

ཕྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྐོར་གྱི་བློ་སྤྲོད་ཀྱི་ལམ་གྱི་ཐོན་ཕྱིན་གྱི་འཛིན་པ་

བརྩོམས་འགྲུབ་ལྗོངས་ཀྱི་ཕྱི་རྒྱུ་162.29ཟེན་པ།

(བར་རྒྱ་དང་ཕྱ་ལྷན་)

མ་དངུལ་འགན་སྲུང་ཕྱིན་གྲགས་ཆེ་རུ་བཏང་ཞིང་།
 རྟོན་དུ་སྒྲིལ་པའི་ཁྲི་མཁུ་ཡང་དབང་གི་སྟོན་ཆེས་ནང་
 རྟུན་དང་། རང་སྟུང་སྟོང་ས་གྱི་སྟོན་ཆེས་ནང་རྟུན་། ཏུམ་
 ཡུན་ཆེས་ཤིང་པའི་དཔྱིག་ས་བསལ་རྒྱལ་བུན་སྟོགས་གྱི་མ་
 དངུལ་བཟོས་མཁོར་དུང་ལྷུར་34.65ནྟོན་འཁྲུལ་བྱས་པ་དེ་
 ལ་ནིང་གི་ཏུམ་མཆུང་ས་ལས་སྟོར་དུང་ལྷུར་7.25འཕར་
 ཡོད། གང་ཁྲིར་འེམ་པས་ད་དུང་ཕྱིན་གཞུང་གི་མ་འོང་ག་
 རྩམ་གང་ས་ལ་མཉམ་གསལ་སྤུར་ཆོད་སྟོར་ཕྱིན་པའི་ལམ་སྟེལ་
 ཡང་བཅུགས་ཤིང་། རྟོན་དུ་འེམ་ཆེས་བྱས་ན་རྩམ་
 གང་ས་55ལ་ཆོད་སྟོར་བྱས་པ་དང་མ་དངུལ་སྟོར་དུང་ལྷུར་
 0.74ཞིབ་པའི་རྒྱང་འཕྲིམ་བྱས་ཡོད།

ཐོན་ལས་དང་པོའི་འབོལ་ཚུལ་ཡག་པོ་བྱུང་བ་དང་.....
 ཐོན་རྒྱལ་རིག་ཐང་དུས་མཆོངས་ལས་12.1%འཕར་ཏེ་.....
 ཐོང་རལ་ཡོང་མཁུ་ཨང་གཉིས་པར་སྒྲིབ་ཡོད། སྒྲོན་དུ་.....
 རྒྱལ་གསལ་མགོ་གང་མཁུ་42.26འཕར་བཅང་བ་དང་།
 ཤ་དང་། སྒྲིང་། འོ་པ་བཅས་ཀྱི་ཐོན་ཆོད་དུ་ཁྱི་4.3ཐོན་.....
 བ་དེ་དུས་མཆོངས་ལས་9%འཕར་ཡོད། འབྲུ་རིགས་.....
 འདེབས་ཁྱོར་སྒྲུབ་ཁྱི་39.2ཐོན་པར་སྒྲོན་དཔག་བྱས་ན་.....
 ཐོན་འབབ་བསྐྱེམས་འཕོར་དུ་ཁྱི་17.5ཐོན་རྒྱུ་རེ།
 ཐོན་ལས་གཉིས་པར་སྒྲིང་གསལ་བྱུང་ཚུལ་ཡག་སྒྲུབ་ཀྱིན་

