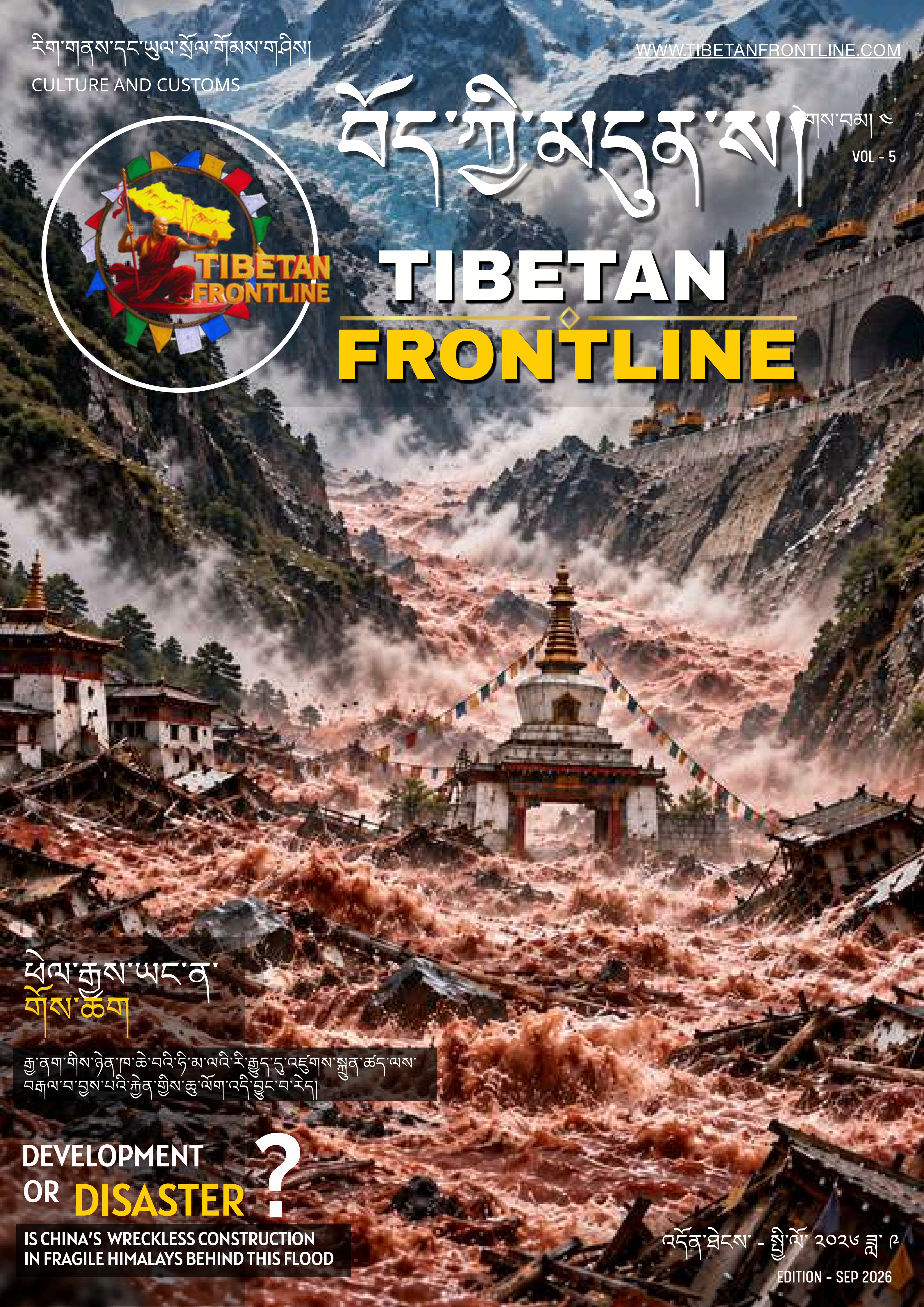


རིག་གནས་དང་ལུལ་སྲོལ་གོམས་གཤིས།

CULTURE AND CUSTOMS

WWW.TIBETANFRONTLINE.COM

བོད་ཀྱི་མདུན་ས།

ཀས་བམ། ༥
VOL - 5

TIBETAN FRONTLINE

ཕེལ་རྒྱས་ཡང་ན་ གོས་ཆག

རྒྱ་ནག་གིས་ཉེན་ཁ་ཆེ་བའི་ཧི་མ་ལའི་རི་རྒྱུད་དུ་འཛུགས་སྐྲུན་ཚད་ལས་བརྒལ་བ་བྱས་པའི་རྐྱེན་གྱིས་ཆུ་ལོག་འདི་བྱུང་བ་རེད།

DEVELOPMENT OR DISASTER ?

IS CHINA'S WRECKLESS CONSTRUCTION IN FRAGILE HIMALAYS BEHIND THIS FLOOD

འདོན་ཐེངས་ - ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༦ ཟླ་ ༩
EDITION - SEP 2026

རྩོམ་སྒྲིག་པའི་འཕྲིན་ཡིག

དེབ་ཐེར་འདིའི་ནང་ཁྲིད་ཚོར་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཕྱོགས་གང་ས་ནས་ངོ་སྤྲོད་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ང་ཚོས་ཚོ་ག་རེ་རེའི་སྙིང་ཁྲག་ལྷ་བུར་གྱུར་པའི་བོད་ཀྱི་ཇ་སྦྲའི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་དཔྱད་ཞིབ་བྱས་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་དེང་སྐབས་ཀྱི་དུས་སྟོན་ཁག དཔེར་ན་གདུགས་དཀར་ཚོ་ག་དང་། དབྱར་གནས་མཇུག་སྒྲིལ། འཕགས་མ་སྒྲོལ་མའི་ཉམས་ལེན་བཅས་ལེགས་གྲུབ་བྱུང་ཟིན་པ་མ་ཟད། ཟླ་འདིར་སྨན་བླའི་ཚོ་ག་དང་ཚོགས་མཆོད་ཉིན་མོ་ཕུལ་བའི་དུས་ཆེན་ཡང་ཡོད་རྒྱུ་བསྡད་ཡོད། ང་ཚོའི་ཚོགས་པས་ལྡི་ལི་རུ་ཚོགས་པའི་ "༢༠༢༦ ལོའི་བོད་ཀྱི་ཟླ་སྒྲོག" ཅེས་པའི་ཚོགས་ཆེན་ཐོག་དངོས་སུ་མཉམ་ཞུགས་བྱས་ཤིང་། དེའི་ནང་གྲོས་གཞི་གལ་ཆེན་དང་རིག་གཞུང་འཁྲབ་སྟོན་སོགས་མཉམ་བསྲེས་བྱས་ཡོད། དེའི་ལྷན་དུ་ང་ཚོས་གལ་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཁག་སྟེ། བལ་བོད་ས་མཚམས་སུ་བྱུང་བའི་ཆུ་ལོག་གོད་ཆག་དང་། དེ་དང་འབྲེལ་སྐར་མ་ཉི་ཤུའི་རིང་གི་ངག་བཅད་སྨོ་དན་ཞུ་བ།

སྔེ་གསུམ་པ་སྟེ་ཨེ་ཤེ་ཡའི་ཆུ་མཛོད་འཁྲུགས་རོམ་ཉམས་ཉེས་སྐྱོར་ལ་ཚན་རིག་པ་དང་ཕྱི་སྲིད་ལས་དོན་པ་རྣམ་པས་ཉེན་བརྡ་བཏང་བ། བཙུན་མ་དང་འབྲོག་པ་ཚོས་རིག་གཞུང་ཉམས་གསོ་དང་མི་ཉམས་རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་བཞིན་པའི་གནས་བབས། དེ་བཞིན་སྒྲོང་ཚོར་ཐུབ་པའི་བོད་ཀྱི་བཟའ་བཅའི་ཁོར་ཡུག་བཅས་སོ།།

བསྟན་འཛིན།

རྩོམ་སྒྲིག་འགན་འཛིན།

Editor’s *Message*

In this edition, we open the doors on Tibetan culture from every side. We trace the history of the Tibetan drum — the heartbeat behind every ritual — and move through the festivals that shape the season: the White Umbrella Ritual, the Yarney Conclusion and the Arya Tara Practice behind us, with the Medicine Buddha Practice and Tsog Offering Day ahead this month. Our team was also on the ground for the Spirit of Tibet 2026 feast in Delhi, that paired serious agenda, cultural performance. Alongside it, we carry the stories that matter most: the devastating Nepal–Tibet flood and the twenty-minute silence that followed, the scientists and diplomats warning about the "third pole," the nuns and nomads holding a culture together at its edges and a culinary landscape you can taste. One thread runs through it all: a people is not a territory, and a faith is not a building. The ice is fragile. The spirit is not.

བསྟན་འཛིན།

རྩོམ་སྒྲིག་འགན་འཛིན།

ལེ་ཚན་འདིའི་ནང་ལ།

༧ བོད་ཀྱི་སྙིང་སྟོབས་ཀྱི་མིག་ཟུང་། དོན་དག
ཉིན་ ༠༡-༠༣ ཉིན།

༡༠ སླར་ཡང་ཁྲིམ་དུ་ལོག།
འགོང་ས་མཆོག་བཞུགས་སྒར་རྡ་རམ་ས་ལར་ཕྱིར་
ཕེབས་གནང་བ།

༡༢ བཙན་བྱོལ་ནང་གི་དམངས་གཙོ།།
འཚམས་འཛོག་མེད་པའི་སྐད་སྒྲ

༡༥ བཙུན་མ་ཞིག་ལ་སློབ་སྦྱོང་ཐོབ་ན། རིག་གཞུང་
ཞིག་གི་སྲོག་རྩ་གནས།
ཞེས་ཡོན་བརྒྱུད་བཙུན་མ་རྣམས་ཀྱི་སྟོབས་ཤུགས་སྤེལ་བ།

༡༦ སྐྱིད་གྲོང་ནས་ར་སུ་ཞྭ་བར་འགྲུལ་ལམ།
སྐྱིད་གྲོང་གི་མྱུར་སྟོབས་འཕེལ་རྒྱས་དང་ལ་རྩེའི་ཆུ་ལོག་གི་
ཉེན་ཁ།

༡༨ འཛམ་གླིང་གི་མཐོ་སྒང་སེར་ཁ་གས་བཞིན་འདུག
བློ་བཟང་སེང་གེ་མཆོག་གིས་བོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དང་རིག་
གཞུང་གི་ཉེན་ཁའི་སྐོར་གསུངས་པ།

༢༠ འཛམ་གླིང་གོ་ལ་གསུམ་པའི་གངས་རི་སྲུང་སྐྱོབ་
དང་སྔོན་བརྡ།
བོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་གི་ཉེན་ཁ་དང་ས་ཁུལ་གྱི་བདེ་འཇགས།

༢༢ བོད་ནི་རྒྱ་ནག་གི་སྒོ་གཏན་གང་གིས་ཀྱང་གསུབ་
ཐབས་མེད་པའི་སྒྲིལ་མཚམས་ཤིག་རེད།
བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་། ངོ་བོ། འགོག་རྒོལ་གྱི་སྙིང་སྟོབས།

༢༥ རྩྭ་ཐང་གི་སྲུང་མ།
མི་ཚེ་སྐྱོབ་པའི་མཛད་རྗེས་ལ་བོད་མི་གཉིས་ལ་བསྟོད་
བསྔགས་ཐོབ་པ།

༢༦ ཟས་སྤྱོད་རིག་གནས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག

༢༧ འཛམ་གླིང་ཡང་ཐོག་བརྒྱུད་ནས།

IN THIS EPISODE

07 GLIMPSE OF SPIRIT OF TIBET EVENT
DAY 01-03

10 HOME AGAIN
THE DALAI LAMA RETURNS TO DHARAMSHALA

12 DEMOCRACY IN EXILE
TIBET'S UNBROKEN VOICE

14 WHEN A NUN IS EDUCATED A CULTURE LIVES
EMPOWERING TIBETAN NUNS THROUGH EDUCATION

16 THE GYIRONG–RASUWA CORRIDOR
GYIRONG'S RAPID DEVELOPMENT AND HIMALAYAN FLOOD RISKS

18 THE ROOF OF THE WORLD IS CRACKING
LOBSANG SANGAY ON TIBET'S ENVIRONMENTAL AND CULTURAL CRISIS

20 THEY ARE CULPRIT AND MONSTERS
AN ASSAM ENVIRONMENTALIST'S RECKONING WITH CHINA

22 TIBET THE HINGE CHINA CANNOT ERASE
TIBET'S HISTORY, IDENTITY, AND ENDURING RESISTANCE

24 GUARDIANS OF THE GRASSLAND
TWO TIBETANS HONOURED FOR SAVING A OF LIFE

26 THE CULINARY CULTURAL LANDSCAPE

27 ACROSS THE ROOF OF THE WORLD

རིག་གཞུང་དང་ ཡུལ་སྲོལ་གོམས་གཤིས།

བོད་ཀྱི་ཛ། ཌཱ་མ་རུ

བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ནང་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་གསང་སྔགས་ཀྱི་ཤུགས་རྐྱེན་ཐེབས་པ་བརྒྱུད་ནས་དར་བའི་ཆུ་ཚོད་ཀྱི་དབྱིབས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཛས་ཟིན་རླབས་ཅན་ཏེ་ཌཱ་མ་རུ་ནི། དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་དར་བའི་བརྒྱུད་རིམ་དང་སྦྲགས་ནས་དར་བ་ཞིག་ཡིན། བོད་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རི་མོ་དང་མཚོན་རྟགས་ནང་དུ་དེས་ཤེས་རབ་དང་སྙིང་རྗེ་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་མཚོན་དོན་མཚོན་གྱི་ཡོད། དེའི་རྟུང་སྒྲ་འགྲོས་མཉམ་པོས་སློན་ལམ་གྱི་གསོལ་འདེབས་དང་ཆོས་དབྱིངས་རང་གྲོལ་གྱི་ཚེ་ག་སོགས་ཀྱི་རོལ་མོར་སྦྲགས་ནས་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་དྲན་ཤེས་སྐྱེད་པ་དང་། ཆགས་ཞེན་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་པ། མི་རྟག་པ་བསམ་པའི་ལམ་ཁྲིད་དེ་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་རོགས་རམ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

CULTURE AND CUSTOMS

TIBETAN DRUM (DAMARU)

The damaru, a sacred hourglass drum, entered Tibetan Buddhist tradition through Indian tantric influences, traditionally associated with the eighth-century spread of Buddhism. In Tibetan iconography, it symbolizes the union of wisdom and compassion. Its rhythmic sound accompanies prayers and Chöd rituals, helping practitioners cultivate awareness, confront attachment, and contemplate impermanence on the path toward enlightenment.

དུས་ཆེན་དང་ སྒྲོལ་རྒྱུན།

གདུགས་དཀར་ཚོགས་དང་དབྱར་གནས་མཇུག་བསྡུ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༦ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༨ ནས་ ༧༧

གྭ་པ་ཚོས་བར་ཆད་སེལ་བའི་ཆེད་དུ་སྲུང་བའི་སྨོན་ལམ་དང་། སྡིགས་བཤགས་པ། མཆོད་འབུལ་བཅས་གནང་ནས། དབྱར་གནས་དངོས་སུ་གྲོལ་བར་མཛད་དེ། སླར་ཡང་དགེ་འདུན་གྱི་བཅའ་ཁྲིམས་དང་། ཆོས་ཀྱི་དག་སྣང་། འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་སྙིང་རྗེ་བཅས་བསྐྱར་དུ་དམ་བཅའ་བརྟན་པོར་བཟུང་བར་མཛད།

འཕགས་མ་སྒྲོལ་མའི་ཉམས་ལེན།

དད་ལྡན་པ་ཚོས་སྒྲོལ་མའི་གསོལ་འདེབས་དང་སྡིགས་བཤགས་པ། མཆོད་འབུལ་བ་དང་འབྲེལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་ཆེད་དུ་དགེ་བ་བསྔོ་བ་ཡིན། དེ་ཡང་བར་ཆད་ལས་སྐྱོབ་པའི་སྐྱབས་འཚོལ་བཞིན་དུ་སྙིང་རྗེ་དང་། ཤེས་རབ། ཐར་པ་བཅས་སྒོམ་པར་བྱེད་དོ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༦ ཟླ་ ༡ ཚེས་ ༨ དང་ ༧༥། ༢༢།

FESTIVALS AND TRADITIONS

WHITE UMBRELLA RITUAL AND YARNEY CONCLUSION

8–11 SEPTEMBER 2026

Monks perform protective prayers, mantra recitations, and ritual offerings to dispel obstacles, then formally conclude the summer retreat, reaffirming monastic discipline, spiritual purification, and compassion for all beings.

ARYA TARA PRACTICE

Devotees recite Tara's prayers and mantras, make offerings, and dedicate merit to the well-being of all beings, seeking protection from obstacles while cultivating compassion, wisdom, and spiritual liberation.

