

# ༡༡། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་དྲི་བ་དྲིས་ལན།

## Tibetan History- Questions and Answers



ཚོས་རྒྱལ་མེས་དབོན་རྣམ་གསུམ།

མི་སེ་ཀོན་སེན་གཟའ་མཇུག་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་སློབ་གྲུབ་སློབ་དགེ་རྒྱུད་པ་སྐུ་ནོར་སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོས་ཚུགས་པ་རྒྱུགས་ལུས།



### མེད་བརྗོད།

༡༡། མེ་སི་ཀོན་སིན་གཟའ་མཇུག་ཤོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་སློབ་གྲྭ་འདི་བཞེན་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༤༤  
 ལོར་འདི་ག་ས་གནས་མེ་སི་ཀོན་སིན་ཤོད་མིའི་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པས་འགོ་འཇུག་སྐབས་གུས་པ་རྒྱན་ལས་  
 ཁོངས་ཡོད་པ་དང་། དེ་རྗེས་ལོ་རྒྱུ་ ༡༡ ལྷག་རིང་སློབ་གྲྭ་འདིའི་སློབ་སྦྱོང་དང་སློབ་དགོ་གཞུན་རྣམས་དང་ལྷན་  
 སློབ་དགོ་ལྷན་ཏེ་ཤོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་། ཤོད་པའི་རྒྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གོམས་སློབ་བཟང་པོ་སོགས་སློབ་བྱིན་  
 ལུ་སྐབས་ཤོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་ཀྱང་སློབ་བྱིན་ལུ་རྒྱ་གལ་འགངས་མཐོང་ཞིང་། ས་བབ་གནས་སྐངས་ལ་གཞིགས་  
 པའི་སློབ་གྲྭ་རྒྱ་གལ་དུས་རེས་གཟའ་སྤེན་པ་ཙམ་ལས་མེད་པར་བརྟེན་མཁས་དབང་རྣམས་ནས་བསྐྱེད་སྤྱོད་གྲྭ་  
 གནང་བའི་ཤོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་མཐོན་སློབ་བྱིན་ལུ་བར་དུས་ཚོད་དང་སློབ་སྤྱོད་ཚོའི་ཤོད་ཡིག་གནས་ཚུངས་  
 དང་མཚུངས་མིན་ལ་བརྟེན། ཤོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་ལོ་རྒྱུས་ཁོངས་ནས་གནད་འགངས་ཆེ་ཁག་རྒྱུར་བཏོན་གྱིས་རྒྱལ་  
 རབས་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ཤིག་གི་བ་དེས་ལན་གྱི་ལམ་ནས་སློབ་བྱིན་ལུ་ཆེ་པན་ཐོགས་ཡོད་རྒྱ་འཛོལ་སྤང་ཡང་  
 ཡང་རྒྱུར་བར་སོང་སམ་རྩོམ་འདི་འདྲེས་ཀྱི་ཤོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བ་དེས་ལན། ཞེས་པ་དང་ལན་མང་འདས་ག་  
 ཞེས་སློབ་ཚན་ཁག་གཉིས་འདུག་པའི་དེས་ལན་རོམ་གང་མང་རྒྱུར་བཏོན་གྱིས་གང་འོས་པས་སྐད་ཐོག་གིས། དེ་  
 བཞེན་དགོས་པའི་ཁ་སློན་གང་རྒྱུ་ཐོག་ཚོས་རྒྱལ་མེས་དཔོན་རྣམ་གསུམ་གྱིས་གཙོས་འབྲེལ་ཆགས་སྐྱེད་པར་གང་  
 ཐོབ་མཉམ་སྐྱེད་གྱིས་ཤོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་བ་དེས་ལན་ཞེས་སློབ་ཚན་ཆ་ཚང་དེ་བ་དེས་ལན་གྱི་ལམ་ནས་སློབ་  
 བྱིན་ལུ་རྒྱ་འཛོལ་ཆེད་བསྐྱེད་སྤྱོད་ལུ་ཏེ་འདི་ག་གཟའ་མཇུག་ཤོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་སློབ་གྲྭ་འདི་འཛིན་རིམ་བཞེན་  
 པར་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༧༤ ཟླ་ ༡ ནས་སློབ་བྱིན་ལུ་ཏེ་སློབ་སྤྱོད་ཚོས་ཤོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་ཞིབ་མཐོན་ལུ་མ་ཤེས་ཀྱང་ཤོད་མི་  
 རིག་གི་ལོ་རྒྱུས་གལ་གནད་ཆེ་ཁག་ཤེས་པའི་ཐོག་ཤོད་མི་ཟེར་བ་མི་རིགས་ལོ་རྒྱུས་ཚད་ལྡན་ཞིག་ཡོད་པའི་སེམས་  
 འཛོལ་སྤེལ་པའི་ལན་ཐོགས་མི་དམན་ཙམ་རྒྱུར། རིམ་བཞེན་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༧༤ ལོར་འབྲེལ་ཆགས་སྐྱེད་པར་ཁག་  
 དང་། ལོ་རྒྱུས་སོ་སོའི་ཐོག་ཁ་སློན་ལུ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༧༤ ལོར་རང་རེ་འདི་ག་ཤོད་མིའི་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པས་ཤོད་  
 མི་རྣམས་ཚོའི་ཆེད་ཤོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རྒྱན་འཛིན་གྱི་ལས་འཆར་ཆེད་སློབ་ཚན་ཁ་སློན་དང་བསྐྱེད་བྱིན་འཆར་གཞི་  
 བཅས་བསྐྱེད་སྤྱོད་ལུ་ཏེ་མི་ན། མེ་སི་ཀོན་སིན་གཟའ་མཇུག་ཤོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་སློབ་གྲྭ་འདི་སློབ་དགོ  
 རྒྱུར་བ་སྐྱོན་སྐྱེད་བཟང་རྒྱ་མཚོས་ ༡༩༧༤ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༧ ལ།

# དཀར་ཆག

- ༡། བོད་ཀྱི་མི་རྒྱུད་འབྱུང་ཁུངས།
- ༢། གཉམ་ཁྲི་བཅན་པོ།
- ༣། གཉམ་ཁྲི་བཅན་པོ་ནས་གནས་རི་སྲོང་བཅན་བར་རྒྱལ་ཐོག་ ༣༢ ནས་རྒྱལ་སྲིད་བསྐྱེད་སྤྱོད།
- ༤། ཚོས་རྒྱལ་སྲོང་བཅན་སྐྱམ་པོ།
- ༥། ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་ལུ་བཅན།  
སྲུ་ཁྲི་བཅན་པོ།
- ༦། སད་ན་ལེགས་མཛེང་ངམ་ཁྲི་སྲེ་གཙུག་ལྷན།
- ༧། མངའ་བདག་ཁྲི་རལ་པ་ཅན།
- ༨། སྲང་དར་མ།
- ༩། མི་ལོ་ ༢༠༥ རིང་བོད་སིལ་བྱར་གནས།
- ༡༠། ས་སྐུ་བརྗེད་ཀྱི་དགའ་རྒྱལ་མཚན།
- ༡༡། ས་སྐུ་འགོ་མགོན་འཕགས་པ།
- ༡༢། འཕགས་མོ་གྲུབ་པ་བྱང་ཚུབ་རྒྱལ་མཚན།
- ༡༣། རིན་སྤྱངས་པ་དང་། གཙང་པའི་རྒྱལ་རྒྱུད།
- ༡༤། གྲུལ་དབང་སྐུ་སྲོང་རིམ་ལྱོན།
- ༡༥། སྐུ་དབང་ཅིས་སྲོད་གནང་རྗེས་བཀའ་སྲོན་ཁྲི་པ་སྲོབ་དཔོན་ཟམ་གདོང་སྲོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་དང་།
- ༡༦། སྲིད་སྲོང་འབྲམ་རམ་པ་སྲོ་བཟང་སང་གོ།
- ༡༧། ལས་ཐོག་སྲིད་སྲོང་སྲེན་པ་ཆེ་རིང་བད།
- ༡༨། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་དོན་ཚན་ལོ་ཆེགས་རིམ་བྱུང།
- ༡༩། ཚོ་སྲོང་། སྲོང་པ་ཉིད་དང་། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་དོ་སྲོད།

# བོད་ཀྱི་མི་རྒྱུད་འབྲུང་ཁུངས།



སྤྱན་རས་གཟིགས།



རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་མ།

- ༡། ཇི་བཞ། བོད་ཀྱི་མི་རྒྱུད་གང་ནས་བྱུང་ངམ།  
 ལན། བོད་ཀྱི་མི་རྒྱུད་འབྲུང་ཁུངས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲུལ་པ་སྤྱི་ལུ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་  
 དང་། རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་མའི་རྣམ་སྤྲུལ་མ་སྲིན་མོ་བྲག་སྲིན་ལས་བྱུང་།
- ༢། ཇི་བཞ། ཁོང་གཉིས་ལ་སྲས་དང་སྲས་མོ་རྒྱལ་འབྲུངས་པ་རྣམས་ལ་གང་ཟེར་ངམ།  
 ལན། བོད་ཀྱི་མི་ལུ་གཏུང་རྒྱལ་ཟེར།
- ༣། ཇི་བཞ། བོད་ཀྱི་མི་ལུ་གཏུང་རྒྱལ་གང་གང་ཡིན་ནམ།  
 ལན། བསེ་དང་། ལྷ། ལྷོང་། ལྷོང་། དབྱ། འབྲུ་བཅས་ཡིན།
- ༤། ཇི་བཞ། རང་ཅག་གངས་ཅན་པ་ཚང་མ་བོད་ཀྱི་མི་ལུ་གཏུང་རྒྱལ་གི་རྒྱུད་པ་ཡིན་ནམ།  
 ལན། དེ་ལྟར་ཡིན།

# གཉལ་ཁྲི་བཙན་པོ།



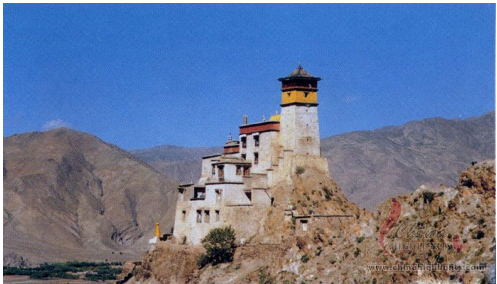
༡། ཁྲི་བ། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དང་པོ་སྲུ་རེད།  
 ལན། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དང་པོ་གཉལ་ཁྲི་བཙན་པོ་རེད།

༢། ཁྲི་བ། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དང་པོ་ལོ་ག་རེ་ནང་བྱུང་བ་རེད།  
 ལན། ཕྱི་ལོ་མ་བྱུང་གོང་ལོ་ ༡༢༧ (127BC) ནང་བྱུང་བ་རེད།

༣། ཁྲི་བ། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དང་པོ་འཇི་འཇུང་ས་ཡུལ་གང་ཡིན་ནམ།  
 ལན། འཇུང་ས་ཡུལ་སྐོར་འགྲེལ་བ་ཤད་མི་འབྲ་བ་ཁག་གསུམ་ཙམ་ཡོད།

༤། ཁྲི་བ། འོ་ན་འཇུང་ས་ཡུལ་ཁུངས་བཙན་པོས་གང་ཡིན་ནམ།  
 ལན། རྒྱ་གར་མ་ག་རྟ་ཡིན་པ་ཞུ་སྲོལ་ཡོད་ཀྱང་སྲོ་བའི་ཡུལ་ནས་བྱོན་པ་ཁུངས་བཙན་པོར་སྣང་།

༥། ཁྲི་བ། བོད་ཀྱི་མཁར་ཐོག་མ་༼དང་པོ་༽ཡུམ་སུ་མ་སྐང་སུས་བཞེངས་པ་རེད།  
 ལན། བོད་ཀྱི་མཁར་ཐོག་མ་ཡུམ་སུ་མ་སྐང་གཉལ་ཁྲི་བཙན་པོས་བཞེངས་པ་རེད།







13། ཇི་བཤ རྒྱ་བཟའ་ཤོང་རྫོས་བོད་ནང་བཞེངས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་གང་ཡིན་ནམ།  
ལན། ལྷ་སའི་ར་མོ་ཆེ་གཙུག་ལག་ཁང་ཡིན།

14། ཇི་བཤ རྒྱ་བཟའ་ཤོང་རྫོ་བོད་ལ་ག་དུས་ཐེབས་པ་རེད།  
ལན། ལྷགས་སྤང་གྱི་ལོ་ ༤༧ ལོར་ཐེབས་པ་རེད།

15། ཇི་བཤ བལ་བཟའ་ཁྲི་བཙུན་གྱི་ཉེན་སྐལ་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་ནམ།  
ལན། བྱམས་པ་ཚོས་འཁོར་དང་། རྫོ་བོ་མི་བསྐྱོད་དོ་རྗེ་ཡིན།

16། ཇི་བཤ བལ་བཟའ་ཁྲི་བཙུན་གྱིས་བོད་ནང་བཞེངས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་གང་ཡིན་ནམ།  
ལན། ར་ས་འབྲུལ་སྤང་གཙུག་ལག་ཁང་ཡིན།

17། ཇི་བཤ ཐོ་གྲང་ཐོ་རྒྱ་ལ་ཐོག་མར་བཞེངས་སྐབས་འགན་འཁུར་བཞེས་མཁན་བཙུན་མོ་སུ་ཡིན་ནམ།  
ལན། བལ་བཟའ་ཁྲི་བཙུན་ཡིན།

18། ཇི་བཤ ཐོ་གྲང་ཐོ་རྒྱ་ལ་གང་དུ་བཞེངས་ཡོད་རེད།  
ལན། དམར་ཐོ་རིའི་སྤང་དུ་བཞེངས་ཡོད།

19། ཇི་བཤ ཐོད་གྱི་རྒྱལ་ས་ལྷ་སར་གནང་མཁན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སུ་ཡིན་ནམ།  
ལན། ཚོས་རྒྱལ་སྤོང་བཙན་སྐམ་པོ་ཡིན།

20། ཇི་བཤ ཐོད་གཅིག་གྲུར་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཐོག་མ་སུ་ཡིན་ནམ།  
ལན། ཚོས་རྒྱལ་སྤོང་བཙན་སྐམ་པོ་ཡིན།

21། ཇི་བཤ དུས་རབས་བདུན་པའི་ནང་ཚོས་རྒྱལ་སྤོང་བཙན་སྐམ་པོས་བཀའ་ཁྲིམས་ག་རེ་བསྐྱལ་བ་རེད།  
ལན། ལྷ་ཚོས་དགོ་བ་བཙུ་དང་། མི་ཚོས་གཙོང་མ་བཙུ་དུག་བསྐྱལ་བ་རེད།

༡༡། ཇི་བཞུགས་ཚོས་རྒྱལ་སྤོང་བཅོན་སྐྱམ་པོ་དགུང་གྲངས་གཞོན་བཞུགས་སམ།  
 ལན། དགུང་གྲངས་ ༣༡ བཞུགས་པ་རེད།

༡༢། ཇི་བཞུགས་ཚོས་རྒྱལ་སྤོང་བཅོན་སྐྱམ་པོ་ན་ཚ་ག་རེས་གྲོངས་པ་རེད།  
 ལན། ལྷ་འདྲུམ་ནད་ (smallpox) གྱིས་གྲོངས་པ་རེད།



རྒྱ་བཟའ་ཀོང་ཇོ།      ཚོས་རྒྱལ་སྤོང་བཅོན་སྐྱམ་པོ།      བལ་བཟའ་ཁྱི་བཅུན།



ཐོན་མི་སམ་ལྟོ།

# ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་བཙུན།



འངས་དབལ་དབྱངས།



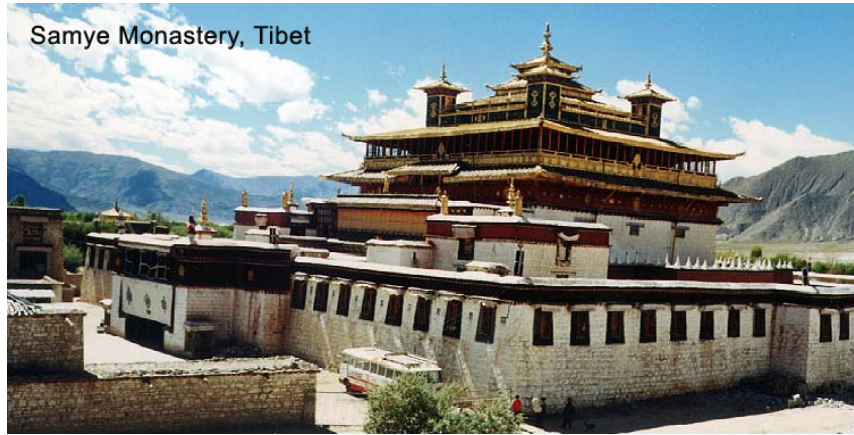
ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་བཙུན།

