དར་མདོ་ས་ཁུལ་གྱི་གནམ་གཤིས། དྲོད་ཚད་མཐོ་ཤོས22℃། དྲོད་ཚད་དམའ་ཤོས8℃། པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ། ལྷ་འཛོམས། རྩོམ་སྒྲིག་པ། བདེ་སྐྱིད། པར་ངོས་སྡེབ་སྒྲིག་པ། ཁྲའོ་ཞུའེ་ཡོན། ཐེངས་འདིའི་པར་རིས་སྤྱི་ཁྱབ་ལྟ་སྐུལ་པ། ལིའོ་ཧྭ་ཡུན། གསར་འགྱུར་ལྟ་སྐུལ་དཔྱད་གླེང་ཁ་པར།2835733

甘孜藏文报

ཀྲུང་གུང་དཀར་མཛེས་ཁུལ་ཨུའི་ལས་ཁུངས་ཚགས་པར། དཀར་མཛེས་ཁུལ་གཏོང་སྦྱོར་ལྟེ་གནས（དཀར་མཛེས་ཉིན་རེའི་ཚགས་པར་ཁང）ཀྱིས་པར་དུ་བསྐྲུན། རྒྱལ་ནང་གཅིག་གྱུར་གྱི་གསར་འགྱུར་ཨང་རྟགས།CN51-0018-Z (ཚབ་རྟགས61-67)

སྤྱིའི་ཨང10624པ།

སྤྱི་ལོ ལོའི་
ཟླ་བ པའི་ཚེས ཉིན།
བོད་མེ་རྟ་ལོའི་ཟླ་བ༣པའི་
ཚེས ༢༦ཉིན།
དེ་རིང་པར་ངོས4ཡོད།

2026
5 13

སྤྱི་ཟླ5པའི་ཚེས7ཉིན།ཁུལ་ཨུའི་ཧྲུའུ་ཅི་
ཀྲའོ་པོ་ཡིས་དར་མདོ་གྲོང་ཁྱེར་དང་ལྕགས་ཟམ་
རྫོང་གི་གཞི་གཅིག་ཅན་གྱི་འཕེལ་རྒྱས་ལས་དོན་
གྱི་ཆེད་དོན་ཚོགས་འདུ་གཙོ་སྐྱོང་གནང་ནས་
འབྲེལ་ཡོད་ལས་དོན་གྱི་སྙན་སེང་ལ་གསན་པ་
དང་སླད་ཕྱིན་གྱི་གཙོ་གནད་ལས་དོན་ཞིབ་
འཇུག་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་པ་རེད།ཁོང་གིས་སྤྱི་
ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་ས་ཁོངས་མཐུན་སྦྱོར་
འཕེལ་རྒྱས་སྐོར་གྱི་རྒྱས་བཤད་གལ་ཆེན་སློབ་
སྦྱོང་དང་གོ་བ་ཡང་དག་པ་བླངས་ནས་འཕེལ་
རྒྱས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་གསར་པ་ཆ་ཚང་དང་།གནད་
ལ་འཁེལ་བ།ཁྱོན་ཡོངས་ནས་ལག་བསྟར་
བཅས་བྱས་ཏེ་ཐོན་ཁུངས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པོར་
གཞི་ཚུགས་པ།ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་
ཇུས་འགོད་རྒྱུན་འཁྱོངས་བཅས་བྱས་ནས་
ཕྱོགས་ཁག་གི་ལས་ཀའི་མཉམ་ཤུགས་གཅིག་
སྒྲིལ་གང་ལེགས་བྱས་ཏེ་སོ་སོས་ལེགས་ཆ་དར་
སྤེལ་དང་ཁྱད་ཡོན་གསབ་རེས་བྱེད་པའི་གྲོང་
ཁྱེར་བར་གྱི་མཉམ་འབྲེལ་སྒྲིག་གཞི་བསྐྲུན་
ནས་དར་མདོ་གྲོང་ཁྱེར་དང་ལྕགས་ཟམ་རྫོང་
ས་གནས་གཉིས་དེ་ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་
སྤུས་ཚད་མཐོན་པོར་ཡོང་བའི་འཕར་སྣེ་གལ་
ཆེན་ཞིག་ཏུ་ཧུར་ཐག་བསྐྲུན་དགོས་ཞེས་ནན་
གསུང་གནང་བ་རེད།
ཁུལ་ཨུའི་ཧྲུའུ་ཅི་གཞོན་པ།ཁུལ་དཔོན་
དབྱང་ཧུང་ཧྲོའུ་དང་།ཁུལ་མི་དམངས་འཐུས་
ཚོགས་རྒྱུན་ལས་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་ཀྲུའུ་རེན་
ཧྲུའུ་ཏ་ཁྲུན། ཁུལ་ཨུའི་ཧྲུའུ་ཅི་གཞོན་པ།ཁུལ་
སྲིད་གྲོས་ཀྱི་ཀྲུའུ་ཞི་ཝང་ཡུས་ཆུང་བཅས་གྲོས་
ཚོགས་ནང་ཞུགས་ཡོད།
ཚོགས་འདུར་དར་མདོ་གྲོང་ཁྱེར་དང་
ལྕགས་ཟམ་རྫོང་གི་གཞི་གཅིག་ཅན་འཕེལ་རྒྱས་
ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་ལས་དོན་སྤེལ་ཚུལ་གྱི་སྙན་སེང་ལ་
ཉན་པ་དང་སླད་ཕྱིན་གྱི་ལས་དོན་ཡག་པོ་བསྒྲུབ་
རྒྱུར་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་པ་རེད།
ཚོགས་འདུར་བསྟན་དོན། དར་མདོ་
གྲོང་ཁྱེར་དང་ལྕགས་ཟམ་རྫོང་གི་གཞི་གཅིག་
ཅན་གྱི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏང་རྒྱུ་ནི་ས་
ཁོངས་འཕེལ་རྒྱས་དོ་སྙོམས་མེད་པ་སེལ་བ་
དང་། ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་འཕར་སྣོན་སྒུལ་ཤུགས་
གལ་ཆེན་གཏོད་རྒྱུའི་ཁ་ཚ་དགོས་གཏུགས་ཀྱི་

