པར་རིས་སྣེ་འཛོམས།

ཧོ་ཧྲེ་ནས་ཧོ་ལན་ཏེའུར་པའོ་བར་གྱི་ཀྲུང་གོ་དང་ཡོ་རོབ་ཀྱི་དུས་གཏན་མེ་འཁོར་ཐོག་མ་གཏོང་འགོ་ཚུགས་པ།

↑ ཉེ་ཆར་ཚད་ལྡན་དོས་སྣམ་82བླུགས་པའི་ཀྲུང་གོ་དང་ཡོ་རོབ་ཀྱི་དུས་གཏན་མེ་འཁོར་དེ་ཀྲུང་གོ་ཕྱུགས་ལམ་ཏྲང་ཏྲའེ་ཙུས་ཚོགས་པ་ཚད་ཡོད་ཀུང་སི་ཧོ་ཧྲེ་ཐོག་འདྲེན་ལྟེ་གནས་ཧོ་ཧྲེ་བྱང་ཚུགས་ཐོག་འགྲེམས་རྟེན་གཞི་ནས་ཐོན་ཏེ་ཧོ་ལན་གྱི་ཏེའུར་པའོ་རུ་གཏོང་འགོ་ཚུགས་པ་དེ་ཐོག་ནས་ཀྲུང་གོ་དང་ཡོ་རོབ་ཀྱི་དུས་གཏན་མེ་འཁོར་ཧོ་ལན་ཏེའུར་པའོ་བར་གྱི་ལམ་ཐིག་ཐོག་དངོས་སུ་ཤར་གཏོང་ཐུབ་པ་མཚོན་ཞིང་། འདི་ནི་ཧོ་ཧྲེ་ནས་ཧོ་ལན་ཏེའུར་པའོ་བར་གྱི་ཀྲུང་གོ་དང་ཡོ་རོབ་ཀྱི་དུས་གཏན་མེ་འཁོར་ཐོག་མ་ཧོ་ཧྲེ་བྱང་ཚུགས་ཐོག་འགྲེམས་རྟེན་གཞི་ནས་ཐོན་བཞིན་ཡོད་པ།

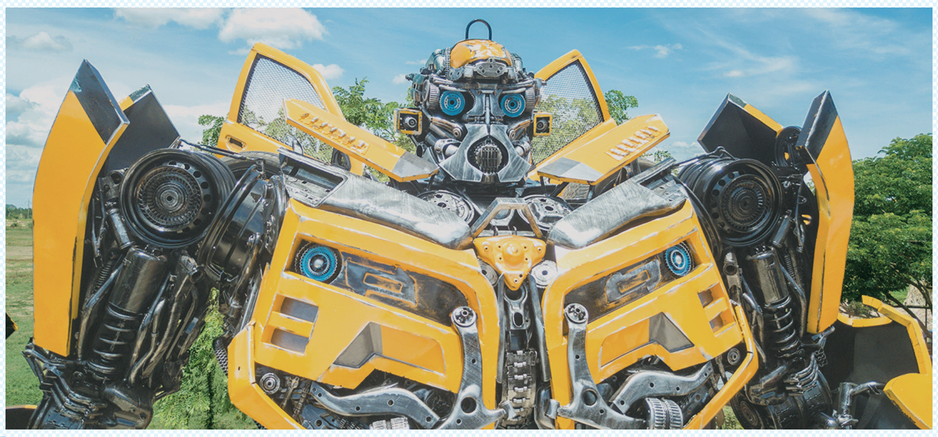
འཛམ་གླིང་ཁོར་ཡུག་ཉིན་མོར། ཤ་བ་དང་འཆམ་མཐུན་མཉམ་གནས།

↑ ཟླ་6ཚེས་5ཉིན་ནི་འཛམ་གླིང་ཁོར་ཡུག་ཉིན་མོ་རེད། འདི་ལོའི་འཛམ་གླིང་ཁོར་ཡུག་ཉིན་མོའི་བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་ནི"རང་བྱུང་ཁམས་ལ་གཅེས་སྲུང་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཁ་ཚ་དགོས་གཏུགས་ཤིག་ཡིན"ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། འདི་ནི་ཟླ་6ཚེས་5ཉིན་བུ་མོ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་གིས་ཨིར་ལན་གྱི་ཏུའུ་པོ་ལིན་ཕྱེང་ཧྲོང་སྐྱིད་གླིང་དུ་ཤ་བ་དང་རྩེད་མོ་རྩེ་བཞིན་པ།

