ལོའིཟླ ཚེས གལཆེའིགསརའགྱུར ཇུསའགོདཔཚེསྒྲོནརྩོམསྒྲིགཔ བསོདཚེས་གནས། ལྷ་ས་རྡོ་སེང་གེ་ལམ་སྒོ་རྟགས། 36 སྦྲག་ཨང་། 850000 ཁ་པར་ཨང་གྲངས།6335974 སིལ་ཚོང་རིན་སྒོར་ཟུར།4 ཁ་ས་ཚགས་པར་རྒྱག་དུས་ཆུ་ཚོད།4:00 བརྒྱབ་ཟིན་དུས་ཆུ་ཚོད། 6:50

今日主要内容
▲ 王君正主持召开自治区党委常委会（扩
大）会议 认真传达学习习近平总书记重要
讲话精神
▲ 王君正对区直机关党建工作作出批示
充分发挥机关党建“风向标”作用 为实现
“十五五”良好开局、书写中国式现代化西
藏实践新篇章贡献力量
▲ 今年我区计划春播面积361.88万亩
▲ 西藏首个乡村加入“中国和美乡村共富
联盟”
▲ 悠悠古韵映新风
—— 山南传统村落书写文旅融合新答卷

第一版

第二版

▲ 腰包鼓起来 日子甜如蜜
——丁青县“多元产业”激发乡村新活力
▲ 任维赴拉萨市调研现代服务业发展情况
▲ 自治区领导赴林芝开展生态环保督导工
作
▲ 我区首个规模化、数字化二手车交易综
合体正式开业
▲ 西藏自治区网络空间与数据安全协会成
立

第四版 ▲那曲市嘉黎县绒多乡董罗岗村驻村工作

队开展慰问活动 宣传惠民政策

第三版 ▲周末乐园

འདི་ག་ཚགས་པར་ཁང་དུ་ནག་ཆུ་ནས་གློག་འཕྲིན་་་་
འབྱོར་གསལ（།གསར་འགོད་པ།བསྟན་འཛིན་བཟང་མོ）
དཔྱིད་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་བཞད་པ་དང་བསྟུན་ནས་ས་མཐོའི་གང་་
སར་རེ་བས་ཕྱུགནག་ཆུ་གྲོང་ཁྱེར་ལྷ་རི་རྫོང་རོང་སྟོད་ཤང་་་་་
མདོང་ལོག་ཁུག་གྲོང་ཚོར་བཅའ་སྡོད་ལས་དོན་རུ་ཁག་གིས་་་་་
དམངས་ལ་དོན་དངོས་བསྒྲུབ་རྒྱུ་རྩ་དོན་དུ་བཟུང་ནས་ཆེད་་་་་
དོན་གྲོན་དངུལ་ཡག་པོ་སྤྱད་དེ་མིག་མཐོང་ལག་ཟིན་གྱི་་་་་་་་་་་་་
དམངས་འཚོའི་དོན་དངོས་མང་པོ་བསྒྲུབས་ཡོད།
འཚམས་འདྲིའི་ལས་དོན་སྤེལ་རིང་།ལས་དོན་རུ་ཁག་་་་
གིས“འཚམས་འདྲི་དང་སྒྲོག་འགྲེལ་ཟུང་དུ་སྦྲེལ་རྒྱུ”གཞི་རྟེན་་
དུ་བྱས་ཏེ་དམངས་ཕན་བྱེད་སྒོ་རབ་དང་རིམ་པ་སྤེལ་ནས།
དམངས་འཚོའི་མ་དངུལ་རྣམས་མང་ཚོགས་ཀྱིས་མིག་མཐོང་་་་
ལག་ཟིན་ཐུབ་པའི་དམངས་འཚོའི་ཕན་པ་དངོས་སྒྲུབ་པར་་་་་་
བཏང་ཡོད།
གྲོང་སྡོད་ལས་དོན་རུ་ཁག་གིས་ཕྱོགས་ཡོངས་ལ་ཁྱབ་་་་་་་་

