ཀོ་ཝིད་ཊ་-19 སྤྱི་དམངས་འཕྲོད་བསྟེན་ཛ་དྲག་སྐབས་སུ་ཉེན་ཁ་མེད་པའི་ཐོག་ནས་འགྲོ་འོང་བྱེད་པ།

ཀོ་ཝིད་ཊ་-19 མུ་མཐུད་ནས་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁག་གི་ནང་དུ་ཁྱབ་གདལ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། ང་ཚོས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ནང་དུ་ལས་ཀ་དང་། སློབ་གྲྭ། དགོས་མཁོ་གཞན་དག་གི་ཆེད་དུ་ཕར་ཚུར་འགྲོ་འོང་བྱེད་པའི་དུས་སུ། མུ་མཐུད་ནས་བྱ་ཐབས་ཁག་ལག་བསྟར་གནང་སྟེ་ཀོ་ཝིད་ཊ་-19 ཁྱབ་གདལ་སྔོན་འགོག་གི་ཆེད་དུ་ཕན་རོགས་གནང་དགོས།

ཁྱེད་ཀྱིས་འགྲོ་འོང་གང་འདྲ་གནང་ཡང་། ཀོ་ཝིད་ཊ་-19 ཁྱབ་གདལ་སྔོན་འགོག་གི་འགག་རྩའི་བྱ་ཐབས་གཙོ་བོ་བཞི་པོ་འདི་དག་དྲན་གསོས་ཐུབ་པ་གནང་དགོས།

- **གལ་སྲིད་ནད་པ་ཡིན་ན་རང་ཁྱིམ་དུ་བཞུགས།** ཁ་རྩ་དགོས་གཏུགས་ཀྱི་སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་ (ཀོ་ཝིད་ཊ་-19 ལྟ་ཚོད་འཚུད་པ་) ཡང་ན་དགོས་ངེས་ཀྱི་མངགས་དོན་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་ཕྱི་ལ་ཐེབས་པ་མ་གཏོགས་དེ་མིན་གལ་སྲིད་ཁྱེད་ནད་པ་ཡིན་ན་རང་ཁྱིམ་དུ་བཞུགས་དགོས།
- **ཕྱིའི་གཟུགས་པོའི་རྒྱང་བསྒྱུད་གནང་དགོས།** མི་གཞན་དག་ས་ནས་ཉུང་མཐར་ཡང་རྐང་ཐག་ཕྱི་ཊེ་ 6 ཉར་གནང་དགོས།
- **གདོང་ཁེབས་ཞིག་གྱོན།** ཁྱེད་ཀྱི་ཉེ་འཁོར་དུ་ཡོད་པའི་མི་ཚོ་སྲུངས། ཁྱེད་ལ་ནད་རྟགས་རིགས་མེད་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱི་ས་ནས་ནད་འགོ་ཁྱབ་པ་དང་ཁྱེད་ཀྱིས་སློ་རྒྱག་དུས་དང་། ཧབ་སྤྲིད་རྒྱག་དུས། ཡང་ན་སྐད་ཆ་ཤོད་པའི་དུས་སུ་ནད་དེ་ཁྱབ་གདལ་གཏོང་ཐུབ། གདོང་ཁེབས་ཀྱིས་ཀོ་ཝིད་ཊ་-19 ཁྱབ་གདལ་ཉུང་དུ་གཏོང་ཆེད་ཕན་ཐོགས་བྱ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད།
- **ལག་པའི་གཙང་སྦྲ་ཡག་པོ་ཉར་གནང་དགོས།** ཁྱེད་ཀྱི་ལག་པ་ཡི་ཙི་དང་ཆུས་ཡང་སེ་བཀྲུ་གནང་དགོས་པ་ཡང་ན་གལ་སྲིད་ཡི་ཙི་དང་ཆུ་མེད་ན་ཆང་རག་གི་ཉིང་ཁུ་ལ་གཞི་བཞག་པའི་ལག་སྲིན་སེལ་བྱེད་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གནང་དགོས། རྒྱུན་དུ་ལག་པ་འཆང་སའི་དངོས་རྫས་རྣམས་གཙང་མ་ཡང་སེ་བཟོས། ལག་པ་བཀྲུས་མེད་ན་ཁྱེད་ཀྱི་ངོ་གདོང་ལ་རེག་ཐུག་མ་གནང་། ཁྱེད་ཀྱིས་སློ་ཡང་ན་ཧབ་སྤྲིད་རྒྱག་དུས་ལག་ངར་གྱིས་ཁ་འགེབ་གནང་དགོས་པ་ལས། ཁྱེད་ཀྱི་ལག་པས་ཁ་འགེབ་མི་རུང་།