དགོས་མཁོ་ཞིག་ཡིན་ལ། ད་དུང་མི་དམངས་
གཙོས་བྱས་པའི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་བསམ་བློ་ལག་
ལེན་བསྟར་བ་དང་མི་རིགས་ཁག་གི་མང་ཚོགས་
ལ་བདེ་སྐྱིད་དེ་བས་ཆེན་པོ་ཐོབ་པའི་ལྡོག་མེད་
ཀྱི་བླང་བྱ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པས།ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་
དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཁྱོན་
ཡོངས་ཁྲོད་འཐབ་ཇུས་ཀྱི་གོ་གནས་གལ་ཆེན་
དང་མངོན་གསལ་དོད་པའི་སྐུལ་ཁྲིད་ཀྱི་ནུས་པ་
ལྡན་ཡོད། ས་གནས་ཁག་དང་སྡེ་ཚན་ཁག་
གིས“འཆར་འགོད་མཉམ་སྒྲིག་དང་འགྲིམ་
འགྲུལ་དྲྭ་མཐུན། ཐོན་ལས་སྦྲེལ་མཐུན།
ཞབས་ཞུ་མཉམ་སྤྱོད།སྐྱེ་ཁམས་མཉམ་
བཅོས”བཅས་ཀྱི་ལས་ཀའི་བསམ་ཕྱོགས་གཞིར་
བཟུང་ཞིང་།“ཉེ་དུས་ཚད་བརྒལ་དང་།དུས་
འབྲིང་མཐོར་གཏོང་།ཡུན་རིང་གཏན་
ཁེལ”བཅས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་དམིགས་ཚད་གཏན་
ཁེལ་བྱས་ཏེ་དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི་ཡུན་རིང་
བདེར་འགོད་དང་འཕེལ་རྒྱས་སྤུས་ཚད་མཐོན་
པོ་ཡོང་བར་རྒྱབ་རྟེན་སྲ་ཞིང་བརྟན་པ་ཞིག་
འདོན་སྤྲོད་བྱས་ཡོད།
ཚོགས་འདུར་དར་མདོ་གྲོང་ཁྱེར་དང་
ལྕགས་ཟམ་རྫོང་གཉིས་ཀྱིས་འགན་འཁྲི་གཙོ་བོ་
འཁུར་དགོས་པ་དང་།ཁུལ་རིམ་པའི་འབྲེལ་
ཡོད་སྡེ་ཚན་གྱིས་རང་འགན་རང་སྒྲུབ་དང་།མ་
བསྐུལ་དང་བླངས་ཀྱིས་འབྲེལ་མཐུད་དང་
གཞོགས་འདེགས་དམ་ཟབ་བཅས་བྱས་ཏེ་སྲིད་
ཇུས་ཀྱི་འདེགས་སྐྱོར་ཇེ་དྲག་ཏུ་གཏོང་བ་དང་།
ལྟ་སྐུལ་ཞིབ་བཤེར་ལ་ཤུགས་རྒྱག་པ།རང་ཐག་
རང་གཅོད་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གཏན་འགོག་
བཅས་བྱས་ནས་ཁུལ་རིམ་པའི་གཅིག་གྱུར་
འཆར་འགོད་དང་ས་ཁོངས་མཉམ་འགུལ།སྡེ་
ཚན་མཉམ་སྦྱོར།སྤྱི་ཚོགས་ཞུགས་པ་བཅས་ཀྱི་
ལས་ཀའི་རྣམ་ཚུལ་ཆགས་པར་བྱས་ཏེ་གོང་འོག་
བློ་མཐུན་སེམས་མཐུན་དང་།ཁྱབ་ཁོངས་
ཡོངས་ཀྱིས་མིག་མང་གཅིག་སྒྲིལ།ལག་གདང་
སྦྲེལ་ནས་མཉམ་སྒྲུབ་སྟོབས་ཤུགས་རྒྱུན་ཆད་
མེད་པར་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིལ་ནས་དངོས་སྒྲུབ་ཀྱི་
གྲུབ་འབྲས་དངོས་ལ་བརྟེན་ནས་ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་
མི་དམངས་ལ་ལན་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་སྤྲོད་
དགོས་ཞེས་ནན་གསུང་གནང་བ་རེད།།
（ ལྷ་འཛོམས་ཀྱིས་བསྒྱུར།）

