4 བོད་འབྲེལ་གསར་འགྱུར། མི་དམངས་ཉིན་རེའི་ཚགས་པར། 2026ལོའི་ཟླ་4ཚེས་16

今

日

内

容

第一版 第二版 第三版 第四版

习近平会见
西班牙首相桑切
斯
习近平会见
阿联酋阿布扎比
王储哈立德
一季度我国
社会融资规模增
量近15万亿元
信贷支持实体经
济质效持续提升
筑牢人民防
线谱写发展新
篇

交通运输部
印发通知推动
网络货运平台建
立油价运价协同
调整机制
各地公开征
集违法违规使用
医保基金线索
宁夏新型储
能并网规模达
800万千瓦

柬埔寨打击
电诈行动持续深
入推进
“中国市场的
规模和潜力，值得
长期投入”
—— 访英中贸易
协会总裁白彼得

西藏耕地质
量稳中有升
青海省进入
“三北”工程春季
会战期
西藏山南市
农村公路通车里
程超7153公里

ས་གནས། ལྷ་ས་རྡོ་སེང་གེ་ལམ་སྒོ་རྟགས། 36 སྦྲག་ཨང་། 850000 ཁ་པར་ཨང་གྲངས། 0891—6335974 ཚགས་པར་བརྒྱབ་ཟིན་དུས་ཆུ་ཚོད། 6:50

ཇུས་འགོད་པ།མིག་དམར་སྒྲོལ་དཀར། རྩོམ་སྒྲིག་པ།བུ་ཆུང་།

འདི་ག་ཚགས་པར་ཁང་དུ་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ།
བོད་ལྗོངས་ཉིན་རེའི་ཚགས་པར་ཐོག་གནས་ཚུལ་སྤེལ་བར་་་་་
གཞིགས་ན།ཉེ་ཆར།གསར་འགོད་པར་བོད་རང་སྐྱོང་་་་་་་་་་
ལྗོངས་རྒྱལ་ཡོངས་ས་རྒྱུ་ཡོངས་བཤེར་ཐེངས་གསུམ་པའི་འགོ་་
ཁྲིད་ཚོགས་ཆུང་གཞུང་ལས་ཁང་ནས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར།
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྨོ་ཞིང་སྲུང་སྐྱོང་དང་ས་རྒྱུ་གཤིན་ཚད་མཐོར་་་་་་་་
གཏོང་གི་སྲིད་ཇུས་རབ་དང་རིམ་པ་དོན་འཁྱོལ་བྱས་ནས་ཕན་་
འབྲས་ཐོན་པ་དང་ཆབས་ཅིགལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་རྨོ་ཞིང་ས་་་་་་་་
རྒྱུའི་སྤུས་ཚད་སྤྱི་ཡོངས་ནས་ལེགས་སུ་འགྲོ་ཚུལ་མངོན་ཡོད།
“ལོ་ལྔ་ཚན་བཅུ་བཞི་པ”ཚུན་དུ་རྨོ་ཞིང་གི་སྐྱེ་ལྡན་རྫས་ལུད་ཆ་
སྙོམས་འདུས་ཚད་ས་དཔྱད་ལུད་སྦྱོར་གྱི་ལུད་རྒྱག་པའི་ཐོག་་་་་་
མའི་དུས་ལས་26%ལྷག་ཙམ་འཕར་ནས་ས་མཐོའི་ཞིང་ཁ་་་་་་་
འཛུགས་སྐྲུན་ལ་ཕན་འབྲས་མངོན་གསལ་དོད་པོ་ཐོན་ཡོད།
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་རྨོ་ཞིང་གི་སྤུས་ཚད་སྲུང་སྐྱོང་དང་་་་་་་་་་་་
མཐོར་གཏོང་ལས་དོན་ལ་ཚད་མཐོའི་མཐོང་ཆེན་བྱས་ནས་་་་་

