



ཁྲི་ག་ཆགས་ལ་གཅེས་བྲུང་།



དེས་ཁ་བྱ་ཆེ་ཏུ་ཏུ་འོ་གཅིག་ལ་སྒྲེབས་པའི་སྒྲེས་སྐར་བཏང་བ་

← ལྷ་རྒྱུ་ལྷེས་པའི་དྲི་མ་ཁྲ་དང་པོ་“ལྷ་ཆེའུ་མུར་”ཉེ་ཆར་མོ་མིའི་ཁོ་སྤྲོག་ཆགས་.....  
 ལྷིང་རྒྱ་ལོག་ཅིག་འཁོར་པའི་ལྷེས་ལྷར་པ་ཉང་ཞིང་། འདི་ནི་ལྷ་རྒྱུ་ལྷེས་པའི་ཁོ་སྤྲོག་.....  
 ཆགས་ལྷིང་རྒྱ་དྲི་མ་ཁྲ་“ལྷ་ཆེའུ་མུར་”ལྷེས་ལྷར་ལག་རྒྱས་འགྲམ་རྒྱ་ཆེད་མཆོང་བཞིན་པ།

ནགས་ཁྱོད་ཕྱི་ལྷོ་ལྷ་མེད།

← ཕྱིན་ལུང་ཅ་ནགས་ལྷལ་གྱིས་ཉུང་ལྡན་གྱི་ལྷ་སེར་ལ་བརྟུག་དཔྱད་ཐེངས་བཞི་པ་བྱས་པའི་བྱས་འབྲས་ལས་……  
མངོན་པ་ནི། བྱས་ལྷལ་ལུ་གྱེད་ལྷ་སེར་གྱི་ཚྭ་གསལ་ལྷ་མངོན་གསལ་དོན་པོས་མང་དུ་བྱིན་ཡོད། དེ་2019པའི་བརྟུག་……  
དཔྱད་ཐེངས་གསལ་པ་དང་བསྟར་ན་གྱེད་ལྷ་སེར་གྱི་ཚྭ་གསལ་ལྷ་1མང་དུ་བྱིན་པ་དང་གྲངས་འཕོར་147ཙམ་མང་དུ་……  
བྱིན་ནས་བརྗོམས་1618ཙམ་ཡོད་པ་རེད།

འདིནི་ཐྱེད་ལྷ་མོར་གྱིས་ཤེན་ལུང་ཅ་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་མིར་རྒྱ་ལུང་ཐབ་ཐྱེད་ལྷ་མོར་གྱི་ཕྱི་རྣམ་ཞིབ་འཇུག་རྟེན་གཞིའི་  
ནགས་ཁྲོད་དུ་ཅི་དགར་རྣམ་བཞིན་པ།



ཕྱིར་བྱི་ཏེ་བཞོ་ལེ་ཉིང་གེ་ལེ་རྩོག་ཆགས་སྒྱིང་གི་ཕི་ཞིས་

↑ འདི་ནི་ལྷ་རྒྱུ་ཐུབ་ཅིང་པ་ཏེ་པའོ་ལེ་ཉིང་གེ་ལེ་རྒྱལ་ཆགས་སྒྲིང་ནས་པར་བྲངས་པའི་རི་ཞིམ་ཡིན་པ།

འགྲོ་ལམ་གྱི་གདེང་ཚིག་དང་། རིགས་པའི་གཞུང་ཡུགས་གྱི་གདེང་ཚིག་། ལམ་ཡུགས་གྱི་གདེང་ཚིག་། རིག་གནས་གྱི་གདེང་ཚིག་བཅས་བརྟན་ཏུ་བཏང་ནས་མི་དམངས་འབྲས་མི་ཚོགས་ཆེན་གྱི་ལམ་ཡུགས་ལྷ་མཁུང་མཐའ་འཁྱོངས་དང་། འབྲས་ཆེད་། འཁོར་སྐྱོད་བཅས་ཡལ་བོ་ལྟེང་དགོས།

(བར་རྒྱ་དང་བར་མཐུད)

