

防止返贫致贫对象申报政策“明白纸”

（2026 版）

广大农牧民朋友：

2026 年是常态化帮扶开局之年，为扎实做好常态化帮扶工作，永久守牢不发生规模性返贫致贫底线，按照党中央、国务院决策部署和自治区、拉萨市、当雄县工作要求，面向所有农村地区、所有农村户籍人口，以及易地搬迁等已转为城镇户籍的人口、城市规划区居住但未享受城市低保等城镇相关保障政策的农转非人口等，以家庭为单位认定防止返贫致贫对象（以下简称“防贫对象”），现将有关申报政策要点告知如下。

一、申请条件

按照 2026 年全区防止返贫致贫收入标准为家庭年人均可支配收入 8900 元（含）以下。申请农户至少满足以下条件之一。

- 1.家庭唯一住房出现安全问题，家庭无力解决。
- 2.家里吃水遇到困难，家庭无力解决，包括断水超过 1 个月、水质有问题、取水距离较远（时间较长）等。
- 3.家庭成员患大病、重病、长期慢性病等，医疗费用较高，家庭无力承担。
- 4.家庭成员中有残疾人，因劳动能力不足、康复需求、照护需求等，收入减少或支出增加，导致家庭经济困难。
- 5.家里学生上学开支较大，家庭无力承担。

6.家庭成员遭遇交通事故、安全生产事故等意外，收入减少或支出增加，导致家庭经济困难。

7.从事生产经营的农村家庭，产业项目受市场波动、成本变化等因素影响失败，家庭收入大幅减少。

8.外出务工就业的家庭成员，受劳动力市场变化等因素影响，务工收入骤减或大幅减少。

9.家庭主要劳动力成员丧失劳动力、变为弱半劳动力，导致收入骤减或大幅减少；或整户无劳动能力，收入难以承担家庭支出。

10.因水旱等各类自然灾害，造成生产生活设施受损，自身难以解决，以及收入减少或支出增加导致家庭经济困难。

除以上 10 种风险以外，其他造成家庭收入大幅缩减或刚性支出较大，可能导致返贫致贫风险。

二、申报方式

可以本人或委托他人通过以下方式申请。

（一）现场申报。在村级党群服务中心或县乡便民服务中心防止返贫致贫农户自主申报窗口现场填写（防止返贫致贫对象申请书），也可委托乡村干部、驻村工作队员、乡村振兴专干和驻村第一书记等代为申报。易地搬迁群众和随迁群众向所在安置区（点）申报。

（二）电话申报。拨打 12345 政务服务热线、0891—6110913 电话申报，根据人工提示，明确表明“自主申报防止返贫致贫对象”，按提示登记个人基本信息。

（三）扫“一码通”申报。

1.微信扫描“一码通”二维码（如下图），按要求填报相关信息，即可自主申报。



2.农户通过西藏公安“互联网+政务服务平台”——应用中心——帮扶专区——帮扶申请，填写申报信息进行申报。

三、申请须知

（一）申请防贫对象，须配合基层干部开展入户核实，如实准确提供家庭和成员有关信息，并授权依法依规核查核实家庭成员的收入、财产等相关信息，经村内评议公示、县乡逐级审核批准。过渡期未消除风险监测对象直接认定为防贫对象，不再履行认定程序，不再区分对象类别。

（二）已认定的防贫对象，将根据实际困难和突出问题，从住房安全保障、饮水安全保障以及健康、教育、产业、就业、金融、社会、综合保障等方面进行帮扶。

（三）家庭困难问题已解决，年人均可支配收入稳定超过当年防止返贫致贫收入标准、“三保障”及饮水安全持续巩固、返贫致贫风险已稳定消除的防贫对象，经入户核实、评议公示和审核批准后，对稳定消除返贫风险的，按照一般农户进行管理，退出时正在享受的小额信贷贴息、公益性岗

位、“雨露计划”、教育帮扶等政策，延续至合同、协议到期或当前学年完成。对风险消除稳定性较弱，特别是收入不稳定、刚性支出不可控的，在促进稳定增收方面继续给予帮扶，风险稳定消除后再履行相应程序。