- ༡། ཇི་བཞུགས་ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་བཙུན་གཤམ་སྐྱུ་འཁྱུངས་པ་རེད།  
 ལན། ཅུ་ཉ་ཕྱི་ལོ་ ༡༧༩༩ ལོ་ལ་སྐྱུ་འཁྱུངས་པ་རེད།
- ༢། ཇི་བཞུགས་ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་བཙུན་ལྷ་གར་གི་སྐྱུལ་པ་ཡིན་ནམ།  
 ལན། འངས་དབལ་དབྱངས་ཀྱི་སྐྱུལ་པ་ཡིན།
- ༣། ཇི་བཞུགས་ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་བཙུན་དབྱང་ལོ་གཤམ་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་བཙུན་པ་རེད།  
 ལན། དབྱང་ལོ་བཅུ་བཞིར་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་བཙུན་པ་རེད།
- ༤། ཇི་བཞུགས་ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་བཙུན་གྱིས་རྒྱ་གར་མཁས་པ་སྐྱུ་བོད་ལ་གདན་འདྲེན་ཞུས་པ་རེད།  
 ལན། མཁས་ཚེན་ཞི་བ་འཚོ་ (Shantarakshita) དང་། སྐྱོབ་དཔོན་ Kamashila སོགས་  
 རྒྱ་གར་གྱི་བཀའ་གྲུབ་མང་པོ་གདན་འདྲེན་ཞུས་པ་རེད།
- ༥། ཇི་བཞུགས་ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་བཙུན་ནས་རྒྱ་གར་མཁས་པ་ཚམ་མ་ཡིན་པ་གཞན་གཤམ་པོ་གདན་  
 འདྲེན་ཞུས་པ་རེད།

ལན། རྒྱ་གར་གྱི་བཀའ་བསྟན་བཅོས་སོགས་རིག་བའི་གཞུང་ལུགས་མང་པོ་གདན་འདྲེན་ཞུས་པ་རེད།

༦། རྩི་བ། རྒྱ་གར་གྱི་བཀའ་བསྟན་བཅོས་ཏེ་ཅང་མང་པོ་ཡོད་པ་དེ་དག་བོད་ཡིག་ནང་གང་འདྲ་སེ་བསྐྱར་བ་  
རེད།

ལན། ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་བཙན་གང་ཉིད་ནས་ཐུགས་འགན་རྐང་བཞེས་ཀྱིས་རྒྱ་གར་དང་བོད་གྱི་  
ལོ་ཚ་བ་མཁས་པ་མང་པོས་ཉིན་མཚན་དུས་དུག་སྐྱེ་ལས་ཚད་མེད་སློབ་ཏེ་བོད་བསྐྱར་བ་རེད།



༧། རྩི་བ། དཔལ་བསམ་ཡས་བཞེངས་འགོ་ག་དུས་བཙུགས་པ་དང་ལོ་ག་ཚོད་འགོར་བ་རེད།  
ལན། འིང་འབྲུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོར་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ལོ་ ༡༥ འགོར་བ་རེད།

༨། རྩི་བ། དཔལ་བསམ་ཡས་གྱི་མཚན་ངོ་མ་གང་རེད།  
ལན། བསམ་ཡས་མི་འགྲུར་ལྷན་གྱི་གྲུབ་བའི་གཙུག་ལག་ཁང་རེད།

༩། རྩི་བ། བསམ་ཡས་མི་འགྲུར་ལྷན་གྱི་གྲུབ་བའི་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་མཁན་སུ་ཡིན་ནམ།  
ལན། ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་བཙན་དང་། མཁན་ཚེ་ཞི་བ་འཚོ། རྗེས་སུ་སློབ་དཔོན་བསྐྱེ་  
འགྲུང་གནས་གདན་འདྲེན་ཞུས་པ་རེད།

༡༠། རྩི་བ། སློབ་དཔོན་བསྐྱེ་འགྲུང་གནས་བོད་ལ་གདན་འདྲེན་ཞུ་དགོས་སུ་གསུངས་པ་རེད།

ལན། མཁན་ཚེན་ཞི་བ་འཚོས་གསུངས་པ་རེད།

༡༡། ཇི་བཞུགས་ཀྱི་སྐོར་གྱི་བཅོམ་གྱིས་སློབ་དཔོན་བསྐྱེད་འབྱུང་གནས་བལ་ཡུལ་ནས་གདན་འདྲན་  
ལྷོ་བར་སུ་བཏང་གནང་བ་རེད།

ལན། རྫོན་པོ་སྐྱ་གསལ་སྣང་བཏང་བ་རེད།

༡༢། ཇི་བཞུགས་ལས་བཞེངས་སྐབས་ལྷ་འདྲེ་མང་པོས་བར་ཚད་བཏང་བ་སེལ་ཐབས་སུས་གནང་བ་རེད།

ལན། རྫོན་པོ་སྐྱ་གསལ་སྣང་གནས་ནས་ལྷ་འདྲེ་རྣམས་དམ་ལ་བཏགས་ཏེ་བར་ཚད་རྣམས་སེལ་བར་  
མངོན་པ་རེད།

༡༣། ཇི་བཞུགས་ལས་ནང་རིག་གནས་གང་ཅིར་སྦྱང་བཅོམ་བྱུག་བསྟར་གནང་ཡུལ་སྡེ་ཚོན་གང་གང་ཡོད་  
དམ།

ལན། སྦྱང་བཅོམ་བྱུག་བསྟར་གནང་ཡུལ་བསམ་ལས་ལྷིང་བཞི་ལྷིང་སྐྱོན་བཅུ་གཉིས་ཡོད་པ་གཤམ་  
གསལ།

༡། བར་ཕྱོགས་མཐུན་རབ་འཇམ་དཔལ་གྱི་ལྷིང་། ༢། དེའི་གཡས་གཡོན་དུ་རྣམ་དག་ཐིམས་  
ཁང་ལྷིང་། ༣། བར་སྦྱར་ཚང་མང་ལྷིང་། ༤། ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་ལྷུང་བ་ལོའི་ལྷིང་། ༥། དེའི་  
གཡས་གཡོན་དུ་བདུད་འདུལ་སྐྱགས་པ་ལྷིང་། ༦། ལྷ་སྦྱར་ལྷིང་། ༧། ལུབ་ཕྱོགས་སུ་དགའ་  
ལྷན་བྱམས་པ་ལྷིང་། ༨། དེའི་གཡས་གཡོན་དུ་དཔལ་བོ་བེ་ཉར་ལྷིང་། ༩། མི་གཡོ་བསམ་གཏན་  
ལྷིང་། ༡༠། བྱང་ཕྱོགས་སུ་བྱང་ཚུབ་སེམས་བསྐྱེད་ལྷིང་། ༡༡། དེའི་གཡས་གཡོན་དུ་སྐྱ་ཚོགས་  
ལྷགས་ཏེ་ལྷིང་། ༡༢། བེ་ཉར་དཀོར་མཚོན་ལྷིང་བཅས་ཡོད།

༡༤། ཇི་བཞུགས་དེར་བོད་ཀྱི་སྐྱ་བསྐྱར་བ་མཁས་པ་མང་པོ་དེ་འདྲ་གང་འདྲ་སེ་བྱུང་བ་རེད།

ལན། ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྐོར་གྱི་བཅོམ་གང་ཉིད་ནས་ཐུགས་འབག་རྐང་བཞེས་ཀྱིས་སྐབས་དེའི་བོད་ཐུག་  
གཟུགས་ཁམས་བདེ་ཞིང་། རྫོན་པོ་སྐྱ་གསལ་སྣང་གནས་ལས་ལྷོ་ཕྱོགས་ལོད་ཅན་མང་དག་ཅིག་ཚེད་  
འདེམས་ཀྱིས་བསམ་ལས་ནང་གི་སྐྱ་བསྐྱར་ཁང་དུ་སློབ་སྦྱོང་ཚད་ལྡན་སྐྱོད་དེ་སྐྱེས་སྤང་གནང་  
བ་རེད།

༡༥། ཇི་བཀ བོད་ལ་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཚོས་དང་སྤེལ་གནང་མཁན་སྤྱི་ཡིན་ནམ།  
 ལན། སྤོབ་དཔོན་པརྟ་འབྲུང་གནས་ཡིན།



མཁན་སྤོབ་ཚོས་གསུམ།

མཁན་ཚེན་ཞི་བ་འཚོ།      སྤོབ་དཔོན་པརྟ་འབྲུང་གནས།      ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྤོང་ལྗེ་བཙན།

༡༦། ཇི་བཀ བོད་ལ་རབ་བྱུང་གི་སྤེ་རྒྱལ་པོ་གང་གི་དུས་སྤྱི་བྱུང་བ་རེད།  
 ལན། ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྤོང་ལྗེ་བཙན་གྱི་དུས་སྤྱི་བྱུང་བ་རེད།

༡༧། ཇི་བཀ ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྤོང་ལྗེ་བཙན་གྱིས་བོད་ལ་ནང་ཚོས་གཏན་འབེབས་གང་འདྲ་མེ་གནང་བ་རེད།  
 ལན། རྒྱ་ནག་ཉལ་འང་མཉུ་ཡ་ན་དང་རྒྱ་གར་གྱི་པཱིཉ་སྤོབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ཤི་ལ་གཉིས་དབང་ནང་  
 ཚོས་ཀྱི་ལྷ་བྱུབ་ཐོག་ཚོད་འགྲན་བྱས་ནས་གཏན་འབེབས་གནང་བ་རེད།

༡༨། ཇི་བཀ སྤོབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ཤི་ལ་དང་རྒྱ་ཉལ་མཉུ་ཡ་ན་གཉིས་ལོ་ག་ཚོད་ཚོད་པ་བརྒྱབ་པ་རེད།  
 ལན། ལོ་གཉིས་རིང་ཚོད་པ་བརྒྱབ་པ་རེད།

༡༩། ཇི་བཀ ལོ་གཉིས་ཚོད་པ་བརྒྱབ་པའི་རྗེས་སྤྱི་པམ་པ་རེད།  
 ལན། རྒྱ་ནག་གི་རྒྱ་ཉལ་མཉུ་ཡ་ན་པམ་པ་རེད།



- ༡། ཇི་བཞ། བོད་ལ་དབྱུལ་སྤུག་ལན་གསུམ་སྟོམས་མཁན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སུ་ཡིན་ནམ།  
 ལན། སུ་ཁྱི་བཙན་པོ་ཡིན།
- ༢། ཇི་བཞ། སུ་ཁྱི་བཙན་པོས་རྒྱལ་སྲིད་ལོ་ཚོད་བསྐྱུངས་སམ།  
 ལན། ལོ་གཅིག་དང་ལྷ་བ་དགུ་བསྐྱུངས་པ་རེད།
- ༣། ཇི་བཞ། སུ་ཁྱི་བཙན་པོ་རྒྱལ་པོ་སུའི་སྲས་རེད།  
 ལན། ཚོས་རྒྱལ་ཁྱི་སྲོང་ལྷེ་བཙན་གྱི་སྲས་གཉིས་པ་རེད།
- ༤། ཇི་བཞ། ས་ན་ལེགས་མཛེང་ཡོན་ནམ་ཁྱི་ལྷེ་སྲོང་བཙན་སུའི་སྲས་ཡིན་ནམ།  
 ལན། ཁྱི་སྲོང་ལྷེ་བཙན་གྱི་སྲས་ཚུང་ལོས་ཡིན།
- ༥། ཇི་བཞ། ས་ན་ལེགས་མཛེང་ཡོན་ནམ་ཁྱི་ལྷེ་སྲོང་བཙན་གྱིས་ཆབ་སྲིད་ལོ་ག་ཚོད་བསྐྱུངས་སམ།  
 ལན། ཆབ་སྲིད་ལོ་ ༡༩ རིང་བསྐྱུངས་པ་རེད།

### མངའ་བདག་ཁྱི་རལ་པ་ཅན།



ཕྱག་ནཱ་ཇི།



ཁྱི་རལ་པ་ཅན།

- ༡། ཇི་བཀ མངའ་བདག་ཁྲི་རལ་པ་ཅན་གང་གི་སྐྱལ་པ་ཡིན་ནམ།  
ལན། ལྷག་ན་རྫོ་རྗེའི་སྐྱལ་པ་ཡིན།
- ༢། ཇི་བཀ ཁྲི་རལ་པ་ཅན་གྱི་མཚན་གཞན་ལ་གང་ཟེར་རམ།  
ལན། ཁྲི་གཙུག་གྲེ་བཅན་ཟེར།
- ༣། ཇི་བཀ ཁྲི་རལ་པ་ཅན་གྱི་སྐྱ་དུས་སུ་ཚིག་མཛོད་ཅིག་བཅུམས་ཡོད་པ་དེའི་མིང་གང་རེད།  
ལན། མཉ་བྱུང་པཏ་ཞེས་ལེགས་སྐྱར་དང་པོད་སྐད་ཤན་སྐྱར་གྱི་ཚིག་མཛོད་དེ་རེད།
- ༤། ཇི་བཀ ཁྲི་རལ་པ་ཅན་གྱི་ཡབ་སུ་ཡིན་ནམ།  
ལན། སད་ན་ལེགས་མཛིང་ཡོན་ནམ་ཁྲི་གྲེ་སྲོང་བཅན་ཡིན།
- ༥། ཇི་བཀ སྐད་གསར་གཅད་གཏུན་འབེབས་གནང་མཁན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སུ་ཡིན་ནམ།  
ལན། མངའ་བདག་ཁྲི་རལ་པ་ཅན་ཡིན།
- ༦། ཇི་བཀ གསེར་དུམ་དང་འབྲུ་རིགས་རྣམས་འདེགས་གཤོར་གྱི་བྲེ་དང་སྲང་རྣམས་རྒྱལ་པོ་  
སུའི་དུས་སུ་གཏུན་འབེབས་བྱས་པ་རེད།  
ལན། ཁྲི་རལ་པ་ཅན་གྱི་སྐྱ་དུས་སུ་གཏུན་འབེབས་བྱས་པ་རེད།
- ༧། ཇི་བཀ དགོ་འདུན་རེ་ལ་བྲན་གྲིས་བདུན་རེ་སྤུལ་མཁན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སུ་ཡིན་ནམ།  
ལན། ཁྲི་རལ་པ་ཅན་ཡིན།
- ༨། ཇི་བཀ ཁྲི་རལ་པ་ཅན་གྱིས་བཞེངས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་དེ་གང་ཡིན་ནམ།  
ལན། ལུ་ཤང་རྫོ་དཔེ་མེད་བཟ་ཤིས་དགོ་འཕེལ་སྤིང་གཙུག་ལག་ཁང་ཡིན།
- ༩། ཇི་བཀ ཁྲི་རལ་པ་ཅན་ཞེས་མཚན་གང་འདྲ་སེ་ཐོགས་པ་རེད།

ལན། རྒྱལ་པོས་དབྱ་སྐྱེ་མ་བསེལ་བར་རལ་བ་ཆགས་པས་རལ་བ་ཅན་ཞེས་ཐོགས་པ་རེད།

༡༠། ཇི་བཤ། ཆབ་སྲིད་ཐོག་དགེ་འདུན་པས་ཐེ་བྱས་དང་པོ་རྒྱལ་པོ་སྤྱི་སྐབས་སུ་བྱས་པ་རེད།  
ལན། ཁྱི་རལ་བ་ཅན་གྱི་སྐྱེ་དུས་བྱས་པ་རེད།

༡༡། ཇི་བཤ། ཆོས་སྲིད་ཟུང་སྦྲེལ་གྱི་འགོ་ལུགས་རྒྱལ་པོ་སྤྱི་སྐྱེ་དུས་བྱང་བ་རེད།  
ལན། ཁྱི་རལ་བ་ཅན་གྱི་སྐྱེ་དུས་བྱང་བ་རེད།