ཡ་དང་ཐོན་རྫས་རིག་མཉམ་དུས་མཚུངས་ལས་7%འཕར་
 ཡོད། གཤིས་ཁྱོན་ཡན་གྱི་བརྩོམས་ཀྱི་འཕར་མང་སྒྲིབ་དུང་
 བྷུར་'17.27%ལགས་ཟུབ་ཟླ་ནས་0.2%འཕར་ཡོད། དེའི
 བར་བརྩོས་ཁྱབ་ལས་རིགས་ཀྱིས་སྔོན་དུང་བྷུར་7.81%ལགས་
 ཟུབ་ཟུབ་པ་དེ་དུས་མཚུངས་ལས་23.7%འཕར་བ་དང་།
 རྫོག་གྲགས་དང་། ཆོ་གྲགས། འཕར་ཁྲམས་བཅས་དང་དེ་
 བཞིན་ཆུའི་ཐོན་སྐྱེད་དང་མགོ་སྐྱོད་ལས་རིགས་ཀྱིས་སྔོན་
 དུང་བྷུར་3.6%ལགས་ཟུབ་ཟུབ་པ་དེ་དུས་མཚུངས་ལས་
 8.6%འཕར་བ། ཨར་སྐྱབ་ལས་རིགས་ཀྱི་ཐོན་རྫས་རིག་
 མཉམ་དུང་བྷུར་52.82%ལགས་ཟུབ་ཟུབ་པ་དེ་དུས་
 མཚུངས་ལས་13.1%འཕར་ནས་འཕར་ཆད་སྒྲིབ་ཡོད་པ་
 ཀྱི་ཨང་དང་ཙོར་སླེབས་ཡོད། སྔ་རྒྱུད་དུ་སྒྲིབ་སྐྱོང་ཁྲིམ་
 ཀྱིས་གཤིས་ཁྱོན་ཡན་གྱི་ཁེ་ལས་8399ཡིང་ཟུབ་པས། གཤི་
 ཁྱོན་ཡན་གྱི་ཁེ་ལས་ཁྱོན་46ཟླ་ཡོད་པ་རེད།

ཐོན་ལས་གསལ་པ་འབེལ་རྒྱུ་བརྟན་པ་ཕྱིན་པ་.....
 དང་ཐོན་རྫས་འོག་ཐང་དུ་མ་ཚུངས་པ་ལས་6.9%འཕར་པ་
 དེ་ཡང་སྡོངས་ཡོངས་ཀྱི་ཨང་དང་པོར་སླེབས་ཡོད། ལྷོ་.....
 ཆོག་གསལ་འཛད་རྫས་སེལ་ཆོང་བསྟོན་མ་འཕོར་སྟེ་དུང་ལྷུར་
 40.05ཡིག་སྐབས་བྱས་པ་ལ་དེ་དུ་མ་ཚུངས་པ་ལས་5%
 འཕར་ནས་འཕར་ཆོང་སྡོངས་ཡོངས་ཀྱི་ཨང་དང་པོར་.....
 སླེབས་ཡོད། རྒྱུ་རྩེད་གསལ་པ་ལ་བཟེབས་དང་ཁྱབ་ཁོངས་

ཡང་སུ་ཤིང་མཁའ་ལ་ཕན་འདོད་ལྷན་སྒྲིལ་བྱེད་སྐབས་ཀྱི་ཁྱེད་སྐུལ་གྱིང་
 མྱོ་རབ་དང་མེ་པ་བརྒྱད་མ་དུལ་མྱོ་ཁྱིེ་5660བཟང་.....
 ཉན་མྱོ་དྲུང་ལྷན་3.05འདོད་ལྷན་གྱིང་པ་ར་ཐད་ཀར་.....
 སྐུལ་ཁྱིང་བྱས་ཡོད། ལམ་འདྲུལ་སྐུལ་འདྲེད་ལས་འགན་
 དང་། ལམ་ཚོང་ལས་འགན། ལམ་འདྲུལ་ཁོངས་ཀྱི་ལས་འགན་
 ལས། ཚན་ཞིབ་ལས་ཚུལ་ཞབས་ཞུའི་ལས་འགན་སྟགས་.....
 དམིགས་ཚད་ཁག་གི་འཕར་ཚད་ལྷན་སྐྱོང་ས་ཡོངས་ཀྱི་མང་
 དང་པོ་རྒྱུ་བས་ཡོད།

