

ཕྱི་ན་ཏུ་ས་བར་བརྒྱུ་འི་ལས་ལ་གྲེ་ལ།

འབྲས་ལྷན་སྟོན་གྱི་དུས་ཟུ། འབྲུ་རིགས་དང་ཤིང་འབྲས་ལ་ལོ་ལེགས་ཟུང་བ་དང་ཁིང་པ་ཚོས་དུས་ཚོད་དམ་འཛིན་གྱིས་ངལ་ཚོལ་གྱི་འབྲས་བྱ་བ་སྤྲུབ་ཞིན་ཡོད།



↑ འདི་ནི་རྒྱུ་ནམ་ཁིང་ཆེན་ཉིང་དབྱང་གྲང་ཁྱེར་ཉིང་རྒྱུ་རྒྱང་ཕྱོད་ཀྱི་ཁྱེར་རྒྱུ་འབྲས་སྐྱེས་པའི་ནམ་



[†] འདི་ནི་ཡུན་ནག་ཁོང་ཆེན་གྲལ་སྤར་གྱིས་ཡུང་རྩན་རྒྱུ་གིས་ཕུལ་བྱུ་ཁོམ་གཞུང་གིས་ལ་གྱུར་ཚེ་ཡུལ་མི་ཆོས་རྒྱུ་འབྲས་ར་བཞིན་པ།



↑ འདི་ནི་ཉན་རུང་ཁིང་ཆེན་ལེན་དཔྱི་གོང་ཁྱེར་ཐན་ཁྱེར་རྫོང་ཐན་ཁྱེར་
ཁྱོམ་གཞུང་གི་ཁིང་པས་ལོ་ལེགས་བྱུང་བའི་མ་རྩིས་ལོ་དྲིག་བསྟར་བཞིན་པ།



↑ འདི་ནི་རྟོ་པོ་ཞིང་ཆེན་ཚུན་བྱང་བྱང་གི་སྐབས་སྤྲོད་ཀྱི་ཁྲི་ལྷན་གྱི་ཞིང་པ་སློམ་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ།

[illegible]

པ་འཛིན་དང་འཛིན་མཁུན། གྲང་མོའི་བྱང་ཚུལ་དང་ཁབ་ཤིང་གྱི་.....
 རེ་མཚན་མཁའ་དྲུག་གསལ་དོད་པོ་ལྟར་པ། དེ་ཚེན་རིག་དང་མཉམ་བ་.....
 དང་། ལྷན་ལྟན། ལྷུང་མོ་ཚུང་པ་བཅས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཤོག་དམིག་.....
 རིག་བཅས་ཡིན་པ་སེམ་འི་རིག་སེམ་ཀྱི་ཁབ་ཤིང་ལམ་ལུགས་འཕེལ་བྱས་.....
 གྱུ་ལོ་ལྷན་ཐོག་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་འི་ཁབ་ཤིང་གྱི་རིན་ཐང་ལྟར་པ་.....
 བཅས་པོ་75ཡི་འོང་གི་ལག་ལེན་ཐོག་ནས་ར་འཛིན་གང་ལེགས་ལུང་.....
 ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་རེད།

