



(Sikkim Herald Bhutia Edition)

ཁ་སྤྱིམ་ ཏེ་རལ་ཏ།



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

བམ་པོ་ ༡༡ ཡང་ ༣༥ སྤྱི་ལོ་ ༡༩ ཆེས་ ༢༩ གཟུང་ བ་སངས་ ལོ་ ༢༠༢༥ ཤོག་ལེབ་ ༡

གཙོ་སྤྱི་ སློན་པོ་ལོ་ མན་གན་ན་ རྒྱ་ཆེ་དྲགས་ བང་ལས་
ཕྱོད་པོ་ ལེགས་སོ་ གནང་བོ།



མན་གན་ དཔྱིན་ལྷ་ ༩ ཆེས་ མི་སེར་ཕྱོགས་ རྒྱ་ཆེ་དྲགས་
༢༩: ད་རིང་ གཙོ་སྤྱི་ སློན་པོ་ བང་ལས་ ཕྱོད་པོ་ ལེགས་སོ་
སྐྱེ་ཞབས་ དྲེམ་སིང་ ཏ་མང་ གནང་བོ་ སྤྱད། གཙོ་སྤྱི་ སློན་
བྱང་ འབྲས་ལྗོངས་ཀྱི་ དབྱེད་ པོ་ མན་གན་ན་ ཕྱོད་པོ་ལེགས་
ཞིབ་ན་ ཕྱོད་པོ་ སྤྱད། ཁོང་ལོ་ སོ་ གནང་བོའི་ སྐབས་ན་ སློན་
མན་གན་ སྤྱེབས་པའི་ སྐབས་ པོ་ ཡང་ལས་ཀའི་ རྫོང་གུ་ འོས་
ན་ གཞུང་ སྐྱེའོ་པོ་ཕྱི་ དང་ རྩོམ་སྤྱོད་ མཐུས་མི་ སྐྱེ་

Contd. To pg.4

སྐྱེ་རས་ གཞིགས་ ཞིང་ཁམས་ རི་བོ་ པོ་ཏ་ལ་ན་
མ་ཆི་ དུང་སྐྱབ་ ཆེན་མོ་ སློ་ཕྱེ།



རྒྱལ་ཞིང་ དཔྱིན་ལྷ་ ༩ ཆེས་ རྒྱལ་ཁབ་ལས་ རྩེས་འཇུག་གོ་
༢༩: མདང་ ལས་ རྩོམ་སྤྱོད་ མི་ཆོགས་ གས་པོ་གིས་ ཐུགས་
ལྗོངས་ བད་སྤྱིང་གི་ སྐྱེ་རས་ འགན་ བཞེས་པོ་ གནང་བོ་
མགཞིགས་ ཞིང་ཁམས་ རི་བོ་ སྤྱད།མ་ཆི་ དུང་སྐྱབ་ ཆེན་མོ་
པོ་ཏ་ལ་ སངས་རྒྱལ་ས་ ཆོས་ སློ་ཕྱེ་ ཉིན་ན་ གཞན་ མ་ཆིས་
སྤྱིང་ན་ མ་ཆི་ དུང་སྐྱབ་ ཆེན་ བ་ འབྲས་ལྗོངས་ གཞུང་གི་
མོ་ འབྲུམ་བཅུག་གོ་ ཞིན། སློ་ དགོན་གནས་ ལེ་ལག་གི་ སློན་
ཕྱེ་ མ་ཆི་ དུང་སྐྱབ་ ཆེན་མོ་ བ་ པོ་ སྐྱེ་ཞབས་ བསོད་ནམ་ སྤྱེ་མ་
སྐྱབས་ཤི་ དགོན་བྱང་ རིན་པོ་ འབྲུལ་པོ་ ཆོང་སྤེ་ དང་ བཟོ་གྲུ་
ཆེ་ ཞབས་ཆགས་གོ་ གནང་བོ་ ལེ་ལག་གི་ སློན་པོ་ སྐྱེ་ཞབས་
སྤྱད།མ་ཆི་ དུང་སྐྱབ་ ཆེན་མོ་ ཆེ་རིང་ དོན་གྲུབ་ ལྷ་ཏེ་ཡ་
འདི་ མདང་ལས་ སློ་ བཅུག་ དགོན་གནས་ ལེ་ལག་གི་ སྤྱབ་
སྤྱི་ ཆེས་ ༣༠ ཉིན་ཆེ་ གྲོལ་ སློན་པོ་ སྐྱེ་ཞབས་ ཆེ་དབང་
ཤད་ ཞིན།མ་ཆི་ དུང་སྐྱབ་ ཆེན་ ལྷ་ཏེ་ཡ་ ལེ་ལག་གི་ དུང་ཡིག་པ་
མོན་ མངའ་སྤེ་ དང་ བྱིམ་ཆེ་ ལྷུམ་ གུན་མཆོག་ སློལ་མ་ རྒྱལ་