༡༢། ཇི་བཤ། བོད་བོད་ཡུལ་ན་སྦྱིད། རྒྱ་རྒྱ་ཡུལ་ན་སྦྱིད་ཅེས་བའི་རྒྱ་བོད་ས་འཆོམས་གྱི་ཆིངས་ཡིག་  
སུས་བཞག་པ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩ - ༡༩༩ ལོར་ཁྱི་རལ་བ་ཅན་གྱི་བཞག་གནང་བ་རེད།

༡༣། ཇི་བཤ། བོད་གསལ་ཆིངས་ཡིག་འཁོད་པའི་དོ་རིང་ལ་གང་ཟེད།  
ལན། ལྷ་སའི་དོ་རིང་ཟེད། ད་ལྟོང་ལྷ་སར་མཐོང་རྒྱ་ཡོད།

༡༤། ཇི་བཤ། ཁྱི་རལ་བ་ཅན་དགོང་མཁན་སུ་ཡིན་ནམ།  
ལན། རྫོན་པོ་སྐས་སྐྱག་སྐྱ་སོགས་ཀྱིས་བགོངས་པ་རེད།

༡༥། ཇི་བཤ། ཁྱི་རལ་བ་ཅན་བགོངས་དུས་དགུང་ལོ་ག་ཚོད་ཡིན་ནམ།  
ལན། དགུང་ལོ་སོ་དྲུག་ཡིན།

༡༦། ཇི་བཤ། ཁྱི་རལ་བ་ཅན་ག་དུས་སྐྱེ་བགོངས་པ་རེད།  
ལན། མེ་འབྲུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༦ ལོར་སྐྱེ་བགོངས་པ་རེད།



ཚོས་རྒྱལ་མེས་དཔོན་རྣམ་གསུམ།

༡༥། ཇི་བ། ཚོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་སྐམ་པོ་དང་། ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་བཙན། མངའ་བདག་  
 ཁྲི་རལ་བ་ཙན་བཙས་གསུམ་ལ་གང་ལྷུའམ།  
 ལན། ཚོས་རྒྱལ་མེས་དཔོན་རྣམ་གསུམ་ལྷ།

༡༦། ཇི་བ། བོད་མི་རྣམས་ལ་བཀའ་དྲིན་ཏེ་ཅང་ཆེ་བའི་ཚོས་རྒྱལ་གསུམ་གང་ཡིན་ནམ།  
 ལན། ཚོས་རྒྱལ་མེས་དཔོན་རྣམ་གསུམ་ཡིན།

### སྲང་དར་མ།



༡། ཇི་བཤམས་སྐྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་གཏུག་གནང་ངམ།  
ལན། མེ་འབྲུག་གི་ལོ་ ༡༣༦ ལོར་རྒྱལ་པོ་གནང་།

༢། ཇི་བཤམས་མའི་ལྷོན་པོ་གཙོ་བོ་སྲུ་ཡིན་ནམ།  
ལན། སྐལ་སྐྱེས་ལྷོན་པོ་ཡིན།

༣། ཇི་བཤམས་སྐྱོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་བཞུགས་པའི་འགོ་བཙུག་པ་རེད།  
ལན། ལོ་རྒྱུས་ལོ་ ༡༣༡ ལོར་བཞུགས་པ་རེད།

༤། ཇི་བཤམས་སྐྱོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་བཞུགས་པའི་འགོ་བཙུག་པ་རེད།  
ལན། ལོ་རྒྱུས་སྐྱོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་བཞུགས་པ་རེད།

༥། ཇི་བཤམས་སྐྱོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་བཞུགས་པའི་འགོ་བཙུག་པ་རེད།  
ལན། ལོ་རྒྱུས་ལོ་ ༡༣༡ ལོར་བཞུགས་པ་རེད།

༦། ཇི་བཤམས་སྐྱོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་བཞུགས་པའི་འགོ་བཙུག་པ་རེད།  
ལན། ལོ་རྒྱུས་ལོ་ ༡༣༡ ལོར་བཞུགས་པ་རེད།

༧། ཇི་བཤམས་སྐྱོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་བཞུགས་པ་རེད།  
ལན། ལོ་རྒྱུས་ལོ་ ༡༣༡ ལོར་བཞུགས་པ་རེད།

༨། ཇི་བཤམས་སྐྱོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་བཞུགས་པ་རེད།  
ལན། ལོ་རྒྱུས་ལོ་ ༡༣༡ ལོར་བཞུགས་པ་རེད།

༩། ཇི་བཤམས་སྐྱོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་བཞུགས་པ་རེད།  
ལན། ལོ་རྒྱུས་ལོ་ ༡༣༡ ལོར་བཞུགས་པ་རེད།

༡༠། ཇི་བཤ། བོད་བཅོན་པོའི་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཐ་མ་སུ་རེད།  
ལན། རྒྱལ་པོ་སྲང་དར་མ་རེད།

༡༡། ཇི་བཤ། བོད་སིལ་བྱ་རྒྱལ་པོ་སུའི་རྗེས་ལ་ཆགས་པ་རེད།  
ལན། སྲང་དར་མའི་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་རེད།

༡༢། ཇི་བཤ། བོད་སིལ་བྱར་འཕོར་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་ག་རེ་ཡིན་ནམ།  
ལན། རྒྱལ་པོ་སྲང་དར་གང་ཉིད་དང་ཁོང་གི་སློན་པོ་རྣམས་ནས་ནང་ཚོས་རྩ་མེད་བཏང་བ་དང་།  
སྲང་དར་མ་འདས་པའི་རྗེས་ལ་ཁོང་གི་སྲས་འོད་སྲུང་དང་ཡུམ་ཉེན་གཉིས་རྒྱལ་པོ་གཅིག་  
གི་རྒྱལ་སྲིད་སྲོད་རྒྱུའི་དབང་ཚར་མ་འཚམ་པར་སོ་སོས་རྒྱལ་སྲིད་རེ་འཛིན་ཏེ་བོད་སིལ་བྱར་  
འཕོར་བ་རེད་ཅེས་ལོ་རྒྱུས་ཁག་ཅིག་ནང་གསལ་གྱི་འདུག

༡༣། ཇི་བཤ། བོད་སིལ་བྱར་འཕོར་ཏེ་ལོ་གངས་ག་ཚོད་གནས་པ་རེད།  
ལན། ལོ་ངོ་ ༩༠༥ གནས་པ་རེད།

༡༤། ཇི་བཤ། བོད་སིལ་པོར་འཕོར་བའི་རྗེས་སྲང་ཡང་བོད་སྲི་ཡོངས་རྒྱལ་སྲིད་བསྐྱེད་འགོ་སུའི་སྐབས་  
འཚུགས་པ་རེད།  
ལན། ས་སྐྱ་བརྗེ་ཏེ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་སྐབས་འཚུགས་པ་རེད།



ས་སྐྱ་བརྗེ་ཏེ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན།

31 ཇི་བཀ ས་སྐྱ་པ་རྗེ་ཉ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་སྐབས་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་སྤར་གསོ་ཇི་ལྟར་བྱུང་ངམ།  
 ལན། རྒྱ་ནག་དང་བོད་བཅས་པ་སོག་པོས་དབར་འགྲུར་བྱེད་པའི་སྐབས་སོག་པོའི་རྒྱལ་པོ་ཀུའུ་ལའི་  
 ཁན་དང་ལོན་པོ་ནམས་ཀྱིས་ས་སྐྱ་པ་རྗེ་ཉ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་ནས་ནང་ཚོས་ཞུས་ཉེ་དེའི་  
 ཡོན་ཏུ་བོད་ཚོའ་གསུམ་ས་སྐྱ་པ་རྗེ་ཉ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་ནས་སྐྱོང་རྒྱུར་བྱུང་བ་རེད།

32 ཇི་བཀ བོད་དང་པོ་སོག་པོ། དེ་ནས་རྒྱ་ནག་གོང་མར་ཚོས་ཡོན་གྱི་འགྲེལ་བ་དེ་ག་དུས་ཆགས་  
 པ་རེད།  
 ལན། སོག་པོའི་རྒྱལ་པོ་ཀུའུ་ལའི་ཁན་དང་ས་སྐྱ་པ་རྗེ་ཉ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་ནས་ཆགས་པ་རེད།

33 ཇི་བཀ ས་སྐྱ་པ་རྗེ་ཉ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་རྗེས་ལ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་སྲིད་སྲུང་བསྐྱེད་ས་པ་རེད།  
 ལན། ས་སྐྱ་འགོ་མགོན་འཕགས་པས་བསྐྱེད་ས་པ་རེད།

34 ཇི་བཀ ས་སྐྱ་པའི་རྗེས་སུ་བོད་སྤྱི་ཡོངས་ལ་རྒྱལ་སྲིད་སྲུང་བསྐྱེད་ས་པ་རེད།  
 ལན། འཕགས་མོ་གྲུབ་པའི་གདུང་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱེད་ས་པ་རེད།



འཕགས་མོ་གྲུབ་པ་བྱུང་རྒྱུར་རྒྱལ་མཚན།

35 ཇི་བཀ འཕགས་མོ་གྲུབ་པ་བྱུང་རྒྱུར་རྒྱལ་མཚན་སྐབས་བོད་ཀྱི་གནས་སྤངས་གང་འདྲ་ཡོད་པ་རེད།  
 ལན། འཕགས་མོ་གྲུབ་པ་བྱུང་རྒྱུར་རྒྱལ་མཚན་ནས་བོད་ཚོའ་ཁ་གསུམ་ལ་དབར་བསྐྱུར་གྱིས་བོད་  
 ཞི་བདེ་གང་ལེགས་བྱུང་བ་རེད།

- ༥༡ ཇི་བཀ འཕགས་མོ་གྲུབ་པའི་གདུང་རྒྱུད་ཀྱི་རྗེས་སུ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་སྲིད་སྲུང་བ་བསྐྱེད་སྲུང་བ་རེད།  
 ལན། རིན་སྐྱེད་པས་དུས་རབས་ ༡༥ ལྷན་ ༡༦ བར་དང་། གཙང་པའི་མི་རྒྱུད་ནས་དུས་  
 རབས་ ༡༦ ལྷན་ ༡༧ བར་བསྐྱེད་སྲུང་བ་རེད།
  
- ༥༢ ཇི་བཀ རིན་སྐྱེད་པ་དང་། གཙང་པ་མི་རྒྱུད་ནས་རྒྱལ་སྲིད་ལོ་གང་ནས་གང་བར་བསྐྱེད་སྲུང་བ་རེད།  
 ལན། རིན་སྐྱེད་པ་དང་། གཙང་པ་མི་རྒྱུད་ནས་རྒྱལ་སྲིད་ལོ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༥ ལྷན་ ༡༩༩༡  
 བར་བསྐྱེད་སྲུང་བ་རེད།
  
- ༥༣ ཇི་བཀ གཙང་པ་མི་རྒྱུད་ཀྱི་རྗེས་སུ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་སྲིད་སྲུང་བ་བསྐྱེད་སྲུང་བ་རེད།  
 ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༣ ལོར་༧རྒྱལ་མཚོག་སྐྱ་མེད་ལྷ་པ་དག་དབང་སློབ་པ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ནས་  
 བོད་གཞུང་དགའ་ལྷན་ལོ་བྲང་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་དབུ་བརྩེས་པ་ནས་བཟུང་༧རྒྱལ་མཚོག་  
 སྐྱ་མེད་འཇམ་ལྷོན་ནས་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་སྲིད་བསྐྱེད་སྲུང་བ་གནང་མཛད་པ་རེད།

# ཕརྒྱལ་དབང་སྐུ་ཐེང་རིམ་བྱོན།

## ཕརྒྱལ་དབང་སྐུ་ཐེང་དང་པོ་དགེ་འདུན་གྲུབ་མཚོག



རྗེ་བཀའ་ཕརྒྱལ་དབང་སྐུ་ཐེང་དང་པོ་འཇོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། ཕརྒྱལ་དབང་སྐུ་ཐེང་དང་པོ་འཇོན་དགེ་འདུན་གྲུབ་ཡིན།

རྗེ་བཀའ་ཕརྒྱལ་དབང་དགེ་འདུན་གྲུབ་ནས་དགེ་སློང་གི་འདོམས་པ་ག་དུས་བཞེས་པ་རེད།

ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༡ ལོ་ལ་བཞེས་པ་རེད།

རྗེ་བཀའ་ཕརྒྱལ་དབང་འཇོན་གང་ཡིན་སློབ་མ་གཅོད་པོ་སུ་རེད།

ལན། ཕརྒྱལ་དབང་དགེ་འདུན་གྲུབ་རེད།

རྗེ་བཀའ་ཕརྒྱལ་དབང་སྐུ་ཐེང་པོ་དགེ་འདུན་གྲུབ་བཏུབས་པ་རེད།

ལན། ཕརྒྱལ་དབང་དགེ་འདུན་གྲུབ་པས་བཏུབས་པ་རེད།

རྗེ་བཀའ་ཕརྒྱལ་དབང་དགེ་འདུན་གྲུབ་མཁས་པའི་དབང་པོ་ཞིག་ཡིན་ནམ།

ལན། ཁོང་གི་སློབ་གཉེར་དང་ལག་ལེན་བྱུང་འབྲེལ་བྱུག་བཟུང་གནང་མཁན་མཁས་པའི་དབང་པོ་ཞིག་ཡིན།

འཇིག་པ་ གཞུལ་དབང་དགོ་འདུན་གྲུབ་ནས་ནང་པའི་ཚོས་དང་ལྷ་གྲུབ་སྐོར་ཕྱག་དེབ་ག་ཚོས་ལྷགས་སྦྱོམ་  
མཛད་ཡོད་དམ།

ལན། ཕྱག་དེབ་བརྒྱད་ལས་མང་བ་ལྷགས་སྦྱོམ་མཛད་ཡོད།

འཇིག་པ་ གཞུལ་དབང་དགོ་འདུན་གྲུབ་དགྲུང་ལོ་ག་དུས་དགོངས་པ་རྫོགས་པ་རེད།

ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༧༡༧ དགྲུང་གངས་ ༡༧ ཟླ་གྲུགས་དམ་ངང་དགོངས་པ་རྫོགས་པ་རེད།

གཞུལ་དབང་སྐྱུ་ཕྱེད་གཉིས་པ་དགོ་འདུན་གྱི་མཚོ་མཚོག



འཇིག་པ་ གཞུལ་དབང་སྐྱུ་ཕྱེད་གཉིས་པའི་མཚོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། གཞུལ་དབང་སྐྱུ་ཕྱེད་གཉིས་པའི་མཚོན་དགོ་འདུན་གྱི་མཚོ་ཡིན།

འཇིག་པ་ གཞུལ་དབང་སྐྱུ་ཕྱེད་གཉིས་པ་ག་དུས་འཁྲུངས་པ་རེད།

ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༧༡༥ ལོར་སྐྱུ་འཁྲུངས་པ་རེད།

འཇིག་པ་ བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་ག་པ་གནང་བ་རེད།

ལན། བཏུལ་ལོ་སྐྱུ་ལོ་དང་འབྲས་སྦྱངས་དགོན་པར་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཤ། ཁོང་གི་མཛད་རྗེས་ཆེ་གསུམ་ག་རེ་ཡིན་ནམ།  
 ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༥༡༧ ལོ་ལ་འབྲས་སྤྲངས་དགོན་པའི་མཁན་པོ་གནང་བ་དང་། སློན་ལམ་ཆེན་མོའི་ལྷ་  
 སྐོལ་ལ་བསྐྱུར་སྤྱི་ག་དང་། སེ་ར་དང་འབྲས་སྤྲངས་དགའ་ལྡན་གསུམ་གྱི་སློན་ལམ་ཆེན་མོའི་  
 དབུ་བཞུགས་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཤ། ག་དུས་དགོངས་པ་རྫོགས་པ་རེད།  
 ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༥༢༩ ལོ་ལ་དགུང་གངས་ ༤༧ རོག་དགོངས་པ་རྫོགས་པ་རེད།