8, 15 AND 22 SEPTEMBER 2026

སྨན་བླའི་ཉམས་ལེན།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༦ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༡༩།

སྨན་བླའི་ཆོ་ག་ནི་ནད་གསོ་བ་དང་། སྙིང་རྗེ། སྡུག་བསྔལ་སེལ་བ་བཅས་ལ་དམིགས་པའི་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་ཉམས་ལེན་ཞིག་ཡིན། སྔར་ཆེན་ནང་བསྟན་སློབ་གླིང་དུ་མཁན་པོ་བསྟན་འཛིན་དང་སློབ་གླིང་གི་བླ་མ་རྣམས་ཀྱིས་གཙོ་སྐྱོང་གནང་ནས། བསང་མཆོད་དང་བཅས་པའི་མཇད་སྒོ་འཚོགས་རྒྱུ་ཡིན། དད་ལྡན་པ་ཚོས་སྨན་བླའི་གསོལ་འདེབས་དང་སྔགས་བཟླས་པ་དང་། བསགས་པའི་དགེ་བསྔོ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་ཆེད་དུ་གསོལ་འདེབས་ཞུ་ཡི་ཡོད།

ཚོགས་མཆོད་ཀྱི་ཉིན་མོ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༦ ཟླ་ ༧ ཚེས་

ཚོགས་མཆོད་ཀྱི་ཉིན་མོ་ནི་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་གསང་སྔགས་ཀྱི་དུས་ཆེན་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། ཉམས་ལེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་བརླབས་པའི་བཟའ་བཏུང་གྲ་སྒྲིག་བྱས་ཏེ་འབུལ་བ་དང་། གསོལ་འདེབས་འདོན་པ། མཆོད་པ་ལྷན་དུ་རོལ་བ་བཅས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལག་ལེན་བསྟར་བར་བྱེད། ཚོ་ག་འདི་ནི་གཏོང་ཕོད་དང་། སྒྲིབ་སྦྱོང་། བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་གསོག་པ་བཅས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད། བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ཚོགས་པས་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མའི་ཉམས་ལེན་གྱི་དམ་ཚིག་སྲུང་མཁན་སློབ་མ་ཚོའི་ཆེད་དུ་ཆོས་གྲངས་འདི་བཀོད་སྒྲིག་གནང་ཡོད།

MEDICINE BUDDHA PRACTICE

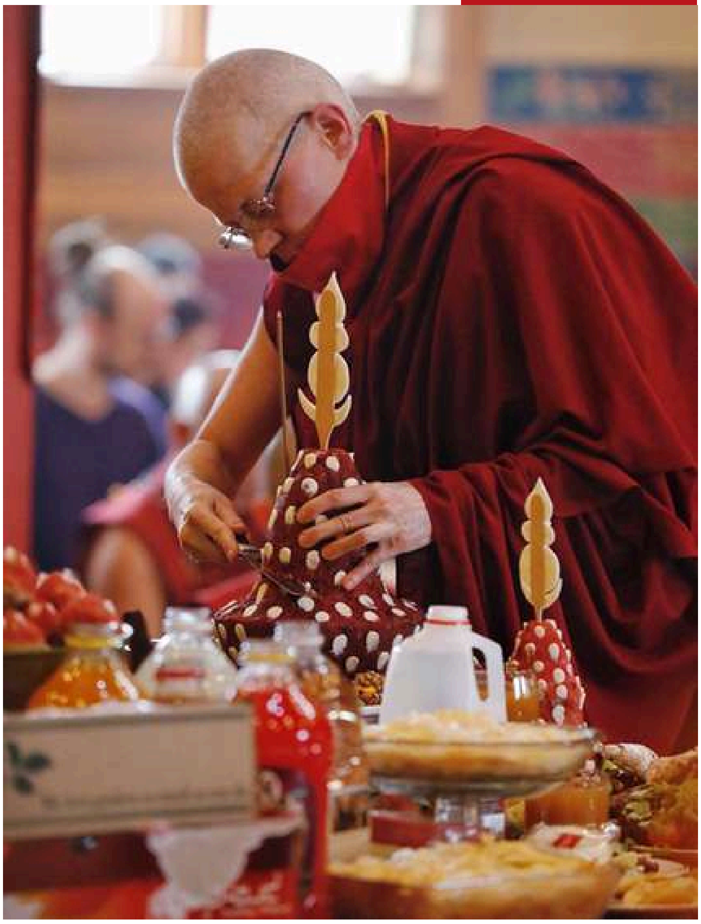
19 SEPTEMBER 2026

The Medicine Buddha Puja is a Tibetan Buddhist practice dedicated to healing, compassion, and the relief of suffering. At the Garchen Buddhist Institute, Khenpo Tenzin and the institute's lamas will lead the ceremony, including a smoke offering. Devotees recite Medicine Buddha prayers and mantras, dedicate accumulated merit, and pray for the well-being of all sentient beings.

TSOG OFFERING DAY

21 SEP 2026

Tsog Offering Day is an important tantric observance in Tibetan Buddhism. Practitioners prepare and offer consecrated food and drink, recite prayers, and share offerings as part of their spiritual commitments. The ritual is associated with generosity, purification, and the accumulation of merit and wisdom. The Tibetan Buddhist Society lists this date for students observing Vajrayogini practice commitments.



བོད་ཀྱི་དུས་སྟོན་

དཔལ་ཡོན་གྱི་ འབྲེལ་ལམ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༥ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༣ ཉིན།

རྒྱ་གར་དང་བོད་བར་གྱི་འཚོ་བའི་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ།

རྒྱ་གར་དང་བོད་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་གྱི་མཛད་སྒོ་དབུ་འབྱེད་ཉིན་མོ།

ཁྱིན་གྱི་རླབས་པའི་དབུ་འབྱེད།

རྒྱུད་སྨད་དང་རྒྱུད་སྟོད་གྲྭ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསངས་གསོལ་གནང་།

དབུ་ཁྲིད།

སྲིད་སྐྱོང་སྤེན་པ་ཚེ་རིང་དང་སྲིད་བློན་པདྨ་མཁའ་འགྲུས་བོད་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་ཧི་མ་ལ་ཡའི་འབྲེལ་བ་བརྟན་ལ་ཕབ།

སྲིད་ཇུས་ཀྱི་མཐོང་རྒྱ།

མཁས་དབང་ SHIVSHANKAR MENON དང་ OMAIR AHMAD, གཙུག་ལག་སློབ་དཔོན་ MILAP CHAND SHARMA སོགས་ཀྱིས་རྒྱ་གར་ལ་བོད་ཀྱི་གནད་འགག་ཆེ་བའི་སྐོར་དཔྱད་ཞིབ་གནང་ཡོད།

རིག་གཞུང་དང་དྲན་བརྟེན།

VIJAY KRANTI ཡི་དེབ་དབུ་འབྱེད་དང་། འགྲེམས་སྟོན། དེ་བཞིན་ TIPA ཡི་གཞས་མ་འཁྲབ་སྟོན་གྱིས་ཉིན་མོ་དེ་མཇུག་སྒྲིལ་ཡོད།

མཐོང་རྒྱ།

SPIRIT OF TIBET

Celebrating Culture and Compassion

CIVILIZATIONAL CONNECTIONS

HORIZONS

03 SEP 2026

INDIA & TIBET: A LIVING BOND

India–Tibet ties shaped the opening day

SACRED OPENING

Gyudmed and Gyuto monks performed Sangsol prayers

LEADERSHIP

Penpa Tsering and Pema Khandu affirmed Tibet's identity and Himalayan ties

STRATEGIC HORIZONS

Experts including Shivshankar Menon, Omair Ahmad and Prof. Milap Chand Sharma examined Tibet's importance to India.

CULTURE & MEMORY

Vijay Kranti's book launch, exhibitions and TIPA's Namthar concluded the day.

ཉིན་གཉིས་པ།

དྲིང་རབས་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཆེད་དུ་ཤེས་རབ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༦ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༥ ཉིན།

ནང་དོན་རིག་པ། སྒོམ། བདེ་ཐང་།

ཉིན་གཉིས་པར་བོད་ཀྱི་ཤེས་རབ་དང་སྤྱི་ཡོངས་བདེ་ཐང་གི་སྐོར་གླེང་བ།

དྲིང་རབས་སྒོམ་རྒྱལ།

ཡོངས་དགེ་མི་འགྱུར་རིན་པོ་ཆེས་སེམས་ཁྲལ་ཆག་ཐབས་དང་སེམས་ཀྱི་སྟོབས་ཤུགས་གོང་མཐོར་གཏོང་བའི་ལག་ལེན་གྱི་ཐབས་ལམ་ཁག་ངོ་སྤྲོད་གནང་ཡོད།

རྒྱལ་སྤྱིའི་འགན་འཁུར།

སློབ་དཔོན་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེས་ན་ལན་ྡའི་རིག་གཞུང་དང་དྲིང་རབས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་གཉིས་འབྲེལ་བ་སྐོར་གསུང་བཤད་གནང་།

དོན་དང་ལྡན་པའི་མི་ཚེ།

དགེ་བཤེས་ལྷ་དོན་ལགས་ཀྱིས་སྙིང་རྗེ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ལྡན་པའི་འཚོ་བ། དེ་བཞིན་ནང་གི་ཚོག་ཤེས་གནང་དགོས་པའི་གསུང་བཤད་གནང་།

བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ།

སྨན་རྩིས་ཁང་གི་སྨན་པས་སློབ་སྟོན་དང་རྩ་བལྟའི་བརྟག་དཔྱད་བརྒྱུད་ནས་གསོ་བ་རིག་པ་ངོ་སྤྲོད་གནང་ཡོད།

WISDOM FOR THE MODERN WORLD

04 SEP 2026

PHILOSOPHY, MEDITATION & WELL-BEING

WITHIN

Tibetan wisdom and holistic well-being shaped the second day

Modern Meditation

Yongey Mingyur Rinpoche shared practical techniques for reducing anxiety and building emotional resilience.

Universal Responsibility

Ven. Prof. Samdhong Rinpoche connected Nalanda philosophy with contemporary environmental and social challenges.

Meaningful Life

Ven. Geshe Lhakdor-la emphasized compassion, ethical living and inner contentment.

Tibetan Healing

Men-Tsee-Khang doctors introduced Sowa-Rigpa through workshops and pulse-diagnosis consultations.

སྒྲུང་དང་། ངོ་བོ། མི་རྟག་པ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༦ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༥ ཉིན།

བྱང་མེད་ཀྱི་ལྷ་སྟངས་དང་ཚོ་གའི་མཇུག་སྒྲོལ།

ཉིན་མཐའ་མར་དེང་རབས་ཀྱི་བོད་པའི་སྐད་ཆ་དང་གནའ་བོའི་ཆོས་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུན་གཉིས་ཀྱི་སྐོར་གླེང་བ།

བྱང་མེད་ཆོས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་། རིག་གཞུང་། མི་རིགས་སྐོར་གླེང་བ།

སློབ་དཔོན་སུ་ཧྲི་ཙའོ་ལ་དང་། ཚེ་རིང་དབྱངས་འཛོམས་བླ་མ། ཀུན་བཟང་སྐྱིད་རོང་བཅས་ཀྱིས་བཙན་བྱོལ་དང་། ལྷོག་བརྙན། ཁྲིམ་ཚང་གི་དྲན་བརྟན། བོད་ཀྱི་ངོ་བོ་བཅས་ལ་དཔྱད་ཞིབ་གནང་ཡོད།

ཚོགས་པ་གནས་པ།

སྐྲ་ཚབ་འཇིགས་མེད་ཚེ་རིང་གིས་རྒྱ་གར་དང་ལྡི་ལི་གསར་པ་ལ་བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས།

མཛད་སྒོ་མཇུག་སྡོམ།

དགེ་འདུན་པས་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་རྡུལ་ཚོན་དཀྱིལ་འཁོར་གཏོར་ཏེ། མི་རྟག་པ་མཚོན་པར་བྱས་ཤིང་། དེའི་བྱིན་རླབས་ཚོགས་བཅར་བ་རྣམས་ལ་གནང་།

མཇུག་བསྡོམས།

ཚོགས་རེ་བཞིན་བསྐྱུན་པ། སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་གྲོལ་བ།

STORIES, IDENTITY & IMPERMANENCE

RELEASE

05 SEP 2026

THE FEMALE GAZE & RITUAL CLOSURE

Contemporary Tibetan voices and sacred traditions defined the final day.

Women Shaping Memory

Prof. Swati Chawla, Tsering Yangzom Lama and Kunsang Kyirong explored exile, cinema, family memory and Tibetan identity

A Community Sustained

Representative Jigme Tsering thanked India and New Delhi for supporting the Tibetan community

Ritual Closure

Monks dissolved the Avalokiteshvara Sand Mandala, symbolising impermanence, before sharing its blessed sand with the audience and environment

"Created grain by grain. Released in a moment."

ཁྱིམ་དུ་ལོག་པ།

༧རྒྱལ་བ་༧གོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ཧྲ་རམ་ས་ལར་ཕྱིར་ཕེབས་གནང་།

ཉེ་མ་ལའི་དབྱར་ཁ།

ཕྱི་ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༢༨ ནས་ཕྱི་ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༤ བར་གྱི་ཕེབས་སྐྱོད་འདི་ནི་རྒྱུན་ལྡན་གྱི་འགྲོ་སྟངས་ཤིག་ཡིན། ལོ་ལྟར་༧གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་བཞུགས་སྒར་ཧྲ་རམ་ས་ལའི་ཆར་དུས་གཡོལ་ཏེ་ལ་དྭགས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་དྭངས་གཙང་ཁོར་ཡུག་ཏུ་ཕེབས་ནས། ཉེ་མ་ལ་ཡའི་ནང་དུ་བསྟན་པ་དར་སྤེལ་མཛད། ལོ་འདིར་ཕེབས་སྐབས་ལྡི་ལིའི་ནང་ཞབས་པུས་སྨན་བཅོས་ཟིན་རྗེས་སྐུ་ངལ་ལེགས་པར་གསོ་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

ལ་དྭགས་སུ་ཉིན་གྲངས་ ༤༩ རིང་མི་མང་ལ་མཇལ་ཁ་སྩལ་སྐབས། མི་གྲངས་ ༢༧,༥༡༢ གྱིས་མཇལ་ཁ་ཞུས་ཡོད། འདི་ནི་དགུང་གྲངས་དགུ་བཅུར་ཕེབས་པའི་དབུ་ཁྲིད་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་མཛད་འཕྲིན་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་ལ་དད་གུས་དང་དུང་ཞེན་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་གསལ་པོར་མཚོན་ཡོད།

ལ་དྭགས་ཀྱི་མཐོ་སྒང་དུ་ཟླ་བ་གཉིས་ལྷག་བཞུགས་རྗེས། ༧སྐྱེ་ནོར་༧གོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་རེས་གཟའ་པ་སངས་ཉིན་རང་གི་བཞུགས་གནས་སུ་ཕྱིར་ཕེབས་གནང་ཡོད། དགུང་ལོ་ན་༩༠ ལ་ཕེབས་པའི་དབུ་ཁྲིད་མཆོག་ཕྱིར་ལོག་ཕེབས་པའི་མཇལ་ཁ་ཞིག་ཐོབ་རྒྱུར་བསྒུགས་ནས་བསྡད་པའི་བོད་རིགས་དང་ས་གནས་ཀྱི་རྒྱ་གར་བ་སྟོང་ཕྲག་མང་པོས་ལམ་ཟུར་གཉིས་སུ་བསྒྲིགས་པའི་ལམ་ཆེན་བརྒྱུད་ཁོང་གི་ཆིབས་འཁྱུལ་དལ་བུར་བསྐྱོད།

Home Again

The Dalai Lama Returns to Dharamshala

After more than two months in the high desert of Ladakh, His Holiness the Dalai Lama came home on Friday. His convoy moved slowly through streets lined with thousands — Tibetans and local Indians alike — who had waited for a glimpse of the 90-year-old leader returning to his residence.

A Himalayan Summer

The visit, from June 28 to September 4, followed a familiar rhythm. Each year the Dalai Lama trades Dharamshala's punishing monsoon for the clear air of Leh, carrying his teachings into the wider Himalayan region. This year the sojourn also gave him space to recover after knee treatment in Delhi.

His days in Ladakh were anything but quiet. Over 49 days of public audiences, he received 21,572 people — a staggering figure for a nonagenarian, and a measure of the devotion he still commands.

