དར་མདོ་ས་ཁུལ་གྱི་གནམ་གཤིས། དྲོད་ཚད་མཐོ་ཤོས8℃། དྲོད་ཚད་དམའ་ཤོས-1℃། 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་ཨང10700པ།

སྤྱི་ལོ ལོའི་
ཟླ་བ པའི་ཚེས ཉིན།
བོད་མེ་རྟ་ལོའི་ཟླ་བ༡༠པའི་
ཚེས ༩ཉིན།
དེ་རིང་པར་ངོས4ཡོད།

2026
11 18

ཞིན་ཧྭ་གསར་འགྱུར་ཁང་པེ་ཅིང་ནས་སྤྱི་ཟླ
11ཚེས15ཉིན་གློག་འཕྲིན་འབྱོར་གསལ།ཉེ་ཆར།
ཀྲུང་གུང་ཀྲུང་དབྱང་གིས་བསྐྱར་བཅོས་བྱས་རྗེས་ཀྱི
《ཀྲུང་གོ་གུང་ཁྲན་ཏང་ས་གནས་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་
ལས་དོན་སྲོལ་ཡིག》（གཤམ་དུ《སྲོལ་ཡིག》ཅེས་བསྡུ་
རྒྱུ）བཀྲམ་པ་དང་འབྲེལ་བརྡ་ཐོ་བཏང་ནས་ས་ཁུལ་
ཁག་དང་སྡེ་ཚན་ཁག་ལ་དེར་བརྩི་སྲུང་ཞུས་ནས་ལག་
བསྟར་ནན་ཏན་བྱེད་དགོས་པའི་བླང་བྱ་བཏོན་པ་རེད།
བརྡ་ཐོའི་ནང་བསྟན་དོན།《སྲོལ་ཡིག》ནང་ཞི་
ཅིན་ཕིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་
ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་མཛུབ་ཁྲིད་དུ་

བྱས་ཏེ།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་གཏིང་ཟབ་བྱེད་པ་དང་།
ཀྲུང་ཨུ་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་ལྔ་པའི་བཀོད་
སྒྲིག་དོན་འཁྱོལ་ནན་ཏན་བྱེད་པ།ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་
ཏང་འཛུགས་སྐྱོང་དགོངས་པ་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ལག་
བསྟར་བྱེད་པ།ཀྲུང་གོའི་ལུགས་ཀྱི་དེང་རབས་ཅན་ལ་
བརྟེན་ནས་རྒྱལ་ཁབ་སྟོབས་ཆེན་འཛུགས་སྐྲུན་དང་མི་
རིགས་བསྐྱར་དར་གྱི་བྱ་གཞག་རླབས་པོ་ཆེར་ཕྱོགས་
ཡོངས་ནས་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་དེས་ས་གནས་ཏང་ཨུའི་
ལས་དོན་ལ་བླང་བྱ་དེ་བས་མཐོ་བ་བཏོན་པར་དམིགས་

ཏེ།ས་གནས་ཏང་ཨུའི་ནུས་པ་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་དང་།
ས་གནས་ཏང་ཨུའི་ལས་ཀའི་འགན་འཁྲི་དང་འཁོར་
རྒྱུག་ལམ་སྲོལ་འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་གཏོང་དགོས་ཤིང་།
དེས་ས་གནས་ཏང་ཨུས་ཁུལ་དེ་གར་སྤྱི་ཡོངས་ལ་
གཅིག་འདོམས་དང་ཕྱོགས་ཁག་མཐུན་སྦྱོར་བྱེད་པའི་
འགོ་ཁྲིད་ཀྱི་ནུས་པ་གང་ལེགས་འདོན་པར་སྐུལ་འདེད་
གཏོང་བ་དང་།ཁ་ཕྱོགས་སྟངས་འཛིན་དང་།སྤྱི་
ཡོངས་ལ་དོ་དམ།ཐབས་ཇུས་འགོད་པ།དོན་འཁྱོལ་
འགན་ལེན་བཅས་ཀྱི་འགན་འཁྲི་སྔར་བས་ཡག་པོ་སྒྲུབ་
པར་དོན་སྙིང་གལ་ཆེན་ལྡན་ཡོད།
(པར་ངོས་བཞི་པར་གཟིགས།)