ཁྱེད་ཕྱི་ལ་མ་ཐེབས་གོང་།

- སྔོན་ནས་གྲ་སྒྲིག་གནང་དགོས། – ཆང་རག་ལ་གཞི་བཞག་པའི་ལག་སྲིན་སེལ་བྱེད་ཅིག་དང་། འགོ་ནད་འགོག་པའི་འབྱིད་ཤོག གདོང་ཁེབས་ཤིག་མཉམ་དུ་འཁྱེར་ཡོད་དགོས།
- འགྲུལ་བཞུད་ཀྱི་འཆར་གཞི་ཞིག་བཟོས། — ཁར་ཐུག་ཆེ་ཤོས་དང་། ཚང་ཀ་ཉུང་ཤོས། ཉེན་ཁ་ཆུང་ཤོས་ཀྱི་ལམ་བརྒྱུད་ནས་འགྲོ་རྒྱུར་བསམ་བློ་གཏོང་དགོས།
- དུས་ཚོད་གང་གི་སྐབས་སུ་ཡིན་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། — གལ་སྲིད་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཚང་ཁ་ཉུང་ཤོས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཐེབས་དགོས་པ་དང་འགྲུལ་བཞུད་ཀྱི་འགྱུར་ལྡོག་ཁག་གི་ཆེད་དུ་དུས་ཚོད་འཕར་མ་ཚོག་པ་བཟོ་དགོས།

གོམ་པ་རྒྱག་པ།

- ག་དུས་གནང་ཐུབ་ཀྱང་གོམ་པ་རྒྱོབ། — གོམ་པ་རྒྱག་པ་ཡིན་ན་ཚང་ཀ་ཉུང་དུ་གཏོང་གི་རེད། དེ་ནི་ཁོར་ཡུག་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་དང་ཁྱེད་ཀྱི་ཉིན་མོའི་ནང་དུ་ལུས་སྦྱོང་ཡོད་པ་བཟོ་གི་ཡོད།
- གོམ་པ་རྒྱག་སའི་ལམ་དེ་རང་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བ་དང་ག་དུས་གནང་ཐུབ་ཀྱང་ཚང་ཀ་ཡོད་པའི་སྲང་ལམ་རིགས་གཡོལ་གནང་དགོས།
- གདོང་ཁེབས་ཞིག་གྱོན།

རྐང་འཁོར་གཞོན་པ།

- ཁྱེད་ཀྱི་འགྲོ་ལམ་གྱི་འཆར་གཞི་བཟོས་ཏེ་ཚང་ཀ་ཡོད་པའི་སྲམ་ལམ་གཡོལ་དགོས་པ་དང་སྲུང་སྐྱོབ་བྱས་ཡོད་པའི་རྐང་འཁོར་ལམ་དག་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ཀྱིས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གནང་དགོས། རྐང་འཁོར་འགྲོ་སའི་ས་ཁྲ་འདི་ནས་ཕབ་ལེན་གནང་རོགས།
- ནིའུ་ཡོག་གྲོང་ཁྱེར་སྐྱེལ་འདྲེན་ལྷན་ཁང་ (NYC Department of Transportation) གི་དྲ་ཚིགས་ཐོག་ཏུ་ཐེབས་ཏེ་ནིའུ་ཡོག་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་རྐང་འཁོར་གཏོང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཁག་དང་བདེ་འཇགས་ཀྱི་ཐབས་མཆོག་ཁག་སྐོར་ལ་སྦྱོངས། ལྷག་པར་དུ་གལ་སྲིད་ཁྱེད་གྲོང་ཁྱེར་འདིའི་ནང་དུ་རྐང་འཁོར་གཏོང་མཁན་གསར་པ་ཡིན་ན་དེ་བས་ཀྱང་དེ་ལྟར་གནང་དགོས།
- དུས་རྟག་ཏུ་རྨོག་ཞྭ་ཞིག་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བ་དང་མི་གོམ་པ་རྒྱག་སའི་ལམ་བེད་སྤྱོད་མ་ཐོང་།
- རྐང་འཁོར་བེད་སྤྱོད་མ་གཏོང་གོང་བཏང་རྗེས་འགོ་ནད་འགོག་བྱེད་ཀྱི་འབྱིད་ཤོག་ཅིག་བེད་སྤྱོད་བཏང་སྟེ་རྒྱུན་དུ་ལག་པ་འཆང་སའི་དངོས་རྫས་རྣམས་གཙང་མ་བཟོ་དགོས། དཔེར་ན་ཁ་སྒྱུར་ལག་འཛུ་དང་། སོ་འཁོར་ཡར་མར་སྒྲིག་ཆས། རྐང་འཁོར་བཀག་ཆེད་ཀྱི་ལག་འཛུ། རྐུབ་སྟེགས་ལྟ་བུ། ལྷག་པར་དུ་རྐང་འཁོར་གཡར་གནང་གི་དེ་ལྟར་གནང་དགོས།
- ཁྱེད་དང་མི་གཞན་དག་བར་ལ་ཉུང་མཐར་རྐང་འཁོར་གཅིག་གི་རིང་ཚད་ཀྱི་བར་ཐག་ཉར་གནང་དགོས།

