྱུང་ཁུངས་ དང་ ཡིག་ཆ་ལུ་བརྟེན་པའི་འབྱུང་ཁུངས་ རྟེན་ལུ་ རྒྱལ་ལོ་ལྟེ ལུ་བརྟེན་པའི་འབྱུང་ཁུངས་ མི་ཚོགས་ལུ་བརྟེན་པའི་འབྱུང་ཁུངས་ཚུ་ཡིན། (human source, paper source, digital source and crowd-source)

༡༽ འགྲོ་བ་མི་ལུ་བརྟེན་པའི་འབྱུང་ཁུངས་: འབྱུང་ཁུངས་མངར་བས་ཅིག་ དབྱེ་བ་འདི་ནང་ཚུད་པ་ཡིན་མི་དེ་ཡང་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་དང་ མིག་མཐོང་ལག་བཟུང་གི་འཛིན་པ་དང་ མཁས་མཆོག་ དང་འདོད་ཡོད་རུང་མེད་རུང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ཚུ་ཡིན། ཁྱེད་ཀྱིས་འཕྱད་པར་འགྲོ་མི་ མི་ངོ་ཚུ་གི་ གོ་གནས་དང་ ལཱ་འགན་ ཀྱང་སློབ་ཚུ་ཤེས་དགོ། འབྱུང་ཁུངས་སྤེལ་སྤྱོད་པའི་ གནས་ཚུལ་ཅིག་གི་སློབ་ལས་ཡིན་པ་ཅིན་ སློབ་སྤེལ་སྤྱོད་ནི་ལུ་ རྒྱབ་འགལ་འབད་མི་ ལས་ཚོགས་ཚུ་གི་ རོ་ཆབ་ཚུ་གིས་ རྒྱབ་འགལ་གྱི་བདེ་དོན་ མངར་བས་ཅིག་སྒྲིབ་ནི་འོ།

དེ་འབད་མ་དང་ བདེ་དོན་ཚུ་ དམིགས་བསལ་ཕྱོགས་གཅིག་གི་ཁ་ཐུག་ལས་འོང་མ་ཡིན། ལས་ཚོགས་ཀྱི་རོ་ཆབ་ཚུ་གིས་ གཙོ་ལོ་ མི་སྤེལ་གལ་ལོ་ཅིག་གི་མགྱོག་ཆབ་ལུ་ ཡོ་རྒྱས་བཤད་པར་ མི་སྤེལ་གལ་གི་བསམ་འཆར་ཚུ་ དག་བཅོས་འབད་ བཅུད་བསྐྱེད་སྤེལ་པའི་སྐབས་ གནད་དོན་ཚུ་ལུ་ འགྱུར་བ་དང་ གལ་ཅན་ཚུ་ འཛིན་ལུ་ཤོར་འོ། དེ་གིས་སྤེལ་ ཁྱེད་ཀྱིས་བསམ་འཆར་ སྤེལ་པའི་ལཱ་དགོ། མི་སྤེལ་འབྲུམ་མི་ཚུ་ལུ་ ཡོ་རྒྱས་འདྲིམ་ཡིན་པ་ཅིན་ མི་སྤེལ་ཚོགས་ ཆང་དགོཔ་དེ་ཡང་ སྤོང་མོ་ ཆམ་པ་དང་གཞོན་མ་ འོང་འབབ་འདྲ་མིན་ཡོད་མི་ དང་འདོད་མ་འདམ་བསྐྱེད་ མི་སྤེལ་ཆན་ གོ་ར་ཚུ་དགོ། འགྲོ་བ་མིའི་བསམ་བཤད་ཀྱིས་ ཁྱེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དེ་ལུ་ བདེན་ཁུངས་བྱིན་པའི་ཁར་ སྤེལ་ཚན་བཅོ་ཚུགས་པ་ཡིན།

༢༽ ཡིག་ཆ་ལུ་བརྟེན་པའི་འབྱུང་ཁུངས་: འདི་གི་གྲངས་སྟེ་ དཔེ་དེབ་དང་ གསར་ཤོག་ གཞུང་འབྲེལ་དན་ཐོ་ བརྒྱད་འཛིན་ཁ་ཐུང་གི་དེབ་ཐོ་དེབ་ ཆོང་འབྲེལ་ཡིག་ཆ་ དཔེར་ན་ ལག་འབག་འགན་འཛིན་དང་ དངུལ་ཁད་གི་ཕྱིས་བཤད་ཚུ་ཚུད་པ་ཡིན། འདི་གི་གྲལ་ཁར་ ཡིག་ཆ་རྣམས་ ཉེ་མ་བཀྲམ་སྤེལ་འབད་ཡོད་རུང་ དཔེ་སྒྲན་འབད་བར་ལུས་མི་ དཔེར་ན་ སློབ་གྲྭ་ལས་ཚོགས་ཚུ་གིས་ བཟུ་ཞིབ་འབད་མི་དང་ སློབ་རིག་གི་ཞིབ་འཇུག་ ཡང་ན་ གསར་བའི་ཐོག་ལུ་ བཞག་ཡོད་མི་ཚུ་ཚུད་པ་ཡིན། དེ་འབད་མ་དང་ ཡིག་ཆ་ཚུ་ ཐོབ་ཚུགས་ནི་ལུ་ རྟེན་འགྲམ་འབྱུང་མ་ཡིན། རེ་སྐབས་ ཅིག་ ར་བཅས་ཀྱིས་ སྒྲིབ་བྱེད་ཡོད་མེད་ཡང་ ཤེས་མི་ཚུགས། གཞུང་གི་འདེམ་ཐོ་ཚུ་ ལཱ་མཐུན་ཅིག་མེད་པའི་ཁར་ བདེ་བརྒྱད་ཀྱི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ལེན་ཆོག་པའི་ བདེ་དོན་རང་དབང་གི་ཁྲིམས་ལུགས་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་ཡོད།

ས་གོ་ནད་ཡོད་པའི་ འགོ་དཔོན་དེ་ཚུ་གིས་ བན་དོན་དེ་ཚུ་ ཕྱིར་བཤད་འབད་མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ གཞིན་ཉེན་འབྱུང་
བའི་དོགས་པ་བསྐྱེད་དེ་ ཁྱེད་ལུ་གནད་སྤྱད་དེ་ཚུ་ ཐོབ་ནི་ལུ་ བར་ཆད་ཀྱབ་འོང། དེ་གིས་སྤྱི་ ཚུ་གཉེར་བཏོན་
ཏེ་ རང་ལུ་དགོ་པའི་བན་དོན་ཚུ་ ག་ཏེ་ལུ་ཡོད་ཀ་ ག་ཏེ་སྤྱི་ འཐོབ་ཚུགས་ཀ་ རོས་འཛིན་འབད་དགོ། སྤྱི་
གོང་ལས་ གནད་བལྟེན་དགོ་པ་རེ་ཡོད་པ་ཅིན་ ག་ཏེ་མཁྱེན་མ་ཁྱེན་གས་ ལེན་དགོས་ཀ་ལ་ཆེ། དེ་ཡང་ རེ་
སྐབས་ཅིག་ གཞུང་འབྲེལ་གནད་བཟོ་བ་ནི་ལུ་ བདུན་ཕྱག་དང་ ལྷན་ལས་བཅད་དེ་འགོ་རམ་ཨིན།

༼ག༽ རི་ཇི་རྒྱལ་ ༼འཕུལ་རིག༽ ལུ་བརྟེན་པའི་འབྱུང་ཁུངས་: འདི་གི་གངས་སུ་ ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སློབ་ནང་གི་བན་
དོན་དང་ རི་ཇི་རྒྱལ་ཐོག་ལུ་བསགས་ཏེ་ཡོད་པའི་ དན་ཐོ་ཚུ་ཚུད་པ་ཨིན། གློག་ལམ་ཐོག་ལས་ བན་དོན་ཚོགས་
ནི་མེད་པ་ཅིག་ ཐོབ་ཚུགས་པ་ཨིན་ཅུང་ འབྱུང་ཁུངས་གཞན་ཚུ་བཟུམ་སྤྱི་ར་ བན་དོན་དེ་ ག་ཏེ་ལས་ བྱུང་བྱུང་མ་
ཨིན་ན་ བདེན་དཔྱད་འབད་དགོ། འགོ་དཔོན་ཚུ་གིས་ ཁོང་རའི་སློབ་ལས་ ག་ཅི་འབྲི་དོ་ག་ བཟུང་གོས་མ་ཆད་
ཆ་རོགས་དང་ བཟུང་ནང་འབྱུང་མི་ཚུ་གིས་ ཁོང་གི་སློབ་ལས་ ག་ཏེ་སྤྱི་ སྤྱི་བ་ཨིན་ན་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་དགོ།
སེམས་ཁར་ངས་དགོ་པ་ཅིག་ ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སློབ་ལུ་ ཚད་འཛིན་མེད་པ་ལས་ མི་ག་གིས་ཡང་ བདེན་ཁུངས་
མེད་པའི་ བན་དོན་རྒྱུས་མ་བཟིས་ཏེ་ གནད་དོན་ག་ཅི་ཡང་ འབྲི་འོང། དེ་མ་ཆད་ ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སློབ་ནང་
གི་ བན་དོན་ཚུ་ ཡུན་རིང་གི་བར་ན་སྤྱད་པ་ལས་ རེ་སྐབས་ཅིག་ ཏུས་ཚད་ཚོགས་ཏེ་ འབྲེལ་བམེད་པ་ཐལ་ཡོད་
པའི་ བན་དོན་ཚུ་ཡང་འོང་མ་ཨིན། ཨ་རྒྱ་ར་ འཕུལ་ཁུངས་ཐོན་པའི་ འབྱུང་ཁུངས་ཚུ་འཛོལ་དགོ། རང་ལུ་ཕན་
ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ལུ་རོ་མི་ཡན་ བན་བརྒྱུད་ལྷེ་བ་(European Journalism Centre) གིས་ དཔེ་སྐྱུན་
འབད་ཡོད་པའི་ བདེན་དཔྱད་ལག་དེབ་དེ་ (Verification Handbook) ཡོངས་འབྲེལ་ནང་ལས་ རིན་
མེད་སྤོང་མར་ ཕབ་ལེན་འབད་ཚུགས། དེ་ནང་ལུ་ རི་ཇི་རྒྱལ་ནང་དོན་ཚུ་ལུ་ འབྲེལ་འཛིན་འབད་ཐངས་ཀྱི་ ལག་
ཆས་དང་ ཐབས་རིག་ཚུ་ཡོད།

༼ང༽ མི་ཚོགས་ལུ་བརྟེན་པའི་འབྱུང་ཁུངས་: ལག་ཆས་གསར་པ་འདི་གིས་ འགྲོ་བ་མི་དང་ རི་ཇི་རྒྱལ་འབྱུང་ཁུངས་
གཉིས་ ག་ཅིག་བསྐྱོམས་འབད་མ་ཨིན། འདི་གི་ཐོག་ལས་ བན་བརྒྱུད་ལས་སྤྱི་ཚུ་གིས་ གནས་ཚུལ་ལྷག་མི་ཚུ་ལུ་
ཁོང་རའི་ཉམས་ཐྱོང་ཚུ་ ཏུ་ཡི་ཁར་ནང་ བཞོན་བརྒྱུག་ནི་ ཡང་ན་ སེམས་བྱག་གི་ དོས་མཐོང་གློག་བརྒྱན་ཐོག་ལུ་
དྲི་བ་དྲི་ལན་འབད་དེ་ ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་ལུ་ ཕན་འདེབས་འབད་བརྒྱག་པ་ཨིན།

འབྱུང་ ཁྱད་སྤྱོད་ དེ་ཕྱི་བ།	ཕན་ཐབས།	ཡོན་ཏན་ལེགས་ཆ།	དཀའ་ཁྱེ་ཉེན་ལ།
མི་བཟོ་ འཁྲུག་ འཁྲུག་	- གནས་ཚུལ་ལུ་ - ཆོ་སྒྲིག་དང་བདེན་པ་ལྟར་ཕྱིན་མ་ཡིན།	- དངོས་སུ་འཕྱད་དེ་ སྤྱི་བ་དེ་ལས་འབད་ནི་ལུ་ ཐབས་རིག་སྒྲིམ་མིན་དགོ། - མི་རྒྱུ་དང་ཕན་ཐོབ་ལས་ ཐད་ཁར་ཐོབ་པའི་ ཉམས་སྤྱོད་འདི་གིས་ གནས་ཚུལ་དེ་ལུ་ ལྷག་པར་དུ་ ཡིད་ཆེས་ཡོད་པ་བཟོ་མ་ཡིན།	- མི་ཚུ་གི་ཕྱོགས་སྤྱང་དང་ ཐོབ་ཀྱི་འོང་། - སྤྱི་བ་ཕྱི་དྲུག་ཀྱི་ཆར་མ་ཅིག་སྤྱི་བ་འོང་། སྤྱི་བ་དེ་ལས་ཕྱི་ལུ་དེ་ གཞན་གྱི་ཕྱི་བ་ཆོད་པ་ཅིག་ཡིན་དགོ། - གནས་ཚུལ་ལས་ཁར་ལུ་ གློ་སྤྱོད་མི་ལུ་བརྟེན་དེ་ མི་ལུ་གཞོན་པ་འབྱུང་འོང་། ཁོང་ལུ་ཉེན་སྲུང་འབད་དགོ།
ཡིག་ཆ་ ཡིག་ཆ་	- ཡིག་ཐོག་གི་སྒྲིབ་ཕྱིན་ཕྱིན་མ་ཡིན། - སྒྲིན་རབས་དང་སྒྲིབ་པ་དོན་ཕྱིན་མ་ཡིན།	- ཡན་ལག་འབྱུང་ཁྱད་སྤྱོད་ཆུ་གིས་ ཞིབ་འཆོལ་གྱི་ཆུབ་ཁྱད་སྤྱོད་དེ་ རང་གིས་ཆུ་གས་མི་ལས་ལྷག་སྟེ་ ཆུ་བསྐྱེད་འབད་མ་ཡིན། - དངོས་གསལ་འབྱུང་ཁྱད་སྤྱོད་ - དྲི་བེར་ན་ དུལ་ཁར་གི་བརྟེན་ཐོ་ ཆུ་མོ་གཏང་རུང་བ་ཡིན།	- སྒྲིབ་གསལ་ཁྱད་སྤྱོད་ལུགས་ཀྱིས་བཀག་ཆ་འབད་འོང་། ཕྱིར་མེལ་ཆུབ་ནི་ལུ་སོགས་པ་འོང་། - ཐོབ་ཆུགས་པར་ ལཱ་ཁག་འོང་ ཡང་ན་ ཅུས་ལུ་ན་འགོར་འོང་། - དྲི་བེར་ན་ གི་ལོན་ལུ་ མཁས་མཆོག་དགོ། དཔེར་ན་ དུལ་ཅེས་ཡིག་ཆ་ལྟ་བུ། - སྒྲིབ་ཐོབ་པ་ ཡང་ན་ དངོས་བཤད་མེད་པའི་ སྒྲིབ་རིག་ཅན་གྱི་གནས་ཚུལ་ཅིག་འཐོན་འོང་།
འཁྲུག་ འཁྲུག་	རང་གིས་ག་ཅི་སྤྱོད་འབྱུང་འབད་མི་དང་ འབྱུང་འོང་ ལྷག་གི་ཆུ་ག་ར་འབད་ཆུ་གས།	- སྤྱི་བ་དང་སྤྱོད་པ་ཆུ་གས་སྤྱོད་ནི་བཅུ་ཉེ་ རང་གི་སྤྱོད་པ་རིག་ནང་ལས་འབད་ཆུ་གས། - བདེ་དོན་དེ་ ཆུལ་ཡོངས་དང་ ཆུལ་སྤྱི་འབྱུང་ཁྱད་སྤྱོད་ལེ་ག་ཅིག་ནང་ལས་ མཁྱེགས་པར་གཏང་ཆུ་གས།	- སྤྱོད་པ་ག་ནི་ཡང་མེད་པའི་ གནས་ཚུལ་ཅིག་ལུ་འབྱུང་འོང་། - ཡོངས་འབྱེལ་གྱི་ཉེན་སྲུང་ལུ་ ཉེན་ལ་འཐོན་འོང་། - ཡོངས་འབྱེལ་ནང་ གནད་དོན་བདེན་དཔྱད་འབད་ནི་འདི་ ལཱ་ཁག་ཡོད།

གནད་སྤྱོད་ཆུ་ཐོབ་ཆུ་གས་པའི་ ཁྱད་སྤྱོད་ལུགས་ཆུ་ཡོད་པ་འོང་། ཆུལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྱད་སྤྱོད་ལུགས་ཆུ་ མཚན་གནས་མ་ཆད་ ཁྱད་སྤྱོད་ལུ་ཡང་ མ་འདམ་ཡོད་ལས་བརྟེན་ ཀྱན་ལུ་ཁྱད་སྤྱོད་ལུ་གས་པའི་བསྐྱེད་པ་ཕྱིན་ནི་ལུ་ཁག་ཡོད། ཁྱད་སྤྱོད་ཆུ་ཐོབ་ དཔྱད་ཀྱི་ལུ་ འགོ་མ་བཅུ་གས་པའི་དེ་མ་ལས་ རང་གི་ཆུལ་ཁབ་ནང་གི་ ཁྱད་སྤྱོད་ལུགས་ཆུ་ ཞིབ་འཆོལ་འབད་དགོ།



འབྲུང་ཁྲུངས་ཀྱི་ཡོངས་འབྲེལ་བཅོ་ནི།

ཁྱེད་ཀྱིས་ ཁྱེད་རའི་གནས་ཚུལ་གྱི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་བ་འཐབ་དགོ་པའི་ མི་གི་ཡོངས་འབྲེལ་དེ་ མཁུ་འཐོམ་སི་སི་སྟེ་མཐོང་འོང་།
 བདེ་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ འབྲུང་ཁྲུངས་ཚུ་གི་ ཤོག་ཁུམ་ཅིག་བཅོ་ཞིན་མ་ལས་ འབྲེལ་གཏོགས་ཅན་ མོ་སའི་བར་ན་ འབྲེལ་
 མཐུན་སྟོན་ཞིའི་དོན་ལུ་ མད་འཛུགས་ ཡང་ན་ ཆོས་གཞི་སོ་སོ་ཚུ་ ཡག་ལེན་འཐབ་དགོ། གཤམ་སྟེ་ འོས་མེད་ཀྱི་གནད་རེ་
 འཐོན་པ་ཅིན་ འདྲ་ཐོ་བཀོད་དགོ། དེ་ཡང་ དཔེར་ན་ ཤིང་དུམ་བཏོག་ཞིའི་ལས་སྟེ་ཅིག་གི་ འགོ་འཛིན་དེ་ རྒྱལ་ཚལ་མེད་པ་
 གཏང་ནི་ལུ་དགའ་མི་ སྟེ་དོན་པ་ཅིག་གི་ ཉེ་ཆོན་ཡིན་པ་ཅིན་ ཤུལ་ལས་ འབྲེལ་བ་དེའི་སྟོར་ གཏིང་ཟབ་སྟེ་ བཟུ་ཞིའི་དོན་
 ལུ་ འདྲ་ཐོ་བཀོད་བཞག་དགོ། ལཱ་འདི་ ལཱ་ཁག་ཅིག་འོང་། ཡིན་རུང་ ཁྱེད་ཀྱིས་མི་སྟེའི་ལྟ་སྟངས་པ་བཟུམ་ཅིག་སྟེ་ རང་གི་
 མཐོ་བསམ་ སྒྲུབ་ས་མ་ཐོབ་མི་ཚུ་ལུ་ སྒྲུབ་སའི་ས་གོ་བྱིན་ནི་གི་ ལཱ་འབད་མི་ཅིག་ཡིན་མ་སྟེ་ རང་གིས་རང་ལུ་ འདྲ་བསྟུལ་
 འབད་དེ་ ལཱ་དེ་བཤོམ་མ་བཞག་པར་ གཙོ་བོར་བཏོན་དགོ།

བདེ་བརྟུད་པ་ ལྷུ་ག་རྒྱ་ཁྲུང་དང་ ལུག་སེན་རྩེ་སི་གཉིས་ལུ་ གནད་སྟུང་ཀྱི་རེ་འུ་མིག་བཅོ་སྟེ་ བདེ་ཐབས་སྒྲིག་ཐངས་ཀྱི་
 ཕན་བསྐབ་ཡོད་མི་ཚུ་ གཤམ་གསལ་ལྟར་དུ་ཡིན།

- ▶ ལས་སྟེའི་འབྲུང་མིམ་ཅིག་འབྲི་དགོ། རྒྱུ་ནང་ ཆོས་གངས་དང་ ས་གནས་ མི་ག་འདུག་ག་ ག་ཅི་སྟེམ་ཅིག་ ག་
 ཅི་འབད་ཡི་ག་ ག་ར་བཀོད་དགོ། བདེ་དོན་འདི་ རོས་གཏན་སྒྲིག་བཀོད་ཅིག་ནང་བཀོད་པ་ཅིན་ རང་ལུ་དགོ་
 པའི་བདེ་དོན་དེ་ འཇམ་ཏོང་ཏོ་སྟེ་ཐོབ་ཚུགས།
- ▶ འབྲུང་ཁྲུངས་ཀྱི་ཐོ་ཡིག་ཅིག་ ཁོང་གི་འབྲེལ་གཏོགས་ཁ་བྱང་དང་བཅས་པ་སྟེ་ བཅོ་ཞིན་མ་ལས་ བདེ་དོན་དེ་ཉེན་
 སྒྱུར་ཐོག་ལུ་བཞག། ཁོང་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་ཞིན་མ་ལས་ དུས་མཐུན་བཅོ་དགོ་པ་ད་ ད་རུང་ ག་དང་འཕུད་དགོ་པ་
 ཡོད་ག་ འདྲ་ཐོ་ཅིག་བཀོད་བཞག་དགོ།
- ▶ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ མི་དོ་སོ་སའི་བར་ན་ འབྲེལ་མཐུན་གྱི་དཔེ་ཁུམ་ཅིག་བཀོད་དགོ།
- ▶ ཡིག་ཆ་གཙོ་བོ་ཚུ་གི་ ཐོ་ཡིག་ཅིག་བཅོ་སྟེ་ རང་ལུ་ཡོད་མི་དང་ ད་རུང་དགོ་པ་ ག་ཅི་ཡོད་ག་ བདེ་སྟོན་བཀོད་དགོ།
- ▶ རོས་འཛིན་གཏན་འཁེལ་བྱུང་ཡོད་པའི་ བདེན་ཁྲུངས་ཚུ་ལུ་ གཙོ་རྟགས་བཀལ།
- ▶ རང་གིས་ཕྱི་ཁར་ཁུ་བ་བཏང་ཡོད་མི་ རེ་རེ་བཞིན་དུ་གི་གནས་སྟངས་ འདྲ་ཐོ་བཀོད་དགོ།
- ▶ རང་གི་གནས་སྟངས་ཚུ་ བཀོད་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཨ་ཉག་ར་ འབྲི་དེ་བ་ཅིག་ རང་དང་མཉམ་བཞག།

▷ བདེན་ཁྲུངས་ལངས་ཡོད་པ་ རེས་གཏན་བཟོ་ནི།

ཁྱོད་ཀྱིས་ འབྲུང་ཁྲུངས་ཚུ་ རང་གི་འབྲེལ་གཏུགས་པ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ འདི་བསྟན་འབད་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་ ཁྱོད་ གྱི་དཔག་འཆར་དེ་གི་དོན་ལུ་ བདེན་ཁྲུངས་བཏུབ་མི་ ག་ཅི་འདུག་ག་ ཁྲོས་ཐག་བཅད་དགོ། འབྲུང་ཚུ་བཟུམ་སྡེལ་ འཕུལ་ཁང་དེ་གིས་ ཉེ་མ་དང་འཕྱད་པ་ད་ སྤྱི་ཚད་བརྟག་དཔྱད་འབད་ནི་ མར་ཕབ་རྒྱབ་ཡོད་པ་སྤྱི་ ཐག་བཅད་དེ་ བཞག་ནི་ཡིན་ནམ་ག་? ཡང་ཅིན་ བརྟག་དཔྱད་མར་ཕབ་ལུ་བརྟེན་པའི་ གཞོད་པ་ག་ཅི་ར་འདུག་ག་ བཟུ་ཞིབ་འབད་ནི་ ཡིན་ནམ་ག་? བན་བརྒྱད་པ་ལེགས་ཤོམ་ཚུ་གིས་ ཁོང་རའི་དཔག་འཆར་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་མི་ རྒྱབ་བྱེད་ཚུ་རྒྱུ་ཅིག་ལུ་ བཟུ་ནི་མེན་པར་ རྒྱབ་འགལ་འབད་མི་ རྒྱབ་བྱེད་ཚུ་ལུ་ཡང་བཟུམ་ཡིན། དཔེར་ན་ གཞུང་གི་འགོ་དཔོན་ གནམ་མེད་ ས་མེད་ལྷག་པོ་ཅིག་གིས་ རྒྱ་ཡར་ ༡༠,༠༠༠ དེ་ཅིག་ རྒྱུ་ལྷན་གྱི་ མི་ལེན་མ་འོང་ ཟེར་ཁྱོད་ཀྱི་འབྲུང་ཁྲུངས་ཀྱི་ཁ་ ཐུག་ལས་ དེ་བཟུམ་གྱི་རྒྱབ་བྱེད་ལུ་ མཐོ་བསམ་གཏང་འོང་ག་? ད་རུང་ རྒྱབ་བྱེད་དེ་ལུ་ ཁྱོ་གཏང་ཚུ་གསལ་མི་ཚུ་གསལ་ དང་ ཆ་ཚང་ཡོད་མེད་ ག་ཉེ་ལས་བྱུང་ཡི་ག་ འཕུལ་འཕུལ་ར་ རང་གིས་རང་ལུ་འདི་དགོས་ད་ སྤྱི་མང་འབྲུང་ཁྲུངས་ཚུ་ གིས་ དེ་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ཚུ་གསལ་ག་མི་ཚུ་གསལ་བཟུ་དགོ།

ག་ཅི་སྐོར་ལས་འབད་རུང་ རྒྱབ་བྱེད་ཆ་ཚང་ ཐོབ་ཚུ་གསལ་ནི་འདི་ དཀོན་དཀའ་ཡིན་མ་ མེས་ཁར་བཞག་དགོ། རེ་ཆེ་ སྐབས་ ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱབ་བྱེད་ཚུ་ མཉམ་བསྐྱོམས་འབད་མི་ལས་ རྒྱབ་འབྲས་གཞན་མི་ཅིག་ སྟོན་ཚུ་གསལ་ཡིན། ག་ཅི་ ར་ཡིན་རུང་ ཐེ་ཆེམ་དང་བྲལ་བའི་ བདེན་ཁྲུངས་སྟོན་མི་ཚུ་གསལ། ཁྱོད་ཀྱི་མཐའ་མཇུག་གི་གནས་ཚུལ་དེ་ ཉིང་སངས་ ས་ཡོད་པ་ཅིན་ དེ་ཅིག་ར་ཡིན། ཡིན་རུང་ གནས་ཚུལ་ཅིག་འཐོན་འོང་ག་མི་ཤེས། འདི་འབད་མ་ད་ ཁྱོད་ཀྱིས་གནད་ དོན་ལ་ལོ་ཅིག་བཀོད་ཐངས་ལུ་ གན་པ་བཏོན་དགོ།



ཐབས་ལམ།

རང་ལུ་དགོ་པའི་ འབྲུང་ཁུངས་ ཡང་ན་ ཡིག་ཆ་ཚུ་ འཛོལ་ནི་དེ་ འཇམ་ཉིང་ཉོ་མེད། ཐབས་ལམ་ ཟེར་མི་ཚིག་འདི་ སློབ་རིག་གི་ཞིབ་འཛོལ་དང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ རྒྱུད་ཀྱི་ཞིབ་དཔུང་གི་དོན་ལུ་ ལཱ་འབད་མཁུ་ད་ ལག་ལེན་འཐབ་ནིའི་ ཐབས་ཤེས་ ཅིག་ཡིན། རྒྱུད་ལུ་ཡིག་ཆས་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་དང་ དངོས་སུ་འབྲི་བ་དྲི་ལན་འབད་ནི་ སུ་ཁོངས་ལུ་ལྷ་བསྐྱར་འབད་ནི་བཅུ་ཉེ་ ཐབས་ལམ་ལེ་ག་ཅིག་ལུ་བརྟེན་དགོ། རྒྱུད་ཀྱིས་འབྲུང་ཁུངས་ ག་དང་ག་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ཡིན་ན་ རེ་རེ་ལུ་ ཅུས་ཚེད་ག་དེམ་ རེ་བྱིན་ནི་ཡིན་ན་ རྒྱུད་རའི་ཞིབ་འབྲམ་ཚུ་ ག་དེ་སྟེ་ བདེན་དཔུང་འབད་ནི་ཡིན་ན་ ཐག་བཅད་དགོ།

ཐབས་ལམ་གྱི་འཆར་གཞི་ བརྩམ་པའི་སྐབས་ལུ་ ལག་ཆེད་གཏོ་ཅིག་ བར་ཆད་འབྲུང་སྤྱིད་པའི་ཉེན་ལ་ མེས་མ་ཁར་བཞག་གོ། དེ་ཡང་ རྒྱུད་ལུ་དགོ་པའི་ ཡིག་ཆ་དེ་ ཐོབ་མ་ཚུགས་པ་ ཡང་ན་ འབྲུང་ཁུངས་གཙོ་ཅན་དེ་གིས་ རྒྱུད་ལུ་ལོ་རྒྱུས་ སྐབས་བརྒྱུ་པ་ཅིན་ རྒྱུད་ཀྱི་འཆར་གཞི་ ༡ པ་དེ་ ག་ཅི་ཡིན་མ་? རྒྱུད་ཚད་མཉམ་པའི་ རྒྱབ་སྐྱོར་ ཡང་ན་ བདེན་ཁུངས་ཀྱི་ རྒྱབ་བྱེད་ གཞན་ ཐོབ་ཐབས་ཡོད་ག་?

རྒྱུད་རའི་ཐབས་ལམ་ གཏན་འཁེལ་བཟོ་ཞིན་མ་ལས་ ཞིབ་དཔུང་གི་དོན་ལུ་ འཆར་དཔུང་དང་བཅས་པའི་ འབྲུང་རིམ་ཅིག་ བཟོ་དགོ། འབྲུང་རིམ་དེ་ཡང་ རྒྱུད་ཀྱི་ཞིབ་དཔུང་དེ་ལུ་ ཅུས་ལུན་ག་དེམ་ཅིག་ འགོར་འོང་ག་ མོ་ཚོད་དཔག་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན། འབྲུང་རིམ་དེ་ནང་ ཡིག་རིགས་ལྷག་ནི་དང་ ཅི་བ་དྲི་ལན་འབད་ནི་ ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྟོན་ནང་འཛོལ་ནི་ གནས་ཚུལ་འབྲི་ནི་ཚུ་ རེ་རེ་བཞིན་ཅུ་ལུ་ རྒྱུད་ཚད་ག་དེམ་རེ་ དགོ་པ་ཡིན་ན་བཀོད་དགོ།

ལས་སྐྱོལ་སོ་སོའི་དོན་ལུ་ ཅུས་ཚོད་འགོར་དོ་བཟུམ་སྟེ་ འབྲུང་རིམ་བཀོད་པའི་སྐབས་ གནད་དོན་གལ་ཅན་གཉིས་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ ཞག་དུས་དང་ གཞན་གྱི་ཉེ་མ་བཏོན་དགོ་པའི་ འགྲན་བསྐྱར་དེ་ཡིན། གནས་ཚུལ་དེ་བཏོན་ནི་གི་ཆོས་གྲངས་ ཉེ་མ་ལས་ གཏན་འཁེལ་བཟོ་ཆར་བ་ཅིན་ ཅི་བ་དྲི་ལན་དང་ ཞིབ་འཛོལ་འབད་དགོ་པ་ཚུ་ ཅུས་ཚོད་དེ་ཁར་ཚུད་པ་སྟེ་འབད་དགོ། རྒྱུད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དེའི་སྟོན་ ཚུམ་སྒྲིག་པ་ལུ་ རོ་སྟོད་འབད་མ་ཡིན་པ་ཅིན་ རྒྱུད་ཀྱི་རོ་སྟོད་དེ་ནང་ གནས་ཚུལ་དེ་ ཅམ་ག་སྒྲིག་ཚུད་འོང་ག་ ཆོས་གྲངས་ཀྱི་མོ་ཚོད་ཅིག་བཀོད་དགོ། རྒྱུད་ཀྱིས་འབྲུང་རིམ་ཅིག་ བཟོ་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཅུས་ཚོད་ཀྱི་སྟོན་ལས་ ལོ་རྒྱུས་སྐབས་ནི་ལུ་ བྱ་སྐབས་བདེམ་ཡིན།

གནས་ཚུལ་གྱི་བརྗོད་དོན་དེ་ མི་མང་ལུ་ སློབ་སྦྱོར་འབྲུང་ཚུགས་ནི་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་ རང་དང་འགྲན་བསྐྱར་འབད་མི་ བན་བརྒྱུད་ གཞན་གྱིས་ཡང་ གནད་དོན་དེ་ལུ་ བཟླ་དོ་ཡོད་པ་འོང། དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ གནས་ཚུལ་དེ་ ག་དེམ་གྱུགས་མ་གྱུགས་བཏོན་དགོ་པའི་ འགན་ཁག་ཐབས་ཅིག་ཡོགས་ཡིན། དེ་འབད་མཁུ་ ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་ཚུ་ ག་ཐོབ་སྟེ་ བཏོན་ནི་དང་ ཟད་འགྲོ་ཕབ་སྟེ་བཏོན་པ་ཅིན་ ཁྱིམ་སུ་ལུགས་དང་འབྲེལ་བའི་ དཀའ་ངལ་ཚུ་འཐོན་འོང། རྒྱུད་ལུ་འབྲུང་རིམ་ཅིག་ བཟོ་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཞིབ་དཔུང་ མཁུག་མ་བསྐྱར་རུང་ འོས་འཚམས་ལྷན་པའི་གནས་ཚུལ་ཅིག་ བཏོན་ཚུགས་ནི་གི་ ཅུས་ཚོད་ཅིག་ ཐག་བཅད་ཚུགས།

འཆར་དངུལ།

ཁྱོད་ཀྱི་ལས་འགུལ་འཆར་གཞིའི་ ཆེན་མོ་གཙོ་བོ་ གཞན་མི་གཅིག་ འཆར་དངུལ་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱི་ཞིབ་དཔྱད་དེ་ལུ་ མ་དངུལ་དང་ ཐོན་ཁུངས་གཞན་ ག་དེ་མ་ཅིག་ དགོ་པ་ཡོད།

འཆར་དངུལ་གྱི་གངས་སུ་རྒྱུ་དགོ་པ་ལ་ལོ་ཅིག་:

- ▶ འགྲོ་འགྲུལ་ཟད་འགྲོ་ - ཁྱོད་ར་དང་ ཁྱོད་རའི་འབྲུང་ཁུངས་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ གནམ་གཤེད་སྒྲ་ཆ་དང་ སྤྱི་འཁོར་བརྒྱ་གྲ་ གནམ་གྲ་ བཟའ་འབྲུང་གི་རིན།
- ▶ གྲོས་བསྟུན་གྲ་འབྲུས་ - དཔེར་ན་ སྐད་སྒྱུར་པ་དང་ ཡིག་ཐོག་ལུ་ཕབ་མི་ ཡང་ན་ ཞབས་དྲོག་བྱིན་མི་གཞན།
- ▶ བརྒྱུད་ཁྲེལ་/བརྒྱ་དོན་སྤྱོད་ལེན་གྱི་ཟད་འགྲོ་ - བརྒྱུད་འཕྲིན་གྱི་ཕྱི་མ་ཐོ་ ཡང་ན་ ཡོངས་འབྲེལ་སྤྱོད་འབྲུས།
- ▶ ཡིག་ཆས་འཛོལ་ནི་ ཡང་ན་ རོས་སྒྱུར་ཚན་གྱི་ ཡིག་ཆའི་འདྲ་བཤུས་ ལེན་ནིའི་སྒྲ་འབྲུས།

ཕྱི་ཚན་ཐོག་ལུ་ ལཱ་འབད་མ་ཡིན་པ་ཅིན་ འཆར་དངུལ་གྱི་གངས་སུ་ གོ་བསྐྱར་ཞལ་འཛོམས་ ཡང་ན་ ས་ཁོངས་བལྟ་སྒྲོར་ཚུ་ ཡང་རྒྱུད་དགོ།

འཛམ་གླིང་ནང་གི་ གནམ་ཚུལ་ལས་ཁང་ཚུ་ལུ་ མ་དངུལ་ལང་མ་མེད་པའི་ དཀའ་ངལ་ཡོད། ལུ་ཨེ་མི་གི་ གསར་ཤོག་ལས་ཁང་ སྤྱི་ཚུ་གིས་ ཞིབ་དཔྱད་ཀྱི་དོན་ལུ་ མ་ཅ་བཅུགས་མི་དེ་གིས་ གོང་འཕེལ་འགྱོ་བའི་བསྐྱར་གི་ རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་ གསར་ཤོག་ རྒྱུད་ཀྱི་ཅིག་ལུ་ ལོ་ཅིག་གི་ཟད་འགྲོ་ལང་ཚུགས། ཁྱོད་ར་ མ་དངུལ་མེད་པའི་ གསར་ཤོག་ཅིག་ནང་ ལཱ་འབད་མི་ཡིན་པ་ཅིན་ རིག་ཅུལ་གྱི་སྒྲོ་ལས་ རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་འབྲུང་ཁུངས་གཞན་ འཛོལ་བ་ཅིན་དག། དེ་ཡང་ རྒྱལ་སྤྱིའི་གྲོགས་རམ་ལས་ཚོགས་ལས་ འགོ་བཙུགས་པ་ཅིན་ ལེགས་ཤོམ་འོང། ཨིན་རུང་ གྲོགས་རམ་བྱིན་མི་ཚུ་གི་ ཀྱན་སྒྲོང་བཟུང་དགོ་པ་འདི་གལ་ཆེ། གཞན་མི་གཅིག་འདི་ མི་ཚོགས་མ་དངུལ་ བསྐྱེད་འབད་ནི་དེ་ཡིན། དེ་ངས་ ཞིབ་བརྟག་བརྒྱུད་ལས་འགུལ་གྱི་དོན་ལུ་ མ་དངུལ་འཛོལ་ནི་དེ་ དར་ཁུབ་འགྱོ་དོ། ཨིན་རུང་ དེ་ལུ་དོ་འགྲན་འབད་མི་ ལེ་ཤ་འཐོན་མ་ལས་ ཐོབ་ཚུགས་པར་ ལཱ་ཁག་ཡོད།



གྲོགས་རམ་གྱི་ འོས་བབ་ཡོད་པའི་ མཐུན་ཚོགས་དང་ མི་ཚོགས་མ་དངུལ་བསྐྱེད་ དེ་ལས་ མཐར་འཁྲུལ་ཚན་གྱི་ ལས་འགུལ་ཚུ་གི་ དཔེ་ཆ་དང་ འོག་གི་ཡོངས་འབྲེལ་བ་བྱང་ཚུ་ནང་ལས་ འཐོབ།



@ <http://gijn.org/resources/grants-and-fellowships/>

@ <http://gijn.org/resources/crowdfunding-for-journalists-2/>

བརྒྱུད་ལས་ཁང་ཤོས་ཅིག་གིས་ གནམ་ཚུལ་གྱི་འབྲུང་ཁུངས་ཚུ་ལུ་ སྒྲ་འབྲུས་སྤྱོད་ནི་དེ་ གནམ་སྐབས་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་མེན་མ་ འབད་ ཆབ་ཞག་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ སྒྲ་འབྲུས་སྤྱོད་པ་ཅིན་ ཁོང་གིས་ཤོབ་རྒྱུ་ནི་དང་ གནད་དོན་ཚུ་ལུ་ སྒྲོ་བརྟགས་ནི་གི་ གོ་ སྐབས་བྱིན་པའི་ཁར་ ལྷག་པར་དུ་ འབྲུང་ཁུངས་ཚུ་གིས་ ཁོང་གི་བསམ་བཤད་ཚུ་ ཕྱིར་བཏོན་འབད་བ་ ཡང་ན་ དམའ་མཐ་ འབད་བ་ཅིན་ སྒྲ་འབྲུས་སྤྱོད་ནི་དེ་གིས་ བཟུབ་ལོག་རྒྱུ་ཡིན། དེ་བཟུམ་གྱི་ཀྱན་སྒྲོང་དཔྱད་པ་གིས་ ཁྱོད་རའི་གསར་ཤོག་གི་ མིང་ གཏམ་མེད་པ་གཏང་ནི་ ཡང་ན་ ཁྱོད་ཀྱི་ཞིབ་བརྟག་གནམ་ཚུལ་དེ་ལུ་ དོགས་པ་ཆགས་འོང། ཨིན་རུང་ རེ་ཆེ་སྐབས་ ལ་ལོ་ཅིག་ ལུ་ ལུས་ཚོད་ཚོགས་མི་དང་ འགྲོ་འགྲུལ་གྱི་ཟད་འགྲོའི་རྒྱུ་འབྲུས་ ལུ་མ་ག་རེ་སྤྱོད་ནི་ཡོད། དེ་གི་སྐབས་ལུ་ རྒྱགས་གཉིས་ར་

གིས་ དངུལ་དེ་ ག་ཅི་གི་དོན་ལུ་ཡིན་ན་ ལ་གསལ་སྤྱེ་ཤེས་དགོས་དང་ དངུལ་དེ་ཡང་ ཉུང་མཐའི་ཚད་གཞི་གུ་སྤྱོད་དགོ། འབྲུང་
ཁུངས་ཚུ་གིས་ ཁྱོད་དང་ ཁྱོད་ཀྱི་གསར་ཤོག་ལུ་ བར་དོན་བྱིན་ཏེ་ ཆ་རོགས་འབད་མ་མེན་པར་ གཞོད་སྤྱོད་བྱུང་མི་ མི་སྡེ་ ཡང་
ན་ སྤྱི་ཚོགས་ལུ་ གོགས་རམ་འབད་མ་ཡིན་མེས་སྤྱེ་ འབྲུང་ཁུངས་ཚུ་ལུ་ བར་གསོ་འབད་དགོ།

འགོ་དཔོན་ཅིག་ལུ་ བཅར་ཐབས་དང་ བར་དོན་ཐོབ་ནི་ལུ་ རན་གསུག་བྱིན་ནི་དེ་ཡང་ ལཱ་རན་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་མ་དང་ མི་
སྡེ་ལ་ལོ་ཅིག་ནང་ ལ་ཟས་ལག་ཟས་ཕུམ་ཕྱེམ་ དཔེར་ན་ མངར་ཆུ་ལ་སོགས་པ་ དུམ་གྲ་རེ་ མཁོ་འདོད་བཏོད་སྤོལ་ཡོད། དེ་
བཟུམ་མའི་གནས་སྐབས་ནང་ མི་ཚུ་སེམས་མ་ལྟ་བུ་ཅིན་ ལཱ་འབད་ཚུགས་པར་ ལཱ་ཁག་ཡོད། ཡིན་རུང་ དེ་བཟུམ་མའི་སྐབས་
རྒྱུ་གི་ སྤྱོད་ལེན་ཚུ་གིས་ཡང་ ཁྱོད་ཀྱི་ཞིབ་དཔྱད་ཀྱི་ལཱ་ལུ་ ཉེན་ཁ་ཡོད། ཨ་ཉུག་བྱིན་སྤོལ་ཡོད་པའི་ སྤྱོད་རྒྱུ་གི་ཟས་ཡིན་རུང་
ལས་བྱེད་པ་དེ་གིས་ ཁོ་རའི་འགོ་འཛིན་ ཡང་ན་ དོ་འགྲན་འབད་མི་ བར་བརྒྱུད་ལས་ཁང་ཚུ་ལུ་སྤྲོལ་བ་ཅིན་ རན་གསུག་བྱིན་པའི་
གངས་སུ་ཚུད་པ་ཡིན། དེ་བཟུམ་བྱིན་ཡོད་པའི་སྐྱོར་ ཉུག་བཤད་ཐོན་པ་ཅིན་ གནས་ཚུལ་ལྷག་མི་ཚུ་ལུ་ འོས་ལྷན་གྱི་བདེན་ཁུངས་
བཏོད་ཐབས་འབད་དགོ། མ་གཞི་གིས་ དེ་བཟུམ་གྱི་རན་གསུག་ ཕུམ་ཕྱེམ་བྱིན་ཏེ་ མཐུན་ལམ་བཟོ་ནི་མེན་པར་ རང་གི་ལཱ་གི་
གལ་གནད་བཤད་པ་རྒྱབ་སྤྱོད་ མཉམ་འབྲེལ་དང་ མཐུན་ལམ་བཟོ་བ་ཅིན་ ལེགས་ཤོམ་ཡིན།

གནས་ཚུལ་དོ་སྤྱོད་འབད་ནི།

ཁྱོད་རའི་གནས་ཚུལ་ལས་ཁང་གིས་ ཁྱོད་ལུ་གནས་ཚུལ་ཅིག་ འབྲི་ནིའི་ལཱ་འགན་སྤྱོད་ཡོད་པ་ཅིན་ ཁྱོད་ཀྱི་ཞིབ་དཔྱད་ཀྱི་དོན་ལུ་
ལཱ་གི་གོ་རིམ་དང་པ་འདི་ ད་ལྟོ་གོང་ལུ་ བཤད་པ་རྒྱབ་མི་འཆར་གཞི་ བཅུ་ནི་ཚུ་ཡིན། དེ་འབད་མ་དང་ ཁྱོད་ར་ རང་དབང་བཟོ་
བརྒྱུད་པ་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་ ཚུམ་སྤྱིག་པ་ལུ་ ཡིད་ཆེས་བརྟེན་ཚུགས་པའི་ གནས་ཚུལ་དོ་སྤྱོད་ཅིག་ འབྲི་དགོས་གལ་ཆེ། དོ་སྤྱོད་
ལེགས་ཤོམ་དེ་ཡང་ གནས་ཚུལ་དེ་ ག་ཅི་གི་སྤྱོད་ལས་ཡིན་ན་ བཤད་པ་རྒྱབ་ཡོད་པའི་ གསལ་སྤྱེ་ཅིག་ཡིན་པའི་ཁར་ ཚུམ་
སྤྱིག་པ་དེ་ལུ་ གནས་ཚུལ་དེ་ དཔར་སྤྱོད་འབད་ནི་གི་ བརྒྱུད་སྐྱུལ་འབད་ཚུགས་པ་ཅིག་དགོ། དོ་སྤྱོད་དེ་ནང་ འོག་གི་ཆ་གསུམ་ཚུ་
ཚུད་དགོ།

- ▶ སྤྱོ་ཅ་ཅིན་གྱི་ མཁྱེན་ཅིག།
- ▶ གནས་ཚུལ་གྱི་བཅུད་སྤྱད་ཅིག།
- ▶ གནས་ཚུལ་དེ་ ལྷག་མི་ཚུ་ལུ་ ག་ཅི་སྤྱོད་ ཁག་ཆེས་ཡིན་ན།
- ▶ ཐབས་ལམ་མདོར་བསྟུས་ཅིག།
- ▶ འབྲུང་རིམ་ཅིག།
- ▶ འཆར་དངུལ་ཅིག།

གནས་ཚུལ་ལས་ཁང་ལོ་ཅིག་གིས་ གནས་ཚུལ་དེ་ བཏོན་ཐངས་ཀྱི་གནས་སྐབས་མ་འདུམ་ དཔེར་ན་ བརྒྱུད་ཐང་དང་ ཆོད་
རིས་ ཡང་ན་ སྤྱི་གདངས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ སྤྱོད་དགོ་པའི་རེ་བ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་རུང་ ལ་ལོ་ཅིག་གིས་ དེ་གི་གོས་ཐག་བཅད་ནི་གི་
འགན་འཁུར་དེ་ ཚུམ་སྤྱིག་པ་དང་ གནས་ཚུལ་བཟོ་བཏོད་པ་ཚུ་ལུ་ བཞག་པ་ཡིན། ག་དེ་སྤྱོད་ར་ཡིན་རུང་ སེམས་ཁར་བཞག་
དགོས་ཅིག་ ཡང་ཅིན་ གནས་ཚུལ་ལས་ཁང་དེ་གིས་ ཁྱོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དེ་ མི་དགོས་འོང། དེ་གིས་སྤྱོད་ གནས་ཚུལ་དོ་སྤྱོད་
གསལ་བཤད་ནང་ལུ་ རེས་མཁོ་བའི་བར་དོན་ཚུ་མ་གཏོགས་ རང་གིས་ཞིབ་དཔྱད་འབད་ཡོད་པའི་ ཞིབ་འབྲས་ཚུ་ བཏོད་ནི་མི་
འོང། དེ་ཡང་ ཁྱོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གྱི་གནས་སྐབས་དེ་ གནས་ཚུལ་ལས་ཁང་ གཞན་ཅིག་ལུ་ དོ་སྤྱོད་འབད་ཚུགས།

རང་རྒྱུ་གིས་འབད་ནི་ ཡང་ན་ སྤྱེ་ཚན་བཟོ་ནི།

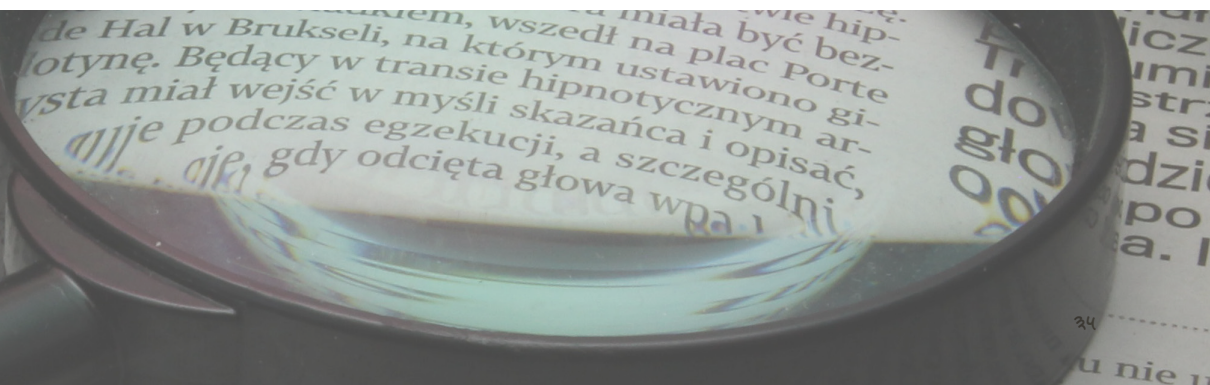
ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་ཅིག་ རང་རྒྱུ་གིས་འབད་དགོ་པའི་ རྒྱ་མཚན་ལེ་གཡོད་མི་དེ་ཡང་།

- ▶ གནས་ཚུལ་དེ་གི་རྒྱ་ཚད་དེ་ རང་གིས་འབད་ཚུགས་པ།
- ▶ དེ་ལུ་མཁོ་བའི་ འཛུལ་ཁུངས་ ཡང་ན་ འབྲེལ་གཏུགས་ཚུ་ ཆམ་ཉམ་མེད་རུང་ མངཤོས་ཅིག་ རང་ལུ་ཡོད་པ།
- ▶ སྤྱེ་ཚན་གྱི་མཉམ་རྟམ་ཚུ་ལུ་ གྲོ་གཏད་ཚུགས་མི་ཚུགས་ བེ་ཚེས་ཡོད་པ།

ཨིན་རུང་ འཕལ་འཕལ་སྤེ་ ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་ཚུ་ རྒྱ་ཆེད་གསལ་ལུ་འགྱུར་ཏེ་ མི་ཅིག་གིས་ འབད་མ་ཚུགས་པ་ཨིན། ལག་པ་ལེ་གཡོད་པ་ད་ ལཱ་འཇམ་པའི་ཁར་ མིག་ཏེ་ལེ་གཡོད་པ་ད་ གནས་ཚུལ་གྱི་མཐོང་རྒྱ་ཆེ་བ་མ་ཚད་ མི་ཅིག་གིས་ ག་མཚན་འབད་ནི་འཕྲོམ་ཨིན།

ཚུད་ཀྱིས་ གནས་ཚུལ་ཅིག་ སྤྱེ་ཚན་བཟོ་སྟེ་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་ནི་སྟེ་ ཐག་བཅད་པ་ཅིན་ ལཱ་གི་རིམ་པ་ཐེབས་ བཅུམ་ དགོ་པ་ཡོད། དང་པ་ར་ ལས་འགྲུལ་འཛུལ་སྤྱོད་པ་ཅིག་ ཐག་བཅད་དགོ། མི་རོ་དེ་ ཉ་ཅང་གིས་ གལ་ཅན་ཨིན་མི་དེ་ ཁོ་ གིས་འབད་ སྤྱེ་ཚན་གྱི་འཕུས་མི་གཞན་ གེ་ར་ལས་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཕན་འདེབས་ལངས་ ཐོབ་ཚུགས་པ་ དེས་གཏན་ བཟོ་དགོ་པའི་ཁར་ དེ་ཚུ་གེ་ར་ གཅིག་ཁར་བསྐྱེད་ཀྱིས་འབད་དགོ། གོ་རིམ་གཉིས་པ་དེ་ གོ་བསྐྱར་ཞལ་འཛོམས་ཅིག་ འགོ་ འདྲེན་འཐབ་སྟེ་ འཕུས་མི་ཆམ་ཉམ་འཛོམས་ཏེ་ གནད་དོན་དེ་འོ་སྐོར་ རིག་བསྐྱར་འབད་ཞིན་མ་ལས་ ག་ཅི་འབད་དགོ་པ་ ཨིན་ན་ ཐོ་ཡིག་ཁ་གསལ་ཅིག་བཟོ་དགོ། བྱ་རིམ་དེ་གི་དོན་ལུ་ སྤྱི་ག་བཀོད་ཅིག་བཟོ་སྟེ་ ཐག་བཅད་དགོ།

- ? སྤྱེ་ཚན་གྱི་འཕུས་མི་ཚུ་ ཏུས་ཚད་ནམ་དང་ ག་དེ་སྟེ་ བརྒྱད་འབྲེལ་འཐབ་ནི་ཨིན་ན?
- ? ཞུན་དག་གི་བྱ་རིམ་ ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་ཨིན་ན?
- ? སྤྱེ་ཚན་གྱིས་ ཞིབ་དཔྱད་ཀྱི་སྐབས་ལུ་ བྱ་སྐབས་མ་བདེམ་བྱུང་མི་ཚུ་ ག་དེ་སྟེ་ སེལ་ནི་ཨིན་ན?
- ? མཐར་ཐུག་གི་གནས་ཚུལ་ལུ་ འཕུས་མི་ཆམ་ཉམ་གྱིས་ ག་དེ་སྟེ་ མོས་མཐུན་འབྱུང་ནི་ ཨིན་ན?
- ? ཟད་འགོ་ག་ཅིར་ གཏང་ནི་ཨིན་ན?
- ? སྤྱེ་ཚན་དེ་གིས་ གསར་བའི་ཐོག་ལུ་ཉན་ནི་ཨིན་ན་ གསར་བའི་ཐོག་ལུ་འབད་ནི་ཨིན་ན་ ཡང་ན་ ཁག་ཆེ་བ་ཅིན་ ཡིག་ཆ་ཚུ་ལུ་ རིན་འཕུས་སྤྱོད་ནི་ཨིན་ན?



ཁོ་པོ་ཉམས་ལྷོད་ བཀའ་ཐབས་ལུ་ ལཱ་འགན་ཚུ་ཡང་ ཉིང་སངས་ས་བཟོ་དགོ། གཤམ་སྤྱི་ སྤྱི་ཚན་གྱི་འཕུས་མི་ཅིག་ གནས་
ཚུལ་ལས་ཁང་ཅིག་གི་ བཀོད་ཚོགས་འཕུས་མི་ཡིན་པ་ཅིན་ བཀོད་ཚོགས་ཀྱིས་ སྤྱི་ཚན་འདི་གི་ཞིབ་དཔྱད་སྐོར་ལས་ གོས་ཐག་
བཅད་པའི་སྐབས་ མི་དོན་གིས་ འབྲེལ་གཏོགས་མེད་པར་ ཟུར་སྤྱོད་དགོ། དེ་མ་ཆད་ ལས་འགུལ་འཛིན་སྐྱོང་པ་དང་ ལས་
ཚོགས་ཀྱི་འགོ་འཛིན་གྱི་བར་ན་གི་ འབྲེལ་བ་དེ་ཡང་ ལེགས་ཤོམ་སྤེལ་ ཉ་གོ་དགོ། དེ་ཡང་ རེ་སྐབས་ཅིག་ འབྲེལ་གཏོགས་པ་ཚུ་
ལས་ ཉ་གོ་ཚུགས།

སྤྱི་ཚན་དེ་གིས་ གནས་ཚུལ་གྱི་གནད་དོན་དེ་གི་སྐོར་ལས་ གོམས་སྤང་འབད་དགོ། འཕུས་མི་གེ་ར་གིས་ ཞིབ་དཔྱད་དེ་གི་སྐོར་
ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་གེ་ར་ ཉ་གོ་ཡི་ག་? སྤྱི་ཚན་འདི་ མི་མང་གི་འཕུས་མི་ཡིན་པའི་ཆ་ལས་ གནད་དོན་འདི་ནང་ དང་འདོད་ག་ཅི་
སྟོན་ བྱ་སྤེལ་བཟང་པོ་དང་ གྲུན་སྤྱོད་ནུམ་གཞག་གི་སྐོར་ལས་ཡང་ གོས་བསྐྱར་འབད་དགོ།

ལས་འགུལ་འཛིན་སྐྱོང་པ་དེ་ ཞིབ་དཔྱད་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་པ་ཡིན་མ་ལས་ རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་ སྤྱི་ཚན་དང་འབྲེལ་བ་འབབ་ཐོག་ལས་
སྤྱི་ཚན་གྱི་འཕུས་མི་ གཞན་ཚུ་ལུ་ ལཱ་གི་གོ་རིམ་ཚུ་གི་སྐོར་ བརྟེན་སྤེལ་དགོ། འཛིན་སྐྱོང་པ་དེ་གིས་ མཐའ་མཇུག་ལུ་ གནས་
ཚུལ་དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ མི་མང་གི་བརྒྱུད་ལུ་ ས་གནས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་དེ་འཛིན་པ་ལས་ ཤེས་བྱ་བྱེད་གཏང་ཚུགས་པ་ དེས་གཏན་
བཟོ་དགོ།

སི་པོ་ལའི་ཤི། (Spotlight)

སི་པོ་ལའི་ཤི་མེད་ཀྱི་ ཞིབ་འཇུག་ཚུ་ ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ གནས་ཚུལ་ལས་ཁང་གཅིག་གི་
མེད་ཀྱི་གསལ་བྱེད་དེ་མེད་ཀྱི་ ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ཡིན་མས།

སྤྱི་ལོ་༢༠༠༩ ལུ་ སྤུ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ བར་བརྒྱུད་པ་མེད་ཀྱི་ཅིག་གིས་ སྤུ་ལོ་ལོ་ལོ་ ཡེ་
ཤུ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ ལ་ལུ་ཚུ་ལུ་ ཚུལ་མེད་ཀྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ གསལ་བྱེད་ཀྱི་ བཞག་ཡོད་མི་དེ་
མེད་ཀྱི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་

ཁོང་གི་གནས་ཚུལ་དེ་ མེད་ཀྱི་ལས་ཁང་གཅིག་ བར་བརྒྱུད་པ་ལས་ཁང་གཅིག་གིས་ཡང་
ཁོང་ལོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ དེ་བཅུ་མེད་ཀྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་ནི་ འགོ་བཙུགས་ཀྱི།

ཞིབ་དཔྱད་དེ་མེད་ཀྱི་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལུ་ སི་པོ་ལའི་ཤི། (Spotlight) ཟེ་མི་ སྤྱི་ལོ་
ལོ་ གསལ་བྱེད་ཀྱི་

Vs.

ཕུ་ན་མ་པེ་པེ། (Panama Papers)

ཕུ་ན་མ་པེ་པེ་ ཚུལ་སྤྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ དེ་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ཡིན་མས།

ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ ཚུལ་ལས་ ༢༠ དེ་ཅིག་ལོ་ལོ་ བར་བརྒྱུད་པ་༢༠༠ དེ་ཅིག་གིས་ ཕུ་ན་
མེད་ ལེགས་ཤོམ་ལས་ཁང་གཅིག་གི་ གནས་ཚུལ་ལོ་ལོ་ལོ་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་མ་
ད་ ཕུ་ན་མ་ལུ་ མེད་ཀྱི་ལོ་ལོ་ ལེགས་ཤོམ་ལས་ དེ་ལས་གཞན་ཚུ་གིས་ ལེགས་
ལས་གནད་དོན་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཚུལ་ལས་ལོ་ལོ་ དེ་ལོ་ལོ་ལོ་ འཆར་སྤྱོད་པ་ལོ་ བད་
ལོ་ལོ་

ལེགས་ལོ་ལོ་ ལེགས་ཅིག་ དེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ བར་བརྒྱུད་པ་གཅིག་གིས་ ལོ་ལོ་
ལོ་ འབད་མ་ལེགས་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་

འཆར་སྤྱོད་ དེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ ལོ་ལོ་ལོ་ ལོ་ལོ་ ལོ་ལོ་
ལོ་ལོ་ ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ དེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་

དུས་ཚད་འཛིན་སྒྲིབ་

བདེ་བརྒྱུད་ཀྱི་རང་བཞིན་ལས་ དུས་ཚད་ཅིག་ དེས་པར་དུ་དགོས་དུ་ དེང་སང་ བདེ་དོན་ཁྱབ་ཆེད་ དུས་རབས་ཅིག་ནང་ དུས་ཚད་ཀྱི་ ནང་འཁོད་ལུ་ གནས་ཚུལ་དེ་ནང་ ལྷག་བརྒྱུ་པའི་གནད་དོན་ལངས་སྤྱོད་དཔ་བཟོ་དགོ། དེ་གིས་སྤྱོད་ དུས་ཚད་འཛིན་སྒྲིབ་འཐབ་དགོས་ དེ་ ག་ནི་བ་ གལ་ཆེ། དེ་ལུ་ཕན་ཐབས་དགའ་ཕ་ཅིག་ འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད།

གལ་གནད་ཅན་ཚུ་ གཙོ་རིམ་བཟོ་དགོས་

མི་གེ་ར་ ལཱ་འབད་ཐངས་སོ་སོ་ཞིན་མ་ལས་ རང་མཁུ་འཐོམས་ཏེ་ མི་ལུས་ནི་གི་དོན་ལུ་ རང་གི་འཛོལ་བའམ་ སྒྲིན་ཆ་ཚུ་ རོས་འཛིན་ འབད་དགོ། དཔེར་ན་ ཞིབ་དཔྱད་ཅིག་ འགོ་བཙུགས་པའི་སྐབས་ལུ་ རྒྱུད་ཀྱིས་ཡིག་ཆ་ག་དེ་མང་མང་ ལྷག་ནི་ལུ་བཙོན་འོང་། འདི་ འབད་མ་དུ་ ཡིག་ཆ་ལྷག་ནི་དེ་ལུ་ དུས་ཚད་ལེ་ཤ་འགོར་བའི་ལ་ལུ་ རང་གི་དུས་ཚད་ནང་འཁོད་ལུ་ འབད་མ་ཚར་བའི་ ཞིབ་འཛོལ་ འབད་དགོ་པའི་ འབྲེལ་གཏུགས་ཡིག་ཆ་ཚུ་དང་འཕྲད་འོང་། དེ་གིས་སྤྱོད་ སྒྲིག་རིག་ཡོངས་འབྲེལ་ནང་ བདེ་དོན་ཚུ་ དུས་ཚད་ལེ་ཤ་ མ་འགོར་བར་ མཉུགས་པར་ཐོབ་ཚུགས་པའི་ཐབས་རིག་ དཔེར་ན་ མིང་ཆིག་གཙོ་ཅན་ཚུ་ལུ་ ལུང་འབྲེན་གྱི་རྟགས་བཀའ་ཞི་དང་ ཡོངས་འབྲེལ་ནང་གི་ འབྲེལ་གཏུགས་ཡིག་ཆ་ལུ་ བྱག་མར་ཀིར་ (book marking) འབད་ནི་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

འདི་བཟུམ་སྤྱོད་ འཕྲད་ཚུགས་པར་ ལཱ་ཁག་ཡོད་མི་ མཁས་མཆོག་ཕུང་དོག་གཅིག་ལུ་ བརྟེན་ཏེ་མ་སྤྱོད་པར་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མི་རོ་ ག་དེ་མང་མང་ལུ་ འབྲེལ་གཏུགས་འབད་དགོ། རྒྱུད་ཀྱི་ཞིབ་དཔྱད་འདི་ འགོ་བཙུགས་པའི་གནས་སྐབས་འདི་ནང་ གཏིང་ཟབ་འཛོལ་ནི་ བ་ རྒྱུ་ཆེན་འཛོལ་ནི་དེ་ལཱ་གེ།

རྒྱུད་ཀྱི་ཞིབ་འཛོལ་གྱི་ཡན་ལག་ རེ་རེ་བཞེན་དུ་ལུ་ དུས་ཚད་ག་དེ་མ་རེ་དགོས་ཞིན་ན་ དེས་འཛིན་འབད་ནི་ལུ་ དུས་ཚད་རེ་ལྷན་མིག་ཅིག་ ཡང་བཟོ་དགོ། ཞིབ་དཔྱད་ཅིག་ལུ་ འཇུར་བ་མ་འདམ་འབྱུང་སྤྱིད་རུང་ རང་ལུ་དྲན་གསོ་འབད་མི་ འགོ་ཐོག་གི་ལས་སྟོན་དེ་ ལག་ ལེན་འཐབ་དགོ། ཡང་ན་ རང་ལུ་དགོ་མི་ཚུ་ཐོབ་ནི་གི་ ཐབས་ལམ་གཞན་ཅིག་འཛོལ་དགོ།

རྒྱུད་རྒྱུ་འཛོལ་འཆར་དེ་ལུ་ འཇུར་བ་འཕྲོམ་དུ་ ག་སྒྲིག་འབད་ཚུལ་

རྒྱུད་ཀྱིས་ གཞི་རྒྱུ་ཞིབ་འཛོལ་ དུས་ལྷན་ཅིག་འབད་ཆར་ཕུང་དུ་ རྒྱུད་རྒྱུ་འགོ་ཐོག་གི་ དཔག་འཆར་དེ་ བྱེད་འཇུར་ཞིན་པའི་ ཆོར་སྤྱང་ རྒྱུང་པ་ཅིན་ དེ་ལུ་རྒྱུ་རྟོག་མ་ལངས་པར་ རྒྱུད་རྒྱུ་འགན་ཚུལ་གྱི་སྤྱུང་དེ་ བདེ་དོན་གསར་པར་དང་འབྲེལ་ཏེ་ བསྐྱར་སྒྲིག་འབད་དགོ། ཞིབ་དཔྱད་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་འབད་ནི་ལུ་ གོ་ཡངས་པར་དྲན་གསོ་སྤྱོད་ བཞག་དགོས་འདི་ རྒྱུད་ཆོས་གལ་ཅན་གཅིག་ཞིན། བདེན་ལུངས་ ཅན་གྱི་ བདེ་དོན་གསར་པར་ཐོབ་མི་ཚུ་ འཕྲོ་བརྒྱབ་རུང་མ་བརྒྱབ་རུང་ འགོ་ཐོག་གི་དཔག་འཆར་ནང་ སྤྱང་བཙོང་སྟེ་ བཙུགས་ནི་གི་ ཕུས་མ་རྒྱུལ།

རྒྱུ་རྟོན་འདི་ གཞི་བཙུགས་འབད་དེ་ རྒྱུད་རྒྱུ་ཞིབ་འཛོལ་དེ་ལུ་ གཏིང་ཟབ་སྤྱོད་འཕྲོ་ཞིན་མ་ལས་ འབྲེལ་བ་མེད་པའི་གནད་དོན་ཚུ་ བཀོ་བཏང་དགོ། རང་གི་དྲན་ཐོ་ཚུ་ ཡིག་སྟོན་ནང་བཙུགས་ཏེ་བཞག་པ་ཅིན་ བྱལ་མའི་གནས་ཚུལ་ཅིག་ལུ་ ཕན་ཐོགས་ཚུགས་པར་འོང་། གཞུང་འབྲེལ་གྱི་བསམ་བཀོད་ ལུངས་ལྷན་ཚུ་ལུ་ བཟུ་ཞིན་མ་ལས་ སྤྱོད་པ་ཅན་གྱི་འབྱུང་ལུངས་དང་ འབྲེལ་གནད་ཅན་ཚུ་ལུ་ གཙོ་ རྟགས་བཀའ་དགོ། རྒྱུད་རྒྱུ་འགན་ཚུལ་ལུ་ ཡོད་མི་ཚུ་གི་ཆ་བ་ལུ་ སྤྱོད་པར་ལེགས་ཀྱང་ཚུ་འཛོལ་དགོ། འདི་གི་སྐབས་ལུ་ རྒྱུད་ཀྱིས་ གནད་དོན་དེ་གི་སྐོར་ལས་ ལྷག་པར་དུ་ ཉ་ལོ་ཚུགས། རང་ལུ་ཁྱེས་དོན་གྱི་ཉེས་འཛུགས་ འོང་ཞི་མེད་པ་ཅིག་བཟོ་དགོ། རང་གིས་ བདེན་དཔྱད་འབད་མ་ཚུགས་མི་ ག་ཅིར་ཡོད་རུང་ བཀོ་བཞག་དགོ། རྒྱུད་རྒྱུ་འགན་ཚུལ་དེ་ན་ལོང་མེད་བཟུ་ ཞིན་མ་ལས་ ཡོད་པ་ཅིན་ མཐུན་སྒྲིག་འབད་ཚུགས་ མི་ཚུགས་བཟུ་དགོ། རྒྱུད་རྒྱུ་འགན་ཚུལ་དེ་ན་གྱི་ འབྱུང་ལུངས་ཚུ་གིས་ དེ་གི་ སྐོར་ལས་ ག་ཅི་སྤྱོད་ནི་འདུག་? བསམ་འཆར་ཚུ་གེར་ དྲན་ཐོ་བཀོད་ཞིན་མ་ལས་ ལོག་ཅི་ལོག་ཅི་ བདེན་དཔྱད་འབད་དགོ།

ཁྱོད་ར་ ལཱ་འབད་ཡི་ར་འགྱུ་བའི་བར་ན་ ག་དེ་སྤྱེ་ འགྱུ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་ན་གི་སྒོར་ལས་ ཁྱོད་ར་འི་ཚུ་མ་སྤྲིག་པ་ལུ་ སྤན་ཁྱུ་འབད་བ་ཅིན་ ཁོ་ལུ་ཤོག་གངས་བདེ་སྤྲིག་འབད་ནི་ལུ་ ཕན་ཐོགས་འོང། དེ་ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས་ ག་དེ་མ་གྱུགས་མ་གྱུགས་འབད་དགོ། དེ་མ་ཚད་ དམའ་ འབབས་དང་ ཁྲིམས་ཀྱི་གནད་དོན་རེ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཚུ་མ་སྤྲིག་པ་ལུ་སྤབ་དགོ། ཚུ་མ་སྤྲིག་པ་གིས་ མཐའ་དབྱེད་འགྱུ་མི་གནས་ཚུལ་དེ་ བསྐྱབ་བྱའི་དོན་ལུ་ ཁྲིམས་ཚུད་པ་ཅིག་ལུ་ གཏང་ནི་འོང།

ཤུལ་མའི་ལེའུ་དེ་ནང་ ཞིབ་འཇོལ་གྱི་ལཱ་ འགོ་བཙུགས་པ་ད་ཅིག་ཁར་ ཁྱོད་ར་འི་གནད་སྤྱད་ ཉན་སྤྱང་འབད་ཐངས་ཚུ་ སྤོན་ནི་ཨིན།



ལེའུ་ལ བ་

གནད་སླད་ཉེན་སྲུང་གི་ ཐབས་ལམ།

ཞིབ་བརྟག་བད་བརྒྱུད་པ་ཚུ་གིས་ ཞིབ་འཚལ་གི་སྐབས་ལུ་ བད་དོན་མང་རབས་ཅིག་
བསྐྱུ་བསྐྱེམ་དང་ མིར་འདོན་འབད་མི་ཚུ་ མང་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ འབྲུལ་འཕྲིན་ ཡང་ན་ གློག་
རིག་ཐབས་འཕྲུལ་ (device) ཚུ་ནང་ བསལ་བཞག་པ་ཨིན། རྩོད་ཀྱིས་ རང་གི་ཨང་
ཅན་གནས་སླད་ (digital data) ཚུ་ ཉེན་སྲུང་འབད་དེ་ གཞོན་ཉེན་ཚུ་བཀག་
དགོ། ཞིབ་བརྟག་གི་སྐབས་ལུ་ ཚ་གྲང་གཙོ་བོ་གཅིག་ ཨ་ཏྲག་ར་ གནས་ཚུལ་འབྱུང་
ཁུངས་ ། གནས་ཚུལ་བྱུང་ས་ ། ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ ཉེན་སྲུང་ཅན་གི་ བརྒྱུད་འབྲེལ་
འཐབ་ནི་འདི་ཨིན། ལེའུ་འདི་ནང་ ཨང་ཅན་གནས་སླད་ཀྱི་གཞོན་ཉེན་སྐྱོར་ལས་ གྲོས་
བསྐྱུར་འབད་ནི་དང་ ཉེན་སྲུང་ལྷན་པའི་ ལཱ་གི་གནས་སྤངས་བཟོ་ནི་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་
མི་ མཉེན་ཆས་དང་ལག་ཆས་ ལེ་ཤ་ཅིག་ རོ་སྤྱོད་འབད་ནི་ཨིན། འདི་ནང་ལུ་ རྒྱབ་ཆེ་འི་
སྤྱིར་བཏང་གློག་རིག་རིམ་ལུགས་ (Mac, Windows) དང་ ཆས་ཚང་འབྲུལ་འཕྲིན་
(smartphone) (Android, iOS) ཚུ་ལུ་ གཙོ་བོར་བཏོན་ནི་ཨིན།

འགྲེལ་བཤད

འཚལ

འཆར་གཞི

བསྐྱུང་སྐྱེལ

གནས་སྤྱད་ཉེན་སྲུང་འབད་ཐངས།

ཁྱེད་རེ་གནས་སྤྱད་ཚུ་ ཉེན་སྲུང་འབད་དགོཔ་འདི་ ག་ནི་བ་ གཤམ་ཅན་ཅིག་ཡིན་པའི་ནང་ལས་ གཙོ་བོ་ དབང་ལུ་ཅན་གྱི་མི་རོ་ འབྲེལ་གཏོགས་ཡོད་ས་དང་ འགྲོ་བ་མི་ལུ་ རང་དབང་གངས་མེད་པའི་ རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ནང་ ཚུད་ཆོག་ཅན་གྱི་གནད་དོན་ཅིག་ ཞིབ་བརྟག་འབད་མ་ཞིན་པ་ཅིན་ ལྷག་པར་དུ་ གཤམ་ཅན་ཡིན་ཞིན། ཁྱེད་ཀྱི་ལཱ་དེ་ ཕྱིར་ཁྱབ་འགྲོ་ནི་ལུ་ མ་དགའ་མི་ཚུ་གིས་ ཁྱེད་ཀྱི་ཞིབ་འཆོལ་དེ་ལུ་ གཤམ་བཙུག་འབད་འོང་ ཡང་ན་ བྱ་བཟུ་འོང་། རང་ལུ་བར་ཆད་རྒྱབ་མི་བཟུ་ནི་དེ་ ལུ་སྤྱད་པའི་ལཱ་ཅིག་ཡིན་རུང་ ཁྱེད་ཀྱིས་འབད་མི་ཞིབ་བརྟག་གི་གྲུབ་འབྲས་དེ་ མི་མང་ལུ་ ཁྱབ་བརྒྱུ་འགྲོ་ནི་ལས་ བཀག་ཆ་འབད་ནིའི་ དང་འདྲོད་བསྐྱེད་མི་ ག་འོང་སྤྱད་ག་ རང་གིས་རང་ལུ་ འདི་བ་ཅིན་ ལེགས་ཤོམ་ཡིན། མཉེན་བསམ་གཏང་དགོ་པའི་ ཅི་བ་གཞན་ཡང་ མི་རྒྱུ་ཚུ་ལུ་ ཐབས་ལམ་ག་ཅི་འདུག་? ཁྱེད་ཀྱི་ཞིབ་འཆོལ་འདི་ འགྲོ་བ་མི་ལུ་བརྟེན་ ཉེ་ཞིན་ན་ ཡང་ན་ ཡང་ཅན་འབྲུང་ཁུངས་ལུ་བརྟེན་ཉེ་ཞིན་ན་? ཁྱེད་རེ་ལཱ་གི་ཉེན་སྲུང་ལཱ་ ཉེན་སྲུང་ལཱ་གས་ ག་ཅི་ར་ཡོད་?