པའི་རྩ་དོན་མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་ཏེ་གྲོང་ཚོ་ཡོངས་ཀྱི་ཞིང་དུད་
དང་དེ་བཞིན་ཡུན་རིང་ལྷ་སར་སྡོད་མཁན་ཡུལ་མི་དུད་ཚང་་་་
67ལ་འཚམས་འདྲི་བྱས་པ་དང་།རིམ་རྩིས་བརྒྱབ་ན་དུད་་་་་་་
ཚང་རེར་གློག་རྡིག་1དང་རྩམ་པ་རྒྱ་མ་640སྤྲད་ནས་མང་་་་་་་་་
ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བའི་དགོས་མཁོར་འགན་སྲུང་ནུས་ལྡན་བྱས་་་་་་
ཡོད།དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ལས་དོན་རུ་ཁག་གིས་མང་ཚོགས་་་་་
དང་ངོ་ཐུག་གདོང་འཕྲད་ཀྱིས་སྤེལ་རེས་བྱས་ནས་ཁྱིམ་ཚང་གི་
འཚོ་བའི་གནས་ཚུལ་ཤེས་རྟོགས་ཞིབ་ཕྲ་བྱས་པ་དང་མང་་་་་་་་་
ཚོགས་ཀྱི་བདེ་སྡུག་དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་སེམས་ལ་བཅངས་
ཡོད།
འཚམས་འདྲི་བྱེད་རིང་།ལས་དོན་རུ་ཁག་གིས་མཐོང་་་་
འདོད་ལ་ཉན་སྤྲོ་བའི་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས་ཏང་གི་དམངས་ཕན་
སྲིད་ཇུས་དུད་ཁྱིམ་ཚང་མ་དང་མི་ཚང་མར་སྒྲོག་འགྲེལ་བྱས་་་་
ཏེ་ཏང་རྩ་འཛུགས་ཀྱིས་མང་ཚོགས་དང་འབྲེལ་བ་བྱེད་པ་དང་
ཞབས་འདེགས་ཞུ་བའི་སྦྲེལ་ཟམ་གྱི་ནུས་པ་བཏོན་ཡོད།

ད་རེས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་གྲོང་ཚོ་4རུ་སྤེལ་བར་རིམ་རྩིས་བརྒྱབ་་་
ན་མ་དངུལ་སྒོར་15000བཏང་ཞིང་།མ་དངུལ་ཚང་མ་མང་་
ཚོགས་ཀྱི་འཕྲལ་མཁོ་དང་།དཀའ་ངལ།སེམས་ཁྲལ།རེ་་་་་་
སྒུག་བཅས་ཀྱི་གནད་དོན་སེལ་བའི་ཐད་སྤྱད་པས་གྲོན་དངུལ་་
བེད་སྤྱོད་ཀྱི་གནད་སྨིན་རང་བཞིན་དང་དངོས་ཕན་རང་་་་་་་་་་
བཞིན་མཐོ་རུ་ནུས་ལྡན་ཕྱིན་ཡོད།བྱེད་སྒོ་སྤེལ་བ་ལས་མང་་་་
ཚོགས་ལ་དྲོ་སྐྱིད་སྦྱིན་པ་དང་།ལས་བྱེད་པ་དང་མང་ཚོགས་་་
ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཟབ་ཏུ་ཕྱིན་པ་མ་ཟད།གྲོང་ཚོ་ཡོངས་ཀྱི་མང་་་་་་་
ཚོགས་ཚོའི་ཐོབ་སྣང་དང་།སྐྱིད་སྣང་།བདེ་འཇགས་ཚོར་་་་་
སྣང་བཅས་ཆེ་རུ་ཏན་ཏིག་ཕྱིན་ཡོད།
གོམ་སྟབས་རྗེས་མར།ལས་དོན་རུ་ཁག་གིས“དམངས་་་་
ལ་བྱ་བ་དངོས་སྒྲུབ་པའི”ལམ་སྲོལ་རྒྱུན་མཐུད་ཟབ་ཏུ་བཏང་་
སྟེ་རོགས་སྐྱོར་དཀའ་སེལ་གྱི་བྱེད་སྒོ་རྒྱུན་རྣམ་ཅན་གྱི་སྒོ་ནས་་་
སྤེལ་ཏེ་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཐོབ་སྣང་དང་སྐྱིད་སྣང་ཆེ་རུ་གཏོང་རྒྱུ་་་
རེད།

ནག་ཆུ་གྲོང་ཁྱེར་ལྷ་རི་རྫོང་རོང་སྟོད་ཤང་མདོང་ལོག་ཁུག་གྲོང་ཚོར་བཅའ་སྡོད་ལས་དོན་རུ་ཁག་གིས།

འཚམས་འདྲིའི་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་ནས་དམངས་ཕན་སྲིད་ཇུས་དྲིལ་བསྒྲགས་བྱས་པ།