（四）风险消除后，如果又出现新的返贫致贫风险，可再次申报。

我们相信，在大家的共同努力下，通过落实防止返贫致贫常态化帮扶政策，防贫对象遇到的困难问题一定能够得到及时有效解决。希望广大农牧民朋友们能够自力更生，感恩奋进，通过自己的努力不断改善生活状况，用自己的双手勤劳致富创造更加幸福美满的生活！

西藏自治区拉萨市当雄县农业农村和科学技术局

2026年8月18日

དབུལ་ལོག་དབུལ་འགྱུར་སྒོན་འཕོག་བྱེད་པའི་སྤིང་རྩམ་གསལ་ཤོག།

(༡༠༡༤ལོའི་པར་གཞི)

ཁྱེ་ཆེ་འི་ཞིང་འབྲོག་དམངས་གྲོགས་པོ་རྣམ་པ།

༡༠༡༥ལོ་ནི་རྒྱ་ནམ་ཅན་གྱི་རོགས་སྐྱོར་བྱེད་འགོ་བཙུགས་པའི་ལོ་ཞིག་ཡིན་པས། རྒྱ་ནམ་ཅན་གྱི་
 རོགས་སྐྱོར་ལས་དོན་ཏན་ཏིག་ངང་ཡག་པོ་བསྐྱབས་ནས། གཞི་ཁྱོན་རང་བཞིན་གྱི་དབུལ་ལོག་དབུལ་འགྱུར་གྱི་
 མཐའ་ཚད་བཏྲན་པོ་སྤང་ཆེད། ཏང་ཀྲང་དབྱང་དང་རྒྱལ་སྤྱི་དབྱི་ཁྱུ་ཁང་གི་ཐབས་ཅུས་བཀོད་སྤྱིལ་དང་།
 རང་སྐྱོང་ཕྱོངས་དང་། ལྷ་ས་གོང་ཁྱེད། འདམ་གཞུང་རྫོང་བཅས་ཀྱི་ལས་དོན་སྤང་བྱ་གཞིར་བཟུང་། གོང་
 གསལ་གྱི་ས་ཁུལ་ཚང་མ་དང་། གོང་གསལ་གྱི་ཐེམ་ཐོའི་མི་འབོར་ཡོངས་ཚད། དེ་བཞིན་ཡུལ་གཞན་དུ་
 གནས་སྤོ་སོགས་ཀྱི་གོང་ཁྱེད་དང་གོང་དལ་གྱི་ཐེམ་ཐོར་བསྐྱར་བེན་པའི་མི་འབོར། གོང་ཁྱེད་གྱི་ཁུལ་དུ་སྤྱང་
 ཀྲང་གོང་ཁྱེད་གྱི་མ་མཐའི་འཚོ་བའི་འགན་ལེན་སོགས་གོང་ཁྱེད་དང་གོང་དལ་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་འགན་ལེན་སྤྱང་
 ཅུས་ལོངས་སྤྱོད་མེད་པའི་ཁྱིམ་དུ་དུང་ནས་ཁྱིམ་དུ་དུང་མིན་པར་བསྐྱར་བའི་མི་འབོར་སོགས་ལ་སྤྱོགས་ནས།
 ཁྱིམ་ཚང་ཐེ་ཚན་དུ་བྱས་ཏེ་དབུལ་ལོག་དབུལ་འགྱུར་སྤོར་འགོག་བྱ་ཡུལ་(གཤམ་དུ་དབུལ་འགོག་བྱ་ཡུལ་"ཞེས་
 བཟུ་རྒྱུ) གཏན་འཁེལ་བྱས་ཏེ། ད་ལྟ་འབྲེལ་ཡོད་རེ་ཁྱའི་སྤྱི་ཅུས་ཀྱི་གཙོ་གནད་གསལ་བཤད་བྱ་རྒྱུ་གཤམ་
 གསལ།

