3 2026ལོའི་ཟླ་2ཚེས་16 གལ་ཆེའི་གསར་འགྱུར། ཇུས་འགོད་པ།ཕན་ཐོགས།

རྩོམ་སྒྲིག་པ།བསོད་སྒྲོལ།

今日主要内容

▲ 中共中央国务院举行春节团拜会
▲ 王君正看望慰问老领导老同志
▲ 严金海看望慰问老领导、老干部、老战
士、伤残军人等
▲ 刘江走访慰问爱国统战人士政法系统老
干部铁路护路联防队员

第一版

第二版

▲ 科技赋能“春满棚”
——山南市发展设施农业助力乡村振兴见
闻

第四版 ▲公益广告

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)རིག་གནས་འཛུགས་སྐྱོང་།སྐྱེ་ཁམས་་་་
ཤེས་དཔལ་འཛུགས་སྐྱོང་།རྒྱལ་སྲུང་དང་དམག་དཔུང་འཛུགས་སྐྱོང་་
བཅས་ལ་སྐུལ་འདེད་ཏན་ཏིག་བཏང་བས།བྱ་གཞག་ཁག་ཕན་ཚུན་་་་་
སྐུལ་འདེད་དང་མཉམ་དུ་གོང་འཕེལ་ཕྱིན་ཡོད།དམངས་འཚོ་འགན་་
སྲུང་དང་ལེགས་སུ་གཏོང་བར་ཤུགས་སྣོན་ཧུར་ཐག་བརྒྱབ་པས།སྤྱི་་་་་
ཚོགས་སྤྱི་ཡོངས་བརྟན་ལྷིང་རྒྱུན་འཁྱོངས་ཐུབ་ཡོད།ང་ཚོས་ཏང་གི་་་་་
སྐབས་ཉི་ཤུ་པའི་ཀྲུང་ཨུ་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་བཞི་པ་རྒྱལ་་་་
ཁའི་ངང་འཚོགས་ཏེ“ལོ་ལྔ་ཚན་བཅོ་ལྔ་པའི”འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འཆར་་་་་་་
གཞི་བཀོད་ཡོད།ཀྲུང་གོ་མི་དམངས་ཀྱི་རི་འགོག་དམག་འཁྲུག་དང་་་་་
འཛམ་གླིང་གི་ཧྥ་ཤི་སིར་ངོ་རྒོལ་བྱེད་པའི་དམག་འཁྲུག་ལ་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་་
ནས་ལོ་ངོ་80འཁོར་བར་དྲན་གསོ་གཟབ་རྒྱས་ཞུས་པ་དང་།ཐའེ་་་་་་་་་
དབན་གྱི་བདག་དབང་སླར་གསོ་བྱུང་བའི་དྲན་གསོའི་ཉིན་མོ་བཙུགས་
པ། བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་དབུ་བརྙེས་ནས་ལོ་ངོ་60འཁོར་བ་དང་ཤིན་་
ཅང་ཡུ་གུར་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་དབུ་བརྙེས་ནས་ལོ་ངོ་70འཁོར་བར་རྟེན་་
འབྲེལ་ཞུས་པ།གཡོད་ཀང་ཨའོ་ས་ཁུལ་གསུམ་གྱིས་མཉམ་དུ་རྒྱལ་་་་་་་་
ཡོངས་ལུས་རྩལ་འགྲན་ཚོགས་སྐབས་བཅོ་ལྔ་པ་གཉེར་བ་བཅས་བྱས་་་་་
ནས།ཀྲུང་གོའི་ལུགས་ཀྱི་དེང་རབས་ཅན་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བའི་་་་་
སྟོབས་ཤུགས་ཆེན་པོ་སྔར་བས་གཅིག་སྒྲིལ་བྱས་ཡོད།ང་ཚོས་གོ་ལ་་་་་་་
ཧྲིལ་པོའི་བཅོས་སྐྱོང་གྲོས་འགོ་བཏོན་པ་དང་།ཧྲང་ཧའེ་མཉམ་ལས་་་་
རྩ་འཛུགས་ཀྱི་ཐེན་ཅིན་དབུ་ཚོགས་དང་གོ་ལ་ཧྲིལ་པོའི་བུད་མེད་དབུ་་་
ཚོགས་གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་པའི་ངང་གཉེར་བ།མིའི་རིགས་ཀྱི་ལས་དབང་
གཅིག་མཐུན་ཚོགས་པ་འཛུགས་པར་སྐུལ་འདེད་ཧུར་ཐག་བཏང་བས།
འགྱུར་ལྡོག་དང་ཟང་ཟིང་ཆེ་བའི་འཛམ་གླིང་ལ་གཏན་འཁེལ་རང་་་་་་་་
བཞིན་དང་དྲང་ནུས་དེ་བས་མང་བ་བསྣན་ཡོད།ང་ཚོས་བློ་བརྟན་་་་་་་
འགྱུར་མེད་ངང་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ཏང་ནན་པོས་སྐྱོང་བར་སྐུལ་འདེད་
བཏང་བ་དང་།ཀྲུང་དབྱང་གི་གཏན་འབེབས་དོན་ཚན་བརྒྱད་ཀྱི་་་་་་་་
དགོངས་དོན་ལག་བསྟར་གཏིང་ཟབ་བྱེད་པའི་སློབ་སྦྱོང་སློབ་གསོ་ཏན་

