



བྱིས་པའི་དྲུས་དེབ་འདོན་ཐེངས་བརྒྱ་བཞི་པ།  
TALI CHILDREN'S MONTHLY MAGAZINE January 2025



ཁྲ་ལི་བོད་ཀྱི་སྐྱུ་རྩལ་དང་རྩོམ་རིག་གོང་འཕེལ་ཚོགས་པས་ཀྱང་རྩ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲུབ་ཁོངས་  
སུ་ཚུད་པའི་གངས་ཅན་བོད་པའི་ས་ཁུལ་རྣམས་ལ་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་སྐད་ཡིག་ཁྲུབ་གདལ་གཏོང་བའི་ལས་  
གཞི་ཁག་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་བཞིན་ཡོད། ཁྲ་ལི་ཚོགས་པ་དེ་ནི་ཁེ་གཉེར་མིན་ལ། གཞུང་འབྲེལ་མིན་པའི་ཚོགས་པ་  
ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཆབ་སྲིད་དམ་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཚོགས་པ་སུ་ཞིག་དང་འབྲེལ་བ་མེད།

The Tibetan Arts and Literature Initiative (TALI) supports projects that promote Tibetan culture and language in Tibetan areas within the People's Republic of China. TALI is a non-profit, non-governmental organization with no political or religious affiliations.

# བོད་ཀྱི་གཙོ་དྲུག་ (Tibetan Antelope / Chiru)



འཛམ་གླིང་དེའི་ནང་དུ་འཚོ་ཞིང་གནས་པའི་གཙོ་དྲུག་རིགས་སློབ་ཆགས་ལ་བྱེ་བྲག་གི་རིགས་  
 རྒྱུད་མི་འདྲ་བ་ཁྱོན་གྲངས་བརྒྱ་ཅུ་ཅམ་ཞིག་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད། གཙོ་དྲུག་རིགས་སློབ་ཆགས་ཁ་ཤས་  
 ཤེས་རྒྱ་ཐང་གི་སྟེང་དུ་འཚོ་བ་སྐྱེལ་བ་དང་། ཁ་ཤས་ཤེས་ཤིང་ནགས་དང་ནགས་ཚལ་གྱི་ཁྲོད་  
 དུ་འཚོ་བ་སྐྱེལ། ཁ་ཤས་ཤེས་བྱེ་ཐང་གི་ནང་དུ་འཚོ་བ་སྐྱེལ་བཞིན་ཡོད། གཙོ་དྲུག་རིགས་སློབ་  
 ཆགས་མང་ཆེ་བ་སའི་གོ་ལའི་གླིང་ཆེན་ཨ་ལྷེ་རི་ཀའི་ནང་དུ་འཚོ་གནས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་།  
 ཉུང་ཤས་ཤེས་གླིང་ཆེན་ཨ་ལྷེ་ཡའི་ནང་དུ་འཚོ་གནས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ།

རྒྱུ་དུ་མི་སྣ་མང་པོས་གཙོ་བོར་རིགས་སྲོག་ཆགས་དེ་རྣམས་དང་འབྲེ་བའི་རིགས་ཀྱི་སྲོག་ཆགས་དབར་ཏུ་ཅང་འདྲ་པོ་ཡོད་པ་མཐོང་ནས་ཁོང་གཉིས་པམ་ཚུན་སྐྱོན་ཉེའི་འབྲེལ་བ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་རེད་ཅེས་མཁམ་མཁམ་ཡོད། དོན་དངོས་སྲོག་གཙོ་བོར་རིགས་དང་འབྲེ་བའི་རིགས་ཀྱི་སྲོག་ཆགས་གཉིས་དབར་སྐྱོན་ཉེའི་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་མེད། ཡིན་ན་ཡང་། སྲོག་ཆགས་རིག་པའི་སྲོག་རྣམས་མིང་འབོད་བྱེད་པའི་ “བ་སྐྱང་སྲོག་ཆགས་ཀྱི་སྲིམ་ཚང་ Bovines” གི་ཁོངས་སུ་ཚུད་པའི་སྐྱོ་ལྷགས་ར་ལྷག་དང་མ་ཉེ། བ་ལྷགས་དང་སྐྱང་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་དེ་ཚོ་དང་པམ་ཚུན་སྐྱོན་ཉེའི་འབྲེལ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་སྐབས་ཀྱི་སྲོག་ཆགས་རིག་པ་བ་(Zoologist) ཚོས་གསུངས་ཡོད།

གཙོ་བོར་རིགས་སྲོག་ཆགས་དེ་རྣམས་ཀྱི་ལུས་སྟོབས་ཆེ་ཚུང་ལ་བྱུང་བར་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་སྟེ། ཁམ་ལས་ཀྱི་ལུས་པོ་ནི་ཚུང་ཚུང་ཞེ་བྲག་ཡོད་པ་དང་། ཁམ་ལས་ཀྱི་ལུས་པོ་ནི་ཆེན་པོ་ཞེ་བྲག་