སྲིད་ཇུས་རབ་དང་རིམ་པ་སྔ་རྗེས་སུ་བཏོན་ཏེ་བོད་རང་སྐྱོང་་
ལྗོངས་ཀྱི་རྨོ་ཞིང་གི་ས་རྒྱུ་གཤིན་ཚད་མཐོ་རུ་འགྲོ་བར་མཛུབ་་
ཁྲིད་བརྟན་པོ་བྱས་ཡོད།རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྲིད་ཇུས་ཀྱི་མཛུབ་་་་་་་་
ཁྲིད་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་ལྗོངས་ཀྱིས་ས་དཔྱད་ལུད་སྦྱོར་གྱི་་་་་་་་
ལུད་རྒྱག་པ་དང་།སོག་མ་ཞིང་ལུད་དུ་གཏོར་བ།སྐྱེ་ལྡན་་་་་་
ལུད་ཀྱིས་རྫས་ལུད་ཀྱི་ཚབ་བྱེད་པ།ཚད་གཞི་མཐོ་བའི་ཞིང་་་
ཁ་འཛུགས་སྐྲུན་སོགས་ས་རྒྱུ་གཤིན་འགྱུར་དང་ལེགས་བཅོས་་
ལས་དོན་ལ་སྐུལ་འདེད་ཏན་ཏིག་བཏང་བས་རྨོ་ཞིང་ས་རྒྱུའི་་་
སྤུས་ཚད་རྒྱུན་མཐུད་ལེགས་སུ་ཕྱིན་ཡོད།ཐེངས་འདིའི་ས་རྒྱུ་
ཡོངས་བཤེར་ཐེངས་གསུམ་པའི་བྱས་འབྲས་ལས་མངོན་པར།
རྨོ་ཞིང་ས་རྒྱུའི་སྐྱེ་ལྡན་རྫས་ལུད་འདུས་ཚད་ཀྱི་སྙོམས་ཐང་་་་་་་
སྟོང་ཁེ་རེར་ཁེ་30.71ཟིན་ཡོད།བསྡོམས་རྩིས་བརྒྱབ་པར་་་་
གཞིགས་ན།2025ལོར།རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་འབྲུ་རིགས་ཀྱི་་
མུའུ་རེའི་ཐོན་ཚད་སྤྱི་རྒྱ་380.29དང་ཐོན་འབབ་བསྡོམས་་་་
འབོར་ཏུན་ཁྲི་115ཟིན་པ་དེ་ས་དཔྱད་ལུད་སྦྱོར་གྱི་ལུད་རྒྱག་་

སྐབས་ཀྱི་མུའུ་རེའི་ཐོན་ཚད་ལས་8%འཕར་བ་དང་ཐོན་་་་་་་་
འབབ་བསྡོམས་འབོར་23%འཕར་ཡོད།
བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ས་རྒྱུ་ཡོངས་བཤེར་ཐེངས་གསུམ་་
པའི་རིགས་གཅིག་མཁས་ཅན་གྱིས།བོད་ཀྱི་རྨོ་ཞིང་ས་རྒྱུའི་་་་
སྤུས་ཚད་དང་སྐྱེ་ལྡན་ལུད་མགྱོགས་མྱུར་འཕར་བ་དེ་ནི་སྲུང་་་
སྐྱོང་རང་བཞིན་གྱི་ཞིང་ལས་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་སྟངས་དོན་ཐོག་་་་
ཏུ་འཁྱོལ་བའི་མིག་མཐོང་ལག་ཟིན་གྱི་འབྲས་བུ་ཞིག་ཡིན་ལ།
ས་མཐོའི་ཞིང་འབྲོག་ལས་ལྗང་མདོག་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བར་་་་་
རྨང་གཞི་བརྟན་པོ་ཞིག་ཀྱང་བཏིང་ཡོད།རྗེས་སུ་རྨོ་ཞིང་ས་་་
རྒྱུ་ལེགས་བཅོས་བྱེད་པར་ཡུལ་བབ་དང་བསྟུན་རྒྱུ་མཐའ་་་་་་་་་
འཁྱོངས་ཀྱིས་ས་ཁོངས་མི་འདྲ་བའི་ས་རྒྱུའི་ཁྱད་ཆོས་ལ་་་་་་་་་་་་
གཞིགས་ཏེ་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་མཐོར་གཏོང་བྱ་ཐབས་ལག་་་་་་་་་
བསྟར་བྱས་ནས་རྨོ་ཞིང་གི་སྤུས་ཚད་གནད་སྨིན་ཤུགས་འདོན་
གྱིས་མཐོ་རུ་གཏོང་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད་པ་རེད།
（བསྟན་བཟང་གིས་བསྒྱུར།ལྷག་ཚེས་ཞུས）