འཕྲོད་རྒྱུ་ལོན་པའི་ཁྲི་ལྔ་ལ་གསོ་དང་། ལྷན་
བཅས། ལྷན་གསལ་འགན་བཅོམ་སྒོམ་གྱི་བྱུང་ཁོངས་ལ་
སྤུལ་འདེད་བརྟན་པོ་བཀར་ཡོད། ཁོང་འཕྲིག་ལྷན་གྱི་སྤྱབ་
ཡོན་མི་དགོས་པའི་སྤུལ་བྱུགས་གོང་མི་སྤྱབ་གསོའི་སྤུལ་
མའི་ཆ་སྒྲིམས་འཕྲོ་ཤོར་སྤྱོད་380ནས་སྤྱོད་1000པར་
མཐོ་རུ་བཀར་བ་དང་། ཁྲུང་ཁྲེན་དང་ཁྲུང་གསེབ་གྱི་ཡུལ་
མི་ཁྱི་23.83ལ་གཟུགས་པོ་བརྟན་དཔུང་བྱས་པ་དང་
བརྟན་དཔུང་བྱིད་ཚད་89.63%ཟིན་ནས་སྤོངས་ཡོངས་
ཀྱི་ཤང་དང་པོར་སླེབས་པ། འགན་བཅོམ་ལག་ནང་བྱུགས་
མཁན་མི་ཐོངས་ཁྱི་35.92ཟིན་པའི་ཁྲིམས་གརྟན་འཁེལ་
བའི་མི་སྤྱོད་སྤངས་གཞི་རྒྱུད་ཆ་ནས་འགན་བཅོམ་ནང་
བྱུགས་སྤུལ་པ་བྱུང་ཡོད། (བསྟན་བཟང་གིས་བསྐྱར།
བདེ་སྐྱིད་དང་བསྟན་བཟང་གིས་ཞུས།)

[illegible]

(པར་རིམ་དང་པོ་མཐུན་)

[illegible]

གཤོགས་ལས་ཁུངས་ལས་དོན་ལྷན་ཁྲུན་གྱི་ཁྱུང་ཆེན་ཉི་ཤུ་ཁྲུན་
 ལྷན་ཆེན་འཛིན་མས་ཀྱིས་ཆོག་མཐོག་སྟེང་དག་པའི་ཁྱིད་
 དོན་ལས་རྩིས་སྒྲུབ་འཕྲུགས་པ་དང་ལག་བསྟར་བྱེད་
 དགོས་པའི་འོག་བཤད་སྐར་ཡང་བྱས་ཡོད། ང་ཆོའི་ལས་
 ཁུངས་ཀྱི་ཏང་འཕྲུགས་སྤྱི་ལས་དོན་རྒྱུས་ནས་བརྒྱུན་
 ལག་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་ལས་ཀ་བྱས་ནས་མི་དམངས་ལ་
 བཅེས་ཀྱིད་བསྟན་བྱུང་ཅིང་། ང་ལྟོ་ཚུ་དྲུ་སྤྱོད་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་ཏང་
 ལྷན་ལས་ཐོག་ཏང་ཡོན་3000ལྟ་ཅིས་སྟེང་འཕྲུགས་བྱས་
 བས་ཀྱི་ལུས་དང་ཤོང་སྤྱོད་ཀྱི་འཐབས་དང་པོར་བརྒྱུན་དེ་
 མང་ཆོག་གསུམ་འབྲེལ་མཐོང་དང་། ད་ཀ་འང་ལ། མེས་མ་
 གྲལ། རྩམས་པའི་ཀྱི་གནད་དོན་བརྒྱུ་ཅིས་ཐག་ཆོད་
 བྱས་པ་དང་། ད་ཀ་འང་ལ་ཡོད་པའི་ཏང་ཡོན་ལ་བྱུན་ཆུས་
 ཅན་གྱི་འཛིན་མས་འདྲི་དང་མེས་མ་ཁུངས་བྱས་དེ་མང་ཆོག་གསུམ་
 ལྱི་ཆོ་རྒྱུ་འདྲེལ་འདྲེལ་ཁུངས་ཀྱིས་ཡོད། ཐོས་སྒྲུབ་སྟེང་
 མཐར་། ཏང་ཡོན་འཐབས་དང་པོར་བརྒྱུན་པའི་ལས་ཀ་ཀྱི་
 ལས་ཀྱི་ལ་བྱུན་མཐུད་ལེགས་སྒྲུབ་དང་སྟེ་རྩོད་ཐོབ་དཔེ་
 མཆོད་ཀྱི་དཔེ་རྩོད་སྟེ་ཁྱེད་ཀྱི་ཏང་ལས་པ་ལག་ལོ་འདོན་པ་དང་།
 ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་ཡོངས་ཀྱི་པོའི་གཏོན་དང་
 མཉམ་པའི་ཡིག་ཆའི་ཁྱེད་ནས་གཞི་རྒྱུ་འཐབས་དང་
 པོར་བརྒྱུན་པར་ཁྱེད་རྩོད་བྱས་དེ་མང་ཆོག་གསུམ་ལྟེ་
 མཐོང་ལག་ཐོབ་ཐབས་པའི་ཕན་འབྲས་དངོས་ལ་བརྟེན་ནས་

