



བསྟན་འཛིན་ལགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས། རྒྱ་ཁྱེད་ཅུ།

(Instructions: listen to the story a couple of times or until the meaning is clear. Then answer the questions. Only refer to transcription for help once you have listened to the story well.)

Part 1

བྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ ལོ་ལ་བསྟན་འཛིན་ལྷ་ས་ལ་སླེབས་པ་རེད། དེའི་རྗེས་ལ་ཁོ་རང་ལོ་དྲུག་ཡིན་དུས་བལ་ཡུལ་རྒྱུད་ནས་རྒྱ་གར་ལ་སླེབས་བཅོལ་ལ་སླེབས་པ་རེད། དང་པོ་བལ་ཡུལ་ལ་སླེབས་དུས་བལ་ཡུལ་སྤེལ་ལྷན་ཁང་ལ་བཞུགས་པ་རེད། སྤེལ་ལྷན་ཁང་ནས་ཡག་དེ་ག་རེ་རེད་ཟེར་ན་བོད་ནས་བོད་པ་བཅོན་བྱོལ་དུ་ཡོང་དུས་དང་པོ་རྩ་རྟོག་བྱེད་མཁན་དང་། བཞུགས་པ་དང་ཁ་ལག་གྲ་སྒྲིག་བྱེད་མཁན་གྱི་བོད་གཞུང་གི་ཚགས་པ་ཅིག་རེད།

- ༡ བསྟན་འཛིན་ལགས་སླེབས་ག་པར་རེད།
(ལན) ཁོང་གི་སླེབས་ལྷན་རེད། ཡང་ན། ཁོང་ལྷ་ས་ལ་སླེབས་པ་རེད།
- ༢ ཁོ་རང་རྒྱ་གར་ལ་ག་དུས་སླེབས་པ་རེད།
(ལན) ༡༩༥༤ ལོ་ལ་རྒྱ་གར་ལ་སླེབས་པ་རེད།
- ༣ སྤེལ་ལྷན་ཁང་གིས་གྲ་སྒྲིག་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད།
(ལན) སྤེལ་ལྷན་ཁང་གིས་བོད་ནས་གསར་པ་འབྱོར་མཁན་དེ་ཚོ་ལ་བཞུགས་པ་དང་ཁ་ལག་ལ་སོགས་པ་གྲ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད།
- ༤ བོད་གཞུང་གི་ཚགས་པ་དེས་སྤེལ་ལྷན་ཁང་གི་ཡོད་རེད།
(ལན) བོད་པ་བཅོན་བྱོལ་བལ་ལ་རོགས་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད།

Part 2

སྤྱིར་བཏང་སྤེལ་ལྷན་ཁང་གསུམ་ཡོད་རེད། གཅིག་བལ་ཡུལ་ནང་ལ་ཡོད་རེད། གཞན་པ་གཉིས་པོ་དེ་ཕྱི་ལོ་དང་། རྒྱ་ལྷན་ཁང་ལ་ཡོད་རེད། བསྟན་འཛིན་ལགས་སྤེལ་ལྷན་ཁང་ལ་སླེབས་དུས་ཁོང་གི་ཡུང་པ་གཅིག་པའི་མི་ཁ་ཤས་ཐུག་ཚང་སེམས་པ་དགའ་པོ་བྱུང་པ་རེད། སྤེལ་ལྷན་ཁང་ལ་ཁོ་རང་གི་བཞུགས་པ་ཁང་མིག་དང་ཁ་ལག་ཚང་མ་གྲ་སྒྲིག་

- 1 Into exile
- 2 Reception center
- 3 Into exile (seeking refuge)
- 4 To take care of



ཡོད་རེད། ཡིན་ནའི་ཁ་ལག་མང་ཆེ་བ་འབྲས་དང་ཕྱ་ལི་སྤྲད་ཀྱི་ཡོད་ཅང་ཁོང་ཚོ་དགའ་བོ་ཞེ་དྲགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་
མ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་དེའི་སྒྲོན་ལ་བསྟན་འཛིན་བོད་ལ་བསྐྱད་དུས་འབྲས་དང་ཕྱ་ལི་ཁྱོད་ནས་ཟ་སྤྱོད་ཡོད་མ་རེད།
མི་ཁ་ཤས་འབྲས་དང་ཕྱ་ལི་བཟས་པའི་རྗེས་ལ་གྲོད་ཁོག་བཤལ་མཁན་ཡང་མང་བོ་ཡོད་རེད།
ཡིན་ནའི་ཉིན་མ་ཁ་ཤས་རྗེས་ལ་གོམས་འགྲོ་གི་རེད།

