2026ལོའི་ཟླ་05ཚེས་25 འགན་འཁུར་རྩོམ་སྒྲིག་པ།བསོད་ནམས་བསྟན་པ། ལག་བསྟར་རྩོམ་སྒྲིག་པ། ལོ་ཡག་མཚམས་གཅོད། ཕྱོགས་བསྡུས་གསར་འགྱུར། ལྷོ་བོཁའིའི་བོདབོ་ཡིའིག་ཚགས་པར་

3

（པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད）གྲོང་ཁྱེར་ཡོངས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་སྤྱི་ཡོངས་ལ་
གཞི་བཅོལ་ཏེ།ཐུན་མིན་ས་ཁོངས་དགེ་མཚན་དང་།ཐོན་ཁུངས་ལེགས་
ཆ།ཐོན་ལས་རྨང་གཞི་བཅས་ལ་གཞི་རྐང་ཚུགས་པ་བྱས་ཐོགསྐྱེ་ཁམས་་
སྔོན་འཇོག་དང་།ཐོན་དར་རྫོང་ཆེན།རིག་གནས་ཡུལ་སྐོར་འཕེལ་རྒྱས་་་་་་་་་་
མཉམ་འདྲེས་བཅས་གཙོ་ཐིག་ལ་དམ་ཟབ་དམིགས་ནས།བཟོ་ལས་བརྗེས་་་་་་་སྒྱུར་རིམ་སྤོར་དང་།ཁྱད་ལྡན་ཞིང་ལས་སྤུས་ཚད་མཐོར་འདེགས།རིག་་་་་་་་་་གནས་དང་ཡུལ་སྐོར་གྱི་ལས་རྣམ་རྒྱ་སྐྱེད་སོགས་ཁྱབ་ཁོངས་སུ་ནུས་ཤུགས་་་་་་་འདོན་སྤེལ་རྒྱུན་མཐུད་བྱས་པས།ཡར་ཀླུང་གཙང་པོའི་ངོགས་སུ།ཐོན་ལས་་་་དར་རྒྱས་དང་།སྐྱེ་ཁམས་མཛེས་པ།མང་ཚོགས་ཕྱུག་འགྱུར་བཅས་མངོན་་་་་་་་པའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་རྒྱུགས་ལན་ཡག་པོ་ཞིག་ཕུལ་ཡོད།
ཧྭ་ཤིན་ཨར་འདམ་གྱིས་ལོ་ངོ་བཅུའི་འཕོ་འགྱུར་ལམ་བུའི་ཐོག་འབྱུང་འཕྲོད་་་་་་བཟོ་ལས་ཀྱི་མིག་དཔེ་བཟང་པོ་བཏོད་པ།
ལོ་ངོ་བཅུ་གྲངས་ཡར་སྔོན།ཟངས་རི་རྫོང་གི་ས་སྟོང་ཞིག་ཏུ།དེང་རབས་་སྒྲིག་ཆས་ཀྱིས་བརྒྱན་པའི་ཨར་འདམ་བཟོ་གྲྭ་ཞིག་བསྐྲུན་པས།ལྷོ་ཁའི་དཔལ་འབྱོར་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ཆེད་དུ་སྟོབས་ཤུགས་རྒྱུན་མཐུད་ལེགས་སྐྱེས་ཕུལ་ཡོད་པ་རེད།ཟངས་རིའི་བཟོ་ལས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་སྣེ་ཁྲིད་ཁེ་ལས་ཤིག་ཡིན་་་་་་་་པའི་ངོས་ནས།ཧྭ་ཤིན་ཨར་འདམ(བོད་ལྗོངས)ཚད་ཡོད་ཀུང་སིས་ལྷོ་ཁ་ས་་་་་་སྒྱུར་གྲོང་འཛུགས་ཀྱི་དཔྱིད་རླུང་དང་སྡེབ་སྟེ།སྲོལ་རྒྱུན་ཨར་འདམ་བཟོ་ལས་བཟོ་གྲྭ་ཞིག་ནས་འབྱུང་འཕྲོད་ནུས་གྲོན་འཁོར་རྒྱུག་མིག་དཔེར་འོས་པའི་ཁེ་་་ལས་ཤིག་ཏུ་འཕོ་འགྱུར་ལེགས་པར་བྱུང་ཡོད་པ་རེད།