ཆོགས་ཆེན་རམ་བརྟེན་ལུག་པའི་བྱུང་ལྟུང་ལྟེ་ཁྱེད་ཁོང་འོག་ལྷགས་  
 པ་དང་། ཞིའི་ཁྱེད་ལོས་གསུང་བཤད་གསུང་ལུག་ཆེན་གནང་ཞིང་། ཁྱོད་  
 ལོས་མི་དམངས་འཕུལ་མི་ཆོགས་ཆེན་གྱི་ལམ་ལུགས་མི་གྲུང་གི་གྲུང་  
 ཁྱེད་ཁྱེད་ལོས་གྲུང་གི་ཁྱེད་མི་དམངས་ལ་འཕྲོ་ཁྱེད་མཛད་ནས་དགའ་  
 ལྷན་འཆོལ་ཞེས་དང་ལུག་ཀྱི་ར་འབད་འཐབ་བྱས་པའི་ལྷུང་བཟུང་ཤིག  
 དང་། གྲུང་གི་ཁྱེད་ཤེས་གཞི་གཤེན་པོར་འཆོར་ཁོངས་གྲུང་བའི་ཆབ་ཀྱིད་  
 གྱི་ལམ་ལུགས་གསར་རྒྱུ་ཞིག་ མིའི་ཁྱེད་ཀྱི་ཆབ་ཀྱིད་ལམ་ལུགས་གྱི་  
 རོ་བྱུས་ཐོག་གི་གསར་གྲོན་རྒྱབ་ས་པོ་ཆོ་ཞིག་བཅས་ཤིང་། མི་  
 དམངས་འཕུལ་མི་ཆོགས་ཆེན་གྱི་ལམ་ལུགས་བཅུགས་པ་དེས་གྲུང་གི་  
 ཆབ་ཀྱིད་དེ་ཆེ་བའི་ཐོག་ནས་མི་ཁྱེད་ལས་ཤིག་ལོས་ཀྱིད་དབང་འཛིན་  
 པ་དང་མི་ཆོས་མང་བར་གཉེད་གཅོད་དང་བཟུག་ཞིག་ཐོག་པ་ནས་  
 གྲུང་གི་གྲུང་ཁྱེད་ཁྱེད་ལོས་འཕྲོ་ཁྱེད་གནང་བཤད་མི་དམངས་རང་  
 བྱིས་རང་བདག་བར་གྱི་མཆོར་རྒྱུད་རྒྱབ་ས་པོ་ཆེ་མཛོད་འཕྲུར་བྱུང་བ་  
 དང་། གྲུང་གི་ཆབ་ཀྱིད་ལམ་ལུགས་ལ་འཕྲོར་རྒྱབ་ས་པོ་ཆོ་བྱུང་  
 བ་མོ་ཆོད་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་ཤིང་།

[illegible]

ཁྱིཾ་ཅི་དྲུག་ཡིན་པའི་མཁའ་མཁུ་ལ་དོ། ཏང་གི་ཚོགས་ཆེན་པོ་ལ་བརྟུང་  
 པ་འཛོམས་ཚུན། རང་འཕེལ་ཏུ་རྒྱས་པེ་རྒྱུས་ཀྱི་འཕུལ་མཁའ་མཁུ་པར་  
 བཞེས་ཆུགས་ནས་རང་རྒྱལ་རྒྱུ་ཚོགས་ཀྱི་འགལ་བ་གཙོ་བོའི་འཕུར་ཤོག་  
 མཁའ་པ་ཁོང་དུ་གཏིང་བཟུང་བ་དང་། ཡི་དམངས་མང་ཚོགས་  
 རྒྱལ་དམངས་གཙོ་ཁྱིམ་རྒྱུང་ལའོ་རྟོན་པའི་ཕེ་འདུན་གསལ་བ་དང་  
 འ་རྒྱལ་གསལ་པར་ལན་རྒྱུར་མག་རྒྱུག་པ། ཡི་དམངས་འཕུལ་ཆོག་མཁུ་  
 རྒྱུ་ཕེ་འདུག་པ་ལམ་ལུགས་དང་ལས་ཀའི་ལས་ལུགས་འཕུལ་རྒྱ་ཆེན་དུ་  
 གཏིང་བ་བཅས་བྱས་ནས་ཡི་དམངས་འཕུལ་ཆོག་མཁུ་ཀྱི་ལས་རྟོན་ལ་པེ་  
 རྒྱུས་རང་བཞིན་ཀྱི་ལྷུང་བཟུང་འོང་བར་རྒྱལ་འདོད་བཟང་ཡོད། རང་  
 ཚོས་མང་ཁེ་ཤི་ཡི་དྲུག་མཁུ་བཞེས་ཆེན་པོ་ཕེ་འཕུར་པ་དེ་གྲུང་གའི་  
 ཞིབ་ཤིའི་དོན་དཔོན་དང་ལྷན་འབྲེལ་དང་། གྲུང་རྒྱུའི་སྤུལ་ལྷན་པོ་  
 རྒྱུན་རིག་གནས་དང་ལྷན་འབྲེལ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་ཏེ། རྒྱུ་ཚོགས་  
 རང་ལུགས་ཀྱི་དམངས་གཙོའི་ཆབ་ཀྱིང་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་འོང་  
 དུ་གཏིང་བཟུང་བར་བྱས་ཤོག ཡི་དམངས་འཕུལ་ཆོག་མཁུ་ཆེན་  
 ལས་ལུགས་ཀྱི་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་ལས་འཁྱེད་གསལ་གཏོང་ལ་  
 རྒྱུན་མཐུང་རྒྱལ་འདོད་བཟང་ཡོད། ཡི་དམངས་འཕུལ་ཆོག་མཁུ་ཆེན་