སྤྱི་ཟླ5པའི་ཚེས8ཉིན་ལ།ཁུལ་ཨུའི་རིགས་
གཞུང་སློབ་སྦྱོང་ལྟེ་གནས་ཚོ་ཆུང་གིས་ཆེད་དོན་སློབ་
སྦྱོང（རྒྱས་འཛོམས）གྲོས་ཚོགས་འཚོགས།ཁུལ་ཨུའི་
ཧྲུའུ་ཅི་ཀྲའོ་པོ་ཡིས་ཚོགས་འདུ་གཙོ་སྐྱོང་གནང་ཞིང་
གསུང་བཤད་གནང་། ཁོང་གིས་ནན་གསུང་གནང་
དོན། ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་དཔལ་འབྱོར་དགོངས་པ་དང་སྤྱི་
ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་ནུས་ཁུངས་གསར་བརྗེ་སྐོར་
གྱི་རྒྱས་བཤད་གལ་ཆེན་སློབ་སྦྱོང་དང་ལག་ལེན་མཐར་
ཕྱིན་བསྟར་ཞིང་།དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི“ནུས་ཁུངས་
ཁུལ”འཛུགས་སྐྲུན་དམ་པོར་དམིགས་ནས་གཤོ་བསྒྱུར་
གྱི་འགན་འཁྲི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཁུར་ཏེ་གོ་སྐབས་གསར་
པ་དམ་དུ་འཛིན་ཞིང་།སྒུལ་ནུས་གསར་པ་སྐྱེད་སྲིང་
བྱས་ནས་གཙང་ཞིང་ཐཱན་ཉུང་ལ་ཉེན་མེད་ནུས་མཐོའི་
དེང་རབས་ནུས་ཁུངས་མ་ལག་བསྐྲུན་པར་བརྩོན་ནས་
སྦག་མེད་ནུས་ཁུངས་འཕེལ་རྒྱས་སྤུས་ཚད་མཐོན་པོས་
དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི་དེང་རབས་ཅན་འཛུགས་སྐྲུན་ལ་
ནུས་པ་སྤྲད་དགོས་ཞེས་གསུངས།
ཁུལ་ཨུའི་ཧྲུའུ་ཅི་གཞོན་པ།ཁུལ་དཔོན་དབྱང་

