དར་མདོ་ས་ཁུལ་གྱི་གནམ་གཤིས། དྲོད་ཚད་མཐོ་ཤོས26℃། དྲོད་ཚད་དམའ་ཤོས13℃། 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་ཨང10646པ།

སྤྱི་ལོ ལོའི་
ཟླ་བ པའི་ཚེས ཉིན།
བོད་མེ་རྟ་ལོའི་ཟླ་བ༥པའི་
ཚེས ༢༡ཉིན།
དེ་རིང་པར་ངོས4ཡོད།

2026
7 6

ཀྲུང་གོ་གུང་ཁྲན་ཏང་བཙུགས་ནས་ལོ
105འཁོར་བར་རྟེན་འབྲེལ་ཞུ་བའི་སྐབས་
དང་བསྟུན་ནས། སྤྱི་ཟླ6པའི་ཚེས29ཉིན།
དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི“ཕུལ་བྱུང་གཉིས་དང་
སྔོན་ཐོན་གཅིག”གི་གཟེངས་བསྟོད་ཚོགས་
ཆེན་དར་མདོར་འཚོགས་ཤིང་།ཁུལ་ཨུའི་ཧྲུའུ་
ཅི་ཀྲའོ་པོ་ཚོགས་འདུར་ཞུགས་པར་མ་ཟད་
གསུང་བཤད་གནང་བ་རེད།ཁོང་གིས་སྤྱི་ཁྱབ་
ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་གི་
དགོངས་པ་དང་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་
སི་ཁྲོན་གྱི་ལས་དོན་ལ་གནང་བའི་མཛུབ་སྟོན་
གལ་ཆེན་རབ་དང་རིམ་པའི་དགོངས་དོན་སློབ་
སྦྱོང་དང་ལག་ལེན་མཐར་ཕྱིན་བསྟར་བ་དང་།
བློ་དཀར་གྱི་བླ་སྲོག་སྐྱོང་བ་དང་འགག་སྒྲོལ་གྱི་

ནུས་པ་ཞུན་བརྡར། ཏང་སྐྱོང་སྙིང་སྟོབས་
རླབས་པོ་ཆེ་དར་སྤེལ།མཁས་པའི་རྗེས་སྙེག་
བཅས་བྱས་ཏེ།སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་དེང་
རབས་ཅན་གྱི་དཀར་མཛེས་ཁུལ་ཁྱོན་ཡོངས་
ནས་སྐྲུན་ཆེད་བྱས་རྗེས་གསར་པ་དེ་བས་ཆེ་བ་
འབུལ་དགོས་ཞེས་ནན་གསུང་གནང་བ་རེད།
ཁུལ་ཨུའི་ཧྲུའུ་ཅི་གཞོན་པ།ཁུལ་དཔོན་
དབྱང་ཧུང་ཧྲོའུ་ཡིས་ཚོགས་འདུ་གཙོ་སྐྱོང་
གནང་། ཁུལ་མི་དམངས་འཐུས་ཚོགས་རྒྱུན་
ལས་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་ཀྲུའུ་རེན་ཧྲུའུ་ཏ་ཁྲུན་
དང་། ཁུལ་སྲིད་གྲོས་ཀྱི་ཀྲུའུ་ཞི་ཝང་ཡུས་ཆུང་།
ཁུལ་ཨུའི་ཧྲུའུ་ཅི་གཞོན་པ།སྲིད་ཁྲིམས་ཨུ་ཡོན་
ལྷན་ཁང་གི་ཧྲུའུ་ཅི་ལུའོ་ལིན་བཅས་ཚོགས་
འདུར་ཞུགས་པ་རེད།