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)
ཞོལ་གྲོང་ཚོའི་འོང་སྐོར་དུས་ཆེན་ལ་་་་
ཀུན་གྱི་དོ་ཁུར་ཆེན་པོ་ཐོབ་ཅིང་།དེར་རྒྱལ་་
སྲིད་སྤྱི་ཁྱབ་ཁང་དང་དེ་བཞིན་རིག་གནས་་་་
དང་ཡུལ་སྐོར་པུས་བསྩལ་བའི“རྒྱལ་ཁབ་་་་་་་
རིམ་པའི་མངོན་མིན་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་
གི་མཚོན་བྱེད་རང་བཞིན་གྱི་རྣམ་གྲངས་་་་་་་་་
མིང་གཞུང”གི་ཁས་ལེན་དཔང་འདོན་ཐོབ་་་
ཡོད།ཡུལ་སྐོར་བའི་ཡུལ་སྐོར་གྱི་མྱོང་ཚོར་་་་
སྔར་བས་ལེགས་སུ་གཏོང་ཆེད།གྲོང་ཚོ་་་་་་་་་
དེས་ད་དུང་གྲ་ནང་རྫོང་གི་ཆེད་ལས་རྟ་རྩལ་་
ཚོགས་པ་གདན་དྲངས་ནས་གྲོང་མིར་འཁྲབ་
སྟོན་བྱེད་སྟངས་བསླབས་པས།གནའ་་་་་་་་
བོའི་སྲོལ་རྒྱུན་འགྲན་བསྡུར་ལ་སླར་ཡང་སྐྱེ་
སྟོབས་ཀྱི་གཟི་དཔལ་རྒྱས་པ་རེད།
རྒྱལ་བཟང་གྲོང་ཚོའི་ལྷ་མོ་ཟློས་གར་
ནས་ཞོལ་གྲོང་ཚོའི་འོང་སྐོར་དུས་ཆེན་་་་་་་་་་
དང་། དེ་ནས་ཚོགས་རྒྱལ་གྲོང་ཚོའི་སླས་་་་་
འཐག་གི་ཐོན་རྫས་སྐོར་དྲ་ལམ་ནས་ཐད་་་་་
གཏོང་བྱེད་པའི་བར།ལྷོ་ཁའི་སྲོལ་རྒྱུན་་་་་་
གྲོང་ཚོས་རང་རང་གི་བྱེད་སྟངས་ཐོག་ནས་

རིག་གནས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡུལ་སྐོར་སྐྱོང་་་་་་
སྤེལ་དང་ཡུལ་སྐོར་ལ་བརྟེན་ནས་རིག་་་་་་་་་་
གནས་མངོན་པའི་ནང་དོན་ཟབ་མོར་་་་་་་་་་་
གསལ་འགྲེལ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།
ནུབ་ཁའི་ཉི་མ་བཞུད་སྐབས།རྒྱལ་་་
བཟང་གྲོང་ཚོའི་ནང་ལྷ་མོ་འཁྲབ་སྦྱོང་གི་་་་་
སྐད་སྒྲ་ཡང་བསྐྱར་མཆེད་ཅིང་།གནའ་་་་་་
བོའི་སྐད་ངག་གི་འགྱུར་ཁུག་དེ་འོན་ལུང་་་་་
གཞུང་དུ་ཡང་ཡང་གྲགས། ད་ཆ་ཕུ་མ་་་་་་་་་

གཡུ་མཚོ་དང་།གུ་རུ་བླ་མཚོ།སྐུ་ལྷ་་་་་་་་་་་་
མཁའ་རི།པད་མ་གླིང་མཚོ་སོགས་ལྷོ་ཁའི་
མཛེས་ལྗོངས་ཁུལ་མང་པོ་རིམ་བཞིན་སྐད་་
གྲགས་ཆོད་ནས་རྒྱུན་འཛིན་དང་གསར་་་་་་་
གཏོད་ཁྲོད་རིག་གནས་ཀྱི་རོལ་དབྱངས་་་་་་་
དཀྲོལ་བཞིན་ཡོད་པ་དང་།ལྷོ་ཁའི་རིག་་་་་
གནས་དང་ཡུལ་སྐོར་བྱ་གཞག་དེ་ཉིད་རི་་་་་
ཚོགས་བརྒལ་ནས་སྔར་ལས་རྒྱང་ཐག་རིང་་
བའི་ཡུལ་ལུང་དུ་དར་རྒྱས་འགྲོ་བཞིན་་་་་་་་་་
མཆིས།
（གནམ་ཕྱུག་རྒྱལ་གྱིས་བསྒྱུར།བསོད་
བདེ་ཆེ་བས་ཞུས）