ཁྱེད་རེ་འབྲུང་ཁུངས་ཚུ་གིས་ཡང་ གན་པ་བརྟན་དགོཔ་འདི་ མོ་མོ་སྤྱོད་ སྤྱབ་མ་དགོཔ་ཅིག་ཡིན། ཁོང་ཆ་ཁྱབ་ལུ་ གཞན་གྱིས་གསང་འཛུལ་ལས་ སྲུང་སྐྱོབ་འབད་ནིའི་ ཉེན་སྲུང་ལཱ་གས་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ ཤེས་གསལ་ཡོད་པ་ རེས་གཏན་བཟོ་དགོ། མ་གཞི་གིས་ ཉེན་སྲུང་བརྒྱུ་ཆ་ཐམས་པ་འདི་ ལཱ་ལས་ར་ འབད་མི་ཚུ་གས། ཡིན་རུང་ ཁྱེད་རེ་ཕྱོག་ཕྱོགས་ཚུ་གིས་ ཁྱེད་ཀྱི་ཐབས་འཛུལ་དང་ དོན་དང་བསམ་གསུང་ཡོད་པའི་ བརྟེན་ཚུ་འཐོབ་ནི་ལུ་ ཉེད་བཀའ་ལཱ་ཁག་དང་ ཟུང་འགྲོ་ཅན་ དུས་ལུ་རིམ་འགོར་ནིའི་ ཐབས་ལམ་བརྟན་དགོཔ་ཡིན།

འོག་གི་ལེའུ་དེ་གིས་ ཁྱེད་ཀྱི་ཐབས་འཛུལ་ཚུ་ སྲུང་སྐྱོབ་འབད་ནིའི་ཕན་ཐབས་ལུ་ ཉེན་སྲུང་ཐབས་རིག་ཚུ་གི་ སྤྱོད་ཚུ་གི་ བཤད་ནི་ཡིན། ཡོངས་འབྲེལ་ནང་གི་རིམ་ལུགས་ཚུ་ ཨ་རྟག་ར་ སྐྱར་བཙུག་འབད་དོ་ཡོད་པ་ལས་ མཉེན་ཆས་ག་ནི་ཡང་ གཞི་བཙུགས་མ་འབད་མ་ལས་ མཐའ་མཐུག་ལུ་ཐོན་ཡོད་པའི་ དུས་མཐུན་རིམ་ལུགས་ རེ་རེ་བཞེན་དུ་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་དགོ། ཞབས་རྟག་དེ་ཚུ་ལུ་ ཟུང་འགྲོ་གཏང་ནི་ལུ་ སངས་སེམས་མ་བསྐྱེད། ཁྲོམ་ཁ་ལས་ མཉེན་ཆས་ཚུ་ རིན་མེད་སྤོང་མར་དང་ རིན་དངུལ་སྤོང་དེ་ འཐོབ་ནི་ཡོད། རང་གི་དགོས་མཁོ་ལུ་ འོས་འབབ་ཆེ་ཤོས་འབད་མི་རིམ་ལུགས་ ག་དེ་ཡིན་ན་བཟུ་ཞིན་པ་ལས་ ཐོན་རིམ་ག་འདི་ ལཱ་ལེན་འཐབ་ནི་ཡིན་ན་ ཐུག་བཅད་དགོ། རབ་ཅས་ཀྱིས་ རྒྱབ་སྐྱོན་འབད་ནི་དེ་ ཡང་ བརྟེན་འཛུལ་རིག་མཁས་མཚན་གཞན་ཚུ་གིས་ རིན་དངུལ་སྤོང་མ་དགོ་པར་ གསང་ཡང་ལེན་ཚུགས་པའི་ ཀྱན་ཁྱབ་མཉེན་ཆས་ཚུ་ ཐོབ་ཚུགས་ག་མི་ཚུགས་བཟུ་དགོ། ཀྱན་ཁྱབ་མཉེན་ཆས་ཚུ་གི་ ཉེན་སྲུང་ལུ་གཞོན་ཉེན་བྱུང་བ་ཅིན་ མཐོག་གསལ་པར་ ཤེས་རྟོགས་འབྲུང་ཚུགས་པ་ཡིན། སྤྱི་ལོ་མཉེན་ཆས་ཚུ་འབད་བ་ཅིན་ ཁོང་གི་གསང་ཡང་ གསལ་སྤྱོན་འབད་སྤོལ་མེད་པ་ལས་ གཞོན་ཉེན་གྱི་ཞིབ་དཔྱད་འབད་ནི་ ཡང་ན་ གཞོན་ཉེན་ཕ་མེད་གཏང་ནི་དེ་ དེའི་རྒྱུ་བཤུག་རྒྱུ་མ་གཅིག་གིས་མ་གཏོགས་ གཞན་གྱིས་འབད་མི་ཚུགས།

གསང་ཡིག་ཉེན་སྲུང་།

ཐབས་འཛུལ་དང་ འཛུལ་སྤྱོད་ལེ་ག་ཅིག་ལུ་ གསང་ཡིག་འདི་ ཏུ་ཅང་གིས་ གཤམ་ཅན་ཡིན། དེ་ཡང་ འགྲུལ་འཕྲིན་ ཡང་ན་ རྒྱུ་རིག་ཁ་ཕྱེ་ནི་ སྤེལ་པའི་ནང་འཛུལ་ནི་ ཡང་ན་ ཁྱེད་རེ་རྒྱུ་འཕྲིན་ནང་འཛུལ་ནི་ ཐ་ན་ ཁྱེད་རེ་གནས་སྤྱད་ལུ་ གསང་བརྟེན་དེ་ལུ་ཡང་ གསང་ཡིག་འདི་དགོཔ་ཡིན། གསང་ཡིག་སྤྱིང་སྤྱིང་ཅིག་ བཟོ་ནི་འདི་ ལཱ་འཇམ་ཤོས་ཡིན་རུང་ ཁྱེད་རེ་གནས་སྤྱད་ ཉེན་སྲུང་འབད་ནི་ལུ་ ཐབས་ལམ་སྤོམ་ཅིག་ཡིན། རང་གི་གསང་ཡིག་དེ་ འཛུལ་འཛུལ་སྤྱོད་མེད་སྐྱར་འབད་བ་ཅིན་ ཉེན་སྲུང་ལེགས་ཤོམ་འབད་ཚུགས་པ་ཡིན། ཁྱེད་རེ་ཐབས་འཛུལ་ ཡང་ན་ རྒྱུ་འཕྲིན་ཁ་བྱང་དེ་ ཕྱིར་མཐའ་ རྒྱལ་གསལ་གསལ་ནང་ ཆར་རེ་མོར་སྐྱར་འབད་བ་ཅིན་ ལེགས་ཤོམ་ཡིན། དེ་ལས་ ཁྱེད་རེ་ཐབས་འཕྲིན་གྱི་

ཞིབ་འཆོལ་	འཕྱད་	འདི་	འབྲི་
-----------	-------	------	-------

ལམ་འཕྲུལ་དེ (Wi-Fi router) ལོ་ཅེ་ནང་ཐངས་གཉིས་ཅེ་ སོར་སྒྱུར་འབད་དགོ། རིམ་ལུ་གཞན་གྱི་དོན་ལུ་ གསང་ཡིག་དེ་
ཉུང་མཐའ་ ལོ་ཅེ་ནང་ཆར་ཅེ་སོར་དགོ།

གསང་ཡིག་སྒྲིང་སྒྲིང་བཟོ་ནི་གི་ བསྐབ་བྱ་དག་པ་ཅིག་ ཡོད་མི་དེ་ཡང་།

- ཁ་བྱང་ཅེ་ཅེ་ལུ་ གསང་ཡིག་མ་འདྲམ་ཅེ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
- གྲམ་ར་འབད་རུང་ ཆོག་མཛོད་ནང་ཡོད་པའི་མིང་ཆོག་ ལག་ལེན་མ་འཐབ།
- གྲམ་ར་འབད་རུང་ བཟའ་ཆང་འབྲུམ་མི་ ཆ་ཤོགས་ ཡང་ན་ གཅེས་འཛིན་སེམས་ཅན་ཚུ་གི་ མིང་དང་སྐྱེས་ཆོས་ཚུ་ ལག་ལེན་མ་འཐབ།
- གསང་ཡིག་སྒྲིང་སྒྲིང་དེ་ རིང་སྤྱི་ཟླ་ ཡིག་འབྲུ་༡༥ དེ་ཅིག་ལུ་ དམིགས་གཏང་བསྐྱེད་དགོ།
- ག་ཐོབ་སྤྱི་ ཡིག་ཚུང་དང་ ཡིག་ཆེན་ དེ་ལས་ དམིགས་བསལ་ཡི་གུ་དང་རྟགས་ཚུ་ བཅུགས་དགོ།

མི་མང་ཤོས་ཅིག་གིས་ མགུ་རྟོག་ཅན་གྱི་གསང་ཡིག་ཚུ་ སེམས་ཁར་དྲན་ཚུགས་པར་ ལཱ་ཁག་གཏང་མ་ཞིན། ཐབས་ལམ་གཞན་
ཅིག་ ཡིག་ཨང་ཆོག་ཆོགས་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ། དཔེར་ན་ WIw8.mlbtcitt ('When I was eight, my
little brother threw my cat in the toilet'). བཟུམ་ཞིན། ཡི་གུ་ཅེ་ཅེ་འི་འབྲེལ་བཤད་ཀྱི་བ་པའི་སྐབས་
༼ང་ལོ་༨ འབད་མ་ད་ རེ་འི་ཁུ་གཙུང་ཆུང་ཀྱང་འི་གིས་ རེ་འི་བྱི་ལི་ གསང་སྤྱོད་ནང་ བཀོ་བཏང་ཡི་༽ ཟེར་ཞིན་པས།

ཁྱོད་ཀྱི་གསང་ཡིག་ བརྟག་དཔྱད་འབད་ནི་དང་ ཅུས་རྒྱུན་ཁྱིམ་ནང་གི་སྒྲོག་རིག་ཅིག་ ཡང་ན་ མཉེན་གས་ཆང་གཞན་མེད་སེམ་མེད་
ཡོད་མི་ སྒྲོག་རིག་ཅིག་གིས་ ཅུས་སྤྱོད་འབད་ནི་ལུ་ ཅུས་ལུན་ག་དེམ་ཅིག་དགོ་པ་ཞིན་ན་གི་ བརྟ་མཚན་སྤྱོད་ནི་ལུ་ ཕན་ཐོགས་
ཡོད་པའི་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྒྲེ་ ལེ་ཤ་ཅིག་ཡོད། དེ་བཟུམ་གྱི་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྒྲེ་གཅིག་འདི་ <https://password.kaspersky.com>. ཞིན། འཆར་སྒྲེ་འདི་བཟུམ་ཚུ་ནང་ ཁྱོད་རའི་གསང་ཡིག་ངོམ་དེ་བཅུགས་པ་ཅིན་ ཉེན་སྲུང་ལུ་གཞོན་ཉེན་
ཡོད་པ་ལས་ འདི་དང་ཆ་འདྲམ་གཅིག་གི་ཁུས་ལྷགས་ལུ་ བརྟག་དཔྱད་འབད་དེ་བཟླ་གནང་།

ཁྱོད་རའི་ཁ་བྱང་ གེ་ར་གི་དོན་ལུ་ གསང་ཡིག་ཅེ་ཅེ་བཞིན་དུ་ སེམས་ཁར་བཞག་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ “KeePass” (keepass.
info) ཡང་ན་ “Safe in Cloud” (safe-in-cloud.com). བཟུམ་གྱི་རིམ་ལུགས་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་གནང། འདི་
ཚུ་གིས་ ཁྱོད་ཀྱི་གསང་ཡིག་ཚུ་ ཉེན་སྲུང་ཐོག་ལུ་གསོག་འཛོག་འབད་དེ་ བརྟ་དོན་ལུ་གསང་བརྟ་བཀོད་ཞིན་མ་ལས་ གསང་ཡིག་
ཨམ་ སྒྲིང་སྒྲིང་ཅིག་ བཅུགས་པ་ད་རྒྱང་མ་གཅིག་ འཛུལ་སྤྱོད་འབད་བརྟབ་ཞིན། སྤྱིར་བཏང་གིས་ ལག་ཆས་འདི་ཚུ་དང་གཅིག་
ཁར་ གསང་ཡིག་བཟོ་སྒྱུར་པ་ཅིག་འོངམ་ཞིན། འདི་བཟུམ་མའི་ལག་ཆས་ཚུ་ ཁྱོད་རའི་འབྲུལ་འཕྲིན་གྱི་ རིམ་ལུགས་མཛོད་ཁང་
ཡང་ཡོད།

གསང་ཡིག་གསོག་འཛོག་དང་ ཉེན་སྲུང་གིས་མ་དོ་བར་ ཐངས་གཅིག་གི་གསང་ཡིག་ (one-time-passwords (OTP))
ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དེ་ ལེགས་ཤོམ་ཡོད། གསང་ཡིག་འདི་ཚུ་ ལས་ལུན་གཅིག་གི་དོན་ལུ་མ་གཏོགས་ ཆག་ནས་མེད་པ་ད་ དེ་
ཡང་ ཆང་ལྷན་གསང་ཡིག་ཅིག་གི་ཁ་སྐོང་ལུ་ ལག་ལེན་འཐབ་དོ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ འདི་ལུ་བདེན་རྟགས་གཉིས་དཔྱད་ཟེར་སྐབ་
ཞིན། (2-factor-authentication (2FA)) ཐངས་གཅིག་གི་གསང་ཡིག་འདི་ (OTP) ཆས་ཆང་འབྲུལ་འཕྲིན་
གྱི་རིམ་ལུགས་ “Google Authenticator” (Android/iOS), “Authenticator Plus” (Android) དང་
“2STP Authenticator” (iOS) ཚུ་བརྒྱུད་དེ་བཟོ་སྒྱུར་འབད་མི་ ཡིག་འཕྲིན་ཐོག་ལས་གཏང་ནི་ ཡང་ན་ དམིགས་
བསལ་དོན་ལུ་མ་གཏང་མི་ གཏང་མ་ཞིན་མས། ཞབས་ཏྲ་ག་ལེ་ཤ་ དཔེར་ན་ བེས་ཐུག་ ཇི་མེལ་ ཡང་ན་ ཁུ་ཡི་ཁར་
བཟུམ་ཚུ་གིས་ ཐངས་གཅིག་གི་གསང་ཡིག་བྱིན་མ་ཞིན། སྒྲོག་འཕྲིན་ཞབས་ཏྲ་ག་བྱིན་མི་གཞན་ (mailbox.org) གྱིས་
བདེན་རྟགས་གཉིས་དཔྱད་ཡང་བྱིན་མ་ཞིན། ཐངས་གཅིག་གི་གསང་ཡིག་དང་བཅས་ འཕྲལ་འཕྲལ་ར་ ཅུས་མཐུན་བཟོ་དོ་ཡོད་
པའི་ ཞབས་ཏྲ་ག་ཐོབ་ཡིག་ཅིག་ twofactorauth.org ནང་ལས་ཐོབ་ཚུགས།

ངལ་གསོ་ནང་ཡོད་པའི་གནས་སྟངས་ ཉེན་སྲུང་འབད་ནི།

ཁྱེད་ཀྱི་གནས་སྟངས་དེ་ སྤྱི་མཛོད་ ཡང་ན་ གློག་གནས་ ཡང་ན་ སྤྱི་མཛོག་ཅིག་ནང་ བསགས་བཞག་ཡོད་པའི་སྐབས་ གནས་སྟངས་དེ་ལུ་ “ངལ་གསོ་ནང་ཡོད་པའི་གནས་སྟངས་” ཟེར་སྐབ་ཨིན། གནས་སྟངས་གཞན་གཉིས་ཡོད་མི་ཚུ་ ཡང་ “ལག་ལེན་ནང་ཡོད་པའི་གནས་སྟངས་” ནང་ “འགྲོ་འགྲལ་ནང་ཡོད་པའི་གནས་སྟངས་” ཟེར་སྐབ་ཨིན། ལེ་ལུ་འདི་ གིས་ ཁྱེད་ལུ་བརྟེན་དོན་དེ་ཚུ་ གནས་ཤིང་མེ་ཤེད་བཞུགས་ཏེ་ ཉེན་སྲུང་འབད་ཐངས་སྟོན་མ་དང་གཅིག་ཁར་ དོན་ཚན་ཡན་ ལག་འདི་གིས་ ཁྱེད་ཀྱི་ཡོངས་འབྲེལ་ནང་ ཁྱེད་རའི་ཡིག་སྒྲིང་ཚུ་ལུ་ འཛུལ་སྦྱོང་ཡོད་མི་ཚུ་ བཀག་ཐབས་ལུ་ གཙོ་བོར་ བཏོན་མ་ཨིན།

ཐབས་ཤེས་དང་པ་འདི་ ཁྱེད་རའི་ལེབ་ཤོབ་ ཡང་ན་ གློག་རིག་ནང་གི་ བདག་སྲོང་པའི་ཁ་བྱང་གི་གསང་ཡིག་ མོར་སྐྱར་ འབད་ནི་འདི་ཨིན། རེ་ཚེ་སྐབས་ བདག་སྲོང་པའི་གསང་ཡིག་མེད་པར་ ཐུང་ཀུ་ཙམ་ཅིག་འོང་མ་ཨིན། འདི་གི་སྐབས་ ལུ་ གློག་རྒྱུ་ (hacker) ཚུ་གིས་ ཐབས་འཕྲུལ་ནང་ འཇམ་ཏྲོང་ཏྲོ་སྟེ་ འཛུལ་སྦྱོང་འབད་ཚུགས་ཨིན། ཐབས་ ཤེས་གཉིས་པ་འདི་ ཁྱེད་རའི་གློག་རིག་འདི་ བདག་སྲོང་པའི་ཐོབ་དབང་ཐོག་ལས་ ལག་ལེན་འབབ་ནི་ མར་ཕབ་རྒྱབ་ བྱེད་ཡོད་ཨིན། མིན་ཤིང་མི་ལུགས་ཀྱི་ གནས་བཞུགས་ཡོད་པའི་ གློག་རིག་ ཡང་ན་ ལེབ་ཤོབ་ཅིག་གིས་ ལག་ལེན་པ་ གཙོ་བོ་དེ་ལུ་ རང་བཞེན་གྱིས་ ཐོབ་དབང་ཤིལ་བུམ་བུ་བྱེད་ཨིན། ཁྱེད་རའི་གློག་རིག་ བདག་སྲོང་པའི་ཁ་བྱང་གསང་པ་ ཅིག་ གཞི་བཟུགས་འབད་ཞེན་མ་ལས་ གལ་གནད་ཆེ་བའི་སྐབས་ལུ་རྒྱུ་མ་གཅིག་ ལག་ལེན་འབབ་དགོ། ཁྱེད་རའི་སྤྱིར་ བཏང་ཁ་བྱང་གི་ ལག་ལེན་པའི་ཐོབ་དབང་དེ་ ཆད་བཟུང་འབད་དགོ། འདི་གིས་ཁྱེད་ཀྱི་ཐབས་འཕྲུལ་ཚུ་ལུ་ གཞོད་མཉེན་ གྱིས་ གཞོད་པ་བཀལ་ནིའི་ གོ་སྐབས་མར་ཕབ་འབད་མ་ཨིན། དེ་ཡང་ ཁྱེད་ལུ་མི་ལུགས་གཞན་ གཞི་བཟུགས་འབད་ མིའི་ ཐོབ་དབང་མེད་ནི་དེ་གིས་ཨིན། དེ་ཚུ་གཞན་གྱིས་ལོག་སྦྱོང་འབད་ནི་ལས་བཀག་ཐབས་ལུ་ སྤྱི་མཛོན་ཁ་བྱང་ཚུ་ཡང་ བཞག་ནི་མི་འོང་།

བརྟེན་གསང་ལུ་བསྐྱར་བ།

ཐབས་ཤེས་ཤུལ་མམ་དེ་ ཁྱེད་རའི་ཐབས་འཕྲུལ་དང་ དེ་ནང་ཡོད་པའི་གནས་སྟངས་ཚུ་ལུ་ བརྟེན་གསང་ལུ་བསྐྱར་དགོ། བརྟེན་ གསང་ལུ་བསྐྱར་བ་ཟེར་མི་འདི་ གློག་འཕྲིན་ ཡང་ན་ བརྟེན་ཚུ་ གསང་ལུ་མོར་བསྐྱར་ཐོག་ལས་ ཡི་གྲ་དེ་ གསང་ བ་མེན་མ་བཟུང་ནིའི་ གསང་ཡིག་རིམ་ཡོད་མི་ གནང་བ་ཙན་གྱི་མི་རོལ་ཚུ་གིས་ ལྷག་ཚུགས་ནི་མ་གཏོགས་ གཞན་གྱིས་ ལྷག་མི་ཚུགས། གློག་རྒྱུ་ཚུ་གིས་ རིམ་ལུགས་ནང་ འཇམ་ཏྲོང་ཏྲོ་སྟེ་ ཉམ་སྦྱོང་འབད་ནི་ལས་བཀག་ཐབས་ལུ་ གསང་ ཡིག་སྒྲིང་སྒྲིང་ཅིག་ ལག་ལེན་འབབ་དགོ། དེ་འབད་མ་དང་ བརྟེན་གསང་ལུ་བསྐྱར་ནི་དེ་གིས་ ཁྱེད་ཀྱི་ཐབས་འཕྲུལ་ཚུ་ ཨ་ རྟག་དང་འཕྲད་པ་ད་ རྟོད་སུ་ཅིག་བཟོ་མ་ཨིན་མ་ མེམས་ཁར་བཞག།

སྤྱི་མཛོད་གསང་བརྟེན་ལུ་བསྐྱར་ཚུལ་

ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱིམ་གྱི་སྤྱོ་ཁར་ མི་གསང་པ་ཚུ་ རང་ན་འཛུལ་ནི་ལས་བཀག་ཐབས་ལུ་ སྤྱི་མཛོན་ཅིག་ཡོད་མི་ལུ་ མཐོ་བསམ་ གཏང་། སྤྱི་མཛོད་འཛུལ་ལས་ ལུགས་ཐག་ཚུ་ལུ་ ལྷེ་མིག་རྒྱབ་སྟེ་མ་གཏོགས་ ཉེན་སྲུང་མེད། སྤྱི་མཛོད་ ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱི་ མཛོད་བཟུམ་ཅིག་ཨིན། སྤྱི་མཛོད་འདི་ བརྟེན་གསང་ལུ་བསྐྱར་ནི་དེ་གིས་ ཁྱེད་ཀྱི་གློག་རིག་གྱི་ ཉེན་སྲུང་གི་ལུགས་ཐག་ བཏགས་ཏེ་ ཉམ་སྦྱོང་འབད་མི་ཚུ་ རང་ན་འཛུལ་ནི་ལུ་ ལུ་ཁག་བཟོ་མ་ཨིན། ལུགས་ཐག་ཚུ་ སྤྱིང་སྤྱིང་ཡོད་པ་བཟོ་ནི་ལུ་ AES 256 འདི་ལག་ལེན་འབབ། འདི་འདི་ ད་ལྟོ་ཚུན་ཆོད་ཀྱི་བར་ན་ཐོན་ཡོད་པའི་ གསང་བརྟེན་ལུ་བསྐྱར་ནིའི་ཐབས་ ལས་ མཐར་འཁྱུལ་ཙན་ཅིག་ཨིན། ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱི་མཛོད་ གསང་བརྟེན་ལུ་བསྐྱར་ནིའི་ མཉེན་ཆས་གཞན་ཡང་ མིན་ཤིང་གི་ དོན་ལུ་ VeraCrypt ནང་ མེག་གི་དོན་ལུ་ FileVault ཡོད།

གནས་སྤྱད་གསང་བརྒྱུ་ལུ་བསྐྱར་ཚུལ།

ཁྱོད་རའི་སྤྱི་མཐུན་གསང་བརྒྱུ་ལུ་བསྐྱར་བའི་བསྐྱར་ལས་ དེ་ནང་ཡོད་པའི་གནས་སྤྱད་ཡང་ རང་བཞིན་གྱིས་ སྤྲོ་མིག་རྒྱབ་ཡིན། ཉེན་སྲུང་ཡོག་བཟུབ་སྤྱོད་གོ་པ་ཅིན་ གནས་སྤྱད་ཡིག་སྒྲིང་ཚུ་ མོ་མོ་སྤྱོད་ གསང་བརྒྱུ་ལུ་བསྐྱར་དགོ། འདི་གིས་བྱ་ལྷ་མི་ཚུ་ ཁྱོད་ གྱི་ཐབས་འཕུལ་གྱི་ཡོད་པའི་ ཡིག་ཆ་ཚུ་ནང་ འཛུལ་སྤྱོད་འབད་ནི་དང་ ལྷག་ནི་ཚུ་ སྤྲོན་འགོག་འབད་མ་ཡིན། གནས་སྤྱད་གསང་ བརྒྱུ་ལུ་བསྐྱར་ནིའི་ མཉེན་ཆས་ཐོན་སྐྱེད་ ལེགས་ཤོམ་གྱི་གངས་སུ་ སྤྲོན་འགོག་དོན་ལུ་ 'Bitlocker' དང་ 'VeraCrypt' ཟེག་གི་དོན་ལུ་ FileVault ཡང་ན་ Crypto Disk' ཚུ་ཡོད། དེ་མ་ཚད་ ལི་ནག་སི་གི་དོན་ལུ་ '7-Zip' ལག་ལེན་ འཐབ་སྤྱོད་ ཡིག་སྒྲིང་ཚུ་ གསང་བརྒྱུ་ལུ་བསྐྱར་ཡོད་པའི་ གནས་སྤྱད་གཅིག་གི་ནང་ན་ གཅིག་ཁར་བསྐྱར་བཏུབ་ཡིན།

ཧྲི་མཐུད་ (USB) གསང་བརྒྱུ་ལུ་བསྐྱར་ཚུལ་དང་ རྒྱབ་ཐག། [འདྲོ]

བརྒྱུད་པ་ཚུ་གིས་ བརྒྱུད་པ་གསོག་འཛུགས་འབད་ས་ཅིག་ ཧྲི་མཐུད་ཐབས་འཕུལ་འདི་ཡིན་མ་ལས་ ཐབས་འཕུལ་འདི་ཚུ་ཡང་ རྒྱུག་རིག་དང་ འགྲུལ་འཕྲིན་བརྒྱུ་ཚུ་སྤྱོད་ ཉེན་སྲུང་འབད་དགོ། ཧྲི་མཐུད་ཚུ་ ཐབས་འཕུལ་གཙོ་བོ་ཚུ་གི་རྒྱབ་ཐག་སྤྱོད་ ལག་ ལེན་འཐབ་བཏུབ་ཡིན། གལ་སྲིད་ ཁྱོད་ཀྱི་གནས་སྤྱད་ལུ་ སྤྲོན་ཞུགས་པ་ཅིན་ཕན་པའི་དོན་ལུ་ བརྒྱུད་པ་གི་འདྲ་བའུ་ ག་ དེ་མང་མང་ བཟོ་བ་ཅིན་ ལེགས་ཤོམ་ཡིན། དེ་འབད་མ་དང་ རྒྱབ་ཐག་འདི་ཚུ་ཡང་ དེ་ཅི་བཞིན་ཏུ་ གསང་བརྒྱུ་ལུ་བསྐྱར་ཡོད་པ་ དེས་གཏན་བཟོ་དགོ།

ལག་ལེན་འཐབ་བཞིན་ཡོད་པའི་གནས་སྤྱད་ ཉེན་སྲུང་འབད་ཐངས།

ལག་ལེན་འཐབ་བཞིན་ཡོད་པའི་གནས་སྤྱད་ ཟེར་མི་འདི་ ཁྱོད་རའི་ཐབས་འཕུལ་གྱི་ རིམ་ལུགས་གང་རུང་གི་ཐོག་ལས་ གཞུག་ བཞུག་བཞིན་ཡོད་མི་ལུ་གོ་མ་ཡིན། དེ་ཚུ་མང་ཤོས་ར་ རིམ་མེད་ལག་ལེན་སྒྲིག་ཤེས་ (RAM) ནང་ ཡང་ན་ འཕྲུལ་འཛིན་ (cache) གསོག་འཛུགས་འབད་མ་ཡིན། ལེའུ་འདི་གིས་ དེ་བརྒྱུམ་མའི་བརྒྱུད་པ་ཚུ་ སྤྱོད་སྤྱོད་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ཉེན་སྲུང་སྒྲིག་ རིམ་ཚུ་དང་ རིམ་ལུ་ཚུ་གི་སྒྲིག་ལས་ གོ་སྐབས་འབད་མ་ཡིན།

▷ སྤྱང་བྱང་དང་ རྒྱུག་གཉེན་མཉེན་ཆས་ རྒྱུག་བདག་གི་ཉམ་འཛུལ་སྤྲོན་འགོག།

སྤྱང་བྱང་ (firewalls) ཚུ་གིས་ ཡོངས་འབྲེལ་ནང་འབྱོར་མི་དང་ ཡོངས་འབྲེལ་ནང་ལས་འོང་མི་ བརྒྱུད་པ་ཚུ་ལུ་ ལྷ་ཉྱེག་དང་ དམ་འཛིན་འབད་དེ་ ཆང་གི་སྤྱོད་སྤྱང་བརྒྱུ་ཅིག་སྤྱོད་ ལུ་འབད་མ་ཡིན། སྤྱང་བྱང་དེ་ཅི་བཞིན་ཏུ་གིས་ དེ་ནང་འོང་མི་དེ་ཅི་བཞིན་ ཏུ་ རྒྱང་ན་འཛུལ་བརྒྱུག་ནི་ཡིན་ན་ ཡང་ན་ ཁྱོད་ཀྱི་ཡོངས་འབྲེལ་ལུ་ ལ་གསལ་གཏང་ནི་ཡིན་ན་ གོ་སྐབས་བཅད་པ་ཡིན། སྤྱང་ བྱང་མེད་པར་བཞག་ནི་འདི་ སྤྱོད་སྤྱོད་བཞག་དོ་བརྒྱུམ་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ གཞོད་ཉེན་ཚུ་ ཁྱོད་རའི་ཐབས་འཕུལ་ནང་ འཇམ་ཉོང་ཉོ་ སྤྱོད་ འཛུལ་བརྒྱུག་ཡིན། ཐབས་འཕུལ་མང་ཆེ་བ་ཅིག་གྱི་ སྤྱང་བྱང་ཚུ་ རང་གིས་སྤྱོད་མ་ཚད་བཟོ་ཚུགས་ནི་དང་ ཕྱིའི་སྤྱང་བྱང་ མཉེན་ཆས་ དཔེར་ན་ McAfee, BitDefender དང་ Kaspersky. བརྒྱུ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་གནང་ཟེར་ རྒྱབ་སྤྲོན་ འབད་མ་ཡིན།

ཁྱོད་རའི་ཐབས་འཕུལ་ནང་ལས་ གནས་སྤྱད་ཚུ་ རྒྱུ་གཏང་མེད་པའི་ཡོངས་འབྲེལ་ནང་ ཕྱིར་འཐོན་འབྱོར་མི་ཚུ་ལུ་ དམ་འཛིན་ འབད་ནི་གིས་མ་དོ་བར་ ཁྱོད་རའི་གསང་ཡོག་ལྷ་བྱའི་ བརྒྱུད་པ་ཚུ་ལུ་ ལྷ་ཉྱེག་དང་ འཛུལ་སྤྱོད་འབད་མི་ གཞོད་ཉེན་ ཚུ་ལས་ཡང་ སྤྱང་བྱང་འབད་དགོ། རྒྱུ་མཉེན་མཉེན་ཆས་ (anti-virus software) ཚུ་གིས་ ཁྱོད་ཀྱི་ཐབས་འཕུལ་ཚུ་གྱི་ གཞོད་ཉེན་ཡོད་མེད་བཟུ་སྤྱོད་ ཡོད་པ་ཅིན་ དེའི་འཛུལ་སྤྱོད་བཞག་ཐབས་འབད་དེ་ གསང་གཏང་མ་ཡིན། རྒྱུ་མཉེན་ཆས་ཚུ་ ཁྱོད་ རའི་སྤྱོད་སྤྱང་གི་དོན་ལུ་ གལ་ཆེ་མ་ཆད་ འགྲུལ་འཕྲིན་གྱི་དོན་ལུ་ཡང་ གལ་ཅན་ཡིན།

ཐུབ་སྤྱོད་འབད་ཡོད་པའི་ མཉེན་ཆས་ཚུ།

ཕྱིན་ཏེ་མི་དང་ ལི་ནག་སི་སློག་རིག་གི་དོན་ལུ་ - ESET, Kaspersky དང་ BitDefender

ཨ་ཡུལ་སློག་རིག་གི་དོན་ལུ་ - Microworld, BitDefender དང་ AVG

ཨིན་ཏེ་ཡིད་ འགྲུལ་འཕྱིན་གྱི་དོན་ལུ་ - Avast Mobile Security

ཨིན་ཏེ་སྤྱོད་གྱི་དོན་ལུ་ - Norton དང་ Lookout

མི་མང་ཤོས་ཅིག་གིས་ སྤྱད་གུང་ཚུ་ ག་ཅི་ཨིན་ན་ཤེས་དོ་ཡོད་པ་ལས་ རྩང་མཐའ་ལུ་ རྫོག་མཉེན་རིམ་ལྷན་ཅིག་ གཞི་
བཅུགས་འབད་ཕེ་ཨིན། ཨིན་རུང་ ལག་ལེན་འཐབ་བཞིན་ཡོད་པའི་ གནས་སྤྱད་ཚུ་ལུ་ ཉེན་སྲུང་ཅིལ་བུམ་གྱི་དོན་ལས་ རྫོག་
བདག་གི་ཉམ་འཛུལ་སྤྱོད་འགོག་སློག་རིམ་ཅིག་ (HIP) གཞི་བཅུགས་འབད་དགོཔ་གལ་ཆེ། ཁ་སྐོང་སྤྱོད་འགོག་ཐབས་ཤེས་འདི་
གིས་ རྫོག་རིམ་དང་ ཡོངས་འབྲེལ་ལུ་ ལྷ་རྟོག་འབད་དེ་ བྱ་རིམ་ཚུ་གེ་ར་ ཁྲིམས་མཐུན་ཡོད་པ་ དེས་གཏན་བཟོ་སྟེ་ གལ་སྲིད་
སྤྱད་བྱས་ལས་འགལ་བ་བྱུང་ཆེ་ ལག་ལེན་པ་དེ་ལུ་ བར་སྐུལ་འབད་ཕེ་ཨིན་མས། གནོད་ཉེན་ཚུ་ཙོས་འཛིན་འབད་ཐབས་ལུ་ རྫོག་
བདག་གི་ཉམ་འཛུལ་སྤྱོད་འགོག་སློག་རིམ་ཅིག་ (HIP) འདི་གིས་ ད་ལྟོ་ལག་ལེན་པའི་སྤྱོད་ཚུལ་དང་ ཁྱོད་རའི་སྤྱོད་ཐངས་
གཉིས་ ག་བསྐར་རྒྱབ་ཨིན། ཉེན་སྲུང་མཉེན་ཆས་འདི་ བྱིན་མི་གཅིག་ 'McAfee' ཨིན།

འགོ་ཐོག་བལྟམ་ད་ ཉེན་སྲུང་མཉེན་ཆས་འདི་ཚུ་ ཆམ་ཉམ་ར་ གཞི་བཅུགས་འབད་ནི་འདི་ དཀའ་ངལ་ཅན་གྱི་ལཱ་ཅིག་སྟེ་མཐོང་མ་
ཨིན། ཨིན་རུང་ མཉེན་ཆས་ལ་ཡོ་ཅིག་གིས་ ལག་ཆས་འདི་གསུམ་ཆར་ གཅིག་སྤྱད་སྟེ་བྱིན་མ་ཨིན། རྫོག་སྤྱད་ཐོན་སྤྱོད་འདི་ཚུ་
གི་སྐོར་ལས་ བཤད་དགོ་མི་འདི་ རྫོག་རིམ་གསུམ་ཆར་ མོ་མོ་སྟེ་ བཅུགས་དགོ་པའི་ བྱ་བ་ལུ་ མི་ཐུག་ནི་གི་དོན་ལས་ཨིན།
རྫོག་རིམ་གེ་ར་གི་དོན་ལུ་ གཅིག་སྤྱད་ལག་ཆས་ཡོད་པའི་དཔེ་ཡང་ 'McAfee', 'BitDefender' ཡང་ན་ 'Kaspersky'
ཚུ་ཨིན། ལས་ཆོགས་དང་ གསར་དབ་མོ་མོ་ཚུ་གིས་ ཡོ་ལྷར་བཞིན་དུ་ དེང་སང་མཐའ་མཇུག་ལུ་ཐོན་མི་ གནོད་ཉེན་ཚུ་ལས་
ཉེན་སྲུང་གི་ཕན་ཐོགས་ཆེ་ཤོས་ རྫོག་རིམ་ག་དང་ག་ཨིན་ན་ བརྟག་དཔྱད་འབད་ཕེ་ཨིན། དེ་ཚུ་མ་ལེན་པའི་སྤྱོད་ཆས་ དན་
པ་བཏོན་དགོཔ་གལ་ཆེ། དེའི་དོན་ལུ་ ཁྱོད་ལུ་ཆ་རོགས་འབད་ཚུགས་པའི་ ཕན་ཐབས་ཅན་གྱི་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སློ་ཅིག་
<https://www.av-test.org/en/> ཨིན།

❏ མིང་གསང་ཐོག་ལུ་ རྫོག་རིག་ཡོངས་འབྲེལ་ལག་ལེན་འཐབ་པ།

ཕོ་ཚོང་མེད་པའི་ ཉེན་ཁ་ཅིག་ ལྷབས་འཕྱིན་འཕྲུལ་ལམ་ (Wi-Fi Router) འདི་ཨིན། རྫོག་རྒྱ་ཅིག་གིས་ ཁྱོད་ཀྱི་ལམ་
འཕྲུལ་ནང་ཉམ་སྤྱོད་འབད་དེ་ ཁྱོད་ཀྱི་ཡོངས་འབྲེལ་ཆམ་ཉམ་ལུ་ འཛུལ་སྤྱོད་འབད་ཚུགས། དེ་གིས་སྟེ་ ཁྱོད་རའི་ལམ་འཕྲུལ་ལུ་
བྱིན་ཡོད་པའི་ གསང་ཡིག་དེ་ མིར་བསྐར་འབད་དེ་ ག་དེ་ཚུགས་ཚུགས་ སྤྱིང་སྤྱིང་བཟོ་དགོ། དེ་གི་ལུལ་ལས་ ལྷབས་འཕྱིན་དེ་
བརྟག་འཕྲུལ་བསྐར་དགོ། དེ་རེས་ནངས་པར་ཡོད་པའི་ བརྟག་འཕྲུལ་བསྐར་མི་ཐབས་ལམ་ ཉེན་སྲུང་ཆེ་ཤོས་འདི་ WPA2
ཨིན། གལ་སྲིད་ ཁྱོད་ཀྱིས་ཁྱོད་རའི་ལམ་འཕྲུལ་དེ་ བརྟག་འཕྲུལ་བསྐར་མ་ཤེས་པ་ཅིན་ ཁྱོད་ལུ་ཞབས་རྟོག་བྱིན་མི་དེ་གིས་ ཆ་
རོགས་འབད་ཚུགས་པ་འོང། ཨིན་རུང་ རྫོག་རིག་ཡོངས་འབྲེལ་ལུ་ མཐུད་འབྲེལ་འབད་ནིའི་ཐབས་ལམ་ ཉེན་སྲུང་སྤྱོད་ཤོས་དེ་
ས་གནས་ཡོངས་འབྲེལ་གྱི་རྒྱུ་ཐག་ (LAN) བརྒྱུད་དེ་ མཐུད་འབྲེལ་འབད་ནི་འདི་ཨིན། ཁྲིམ་ནང་ལས་ལཱ་འབད་བའི་སྐབས་
ཐབས་ལམ་འདི་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

ཁྱོད་རའི་ལམ་འཕྲུལ་དེ་ ཉེན་སྲུང་དང་ལྷན་པུ་བཟོ་ཞིན་མ་ལས་ རྫོག་རིག་ཡོངས་འབྲེལ་ནང་འཛུལ་ཏེ་ རྒྱབ་ཁུངས་བརྟན་དོན་ ཡང་
ན་ འོས་འབབ་ཅན་གྱི་འབྲུང་ཁུངས་ཚུ་འཆོལ་དགོ། ཁྱོད་ཀྱི་ཉེན་ཁ་ཅན་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་ འཆོལ་བའི་སྐབས་ ཁྱོད་ཀྱི་བྱ་བ་ལུ་ ལྷ་

རྟོག་འབད་མི་ བྱ་སྒྲིལ་ཚུ་ལཱ་ དྲིལ་པ་ཆགས་པ་ཡིན། དེ་གིས་སྡེ་ རྒྱུད་རའི་ཞིབ་འཚོལ་དང་ མ་འོངས་པའི་འབྲུང་ཁུངས་ དེ་
ལས་ལྷོད་ར་ སྤྱད་སྡོལ་འབད་ནི་དོན་ལཱ་ རྒྱུད་རའི་འཚོལ་མི་དེ་ (browser) བརྟེན་གསལ་ལཱ་བསྐྱར་དགོ།

ཉེན་སྲུང་གི་ཐོག་ལས་ གློག་རིག་ཡོངས་འབྲེལ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དེ་ ཐབས་ལམ་གཉིས་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ བྱིར་སེལ་རྒྱུ་ནི་ལས་
ཟུར་ཚུ་གསལ་ཡིན། རྒྱུད་ཀྱིས་ དངོས་མེད་སྐྱེར་སྤྱོད་ཡོངས་འབྲེལ་ཅིག་ (VPN) ཡང་ན་ གནས་ཚབ་ (proxy server)
ཅིག་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུ་གསལ་ལས་ དེ་གིས་ལྷོད་ཀྱི་ས་ཚུགས་དེ་ མ་མཐོངས་བཟོ་མ་ཡིན། དངོས་མེད་སྐྱེར་སྤྱོད་ཡོངས་འབྲེལ་དེ་
གིས་ གཤེ་སྡེ་ ལཱ་འབད་མ་ཡིན་ན་ བརྟེན་ཁ་གསལ་གྱི་དོན་ལཱ་ ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྡོ་ <https://www.youtube.com/watch?v=zpUHD-PQuZ> ནང་ གཞིགས་གནང།

དངོས་མེད་སྐྱེར་སྤྱོད་ཡོངས་འབྲེལ་འདི་ གཤོད་རས་བཟུམ་ཅིག་ཡིན་མ་དུ་ དེ་གིས་ལྷོད་ཀྱི་ས་ཚུགས་ངོམ་དེ་ སྤུབ་བཞག་སྟེ་ རྒྱུད་
གློག་རིག་ཡོངས་འབྲེལ་གཞན་ཅིག་ནང་ ཡིན་དོ་བཟུམ་བཟོ་མ་ཡིན། ཐབས་འཕུལ་སོ་སོ་དོན་ལཱ་ མཉེན་ཆས་གྱི་གདམས་ཁ་ ལེ་
ཤ་ཡོད། དངོས་མེད་སྐྱེར་སྤྱོད་ཡོངས་འབྲེལ་འདི་ རུས་ཅན་བཟོ་ཆར་མ་དུ་ རྒྱུད་ཀྱིས་ རྒྱུད་ར་ཡོད་ཚུ་བཅས་པའི་ ས་ཚུགས་
ཅིག་ གདམས་ཁ་རྒྱབ་ཚུགས། དངོས་མེད་སྐྱེར་སྤྱོད་ཡོངས་འབྲེལ་བྱིན་མི་ ལ་ལོ་ཅིག་ ‘ZenMate’, ‘CyberGhost’ ཡང་ན་
‘ExpressVPN’ ཚུ་ཡིན། དངོས་མེད་སྐྱེར་སྤྱོད་ཡོངས་འབྲེལ་བྱིན་མི་ མངཤོས་ཅིག་གིས་ ཞབས་ཏྲུག་འདི་ རིན་མེད་སྤྱོད་
མར་མི་བྱིན། དངུལ་སྤྱོད་པའི་ཁ་གསལ་ཚུ་ སྤྱད་བཞག་འབད་འོང་ དེ་གིས་སྡེ་ གཞན་གྱིས་ རྒྱུད་ར་གཏོ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ ཤེས་
ནི་དེ་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ཡིན། མ་གཞི་སྤྱོད་ཅིག་ཡིན་རུང་ གདམས་ཁ་གཞན་མི་ཅིག་ རང་དབང་གི་དངོས་མེད་སྐྱེར་སྤྱོད་ཡོངས་འབྲེལ་
གཞི་བཟུགས་འབད་ནི་འདི་ཡིན།

དེ་བཟུམ་མའི་ཞབས་ཏྲུག་བྱིན་མི་དང་ རིས་ལུགས་ཚུ་གི་ བརྟེན་ཁ་གསལ་ཚུ་ zenmate.com.cyberghostvpn.com
ཡང་ན་ expressvpn.com ནང་ལས་ཐོབ་ཚུགས། དེ་གིས་ ལཱ་གཏོ་སྡེ་ འབད་མ་ཡིན་ན་གི་སྐྱོར་ལས་ བརྟེན་ཁ་ཚུ་
www.youtube.com/watch?v=a6ZtEJazqs8 ནང་ལས་ཐོབ་ཚུགས།

ཡོངས་གྲགས་ཅན་གྱི་ ཡོངས་འབྲེལ་ལས་ཚབ་ཅིག་ དུམ་ནི་ཡུན་རྒྱུ་རྩ་ (TOR) འདི་ཡིན། དུམ་ནི་ཡུན་རྒྱུ་རྩ་འདི་ འཚོལ་
མི་དེ་ ལག་ལེན་འཐབ་པའི་སྐབས་ རྒྱུད་ཀྱིས་ཡོངས་འབྲེལ་ལས་ལུགས་ཨང་གྲངས་གཞན་ཅིག་གི་ཐོག་ལས་ ལག་ལེན་འཐབ་
ཡིན། དེ་སྡེ་འབད་ཚུགས་མི་འདི་ དུམ་ནི་ཡུན་རྒྱུ་རྩ་འདི་ བརྟེན་ཁ་གསལ་ལཱ་བསྐྱར་ཡོད་པའི་ གློག་རིག་མཐུད་འབྲེལ་གྱི་ ཡོངས་
འབྲེལ་ཅིག་ཡིན། ལག་ལེན་པ་གེ་ར་ཚུ་ ཡོངས་འབྲེལ་འདི་ལཱ་ འཛུལ་སྤྱོད་འབད་ས་ཅིག་ཡོད། གློག་གནས་དེ་ཚུ་ གསུམ་ ཡང་
ན་ དེ་ལས་མངམོ་བརྒྱུད་ཞིན་མ་ལས་ ལག་ལེན་པ་དེ་ འཐོན་སྡོལ་ལྷོད་པ་ཡིན། འཕྲི་འདི་ མི་ངོ་དེ་གིས་ གཞུང་འབྲེལ་ཐོག་ལས་
ལག་ལེན་འཐབ་པའི་ ཡོངས་འབྲེལ་ལས་ལུགས་ཨང་གྲངས་ཡིན།

ཡིན་རུང་ རྒྱུད་ར་ལས་ར་ བདའ་མི་ཟུན་ཟེར་བའི་ དོན་དག་མེན། སྤྱི་ལོ་༢༠༡༤ ལྷོ་ཁྱེད་ ཨ་མི་རི་ཀའི་ དབྱུས་གཞུང་
ཞིབ་དཔྱད་བཀོད་འཛིན་དང་ ཡུ་རོ་ཕིན་ཞབས་ཏྲུག་གཞན་ཚུ་གིས་ མི་ངོ་༡༨ གྱིས་ བྲག་ཅན་ལས་སྤྱི་དོན་ལཱ་ དུམ་ནི་ཡུན་རྒྱུ་
རྩ་ (TOR) ཡོག་སྤྱོད་འབད་ཡོད་པ་སྟེ་ བདའ་བཟུམ་ཅུག། ཡིན་རུང་ འདི་བཟུམ་གྱི་བྱ་རིམ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་འདི་ གནམ་
མེད་ས་མེད་ ལཱ་ཁག་དང་ ཟད་འགྲོ་སྡེ་གནས་པ་ཡིན། དེ་གིས་སྡེ་ གསལ་བའི་ཞབས་ཏྲུག་ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་ སྤྱད་སྡོལ་ལཱ་གཏོ་ད་
ཉེན་དང་ བྱིས་པའི་འདོད་སྤྱོད་ གོ་མཚན་ཚོང་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ དེ་མིན་སྤྱིར་བཏང་མི་སེར་དང་ བརྒྱུད་པ་
ཚུ་ འཚོལ་ནི་དོན་ལཱ་ ཐབས་ལམ་འདི་ ལག་ལེན་མི་འཐབ་འོང། ཡིན་རུང་ རྒྱུད་ར་ལཱ་འབད་ས་དེ་ གནམ་ཚུལ་གྱི་དལ་དབང་
དཀོན་པ་དང་ གསལ་བའི་ཞབས་ཏྲུག་ ལེགས་ཤོམ་ཡོད་པའི་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཡིན་པ་ཅིན་ དེ་ལཱ་ཐོབ་སྤོང་དགོ།

དུམ་ནི་ཡུན་རྒྱུ་རྩ་འདི་འཚོལ་མི་འདི་ ཡེན་ཏོ་ཡོད་ཐབས་འཕུལ་- ‘Orfox’ དང་ the add-on ‘Orbot’ ཚུ་གི་དོན་
ལཱ་ ཆས་ཚང་འགྲུལ་འཕྲིན་རིམ་ལུགས་ཅིག་སྟེ་ ཐོབ་ཚུགས་པ་ཡིན། iOS ལག་ལེན་པ་ འཚོལ་མི་ལས་ཚབ་ འཚོལ་མི་ཚུ་
གིས་ ཡེན་ཏོ་ཡོད་ཐབས་འཕུལ་ (Android device) འདི་ ལག་ལེན་འཐབ་བདུབ།

སྤྱོད་ལྗོངས་ལྟེ་མུག་ལེན།

མི་མང་གསལ་འཛིན་ཟེམ་ལུགས་ དཔེར་ན་ Dropbox, Google Drive ཡང་ན་ OneDrive ཚུ་ རིན་མེད་སྤྲོད་མར་ ཐོབ་པའི་ཁར་ ལྟེ་མུག་ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་ འཇམ་རྟེན་ཉེན་སྲུང་ ཡིག་སྒྲིག་ཚ་ཅན་ ཉེན་ཅན་ཚུ་ བཟུང་མར་འབད་ནི་དོན་ལུ་ དེ་ཚུ་ལྟེ་མུག་ལེན་འཐབ་ནི་ལས་འཛེམ་དགོ། དེ་ཡང་ རྒྱུད་ཀྱི་བརྟེན་ཚུ་ ཉེན་སྲུང་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ཞབས་རྟེན་བྱིན་མི་ཚུ་བརྟེན་ དགོས་ལས་ རྒྱུད་རྟེན་དམ་འཛིན་འབད་མི་ཚུ་གསལ།

བརྟེན་ཚུ་རང་བཞིན་གྱིས་ བརྟེན་གསར་ལུ་བསྐྱར་ཏེ་འོང་མི་ སྤྱོད་ལྗོངས་ལུ་གཞི་བརྟེན་འབད་མི་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ གནམ་ཁ་གཞན་མི་ ཅིག་ 'BlauCloud' འདི་ཡིན། ཞབས་རྟེན་འདི་ ཀུན་ཐོབ་མཉེན་ཆས་ལུ་བརྟེན་པའི་ སྤྱོད་ལྗོངས་ཐབས་ཤེས་ 'ownCloud' ལུ་ གཞི་རྟེན་འབད་མི་ཡིན། གནམ་སྤྱད་ཚུ་ ཇར་མ་ནི་ལུ་ གསལ་གསལ་འཛིན་འབད་མི་ལས་ ལྟེ་མུག་ལེན་འཐབ་མི་ཚུ་ལུ་ ཇར་མ་ནི་ ལུ་ གནམ་སྤྱད་ཉེན་སྲུང་ཁྱེམ་ལུགས་ དམ་དམ་ཡོད་མི་དེ་གིས་ ལྟེ་མུག་ལེན་ཚུ་ལུ་ ཁོ་པོ་ཐོབ་ཐོབ་ཡོད། ཡིན་རུང་ ཐབས་ ལམ་འདི་གི་ཐོག་ལས་ཡང་ རྒྱུད་ཀྱིས་རྒྱུད་རྟེན་གནམ་སྤྱད་ཚུ་ གློག་བདག་ལུ་ (host) གློད་གཏང་འབད་དགོ།

དངོས་ཅན་དངོས་པོའི་ཉེན་སྲུང་འབད་ཐངས།

གསར་ཆུ་ཆེའི་ཡིག་ཆ་གི་ར་ ཡང་ཅན་ཡི་གུ་ (digital) རྒྱུད་མི་འོང། ཡིག་ཆ་གི་ར་ པར་ལོག་རྒྱབ་སྟེ་ སྤྱི་མཐུད་ཐབས་འཕྲུལ་ (USB device) རྒྱུད་ གསལ་འཛིན་འབད་ཞིན་མ་ལས་ བརྟེན་གསར་ལུ་བསྐྱར་བཞག་དགོ། གལ་སྲིད་ རྒྱུད་ཀྱི་རྟེན་བདེ་མི་ ཡང་ན་ བྱ་ལྟ་མི་ཡོད་པ་ཅིན་ ཐབས་འཕྲུལ་དེ་ཚུ་ སྤྱི་མཐུད་འབད་བཞག་སའི་ ས་གོ་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ འཛོལ་དགོ། སྤྱི་མཐུད་གི་ས་གོ་ལེགས་ཤོམ་དེ་ཡང་ དངུལ་སྤྱད་སྤྱོམ་ ཡང་ན་ དངུལ་ཁང་ནང་གི་ དངུལ་སྤྱོམ་ཚུ་ དགོས་མེད། སྤྱི་མཐུད་ཐབས་འཕྲུལ་ཚུ་ ཏ་ཅང་གིས་རྒྱུད་ཀྱི་ཡིན་མ་ལས་ རང་གི་སྤྱི་གུ་ ཡང་ན་ རྒྱ་རྒྱ་ཚུ་ནང་ཡང་ཤོམ་ཡིན། ཡིན་རུང་ རང་གིས་གཏེ་བཅུགས་བཞག་ཅིག་ བཟུང་ནི་མི་འོང།

རྒྱུད་རྟེན་འཕྲུལ་འཕྲིན་ནང་གི་ པར་ཆས་དང་ སྤྱི་དུང་ཚུ་ རུས་མེད་བཟོ་ཐངས།

ཕེས་ལྷུག་གཞི་བཅུགས་འབད་མི་ མཱར་ཀ་ཇོ་ཀར་བཱར་ག་ (Mark Zuckerberg) གིས་ཡང་ ཁོ་ལུ་བྱ་ལྟ་མི་ཚུ་གིས་ ཁོ་ལུ་ གཞི་རྟེན་བཀག་ཐབས་ལུ་ ཁོ་རྟེན་ལེབ་ཀྱི་པར་ཆས་ཀྱི་ སྤྱི་ཤོག་ཅིག་ སྤྱི་མཐུད་ཐབས་ལུ་ཡིན་མས། དེ་བཟུམ་མའི་མི་རྒྱ་སྤྱོམ་ པ་ཚུ་གིས་ གསར་འཛུལ་འབད་ནི་ལས་བཀག་ཐབས་ལུ་ རང་གི་ཐབས་འཕྲུལ་ཚུ་གི་ པར་ཆས་ཚུ་ སྤྱི་ཤོག་གིས་སྤྱི་མཐུད་བཞག་ དགོ། ཡང་ན་རྒྱུད་རྟེན་ཐབས་འཕྲུལ་གྱི་ པར་ཆས་དང་ སྤྱི་དུང་གི་བྱ་ལས་ཚུ་ རུས་མེད་བཟོ་དགོ།

ཟེམ་གི་ནང་ནི་བྱ་ལས་ རུས་མེད་བཟོ་ནིའི་ བརྟེན་ཁ་གསལ་གྱི་དོན་ལུ་- <https://www.youtube.com/watch?v=sRHrTACcF0U> དང་ སྤྱི་ཤོག་གི་དོན་ལུ་ - <https://www.youtube.com/watch?v=n2r6ByktcFM> ལུ་ གཞི་གསལ་གནང།

ཟེམ་གི་ནང་ནི་ཡོད་པའི་སྤྱི་དུང་ཚུ་ཐབས་འཕྲུལ་ཚུ་འདི་དོན་ལུ་ <https://www.youtube.com/watch?v=HVQtrRd2dJw> རྒྱུད་གཞི་གསལ་དགོས་དང་ སྤྱི་ཤོག་གི་དོན་ལུ་ <https://www.youtube.com/watch?v=ECRzidiXDOA> རྒྱུད་གཞི་གསལ་གནང།



གནས་སྐབས་ཀྱི་གཏང་ནི།

གལ་སྲིད་ རྒྱུ་ཁྱིམ་གནས་ཚུལ་དེ་ ཕྱིར་བཏོན་འབད་མ་བཅུག་པར་ བཀག་ཞིའི་དོན་ལཱ་ མི་ཚུ་གིས་ རྒྱུ་ཁྱིམ་འབད་བའི་ དོ་ཟེར་མཉམ་པ་ཅིན་ རྒྱུ་ཁྱིམ་འབད་མ་བཅུག་ཚུ་ནང་གི་ གནས་སྐབས་ཀྱི་ གཏང་ནི་ལཱ་འོང་། གལ་སྲིད་ གནས་སྐབས་ གཏང་ནི་མཉམ་པ་ཅིན་ གནས་སྐབས་ཀྱི་འབད་མ་བཅུག་ཚུ་ནང་གི་ བཏོན་གཏང་ནི་ ཡང་ན་ བྱ་ལས་ཀྱི་གཏང་ནི་ཚུ་ཅིག་ལཱ་བཏོན་ ཏེ་ སྤྲོད་ནི་མི་འོང་། དེ་སྤྱི་འབད་མ་ཚུ་གིས་ རྒྱུ་ཁྱིམ་མཛེས་ནང་གི་ ཡིག་ཆ་དོན་ཚུ་ འཐོན་མ་འགྲོམ་ལས་ འཁྱུ་ཏྲོང་ཏྲོ་ སྤྱི་འབད་མ་ཚུ་གི་འབད་བཅུག་ ཡང་ཅན་པར་ཆས་བཟུམ་ཚུ་ནང་ ཡག་ལེན་འབབ་མི་ འོང་གེམ་ཐབས་འཕྱུལ་ (flash drive) ཚུ་གི་དོན་ལཱ་ ཐབས་རིག་འདི་དང་འབྲེན་ དེ་གི་ཆ་བཟུ་ རྒྱུ་ཁྱིམ་གནས་སྐབས་ཀྱི་ འཐོན་བསྐྱུ་འབད་བའི་དོན་ ཡིག་སྒྲིག་ཚུ་གི་ཆ་བཟུ་ ཡིག་སྒྲིག་གསར་པ་ ཅེན་ལ་ཆུང་ཀྱ་ཚུ་ འཕྱུ་སྤྲོད་པ་ཡིན། དེ་སྤྱི་འབད་ཞིའི་ཡིག་ཆས་ཡང་ མེན་ཏེ་མི་གི་དོན་ལཱ་ 'Eraser', 'Secure Eraser' ཡང་ན་ མེག་གི་དོན་ལཱ་ 'Super Eraser' ཚུ་ཡོད་པ་ཡིན།

དེ་གི་མཉམ་ཆས་ཚུ་ <http://eraser.heidi.ie>, <http://www.secure-eraser.com> ཡང་ན་ <http://www.doyourdata.com/data-erase-software/super-eraser.html> རྒྱུ་ཁྱིམ་ཐོབ་ཚུགས།

འགྲོ་འགྲུལ་ནང་ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་ ཉེན་སྲུང་འབད་ཐངས།

འགྲོ་འགྲུལ་ནང་ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཟེར་མི་འདི་ གློག་རིག་ཡོངས་འབྲེལ་གཅིག་ལས་གཅིག་ལཱ་ འགྲོ་འགྲུལ་འབད་མི་བན་ དོན་ དཔེར་ན་ གློག་འཕྲིན་དང་ ཡིག་འཕྲིན་ཚུ་ གོ་མ་ཡིན། བན་དོན་དེ་ཚུ་ ཐོབ་ལཱ་ལཱ་དེལ་ མ་སྤྲོད་པའི་བར་ན་ལས་ མི་རིག་ཞན་གྱིས་ གསར་འཕྱུ་འབད་ནི་འཇུག་ སོར་བསྐྱར་འབད་ནི་ལས་ བཀག་ཐབས་ལཱ་ འོག་གི་ཉེན་སྲུང་ལག་ཆས་ཚུ་ཡོད།



གློག་འཕྲིན་ཉེན་སྲུང་གི་ཐོབ་ལས་གཏང་ནི།

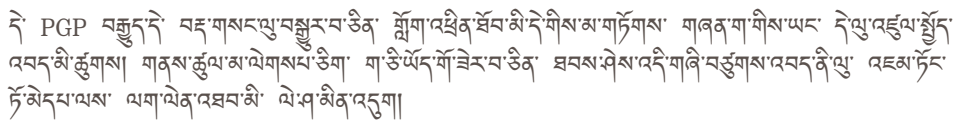
ཕྱིར་བཏོན་གི་གློག་འཕྲིན་ཞབས་ཏྲུག་ཕྱིན་མི་ དཔེར་ན་ Gmail, Yahoo ཡང་ན་ Hotmail ཚུ་གིས་ བན་བཅུད་པ་ ཚུ་ གློག་ཀླུ་འབད་མི་ཚུ་ལཱ་ ཕྱིར་བཏོན་འབད་ནིའི་ཉེན་ལ་ ཡར་འཕར་འབད་མ་ཡིན་མི་དེ་ཡང་ ཉེན་སྲུང་དང་ སྐར་གསར་ གི་གནས་ཆད་ཚུ་ དམ་དམ་མེད། སེམས་ཁར་བཞག་དགོས་འདི་ ཞབས་ཏྲུག་ཕྱིན་མི་གཅིག་ལཱ་ ཡག་ལེན་པ་ལེ་ཤ་ལཱ་ཡོད་པ་ ཅིན་ གློག་ཀླུ་ཚུ་གིས་ ཉེན་སྲུང་གནས་ཆད་ལཱ་ དོ་འགྲན་འབད་ནིའི་གོ་སྐབས་ཡང་ མངམ་ཐོབ་ཡིན། རྒྱུ་ཁྱིམ་གྱི་ ཞབས་ཏྲུག་ཕྱིན་མི་དེ་ལཱ་ འོག་གི་ཉེན་སྲུང་ལག་ཆས་ཚུ་ཡོད་པ་མེད་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་དགོས་དེ་ཡང་།

༡༽ ཉེན་སྲུང་གློག་ཁེམ་པ། རྒྱུ་ཁྱིམ་ཞེས་ཞེས་ཞེས་ (Secure Sockets Layer) (SSL) ཡང་ན།

༢༽ གླིལ་འབྲེན་བར་ཅིམ་སྲུང་སྒྲིབ་ རྒྱུ་ཁྱིམ་ཞེས་ཞེས་ཞེས་ (Transport Layer Security) (TLS).

