2 2025ལོའི་ཟླ་10ཚེས་25 ཡིག་ཆ། ཇུས་འགོད་པ།བསྟན་འཛིན་ལྷག་སྒྲོན།

རྩོམ་སྒྲིག་པ། བཀྲ་ཤིས།

དོན་ཚན་དང་པོ།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་་
གི་རྩ་འཛུགས་དང་བྱ་སྤྱོད་ཚད་ལྡན་དུ་གཏོང་བ་དང་།ཞིང་འབྲོག་་་་་་
པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུར་སྐུལ་ལྕག་དང་།
རྒྱབ་སྐྱོར།ཁྲིད་སྟོན།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་དང་
དེའི་ཁོངས་མིའི་ཁྲིམས་མཐུན་ཁེ་དབང་སྲུང་སྐྱོབ།ཞིང་འབྲོག་ལས་་་་་་
དང་ཞིང་འབྲོག་ཁུལ་དེང་རབས་ཅན་དུ་འགྱུར་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་
བ་བཅས་བྱེད་ཆེད།《ཀྲུང་ཧྭ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཞིང་་་་་
པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་གི་བཅའ་ཁྲིམས》སོགས་བཅའ་ཁྲིམས་་་་
དང་སྲིད་འཛིན་ཁྲིམས་སྲོལ་གཞིར་བཟུང་།རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་དོན་་་་་
དངོས་དང་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ཏེ་བྱ་ཐབས་འདི་བཟོས་པ་ཡིན།
དོན་ཚན་གཉིས་པ།རང་སྐྱོང་ལྗོངས་སྲིད་འཛིན་ས་ཁོངས་་་་་་
ནང་ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་འཛུགས་པ་དང་།
གཉེར་སྐྱོང་བྱེད་པ།ཚད་ལྡན་དང་དོ་དམ་བྱེད་པ།རོགས་སྐྱོར་དང་་་་
ཞབས་ཞུ་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ལས་སྒོའི་རིགས་ལ་བྱ་ཐབས་འདི་སྤྱད་ན་་་་་་
འཐུས།

བྱ་ཐབས་འདིའི་ནང་བརྗོད་པའི་ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་་་་་་་་་
མཉམ་ལས་ཁང་ནི་གྲོང་གསེབ་ཁྱིམ་དུད་ཀྱིས་འགན་གཙང་བླངས་ནས་
གཉེར་སྐྱོང་བྱེད་པའི་རྨང་གཞིའི་ཐོག་ཞིང་ཕྱུགས་ཐོན་རྫས་ཐོན་སྐྱེད་་་་་
གཉེར་སྐྱོང་བྱེད་མཁན་ནམ་ཡང་ན་ཞིང་འབྲོག་ལས་ཐོན་སྐྱེད་གཉེར་་་་་
སྐྱོང་གི་ཞབས་ཞུ་སྒྲུབ་མཁན་དང་དེ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་གྱིས་རང་་་་་་་
མོས་ཐོག་མཉམ་འབྲེལ་དང་དམངས་གཙོའི་དོ་དམ་གྱི་ཕན་ཚུན་རོགས་
ལས་བྱེད་པའི་དཔལ་འབྱོར་རྩ་འཛུགས་ཤིག་ཡིན།
དོན་ཚན་གསུམ་པ།རྫོང་རིམ་པ་ཡན་གྱི་མི་དམངས་སྲིད་་་་་་་་་
གཞུང་གིས་ངེས་པར་དུ་ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་་་་་་་་
འཛུགས་སྐྱོང་དང་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུ་དེ་རྒྱལ་དམངས་དཔལ་འབྱོར་་
དང་སྤྱི་ཚོགས་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུའི་འཆར་འགོད་ནང་བཅུག་ནས་་་་་་
རོགས་སྐྱོར་སྲིད་ཇུས་དང་བྱ་ཐབས་བཟོས་ཏེ་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་དགོས་་་་་
ཤིང་།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་གི་ལས་ཀའི་ཕྱོགས་་་་
བསྡུས་མཐུན་སྦྱོར་ལམ་སྲོལ་བཙུགས་ནས་ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་་་་་་
མཉམ་ལས་ཁང་འཛུགས་སྐྱོང་དང་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུར་སྤྱི་འདོམས་་
ཐོག་མཛུབ་ཁྲིད་དང་།མཐུན་སྦྱོར།སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་བཅས་བྱེད་
དགོས།
ཤང་དང་གྲོང་རྡལ་མི་དམངས་སྲིད་གཞུང་དང་ཁྲོམ་གཞུང་དོན་
