丂丂丂
丂丂丂

མི་ཚེའི་འགྲུལ་བཞུད་ཀྱི་
ལམ་ཐིག་རེ་རེ་ནི་གང་ལ་
འཐེན་ཡོད་པ་མི་ཤེས་
པར་ལམ་གྱི་ཀྱག་ཀྱོག་དང་རིང་
ཐུང་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་བརྒྱུད་དགོས་
པས།འགྲུལ་བཞུད་པ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་
འགྲུལ་བཞུད་ཀྱི་རྟ་ཁར་གྲིམ་ལྷོད་
འཆོར་དུ་འཇུག་མི་རུང་པར།བློ་སྒྲིམ་
སྒྲིམ་དང་འགྲོས་དལ་དལ་གྱིས་ཆས་
དགོས།གློ་བུར་གློ་བུར་བའི་འཕྲལ་
རྐྱེན་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཚེ་སྲོག་ཉག་ཕྲ་
བ་དེ་དག་རླུང་ལ་མི་སྐུར་བར་གཟབ་
ནན་དང་བག་ཕེབས་ངང་ཆས་
དགོས།ཚེ་ཡི་འཕེན་པ་མ་རྫོགས་པའི་
བར་དུ་ང་ཚོ་ལམ་ནས་བགྲོད་དགོས་པ་
འཁོར་བའི་བསྐོས་ཐང་དུ་ངེས།ཡིན་
ཡང་།འགྲོ་ཤེས་འདུག་ཤེས་ཀྱི་རྟ་ཁ་
རང་ཉིད་ཀྱིས་ལག་ཏུ་ཡོད་ཙ་ན།དེ་ལ་
རང་ཉིད་ཀྱིས་ཇུས་གཞི་དང་མནོ་
བསམ་ཡང་ཡང་གཏོང་དགོས།ང་ཚོ་
འགྲུལ་བཞུད་པ་ཅིག་ལ་མཚོན་ན་
རང་སྣང་གང་ཤར་གྱིས་འགྲིམ་འགྲུལ་
དོ་དམ་ལ་བརྩི་སྲུང་དང་སྣང་དོག་མ་
བྱས་ན་ཡ་ང་བའི་མཇུག་འབྲས་མང་པོ་
ཞིག་འབྱུང་བཞིན་འདུགཁ་ལོ་བ་རང་
ཉིད་ཀྱི་ཚེ་སྲོག་ཕར་ཞོགདྲོད་ཁོལ་
འཁྱིལ་བའི་ཁྱིམ་ཚང་གི་ཕ་མ་དང་
བཟའ་ཟླ།གསར་དུ་འཚར་ལོངས་
འབྱུང་བཞིན་པའི་བུ་ཕྲུགདེ་ལས་ཀྱང་
སྐྱེ་བོ་མང་པོ་ཞིག་གི་ཚེ་སྲོག་ལ་གནོད་
སྐྱོན་དང་རྐྱེན་ལམ་དུ་རྫོངས་བཞིན་
མཆིས།
འདི་ནས་ཡར་ལ་བརྩིས་པའི་ལོ་
གཉིས་ཀྱི་སྔོན་དུ་རང་ཉིད་དང་ཆེས་
འདྲིས་ཆེ་བའི་གྲོགས་པོ་ཞིག་འགྲིམ་
འགྲུལ་དོན་རྐྱེན་ཁྲོད་ཚེ་ལས་འདས།
གཟའ་ཉི་མའི་ངལ་གསོ་ཞིག་ལ་ལས་
གྲོགས་འགའ་དང་ལྷན་དུ་སྤྲོ་གསེང་དུ་
སོང་སྟེ་ཆང་འཐུང་ནས་ཁམས་གཡེང་
བྱས་མཐར།ཕྱིར་ཡུལ་ལ་ལོག་སྐབས་ཀྱི་
ལམ་བར་ནས་འགྲིམ་འགྲུལ་དོན་རྐྱེན་
བྱུང་ནས་ཚེ་སྲོག་ཤོར།ཉི་མ་དེར་ང་རང་
གྲོགས་པོ་འགའ་དང་ལྷན་དུ་སྤོ་ལོ་རྩེད་

