



(Sikkim Herald Bhutia Edition)

ཁ་སྤྱིམ་ ཏེ་རལ་ཁ།



Postal Regd. No.WB/SKM/01/2024-25

བམ་པོ་ ༢༤ ཡང་ ༣༧ སྐར་ཏྲུག་ དབྱིན་ལྷ་ ༡༠ ཆེས་ ༡༧ གཟུང་ བ་སངས་ ལོ་ ༢༠༢༥ ཤོག་ལེབ་ ༡

སྐབས་ཇི་ མཁན་ཆེན་ རིག་འཛིན་ རྫོང་རྩེ་ རིན་པོ་ཆེ་
གིས་ སྤྱི་དྲྀ་ མཆོག་ལོ་ མཇལ་བོ།



སྐར་ཏྲུག་ དབྱིན་ལྷ་ ༡༠ ཆེས་ རིན་པོ་ཆེ་ མཉམ་པོ་ སློབ་
༡༣: ཤར་ འབྲས་ལྗོངས་ གཉེར་ཁའ་གི་ སློབ་སྦྱི་ སློམ་
དམར་གཏམ་ སྤྱིང་མ་ ཆོས་ པོ་ སྐུ་ཞབས་ སངས་རྒྱས་
ལུགས་ སློབ་གཉེར་ཁའ་ དཔལ་ བཟང་ ལེབ་ཅ་
དང་ ཉམས་ཞིབ་ དབུས་ཀྱི་ གཙོ་སྤྱི་ སློན་པོའི་ ཁ་སྤྱི་
སྐབས་ཇི་ མཁན་ཆེན་ རིག་ སྤྱི་ རྒྱུ་ལྷག་ སྐུ་ཞབས་
འཛིན་ རྫོང་རྩེ་ རིན་པོ་ཆེ་ ཆེ་རིང་ དབང་ལྷུག་ ལེབ་
གིས་ རྟ་རྩ་ཕན་ན་ སྤྱི་ ཅ་ དང་ སངས་རྒྱལ་གི་
སློབ་ སྐུ་ཞབས་ ཞོམ་ བར་ འབྲས་མི་ཙུ་ ཡོད་པོ་ སྤྱུ་
གས་ མ་ཐུར་ མཆོག་ མཉམ་ མཇལ་བའི་ སྐབས་ན་
པོ་ མཇལ་བོ་ སྤྱུ་ མཇལ་ པོའི་ ཤོར་ན་ མཁན་ཆེན་ སྐབས་ཇི་ རིན་པོ་ཆེ་གིས་

Contd. To pg.4

གཙོ་སྤྱི་ སློན་པོ་ སྐུ་ཞབས་ རྩམ་སིང་ ཏ་མང་གིས་
(CONNECT TO CM) ས་གནས་ཀྱི་ སློ་སྤྱི་ གནང་བོ།



སྐར་ཏྲུག་ དབྱིན་ལྷ་ ༡༠ ཆེས་ བ་ ཡང་ནེ་ མཐུན་ལམ་ ཁྱས་
༡༣: མི་དམངས་ཙུའི་ སློམ་ ཚུགས་པོའི་ ཐབས་ཤེས་ ས་
མདུན་ཟང་ གཞུང་ འཛིན་ གནས་ གཅིག་ སློ་སྤྱི་ གནང་
སློབ་ ཆབ་སྤྱི་ བསྐྱེལ་ པོ་ སྤྱུ་མི་དམངས་ཙུའི་ གཙོ་
བའི་ དམིགས་ལུལ་ བཞག་ པོ་ ཡར་རྒྱས་ ཐབས་ཤེས་
སྤྱི་ གཙོ་ཆེ་དྲགས་ ཀོམ་ དང་ མི་དམངས་ཙུ་གི་ དཀའ་
པོ་ གཅིག་ སྐར་ཏྲུག་གི་ ས་ ལས་ སྤྱི་དྲུག་ དང་ གེལ་
མན་ རྩ་ཕན་ན་ (Connect ཆེན་ མཁོ་དགོས་ རོན་ལོ་
to CM platform) ཡང་ རང་གི་ ཞུ་བ་ བཞག་ ཚུགས་
ལས་ནེ་ ཁ་རི་ ཁ་ཐོག་ གཙོ་ པོའི་ དང་ ལམ་སིང་ གཙོ་སྤྱི་
སྤྱི་ སློན་པོ་ མཉམ་པོ་ འབྲེལ་ སློན་པོའི་ ལེ་ལག་ མཉམ་