མཐུན་གནས་ཀྱི་སྣང་བརྙན།

སྐབས་དེ་དུས་ཀྱི་མཚན་མཚོན་ཆེ་ཤོས་ནི། དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་དབང་ཆེན་གྱི་གཞུང་སར་བོད་ཁུལ་གྱི་ནང་པའི་ཆོས་ཚོགས་ཁག་དང་། ཁ་ཆེའི་ཆོས་ཚོགས་ཏེ་ཨན་ཇུ་མན་ཨི་སླ་མི་ཡ་དང་། ཨན་ཇུ་མན་མོའིན་ཨུལ་ཨི་སི་ལྷམ་མཆོག་དང་། དེ་བཞིན་ཡེ་ཤུའི་སྡེ་བཅས་མཉམ་ཞུགས་གནང་ཡོད། གསར་ཆག་གི་དུས་སྐབས་འདིར་༸གོང་ས་མཆོག་གིས་སྐུ་ཚེ་ཧྲིལ་པོར་སྐྱུལ་འདེད་གནང་བའི་ཆོས་ལུགས་མཐུན་སྒྲིལ་གྱི་སྙིང་འཇགས་ཀྱི་གཞུང་ཞིག་ཡིན།

སྐུ་སྟོབས་ཞན་ཡང་། དགོས་དམིགས་འགྱུར་བ་མེད་པ།

ཁོང་ཕྱིར་ཕེབས་པ་འདྲིས་ཁོང་གི་སྐུ་ཁམས་ལ་ཐུགས་ཅག་ཆེན་པོ་གནང་བའི་དུས་ཚིགས་ཤིག་མཇུག་སྒྲིལ་བ་མཚོན་གྱི་ཡོད། སྔོན་མ་ནིའུ་ཡོག་ཏུ་ཞབས་པུས་གཡས་པ་གཤག་བཅོས་གནང་ནས ཟླ་བ་མང་པོའི་རིང་གི་སྨན་བཅོས་གནང་རྗེས་ནས་ལོ་གཅིག་འཁོར་འཚམས། འདི་ལོར་ཕྱི་ཟླ་དྲུག་པའི་ནང་རྒྱལ་ས་ལྡི་ལི་རུ་ཁོང་གི་ཞབས་པུས་གཡོན་མ་གཤག་བཅོས་གནང་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྐུ་གཟུགས་ཀྱི་འགྲུལ་སྐྱོད་ཐད་སྐྱུ་ངལ་བྱུང་ནའང་ཁོང་གི་མཛད་འཕྲིན་ལ་འགོག་རྐྱེན་བརྟེན་ནས་བྱུང་མེད། ཁོང་གིས་ད་དུང་ཡང་གསུང་ཆོས་དང་མཇལ་ཁ་གནང་མུས་ཡིན། ཚེབས་འཁྱུལ་(GOLF CART) དང་ཕྱག་མཛོད་ཚོའི་སྐྱོར་རོགས་འོག་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད།

A Portrait of Coexistence

Perhaps the most telling moment was a Long-Life Prayer at the Kalachakra Teaching Ground, offered jointly by Ladakh's Buddhist associations alongside its Muslim communities — Anjuman Imamia and Anjuman Moin-ul-Islam — and its Christian community. In an age of fracture, it was a quiet portrait of the interfaith harmony the Dalai Lama has spent a lifetime urging.

Frail in Body, Undimmed in Purpose

His return caps a season of close attention to his health. He underwent left-knee surgery in Delhi this June, a year after a right-knee replacement in New York and months of therapy. Yet mobility challenges have not slowed his calendar. He continues to teach and grant audiences, at times crossing to the Main Temple by golf cart and the steadying arms of his aides.

The body ages; the mission does not. At 90, the Dalai Lama remains, unmistakably, at work.

བཙན་བྱོལ་ནང་གི་དམངས་གཙོ།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོའི་དྲག་གནོན་རྐྱེན་པས་༧རྒྱལ་བ་༧མགོན་ས་སྐུ་ཕྲེང་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་བོད་ནས་ཚིབས་བསྒྱུར་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བ་བསྐྱངས་རྗེས། བོད་མི་ཁྲི་ཚོ་མང་པོས་ཉེ་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་བརྒྱལ་ནས་འབྱོར་སྐབས། དངོས་རྫས་ཀྱི་རྒྱུ་ནོར་ཏ་ཅང་ཉུང་ཉུང་ལས་མེད་ནའང་། ཁོང་ཚོས་རང་རེའི་རིག་གཞུང་། དད་པ། དེ་བཞིན་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སྒྲུབ་པའི་སྤོབས་པ་བཅས་ཁྱེར་ནས་ཕེབས་ཡོད། བོད་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འབོད་སྒྲ་ཡལ་དུ་མ་བཅུག་པར་བོད་ཀྱི་དབུ་ཁྲིད་ཚོས་བཙན་བྱོལ་དུ་དམངས་གཙོའི་ལས་ཁུངས་བཙུགས་ཡོད། ཉིན་དེ་ཉིད་ལ། འོས་འདེམས་བྱུང་བའི་འཐུས་མི་ཐོག་མ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱ་གར་དུ་དམ་བཅའ་ཕུལ་ཏེ། ད་ལྟའི་བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་དང་བཀའ་ཤག་ཏུ་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་རྒྱུའི་ལམ་ལུགས་དེ་ཉིད་གསར་འཛུགས་གནང་། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ལོར། ༧མགོན་ས་མཆོག་གིས་ཁོང་གི་ལྷག་ལུས་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་དབང་ཆ་རྣམས་འོས་འདེམས་བྱུང་བའི་དབུ་ཁྲིད་རྣམས་ལ་རྩིས་སྤྲོད་གནང་སྟེ། དམངས་གཙོའི་རྩ་དོན་དེ་ཉིད་གཏིང་ཟབ་ཏུ་བཏང་།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༠ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༢ ཉིན་བཙན་བྱོལ་བ་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་ངོ་བོ་མེད་པ་བཟོ་མི་ཐུབ་པའི་དམངས་གཙོའི་ལམ་བུ་ཞིག་ལ་ཞུགས། ལོ་རྡོ་དྲུག་ཅུ་ལྷག་གི་རྗེས་སུ། བོད་ཀྱི་དམངས་གཙོའི་དུས་ཆེན་གྱིས་གནོན་ཤུགས་ཆེན་པོའི་འོག་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་ངོ་བོ་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་པའི་འབད་རྩོལ་དང་། རང་སྐྱོང་། བརྟེན་བསྲན་བཅས་ཀྱི་དྲན་སྐུལ་ཞིག་མཚོན་གྱི་ཡོད།

འཚམས་འཛོམ་ མེད་པའི་ བོད་ཀྱི་སྐད་སྒྲ

DEMOCRACY

IN EXILE

When thousands of Tibetans crossed the Himalayas after the upheaval of 1959 and the 14th Dalai Lama's departure from Tibet, they carried little material wealth — but they carried their culture, faith, and determination. Rather than let their political voice fade, Tibetan leaders built democratic institutions in exile. That day, the first elected representatives took their oath in India, founding the system that would grow into today's Tibetan Parliament-in-Exile and Central Tibetan Administration. In 2011, the Dalai Lama transferred his remaining political authority to elected leaders, deepening the democratic principle.

TIBET'S UNBROKEN VOICE

On 2 September 1960, a community forced into exile began a democratic journey that refused to let displacement erase its political identity. More than six decades later, Tibetan Democracy Day stands as a reminder of resilience, self-governance, and the struggle to preserve a nation's identity under intense pressure.

ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ཚོད་ལྟའི་ལས་གཞི་འདི་ནི་རང་ཡུལ་གྱི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་ཐད་དེ་མི་འདྲ་བ་ཞིག་དང་ཁ་གཏད་དུ་ལངས་ཡོད། བོད་ནང་དུ། ས་གནས་སྲི་ཚོགས་རྣམས་ལྟ་ཞིབ་དམ་དྲག་དང་ཚོད་འཛིན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་འོག་གནས་ཡོད་ཅིང་། ཆོས་དད་རང་དབང་དང་། སྐད་ཡིག རིག་གཞུང་མཚོན་སྟོན་བཅས་ཀྱི་ཐད་ལ་སེམས་ཁྲལ་རྒྱུན་མར་གནས་ཡོད། བཙན་བྱོལ་བོད་མི་ཚོས་འོས་བསྡུ་དང་མ་འོངས་པའི་སྐོར་ལ་རང་དབང་གིས་བགྲོ་གླེང་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། བོད་ནང་གི་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་དེ་ལྟར་བྱེད་མི་ཐུབ།

དེའི་ཕྱིར་བོད་མིའི་དམངས་གཙོ་དུས་དྲན་ནི་སྒྲིག་འཛུགས་ཤིག་སྲུང་བརྩི་ཞུ་བ་ཙམ་མིན་པར། ཁ་འཐོར་དུ་གནས་པའི་མི་རིགས་ཤིག་གིས་ཀྱང་གོ་སྒྲིག་དང་། དབུ་ཁྲིད་འོས་འདེམས། རང་ཉིད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་ཐུབ་པའི་ར་སྤྲོད་ཅིག་ཡིན། དེས་སྤོབས་པ་དང་སེམས་ཁྲལ་གཉིས་ཀ་མཚོན་ཏེ། ས་ཡ་འགའ་ཤས་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་གནས་པའི་སྐྱབས་བཅོལ་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་གིས་ལས་དོན་ལྡན་པའི་མང་གཙོ་ཞིག་བསྐྱན་པའི་སྤོབས་པ་དང་། བོད་ནང་རྟོད་གཞིར་གྱུར་པའི་རང་དབང་ཁག་ལ་སེམས་ཁྲལ་བྱེད་པ་མཚོན་གྱི་ཡོད།

མཐར་གཏུགས་ན། འདི་ནི་འཚོ་གནས་ཀྱི་སྒྲུང་ཞིག་རེད། ཕོང་ཚེས་ཁ་བཙུམ་ནས་སྲིད་རྒྱུའི་ཚབ་ཏུ་འོས་འདེམས་འདེམས་པ་དང་། ངོ་བོ་རྩ་མེད་དུ་གཏོང་དུ་བཙུག་པའི་ཚབ་ཏུ་རང་གི་ངོ་བོ་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་རྒྱུ་འདེམས་མཁན་གྱི་མི་མང་ཞིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཡིན།

This experiment abroad stands against a very different reality at home. Inside Tibet, communities live under heavy surveillance and tight control, with lasting concerns over religious freedom, language, and cultural expression. Where Tibetans in exile hold elections and debate their future openly, many inside Tibet cannot.

Tibetan Democracy Day is therefore more than a celebration of an institution. It is proof that a displaced people can still organise, elect leaders, and protect their voice. It carries both pride and concern — pride that a scattered community built a functioning democracy thousands of kilometres from home, and concern for the freedoms still contested within Tibet.

Ultimately, it is a story of survival: a people who chose elections over silence, and identity over erasure.

བཙུན་མ་ ཞིག་ལ་ ཤེས་ཡོན་ སློང་སྐབས།

ལོ་ངོ་བཞི་བཅུ་ཉེ་བའི་རིང་ལ་བོད་ཀྱི་བཙུན་མའི་ལས་གཞི་ (TNP) ཡིས་བཙུན་མ་རྣམས་ལ་ཤེས་ཡོན་དང་། ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་སློབ་གཉེར། དེ་བཞིན་སྒྲིག་འཛུགས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ནུས་སྟོབས་སྤེལ་བར་བྱས་པ་མ་ཟད། བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་རིག་གཞུང་ཉིད་སྲུ་མཐུད་ནས་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་པར་རོགས་རམ་བྱས་ཡོད། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༨༧ ལོར་བོད་ནས་རྒྱ་གར་དུ་འབྱོར་བའི་བཙུན་མ་རྣམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་འགོ་བཙུགས་པ་ནས་བཟུང་། དེ་ཉིད་ཡུན་རིང་གི་ལས་དོན་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། སྔོན་ཆད་ཆོས་ཀྱི་སློབ་གཉེར་མཐོ་རིམ་ལ་འཛུག་པའི་གོ་སྐབས་ཞིན་ཏུ་ཉུང་བའི་བུད་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྒོ་མོ་འབྱེད་པར་བྱས་ཡོད།

རིག་གཞུང་ གསོན་པོ་ཞིག

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༨༠ ལོའི་མཇུག་ཙམ་ལ་བཙུན་མ་མང་པོ་ཞིག་མཁོ་ཆས་ཏ་ཙང་ཉུང་ཉུང་དང་སློབ་སྦྱོང་གི་གོ་སྐབས་ཀྱང་མེད་པར་རྒྱ་གར་དུ་འབྱོར་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཁོང་ཚོར་རང་གི་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ལམ་ཁ་མཐའ་འཁྱོལ་བར་བྱེད་པའི་སྤོབས་པ་དང་བརྟན་པོའི་འདུན་པ་ཆེན་པོ་ཡོད། ཡིན་ནའང་། མི་རབས་མང་པོའི་རིང་ལ་བཙུན་མ་རྣམས་ལ་གྲྭ་པ་ཚོར་སྤྲོད་པའི་སློབ་གཉེར་གྱི་གོ་སྐབས་དེ་ཐོབ་མྱོང་མེད། འདིས་བུད་མེད་ཚོ་ནང་པའི་སློབ་གཉེར་དང་དབུ་ཕྲིད་ཀྱི་གནས་ཚད་མཐོ་ཤོས་ལ་སླེབས་རྒྱུར་བཀག་འགོག་བཟོས་ཡོད། ལས་གཞི་འདིས་འདི་ལྟ་བུའི་གནས་སྟངས་ལ་བསྒྱུར་བཅོས་གཏོང་རྒྱུ་འགོ་བཙུགས་ཤིང་། ཤེས་ཡོན་ནི་བྱམས་བསྟན་ (རོགས་རམ་) ཙམ་དུ་མ་བལྟས་པར་རང་ཁ་རང་གསོ་དང་། ཆེ་མཐོང་། དེ་བཞིན་དབུ་ཁྲིད་ཀྱི་ལམ་ཁ་ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་བྱས་ཏེ། བཙུན་མ་ཚོ་མཁས་དབང་དང་། དགེ་རྒན། དེ་བཞིན་ཁྲིད་སྟོན་པ་ཆགས་རྒྱུར་རོགས་རམ་རམ་ཡོད།

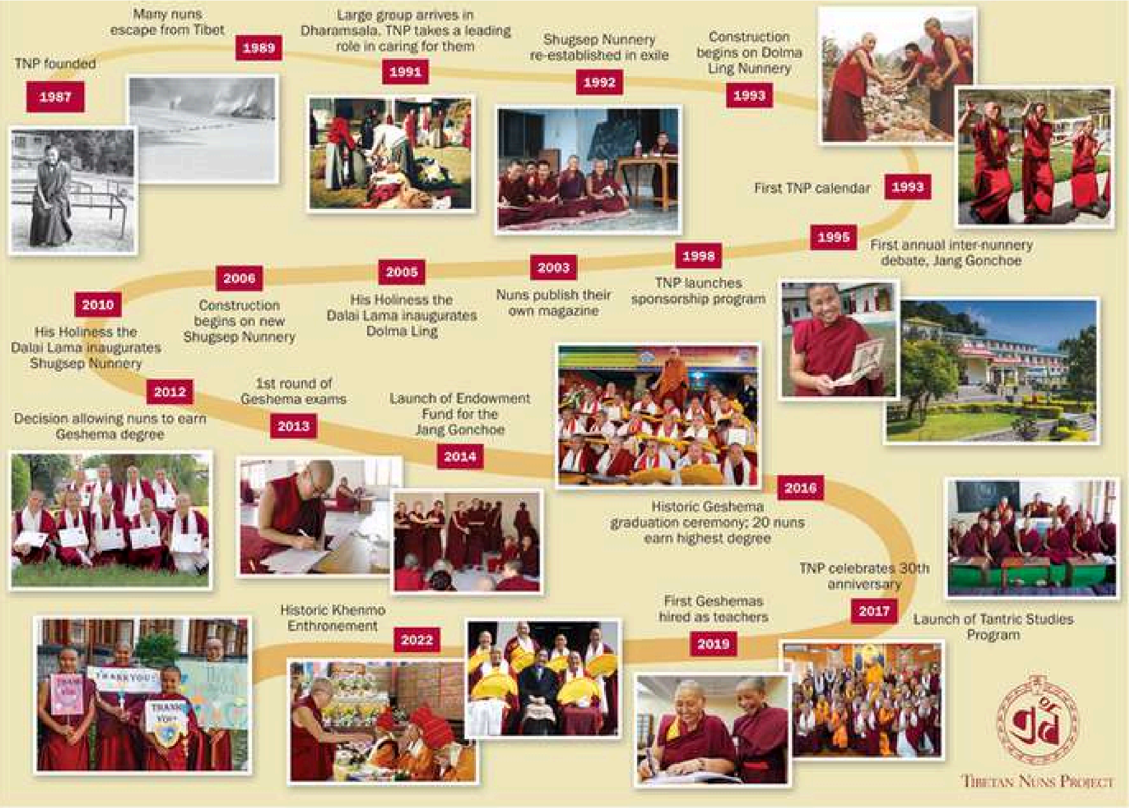
WHEN A NUN IS EDUCATED

For nearly four decades, the Tibetan Nuns Project (TNP) has empowered Tibetan Buddhist women through education, religious training, and institutional support — while helping preserve Tibetan Buddhist culture itself. What began in 1987 as a response to the struggles of nuns arriving in India has grown into a long-term mission: to open doors for women who once had little access to advanced religious learning.

A CULTURE LIVES

Many nuns reached India in the late 1980s with few resources and little formal education, yet a fierce determination to continue their spiritual paths. For generations, however, they had been denied the scholarship offered to monks — a barrier that kept women from the highest levels of Buddhist study and leadership. The project set out to change this, treating education not as charity but as a path to independence, dignity, and leadership, helping nuns become scholars, teachers, and mentors.