བོད་ཀྱི་རྨོ་ཞིང་གི་སྤུས་ཚད་བརྟན་ཁྲོད་ཡར་འཕེལ་བྱུང་བ།

འདི་ག་ཚགས་པར་ཁང་དུ་གནས་ཚུལ་འབྱོར་་་་་་་་་་
གསལ། མཚོ་སྔོན་ཉིན་རེའི་ཚགས་པར་ཐོག་གནས་ཚུལ་སྤེལ་
བར་གཞིགས་ན།ཟླ་4ཚེས་10ཉིན།མཚོ་སྔོན་ཞིང་ཆེན་སྔོ་་་་
འགྱུར་ཨུ་ལྷན་གཞུང་དོན་ཁང་གིས《2026ལོའི་མཚོ་སྔོན་་་་་་་
ཞིང་ཆེན་གྱི“བྱང་གསུམ”འདུ་འགོད་ཀྱི་དཔྱིད་དུས་སྔོ་་་་་་་་་་་་
འགྱུར་ཇུས་གཞི》བཀྲམ་ནས།ཟླ་4པ་ནས་ཟླ་6པའི་བར།
ཞིང་ཆེན་ཡོངས་ཀྱིས་དུས་ཚོད་གཅིག་སྡུད་དང་།ཐོན་ཁུངས་
གཅིག་སྡུད།སྟོབས་ཤུགས་གཅིག་སྡུད་བཅས་བྱས་ཏེ“བྱང་་་་
གསུམ”འདུ་འགོད་དང་དེ་བཞིན་ནགས་ལས་དང་རྩྭ་ཐང་སྐྱེ་་
ཁམས་འཛུགས་སྐྱོང་གི་གཙོ་གནད་ལས་དོན་ཁག་ལ་སྤྱི་་་་་་་་་་་་་
འདོམས་སྐུལ་འདེད་གཏོང་རྒྱུ་རེད།
དཔྱིད་དུས་སྐྱེ་ཁམས་འཛུགས་སྐྱོང་གི་དུས་ཚིགས་ཡག་་
ཤོས་དམ་འཛིན་བྱས་ཏེ་དམངས་ཡོངས་ཀྱི་འོས་འགན་ཤིང་་་་་
འཛུགས་དང་གཙོ་གནད་རྣམ་གྲངས་ལས་འགོ་བསྐྱར་་་་་་་་་་་་་་
འཛུགས་སོགས་ཀྱི་ལས་དོན་ལ་སྤྱི་འདོམས་སྐུལ་འདེད་བཏང་་
བ་མ་ཟད། དམངས་ཡོངས་ཀྱི་འོས་འགན་ཤིང་འཛུགས་ལམ་་
ལུགས་ཅན་དང་། རྒྱུན་རྣམ་ཅན། ཚད་ལྡན་ཅན་བཅས་ལ་་་་
སྐུལ་འདེད་གཏོང་རྒྱུ་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ཏེ་དམངས་ཡོངས་་
ཀྱི་འོས་འགན་ཤིང་འཛུགས་རིགས་8ཀྱི་ཁྲིམས་གཏན་འཁེལ་་་
བའི་འགན་འཁྲིའི་བྱེད་ཐབས་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་དོན་འཁྱོལ་་་
བྱས་ཡོད།“ངས་མཚོ་སྔོན་དུ་ལྗོན་ཤིང་འདེབས”ཞེས་པའི་་་་
བརྗོད་དོན་གཙོ་བོར་དམིགས་ནས་འོས་འགན་ཤིང་འཛུགས་་་