སྤྱི་ཟླ11པའི་ཚེས12ཉིན།ཁུལ་ཨུའི་
ཧྲུའུ་ཅི་ཀྲའོ་པོ་ཡིས་ཚོ་ཆུང་ཁྲིད་དེ་པེ་ཅིང་དུ་
རྒྱལ་ཁབ་དན་གྲངས་ཚོགས་པ་ཚད་ཡོད་སྤྱི་
གཉེར་ཁང་དུ་ལས་དོན་འབྲེལ་མཐུད་བྱེད་སར་
ཕེབས་ནས་ཀྲུང་དབྱང་དང་ས་གནས་མཉམ་
འགུལ་མཐུན་སྦྱོར་ཡང་དག་པ་དང་།ཨང་ཀིའི་
དཀར་མཛེས་ཁུལ་མགྱོགས་པོར་འཛུགས་པ།
དན་གྲངས་ཀྱི་གྲུབ་རྐྱེན་གཙོ་བོ་མཐུན་སྦྱོར་བྱེད་
ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ།སྦག་མེད་རྩིས་ཤུགས་
ཐོན་ལས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་བ་བཅས་ཀྱི་ཐད་
བཞུགས་མོལ་གནང་ཞིང་སྤེལ་རེས་བྱས་ནས་
ངོས་འཛིན་གཅིག་མཐུན་བྱུང་བ་རེད།
རྒྱལ་ཁབ་དན་གྲངས་ཚོགས་པ་ཚད་ཡོད་སྤྱི་
གཉེར་ཁང་གི་སྤྱི་ཁྱབ་གཉེར་དཔོན་གཞོན་པ།
ཏང་ཚན་ཁག་གི་གྲུབ་མི་ཧུའུ་ཞའོ་བཞུགས་མོལ་
ཚོགས་འདུར་ཕེབས།ཀྲའོ་པོ་ཡིས་ཁུལ་ཨུ་དང་

ཁུལ་སྲིད་གཞུང་གི་ཚབ་མཛད་ནས་རྒྱལ་ཁབ་དན་
གྲངས་ཚོགས་པ་ཚད་ཡོད་སྤྱི་གཉེར་ཁང་གིས་
དཀར་མཛེས་ཁུལ་ལ་སེམས་ཁུར་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་
བྱས་པར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་ཤིང་དཀར་མཛེས་ཁུལ་
གྱི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་
གནས་ཚུལ་ངོ་སྤྲོད་མདོར་བསྡུས་ཀྱང་གནང་།
ཁོང་གིས་ད་ལྟ་ཁུལ་ཡོངས་ཀྱི་གོང་འོག་ཚང་མས་
ཏང་གི་སྐབས་ཉི་ཤུ་པའི་ཀྲུང་ཨུ་ཚང་འཛོམས་
གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་ལྔ་པའི་སྙིང་དོན་སློབ་སྦྱོང་དང་
ལག་ལེན་མཐར་ཕྱིན་བསྟར་བ་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་
ཤར་གྱི་དན་གྲངས་ནུབ་ཏུ་རྩིས་པའི་འཐབ་ཇུས་
གོ་སྐབས་དམ་དུ་འཛིན་ཅིང་།སྦག་མེད་ཐོན་
ཁུངས་འདོན་སྤྲོད་བྱེད་གནས་གལ་ཆེན་འཛུགས་
སྐྲུན་བྱས་ནས་ལོ་ལྔའི་འཆར་འགོད་བཅོ་ལྔ་པའི་
འགོ་ཡག་པོ་རྩོམ་པར་ཧུར་ཐག་སྐུལ་བཞིན་
ཡོད། (པར་ངོས་བཞི་པར་གཟིགས།)

