༈ སྔ་འགྱུར་བསྟན་པའི་སྲོག་ཤིང་ཆེན་པྲོ་༧སྐྱབས་རེ་ཞེ་ཆེན་རབ་འབྱམས་རིན་པྲོ་ཆེ་མཆྲོག་གིས་འཕགས་ཡུལ་འྲོག་མིན་ཨྲོན་སིན་གྲོལ་གིང་དུ་སྔ་འགྱུར་བཀའ་མའི་དབང་ལུང་བསྩལ་ལ་ཉེ་བས་ཆྲོས་ཞུ་བ་སི་དང་བླ་སྤྲུལ་མཁན་སྲོབ་དགེ་འདུན་འདུས་པ་རྣམས་ནས་ཐུགས་ངེས་དགྲོས་རིགས་གཤམ་གསལ།
དབང་ལུང་གནང་ཡུལ།

སྔ་འགྱུར་རིང་མའི་གདན་ས་འཕགས་ཡུལ་འྲོག་མིན་ཨྲོན་སིན་གྲོལ་གིང་།
ཞལ་བྱང་། འཕགས་ཡུལ་བྱང་ཕྲོགས་དེ་ར་དྷུན་བྲོད་ཀི་གཞིས་ཆགས་དྲོན་གྲུབ་གིང་།
Mindrolling Monastery Clement Town 248002 Dehra Dun UK, India

སིན་གྲོལ་གིང་དུ་འགྲུལ་བཞུད་ཀི་སྲོར།
གལ་ཏེ་སྐུ་ཉིད་གནམ་གྲུ་རྒྱུད་ཕེབས་འདྲོད་ཚེ།གནམ་ཐང་ཐག་ཉེ་ཤྲོས་དི་ལི་གསར་པའི་རྒྱལ་ཡྲོངས་གནམ་ཐང་རྒྱུད་དེ་ར་དྷུན་གནམ་ཐང་༼Dehradun - Jolly Grant Airport༽སར་མ་བཞི་བཅུ་ཙམ་གིས་འབྱྲོར་རེས་ག་འཁྲོར་རླངས་འཁྲོར་༼Taxi༽རྒྱུད་ཆུ་ཚོད་གཅིག་ཙམ་གིས་སིན་གྲོལ་གིང་དུ་འབྱྲོར་ཐུབ།
གལ་ཏེ་སྐུ་ཉིདལྕགས་ལམ་༼Railway༽རྒྱུད་ཕེབས་ན།རྒྱ་གར་གྲོང་ཁེར་ཆེ་ཁག་མང་ཆེ་ཤྲོས་ནས་དེ་ར་དྷུན་མེ་འཁྲོར་འབབ་ཚུགས་སུ་༼Dehradun Railway Station༽མེ་འཁྲོར་འབེལ་འཐུད་ཡག་པྲོ་ཡྲོད་རེད།
གལ་ཏེ་སྐུ་ཉིད་འགྲུལ་སྐྱེལ་རླངས་འཁྲོར་༼Bus༽རྒྱུད་ཕེབས་ན།དི་ལི་གསར་པའི་འགྲུལ་སྐྱེལ་རླངས་འཁྲོར་འབབ་ཚུགས་ISBTནས་ཐད་ཀར་དེ་ར་དྷུན་འགྲུལ་སྐྱེལ་རླངས་འཁྲོར་འབབ་ཚུགས་༼The ISBT Interstate Bus Terminal Dehradun༽ཉིན་ལྟར་Busམང་པྲོ་ཡྲོད་པས་སྟབས་བདེའི་ངང་དུ་ཕེབས་ཐུབ་པ་དང་།
གལ་ཏེ་སྐུ་ཉིད་ག་འཁྲོར་རླངས་འཁྲོར་༼Taxi༽ནང་དུ་ཕེབས་འདྲོད་ན།
དི་ལི་གསར་པ་ནས་ཐད་ཀར་དེ་ར་དྷུན་སིན་གྲོལ་གིང་དུ་ཆུ་ཚོད་ལྔ་ཙམ་གིས་འབྱྲོར་ཐུབ་པ་བཅས་འགྲུལ་བཞུད་ཀི་ལམ་བསྟན་དྲོད་ཙམ་མྲོ།