མཉེན་པོ་དང་འཇམ་པོ་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཡང་པོ་དང་དྲོ་པོ་ཡོད་པའི་བྱུང་ཚོས་དམིགས་བསལ་  
 ཅན་ཞིག་ཡོད་པར་བརྟེན། ཀ་སྒྲིར་ས་ཁུལ་ནས་ཁུ་ལུ་འདིས་རྒྱ་ཆ་བྱས་ཏེ་བཟོས་པའི་སྤྱིའི་གྲོན་  
 གོས་ཐོག་གི་གཟན་ཁེབས་(Shawls) རིན་གོང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་སྟེ། ཡུ་རོབ་ཀྱི་ཡུལ་གྱའི་ནང་  
 དུ་ “Shahtoosh” ཞེས་པ་དེ་སྤྱིའི་ཏ་གཟིག་ཡུལ་དུ་བེད་སྲོུད་བྱེད་སྲོུང་ཡོད་པའི་ “ཐེར་ཤིན།  
 Persian” ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཏུ་མིང་འབོད་བྱས་ཤིང་། བོད་ཡིག་གི་ནང་དུ་དེའི་གོ་དོན་ནི་ “ཁུ་  
 ལུའི་རྒྱལ་པོ་” ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

བོད་ཀྱི་གཙོ་དེས་མཁའ་རྒྱུད་ནང་གི་འཚོ་རྒྱུད་དཀོན་པའི་ས་མཐོའི་ཁོར་ཡུག་ལ་འཚོ་  
 འཕྲོད་བྱས་པའི་བྱུང་ཚོས་ཤིག་ཡོད་པ་ནི་ཁོ་པའི་གདོང་པར་ཞེང་ཁ་ཆེ་བའི་སྐྱ་ཁུག་གི་བྱ་ག་  
 གཉིས་ཡོད། དེར་བརྟེན། ཁོ་པའི་གདོང་པར་ལྟ་དུས་སྐྱངས་ཏེ་སྒོས་པ་ལྟ་བུའི་སྐྱ་ཁུག་དང་མཚུ་  
 ཏོ་དེས་འཚོ་རྒྱུད་གང་མང་མང་ཞིག་རྒྱབ་བྱས་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་དབྱ་ཆེ་དེ་ཚོའི་གཞོན་འཚོ་ལས་  
 གཡོལ་བའི་ཆེད་དུ་ཡུན་རིང་རྒྱག་ཤར་སྲོུད་རྒྱར་པན་ཐོགས་སྐྱབ་བཞིན་ཡོད། གཙོ་དེས་པོ་རྣམས་

གྱི་མགོ་འདྲི་སྟེང་དུ་རིང་ལ་སྤྱོད་པའི་གཙོ་བོ་རྩལ་མ། གཙོ་བོ་རྩལ་མ་གཅིག་སྐྱེས་ཡོད་པ་དང་། གཙོ་བོ་  
 རྩལ་མ་ཚོ་ལ་སྐྱེས་ཀྱི་མི་ཁྲི་ ༡༠ ཙམ་ཞིག་ཡོད། གཙོ་བོ་མའི་མགོ་ལ་གཙོ་བོ་རྩལ་མ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
 ཡུ་མོ་ལ་སྟེང་དུ། བོད་ཀྱི་གཙོ་བོ་གྱི་ལུས་པོའི་བ་སྐྱེ་རྣམས་མཐུག་པོ་དང་ཚགས་དམ་པོ།  
 སྐལ་བའི་སྐྱེ་ཁ་ཞི་ཁམ་དམར་ཡིན་པ་དང་། གསུམ་པའི་སྐྱེ་ཁ་ཞི་དཀར་པོ། སྐྱེ་ལག་བཞི་  
 པོའི་སྐྱེ་ཁ་ཞི་ཐལ་སྐྱེ། ར་མ་དེ་བྱུང་ཞིང་ལུས་པོའི་སྐྱེ་ཁ་དང་གཙོ་བོ་མཚུངས་ཡིན་པ་དེ།

བོད་ཀྱི་གཙོ་བོ་རིགས་རྣམས་གངས་ཅན་སྟོངས་ཀྱི་མཐོ་ཚད་རྒྱ་མཚོའི་ངོས་ནས་མི་ཁྲི་  
 ༣༠༠༠ རྣམས་མི་ཁྲི་ ༤༠༠༠ བར་གྱི་ས་ཁད་ཡངས་པའི་ས་བབ་ཀྱི་ཁོང་ལྷག་ཏུ་འཚོ་གནས་  
 གྱེད་བཞིན་ཡོད། ཏྲག་ཏུ་ལྷུ་ཚོ་གས་ཀྱི་རྣམ་པའི་ཐོག་ཏུ་འཚོ་གནས་གྱེད་པ་མ་གཏོགས་གྲོགས་  
 མེད་ཁེར་རྒྱུ་དུ་སྟོན་མཁན་ཏུ་ལམ་མེད། ཁོ་པའི་ལྷུ་ཚོ་གས་ཚུང་བ་དེར་གཙོ་བོ་གྱི་གངས་ཚད་  
 ཞི་བརྒྱ་ཅམ་ཡོད་པ་དང་། ལྷུ་ཚོ་གས་ཆེ་བར་གཙོ་བོ་གྱི་གངས་འབོར་དེ་བརྒྱ་སྟེང་ལ་ལྟ་བུ་དང་།