**༧རྒྱལ་དབང་སྐུ་སྤོང་གསུམ་པ་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག**



ཇི་བཤ། ༧རྒྱལ་དབང་སྐུ་སྤོང་གསུམ་པའི་མཚོན་གང་ཡིན་ནམ།  
 ལན། ༧རྒྱལ་དབང་སྐུ་སྤོང་གསུམ་པའི་མཚོན་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོ་ཡིན།

ཇི་བཤ། ༧རྒྱལ་དབང་སྐུ་སྤོང་གསུམ་པ་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ག་དུས་སྐུ་འཁྲུངས་པ་རེད།  
 ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༥༢༩ ལོ་ལ་སྐུ་འཁྲུངས་པ་རེད།

ཇི་བཤ། ཕྱི་ལོ་ ༡༥༥༩ དང་ ༡༥༥༩ སོ་སོར་གང་གནང་བ་རེད།  
 ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༥༥༩ ལ་འབྲས་སྤྲངས་མཁན་པོ་དང་། ༡༥༥༩ ལོ་ལ་སེ་རའི་མཁན་པོ་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཤམས་སྐྱུངས་དང་སེ་ར་ཟེར་ན་གང་རེད།  
 ལན། དགོ་ལུགས་པའི་སློབ་གཉེར་གནང་ལུལ་གདན་ས་གསུམ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་གཉིས་རེད།

ཇི་བཤམས་སྐྱུ་བཙུང་ནས་རྒྱལ་གྱི་ཚང་མ་ན་བདེ་ལེགས་བཤམས་བཤམ་གྱིང་སྐྱུ་སྐྱུ་བཤམ་གནང་བ་རེད།  
 ལན། རྒྱལ་དབང་སྐྱུ་སྐྱུང་གསུམ་པ་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ནས་སྐྱུ་བཤམ་བ་རེད།

ཇི་བཤམས་ ཏུ་ལའི་སྐྱུ་མ་ལྷ་བའི་མཚན་གནས་དེ་ལྟུལ་དབང་སྐྱུ་སྐྱུང་གསུམ་པ་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོ་  
 མཚོག་ལ་སྐྱུ་སྐྱུ་བ་རེད།  
 ལན། སོག་སེའི་རྒྱལ་པོ་ཨལ་ཏན་ཁན་གྱིས་སྐྱུ་བ་རེད།

ཇི་བཤམས་ ཨ་མདོ་སྐྱུ་འབྲུམ་དགོན་པ་སྐྱུ་སྐྱུ་བཤམ་བ་རེད།  
 ལན། རྒྱལ་དབང་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ནས་སྐྱུ་བཤམ་བ་རེད།

ཇི་བཤམས་ ཁོང་ག་དུས་དགོངས་པ་རྫོགས་པ་རེད།  
 ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༥༡༡ ནང་སོག་ལུལ་དུ་གསུང་ཚེས་གནང་སྐབས་དགོངས་པ་རྫོགས་པ་རེད།

**ལྟུལ་དབང་སྐྱུ་སྐྱུང་བཞི་པ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་མཚོག**



ཇི་བཤམས་ ལྟུལ་དབང་སྐྱུ་སྐྱུང་བཞི་པ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ག་དུས་སྐྱུ་འབྲུངས་པ་རེད།  
 ལན། ལྟུལ་དབང་སྐྱུ་སྐྱུང་བཞི་པ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ཕྱི་ལོ་ ༡༥༡༤ ལོར་སྐྱུ་འབྲུངས་པ་རེད།

ཇི་བཤ། ཁོང་ག་པ་སྐྱེ་འབྲུངས་པ་རེད།  
ལན། སོག་ཡུལ (Mongolia) རང་སྐྱེ་འབྲུངས་པ་རེད།

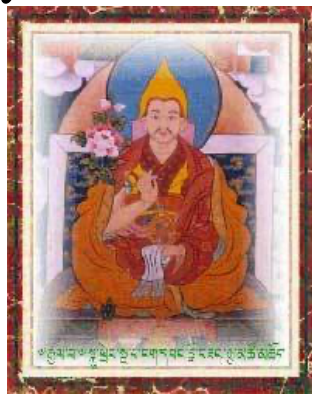
ཇི་བཤ། ཡང་སྲིད་གང་འབྲུག་ནས་ངོས་འཛིན་ཞུས་པ་རེད།  
ལན། རོད་ལྗོངས་ལྷ་དང་རྒྱ་མའི་ལུང་བརྟན་དང་རྟག་མཚན་དུ་མ་དང་བཅས་དགའ་ལྡན་མཁན་པོས་  
ཤུལ་དབང་སྐྱེ་སྲིད་གསུམ་པའི་ཡང་སྲིད་དུ་ངོས་འཛིན་ཞུས་པ་རེད།

ཇི་བཤ། སོག་ཡུལ་ནས་བོད་ལ་ག་དུས་གདན་འདྲེན་ཞུས་པ་རེད།  
ལན། སོག་ཡུལ་ནས་བོད་ལ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༡ ལོར་གདན་འདྲེན་ཞུས་པ་རེད།

ཇི་བཤ། འབྲས་སྐྱུངས་དང་སེ་ར་དགོན་པའི་མཁན་པོ་གནང་ཡོད་དམ།  
ལན། འབྲས་སྐྱུངས་དང་སེ་ར་དགོན་པའི་མཁན་པོ་གནང་ཡོད་པ་རེད།

ཇི་བཤ། ཁོང་ག་དུས་དགོངས་པ་རྫོགས་པ་རེད།  
ལན། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༡༧ ལོར་དགུང་ལྔ་ལོར་ ༡༧ སོག་འབྲས་སྐྱུངས་སུ་དགོངས་པ་རྫོགས་པ་རེད།

**ཤུལ་དབང་སྐྱེ་སྲིད་ལྷ་པ་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག**



ཇི་བཤ། ཤུལ་དབང་སྐྱེ་སྲིད་ལྷ་པ་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ག་དུས་སྐྱེ་འབྲུངས་པ་རེད།  
ལན། ཤུལ་དབང་སྐྱེ་སྲིད་ལྷ་པ་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༡༧ ལོར་སྐྱེ་འབྲུངས་པ་རེད།

ཇི་བཤུ་ ལྷ་བས་དེར་བོད་ནང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནས་སྐབས་གང་ལྟར་ཡོད།  
 ལན། ལྷ་བས་དེར་བོད་དང་རྒྱ་ནག་སོག་པོའི་དབང་བསྐྱུར་ལོག་ཡོད་པས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཉེན་ཆབ་  
 ཞིག་ཐོག་ཡོད།

ཇི་བཤུ་ གཞུགས་དབང་སྐུ་ཕྱིར་ལྷ་བ་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་པོད་ཚོས་སྲིད་གཉེས་ཀྱི་དབུ་འཁྲིད་དུ་ག་དུས་  
 མངའ་གསོལ་བ་རེད།  
 ལན། གཞུགས་དབང་སྐུ་ཕྱིར་ལྷ་བ་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་པོད་ཚོས་སྲིད་གཉེས་ཀྱི་དབུ་འཁྲིད་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩  
 ལོར་མངའ་གསོལ་བ་རེད།

ཇི་བཤུ་ ཚོས་སྲིད་གཉེས་ཀྱི་དབུ་འཁྲིད་དུ་མངའ་གསོལ་ལྷ་མཁན་སུ་རེད།  
 ལན། ཚོས་སྲིད་གཉེས་ཀྱི་དབུ་འཁྲིད་ལ་མངའ་གསོལ་ལྷ་མཁན་སོག་པོའི་རྒྱལ་རྒྱུད་ Gushir Khan རེད།

ཇི་བཤུ་ ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོར་རྒྱ་ནག་མན་རྩུ་རྒྱལ་པོས་གཞུགས་དབང་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ཀྱི་ནག་ཏུ་གདན་  
 ལྷ་སྐུལ་ཉེ་ཐེབས་སྐབས་ཐེབས་བསྐྱུ་གང་ལྟར་ལྷ་ས་བ་རེད།  
 ལན། མན་རྩུ་རྒྱལ་པོའི་སློན་པོ་དང་དམག་དཔོན་རྣམས་དམག་སྡོད་སྲུག་གསུམ་དང་བཅས་པས་ཐེབས་བསྐྱུ་གཟབ་  
 རྒྱས་ལྷ་ས་བ་རེད།

ཇི་བཤུ་ མན་རྩུ་རྒྱལ་པོས་གཞུགས་དབང་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ས་གནས་ག་བར་ཆེད་མངགས་ཐེབས་བསྐྱུར་  
 བཅར་བ་རེད།  
 ལན། ས་གནས་ཀོ་རྩོར་ཟེར་བར་ཆེད་མངགས་ཐེབས་བསྐྱུར་བཅར་བ་རེད།

ཇི་བཤུ་ པེ་ཅིང་དུ་གཞུགས་དབང་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་བཞུགས་གནས་ག་བ་བཞུགས་བ་རེད།  
 ལན། གཞུགས་དབང་མཚོག་ལ་ཆེད་མངགས་བཞེངས་པའི་ཕོ་བྲང་མེར་ཕོ་ (Yellow Palace)  
 ལྷ་ས་བཞུགས་བ་རེད།

ཇི་བཤམས། སོག་པོའི་རྒྱལ་པོ་ Gushir Khan ག་དུས་འདས་གོངས་ཕྱིན་པ་རེད།  
 ལན། སོག་པོའི་རྒྱལ་པོ་ Gushir Khan ཕྱི་ལོ་ ༡༦༥༥ ལོར་འདས་གོངས་ཕྱིན་པ་རེད།

ཇི་བཤམས། སོག་པོའི་རྒྱལ་པོ་གསར་པ་བསྟན་འཛིན་དོ་རྗེ་རྒྱལ་པོར་སྤུས་བསྐོ་གཞག་གནང་བ་རེད།  
 ལན། གྲུལ་དབང་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ནས་བསྐོ་གཞག་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཤམས། ཕྱི་ལོ་ ༡༦༥༥ ལོར་བན་ཚེན་སློབ་བཟང་ཡེ་ཤེས་མཚོག་སྤུས་ཡང་སྲིད་དོས་འཛིན་གནང་བ་རེད།  
 ལན། བཟུ་ཤེས་ལྷན་པོ་དགོན་པས་སྐྱབས་འདུག་ལུས་པ་བཞིན་གྲུལ་དབང་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་  
 བན་ཡང་སྲིད་དོས་འཛིན་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཤམས། གྲུལ་དབང་ཡབ་སྲས་གཉིས་སྤྱད་སྤྱེད་རེད།  
 ལན། གྲུལ་དབང་ཡབ་སྲས་གཉིས་ནི་གྲུལ་དབང་རིན་པོ་ཆེ་དང་བན་ཚེན་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་གཉིས་རེད།

ཇི་བཤམས། གྲུལ་དབང་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་མཁས་དབང་ཞིག་ཡིན་ནམ།  
 ལན། ཁོང་ནི་མཁས་དབང་ཞིག་ཡིན་པས་ཕྱག་དེབ་མང་པོ་སློབ་བྲིས་གནང་བ་མ་ཟད་ལེགས་སྤྱད་གྱི་སྐད་  
 ལའང་མཁས་པ་ཡིན།

ཇི་བཤམས། གྲུལ་དབང་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ནས་བོད་ནང་སློབ་གྲྭ་གཉིས་ཆེད་འཇུགས་གནང་སྟེ་སློབ་ཚན་  
 གང་དང་གང་གཏན་འབེབས་གནང་བ་རེད།

ལན། སོག་སྐད་དང་། (Mongolian) ལེགས་སྤྱད་སྐད། (Sanskrit) ཚིས། (Astrology) ལྷན་ངག་  
 (Poetry) འཛིན་སློང་ (Administration) བཅས་སློབ་ཚན་གཏན་འབེབས་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཤམས། ད་ལྟ་ངའི་ཚོ་ཚང་མས་མངལ་བཞིན་པ་བོད་མིའི་ངོ་པོ་མཚོན་པའི་པོ་བྲང་པོ་ཏ་ལ་འདི་སྤུས་རྒྱ་སྐད་གནང་བ་  
 རེད།

ལན། གྲུལ་དབང་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་གི་བཀའ་དགོངས་ལྟར་རྒྱ་སྐད་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཤ། ཡ་རྒྱལ་དབང་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ག་དུས་དགོངས་པ་རྫོགས་པ་རེད།  
 ལན། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༤༩ ལོར་དགུང་ལྔ་ལྷན་ ༩༥ ཐོག་དགོངས་པ་རྫོགས་པ་རེད།

ཇི་བཤ། ཡ་རྒྱལ་དབང་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་དགོངས་པ་རྫོགས་པ་སྤེ་སྤིད་སངས་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོས་ལོ་ ༡༥  
 རིང་ག་རེ་བྱས་ནས་གསང་བ་གནང་བ་རེད།

ལན། ཡ་རྒྱལ་དབང་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་གི་བཀའ་དགོངས་བཞེན་ལོ་བྲང་ལོ་༡༥ལ་འདི་རྒྱ་སྤྱིད་ལས་མཇུག་  
 མ་བསྐྱེད་བར་ལོ་ ༡༥ གསང་བ་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཤ། གསང་བ་གང་འདྲ་སེ་ཉར་བ་རེད།

ལན། ཡ་རྒྱལ་དབང་མཚོག་སྐུ་མཚམས་སུ་བཞུགས་ཡོད་པ་གསལ་བསྐྱབས་གནང་བ་དང་། མཇུག་སློབ་ཆེ་  
 ཁག་སྐབས་བཞུགས་ཁྲིའི་ཐོག་སྐུ་འདམས་འཛོག་གསོལ་ལྟར་ཞུས། སོག་པོའི་རྒྱལ་སྐས་ཚོས་ཞལ་  
 མཇུག་ལྷ་ཚུགས་ཞུ་སྐབས་ནམ་རྒྱལ་གྱ་ཚང་གི་གྲ་ཚན་བདེ་བ་བདེ་རབ་ཟེར་བ་ཡ་རྒྱལ་དབང་མཚོག་  
 འདྲ་ལོ་ཡོད་པ་ཞིག་ནས་མཇུག་ཁ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད།

**ཡ་རྒྱལ་དབང་སྐུ་སྤེད་བྱུག་པ་ཚང་དབྱངས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག**



ཇི་བཤ། ཡ་རྒྱལ་དབང་སྐུ་སྤེད་བྱུག་པ་ཚང་དབྱངས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ག་པ་སྐུ་འཁྲུངས་པ་རེད།

ལན། ཡ་རྒྱལ་དབང་སྐུ་སྤེད་བྱུག་པ་ཚང་དབྱངས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་རྒྱ་གར་ཨ་རུ་ནལ་ཅལ་མངའ་སྤེའི་  
 མོན་ཉ་དབང་ནང་སྐུ་འཁྲུངས་པ་རེད།

ཇི་བཤུ་ གཞུ་དབང་ཚང་དབྱངས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་བོད་ལ་ག་དུས་གཞན་འདྲེན་ཞུས་པ་རེད།  
ལན། བོད་ལ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༤ ལོ་ལ་གཞན་འདྲེན་ཞུས་པ་རེད།

ཇི་བཤུ་ གཞུ་དབང་ཚང་དབྱངས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་དགོངས་ལོ་ག་དུས་གསེར་གྲིང་མངའ་གསོལ་ཞུས་པ་རེད།  
ལན། དགོངས་ལོ་ ༡༩ ལ་གསེར་གྲིང་མངའ་གསོལ་ཞུས་པ་རེད།

ཇི་བཤུ་ གཞུ་དབང་ཚང་དབྱངས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ནས་གཞུ་དབང་སྐྱ་ཐེང་གཞན་དང་མི་འབྲ་བ་ག་རེ་  
གནང་བ་རེད།  
ལན། ཉིན་གུང་གོགས་པོ་ཚོའི་མཉམ་དུ་སྐྱེད་གར་སྐྱོ་སྐྱེད་དང་། མཚན་མོ་སྐྱ་ས་ཞོལ་དུ་ཚང་ཐུང་སྐྱ་  
གཞས་ལ་རོལ་བ་རེད།