Contd. To pg.4

སྐྱེའབས་ ལྷན་གྲུབ་ རོ་རྒྱུ་ ལྷ་ཁྲི་ཡ་གིས་ རྟོག་ཤོར་ རྟེ་
ར་ ཨམ་བིག་ཀར་ བྱ་དགའ་ ལོ་ ༢༠༢༥ ཐོབ་པོ།

ནམ་ཅེ་ དབྱིན་ལྷ་ ༡༠ ཆེས་ དང་དབང་ཆའི་ ཐུགས་འགན་
༡༤: ལྷ་ འབྲས་ལྷོངས་ ར་ རོན་ལོ་ ཁོང་གི་ ཐབས་ཤེས་
འབང་ལ་ བཞུགས་མཁན་ ལྷ་ ལོ་ བསྟོན་བསྒྲགས་ གནང་བོ་
ཞབས་ ལྷན་གྲུབ་ རོ་རྒྱུ་ ལྷ་ སྤྲུལ་ཁོང་གི་ གཙོ་སྤྱི་ ལྷོན་པོ་
ཁྲི་ཡ་གིས་ རྒྱལ་ས་ གསར་ ལྷ་ཞབས་ རྟེ་མ་སིང་ ཏ་མང་
པོ་ ལྷ་ལ་ལོ་ རྟོག་ཤོར་ རྟེ་ དང་ འབྲས་ལྷོངས་ གཞུང་
ར་ ཨམ་བིག་ཀར་ བྱ་དགའ་ ལོ་ ཁོང་ཕྱི་ ལམ་སྟོན་ དང་
ལོ་ ༢༠༢༥ (Dr.B R Ambed- རོགས་རམ་ རོན་ལོ་ ཐུགས་
kar National Award) ཐོབ་ རྒྱུ་ཆེ་ ཐུལ་པོ་ སྤྲུལ་ལྷ་ཞབས་
པོ་ གནང་བོ་ སྤྲུལ་ གསོལ་ ལྷ་ཁྲི་ཡ་གིས་ འབྲས་ལྷོངས་
རས་ བྱ་དགའ་ འདི་ རྒྱ་གར་ གྱི་ སྤྱི་ཚོགས་ཀོ་ ཞབས་ཕྱི་
གྱི་ སྤྱི་ཚོགས་ བྲིམས་ལུགས་ ལོ་ ཞལ་བཞེས་ གནང་བའི་
དང་དབང་ ལྷན་ཚོགས་ཁང་ བ་ དབུས་གཞུང་ སྤྱི་ཚོགས་
གི་ གནང་བོ་ སྤྲུལ་གསོལ་ བྲིམས་ལུགས་ དང་ དབང་
རས་ འདི་ ཁོང་གི་ སྤྱི་ཚོགས་ ཆ་ ལྷན་ཚོགས་ཁང་གི་ ལྷོན་
ཞབས་ཕྱི་ ས་གནས་ན་ ཁོང་ པོ་ ལྷ་ཞབས་ རྟོག་ཤོར་ རྟེ་
གི་ ཐུག་ལས་ དང་སྤྱི་ཚོགས་ རན་ དང་ཀླུ་མར་ལོ་ ཐུགས་
བྲིམས་ལུགས་ ཉི་མེད་ མེད་པོ་ རྒྱུ་ཆེ་ཡང་ ཐུལ་པོ་ སྤྲུལ་

