

ལྷི་ནོར་ལོ་གོ་ར་ས་ལྷུ་བས་མགོ་ན་མཚོ་ག་ནས་དུས་
 དབང་ཐེངས་སུ་མ་ཚུ་བའི་རྣམས་སུ་རྫོང་ལ་ཉི་
 བའི་ཉི་ལྷོ་ས་ཚོ་ག་སུ་ད་རྫོང་འགོ་ས་འཁྲི་ར་ལ་
 བརྒྱལ་བའི་བཀའ་རྒྱ་བ།



ཀུན་ལ་འཕྲོ་སྤྲོད་ཀྱི་ལྷོ་ས་ལྷུ་བས་མགོ་ན་མཚོ་ག་ནས་དུས་

TESI ENVIRONMENTAL AWARENESS MOVEMENT
 Ratoe Chuwar House
 Kharadanda Road, Gangkyi
 Dharamsala, HP, 176215, INDIA

Tesi Wisdom Series

**དུས་དབང་ཐེངས་སུ་མ་ཚུ་བའི་རྣམས་སུ་བརྒྱལ་
 བའི་བཀའ་རྒྱ་བ།**

རང་ཅག་པོ་ད་གངས་ཅན་རྫོངས་སུ་སྤར་རང་དབང་ཡོད་པའི་རྣམས་
 རྒྱང་དང་། གཙོ་དུ། དམོ་བ། གནའ་བ། འགྲོང་སོགས་རི་སྐྱེས་
 སོག་ཆགས་ཏེ་ཅང་མང་པོ་ཡོད། འོན་ཀྱང་བར་རྣམས་མང་པོ་ཞིག་
 བསད་དེ་རིགས་ཁ་ཤས་ཀྱི་རིགས་རྒྱུད་ཅ་སྟོང་ཕྱིན་ཡོད། མ་གཞི་
 བར་རྣམས་པོ་དེ་མིའི་ནང་དང་རྒྱ་གཞུང་ནས་དོ་སྣང་བྱེད་རྒྱ་ཚུང་
 བཟང་དུ་ཕྱིན་ཡོད། བཟང་སྟོགས་ཀྱི་འགྲུར་བའི་དག་ཕྱི་ནང་གི་
 རྒྱུ་མང་པོ་ཞིག་ནས་བྱུང་ཡོད། དེ་དག་ཏེ་ཅང་ཡག་པོ་ཡིན།

སོག་ཆགས་ནི་འགྲོ་བམིའི་འཚོ་གནས་ཐད་ཕན་པ་ཆེན་པོ་
 ཡོད་པར་མ་ཟད། རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་གི་མཛེས་རྒྱན་དུ་གྱུར་ཡོད།
 དེ་དང་རབས་ཀྱི་ཁོར་ལུག་ཞིབ་འཇུག་པའི་ཚོས་ཁོར་ལུག་གི་གནས་རྒྱུངས་ལག་
 པོ་ཞིག་བྱུང་ན་དེའི་ནང་འཚོ་གནས་བྱེད་མཁན་ཚང་མར་ཕན་པ་
 ཡོད་པ་དང་། མིའི་འཚོ་གནས་ཁོར་ལུག་ལ་མ་བཟོན་ཐབས་མེད་ཡིན།
 སྤར་འཛམ་གླིང་ནང་མི་འཕོར་ད་ལྟོ་ནང་བཞིན་མེད་པའི་དབང་གིས་
 ཁོར་ལུག་ཐད་དེ་ཅུང་དཀའ་ངལ་མེད། དེ་ཆ་འཛམ་གླིང་གི་མི་འཕོར་
 འཕེལ་རྒྱས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིན་ཡོད་པ་དང་། ཁོར་ལུག་ཐད་
 དམིགས་བསལ་དོ་སྣང་དང་། སྤར་སྟོང་མ་བྱས་ན་འགྲོ་བམི་
 རང་ཉིད་ཀྱི་རྫོང་ཁང་ལ་གཏོར་སྐྱོན་འཕྲོག་པ་ལྟ་བུའི་ལྷགས་
 རྒྱུ་རེན་པ་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། དེར་བཞེན་དེར་རྣམས་གཞི་ནས་འཛམ་
 རྒྱུ་རེན་པ་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། དེར་བཞེན་དེར་རྣམས་གཞི་ནས་འཛམ་