དུ་སོང་བསྡད་ཡོད།ཕྱི་དྲོ་ཞིག་ལ་
བསྟན་འཛིན་གྱིས་ཁ་པར་ཐོན་བྱུང།
སྐད་གདངས་དམའ་མོས་ཝེ་ཁྱོད་གང་
ན་ཡོད།དོན་འགྲུབ་རྒྱལ་ལ་རླངས་
འཁོར་དོན་རྐྱེན་བྱུང་སོང་ཟེར།ངས་
ཐན་སྐད་དེ་ཐོས་མ་ཐག་ཏུ་ལུས་ཀྱི་བ་
སྤུ་གཟེངས་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་ཚོར་བ་
ཉམས།ང་རང་འཚབ་འཚུབ་ངང་གློ་
བུར་དུ་ཡུལ་དངོས་ལ་ཐོན་དུས་མི་
ཚོགས་མང་པོས་བསྐོར་འདུག་ལ་
དཀྱིལ་དུ་གསལ་ལ་མི་གསལ་པའི་
ཁོས་ལུས་ཡོངས་ཁྲག་གིས་བརྫིས་
འདུགང་རང་ཕར་ཉེ་སར་བཏུད་
བསམ་ཀྱང་བཏུད་ཐབས་དཀའ་བར་
གྱུར།ཕ་མ་དང་བཟའ་ཟླ་བྱིས་པ་དག་
གི་ངུ་སྐད་ཀྱིས་གནམ་ས་ཁེངས་ལ།
མྱུར་སྐྱོབ་རླངས་འཁོར་གྱི་དུང་སྒྲ་རྣ་
བར་གཟན།གློ་བུར་གློ་བུར་དུ་རང་
ཉིད་ཀྱང་ཅི་ཡིན་འདི་ཡིན་མི་ཤེས་
པའི་ཚོར་འདུ་ཞིག་གིས་ཡོངས་སུ་
སྦྲིད།ཆག་ཆག་ཧྲུག་ཧྲུག་ཏུ་བཏང་
བའི་རླངས་འཁོར་ལ་བལྟས་ན་
འཇིགས་ཡེར་བ་ཞིག་རེད།མདུན་གྱི་
འཁོར་ལོ་གཉིས་ཀའང་ཉིས་ལྟེབ་ཏུ་
བཏང་འདུགརྒྱ་ལམ་སྟེང་དུ་
མཚམས་མེད་བཞུར་བའི་ཁྲག་གི་རི་
མོ་རིམ་བཞིན་ཆེ་རུ་བསྐྱེད་དེ་རྒྱ་ཁྱོན་
ཇེ་ཆེ་ནས་ཇེ་ཆེར་སོང་།འགྲིམ་འགྲུལ་
ཉེན་རྟོག་པ་འགས་པར་ཆས་བླངས་ཏེ་
གཡས་གཡོན་སྔུན་གཞུག་པར་མིག་ལ་
སྡུད་བཞིན་གནས་ཚུལ་ལ་རྒྱུས་ལོན་
བྱེད་ཀྱིན་གདའ།རྒྱ་ལམ་ནང་དུ་ཉལ་
འགྲོ་བཞིན་བཞུར་བའི་རླངས་འཁོར་
ཆེ་ཆུང་གི་རྒྱུན་དེ་མ་ཐག་ཁེགས་པར་
གྱུར།ཁེགས་ཟིན་པའི་རླངས་འཁོར་
དག་ལ་ངང་རྒྱུད་རིང་པོ་ཅི་ཡང་མི་
འདུག་སྟེ།དུང་སྒྲ་རྣ་བར་གཟན་པ་