སྤོང་ཕྱག་ཁ་ལས་ཡོད་པ་མཐོང་། རྣམ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་མོ་གཉིས་པོས་མཉམ་དུ་འཚོ་གནས་མ་  
 བྱེད་པར་ཁག་ཁག་སོ་སོར་སྤོང་སྤོལ་ཡོད་ཀྱང་། ལོ་ལྟར་གཙོ་བོ་མོ་འབྲིག་སྤོང་བྱེད་པའི་  
 དུས་ལ་ཕན་ཚུན་མཉམ་འཇོམས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་རྣམ་དུས་ངེས་ཅན་ཞིག་ལ་ས་ཁུལ་  
 གཅིག་ནས་ས་ཁུལ་གཞན་ཞིག་ཏུ་ཕར་འགོ་ཚུར་ལོག་གིས་གནས་སྤོང་བའི་སྐབས་སུ།  
 གཙོ་བོ་མོ་ཚོ་གསལ་ལ་“སྤོང་འཇུགས་ལྡན་པའི་རྣམ་པ་”ཞིག་ཡོད་པ་ནི་ཁོང་ཚོས་རྩ་གྲུལ་རིང་  
 པོ་བསྒྲིགས་ཏེ་གོམ་བཟོད་བྱེད་པ་དང་། རྩ་ཚོ་གསལ་གྱི་ཁོང་ནས་ན་སོ་ལོན་པའི་གཙོ་བོ་རྣམས་  
 གྱིས་རྩ་གྲུལ་གྱི་མདུན་དུ་སྤོང་དེ་ལམ་སྤོང་འདྲེན་ཞིང་། ལོ་ན་གཞོན་པའམ་ཚུང་བ་དེ་ཚོས་གོ་  
 རིམ་བཞིན་རྩ་གྲུལ་གྱི་མཇུག་ཏུ་སྤོང་པ་མ་གཏོགས་ཟང་ཟིང་གིས་གང་བྱུང་དུ་འགོ་གི་ཡོད་པ་  
 མ་རེད།

འདས་པའི་དུས་རབས་ཀྱི་ནང་དུ་མིའི་རིགས་ཀྱིས་སྤྱི་དངོས་པོའི་དཔལ་འབྱོར་ཡར་རྒྱས་  
 ལ་དམིགས་པའི་སྤྱི་ཚོ་གསལ་འཇུགས་སྐྱུན་ལ་དོ་སྣང་ལུགས་ཆེ་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པའི་  
 གནས་སྤོངས་འོག་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཐོན་ཁུངས་དང་ཁོར་ལུག་ལ་གཏོར་སྤོང་ཚབས་ཆེ་  
 བཟོས་ཡོད། རྒྱ་གར་དང་ཡུ་རོབ་ཀྱི་ཡུལ་གྲུ་ཁག་ཏུ་བོད་ཀྱི་གཙོ་བོ་དེའི་ཁུ་སྤོང་ནས་བཟོས་པའི་  
 གཟན་ཁེབས་ལ་དང་དོད་བྱས་ཏེ་རིན་གོང་ཆེན་པོ་སྤོང་ནས་ཉེ་ཚོང་བྱས་དང་བྱེད་སྤོང་ཡོད།  
 དེ་ཡང་བོད་ཀྱི་གཙོ་བོ་དེའི་ཁུ་སྤོང་གཟན་ཁེབས་གཅིག་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་ནང་དུ་ཨ་སྒོར་ ༡༠༠༠  
 རྣམ་ཨ་སྒོར་ ༥༠༠༠ བར་བཅོངས་པ་དང་། རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲོམ་རའི་ཐོག་ཏུ་ཨ་སྒོར་ ༢༠༠༠༠ ལྷག་  
 ཅུམ་གྱི་རིག་གོང་སྤོང་བཞིན་ཡོད་པས། དུས་རབས་ཉི་ཤུའི་པའི་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུ་དགུ་བཅུའི་  
 རང་དུ་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་ཐོག་ཡང་སྤོང་རྗེ་མེད་པའི་བྱི་ར་བརྒྱབ་པའི་དབང་གིས་བོད་  
 ཀྱི་གཙོ་བོ་ཅེས་པའི་སྤོང་ཆགས་དེའི་རིགས་རྒྱུད་དེ་དག་ཅི་སྤོངས་སུ་འགོ་ལ་ཉེ་བའི་གནས་  
 སྤོངས་ཤིག་ཐོན་སྤོང་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་། གཞུང་འབྲེལ་མིན་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚོ་གསལ་པ་ “བྱིས་