གཅོད་ཁང་གིས་ངེས་པར་དུ་ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་་་་་་་་
ཁང་འཛུགས་པ་དང་།གོང་འཕེལ།དེ་བཞིན་ཐོན་སྐྱེད་གཉེར་སྐྱོང་་་་་
བྱེད་པ་བཅས་ཀྱི་ཐད་ལ་སྟབས་བདེ་བསྐྲུན་པ་དང་ཞབས་འདེགས་ཞུ་་་་
དགོས།
ཡུལ་མི（གྲོང་མི）ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གིས་ངེས་པར་དུ་ཞིང་འབྲོག་་
པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་ལ་ཁྲིམས་བཞིན་ཐོན་སྐྱེད་གཉེར་སྐྱོང་་་་་
བྱ་རྒྱུར་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་དགོས།
དོན་ཚན་བཞི་པ།རྫོང་རིམ་པ་ཡན་གྱི་མི་དམངས་སྲིད་གཞུང་
གི་ཞིང་ལས་གྲོང་གསེབ་གཙོ་འགན་སྡེ་ཚན་གྱིས་སྲིད་འཛིན་ས་ཁོངས་་་་
དེ་གའི་ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་ལ་མཛུབ་ཁྲིད་དང་།
རོགས་སྐྱོར།ཞབས་ཞུ་སོགས་ཀྱི་ལས་ཀའི་བྱེད་འགན་ཁུར་དགོས།
རྫོང་རིམ་པ་ཡན་གྱི་མི་དམངས་སྲིད་གཞུང་གི་གོང་འཕེལ་་་་་་་་་་་་
བསྒྱུར་བཅོས་དང་།སློབ་གསོ།ཚན་རིག་ལག་རྩལ།དཔལ་འབྱོར་་་་་་
དང་ཆ་འཕྲིན་ཅན།ནོར་སྲིད།མི་ཤུགས་ཐོན་ཁུངས་དང་སྤྱི་ཚོགས་་་་་
འགན་སྲུང་། རང་བྱུང་ཐོན་ཁུངས།སྐྱེ་ཁམས་ཁོར་ཡུགསྡོད་ཁང་་་་་་
དང་གྲོང་ཁྱེར་གྲོང་གསེབ་འཛུགས་སྐྲུན།འགྲིམ་འགྲུལ་སྐྱེལ་འདྲེན།
ཆུའི་སྲིད་འཛིན།ཚོང་དོན།རིག་གནས་དང་ཡུལ་སྐོར།ཁྲོམ་ར་ལྟ་་་་་
སྐུལ་དོ་དམ།ནགས་ལས་རྩྭ་ཐང་།ཁྲལ་དོན།དངུལ་རྩ་དོ་དམ་་་་་་་་་་་
སོགས་སྡེ་ཚན་གྱིས་ངེས་པར་དུ་རང་འཁྲིའི་ལས་འགན་གཞིར་བཟུང་་་་་
ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་གི་འབྲེལ་ཡོད་ལས་དོན་་་་་་་་
ཡག་པོ་སྒྲུབ་དགོས།
དོན་ཚན་ལྔ་པ།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་་་་་་
གིས་ངེས་པར་དུ་ཁྲིམས་ལྟར་ཐོ་འགོད་བྱས་ཏེ་ཁྲིམས་ཚན་གྱི་ཐོབ་ཐང་་་
རག་པ་བྱེད་དགོས།ཐོ་འགོད་མ་བྱས་པར་ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་་་་
མཉམ་ལས་ཁང་གི་མིང་ཐོག་ནས་གཉེར་སྐྱོང་ལས་སྒོ་སྤེལ་མི་ཆོགཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་གིས་ངེས་པར་དུ་་་་་་་་
མིང་བྱང་ཐོག“ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང”ཞེས་གསལ་པོ་འགོད་དགོས་
པ་མ་ཟད། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁེ་ལས་མིང་བྱང་ཐོ་འགོད་དོ་དམ་གྱི་གཏན་་་་་
འབེབས་དང་མཐུན་དགོས།
རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱིས་ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་
ལ་ཁྲོམ་རའི་བྱེད་པོ་གཞན་དང་འདྲ་མཉམ་གྱི་བཅའ་ཁྲིམས་གནས་་་་་་་་
བབ་ལོངས་སུ་སྤྱོད་རྒྱུ་ཡོད་པའི་འགན་སྲུང་བྱེད་དགོས།
དོན་ཚན་དྲུག་པ།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་་
གི་ཁོངས་མིའི་ནང་ངེས་པར་དུ་ཞིང་འབྲོག་མང་ཚོགས་ཀྱིས་ཉུང་་་་་་་་་་་་
མཐར་ཡང་ཁོངས་མིའི་སྤྱི་འབོར་གྱི་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱད་ཅུ་ཟིན་པ་བྱེད་་་་་་་་་་་
དགོས།
ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་གི་ཁོངས་མིར་གཤམ་
གསལ་ཆ་རྐྱེན་གྲས་ཤིག་ཡོད་ཚེ་ཞིང་འབྲོག་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཁོངས་མིའི་་་་
བསྡུར་ཚད་ཁོངས་སུ་བརྩི་རྒྱུ་སྟེ།