མཚམས་མི་འཆད་པར་
བརྒྱབ་བྱུང་།
ཟོང་འགྲུལ་
རླངས་འཁོར་གྱི་ཁ་
ལོ་བར་རྨས་སྐྱོན་ཅི་ཡང་
ཐེབས་མི་འདུག་ལ་སྐྲག་སྣང་གིས་
ཡུན་ཙམ་ལ་ངག་ནས་སྐད་ཆ་ཀྱང་མི་
བརྡོལ་པར་གྱུར།མི་ཚོགས་མང་པོས་
ལྟད་མོ་ཅི་ཞིག་མ་མཐོང་བ་ནང་བཞིན་
ཤ་ཐོག་ཏུ་འབུ་འཚང་འཚང་བྱེད་བཞིན་
གདའ།བྱིས་པ་གཉིས་ཀྱི་ངུ་སྐད་དང་
འགྲོགས་ནས་མི་ཚོགས་ཀྱིས་འུར་ཟིང་
ཡང་ཇེ་ཆེར་གྱུར།ཆང་འཐུང་རྗེས་
རླངས་འཁོར་བསྐོར་བ་ནི་ཚེ་སྲོག་རྩེད་
ཆས་སུ་བྱས་པ་རེད།དེ་ནི་མིག་ཟུང་
བཙུམ་ནས་གཡང་ལ་མཆོང་བ་དང་ཅི་
ཆ།ཤེས་བཞིན་དུ་དུག་འཐུང་བ་ནང་
བཞིན་རེད།
མྱུར་སྐྱོབ་མི་སྣ་རྣམས་ཀྱིས་ནད་
པ་ཚབས་ཆེ་བས་མྱུར་མོར་སྨན་ཁང་དུ་
ཁྱེར་དགོས་ཟེར།དེ་མ་ཐག་མྱུར་སྐྱོབ་
རླངས་འཁོར་ཏུ་བཞག་ནས་དུང་སྒྲ་དང་
བཅས་ཁྱེར་ནས་སྨན་ཁང་གི་ཕྱོགས་སུ་
མདའ་འཕངས་བ་ལྟར་ཆས་སོང་།སྨན་
ཁང་དུ་ཐོན་ནས་ཅུང་མ་འགོར་བར་ཚེ་
སྲོག་གི་རྒྱུ་བ་འགག་པའི་སྐད་ངན་
ཐོས།དེ་ནི་དངོས་གནས་བློ་ཡུལ་དུ་
མི་ཤོང་བའི་དོན་དག་ཅིག་དང་།
དང་ལེན་བྱེད་ཐབས་བྲལ་བའི་སྡུག་
གི་ན་ཟུག་ཅིག་རེད།ནམ་འཆི་ཆ་
མེད།འཆི་རྐྱེན་ངེས་མེད།ལྡོག་
ཐབས་མེད་པའི་ལས་དབང་དང་རྐྱེན་
དབང་གིས་སྐད་ཅིག་ཅིག་ལ་ཚེ་སྲོག་
མང་པོ་ཞིག་འདི་ལྟར་རྨེག་མེད་དུ་
བཅོམ་བཞིན་འདུགཉམས་ཆུང་བའི་
བྱིས་པ་གཉིས་ཀྱིས་ཁ་ཆུ་སྣ་ཆུ་དྲུད་
ནས་ངུ་སྐད་ལས་ཨ་ཕ་ཞེས་འབོད་
ཐེངས་རེ་རེར་ནང་སེམས་ཀྱི་བརྩེ་
གདུང་ནད་པར་བཏང་།ཕ་མ་དང་

བཟའ་ཟླ་བུ་ཕྲུག་དག་གི་ངུ་ཤུམ་གྱིས་
ཡུལ་གྱི་གཙང་བོ་བྲུག་ཀྱང་ཚེ་ཡི་ལག་
རྟེན་ཆགསྐྱ་ཆད་སྔོ་སྡུག་གི་ལོ་ཟླ་ནག་པོ་
ཞིག་ཐོད་དུ་མི་བསུ་ཐབས་མེད་དུ་གྱུར།

མཚོ་ལྷོ་བོད་ཡིག་ཚགས་པར།སྦྲག་བསྐུར་ཨང་རྟགས།55-22 ལོ་ཧྲིལ་བོའི་རིན་གོང་སྒོར།41.40

མཚོ་ལྷོ་ཚགས་པར།སྦྲག་བསྐུར་ཨང་རྟགས།55-17
ལོ་ཧྲིལ་བོའི་རིན་གོང་སྒོར།120.40

གུང་ཧོ་རྫོང་།0974-8510116 ཁྲི་ཀ་རྫོང་།0974-8553104 ཀོས་ནན་རྫོང་།0974-8502904 ཐུན་ཏེ་རྫོང་།0974-8592888 ཞིན་ཧེ་རྫོང་།0974-8581570

སྡོད་གནས།མཚོ་ལྷོ་ཁུལ་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་གནས།ཡིག་ཟམ།qhhnzwb@163.com སྦྲག་ཨང་། 813099 དྲ་གནས།http://hnzw.x-publish.com