འཚོའི་བདག་མེད་སློབ་ཆགས་སྤང་སྐྱོབ་ལྷན་ཚོགས། (WCS) "ཞེས་པ་དེ་དང་། ལྷན་གྲགས་  
 ཆེ་བའི་སློབ་ཆགས་རིག་པ་བ་སྐུ་ཞབས་ཚོར་ཇི་ལྷལ་ལེར་ (George Schaller) མཚོག་  
 གིས་རྒྱལ་སྤྱིའི་ནང་དུ་བོད་ཀྱི་གཙོ་དེའི་ཇི་དྲག་པའི་གནས་སྤངས་རྣམས་འོ་སྤོད་དང་སྤང་  
 སྐྱོབ་ཡོང་བའི་འཕོད་སྐུལ་བྱས་ཡོད་པར་བརྟེན། བོད་ཀྱི་གཙོ་དེ་དག་ "རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚོང་འབྲེལ་  
 སྤྱི་ཚེངས་ནང་གི་སྤོངས་ལ་ཉེ་བའི་སློབ་ཆགས་ཀྱི་རིགས་དང་ཅི་ཤིང་ཀྱི་རིགས། Conven-  
 tion on International Trade in Endangered Species of Wild Fau-  
 na and Flora" ཞེས་པའི་ཐོ་གཞུང་གི་ཁོངས་སུ་བཞག་ཡོད་པ་རེད།





# དབལ་ཤུལ་མཁས་གྲུབ་རྒྱ་མཚོ། (Kidup Gyatsho)



དབལ་ཤུལ་མཁས་གྲུབ་རྒྱ་མཚོ་ལགས་ནི་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་  
མདོ་སྐད་ཨ་མདོ་རྫ་བར་ཡོད་པའི་ཡོ་རྫུང་དབལ་ཤུལ་ཚང་གི་  
བྱིས་དུ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༦༧ ལོར་འབྲུངས། རྫུང་དུས་ནས་རབ་ཏུ་  
བྱུང་སྟེ་བོད་ཡིག་ལ་འབྲི་སྟོན་བྱེད་འགོ་ཚུགས་ཤིང་། རིམ་  
བཞིན་རྫ་ཡུལ་སློབ་མང་དགོན་པ་དང་སླ་བྱང་བཟུ་ཤིས་འབྲིལ་  
དགོན་པའི་ནང་དུ་འདོན་རྟེན་དབྱངས་ལ་སློབ་འཛིན་དང་། ཞར་

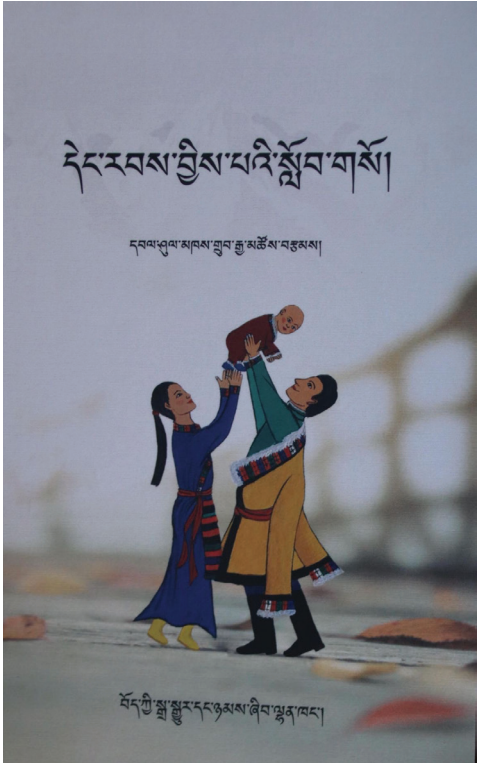
ཞོར་དུ་ནང་ཚོས་ཀྱི་གཞུང་ཆེན་ཁག་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱས། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༥ ལོར། རྒྱ་གར་འཕགས་  
པའི་ཡུལ་ལ་བཅན་སྤོལ་དུ་འབྱོར་ནས་གི་རྟེན་གྱིས་པ་གྲུ་ཚང་དང་ཆེ་མཚོ་གསེང་དགོན་པར་ལོ་  
ཉམས་བཞུགས། དེ་ནས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོར་རྒྱ་བུ་སྤོལ་ཡུལ་གྱི་ཁ་ཏེ་ཏེ་གནས་སྤོལ་བྱས་ཡོད་  
པ་རེད།

