4 2020ལོའི་ཟླ་1ཚེས་5 གལ་ཆེའི་གསར་འགྱུར།

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

ཕྱུག་འགྱུར་ལམ་བུའི་ཐོག་གི་སྣེ་ཁྲིད་པ།

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)
ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན།
“རིག་ནུས་ལ་བརྟེན་ནས་བཟའ་བཅའ་་་་་་་་་་་
བཤེར་བའི”རྣམ་གྲངས་དེས་གྲངས་གཞི་ཆེན་
པོའི་ལྟེ་གནས་དང་བཀོད་འདོམས་བཀོད་་་་་་་
གཏོང་ལྟེ་གནས་གཉིས་དང་།སྲིད་གཞུང་་་་་་
དང་། ཁེ་ལས།སྤྱི་དམངས་བཅས་ལ་ཕྱོགས་་
རྒྱུ། ཁྲོམ་ར་ལྟ་འདོམས་ཅུས་ཀྱི་གཞུང་ཕྱོགས་་
དྲ་བ་དང་སྐད་འཕྲིན་བཅས་དམིགས་ཚད་དུ་་
འཛིན་པ་དང“གཅིག་གྱུར་འཆར་འགོད་་་་་་་་་
དང་། གཅིག་གྱུར་བཀོད་སྒྲིགགཅིག་གྱུར་་་་
བཀོལ་སྤྱོད།གཅིག་གྱུར་གྲངས་གཞི།
གཅིག་གྱུར་དྲ་ཚུགས”བཅས་ཀྱི་གཞི་གཅིག་་་་

ཅན་འཛུགས་སྐྲུན་གྱི་བསམ་བཀོད་ལྟེ་བར་་་་་་
བཟུང་ནས་བཟའ་བཅའ་དང་སྨན་རྫས་བདེ་་་
འཇགས་ལྟ་འདོམས་མ་ལག་བཙུགས་ཡོད།
ཆ་འཕྲིན་ཅན་གྱི་ཐབས་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྟ་
འདོམས་བྱེད་སྟངས་གསར་བརྗེས་བྱེད་པ་་་་་་་
དང་། བཟའ་བཅའ་དང་སྨན་རྫས་བདེ་་་་་་་་་་
འཇགས་ལྟ་འདོམས་གྱི་ཕན་འབྲས་ཆེ་རུ་་་་་་་་་་
གཏོང་བ།བཅའ་བཅའ་དང་སྨན་རྫས་བདེ་་་
འཇགས་མཉམ་དུ་བཅོས་སྐྱོང་དང་མཉམ་དུ་་་
དོ་དམ་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་་་་་
ཡོད།
(རིག་རྡོར་གྱིས་བསྒྱུར།སྐལ་མཆོག་་་་་
གིས་ཞུས)

ཤའི་སྤུས་ཚད་ལེགས་ཉེས་རྩ་གཉིས་ཨང་རྟགས་
བཤེར་ན་ཁུངས་འདེད་ཐུབ་པ། (པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)ཚེ་རིང་་་་་་་་་་

དབང་ཕྱུག་གི་སྣེ་ཁྲིད་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་འོགགླང་ཉག་སྨད་པ་གྲོང་ཚོའི་སློབ་ལོ་ལོན་པའི་་
བྱིས་པ་སློབ་གྲྭར་ཞུགས་ཚད་100%ཟིན་་་་་
པ་དང་། ཁོང་གིས་ཁས་ལེན་བྱས་པ་བཞིན་་
སློབ་མ་ཞིག་ཆབ་མདོ་གྲོང་ཁྱེར་ལས་རིགས་་་
ལག་རྩལ་སློབ་གྲྭ་འགྲིམ་པར་རོགས་སྐྱོར་་་་་་་
བྱས།

གཞན་ཡང་། ཚེ་རིང་དབང་ཕྱུག་ནི་་་་་
ཉམས་མྱོང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ནགས་་་་་་་་
སྲུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་།ཁོང་གིས་ཉིན་་་་་
ལྟར་སྦག་སྦག་བཞོན་ནས་ཁོངས་གཏོགས་་་་་
ཁུལ་གྱི་ནགས་ཁུལ་དུ་སྐོར་ཞིབ་དང་གནས་་་
ཚུལ་ཐོ་འགོད་བྱེད་པར་སྐྱོད་ཀྱི་ཡོད་ལ།
ནགས་ཚལ་ཐོན་ཁུངས་ལ་གཏོར་སྐྱོན་་་་་་་་་་་་