ཧུང་ཧྲོའུ་དང་།ཁུལ་མི་དམངས་འཐུས་ཚོགས་རྒྱུན་
ལས་ཨུ་ལྷན་གྱི་ཀྲུའུ་རེན་ཧྲུའུ་ཏ་ཁྲུན།ཁུལ་ཨུའི་ཧྲུའུ་ཅི་
གཞོན་པ།ཁུལ་སྲིད་གྲོས་ཀྱི་ཀྲུའུ་ཞི་ཝང་ཡུས་ཆུང་
བཅས་སློབ་སྦྱོང་ནང་ཞུགས་པ་རེད།
ཚོགས་འདུར།ཁུལ་ཨུ་རིགས་གཞུང་སློབ་སྦྱོང་ལྟེ་
གནས་ཚོ་ཆུང་གི་ཁོངས་མིས་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་དཔལ་འབྱོར་
དགོངས་པ་དང་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་ནུས་ཁུངས་
གསར་བརྗེའི་སྐོར་གྱི་རྒྱས་བཤད་གལ་ཆེན་སློབ་སྦྱོང་བྱས་
པར་མ་ཟད། ད་དུང་སློབ་སྦྱོང་གི་གཙོ་དོན་ལ་དམིགས་
ནས་ལས་ཀའི་དོན་དངོས་དང་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ནས་གཏམ་
བཤད་སྤེལ་རེས་ཀྱང་བྱས་པ་རེད།
ཚོགས་འདུར་ནན་གྱིས་བསྟན་དོན། གཅིག་
ནི་ཟབ་སྦྱོང་ཞིབ་རྟོགས་ཁྲོད་བྱེད་ཕྱོགས་གནད་སྨིན་
བྱས་ནས་ཆུ་རླུང་འོད་གཞི་གཅིག་ཅན་གྱི་ཐོན་ཁུངས་
ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ལེགས་ཆ་འདོན་སྤེལ་གང་ལེགས་
བྱས་ཏེ་སྦག་མེད་ནུས་ཁུངས་དེ་འཕེལ་རྒྱས་སྤུས་ཚད་
མཐོན་པོར་ཡོང་བའི་སྒུལ་ཤུགས་གཙོ་བོར་བསྐྲུན་
དགོས།གཉིས་ནི་གོ་སྐབས་དམ་འཛིན་ཁྲོད་སྒུལ་ནུས་

འདོན་སྤེལ་བྱེད་པ་དང་མ་སྐུལ་དང་བླངས་ཀྱིས་རྒྱལ་
ཁབ་ཀྱི་ནུས་ཁུངས་འཐབ་ཇུས་བཀོད་སྒྲིག་ནང་ཞུགས་
པ་དང་། འབྱུང་ཁུངས་དྲ་བའི་གསོག་འཇོག་དང་ཆུ་
རླུང་འོད་ཀྱི་དྲོད་གསོག་ནུས་མང་གསབ་རེས་ཀྱི་
འཕེལ་རྒྱས་བཀོད་སྒྲིག་མགྱོགས་མྱུར་འཛུགས་སྐྱོང་
བྱས་ནས་ནུས་ཁུངས་གསར་བརྗེའི་རླབས་རྒྱུན་ཁྲོད་
གོ་སྐབས་དམ་འཛིན་བཅས་བྱ་དགོས།གསུམ་ནི་
མྱུར་ཚད་མགྱོགས་སུ་གཏོང་བ་དང་ཕན་འབྲས་ཆེ་རུ་
གཏོང་བ།འཆར་འགོད་ཀྱིས་སྣེ་ཁྲིད་བྱ་རྒྱུ་རྒྱུན་
འཁྱོངས་པ།སྦག་མེད་ནུས་ཁུངས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་
འཆར་འགོད་འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་གཏོང་བ།ནུས་
གསོག་ལས་གཞི་འཛུགས་སྐྲུན་མགྱོགས་སུ་གཏོང་བ།
ནུས་ཆེ་དང་བརྟན་པོ།བློས་འགེལ་ཆོག་པ་བཅས་
ཀྱི་ནུས་ཁུངས་ཕྱིར་སྐྱེལ་བགྲོད་ལམ་འཛུགས་སྐྲུན་
མགྱོགས་སུ་བཏང་ནས་སྦག་མེད་ནུས་ཁུངས་ཐོན་
ལས་གསར་པ་དང་ལས་རྣམ་གསར་པ་གསོ་སྐྱོང་
དང་འཕེལ་རྒྱས།སྟོབས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་བཅས་
བྱ་དགོས།།（ལྷ་འཛོམས་ཀྱིས་བསྒྱུར།）