། གྲི་ལམ་ལུགས་ནི་རང་རྒྱལ་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་སྤེལ་པོའི་མི་དམངས་.....  
 དམངས་གཙོ་མངོན་འགྱུར་ཡོང་བའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་གཤིས་རྟེན་གལ་ཆེན་  
 གིས་ཡིན་པས། དེས་པར་དུ་ཀྲང་ཤོ་ཀྲང་ཁྲ་ཏང་གི་འགོ་ཁྲིད་མཐའ་  
 འཁྲོད་ས་དང་། དེས་པར་དུ་ལམ་ལུགས་ཀྱི་མ་ལག་ལ་བརྟེན་ནས་མི་.....  
 དམངས་རང་བྱིམ་རང་བདག་འགན་ལེན་མཐའ་འཁྲོད་ས། དེས་པར་.....  
 དུ་འོགས་ཡོངས་ནས་ཁྲིམས་ལུས་རྒྱལ་ཁབ་རྒྱུད་པ་མཐའ་འཁྲོད་ས།  
 དེས་པར་དུ་དམངས་གཙོ་གཅིག་ལྟར་ལམ་ལུགས་མཐའ་འཁྲོད་ས།  
 དེས་པར་དུ་ཀྲང་ཤོའི་ཁྲུ་ཆོས་ཀྱི་ཁྱོ་ཆོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་.....  
 འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འགོ་ལམ་ཐོག་བརྒྱུད་རྒྱུ་མཐའ་འཁྲོད་ས། དེས་པར་དུ་.....  
 རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བོའོས་རྒྱུད་མ་ལག་དང་བོའོས་རྒྱུད་ནུས་པ་དེང་རབས་.....  
 ཅན་ལ་རྒྱལ་འདེད་གཏོང་རྒྱུ་མཐའ་འཁྲོད་ས། དེས་པར་དུ་མི་དམངས་.....  
 འཕུས་ཆོགས་ཀྱི་འཕུས་མིའི་ནུས་པ་འདྲོད་སྤེལ་མཐའ་འཁྲོད་ས། དེས་.....  
 པར་དུ་ལས་ཁུངས་བཞིའི་ཁྲང་བྱ་གཞིར་བབྱུང་རིམ་འགའ་མི་དམངས་.....  
 འཕུས་ཆོགས་འཕྲོགས་རྒྱུད་ལ་ལུགས་རྒྱུན་རྒྱུ་རྒྱུ་མཐའ་འཁྲོད་ས།  
 བཅས་ཀྱིད་དགོས། འདུ་ཤེས་གསར་པ་དང་། བསམ་བློ་གསར་པ།  
 ཁྲང་བྱ་གསར་པ་བཅས་རབ་དང་རིམ་པས་མི་དམངས་འཕུས་མི་.....  
 ཆོགས་ཆེན་གྱི་ལམ་ལུགས་རྒྱུད་འཁྲོད་ས་དང་འཕུས་རྫོ་ཆོང་དུ་གཏོང་.....  
 རྒྱུའི་རྫོང་གྱི་ཏང་གི་དགོངས་པ་གལ་ཆེན་ལྟར་ནས། ཏུས་རབས་.....  
 གསར་པ་འི་མི་དམངས་འཕུས་ཆོགས་ཀྱི་ལས་དོན་ལྷན་ཆོད་མཐོ་བའི་.....  
 འཕེལ་རྒྱས་ལ་རྩ་བའི་གཤི་འདོན་ས་མཐོ་འདོན་བྱས་ཡོད།