ཐེབས་པའི་གནས་ཚུལ་མཐོང་ཚེ་དུས་ཐོག་་་་
ཏུ་ཐག་གཅོད་བྱས་ནས་ནགས་ལས་ཐོན་་་་་་་
ཁུངས་ལ་སྲུང་སྐྱོང་ནུས་ལྡན་བྱེད་བཞིན་་་་་་་
ཡོད།
ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་གི་འགྱུར་ལྡོག་སྐོར་
གླེང་སྐབས།གླང་ཉག་སྨད་པ་གྲོང་ཚོའི་་་་་་་
གྲོང་མི་ཚང་མས་ཚེ་རིང་དབང་ཕྱུག་ལ་་་་་་་་་་
བསྟོད་པའི་མཐེ་བོང་སྒྲེང་བཞིན་ཡོད།
སྣང་ཚུལ་དེ་དག་མཐོང་དུས་ཚེ་རིང་དབང་་་
ཕྱུག་དགའ་སྤྲོ་ཚད་མེད་སྐྱེ་ཡི་ཡོད་ལ།གླང་་
ཉག་སྨད་པ་གྲོང་ཚོའི་གྲོང་མི་རྣམས་བདེ་་་་་་
སྐྱིད་ལྡན་པའི་འཚོ་བ་སྐྱེལ་རྒྱུ་ཡོང་བར་དེ་་་་་
བས་ཡིད་ཆེས་ཀྱིས་ཁེངས།
（དབང་སྒྲོལ་སྐྱིད་ཀྱིས་བསྒྱུར།དོན་་་་
གྲུབ་ཀྱིས་ཞུས）

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)ད་ཆ།བོད་་་
ཀྱི་མི་རིགས་ཁག་གི་ལས་བྱེད་པ་དང་མང་་་་་་་
ཚོགས་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་མིག་འབྲས་ལ་་་་་་་་་་་་
གཅེས་སྤྲས་བྱེད་པ་བཞིན་མི་རིགས་མཐུན་་་་་
སྒྲིལ་ལ་གཅེས་སྤྲས་དང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚེ་སྲོག་་་
ལ་གཅེས་སྤྲས་བྱེད་པ་བཞིན་མི་རིགས་་་་་་་་་་་་
མཐུན་སྒྲིལ་ལ་གཅེས་སྤྲས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ་མི་་་
རིགས་ཁག་སེ་འབྲུའི་འབྲུ་བཞིན་རྡོག་རྩ་་་་་་་་་
གཅིག་ཏུ་དམ་པོར་བསྒྲིལ་ཡོད།

མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་གྱི་མེ་་་་་་་
ཏོག་ལ་རབ་བྱུང་གཅིག་རིང་གཅེས་
སྐྱོང་ཡག་པོ་བྱས་པ།