དམ་པ་ཁོང་གིས་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༣ ལོ་ནས་འགོ་ཚུགས་ཏེ་ལོ་ཉམས་ཀྱི་རིང་དུ་ཁ་ཏེ་ཏེ་དང་  
ཨ་རི་ཡུལ་གྱི་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་རྒྱ་བུ་སྤོལ་པའི་བྱིས་པ་ཚོར་དམིགས་ཏེ་སྦྱང་གཏམ་  
བྱང་བྱང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་དབྱེན་རིའི་སྐད་ཡིག་གི་ཐོག་དུ་བྱིས་པ་མ་ཟད་མཚོན་སྟོན་ཀྱི་རི་མོ་  
ཡང་མཉམ་དུ་བྱིས་གནང་ཡོད། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ལོ་ནས་བཟུང་བོད་པའི་སྤྱ་གྲུ་ཚོར་ཆེད་དུ་  
དམིགས་པའི་བྱིས་སྦྱང་རྣམས་བོད་ཡིག་གི་ནང་དུ་འབྲི་འགོ་ཚུགས་ཡོད་ཅིང་།

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ལོར་ཁོང་གིས་ཚུམ་སྐྱེག་པ་མི་སྣ་གཞན་དུག་དང་མཉམ་ཐུབ་ཐོག་  
“གཡག་རྟོད། Wild Yak” བོད་ཀྱི་བྱིས་པའི་ཤིས་ཡོན་སློབ་གསལ་ལས་གཞི་དེ་དངོས་སུ་



དང་། བྱིས་དུ་བྱིས་སྐྱོད་གི་ཉམས་སྐྱོད་ལྡན་པའི་ས་མ་ལ་སོགས་པའི་མི་སྣ་མང་པོ་ཞིག་མཉམ་  
 དུ་འདུས་ཏེ་རང་རང་གི་སྐྱོད་ཚོར་དང་། ཐབས་ལམ་རྣམས་པན་ཚུན་སྤེལ་རེས་དང་བརྗེ་རེས་  
 བྱེད་སའི་སྐད་འཕྲིན་ཚོགས་པ་སྟེ་མིང་དུ་ “བྱིས་སྐྱོད་སྤྱིང་།” བཏགས་པ་ཞིག་གསར་བཙུགས་  
 བྱས་ཏེ། བོད་པའི་མི་རབས་རྗེས་མ་རྣམས་ཇི་ལྟར་གསོ་སྐྱོད་བྱེད་དགོས་པའི་སྐོར་ལ་ཕྱག་དེབ་  
 “དེང་རབས་བྱིས་པའི་སྐོབ་གསོ” ཞེས་པ་ཞིག་སྤྲི་ལོ་ ༢༠༢༣ ལོར་བརྩམས་གནང་ཡོད།  
 མདོར་ན། དམ་པ་ཁོང་ནི་བཅན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁོང་དུ་ལྷག་བསམ་བོལ་མེད་ངང་  
 གཞིས་བྱིས་གཉིས་སུ་འཚར་ལོངས་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པའི་བོད་ཕྱག་རྣམས་ནས་རང་རང་གི་ས་  
 སྐད་དང་། རིག་གཞུང་དེ་སུ་མཐུད་རྒྱུད་འཛིན་ཡོང་ཐུབ་པའི་ཆེད་དུ་བོད་ཡིག་གི་ཐོག་དུ་བྱིས་  
 སྐྱོད་གསར་ཚོམ་བྱེད་མཁན་གྱི་གསལ་ཤེས་ཡིན་པ་དང་། བོད་པའི་ས་མ་ཚོར་དེང་དུས་སྤྱི་  
 ཚོགས་ཀྱི་གནས་སྟངས་དངོས་དང་འཚམ་ཞིང་། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་བཟང་སྤྱོད་ལྡན་པའི་བྱིས་  
 སྐྱོད་སྐོབ་གསོའི་ལམ་སྟོན་གྱི་ལས་དོན་སྤེལ་མཁན་གྱི་ཐོག་མའི་མི་སྣའི་གསལ་ཤེས་ཀྱང་ཡིན་  
 པ་རེད།



ཆུ་བོ་ཆུང་ཆུང་འཁྲུང་སྐྱེ་ཆེ།  
ཡོན་ཏན་ཆུང་ཆུང་ང་རྒྱལ་ཆེ།

བྱིས་པའི་ཤེས་བྱའི་རྩེ་གསུམ་མ།



SEE Learning

Social, Emotional, and Ethical Learning

སྤྱི་སེམས་བཟང་གསུམ་གྱི་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོ་དོ་སློབ།

<སྤྱི་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོའི་རྒྱན་སྦྱོར་ལག་དེབ། >ལས་བཏུས།

(༢)

སྤྱི་ཚོགས་དང་སེམས་སྤྱོད་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོ་དང་འབྲེལ་བ་ཇི་ཡོད་དང་།

སྤྱི་སེམས་བཟང་གསུམ་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོའི་ཐུན་མེན་བྱུང་ཚོས་ཁག།