ནང་ཞུགས་པའི་ཐབས་ལམ་རྒྱ་ཆེར་གཏོང་བ་དང་།ས་ཡུལ་་་
དངོས་སུ་ཤིང་འཛུགས་པ་དང་དྲ་ཐོག་འགན་འཁྲི་གཙང་སྒྲུབ་
ཟུང་འབྲེལ་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ།རིམ་ཁག་གི་འོས་འགན་
ཤིང་འཛུགས་རྟེན་གཞི་སྐྲུན་པར་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ།བཀོད་་
པ་ལེགས་སུ་གཏོང་བ་དང་ཞབས་ཞུ་ལེགས་སུ་གཏོང་བ།
མང་ཚོགས་ཞུགས་པར་སྟབས་བདེ་སྐྲུན་པ་བཅས་བྱས་པ་མ་་་་
ཟད། དྲ་ཐོག་ནས་མ་དངུལ་ཞལ་འདེབས་བརྒྱབ་སྟེ་འགན་་་་་
འཁྲི་གཙང་སྒྲུབ་དང་ཐཱན་འདུས་ཉོ་སྒྲུབ་སོགས་ཀྱི་བྱེད་ཐབས་
ཁྱབ་གདལ་བཏང་ནས་མང་ཚོགས་ཀྱིས་འགན་འཁྲི་གཙང་སྒྲུབ་་
བྱེད་པའི“མཐའ་མའི་འགག་གནད”ཤར་བགྲོད་ཐུབ་པར་་་་་་
བྱས་ཡོད།དེ་དང་ཆབས་ཅིགགྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་གསེབ་སྔོ་་
འགྱུར་དང་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་གྲོང་གསེབ་འཛུགས་སྐྲུན་་་་་་
སོགས་དང་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ནས་དཔེ་སྟོན་གྱི་བཀྲག་མདངས་་
འཚེར་ས་གཏོད་པའི་རྨང་གཞིའི་ཐོག་མཉམ་འདྲེས་བྱེད་ཐབས་་
གསར་གཏོད་དང་།འོས་འགན་ཤིང་འཛུགས་དང“བྱང་་་་་་་་
གསུམ”འདུ་འགོད་དང་ཞན་འགྱུར་ས་ཆ་སླར་གསོ་སོགས་ཀྱི་་
གཙོ་གནད་ལས་དོན་དང་ཟུང་འབྲེལ་བྱ་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་
བ། སྤྱི་ཚོགས་སྟོབས་ཤུགས་ཀྱིས་འདེབས་འཛུགས་གཡོག་་་་་་་
བྱེད་དང་དང་བླངས་ཞབས་ཞུ་སོགས་ཀྱི་བྱེད་ཐབས་ནས
“བྱང་གསུམ”འདུ་འགོད་འཛུགས་སྐྲུན་ལ་ཞུགས་རྒྱུར་སྐུལ་་་་་
ལྕག་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ཏེ་དམངས་ཡོངས་ཀྱི་ལྕང་འཛུགས་་
དང་སྔོ་ལྗང་སྲུང་བའི་འདུ་ཤེས་སྐྱེད་སྲིང་བྱས་ཡོད།