སྤྱི་ཟླ5པའི་ཚེས8ཉིན།ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་མེ་ཟོན་
དང་ཆུ་ལོག་སྔོན་འགོག།ས་གཤིས་གནོད་འཚེ་འགོག་
བཅོས།ཉེན་མེད་ཐོན་སྐྱེད་ལས་ཀའི་གྲོས་ཚོགས་
འཚོགས། ཚོགས་འདུར་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་
གི་འབྲེལ་ཡོད་གསུང་བཤད་གལ་ཆེན་དང་མཆན་
འགོད་མཛུབ་སྟོན་གལ་ཆེན་གྱི་དགོངས་དོན་སློབ་སྦྱོང་
དང་ལག་ལེན་མཐར་ཕྱིན་བསྟར་བ་དང་།ཞིང་ཆེན་
ཡོངས་ཀྱི་ཆུ་ལོག་སྔོན་འགོག་དང་ཐན་འགོག།ས་
གཤིས་གནོད་འཚེ་འགོག་བཅོས།ཉེན་མེད་ཐོན་སྐྱེད་
ལས་དོན་དང་དེ་བཞིན་ཞིང་ཆེན་བདེ་འཇགས་ཨུ་ལྷན་
གྱི2026ལོའི་ཁོངས་མི་ཡོངས་ཀྱི་བརྙན་ལམ་ཚོགས་
འདུ་ཐེངས་གཉིས་པའི་སྙིང་དོན་བརྒྱུད་བསྒྲགས་དང་
ལག་བསྟར་བྱས་ཏེ་ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་མེ་ཟོན་དང་།ཆུ་
ལོག་སྔོན་འགོག།ས་གཤིས་གནོད་འཚེ་འགོག་བཅོས།
ཉེན་མེད་ཐོན་སྐྱེད་ལས་དོན་བཅས་ལ་སླར་ཡང་བཀོད་
སྒྲིག་དང་ཡང་སྐྱར་སྐུལ་འདེད་བྱས།ཁུལ་ཨུའི་ཧྲུའུ་ཅི་
གཞོན་པ།ཁུལ་དཔོན་དབྱང་ཧུང་ཧྲོའུ་ཡིས་ཚོགས་
འདུ་གཙོ་སྐྱོང་དང་གསུང་བཤད་གནང་།
ཚོགས་འདུར་བསྟན་དོན།མིག་སྔར་ཁུལ་
ཡོངས་ཀྱི་མེ་ཟོན་དང་ཆུ་ལོག་སྔོན་འགོག་གཅིག་ཐོག་
གཉིས་བརྩེགས་དུས་སྐབས་དང་།ལས་གཞིའི་ཨར་
ལས་ཀྱི་དུས་སྐབས་ཡག་ཤོས་དང་།དབྱར་རྩྭ་དགུན་