དཔྱའི་ཆར། བོད་ཀྱི་བཙུན་མའི་ལས་གཞི་ (TNP) ཡིས་རྒྱ་གར་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་བཙུན་དགོན་བདུན་གྱི་ནང་བཙུན་མ་ ༡༠༠ ལྷག་དང་། དེ་བཞིན་ཁི་ནོར། སྤི་ཏི། ལ་དྭགས། ཟངས་དཀར་བཅས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཞལ་ལག་དང་། བཞུགས་གནས། ན་བཟའ། འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་མཐུན་རྐྱེན་སྦྱོར་བཞིན་ཡོད་པས། བཙུན་མ་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་ལ་གཙོ་བོར་གཞོལ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། ལས་གཞི་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་རང་བཞིན་གྱི་གྲུབ་འབྲས་ཆེ་ཤོས་ནི། ལུགས་སྲོལ་འདིའི་མཁས་པའི་གོ་གནས་མཐོ་ཤོས་ཤིག་ཡིན་པའི་དགེ་བཤེས་མའི་མཚན་གནས་བཞེས་པའི་ལམ་ཁ་ཕྱེ་བ་དེ་ཡིན་ཞིང་། དེས་བུད་མེད་ཚོས་ལོ་མང་རིང་གི་དཀའ་ཚེགས་ཆེ་བའི་མཚན་ཉིད་རིག་པ་དང་རྩོད་པའི་སློབ་སྦྱོང་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་ཐུབ་པར་ར་སྤྲོད་བྱས་ཡོད། སྒྲོལ་མ་གླིང་དང་ཤུག་གསེབ་ལྷ་ཁུའི་སློབ་གཉེར་ཁང་ཁག་དང་། ལོ་ལྷར་གནང་བའི་བྱང་དགུན་ཆོས་ཀྱི་རྩོད་མོལ་བརྒྱུད། ལས་གཞི་འདིས་ཡུན་རིང་གནས་ཐུབ་པའི་རྨང་གཞི་བརྟན་པོ་ཞིག་འཛུགས་བཞིན་ཡོད།

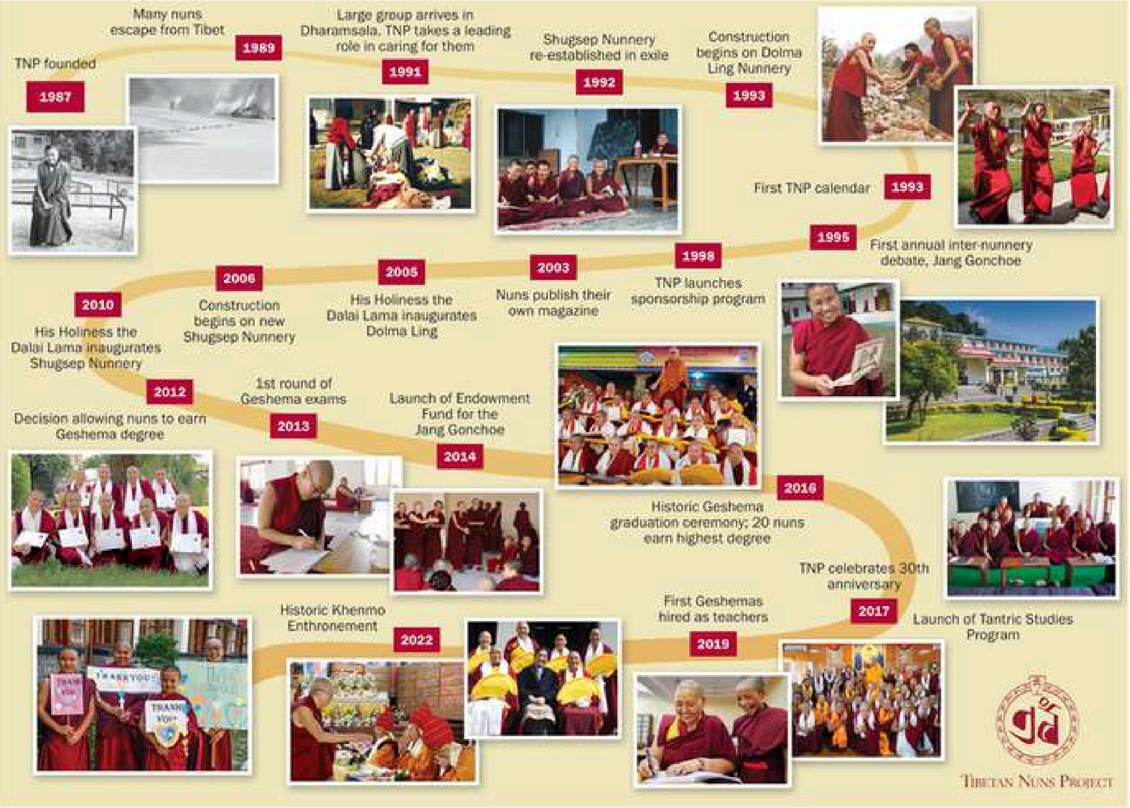


འདིའི་སྙིང་པོ་ནི་རྩ་བའི་བསམ་བློ་སྟངས་བདེ་ཞིག་གི་འཁོར་ཡོད་དེ། དེའི་སྙིང་པོ་ནི་བསམ་བློ་སྟངས་བདེ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་འཁོར་ཡོད་དེ། ཉིན་རེར་ཨ་སྒོར་གཅིག་ལས་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་བཙུན་མ་ཞིག་གི་ཤེས་ཡོན་རྒྱུན་སྐྱོང་ཐུབ་པ་དང་། ཤེས་བྱའི་ཕྲེང་བ་ཡོངས་རྫོགས་རྒྱུན་གནས་ཐུབ་པ་དེ་ཡིན།

གང་ཡིན་ཞེ་ན། བཙུན་མ་ཞིག་ལ་སློབ་སྦྱོང་གི་གོ་སྐབས་ཐོབ་དུས། བུད་མེད་ཅིག་ལ་ལམ་བུ་དང་གོ་སྐབས་རག་གི་ཡོད། མོ་རང་སློབ་དཔོན་ནམ་དགེ་རྒན་དུ་གྱུར་དུས། ཤེས་བྱ་དང་རིག་གནས་མི་ནུབ་པར་གནས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་ཤེས་བྱ་དེ་ཉིད་མི་རབས་རྗེས་མ་ཚོའི་ལག་ཏུ་འཕྲོད་སྐབས། མི་རིགས་ཀྱི་གཤིས་ཀ་དང་རིག་གཞུང་གི་སྲོག་རྩ་ཡུན་དུ་གནས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད།

TIBETAN NUNS PROJECT

Today, TNP supports more than 900 nuns across seven nunneries in northern India, alongside communities in Kinnaur, Spiti, Ladakh, and Zanskar. It provides food, shelter, clothing, and healthcare so nuns can focus on their studies. Its landmark achievement is opening the path to the Geshema degree — one of the tradition's highest scholarly honours — proving women can master years of rigorous philosophy and debate. Through institutions like Dolma Ling and Shugsep, and the annual Jang Gonchoe debates, the project builds foundations meant to last.

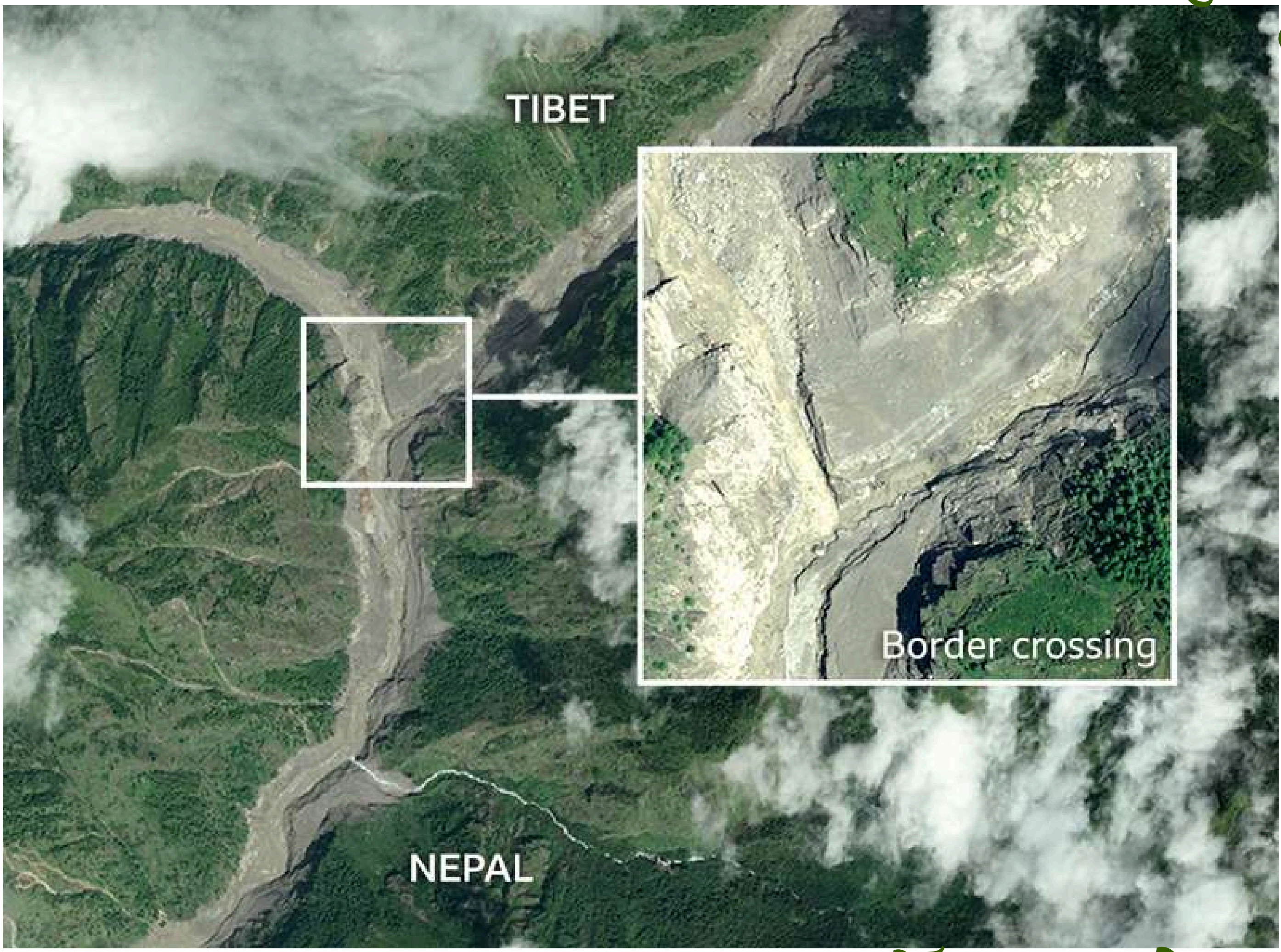


At its heart is a simple idea: less than a dollar a day can sustain a nun's education — and through her, an entire chain of knowledge.

Because when a nun is educated, a woman gains opportunity. When she becomes a teacher, knowledge survives. And when that knowledge reaches the next generation, a culture continues to live.

ཁྲུགས་རོམ་གྱི་སྙིང་དུ་སྒྱུར་སྐྱུན།

སྐྱིད་གྲོང་ནས་ར་སུ་ཞ་བར་འགྲུལ་ལམ།



རྒྱ་ལོག་བྱུང་རྗེས།

ཧི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་མཐོ་པོ་ནི་རྒྱལ་སྲི་འམ་གཞུང་ལམ་འཛུགས་སྐྲུན་བྱེད་སར་བསྒྲུགས་པའི་ས་སྟོང་ཞིག་མིན། དེ་ནི་ཁྲུགས་རོམ་དང་། གཡང་གཟར་ཅན་གྱི་བྲག་རི། དེ་བཞིན་ཀོ་སི་ཏར་ཁ་ཤས་ཀྱི་ནང་བལ་ཡུལ་གྱི་གཞུང་དུ་ལྷུང་འགྲོ་བའི་ཆུ་བོ་ཞིག་ཡིན། ༢༠༢༦ ལོའི་ཟླ་ ༨ ཚེས་ ༢༨ ཉིན། ཡུལ་དེ་གར་ཆར་རླུང་དྲག་པོ་མ་བྱུང་ཡང་ཆུ་བོ་དེའི་ཆུ་ལོག་རྒྱས་པ་ཡིན། བོད་ཀྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྷན་རྩེ་གཙང་པོ་ནས་འཕྱུར་བའི་ཆུ་ལོག་དེ་རས་ཞ་གྲུ་རྩེའི་ཉེ་འཁྲིས་སུ་སྐྱོ་ཏེ་ཀོ་ཤིའི་ ཆུ་བོའི་ནང་འདྲེས་ཤིང་། སྦྱོ་བྲུ་པེ་སི་དང་། ཧི་ལྷུ་ལི། བི་དུར། སུག་ལིན་བཅས་བརྒྱུད་ནས་རྒྱུགས་ཡོད། ད་ལྟའི་ཆར་ཆེན་རག་པའི་དཔྱད་འབྲས་བཟང་ཕྱོགས་ལྟར་ན། ཁྲུགས་རོམ་དང་བྲག་རྫོ་སྡེབ་སྤྲིལ་གྱིས་རྫིབ་ནས་ཆུ་ལམ་བཀག་པ་དང་། དེ་ནས་བརྫོལ་བ་ཞིག་ཡིན་པར་བཤད། འོན་ཀྱང་དངོས་དོན་དོས་ཀྱི་བདེན་པ་གཉིས་པ་དེ་ཤུབ་ཐུབ་མེད་དེ། རྒྱུད་ལམ་འདི་ནི་ལོ་མང་རིང་ཆུ་ལོག་བྱུང་རིམ་བཞིན་ཡང་བསྐྱར་འཛུགས་སྐྲུན་བྱེད་སའི་འཛུགས་སྐྲུན་གྱི་རྒྱུད་ལམ་ཞིག་ལྟ་བུར་བརྩིས་ཡོད།

ལས་གཞི་རེ་རེ་བཞིན་བརྩིགས་ཏེ་གྲུབ་པའི་བར་ཁྲམས།

སྐྱིད་གྲོང་རྒྱལ་སྒོ་ནི་གནད་ཆེའི་ལྡེ་མིག་ལྟ་བུ་ཡིན། ༡༩༩༠ འི་ལོ་རབས་ནང་འགྲོ་ལམ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་ཡིན་ཡང་། ༢༠༡༥ ལོའི་ས་གཡོས་ཀྱིས་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་འགྲམ་ས་ཁུལ་ལ་གནོད་སྐྱོན་བཏང་རྗེས་འདི་ཉིད་རྒྱ་བསྐྱེད་བྱས། རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་ཞིབ་བཤེར་ཁང་དང་། ཅ་ལག་སྐྱེལ་འདྲེན་གཞི་གནས། དེ་བཞིན་རྒྱ་ཆེ་བའི་བལ་བོད་བཤེས་ཉེན་ལམ་ཆེན་བཅས་ཀྱི་ཆེད་དུ་དངུལ་རྩིས་ཆེན་པོ་བཏང་ཡོད།

༢༠༡༨ ལོར་དངོས་ཟོག་སྐྱེལ་འདྲེན་གྱི་ཚད་ %༥༨༣ འཕར་ཏེ་ཏྲན་ ༡༠༩,༥༠༠ ལ་སླེབས་ཡོད་པ་དང་། ༢༠༡༧ ལོར་སླེབས་སྐབས་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྒོ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད། ༢༠༢༠ ལོར་སླེབས་དུས་ཚོང་ལས་ཀྱི་དངུལ་འབོར་རྒྱ་སྒོར་དུང་ཕྱུར་གཅིག་ལས་བརྒལ་ཡོད། རྒྱལ་སྒོ་འདི་ཉིད་ཆུ་བོ་གཉིས་འཛོམས་ས་དང་ཉེ་བར་ཆགས་ཡོད་པས། རླངས་འཁོར་ཆེན་པོ་རྣམས་འགྲོ་བསྐྱོད་བྱེད་པར་སྟབས་བདེ་པོ་ཡོད་ཀྱང་། འདི་ནི་ཆུ་ལོག་གི་རྒྱུག་ཚད་སྒྱུར་དུ་ཕྱིན་ནས་བལ་ཡུལ་ཕྱོགས་སུ་འགྲོ་སའི་གནས་ཁེལ་ཡོད།

BUILDING FAST ON ICE

THE GYIRONG-RASUWA CORRIDOR

AFTER THE FLOOD

The High Himalaya is not empty ground waiting for a port or a highway. It is ice, steep rock, and a river that falls into Nepal within a few kilometres. On 26 August 2026 that river rose without a local storm. A surge from the Lhende Khola on the Tibetan side entered the Bhote Koshi near Rasuwagadhi and ran through Syabrubesi, Trishuli, Bidur and Muglin. The best scientific reading so far is an ice-rock collapse that blocked the channel and then broke through. That does not erase a second fact: this corridor has been treated for years as a construction belt, rebuilt after each flood.