གཅིག་པེ་ལཱ་ཁྲིའི་ཆ་སྟེན།

༡༠༡༩ལོའི་སྒྲོངས་ཡོངས་ཀྱི་དབུལ་འགོག་བྱེད་པའི་ཡོང་འབབ་ཀྱི་ཚད་གཞི་བྱིས་ཆང་གི་ལ་རེའི་མི་
རེའི་ཆ་སྟོམས་བཞག་ལྟར་སྒྲིབ་ཆོག་པའི་ཡོང་འབབ་སྒྲིབ་༥,༠༠ (ཚུད་པ) མན་ཡིན་པ་གཞིར་བཟུང་། རེ་འདུན་ལྷ་
མཁན་ཐེམ་དུད་ཀྱིས་ཉུང་མཐར་ཡང་གཤམ་གསལ་གྱི་ཆ་སྟོན་ལས་རིགས་གཅིག་འཛོམས་དགོས་པ་སྟེ།

༡. ཁྱིམ་ཚང་གི་སྤྱོད་ཁང་ག་ཅིག་རང་ལས་མེད་པར་བདེ་འཇགས་ཀྱི་གནད་དོན་བྱུང་ནས། ཁྱིམ་ཚང་
ལ་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་ནུས་པ་མེད་པ།

༢. བྱིས་ཚང་གི་འཁྲུང་ཚུར་དཀའ་ངལ་འབྱུང་ནས། བྱིས་ཚང་ལ་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་མེད་པ།

དེའི་ནང་མུ་ཆད་ནས་ཟླ་བ་ཀླུ་ལས་བཞུགས་པ་དང་། མུ་ཆད་མུ་ཆད་ལ་གནད་དོན་ཡོད་པ། མུ་ཆད་པའི་བར་ཐག་
ཅུང་རིང་བ(དུས་ཚད་རིང་བ)སོགས་ཚུད་ཡོད།

༣. བྱིས་ཚང་གི་ཁོངས་མིར་ནད་ཆེན་དང་། ནད་ལྷུ་པོ། མུ་ཆད་ཀྱི་གཙོ་ནད་སོགས་ཕོག་ནས་སྤྲོན་བཅོས་
འགོ་བྱོན་ཅུང་མཐོ་བས། བྱིས་ཚང་ལ་འགན་འཁུར་བའི་རུས་པ་མེད་པ།

༤. བྱིས་ཚང་གི་ཁོངས་མིའི་ཁྲོད་དབང་པོ་སྟོན་ཅན་ཡོད་ཅིང་། ངལ་ཚྱུ་ལ་རུས་པ་མི་འདང་བ་དང་།
ལུས་གསོའི་དགོས་མཁོ། ལྷ་སྟོང་དགོས་མཁོ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་པས་ཡོང་འབབ་ཉུང་དུ་སོང་བ་དང་འགོ་སོང་མང་
དུ་བྱིན་ནས། བྱིས་ཚང་གི་དཔལ་འབྱོར་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པ།

༥. བྱིས་ཚང་གི་སློབ་མ་སློབ་གྲུང་འགོ་བའི་འགོ་སོང་ཅུང་ཆེ་བས། བྱིས་ཚང་ལ་འགན་འཁུར་བའི་རུས་
པ་མེད་པ།

༦. བྱིས་ཚང་གི་ཁོངས་མིར་འགྲིམ་འགྲུལ་ལས་འཛོལ་དང་བདེ་འཇགས་ཐོན་སྐྱེད་ལས་འཛོལ་སོགས་ཀྱི་
བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་དོན་སྟོན་བྱུང་ནས། ཡོང་འབབ་ཉུང་དུ་སོང་བའམ་འགོ་སོང་མང་དུ་བྱིན་ནས།
བྱིས་ཚང་གི་དཔལ་འབྱོར་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པ།

༧. ཐོན་སྐྱེད་གཉེར་སྟོང་བྱེད་མཁན་ཐེམ་དུད་ཀྱི་ཐོན་ལས་རྣམས་གངས་ལ་ཁྲོམ་རའི་འཕར་ཆག་དང་མ་
གནས་འགྱུར་ཕྱོག་སོགས་ཀྱི་ཤུགས་སྟོན་ཐེབས་ནས་པམ་ཉེས་བྱུང་སྟེ། བྱིས་ཚང་གི་ཡོང་འབབ་ཆེས་ཆེར་ཉུང་
དུ་བྱིན་པ།