འབུ་རྐོ་བ་དང་།ཤ་མོ་རིགས་འཐུ་བའི་དུས་སྐབས་
བཅས་ལ་ཁེལ་ནས་རང་བྱུང་གནོད་འཚེ་དང་།ཉེན་
ཁའི་དོན་རྐྱེན།འགལ་བ་དང་རྩོད་གཞི་བཅས་སྣ་
ཚོགས་ཐོན་སླ་བ་དང་ཉེན་ཁའི་གནས་བབ་རྙོག་འཛིང་
ཆེ་བ་རེད།ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་གོང་འོག་ཚང་མས་འཕེལ་
རྒྱས་སྤུས་ཚད་མཐོན་པོ་དང་བདེ་འཇགས་ཚད་མཐོ་པོ་
གཉིས་གཅིག་གྱུར་འཆར་འགོད་བྱེད་པའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་
མཐོ་ཚད་ཐོག་ལངས་ནས“ལོ་རེ་རེ་ནི་འགག་སྒྲོལ་གྱི་ལོ་
ཡིན་པ་དང་དུས་ཚིགས་རེ་རེ་ནི་འགག་རྩའི་དུས་ཚིགས་
ཡིན།བསམ་བློ་དང་བྱ་སྤྱོད་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་
ཕིང་གི་གསུང་བཤད་གལ་ཆེན་གྱི་དགོངས་དོན་དང་
ཏང་ཀྲུང་དབྱང་དང་། རྒྱལ་སྲིད་སྤྱི་ཁྱབ་ཁང་།ཞིང་
ཆེན་ཏང་ཨུ་དང་ཞིང་ཆེན་སྲིད་གཞུང་བཅས་ཀྱི་ཐབས་
ཇུས་བཀོད་སྒྲིག་ཐོག་གཅིག་གྱུར་ཏན་ཏིག་བྱས་ཏེ་ནུས་
ཤུགས་ཡོད་རྒུས་མེ་ཟོན་དང་ཆུ་ལོག་སྔོན་འགོག།ས་
གཤིས་གནོད་འཚེ་འགོག་བཅོས།ཉེན་མེད་ཐོན་སྐྱེད་
བཅས་ཀྱི་ལས་དོན་ཁག་དམ་འཛིན་ཡག་པོ་བྱས་ནས་
འཕེལ་རྒྱས་སྤུས་ཚད་མཐོན་པོའི་ཉེན་མེད་སྲུང་ཡོལ་
བརྟན་པོ་བསྐྲུན་དགོས།
ཚོགས་འདུར་ནན་གསུང་གནང་དོན།
གཅིག་ནི་ལས་དོན་སྦྲེལ་མཐུད་དམ་འཛིན་ཡག་པོ་
བྱས་ནས་འགན་འཁྲི་སྒྲུབ་པའི་ཕན་ནུས་ཆེ་རུ་

གཏང་དགོས།གཉིས་ནི་ཆུ་ལོག་འགོག་པ་དང་ས་
གཤིས་གནོད་འཚེ་སྔོན་བཅོས་དམ་འཛིན་ཏན་ཏིག་
བྱས་ཏེ་ཆུ་འབྲུབ་དུས་ཚིགས་ཉེན་མེད་ངང་བརྒལ་
ཐུབ་པར་བྱ་དགོས།གསུམ་ནི་ཉེན་མེད་ཐོན་སྐྱེད་
དམ་འཛིན་ཞིབ་ཕྲ་བྱས་ནས་དོན་དངོས་ཀྱི་ཉེན་
མེད་ཆུ་ཚད་མཐོ་རུ་གཏང་དགོས།བཞི་ནི་གྲོང་
ཁུལ་དང་ཡུལ་སྡེའི་མེ་ཟོན་དམ་འཛིན་ནན་པོ་བྱས་
ནས་མེ་གསོད་ཀྱི་ཉེན་མེད་འགོག་སྲུང་འཛིང་
རགས་བརྟན་པོ་བཟོ་དགོས།
ཚོགས་འདུར་ནུས་ཤུགས་ཡོད་རྒུས་སྤྱི་པའི་བདེ་
འཇགས་དམ་འཛིན་ཡག་པོ་བྱེད་པ་དང་།གཉེན་སྒྲིག་
དང་ཁྱིམ་ཚང་སོགས་ཀྱི་འགལ་བ་དང་རྩོད་གཞི་གྲལ་
བཤེར་ཐག་གཅོད་ཡང་དག་བྱེད་པ་དང་། སློབ་གྲྭའི་
ཉེན་མེད་དོ་དམ་ལ་ཤུགས་བསྣན་ཏེ།སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁྱོན་
ཡོངས་འཆམ་མཐུན་བརྟན་བརླིང་ཡོང་བ་བཅས་ནུས་
ཤུགས་ཡོད་རྒུས་སྲུང་སྐྱོང་བྱ་དགོས་ཞེས་བླང་བྱ་བཏོན་
པ་རེད།
ཚོགས་འདུ་འདི་བརྙན་འཕྲིན་ཁ་པར་ཚོགས་
འདུའི་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས་འཚོགས་པ་རེད།ཁུལ་
སྲིད་གཞུང་གི་ལས་བགོས་ཁུལ་དཔོན་གཞོན་པ་དང་།
ཁུལ་སྲིད་གཞུང་གི་དྲུང་ཆེ་སོགས་ཚོགས་འདུར་
ཞུགས་ཡོད།།（ལྷ་འཛོམས་ཀྱིས་བསྒྱུར།）