ཁྲིའི་ཅན་མིང་གིས་ན་ན་བཤད་གནང་དོན། གྲུང་གྲུང་ཆོས་གསུམ་ཆེན་
 བཅོམ་བརྒྱུད་པ་འཛོལ་གསུམ་ཚུན། ང་ཆོས་གྲུང་གོའི་བྱང་ཆོས་ཀྱི་སྤྱུ་ཆོས་
 རིང་ལུགས་ཀྱི་དུས་རབས་གསར་པ་འི་དུས་བབ་དང་ལས་འགན་དང་
 འཛམ་པར་བྱས་ཏེ། ལག་ལེན་གསར་གཏོང་གི་རྒྱུ་གཞིའི་ཐོག་མི་
 དམངས་མིང་གསུམ་ཀྱི་དེགས་པ་འི་གཞུང་ལུགས་གསར་གཏོང་ལ་སྐུལ་
 འདེད་བཀང་ནས་ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་གྱི་ངོས་འཛིན་རྒྱུ་ཆད་མེད་
 པར་གཏིང་ཟབ་ཏུ་བཀང་ཡོད། གསེས་ཤིང་གྲུང་གོ་གྲུང་ཁྲུང་ཏང་གིས་
 མི་དམངས་མིང་གསུམ་ལ་སྤྱུགས་ཡོངས་ནས་འགྲོ་བྱེད་མཐའ་འཁྲོངས་
 དང་། མི་དམངས་མིང་གསུམ་གྱི་དོ་བོ་དང་ངེས་གནས་མཐའ་འཁྲོངས།
 ཆེད་དོན་གསུམ་མོལ་སྤྱི་གཞི་ཡིན་པའི་མི་དམངས་མིང་གསུམ་གྱི་རྣམས་
 འདོན་སྤེལ་མཐའ་འཁྲོངས། རང་རྒྱལ་གྱི་སྤྱུ་ཆོས་ཀྱི་འཛོལ་གསུམ་གྱི་མིང་
 ཏང་ལམ་ལུགས་གསར་པ་མཐའ་འཁྲོངས་དང་འབྲས་རྫོང་ཆོད་དུ་
 བཀང་བ། མཐུན་སྦྱིལ་ཆེན་པོ་དང་མཉམ་འབྲེལ་ཆེན་པོ་མཐའ་
 འཁྲོངས། བསམ་རྩི་ཆོད་མེད་མིང་གིས་སྤྱི་ཁྱེད་བྱེད་ལྷགས་ཆེ་དུ་གཏོང་བ་
 དང་ཐུན་མོང་གི་དོས་འཛིན་རྒྱ་བྱུང་ཏུ་གཅིག་སྦྲུང་བྱེད་པ་སྤེལ་བའི་སྤྱུ་
 ཆོས་གསུམ་བཅོ་རྒྱུ་མཐའ་འཁྲོངས། ཏང་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤེལ་བའི་ལས་
 འགན་ལ་དམིགས་ནས་རང་འགན་གཅོད་སྐབས་མཐའ་འཁྲོངས། མི་
 དམངས་མིང་གསུམ་གྱིས་མི་དམངས་ཀྱི་དོན་དུ་བྱ་བ་བསྐྱབ་རྒྱུ་མཐའ་
 འཁྲོངས། ལུ་ཡོན་གྱི་འགན་འཁུལ་འཁྱུང་ལྷགས་ཆེ་དུ་གཏོང་རྒྱུ་མཐའ་
 འཁྲོངས། སྤྱི་བཅོས་གསར་གཏོང་གི་སྤྱི་དམངས་ལུགས་ལ་བརྟེན་ནས་
 འགན་སྐྱབ་བཅུས་པ་འཕྲོགས་སྤྱིང་ལ་སྐུལ་འདེད་ཏེ་དུས་ཀྱི་རྒྱུ་མཐའ་
 འཁྲོངས་པ་བཅས་བྱས་པ་ཡིད། མཐའ་འཁྲོངས་10ལོ་ལུས་མི་དམངས་
 མིང་གསུམ་གྱི་ལས་དོན་ལ་ལྷགས་རྫོན་རྒྱག་པ་དང་འཇགས་སུ་གཏོང་རྒྱུའི་
 སྤྱི་ཁྱེད་ཀྱི་རང་འདི་ཏང་གི་དཀོན་པ་གསལ་ཆེན་གྲུབ་ཡོད། དེའི་ལོ་75
 ལོ་འི་དང་ཚལ་པར་དུ་དུས་རབས་གསར་པ་ཚུན་གྱི་མི་དམངས་མིང་
 གསུམ་གྱི་བྱ་ཁུག་འབེལ་རྒྱས་བཀང་བའི་ཉམས་ཚུངས་གཅིག་སྦྲུང་ཐོག་
 མཆོན་པ་ཞིག་དང་དུས་རབས་གསར་པ་འི་རྒྱུང་ལམ་གསར་པར་མི་
 དམངས་མིང་གསུམ་གྱི་ལས་དོན་འཇགས་པར་སྐུབ་པའི་རྩ་བའི་གཞི་
 འཛིན་ས་ཞིག་ཡིན་པས། ངེས་པར་དུ་ཆོད་བཤད་དང་། གནད་ལ་
 འབེལ་བ། རྒྱགས་ཡོངས་བཅས་ཀྱི་སྤྱི་ནོན་ལས་གསལ་བསྐྱར་དོན་འཁྲོལ་བྱེད་
 དཀོས་པ་མ་ཟད། ད་དུང་ལག་ལེན་བྱེད་རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་ཐུན་སྦྱུལ་
 ཆོས་གསུམ་དང་འབེལ་རྒྱས་གྲུང་གཏོང་དཀོས།