སྤྱི་ཟླ11པའི་ཚེས10ནས11ཉིན་བར།ཞིང་
ཆེན་ཡོངས་ཀྱི་ཁྱད་ཡོན་ཐོན་ལས་ཀྱི་སྐྱེ་ཁམས་ར་བ་
འཛུགས་ཤིང་ཐོན་ལས་འཁོར་སྐྱོད་གཙོ་བོ་སྟོབས་
ཆེན་གཏོང་བའི་གསོ་སྦྱོང་འཛིན་གྲྭ་དཀར་མཛེས་
ཁུལ་དར་མདོ་གྲོང་ཁྱེར་དུ་གཉེར་བ་རེད།དུས་
ཡུན་ཉིན་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་སྒོར་ལས་སྒོའི་གསོ་སྦྱོང་
སྤེལ་རེས་དང་ཐོན་ལས་སྦྲེལ་མཐུད་མཉམ་དུ་བྱས་
ཏེ།“སྣེ་འདྲེན་ཁེ་ལས་གྲོང་ཁྱེར(ཁུལ)དུ་ཞུགས་
པའི”དཀར་མཛེས་ས་ཚུགས་ཀྱི་འགོ་འཛུགས་
མཛད་སྒོ་དུས་གཅིག་ཏུ་འཚོགས་ནས།སྲིད་གཞུང་
དང་ཁེ་ལས།དངུལ་ཁང་།ཞིབ་འཇུག་སོགས་
ཕྱོགས་མང་པོའི་སྟོབས་ཤུགས་གཅིག་ཏུ་བསྡུས་ཏེ་
མཐོ་སྒང་གི་ཁྱད་ལྡན་ཐོན་ལས་འཕེལ་རྒྱས་སྤུས་
ཚད་མཐོན་པོ་ཡོང་བའི་ཐབས་ལམ་གསར་པ་
མཉམ་དུ་ཇུས་འགོད་བྱས་པ་རེད།
བསྡོམས་རྩིས་ལ་གཞིགས་ན།ད་ལོའི་དུས་

ཚིགས་སྔོན་མ་གསུམ་ལ་དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱི་ཐོན་ལས་
དང་པོའི་འཕར་ཐང་བརྒྱ་ཆ5.1ཡིན་ཞིང་ཞིང་ཆེན་
ཡོངས་ཀྱི་ཨང2པ་ཡིན།ཞིང་སྡེ་གཞིས་མིའི་མི་རེའི་ཆ་
སྙོམས་བཀོལ་སྤྱོད་ཆོག་པའི་ཡོང་འབབ་བརྒྱ་ཆ6.6
འཕར་ཞིང་ཞིང་ཆེན་ཡོངས་ཀྱི་ཨང4པ་ཡིན།ཁུལ་
ཡོངས་ཀྱི་སྐྱེ་ལྡན་ཞིང་ལས་ཐོན་རྫས་ཀྱི་ལོ་རེའི་ཐོན་
རྫས་རིན་ཐང་སྒོར་དུང་ཕྱུར17.85ལ་ཟིན་པ་རེད།
སླད་ཕྱིན་རང་ཁུལ་གྱིས་བཟོ་སྣོན་ཞིབ་ཚགས་ཀྱི་
གནད་ཐུག་སར་ས་ཁོངས་རང་བཞིན་གྱི་འཁྱག་འབྲེལ་
ཟོང་འགྲུལ་སྡུད་འགྲེམ་ལྟེ་གནས་བཙུགས་ནས།ནོར་
གནག་གི་ཤ་ཁྲག་རུས་འོ་དང་།ནས།མཐོ་སྒང་གི་ཤ་
མོ་བཅས་ཀྱི་སྔོན་བཟོས་ཟས་རིགས་གསར་སྤེལ་གཏིང་
ཤུགས་བསླངས་ཏེ2023ལོར་ནོར་གནག་བཟོ་སྣོན་
ཞིབ་ཚགས་བྱེད་ཚད་བརྒྱ་ཆ30ཡན་བསླེབ་ཐུབ་པ་བྱ་
དགོས།སྤུས་རྟགས་ཚོང་གཉེར་མ་ལག་ཡག་པོ་