ཟླ་12ཚེས་25ཉིན།རང་སྐྱོང་ལྗོངས་་་་
ཀྱི“ལམ་གཉིས་ཀྱི་སྙིང་སྟོབས”དྲན་གསོ་་་་་་་་
ཁང་དུ། དམིགས་བསལ་གྱི་ཡུལ་སྐོར་བ་་་་་་་་་
ཁག་གཅིག་གིས《ཁྲོན་བོད་དང་མཚོ་བོད་་་་་་་
གཞུང་ལམ་བཟོ་སྐྲུན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དཔྱད་་་་་་་་་་་་
གཞིའི་པར་གཞི》ལྟ་བཞིན་ཡོད།ཡུལ་སྐོར་་་
བ་དེ་དག་གི་ཁྲོད།བོད་ལྗོངས་འགྲིམ་་་་་་་་་་་་
འགྲུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་ལས་རིགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཡོངས་
ངལ་རྩོལ་དཔེ་བཟང་བ་ཡོད་ལ།བོད་་་་་་་་་་་་
ལྗོངས་འགྲིམ་འགྲུལ་ཁོངས་གཏོགས་ཀྱི་བློ་་་་་་
མཐུན་རྒན་གྲས་དང་བློ་མཐུན་འདས་པོའི་་་་་
ནང་མིའི་འཐུས་མིའང་ཡོད་ཅིང་།ཁོང་ཚོ་་་་
ནི་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི“ལམ་གཉིས་ཀྱི་སྙིང་་་་་་
སྟོབས”དྲན་གསོ་ཁང་ལ་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་མི་་་་་་
རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་ཡར་ཐོན་སློབ་གསོའི་རྟེན་
གཞི་ཁག་དྲུག་པའི་མིང་བཏགས་ནས་སྒོ་་་་་་་་་
བྱང་འགེལ་བའི་མཛད་སྒོར་ཞུགས་མཁན་་་་་་
རེད།
1950ལོའི་དཔྱིད་ཀར།དམག་སྡེ་་་་་་་་་
བཅོ་བརྒྱད་པས་བོད་ལ་ཞི་བས་བཅིངས་་་་་་་་་
འགྲོལ་གཏོང་དགོས་པའི་སྐོར་གྱི་ཀྲུང་དབྱང་
གི་མཛད་ཕྱོགས་གཞིར་བཟུང་།ལྷོ་ནུབ་་་་་་་་་
ཅུས་དང་། ལྷོ་ནུབ་དམགབོད་ལྗོངས་ལས་་
དོན་ཨུ་ལྷན་བཅས་ཀྱི་ཐད་ཀའི་འགོ་ཁྲིད་་་་་་་་
འོགདཔུང་སྐྱོད་བྱེད་རིང་ལམ་བཟོས་པ་་་་་་་
རེད།ལམ་སྐྲུན་དམག་ཆེན་གྱིས་འཕྲེད་རྒྱུག་
ལ་འཛེག་པ་དང་།འབྲི་ཆུ་སྒྲོལ་བ།ཁུ་ནུ་རི་
བོ་བརྒལ་བ་སོགས་རང་བྱུང་འགག་བཙན་་་་་
དང་འཐབ་ནས་སྔོན་གཤེགས་དཔའ་བོ་་་་་་་་་་
3000ལྷག་གིས་ས་མཐོར་རང་སྲོག་ལེགས་་་་་
སྐྱེས་སུ་ཕུལ་ཡོད།1954ལོའི་ཟླ་12ཚེས་་་་་་
25ཉིན།ཁྲོན་བོད་དང་མཚོ་བོད་གཞུང་་་་་་་
ལམ་དུས་གཅིག་ཏུ་ལྷ་ས་བར་ཤར་གཏོང་་་་་་་་
ཐུབ་ནས་བོད་ལ་གཞུང་ལམ་མེད་པའི་ལོ་་་་་་་་
རྒྱུས་མཇུག་འགྲིལ་བ་དང་བོད་ཀྱི་འགྲིམ་་་་་་་་་
འགྲུལ་གྱི་དུས་རབས་གསར་པ་བཏོད་ཡོད།
དམག་སྡེ་བཅོ་བརྒྱད་པ་བོད་དུ་ཡོང་བ་་
ནས་བཟུང་། མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་གྱི་མེ་་་་་་་་
ཏོག་ལ་གཅེས་སྐྱོང་ཟབ་མོ་བྱས་ཤིང་།མི་་་་་་་
རིགས་ཁག་དབར་ཕན་ཚུན་སྐྱོང་རེས་དང་་་་་
ཕན་ཚུན་བརྩི་འཇོག་གིས་མཛའ་གྲོགས་ཟབ་
མོ་ཆགས་ཏེ་མཉམ་དུ་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་་་་
བོད་ལྗོངས་སྐྲུན་བཞིན་ཡོད།ད་ཆ།བོད་་་་་
སྐྱོད་ལས་བྱེད་པའི་རྗེས་རབས་པ་མི་ཉུང་བ་་་
ཞིག་གིས་རང་ཉིད་ལ“བོད་ཀྱི་མི་རབས་་་་་་་་་