༨. ཕྱི་རོལ་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་པར་བསྟོད་མཁན་བྱིས་ཚང་གི་ཁོངས་མིར་ངལ་ཚྱུ་ལ་རུས་ཤུགས་ཀྱི་ཁྲོམ་རའི་
འགྱུར་ཕྱོག་སོགས་ཀྱི་ཤུགས་སྟོན་ཐེབས་ནས། ལས་ཀའི་ཡོང་འབབ་སྟོ་བྱུང་དུ་ཆག་པའམ་ཡང་ན་ཆེས་ཆེར་
ཉུང་དུ་བྱིན་པ།

༩. བྱིས་ཚང་གི་ངལ་ཚྱུ་ལ་རུས་ཤུགས་ཀྱི་ཁོངས་མི་གཙོ་བོའི་ངལ་ཚྱུ་ལ་རུས་ཤུགས་ཤོར་ནས། ངལ་ཚྱུ་
རུས་ཤུགས་བྱེད་ཅན་ཞན་པར་གྱུར་བས། ཡོང་འབབ་སྟོ་བྱུང་དུ་ཆག་པའམ་ཡང་ན་ཆེས་ཆེར་ཉུང་དུ་བྱིན་པ་
དང་། ཡང་ན་བྱིས་ཚང་ཡོངས་ལ་ངལ་ཚྱུ་ལ་རུས་ཤུགས་མེད་པས། ཡོང་འབབ་ཀྱིས་བྱིས་ཚང་གི་འགོ་སོང་
འཁུར་དཀའ་བ།

༡༠.མུ་སྐྱོན་དང་ཐན་སྐྱོན་སོགས་རང་བྱུང་གནོད་འཚེ་ལྷ་ཚོགས་ཀྱི་སྐྱོན་པས་ཐོན་སྐྱེད་དང་འཚེ་བའི་
སྐྱིག་བཀོད་ལ་གྱོད་གུན་སོག་ནས། རང་ཉིད་ཀྱིས་ཐག་གཅོད་བྱེད་དཀའ་བ་དང་། དེ་བཞིན་ཡོང་འབབ་ཉུང་
དུ་སོང་བའམ་འགྲོ་སོང་མང་དུ་བྱིན་ནས། བྱིས་ཚང་གི་དཔལ་འབྱོར་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པ།

གོང་གསལ་གྱི་ཉེན་ཁ་རིགས་༡༠ལྟར། དེ་མིན་བྱིས་ཚང་གི་ཡོང་འབབ་ཆེས་ཆེར་ཉུང་དུ་བྱིན་པའམ་ཡང་
ན་མཁུགས་གཤིས་འགྲོ་སོང་ཅུང་ཆེ་བྱིན་ནས། དབུལ་ལོག་དབུལ་འགྱུར་གྱི་ཉེན་ཁ་ཐོན་སྐྱེད་པ་བཅས།

གཉིས། རེ་འདུན་ལྷ་སྒྲུངས།

རང་ཉིད་དམ་ཡང་ན་མི་གཞན་ལ་མངགས་བཅོལ་བྱས་ནས་གཤམ་གསལ་གྱི་བྱེད་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་
རེ་ལྷ་འབུལ་ཆོག