གི་ཅེན་མིང་གསལ་ནས་བཤད་གནང་དོན། ཆ་ཁྱིམ་ས་དང་བཅང་.....  
 ཁྱིམ་ས་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ལག་བསྟར་ནས་ལྟ་ཡོད་བཤགས་ལེན་ཀྱིང་.....  
 སེའི་མི་དཔངས་འཕུས་ཆོགས་ཀྱི་རྩ་ས་པ་གཤམ་ཆེན་འདྲོན་སྟེ་ལག་དང་ལེགས་  
 ཀྱིང་དགོས། རིམ་ཁག་མི་དཔངས་འཕུས་ཆོགས་དང་དེའི་རྒྱན་ལས་ལྟ་  
 ལྟ་ཀྱིས་འཕགན་འཁྲིའི་རྩ་ས་པ་འདྲོན་སྟེ་ལག་དང་ལེགས་ཀྱིང་པ་དང་རྒྱལ་  
 ཁབ་ཀྱི་ཁྱིམ་ས་ལྟས་གཅིག་ཀྱང་དང་། ལ་རྒྱ། དབང་གྲགས་བཅས་སྤང་  
 རྒྱུ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱེ་བྱེ། ཆ་ཁྱིམ་ས་དང་བཅང་ཁྱིམ་ས་ལག་བསྟར་.....  
 རྩ་ས་ལྟ་ཡོད་བཤགས་ལེན་དང་། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལས་ཁུངས་ཁག་ཆོང་  
 མས་ཆ་ཁྱིམ་ས་དང་བཅང་ཁྱིམ་ས་ཀྱི་ཁྱབ་ཁོངས་སུ་འགན་འཁྲིལ་བཤགས་.....  
 དང་ལས་དོན་སྟེ་ལས་ཤུགས་ལེན་ཀྱིང་དགོས།

གི་ཅིན་ཡིང་ཤིས་གསུངས་དོན། ཁྱིམ་འཇུག་སྤྱི་ལས་ཀའི་  
 ཁྱིང་མི་དཔངས་འཕུས་ཆོག་སྤྱི་གནས་ཁྱིང་རྒྱལ་པ་འདྲོན་སྤྱི་ལ་གང་  
 ཡིག་སྤྱིང་དཀོས། ཏང་ཨུང་ཁྱིམ་འཇུག་ཁྱིང་པ་དང་། མི་དཔངས་དང་  
 འཕུས་ཆོག་སྤྱིས་གནས་ཁྱིང་ཕྱིང་པ། ཡིད་གཞུང་ག་གི་རྟེན་དུ་ཕྱིང་པ།  
 རྒྱལ་གསལ་ཞུགས་པ་བཅས་ཀྱི་ཁྱིམ་འཇུག་སྤྱི་ལས་དོན་སྤྱི་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 མཐའ་འཁྱོངས་དང་འཕུས་ཆོ་ཆོང་དུ་བྱང་ནས་གཅིག་གནང་བྱེད་  
 ཁོངས་དང་། གསལ་དང་ཁྱིང་ཁྱིང་ཁྱིང་ཁྱིང་། ཕྱི་འབྲེལ་བྱེད་ཁོངས་བཅས་ཀྱི་  
 ཁྱིམ་འཇུག་སྤྱི་ལ་ལྷགས་སྤྱོད་ལྷགས་པ་དང་ཁྱིམ་འཇུག་སྤྱི་ལས་ཆོང་  
 མཐོ་དུ་བྱང་ནས་ལྷགས་ཁྱིང་ཁྱིང་ཁྱིང་ཁྱིང་ཁྱིང་ཆོག་སྤྱི་ལས་ཀྱི་ཁྱིང་ཆོག་སྤྱི་  
 བཅའ་ཁྱིམ་མ་ལག་སྤྱོད་འཕུང་འཕུས་ཆོ་ཆོང་དུ་གཏོང་དཀོས། ཁོ་  
 དབང་དྲང་སྟོན་པ་དང་། རྒྱ་བས་དྲང་སྟོན་པ། ཁྱིག་སྤྱི་ལ་དྲང་སྟོན་པ་  
 བཅས་མཆོཾ་པའི་བཅའ་ཁྱིམ་ལས་ལྷགས་གང་མཁྱེད་ཁྱིང་ཁྱིང་ཁྱིང་  
 ཆོང་དུ་བྱང་ནས་སྤྱི་དཔངས་ཀྱི་ཁོ་དབང་ལག་དོན་འཁྱོལ་རྒྱལ་ལོན་  
 ཡོང་བའི་འགན་ལེན་གྱིང་དཀོས།