འཁྱུ་ཞབས་ཏྲུག་ཚུ་མེད་པའི་ གློག་འཕྲིན་ཞབས་ཏྲུག་ཚུ་ སྤྲོད་ནི་མི་འོང་། ཞེས་ཞེས་ཞེས་ དང་ རྒྱུ་ཁྱིམ་ཞེས་ ཚུ་གིས་ རྒྱུ་ཁྱིམ་གྱི་ཉེན་སྲུང་ ཡོངས་འབྲེལ་གཅིག་ལས་ གཅིག་ལཱ་འགྲོ་འགྲུལ་འབད་མ་དང་ བན་གསར་ལཱ་བསྐྱར་ཡོད་པ་ དེས་གཏན་ བཟོ་མ་ཡིན། ཞེན་རུང་ གློག་འཕྲིན་དེ་ གློག་གནས་གཉིས་ཆར་འཁྱུར་ བན་གསར་ལཱ་མ་བསྐྱར་བའི་ ཡིག་སྒྲིག་ཅིག་ནང་ གསལ་འཛུགས་འབད་དེ་བཞག་པ་ཡིན། དེ་གིས་སྤྱི་ གློག་གནས་བདག་སྐྱོང་པ་གིས་ རྒྱུ་ཁྱིམ་གྱི་ཉེན་སྲུང་ འཕྱུ་སྤྲོད་འབད་ དེ་ལྟར་ཚུགས་ ཡང་ན་ བསྐྱར་བཅོས་འབད་ཚུགས།

གློག་འཕྲིན་ཅིག་གི་ནང་དོན་ བན་གསར་ལཱ་བསྐྱར་ནིའི་དོན་ལཱ་ ཤིན་ཏུ་ལེགས་པའི་སྐར་གསར་ རྒྱུ་ཁྱིམ་ཞེས་ (Pretty Good Privacy) (PGP) གིས་ ཉེན་སྲུང་ཐང་པའི་ ཐབས་ཤེས་ཅིག་ཕྱིན་ཡིན། དེ་གིས་སྤྱི་ རྒྱུ་ཁྱིམ་གྱི་ཉེན་སྲུང་



ལྷ་མིག་འདི་ ལྷོག་འཕྲིན་ཐོབ་མི་ མི་དོད་ལས་ ཡང་ན་ མི་མང་ལྷུ་མིག་གི་ལྷོག་གནས་ཅིག་ནང་ལས་ཐོབ་ཚུགས། ལྷོག་འཕྲིན་ ཐོབ་མི་དེ་གིས་ ཁོ་རའི་སྐྱེར་གྱི་ལྷུ་མིག་དང་ དེ་དང་བསྐྱུན་པའི་གསང་ཡིག་གིས་ འཕྲི་ཚུགས། བི་ཇི་ཡི་ ལག་ལེན་འབབ་ནི་ལུ་ ཁྱོད་ཀྱི་ལྷོག་སྤྱོད་ (client) དེ་གིས་ ཞབས་དོག་དེ་ལུ་ ལྷུ་སྐྱེར་འབད་དགོ།

པི་ཇི་གིས་ ལུ་ག་དེ་མེ་ འབདཝ་ཨིན་ན་གི་སྐོར་ལས་ བད་དོན་ལ་གསལ་ཚུ་ <https://www.youtube.com/watch?v=1MPcUHhXoc> ཅད་ལས་ཐོབ་ཚུགས།

၇၉



ཡིག་འཕྲིན་ཉེན་སྲུང་གི་ཐོག་ལས་གཏང་ནི།

དེང་དུས་ལུ་ བརྒྱུད་སྟེན་ཡོན་ཁྱིམ་འདི་ གློག་འཕྲིན་གཏང་ནི་འདི་ རྩ་བ་ལས་བཤོལ་ཏེ་ དེ་མ་ཐག་ཏུ་སྐྱེལ་ཚུགས་པའི་
 འཕྲིན་སྐྱེལ་པ་ (messengers) དཔེར་ན་ ‘WhatsApp’, ‘Telegram’, ‘Facebook Messenger’ ཡང་ན་
 ‘Snapchat’ ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན་མས། འདི་ཚུ་གིས་ བརྒྱུད་སྟེན་ཡོན་ཁྱིམ་ཚུ་ དུས་ལུ་ན་སྐར་ཆད་ག་པ་ཅིག་ནང་
 འཛམ་གླིང་སྐར་རྒྱུ་རྒྱུ་ སྐྱེལ་ཚུགས་པ་ཡིན། ཞབས་རྟེན་ཕྱིན་མི་ WhatsApp བརྒྱུད་སྟེན་གྱིས་ གཏང་ས་ལས་ རྟོག་ས་
 ཚུ་ཆོད་ བརྒྱུད་སྟེན་ཡོན་ཁྱིམ་ལས་ རྩ་བ་བསྐྱགས་འབད་མ་ཡིན། ཡིན་ཅུང་ གཅིག་གིས་ཡང་ ཉེན་སྲུང་ཚིལ་བུ་འབད་མི་
 ཚུགས། སྤྱིར་བཏང་གིས་ འཕྲིན་སྐྱེལ་པ་ (messengers) ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ གསང་བའི་བརྒྱུད་སྟེན་ བརྒྱུད་སྟེན་ཡོན་ཁྱིམ་
 ཉེན་ཁ་ཅན་ཡིན། ཡིག་འཕྲིན་རིམ་ལུགས་གཞན་ ‘Signal’, ‘Telegram’ ཡང་ན་ ‘Wire’ ཚུ་གིས་ གཏང་ས་ལས་ རྟོག་ས་
 ས་ཚུ་ཅི་ བརྒྱུད་སྟེན་ཡོན་ཁྱིམ་ལས་ དེ་ཡང་ iOS དང་ Android གི་དོན་ལུ་ ལག་ལེན་འཐབ་བཏུབ་ཡིན།

རིམ་ལུགས་དེ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ བརྒྱུད་སྟེན་ཡོན་ཁྱིམ་ལས་ <https://signal.org/>, <https://telegram.org> ཡང་ན་ <https://wire.com/> རྒྱུད་སྟེན་ཡོན་ཁྱིམ་ལས་ཚུགས།



མི་མང་ཐབས་འཕྲུལ་ཚུ་ ཉེན་སྲུང་གི་ཐོག་ལས་ལག་ལེན་འཐབ་ནི།

མི་མང་གི་ཐབས་འཕྲུལ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་འདི་སྤྱིར་དགོ། བརྒྱུད་སྟེན་ཡོན་ ཉེན་སྲུང་ཅན་བཟོ་ནི་ལུ་ རང་གི་ཐབས་འཕྲུལ་
 ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ། མི་མང་གི་ཐབས་འཕྲུལ་དེ་ ཉེན་ཁ་གསུང་སྟེན་ཅིག་ ཡང་ན་ དེ་ནང་ལུ་གནོད་ཉེན་ག་ཅི་ གཞི་
 བརྒྱུད་སྟེན་ཡོན་ཁྱིམ་ རང་ཅས་ཀྱིས་མི་ཤེས། གཞི་སྤྱིར་ མི་མང་གི་སྐྱོག་རིག་ཅིག་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པ་བྱུང་པ་ཅིན་ སྤྱིར་སྐྱོག་
 འབད་བཏུབ་པའི་ སྤྱི་མཐུད་ཐབས་འཕྲུལ་ཅིག་ འབག་ཡོད་དགོ། ཐབས་འཕྲུལ་འདི་གིས་ མི་མང་སྐྱོག་རིག་ ལག་ལེན་འཐབ་
 པའི་སྐྱོག་པའི་ དེའི་བྱ་ལས་དེ་ ལག་ལེན་འཐབ་མ་དགོ་པར་ གནས་སྐབས་ལག་ལེན་རིམ་ལུགས་བརྒྱུ་ཅིག་སྟེ་ ལཱ་འབད་བཏུབ་
 ཡིན། རྒྱུད་སྟེན་དེ་ རིམ་མེད་ལག་ལེན་སྐྱོག་ཤེས་ (RAM) རྒྱུད་སྐྱོག་རིག་གི་ལུ་ཐུང་སྐྱོག་ཤེས་ནང་ སྤྱིར་བཞག་འབད་མ་
 ལས་ ལས་ལུ་ཐུང་ཐངས་ཅིག་གི་དོན་ལུ་རྒྱུད་སྐྱོག་ཤེས་ ཆགས་ཡོད། རྒྱུད་སྐྱོག་རིག་དེ་ སྤྱི་མཐུད་ཐབས་འཕྲུལ་ལས་ གནད་
 སྤྱིར་ ཡང་ན་ ལས་སྐྱོག་ཚུ་ ག་ནི་ཡང་ མི་མང་ཐབས་འཕྲུལ་ནང་ སྤྱིར་བཞག་མི་འབད།

རྒྱུད་སྐྱོག་ལག་ལེན་རིམ་ལུགས་སོ་སོ་ཅིག་ སྤྱིར་ནི་ཡིན་པ་ཅིན་ ཐབས་འཕྲུལ་ལུ་ སྤྱིར་སྐྱོག་འབད་དགོ། དཔེར་ན་ སྤྱིར་སྐྱོག་
 འབད་ཡོད་པའི་ སྤྱི་མཐུད་ཐབས་འཕྲུལ་ཅིག་ནང་ ལི་ནགསི་རིམ་ལུགས་ཅིག་ གཞི་བརྒྱུད་སྟེན་ཡོན་ཁྱིམ་ལས་ རྒྱུད་སྐྱོག་འབད་དགོ། རྒྱུད་སྐྱོག་འབད་དགོ་པའི་
 སྤྱི་མཐུད་ཐབས་འཕྲུལ་ལས་ རྒྱུད་སྐྱོག་འབད་ཞིན་མ་ལས་ ལི་ནགསི་རིམ་ལུགས་ཅིག་ནང་ ལཱ་འབད་བཏུབ་ཡིན། དེ་འབད་མ་དང་ མེས་མས་
 ཁར་བཞག་དགོ་པ་ཅིག་ རྒྱུད་སྐྱོག་རིག་ནང་ གནས་སྐབས་ལག་ལེན་པའི་ སྤྱིར་བཞག་འབད་མ་མི་འོང། རྒྱུད་སྐྱོག་འབད་
 བཏུབ་པའི་ སྤྱི་མཐུད་ཐབས་འཕྲུལ་ཅིག་ གསལ་བཟོ་འབད་ནི་འདི་ འཛམ་གླིང་ཉེ་མེད། གཞི་སྤྱིར་ རྒྱུད་སྐྱོག་ཐབས་ལས་འདི་
 ལག་ལེན་འཐབ་ནི་སྟེ་ མེས་མས་ཐག་བཅད་པ་ཅིན་ ཡོངས་འབྲེལ་ནང་ཡོད་པའི་ སྤྱི་བརྒྱུད་སྟེན་ཡོན་ཁྱིམ་ལས་ཚུ་དགོ།

རིམ་མེད་སྤྱིར་ཐབས་འཕྲུལ་ལུ་ གྲུ་ཐོབ་སྐབས་འཕྲིན་ཁྱིམ་ཐོབ་ཚུ་ཡང་སྤྱིར་དགོ། དེ་ཡང་ མཐུད་འབྲེལ་དེ་ནང་ གཞན་མི་ག་
 འཛམ་གླིང་ཉེ་མེད་ག་ རང་ཅས་ཀྱིས་མ་ཤེས་པ་མ་ཆོད་ མི་འོང་གིས་ རྒྱུད་སྐྱོག་འབད་ཉེན་ཁ་ལུ་ཐོབ་པའི་སྤྱི་མཐུད་ཐབས་འཕྲུལ་ སྤྱིར་ཐོབ་
 ཐོབ་པའི་ སྤྱི་མཐུད་ཐབས་འཕྲུལ་ (Wi-Fi) ལུ་ མཐུད་འབྲེལ་འབད་དེ་ སྤྱི་མཐུད་ཐབས་འཕྲུལ་འཐབ་པའི་སྤྱི་མཐུད་ཐབས་ ཡ་ཤུག་ དོང་ས་
 མེད་སྤྱིར་སྤྱིར་ཐོབ་པའི་ (VPNs) ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ། དེ་གིས་སྤྱིར་གསང་དུ་མ་ཤུག་ ཕྱིན་ཚུགས་པ་ཡིན།

མེན་ཤོ་ཧྲེ་, འབད་མི་ ལག་ལེན་རིམ་ལུགས་ཅིག་ནང་ སྤྱི་མཐུད་ཐབས་འཕྲུལ་ སྤྱིར་སྐྱོག་འབད་ཐངས་ཀྱི་ དཔེ་ཅིག་
<https://www.youtube.com/watch?v=wzuCgm7dIEc> རྒྱུད་སྟེན་ཡོན་ཁྱིམ་ལས་ཚུ་དགོ།



ཉེན་སྲུང་ཅན་གྱི་གདམ་ཁ་གཞན་: ལི་ནགསི།

ལི་ནགསི་འདི་ གློག་རིག་དང་ ཆས་ཚང་འགྲུལ་འཕྲིན་གྱི་དོན་ལུ་ གློག་རིག་ཚན་རིག་པ་ཚུ་གིས་ ལག་ལེན་འཐབ་མི་ ཉེན་སྲུང་ཅན་གྱི་ ལག་ལེན་རིམ་ལུགས་ཅིག་ཡིན། དེང་སང་གི་ཐོན་སྐྱེད་ ཡང་ན་ མཉེན་ཆས་ཐུམ་ཚན་འདི་ཚུ་ ལག་ལེན་རིམ་ལུགས་ གཞན་ཚུ་བཟུམ་སྟེ་ 'Ubuntu', 'openSUSE', 'Debian', 'Mint' དང་ 'Elementary OS' ཚུ་ཡིན།

ལི་ནགསི་འདི་ རིན་མེད་སྤྱོད་མར་ཐོབ་པའི་ ཀླན་ཐོབ་མཉེན་ཆས་ བྱ་སྟབས་བདེ་ཏོག་ཏོ་ཡིན། མི་ག་ར་གིས་ འབྱུང་ཁུངས་གསང་ཡིག་དང་ རྗེར་བ་ གཞན་ཉེན་ཚུ་ བད་འ་བྱུན་ནི་ཡིན་མ་ལས་ ལག་ལེན་རིམ་ལུགས་ གཞན་ཚུ་དང་འཕྱད་པ་ད་ མཁྱོགས་པ་ར་ ཏུ་གོ་སྟེ་ གློན་བཅོས་འབད་ཚུགས་པ་ཡིན། རིམ་ལུགས་འདི་ མིན་རྟེས་དང་ ཨི་ཡུ་བཟུམ་སྟེ་ དར་ཁྱབ་མེད་པ་ལས་ གཞན་མཉེན་ (virus) ཡང་ ལེ་ག་མི་འོང་། ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་ ལི་ནགསི་གིས་ ཁོང་རའི་བཀྲམ་སྟེལ་ ཐོན་སྐྱེད་ གྲག་ཤོས་གྱི་ ཐོ་ཡིག་ཅིག་ དཔེ་སྟུན་འབད་ཡོད་ཡིན།

ལི་ནགསི་གི་སྟོར་ལས་ འབྲེལ་བཤད་བྱུ་ཅིག་ <https://www.youtube.com/watch?v=JsWQUOELON8>. རན་ལུ་ཐོབ་ཚུགས།

ཐོན་སྐྱེད་གྱི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་མཐུད་ཚུ་ ཐོབ་ས་ཡང་ <https://tails.boum.org/> ཉེན་སྲུང་ཆེ་ཤོས་དང་ སྤྱི་མཐུན་གྱི་དོན་ལུ་ཡང་ ལག་ལེན་འཐབ་བརྟུབ་། | <https://elementary.io> རྒྱུ་ལོ་ཁོ་ (interface) བཟོ་བཞོལ་དག་ཤོས་། | <http://www.ubuntu.com> རྒྱུ་ལོ་ཁོ་གྱི་དོན་ལུ་ཡང་སྤྲུལ་གྲགས་ཅན་དང་ལེགས་ཤོས་། <https://www.opensuse.org>

ལག་ལེན་འཐབ་དོ་བདེ་ཏོག་ཏོ་། <https://www.debian.org>
 གློག་གནས་གྱི་དོན་ལུ་ལེགས་ཤོས་། | <https://www.linuxmint.com>
 ལག་ལེན་འཐབ་དོ་བདེ་ཏོག་ཏོ་།



ཉེན་སྲུང་གི་ཐོག་ལས་ བརྒྱད་འཕྱིན་གཏང་ནི།

གསང་བའི་བརྗོད་ཚུགས་ཀྱི་སྐོར་ལས་ ཨ་ཏྲ་ག་ར་ མི་ངོས་སྤེ་ འཕྱད་དགོཔ་དེ་ཡང་ བརྒྱད་འཕྱིན་ཐོག་ལུ་ སྤུང་པའི་ལོ་རྒྱུས་ ཚུ་ནང་ མི་ངོས་ཞུན་ཅིག་གིས་ འཇམ་ཏྲང་ཏྲོ་སྤེ་ གསང་འཇུལ་འབད་ཚུགས། ཡོངས་གྲགས་ཅན་གྱི་ཞབས་ཏྲིག་ སི་ཀ་ ཡིཔ་ (Skype) ཚུ་གིས་ མཐའ་གཅིག་ལས་གཅིག་ཚུན་ བརྗོད་གསང་གི་འགན་ལེན་ འབག་མི་ཚུགས། Wire ཡང་ བ་ Signal ཚུ་གིས་ ཐབས་འཕྲུལ་གྱི་བར་ན་ བརྒྱད་འཕྱིན་གྱི་སྒོ་ཚུ་ བརྗོད་གསང་ལུ་བསྐྱར་མ་ཡིན་རུང་ བརྒྱ་ཆ་ཅིལ་ བུམ་ འགན་ལེན་འབད་མི་ཚུགས།

ཁྱོད་རའི་འབྲུང་ཁུངས་དང་ འཕྱད་ནིའི་ས་གོ་ གཏན་འཁེལ་བཟོ་ཞིན་མ་ལས་ བརྒྱད་འཕྱིན་དེ་ བྱིམ་ནང་བཞག་སྤྱོད་མོང་ ཡང་ན་ ལཱ་འབད་མ་བརྟུབ་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ སྤྱོ་བསྐྱམས་ཏེ་ འཕྲུལ་ལྟོ་ཡང་བཏོན་གཏང་། དེ་གིས་མ་ཚད་པར་ ཁྱོད་ཀྱིས་ Faraday Cage Phone Case ཟེར་མི་ བརྒྱད་འཕྱིན་ཤུབས་ ལག་ལེན་འཐབ་པ་ཅིན་ དེ་གིས་སྒོག་ལྷབས་ཚུ་ བཀག་ཚུགས་པ་ཨིན། ‘Edward Snowden method’ ཟེར་ སྤྱི་ལོག་སི་གི་ ཁྲིམས་འགལ་སྒྲུབ་ལུ་ཟེར་མི་དེ་ གིས་ སྒོ་གི་སྒྲེར་གསང་ འགན་ལེན་འབད་ནི་ལུ་ ཐབས་འཕྲུལ་དེ་ བྱིམ་སྤྱོད་ནང་བཅུགས་པ་ཨིན།

ཁྱོད་ཀྱི་རང་གི་བརྒྱད་འཕྱིན་ནང་ རིམ་ལུགས་ཚུ་ ག་དེ་ཉེ་ཉུང་སྤེ་བཏག་དགོ། ཁྱོད་ཀྱིས་རིམ་ལུགས་རེ་བཅུགས་པ་ད་ དེ་ གིས་ཁྱོད་རའི་ཐབས་འཕྲུལ་ནང་ཡོད་པའི་ དམིགས་བསལ་བྱ་ལས་དང་ གནས་སྤྱད་ ཡང་ན་ བརྗོད་ཚུ་ལུ་ འཇུལ་སྤྱོད་ དགོཔ་སྤེ་སྤུང་པ་ཨིན། དེ་ལུ་བརྗོད་ཏེ་ བྱི་ཁའི་འབྲུང་ཁུངས་ཚུ་གིས་ གཞོད་ཉེན་གྱི་སྤྱོ་བྱེམ་ཨིན། གཞོད་པ་མེད་དོ་བཟུམ་གྱི་ རིམ་ལུགས་ཅིག་གིས་ མི་ཚུ་གིས་ ཁས་ལེན་མེད་པ་སྤེ་བཟོ་དགོ་པའི་ མི་མང་བརྗོད་དོན་ས་ཡ་ལས་བཅང་དེ་ ཐོབ་ཡོད་མི་ Cambridge Analytica གི་སྤྱོད་རན་ལུ་བལྟ་ད། གལ་སྤྱད་ ཁྱོད་ལུ་རིམ་ལུགས་དེ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཁྱོད་རའི་ཐབས་ འཕྲུལ་གི་གཞི་སྤྱིག་ཀྱ་ ཁོང་གི་གནང་བ་ཚུ་ཚད་འཇུན་འབད། དེ་འབད་མ་ད་ གནང་བ་དེ་ཚུ་མེད་པ་ཅིན་ རིམ་ལུགས་དེ་ གིས་ ལཱ་འབད་མ་བརྟུབ་ཨིན་མ་ སེམས་ཁར་བཞག་དགོ།

གསལ་བཤད་སྒོག་བརྒྱན་ཚུ་ལུ་ མཐུད་འབྲེལ་ཁ་སྐོང་ ལེ་ག་ཅིག་ ཡོངས་འབྲེལ་
འཆར་སྤྱོད་ investigative-manual.org གན་ལས་ཐོབ་ཚུགས།



ལེའུ་འདི་གི་དམིགས་ཡུལ་འདི་ ལཱ་གི་གནས་སྤྱངས་ ཉེན་སྲུང་ཅན་ཅིག་ གལ་ཆེད་སྐོར་ལས་ གཙོ་བོར་བཏོན་ནི་དང་ ཞིབ་བརྗོད་གི་སྐབས་ལུ་ ཉེན་སྲུང་བརྒྱ་ཆ་ཅིལ་བུམ་ ཅུ་ལས་མེད་ཟེར་ ཉིང་སངས་ས་ བཟོ་ནི་འདི་ཨིན། ལེའུ་ཤུལ་མམ་དེ་ བརྗོད་ ཁྱོད་རའི་ཞིབ་བརྗོད་གི་བཟོ་དབྱིབས་ ག་དེ་སྤེ་ བཟོ་ནི་ཨིན་ན་ ལམ་སྤྱོད་འབད་ནི་དང་ རང་ལུ་དགོཔ་འི་ བརྗོད་ ཐོབ་ཐབས་ལུ་ རང་གི་འབྲུང་ཁུངས་ལུ་ ཅི་བ་ངང་ལོ་བཞོད་ནི་དང་ ཅི་བ་ཅི་ལན་གྱི་ཐབས་རིག་ ག་ཅི་བཟུམ་འདི་བཀག་ག་ཚུ་ གི་སྐོར་ལས་ སྤྱོན་ནི་ཨིན།

ཐོག་མེད་པའི་

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



ལེའུ་ ༥ པ་

ཞིབ་འཇོལ། ཞིབ་འཇོལ། ཞིབ་འཇོལ།

ལེའུ་འདི་ནང་ ཞིབ་བརྟག་བད་བརྟུད་པ་ཅིག་གིས་ ལཱ་འགོ་བཙུགས་ནི་དོན་ལུ་ དགོས་
མཁོ་ཡོད་པའི་ཞིབ་འཇོལ་གྱི་རིག་ཕུལ་ཚུ་གི་སྒྲིབ་ལས་ གོས་བསྐྱར་འབད་ནི་ཨིན། བད་
བརྟུད་པ་ཚུ་གིས་ ཉ་གོ་དགོཔ་དང་ ཡང་དག་སྤེལ་དགོ་པའི་ གཞི་རྟེན་ཆ་རྟེན་དག་
པ་ཅིག་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ གནས་སྤྱད་འཇོལ་ནི་དང་ བསྐྱབ་སྐྱོག་འབད་ནི་ དེ་ལས་ ཞིབ་
འཇོལ་ཁ་སྒྲིབ་གི་དོན་ལུ་ ཡིག་ཆ་འི་དྲན་ཐོ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ དེ་ལས་ཡོངས་འབྲེལ་ལག་
ལེན་འཐབ་ཐངས་ཚུ་ཨིན། དེ་མ་ཚད་ ཞིབ་བརྟག་བད་བརྟུད་པ་ཚུ་གིས་ ཨང་ཅིས་ཤེས་
ཡོན་གྱི་ གཞི་རྟེན་རིག་ཕུལ་ཤེས་དགོཔ་ ཁག་ཆེ་མི་དེ་ཡང་ གནས་ཚུལ་མང་ཤོས་ཅིག་
འབྲི་བའི་སྐབས་ ཁངས་ཚད་ཀྱི་གནས་སྤྱད་ཚུ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོཔ་འཐོན་མ་ཨིན།

བརྟེན་འབྲེལ་ཐངས་།

ཀྲུལ་ཁབ་མངའ་ཤོས་ཅིག་ནང་ གཞུང་དང་སྐྱེ་བུ་བརྟེན་འབྲེལ་གྱི་གསལ་བྱེད་བཅའ་ཁྲིམས་དང་ དྲག་ཐོག་
དབང་བཅོལ་བཀག་སྐྱུལ་ཁྲིམས་ལུགས་ ཡང་ན་ དང་འདོད་མེད་པའི་གཞུང་གཡོགས་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ མི་དམངས་ལུ་མ་སྟོན་
པར་བཞག་ཡིན། ཡུ་རོབ་ཀྱི་ཀྲུལ་ཁབ་མངའ་ཤོས་ཅིག་ནང་ གཞུང་གིས་ སྤྱི་ལོ་ ༡༠༠༧ ལོ་ལོ་ནང་ ཆོང་འབྲེལ་གྱི་དོན་ལུ་
ཕབ་ཆག་བྱེད་ཡོད་པའི་སྐབས་ གནས་ཚུལ་ཚུ་འཐོབ་ཚུགས་པ་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཡོ་རོབ་དུན་དེ་ཅིག་འགོར་ཡོད་པའི་ཨིན།
འདི་བཟུམ་མའི་ གནས་སྐབས་འཇམ་ཏྲེང་ཏྲེང་འགྲོ་མི་འདི་ཡང་ གཙོ་བོར་ ཀྲུལ་ཁབ་དྲུག་གི་བརྟེན་འབྲེལ་ཚུ་ཁ་བསྐྱེལ་ཏེ་
གནས་ཚུལ་ཚུ་ གསལ་སྟོན་འབད་དགོ་པའི་དོན་ལུ་ ཡོ་རོབ་ཤུལ་མ་བཅད་དེ་ ཁྲིམས་ཚུང་འབད་ཡོད་པའི་ ལཱ་ལུ་ཐོན་
ཡོད་པའི་ཨིན། དེ་ཡང་ ཐོང་དང་འཁྲུལ་ཕུང་ ཕབ་ཆག་གི་ཁེ་ཕན་ ཐོབ་ཡོད་པའི་མི་རིམ་ཚུ་ཡང་ བཟོ་བྱའི་སྤྱད་པོན་དང་ ཀྲུལ་
པོའི་སྤྱི་འཁོར་ཚུ་ཨིན་མ་སྟེ་ ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཅུག། མི་སེར་གྱི་ཁྲལ་ལས་ཐོབ་ཡོད་པའི་ དབྱེན་སྐྱོར་དང་ ཡུ་རོབ་ ས་ཡ་ལས་
བཅད་དེ་ ཆོང་སྤྱོད་ཀྱི་དང་ དྲག་འཛལ་ཅན་གྱི་ ཆོང་སྤྱོད་ཚུ་ལུ་མ་ཐོབ་པར་ ཏེ་མ་ལས་ ཁེ་སངས་ཐོབ་སྤྱོད་ཡོད་པའི་
ཆོང་སྤྱོད་གིས་ཐོབ་ཡོད་པའི་ཨིན་མས།

གལ་སྲིད་ རྒྱུད་ཡང་ འདི་བཟུམ་མའི་ཁྲིམས་ལུགས་ཡོད་པའི་ ཀྲུལ་ཁབ་དང་ ཡང་ན་ གཞུང་འབྲེལ་གསལ་བྱེད་བཅའ་
ཁྲིམས་ བསྐྱར་སྤྱོད་འབད་བཞིན་ཡོད་པའི་ ཀྲུལ་ཁབ་ནང་ སྤྱོད་མི་ཨིན་པ་ཅིན་ རྒྱུད་ལུ་དྲག་འཛལ་འདི་ ཆེ་སྤྱོད་འབྱུང་སྤྱོད།
ཞིག་ཡོགས་ཚུ་གིས་ རྒྱུད་ལུ་བརྟེན་འབྲེལ་བྱེད་པར་ ལུན་འགྲུལ་བཞག་སྟེ་ ཉེང་སྐྱལ་སྤྱང་འགམ་བཅུག་ནི་དང་ ཡང་ན་
འདི་བསྐྱོར་པའི་གནས་སྐབས་ཅིག་ བརྟེན་འབྲེལ་ དབྱལ་སྤྱོད་དེ་ ཉོ་དགོ་པའི་འཐོར་འོང་། གལ་སྲིད་ རྒྱུད་ལུ་དགོ་པའི་ཡིག་ཆ་
ཚུ་ འཐོབ་ནིའི་ཐབས་ལས་ གཞུན་མེད་པ་ཅིན་ དབྱལ་སྤྱོད་དེ་ ཉོ་ནི་མ་གཏོགས་ ག་དེ་སྤྱོད་འབད་ནི་ དུས་ལུན་རིང་ཤོས་
འགོར་ནི་དང་ ལཱ་ཁག་ཤོས་འདི་ བརྟེན་དལ་དབང་གི་དོན་ལུ་ ཁྲིམས་ལུགས་བཟུམ་ནི་ལུ་ བཙོན་ནི་འདི་ཨིན། རྒྱུད་ཀྱི་
ཀྲུལ་ཁབ་ནང་ བརྟེན་དལ་དབང་གི་ བཅའ་ཁྲིམས་ཡོད་པ་ཅིན་ གཤམ་གསལ་གཞི་རྩ་ཚུ་གིས་ རྒྱུད་ཀྱིས་བརྟེན་འབྲེལ་
ནི་ལུ་ ལམ་སྟོན་འབད་འོང་།

- ▶ དོན་ཚན་འདི་གི་ཐོག་ལུ་ གཞུང་འབྲེལ་ཆ་ཤས་ཙམ་ ཡང་ན་ མ་ཁས་མཆོག་ཚུ་གི་དཔེ་དེབ་ག་ཅི་ དཔེ་སྟོན་
འབད་ཡོད་པའི་ཨིན་ན་ འཛེལ་ཞེན་མ་ལས་ འདི་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ ཡིག་ཆ་བྱིན་ཚུགས་མི་ འགོ་དཔོན་
དང་གཅིག་ཁར་ མཐུན་འབྲེལ་བཟོ་དགོ།
- ▶ དུས་ཡུལ་རྒྱག་ར་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ ཏེ་མ་ལས་ ཡོད་ག་མེད་བཟླ་དགོ། དཔེ་སྟོན་འབད་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆ་ ལྷབ་
ཆད་ཉུང་སྤྱི་ཅིག་ཡོད་པའི་ རིགས་ཚུ་ནང་ རེ་ཆེ་སྐྱབས་ གསལ་བའི་ཡིག་ཆ་འདི་བཟུང་དོན་དང་ ལུང་འབྲེན་ཚུ་
འོང།
- ▶ རྒྱུད་ཀྱིས་ ཐབས་ལས་གཞན་ཡོད་ཆད་ཅིག་ འཛེལ་འཛེལ་མ་ཨིན་པའི་ ལུངས་བཀལ་ཏེ་ མཐའ་མཐུག་ལུ་
བརྟེན་དལ་དབང་གི་ དོན་ཚན་ཚུ་ གཡོག་བཀོལ་དགོ། འདི་གིས་ རྒྱུད་ཀྱིས་ ཡིག་ཆ་ཚུ་ ཐོབ་བརྒྱུད་
བཀོད་ནིའི་ གནད་དོན་ཉེང་སྐྱལ་ སྤྱི་ཆུང་འགྲོ་འོང།
- ▶ སྤྱོད་པའི་འཆར་གཞི་བཟུམ་དགོ། བརྟེན་དལ་དབང་གི་ བྱ་རིམ་འདི་ལུ་ དུས་ལུན་འགོར་འོང་། རྒྱུད་ལུ་
ནངས་པར་ར་དགོ་པའི་ ཡིག་ཆ་དེ་ དུས་ཆེད་ཁར་འཐོབ་ཚུགས་པར་ ལཱ་ཁག་གཏང་འོང་། འདི་འབད་ཕུལ་ལས་
ཏེ་མ་ལས་ གནས་ཚུལ་འབྱུང་ལུངས་ ལུངས་ལཱ་ཚུ་ རོས་འཛིན་འབད་དེ་ ལེན་ཐབས་བསྐྱིག་དགོ།

- ▶ རེས་ཏིག་དགོང་ཡོད་པའི་ ཡིག་ཆའི་མིང་ (ཡང་ན་ ཡང་ཡིག) བཀོད་ཐོག་ལས་ འདི་ཚུ་དགོང་པའི་ ལྷ་བ་ འབད་དགོ། རྒྱུ་ལྷ་དོན་ཚན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་ཚད་ཅིག་ ལེན་ནི་ལེ་ཕྱི་རྒྱུ་ལ་ཅིན་ འགོ་དཔོན་ཚུ་གིས་ ལྷ་མེད་བསྐྱར་ནི་དང་ ལྷ་མེད་ལྷ་མེད་སྐྱེ་ བཞག་ནི་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ འབད་ནི་ལོ་སྐབས་ལེན་འོང།
- ▶ རྒྱུ་ལྷ་ལྷ་བ་འབད་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆ་དང་ རྒྱུ་ལྷ་ཐོབ་ཡོད་པའི་ ལན་གསལ་ཚུ་ བདག་འཛིན་ལེགས་ཤོམ་ གྲོ་འཐབ་བཞག་དགོ། འདི་ཚུ་ ལྷ་ལ་ལས་ དབང་འཛིན་ཚུ་གིས་ བན་དོན་དལ་དབང་གི་ ཁྲིམས་ལུགས་ དང་འགལ་བ་འབད་ཡོད་པ་དང་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ སྤྲ་གསལ་སྤྱོད་ བཞག་ཡོད་པའི་གནད་དོན་ཚུ་གི་ཐད་ལུ་ བདེན་ཁུངས་བཀལ་ནི་ལུ་ སུན་ཐོགས་འོང།

ལྷ་དང་རྒྱུ་ལྷ་གི་གནས་སྤྱད་བཅོ་ནི།

ཞིབ་བཞག་འབད་ནི་ལེ་ རྒྱུ་ཚེས་གཙོ་མོ་འདི་ ལས་ལུགས་ཚུ་ ག་དེ་སྤྱོད་ ཡོད་པ་ཡིན་གྱི་སྐོར་ལས་ ཤེས་ནི་དང་ འདི་ འབད་མ་ཚུ་གསུང་ ལས་ལུགས་འདི་གི་སྐོར་ལས་ མོ་ཚོ་དཔག་ཚུ་གསལ་ཅིག་འབད་དགོ། ལྷ་དང་ལྷ་དགོང་པའི་ བན་ དོན་ཚུ་ འཚོལ་ནི་དོན་ལུ་ གཤམ་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་གྱི་ རི་བ་ཚུ་བཅོ་དགོ།

- ▶ རྒྱ་རིམ་ ཡང་ན་ ལས་ལུགས་འདི་ ག་དེ་སྤྱོད་ ལཱ་འབད་དགོང་སྤྱོད་?
- ▶ ག་གིས་ ག་ཅི་ རྒྱུ་ལྷ་མ་ ག་དེ་སྤྱོད་ འབད་དགོང་སྤྱོད་?
- ▶ རྒྱ་རིམ་ཚུ་ ག་སྤྱོད་ ཐོ་བཀོད་ཡོད་པ་ཡིན་ནམ་?
- ▶ གནས་ཚད་དང་ ཚད་གཞི་ཚུ་ ག་དེ་སྤྱོད་ཡོད་གཤམ་ འདི་ཚུ་ག་དེ་སྤྱོད་ གཞི་བཟུགས་འབད་ཡོད་པ་ཡིན་ནམ་ ག་ གིས་ བསྐྱར་སྤྱོད་འབད་མ་ཡིན་ནམ་?

ལྷ་དང་ལྷ་ལྷ་ ལན་དེ་ཚུ་ རྒྱུ་ཤིང་རྒྱུ་ལྷ་དང་ ཡོངས་རྒྱུགས་སྤྱོད་ ཤེས་པ་ཅིན་ ལས་ལུགས་ཚུ་ འཛོལ་བ་ག་ཏེ་ལས་ ལྷ་མ་ རྒྱུ་ཡི་ག་ ལ་གསལ་སྤྱོད་ཤེས་ཚུ་གསལ།

རི་བ་འདི་ཚུ་གི་ ལན་གྱིས་མ་དོ་བར་ ལྷ་དང་ལྷ་ལྷ་ཞིབ་དབྱེད་འབད་བའི་སྐབས་ རྒྱུ་ཚེས་གཞན་ཡང་ དགོང་ཡོད། ལྷ་ ལྷ་ལྷ་འགོ་བཟུམས་པའི་བསྐྱར་ལས་ར་ འདི་ཚུ་སེམས་ཁར་བཞག་པ་ཅིན་ གནས་ཚུལ་ཡིག་ཆ་ཚུ་ གསལ་ཏིག་ཏི་སྤྱོད་ བཀོད་ བེ་ལུ་སུན་ཐོགས་ཡོང། འདི་གིས་ལྷ་དང་ར་གནས་ཚུལ་འབྲི་བའི་སྐབས་ ཡིག་ཆ་བསྐྱེས་ལྷ་ལྷ་འབད་དེ་ རྒྱུ་ཚོང་འཕྲོ་བཞུགས་ འཕྲོམ་མ་ཚད་ ཡིག་ཆ་མང་དགས་པའི་རྒྱུ་ལྷ་ལྷ་ སེམས་ཁ་ལས་མི་བཟེད་ནི་ལུ་ སུན་ཐོགས་འོང།

ལཱ་འབད་བཞིན་ཡོད་པའི་དོན་ཚན་གྱི་ཐད་ལུ་ འབྱུང་རིམ་བཅོ་ནི།

ལྷ་དང་ལྷ་ལྷ་ཞིབ་དབྱེད་འབད་བའི་སྐབས་ རྒྱུ་རིམ་བཅོ་ནི་འདི་ལག་ཆེ། དེ་འབད་མ་ད་ ལྷ་དང་ལྷ་ལྷ་ གནས་ཚུལ་འབྲི་བའི་ སྐབས་ཡང་ གོ་རིམ་འདི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ འབད་དགོ་ཟེར་མེན་པར་ ལྷ་དང་ལྷ་ལྷ་ གནས་ཚུལ་གྱི་ ལོ་རྒྱུས་བྱུང་རིམ་ཚུ་ནང་ རེས་བདེན་སྤྱོད་ཚུ་གསལ། འདི་གིས་ གནས་ཚུལ་འབྲི་བའི་སྐབས་ ཏེ་མ་ ག་ཅི་འབད་ཡི་ག་ དེ་གི་ལྷ་ལྷ་ལས་ ག་ཅི་ རྒྱུ་ཡི་ག་གི་རིམ་པ་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་ ཏེ་གོ་ནི་ལུ་ སུན་ཐོགས་ཡོད།

ཁྲུངས་འབྲེལ་དང་ གྲངས་ཚད་གནས་སྡུང་གི་ཁྱད་པར།

གྲངས་ཚད་གནས་སྡུང་ཟེར་མི་འདི་ ཁྲུངས་ཁ་ལུ་གོ་མ་ཡིན། དཔེར་ན་ སྤྱན་ཅིག་ ཚོང་བསྐྱར་ཐབས་ནི་དོན་ལུ་ ཚོང་ཁང་ནང་ མ་སྟོང་པའི་ཉེ་མ་ སྤྱི་ཚད་ཀྱི་བརྟག་ཞིབ་ ཐེངས་ག་དེ་མ་ཅིག་ འབད་དགོ་པ་ཡིན་ན་དང་? ཚུན་ བཅོག་སྒྲིབ་གནས་ཚད་ ག་དེ་མ་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན་ན་? འདས་པའི་ལོ་ལྷ་གི་ནང་འཁོད་ ཁྲོམ་ཁར་བྱང་ན་ ག་དེ་མ་ཅིག་ བྱང་ཡོད་པ་ཡིན་ན་? ལ་སོགས་པའི་ གྲངས་ཚད་འདི་ལུ་བརྟེན་ ཁྲུངས་ལྷན་གྱི་བདེན་ཁྲུངས་ དཔེར་ན་ ཁྱོད་འདི་མི་སྡེ་ནང་ སྒྲོབ་གྲྭ་ནང་ལས་ ཐོན་སྡོད་མིའི་ཁྲུངས་ཁ་ ཅིག་གིས་ རྒྱལ་ཡོངས་ལུ་ཁྱབ་པའི་ གནས་སྡུངས་ལུ་འགྱུར་དོ་བཟུམ་སྟེ་ གཡུམ་སྒོ་རྒྱུང་ཀྱི་ཅིག་ནང་གི་ གནས་ཚུལ་གྱིས་ རྒྱལ་ ཡོངས་ཀྱི་ཞིབ་དཔྱད་འབད་དགོ་པའི་ གནད་དོན་ཅིག་ལུ་འགྱུར་ཚུགས།

འཛམ་གླིང་གི་ ས་སྒྲོམ་ཆེན་ཅིག་ནང་ གྲངས་ཚད་དང་ ཐོ་བཀོད་འབད་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ རྩ་ལས་མེད་པ་ལས་ འཕྲོབ་ ཚུགས་པར་ ལཱ་ཁག་ཡོད་པ་ཡིན། འདི་འབད་མ་དང་ འདི་བཟུམ་མའི་ ཡིག་ཆ་མེད་པའི་གནས་སྡུངས་ནང་ལུ་ ཞིབ་འཇོལ་འབད་མ་ ད་ ཐབས་ལམ་ལྷན་པ་གཉིས་ཡོད། འདི་ཡང་ དང་པ་ཁྱོད་འདི་ བཟོ་བྱ་མཐོང་བྱ་གི་ཐོག་ལས་དང་ གཉིས་པ་ འབྲེལ་ཡོད་མི་ རོམ་ཚུ་དང་ འི་བ་འིས་ལན་འབད་ནི་འདི་ཡིན། མི་དང་ ལས་རིམ་ རྒྱུ་མཚན་དང་ བརྒྱུད་སྤུལ་ ཚོར་སྤྲུང་དང་ འཐབ་ཅོད་ཚུ་གི་ སྒྲོར་ལས་ བརྟེན་བཟོ་སྒྲིག་འབད་ནི་འདི་ལུ་ ཁྲུངས་འབྲེལ་གྱི་གནས་སྡུང་ཟེར་ བཅོམ་འབད་མ་ཡིན། སེམས་ཁར་བཞག་ དགོ་པ་འདི་ གནད་དོན་གཅིག་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ མི་རྒྱུད་དང་ སྡོལ་གསུམ་ཚུན་ རྩབ་ཚུགས་པ་ཡིན། དཔེར་ན་ ཁྲོམ་ལམ་གྱི་ཁ་བྱང་ཅིག་ གི་ཐོག་ལས་ ཁྱིམ་གྱི་ཚབ་དག་ འཛུལ་འཕྲོབ་དོ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན།

ཁྱོད་འདི་ཞིབ་འཇོལ་ གོ་སྒྲིག་འབད་ཐངས།

ཞིབ་འཇོལ་གྱི་ འི་བ་འིས་ལན་འབད་པའི་མི་རྒྱུད་དང་ བརྟེན་ཕྱིན་མི་འབྲེལ་གསུགས་པ་ ཁོང་གི་མཁས་རིག་ཚུ་ གནད་སྡུང་བཅོ་ སྟེ་བཞག་ནི་ལུ་ གྲོག་རིག་ཐོག་གི་ ལས་འགུལ་འཛིན་སྤྲོད་རིམ་ལུགས་ཚུ་ཡོད། འདི་ནང་ ཁྱོད་ཀྱིས་ བདེན་ཁྲུངས་བཀོད་ནི་ དང་ ཁྲུངས་བཀའ་དགོ་པའི་ འཆར་སྤྲུང་ཚུ་ལུ་ སུན་ཐོགས་ནི་དོན་ལུ་ འི་བཀོད་ཀྱི་ཐོག་གཞུང་དང་ ཞིབ་རྟོག་ཡིག་ཆ་ཚུ་ བཞག་ དགོ་པ་མ་ཆད་ གཞན་འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ་དང་ ཕྱིས་དཔྱད་ གནས་སྡུང་གཞི་མཛོད་དང་ འི་བ་འིས་ལན་ཚུ་ མཐུད་འབྲེལ་འབད་ དེ་བཞག་དགོ། འི་བཀོད་ནིའི་ ཐོ་དབ་རིམ་ལུགས་ ཨེ་བར་ནིའི་འདི་ (Evernote) བརྟེན་བཟོ་ཚུ་གི་ནང་འཁོད་ ཡོངས་ གྲགས་ཅན་ཅིག་ཡིན་རུང་ གསར་བྱའི་ཡིག་ཆ་བཞག་ནི་དོན་ལུ་ ཉན་སྡུང་དང་ཐུན་ཅིག་མེད། འཛིན་སྤྲོད་གི་རིམ་ལུགས་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་པའི་སྐབས་ ཉན་སྡུང་འདི་ སེམས་ཁར་བཞག་ཏེ་ གང་མ་ཁ་རྒྱབ་དགོ།



སྒྲིག་བཀོད་ཅན་གྱི་དྲི་བ་དྲིས་ལན་འབད་ནི།

སྒྲིག་བཀོད་ཅན་གྱི་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་འབད་ནི་འདི་ བརྟག་ཞིབ་ཚུང་བ་ཅིག་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་མི་དང་འབྲ། དེ་ཡང་ གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་ཚུ་མེད་པའི་སྐབས་ གནས་སྤྱད་ཚུ་ ཚུལ་དང་མཐུན་མ་སྟེ་ ལེན་ཐངས་ཅིག་ཡིན། ཁངས་ཚད་གྱི་ གནས་སྤྱད་འཐོབ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཚད་གཞི་ལྷན་པའི་ དྲི་ཐོ་ཅིག་དགོ། ཡིན་རུང་ མི་རེ་དོ་རེ་སྟེ་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་འབད་བའི་ སྐབས་ལུ་ སེམས་ཁར་གར་ཏེ་འོངས་པ་ཅིན་ དྲི་བ་ཁ་སྐོང་ཚུ་བཀོད་དགོ།

༡༽ གནས་སྤངས་ངོམ་ཚུ་ བདེན་ཁུངས་བཟང་ཚུགས་པའི་ འོས་བབ་ཡོད་པའི་དྲི་བ་ཡོངས་ཚོགས་ ཐོ་བཀོད་འབད་དགོ། དཔེར་ན་ གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་གིས་ གནད་དོན་གང་རུང་ཅིག་ འགོ་ཐོག་ནམ་བུང་ཡི་ག་གི་སྐོར་ལས་ ངན་ཚུགས་མི་ ཚུགས་འདི་ནི། འདི་བཟུམ་མའི་ཐབས་ལམ་གྱི་ཐོག་ལས་ དཀའ་ངལ་ཅིག་ ནམ་བུང་བུང་མ་ཡིན་ན་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ ཚུགས། རྒྱུ་ལེན་ དབང་བཙུང་འདོད་སྟོན། མི་ངོམ་ཤེས་མི་གིས་ གནོད་བགལ་འབད་བ། འོ་ཐོག་སྐམ་པ། སྦྱུ་ འཁོར་ལམ་ཉམས་ཆག་ཤོར་བ། ས་གནས་གྱི་མི་ བྱང་སྟོར་ཤོར་བ། རེ་ལས་ འདི་ཚུ་གི་བྱང་གཞི་ ག་ཅི་ཡིན་ན། རྒྱུ་ལེན་ མི་ཚུ་གིས་ “འདི་སྐབས་གནད་དོན་འདི་བཟུམ་ གཞན་ཅིག་ཡང་བྱང་ཡོད” ཟེར་སྒྲུབ་སྟེ། རེ་ལས་ ལ་ལུ་གིས་ བྱ་ངོམ་ཅིག་གི་སྐོར་ལས་ འདི་བའི་སྐབས་ རྒྱུང་བཅས་ཁྲོམ་འདི་བཟུམ་ཅིག་ཁར་ སྟོ་འཁྱོལ་གི་ཐག་ བཅད་ཅི་ཞེ་ ཟེར་སྒྲུབ་འོང།

༢༽ གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་ གར་ལུ་ དྲི་བ་ཅིག་ག་ཅིག་སྟེ་བཀོད་དགོ།

༣༽ དྲི་བ་ཚུ་ གསལ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་བཀོད་དགོ། ལན་ཚུ་དོག་དོག་རིལ་རིལ་སྟེ་ལེན་སྟེ་ ག་ཡིན་སྟེ་ ཐོ་བཀོད་འབད་དགོ། ལན་གསལ་རིལ་རིལ་ འཐོབ་ཚུགས་པའི་ དྲི་བ་བཀོད་ནི་འདི་ཁག་ཆེ། མ་གཞི་ ལན་ཚུ་མངོན་གསལ་ཅན་དང་ ཟུར་ ཅམ་སྟོན་པའི་ལན་ཚུ་ཡང་ ལེན་ནིའི་ཕྱིས་རྒྱབ་དགོ། ལན་འདི་ཚུ་གེར་ ག་ཅིག་ཁར་བསྟོམས་ཞིན་མ་ལས་ རྒྱུང་རའི་ གནས་སྤྱད་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།

ཡིག་ཆ་འཇོལ་ཞིབ།

གནས་སྤྱད་ནང་ལུ་ གནས་ཚུལ་ཉེ་སྤྱེལ་ཚུ་ ཡིག་ཆ་འཇོལ་ཞིབ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་འཐོབ་ཡིན། རྒྱུ་འབྲས་ལྟར་ལྟ་བུ་སྤྱོད་འབད་ཚུགས་པའི་ ཡིག་ཆ་འཇོལ་འཛུགས་ཀྱི་ འདེམ་བཤུགས་པའི་ ཐབས་ཤེས་སྒྲིག་དགོ། བྱ་འཇུག་འདི་ནང་ ཡིག་ཆ་གཅིག་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ་གཞན་ཅིག་ གསལ་སྟོན་འབྱུང་འོང། དེ་ལས་ རྒྱུ་འབྲས་ཞིབ་འཇོལ་གྱི་ གྲུབ་འབྲས་ཚུ་གི་བར་ན་ འབྲེལ་བ་ཚུ་འཇོལ་དགོ།

རྒྱུ་འབྲས་ཤེས་ཁར་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་སྟེ་ མཐོང་བའི་ཡིག་ཆ་འདི་འགྲམ་ཡོད་ཚད་ ཐོ་བཀོད་འབད་དགོ། འདི་ནང་ དཔེར་ན་ རྩོམ་པམ་གྱི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ རྣམ་འབྲུག་གི་དཀའ་ངལ་ ཐོན་ཡོད་པའི་སྟོན་ནང་ ས་གཏེར་ ལས་སྟེ་ཅིག་གི་སྤྱོད་འཇུག་འགོ་དཔོན་ལུ་ ལཱ་འབད་སྟེ་མི་ མི་ངོམ་འདི་གི་ རྒྱུ་ཚད་ཡིག་ཆ་ཚུ་ ཐོ་བཀོད་འབད་ནི། མི་ ངོམ་འདི་གི་ རྒྱུ་ཚད་ཡིག་ཆ་འདི་ནང་ མི་ངོམ་འདི་གི་ ལཱ་གཡོག་ཚུ་གི་བར་ན་འདི་ བར་སྟོང་གི་དུས་ལུ་ཕྱུག་སྟོར་ལས་ ཐོ་ བཀོད་འབད་དེ་མེད་པ་འོང། འདི་ནང་ ཨང་ཕྱིས་ཤེས་ཡོན་གྱི་རིག་ཚུལ་ལག་ལེན་འབབ་དགོ། ལས་སྟེ་ཁག་མ་འབྲས་ཚུ་ རྣམ་ ལཱ་འབད་ཡོད་པའི་ ལོ་གྲངས་ཚུ་ གཅིག་ཁར་བསྟུན། དེ་ལས་ ལཱ་གཡོག་གི་ཐོ་དེབ་ནང་ ཐོ་བཀོད་འབད་ཡོད་ པའི་ ལོ་གྲངས་ཀྱི་བསྟུན་ དེ་ལས་ཐོ་བཀོད་མ་འབད་བར་ཡོད་པའི་ ལོ་གྲངས་ཡོད་མེད་བཟླ་ནི། ལཱ་གཡོག་གི་ཐོ་དང་ ཡང་ན་ ལས་སྟེ་འོ་ཐོ་དེབ་ཚུ་ནང་ མི་ངོམ་འདི་གིས་ ལཱ་གཡོག་འདི་ ཉམ་སྟེང་མར་ བཀོ་བཞག་བཞག་པ་ཡིན་མེད་མ་ དགོ། བར་མཚན་ཚུ་འཇོལ་དགོ། འདི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ མི་ངོམ་འདི་གི་ ལཱ་གཡོག་གི་ལོ་རྒྱུས་ ཉེ་སྤྱེལ་འཇོལ་དགོ་པ་ འབྱུང་འོང། མི་སྟོབས་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་ནང་ མི་ངོམ་འདི་ལུ་ ཨང་རྒྱུན་དང་ མགྲོགས་ཀྱི་ཉེ་གྲག་བཟང་བཀོད་ཡོད་ པའི་ ཡིག་ཆ་ཚུ་འཐོབ་སྟེ། ཡིག་ཆ་འདི་གི་ཤུལ་དཔྱད་འབད་བའི་སྟབས་ མི་ངོམ་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་ ཁྲིམས་སྤྱད་དང་ ཁྲིམས་ཁར་ ཡང་ན་ བཅོམ་ཁར་གི་ཡིག་ཆ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་འཇོལ་དགོ། མདོར་ན་ ཡིག་ཆ་གཅིག་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཡིག་ཆ་ གཞན་ཐོབ་སྟེ་ བདེན་ཁུངས་བཟང་ཚུགས།

འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ་ཚུ་ ཉེ་གོ་བའི་ཤུལ་ལས་ རྒྱུ་འབྲས་ གནད་དོན་འདི་ནང་གི་ མི་ངོམ་དེ་གི་ གནས་སྤྱད་ནང་འཇུག་ དགོ། ཁོ་གིས་ ག་ཅི་འབད་ཡོད་པ་ཡིན་ནམ་ མོ་གིས་ ག་ ཡང་ན་ ཁ་ གནད་མ་ཀྱུབ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཁོ་ཕན་ག་ཅི་ འཐོབ་འོང་གམ་ དེ་ལས་ འདི་གཅིས་ཀྱི་བར་ན་འདི་ལས་འདི་ ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་འོང་གམ་ ཟེར་བ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ མན་ བསམ་གཏང་དགོ། འདི་གིས་ རྒྱུ་འབྲས་ དོན་མེད་ཀྱི་ཞིབ་འཇོལ་འབད་ནི་ལས་ བཀག་ཐབས་འབད་ཚུགས། གནས་ ཚུལ་འཐོབ་མེད་དོན་ལུ་ དཔེ་མཛོད་དང་ ཡིག་རྟིང་ཚུ་ལུ་བརྟེན་དགོ་པ་ལས་ འདི་ཚུ་ལུ་ སྤྲོད་ཆུང་སྟེ་ བཞག་ནི་མི་འོང་ ། བར་དོན་ཚུ་ གྲོག་རིག་ཐོག་ལས་འཇོལ་བ་ཅིན་ མིང་གཅིག་གྲོག་རིག་ནང་ བརྟུགས་པ་ཙམ་གྱིས་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ དང་མེད་པའི་ ཡིག་ཆ་ལེ་ཤ་འཐོན་འོང། གཤམ་སྟེད་ གཞུང་གི་ཡིག་ཆ་ཚུ་གེ་ར་ ཤོག་ཀུའི་ཐོག་ལུ་བཞག་ཡོད་པའི་ རྒྱལ་ ཁབ་ཅིག་ནང་ཡིན་པ་ཅིན་ རྒྱུ་འབྲས་ དཔེ་མཛོད་འདི་གི་ དཔེ་གཏེར་དང་གཅིག་ཁར་ མོས་མཐུན་བཟོ་སྟེ་ དཔེ་ཁར་ རྣམ་འཇུག་ཞིན་ ཡིག་ཆ་ཚུ་ ག་དེ་སྟེ་བཞག་ཅུག་ ག་ཉེ་དགོ།

གཞུང་གི་ཡིག་ཆ་ དཔེར་ན་ སྤྱི་ཚེས་ལག་ཁྱེར་དང་ སྤྱི་མཐོང་གཏང་ཆོག་པའི་ཆོག་ཐམས་ཚུ་འཇོལ་ནི་འདི་ ཞིབ་འཇོལ་ འགོ་བརྟུགས་ནི་ཐབས་ལས་ འགྲམ་ཤོས་ཅིག་ ཡིན་པ་བཟུམ་སྟེ་ཆོར་རུང་ བར་དོན་ཚུ་གེ་ར་ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ ལས་ཐོབ་པ་ཅིན་ འདི་ཚུ་ དུས་ལུ་ན་ལེ་ཤ་འགོར་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ གྲུབ་འབྲས་ཡང་ ཆད་ཅིག་ལས་བརྒལ་མི་འཐོན། ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལས་འཐོབ་པའི་ གསལ་ཤོག་གི་ཡིག་རྟིང་ཚུ་ སྤྱི་འདུན་ སྤྱི་འཇུག་སྟོན་དང་ མི་སྟེ་བར་བརྒྱུད་ ཚུ་ དེ་ལས་ མི་ངོམ་དེ་གི་ ལཱ་འབད་སའི་ལས་སྟེ་དེ་གི་ ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྟོན་ཚུ་ སྤྱི་འདུན་སོགས་པ་ཚུ་འབད་དགོ། གཤམ་སྟེད་ རྒྱུ་འབྲས་ མི་ངོམ་དེ་གི་མིང་གསལ་ ངོམ་ཤེས་ཚུགས་པ་ཅིན་ མི་ངོམ་དེ་གི་སྟོན་ལས་ ཁྲིམས་ཚུ་དང་འབད་ཡོད་ པའི་ཡིག་ཆ་དང་ གཞན་གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་ཆ་ཚུ་འཐོབ་ཚུགས། འདི་གིས་ སྤྱོད་འཇུག་ཚུལ་ དཔེར་ན་ ཁོ་ཤེས་ཡོན་ སྤྱང་སའི་གཞུག་ལག་སྟོབ་སྟེ་དང་ ཁོ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ གནས་ཚུལ་གཞན་ཚུ་འཐོབ་ཚུགས། གསལ་ཤོག་ནང་གི་ ཚུམ་བྲིས་ཚུ་ནང་ཡང་ རྒྱུ་འབྲས་ཡིག་ཆ་འཇོལ་ནི་ལུ་ ཕན་ཐོགས་པའི་གནས་སྤྱད་ལེ་ཤ་འཐོབ། དཔེར་ན་ ས་གཏེར་གྱི་

སྒྲིང་ཁྱིམ་ གྲོ་དངུལ་ཁང་ ཆོང་སྤེད་དང་ གཞུང་གི་ཡིག་ཆ་དང་ ཁྲིམས་དོན་ཡིག་ཆ་ གྲོ་དཔེར་ན་ ལ་ཆེམས། མིང་བཞེས་པ་
ཡིག་ཆ། གཉིན་ཐམ། མེ་སྒྲུང་ཡིག་ཆ། གཏལ་མ་གཞུང་བཞེས་འབད་བའི་ཡིག་ཆ། རིན་བསྐྱར། ལས་ལེན་གནས་གོང་། རྩོ་
བདག་མ་ཐོན་པའི་རྒྱ་དངོས་། འཛིན་བཟུང་དང་ ཉེས་བཅུགས་ཚུ། ཆ་ཤས་འདི་ཚུ་རེ་རེ་གིས་ ཁྱོད་ཀྱིས་ བསལ་ནི་ལུ་དཔའ་
བཅའ་དོ་ཡོད་པའི་ མགུ་རྒྱུ་ཅན་གྱི་ གནས་སྤངས་དེའི་གནས་ཚུལ་ ཆ་ཤས་ལེ་ཤ་འཐོབ་ཚུགས།

མདོར་ན་ གཤམ་འཁོད་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་ ཡིག་ཆ་ཚུ་འཇོལ་དགོ།

» ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལས་འཇོལ་ནི། ཡིག་རྒྱུང་འཇོལ་ནི་དང་ མི་ངོ་ཅིག་གི་
སྐོར་ལས་ ཡིག་ཆ་ཚུ་ཡོད་ཆད་ མ་འཐོབ་ཚུན་ཆོད་ གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་
འདི་ རྒྱུ་རྒྱུལ་འབད་དེ་ ཁྱོད་ར་དང་འཕྱད་ནིའི་ ཕྱིས་རྒྱུ་བ་དགོ།

» ཡིག་ཆ་འདི་ཚུ་ གནས་སྤང་ག་བསྐྱར་ཐབས་རིག་གི་ཐོག་ལས་ ག་བསྐྱར་
རྒྱུ་སྟེ་ མ་ཆང་མ་དང་ རྒྱུ་འགལ་ ཡང་ན་ ཉན་ཉན་ཡོད་པ་མེད་པ་ཚུ་
བཟུང་དགོ།

» མ་ཆང་མ་ཡོད་མི་ཚུ་དང་ ཡང་ན་ རྒྱུ་འགལ་ཡོད་མི་ཚུ་ སེལ་ནིའི་དོན་
ལུ་ ཡིག་ཆ་ག་ཅིར་དགོས་ཡོད་ག་ མཐོ་བསམ་གཏང་ཏེ་ འདི་ཚུ་ཞིབ་
དཔྱད་འབད་དགོ།

ཡངས་ཤུགས་ཅན་གྱི་ཉལ་ཞིབ།

ཡོངས་འབྲེལ་འདི་གིས་ གནས་ཚུལ་བསྟར་བཀོད་པ་ཚུ་ལུ་ བརྟེན་འཐོབ་ནི་འོག་སྐབས་དང་ བརྟེན་ཚུ་ རིམ་སྒྲིག་འབད་ཐངས་ འཛོལ་ཐངས་ དེ་ལས་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཐངས་གི་ ལྷོགས་གྲུབ་ཚུ་ རྒྱ་བསྐྱེད་སྤྱོད་མེ་ར་ བཏང་ཡོད་པ་ཨིན། ཡོངས་འབྲེལ་ ཐོག་ལས་ འཛོལ་ཞིབ་འབད་ནི་འོག་ རིམ་ལུགས་ཁ་ཆེ་ཤོས་ དཔེར་ན་ DuckDuckGo དང་ meta-crawlers ཟེར་མི་ ཚུ་ བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ ཆར་གཅིག་གུ་ འཛོལ་ཞིབ་རིམ་ལུགས་བཞི་དང་ལྷུ་འབྲེལ་བཟུ་གཡོལ་བཏུབ་ཨིན། མ་དགོ་པའི་ ཡིག་ཆ་ཚུ་ བཀག་བཞག་ནི་འོག་ལུ་ ཐབས་ཤེས་ངོམ་ར་ མིང་ཆོག་གཙོ་ཅན་དང་ བརྟེན་ཆོག་ཤེས་བདེན་ཚུ་བཟུག་ཐོག་ལས་ འཛོལ་དགོ་པ་ཨིན། རྒྱུད་ཀྱིས་ ལན་གསལ་ག་དེ་མང་མང་ འཐོབ་ནི་འོག་ལུ་ འཛོལ་ཞིབ་ཀྱི་གདམ་ཁ་ ལགས་ཤོམ་རྒྱབ་དགོ། DuckDuckGo ཟེར་མི་འོག་ རིམ་ལུགས་ཐོག་ལས་ཨིན་པ་ཅིན་ འཛོལ་ཞིབ་ཤེས་ལུ་ ལན་གསལ་ཆད་དང་ལྷན་མ་སྤྱོད་ འཐོབ་ ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་འོག་ལུ་ ཅུས་ཚད་དང་ ལུང་ཚུགས་ ཁ་སྐད་ ཡང་ན་ ཞིབ་འཇོལ་གྱི་བྱ་རིམ་ཚུ་ བྱ་སེལ་རྒྱབ་བཏུབ་ཨིན།

མིང་ཆོག་གཙོ་ཅན་ཚུ་ རྒྱུད་ཀྱིས་བརྟེན་འཛོལ་མ་དང་ རྒྱས་མ་དགས་ད་སྤྱོད་ བཞག་ནི་འོག་ཐབས་ཤེས་ འཇམ་ཤོས་གཅིག་ཨིན་ རུང་ མིང་ཆོག་གཙོ་ཅན་རྒྱུད་ཀྱི་གཅིག་གིས་ གོ་མི་ཆད། དཔེར་ན་ རྒྱུད་ཀྱིས་མི་ངོ་ རྫོན་སི་མི་དྭ་ ཟེར་མི་ཅིག་གི་ བརྟེན་ཆོག་ ཞིབ་འཇོལ་འབད་བའི་དབང་དུ་གཏང་པ་ཅིན་ འཛོལ་ཞིབ་རིམ་ལུགས་ནང་ རྫོན་ཟེར་མི་དང་ མི་མི་དྭ་ཟེར་མི་ཆོག་འདི་བཟུགས་ ཏེ་འཛོལ་བ་ཅིན་ རིམ་ལུགས་འདི་གིས་ མིང་འདི་གཉིས་ འཁོད་དེ་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆ་ བཟུ་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་ གསལ་སྤྱོད་འབད་འོང་ ། འདི་བཟུམ་མའི་ ལན་གསལ་ཚུ་ རྒྱུད་ཐབས་གྱི་དོན་ལུ་ རྫོན་སི་མི་དྭ་ཟེར་བའི་ མི་ངོ་འདི་གི་དམིགས་གསལ་གྱི་ཁྱུང་ཆོས་ རོས་ འཛོན་འབད་དགོ། དཔེར་ན་ མི་ངོ་འདི་གི་ གཡུམ་དང་ ཡང་ན་ རྒྱུད་ཀྱི་གི་ལུ་ཚུ་བཟུམ། གཡུམ་སྤྱོད་ རྒྱུད་ཀྱིས་ གློག་བརྟན་ གྱི་པར་རིགས་ཚུ་ མི་དམངས་ལུ་ སྤེལ་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ལུ་ ཉམས་ཆག་འབྱུང་ཉེན་ཡོད་པའི་ བརྟེན་ཆུ་གི་ར་ བཀག་བཞག་དགོ།