རྒྱལ་གྱི་མཚོ་ཆུ་ལ་གཤམ་ཆེན་ཞིག་བཅས་ཡིན། ཏུས་པ་བསམ་གསལ་……
 པའི་རྒྱང་ལས་གསལ་པར་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་ཡང་དག་པའི་……
 ཆའ་ཤིང་གི་ལ་རྒྱུགས་མཐའ་འཁྱེད་ཀྱི་དང་། སྒྲོ་མོ་ལ་……
 དམངས་གཙོའི་མ་ལག་སྒྱུ་འདོན་གསུམ་འཕུལ་སྒྲོ་ཆོད་དུ་གཏོང་བ།
 སྒྲོ་མོ་ལ་དམངས་གཙོའི་ལས་སྒྲུབ་རྒྱལ་གྱི་དང་རྒྱས་འཕུལ་སྒྲོ་ཆོད་
 དུ་གཏོང་བ། སྒྲོ་མོ་ལ་ཕྱིད་རྟེན་གསལ་དང་ལས་སྒྲུབས་སྒྲུབ་ཆད་མེད་
 པར་རྒྱ་སྒྲིབ་གཏོང་བ། རྣམ་པ་བཟང་པོ་དང་ཆ་སྒྲུབ་ཡག་པོ་དུ་རྒྱ་གཞི་
 གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ནས་སྒྲོ་མོ་ལ་དམངས་གཙོ་རྒྱ་བྱུང་དང་རྣམ་པ་
 མང་པའི་ལས་ལུགས་ཅན་གྱི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྒྲུབ་ཆད་མེད་པར་སྒྲུབ་……
 འདེད་གཏོང་དགོས།

[illegible]

བྱི་ཅིན་མིང་གསལ་གསུངས་དོན། གྲང་གོའི་བྲུང་ཆོས་ཀྱི་ལྷི་ཆོག་གསལ་
 རིང་ལུགས་མཐའ་འཁྲུངས་དང་འཕམ་ལྷན་གཏོང་བྱུང་གི་ཐུན་མིང་གི་
 བསམ་མྱོ་ཆའ་མིང་གི་ལྷི་མང་གཤིབ་བརྟན་དུ་གཏོང་བའི་གཅིག་གཤམ་དེ་ཅིག་
 དང་། དུས་རབས་གསལ་བའི་གྲང་གོའི་བྲུང་ཆོས་ཀྱི་ལྷི་ཆོག་གསལ་རིང་
 ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ལོ་ལྷིང་ལྷན་གྱི་ལས་དོན་ལུགས་འདྲེན་མཐའ་བའི་
 ལྷི་འཆ་འཛིན་ཞིག་ཡིན། མིང་མངས་ཀྱིང་ལྷན་གྱིས་མིང་མངས་ཀྱིང་
 ལྷན་གྱི་ལས་ལུགས་དང་མིང་མངས་ཀྱིང་ལྷན་ཅུང་ལྷག་གྱི་མཛོད་
 གསལ་དོད་པའི་ཆའ་མིང་གི་ལྷི་དོ་མོར་དེས་འཛིན་གཏོང་བའདུང་། ཉང་
 ལི་གསལ་གཏོད་དེ་གསལ་བའི་གཞུང་ལུགས་མྱོ་བསྐྱོང་དང་ལག་ལེན་
 གཏོང་བའདུང་། མཐུན་ལྷོ་ལ་འབད་འཐབ་ལྱེད་པའི་ཐུན་མིང་གི་
 བསམ་མྱོ་ཆའ་མིང་གི་ལྷི་མང་གཤིབ་བརྟན་ཆད་མེད་པར་ལྷན་བརྟན་དུ་གཏོང་
 བ་བསམ་བྱས་ཏེ། ཉང་ཕོག་ཆོག་གསལ་ཁག་དང་། མི་དེ་གསལ་ཁག་ ལས་
 འདི་གསལ་ཁག་བསམ་གྱི་འཕྲམ་ཆའ་མིང་ཐད་མཐུན་ལྷོ་ལ་མཉམ་ལས་
 དང་། བསམ་མྱོའི་ཐད་ཐུན་མིང་ཡང་ལྷན། ལྷི་ཐད་གོ་མཉམ་བསམ་
 གཅིག་གཞུང་བསམ་སྐྱོང་ལས་སྐྱེས་པ་ཡོང་བ་ལྱེད་པར་སྐུལ་འདྲད་
 གཏོང་དགོས།