Contd. To pg.4

གཙོ་སྤྱི་ སློན་པོ་གིས་ མན་གན་ མི་སེར་ ཕྱི་ཐང་ལས་
ཕྱི་ཐང་ གོ་སྐབས་ རོན་ལོ་ སློ་སྤྱི་ གནང་བོ།



མན་གན་ དབྱིན་ལྷ་ ༩ ཆེས་ མི་སེར་ ཕྱི་ཐང་ (Man-
gan public Ground)
རིག་གཞུང་ལོ་ སེམས་ལྷགས་ ལོ་ upgraded གྱིས་བའི་
སློམ་པོ་ དྱིན་བཞེས་ གཙོ་སྤྱི་ ལོ་ སློ་སྤྱི་ གནང་བོ་ སྤྱོད་
སློན་པོ་ སྤྱི་ཐབས་ དེམ་སིང་ སློ་སྤྱི་ ལས་རིམ་ སྐབས་ན་ གཙོ་
ཏ་མང་གིས་ ད་མིང་ གསར་དུ་ སྤྱི་ སློན་པོ་ མཉམ་པོ་ ཕྱི་ཐང་
བཟོ་བའི་ གཞོན་པོ་ སྤྱོད་ཁང་ དང་ གཞོན་པོ་ གཏམ་ཁ་ ལོ་
དང་ རིམ་ (Youth Hostel ལག་ སློན་པོ་ སྤྱི་ཐབས་ ར་
cum Gym) དང་ མན་གན་ རུ་ སྤྱོས་ཀྱི་ མན་གན་གི་

སྤྱི་ཐབ་ རུང་ཆེན་ གཙོ་འཛིན་ན་ སྤྱི་ཆོགས་ བདེ་དོན་
ལོ་ལག་གི་ ཆོགས་འདུ་ གོ་སྤྱི་གས།