ཇི་བཤུ་ གཞུ་དབང་ཚང་དབྱངས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ནས་ལྷགས་སྐྱོམ་གནང་བའི་ལོ་ལོ་ཁ་སྐད་གཞན་ཆེ་བ་  
གཅིག་ག་རེ་རེད།  
ལན། ལོ་ལོ་ཁ་སྐད་གཞན་ཆེ་བ་གཅིག་ནི། བྱ་དེ་ཁྱེད་ཁྱེད་དཀར་པོ། ལོག་ཅེ་ང་ལ་གཡར་དང་། ཐམས་  
འདྲི་རྒྱུང་ནས་མི་འགོ། མི་ཐང་བསྐོར་ནས་སྐྱེབས་ཡོང་། ཞེས་པ་དེ་རེད།

ཇི་བཤུ་ ལོ་ལོ་ཁ་འདྲིའི་ནང་ག་རེ་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་རེད།  
ལན། གསྐྱ་སྐྱེ་རྗེས་མ་སྐྱ་ཐེང་བདུན་པ་ཁམས་མི་ཐང་ནང་འཁྱེདས་ཀྱི་ཡིན་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་རེད།

ཇི་བཤུ་ གཞུ་དབང་སྐྱ་ཐེང་བདུན་པ་ཁམས་མི་ཐང་ནང་འཁྱེདས་པ་རེད་དམ།  
ལན། དེད། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༠༩ ལོར་ཡབ་བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་དང་། ཡུམ་སྐོ་བཟང་ཚོས་མཚོ་གཉིས་  
ཀྱི་སྐྱས་སུ་ཁམས་མི་ཐང་དུ་འཁྱེདས་པ་རེད།

ཇི་བཤུ་ གཞུ་དབང་གསྐྱ་ཐེང་དུག་པ་ག་དུས་དགོངས་པ་རྗོགས་པ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༠༩ ལོ་ལ་དགོངས་པ་རྗོགས་པ་རེད།

༡ རྒྱལ་དབང་སྐུ་ཐེང་བདུན་པ་བསྐྱལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག



ཇི་བཞུགས། རྒྱལ་དབང་སྐུ་ཐེང་བདུན་པ་བསྐྱལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་པོད་ས་ཚ་ག་པ་སྐུ་འཁྲུངས་པ་རེད།  
ལན། ཁམས་ལི་ཐང་དུ་སྐུ་འཁྲུངས་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས། ཕྱི་ལོ་ ༡༧༩༠ ལོར་གསེར་ཁྲི་མངའ་གསོལ་ཞུས་རྗེས་ག་རེད་མཐར་སོན་པ་གནང་བ་རེད།  
ལན། བང་པའི་གཞུང་ཚེན་ཀ་པོད་ལྔ་ལ་སོགས་མདོ་སྐབས་གཉིས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་མཐར་སོན་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཞུགས། ལྷ་སར་ཅེ་སློབ་བྲལ་གསར་བཅུ་གས་གནང་མཁན་སུ་རེད།  
ལན། རྒྱལ་དབང་བསྐྱལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་རེད།

ཇི་བཞུགས། ལོར་སྤིང་སྐྱལ་བཟང་པོ་བྲང་སུས་བཞེངས་པ་རེད།  
ལན། རྒྱལ་དབང་བསྐྱལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་གི་བཀའ་དགོངས་ལྷར་བཞེངས་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས། ད་ལྟའི་པོད་ཀྱི་བཀའ་འགན་དང་ལྷན་ཁང་ཁག་གི་འགོ་སྐྱོངས་འདི་སུས་གསར་གཏོད་གནང་བ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༧༥༡ ལོར་རྒྱལ་དབང་བསྐྱལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ནས་གསར་གཏོད་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཞུགས། སྤིང་སྐྱོང་ཟེར་བའི་གོ་གནས་འདི་སུས་གཏན་འབེབས་གནང་བ་རེད།  
ལན། རྒྱལ་དབང་གི་ཡང་སྤིང་ནས་ཚབ་སྤིང་གི་སྐུ་དབང་བཞེས་པའི་དགུང་ལོ་མ་སོན་པ་དང་། རྒྱལ་དབང་  
སྐུ་འཚོ་བཞུགས་མེད་པའི་སྐབས་ཚབ་སྤིང་གི་འགན་འཁུར་བ་ཞིག་དགོས་པར་རྒྱལ་ཚབ་ཅེས་ཞུ་

སྲོལ་ཡོད་པ་དེར་སྲིད་སྐྱོད་ཞེས་མཚན་གནས་པ་ཕྱུལ་དབང་བསྐྱལ་བཟང་ཆུ་མཚོ་མཚོག་ནས་གཏུན་  
འབེབས་གནང་བ་རེད།

ངེ་བ། ཕྱུལ་དབང་བསྐྱལ་བཟང་ཆུ་མཚོ་མཚོག་མཁས་དབང་ཞིག་ཡིན་ནམ།  
ལན། ཕྱུལ་དབང་བསྐྱལ་བཟང་ཆུ་མཚོ་མཚོག་ནས་གསང་བཟུགས་སོགས་ཕྱག་དེབ་དང་། སྙན་ངག་མང་པོ་  
ལྷགས་སྦྱོམ་མངོན་པ་མ་ཟད་ཁོང་ལ་བོད་མི་ཚང་མས་གྲུས་བརྟུན་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་ཞུས་ཡོད་པ་རེད།

ངེ་བ། ཕྱུལ་དབང་བསྐྱལ་བཟང་ཆུ་མཚོ་མཚོག་ག་དུས་དགོངས་པ་རྫོགས་པ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོར་དགོངས་པ་རྫོགས་པ་རེད།

**ཕྱུལ་དབང་སྐྱ་ཐེང་བརྒྱད་པ་འཇམ་དཔལ་ཆུ་མཚོ་མཚོག**



ངེ་བ། ཕྱུལ་དབང་ཕྱ་སྐྱ་ཐེང་བརྒྱད་པ་འཇམ་དཔལ་ཆུ་མཚོ་མཚོག་ག་དུས་སྐྱ་འཇུངས་པ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོ་ལ་སྐྱ་འཇུངས་པ་རེད།

ངེ་བ། ཕྱུལ་དབང་འཇམ་དཔལ་ཆུ་མཚོ་མཚོག་དགྲུང་ལོ་གསུམ་ཡིན་པའི་སྐབས་ག་རེ་གསུང་བ་རེད།  
ལན། “ང་ལྟ་ས་ལ་འགྲོ་གི་ཡིན།” གསུངས་པ་རེད།

ངེ་བ། ཕྱུལ་དབང་འཇམ་དཔལ་ཆུ་མཚོ་མཚོག་གསེར་ཁྲི་མངའ་གསོལ་ག་དུས་ཞུས་པ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༩ ལོར་ཞུས་པ་རེད།

འབྲུག་དབང་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་མཁས་དབང་ཞིག་ཡིན་ནམ།  
ལན། ཚོས་སློབས་ཀྱི་མཁས་དབང་ཚེན་པོ་ཞིག་ཡིན།

འབྲུག་དབང་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་གི་བཀའ་འབྲེལ་བསྐྱུན་པ་རེད།  
ལན། འབྲུག་དབང་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་གི་བཀའ་འབྲེལ་བསྐྱུན་པ་རེད།

འབྲུག་དབང་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ག་དུས་དགོངས་པ་རྫོགས་པ་རེད།  
ལན། དགྲུང་གྲངས་ ༧༡ ཟླ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༠༧ ལོར་དགོངས་པ་རྫོགས་པ་རེད།

**འབྲུག་དབང་སྐྱ་ཐེང་དགུ་པ་ལུང་རྟོགས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག**



འབྲུག་དབང་སྐྱ་ཐེང་དགུ་པ་ལུང་རྟོགས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ག་དུས་སྐྱ་འབྲུངས་པ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༠༥ ལོར་སྐྱ་འབྲུངས་པ་རེད།

འབྲུག་དབང་སྐྱ་ཐེང་དགུ་པ་ལུང་རྟོགས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ག་དུས་གསེར་གྲི་མངའ་སློལ་ཞུས་པ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༠ ལོར་གསེར་གྲི་མངའ་སློལ་ཞུས་པ་རེད།

འབྲུག་དབང་སྐྱ་ཐེང་དགུ་པ་ལུང་རྟོགས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ག་དུས་དགོངས་པ་རྫོགས་པ་རེད།  
ལན། དགྲུང་ལོ་ ༡༠ ཟླ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༥ ལོར་དགོངས་པ་རྫོགས་པ་རེད།

༡ རྒྱལ་དབང་སྐུ་ཐེང་བཅུ་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག



ཇི་བཞུགས། རྒྱལ་དབང་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ག་དུས་སྐུ་འཁྲུངས་པ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༤༡༦ ལོར་སྐུ་འཁྲུངས་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས། ག་དུས་ངོས་འཛིན་དང་གསེར་ཁྲི་མངའ་གསོལ་ལྷུས་པ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༤༢༣ ལོར་ངོས་འཛིན་དང་གསེར་ཁྲི་མངའ་གསོལ་ལྷུས་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས། ག་དུས་འབྲས་སྦྱངས་དཔོན་པར་ཚོས་ལྷགས་གནང་བ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༤༢༦ ལོར་འབྲས་སྦྱངས་དཔོན་པར་ཚོས་ལྷགས་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཞུགས། ག་དུས་ལོ་བྲང་ལོ་ཉ་ལ་བསྐྱར་བཅོ་གནང་བ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༤༣༡ ལོར་བསྐྱར་བཅོ་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཞུགས། ག་དུས་དཔོངས་པ་ཚོགས་པ་རེད།  
ལན། དཔོང་ལོ་ ༣༡ ཟླ་ཕྱི་ལོ་ ༡༤༣༧ ལོར་དཔོང་པ་ཚོགས་པ་རེད།

༡ རྒྱལ་དབང་སྐུ་ཐེང་བཅུ་གཅིག་པ་མཁས་གྲུབ་རྒྱ་མཚོ་པ་མཚོག



ཇི་བཤ། རྒྱལ་དབང་མཁས་གྲུབ་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ག་དུས་སྐྱེ་འབྱུངས་པ་རེད།  
 ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༩ ལོར་སྐྱེ་འབྱུངས་པ་རེད།

ཇི་བཤ། ག་དུས་ངོས་འཛིན་ཞུས་པ་རེད།  
 ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༡ ལོར་ངོས་འཛིན་ཞུས་པ་རེད།

ཇི་བཤ། གང་ཉིད་ནས་བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་གང་འདྲ་གནང་བ་རེད།  
 ལན། འབྲས་སྐྱུངས་དགོན་པར་ནང་པའི་མདོ་སྲགས་གཉིས་ལ་བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཤ། ག་དུས་དགོང་པ་ཚོགས་པ་རེད།  
 ལན། དགུང་ལོ་ ༡༥ ཟླ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༦ ལོར་དགོངས་པ་ཚོགས་པ་རེད།

**འབྲུལ་དབང་སྐྱེ་བའི་བཅུ་གཉིས་པ་འཛིན་ལས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག**



ཇི་བཞུགས་དབང་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ག་དུས་སྐྱེ་འབྲུངས་པ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༦ ལོར་འབྲུངས་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས་གསེར་གླི་མངའ་གསོལ་ཞུས་པ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༠ ལོར་གསེར་གླི་མངའ་གསོལ་ཞུས་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས་ཚོས་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་ཐུགས་འགན་ག་དུས་བཞེས་པ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༣ ལོར་ཚོས་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་ཐུགས་འགན་བཞེས་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས་དགོངས་པ་རྫོགས་པ་རེད།  
ལན། དགོང་ལོ་ ༡༩ ཟླ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༥ ལོར་དགོངས་པ་རྫོགས་པ་རེད།

**འཇུག་དབང་སྐྱེ་བཅུ་གསུམ་པ་ཐུབ་བསྟན་རྒྱ་མཚོ་མཚོག**



ཇི་བཞུགས་དབང་ཐུབ་བསྟན་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ག་དུས་སྐྱེ་འབྲུངས་པ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༦ ལོར་དགས་པོ་སྐང་མཁུན་དུ་སྐྱེ་འབྲུངས་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས་ཡང་སྲིད་ངོས་འཛིན་ཞུས་པ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༦ ལོར་ཡང་སྲིད་ངོས་འཛིན་ཞུས་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས་གསལ་ཁྲི་མངའ་གསོལ་ཞུས་པ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༤ ལོར་གསལ་ཁྲི་མངའ་གསོལ་ཞུས་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་མཛད་འགན་ག་དུས་བཞེས་པ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༥ ལོར་བོད་ཚོས་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་མཛད་འགན་བཞེས་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས་ཨིན་ཇི་དང་རྒྱ་ནག་གིས་བོད་ལ་བཅན་འཇུག་ག་དུས་བྱས་པ་རེད།  
ལན། ཨིན་ཇིས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༠༩ དང་། རྒྱ་ནག་གིས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༠༥༡༠ ལོར་བོད་ལ་བཅན་འཇུག་བྱས་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས་ ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༠ ལོར་མན་རྟའི་དམག་དབུང་གི་རྒྱ་ནག་གི་དམག་དཔོན་ལུ་ཅན་ལྷ་སར་འབྱོར་སྐབས་ག་རེ་  
གནང་བ་རེད།  
ལན། གོང་ས་མཆོག་སྐབས་དེར་རྒྱ་གར་དུ་ཉན་ཡོལ་ཐེབས་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས་ ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༡ ལོར་རྒྱ་དམར་ནས་མན་རྟའི་རྒྱལ་ཁབ་དབང་བསྐྱར་བྱས་པར་བོད་གཞུང་ནས་ག་རེ་  
གནང་བ་རེད།  
ལན། ལྷ་སར་ཡོད་པའི་མན་རྟའི་དམག་ལྷག་རྣམས་བོད་ནས་ཕྱིར་འབྱུང་བཏང་བ་རེད།

ཇི་བཞུགས་ མཐའ་མ་བོད་ལ་བཅན་འཇུག་བ་ཨིན་ཇི་དང་མན་རྟའི་དམག་དབུང་རྣམས་ག་རེ་བྱེད་དགོས་ཆགས་པ་རེད།  
ལན། ཨིན་ཇི་དང་མན་རྟའི་དམག་དབུང་རྣམས་བོད་ནས་ཕྱིར་ལོག་བྱེད་དགོས་ཆགས་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས་ རྒྱ་གར་ནས་བོད་ལ་ཕྱིར་ཐེབས་ཇེས་ གོང་ས་མཆོག་ནས་ག་རེ་གནང་བ་རེད།  
ལན། བོད་དེ་དེར་དུས་དང་མཐུན་པ་ཡོང་ཐབས་སུ་ཐང་དང་པོར་བོད་ཀྱི་ལོག་དཔུལ་དང་། ཁམ་དཔུལ་བཟོ་  
བསྐྱུན་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཞུགས་ ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༣ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༣ ཉིན་གོང་ས་མཆོག་ནས་ག་རེ་གནང་བ་རེད།  
ལན། རོན་ཚན་ལྷ་ཅན་བོད་རང་བཅན་བསྐྱར་གསོ་གནང་བའི་གསལ་བསྐྱབས་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཞུགས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༣ ལོར་རྒྱ་གར་ནས་བོད་ལ་ཕྱིར་ཐོབ་ས་ཇེས་བོད་རང་བཙན་ཡིན་པའི་ངོས་འཛིན་གྱི་ཆེད་ས་  
ཡིག་སྤྲོད་མཉམ་དུ་འཛོག་གནང་མཛད་པ་རེད།

ལན། བོད་དང་སོག་པོའི་དབར་ལོ་དེར་ཆེད་ས་ཡིག་བཞག་ཉེ་པའི་ཚུན་རང་བཙན་ཡིན་པའི་ངོས་འཛིན་བསྐྱར་  
ནས་མཛད་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༣ ལོར་གནས་ཚུལ་གཞན་ཞིག་ག་རེ་གནང་བ་རེད།

ལན། བོད་ནང་སྐྱབས་ཁང་དང་པོ་ཆེད་བཅུག་དང་། བོད་མི་བཞི་དེའི་ཡུལ་དུ་འབྲུལ་ལས་སློབ་སྦྱོར་  
དུ་བཏང་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཞུགས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༤ ལོར་ག་རེ་གནང་བ་རེད།