- གདོང་ཁེབས་ཤིག་གྱོན། — ལམ་གྱི་བཞི་མདོ་ཁག་དང་རྐང་འཁོར་འགྲོ་ལམ་ཁག་གི་ནང་དུ་ཕྱིའི་ལུས་པོའི་ཐོག་ནས་རྟག་ཏུ་བར་ཐག་ཉར་གནང་མི་ཐུབ།
- རྐང་འཁོར་བཏང་ཚར་རྗེས་ལ་ལག་སྲིན་སེལ་བྱེད་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བ་དང་ཁྱེད་རང་ཉིད་ཀྱི་འགྲོ་སའི་ས་ཆར་སླེབས་རྗེས་ཡི་ཙི་དང་ཆུས་ཁྱེད་ཀྱི་ལག་པ་བཀྲུ་དགོས།

ས་འོག་འཁོར་ལམ་དང་། འགྲུལ་པའི་མེ་འཁོར། སྤྱི་སྤྱོད་རླངས་འཁོར་དང་འགྲུལ་སྐྱེལ་གྲུ་གཟིངས་བཞོན་པ།

- ཁྱེད་རང་ཉིད་འགྲོ་སའི་ས་གནས་སུ་མ་ཕེབས་གོང་ལ་དྲ་ཚིགས་ new.mta.info གཟིགས་གནང་དགོས། དེ་ལྟར་གནང་བ་ཡིན་ཁྱེད་ཀྱི་འགྲོ་སའི་ལམ་དེར་སྐྱོན་ཤོར་ཡོད་མེད་སྐོར་ལ་ཤེས་ཐུབ། ཁྱེད་ཀྱིས་ཡང་གློག་འཕྲིན་དང་འཕྲིན་ཐུང་བརྡ་ཁྱབ་ལ་མིང་འགོད་གནང་ཐུབ།
- རིག་ཐུག་གནང་མི་དགོས་པའི་རིན་སྤྲོད་ཀྱི་གདམ་ཀ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བ་དང་ཏེག་འཛིན་འཕྲུལ་ཆས་བེད་སྤྱོད་བཏང་རྗེས་ལག་སྲིན་སེལ་བྱེད་ཅིག་བེད་སྤྱོད་ཐོང་།
- མེ་འཁོར། སྤྱི་སྤྱོད་རླངས་འཁོར། ཡང་ན་འགྲུལ་སྐྱེལ་གྱི་གྲུ་སྒུག་པའི་སྐབས་སུ་མི་གཞན་དག་ས་ནས་ཉུང་མཐར་ཡང་རྐང་ཐག་ཕྱི་ཏེ་ 6 ཉར་གནང་དགོས།
- གལ་སྲིད་མེ་འཁོར། སྤྱི་སྤྱོད་རླངས་འཁོར། ཡང་ན་འགྲུལ་སྐྱེལ་གྲུ་ནང་དུ་ཚང་ཀ་ཆེན་པོ་ཡོད་ན། རྗེས་མ་དེ་སྒུགས། དེ་ལྟར་གནང་ཐུབ་པའི་ཆེད་དུ་སྔོན་ནས་དུས་ཚོད་འཕར་མ་གཏོང་ཐུབ་པ་བཟོ་དགོས།
- དུས་ཚོད་གང་ཚང་ལ་གདོང་ཁེབས་ཤིག་གྱོན་གནང་དགོས། – དེ་ནི་ཁྲིམས་རེད།
- གང་ཐུབ་ཅིག་ཐུབ་ཀྱིས་དངོས་རིགས་ལ་ལག་པ་མ་འཆང་། ས་འོག་འཁོར་ལམ་གྱི་དབྱུག་ཀླུམ་ཡང་ན་ལག་འཛུ་ཁྱེད་ཀྱིས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གནང་དགོས་ན་བེད་སྤྱོད་ཐོང་། འོན་ཀྱང་དེའི་རྗེས་ལ་ལག་སྲིན་སེལ་བྱེད་བེད་སྤྱོད་ཐོང་།
- མི་གཞན་ས་ནས་གང་ཐུབ་ཐུབ་དང་བར་ཐག་གང་རིང་རིང་ཉར་གནང་བ་ཡང་ན་དེའི་ཚབ་ཏུ་ལང་ནས་སྡོད།
- སྒོ་གང་ཡོད་པ་ཆ་ཚང་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཏེ་ཚང་ཀ་ཉུང་དུ་གཏོང་དགོས།
- གལ་སྲིད་གནམ་གཤིས་ཡག་པོ་ཡོད་ན། འགྲུལ་སྐྱེལ་གྲུའི་ཕྱི་ལོགས་ལ་སྡོད།
- ཕྱིན་ཐོན་རྗེས་ལག་སྲིན་སེལ་བྱེད་བེད་སྤྱོད་ཐོང་། ཁྱེད་ཀྱིས་འགྲོ་སའི་ས་གནས་སུ་འབྱོར་རྗེས་ཡི་ཙི་དང་ཆུས་ཁྱེད་ཀྱི་ལག་པ་བཀྲུ་གནང་དགོས།