- ༡ སྤྲོ་ལེན་ཁང་ག་ཚོད་ཡོད་རེད།
(ལན) སྤྲོ་ལེན་ཁག་གསུམ་ཡོད་རེད།
- ༢ དེ་ཚོ་ག་པར་ག་པར་ཡོད་རེད།
(ལན) གཅིག་བལ་ཡུལ་ལ་ཡོད་རེད། གཞན་པ་གཉིས་པོ་དེ་ཕྱི་ལི་དང་། ཇ་རམ་ས་ལ་ལ་ཡོད་རེད།
- ༣ བསྟན་འཛིན་ལགས་སྤྲོ་ལེན་ཁང་ལ་སྤྲོ་བས་དུས་ག་རེ་བྱས་ནས་སེམས་པ་དགའ་བོ་བྱུང་བ་རེད།
(ལན) གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཁོང་རང་གི་ལུང་པ་གཅིག་པའི་མི་ཁ་ཤས་སྤྱག་པ་རེད།
- ༤ སྤྲོ་ལེན་ཁང་ལ་མང་ཆེ་བ་ལ་ཁ་ལག་ག་རེ་སྤྲད་ཀྱི་ཡོད་རེད།
(ལན) ཁ་ལག་མང་ཆེ་བ་འབྲས་དང་ཕྱ་ལི་སྤྲད་ཀྱི་ཡོད་རེད།
- ༥ ག་རེ་བྱས་ནས་ཁོང་ཚོ་འབྲས་དང་ཕྱ་ལི་ལ་དགའ་བོ་ཞེ་དྲགས་ཡོད་མ་རེད།
(ལན) གང་ཡིན་ཟེར་ན་དེའི་སྒྲོན་ལ་ཁོང་ཚོ་བོད་ལ་བསྐྱད་དུས་འབྲས་དང་ཕྱ་ལི་ཁྱོད་ནས་ཟ་སྤྱོད་
ཡོད་མ་རེད།
- ༦ རྒྱ་གར་ཁ་ལག་འདི་བཟས་ནས་མི་ཁ་ཤས་ལ་དགའ་ངལ་ག་རེ་སྤྲད་ཀྱི་ཡོད་རེད།
(ལན) མི་ཁ་ཤས་ལ་གྲོད་ཁོག་བཤལ་བའི་དགའ་ངལ་སྤྲད་ཀྱི་ཡོད་རེད།

Part 3

སྤྲོ་ལེན་ཁང་ལ་ཁོ་རང་ཉི་མ་ཁ་ཤས་བསྐྱད་པའི་གཞུག་ལ་བོད་པ་གཞན་དག་མང་བོ་དང་མཉམ་དུ་སྤྲོ་སྤྱོད་སྒྲུབ་
འཁོར་ལ་བསྐྱད་ནས་ཕྱི་ལི་ལ་སྤྲོ་བ་རེད། རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་ས་ལ་འབྱོར་དུས་ཕྱི་ལི་སྤྲོ་ལེན་ཁང་ལ་བསྐྱད་པ་རེད།
ཕྱི་ལི་སྤྲོ་ལེན་ཁང་ལ་བསྐྱད་པའི་རིང་ལ་དུག་སྤྲང་མང་བོ་ཡོད་ཅང་དུག་སྤྲང་དེ་ཚོས་སོ་མང་བོ་བརྒྱབ་ནས་དགའ་ངལ་
ཆེན་པོ་འཕྲད་པ་རེད། མི་ཁ་ཤས་དེའི་རྒྱུ་རྐྱེས་ཚ་བ་ཡང་འཕར་ཀྱི་ཡོད་རེད། བསྟན་འཛིན་ལགས་རྒྱ་གར་ལ་ཚ་བ་ཆེ་
དྲགས་ནས་ཉང་སང་བ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་བོད་ལ་ས་མཐོ་བོ་ཡིན་ཅང་གནམ་གཤིས་གང་མོ་ཡོད་རེད།

5 To get used to

6 To face difficulty, troubles



- ༡ བསྟན་འཛིན་ལགས་ཟླ་ལི་ལ་གང་འདྲས་ཟེ་ཕྱིན་པ་རེད།
(ལན) བོད་གཞན་དག་མཉམ་དུ་སྤྱོད་ཆངས་འཁོར་རྒྱུད་ནས་ཟླ་ལི་ཕྱིན་པ་རེད།
- ༢ ཟླ་ལི་སྤེལ་ལེན་ཁང་ལ་ཁོང་ཚོ་ལ་དཀའ་ངལ་ག་རེ་འཕྲད་པ་རེད།
(ལན) དུག་སྤང་གིས་སོ་མང་པོ་བརྒྱབ་ནས་ཚ་བ་འཕར་བའི་དཀའ་ངལ་ཕྲད་པ་རེད།
- ༣ བསྟན་འཛིན་ལགས་ག་རེ་བྱས་ནས་ཉང་སང་པ་རེད།
(ལན) རྒྱ་གར་ལ་ཚ་བ་ཆེ་དཀའ་ནས་ཉང་སང་པ་རེད།
- ༤ རྒྱ་གར་དང་བོད་ཀྱི་ས་ཆའི་ཁྱད་པར་ག་རེ་ཡོད་རེད།
(ལན) ས་ཆ་མཐོ་དམན་དང་ཚ་གང་གི་ཁྱད་པར་ཡོད་རེད།