འཛུགས་པ་དང་།ལྷད་མེད་སྐྱེ་ལྡན་གྱི་དཀར་མཛེས་
ཐོན་རྫས་སྤུས་རྟགས་ཡོད་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཐོན་རྫས་རྐྱང་
མའི་བསྡེབས་བསྒྲིགས་བཟོ་ཤུགས་ཆེ་རུ་བཏང་ནས་དྲྭ་
ཐོག་དང་དྲྭ་ཕྱིའི་ཐོན་འཚོང་འབྲེལ་མཐུད་ཐབས་ལམ་
བདེ་མོ་བཟོ་དགོས།ཞིང་པར་མཉམ་འབྲེལ་སྣེ་ཁྲིད་
བྱེད་པའི་ཕྱོགས་འདུས་ཕན་ནུས་མུ་མཐུད་ཆེ་རུ་བཏང་
ནས། འབྲོག་ལས་དུང་ཕྱུར་རིམ་པ་དང་།ཤིང་འབྲས་
དང་ནགས་རྩྭ་དུང་ཕྱུར་ལྔ་བཅུ་རིམ་པ་དང་།ཐོན་
ལས་ཞིབ་ཕྲ་དུང་ཕྱུར་བཅུ་དང་ལྔ་རིམ་པ་མང་པོ་ཡོད་
པའི་ཁྱད་ཆོས་ཐོན་ལས་སྦྲེལ་ཐག་འཛུགས་ཤུགས་ཆེ་རུ་
བཏང་སྟེ།རྒྱལ་ཡོངས་ཧྲིལ་འཛུགས་ལུགས་ཀྱི་སྦག་
མེད་སྐྱེ་ལྡན་ཐོན་ལས་སྦྲེལ་ཐག་ཧྲིལ་པོའི་འཕེལ་རྒྱས་
སྤུས་ཚད་མཐོན་པོའི་ཚོད་ལྟ་ཁུལ་འཛུགས་པར་བརྩོན་
ལེན་བྱ་དགོས།།(བདེ་སྐྱིད་ཀྱིས་བསྒྱུར།)

ཉེ་ཆར།གོ་ལ་ཧྲིལ་པོའི་འཁོར་མདའ་ཆ་འགྲིག་
ཉི་མའི་རྒྱང་ཤེལ་ཆེ་ཤོས་ཏེ།སྨི2.5ཅན་གྱི་མཐོང་ར་
ཆེ་ཞིང་ཤན་འབྱེད་ཚད་མཐོ་བའི་ཉི་མའི་རྒྱང་ཤེལ་གྱི་
ས་གནས་ཀྱི་ཆ་བསྒྲིགས་ལས་གཞི་འཛུགས་སྐྲུན་ཐད་
ནས་གཏམ་བཟང་ཐོས་པ་སྟེ།ལོ་གཅིག་ཙམ་འགག་
སྒྲོལ་དཀའ་སེལ་བྱས་པར་བརྒྱུད་ལས་གཞི་དེ་སྤྱི་ཟླ10
པའི་ཟླ་མཇུག་ཏུ་གན་བཞག་འཛུགས་སྐྲུན་གྱི་ནང་དོན་
ཚང་མ་ལེགས་འགྲུབ་བྱུང་བ་དང་འབྲེལ་སྤྱི་ཟླ11པའི་

ཚེས2ཉིན་ལ་བདེ་བླག་ངང་ལས་མཇུག་འགྲིལ་བ་དང་
ཞིབ་བཤེར་རྩིས་ལེན་ཐུབ་ཡོད་ཅིང་།“རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་
ལས་གཞི་འགངས་ཆེན”དེ་བེད་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུར་རྨང་གཞི་
བརྟན་པོ་བཏིང་ཡོད་པ་རེད།
ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན། ལས་གཞི་
དེ་དཀར་མཛེས་ཁུལ་འདབ་པ་རྫོང་གི་མིང་མེད་རི་
བོའི་མཚོ་འཕགས་མཐོ་བའི་ལྟ་དཔྱད་ཚད་འཇལ་ཁུལ་
དུ་གནས་པ་དང་དཀར་མཛེས་ཁུལ་འདབ་པ་མཚོ་