ལོ་ངོ་བཅུ་ཡི་རིང་།ཟངས་རི་རྫོང་གིས་སྐྱེ་ཁམས་རྫོང་འཛུགས།འབྱུང་་་་་་་་འཕྲོད་འཕེལ་རྒྱས་ཞེས་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱངས་ཐོགཁེ་ལས་ཀྱིས་ཁོར་ཡུག་་་་་་་་སྲུང་སྐྱོང་ཐད་མ་འཇོག་དང་ལག་རྩལ་གསར་སྤེལ་ལ་ཁྲིད་སྐུལ་བྱས་མཐར།སྲོལ་རྒྱུན་ཨར་སྐྲུན་རྒྱུ་ཆ་མཁོ་འདོན་ཁེ་ལས་ཤིག་ནས་ག་ལེར་བརྗེས་སྒྱུར་རིམ་སྤོར་བྱུང་བས།ཐོན་སྐྱེད་ལས་གཉེར་དང་།ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོང་གི་བཅོས་སྒྲིགམང་ཚོགས་ལས་ཞུགས་སོགས་ཕྱོགས་ཁག་ལ་འཕུར་མཆོང་བླ་མེད་མངོན་་་་་་་་་འགྱུར་བྱུང་ཡོད།
ཧྭ་ཤིན་ཨར་འདམ(བོད་ལྗོངས)རྟེན་གཞིའི་བདེ་འཇགས་སྤྱི་ཁྱབ་ལྟ་སྐུལ་་་བ་ཧྲུའུ་ཁྲེང་གིས་ངོ་སྤྲོད་བྱས་པར་གཞིགས་ན།ཁེ་ལས་ཀྱིས་བརྗེས་སྒྱུར་རིམ་་་་སྤོར་གོམ་སྟབས་ཇེ་མགྱོགས་སུ་བཏང་སྟེ།སྲོལ་རྒྱུན་ཨར་འདམ་ཁོ་ན་ཐོན་་་་་་་་་སྐྱེད་དཔེ་གཞི་ནས་འགག་སྒྲོལ་ཐུབ་པ་བྱས་ཏེ།ཨར་འདམ་དང་།ཁོར་ཡུག་་་་་་སྲུང་སྐྱོང་།མ་རྒྱུ།བསྲེས་འདམ་བཅས་གཞི་གཅིག་འཕེལ་རྒྱས་སྣེ་མང་ལ་་་་་་་་་་ཕྱོགས་པའི་མ་ལག་ཚང་བ་བྱས་མཐར།བོད་ལྗོངས་སུ་ཨར་འདམ་ཚ་དྲོད་་་་་་་་་འབྲིང་ཆུང་ཐོན་སྐྱེད་ཐུབ་མཁན་གྱི་ཁེ་ལས་ཅིག་ཤོས་སུ་གྱུར་ཡོད།ཐོག་མར་་་་ཨར་འདམ་ལོར་ཐོན་སྐྱེད་ཀྲོན་ཁྲི་30ནས་ད་ལྟའི་ལོར་ཀྲོན་ཁྲི་260ལྷག་་་་་་་་་་མཐོར་འདེགས་ཤུགས་ཆེན་བྱུང་ཡོད།དུས་མཚུངས་སུ།ཁེ་ལས་ཀྱིས་འབྱུང་་་་་འཕྲོད་འཕེལ་རྒྱས་ལམ་བུར་ཏན་ཏིག་ཞུགས་ཏེ།བོད་ལྗོངས་སུ་ཨར་འདམ་་་་་་ཐབ་ཀས་འཚོ་བའི་གད་སྙིགས་རྣམ་གྲངས་ཅིག་ཅར་དུ་མཐུན་སྦྱོར་ཐག་་་་་་་་་་གཅོད་ཐུབ་མཁན་ཁེ་ལས་ཤིག་ཏུ་བསྐྲུན་ཞིང་།ཉིན་རེར་གད་སྙིགས་ཀྲོན་་་་་་་་་ 300ཐག་གཅོད་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་།རིམ་རྩིས་བྱས་ན།ལྷོ་ཁ་གྲོང་ཁྱེར་་་གྱི་རྫོང་ཁག་8དང་ཆུས་གཅིག་གི་འཚོ་བའི་གད་སྙིགས་ཀྲོན་ཁྲི་30ལྷག་གནོད་་མེད་ཐག་གཅོད་བྱས་ཡོད་པས།འཚོ་བའི་སྙིགས་རོ་ས་སྦས་གཏོང་ཤུལ་གཏན་ནས་མེད་པའི་དམིགས་ཚད་མངོན་འགྱུར་ཐུབ་ཡོད་པ་རེད།དེ་མིན།ཁེ་ལས་་་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་འགན་འཁྲི་ལག་བསྟར་ཡག་པོ་བྱས་ཏེ།ཉེ་འཁོར་མང་ཚོགས་་་་་ 