གནའ་བོའི་འགྱུར་ཁུག་ལས་དར་སྲོལ་གསར་པ་མངོན།

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་་་
ལས་ཁུངས་ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་ལས་དོན་དང་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་་
སྐོར་གྱི་མཛུབ་སྟོན་གལ་ཆེན་དང་དུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་་
གི་བོད་སྐྱོང་མཛད་ཇུས་སློབ་སྦྱོང་ལག་བསྟར་གཏིང་ཟབ།
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་དོན་འཁྱོལ།རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཏང་ཨུད་ཀྱི་བཀོད་སྒྲིག་་་
བླང་བྱར་གཞིགས་པ།“གཏན་འཁེལ་གཉིས”ལ་བརྩི་བཀུར་་་
མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཞུ་བ་དང“སྲུང་སྐྱོང་གཉིས”མཐའ་གཅིག་ཏུ་་
ཐུབ་པ་བཅས་བྱས་ཏེ།བློ་མཐུན་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་སྲོག་ཤིང་་་་
གནང་བའི་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་དང་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་་་་་་
ཚད་མཐོའི་གཅིག་གྱུར་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས།“དོན་ཆེན་་་་་་་་་་་་
བཞིར”དམིགས་པ་དང“འཛུགས་གཏོད་བཞིར”ཤུགས་་་་་་་་་་་
བརྒྱབ་ནས་དཔེ་བཟང་ཆབ་སྲིད་ལས་ཁུངས་དང་།ཞབས་ཞུ་་
ལས་ཁུངས། ནུས་ཕྱོད་ལས་ཁུངས།སྤྱོད་གཙང་ལས་ཁུངས།
འགན་འཁྲི་ལས་ཁུངས་བཅས་འཛུགས་སྐྱོང་བྱེད་པ་དམ་་་་་་་་་་་
འཛིན་བྱ་གཞིར་བརྩི་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་དང་།ཡང་དག་པའི་་
སྲིད་དོན་ལས་རྗེས་ལྟ་བ་འཛུགས་པ་དང་ལག་བསྟར་གྱི་སློབ་་་་
སྦྱོང་སློབ་གསོ་སྤེལ་རྒྱུ་གོ་སྐབས་སུ་འཛིན་པ།རང་འགན་་་་་་་་་

གཙང་སྒྲུབ་ཧུར་ཐག་དང་རང་འགུལ་ངང་རང་འགན་ཐེག་པ་་
ཁུར་ལེན་བྱེད་པ།སྤྱོད་ཚུལ་རྒྱུན་མཐུད་ལེགས་སུ་གཏོང་བ་་་་་
དང་དོན་འཁྱོལ་ལ་དམ་འཛིན་ནན་པོ་བྱེད་པ།ལས་ཁུངས་་་་་
ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་གི“རླུང་ཕྱོགས་སྟོན་རྟགས”ཀྱི་ནུས་པ་གང་་
ལེགས་འདོན་པ་བཅས་བྱས་ཏེ།“ལོ་ལྔ་ཚན་བཅོ་ལྔ་་་་་་་་་་་་་་
པའི”འགོ་ཡག་པོ་འཛུགས་པ་དང་ཀྲུང་གོའི་ལུགས་ཀྱི་དེང་་་་་་་
རབས་ཅན་གྱི་བོད་ཀྱི་ལག་ལེན་གྱི་ལེའུ་གསར་པ་རྩོམ་ཆེད་་་་་་་་
སྟོབས་ཤུགས་ལེགས་སྐྱེས་སུ་འབུལ་དགོས།
ཝང་ཅུན་ཀྲེང་གིས་བླང་བྱ་བཏོན་དོན།ལྗོངས་ཐད་་་་་་
གཏོགས་ལས་ཁུངས་ལས་དོན་ཨུ་ལྷན་གྱིས་ལྗོངས་ཐད་་་་་་་་་་་་་་
གཏོགས་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཏང་གི་ལས་དོན་ལ་འགོ་ཁྲིད་བྱེད་་་་་་་་་
ཤུགས་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་དང་།སྡེ་ཚན་ཁག་་་
གི་ཏང་ཙུའུ(ཏང་ཨུད)ལ་ལས་ཁུངས་ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་གི་་་་་་་་
བྱེད་པོའི་འགན་འཁྲི་དེ་བས་ཡག་པོ་སྒྲུབ་པར་ལྟ་སྐུལ་མཛུབ་་་་
ཁྲིད་བྱེད་པ།ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཚུགས་གནས་སྔར་བས་མཐོ་རུ་་་་་་་་་

གཏོང་བ།ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དད་སེམས་བརྟན་དུ་གཏོང་བ།ཆབ་་
སྲིད་ཀྱི་བྱེད་ནུས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ།ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྣེ་ཁྲིད་བྱེད་་་་་་་
ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ།ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ལེགས་སུ་གཏོང་
བ། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྟོན་ཕྱོགས་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ།ཆབ་སྲིད་
འཛུགས་སྐྱོང་གི་འགན་འཁྲི་གཙོ་བོར་དམ་པོར་དམིགས་པ།
བསམ་བློ་འཛུགས་སྐྱོང་གི་རྨང་གཞི་བརྟན་དུ་གཏོང་བ།རྩ་་་་་
འཛུགས་འཛུགས་སྐྱོང་གི་རྨང་གཞི་བརྟན་དུ་གཏོང་བ།སྤྱོད་་་
ཚུལ་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་འགན་སྲུང་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ།
སྒྲིག་ཁྲིམས་འཛུགས་སྐྱོང་གི་མཐའ་ཚད་ཡག་པོ་སྲུང་བ།ཏང་་
འཛུགས་སྐྱོང་དང་ལས་སྒོ་མཉམ་འདྲེས་གཏིང་ཟབ་ཡོང་བར་་་
སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ།ཁུར་མཉམ་ལེན་དང་དོན་སྤྱི་སྒྲུབ་ཀྱི་སྤྱི་
ཡོངས་ཀྱི་མཉམ་ཤུགས་ཆགས་པ་བཅས་བྱས་ཏེ།སྤུས་ཚད་་་་་་
མཐོ་བའི་ལས་ཁུངས་ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་་་་་་
ཡུན་རིང་བདེ་འཁོད་དང་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྣེ་
ཁྲིད་བྱེད་དགོས།