ཏིག་སྤེལ་བས།ཏང་སྲོལ་སྲིད་གཙང་འཛུགས་སྐྱོང་དང་རུལ་སུངས་ལ་
ངོ་རྒོལ་བྱེད་པའི་འཐབ་རྩོད་ལ་ཕན་འབྲས་མངོན་གསལ་དོད་པོ་ཐོབ་་་་
ནས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དར་སྲོལ་རྒྱུན་མཐུད་་་་་་་་་་་
ལེགས་སུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད།
ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་ནན་བཤད་གནང་དོན།ལོ་གཅིག་རིང་གྲུབ་་་་
འབྲས་ཧ་ཅང་ཆེན་པོ་ཐོབ་དོན་ནི་ཏང་ཡོངས་དང་རྒྱལ་ཡོངས་མི་་་་་་་་་་་
རིགས་ཁག་གི་མི་དམངས་ཀྱིས་ཐུན་མོང་ཐོག་འབད་བརྩོན་བྱས་པའི་་་་་
འབྲས་བུ་རེད།གྲུབ་འབྲས་ཀྱིས་མི་རྣམས་ལ་སྐུལ་མ་ཐེབས་པ་དང་་་་་་་
འབད་འཐབ་ཀྱིས་གདེང་ཚོད་ཆེ་རུ་འགྲོ་གི་ཡོད།འཐབ་ཇུས་ཀྱི་་་་་་་་་་་་
གཏིང་ཤུགས་རྒྱུན་འཁྱོངས་བྱས་ནས་གོམ་པ་རེ་ལ་རྐང་རྗེས་རེ་རེ་་་་་་་་་་་
བཞིན་བློ་བརྟན་འགྱུར་མེད་ངང་མདུན་དུ་བསྐྱོད་པ་དང་དུས་མཚམས་
རེ་རེ་བཞིན་སྐུལ་འདེད་ཏན་ཏིག་བཏང་ཚེ་ཏང་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བྱ་་་་་་
གཞག་ལ་ཆུ་ཐིགས་བསགས་ནས་རྒྱ་མཚོ་འབྱུང་བའི་དཔེ་ལྟར་རྒྱལ་ཁ་་་་
ཆེན་པོ་ཐོབ་ངེས་ཡིན་ལ་ང་ཚོའི་དམིགས་ཚད་ཀྱང་མངོན་འགྱུར་ཐུབ་་་་
ངེས་རེད།
ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་གསུངས་དོན།2026ལོ་ནི་ཀྲུང་གོ་གུང་ཁྲན་་་་
ཏང་དབུ་བརྙེས་ནས་ལོ་ངོ་105འཁོར་བའི་ལོ་དང་།“ལོ་ལྔ་ཚན་བཅོ་་
ལྔ་པའི”འགོ་ཚུགས་ལོ་ཡིན།ང་ཚོས་དུས་རབས་གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་་
ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་མཛུབ་ཁྲིད་དུ་བྱ་རྒྱུ་་་་་་
མཐའ་འཁྱོངས་དང་།ཏང་གི་ཚོགས་ཆེན་ཉི་ཤུ་པ་དང་སྐབས་ཉི་ཤུ་་་་་་
པའི་ཀྲུང་ཨུ་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་རིམ་བྱུང་གི་དགོངས་དོན་
ལག་བསྟར་གཏིང་ཟབ།ཀྲུང་ཨུ་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་བཞི་་
པའི་བཀོད་སྒྲིག་དོན་འཁྱོལ་ནན་ཏན།བརྟན་ཐོག་ཡར་འཕེལ་གྱི་ལས་
ཀའི་རྩ་བའི་དགོངས་གཞི་མཐའ་འཁྱོངས།འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་་་་་་
གསར་པ་ཆ་ཚང་བ་དང་།གནད་ལ་འཁེལ་བ།ཕྱོགས་ཡོངས་བཅས་་་་
ཀྱི་སྒོ་ནས་ལག་ལེན་བསྟར་བ།འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་པ་གསར་པ་གང་་་་་་
མགྱོགས་གཏོད་པ།སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་་་་་་་་་