800ཙམ་ལས་ཀར་བཅུག་ནས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཡོང་འབབ་འཕར་སྣོན་ལ་སྐུལ་་་འདེད་བཏང་བས།ཁེ་ལས་ཀྱི་སྤུས་མཐོའི་འཕེལ་རྒྱས་དང་།མང་ཚོགས་ཀྱི་་་་་་་ཡོང་འབབ་འཕར་སྣོན།སྐྱེ་ཁམས་ལེགས་བཅོས་རྒྱུན་མཐུད་བཅས་ཚང་མར་་་ཕན་འདོགས་པའི་དམིགས་ཚད་མངོན་འགྱུར་བྱུང་ནས།ལྷོ་ཁ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་་་་་་བཟོ་ལས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་ཐད་འབྱུང་འཕྲོད་ཐཱན་ཉུང་ཕྱོགས་སུ་བརྗེ་་་་སྒྱུར་གྱི་དངོས་དཔེར་གྱུར་ཡོད་པ་རེད།
2012ལོར་ལས་ཀར་ཞུགས་པའི་པད་མ་རྡོ་རྗེ་ནི་ཐོག་མར་ལག་རྩལ་མི་སྣ་་་དཀྱུས་མ་ཞིག་ནས་ད་ལྟ་གཞུང་ལས་ཁང་གི་ཀྲུའུ་རེན་དུ་རིམ་པས་འཚར་་་་་་་་་་ལོངས་བྱུང་ཡོད་ཅིང་།ལོ་མང་རིང་།ཁོ་པས་ཤེས་བྱར་སྦྱངས་བརྩོན་དང་དམ་པ་དོན་གཉེར།ཉམས་མྱོང་གསོག་འཇོག་བཅས་ལ་བརྟེན་ནས།ལས་གནས་་་་་བརྗེས་སྒྱུར་དང་འཇོན་ནུས་མཐོར་འདེགས་བདེ་བླག་བྱུང་བ་ལས།ཁེ་ལས་་་་་་ཀྱིས་སྤུས་མཐོའི་འཕེལ་རྒྱས་སྐུལ་སྤེལ་ཕྱོགས་ལ་མཆོང་སྐྱོད་རྣམ་པའི་བར་་་་་་་་བརྒལ་བྱུང་བར་བདེན་དཔང་ལོས་ཐུབ་བོ།
པད་མ་རྡོ་རྗེས་གསར་འགོད་པར།ཀུང་སིའི་ནང་ཐོབ་ཐང་ཡག་པོ་ཡོད་པ་་མ་ཟད།འཚོ་བར་མཁོ་བའི་ལེ་ལག་སྒྲིག་བཀོད་ཚང་བས།བློ་བདེ་བག་ཕེབས་་ཀྱིས་ལས་ཀར་གཞོལ་ཆོགརྗེས་སོར།རང་ཉིད་ཀྱིས་ལས་གནས་ཐོག་གཞི་རྐང་ཚུགས་པ་བྱས་ཏེ།འགན་ནུས་ལག་བསྟར་ཏན་ཏིག་ལ་བརྟེན་ནས།འཕེལ་་་་་་་་རྒྱས་གོམ་སྟབས་ལ་སྙེག་ཐོགཁེ་ལས་ཀྱི་ཕུགས་ཕན་སྐྱོན་བྲལ་གོང་འཕེལ་ཆེད་་སེམས་ནུས་ཅི་ཡོད་སྐྱེས་སུ་འབུལ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད།
ད་ལྟའི་ཧྭ་ཤིན་ཨར་འདམ(བོད་ལྗོངས)ཚད་ཡོད་ཀུང་སི་ནི།ལྷོ་ཁ་གྲོང་་་་་་་་ཁྱེར་ཙམ་མ་ཟད།བོད་ལྗོངས་སུ་རང་ཁ་རང་གསོ་བྱེད་མཁན་སྒུལ་ཤུགས་མ་་་་འཁོར་རྩེ་གྲ་ལྟ་བུའི་གྲས་ཤིག་ཏུ་གྱུར།མིག་སྔར།ཧྭ་ཤིན་ཨར་འདམ་གྱི་བྲིན་་་་་ཚོང་བསྡོམས་འབོར་ཀྲོན་ཁྲི་3500ཟིན་ཞིང་།བཟོ་ལས་ཐོན་ཐང་སྒོར་དུང་་་་་ཕྱུར་200བརྒལ་ཡོད་པ་དང་།བཟོ་ལས་ཐོན་ཐང་ཁོ་ནས་ཟངས་རི་རྫོང་བཟོ་་ལས་ཐོན་ཐང་གི་བརྒྱ་ཆ་80ཟིན་གྱི་ཡོད་པ་རེད།ཧྲུའུ་ཁྲེང་གིས།གོམ་སྟབས་་་
རྗེས་མར།ང་ཚོས་མུ་མཐུད་ནས་ལྷོ་ཁར་གཞི་རྐང་ཚུགས་ཏེ་བོད་ལྗོངས་ལ་་་་་་་་
ཞབས་ཞུ་བསྒྲུབ་ཐོགའབྱུང་འཕྲོད་བརྗེས་སྒྱུར་གྱི་ཁྲིད་སྟོན་འོགགཙོ་ལས་ལ་་