ཉེ་ཆར།ཧུའུ་ནན་ལིའུ་དབྱང་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ཚོན་མེ་
བཟོ་གྲྭ་ཞིག་ལ་འབར་གས་བྱུང་ནས་མི་མང་ཤི་རྨས་ཀྱི་དོན་
རྐྱེན་ཚབས་ཆེན་ཐོན་པས་སེམས་ཕངས་སྐྱོ་སྡུག་ཚད་མེད་
དང་འབྲེལ་ས་གནས་ཁ་ཤས་ཀྱི་ལས་རིགས་གཙོ་བོའི་ཁྱབ་
ཁོངས་སུ་ཉེན་མེད་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་འགན་འཁྲི་ད་དུང་དོན་ལ་
དམ་ནན་འཁྱོལ་མེད་པའི་ཉེས་སྐྱོན་བག་ལ་ཉལ་ཡོད་པ་
ཡང་ཤེས་ཐུབ།
ཉེན་མེད་ཐོན་སྐྱེད་ནི་དམངས་འཚོའི་དོན་

ཆེན་ཡིན་པས་སྐད་ཅིག་ཙམ་ལ་ཡང་ལྷོད་གཡེང་དུ་
གཏོང་མི་རུང་།ལས་རིགས་ཁག་དང་ལྷག་པར་མི་
མང་གི་ཚེ་སྲོག་རྒྱུ་ནོར་ལ་ཉེན་ཁ་ཕོག་ཉེན་ཡོད་པའི་
ལས་རིགས་གཙོ་བོའི་འགན་འཁུར་བ་ཚང་མས་མི་
དམངས་མང་ཚོགས་ལ་འགན་ཆེན་ཁུར་ཞིང་མང་
ཚོགས་ཀྱི་ཕྱོགས་ནས་བསམ་བློ་བཏང་སྟེ་ཉེན་མེད་
ཐོན་སྐྱེད་ལས་དོན་ཏན་ཏན་ཏིག་ཏིག་གིས་བསྒྲུབ་པ་

དང་། ལམ་ལུགས་དང་ནང་སྲོལ་ཁག་ཕྱི་ཚུལ་ཙམ་དུ་
མི་ལུས་པར་ལག་ལེན་གནད་ལ་སྨིན་པ་བསྟར་བ་དང་
མི་མངོན་པའི་ཉེན་ཁ་དུས་ཐོག་ཚགས་བཤེར་ཞིབ་ཕྲ་
བྱས་ཏེ་རྔ་མ་མི་ལུས་པ་གཙང་མ་བསལ་དགོས།
ཉེན་མེད་ཐོན་སྐྱེད་ལས་དོན་གྱི་རང་སྐུལ་
དབང་ཆ་སྟངས་འཛིན་ཡག་པོ་བྱེད་ཅིང་ནམ་ནམ་
ཞར་ཞར་ལ་ཤ་འབད་རུས་འབད་བྱ་དགོས།དོན་

