2 གལ་ཆེའི་གསར་འགྱུར། 2024ལོའི་ཟླ་10ཚེས་4

རེས་གཟའ་པ་སངས།

པར་ངོས་འདིའི་འགན་འཁུར་རྩོམ་སྒྲིག་པ། སྟོབས་རྒྱལ།

གྲོང་ཁྱེར་ཡོངས་ཀྱི་བཟོ་ཚོགས་ཁོངས་
གཏོགས།
ཟླ་9ཚེས་29ཉིན། གྲོང་ཁྱེར་ཡོངས་ཀྱི་
བཟོ་ཚོགས་ཁོངས་གཏོགས་ཀྱིས་རྒྱལ་སྟོན་དགའ་
བས་བསུ་བ་དང་། བཟོ་ཚོགས་ཀྱིས་གཙང་སྦྲ་
བྱས་ནས་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་ཁོར་ཡུག་མཉམ་དུ་
གཏོད་ཅེས་པའི་གད་སྙིགས་གཙང་སེལ་གྱི་བྱེད་སྒོ་
དེ་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་དང་། རྫོང་། ཤང་། གྲོང་
ཚོ་བཅས་རིམ་པ་བཞིའི་བཟོ་ཚོཊ་སུ་སྤེལ་བ་
རེད། གྲོང་ཁྱེར་རིམ་པའི་བཟོ་ཚོཊ་ཁོངས་གཏོཊ་
ཀྱིས་ཚལ་གུང་ཐང་ཁྲོམ་གཞུང་དང་། དོག་སྡེ་
ཁྲོམ་གཞུང་། རྔ་ཆེན་ཁྲོམ་གཞུང་། ཉང་བྲན་
ཁྲོམ་གཞུང་སོགས་ས་ཚིགས་5ཡི་འཚོ་བའི་གད་
སྙིགས་དང་ལམ་ངོས་ཀྱི་གད་སྙིགས་ཁྱོན་ཡོངས་
ནས་གཙང་སྦྲ་བྱས་ཤིང་། རྫོང（ཆུས）ཁག་དང་
ནུས་པའི་གླིང་ཁུལ་གྱི་སྤྱི་ཁྱབ་བཟོ་ཚོགས་དང་གྲོང་
ཁྱེར་ཐད་གཏོགས་ལས་ཁུངས། ཁེ་ལས་དང་བྱ་
གཞག་ཚན་པ། ཤང་དང་གྲོང་ཚོ་རིམ་པ་གཉིས་
ཀྱི་བཟོ་ཚོགས་བཅས་ཀྱིས་ལས་བཟོ་བ་སྒྲིག་
འཛུགས་བྱས་ཏེ། གཅིག་སྡུད་གཙང་སྦྲ་བྱ་ཡུལ་
གཏན་འཁེལ་བྱེད་པ་དང་ཆབས་ཅིག་ས་ཁོངས་
དེའི་ནང་གཅིག་སྡུད་གཙང་སྦྲའི་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་ནས་
ས་ཁོངས་ནང་གཙང་སྦྲ་མ་བྱས་པར་ལུས་པའི་ཁུག་
ཀྱོག་དང་། གད་སྙིགས་གང་བྱུང་དུ་སྤུངས་པ།
སྔོ་འགྱུར་ཁུལ་གྱི་གད་སྙིགས་སོགས་མེད་པར་
བཟོས་ཡོད། དེ་བཞིན་ས་ཁོངས་ནང་གི་ལུས་སྦྱོང་
ཡོ་བྱད་དང་སྤྲོ་གསེང་རྐུབ་སྟེགས་སོགས་སྤྱི་པའི་
སྒྲིག་བཀོད་ལ་ཕྱི་བདར་དང་སྲུང་སྐྱོང་བྱས་པ་
དང་། གང་བྱུང་དུ་སྤུངས་ནས་བཞག་པའི་དངོས་
པོ་དང་བརྡ་ཁྱབ་ཆུང་ངུ་གཙང་སེལ་བྱས་པར་མ་
ཟད། ཆུ་བོ་དང་མཚེའུ་སོགས་ཆུ་ཁོངས་ཉེ་འཁོར་
གྱི་གད་སྙིགས་གཙང་སེལ་བྱས་ནས་ཆུའི་ཐོན་
ཁུངས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ལ་སྲུང་སྐྱོང་བྱས་ཡོད།
བྱེད་སྒོ་སྤེལ་རིང་། ཚན་པ་ཁག་གི་ལས་