ཤུགས་སྣོན་དང་འགན་འཁྲི་ལག་བསྟར་ཏན་ཏིག་སྒོས།ལྷོ་ཁའི་སྤུས་མཐོའི་་་་་་

འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་སྤེལ་གཏོང་བའི་རྒྱང་ལམ་གསར་པའི་སྟེང་ཧྭ་ཤིན་གྱི་་་་་་་་་་སྟོབས་ཤུགས་གསར་པ་དེ་བས་མང་བ་འབུལ་རྒྱུར་བརྩོན་བཞིན་ཡོད་ཅེས་་་་་་་་གླེང་།
ལོ་ངོ་བཅུའི་རིང་།ཟངས་རི་རྫོང་གིས་རང་ཁོངས་ཐོན་ཁུངས་ཀྱི་དགེ་་་་་་་་་་མཚན་བསྔོག་འདོན་བྱས་ཏེ།ཁྱད་ལྡན་དམངས་ཕྱུག་ཐོན་ལས་སྣེ་མང་འཕེལ་་རྒྱས་བཏང་ཡོད།རྫིང་ཕྱི་ཤང་ཞོལ་པ་གྲོང་ཚོས་འོལ་ཁ་ཆུ་ཚན་ལ་གཞི་བཅོལ་་་ནས་རིག་གནས་ཡུལ་སྐོར་དང་ལུས་ཁམས་བདེ་གསོའི་ཐོན་ལས་རྩེ་གྲ་བཏོད་་་ཐོག་རིམ་པས་སྤུས་ཚད་མཐོར་འདེགས་བྱས་པ་དང་།རོང་ཤང་འཕྲིན་པ་་་་་་་་་གྲོང་ཚོའི་ལོ་མ་ཤིང་ཆ་རྡོ་རྒྱུ་ཆེད་ལས་ཁྲོམ་ར་འཁོར་རྒྱུག་བརྟན་འཁྱོངས་བྱས་པར།མངའ་ཁོངས་ཨར་སྐྲུན་རྒྱུ་ཆའི་ཐོན་ལས་གཅིག་སྡུད་འཕེལ་རྒྱས་ཡོང་་་་་་རྒྱུར་རམ་འདེགས་ཐུབ་པ།འབོད་ཐོས་ཤང་གཞུ་མོ་གྲོང་ཚོའི་སྦྲང་ནོར་བུ་་་་་་་་་གསོ་ཚགས་རྟེན་གཞི་རྒྱ་སྐྱེད་ཧུར་ཐག་བཏང་བས།མང་ཚོགས་ཚོར་འབབ་་་་་་འཕར་བརྟན་འཁྱོངས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་རྒྱ་སྐྱེད་ཐུབ་པ་སོགས་ཕན་འབྲས་མངོན་གསལ་དོད་པོ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད།
རིག་གནས་ཡུལ་སྐོར་དང་ལུས་ཁམས་བདེ་གསོ་ནས།ཨར་སྐྲུན་རྒྱུ་ཆ་ལས་་་སྣོན་དང་ས་མཐོའི་ཁྱད་ལྡན་འདེབས་འཛུགས་བཅས་ཀྱི་བར།ཤང་གྲོང་གི་་་་་་ཐོན་ལས་སྣ་ཚོགས་ཡུལ་བབ་དང་བསྟུན་ནས་རིམ་པས་དར་སྤེལ་དང་རྒྱ་སྐྱེད་་བྱུང་ཡོད་པ་མ་ཟད།ལས་སྣོན་རིན་ཐང་མཐོར་འདེགས་བརྒྱུད་ཤང་གྲོང་ཐོན་ཁུངས་བསྔོག་འདོན་ཡག་པོ་བྱུང་ནས་མང་ཚོགས་ཚོའི་འབབ་འཕར་བརྟན་་་་་འཁྱོངས་ལ་ཁྲིད་སྐུལ་ཐུབ་སྟེ།ཟངས་རི་རྫོང་གིས་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་གྲོང་་་་་་་་་་གསེབ་དར་རྒྱས་ལ་སྐུལ་སྤེལ་ཆེད་ནང་གནས་སྒུལ་ཤུགས་འཛད་མཐའ་མེད་་་་པ་ཞིག་བསྣན་ཡོད་དོ།།
ས་ཁྱོན་མུའུ་ཁྲི་རུ་རྒུན་འབྲུམ་འདེབས་འཛུགས་བྱས་པས།ས་སྟོང་འབྲས་གླིང་དུ་་གྱུར་ནས་ཕྱུག་འགྱུར་ལམ་བུ་ཡངས་པོ་ཕྱེ་བ།