གཉིས་པ”དང་ཐ་ན“བོད་ཀྱི་མི་རབས་་་་་་་་་་་
གསུམ་པ”ཞེས་འབོད་ཀྱི་ཡོད།
དེ་དང་ཆབས་ཅིགརང་སྐྱོང་ལྗོངས་་་་་་
ཀྱིས་ད་དུང་མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་ཡར་ཐོན་་་་
གཏོད་པའི་གཟེངས་བསྟོད་བྱེད་སྒོ་གཏིང་་་་་་
ཟབ་སྤེལ་ཏེ་མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་ཡར་ཐོན་་་་
གྱི་རྣམ་པ་བཟང་པོ་ཞིག་ཧུར་ཐག་བཏོད་་་་་་་་
ཡོད།2019ལོའི་བར།རང་ལྗོངས་ལ་རྒྱལ་
སྲིད་སྤྱི་ཁྱབ་ཁང་གི་གཟེངས་བསྟོད་ཐོབ་་་་་་་་་
པའི་དཔེ་བཟང་མཉམ་སྡེབ་140དང་དཔེ་་་་
བཟང་མི་སྒེར་189ཡོད་པ་དང་།རང་སྐྱོང་་
ལྗོངས་ཀྱིས་གཟེངས་བསྟོད་སྤྲད་པའི་མི་་་་་་་་་་
རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་གྱི་དཔེ་བཟང་མཉམ་སྡེབ་
1794དང་དཔེ་བཟང་མི་སྒེར་2657ཡོད་་་་
པ་རེད།

མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་གྱི་་་་་་་་་་་་
གཡུར་ཟའི་གྲུབ་འབྲས།
ད་ཆ། མི་རིགས་མི་འདྲ་བའི་མི་་་་་་་་་་་་་་
དམངས་ཚོ་བོད་ཀྱི་ས་ཆ་ཁག་ཏུ་རྩ་བ་ཚུགས་་
ཏེ་ཕན་ཚུན་མཛའ་ཞིང་མཐུན་པ་དང་།ཇ་་་
དང་ཚྭ་ལྟར་ཁ་འབྲལ་ཐབས་མེད།
འདི་ལོ་ལོ་50ལ་སླེབས་པའི་སྨིན་དྲུག་་་་
ནི་ཆབ་མདོ་གྲོང་ཁྱེར་ལྷོ་རོང་རྫོང་ཤོ་པ་མདོ་་
གྲོང་རྡལ་དུ་སྡོད་ཀྱི་ཡོད།རྫ་ཆུའི་འགྲམ་་་་་་་་
ངོགས་ཀྱི་གྲོང་རྡལ་ཆུང་ངུ་འདིར་ཆིང་རྒྱལ་་་་
རབས་ཀྱི་་བང་སོའི་ཚོགས་དང་དམག་སྡེ་་་་་་་་
བཅོ་བརྒྱད་པའི་སྒར་རྒྱག་ས་རང་སོར་་་་་་་་་་་་
བཞག་ཡོད་ཅིང་།གྲོང་རྡལ་གྱི་གྲོང་མིས་ད་་་
དུང་ཚལ་བསྙལ་མ་དང་ཟླ་མཆོད་བག་ལེབ་་་་
བཟོ་ཤེས་པ་མ་ཟད།སེང་རྩེད་ཀྱང་རྩེ་ཤེས་་་
ཀྱི་ཡོད།
སྨིན་དྲུག་གི་མག་པ་གཉིས་ཀ་རྒྱ་རིགས་་
ཡིན་ཞིང་།བུ་མོ་ཆུང་བ་ཟླ་བ་ལྷ་སྐྱིད་དང་་་་་
མག་པ་མཱ་ཧྲི་ཧ་ནི་གླ་པ་རྒྱུག་སྐབས་ངོ་ཤེས་་་་་
པ་དང་། 2015ལོར་ཁྱིམ་ཐབ་བཟུང་།མཱ་་་
ཧྲི་ཧ་ནི་སི་ཁྲོན་ཕན་ཀྲི་ཧྭ་ནས་ཡིན་པ་དང་།
ད་ཆ་ཤོ་པ་མདོ་གྲོང་རྡལ་དུ་སྡོད་ཀྱི་ཡོད།
“ད་ཆ་ང་འདི་གའི་འཚོ་བར་རྦད་དེ་་་་་་
གོམས་འདུགསྒོར་གཞས་འཁྲབ་པ་དང་ཇ་་་
སྲུབས་མ་འཐུང་བ་མ་ཟད་བོད་སྐད་ཤོད་པ་་་
དང་བོད་རིགས་དང་གྲོགས་པོ་མང་པོ་ཡོད་་་་
པ”ཅེས་མཱ་ཧྲི་ཧ་ཡིས་བཤད་ཅིང་།འབྱུང་་་་་
འགྱུར་གྱི་སྐོར་གླེང་སྐབས་ཁོང་གིས་བཟའ་་་་་
ཟླ་དང་མཉམ་དུ་འབད་བརྩོན་བྱས་ཏེ་འཚོ་་་་
བ་དེ་བས་སྐྱིད་པ་ཞིག་སྐྱེལ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་་་་་་་་་་
བརྗོད།
ཤོ་པ་མདོ་གྲོང་རྡལ་གྱི་མདོར་དེ་སྔ་་་་་་་་་
དམག་སྡེ་བཅོ་བརྒྱད་པའི་སྒར་རྒྱག་ས་རེད།
ཨར་འདམ་ལམ་གྱི་གཞོགས་སུ་སྐབས་དེ་་་་་་་་་
དུས་དམག་སྡེ་བཅོ་བརྒྱད་པའི་འཐབ་འཛིང་
པས་གསར་དུ་སྦོལ་བའི་ས་ཞིང་མུའུ་300
ཙམ་ཡོད་པ་དེ་ནི་ད་ཆ་གྲོག་རོང་འཕྲེད་་་་་་་་་་
གཞུང་གང་སར་ཁྱབ་སའི་ས་ཞིང་གཤིན་པོ་་་་
ཞིག་ཏུ་གྱུར་ནས་སྔར་བཞིན་ཤོ་པ་མདོའི་མི་་་
དམངས་སྐྱོང་བཞིན་ཡོད།མི་རིགས་མཐུན་་
སྒྲིལ་ལ་གཡུར་ཟའི་གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་ཡོད།
(ཚེ་སྒྲོལ་གྱིས་བསྒྱུར།གནམ་ཕྱུག་རྒྱལ་་
གྱིས་ཞུས)

