4 2020ལོའི་ཟླ་3ཚེས་19 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

今日主要内容
▲ 吴英杰调研我区高校毕业生就业创业工
作
▲ 自治区十一届人大常委会第四十八次主
任会议召开
▲ 西藏电网建设项目全面复工复产

▲ 讲深讲透党的恩情入脑入心凝聚奋进力
量
▲ 西藏公共就业招聘网运行平稳
▲ 昌都计划粮食播种面积67万亩

第一版

第四版 ▲公益广告

第二版

▲ 一起战，准能胜
▲ 罗布顿珠出席区应急管理厅调研座谈会

▲ 姜杰主持召开2020年自治区边境地区小
康村建设工作指挥部第1次会议
▲ 高原短波

第三版 ▲人民日报评论：守土有责守土有方

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)
འབྲེལ་ཡོད་འགན་འཁུར་བས་ན་ནིང་་
གི་ལོ་མཇུག་ཏུ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་པའི་ལས་ཞུགས་་་་་་་
དང་ལས་མི་བསྡུ་བའི་དྲ་བ་སྤྱོད་འགོ་ཚུགས་་་
ཤིང་།མིག་སྔར་ཐེམ་ཁུངས་བོད་ནས་ཡིན་་་་
པའི་མཐོ་སློབ་སློབ་ཐོན་སློབ་མ་ཁྲི་1.6གིས་་་་
མིང་ཐོ་བཀོད་ཡོད་པ་དང་།རང་སྐྱོང་་་་་་་་་་་་
ལྗོངས་ཀྱིས་དོ་དམ་བྱེད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁེ་་་་་་་་
ལས་དང་བོད་སྡོད་ཀྲུང་དབྱང་ཁེ་ལས་ཁྱོན་་་་
179ཡིས་མི་སྤྱོད་ཚན་པར་བཅའ་སྡོད་བྱས་་་་
ཏེ་ལས་ཞུགས་ལས་གནས་སྟབས་བསྟུན་མཁོ་་
འདོན་བྱེད་པ།མཐོ་སློབ་སློབ་ཐོན་སློབ་མས་
དྲ་ཚིགས་བརྒྱུད་དྲ་ཐོག་ནས་ལོ་རྒྱུས་མདོར་་་་
བསྡུས་བསྐུར་བ་དང་། ལས་གནས་སྙོམས་་་་་
སྒྲིགདྲ་ཐོག་ངོ་རྒྱུགས་སོགས་ལས་ཀ་འཚོལ་་
བའི་གོ་རིམ་སྒྲིག་པ་བཅས་བྱས་ནས་རིམས་་་་
ནད་སྔོན་འགོག་ཚོད་འཛིན་བྱེད་རིང་གི་རང་
ལྗོངས་ཀྱི་མཐོ་སློབ་སློབ་ཐོན་སློབ་མའི་ལས་་་་