ཡར་ཀླུང་གཙང་པོའི་བཞུར་རྒྱུན་འདེད་ནས་སོང་ན།ས་ཁྱོན་མུའུ་གྲངས་་་་ཁྲི་ལོན་པའི་ངོགས་སུ་མངར་བསིལ་རྒུན་འབྲུམ་འདེབས་འཛུགས་སྐས་རིམ་་་་་ལྟར་ཝ་ལེར་གསལ།བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཞིག་ནི།ལོ་ངོ་བཅུའི་སྔ་རོལ་་་་་་དུ།འདི་ན་བྱེ་སས་གནམ་བཀབ་ཅིང་རྩྭ་ངན་གྱིས་ཁེངས་པའི་བྱེ་ཐང་ས་སྟོང་་་དུ་ལུས་པ་དེའོ།
ལྷོ་ཁ་ས་སྒྱུར་གྲོང་འཛུགས་བྱས་ཚུན།ཟངས་རི་རྫོང་གིས་ས་བབ་མཐོ་བ་་་་་དང་།ཉི་འོད་འཕྲོ་ཡུན་རིང་བ།ཉིན་མཚན་དྲོད་ཚད་ཧེ་བག་ཆེ་བ་བཅས་ཀྱི་་་་ཐུན་མིན་ལེགས་ཆར་གཞི་བཅོལ་ཏེ།ཤིང་འབྲས་རྒུན་འབྲུམ་ཐོན་ལས་འདི་་་་་་ཉིད་ཁྱད་ལྡན་དམངས་ཕྱུག་ཐུབ་པའི་ཀ་རྟེན་ཐོན་ལས་ལ་བརྩིས་ནས་སྐྱེད་་་་་་་སྲིང་བྱས་ཤིང་།སྲིད་ཇུས་རོགས་སྐྱོར་དང་།ས་ཆ་བོགས་གཏོང་།ཚན་རྩལ་་་་་་ནུས་སྐྱེད་བཅས་བྱས་པ་བརྒྱུད།བྱེ་ཐང་ས་སྟོང་དེ་འབབ་འཕར་འབྲས་གླིང་་་་་དུ་གྱུར་བ་རེད།
རྒུན་འབྲུམ་ཐོན་ལས་འདི་2016ལོའི་འདེབས་ཁྱོན་མུའུ་གྲངས་ཆིག་སྟོང་་་ནས་ད་ལྟའི་འདེབས་ཁྱོན་མུའུ་གྲངས་ཁྲི་ཡི་བར་རྒྱ་སྐྱེད་ཐུབ་ཡོད་པ་རེད།
དེའང་སྐྱེ་སྲིང་དང་ཚོད་བསྟར་འདེབས་འཛུགས་ལྷོད་མེད་བྱས་པ་བརྒྱུད།
སོན་སྣ་60ལྷག་གི་ཁྲོད་ནས་ས་བབ་འདིར་འདེབས་འཛུགས་ལ་འཕྲོད་པའི་་་་་་སོན་སྣ་སྤུས་དག་6སྐྱེད་སྲིང་ལེགས་གྲུབ་བྱུང་བ་རེད།
ཐོན་ལས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་མཐའ་མཇུག་གི་དམིགས་ཡུལ་ནི་་་་་་་་་་དམངས་ཕྱུག་ཡོང་བ་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་སོང་གཤིས།རྒུན་འབྲུམ་ཐོན་ལས་ཀྱིས་ཉེ་་་་འཁོར་གྲོང་ཚོ་10ལྷག་གི་མང་ཚོགས་ཚོས་འདེབས་འཛུགས་དང་།དོ་དམ།འཐུ་ལེན་བཅས་ལས་གནས་ཐོག་ཞུགས་རྒྱུར་ཁྲིད་སྐུལ་བྱས་པར།མང་ཚོགས་་ཀྱི་ཞོར་ལས་ཡོང་འབབ་མཐོར་འདེགས་བརྟན་འཁྱོངས་བྱུང་ཡོད།ད་ལྟའི་་་་་་་ཆར།རྒུན་འབྲུམ་འདེབས་འཛུགས་བྱ་རྒྱུ་འདི་ཉིད་ས་གནས་དེ་གའི་མང་་་་་་་་་་ཚོགས་ཚོའི་འབབ་འཕར་གྱི་སྒུལ་ཤུགས་ཆེ་ཤོས་སུ་འགྱུར་ཏེ།སྒོ་འགྲམ་ནས་་་་་ལས་ཞུགས་དང་འབབ་འཕར་རྒྱུན་མཐུད་ཡོང་བའི་དམིགས་ཚད་མངོན་་་་་་་་་་འགྱུར་བྱུང་ཡོད།
འདེབས་ཁྱོན་མུའུ་གྲངས་ཁྲི་ཡི་རྒུན་འབྲུམ་རྟེན་གཞི་འཛུགས་སྐྱོང་བརྒྱུད།ཟངས་རི་རྫོང་གིས་ཐོན་ལས་སྦྲེལ་ལམ་འཕྲོ་མཐུད་དང་རིན་ཐང་སྦྲེལ་ཐག་་་་་་་འཕར་སྣོན་རྒྱུན་འཁྱོངས་བྱས་ཐོགགཅིག་སྡུད་དུ་རྒུན་་