རྒྱུད་ར་ལུ་ 'བྱ་སྐབས་བདེ་ཉིང་དང་འཁྱེལ་ཏེ་ གནས་སྤུད་གཞི་མཛོད་ཚུ་ རིམ་སྒྲིག་དང་ འཛོལ་ཞིབ་འབད་གོ། བདེ་ཏྲིག་ཏྲི་བཟོ་ བྱ་འདི་ ལགས་ཤོམ་ཅིག་ཨིན། རྒྱུད་ཀྱིས་ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལས་ ཡིག་ཆ་ལམ་ལུན་འབད་བཞག་རུང་འབྲེ་ ཅི་བ་ཅིས་ལེན་ འབད་བའི་ ཡིག་ཐོང་དང་ གཞན་ཡིག་ཆ་ཚུ་ ལོག་ཤུལ་ལས་ འཛོལ་བའི་སྐབས་ འཇམ་ཏྲིང་ཏྲི་སྤྱོད་ འཐོབ་ཚུགས་པ་སྤྱོད་ བསྒྲིགས་ བཞག་དགོ། འདི་གི་དོན་ལུ་ གོང་ལུ་བཀོད་ཡོད་མི་ ལས་འགུལ་འཛོན་སྤྱོད་རིམ་ལུགས་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་བཙོན་དགོ།

མཇུག་ར་ གཤམ་འཁོད་ཀྱན་སྤྱོད་ལྷན་གཞག་ཚུ་ སེམས་ཁར་ངེས་དགོ།

- ! རབ་བྱུང་བ་ཅིན་ ཡིག་ཆ་ཚུ་ གཏོ་ལས་ ཕབ་ལེན་འབད་ཡོད་པ་ཨིན་ན་ ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྤོའི་ ཁ་བྱང་ཚུ་གསལ་སྤྱོད་ འབད་དགོ། རྒྱུད་ཀྱིས་ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད་པའི་ ཡིག་ཆ་ཚུ་དངས་གསལ་སྤྱོད་བཀོད་དགོ།
- ! གནས་སྤུད་ཚུ་ བརྟེན་ཆུ་གི་ཆོས་གུངས་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་ བདེན་དབྱེད་ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་ འབད་དགོ།
- ! ཅིས་དབྱེད་དང་ ཁྱུངས་ཁའི་རིགས་ཚུ་ མཐའ་བསྐྱེམས་ཏན་ཏན་བཟོ་སྤྱོད་ རྒྱུད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལྷག་མི་ཚུ་ རྒྱུད་ཀྱི་ཅིས་ཁྱུ་ལུ་ གོ་གཏང་ཚུགས་པ་བཟོ་དགོ།

འཛོལ་ཞིབ་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ཚུ་ ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྤོའི་འདི་ནང་ལས་ འཐོབ་ཚུགས།

<http://researchclinic.net/> ཡང་ན་ <https://www.youtube.com/watch?v=R0DQfwc72PM>

གནས་སྤྱད་གྲོང་བ།

གནས་སྤྱད་གྲོང་ནི་འདི་ སྤྱི་ཕྱེད་འཐོབ་མི་བྱ་རིམ་ གཙོ་ཅན་ཅིག་ཡིན། སྤྱི་ཁབ་ནང་གི་ སྤྱི་གཡོག་མོ་གཅིག་ལུ་ ཨར་
རྒྱ་གྲི་ཉེ་ག་བཤད་དང་ ཡང་ན་ གསོ་བའི་ལྷན་ཁག་གི་ གནས་སྤྱད་ནང་ལས་ འདས་པའི་ལཱ་ལྔ་འི་རིང་ སྤྱི་གཡལ་དང་
འབྲེལ་བའི་སྤྱི་གསལ་ནང་ ཨར་རྒྱ་གྲི་ཉེ་ག་བཤད་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ དགོངས་ཤོག་བཏང་ཡོད་པའི་ ཐོ་ཡིག་གཞི་ཤོ་ལས་
ཐབས་ཤེས་ག་བཟུམ་དེ་ ལེགས་ཤོམ་འོང་ནི་ཡིན་ན་ མན་བསམ་གཏང་དགོ། བརྟེན་ཏེ་གྲ་རྩེད་རུང་ ཅིས་དཔུང་ཚུ་
ཁ་བསྐྱར་བཏང་སྟེ་ གོ་བདེ་ཕྱི་འགྲུར་སྤྱི་ཕྱེད་ནི་ ཅིས་རྒྱ་བ་སྤྱོད་ནི་ཡིན་མ་ལས་ འདི་ཚུ་ལུ་རིག་པ་སྤྱི་མ་དགོ། དེ་འབད་མ་ད་
འདས་པའི་ལོ་རྩེ་ བརྟེན་གཞི་གི་ནང་འཁོད་ འཛུལ་ཐངས་ཅན་གྱི་ཐོག་ལས་ གནས་སྤྱད་གྲོང་མི་ལུ་བརྟེན་ ལོ་རྒྱུས་ཁག་
ཅེ་ཏོག་ཏེ་ལེ་ཤ་ཅིག་ ཤེས་ཚུགས་ནི།

རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་སྤྱད་ཚུ་ལས་ འབྲེལ་ཡོད་བརྟེན་ཏེ་ འཐོབ་འཐོབ་ཚུགས་པ་ཡིན། དཔེར་ན་ གོང་འཕེལ་གྲོགས་རམ་
འབད་མི་ཚུ་གིས་ རེ་སྐབས་ཅིག་ ལོ་འདི་ནང་ ཁོང་གི་མ་དངུལ་ཚུ་ ག་དེ་སྟེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཅིག་གི་སྒོར་ལས་ སྤྱི་
ཁྱུ་ཚུ་ དཔེ་སྐྱར་འབད་འོང། རྒྱུད་རིམ་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ གྲོགས་རམ་འབད་མི་འདི་ཚུ་གི་ གནས་སྤྱད་ཚུ་ བསྐྱེད་འབད་དེ་
དབྱེ་ཞིབ་འབད་ཞིན་མ་ལས་ “རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ནང་ གོང་འཕེལ་གྲོགས་རམ་གྱི་མ་དངུལ་ཚུ་ མང་ཆེ་བ་ཅིག་ ཞི་གཡོག་མ་ཚུ་
ལུ་ སྤྱོད་བརྟེན་ཕྱིན་ནི་ལུ་བཏང་རུག” ཟེར་བའི་བརྟེན་ཏེ་ཐོག་ལུ་ གནས་སྤྱད་འབྲི་བཏུབ།

གནས་སྤྱད་གྲོང་པའི་སྐབས་ ཡིན་ཅི་མིན་ཅི་ དངུལ་དང་འབྲེལ་བ་འོང་དགོ་མེད། མི་སྡེ་མཐུད་འབྲེལ་ དབྱེ་ཞིབ་ལུ་བརྟེན་
ཏེ་ མི་སྡེ་ཅིག་ནང་ དག་ཐོག་དབང་བཙོང་གི་འབྲེལ་བ་དང་ སྤྱི་དོན་ཚོགས་པའི་རྒྱབ་སྐྱོར་པ་ དེ་ལས་ དབང་སྐུལ་ཅན་གྱི་
མི་ངོམ་ཚུ་གི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ ཏེ་མོ་ཡོད་པ་ཡིན། འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་འདི་ཚུ་ཡང་ རྒྱ་རིག་པའི་སྟེ་ཚན་ཅིག་གི་འཕུམ་མི་དང་ ས་
གནས་ཅིག་གི་མི་ ཡང་ན་ ཡོངས་གྲགས་ཅན་གྱི་ སྤྱི་དོན་ཚོགས་པའི་འཕུམ་མི་ཚུ་འོང། གནས་སྤྱད་ཚུ་ མཉམ་སྦྲེབ་
འབད་དེ་ ཁོང་ཆ་ལྱབ་གྱི་ འོང་འབབ་ག་དེམ་ཅིག་འདུག་ག་ ཁོང་ཆ་ལྱབ་ ག་དང་གཅིག་ཁར་ལཱ་འབད་མ་ཡིན་ན་དང་ ག་
དང་འཕྲད་པ་ཡིན་ན་ལཱ་མོགས་པ་ མི་སྡེ་ནང་ མཐུན་ལམ་ཡོད་དགོ་པའི་ རྒྱ་མཚན་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་ ཁོང་ཆ་ལྱབ་ མི་སྡེ་ནང་
དབང་སྐུལ་ཅན་ཅིག་ལུ་གྱུར་བའི་སྒོར་ལས་ ཏེ་ལམ་ཤེས་ཚུགས།

ཁྱོད་ཀྱིས་ དུས་ཡུལ་རྟག་ར་ ར་བ་ལས་ འགོ་བརྟུགས་དགོ་པའི་ངེས་པ་མེད། བརྟེན་བརྒྱུད་པ་ལེ་ཤ་ཅིག་དང་ ལས་ཚོགས་
ཚུ་གིས་ གནས་སྤྱད་ལེ་ཤ་ཅིག་ དཔེ་སྐྱར་འབད་དེ་ཡོད། འདི་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་ཏེ་ ཁྱོད་ཀྱིས་ ཞིབ་འཛེལ་ཐབས་འབད་
ཚུགས། གནས་སྤྱད་འདི་ཚུ་ནང་ ཚུམ་བྲིས་དང་ ཞིབ་འཛེལ་སྤྱི་ཁྱུ་ སྤྱོད་སྤྱོད་ཚེས་ཚན་དང་ འབྲེལ་བ་འཐབ་སའི་ཁ་བྱང་
ཚུ་འོང། ལུ་ཨེ་མི་དང་ ལུ་རོ་བ་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཞིབ་བརྟུག་བརྟེན་བརྒྱུད་པ་ཚུ་གིས་ མི་དམངས་ཀྱིས་ལག་ལེན་འཐབ་མི་འདི་དོན་
ལུ་ གནད་སྤྱད་གཞི་བརྟུགས་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། ཐག་ཉེས་ལས་མནོ་བསམ་གཏང་པ་ཅིན་ སིང་ག་པོར་ གཞུང་གིས་
གནས་སྤྱད་ཚུ་ མི་དམངས་ཀྱིས་ཕབ་ལེན་འབད་བཏུབ་ བཟོ་ཡོད་པ་ཡིན།

དཔེར་ན་ ལུ་ཨེ་མི་ལུ་ཡོད་པའི་གཞུག་སྟེ་ Nicar ཟེར་མི་
གིས་ Guantanamo Bay གི་བཙོན་པ་ཚུ་འཁྲུག་ལས་
གནས་སྤྱད་བཟོ་སྟེ་ མི་མང་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱེལ་འབད་ཡོད་མི་འདི་
འཆར་སྤྱོད་འདི་ནང་ལས་འཐོབ་ཚུགས་
www.ire.org/nicar



ཕྱིས་རིག་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས།

ཞིབ་བརྟག་བརྟུན་རིང་ལུགས་འདི་ མང་ཆེ་བ་ཅིག་ ཁྱད་པར་འབྲེལ་གནས་སྤྱད་ལུ་ གཙོ་བོར་བརྟོན་མ་ཞིན། འདི་ནང་ བྱ་རིམ་ཚུ་ ག་ཅིར་ འཛོལ་མ་ཡིན་ན་དང་ ག་ཅི་སྤྱེ་ འཛོལ་འཛོལ་མ་ཡིན་ན་ འདི་གི་འགན་འཁུལ་ ག་ལུ་ཕྱག་པ་ཡིན་ན་ཚུ་ བཟུམ་ཡིན། དེ་འབད་མཐུན་ ཉལ་མ་ ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་ གོ་རེ་ནང་ ཁྱད་པར་ཆད་ཀྱི་གནས་སྤྱད་ཚུ་ཡང་འོང་མ་ཡིན། དཔེར་ན་ འོང་འབབ་ལས་ འགྲོ་སྤང་ལྷག་པའི་ཆད་གཞི་ ག་དེ་མ་ཅིག་ཡིན་ན་? ཁྱོད་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཁྲིམས་འགལ་ ཐོག་ལས་ ཉལ་བྱུང་མི་ཆད་གཞི་ ག་དེ་མ་ཅིག་ཡིན་ན་? ལོ་རེ་བཞིན་དུ་ ནད་པ་ག་དེ་མ་ཅིག་ལུ་ སྤྱོད་བཙོས་ཀྱི་ཞབས་ རྟོག་མ་ཐོབ་ཡིན་ན་? ལ་སོགས་པ་བཟུམ།

འདི་གི་དོན་དག་འདི་ ཁྱད་པར་ཉལ་སྤྱད་ཀྱི་ ཁྱད་པར་ཁ་མང་བརྟོན་ཤེས་དགོས་དང་ དཔུ་བགོ་བཟུམ་མའི་ཕྱིས་ བརྟོན་ཐངས་ འཇམ་སམ་ཅིག་ལས་ གོ་དོན་སྤྱོད་ཤེས་པ་ འབད་དགོ་ཟེར་བའི་དོན་ཡིན། བརྟུན་པ་འབད་མི་འདི་ ཕྱིས་ རིག་ལུ་ སྤྱོད་པ་ཡོད་ན་པའི་དགོས་མེན། ཡིན་རུང་ ཕྱིས་རིག་འདི་ ལཱ་ཁག་ཅིག་མེན་པའི་ཁར་ ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་ བཤད་ནི་དོན་ལུ་ ཁག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན།

འགོ་བཙུམ་ནི་དོན་ལུ་ གཞི་འགྲམ་ཉལ་གོ་དགོ། དཔེར་ན་ གལ་སྲིད་ ཁྱོད་ཀྱིས་ སྤྱོད་གཞི་གཞི་གཅིག་གི་ ལཱ་གི་འཛོན་ ཐངས་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་ཡིན་པ་ཅིན་ མཁས་མཆོག་ཚུ་ལས་ ཐོགས་རམ་ལེན་ཏེ་ ལཱ་འདི་གི་དོན་ལུ་ ཉིན་བསྐྱར་གྱི་བྱ་ རིམ་གྱི་ རིུ་མིག་ཅིག་བཟོ་དགོ། དེ་ལས་ ཁྱོད་རའི་མིག་མཐོང་ལག་བཟུང་དང་ རི་བ་དྲིས་ལན་ཐོག་ལས་ གཤམ་གསལ་ ཚུ་ཤེས་དགོ།

? ལཱ་གི་དབྱེ་བ་ ག་ཅི་བཟུམ་ལུ་ དུས་ཚོད་མང་སྤྱོད་ཡིན་ན་? སྤྱོད་གཞི་གཞི་ཚུ་གིས་ ཁོང་རའི་ལཱ་ སྤྱོད་མེད་ བསྐྱར་བཞག་དོག་? འདི་ཚུ་ག་ཅི་རང་ཡིན་ན་? སྤྱོད་གཞི་གཞི་ཚུ་ལུ་ ལཱ་མང་དགས་པའི་རྒྱུ་ཡིན་ ཁོང་རའི་ལཱ་ཚུ་ དུས་ཚོད་ཁར་ འབད་མ་ཆར་བའི་དཀའ་ངལ་འདུག་ག?

? སྤྱོད་ཁང་ནང་ལུ་འོང་མི་ ནད་པ་གི་ཁྱད་པར་ལུ་ སྤྱོད་མ་ལུ་ སྤྱོད་གཞི་གཞི་ཚུ་གི་ ལཱ་འགན་དང་ ག་དེ་སྤྱེ་འབྲེལ་དོག་? ནད་པ་རེ་རེ་ལུ་ དུས་ལུན་ག་དེ་རེ་འགོར་དོག་?

འདི་དང་འབྲམ་སྤྱེ་ ཁྱོད་ཀྱིས་ རྒྱུད་གི་དཔེ་ཆད་ཅིག་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་ཡིན་པ་ཅིན་ དང་པ་རང་ རྒྱུད་འདི་ནང་ བཙོག་ རྒྱུད་ག་ཅི་འདུག་ག་ བཟུ་ཞིན་མ་ལས་ གསོ་བའི་མཁས་མཆོག་ཚུ་ལུ་ བཙོག་རྒྱུད་འདི་ཆད་གཞི་ ག་དེ་མ་ཅིག་གིས་ འཕྲོད་ བསྐྱར་ལུ་ གནོད་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་འདི་དགོ། བཙོག་རྒྱུད་འདི་གི་ཆད་གཞི་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ལུགས་དང་འབྲེལ་བའི་ ཆད་གཞི་གཉིས་ ག་བསྐྱར་འབད་དགོ། ཁྱོད་ཀྱིས་ དཀའ་ངལ་འདི་ དུས་ལུན་ལཱ་ཤེས་ཀྱི་ སྤྱོད་པ་ལས་བྱུང་ཡོད་པ་ཤེས་ ཚུགས། ཆད་གཞི་འདི་ལུ་ཡང་འགྲུར་བ་ གནས་མེད་མ་མེད་མ་འགྲོམ་ ཡང་ན་ འདི་བཟུམ་མའི་གནས་ཆད་མཐོ་ཤོས་ཀྱི་ འཕྲལ་འཕྲལ་ར་ སྤྱོད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ ཡང་ཅིན་ ཉེ་མ་དང་ཕུད་པ་ད་ ཆད་གཞི་འདི་ མར་ཕབ་སྤང་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཚུ་ཤེས་ དགོ། བརྟུན་པ་ཅིག་གི་ལཱ་འགན་འདི་ ཆད་གཞི་འདི་ཚུ་གིས་ དོན་ག་ཅི་སྤྱོད་ཡིན་ན་ གོ་བརྟུན་ཐོག་ལས་ དཀའ་ ངལ་འདི་ ཉེ་མ་ལས་ ལེ་ཤ་གིས་ ཡར་འཕར་སྤང་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཚུ་ གཤམ་འབབས་འབད་དགོ། དེ་འབད་མཐུན་ ཆད་གཞི་ རྒྱུད་ཅིག་གིས་ གོ་མི་ཆོད། ཁྱོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འདི་ དཔེར་ན་ དཀའ་ངལ་འདི་ ཉེ་མ་དང་འཕུད་པ་ད་ དེ་སྤྱེ་ ག་ཅི་སྤྱེ་ མཛོན་གསལ་བྱུང་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཟེར་བའི་ སྐབས་དོན་ཀྱི་ གཞི་བཞག་དགོས་འཐོན་འོང།

རྒྱལ་ཁབ་མང་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ནང་ གནས་གཤིས་ཀྱི་གནས་སྤྱད་འདི་ ཕྱིས་རིག་གི་ཐོག་ལས་བཞག་པའི་ ཐོ་བཀོད་རིང་ཤོས་ ཅིག་ཡིན། དཔེར་ན་ ཡམ་རི་ཀའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ གནས་སྤྱད་ཐོག་མར་བཞག་མི་ཅིག་ཡིན་མ་དང་ འདི་གིས་མ་དོ་བར་ དག་རྒྱུན་ཐོག་ལས་ རྒྱུད་དང་ ཆར་རྒྱུད་ཀོན་པའི་ ལོ་རྒྱུས་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་ཤེས་ཚུགས། ཡི་ཤི་ཡའི་རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་ནང་ཡང་

གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་སྒྲོར་ དམིགས་གསལ་གྱི་ གནས་སྤྱད་ཚུ་ཡོད་པ་ཡིན། འདི་འབདཿ་ལས་ ཚུང་གིས་ གནམ་གཤིས་ གནས་སྤངས་ དཔེར་ན་ གནམ་གཤིས་འགྱུར་བཟོད་དང་ ཚུང་ ཆར་ཚུད་ཀྱི་ཕྱི་ཕྱོད་ཀྱི་ གནས་སྤངས་ཚུ་ ཚུང་གི་ཚུལ་ཁབ་ནང་ ཉེ་མ་ བྱུང་མ་མེད་ཅིག་ཡིན་མིན་གྱི་སྒྲོར་ ཞིབ་འཇོལ་འབད་དགོ།

འདི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ གནད་དོན་གཞན་ཅིག་འཐོབ་འོང་ གནས་སྤྱད་ཚུ་ འཕྲོ་མ་ཐུང་དེ་ འགྱུར་བ་འགྱུ་མི་ཅིག་ འབད་ནི་འདི་གིས་ གནས་ཚུལ་འབྲི་ནི་གི་ གནས་སྤངས་ཚུ་ཡོན་འགོ། དཔེར་ན་ གནས་ཚུལ་གསར་བཏོན་བཟུམ་ཅིག་ལུ་ གཞི་བཞག་པ་ཅིན་ འདི་ ཚུ་ ཅིས་རིག་གི་ཐོག་ལས་ དེ་ཕྱེ་ཞིབ་འབད་ནི་དོན་ལུ་མེན། (གནས་ཚུལ་གསར་བཏོན་འབད་མི་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་) དེ་འབདཿ་ ད་ གནས་ཚུལ་གསར་བཏོན་འདི་གིས་ བརྟེན་གཙོ་ཅན་ཚུ་ཕྱིན་ཏེ་ གནས་ཚུལ་སྒྲིམ་བཟོ་མེད་ཡིན། ཞིབ་བརྟེན་གནས་ཚུལ་བསྐྱ་ བཀོད་པ་ ལེགས་ཤོམ་ཚུ་གིས་ གནས་ཚུལ་གྱི་བྱུང་ཆ་ཚུ་ལས་ གོ་སྐབས་ལེན་འོང། འདི་དང་གཅིག་ཁར་ ཁྱེད་ཁ་ཁྱེད་ ཐིག་ ལུ་ཐོག་གི་སྤྱན་ལུ་ དེ་ལས་གཞན་ ཅིས་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་སྤྱད་ཚུ་ལུ་ དོགས་པ་ཟད་གོ། འགོ་དང་པ་ གནད་སྤྱད་ཚུ་ གིས་ སྒྲོ་བ་ཆེ་བའི་གནས་ཚུལ་མ་འདུལ་ཅིག་ བཀོད་དོ་བཟུམ་མཐོང་རུང་ གནས་ཚད་དང་ལྡན་པའི་ གནས་ཚུལ་བསྐྱ་བཀོད་པ་ ཡིན་པ་ཅིན་ གནས་སྤྱད་འདི་བཟོ་མེད་ ཐབས་བྱས་ག་ཅི་ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ དཔེར་ན་ བརྟེན་ཞིབ་འདི་ ག་དེ་སྒྲོ་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཅིག་ ག་གིས་མ་དངུལ་གྲོགས་རམ་འབད་ཡི་ག་དང་ དཔེ་སྤྱད་ག་གིས་འབད་ཡི་ག་ དེ་ལས་ གནད་དོན་གཙོ་ ཅན་ཚུ་ ཁོང་རའི་ཁེ་ལན་ལུ་བརྟེན་ ཕྱིར་དབྱེད་འབད་ བཞག་ཡོད་མེད་ཚུ་ དེ་ཕྱེ་དབྱེད་འབད་དགོ།

གཙོ་བོ་སྐབས་དོན་འདི་ཡིན། ཁྱེད་ཁ་ཁྱེད་གཅིག་གིས་ དོན་ག་ནི་ཡང་ སྒྲོ་མི་ཚུ་གས། བརྟེན་བཟུད་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་ གནས་སྤྱད་འདི་ འགྲེལ་བཤད་ཀྱི་བཞི་དང་ ཅི་དབྱེད་ཚུ་འབད་ཐོག་ལས་ སྤྱོད་ཚད་ཡོད་པ་བཟོ་དགོ།

དཔེ་གཞི་གི་ཚད་དང་ ག་བསྐྱར་གྱི་སྒྲེ་ཆ་ན།

ཁ་གསལ་མེད་པའི་ཨང་གྲངས་གྱིས་ དོན་དག་ཚུ་ཀྱི་ཅིག་ལས་བརྒྱལ་ཏེ་ སྒྲོ་མི་ཚུ་གས། ས་ཁོངས་གཅིག་ནང་གི་ ཚད་གཞི་ལུ་ གཞི་བཞག་སྒྲེ་ མི་མེར་ཡོངས་ཀྱི་དོན་ སྒྲོ་དོ་བཟུམ་མཐོང་འོང། “དུང་འཛོ་ལུ་ལས་ བཞི་ ཟེར་མད་ ཡིད་ཆེས་སི་སི་ཆོར་རུང་ དཔེར་ན་ བརྟེན་ཞིབ་འབད་བའི་སྐབས་ རྒྱ་གར་ལུ་ དུང་འཛོ་ སྤྱོད་ལྷག་འབད་ཡོད་པ་ལས་ ༩༠ ལས་བརྒྱལ་ བཅའ་མར་མ་ གཏོགས་པ་ཅིན་ དུང་འཛོ་ ༧ ཅམ་གྱིས་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་གི་དུང་འཛོ་ཡོངས་ཀྱི་ མནོ་ལུགས་དང་སྤྱོད་ལུགས་ཚུ་ མཛོ་ན་ཚུ་གས་ ག་?

བརྟེན་ཞིབ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ རོལ་ཚུ་ལུ་ཚད་དགོ་པའི་ རྒྱུ་ཚད་ལེ་ག་ཡོད། དུང་འཛོ་བཟུམ་ཅིག་ལུ་ གཞི་བཞག་པ་ ཅིན་ བརྟེན་བཟུད་པ་འདི་གིས་ གཤམ་འཁོད་ཚུ་ དེ་ཕྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ།

- ! རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་བསམ་འཆར་ཚུ་དོན་དོན་ལུ་ བརྟེན་ཞིབ་འདི་ ཁྲོམ་མ་འདུལ་དང་ སྤྱན་ཁང་མ་འདུལ་ཚུ་ནང་ འགོ་འདྲེན་ འཐབ་ཡོད་མེད།
- ! ཅི་བ་ཅིས་ལན་འབད་བའི་སྐབས་ ཐབས་བྱས་ག་ཅི་ ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། བརྟེན་འཕྲིན་དང་ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ ལས་ ཡང་ན་ མི་རིམ་དེ་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཡོད་མེད།
- ! བརྟེན་ཞིབ་འབད་བའི་སྐབས་ ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད་པའི་ ཐབས་བྱས་འདི་གིས་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་གི་ ལན་གསལ་ལུ་ ཐོ་ཐོག་ཡོད་མེད།
- ! བརྟེན་ཞིབ་འདི་ནང་ ཆན་གཞན་བར་གསལ་དང་ ཐོ་ཐོའི་དབྱེ་བ་མེད་པར་ ཆམ་ཉམ་ཚུ་ཡོད་མེད།

འདི་ཚུ་དཔེ་མཆོད་ཅམ་ཅིག་ཡིན། བརྟེན་བཟུད་ཅིག་གི་ བརྟེན་ཞིབ་ཀྱི་ཅི་བ་ཅིས་ལན་འབད་བའི་སྐབས་ རྒྱུ་ཚད་ཚུ་ སྐབས་ ཐོབ་ཀྱི་དོན་ཆ་དང་ རྒྱལ་འབྲེལ་ཚུ་ལུ་ རག་ལས་འོང།

ཐིག་ལྷན་

ཨང་ཡིག་དང་ ཐིག་ལྷན་ཚུ་ འབྲེལ་བཤད་རྒྱལ་པའི་སྐབས་ ཐིག་ལྷན་ཐིག་ལས་ འགོ་བརྩམས་དགོ། ཐིག་ལྷན་ འདི་གི་ འཇལ་ཚད་དང་ འགོ་བརྩམས་སའི་ རྩེ་བ་འདི་ ཉ་གོ་དགོ། ཐིག་ལྷན་འདི་གི་ཐིག་ལས་ འཇལ་ཚད་རྒྱ་ཅིག་ ཡར་ མང་ཉི་དང་ འགྱར་བ་ཡོད་སའི་མཚམས་ལས་ འཇལ་ཚད་འདི་ འགོ་བརྩམས་པ་ཅན་ འཇལ་རྩོད་རྩེ་ ཡ་མཚན་ཆེ་རྒྱ་རྩོད་བཟོ་ རྒྱལ་ལ། ཐིག་ལྷན་འདི་ འབྲེལ་བཤད་རྒྱལ་པའི་སྐབས་ ཟུར་ཆ་དང་ བརྒྱ་ཆའི་ཚད་གཞི་ལུ་ རྟོགས་པ་ཟད་དགོ། གོང་གི་ དཔེ་ཚད་ དང་ ག་བསྐར་སྤྲེ་ཚན་ཚུ་ མེས་ཁར་བཞག་དགོ།

རེ་སྐབས་ཅིག་ ཁྱངས་ཁ་གཉིས་ཀྱིས་ དཔེ་གཞི་ཅིག་འབད་པ་སྤྱི་ རྟོན་དོ་བཟུམ་མཐོང་འོང་། ཡིན་རུང་ འདི་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ རོ་བོ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་དང་ རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་སྤྲེལ་ ག་ནི་ཡང་ རྟོན་མ་མེན། ཨ་ལོ་ཚུ་ ལོ་སྤྱི་ འབྲེལ་ཡིར་ གཞུགས་སྤྱི་བས་སྤྱི་ ཐལ་ནི་ཡོད། ལོ་སྤྱི་མ་ནི་དང་གཅིག་ཁར་ ཁ་སྤྱོད་ཐངས་ཀྱི་རིག་ཅུལ་ཡང་ འདི་དང་འབྲེལ་ སྤྱི་ གོང་འབྲེལ་འབྲེལ་འདི་ འདི་འབད་མ་ད་ ཕྱི་འབྲེལ་སྤྱི་བས་ སྤྱི་ཐལ་ནི་འདི་གིས་ ཁ་སྤྱོད་ཐངས་ཀྱི་རིག་ཅུལ་ གོང་ འབྲེལ་འབྲེལ་མེན། དོ་རུང་ འདི་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ ག་ཅི་སྤྱི་ དགོས་ཡིན་ན་ ཤེས་ནི་གི་དོན་ལུ་ ཐིག་ལྷན་དང་ ཤོག་ལྷན་ ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སྤྱི་ བཟླ་དགོ། འབྲེལ་བ་འདི་ བདེན་ཁྱུངས་བཟང་ཉི་དོན་ལུ་ འདི་དང་ཆ་འདྲ་བའི་གནས་སྤྱངས་ཐིག་ལུ་ ཞིབ་ འཇུག་ཡང་དག་ཅིག་ འབད་དེ་འདུག་གོ། དཔེ་འདི་བཟུམ་སྤྱི་ གནད་དོན་གཅིག་གི་ཤུལ་ལས་གཅིག་བྱུང་མི་འདི་ རེས་པར་ ཏུ་ གནད་དོན་ཤུལ་མམ་དེ་ ཉེ་མམ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ བྱུང་བྱུང་ཡིན་པའི་ ཁྱུངས་བཀལ་མི་རྒྱལ་ལ། གནས་སྤྱང་རྒྱུངས་གཅིག་གིས་ བདེན་ཁྱུངས་ག་ནི་ཡང་ བཀལ་མི་རྒྱལ་ལ། ཞིབ་འཇུག་ཀྱི་སྐབས་སུ་ སྐབས་དོན་འདི་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་ ཤུལ་མམ་ཀྱི་གནད་དོན་ དེ་ ཉེ་མམ་ཀྱི་གནད་དོན་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ བྱུང་བྱུང་ཡིན་མ་ ཁྱུངས་བཟང་རྒྱལ་པའི་ ཐངས་རིག་ཤེས་ཏིག་ཅིག་དགོ།

གནས་སྤྱང་ཀྱི་ གནད་དོན་དབྱེ་ཞིབ་འབད་བའི་སྐབས་ གཞུག་སྤྱི་ག་གིས་ བརྟག་ཞིབ་འབད་ཅུག་ག་དང་ གཞུག་སྤྱི་འདི་ལུ་ཁེ་ སམ་ཡོད་མེད་ཚུ་ དབྱེ་བ་དབྱེ་དགོ། Philip Morris International Inc. ཟེར་མི་ལས་སྤྱི་དེ་གིས་ སྤྱི་ག་མེད་ཏམ་ ཁེ་གི་ཐིག་ལུ་ ཚོད་བརྟག་གུལ་འབྲས་སྤྱི་ལུ་ རོ་འེ་ཁར་གནས་ཚུལ་ལས་ཁང་གིས་ བརྟག་ཞིབ་འབད་ཡོད་པ་ཡིན། ལས་སྤྱི་ འདི་གིས་ སྤྱི་ག་མེད་ཏམ་ཁེ་འདི་ ཀློ་མི་ཇ་ སྤྲོ་པ་གང་ འབྲུང་འབྲུང་མ་བཟུམ་མའི་ གཞོད་པ་ཚམ་ལས་མེད་ཟེར་ སྤྱི་ག་མེད་ཏམ་ ཁེ་ ཁེ་ བཟོ་སྤྱི་འབད་ཉི་འཆར་གཞི་ཡོད་པ་ཡིན། Reuter གནས་ཚུལ་ལས་ཁང་གིས་ ཚུ་མི་མེད་ཏམ་ ཞིབ་འཇུག་སྤྱི་ལུ་ ཕྱི་འགྱར་སྤྱི་ འབྲེལ་བཤད་རྒྱལ་དོ་ཡོད་པའི་སྤྱི་ གསལ་བཏོན་འབད་ཅུག། གཞུག་ལག་སྤྱི་བ་སྤྱི་ཚུ་གིས་ འགོ་འབྲེན་འབད་ཡོད་ པའི་ཞིབ་འཇུག་ཚུ་ལུ་ཡང་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ། སྤྱི་པ་ཚུ་གིས་ ཞིབ་འཇུག་ཀྱི་མ་དངུལ་གོགས་རམ་ཚུ་ཕྱིན་ཏེ་ ཁོང་རའི་ཁེ་ སམ་ལུ་བཟླ་སྤྱི་ ཞིབ་འཇུག་འབད་བཟུག་པ་ད་ ལས་ཁྱུངས་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་ ཏི་རུ་གི་དབང་ལུ་ཐལ་བའི་ ཞིབ་འཇུག་ཚུ་འབད་ ཉི་ཉེ་ཉེ་ཁ་ཡོད།

འཕེལ་ཅིག་ཁར་ རྩོད་ཀྱིས་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ བསྐྱ་སྤྱི་ག་འབད་དེ་ འོས་བབ་ཡོད་པའི་ གནས་ཚུ་འབྲུང་ཁྱུངས་ཀྱི་མིང་ཚུ་ཐོབ་སྤྱི་ རྩོད་རའི་གནས་སྤྱང་ བཟོ་ཚར་ཡོད་པ་འོང། ལེ་ཏུ་ཤུལ་མམ་ནང་ལུ་ སྤྱི་གཏད་རྒྱལ་པའི་ གནས་ཚུལ་འབྲུང་ཁྱུངས་ཀྱི་མིང་རོ་རོས་ འཕེལ་འབད་ཐངས་དང་ ཁོང་གིས་བཤད་མི་དེ་སྤྱི་བཟུད་ ག་དེ་སྤྱི་ ལེན་ནི་ཡིན་ན་གི་སྤྱི་ འབྲེལ་བཤད་རྒྱལ་པའི་ཡིན།



ལེའུ་ ༤ པ་

གནས་ཚུལ་གྱི་གསར་ལུང་ འཛེལ་ནི།

མི་དེ་ཚུ་ ཞིབ་བརྟག་བརྟ་བརྟུད་པ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ དགོས་མཁོ་ཆེ་བའི་གནས་ཚུལ་གྱི་ རྒྱ་
དངོས་སྤོམ་ཤོས་གཅིག་ཡིན། ཁོང་ཆ་ཀྱབ་ཀྱིས་ རྒྱུད་ལུ་སློ་གཏད་དང་ཡིད་ཆེས་ སྤོམ་
ཡོད་པ་ཅིན་ ག་གིས་ཡང་ མ་ཐོབ་པའི་གནས་ཚུལ་ཚུ་ རྒྱུད་ལུ་བྱིན་འོང། ལེའུ་འདི་ནང་
ཁོང་གིས་ རྒྱུད་ལུ་གནས་ཚུལ་ཚུ་ བཤད་ནིའི་དང་འདོད་ བསྐྱེད་བཅུག་ཐབས་ལུ་ དང་
པ་ར་ ཁོང་དང་གཅིག་ཁར་ མཐུན་ལམ་བཟོ་ཐངས་དང་ ཁོང་གིས་རྒྱུད་ར་ལུ་ ཡིད་ཆེས་
ཚུགས་པ་ བཟོ་ཐབས་ཚུ་སྟོན་ནི་ཡིན། འདི་ནང་ལུ་ རོན་ཚན་མཁས་མཆོག་དང་ མགུ་
སྟོར་རྒྱབ་མི་གི་ རྒྱད་པར་ཕྱེ་ཚུགས་པ་ བཟོ་ནི་ཚུ་ ཚུད་པ་ཡིན། དེ་མ་ཚད་ ཁོང་རའི་ཁེ་
ཕན་ཚུ་ བསྐྱེད་ཐབས་ལུ་ བརྟ་བརྟུད་པ་ཚུ་ལུ་ རྒྱུད་བསྐྱེད་འབད་མི་ རྒྱུད་སྐྱེལ་པ་དང་
གཡོ་སྐྱེལ་ཅན་ཚུ་ རོས་འཛིན་འབད་ཐངས་ཡང་ རྒྱུད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན།

འགྲེལ་བཤད་	འཛེལ་	འཆར་གཞི་	བསྐྱེད་སྐྱོབ་
------------	-------	----------	---------------

འབྲུང་ཁྲུངས་ལེགས་ཤོམ་ རོས་འཛིན་འབད་ཐངས།

འབྲུང་ཁྲུངས་ཚུ་ འཛོལ་ནི་དང་ བསྐྱེད་ཀྱི་འབད་ནི་ དེ་ལས་ བདག་འཛིན་འཐབ་ནི་ཚུ་ ཞིབ་བརྟག་བན་བརྒྱུད་པ་ཚུ་ གཤམ་ལུ་ ལག་ཆེན་གཏོ་ཅིག་ཨིན། དུས་རྒྱུན་དུ་ དཔང་པོ་དང་ ལག་ལེན་དོས་སུ་འཐབ་མི་ ཉམས་སྦྱང་ཅན་ ཡང་ རྒྱ་གར་ཚུ་ལ་འདི་ནང་ ཐང་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ཚུ་ འབྲུང་ཁྲུངས་ལག་ཆེན་ཤོས་དང་ ཁྲུངས་དག་ཤོས་ གསལ་ཤོས་ ཅིག་ཨིན། འབྲུང་ཁྲུངས་ཁོངས་ནང་ཡོད་པའི་ མི་ཚུ་གི་མིང་གསལ་ཚུ་ ཞིབ་ཞིབ་སྤྲོད་འཛོལ་དེ་ དཔང་པོ་རོས་འཛིན་ འབད་དགོ། གལ་སྲིད་ རྒྱུད་ར་ཡང་ འབྲུང་ཁྲུངས་ཁོངས་ནང་ དོས་སུ་ཡོད་པ་ཅིན་ དེ་ཁར་ཡོད་པའི་མི་ཚུ་གིས་ དེ་གི་སྒྲིབ་ལས་ བཤད་བཅུག་དགོ། ཁོང་གིས་བཤད་ཅེ་བཤད་ཆད་ཅིག་ ཨིན་མ་མེན་མ་གི་ དེ་བཟུང་དཔྱད་དགོ། གལ་ སྲིད་ དཔང་པོ་དེ་གིས་ བདེན་པ་སྤབ་པ་ཅིན་ རྒྱུད་ར་ཞིབ་འཛོལ་འབད་བའི་སྐབས་ ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་ཚུགས་པའི་དཔང་ པོ་ཨིན། རྒྱུད་ཀྱི་བརྟག་ཞིབ་འདི་ རྒྱུད་ར་གིས་ དོས་སུ་མཐོང་ཡོད་པའི་ གནད་དོན་ཅིག་ཨིན་པ་ཅིན་ རྒྱུད་ར་ ལག་ ཆེ་བའི་དཔང་པོ་ཅིག་ཨིན་མ་མེན་མ་ཁར་བཞག་དགོ། གནས་ཚུལ་ཅེ་ཅེ་འབྲེལ་དེ་ རྒྱུད་རའི་འབྲེལ་བ་ཡང་ རྒྱ་ཆེ་སྤྱད་དགོ། རྒྱ་ཆེ་སྤྱད་དེ་ རྒྱུད་ར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ གནས་ཚུལ་སྤྱི་ལས་འགྲུལ་དང་གནད་དོན་ དཔེར་ན་ སྤྱོད་ཁྱིམ་མ་ལང་པའི་ དཀའ་ ལཱ་སྐྱར་ལས་དང་ མི་སྤྱེད་ནང་ དབང་ཆ་དེ་ཅན་ཚུ་གིས་ རྒྱ་གསལ་ལྷང་འབད་བའི་སྐབས་ ཞིབ་འཛོལ་འབད་ཐུ་ཨིན་ པ་ཅིན་ གློ་གཏང་ཚུགས་པའི་མི་དང་ ཐང་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ མི་དོ་ཚུ་དང་ འབྲེལ་བ་བཟོ་ནི་ལུ་ བརྩམ་ཤུགས་ ཐེབས་བསྐྱེད་དགོ། རྒྱུད་རའི་ཆ་རྟགས་ བན་བརྒྱུད་པ་ཚུ་དང་ཡང་ འབྲེལ་བ་ལག་ཆེན་གཏོ་ འོང་སྤྱད་པ་ལས་ ཁོང་ ཆ་ཁྱབ་ཡང་ སྤང་མེད་བསྐྱར་སྤྱོད་ བཞག་ནི་མི་འོང། མ་གཞི་ གནས་ཚུལ་གྱི་ཞོར་ལས་ ཡིག་ཆ་དང་གཞན་གཅིག་དང་ འབྲེལ་བ་སྤྱད་འོང་སྤྱེད་ནི་ཨིན་མ་ལས་ རྒྱུད་ཀྱིས་གནད་དོན་ཚུ་ ལ་གསལ་སྤྲོད་འབད་བའི་སྐབས་ འབྲུང་ཁྲུངས་ རྒྱུད་རའི་གནས་ཚུལ་དང་ ཡང་ན་ གནད་དོན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མི་དོ་ཚུ་ སྤྱོད་ཁྱིམ་མ་ལང་པའི་ མི་མང་གིས་མཐོང་ སར་འཛོལ་ཆོག། རྒྱུད་རའི་གནས་ཚུལ་དང་ ཆོས་སྤྱོད་ལག་ རྒྱ་གསལ་རམ་ཆོགས་པའི་ རིགས་ཚུ་ཡང་ དེའི་ཁོངས་སུ་ བརྩམ་ཤུགས་དགོ། གནད་དོན་འདི་དང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ མི་དོ་ཚུ་ལུ་ ཁོང་མོ་འི་ བསམ་བློ་གསལ་དང་ མཚོ་ལུགས་ ཅེ་འོང་སྤྱེད། འདི་ཚུ་ཡང་ རྒྱ་བ་རིས་ལན་འབད་བའི་སྐབས་ རྒྱུད་ཚུགས་པ་འབད་དགོ། ཉེ་མ་ལས་ དོན་ཆུང་འདི་ དང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ མི་དོ་ཚུ་འཛོལ་དགོ། དེ་ཡང་ དཔེར་ན་ ཉེ་མའི་ཆོང་རྟགས་དང་ གཉེན་གྲོགས་བགྲེས་པ་ ལཱ་ རྒྱུད་བ་མི་ རྒྱུད་ཆོ་ སྤོབ་དཔོན་ ཡང་ན་ ཁྱིམ་སྤྱང་དང་ དཔག་སྤྱེད་འགོ་དཔོན་བགྲེས་པ་བཟུམ་ཚུ་ཨིན། གནད་ དོན་འདི་དང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ རྒྱུད་ཚུ་ཡང་ ལག་ཆེ་བའི་དཔང་པོ་སྤྲོད་ བཏུབ་ནི་ཨིན་རུང་ ཁོང་གི་མཚོ་ལུགས་ དང་ སེམས་ཆོར་ཤུགས་ཆེ་བའི་རྒྱུད་ཀྱིས་ ཁོང་གིས་སྤོབ་མི་དེ་ལུ་ དོན་དག་བཟོ་སྤྱོད་འབད་འབད་ཐུ་ འོང་སྤྱེད་ནི་ ཨིན་མ་ སེམས་ཁར་བཞག་དགོ།

འབྲུང་ཁྲུངས་དེ་ཞིབ་འབད་ཐངས།

མི་ཚུ་གིས་ ཞིབ་བརྟག་བན་བརྒྱུད་ཅིང་ལུགས་ལུ་ སུན་ཐོགས་ནི་དང་ ཉེས་ཅན་ཚུ་ གསལ་སྤྱོད་འབད་ནི་དང་ འབྲེལ་ བ་ག་ནི་ཡང་མེད་རུང་ རྒྱ་མཚན་གཞན་ལུ་བརྟེན་དེ་ གསལ་བའི་གནས་ཚུལ་ཚུ་བྱིན་མ་ཨིན། རང་གིས་ གནས་ཚུལ་ འབྲུང་ཁྲུངས་ འཛོལ་སྤྱོད་འགྲོ་བའི་སྐབས་ལུ་ཡང་ འདི་དང་ཆ་འདྲ། ཁོང་འདི་སྤྱོད་སྤྱུག་དང་ གནས་སྤངས་ མཚོ་ལུགས་ ཚུ་ལུ་བརྟེན་དེ་ གནས་སྤངས་པ་ལུ་ཅིག་གི་སྐྱོར་ལས་ ལོ་རྒྱུས་ཐེབས་སྤོབ་ནི་དང་ ལཱ་ལུ་ཅིག་ གསལ་བཞག་འོང། ལ་ ལུ་ཅིག་གིས་ རྒྱུད་ལུ་དགོ་ནི་མས་མཚོ་བའི་ གནས་ཚུལ་རྒྱུང་མ་གཅིག་སྤོབ་འོང། ཁོང་གི་སྐྱོར་ལས་ རྒྱུང་ཁྲུངས་ཞིབ་ འཛོལ་འབད་བ་ཅིན་ ཉ་གོ་ཚུགས། ཁོང་གིས་ རྒྱུད་དང་གཅིག་ཁར་ གློ་སྤོབ་པའི་སྐབས་ སྤྱོད་ལས་སྤོན་ཐངས་ཚུ་གིས་ ཡང་ རྒྱུད་ལུ་སུན་ཐོགས་འབྱུང་འོང།

མི་ཚུ་གིས་ རེ་ཆོས་ལས་ ལ་ལས་ ག་མཐོ་འཐོན་འགྲོ་ནི་དང་ ལ་གསལ་སྟེ་ སྐབས་ཚུ་གསལ་པར་ འཛུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། གནས་སྤངས་འདི་གཉིས་ཆར་ལུ་ རང་དབང་ཅན་གྱི་ འབྲུང་ཁྲུངས་ཅིག་འཛུལ་ཏེ་ བདེན་དཔུང་འབད་དགོ། འབྲུང་ཁྲུངས་མ་ འདམ་ གཉིས་ཆར་ལས་ཐོབ་པའི་ སྐབས་ཕྱེད་ཚུ་ འགལ་བ་མེད་པ་སྟེ་ འོང་དགོཔ་ཡིན་རུང་ གཉིས་ཆར་ཅིག་འབད་པ་སྟེ་འོང་ནི་ འདི་ དགོན་སུ་ཅིག་ཡིན། འབྲུང་ཁྲུངས་གཉིས་པ་འདི་ མ་ཐོབ་པ་དང་ ཡང་ཅིན་ ཅུས་ཆོད་ཀྱིས་ བདེན་ལཱ་ཟུག་པ་ཅིན་ གནས་ ཚུལ་ནང་ལུ་ གཏན་འཁེལ་བཟོ་མ་ཚུགས་པའི་སྐྱོར་ལས་བཀོད་དགོ། དེ་འབདམ་ད་ ཁྱོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ནང་ བདེན་ཁྲུངས་སྟེལ་ མ་ཚུགས་པའི་ གནད་དོན་ལེ་ཤ་ཡོད་པ་ཅིན་ འདི་གིས་ ཁྱོད་རའི་གནས་ཚུལ་དེ་གི་ ཅུས་པ་རྒྱུང་ཀྱུ་བཟོམ་མ་ཆོད་ ཁྱོད་རའི་དྲང་ སྟོན་ལུ་ཡང་ དོགས་པ་ཆགས་འོང།

གལ་སྲིད་ འབྲུང་ཁྲུངས་གཉིས་པ་ལས་ཐོབ་པའི་ གནས་ཚུལ་འདི་ ཉེ་མའི་གནས་ཚུལ་དང་རྒྱབ་འགལ་སྟེ་ འཐོན་སོང་པ་ཅིན་ མི་མང་ལུ་ བཟོད་ཚུལ་མ་འདམ་གཉིས་ཆར་ གོ་བཟང་སྟོན་དགོཔ་དང་ ཡང་ན་ གནས་ཚུལ་ནང་ གཉིས་ཆར་འབྲེལ་མཐུན་བཟོ་ གྲེ་བཤད་དགོ། དཔེར་ན་ “ནང་སྲིད་ལྷན་ཁག་གིས་ མོ་སྟེས་དེ་ཚུ་གིས་ གོ་མཚོན་འབག་སྟེ་ ས་མཚམས་བཞུལ་འོངས་ཡི” ཟེར་ སྐབས་མི་འདི་དང་ སྤང་སྟེལ་ལྷན་ཁག་གིས་ “མི་དེ་ཚུ་ལུ་ གོ་མཚོན་མིན་འདུག” ཟེར་སྐབས་དོ་བཟུམ་ ལ་གསལ་འདི་ཚུ་ ཁྱོད་ཀྱི་ གནས་ཚུལ་ནང་རྒྱུད་དགོཔ་འདི་ འོས་བབ་མ་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་ སྤང་མེད་བསྐྱར་སྟེ་ བཞག་དགོཔ་མེད། མ་མཐུན་པའི་གནས་ སྤངས་དེ་ཚུ་ ཁྱོད་ཀྱིས་དོན་ཆོན་དང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཅིན་ རོས་ལེན་འབད་དགོ། སེ་སྤར་ཏཱ་ཤ་བཟུམ་མའི་ ཁྱོད་ཅུ་འཕགས་ པའི་ལུ་ལུལ་ཡོད་མི་དང་ མི་ལེ་ཤ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ བརྟེན་བརྟེན་པ་ཚུ་གིས་ འཕྲལ་འཕྲལ་སྐབས་ འབྲུང་ཁྲུངས་སྤང་དོག་ གཅིག་ལུ་ གཞི་བཞག་བཞག་པ་འོང། དེ་འབདམ་ད་ མང་ཤོས་ཅིག་གིས་ འདི་བཟུམ་མི་འབད།

ཐ་ན་ ཁྱོད་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་མི་ མི་ངོ་འཕང་ ཁོ་ར་གིས་ རོསྟོན་འབད་དོ་བཟུམ་ ཡིན་མ་མེད་པ་དབྱེད་དགོ། མི་དེ་ལུ་གཏེ་འབདམ་ཡིན་ན་ ཁོ་རའི་མ་བུར་ རང་ མི་བཟའ་ཆོང་གི་ལ་གསལ་ དམག་སྟེའི་ལ་གསལ་ ལམ་ཡིག་ མི་ཁྲུངས་རོསྟོན་ལག་ ཁྱེར་ སྤུམ་འཁོར་གཏང་ཆོག་པའི་ཆོག་ཐམ་ཚུ་ རེས་བདེན་ཡིན་པའི་བདེན་ཁྲུངས་ སྟེལ་ ཚུགས་པས་ག་? གལ་སྲིད་ མི་ངོ་འདི་ལུ་ ཉེ་མ་ལས་ བྱང་ན་དང་ སྟེར་གྱི་དཀའ་ངལ་ སེམས་ཁམས་ནད་གཞི་དང་ འབབ་ཁྲུངས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ རྩུབ་སྟོན་འབད་མི་དང་ མགྱ་ རྟོར་རྒྱབ་སྟེ་ སྟོན་མི་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་ ཁོ་གི་སྐབས་མི་འདི་ཚུ་ལུ་ དམིགས་བསལ་གྱིས་ དོགས་པ་ཆགས་དགོ། གལ་སྲིད་ མི་ངོ་འདི་གིས་ བརྟེན་ཅིན་ནི་གི་ དང་འདོད་མེད་པ་ ཅིན་ བརྟེན་ཅིན་ ག་ཅི་སྟེ་གསང་བཞག་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་གི་སྐྱོར་ལས་ རྩུ་མཚན་སྟོམ་ ཡོད་པ་ལས་ ཁོ་གིས་ཕྱིན་པའི་བརྟེན་ཅིན་ ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་ནི་ཡིན་ན་མེན་ན་ ཐག་ བཅད་ནི་འདོན་ལུ་ ཆུ་ཆུ་ཅིག་སྟེ་བཞག་དགོ།

ཁྱོད་ར་ལུ་དགོཔ་ ག་ཅི་ཡིན་ན་ ཉ་གོ་ཞིན་མ་ལས་རྒྱང་མ་གཅིག་ ཁྱོད་ར་གིས་ཐོབ་ཡོད་ པའི་ བརྟེན་ཅིན་གི་སྤུམ་ཆོད་ ག་དེ་སྟེ་འདུག་ག་ དེ་བཟེན་དཔུང་ཚུགས། འབྲུང་ཁྲུངས་ དེ་གིས་ བརྟེན་ཅིན་སྐྱོར་ལས་ ཁྱོད་ལུ་འགྲེལ་བཤད་རྒྱབ་སྟེ་ཕྱིན་ཡི་ག་? ཡང་ན་ སྐབས་འབྱེད་ཆེ་ཆོང་ཅིག་ ཕྱིན་ཡི་ག་? བརྟེན་ཅིན་ མཉམ་སྟེལ་འབདམ་ད་ མཐར་ཐུག་ ལུ་ མཐའ་བསྟོམས་སོ་སོ་ཅིག་བཏོན་ཚུགས་ག་? འབྲུང་ཁྲུངས་དེ་ལས་ གནས་ཚུལ་ལ་ གསལ་འོག་ཏོ་དང་ སྐབས་ཕྱེད་དོག་དོག་འེལ་འེལ་ཅིག་ ཐོབ་ཅིག་? མི་དེ་གི་ཉམས་སྲུང་དེ་ གིས་ མི་སྟེ་སྟེའི་ཉམས་སྲུང་ མཚོན་ཚུགས་ནི་ཡིན་པས་ག་? གནས་སྤངས་དེ་ ཅུས་ མཐུན་ཡིན་པས་ག་? ཡང་ཅིན་ ཅུས་ལུན་ལེ་ཤ་གི་ཉེ་མ་ བྱུང་བུང་ཅིག་འབད་ནི་དེ་ གིས་ གནས་སྤངས་ཚུ་ལུ་བ་སོང་སྟེ་ ལ་གསལ་ཚུ་ ཕྱི་འགྱུར་སྟེ་ དན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་ བ་ཚུ་བཟླ་དགོ།



▷ མཁམ་མཚོག

དོན་ཚན་ག་ཅིག་སྐོར་ལས་འབད་རུང་ མཁམ་མཚོག་ཡོད་པ་ཨིན། དཔེར་ན་ རྩུང་རབས་མཁམ་མཚོག་ ཚན་རིག་པ་ ཁྲིམས་ ཚུད་པ་ བཟོ་རིག་མཁམ་མཚོག་ལ་སོགས་པ་བརྩམ་ཚུ་ཨིན། ལས་འཛུགས་ཚུ་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་པའི་སྐབས་ མཁམ་མཚོག་གཞན་ ལ་རྒྱབ་ཐངས་ འཛུལ་ནི་མི་འོང་། དཔེར་ན་ རྩུང་གིས་འབྲེལ་བ་འཐབ་མི་ མི་ངོ་དེ་ རྩུང་གི་ཞིབ་དཔྱད་འབད་བའི་བསྐྱར་ཡོད་མི་ ལས་སྡེ་དེ་ནང་ ལཱ་འབད་མི་ཅིག་ཨིན་དགོ། དེ་འབདཝ་ནང་ ལག་ཆེ་ཤོས་ར་ མི་དེ་གིས་ མཁམ་རིག་དེ་ག་དེ་སྡེ་ ཐོབ་ཡོད་པ་ཨིན་ ན་དང་ རྩུང་གིས་ཞིབ་དཔྱད་འབད་མི་ གནད་དོན་ནང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་མེད་པ་ཚུ་ལཱ་ རག་ལས་འོང་། འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ དོན་ ཚན་གྱི་མཁམ་མཚོག་ རྩུང་རིག་མ་འདྲམ་ཡོད་མི་ཅིག་ཨིན་པ་ཅིན་ རྩུང་གི་དོན་ཚན་ཐོག་ལཱ་ རིག་པ་གསར་པ་བྱིན་འོང་། ཁྲིམས་ ཚུད་པ་དང་ ཁྲིམས་སྤྱད་འགོ་དཔོན་ རྩུང་འཛོ་ ཐམ་ན་ རི་དཔྱད་འབད་མི་ཚུ་གིས་ཡང་ འགྲོ་བ་མི་དབང་ཆའི་ཁྲིམས་ལུགས་དང་ མ་མཐུན་པའི་དོན་ཚན་ཐོག་ལཱ་ གནས་ཚུལ་གྱི་དོན་ལཱ་ འགྲོ་བ་མི་དབང་ཆའི་སྐོར་ བརྟེན་ལཱ་འབད་མི་ཅིག་བརྩམ་སྡེ་ར་ བན་ ཐོགས་འོང་།

ཨིན་རུང་ མཁམ་མཚོག་གེ་ར་ ཅོག་ཅིག་པ་སྡེ་ གློ་གྲང་ཚུ་གསལ་མི་འོང་། འདི་འབདཝ་ལས་ རྩུང་ར་གིས་ གློ་གྲང་པའི་བརྟེན་ བརྟེན་པ་ གཞན་ཚུ་ལས་ རྒྱབ་སྐྱོན་ལེན་དགོས་མ་ཚད་ མི་ངོ་དེ་གི་ཤེས་ཚད་ཚུ་ཡང་ དཔེ་ཞིབ་འབད་དགོ། ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་ མ་ དངུལ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་ཡོད་པའི་ ཚན་རིག་པ་ཚུ་གིས་ བཤད་ཚུལ་འདི་ རྩུང་སྤྱུལ་རྒྱབ་མི་དེ་བཤད་ཚུལ་ལས་ སོ་སོ་མི་འོང་དོ་ ཡོད་པ་ལས་ ཚན་རིག་པ་དེ་ཚུ་གི་ ཞིབ་འཛུལ་དེ་ ག་གི་དོན་ལཱ་ འབད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་ན་ ཅ་གོ་དགོ། ཁོང་གི་ལཱ་ལཱ་ བསྟོད་

བསྐྱགས་དང་སྐྱོན་བརྟེན་ ག་དེ་སྡེ་འདུག་ག་བཟུ་དགོ། རུངས་ལཱ་གྱི་མཁམ་ མཚོག་ (མཁམ་མཚོག་གི་སྟན་ལཱ་) ཚུ་ཨིན་རུང་ རི་དཔྱད་འབད་དགོ། གལ་ སྲིད་ མཁམ་མཚོག་སོ་སོ་འབར་ན་ འདི་ལཱ་མེས་མཐུན་མེད་པ་ཅིན་ རྩུང་པར་ཚུ་ གསལ་སྟོན་འབད་ནི་དེ་ ཐབས་ཤེས་བསྐྱིག་སྡེ་ གནས་ཚུལ་ལྟག་མི་ལཱ་ གོ་དོན་ རྩུང་ཚུ་གསལ་བཟོ་དགོ། གལ་སྲིད་ མཁམ་མཚོག་ཚུ་གི་བར་ན་ འདོད་ཚུལ་གྱི་ ཐང་ཁར་ ཅོག་ཅིག་པ་ཐོན་པ་ཅིན་ དེ་ཚུ་ག་ཅི་སྡེ་ཨིན་ན་ གནས་ཚུལ་ལྟག་མི་ཚུ་ ལཱ་ འབྲེལ་བཤད་རྒྱབ་དགོ། དེ་འབདཝ་ནང་ མཁམ་མཚོག་ཚུ་གི་ རྩུང་ཚོས་ཚུ་ ཡང་ ཞིབ་འཛུལ་འབད་དགོ།

ལཱ་རིང་གི་བར་ན་ བརྟེན་བརྟེན་གྱི་རྟོངས་ལས་ འཛུལ་སྤྱིང་ཚོ་རྟོང་ ཡར་འཕར་ དང་འབྲེལ་བའི་ ཚུང་འབྲུན་འདི་ དགག་སྒྲུབ་ གཉིས་ཆར་ འདམ་འདྲ་ཡོད་པ་ སྡེ་ གསལ་སྟོན་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན། ལཱ་ལས་ བརྟེན་ཞིབ་སྟན་ལཱ་ཚུ་གིས་ འདི་ནང་གི་ དགག་སྒྲུབ་གི་མཁམ་མཚོག་མང་ཤོས་ཅིག་ རུས་ལུགས་ལས་ སྡེ་གིས་ གླུ་འབྲུལ་སྤྱོད་ཡོད་པའི་ བརྟེན་སྤྱུལ་པ་ཚུ་ཨིན་པའི་ གསལ་སྟོན་བྱུང་ ཡོད་པ་ཨིན། དོན་དངོས་ཐོག་ལཱ་ ལོ་ངོ་མང་རབས་ཅིག་གི་རིང་ ཚན་རིག་གི་ རྒྱབ་བྱེད་ ལཱ་ཤ་ཅིག་གིས་ འཛུལ་སྤྱིང་ཚོ་རྟོང་ཡར་འཕར་འགྱོད་ཡོད་པ་དང་ དེ་ ཡང་ཉེན་ལ་ཅན་ཅིག་སྡེ་ བརྟེན་འབད་ཡོད་པ་ཨིན།

འདི་དང་འདྲམ་སྡེ་ གཞུང་གི་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ མཁམ་མཚོག་ཚུ་ལཱ་ཡང་ དོགས་ པ་བསྐྱེད་ཐོག་ལས་ ངོས་ལེན་འབད་དགོ། དེ་ཡང་ གཞུང་གི་མཁམ་མཚོག་ཚུ་ ཡང་ གཞན་དང་ཅོག་ར་འཐབ་པ་སྡེ་ བདེན་སྒྲུབ་དང་ རྩུན་སྒྲུབ་གཉིས་ཆར་ འོང་སྲིད་ སྐབས་སྐབས་ལཱ་ གཞུང་གིས་ བཅོམ་དབང་ཐོག་ལས་ བརྟེན་དོན་ཚུ་ བཏོད་སྒྲིག་འབད་དེ་ གསལ་སྟོན་འབད་བརྟེན་ཞིབ་ཤིག་ ཉེན་ལ་འབྱུང་སྲིད། འབྱུང་



ཁྲུངས་གཞན་དང་། གཅིག་མཚུངས་སྟེ་ གཞུང་གི་བདེན་འབྲུང་ཁྲུངས་ཚུ་ཡང་ འབྲུང་ཁྲུངས་གཉིས་པ་འཛོལ་ཏེ་ བདེན་དཔྱད་
འབད་དགོ། འཕམ་འཕམ་སྟེ་ གཞུང་གི་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་ མཁས་མཆོག་ཚུ་གི་ཁ་བྱུག་ལས་ གཞུང་འབྲེལ་མིན་པའི་ གནད་བཤད་
ཚུ་ རྒྱུ་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ནང་བཀོད་ནི་མེད་རུང་ རྒྱུ་རྟེན་གནས་ཚུལ་ལ་སྐོང་སྟེ་བཏུབ་ཨིན།

རྒྱལ་སྤྱིའི་གཙུག་ཕྱེ་ཚུ་ རབ་ཅས་རའི་ ཡིག་ཐོག་སྟན་ཞུ་དང་ སྤྱིད་བྱས་ཚུ་གི་ ཁྲུངས་གཏུགས་ས་གཅིག་ཨིན་པའི་མནོ་བསམ་
གཏང་ནི་ལུ་ ཡང་ཤོར་ཐལ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ཚུ་གིས་ ཁོང་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་དང་ ཁོང་ར་ལཱ་འབད་སའི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ཚུ་
ནང་ གལ་ཆེ་བའི་ མཐུན་འབྲེལ་བཟོ་ནི་ཚུ་ཡང་འབད་ཚུགས། ལས་སྟེ་དེ་ཚུ་གིས་ རྒྱུ་ལུ་ཆ་རྟགས་འབད་དགོ་པའི་ འགན་འཁུ་
ཐོག་སྟེ་མེད་རུང་ མང་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ བྱམས་སེམས་དང་ལྷན་མ་མ་ཆེད་ རྒྱུ་ཀྱི་ཞིབ་འཛོལ་དེ་ལུ་ ཁོང་རའི་སྤྱོད་བསྟོན་ཡོད་པ་ཅིན་
ཆ་རྟགས་འབད་འོང། ཞིབ་འཛོལ་དེ་གིས་ ཁོང་གི་བསམ་བཀོད་དང་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ བཅུགས་བཅུགས་ལས་ འདི་དང་དོ་མཉམ་
ཀྱི་ འབྲུང་ཁྲུངས་གཞན་ལུ་ཡང་ སྤོ་སྤོ་ལན་འབད་དགོ་པ་ཡོད་པ་མེད་པ་ཚུ་ ལྷ་ཞིབ་འབད་བྱིན་འོང།

རེ་ཆེ་སྐབས་ རྒྱུ་ཀྱིས་ཞིབ་འཛོལ་འབད་བཞིན་ཡོད་པའི་དོན་ཆ་ཚུ་ ཤེས་བཅུག་པ་ ཡང་ན་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ ཉ་ལམ་ཅིག་ ཏེ་
མ་ལས་ཐོབ་ཡོད་ན་ མཐུན་འབྲེལ་ཚུ་བསྐྱུག་དགོ། དེ་ཚུ་ལུགས་ཡངས་ཐོག་ལས་ འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ཚུ་ལས་བརྒྱུད་དེ་འབད་རུང་
ཡང་ན་ ཞིབ་འཛོལ་ལས་འགྲལ་འདི་གི་ སྟོན་འགྲའི་བཅུད་དོན་ཅིག་ དཔེ་སྟུང་ཐོག་ལས་འབད་དགོ། དེ་གི་སྐབས་ལུ་ མི་ངོམ་
གསར་པ་ཚུ་གིས་ རྒྱུ་ཀྱི་འཕྲིན་དང་ བསམ་བཀོད་ཐོག་ལས་ གནས་ཚུལ་ཐོབ་ཕྱིན་ནི་འོས་ལས་ ཁས་ཁུངས་ཚུ་འབད་འོང།
ཡང་ན་ ཏེ་མ་ དང་འདྲོད་མེད་མི་ཚུ་གིས་ཡང་ རྒྱུ་ཀྱི་སྟན་ཞུ་དེ་ བཅོ་ཁ་རྒྱུ་བྱིན་ནི་སྟེ་ གཤོང་ཁར་འཐོན་འོང། དེ་འབད་ཕན་ད་
ལུ་ལས་གཞན་ཉེན་ཡོད་པ་ལས་ ཨ་ཏྲག་ར་ ཐབས་ལམ་དེ་གི་ ཡན་པ་དང་གཞན་པའི་ཆ་གཉིས་ཆར་ དེ་བྱེ་བ་དཔྱད་དགོ། མི་ཚུ་
གིས་ རྒྱུ་ཀྱི་ཞིབ་འཛོལ་ཀྱི་སྐོར་ལས་ ཉ་གོ་སྟེ་ སྤྱུ་བྱེད་ཚུ་ སྤྱོད་པས་སྟེ་བཞག་ནི་དང་ འབྲུང་ཁྲུངས་ཚུ་ལུ་ བདེན་འོས་པ་མི་
བཅུག་ནི་ དེ་ལས་ རྒྱུ་ཀྱི་ལཱ་ལུ་ བར་ཆད་རྒྱུ་འོང།