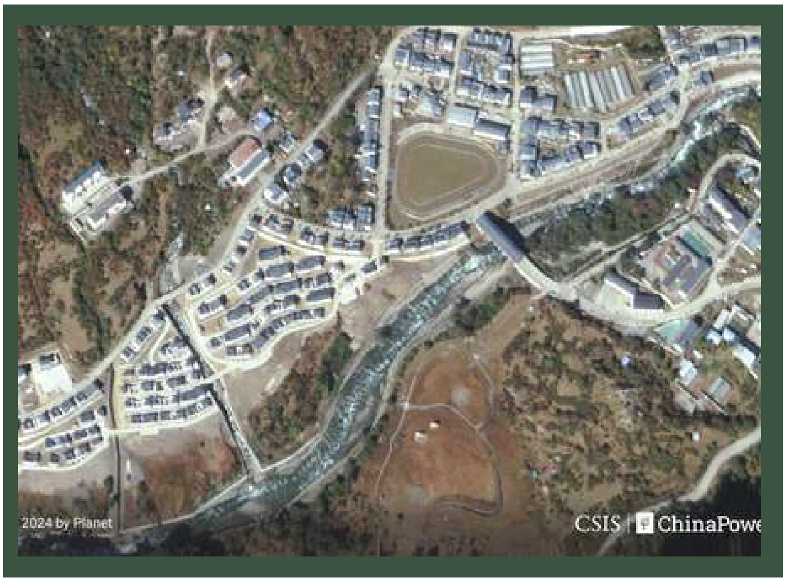
A CORRIDOR ASSEMBLED PROJECT BY PROJECT

Gyirong Port is the hinge. A modest crossing in the 1990s, it was expanded after the 2015 earthquake damaged Zhangmu to the east. Beijing poured money into inspection halls, logistics yards and a wider Friendship Highway. Freight jumped 583 per cent in 2016, to 104,500 tons; by 2017 it was an international port, and by 2020 trade had passed one billion yuan. The port sits near a river confluence — convenient for trucks, and exactly where floodwater gains speed toward Nepal.

དེའི་མཐའ་འཁོར་དུ། ས་མཚམས་དཔལ་འབྱོར་མཉམ་ལས་ཁུལ་ཞིག་དང་། གློག་ཤུར་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུད་དུ་ ༢༢༠ KV ཅན་གྱི་གློག་ལམ་ཞིག དེ་བཞིན་ད་ལྟ་རྟོག་ཞིབ་ལས་སྒྲུབ་ཀྱི་རྒྱུད་རིམ་ནང་ཡོད་པའི་སྲིད་གྲོང་ནས་ཀཏ་མན་ཊུ་བར་གྱི་ལྕགས་ལམ་བཅས་བསྐྲུན་རྒྱུའི་འཆར་གཞི་ཡོད། འཆར་གཞི་རེ་རེས་ཆུ་བོའི་རྒྱུག་ཕྱོགས་ལ་སྣེགས་པ་དང་། འཆར་གཞི་རེ་རེས་སྔར་ནས་ཁུལ་རིམ་དང་ས་རྡོ་རྡིབ་བཞིན་པའི་རི་ངོས་དག་ལ་ས་ཆ་བཤངས་དང་། ས་གཞི་སྐྱོང་བ། དེ་བཞིན་ལྕགས་སྒོང་འཛུགས་པ་བཅས་ཀྱི་ཁག་པོ་བཟོ་བཞིན་ཡོད། ཟམ་པ་དག་གིས་དུས་ཡུན་ཐུང་བའི་ནང་དུ་གསལ་བཤད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། བཤེས་ཉེན་ཟམ་པ་དང་རས་ཝ་གྲ་ཧྲིའི་ཟམ་པ་གཉིས་ཀྱང་བསྐྲུན་པ་དང་། ཆུ་ལོག་གིས་ཁྱེར་བ། ཡང་བསྐྱར་བསྐྲུན་པ་བཅས་བྱས་ཡོད། ༢༠༢༥ ལོའི་ཟླ་ ༧ པའི་ཆུ་ལོག་གིས་རྒྱལ་སྒོའི་ཟམ་པ་གཏོར་བཤིག་བཏང་བས། དེའི་ཚབ་ཏུ་མི་ཏར་ ༩༡ ཡོད་པའི་བེ་ལི་ (BAILEY) ལྕགས་ཟམ་ཞིག་བཙུགས་ཡོད་ཅིང་། ༢༠༢༦ ཟླ་ ༨ པའི་ཆུ་ལོག་དེ་མ་འབྱོར་ཁང་དེ་ཉིད་ཕྱོགས་གཉིས་ཀྱི་མཉམ་ལས་ལས་གཞིའི་ཁོངས་སུ་ཡོད།

ཞོ་ཀང་གྲོང་ཚོ་དང་ས་བབ་ཐོ་པོ།

༢༠༡༧ ལོར་ནས་བཟུང་། རྒྱ་ནག་གིས་སྲིད་གྲོང་ཡོད་སའི་གཞིས་ཀ་རྩེ་སྤྱི་དང་། བོད་ནང་གི་རྫོང་ཁག་ ༢༡ ཡི་ས་མཚམས་མཐའ་འཁོར་དུ་རྒྱ་མཚོ་ལས་མཐོ་བའི་ཞོ་ཀང་འབྱོར་འབྲིང་གྲོང་ཚོ་ ༦༠༠ ལྷག་བསྐྲུན་ཡོད། ཁུལ་རིམ་ཡོད་སའི་ས་ཁུལ་དུ་ལས་གཞི་འདི་འདྲ་བརྩམས་པར་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་པའི་གནད་དོན་ཞིག་ཡོད་དེ། རི་ལྡེབས་གཤག་པ་དང་རི་རྩེ་ཕྱེས་པས་ས་གཞིའི་ཁེབས་གཡོག་མེད་པར་བཟོས་ཤིང་། ཆུ་འགྲོ་འགྱུར་བ་བཏང་བས་བརྟན་པོ་མེད་པའི་རི་ལྡེབས་ལ་ལྗིད་གནོན་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཁུལ་རིམ་བཞུར་བའི་ཆུ་རྒྱུག་ཚད་མྱུར་དུ་ཕྱིན་ནས། མི་མང་པོ་ཞིག་ཉེན་ཁའི་ནང་ལྷུང་གི་ཡོད། བལ་ཡུལ་གཞུང་གིས་རྡོ་ཏེ་ཀོ་ཤི་ཆུ་བོའི་ཉེ་འཁྲིས་སུ་སྲུང་སྐྱོབ་ཅིག་པ་རྒྱག་རྒྱུ་དེས་རང་བྱུང་གི་ཆུ་རྒྱུག་ཕྱོགས་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་བར་དོགས་ཚབ་ཀྱིས་རྒྱ་ནག་ལ་ལས་གཞི་དེ་འགོག་རྒྱུའི་རེ་བ་བཏོན་ཟིན་ཡོད།



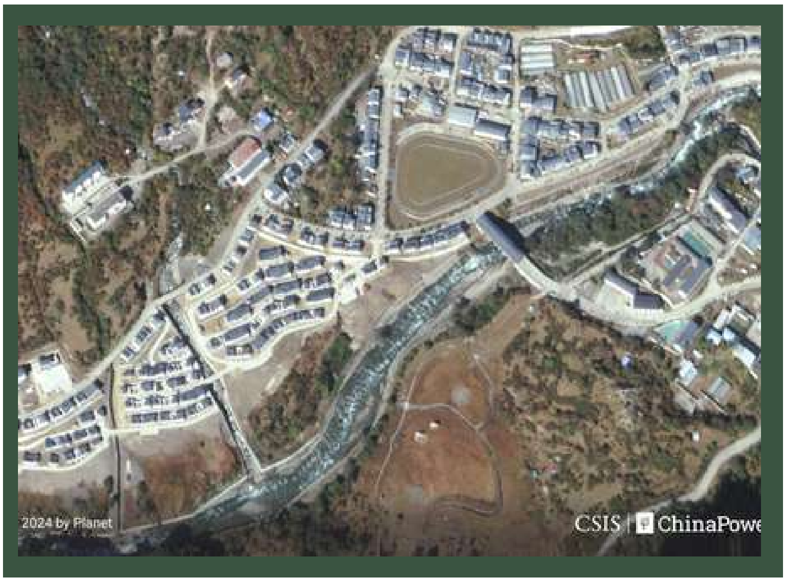
མིག་ལོང་བའི་སྒོ་ནས་འཛུགས་སྐྲུན་བྱས་པ་

མིག་ལོང་བའི་སྒོ་ནས་འཛུགས་སྐྲུན་བྱས་པ་ཞེས་པ་ནི་གཅིག་ཤུགས་གཅིག་གིས་ལྷུང་བར་བཟོས་པའི་བརྗོད་པ་དེ་ལ་གོ་བ་མ་རེད། དེ་ནི་ཁུལ་རིམ་བརྡོལ་བ་དང་ཆུ་ལོག་འཕྱུར་བའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པར་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ཆུ་རྒྱུད་ཁུལ་དུ། རི་ལྡེབས་ཀྱི་ཉེན་ཁར་མང་ཚོགས་ལ་གསལ་བཤད་གང་ཡང་མེད་པར་མྱུར་ཚད་ཅམ་གཙོ་བོར་བཟུང་ནས་འཛུགས་སྐྲུན་བྱེད་པ་དང་། ཆུ་བོས་བསྐྱར་དུ་ཁྱེར་རྗེས་ཀྱང་ལས་གཞི་དེ་དག་རང་སོར་ཡང་བསྐྱར་འཛུགས་སྐྲུན་བྱེད་པ་དེ་ལ་ཟེར། ཧི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ནི་བརྟན་པོ་མེད། ཁུལ་རིམ་རྣམས་ཀྱང་ཇེ་སྲབ་ཏུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། ལྷན་རྟེ་དང་རྡོ་ཏེ་ཀོ་ཤིའི་ཆུ་རྒྱུད་དུ་ཟླ་བ་བཅུ་བཞིའི་ནང་ཆུ་ལོག་ཐེངས་གཉིས་འཕྱུར་ཟིན། ཐོག་མར་ཁུལ་རིམ་ཉམས་པ་ཡིན་ཡང་། རྒྱུད་ལམ་དེ་ནི་སྔར་ནས་གཏོར་བཤིག་དེ་འདྲ་ལེན་པར་གྲོས་བཤམས་ཟིན་པ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད།

Around it, plans call for a Border Economic Cooperation Zone, a 220 kV power line along the same valley, and a Gyirong–Kathmandu railway still at feasibility stage. Each scheme follows the river; each adds cuts, fill and towers to slopes that already shed ice and debris. The bridges tell it in shorter cycles: the Friendship and Rasuwagadhi spans have been built, washed out and rebuilt. A July 2025 flood destroyed the port bridge; a 91-metre Bailey span replaced it, still listed among bilateral works when the August surge arrived.

XIAOKANG VILLAGES AND THE HIGH GROUND

Since 2017, China has built more than 600 Xiaokang border settlements across 21 counties in Tibet, including Shigatse, which contains Gyirong. In glacial country that logic has a cost: hill-cutting strips cover, changes drainage and loads weak slopes, so meltwater runs faster and more people stand in the path. Nepal has already asked China to halt a safety wall near the Bhote Koshi, fearing it would alter natural flow.



WHAT "BLIND CONSTRUCTION" MEANS HERE

"Blind construction" is not the claim that one crane caused the collapse. It is building at speed in a catchment known for ice avalanches and outburst floods, with little public accounting of slope risk — then restoring the same works after the river removes them. The Himalaya is not stable. Ice is thinning. The Lhende–Bhote Koshi has now flooded twice in fourteen months. The ice failed first; the corridor had already been prepared to receive it.

སེར་ཁ་གས་བཞིན་འདུག།

བློ་བཟང་སེང་གེས་བོད་ལ་བཏང་བའི་སྟོན་བརྡ།

འདི་ལོར་བོད་དང་བལ་ཡུལ་གྱི་ས་མཚམས་སུ་ཁྲུགས་རོམ་ཞིག་རྡིབ་སྐབས། ཆུ་ལོག་དེ་སྐར་མ་ཉི་ཤུ་ཙམ་གྱི་རྗེས་སུ་རྒྱ་ནག་གི་འགྲུལ་བཞེར་ས་ཚིགས་ཞིག་ཏུ་འཁོར་ཡོད། དྲུང་ཆེ་བློ་བཟང་སེང་གེ་མཆོག་གིས་བརྗོད་དོན། དུས་ཡུན་དེའི་ནང་སྟོན་བརྡ་གཏོང་ཐུབ་པའི་དུས་ཚོད་ཡོད་ཀྱང་སྟོན་བརྡ་གང་ཡང་བཏང་མེད། སྨི་ཏཱ་པྲ་ཀཱཤ་ (SMITA PRAKASH) མཉམ་དུ་ ANI སྒྲ་ལམ་མཉམ་གཏོང་ (PODCAST) བཅར་འདྲིའི་ནང་གསུང་བཤད་གནང་སྐབས། བོད་མིའི་སྲིག་འཛུགས་ཀྱི་སྲིད་སྐྱོང་ཟུར་པ་ཁོང་གིས་བྱུང་རྐྱེན་རྐྱང་པ་དེ་བརྒྱུད་ནས། བོད་མཐོ་སྒང་གི་ཆུ་དང་། སྟོབས་ཤུགས། ངོ་བོ་བཅས་ཀྱི་སྐོར་ལ་ཡོངས་ཁྱབ་ཀྱི་ཉེན་བརྡ་ཆེན་པོ་ཞིག་བཏང་ཡོད།

ཆུ་ལོག་ཆེན་པོ་བརྒྱབ་རྗེས་ཁ་ཁུ་སིམ་པོ་ཆགས་པ།

སྐུ་ངོ་བློ་བཟང་སེང་གེ་མཆོག་གིས་རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་ཆུ་རྒྱུད་འོག་མའི་བལ་ཡུལ་ལ་ཉེན་བརྡ་གཏོང་ཐུབ་ཀྱང་ཁ་སིམ་མེར་བསྡད་པ་དང་། དེ་ནས་"གནས་ཚུལ་ཁྱབ་སྤེལ་ལ་ཁ་ལོ་བསྒྱུར་ཆེད" ཉིན་གཅིག་གི་ནང་ཚུན་དུ་དྲ་ལམ་ཁ་བཅད་ཡོད་པའི་སྐྱོན་བརྗོད་གནང་ཡོད། ཁོང་གིས་གཞུང་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་གྲངས་བཅུ་ཕྲག་ཁ་ཤས་ལས་རྐྱེན་ལམ་དུ་ཕྱིན་མེད་པའི་སྙོམ་ཚིག་དེར་དགག་པ་བརྒྱབ་སྟེ། བོད་ཀྱི་ཕྱོགས་ཁོ་ནར་མི་བརྒྱ་ཕྲག་ཁ་ཤས་རྩིས་མེད་དུ་སོང་ཡོད་པར་ཚོད་དཔག་བྱས་ཡོད་པ་དང་། གསར་འགོད་པ་དང་ཚན་རིག་པ་ཚོ་ས་གནས་དེར་རྟོག་ཞིབ་བྱེད་པར་འགྲོ་རྒྱུར་བཀག་སྡོམ་བྱས་ཡོད་ཅེས་གསུངས་ཡོད།

THE ROOF OF THE WORLD IS CRACKING

LOBSANG SANGAY'S WARNING FOR TIBET

When a glacier collapsed on the Tibet–Nepal border this year, the floodwater reached a Chinese immigration post some twenty minutes later. That gap, argues Dr. Lobsang Sangay, was time enough to sound an alarm that never came. Speaking on the ANI Podcast with Smita Prakash, the former Sikyong (President) of the Central Tibetan Administration turned a single disaster into a sweeping warning about water, power, and identity on the Tibetan plateau.

A FLOOD, THEN SILENCE

Sangay alleges Beijing could have warned downstream Nepal but stayed quiet, then cut internet access within a day to "control the narrative." He disputes the official toll of a few dozen, estimating several hundred missing on the Tibetan side alone, and says journalists and scientists are barred from assessing the site.