（གཅིག）ཞིང་པའི་ཐེམ་ཐོ་ཡོད་པ་དང་།
（གཉིས）ས་ཞིང་འགན་གཙང་གཉེར་སྐྱོང་བྱེད་དབང་ལག་་་་་་
ཁྱེར་དང་།རྩྭ་ཐང་འགན་གཙང་གཉེར་སྐྱོང་བྱེད་དབང་ལག་ཁྱེར།
ནགས་དབང་ལག་ཁྱེར་བཅས་ཡོད་པ།
（གསུམ） གྲོང་གསེབ་ཀྱི་མཉམ་སྡེབ་དཔལ་འབྱོར་རྩ་འཛུགས་་
ཀྱི་ཁོངས་མིའི་ལག་ཁྱེར་ཡོད་པ་བཅས་སོ།
ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་ནང་ཞིང་འབྲོག་པ་་་་
ཞུགས་རྗེས་གྲོང་ཁྱེར་དུ་གཞིས་ཆགས་བྱས་ཚེ་ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་་་་་་་་
ལས་མཉམ་ལས་ཁང་གི་ཁོངས་མིའི་ཐོབ་ཐང་རང་སོར་འཇོག་རྒྱུ་དང་།

ཞིང་འབྲོག་པའི་ཁོངས་མིའི་བསྡུར་ཚད་ལ་ཤུགས་རྐྱེན་ཐེབས་ཀྱི་མེད།
ཁོངས་མིའི་ཐོབ་ཐང་དང་ཆ་རྐྱེན་ལ་ས་ཁོངས་ཀྱི་ཚོད་འཛིན་ཐེབས་ཀྱི་་་
མེད།
དོན་ཚན་བདུན་པ།ཆ་རྐྱེན་འཛོམས་པའི་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་་་་་་་་་་
མཉམ་སྡེབ་དཔལ་འབྱོར་རྩ་འཛུགས་དང་།མཁོ་ཚོང་མཉམ་ལས་་་་་་་་་
ཁང་། ཁྱིམ་ཚང་གི་ཞིང་པ་དང་འབྲོག་ར།ཞིང་འབྲོག་ཁེ་ལས།ཞིང་་་
འབྲོག་ཚན་རིག་ཞིབ་འཇུག་ཚན་པ།ཞིང་འབྲོག་ཚན་རྩལ་ཞབས་ཞུའི་
རྩ་འཛུགས་སོགས་དང་།དེ་བཞིན་ཞིང་འབྲོག་ལས་ཐོན་སྐྱེད་དང་།
གཉེར་སྐྱོང་།ཞབས་ཞུ་བཅས་བྱེད་མཁན་རྣམས་ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་
ལས་མཉམ་ལས་ཁང་ནང་ཞུགས་རྒྱུར་སྐུལ་ལྕག་གཏོང་དགོས།
དོན་ཚན་བརྒྱད་པ།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་་་་་་
ཁང་གི་ཁོངས་མིས་དངུལ་ལོར་གྱི་མ་རྩ་འདོན་ཆོག་ལ་ཁྲིམས་ལྟར་་་་་་་་་་་
གཤམ་གསལ་གྱི་རྒྱུ་ནོར་ཐོག་ནས་ཀྱང་མ་རྩ་བཞག་ཆོག་པ་སྟེ།
（གཅིག）རང་ཉིད་ལ་དབང་བའི་གཉེར་སྐྱོང་རང་བཞིན་གྱི་་་་་
ཁང་པ་དང་། སྒྲིག་བཀོད་སྒྲིག་ཆས།ཞིང་འབྲོག་འཕྲུལ་ཆས།ཕྱུགས་
རིགས་སོགས་དངོས་ཟོག་རིགས་དང་།
（གཉིས）ས་ཆའི་གཉེར་སྐྱོང་དབང་ཆ་དང་།ནགས་དབང་།
ཤེས་རིག་བདག་དབང་སོགས་དངུལ་ལོར་གྱིས་རིན་གོང་ཚོད་རྩིས་བྱས་
ཆོག་པ་མ་ཟད།ཁྲིམས་ལྟར་ནང་བཤུག་ཀྱང་བྱས་ཆོག་པའི་དངུལ་་་་་་་་
ལོར་མིན་པའི་རྒྱུ་ནོར་རིགས།
（གསུམ） སྒྲིག་ཡིག་ནང་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་རྒྱུ་ནོར་་་་་་་་་་
གཞན་དག་བཅས་སོ།
ཁྲིམས་ལྟར་ས་ཆའི་གཉེར་སྐྱོང་དབང་ཆ་དང་ནགས་དབང་་་་་་་་་
སོགས་མ་རྩར་བཞག་རིགས།མ་འཇོག་ལོ་ཚད་འདི་ས་ཆའི་གཉེར་་་་་་་་
སྐྱོང་དབང་ཆ་དང་ནགས་དབང་སོགས་ཀྱི་དུས་ཚད་ལས་བརྒལ་མི་་་་་་་་
ཆོག་པ་མ་ཟད།ས་ཆའི་སྤྱོད་སྒོར་འགྱུར་བ་བཏང་མི་ཆོགདངུལ་ལོར་མིན་པའི་རྒྱུ་ནོར་མ་རྩར་བཞག་རིགས་ལ་ཁོངས་་་་་་་་
མིའི་ཚོགས་ཆེན་གྱིས་ཚོད་སྐོར་དང་རིན་གོང་ཆེད་རྩིས་བྱེད་ཆོག་ལ།
ཁོངས་མིའི་ཚོགས་ཆེན་ནམ་ཡང་ན་ཁོངས་མིའི་འཐུས་མི་ཚོགས་ཆེན་་་་་
གྱིས་ཚོད་སྐོར་ལས་ཁུངས་ལ་ཚོད་སྐོར་དང་རིན་གོང་ཆེད་རྩིས་བྱ་རྒྱུའི་་་
མངགས་བཅོལ་བྱས་ཀྱང་ཆོགདོན་ཚན་དགུ་པ།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་་
གི་ཁོངས་མིས་དུས་གཅིག་ཏུ་ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་་་་་་་་
ཁང་མང་པོའི་ནང་ཞུགས་ཆོག་མོད།འོན་ཀྱང་རྒྱུ་ནོར་སྣ་གཅིག་གིས་་་་
མ་རྩ་མང་པོའི་ཚབ་ཏུ་འཇོག་མི་ཆོགཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་གི་ཁོངས་མིས་མཉམ་