ཕྱི་དྲོའི་ཆུ་ཚོད3པར་ཚོགས་ཆེན་དེ་རྔམ་
བརྗིད་ལྡན་པའི་རྒྱལ་གླུའི་ཁྲོད་འགོ་འཛུགས་པ་
རེད།ལུའོ་ལིན་གྱིས《ཀྲུང་གུང་དཀར་མཛེས་
ཁུལ་ཨུའི་གུང་ཁྲན་ཏང་མི་ཕུལ་བྱུང་དང་ཏང་
དོན་ལས་དོན་པ་ཕུལ་བྱུང་།སྔོན་ཐོན་གཞི་
རིམ་ཏང་རྩ་འཛུགས་ལ་གཟེངས་བསྟོད་བྱ་
རྒྱུའི་སྐོར་གྱི་གཏན་འབེབས》སྒྲོག་སྦྱངས་
བྱས། ཀྲའོ་པོ་དང་དབྱང་ཧུང་ཧྲོའུ།ཧྲུའུ་ཏ་
ཁྲུན། ལུའོ་ལིན་སོགས་ཁུལ་རིམ་པའི་མགོ་
ཁྲིད་ཀྱིས་གཟེངས་བསྟོད་འཐོབ་མཁན་
འཐུས་མིར་བྱ་དགའ་སྤྲད་པ་དང་།གཟེངས་
བསྟོད་ཐོབ་པའི་འཐུས་མི3གྱིས་སྤེལ་རེས་
གཏམ་བཤད་བྱས་པ་རེད།
（ པར་ངོས་བཞི་པར་གཟིགས།）

སྤྱི་ཟླ6པའི་ཚེས30ཉིན།
ཁུལ་ཨུ་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་
སློབ་སྦྱོང་ལྟེ་གནས་ཚོ་ཆུང་གིས་
ཆེད་དོན་སློབ་སྦྱོང(རྒྱས་འཛོམས)
ཚོགས་འདུ་འཚོགས་ཤིང་།ཁུལ་
ཨུའི་ཧྲུའུ་ཅི་ཀྲའོ་པོ་ཡིས་ཚོགས་
འདུ་གཙོ་སྐྱོང་གནང་བར་མ་ཟད་
གསུང་བཤད་གནང་བ་རེད།
ཁོང་གིས་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་
ཕིང་གི་ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་གི་
དགོངས་པ་དང་།གསར་བརྗེའི་
གཞི་རྒྱུ་བརྒྱུད་འཛིན་དང་རྒྱང་
སྐྱོད་སྙིང་སྟོབས་དར་སྤེལ་གཏོང་
བའི་སྐོར་གྱི་རྣམ་བཤད་གལ་ཆེན་
སློབ་སྦྱོང་དང་ལག་ལེན་མཐར་
ཕྱིན་བསྟར་ཏེ།གསར་བརྗེའི་
ཁྲག་རྒྱུན་རྒྱུན་མཐུད་དེ་སྐྱོང་བ་
དང་དུས་རབས་ཀྱི་ལས་འགན་ལྕི་
པོ་འཁུར་ཕོད་པ་བྱས་ཤིང་།སྲིད་
འགན་ལག་རྗེས་འདུ་ཤེས་ཡང་
དག་པས་སྣེ་ཁྲིད་དེ་དཀར་མཛེས་
ཁུལ་དུས་རབས་གསར་པའི་རྒྱང་
སྐྱོད་ལམ་བུར་ཡག་པོ་བསྐྱོད་ཐུབ་
པ་བརྩོན་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།སྲིད་ཁྲིམས་ཨུ་ཡོན་ལྷན་
ཁང་གི་ཧྲུའུ་ཅི་ལུའོ་ལིན་བཅས་སློབ་
སྦྱོང་ལ་ཞུགས་པ་རེད།
ཚོགས་འདུར་བསྟན་དོན།
དཀར་མཛེས་ཁུལ་ནི་དམར་དམག་
རྒྱང་སྐྱོད་ཡུན་རིང་ཤོས་དང་བྱེད་སྒོ་
སྤེལ་རྒྱ་ཆེ་ཤོས།དམག་སྐྱོད་ལམ་
ཐག་རིང་ཤོས་བཅས་ཀྱི་ས་ཁོངས་
གལ་ཆེན་གྱི་གྲས་ཤིག་ཡིན་པའི་ངོས་
ནས་གསར་བརྗེའི་རྗེས་ཤུལ་མང་པོ་
ཡོད་པ་དང་།ང་ཚོའི་ཏང་གི་ལོ་ངོ
105ཡི་ལོ་རྒྱུས་ནང་ནམ་ཡང་
འགྱུར་བ་མེད་པའི་གསར་བརྗེའི་རྡོ་
རིང་བསྐྲུན་ཡོད།རྒྱང་སྐྱོད་ཀྱི་སྙིང་
སྟོབས་རླབས་ཆེན་བརྒྱུད་འཛིན་
དང་དར་སྤེལ་ཡག་པོ་གཏང་རྒྱུ་ནི་
དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི་གསར་བརྗེའི་
ས་གཞི་ཡིས་ངེས་པར་དུ་འཁུར་