ཤུགས་ཆེན་གཏོང་བ།སྤྱི་ཚོགས་ཞི་མཐུན་བརྟན་ལྷིང་རྒྱུན་འཁྱོངས་་་་་་
བྱེད་པ།རྒྱུན་སྲིང་ལྷོད་མེད་ངང་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ཏང་ནན་པོས་་་་་་་་
སྐྱོང་བར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ཏེ།“ལོ་ལྔ་ཚན་བཅོ་ལྔ་་་་་་་་
པའི”འགོ་ཡག་པོ་འཛུགས་གང་ཐུབ་བྱེད་དགོས།
ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་ནན་བཤད་གནང་དོན།རང་རེའི་ཏང་ནི་མི་་་
དམངས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བཙུགས་པ་དང་མི་དམངས་ཀྱི་ཆེད་དུ་དར་རྒྱས་་་་་་་
བྱུང་བས། ལས་དོན་མཐའ་དག་མི་དམངས་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་ཆེད་དུ་ཡིན་་་་
དགོས།ང་ཚོས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་མི་དམངས་གོང་དུ་བཀུར་་་་་
རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་དང་ཡང་དག་པའི་སྲིད་དོན་ལས་རྗེས་ལྟ་བ་་་་་་་་་་་་་་
འཛུགས་པ་དང་ལག་ལེན་བསྟར་ཏེ།ལག་ལེན་དང་།མི་དམངས།
ལོ་རྒྱུས་བཅས་ཀྱི་ཚོད་བགམ་ཐེག་ཐུབ་པའི་གྲུབ་འབྲས་དངོས་གཏོད་་་
དགོས།
ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་གསུངས་དོན།ཀྲུང་ཧྭའི་རིག་གནས་ནང་རྟ་་་
ནི་སྟོབས་དང་སྙིང་རུས་ཆེ་བའི་མཚོན་རྟགས་ཤིག་ཡིན་པས།བརྟན་་་
བགྲོད་རྒྱང་འཁྱོལ་དང་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་གྱི་མདུན་ལམ་མཚོན་གྱི་་་
ཡོད།མེ་རྟ་ལོར་རྒྱལ་ཡོངས་མི་རིགས་ཁག་གི་མི་དམངས་རྣམས་ཏང་་
ཀྲུང་དབྱང་གི་མཐའ་འཁོར་དུ་དེ་བས་མཐུན་སྒྲིལ་དམ་ཟབ་བྱས་ནས།
རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་ངེས་ཀྱི་གདེང་ཚོད་བརྟན་དུ་གཏོང་བ་དང་དཔའ་སེམས་་
ཆེན་པོ་རྒྱུན་འཁྱོངས་བྱས་ཏེ།ཀྲུང་གོའི་ལུགས་ཀྱི་དེང་རབས་ཅན་གྱི་་
རྒྱང་ལམ་གསར་པར་རྟ་ཕོ་ལྕག་གིས་བསྐུལ་ནས་དཔའ་ངར་ཆེན་པོས་་
མདུན་དུ་བསྐྱོད་དེ།དེ་བས་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་འབྱུང་འགྱུར་་་་་་་་་་་
མཉམ་དུ་གཏོད་རྒྱུའི་རེ་བ་ཡོད།
རིག་རྩལ་ལས་དོན་པས་ས་གནས་ས་ཐོག་ཏུ་ངོ་མཚར་ཆེ་བའི་་་་
ལེ་ཚན་འཁྲབ་སྟོན་བྱས་པ་རེད།
ཀྲུང་གུང་ཀྲུང་དབྱང་དང་། རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་འཐུས་་་་་་་
ཚོགས་རྒྱུན་ལས་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་།རྒྱལ་སྲིད་སྤྱི་ཁྱབ་ཁང་།ཆེས་་་་་་་་
མཐོའི་མི་དམངས་ཁྲིམས་ཁང་།ཆེས་མཐོའི་མི་དམངས་ཞིབ་དཔྱོད་་་་

ཁང་། རྒྱལ་ཡོངས་སྲིད་གྲོས།ཀྲུང་དབྱང་དམག་ཨུད་བཅས་ཀྱི་འགོ་་་་་
ཁྲིད་བློ་མཐུན་དང་བློ་མཐུན་རྒན་གྲས་ལྷན་འཛོམས་རྟེན་འབྲེལ་ཚོགས་
འདུར་ཞུགས་པ་རེད།
ལྷན་འཛོམས་རྟེན་འབྲེལ་ཚོགས་འདུར་ད་དུང་ཀྲུང་དབྱང་ཏང་་
སྲིད་དམག་དམངས་ཀྱི་སྡེ་ཚན་ཁག་དང་དེ་བཞིན་པེ་ཅིང་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་་་
འགན་འཁུར་བློ་མཐུན་དང་།དམངས་གཙོ་ཏང་ཤོག་ཁག་གི་ཀྲུང་་་་་་་་
དབྱང་དང་རྒྱལ་ཡོངས་བཟོ་ཚོང་ལས་རིགས་མཉམ་འབྲེལ་ལྷན་ཚོགས་་
ཀྱི་འགན་འཁུར་བ།ཏང་ཤོག་གང་ལ་ཡང་མ་གཏོགས་པའི་མི་སྣའི་་་་་་་
འཐུས་མི།ལས་བྲལ་རྒན་ཡོལ་ཞུས་པའི་བློ་མཐུན་རྒན་གྲས་ཀྱི་འཐུས་་་་
མི།གྲགས་ཅན་རིགས་གཅིག་མཁས་ཅན་དང་མཁས་དབང་།རྒྱལ་་་་་་
སའི་ལས་རིགས་ཁག་གི་མི་སྣའི་འཐུས་མི་བཅས་ཞུགས་ཡོད་པ་རེད།
（བསྟན་བློ་དང་རིག་རྡོར་གྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

ཀྲུང་གུང་ཀྲུང་དབྱང་དང་རྒྱལ་སྲིད་སྤྱི་ཁྱབ་ཁང་གིས་དཔྱིད་གསར་དུས་ཆེན་གྱི་ལྷན་འཛོམས་རྟེན་འབྲེལ་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་པ།