སྤྱི་ཏོག་ དབྱིན་ལྷ་ ༩ ཆེས་ ཆོགས་འདུ་ན་ རྒྱལ་ཞིང་ རྫོང་
༡༤: འབྲས་ལྗོངས་གཞུང་ དཔོན་ མན་ཕྱི་རྫོང་ཁག་ རྫོང་
གི་ སྤྱི་ཆོགས་ བདེ་དོན་ ལོ་ དཔོན་ མན་གན་ རྫོང་ཁག་གི་
ལག་གི་ ད་མིང་ བཀའ་ཤིས་ ཞེས་དེ་ ཞེས་ དང་ ས་ཁུལ་ ༡༥
སྤྱིང་ རུང་ཆེན་ བཀའ་ཤི་ ཁང་ གི་ སྤྱི་དེ་ཨ་ཕྱི་གིས་ བོར་ཕུལ་
(Adi Karmayogi Abhi- བང་ལས་ སྤྱི་གས་འགན་ བཞེས་
yaan)གི་ མངའ་སྡེ་ བང་ཆེད་ པོ་ སྤྱོད་ཆོགས་འདུ་ན་ ལས་
ཞིབ་དབྱེད་ ཆོགས་འདུ་ཅིག་ གོ་ རིམ་ རོན་ཆེན་ རོས་ན་ འབྲེལ་
སྤྱི་གས་ རྒྱལ་ས་པོ་ སྤྱོད་ ཆོགས་ བ་ ཡོད་པའི་ ལོ་ལག་ཕྱི་ བར་
འདུ་གིས་ གཙོ་འཛིན་ འབྲས་ བ་ གཏམ་ གས་པོ་ཅིག་ འབྲེལ་
ལྗོངས་ གཞུང་གི་ སྤྱི་ཐབ་ རུང་ བ་ གནང་བོ་སྤྱོད་སྤྱི་ཐབ་ རུང་
ཆེན་ སྤྱི་ཐབས་ ར་ཏི་སྤྱི་གིས་ ཆེན་གྱིས་ རོགས་རམ་ རོས་
གནང་བོ་ སྤྱོད་ ཆོགས་འདུ་ ལས་ དགའ་ཚུལ་ གནང་བཞེས་
འདི་ན་ འབྲེལ་བ་ ཡོད་པའི་ མངའ་སྡེ་ གཞུང་གི་ ཡར་རྒྱས་
ལོ་ལག་གི་ རུང་ཡིག་ཕྱི་ དང་ རོས་སྤྱི་ སྤྱོད་ བཞེས་ ཡོད་
རྫོང་ཁག་གི་ ཆབ་སྤྱོད་ འཛིན་ པོ་ གསུང་བོ་ སྤྱོད་ཁོང་གི་ ལོ་
སྤྱོད་ འགོ་བྱེད་ཕྱི་ ཡོད་པོ་ སྤྱོད་ ལག་ཕྱི་ལོ་ རང་གི་ གཡོག་ཕྱི་ལོ་
ཆོགས་འདུ་ན་ སྤྱི་ཆོགས་ བདེ་ ཨ་སྤྱི་ལས་ མ་ཆད་ ཡར་རྒྱས་
དོན་ ལོ་ལག་གི་ རུང་ཡིག་ དང་ ལེམ་གྱིས་ རྒྱལ་ས་དགོས་
གིས་ ལས་རིམ་གྱི་ རོན་ཆེན་ པོ་ རུ་བ་ཕུལ་པོ་ སྤྱོད་ ཁོང་
དང་ ད་ལྟ་ཟང་གི་ གོ་སྐབས་ གི་ རྫོང་ཁག་ ཐམས་ཅད་ལོ་
ཕྱི་ འདི་ལས་ དབུས་གཞུང་ གྱིས་ཡུལ་ འཆར་གཞི་ གཡོག་
དང་ མངའ་སྡེ་གི་ གོ་སྤྱོད་ ཕྱི་ལོ་ ལྷ་པོ་འདི་ ཆེས་ ༣༠
ལས་རིམ་ རོས་ན་ རོན་ཆེན་ ཟང་upload གྱིས་དགོས་པོ་
ཕྱི་ ཕུལ་པོ་ གནང་བོ་ སྤྱོད་ བཀའ་རྒྱ་ ཡང་གནང་བོ་ སྤྱོད་

ཇི་རོ་ ཏུས་སྟོན་ན་ ཐུགས་འགན་ བཞེས་མཁན་ཚུ་ལོ་
གཙོ་སྤྱི་ སྟོན་པོ་ དར་ཅོག་ འཕྲུང་བོ།



སྐར་ཏོག་ དབྱིན་ལྷ་ ༩ ཆེས་ ༡༩༩༩ལོ་ལྷོ་ སྟོན་པོ་ སྤྱི་ཞབས་
ཕྱི་མ་སིང་ ཏུ་མང་གིས་ ད་རིང་
དྲོ་བ་ རི་ཅི་བག་ལས་ ཇི་རོ་
ཏུས་སྟོན་ ལོ་༡༠༡༥ གི་ རོན་
ལོ་ ཐུགས་འགན་ བཞེས་
མཁན་ཚུ་ལོ་ དར་ཅོག་ འཕྲུང་
སྟེ་ བཏང་བོ་ སྤྲད་ལོ་ལྷར་ བྱི་
ལོག་ གསུང་སྤྱད་ དང་ རིག་
གཞུང་ ཏུས་སྟོན་ ལྷ་བོ་ འདི་རི་
ཆེས་༡༥ ཉིན་ཆེ་ འཕྲུམ་བུ་ག་
སྟེ་ ཆེས་ ༡༥ ཉིན་ཆེ་ ཨ་རུན་
ཅུ་ལྷོ་ ཇི་རོ་ ཏུས་སྟོན་ ལྷོངས་
(Ziro valley) ན་ ལས་
རིམ་ འཕྲུག་ སྤྱི་མཐུན་ ཨོན་
ལས་རིམ་ན་ ཐུགས་འགན་
བཞེས་མཁན་ཚུ་ འགྲུལ་པོ་ ལེ་
ལགྲིག་གཞུང་ ལེ་ལག་, སྟོན་