དགོས་པའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འགན་འཁྲི་
ཞིག་དང་།ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་མི་རིགས་
ཁག་གི་ལས་བྱེད་པ་དང་མང་ཚོགས་
ཀྱིས་ངེས་པར་དུ་འཁུར་དགོས་པའི་
ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འགན་འཁྲི་ཞིག་ཡིན་པ་
རེད།དུས་རབས་གསར་པའི་རྒྱང་
སྐྱོད་ལམ་བུར་འཕེལ་རྒྱས་སྤུས་ཚད་
མཐོན་པོ་ཡོང་བ་དང་།ཡུལ་སྡེ་
ཁྱོན་ཡོངས་ནས་དར་རྒྱས་ཡོང་བ།
སྤྱི་ཚོགས་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་བརྟན་
བརླིང་ཡོང་བར་སྲུང་སྐྱོང་སོགས་ཀྱི་
དཀའ་ཚེགས་ཆེ་བའི་ལས་འགན་གྱི་
མདུན་དུ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་
རྒྱང་སྐྱོད་ཀྱི་སྙིང་སྟོབས་རྒྱུན་
འཁྱོངས་ཏེ།རང་རྟོགས་ངང་རྒྱང་
སྐྱོད་སྙིང་སྟོབས་དང་དཀའ་སྤྱད་
འབད་འཐབ་ཀྱི་རང་གཤིས་དེ་སྲིད་
འགན་ལག་རྗེས་འདུ་ཤེས་ཡང་དག་
པ་འཆང་བ་དང་ལག་ལེན་བསྟར་བ་
དང་འབྲེལ་མཐུད་བྱས་ནས།མྱུར་
སྒྲུབ་ལ་བརྩི་མཐོང་དང་དངོས་
སྒྲུབ་ལ་ཧུར་བརྩོན།དཀའ་སྒྲུབ་
ལ་མི་སྐྲག།（པར་ངོས་བཞི་པར་
གཟིགས། ）