ཝང་ཅུན་ཀྲེང་གིས་ལྗོངས་ཐད་གཏོགས་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་ལས་དོན་ལ་མཆན་བཀོད་མཛུབ་སྟོན་གནང་བ།

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)ཐོན་སྐྱེད་ནུས་ཤུགས་གསར་མ་སྐྱེད་་་་་
སྲིང་དང་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བ།སྲོལ་རྒྱུན་ཐོན་ལས་སྤུས་འབྲས་་་་་་་་་་
ལེགས་གཉེར་བྱེད་པ།དམངས་འཚོར་ཕན་འདོགས་པ་དང་འཛད་་་་
སྤྱོད་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བའི་དབར་དང་།དངོས་པོར་མ་འཇོག་་་་་་
དང་མི་སྐྱོང་ལ་མ་འཇོག་དབར་ཟུང་འབྲེལ་དམ་ཟབ་མཐའ་འཁྱོངས་་
བྱེད་པ།སྒྱུར་བཅོས་སྔར་བས་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ནས་་་་་་་་་
དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་ཐད་མིག་སྔར་གསོན་ཤུགས་ལྡན་པ་དང་་་་་་་
འབྱུང་འགྱུར་གཏིང་ཤུགས་ལྡན་པའི་འགན་ལེན་བྱེད་དགོས།རྒྱལ་་་་
ཁབ་ས་ཆ་སྔོ་འགྱུར་བྱ་སྤྱོད་ལ་སྐུལ་འདེད་ཧུར་ཐག་གཏོང་བ་དང་།
ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་སྐྱེ་ཁམས་ཤེས་དཔལ་གྱི་དགོངས་པ་ལག་བསྟར་གཏིང་
ཟབ་བྱེད་པ།རི་ཆུ་ནགས་ཞིང་མཚེའུ་རྩྭ་བྱེ་ཐང་བཅས་གཞི་གཅིག་་་་་
ཅན་གྱི་སྲུང་སྐྱོང་དང་བརྒྱུད་རིམ་ལྡན་པའི་བཅོས་སྐྱོང་ལ་སྤྱི་འདོམས་
སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ།རྒྱལ་ཁབ་ས་ཆ་སྔོ་འགྱུར་དང་སྐྱེ་ཁམས་སྲུང་་་་་
སྐྱོང་སླར་གསོ་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ།ལྷོ་རི་བྱང་རིའི་སྔོ་འགྱུར་་་་
ལས་གྲྭ་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་ངང་ལག་བསྟར་བྱེད་པ།གྲོང་ཁྱེར་
དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་སྔོ་འགྱུར་མཛེས་བཟོར་མཉམ་དུ་སྐུལ་འདེད་་་་་་་་་་
གཏོང་བ།ཡུལ་བབ་དང་བསྟུན་ནས་སྔོ་འགྱུར་ལས་དོན་ཡག་པོ་སྒྲུབ་
པ་བཅས་བྱས་ཏེ་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་བོད་ལྗོངས་གང་མགྱོགས་སྐྲུན་་
དགོས།ལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་ཕྱི་ཕྱོགས་ལས་དོན་ཏན་ཏིག་ངང་ཡག་པོ་་་་་་