སྤོང་ཁྲོན་དུ་ཁོར་ལུག་སྤར་སྟོང་ཐད་དོ་སྣང་དང་ལས་འགུལ་
 རྒྱལ་མཁན་ལྷགས་ཆེར་འགྲོ་གི་ཡོད། འགྲོ་བམིའི་འཚོ་གནས་སྤར་སྟོང་
 ཚོགས་པོ་ཡོད་པར་ས་རྒྱ་དང་། སྤར་སྟོང་ མེ་ཏོག་སོགས་ཀྱི་མཐུན་རྐྱེན་
 འཛོམས་པོ་ཡོད་པ་གཅིག་སུ་མི་འགྲིགས་པར། བདག་མེད་སྟོག་ཆགས་
 བུ་རི་དུགས་སོགས་ཀྱང་དགོས་ཤིང་། དེ་དག་ནི་རང་བྱུང་ཁམས་དང་
 ཁོར་ལུག་གི་མཛེས་རྒྱན་ཡིན། བདག་མེད་སྟོག་ཆགས་ཁག་ཟེད་དང་
 འཇུག་པ་སོགས་བྱས་ན་ཏེ་ཅང་ཐབས་སྟོང་པོའི་གནས་ཚུལ་ཡིན།

དེར་བོད་ནང་བོད་མི་བྱུང་རྒྱུ་ལ་ཁ་ཤས་ནས་སྟག་སྟགས་དང་
 གཟིག་སྟགས། སྤམ་སྟགས་སོགས་ཀྱི་མཐའ་རྒྱུན་ཅན་གྱི་རྒྱུ་ལོས་ལ་
 རྒྱས་སྟོང་བྱེད་མཁན་ཡོད། མ་གཞི་བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དག་ལྟ་དང་
 སྤར་མ་སོགས་ཀྱི་ལྗང་ཆས་ནང་རྒྱུ་ཉམས་ཡིན་ལུ་ལྱིས་སྟག་སྟགས་དང་
 གཟིག་སྟགས་སོགས་པགས་རིགས་བརྒྱུན་སྟོང་ཅན་གྱི་ལྗང་ལོས་པའོས་
 ཡོད་པ་ཁག་ནས་མིག་སྟོང་རེན་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་སྟེ། དེ་དག་ལ་བཞེན་
 རས་མིས་ཀྱང་རྒྱུ་ཉམས་འདོན་ཆེད་རྒྱས་སྟོང་ཅན་གྱི་པགས་རིགས་ཀྱི་
 གྱི་ཡོད། རང་དུ་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་མེད་པར་ཕྱིའི་ལོས་གཅན་གཟན་
 པགས་རིགས་ཀྱི་ནས་རྒྱུ་ཉམས་འདོན་ལུ་ལྱིས་བྱས་ན་དངོས་དོན་ཐོག་
 འོ་ཚ་བའི་རང་བཞིན་ལེད། ཏེ་ཅང་ཐབས་སྟོང་པོའི་གནས་ཚུལ་ཡིན། ཡང་
 རིགས་ཁ་ཤས་ནས་ལག་པའི་མཇུ་བ་མོ་མང་ཆེ་བར་གསེར་གྱི་
 མཇུ་བ་རྒྱུན་གཏོས་གསུམ་ཀྱི་ནས་རྒྱུ་འོས་དང་རྒྱས་སྟོང་བྱེད་མཁན་ཡོད།
 ཐ་ན་ལག་པས་སྟགས་ཤིག་གཡོ་སྟོང་བྱེད་དགོས་ཀྱང་འགུལ་ཐབས་