སྤྱི་ཟླ7པའི་ཚེས1ཉིན།ཁུལ་
ཨུའི་ཧྲུའུ་ཅི་གཞོན་པ།ཁུལ་སྲིད་
གཞུང་གི་ཁུལ་དཔོན་དབྱང་ཧུང་ཧྲོའུ་
ཡིས་ཁུལ་མི་དམངས་སྲིད་གཞུང་
སྐབས་བཅུ་གསུམ་པའི་རྒྱུན་ལས་
ཚོགས་འདུ་ཐེངས88པ་གཙོ་སྐྱོང་
གནང་ནས་འཚོགས་ཤིང་།སྤྱི་ཁྱབ་
ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་ཉེ་དུས་ཀྱི་
གསུང་བཤད་གལ་ཆེན་དང་མཛུབ་
སྟོན་གལ་ཆེན་གྱི་དགོངས་དོན་བརྒྱུད་
སྦྱངས་དང་། འབྲེལ་ཡོད་གྲོས་དོན་
ལ་གྲོས་ཞིབ།ཉེ་དུས་ཀྱི་གཙོ་གནད་
ལས་དོན་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་པ་རེད།
ཚོགས་འདུར“ཞིང་གསུམ”
ལས་དོན་སྐོར་གྱི་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་
ཅིན་ཕིང་གི་རྣམ་བཤད་གལ་ཆེན་དང་།
ཞིང་ཆེན་ཏང་ཨུའི་ཐབས་ཇུས་བཀོད་
སྒྲིག་ལག་ལེན་མཐར་ཕྱིན་བསྟར་ཏེ་
ཞིང་ལས་དང་ཞིང་སྡེ་དེང་རབས་ཅན་
འཛུགས་སྐྲུན་ལ་ཏན་ཏིག་སྐུལ་བ་དང་།
ཁྱད་ལྡན་ཞིང་འབྲོག་ཐོན་ལས་སྟོབས་
ཆེར་གཏང་དགོས་པ།“སྐྱེ་ལྡན་
ཁུལ”འཛུགས་སྐྲུན་བྱ་རྒྱུ་གཙོ་གནད་
དུ་འཛིན་རྒྱུ་རྒྱུན་འཁྱོངས་དང་།སྐྱེ་
ཁམས་ར་བ་འཛུགས་ཤིང་ཐོན་ལས་
འཁོར་འབྲེལ་གཙོ་བོ་སྟོབས་ཆེན་
གཏང་རྒྱུ་དམ་འཛིན་བྱས་ཏེ།ཁྱད་

ལྡན་ཞིང་འབྲོག་ཐོན་ལས་གཏིང་ཟབ་
ཏུ་གཏོང་བ་དང་སྣེ་འདྲེན་ཁེ་ལས་
དང་། ཁུ་ཚུར་ཐོན་རྫས།གྲགས་ཅན་
སྤུས་རྟགས་བཅས་སྐྱེད་སྲིང་གང་
མགྱོགས་བྱས་ནས་ཞིང་འབྲོག་ལས་
གཞི་ཁྱོན་ཅན་དང་རྩེར་སོན་ཅན་དུ་
འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བར་བསྐུལ་དགོས།
མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་གྲོང་སྡེ་འཛུགས་
སྐྲུན་ལ་བསྐུལ་དགོས།“ཁྲི་སྟོང་འདུ་
འགོད”ཀྱི་ཉམས་མྱོང་སློབ་སྦྱོང་དང་
བེད་སྤྱད་དེ།ཡུལ་སྡེ་མཉམ་འདྲེས་
འཕེལ་རྒྱས་ལ་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་སྐུལ་བ་
དང་ཡུལ་སྡེ་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཧེ་བག་རྒྱུན་
མཐུད་ངང་ཆུང་དུ་གཏང་དགོས།
མང་ཚོགས་ཀྱི་འབབ་འཕར་ཐབས་
ལམ་རྒྱ་ཆེར་གཏང་དགོས།དབུལ་པོ་
བསྐྱར་ལོག་སྔོན་འགོག་གི་འགུལ་རྣམ་
ལྟ་ཞིབ་ཚད་ལེན་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་རུ་
གཏོང་བ་དང་རྒྱུན་རྣམ་ཅན་གྱི་རོགས་
སྐྱོར་སྲིད་ཇུས་དང་རོགས་སྐྱོར་མ་
དངུལ་གནད་འཁེལ་སྒོས་དོན་ལ་
འཁྱོལ་ཏེ།གྲོང་སྡེའི་མཉམ་སྡེབ་
དཔལ་འབྱོར་སྟོབས་ཆེར་བཏང་ནས་
སྣ་མང་ཕུགས་ཕན་གྱི་འབབ་འཕར་
ལམ་སྲོལ་འཛུགས་དགོས་ཞེས་ནན་
གསུང་གནང་བ་རེད།
ཚོགས་འདུར།ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་