ལས་ཁང་དེ་གའམ་ཡང་ན་ཁོངས་གཏོགས་གཞན་དག་གི་བུན་དབང་་་་་
དེ་མ་རྩའི་ཚབ་ཏུ་འདོན་མི་ཆོག་པ་དང་།བསྡུས་པའི་མ་རྩས་མཉམ་་་་་
ལས་ཁང་དེ་གའམ་ཡང་ན་ཁོངས་མི་གཞན་དག་གི་བུ་ལོན་དང་མགོ་་་་་་
གཏུག་གཏོང་མི་ཆོག་ལ།ངལ་ནུས་དང་།ཡིད་རྟོན།རང་བྱུང་མིའི་་་་
མིང་།ཚོང་གྲགས།དམིགས་བསལ་ཆོག་འཐུས་ཀྱི་གཉེར་སྐྱོང་དབང་་
ཆའམ་ཡང་ན་ཁག་ཐེག་ཏུ་བཞག་པའི་རྒྱུ་ནོར་སོགས་རིན་དུ་ཕབ་ནས་་་
མ་རྩར་འཇོག་མི་ཆོགདོན་ཚན་བཅུ་པ།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་་
གིས་ངེས་པར་དུ་ཁྲིམས་ལྟར་སྒྲིག་ཡིག་བཟོ་དགོས།སྒྲིག་ཡིག་དེའང་་་་་
ངེས་པར་དུ་མཉམ་ལས་ཁང་འཛུགས་མཁན་ཡོངས་ཞུགས་པའི་་་་་་་་་་་་་་
འཛུགས་གཉེར་ཚོགས་ཆེན་ཐོག་གྲོས་འཆམ་གཅིག་མཐུན་ཡོང་བ་བྱེད་་
དགོས་པ་མ་ཟད།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་དང་་་་་་་་
དེའི་ཁོངས་མིར་གཅུན་འདོམས་བྱེད་ནུས་ཀྱང་ལྡན་དགོས།
རྫོང་རིམ་པ་ཡན་མི་དམངས་སྲིད་གཞུང་གི་ཞིང་ལས་གྲོང་་་་་་་་་་་་
གསེབ་སོགས་སྡེ་ཚན་གྱིས་ངེས་པར་དུ་ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་་་་་་་་་་་་
མཉམ་ལས་ཁང་ལ་རང་ངོས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་དང་མཐུན་པའི་སྒྲིག་ཡིག་་་་་་་
བཟོ་རྒྱུར་མཛུབ་ཁྲིད་བྱེད་དགོས།
དོན་ཚན་བཅུ་གཅིག་པ།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་་་་་་
ལས་ཁང་གིས་ངེས་པར་དུ་ཁྲིམས་བཞིན་ནོར་དོན་དོ་དམ་ལམ་ལུགས་་་་
འཛུགས་པ་དང་འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་བཏང་ནས་ནོར་དོན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་་་་
གཏན་འབེབས་དང་རྩིས་པའི་ལས་སྒོའི་དགོས་མཁོ་གཞིར་བཟུང་།
རྩིས་པའི་རྩིས་ཐོ་བཟོ་བ་དང་།དགོས་ངེས་ཀྱི་རྩིས་པ་བཀོད་སྒྲིག་བྱེད་་
པའམ་ཡང་ན་གཏན་འབེབས་གཞིར་བཟུང་ལས་ཚབ་རྩིས་ཐོ་འགོད་་་་་་
མཁན་མངགས་ཏེ་ཞིབ་རྩིས་རྒྱག་དགོས།
ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་དང་དེས་མཁོ་འདོན་
བྱས་པའི་ཞབས་ཞུ་སྤྱོད་མཁན་ཁོངས་མི་མིན་པའི་དབར་ཉོ་ཚོང་བྱས་་་་
རིགས།རྩིས་ཐོ་ལོགས་སུ་འགོད་དགོས་པ་མ་ཟད།དེ་དང་ཁོངས་་་་་་་་
མིའི་ཉོ་ཚོང་ལོགས་སུ་དབྱེ་ནས་ཞིབ་རྩིས་ཀྱང་རྒྱག་དགོས།
ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་གིས་ལོ་མཇུག་ཏུ་ཁེ་་་
འབབ་བགོ་བཤའ་མ་བརྒྱབ་གོང་།ངེས་པར་དུ་ལོ་ཧྲིལ་པོའི་ཡོང་་་་་་་་་་་
འབབ་དང་གཏོང་སྒོར་ཞིབ་རྩིས་གནད་འཕིགས་བརྒྱབ་ནས་རྒྱུ་ནོར་་་་་་
དང་། བུན་དབང་། བུ་ལོན་བཅས་གཙང་བཤེར་བྱེད་དགོས།
ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་གི་གྲུབ་ཁོངས་ཡིན་་་་

པའི་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་མཉམ་སྡེབ་དཔལ་འབྱོར་རྩ་འཛུགས་ཀྱིས་ངེས་པར་
དུ་ནོར་དོན་དོ་དམ་ལམ་ལུགས་ལག་བསྟར་ནན་པོ་བྱས་ཏེ་བདག་་་་་་་་་་་
ཁོངས་ཁ་གསལ་བཟོ་དགོས།
དོན་ཚན་བཅུ་གཉིས་པ།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་་་་་་
ལས་ཁང་གིས་ངེས་པར་དུ་ཁོངས་མི་ཚང་མར་སོ་སོའི་རྩིས་ཐོ་བཟོས་ཏེ་་
ནང་དོན་གཙོ་བོ་ཐོ་འགོད་བྱ་རྒྱུ་གཤམ་གསལ།
（གཅིག）ཁོངས་མི་དེའི་མ་འཇོག་གྲངས་འབོར་དང་།
（གཉིས）ཁོངས་མི་དེར་གྲངས་བཅད་བཟོས་པའི་སྤྱི་གསོག་མ་