བྱེད་པ་དང་ལས་བཟོ་བ། སྡེ་ཁུལ་གྱི་མང་ཚོགས་
བཅས་ཀྱིས་གཙང་བཙོག་མེད་པ་དང་དཀའ་ངལ་
ལ་མི་སྐྲག་པའི་སྙིང་སྟོབས་དར་སྤེལ་བཏང་ནས།
ཁྲོམ་གཞུང་དང་ཚོང་ཁང་། ས་སྟོང་། སྔོ་
འགྱུར་ཁུལ། ཁྲོམ་གཞུང་། སྲང་ལམ་སོགས་ལ་
ཁྱོན་ཡོངས་ནས་གད་ཕྱིས་བྱས་ཏེ། གཙང་སྦྲ་དོད་
ལ་སྐྱིད་ཉམས་དོད་པའི་ཐོན་སྐྱེད་དང་འཚོ་བའི་
ཁོར་ཡུག་ཅིག་བཏོད་ཡོད།
གྲོང་ཨུད་གཞུང་དོན་ཁང་གི་ལས་དོན་པ་ཝུའུ་
ཧའོ་ཡིས་དེ་རིང་གནམ་གཤིས་ཚ་གདུག་ཧ་ཅང་ཆེ་
བས་ཚང་མར་དཀའ་ཚེཊ་ཆེན་པོ་འཕྲད་བྱུང་། དེ་
ལས་ཁོར་ཡུག་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་བཟོ་པ་ཚོའི་དཀའ་
ངལ་ཚོར་བྱུང་། ང་ཚོས་རྒྱུན་དུ་སྤྱི་པའི་ཁོར་ཡུག་གི་
འཕྲོད་བསྟེན་ལ་སྲུང་སྐྱོང་ཡག་པོ་བྱས་ནས་ཐུན་མོང་
ཐོག་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོང་གི་ལས་ལ་ཞུཊ་ནས་ཁོར་ཡུག་
ལ་གཅེས་སྐྱོང་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།
ཁྲེང་ཀོན་ཆུས་རྔ་ཆེན་ཁྲོམ་གཞུང་ཁང་
གསར་ནོར་སྡེ་ཁུལ་གྱི་དྲ་མིག་ལས་དོན་པ་ཕུན་
ཚོགས་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས། དེ་རིང་ང་ཚོས་ཁང་གསར་
ནོར་ལ་གཙང་སྦྲ་བྱས་ནས་འཚོ་བའི་གད་སྙིགས་
དང་འཛུགས་སྐྲུན་གྱི་གད་སྙིགས་གཙང་སེལ་བྱས་
པ་ཡིན། དེ་ནི་རྒྱལ་སྟོན་དུས་ཆེན་བསུ་བ་དང་
གཙང་སྦྲ་དོད་པའི་ཁོར་ཡུག་ཅིག་གཏོད་ཆེད་
ཡིན། འདི་ནས་ང་ཚོས་སྔར་ལས་མང་བའི་མང་
ཚོགས་ཁོར་ཡུག་བཅོས་སྒྲིག་ཆེན་པོའི་ཁྲོད་ཞུགས་
རྒྱུའི་འབོད་སྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།
རིན་ཆེན་ཚལ་གྲོང་ཚོར་བཅའ་སྡོད་གྲོང་
ཁྱེར་ཁྲོམ་ར་ལྟ་སྐུལ་དོ་དམ་ཅུས་ཀྱི་ཧྲུའུ་ཅི་དང་
པོས། དེ་རིང་རིན་ཆེན་ཚལ་གྲོང་ཚོ་ཨུ་ལྷན་
དང་། གྲོང་ཚོར་བཅའ་སྡོད་ལས་དོན་རུ་ཁག་གི་
ལས་བྱེད་པ་དང་ལས་བཟོ་བ། མང་ཚོགས་བཅས་
ཀྱིས་རིན་ཆེན་ཚལ་གྲོང་ཚོའི་ཁྲོམ་གཞུང་དུ་གཅིག་
སྡུད་གཙང་སྦྲའི་བྱེད་སྒོ་མཉམ་དུ་སྤེལ་ནས་གྲོང་ཚོ་
ཨུ་ལྷན་གྱི་ཁོར་ཡུག་མཛེས་ཤིང་གཙང་སྦྲ་དོད་པ་
ཞིག་ཡོང་ཆེད་ཕྱོགས་ཁག་གི་སྟོབས་ཤུགས་ལེགས་