གལ་སྲིད་ རྒྱུ་ཀྱིས་ རྒྱུ་རའི་གནས་ཚུལ་ལུ་ རྒྱུ་སྐྱོར་འབད་མི་ མཁས་མཆོག་མ་ཐོབ་རུང་ མཆོམས་འཛོག་འབད་དོ་ བཞག་
ནི་མི་འོང། རྒྱུ་ཀྱིས་འཛོལ་ཏེ་ མཁས་མཆོག་ཕྱི་འགྱུར་ཅིག་ལུ་ སྤོ་བ་བཀོད་སྤྱད་ནི་ ཡང་ན་ སྤོ་བ་དེ་ར་ ཕྱི་འགྱུར་འབད་བཀོད་
སྤྱད་འོང། རྒྱུ་ཀྱི་སྟན་ཞུ་ནང་ བསམ་འཆར་འདྲ་མིན་སྟེ་ཆོགས་ཡོད་མི་གིས་ རྒྱུ་ར་སྟོ་གི་ཡངས་དགས་ཡོད་པའི་ བདེན་སྟོན་མ་
ཆེད་ དེ་གིས་མཁས་མཆོག་གཞན་ཅིག་གིས་ བསམ་འཆར་སོ་སོ་བཀོད་ནིའི་ གོ་སྐབས་བཟོ་འོང།



གསང་ཤོལ་གྱི་སྒྲིབ་པ་དང་དབང་ལུས་ཅན་གྱི་མི།

འཕུལ་འཕུལ་སྒྲིབ་ཀྱི་ཞིབ་འཛོལ་དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རྒྱུད་ར་གསང་ཤོལ་བ་ཚུ་ཚོ་དཔྱད་འོང་། ཡང་ན་ ལས་སྒྲིབ་ཀྱི་མ་དགའ་མི་དང་གཅིག་ཁར་འཕུད་དེ་ ལས་སྒྲིབ་ཀྱི་ཉེས་སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲིབ་ལས་སྒྲིབ་མི་ ལས་གཡོག་པ་གཅིག་དང་ འཕུད་བཅུག་འོང་། གོང་འབེལ་སོང་ཡོད་པའི་ ལས་སྒྲིབ་དང་ ལས་ཚོགས་ གཞུང་གི་ལས་ཁུངས་ ལེ་ཤ་ཅིག་ནང་ གྲོག་རིག་ཐོག་ལས་ གཞུང་འབྲེལ་མི་ན་པའི་ འཛུལ་འདྲུ་ཚོགས་ཁང་ནང་ གཞན་འགག་ཆེ་བའི་བསམ་བཞག་དང་ བརྟེན་ཏེ་ རྒྱུགས་རིས་མེད་པར་ གསང་བའི་ཐོག་ལས་སྒྲིབ་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་མ་ད་ འཚར་སྒྲིབ་དེ་ཚུ་ལས་ཐོབ་པའི་ བརྟེན་ཏེ་ སྤངས་སྤངས་ རྒྱུད་རའི་ཞིབ་འཛོལ་ནང་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་མི་འོང་། གསང་ཤོལ་བ་དེ་ རྒྱུངས་ལུ་མི་ཚུ་མེན་མེན་ དབྱེ་དཔྱད་འབད་དེ་ ཁོང་གིས་སྒྲིབ་མི་ལུ་ སྒྲིབ་བྱེད་བཞག་མི་ ཚུ་ བདེན་དཔྱད་འབད་དགོ། ཁོང་གི་སྒྲིབ་བྱེད་ གཞན་འཁེལ་བཟོ་ནི་འོད་ན་ལུ་ ཁོ་མོ་དང་གཅིག་ཁར་ དངོས་སུ་འཕུད་དེ་ བདེན་དཔྱད་འབད་དགོ།

རྒྱུད་ལུ་མཐུན་འབྲེལ་དགོཔ་ ཁག་ཆེ་ཤོས་དེར་ ལས་སྒྲིབ་ནང་ལུ་ ལུ་འབད་མི་ཚུ་མི་ཚུ་ལས་ དེ་ཚུ་གིས་ རྒྱུད་ཀྱི་ཞིབ་འཛོལ་གྱི་ བཟང་སྒྲིབ་ཀྱི་གནམ་ཁ་དང་ རྒྱུད་ར་ལུ་ གསང་བའི་བྱ་ར་འབད་མི་འཛུལ་སྒྲིབ་ཀྱི་ལས་ བཀག་ཚུགས། སྒྲིབ་པ་ཟེར་མི་དེ་ རྒྱུད་ནང་ན་འཛུལ་བཅུག་མི་དང་ ས་སྒྲིབ་དེ་གི་ནང་ན་འཛུལ་མི་དང་ ཕྱི་ཁར་འཐོབ་མི་ ག་ཡིན་ན་ སྒྲིབ་ཕྱིན་མི་ དཔེར་ན་ སྒྲིབ་པ་ལས་རྒྱགས་དང་ བསྐྱེད་པ་ སྤངས་ཀྱི་འགོ་དཔོན་ཚུ་ཡིན། གོ་ས་མཐོ་བའི་ འགོ་དཔོན་ཚུ་ལུ་རྒྱུངས་གཅིག་ འགྲུལ་ཏེ་སྤྱོད་ནི་མི་འོང་། འདི་འཛུལ་བ་ཡིན། ག་ར་དང་གཅིག་ཁར་ མཐུན་འབྲེལ་ལེགས་ཤོམ་བཟོ་ནི་ལུ་བརྟེན་དགོ། སྒྲིབ་པ་ཚུ་གིས་ རང་ན་འཛུལ་ནི་ལས་ བཀག་ནི་རྒྱུངས་གཅིག་མེན་པར་ བརྟེན་ཏེ་སྤྱོད་ལེན་ཚུ་ཡང་ འཛུལ་སྒྲིབ་འཐབ་སྤྱོད། དེ་བཟུམ་མའི་ལས་བྱེད་པ་ ཚུ་ དམིགས་བསམ་གྱིས་ དུམ་ཁང་དང་ གཞུང་གི་ལས་སྒྲིབ་ནང་ འགོ་དང་པ་འཛུལ་བའི་སྐབས་ གསང་བའི་གན་ཡིག་གུ་ མཚན་རྟགས་བཞག་ཡོད་པ་ལས་ བརྟེན་ཏེ་སྤྱོད་མི་དེ་ ཁྲིམས་འགལ་ཡིན་མེད་ཤོ། དོན་དག་ཡོད་པ་མེད་པ་ ག་རའི་དོན་ལུ་ ཁོང་ཆ་ཁྱབ་ལས་ ཆ་ཚོགས་འཛོལ་ནི་མི་འོང་། ཁོང་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་ནི་དེ་ གསང་བའི་ཐོག་ལུ་བཞག་སྒྲིབ་ ཁོང་གི་དོན་གས་ཚུ་ ག་དེ་ཅག་ཅག་ གསང་བ་སྒྲིབ་འགྲུག་དགོ།

“ཞིབ་དཔྱད་འབད་བའི་སྐབས་ བརྟེན་ཏེ་ ག་ལུ་ཡོད་པ་སྒྲིབ་?” ཟེར་བའི་དྲི་བ་དེ་ ཁག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་བརྟེན་ཏེ་ལུ་ འཛུལ་སྒྲིབ་འཐབ་མི་ ལེ་ཤ་འོང་མ་ཡིན། རྒྱུགས་སོ་སོ་ལས་ མཉོ་བསམ་གཏང་དགོ། གལ་སྤྱིད་ གསོ་བའི་ལྷན་ཁག་གིས་ ཡིག་ཆ་ཅིག་ ཕྱིན་མ་བཏུབ་པ་ཅིན་ འཛུལ་སྤྱིང་གསོ་བའི་ལས་ཚོགས་དང་ གཞུང་མིན་གསོ་བའི་ལས་ཚོགས་ དོན་ཚན་དེ་གི་ཐོག་ལུ་ ཞིབ་འཛོལ་འབད་མི་ གཞུག་ལག་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཞིབ་འཛོལ་པ་ ཡང་ན་ བྱམས་སེམས་ཅན་གྱི་ སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གསོ་བའི་ཚོགས་ཚུང་གི་ འཕུལ་མི་བཟུལ་ཚུ་ལས་ཐོབ་ཚུགས། ཞིབ་དཔྱད་པ་ཚུ་ལུ་ ཆ་ཚང་ཉ་གོ་ཚུགས་པའི་ཡོན་ཏན་མེད་རུང་ ཁག་ཆེ་ཤོས་ ག་ཅི་ཡིན་ན་ སྒྲིབ་ཕྱིན་འོང་།

འཕུན་འབྲེལ་བཟོ་མི་ཚུ་ དབང་ལུས་ལུ་མི་ཡིན། གལ་སྤྱིད་ ཁོང་གིས་རྒྱུད་ལུ་དགའ་བ་དང་ ཡང་ན་ རྒྱུད་ཀྱི་ལུ་དེ་དོན་དག་ ཡོད་པ་སྒྲིབ་ ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་པ་ཅིན་ ཁོང་གིས་ མི་གཞན་ཚུ་ བརྟེན་སྒྲིབ་འབད་དེ་ རྒྱུད་དང་གཅིག་ཁར་ ཁ་སྒྲིབ་བཅུག་འོང་། མཐུན་འབྲེལ་བཟོ་མི་དེ་ མཁས་མཛེས་ཅན་གྱི་དབྱ་ཁྲིད་པ་ ཆམ་ཤོས་ ཡང་ན་ འགོ་དཔོན་འོག་མ་ཅིག་ འབད་མ་ད་ མི་སྒྲིབ་དང་ ལས་སྒྲིབ་ནང་ ཆབ་ཞག་ཚུགས་པའི་ མི་དོམ་ཅིག་འོང་། དེ་ཆོས་སྐབས་ སྤྱི་འགོ་ཁྲིད་པ་དེ་ ཁོ་རའི་མི་སྒྲིབ་ནང་ མཐུན་འབྲེལ་བཟོ་མི་ཅིག་ཡིན་པ་འོང་། དེ་ཚུ་གིས་ “བརྟེན་ཏེ་ཚུགས་པ་ཅིག་ཡིན། རྒྱུད་ཆ་ཁྱབ་ཀྱིས་ ཁོ་མོ་དང་གཅིག་ཁར་ ཁ་སྒྲིབ་པར་ཁྱེད་མེད་” ཟེར་སྒྲིབ་ད་ མི་ག་ར་གིས་ ཉན་བཏུབ་འོང་། དེ་ཚུ་དོས་འཛིན་འབད་དེ་ ཞིབ་འཛོལ་ཐོག་ལས་ གོ་སྐབས་ ཐོབ་ཆད་ ཁོང་དང་གཅིག་ཁར་ མཐུན་ལུ་བཟོ་ནི་ལུ་བརྟེན་དགོ།

གི་ མཚན་ཆ་ཚང་བསྐྱར་འཐབ་མི་གཅིག་དང་ གློ་སྤྲོད་ཡོད་པའི་ སྤྱི་འཛིན་འཁོར་ལོ་ ཚུ་ཚོ་ད་ ༡༠༠ འབད་མི་ཅིག་ ཕྱིན་ནི་འཁོར་ལོ་ལཱ་ལེན་འབད་ཅུག། གནས་ཚུལ་ཕྱིན་མི་གིས་ བན་བརྒྱད་པ་འབད་སར་ འབྲེན་གོ་པའི་ཚུ་མཚན་ མོ་མོ་ཅིག་འོང། དེ་ཡང་ ཁོ་ལུ་འབྲེན་སྐྱོར་ཁྱབ་ཡོད་མི་དེ་གི་ དཔལ་ལྷན་འཇལ་ནི་འོ་དོན་ལུ་འོང་སྟེ། ཡིན་རུང་ གོ་ཚེ་ནི་ཅིག་གིས་ མི་ངོམ་དེ་ལུ་ ཚད་མེད་པའི་ དངུལ་དང་ རྩལ་ཚོད་ གསང་བའི་གོ་སྐབས་ གནས་གྲུ་འོ་ཤོག་འཛིན་ དེ་ལས་ མཐུན་འབྲེལ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ ཇི་དཔེ་འབད་ནི་ འགོ་བརྩམས་ཅིག་ གནས་ཚུལ་ཕྱིན་མི་དེ་ ཁོ་ར་ཉེ་མ་སྟོན་ས་ ལཱ་ན་རྒྱ་ལུ་ བྱོག་སོང་ཅུག། དེ་ལུ་བརྟེན་ གོ་ཚེ་ནི་ཅིག་གིས་ མི་ ངོམ་དེ་ ཡིང་ལཱ་རྒྱ་གཞུང་དང་ ཡང་ན་ དེ་གི་མཚན་ཆ་མཐོ་སྤྱོད་ཁང་ནང་ ལཱ་འབད་མི་ཅིག་ཡིན་པའི་ དོགས་པ་ཟེ་ཡོད་པ་ཡིན།

ལག་ལེན་དངོས་བསྐྱར་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ གནས་ཚུལ་ཕྱིན་མི་གིས་ རྒྱུད་འཛུལ་ཏེ་འོང་ནི་མེན་པར་ རང་གིས་ཁོང་འཛུལ་ཏེ་འབྲེན་ བྱི་དེ་ཅུག། གསང་བའི་བདེ་སྤྱོད་མི་ཅིག་གིས་ རྒྱུད་གསང་ལམ་ཅིག་ནང་ འོང་དགོ་ཟེར་སྐབས་ཞིན་མ་ལས་ ཞལ་འཛུམས་སྐོར་ལས་ ག་ནི་ཡང་ མ་སྐབས་མི་དེ་ “ཁོང་ཆ་བྱབ་ གསང་བདེ་སྤྱོད་མི་འཛིན་པའི་ཚུ་ཡོད་པ་ལས་” ཁོང་དང་ཁ་གཅིག་ཡིན་མཁོང་འོང། གནས་ ཚུལ་ཕྱིན་མི་ལུ་ཅིག་ གློ་སྤྲོད་ནི་གི་ དང་འདྲོད་མེད་པའི་ཁར་ ཁོང་གིས་ག་ཅི་སྐབས་མི་དེ་ ཐོ་བཀོད་མ་འབད་བར་ མིང་ཡང་ མ་བཏོན་ཟེར་སྐབས་ཡིན། དེ་འབད་མཇུག་ མི་ངོམ་དེ་ ག་ཡིན་ན་དང་ དེ་གི་རྒྱབ་ཁྲུངས་ཚུ་ལུ་བལྟ་སྟེ་ ཁོ་གིས་ཤེས་ཟེར་སྐབས་མི་ཚུ་ བཤད་ཚུགས་པའི་ཕྱོགས་གྲུབ་ ཡོད་མེད་བཟུང་གོ།

ཁྱེད་རའི་གནས་ཚུལ་ཕྱིན་མི་ ཉེན་སྲུང་འབད་ནི།

ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་བསྐྱར་བཀོད་འབད་ནི་དེ་ དམིགས་བསལ་གྱིས་ ཁྲིམས་ལུ་བརྩི་མཐོང་མེད་མི་དང་ བན་བརྒྱད་པ་ ཚུ་བཙན་དབང་ཐོག་ལས་ འཛིན་བཟུང་དང་ དམར་བསད་འབད་དོ་ཡོད་པའི་ བཀའ་བཙན་རིང་ལུགས་ཀྱི་ རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་ རན་ ཉེན་ཁ་ཅན་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་མཇུག་ལས་ གསང་བའི་ཐོག་ལས་ ལཱ་འབད་ནི་དེ་ལག་ཆེ། གནས་ཚུལ་གསལ་སྟོན་ འབད་ནི་དེ་གིས་ གནས་ཚུལ་ཕྱིན་མི་དེ་ལུ་ ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཉེན་བདེ་འབད་ནི་འགན་འཁུར་ ཁྱེད་ར་ལུ་ཕོག་པ་ མ་ཚད་ དེ་བཟུམ་མའི་གནས་ཚུལ་ སྤྱིལ་དགོ་པ་དེ་ཡང་ མཐའ་མཇུག་ལུ་ མི་མང་གི་མཐའ་དོན་ལུ་ཡིན་པའི་སྐོར་ལས་ བཤད་དེ་ཕྱིན་དགོ། དེ་ཚུ་བསྐྱར་གྲོས་འབད་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུང་མ་གཅིག་ མི་ངོམ་དེ་གིས་ ཁོང་མེད་མིང་དེ་ གནས་ཚུལ་ རན་ གསལ་སྟོན་འབད་ཚོགས་པའི་ གནང་བ་ཐོབ་ཅི་ཟེར་སྐབས་ཆོག། གནས་ཚུལ་ཕྱིན་མི་དེ་ལུ་ ཉེན་ཁ་ཡོད་པའི་སྐོར་ རོ་ བྱད་སྐབས་ལུ་ གྲོས་བསྐྱར་དང་ དེ་མིན་བརྒྱུད་འཕྲིན་ ཡང་ན་ གློག་འཕྲིན་ཐོག་ལས་ ཉ་གོ་བཅུག་དགོ།

གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁྲུངས་དང་འབྲེལ་བའི་ གནང་དོན་ཚུ་ གཞན་གྱིས་གོ་ས་དང་ གསང་བའི་ཐོག་ལས་ སྤྱི་བཟུང་འཁོར་ ལོ་བརྩམས་ཏེ་ཡོད་ས་ ཡང་ན་ བརྒྱུད་འཕྲིན་གསང་བའི་ཐོག་ལས་རྒྱུས་དང་ གློག་རིག་ཐོག་ལས་ གསང་འཇུག་འབད་ སྟེང་པའི་ གནས་སྤངས་ཡོད་ས་ལུ་ གྲོས་བསྐྱར་འབད་ནི་མི་འོང། བརྒྱུད་འཕྲིན་ཐོག་ལས་ བན་སྤྱོད་ལེན་འབད་མི་ཚུ་ འཇམ་རྟོང་ཏེ་སྟེ་ རྒྱལ་འཛུལ་འབད་ཚུགས། དེ་ཡང་ རྒྱུད་ཀྱིས་བརྒྱུད་འཕྲིན་ཐོག་ལས་ ཁ་སྐབས་ཡོད་མི་དང་ རྒྱུད་གཏེ་ འབྲེལ་ཡིན་ན་ བཟུ་ནི་འབད་སྟེན་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་འོང། གསང་བའི་ཞལ་འཛུམས་ཚུ་ནང་འབྲེན་བའི་སྐབས་ འབྲལ་ འཕྲིན་བསད་དེ་ འབྲལ་སྟེ་བཏོན་བཞག་དགོ། གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁྲུངས་དང་འབྲེལ་བའི་ ཡིག་ཆ་དང་ ཟིན་ཐོའི་རིགས་ ཚུ་ཡང་ ཉེན་ཁ་མེད་པའི་ས་གོ་ནང་ བཞག་དགོ་པ་དང་ རབ་འབྱུང་བ་ཅིན་ ཞིབ་འཛུལ་དེ་ནང་ མ་པ་ལས་ འབྲེལ་བ་ མེད་པའི་ མི་ཅིག་གི་ལག་པར་བཞག་དགོ།

སྤྱི་གསང་མེད་པར་ ག་ཅི་དེས་རུང་ འཛུལ་བ་མེད་པར་སྐབས་མི་ དཔེ་བཟོ་ཡིན་པ་ཅིན་ དཔེ་བཟོ་ཅན་གྱི་འོག་ལུ་ཡོད་ པའི་ གལ་སྤྱི་འབད་མི་དང་ ཤོ་བརྒྱབ་མི་ དེ་ལས་ འཛུལ་བ་འབད་མི་ཚུ་ བཀག་ནི་འབྲེལ་བས་ཤེས་ ཅུས་པ་ཅན་ཅིག་ ཡིན། དེ་འབད་མཇུག་དང་ རྒྱུད་ཀྱིས་ དཔེ་བཟོ་ཅན་ཐོག་ལས་ ལོ་སྐབས་བཅུག་ནི་དང་ སྤྱི་བཟུང་འབད་ནི་ཚུ་ འབད་མི་ཆོག།

ཁོང་གིས་ ཐོ་ཚཱ་ཆགས་མི་དེ་ ག་ཅི་སྤྲོ་ཡིན་ན་ མ་འདྲི་ག་པར་འདྲི་དགོ། དེ་བཟུང་གསུང་དེ་ “གལ་སྲིད་ རོགས་ཀྱིས་ རྒྱུད་ ཡིན་མ་ཤེས་པ་ཅིན་ ག་ཅི་འབད་འོང་ག?” ཟེར་འདྲི་ནི་དེ་ཡིན། འཕྲལ་འཕྲལ་སྤྱི་ འདྲི་ག་འབྲལ་མི་དེ་ ཁོ་རང་བཞིན་ གྱིས་འདྲི་ག་ཅི་ག་ཡིན་པ་འོང། ཐོ་བཀོད་མ་འབད་བར་ གནས་སྤྱི་མི་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་ གལ་སྲིད་ གཞན་གྱིས་ཤེས་པ་ཅིན་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལས་ལོག་ བཏོན་གཏང་ནི་གི་ཉེན་ཁ་དང་ ཞི་གཡོག་པ་གོང་མ་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་ གཡོག་ནང་ལས་དགོངས་ལཱ་གཏང་ བཏོན་ བཅོམ་ནང་བཅུག་ནི་ དེ་ལས་ HIV རྟན་གཞི་ཡོད་མི་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་ མི་སྤྱི་ལཱ་ གཞི་དེ་འཛོལ་འབད་ནི་ཚུ་ འབྱུང་ སྤྱོད་འོང། གནས་ཚུལ་ཕྱིན་མི་དང་གཅིག་ཁར་ བརྟེན་ག་ཅི་ཡང་ བརྟེན་མ་མ་འབད་བའི་ཉེན་ ཁོང་གི་དོ་རྟགས་ཚུ་ གསལ་ སྤྱོད་འབད་དགོ་ཟེར་སྐབ་དགོ། ཁོང་གི་དོ་རྟགས་ཚུ་ ག་དེ་སྤྱི་ གསལ་བཞག་ནི་ཡིན་ན་གི་སྒྲོར་ལས་ བསྐྱུན་གྱིས་འབད་དགོ། དེ་ རང་ཁོང་གི་ སྤྱོད་ས་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ས་ གོ་ས་དང་ མོ་མོ་འི་དབྱེ་བ་ཚུ་ ག་དེ་སྤྱི་ གསལ་སྤྱོད་འབད་ནི་ཡིན་ན་ཚུ་ཚུད་འོང། བརྟེན་ དོན་ཕྱིན་མི་གི་མ་ཐུག་ལས་ བརྟེན་མི་ལཱ་ཅིག་ རྒྱལ་ཁབ་ས་ཉེ་གོ་འཛིན་ལཱ་རྒྱུ་མ་གཅིག་མ་གཏོགས་ ཡིག་ཐོག་ལཱ་བཀོད་ནི་ མེད་པ་སྤྱི་ རྒྱལ་པ་ཅིན་ དེ་ལཱ་དོན་ལེན་འབད་དེ་ ཚུ་མ་སྤྱི་གསལ་དང་ ཞིབ་འཛོལ་དེ་ནང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ མཉམ་འགྲུལ་ཚུ་གིས་ ཡང་ ཉེ་གོ་བཅུག་དགོ། རྒྱུད་ཀྱི་ཚུ་མ་སྤྱི་གསལ་གིས་ གནས་ཚུལ་བཟང་མི་དེ་གི་མིང་ སྤྱབ་དགོ་པ་སྤྱི་བཀོད་པ་ཅིན་ མིང་དེ་ཚུ་ སྤྱི་ག་པའི་ཡིག་ཚང་ལས་བརྒྱལ་ཏེ་ ཕྱི་ཁར་སྤྱབ་མ་ཚོགས་སྤྱི་ མོས་མཐུན་འབྱུང་དགོ། འཁྱེད་ཀྱི་ གནས་ཚུལ་བསྐྱུན་བཀོད་པ་དང་ གནས་ཚུལ་ཕྱིན་མི་འབྱུང་ཁབ་ས་ གཉིས་ཀྱི་ཁོང་ལཱ་དེ་ མཐུན་འབྲེལ་གྱི་གཞི་རྩ་ རོ་མ་ཅིག་ཡིན། གལ་སྲིད་ རྒྱུད་ཀྱིས་མི་དོག་ཞན་ ཅིག་ལཱ་ ཁོང་གི་དོ་རྟགས་དེ་ གསལ་བ་སྤྱི་བཞག་ནི་ཟེར་ ཁས་ལེན་འབད་ཡོད་པ་ཅིན་ དེ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ར་འབད་དགོ། ཐ་ན་ རྒྱུད་ ར་བཅོམ་ཁང་ནང་ རྒྱུད་ཉེ་གོ་ཐུག་རུང་ ཁོ་ཚོགས་ལས་དེ་འགལ་ནི་མི་འོང། དེ་འབད་མཇུག་ ཉེ་མ་ལས་ ཁོང་གི་དོ་རྟགས་ཚུ་ གསལ་ བཞག་ནི་ཟེར་སྐབ་མི་དགོ། བརྟེན་ཕྱིན་མི་ལཱ་ སྤྱི་གསལ་ལྟེང་གཏང་བཅུག་ནི་དང་ ཤི་རྒྱུན་འབྱུང་བཅུག་ནི་བ་ གནས་ཚུལ་ནང་ མིང་ རྒྱུ་མ་བཀོད་ནི་དང་ ཡིག་ཐོག་མ་བཀོད་པའི་ བརྟེན་ལག་ལེན་འབབ་ནི་དེ་དགོ།

རྒྱུད་ཀྱིས་སེམས་ཁར་བཞག་དགོ་པ་དེ་ རྒྱལ་ཁབ་ལཱ་ལཱ་ཅིག་ནང་ གནས་ཚུལ་བསྐྱུན་བཀོད་པ་དང་ ཚུ་མ་སྤྱི་གསལ་ཚུ་ གནས་ཚུལ་ཕྱིན་ མི་གི་ མིང་བཏོན་དགོ་པ་འབད་ སྤྱི་གསལ་ལྟེང་གཏང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། རྒྱལ་ཁབ་དེ་ཚུ་ནང་ བརྟེན་ལྟེང་འབྲེལ་བའི་བྱ་རན་དེ་ ཞི་ བའི་ཉེས་སྤྱོད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་ཡིན་པར་ རག་ཅན་གྱི་ཁོངས་སུ་བཅུ་འཛིན་གཏང་མ་ལས་ དོ་རྟགས་ཚུ་ མ་བཏོན་པ་ཅིན་ ཁྲིམས་ལཱ་ རྒྱུད་གསོད་ཀྱི་ཉེས་པ་བཀལ་ཏེ་ བཅོམ་ཁྲིམས་ཐོག་པ་ཡིན། རྒྱུད་ཀྱིས་ ཞིབ་དཔྱད་དེ་ འགོ་མ་བཅུམ་ལས་ གནས་ཚུལ་ཕྱིན་མི་དེ་ གི་དོ་རྟགས་ཚུ་ གསལ་བ་སྤྱི་ ག་དེ་སྤྱི་གསལ་ཚུ་ཚོད་ བཞག་ནི་ཡིན་ན་ཚུ་ ཐབས་ཤེས་བཅུམ་དགོ།

གནས་ཚུལ་ཕྱིན་མི་དམར་གསལ་འབད་ཡོད་མི་ དེ་ རིག་སྤྱོད་འབྱུང་སྤྱི་གསལ་གཅིག་ཡིན། ཁོ་ གིས་རལ་ལཱ་ཕྱིན་མི་ བརྟེན་མ་ཐུགས་སྤྱི་ བརྟེན་ དོན་ལེ་ག་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་མཇུག་ ཆམ་གས་ ཅོ་མ་ཅིག་ རལ་སྤྱབ་མི་དེ་ མོ་བཏབ་ཀྱི་དོན་ ལཱ་ཡིན། ཁོ་གི་དོ་རྟགས་དེ་ གསལ་བ་སྤྱི་ར་ བཞག་ནི་གི་རེ་འདོད་ཡིན་པས། དེ་འབད་མཇུག་ ཁོ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ མི་དོད་ཚུ་གིས་ ཁོ་ ག་ཡིན་ན་ ‘འཇམ་ཏིང་ཏྲེ་སྤྱི་ ཤེས་ཚུགས་པ་ ལས་ ཁོ་རྩ་མེད་བཏང་རུག། གནས་ཚུལ་ཕྱིན་

མི་ཅིག་གིས་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ ཕུམ་ཕྱིམ་སྤྱི་ ཕྱིན་ནི་མེན་པས། དེ་ལཱ་བརྟེན་ཏེ་ དམར་གསལ་ད་ འབད་དགོ་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཡང་མི་འོང། ཡང་ ན་ རྒྱུད་ར་གིས་ཉེན་ཁ་འབབ་སྤྱི་ རྒྱུད་རའི་དོ་ རྟགས་ གསལ་བཏོན་འབད་བ་ཅིན་ རྒྱུད་ལཱ་ ཉེས་པ་བཀལ་རུང་ རྒྱུད་ཀྱིས་གསལ་བ་ཤེས་ བཅུག་ནི་དེ་གིས་ཡིན་མ་ ཉིང་སངས་ས་སྤྱི་ ཏ་ གོ་ཚུགས།” — Sam Sole, Mail & Guardian, Johannesburg

ཁྱེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ནང་ མིང་གསལ་བ་སྟེ་ བཞག་མིའི་དོན་དག་གཙོ་བོར་ གནས་ཚུལ་ཕྱི་མི་དེ་གི་ ཉེན་སྲུང་གི་དོན་ལུ་
ཡིན། མིང་མེད་པའི་གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁྱེད་ཀྱི་ ལྷ་རྟོག་འབད་ནི་དེ་ ལཱ་ཁག་ཅིག་ཡིན། དེ་གིས་གནས་ཚུལ་བསྐྱ་བཀོད་
འབད་བའི་སྐབས་ རེས་རྟིག་མེན་པའི་གནས་ཚུལ་ཚུ་ལུ་ ལྷན་ཐབས་འབད་ནི་དང་ ལྷག་མི་ཚུ་ལུ་ཡང་ གནས་ཚུལ་དེ་ལུ་
ཡིད་ཆེས་ཉམས་བཟུག་ནིའི་ཉེན་ཁ་ཡོད། ཡིན་རུང་ དེ་ཚུ་གིས་ ལག་ལེན་དངོས་བསྟར་གྱི་ཉམས་སྲུང་དང་ གློ་བྲོས་ ནང་
འཁོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དང་ སྤྱབ་ཕྱེད་ཐེབས་ཕྱིན་ནིའི་གོ་སྐབས་ཡང་ཡོད། ཁྱེད་ཀྱི་མཐའ་ཐུག་གི་ཐག་བཅད་དེ་ ཁྱེད་རའི་
ལས་སྟེ་དང་ གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁྱེད་ཀྱི་ རེས་འཛུལ་སྟེན་ལུ་ གཞི་བཞག་སྟེ་ དམིགས་བསལ་གྱི་གནས་སྟངས་
ཐོག་ལུ་ གྲོས་ཐག་བཅད་དགོ། གནས་ཚུལ་ཕྱི་མི་དང་གཅིག་ཁར་ ཁོང་གི་དོན་གསལ་ཚུ་ གཏེ་སྟེ་ གསལ་སྟེན་འབད་ནི་
ཡིན་ན་གི་སྟེར་ལས་ མོས་མཐུན་འབྱུང་དགོ། དེ་ལས་ཁོང་གི་ཁ་གསལ་ཚུ་ ཁོང་ལུ་ཉེན་ཁ་མེད་པ་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ གསལ་
རེལ་རི་སྟེ་བཀོད་དགོ། དཔེར་ན་ ཉམས་ཚལ་ལྷན་ཁག་ནང་ལུ་ མཐའ་འཁོར་ཚན་རིག་པ་ གཅིག་ལས་ལྷག་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་
“ཚན་རིག་པ་” ཟེར་བྲིས་མི་དེ་བ་ “ནགས་ཚལ་ལྷན་ཁག་ནང་གི་ མཐའ་འཁོར་ཚན་རིག་པ་ཅིག་” ཟེར་འབྲི་བ་ཅིན་དག།

ཁྱེད་རའི་ཉེན་སྲུང་འབད་ནི།

བརྟེན་བརྟེན་ཚུ་ལུ་ སྤྱང་སྟོབ་ཀྱི་ཁྱིམ་ལུགས་ཚུ་ རྒྱལ་ཁབ་མ་འདྲམ་ནང་ མ་འདྲམ་སྟེ་འོད་ ཁྱིམ་འདུན་ལུ་ ཁས་ལེན་
སྤྱབ་ཕྱེད་ཚུ་ཡང་ དེ་བཟུམ་སྟེ་འོད་ ཁྱིམ་ལུགས་ཤེས་དགོཔ་དང་ ཁྱེད་རའི་ལཱ་གི་ཉེན་ཁ་ དེ་གི་སྤྱབ་འབྲས་ཚུ་གི་སྟེར་
ལས་ ཤེས་དགོཔ་འདི་ ཁྱེད་རའི་འགན་ཁུངས་ཡིན།

ཁྱེད་ར་དང་ ཁྱེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཕྱི་མི་གཉིས་ འཕུད་སའི་ས་གོ་ ཉེན་སྲུང་དང་ལྷན་རྟེན་གྱི་ གཏེ་ཨིན་ན་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་
གདམ་ཁ་རྒྱབ་དགོ། གཅིག་ཁར་འཕུད་ས་དེ་ སྟེར་གྱིས་གོ་དང་ མི་མངས་གོ་གཉིས་ལས་ གཏེ་དྲག་ག་? མི་མང་གི་སྐད་
དང་ འར་ཁུར་འཐབས་དང་ སྐྱ་སྐད་མེད་པའི་ ས་གོ་བྱུར་ཁ་དྲག་ག་? དེ་མ་ཆད་ ས་གོ་དེ་ གསལ་བའི་པར་ཆས་ཡོད་ས་
ཡིན་མ་མེན་མ་ཚུ་ དེ་ཕྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ། གལ་སྟེད་ གསལ་བའི་གནས་ཚུལ་དེ་ གཞན་གྱི་གོ་ནི་གི་ ཉེན་ཁ་འདུག་ཟེར་མནོ་
བ་ཅིན་ འར་ཁུར་གྱི་སྐད་སྟོན་ཡོད་སར་འཕུད་དགོ། འར་སྐད་དེ་ཚུ་གིས་ ཁྱེད་ཀྱི་སྟོན་དེ་ འཇམ་རྟེན་རྟེ་སྟེ་ གཞན་གྱི་གོ་མི་
ཚུ་གསལ་བའི་ཁར་ སྤྱབ་ཕྱེད་འབྲུལ་ཆས་ཀྱིས་ཡང་ གསལ་འོག་རྟེ་སྟེ་ བཟུང་མི་ཚུ་གསལ།

ཡིན་རུང་ ཡིག་ཐོག་དང་ ཀམ་མི་འུ་ཁར་ཐོག་ལུ་ ཡང་ཅིན་ སྤྱབ་ཕྱེད་འཁོར་ལོ་དང་ གློག་བརྟན་ཐོག་ལུ་བཟུང་སྟེ་ ཆེས་
གངས་ཚུ་བཀག་སྟེ་ ལུལ་ལས་འཛུལ་བའི་སྐབས་ འཇམ་རྟེན་རྟེ་སྟེ་ ཐོབ་ཚུ་གསལ་བཟོ་སྟེ་བཞག་དགོ། བརྟེན་ཕྱིན་མི་དེ་
གིས་ ཁོང་ལུ་ཡོད་ཟེར་སྤྱབ་པའི་བརྟེན་དོན་ཚུ་ རེས་བཤེན་ཡོད་མེད་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ དེ་ཕྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་ ཐོ་ཆོས་མེད་པ་སྟེ་
བཟོ་དགོ། དེ་མ་ཆད་ བརྟེན་ཕྱིན་མི་དེ་གིས་ མཐོང་མི་ཚུ་ འི་དཔུང་འབད་ནི་དང་ ཁོ་གི་དམིགས་དོན་ གཅི་ཅི་ཨིན་ན་ཤེས་
དགོ། ཁོང་གི་གཅི་སྤྱབ་མི་དེ་ ཁ་གསལ་སྟེ་ བཀོད་བཞག་དགོ། དེ་ཡང་ དཔེར་ན་ གློ་ཚུ་གི་གོ་དོན་རྒྱུ་མ་གཅིག་མིན་པར་
ཆོག་འབྱུང་རེ་རེ་བཞིན་དུ་བཞག་ནི་དང་ ཡང་ན་ ཁོང་གིས་ཉམས་བཟུབ་པ་ཅིན་ སྤྱབ་ཕྱེད་སྟེ་བཞག་ནི་ལ་མོགས་པ་ཚུ་ཡིན།
བརྟེན་ཕྱིན་མི་དང་གཅིག་ཁར་ འཕུད་རེ་འཕུད་ཆེ་ ཐོ་བཀོད་འབད་བཞག་དགོ། ཁོང་ལུ་དངུལ་སྟོང་དགོ་པའི་སྟེར་ལས་དང་
དངུལ་སྟོང་ཡོད་པའི་འབྱུར་འཛིན་ཚུ་ གནས་ཚུལ་གྱི་འགྲོ་སྤོང་དང་ མཉམ་སྤྱད་སྟེ་བཞག་དགོ།

བརྟེན་ཕྱིན་མི་དང་གཅིག་ཁར་ འབྲེལ་བ་ཚུ་ དངས་གསལ་དང་ གཤམ་སྟེ་མེད་པ་སྟེ་བཞག་དགོ། ཁོང་ཆ་ལྷབ་ལུ་ དོན་
དག་གཏེ་གཅི་ཐད་ལས་ཡིན་རུང་ དུས་ནམ་ཡང་ ཤོབ་དང་མགུ་སྟོར་ རྒྱབ་ནི་མི་འོད་ ཁྱེད་ར་གིས་ འབད་མ་ཚུ་གསལ་བའི་
ཁས་ལེན་ འབད་ནི་མེད་འོད་ ཡང་ན་ འབྱུང་མི་སྤྱིད་པའི་བྱ་རེམ་ཚུ་ འབྱུང་འོང་ཟེར་ སྤྱབ་ནི་མི་འོད་ རོ་རྒྱུད་ལུ་ཆགས་
ཞེན་བསྐྱེད་དེ་ ཁོང་གི་སྟེར་གྱི་དཀའ་ངལ་ནང་འཇུག་ཏེ་ གཞུང་འབྲེལ་གྱི་འབྲེལ་བ་བཞག་ནི་ལུ་ གཞོད་བཟུག་ནི་མི་འོད།

ཁྱེད་ཀྱིས་ལེན་མི་བརྟེན་དོན་ཚུ་གེར་ རེས་བཤེན་ཡིན་མ་བཟོ་ནི་ལུ་བཙོན་དགོ། དེ་འབད་ལཱ་ལས་ ཁོང་གིས་ཕྱིན་མི་བརྟེན་དོན་
ཚུ་ ཁྱེད་ལུ་གནད་འགག་ཅན་ཅིག་ཡིན་རུང་ དེ་ཚུ་ལྷང་རིག་ཅན་དང་ དོགས་གཙོ་དེ་གྱི་ཐོག་ལས་ རོས་ལེན་འབད་དགོ། ཁ་

གསལ་ཚུ་བདེན་དུང་འབད་དེ་ ཁོང་གི་སྤྱི་བཞག་ནི་གི་ ཅིས་རྒྱལ་མི་བདེན་ཚུ་ལུ་ དོགས་པ་ཆགས་དགོ། ཅི་ལཱ་དགས་ ཚུ་བཀོད་དགོ། ཁོང་དང་གཅིག་ཁར་ འབྲེལ་བ་འཐབ་པའི་སྐབས་ ཉང་སྤྱོད་མར་ བཀག་རྒྱ་བཞག་ནི་དང་ ལྷན་པས་མ་བདེམ་ ཚུ་འཐོན་པའི་སྐབས་ གདོང་ལེན་འབད་ཆོག་ཆོག་སྤྱོད་དགོ། ལྷན་པས་མ་བདེམ་ ག་ཅི་འཐོན་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཚུ་འབྲི་དགོ། སྤྱོན་ རྩ་ལས་མེད་པའི་ དཔང་པོ་ཅིག་ འོང་མི་སྤྱི། དེ་མ་ཚད་ རྩལ་ལས་ རྒྱུད་ཀྱིས་ཉེ་མ་ལས་ འཕྱད་མ་སྤྱོད་པའི་ མི་ངོམ་གྱི་བདེ་ དོན་ལུ་བཟུ་སྟེ་ ཉལ་ས་ནིའི་རེ་ཡང་མ་བསྐྱེད། རྒྱུད་ཀྱིས་ བདེན་ཚུ་བྱིན་མི་དེ་གི་ ཉེན་སྲུང་འབད་ནི་ཟེར་བའི་ཁས་ལེན་མ་གཏོགས་ རྒྱུད་ཀྱི་ཚུ་མེས་དང་ རྒྱུང་མཐོང་ནང་ རྒྱུད་དགོ་པའི་ནང་དོན་ཚུ་གི་ཐད་ལུ་ ཁོ་གིས་བརྟུབ་མི་བརྟུབ་སྐྱབ་ནི་མེད་པ་བཟོ་དགོ།

ཉེན་སྲུང་གི་དོན་ལུ་ གན་རྒྱ་གྲུ་ མཚན་རྟགས་བཀོད་པ།

ཁྱོད་ར་དང་ དཔང་པོ་གཉིས་ཆ་ར་ལུ་ ཉེན་སྲུང་གི་ཐབས་ལམ་ ཁག་ཆེ་ཤོས་གཅིག་པོ་དེ་ ཁྱིམ་སྐྱོན་གྱི་གན་རྒྱ་གྲུ་ དཔང་པོ་ དང་བཅས་ མཚན་རྟགས་བཀོད་ནི་དེ་ཡིན། དེ་བཟུམ་མའི་ གན་ཡིག་ཤོག་ལེབ་རེ་རེ་གྲུ་ ཁྱིམ་སྐྱོད་པའི་གདོང་ཁར་ རྟགས་ བཀོད་བཀོད་པ་དེ་ རྒྱལ་ཁབ་མང་ཤོས་ཀྱི་ ཁྱིམ་སྐྱོད་ཚུ་ནང་ ངོས་ལེན་འབད་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཁྱིམ་སྐྱོན་གྱི་ ཁེ་ཕན་ ཡང་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ རྒྱུད་ཀྱི་དཔང་པོ་དེ་གིས་ གལ་སྤྱིད་ དགོས་མཁོ་བྱུང་པ་ཅིན་ ཁྱིམ་སྐྱོད་ཚུ་ནང་འབད་ཅེ་ཅེ་ཏེ་ སྐྱབ་བྱེད་ཚུ་ གསལ་སྤྱོན་འབད་ནི་ཡིན་པའི་ ཁས་ལེན་འབད་བའི་བདེན་མཚན་ཡིན། གན་ཡིག་དེ་ གློ་གཏང་ཚུགས་པའི་ ཁྱིམ་སྐྱོད་ཅིག་ལུ་ ཉེན་སྲུང་དང་ལྷན་པས་ བཞག་བཟུག་དགོ། གལ་སྤྱིད་ རྒྱུད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དེ་ལུ་ ཁྱིམ་སྐྱོན་གྱི་ལས་ དོ་འབྱུན་འབད་མི་འཐོན་པ་ ཅིན་ གན་རྒྱ་དེ་གིས་ གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་ མི་ངོམ་དེ་ལུ་ ཁྱིམ་སྐྱོད་ཀྱི་ཉེན་སྲུང་བྱིན་པ་ཅིན་ ཁྱིམ་སྐྱོད་ལུ་བཅར་ཏེ་ ཁོ་རའི་ ངོ་རྟགས་ གསལ་སྤྱོན་འབད་ནི་ཡིན་ཟེར་བའི་ གོ་བདེན་སྤྱོད་འོང། དེ་མ་ཚད་ གལ་སྤྱིད་ གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་དེ་གིས་ རྩལ་ལས་སྤྱོ་ ལྷན་ཏེ་ གནས་ཚུལ་ཕྱིར་བཏོན་འབད་རུང་ གན་རྒྱ་དེ་གིས་ རྒྱུད་ར་ལུ་ཕན་ཐོགས་འོང།

གན་རྒྱ་དེ་གིས་ རྒྱུད་ར་ལུ་ ཕན་ཐོགས་ཡོད་མེད་བསམ་ཞིབ་འབད་དགོ། གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་དེ་ ཁྱིམ་སྐྱོད་ཀྱི་ཡི་གུ་བཟོ་མི་ ལུ་ འཆེར་སྤང་བསྐྱེད་འོང། དེ་འབད་མ་ལས་ཁོང་གིས་རྒྱུད་ལུ་སྤོ་གཏང་ཚུགས་པ་ འཕྲོ་ཞེན་མ་ལས་ གན་ཡིག་བཟོ་ནིའི་སྤྱོད་ལས་ བསྐྱེད་གོས་འབད་དགོ། ཡང་ན་ ཐོ་བཀོད་འབད་ནི་དང་ སྤྱོ་བཟུང་བཞག་ནི་ལ་སོགས་པའི་ ཐབས་ཤེས་གཞན་གྱི་ཐོག་ལས་ ཉེན་ སྲུང་འབད་དགོ།



འཛིགས་སྒྲུབ་དང་ འདྲིལ་འཛིགས་ལུ་ གཤོང་ལེན།

གཤམ་སྤྱིད་ རྒྱུད་ལུ་ཉེས་འཛུགས་འབམད་མི་དེ་ དབང་ཚད་ཅན་དང་ ཉེན་ཁ་ཅན་གྱི་ མི་ངོམ་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་ ཁོ་དང་དངོས་སུ་
སྤྱི་ རོའམཐུད་འབད་ནི་མེན་པར་ དྲི་བ་ཚུ་ ཁོ་གི་ཡིག་ཚང་ནང་ སྒྲུབ་གཏང་པ་ཅིན་ ལེགས་ཤོམ་ཡིན། དེ་གིས་ རྒྱུད་ར་ ཁོང་གི་
ས་མཚན་མས་ནང་ འཛུལ་མ་དགོ་པར་ ཁོང་གི་ཚར་གས་དང་ རྒྱབ་ཐག་ཚུ་གིས་ རྒྱུད་ར་ངོ་ཤེས་ནི་ལས་བཀག་ཚུ་གས། དེ་བཟུམ་
མའི་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་ལས་ མི་ངོམ་འཕུད་དེ་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་འབད་དོ་བཟུམ་མའི་ གནས་ཚུལ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་ ཐོབ་མ་ཚུ་གས་
རུང་ རྒྱུད་ར་གནས་ཚུལ་འབྲི་ནི་དོན་ལུ་ གསེན་པོ་སྤྱི་དོན་གི་ གོ་སྐབས་ཐོབ་ཚུ་གས།

རྒྱུད་ར་འཛིགས་སྒྲུབ་དང་ ལས་ཚོགས་ཀྱིས་ རྒྱུད་ར་ལུ་ ཉེན་སྲུང་ག་དམ་ཅིག་འབད་མ་ཡིན་ན་ཤེས་དགོ། གཤམ་སྤྱིད་ རྒྱུད་ར་རང་
དབང་ཅན་གྱི་ བན་བརྒྱུད་པ་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་ རྒྱུད་ར་འཛིགས་སྒྲུབ་ རྒྱབ་རྟེན་ས་ཅིག་ གྲ་སྒྲིག་འབད་དགོ།

དབང་ཚད་ཅན་གྱི་ མི་ངོམ་དང་ གཞུག་སྤྱི་ཅིག་ལུ་ ཚབས་ཚེན་གྱི་ཚུད་རྟེན་གྲོལ་ལས་ དྲི་བ་གོ་དེ་འབད་བ་ཅིན་ དེ་གིས་ དེ་ལུ་
གནས་ཚུལ་དེ་ མཚན་མས་འཛིག་འབད་དེ་གོ་པ་སྤྱི་བཟུམ་ ཚུ་མ་སྒྲིག་པ་དེ་གིས་ཡང་ མཚན་མས་འཛིག་འབད་བཞག་འོང། ཡིན་རུང་
རྒྱུད་ར་འཛིགས་འཛུགས་ཀྱི་སྒྲུབ་ཐེད་ཚུ་ སྤྱི་དང་སྤྱི་དང་ཡོད་པ་ཅིན་ རྒྱུད་ར་འཛིགས་སྒྲུག་པ་ལུ་ མི་ངོམ་དེ་གིས་ ཁོ་ར་གིས་ སྤྱབ་དོ་བཟུམ་
སྤྱི་ ལ་ཉེས་ཀྱི་ཉེས་འཛུགས་ མི་སྒྲུབ་ཟེར་སྤྱབ་སྤྱི་ གནས་ཚུལ་དེ་ དཔར་སྒྱུན་འབད་ནི་གི་ སྤྱི་སྤྱི་བས་བསྐྱེད་བཟུག་དགོ། རྒྱ་
མཚན་གཙོ་བོ་གཅིག་འདི་ ཁྱིམ་ས་ཁང་གི་ཚུད་རྟེན་གྲོལ་ལས་ དམིགས་བསལ་ཐོབ་དབང་ཡོད་མི་ དོན་ཚན་ཚུ་རྒྱང་མ་གཅིག་ གཙོ་
བོར་བཏོན་ཏེ་ བཞག་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ཁོང་གིས་སྤྱི་བཞག་ནི་དེ་ ཚུ་རྒྱབ་མི་སྒྲུབ་ཐེད་ཚུ་ དཔར་སྒྱུན་འབད་བཟུག་ཡིན། གཤམ་
སྤྱིད་ རྒྱུད་ར་འཛིགས་སྒྲུག་སྤྱི་མི་དང་ ཉེས་འཛུགས་འབད་མི་ དེ་ལས་གཞན་ འཛིགས་སྒྲུབ་འབད་མི་ མི་ངོམ་ཚུ་དང་འབྲེལ་
བའི་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་བ་ཅིན་ “བན་བརྒྱུད་ཉེན་སྲུང་ཚོགས་རྒྱུང་” (Committee to Protect Journalists) དང་
ཡང་ན་ “ས་མཚན་མས་མེད་པའི་གནས་ཚུལ་བསྐྱོད་པ་” (Reporters Without Borders) ཟེར་མི་དེ་ཚོགས་པ་ཚུ་
ལས་ རྒྱབ་སྐྱོར་ལེན་དགོ།

བན་དོན་ཁ་སྐོང་ཚུ་ ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སྤྱོད་: <https://www.cpj.org/about/ཡང་ན་https://rsf.org/en> ཐོག་ལས་ཐོབ་
ཚུ་གས།

ཉེན་ཁ་ནང་ཡོད་པའི་ བན་བརྒྱུད་པ་ཚུ་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་སྐོར་ལས་ སྤྱི་ར་བཏང་བསམ་འཆར་ཚུ་ ཡོངས་འབྲེལ་ཁ་བྱང་: <http://gijn.org/2014/07/14/new-resource-guide-emergency-assistance/> ཐོག་ལས་ཐོབ་ཚུ་གས།

ངོས་འཛིན་འབད་ཡོད་པའི་ གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁུངས་ཚུ་ དཔྱད་ཐུག་འབད་དེ་ ག་ཏེ་འཕུད་ནི་ཡིན་ན་ གཏན་འཁེལ་བཟོ་ནི་ནས་
ལས་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་ ངོམ་འབད་ནི་དུས་ཚོད་ཡིན། རྒྱལ་མའི་ལེའུ་ནང་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་གྱི་དོན་ལུ་ དྲི་བ་གོ་དེ་འཆར་གཞི་བཟོ་
ཐངས་དང་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་སྐབས་ཀྱི་སྤྱོད་ལས་ དེ་ལས་ མཐར་འཁྱེལ་ཅན་གྱི་ རྒྱབ་འབྲས་འབྱུང་ཐབས་ལུ་ བྱ་རིམ་གཤམ་ཅན་
ཚུ་ རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྤྱི་ གྲོས་བསྐྱེད་འབད་ནི་ཡིན།



ཡེ་ལྷ་ ཡ པ་

འོས་འབབ་ལྡན་པའི་དྲི་བ་ བཀོད་ནི།

བད་བརྒྱུད་རིང་ལུགས་ནང་ དྲི་བ་འབད་ནི་འདི་ ཡན་ལག་གཙོ་བོ་ཅིག་ཡིན། དེ་འབདམ་
ད་ ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་གྱི་སྐབས་ ག་སྤྲིག་མང་སུ་འབད་དགོས་དང་ ཞིབ་འཛུལ་དང་
གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁུངས་སྐྱར་ལས་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ ཏ་གོ་ཞིན་མ་ལས་ འདི་དང་འབྲེལ་
བའི་ དྲི་བ་ཚུ་བཀོད་དགོ། ཞིབ་བརྟག་བད་བརྒྱུད་རིང་ལུགས་འདི་ ངན་པ་བཏོན་དགོས་
ཅིག་དང་ ཚུད་རྟེན་ཅན་ དེ་ལས་ མིང་གཏམ་ལུ་གཞི་དཔ་ཡོད་པའི་ རང་བཞིན་ཅན་ཅིག་
ཡིན། དེ་འབདམ་ལས་ དྲི་བ་བཀོད་ཐངས་ཀྱི་རིག་ཅུལ་ཚུ་ སུལ་ཕྱིན་ཐོག་ལས་ དྲི་བ་ག་
ཅིག་བཟུམ་ བཀོད་ནི་ཡིན་ན་ ག་དེ་སྟེ་ བཀོད་ནི་ཡིན་ན་དང་ རིམ་པ་ག་དེ་སྟེ་ བསྐྲིག་
ནི་ཡིན་ན་ཚུ་ ག་སྤྲིག་འབད་དགོ། དྲི་བ་བཀོད་པའི་སྐབས་ ཀུན་སྦྱོང་ནམ་གཞག་ཚུ་ཡང་
སེམས་ཁར་བཞག་དགོས་གཤམ་ཆེ།

དྲི་བ་གི་དོན་ལུ་ གྲུ་སྒྲིག་འབད་ཐངས།

བརྩོན་འགྲུས་ལེན་གཞན་བཟུམ་སྟེ་ དྲི་བ་གོང་ནི་དེ་ཡང་ རྩོགས་གཉིས་ཚང་དགོ་པའི་ བྱ་རིམ་ཅིག་ཡིན། རྩོད་ལུ་ དགོ་མི་འདི་ འཐོབ་ནི་དོན་ལུ་ རྩོད་ར་དང་ དྲི་བ་གོང་སའི་ཡུལ་གཉིས་ཆར་ལུ་ རག་ལས་པ་ཡིན། དྲི་བ་རབ་འདི་ ར་བཅས་ར་ སྤྱིར་བཏང་སྒོ་སྒྲུབ་དོ་བཟུམ་མའི་ ཆོར་བ་འབྱུང་མ་ཡིན། དེ་འབད་མ་རྩོད་ར་དགོ་མི་འདི་ འཐོབ་ནི་འདི་ཐབས་ ལམ་གྱི་ ཡན་ལག་ཅིག་ཡིན།

དྲི་བ་མ་གོང་པའི་རྟེ་མ་རང་ རྩོད་རའི་དོན་ཆཅན་འདི་ ཞིབ་འཆོལ་མཐེལ་བྱིན་སྟེ་ འབད་དགོ་པ་དང་ དྲི་བ་གོང་སའི་ མི་ངོམ་འདི་དང་ དོན་ཆཅན་འདི་གི་འབྲེལ་བ་ཚུ་ དཔྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ། འདི་གི་གྲངས་སུ་ རྩོད་རའི་དོན་ཆཅན་འདི་གི་རྒྱབ་ ཁུངས་དང་ ལོ་རྒྱུས་ཚུ་གི་སྒྲིབ་ལས་ བྲིས་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆ་དང་ བྲིས་ཚུ་ཡང་ཚུད་པ་ཡིན། འདི་གིས་རྩོད་རའི་དྲི་ བ་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ གོ་དོ་སྒྲིག་འབད་ནི་ལུ་ སུན་ཐོགས་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ཁ་གསལ་ཚུ་འཐོབ་ནི་ལུ་ ལམ་སྟོན་འབད་ རོང་། མི་ངོམ་མ་འབྲམ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁུངས་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་འབད་ནི་དེ་ འཆར་གཞི་བཟུམ་དགོ། འདི་མེན་པ་ཅིན་ མི་ དག་པ་ཅིག་དང་ གནས་སྤངས་ངོམ་བྱུངས་ལས་ ཐག་རིང་སར་སྤྱོད་མི་ འབྱུང་ཁུངས་ བརྟན་དགོ་པ་བྱུང་སྟེ་ ཉེན་ ཁ་ཡོད། དཔེར་ན་ སོ་ནམ་ཞིང་ལཱ་འབད་མི་དང་ བཟོ་གྲུ་ཁང་ནང་ལཱ་འབད་མི་ དེ་ལས་གཞན་ སྤྱང་སྤྱུལ་གྱི་ལཱ་འབད་ མི་ཚུ་ལུ་ རྒྱུ་འབྲས་མ་སྤྱོད་པར་ བརྟན་བཏང་ཡོད་པའི་ ས་ཁོངས་ཚུ་ནང་འགྲོ་བཟུམ་ད་རྒྱངས་གཅིག་ རོ་བདག་ཚུ་ གིས་ ལཱ་འབད་མི་ཚུ་ ཡིག་སྤྱོད་འབད་དོ་ཡོད་པའི་སྒྲིབ་ལས་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཤེས་ཚུགས། འདི་བཟུམ་མའི་བརྩོན་ ཚུ་ ཁོམ་ཆོགས་སྟེམ་ནང་ཡོད་པའི་ གཞུང་མིན་ལས་ཆོགས་གྱི་ ལས་བྱེད་པ་ཚུ་ལས་ འཐོབ་ཚུགས་པར་ལཱ་ཁག་འོང། རྩོད་ར་གིས་ མིག་མཐོང་ལག་བཟུང་གི་ཉམས་ཚུང་དང་ སྤྱིད་བྱུས་ཡིག་ཆ་ དེ་ལས་ ཁས་བླངས་གསལ་བསྒྲགས་ཚུ་དང་ མ་དདུལ་ཚུ་ ག་བསྐྱར་འབད་དེ་བཟུ་དགོ། འདི་གི་གྲུབ་འབྲས་ཚུ་ གནས་སྤངས་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་ ས་ཁོངས་ཚུ་དང་ འདས་པའི་དུས་ཚོད་ཚུ་ནང་ འདི་བཟུམ་མའི་གནས་སྤངས་ བྱུང་ཡོད་མི་ཚུ་དང་ ག་བསྐྱར་རྒྱབ་སྟེ་བཟུ་དགོ། གྲུ་སྒྲིག་ འབད་མི་འདི་གིས་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དྲི་བ་ཚུ་ འདི་ཚུ་གསལ་ནི་དང་ རྩོད་ར་ལུ་དགོ་པའི་ བརྩོན་ཚུ་འཐོབ་ཚུགས།

མི་ཚུ་ སྒོ་སྒྲུབ་བཟུག་ནི།

ཞིབ་འཆོལ་གྱི་དགོས་མཁོ་དང་བསྟུན་ མི་ཚུ་ཡོད་སར་ དོན་རྒྱུ་བཟུགས་སྟེ་ འཕུད་པར་འགྲོ་ནི་ (འདི་ནི་གྲས་ཞབས་ དང་མ་ཐུན་པའི་རྩམ་འགྲུར་སྟེ་བཟོ་རོང་།) ཡང་ན་ སྤྱིར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་བཟུང་ནི་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ བརྒྱུད་འཕྲིན་ཐོག་ལས་ ཁ་ སྒྲུབ་དགོ། གལ་སྲིད་ རྩོད་གྱིས་གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་མི་ངོམ་དང་ སྒོ་སྒྲུབ་ནི་དེ་གོ་སྒྲུབ་མ་བྱིན་པར་ ཡོག་ཅི་ ཡོག་ཅི་རང་ བཀག་རྒྱབ་སྟེ་བཞག་པ་ཅིན་ ཐབས་ཤེས་སོ་སོ་ཅིག་གི་སྒོ་ལས་ རྩོད་ར་དེ་གིས་གཏང་བསྐྱེད་སའི་ ཡིག་ ཆང་གི་ཉེ་འདབས་ལས་ཕར་ བཤུལ་བར་འགྲོ་ནི་དང་ བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་འཁྲིལ་པའི་ ལས་རིམ་ཚུ་ནང་ བཅའ་མར་ གཏོགས་དགོ། ཡིན་རུང་ ཐབས་ཤེས་འདི་གིས་ གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁུངས་བཟུང་མི་ མི་ངོམ་འདི་ ལག་པ་ལས་ཤོར་ནི་ ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ལས་ ཁོང་ཆ་བཟུལ་ གསལ་བཅོམ་འབད་དོ་བཟུམ་མའི་སྤྱོད་ལམ་ཚུ་ སྟོན་ནི་མི་འོང། རྩོད་ར་ ག་ཡིན་ ན་ རོ་སྤྱོད་འབད་བའི་ཐོག་ལས་ ཁོང་དང་གཅིག་ཁུངས་ སྒོ་སྒྲུབ་ནི་གི་ སྒྲོ་བ་ཡོད་ལུགས་ ཤེས་བཟུག་དགོ། གལ་སྲིད་ འབྱུང་ཁུངས་བཟུང་མི་ མི་ངོམ་འདི་གིས་ རྩོད་ལུ་དོགས་པ་ཟ་དོ་བཟུམ་མའི་ སྤྱང་བཤར་བ་ཅིན་ མི་ངོམ་འདི་དང་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ སྤྱལ་དབང་ཅན་གྱི་ མི་ངོ་ཅིག་དགོ་པ་ཡིན། ཆོང་སྟེ་དང་ ལས་ཆོགས་ ཡང་ན་ གཞུང་གི་ལས་སྟེ་ ཚུ་དང་གཅིག་ཁུངས་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་འབད་ནི་དོན་ལུ་ གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ལས་ བརྩོན་ལྷན་ཆང་བརྒྱུད་དེ་ གི་ལུ་ བ་ཚུ་ ལཱ་དགོ་པ་འོང། གྲས་ཞབས་སྤྱོད་བཟུང་གི་ཐོག་ལས་འབད་ནི་འདི་གིས་ཕན་ཐོགས་སྟེམ་འོང།

གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁུངས་ལུ་ བརྒྱད་འཕྲིན་མ་གཏང་པའི་རྟེ་མ་དང་ འཕྱད་པར་མ་འགྱུ་བའི་རྟེ་མ་ལས་ གནད་དོན་གཙོ་བོ་ཅན་ཚུ་
བཙུགས་ཏེ་ རོ་སྤྲོད་ཀྱི་གསལ་བཤད་ཅིག་ སྤང་བ་འབད་བ་ཅིན་ ཡན་ཐོགས་འོང་། འདི་གི་སྐབས་ལུ་ གནད་དོན་ག་ཅི་གི་ཐོག་
ལས་ ཁྱེད་ར་བད་བརྒྱད་པ་ཅིག་ཨིན་མ་སྟེ་ གསལ་སྟོན་འབད་ནི་ཨིན་ན་ མཉོ་བསམ་གཏང་དགོ། གནས་སྤངས་ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་
ནང་ ཁྱེད་རའི་ལཱ་འགན་འདི་ གསལ་བཞག་སྟེ་ ལཱ་འགན་གཞན་ཅིག་ཨིན་མ་སྟེ་ སྟོན་ནི་ཨིན་ན་ (དཔེར་ན་ ཚོང་འབྲེལ་རྒྱ་ཆུང་
ཨིན་མ་བཟོ་ནི)? འདི་གི་དོན་ལུ་ ཡིད་ཆེས་འདྲོང་ཚུགས་པའི་གནས་སྤངས་ ག་དེ་སྟེ་ བཟོ་ནི་ཨིན་ན་ཚུ་ མཉོ་བསམ་གཏང་དགོ།

ལུགས་ཡངས་ཞལ་འཛོམས་འདི་གི་ཐོག་ལས་ མ་འོངས་པའི་ནང་ཡང་ འོག་ཅི་འོག་ཅི་ འཕྱད་ཚུགས་པའི་གོ་སྐབས་ བཟོ་ནི་འི་
འཆར་གཞི་བཟུམ་དགོ། གྲོས་བསྟར་འབད་ནི་འི་འཆར་གཞི་དང་ ཐོ་ཡིག་ཚུ་ བཅའ་སྤྲིན་གྱི་ཁྱབ་དགོ། མི་འདི་གི་སྤྱོད་ ག་ཅི་ཨིན་ན་
? ཁོ་ར་ལཱ་འབད་མའི་ས་ཁོངས་ནང་ གནད་དོན་འདི་ གྲོས་བསྟར་འབད་ནི་འི་དོན་ལུ་ ག་དེ་སྟེ་ ལུ་ཚུགས་ཁྱབ་ནི་ཨིན་ན་? ཁྱེད་
ཀྱིས་ གཡོགས་གོང་མེད་ཅིག་དང་ ཚོང་པ་ཅིག་ལུ་ སྒྲོ་སྐབ་པའི་སྐབས་ སྤྲོད་ལམ་སོ་སོ་སྟོན་འོང་ག་? ག་དེ་སྟེ་? ཉེན་བསྐྱར་སྤྱང་
སྤུལ་གྱི་ལཱ་འབད་མི་ མི་རིམ་ཚུ་གི་སྒྲོ་རིག་ལུ་ མཐོང་རྒྱུ་བསྐྱེད་ནི་མི་འོང་། དེ་མཆད་ ཁྱེད་ར་ལུ་ རེས་ཏིག་དགོ་པའི་དུས་ཚོད་ཚུ་
གསལ་ལཱ་རིམ་བཞོན་དེ་ དོན་དང་མཐུན་མ་སྟེ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་ - དཔེར་ན་ གཞུང་གི་སྟོན་པོ་ཅིག་དོན་ལུ་ ཅུས་ལུན་སྐར་མ་
༡༥ འདི་ རིང་ཁྲགས་འོང་། དེ་འབད་མང་ད་ མེས་མ་ནད་ཡོད་པའི་ མི་རིམ་ཅིག་ལུ་ཨིན་པ་ཅིན་ སྒྲོ་རིམ་འགོ་བཙུགས་ཚུགས་
ཚུགས་ལུ་ ཉེན་མ་ཐིལ་བུམ་སྟེ་ཡང་འགོར་ནི་འོང་།

གལ་སྲིད་ གནས་ཚུལ་ཕྱིན་མི་གིས་ དྲི་བ་ཚུ་ རྟེ་མ་ལས་ དགོ་ཟེར་སྐབ་པའི་སྐབས་ ཁྱེད་ཀྱིས་ཕྱིན་ནི་འདི་དང་འདྲོད་མེད་རུང་ཕྱིན་
དགོ་པ་འཐོན་འོང་། དེ་འབད་མང་ད་ བྱ་རིམ་འདི་ ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་ ཁྱེད་ཀྱིས་དོན་ཚན་གྱི་ ཁྱབ་ཁུངས་བཙུང་བསྐྱེས་
ཙམ་ཅིག་ གཏང་ནི་འི་རྩིས་ཀྱི་ཁྱབ་དགོ།

དྲི་བ་སྤྱོད་ཁུངས་སྤྲོད་ནི་དེ་གིས་ མཁས་མཆོག་ཚུ་ལུ་ ཁྱེད་རིག་གི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ བསྟུ་སྤྲིན་འབད་ནི་ལུ་ ཅུས་ཚོད་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ཡོད་ན་
མ་གཏོགས་ དེ་མིན་དྲི་བ་དྲིས་ལན་འབད་བའི་སྐབས་ ལན་བཅོས་མ་དང་ རྒྱ་མ་ཚུ་སྐབ་འོང་། གལ་སྲིད་ ཁྱེད་ཀྱིས་དྲི་བ་ཚུ་ རྟེ་
མ་ལས་ གཏང་ར་གཏང་དགོ་པ་ཅིན་ ལྷན་ཐབས་ཀྱི་དྲི་བ་ཚུ་ བཏོན་ཆོག་པའི་ཐོབ་དབང་བཏོན་དགོ།

འཕྲལ་འཕྲལ་སྟེ་ མི་ཚུ་གིས་ ཁྱེད་དང་མ་འཕྱད་པར་ བསམ་བཤད་ཚུ་ཕྱིན་འོང་། འདི་བཟུམ་མའི་གནས་སྤངས་ཚུ་ལུ་ ག་དེ་སྟེ་
རོས་ལེན་འབད་ནི་ཨིན་གི་སྒྲོར་ལས་ ཁྱེད་རའི་ཚོམ་སྤྲིན་ཁྱབ་དང་གཅིག་ཁར་ གྲོས་བསྟར་འབད་དགོ། ཁྱབ་སྟོན་འབད་ཡོད་པའི་
སྤྲིན་ག་བཏོན་འདི་ དཔེར་ན་ “ང་བཅས་ཀྱིས་ བཏོན་པའི་དྲི་བ་ཚུ་ལུ་ རོས་ལེན་མེད་པར་ འོག་གི་བསམ་བཏོན་ཚུ་འབྱོར་ཡོད་”
ཟེར་ བསམ་བཏོན་ཆ་ཆར་བཙུགས་དགོ།