ཡང་དག་པའི་མིང་དོན་ལས་རྗེས་ལྟ་བུ་འདྲེགས་པ་དང་.....
ལག་བརྟར་བྱེད་པའི་ཕན་འབྲས་ལ་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་ཀྱི་.....
ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པ་རེད།

རྒྱུངས་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱ་ཚུལ་ལས་བྱེད་པས། རང་རྒྱུང་
 རྒྱུངས་ཏང་ལུང་རྒྱུད་ལས་བརྒྱུ་པའི་ཆར་འཛོལ་སེམས་ཀྱིས་ཆོག་པས་
 མེད་ས་བརྒྱུ་པའི་དགོངས་ས་དོན་དེ་བྱ་རྒྱུ་དུ་གཞི་འཛིན་
 ར་ར་བྱས་ཏེ་ལུགས་བསམ་དད་མེས་སེམས་ཀྱི་གཞུང་ལུར་སྒྲུ་
 བ་རྒྱུན་མཐུད་དམ་ཏུ་གཏོང་བ་དང་། “རྟག་ཏུ་སྒྲིབ་པར་
 མི་བད་པའི”འགན་འཁུའི་དཔམ་པ་དང་དོན་དག་ཚང་མ་
 དོན་ཐོག་ཏུ་འཁྲུལ་པའི་ལག་བསྟར་བྱེད་ལུགས་ཆེན་
 གཏོང་བ། འཕེལ་བྱས་ཀྱི་འདུ་མེས་གསར་པ་ཆ་ཆར་བ་
 དང་། གནད་ལ་འབེལ་བ། རྒྱ་གསལ་ཡོངས་བཅས་ཀྱི་སྒྲི་
 ར་ས་ལག་ལེན་བསྟར་བ། རྒྱུ་ཁྱིང་སྟོད་མེད་ངང་ཐོག་པ་
 རྒྱུར་ལེན་དང་དགའ་རྒྱུད་དོན་སྒྲུབ་བཅས་བྱས་ཏེ། ཤོད་
 ཡུན་རིང་བདེ་འཛིད་དང་སྤྱུས་ཆོད་མཐོ་པའི་འཕེལ་བྱས་
 པ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་ཆོད་བརྒྱལ་གསར་པ་ཡོང་བ་དང་
 རྒྱ་མེས་ཀྱིས་གསར་པ་པ་སྤེལ་སྤྱོད་ལུང་ལུང་ཐག་
 གཏོང་གི་ཡིན་ཞེས་གཅིག་ཁྲིའི་གཏིས་མཐུད་དང་བརྒྱུད་པ་
 རེད།

(ཆེ་བརྟན་སྒྲོལ་དཀར་གྱིས་བསྟུར། བ་སངས་སྒྲོན་
ལགས་གྱིས་བྲིས།)