སྒྲུབ་པ་དང་།རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཕྱི་འབྲེལ་དོན་ཆེན་ལ་ཞབས་་་
འདེགས་ཧུར་ཐག་ཞུ་བ།ཆུ་ཚད་མཐོ་བའི་ཕྱི་ཕྱོགས་སྒོ་དབྱེ་རྒྱ་ཆེར་་་་
གཏོང་བ།“གདན་ཞུ”དང“ཕྱིར་སྐྱོད”ཟུང་འབྲེལ་དམ་ཟབ་བྱ་རྒྱུ་་་་་
མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་པ།མཐའ་འཁོར་རྒྱལ་ཁབ་དང་དཔལ་འབྱོར་་་་
ཚོང་དོན་འགྲོ་འོང་དང་མི་ཆོས་རིག་གནས་སྤེལ་རེས་གཏིང་ཟབ་བྱེད་
པ། རྒྱལ་སྤྱིའི་བརྒྱུད་སྤེལ་ནུས་པ་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་་་་་་
པ། བོད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ཡག་པོ་ཤོད་པ་བཅས་བྱས་ཏེ།འཛམ་གླིང་་་་་
གིས་བོད་ལྗོངས་དེ་བས་ལེགས་པའི་ངང་ཤེས་རྟོགས་ཐུབ་པ་དང་བོད་
འདི་ཉིད་དེ་བས་ལེགས་པའི་ངང་འཛམ་གླིང་ཕྱོགས་སུ་སྐྱོད་ཐུབ་པ་་་་་
བྱེད་དགོས།
ཝང་ཅུན་ཀྲེང་གིས་ནན་བཤད་གནང་དོན།ཏང་གི་ཕྱོགས་་་་
ཡོངས་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་དང་རྒྱུན་མཐུད་ངང་སྤྱོད་་་
ཚུལ་ལེགས་གཏོང་དང་དོན་འཁྱོལ་ལ་དམ་འཛིན་ནན་པོ་བྱས་ཏེ་་་་་་་
ལས་འགན་ཁག་དོན་ཐོག་ཏུ་འཁྱོལ་བའི་འགན་ལེན་བྱེད་དགོས།
ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྒྲིག་ཁྲིམས་དང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྒྲིག་ལམ་ནན་དུ་གཏོང་བ་་
དང་། རྒྱུན་རྣམ་ཅན་གྱི་སྒོ་ནས་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་གི་ཐབས་ཇུས་་་་་་་་་་
བཀོད་སྒྲིག་གལ་ཆེན་དང་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་མཛུབ་སྟོན་་
དང་མཆན་བཀོད་མཛུབ་སྟོན་གལ་ཆེན་དོན་འཁྱོལ་བྱས་ཚུལ་ལ་་་་་་་་
ཕྱིར་མིག་ལྟ་བ།དོན་དག་གལ་ཆེན་དགོངས་སྐོར་སྙན་སེང་ཞུ་བའི་་་

ལམ་ལུགས་ལག་བསྟར་ནན་པོ་བྱས་ཏེ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་་་་་་་
བསམ་བློ་དང་།ཆབ་སྲིད།བྱ་སྤྱོད་བཅས་ཀྱི་ཐད་བློ་མཐུན་ཞི་ཅིན་་
ཕིང་གིས་སྲོག་ཤིང་གནང་བའི་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་དང་ཚད་མཐོའི་་་་་་་་
གཅིག་གྱུར་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས།ཡང་དག་པའི་སྲིད་དོན་ལས་རྗེས་་་་
ལྟ་བ་འཛུགས་པ་དང་ལག་ལེན་བསྟར་ཏེ།“སྤྱི་དོན་དུ་ཏང་་་་་་་་་་་་་་
འཛུགས་པ་དང་།མི་དམངས་ལ་བདེ་སྐྱིད་སྐྲུན་པ།ཚན་རིག་དང་་་
མཐུན་པའི་ཐབས་ཇུས་འགོད་པ།དངོས་འཛིན་དངོས་སྒྲུབ་བྱེད་་་་་་
པ”བཅས་ཀྱི་སྤྱིའི་བླང་བྱ་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་པ་་་་་་་་་
དང་། སློབ་བཤེར་བཅོས་གསུམ་ལ་སྡེབ་གཅིག་ཏུ་སྐུལ་འདེད་་་་་་་་་་་་
གཏོང་བ།མི་དམངས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྲིད་དོན་ལས་རྗེས་འཇོག་པ་དང་་་
དངོས་སྒྲུབ་ལ་བརྟེན་ནས་སྲིད་དོན་ལས་རྗེས་འཇོག་པ་མཐའ་་་་་་་་་་་་
འཁྱོངས་བྱེད་པ།ལག་ལེན་དང་།མི་དམངས།ལོ་རྒྱུས་བཅས་ཀྱི་་་་
ཞིབ་བཤེར་ཐེག་ཐུབ་པའི་གྲུབ་འབྲས་དངོས་གཏོད་དགོས།ལས་་་་་་
ཀའི་སྤྱོད་ཚུལ་རྒྱུན་མཐུད་ངང་ལེགས་སུ་གཏོང་བ་དང་།ཀྲུང་་་་་་་་་་་
དབྱང་གི་གཏན་འབེབས་དོན་ཚན་བརྒྱད་དང་དེའི་ལག་བསྟར་ཞིབ་
སྲོལ་གྱི་དགོངས་དོན་དང་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཏང་ཨུད་ཀྱི་ལག་བསྟར་་་་
བྱ་ཐབས་སྙིང་རུས་ལྷོད་མེད་ངང་ལག་བསྟར་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་པ།
སྤྱོད་ཚུལ་འཛུགས་སྐྱོང་རྒྱུན་རྣམ་ཅན་དང་ཕུགས་ཕན་ཅན་ལ་སྐུལ་་་་
འདེད་གཏོང་བ།རྒྱ་ཆེའི་ཏང་ཡོན་ལས་བྱེད་པས་འགན་འཁྲི་་་་་་་་་་་་
གསལ་རྟོགས་དང་།འགན་འཁྲི་ཁུར་བ།འགན་འཁྲི་གཙང་སྒྲུབ་་་་་
བཅས་བྱ་རྒྱུར་ཁྲིད་སྟོན་བྱས་ཏེ་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་དེང་རབས་་་་་་་
ཅན་གྱི་བོད་ལྗོངས་གསར་པ་འཛུགས་སྐྲུན་ཧུར་ཐག་བྱེད་དགོས།
（ལྷག་པ་ཚེ་རིང་དང་བསྟན་འཛིན་བཟང་མོས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་གསུང་བཤད་གལ་ཆེན་གྱི་དགོངས་དོན་བརྒྱུད་བསྒྲགས་དང་སློབ་སྦྱོང་ནན་ཏན་བྱས་པ།