གནས་ཚུལ་ཕྱིན་མི་འདི་གིས་ ཁྱེད་དང་སྒྲོ་སྐབ་མི་འདི་དང་ འདྲོད་ཡོད་པ་ཅིན་ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་ས་གོ་ཅིག་ གནམ་ཁ་རྒྱབ་དགོ།
ཁོང་རའི་ཁྱིམ་དང་ ཡང་ན་ ཡིག་ཆ་ཅན་ཨིན་པ་ཅིན་ ཁོང་ལུ་སྒྲོ་སྐབས་བསྐྱེད་ནི་འི་ ཁེ་ཕན་རྒྱུ་ཀྱི་ཅིག་འཐོབ། ཁྱེད་རའི་ཡིག་
ཆ་ཅན་འཕོ་པ་ཅིན་ ཁྱེད་ལུ་སྒྲོ་སྐབས་བསྐྱེད་ནི་འི་ཁེ་ཕན་ཡོད་རུང་ མི་རིམ་འདི་ལུ་ ཉེན་སྲུང་མེད་པའི་ ཚོར་སྤང་བསྐྱེད་སྤྲོད། དྲི་
བ་འདི་གི་ དོན་ཚན་གྱི་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་མང་ད་ མི་མང་འཛོམས་ས་དང་ གསལ་བའི་ས་གོ་གཉིས་ལས་ ག་དེ་ཁེ་ཕན་ཆེ་བས་
ག་བཟུ་དགོ། ཚོར་ཉམས་ག་བཟུམ་ཅིག་ དགོ་ནི་ཨིན་ན་དང་ མཐའ་འཁོར་གྱི་འཕྲུལ་ཀྱིས་ སྤྱོད་བཟུང་ནི་ལུ་ བར་ཆད་འབྱུང་ནི་
ཨིན་མ་མེན་མ་ཚུ་བཟུ་དགོ།

ལུགས་མཐུན་གྱི་དྲི་བ་ཨིན་པ་ཅིན་ བརྒྱད་འཕྲིན་དང་ སྤྲིན་འཕྲིན་གྱི་ཐོག་ལས་ དུན་གསོ་འབད་དེ་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་འདི་
གིས་ བྱལ་ལས་ དཔུང་རིས་མིན་འདུག་ཟེར་ ཉན་བཏགས་ལུ་ཕྱད་ནི་འི་ གོ་སྐབས་མེད་པ་བཟོ་དགོ། སྤྱོད་བཟུང་ཆེན་ཚུ་ལས་ ལན་
གསལ་ལུ་ བསྐྱུག་སྤྲོད་ནི་མི་འོང་། ལན་གསལ་ལུ་ཕྱི་དོན་ལུ་ ཅུས་ཚོད་རན་ཏོག་ཏོ་ཅིག་ཕྱིན་ཞིན་ན་ དོ་རུང་ བརྒྱད་འཕྲིན་གཏང་
དགོ། ལུ་ཚུགས་ཁྱབ་དགོ་ དེ་འབད་མང་ད་ མེས་མ་བསུན་ལག་ཁ་བཟོ་ནི་མི་འོང་།

དྲི་བ་ཚུ་ ཉེ་མ་ལས་བརྩམ་དགོས།

ཁྱེད་ཀྱིས་དྲི་བ་གི་དོན་ལུ་ གྲུ་སྒྲིག་འབད་བའི་སྐབས་ དྲི་བཏོད་ལས་ཤིས་འདི་ ཁྱེད་ར་གིས་ རེ་བ་བསྐྱེད་དོ་བཟུམ་ཅིག་རང་
མཐར་འཁྱུལ་ཅན་ཅིག་ འབྲེམ་མཚུགས་རུང་ དགོས་མཁོ་དང་བསྟུན་ བརྩམ་དོན་ལུ་ཅིག་ ལག་ལེན་འཐབ་བརྟབ་སྟེ་ བཟོ་དགོས་
དེ་ཡང་།

1. གྲུ་བས་སྦྱང། (མི་དང་འབྲེལ་བ་བཟོ་ནི་དང་ ཡན་ཚུན་མཐུན་འབྲེལ་)
2. གཞི་རྟེན་བརྩམ་དོན། ཡོངས་གྲགས་ལུ་ཡོད་པའི་གནས་སྤངས་ཚུ་ བདེན་དཔྱད་འབད་ནི།
3. དྲི་བ་འཇམ་ཏྲུང་ཏྲོ།
4. དྲི་བ་སྤྲུག་ཀྱི།

གནས་ཚུལ་བྱེན་མི་འདི་གིས་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ ཁྱེད་ལུ་སྤྲུབ་ནིའི་སྒོ་སྟོབས་ འཐོབ་ཚུགས་ཚུགས་ལུ་ ཅུས་ལུན་ག་དེ་མ་ཅིག་འགོ་ར་
ནི་ཨིན་ན་ ཚེད་དཔག་དགོ། ཐོག་མའི་དྲི་བ་ཚུ་འབྲུང་སུ་དང་ འཇམ་སུ་སྟེ་ བཞག་དགོ། འགོ་ལུགས་དང་བསྟུན་ཏེ་ དོན་ཚན་རྩ་
མ་དེ་ ག་དེ་མཐུགས་མཐུགས་འདི་དགོ། ཁྱེད་ཀྱི་དྲི་བ་འདི་ རིག་ལམ་དང་མཐུན་པའི་ གནད་དོན་གུ་ གཞི་བཞག་ཞིན་མ་ལས་
དྲི་བ་ལྷ་ཁག་ཚུ་ རྒྱལ་ལས་འདི་དགོ། ཁྱེད་ཀྱི་དྲི་བ་ཚུ་ ཉེ་གོས་འཇམ་ཏྲུང་ཏྲོ་དང་ དངས་འཕྲོས་འཕྲོས་ གནད་དོན་དང་མཐུན་མ་
སྟེ་བཏོད་དགོ། དྲི་བ་རིང་མ་གཅིག་བཏོད་མི་ལས་ དྲི་བ་ཐུང་ཀྱང་ག་པ་ཅིག་ བཏོད་མི་འདི་དགོ། དྲི་བ་ ར་དྲི་བ་རིང་དགས་
ཅིན་ གནས་ཚུལ་འབྲུང་ཁུངས་འདི་ མཁྱེད་འཐོབ་སྟེ་ གསལ་ ག་སྤྲུབ་གུ་སྤྲུབ་མེད་པའི་དྲི་བ་འདི་ཚུ་ ཉེ་མ་ལས་ ཁྱེད་རའི་སེམས་
ཁར་ བརྩམ་མ་བཞག་དགོ།

བསྐྱབ་བྱ།

དྲི་བ་ཅིག་ལུ་ རྒྱང་གསེས་དབྱེ་བ་ ལེ་ཤ་ཡོད་མི་ཚུ་སྤྲང་དགོ། དཔེར་ན་ “སྒྲོན་པོ་ལགས་ རྒྱ་
གིས་རིན་བསྐྱར་གྱི་ལམ་ལུགས་ ཚུལ་མིན་ཡོད་པའི་སྐོར་ལས་ མཁུན་ག་ལགས། རྒྱ་གིས་བྱ་
ཤིས་འདི་ཚུ་ ལྷ་རྟོག་གནད་དོན་ག་ལགས། དེ་ལས་ འདི་དང་འདི་གིས་ ཁག་འབག་འདི་ ག་དེ་སྟེ་
འཐོབ་ཅིག་? ཟེར་བཏོད་པ་ཅིན་ ལན་གསལ་ཆ་ཤས་ཙམ་རེ་ལས་བརྒྱལ་མི་འཐོབ། འདི་ཡང་ཁོ་
རང་གིས་ སྤྲུབ་དགོ་མཚོ་མི་རྒྱང་མ་གཅིག་སྤྲུབ་འོང།



དགག་ཆིག་ཡོད་པའི་དྲི་བ་གཉིས་ ཟུ་མཐུད་དེ་ འདི་ནི་མི་འོང། འདི་གིས་མཁྱེད་འཐོབ་འོང་
། དཔེར་ན་ “ཁྱེད་ཀྱིས་དངུལ་འདི་ ལོག་མ་བཏབ་མི་འདི་ བདེན་པ་ཨིན་ན་ མེན་ཡེ་ འདི་
བཟུམ་མའི་དྲི་བ་གིས་ ཡང་ཅིན་ དངུལ་གྱི་སྐོར་ལས་དང་ ཡང་ཅིན་ བདེན་པ་མེན་ཟེར་བའི་
བརྗོད་ཆིག་གཉིས་ལས་ ག་ཨིན་མི་རྒྱང་མ་གཅིག་ལུ་ ལན་གསལ་འཐོབ་འོང། “ཁྱེད་ཀྱིས་
དངུལ་ལོག་མ་བཏབ་མི་འདི་བདེན་ག་?” ཟེར་བ་ཅིན་ ལན་གསལ་ཨ་ཙཱ་ གསལ་ཏྲུག་ཏྲོ་འོང་
ནི་དང་ “ཁྱེད་ཀྱིས་དངུལ་ ལོག་བཏབ་ཅིག་?” ཟེར་བ་ཅིན་ ལེ་ཤ་གིས་དག།

བདེན་དཔྱད་འབད་ནིའི་ སྤྱི་བའི་རིགས་ཚུ་ཡང་ བརྟགས་དགོ། སྤྱི་བ་འདི་ཚུ་ལཱ་ རྩོད་ར་
གིས་ཤེས་རུང་ ཁོང་གིས་ཁ་ཐུག་ལས་ གཞི་ག་ཅི་ལས་བརྟན་ཏེ་ཡིན་ན་ཚུ་ གསལ་སྟོན་འབད་དེ་
གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁུངས་འདི་ འཁྲལ་མེད་ཡིན་པའི་ རེས་ཤེས་འཐོབ་ཚུགས། མི་ངོམ་འདི་ རྩོད་
ཀྱི་དྲི་བ་ འཇམ་ཏྲུག་ཏེ་ལུ་བཟུ་སྟེ་ དགོད་བ་པ་ཅིན་ རྩོད་རང་སེམས་ཁར་ཕྱག་ནི་མི་འོང་། རྩོད་
ར་ལུ་ དགོས་མཁོ་མེད་རུང་ གནས་ཚུལ་ལྷག་མི་འདི་ཚུ་ གནས་ཚུལ་བྱིན་མེད་ཁ་ལས་ ཉན་
བརྟག་དགོ་ཟེར་སྟབས་དགོ། མཐའ་བསྟོམས་ཡོད་པའི་དྲི་བ་ཚུ་ ཐོ་བཟོད་འབད་དགོ། (ཡིན་མིན་
ཟེར་བའི་ཡན་དགོ་པའི་དྲི་བའི་རིགས་ཚུ་)



མཐའ་བསྟོམས་ནི་མེད་པའི་ སྤྱི་བ་ཚུ་ཡང་རྩོད་དགོ། སྤྱི་བ་འདི་ཚུ་གིས་ ཁོང་རའི་ཐབས་
ཤེས་ཚུ་ བཤད་ནིའི་གོ་སྐབས་བྱིན་མ་ཡིན། མཐའ་བསྟོམས་མེད་པའི་དྲི་བ་གིས་ སྟོས་པ་ཆེ་
སུ་དང་ རྒྱས་སུ་བཟོ་མ་ཡིན། འཐའ་བསྟོམས་ཡོད་པའི་དྲི་བ་གིས་ བན་དོན་ངོམ་གུ་ གཞི་
བཞག་པ་ལས་ གཉིས་ཆར་ མཉམ་སྡེ་བའབད་དགོ།

རྩོད་རའི་མཁོ་ཆས་ཀྱི་སྒྲིག་

སྤྱི་བ་བྱུང་འཁོར་ལོ་དང་ འབྲེ་ནིའི་མཁོ་ཆས་ཚུ་ གཤམ་གཤམ་བཟུལ་ཡོད་མེད་ བརྟག་དཔྱད་འབད་དགོ་པ་དང་ སྤྱི་བ་ལུ་ སྤྱི་
བ་བྱུང་འཁོར་ལོ་ འཕྲལ་སྟེ་ མཛོད་བྱང་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ སོར་ཐེབས་འབག་དགོ། གཤམ་སྟེད་ མི་ངོམ་འདི་ སྤྱི་བ་གི་དོན་ལུ་
འཛིན་གྲུལ་གྱི་འབྲེ་ཤོག་གུ་ མཚན་རྟགས་བཟོད་དགོ་པ་ཅིན་ འདྲ་གཅིག་རྩོད་ར་དང་གཅིག་ཁར་བཞག་དགོ། འདི་ཡང་ སྤྱི་
བ་ ལུན་འགྲུངས་སྟེ་ འགོ་ར་མི་དང་ རྒྱང་མཐོང་གི་དོན་ལུ་ བརྟག་དགོ་པའི་རིགས་ལུ་ དགོས་མཁོ་ཡོད་པ་ཡིན། འབྲེ་ཤོག་འདི་
ལས་འཛིན་དང་ སྤྱི་དོན་ཚོགས་པའི་ མཐིན་ཆ་བཟོ་དོན་ལུ་དགོས་མེད། དེ་ཡང་ ཁོང་རའི་ལྷ་གི་ཁ་གསལ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ སྤྱི་
བ་གི་དོན་ལུ་ མོས་མཐུན་འབད་ནི་དང་ གནས་ཚུལ་འདི་ཚུ་ རྩོད་ར་ག་དགའ་སར་ ལག་ལེན་འཐབ་ཆོག། ཡིན་རུང་ རྩོད་ཀྱིས་
གསལ་སྟོན་འབད་ཐངས་འདི་ ཁོང་གི་སེམས་ལུ་མ་འབབ་པ་ཅིན་ ཉོག་བཤད་བཟོད་ནིའི་དབང་ཆ་དཔོན།



དྲི་བ་འགོ་འདྲན་འཐབ་ཐངས།

བརྟམ་བརྟམ་པ་ལྟ་བུ་གྱི་སྤྱི་ཚུལ་ལྟར་འབད་མཉམ་ཅིག་ཡིན། ཁོང་ཆ་ལྟབ་ ཅིས་དག་ཚ་དགས་དང་ རྣམ་རྟོག་ལང་མི་མི་ རྩ་གི་མིང་གཏམ་མེད་པ་གཏང་མི་ རྩོག་ཕྱགས་ཀྱི་ཕྱགས་བརྩུང་མི་ ལཱ་ཅུ་འགྲོལ་ཏེ་འབད་མི་ཚུ་ལཱ་ བར་ཆད་རྒྱབ་མི་ དང་ གྲུས་ཞབས་མེད་མི་ཅིག་སྟེ་ བརྟམ་འཛོག་འབད་མཉམ་ཅིག་ ཉེས་འཛུགས་འདི་ཚུ་ ལཱ་ལཱ་ཅིག་ལཱ་ བདེན་ཁུངས་ཡོད་པ་ འོང་། ལྷ་ཚུལ་ལང་པ་འདི་ཚུ་ བསྐྱོག་ནི་དེ་ཐབས་ཤེས་འདི་ ཚུལ་དང་མཐུན་ཏོག་ཏོ་དང་ ཀྲུན་སྤྱོད་རྣམས་གཞག་དང་ལྷན་ པའི་ སྤྱོད་ལམ་ཐོག་ལཱ་ གནས་ནི་འདི་ཡིན། ཡུལ་གར་ གྲུས་ཞབས་དང་ལྷན་དགོ་པའི་ སྤྱོད་ཚུ་མེད་པའི་ ཐོབ་ བཟོན་བཀོད་ནི་མི་འོང་། རྩོད་ལཱ་གནས་ཚུལ་གྱི་ཐོབ་ལམ་ཡོད་པའི་ སྤྱོད་ལམ་སྟོན་པ་ཅིན་ གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁུངས་དང་ མི་སྡེ་གིས་ མ་དག་འཕེལ་བསྐྱེད་འོང་།

རང་ལེགས་ཤོམ་དང་ དེ་ཉིད་དང་པོ་ཡིན་ཟེར་མཛོལ་ཡིན། དེ་འབད་མཉམ་ལས་ རྩོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་ཚུ་ཡང་ གཞི་ འདི་ལཱ་བཞག་སྟེ་ དྲི་བ་འགོ་འདྲན་འཐབ་བལྟམ་ཡིན། དྲི་བ་ཚུ་ཡང་ དཔེར་ན་ “འདི་ཚུ་ག་དེ་སྟེ་ འབད་མཉམ་ཡིན་ན་ ང་ གནས་མེད་ས་མེད་ཤེས་དགོ་མཛོལ་ཡིན་?” ཡང་ན་ “ང་བཅས་རའི་མི་སྡེ་འཐུང་དོན་ལཱ་བཟུ་སྟེ་ དཀའ་ངལ་འདི་ག་སྟོར་ ལས་ ང་ལཱ་འབྲེལ་བཤད་རྒྱབ་གནང་མས་” ཟེར་བའི་དྲི་བ་ཚུ་གིས་ ལན་གསལ་ཡང་ ལེགས་ཤོམ་འཐོབ་ཡིན། གནས་ སྤྱངས་ལེ་ཤ་ཅིག་ནང་ གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་ཚུ་གིས་ བརྟམ་བརྟམ་པ་ཅིག་གིས་ མི་སྡེ་ལཱ་ཕན་ཐོག་ནི་དོན་ལཱ་ ཞིབ་ འཚོལ་འབད་མཉམ་པའི་ ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་རྒྱགས་པ་ཅིན་ བརྟམ་དོན་ཚུ་བྱིན་མཉམ་ཡིན།

འདི་ཐབས་ཤེས་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ཅིག་མིན། བརྟམ་བརྟམ་པ་ཚུ་ལཱ་ རུས་དབང་བཞི་པ་ (fourth estate) ཟེར་བའི་ མིང་ གཏམ་སྟོམ་ཐོབ་ཡོད་རུང་ བརྟམ་བརྟམ་པ་ལཱ་དོན་ག་ཅིག་ཡང་ གཞུང་གི་འགོ་དཔོན་ཚུ་གི་ བྱ་སྤྱོད་ལྷ་རྟོག་འབད་ནི་དོན་ ལཱ་ དམངས་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཐོག་ལས་ བཅག་འབྲུ་འབད་འབད་མཉམ་ཅིག་ བརྟམ་བརྟམ་པ་ཚུ་ གཞུང་གིས་མི་སེར་ལཱ་ ཞབས་རྟོག་ལཱ་ཡོད་པ་ དེས་བརྟམ་བཟོ་ནི་དེ་ འགན་འཁུར་འབག་མི་ ཞིབ་འདི་མི་སྡེ་འོངས་སུ་ གཏོགས་མི་ཅིག་ཡིན། འདི་ལཱ་བརྟམ་ཏེ་ བརྟམ་བརྟམ་པ་ཚུ་ལཱ་ གསར་ཤོག་ལས་ཁང་དང་ རྒྱུ་ལས་ལས་ཁང་ལས་ཁང་ལས་ཁང་ལས་ཁང་ལས་ཁང་ བརྟམ་བརྟམ་པ་ དང་བརྟམ་དོན་གྱི་ རྒྱུ་ལས་ལས་ཁང་ལས་ཁང་ལས་ཁང་ལས་ཁང་ དམིགས་བསལ་གྱི་དལ་དབང་ཡོད་པ་ཡིན། དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་ལས་ འཛིན་དང་ དན་ལྷན་ཅན་གྱི་ སྤྱོད་དོན་ཚོགས་པའི་འབྲུས་མི་ཚུ་གིས་ གསར་བའི་བྱ་དན་བརྟམ་ཏེ་ ཁྲིམས་ལུགས་ ལས་བྱུང་ནི་དང་ ཁྲིམས་འགལ་འབད་ནི་ལས་ཁང་ལས་ཁང་ ཐབས་ལམ་ཚུ་བསྐྱོག་པ་ད་ བརྟམ་བརྟམ་པ་ཚུ་གིས་ སྤྱོད་ལམ་ བཟང་པོ་དང་ དང་པོ་ དུངས་གསལ་ཚུ་ སྟོན་དགོས་འདི་ལག་ཆེ། (དུངས་གསལ་ག་དེ་དྲག་དྲག་ཡོད་པ་བཟོ་དགོ།)

མ་ཆོག་པའི་དབང་ཆ་དང་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་མེད་པ་ དེས་བརྟམ་བཟོ་ནི་དོན་ལཱ་ རང་གིས་ རང་ལཱ་ དྲི་བ་བཀོད་དགོས་ཡང་ དཔེར་ན་ གལ་སྲིད་ ཞིབ་འབད་སའི་ཡུལ་འདི་ ང་ ཡིན་པ་ཅིན་ ང་གིས་ གནས་སྤྱངས་འདི་གི་ མཐོང་སྤྱང་འདི་ ག་དེ་སྟེ་མཐོང་འོང་ག་? ཡང་ ར་ བརྟམ་བརྟམ་པ་ཚུ་ལཱ་འགན་འདི་ ག་ཅི་བརྟམ་ཅིག་འོང་ག་? ང་ལཱ་འགན་འཁུར་ ག་ཅིར་ ཡོད་པ་ཡིན་ན་? དེ་སྟོང་ར་གིས་ ཞིབ་འབད་མི་དེ་བའི་དེ་དབང་ལཱ་ མི་ཐལ་ག་? ང་ལཱ་ དགག་བཤེར་དང་ཆད་མཉམ་ཡོད་ག་? ཟེར་བའི་དྲི་བ་ཚུ་བཀོད་དགོ།

?

དི་བ་གི་སྒྲིག་གཞི།

སྒྲིག་གཞི་ ༡

དུས་ཚོད་ཁར་སྟོན་དགོས།

གལ་སྲིད་ རྒྱུ་དུས་ཚོད་ལས་ ཕྱི་སྤྱི་ཅིག་སྟོན་པ་ཅིན་ གནས་ཚུལ་ཕྱི་མི་འདི་ རྒྱུ་ལུ་མ་དགའ་མ་ཆགས་ ཅི་དང་ དུས་ཚོད་འཕྲོ་བརྒྱུག་འབྲེལ་མ་ཚད་ དུས་ཚོད་ཨ་ཙི་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་ཡང་ བཟོན་གསོལ་ཞུ་སྟེ་ རྒྱུགས་འོང། དེ་མ་ཚད་ འགོ་ཐོག་གི་དི་བ་ཚུ་ འཚབ་འཚུབ་བཏང་སྟེ་ དམིགས་གཏང་གུ་སྒྲིལ་མི་ཚུ་གས།

སྒྲིག་གཞི་ ༢

ཁྱོན་ཆས་ཚུལ་མཐུན་ཁྱོན་དགོས།

མ་གཞི་ ཁྱོན་ཆས་ཀྱི་ཐང་ཁར་ ཉེ་མ་དང་ཐུད་པ་ད་ སྒྲིག་ཡངས་སྤྱི་ཅིག་ སོང་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ འགོ་དང་ འགོ་ལས་ རྒྱུ་དང་འཕྲོ་བརྒྱུག་ཚུལ་ཕྱི་མི་འདི་ལུ་ རྒྱུ་ཀྱོས་ལས་ ཚོར་སྤང་དན་པ་ཅིག་ འབྲུབ་བཅུག་ ཅི་མི་འོང་ རྒྱུ་དང་འདོན་ཚན་དང་ འོས་འབབ་ཡོད་པའི་ ཁྱོན་ཆས་ཁྱོན་དགོ། གུས་ཞབས་ཚུལ་མཐུན་མ་ འབད་དེ་ རྒྱུ་དང་འཚོ་བའི་གནས་སྤངས་ ག་ཅི་བརྩམ་ཡིན་རུང་ འདི་ཚུ་ག་ཡིན་མ་སྟེ་ སྟོན་ཅི་མི་འོང།

སྒྲིག་གཞི་ ༣

རྒྱུ་དང་སྟོན་ས་ གནམ་ཁ་རྒྱབ་དགོས།

དགོས་མཁོ་ཡོད་པ་ཅིན་ རྒྱུ་དང་སྟོན་བརྒྱུད་འཁོར་ལོ་དེ་ལུ་ ཉན་བཏགས་འཕུལ་ཏེ་ སྟོན་ས་ཅིག་ གནམ་ ཁ་རྒྱབ་དགོ། (དཔེར་ན་ “འདི་ཁར་བཞག་པ་ཅིན་ སྤྱི་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ བརྒྱུད་ཚུགས་ནི་བརྩམ་ཅིག་འདུག་ ”) རྒྱུ་དང་སྟོན་ས་འདི་ལས་ ག་ཅིག་གི་མིག་རྟོག་ ག་ཅིག་གིས་མཐོང་མ་སྟེ་དགོ། རྟོ་རུང་ ཐང་ཐང་སྟེ་རང་ སྟོན་པ་ཅིན་ གནོད་བྱུག་རྒྱབ་སྟེ་ རྟོ་འགྲམ་འབད་རྟོ་བརྩམ་སྟེ་ཚོར་འོང། ཁོང་གི་གནོད་སྟོར་ རྟོ་གི་རི་ ༤༥ དེ་ཅིག་གི་ཕྱོགས་ལུ་སྟོན་དགོ། བར་ན་ལུ་ ཀྱི་དེབ་དང་ ལེབ་རྟོབ་ཀྱི་ཁབ་རྟོ་ལ་སོགས་པའི་བཀག་ཆས་ ག་ ཅི་ཡང་ བཞག་ནི་མི་འོང། སྟོན་ཁྱིམ་ཉེན་རྟོ་འབད་པ་ཅིན་ ཡི་གུ་འབྲི་རོ་ མ་བདེ་ལག་ག་དང་ བག་ སྟོན་པ་འོང་མ་ཡིན།

སྒྲིག་གཞི་ ༤

ག་ཅིག་གིས་ག་ཅིག་ལུ་ མིག་རྟོ་ཚུལ་དང་མཐུན་མ་སྟེ་བཟུ་དགོས།

སྤྱིར་བཏང་ དབཅས་ར་ གློ་སྤྱབ་པའི་སྤྱབས་ སར་ལོགས་མའི་ གནོད་གི་རྣམ་འགྱུར་མཐོང་པ་ཅིན་ སྤྱབ་ རོ་བདེ་རྟོག་རྟོ་འོང་མ་ཚད་ ཐེབས་རང་འབྲུང་མ་རྒྱུད་ཀྱིས་ ཟེན་ཟེས་བཏབ་སྟོན་པ་ཅིན་ གནོད་གི་རྣམ་ འགྱུར་མཐོང་ཚུགས་པར་ ལཱ་ལག་འོང། ཡིན་རུང་ དི་བ་བཀོད་པའི་སྤྱབས་དང་ འཕུལ་འཕུལ་ར་ བཟུ་ དགོས་གལ་ཆེ། རྒྱུ་ཀྱི་དི་བ་ཚུ་ ཐེས་དེབ་ནང་ལས་ ལྷག་ག་སྟེ་བཀོད་པ་ཅིན་ ཁོང་གི་སེམས་ཁར་ རྒྱུ་ ཀྱིས་དི་བ་བཀོད་ནི་འདི་ འགོ་ཐོག་ཡིན་མ་འདྲས་མཐོང་པའི་ ཚོར་སྤང་དང་ གློ་སྤྱབས་མ་འཐོབ་བརྩམ་དང་ ཁོང་གི་སྤྱབ་མི་ལུ་ རྟོ་སྤང་མེད་པ་བརྩམ་མའི་ ཚོར་སྤང་བསྐྱེད་འོང། འདི་གིས་སྟེ་ དི་བའི་ལན་སྤྱབ་ནི་འོ་སྟོ་ བ་ཡང་ ཉམས་ནི་འོ་ཉེན་ཡོད།

སྒྲིག་གཞི་ ༥

ལུས་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་ལུ་བསྒྲིམ་དགོས།

ཉེན་སྲུང་འབད་བའི་ ཚུལ་དང་རྣམ་འགྱུར་ཚུ་ དི་བ་ཚུ་སྤང་མེད་བསྐྱར་བཞག་ནི་གི་ བརྟམ་ཚོན་ཡིན་མ་ལས་ འདི་གི་སྤྱབས་ལུ་ དི་བ་ཚུ་ ས་ཀྱག་བཀོད་ནི་འོ་སྟོ་རྒྱབ་དགོ། འདི་མ་ཚད་ ཁོང་གི་སེམས་ཁར་སོགས་པ་དང་ གློ་བདེབ་ དགོད་བྲབ་ ཅོག་པ་བྲབ་ དབང་པོ་དཔལ་བ་ལ་སོགས་པའི་ རྣམ་འགྱུར་ཚུ་ལུ་བཟུ་སྟེ་ དི་བ་ བཀོད་ནི་དང་ དགག་པ་རྒྱབ་ནི་ཚུ་འབད་དགོ།

གསང་བ་ ཡང་ན་ གསང་བ་མིན་པ།

“གསང་བ་མིན་པ་” ཟེར་མི་འདི་ བརྟེན་བྱེད་མི་གིས་ བཤད་ཆད་གེ་ར་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་གོམ་ཡིན། “གསང་བ་” ཟེར་མི་འདི་ བརྟེན་བྱེད་མི་ཚུ་ གསལ་སྟོན་མ་འབད་བའི་ཐོག་ལས་ བརྟེན་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་གོམ་ཡིན། “རྒྱུ་ཁྱུངས་རྒྱུངས་གཅིག་” ཟེར་བའི་སྐབས་ བརྟེན་ག་ཅི་ཡང་ ལག་ལེན་འཐབ་མི་ཆོག། གནད་དོན་འདི་གི་རྒྱུ་ཁྱུངས་ ཉ་གོ་ནི་དོན་ལུ་རྒྱུངས་གཅིག་ཡིན། གསང་བ་དང་ གསང་བ་མིན་པ་ཟེར་མི་ཚུ་ལུ་ མཐའ་གཅིག་ཏུ་ གནས་དགོ་པའི་ཁྲིམས་ལུགས་མེད་དེ་འབད་རུང་ བརྟེན་བྱེད་པ་དང་ གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁྱུངས་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ ཁྱས་བཀྱར་བཞག་ནི་དོན་ལུ་ཡིན།

གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་འདི་ལུ་ འདི་དོན་ཚན་གང་རུང་ཅིག་ གསང་བ་མིན་མིན་ ཇི་དཔུང་འབད་དགོ། ཚུད་ཆུག་ཅན་གྱི་གནས་ཚུལ་ཚུ་ གནང་བ་ལེན་ཏེ་འབྲི་དགོ། ཇི་བའདི་ ལུགས་ཡངས་ཀྱི་ཐོག་ལས་མིན་པ་ ཅིན་ རྒྱུད་རའི་འབྲི་དབུ་དང་ སྐྱ་བཟུང་འཁོར་ལོ་བརྟེན་ཏེ་ “ང་བཅས་ཀྱི་ངེ་བ་ ཡིག་ཐོག་བཀོད་པའམ་ སྐྱ་བཟུང་བཞག་པ་ཅིན་ རྒྱུད་མེད་ག་?” ཟེར་འདི་དགོ། གལ་སྲིད་ ཇི་བའདི་ ལུགས་མཐུན་མིན་པ་ཅིན་ ཅུས་ཆོད་འཕྲོ་བསྐྱུག་མ་གཏང་པ་ ཏེ་བཀོད་དགོ། ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་ནི་དང་ སྐྱ་བཟུང་བཞག་ནི་འདི་གིས་ ལ་ལུ་གཅིག་ འདྲོག་ཕྱེལ་འཐབ་དེ་ཡོད་པ་ ཉ་གོ་དགོ། སྐྱ་བཟུང་འཁོར་ལོ་ཚུ་ སྐྱ་བཞག་ནི་མི་འོང་ ཡིག་ཐོག་བཀོད་ནི་དང་ སྐྱ་བཟུང་ནི་ཚུ་ ཉམ་འཛུལ་མེད་པར་འབད་དགོ། གལ་སྲིད་ ཁོང་གིས་འདི་བ་ཅིན་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ འཛོལ་བ་མེད་པ་སྐྱ་བཀོད་ནི་ལུ་ སན་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལས་ཡིན་ཟེར་ བཤད་བྱིན་དགོ།

ཨ་རྟམ་ར་ ཟེན་ཐོ་བཞག་དགོ་པ།

ཟེན་ཐོ་བཞག་ནི་འདི་གིས་ རྒྱུད་ར་ཡོངས་མ་བཅུག་པར་ རྣམ་འགྱུར་དང་ མཐའ་འཁོར་ འཆར་སྐྱང་ལ་སོགས་པ་ སྐྱ་བཟུང་འཁོར་ལོ་གིས་ བཟུང་མ་ཚུགས་མི་ཚུ་ ཐོ་བཀོད་འབད་ཚུགས། འདི་གིས་ གལ་སྲིད་ རྒྱུད་རའི་སྐྱ་བཟུང་འཁོར་ལོ་འདི་ལུ་ སྐབས་མ་བདེམ་ལེ་འཐོན་པ་ཅིན་ ལྷན་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ སན་ཐོགས་ཚུགས། རྒྱུད་རའི་བསམ་འཆར་དང་ གཞན་གྱིས་སྐབ་མི་ཚུ་གི་བར་ནང་ རྒྱུད་པར་ཕྱེ་སྟེ་ སྐྱོན་མེད་པ་བཟོ་དགོ།

ཕྱོགས་རིས་མེད་པའི་ངེ་བ་ གོ་ཡངས་བཀོད་དགོ་པ།

སེམས་ཁམས་མཁས་མཆོག་ཚུ་ བསྐྱབ་བྱ་ལུ་གཞི་བཞག་དགོ། ལན་གསལ་འདི་ཚུ་གིས་ རྒྱུད་ལུ་ཆོར་སྐྱང་ག་ཅི་བཟུམ་ འབྱུང་འོང་ག་ཟེར་བའི་ བརྟེན་མཚན་སྟོན་ནི་ཡིན་པའི་ ཇི་བའི་རིགས་ཚུ་སྤྱད་དགོ། དཔེར་ན། “དབང་ཆད་ལོག་སྤྱད་འདི་ ཉམ་ལས་སེ་སེ་ཅིག་མེན་པས་ག?” ཟེར་འདི་ནི་མིན་པར་ “རྒྱུད་ཀྱིས་དབང་ཆད་འདི་བཟུམ་ ལག་ལེན་འཐབ་པ་ཅིན་ མཐོ་བསམ་ག་ཅི་བཟུམ་ གཏང་འོང?” ཟེར་འདི་དགོ། གནས་ཚུལ་བྱིན་མིའི་ བསམ་ཚུལ་ཡང་ ཉ་གོ་ནི་ ཕྱིས་རྒྱབ་དགོ། དེ་འབད་མ་ད་ ཐད་ཀར་དུ་ “ག་ཅི་སྟེ?” ཟེར་འདི་བ་ཅིན་ ཉེས་འཛུགས་འབད་དེ་བཟུམ་སྟེ་ཆོར་ནི་དང་ ཡིད་ཆེས་ཡང་མེ་འོང་ དེ་འབད་མ་ལས་ “ག་ཅི་སྟེ?” ཟེར་བའི་ངེ་བ་འདི་ ཐད་ཀར་མིན་པར་ བསྐྱར་ཏེ་འདི་དགོ། “གནས་ཚུལ་སྐར་ལུ་འདི་ལུ་ རྒྱུད་ག་ཅི་སྟེ་ ཁོང་ཁྱོ་ཡངས་ཡི?” ཟེར་མ་འདི་བར་“གནས་ཚུལ་སྐར་ལུ་འདི་གིས་ རྒྱུད་ཁོང་ཁྱོ་ཡངས་བཅུག་ཅི་ཟེར་ སྐབ་དེས་མེན་ན་ ལགས་ལ་སྟེ་སྐབ་གནང་མས” ཟེར་འདི་དགོ།

ཁྱེད་ཀྱི་སེམས་སྟོན་ནི་འདི་ ཟོག་པོ་མིན།

གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་ཚུ་ལུ་ རྒྱུད་རའི་ལན་གསལ་འདི་ སྐབ་བཅུག་དགོ། འདི་གི་ཁྱུལ་ལས་ ཐང་ཐང་ར་ ཇི་བའུལ་མམ་ མ་བཀོད་པ་ལས་ ཨ་ཙཱ་ཅིག་བསྐྱུག་དགོ། ཁྱོ་གི་བར་ནས་སྟོང་ བསྐྱབ་དགོ་པ་མེད། གལ་

སྲིད་ གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་ལུ་ ལན་གསལ་གྱི་ མནོ་བསམ་གྲང་ནི་དེ་དུས་ཚོ་དགོ་པ་ཅིན་ ཅུས་ཚོད་བྱིན་
དགོ། གལ་སྲིད་ ཚོར་ཤུགས་དྲག་པོ་འི་རྒྱུ་ལྱིས་ གློ་འཕྲོ་མཐུད་དེ་སྒྲུབ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ བསྐྱུག་མྱོད་དགོ།
དེ་ལས་ འགྲོས་ཀྱིས་སྟེ་ “ད་ རབ་ཅས་ར་ འཕྲོ་མཐུད་ན་ན་?” ཟེར་འདྲི་དགོ།

ཡུལ་གཞི ༡༠

སྒྲོ་ཉམས་དང་ལྷན་སྟེ་མཐོང་དགོ། སྒྲོད་བ་བསྐྱེད་དགོ།

དི་བ་དྲིས་ལན་འབད་བའི་སྐབས་ གོ་རེ་གོ་ཚད་ཅིག་ལུ་ སྒྲོད་བ་བསྐྱེད་དེ་ འབྲེལ་བ་འཐབ་དགོ། འདི་ཚུ་
འབྲི་དེ་བ་ནང་ཟེན་བྲིས་བདེ་བ་ཞིན་མ་ལས་ ལྷན་ཐབས་ཀྱི་དི་བ་བཟོ་ནི་ལུ་ ཕྱིས་རྒྱབ་དགོ། ལན་འདི་ རལུ་
དགོས་མཁོ་ཡོད་པའི་ ལན་ཅིག་ཨིན་ན་? རགས་ག་དེ་སྟེ་ ཉ་གོ་ཡི་ག་? རགས་ལན་འདི་ ག་དེ་སྟེ་ ལག་
ལེན་འཐབ་ནི་ཨིན་ན་? ཟེར་བའི་དི་བ་ཚུ་ རང་གིས་རང་ལུ་བཀོད་དགོ། ག་ཅི་སྟེ་ ཟེར་བ་ཅིན་ དི་བ་འདི་
ཚར་ཅིག་མཇུག་བསྐྱེ་ཞིན་མ་ལས་ ཡོག་སྟེ་ཡོག་སྟེ་འབད་ནི་འདི་ ལཱ་ཁག་ཡོད་པ་ཨིན། རྒྱུད་ཀྱིས་ ཞིབ་
འཚོལ་འབད་དེ་ དི་བ་བཀོད་པའི་སྐབས་ རྒྱུད་ར་རེ་འདྲོད་བསྐྱེད་མི་ལན་འདི་ མ་འཐོབ་པ་ཅིན་ རྒྱུ་རྟོག་
ལངས་ནི་མི་འོང། འདི་བཀོད་བཞག་སྟེ་ རོན་ཚན་སོ་སོ་གུ་ འཕྲོ་མཐུད་དགོ། ཁོང་གི་འདྲོད་ཚུལ་གསར་པ་
ལུ་ རོས་ལེན་འབད་དེ་ ལྷན་ཐབས་ཀྱི་དི་བ་ཚུ་འདྲི་དགོ། ཉེ་མ་ལས་ཡོད་པའི་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ནང་ རྒྱུད་ར་
ལུ་ གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་ཚུ་ བཅུགས་ནི་ལུ་ཕྱིས་རྒྱབ་ནི་མི་འོང། ཉར་རོམ་མར་བྱུང་མི་ཚུ་གིས་ མཐའ་མཇུག་
ལུ་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་འཐོན་མ་ཨིན། གལ་སྲིད་ གྲུབ་འབྲས་ལེགས་ཤོམ་མ་འཐོན་པ་ཅིན་ ཡོག་
སྟེ་ར་ རྒྱུད་རའི་དོན་ཚན་རོམ་འདི་ འཕྲོ་མཐུད་བརྟུབ། རྒྱུད་ཀྱི་དི་བ་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ མི་རོམ་
འདི་ ཚུབ་དྲགས་ཅིག་འབད་ལཱ་ལས་ དི་བཀོད་ལས་རིམ་འདི་ ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ འཕྲོ་མ་བརྟུབ་རུང་ དེ་
ལུ་ཁོང་ཁོ་ལང་ནི་མི་འོང།

ཡུལ་གཞི ༡༡

དུས་ཚོད་ལུ་བརྟེ་མཐོང།

མིག་རྟོ་འདི་ རྒྱུ་ཚོད་འཁོར་ལོ་གུ་ བལྷ་ཡི་རང་སྲོད་དགོ། འདི་དང་འབྲེལ་ཉེ་ དི་བ་ཚུ་འདྲི་དགོ། མོས་
མཐུན་བྱུང་ཡོད་པའི་དུས་ཚོད་ རྫོགས་ནི་འབད་ལྷ་ད་ “རབ་ཅས་ལུ་ དི་བ་ (༡) འདི་ཚུ་ འདྲི་ནི་གི་དུས་
ཚོད་ཡོད་ག་?” ཟེར་འདྲི་དགོ།

དི་བཀོད་མཇུག་བསྐྱེ་བའི་སྐབས་ འདི་གི་ཤུལ་མ་ ག་ཅི་འབྱུང་ནི་ཨིན་ན་ གཏན་འཁེལ་སྟེ་སྒྲུབ་དགོ། དེ་
ཡང་ “གནས་ཚུལ་འདི་ རེས་གཟའ་པ་སངས་ལུ་ གསལ་སྟོན་འབད་འོང་” ཟེར་བ་ལ་སོགས་པ་ཨིན།
ཨིན་རུང་ རང་གིས་གྲུབ་མ་ཚུགས་པའི་ ཁས་ལེན་ཚུ་ འབད་ནི་མི་འོང། དཔེར་ན་ གནས་ཚུལ་འདི་
གསལ་སྟོན་མ་འབད་བའི་ཉེ་མ་ ཁོང་ལུ་སྟོན་འོང་ ཟེར་བ་ལ་སོགས་པ་ སྒྲུབ་ནི་མི་འོང།

ཡུལ་གཞི ༡༢

གནས་ཚུལ་ཚུ་ ག་ཨིན་མ་སྟེ་བཤད་དགོ།

ཚོད་ལྷན་བད་བརྒྱུད་པ་ཚུ་གིས་ གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱིས་བྱིན་མི་ ཡིག་ཆ་ཚུ་ ག་ཨིན་མ་སྟེ་ དང་
པོ་འཛིན་ལུ་ ལག་ལེན་འཐབ་འོང། དི་བ་བཀོད་པའི་སྐབས་ སྒྲུབ་ཡོད་པའི་ལན་གསལ་ཚུ་ ཤོབ་རྒྱབ་སྟེ་
བཅུགས་ནི་མི་འོང། དེ་མ་ཚད་ དི་བ་འདི་མཇུག་བསྐྱེ་ཞིན་མ་ལས་ དི་བ་དང་ ལན་གྱི་དོན་དགུ་ འགྱུར་
བཅོས་འབད་དེ་ སྐབས་དོན་ནང་མ་ཚུད་པ་སྟེ་ བཀོད་ནི་མི་འོང། འདི་གི་ནང་དོན་ཉིད་ལས་ ལན་གསལ་གོ་
རིམ་སྟེ་ཡོད་མི་ཚུ་ དཔེ་བཤུས་འབད་བའི་སྐབས་ དན་མ་ཐེབས་བཏོན་དགོ། འདི་གིས་ གོ་རིམ་ཚུ་ མགུ་
འཕྲོམ་སི་སི་སྟེ་ མཉམ་སྟེ་བཤད་དེ་ བདན་པ་ཚུ་ལུ་ སྟོན་ཞུགས་ནི་ལུ་ཉེན་ཁ་ཡོད། རྒྱུད་རའི་གནས་ཚུལ་
འདི་བཤད་ཞིན་མ་ལས་ འདི་གི་ཤུལ་ལས་ ལན་གསལ་ཚུ་བཀོད་དགོ། གནས་ཚུལ་ལྷག་མི་ཚུ་ གློ་གྲོས་
ཅན་འབད་ནི་འདི་གིས་ བདན་པ་འདི་ ག་ཉེ་འདུག་ག་ ཉ་གོ་ཚུགས།

ཞིབ་བརྟག་གི་དྲི་བ་ཚུ་ག་དེ་སྟེ་མ་འདྲམ་ཡོད་པ་ཡིན་ན།

དྲི་བ་ག་རེ་ནང་ ག་སྟོག་འབད་ནི་དང་ རྟོག་རྟོ་ སློ་ཁྱེག་ཡངས་རྟོག་རྟོ་སྟེ་ སྟོད་དགོལ་འདི་ གཤམ་ཅན་ཡིན། ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་གྱི་དོན་ལུ་ དྲི་བ་བཀོད་པའི་སྐབས་ འདི་ནང་ཚུད་དགོལ་ མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་ཡོད། འདི་གིས་དྲི་བ་འབད་ཐངས་ནང་ རྒྱ་རྟེན་འབདམ་ཡིན། ལཱ་འདི་གི་རང་བཞིན་ཅིག་ཡིན་རུང་ རྟོད་ཀྱིས་གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་ཚུ་གི་ འཁོན་སྤང་དང་ རང་ཕྱོགས་སྤང་བ་ གསང་བཞག་དང་ སྤྲུལ་ཞུགས་པའི་གནས་སྤངས་ཚུ་ལུ་ ག་དོང་ལེན་འབད་དགོལ་འཐོན་མ་ཡིན། ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་གྱི་དོན་ལུ་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་འབད་བའི་སྐབས་ རྟོད་ཀྱིས་སེམས་ཁར་ དེས་པར་བཞག་དགོལ་འི་ རྒྱུ་ཚེས་དགལ་ཅིག་གཤམ་ལུ་བཀོད་ཡོད་པ་ཡིན།

▶ འོས་འབབ་ལྷན་པའི་དུས་ཚོད།

རྟོད་ཀྱིས་ཞིབ་དཔྱད་ནང་གི་ མི་ངོམ་གཙོ་བོ་དང་ དུས་ནམ་འཕྱད་དགོལ་སྟོ་ ཉ་ཅགས་པ་ཅིན་ རྟོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འདི་ གསལ་སྟོན་མ་འབདམ་ལས་ ཁོང་གིས་གསང་བཟུང་འཐོབ་སྟེ་ རྟོག་འགྲོ་ནི་དང་ སྐབས་འབབ་བཀག་སྟོམ་ལེན་ནི་ སྐབས་བྱེད་ཚུ་སྤྲུལ་བཞག་ནི་ལཱ་སྤྲུལ་པ་འབད་འོང། ཕྱི་སྤང་པ་ཅིན་ ཁོང་ཆ་ལྷན་ རྟོག་འགྲོ་ཡར་སོ་འོང། ཡང་ན་ ལན་དེ་ཚུ་ ཁོང་རའི་མཉོ་ལུགས་དང་འབྲེལ་ ག་སྟོག་བཟོ་སྟེ་ ཁྲིམས་འབྲེལ་ལག་ཆ་ཚུ་བཟོ་སྟེ་ ཞིབ་དཔྱད་ཚུ་འབད་མི་ཚུ་གསལ་ ལག་ལེན་ལས་ ལུགས་(Rule of Thumb) གི་ དགོངས་དོན་བཞིན་དུ་ གནས་ཚུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ གཙོ་ཅན་ཚུ་དང་ འཕྱད་པར་ མ་འགྲོ་བའི་ཉེ་མ་ལས་ སྐབས་བྱེད་ག་དེ་མང་ བསྐྱེད་ལེན་འབད་དགོ། དཔེར་ན་ ཡིག་ཆ་འི་རྒྱབ་ཉེན་ཚུ་ རང་དབང་ཅན་གྱི་ གཙུག་སྟེ་ གང་མང་ལས་ བདེན་དཔྱད་འབད་ཡོད་པའི་ རོ་སྤྲུལ་ལས་གསལ་བ་བཟུམ།

▶ ཉམ་ཁ།

རྟོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འདི་ མཐུག་མ་བསྐྱུར་རུང་འདྲ་ མ་ལོག་རུང་འདྲ་ རྟོད་ར་ག་ཅི་ཅིག་གུ་ བཙོན་སྟོད་འོང། གནས་སྤངས་འདི་བཟུམ་ནང་ རྟོད་ཀྱིས་བསམ་འཆར་དགོལ་འི་ ལུ་བ་འབད་བའི་སྐབས་ དབང་ཆ་དན་གྱི་ མི་ངོམ་དང་ གཙུག་སྟེ་ཚུ་ གི་སྤང་བ་ལུ་ རྟོད་ཀྱིས་ཁོང་ཆ་ལྷན་གྱི་སྒྲིམ་ལས་ ཞིབ་བརྟག་འབད་དེས་ ཟེར་མནོ་སྟེ་ སྐབས་མ་བདེ་བའི་གནས་སྤངས་སྟེ་ བཟུང་འོང། ཁོང་གིས་ངོས་ལེན་འདྲ་མིན་སྟོན་ཆོགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་འབད་འོང། འདི་ཚུ་ལུ་ སྤང་མེད་སྟེ་བཞག་ནི་འདི་ ག་དོང་ ལེན་འབད་ཐངས་འཇམ་ཤོས་ཅིག་ཡིན། འཕྲོ་མཐུད་དེ་ ཞིབ་འབད་དགོ། འབྲུང་སྤྱིད་པའི་འཇིགས་སྐྱུལ་གྱི་རིགས་ཚུ་ཡང་ དངོས་སུ་ འཇིགས་སྐྱུལ་འབད་ནི་དང་ ཁྲིམས་འབྲེལ་གྱི་འཇིགས་སྐྱུལ་ འདི་བ་ཡང་ལྷག་པ་སྟེ་ གང་ཟག་གསུམ་པའི་ཐོག་ལས་ (རྟོད་རའི་ཚུ་མ་སྟོགས་དང་ལས་སྟེ་) གནས་ཚུལ་གསལ་སྟོན་མ་འབདམ་ལས་ ཁྲིམས་འདུན་ལུ་བསྐྱེད་ལེན་ཚུ་ཡིན། “ཁ་ཉེས་” ཟེར་བའི་ཆོག་འདི་ གནད་དོན་འདི་ནང་ གཙོ་བོ་ཅིག་ཡིན་རུང་ ཆད་ལྷན་ཁ་ཉེས་ཀྱི་ ཉེས་པ་འདི་ལོག་མི་སྤྱིད།

▶ གསང་བྱ།

ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་གྱི་ དམིགས་ལུལ་འདི་ གསང་བ་སྟེ་ ལུས་མི་ཚུ་ ཕྱི་ཁར་སྟོན་ནི་འདི་ཡིན། འདི་ཚུ་མནོ་བཞིན་ བསམ་བཞིན་དོན་ཆེད་སྟེ་ ཤོབ་རྒྱུ་བ་སྟེ་བཞག་པ་དང་ འཛོལ་བཅུག་མི་ལས་བརྟེན་ཉེ་འབྲུང་མ་ཡིན། དཔེར་ན་ གཞུང་གི་ སྟོན་པོ་ཅིག་གིས་ སྤྱི་ཆོགས་དང་ མི་སྡེ་ལུ་ ཤོབ་རྒྱུ་བ་སྟེ་ བུམ་གཞོན་མ་དང་ ཉམས་རྒྱུང་ཚུ་ བཀྲེན་ཆོང་དང་འབྲེལ་བའི་ གསུང་གོས་མ་གནང་པར་ བཞག་དོ་བཟུམ། གནས་ཚུལ་ངོ་མ་གོ་མ་དང་ རྒྱུ་རྟེན་གསལ་མི་གི་ གནས་སྤངས་ཅིག་འོང་སྤྱིད། དེ་འབདམ་ལས་ རྟོད་ཀྱིས་དྲི་བ་གི་དོན་ལུ་ བརྟེན་པ་བཏོན་ཏེ་ འགོ་འབྱོར་འཐབ་དགོ། རྟོད་ཀྱིས་དྲི་བ་དྲིས་ལན་སྐབས་ དགོལ་པའི་དོན་ཆ་ཚུ་ འགོ་དང་འགོལ་ལས་ ཤེས་བཅུག་པ་ཅིན་ དེ་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་བཏུབ། གཤམ་སྤྱིད་ དྲིས་ལན་ འདི་ མི་མང་གིས་གོ་ནང་ཡིན་པ་ཅིན་ གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་འདི་ ཉམ་ཁ་ནང་ བཙུགས་དོ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན།

► དྲི་བ་གི་དོན་ལུ་ཐབས་བྱས།

དྲི་བ་གི་དོན་ལུ་ ཐབས་བྱས་ཁག་གསུམ་འདྲེ་ཅིག་ཡོད། ལུགས་ཡངས་ ཡང་ན་ ཐད་ཀར་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་པའི་སྐབས་ ཨིན་པ་ཅིན་ དྲི་བ་ཚུ་ འཇམ་སུ་ཅིག་སྤེལ་འདྲི་དགོ། དྲི་བ་ཚུ་འདྲི་པའི་སྐབས་ལུ་ཡང་ ཉེངས་ལཱ་ཁག་ཆེདྲག་ཏྲོ་ མ་འཁྲོལ་ མ་ཚད་ ཉེན་ཁ་ཆེམ་སྤེལ་ཡང་མི་འགྲོ། དེ་མ་ཚད་ ལན་རྒྱུ་ཞི་ལུ་ ལཱ་ཁག་དྲགས་ཡང་མ་འགྲོ་བར་ ཐང་ཐིག་གཅིག་སྤེལ་རང་ མྱོད་འོང། མི་ངོམ་ཅིག་གི་ ལོ་རྒྱུས་འབྲི་ཞི་ཞི་དོན་ལུ་ཨིན་པ་ཅིན་ དེ་འི་ བཀོད་པ་དྲི་བ་ཚུ་ རྒྱ་རྒྱུ་ཅིག་སྤེལ་ མི་ངོམ་འདྲི་ ལུ་ དམིགས་ཏེ་བཀོད་འོང། ཁོངསྤོབ་བྲག་ཏེ་ལྷ་བ་ཅི་? ག་དང་གཅིག་ཁར་ གཉེན་རྒྱུ་བ་ཅི་? ག་ཅི་སྤེལ་? ཁོ་གིས་ སྤན་ དག་མིས་ནི་འདྲི་ ག་དེ་སྤེལ་ འགོ་བཙུགས་ཅི་? ཟེར་བ་ལ་མོགས་པ་རྒྱ་བཟུམ་དང་ འདྲི་རྒྱ་མང་ཆེ་བ་ཅིག་ མི་ངོམ་འདྲི་གི་ མི་ཚེ་འོློར་ལས་ བདན་པ་འཚོ་ལ་བའི་ མཇུག་བསྐྱེམས་དྲི་བའི་ཅིགས་ཨིན། དེ་འབདལ་ད་ གནས་ཚུལ་ལྷག་མི་རྒྱ་གིས་ མི་ངོམ་འདྲི་གི་ བསམ་ཚུལ་གྱི་སྐྱོར་ལས་ཡང་ ཤེས་ནི་གི་སྤྱོད་བའོང། དེ་འབདལ་ལས་ དྲི་བ་བཀོད་ཡི་རང་ དོན་ཚན་འདྲི་ རྒྱ་ཆེ་སུ་འགྲོ་འོང། ཁོང་གིས་ དེངས་པ་གི་སྤྱུང་དེ་བ་ཚུ་ གནས་སྤངས་ཚུ་ལུ་ མཐོ་བསམ་ག་དེ་སྤེལ་གཏང་མ་སྤོ? ཁོང་གིས་ ཚུམ་སྤྲིག་གི་གསལ་རས་ལུ་ ཡིད་ཆེས་འདུག་ག་? ཅུས་ཅི་ལོ་གི་ དྲག་ཤོས་ཀྱི་རི་བོ་དོན་དེ་ལུ་ བསམ་འཆར་ག་དེ་སྤེལ་འདུག་? ཅུང་ག་ར་བཟོ་བཀོད་དང་འབྲམ་སྤེལ་ དྲི་བ་ཚུ་ རྒྱ་རྒྱུ་ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ རིམ་པ་བཞིན་ཅུ་ གོ་ཡངས་སུ་དང་ རྒྱ་ཆེ་སུ་ འགྲོམ་ཨིན།

དེ་འབདལ་ད་ ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་གྱི་དྲི་བ་ཚུ་ ཐབས་བྱས་མགོ་མཇུག་སྤེལ་ འོང་མ་ཨིན། དེ་ཡང་ འགོ་བཙུགས་ པའི་སྐབས་ རྒྱ་རྒྱུ་སྤེལ་ སྤྱིར་བཏང་གི་དྲི་བ་དང་ སྤྱིར་བཏང་གི་གནས་སྤངས་ཚུ་ལས་ འགོ་བཙུགས་ཨིན། (དཔེར་ ན་ “གཞུང་གི་རིན་བསྐྱར་ཐོག་ལས་ ཁ་འབག་ལུ་བྱིན་ནི་འོ་ལམ་ལུགས་ ག་དེ་སྤེལ་ཡོད?” “ལམ་ལུགས་འདྲི་ལུ་ བསམ་པ་ རྫོགས་ཚུགས་པས་ག?” གཞུང་གིས་ག་དེ་སྤེལ་ ལྷོ་རྟོག་མཛད་པ་སྤོ?”) ཟེར་དྲི་བ་དྲིས་ལན་ རིམ་པ་བཞིན་བཀོད་པའི་སྐབས་ རྒྱ་ཆེ་སུ་ཆེ་སུ་མོང་སྤེལ་ གནད་དོན་གྱ་ དམིགས་སུ་བཀར་འོང། ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་གྱི་ དྲི་བ་བཀོད་པའི་སྐབས་ ལཱ་ ཁག་ཤོས་རང་ མཇུག་བསྐྱེམས་ཅན་དང་ གནད་དོན་གཞན་ཡོད་པའི་ བར་མཚོན་བྱུང་པའི་སྐབས་ཨིན། དཔེར་ན་ “ཁྱོད་ ཀྱིས་ གནད་དོན་འདྲི་གི་ཐད་ཁ་ རིན་བསྐྱར་གྱི་ལམ་ལུགས་ལུ་ མ་གནས་པ་ཨིན་ན་? ག་ཅི་སྤེལ་ མ་གནས་པ་སྤོ?” ཟེར་བའི་ དྲི་བ་ཚུ་ མཇུག་ལུ་འདྲི་དགོ། ག་ཅི་སྤེལ་ཟེར་བ་ཅིན་ ཅུས་ཚད་འཕྲུལ་ཅིག་གྱ་སྤྱོད་པ་ད་ ཁོང་གིས་ མཚམས་འཛིག་འབད་ དེ་ དྲི་བ་གཞན་ཚུ་ལུ་ ལན་མི་རྒྱུ་ཞི་ཞི་ཉེན་ཁ་ཡོད། དྲི་བ་དེ་ཚུ་ སྤྱི་ཅུ་གི་བཟོ་བཀོད་བཟུམ་སྤེལ་ རྒྱ་ཆེས་ལས་འགོ་བཙུགས་ ཏེ་ རྒྱ་རྒྱུ་སྤེལ་ མཇུག་བསྐྱེལ་དགོ།

ཞིབ་བཞག་གནས་ཚུལ་གྱི་དོན་ལུ་ ཇི་བ་བཀོད་ཐངས་ཀྱི་བསྐབ་བྲ།

▶ རྒྱུ་ལུ་ལན་དགོ་ནི་འདྲི་སྐྱོར་ལས་ཡིན།

རྒྱུ་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་འདྲི་ རྒྱལ་ཁ་འཐོབ་ནི་འདྲི་མིན་པར་ གནས་ཚུལ་དགོ་ནི་འདྲི་ཡིན། རྒྱུ་ལུ་ལན་མཉམ་པར་ དུས་ཚད་ག་དེམ་ཅིག་ འགོར་མི་འདྲི་ལེན་དགོ། ཇི་བ་ཇིས་ལན་འབད་དགོ་པའི་ དམིགས་དོན་གཙོ་བོར་ བན་དོན་དང་ ལན་གསལ་འཐོབ་ནི་འདྲི་དོན་ལུ་ཡིན། རྒྱུ་ཀྱི་དྲི་བ་ཚུ་ གནད་དོན་འདྲི་ འགྲུབ་ཡིན། རྒྱུ་ཀྱི་ནང་འཁོད་ཀྱི་ཚུར་བའི་བན་ མཚན་ དཔེར་ན་ མིག་སྤྱོད་མེད་ན་ རྒྱལ་ལྷན་འབྲུ་ནི་ དགའ་འཛུམ་སྤོན་ནི་ལ་སོགས་པ་གེར་ རྒྱུ་ཀྱིས་དྲི་བ་འབད་ སའི་ མི་ངོམ་འདྲི་གིས་ བཟུ་བཞག་འོང། རྒྱུ་མཐོང་ནང་འབད་བ་ཅིན་ རྒྱལ་འགྲུར་ག་ནི་ཡང་ སྤོན་མ་ཤེས་མི་ཅིག་ཡིན་པ་ ཅིན་ ལྟ་མོ་དབང་པོ་དལ་སི་མི་ཅིག་འོང། དེ་འབད་མ་ད་ ཟེའུ་ཟེའུ་འབད་དེ་ རང་གི་ལཱ་འགན་ཤེས་དགོ། སྤྱི་མཉམ་པ་ཉོན་ མི་འདྲི་གིས་ གནས་ཚུལ་འབྲུང་ལུངས་ཚུ་ལུ་ ཁོང་གི་སྒྲུབ་མི་ལུ་ ཚོད་ལྷ་འབད་དོ་ཟེར་བའི་ བན་མཚན་ཡིན་མ་ལས་ ཁོང་ གིས་ སྒྲུབ་བྱེད་ཅེད་སྒྲུབ་ཚུ་ སྤྱུང་བཞག་འོང། ཁོང་ཁོ་ལང་བཅུག་པ་ཅིན་ ཟེད་འབྲུག་ཡངས་ སྒྲུབ་འབྲས་མེད་པ་འགྱུ་འོང། རྒྱུ་ར་ཁོང་ཁོ་ཟེ་ནི་འདྲི་ཡང་ ཚུལ་དང་མ་མཐུན་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ རྒྱུ་ར་མི་རན་ཡིན་པའི་ བན་སྤོན་འོང། སྤོ་གི་ལན་ཚུ་ བྲགས་སྤེམ་སྤེམ་པར་ བཟོ་བཅོས་བཏང་སྤེམ་སྤེམ་དགོ། མི་ག་ཅིག་ཁོང་ཁོ་ལངས་བཅུག་པ་ཅིན་ ཁོང་མ་མི་གིས་ འདྲི་ལུ་ཉང་ བཏགས་འཕུལ་དེ་ རྒྱུ་ལུ་ལན་ མི་སྒྲུབ་ནི་ཡིན་མ་ཤེས་དགོ།

▶ དོན་ཚན་གྱ་དམིགས་དགོཔ།

རྒྱུ་ཀྱིས་ག་མནོམ་སྤེམ་ནི་བ་ གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་ལས་ ལན་གསལ་ཐོབ་ནི་འདྲི་ཁག་ཆེ། དེ་འབད་མ་ལས་ མནོ་ཚོ་བྱན་ ཆོ་སྒྲུབ་ནི་དང་ བར་བཀག་གྲུབ་ནི་ཚུ་ འབད་ནི་མི་འོང། ཉམས་སྤྱོད་ཚན་གྱི་ སྤྱིད་དོན་ཚོགས་པའི་འབྲས་མི་དང་ ཆོང་པ་ འདྲི་ཚུ་གིས་ ཇི་བ་ཇིས་ལན་ བརྒྱ་དང་སྤྱོད་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་གཏོགས་པ་འོང། ཁོང་གི་དུས་ཚད་འདྲི་ཁག་ཆེ་མ་ལས་ གལ་སྤྱིད་ ལན་སྒྲུབ་ནི་འདྲི་དང་འདྲོད་མེད་པ་ཅིན་ སྤྱང་མེད་བསྐྱར་བཞག་འོང། གལ་སྤྱིད་ ཁོང་གིས་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་དེ་ བཟོ་ ཡོད་པའི་དགའ་ངལ་ཚུ་འདྲི་སྐྱོར་ལས་ རྒྱུ་ཀྱིས་གནས་ཚུལ་སྤེམ་བ་ཅིན་ ཁོང་གི་ རོ་དང་ མོ་ས་ རྒྱ་དངས་ འཕྲལ་འཕྲལ་ སྤེ་ ལཱ་ག་ཡོག་ཚུ་ཡང་ བྱང་འོང་ཟེར་ ཁོང་གིས་ཤེས་ གནས་སྤངས་དང་ མི་ངོམ་ཚུ་ལུ་ ལེགས་ཤོམ་སྤེ་བཟུ་དགོ། གལ་ སྤྱིད་ རྒྱུ་ཀྱིས་དྲི་བ་ཚུ་ བསྐྱར་ཏེ་ འཇམ་ཏོང་ཏེ་སྤེ་འདྲི་མ་ད་ འགྲུབ་འབྲས་མ་འཐོན་པ་ཅིན་ བྲངས་ཕྱང་སར་འདྲི་དགོ། ཁོང་གི་ལན་གསལ་ཚུ་ ཉ་གོ་ཚུ་གསལ་པར་ ལཱ་ཁག་ཡོད་པ་ཅིན་ ཇི་བ་ཚུ་ཆོག་བསྐྱར་ཏེ་ ལོག་སྤེ་འདྲི་དགོ། ལཱ་ལུ་ཅིག་གིས་ ཁོང་གི་བསམ་འཆར་ཚུ་ འགོ་རིམ་ལེགས་ཤོམ་སྤེ་ བསྐྱིག་མ་ཚུ་གསལ་པའི་སྤྱབས་ བ་ཅིན་ ལན་ལོག་སྤེམ་ནི་ལུ་ སྤོ་བ་ བསྐྱེད་འོང། ལན་རྒྱབ་མི་འདྲི་ལུ་ ལེགས་ཤོམ་སྤེ་ཉུན་དགོ་ - འདྲི་གིས་རྒྱུ་ཀྱི་ལན་ཕོག་ཅིག་གེ་ གལ་སྤྱིད་ མ་ཕོག་པ་ཅིན་ དོ་རུང་ ལོག་སྤེ་འདྲི་དགོ། ཁོང་གིས་སྤེམ་མི་འདྲི་ དེས་བདེན་ཡིན་མ་ ཉན་ཉན་བཟོ་ནི་འདྲི་དོན་ལུ་ ཁོང་རའི་ལན་འདྲི་ ལོག་ ཆར་ཅིག་ སྤོར་བྱིན་དགོ། (“རྒྱ་གི་གསུངས་མི་འདི་ལྷོ་ལྷོ་?”)

▶ ལན་ཆ་ཆང་ལེན་དགོཔ།

དྲི་བ་ཇིས་ལན་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་འདྲི་གིས་ ལན་ཁ་གསལ་སྤེ་ བྱིན་ནི་འདྲི་སྤོ་འདྲོད་མེད་པ་ཅིན་ ཁོང་གི་ཆོག་ དཔེར་ན་ “ད་རེས་ཁམས་ཅིག་” “དག་པ་ཅིག་” “ལེ་ཤ་” ཡང་ན་ “གལ་ཆེ་བའི་ལཱ་” ཟེར་མི་ཆོག་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་འོང། འདྲི་གི་སྤེ་ སྤྱབས་ རྒྱུ་ཀྱིས་ལྷན་ཐབས་ཀྱི་དྲི་བ་བཀོད་དེ་ དུས་ལན་གསལ་ཏོག་ཏོ་ ལེན་ནི་འདྲི་ཅིས་རྒྱབ་དགོ། དྲི་བ་ཚུ་ ཡང་ དཔེར་ན་ “ནམ་?” “ག་དམ་ཅིག་?” “གྲུངས་ཁ་ག་དམ་ཅིག་ཡིན་ན་ ཕོག་ཚོད་ཤེས་ག་” ཡང་ན་ “རྒྱུ་ཀྱི་ལཱ་ངོམ་ ར་ སྤོ་?” ཟེར་མི་ཚུ་བབུམ།

འདི་བཟུབ་སྟེ་ མཇུག་བསྟོམས་ཀྱི་ལན་གསལ་ཚུ་ཡང་ འདི་དང་འདྲ། “ཨིན” ཡང་ན་ “མིན” ཟེར་མི་ཚུ་ ཅི་བ་འདི་
མཇུག་བསྟོམས་བཞག་ནི་དོན་ལུ་ ལག་ལེན་འཐབ་འོང། འཕམ་འཕམ་སྟེ་ རྩོད་ལུ་བད་དོན་མང་སུ་དགོཔ་འཐོན་ཏེ་ ལོག་
སྟེ་ར་ གློ་འགོ་བཙུགས་དགོཔ་འཐོན་འོང།

ཁྱེད་རེ་ རྩོད་ཀྱིས་གན་རྒྱ་འདི་གྱ། མཚན་རྟགས་བཀོད་ཅིག་?