ལན། བོད་ཀྱི་དམག་དབུང་རྣམས་ལ་དམིགས་བསལ་སྦྱོར་བཏང་གིས་དམག་ག་འཚག་འཚུད་དུ་བཏང་བ་རེད།

ཇི་བཞུགས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༤ ལོར་རྒྱ་གར་ཡིན་པའི་གཞུང་དང་བོད་དབར་བཞག་པའི་ཤིང་སྐྱབས་ཆེད་ས་ཡིག་གི་རེ་  
མཚོན་གྱི་རེད།

ལན། རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་དབར་ཆེད་ས་ཡིག་འཛོག་དབང་ཡོད་པའི་རང་བཙན་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་མཚོན་གྱི་རེད།

ཇི་བཞུགས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༥ ལོར་ག་རེ་གནང་བ་རེད།

ལན། བོད་ཀྱི་ཕུན་ཚོང་མ་ཡིན་པའི་སྤྲོད་ཅེས་སྤྲོད་སྤྲོད་ལྟ་སར་བོད་ཀྱི་སྤྲོད་ཅེས་ཁང་གསར་འཛུགས་  
གནང་བ་རེད།

ཇི་བཞུགས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༥ ལོར་ག་རེ་གནང་བ་རེད།

ལན། བོད་མིའི་བདེ་འཇགས་ཆེད་བསྐྱོར་སྤྲོད་དམག་སྤྲོད་ཞིག་དང་། རྒྱལ་ཅེར་དེའི་སྤྲོད་སྤྲོད་ཆེད་  
སྤྲོད་གྲུ་ཞིག་གསར་བཅུགས་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཞུགས་ག་དུས་དགོངས་པ་ཚོགས་པ་རེད།

ལན། དགུང་གངས་ ༥༤ རོག་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༣ ལོར་དགོངས་པ་ཚོགས་པ་རེད།

# ཡུལ་དབང་སྐྱ་མེད་བཙུ་བཞི་པ་ཚེན་པོ་བསྟན་འཛིན་གྱི་མཚོ་མཚོག



ཟི་བུ། ཡུལ་དབང་སྐྱ་མེད་བཙུ་བཞི་པ་ཚེན་པོའི་མཚོན་གང་རེད།  
ལན། མཚོན་ལ་ཡུལ་དབང་བསྟན་འཛིན་གྱི་མཚོ་རེད།

ཟི་བུ། ཡུལ་དབང་སྐྱ་མེད་བཙུ་བཞི་པ་ཚེན་པོ་བོད་ཀྱི་ས་ཚ་ག་པ་སྐྱ་འཁྲུངས་པ་རེད།  
ལན། ཨ་མདོ་སྟག་ཚོར་ཅུ་སྐྱ་འཁྲུངས་པ་རེད།

ཟི་བུ། ག་དུས་སྐྱ་འཁྲུངས་པ་རེད།  
ལན། ཟ࿳་མོ་ ༡༩༣༥ ཟ࿳་ ༧ ཚེས་ ༤ ཉིན་སྐྱ་འཁྲུངས་པ་རེད།

ཟི་བུ། ཡུལ་མེད་བཙུ་གསུམ་པ་མཚོག་གི་ཡང་སྲིད་ཡིན་པའི་ངོས་འཛིན་གང་འདྲ་སེ་ཞུས་པ་རེད།  
ལན། ལྷ་མོའི་བཀའ་ལླང་དང་ཉལ་ས་ཚོན་བྱུང་པར་ཅན་མང་དག་གཅིག་མཐུན་བྱུང་བའི་ཐོག་ ལྷ་མོའི་ལྷ་  
མཚོའི་ནང་ཡི་གེ་ ཨ་ཀ་མ་ གསུམ་མཚོ་གཟེགས་བྱུང་བ་ཨ་ནི་ཨ་མདོ་དང་། ཀ་ནི་ཀུ་འབྲུམ།  
ག་མ་ཡི་གེ་གཉིས་པོ་དེ་ཀམ་འོལ་པའི་དོ་རྗེའི་དགོན་གྱི་ཉལ་ས་མཚོན་ཡིན་པ་ངོས་འཛིན་དང་།  
མོང་གསེབ་ཚུང་ཚུང་ཞིག་ནང་ཁང་ཐོག་གཡུ་མདོག་ཅན་ཡང་དངོས་སུ་ངོས་འཛིན་ཐུབ་པ་བྱུང་ཞིང་།  
དེ་བཞིན་ཡུལ་དབང་སྐྱ་མེད་བཙུ་གསུམ་པ་མཚོག་གི་ཐུག་མེད་དང་། ཐུག་ཟིལ། ཏ་མ་ཅུ། ཐུག་

སྐྱུག་སྐྱུག་སྐྱུག་སོགས་རེ་རེ་བཞིན་འཁྲུལ་མེད་ངོས་འཛིན་གནང་བྱས་པ་བྱུང་སྟེ་འཁྲུལ་དབང་  
སྐྱུ་སྤེང་བཅུ་གསུམ་པ་མཚོག་གི་ཡང་སྤིད་དུ་ངོས་འཛིན་ཞུས་པ་རེད།

ཇི་བཤ། འགོང་ས་མཚོག་གསེར་ཁྲི་མངའ་གསོལ་ག་དུས་ཞུས་པ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢༩ རོད་གནམ་ལོ་ལྷགས་འབྲུག་ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༡༩ ཉིན་  
གསེར་ཁྲིར་མངའ་གསོལ་ཞུས་པ་རེད།

ཇི་བཤ། འགོང་ས་མཚོག་ནས་ཐོད་ཀྱི་ཚོས་སྤིད་གཉིས་ཀྱི་དབུ་འཁྲིད་ཀྱི་མཛད་འགན་ག་དུས་བཞེས་པ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༡༦ ཉིན་དགྲུང་གྲངས་ ༡༥ ལ་བཞེས་དགོས་ཆགས་པ་རེད།

ཇི་བཤ། འགོང་ས་མཚོག་ནས་དུས་འཁོར་དབང་ཚེན་དང་མོ་དེ་ག་པ་དང་ག་དུས་གནང་བ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་རྣ་ས་ཞོར་བུ་སྤིང་ཁར་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཤ། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ ལོར་ཁམས་ངོས་ནས་རྒྱ་མིས་ཐོད་ལ་བཅན་འཇུག་བྱས་མེས་རྒྱ་ནག་གཞུང་དང་བཀའ་  
མོལ་གནང་བར་ག་དུས་ཐེབས་པ་རེད།  
ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་འགོང་ས་མཚོག་སྐུ་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྒྱ་ནག་ལ་བཀའ་མོལ་གནང་བར་  
ཐེབས་པ་རེད།

ཇི་བཤ། དེ་དུས་རྒྱ་ནག་གི་འགོ་འཁྲིད་སྤུ་དང་སྤུ་སྐྱུགས་འཕྲད་དང་བཀའ་མོལ་གནང་བ་རེད།  
ལན། རྒྱ་ནག་གི་གཙོ་འཛིན་མའོ་ཅི་ཉུང་དང་། འགོ་འཁྲིད་ཅའོ་ཨན་ལའི། ཅུ་ཉེ། སྤེང་ཕོ་ལིང་དང་ལན་  
མང་སྐྱུགས་འཕྲད་དང་བཀའ་མོལ་ལན་མང་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཤ། དེ་དུས་རྒྱ་ནག་གི་འགོ་འཁྲིད་མའོ་ཅི་ཉུང་གིས་འགོང་ས་ལ་མཚོག་ལ་ག་རེ་ཞུས་པ་རེད།  
ལན། ཐོད་ལོ་རེག་གཞུང་གི་ཆ་ནས་སྐྱུག་ཕོ་ལོད་ཀྱང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་གནས་སྐྱདས་ཞན་པས་རྒྱ་དམག་  
རྣམས་ཐོད་ལ་དཔལ་འབྱོར་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བར་གཏོང་གི་ཡིན་ཞུས་པ་རེད།

ཇི་བཤམས། གཞན་ཡང་མའོ་ཅི་རྒྱུ་གིས་ག་རེ་ཞུས་པ་རེད།  
 ལན། རྒྱལ་པོ་མཆོག་གི་སྐྱེ་དབང་ལ་ཐེ་བྱས་མི་བྱེད་པ་དང་། ལོ་ཉི་ཤུའི་རྗེས་ལ་རྒྱ་ནག་ནས་བོད་ལ་  
 རོགས་པ་བྱེད་རོགས་ཞུ་རྒྱུའི་གནས་སྟངས་ཆགས་ཀྱི་རེད་ཞུས་པ་རེད།

ཇི་བཤམས། ད་དུང་མའོ་ས་ལ་མཆོག་ལ་བོད་ལ་རྒྱལ་དར་ཡོད་དམ་ཞུས་པ་རེད།  
 ལན། རྒྱལ་པོ་མཆོག་ནས་བོད་ལ་རྒྱལ་དར་ཡོད་གསུང་པར་མའོ་ས་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་དར་དེ་མུ་འཕུད་  
 རྐྱེད་འཇུགས་བྱེད་དགོས་ཞུས་པ་རེད།

ཇི་བཤམས། རྒྱལ་པོ་མཆོག་རྒྱ་ནག་ནས་བོད་ལ་བྱིར་ཕེབས་གནང་རན་མའོ་ཅི་རྒྱུ་དང་མཐའ་མའི་མཇུག་  
 འཕྲད་སྐབས་མའོ་ས་ལ་མཆོག་ལ་ག་རེ་ཞུས་པ་རེད།  
 ལན། ཚོས་ནི་དུག་རེད་ཞུས་པ་རེད།

ཇི་བཤམས། སྐབས་དེར་རྒྱལ་པོ་མཆོག་ནས་ག་རེ་དགོངས་པ་རེད།  
 ལན། ད་མའོ་ཅི་རྒྱུ་གི་བསམ་སློབ་ཀྱི་མཁུན་སོང་དགོངས་པ་རེད།

ཇི་བཤམས། རྒྱལ་པོ་མཆོག་རྒྱ་ནག་ནས་བོད་ལ་བྱིར་ཕེབས་མཇུག་སྐབས་ཕེབས་ལམ་དུ་བོད་ཀྱི་གྲོང་ཚོ་ཁག་  
 བྱང་ག་རེ་གཟིགས་པ་རེད།  
 ལན། རྒྱ་དམར་ནས་བོད་ནང་དབང་འཇུག་བྱས་པའི་ཁང་ཐོག་རྒྱ་དམར་གྱི་རྒྱལ་དར་དང་། ཁང་པའི་ནང་  
 མའོ་ཅི་ལྟར་དང་དཔོན་རིགས་གཞན་ཚོའི་འདུ་པར་བསྐྱིག་གཞུག་ཡོད་པ། མི་མང་རྣམས་སྐྱུག་  
 བསྐྱེད་ཆེན་པོའི་ངང་གནས་ཡོད་པ་གཟིགས་པ་རེད།

ཇི་བཤམས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༦ ལོར་རྒྱལ་པོ་མཆོག་རྒྱ་གར་ནང་སྐྱུས་གདན་འདྲན་ཞུས་པ་རེད།  
 ལན། རྒྱ་གར་གཞུང་དང་རྒྱ་གར་ནང་པའི་ཚོས་ཚོགས་ནས་གདན་འདྲན་ཞུས་པ་རེད།

ཇི་བཤམས། ག་རེ་བྱས་ནས་གདན་འདྲན་ཞུས་པ་རེད།  
 ལན། རྫོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྷན་འདས་སྐྱེ་བྱེད་ལས་འདས་ནས་ལོ་ ༡༩༠༠ ལོར་བའི་དུས་

བླ་མ་གནད་འདྲན་ལྟུང་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས་མཚོགས་ཀྱི་གར་དུ་ཐེབས་འབྱོར་རིང་ག་རེ་གནང་ཡོད་དམ།  
 ལན། ཚོས་སྤྱོད་ཀྱི་མཛད་སྒོ་ཁག་གི་སྐྱེ་མཐོན་གཙོ་བོ་དང་། དེ་བཞིན་ཀྱི་གར་སྲིད་འཛིན་དང་།  
 སྲིད་འཛིན་གཞོན་པ། ཀྱི་གར་གྱི་སྲིད་སློན་པ་རྗེས་འཛོལ་ཉེ་ཉེ་ཏུ་མཚོགས་དང་ལན་མང་  
 མཛམ་འབྲས་ཀྱིས་བོད་ནང་གི་རྩ་བའི་གནས་སྤངས་ཁག་ཞིབ་ཁྲ་བཀའ་བསྟུར་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཞུགས་དེར་སྲིད་སློན་ཉེ་ཉེ་ཏུ་མཚོགས་ནས་དགོངས་འཆར་ག་རེ་ལྟུང་པ་རེད།  
 ལན། བོད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཨ་མི་རི་ཀས་ཀྱི་དམར་ལ་དམག་རྒྱག་གི་མ་རེད། དེ་བཞིན་འཛམ་གླིང་མཉམ་སྲེལ་  
 རྒྱལ་ཚོགས་ནས་ཀྱང་པན་ཐོགས་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད། འགོང་ས་མཚོགས་བོད་ལ་ཕྱིར་ཐེབས་གནང་  
 རྟེ་ཆེད་ཡིག་དོན་ཚན་ ༡༧ བཏུང་གནད་དོན་ཁག་ཅིག་སྲིད་སློན་ཉེ་ཉེ་ཏུ་ཉུགས་སྐྱོན་ཡོད་  
 པ་འདི་དག་ཀྱི་ནག་དང་བཀའ་མོལ་གནང་རྒྱ་ལེགས་པའི་དགོངས་འཆར་ལུལ་བ་རེད།

ཇི་བཞུགས་དེ་རྗེས་འགོང་ས་མཚོགས་ནས་ག་རེད་གནང་ཡོད་དམ།  
 ལན། འགོང་ས་མཚོགས་ལྷ་སར་ཕྱིར་ཐེབས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་གནས་སྤངས་པན་ཚུན་གོ་ཤེས་ཞི་བའི་ཐོག་ནས་  
 སེལ་ཐབས་ཡོང་བའི་རྒྱ་མིའི་གནད་ཡོད་དཔོན་པོ་ཚོ་དང་བཀའ་མོལ་གང་ཡོང་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཞུགས་བཀའ་མོལ་གང་ཡོང་གནང་བས་བོད་ཀྱི་གནས་སྤངས་ཐོག་པན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད་དམ།  
 ལན། ཀྱི་དམར་ནས་བོད་དབང་འཛིན་བྱེད་པའི་ཐག་གཅོད་དེར་འགྱུར་བ་གང་ཡང་ཕྱིན་མེད།

ཇི་བཞུགས་འགོང་ས་མཚོགས་ནས་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པའི་དམ་ཆ་ག་དུས་འཛོགས་གནང་མཛད་པ་རེད།  
 ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལྷ་ ༩ ས་པག་ལྷ་ ༡ ཚེས་ ༡༩ ཉིན་ལྷ་ས་སློན་ལམ་ཚེན་མའི་སྐབས་  
 འཛོགས་གནང་མཛད་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས་ ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལྷ་ ༩ ཚེས་ ༡༠ ཉིན་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ནང་ག་རེ་བྱུང་བ་རེད།  
 ལན། འགོང་ས་འཕྲུབ་ས་མགོན་ཚེན་པོ་མཚོགས་ལྷ་སར་གསར་དུ་ཆགས་པའི་རྒྱ་མིའི་དམག་སྐར་གྱི་གཞིགས་

མོ་ཞིག་ལ་གདན་ཞུ་ཐེབས་གཏན་འཁེལ་བར་སྣ་སའི་མི་མང་ཡོངས་ཉན་འགན་མ་བཟོད་པར་ཚོལ་གསུམ་  
 བོད་མི་སྣོང་སྐྱེལ་མང་པོས་ནོར་གླིང་པོ་བྲང་མཐའ་བསྐྱོར་ཏེ་འགོང་ས་མཚོག་གི་ཚེབས་བསྐྱར་བྱིར་འཐིན་  
 ཡོང་བའི་འབོད་སྐྱེལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཞུས་ཏེ་བཀག་འགོག་ཞུས་པ་རེད། དེ་ཉན་བོད་པ་ཚོས་མ་གྲོས་བསམ་  
 པ་གཅིག་མཐུན་གྱིས་རྒྱ་རྒྱ་ཡུལ་ནང་སྦྱིད། བོད་བོད་ཡུལ་ནང་སྦྱིད། བོད་ཀྱི་བདག་པོ་བོད་མི་ཡིན།  
 རྒྱ་དམར་བོད་ནས་པར་རྒྱགས་ཤིག་སོགས་འབོད་ཚིག་དང་འབྲེལ་སྣ་སའི་གྲོང་ཁྲིམ་ནང་རྒྱ་དམར་ལ་ངོ་  
 ཚོལ་ཁྲིམས་སྐོར་ལྷགས་ཆེ་བྱས་ཤིང་། ཉན་འདིར་ད་ཆ་བོད་རང་དབང་སྐྱེར་ལངས་གསུམ་བཅུ་ལྔ་ཏུ་ས་  
 འདུག་ཞེས་ཕྱིའི་ཡུལ་གྱུ་ཁག་ནང་བོད་མི་ཚོས་ལོ་ལྟར་སྲུང་བཅི་ཞུ་བཞིན་པ་རེད།