གི་ཅིན་མིང་གིས་ན་བཤད་གནང་དོན། ཏང་དང་རྒྱལ་ཁབ་གྲི་  
 ལྷ་སྤྱལ་ལ་ལག་ཁྱེད་གྲི་མི་དམངས་འཕུས་ཆོག་གསུལ་སྤྱལ་གྲི་རུ་བ་  
 ལ་ལ་ཆེན་འདོན་གྲི་ལ་ཕྱེད་དགོས། མི་དམངས་འཕུས་ཆོག་གསུལ་  
 “གཞུང་གཅིག་ལྷན་གཅིག་ཁང་གཉིས་”ལ་ལྷ་སྤྱལ་ཕྱེད་པའི་ལམ་  
 ལྷག་འཕུས་ཆོས་ཆོད་དུ་བཏང་ནས་ཆ་ཁྲིམས་དང་བཅའ་ཁྲིམས་ལག་  
 བཟར་བྱས་ཆོབ་ལ་ལྷ་སྤྱལ་ཕྱེད་པར་ལྷག་ཆོད་རྒྱག་པ་དང་། མི་  
 དམངས་འཕུས་ཆོག་གསུལ་གྲི་ཆོད་ཆིས་དང་དེས་ཆིས་ལ་ཞིབ་བཤེར་སྤྱ་  
 ལྷལ་དང་། གཞུང་གིས་རྒྱ་ཆོར་ལ་དོ་དམ། ཡིད་གཞུང་གི་ལ་ཁོང་ལ་

[illegible][illegible]