པར་འདེབས་བཟོ་གྲྭ།མཚོ་སྔོན་ཉིན་རེའི་ཚགས་པར་ཁང་པར་འདེབས་བཟོ་གྲྭ།ས་གནས།ཟི་ལིང་གྲོང་ཁྱེར་འབྲི་ཆུ་ལམ་ཨང5བ།

པར་འདེབས་བཟོ་གྲྭ།མཚོ་སྔོན་ཉིན་རེའི་ཚགས་པར་ཁང་པར་འདེབས་བཟོ་གྲྭ།

ས་གནས།ཟི་ལིང་གྲོང་ཁྱེར་འབྲི་ཆུ་ལམ་ཨང5བ།

ཀྲུངགུངསྐབཉིཤུཔའིཀྲུངཨུཚངའཛོམགྲོསཚོགཐེངབཞིཔའིདགོངདོནའཁྱོབྱེད

4 qhhnzwb@163.com

རྩོམ་སྒྲིག་པ།བུ་མོ་མཆོག 2025ལོའི་ཟླ12པའི་ཚེས24ཉིན།
རེས་གཟའ་ལྷག་པ། ཁྲི་ཤོར་རྒྱལ་མོའི་རླབས་སྒྲ།

སྙིང་ལ་གཟན་པའི་ངུ་སྐད། སྒེའུ་ཁུང་གི་ཕྱི་རོལ།
ཕུན་ཚོགས་བཀྲ་ཤིས། ༼ཐུན་ཏེ།༽ ཀུན་བཟང་རྣམ་རྒྱལ། ༼སྡེ་དགེ༽

2026ལོའི་མཚོ་ལྷོ་བོད་ཡིག་ཚགས་པར་མངགས་ཉོ་

གནང་བར་དགའ་བསུ་ཞུ།

丂丂丂
丂丂丂

丂丂丂
丂丂丂

༡

ཕྱི་རོལ་གྱི་གཡའ་དག་པའི་ནམ་མཁའ་དང་དྲོད་འཇམ་གྱི་རླུང་བུ་དེ་དག་གིས།སོས་ཁའི་གནམ་གཤིས་ནི་བྱིས་པ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་གི་ངོ་གདོང་ཇི་བཞིན་འཇམ་ཤ་ལྡན་ཞིང་མཉེན་ལྕུག་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཚོར་སྣང་སྟེར།བསིལ་འཇམ་གྱི་རླུང་བུ་ཤིག་ཤིག་ཏུ་ལྡང་བ་དང་མཉམ་དུ།ལྗོན་པའི་ཡལ་གའི་སྟེང་དུ་ཁྲ་ལམ་མེར་བཞད་པའི་མེ་ཏོག་དེ་དག་ཀྱང་ཕར་གཡོ་ཚུར་གཡོ་བྱེད་བཞིན་འཛུམ་པའི་ཞལ་རས་ངོམ་པ་ནི་ཅི་འདྲའི་ཉམས་དགའ་བ་ཞིག་མ་རེད་དམ།
ལྗོན་པའི་ཡལ་གའི་སྟེང་ན་ཅི་དགར་རྩེན་པོའི་བྱེའུ་ཆུང་ཆུང་དག་གིས་ཀྱང་སྐད་སྙན་མོ་སྒྲོག་གིན་འཕུར་ལྡིང་ཡང་ཡང་བྱེད་ཅིང་།སྐབས་རེར་ས་ལ་བབས་ནས་རྒུམ་བུ་འཚོལ་བའི་སྣང་ཚུལ་ནི་ཅི་འདྲའི་ཉམས་དགའ་བ་ཞིག་མ་རེད་ཨང་།ལྗོན་པ་དང་ཐག་ཉེར་ལྷུང་ལྷུང་དུ་བཞུར་བཞིན་པའི་ཆུ་བོ་དེ་ནི་སྐད་ཅིག་ཙམ་ལའང་མི་སྡོད་པར་མདུན་ནས་མདུན་དུ་བསྐྱོད་པ་ནི།སེམས་ལྡན་ཀུན་ལ་སྒྱིད་ལུག་དང་ལེ་ལོ་དོར་ནས་མདུན་དུ་བསྐྱོད་དགོས་པའི་དྲན་གསོ་གཏོང་བཞིན་པ་དང་འདྲ།
ང་རང་གྲོང་ཁྱེར་འདིའི་ཁང་རྩེག་མཐོན་པོ་ཞིག་གི་སྒེའུ་ཁུང་ཁར་ལངས་ནས་
ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡོད་ཚད་ལ་མིག་བཤེར་རྒྱག་དུས།ཕྱི་རོལ་གྱི་བྱ་དངོས་ཐམས་ཅད་ནི་དེ་འདྲའི་གསོན་ཉམས་ལྡན་ཞིང་ནང་སེམས་ལ་སྣང་ཚོར་འདྲ་མིན་སྩོལ་ཡོང་བ་ཞིག་རེད་ཨང་།
༢