སྐྱེས་སུ་ཕུལ་ཡོད་ཅེས་བཤད།
ད་ཐེངས་ཀྱི་བྱེད་སྒོའི་ནང་། ལས་བཟོ་བ་
5500ལྷག་ཙམ་སྒྲིག་འཛུགས་བྱས་ནས་གཙང་སྦྲ་
ཆེ་ལ་སྐྱིད་ཉམས་དོད་པའི་ཁོར་ཡུག་བཏོད་དེ་རྒྱལ་
སྟོན་དུས་ཆེན་བསུས་ཡོད།
ལྷ་སའི་མེ་འཁོར་འབབ་ཚུགས།
ཟླ་10ཚེས་1ཉིན། ལྷ་སའི་མེ་འཁོར་འབབ་
ཚུགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་དང་ལས་བཟོ་བ་100ལྷག་
ཙམ་གྱིས་རྒྱལ་སྟོན་དགའ་བས་བསུ། ཏང་གི་
བཀའ་དྲིན་ཡིད་ལ་བཅངས་ཞེས་པ་གཙོ་དོན་དུ་བྱས་
པའི་ཀྲུང་གོ་གསར་པ་དབུ་བརྙེས་ནས་ལོ་ངོ་75
འཁོར་བར་རྟེན་འབྲེལ་ཞུ་བའི་རིམ་སྤེལ་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་
བ་རེད།
ཉིན་དེའི་ཞོགས་པའི་ཆུ་ཚོད་8པ་ཡོལ་ཙམ་
ལ། མེ་འཁོར་སྒུག་ཁང་གཉིས་པའི་ནང་ལས་དོན་
པས་ཡུལ་སྐོར་བར་རྒྱལ་དར་ཆུང་ཆུང་རེ་སྤྲད་པ་
དང་། སྙན་འཇེབས་ལྡན་པའི་རོལ་དབྱངས་ཀྱི་
འགྱུར་ཁུག་དང་བསྟུན་ནས་ལས་དོན་པ་དབྱངས་
ཅན་ལྷ་མོ་དང་། སྐལ་བཟང་ཆོས་སྒྲོལ། ཚེ་
རིང་བདེ་སྐྱིད། བསོད་ནམས་སྒྲོལ་མ་བཅས་ཀྱིས་
གཞས་སྣེ་འཁྲིད་དེ་མེ་འཁོར་འབབ་ཚུགས་ཀྱི་ལས་
དོན་པ་དང་འགྲུལ་པས་མཉམ་དུ་རྒྱལ་དར་གཡུག་
གཡུག་བྱེད་ཀྱིན་མཉམ་གཞས《དེ་རིང་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་
འཁྲུངས་སྐར་ཡིན》ཞེས་པ་མཉམ་དུ་བླངས་ནས་
མེས་རྒྱལ་ལ་བཅངས་པའི་དགའ་ཞེན་དང་སྨོན་
འདུན་མཚོན་པར་བྱས་ཡོད། འགྲུལ་སྐྱེལ་ཞབས་
ཞུའི་སྤུས་ཚད་མཐོར་གཏོང་གི་ཆེད་དོན་བྱེད་སྒོའི་
བླང་བྱ་ལྟར། མཁའ་ལམ་སྐལ་བཟང་མེ་ཏོག་
ཞབས་ཞུའི་རུ་ཆུང་གི་ཁོངས་མིས་ད་དུང་མེ་འཁོར་
སྒུག་མཁན་གྱི་འགྲུལ་པར་འགྲུལ་སྐྱེལ་གྱི་གུས་སྲོལ་
ལུས་རྩལ་འཁྲབ་སྟོན་བྱས་ཤིང་། དེ་རྗེས་འཕྲལ་
མར་ལན་འདེབས་པའི་ཤེས་བྱའི་འགྲན་བསྡུར་གྱི་
བརྒྱུད་རིམ་ནང་། ཡུལ་སྐོར་བ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ལ་
ལྷ་སའི་མེ་འཁོར་འབབ་ཚུགས་ཀྱི་རིག་གནས་
གསར་གཏོད་ཀྱི་ཕྱག་རྟགས་སྒྲོལ་མའི་ལྡེ་མིག་གི་
ལུང་དང་། ཁྲེ་ཙེ། ཤོག་འཛར་སོགས་ཀྱི་ཕྱག་
རྟགས་ཆུང་ཆུང་ཐོབ་ཡོད། ཚང་མས་དགའ་སྤྲོ་
དང་འཆམ་མཐུན་གྱི་རྣམ་པའི་ཁྲོད་རྒྱལ་སྟོན་ལ་
བསུ་བ་ཞུས་ཏེ་མེས་རྒྱལ་ལ་ལྷག་བསམ་ཟོལ་མེད་ཀྱི་
སྨོན་འདུན་ཞུས་ཡོད།
ལྷ་སའི་མེ་འཁོར་འབབ་ཚུགས་ཏང་ཨུད་ཀྱི་
ཧྲུའུ་ཅི་ཞུས་ཅན་ཝུའེ་ཡིས། དེ་རིང་ང་ཚོས་ཐང་
ཆེན་དུ་རྒྱལ་དར་སྒྲེང་བའི་མཛད་སྒོ་འཚོགས་པ་
དང་དུས་མཚུངས་སྙན་ངག་གྱེར་འདོན་གྱི་འགྲན་
བསྡུར་ཡང་བྱས་ནས་ཀྲུང་ཧྭ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་
རྒྱལ་ཁབ་དབུ་བརྙེས་ནས་ལོ་ངོ་75འཁོར་བར་རྟེན་
འབྲེལ་ཞུས་པ་དང་། ང་ཚོའི་རླབས་ཆེན་མེས་
རྒྱལ་དེ་བས་སྟོབས་འབྱོར་མངའ་ཐང་རྒྱས་པའི་
སྨོན་འདུན་ཡང་ཞུས་པར་མ་ཟད། སྣ་མང་ཕུན་
སུམ་ཚོགས་པའི་རིག་རྩལ་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་ནས་ང་ཚོའི་
ལྕགས་ལམ་གྱི་ཞབས་ཞུའི་སྤུས་ཚད་སྔར་བས་མཐོ་
རུ་བཏང་ཡོད། འདིར་ང་ཚོས་ཡུལ་སྐོར་བ་ཕྱི་ལ་
སྐྱོད་དུས་བྱ་བ་ལམ་འགྲོ་ཡོང་བའི་སྨོན་འདུན་ཞུ་རྒྱུ་
ཡིན་ཞེས་བཤད།
ཁྲེང་ཀོན་ཆུས་དར་དམར་ཁྲོམ་གཞུང་
དར་དམར་གྲོང་ཚོ།
ཟླ་9ཚེས་30ཉིན། ཀྲུང་ཧྭ་མི་དམངས་སྤྱི་
མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་དབུ་བརྙེས་ནས་ལོ་ངོ་75འཁོར་བ་
དང་མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་ཟླ་བའི་གཟེངས་བསྟོད་
དྲིལ་བསྒྲགས་རིག་རྩལ་འཁྲབ་སྟོན་དེ་ཁྲེང་ཀོན་
ཆུས་དར་དམར་ཁྲོམ་གཞུང་དར་དམར་གྲོང་ཚོར་
འཚོགས་པ་རེད།
བྱེད་སྒོ་དེ་ཞབས་བྲོ《མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་
བོད་ལྗོངས། གཅེས་པར་འོས་པའི་ཕ་ཡུལ》ཞེས་

