ལོའིཟླ ཚེས གལཆེའིགསརའགྱུར ཇུསའགོདཔབསོདནམསཆོསསྐྱིདརྩོམསྒྲིགཔ སྐལསྒྲོན

今日主要内容

▲ 我区各地各部门扎实开展树立和践行正
确政绩观学习教育
▲ 嘎玛泽登在林芝市、昌都市调研
▲ 30项成果荣获西藏自治区哲学社会科学
优秀成果奖
▲ 我区城乡居民收入差距不断缩小
▲ 从系统性建制度、精细化管理到绘就“融
合景”，山南市用一系列务实创新举措精管
细治“绣”出城市高颜值

第一版

第二版

▲ 用脚步丈量民情 以真心温暖民心
—— 扎囊县各驻村（社区）工作队扎实办好
民生实事
▲ 自治区领导会见奥地利维也纳大学鲁道
夫爱乐乐团合唱团一行
▲ 品牌引领亮点纷呈 2025年我区体育产
业稳步发展
▲ 铁路清明小长假运输启动
▲ 村民健康“守门人” 党的声音“传声筒”
—— 自治区“十佳基层宣讲员”平措的双重
坚守之路
▲ 藏香文化非遗传承培育培训班开班

第四版 ▲ 图片新闻

第三版 ▲又是一年桃花红

ས་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

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)
ཉེ་ཆར།ཆབ་མདོ་གྲོང་ཁྱེར་གྱིས་ཡང་དག་པའི་་་་་་་་
སྲིད་དོན་ལས་རྗེས་ལྟ་བ་འཛུགས་པ་དང་ལག་བསྟར་གྱི་་་་་་་
སློབ་སྦྱོང་སློབ་གསོ་ཏན་ཏིག་སྤེལ་ཞིང་།ཆབ་མདོ་གྲོང་་་་་་་
ཁྱེར་སྲིད་གཞུང་གཞུང་རྒྱུ་ཨུ་ལྷན་ཏང་ཨུད་ཀྱིས་དུས་ཡུན་་་
ཉིན་གཉིས་ཀྱི་ཆེད་དོན་དཔེ་ཀློག་འཛིན་གྲྭ་གཉེར་ནས།
ཡང་དག་པའི་སྲིད་དོན་ལས་རྗེས་ལྟ་བ་འཛུགས་པ་དང་་་་་་་
ལག་བསྟར་བྱེད་པའི་སྐོར་གྱི་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་
རྣམ་བཤད་གལ་ཆེན་སློབ་སྦྱོང་གཏིང་ཟབ་བྱས་ཏེ་ལྟེ་བའི་་་
དོན་སྙིང་དང་ལག་ལེན་གྱི་བླང་བྱར་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་གོ་་་
བ་བླངས་པ་རེད།སློབ་སྦྱོང་བྱས་པ་བརྒྱུད།ཚང་མས་་་་་་་་
ཡང་དག་པའི་སྲིད་དོན་ལས་རྗེས་ལྟ་བ་བརྟན་པོར་་་་་་་་་་་་་་

འཛུགས་པ་དང་ལག་བསྟར་བྱས་ནས་ཕྱི་ཚུལ་རིང་ལུགས་་་་
དང་དཔོན་ཉམས་རིང་ལུགས་གཏན་འགོག་མཐའ་གཅིག་་་
ཏུ་བྱེད་པ་དང་།དངོས་སྒྲུབ་དང་གྲུབ་འབྲས་དངོས་ལ་་་་་་་
བརྟེན་ནས་ཆབ་མདོའི་གཞུང་རྒྱུ་དང་གཞུང་ཁོངས་ཁེ་ལས་
སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་གི་་་་་་་་
ཡིན་ཞེས་མགྲིན་གཅིག་ཏུ་བརྗོད་པ་རེད།“ཐོག་མཐའ་་་་་་
བར་གསུམ་དུ་བུད་མེད་དང་བྱིས་པའི་ཁེ་ཕན་གནས་བབ་་་
མཐོ་ཤོས་སུ་བཞག་ནས་དམངས་ལ་བདེ་སྐྱིད་སྐྲུན་རྒྱུ་དེ་་་་་་་