འི་ཅིན་མིང་གས་ན་ན་བཤད་གནང་དོན། རིམ་ཁག་ཏང་ཨུང་  
 གྲིས་མི་དམངས་འཕུས་ཆོག་གས་ཀྱི་ལས་དོན་ལ་ཚུགས་ཡོངས་ནས་  
 འགྲོ་ཁྲིད་བྱ་རྒྱུར་ཤུགས་རྒྱུན་བརྒྱབ་སྟེ་མི་དམངས་འཕུས་ཆོག་གས་  
 དང་དེའི་རྒྱུན་ལས་ཨུ་ལྷན་གྱིས་ཁྲིམས་ལྟར་འགན་དབང་རྒྱུད་པ་  
 དང་ལས་དོན་སྒྲེལ་རྒྱུར་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་དགོས། རིམ་ཁག་མི་  
 དམངས་འཕུས་ཆོག་གས་རྒྱུན་ལས་ཨུ་ལྷན་གྱི་ཏང་ཚུའུ་ཡིས་ཐོག་  
 མཐའ་བར་གསུམ་ཏུ་ཏང་ཀྱང་དབྱེད་གི་གཅིག་སྡེད་གཅིག་གྱུར་གྱི་  
 འགྲོ་ཁྲིད་མཐའ་འཁྲིལ་གྱིད་པ་དང་། ཚུགས་ཡོངས་ནས་ཏང་  
 བླ་པོས་རྒྱུད་བའི་བྱེད་པོའི་འགན་འཁུའི་དོན་འཁྲུལ་ཡག་པོ་བྱེད་པ།  
 “ལས་ཁུངས་པའིའི་”སྒང་ཏུ་ལྷར་མི་དམངས་འཕུས་ཆོག་གས་ལས་  
 ཁུངས་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་འཕྲུགས་རྒྱུད་དང་། བསམ་བློའི་འཕྲུགས་རྒྱུད་།  
 ཅེ་འཕྲུགས་འཕྲུགས་རྒྱུད་། རྒྱུད་རྒྱུལ་འཕྲུགས་རྒྱུད་། རྒྱུག་ཁྲིམས་  
 འཕྲུགས་རྒྱུད་བཅས་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་ཏན་ཏིག་རྒྱག་པ། ཆབ་སྲིད་སྲ་  
 པན་ཁྱད་དང་། མི་དམངས་ལས་ཁུངས་འདེགས་ལུབ་ཀྱི་ཁུངས་རྒྱུད་ལ་  
 པཅི་པ་གྲུག་། དམངས་གཙོ་དང་སྒྲེལ་། རང་འགན་གཙང་རྒྱབ་  
 བསམ་བྱེད་པའི་མི་དམངས་འཕུས་ཆོག་གས་ཀྱི་ལས་དོན་དུས་ཁག་  
 གཏོད་པ་བཅས་བྱས་ཏེ། ཏུས་རབས་གསར་པ་དང་རྒྱུད་ལམ་  
 གསར་པའི་མི་དམངས་འཕུས་ཆོག་གས་ཀྱི་ལས་གའི་སྒྲུས་ཆོད་དང་རྒྱ་  
 ཆོད་རྒྱུན་ཆོད་མེད་པར་མཐོན་བྱ་གཏོད་དགོས།

[illegible]

བཤོན་གསལ་དོན་པའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལུགས་ཆར་རྒྱལ་བཤད་གཏིང་།  
 ཟུང་། དུས་རབས་གསར་པའི་མི་དམངས་འཕུལ་མི་ཚོགས་ཆེན་ལམ་  
 ལུགས་ཀྱི་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་ལག་ལེན་གསར་གཏོང་གི་  
 གྲུབ་འབྲས་གལ་ཆེན་བརྒྱུད་རིམ་ལྟར་པའི་ངང་ཕྱོགས་སྡེ་པ་བཅས་  
 ལྷན་དང་བ་མ་ཟད། སྤ་རྒྱུས་ཀྱི་འགྲོ་འཇུགས་ས་གསར་པའི་ཐོག་མི་  
 དམངས་འཕུལ་མི་ཚོགས་ཆེན་ལམ་ལུགས་མཐའ་འཁྲོངས་དང་།  
 འཕུལ་ཆང་། འཁོར་སྐྱོད་བཅས་ལག་པོ་བྱ་རྒྱུར་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་  
 བསྟོན་ཐྱིག་དང་ཐུང་བྱ་འགལ་པ་བྱོན་ཡོད། གསལ་བཤད་ཀྱི་  
 དཀོན་པ་རྒྱུ་ཟུང་ཅིང་གཟིགས་རྒྱུར་རིང་བ་དང་མི་རྒྱུས་འབད་  
 འབྲངས་བྱེད་པར་སྐུལ་མ་བཏང་བ་དང་མི་དམངས་འཕུལ་མི་  
 ཚོགས་ཆེན་ལམ་ལུགས་མཐའ་འཁྲོངས་དང་འཕུལ་སྐྱོ་ཆང་དུ་གཏོང་  
 རྒྱུ་འདྲིམ་གྱི་ལྟུང་བརྒྱུ་ཅི་ཅི་ཅི་ཅི་ཅི་ཅི་ཅི་དཀོན་པ་གལ་ཆེན་ལྟར་  
 ལུས་ཁྱེ་ཚོགས་དང་འཕལ་བྱས་བཏང་ཡོད། དེ་ནི་མར་ལེ་མི་རིང་  
 ལུགས་ཀྱི་བདེན་དོན་གྱི་འོད་སྟོན་འཕྲོ་བའི་ཆ་འཛིན་རང་བཞིན་གྱི་  
 ཆེད་ལྟར་འཇགས་ཆེག་ལོན་པས། སྐབས་སྐྱོད་དང་གོ་བ་བྱན་ཏན་  
 ལེན་པ་དང་ལག་འཁྱར་དོན་འཁྲོལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་དགོས།  
 ད་ཆོས་གཏང་འཕལ་གཉིས་ཀྱི་ཐག་གཅོད་དང་བཞིན་གྱི་དོན་  
 གྲུང་ལ་གོ་བ་གཏིང་ཟུང་ལེན་པ་དང་། རང་རྟོགས་དང་ལྷུང་  
 ལྷུང་གཉིས་ལྟར་པར་བྱེད་པ། སྐབས་ཁྱེད་འཁྱུར་མེད་ངང་གྲུང་  
 གཤིང་ཁྲུང་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་འཕལ་བྱས་ཀྱི་  
 ལམ་གྲུང་བརྒྱུད་པ་བཅས་བྱས་ནི་མི་དམངས་འཕུལ་མི་ཚོགས་  
 ཆེན་གྱི་ལམ་ལུགས་མཐའ་འཁྲོངས་དང་། འཕུལ་ཆང་། འཁོར་  
 སྐྱོད་བཅས་ལག་པོ་བྱེད་དགོས།