འཕགས་མཐོ་བའི་གནམ་དཔྱད་ཚན་རིག་ལྟེ་གནས་
ཀྱིས་སྣེ་ཁྲིད་དེ་ལག་ལེན་བསྟར་བ་ད་ང།ནན་ཅིང་
སློབ་ཆེན་དང་ཡུན་ནན་གནམ་དཔྱད་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་
མཉམ་དུ་འཛུགས་སྐྲུན་ལས་འགན་ལ་སྐུལ་འདེད་
བཏང་བ་རེད།
ལས་གཞི་དེར་ཁྱོན་མ་དངུལ་སྒོར་ཁྲི3593
བཏང་བ་དང་། མ་དངུལ་གྱི་ཡོང་ཁུངས་གཙོ་བོ་ནི་
ཞིང་ཆེན་གྱི་སྔོན་རྩིས་ནང་གི་རྩ་བའི་འཛུགས་སྐྲུན་
གྱི་མ་དངུལ་ཡིན་པ་དང་།དཀར་མཛེས་ཁུལ་གྱིས་
དུས་མཉམ་དུ་ཆེད་སྤྱོད་མ་དངུལ་སྒོར་ཁྲི160ཆ་
བསྒྲིགས་པ་དང་།ས་བསྡུ་ལས་དོན་འགན་ལེན་
བྱས་ཏེ་ལས་གཞི་བདེ་བླག་ངང་དོན་ལ་འཁྱོལ་ཐུབ་
ཆེད་གྲུབ་རྐྱེན་མཁོ་སྤྲོད་འགན་སྲུང་ཡག་པོ་བྱས་
ཡོད།ལས་གཞི་དེ་གཙོ་བོ་ལྟ་ཞིབ་ཚད་ལེན་གྱི་ཁང་
པ་དང་ཞོར་གཏོགས་ཀྱི་ལེ་ལག་ཚང་བའི་ཁང་པ་
བསྐྲུན་ནས། ཚན་ཞིབ་མི་སྣའི་གཞུང་དོན་ཁང་
དང་སྒྲིག་ཆས་ཉར་ཚགས།ལྟ་ཞིབ་ཚད་ལེན་ལས་
རེས་སོགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་སྐོང་བ་དང་མཚོ་
འཕགས་མཐོ་བའི་དམིགས་བསལ་ཁོར་ཡུག་ལ་
འཕྲོད་པའི་ཚད་ལྡན་ཅན་དང་ཆེད་ལས་ཅན་གྱི་
གནམ་དཔྱད་ཀྱི་ལེ་ལག་ཚང་བའི་སྒྲིག་ཆས་བསྐྲུན་
ཡོད་པ་རེད།། (ལྷ་འཛོམས་ཀྱིས་བསྒྱུར།)