“བྱང་གསུམ”འདུ་འགོད་ཀྱི་དུས་ཐེངས་དྲུག་པའི་་་་་་་་
འཛུགས་སྐྲུན་ལྟེ་བར་བྱས་ནས་གཙོ་གནད་འབོར་ཐོན་དང་་་་་
མཉམ་ཤུགས་འདོན་པ་དང་།ཞིང་ཆེན་ཡོངས་ཀྱིས་ལོ་འཁོར་
གྱི“བྱང་གསུམ”འདུ་འགོད་དང་ནགས་ལས་དང་རྩྭ་ཐང་གི་་་་
གཙོ་གནད་རྣམ་གྲངས་ལ་དམིགས་པ།སྤྱི་འདོམས་མཐུན་་་་་་
སྦྱོར་དང་གཞི་རྒྱུ་གཙོ་བོ་འགན་ལེན་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་་་་་་་
བཅས་བྱས་ཏེ་རྣམ་གྲངས་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ལས་འགོ་བསྐྱར་་
འཛུགས་དང་མགྱོགས་མྱུར་སྤེལ་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་བཏང་ཡོད།
“བྱང་གསུམ”འདུ་འགོད་དང་ནགས་ལས་དང་རྩྭ་ཐང་གི་་་་་་་་
གཙོ་གནད་རྣམ་གྲངས་ལ་བརྒྱུད་རིམ་ལྡན་པའི་ངང་གསེད་་་་་
བཀྲོལ་བྱེད་པ་དང་།རྣམ་གྲངས་ཀྱི་གསལ་ཐོ་དང་ལས་འགོ་་་
བསྐྱར་འཛུགས་ཀྱི་རྩིས་ཁྲ་བཟོ་བ།དུས་བཅད་བླང་བྱ་ཁ་་་་་་་་
གསལ་བཟོ་བ་བཅས་བྱས་ཏེ་མཐུད་འཛུགས་རྣམ་གྲངས་་་་་་་་་་
ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ལས་འགོ་བསྐྱར་འཛུགས་དང་གསར་སྐྲུན་་་
རྣམ་གྲངས་འགོ་འཛུགས་དགོས་རིགས་ཚང་མ་འགོ་འཛུགས་་་
པར་སྐུལ་འདེད་བཏང་ཡོད།གཞི་རྒྱུ་གཙོ་བོ་འགན་ལེན་ལ་་་་
ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་དང་།མ་དངུལ་དང་།ས་སྤྱོད།ལྕང་་་་་་་
སོན་འདེབས་པ།ལས་མི་བཀོལ་སྤྱོད་སོགས་ཀྱི་འགག་རྩའི་་་་་
གཞི་རྒྱུར་སྤྱི་འདོམས་འགན་ལེན་བྱེད་པ།སྡེ་ཚན་དབར་གྱི་་་་
མཐུན་སྦྱོར་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་བཅས་བྱས་ནས་ཞིབ་མཆན་
འགོད་པ་དང་མ་དངུལ་སོགས་ཀྱི་དཀའ་གནད་ཐག་གཅོད་་་་་
བྱས་ཡོད།

མཚོ་སྔོན་ཞིང་ཆེན་གྱིས“བྱང་གསུམ”འདུ་འགོད་ཀྱི་དཔྱིད་དུས་
སྔོ་འགྱུར་ལས་དོན་སྤེལ་འགོ་ཚུགས་པ།