ཝང་ཅུན་ཀྲེང་གིས་འགོ་ཁྲིད་རྒན་གྲས་དང་བློ་མཐུན་རྒན་གྲས་ལ་འཚམས་འདྲི་གནང་བ།

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)སྲིད་གཞུང་།སྲིད་གྲོས་བཅས་ཀྱི་་
ཚབ་ཞུས་ནས་ཁོང་ཚོར་དུས་ཆེན་གྱི་འཚམས་འདྲི་དང་ལོ་གསར་་་
གྱི་སྨོན་འདུན་བཟང་པོ་ཞུས་པ་རེད།
“བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས”ཡན་ཅིན་ཧའེ་ཡིས་སྔ་རྗེས་སུ་་་་་་་
ལས་བྱེད་པ་རྒན་གྲས་འོད་ཟེར་དང་བསོད་ནམས་རིག་འཛིན་གྱི་་་
ཁྱིམ་དུ་ཕེབས་ནས་ཁོང་ཚོ་དང་ཕན་ཚུན་མཇལ་དར་བསྒྲོན་རེས་་་
གནང་བ་དང་སྨོན་འདུན་ཞུས་ནས་ཁོང་ཚོའི་འཚོ་བ་དང་བདེ་་་་་་
ཐང་སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་བཀའ་འདྲི་གནང་བ་མ་ཟད།ཁོང་ཚོ་་་
སྐུ་གཟུགས་གསལ་ཐང་དང་བྱ་བ་ལམ་འགྲོ་ཡོང་བའི་སྨོན་འདུན་་་
ཡང་ཞུས་པ་རེད།ཁོང་གིས།ལས་བྱེད་པ་རྒན་གྲས་ནི་ཏང་དང་་
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྩ་ཆེའི་རྒྱུ་ནོར་ཡིན་པས་བོད་ཀྱི་གསར་བརྗེ་དང་།
འཛུགས་སྐྲུན།སྒྱུར་བཅོས་བཅས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་སྐབས་ཁག་་་་
ནང་ལེགས་སྐྱེས་ཧུར་ཐག་ཕུལ་ནས་བོད་ཡུན་རིང་བདེ་འཁོད་་་་་་་

དང་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ཆེད་རྨང་གཞི་བརྟན་པོ་་་་་་་
བཏིང་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་རེད།
དམག་སྡེ་བཅོ་བརྒྱད་པའི་འཐབ་འཛིང་པ་རྒན་གྲས་་་་་་་་
སྐལ་བཟང་དར་རྒྱས་དགུང་ལོ་དགུ་བཅུར་ཕེབས་ཀྱང་སྔར་་་་་་་་
བཞིན་བོད་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་དོ་ཁུར་གནང་གི་ཡོད།ཡན་ཅིན་་
ཧའེ་ཡིས་བགྲེས་སོང་ཁོང་ལ་འཚམས་འདྲི་ཞུས་པ་དང་སྦྲགས།
ཁོང་ཚོའི་ཁྱིམ་མི་དང་མཉམ་དུ་སྤྱིར་བཏང་མིན་པའི་ལོ་ཟླར་་་་་་
དྲན་གསོ་ཞུས་ནས་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་འཚོ་བའི་སྐོར་ལྷུག་་་་་་་
པོར་གླེང་གནང་བ་རེད།ཡན་ཅིན་ཧའེ་ཡིས།བོད་ཞི་བས་་་་་་་
བཅིངས་འགྲོལ་བཏང་བའི་བྱ་གཞག་ནི་འཐབ་འཛིང་པ་རྒན་་་་་
གྲས་དང་བོད་སྐྱོད་པ་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚེ་སྲོག་དང་ཁྲག་དྲོན་་་་་
ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པས།ཏང་དང་མི་དམངས་་་་་་་
ཀྱིས་ནམ་ཡང་བརྗེད་མི་སྲིད་ཅེས་གསུངས་པ་དང་།ཁོང་གིས།

འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཚན་ཁག་དང་ལྷག་པར་དུ་གཞི་རིམ་རྩ་འཛུགས་་
ཁག་ལ་སྔར་རྒྱུན་བཞིན་འཐབ་འཛིང་པ་རྒན་གྲས་སོགས་ཀྱི་་་་་་་
ཚོགས་སྤྱིར་སེམས་ཁུར་དང་དོ་ཁུར་བྱས་ཏེ་ཁོང་ཚོའི་འཚོ་བ་་་་་་
སྐྱིད་པོ་ཡོང་བ་དང་ཚེ་མཇུག་བདེ་སྐྱིད་ཡོང་བར་མཐུན་རྐྱེན་་་་་་་
བསྐྲུན་དགོས་པའི་ནན་བཤད་གནང་བ་རེད།
“ཁྱིམ་གྱི་འཚོ་བ་གང་འདྲ་འདུག” “ད་དུང་དཀའ་་་་་་་་་
ངལ་འདུག་གམ”ཡན་ཅིན་ཧའེ་ཡིས་ལས་སྒྱུར་དང་རྒན་ཡོལ་་་་་
ཞུས་པའི་ལས་བྱེད་པ་རྒན་གྲས་བུ་ཚེ་རིང་དང་།དམག་ལོག་་་་་
དམག་མི་བཟང་དགའ།རྨས་སྐྱོན་ཕོག་པའི་དམག་མི་འཇིགས་
མེད་བཅས་ཀྱི་ཁྱིམ་ལ་སྔ་རྗེས་སུ་ཕེབས་ནས་ཁོང་ཚོའི་ཁྱིམ་ཚང་
དང་འཚོ་བའི་གནས་ཚུལ་མཁྱེན་རྟོགས་ཞིབ་ཕྲ་གནང་བ་དང་་་
འབྲེལ།ཁོང་ཚོས་རྒྱལ་སྲུང་དང་དམག་དཔུང་འཛུགས་སྐྱོང་་་་་་
ཐད་ལེགས་སྐྱེས་ཧུར་ཐག་ཕུལ་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་པ་མ་ཟད།
དམག་མིའི་རང་གཤིས་མུ་མཐུད་རྒྱུན་འཁྱོངས་དང་གཟི་བརྗིད་
ལྡན་པའི་སྲོལ་རྒྱུན་དར་སྤེལ་གཏོང་བ་དང་།གསར་བརྗེའི་་་་་་་
གཏམ་རྒྱུད་ཡག་པོ་ཤོད་པ།གསར་བརྗེའི་ཁྲག་རྒྱུན་རྒྱུན་་་་་་་་་་་་
འཛིན་བཅས་བྱེད་དགོས་པའི་སྐུལ་ལྕག་ཀྱང་གནང་བ་རེད།
(པ་ཕན་གྱིས་བསྒྱུར།པ་ཚེ་གཞོན་པ་དང་པ་ཕན་གྱིས་ཞུས)