གསར་ཆེན་ བད་མ་ ཡང་ཅེ་ དགོན་པོ་ལས་
གསར་ཤོག་ རྒྱབ་སྐྱོལ་

རྒྱལ་ཁོང་ དབྱིན་ལྷ་ ༡༠ ཆེས་ བ་ བད་ལུག་, འབྲས་ལྷོངས་
༡༥: གསར་ཆེན་ བད་མ་ ཡང་ འབྲུང་བཞེད་ གཞོན་པོ་, ཐུལ་
ཅེ་ དགོན་པོ་ལས་ གསར་ཤོག་ ལོ་ གཡང་ མ་ཆགས་པོ་ ལ་
རྒྱབ་སྐྱོལ་ རོན་བཞེད་ དབྱིན་ སོགས་པོ་ འདེམ་ ལྷ་ས་རན་པོ་
འདི་ ལྷ་པོ་ འདི་ཆེས་ ༢༢ ཅུ་ ཐམས་ཅད་ ཞི་སྟེ་ ཆར་ཆུ་
ལས་ ༣༡ ཡང་ན་ ཉོར་ལྷ་ ༩ ཏུས་སུ་ འབབ་ཉེ་ ཡོད་པོ། ལོ་
ཆེས་ ༡ ལས་ ༡༠ ཟང་སྟེ་ ཉོན་ ཐུག་ ཏུག་ཏུ་ ལེགས་ཉེ་ ཡོད་པོ།
བཅུ་ ཐུལ་མེད་ཀོ་ རྒྱལ་བ་ ལྷ་ བད་ལུག་ མཆོན་འབྲས་ ཞི་ཉེ་
བཅུན་ ཆེན་པོའི་ གདན་ས་ ཡོད་པོ། ཐུལ་ལོ་ གཡང་ཆགས་
རྒྱལ་ཁོང་ རྫོང་ཁག་གི་ མངའ་ ལྷ་ ཞི་བདེ་ ཐུན་སུམ་ ཆོགས་
འོག་ན་ ཡོད་པོའི་ གསར་ པོ་ འབྲུང་ཉེ་ ཡོད་པོའི་ རོན་
ཆེན་ བཟུ་ ཡང་ཅེ་ དགོན་པོ་ ལོ་ ཨོན་ལྷན་ལམ་ཆེན་པོ་ འདི་
ནང་ ཨོན་ལྷངས་ འདེམ་ བྱས་ བ་ ཕྱོན་པོ་ གནང་མཁན་ ལྷ་མ་
ལྷ་ སྐབས་ ༡༩ ལེའུ་བདུན་ དབུ་ཆེས་ དད་པོ་ མོ་དགོས་
འབུམ་ཐེར་ ལྷོན་ལམ་ ཆེན་པོ་ ཡོད་པོ་ རྒྱུ་ཆེས་ཀོ་ཅུ་ དང་
ཆོགས་པོ་ གནང་བད་ ཨོན་ ལྷོན་བདག་ ལྷན་རྒྱས་ ཐམས་
ལྷོན་ལམ་ ཆོགས་ དགོས་པོའི་ ཅད་ལོ་ ཨོན་ལྷངས་ མ་ཆག་
དམིགས་ལུལ་ གཙོ་པོ་ འདི་ ཀོ་ འབྲུ་པོ་ བྱས་སྟེ་ བཞུགས་
འཛམ་གླིང་ ལྷ་དང་ ལྷག་པར་ ས་ ཞལ་ལག་ དང་ ལམ་
ཏུ་ ཨོ་རྒྱན་ གྱུ་ཤུའི་ སྐས་ལུལ་ གྲོན་ཅུ་ ཐམས་ཅད་ གོ་སྐྱོགས་
འབྲས་མོ་ ལྷོངས་ འདི་ནི་ བར་ ཡོད་པོ་ དེ་ཟང་ ཕྱོན་མཁན་ཅུ་

Contd. From Pg 1

སྐབས་ཇི་ མཁན་ཆེན་ རིག་འཛིན་.....