Part 4

དེའི་རྗེས་ལ་སྤེལ་ལེན་ཁང་ནས་བསྟན་འཛིན་ལགས་ལ་སློབ་གྲུབ་ལ་འགྲོ་འདོད་ཡོད་པས། ཡང་ན་དགོན་པ་ལ་འགྲོ་འདོད་ཡོད། གལ་སྲིད་ཁྱེད་རང་སློབ་གྲུབ་ལ་འགྲོ་འདོད་ཡོད་ན་བོད་ཁྱིམ་སློབ་གྲུབ་ཉང་གཏན་འཇགས་སློབ་གྲུབ་སྐོས་གས་སློབ་གྲུབ་མང་པོ་ཡོད་རེད། གལ་སྲིད་ཁྱེད་རང་དགོན་པ་ལ་འགྲོ་འདོད་ཡོད་ན་ས་དགེ་བཀའ་རྒྱུད་¹⁰གི་དགོན་པ་མང་པོ་ཡོད་རེད་ཟེ་ལབ་པ་རེད། དེ་ལས་པའི་རྗེས་ལ་བསྟན་འཛིན་ལགས་ཀྱིས་ཁོ་རང་གི་པ་མས་བསྐྱར་¹¹བའི་ཡི་གེ་དེ་སྤེལ་ལེན་པ་ལ་བསྟན་པ་རེད། ཡི་གེ་དེའི་ནང་ལ་ང་ཚོའི་བྱ་བསྟན་འཛིན་ལགས་སློབ་གྲུབ་ལ་གཏོང་རྒྱུ་ལ་ཐུག་ཆེད་¹²དེའི་རྗེས་ལ་པ་མའི་རེ་བ་¹³ནང་བཞིན་བསྟན་འཛིན་ལགས་ད་རམ་ས་ལའི་བོད་ཁྱིམ་སློབ་གྲུབ་ལ་བཏང་ཡག་ཐག་ཆེད་¹³པ་རེད། ཉན་མ་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་ལ་བསྟན་འཛིན་ཟླ་ལི་ནས་སྤྱོད་ཆངས་འཁོར་རྒྱུད་ནས་ད་རམ་ས་ལ་ལ་ཕྱིན་པ་རེད།

- ༡ ཟླ་ལི་ནས་ཁང་གིས་བསྟན་འཛིན་ལགས་ལ་དྲི་བ་ག་རེ་བཏང་པ་རེད།

7 Difference

8 TCV

9 Central School for Tibetans

10 ས་དགེ་བཀའ་རྒྱུད་ = ས་སྐྱུ་དགེ་ལྷན་སྐྱེས་བཀའ་བརྒྱུད་རྒྱུད་ལ།

11 To send

12 Hope

13 To decide



- (ལན) ལྷ་ལེན་ཁང་གིས་ཁོང་ལ་སློབ་གྲྭ་ལ་འགྲོ་འདོད་ཡོད། ཡང་ན་དགོན་པ་ལ་འགྲོ་འདོད་ཡོད་ཟེར་
བྱས་པ་རེད།
- ༢ ཁོང་འགྲོ་སའི་སློབ་གྲྭ་ག་རེ་ག་རེ་ཡོད་རེད།
(ལན) བོད་བྱིམ་སློབ་གྲྭ་དང་གཏན་འཇགས་སློབ་གྲྭ་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་ཡོད་རེད།
- ༣ ནང་པའི་ཆོས་བརྒྱུད་ག་རེ་ག་རེ་ཡོད་རེད།
(ལན) ས་སྐྱ་དགེ་ལྷན་ལྷན་པ་བརྒྱུད་ཉིང་མ་བཞི་ཡོད་རེད།
- ༤ ས་མས་བསྐྱར་པའི་ཡི་གེའི་ནང་ལ་ག་རེ་བྲིས་ཡོད་རེད།
(ལན) ཡི་གེ་དེའི་ནང་ལ་ང་ཚོའི་བྱ་བ་ལྟར་འཛིན་ལགས་སློབ་གྲྭ་ལ་གཏོང་རོགས་ཟེ་བྲིས་ཡོད་རེད།
- ༥ རྒྱལ་ལ་སློབ་ལེན་ཁང་གིས་བསྐྱར་འཛིན་ལགས་སློབ་གྲྭ་ག་པར་བཏང་པ་རེད།
(ལན) ཁོང་རྒྱ་རམ་ས་ལའི་བོད་བྱིམ་སློབ་གྲྭ་ལ་བཏང་པ་རེད།
- ༦ རྒྱ་རམ་ས་ལ་ལ་གང་འདྲས་ཟེ་སློབ་པ་རེད།
(ལན) ཁོང་ཕྱི་ལོ་ནས་སྤྱི་ལོ་ལྔ་པ་འཁོར་རྒྱུད་ནས་རྒྱ་རམ་ས་ལ་ལ་སློབ་པ་རེད།