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)ལྕགས་ལམ་ལམ་སྲུང་གི་མཉམ་་་་་་་
འགོག་རུ་མི་བཅས་ལ་འཚམས་འདྲི་གནང་བ་དང་འབྲེལ།རང་་་་
སྐྱོང་ལྗོངས་ཏང་ཨུད་དང་།མི་དམངས་འཐུས་ཚོགས་རྒྱུན་ལས་་་་
ཨུ་ལྷན། སྲིད་གཞུང་།སྲིད་གྲོས་བཅས་ཀྱི་ཚབ་ཞུས་ནས་ཁོང་་་་་་
ཚོར་ལྷག་བསམ་ཟོལ་མེད་ཀྱི་འཚམས་འདྲི་དང་དཔྱིད་གསར་་་་་་་་
དུས་ཆེན་གྱི་སྨོན་འདུན་བཟང་པོ་ཞུས་པ་རེད།
ཐང་མིང་དབྱིན་དང་།ལི་ཝུན་ཀེལང་ཧྥུ་ཁོན།ཡུས་་་་་་་་
ཡུན་ཀུའེ་བཅས་བྱེད་སྒོར་ཞུགས་ཡོད།
ལིའུ་ཅང་དམངས་གཉེར་དཔལ་འབྱོར་ལས་རིགས་ཀྱི་མི་་་་་
སྣ་སྒྲོལ་དཀར་དང་།ཏང་ཕྱིའི་ཤེས་ལྡན་པ་ཏུང་ཀྲི་ཁྲེང་།རྒྱལ་་་་
ནང་དུ་ལོག་ནས་གཞིས་ཆགས་པའི་བོད་རིགས་སྤུན་ཟླ་འཇིགས་་་་
མེད་ཚེ་བརྟན།རྒྱལ་གཅེས་འཐབ་ཕྱོགས་གཅིག་གྱུར་མི་སྣའི་་་་་་་་
རྗེས་རབས་པ་ལྕང་ལོ་ཅན་ཚེ་རིང་དབྱངས་ཅན་བཅས་ཀྱི་ཁྱིམ་དུ་་
ཕེབས་ནས་ཁོང་ཚོ་དང་བཀའ་མོལ་གནང་ནས་ལས་དོན་དང་་་་་་་
འཚོ་བའི་གནས་ཚུལ་སྐོར་བྱམས་བརྩེའི་ངང་བཀའ་འདྲི་གནང་་་་་
བ་མ་ཟད། བསམ་འཆར་དང་གྲོས་འགོ་ནན་ཏན་ངང་གསན་་་་་་་
ཞིང་།ཁོང་གིས།ད་ལོ་ནི“ལོ་ལྔ་ཚན་བཅོ་ལྔ་པའི”འགོ་ཚུགས་་་་
ཀྱི་ལོ་ཞིག་ཡིན་པས།ལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱ་ཆེའི་རྒྱལ་གཅེས་འཐབ་་་
ཕྱོགས་གཅིག་གྱུར་མི་སྣས་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་་་
ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པར་་་་་་་་་་་
བརྟེན་ནས་བློ་སྒྲིལ་སེམས་སྐྱེད་བྱ་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་ཏེ།བློ་་་

བརྟན་འགྱུར་མེད་ངང་ཏང་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པ་དང་།ཏང་གི་་་་་
བཀའ་དྲིན་དྲན་པ།ཏང་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ།རང་འཁྲིའི་ལས་་་
གནས་ལ་གཞི་ཚུགས་ནས་བྱས་རྗེས་འཇོག་པ་དང་བྱ་གཞག་་་་་་་་་་་
གཏོད་པ།ན་གཞོན་མི་རབས་ཚོ་དེ་བས་ལེགས་པའི་ངང་འཚར་་་
ལོངས་དང་ཡར་རྒྱས་ཡོང་བར་སློབ་གསོ་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་་་་་་་
ནས།ཀྲུང་ཧྭ་མི་རིགས་གཅིག་མཐུན་ཚོགས་པ་མཉམ་སྐྲུན་དང་་་་
མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་བོད་ཀྱི་ལེའུ་གསར་རྩོམ་ཆེད་དེ་བས་ཆེ་བའི་་
ལེགས་སྐྱེས་གསར་པ་འབུལ་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་རེད།
སྲིད་ཁྲིམས་ཁོངས་གཏོགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་རྒན་གྲས་དང་་་་
གཞུང་དོན་དུ་སྐུ་གཤེགས་པའི་སྲིད་ཁྲིམས་ལས་བྱེད་ཉེན་རྟོག་་་་་་་
པའི་ནང་མིར་གཟིགས་སྐབས།ལིའུ་ཅང་གིས་བདེ་སྡུག་གནས་་་་་
ཚུལ་དང་རྒྱུན་གཏན་འཚོ་བའི་སྐོར་ལ་ཅི་འཕྲོས་མོལ་འཕྲོས་་་་་་་་་་་
གནང་ནས་ལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་་་་་
རྒྱས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ངོ་སྤྲོད་གནང་རྗེས།ཁོང་ཚོས་བོད་ཀྱི་སྲིད་་་་་་
ཁྲིམས་བྱ་གཞག་ཆེད་ལེགས་སྐྱེས་ཕུལ་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་པ་་་་་་
དང་སྦྲགས། དཔྱིད་གསར་དུས་ཆེན་སྤྲོ་པོ་དང་།སྐུ་གཟུགས་་་་་་་
གསལ་ཐང་། འཚོ་བ་བདེ་སྐྱིད་བཅས་ཡོང་བའི་སྨོན་འདུན་ཞུས་་་
ཐོགཚང་མས་བོད་ཀྱི་སྲིད་ཁྲིམས་ལས་དོན་ལ་མུ་མཐུད་ཐུགས་་་་
ཁུར་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱས་ཏེ།ཆུ་ཚད་དེ་བས་མཐོ་བའི་དུས་བདེའི་་
བོད་ལྗོངས་འཛུགས་སྐྲུན་ཆེད་རང་ནུས་ལྷག་མ་དང་སྟོབས་་་་་་་་་་་་
ཤུགས་སྐྱེས་སུ་འབུལ་རྒྱུའི་ཐུགས་རེའང་གནང་བ་རེད།