བོད་མཐོ་སྒང་གི་ཆུའི་འབར་རྫས།

མཐོ་སྒང་འདི་ལས་འབབ་པའི་གཙང་པོ་ཁག་ལ་རྟེན་ནས་མི་གྲངས་དུང་ཕྱུར་ ༡༢ ཙམ་འཚོ་སྡོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ས་མཚམས་མཐའ་འཁོར་དུ་ཁྲུགས་རོམ་མཚོ་ ༢༠༠༠ ལྷག་ཡོད་པའི་ནང་ནས་བཅུ་ཕྲག་ཁ་ཤས་འབྲུག་ཆུའི་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོའི་ནང་ཡོད་པས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༣༠ ནས་བཟུང་ཁྲུགས་རོམ་རྣམས་སྔར་གསོ་བྱེད་ཐུབ་པ་ལས་མྱུར་བ་བཞུར་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ཉེན་བརྡ་བློ་བཟང་སེང་གེ་མཆོག་གིས་བཏང་ཡོད། ཁོང་གིས་བོད་ཀྱི་ཉེན་ཁ་འདི་ཉིད་རྒྱ་ནག་གཅིག་པུའི་གནད་དོན་མིན་ཞེས་ནན་གྱིས་གསུངས་ཡོད།

ཡར་ཀླུང་གཙང་པོའི་རྫོང་གཞིའི་གནད་དོན།

ཁོང་གིས་རྒྱ་ནག་གིས་རྒྱག་བཞིན་པའི་ཆུ་མཛོད་ ༣༠༠ ཙམ་དེས་ས་ཡོམ་གྱི་ཉེན་ཁ་ཆེ་རུ་གཏོང་གི་ཡོད་པར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་དང་། ཡར་ཀླུང་གཙང་པོའི་ཐོག་འཆར་གཞི་ཡོད་པའི་ལྷུཊ་མེ་ག་ ༦༠,༠༠༠ (60,000 MW) ཅན་གྱི་ཆུ་མཛོད་ཆེན་པོ་དེ་ནི་རྒྱ་གར་གྱིས་འཛིགས་སྣང་བྱེད་དགོས་པའི་མཚོན་ཆ་ཞིག་ཡིན་པར་གསུངས་ཡོད། ཁོང་གིས་བཤད་པ་ལྟར་ན། ཆུ་མཛོད་དེ་ནི་མངོན་མེད་བློ་གྲོས་ (AI) ཀྱི་གཞི་གྲངས་ལྟེ་གནས་ཁག་ལ་གློག་ཤུགས་སྤྲོད་ཆེད་བསྐྲུན་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དེར་རྒྱ་གར་ཤར་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་མངའ་སྡེ་ཁག་ལ་འདོད་ཐོག་ཏུ་ཆུ་ལོག་གཏོང་བ་འམ་ཆུ་བཅད་དེ་མུ་གེ་བསྐྲུན་ཐུབ་པའི་ནུས་པ་ཡོད་ཅེས་གསུངས་ཡོད།

ངོ་བོ་སྲུབ་པ།

སེང་གེ་མཆོག་གིས་བྱིས་པའི་ལོ་ལོན་སློབ་གྲྭ་ནས་ཟུང་རྒྱ་ཡིག་གི་ལམ་ནས་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་དགོས་པའི་ "མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་གྱི་ཁྲིམས་ལུགས་" གསར་པ་དང་། དེ་བཞིན་དགོན་སྡེ་ཁག་རྒྱ་ནག་ཅན་དུ་སྒྱུར་བའི་ལས་གཞི་བཅས་ལ་མཇུབ་སྟོན་གྱིས་དེ་ནི་རིག་གཞུང་རྩ་མེད་བཟོ་བའི་སྦྱོར་བ་ངེས་ཅན་ཞིག་ཡིན་པའི་ར་སྤྲོད་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། དོན་ཚན་༦༣ པའི་ནང་དུ་ཁོང་གིས་ཉེན་བརྡ་གཏོང་གི་ཡོད་པ་ནི། " རྒྱལ་མཚམས་ལས་འདས་པའི་མནར་གཅོད་" ནི་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་སྐྱོན་བརྗོད་པ་ཚུད་པའི་མི་སྣ་ཚང་མར་ཁྱབ་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་རེད།

༡༤གོང་ས་༡༤ལྔ་པའི་བླ་མ་སྐོར་གྱི་འཐབ་རྩོད།

དབྱུང་ལོ་ ༩༧ ལ་ཕེབས་བཞིན་པའི་ཏཱ་ལའི་བླ་མ་མཆོག་གི་སྐོར་ལ་སེང་གེ་མཆོག་གིས་གསུངས་དོན། ཡང་སྲིད་རྗེས་མ་དེ་རྒྱ་ནག་ཕྱི་ལོགས་སུ་འཁྲུངས་རྒྱུ་ཡིན་པར་ནན་གྱིས་བརྗོད་ཅིང་། ཁོང་གིས་ "རྫུན་མ་ཅིག་དང་བདེན་པ་ཅིག" ཡོང་རྒྱུ་ཡིན་པའི་སྔོན་དཔག་གནང་བ་དང་། འཛམ་གླིང་སྐྱེ་འགྲོ་ཚོས་གང་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་མིན་ནི་དད་པ་དང་ཡིད་ཆེས་ཀྱིས་ཐག་གཅོད་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད།

རྒྱ་ནག་ཉམས་རྒུད་དུ་འགྲོ་བར་ཐིག་པ།

ཡིན་ནའང་ཁོང་གིས་རེ་བའི་སྤོབས་པ་དང་བཅས་ཏེ་མཇུག་བསྡུས་ཡོད། འཛམ་གླིང་དཔལ་འབྱོར་ནང་རྒྱ་ནག་གི་ཐོན་སྐྱེད་ཟིན་ཆ་ཆུང་དུ་འགྲོ་བ་དང་། བུ་ལོན་གྱི་ཁྱིད་ལྷག་ཆེ་རུ་འགྲོ་བ། མི་འབོར་གྱི་གྲངས་འབོར་མྱུར་དུ་ཉམས་པ་བཅས་ལ་ཁྲུངས་བཅོལ་ནས། སེང་གེ་མཆོག་གིས་པེ་ཅིང་གི་མངའ་ཐང་ནི་ "ཡང་རྩེར་སོན་ཟིན་པར་" ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཁོང་གིས་ ༢༠༡༥ ལོར་བཏོན་པའི་ "ལོ་ ༥ དང་ ༥༠" ཡི་འཆར་སྣང་ལྟར་ན། ༢༠༦༥ ལོར་རྒྱ་ནག་གི་ནུས་པ་སྟོབས་ཟད་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་ཡིན་པར་སྔོན་དཔག་གནང་བ་དང་སྦྲགས། བོད་མི་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་སྐད་ཡིག་མི་ནུབ་པར་སྲུང་བ་དང་། ཕྲུ་གུ་སྐྱེ་ཕེལ་བྱེད་པ། རང་གི་མ་འོངས་པའི་མདུན་ལམ་ཕྱིར་ལེན་པར་གོ་སྒྲིག་ཡོད་པའི་མི་རབས་གསར་པ་ཞིག་གསོ་སྐྱོང་བྱེད་དགོས་པའི་བསྐུལ་མ་གནང་ཡོད།

སྐྱི་ཏ་པྲ་ཀཱ་ཤི་དང་མཉམ་དུ་བཅར་འདྲི་ཞུས་པའི་ཨེ་ཤེན་ཨའི་གསར་འགྱུར་གྱི་གླེང་སྟེགས་ལེ་ཚན། འདིའི་ནང་དབུས་བོད་མིའི་སྲིག་འཛུགས་ཀྱི་སྲིད་ཟུར་སློབ་དཔོན་བློ་བཟང་སེང་གེ་མཆོག་གདན་འདྲེན་ཞུས་ཡོད།

THE PLATEAU'S WATER BOMB

The plateau feeds rivers on which roughly 1.2 billion people depend. With more than 2,000 glacial lakes along the border — dozens at high risk of bursting — Sangay warns that from 2030 glaciers will melt faster than they can replenish. Tibet's crisis, he stresses, is no longer China's alone.

THE BRAHMAPUTRA FLASHPOINT

He links China's estimated 300 dams to rising seismic stress, and calls the planned 60,000 MW mega-dam on the Brahmaputra a weapon India should fear — built, he claims, to power AI data centres, with the capacity to flood or starve India's northeast at will.

ERASING AN IDENTITY

Sangay points to a new "ethnic unity law" mandating Chinese-medium schooling from kindergarten, alongside the sinicization of monasteries, as evidence of deliberate cultural erasure. Article 63, he warns, extends "transnational repression" even to foreign critics.

THE BATTLE OVER THE DALAI LAMA

On the Dalai Lama, who turns 91, Sangay insists the next reincarnation will be born outside China — leaving, he predicts, "a fake one and the real one," with faith deciding which the world follows.

A WAGER ON CHINA'S DECLINE

Yet he closes on hope. Citing China's shrinking share of the world economy, mounting debt, and demographic collapse, Sangay believes Beijing has "peaked." His "5-50" outlook, framed in 2015, foresees a weakened China by 2065 — and urges Tibetans to preserve their language, raise families, and educate a generation ready to reclaim its future.

SOURCE: THE ANI PODCAST WITH SMITA PRAKASH, FEATURING DR. LOBSANG SANGAY, FORMER SIKYONG OF THE CENTRAL TIBETAN ADMINISTRATION.

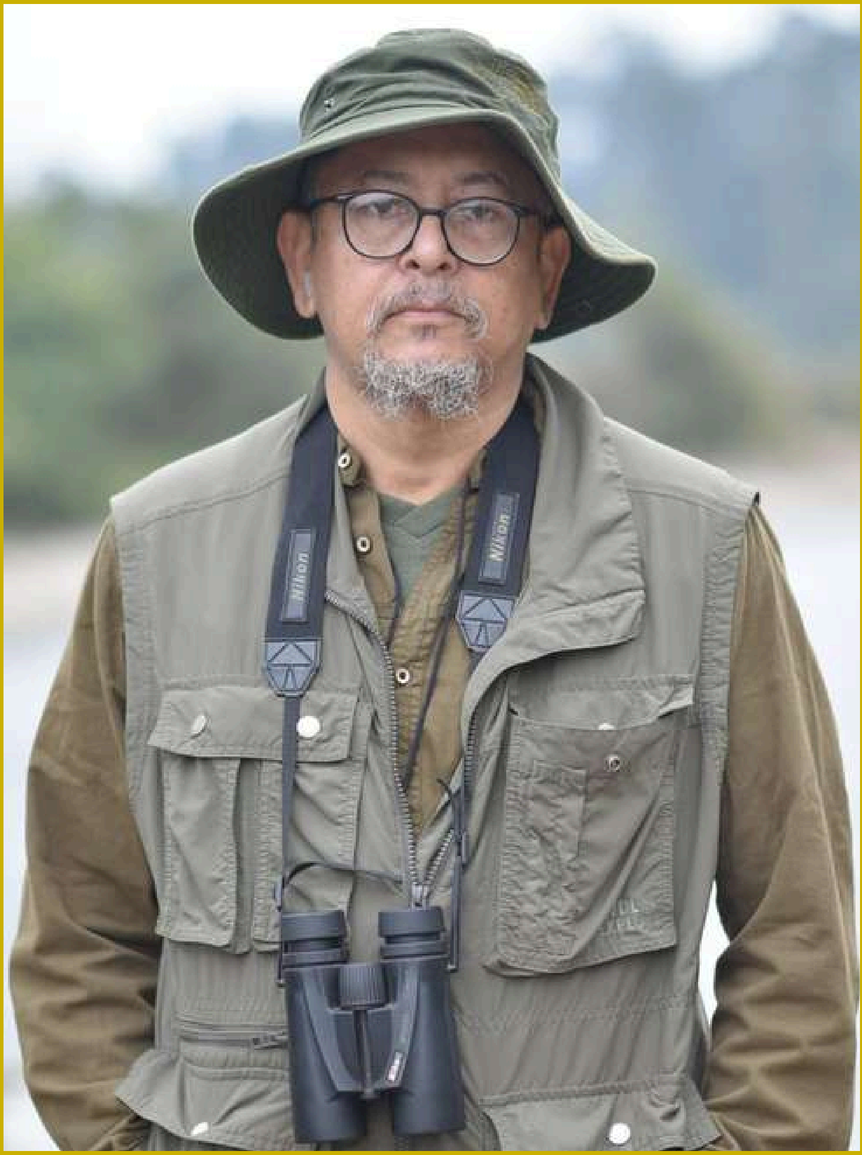
ཡོངས་རྫོགས་ནག་ཉེས་ཅན་རེད། ཁོ་ཚོ་ནི་སྲིན་པོ་རེད།

ཨ་སམ་གྱི་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོབ་པ་ཞིག་གིས་རྒྱ་ནག་ལ་འཛིན་པའི་བསམ་ཤེས།

ཁོང་གིས་གཞུང་འབྲེལ་སྐད་ཆའི་ཐབས་མཁས་ལ་རེ་བ་མ་བྱས། ༢༠༢༥ ལོའི་བོད་ཀྱི་སྙིང་སྟོབས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་ཐོག་ལོ་བཅུ་ཕྲག་བཞི་ལྷག་གི་རྩ་བ་ནས་གཞི་རིམ་གྱི་ལས་འགུལ་གཉེར་མཁན་ཨ་སམ་གྱི་རང་བྱུང་ཚན་རིག་མཁས་པ་སོ་མི་ཊེ་པི་ཊ་ཏ་ཡིས་ཉེ་འཁོར་གྱི་ལྗོངས་འདིར་ཡོངས་གྲགས་སུ་ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ་བྱེད་མ་སྐྱོབས་པའི་གནད་དོན་དེའི་མིང་ནས་བཟུང་སྟེ་བཤད་ཡོད། དེ་ནི་ཧི་མ་ལ་ཡ་རིམ་གྱིས་ཉམས་རྒུད་དུ་གཏོང་མཁན་གྱི་བྱེད་པོ་དེ་ལ་མིང་གཅིག་ཡོད་པ་ནི་རྒྱ་ནག་གཞུང་ཡིན་པ་དེ་རེད།

དངུལ་ཞེན་ཆེ་བའི་ཁོར་ཡུག་ལ་བར་ཆད་ཆེན་པོ་ལྟུང་བ།

ཧྲི་དྷཱ་མཆོག་གིས་གསུས་པ་དང་བཅས་གསུང་དོན། ཁོང་གིས་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ནི་ཆོས་ལུགས་དང་རྟེན་གཅིག་པུ་མ་ཡིན་པར། ཁོར་ཡུག་རིག་པའི་གནས་ལུགས་ཤིག་ཀྱང་ཡིན་པར་གསུངས་ཤིང་། དེ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་གཙང་པོ་དང་། ཁྲུགས་རོམ། གངས་རི། མཚོ་དང་མཚེའུ་རྣམས་དམ་པའི་གཉེར་གཏད་ལྟ་བུར་འཛིན་པའི་ལྟ་བ་ཞིག་ཡིན་པར་བསྟན་ཡོད། ཁོང་གིས་འཛམ་གླིང་འདིའི་སྟེང་གི་འབྱུང་བ་ཆེས་ཉམས་ཆུང་ཤོས་དང་བྱིན་རླབས་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་སྐྱེ་ལྡན་ཁོར་ཡུག་དེ་ཉིད་ཡིན་པས། དེ་ཉིད་གཏོར་བཤིག་གཏོང་བ་ནི་དགོངས་ཡངས་གནང་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད།



THEY ARE THE CULPRIT THEY ARE THE MONSTER

AN ASSAM ENVIRONMENTALIST'S RECKONING WITH CHINA

He did not reach for diplomatic language. At Spirit of Tibet 2026, veteran Assam naturalist Soumyadeep Datta-founder of the four-decade grassroots movement Nature's Beckon-named what the region is often too polite to say aloud: that the slow ruin of the Himalaya has an author, and its name is the Chinese state.

A SACRED ECOLOGY UNDER SIEGE

Datta began with reverence. Tibetan Buddhism, he argued, is an ecology as much as a faith- a worldview that treats her rivers, her glaciers, her snow peaks and her lakes as sacred trusts. This is the world's most fragile and most blessed ecosystem, he said, and that is exactly what makes its destruction unforgivable.

འབྱོར་མེད་ཁྲུངས་སྐྱེལ་འོས་པོ།

ཁོང་གིས་སྐྱོན་བརྗོད་ནོ་ཤོར་ཞོར་དེ་ཚང་མས་སྤྱོད་བདེ་བའི་ཚིག་གྲུབ་ཅིག་ལ་བཏང་ཡོད། ནྡ་ཏྟ་ཡིས་སྔོན་བརྡ་བཏང་དོན། "གནམ་ཞིས་འགྱུར་ལྡོག" ཅེས་པ་དེ་རྒྱ་ནག་གི་ཁག་དཀྲི་བྱེད་ས་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ནས། བཙན་འཛུལ་བྱེད་པོ་དེ་ཉིད་གནོད་འཚེ་ཕོག་ཡུལ་གཅིག་པ་ལྟ་བུར་སྒྱུར་ཐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཁོང་གིས་ "ང་ཚོ་ཡང་གནམ་ཞིས་འགྱུར་ལྡོག་གི་གནོད་འཚེ་ཕོག་ཡུལ་ཡིན་" ཞེས་པའི་ཁག་འཕེན་དེར་ཟུར་ཟ་བྱེད་བཞིན། "ད་ཅང་ལས་སླ་པོ་རེད་" ཅེས་གསུངས་ཡོད། ཁོང་གིས་གནོད་འཚེ་དེ་ནི་ཆེད་གཉེར་གྱིས་བཟོས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་ཡང་ཡང་ནན་གྱིས་བསྟན་དོན། "ཁོང་ཚོས་སྔོན་ཚུད་ནས་གནོད་འཚེ་བཟོས་ཟིན་" ཞེས་གསུངས་ཡོད།

ང་ཚོས་ཅི་ཡང་ཤེས་ཀྱི་མེད།

·ཁོང་གིས་འཛིགས་སྣང་སྐྱེ་བའི་སྐྱུར་བློས་དེར་ཡང་ཡང་ལོག་ནས། "ང་ཚོས་ཅི་ཡང་ཤེས་ཀྱི་མེད།" ཅེས་གསུངས་ཡོད། གནས་སྡུད་རྣམས་ཕྱིར་གཏོང་མ་བྱས་པར་ཉར་བ་དང་། གནས་ཚུལ་རྣམས་བཀག་སྡོམ་བྱས་པས། ཆུ་མཛུག་ཏུ་ཡོད་པའི་འཛམ་གླིང་འདི་ཉིད་སྨྱོང་བ་མངོན་གསལ་ཡིན་ཡང་མིག་ལོང་བའི་གནས་སུ་ལྷུང་ཡོད། ཁོང་གིས་ "ཁོང་ཚོས་དེ་ལྟར་བྱས་ཟིན། ང་ཚོ་ཚང་མས་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་བཞིན་ཡོད་" ཅེས་གསུངས་ཡོད། ཁོང་གི་དགོས་འདུན་ནི་སྙིང་རྗེ་ཙམ་མིན་པར། ཁག་ཐེག་དང་གནས་སྡུད་དྭངས་གསལ་ཡིན་དགོས་པ་དེ་ཡིན་ཡང་། རྒྱ་ནག་གིས་དེ་ལྟར་བྱེད་རྒྱུར་ངོས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་མེད།