འབྱྲོར་བའི་དུས་ཚོད།
༧སྐྱབས་རེ་ཞེ་ཆེན་རབ་འབྱམས་རིན་པྲོ་ཆེ་སི་ཟླ་༡༡པའི་༢༨ཉིན་སིན་གྲོལ་གིང་དུ་ཞབས་སྲོར་འཁྲོད་གཏན་འཁེལ་བས་རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་སྲོགས་ནས་ཕེབས་པའི་དགེ་འདུན་པ་རྣམས་སི་ཟླ་༡༡པའི་ཚེས་༢༧ནས་༢༨བར་ཕེབས་འབྱྲོར་ཐུབ་པའི་རེ་བསྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དེ་མིན་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ནས་ཕེབས་པ་རྣམས་སི་ཚེས་༢༨ནས་༢༩བར་འབྱྲོར་ཐུབ་པ་གནང་རྒྱུ།
འབྲོར་ཐྲོ་འགྲོད་པ་དང་དཔུང་རྟགས་འབུལ་བཞེས་སྲོར།
སིན་གྲོལ་གིང་ལ་འབྲོར་བའི་སབས་སུ་ཐུགས་ངེས་དགྲོས་རྒྱུར།
ཆྲོས་ཞུ་པ་ཡྲོངས་རྲོགས་ཐྲོག་མར་དགྲོན་པའི་ལས་ཁུངས་སུ་ཕེབས་ནས་ངེས་པར་དུ་ཐྲོ་འགྲོད་དགྲོས།ཐྲོ་འགྲོད་གྲུབ་རེས་ལས་ཁུངས་ནས་བཀའ་མའི་དབང་གི་དཔུང་རྟགས་འབུལ་བཞེས་དང་བཞུགས་ཤག་སྲོགས་གྲོ་བསིགས་བཞིན་རིས་ལེན་བ་དགྲོས། བཀའ་དབང་གི་ཉིན་རེའི་གནས་ཚུལ་དང་ཉེར་མཁྲོའི་གསལ་བརྡ་དེ་བཞིན་ཉིན་རེའི་དབང་ལུང་ཐྲོབ་ཡིག་སྲོགས་དཔུང་རྟགས་ཀི་ཐྲོག་ཏུ་QRཨང་རྟགས་ཡྲོད་པར་དེར་བཤེར་འཚོལ་གིས་ཞིབ་ཕྲ་རྟྲོགས་ཐུབ་པ་དང་། བཀའ་དབང་མཇུག་མ་གྲུབ་བར་དུ་ཀུན་གིས་ཉིན་ལྟར་དཔུང་རྟགས་མགུལ་ལ་བཞེས་རྲོགས་གནང་།དཔུང་རྟགས་ཀི་ཚོན་མདྲོག་གིས་ཆྲོས་ཞུ་བ་ཉིད་ཀི་གནས་རིམ་དང་གསྲོལ་ཚིགས་བཞེས་ཁང་ཚོགས་ལ་བཞུགས་གལ་སྲོགས་གསལ་པྲོ་རྟྲོགས་ཐུབ་པས་དཔུང་རྟགས་བརེ་རེའི་དང་གཡར་པྲོ་སྲོགས་མི་གནང་བ་ཞུ།