སྤྱི་སེམས་བཟང་གསུམ་གྱི་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོ་ཡི་སློབ་གཞི་དེ་ནི་ SEL ཞེས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་

དང་སེམས་སྤྱོད་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོ་དང་། སློབ་གྲྭ་ཁག་ཏུ་ཤེས་ཡོན་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་འཇུགས་



སྐྱོད་བར་གནད་འགག་བཅི་རྒྱ་དེ་ཡིན། ཡིད་བྱེད་ནི་ཤེས་སྐྱོད་གི་བྱ་བ་ཀྱུ་ལ་གནད་ཆེ་བའི་གཞི་རྒྱུ་ཅི་ཅི་ཞེས་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟར་ཡིན་རུང་སྐོས་རྒྱུ་གི་ཤེས་ཡོན་ལག་ལེན་གི་ནང་དུ་འདི་ལ་དོ་སྣང་ཆེར་མེད་པར་སྣང་མེད་དུ་བསྐྱར་ཡོད། གོམ་མན་གིས་ཇི་ལྟར་གསུང་བ་བཞིན། “སྐྱ་གྲུ་རྣམས་གི་ནང་གི་འཇིག་རྟེན་ལ་སྣངས་འཇིན་ལེགས་པར་ཐོབ་ཐུབ་པའི་ཆེད་དང་ཁོ་ཚོའི་བསྐྱབས་ཤེས་གོང་སྤེལ་གཏོང་བའི་ཆེད་ཡིད་བྱེད་ནི་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ཆ་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན་པས་དེ་ཉིད་སྐྱོད་བརྒྱ་དེ་ནི་ SEL གི་གོམ་བ་སྤྱི་མ་ཞིག་ཡིན་པ་མངོན་གསལ་དོད་པོ་རེད།”

གཉིས་པ་དེར་ SEL དང་མི་འདྲ་བར་སྤྱི་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོ་ཡིས་བཟང་སྐྱོད་ལ་ཁྱབ་ཆེན་པོའི་སློབ་སྦྱོང་འཇུག་གི་ཡོད། གོང་དུ་སློབ་པ་བཞིན་འདི་ནི་ཚོས་ལུགས་སམ་རིག་གཞུང་གི་བྲག་པ་ཞིག་ལ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྐྱོད་གི་རྣམ་གཞག་མིན་པར་སྣང་རྗེ་ལྟ་བུའི་འགྲོ་བ་མིའི་གཞི་རྒྱུ་ཅི་ཅི་རིན་ཐང་མང་གཞིར་བཟུང་བའི་བཟང་སྐྱོད་ཅིག་ཡིན། འདིར་སྣང་རྗེ་དང་བྱམས་བརྩེའི་ཕན་ཡོན་རྣམས་ལ་ཅུད་ཞིབ་བྱེད་གི་ཡོད་པ་དང་། སློབ་མ་རྣམས་ལ་རང་གཞན་ཀྱུ་ལ་ཐབས་མཁས་གི་བྱམས་སྐྱོད་བྱེད་པའི་རུས་པ་མཐོར་འདེགས་གཏོང་བ་ལ་སྐྱོན་པའི་གནད་དོན་དང་ལག་ལེན་རྣམས་སློབ་བྱིད་བྱེད་གི་ཡོད། བྱམས་སྐྱོད་གི་ལྟ་སྣངས་དང་སྣང་རྗེའི་འདུ་ཤེས་དང་སྣང་ན་གཞན་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཅུ་ལྟ་མ་ཟད། དོ་བདག་རང་ཉིད་ལའང་ལུས་སེམས་གི་འགྲོད་བསྐྱེད་གི་ཐོག་ནས་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཚོར་རིག་གི་དཔང་རྟགས་རྗེ་མང་རྗེ་མང་གིས་སྣོན་བཞིན་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལྟའི་འདུ་ཤེས་གིས་སྤྱི་ཚོགས་གི་བདེ་འཇགས་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་སློབ་མེད་ཡིན། གནད་འགག་ཅན་གི་ལེགས་ཆ་འདི་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོའི་ནང་ཆང་མེད་པ་གོམ་མན་གིས་མཚུབ་སློབ་བྱས་ཏེ། ཁོང་གིས་མི་གཞན་གིས་ཇི་ལྟར་ཚོར་བའམ། བསམ་པ་

ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཚོགས་པར་ང་ཚོས་ཁོང་ཚོ་ལ་སེམས་འཁུར་ངེས་པར་འཆང་དགོས་ཤིང་།  
རོགས་བྱ་རྒྱུ་ལྟེན་གྱི་སྒྲིག་གུང་དགོས། ངའི་བསམ་པར་འདི་ནི་བྱིས་པ་དང་ཀླན་པ་གཉིས་ཀར་  
མཁོ་བའི་འཚོ་བའི་ཐབས་ཚུལ་སྟོང་པོ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་འདྲ་ཞིག་ SEL ལ་ཁ་སློན་བྱ་རྒྱུ་དེ་  
སློབ་གྲྭ་ཁག་ལ་མཚོན་ན་གལ་ཆེན་གྱི་གོམ་པ་སྤྱི་མ་དེ་ཆགས་གྱི་ཡོད།