ཕྱག་ཚུན་ཤོད་པོ་ལ་དཀའ་ཚུན་ཡོད་ཏེ་མི་ཚུ་ཤི་ཤུའ་དེ་དང་མཁའ་འཁོར་ལ་ཕྱག་པུ་ཤོད་པོ་

[illegible][illegible]

ཆོས་གཅེས་དང་..... ཟུང་ ལུང་རྒྱུད་རྒྱུད་པར་པམས་ཏེ་
 རྩོད་དང་དང་..... པའི་ལ་པའི་ལྷ་དུལ་ ག་པའུ་ད་
 ཆོས་གཅེས་ཟེང་..... ཆོས་ལུགས་ལ་དང་མཉམ་ཏེ་ད་པ་དེ་མི་
 ཉང་ལ་དགའ་..... ཡར་ཐོང་པམས་དང་པའི་གཞུང་ལོང་
 ད་ལུགས་ལ་..... མིག་པལ་མི་མཉམ་ཏེ་དང་། ཆོས་མི་
 མི་འགས་མཐུག་..... གན་པམས་དང་པ་འབྲེལ་ལུལ་པར་
 གཉིང་ཟབ་..... པ་ཟེད།

གསལ་ཡུང་རྩམ་། བར་ཆེན་མི་ནོ་ཆེས། མོང་རྩམ་།
 ཡོང་འཇུགས་པ་། བརྟག་ཁིབ་ཤུང་མིམ་བཞིན་ཡོང་ལ་།
 རྟོང་བར་ཁྱིང་། དང་། རྩམ་མཁའ་གཤམ་དག་པ་དང་།
 ཅན་གྱི་འཇུགས་། གཙང་བ། སྤྱང་མཆོས་སྟག་ལྷན་དང་།
 དྲན་གྱི་གཞི་ཆེ་འོ། མི་མཉམས་ཁག་གི་མི་དམངས་ཀྱིས་མེས་ཆེ་།
 འཇུག་ཤུང་བ་། རྩམ་འཕེལ་རྒྱུ་དོན་གཞེས་བྱས་པས་།
 འདུལ་ཁྱིམས་ལ་། ཆོགས་འཕེལ་རྒྱུ་ལ་རྒྱུན་ཆད་མེད་དེ་།
 རྒྱག་པ། རང་སྤྱོད་ མོང་པའི་སྤྱོད་ཆོར་ཟབ་མོ་བྱུང་ཁེས་པ་།
 ཅང་ཁྱིམས་དང་། གིས། སྤྱི་ཁྱབ་ཐུབ་ཅི་ཅི་ཅིན་མིང་གི་།
 རྩམ། ཆོས་ལུགས་། སྟག་མཐའ་བར་གསུམ་འབྲེལ་ལ་བརྟག་པ་།
 འཇུག་འདེམ་དང་། གྱི་བྱང་ཆོད་མཉམ་པས་མཐོ་རུ་གཏོང་བ་།
 ཡོང་བར་ཁྱིང་ཆོན་ ཆོས་ལུགས་ཀྱི་མཉམ་པའི་གཞུང་ལུགས་།
 སྟག་འཕེལ་བསྐྱེད་པས་ལག་པོ་བྱས་ཏེ་རང་།
 གོ་ཅན་དང་སྤྱི་ཆོགས་མིང་ལུགས་སྤྱི་།
 ཡོང་ཆོད་རྩམ་པ་ལུགས་སྤྱི་ལྟར་སྤྱོད་པ་།
 ལུགས་ཀྱི་སྤྱོད་མཐུན་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ་དང་།
 ཆོད་མཐོ་རུ་གཏོང་བ། འཕེལ་བསྐྱེད་པས་།
 འཆད་ཆོས་གསུང་། བརྟན་དོན་འཆད་པ་།
 མཐའ་བརྒྱུད་ ཏང་དང་མྱིང་གཞུང་།
 ལུགས་ཁྱུང་དང་བྱམས་སྤྱོད་གནང་བ་།
 རྩམ་མང་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱོད་རྒྱ་ཁྱབ་པར་།
 ལས་མིགས་ཀྱི་མི་ཆེ་ཏང་དང་མྱིང་གསུང་།
 མཐུན་སྤྱི་ལྟར་ཟབ་ཡོང་བར་བྱེད་པ་།
 ལ་འཕེལ་པོ་མང་ཆོས་པ་དང་རྩམ་པ་།