མིང་སྐྱོང་ མཆོག་གིས་ སྐྱེ་ རོན་ལོ་ མིང་སྐྱོང་ མཆོག་
ཁམས་ དྲུང་སྐྱོང་ སྐྱེ་ ལོ་ མཆོག་ཤོག་ ཡང་ སྐྱེ་
ཆེ་ རིང་བའི་ དང་ གཞུང་ བོ་ སྐྱོང་མཆོག་གི་
ཞབས་ གྲུབ་འབྲས་ རོན་
ལོ་ སྐྱེ་བ་ ལྷ་བཙན་ ཆེན་
པོའི་ རིག་འཛིན་ གསོ་གྲུབ་
གི་ དེབ་ དང་ སངས་རྒྱལ་
ཀྱི་ སྐྱེ་འདྲ་གཅིག་ སྐྱེ་བོ་
སྐྱོང་མི་པོ་ཆེ་གིས་ ད་རུང་
མིང་སྐྱོང་ མཆོག་ལོ་ སྐྱོབ་
གཉེར་ཁང་གི་ གྲུབ་འབྲས་
གཉེར་ཁང་གི་ གྲུབ་འབྲས་ རོན་ལོ་ བཀྲ་ཤིས་ བདེ་
སྐྱོང་ཁང་ གསར་བོ་ སྐྱོ་ཕྱི་ ལེགས་ཡང་ གནང་བོ་ སྐྱོང་།

Contd. From Pg 1

གཙོ་སྤྱི་ སྐྱོན་པོ་ སྐྱེ་ཞབས་ དེམ་སིང་ ཏ་མང་གིས་.....

པོ་ མོ་མཐུད་ སྐྱེ་ལོ་ རེ་ གསུང་ བཞག་ ཡོད། ཞབས་
བ་བཞག་ ཡོད་པོ་ ཡིན། འདི་ སྐྱེ་ ལས་རིམ་ འདི་ ལོ་ ༢༠༢༥
འགྲུ་སྤྱི་ དུས་ཆུང་ན་ མི་ སྐྱེ་ ༡༡ ཀོའི་ ཆེས་ ༡༤ ལས་
དམངས་ཚུ་ ཐོན་སྐྱོང་ དང་ ལག་ལེན་ གྲུབ་ཤིང་ ཡིན།
ཞབས་ཕྱི་ བསྐྱེད་ སྐྱེ་ལོ་ ལས་རིམ་ འདི་ འགྲུ་སྤྱི་ ཉིན་

ཆེན་ མེད་པོ་ མི་དམངས་ཚུ་ གི་ འཇུག་ མི་དམངས་ ཟང་སྤྱི་
གིས་ དུས་ཆུང་ དང་ གཞུང་ སྐྱེ་ལོ་ཤིང་ དང་ བེ་མོ་རང་
གྲུང་སིང་ སྐྱེ་ལོ་ ཡང་ རྒྱ་ གཞུང་ མཉམ་པོ་ འབྲེལ་བ་
པ་ སྐྱེ་ལོ་ བཙུ་ དང་ སྐྱེ་ ལས་ སྐྱེ་ཆེས་ སྐྱེ་ལོ་ བཞི་
ཟང་ ཡང་གི་ ༢༠༠༡-
༢༠༢༥, ༢༠༢༥-༢༠༢༥
ན་ ལ་པར་ བཏང་ སྐྱེ་ལོ་
ཤིང་ ཡིན། connect to
cm སྐྱེ་ལོ་ གསར་
པོ་ དང་ སྐྱེ་ལོ་ ཡོད་
པོའི་ འཛིན་སྐྱོང་ ཆབ་སྐྱོང་
ཀྱི་ ལས་སྐྱོན་ གསར་བོ་ན་
བཙུ་ཏོ་ གྲུབ་ཏོ་ ཡིན། འདི་
འདི་ མི་དམངས་ཚུ་ སྐྱོ་ལ་
ཟང་ རང་ གཞུང་ འཛིན་སྐྱོང་
ཆབ་སྐྱོང་ ཡོད་པོ་ བཙུ་བཞག་
ཡོད། འདི་ ཤོ་ན་ གཙོ་སྤྱི་
སྐྱོན་པོ་ ལེ་ལག་གི་ འཆར་
གཞི་ཚུ་ བཙུ་ཏོ་ དང་ གཙོ་སྤྱི་
སྐྱོན་པོ་ གཅིག་མཐུན་ བཙུ་
ཏོ་ སྐྱེ་ལོ་ ཡང་ འབྲུམ་
བཙུ་ཏོ་ ཡིན། གཙོ་སྤྱི་ འདི་
འགྲུ་ཕྱི་ཚུ་ ཡོད་པོ་ སྐྱོང་།