ཕན་ཚུན་ལྟ་སྐྱོང་གིས་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་
བོད་ལྗོངས་འཛུགས་སྐྲུན་བྱེད་པ།

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)
དབུལ་སྒྲོལ་འགག་སྒྲོལ་གྱི་དམག་འཐབ་བརྒྱབ་ཚུན།
རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱིས་གནད་སྨིན་དབུལ་སྐྱོར་དང་གནད་སྨིན་་་་་་་
དབུལ་སྒྲོལ་གྱི་གཞི་རྩའི་མཛད་ཇུས་ལག་བསྟར་གཏིང་ཟབ་བྱས་་་
པ་དང་མི་དམངས་ལྟེ་བར་འཛིན་པའི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་བསམ་བློ་་་་་
མཐའ་འཁྱོངས་ཀྱིས་དབུལ་སྒྲོལ་འགག་སྒྲོལ་བྱ་རྒྱུ་དེ་དོན་ཆེན་་་་་་
གཙོ་བོ་ཞིག་དང་དམངས་འཚོའི་འདུ་འགོད་ཨང་དང་པོར་་་་་་་་་་་
བརྩིས་ནས་བཀོད་འདོམས་ནུས་ལྡན་དང་འཁོར་རྒྱུག་ནུས་ཆེའི་་་་
དབུལ་སྒྲོལ་འགག་སྒྲོལ་གྱི་བཀོད་འདོམས་མ་ལག་ཅིག་བསྐྲུན་་་་་་་
ཡོད་པ་དང་།སྤྱི་ཚོགས་ཡོངས་དབུལ་སྐྱོར་ནང་ཞུགས་རྒྱུར་སྐུལ་་
སློང་དང་།དངོས་ཟོག་དང་མ་དངུལ་འགན་ལེན་ལམ་སྲོལ་་་་་་་་་་
འཐུས་ཚང་དུ་བཏང་སྟེ་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱིས་དོ་དམ་བྱེད་པའི་མ་
དངུལ་90%ཡན་གཞི་རིམ་དང་དམངས་འཚོའི་ཁྱབ་ཁོངས་སུ་་་་
གཟིགས་སྐྱོང་བྱས་པ་དང་ཤིན་ཏུ་དབུལ་བའི་ས་ཁུལ་དང་་་་་་་་་་་་་
དམིགས་བསལ་ཚོགས་སྤྱི་དབུལ་པོར་དམིགས་ནས་གནད་དོན་་་་་
གྱི་ཕྱོགས་སྟོན་མངོན་གསལ་དོད་པ་དང་།སྲིད་ཇུས་ཀྱི་མཁོ་སྤྲོད་
ལེགས་སྒྲིགཕར་ཆིན་རྒྱག་པའི་སྙིང་རུས་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས་་་་་་་་
དབུལ་སྒྲོལ་འགག་སྒྲོལ་ལས་དོན་ལ་ཐག་གཅོད་རང་བཞིན་གྱི་་་་་་
འཕེལ་རིམ་གལ་ཆེན་བྱུང་ནས་ལོ་གསུམ་བསྟུད་མར་ཀྲུང་དབྱང་་་
གིས་དབུལ་སྒྲོལ་འགག་སྒྲོལ་ཕན་འབྲས་ཀྱི“ཕྱོགས་བསྡུས་གདེང་
འཇོག་བཟང་པོར”བདམས་ཡོད།