མེད་པའི་མངུ་བ་རྒྱན་གྱི་མཁའ་འདུག་ ཚོགས་ཁེབས་དེ་འདྲ་གྱི་མཁའ་འདུག་
 ཚོས་སྐྱབས་ཅི་ལྟར་བྱས་ཏེ་གཡོ་སྦྱར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ་སྐྱབས་པ་དྲན་གྱི་འདུག
 དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ལ་བར་སྐྱབས་རྒྱ་གར་དུ་ཡོད་པའི་
 བཅོན་པོ་ལ་ཡོད་མི་ཚོར་མཚན་གསུངས་པ་ཁ་གསུངས་ཐོན་བཞིན་ཡོད།
 ཏུ་ཅང་སྒོ་ལམ་པོ་རེད། ང་ཚོ་བཅོན་པོ་ལ་དུ་འཕྱོད་ནས་ལོ་བཞི་བརྒྱ་
 ཞེ་དུག་བཞུགས་པ་འདས་ཟེན་པ་དང་། ད་ཕན་པོད་མིའི་ཐོག་མཚན་གསུངས་ཀྱི་
 གནས་ཚུལ་ཏུ་ལམ་མེད། འོན་ཀྱང་བར་སྐྱབས་པོད་མིའི་ནང་ནག་ཚོང་
 རྒྱག་མཁའ་ཡོད་པ་དང་། གཅན་གཟན་གྱི་པགས་རིགས་ཉོ་ཚོང་
 བྱས་པ་སོགས་ཀྱི་མཚན་གསུངས་ཀྱི་སྒོ་ལམ་གནས་ཚུལ་མང་དུ་འཕྱོ་བཞིན་
 ཡོད། དེ་དག་ནི་པོད་ནང་གཅན་གཟན་པགས་རིགས་འཕྱོ་རྒྱག་ཆེན་པོའི་
 གནས་ཚུལ་ཆགས་པས་ཡིན། ཡང་པོད་མིས་འཇུག་པ་རྒྱག་པ་དང་།
 མི་གསོད་པ་སོགས་ཀྱི་ཚུལ་མིན་བྱ་སྤྱོད་སྒོར་དེར་དྲི་བ་བརྒྱགས་
 བྱེད་མཁའ་མང་དུ་འཕྱོ་གི་འདུག དེ་དག་ཏུ་ཅང་ཐབས་སྤྱོ་ཞིང་པོད་མིའི་
 ཞབས་འདེན་ལོན་པ་ལྟ་དེ་སོགས་ཀྱི་སྐྱབས་པ་པོད་མིའི་གཞི་རྩའི་
 རྟེན་པོ་ལྟ་ལོན་ལེགས་སུ་སྤྱིན་ཡོད་པ་དང་། དཔལ་འཕྱོར་
 ཡོངས་སྤྱོད་ཀྱང་བཟང་དུ་སྤྱིན་ཡོད་པར་བརྟེན་དོན་དམ་འདོད་རྣམས་
 རྒྱུད་དུ་འཕྱོ་དགོས་པ་རེད། འོན་ཀྱང་བཟང་དུ་འཕྱོ་རྒྱུའི་ཚབ་དུ་སྤྱུག་ཏུ་
 སྤྱིན་ན་འདྲུང་འདྲུང་གྱི་གནས་སྤངས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཆགས་རྒྱུ་ཡིན་ནམ།
 རོས་རང་མི་སྦྱེར་བ་ཞིག་རེད། ཏུ་ལས་དགོས་དོན་གང་
 ཡང་མེད། འོན་ཀྱང་རོས་ནས་པོད་སྤྱི་པའི་འགན་ཞིག་འབྲེར་ཏེ་གནས་
 ཡོད། ལོ་ན་ནས་འཕྱོ་བའི་སྐྱབས་སུ་ད་དུང་པོད་མིའི་བཟང་སྤྱོད་

དང་མཚན་མཚོང་ལ་རྒྱ་ཞན་དུ་སྤྱིན་ན་རོས་རང་བཟང་ཀྱང་མ་བཟང་
 ཀྱང་ཁྱད་པར་མི་འདུག་སྐྱམ་པ་སྐྱབས་རེ་དྲན་གྱི་འདུག་ལྟ་བུར་དུ་
 སྤྱིགས་ཚང་མར་རེ་བ་བརྒྱབ་སྟེ་དུར་ཐག་བྱས་ཡོད། པོད་སྤྱི་ནང་ཚང་མས་
 ལུགས་བརྒྱབ་སྟེ་གདུང་ལུགས་བསྐྱིལ་ན་བསྟན་སྤྱིད་སྤྱི་ལ་ཐན་པ་
 ཡོང་གི་རེད་པས་མ་པའི་རེ་བ་བརྒྱབ། ཡིད་ཆེས་བྱས། སྤོན་ལམ་རྒྱན་
 བརྒྱབ་ནས་འབད་བརྩོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་པོད་མིའི་གཞིས་ཀ་
 དང་། སྤྱོད་པ། མཚན་མཚོང་བཅས་ཞན་དུ་འཕྱོ་བའི་གནས་ཚུལ་
 ཡོང་སྐྱབས་རོས་ལ་སྤྱེ་བ་སྤྱི་མ་གང་དུ་འཕྱོ་བ་གདེང་མེད་ཀྱང་ཕན་ཐོགས་
 མེད་ན་བཟང་ཀྱང་དོན་ཆེ་བ་མེད་སྟེ། རོས་ནས་བྱས་ཡུས་བཤད་པ་
 གང་ཡང་མིན། སྐྱབས་རེ་འདི་འདྲ་དྲན་གྱི་འདུག་ རང་རེ་པོད་
 འབངས་ཚང་མས་གཟུང་གཟུང་མ་བྱས་ན་བར་སྐྱབས་པོད་མིའི་
 རང་ཚུལ་མིན་རན་སྤྱོད་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་སྤེལ་མཁའ་གྱི་གནས་ཚུལ་མང་དུ་
 འཕྱོ་བའི་མཚན་གསུངས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གང་ཅམ་ཐོན་བཞིན་ཡོད།
 ད་རེས་འདི་སྤོགས་པོད་གཞིས་ནས་རང་རིགས་མང་པོ་
 ཞིག་འཕྱོར་ཡོད་སྐྱབས་དེ་རིང་ཆེད་མངགས་ནན་བཤད་བྱེད་རྒྱུ་ར།
 པོད་མི་ཚོས་དགོས་མེད་ཀྱི་རྒྱན་ཆར་དང་དོད་དང་། རྒྱས་སྤོངས་བྱེད་པ། སེམས་
 ཅན་གྱི་པགས་རིགས་ནས་རྒྱན་གོས་བརྩོ་བ་དེ་རིགས་ནི་རྒྱ་གསུངས་
 ཀྱི་རོ་ཆ་པའི་གནས་ཡིན། རྒྱན་ཆ་རོ་མ་ནི་རང་རང་བསམ་སྤོངས་ཅོད་ནང་ཚོས་
 དང་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡོད་ན་དོན་དམ་གྱི་རྒྱན་ཆ་ཡིན། རང་སེམས་ཞི་
 ཞིང་དུ་ལ་བ་བྱུང་ན་རྒྱན་ཆ་ཡིན། རང་བསམ་སྤོངས་ཅོད་ནང་ཚོས་དང་
 འཛིག་ཉེན་གྱི་ཤེས་བྱ་གང་ཡང་མེད་པར་གསེར་དངུལ་གཡུ་བྱུར་དང་།