དབྱི་ཐ་ལིར་ཞིང་ལས་ཐོན་སྐྱེད་སླར་གསོ་བྱུང་བ།

↑ རིམས་ནད་རིམ་བཞིན་ཞི་སྐྱོད་དུ་སོང་བ་དང་བསྟུན་ཏེ་དབྱི་ཐ་ལིའི་ཞིང་ལས་ཐོན་སྐྱེད་རིམ་བཞིན་སླར་གསོ་བྱུང་ཞིང་།

འདི་ནི་སྐྱེས་པ་ཞིག་གིས་དབྱི་ཐ་ལིའི་རྫིང་ཁྲི་ཡི་གྲོ་མ་ཀྲུའི་ཞིང་ར་ར་ལས་ཀ་བྱེད་བཞིན་པ།



ཐེ་ལན་གྱི"འཕྲུལ་མིའི་ཁྱིམ"གྱི་ལྕགས་རིགས་སྙིང་པར་གསོན་ཤུགས་གསར་པ་རྒྱས་པ།

← ཐེ་ལན་གྱི་ཧུང་ཐུང་གཟིམ་ཤག་གི"འཕྲུལ་མིའི་ཁྱིམ"ནི2000ལོར་བཙུགས་པ་དང་། གནས་དེར་ལྕགས་རིགས་སྙིང་པ་ལས་བཟོས་པའི་འཕྲུལ་མི་དང་། རླངས་འཁོར། སྤྲག་སྤྲག འཇིག་རྟེན་འཕུར་གྲུ། སྲོག་ཆགས། ཁྱིམ་ཆས་སོགས་སྣ་ཚོགས་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད། "འཕྲུལ་མིའི་ཁྱིམ"གྱི་སྒྲུ་རྩལ་པ་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་པའི་ལག་རྩལ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྕགས་རིགས་སྙིང་པར་བཀྲག་མདངས་འཚེར་བ་བྱེད་པ་དང་ཁོང་ཚོས་བྱེད་ཐབས་དེ་རིགས་བརྒྱུད་ཐེ་ལན་བའི་གསར་གཏོད་ཉམས་པ་དང་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོང་གི་འདུ་ཤེས་མི་རབས་ནས་མི་རབས་བར་རྒྱུན་འཛིན་ཐུབ་རྒྱུའི་རེ་བ་འཆང་ཡོད་ཅིང་།

འདི་ནི་ཐེ་ལན་དབུས་རྒྱུད་དུ་གནས་པའི་ཧུང་ཐུང་གཟིམ་ཤག་གི"འཕྲུལ་མིའི་ཁྱིམ"ནས་པར་དུ་བླངས་པའི་འགྲེམས་སྟོན་དངོས་རྫས་ཡིན་པ།

གཟའ་འཁོར་འདིའི་གནམ་གཤིས།

གཟའ་འཁོར་འདིའི་གནམ་གཤིས་སྔོན་བརྡ།

གཅིག གཟའ་འཁོར་འདིའི་གནམ་གཤིས་སྔོན་བརྡ(2020ལོའི་ཟླ་6ཚེས་8ནས་ཟླ་6ཚེས་14ཉིན་བར)

གཟའ་ཟླ་བར། ཉིང་ཁྲི་དང་ནག་ཆུའི་དབུས་ཤར་རྒྱུད་དང་ཆབ་མདོའི་བྱང་རྒྱུད་དུ་ཆར་པ་ཆུང་བ་ནས་འབྲིང་བ་བར་འབབ་རྒྱུ། དེའི་ནང་ཉིང་ཁྲིའི་ས་བབ་དམའ་བའི་ས་ཆར་ཆར་པ་འབྲིང་བ་ནས་ཆེ་བ་བར་འབབ་རྒྱུ། ལྷ་ས་དང་། ལྷོ་ཁ། གཞིས་རྩེའི་ལྷོ་རྒྱུད་བཅས་སུ་སྤྲིན་པ་མང་པོ་འཁོར་ནས་ཆར་པ་ཆུང་བ་འབབ་རྒྱུ།