ཀ་འཚོལ་བའི་དགོས་མཁོ་ཧུར་ཐག་བསྐངས་་
ཡོད་ཅེས་ཞུས་པ་རེད།ལས་ཞུགས་ཞབས་་་་་
ཞུའི་ཚོམས་ཆེན་དུ་ཁེ་ལས་20ལྷག་ཙམ་གྱིས་་
དྲ་ཐོག་དང་དྲ་ཕྱི་ནས་དུས་མཚུངས་སུ་ལས་་་
མི་བསྡུ་བའི་འདུ་ཚོགས་འཚོག་བཞིན་ཡོད་པ་
དང་། ཝུའུ་དབྱིང་ཅེས་འགྲེམས་གནས་རེ་་་་་
རེར་ཕེབས་ཏེ་ལས་མི་བསྡུ་བའི་འདུ་ཚོགས་་་་
ལ་ཞུགས་མཁན་ཁེ་ལས་ཀྱི་འགན་འཁུར་བ་་་་
དང་སྤེལ་རེས་གནང་ནས་ལས་མི་བསྡུ་བའི་་་་
དགོས་མཁོ་དང་།ལས་མིའི་ཐོབ་ཆ།སྤྱི་་་་་་་་
ཚོགས་འགན་བཅོལ་དངུལ་འཇལ་སྤྲོད་་་་་་་་་་་
སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་མཁྱེན་རྟོགས་གནང་བ་་
རེད།
“གཞུང་ལས་པ་སོགས་གཞུང་དོན་སྒྲུབ་་
པའི་ཡིག་རྒྱུགས་ནང་ཞུགས་པ་ནི་གདམ་ག་་་་
ཞིག་ཡིན་མོད།འོན་ཀྱང་ལས་གནས་ལ་ཚད་
བཀག་ཡོད།བོད་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་་་་་
ཚོགས་ད་ལྟའི་དུས་རིམ་འདིར་འཕེལ་རྒྱས་་་་་
བྱུང་ཡོད་པས་ལྷག་པར་དུ་བྱང་ཚད་མཐོ་་་་་་་་
བའི་ཤེས་ལྡན་པ་ཁྲོམ་རའི་བྱེད་པོར་འགྱུར་་་་
བར་བྱས་ནས་རང་ལྗོངས་ཀྱི་ཁྲོམ་རའི་དཔལ་
འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་དེ་བས་ཡག་པོ་འགྲོ་རྒྱུར་་་་
སྐུལ་འདེད་གཏོང་དགོས”ཝུའུ་དབྱིང་ཅེས་
རྟ་ཕོར་རྒྱུག་ཤེད་ཡོད་ན་བྱང་ཐང་སྟོང་པ་་་་་་་
རེད།ཚང་མས་ཕ་ཡུལ་ལ་གཞི་ཚུགས་པ་་་་་་་་
དང་གཞི་རིམ་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུས་ཏེ།