མཐུན་མོང་གི་ཁེ་ཕན།

·ཧྣ་ཏྟ་ཡིས་ཉན་བརྡ་གཏོང་དོན། འདི་ནི་རྒྱ་ནག་གཅིག་པུའི་དཀའ་ངལ་མིན་པར། རྒྱ་གར་དང་བོད་གཉིས་ཀས་གཙང་པོ་གཅིག་གི་ཆུ་འཐུང་གི་ཡོད་པས། རང་ཉིད་ "ཉེན་ཡོལ་གྱི་གནས་བབ་" ནང་སྡོད་ཐབས་མེད། ཁོང་གིས་རྩོད་གླེང་གནང་བ་ལྟར་ན། ཉེན་ཁ་འདི་ནི་ཁོར་ཡུག་གི་གནད་དོན་རྐྱང་པ་མིན་པར། སྲིད་དོན་གྱི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་པས། རྒྱ་གར་དང་བོད་མི་རྣམས་མཉམ་དུ་ལངས་ཏེ་ཕྱག་ལས་གནང་དགོས་པའི་རེ་བ་བཏོན་ཡོད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཁོང་ཚོས་དེ་ལྟར་མ་བྱས་བར་དུ་གང་ཡང་འགྱུར་བ་འགྲོ་མི་ཐུབ།

ཁས་བློ་གཏད་བཅོལ་བའི་མཚོན་ཆ།

·འོན་ཀྱང་ཁོང་གིས་ཡིད་ཆད་ཀྱི་ནང་མཇུག་བསྡུས་མེད་པར། ཐབས་ཇུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་མཇུག་བསྡུས་ཡོད། ཁོང་གིས་གསུངས་དོན། དཔལ་འབྱོར་གྱི་རིགས་རམ་ནི་ "གནམ་ཞིས་འགྱུར་ལྡོག" རྐྱང་པའི་ཐོག་ལ་ནམ་ཡང་མི་འགྲོ་བར། དེ་ནི་མི་མང་བརྒྱུད་ནས་འགྲོ་ཡི་ཡོད། མི་མང་གི་མཉམ་ཞུགས་བརྒྱུད་ནས་རི་སྐྱེས་སྲོག་ཆགས་སྲུང་སྐྱོབ་གླིང་ག་ཁག་བསྐྲུན་མྱོང་བས། ཁོང་གི་ཐབས་ལམ་ནི་གསལ་པོ་ཡིན་ཏེ། མི་མང་ལ་རྒྱུ་མཚན་བཤད་ནས་ཡིད་ཆེས་བློ་འགུག་བྱེད་དགོས། དེ་ནས་མི་མང་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱི་འཐུས་རྣམས་ལ་ཡིད་ཆེས་བློ་འགུག་བྱེད་ཅིང་། སྤྱི་འཐུས་ཚོས་གནད་དོན་དེ་ཚོགས་ཁང་རྣམས་སུ་གླེང་སློང་བྱེད་ཀྱི་རེད། "ང་ཚོ་ནི་ལས་འགུལ་བ་ཡིན་པས། ང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ས་ཐོག་ཏུ་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན།"

ཁུངས། སེམས་ཉིད་བོད་ཀྱི་ཚོགས་ཆེན་ ༢༠༢༥ གི་ཁོར་ཡུག་བསྒྲོ་གླེང་ཚོགས་ཚུད་ཐོག་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོབ་པ་སོའུ་མྱ་དྷིབ་ཧྣ་ཏྟ་ (SOUMYADEEP DATTA, NATURE'S BECKON, ཨ་སམ་) མཆོག་གིས་གནང་བའི་གསུང་བཤད།

THE CONVENIENT ALIBI

His sharpest charge was aimed at a phrase everyone finds comfortable. "Climate change," Datta warned, has become China's alibi — a way to recast the aggressor as a fellow victim. "We are the victim of climate change — very easy," he said, mimicking the excuse. The damage, he insisted, is deliberate: "Already they have done the damage."

A SHARED STAKE

Datta warned that this is not China's problem alone — India and Tibet drink from the same rivers and cannot stay in a "safe position." The crisis, he argued, is political, not merely environmental, and demands that India and the Tibetan people stand together and act — because until they do, nothing changes.

WE DON'T KNOW ANYTHING

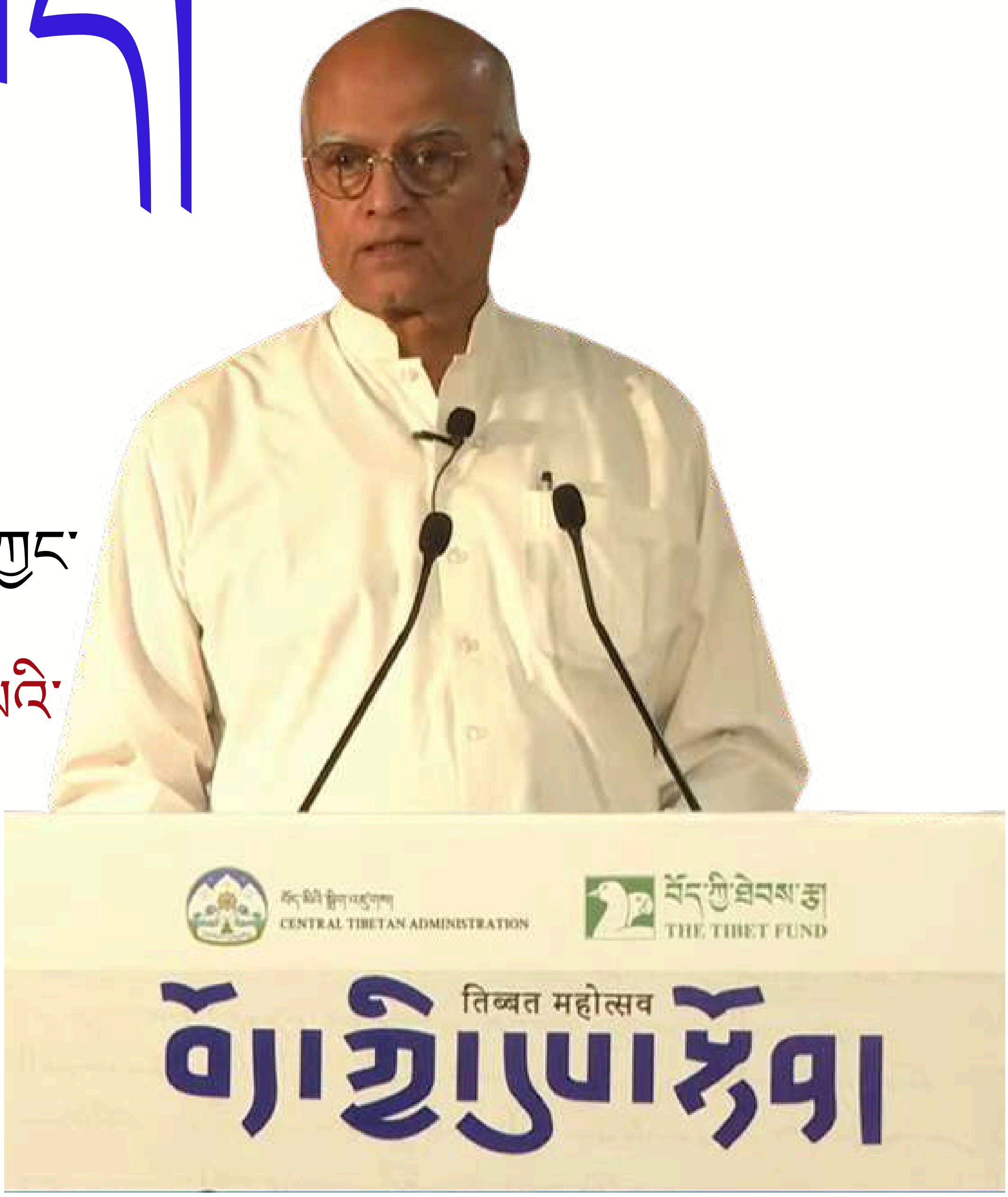
Again and again he returned to one chilling refrain: "We don't know anything." Data is withheld, information shut down, and the world left blind while it suffers downstream. "They have done it. We all suffer," he said. His demand was not sympathy but assurance and data — transparency China refuses to give.

THE WEAPON HE TRUSTS

Yet he ended not in despair but strategy. Funding never flows to "climate change," he noted — it flows through people. Having built wildlife sanctuaries through public participation, his method is plain: convince the people, and they convince their MPs, who raise it in the right forum. "We are the activists — we will do it on our own ground."

SOURCE: REMARKS BY ENVIRONMENTALIST SOUMYADEEP DATTA (NATURE'S BECKON, ASSAM) AT THE ENVIRONMENT PANEL OF SPIRIT OF TIBET 2026.

བོད།



བོད་ནི་རྒྱ་ནག་གི་ སྒོ་གཏན་གང་གིས་ཀྱང་ གསུབ་ཐབས་མེད་པའི་ སྒྲིལ་མཚམས་ ཞིག་རེད།

༢༠༢༦ ལོའི་ "བོད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་" ཅེས་པའི་མཛད་སྒོའི་ཐོག། རྒྱལ་ཡོངས་བདེ་སྲུང་སློབ་སྟོན་པ་ཤིབ་ཤང་ཀར་མེ་ནོན་གྱིས་རྒྱ་ནག་གིས་བོད་ས་ཆ་བཙན་བཟུང་བྱས་པར་བདེན་དོན་སྟོབས་ཤུགས་ཆེན་པོས་སྙོན་བརྗོད་དྲག་པོ་གནང་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་གི་གསུང་བཤད་དེ་ཡིས་པེ་ཅིང་གིས་བཙར་གྱུབ་མཐའ་དག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བདེན་པའི་ཐོག་ནས་དྲངས་མ་ཕྱེ་ཡོད།

ལྷུགས་སྐྱུད་གཟེ་མ་ར་མགོའི་ས་མཚམས།

མེ་ནོན་མཆོག་གི་བྱིས་དུས་ཀྱི་འཚོ་བ་ལྷ་སར་བསྐྱལ་ཡོད་ཅིང་། ཁོང་གིས་༢༠༥༠ ལོར་རྒྱ་ནག་གིས་བོད་ལ་བཙན་འཛུལ་མ་བྱས་པའི་སྔོན་དུ། རྒྱ་གར་དང་རྒྱ་ནག་གཉིས་MAJ-BAR ས་མཚམས་ཐུན་མོང་བ་མེད་པའི་དྲན་གསོ་གནང་ཡོད། ཐར་ཞི་བདེ་དང་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་ས་མཚམས་ཡིན་པ་དེ་ཉིད། པེ་ཅིང་མ་འབྱོར་བའི་སྔོན་ལ་མེད་པའི་"འཛམ་གླིང་ནང་གི་ས་མཚམས་རྩོད་རྙོག་ཆེ་ཤོས་" ཏེ—"ལྷུགས་སྐྱུད་གཟེ་མ་ར་མགོའི་བསྐོར་བའི་རྨ་ཁ་ཁ་ཕྱེ་བ་ཞིག" ཏུ་གྱུར་ཡོད།

TIBET

THE HINGE CHINA CANNOT ERASE

At Spirit of Tibet 2026, veteran diplomat and former National Security Adviser Shivshankar Menon delivered a quietly devastating verdict on China's occupation of Tibet — a lecture that stripped Beijing's claims down to their historical bones.

A BORDER WRITTEN IN BARBED WIRE

Menon, whose own childhood was spent in Lhasa, reminded the audience that India and China shared no common border until China invaded Tibet in 1950. What was once a peaceful, customary frontier became "the world's largest boundary dispute" — an "open wound in barbed wire" that did not exist before Beijing arrived.

པེ་ཅིང་གིས་བརྗེད་པར་འདོད་པའི་ལོ་རྒྱུས།

ཁོང་གིས་རྒྱ་ནག་གི་བདག་དབང་བཤད་པའི་སྒྲུང་དེ་ཚོ་གཞི་ནས་བཤིགས་ཡོད། ལོ་རྒྱུས་ཕལ་ཆེ་བའི་ནང་རྒྱ་ནག་གིས་བོད་ལ་འཛིན་པའི་དབང་ཆ་ནི་"མེད་པ་འམ་ཡང་ན་བར་ཆད་ཅན་ཞིག" ཡིན། བོད་ཀྱིས་མན་ཇུ་གོང་མ་ལྟར་དུ་རོགས་རམ་ཞུས་སྐབས། པེ་ཅིང་གིས་"འདི་ནི་ང་ཚོའི་གནས་དོན་མིན" ཞེས་ལན་བཏབ་ཡོད། ཐང་༡༩༥༧ ལོའི་གྲོས་མཐུན་ནང་དུའང་བོད་པ་རྣམས་"ཁྲིམ་ཚང་ཆེན་པོའི་ནང་ཕྱིར་ལོག་པ" ཞེས་བཀོད་ཡོད་པ་དེས། མི་ནོན་མཆོག་གིས་ཟུར་ཟ་དང་བཅས་གསུངས་པ་ལྟར། བོད་ནི་རང་རྒྱུད་དང་རང་དབང་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་སྟོན་ཡོད། དེ་རིང་གི་བཤད་པ་དེ་དག་ནི་རྒྱལ་ཞེན་རིང་ལུགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་དོན་དུ་བཟོས་པའི་"དེང་རབས་ཀྱི་སྒྲུང་བཟོ" ཁོ་ན་ཡིན་པར་ཁོང་གིས་རྟོད་གླེང་གནང་ཡོད།

འཚོ་བཞིན་པའི་རིག་གཞུང་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་།

ཁོང་གིས་རྒྱ་ནག་གི་མི་རིགས་བསྲེས་ལྟད་ཀྱི་སྲིད་ཇུས་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་ནོ་ངར་ཅན་གནང་ཡོད། དེ་ཡང་མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་གྱི་ཁྲིམས་ལུགས་གསར་པ་དང་། སློབ་གྲྭ་དང་དགོན་སྡེའི་ནང་བོད་ཡིག་གི་ཚབ་ཏུ་རྒྱ་ཡིག་སྤྱོད་པ། དེ་བཞིན་ཡང་སྲིད་འདེམས་སྒྲུག་ཀྱང་དམར་ཤོག་ཚོགས་པའི་ཡོངས་སུ་འཛིན་ཟིན་བྱས་ཡོད། པེ་ཅིང་གིས་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་རྣམས་"ཀློས་གར" ལྟ་བུར་བསྒྱུར་ཡོད་དེ—ཆས་སྤྲས་པ་དང་། འཁྲབ་སྟོན་བྱེད་པ། དེ་ནས་སྙིང་པོ་མེད་པར་བཟོས་ཡོད་ཅེས་ཁོང་གིས་གསུངས་ཡོད། དེ་བཞིན་དཀོན་མཆོག་ཁས་མི་ལེན་མཁན་ཚོས་"གོང་ས་"ཏྟ་ལའི་བླ་མའི་ཡང་སྲིད་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཐུབ་པའི་"བསམ་བློ" དེ་ནི་དངོས་ནས་ཧ་ཅང་གཏན་ནས་མི་སྲིད་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་ཁོང་གིས་ཁ་སྣོན་གནང་ཡོད།

པེ་ཅིང་གིས་མཐོང་ཆུང་བྱེད་པའི་གནས་དོན།

ཡིན་ནའང་མི་ནོན་མཆོག་གི་མཇུག་བསྡོམས་ནི་རེ་བ་གསར་པས་ཡོངས་སུ་ཕྱུག་ཡོད། གཞན་དག་ཡལ་བར་གྱུར་པའི་ཁྲོད་དུའང་བོད་ཀྱི་ངོ་བོ་ནི་གསོན་པོར་གནས་ཡོད་པ་དེས། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྟོབས་ཤུགས་ནི་གནས་སྐབས་ཙམ་ཡིན་པ་དང་"དེང་སྣང་རིང་ལུགས" (PRESENTISM) ནི་རྨི་ཞིག་ཡིན་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་བསྟན་ཡོད། རྒྱ་ནག་གི་དབང་བསྒྱུར་ལས་གཏན་འཁགས་ཡིན་པ་ཅི་ཡང་མེད། དཔྱའི་ལས་ PARADOX འམ་བྱེད་སྒོ་ནི་སྟོབས་ཤུགས་ཀྱི་ཡང་ལྡིང་ལ་འགྱུར་བ་མ་ཕྱིན་བར་དུ་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་དང་བསམ་བློའི་གསོན་ཤུགས་དེ་ཉིད་གསོན་པོར་ཉར་རྒྱུ་དེ་ཡིན།

ཁུངས། བོད་ཀྱི་ཐེབས་རྩ་ཁང་གི་ཤེས་རབ་འོད་ཟེར་ལགས་ཀྱིས་གཙོ་སྐྱོང་གནང་བའི་ ༢༠༢༦ ལོའི་ "བོད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་" མཛད་སྒོའི་ཐོག་གཞུང་ཚབ་པ་ཤིབ་ཤང་ཀར་མི་ནོན་མཆོག་གིས་གནང་བའི་གསུང་བཤད།

HISTORY BEIJING WOULD RATHER FORGET

He dismantled China's ownership narrative point by point. For most of history, Chinese authority in Tibet was "non-existent or intermittent." When Tibet appealed to imperial China for help, Beijing replied it was "not our problem." Even the 1951 agreement spoke of Tibetans "returning to the family" — an admission, Menon noted dryly, that Tibet had been separate and free all along. The claims made today, he argued, are "modern myths" manufactured to serve a nationalist state.