ད་ཆ“ཁག་གཅིག་རེ་ལྔ”ལ་ཟམ་མི་ཆད་པར་ཚད་བརྒལ་་་་་་
གསར་པ་བྱུང་ཡོད།ཐོན་ལས་དབུལ་སྐྱོར་གྱིས་མི་འབོར་དབུལ་་་
པོ་ཁྲི་23.81དབུལ་སྒྲོལ་ཡོང་བར་སྐུལ་ཁྲིད་བྱས་པ་དང་མི་་་་་་་་་་་
འབོར་ཁྲི་70ལྷག་ཙམ་ལ་ཕན་པ་ཐོབ་པ་དང་།ཡུལ་གཞན་དུ་་་་་
གནས་སྤོས་དབུལ་སྐྱོར་སྲིད་ཇུས་ལ་བརྟེན་ནས་མི་ཁྲི་25.7
གནས་སྤོ་བྱས་པ་དང་།སྡོད་ཁང་འཛུགས་སྐྲུན་བྱེད་ཚད་དང་་་་་
དེའི་ནང་སྡོད་ཚད་གཉིས་ཀ་96.6%ལྷག་ཙམ་ཟིན་པ།སྣོད་་་་་་
བཅུད་སྲུང་སྐྱོང་དང་དབུལ་སྒྲོལ་འགག་སྒྲོལ་ཕན་ཚུན་སྐུལ་་་་་་་་་་་
འདེད་ཐེབས་པ།སློབ་གསོའི་དབུལ་སྐྱོར་དེ་དབུལ་པོ་བུ་རབས་་་
ཚ་རྒྱུད་དབུལ་པོ་ཆགས་རྒྱུ་འགོག་པའི་རྩ་བའི་བྱ་ཐབས་ལ་བརྩིས་
པས། འཕེལ་རྒྱས་མྱུར་པོ་བྱུང་བ་དང་ཁྱོན་སློབ་མ་མི་ཐེངས་ཁྲི་་་་
231.21ལ་རོགས་སྐྱོར་ཐོབ་པ།དབུལ་སྒྲོལ་འགག་སྒྲོལ་ཁྲོད་ཀྱི་
སྤྱི་ཚོགས་འགན་སྲུང་གི་ཐ་སྐྱོང་ནུས་པ་སྲ་ཞིང་བརྟན་ལ་ཕན་་་་་་་་
ནུས་ལྡན་པ་དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་མ་མཐའི་འཚོ་བའི་འགན་ལེན་་་་་
དང་དབུལ་སྐྱོར་གསར་སྤེལ་འབྲེལ་མཐུད་ནུས་ལྡན་བཅས་བྱུང་་་་
ཡོད་པ་རེད།
ད་ཆ“སེམས་ཁྲལ་མེད་པ་གཉིས་དང་འགན་ལེན་་་་་་་་་་་་་་
གསུམ”གྱི་མངོན་གསལ་དོད་པའི་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་་་་་
པའི་ཐད་ཕན་འབྲས་གསར་པ་ཐོན་ཡོད།མི་འབོར་དབུལ་པོའི་་་
འཐུང་ཆུའི་དཀའ་གནད་ཚང་མ་ཐག་གཅོད་བྱུང་བ་དང་།ཁྱིམ་་