[illegible]

ཉང་དང་རྒྱལ་འབད་ཀྱི་ཐངས་རྒྱས་པ་གོང་མཇུག་གསལ་ཆེན་དོན་ཐོག་ཏུ་
 འབྲེལ་པ་དང་པམ་འབས་ཐོན་པར་སྐུལ་འདིང་གཏོང་དགོས།
 ཞི་ཅིན་མིང་གིས་གསལ་བཤེས་དོན། མི་དམངས་ཀྱི་དུས་ཀྱིས་
 འཐབ་ཕྱོགས་གཅིག་ཕྱུར་གྱི་མི་མཉམས་གཅིག་སྦྲེལ་དང་སྦྱོབས་ལྷགས་
 གཅིག་སྦྱང་གྱི་ཆབ་སྲིད་གྱི་ལུས་པ་འདོན་པའི་ལས་ཀའི་ལམ་སྟོན་
 འབྲས་མྱོ་ཆང་དུ་གཏོང་བ་དང་། ཉང་ཁྱིའི་ཤེས་ཡོན་ཅན་དང་། ལྷི་
 དབང་མིན་པའི་ལམ་སྟོན་གྱི་དབུས་འབྱོར་མི་རྣམས་ ལྷི་ཆོག་གསལ་གྱི་རིམ་
 གསལ་གསར་པའི་མི་རྣམས་ ཆོས་ལུགས་མི་རྣམས་པམས་པ་ཆབ་སྲིད་གྱི་ལྷོ་གྲིང་
 དུ་རྒྱུར་ལྷགས་སྦྱོར་རྒྱལ་པ། ཕྱིར་སྔོང་སྤུན་རྒྱུར་ཆུ་བྱ་བྱེད་དང་པམ་ཐུན་
 ལྷོ་པ་དང་འབྲེལ་བཀྲུག་པམས་ལུ་ཕྱུར་ཏེ་རྒྱལ་འབད་སྦྱོབས་ཆེན་འདུགས་
 ལྷོ་པ་དང་མི་དམངས་པམ་རྒྱུར་དང་རྒྱུམ་ཐུན་ཆ་ཆེ་ཤོས་ལུས་ལྷགས་ཡོད་
 ལྷོ་པ་གཏོང་དགོས།

ལེ་ཅིན་མིང་གསལ་ནན་པ་ཤད་གནང་དོན། མི་དམངས་ཀྱི་དུས་མཉམས་
 ཀྱི་ལམ་ཀའི་ལམ་ལུགས་དང་ལམ་སྟོན་ལའུམས་སྒྲིལ་ཆོད་དུ་གཏོང་བ་དང་།
 མི་དུས་ཀྱི་སྟོན་མོལ་དང་སྟོན་མོལ་ཕྱིན་སྐྱོང་མ་གཞན་དག་དཔར་
 མཐུན་སྦྱོར་གཞིགས་འདྲེགས་ཕྱིན་པར་ལུགས་སྦྱོར་ལྟགས། སུན་ཚུན་
 སྟོན་མོལ་གཏིང་ཟབ་དང་། པས་མ་འཆར་གང་ལེགས་འདོན་པ། རྩམ་
 འདོན་གཅིག་མཐུན་ལུ་བྱེད་དང་གཅིག་སྟེན་པ་བསམ་གྱི་ལམ་སྟོན་ལའུམས་
 སྒྲིལ་ཆོད་དུ་གཏོང་བ། རྩེ་ཆོག་གྱི་གནས་ཚུལ་དང་མི་དམངས་ཀྱི་
 པས་མ་འདུན་གོང་ལུ་དང་། མང་ཆོག་ས་དང་འབྲེལ་འདྲིམ། མི་
 དམངས་ལམ་ཁབས་ལུ་བསམ་གྱི་ལམ་སྟོན་འདུགས་པར་ལུགས་སྦྱོར་ལྟགས་
 པ་བསམ་བློས་ཏེ། མི་དམངས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཤེས་རྟོགས་ཕྱིན་པ་དང་།
 མི་དམངས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་བ། མི་དམངས་ཀྱི་སེམས་ལ་དྲྭེད་
 རྩེན་པ་བསམ་གྱི་ལམ་དྲོ་མང་ཙམ་སྒྲུབ་དགོས།