རྐྱེན་གྱི་འབྱུང་རྩ་བསལ་བར་དམིགས་པ་དང་།རྐྱེན་
མ་འབྱུང་གོང་གི་རྐྱེན་རྩ་གཅད་དགོས།ཁེ་ལས་ཀྱི་
བྱེད་པོའི་འགན་འཁྲི་དོན་ལ་འཁྱོལ་བ་དང་ཚན་རྩལ་
གྱི་ནུས་པ་སྤྲད་ཐབས་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་ཅིང་།ལས་
གནས་རེ་རེ་དང་མི་རེ་རེ་ཉེན་ཟོན་གྱི་གནད་ཐུག་ས་རེ་
རེར་ཆགས་པར་བྱས་ནས།ཉེན་ཁའི་འགོ་མ་བུད་
གོང་དང་འགོ་འབུས་མ་ཐག་ཐག་གཅད་ཐུབ་པར་

ཁག་ཐེག་བྱ་དགོས།
ཉེན་མེད་ལས་དོན་ལ་འཕྱུགས་པ་གཏན་ནས་
འབྱུང་མི་རུང་བས།ཏང་མི་ལས་བྱེད་པ་རྒྱ་ཆེན་གྱིས་མི་
དམངས་ཀྱི་ཚེ་སྲོག་དང་རྒྱུ་ནོར་ཉེན་མེད་ཡོང་བ་གལ་
ཆེན་ནང་གི་འགངས་ཆེན་དུ་བཞག་ཅིང་།མཐིལ་
ཚད་བསམ་གཞིག་གིས་ཉེན་མེད་སྲུང་ཡོལ་བརྟན་པོར་
བསྐྲུན་དགོས་སོ།།(སྐལ་ཐུབ་ཀྱིས་བྲིས།)

ཀྲའོ་པོ་ཡིས་དར་མདོ་དང་ལྕགས་ཟམ་གཞི་གཅིག་ཅན་གྱི་འཕེལ་རྒྱས་ལས་ཀའི་ཆེད་དོན་གྲོས་ཚོགས་གཙོ་སྐྱོང་གནང་སྐབས།

ཐོན་ཁུངས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པོར་གཞི་ཚུགས་པ་དང་། ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་ཇུས་འགོད་རྒྱུན་འཁྱོངས་ནས་དར་མདོ་གྲོང་ཁྱེར་དང་ལྕགས་ཟམ་རྫོང་ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་སྤུས་ཚད་མཐོན་པོར་ཡོང་བའི་འཕར་སྣེ་གལ་ཆེན་ཧུར་ཐག་བསྐྲུན་དགོས་ཞེས་གསུངས།

ཀྲའོ་པོ་ཡིས་ཁུལ་ཨུ་རིགས་གཞུང་སློབ་སྦྱོང་ལྟེ་གནས་ཚོ་ཆུང་གི་ཆེད་དོན་སློབ་སྦྱོང
（རྒྱས་འཛོམས）ཚོགས་འདུ་གཙོ་སྐྱོང་གནང་སྟེ།

གོ་སྐབས་གསར་པ་དམ་དུ་འཛིན་ཞིང་།སྒུལ་ནུས་གསར་པ་སྐྱེད་སྲིང་བྱས་ནས་སྦག་མེད་ནུས་ཁུངས་འཕེལ་རྒྱས་སྤུས་ཚད་མཐོན་པོས་དཀར་མཛེས་ཁུལ་དེང་
རབས་ཅན་འཛུགས་སྐྲུན་ལ་ནུས་པ་སྤྲད་དགོས་ཞེས་གསུངས།

དབྱང་ཧུང་ཧྲོའུ་ཡིས་ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་མེ་ཟོན་དང་ཆུ་ལོག་སྔོན་འགོག།ས་གཤིས་གནོད་འཚེ་འགོག་བཅོས།ཉེན་མེད་ཐོན་སྐྱེད་བཅས་ཀྱི་ལས་དོན་ཚོགས་འདུར།

བདེ་འཇགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་མཐིལ་ཚད་བརྟན་པོར་བསྲུངས་ནས་ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་སྤུས་ཚད་མཐོན་པོ་ཡོང་བར་ཉེན་མེད་འགན་སྲུང་བརྟན་པོ་བྱ་དགོས།

ཉེན་མེད་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་འགན་འཁྲི་དོན་ལ་དམ་ནན་འཁྱོལ་དགོས།

ཁམས་ཀྱི་དཔྱད་གཏམ།