ལིའུ་ཅང་ལྷ་ཉིང་ལྕགས་ལམ་ལམ་སྲུང་གི་འཐབ་ས་དང་་་་་་
པོར་ལས་གནས་བརྟན་སྲུང་བྱེད་བཞིན་པའི་ལམ་སྲུང་མཉམ་་་་་་་་
འགོག་རུ་མིར་གཟིགས་པར་ཕེབས་ནས་ས་གནས་ས་ཐོག་ཏུ་རུ་མི་་
ཚོའི་ལས་ཀ་དང་འཚོ་བའི་ཁོར་ཡུག་ལ་གཟིགས་པ་དང་སྦྲགས།
ཁོང་ཚོའི་རྒྱུན་གཏན་གྱི་ལས་རེས་དང་ལམ་ཐིག་སྐོར་ཞིབ་སོགས་་་
ཀྱི་ལས་དོན་སྤེལ་ཚུལ་ལ་མཁྱེན་རྟོགས་ཞིབ་ཕྲ་དང་ལྗོངས་ཡོངས་་་
ཀྱི་ལྕགས་ལམ་ལམ་སྲུང་གི་མཉམ་འགོག་ལས་རེས་གནས་ཚུལ་ལ་་་
ཞིབ་བཤེར་དང་བཀོད་གཏོང་ཡང་གནང་བ་རེད།
ལིའུ་ཅང་བོད་སྡོད་དྲ་རྒྱའི་བར་མཐོངས་དཔུང་སྡེ་དང་ཆ་་་
འཕྲིན་རོགས་སྐྱོར་དཔུང་སྡེ་སོགས་སུ་འཚམས་འདྲིར་ཕེབས་ནས་
དེ་གའི་དཔོན་དམག་ཡོངས་ལ་དཔྱིད་གསར་དུས་ཆེན་གྱི་སྨོན་་་་་་་
འདུན་དང་བླ་ན་མེད་པའི་གུས་འདུད་ཞུས་ཏེ་རྒྱ་ཆེའི་དཔོན་་་་་་་་་་
དམག་ཚོས་གསར་བརྗེའི་ཁྲག་རྒྱུན་རྒྱུན་མཐུད་དང་།ལྷག་་་་་་་་་་་་
བསམ་རྣམ་དག་གི་རང་གཤིས་ནམ་ཡང་མི་ཉམས་པ།ས་གནས་་་
འཛུགས་སྐྲུན་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཧུར་ཐག་དང་དེའི་ནང་ཞུགས་པ།
དམག་དམངས་མཉམ་སྐྲུན་མཉམ་གཏོད་རྒྱུན་མཐུད་གཏིང་ཟབ་་
བཅས་བྱས་ནས་བྲག་ལྟར་བརྟན་པའི་དམག་སྲིད་དམག་དམངས་
དབར་གྱི་མཐུན་སྒྲིལ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་སྲ་བརྟན་དང་འཕེལ་་་་་་་
རྒྱས་གཏོང་དགོས་པའི་ཐུགས་རེ་གནང་བ་རེད།
(པ་སངས་ཚེ་རིང་གིས་བསྒྱུར།པ་སངས་ཕན་ཐོགས་དང་་
པ་ཚེས་ཞུས)

ཡན་ཅིན་ཧའེ་ཡིས་འགོ་ཁྲིད་རྒན་གྲས་དང་།ལས་བྱེད་པ་རྒན་གྲས།འཐབ་འཛིང་
པ་རྒན་གྲས།རྨས་སྐྱོན་ཕོག་པའི་དམག་མི་སོགས་ལ་འཚམས་འདྲི་གནང་བ།

དཔྱིད་གསར་དུས་ཆེན་འཆར་ཉེའི་སྐབས་
སུ་ས་གནས་ཁག་གི་རིག་གནས་ཡུལ་
སྐོར་ཁྲོམ་ར་འཁྲུག་ཆ་དོད་པ།
དཔྱིད་གསར་དུས་ཆེན་འཆར་ཉེའི་སྐབས་སུ།ས་་་་་་་་
གནས་ཁག་གིས་འཛད་སྤྱོད་སྐུལ་སྤེལ་གྱི་བྱེད་སྒོ་རབ་དང་་་་་་་་
རིམ་པ་སྤེལ་ནས།ཡུལ་སྐོར་བ་དབྱིངས་ཞུགས་རྣམ་པའི་སྲོལ་
རྒྱུན་རིག་གནས་ཉམས་སུ་མྱོང་བ་དང་དཔྱིད་གསར་དུས་ཆེན་
གྱི་རྟེན་འབྲེལ་རྣམ་པ་ཉམས་སུ་མྱོང་བའི་ཡིད་དབང་བཀུག་་་་་
པས། རིག་གནས་ཡུལ་སྐོར་ཁྲོམ་ར་འཁྲུག་ཆ་དོད་དུ་སོང་་་་་་་་
ཡོད་པ་རེད།
འདི་ནི་ཉེ་ཆར་ཡུལ་སྐོར་བས་ཡུན་ནན་ཞིང་ཆེན་ཡོན་་
དབྱང་རྫོང་ཤིན་ཅེ་གྲོང་རྡལ་ཨའེ་ཁྲུན་སྐས་ཞིང་མཛེས་ལྗོངས་
ཁུལ་དུ་ལྟ་སྐོར་བྱེད་བཞིན་པ།