སྲིད་གཞུང་ཁོངས་གཏོགས་ཀྱིས་སྤྱི་
ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་སི་ཁྲོན་
ལས་དོན་ཐད་གནང་བའི་མཛུབ་སྟོན་
གལ་ཆེན་རབ་དང་རིམ་པའི་དགོངས་
དོན་དང་།དུས་རབས་གསར་པའི་
ཏང་གི་བོད་སྐྱོང་མཛད་ཇུས།ཞིང་
ཆེན་ཏང་ཨུའི་སྐབས་བཅུ་གཉིས་པའི་
ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་དགུ་
པའི་སྙིང་དོན།ཧྲུའུ་ཅི་ཝང་ཞའོ་
ཧུའེ་རང་ཁུལ་དུ་རྟོག་ཞིབ་གནང་
བར་ཕེབས་པའི་བླང་བྱ་བཅས་སློབ་
སྦྱོང་དང་ལག་ལེན་མཐར་ཕྱིན་བསྟར་
བ་དང་། བརྟན་བརླིང་དང་འཕེལ་
རྒྱས། སྐྱེ་ཁམས།དམངས་འཚོ་
སོགས་ཀྱི་གཙོ་གནད་ལས་དོན་གཅིག་
གྱུར་གྱིས་དམ་འཛིན་ལེགས་པོ་བྱས་
ཏེ།ཞིང་ཆེན་ཏང་ཨུའི་མཛུབ་སྟོན་
བླང་བྱ་དེ་ལས་དོན་ལ་སྐུལ་བའི་ཞིབ་
ཕྲའི་བྱ་ཐབས་སུ་འགྱུར་བ་བྱས་ནས་
རྒྱལ་ཡོངས་དང་ཞིང་ཆེན་ཡོངས་ཀྱི་
འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱི་ཡོངས་ལ་བྱས་རྗེས་
མང་ཙམ་འབུལ་གང་ཐུབ་བྱ་དགོས་
ཞེས་ནན་གསུང་གནང་བ་རེད།།
(བདེ་སྐྱིད་ཀྱིས་བསྒྱུར།)

ལོ་བདུན་ཅུའི་སྔོན་གྱི་ཡན་ཨན་ས་དུང་
དུ་མའོ་ཙེ་ཏུང་གིས་མི་དམངས་ཀྱིས་སྲིད་གཞུང་
ལ་ལྟ་སྐུལ་བྱེད་དུ་འཇུག་དགོས་ཞེས་པས་ཧོང་
ཡན་ཕའེ་ཡི་ལོ་རྒྱུས་དུས་འཁོར་འབྱུང་ཚད་ཀྱི་
དྲི་བར་ལན་གནང་ཡོད།དུས་རབས་གསར་
པར་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་ལག་ལེན་
གསར་པ་བརྒྱུད་དེ།རང་རེའི་ཏང་གིས་དྲིས་
ལན་གཉིས་པ་བཏབ་པ་སྟེ།དེ་ནི་རང་ངོས་
གསར་བརྗེ་རེད་ཅེས་པས་རྗེས་སྐྱོང་ལེ་ཚན་
བཀོད་གནང་ཡོད།དྲིས་ལན་དེ་ནི་ཞི་ཅིན་ཕིང་
གི་ཏང་འཛུགས་དགོངས་པའི་བླ་སྲོག་རེད།
ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་ཏང་འཛུགས་དགོངས་
པ་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་ལ་མ་ལག་ཚགས་དམ་ཞིང་།
“རྒྱུན་འཁྱོང་དགོས་པ་བཅུ་བཞི”ཡིས་སྒྲོམ་
གཞི་ཧྲིལ་པོའི་ཁོག་ཕུབ་ཡོད།“ཏང་གི་འགོ་