ལན་སྒྲུབ་མི་ བཀོད་ཅི།

ཁྱེད་རེ་ རྩོད་ཀྱིས་དེ་སྟེ་འབད་དགོཔ་པའི་ རྒྱ་མཚན་ག་ཅི་སྟོ་?

དི་བུ་ལཱ་མཁ་གྱ། མ་འཁྱོ་བའི་ཉེ་མ་ ལན་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ། ལན་སྒྲུབ་མི་ ཉམས་ཕྱོང་ཅན་ཅིག་ཨིན་
པ་ཅིན་ རྩོད་ཉན་དགོམ་མོ་ལན་ཚུ་སྒྲུབ་འོང། དེ་འབད་མ་ད་ རྩོད་ར་གིས་ཟིན་བྱིས་བཏབ་བཞག་མི་ཚུ་ ལོག་སྟེ་ལྷག་བཟུ་
བའི་བསྐང་ལས་ ཅི་བ་ལས་ ཟུར་ཐབས་འབད་ག་མ་འབད་ ཉ་གོ་ཚུགས།

ཁྱེད་རེ་ རྩོང་ལག་ གང་རུང་ཅིག་གི་ སྒྲན་ཁང་ནང་ སྒྲན་བསྐུལ་བཏང་ཡི་ག་?

ལན་སྒྲུབ་མི་ བཏང་ཡི། སྒྲན་ཁང་འདི་ཚུ་དང་འབྲེལ་བའི་ གནད་དོན་ཐད་ལུ་ ལམ་ལུགས་ཚུ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ར་འབད་
ཡི།

ལན་འདི་ནང་ བཏང་ཡི་ཟེར་ སྒྲུབ་དོ་བཟུམ་མཐོང་རུང་ རྩོད་ཀྱི་དེ་བའི་ལན་ ཐད་ཀར་དུ་མ་སྒྲུབ། དེ་འབད་མ་ལས་ ལྷན་
ཐབས་ཀྱི་དེ་བ་ “སྒྲན་ག་ཅི་ར་ཏང་ཡི” “ཆོས་གངས་ནམ་དང་ ས་གནས་ག་ཏེ་ལས་བཏང་ཡི?” “འདི་ཚུ་བཏང་ཡོད་པའི་སྒྲུབ་
བྱེད་ ག་ཅི་ཡོད་པ?” “འདི་ཚུ་ཡར་ལུ་ རྩོད་ཡོད་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་ཡོད་ག་?” ཟེར་བ་ལ་མོགས་པ་ཚུ་འདི་དགོ། གལ་སྲིད་ ཁོང་
གིས་སྒྲུབ་མི་ལན་གསལ་ཚུ་ ཉ་མ་གོ་བ་ཅིན་ ཉ་མ་གོ་ཟེར་སྒྲུབ་དགོ། རོཙ་བ་བཟུ་སྟེ་ ཉ་མ་གོ་རུང་ གོ་རྒྱས་བཏབ་ལས་
མགོ་མཐོམས་མི་འདི་ ཁས་ལེན་འབད་བ་དག། འདི་ལུ་རྩོད་ཀྱིས་ “ར་བཅས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལྷག་མི་ ཡང་ན་ ལྷ་མི་ཚུ་
གི་ འདི་ཉ་མི་གོ་ནི་མས། རྒྱ་གིས་གོ་བ་འཇམ་སུ་སྟེ་ འགྲེལ་བཤད་རྒྱབ་གནང་མས” ཟེར་འདི་དགོ་ནི་དང་ ཡང་ན་ ལོག་
སྟེ་སྟོར་བའི་ཁྲངས་བཟོ་སྟེ་ “ར་གིས་གོ་བ་ལེན་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ གློན་པོ་གིས་གསུངས་མི་དོན་ཚན་ XY. འདི་ཨིན་ན་
ལགས་?” ཟེར་འདི་དགོ།

▶ ལོག་ཀྱའི་ལཱ་དང་ འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཆ།

གལ་སྲིད་ གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་འདི་གིས་ རྒྱལ་ལས་ མ་བརྟམ་མ་བཅའ་བའི་ལོ་རྒྱུས་རེ་ སྒྲུབ་འཐོན་འོངས་པ་ཅིན་ གནས་
ཚུལ་གསར་བཏོན་ཀྱི་འདྲ་དང་ ཡིག་ཆ་ ཞིབ་འཆོལ་སྟན་ཞུ་ ཅི་བ་དེས་ལན་སྒྲུབས་བཏབ་པའི་ འདྲ་པར་ཚུ་ བཏོན་ཆོག་
ཆོག་སྟེ་བཞག་དགོ། རྩོད་རའི་སྒྲུབ་བཟུང་འཁོར་ལོ་དང་ རིག་པ་འདི་ གཤམ་ག་ལོ་ལྟེ་ར་བཞག་དགོ། འདི་ཚུ་གིས་ ཅི་
བ་མཇུག་བསྐྱུར་ བྱ་རིམ་གི་སྒྲིང་ལས་ ལྷན་ཐབས་འབད་འོང། ཅི་བ་མཇུག་བསྐྱུར་ འོས་འབབ་དང་བསྐྱུན་ཏེ་ ལྷན་
ཐབས་ཀྱི་དེ་བ་ འདི་ནི་དེ་ གནང་བ་ལེན་དགོ།

▶ རོཙ་སྟོད་ཀྱི་དབང་ལུ་ཐལ་ནི་མི་འོང།

འདི་དེ་བ་དེས་ལན་འབད་མ་མ་གཏོགས་ མཛའ་བཤེས་མཐུན་ལམ་བཟོ་མིན། རྩོད་བད་དོན་འཆོལ་བར་ འཁྱོ་འཁྱོ་མ་ཨིན།
ཐོགས་རམ་འབད་བར་མེན། མི་ག་ཅིག་གིས་རྩོད་ལུ་ “དེ་བ་འདི་ མངོན་ཆོར་གྱི་ཐོག་ལས་རིག་སྟེ་ འདི་འདྲིམ་ཅིག་ཨིན་
པས” ཟེར་སྒྲུབ་ད་ རྩོད་ལུ་ རོཙ་སྟོད་རྒྱབ་མེན། ཁོང་རང་ལུ་ ལན་མནོ་བསམ་གཏང་ནི་གི་ ཏུས་ཚོད་ལེན་མ་ཨིན།

ཞིབ་བརྟག་གི་དྲི་བ་འདི་གི་མཛུགས་ལུ་ ཁོང་ལུ་ བསམ་འཆར་བཀོད་ནིའི་ �གོ་སྐབས་བྱིན་དགོ། འདི་གིས་སློབ་ཐོབ་ས་
བྱིན་མ་ཡིན། དེ་ལས་ཁོང་རའི་ལ་བྱག་ལས་ གཞན་ཡོད་པ་མེད་པ་གི་སྐོར་ལས་ འདི་ནི་འདི་ གུས་ཞབས་ཀྱི་བརྟམ་མཚན་ཡིན་
པའི་ཁར་ གནས་ཚུལ་འདི་ རྣམ་གསལ་སྟོན་འབད་ནི་ཡིན་ན་དང་ ག་དེ་སྟེ་ བཀོད་ནི་ཡིན་ན་གི་སྐོར་ལས་ བཤད་ནིའི་
གོ་སྐབས་ཡང་ཡིན། རྣམ་རང་འབད་རུང་ མཛུགས་བསྐྱབ་བའི་སྐབས་ དྲི་བ་བཀོད་དགོཔ་དེ་ཡང་། “ང་གིས་རྒྱ་ལུ་འདི་དགོཔ་
གཞན་ག་ཅིར་འདུག?” ཡང་ན་ རྒྱ་གི་ལ་བྱག་ལས་ ལ་སྐོང་རྒྱབ་དགོཔ་ ག་ཅིར་ཡོད?” ཟེར་འདི་དགོ།

► དྲིས་ལན་གི་མཛུགས་སྐད་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས།

སྤྱིར་བཏང་ དྲིས་ལན་མཛུགས་བསྐྱབ་བའི་སྐབས་ གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་འདི་ གོ་ཡངས་སུ་སོང་སྟེ་ རང་ཕྱོགས་མ་སྤང་པར་བཞག་
ནི་གི་དུས་ཚོད་འབྱུང་མ་ཡིན། འདི་གི་སྐབས་ལུ་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་སྐབས་འཐོན་ཡོད་པའི་ བ་སྟན་དང་མིང་ དེ་ལས་ གོ་
གནས་ཚུ་དེ་ཉི་ཞིབ་འབད་དགོ། ཨ་རྟག་ར་ བརྒྱུད་འཕྲིན་ཨང་དང་ ཡང་ན་ རྒྱུག་འཕྲིན་ལ་བྱང་ཚུ་ བྱུལ་ལས་བརྟམ་དོན་
ལ་གསལ་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་བ་འཐབ་དགོཔ་འཐོན་པ་ཅིན་ ལག་ལེན་འཐབ་ནིའི་དོན་ལས་ལེན་དགོ། འདི་བརྩམ་སྟེ་
ཁྱོད་རའི་འབྲེལ་གཏུགས་ལ་བྱང་ཚུ་ཡང་བཞག་དགོ། མཐའ་མའི་གུས་ཞབས་འདི་ སྤང་མེད་བསྐྱར་ནི་མི་འོང་། ཁོང་གིས་ཁྱོད་
ལུ་ བརྟམ་བཙུག་དང་ བཀག་རྒྱབ་ནི་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ ག་ཅིར་འབད་རུང་ ཁོང་གིས་དུས་ཚོད་བྱིན་མི་ལུ་ དཀའ་དྲིན་དགའ་
ཚོར་ ལྷ་དགོཔ་འདི་ལག་ཆེ། ཁོང་གིས་ཁྱོད་དང་གཅིག་ཁར་ རྒྱོ་སྐབ་ནིའི་དང་འདོད་ བསྐྱེད་མི་འདི་ལུ་ ཉིང་ལས་ར་ དགའ་
ཚོར་ཡོད་པའི་ རྣམ་འབྱུང་སྟོན་དགོ།

‘འདི་རྒྱབ་ཁུངས་ཀྱི་བརྟམ་དོན་ ཤེས་ནིའི་དོན་ལུ་དང་ མཐུན་འབྲེལ་གི་ཐོག་ལས་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་འཐབ་ཡིན་པ་ཅིན་
གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁུངས་གཞན་ཡང་ ཡོད་མེད་འདི་དགོ། མི་འདི་གི་མིང་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ གོ་སྐབས་ཐོབ་ས་འཐོབ་སྲིད།

► ལས་ལེན།

ཚབ་ཚབ་རིལ་རི་སྟེ་ ཅལ་ཚུ་བསྐྱམ་ནི་དང་ འཁྱོ་ཆས་བསྐྱིག་ནི་ཚུ་ འབད་ནི་མི་འོང་། འདི་གི་སྐབས་ལུ་ ཁྱོད་ཀྱིས་སྤང་
མེད་ཐོག་ལས་ གནས་ཚུལ་འདི་ གསལ་སྟོན་མ་འབད་ཕ་ལས་ ཚར་གཅིག་ཁོང་ལུ་སྟོན་འོང་ཟེར་ རོས་ལེན་འབད་འོང་།
བསྐྱུག་ཞིན་ན་ ཁྱོད་ར་གིས་ ཉ་གོ་མི་ཚུ་ག་ར་བཤད་བྱིན་དགོ། “མིན་ ང་གིས་འབད་བ་ཅིན་ ཁྱོད་ར་འདི་གི་སྐོར་ལས་
བསྐྱུན་གོས་འབད་དགོཔ་ཅིན་ དེ་གི་ཚུ་མ་སྐྱིག་པ་དང་གཅིག་ཁར་དག་ཟེར་སྐབ་སྐབ་ཡིན། ཁོ་མོའི་ལ་གསལ་རྒྱ་ལུ་ཡོད་”
ཟེར་སྐབ་དགོ། གནས་ཚུལ་ལུ་དོ་སྤང་ཅན་ཚུ་གིས་ དུས་ཚོད་འར་ཁུར་འདི་ ཁོང་རའི་འདོད་པ་བཀའ་ནིའི་ གོ་སྐབས་སྟེ་ལེན་
འོང་།

► དྲིས་ལན་མཛུགས་བསྐྱབ་བའི་བྱུལ་ལུ་ ཟིན་ཐོ་ལུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོ།

དྲི་བ་དྲིས་ལན་མཛུགས་བསྐྱབ་ཅིག་ ཟིན་ཐོ་ཚར་ཅིག་ ལྷག་བཏུ་དགོ། འདི་གི་སྐབས་ལུ་ ཁྱོད་ཀྱི་བརྟམ་པ་འདི་ ལེགས་ཤོམ་
སྟེ་གཡོག་བཀོལ་བཏུབ་ཡིན། གལ་སྲིད་ ཟིན་ཐོ་འདི་ལུ་མ་བཟུ་བར་ རངས་པར་རྩྭ་ཚོད་བཞག་པ་ཅིན་ ཡིག་འབྲུ་ཉིང་
སངས་ས་མེད་མི་ཚུ་ ག་ཅི་འབྲི་བྲིས་ཕ་ཡིན་ན་ རིག་མི་ཚུ་གས་ནི་དང་ འཕྲལ་མཚུགས་ར་ བདེན་དབྱེད་འབད་དགོཔ་ ག་
ཅི་ཡིན་ན་ཚུ་བརྟེན་འཁྱོལ་ཡིན། ཟིན་ཐོ་ནང་གི་ བར་སྟོང་ཚུ་བསྐྱབ་ཞིན་མ་ལས་ བྱུལ་མམ་གི་ལྷན་ཐབས་ དྲི་བཀོད་འདི་
ག་ཉི་ལུ་ཡིན་པས་ག་ རྟགས་བཀལ་བཞག་དགོ།

བསྟོན་བཤད་རྒྱུ་མི་ 'དང་གཅིག་ཁར་' འབྲེལ་བ་འཐབ་ཐངས།

བསྟོན་བཤད་རྒྱུ་མི་གཡོ་ཅན་ -གཞུང་འབྲེལ་མགྱིན་ཆ་བ་དང་ མི་མང་མཐུན་འབྲེལ་འགོ་དཔོན་ཚུ་- གཞུང་གི་འགོ་དཔོན་ དང་ གནས་ཚུལ་བསྟུ་བཀོད་པ་ཚུ་འཐབ་ན་ འབྲེལ་བ་འཐབ་མི་གཙོ་བོ་ཅིག་ཡིན། འཕམ་འཕམ་ཁོང་གིས་ དྲི་བཀོད་ རང་བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་དང་ ཡང་ན་ དྲི་བ་བཀོད་མ་ཆོག་པའི་རིགས་ཚུ་ ཐོ་རྒྱུ་སྟེ་བྱིན་འོང།

ཡུ་གེ་ལུ་ཡོད་པའི་ གར་དྲི་ཡུན་གསར་ཤོག་ནང་གི་ གནས་ཚུལ་བསྟུ་བཀོད་པ་བཟུམས་པ་ རེ་ནི་མི་བར་ཀར་གྱིས་ བྱི་ གླིང་གཞུང་གི་མགྱིན་ཆ་བ་ལས་ (མིང་གསང་བ་འབད་བཞག་ཡོད་པ) བསྟོན་བཤད་རྒྱུ་མི་ སྐྱོར་ལས་ གཤམ་ འཁོད་ཚུ་ མང་ན་གསལ་བྱུང་ཡོད་པ་སྟེ་བཀོད་རུག།

ཁོང་གིས་ཉང་བཏགས་འཕམ་མི་འདི་ བདེན་སྟོན། ཡིན་ཅུང་ ཉང་བཏགས་འདི་ནི་ ཉང་བཏགས་ར་ཡིན། རྒྱུད་ཀྱིས་ ཁོང་ལུ་ དེ་འགྲམ་འབད་ནིའི་དཔེ་བཅུ་ཡོད། “རྒྱུད་ཀྱིས་དཔེ་མ་སྤྲུབ་པ་ཅིན་ ག་གིས་སྤྲུབ་ནི་སྟེ་?” ཟེར་མི་འདི་ དྲི་ བ་གཡམ་ཅན་ཅིག་ཡིན། རྒྱུད་ཀྱིས་དྲི་བ་བཀོད་མི་དབང་འཛིན་ཚུ་ མང་ཤོས་ཅིག་ར་ གོང་མའི་བཀའ་བྱ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལཱ་འབད་དོ་ཡོད་པ་འོང། དེ་འབད་མ་ལས་ ཁོང་ར་ཡང་ བན་དོན་མ་ཐོབ་པར་ཡོད་པ་འོང། ཁོང་གིས་ བཀག་རྒྱ་བ་སྟེ་ ཕྱོགས་སྤངས་བཞག་མི་འདི་ ཁོང་རའི་ལཱ་འགན་འབག་པ་ཡིན། འདི་ཚུ་མགྱིན་ཆ་བ་ཚུ་གི་ དཀའ་ངལ་ཡིན། རྒྱུད་ཀྱི་ མེན། གཞུང་གིས་ ཁོང་ར་ལུ་འཛོལ་བ་ཡོད་ཅུང་ དམིགས་བསལ་གྱི་གནས་སྤངས་སྤྲུབ་མ་གཏོགས་ ཁོང་ར་གིས་ ཁོང་ར་ལུ་ སྟོན་བཅོལ་འབད་མི་བཅུག། མགྱིན་ཆ་བ་འདི་ཚུ་ལུ་ གནས་ཚུལ་བཟང་པོ་ཚུ་ ངན་པ་དང་གཅིག་ཁར་ སྤྲུབ་ རིའི་གོ་སྐབས་བྱིན་ ཁོང་མ་མོ་ ཁ་སངས་ཉིང་གསལ་འགྱུ་འོང།



གནས་ཚུལ་བསྟུ་བཀོད་པ་ཚུ་གིས་ ཞེ་བའི་མི་སྟེ་གིས་མཐོ་མི་ གནད་དོན་འདི་ ལག་ཆེ་ཟེར་བའི་ཆ་བྱང་ཡོད་པ་ ཡིན། གཡམ་སྤྱིད་འདི་ཚུ་གཞུང་ལུ་ལག་མ་ཆེ་བ་ཅིན་ ཁྲིམས་ལུགས་མཐུན་གྱི་ཆ་བྱང་ཡིན། རྒྱུད་ཀྱིས་ “ག་ཅི་ སྟེ་ འདི་ཚུ་གོས་བསྟུན་མ་འབད་མ་སྟེ་?” ཡང་ན་ “ག་ཅི་སྟེ་ གནད་དོན་འདི་ལུ་ གཞུང་གིས་ཆ་བྱང་མ་ལང་མ་ སྟེ་?” ཟེར་འདྲི་དགོ། གནས་ཚུལ་བསྟུ་བཀོད་པའི་ གཙོ་རིམ་འདི་ གཞུང་གི་གཙོ་རིམ་མི་འོང། གཞུང་གི་ཆ་ བྱང་འདི་ རྒྱུ་ཆེ་སྟེ་འོང། མགྱིན་ཆ་བ་འདི་ཚུ་ལུ་ དོན་ཆཅན་དམིགས་སུ་བཀར་ཏེ་ འདི་བའི་སྐབས་ ལན་སྤྲུབ་ནི་ ལུ་ སྤྲུབ་མ་བདེ་ལག་ལག་བཟོ་ཡིན།

དོན་ཆཅན་ཏ་གོ་མི་དང་ ཉམས་ཐྱུང་ཅན་ གཞི་ལྗོངས་ལྗོངས་འདི་ གནས་ཚུལ་བསྟུ་བཀོད་པ་དང་འབྲེལ་བ་ད་ ཞེ་སྤང་ཅན་ དང་ ཉམས་ཐྱུང་མེད་མི་ གནས་ཚུལ་བསྟུ་བཀོད་པ་ཚུ་ ཡིད་ཆོམ་ནི་འཇམ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

མགྱིན་ཆ་བ་ཚུ་གིས་འབད་བ་ཅིན་ གནས་ཚུལ་བསྟུ་བཀོད་པ་ཚུ་གིས་ སྤྱིར་བཏང་གི་བན་དོན་ཚུ་གིས་ ཡིད་ཆོམ་ཚུ་གསལ་ པའི་རེ་བ་བསྐྱེད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། གནས་ཚུལ་བསྟུ་བཀོད་པ་ཚུ་གིས་ བན་དོན་ཅིག་ནང་ གནས་ཚུལ་གཙོ་དོན་མིན་ འདུག་ ཟེར་མཐོན་ཅིག་ རང་བཞིན་གྱིས་ སྤྱི་བ་ཉམས་འགྱུ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དོན་ངོམ་འདི་ བསྟོན་བཤད་རྒྱུ་མི་ཚུ་ གིས་ ཐབས་བྱུས་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ ལག་མ་ཆེ་མ་བཟུམ་བཟོ་སྟེ་ གནས་ཚུལ་བསྟུ་བཀོད་པ་ཚུ་ ལ་སྤྱིར་བཏང་གི་ཡིན། བན་བརྒྱུད་པ་ལུ་ཅིག་ བན་དོན་གསར་པ་འཛོལ་ཏེ་ བདེན་པ་ཚུ་ སྤྱི་བ་ཆེད་གཏོག་ཏེ་མེད་ཅུང་ བཅོན་ལུགས་བསྐྱེད་མི་ ཚུ་གིས་ གནས་ཚུལ་ལེགས་ཤོམ་ འཐོབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།





གལ་སྲིད་ རྒྱུད་ཀྱི་བདེ་དོན་འདི་ འཛོལ་བ་ཡིན་པས་ཟེར་སྒྲུབ་རུང་ འཛོལ་བ་ཡིན་མ་སྟེ་ ཆབ་ཞག་ནི། “གལ་སྲིད་ ར་གིས་འཛོལ་སོ་པ་ཅིན་ ར་གིས་བཟོད་གསོལ་ཞུ་འོང་ དེ་འབད་མ་ད་……” ཟེར་ སྒྲུབ་ཆོག་ཆོག་སྟེ་སྟོང་དགོ། དེ་དང་སྒྲུགས་ཏེ་ ལྷན་ཐབས་ཀྱི་དེ་བ་ཚུ་དྲིས་ཏེ་ རྒྱུད་འདི་འདྲོད་ཚུལ་གྱི་ རྒྱབ་རྟེན་ས་བཟོ་དགོ། གལ་སྲིད་ ཁོང་གིས་ཚུར་དེ་བ་གཏང་པ་ཅིན་ ལོག་པར་གཏང་དགོ། བསྟོད་བཤད་རྒྱབ་མི་ ལ་ལུ་ཅིག་གིས་ རྒྱུད་ཀྱི་དེ་བ་འདི་ ཁོང་འདི་དེ་བ་ ལ་བསྐྱར་གཏང་འོང། དཔེར་ན་ རྒྱུད་ཀྱིས་ “སྟོན་པོ་འདི་ ད་ལྟོ་ཡང་ བརྟེ་འབེལ་ ཡོད་ཟེར་མི་འདི་ བདེན་ག་?” ཟེར་དེ་བ་ཅིན་ ཁོང་གིས་ “རྒྱུད་གནས་ཚུལ་བསྐྱར་བཀོད་པ་ཚུ་ ག་ཅི་སྟེ་ དོན་ཆུན་འདི་ནང་ སྟོན་པ་བསྐྱེད་དེ་ ཐིམ་ལུས་སོང་མ་སྟེ་?” ཟེར་དེས་འོང། འདི་ལུ་ རྒྱུད་ཀྱི་ལན་འདི་ “མགྲིན་ཆབ་ རྒྱུད་ཀྱིས་ཤེས་ས་ཡིན་ བད་བརྟུད་པ་ཚུ་གི་ བསམ་འཆར་ལུ་ སྟོན་པ་བསྐྱེད་མི་ག་ཡང་མེད། དཔེར་ན་ མི་མེར་ ལུ་དགོ་པའི་ ལན་འཆོལ་བ་ཡིན། དེ་མ་ཆད་ ར་བཅས་ལུ་ སྟོན་པའི་གཉེན་གྱི་སྟོར་ལས་ཡི་གུ་ག་ཅིག་ལུ་ གཉེན་སྟེ་ རྟོད་དེ་ཡོད། དེ་འབད་མ་ལས་……?” ཟེར་སྒྲུབ་དགོ།

རྒྱུད་ཀྱི་དེ་བ་འདི་ལུ་ ལན་མ་འཐོབ་མནོ་བ་ཅིན་ ཅུ་འགོངས་དགོ། “ར་ ལན་འདི་ལུ་འོས་ལེན་འབད་མ་ཚུགས། དོ་རུང་ ཆར་ཅིག་བཤད་མི་གནང་ག་?” ཡང་ན་ “རྒྱུད་ཀྱིས་དེ་དེ་བ་གི་ལན་ ཆང་མ་སྟེ་ རྒྱབ་ག་མ་རྒྱབ་མ་ཤེས་” ཟེར་ སྒྲུབ་ནི་འདི་ གུས་ཞབས་ཐོག་ལས་ སྒྲུབ་པའི་ཚུལ་ཡིན། གཞན་ཡང་ “དེ་བ་འདི་གི་ལན་ མི་རྒྱབ་ནི་སྟེ་ཡིན་ན?” ཡང་ན་ “ག་ཅི་སྟེ་ དེ་བ་འདི་གི་ལན་ མ་རྒྱབ་སྟེ་?” “གལ་སྲིད་ རྒྱུད་ཀྱིས་ར་ལུ་སྒྲུབ་པ་ཅིན་ ག་ཅི་འབད་འོང?” ཡང་ན་ “ལན་འདི་ ག་འབད་ས་ལས་འཐོབ་ག་?” ལ་སོགས་པ་ཚུ་འདི་དགོ།



དེ་བ་ལག་དྲགས་ཚུ་ འདི་ནི་ལུ་ ཐབས་ལམ་སྤྲོ་ཆོགས་ མནོ་བསམ་གཏང་དགོ། འཕལ་འཕལ་སྟེ་ བདེ་དོན་ ལཱ་ལག་ཤོས་ འདི་ནི་འཐོབ་པས་ལམ་ འཇམ་ཤོས་འདི་ སྤང་སྟེ་འདི་ནི་འདི་ཡིན། དེ་འབད་མ་ད་ གལ་སྲིད་ རྒྱུད་ཉམས་སྟོང་ཅན་གྱི་ མགྲིན་ཆབ་ཅིག་དང་ འབེལ་བ་འཐབ་པའི་སྐབས་ཡིན་པ་ཅིན་ དེ་བ་ཐབས་ལམ་ཐོག་ལས་འདི་མ་ཅིག་ འབྲེལ་བཏུབ་ནི་དང་ འདི་མིན་སྤངས་སྤངས་དེ་བ་ཅིན་ སྤང་མེད་སྤྱར་བཞག་འོང། འདི་ནང་ ལུ་ བསམ་འཆར་དག་པ་ཅིག་ཡོད། ཉེན་བདེ་ཕྱིན་ཏེ་ གོ་སྐབས་ཕྱིན་དགོ། “མ་པ་རྒྱུད་ཀྱིས་ ལྷན་ཞུ་འདི་ལྷག་ ཡོད་པ་འོང་ ལྷག་ཅིག་?” “འདི་བྱ་སྐབས་མ་བདེ་བའི་ གནད་དོན་ཅིག་ཡིན་ཟེར་ ར་གིས་ཤེས་” དེ་འབད་མ་ད་ ར་བཅས་ཀྱི་གསར་ཤོག་ལྷག་མི་ཚུ་གིས་ ར་ལས་རེ་བ་འདི་ གནད་དོན་འདི་སྤང་སྟེ་ “སྤྲོ་ཞུ་འབད་ནི་འདི་ ཡིན། ར་ལུ་སྒྲུབ་ནི་ལུ་ ཆར་གས་འབད་གནང་” “སྤྲོ་ཆོགས་ནང་ ལྷག་ལྷག་གི་རྒྱུད་ལུ་……ཟེར་སྒྲུབ་དེས་” ཡང་ན་ “གནད་དོན་…… གི་སྟོར་ལས་ བསམ་འཆར་བཤད་ནི་ཡོད་ག་?”

གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱིས་ འོས་ལེན་མ་འབད་མི་འདི་ ལྷན་ཞུ་ནང་ལན་སྟེ་ བརྟེགས་དགོ་པ།



གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁུངས་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་ རྒྱུད་ཀྱི་དེ་བ་ལུ་ ལན་རྒྱབ་ནི་འདྲོད་འདྲོད་མེད་པར་ གནས་ཚུལ་མི་ ཕྱིན་ཟེར་ སྒྲུབ་མི་འཐོན་པ་ཅིན་ རྒྱུད་ར་གླིག་སྟེ་སྟོང་དགོ། རྒྱུད་མཐོང་ རྒྱུད་བསྐྱགས་ཚུ་གི་ཐོག་ལུ་ སྒྲུབ་བྱུང་ ཡོད་མི་ནང་ ཐད་ཀར་ཡིན་རུང་ སྟོར་ཏེ་ཡིན་རུང་ ལན་སྒྲུབ་མ་བཏུབ་པ་ཅིན་ འདི་ཚུ་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ གནས་ཚུལ་ནང་ ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས། གསར་ཤོག་ནང་ཡིན་པ་ཅིན་ རྒྱུད་ཀྱིས་ “མི་ངོས་ག་འབད་རུང་ཅིག་ གིས་ དེ་བ་……གི་ལན་ རྒྱབ་མ་བཏུབ།” ཟེར་བརྟེགས་དགོ། རྒྱུད་ཀྱིས་ཐིས་མི་འདི་གི་ གོ་དོན་འདི་ ལན་སྒྲུབ་ མ་བཏུབ་པའི་སྟོར་ལས་ འབེལ་བཤད་རྒྱབ་ནི་མེན་པར་ ལྷན་ཞུ་འབད་ནི་རྒྱུད་ཀྱི་གཉེན་ཡིན། ལན་རྒྱབ་མ་བཏུབ་ པའི་ དོན་དག་ག་ཅི་ཡིན་ན་ གནས་ཚུལ་ལྷག་མི་ཚུ་གིས་ ཐག་བཅད་འོང།

རྒྱ་མཚན་མེད་པར་ འོས་འབབ་ཅན་དང་ གྱི་དྲི་བ་ལུ་ ལན་མ་རྒྱབ་པར་བཞག་པ་ཅིན་ དྲི་བ་དེ་ ཆ་མེད་གཏང་དགོ་པའི་གནས་
སྤངས་ལུ་བྱུག་འོང། འཕམ་ལམ་ལུ་ འདི་གིས་ཡང་ཕན་ཐོགས་པ་ཡིན། རྒྱུད་ཀྱིས་ “དགོངས་མ་མ་ཁྲེལ་ལགས་ གློན་པོ། ང་
གིས་ མི་རྩི་གློན་པའི་རྟོངས་ལས་ རྟོན་ཚན་འདི་གི་སྒྲོན་ལས་ ག་ནི་ཡང་ གསུང་ནི་མེད་པ་འོང་བེར་ མ་ཤེས་ལགས། རྟོན་ཚན་
འདི་ དེའི་གནས་ཚུལ་གྱི་ སྤྱིང་དོན་ཡིན། ང་ལུ་ཡོད་རུང་མེད་རུང་ ང་རའི་འཆར་སྣང་དང་ མཁས་མཚོག་དང་ དཔལ་པོ་རྩེ་
འཆར་བཀོད་ཚུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་ཡིན་ལགས། ང་གིས་ མི་རྩི་ལས་ ཐུགས་འཆར་ག་ནི་ཡང་ བཀོད་ནི་མིན་འདུག་ཟེར་ བཀོད་པ་ལུ་
ཁྱེད་མེད་ག་ལགས་?” ཟེར་འདྲི་དགོ། འདི་གི་སྐབས་ལུ་ ལན་རྒྱབ་མི་འདི་ གློ་གྲོས་དང་ལྷན་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་ དེ་འཕམ་ལས་
གནས་ཚུལ་ནང་ལས་ ཕྱིར་འཐོན་འབད་ནི་བ་ ག་ཅི་གྱ་ཅི་ཅིག་ སྐབས་པ་ཅིན་ ང་ག་ནི་མས་ཟེར་ གྲོས་ཐག་བཅད་འོང། གལ་སྲིད་
ཁོང་གིས་རྩ་ལས་ར་ མཉམ་འབྲེལ་འབད་མ་བརྟུབ་པ་ཅིན་ གུས་ཞབས་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་ལས་ དགོངས་མ་ཁྱེད་གོ།

གལ་སྲིད་ རྒྱུད་ལུ་རྟེ་མ་ལས་ར་ དྲི་བ་གང་རུང་ཅིག་ལུ་ ལན་མི་རྒྱབ་ཟེར་ སྐབས་སྤོམ་ཡོད་རུང་ དྲི་བ་འདི་རྩེ་ གེར་བཅུགས་པ་ཅིན་
ང་གི། འདི་རྩེ་རྒྱུང་བསྐྱགས་ཐོག་ལུ་ ལེགས་ཤོམ་འགྱོ་འོང། རྒྱུད་རའི་དྲི་བ་འབད་མི་ མི་རྩི་འདི་དང་ མི་མང་གིས་ རྒྱུད་རའི་
ཁ་བྱུག་ལས་ དྲི་བ་འདི་ བཀོད་ཅི་བེར་ཤེས་ཚུགས། གལ་སྲིད་ རྒྱུད་ཀྱིས་མ་འདྲི་བ་བཞག་པ་ཅིན་ རྒྱུད་ཀྱི་འཕུལ་ཤོར་ཡིན་མ་སྤྱོད་
ཁ་གཏང་འོང། རྒྱུ་ལས་ དྲི་བ་འབད་མའི་མི་རྩི་འདི་གིས་ གལ་སྲིད་ དྲི་བ་འདི་ ང་ལུ་དྲིས་དྲིས་པ་ཡིན་པ་ཅིན་ ང་གིས་ལན་
སྐབས་སྐབས་འོང་བེར་ བདེན་པ་བཟང་སྲིད།

ཚུད་རྟེན་གནང་འཇུག་ནི་མི་འོང།

དྲི་བ་བཀོད་པའི་སྐབས་ འཕམ་ལམ་ལུ་ དྲི་བ་ དཔེར་ན་ མི་རྩི་འདི་གིས་ ང་ག་ཐོག་དབང་བཅོང་དང་ འབྲེལ་
བ་ཡོད་པའི་སྒྲོན་ལས་དང་ བརྩེ་འབྲེལ་ཚུ་གི་ཐད་ ཁ་རྩེས་ཐོག་ཡོད་པའི་སྒྲོན་ལས་ འདི་དགོས་འཐོན་ཏེ་ ཁོང་མགོ་
མཐོམ་སི་སི་ བཟོ་དགོས་འཐོན་འོང། དྲི་བ་ དཔེར་ན་ “དེ་གི་དྲིས་ལན་འདི་གིས་ ད་ལྟོ་རྩེ་རྩེ་ བསམ་འཆར་མ་
འདམ་.....?” “དེ་གི་རྩེ་སྒྲིག་པ་གིས་ དྲི་བ་འདི་ རྒྱུད་ལུ་མ་བཀོད་པར་བཞག་ཟེར་སྐབས་མས་.....?” ཟེར་བའི་དྲི་བ་
ཚུ་བཀོད་དེ་དགོ། དེ་འབད་ཕན་ད་ ཤོབ་རྒྱུ་བ་ནི་མི་འོང། ཡང་ན་ གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁུངས་གཞན་ རོས་འཛིན་འབད་
དགོ། དཔེར་ན་ རྒྱུད་ཀྱིས་ “གལ་སྲིད་ རྒྱུད་ཀྱིས་ཤེས་པ་ཅིན་ གློ་བ་བསྐྱེད་འོང། དེ་ཡང་ འབྱུང་ཁུངས་སི་སི་ཅིག་
ལས་ ཁོང་གི་མཐོང་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་.....” ཡང་ན་ “འཐོར་གཏམ་ འདི་བཟུམ་ཅིག་འདུག། དེ་འབད་ཕན་ད་ ང་
བཅས་གེར་གིས་ཤེས། འདི་རྩེ་བདེན་མེད་ཀྱི་གཏམ་འོང་སྲིད་ཟེར་” ཟེར་མི་བཟུམ་སྐབས་དགོ།

གསལ་བའི་ཐོག་དྲི་བ་།

བན་བརྒྱུད་ལས་ཁང་ མང་ཤོས་ཅིག་ནང་ གསལ་བའི་ཐོག་ལས་ སྐྱབ་བཟུང་ཆོག་པ་ མ་ཆོག་པ་གི་ཁྲིམས་ལུགས་ དམ་
དམ་ཡོད་པ་ཡིན། འདི་རྩེ་རྒྱུལ་ཁབ་ལ་ལོ་གཅིག་ནང་ ཁྲིམས་འགལ་སྤྱོད་བཟུམ་ཡིན། ཡིན་རུང་ འཕམ་ལམ་ལུ་ རྒྱུད་ལུ་དགོ་པའི་སྐབས་ཕྱེད་འཐོབ་ནི་འདི་ཐབས་ལམ་ འདི་རྒྱུང་མ་གཅིག་འོང་སྲིད། སྤྱང་བ་འབད་ནི་འདི་ གལ་ཅན་ཅིག་
ཡིན། གལ་སྲིད་ རྒྱུད་ཀྱི་བྱང་ཁོག་གུ་ གསལ་བའི་པར་ཆས་ སྤྱར་བཞག་སྤྱོད་འབད་རུང་ འདི་ནང་ལུ་ གནས་དང་ལམ་
རྒྱུང་མ་གཅིག་ མཐོང་པ་ཅིན་ པར་བརྟན་འདི་གིས་ ཕན་མི་ཐོགས། སྤྱི་འདི་རྩེ་ གསལ་འདྲི་མེད་པ་ཅིན་ ཅུས་
ཆོད་དང་ རྒྱུས་ཆ་ འཕྲོ་བསྐྱུག་ཡིན། གསལ་བའི་དྲིས་ལན་འདི་ རྒྱུང་མཐོང་ནང་གི་ བྱང་ན་གྱི་ཁབ་སྤྱོད་བཟོ་དོ་བཟུམ་
འཇམ་ཏོང་ཏེ་ཡིན། འཕམ་ལམ་གི་མཁས་མཚོག་གིས་མ་དོ་བ་ མི་རྩི་གིས་ རྒྱུད་དང་གློ་སྐབས་སྤྱོད་ རྒྱུད་ལུ་དགོ་པའི་

བན་དོན་ཚུ་སླབ་བཅུག་ནི་དོན་ལུ་ ངི་བ་བཀོད་ཐངས་ཀྱི་ ཐབས་ལམ་དགོ། འདི་གི་སྐབས་ལུ་ སློན་མེད་པར་ ཨ་ཏྲག་བཟུམ་
སྟེ་ སླིག་ཡངས་ཐོག་ལས་ འཕྱོ་མ་བརྟབ་པར་ ཐབས་བྱས་འདི་ཚུ་ གཞན་གྱིས་ཤེས་ནི་ཉེན་ལ་ཡོད།

གལ་སྲིད་ གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་འདི་གིས་ གསང་བའི་ཐོག་ལས་ སླབ་བཟུང་ལ་སོགས་པ་ འབད་པའི་དོགས་པ་ཟ་ཏེ་ བྱང་སྟེ་
བ་ཅིན་ རྒྱུད་རའི་ཉེན་སྲུང་གི་དོན་ལུ་ མེན་ཟེར་མ་སླབ་པར་ཐབས་མེད། དེ་འབདཻམ་ད་ འདི་གིས་རྒྱུད་ཀྱི་ཅཅས་འདི་ཚུ་ ལག་
ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་ བྱ་སྐབས་མ་བདེ་ཁག་ཁག་བཟོ་འོང། གལ་སྲིད་ རྒྱུད་ཀྱིས་སླབ་བཟུང་འཁོར་ལོ་ཚུ་ ག་ནི་ཡང་མེད་ཟེར་ སླབ་པ་
ཅིན་ ཁྲིམས་དང་འཁྲིམ་ད་ མི་ངོ་མ་འདི་ རྒྱུད་སྐུལ་འབད་དེ་ འཕྱོ་མ་བྱུད་དེ་ སླབ་བཅུག་ཡོད་པ་སྟེ་བཟོ་འོང། ངིས་ལན་འབད་
བའི་ཐོ་རིགས་ ག་ཅི་ཡང་མི་འོང། འཛམ་གླིང་ནང་གི་ བན་བརྒྱད་ཚུ་ད་ཚབ་མང་ཤོས་ཀྱིས་ མི་མང་གི་ཁེ་ཕན་ སྟོན་སྟེ་ར་ཡོད་ན་མ་
གཏོགས་ བན་དོན་འཐོབ་ནི་དོན་ལུ་ འདི་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་མེད་པ་ཨིན།



སློབ་འདོད་མེད་པ་དང་ འཛིགས་སྤང་།

གནས་སྤངས་མངའ་ཤོས་ཅིག་ནང་ དྲི་བ་ནང་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་ཚུ་ལུ་ བར་བརྒྱད་ལུ་སློབ་ནི་ལུ་ འཛིགས་སྤང་བསྐྱེད་ དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་ ཁྲུལ་ལབ་མངའ་ཤོས་ཅིག་ནང་ དམ་ཚིག་མེད་པའི་ བར་བརྒྱད་དང་ གསང་བར་ སློལ་མི་ཚུ་ལུ་ སྤྱུག་སྤྱོད་དང་ འདི་ལས་ལྷག་པའི་བྱ་རན་འབད་མ་ཨིན། འདི་གིས་མ་དོ་བར་ ཁྱེད་ཀྱི་ དྲི་བ་འབད་མའི་ མི་ ངོམ་འདི་ཡང་ སེམས་ནད་ཡོག་པའི་ ཉམས་སྤྱོད་ཡོད་པ་ལས་ དང་འདོད་མེད་པ་མ་ཚད་ རྟོ་རུང་ ཁོང་གི་བར་དོན་འདི་ མི་ སྤེའི་ནང་ ཁྱབ་སྤེལ་འགྲོ་བ་ཅིན་ མི་ཚུ་གི་གདོང་ཁར་ སློབ་ཅོང་ནི་དང་ ཁ་གཏང་ནི་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་ནི་ལུ་ འཛིགས་སྤང་ཚུ་ བསྐྱེད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། གོ་ལེར་སྤྱོད་ ལུ་ཚུགས་ཀྱབ་སྤྱོད་འབད་བ་ཅིན་ ཉམ་ཞིའི་གོ་སྐབས་ཡོད། ཨིན་རུང་ དང་འདོད་མེད་པའི་ མི་ངོམ་ཚུ་ སློབ་སྤྱོད་བཟུག་ནིའི་ གཅེས་ཤེས་གཙོ་བོ་ག་ཅིག་འདི་ ཁོང་གིས་སློབ་གཏང་ཚུགས་པའི་ འབྲེལ་གཏུགས་འབད་མི་འ་ གང་ཟེག་གསུམ་པམ་ཅིག་བཟུགས་ཐོག་ལས་ སྤྱབ་ནི་འདི་ཨིན།

གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁུངས་ལུ་ འཛིགས་སྤང་ཨིན་ན་དྲི་བ་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ ཁོང་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་བྱིན་ནིའི་ ཁས་ལེན་འབད་དགོ། འདི་ནང་ལུ་ དྲི་བ་དྲིས་ལན་མ་འབད་མ་ལས་ ཉེན་སྲུང་བྱིན་ནི་གི་ཐང་ ཁྱེད་པའི་ཚུ་མ་སྤྱིག་པ་དང་ག་ཅིག་ཁར་ བསྐྱེད་གོས་ཀྱབ་ སྤྱོད་ གཏན་འབེབས་བཟོ་དགོ། ག་ཅི་སྤྱོད་ཟེར་བ་ཅིན་ རང་གིས་གྲུབ་མ་ཚུགས་པའི་ཁས་ལེན་ འབད་ནི་མི་འོང།

གནས་ཚུལ་གསལ་སྤྱོད་འབད་ནི་ལུ་ ཐོས་ཀྱི་ཅན་གྱི་གནང་བ།

ཐོས་ཀྱི་ཅན་གྱི་གནང་བ་ཟེར་བའི་སྐབས་ “རབ་ཅས་ཀྱིས་ ཁྱེད་ཀྱིས་སྤྱབ་མི་འདི་ གསལ་སྤྱོད་འབད་བ་ཅིན་ ཁྱེད་མེད་ ག་?” ཟེར་འདི་ནི་རྒྱུང་མ་གཅིག་ལུ་མི་གོ། འདི་ནང་ལུ་ གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་ལུ་ གནས་ཚུལ་གསལ་སྤྱོད་འདི་གི་ གྲུབ་འབྲས་ དང་ ཉེན་ཁ་ ཉེན་སྲུང་ (བྱིན་ཚུགས་དང་མི་ཚུགས) ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་ ཉ་གོ་ཞིན་མ་ལས་ ཐོས་ཀྱིའི་ཐོག་ལས་ གནང་ བ་བྱིན་མི་ལུ་སྤྱབ་ཨིན། མི་ཚུ་འདྲོག་བྱེལ་ འཐབ་བཟུག་ནི་མི་འོང། དེ་འབད་ལང་ མི་ཚུ་ལུ་ ཉེན་ཁ་འབྱུང་ནི་ཨིན་མི་ཚུ་ཡང་ གསང་བཞག་ནི་མི་འོང། མི་ཚུ་གིས་ ཁོང་པའི་བར་དོན་དང་ག་ཅིག་ཁར་ གདོང་ཁར་འཐོན་པ་ཅིན་ ཁྱེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འདི་ ཉེང་སྐལ་ར་ སྤྱིང་སྤྱིང་འགྲོ་འོང། བར་སྤྱོད་འདི་ལུ་བརྟེན་ ཁྱེད་དང་གནས་ཚུལ་བྱིན་མི་གཉིས་ཀྱི་བར་ནའི་ མཐུན་འབྲེལ་ཡང་ ལེགས་ཤོམ་འགྲོ་འོང། གལ་སྤྱིད་ ངོ་རྟགས་ལ་ལུ་ཅིག་ གསང་བ་སྤྱོད་ བཞག་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ བུལ་ལས་ བདེན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ གཞན་ཡང་འཐོན་ནིའི་གོ་སྐབས་ཡོད།

སྤྱིང་ཇེ་ནི་མེན་པར་ དཀའ་ངལ་ཉ་གོ་དགོ།

བསམ་འཆར་ དཔེར་ན་ “ཨ་ཡེ་ འདྲོག་མི་མི་སྤྱོད་ ཁྱེད་ལུ་བལྟ་སྤྱོད་པངས་མས་” ཟེར་མི་ཚུ་གིས་ ཁོང་ཆ་ཁྱབ་ལུ་ ལྷོགས་ གྲུབ་མེད་པ་བཟུམ་དང་ ཉེང་སྐལ་ར་ རུས་པ་མེད་པ་དང་ གཅེས་ཆག་མི་མི་ཨིན་པའི་ ཚོར་སྣང་ཤར་བཟུག་འོང། ཁོང་ལུ་ལོ་ རྒྱུས་བཤད་ནིའི་དོན་ལུ་ ཉེན་སྲུང་དང་ལྷན་པའི་ ས་གོ་བྱིན་དགོ། བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་ གོ་ཡངས་ཐོག་ལས་ མི་ངོམ་འདི་ལུ་ མཐོ་བསམ་གཏང་ནི་དང་ སློབ་གྲྭ་བཟུགས་ནིའི་ རུས་ཚོད་ཚུ་བྱིན་དགོ། འབྲེལ་འབྲེལ་ར་ སློབ་སྤྱོད་བསྐྱེད་བཟུག་ནིའི་ རྒྱབ་ སྐྱོར་ཚུ་བྱིན་དགོ། དཔེར་ན་ མགྲུ་ཀྱིག་ཀྱིག་འབད་དེ་ “ཨིན་པས་ འཕྲོ་མཐུད་པས་ཆོག་” ཡང་ན་ “དོ་རུང་ཉེང་སྐལ་སྤྱབ་ད་ ” ཟེར་སྤྱབ་ནི་ལ་སོགས་པ། གལ་སྤྱིད་ ལམ་སྤོལ་གྱི་སྤྱིག་ལམ་དང་ འགལ་བ་མེད་པ་ཅིན་ ལག་པར་བཤད་དེ་ སེམས་གསོ་ འབད་ནི་ཚུ་ཡང་ མ་རུང་མ་མེད། འགྲོ་བ་མའི་ཀུན་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ལས་ ལམ་སྤོན་འབད་དགོ།

འབྲི་ནི་འདི་ ནམ་མཚམས་འཛོག་འབད་དགོཔ་ཨིན་ན་ཤེས་དགོཔ།

འཕམ་འཕམ་སྤེ་ རྩོད་ཀྱི་ཟིན་ཐོ་བཞག་ཐངས་ལུ་བཏུ་སྤེ་ གནས་ཚུལ་ཕྱིན་མི་ཚུ་ སེམས་གཤེད་ཉིའི་ཉེན་ཁ་ཡོད། ཚོར་བྱགས་ཅན་གྱི་ རོན་ཚན་གྱི་ལྷོད་པའི་སྐབས་ འབྲི་ནི་བཞག་སྤེ་ ཉན་ནི་ལུ་གཙོ་བོར་བརྟན་དགོ། ཟིན་ཐོ་འདི་ བྱལ་ལས་བཀོད་རུང་བལྟཔ།

གྲུས་ཞབས་འབད་དགོཔ།

དྲི་བ་ཚུ་ གཅིག་བྱལ་གཉིས་སྤེ་ འབྲེལ་ཕྱི་འབྲེལ་སར་ བཀོད་ནི་མི་འོང། དྲི་བའི་ལན་ཚུ་ གྲོ་བ་ཆེ་བའི་བྱགས་ ཀྱིས་ འོག་སྤྱོད་འབད་ནི་མི་འོང། རྩོད་རང་ ཁོང་གི་ས་གོ་ནང་ འཇུལ་ནི་ཅིས་རྒྱབ་སྤེ་ དྲི་བ་སྤང་མེད་སྤེ་ བཀོད་ ནི་མི་འོང།

ཅལ་དུ་བརྟན་དགོཔ།

སེམས་ཚོར་དག་པོའི་གནས་སྤངས་ཚུ་ སེམས་ཁར་བཞག་དགོ་པའི་ཁར་ དྲི་བ་སྤྱུག་ཚུ་ཡང་བཀོད་དགོ། ཁོང་ གིས་ སྤྱུག་སྤྱོད་གི་ཉམས་རྒྱུད་པ་ཨིན་ཟེར་ སྤྱབ་པ་ཅམ་གྱིས་ དེས་བདེན་འོང་མི་སྤྱོད། མི་ལ་ལོ་ཅིག་གིས་ གྲོ་བ་ བཏགས་ནི་ཡོད་པ་ཨིན། ལ་ལོ་ཅིག་གིས་ ཁོང་ར་ལུ་ དཀའ་ངལ་བྱུང་ཡོད་མི་འདི་ སྤྱབ་དགོ་མ་མཐོ་བར་ སྤང་ མེད་བསྐྱར་ཏེ་ བཞག། ཁོང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ དེས་བདེན་ཨིན་པའི་ ར་ཁུངས་བཟང་མ་རྒྱགས་པ་ཅིན་ ཁོང་གི་ གནད་དོན་འདི་ བཏགས་སར་བསྐྱལ་མི་ཚུ་གསལ་ཟེར་སྤྱབ་དགོ། དྲི་བ་གཞན་བཟུམ་སྤེ་ འདི་གི་སྐབས་ལུ་ཡང་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ ག་བསྐྱར་འབད་དེ་བཏུ་དགོ།

གནས་ཚུལ་འཕྲོ་བ་རྒྱགས་མི་ཚུ་གསལ་འདི་ འོས་འབབ་ཡོད་པའི་དྲི་བ་ དྲིས་མ་དྲིས་ལུ་རག་ལས་འོང། དེ་འབད་ལ་ ད་ མི་མང་གི་དོན་ལུ་ འདི་གི་སྤྱོད་ལས་ ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པ་སྤེ་ འབྲི་དགོཔ་འདི་གཤེད་ཆེ། བྱལ་མའི་ལཱ་ནང་ རྩོད་ཀྱིས་བསྐྱེད་མས་འབད་ཡོད་པའི་བཟོ་དོན་ཚུ་ ཕྱི་སེལ་རྒྱབ་སྤེ་ གནས་ཚུལ་སྤྱོད་བཟོ་གཏོ་ ག་དེ་སྤེ་ བཟོ་ ནི་ཨིན་ན་གི་སྤྱོད་ལས་ ཁྲོས་བསྐྱར་འབད་འོང།

ལེའུ་ ༥ པ་

གནས་ཚུལ་འབྲི་བ་དང་།

ཐོ་རིག་ཅན་གྱི་ཐོག་ལས་ ཞིབ་དཔྱད་འབད་བའི་གནས་ཚུལ་འདི་ ལེགས་ཤོམ་སྤེ་ བཀོད་
སྤྲོད་མ་འབད་བ་དང་ འབྲི་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ གྲོ་བ་མེད་པ་འགྲོ་འོང། གནས་ཚུལ་འདི་
ལྷག་མི་ཚུ་གིས་ གོ་གཏང་བརྒྱབ་སྤེ་འོང་དགོ། དེ་འབད་ཕ་ལས་ གནས་སྤངས་ཚུ་ ཅུས་
མཐུན་བཟོ་སྤེ་ ཅུས་ཐོག་ལུ་བཏོན་དགོ། ཁྱོད་རའི་ཞིབ་དཔྱད་ཀྱི་བཟུང་དོན་ལུ་ རིས་
ལེན་འབད་མི་ འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་དང་ ཡོངས་གྲགས་ཅན་གྱི་ མི་རིམ་ཚུ་གི་ ལུང་འདྲེན་
ཚུ་ ཁྱོད་རའི་གནས་ཚུལ་ནང་ བཟུགས་པ་ཅིན་ ཁྱོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གྱི་བརྒྱུ་མཐོང་ལུ་
ཕན་ཐོགས་འོང། ཐིག་ཁུམ་དང་ ཤོག་ཁུམ་ པར་རིས་ཚུ་གིས་ཡང་ གནས་ཚུལ་ལྷག་མི་
ཚུ་ལུ་ ཁྱོད་ཀྱི་ཞིབ་འཇོལ་ མཁྱེལ་འཐོམ་སི་སི་ཚུ་ ཏ་གོ་ནི་ལུ་ ཕན་ཐོགས་ཚུགས།

གནས་ཚུལ་ག་དེ་སྤེ་ འབྲི་ནི་སྒྲིལ།

ལྷག་མི་ཚུ་གི་སེམས་པ་གྲུག་ཐབས་ལུ་ རྒྱུ་ཁྱིམ་གནས་ཚུལ་གྱི་ སྤྱི་དོན་ངོ་མ་ནང་འཛུལ་ཏེ་ ཁོང་གི་སེམས་ཁར་ འབྲུང་ཚུགས་པའི་ རུས་པ་ཅན་གྱི་ འཆར་སྤང་གསལ་སྟེན་འབད་དགོ། ཨི་མི་རི་ཀའི་ བད་བརྟུན་པ་གོང་མ་ ཨི་མི་ཁྱི་ མེན་ལེན་གྱིས་བསམ་འཆར་བཤད་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ གནས་ཚུལ་ལྷག་མི་ཚུ་གི་ སེམས་པ་གྲུག་ཐབས་ ལུ་ འགོ་བཙུགས་པའི་སྐབས་ སྤྱི་དོན་གྱི་བརྟུན་དོན་ ཐོག་ལས་ མཐོང་སྤང་རུས་པ་ཅན་ཅིག་གིས་ འགོ་བཙུགས་ དགོ་ཟེར་ཨིན་མས། གནས་ཚུལ་ཡོངས་ཚོགས་འདི་ བུལ་ལས་གསལ་བཏོན་འབད་དགོཔ་ལས་ རོ་སྤྱོད་སྐབས་ ཁ་ གསལ་མཛེར་བསྐྱུས་ཅིག་མ་གཏོགས་ དགོཔ་མེད་ཟེར་ཨིན་པས། དེ་འབད་མ་ད་ རྒྱུ་ར་གིས་མཐོང་མཐོང་མ་ཚུ་ བྱེད་ བོ་ཤོ་ཐོག་ལས་ འབྲི་དགོཔ་གཤམ་ཆེ། རྒྱུ་རའི་གནས་ཚུལ་གྱི་ འགྲོས་དང་མ་མཐུན་པའི་མཐོང་སྤང་ཚུ་ སྤང་དགོཔ་དང་ ཡང་ན་ བྱུང་ཆེན་ཚུ་ འོས་འབབ་མེད་པར་ སྤོ་བ་ཅན་བཟོ་ནི་གི་ཕྱིས་རྒྱབ་ནི་མི་འོང། གནས་ཚུལ་ལྷག་མི་ཚུ་གིས་ གློ་ གཏང་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་འདི་ ཁག་ཆེན་ལས་ འགོ་དང་འགོ་ལས་ བདེན་འཛིན་ཟེ་མ་ཚུགས་པའི་ ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ལས་ འགོ་བཙུགས་པ་ཅིན་ རྒྱུ་རའི་འབད་ཚུལ་ དོན་མེད་འགྱུ་འོང།

ཞིབ་འབྲས་ཚུ་ མཐའ་བསྐྱེམས་འབད་དེ་ དངོས་དོན་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་ བདེན་ཁུངས་བཟུང་ནི་ཚུ་འབད་དགོ། བཞོན་ ཆོག་འདི་ཚུ་ སྤང་བ་གང་ཤར་ཐོག་ལས་ ཡག་ལེན་འཐབ་ནི་དང་ སྤྱབ་ཕྱེད་ཚུ་ མཐའ་དབྱེད་སྤྱབ་འབྲས་དང་ འབྲེལ་ བ་བཟོ་ཐངས་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རྒྱུ་རའི་གནས་ཚུལ་ལུ་ གཞོད་པ་འབྲུང་བརྟུག་ནི་མི་འོང། གཤམ་སྤྱོད་ དེ་སྤྱོད་འབད་བ་ ཅིན་ རྒྱུ་རའི་གནས་ཚུལ་ཚུ་ ཏན་ཏན་མེད་པ་འགྱུ་འོང། སྤྱབས་མ་ལེགས་པའི་སྐབས་ རྒྱུ་ར་ལུ་ ཁ་ཉེས་བགཤམ་ པའི་ ཉེས་འཛུགས་ཐོག་སྟེ་ རྒྱུ་རའི་བརྒྱུ་མཐོང་ལུ་ཡང་ ཐོ་ཐོག་འོང།

སེམས་ཁར་ངེས་དགོཔའི་ བསྐྱབ་བྱ་དགའ་པ་ཅིག་ གཤམ་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད།

འབྲུལ་བ་མེད་པ།

- ▶ **ངེས་ཆོག་དང་དཔེ།** རྒྱུ་རའི་གནས་ཚུལ་ལུ་ འགྲོས་པའི་ཆོག་ཚུ་གི་ ངེས་ཆོག་ཚུ་ གནས་ཚུལ་ལྷག་མི་ཚུ་ལུ་ འགྲེལ་ བཤད་རྒྱབ་ཕྱིན་ཐོག་ལས་ ངེས་ཆོག་འདི་ཚུ་ གཅིག་མཚུངས་སྟེ་ ཡག་ལེན་འཐབ་དགོ། དེ་མ་ཆད་ བརྟུན་དོན་ ཚུ་ དཔེར་བཞོན་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ རོ་ག་རོ་ག་རིལ་རི་སྟེ་བཟོ་དགོ།
- ▶ **བདེན་ཁུངས་མེད་པའི་སྤྱི་རབ་ཏུ་གི་མིང་ཆོག་ཀྱི།** སྤྱི་རབ་ཏུ་མིང་ཆོག་ དཔེར་ན་ 'མང་ཆེ་ཤོས་' ལེ་ཤ་ 'དགའ་པ་ ཅིག་' 'ཉུང་སྤྱི་ཅིག་' ཟེར་མི་ཚུ་གི་ བོ་དོན་དང་ རྒྱུ་རའི་ཚུ་ ཉ་གོ་ཞིན་མ་ལས་ འཐོབ་ཐངས་དང་བསྐྱུན་ཏེ་ ཡག་ལེན་འཐབ་དགོ། 'མང་ཆེ་ཤོས་' དང་ལེ་ཤ་ ཟེར་བའི་ཆོག་གཉིས་ཀྱི་ལུ་ཉུང་པར་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ བཟུ་ དགོཔའི་ཁར་ དམིགས་བསམ་གྱིས་ 'ཆམ་ཉུམ་' དང་ 'རྩ་ལས་ར་' ཟེར་མི་ཚུ་སྤྱབ་པའི་སྐབས་ བརྟུན་བཏོན་ དགོ། ག་ཅི་འབད་རུང་ཅིག་ལུ་ 'རྒྱ་མཚན་གཅིག་རྒྱུང་མ་གཅིག་'ཨིན་ན་ ཡང་ན་ 'རྒྱ་མཚན་ཚུ་ལེ་གཤམ་ལས་' གཅིག་ཨིན་ན་ 'ཨ་རྒྱ་ར་ཨིན་ན་' ཡང་ཅིན་ ཡང་ལས་ཡང་དུ་ཨིན་ན་ དཔེ་གསལ་ལེ་ལེ་བཀོད་ནི་དང་ མི་ ཚུ་གི་མིང་བཏོན་ཏེ་ སྤྱི་རབ་ཏུ་གི་ཆོག་ཚུ་ དམིགས་སྤྱབ་པ་གཤམ་དགོ།
- ▶ **ཚུང་དོན་ལུ་རྒྱབ་སྟེར།** བཞོན་གཏམ་གེ་ར་ལུ་ ཁ་གསལ་ཐོག་ལས་ རྒྱབ་ཕྱིན་བཀོད་དགོ། བསམ་ལུགས་དང་ ལམ་ལུགས་ཚུ་ལུ་སྟེན་བཞོན་འབད་བའི་སྐབས་ མི་ངོམ་ཚུ་ལུ་ སྟེན་བཞོན་འབད་ནི་མི་འོང། ཚུང་གཞི་དང་ གནས་སྤངས་གྲུ་ གོས་བསྐྱར་འབད་དགོ། གནས་ཚུལ་ལྷག་མི་ཚུ་ ཁོང་རའི་མཚོ་ལུགས་དང་བསྐྱུན་ གློ་ཐག་ བཅད་བརྟུག་དགོ། འབྲུལ་འབྲེལ་སྟེ་ སྤྱབ་ཕྱེད་བཀོད་པ་ཙམ་ཅིག་གིས་གོ་ཆོད།

- **དབང་འཛིན་ཚུ་བདེན་ཉག་སྐྱེ་བཞིན་དགོས།** འདི་གི་ཡན་པ་དང་གཞི་དཔེ་ཚུ་ཐོ་བཞིན་འབད་དེ་འབྲུག་འབྲུག་སྐྱེ་རིམ་ལེན་འབད་དགོ། དབང་འཛིན་ཚུ་གི་དང་ལཱ་ཚུ་གི་ཐད་ཁར་ཚུ་མཚན་ཤེས་ནི་འདི་ལག་ཆེ། མི་གང་རུང་ཅིག་གིས་འདི་བཟུམ་མའི་སྒོ་ག་ཅི་སྐྱེ་སྐྱེ་མེར་མནོ་དགོ། ཞིབ་འཇོལ་གྱི་རྒྱབ་ཁུངས་དང་ལུང་འབྲེན་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ཐོག་མ་ལེན་ནི་དོན་ལུ་གནས་ཚུལ་འབྲུག་ཁུངས་གཅིག་མེན་པར་ལེ་ག་དང་གཅིག་ཁར་ཁ་སྐྱབ་དགོ།
- **འཆར་སྣང་ (stereotype) ཡང་ན་ སེམས་ཚུངས་པའོ།** འཆར་སྣང་ཚུ་བཟང་པོ་ཡང་ན་རན་པ་ཡིན་ཅུང་སྤང་དགོ། ཆོག་དོན་ཚུ་ཚྭ་གསལ་སྤང་མེད་པར་བཞག་དགོས་དང་གནས་ཚུལ་འབྲུག་ཁུངས་ཚུ་གིར་བློ་ཤེས་ཐོག་ལས་རིམ་ལེན་འབད་དགོ།
- **“སྤྲེ་ག་ཅི་སྒྲོལ་” ཟེར་འདི་དགོ།** རྒྱུད་ཀྱིས་བརྗོད་དོན་འདི་ཚུ་རྒྱུད་རའི་དཔག་འཆར་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མེད་བཟུང་གསོལ་འབད་ནི་འདི་ཐབས་ཤེས་དཔག་ཤོས་འདི་རྒྱུད་ཀྱིས་ཁྱེད་རའུ་ “སྤྲེ་ག་ཅི་སྒྲོལ་” ཟེར་བའི་དེ་འདི་ནི་འདི་ཡིན། ལག་ཆེ་བའི་དོན་ཚན་གཅིག་ལ་སྤྱོད་ཐུག་གཞི་བཞག་ཏེ་འབྲི་བ་ཅིན་ཡིད་འཕྲོག་ཚུ་གསལ་པའི་ཞིབ་བཞག་གནས་ཚུལ་འབྲུག་མེད་ཅིག་འབྲི་ཚུ་གསལ། རྒྱུད་ཀྱིས་སྤྱོད་ཐོབ་ཚུ་ལཱ་ཅིག་ལོག་གནས་ཚུལ་འབྲུག་ཁུངས་ཡོད་སར་སོང་ཞིན་ན་གནད་དོན་འདི་འབྲེལ་བའདད་ཉིང་སངས་ས་དང་རྒྱུས་ཤིང་རྒྱུས་པ་སྐྱེ་རྒྱུ་བཟུག་སྤྲེ་སྤྱོད་ཐུག་འདི་ཚུ་སྤྱི་སྤྱི་དང་གསལ་ཏེ་གཏོ་བཟོ་དགོ། རྒྱུས་དོན་ཚུ་ཡང་ཉེ་མ་ལས་བཟུམ་དགོས་ཡིན། འདི་གིས་གནས་ཚུལ་ལྟག་མི་ཚུ་ལུ་རྒྱུད་དང་བྱུང་རིམ་གྱི་གནས་སྤངས་སྐོར་ལས་གནས་ཚུལ་ཚུ་བྱིན་འོང། འདི་གིས་རྒྱུད་ཀྱིས་མནོ་བའི་གནད་དོན་ཚུ་འབྲེལ་གཏོགས་འབད་མི་ཚུ་ལུ་ཐབས་ལམ་དང་བསམ་པ་དེ་ལས་གོ་སྐབས་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་གནས་ཚུལ་འབྲེལ་སྤྱོད་པ་ཡིན།

གནས་ཚུལ་འབྲི་ཐངས་- དོན་མཚན་ཐོག་ལས།

རྒྱུད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འདི་དོན་ཚན་གྱི་འདུ་ཆོག་སྤྱི་ཡོད་མི་ཚུ་མནོ་བསམ་གཏང་དགོ། དོན་ཚན་ཚུ་དོན་མཚན་ལས་བསྐྱེད་བཞག་བཞག་ཅིག་ཡིན། རྒྱུད་ཀྱིས་དོན་ཚན་(དཔེར་ན་རྒྱུ་ཡོངས་ནང་ལཱ་རན་འབད་མི་གཙོ་བོ་ཚུ་ཚུ་འཆོལ་ནི་དང་ཡང་ན་གསལ་བའི་མི་སྤྱི་ལུ་རྒྱུ་ཡོངས་དང་འདི་གི་ཡར་འཕེལ་གྱི་རྒྱ་རྒྱུ་) འདི་གཉིས་ལས་གཅིག་རྒྱུད་རའི་ཞིབ་དབྱེད་ཀྱི་དོན་ཚན་སྤྱོད་ཐོབ་སྤྱོད་འདི་གི་སྐོར་ལས་ཡོངས་རྒྱུ་ཡོངས་འཆོལ་ཞིབ་འབད་དགོ། བརྗོད་དོན་སྤྱི་ཚུ་རྒྱུ་སྤྱི་ཅིག་བཟོ་སྤྱོད་མི་ཚུ་གིས་ཉེ་གོ་ཚུ་གསལ་བཟོ་དགོ། འདི་འགོ་བཟུགས་པའི་རྒྱུ་ཡོངས་བརྗོད་ཆོག་གཙོ་དོན་གྱིས་འགོ་བཟུགས་ཏེ་གནས་ཚུལ་ལྟག་མི་ཚུ་ལུ་རྒྱུད་ཀྱིས་དོན་ཚན་ག་ཅི་འདི་ཞིབ་འཆོལ་འབད་དོག་དང་ཉེ་མ་བྱུང་ཡོད་པའི་གནས་སྤངས་དང་གཤེས་འབྲེལ་བཟོ་སྤྱོད་མི་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་སྤྱོད་དགོ། དོན་ཚན་རེ་རེ་ནང་གཤམ་འཁོད་ཚུ་རྒྱུད་དགོ།