དངུལ་གྱི་ཐོབ་སྐལ།
（གསུམ） ཁོངས་མི་དེས་མཉམ་ལས་ཁང་དང་ཉོ་ཚོང་བྱས་་་་་་་་་
འབོར（དངུལ་གྲངས）
（བཞི）ནོར་སྲིད་ཀྱི་ཐད་ཀའི་ཁ་གསབ་རོགས་དངུལ་དང་མི་་་་
གཞན་གྱིས་ཞལ་འདེབས་ཕུལ་བའི་རྒྱུ་ནོར་རིགས་ཆ་སྙོམས་ཐོག་གྲངས་
བཅད་བཟོས་ནས་བགོས་པའི་ཁོངས་མི་དེའི་ཐོབ་སྐལ།
（ལྔ） ཁོངས་མི་དེར་མཉམ་ལས་ཁང་ནས་རག་པའི་ཁེ་སྤོགས་་་་
གཙང་གཙང་ཕྱིར་སློག་དང་ཁེ་སྤོགས་གཙང་གཙང་གི་ལྷག་འཕྲོ་བགོས་
པ་བཅས་སོ།
དོན་ཚན་བཅུ་གསུམ་པ།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་་་་་་
ལས་ཁང་གིས་ངེས་པར་དུ་མཉམ་ལས་ཁང་གི་ལས་དོན་ཡོངས་་་་་་་་་་་་་་
བསྒྲགས་ལམ་ལུགས་བཟོས་ནས་ཁོངས་མིར་གཉེར་སྐྱོང་དང་ནོར་དོན་་
གྱི་གནས་ཚུལ་ཡོངས་བསྒྲགས་བྱེད་དགོས།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་་
མཉམ་ལས་ཁང་གིས་ངེས་པར་དུ་ལོ་འཁོར་གྱི་ལས་སྒོའི་སྙན་ཞུ་དང་།
ཁེ་སྤོགས་ལྷག་མའི་བགོ་འགྲེམས་ཇུས་གཞི།གྱོང་གུན་ཐག་གཅོད་ཇུས་
གཞི།དེ་བཞིན་ནོར་དོན་རྩིས་པའི་སྙན་ཞུ་བཅས་བཟོས་ཏེ།ཁོངས་་་་་
མིའི་ཚོགས་ཆེན་མ་འཚོགས་གོང་གི་ཉིན་བཅོ་ལྔའི་ནང་གཞུང་ལས་་་་་་་་
བྱེད་གནས་སུ་བཀྲམས་ནས་ཁོངས་མི་ལྟ་ཀློག་བྱེད་དུ་བཅུག་སྟེ་ཁོངས་་་་
མིའི་ལྟ་སྐུལ་དང་ལེན་བྱེད་དགོས།
དོན་ཚན་བཅུ་བཞི་པ།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་
ཁང་གིས་ངེས་པར་དུ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་གཏན་འབེབས་གཞིར་་་་་
བཟུང་། རྒྱལ་ཁབ་ཁེ་ལས་ཀྱི་ཡིད་རྟོན་ཆ་འཕྲིན་གྱི་སྤྱི་བསྒྲགས་མ་ལག་་
བརྒྱུད་དེ་ཁྲོམ་རའི་ལྟ་སྐུལ་དོ་དམ་སྡེ་ཚན་ལ་ལོ་འཁོར་གྱི་སྙན་ཞུ་འབུལ་
དགོས་པ་མ་ཟད།སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཡོངས་བསྒྲགས་བྱེད་དགོས།
ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་ལ་གཤམ་གསལ་གྱི་གནས་ཚུལ་གྲས་་་་
ཤིག་ཡོད་ཚེ།རྫོང་རིམ་པ་ཡན་མི་དམངས་སྲིད་གཞུང་གི་ཁྲོམ་ར་ལྟ་་་་་་
སྐུལ་དོ་དམ་སྡེ་ཚན་གྱིས་ངེས་པར་དུ་ཁྲིམས་ལྟར་དེ་ཚུལ་མིན་ཚོང་་་་་་་་་་
གཉེར་གྱི་མིང་ཐོའི་ནང་འཇུག་དགོས་པ་མ་ཟད།རིམ་མཚུངས་ཞིང་་་་་
ལས་དང་གྲོང་གསེབ་སོགས་སྡེ་ཚན་ལ་བརྡ་ཁྱབ་ཀྱང་གཏོང་དགོས་པ་་་་
སྟེ།
（གཅིག）བཅའ་ཁྲིམས་དང་།ཁྲིམས་སྲོལ།སྒྲིག་སྲོལ་བཅས་་
ཀྱི་གཏན་འབེབས་གཞིར་བཟུང་ལོ་འཁོར་གྱི་སྙན་ཞུ་ཡོངས་བསྒྲགས་མ་
བྱས་པའམ་ཡང་ན་ཁྲོམ་རའི་ལྟ་སྐུལ་དོ་དམ་སྡེ་ཚན་གྱིས་བཀའ་བཏང་་་
བའི་དུས་བཀག་གཞིར་བཟུང་འབྲེལ་ཡོད་ཆ་འཕྲིན་ཡོངས་བསྒྲགས་་་་་་་
བྱས་མེད་རིགས་དང་།
（གཉིས）ཆ་འཕྲིན་ཡོངས་བསྒྲགས་བྱེད་སྐབས་གནས་ཚུལ་་་་་་་
དངོས་སྦས་གསང་དང་མི་བདེན་རྫུན་སྒྲིག་བྱས་རིགས།
（གསུམ） ཐོ་འགོད་བྱས་པའི་སྡོད་གནས་སམ་ཡང་ན་ཚོང་་་་་་་་་
གཉེར་བྱེད་ས་བརྒྱུད་དེ་འབྲེལ་བ་བྱེད་ཐབས་བྲལ་བའི་རིགས།
（བཞི）བཅའ་ཁྲིམས་དང་ཁྲིམས་སྲོལ་སྒྲིག་སྲོལ་གཞིར་བཟུང་་
ངེས་པར་དུ་ཚུལ་མིན་ཚོང་གཉེར་གྱི་མིང་ཐོའི་ནང་འཇུག་དགོས་པའི་་་་
གནས་ཚུལ་གཞན་དག་ཡོད་རིགས་བཅས་སོ།
དོན་ཚན་བཅོ་ལྔ་པ།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་་་་་
ཁང་གི་ཁོངས་མིར་བཅའ་ཁྲིམས་དང་སྒྲིག་ཡིག་གི་གཏན་འབེབས་་་་་་་་་
གཞིར་བཟུང་བརྡས་ཐག་གཅོད་དབང་དང་།འདེམས་བསྐོའི་དབང་་་
ཆ། གདམ་བྱའི་དབང་ཆ།དེ་བཞིན་དམངས་གཙོའི་དོ་དམ་དང་།