ཁྲིད་རྒྱུན་འཁྱོངས་པ་ནི་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་
སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་རྩ་བའི་གཤིས་ལུགས་
ཆེས་ཆེ་བའི་ཁྱད་ཆོས་ཡིན”པ་ནས།“ཏང་
ཁྱོན་ཡོངས་ནས་ནན་པོས་སྐྱོང་བ་རྒྱུན་
འཁྱོངས་པ།”“ཏང་གི་ཆབ་སྲིད་འཛུགས་
སྐྱོང་སྤྱི་འདོམས་སུ་བྱེད་པ།”“རུལ་སུངས་མི་
ཕོད་པ་དང་།མི་བྱེད་པ།མི་འདོད་པ་བཅས་
གཞི་གཅིག་ཏུ་སྐུལ་བ”ཡི་བར།དཀྱུས་གཅིག་
ཏུ་འབྲེལ་བའི་གོང་བུ་རྒྱུད་རིམ་ལྡན་ཞིང་ཆ་
ཚང་བ་ཞིག་གྲུབ་ཡོད།དེའི་སྙིང་པོ་ནང་གི་
ཡང་སྙིང་དུ་གྱུར་པའི་འདེགས་སྐྱོར་གཙོ་བོ་
གསུམ་ལས་མ་འདས་པ་སྟེ།
དང་པོ།རང་ངོས་གསར་བརྗེ་ནི་བླ་སྲོག་
ཡིན།རང་ངོས་གསར་བརྗེ་བྱེད་ཕོད་པ་ནི་ཏང་
གི་གཤིས་སྤྱོད་ཆེས་མངོན་གསལ་དོད་པོ་ཡིན་ལ་

ཁྱད་ཡོན་ཆེས་ཆེ་བ་ཡང་ཡིན།སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་
ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་ཏང་ནན་པོས་
སྐྱོང་བ་དེ་དུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་གི་རང་
ངོས་གསར་བརྗེའི་ལག་ལེན་རླབས་པོ་ཆེ་རུ་ཚད་
དཔོག་གནང་བར་མ་ཟད།“དགོས་ངེས་
དྲུག”གིས་རང་ངོས་གསར་བརྗེའི་རྩ་བའི་ཆབ་
སྲིད་ཁ་ཕྱོགས་དང་བསམ་བློའི་དྲག་ཆས་བཟང་
པོ།ཐབས་ལམ་གོ་ཆོད།འགག་སྒྲོལ་དམག་
འཐབ་དང་ཡུན་རིང་དམག་འཐབ།ལས་བྱེད་
པའི་དཔུང་སྡེ་ཞུན་བརྡར།ལམ་ལུགས་ཚད་
གཞི་མ་ལག་བཅས་ལ་རྒྱས་བཤད་རྒྱུད་རིམ་ལྡན་
པ་གནང་ཡོད།
（པར་ངོས་གཉིས་པར་གཟིགས།）

ཀྲའོ་པོ་ཡིས་ཁུལ་ཨུ་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་སློབ་སྦྱོང་ལྟེ་གནས་ཚོ་ཆུང་གི་ཆེད་དོན་སློབ་སྦྱོང(རྒྱས་འཛོམས)ཚོགས་འདུར།

གསར་བརྗེའི་ཁྲག་རྒྱུན་སྐྱོང་ཞིང་དུས་རབས་ཀྱི་ལས་འགན་ལྕི་པོ་འཁུར་ཕོད་པ།སྲིད་འགན་ལག་རྗེས་འདུ་ཤེས་ཡང་དག་པས་སྣེ་ཁྲིད་དེ་དཀར་མཛེས་ཁུལ་དུས་རབས་གསར་པའི་རྒྱང་སྐྱོད་ལམ་བུར་ཡག་པོ་བསྐྱོད་པར་བརྩོན་དགོས་ཞེས་གསུངས།