སྤྱབས་ཇི་ དགོན་བྱང་ རིན་པོ་ཆེ་ སྤྱན་རས་ གཟིགས་ ཞིང་
ཁམས་ རི་བོ་ པོ་ཏུ་ལ་ན་ བཞུགས་བདན་ འཕྲུང་བོ།



རྒྱལ་ཞིང་ སྤྱིན་ལྷ་ ༩ ཆེས་༡༩༩ ཁམས་ རི་བོ་ པོ་ཏུ་ལ་ སངས་
ལྷོ་འབྲས་ལྷོངས་ སྤྱན་རས་ ཐུགས་ ཆོས་སྤྱིང་ དགོན་པོ་,
གཟིགས་ ཞིང་ཁམས་ རི་བོ་ བད་སྤྱིང་ མ་ཆི་ ཏུང་སྤྱབ་ ཆེན་
པོ་ཏུ་ལ་ བད་སྤྱིང་ མ་ཆི་ ཏུང་ མོ་ ཆོགས་པོ་གིས་ གོ་སྒྲིགས་
སྤྱབ་ ཆེན་མོ་ ཆོགས་པོ་ དང་ སྤྱན་ལམ་ འདི་ དགོན་གནས་
རྫོང་ཁག་ རྫོང་དཔོན་བྱིས་ ད་ ལེ་ལག་གི་ རོགས་རམ་ན་
རིང་ སྤྱབས་ཇི་ དགོན་བྱང་ རྒྱལ་ཞིང་ རྫོང་ཁག་ ཆབ་སྲིད་
རིན་པོ་ཆེ་ལོ་ བྱོན་པོ་ ལེགས་ འཛིན་སྦྱོང་གིས་ དབུ་འཕྱིག་ན་
སོ་ གནང་བོ་ སྤྲད་སྤྱབས་ཇི་ གོ་སྒྲིགས་ སྤྱབས་པོ་ སྤྲད་བྱི་
རིན་པོ་ཆེ་ སྤྱན་རས་ གཟིགས་ ལྷོངས་ རི་བོ་ པོ་ཏུ་ལ་
ན་ ལོ་༡༠༡༥ གི་ མ་ཆི་ ཏུང་ འཕྲུམ་ བུམ་ རོན་ལོ་ ཞབས་
བྱུང་ སྤྱན་ལམ་ རོན་ལོ་ ཞབས་ ཆགས་གོ་ གནང་བོ་ སྤྲད་ལོ་
ལྷར་ གོ་སྒྲིགས་ སྤྱབས་པོ་ལི་ མ་ ཆི་ ཏུང་སྤྱབ་ཆེན་མོ་ ལོ་ ༡༠༡༥
འདི་ སྤྱན་རས་ གཟིགས་ ཞིང་ སྤྱབ་ གནང་ཤད་ ཨོན་ལས་

Contd. From Pg 1

Contd. From Pg 1

གཙོ་སྤྱི་ སློན་པོ་ལོ་ མན་གན་ན་.....

ཞབས་ སྤྱོད་ཆོག་སྤྱོད་ རྣམ་རྒྱལ་ བཀའ་སྤྱོད་ ལེབ་ཅ་ རྫོང་ཁག་ ལེབ་ཅ་ སློན་པོ་ ཡང་ལས་ བན་ཅན་ སྤྱི་གཞན་ གཙོ་འཛིན་ རེ་ ལ་ཆེན་ མན་གན་གི་ འོས་ ལྷུ་མ་ བསོད་ནམ་ སྤྱི་པོ་ ལྷ་ཁྲི་ ལྷོ་ བློ་སྤྱོད་ འབྲུག་མི་ སྤྱི་ ཡ་ འགན་འཛིན་པོ་ མན་གན་ ཞབས་ བསམ་གྲུབ་ ལེབ་ཅ་ གྱི་ ཁ་སྤོད་ སྤྱི་ རྫོང་ཡིག་ ཨོ་ ཀ་འབྲི་ ལུངས་བཅུག་ འོས་ལྷོ་ ཨོས་དེ་,རྫོང་ཁག་ ཆབ་སྤྱི་ བློ་སྤྱོད་ འབྲུག་མི་ ཡང་ འཛིན་སྤྱོད་ འགོ་བྱེད་ཅུ་དང་ མི་ ལས་ཀྱི་ སྤྱི་པོ་ སྤྱི་ཞབས་ དམངས་ཅུ་ ཡོད་པོ་ སྤྱི་གཙོ་ རྫོང་ལས་ ཆེ་རིང་ ལྷ་ཁྲི་ཡ་ རྫོང་ སྤྱི་ སློན་པོ་ལོ་ རིག་གཞུང་ རྫོང་ཁག་གི་ རྫོང་ཁག་ བན་ ལུགས་སྤོལ་ རོན་བཞིན་ རྫོན་ ཅན་ གཙོ་འཛིན་ སྤྱི་ཞབས་ པོ་ ལེགས་སོ་ གནང་པོ་ སྤྱི་