॥ ཞི་ཅིན་མིང་གིས་གསུངས་ནི་དེ། ཨིང་ཤོས་ལ་རྒྱས་མང་འདོད་པ་
 དང་། ཤོས་མོལ་ཕྱིང་མེས་པ། ཨིང་དོན་མིང་མ་ལས་པ། རྒྱལ་གྲིམས་
 རྒྱང་པ། རྒྱལ་ལམ་ལ་རྒྱང་ཆེན་ཕྱིང་པ། ལྷན་རྒྱུང་ལ་མཐོང་ཆེན་ཕྱིང་
 པ་བཅས་ཀྱི་མིང་ཤོས་ལྷན་ལོན་གྱི་དཔུང་ལག་ཅིག་འདུག་པ་རྒྱང་ཕྱ་རྒྱུ་
 མིང་མངས་པ་ཨིང་ཤོས་ཀྱིས་ལྷན་ཆང་མཐོང་པའི་རྣམ་ཐང་འཕག་འཁོར་བྱུང་
 པའི་འཕག་ལེན་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། ལྷ་ཆའི་མིང་ཤོས་ལྷན་ལོན་
 ཆབ་ཨིང་གྱི་མཐོང་མང་ལ་པམི་མཐོང་དང་། ཆབ་ཨིང་གྱི་གཤིས་རྒྱུང་
 ལ་ཞུན་བཅང་། ཆབ་ཨིང་གྱི་འཛོན་མང་ཆེར་གཏོང་། ལམ་འགག་
 དང་འགག་འབྲེའུགས་ལོམས་ཆེན་གཏོང་བཅས་ལྷན་ཏེ་ལམས་ལུས་
 གཤིག་རྒྱུལ་དང་། བཅས་ལུས་རྒྱུང་དེ། ཤོས་མོལ་འདེམས་གཏོ་
 ལུ་ལའ་བཅོས་རྒྱུང་གི་འཐབས་དང་པོ་བཅས་ཀྱི་ཞིབ་ཐའི་ལག་
 ཡོན་བཟང་པའི་ཁྱད་དང་རྟགས་དང་ཞུགས་དགོས།

[illegible]

འཕྱི་ཕྱིད་དགོ། ཉང་གི་ཁབ་ཀྱི་ད་འཇགས་སྤྱི་འདུག་ལྷན་ཁག་གི་
 བསམ་འཇགས་ཀྱི་ཉང་འཇགས་སྤྱི་འཇགས་ལྷན་ཁག་གི་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་
 འདེད་བཀྲ་སྟེ། རྒྱལ་བཟང་སྤྱི་བཟང་དང་ལས་སྤྱོད་ལས་གཏོང་གི
 ཁབ་ཀྱི་དྲི་བའ་ཡུག་ཡུག་པོ་ཞིག་གཏོང་དགོ།