པའི་ཁྲོད་སྤེལ་འགོ་ཚུགས་པ་དང《སྤྲོ་སྣང་ལྡན་པའི་
འབྲོག་པ》དང《སྒ་ཆབ་མདོ》སོགས་ཀྱི་ལེ་ཚན་
རེས་མོས་ངང་འཁྲབ་སྟོན་བྱས་ཡོད། དར་དམར་
གྲོང་ཚོའི་མི་རིགས་ཁག་གི་མང་ཚོགས་ཀྱིས་ཉམས་
འགྱུར་ལྡན་པའི་གར་སྟབས་དང་སྙན་འཇེབས་ལྡན་
པའི་གླུ་སྒྲས་རླབས་ཆེན་མེས་རྒྱལ་ལ་བཅངས་པའི་
བརྩེ་སེམས་ཟབ་མོ་དང་དར་དམར་གྲོང་ཚོའི་མི་
རིཊ་ཁག་གི་མང་ཚོཊ་ཀྱི་བསམ་པའི་ཉམས་འགྱུར་
བཟང་པོ་མངོན་པར་བྱས་པས་ས་གནས་ས་ཐོག་གི་
ལྟད་མོ་བ་ཚོའི་དགའ་བསུ་ཞུས་ཚད་མེད་ཞུས་ཡོད།
རྒན་ཡོལ་ཞུས་པའི་དར་དམར་གྲོང་ཚོའི་
ཏང་ཡོན་བཀྲ་ཤིས་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་དེ་རིང་གི་རིག་
རྩལ་འཁྲབ་སྟོན་ལས་ངས་མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་གྱི་
གལ་ཆེའི་རང་བཞིན་ལ་སྔར་བས་ཤེས་རྟོགས་ཐུབ་
བྱུང་། ང་ཚོས་སེ་འབྲུའི་རྡོག་ལྟར་མཐུན་སྒྲིལ་
དམ་ཟབ་བྱས་ནས་ཐུན་མོང་ཐོག་མེས་རྒྱལ་སྟོབས་
འབྱོར་མངའ་ཐང་རྒྱས་པར་ཡོང་ཆེད་སྟོབས་ཤུཊ་
ལེཊ་སྐྱེས་སུ་འབུལ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།
བྱེད་སྒོའི་ཐོག་ད་དུང་མི་རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་
ཟླ་བའི་གཟེངས་བསྟོད་མཛད་སྒོ་འཚོགས་ནས་མི་
རིགས་མཐུན་སྒྲིལ་ཡར་ཐོན་བྱ་གཞག་ཁྲོད་ཐོན་
པའི་སྔོན་ཐོན་མི་སྒེར་དང་མཉམ་སྡེབ་ལ་གཟེངས་
བསྟོད་བྱས་ཏེ་དར་དམར་གྲོང་ཚོའི་མི་རིགས་ཁག་
གི་མང་ཚོགས་ཀྱི་སྤོབས་སེམས་དང་གོང་བུར་
འགྲིལ་ཤུགས་སྔར་བས་ཆེ་རུ་བཏང་ཡོད།
རྗེ་འབུམ་སྒང་སྡེ་ཁུལ།
ཟླ་9ཚེས་29ཉིན། རྗེ་འབུམ་སྒང་སྡེ་ཁུལ་
གྱིས་བདེ་གསལ་སྒོ་ར་ཆེ་མོར་ཀྲུང་ཧྭ་མི་དམངས་སྤྱི་
མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་དབུ་བརྙེས་ནས་ལོ་ངོ་75འཁོར་
བར་རྟེན་འབྲེལ་ཞུ་བའི་རིག་རྩལ་མཉམ་འཛོམས་
འཁྲབ་སྟོན་གྱི་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་བ་རེད།
རིག་རྩལ་མཉམ་འཁྲབ་ཀྱི་རྣམ་པ་འདྲ་མིན་
སྣ་ཚོགས་དང་ནང་དོན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་ཤིང་།
འཁྲབ་སྟོན་པ་ཚོས་ཉམས་འགྱུར་ལྡན་པའི་གར་
སྟབས་ཐོག་ནས་མེས་རྒྱལ་གྱི་སྟོབས་འབྱོར་མངོན་
པ་དང་། རོལ་རྩེད་ཀྱི་ལྷུ་ཚིགས་ནང་དགོད་བྲོ་
བའི་རྣམ་གྲངས་སྣ་ཚོགས་དང་དེ་བཞིན་ཚོགས་
པའི་མཉམ་ལས་རོལ་རྩེད་སོགས་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་
པས་གྲོང་མི་མང་པོ་དེའི་ནང་ཧུར་ཐག་ཞུགས་རྒྱུའི་
ཡིད་དབང་བཀུག་ནས་ཡུལ་དངོས་སུ་དགའ་སྤྲོའི་
དགོད་སྒྲས་ཁེངས།
ད་ཐེངས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་དེས་གྲོང་མི་མང་ཚོགས་
ཀྱི་ཏང་གཅེས་རྒྱལ་གཅེས་ཀྱི་སྤྲོ་སེམས་འཕེལ་བར་
མ་ཟད། སྡེ་ཁུལ་གྱི་གྲོང་མིའི་དབར་གྱི་འབྲེལ་
བར་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་དང་སྡེ་ཁུལ་གྱི་གོང་བུ་
འགྲིལ་ཤུགས་ཆེ་རུ་བཏང་ནས་དེ་བས་མཛེས་སྡུག་
ལྡན་པའི་རྗེ་འབུམ་སྒང་སྡེ་ཁུལ་ཐུན་མོང་ཐོག་
བསྐྲུན་བྱ་ཆེད་འབད་བརྩོན་བྱ་རྒྱུར་ཕན་ཐོགས་
ཡོད།
མལ་གྲོ་གུང་དཀར་རྫོང་ཀ་ཚལ་གྲོང་ལྷན།
ཟླ་10ཚེས་1ཉིན། མལ་གྲོ་གུང་དཀར་
རྫོང་གུང་དཀར་གྲོང་རྡལ་ཀ་ཚལ་གྲོང་མི་ཨུ་ལྷན་དུ་
བཅའ་སྡོད་ལས་དོན་རུ་ཁག་གིས། རྒྱལ་སྟོན་
མཉམ་དུ་དགའ་གཏོང་བྱེད། གྲོང་མི་ཁྱིམ་ཚང་
གཅིག་ལྟར་བརྩེ་བ་ཟབ་ཅེས་པའི་གཙོ་དོན་བྱེད་སྒོ་
སྤེལ་བ་རེད།
བྱེད་སྒོ་དེ་རྔམ་བརྗིད་ལྡན་པའི་རྒྱལ་དར་
སྒྲེང་བའི་མཛད་སྒོའི་ཁྲོད་འགོ་ཚུགས་པ་དང་རྔམ་
བརྗིད་ལྡན་པའི་རྒྱལ་གླུའི་ཁྲོད་དམར་མདངས་བཀྲ་
བའི་སྐར་ལྔའི་དར་དམར་དལ་བུར་བསྒྲེངས་
ཤིང་། གྲོང་མི་ཨུ་ལྷན་གྱི་ཁོངས་མི་ཡོངས་དང་
མང་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མི་ཡོངས་ཀྱིས་ཡིད་སྨོན་དང་
གུས་བཀུར་གྱི་བསམ་པ་བཅངས་ཏེ།
（པར་ངོས་བཞི་པར་གཟིགས）