ནས་དང་འབྲི་གཡག་སོགས་ཁྱད་ལྡན་ཐོན་་་་་
ལས་འཕེལ་རྒྱས་དང་ཞིང་འབྲོག་ཁུལ་གྱི་སྤྱི་་་་
པའི་ཞབས་ཞུའི་ཆུ་ཚད་མཐོ་རུ་གཏོང་བ་་་་་་་་
སོགས་ཐད་བློ་གྲོས་དང་ནུས་པ་ལེགས་སྐྱེས་་་་
འབུལ་རྒྱུའི་རེ་བ་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་རེད།
བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ལས་གཏོད་སྐྱོང་་་་་
གསོ་དཔེ་སྟོན་རྟེན་གཞིས་བོད་ཀྱི་མཐོ་སློབ་་་་
སློབ་ཐོན་སློབ་མའི་ལས་གཏོད་མཁན་ཞབས་་
འདེགས་ཞུ་ཡུལ་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ་རིན་མེད་་་་
ལས་གཏོད་བྱ་ཡུལ་དང་།གསོ་སྦྱོང་།མ་རྩ་་
བསྡུ་རུབ། སྲིད་ཇུས་བློ་འདྲི།ཆ་འཕྲིན་་་་་་་་་
ཞབས་ཞུ། ཉེན་ཁ་ཚོད་སྐོར་སོགས་ཐད་་་་་་་་་
ཞབས་འདེགས་ཞུ་བཞིན་ཡོད་ཅིང་།ཝུའུ་་་་་
དབྱིང་ཅེ་དེ་གར་ཕེབས་ཏེ་ལས་གཏོད་སྐྱོང་་་་
གསོ་བྱ་ཚུལ་མཁྱེན་རྟོགས་ཞིབ་ཕྲ་གནང་བ་་་་
རེད།ལས་དོན་པས་མིག་སྔར་ཁེ་ལས་80
ལྷག་ཙམ་གླིང་ཁུལ་དུ་བཅའ་སྡོད་བྱས་པ་་་་་་་་
དང་ལས་གཏོད་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་གྲས་སུ་རིག་་་་
གནས་སྨྱན་སྦྱོར་དང་།ཁྱད་ལྡན་མི་རིགས་་་་
ལག་ཤེས་ཐོན་རྫས།བདེ་སྲུང་བཟའ་བཅའ་་
སོགས་ཚུད་ཡོད་ཅེས་ཞུས་པ་རེད།ཝུའུ་་་་་་་་་
དབྱིང་ཅེས་ལས་གཏོད་མཁན་དང་སྤེལ་རེས་་
གཏིང་ཟབ་གནང་སྟེ།ལས་གཏོད་རྣམ་་་་་་་་་་
གྲངས་ཞིབ་འཇུག་དང་།ཐོན་སྐྱེད།ཕན་་་་་
འབྲས་བཅས་སྐོར་མཁྱེན་རྟོགས་ཞིབ་ཕྲ་་་་་་་་་་
གནང་བ་མ་ཟད། མིག་སྔར་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་
ཀྱིས་ཐག་གཅོད་བྱེད་རོགས་བྱེད་དགོས་པའི་་
དཀའ་ངལ་ག་རེ་ཡོད་མིན་བཀའ་འདྲི་ཡང་་་་
གནང་བ་རེད།
ཝུའུ་དབྱིང་ཅེས་བརྟག་ཞིབ་གནང་་་་་་་་་
སྐབས། ལས་ཞུགས་ནི་དམངས་འཚོ་ཆེ་ཤོས་་
ཡིན།སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་ཏོག་་་
གསར་གློ་ཚད་རིམས་ནད་སྔོན་འགོག་ཚོད་་་་་
འཛིན་དང་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་་་་་་་་་་
འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྤྱི་འདོམས་སྐུལ་འདེད་གཏོང་་
བའི་ལས་དོན་བཀོད་སྒྲིག་ཚོགས་འདུའི་ཐོག་་
ལས་ཞུགས་བརྟན་པོའི་བྱེད་ཐབས་ལ་ཕྱོགས་་
ཡོངས་ནས་ཤུགས་སྣོན་བརྒྱབ་སྟེ་ལས་ཞུགས་་
ཀྱི་གཟིགས་སྐྱོང་སྲིད་ཇུས་ལག་ལེན་ཡག་པོ་་་་
བསྟར་དགོས་ཞེས་ནན་བཤད་གནང་ཡོད།
དེས་ན་ང་ཚོས་སྔར་ལས་ལྷག་པའི་སྒོ་ནས
“འདུ་ཤེས་བཞི”ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ་དང་།
“གདེང་ཚོད་བཞི”བརྟན་དུ་གཏོང་བ།
“སྲུང་སྐྱོང་གཉིས”ཐུབ་པ།སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་་་