མང་རུའུ་ཉིང་གིས་ཆོག་ས་ཆེན་གཅོད་སྤྲོད་གནང་སྐབས། སྤྱི་ལྷའ་
 རུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་མིང་གི་གསུང་བཤད་གསལ་ཆེན་གྱིས་མི་དཔལ་ས་སྤྱིང་
 གྱིས་གྱིས་ལུས་བའི་ལེ་ལུས་ཀྱི་ལེགས་སྒྲུབ་ལ་ཆོད་མཐོང་གཤིང་འཛིག་
 གནང་བ་དང་། མི་དཔལ་ས་སྤྱིང་གྱིས་ཀྱི་མདོན་གསལ་དྲོད་པའི་ལྷུང་
 གཤིང་ཁྱད་ཆོས་དང་མདོན་གསལ་དྲོད་པའི་ཆབ་སྤྱིང་གྱི་ལེགས་ཆ་རྒྱས་
 བཤད་གཏིང་ཟབ་གནང་བ། གྱིས་མོལ་དཔལ་ས་གཅོད་སྤྲོད་བཤད་དང་མེས་
 པ་མང་བའི་ལམ་ལུགས་ཅན་གྱི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་རྒྱལ་ཆོད་མེད་པར་སྒྲུབ་
 འདོད་གཏོང་རྒྱུའི་མདུན་མཛད་བྱ་གསལ་པོ་བཏོན་གནང་བ། མིག་མ་
 དང་སྤང་ཕྱིན་དུས་སྐབས་ཤིག་རིང་གི་མི་དཔལ་ས་སྤྱིང་གྱིས་གྱི་ལས་
 དྲོད་ལག་པོ་བསྐྱུབ་རྒྱུ་ཕྱི་གས་ཡོངས་ནས་བཀོད་སྒྲིག་གནང་བ་བཅས་
 ལས་དུས་རབས་གསར་པའི་རྒྱུད་ལམ་གསར་པར་མི་དཔལ་ས་སྤྱིང་གྱིས་
 གྱི་བྱ་གཤམ་སྒྲུབ་ཆོད་མཐོན་པོས་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་རྒྱུར་མདུན་རྒྱུད་གྱི་ལ་
 ཕྱི་གས་གསལ་སྒྲོལ་དང་ཅུ་བའི་གཞི་འཛིན་ས་མགོ་འདོན་གནང་ཡོད།
 གསུང་བཤད་དུས་བབ་བྱུག་གཟིགས་དང་། གཏིང་ཟབ་གནང་
 འཕྲིགས། རང་དོན་ལུན་ལུས་ཆོག་ས་ཆེན་གསལ་ཡོད་པར་མ་ཟུན། ད་དུང་
 ཆབ་སྤྱིང་གྱི་རང་བཞིན་དང་། ལས་མ་སྤྱོད་པའི་བཞིན་མཛུབ་སྤྱིང་གྱི་
 དང་པོ་ཞིན་བཅས་ཀྱི་ཅུང་ཆེན་པོ་ལའ་ལུན་ཡོད་པར་ཆོས་སྒྲོབ་སྤྱོད་
 རང་གི་པ་ནུན་ཏན་ལེན་པ་དང་ཕྱི་གས་ཡོངས་ནས་ལག་བསྐྱར་དོན་
 འཁྲོལ་བྱེད་དགོས། མི་དཔལ་ས་སྤྱིང་གྱིས་གྱི་ལས་དྲོད་ལ་ལུགས་སྒྲོལ་
 རྒྱུ་རྒྱ་དང་ལེགས་ལུ་གཏོང་རྒྱུའི་སྐོར་གྱི་སྤྱི་ལྷའ་རུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་མིང་གི་
 དཀོངས་པ་གསལ་ཆེན་ཟབ་སྤྱོད་མཐེལ་རྒྱགས་བྱེད་པ་དང་། “གཏན་
 འཕེལ་གཤིས་”ཀྱི་ཐག་གཅོད་རང་བཞིན་གྱི་དོན་ཆེད་ལ་གོ་བ་གཏིང་
 ཟབ་ལེན་པ། རང་རྒྱུགས་རང་སྤྱོད་རྒྱུའི་གཤིས་ལུབ་པ་བཅས་བྱས་
 ཉེ་རྒྱེད་གི་འགྲོ་སྤྱིང་དང་། འཐབ་ཕྱི་གས་གཅིག་ལྟར། གྱིས་མོལ་
 དཔལ་ས་གཅོད་བཅས་ཟུང་འབྲེལ་དམ་ཟབ་མཐའ་འཁྲོངས་བྱས་ནས་
 ཉང་དང་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་བྱ་གཤམ་འཕེལ་རྒྱས་ཆེད་ལེགས་སྒྲུབ་གསར་པ་
 དུར་ཐག་འབྲལ་དཀོས་ཞེས་གསུངས་པ་རེད།

(སྒྲིལ་ཆོ་དང་། ལྷག་ཆོ། སྐལ་མཆོག་ བ་པན་བཅས་ཀྱིས་ལྷུང་།
(ཞུག་བྱས་)

今日主要内容	
第一版	▲ 习近平在庆祝中国人民政治协商会议成立75周年大会上发表重要讲话强调更加充分发挥人民政协的显著政治优势不断巩固发展生动活泼安定团结的政治局面 ▲ 超万名干部人才接力援藏三十年 扎根雪域高原 奋斗书写新篇
第三版	▲ 文艺副刊
第四版	▲ 图片新闻