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)བཞུགས་་
མོལ་ཚོགས་འདུའི་ཐོག་འཆམ་མཐུན་་་་་་་
དང་བཀྲ་ཤིས་པའི་དུས་ཆེན་གྱི་རྣམ་པ་་་་
ཟབ་ཅིང་།ཝང་ཅུན་ཀྲེང་གིས་བློ་་་་་་་་་་་་
མཐུན་རྒན་གྲས་རེ་རེ་བཞིན་ལ་ཕྱག་་་་་་་་་
བཏང་བ་དང་། མཛའ་གྲོགས་སྐོར་གླེང་
བ། འབྱུང་འགྱུར་གྱི་འཕེལ་རྒྱས་དོན་་་་་་
གཉེར་བཅས་གནང་སྟེ།རང་སྐྱོང་་་་་་་་་་་
ལྗོངས་ཏང་ཨུད་ཀྱི་ཚབ་ཞུས་ནས་འདིར་
ཕེབས་པའི་བློ་མཐུན་རྒན་གྲས་ཚོ་དང་་་་་
ཁོང་ཚོ་བརྒྱུད་གསར་བརྗེ་དང་།
འཛུགས་སྐྲུན།སྒྱུར་བཅོས་བཅས་ཀྱི་ལོ་་
རྒྱུས་དུས་སྐབས་ཁག་གི་རྒྱ་ཆེའི་ལས་་་་་་་་་
བྲལ་རྒན་ཡོལ་ཞུས་པའི་ལས་བྱེད་པར་་་་་
བླ་ན་མེད་པའི་གུས་འདུད་དང་བྱམས་་་་་
བརྩེའི་འཚམས་འདྲི་གནང་བ་རེད།
ཝང་ཅུན་ཀྲེང་གིས་གསུངས་དོན།
2026ལོ་ནི“ལོ་ལྔ་ཚན་བཅོ་ལྔ་་་་་་་་་་་་་་
པའི”འགོ་འཛུགས་ལོ་ཞིག་ཡིན་པས།
ལས་དོན་ཁག་ཡག་པོ་བསྒྲུབ་རྒྱུ་ནི་གལ་་་་
འགངས་ཤིན་ཏུ་ཆེ།རང་སྐྱོང་ལྗོངས་་་་་་
ཏང་ཨུད་ཀྱིས་ཏང་གི་སྐབས་ཉི་ཤུ་པའི་་་་
ཀྲུང་ཨུ་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་་
བཞི་པའི་དགོངས་དོན་ཕྱོགས་ཡོངས་་་་་་་
དང་། གཏིང་ཟབ།གནད་ལ་འཁེལ་བ་
བཅས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ལག་ལེན་བསྟར་ནས།
སླད་ཕྱིན་ལོ་ལྔའི་རིང་གི་དཔལ་འབྱོར་་་་་
དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་དམིགས་་་་་་
ཚད་གཏན་འཁེལ་བྱས་ཡོད།དམིགས་་་
ཚད་དེ་དག་མངོན་འགྱུར་བྱེད་པར་ཏན་
ཏན་ཏིག་ཏིག་དང་བློ་བརྟན་འགྱུར་མེད་
ངང་མདུན་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་དགོས་པ་་་་་་
དང་། དུས་མཚམས་རེ་རེ་བཞིན་སྐུལ་་་་་
འདེད་ཏན་ཏིག་བཏང་ནས།སྤྱི་ཚོགས་་
ཡུན་རིང་བརྟན་ལྷིང་དང་དཔལ་འབྱོར་་
མགྱོགས་མྱུར་འཕེལ་རྒྱས་མུ་མཐུད་རྒྱུན་་
འཁྱོངས་བྱས་ཏེ།རྒྱལ་ཡོངས་མི་་་་་་་་་་་་་་
དམངས་དང་མཉམ་དུ་སྤྱི་ཚོགས་རིང་་་་་་
ལུགས་དེང་རབས་ཅན་དུ་བསྐྱོད་དགོས།
རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཏང་ཨུད་ཀྱིས་ཞི་ཅིན་་་་་
ཕིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་
ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་་་་་་་་་
དགོངས་པར་བརྟེན་ནས་བོད་ཀྱི་ལས་་་་་་
དོན་གྱི་སྤྱི་ཡོངས་ལ་གཅིག་འདོམས་བྱ་་་་་
རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་ཀྱིས་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་་་་་
ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་མངགས་བཅོལ་ཟབ་མོ་་་་་
བློ་ལ་བརྟན་པོར་ངེས་ནས།ལྗོངས་་་་་་་་་་
ཡོངས་ཀྱི་མི་རིགས་ཁག་གི་ལས་བྱེད་པ་་་་
དང་མང་ཚོགས་ལ་མཐུན་སྒྲིལ་སྣེ་ཁྲིད་་་་་
ཀྱིས“དོན་ཆེན་བཞིར”དམིགས་པ་་་་་་་་
དང་“འཛུགས་གཏོད་བཞིར”ཤུགས་་་་་་་
རྒྱག་པ་དང་། ཡུན་རིང་བདེ་འཁོད་་་་་་་་་
དང་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་་་་་
ཟམ་མི་ཆད་པར་སྐུལ་འདེད་བཏང་སྟེ།