(༡)ས་གནས་ས་ཐོག་ཏུ་རེ་ལྷ་འབུལ་བ། གྲོང་ཚོ་རིམ་པའི་ཏང་དང་མང་ཚོགས་ཞབས་ཁུའི་ལྷོ་གནས་
སམ་ཡང་ན་རྫོང་དང་ཤང་གི་དམངས་པན་ཞབས་ཁུའི་ཚོམས་ཆེན་དུ་དབུལ་འགོག་བྱེད་པའི་ཞིང་དུད་ཀྱིས་
རང་འགྲུལ་ངང་རེ་ལྷའི་སྐར་ཁུང་དུ་བསྐྱོད་ནས་ས་གནས་ས་ཐོག་ཏུ་དབུལ་འགོག་བྱ་ཡུལ་གྱི་རེ་ལྷའི་ཡི་གེ་འབྲི་
དགོས་ལ། གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་དང་། གྲོང་ཚོར་བཅའ་ཁྲོད་ལས་དོན་བྱ་མི། གྲོང་གསེབ་དར་རྒྱས་ཀྱི་
ཆེད་ལས་ལས་བྱེད་པ། གྲོང་ཚོར་བཅའ་ཁྲོད་དུ་ཅི་དང་པོ་སོགས་ལ་རེ་ལྷ་ཆབ་འབུལ་བྱ་རྒྱུའི་མངགས་བཅོལ་
བྱས་ཀྱང་ཆོག །ཡུལ་གཞན་དུ་གནས་སྡོད་མང་ཚོགས་དང་མཉམ་སྡོད་མང་ཚོགས་ཀྱིས་རང་ཉིད་གནས་སའི་
བཀོད་སྐྱིག་ཁུལ་(ས་ཚོགས་)ལ་རེ་ལྷ་འབུལ་རྒྱ།

(༢)ཁ་པར་ཐོག་ནས་རེ་འདུན་ལྷ་བ། སྤང་དོན་ཞབས་ཁུའི་ཐད་སྤྱོད་ཁ་པར་༡༩༩༥ལ་ཁ་པར་
ཨང་གངས་༠༢༡-༦༡༡༠༡༧༩ཐོག་ནས་རེ་འདུན་ལྷ་སྐབས། མི་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་དྲན་སྐུལ་བྱས་པ་ལྟར།
"རང་འགྲུལ་ངང་དབུལ་འགོག་བྱ་ཡུལ་ནང་འཇུག་རྒྱུའི་རེ་ལྷ་འབུལ་བ"ཞེས་ཁ་གསལ་གྲོད་དགོས་པ་དང་།
དྲན་སྐུལ་ལྟར་མི་སྐྱེད་གྱི་གཞི་རྩའི་ཆ་འཕྲིན་ཐོ་འགོད་བྱ་རྒྱ།

(༣)"རྟགས་གཅིག་ཀྱན་འཐུས་"བཤེར་ནས་རེ་འདུན་ལྷ་བ།

༡. སྐད་འཕྲིན་ཐོག་ནས་"རྟགས་གཅིག་ཀྱན་འཐུས་"ཀྱི་ཙྰ་གཉིས་བཤེར་རྟགས་(གཤམ་གྱི་རི་མོ་ལྟར་)
བཤེར་འབབས་བྱས་ནས། རེ་འདུན་ལྟར་འབྲེལ་ཡོད་ཆ་འཕྲིན་ཁ་སྐོང་བྱས་ཏེ། རང་ཉིད་ཀྱིས་རེ་ལྷ་བྱས་ཆོག



འགྲོ་གསལ་ཐེམ་དུང་གིས་བོད་ཚྭ་སྤྱི་བདེ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་བློ་སྤྲོད་དང་མེད་དོན་ཞབས་ཞུའི་ལས་
སྡེ་གསལ་བརྒྱུད་ནས་ཉེར་སྤྱོད་ཉེ་གནས་རོགས་སྐྱོར་ཆེད་ཁུལ་རོགས་སྐྱོར་རེ་བྱ་ཞེས་པར་རེ་རེ་བཞིན་དུ་རེ་བྱའི་
ཆ་འཕྲིན་གྲིས་ནས་རེ་འདུན་བྱ་ཆོག

གསུམ། རེ་འདུན་བྱ་སྐབས་ངས་པར་དུ་ཤེས་དགོས་པའི་དོན་ཚན།

(༡) དབུལ་འགོག་བྱ་ཡུལ་རེ་བྱ་བྱེད་སྐབས། ངས་པར་དུ་གཞི་རིམ་ལས་བྱེད་པར་གཞིགས་འདེགས་བྱས་
ནས། བྱིམ་ཚང་དང་ཁོངས་མིའི་འབྲེལ་ཡོད་ཆ་འཕྲིན་ངེ་མ་ངེ་བཞིན་དང་གནད་ལ་འཁེལ་བའི་སློ་ནས་མཁོ་
འདོན་བྱེད་དགོས་པ་དང་། དབང་བསྐྱར་གྱི་ཁྲིམས་དང་སྤྱི་གྲོ་སྤྱོད་ལྟར་བྱིམ་ཚང་གི་ཁོངས་མིའི་ཡོང་འབབ་
དང་རྒྱ་ཁྱོར་སོགས་འབྲེལ་ཡོད་ཆ་འཕྲིན་ཞིབ་བཤེར་ཞིབ་དཔྱད་བྱེད་པ་མ་ཟད། གྲོང་ཚོའི་ནང་ཁུལ་དུ་
དཔྱད་མོལ་ཡོངས་བསྐྱགས་དང་། རྫོང་དང་ཤང་རིམ་པ་བཞིན་གྱི་ཞིབ་བཤེར་ཆོག་མཆན་ཐོབ་དགོས། བར་
བཀལ་དུས་སྐབས་སུ་ཉེན་ཁ་སེལ་མེད་པའི་རྩ་ཞིབ་ཚད་ལེན་བྱ་ཡུལ་དེ་ཐད་ཀར་དབུལ་འགོག་བྱ་ཡུལ་དུ་
གཏན་འཁེལ་བྱེད་པ་ལས། གཏན་འཁེལ་བྱེད་པའི་གོ་རིམ་ལག་བསྟར་མི་བྱེད་པ་དང་། བྱ་ཡུལ་གྱི་རིགས་དབྱེ་
བ་མི་འབྱེད།

(༢) གཏན་འཁེལ་བྱས་ཟིན་པའི་དབུལ་འགོག་བྱ་ཡུལ་ལ་དངོས་ཡོད་དཀའ་ངལ་དང་མངོན་གསལ་དོད་
པའི་གནད་དོན་ལ་གཞིགས་ནས། རྫོང་ཁང་བདེ་འཇགས་འགན་ལེན་དང་། འཕུང་རྒྱ་བདེ་འཇགས་འགན་ལེན།
དེ་བཞིན་བདེ་ཐང་དང་། སློབ་གསོ། ཐོན་ལས། ལས་ཁུགས། དུལ་ཅ། སྤྱི་ཚོགས། སྤྱི་གསལ་བསྐྱེད་འགན་ལེན་
སོགས་ཀྱི་ཐད་ནས་རོགས་སྐྱོར་བྱ་རྒྱ།

(༣) བྱིམ་ཚང་གི་དཀའ་ངལ་ཐག་གཅོད་བྱས་ཟིན་ཞིང་། ལ་རེའི་མི་རེའི་ཆ་སྟོམས་བཞག་སྤྱོད་ཆོག་པའི་

ཡོང་འབབ་དེ་ཡོད་པའི་དབུལ་འགོག་བྱེད་པའི་ཡོང་འབབ་གྱི་ཚད་གཞི་ལས་བཞུགས་པ་དང་། "འགན་ལེན་གསུམ"དང་དེ་བཞིན་འཐུང་ཚུའི་བདེ་འཇགས་རྒྱུ་མཐུན་པ་བཟན་དུ་བྱིན་པ། དབུལ་ལོག་དབུལ་འགྱུར་གྱི་ཉན་ཁ་སེལ་བྱེད་པའི་དབུལ་འགོག་བྱ་ཡུལ་ལ། ཏུང་ཚད་དུ་བསྐྱོད་ནས་ཞིབ་དཔྱད་དང་། དཔྱད་ཚུལ་ཡོངས་བསྒྲགས། ཞིབ་བཤེར་ཚོགས་མཆན་བཅས་བྱས་རྗེས། དབུལ་ལོག་དབུལ་འགྱུར་གྱི་ཉན་ཁ་སེལ་རིགས་ལ། སྤྱིར་བཏང་གི་ཞིང་ཏུང་ལྷན་དོ་དམ་བྱ་རྒྱུ་དང་། སྤྱིར་འཐེན་བྱེད་སྐབས་ཡོངས་སྤྱོད་བྱེད་བཞིན་པའི་གངས་ཉུང་ཡིད་རྟོན་དབུལ་བྱ་གྱི་སྤྱིད་གསལ་དང་། སྤྱི་ཕན་རང་བཞིན་གྱི་ལས་གནས། "སྤང་ཆར་འཆར་གཞི" སྤོབ་གསོའི་རོགས་སྐྱོར་སོགས་ཀྱི་སྤྱིད་ཁུལ་དེ་གན་རྒྱ་དང་གོས་མཐུན་གྱི་དུས་ཚད་ཐིམ་པའམ་ཡང་ན་མིག་ཁྲའི་སྤོབ་ལོའི་བར་རྒྱུ་མཐུན་བྱ་རྒྱ། ཉན་ཁ་སེལ་བའི་བཟན་བཞིང་རང་བཞིན་ཅུང་ཞན་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཡོང་འབབ་བཟན་པོ་མེད་པ་དང་། མཐེགས་གཤེས་གཏོང་སྒོ་ཚོད་འཛིན་བྱེད་མི་ཐུབ་པའི་རིགས་ལ། བཟན་བཞིང་ཡོང་འབབ་འཕར་སྐྱོན་ཡོང་བར་སྐྱལ་འདེད་གཏོང་བའི་ཐད། ལུ་མཐུན་བྱ་ཐུག་ལ་རོགས་སྐྱོར་བྱེད་པ་དང་། ཉན་ཁ་བཟན་བཞིང་རང་སེལ་རྗེས་དེ་མཚུངས་ཀྱི་གོ་རིམ་ལག་བཟར་བྱ་རྒྱ།

(༤) ཉན་ཁ་སེལ་རྗེས། གལ་ཏེ་དབུལ་ལོག་དབུལ་འགྱུར་གྱི་ཉན་ཁ་གསར་བ་བྱུང་ཆོ། ཡང་བསྐྱར་རེ་བྱ་བྱས་ཆོག

ཚང་མས་ཐུན་མོང་ཐོག་འབད་བཅོན་བྱས་པ་དང་། དབུལ་འགོག་བྱེད་པའི་རྒྱུ་རྣམ་ཅན་གྱི་རོགས་སྐྱོར་སྤྱིད་ཁུལ་དོན་འབྱེད་བྱས་པ་བརྒྱད། དབུལ་འགོག་བྱ་ཡུལ་ལ་འཐུང་པའི་དཀའ་ངལ་དང་གནད་དོན་དུས་ཐོག་ཏུ་ཐག་གཅོད་ལུས་ཐུབ་པའི་ཡིན་པ་ང་ཚོར་ཡིད་ཆེས་ཡོད། རེ་བར་རྒྱ་ཆེའི་ཞིང་འབྲོག་དམངས་ཀྱོགས་པོ་རྣམ་པས་རང་སྤྱོད་རང་སྤེལ་དང་དྲིན་ཚར་མདུན་སྤྱོད་བྱས་ཏེ། རང་ཉིད་ཀྱི་འབད་བཅོན་ལ་བཟོན་ནས། འཚོ་བ་རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་ལེགས་སུ་གཏོང་བ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་ལག་གཉིས་ལ་བཟོན་ནས། ལས་བཅོན་ཐུག་འགྱུར་གྱིས་དེ་བས་བདེ་སྤྱིད་ཐུན་པའི་འཚོ་བ་གཏོང་དགོས།

བོད་རང་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྷ་ས་གོང་ཁྱེར་འདམ་གཞུང་རྫོང་།

ཞིང་ལས་གོང་གསལ་དང་ཚན་རིག་ལག་ཁྱུ་ཅུད་ནས།

སྤྱི་ལོ་༢༠༢༤ལོའི་ཟླ་༤ཚེས་༡༤ཉིན་ལ།