བེ་ཅིང་ཁྱ་བཞུགས་པའི་ཡུང་ཡུང་ཡུང་དབྱང་ཆབ་ཤིང་རྩྭ་ས་  
 གྱི་ཤྱ་ཡོན་དང་ཡུང་དབྱང་ལྷུང་ཅི་ལྷུང་ཅི་དང་། རྒྱལ་ཡོངས་  
 མི་དཔངས་འཕུམ་ཆོག་མ་རྒྱུ་ཡལ་ཤྱ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་ཤྱ་ཡོན་  
 ཡུང་གཞིན་པ། རྒྱལ་དོན་ཤྱ་ཡོན། ཆོས་མཁོའི་མི་དཔངས་ཁྱེམས་  
 ཁང་གི་ཡོན་ཡང་། ཆོས་མཁོའི་མི་དཔངས་ཞིབ་དཔྱད་ཁང་གི་  
 ཅན་ཞེས་ཀྱང་། རྒྱལ་ཡོངས་ཤིང་ཤོས་གྱི་ཡུལ་ཞིག་ཞིན་པ་ཁག་  
 བཅོམ་ རྒྱལ་ཡོངས་མི་དཔངས་འཕུམ་ཆོག་མ་རྒྱུ་ཡལ་ཤྱ་ལྷན་གྱི་  
 དཔེ་ཁྱིམ་དེ་འཕགས་བཞེས་མུང་པའི་ལྷོ་མཁུང་ཁྱ་གསལ་དང་དེ་  
 པའི་ཁྱ་དབྱང་དཔག་ཤུང་གྱི་ཤྱ་ཡོན་བཅས་ཆོག་མ་རྒྱུ་ཡོངས་  
 ཞུགས་ཡོང་བ་ཡིད།

(བདེ་སྐྱིད་དབང་མོ་དང་སྟོན་ལགས་ཀྱིས་སྐྱུར་བྱས་བྱས་)

## 今日主要内容

|     |                                                                                                                                                    |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 第一版 | <p>▲ 习近平在庆祝全国人民代表大会成立70周年大会上发表重要讲话强调 坚定道路自信理论自信制度自信文化自信 继续把人民代表大会制度坚持好完善好运行好</p> <p>▲ 福建省党政代表团在西藏昌都市考察对接对口支援工作</p> <p>▲ 严金海主持召开自治区人民政府党组(扩大)会议</p> |
| 第二版 | <p>▲ 我区加快推进新能源汽车充电基础设施建设</p> <p>▲ 汪海洲出席全区精准普法工作推进会</p> <p>▲ 赖蛟参加区委组织部部务会理论学习中心组学习会</p>                                                             |
| 第三版 | <p>▲ 图片新闻</p>                                                                                                                                      |
| 第四版 | <p>▲ 珍爱动物</p>                                                                                                                                      |