གསེར་མདོག་གི་སྟོན་ཟླ་བཅུ་པར་རྒྱལ་སྟོན་ལ་རྟེན་འབྲེལ་ཞུས་པ།
རང་གྲོང་གི་ཚན་པ་ཁག་དང་རྫོང་ཆུས་ཁག་གིས་རྒྱལ་སྟོན་ལ་རྟེན་འབྲེལ་ཞུ་བའི་བྱེད་སྒོ་སྣ་ཚོགས་སྤེལ་བ།

པར་འདི་ནི་མེ་འཁོར་འབབ་ཚུགས་ཀྱི་ལས་དོན་པ་དང་འགྲུལ་པས་མཉམ་དུ་གཞས་བཏང་ནས་དྲན་རྟེན་
འདྲ་པར་ལེན་པའི་རྣམ་པ་ཡིན།

རྒྱལ་གཅེས་རིང་ལུགས་ལྟེ་བར་བྱེད་པའི་
ཀྲུང་ཧྭ་མི་རིགས་ཀྱི་སྙིང་སྟོབས་དར་སྤེལ་ཤུགས་
ཆེན་གཏོང་བ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་
ལྟེ་བའི་རིན་ཐང་ལྟ་བ་ལག་ལེན་བསྟར་བ།
མང་ཚོགས་ཀྱི་བསམ་པའི་རིག་གནས་འཚོ་བ་
ཕུན་སུམ་ཚོགས་སུ་གཏོང་བ་བཅས་བྱ་
ཆེད། ཉིན་ཤས་བསྟུད་མར། རང་གྲོང་གི་
ཚན་པ་ཁག་དང་། རྫོང་དང་ཆུས་ཁག་གིས་སྔ་
སྣུར་དུ་འཆར་འགོད་དང་། གྲ་སྒྲིག་ཞིབ་
ཚགས། ཐབས་མང་མཉམ་སྤྱོད་བཅས་ཀྱི་ཐོག་
ནས་བྱེད་སྒོ་སྣ་ཚོགས་སྤེལ་ཏེ། དགའ་སྤྲོ་དང་
འཆམ་མཐུན། དུས་བདེ་དང་ཞི་མཐུན་བཅས་
ཀྱི་དུས་ཆེན་གྱི་རྣམ་པ་ཟབ་མོ་ཞིག་བཏོད་ཡོད།

ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་གནས་སུ་
གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཟླ་9ཚེས་30ཉིན་གྱི་ཕྱི་
དྲོ་སྟེ་ཀྲུང་གོ་གསར་པ་དབུ་བརྙེས་ནས་ལོ་ངོ་75འཁོར་
བའི་མཚམས་སུ་གྲོང་ཨུད་ཀྱི་རྒྱུན་ཨུ་དང་། འཐབ་
ཕྱོགས་གཅིག་གྱུར་པུའི་པུའུ་ཀྲང་། གྲོང་ཁྱེར་སྲིད་
གྲོས་ཏང་ཙུའི་ཧྲུའུ་ཅི་གཞོན་པ་སྐལ་བཟང་ཚེ་བརྟན་
གྱིས་ཀུན་མཛའ་ཆོས་དབང་སོགས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ཏང་
ཕྱིའི་རྒྱལ་གཅེས་མི་སྣ་དང་། སྤྲུལ་སྐུ་དང་བླ་མ་སྐྱེས་
ཆེན། ཨི་སི་ལམ་ཕྱག་ཁང་གི་ཆོས་དཔོན། དམངས་
གཉེར་ཁེ་ལས་པ་སོགས་ལ་འཚམས་འདྲི་གནང་བ་
དང་། གྲོང་ཨུད་དང་གྲོང་ཁྱེར་སྲིད་གཞུང་གི་ཚབ་
ཞུས་ནས་ཁོང་ཚོར་དུས་ཆེན་གྱི་སྨོན་འདུན་ཞུས་པ་རེད།
ས་ཆ་གང་དུ་སླེབས་ཀྱང་སྐལ་བཟང་ཚེ་བརྟན་གྱིས་
ཁོང་ཚོར་མཇལ་དར་ཕུལ་ནས་དུས་ཆེན་གྱི་སྨོན་འདུན་
ཞུས་པ་དང་། ཁོང་ཚོའི་ལས་ཀ་དང་། འཚོ་བ།
གཟུགས་པོ་སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་བཀའ་འདྲི་གནང་བར་
མ་ཟད། ཁོང་ཚོས་དུས་ཡུན་རིང་པོའི་ནང་ལྷ་སའི་
དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བྱ་གཞག་ཁག་འཕེལ་རྒྱས་
སུ་འགྲོ་རྒྱུར་ལེགས་སྐྱེས་ཧུར་ཐག་ཕུལ་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་
ཞུས་པ་རེད། སྐལ་བཟང་ཚེ་བརྟན་གྱིས་ད་དུང་ཁོང་
ཚོར་རང་གྲོང་གི་སྤྱི་ཚོགས་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་བྱ་གཞག་
ཁག་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་ཚུལ་ངོ་སྤྲོད་མདོར་བསྡུས་གནང་
ཞིང་། རང་གྲོང་གི་རྒྱ་ཆེའི་རྒྱལ་གཅེས་འཐབ་ཕྱོཊ་
གཅིག་གྱུར་མི་སྣས་ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་
ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་
དགོངས་པར་བརྟེན་ནས་བླ་སྲོག་གཏོད་རྒྱུ་མཐའ་