གསུམ་པ་ནི་སྤྱི་སེམས་བཟང་གསུམ་གྱི་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོ་ཡི་ནང་དུ་སེམས་བསྐྱད་ཉམས་  
ཞིབ་དང་སེམས་བསྐྱད་རྒྱས་ལོན་གྱི་གཅེས་སྦྱོང་ལག་ལེན་ནང་འཕེལ་རྒྱས་གསར་ཤོས་  
རྣམས་དང་ལེན་བྱེད་པ་དེ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་སློབ་མ་དང་ཤེས་ཡོན་སློབ་སྟོན་པ་རྣམས་ལ་སེམས་  
ཚོར་དང་། རང་གཉེར་རང་སྲུང་། སྐྱོམ་སྐྱུབ་ལག་ལེན་ལ་འཇུག་པའི་ཐབས་ལམ་བརྟན་ཤོས་  
དང་ཐབ་ཤོས་སྐྱེན་པའི་དོན་དུ་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱེད་ཚུལ་ནི་ལེགས་ཚོགས་ལ་བརྟེན་པའི་གསོ་  
བྱས་འདུ་ཤེས་གྱི་སློན་ལུང་ཡིན་པས་སེམས་བསྐྱད་གྱིས་གཤུངས་པ་དང་མ་གཤུང་བའི་སློབ་མ་  
ཀུན་ལ་འཚམས་པ་ཞིག་ཡིན། སློབ་མ་ཙམ་མ་ཟད་དོན་དངོས་སུ་འགྲོ་བ་མི་ཀུན་ལ་བདེ་  
འཇགས་དང་ཉེན་ཁའི་རིམ་པ་སྐྱོ་ཚོགས་གྱི་སྦྱོང་བ་ཡོང་གི་ཡོད་པས། སློབ་མ་རྣམས་གྱིས་རང་  
རང་སོ་སོའི་དབང་རྩའི་མ་ལག་གི་སྐྱོར་དང་། ལུས་པོ་ལ་བརྟེན་པའི་ཉམས་ལེན་དང་ལུས་ལ་  
རྒྱས་ལོན་ཐོབ་པའི་སློན་ལུང་སེམས་ངལ་ལ་སྦྱངས་འཛིན་བྱེད་ཐབས་བཅས་ཤེས་པ་ཡིན་ན་  
སློབ་མ་ཚང་མར་ཁེ་ཕན་ཞིག་ཐོབ་ཐུབ། ལག་ལེན་འདི་རྣམས་གྱིས་སློབ་མ་རྣམས་ལ་སེམས་  
ངལ་ལ་གཤོང་ལེན་བྱེད་པའི་འཕྲུལ་གྱི་ཐབས་འཕྲུལ་སྐྱེན་པ་དེ་དག་ཉེན་མ་འཆར་ཅན་བེད་སྤྱོད་  
བྱེད་ཚོགས་ཅིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁོ་ཚོའི་ཚད་བརྒྱལ་གྱི་བྱ་བའི་རིགས་ཅུང་དུ་གཏོང་བ་དང་།  
ཤེས་སྦྱོང་ལ་གྲ་སྒྲིག་ཡག་ག་ཡོང་བར་གྲོགས་བྱེད། སློབ་མ་དང་དགེ་ཀླན་གཉིས་ཀས་དགའ་