མཉམ་ལས་ཁང་དེས་མཁོ་འདོན་བྱས་པའི་ཞབས་ཞུ་དང་ཐོན་སྐྱེད་་་་་་་་
གཉེར་སྐྱོང་གི་སྒྲིག་བཀོད་བེད་སྤྱོད།ཁེ་སྤོགས་མཉམ་སྤྱོད་སོགས་ཀྱི་་་་་
དབང་ཆ་སྤྱོད་རྒྱུ་ཡོད།ཁོངས་མིས་འདེམས་བསྐོའི་དབང་ཆ་དང་་་་་་་་་
བརྡས་ཐག་གཅོད་དབང་ལག་བསྟར་བྱེད་སྐབས།རྒྱུ་རྐྱེན་གཞན་གྱི་་་་་་
རྐྱེན་པས་རང་ཉིད་དངོས་སུ་འདེམས་ཤོག་འཕེན་སར་ཞུགས་མ་ཐུབ་་་་་
ཚེ།ཁྲིམས་ལྟར་མི་གཞན་ལ་རང་གི་ཚབ་ཏུ་འདེམས་ཤོག་འཕེན་རྒྱུའི་་་་
མངགས་བཅོལ་བྱེད་ཆོགསྒྲིག་ཡིག་ནང་མངགས་བཅོལ་བྱེད་མཁན་་་་་
གྱི་ཚབ་ཏུ་འདེམས་ཤོག་འཕེན་མཁན་གྱི་མི་གྲངས་ག་ཚོད་བྱེད་ཆོག་་་་་་་
མིན་གཏན་འབེབས་བྱེད་ཆོགདོན་ཚན་བཅུ་དྲུག་པ།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་
ཁང་གི་ཁོངས་མིས་སྒྲིག་ཡིག་གི་གཏན་འབེབས་གཞིར་བཟུང་རང་གི་་་་་
རྩིས་ཐོའི་ནང་ཡོད་པའི་མ་རྩའི་གྲངས་འབོར་དང་སྤྱི་གསོག་མ་དངུལ་་་་
གྱི་ཐོབ་སྐལ་ནང་བཤུག་གཏོང་ཆོག་པ་དང་།སྒྲིག་ཡིག་ནང་གཏན་་་་་་་
འབེབས་བྱས་མེད་རིགས།ལས་འཛིན་ཚོགས་གཙོ་དང་ཡང་ན་ལས་་་་་་
འཛིན་ལྷན་ཚོགས་ལ་རེ་འདུན་ཞུས་ནས།ཁོངས་མིའི་ཚོགས་ཆེན་ནམ་

ཡང་ན་ཁོངས་མིའི་འཐུས་མིའི་ཚོགས་ཆེན་གྱིས་བརྡས་ཐག་བཅད་དེ་་་་་
གྲོས་འཆམ་བྱུང་རྗེས་མཉམ་ལས་ཁང་དེའི་ཁོངས་མི་གཞན་དག་ལ་་་་་་་་
ནང་བཤུག་གཏོང་ཆོགནོར་སྲིད་ཀྱི་ཐད་ཀའི་ཁ་གསབ་བླངས་ནས་བྱུང་བའི་རྒྱུ་ནོར་་་་་་་
རྣམས་ཆ་སྙོམས་ཐོག་ཁོངས་མིའི་ཐོབ་སྐལ་དུ་གྲངས་བཅད་བཟོས་པ་་་་་
དེ་ནང་བཤུག་གཏོང་མི་ཆོགདོན་ཚན་བཅུ་བདུན་པ།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་་་་་་
ལས་ཁང་གི་ཁོངས་མི་མཉམ་ལས་ཁང་ནས་དོན་པའམ་ཡང་ན་མིང་་་་་་་
ཁོངས་ནས་བསུབས་ཚེ་དེའི་ཁོངས་མིའི་ཐོབ་ཐང་ཁྲིམས་ལྟར་མཚམས་་
འཇོག་བྱ་རྒྱུ།
ཁོངས་མིའི་ཐོབ་ཐང་མཚམས་འཇོག་བྱས་ཚེ།ཞིང་འབྲོག་པའི་་
ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་གིས་ངེས་པར་དུ་སྒྲིག་ཡིག་ནང་གཏན་་་་་་་་་་་་
འབེབས་བྱས་པའི་བྱ་ཐབས་དང་དུས་བཀག་གཞིར་བཟུང་།ཁོངས་མི་
དེའི་རྩིས་ཐོའི་ནང་འཁོད་ཀྱི་མ་འཇོག་གྲངས་འབོར་དང་སྤྱི་གསོག་མ་་་་
དངུལ་གྱི་ཐོབ་སྐལ་ཕྱིར་སློག་བྱེད་དགོས།ཁོངས་མིའི་ཐོབ་ཐང་་་་་་་་་་་་་
མཚམས་འཇོག་མ་བྱས་གོང་མཉམ་ལས་ཁང་དེའི་བགོ་བཤའ་རྒྱག་ཆོག་
པའི་ཁེ་འབབ་ཡོད་རིགས་ངེས་པར་དུ་ཁྲིམས་ལྟར་ཁོངས་མི་དེར་ཕྱིར་་་་
སློག་བྱེད་དགོས།
ཐོབ་ཐང་མཚམས་འཇོག་བྱས་པའི་ཁོངས་མིར་ངེས་པར་དུ་སྒྲིག་
ཡིག་གི་གཏན་འབེབས་ལྟར་ཐོབ་ཐང་མཚམས་འཇོག་མ་བྱས་གོང་གི་་་་་
མཉམ་ལས་ཁང་དེའི་གྱོང་གུན་དང་བུ་ལོན་ཆ་གསེས་གཏོང་དགོས།
དོན་ཚན་བཅོ་བརྒྱད་པ།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་་་་་་
ལས་ཁང་ཟླ་སྒྲིལ་གཏོང་རྩིས་ཡོད་ཚེ།ངེས་པར་དུ་བུ་ལོན་བསྡུ་དབང་་་
དང་འཇལ་དབང་ལ་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་གཙང་བཤེར་བྱེད་དགོས་པ་་་་་་
དང་། ཟླ་སྒྲིལ་གཏོང་རྒྱུའི་གྲོས་ཆོད་བཞག་པའི་ཉིན་བཅུའི་ནང་ཚུན་་་་
དུ་བུན་བདག་ལ་བརྡ་ཐོ་གཏོང་དགོས།ཟླ་སྒྲིལ་བཏང་བའི་ཕྱོགས་སོ་་་་
སོའི་བུ་ལོན་བསྡུ་དབང་དང་འཇལ་དབང་དེ་ཟླ་སྒྲིལ་བཏང་རྗེས་མུ་་་་་་་
མཐུད་སོར་གནས་བྱེད་པའམ་ཡང་ན་གསར་བཙུགས་ཀྱི་ཞིང་འབྲོག་་་་་་
པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་གིས་རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་དགོས།
དོན་ཚན་བཅུ་དགུ་པ།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་
ཁང་ཁ་ཐོར་པ་བཟོ་བ་དང་མ་རྩ་བརྡིབས་ནས་ཞིབ་རྩིས་རྒྱག་དགོས་ཚེ།
བུ་ལོན་གཙང་འཇལ་བྱས་རྗེས་གལ་ཏེ་རྒྱུ་ནོར་ལྷག་མ་ཡོད་པ་དང་།རྒྱུ་
ནོར་ལྷག་མའི་ནང་རྒྱལ་ཁབ་ནོར་སྲིད་ཀྱིས་ཐད་ཀར་ཁ་གསབ་སྤྲད་་་་་་་
ནས་བྱུང་བའི་རྒྱུ་ནོར་ཡོད་ཚེ་ངེས་པར་དུ་དེ་སྔའི་ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་་
ལས་མཉམ་ལས་ཁང་གནས་ཡུལ་གྱི་ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་་་་་
ལས་ཁང་གཞན་དག་ལ་སྔོན་དུ་བསྒྱུར་སྤྲོད་བྱེད་དགོས་པ་དང་།ཡང་་་
ན་དེ་སྔའི་ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་གནས་སའི་གྲོང་་་་
ཚོའི་མཉམ་སྡེབ་དཔལ་འབྱོར་རྩ་འཛུགས་སམ་ཡང་ན་གྲོང་ཚོའི་མཉམ་
སྡེབ་དཔལ་འབྱོར་རྩ་འཛུགས་ཀྱི་འགན་ནུས་ཚབ་སྒྲུབ་བྱེད་མཁན་ཡུལ་
མི་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་ལ་བསྒྱུར་སྤྲོད་བྱས་ཀྱང་ཆོགཞིང་ལས་ཀྱི་གྲུབ་ཆ་ལེགས་སྒྲིག་དང་སྐྱེ་ཁམས་ཁོར་ཡུག་སྲུང་་་་་་་
སྐྱོབ་སོགས་ཀྱི་རྐྱེན་པས་ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་་་་་་་་
མེད་པར་བཟོས་པ་དང་བུན་སྟོངས་གཙང་རྩིས་བརྒྱབ་པ་དང་།རྒྱུ་་་་་་་
ནོར་ལྷག་མའི་ཁྲོད་རྒྱལ་ཁབ་ནོར་སྲིད་ཀྱིས་ཐད་ཀར་ཁ་གསབ་སྤྲད་་་་་་་
ནས་བྱུང་བའི་རྒྱུ་ནོར་ཡིན་ཚེ་ངེས་པར་དུ་སྔོན་ལ་དེ་སྔའི་ཞིང་འབྲོག་་་་་
པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་གི་ཁོངས་མིས་གསར་དུ་བཙུགས་པའི་་་་་
ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་དུ་བསྒྱུར་སྤྲོད་བྱས་ཏེ་ཐོན་་་་
སྐྱེད་དང་ལས་རིགས་བསྒྱུར་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་དགོས།
དོན་ཚན་ཉི་ཤུ་པ།ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་
དང་ཁོངས་མིའི་དབར་རྩོད་རྙོག་ཐོན་ཚེ་གྲོས་མོལ་བྱས་ནས་ཐག་་་་་་་་་་་་
གཅོད་རྒྱུར་སྐུལ་ལྕག་གཏོང་དགོས།
རྫོང་རིམ་མི་དམངས་སྲིད་གཞུང་གི་འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཚན་དང་།
ཤང་དང་གྲོང་རྡལ་མི་དམངས་སྲིད་གཞུང་།ཁྲོམ་གཞུང་དོན་གཅོད་་་་་
ཁང་། ཡུལ་མི（གྲོང་མི）ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་།མི་དམངས་འདུམ་འགྲིག་་་
རྩ་འཛུགས་བཅས་ཀྱིས་ངེས་པར་དུ་ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་་་་་
ལས་ཁང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་འགལ་ཟླ་དང་རྩོད་རྙོག་ཁྲིམས་ལྟར་་་་
དུས་ཐོག་ཏུ་འདུམ་འགྲིག་དང་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས།
དོན་ཚན་ཉེར་གཅིག་པ།རྫོང་རིམ་པ་ཡན་མི་དམངས་སྲིད་་་་་
གཞུང་དང་དེའི་ཞིང་ལས་གྲོང་གསེབ་སོགས་སྡེ་ཚན་གྱིས་ངེས་པར་དུ་་་་
ཞིང་འབྲོག་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་འཛུགས་སྐྱོང་དང་གོང་་་་་་་་་
འཕེལ་གཏོང་རྒྱུར་གཤམ་གསལ་གྱི་མཛུབ་ཁྲིད་དང་ཞབས་ཞུ་སྒྲུབ་་་་་་་་་
དགོས་པ་སྟེ།
（གཅིག）འབྲེལ་ཡོད་བཅའ་ཁྲིམས་དང་ཁྲིམས་སྲོལ་གྱི་དྲིལ་་་་་་
བསྒྲགས་སློབ་གསོ་སྤེལ་བ་དང་།གཉེར་སྐྱོང་དོ་དམ་མི་སྣ་སྒྲིག་་་་་་་་་་་་་་