འཁྱོངས་བྱས་ཏེ། སྔར་རྒྱུན་བཞིན་གྲོང་ཨུད་དང་གྲོང་
ཁྱེར་སྲིད་གཞུང་གི་ལས་དོན་ལ་ཐུགས་ཁུར་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་
བྱེད་པ་དང་། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འགན་འཁྲི་བློ་ལ་བརྟན་པོར་
ངེས་པ། ཕུལ་བྱུང་གི་སྲོལ་རྒྱུན་དར་འཕེལ་གཏོང་
བ། རང་ངོས་ཀྱི་ལེཊ་ཆ་འདོན་པ་བཅས་བྱས་ནས་ཀྲུང་
གོའི་ལུཊ་ཀྱི་དེང་རབས་ཅན་གྱི་ལྷ་སའི་ལེའུ་རྩོམ་རྒྱུའི་རེ་
བ་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་རེད།
རྒྱལ་གཅེས་འཐབ་ཕྱོགས་གཅིག་གྱུར་མི་སྣའི་
འཐུས་མི་ཚོས་གྲོང་ཨུད་ཀྱིས་ཐུགས་ཁུར་དང་འཚམས་
འདྲི་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་པ་དང་། ལྷ་སའི་
ལས་དོན་ཁག་ལ་ཐོབ་པའི་གྲུབ་འབྲས་ལ་སྙིང་དབུས་
ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་པ་རེད། ཚང་མས། ཞི་ཅིན་
ཕིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་
པའི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་དང་ཏང་གི་
སྐབས་ཉི་ཤུ་པའི་ཀྲུང་ཨུ་ཚང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་
གསུམ་པའི་དགོངས་དོན་ལ་སློབ་སྦྱོང་དང་ལག་བསྟར་
གཏིང་ཟབ་བྱེད་པ་དང་། “གཏན་འཁེལ་གཉིས”ཀྱི་
ཐག་གཅོད་རང་བཞིན་གྱི་དོན་སྙིང་ལ་གོ་བ་གཏིང་ཟབ་
ལེན་པ། “སྲུང་སྐྱོང་གཉིས”མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཐུབ་པར་
བྱེད་པ། ལྷ་སའི་གོང་འཕེལ་དང་འཛུགས་སྐྲུན་ལ་སྔར་
རྒྱུན་བཞིན་དོ་ཁུར་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱས་ནས་ཐབས་འདོན་
ཇུས་འབུལ་བྱེད་པ་བཅས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ལྷ་སའི་ཡུན་རིང་
བདེ་འཁོད་དང་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་རང་
ཉིད་ཀྱི་བློ་གྲོས་དང་སྟོབས་ཤུགས་ལེགས་སྐྱེས་སུ་འབུལ་
རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་དུ་བཤད།
（ཨོ་རྒྱན་ཚེ་རིང་གིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

གྲོང་ཁྱེར་གྱི་འགོ་ཁྲིད་ཀྱིས་རང་གྲོང་གི་རྒྱལ་གཅེས་འཐབ་ཕྱོགས་གཅིག་གྱུར་མི་སྣའི་འཐུས་མིར་འཚམས་འདྲི་གནང་བ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་གནས་སུ་
གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཉིན་ཤས་གོང་2024
ལོའི་ལྷ་ས་དགེ་འོས་མཐོ་རིམ་ཆེད་ཚན་སློབ་གྲྭ་དང་གྲོང་
ཁྱེར་མཐོ་རིམ་སློབ་འབྲིང་བཞི་པ། གྲོང་ཁྱེར་དམའ་
རིམ་སློབ་འབྲིང་དང་པོ། གྲོང་ཁྱེར་སློབ་ཆུང་དང་པོ་
བཅས་སློབ་གྲྭ་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་གྱི་བསམ་བློ་ཆབ་
སྲིད་སློབ་ཚན་གཞི་གཅིག་ཅན་གྱི་སྐུལ་སྤེལ་ཚོགས་འདུ་
ཐེངས་དང་པོ་འཚོགས་པ་རེད།
ལྷ་ས་དགེ་འོས་མཐོ་རིམ་ཆེད་ཚན་སློབ་གྲྭའི་ཏང་
ཨུད་ཀྱི་ཧྲུའུ་ཅི་དང་སློབ་སྤྱི་གཞོན་པ་ཡུས་ཧྥུང་ཕིང་
དང་། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་སློབ་གསོ་ཅུས་ཀྱི་འགན་འཁུར་
བ་ཚོགས་འདུར་ཞུགས་ཡོད།
ཚོགས་འདུའི་ཐོག་2024ལོའི་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་
སློབ་གསོའི་ཚོགས་ཆེན་གྱི་དགོངས་དོན་དང་སློབ་གྲྭ་ཆེ་
འབྲིང་ཆུང་གསུམ་གྱི་བསམ་བློ་ཆབ་སྲིད་སློབ་ཚན་གཞི་
གཅིག་ཅན་གྱི་ཐུན་མོང་སྒྲིག་གཞི་འཛུགས་རྒྱུའི་སྐོར་གྱི་
སློབ་གསོ་པུའི་གཞུང་དོན་ཐིང་གི་བརྡ་ཐོའི་དགོངས་
དོན་བརྒྱུད་བསྒྲགས་དང་སློབ་སྦྱོང་བྱས་པ་དང་། ལྷ་
ས་དགེ་འོས་མཐོ་རིམ་ཆེད་ཚན་སློབ་གྲྭ་དང་། གྲོང་
ཁྱེར་མཐོ་རིམ་སློབ་འབྲིང་བཞི་པ། གྲོང་ཁྱེར་འབྲིང་