ཚང་དབུལ་པོའི་འོས་འགན་སློབ་གསོའི་དུས་མཚམས་ཀྱི་ཕྲུ་གུ་་་་་་
སློབ་མཚམས་མི་ཆད་པ་དང་སློབ་མཚམས་མི་འཇོག་པའི་་་་་་་་་་་་་་
དམིགས་ཚད་མངོན་འགྱུར་བྱུང་བ།ཞིང་འབྲོག་ཁུལ་དུ་མཉམ་་་་
ལས་སྨན་བཅོས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་གསར་པ་ཡིག་ཚགས་དང་གཱ་་་་་་་་་་
བཟོས་པའི་མི་འབོར་དབུལ་པོ་ཡོངས་ལ་ཁྱབ་པ་མ་ཟད།མང་་་་་
ཚོགས་དབུལ་པོའི་སྡོད་ཁང་གི་བདེ་འཇགས་གནད་དོན་ཐག་་་་་་་
གཅོད་བྱུང་ཡོད།
དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་གནས་ལས་བསྒྲལ་བས།དབུལ་སྒྲོལ་བྱུང་་་
བའི་དུད་ཚང་གཞན་དག་དང་འདྲ་བར་དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོར་་་་་་
ཡང་རང་ཉིད་ཀྱི་འཆར་གཞི་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད།
“2020ལོར་ཁྱིམ་ཆས་གསར་པ་འགའ་ཤས་ཉོས་ནས་འཚོ་་
བ་དྲོ་སྐྱིད་ལྡན་པ་ཞིག་སྐྱེལ་རྩིས་ཡོད”ཅེས་དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོས་་
བཤད།

དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོ་དང་འདྲ་བར་རྒྱ་ཆེའི་མང་ཚོགས་དབུལ་
པོ་ཚོའི་དངོས་པོའི་འཚོ་བ་ལེགས་སུ་ཤུགས་ཆེན་ཕྱིན་པ་དང་ནང་
སྐྱེས་སྒུལ་ཤུགས་སྔར་བས་མངོན་པ་མ་ཟད།བསམ་པའི་ཉམས་་་
འགྱུར་ལ་འགྱུར་ལྡོག་གཏིང་ཟབ་ཕྱིན་པས།བལྟོས་བཅས་་་་་་་་་་་་
དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་ཀྱི་ཕུགས་ཕན་ལམ་སྲོལ་་་
སྔར་བས་ལེགས་པ་འཛུགས་པ་དང་།གྲོང་གསེབ་དར་རྒྱས་་་་་་་་་་
གཏོང་བའི་འཐབ་ཇུས་ལ་སྐུལ་འདེད་ཏན་ཏིག་གཏོང་བར་རྨང་་་
གཞི་བརྟན་པོ་ཞིག་བཏིང་ཡོད།
(བསོད་བདེ་གཞོན་པ་དང་བསྟན་བློས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས)

དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོའི་དབུལ་སྒྲོལ་འཚོ་བ། 今日主要内容
▲ 央金拉姆：向贫困说再见

▲ 守望相助建设美丽西藏

▲ 致富路上领头雁

▲ 肉质好不好扫码可溯源

第一版

第四版 ▲图片故事：在传承和创新中发展的“燕京八绝”

第二版 ▲《西藏自治区实施＜中华人民共和国献血法＞》

第三版 ▲《文艺副刊》

པར་རིས་ནང་གི་གཏམ་རྒྱུད།

རྒྱུན་འཛིན་དང་གསར་གཏོད་ཁྲོད“པེ་ཅིང་གི་བཟོ་རྩལ་ཆེ་མོ་བརྒྱད”འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བ། “པེ་ཅིང་གི་བཟོ་རྩལ་ཆེ་མོ་བརྒྱད”ནི་པེ་ཅིང་གི་གུ་གུ་ཤ་དང་།གཡང་ཊི་བརྐོས་མ།བ་སོ་བརྐོས་མ།བརྐོས་རྩི།གསེར་གྱི་ཕྲ་རྒྱན།མེ་ཏོག་གི་ཕྲ་རྒྱན།ཕོ་བྲང་གི་གདན།པེ་ཅིང་གི་འཚེམ་དྲུབ་བཅས་བཟོ་་་་་་་་