ཞི་ཅིན་ཕིང་དང་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་གི་ཐབས་་་་
ཇུས་བཀོད་སྒྲིག་ལག་ལེན་མཐར་ཕྱིན་བསྟར་་
བ། མི་དམངས་ལྟེ་བར་འཛིན་པའི་འཕེལ་་་་་
རྒྱས་ཀྱི་བསམ་བློ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་་་་
མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་པ།དཀའ་ངལ་དང་་་་་་
རྙོག་དྲ་སྲིད་གཞུང་གིས་ཐག་གཅོད་པ་དང་་་་
སྟབས་བདེ་དང་ཕན་པ་མང་ཚོགས་ལ་སྤྲོད་་་་
རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་པ།ལས་ཞུགས་་་་་་་་་་
བརྟན་པོ་ཡོང་བ་བྱ་རྒྱུ་དེ“བརྟན་པོ་དྲུག”གི་་
ལས་དོན་གྱི་གལ་ཆེའི་ནང་གི་འགངས་ཆེར་་་་
བརྩི་བ།མཐོ་སློབ་སློབ་ཐོན་སློབ་མའི་ལས་་་་
ཞུགས་ལས་ཀའི་ཕུགས་ཕན་ལམ་སྲོལ་་་་་་་་་་་་་་
འཛུགས་སྐྱོང་ནུས་ལྡན་བྱེད་པ་བཅས་བྱས་་་་་
ཏེ།མཐོ་སློབ་སློབ་ཐོན་སློབ་མ་འཐུས་ཚང་་་་
སྤུས་ལེགས་ཀྱི་ལས་ཞུགས་ཐུབ་རྒྱུར་སྐུལ་་་་་་་་་
འདེད་གཏོང་དགོས་པ་དང་།མཐོ་སློབ་སློབ་
ཐོན་སློབ་མ་སྲིད་གཞུང་དུ་ལས་ཞུགས་དང་་་་
ཁྲོམ་རར་ལས་ཞུགས་བྱེད་པའི་དབར་གྱི་་་་་་་་་
འབྲེལ་བ་ཐག་གཅོད་ཡང་དག་བྱེད་པ་དང་།
ཁྲོམ་རའི་དགོས་མཁོར་དམིགས་པ།ལས་་་་་་
ཞུགས་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་རྒྱུ་ཕྱོགས་སྟོན་དུ་
འཛིན་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་པ།སྔ་ཙམ་་་་་
ཞིབ་འཇུག་དང་སྔ་ཙམ་ལས་དོན་སྤེལ་བ།
ལག་རྩལ་ཆེ་མོ་བའི་སློབ་གླིང་ལས་སྟེགས་སུ་་་
བྱེད་པ།ཁྲོན་བོད་ལྕགས་ལམ་དང་ཀྲུང་ནེ་་་་
ལྕགས་ལམ་སོགས་གཙོ་གནད་རྣམ་གྲངས་་་་་་
འཛུགས་སྐྲུན་གོ་སྐབས་སུ་བྱེད་པ་བཅས་བྱས་
ནས་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ཆེད་ལས་ལག་རྩལ་ཤེས་་་་
ལྡན་པ་གསོ་སྐྱོང་བྱ་རྒྱུར་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་་་་་་་་
དགོས།མུ་མཐུད་སློབ་མ་དང་ཁྱིམ་བདག་་་་་
ཚོར་ལས་ཞུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ལ་འགྱུར་ལྡོག་་་་
གཏོང་རྒྱུའི་ཁྲིད་སྟོན་བྱས་ཏེ།ཐབས་ལམ་་་་་
མང་པོའི་ལས་ཞུགས་དང་རང་བརྟེན་ལས་་་་་
གཏོད་ལ་སྐུལ་འདེད་ཧུར་ཐག་བཏང་ནས་་་་་
མཐོ་སློབ་སློབ་ཐོན་སློབ་མ་ཁེ་ལས་སུ་ལས་་་་་་་
ཞུགས་དང་། གཞུང་ལས་པའི་ལས་གནས་སུ་
ལས་ཞུགས། ནང་སར་ལས་ཞུགས། གཞི་་་་་་
རིམ་དུ་ལས་ཞུགས།རང་བརྟེན་ལས་གཏོད་་
བཅས“ཕྱོགས་མང་གཞི་གཅིག”གི་ལས་་་་་་་་་་
ཞུགས་རྣམ་པ་ཞིག་ཏན་ཏིག་ཆགས་པར་བྱེད་
དགོས་ཞེས་ནན་བཤད་གནང་བ་རེད།
（སྤེན་ཚེ་དང་སྐལ་མཆོག་གིས་སྒྱུར་ཞུས་
བྱས）