གཟའ་མིག་དམར་ནས་པ་སངས་བར། ཉིང་ཁྲི་དང་ལྷོ་ཁའི་ཤར་ལྷོའི་རྒྱུད་དུ་ཆར་པ་ཆུང་བ་འབབ་རྒྱུ། ས་བབ་དམའ་བའི་ས་ཆ་ཁག་གཅིག་ལ་ཆར་པ་འབྲིང་བ་འབབ་རྒྱུ། ནག་ཆུའི་ཤར་རྒྱུད་དང་། ཆབ་མདོའི་བྱང་རྒྱུད། གཞིས་རྩེའི་ལྷོ་རྒྱུད་བཅས་སུ་སྤྲིན་པ་མང་པོ་འཁོར་ནས་ཆར་པ་ཆུང་བའམ་ཡང་ན་འཐྲུག་ཆར་འབབ་རྒྱུ།

གཟའ་སྤེན་པ་དང་ཉི་མར། ཉིང་ཁྲི་དང་ལྷོ་ཁར་ཆར་པ་ཆུང་བ་ནས་འབྲིང་བ་བར་འབབ་རྒྱུ། ནག་ཆུའི་དབུས་ཤར་རྒྱུད་དང་ཆབ་མདོ་དང་མངའ་རིས་ཀྱི་ལྷོ་རྒྱུད་དུ་ཆར་པ་ཆུང་བ་འབབ་རྒྱུ། ས་བབ་དམའ་བའི་ས་ཆ་ཁག་གཅིག་ལ་ཆར་པ་འབྲིང་བ་འབབ་རྒྱུ། ལྷ་ས་དང་གཞིས་རྩེའི་ལྷོ་རྒྱུད་དུ་སྤྲིན་པ་མང་པོ་འཁོར་ནས་ཐོལ་ཆར་རམ་འཐྲུག་ཆར་འབབ་རྒྱུ།

གཉིས། གྲོས་འགོ

1.གཟའ་འཁོར་འདིའི་ནང་ཤར་རྒྱུད་དང་ལྷོ་རྒྱུད་དུ་ཤྭ་འོད་དང་། འདམ་རྫོའི་ཆུ་རུད། རི་ཉིལ་བ་སོགས་ས་གཤིས་ཀྱི་གནོད་འཚེར་འགོག་ཐབ་བྱེད་དགོས།

2.ཕྱི་དྲོ་ནས་ས་སྲོད་བར་གློག་འཁྲུག་ཐོག་རྒྱག་དང་སེར་བ་སོགས་དུས་ཐུང་གི་གཏད་རྒྱུག་གནམ་གཤིས་ཉེན་སྣ་བས་གཟབ་ཟོན་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས།

(པར་དོན་དང་པོར་མཐུད) རིམ་པ་ཁག་དང་སྡེ་ཚན་ཁག་གིས་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་སློབ་སྦྱོང་ལག་བསྟར་གཏིང་ཟབ་བྱས་ནས་མཉམ་སྒྲུབ་དང་། མཉམ་བཅོས། མཉམ་སྤྱོད་བཅས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་བཅོས་སྒྲིག་ལམ་ལུགས་མཐའ་འཁྱོངས་དང་འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་གཏོང་བ་དང་། ཏང་ཨུད་ཀྱིས་འགོ་ཁྲིད་པ་དང་། སྲིད་གཞུང་གིས་འགན་འཁུར་བ། དམངས་གཙོའི་གྲོས་མོལ་བྱེད་པ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་མཉམ་སྒྲུབ་བྱེད་པ། སྤྱི་དམངས་ཞུགས་པ། ཁྲིམས་སྲོང་འགན་ལེན། ཚན་རྩལ་འདེགས་སྐྱོར་བཅས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བཅོས་སྒྲིག་བྱེད་ཕྱོགས་ལག་བསྟར་བྱེད་པ། འབྱུང་རྩ་ནས་བཅོས་སྒྲིག་དང་། རང་འགུལ་དང་བཅོས་སྒྲིག བརྒྱུད་རིམ་ལྡན་པའི་དང་བཅོས་སྒྲིག ཕྱོགས་བསྡུས་བཅོས་སྒྲིག་བཅས་ལ་ཤུགས་སྣོན་བརྒྱབ་སྟེ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བྱེད་པོ་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ཁྱིམ་ཚང་ཆེ་མོའི་ནང་རང་འགན་གཙང་སྲུང་དང་། འཁྲི་འགན་རང་འཁུར། འཛིན་ཐང་དོམ་ཐུབ་པ་བཅས་བྱེད་དགོས། བསམ་བློ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཁྲིད་སྟོན་ལ་ཤུགས་སྣོན་བརྒྱབ་ནས་རང་སྐྱོང་དང་། ཁྲིམས་སྐྱོང་། ཀུན་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱོང་བ་བཅས་ཟུང་འབྲེལ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་ཏེ་མི་རིགས་ཁག་གི་མང་ཚོགས་ཀྱིས་བདེ་ཐབ་དང་། ཞི་བདེ་ཡི་འཚོ་བ་སྐྱེལ་སྟངས་དོན་གཉེར་བྱ་རྒྱུར་སློབ་གསོ་ཁྲིད་སྟོན་བྱེད་པ་དང་ཏང་ལ་དགའ་ཞེན་དང་། རྒྱལ་ཁབ་ལ་དགའ་ཞེན། སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ལ་དགའ་ཞེན་བཅས་བྱེད་པའི་བརྩེ་སེམས་ཟབ་མོ་བརྟན་དུ་བཏང་ནས་ཁ་ཐུབ་ལ་ངོ་རྒོལ་བྱེད་པའི་འཐབ་རྩོད་ལ་རྒྱལ་ཁ་ལེན་པའི་མཉམ་ཤུགས་ཆེན་པོ་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་དགོས་པའི་ནན་བཤད་གནང་བ་རེད།