Part 5

དེ་ལ་སློབ་པ་དུས་རྒྱུས་ལའི་སློབ་ལེན་ཁང་ལ་བསྐྱར་པ་རེད། རྒྱ་རམ་ས་ལའི་གནམ་གཤིས་གྲང་སའི་ཡོད་ཙང་
ཁོ་རང་ལ་ཡུལ་ལ་སློབ་པའི་འཛུལ་བ་¹⁴བྱུང་བ་རེད། དེ་ནས་ཉིན་མ་ཁ་ཤས་ཀྱི་རྒྱལ་ལ་བོད་པ་གཞན་དག་མང་པོ་དང་
མཉམ་དུ་¹⁵ཀྱུ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་མཇལ་ཁ་རག་པ་རེད། ¹⁶ཀྱུ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་མཇལ་བའི་སྐབས་ལ་¹⁷གོང་ས་མཆོག་གིས་
སློབ་སྦྱང་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས་རེད། ཨ་ནི་བོད་པའི་རིག་གཞུང་¹⁵དང་སྐད་རིགས་ལྷན་ཁྲིམས་¹⁶སོགས་སྤྱི་བོད་
ཡག་པོ་བྱེད་དགོས་རེད་ཟེ་བཀའ་སློབ་གནང་པ་རེད། ཨ་ནི་ཉིན་མ་ཁ་ཤས་ཀྱི་རྒྱལ་ལ་བསྐྱར་འཛིན་ལགས་རྒྱུ་
བོད་བྱིམ་སློབ་གྲྭ་¹⁷ལ་བྱིན་པ་རེད། དེ་ལ་འབྱོར་བའི་རྒྱལ་ལ་ཁོ་རང་དང་འདྲ་བའི་སྤྱི་བོད་ཀྱི་ཆུང་ཆུང་མང་པོ་ཡོད་ཙང་
ཁོ་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་ཆེད་མོ་ཆེས་ནས་སྤྱི་བོད་བྱུང་བ་རེད།

¹⁴ Feeling

¹⁵ Culture

¹⁶ Customs

¹⁷ Upper TCV



- ༡ ཁོང་ག་རེ་བྱས་ནས་ཕ་ཡུལ་ལ་སླེབས་པའི་འཆར་བ་བྱུང་བ་རེད།
(ལན) ཇ་རམ་ས་ལའི་གནམ་གཤིས་ གང་སའི་ཡོད་ཅང་ ཁོ་རང་ཕ་ཡུལ་ལ་སླེབས་པའི་འཆར་བ་བྱུང་བ་རེད།
- ༢ ཉིན་མ་ཁ་ཤས་རྗེས་ལ་སྤྱི་མཇུག་གར་བྱིན་པ་རེད།
(ལན) ༡ རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆའི་མཇུག་གར་བྱིན་པ་རེད།
- ༣ ༡ གོང་ས་མཆོག་གིས་བསྐབ་བྱ་ག་རེ་ག་རེ་གནང་བ་རེད།
(ལན) སློབ་སྦྱང་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས་རེད་ཟེར་བཀའ་སློབ་གནང་བ་རེད།
- ༤ བོད་མི་ཆོས་སྤྱང་སྦྱོབ་ག་རེ་བྱེད་དགོས་རེད།
(ལན) བོད་པ་ཆོས་བོད་པའི་རིག་གཞུང་སྐད་ཡིག་དང་ལྷགས་སྒྲོལ་ལ་སོགས་པ་སྤྱང་སྦྱོབ་ཡག་པོ་
བྱེད་དགོས་རེད།
- ༥ བོད་བྱིམ་སློབ་གྲྲ་ལ་སླེབས་དུས་བཟུན་འཛིན་ག་རེ་བྱས་ནས་སྦྱིད་པོ་བྱུང་བ་རེད།
(ལན) གང་ཡིན་ཟེར་ན་ ཁོ་རང་དང་འདྲ་བའི་སྤྱ་གྲུ་རྒྱང་རྒྱང་མང་པོ་ཡོད་ཅང་
ཁོ་ཆོ་དང་མཉམ་དུ་ཅིད་མོ་ཅི་རྒྱ་བྱུང་བ་རེད།