ལས་སྒྲུབ་ལས་གཏོད་ཀྱི་འགོ་འཛུགས་ས་དང་དོན་ལ་འབབ་
སར་བརྩིས་ཏེ་བུད་མེད་དང་བྱིས་པར་སྣེ་ཁྲིད་དང་།ཞབས་་
ཞུ། འབྲེལ་གཏུག་བཅས་བྱས་ནས་དམ་འཛིན་དངོས་སྒྲུབ་་
དང་དཀའ་སྤྱད་སྙིང་རུས་ལ་བརྟེན་ནས་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་་་་་་་
ཡིན”ཞེས་ཆབ་མདོ་གྲོང་ཁྱེར་བུད་མེད་མཉམ་འབྲེལ་ལྷན་་་་་
ཚོགས་གཞུང་དོན་ཁང་གི་ཀྲུའུ་རེན་གཞོན་པ་དང་རིམ་པ་་་
གཉིས་པའི་ཀྲུའུ་རེན་ཁོའོ་ཡོན་ཟླ་བ་ལྷ་མོས་བརྗོད།
（ཉི་དོན་གྱིས་བསྒྱུར།བསྟན་འཛིན་བཟང་མོས་ཞུས）

རང་ལྗོངས་ཀྱི་ས་ཁུལ་ཁག་དང་ཚན་པ་ཁག་གིས་ཡང་དག་པའི་སྲིད་དོན་ལས་རྗེས་ལྟ་བ་འཛུགས་པ་དང་ལག་བསྟར་གྱི་སློབ་སྦྱོང་སློབ་གསོ་ཏན་ཏིག་སྤེལ་བ།

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)《ཆིང་རྒྱལ་རབས་དུས་མཇུག་གི་ཀྲང་་་
དབྱིན་ཐང་གི་བོད་དོན་སྒྱུར་བཅོས་ཞིབ་འཇུག》སོགས་གྲུབ་འབྲས་་་་་
ཁག་17ལ་བྱ་དགའ་ཨང་གསུམ་པ་བཅས་སྤྲད་ཡོད།བསྐྱར་དཔྱད་་་་་
བྱས་རྗེས།དཔྱད་ཞིབ་རིགས་གཅིག་མཁས་ཅན་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་་་་་་་
གིས་བསྐྱར་དཔྱད་བྱས་འབྲས་ལ་མཉམ་དུ་གྲོས་ཞིབ་བྱས་པ་དང་།
དམིགས་བསལ་བྱ་དགའི་ཐོབ་ཐང་ལ་མཉམ་དུ་ཞིབ་འཇུག་བརྡར་་་་་་་
གཅོད་བྱས་ཤིང་།བསྐྱར་དཔྱད་བྱས་འབྲས་ལ་འདེམས་ཤོག་ཆ་ཚང་་

ཐོབ་ནས་མོས་མཐུན་བྱུང་སྟེ།སྐབས་འདིའི་མིང་འདོན་མི་བྱེད་པའི་་
དམིགས་བསལ་བྱ་དགའ་གཏན་འཁེལ་བྱས་པ་རེད།
ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བ་ལྟར་ན།བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་མཚན་་་་་་
ཉིད་རིག་པ་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་གི་ཕུལ་བྱུང་གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་བྱ་་་་་་་་
དགའ་ནི་ལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་རིག་པ་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་
ཞིབ་འཇུག་ཁྱབ་ཁོངས་ཀྱི་བྱ་དགའ་མཐོ་ཤོས་ཡིན་པ་དང་བྱ་དགའི་་་་་
དཔྱད་བསྡུར་གྱི་ལས་དོན་དེ་ལོ་གཉིས་རེར་ཐེངས་རེ་སྤེལ་གྱི་ཡོད་པ་་་་

དང་དམིགས་བསལ་བྱ་དགའ་དང་།བྱ་དགའ་ཨང་དང་པོ།བྱ་་་་་་་་་་
དགའ་ཨང་གཉིས་པ།བྱ་དགའ་ཨང་གསུམ་པ་བཅས་སོ་སོར་བཀོད་་
སྒྲིག་བྱས་ཤིང་།དེའི་ནང་དམིགས་བསལ་བྱ་དགའ་ནི་དཔྱད་ཞིབ་་་་་་
རིགས་གཅིག་མཁས་ཅན་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གིས་མིང་འདོན་བྱེད་ཀྱི་་་་་་
ཡོད་པ་རེད།
（གནམ་ཕྱུག་རྒྱལ་གྱིས་བསྒྱུར།པ་ཕན་དང་གནམ་ཕྱུག་རྒྱལ་་་་
གྱིས་ཞུས）