ར་མོ་ཤག་ཆེན་ཐོན་ལས་
འཕེལ་རྒྱས་བཏང་།གྲོང་
གསེབ་དར་རྒྱས་ཡོང་
བར་ཕན་སྐུལ་བྱས།
ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་།ཉིང་ཁྲི་་་་་་་
གྲོང་ཁྱེར་སྤོ་བོ་རྫོང་གིས་ནགས་རིའི་་་་་
དགེ་མཚན་ལ་གཞི་ཚུགས་ཏེ།ར་མོ་་་་་
ཤག་ཆེན་ཐོན་ལས་དེ་ཁྱད་ལྡན་གཙོ་་་་་
ཁྲིད་ཐོན་ལས་སུ་བརྩིས་ནས་འཕེལ་་་་་་
རྒྱས་བཏང་ཞིང་།ཁེ་ལས་དང་།མཉམ་
ལས་ཁང་། འདེབས་འཛུགས་དུད་་་་་་་
ཚང་བཅས་མཉམ་དུ་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་་་
བའི་བྱ་ཐབས་བརྒྱུད།རི་སྔོན་ཆུ་དྭངས་
དེ་དངོས་དངོས་རྗེན་རྗེན་གྱི“གསེར་་་་་
དངུལ་རི”ལ་འགྱུར་བར་བྱས་ཡོད།
འདི་ནི་སྤོ་བོ་རྫོང་ས་མཐོའི་ར་མོ་་་
ཤག་ཆེན་ཐོན་ལས་གསར་སྤེལ་ཚད་་་་་་
ཡོད་ཀུང་སིའི་འདེབས་འཛུགས་རྟེན་་་་
གཞིའི་ལས་དོན་པས་ར་མོ་ཤག་ཆེན་གྱི་
སྡོང་རྐང་ལ་ཞིབ་ལྟ་བྱེད་བཞིན་པ།

རིག་གནས་བསམ་བཀོད་གླིང་གི་སེམས་་
མཐུན་གླིང་སྡེ་ཁུལ་དུ་གནས་པའི་བོད་་་་་་་་་་་་
ལྗོངས་བུམ་པ་རི་སྲོལ་རྒྱུན་སྒྱུ་རྩལ་ཐོན་རྫས་་་
ལས་སྣོན་ཚད་ཡོད་ཀུང་སི་རུ་སྐྱོད་སྐབས།
བཟོ་སྐྲུན་ལས་སྟེགས་མདུན་གྱི་ཨ་ཅག་ཚོས་་་་
བློ་རྩེ་གཅིག་སྒྲིམ་གྱིས་ལས་ལ་གཞོལ་བཞིན་་་་
ཡོད་ཅིང་།ཁག་གཅིག་གིས་ཡུན་གནས་མེ་་་་
ཏོག་ཞིབ་ཚགས་པོས་བཟོ་བཞིན་ཡོད་པ་་་་་་་་་
དང་། ཁག་གཅིག་གིས་སྤུན་དོག་སླ་བཞིན་་་་
ཡོད་པ།ཁག་གཅིག་གིས་ཐང་འབྲས་ཀྱི་རི་་་་
མོ་བཟོ་བཞིན་འདུགཁོང་ཚོ་ཚང་མ་སེམས་་
མཐུན་གླིང་སྡེ་ཁུལ་གྱི་གནས་སྤོས་དབུལ་་་་་་་་་
སྐྱོར་གྱི་གྲོང་མི་ཡིན་པ་དང་།ཟླ་བ་ཁ་ཤས་་་་་
རིང་གི་ཆེད་ལས་གསོ་སྦྱོང་བྱས་མཐར་ད་ཆ་་་
ཁྱིམ་གྱི་སྒོ་རྩར་ལས་ཞུགས་བརྟན་པོ་ཐུབ་་་་་་་་
ཡོད་པ་རེད།
“ང་ནི་སློབ་ཆེན་ཐོན་པའི་སློབ་མ་ཞིག་་་
ཡིན་ལ་སེམས་མཐུན་གླིང་སྡེ་ཁུལ་གྱི་གྲོང་མི་་་
ཞིག་ཀྱང་ཡིན།འདིར་ལས་ཀར་ཡོང་ནས་་་་་
ལོ་ཕྱེད་ཙམ་འགྲོ་གི་འདུགཡུན་ནན་དང་་་་་
ཁྲེང་ཏུའུ་རུ་ཡང་ཡུན་གནས་མེ་ཏོག་བཟོ་་་་་་་་
རྩལ་སྦྱངས་བར་ཕྱིན་པ་ཡིན”ཡུན་གནས་་་་
མེ་ཏོག་བཟོ་བཞིན་པའི་བདེ་སྐྱིད་ཀྱིས“ད་ཆ་
ང་ཚོའི་ཐོན་རྫས་དྲ་ཐོག་དང་དྲ་ཕྱིའི་ཚོང་་་་་་་
ཁང་བརྒྱུད་འཚོང་གི་ཡོད་པས་ཕན་འབྲས་་་་་
ཡག་པོ་འདུགདགའ་འོས་པ་ཞིག་ནི་ལས་་་་་
རོགས་ཚང་མ་སྡེ་ཁུལ་གྱི་ཁྱིམ་མཚེས་ཡིན་་་་་་་་
པས། དངོས་འབྲེལ་ཁྱིམ་གྱི་སྒོ་རྩར་ལས་་་་་་་་་
ཞུགས་ཐུབ་ཡོད”ཅེས་ངོ་གདོང་ནས་འཛུམ་་་