ཉེ་ཆར།རྒྱལ་སྤྱིའི་ས་གཤིས་ཚན་རིག་
མཉམ་འབྲེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ཕུའུ་ཐའོ་ཡ་ལ་
འཛམ་གླིང་ས་གཤིས་ཤུལ་བཞག་ཁག་གསུམ་
པའི་མིང་ཐོ100བསྒྲགས་ཤིང་།རང་རྒྱལ་གྱི་
ཤེལ་ཆུ་གས་སྲུབས་ས་རྒྱུད་དང་ཡུན་དབྱང་ཀྲུང་
ཀྲུའུ་ལུའོ་དུས་ཀྱི་གཏུམ་འབྲུག་འགྱུར་རྡོའི་ཁྱུ་
ཚོགས་དང་རི་བོ་ཏ་པེ་སུམ་བརྩེགས་དུས་རབས་
མཐོ་གནོན་ཆེས་ཆེ་བའི་གཤིས་འགྱུར་ས་རྒྱུད3
དེའི་ནང་དུ་ཚུད་ཡོད།དེ་ནས་རང་རྒྱལ་གྱི་
འཛམ་གླིང་ས་གཤིས་ཤུལ་བཞག་ས་མིང་གི་མིང་
ཐོར་ཚུད་པའི་ས་གཤིས་ཤུལ་བཞག་ས་ཆ13ལ་
འཕར་བ་དང་། དེའི་ཁྲོད་དུ་སི་ཁྲོན་ལ་གཉིས་
ཡོད་པ་སྟེ།ཙི་གོང་ཏ་ཧྲན་ཕུའུ་གཏུམ་འབྲུག་
འགྱུར་རྡོ་ཁྱུ་ཚོགས་ཀྱི་གནའ་ཤུལ་དང་ཤེལ་ཆུ་
གས་སྲུབས་ས་རྒྱུད་གཉིས་ཡིན་པ་རེད།
ཤེལ་ཆུ་གས་སྲུབས་ས་རྒྱུད་ནི་སི་ཁྲོན་ནུབ་
རྒྱུད་དང་མཚོ་བོད་མཐོ་སྒང་ཤར་རྒྱུད་དུ་གནས་
ཤིང་གོ་ལ་ཧྲིལ་པོའི་འགུལ་སྐྱོད་རང་བཞིན་ཆེ་
ཤོས་ཀྱི་སྐམ་ས་ཆེན་པོའི་ནང་ཁུལ་གྱི་གཡོན་སྐོར་
འདྲེད་བརྡར་གས་སྲུབས་ཀྱི་གྲས་ཤིག་ཡིན་པ་
དང་། འདྲེད་འགུལ་མྱུར་ཚད་ལོ་རེར་ཧའོ་སྨི8
ནས15བར་ཡིན་པ་རེད།གས་སྲུབས་ལམ་རྒྱུད་
དུ་གནའ་བོའི་ས་འགུལ་གྱི་ས་ངོས་གས་པའི་རྗེས་
ཤུལ་དང་གས་སྲུབས་ས་རྒྱུད་ནང་ཁུལ་གྱི་གྲུབ་
ཚུལ། ས་བབ་ཆགས་ཚུལ་ཆད་ཤུལ་བཅས་

གསལ་པོར་ཡོད་པས་མཚོ་བོད་མཐོ་སྒང་ས་ཤུན་
འགྱུར་བ་དང་ཆད་རིམ་འགུལ་སྟངས།ས་
འགུལ་བྱུང་བའི་བརྒྱུད་རིམ་བཅས་ལ་ཞིབ་
འཇུག་བྱེད་པའི་རང་བྱུང་ཚོད་ལྟ་ཁང་རྙེད་
དཀའ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད།
ཀྲུང་གོ་ས་གཤིས་བརྟག་དཔྱད་ཅུས་ཁོངས་
གཏོགས་ཀྱི་ས་གཤིས་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གི་ཚན་ཞིབ་
ཚོགས་པས་དུས་ཡུན་རིང་པོར་ཤེལ་ཆུ་གས་སྲུབས་
ས་རྒྱུད་ལ་དམིགས་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་དང་།
ཞིབ་འཇུག་ཁང་དེའི་ཞིབ་འཇུག་པ་ལི་ཧའེ་པིང་
གིས་ཤེལ་ཆུ་སྲུབས་ཆག་ས་རྒྱུད་མིང་ཐོར་ཚུད་པ་
དེས་རྒྱལ་སྤྱིའི་ས་གཤིས་ཚན་རིག་གི་རིན་ཐང་
འབུར་དུ་ཐོན་ཡོད་པ་མཚོན་ཡོད་ཅིང་དོན་སྙིང་ཧ་
ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད།སླད་ཕྱིན་དུ་གོ་སྐབས་དེ་དང་
བསྟུན་ནས་འཛམ་གླིང་དེའི་ས་གཤིས་ཤུལ་བཞག་
སྟེགས་བུར་བརྟེན་ནས་ས་གཤིས་རྗེས་ཤུལ་རྒྱུད་
རིམ་ལྡན་པས་སྲུང་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་དང་།
རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚན་ཞིབ་མཉམ་ལས་རྒྱ་སྐྱེད་གཏོང་བ།
བྱེས་སུ་ལག་ལེན་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་སྤེལ་ས་གཏོད་པ་
དང་འབྲེལ་ས་འགུལ་གྱི་ཚན་རིག་ཁྱབ་གདལ་རྒྱ་
ཁྱབ་ངང་སྤེལ་ཏེ།རྨང་གཞིའི་ས་གཤིས་ཞིབ་
འཇུག་གི་གྲུབ་འབྲས་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཕན་པ་དེ་
བས་ལེགས་པོ་འཐོབ་པ་དང་འཕེལ་རྒྱས་ལ་ཞབས་
འདེགས་ཞུ་རྒྱུར་བསྐུལ་དགོས་ཞེས་བཤད་པ་རེད།།
(བདེ་སྐྱིད་ཀྱིས་བསྒྱུར།)