འབྲུམ་འདེབས་འཛུགས་དང་།རྒུན་འབྲུམ་ཨ་རག་་་་་་་་་
བསྙལ་ཕབ།རིག་གནས་དང་ཡུལ་སྐོར་སྤྲོ་གསེང་བཅས་
གཞི་གཅིག་ཅན་ལ་འཐུས་པའི་ཕག་གྲུ་ཨ་རག་གཞིས་་་་་
ཀའི་ལན་པར་བཏོད་པས།ས་མཐོ་ནས་དར་བའི་ཤིང་་་
འབྲས་རྒུན་འབྲུམ་དེ་འཁོར་ཁང་གི་ལས་སྣོན་བྱ་གཞིར་་
འགྱུར་བ་དང་།དེ་ནས་མཛེས་ལྗོངས་ཁུལ་དུ་ཡུལ་སྐོར་་
བའི་ཕྱག་རྟགས་སུ་འགྱུར་བ་ལས།ཐོན་ལས་མཉམ་་་་་་་་
འདྲེས་གཏིང་ཟབ་བྱེད་པའི་དམིགས་ཚད་མངོན་་་་་་་་་་
འགྱུར་བྱུང་བ་རེད།
ཕག་གྲུ་ཨ་རག་གཞིས་ཀར་བསྐྱོད་ཚེ།གནའ་ཉམས་་
ཀྱིས་ཕྱུག་པའི་བཟོ་སྐྲུན་བཀོད་པ་དང་དེང་རབས་ཅན་་
གྱི་ཕབ་བསྙལ་འཁོར་ཁང་བརྩེགས་པའི་ཁྱད་གཤིས་་་་་་་
མངོན་པར་འཕགས་ཤིང་།བསྙལ་ཕབ་བཟོ་ལས་གོ་་་་་་་་
རིམ་ཚད་ལྡན་ཁར།སྒྲིག་བཀོད་ཁག་སོ་སོར་ཚན་རིག་་་
དང་མཐུན་པར་དབྱེ་བ་དང་།ཆང་མའམ་བསྙལ་པ་པོ་་
ཡིས་ལས་རིམ་ཡོངས་ལ་ཚོད་འཛིན་བྱང་ཆུབ་པར་བྱས་་

མཐར།རྒུན་འབྲུམ་འབྲས་རྡོག་རེ་རེ་དགརོ་ཡི་ཟིལ་མངར་འཐུལ་ཞིང་བཅུད་ཀྱི་བྲོ་ཞིམ་ཁ་བའི་རྒུན་འབྲུམ་ཨ་རག་བདུད་རྩི་རུ་ཕབ།ལོ་མང་འཕེལ་རྒྱས་ལ་་བརྩོན་པ་བརྒྱུད།ཕག་གྲུ་ཨ་རག་གཞིས་ཀ་འདི།ཐོག་མའི་ཨ་རག་ཕབ་བསྙལ་་འཁོར་ཁང་ཆུང་ངུ་ཞིག་ནས།གྲོང་ཁྱེར་རིམ་པའི་ཞིང་ལས་ཐོན་ལས་ཅན་དུ་་་་འགྱུར་བའི་སྣེ་ཁྲིད་ཁེ་ལས་ཤིག་ཏུ་འཕོ་འགྱུར་བྱུང་ཞིང་།ད་ལྟའི་ཆར།རྒུན་་་་་འབྲུམ་ཨ་རག་དམར་ཁུ་སོགས་ས་མཐོའི་ཁྱད་ལྡན་རྒུན་འབྲུམ་ཨ་རག་ཚོང་་་་་་་རྫས་སྣེ་མང་ཞིབ་འཇུག་ཐོག་གསར་སྤེལ་བྱས་པས།གྲོང་མི་དང་ཡུལ་སྐོར་བ་་་་ཚོའི་དགའ་བསུ་ཐོབ་ནས།ལས་རིགས་རྣམ་གྲངས་མང་དག་གི་གཟི་བརྗིད་་་་་་མཚན་སྙན་ཐོབ་ཡོད་པ་རེད།
ཕག་གྲུ་ཨ་རག་གཞིས་ཀའི་ཅིང་ལི་ལི་ཞའོ་ཕིང་གིས་ངོ་སྤྲོད་གནང་བར་་་་་་་གཞིགས་ན།2011ལོར།རྒུན་འབྲུམ་མྱུག་སོན་འདེབས་འཛུགས་ལོ་16ཏག་་་ཏག་ཚོད་བསྟར་འདེབས་འཛུགས་དང་སྐྱེད་སྲིང་བྱས་མཐར།འདེབས་ཁྱོན་་་་ཡང་ཐོག་མའི་མུའུ་15ནས་ད་ལྟའི་མུའུ་གྲངས་ཁྲི་ཡི་གཞི་ཁྱོན་ལོན་པའི་རྟེན་་་་གཞིར་གྱུར་ཡོད།ཐོན་ལས་དར་བས་ས་གནས་དེ་གའི་མང་ཚོགས་ཚོས་སྒོ་་་་་་་་་འགྲམ་ནས་ལས་ཀར་ཞུགས་ཐུབ་ནས་འབབ་འཕར་བརྟན་འཁྱོངས་བྱུང་བ་མ་ཟད།ཡར་ཀླུང་གཙང་པོའི་ངོགས་ཀྱི་སྐྱེ་ཁམས་ཁོར་ཡུག་ཀྱང་སླར་གསོ་རྒྱུན་་་་་མཐུད་ཐུབ་ཡོད།མིག་སྔར།ཨ་རག་གཞིས་ཀས་རྒུན་འབྲུམ་ཨ་རག་མི་འདྲ་བ་་སྣེ་ཁ་9ཙམ་ཐོན་སྐྱེད་བྱས་ཡོད་པ་དང་།ཚོང་ཟོག་སྣེ་ཁའང་ཕུན་སུམ་ཇེ་་་་་་་་་་ཚོགས་སུ་སོང་ནས་ཁྲོམ་རར་བྲིན་ཁ་རྒྱུག་ཚད་མཐོར་འདེགས་བརྟན་པོ་་་་་་་་་་འདུག་ཅེས་བརྗོད།