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)《གཞིས་རྩེ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ཁྱིར་དོ་དམ་བྱེད་་
པའི་སྲོལ་ཡིག》དང《གཞིས་རྩེ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་རྡལ་གྱི་ཆུ་
འབུད་དང་བཙོག་ཆུ་གཙང་སེལ་སྲོལ་ཡིག》ལ་ཞིབ་བཤེར་ཆོག་མཆན་་་་་་
སྤྲོད་པ།2019ལོའི་ལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་སྣོད་བཅུད་ཁོར་ཡུག་གནས་བབ་་་་
དང་སྣོད་བཅུད་སྲུང་སྐྱོང་དམིགས་ཚད་ལེགས་གྲུབ་བྱས་ཚུལ་སྐོར་གྱི་་་་་་་་
བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་མི་དམངས་སྲིད་གཞུང་གི་སྙན་ཞུར་གྲོས་ཞིབ་བྱེད་་་
པ། གོ་གནས་བསྐོ་འཐེན་ལ་གྲོས་ཞིབ་བྱེད་པ་སོགས་བྱ་རྒྱུའི་གྲོས་འགོ་་་་་་
བཏོན་པ་རེད།
ཀྲུའུ་རེན་ཚོགས་འདུའི་ཐོག་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་མི་དམངས་འཐུས་་་་་་་་
ཚོགས་རྒྱུན་ལས་ཨུ་ལྷན་གྱི་2020ལོའི་ལས་ཀའི་གཙོ་གནད་དང་ལྟ་སྐུལ་་
ལས་དོན་གྱི་འཆར་གཞི་དང་།འཐུས་མིའི་ལས་དོན་གྱི་འཆར་གཞིར་་་་་་་
ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་དང་གཞི་རྩའི་ཆ་ནས་གྲོས་འཆམ་བྱུང་བ་རེད།
ཚོགས་འདུའི་ཐོག་ནན་བཤད་བྱས་དོན།ཏང་གི་ཕྱོགས་ཡོངས་ཀྱི་་་
འགོ་ཁྲིད་ལམ་ལུགས་དོན་འཁྱོལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པ་དང་།བསམ་་་
བློ་ཆབ་སྲིད་ཁྲིད་སྟོན་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ།“འདུ་ཤེས་བཞི”ཟབ་ཏུ་་་་
གཏོང་བ་དང་།“གདེང་ཚོད་བཞི”བརྟན་དུ་གཏོང་བ།“སྲུང་སྐྱོང་་་་་་་
གཉིས”ཐུབ་པ་བཅས་བྱས་ཏེ།ལྗོངས་ཏང་ཨུད་ལ་དགོངས་སྐོར་སྙན་་་་་་
སེང་ཞུ་བའི་ལམ་ལུགས་ལག་ལེན་ནན་པོ་བསྟར་ཐོགཏང་ཀྲུང་དབྱང་་་་་
དང་ལྗོངས་ཏང་ཨུད་ཀྱི་འཐབ་ཇུས་བཀོད་སྒྲིག་གལ་ཆེན་མི་དམངས་་་་་་་་
འཐུས་ཚོགས་ལས་དོན་གྱི་ཕྱོགས་ཁག་དང་བརྒྱུད་རིམ་ཧྲིལ་པོར་ཇི་མ་ཇི་་
བཞིན་ལག་བསྟར་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་དགོས།ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་་་་་
ཁྲིམས་འཛུགས་པ་དང་།དམངས་གཙོའི་ཁྲིམས་འཛུགས་པ།ཁྲིམས་་་་་་
བཞིན་ཁྲིམས་འཛུགས་པ་བཅས་མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་ཏེ།ཁྲིམས་་་་་་་་་་་་་་
འཛུགས་ལས་དོན་ཁྲོད་ཀྱི་མི་དམངས་འཐུས་ཚོགས་ཀྱི་གཙོ་ཁྲིད་ནུས་པ་་་
འདོན་སྤེལ་བྱེད་པ་དང་།སྤྱི་པའི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ཁྲིམས་སྐྱོང་འགན་་་་་་་
ལེན་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ།ལོ་འཁོར་གྱི་གཙོ་གནད་ཁྲིམས་འཛུགས་་་་་་་་
རྣམ་གྲངས་སྒྲིག་འཛུགས་ལག་བསྟར་ནན་ཏན་བཅས་བྱས་ནས།ཁྲིམས་་
འཛུགས་སྤུས་ཚད་དང་ལས་ཕྱོད་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་ཆེ་རུ་གཏོང་དགོས།
ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་འབྱོར་འབྲིང་སྤྱི་ཚོགས་བསྐྲུན་པའི་དམིགས་ཚད་ལས་་