འདི་ག་ཚགས་པར་ཁང་དུ་གནས་་་་་་་་
ཚུལ་འབྱོར་གསལ། བོད་ལྗོངས་ཉིན་རེའི་་་་་་
ཚགས་པར་ཐོག་གནས་ཚུལ་སྤེལ་བར་གཞིགས་་་
ན། ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང།ལྷོ་ཁ་གྲོང་ཁྱེར་་་་་་་་་་་་
འགྲིམ་འགྲུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་ཅུས་ཀྱིས“ཡག་པོ་་་་་་་་
བཞིའི་གྲོང་གསེབ་གཞུང་ལམ”འཛུགས་སྐྲུན་བྱ་
རྒྱུ་དེ་གྲོང་གསེབ་དར་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་
བ་དང་གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་གསེབ་མཉམ་འདྲེས་་
ལ་མཐུན་རྐྱེན་སྦྱོར་བའི་དམ་འཛིན་བྱ་གཞི་གལ་
ཆེན་ཞིག་ཏུ་བརྩིས་ནས།“འཛུགས་སྐྲུན་དང་།
དོ་དམ།བདག་སྐྱོང་།འཁོར་སྐྱོད”བཅས་་་་་་་་
གཞི་གཅིག་ཅན་གྱི་ལས་དོན་ལ་བརྒྱུད་རིམ་ལྡན་
པའི་ངང་སྐུལ་འདེད་བཏང་བས་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་་
གཞུང་ལམ་དྲ་བ་རྒྱུན་མཐུད་འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་་་་
ཕྱིན་ནས་གྲོང་ཁྱེར་ཡོངས་ཀྱི་གྲོང་གསེབ་གཞུང་་
ལམ་དུ་རླངས་འཁོར་ཤར་གཏོང་ཐུབ་པའི་ལམ་་
ཐག་སྤྱི་ལེ་7153.523ཟིན་ཡོད་པ་རེད།

ལྷོ་ཁ་གྲོང་ཁྱེར་གྱིས་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་གཞུང་
ལམ་གསར་སྐྲུན（མཐུད་འཛུགས）རྣམ་གྲངས་་་
ཁག་10གནད་སྨིན་ལག་ལེན་བསྟར་བ་དང་།
གསར་སྐྲུན（རྒྱས་སྐྲུན）གྱི་ལམ་ཐག་སྤྱི་ལེ་280
ལྷག་ཙམ་ཟིན་པ་དེ་2024ལོའི་ལོ་མཇུག་ལས་་་་
སྤྱི་ལེ་131.667འཕར་ནས་སྲིད་འཛིན་གྲོང་ཚོ་
23ལ་མཁྲེགས་ལམ་མེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་རྦད་དེ་་་་་་་
མཇུག་འགྲིལ་ཞིང་།མིག་སྔའི་བར།གྲོང་ཁྱེར་་
དེ་ཡོངས་ཀྱི་གྲོང་གསེབ་གཞུང་ལམ་དུ་རླངས་་་་་
འཁོར་ཤར་གཏོང་ཐུབ་པའི་ལམ་ཐག་སྤྱི་ལེ་་་་་་་་་
7153.523ཟིན་ནས་ཤང་དང་།གྲོང་རྡལ།
སྲིད་འཛིན་གྲོང་ཚོ་བཅས་ལ་ཤར་གཏོང་ཐུབ་་་་་
ཚད་དང་དེ་བཞིན་ཆ་རྐྱེན་འཛོམས་པའི་ཤང་་་་་
དང་། གྲོང་རྡལ།སྲིད་འཛིན་གྲོང་ཚོ་བཅས་ལ་
འགྲུལ་སྐྱེལ་རླངས་འཁོར་ཤར་གཏོང་ཐུབ་ཚད་་་
100%ཟིན་ཡོད་པ་རེད།

བོད་ལྗོངས་ལྷོ་ཁ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་གྲོང་གསེབ་གཞུང་ལམ་དུ་རླངས་འཁོར་
ཤར་གཏོང་ཐུབ་པའི་ལམ་ཐག་སྤྱི་ལེ་7153ལྷག་ཙམ་ཟིན་པ། བོད་ཀྱི་ཡར་ལངས་ཞིང་བྲན་གྱི་བརྙན་པར་ཡིག་ཚགས།