མི་ཏའི་ཞབས་ཞུ (དཔེར་ན་སྣ་འཁོར་དང་། ཉེར་སྤྱོད་གཞི་བཞག་གི་མོ་ཏའི་ཞབས་ཞུ་ཁག མོ་ཏའི་ཚོང་ཞབས་དང་སློབ་ལེན་-ཀ་པ་-བཞོན་པ་ལྟ་བུ) བེད་སྤྱོད་གཏོང་བ།

- གཅིག་པུར་འགྲུལ་ཤུགས་གནང་བ་ཡང་ན་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྲིམ་ཚང་གི་ནང་མི་མཉམ་དུ་ཕེབས། མི་གཞན་དག་དང་མཉམ་དུ་འགྲུལ་བཞུད་མ་གནང་། གང་ཡིན་ཟེར་ན་མོ་ཏའི་ནང་དུ་བར་ཐག་ཉར་ཁག་པོ་ཡོད།
- གདོང་ཁེབས་ཤིག་གྱོན། — འགྲུལ་པ་དང་མོ་ཏ་གཏོང་མཁན་ཚང་མས་གདོང་ཁེབས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད།
- འགྲུལ་པ་ཡང་ན་མོ་ཏ་གཏོང་མཁན་གྱིས་རྒྱུན་དུ་ལག་པ་འཆང་སའི་དངོས་རྣམས་གཡོལ་དགོས། དཔེར་ན་སྒོའི་ལག་འཛུག་དང་སྐེའུ་ཁུང་གྱི་མཐེབ་ཙུ་ལྟ་བུ།
- དུས་རྟག་ཏུ་སྐྱོབ་ཐག་གྱོན་གནང་དགོས། སྐྱོབ་ཐག་གྱོན་ཚར་རྗེས་སུ་ལག་སྲིན་སེལ་བྱེད་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གནང་དགོས།
- མོ་ཏ་གཏོང་མཁན་ལ་སྐེའུ་ཁུང་ཁ་ཕྱེ་རོགས་ཞེས་རེ་སྐུལ་ཞུས་ཏེ་རླུང་འགྲོ་ཆེ་རུ་གཏོང་དགོས་ཡང་ན་རླུང་འགྲོ་ཡང་བསྐྱར་ཁྱབ་སྤེལ་མི་བྱེད་པའི་རྣམ་པའི་ནང་དུ་བཞག་དགོས།
- བར་སྟོང་ཉོར། — རྒྱབ་ཀྱི་རྐུབ་སྟེགས་སུ་སྡོད་པ་དང་མོ་ཏ་གཏོང་མཁན་གྱི་ས་ནས་རྒྱང་ཐག་གང་རིང་རིང་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ཀྱིས་ཉར་གནང་དགོས། (དཔེར་ན་རྒྱབ་ཏུ་ཡོད་པའི་འགྲུལ་པ་སྡོད་སའི་ཟུར་གྱི་རྐུབ་སྟེགས། ཡང་ན་བསྡར་པ་མང་པོ་ཡོད་པའི་མོ་ཏ། རྒྱབ་ཏུ་བསྡར་པ་ལྟ་བུ།)
- གལ་སྲིད་བཞོན་པའི་ནང་དུ་འཁྱིག་གི་བཅད་སྒོ་ཡོད་པ་དང་དེ་ཁ་ཕྱེས་ཡོད་ན་ཁ་ལོ་བ་དེ་ཁ་རྒྱག་རོགས་ཞེས་རེ་སྐུལ་ཞུས།
- རིག་ཐུག་གནང་མི་དགོས་པའི་རིན་སྤྲོད་ཡོ་ཆས་ཡོད་ན་བེད་སྤྱོད་ཐོང་།
- བཞོན་པ་ནས་ཕྱིར་ཐོན་རྗེས་ལག་སྲིན་སེལ་ཆེད་གཅིག་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བ་དང་ ཁྱེད་ཀྱིས་འགྲོ་སའི་ས་གནས་སུ་འབྱོར་རྗེས་ཡི་ཙི་དང་ཆུས་ཁྱེད་ཀྱི་ལག་པ་བཀྲུ་གནང་དགོས།