ཁྲིང་ཀོན་ཆུས་ཨེན་ཧྲུའེ་ཡོན་ཁྲུལ་ཆུང་དུ་རྟོག་ཞིབ་གནང་སྐབས་ཏིང་ཡེ་ཤན་གྱིས་གནས་སྤོས་མང་ཚོགས་ཚེ་རིང་བག་གྲོའི་ནང་མི་དང་མཉམ་དུ་ཅི་འདྲོས་མོལ་འདྲོས་གནང་བ་དང་འཕེལ་རྒྱས་སྐོར་གླེང་གནང་བ་རེད། ཚེ་རིང་བག་གྲོས་ཡུལ་གཞན་དུ་གནས་སྤོས་དབུལ་སྐྱོར་བྱས་རྗེས་འཚོ་བ་ཇི་ཙམ་སྐྱིད་པ་དེ་ཙམ་གྱིས་བདེ་སྐྱིད་ཡོད་པ་དེ་དག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དམངས་ཕྱུག་དམངས་ཕན་གྱི་སྲིད་ཇུས་བཟང་པོ་དང་ཁ་འབྲལ་ཐབས་མེད་པས་རེད་པར་དུ་རང་གི་སྤྱོད་བ་དངོས་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྲུང་གོའི་རིམས་འགོག་གཏམ་རྒྱུད་དང་བོད་ཀྱི་དབུལ་སྒྲོལ་གཏམ་རྒྱུད་ཡག་པོ་བརྗོད་དེ་ཉེ་འཁྲམ་གྱི་མིར་ཕན་པ་སུ་ལ་འདོགས་པ་དང་། ཕན་པ་གང་ནས་བྱུང་བ། དྲིན་ལན་སུ་ལ་འཇལ་དགོས་པ་བཅས་དངོས་འབྲེལ་ཞིབ་རྟོགས་ཐུབ་པའི་སློབ་གསོ་རྒྱག་གི་ཡིན་ཞེས་བཤད་པ་དང་། ཡུལ་གཞན་དུ་གནས་སྤོས་དབུལ་སྐྱོར་གྱི་རྗེས་མཐུད་ལས་དོན་ཡག་པོ་བསྒྲུབ་རྒྱུའི་ཐད་ཏིང་ཡེ་ཤན་གྱིས་སྤྱི་ཁྱབ་ཀྱི་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་ཧྲན་ཤི་ཞིང་ཆེན་ལ་ལྟ་སྐོར་ཞིབ་གཟིགས་གནང་སྐབས་ཀྱི་གསུང་བཤད་གལ་ཆེན་གྱི་དགོངས་དོན་ལག་བསྟར་དོན་འཁྱོལ་གཏིང་ཟབ་བྱས་ནས་མཉམ་སྡེབ་དཔལ་འབྱོར་དང་དབུལ་སྐྱོར་ཐོན་ལས་འཕེལ་རྒྱས་དང་རྒྱ་སྐྱོབས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་དང་། མང་ཚོགས་དབུལ་པོ་གསོ་སྐྱོང་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་བ། འབབ་འཕར་བརྟན་པོ་ཡོང་བའི་འཛིན་ཐང་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ནས་གནས་སྤོས་མང་ཚོགས་གཞིས་ཆགས་ཐུབ་པ་དང་། ལས་ཞུགས་ཐུབ་པ། རིམ་བཞིན་ཕྱུག་པོ་ཆགས་ཐུབ་པ་བཅས་ཡོང་བའི་འགན་ལེན་བྱེད་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་རེད།