དཀའ་སྡུག་དང་ཚེ་སྲོག་གསར་པ།སྒྲོལ་མ་དངོས་གྲུབ།

བོད་ལྗོངས་ལྷོ་ཁ་གྲོང་ཁྱེར་སྣེ་གདོང་ཆུས་སྐྱེད་པ་་་་་་་་
ཤང་སྐྱེད་པ་གྲོང་ཚོའི་ལོ་81ལ་སླེབས་པའི་བགྲེས་སོང་སྒྲོལ་་
མ་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་དྲན་འཆར་ནང་ཆུང་དུས་མནར་གཅོད་ཁོ་
ན་ལས་སྐྱིད་པའི་ཉི་མ་ཧ་ལམ་མེད།ལོ་7ནས་བཟུང་།
སྒྲོལ་མ་དངོས་གྲུབ་ཀྱིས་ཕ་མ་དང་མཉམ་དུ་ལོ་དང་ཟླ་བ་་་་་་
བསྟུད་ནས་ཞིང་བྲན་བདག་པོར་ཁྲལ་འུ་ལག་རྒྱུག་འགོ་་་་་་་་་
ཚུགས།ཁོང་གི་པཱ་ལགས་ལོ་49ལ་སླེབས་སྐབས་དཀའ་་་་་་་
ལས་ཁག་དྲགས་ནས་གྲོངས་པས།བྱིའུ་ཕྲུག་ཐང་ལ་ལུས་པ་
བཞིན་ཧ་ཉིད་མི་གོ་བའི་བུ་ཕྲུག་གསོ་སྐྱོང་བྱེད་པའི་ཁུར་པོ་་
ལྕི་པོ་ཨ་མའི་ཕྲག་ཐོག་ཏུ་བབས།གསོན་པོར་གནས་ཐུབ་་་་
པའི་ཆེད་དུ་ཨ་མས་ཉིན་མོ་རང་ནུས་ཡོད་རྒུས་ཞིང་བྲན་་་་་་་
བདག་པོར་ཁྲལ་འུ་ལག་རྒྱུགས་པ་དང་།ས་སྲོས་དུས་སུ་་་་་་་
འོད་སྐྱ་མོར་བརྟེན་ནས་དུས་ཚོད་དམ་འཛིན་གྱིས་བལ་ལས་

བྱས་ཏེ།དེ་ལས་བྱུང་བའི་ཡོང་འབབ་ཕྲན་བུར་བརྟེན་ནས་
འཚོ་བ་འཕྱིད་ཐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།དེ་ལྟར་ཉིན་མཚན་་་་་་་་་
བལྟོས་མེད་ངལ་ལས་ཁོ་ན་བྱེད་བསམ་པ་ལས་ངལ་གསོ་་་་་་་་
བའི་བསམ་བློ་གཏོང་མྱོང་མེད།ལོ་ན་ཕྲ་བའི་སྒྲོལ་མ་་་་་་་་་་་
དངོས་གྲུབ་ཀྱང་ཞིང་བྲན་བདག་པོའི་མནར་གཅོད་ལས་་་་་་
ཐར་མེད།མུན་ནག་དང་གདུག་རྩུབ་ཀྱིས་ཁེངས་པའི་ལོ་ཟླ་
དེའི་སྐོར་གླེང་སྐབས།བགྲེས་སོང་གི་མིག་ཟུང་ལས་སྡུག་་་་་
བསྔལ་གྱི་མིག་ཆུ་དབང་མེད་དུ་ཤོར་བ་དང་།ཇི་སྲིད་བར་་
དུ་བརྗེད་ཐབས་མེད་པའི་སྡུག་བསྔལ་དེ་དག་ནི་བོད་རྙིང་་་་
པའི་ཞིང་བྲན་ཚོའི་འཚོ་བ་དངོས་ཀྱི་མཚོན་ཚུལ་ཞིག་རེད།
ད་ཆ་སྐྱེད་པ་གྲོང་ཚོའི་དེ་སྔའི་ཁ་འཐོར་ཞིང་ས་རྒྱུ་་་་་་
ཞན་པའི་ས་ཞིང་དེ་དག་ཡུག་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་བའི་ཚད་་་་་་་་
གཞི་མཐོ་བའི་ས་ཞིང་ལ་སྒྱུར་བཀོད་བྱས་པ་དང་།ཞིང་ཁ་་