ཐོན་ལས་མཉམ་འདྲེས་བྱུང་བས།བྲོ་ཞིམ་ཨ་རག་བསྙལ་ཕབ་ཐུབ་པ་མ་་་་་་ཟད།ཡུལ་སྐོར་ལས་རིགས་ཀྱང་དར་སོང་།ལྷོ་ཁའི་རིག་གནས་དང་ཡུལ་སྐོར་་ཐོན་ལས་དར་འཕེལ་གྱི་དཔྱིད་རླུང་དང་སྡེབ་སྟེ།ཟངས་རི་རྫོང་གིས་ཕག་གྲུ་་་་རྒུན་འབྲུམ་གྲོང་རྡལ་ཆུང་གྲས་ཡག་པོ་བཏོད་ཐོགསྤྲོ་གསེང་ཞོར་ལ་ཤིང་་་་་་་་་་འབྲས་འཐུ་ལེན་དང་།ཨ་རག་བདུད་རྩི་ཕབ་བསྙལ་ཉམས་ལེན།དམངས་་་་་་་་སྲོལ་གནས་ཚང་སོགས་སྒྲིག་བཀོད་ལེ་ལག་འཐུས་ཚང་བསྐྲུན་པར།ཡུལ་སྐོར་་བ་མང་པོའི་ཡིད་དབང་བཀུག་ཡོད།
རྒུན་འབྲུམ་འབྲས་རྡོག་རེ་རེ་ནས་ཨ་རག་ཤེལ་དམ་རེ་རེའི་བར་དང་།ཡུལ་སྐོར་ལམ་ཐིག་གསར་སྤེལ་ནས་ཕག་གྲུ་ཨ་རག་གཞིས་ཀའི་ལན་པར་བཏོད་་་་་་་པའི་བར།ཕག་གྲུའི་ཨ་རག་གཞིས་ཀས་འདེབས་འཛུགས་བྱས་ན་ཁེ་ཕན་ཡོད་པ་དང་།ལས་སྣོན་བྱས་ན་རིན་ཐང་འཕར་ཐུབ་པ།ཡུལ་སྐོར་བར་སྣེ་ལེན་་་་་་་་ཞུས་ན་ཡོང་འབབ་ཡོད་པ་བཅས་ཐོན་ལས་གསུམ་པའི་མཉམ་འདྲེས་འཕེལ་་་་རྒྱས་ལམ་བུ་གསར་པ་ཞིག་གི་ཐོག་བསྐྱོད་ཡོད་པ་རེད།
ཐར་མ་གྲོང་ཚོའི་གྲོང་མི་དབྱངས་ཅན་མཚོ་མོ་ནི་2021ལོར།ཕག་གྲུ་ཨ་་་་་རག་གཞིས་ཀའི་ལས་ཀར་ཞུགས་པ་ནས་བཟུང་།ད་ལྟ་ཆེད་ལས་ཕྱིར་འཚོང་་་་མི་སྣ་ཞིག་ཏུ་འཚར་ལོངས་བྱུང་ཡོད།ཁོ་མོས།ངའི་ལས་ཀའི་ཐོབ་ཐང་ཧ་ཅང་ཡག་པོ་ཡོད།ཁྱིམ་དང་ཐག་ཉེ་བའི་ཁར།འབབ་འཕར་བརྟན་པོ་འདུགདེ་་་་་་བས་ཁྱིམ་ལས་མི་འཕྱུག་པ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་འདུག་པས།དངོས་གནས་ཡག་པོ་་་་་་་་་འདུག་ཅེས་གླེང་།
བགྲང་བྱ་བཅུའི་ཡར་ཐོན་གྱི་འབད་འབུངས་འོགགཡུར་དུ་ཟ་བའི་འབྲས་་བུ་ཀུན་ལ་སྨིན།ལྷོ་ཁ་ས་སྒྱུར་གྲོང་འཛུགས་བྱས་ནས་ལོ་བཅུ་སོང་ཚུན།ཟངས་རི་རྫོང་གིས་བཟོ་ལས་བརྗེས་སྒྱུར་དང་འཕེལ་ཤུགས་ཇེ་ཆེར་བརྩོན་ཏེ།ཁྱད་་་་་ལྡན་དམངས་ཕྱུག་ཐོན་ལས་དར་སྤེལ་དང་སྐྱེ་ཁམས་སྔོན་འཇོག་ཁྱིམ་གཞིས་་་་བསྐྲུན་པར་བརྟེན་ནས།སྤུས་མཐོའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་བཀྲག་འཚེར་བའི་རྒྱུགས་་་ལན་ཞིག་ཕུལ་ཡོད།དམིགས་ས་གསར་པའི་ཐོགཟངས་རི་རྫོང་གིས་བཟོ་ལས་ཀྱི་འབྱུང་འཕྲོད་བརྗེས་སྒྱུར་དང་།ཁྱད་ལྡན་ཐོན་ལས་སྤུས་ཚད་མཐོར་་་་་་་་་་འདེགས།རིག་གནས་དང་ཡུལ་སྐོར་མཉམ་འདྲེས་རིམ་སྤོར་བཅས་རྒྱུན་་་་་་་་་་