འགན་དང་། འཕེལ་རྒྱས་དང་།བརྟན་ལྷིང་།སྣོད་བཅུད་བཅས་དོན་་་
ཆེན་གསུམ་ལ་དམ་པོར་དམིགས་པ།ལྟ་སྐུལ་ལས་དོན་གྱི་བྱེད་ཐབས་་་་་་་
ལེགས་སུ་གཏོང་བ།ལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་རིམ་ཁག་རྒྱལ་ཁབ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་་་
ལས་དོན་པས་སྣེ་ཁྲིད་ནས་ཁྲིམས་བཀུར་ཁྲིམས་སྦྱོང་ཁྲིམས་སྲུང་ཁྲིམས་་་་
སྤྱོད་བཅས་བྱེད་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་བཏང་ནས།“སྲིད་གཞུང་གཅིག་དང་་
ཨུ་ལྷན་གཅིག་ཁང་གཉིས”ཀྱིས་ཁྲིམས་བཞིན་སྲིད་འཛིན་དང་གཞུང་་་་་་་
དྲང་ཁྲིམས་འཛིན་བྱེད་པར་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་སྐུལ་འདེད་བཏང་སྟེ།བོད་་་་
འཕེལ་རྒྱས་མྱུར་པོ་དང་ཡུན་རིང་བདེ་འཁོད་ལ་རམ་འདེགས་བྱེད་་་་་་་་་་་་
དགོས།འཐུས་མིའི་བྱེད་པོའི་གནས་བབ་ལ་བརྩི་བཀུར་མཐའ་འཁྱོངས་་
བྱེད་པ་དང་།འཐུས་མིའི་ལས་དོན་གྱི་ལམ་ལུགས་འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་་་་་་་་་་
གཏོང་བ།རྒྱུན་ལས་ཨུ་ལྷན་དང་འཐུས་མིའི་དབར་གྱི་འབྲེལ་བར་་་་་་་་་་་་
ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ།འཐུས་མི་དང་མི་དམངས་མང་ཚོགས་དབར་གྱི་་་་་་་་
འབྲེལ་བ་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ།འཐུས་མིའི་གྲོས་འགོ་སྒྲུབ་གཉེར་སྤུས་ཚད་་་
དང་བློ་ཡིད་ཚིམ་ཚད་མཐོ་རུ་གཏོང་བ།འཐུས་མིས་ཁྲིམས་བཞིན་རང་་་
འགན་བསྒྲུབ་པར་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་ཞབས་ཞུ་སྒྲུབ་པ་བཅས་བྱེད་་་་་་་་་་་་
དགོས།ལས་ཀའི་འགན་འཁྲི་སྔར་བས་ནན་དུ་གཏོང་བ་དང་།ལས་་་་་་་
ཀའི་མཐུན་སྦྱོར་དམ་དུ་གཏོང་བ།ཕྱི་ཚུལ་རིང་ལུགས་དང་དཔོན་་་་་་་་་་་་
ཉམས་རིང་ལུགས་བཀག་འགོག་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱས་ནས།མི་དམངས་་
འཐུས་ཚོགས་ལས་དོན་གྱི་ཕན་འབྲས་ཧྲིལ་པོ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་ཆེ་རུ་་་་་་
གཏོང་དགོས།
ཀྲུའུ་རེན་ཚོགས་འདུའི་ཐོགརང་སྐྱོང་ལྗོངས་མི་དམངས་འཐུས་་་་་་
ཚོགས་རྒྱུན་ལས་ཨུ་ལྷན་གཞུང་དོན་ཐིང་གི་འགན་འཁུར་བས།རྒྱུན་་་་་་་་
ལས་ཨུ་ལྷན་གྱི་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་བཅུ་བདུན་པའི་གྲོས་རིམ་འཆར་ཟིན་་་
དང་ཉིན་རེའི་བཀོད་སྒྲིག་སྐོར་སྙན་སེང་ཞུས་པ་རེད།རང་སྐྱོང་ལྗོངས་་་
མི་དམངས་འཐུས་ཚོགས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་ཆེད་དོན་ཨུ་ལྷན་དང་རྒྱུན་ལས་་་
ཨུ་ལྷན་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་ལས་དོན་ཨུ་ལྷན་སོགས་སྡེ་ཚན་གྱི་འགན་འཁུར་་་་་་
བས་རྒྱུན་ལས་ཨུ་ལྷན་གྱི་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་བཅུ་བདུན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་་་
གྲོས་གཞི་སྙན་སེང་ཞུས་པ་རེད།
(དོན་གྲུབ་ཀྱིས་བསྒྱུར།དོན་གྲུབ་དང་དབང་སྒྲོལ་སྐྱིད་ཀྱིས་ཞུས)