འདེབས་པ་དང་བཙས་མ་བརྔ་བ་སོགས་ཚང་མ་འཕྲུལ་ཆས་
ཅན་ལ་གྱུར་ཡོད།མི་རབས་ནས་མི་རབས་བར་ལྕགས་སྒྲོག་
གིས་བཅིངས་པའི་ཞིང་བྲན་ཚོ་དེ་ནས་བཟུང་ཉིན་གང་་་་་་་་་
གཞན་ལ་ངལ་ལས་བྱེད་མི་དགོས་པར་ས་ཞིང་གི་བདག་་་་་་་་
པོར་གྱུར་ཡོད།
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཐའ་དར་དམངས་ཕྱུག་དང་གྲོང་་་་་་་་་་
གསེབ་དར་རྒྱས་སོགས་ཀྱི་སྲིད་ཇུས་བཟང་པོ་རབ་དང་རིམ་
པ་ལས་སྒྲོལ་མ་དངོས་གྲུབ་དང་ཡུལ་མི་ཚོའི་འཚོ་བ་ཇེ་ཡག་་
ཏུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད།ཁོང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་མྱོང་བ་དངོས་་་་
ཀྱི་ཐོག་ནས་བོད་འདི་ཉིད་དཀའ་སྡུག་ནས་འཚོ་བ་གསར་་་་
པའི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་པའི་མཆོང་སྐྱོད་རླབས་པོ་ཆེའི་བདེན་་
དཔང་བྱེད་བཞིན་མཆིས།

འདི་ནི་སྒྲོལ་མ་དངོས་གྲུབ(གཡོན)དང་བུ་མོའི་མཉམ་པར་ཡིན་པ། འདི་ནི་སྒྲོལ་མ་དངོས་གྲུབ་ཀྱིས་ཁྱིམ་དུ་མེ་ཏོག་ལ་ཆུ་རྒྱག་བཞིན་པ།

གངས་ལྗོངས་ས་མཐོར་དཔྱིད་དཔལ་རབ་ཏུ་བཞད།
ཉིང་ཁྲིའི་ཡུལ་དུ་ཁམ་བུའི་མེ་ཏོག་མཛེས།
དཔྱིད་ཀ་ཤར་ཚུན།“གངས་ལྗོངས་ཀྱི་སྔོ་ལྗང་མཛེས་ལྗོངས་ཁུལ”ཞེས་གྲགས་པའི་བོད་ལྗོངས་་་་་་་
ཉིང་ཁྲིར་དྲོད་རིམ་བཞིན་སླེབས་ནས་ཉང་ཆུ་དང་ཡར་ཀླུང་གཙང་པོ་རྒྱུག་ཁུལ་གྱི་ལེ་དབར་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་་་གྱི་སར་རི་སྐྱེས་ཁམ་བུའི་མེ་ཏོག་ཕན་ཚུན་འགྲན་པ་ལྟར་བཞད་དེ།བརྗིད་ཉམས་ལྡན་པའི་གངས་རི་དང་་་ཕན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་རྒྱན་དུ་གྱུར་ནས་ཡུལ་སྐོར་བ་ཚོའི་ཡིད་ཀྱི་བརྟན་པ་ཅིག་ཅར་དུ་འཕྲོགས་ཤིང་།འདི་ནི་ཡུལ་སྐོར་བ་ཞིག་གིས་ཉིང་ཁྲི་གྲོང་ཁྱེར་བྲག་ཡིབ་ཆུས་ཀ་ལ་གྲོང་ཚོར་དྲན་རྟེན་པར་རྒྱག་བཞིན་པ།