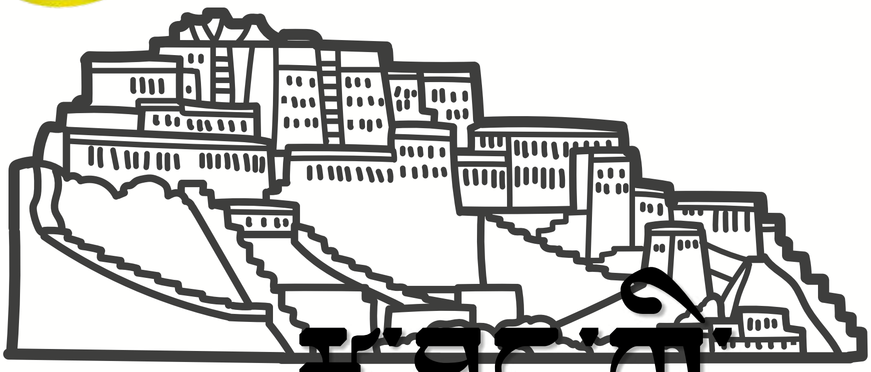
THE MUSEUM OF A LIVING CULTURE

Most cutting was his portrait of China's assimilation drive: the new ethnic-unity law, Tibetan language replaced by Chinese in schools, monasteries and even reincarnation placed under Party control. Beijing, he said, has reduced minorities to "theatre" — dressed up, performed, then gutted of meaning. And the "very idea that a group of atheists can decide the reincarnation" of the Dalai Lama, he added, is simply absurd.

WHAT BEIJING UNDERESTIMATES

Yet Menon's conclusion was defiantly hopeful. Tibetan identity has survived where others vanished — proof, he suggested, that state power is temporary and "presentism" a trap. Nothing about China's dominance is permanent. The task now is to keep Tibet's culture and idea alive until the balance shifts.

SOURCE: *LECTURE BY AMBASSADOR SHIVSHANKAR MENON AT SPIRIT OF TIBET 2026, CHAIRED BY SHERAB WOESER OF THE TIBET FUND.*



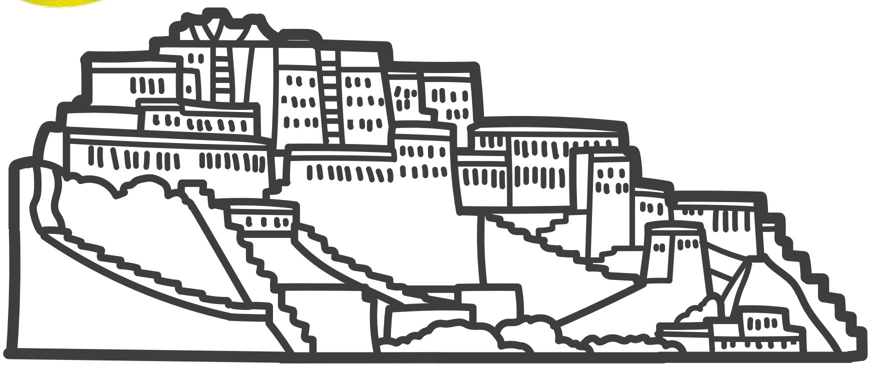
རྩྭ་ཐང་གི་གསར་ནས།

བོད་པའི་འབྲོག་པ་གཉིས་ལ་ ༢༠༢༥ ལོའི་"འབྲོག་ས་ཉམས་གསོ་བྱས་པའི་བྱ་དགའ" (RANGELAND RESTORATION AWARDS) ཐོབ་ཡོད་པ་དང་། འདི་ནི་ཉམས་རྒུད་དུ་ཕྱིན་པའི་རྩྭ་ཐང་ལ་ཉམས་གསོ་བྱེད་པ་དང་ བོད་ཀྱི་འབྲོག་པའི་རིག་གནས་གསོན་པོར་ཉར་རྒྱུའི་འཐབ་རྩོད་ལ་འཛམ་གླིང་ནས་ངོས་འཛིན་ཐོབ་པའི་གཟེངས་རྟགས་ཞིག་ཡིན། འཛམ་གླིང་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་"རྒྱལ་སྤྱིའི་འབྲོག་ས་དང་འབྲོག་པའི་ལོ" ཡི་ཁྲུབ་ཁོངས་ནས་གསལ་བསྒྲགས་བྱས་པའི་བྱ་དགའ་འདི་ལ། རྒྱལ་ཁབ་ ༢༥ ནས་ཞུགས་མཁན་༡༠ བྱུང་ཡོད་པའི་ཁྲོད་ནས་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་ལག་ལེན་བསྟར་མཁན་ ༢༠ ཁོ་ནར་རྩིས་བཀུར་ཐོབ་ཡོད།

མི་ཚེ་སྐྱོབ་པའི་མཛད་རྗེས་ལ་བོད་མི་གཉིས་ལ་བསྟོད་བསྔགས་ཐོབ་པ།

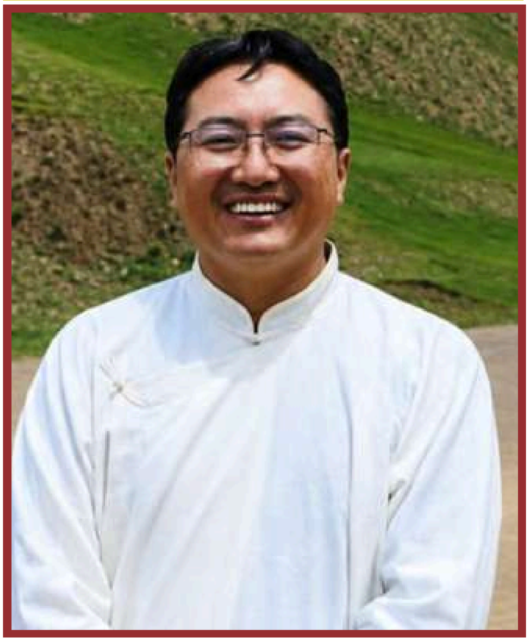
མཐོ་སྒང་གི་རྩྭ་ཐང་ཉམས་གསོ་བྱས་པ།

ཐ་བ་རྫོང་ནས་ཡིན་པའི་ཁྲ་ཚུང་དཔལ་བཟང་ལགས་ ༢༠༡༠ ལོར་རང་ཁྲིམ་དུ་ཕྱིར་ལོག་སྟེ་རང་གི་འབྲོག་སའི་ས་ཆ་ཉམས་རྒུད་དུ་འགྲོ་བའི་དཀའ་ངལ་ལ་ངོ་རྒོལ་གནང་ཡོད། ཁོང་གིས་སྲོལ་རྒྱུན་འབྲོག་པའི་ཉམས་མྱོང་དང་དེང་རབས་སྐྱེ་དངོས་རིག་པའི་ཤེས་བྱ་ཟུང་འབྲེལ་གྱིས། ༢༠༡༣ ལོར་རྩྭ་ཐང་ཉམས་གསོ་བྱེད་པའི་མཉམ་ལས་ཁང་ཞིག་གསར་གཏོད་གནང་། ཁོང་གིས་སེམས་ཤུགས་སྤེལ་བའི་མང་ཚོགས་ཀྱི་ལས་ཀ་འདིས་ མཐོ་སྒང་གི་རྩྭ་ཐང་དང་འདམ་ར་ཧེག་ཏར་ ༡༣༣ ཙམ་ཉམས་གསོ་བྱས་ཡོད་པ་དང་། མི་ ༡༢༠༠ ལྷག་ལ་ཕན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད་པའི་ཁར་རི་སྐྱེས་སྲོག་ཆགས་རིགས་ ༢༣༠ ལྷག་ལ་རོགས་སྐྱོར་བྱས་ཡོད། ཁོང་གིས་བསྐྱུན་པའི་ཉམས་མྱོང་འདི་ཉིད་ཚོགས་པ་ ༡༠ ལྷག་གིས་དཔེ་བཟུང་བྱས་ཡོད།



GUARDIANS OF THE GRASSLAND

Two Tibetan herders have won the Rangeland Restoration Awards 2026, a global honour recognising their fight to heal degraded grasslands and keep Tibet's nomadic culture alive. Declared under the UN's International Year of Rangelands and Pastoralists, the awards drew 90 entries from 26 countries and honoured just 20 practitioners worldwide.



TWO TIBETANS HONOURED FOR SAVING A WAY OF LIFE

REVIVING THE ALPINE MEADOWS

Trachung Palzang, from Dzoge County in Ngawa, returned home in 2010 to confront the erosion of his family's grazing lands. Blending traditional herding wisdom with modern ecology, he founded a grassland restoration cooperative in 2013. His community-led work has revived roughly 933 hectares of alpine grassland and peat wetland, benefiting more than 1,200 people and supporting over 230 wildlife species. His model has since been copied by more than ten organisations.

འབྲོག་པའི་སྐོར་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་པ།

ཡུལ་ཤུལ་འབྲི་སྟོད་རྫོང་ནས་ཡིན་པའི་ཏ་ཤུལ་ཀརྨ་ཆོས་ཤེས་ལགས་ནི་ འབྲོག་པའི་སློབ་གསོ་བ་དང་རིག་གནས་འཛིན་སྐྱོང་བ་ཞིག་ཡིན། ཁོང་གིས་གསར་གཏོད་གནང་བའི་"སྣེ་གླིང་འབྲོག་པའི་སློབ་གྲྭས" སྐྱེ་ཁམས་སློབ་སྦྱོང་དང་སྲོལ་རྒྱུན་ཤེས་བྱ་ཟུང་འབྲེལ་གྱིས་སློབ་མ་དང་འབྲོག་པ་ ༥༠༠༠ ལྷག་ལ་སློབ་གསོ་སྤྲོད་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། ཁོང་ནི་ཤིང་རྡོ་ལུགས་ཀྱི་སྨྲ་ནག་བཟོ་རྩལ་གྱི་གཞུང་ཕྱོགས་ངོས་འཛིན་ཐོབ་པའི་རྒྱུན་འཛིན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། འབྲི་ཆུའི་ཆུ་མགོ་འགོ་མའི་ཉེ་འཁྲིས་ཀྱི་རྩྭ་ཐང་དེག་ཏར་ ༣༣༣ ཙམ་ཉམས་གསོ་བྱས་ཏེ། ཆུ་གཞུང་དང་ཕ་མེས་ཀྱི་ཤུལ་བཞག་རིག་གནས་གཉིས་ཀར་སྲུང་སྐྱོབ་གནང་ཡོད།

དཀའ་ངལ་ལས་བརྒལ་བའི་ངོས་འཛིན།

བྱ་དགའ་འདི་དག་ཐོབ་པ་ནི་དཀའ་ངལ་ཆེ་བའི་དུས་སྐབས་ཤིག་ལ་འཁེལ་ཡོད། མཐོ་སྒང་ཡོངས་ལ། ཡར་རྒྱས་ཀྱི་མིང་ཐོག་ནས་བསྒྲུན་པའི་གཞུང་ལམ་དང་། ཆུ་མཛོད། གཏེར་ཁ། ཆུ་རགས་བཅས་ཀྱིས་ཕ་མེས་ནས་བརྒྱུད་པའི་འབྲོག་ས་རྣམས་མེད་པར་བཟོ་བཞིན་ཡོད་པས། བོད་ཀྱི་འབྲོག་པ་རྣམས་ལ་གནོན་ཤུགས་ཆེ་རུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། རྒྱ་ནག་གི་སྲིད་ཇུས་འོག འབྲོག་པ་མང་པོ་ཞིག་དུས་ཚིགས་རྩྭ་ར་ནས་ལྷུགས་ཆེར་གྱིས་བསྐོར་ཏེ་ཕྱིར་བསྐྲད་པ་དང་། གཏན་དུ་སྡོད་པའི་གཞིས་ཆགས་ནང་འཕུད་ཡོད། དེས་ས་ཆ་དུམ་བུར་གཏོར་བ་དང་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་ཤེས་རབ་རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་པར་དཀའ་ངལ་བཟོས་ཡོད། རྒྱབ་ལྗོངས་དེའི་འོག་ནས། སྐྱེས་བུ་དེ་གཉིས་ལ་ངོས་འཛིན་ཐོབ་པ་ནི་ཁོར་ཡུག་གི་གཟེངས་བསྟོད་ཙམ་མ་ཡིན་པར—བོད་ཀྱི་འབྲོག་པའི་སེམས་ཤུགས་ཉམས་མེད་པར་གནས་པའི་ཁུངས་སེམ་དང་སྒྲུབ་བྱེད་ཅིག་ཀྱང་ཡིན།

TEACHING THE NOMAD'S KNOWLEDGE

Hashu Karma Choshas, from Drido County in Yushu, is a nomadic educator and cultural custodian. His Polar Nomadic School — pairing ecological learning with traditional knowledge — has reached over 5,000 students and herders. A recognised bearer of Shengto-style black-tent craftsmanship, he has restored some 333 hectares of grassland near the headwaters of the Yangtze, guarding both water sources and heritage.

A RECOGNITION AGAINST THE ODDS

The awards land at a precarious moment. Across the plateau, Tibetan pastoralists face intensifying pressure as roads, dams, mines and reservoirs — built in the name of development — swallow ancestral grazing grounds. Under Chinese policies, many nomads have been fenced out of seasonal pastures and pushed into fixed settlements, fragmenting the land and straining the transmission of Tibetan language and knowledge.

Against that backdrop, the two men's recognition is more than an environmental accolade — it is quiet proof that Tibet's nomadic spirit endures.

ཟས་སྦྱོར་རིག་གནས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག

ཤ་བག་ལེབ།

(བོད་ཀྱི་ཤ་བག་ལེབ།) ནི་བོད་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་ཟས་རིགས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་ཤ་བསྲེགས་མ་སྟེ་གཙོ་བོ་གཡག་ཤའམ་གླང་ཤ་བརྟུམས་ནས་ཕྱེ་མ་སྲབ་མོའི་ནང་བཙུག་སྟེ་སེར་པོར་མ་སོང་བར་བསྲེགས་པ་ལས་གྲུབ་པ་ཡིན། མི་རབས་ནས་མི་རབས་བར་གཅེས་སུ་འཛིན་པའི་ཟས་རིགས་འདི་ནི་ཁྱིམ་ཚང་གི་ཐབ་ཚང་དང་། མགྲོན་བསུ་བྱེད་སའི་ཟས་རིགས། གྲང་དར་ཆེ་བའི་ཉི་མ་ལ་ཡའི་གནམ་གཤིས་དང་འཚམ་པའི་སྤྲོ་སེམས་འཕོལ་བའི་ཟས་རིགས་ཤིག་ཡིན། དེའི་ཕྱི་ཤུན་ཁྲབ་མ་དང་ནང་གི་ཤ་ཚིལ་བྲོ་བ་ལྡན་པ་དེས་བོད་ཀྱི་ལག་ཤེས་བཟོ་རྩལ་གྱི་ཆ་ཤས་གལ་ཆེན་ཞིག་གྲུབ་ཡོད་པ་མ་ཟད། འདྲོག་པའི་འཚོ་བའི་བྲོ་བ་དེ་དེང་སང་གི་བོད་ཀྱི་ཁྱིམ་ཚང་དང་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དྲངས་ཡོད།

THE CULINARY CULTURAL LANDSCAPE

SHA PHALEY

(Tibetan Meat-Filled Bread) is a traditional Tibetan dish made by enclosing seasoned meat, often yak or beef, in a thin layer of dough and frying it until golden. Cherished for generations, it is a hearty food associated with family kitchens, hospitality, and the cold Himalayan climate. Its crisp exterior and warm, savoury filling make it a beloved part of Tibet's culinary heritage, carrying the flavours of pastoral life into Tibetan homes and communities today.

འཛམ་གླིང་ཡང་ཐོག་བརྒྱུད་ནས།

གནམ་མཚོ་མཚོ།

ཇོ་ཁང་གཙུག་ལག་ཁང་།

བཀྲ་ཤིས་ལྷུན་པོ་དགོན།

ACROSS THE ROOF OF THE WORLD

NAMTSO LAKE

JOKHANG TEMPLE

TASHILHUNPO MONASTER

བོད་ཀྱི་མདུན་ས།
TIBETAN FRONTLINE
བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་པ།
PRESERVE TIBETAN CULTURE
TRANSLATED BY -
TENZIN MINLAY
WWW.TIBETANFRONTLINE.COM