ཡང་དག་པའི་ཁྱིད་དོན་ལས་རྗེས་ལྟ་བུ་ལ་འཇུག་པ་དང་

[illegible]

ཡུ་བརྟན་དང་ཕྱ་ཕྱེད་གཉིད་དགོས།

(པར་ཁོས་དང་པོར་མཐུད། ཡང་དག་པའི་སྤྱི་
 རྟོན་ལས་ཆེས་ལྗེ་བའུགས་པ་དང་ལས་པསྟར་གྱི་སྒྲུབ་
 རྒྱུད་སྒྲུབ་གསའི་ལུབ་འབས་བྱ་བ་ཀླན་དང་བྱ་སྤྱོད་
 གཏོང་བར་ཞེ་ཅིན་མིང་གི་དུས་རབས་གསལ་པའི་གྲང་
 མའི་ཁྲོད་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚུགས་འིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ར་
 བརྟེན་ནས་སློམ་ལེ་མཉམས་སྤྱོད་བྱ་བ་མཐའ་འཁྲོངས་
 གྱིས་འདི་ཁྲོད་འདུས་པའི་ཆོན་རིག་དང་མཐུན་པའི་
 འཛིག་རྟེན་གྱི་ལྗེ་བའུགས་ཐབས་སྒྲུབ་པའི་དུ་
 ཉུར་མག་ཚུད་པར་བྱས་ཏེ། ཟབ་སྤྱོད་འཛིལ་རྟེན་གས་
 ཁྲོད་བསམ་སློའི་ཁ་ཕྱུགས་དག་པའོས་བྱེད་དགོས།
 ཉང་ག་གིས་སློའི་སྤྱོད་ལ་ལྟུན་ཆད་མེད་པར་གྲགས་སྟོན་
 བཟུང་སྟེ་ལུགས་བསམ་དང་དད་སེམས་སྦྲར་བས་
 བརྟེན་དུ་གཏོང་བ་དང་། ཡང་དག་པའི་དབང་ཆའི་ལྗེ་
 བ་དང་། སྤྱི་དོན་ལས་ཆེས་ལྗེ་བ། དྲག་ཞག་གི་ལྗེ་བ་
 བཅས་པ་ཀླན་དུ་གཏོང་བ། མོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་
 ཉང་ལ་ལྷག་པ་བསམ་རྒྱུ་དག་མཐའ་ལ་གཅིག་དུ་སྒྲུབ་པར་
 བྱེད་པ། གྲང་ཁྲོད་ཉང་མའི་ཆབ་སྤྱི་ཀྱི་རང་མདངས་
 འཕལ་ཡང་མི་ཉམས་པ་བཅས་བྱས་ཏེ་བསམ་སློའི་འཕྲུང་
 ཚ་ནས་སེམས་སྒྲུབ་ལས་གཏོང་གྱི་མང་གཞི་བཀླན་དུ་
 གཏོང་དགོས།

[illegible]