ཇི་བལ དེ་རྗེས་ཕྱི་ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༥ ཉན་ག་རེ་བྱུང་བ་རེད།  
 ལན། རོར་བུ་གླིང་ཁའི་ཕྱི་ལོག་ལ་རྒྱ་དམག་ནས་མེ་རྒྱོགས་རྒྱབ་འགོ་བཅུགས་པ་རེད།

ཇི་བལ དེ་ནས་ཉན་གཉིས་རྗེས་ཕྱི་ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༡༦ ཉན་ག་རེ་བྱུང་བ་རེད།  
 ལན། རྒྱ་མིས་ནོར་གླིང་པོ་བྲང་ལ་མེ་རྒྱོགས་རྒྱག་རྒྱ་གཏན་འཁེལ་བར་ཕྱི་ཚེས་ ༡༦ དགོང་ཚོ་འགོང་ས་  
 མཚོག་སྐྱེལ་འཁོར་བོད་གཞུང་བཀའ་འགན་དང་བཅས་པ་རྒྱ་གར་ཕྱོགས་སུ་གྲོས་བྲོལ་དུ་ཐེབས་དགོས་  
 ཆགས་པ་རེད།

ཇི་བལ ཐེབས་ལམ་དུ་སྐྱུན་ཅེ་རྫོང་དུ་ག་རེ་གནང་བ་རེད།  
 ལན། སྐྱུན་ཅེ་རྫོང་དུ་བོད་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་གནང་བའི་གསལ་བསྐྱགས་དང་རྒྱ་ནག་གི་དབང་ལྷགས་དང་  
 བཞག་པའི་གྲོས་མཐུན་དོན་ཚན་ ༡༦ རོས་ལེན་མེད་པའི་གསལ་བསྐྱགས་བསྐྱངས་པ་རེད།

ཇི་བལ ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༣༡ ཉན་ག་རེ་བྱུང་བ་རེད།  
 ལན། འདི་ཉན་རྒྱ་གར་གཞུང་ནས་ཐེབས་བསྐྱེད་དང་བཅས་འགོང་ས་མཚོག་རྒྱ་གར་ས་འཚམས་མོན་ཏེ་དབང་  
 དུ་ཞབས་སོར་འཁོད་པ་རེད།

ཇི་བལ དེ་རྗེས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༤ ཉན་འགོང་ས་མཚོག་ནས་ཨ་སམ་ཏེང་ལུང་མེ་འཁོར་  
 འབབ་ཚུགས་སུ་ག་རེ་གནང་བ་རེད།

ལན། འཇམ་གླིང་གི་གསར་འགོད་པ་གྲངས་ ༤༠ ལྷོང་ལ་བོད་ནང་གི་དངོས་ཡོད་གནས་སྐབས་ཇི་ཡོད་  
གསལ་བསྟགས་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཞུགས་མཚོགས་ཀྱི་གར་དུ་ཕེབས་ཏེ་ཐོག་མར་ག་བ་བཞུགས་པ་རེད།

ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལྷ་ ༤ ཚེས་ ༢༠ ཉིན་མ་སུ་རིང་ཞབས་སོར་འཁོད་དེ་ཀྱུ་གར་གཞུང་གིས་  
ག་སྐྱིག་ཞུས་པ་ལྟར་ Birla House དུ་བཞུགས་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས་བཅོམ་ཕྱོད་དུ་ཕེབས་རྗེས་ཀྱི་གར་གྱི་སྲིད་སློབ་ལོ་དུ་མཚོགས་ནས་འགོད་པ་མཚོགས་ག་དུས་མཇུག་འབྲས་  
དུ་ཕེབས་པ་རེད།

ལན། མ་སུ་རིང་ཞབས་སོར་འཁོད་འབྲས་ཕྱི་ལྷོ་ ༣ ཚེས་ ༢༤ ཉིན་མཇུག་འབྲས་དུ་ཕེབས་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས་རིང་པོར་མ་སོང་བར་འགོད་པ་མཚོགས་གི་བཀའ་དགོངས་བཞིན་བཅོམ་ཕྱོད་བོད་མིའི་སྐྱིག་འཇུགས་འདི་  
ག་དུས་དབུ་འཇུགས་གནང་བ་རེད།

ལན། བོད་ནས་ཚེབས་ཞབས་སུ་ཕེབས་པའི་བཀའ་འགན་གིས་གཅོས་གཞུང་ཞབས་བསྐྱེས་པ་རྣམས་དང་།  
ཀྱུ་གར་དུ་སློབ་འཁོར་གནད་ཡོད་གཞུང་ཞབས་པ་ཁག་ཅིག་ལ་འགོད་པ་མཚོགས་གིས་བཀའ་སློབ་ལམ་  
སློབ་ལྟར་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལྷ་ ༤ ཚེས་ ༢༩ ཉིན་དབུ་འཇུགས་གནང་བ་རེད།

ཇི་བཞུགས་ ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༠ ལྷ་ ༢ ཚེས་ ༣ ཉིན་གནས་མཚོགས་དོ་རྗེ་གདན་དུ་བཅོམ་ཕྱོད་དུ་ཡོད་པའི་  
བོད་ཚོལ་གསུམ་ཚོས་བརྒྱུད་དང་བཅས་པའི་སེར་རྒྱ་སྐྱི་མགོན་ལས་ག་རེ་བྱས་པ་རེད།

ལན། དེ་ཉིན་བོད་ཚོལ་གསུམ་ཚོས་བརྒྱུད་དང་བཅས་པའི་སེར་རྒྱ་སྐྱི་མགོན་ལས་འགོད་པ་འགོན་  
ཚེན་པོ་མཚོགས་ལ་བརྟན་བཞུགས་བསྟར་འབྲུལ་དང་འགོད་པ་མཚོགས་གི་དབུ་མིང་ལམ་སློབ་འོག་བོད་མི་  
ནང་ཁྲུལ་མཐུན་ལམ་དོག་ཙ་ཚེག་སྐྱིལ་ལྷགས་ཀྱི་ཡོད་ཀྱི་ལྟར་ཞུ་རྒྱུའི་དམ་བཅའ་མཐུན་གན་མཐུ་མོ་ཚེ་  
ཀྱི་འཇུག་ཞུ་བུ་བ་རེད།

ཇི་བཞུགས་ དེ་རྗེས་རྒྱ་རམ་ས་ལར་ག་དུས་གནས་སློབ་གནང་བ་རེད།

ལན། རྒྱ་རང་ས་ལར་བཞུགས་གནས་ Swarg Ashram འུ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༠ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༣༠  
ཉིན་གནས་སློབ་གནང་བ་རེད།

ཇི་ལ། བཅོན་ཚུལ་ནང་བོད་མིའི་མང་གཙོའི་ཙུ་གྲིས་ས་གྲི་ཟེན་གྲིས་ཤིག་ག་དུས་གཏན་འབེབས་གནང་བ་རེད།

ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༣ ལོར་གཏན་འབེབས་གནང་བ་རེད།

ཇི་ལ། གཞི་རྒྱ་ལ་མཚོན་ཆུ་གར་དུ་བཅོན་ཚུལ་ལ་ཕེབས་རྗེས་ཐང་དང་ཕོར་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་གང་གང་དུ་ཕེབས་  
བ་རེད།

ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༧ ལོར་ཉི་འོང་ (Japan) དང་ཐའེ་ལན་ (Thailand) དུ་ཕེབས་བ་རེད།

ཇི་ལ། གཞི་རྒྱ་ལ་མཚོན་ཆུ་ལ་ཕེབས་རྗེས་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གང་དུ་ཕོག་མར་ཆིབས་བསྐྱར་གནང་བ་རེད།

ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༣ ལོར་ཨི་ཏ་ལི་དང་། ལུ་འི་སི། བྱི་ཏར་ལེན་ཏ། སྤེལ་འཇམ། ཨི་ལ་ལྷ།  
ལོར་ཤེ། ལུ་འི་ཏ། ཏེན་མར་ག ལུ་ག། ལུ་ལེར་མ་ནི། ཨི་ལི་འི་ལེ་བཅས་རྒྱལ་ཁབ་བཅུ་ལ་  
ཆིབས་བསྐྱར་གནང་བ་རེད།

ཇི་ལ། བཅོན་ཚུལ་ལ་ཕེབས་རྗེས་རྒྱ་ནག་གཞུང་དང་ཐང་འབྲེལ་ཐོག་མ་དེ་ག་དུས་བྱུང་བ་རེད།

ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༩ ལོར་བྱུང་བ་རེད།

ཇི་ལ། ཐང་འབྲེལ་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་བྱུང་བ་རེད།

ལན། ལྷན་པས་དེའི་རྒྱ་ནག་གི་སྲིད་འཛིན་ Deng Xiaoping ལས་འཛུལ་གཅེན་པོ་རྒྱལ་ལོ་དོན་གྲུབ་  
ལགས་སུ་འབྲེལ་བ་ལྷན་པར་གཞི་རྒྱ་ལ་ཕེབས་རྗེས་ཕྱི་ལོ་ལོ་དོན་གྲུབ་ལགས་  
ལས་ཉེང་ཞེས་ཐང་དང་མཇམ་འབྲེལ་སྐབས་ཉེང་ཞེས་གིས་ “བོད་རང་བཅོན་མ་གཏོགས་གནད་དོན་  
གཞན་ཚང་མ་གྲོས་བསྐྱར་གྱི་ལམ་ནས་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཚོགས།” ཅེས་ཐང་འབྲེལ་བྱུང་བ་རེད།

ཇི་ལ། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༧ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༣༡ ཉིན་སྤྱི་ལོར་གཞི་རྒྱ་ལ་ཕེབས་མགོ་ཚུགས་པོ་མཚོན་ཆུ་  
ཨ་རི་ཨ་ཤིང་ལོན་དུ་ཨ་རིའི་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ U.S. Congressional Human Right's Caucus  
ནང་ག་རེད་གནང་བ་རེད།

ལན། བོད་རྒྱལ་དཀར་ལྷོག་ལཱ་ཞི་བའི་ལམ་ནས་སེལ་ཐབས་སུ་ཞི་བའི་དོན་ཚན་ལྔ་ Five Point Peace Plan  
གསལ་བསྐྱབས་གནང་བ་རེད།

ཇི་ལ། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༡༥ ཉིན་འབྲོང་ས་མཚོག་ནས་པ་རན་སི་ Strasbourg ཏུ་  
ཡོ་རོབ་གྲོས་ཚོགས་ European Paliament རང་ག་རེ་གསལ་བསྐྱབས་གནང་བ་རེད།

ལན། བོད་གསལ་ཞི་བའི་དོན་ཚན་ནང་གི་ལྔ་པར་འགྲེལ་བཤད་ Strasbourg Proposal གསལ་བསྐྱབས་  
གནང་བ་རེད།

ཇི་ལ། འབྲོང་ས་མཚོག་ལ་མང་གཙོ་དང་། ཞི་བདེ། འཚོ་མེད་ཞི་བ། ཁོར་ལུག་སྲུང་སྐྱོབ་སོགས་མངོན་ཚེན་  
དུ་མར་གཞེངས་བསྟོན་ག་ཚོད་འབྲུལ་བཞེས་མངོན་ཡོད་དམ།

ལན། འཛམ་གླིང་ནང་གི་གཞེངས་བསྟོན་གྲངས་ ༡༥༠ ལྷག་འབྲུལ་བཞེས་མངོན་ཡོད། དེ་ཚོའི་ནང་  
ནས་སྟོན་གསལ་ཚེ་ཤོས་ནི་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༤ ལོར་ལོ་སྤེལ་ཞི་བདེའི་གཞེངས་ཉམས་ Nobel Peace  
Prize དང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༣ ལོར་ Templeton Prize དང་ The Liberty Medal  
དེ་རྗེས་ ༡༩༩༡ ལོར་ཨ་རི་གྲོས་ཚོགས་གསེར་གྱི་ཉམས་མ་ US Congressional Gold Medal  
ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༦ ལོར་ Grammy Award བཅས་འབྲུལ་བཞེས་མངོན་པ་རེད།

ཇི་ལ། འབྲོང་ས་མཚོག་གང་ཉིད་དང་མཐུན་མོང་ཐོག་ཕྱག་དེབ་ག་ཚོད་ལྷགས་སྦྱོམ་མངོན་ཡོད་དམ།

ལན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༤ བར་ཕྱག་དེབ་གྲངས་ ༡༢༡ དང་། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་ཕྱག་དེབ་མང་པོ་  
ལྷགས་སྦྱོམ་མངོན་ཡོད་པ་རེད།

ཇི་ལ། འབྲོང་ས་མཚོག་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ག་ཚོད་ནང་ཆེབས་བསྐྱར་མངོན་ཡོད་དམ།

ལན། འཛམ་གླིང་གླིང་ཆེན་དུག་ནང་རྒྱལ་ཁབ་ ༤༢ ལ་ཆེབས་བསྐྱར་མངོན་ཡོད།

ཇི་ལ། འབྲོང་ས་མཚོག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་མངོན་འཁུར་བཞི་གང་དང་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། ཐུགས་བསྐྱེད་མངོན་འཁུར་བཞི་ནི་འདི་ལྟར་ཡིན།  
༡ འགྲོ་བ་མི་ལ་གཅིག་མཚུངས་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་བསྐྱབས་ཐབས།

- ༡། ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ།
- ༢། བོད་ཀྱི་ཚོས་རིག་འཛིན་སྐྱོང་སླེལ་གསུམ་མཛད་རྒྱ།
- ༣། ཅན་ལྷུ་ལྷོ་རྒྱ་གར་གྱི་ལྷ་སྐུ་བ་བོད་པས་ལོ་ངོ་སྐྱོང་སྐབས་མང་པོ་དམ་ཉར་ཞུས་པ་དེ་རྒྱ་གར་ནང་  
སྐྱུང་གསོ་གནང་རྒྱ་བཅས་ཡིན།

ཐི་བ། བཅོན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྤྱི་གས་འཇུགས་མང་གཙོ་ཚད་མཐོར་གཏོང་བར་ཕྱག་ས་མཚོག་ནས་འགྱུར་བཅོས་  
ག་རེ་གཏོང་གནང་མཛད་པ་རེད།

ལན། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༡ ལོར་ཕྱག་ས་མཚོག་མཉེན་བསྐྱེས་ཡོལ་དུ་ཐེབས་ཏེ་བོད་བཀའ་རྒྱུན་ཁྲི་བ་བོད་མི་མང་ནས་  
ཐད་ཀར་མང་ཚོས་འོས་འདེམས་ཀྱིས་བསྐོས་གཞག་གནང་རྒྱུའི་ལམ་ལུགས་གསར་གཏོང་མཛད་པ་རེད།

ཐི་བ། སྐབས་དེར་བོད་མི་མང་ནས་བཀའ་རྒྱུན་ཁྲི་བ་སུ་འོས་འདེམས་ཞུས་པ་རེད།

ལན། སྐོབ་དཔོན་ཟམ་གདོང་ལྷ་བཟང་བསྟན་འཛིན་རེན་པོ་ཆེ་ཚད་མཐོའི་མང་ཚོས་འོས་འདེམས་ཞུས་པ་རེད།