བཀའ་དབང་གི་སབས་དབང་གལ་བཞུགས་སྟངས་དང་གསྲོལ་ཚིགས་ཀི་སྲོར།
འདི་གར་གཉུག་མར་གནས་པ་དང་གྲོ་བུར་དུ་ལྷག་པའི་ཪིན་པྲོ་ཆེ་དང་སྤྲུལ་སྐུ་རྣམ་པ། མཁན་པྲོ་དང་དགེ་བཤེས།མཁན་མྲོ་དང་སྲོབ་དཔྲོན་གྲྭ་བཙུན། སྔགས་པ་དང་སྔགས་མ་རྣམ་པ་བཅས་འདུ་ཁང་ནང་དུ་གང་ཤྲོང་ཤྲོང་བཞུགས་རྒྱུ་དང་། སེར་སྐྱ་མང་ཚོགས་འདུ་ཁང་ནང་དུ་མ་ཆུད་ཚེ་འདུ་ཁང་གི་ཕི་རྲོལ་དུ་ཆར་ཆུ་མི་འཛག་པའི་གུར་ཆེན་ཕུབ་ནས་གཟུགས་མཐྲོང་གྲོག་བརན་རྒྱུད་སྒྲ་བརན་གཉིས་ལྡན་གིས་དབང་ལུང་གསན་གཟིགས་གནང་ཐུབ་པའི་གྲོ་སྒྲིག་ཞུས་ཡྲོད། དེ་བཞིན་དུ་ཆྲོས་ཞུ་པ་ཡྲོངས་རྲོགས་ལ་གསྲོལ་ཚིགས་འབུལ་རྒྱུ་དང་།དཔུང་རྟགས་ཀི་ཚོན་མདྲོག་སེ་ཚན་གིས་ཕེས་ནས་གསྲོལ་ཚིགས་འབུལ་ཡུལ་འདྲ་མིན་ནས་འབུལ་རྒྱུའི་གྲོ་བསྒྲིགས་ཞུས་ཡྲོད་པས་དུས་ཐུང་གིས་གསྲོལ་ཚིགས་འབུལ་བཞེས་གྲུབ་པའི་རེ་བ་ཡྲོད།

དཔུང་རྟགས་སེ་ཚན་གི་རིམ་པ།

ཪིན་པྲོ་ཆེ་རྣམ་པ་དང་
སྤྲུལ་སྐུ་རྣམ་པར།

ལས་བེད་རྣམ་པར། མཁན་པྲོ་དང་དགེ་བཤེས་
མཁན་མྲོ་རྣམ་པར།

གྲྭ་བ་རྣམ་པར།

བཙུན་མ་རྣམ་པར། སྔགས་པ་དང་སྔགས་མ་
རྣམ་པར།

ཕི་རྒྱལ་པ་རྣམ་པར། མི་སྐྱ་ཕྲོ་མྲོར།

བཀའ་དབང་གི་ཉིན་རེའི་དུས་ཚོད་རེའུ་མིག།

སི་ལྲོ་༢༠༢༥སི་ཟླ་༡༡པའི་ཚེས་༣༠ནས་སི་ལྲོ་༢༠༢༦སི་ཟླ་༠༡པྲོའི་ཚེས་༡༣བར་ཉིན་རེའི་དུས་ཚོད་རེའུ་མིག།

ཞྲོགས་ཇ། ཆུ་ཚོད་ ༠༦་༣༠ནས་༠༨་༣༠
བཀའ་དབང་། ཆུ་ཚོད་ ༠༩་༣༠ནས་༡༢་༠༠
ཉིན་གུང་གསྲོལ་ཚིགས། ཆུ་ཚོད་ ༡༢་༠༠ནས་༡་༣༠
བཀའ་དབང་ངམ་ལྗགས་ལུང་། ཆུ་ཚོད་ ༠༢་ནས་༠༤་༠༠
བར་སེང་། ཆུ་ཚོད་ ༠༤་ནས་༤་༣༠
བཀའ་དབང་ངམ་ལྗགས་ལུང་། ཆུ་ཚོད་ ༠༤་༣༠ནས་༠༦་༣༠
དགྲོང་མྲོའི་གསྲོལ་ཚིགས། ཆུ་ཚོད་ ༠༧་༠༠ནས་༠༨་༠༠
བསྐྱར་དུ་ནན་ཞུ་ཞིག་ཏུQRཨང་རྟགས་རྒྱུད་ནས་ཉིན་རེའི་གནས་ཚུལ་ཞིབ་ཕྲ་རྟྲོགས་ཐུབ་པས་ཀུན་གིས་གཟིགས་རྒྱུ་མི་བསེལ་བ་དགྲོངས་མངའ་ཡྲོད་པ་ཞུ་ཞེས་སྔ་འགྱུར་བཀའ་མའི་དབང་ལུང་གྲོ་སྒྲིག་ཚོགས་ཆུང་ནས་སྔྲོན་བརྡ་ཡྲོངས་ཁྱབ་གསལ་བསྒྲགས་སུ་ཕུལ།།