རིམ་སློབ་འབྲིང་དང་པོ། གྲོང་ཁྱེར་སློབ་ཆུང་དང་པོ་
བཅས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་འགན་འཁུར་བས་སྔ་རྗེས་སུ་སློབ་
གྲྭ་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་གྱི་ན་ནིང་གི་བསམ་བློ་ཆབ་སྲིད་
སློབ་ཚན་གཞི་གཅིག་ཅན་གྱི་ལས་དོན་སྤེལ་ཚུལ་ལ་ཕྱིར་
དྲན་དང་ཕྱོགས་བསྡོམས་བྱས་པར་མ་ཟད། སློབ་གྲྭ་
ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་གྱི་བསམ་བློ་ཆབ་སྲིད་སློབ་ཚན་
གཞི་གཅིག་ཅན་གྱི་ལས་དོན་ལ་སྐུལ་འདེད་ཇི་ལྟར་
གཏོང་དགོས་པའི་ཐད་གཏམ་བཤད་སྤེལ་རེས་ཀྱང་
གནང་བ་རེད།
ཚོགས་འདུའི་ཐོག་བསྟན་དོན། སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་
ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་སློབ་གྲྭ་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་གྱི་
བསམ་བློ་ཆབ་སྲིད་སློབ་གསོ་གཞི་གཅིག་ཅན་ལ་ཐུཊ་
ཁུར་ཧ་ཅང་ཆེན་པོ་གནང་གི་ཡོད་པས། བསམ་བློ་
ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སློབ་ཁྲིད་ཞིབ་འཇུག་དང་། བསམ་བློ་
ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སློབ་ཁྲིད་ནང་དོན། བསམ་བློ་ཆབ་སྲིད་
ཀྱི་སློབ་ཁྲིད་ཐོན་ཁུངས། དེ་བཞིན་བསམ་བློ་ཆབ་
སྲིད་ཀྱི་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་སྒོ། བསམ་བློ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སློབ་
ཁྲིད་དྲིལ་བསྒྲགས་སོགས་ཕྱོགས་ལྔའི་གཞི་གཅིག་ཅན་
གྱི་ལས་དོན་གཙོ་གནད་ཐོག་ཡག་པོ་སྒྲུབ་དགོས།
（སྟོབས་རྒྱལ་གྱིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

རང་གྲོང་གི་2024ལོའི་སློབ་གྲྭ་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་གྱི་བསམ་བློ་ཆབ་སྲིད་སློབ་ཚན་གཞི་གཅིག་ཅན་གྱི་སྐུལ་སྤེལ་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་དང་པོ་འཚོགས་པ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འདྲེས་སྨྱན་སྦྱོར་ལྟེ་གནས་སུ་
གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཉེ་ཆར་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་
སྤྱི་བདེ་ཅུས་ཡུལ་སྐོར་ཉེན་རྟོག་རུ་ཆེན་གྱིས་གྲོང་ཁྱེར་
འགྲིམ་འགྲུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་ཅུས་དང་། གྲོང་ཁྱེར་སྤྱི་
བདེ་ཅུས་ཀྱི་འགྲིམ་འགྲུལ་ཉེན་རྟོག་ཉིང་ལག་རུ་ཁག་
དང་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་དུས་ཆེན་གོང་གི་ཡུལ་སྐོར་
ཁྲོམ་ར་བཅོས་སྒྲིག་གི་ཆེད་དོན་ཁྲིམས་སྐྱོང་སྒྲོག་
འགྲེལ་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་ནས་རྒྱ་ཆེའི་བདལ་གཏོང་རླངས་
འཁོར་གྱི་ཁ་ལོ་བའི་ཁྲིམས་སྐྱོང་གི་འདུ་ཤེས་
དང་། བདེ་འཇགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས། ཞབས་ཞུའི་
འདུ་ཤེས་བཅས་ཟབ་ཏུ་བཏང་སྟེ་བདེ་འཇགས་
དང་། སྐྱིད་སྣང་དོད་པ། བློ་བདེ་བ་བཅས་ཀྱི་
ཕྱིར་སྐྱོད་ཁོར་ཡུག་ཅིག་བཏོད་ཡོད།
སྒྲོག་འགྲེལ་ཚོགས་འདུའི་ཐོག གྲོང་ཁྱེར་སྤྱི་
བདེ་ཅུས་འགྲིམ་འགྲུལ་ཉེན་རྟོག་ཉིང་ལག་རུ་ཁག་དང་
ཡུལ་སྐོར་ཉེན་རྟོག་རུ་ཆེན་གྱིས་གཞུང་ལམ་འགྲིམ་
འགྲུལ་བདེ་འཇགས་ལ་དམིགས་ནས་ཁྲིམས་སྐྱོང་གི་
སྒྲོག་འགྲེལ་བྱས་པ་དང་། གྲོང་ཁྱེར་འགྲིམ་འགྲུལ་
སྐྱེལ་འདྲེན་ཅུས་ཀྱིས་རླངས་འཁོར་གཉེར་སྐྱོང་བདེ་
འཇགས་ཀྱི་དངོས་གཞིའི་སློབ་གསོའི་ལས་དོན་སྤེལ་བ་
རེད། ཁེ་ལས་ཀྱི་བྱེད་པོས་ལྟ་སྐུལ་དོ་དམ་གྱི་འགན་
འཁྲིར་སྔར་བས་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ་དང་ལས་ཀའི་ལམ་
སྲོལ་ཟམ་མི་ཆད་པར་འཐུས་སྒོ་ཚང་དུ་གཏོང་བ། རྒྱ་
ཆེའི་ཁ་ལོ་བས་ཁྲིམས་སྲུང་གཉེར་སྐྱོང་དང་ཡ་རབས་
ངང་ཞབས་འདེགས་ཞུ་བར་སྐུལ་ལྕག་བྱེད་པ། ཁ་
ཆད་གཏན་འཁེལ་གྱི་ལམ་ཐིག་དང་རིན་གོང་ལྟར་
ཞབས་ཞུ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ། མང་ཉུང་ལ་མི་བལྟོས་
པར་འགྲུལ་པ་སྐྱེལ་འདྲེན་བྱེད་པ་དང་། མང་ཉུང་ལ་
མི་བལྟོས་པར་གོང་སྒྲིག་པ། རང་དགར་གོང་མི་སྤོར་
བ་བཅས་བྱེད་པ། རིན་གོང་རྩིས་ཆས་ཚད་ལྡན་ངང་
སྤྱད་ནས་དུས་ཚོད་ལྟར་རིན་གོང་བརྩིས་ཏེ་འགྲོ་གྲོན་
བསྡུ་བ། འགྲུལ་པ་མི་བླུགས་པ་དང་། འགྲུལ་པ་མི་
འབོད་པ། འགྲུལ་པའི་འདོད་མོས་ལས་འགལ་ནས་