མདངས་འཕྱུར་བཞིན་བརྗོད།
ངོ་སྤྲོད་བྱས་པར་གཞིགས་ན།2025
ལོའི་ཟླ་4པར།སེམས་མཐུན་གླིང་སྡེ་ཁུལ་་་་་་
གྱིས་བུམ་པ་རི་ཀུང་སི་དང་མཉམ་ལས་གྲོས་་་
མཐུན་བཞག་སྟེ།སྡེ་ཁུལ་དང་ཀུང་སི་ཟུང་་་་
དུ་སྦྲེལ་བའི་བྱ་ཐབས་གསར་གཏོད་བྱས་་་་་་་་་
ནས། ཁོངས་གཏོགས་ཁུལ་གྱི་གྲོང་མིར་ཆེད་
ལས་ལག་རྩལ་གསོ་སྦྱོང་དང་ལས་ཞུགས་་་་་་་་་
ལས་གནས་མཁོ་འདོན་བྱས་ཤིང་།གྲོང་ཚོ་་་་
རིམ་པའི་མཉམ་སྡེབ་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་་་་་་
རྒྱས་དང་སྟོབས་ཆེར་བཏང་བ་བརྒྱུད།མང་
ཚོགས་ཀྱིས་ལག་རྩལ་སྣ་གཅིག་ཤེས་པར་་་་་་་་་
བྱས་ཏེ་གྲོང་གསེབ་དར་རྒྱས་ལ་སྒུལ་ཤུགས་་་་
ཆེན་པོ་བསྣན་ཡོད་པ་རེད།
གནས་སྤོས་དབུལ་སྐྱོར་ནས་ཐོན་ལས་་་་
ལས་ཞུགས་རོགས་སྐྱོར་བར།སེམས་མཐུན་་
གླིང་སྡེ་ཁུལ་གྱིས་གྲོང་ཚོ་རིམ་པའི་མཉམ་་་་་་་་
སྡེབ་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་དང་སྟོབས་་་་་་
ཆེར་བཏང་བ་བརྒྱུད།གནས་སྤོས་མང་་་་་་་་་་
ཚོགས་སྡོད་ཁང་གསར་པའི་ནང་སྤོ་ཐུབ་པ་་་་
མ་ཟད། འབབ་འཕར་ཕྱུག་འགྱུར་གྱི་ལམ་་་་་
བུ་གསར་པ་དེ་བས་ཀྱང་རྙེད་ཡོད།ས་ཆ་་་་་་་
དེར།བུད་མེད་ཚོས་བཟོས་པའི་མེ་ཏོག་རེ་་་་
རེས་འཚོ་བར་མཛེས་རྒྱན་སྤྲས་པ་མ་ཟད།
དེ་ལས་གྲོང་གསེབ་དར་རྒྱས་ཀྱི་བཀྲག་་་་་་་་་་་་
མདངས་ཀྱང་འཚེར་བཞིན་ཡོད།
（ཕུར་སྒྲོན་གྱིས་བསྒྱུར།དམ་ཆོས་མི་་་་་
ཕམ་གྱིས་ཞུས）

སེམས་མཐུན་གླིང་སྡེ་ཁུལ་གྱིས།

སོར་རྩེའི་ལག་རྩལ་གསོ་སྦྱོང་ལེགས་པར་བྱས་ནས་ལས་ཞུགས་བརྟན་པོ་ཡོང་
བར་སྐུལ་འདེད་བཏང་བ།