ཐི་བ། བོད་མིའི་མང་གཙོ་མིང་དོན་མཚུངས་པ་ཞིག་ཡོང་རྒྱུར་ཕྱག་ས་མཚོག་ནས་ཆབ་སྲིད་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་  
སྐུ་དབང་ཆ་ཚད་མི་མང་ནས་འོས་འདེམས་ཞུས་པའི་འགོ་འཁུན་ལ་གནང་རྒྱུའི་བཀའ་ཅད་བོད་མི་མང་སྤྱི་  
འཐུས་ལྷན་ཚོགས་ལ་ག་དུས་སྐབས་བ་རེད།

ལན། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ལྷ་ ༣ ཚེས་ ༡༤ ཉིན་བསྐུལ་བ་རེད།

ཐི་བ། རྩོས་ཚོགས་ལ་བཀའ་ཅད་འདི་དག་ཐེབས་འབྲུལ་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་རྩོས་ཚོགས་ནས་ག་རེ་ཞུས་པ་རེད།

ལན། རྩོས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་ཚང་མ་སྐོ་ཚབ་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོའི་ངང་ཕྱག་ས་མཚོག་ནས་སྐུ་དབང་ཆ་ཚད་སྐུ་  
མཐུད་བཞེས་སྐྱོང་ཡོང་བའི་གསོལ་བ་ལུང་ཚུགས་སུ་འདེབས་པའི་རྩོས་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོས་རྩོས་ཚོད་སྟན་  
འབྲུལ་ཞུས་པ་རེད།

ཐི་བ། ཕྱག་ས་མཚོག་ནས་ཞལ་བཞེད་མ་གནང་བར་ཚང་མ་སེམས་ཚབ་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་བྱུང་སྟེ་བཀའ་སྤྱི་སྟན་  
རྒྱས་ནས་བོད་རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་ཆེན་ཞིག་རྒྱ་བྱོལ་གྱི་བཞུགས་སྐར་རྒྱ་ལམ་ལ་འདྲེན་འཚོགས་ཞུས་ཏེ་  
ག་རེ་བྱུང་བ་རེད།

ལན། ཚོགས་བཅར་བ་ཡོངས་རྫོགས་སེམས་ཚབ་བརྗོད་པར་དཀའ་བའི་ངང་སྤྱི་ལོར་འགོང་ས་འཇུག་ས་  
 མགོན་ཚེ་པོ་མཚོག་ནས་ཚོས་སྲིད་གཉེས་ཀྱི་མཛད་འགན་སྲུ་མཐུན་བཞེས་སྐྱོང་ཅི་ནས་ཡོང་བའི  
 གསོལ་འདེབས་སྤྱི་ཚོས་གྲོས་ཚོད་འཇུག་འབྲུལ་ཞུས་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས་ལ་སྐོར་འགོང་ས་མཚོག་ནས་བཀའ་ལན་ག་རེ་ཐེབས་པ་རེད།

ལན། འགོང་ས་མཚོག་ནས་བོད་ཀྱི་འབྲུལ་ཕྱགས་གང་ཅིར་བོད་མིའི་སྤྱི་ག་འཇུགས་སྲ་བརྟན་རྒྱུན་གནས་  
 ཡོང་ཐབས་སྲུ་དགོངས་པ་བཞེས་པར་འདི་ཐོག་འགྲུར་བ་མེད་པའི་བཀའ་ལན་བསྐྱུལ་བ་རེད།

ཇི་བཞུགས་མཚོག་གི་བཀའ་དགོངས་བཞེན་བོད་མི་མང་སྤྱི་འབྲུལ་གྲོས་ཚོགས་ནས་ཁྲིམས་མཐུན  
 ཞུ་སྐོ་ག་རེ་ཞུས་པ་རེད།

ལན། འགོང་ས་མཚོག་གི་བཀའ་དགོངས་བཞེན་སྐྱུ་དབང་ཅིས་སྐྱོད་གནང་བ་བཅོན་ཀྱིས་བོད་མིའི་བཅའ་  
 ཁྲིམས་ནང་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱིས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོ་ ༥ ཚེས་ ༡༩ ཡིན་འགོང་ས་མཚོག་ནས་བཅའ་  
 ཁྲིམས་ཐོག་མཚན་ཉུགས་གནང་སྟེ་ཅ་འཛིན་མཛད་པ་རེད།

ཇི་བཞུགས་འཇུགས་མགོན་ཚེ་པོ་མཚོག་ནས་ཚབ་སྲིད་དང་འཛིན་སྐྱོང་གི་སྐྱུ་དབང་ཆ་ཚང་བོད་མི་  
 མང་ནས་མང་མོས་འོས་འདེམས་བྱས་པའི་བཀའ་སྐོན་ཁྲི་བ་སྐོ་བཟང་སེམས་སྤྱི་ལོ་མི་མང་ཚོགས་ཚེན་  
 མཛད་སྐོའི་ཐོག་ཅིས་སྐྱོད་ག་དུས་གནང་བ་རེད།

ལན། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོ་ ༦ ཚེས་ ༦ ཉིན་ད་ས་བཞུགས་སྐར་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་གནང་བ་རེད།



His Holiness the 14<sup>th</sup> Dalai Lama’s Devolution of Political Power to Democratically Elected Kalon Tripa  
 Dr Lobsang Sangay on August 8, 2011 at Tsuglagkhang, Dharamshala, India

འི་བཀ ལྟམས་དེར་ཡལོང་ས་མཚོག་ནས་བཀའ་སློབ་སྦྱང་དོན་ག་རེ་གནང་བ་རེད།  
 ལན། མང་གཙོའི་ལམ་ནི་ཡག་ཤོས་ཡིན་པ་དང་། ཡལོང་ས་མཚོག་ནས་འགྲུང་བཅོས་འདི་གཏོང་གནང་མཛད་  
 དེ་བོད་མིའི་སྤྲིག་འཇུགས་སྤྲུགས་གནས་སྲ་བརྟན་ཡོང་བར་མན་ཐོགས་ཡོད་པ་དང་། ཡལོང་ས་ཡ་སྤྲུབས་  
 མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་ནས་བོད་དུ་སྤྱིད་སྦྱོང་སྟག་བྲག་ནས་ཅེས་བཞེས་པ་དེ་དེ་ཉིན་སྤྱིད་སྦྱོང་སྦྱོང་བཟང་སེདྤེ་  
 ལ་ཅེས་སྦྱོད་གནང་གི་ཡོད། བཀའ་སློབ་སྦྱང་དོན་འདི་ལྟར་གནང་བ་རེད།

འི་བཀ ཡལོང་ས་ཡ་སྤྲུབས་མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་ནས་ཆབ་སྤྱིད་དང་འཛིན་སྦྱོང་གི་སྤྱ་དབང་བོད་མི་མང་ནས་  
 མང་མོས་འོས་འདེམས་ཞུས་པའི་འགོ་འཁྲིད་ཚོར་གསོལ་སྦྱུལ་ཟེན་པའི་རྗེས་མགོན་པོ་གང་དང་བོད་མིའི་  
 དབང་གྱི་གནས་བབས་གང་འདྲ་ཡིན་ནམ།

ལན། ཡལོང་ས་ཡ་སྤྲུབས་མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་ནས་ཆབ་སྤྱིད་དང་འཛིན་སྦྱོང་གི་སྤྱ་དབང་བོད་མི་མང་ནས་མང་  
 མོས་འོས་འདེམས་ཞུས་པའི་འགོ་འཁྲིད་ཚོར་གསོལ་སྦྱུལ་གནང་བ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༡༩  
 ཉིན་བཅའ་ཁྲིམས་བསྐྱར་བཅོས་དང་འབྲེལ་བོད་མི་མང་གྱི་འཕུས་གྲོས་ཚོགས་འཕར་ཚོགས་ཞིག་ཐོག་  
 ཡལོང་ས་མཚོག་དང་བོད་མིའི་དབང་གྱི་གནས་བབས་བཅན་བཅོལ་བོད་མིའི་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་གཏན་  
 འབབས་གནང་བ་ལུང་འཛིན་ཞུས་པ་འདི་ལྟར།

གཞི་ཅའི་ལམ་སྟོན། བཅའ་ཁྲིམས་ཡི་ལུང་དང་པོ།  
 བོད་དང་བོད་མིའི་མགོན་སྤྲུབས་དང་མཚོན་ཉམས།

བོད་ཀྱི་རྣམ་པ་རྟེན་རྒྱུ་རུ་གཞིགས་དབང་མིའི་གཞུགས་སུ་ཕྱོན་པའི་ཁམས་གསུམ་  
 ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཡལོང་ས་ཡ་སྤྲུབས་མགོན་སྤྱ་མེད་བརྟན་བཞེ་བ་ཚེན་པོ་མཚོག་ནི་  
 འཛིག་ཉེན་ཞི་བའི་དེད་དཔོན་དང་། ས་སྤྱིར་ཡ་རྒྱལ་བསྟན་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་  
 མངའ་བདག་བོད་མི་ཡོངས་ཀྱི་མགོན་སྤྲུབས། ལྷ་ན་མེད་པའི་དབུ་འཁྲིད།  
 ལྷང་དོར་ལམ་སྟོན་པ། བོད་མིའི་རོ་བོ་དང་། དེའི་ཆིག་སྤྱིལ་གྱི་མཚོན་ཉམས།  
 བོད་མི་ཡོངས་ཀྱི་རང་དབང་ལྷན་པའི་མགོན་ཚོལ་བ་བཅས་ཡིན། གནས་བབ་  
 འདི་དག་ནི་ལོ་གྲངས་བརྒྱ་ལྷག་མང་པོའི་བྱང་རབས་དང་། རིག་གཞུང་། མངའ་  
 དབང་ལྷན་པའི་བོད་མིའི་མཛོན་འདོད་བཅས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་གཤམ་

གསལ་གྱི་མཛད་འགན་དང་སྐྱེད་བའང་རྣམས་རང་ཆས་སུ་ཡོད།

༡། བོད་མིའི་བདེ་དོན་དང་བསམ་སྐྱོད་ཀྱི་ཡར་རྒྱས། ཚོས་དང་རིག་གཞུང་།  
རིག་གནས་བཅས་ཀྱི་སྐྱེད་སྐོབ་དང་དར་སྤེལ། བོད་ཀྱི་ཅ་དོན་སྐྱབ་ཐབས་ཀྱིས་  
མཚོན་བོད་མི་དང་བོད་མིའི་སྤྲིག་འཛུགས་ཀྱི་ལས་དོན་གང་ཅིའི་ཚོག་ལམ་སྟོན་  
དང་བཀའ་སློབ། སྐུལ་ལྷག་གནང་རྒྱ།

༢། ཡལོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་དགོས་གཤམ་ནས་གཞིགས་  
སྐབས་དང་། འགོ་འཁྲིད་རྣམས་ཀྱིས་གསོལ་འདེབས་ནས་ལུས་ལ་བོད་མི་  
རིགས་དང་། སྤྱི་ཚོགས། བརྟན་སྲིད་ཀྱི་གཤམ་ཆའི་ལས་དོན་ཚོག་གོས་ཚོགས་  
དང་བཀའ་འག་གི་དགོངས་པའི་དབྱུང་གཞིར་དགོངས་འཆར་གནང་རྒྱ།

༣། བོད་མིའི་སྤྲིག་འཛུགས་དང་བོད་མི་མང་གི་ཆེད་རྒྱལ་སྤྱིའི་དབུ་འཁྲིད་  
རྣམ་པ་དང་། གཤམ་ཆའི་མི་སྣ་ཁག་དང་མཇལ་འཕྲད་བཀའ་བསྐྱེད་གནང་རྒྱ་དང་།  
བཀའ་འག་གིས་བསྐོ་འཛུགས་བྱས་པའི་སྐྱེ་ཚབ་དོན་གཅོད་དང་དམིགས་བསམ་སྐྱེ་  
ཚབ་རྣམས་ལ་ཡལོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་སྐྱེ་ཚབ་ཀྱི་མཚན་གནས་  
བསྐུལ་རྒྱ་བཅས།

གོང་གསལ་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་དགོངས་དོན་སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་  
པོ་མཚོག་དང་སྐྱེ་སྲེང་རིམ་ཁྱོན་བོད་ཀྱི་ཚོས་ཀྱི་དབུ་འཁྲིད་སུ་འཕྲུང་སོར་གནས་  
ཚོག་གོང་གསལ་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་གསལ་རང་ཆས་བྱུབ་པའི་སྐྱེད་བའང་ཁག་ཡོད།

འི་བ། སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་སྐྱེད་ཡང་སྲིད་རྒྱུན་མཐུན་  
ཕེབས་བཞེས་མཛད་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཡོངས་ཁྲབ་གསལ་བསྐྱབས་ག་དུས་མཛད་པ་  
རེད།

ལན། སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་སྐྱེད་ཡང་སྲིད་རྒྱུན་  
མཐུན་ཕེབས་བཞེས་མཛད་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཡོངས་ཁྲབ་གསལ་བསྐྱབས་  
སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༢༡ ཉིན་མཛད་པ་རེད།





	ཉེ་སྲིད་སྐྱོང་གི་མཛད་འགན་སྲུ་མཐུན་བཞེས།	
༡༠༡༡ ལ་ས་	༡༠༡༤	སྲིད་སྐྱོང་སྲེན་པ་ཚེ་རིང་མཚོག་མང་མོས་འོས་འདེམས་ཞུས།
༡༠༡༤ ལ་ས་		སྲིད་སྐྱོང་སྲེན་པ་ཚེ་རིང་མཚོག་སྐྱེད་ཡང་ཚད་མཐོའི་འོས་འདེམས་ཞུས་ཉེ་
		སྲིད་སྐྱོང་གི་མཛད་འགན་བཞེས་ཞུས།

## Tibetan History Chronological

127 BC	Nyatri Tsenpo
127 – 616	From Nyatri Tsenpo to Namri Songtsen 32 Tibetan kings ruled Tibet
617-754	Choegyal Songtsen Gampo
755-796	Choegyal Trisong Deutsen
	Mutri Tsenpo
797–815	Sena Legjinj alas Tride Tsugden
815-836	Tri Ralpachen
836-842	Lang Dharma (up till these 42 kings ruled Tibet)
842-1247	Period of Disintegration (405 years)
1247-1251	Sakya Pandita Kunga Gyaltsen
1252-1349	Sakya Drogon Phagpa
1350-1434	Phanmo Drupas and Jangchup Gyaltsen
1435-1641	Ringpung and Tsangpa Kings
1642-1682	Lobsang Gyatso, the 5 <sup>th</sup> Dalai Lama
1682-1706	Tsangyang Gyatso, the 6 <sup>th</sup> Dalai Lama
1708-1757	Kelsang Gyatso, the 7 <sup>th</sup> Dalai Lama
1758-1804	Jamphel Gyatso, the 8 <sup>th</sup> Dalai Lama
1805-1815	Lungtok Gyatso, the 9 <sup>th</sup> Dalai Lama
1816-1837	Tsultrim Gyatso, the 10 <sup>th</sup> Dalai Lama
1838-1856	Khedrup Gyatso, the 11 <sup>th</sup> Dalai Lama
1856-1875	Trinley Gyatso, the 12 <sup>th</sup> Dalai Lama
1876-1933	Thupten Gyatso, the 13 <sup>th</sup> Dalai Lama,
1935-	Tenzin Gyatso, the 14 <sup>th</sup> Dalai Lama

- 2001- His Holiness the 14<sup>th</sup> Dalai Lama Tenzin Gyatso semi-retired and told the Tibetan people to elect Kalon Tripa (Prime Minister)
- 2001 - 2010 Prof. Samdhong Lobsang Tenzin Rinpoche was elected Kalon Tripa for 2 Five Year Terms
- 2011- His Holiness the 14<sup>th</sup> Dalai Lama Tenzin Gyatso has devolved his political powers to the democratically elected leaders in 2011.
- 2011- 2016 Dr. Lobsang Sangay was elected Sikyong and became the first ever democratically elected Sikyong in the Tibetan history.
- 2016 - 2021 Sikyong Lobsang Sangay was reelected for the second five-year term.
- 2021 -2026 Mr. Penpa Tsering was elected Sikyong
- 2026 - Sikyong Penpa Tsering was re-elected for the second five-year term.

### མོ་སྤྱི་ལོ།

- ༡། ལྷོ་པ་ཉིད་ལོ་སྤྱི་ལོ།
- ༢། བྱང་ལྷུ་བ་ཀྱི་སེམས་ལོ་སྤྱི་ལོ།