སྨི2.5ཅན་གྱི་མཐོང་ར་ཆེ་ཞིང་ཤན་འབྱེད་ཚད་མཐོ་བའི་ཉི་མའི་རྒྱང་ཤེལ་གྱི་ས་གནས་ཆ་བསྒྲིགས་ལས་གཞི་འཛུགས་སྐྲུན་བདེ་བླག་ངང་གྲུབ།

ཀྲའོ་པོ་ཡིས་ཚོ་ཆུང་ཁྲིད་དེ་རྒྱལ་ཁབ་དན་གྲངས་ཚོགས་པ་ཚད་ཡོད་སྤྱི་གཉེར་ཁང་ལ་ལས་དོན་འབྲེལ་མཐུད་གནང་།

སི་ཁྲོན་ཤེལ་ཆུ་གས་སྲུབས་ས་རྒྱུད་འཛམ་གླིང་ས་གཤིས་ཤུལ་བཞག་ས་མིང་མིང་ཐོར་ཚུད།
རང་རྒྱལ་གྱི་མིང་ཐོར་ཚུད་པའི་ས་གཤིས་ཤུལ་བཞག་ས་ཆ13དུ་འཕར་བ་དང་དེའི་ནང་སི་ཁྲོན་ལ་གཉིས་ཡོད།

ཀྲུང་གུང་ཀྲུང་དབྱང་གིས《ཀྲུང་གོ་གུང་ཁྲན་ཏང་ས་གནས་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་ལས་དོན་སྲོལ་ཡིག》བཀྲམ་པ།

རང་ཁུལ་གྱིས་རྒྱལ་ཡོངས་ཧྲིལ་འཛུགས་ལུགས་ཀྱི་སྦག་མེད་སྐྱེ་ལྡན་ཐོན་ལས་སྦྲེལ་ཐག་ཧྲིལ་པོའི་འཕེལ་རྒྱས་སྤུས་ཚད་མཐོན་པོའི་ཚོད་ལྟ་ཁུལ་འཛུགས་པར་བརྩོན།

གོ་ལ་ཧྲིལ་པོའི་འཁོར་མདའ་ཆ་འགྲིག་ཉི་མའི་རྒྱང་ཤེལ་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་ཆ་བསྒྲིགས་
ལས་གཞི་འདབ་པ་རྫོང་དུ་ལས་མཇུག་བསྒྲིལ་ནས་རྩིས་ལེན་བྱས།

མྱུར་སྒྲུབ་ལ་བརྩི་མཐོང་།དངོས་སྒྲུབ་ལ་ཧུར་བརྩོན།དཀའ་སྒྲུབ་ལ་མི་སྐྲག།ཐབས་སྒྲུབ་ལ་མཁས་པ།

བབ་བསྟུན་འཕྲལ་སྒྲུབ་ཀྱིས་རྣམ་གསར་གཏོད།རྗེས་སྙེག་མཆོང་བརྒལ་གྱིས་ལེའུ་གསར་རྩོམ།

སི་ཁྲོན་ཞིང་ཆེན་དཀར་མཛེས་ཁུལ་བྲག་མགོ་རྫོང་ཤྭ་རྭ་ཐང་གྲོང་རྡལ་ཤེལ་ཆུ་འགྲམ་གྱི་གྲོག་རོང་།