ཕྱི་རོལ་གྱི་མུན་པ་ཇེ་སྟུག་ཏུ་སོང་བ་དང་མཉམ་དུ།གཞུང་ལམ་གཡས་གཡོན་གྱི་གློག་སྒྲོན་དག་འོད་ཆེམ་མེར་འཕྲོས་ཡོང་བ་དང་།གྲོང་ཁྱེར་འདི་འཇིག་རྟེན་གསར་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་སོང་བའི་སྣང་བ་སྟེར་ཅིང་།འཇིག་རྟེན་གསར་པ་དེ་ནི་མཛེས་སྡུག་གི་རི་མོ་ཞིག་དང་འདྲ་བར་ངའི་མཛེས་དཔྱོད་ཀྱི་ལྟ་བ་ལ་ཚོད་བགམ་ཡང་ཡང་བྱེད་ཡོང་བས།ང་རང་ཡང་མཛེས་སྡུག་དེའི་ཀློང་དུ་འཁྱམ་སྟེ་རྣམ་ཤེས་ལ་རང་དབང་མི་ཐུབ་པར་གྱུར།
དུས་ཚོད་ཀྱི་མདའ་རྩེ་ཕར་ཕར་ཕྱིན་པ་དང་།ཕྱི་རོལ་གྱི་གློག་སྒྲོན་འོག་གི་ལམ་འགྲོ་
བ་དག་ཀྱང་རིམ་བཞིན་ཇེ་ཉུང་དུ་སོང་སྟེ།གྲོང་ཁྱེར་འདིའི་ཉིན་གཅིག་གི་ལས་དོན་ཐམས་ཅད་རྫོགས་སོང་བ་ལྟར་ཡོད་ཚད་ཁུ་སིམ་མེར་གྱུར།དེ་ལྟ་ནའང།སྒེའུ་ཁུང་ཕྱི་རོལ་གྱི་ལྗོན་པ་དང་དེའི་ཡལ་འདབ་དག་ནི་སྔར་བཞིན་རང་གི་འདོད་མོས་ལྟར་འཚོ་ཞིང་གནས།ཉིན་གཅིག་གི་བྲེལ་འཚུབ་རྫོགས་ནས་འཇིག་རྟེན་ལྷིང་འཇགས་སུ་གྱུར་བའི་དུས་འདི་ནི།ནང་སེམས་ལ་བྱབས་ཁྲུས་བྱེད་པའི་དུས་བཟང་ཞིག་ཡིན་པས།ངས་སྒེའུ་ཁུང་གི་ཕྱི་རོལ་ལ་མིག་ཟུང་ཅེར་ནས་ལྗོན་པ་དེ་དང་དེ་འབྲེལ་གྱི་གནད་དོན་གང་མང་ཞིག་ལ་མནོ་བསམ་གཏོང་བཞིན་ཡུན་རིང་ལུས།
༣

སྐབས་རེར།དུས་ཚོད་ཀྱི་གོམ་ཁ་ལྷོད་ལ་མངགས་ཏེ་ཕྱི་རོལ་གྱི་གནམ་གཤིས་འགྱུར་ལྡོག་དང་བྱ་དངོས་གྱི་འཕེལ་འགྲིབ་རྣམས་མིག་གིས་འཚོས་ཤིང་སེམས་ཀྱིས་མྱངས་ན།འཇིག་རྟེན་གྱི་གནས་ལུགས་མང་པོ་ཞིག་ངང་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་རྟོགས་ཡོང་ཞིང་།མི་དང་ཕྱི་རོལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་འབྲེལ་བ་དང་།ཕྱི་རོལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་དངོས་དག་གིས་མི་ལ་བསྩལ་བའི་ནུས་སྟོབས་སོགས་ནི་གསང་བའི་ཚུལ་དུ་གནས་ཡོད་པའང་ཤེས་ཡོང་།