ཀྲའོ་པོ་ཡིས་དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི“ཕུལ་བྱུང་གཉིས་དང་སྔོན་ཐོན་གཅིག”གི་གཟེངས་བསྟོད་ཚོགས་ཆེན་དུ།

བློ་དཀར་གྱི་བླ་སྲོག་སྐྱོང་བ་དང་འགག་སྒྲོལ་གྱི་ནུས་པ་ཞུན་བརྡར།ཏང་སྐྱོང་སྙིང་སྟོབས་རླབས་པོ་ཆེ་དར་སྤེལ།མཁས་པའི་རྗེས་སྙེག་བཅས་བྱས་ཏེ།སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་དེང་རབས་ཅན་གྱི་དཀར་མཛེས་ཁུལ་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་སྐྲུན་ཆེད་བྱས་རྗེས་གསར་པ་དེ་བས་ཆེ་བ་འབུལ་དགོས་ཞེས་གསུངས།

ལོ་བརྒྱའི་སྲིད་ཏང་ཆེན་མོ་གསོན་ཤུགས་འཕེལ་བའི་གསང་བ་སྟེ།ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་ཏང་འཛུགས་དགོངས་པའི་སྙིང་པོ།
ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་ཏང་འཛུགས་དགོངས་པའི་སྙིང་དོན་སློབ་སྦྱོང་དང་ལག་ལེན་མཐར་ཕྱིན་བསྟར།

གསར་འགོད་པས་ཁུལ་བསྡོམས་རྩིས་
ཅུས་ནས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན།
དུས་ཚིགས་གཉིས་པར་ཁུལ་ཡོངས་ཀྱིས་
དམིགས་འབེན་ལས་འགན་ལ་དམ་པོར་
དམིགས་ཤིང་ཤུགས་བརྒྱབ་སྟེ།དཔལ་འབྱོར་
འཁོར་སྐྱོད་སྤྱིའི་ཆ་ནས་བརྟན་པོ་བྱུང་བ་རེད།
མ་དངུལ་འཇོག་གྲངས་རྒྱུན་མཐུད་ངང་ཇེ་མང་
དུ་སོང་བ་དང་།འཛད་སྤྱོད་ཚོང་ར་བརྟན་
པོའི་ངང་རྒྱ་བསྐྱེད་པ།བཟོ་ལས་དཔལ་འབྱོར་
བསྐྱར་དུ་ཅུང་འཕར་ཡོད།
གཏན་འཇགས་རྒྱུ་ནོར་ལ་མ་དངུལ་
འཇོག་གྲངས་མང་བ།སྤྱི་ཟླ་དང་པོ་ནས་ལྔ་པའི་
བར་གཏན་འཇགས་རྒྱུ་ནོར་ལ་མ་འཇོག་བྱེད་
ཚད་ན་ལོའི་དུས་མཉམ་ལས་བརྒྱ་ཆ17.8འཕར་
ནས་ཞིང་ཆེན་ཡོངས་ཀྱི་མདུན་དུ་སླེབས།སྤྱི་ཟླ་
ལྔ་པར་བརྒྱ་ཆ10.7འཕར་ཡོད།ཐོན་ལས་དང་
པོར་མ་དངུལ་འཇོག་གྲངས་འཕར་སྣོན་མགྱོགས་