ཏིང་ཡེ་ཤན་ད་དུང་ཚད་གཞི་མཐོ་བའི་ངང་རབས་ཅན་གྱི་བཙོན་མ་གསོ་ཚགས་ལྟེ་གནས་དང་བོད་ལྗོངས་ས་གཙང་དཀར་ཆུའི་ཐོན་ལས་ཚད་ཡོད་ཀུང་སི་ཞེ་སེབས་ཏེ་ཁ་ལས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་གཉེར་སྐྱོང་དང་ལས་ཞུགས་སྐལ་ཁྲིད་སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་མཁྱེན་རྟོགས་ཀྱང་གནང་བ་རེད།

(བརྙན་འཛིན་བཟང་མོས་བསྒྱུར། དམ་ཆོས་དང་བསྟན་བཟང་གིས་ཞུས)

རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་རིམས་ནད་སྔོན་འགོག་དང་ཚོད་འཛིན་ལས་དོན་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་རྒྱུན་རྣམ་ཅན་གྱི་དོ་དམ་དུ་བསྒྱུར་བ།

(པར་དོན་དང་པོར་མཐུད) ཆ་འཕྲིན་ཤེས་རྟོགས། ཉེན་ཁ་འབྲིང་བ་དང་ཆེ་བའི་ས་ཁུལ་ནས་ཕྱིར་ལོག་མཁན་ལ་དོ་དམ། ཁོར་ཡུག་འཐྲོད་བསྙེན་བཅོས་སྐྱོང་། དངོས་ཐོག་གྲ་སྒྲིག་སོགས་ཀྱི་ལས་དོན་ལ་འགན་ཡག་པོ་འཁུར་རྒྱུ་དང་། སྔོན་འགོག་དང་ཚོད་འཛིན་ལས་དོན་དེ་དུད་ཚང་དང་མི་སྒེར་དོན་འཁྱོལ་བྱ་རྒྱུ་བཅས་རེད། ལས་ཁུངས་ཀྱི་སྡེ་ཚན་ཁག་དང་ཁེ་ལས་དང་བྱ་གཞག་ཚན་པ་ཁག་གིས་སྔོན་འགོག་དང་ཚོད་འཛིན་གྱི་བྱེད་པོའི་འགན་འཁྲི་ཁུར་ནས་ཚན་པ་དེ་རང་གི་སྔོན་འགོག་དང་ཚོད་འཛིན་ལས་དོན་གྱི་འགན་འཁྲིའི་ལམ་ལུགས་དང་དོ་དམ་ལམ་ལུགས་འཛུགས་པ་དང་འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་བཏང་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒོ་ཡག་པོ་སྲུང་བ་དང་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ལ་དོ་དམ་ཡག་པོ་བྱ་རྒྱུ་རེད། སྐྱེ་ཁྲུལ་ཁག་གི་བྱེད་པོ་དང་། ཁྱིམ་ཚང་། མི་སྒེར་བཅས་ཀྱིས་རང་རྟོགས་དང་སྔོན་འགོག་དང་ཚོད་འཛིན་གྱི་འགན་འཁྲི་དང་འོས་འགན་ལག་བསྟར་བྱས་ནས་རང་ངོས་འཛིན་བསྐྱེད་འགོག་སྲུང་ལ་ཞུགས་སྐྱོན་བརྒྱབ་སྟེ། "བར་ཐག་སྨི་གཅིག་འཛོག་པ"དང་ལག་པ་ཡང་ཡང་འཁྲུ་བ། ཁ་རས་རྒྱག་པ། ཕྱི་པའི་ཁུར་མ་སྤྱོད་པ་སོགས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་གོམས་གཤིས་དང་བདེ་ཐང་ཞི་བདེའི་འཚོ་བ་སྐྱེལ་སྟངས་འཛུགས་པ་བྱེད་དགོས།

རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱིས་རིགས་དབྱེ་ནས་ཉེ་བག་ཅན་གྱི་སྔོན་འགོག་དང་ཚོད་འཛིན་ལག་བསྟར་བྱས་ནས་ཡུལ་བབ་དང་བསྟུན་ནས་གཞུང་ལས་སྒྲུབ་ཡུལ་དང་སྤྱི་པའི་འདུ་འཛོམས་བྱ་ཡུལ་དུ་ཉེ་བག་ཅན་གྱི་སྔོན་འགོག་དང་ཚོད་འཛིན་ལག་བསྟར་བྱས་ནས་ཞིབ་བཤེར་བརྟག་དཔྱད་ནུས་པ་འཇུགས་སྐྱོང་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་དང་། "བརྟག་དཔྱད་བྱེད་དགོས་རིགས་ཚང་མར་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་པ་དང་། བརྟག་དཔྱད་བྱེད་འདོད་ཡོད་རིགས་ཚང་མར་བརྟག་དཔྱད་བྱེད"ཐུབ་པ་བྱས་ནས་སྤྱི་པའི་འཕྲོད་བསྟེན་འཇུགས་སྐྱོང་གི་ཞབ་ཆ་རིམ་བཞིན་བསལ་ནས་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཚེ་སྲོག་བདེ་འཇགས་འགན་ལེན་བྱ་རྒྱུ་རེད།

མང་ཚོགས་གང་དུ་ཡོད་ན། དེ་གར་སྒྲོག་འགྲེལ་ཡག་པོ་བྱེད།

(པར་དོན་དང་པོར་མཐུད) ནང་དོན་ལ་གོ་བ་ཡག་པོ་ལེན་ཐུབ་མེད་པའི་ཏང་ཡོན་ལ་གཅིག་གཏད་གཅིག་གི་ཟུར་ཁྲིད་མཐའ་འཁྱོངས་བཅས་བྱས་ཡོད།

ལོ་ལྟར་ཞིང་བྲེལ་དུས་ཚིགས་འཆར་རིམ་བཞིན། ཁོང་གིས་སྤྲག་སྤྲག་བཞོན་ནས་ལ་ཀླུང་མང་པོ་བརྒྱབ་སྟེ་ཞིང་འབྲོག་པའི་དུད་ཚང་དུ་སྒྲོག་འགྲེལ་ལ་སྐྱོད་ཀྱི་ཡོད། འབྲོག་པ་སྤར་འགྲོ་ཚུར་འོང་བྱེད་མང་བ་དང་སྡོད་གནས་ཁ་ཐོར་ཡིན་པས་སྐལ་ཉི་རྟག་ཏུ་ཐལ་བ་འཚུབ་འཚུབ་དང་སྡོད་གནས་ཁག་དབར་སར་འགྲོ་ཚུར་འོང་བྱེད་དགོས་སོད། འོན་ཀྱང་ཁོང་གིས་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་འདུག་ཅེས་ཚིག་གཅིག་ཀྱང་བརྗོད་མྱོང་མེད་པར། ཏང་གི་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་གསར་ཤོས་དང་དམངས་ཕན་གྱི་སྲིད་ཇུས་མང་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་སུ་ཟུག་པར་བྱས་ཡོད།

རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་སློབ་སྦྱོང་དང་ཉམས་མྱོང་གསོག་འཛོག་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་། སྐལ་ཉིས་སྟབས་བདེ་ལ་སྤྱོད་གོ་ཆོད་པའི་སྒྲོག་འགྲེལ་བྱེད་སྟངས་ཤིག་ཕྱོགས་སོམ་བྱས་ཡོད་ཅིང་། ཁོང་གིས་མང་ཚོགས་ཀྱིས་སེམས་ཁུར་དང་གླེང་མང་བའི་དོན་དག་དང་ཉེ་འཁྲམ་གྱི་བྱ་བ་དཔེར་བྱུང་དང་འབྲེལ། གྲོང་ཚོའི་ཁོར་ཡུག་གི་འགྱུར་ལྡོག་དང་འཚོ་བའི་ཆ་རྐྱེན་ལེགས་སུ་ཕྱིན་པ་དང་དེ་བཞིན་བོད་གསར་སྙིང་བསྟུར་བ་སོགས་ཀྱི་ནང་དོན་དང་བྲེལ་འབྲེལ་གྱིས་མི་སེར་ལ་ཀྱང་ཁྲན་དང་མེད་ན་དེང་གི་བདེ་སྐྱིད་ལྡན་པའི་འཚོ་བ་མེད་པ་ཤེས་སུ་བཅུག་པ་དང་། ཡུལ་མི་ཚོས་སེམས་གཏིང་ནས་ཏང་གི་བཀའ་དྲིན་ཆེར་བ་དང་། ཏང་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པ། ཏང་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་བཅས་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱས་ཡོད།

"བཤད་ཆེན་བཞི་དང་དགའ་ཞེན་བཞི"མང་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་སུ་ཟུག་པ་དང་མང་ཚོགས་ཀྱིས་གོ་བ་གཏིང་ཟབ་ལེན་ཐུབ་ཆེད། ད་དུང་སྐལ་ཉིས་གྲོང་ཚོའི"ཨ་ལྡན་གཉིས"དང་། གྲོང་སྡོད་ལས་དོན་རུ་ཁག ཞིང་འབྲོག་པ་མང་ཚོགས་བཅས་དང་གྲོས་མོལ་ཧུར་ཐག་བྱས་ཏེ། ས་གནས་དེ་གའི་མང་ཚོགས་ཀྱིས་དགའ་པོ་བྱེད་པའི་གླུ་གཞས་དང"བཤད་ཆེན་བཞི་དང་དགའ་ཞེན་བཞིའི"ནང་དོན་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ནས་གསུམ་མདོའི"བཤད་ཆེན་བཞི་དང་དགའ་ཞེན་བཞིའི"གླུ་གཞས་བརྩམས་པ་དང་། གླུ་གཞས་དེ་སྐད་འཕྲིན་དང་མཛེས་དཔར་སོགས་ལས་སྟེགས་ཐོག་བརྒྱུད་བསྒྲགས་བྱས་པས་ཚང་མས་ཧུར་ཐག་སྤྲངས་པ་མ་ཟད་བརྒྱུད་བསྒྲགས་ཡང་མང་པོ་བྱས་པས། ཕན་འབྲས་ཡག་པོ་ཐོན་ཡོད་པ་རེད།

(དཀོན་སྐྱོལ་གྱིས་བསྒྱུར། པ་ཆེས་ཞུས)

今日主要内容

第一版	▲ 习近平致信祝贺哈尔滨工业大学建校100周年 ▲ 我区疫情防控工作全面转入常态化管理 ▲ 丁业现在拉萨市城关区调研 ▲ 群众在哪里 宣讲就到哪里 ——记工布江达县加兴乡松多村“四讲四爱”宣讲员格尼 ▲ 奏响生态环境保护和谐乐章 ——日喀则市环保工作亮点纷呈 ▲ “三区三州”海拔最高110千伏输变电工程建成
第二版	▲ 谢通门县卡嘎村：一泓温泉水 家家幸福长 ▲ 何文浩参加区司法体制改革领导小组会议 ▲ 陈永奇参加区党委组织部理论中心组学习会 ▲ 西藏藏医药大学 举行2020届毕业生夏季校园现场招聘会 ▲ “创百店 扶千生”创业项目宣讲小组 调研日喀则创业就业情况
第三版	▲ 真实记录中国抗疫艰辛历程的重要文献 国务院新闻办发布《抗击新冠肺炎疫情的中国行动》白皮书 ▲ 图片新闻
第四版	▲ 图片荟萃 ▲ 一周天气预报

ས་གནས། ལྷ་ས་རྡོ་སེང་གི་ལམ་སྒོ་རྟགས། 36 སྦྲག་ཨང་། 850000 ཁ་པར་ཨང་གྲངས། 6335974 སིལ་ཚོང་རིན་སྒོར་ཟུར། 4 ཁ་ས་ཚགས་པར་རྒྱག་དུས་ཚོད། 4:00 བརྒྱབ་ཟིན་དུས་ཚོད། 6:50