མ་ཉི་མ་ལག་གི་འཇུག་པ་དེ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ང་ཚོ་པན་ཚུན་སྟོན་པའི་མ་ལག་གི་ཁོངས་སུ་ཡོད་  
 ཅིང་དེས་ང་ཚོར་ཤུགས་རྒྱུན་སྒྲིལ་པའི་ངོས་འཛིན་ཐོབ་པའི་འཇུག་སྟོན་དེ་ཡིན། མ་ལག་གི་  
 བསམ་གཞིག་འཇུག་དང་དུ་ལེན་པ་དང་། སྐར་གྱི་རིམ་པ་དང་། གང་ཟག་ནང་པན་ཚུན་ཆགས་  
 བཞོད། རིག་གཞུང་བཅས་ཀྱི་རིམ་པར་སོར་ཚུད་ཀྱི་རུས་པ་སྐྱེལ་བའི་གལ་གནད་ངོས་བཟུང་  
 བའི་སྐོར་སྐྱེ་སེམས་བཟང་གསུམ་གྱི་ཤེས་ཡོན་སྟོབ་གསོ་ཡིས་འདྲ་མཉམ་གྱི་གནད་དོན་ལ་  
 མཐུན་འགྱུར་གལ་ཆེན་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་ཡོད། འདྲ་མཉམ་ཞེས་པ་སྐྱེ་ཚོགས་སུ་མི་རྣམས་ལ་འཚོ་  
 ཞིང་དར་འཕེལ་འགོ་བའི་གཞི་རྩའི་ཆ་རྒྱུན་རྣམས་དང་། ལམ་སྟོང་གི་གོ་སྐབས་ལྡང་ཐག་ཚོད་  
 ཡོད་དགོས་པ་དང་། ཅ་འཛིན་འདི་ཉིད་མ་ལག་རང་གིས་མིའི་ཚོ་ཁག་གྲེ་བྲག་པ་གང་ལ་ཡང་  
 སྟོན་བཅས་ཀྱིས་གྲོང་ཁ་སྟེར་ཞིང་། འདྲ་མཉམ་མིན་པའི་གནས་བབས་རྣམས་སྐྱིག་འཇུགས་  
 ལྡན་པའི་སྐོར་སྐྱེ་སེམས་འཇུག་པ་དུ་མི་འགོ་བའི་ཁག་ཐེག་གྲེ་དེ་པའི་སྐོར་སྐྱེ་སེམས་མཚོན་ཐུབ་པར་འདོད་  
 པའི་ལྟ་ཚུལ་ཞིག་ལ་བཟུང་། འདྲ་མཉམ་གྱི་ལྟ་ཚུལ་དེ་སྐྱེ་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཁུར་གལ་ཆེན་ཞིག་  
 ཡིན་པ་ཤེས་ཡོན་སྟོབ་གསོའི་ཚན་ཁག་གིས་ངོས་འཛིན་ཇི་ཆེར་གྲེད་བཞིན་ཡོད། དེ་ལྟར་འདྲ་  
 འདྲ་མཉམ་གྱི་གནད་དོན་ལ་དམིགས་པའི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་རྣམས་གནས་སྟངས་མང་  
 ཐོར་སྲིད་བྱས་ཀྱི་རིམ་པ་ཅམ་ལ་ལྷག་སྟེ་དེ་ལས་གཞི་རྩའི་བཞོད་པ་ལ་འགྱུར་བ་ཇི་སྟར་གཏོང་  
 དགོས་པ་དང་སྐྱང་དགོས་པ་ཐོན་ཐུབ་ཀྱི་མེད། སྐྱེ་སེམས་བཟང་གསུམ་གྱི་ཤེས་ཡོན་སྟོབ་  
 གསོ་ཡི་སྟོམ་གཞི་འདི་ཡིས་སྐྱེ་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་ཀུན་གྱི་བདེ་ཐབས་མཐོར་འདེགས་གཏོང་བའི་  
 གཞི་རྩའི་ཆགས་བཞོད་ཀྱི་འགྱུར་བ་ཞིག་འདྲེན་སྐྱང་གྲེད་དགོས་ན་མི་རྣམས་གཅིག་འགྱུར་ཡིན་  
 པའི་འདུ་ཤེས་དང་པན་ཚུན་ཉེན་འགྲེལ་གྱི་བསམ་སྟོན་ལྟར་འགོ་བ་མིའི་གཞི་རྩའི་རིན་ཐང་  
 རྣམས་སྐྱེལ་དགོས་པའི་དགོས་མཁོ་དེ་དེས་པར་སྐོང་དགོས་པ་སྟོན་ཀྱི་ཡོད། སྐྱེ་ཚོགས་ཀྱི་

བཀོད་པ་གང་གིས་འདྲ་མཉམ་གྱི་འདུ་ཤེས་བརྟན་པར་བྱེད་པའམ་འདྲ་མཉམ་མིན་པའི་འདུ་  
 ཤེས་ཁྱབ་གདལ་དུ་གཏོང་བའི་བཀོད་པ་དེ་ཉིད་རིག་གཞུང་དང་མིའི་གཞི་རྩའི་རིན་ཐང་དང་  
 སྐྱེལ་ཡོད་པ་སྟོན་པའི་སྐོ་ནས་སྤྲི་ཤེས་ཡོན་སྟོབ་གསོ་ཡིས་འདྲ་མཉམ་མིན་པའི་ལྟ་ཚུལ་དང་  
 དེ་ཉིད་ཁྱབ་གདལ་དུ་གཏོང་བའི་དུག་ཅ་རྣམས་སེལ་བའི་ཐབས་གང་ལ་སྟོབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་  
 ལྷགས་སུ་རུང་བ་དང་། ཁོང་ཚོ་དང་ལྷན་དུ་འཚོལ་ཞིབ་བྱ་རུང་བའི་ཐབས་ཤིག་སྤྱིན་གྱི་ཡོད།

བ་སྟོན་རྒྱུ།

མིས་བཟོས་རིག་རྒྱུ།	AI
སྤྱད་མེད་བྲ་གྲ།	Wifi
བད་རྒྱབ་ས།	Signal
བརྟན་མོལ།	Video call
སྐྱ་འཕྲིན།	Voicemail