- ༡༽ རྒྱུ་ཡོངས་ (ཁ་གསལ་ལ། ལུང་འབྲེན། གནས་སྤངས་དང་པར་རིས)
- ༢༽ རིམ་ཚོག་དང་འབྲེལ་བའད།
- ༣༽ རྒྱུ་ཡོངས་དོན་ལོ་རྒྱུས། རྒྱུ་ཡོངས་ཡང་ན་ག་བསྐྱེད།
- ༤༽ རྒྱུ་དང་འབྲེལ་བུ།
- ༥༽ དཔག་སྤྱོད་ཀྱི་ཚོད་པ།

དཔྱེའི་བ་ ཡང་ན་ གྲུབ་འབྲས།

ཉིན་བསྟར་གསར་ཤོག་ནང་ལཱ་འབད་མི་ གནས་ཚུལ་བསྟར་བཀོད་པ་ཚུ་གིས་ རྒྱུ་ཁྲིའི་བསྟར་ལས་ མོམས་གཤིས་ རྒྱུ་ཁྲིའི་བ་འི་ རྟོན་མཆོམས་བཟོ་སྟེ་ འཆར་གཞི་བཅུམ་ཐོག་ལས་ འདྲི་ནི་འདྲི་ མཁྱེགས་པ་ར་ བཀོ་བཞག་ཡིན། འདྲི་ཡང་ གནས་ཚུལ་གསར་ཤོག་ཚུ་གིས་ ཁོང་གི་གནས་ཚུལ་ཚུ་ རྟོན་མཆོམས་ཐོག་ལཱ་ གསལ་སྟོན་མི་འབད་ནི་ ཅིས་ཡིན། ཚུམ་སྒྲིག་པ་འོག་མ་གིས་ རྟོན་མཆོམས་ཚུ་ཕྱེ་སྟེ་ གྲུལ་ཐེབས་ཅིག་བཅུགས་ནི་དང་ ཡང་ན་ གཅིག་ཁར་ བསྟར་བས་ཏེ་ ས་སྟོང་སྟང་བཞག་པ་ཡིན། འདྲི་གི་སྟོང་ལས་ ཚ་བྱང་ལང་མི་དགོ། རྟོན་མཆོམས་འདྲི་ གནས་ཚུལ་ཆ་ མཉམ་ནང་ ལག་ཆེ་བའི་ཆ་ཤས་ཅིག་ཡིན། རྟོན་རའི་ཁ་བྱག་ལས་ འཆར་གཞི་བཅུམ་སྟེ་ རྟོན་མཆོམས་ཐོག་ལས་ རང་འབྲི་དགོ། སྒྲིག་བཀོད་ཀྱི་ཐང་ཁར་སྟོང་པ་ད་ ཚུམ་སྒྲིག་པ་འོག་མ་གིས་ བྱལ་ལས་བསྟར་སྟེ་འབད་འོང།

ལུང་འབྲེན་ལག་ལེན་འཐབ་དགོཔ།

ལུང་འབྲེན་འདྲི་ ལུངས་སྟེལ་ནིའི་རྟོན་ལུ་ཡིན་རུང་ གནས་ཚུལ་ཆ་ཆར་ གསལ་སྟོན་འབད་ནི་རྟོན་ལུ་མེན། དུང་ བན་རྟོན་ཚུ་ཁ་སྟོང་ བཀལ་ནིའི་རྟོན་ལུ་མ་གཏོགས་ ལོག་བསྟར་བཟོ་དེ་འབད་ནིའི་རྟོན་ལུ་མེན། སྤྱིར་བཏང་གི་ གཞི་ རྟོན་གྱི་གནས་སྟངས་བཟོ་དེ་འདྲི་རྟོན་ལུ་ ལུང་འབྲེན་དགོཔ་མེད། འདྲི་ཚུ་གནས་ཚུལ་འབྱུང་ལུངས་དང་གཅིག་ཁར་ ངེས་ལན་འབད་ཡོད་པ་ མཆོན་ནི་དང་ རྟོན་རའི་གནས་ཚུལ་ སྟོན་པ་ཆེས་ བཟོ་ནི་མ་གཏོགས་ རྟོན་གྱི་གནས་ཚུལ་ འབྱུང་ལུངས་ཚུ་གིས་ སྟེལ་མིའི་ཐང་ལུ་ དཔྱེའི་བ་འབད་བའི་ཆ་བ་སྟེ་དགོཔ་མེད། གཤམ་འཁོད་ཀྱི་གནད་རྟོན་ཚུ་ནང་ མ་གཏོགས་ མི་ཚུ་གིས་བཤད་མའི་ཆོག་ ག་ཡིན་མི་དེ་ ལག་ལེན་འཐབ་ནི་འདྲི་ལག་ཆ།

-  མི་ཅིག་གིས་སྟེལ་མི་འདྲི་ ཏུ་གོ་ཚུགས་པར་ ལཱ་ལག་ཡོད་པ་དང་ ཡང་ན་ མེས་མེས་བཅོས་པའི་ཆོག་ ཡིན་པ་ལས་ ཆོག་གི་བྱང་ཆོས་ལུ་ ཁེ་ཕན་མེད་པ།
-  སྤྱིར་བཏང་དང་ བཅོག་གཏམ་ཚུ་ རྟོན་གྱི་གནས་ཚུལ་ནང་ བཅུགས་མ་ཆོག་པ་ཅིན།
-  ཕྱི་སེལ་རྒྱབ་དགོཔ་འདྲི་ ཆོག་གཞན་ཡང་ “ལཱ་ཤིག” “འབྱུང་ལུངས་ཤིག” “རྟོན་གྱིས་ཤེས་ག” “རྟོན་མཆོམས་མཆོམས་” ཟེར་མི་ ཚུ་ཡིན། འདྲི་ཚུ་གིས་ རྟོན་དག་ག་ནི་ཡང་མི་སྟོན།

ལུང་འབྲེན་གེ་ར་ལུ་ འདྲི་གི་འབྱུང་ལུངས་ བཀོད་དགོཔ་མ་ཆད་ མ་མཐོང་མ་དང་མ་ཤེས་པའི་ གནས་སྟངས་ཚུ་ ལུ་ཡང་ འབྱུང་ལུངས་བཀོད་དགོ། ཞིབ་བརྟག་གི་གནས་ཚུལ་འབྲིམ་ད་ འབྱུང་ལུངས་བཀོད་ནི་འདྲི་ ལྷག་པར་ ཏུ་ གཟབ་གཟབ་འབད་དགོཔ་ཡིན། གནས་ཚུལ་ལྷག་མི་ཚུ་གིས་ སྤངས་སྤངས་ གནས་ཚུལ་འབྱུང་ལུངས་ལུ་བསྟར་ སྟེ་ རྟོན་གྱི་སྟེལ་བྱེད་ཀྱི་འོས་འབབ་ལུ་ དཔྱེའི་བ་འབད་འོང། དེ་མ་ཆད་ རྟོན་གྱིས་གནས་ཚུལ་ནང་ འབྱུང་ལུངས་ གསར་པ་ ག་དེ་སྟེ་ འོངས་ཡིག་ ལུངས་ཟང་དགོ། གལ་སྲིད་ རྟོན་ལུ་གནས་ཚུལ་ཕྱིན་མི་ མི་རིམ་འདྲི་ རྒྱུ་མཆོན་ གང་རུང་ཅིག་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ མིང་མ་སྟོན་པར་ བཞག་པ་ཅིན་ ག་ཅི་སྟེ་ཡིན་ན་ ལུངས་སྟེལ་དགོ། དཔེར་ན་ “རྟོན་གྱིས་ རྟོན་ལུ་འདྲི་སྟོན་ཕྱིན་ཡི་ཟེར་ ཁོང་གིས་ཤེས་པ་ཅིན་ ལས་སྟེ་གིས་ ང་ ལཱ་གཡོག་ནང་ལས་ བཏོན་གཏང་འོང་” ཟེར་ སྟེལ་དོ་བཟུམ།

ལུང་འབྲེན་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་ཀྱི་ བསྐྱབ་བྱ་དག་པ་ཅིག་ གཤམ་གསལ་ལྟར་དུ་ཡིན།

- ལུང་འབྲེན་གྱི་ ཉེ་མའི་བརྗོད་ཆོག་འདི་གིས་ འདི་གི་ཤུལ་ལས་ ག་ཅི་གི་སྐོར་ལས་ཡིན་ན་ ཉ་གོ་ནི་ལུ་ སན་ཐོགས་ དགོ།
- ལུང་འབྲེན་གྱི་དོ་སྤྱོད་དེ་གིས་ བརྗོད་དོན་གཅིག་ གོ་བཟུང་སྤྱོད་ནི་ལུ་ གྲ་སྒྲིག་འབད་དགོ།
- “ཁོ་མོ་གིས་སྐབ་ཅི” ཟེར་མི་འདི་གྱུར་བཞག་དགོ། འདི་མིན་ཆོག་ལཱ་གི་ནང་ (“གཏན་འཁེལ་སྐབ་ཅི” “བདེན་ ཁུངས་བཤད་ཅི”) ཟེར་མི་གིས་ དོན་མེད་ཀྱི་མགོ་འཐོམ་བཅུག་འོང། ད་རུང་ ཆོག་གཞན་ (“དགག་པ་རྒྱབ་ཅི” “དགག་ལན་སྐབ་ཅི”) ཟེར་མི་ཚུ་གིས་ ལྷག་མི་ཚུ་ལུ་ གོ་བ་ཕྱི་འགྱུར་བྱིན་སྲིད། ཁྱེད་ཀྱི་ རེས་བདེན་ཡིན་མ་ཤེས་པ་ ཅིན་རྒྱུང་མ་གཅིག་ བྱ་བའི་ཁྱད་ཆོག་འདི་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ།
- ཁྱེད་ཀྱིས་ཆོག་ཚུ་འགྲེལ་བཤད་རྒྱབ་པའི་སྐབས་ གཡོ་སྒྱུར་གཏང་ནི་མི་འོང། དོན་དག་དང་སྐབ་ཐངས་ཚུ་ སྤར་ག་ ཡིན་མ་སྤེ་ བཞག་དགོ། གལ་སྲིད་ མགྱིན་ཆབ་ཀྱིས་ “ང་བཅས་ལུ་ འདི་གི་དོན་ལུ་ མ་དངུལ་མེད” ཟེར་མི་འདི་ “མོ་གིས་འབད་བ་ཅིན་ མོ་གི་ལས་སྤེ་འདི་གིས་ བྱ་མི་མ་འདི་ལུ་ འགོ་སྤང་གཏང་ནི་འོ་གྲ་སྒྲིག་མེད་ཟེར་སྐབ་ཅི” ཟེར་ མ་སྐྱབ་ཚུན་ཆོད་ གོ་བ་འདི་བཟུམ་ ལེན་ནི་མི་འོང། འདི་ནང་ལུ་ མ་དངུལ་གྱི་དཀའ་ངལ་རྒྱུང་མ་གཅིག་མེན་པར་ གཙོ་རིམ་གཞན་ཡང་ཆུད་འོང།

ཟིན་བྲིས་བཅུག་ འོག་བྲིས།

གནས་མིམ་འདི་ནང་སྟོད་པ་ད་ ཁྱེད་རའི་ཡིག་ཆ་ཚུ་གེ་ར་ སྤེ་ཆན་སྤེ་ བཟོ་ཆར་དགོ། དེ་ལས་ ལུང་འབྲེན་ཚུ་དང་ བརྗོད་ཚུ་གེ་ ར་ བསྐྱབ་ལེན་འབད་ཆར་དགོ། ཁྱེད་ཀྱིས་སྤང་གི་ཟིན་བྲིས་དང་པ་ འབྲི་ནི་འདི་དུས་ཆོད་ཡིན། མི་མང་ཤོས་ཅིག་གིས་ ཟིན་བྲིས་དང་ པའི་རྒྱ་མཆན་ ཕྱི་འགྱུར་སྤེ་ གོ་བ་ལེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། ཟིན་བྲིས་དང་པ་འདི་ གནས་ཚུལ་ཆ་ཆར་མེན། གནས་ཚུལ་འདི་གི་བཟོ་ རྒྱུ་ ག་བཟུམ་ཅིག་འོང་ནི་ཡིན་ན་དང་ ད་རུང་ ལ་སྟོང་ག་ཅི་འབད་དགོཔ་ཡིན་ན་གི་ བཀོད་རིས་ཡིན། འདི་བསྐྱར་ ཡིད་འཕྲོག་ མི་སི་གི་ དོ་སྤྱོད་དང་ མཐུག་དོན་རྩམ་ཆིཆི་ དེ་ལས་ སྤེ་བ་སྤྱོར་ཉན་ཉོང་ཉོ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ ཆ་ཁྱད་ལང་དགོཔ་མེད། འདི་གི་ སྐབས་ ཁྱེད་ཀྱིས་འབྲི་བའི་བསྐྱར་ཡིན། ཁྱེད་ག་འབད་མ་མེན། ཁྱེད་ཀྱིས་འབྲི་ཚུ་ཆ་ཡོད་ཆད་ཅིག་ ཤོག་ཀུ་ཐོག་ལུ་ མཉམ་ སྤེ་བ་འབད་མ་ཡིན།



གནས་ཚུལ་གྱི་ བཅོ་བཏོད་དང་བཅོ་རྒྱུ།

གནས་ཚུལ་ཚུ་ལུ་ གཞི་རྟེན་གྱི་གཞི་བཏོད་ གསུམ་ཡོད་པ་ཡིན།

1. **འབྲུང་མིམ་**- གནས་ཚུལ་ཚུ་ ཅུས་ཚད་དང་བསྟུན་ནི་ འབྲུང་མ་ཡིན། བྱ་མིམ་དང་ གནས་སྤངས་འདི་ཚུ་ལས་ གནས་ཚུལ་འབྲུང་མ་ཡིན།
2. **འབྲེལ་བཤད་**- ཅུས་ཚད་དང་བསྟུན་ གནས་སྤངས་ལུ་གོ། འབྲུང་བའི་སྐབས་ ཞིབ་དཔྱད་དོན་ འབད་ནི་འདི་ཡིན།
3. **བྱ་མིམ་**- འདི་ནང་ གནད་དོན་དང་ ཚད་ཚུག་ཐོག་ལུ་ གནས་ཚུལ་འབྲུང་མ་ཡིན།

ཁྱེད་ཀྱིས་གནས་ཚུལ་གྱི་ ཁྱུ་ཆ་འདི་ཚུ་ སྤེལ་ཆ་སྤེལ་བཅོ་ཞིན་མ་ལས་ འབྲི་ནི་འགོ་བཙུགས་དགོ། དེ་ཡང་ གནད་དོན་ག་ཅི་ཡིན་ན་ ཉམས་སྦྱང་པ་ག་ཅི་ཡིན་ན་ ཚད་ཚུག་ག་ཅི་ཡིན་ན་དང་ ཁྱེད་ཀྱིས་ག་ཅི་ཐོབ་ཅིག་ཚུ་ བཏོད་དགོ། ལྷན་དང་ལོ་འབད་ མ་འགོར་བར་ བདུན་ཕྱག་དག་པ་ཅིག་ནང་ དཀའ་ངལ་སེལ་ཚུགས་པའི་ བརྟག་ཞིབ་གནས་ཚུལ་གྱི་དོན་ལུ་ རྩོམ་དང་མཚུག་ བསྟུང་འཆར་གཞིགས་ མཐའ་དབྱེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གྱི་དོན་ལུ་ འཆར་གཞི་ཕུལ་དུ་ཕྱིན་པ་ཅིག་ཡིན།

ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་འབྲི་ནིའི་ནང་ ཚུམ་མིག་གི་ འཛུལ་ཐངས་འདི་ ཡང་གཉིས་པ་ཡིན། དངོས་དོན་འདི་ དམིགས་ལུ་ སྤེལ་བཞག་དགོ། ག་དེ་སྤེལ་ནུང་ ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་རབ་འདི་ རང་བཞིན་གྱིས་འབྲུང་འོང། (In any case, a good investigative story tends to write itself). འདི་ལུ་ ལོ་རྒྱུས་ཐབས་བཀལ་ནི་དང་ སྤྲོས་ བརྟགས་ནི་ཚུ་འབད་མི་དགོ།

ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་འདི་ རིང་སྤྱི་སྤེལ་མ་ཚད་ སྤྲོས་བརྟག་གནས་ཚུལ་ (hard news) དང་ཕྱད་པ་ད་ མགོ་རྟོག་ གསུམ་འོང། སྤྲོག་བཏོད་ལེགས་ཤོམ་ཡོད་པ་ཅིན་ ལྷག་མི་ཚུ་ལུ་ བར་དོན་མགོ་རྟོག་དགས་ཚུ་ ཉ་གོ་ནི་ལུ་ ཕན་ཐོགས་འོང། ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་གྱི་ སྤྲོག་བཏོད་གསུམ་ཡོད་མི་དེ་ཡང།

- 1) ལྷལ་ཡིས་ཤིག་གནས་དེབ་ནང་གི་ ཐབས་གཞི་ནང་ ག་ཅི་ཚུད་པ་སྤོ་ ཟེར་བ་ཅིན།
 1. གནད་དོན་དང་ དཀའ་ངལ་གྱི་བར་ན་ མཐོང་སྤང་བཅོ་ནིའི་དོན་ལུ་ མི་ཅིག་ ཡང་ན་ གནས་སྤངས་ཅིག་ལས་ འགོ་བཙུགས་ནི། རྩིས་བརྟག་ལུ་ ལོ་རྒྱུས་ཐུབ་ཀྱི་དང་འབྲེལ་བའི་ བཙུང་དོན་།
 2. རང་རྒྱུ་གི་གནས་སྤངས་འདི་དང་ གནད་དོན་སྤོམ་གཉིས་ཀྱི་ བར་ནའི་འབྲེལ་བ་ འབྲེལ་བཤད་རྒྱུ་ཐོག་ལས་ གནད་དོན་སྤོམ་བསལ་ནིའི་དོན་ལུ་ གནས་སྤངས་འདི་ལས་ ཁྱེད་སྤོམ་བཅོ་ནི།
 3. ལོག་ཁྱེད་རའི་ གནད་དོན་ཞིབ་འཇུག་ནང་འོང་སྟེ་ མིའི་སེམས་སྤྱུ་རྟུགས་པའི་ གནད་དོན་ཁྱེད་པར་ཅན་ཅིག་སྤེལ་ མཚུག་བསྟུ་ནི།
- 2) ཆེ་བ་ལྷ། ལུ་ཡིས་ལས་ཡིན་མི་ ཀེ་རོལ་རིམ་གསུ་ གཤམ་འཁོད་ཚུ་ རྒྱབ་སྤོམ་འབད་ཡོད་པ་ཡིན།
 1. གནས་ཚུལ་ (ག་ཅི་བྱུང་ཡི། ཡང་ན་ ག་ཅི་བྱུང་བཞིན་དུ་འདུག་ག?)
 2. སྤྲོག་དོན། (རྒྱབ་ཁྲུངས་ག་ཅི་སྤོམ་?)
 3. ཁྱུ་ཚད་ (དཀའ་ངལ་འདི་ བྱུང་རྒྱུ་ཡིན་ན། ས་གནས་ཀྱི་གནས་སྤངས་ཡིན་ན། རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཡིན་ན?)
 4. གཞན་ལས་སྤྲུག་པའི་བྱུང་ཆོས་ (ཚྭ་གསུ་ག་ཉེ་ལུ་འབྱིད་པ་སྤོམ་?)
 5. ཕན་གཞོན་ (ག་ཅི་སྤེལ་ ལྷག་མི་ཚུ་གིས་ དོ་སྤང་བསྟེད་དགོ་པ་སྤོམ་?)

གཞི་བོད་འདི་དང་འཁྲུག་པ་ཅིན་ འཕྲོ་འགྲུ་གི་གནས་སྤངས་ ལེགས་ཤོམ་སྤྱེ་ འབྲི་ཚུགས་པའི་ཁུས་པ་དགོ། འདི་གིས་ ཡན་ ལག་ལྟོ་ཆར་ གཅིག་ཁར་བསྐྱེམ་ཚུགས། འདི་མེན་པ་ཅིན་ སྤང་བྱུང་ཀྱང་ལྟ་ གཅིག་གི་ཤྱལ་ལས་གཅིག་ འཕྲོ་བྱེད་བཟུམ་སྤྱེ་ཚོར་ འོང། འདི་འབདལ་ད་ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལུ་ བམ་ཚན་སྤྱེ་ བརྟགས་ཏི་བཅུགས་པ་ཅིན་ འདི་གིས་གནས་ཚུལ་རིང་མ་ཚུ་ ལྷན་ཏེ་ འཕགས་པའི་ གཞི་བོད་ལུ་འགྲུ་འོང།

༩། གཏོར་གཟུགས་མཚན་རྟོག་

སྤར་སྤོལ་གི་ གནས་ཚུལ་ཐངས་གི་ ལུགས་ལྟར་དུ་ཡིན་པ་ཅིན་ མཚན་རྟོག་ཁ་ནང་ན་བསྐྱར་ཡོད་པའི་ དབྱིབས་དང་འབྲ། (དེ་ ཡང་ གནས་ཚུལ་གཅི་ཆེ་ཤོས་ དང་པ་དང་ ལག་མ་ཆེ་མི་རིགས་དང་ རྒྱབ་ཁུངས་ཚུ་ ཤུལ་ལས་ཁ་སྐྱོང་སྤྱེ་ བཅུགས་པ་ཡིན།) ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་བསྐྱེད་པ་ཚུ་གིས་ མཚན་རྟོག་གི་བཟོ་བཀོད་འདི་ གཡས་ཕྱོགས་ལས་ ཁ་ཡར་བཟྱ་སྤྱེ་བསྐྱར་ཡོད། རྒྱུ་ལུ་གནས་ཚུལ་ལྟག་མི་ཚུ་ རྒྱུ་དཔེ་གསར་ཐོབ་གི་ གནས་ཚུལ་དང་གཅིག་ཁར་ སྤྱོ་བ་འབྱུང་བཅུག་ཅི་གི་ གནས་ཚུལ་ ཡོངས་རྒྱུགས་ཡོད།

༡. གནས་ཚུལ་གི་བརྗོད་དོན་ མདོར་བསྐྱུས་གིས་ འགོ་བཅུགས་དགོ།
༢. རྒྱུ་ལུ་གསར་བརྟན་འབད་ནི་ཡིན་པའི་ གནས་ཚུལ་ལ་ལུ་ཅིག་གི་ སྤྱོན་རྟགས་གསལ་སྤྱོན་འབད་ནི།
༣. རྒྱུ་དཔེ་ཞིབ་དཔྱད་ཚུ་ རིམ་པ་བཞིན་དུ་ སྤྱོ་འགྱུ་ནི། མི་ཚུ་སེམས་འཚུབ་གི་ ངལ་བཞག་སྤྱེ་ ཏེ་ལས་སི་སི་དང་ སྤྱོ་བ་ཆེ་ཏོག་ཏོག་གི་ གནས་ཚུལ་ཅིག་བཟོ་ནི། དཔེར་ན་ ཚན་རིག་གི་གསར་གཏོད་དང་ ཡ་མཚན་ཆེ་བའི་སྤྱང་དེབ་ཅིག་ འབྲི་བཟུམ་སྤྱེ་འབྲི་ནི།
༤. གནས་མེད་ས་མེད་ སྤྱོ་བ་ཆེ་ཤོས་དང་ ལག་ཆེ་བའི་བརྗོད་དོན་ཚུ་ མཇུག་ལུ་བཞག་ནི།

བསྐྱབ་བྱ་འདི་ཚུ་ རེ་རེ་བཞིན་དུ་ རྟོག་བཟོའི་སྤྱང་ (fiction) གིས་མི་གི་ ཐབས་ལམ་ལས་ བརྟན་བརྟན་མ་ཡིན། རྒྱུ་རྟོག་ བཟོའི་སྤྱང་འབྲི་མེན། དེ་འབདལ་ད་ འབྲི་ཚུམ་གི་རིག་ཅུལ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན། འདི་ལུ་དོན་དག་ཡོད། ག་ཅི་སྤྱེ་ཟེར་བ་ ཅིན་ བརྗོད་པ་གེར་ སྤྱང་གཏང་མི་ཡིན། འདི་ལུ་དེང་སང་ལུགས་གི་ གནས་ཚུལ་འབྲི་ཐངས་ “འབྲེལ་བཤད་བརྗོད་པའི་ ལུགས་” ཟེར་སྤྱབ་ཡིན།

དྲན་གསོ་ཅིག་ལུ་བ་ཅིན། ཨ་མི་རི་ཀའི་ ཞིབ་བརྟག་བརྒྱུད་པ་ རྟོན་ཞི་ཤེས་ཏེ་ (Danny Schechter) གྱིས་ ཨི་རག་གི་དམག་འབྲུག་སྐབས་ལུ་ གནས་ཚུལ་སྟན་ལུ་ བཀོད་ཡོད་པའི་སྐོར་ལས་ བཟོ་སྐྱེད་འབད་ཡོད་པའི་ གྲོག་བརྟན་ Weapons of Mass Deception ཟེར་མི་ནང་ གནས་ཚུལ་བཤད་ཐངས་ལུ་ བྱ་སྐབས་མ་ བདེ་བའི་གནད་འགག་ གཙོ་བོ་དེ་ མི་ཅིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ལུ་ ལེན་མེད་པའི་འབྲེལ་བའི་འདི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཡུ་ཨེསི་གི་གནས་ཚུལ་ལས་ཁང་ཚུ་གིས་ གནས་མཛད་མེད་ རྩོད་རྟོག་ཆེ་བའི་དཀའ་ངལ་སྒྲོམ་ཚུ་ སྤང་མེད་བསྐྱར་ བཞག་ཅུག་ ཟེར་བཤད་ཅུག། ཁོ་གིས་བཤད་མི་འདི་གིས་ འབྲེལ་བཤད་རིང་ལུགས་འདི་ ཅུས་པ་མེད་པ་བཟོ་ཡི་ ཟེར་མེན། འདི་དྲན་གསོའི་ཚུལ་ཙམ་ཨིན། འབྲི་ཞི་རིག་ཙམ་གཞན་བསྐྱེད་སྤྱོད་ གནས་ཚུལ་བཤད་ཞི་ལུ་ཡང་ རིག་ཙམ་ཚུ་ དྲན་པ་བརྟེན་ཏེ་ ཐབས་རིག་ཅན་གྱི་ཐོག་ལས་ འོས་འབབ་ཡོད་པའི་སྐབས་དོན་གྱི་ ལག་ལེན་འཐབ་ དགོས་ཨིན།

འབྲེལ་བཤད་བརྒྱུད་པ་ལུ་མཁོ་བའི་ ལག་ཆས་འདི་ཚུ་ཡང་།

- ▶ **འདྲ་མིས་དང་ མཐོང་སྤྲང་སྤྱིག་ཐངས།** ལཱ་ཨེསི་ཤིག་གནས་དེ་བ་གྱི་ ཐབས་ལམ་གདམ་ཁ་རྒྱབ་པ་ཅིན་ ཞིབ་བརྟག་འབད་བའི་སྐབས་ བྱ་རིམ་ཚུ་གེ་ར་ གསལ་རིམ་རི་སྤྱོད་ བཟོ་ཞི་དོན་ལུ་ རྩོད་ལུ་ མིག་གི་ དབང་པོ་རྩོན་པོ་ཅིག་དགོ། རྩོད་ཀྱིས་གནས་ཚུལ་འབྱུང་ཁུངས་ གཙོ་བོ་དང་ མཐོང་སྤྲང་སྤྱིག་མི་ཚུ་ རོ་ མ་ཨིན་པའི་ སྤྲེང་བ་དང་ ཚུགས་པའི་ ཐབས་ལམ་གྱི་ཐོག་ལས་བཤད་དགོ། དེ་བཤད་མ་དེ་ ལཱ་ཁག་ གྲེ་ ཡོད་ཆད་གཅིག་པོ་ ཐོ་བཀོད་འབད་དགོ་པའི་ ལོ་རྒྱུས་མེན། (དེ་གི་དོན་ལུ་ རྩོད་ལུ་སྤྲོད་ཡང་མེད) རྩོད་པའི་གནས་ཚུལ་ལུ་ ལེགས་འགྱུར་འབག་འོང་ཚུགས་པའི་ ཁུངས་ལཱ་གྱི་མཐོང་སྤྲང་དག་པ་ཅིག་ འབྲེལ་བཤད་རྒྱབ་པ་གིས་འབྲུག།
- ▶ **བར་མཚོན་དང་ ཟུར་བརྒྱུད།** ཞིབ་བརྟག་གནས་ཚུལ་འབྲི་བའི་སྐབས་ འགོ་དང་འགོ་ལས་ ལྷག་མི་ཚུ་ལུ་ གནས་ཚུལ་འདི་གིས་གཏོ་འབྱེད་པ་ཨིན་ན་གི་སྐོར་ལས་ བར་མཚོན་དང་ ཟུར་བརྒྱུད་བྱིན་དགོ། གལ་ སྤོང་ རྩོད་ཀྱིས་མཚོན་རྟོག་གཏོར་ག་ཟུགས་གྱི་གཞི་བཀོད་འདི་ ལག་ལེན་འཐབ་པ་ཅིན་ ཐབས་ལམ་འདི་ ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ། གནས་ཚུལ་གྱི་ མཐའ་དཔྱད་ཞིབ་འབྲས་མ་རྟོན་ཚུ་ འབྲེལ་བཤད་རྒྱུས་ཤིང་ རྒྱུས་པ་རྒྱབ་སྤྱོད་ ལྷག་མི་ཚུ་ སྤྱོད་སྤྲེང་བཅས་པ་སྤྱོད་བཞག་དགོ།
- ▶ **མཐོག་མཚམས་ཆད་ གཞི་བཀོད་དང་ ཆོག།** འབྲི་བའི་སྐབས་ མཐོག་མཚམས་ཆད་ཀྱིས་ རྩོད་པར་བཟོ་མེན་ཨིན། འབྲེལ་བཤད་རེ་རེ་རྒྱབ་དེ་ འདི་འདི་མཐོག་མཚམས་ཆད་འདི་ རྩོད་ཀྱིས་གདམ་ཁ་རྒྱབ་ཡོད་པའི་ གཞི་བཀོད་ དང་ ཆོག་ལུ་རག་ལས་འོང། བརྒྱུད་ཆོག་དང་ཆོག་ཐུང་ཀྱི་གིས་ འབྲེལ་བཤད་མཐོག་མཚམས་སུ་ཨིན། བརྒྱུད་ ཆོག་རིང་མོ་གིས་ འབྲེལ་བཤད་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་ གོ་ལེར་སྤྱོད་ཨིན། དོན་མཚམས་གཅིག་ནང་ རྩོད་ཆོག་ལེ་ གཡོད་པའི་བརྒྱུད་ཚུ་ཨིན་པ་ཅིན་ བརྒྱུད་ཆོག་ཐུང་ཀྱི་ཨིན་རུང་ ལྷག་མི་ཚུ་ ཉེང་སྐལ་ར་ འགྲོས་ཀྱིས་ གྲེ་ འབྲེལ་བཅུག་པ་ཨིན། དགོས་མཁོ་མེད་པའི་ རྒྱབ་ཁུངས་དང་ སྐབས་དོན་མང་དུགས་པ་ཅིན་ རྩོད་ཀྱི་ གནས་ཚུལ་འདི་ བཤད་མ་ཚར་མེད་པའི་ མཚུགས་སུ་འོང། ཨ་རྟག་ར་ རྩོད་ཀྱིས་རྩོད་པའི་ “འདི་གིས་ ཆོག་ཐེབས་ཙམ་མ་གཏོགས་ དོན་ལུ་འབྲེལ་བཟོ་འོང་གེ་ ཟེར་འདྲི་དགོ། གནས་ཚུལ་ནང་མ་དགོ་པའི་ ལྷོ་འདི་ཚུ་ བརྟག་གཏང་དགོ།

ཁྱད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འདི་ སྐད་ལྟགས་སྟེ་ལྷག་པ་ཅིན་ མཁྱེགས་ཚད་དང་ འབྲེལ་བཤད་ཀྱི་འགྲོས་ཚེ་འོང། དེ་མ་ཚད་ འབྲེལ་བཤད་འདི་ ཁྱད་དྲགས་པའི་ཁར་ སྟོབས་པ་ཁུམ་དོ་བཟུམ་དང་ དབང་པོ་ངལ་དོ་བཟུམ་གྱི་ ཚེ་རབ་འབྱུང་འོང། ཁྱད་རའི་རྣམ་ཅོ་འདི་ ཁྱད་ཀྱི་ཁྱུན་དགལ་ ཟླ་ཤོས་ཡིན། འདི་གིས་ ཁྱད་གནས་ཚུལ་གྲིས་མི་ཅིག་ཡིན་པའི་ཆལས་ ཁྱད་རའི་རང་བཞིན་གྱི་ མི་དང་ འབྲེལ་བའི་ཚེ་རབ་ ལམ་བུ་དང་པ་ཡིན་ན་དང་ ཁྱད་ཀྱི་བརྗོད་ཆོག་ཚུ་ ག་ཏེ་ལུ་ རྒྱ་ཆེ་དྲགས་སོང་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཚུ་ སྟོན་ཅིན་འོང། གནས་ཚུལ་འདི་ ང་བཅས་ར་ མི་དང་མི་གི་བར་ན་ སྟོ་སྟེན་པའི་ཀྱི་ཚུལ་སྟེ་འབྲི་བ་ཅིན་ ལྷག་མི་ཚུ་གིས་ ཁྱད་ཀྱི་ཚེ་རབ་ལྟགས་ཀྱི་ རོས་འཛིན་འབད་ཚུགས། ཡི་གུ་འབྲི་སྟོན་བ་དང་ བརྟེན་ལུ་ཐོབ་ཐངས་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལག་ལེན་འཐབ་པ་ཅིན་ ཚུ་མ་ འབྲི་འབྲེལ་ཆོས་དང་ གཙོ་རིམ་ཚུ་ལུ་ སུན་ཐོགས་ཚུགས། འདི་ཚུ་གིས་ ང་བཅས་ར་ སྟོ་སྟེན་པའི་སྐབས་ལུ་ ལག་པ་དང་ མིག་ཏོ་དང་ གཞི་དང་ ཅ་འདི་ཚུ་བཟུམ་སྟེ་ ཤོག་ཀྱི་ཐོག་ཁར་ ལཱ་འབད་འོང།

▶ སེམས་ཁར་འཆར་སྤྱང་འབྱུང་ཚུགས་པའི་ཐོག་ལས་ མཛོ་བསམ་གཏང་དགོས།

འབྲེལ་བཤད་ཐབས་ལམ་སྐབས་ གནས་ཚུལ་འདི་ སྟོ་སྤྱང་ཅན་ཅིག་ འོང་དགོ་པ་ཅིན་ སེམས་ཁར་འཆར་སྤྱང་ཚུགས་པའི་ མཛོ་བསམ་གཏང་དགོ། ཁྱད་ལུ་གཞི་བཞག་དང་ བཟོ་བཞག་གྱི་ ལཱ་འབད་ནི་འོང་ལུ་ མ་ཕོག་རུང་ ཁྱད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ འདི་ལུ་ མཐའ་མཁྱུག་ལུ་དགོ་པའི་ པར་རིས་དང་ སྤྱང་བརྟན་ཚུ་ མཛོ་བསམ་གཏང་དགོ། གནས་སྐབས་ཅིག་གི་ མགུ་བྱུན་ ཟེན་གྲིས་བཏབ་བཞག་དོ་བཟུམ་ འདི་བཟུམ་མའི་བྱ་རིམ་གྱིས་ ཁྱད་རའི་གནས་ཚུལ་གྱི་བརྗོད་དོན་ཚུ་ དྲན་གསེ་འབད་དེ་ འདི་ལུ་ གནས་བཟུག་འོང། གལ་སྲིད་ གནས་སྤངས་ཚུ་ ཤོག་ཁུམ་གྱི་བཞག་པ་ཅིན་ ཐོ་འདི་གིས་ གནས་སྤངས་ཅོག་འཐད་པ་ ལོག་ཅི་ ལོག་ཅི་བཟུག་སྟེ་ དབང་པོ་ངལ་བཟུག་འོང། ཡིན་རུང་ འཆར་སྤྱང་འབྱུང་ཚུགས་པའི་ཐོག་ལས་ མཛོ་བསམ་གཏང་མི་འདི་ གིས་ ཁྱད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འདི་ལུ་ ཐབས་ལམ་གཞན་ཅིག་གི་ཐོག་ལས་ སུན་ཐོགས་ཚུགས།

- ▶ འདི་གིས་ ཁྱད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་བཟོ་ནི་ལུ་ ཆཛོགས་འབད་འོང། ཁྱད་ལུ་དགོ་ནི་ཡིན་པའི་ ས་ཁུ་དང་ ཤོག་ཁུམ་ ཐོག་ཁུམ་ པར་འདི་ཚུ་ ག་སྒྲིག་འབད་དགོ་པའི་ དྲན་གསེ་འབད་འོང།
- ▶ གཞི་བཞག་དང་ གནས་ཚུལ་ཡིག་ཐོག་ལུ་ སབ་ནི་ལ་སོགས་པའི་ལཱ་ཚུ་ནང་ ཆཛོགས་འབད་དེ་ འདི་གིས་སྟེ་ ཆན་གྱི་ལཱ་ལུ་ སུན་ཐོགས་འོང།
- ▶ འདི་གིས་ ཁྱད་རའི་ཆཛོགས་ པར་བཏབ་མི་ཚུ་ལུ་ པར་ལེགས་ཤོམ་ གདམ་ཁ་རྒྱབ་དགོ་པའི་ མཛོ་བསམ་གཏང་ནི་ལུ་ ཆཛོགས་འབད་འོང།
- ▶ འདི་གིས་ མཐོང་སྤྱང་ཚུ་ ཁྱད་རའི་སེམས་ཁར་བཟུགས་ཏེ་ ཆོག་གཞན་གྱི་ཐང་ལུ་ མཛོ་བསམ་གཏང་ནི་ལུ་ སུན་ཐོགས་འོང།
- ▶ འདི་གིས་ ལྷག་མི་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ བརྟེན་ལུ་ལན་འབད་ནི་ལུ་ སུན་ཐོགས་འོང། ལྷག་མི་ཚུ་གིས་ ཚུ་མ་ གྲིས་ལས་ལྷག་སྟེ་ གདམ་ཁ་ཡོད་པའི་ པར་རིས་དང་ ཤོག་ཁུམ་ཚུ་གི་ཐོག་ལས་ ཏཱ་གོ་མ་འཇམ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། གཅིག་གིས་སྟོབ་དོ་བཟུམ་ པར་གཅིག་གིས་ ཡི་གུ་སྟོང་ཕྱག་གི་ཁྱད་ཆོད།



འཐུང་འབྲེལ་དང་ མཚུགས་སྤྱད།

གནས་ཚུལ་ཚུ་གེ་ར་ འགོ་ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་བཟུགས་ཏེ་ མཚུགས་ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་བཟུགས་དགོ། འགོ་དང་མཚུགས་གཉིས་པོ་འདི་ འབྲི་ཚུམ་ག་ཅི་ནང་ཡིན་རུང་ ཆེན་མོ་ལུ་གཉིས་ཅན་ཅིག་ཡིན། འགོ་ལེགས་ཤོམ་བཟུགས་པ་ཅིན་ ལྷག་མི་འདི་ཚུ་གི་ སེམས་བཀལ་སྤྱོད་འདི་གིས་ གནས་ཚུལ་ཆ་ཆར་ ག་དེ་སྤྱོད་ཡོད་ག་སྤྱོད་འོང། ཞིབ་འཇོལ་དང་འབྲེལ་མ་ད་ འགོ་བཟུགས་འདི་ ལེགས་ཤོམ་མེད་པ་ ཅིན་ དོན་ཆ་ཆ་འདི་ ག་ཅི་བཟུམ་ཡིན་རུང་ མི་ཚུ་གིས་ འཕྲོ་འཐུང་དེ་ མི་ལྷག་དོ་ཡོད་པའི་ མངོན་གསལ་བྱུང་ཅུག། འདི་བཟུམ་སྤྱོད་ མཚུགས་བསྐྱེད་འདི་གིས་ ལྷག་མི་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ བག་ཆགས་བཞག་ཚུ་གསལ་ཡིན། འབཅོམ་

འགོ་བཟུགས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་གྲངས་སྤྱོད་ གཤམ་འཁོད་ཚུ་ཚུད་པ་ཡིན།

- པར་རིས་ ཡང་ན་ མཐོང་སྣང་སྒྲིག་མི།
- སྤྱང་གཞིའི་བཟུང་བསྐྱེད། བརྗོད་ཆོག་ག་ཅིག་ནང།
- གྲུབ་འབྲས། འདི་ག་དེ་སྤྱོད་བྱུང་ཡི་ག་ སྤྱོད་འོང།

ག་དེ་སྤྱོད་ཡིན་རུང་ ལྷག་མི་འདི་ཚུ་གིས་ གནས་ཚུལ་འདི་ ག་ཅི་གི་སྒྲོར་ལས་ཡིན་ན་ ཤེས་ནི་ལུ་ གནས་མེད་ས་མེད་བསྐྱེད་བཟུགས་བཟུགས་ནི་མི་འོང། ཐབས་ཤེས་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ ངོ་སྤྱོད་འདི་ གནས་ཚུལ་ཡོངས་བསྐྱེད་ཀྱི་ བརྒྱ་ཆ་ ༡༠ ལས་ལྷག་ནི་མི་འོང། དེ་འབད་མ་ད་ ཁྱོད་ཀྱིས་གནས་ཚུལ་གི་བཟུང་དོན་འདི་ ལུན་བསྐྱར་ཏེ་ བཞག་པའི་གྲངས་སྤྱོད་བཟུང་ནི་མི་འོང། ཁྱོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འདི་ འགོ་བཟུགས་ས་ལས་ བཟུགས་ནི་མ་གཏོགས་ གནས་སྤངས་གཞན་དང་ འབྲེལ་དགོཔ་མེད།

ཁྱོད་ཀྱི་མཚུགས་སྤྱད་འདི་ཡང་ འདི་དང་ཅོག་འཐུང་པ་འོང་དགོ། ཡིད་ཆེས་པའི་མཚུགས་སྤྱད།

- མཚུགས་བསྐྱེད་བར་ཡོད་མི་ཚུ་ མཚུགས་སྤྱོད་དགོ། (གནས་ཚུལ་ནང་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ ག་ཅི་བྱུང་ཡི། འདི་གི་ཤུལ་ལས་ ག་ཅི་བྱུང་འོང།)
- གནས་ཚུལ་གི་གཞི་འདི་ ཆར་གཅིག་བཟུང་བསྐྱེད་སྤྱོད་ རབ་ཅས་ཚུ་ ག་ཅི་སྤྱོད་ སྤྱོད་བསྐྱེད་དགོཔ་ཡིན་ན་ འབྲེལ་འབྲེལ་དགོ་ ཏང་སྤྱོད་ཀྱི་བྱུང་རྒྱུ། (ལུང་འབྲེལ་ཅིག་ཡིན་མི་ མི་ཚུ་མཐོང་བསམ་གཏང་བཟུགས་མི་ཅིག།)
- སྐབས་དོན་ གཅི་བར་བཏོན་དགོ། འདི་གིས་ ལྷག་མི་ཚུ་ལུ་ རེབ་དང་ བར་འགྲེལ་ དེལ་ས་ གནས་ཚུལ་དང་འབྲེལ་བ་ ཡོད་པའི་ གནད་དོན་ཚུ་གི་སྒྲོར་ འབྲེལ་འབྲེལ་དོང།
- གོང་ལུ་འཐོན་མི་ མི་ངོ་ཚུ་འབད་སར་ ལོག་སོང་སྤྱོད་ ཁོང་ལུ་མཐའ་མཚུགས་གི་གཏམ་ བཤད་བཟུགས་དགོ།
- མཚུགས་སྤྱོད་སྤྱོད་ལག་ལ་ དཔེར་ན་ མཆོམས་ཆོད་དུས་ཀྱིས་རན་པ་དེས་ ཟེར་བའི་ཆོག་གིས་ མཚུགས་སྤྱོད་ནི་མི་འོང།
- ཁྱོད་ཞིབ་ཡིན་པ་ལས་ ཁྱོད་ཀྱིས་མཐའ་མཚུགས་ལུ་ གྲུབ་འབྲས་དེས་ཀྱིག་ཅིག་ བཏོན་ནི་མེད་པར་ གནས་ཚུལ་མཆོམས་ འཛོག་འབད་བ་ཅིན་ གནས་ཚུལ་ལྷག་མི་ཚུ་ ཡིད་ཆེས་མེད་པ་བཟོ་འོང།

གནས་ཚུལ་ཚུ་གེ་ར་ གོ་རིམ་ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་ འོང་ནི་དོན་ལུ་ གནས་ཚུལ་གི་འཕྲོ་འཐུང་འདི་ཡང་ ལག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན། དཔེར་ན་ སྤྱང་འདི་ བམ་ཆན་གཅིག་ལས་གཅིག་ལུ་ སྤྱོད་ཐངས་དང་ དོན་མཆོམས་ལས་གཅིག་ལུ་ སྤྱོད་ཐངས་ཚུ་བཟུམ། འབྲེལ་བ་ཚུ་གེ་ར་ ག་ཅིག་སྤྱོད་བཟོ་ནིའི་ ཐབས་ལམ་ལག་ཆེ་ཤོས་ འདི་ཚུ་ཡང།

- ཞིབ་འཇོལ་གི་ལས་ལེན་དེ་ལུ་ འཕྲལ་འཕྲལ་ར་ ལོག་བསྐྱེད་དགོ།
- དཔེ་འདི་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་སྤྱོད་ ཐབས་བྱས་ཚུ་ མཉམ་སྦྲེབ་འབད་དེ་ གསལ་རིལ་རི་བཟོ་དགོ། དཔེར་ན་ མཐའ་འཁོར་

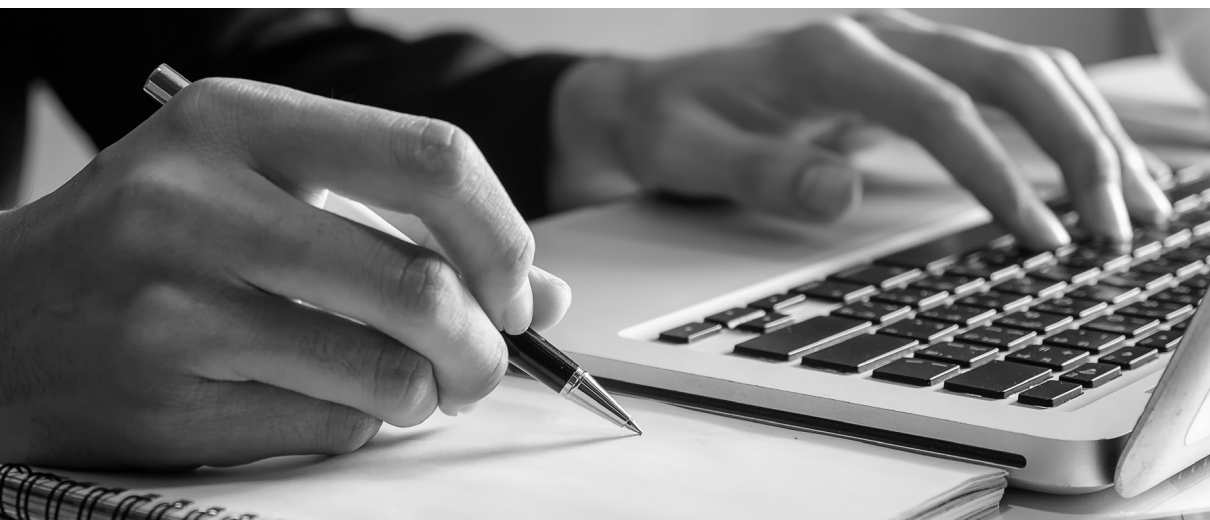
གནས་སྐབས་འདི་ མིའི་གཞུགས་ལུ་དཔེ་བཞག་སྟེ་ ཡན་ལག་ཚུ་གེ་ར་ གཅིག་ཁར་ལཱ་འབད་དགོ་པའི་སྐོར་ལས་གྲོས་བསྟུར་
འབད་དགོ།

པར་དང་ ཅམས་ དཔེ་གཏམ་ གཞན་ཡང་ ཞིབ་དཔྱད་འདི་ནང་ རྒྱ་མ་ཚད་པར་ གནས་ཚུགས་པའི་རིགས་ཚུ་ལག་ལེན་
འཐབ་དགོ།

མགོ་རྟོག་ཅན་གྱི་ གྲོས་བསྟུར་འབད་བའི་སྐབས་ ལྷག་མི་ཚུ་ གཡེང་མ་བཅུག་པར་ བཞག་ཐབས་ལུ་ བསྟུར་འཇམ་ཏོང་ཏོ་ཚུ་
རྣམས་ལུ་དཔེ་ཡིན། དོན་མཚན་འདི་ ཉེ་མའི་དོན་མཚན་གྱི་ འཕྲོ་མཐུད་ཡིན་མེན་མ་ བར་མཚན་སྟོན་ནིའི་དོན་ལུ་
ལས་བརྒྱ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་དགོ། དཔེར་ན་ (དང) རྩྱགས་སེར་བ། (དེ་འབད་མ་ད) དེ་གྲུབ་འབྲས་ཡིན། (དེ་འབད་མ་ལས)
ཤུལ་བད་འཁྱི། (དེ་ལས) ལ་སོགས་པ་བཟུམ།

ཁྱེད་ཀྱིས་ཟིན་བྲིས་དང་པ་ བྲིས་ཚར་མ་ད་ གནས་ཚུལ་འདི་ སུལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་ ལོ་རྒྱུས་མེན། མཐའ་མཇུག་ལུ་ འབད་དགོཔ་
ལག་ཆེ་ཤོས་འདི་ ཉེ་མ་བསྟུ་སྟེ་ཀྱི་འབད་ཡོད་པའི་ བརྒྱ་དོན་ཚུ་ ད་ལྟོ་ཡང་ རྣམས་མཐུན་ཡིན་ན་མེན་ན་ བཟུ་ནི་དང་ འདི་ཚུ་
ཤུལ་ལས་ གསར་པ་འཐོབ་མི་ཚུ་དང་ རྒྱབ་འགལ་ཡིན་མིན་བཟུ་དགོ། འདི་བཟུམ་སྟེ་ གནས་སྐབས་གསར་པ་ ཚན་རིག་སྟན་
ཞུ་ བརྟག་ཞིབ་སྟན་ཞུ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ཡང་ འགྱུར་བ་འགྱུ་མིན། དེ་འབད་མ་ལས་ ལོག་སྟེ་ར་ཚར་གཅིག་ ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་སྟེ་
བཟུ་དགོཔ་འདི་གལ་ཆེ།

ཁྱེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འདི་ ཞུན་དག་རྒྱབ་ཅི་རང་འགྱུ་མ་ད་ ཁྱེད་ཀྱི་ཚུམ་བྲིས་ནང་ ལྷག་ངོམ་བདེ་བའི་ རྟོན་ལེ་ཤ་མཐོང་འོང། འདི་
ཚུ་ཕྱིར་བཏོན་འབད་དེ་ ལོགས་ཅིག་ཁ་ལུ་ བཞག་དགོ། གནས་ཚུལ་དག་ཤོས་ཚུ་ ཚར་གཅིག་ལས་ལྷག་སྟེ་ ལོག་འབྲི་སྟེལ་
ཡོད་པ་ཡིན་མེན་དགོ། ཁྱེད་ཀྱིས་བྲིས་མི་ཚུ་ ཞུན་དག་འབད་ནི་འདི་ དལ་ཉམས་དང་ སྟོབ་བཞན་པའི་ལཱ་མེན། འདི་ཚུ་ གནས་
ཚུལ་དག་ཤོས་འབྲི་ཐངས་ཀྱི་ བྱ་རིམ་ཅིག་ཡིན། གལ་སྟེ་ ལོག་ཟིན་བྲིས་བཏབ་ནི་དང་ ཞུན་དག་འབད་ནི་ཚུ་ དབང་པོ་ངལ་མི་
མི་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་ ཆ་ཤོགས་ ཡང་ན་ སྟེ་ཚན་ནང་གི་ འབྲས་མི་གཞན་ཅིག་ལས་ ཞུན་དག་དང་ བྱ་རིམ་དབྱེད་འབད་ནིའི་
རྒྱབ་སྐྱོར་ལེན་དགོ། སྟེ་ཚན་གྱི་ལཱ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ གནས་སྐབས་ལོགས་ཤོམ་འཐོན་འོང།



ཀྱང་བསྐྱགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འབྲི་ཐངས།

ཟུར་བརྗོད། འདི་ཀྱང་བསྐྱགས་ཀྱི་ སྤང་ཤོག་འབྲི་ཐངས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་ ཡོངས་རྒྱལ་མེན། ཡིན་རུང་ འདི་གིས་ཞིབ་བརྟག་ཀྱང་བསྐྱགས་ཀྱི་དོན་ལུ་ གློ་སྤྲོད་ཐངས་དང་ འགྲེལ་བཤད་རྒྱུ་ཐངས་ཀྱི་ བསྐྱབ་བྱ་ཚུ་ཕྱིན་མེན།

ཀྱང་བསྐྱགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཚུ་གེ་ར་ནང་ གློག་བརྟན་དང་ སྤྲོ་བཟུང་ཚུ་ཡོད་པ་ཡིན། པར་དང་སྤྲོ་བཟུང་ཚུ་ལས་ སྐབས་དོན་གྱི་གནས་སྤངས་དང་བསྐྱུན་ གནས་ཚུལ་ལེ་ག་འཐོན་འོང། གསལ་བཤད་འདི་ གཙོ་བོ་ར་ གནས་ཚུལ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ མི་མང་ལུ་ གོ་བཞུགས་ཤིང་དོན་ལུ་ཡིན།

རིག་ཚུལ་དང་ལྷན་པའི་ ཚུམ་བྲིས་ཅིག་གིས་ བལྟ་མི་ཚུ་གི་སྤང་བར་ ཐ་ན་ རྟེན་དུས་ཀྱི་རིམ་དང་ ཡོད་སྟངས་ཁག་ཁག་གི་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ལུ་ཡང་ ཚོར་སྤང་གསལ་རལ་ ཕྱིན་ཚུགས་པ་བཟོ་འོང། ཀྱང་བསྐྱངས་རེ་ཤིང་ཡོད་ཀྱི་ དོན་ལུ་ཡིན་པ་ཅིན་ སྤང་ཤོག་ཚུ་ གནས་ཚུལ་བཤད་མིའི་ གློ་དང་གཅིག་ཁར་སྟེ་ བཞོད་སྟེག་འབད་པ་ཅིན་ སྐབས་དོན་འདི་ རྟེན་སྐལ་ར་ རུས་པ་ཅན་ལུ་འགྱུར་འོང། དེ་འབདམ་ད་ ཀྱང་མཐོང་ཡིན་པ་ཅིན་ གནས་ཚུལ་གྱི་བརྒྱ་ཆ་ ༥༥ དེ་ཅིག་ གློག་བརྟན་གྱིས་ དབང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། ཚུམ་བྲིས་ལེགས་ཤོམ་ཡོད་རུང་ འདི་གིས་ དབང་པོ་དང་ལམ་སྟོན་གི་ གློག་བརྟན་དང་ ལུང་འབྲེན་འདི་ གི་ གློན་སྐུབ་རྒྱུ་མི་ཚུ་གསལ། ག་ཅི་སྟེ་ཟེར་བ་ཅིན་ མི་ཚུ་གིས་ གློག་བརྟན་འདི་ལེགས་ཤོམ་མེད་པ་ཅིན་ བལྟ་མི་བདུབ། གནས་སྤངས་གཉིས་ཆར་འོན་ པར་དང་ སྤྲོ་བཟུང་ཡོད་པའི་ གློ་ཚུ་དང་འཁྲིལ་ ཁབ་སྤྲུང་བཟུམ་དགོ། འདི་ལུ་ “ནམ་ཙམ་གི་དོན་ལུ་ཚུམ་བྲིས་” ཡང་ན་ “པར་གྱི་དོན་ལུ་ཚུམ་བྲིས་” ཟེར་སྤྲོད་ཡིན།

ཁྱོད་ཀྱིས་པར་ཆས་ནང་བཏབ་ཡོད་པའི་ དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་འདི་གིས་ འགོ་བརྟན་གསལ་དགོ། དེ་ལས་ཁྱོད་ར་གིས་ གདམ་ཁ་རྒྱུ་ཡོད་པའི་ ཆོག་ཚུ་བརྟན་གསལ་ཏེ་ གསལ་བཤད་འགོ་བརྟན་གསལ་དགོ། འདི་གི་ཕྱུལ་ལས།

1. གནས་ཚུལ་ལུ་ ཁག་ཆེ་བའི་ཁྱད་ཆོས་ཚུ་ལུ་ གཤམ་ཐིག་བཞོད་དགོ།
2. པར་དང་ གནས་ཚུལ་ ལ་ལུ་ཅིག་ལུ་ ཁྱད་ཆོས་ཆང་མ་མེད་ས་ལུ་ ཤོ་སྟོམས་སྟེ་བཟོ་དགོ།
3. ལྟ་མི་ཚུ་གི་སེམས་ཁར་ དེས་དགོ་པའི་གནས་ཚུལ་ཚུ་ གདམ་ཁ་རྒྱུ་སྟེ་ གཙོ་བོ་བརྟོན་དགོ།
4. པར་མ་འབྲམ་དང་ གནས་ཚུལ་མ་འབྲམ་ཚུ་ འབྲེལ་མཐུད་འབད་དེ་ དུས་ཀྱི་འཕྲོ་འགྱུར་དང་བསྐྱུན་ འགྱུར་བ་ཚུ་བཤད་དགོ།
5. པར་དང་གནས་ཚུལ་འདི་ཚུ་ སྐབས་དོན་དང་མཐུན་སྟེ་བཟོ་དགོ།
6. པར་དང་གནས་ཚུལ་ཚུ་ལུ་ འགྲེལ་བཤད་དང་ དོན་དག་ཐེབས་བརྟན་གསལ་ཏེ་ བསྐྱབ་བ་བཟོ་དགོ། (དེ་འབདམ་ད་ ད་ བཞུགས་ཤིང་ལུ་ ཐོ་ཡོག་ནི་དང་ སྐབས་དོན་གྱི་ཁར་ བརྟན་གཏང་ནི་མི་འོང་)

གནས་ཚུལ་བསྐྱབ་བཞོད་པ་གིས་ གཙོ་བོ་འདི་ཚུ་གི་ཐོག་ལུ་ འབད་བཙོན་བསྟེད་དགོ། དེ་འབདམ་དང་ འདི་གིས་ ཁོ་མོ་ ག་ར་ཡིན་རུང་ ཡ་ཉག་ར་ གནས་ཚུལ་དང་ ལྟ་མི་གཉིས་ཀྱི་བར་ནའི་ བར་མི་བཟུམ་སྟེ་ བཞག་རྒྱུ་བཟོ་དང་ ཡང་ན་ ཕྱི་སེམས་རྒྱུ་བཟོ་ འབད་དགོ་ཟེར་བའི་ ལོ་རྒྱུས་མིན། ཁྱོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གི་ཐོག་ལུ་ མི་ཚུ་གིས་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ ལོ་རྒྱུས་རེ་ སྤྲོ་བ་ཡོད་པ་ཅིན་ འདི་ཚུ་གནས་ཚུལ་བསྐྱབ་བཞོད་པའི་ ཆོག་འགྲེལ་གྱི་ཆོད་སྟེ་ བརྟན་གསལ་དགོ། ཀྱང་བསྐྱགས་དང་ གསལ་ཤོག་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཚུ་ གཤམ་གསལ་ལྟར་དུ་ཡིན།

གསར་ཤོག་	རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་
གཤམ་གྱི་མི་ཚུ་གིས་ ཉམ་གོ་བ་ཅིན་ བུ་མ་འུ་ལ་ རུང་ ལོག་བཟུ་བཏུབ།	རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་མི་ཚུ་གིས་ ཡུལ་པ་ཐེངས་ཅིག་འཛོན་ཏེ་ ལྷ་མི་ཚུ་གི་མིག་ལ་ ལས་ ཡལ་འབྲེལ་ཡིན། ལྷ་མི་ཚུ་གིས་ འཆར་སྤང་རྒྱུ་ལ་གཅིག་ ལས་བཞུལ་ ལ་གསལ་བྱ་མི་ཚུ་གསལ། དེ་འབད་ལ་ལས་ ཆ་ཤས་ གེ་ར་གལ་ཆེ།
འཛོལ་བ་འདི་ཚུ་ གསལ་འཛོལ་མི་སྡེ་ ཤོག་ཀྱ་ཐོག་ལུ་ སྤྲོད་འོང།	ལྷ་མི་ཚུ་གིས་ འཛོལ་བ་ཚུ་ ཐེངས་གཅིག་ ཡང་ན་ ཐེངས་གཅིག་ ཡང་མི་མཐོང།
འདི་ནང་ཤོག་ལེབ་ཚུ་ འཛོལ་མི་འདི་དོན་ལུ་ - མགྱ་ རྒྱ། ལ་ཡིག་ ཡི་གེ་འདི་དོན་མཆོམས། ལ་སོགས་པའི་ ལས་བཟུ་འོང།	རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་མི་ཚུ་གིས་ བར་ན་སྤོང་པ་ད་ བཟུ་བ་ཅིན་ ག་ཅིག་ ལས་འཛོལ་མི་ཚུ་ ཉམ་གོ་བ་ཅིན་གསལ།
ལྷ་མི་ཚུ་གིས་ ལྷ་ག་ནི་མཆོམས་བཞག་སྟེ་ ལཱ་སོ་སོ་ ཅིག་འབད་བར་སོང་སྟེ་ ལོག་འོངས་ཞིན་ན་ བཞག་ མཆོམས་དེ་ལས་ ཆོག་གཅིག་ཡང་མ་ཆད་པར་ འཕྲོ་ མཐུད་དེ་ ལྷ་ག་ཚུ་གསལ།	གཤམ་གྱི་ ལས་འཛོལ་འདི་ ལྷ་བཟུང་སྟེ་ བཞག་བཞག་པ་དང་ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལུ་ཡོད་པ་ཅིན་རྒྱུ་འབྲས་གཅིག་ བཟུ་འཕྲོ་བཞག་སྟེ་ ལཱ་གཞན་འབད་བར་འབྲེལ་ཚུ་གསལ།
པར་འུགས་དང་ བཟུང་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་མི་ཚུ་གིས་ཡོད་པ་ཅིན་ གནས་ཚུལ་ལུ་ བཟུང་མཐོང་ཐབས་བཟུང་འོང། ཡོངས་ འབྲེལ་ཐོག་གི་ གསལ་སྤྱོད་འདི་ཚུ་གིས་ ལྷ་ག་མི་ གི་ ཡིད་ཆེས་འཐོབ་མི་འདི་དོན་ལུ་ ཐབས་ལམ་འདི་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།	རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་མི་ཚུ་གིས་ གནས་ཚུལ་གིས་ ལྷ་མི་ཚུ་ལུ་ གནས་ཚུལ་ གི་རྒྱུ་འབྲས་ (དཔེར་ན་ ལྷ་དང་ པར་འུགས་) ཚུ་སྤོན་མ་ཡིན། འདི་ཚུ་གིས་ རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་བཟུང་མཐོང་ རྒྱ་བཟུང་གཏང་མ་ཡིན། (འདི་བདེན་པ་འོང་ནི་ཡིན་པས། ར་གིས་རྒྱུ་འབྲས་ཐོང་མཐོང་ཅི་ ཟེར་དོ་བཟུམ། འདི་བཟུམ་སྟེ་ བདེན་པ་ཚུ་ཡང་ བཟུང་གཏང་ནི་འདི་ རྒྱུ་འབྲས་ སྤོན་ཡོད་པ་ཡིན།
ལྷ་ག་ནི་འདི་ རྒྱུ་ལྷ་འགོར་རུང་ ལྷ་ག་མི་འདི་གིས་ བཟུང་དོན་ལ་གསལ་འཐོབ་ཡིན།	རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གི་འདི་དོན་ལུ་ འབྲེལ་གི་ཤེས་ཚད་སྤོན་ སྟེ་ དཔོན་མེད་རུང་ ལྷ་ལ་མང་བ་དང་ ཡོད་ཅུ་ཅིག་ གནས་པའི་ ལས་འཛོལ་གི་ཤོ་བ་ ལེན་མི་འདི་དོན་ལུ་ སྤྱིར་བཏང་གི་ཡོན་ཏན་དགོ།

▶ **རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཚུ་ རྒྱ་གདངས་ (podcast) བཟུམ་སྟེ་ རྒྱ་བཟུང་སྟེ་བཞག་ན་མ་གཏོགས་ གསར་ཤོག་
བཟུམ་ ལག་བཟུང་བཏུབ་པའི་ དོངས་པོ་མེན།**

རྒྱ་མཆོན་འདི་ཚུ་ལུ་བཟུང་ཏེ་ རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་ མི་མང་གིས་ ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་ལུ་བཟུལ་ད་ གསར་ཤོག་
ལས་སྟེ་ནང་ལུ་ ལཱ་འབད་མི་དང་འཕུད་པ་ད་ རྒྱུ་འབྲས་སྤྱོད་ཤོག་གི་དོན་ལུ་ རྒྱ་དེ་ལོག་གི་ཐབས་ལམ་ གནས་མེད་ས་མེད་ མ་
འབྲས་སྟེ་ ཡོད་དགོ་པ་ཡིན། བཟུང་ལམ་ག་ཅི་ཡིན་རུང་འདྲ་ རྒྱུ་ཚོད་དང་ ས་གོ་ ཚད་གཅིག་ལས་མེད་པའི་ གནས་སྤངས་
ནང་ གནས་ཚུལ་ཚད་མེད་ཅིག་ སྟེ་ལཱ་ནི་ལུ་ ག་ཐོབ་རྒྱུ་འདི་ཡོད་པ་ཡིན། མི་མང་གི་སེམས་ འདི་འཕྲོ་ལས་ མགྱ་ཚུ་གསལ་པའི་
གནས་ཚུལ་ཅིག་ ཡང་ན་ གནས་སྤངས་ཅིག་འཛོལ་ཏེ་ ཞིབ་བཞག་གི་ལས་འགུལ་ འགོ་བཙུགས་ནི་ལུ་ བཟུང་དགོ་པ་ཡིན་
ནི། །

ཐུན་ཐོ་

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

@པར་དབང་ ཀློན་རེ་ཏེ་ ཨ་རི་རྒྱ་མི་རིམ་ཏུང་ ཨ་ཕི་ཡ་བད་བརྒྱད་ལས་འགུལ།
ཇ་ལན་བེ་སར་ ཨ་ཨར་སི་ 330 #11-01 201000 སིངག་ཕུར།
བརྒྱད་འཕྲིན་ཨང་ - +64 663 6727 | གློག་འཕྲིན་ཁ་བྱང་ - media-singapore@kas.de
www.kas.de/medien-asien/en | facebook.com/media.programme-asia
སྐད་སྒྱུར་འབད་མི་ - དངོས་གྲུབ་བཟང་པོ།



བཟོ་བཀོད་འབད་མི་- Juliane Switala

www.investigative-manual.org

སྐད་སྒྱུར་རྒྱལ་མི་ སྤྱིན་དུག་རྩོམ་ཅིང་དང་དངོས་གྲུབ་བཟང་པོ།

དཔར་དབང་མིལ་བུམ་ དཔེ་བདག་ལུ་ཡོད་པ་ལས་ ལག་དེབ་འདི་འདྲི་བསྐྱར་ཞིབ་འདྲ་བཤུས་ཀྱི་ལུ་བ་དང་ གཞན་ཅི་དཔེ་ཚུ་གི་
སྐོར་ལས་ དཔེ་བདག་དང་གཅིག་ཁར་འབྲེལ་བ་འཐབ་དགོ། ལག་དེབ་འདི་ནང་བཀོད་ཡོད་པའི་ གནད་དོན་དང་ བསམ་འཆར་
བདེན་དཔེ་ཚུ་གི་འགན་ཁག་ ཡན་འདབས་གནང་མི་ཚུ་ལུ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དེ་ཚུ་གི་གོ་དོན་ལེན་ཐངས་ནང་ གེ་ཨ་ཨེ་མི་གི་ བསམ་
འཆར་ ཡང་ན་ སྤྱིད་བྱས་ཚུ་ བཀོད་པ་མེད་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