རང་སྐྱོང་ལྗོངས་མི་དམངས་འཐུས་ཚོགས་སྐབས་བཅུ་གཅིག་པའི་རྒྱུན་ལས་ཨུ་ལྷན་གྱི་ཀྲུའུ་རེན་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་ཞེ་བརྒྱད་པ་འཚོགས་པ།

ཞིང་ལས་ལག་རྩལ་གཤམ་སྤེལ་གྱིས། དཔྱིད་རྨོད་ལས་ལ་རམ་འདེགས་བྱེད།
ཉེ་ཆར།ཧྲའན་ཤིས་ཀོན་ཀྲུང་ས་ཁུལ་དུ་གནམ་གཤིས་རིམ་བཞིན་དྲོ་རུ་ཕྱིན་ཏེ་དཔྱིད་རྨོད་དཔྱིད་འདེབས་ཀྱི་འགག་རྩའི་དུས་ཚིགས་སུ་སླེབས་ཡོད།
ཤིས་ཨན་གྲོང་ཁྱེར་ཞིང་ལས་སྡེ་ཚན་གྱིས་ཞིང་ལས་ལག་རྩལ་གྱི་རིགས་གཅིག་མཁས་ཅན་སྒྲིག་འཛུགས་བྱས་ཏེ་ཞིང་ནང་དང་མུ་ཁར་བསྐྱོད་ནས་ཞིང་པ་དང་་་་གཞི་རིམ་ཞིང་ལས་ལག་རྩལ་པར་དོ་དམ་ལག་རྩལ་དང་ནད་འབུ་འགོག་བཅོས་ཀྱི་ཤེས་བྱ་གསལ་འགྲེལ་བྱས་ཏེ་དཔྱིད་རྨོད་བདེ་བླག་ཡོང་བའི་འགན་ལེན་་་་་་་་་བྱས་ཤིང་།འདི་ནི་ཤིས་ཨན་གྲོང་ཁྱེར་ཞིང་ལས་ལག་རྩལ་ལྟེ་གནས་ཀྱི་ཚན་རྩལ་ཆེད་ལས་པ་ཀྲང་ཞོན་ཧའོ（གཡས）ཡིས་ཤིས་ཨན་གྲོང་ཁྱེར་ཀྲོའུ་ཀྲི་རྫོང་ཀོང་ཆི་གྲོང་རྡལ་དུ་གཞི་རིམ་ཞིང་ལས་ལག་རྩལ་པ་དང་གྲོ་འདེབས་འཛུགས་ལག་རྩལ་སྐོར་སྤེལ་རེས་བྱེད་བཞིན་པ།

དམིགས་བསལ་དྲན་སྐུལ།ལས་ཀ་བྱ་ཡུལ་གྱི་རིམས་ནད་སྔོན་འགོག་་་་་་ཚོད་འཛིན་གྱི་བླང་བྱ་ཁག་ལ་གཞོགས་འདེགས་ཧུར་ཐག་ཞུ་དགོས་ཤིང་།གལ་ཏེ་ཚ་བ་རྒྱས་པ་དང་།ནུས་ཤུགས་ཉམས་པ།སྐམ་གློ་རྒྱག་པ་སོགས་ཀྱི་་ནད་རྟགས་ཡོད་ཚེ་དུས་ཐོག་ཏུ་སྙན་སེང་ཞུས་ནས་སྨན་བཅོས་བྱེད་དགོས།

རིམས་ནད་ལ་མཉམ་དུ་འཐབ།

ཀྲུང་དབྱང་དྲིལ་བསྒྲགས་པུའུ་དྲིལ་བསྒྲགས་སློབ་གསོ་ཅུས་དང་།
རྒྱལ་ཁབ་འཕྲོད་བསྟེན་བདེ་ཐང་ཨུ་ལྷན་དྲིལ་བསྒྲགས་སིས་མཛུབ་སྟོན་བྱས།
ཀྲུང་གོ་བདེ་ཐང་སློབ་གསོ་ལྟེ་གནས་ཀྱིས་སྒྲིག་བཟོ་བྱས།

ལས་ཀ་བྱ་ཡུལ་དུ་རིམས་འགོག་བྱ་ཐབས།

རླུང་འགྲོ་ཡག་པོ་ཡོང་བ།རྒྱུན་དུ་གཙང་སྦྲ་བྱེད་པ།
ཁ་རས་རྒྱག་པ།འཛོམ་འཛོམ་མི་བྱེད་པ།

ལག་པ་བཀྲུ་བ།ལྷོད་གཡེང་མི་གཏོང་བ།