འཛུགས་བྱས་ཏེ་ཆེད་ལས་ཤེས་བྱ་དང་ལག་རྩལ་སྦྱོང་བརྡར་བྱེད་དུ་་་་་་་
འཇུག་རྒྱུ་དང་།

（གཉིས）སྲིད་ཇུས་བློ་འདྲི་དང་།ཁྲོམ་ར།ལག་རྩལ་སོགས་་་་
ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་ཆ་འཕྲིན་མཁོ་འདོན་བྱ་རྒྱུ།
（གསུམ） ནང་ཁུལ་གྱི་འཁོར་སྐྱོད་དང་།ནོར་དོན་རྩིས་པ།
ཐོན་སྐྱེད་ཚོང་གཉེར་སོགས་ཀྱི་དོ་དམ་ལམ་ལུགས་འཛུགས་པ་དང་་་་་་་་
འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་གཏོང་བར་མཛུབ་ཁྲིད་བྱ་རྒྱུ།
（བཞི）ཚད་ལྡན་ཅན་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་དང་གཞི་ཁྱོན་ལྡན་པའི་་་་་་་་
གཉེར་སྐྱོང་ལ་ཁྲིད་སྟོན་བྱས་ཏེ་འབྱུང་འཕྲོད་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་སྟངས་་་་་་་་
ཁྱབ་སྤེལ་གཏོང་བ་དང་།ཞིང་འབྲོག་ལས་རྒྱུན་འཁོར་གོང་འཕེལ་་་་་་་་
བཏང་ནས་ཞིང་ཕྱུགས་ཐོན་རྫས་ཀྱི་སྤུས་ཚད་ལ་བདེ་འཇགས་ལྟ་སྡོམ་་་་
དང་ཁུངས་འདེད་ལམ་ལུགས་དོན་འཁྱོལ་བྱ་རྒྱུ།
（ལྔ） འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་རོགས་སྐྱོར་རྣམ་གྲངས་ཡིག་ཐོག་སྙན་ཞུ་་་་
འབུལ་རྒྱུར་མཛུབ་ཁྲིད་བྱས་ཏེ་ཐོན་སྐྱེད་གཉེར་སྐྱོང་གི་བརྒྱུད་རིམ་་་་་་་་
ནང་འཕྲད་པའི་དཀའ་ངལ་དང་གནད་དོན་མཐུན་སྦྱོར་བྱས་ནས་ཐག་
གཅོད་བྱ་རྒྱུ་བཅས་སོ།
(པར་ངོས་གསུམ་པར་གཟིགས)

བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་མི་དམངས་འཐུས་མི་ཚོགས་ཆེན་རྒྱུན་ལས་
ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་སྤྱི་བསྒྲགས།
〔2025〕ཡིག་ཨང་8པ།
《〈ཀྲུང་ཧྭ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཞིང་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་གི་བཅའ་ཁྲིམས〉ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུའི་བོད་རང་་་་་་་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་བྱ་ཐབས》འདི་2025ལོའི་ཟླ་3ཚེས་28ཉིན་བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་མི་དམངས་འཐུས་མི་ཚོགས་ཆེན་སྐབས་བཅུ་གཉིས་པའི་་་རྒྱུན་ལས་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་བཅོ་ལྔ་པའི་ཐོག་གྲོས་འཆམ་བྱུང་དོན་བཞིན་ད་ལྟ་ཁྱབ་བསྒྲགས་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞིང་།2025 ལོའི་ཟླ་6ཚེས་1ཉིན་ནས་བཟུང་ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུ།
བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་མི་དམངས་འཐུས་མི་ཚོགས་ཆེན་རྒྱུན་ལས་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་ནས།
2025ལོའི་ཟླ་3ཚེས་28ཉིན།

《ཀྲུང་ཧྭ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཞིང་པའི་ཆེད་ལས་མཉམ་ལས་ཁང་གི་བཅའ་ཁྲིམས》ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུའི་བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་བྱ་ཐབས།
(2025ལོའི་ཟླ་3ཚེས་28ཉིན་བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་མི་དམངས་འཐུས་མི་ཚོགས་ཆེན་སྐབས་བཅུ་གཉིས་པའི་རྒྱུན་ལས་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་བཅོ་ལྔ་པའི་ཐོག་གྲོས་འཆམ་བྱུང་བ)