གཅན་གཟན་པགས་རིགས་ཀྱི་རྒྱན་ཆ་མཚོར་པོ་གྲོན་ནས་སྤྱོ་
 སེབས་བྱབས་ཡོད་ན་ནི་སེབས་ཚོག་དེ་མིན་བྱུང་རྒྱུ་གིས་ལས་ཡིན།
 མདོ་དོན་པོད་འབངས་ཚང་མས་བྱུང་རྒྱུ་གི་ལས་དུས་ནམ་ཡང་
 བྱེད་རྒྱུ་མེད།
 གོང་གསལ་ཚུལ་མིན་གྱི་གནས་ཚུལ་དེ་དག་ནི་པོད་མིའི་
 ཞབས་འདེན་དང་རོ་ཆ་དགོས་པའི་གནས་རེད། ཚང་མས་གཟུང་གཟུང་
 བྱེད་དགོས་པ་འདུག བྱེད་རང་ཚོས་རོས་ནས་བཤད་པའི་བད་ལན་
 ཞབས་པོད་ནང་གསལ་པོ་འབྲོལ་བྱུང་བ་བྱེད་དགོས། ཤེས་སོང་ངམ། པོད་
 རང་རྒྱས་སྤོངས་ཅན་གྱི་རྒྱན་ཆར་དང་དོད་བྱེད་པ་དང་། ལྷག་པར་གཅན་གཟན་
 པགས་རིགས་ཀྱི་རྒྱན་གོས་བརྩོས་ཏེ་བྱུང་རྒྱུ་གི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་
 རན་པོད་མི་སྤྱིའི་ཐོག་མཚན་གསུངས་དང་། ལྗུལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་རོ་ཆ་
 རན་བཞུགས་འདུག་ཅེས་བརྗོད་དགོས། ང་ཚོས་གནས་ཚུལ་གསལ་པོ་
 མཚོང་དགོས་པ་ཞིག་ལ་སྐྱབས་རེ་པོད་སྤོངས་རྒྱུའི་ས་གནས་དཔང་འཛིན་
 པའི་ལས་བྱེད་བྱུང་བ་དེ་འདྲས་ཆེད་མངགས་རན་སེམས་ཞོག་
 བཅངས་བྱས་ཏེ་པོད་མི་ཚོས་རྒྱན་གོས་མཚོར་པོ་གྲོན་རྒྱུ་མེད་ན་མ་
 གཏོགས་གྲོན་དགོས་ཞེས་ངན་བསྐྱུལ་བྱས། རང་རིགས་ཟུང་རྒྱུ་
 ང་ཚོས་ཀྱང་རེད་སྟེ་སྐྱམ་ནས་གསེར་དངུལ་གཡུ་བྱུར་དང་། སྤོངས་ཤེས་
 གཅན་གཟན་གྱི་པགས་རིགས་སོགས་རྒྱན་གོས་མཚོར་པོ་གྲོན་ནས་
 རོས་སྤོན་བྱེད་ཀྱི་མེད་དམ་སྟེ། རོས་ནས་པོད་ནས་ཐོན་པའི་
 བརྒྱན་པར་དེ་འདྲ་ཁ་གསུངས་མཚོང་བྱུང་། དེ་དག་ལ་རང་མདོག་རང་གིས་
 བརྒྱན་པ་ལས་དགེ་མཚན་གང་ཡང་མཚོང་བོས་མ་བྱུང་། གནས་ཚུལ་
 དེ་རིགས་ལ་པོད་འབངས་ཚང་མས་གཟུང་གཟུང་བྱེད་དགོས།