Contd. From Pg 3

སྤྱི་བས་ཅི་ དགོན་བྱང་ རིན་པོ་ཆེ་.....

ཁི་ རྫོང་སྤྱི་ ཆེན་མོ་ འདི་ ཁིན་ མཆོག་ སྤོལ་མ་, རྫོང་གསེབ་ ཡར་རྒྱས་ ལེ་ལག་གི་ འགན་ འཛིན་ སྤྱི་ཞབས་ བ་རན་ ཁ་ ཁྲི་ལ་ར་ རྒྱལ་ཁིང་ རྫོང་ཁག་ གི་ རྫོང་དཔོན་ སྤྱི་ཞབས་ བསོད་ནམ་ རེ་ འབྲུག་ རྫོངས་པོ་ དང་ གཞན་ འབྲུག་ མི་ གལ་ཆེན་ཅུ་ ཡོད་པོ་ སྤྱི་ ལག་གི་ རྫོང་ཡིག་ ལྷུ་ ཀྱུན་

སྤྱི་རས་ གཞིགས་ ཁིང་ཁམས་.....

ཁིང་ རྫོང་ཁག་གི་ རྫོང་དཔོན་ སྤྱི་ རྫོངས་པོ་ དང་ གཞན་ མཐུས་ ཞབས་ བསོད་ནམ་ རེ་ འབྲུག་ མི་ གལ་ཆེན་ཅུ་ ཡོད་པོ་ སྤྱི་

Contd. From Pg 2

གཙོ་སྤྱི་ སློན་པོ་གིས་ མན་གན་.....

འོས་ལྷོ་ བློ་སྤྱོད་ འབྲུག་ སྤྱི་ དབྱེད་ཁིབ་ གནང་བའི་ མི་ སློན་པོ་ སྤྱི་ཞབས་ བསམ་ སྤྱི་ཞབས་ ལེ་ལག་གི་ རྫོང་ཡིག་ དང་ གཙོ་པོ་ engineer གིས་ གཙོ་སྤྱི་ སློན་པོ་ལོ་ འཆར་གཞི་ འདི་འབྲུག་ སྤྱི་ གཞན་ འདི་ གཞན་པོ་ཅུ་ལོ་ ཁིབ་སོང་ ཐོབ་ པོ་ རྫོང་ཡིག་ ཡར་རྒྱས་ བཏང་ ཡོད་པོ་ གོ་སྤྱོད་ཅུ་འོ་ རོས་ན་ སྤྱི་གསན་ སུལ་པོ་ སྤྱི་གཙོ་ སྤྱི་ སློན་པོ་གིས་ གཞན་པོ་ཅུ་འོ་ རྫོང་ཁག་གི་ དབྱེད་ཁིབ་ གནང་ པོ་ རྫོང་ལས་ ཁིང་གི་ གཞན་ པོ་ རྫོང་དཔོན་ཅུ་ལོ་ སེམས་ རྒྱལ་ རྫོང་པོ་ རོན་ལོ་ རྫོང་ ཐང་གི་ དབྱེད་ཁིབ་ གནང་ སྤྱི་ རྫོང་ཐང་ན་ རྫོང་ཅུ་ལོ་ ལན་ ཡང་སྤྱོད་ གནང་པོ་ སྤྱི་