པོར་བྱུང་སྟེ་བརྒྱ་ཆ64.2འཕར་བ་དང་།ཐོན་
ལས་གཉིས་པར་མ་དངུལ་འཇོག་གྲངས་བརྟན་
པོའི་ངང་འཕར་ཏེ་བརྒྱ་ཆ9.8ཡིན།ཐོན་ལས་
གསུམ་པར་མ་དངུལ་གཏོང་ཤུགས་ཆེ་རུ་ཕྱིན་ཏེ་
བརྒྱ་ཆ24.2འཕར་ཡོད།
འཛད་སྤྱོད་ཁྲོམ་རའི་སྤུས་ཚད་དང་ཤོང་
ཚད་ཆེ་རུ་སོང་།སྤྱི་ཟླ་དང་པོ་ནས་ལྔ་པའི་བར་
ཁུལ་ཡོངས་སུ་སྤྱི་ཚོགས་འཛད་རྫས་སིལ་འཚོང་
བསྡོམས་འབོར་སྒོར་དུང་ཕྱུར59.61བྱུང་བ་དེ་
ན་ལོའི་དུས་མཉམ་ལས་བརྒྱ་ཆ7.0འཕར་ནས་
ཞིང་ཆེན་ཡོངས་ཀྱི་སྔོན་དུ་སླེབས།སྤྱི་ཟླ་ལྔ་པར་
བརྒྱ་ཆ5.2འཕར་ཡོད།བཅད་གྲངས་ཡན་གྱི་
སིལ་འཚོང་ལས་རིགས་ཀྱིས་དམངས་འཚོར་མཁོ་
ངེས་ལ་བརྟེན་ནས་བརྒྱ་ཆ22.0འཕར་བ་དང་།
སྡེབ་འཚོང་ལས་རིགས་ཀྱི་སིལ་འཚོང་དངུལ་
འབོར་ཆེས་ཆེར་ཆག་ནས་མགྲོན་ཁང་དང་བཟའ་
བཏུང་ལས་རིགས་ལ་གནོན་ཤུགས་ཐེབས་ཤིང་

འཁོར་སྐྱོད་ཡག་པོ་མེད།
གཞི་ཁྱོན་ཡན་གྱི་བཟོ་ལས་ཆུང་གྲས་
བསྐྱར་འཕར་བྱུང་ཡོད།སྤྱི་ཟླ་དང་པོ་ནས་ལྔ་
པའི་བར་ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་བཟོ་ལས་རིན་ཐང་
འཕར་མ་ན་ལོའི་དུས་མཉམ་ལས་བརྒྱ་ཆ3.0
འཕར་བ་དེ་ཟླ་བ་གོང་མ་ལས་བརྒྱ་ཆའི་གྲངས
0.9བསྐྱར་དུ་འཕར་བ་དང་། སྤྱི་ཟླ་ལྔ་པར་བརྒྱ་
ཆ9.9འཕར་བ་དེ་ཟླ་བ་གོང་མ་ལས་བརྒྱ་ཆའི་
གྲངས25བསྐྱར་དུ་འཕར་ཡོད།གཏེར་འདོན་
ལས་རིགས་དང་བཟོ་སྐྲུན་ལས་རིགས་གོང་དུ་
འཕེལ་ཚུལ་ལེགས་སུ་ཕྱིན་ཞིང་།སོ་སོར་བརྒྱ་ཆ
84.9དང་བརྒྱ་ཆ35.4འཕར་ཡོད།བཟོ་ལས་
བསྡོམས་འབོར་གྱི་བརྒྱ་ཆ80.8ལ་ཟིན་པའི་ནུས་
ཁུངས་གཙང་མའི་ཐོན་ལས་བརྒྱ་ཆ4.8ཆག་པས་
གཏན་འབེབས་བཟོ་ལས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་འཕར་ཚད་
ལ་ཤུགས་རྐྱེན་ཐེབས་པ་རེད།།
(བདེ་སྐྱིད་ཀྱིས་བསྒྱུར།)

ཁུལ་མི་དམངས་སྲིད་གཞུང་སྐབས་བཅུ་གསུམ་པའི་རྒྱུན་ལས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས88པ་འཚོགས།

སྤྱི་ཟླ་དང་པོ་ནས་ལྔ་པའི་བར་ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་འཁོར་སྐྱོད་སྤྱིའི་ཆ་ནས་བརྟན་པོར་བྱུང་།

ཁམས་ཀྱི་གཏམ་ཐུང་།