རྩལ་ཆེ་གྲས་བརྒྱད་ཡིན།“པེ་ཅིང་གི་བཟོ་རྩལ་ཆེ་མོ་བརྒྱད”ཀྱིས་ས་ཁུལ་ཁག་གི་དམངས་ཁྲོད་བཟོ་རྩལ་གྱི་སྙིང་བཅུད་བསྡུ་རུབ་གང་ལེགས་བྱས་ནས་ཆིང་རྒྱལ་རབས་སྐབས་སུ་སྲོལ་རྒྱུན་བཟོ་རྩལ་གྱི་རྩེར་སོན་དུ་་་་་་་་་སླེབས་ནས་པེ་ཅིང་གི་ཕོ་བྲང་སྒྱུ་རྩལ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་སུ་གྱུར་ཡོད།མིང་ཆིང་རྒྱལ་རབས་སུ་གོང་མ་ཚང་ལ་ཆེད་མངགས་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ལས་མི་སེར་དཀྱུས་མས་འཛད་སྤྱོད་བྱེད་ཐབས་བྲལ།
ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་།བཟོ་རྩལ་ཆེ་མོ་བའི་ལས་དོན་ཁང་ཁག་གཅིག་བཙུགས་ནས་མངོན་མིན་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་ཐོན་སྐྱེད་རང་བཞིན་གྱི་སྲུང་སྐྱོང་འཚོལ་ཞིབ་དང་རྒྱུན་འཛིན་པ་གསོ་སྐྱོང་བྱས་ཡོད།དེ་་་་་་་དང་དུས་མཚུངས།པེ་ཅིང་གྲོང་ཁྱེར་གྱིས་མངོན་མིན་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་སློབ་གྲྭ་དང་སྡེ་ཁུལ་དུ་ཁྱབ་གདལ་བཏང་ནས་མངོན་མིན་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་ལ་དགའ་པོ་བྱེད་མཁན་འབོར་ཆེན་ཞིག་གསོ་སྐྱོང་བྱ་་་་་་རྒྱུའི་ལྕག་སྐུལ་བྱས་ཡོད།བཟོ་རྩལ་ཆེ་མོ་བ་མི་རབས་གསར་པས་ལག་ཤེས་བཟོ་རྩལ་གྱི་བྱ་ཐབས་དང་སྒྱུ་རྩལ་གྱི་རྣམ་པ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་གསར་གཏོད་བྱས་ནས་གནའ་བོའི་སྒྱུ་རྩལ་དང་དེང་རབས་ཀྱི་འཚོ་བ་ཕན་་་་་ཚུན་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ཏེ“པེ་ཅིང་གི་བཟོ་རྩལ་ཆེ་མོ་བརྒྱད”རྒྱུན་འཛིན་དང་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་བཏང་བ་རེད།

↑ འདི་ནི་ཕོ་བྲང་གི་གདན་གྱི་བཟོ་རྩལ་པ་ཝུའུ་ཅན་མའེ་ཡིས་ལས་དོན་ཁང་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་་་
བཞིན་པ།

↑ འདི་ནི་པེ་ཅིང་གི་འཚེམ་དྲུབ་ལས་ལ་་་་་་་་་
གཞོལ་ནས་ལོ་15སོང་བའི་ཡུས་ཅིང་གིས་ལས་དོན་་
ཁང་དུ་འཚེམ་དྲུབ་རྒྱག་བཞིན་པ།

↓ འདི་ནི་པེ་ཅིང་གི་བརྐོས་རྩིའི་སྒྱུ་རྩལ་གྱི་་་་་་་་་་
མཚོན་བྱེད་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱུན་འཛིན་པ་མཱ་ཉིང་གིས་་་་་
བརྐོས་རྩིའི་ཐོན་རྫས་ཇུས་འགོད་བྱེད་བཞིན་པ།

← འདི་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མངོན་མིན་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་རྣམ་གྲངས་བ་སོ་བརྐོས་མའི་་་་་་་་་་
མཚོན་བྱེད་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱུན་འཛིན་པ་ཀྲུང་གོ་བཟོ་རྩལ་མཛེས་རྩལ་ཆེ་མོ་བ་ལི་ཁྲུན་ཁོའོ་ཡིས་་་་་་་་་་གནའ་བོའི་བ་སོར་བརྐོས་རྒྱག་བཞིན་པ།