གྲིད་དྲོ་ལས་ཆེས་ལྗེ་བུ་ཡང་དག་ཅུ་བྱ་ཞལ།
 གྲུང་དྲུང་ལྟོ་མེད་ལུབ། འོ་རྒྱལ་གྱི་འགོ་འཇུག་མ་
 གསར་པར་ལྷངས་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱ་ཆེད་རྒྱ་ལོང་ལས་ཕྱེད་
 པས་ཡང་དག་པའི་གྲིད་དྲོ་ལས་ཆེས་ལྗེ་བུ་བར་བརྟེན་
 རས་ལ་རྟུག་གཤུག་འཁྲུག་འཁྲུག་ཕྱེད་དྲོ་བྱ་རྒྱ་རྒྱ་
 འཇུག་མ་པ་དང་། དཔངས་ལ་བཤེད་ལྷིད་སྒྲུབ་པ། རང་
 འགན་གཅོད་སྒྲུབ་དང་དཔལ་པ་དྲོ་གཉིར་བཅས་ཕྱེས་
 གེ། ཆོང་འཛོམས་གྲོས་ཆོག་གསུལ་དྲོ་གོང་ས་དྲོ་རྟུག་མ་
 ཡོངས་ལས་ལམ་བཟུང་དྲོ་འཁྲུག་ཕྱེས་ཕྱེས་ཕྱེས་ཕྱེས་ཕྱེས་ཕྱེས་
 པའི་གྲིད་དྲོ་ལས་ཆེས་ལྗེ་བུ་འཇུག་མ་པ་དང་ལམ་
 བཟུང་གྱི་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་བཟོད་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་
 པར་ལྟུང་བརྟེན་དང་རྒྱ་རྒྱ་དཔང་རྒྱ་རྒྱ་དཔང་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་
 གྲིད་རབས་ཅན་གྱི་པོ་དྲི་ལེུ་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་
 ཆེན་པོ་རྒྱ་དཔེ། (བཟུང་གྲོས་བཟུང་། བཟོད་
 པའི་གཞི་རྒྱ་ལས་ཞལ།)

	བཀྲ་འགྲུ་མེད་དང་ཁྱེ་ཆོག་མ་འོང་ལུགས་དེར་རབས་ཅན་གྱི་བོད་ རྒྱུང་ས་གསལ་ར་ལ་འཇགས་སྐྱུན་ནང་ཞུགས་མཁན་དང་སྤྱང་སྤྱོད་ཕྱི་དྲུག་ མཁན་ཞེག་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཕྱིད་པ་དང་། ཟུ་ཆེའི་གྲུ་བཅོན་དང་…… དད་ལྡན་མང་ཆོག་ས་ལ་ཁྱིད་རྟོན་གྱིས་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་གྱུར་དང་། མི་རིགས་མཐུན་སྦྲིལ། ཆོས་ལུགས་ཞི་དབུལ་བཅས་སྤྱང་སྤྱོད་བྱས་ཏེ་…… བོད་ལུན་རིང་བདེ་འཁོད་དང་སྤྱས་ཆོད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ཆོད་…… འབྲུལ་འོས་བའི་ལེགས་སྐྱེས་འབྲུལ་གྱི་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་རེད། (ཉིན་ནང་སྐལ་མཆོག་གིས་སྤྱིར་བཏང་བྱས་)
第一版	今日主要内容 ▲ 王君正会见班禅额尔德尼·确吉杰布 ▲ 本报评论：巩固拓展树立和践行正确政绩观学习教育成果 —— 一论学习贯彻区委十届十次全会精神 ▲ 实干笃行建功新西藏 ——自治区党委十届十次全会精神在全区引发热烈反响 ▲ 自治区第十四届运动会暨第六届民族传统体育运动会首金诞生 ▲ 上半年山南市实现地区生产总值 162.29 亿元 ▲ 乃堆拉边贸通道恢复开通
第二版	▲ 一声“康桑”，暖了八廓街 ▲ 中国记协调调研组与自治区党委宣传部聚焦“主流媒体优质 IP 培养”座谈交流 ▲ 自治区人大常委会党组 2026 年第 13 次（扩大）会议召开 ▲ 自治区政协召开“提高网络空间法治化水平助力营造健康向上的网络生态”专题协商座谈会 ▲ 高原逐风 荣耀加冕 ——2026 中国西藏第七届跨喜马拉雅国际公路自行车极限赛拉萨绕萨绕圈赛侧记
第四版	▲ 公益广告