འགྲུལ་པ་མི་བླུགས་པ་བཅས་བྱེད་དགོས། བདེ་
འཇགས་དང་ཚད་ལྡན་ངང་འཁོར་རིགས་གཏོང་རྒྱུ་
མཐའ་འཁྱོངས་དང་། འགྲིམ་འགྲུལ་ཁྲིམས་སྲོལ་ལ་
བརྩི་སྲུང་ནན་པོ་ཞུ་བ། རང་འགུལ་ངང་འགྲོ་ལམ་
འགྲིམ་འགྲུལ་གྱི་སྒྲིག་ལམ་ལ་སྲུང་སྐྱོང་བཅས་བྱས་ཏེ་
ཁ་གཅུ་མཚམས་སུ་འཁོར་རིགས་གཞན་ལས་སྔོན་དུ་
གཏོང་བ་དང་། གང་བྱུང་དུ་ལམ་སྒྱུར་བ། མྱུར་
ཚད་ལས་བརྒལ་ནས་འཁོར་རིགས་གཏོང་བ་སོགས་
ཉེན་ཡོད་རིགས་གཏན་འགོག་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱས་ཏེ་
འགྲིམ་འགྲུལ་ལས་འཛོལ་ཐོན་རྒྱུ་སྔོན་འགོག་དང་ཉུང་
དུ་གཏོང་དགོས། ཡ་རབས་སྤུས་ལེགས་ཀྱི་ཞབས་ཞུ་
མཐའ་འཁྱོངས་ཀྱིས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་འགྲུལ་
པ་སེམས་ནང་བཅངས་པ་དང་། ཞབས་ཞུ་རྩེ་གྲ་བྱེད་
པའི་ཞབས་ཞུའི་འདུ་ཤེས་ཡིད་ལ་འཇོག་པ། ཞབས་
འདེགས་ཞུ་བའི་བརྒྱུད་རིམ་ཁྲོད་ཡ་རབས་སྐད་ཆ་ཤོད་
པ་དང་། སེམས་རྩ་འཁོལ་པོས་ཞབས་ཞུ་སྒྲུབ་པ།
གུས་ཞབས་ངང་མགྲོན་པོར་སྣེ་ལེན་ཞུ་བ་བཅས་ཀྱི་
ཐོག་ནས་ཞིབ་ཚགས་དང་མི་གཤིས་ཅན་གྱི་ཞབས་ཞུས་
འགྲུལ་པ་བློ་ཡིད་ཚིམ་པོ་ཡོང་བར་བྱེད་དགོས་པའི་
ནན་བཤད་བྱས་ཡོད།
བོད་ལྗོངས་བོགས་གཏོང་རླངས་འཁོར་ཚད་ཡོད་
ཀུང་སིའི་ཁ་ལོ་བའི་འཐུས་མི་སྤེན་པས་དེ་རིང་གྲོང་ཁྱེར་
སྤྱི་བདེ་ཅུས་ཡུལ་སྐོར་ཉེན་རྟོག་རུ་ཆེན་དང་གྲོང་ཁྱེར་
འགྲིམ་འགྲུལ་སྐྱེལ་འདྲེན་ཅུས་སོགས་ཀྱིས་མཉམ་འབྲེལ་
ཐོག་སྤེལ་བའི་ཐོན་སྐྱེད་བདེ་འཇགས་གསོ་སྦྱོང་ནང་
ཞུགས་རྒྱུ་བྱུང་བ་ནི་དོན་སྙིང་ལྡན་པའི་བྱ་བ་ཞིག་
རེད། ངས་འདིར་འགྲིམ་འགྲུལ་སྒྲིག་སྲོལ་ལ་བརྩི་སྲུང་
ནན་པོ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། ཆང་བཏུངས་ནས་རླངས་འཁོར་
མི་གཏོང་བ། ཐང་ཆད་ནས་རླངས་འཁོར་མི་གཏོང་
བ། སྤྲོ་སེམས་འཁོལ་ཤོས་དང་གུས་ཞབས་ཡག་ཤོས་
ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་ཐོག་ནས་འགྲུལ་པ་ཚང་མར་སྤུས་ལེགས་
ཀྱི་ཞབས་ཞུ་མཁོ་འདོན་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།
（ལྷག་པ་ཚེ་རིང་གིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

རང་གྲོང་གི་སྡེ་ཚན་མང་པོས་ཡུལ་སྐོར་ཁྲོམ་ར་བཅོས་སྒྲིག་གི་ཆེད་དོན་ཁྲིམས་སྐྱོང་སྒྲོག་འགྲེལ་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་བ།