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད) “དོ་དམ་གྱི་གྲོན་་་་་་་
དངུལ་དང་བྱ་དགའི་དངུལ་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི”བྱས་
འབྲས་བརྩི་སྟངས་གསར་པ་དེས་ཚབ་སྐྲུན་ཚན་་་་་་་
པའི་ཧུར་སེམས་སྐུལ་སློང་ཐུབ་སྟེ།རྣམ་གྲངས་དོ་་་
དམ་དེ་ཉིད་ཚད་ལྡན་དང་།མ་འཇོགསྤུས་ཚད།
ལས་ཕྱོད།སྲིད་གཙང་བཅས་ཕྱོགས་ལྔ་ནས་་་་་་་་་་་་
མངོན་གསལ་དོད་པོས་ལེགས་སུ་ཕྱིན་ཡོད།
དེ་བས་འགྲན་སློང་ཆེ་བ་ཞིག་ནི་ཡུས་ལུང་་་་་
མགྲོན་ཁང་གི་སྨི་ངོས་གྲུ་4500ལྷག་ཙམ་ཡོད་པའི་་
ཁྲིམས་འགལ་གྱི་སྐྲུན་དངོས་དེ་ཡིན་ཞིང་།“དཀའ་
གནད”དེ་སེལ་ཆེད།ལྷོ་ཁ་གྲོང་ཁྱེར་སྡོད་ཁང་་་་་་་་
དང་གྲོང་ཁྱེར་གྲོང་གསེབ་འཛུགས་སྐྲུན་ཅུས་ཀྱིས་་་་
སྣེ་ཁྲིད་དེ་ཏང་ཡོན་རྐང་འཛིན་གྱི་ཆེད་སྒྲུབ་ཚོགས་་
ཆུང་བཙུགས་པ་དང“མི་སྣ་དང་ལག་རྩལ་ཟུང་དུ་་་
འབྲེལ་བའི”བརྒྱུད་རིམ་ཧྲིལ་པོའི་ལྟ་འདོམས་མ་་་་་
ལག་གསར་གཏོད་བྱས་ནས།ཉིན་མཚན་བལྟོས་་་་་
མེད་ངང་འབད་འཐབ་ཉིན་44བྱས་མཐར།ཁང་་་
པ་དེ་ཉིད་བདེ་འཇགས་ངང་བཤིག་སྟེ་རང་སྐྲུན་་་་་་
སྡོད་ཁང་གི་མངོན་མེད་རྐྱེན་ངན་བཅོས་སྒྲིག་་་་་་་་་་་
100%ཐུབ་ཡོད་པ་རེད།
དེའི་རྒྱབ་ལྗོངས་ནི“བདེ་འཇགས་ཐོན་སྐྱེད་་
ལམ་ལུགས”དང“ལྟ་འདོམས་ནན་པོའི་ལམ་་་་་་་་་་་་
ལུགས”དོན་འཁྱོལ་ནན་པོ་བྱས་པ་དེ་ཡིན།2025
ལོར་ལྷོ་ཁ་གྲོང་ཁྱེར་སྡོད་ཁང་དང་གྲོང་ཁྱེར་གྲོང་་་་་
གསེབ་འཛུགས་སྐྲུན་ཅུས་ཀྱིས་ལོ་ཧྲིལ་པོར་ཁྲིམས་་་་
འགལ་སྒྲིག་འགལ་གྱི་གྱོད་གཞི་176ཞིབ་བཤེར་་་་་་་
ཐག་གཅོད་བྱས་པ་དང་།སྲིད་འཛིན་གྱི་ཆད་པ་་་་་
སྒོར་ཁྲི་527.28བཅད་པ།ཁེ་ལས་332ཀྱི་ཡིད་་་་་་
རྟོན་སྐར་གྲངས་12848འཐེན་པ།ཁེ་ལས་258
ཀྱི་ཡིད་རྟོན་Dརིམ་པར་ཕབ་པ་དང་འབྲེལ།འོས་་་
སྐུལ་འོས་དཔོད་བྱ་རྒྱུར་ཚོད་འཛིན་བྱས་པས།
ཁྲོམ་རའི་ཁོར་ཡུག་གཙང་སེལ་ནུས་ལྡན་ཐུབ་པ་་་་་་
དང་ཁེ་ལས་ཀྱི་ཁྲིམས་སྲུང་འདུ་ཤེས་དང་སྤུས་ཚད་་
བདེ་འཇགས་ཀྱི་རང་རྟོགས་རང་བཞིན་མངོན་་་་་་་་
གསལ་དོད་པོས་ཆེ་རུ་ཕྱིན་ཡོད་པ་རེད།“ཐར་་་་་་་
པར་གཏན་ནས་མི་གཏོང་བར”བརྟེན་ནས་ལས་་་་་
རིགས་ཀྱི“སྲོག་རྩ”སྲུང་སྐྱོང་བྱས་པས།ལོ་ཧྲིལ་་་་་་
པོར་བདེ་འཇགས་ཐོན་སྐྱེད་ཐད“ལས་འཛོལ་་་་་་་་་་
གཏན་ནས་མི་ཐོན་པ་དང་ལས་འཛོལ་ཐོན་ཚད་་་་་་
དང་ལས་མི་ཤི་ཚད་གཉིས་ཀ་ཆག་ཐུབ་པ”བྱུང་བ་་
རེད།
སྡོད་ཁང་འགན་སྲུང་ནི་ཁྱིམ་ཚང་ཁྲི་སྟོང་་་་་་
མང་པོ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད།ལྷོ་ཁ་གྲོང་ཁྱེར་སྡོད་་་་་
ཁང་དང་གྲོང་ཁྱེར་གྲོང་གསེབ་འཛུགས་སྐྲུན་ཅུས་་་་
ཀྱིས་གསར་སྐྲུན་དང་གཞན་སྒྱུར་ཕྱོགས་གཉིས་་་་་་་་
ནས་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་་་་་་་་
ནས། 2025ལོར་བོགས་གཏོང་གཞུང་ཁང་1400
ལྷག་ཙམ་བསྐྲུན་པ་དང་སྡོད་ཁང་900ལྷག་ཙམ་་་་་་
གསར་དུ་སྐྲུན་འགོ་ཚུགས་པ་མ་ཟད།ལྗོངས་་་་་་་་་་་
ཡོངས་སུ“གསོག་འབོར་ཚོང་སྒྱུར་ཁང་པ་འགན་་་་་
ལེན་རང་བཞིན་གྱི་སྡོད་ཁང་དུ་སྒྱུར་བའི”རྣམ་པ་་་
གསར་པ་སྔོན་ལ་འཚོལ་ཞིབ་བྱས་ཡོད།མིག་སྔར་་་
ཁག་དང་པོའི་གསོག་འབོར་ཁང་པ་50ཉོ་སྒྲུབ་ཀྱི་་་་
གྲོས་མཐུན་བཞག་པ་དང་འབྲེལ།སྒུག་སྡོད་མཛོད་
ཁང་མགྱོགས་མྱུར་བསྐྲུན་ནས་འགན་ལེན་མ་ལག་་་་
དེ་བས་གནད་སྨིན་སྣ་མང་ཡོང་བར་བྱས་ཡོད།

ལྷོ་ཁ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ས་བབ་སྨི་4000ལྷག་ཙམ་
ཡོད་པའི་ཤང་དང་གྲོང་རྡལ་དུ་ལས་བྱེད་ལས་་་་་་་་་་
བཟོར་གསོ་རླུང་མཁོ་འདོན་བྱེད་པའི་ཕུགས་་་་་་་་་་་་
འདུན་དེ་རིམ་བཞིན་མངོན་འགྱུར་བྱུང་བཞིན་་་་་་་་
ཡོད།ས་བབ་མཐོ་བའི་ཤང་དང་གྲོང་རྡལ་16ལ་་་་
གསོ་རླུང་མཁོ་འདོན་ཐུབ་སྟེ་གསར་གཏོད་རྣམ་་་་་་་
པར་བརྟེན་ནས་བསྐྲུན་པའི་ལས་བྱེད་ལས་བཟོའི་་་་
གསོ་རླུང་མཁོ་འདོན་ལས་གྲྭའི་མྱུར་ཚད་97%ཟིན་
གྱི་ཡོད།དེ་དང་ཆབས་ཅིགཤང་དང་གྲོང་རྡལ་་་་
34ལ་དྲོད་རླངས་མཁོ་འདོན་སྒྲིག་ཆས་བསྒར་བས་་
དགུན་དུས་གྲང་ངར་ཆེན་པོ་དེ་ཙམ་མེད་པ་སོགས་་
དངོས་སྒྲུབ་ཀྱི་བྱེད་ཐབས་དེ་དག་གིས་དཀའ་གནད་་
སེལ་ཡོད་ལ།མི་སེམས་ལའང་དྲོ་སྐྱིད་སྦྱིན་ཡོད།
གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་རྒྱུན་་
མཐུད་ལེགས་སུ་སོང་བ།ལྷོ་ཁ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་རྫོང་་་་་
གྲོང་དང་དེ་བཞིན་གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་རྡལ་གྱི་འཚོ་་
བའི་བཙོག་ཆུ་གཙང་བསིང་བྱེད་ཚད་81.5%ཟིན་
པ་དང་། འཚོ་བའི་གད་སྙིགས་གནོད་མེད་བསྐྱར་་་
སྤྱོད་བྱེད་ཚད་99.85%ཟིན་པ།ཨར་སྐྲུན་གད་་་་་
སྙིགས་གནོད་མེད་བསྐྱར་སྤྱོད་བྱེད་ཚད་ཆེ་རུ་་་་་་་་་་་
ཤུགས་ཆེན་ཕྱིན་པ་བཅས་རེད།སྡོད་ཁང་་་་་་་་་་་་་་
འཛུགས་སྐྲུན་ཁྱབ་ཁོངས་སུ་ད་དུང་ལས་མི་སྤྱོད་་་་་་
པའི་བསྡུར་ཚད་ཀྱི་བླང་བྱ་དོན་འཁྱོལ་བྱས་པ་་་་་་་་་་
བརྒྱུད། ཞིང་འབྲོག་པ་ཁྲི་1.39ལས་ཞུགས་གཞན་་
སྒྱུར་བྱ་རྒྱུར་སྐུལ་ཁྲིད་ཐུབ་ནས་འབབ་འཕར་སྒོར་་་
དུང་ཕྱུར་2.56བྱུང་སྟེ།དམིགས་ཚད་ལས་འགན་་
ཚད་བརྒལ་ངང་ལེགས་གྲུབ་བྱུང་ཡོད།
ཕན་ནུས་ཆེ་རུ་གཏོང་རྒྱུ་དེ་ལག་བསྟར་ལ་་་་་་་་
ཐུག་ཡོད།ལྷོ་ཁ་གྲོང་ཁྱེར་སྡོད་ཁང་དང་གྲོང་ཁྱེར་་
གྲོང་གསེབ་འཛུགས་སྐྲུན་ཅུས་ཀྱིས“དུས་བཀག་་་་་་་་
སྒྲུབ་གཉེར་ལམ་ལུགས”བཟོས་ནས།ཚོགས་འདུའི་་་
ཐོག་ཐབས་ཇུས་འགོད་པ་དང་།འགོ་ཁྲིད་ཀྱིས་སྒྲུབ་
རྒྱུར་རྩིས་སྤྲོད་པ།དག་ཐེར་ལྟ་སྐུལ་སྒྲུབ་གཉེར་་་་་་་་་
སོགས་དོན་ཚན་རིགས་བཞིར་དུས་བཀག་ཁ་གསལ་་་
བཟོས་ཏེ།“གཟའ་འཁོར་རེར་གསལ་ཐོ་རེ་དང་།
གཟའ་འཁོར་རེར་བཀོད་གཏོང་རེ།གཟའ་འཁོར་་་་
རེར་བརྡ་ཁྱབ་རེ”བཅས་ལག་བསྟར་བྱས་པས།
ལས་ཁུངས་ཀྱི་འཁོར་རྒྱུག་ལས་ཕྱོད་མངོན་གསལ་་་་་་་
དོད་པོས་ཆེ་རུ་ཕྱིན་ཡོད།
མ་ལག་རང་བཞིན་གྱི་ལམ་ལུགས་མང་པོ་་་་་་
བཟོས་ཏེ་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འཆིང་རྒྱ་ལས་སྒྲོལ་བ་ནས་་
ཞིབ་ཚགས་ཅན་གྱི“ཕར་ཆིན”བརྒྱབ་སྟེ་གྲོང་ཁྱེར་་་
མཛེས་སུ་གཏོང་བའི་བར་དང་།མང་ཚོགས་ཀྱི
“བདེ་སྡོད་ཕུགས་འདུན”ནུས་ཤུགས་ཡོད་རྒུས་་་་་་་
དོན་གཉེར་བྱེད་པ་ནས་གྲོང་ཁྱེར་གྲོང་གསེབ་སྤྱི་་་་་་
འདོམས་ཀྱིས“མཉམ་འདྲེས་རྣམ་པ”གཏོད་པའི་་་་་
བར། 2025ལོར་ལྷོ་ཁ་གྲོང་ཁྱེར་སྡོད་ཁང་དང་་་་་་་་
གྲོང་ཁྱེར་གྲོང་གསེབ་འཛུགས་སྐྲུན་ཅུས་ཀྱིས་དངོས་་
སྒྲུབ་གསར་གཏོད་ཀྱི་བྱེད་ཐབས་རབ་དང་རིམ་པར་
བརྟེན་ནས་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་སྐར་་་་
གྲངས་མཐོ་བའི་རྒྱུགས་ལན་ཞིག་ཕུལ་ཡོད།རྒྱང་་་་
ལམ་གསར་པར་དཔུང་ཁག་དེས་སྒྱུར་བཅོས་ཀྱི་བློ་་་
སྟོབས་དང་།གསར་གཏོད་ཀྱི་བློ་གྲོས།དམངས་་་་
ཆེད་ཀྱི་ཐོག་མའི་བསམ་འདུན་བཅས་ལ་བརྟེན་་་་་་་
ནས་དེ་བས་བདེ་སྐྱིད་དང་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་ལྷོ་་
ཁའི་འབྱུང་འགྱུར་ཧུར་ཐག་གཏོད་བཞིན་ཡོད།

དོ་དམ་དང་བཅོས་སྐྱོང་ཞིབ་ཚགས་བྱས་ནས་གྲོང་ཁྱེར་
གྱི་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་རྣམ་པ་བཏོད་པ།

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)
ཀརྨ་ཚེ་བརྟན་གྱིས་ཇ་ར་དང་ཤིང་འབྲས་ར་བ་དང་།འདེབས་
འཛུགས་རྟེན་གཞི།མངོན་མིན་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་གི་བཟོ་ཁང་་་་
བཅས་སུ་ཕེབས་ཏེ།ས་གནས་དེ་གའི་མང་ཚོགས་དང་མཉམ་དུ་་་་་་་་་་
བཞུགས་ནས་ཐོན་སྐྱེད་སྐོར་སྐད་ཆ་འདྲི་བ་དང་།ཐོན་རྫས་ལ་ལྟ་བ།
ཁྲོམ་རའི་སྐོར་གླེང་བ་བཅས་བརྒྱུད།ཐོན་ལས་ཀྱིས་འབབ་འཕར་ལ་་་
སྐུལ་ཁྲིད་བྱས་ཚུལ་མཁྱེན་རྟོགས་ཞིབ་ཕྲ་གནང་བ་རེད།ཁོང་གིས་་་་་་
འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཚན་གྱིས་ནུས་ལྡན་ཁྲོམ་ར་དང་ནུས་ཆེའི་སྲིད་གཞུང་་་་་
དབར་གྱི་འབྲེལ་བར་སྤྱི་འདོམས་ཡག་པོ་བྱེད་པ་དང་།རང་ངོས་ཀྱི་་་་
ལེགས་ཆར་གཞི་ཚུགས་ཏེ་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་སྒོ་ནས་ཐོན་ལས་་
འཕེལ་རྒྱས་ལ་ཇུས་འགོད་བྱེད་པ།ཐོན་ཁུངས་ཀྱི་རྒྱུ་རྐྱེན་གཙོ་བོ་དང་
སྲིད་ཇུས་བྱེད་ཐབས་ཁྱད་ལྡན་ཐོན་ལས་ཕྱོགས་སུ་གཅིག་ཏུ་འདུ་བར་་
སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ།གྲོང་གསེབ་ཀྱི་དམངས་ཕྱུག་ཐོན་ལས་ནུས་་་་་་་
ཤུགས་ཡོད་རྒུས་སྐྱེད་སྲིང་དང་སྟོབས་ཆེར་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ནས།
ཐོན་ལས་ཀྱི་གནས་ཐང་འཕར་བ་དང་།ཁེ་ལས་ཀྱི་ལས་ཕྱོད་ཆེ་རུ་་་་་་་
འགྲོ་བ།མང་ཚོགས་ཀྱི་ཡོང་འབབ་འཕར་བ་བཅས་ལ་དེ་བས་ལེགས་་

པའི་སྒོ་ནས་སྐུལ་འདེད་གཏོང་དགོས་པའི་བླང་བྱ་བཏོན་གནང་བ་་་་་་
དང་། ཁོང་གིས་ཁེ་ལས་གཉེར་སྐྱོང་བར་སྤུས་ཚད་ཨང་དང་པོར་་་་་་་་་
འཇོག་པ་མཐའ་འཁྱོངས་ཀྱིས་ཚན་རྩལ་གྱིས་མཐུན་རྐྱེན་སྦྱར་ནས།
ཐོན་རྫས་སྤུས་ལེགས་བཟོ་བ་དང་།སྤུས་རྟགས་སྟོབས་ཆེར་གཏོང་བ།
ཁྲོམ་ར་ཆེན་པོ་གཏོད་པ་བཅས་བྱེད་དགོས།ཞིང་པར་འབྲེལ་གཏུག་་་
དང་སྐུལ་ཁྲིད་བྱེད་པའི་ཁེ་ཕན་གཅིག་ཏུ་སྦྲེལ་བའི་ལམ་སྲོལ་འཐུས་སྒོ་
ཚང་དུ་བཏང་ནས།ཞིང་འབྲོག་པར་ཐོན་ལས་ཀྱི་གནས་ཐང་འཕར་་་
བའི་ཕན་པ་དེ་བས་མང་བ་ལོངས་སུ་སྤྱོད་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས་པའི་་་་་་་་
མངགས་བྱ་གནང་བ་རེད།ཁོང་གིས་ས་གནས་དེ་གའི་མང་ཚོགས་་་་་་
ཀྱིས་ཕན་པ་གང་ནས་བྱུང་མིན་གསལ་པོ་ཤེས་པ་བྱས་ཏེ་ཏང་གི་་་་་་་་་་་་
བཀའ་ལ་ཉན་པ་དང་། ཏང་གི་བཀའ་དྲིན་ཚོར་བ།ཏང་གི་རྗེས་སུ་་་
འབྲང་བ་བཅས་བློ་བརྟན་འགྱུར་མེད་ངང་བྱེད་པ་དང་།ཁྱད་ལྡན་་་་་
ཐོན་ལས་ཀྱི་འཁོར་འབྲེལ་ལ་རང་འགུལ་ངང་ཞུགས་པ།ལས་ལ་་་་་་་་་་
བརྩོན་པའི་ལག་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་བས་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་་་་་་
འཚོ་བ་གཏོད་པ་བཅས་བྱས་ཏེ།བླ་ན་མེད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ས་ཆ་་་་་་་
སྲུང་མཁན་དང་བདེ་སྐྱིད་ལྡན་པའི་ཁྱིམ་གཞིས་སྐྲུན་མཁན་ཡག་པོ་་་་་་

ཞིག་བྱེད་དགོས་པའི་ལྕག་སྐུལ་གནང་བ་རེད།
ཀརྨ་ཚེ་བརྟན་བོད་ལྗོངས་ཞིང་འབྲོག་སློབ་ཆེན་དུ་ཕེབས་ནས་་་
དགེ་སློབ་ཚོ་དང་སྤེལ་རེས་གཏིང་ཟབ་གནང་ཞིང་།ཁོང་གིས་གྲོང་་་་་
གསེབ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་ཞིང་ལས་ལ་མདུན་ལམ་ཧ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད་པས།
ལས་ཞུགས་ཕྱོགས་སྟོན་དུ་འཛིན་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་ཀྱིས་ཆེད་ལས་་་་་་་
གསར་འཛུགས་དེ་ཐོན་ལས་འཕེལ་རྒྱས་དང་ཁྲོམ་རའི་དགོས་མཁོ་་་་་་་
དང་འཚམ་མཐུན་ཡོང་བར་སྣང་ཆེན་བྱེད་པ་དང་།ཞིང་ལས་ཚན་་་་་
རྩལ་གསར་གཏོད་དང་གྲུབ་འབྲས་གཞན་སྒྱུར་བཀོལ་སྤྱོད་ལ་ཤུགས་་་་
སྣོན་བརྒྱབ་ནས་ཞིང་ལས་ཤེས་པ་དང་ཞིང་པར་དགའ་བའི་ཆེད་ལས་་
ཤེས་ལྡན་མི་སྣ་དེ་བས་མང་བ་གསོ་སྐྱོང་ཧུར་ཐག་བྱེད་དགོས་ཞེས་་་་་་་་
གསུངས་པ་རེད།
བརྟག་ཞིབ་གནང་རིང་།ཀརྨ་ཚེ་བརྟན་གྱིས་ཆུ་བོ་དང་ནགས་་
ཚལ་ལ་སྐོར་ཞིབ་བྱེད་པའི་ལས་དོན་སྤེལ་བ་དང་འཕྲལ་སྡོམ་རོགས་་་་་
སྐྱོབ་ཀྱི་དཔུང་ཁག་འཛུགས་སྐྱོང་བྱས་ཚུལ་གྱི་ངོ་སྤྲོད་གསན་ཞིང་།
ཁོང་གིས་ཚང་མའི་འགན་འཁྲི་ནན་དུ་གཏོང་བ་དང་།བདེ་འཇགས་་
ཐོན་སྐྱེད་ལ་ཤུགས་སྣོན་བརྒྱབ་ནས།མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཚེ་་་་་་
སྲོག་དང་རྒྱུ་ནོར་གྱི་བདེ་འཇགས་ལ་ནུས་ཤུགས་ཡོད་རྒུས་སྲུང་སྐྱོང་་་་་
བྱེད་དགོས་པའི་ནན་བཤད་གནང་བ་རེད།
(བསྟན་འཛིན་གྱིས་བསྒྱུར།བསྟན་འཛིན་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་ཞུས)

ཀརྨ་ཚེ་བརྟན་གྱིས་ཉིང་ཁྲི་གྲོང་ཁྱེར་དང་ཆབ་མདོ་གྲོང་ཁྱེར་དུ་བརྟག་ཞིབ་གནང་བ།

པར་རིས་གསར་འགྱུར།
← ཉེ་ཆར།ཀྲུང་གོ
（ཧྲོའུ་ཀོང）རྒྱལ་སྤྱིའི་སྔོ་ཚལ་་་་
ཚན་རྩལ་འགྲེམས་ཚོགས་་་་་་་་་་
སྐབས་ཉེར་བདུན་པའི་བཀོད་་
སྒྲིག་ལས་དོན་མཇུག་འགྲིལ་་་་་་
བའི་དུས་མཚམས་སུ་སླེབས་པ་
དང་། འགྲེམས་སྟོན་ལ་སྤྱོད་་་་་
པའི་དྲོད་ཁང་ཆེ་མོའི་སྒྲིག་་་་་་་་
བཀོད་ཁག་སྙོམས་སྒྲིག་ཚོད་ལྟ་
བྱས་ཟིན་པ་དང་འགྲེམས་སྟོན་
བྱེད་རྩིས་ཡོད་པའི་སྔོ་ཚལ་་་་་་་་
རིགས་2600ལྷག་ཙམ་གྱི་སྐྱེ་་་་་
འཚར་ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད།
སྐབས་འདིའི་སྔོ་ཚལ་འགྲེམས་་
ཚོགས་ཟླ་4ཚེས་20ཉིན་ནས་་་་
ཟླ་5ཚེས་30ཉིན་བར་ཧྲན་་་་་་་་
ཏུང་ཞིང་ཆེན་ཝུའེ་ཧྥང་གྲོང་་་་་
ཁྱེར་ཧྲོའུ་ཀོང་གྲོང་ཁྱེར་སྔོ་་་་་་་་
ཚལ་ཚན་རྩལ་དཔེ་སྟོན་གླིང་་་་་
དུ་འཚོག་རྒྱུ་ཡིན་པ་རེད།
འདི་ནི་ལས་དོན་མི་་་་་་་་
སྣས་འགྲེམས་སྟོན་བྱེད་པའི་སྔོ་
ཚལ་ལ་བདག་སྐྱོང་བྱེད་བཞིན་
པ།

→ སི་ཁྲོན་ཞིང་ཆེན་སུའེ་ཉིང་་་་་་་་
གྲོང་ཁྱེར་ཕེང་ཤིས་རྫོང་ཧུང་ཅང་གྲོང་་་་་་་་་
རྡལ་གྱིས“སྒོ་རའི་དོན་གྲོས་ཁང”ལ་བརྟེན་་
ནས་མང་ཚོགས་གཞི་རིམ་བཅོས་སྐྱོང་ལ་་་་་
ཞུགས་པའི་སྤྲོ་སེམས་འཕེལ་བར་བྱས་པ་་་་་
དང་། ལམ་སྒྲོན་འཛུགས་པ་དང་གད་་་་་་་་་
སྙིགས་དབོར་འདྲེན་སོགས་མང་ཚོགས་ཀྱི་་
འཕྲལ་མཁོ་དང་།དཀའ་ངལ།སེམས་་་་་་
ཁྲལ། རེ་སྒུག་བཅས་ལ་དམིགས་ཏེ་མང་་་་་
ཚོགས་རྣམས་དམངས་འཚོའི་གནད་དོན་་་
ལ་གྲོས་བསྡུར་དང་།གཏན་འཁེལ།
གདེང་འཇོག་བཅས་བྱེད་པའི་ནང་ཞུགས་་
རྒྱུར་སྐུལ་ལྕག་བྱས་ཤིང་།འདི་ནི་ཧུང་་་་་་་་
ཅང་གྲོང་རྡལ་ཧུང་ཅང་སྡེ་ཁུལ་དུ་འཚོགས་
པའི་དོན་གྲོས་ཚོགས་འདུར་ཡུལ་མི་ཚོས་་་་་
ལམ་སྒྲོན་འཛུགས་པའི་གྲོས་གཞིའི་ཐད་་་་་་
ལག་པ་བརྐྱངས་ནས་བརྡས་ཐག་གཅོད་་་་་་
བཞིན་པ།