ཀྲུང་གོའི་ལུགས་ཀྱི་དེང་རབས་ཅན་གྱི་་་་་
བོད་ཀྱི་ལེའུ་གསར་པ་ཧུར་ཐག་རྩོམ་་་་་་
དགོས།
ཝང་ཅུན་ཀྲེང་གིས་གསུངས་་་་་་་་་
དོན།མི་རྒས་ཀྱང་སེམས་ཤུགས་མི་་་་་་་་
ཉམས་པར། འགོ་ཁྲིད་རྒན་གྲས་དང་་་་
བློ་མཐུན་རྒན་གྲས་ཚོས་བོད་ཀྱི་དཔལ་་་
འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་་་་་་་
སྔར་རྒྱུན་བཞིན་ཐུགས་ཁུར་དང་རྒྱབ་་་་
སྐྱོར་དང་།བོད་སྐྱོད་པ་རྒན་གྲས་ཀྱི་་་་་
སྙིང་སྟོབས་དང“ལམ་གཉིས”ཀྱི་སྙིང་་་་
སྟོབས་རྒྱུན་འཛིན།སྲོལ་རྒྱུན་བཟང་་་་་
པོ་དར་སྤེལ།གཟི་བརྗིད་དེ་བས་ཆེ་བ་་
བརྩོན་ལེན་བཅས་གནང་སྟེ།སེམས་་་་་
ནུས་གཅིག་སྒྲིལ་གྱིས་བོད་ཀྱི་བྱ་གཞག་་་
ཁག་གི་འཕེལ་རྒྱས་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་་་
སྐས་རིམ་གསར་པ་ཞིག་ཏུ་སླེབས་པར་་་
སྐུལ་འདེད་གཏོང་རྒྱུའི་རེ་བ་ཡོད།
རིམ་ཁག་ཏང་ཨུད་ཀྱིས་ལས་བྱེད་པ་་་་་་
རྒན་གྲས་ཀྱི་ལས་དོན་ལ་ཚད་མཐོའི་་་་་་
མཐོང་ཆེན་བྱས་ནས།ལས་བྲལ་རྒན་་་་
ཡོལ་ཞུས་པའི་ལས་བྱེད་པའི་ཏང་་་་་་་་་་་
འཛུགས་སྐྱོང་ལས་དོན་ལ་སྐུལ་འདེད་་་་
ཏན་ཏིག་གཏོང་བ་དང་།ཞབས་ཞུ་་་་་་
འགན་སྲུང་ལས་དོན་ཁག་སེམས་ནུས་་་་
ཡོད་རྒུས་ཡག་པོ་སྒྲུབ་པ།ཆབ་སྲིད་་་་་་
ཐད་བརྩི་འཇོག་དང་།བསམ་བློའི་་་་་་་་
ཐད་སེམས་ཁུར།འཚོ་བའི་ཐད་ལྟ་་་་་་་་
སྐྱོང་བཅས་དངོས་འབྲེལ་ཐུབ་པར་་་་་་་་་
བྱས་ཏེ།ལས་བྱེད་པ་རྒན་གྲས་ཀྱིས་་་་་་
སྒྱུར་བཅོས་དང་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གྲུབ་་་་་་་
འབྲས་མཉམ་སྤྱོད་དང་ཚེ་མཇུག་བདེ་་་་
ལ་རོལ་ཐུབ་པར་བྱེད་དགོས།
འགོ་ཁྲིད་རྒན་གྲས་དང་བློ་་་་་་་་་་་
མཐུན་རྒན་གྲས་ཚོས་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་་་་
ཏང་ཨུད་ཀྱིས་ཐུགས་ཁུར་དང་་་་་་་་་་་་་་
གཟིགས་སྐྱོང་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་་་་
ཞུས་པ་དང་། བོད་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་་་་་་
དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ཐད་ཐོབ་་་་་་་
པའི་གྲུབ་འབྲས་གསར་པར་སྙིང་ཐག་་་་
པ་ནས་དགའ་ཚོར་བྱུང་བ་དང་སྤོབས་་་
པ་སྐྱེས་ཤིང་།ཚང་མས།བྱ་སྤྱོད་་་་་་་་་་
དངོས་ལ་བརྟེན་ནས་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་་་་
ཏང་ཨུད་ཀྱི་ལྟེ་བའི་ལས་དོན་ལ་རྒྱབ་་་་་
སྐྱོར་ཧུར་ཐག་བྱས་ཏེ“དོན་ཆེན་་་་་་་་་་་་་
བཞི”དོན་འཁྱོལ་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་་
ཆེད་ངར་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་དང་་་་་་
གཟི་བརྗིད་བསྣན་ནས་སྤྱི་ཚོགས་རིང་་་་
ལུགས་དེང་རབས་ཅན་གྱི་བོད་ལྗོངས་་་་
གསར་པ་འཛུགས་སྐྲུན་བྱ་ཆེད་སྟོབས་་་་
ཤུགས་སྐྱེས་སུ་འབུལ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་་་་་་་་་་་
བཤད་པ་རེད།
(བདེ་སྐྱིད་དབང་མོ་དང་པད་་་་་་
ཆོས་ཀྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས)