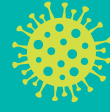


ཡུན་རིང་ ཀོ་ཕྱིཾ་དང་ མི་ཚོ་ཉམས་པ་གསོ།



World
PT Day
2021



དབུགས་ཐུང་ནི།
བྱང་ཚིག་ན་ནི།

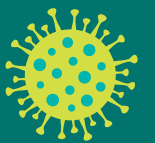
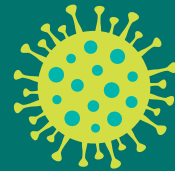
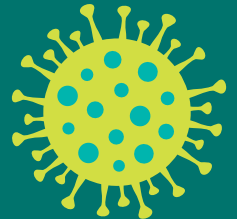


གནམ་མེད་ས་མེད་ བར་ཆད་ནི།
ཤྱགས་བཏོན་གྱི་མཐའ་མ་
ནད་རྟགས་སློ་སུ་འགྱུར་ནི།



བྲན་ཤེས་དང་བྲན་པ་ཚེ་གཅིག་གི་
དཀའ་ངལ།

ཡུན་རིང་ཀོ་ཕྱིཾ་འདི་ མི་རེ་རེ་ལུ་སོ་སོ་སྤྲེ་འོང།
དངོས་ཁམས་རིག་བརྟེན་སྐྱོན་བཅོས་
མཁམས་མཚོག་གིས་ བྱོད་རའི་
ཡུན་རིང་ཀོ་ཕྱིཾ་གི་ནད་རྟགས་ཚུ་
འཛིན་སློང་འབད་ནི་ལུ་ ཆེད་གས་འབད་ཚུ་གས།



ཡུན་རིང་ཀོ་ཕྱིཾ་གི་ ལུས་སྦྱང་སྐྱོན་ཡིག་འདི་ བྲན་སེམས་བཅུགས་ཏེ་ བཅར་བཟུ་འབད་དགོ། ཉེན་ལ་ ག་དེ་ཉུང་ཉུང་དང་ ལུས་སྦྱང་ལས་རིམ་ཚུ་ ཁམས་གསོ་འབད་བདུབ་མི་ དང་མི་རེ་འི་ནད་རྟགས་
སློ་ཤོས་འགྱུར་མ་བཅུག་མི་ཅིག་ དེས་བརྟེན་བཟོ་དགོ།

མི་ཚོ་ཉམས་པ་གསོ་འཛིན་གྱི་ དམིགས་ཡུལ་འདི་ ཤྱགས་བཏོན་གྱི་མཐའ་མ་ སློག་རྒྱུ་ལཱ་གང་ མར་འབབ་ནི་ལས་བཀག་དགོ། དབུགས་གཏོང་ལེན་གྱི་
དངོས་ཁམས་རིག་བརྟེན་སྐྱོན་བཅོས་མཁམས་མཚོག་གིས་ རྒྱུ་ལཱ་གས་ལྟ་གཞི་དང་ དབུགས་གཏོང་ལེན་འབད་ནི་ལེ་བཟོ་རྩིས་གྱི་ ཟེང་འཇུག་ ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ ཆེད་གས་འབད་ཚུ་གས།