མཐུད་སྐུལ་སྤེལ་ལ་བརྟེན་ནས།ཡར་ཀླུང་གཙང་པོའི་ངོགས་སུ།ཐོན་ལས་་་་་་་་
དར་བ་དང་།སྐྱེ་ཁམས་མཛེས་པ།མང་ཚོགས་ཕྱུག་འགྱུར་བཅས་ཀྱི་ལེ་ཚན་་་་་་
རྩོམ་ཏེ།ལྷོ་ཁའི་སྤུས་མཐོའི་འཕེལ་རྒྱས་དང་ཡུན་རིང་བདེ་འཁོད་ཆེད་ཟངས་
རིའི་སྟོབས་ཤུགས་སྐྱེས་སུ་འབུལ་མུས་ཡིན་པ་ནི་སྨོས་མེད་ལགས།།
བསོད་ནམས་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་བསྒྱུར། བསོད་ཡེ་ལོ་ཡིས་ཞུས།

ཐོན་ལས་དར་ནས་རྒྱང་ལམ་གསར་པར་སྐུལ།ཟངས་རིའི་འཕོ་འགྱུར་རྣམ་པ་ལེགས་པར་སྣང་།

གྱོན་གོས་གཙང་མ་དག་པ། གྱོན་གོས་འཁྲུད་་་་་་
སྐབས་འབྲས་ཁུའི་ནང་སྐར་མ་10ཙམ་སྦངས་རྗེས་་་་་་
དག་རྫས་བརྒྱབ་སྟེ་བཀྲུས་ན་གཙང་མ་དག་གི་ཡོད།
ལྷག་པར་དུ་གྱོན་གོས་དཀར་པོའི་རིགས་ལ་ནུས་པ་་་་་་་
མངོན་གསལ་དོད་པོ་ཡོད།
ཨ་ཅོར་གྱི་དྲི་ངན་སེལ་བ། ཨ་ཅོར་ལ་ཤིང་འབྲས་
ཀྱི་ཁུ་བ་སོགས་འགོས་པ་དང་།རྔུལ་དྲི་ཁ་བ།ཡུན་་་་་་་་
རིང་བེད་སྤྱོད་བཏང་བས་མཁྲེགས་པོ་ཆགས་ཚེ།
འབྲས་ཁུའི་ནང་རླངས་བཙོས་སྐར་མ་10ཙམ་བརྒྱབ་་་
ན་ཨ་ཅོར་གཙང་མ་དང་མཉེན་པོ་ཆགས་པ་མ་ཟད་ད་
དུང་དྲི་ངན་སེལ་ཐུབ།
དཀར་ཡོལ་དང་སྡེར་མའི་དྲེད་པ་དག་པ།
འབྲས་ཁུར་རྫས་འགྱུར་འདུས་མེད་ནའང་དྲེག་པ་་་
དག་ཐུབ་པས།དཀར་ཡོལ་དང་སྡེར་མའི་རིགས་་་་་

བཀྲུས་ན་གཟུགས་པོར་གནོད་མི་སྲིད།
ཤ་རྩི་དཀར་པོ་ཆགས་པ། དགོང་ཞོགས་གཉིས་ལ་་
འབྲས་ཁུས་ངོ་གདོང་བཀྲུས་ན་ཤ་རྩི་དཀར་པོ་ཆགས་་་
པ་མ་ཟད་འཇམ་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།
བཀྲག་རྩིའི་དྲི་ངན་སེལ་བ། བཀྲག་རྩི་བྱུགས་མ་་་
ཐག་པའི་ཁྱིམ་ཆས་ལ་དྲི་མ་ངར་པོ་ཡོད།དེས་ན།ཕྱིས་
རས་འབྲས་ཁུའི་ནང་སྦངས་ཏེ་ཕྱིས་བདར་བརྒྱབ་པ་་་་
དང་དེ་ནས་གཙང་ཕྱིས་བརྒྱབ་ན་དྲི་ངན་སེལ་ཐུབ།
ཡོངས་ཁུངས། བོད་ལྗོངས་ཉིན་རེའི་ཚགས་པར་་་་
གྱི་སྐད་འཕྲིན་སྤྱི་སྟེགས།

འབྲས་བཀྲུས་པའི་ཁུ་བས་སྤྱོད་གོ་འདི་དག་གནང་ཆོག་གི་འདུགའཕྲོད་བསྟེན་དང་བདེ་ཐང་།