

པར་ངོ་ས་འདིའི་འགན་འཁུར་ཙྲུ་རྒྱུག་པ།

པ་སྣ་རྒྱལ།

དུས་ཚིགས་དང་པོ་ནས་གསུམ་པའི་བར་སྡོངས་ཡོངས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་འཁོར་རྒྱག་རྒྱན་མཐུད་དང་འཕར་བའི་ནམ་པ་མངོན་པ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འབྲེས་རྒྱ་ན་རྒྱུར་ལྷེ་གནས་སུ་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ལྷ་11ཚེས་12ཉིན། བོད་རང་རྒྱུང་སྡོངས་མི་དམངས་མིང་གཞུང་གསར་འབྲུར་གཞུང་ལས་ཁང་གི་གསར་འབྲུར་ཡོངས་བསྒྲགས་ཚིམས་ཆེན་གྱིས་རྒྱལ་ཁབ་ཁྲལ་དོན་རྒྱ་བྱའབ་རུས་བོད་རང་རྒྱུང་སྡོངས་ཁྲལ་དོན་རུས་ཀྱི་ཁལ་འབབ་ལ་བརྟེན་ནས་ས་མཐོའི་དཔལ་འབྱོར་སྤུས་ཚད་མཐོན་པོའི་རང་འཕལ་རྒྱས་འཛོ་རྒྱར་རྒྱལ་འདིད་གཏོང་དགོས་པའི་ཆེད་དོན་གསར་འབྲུར་ཡོངས་བསྒྲགས་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་པ་རེད། རྒྱལ་ཁབ་ཁྲལ་དོན་རྒྱ་བྱའབ་རུས་བོད་རང་རྒྱུང་སྡོངས་ཁྲལ་དོན་རུས་ཀྱི་རུས་ཀྱང་གཞིན་པ་བཟ། ཤིས་ལུན་ཚོགས་ཀྱིས་འབེལ་ཡོད་གནས་ཚུལ་བརྟའབ་བྱང་བ་རེད།

 བཟ། ཤིས་ལུན་ཚོགས་ཀྱིས་དོ་རྒྱུད་བྱས་པར་གཞིགས་ན། ད་ལོ་ནས་བཟུང་རང་སྡོངས་ཀྱི་ཁལ་དོན་ཁོངས་གཏོགས་ཀྱིས་རྒྱལ་ཁབ་ཁྲལ་དོན་རྒྱ་བྱའབ་རུས་དང་རང་རྒྱུང་སྡོངས་ཏང་ཨུད་མིང་གཞུང་གི་བཞོད་སྒྲིག་ལག་བསྟར་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པ་དང་། ཁྲལ་དོན་རྩེ་ཚོ་རྒྱུ་འགན་འཁྲི་ལག་བསྟར་ནན་ཏན་བྱས་ཏེ། ཁྲིམས་ལྗར་ཁྲལ་དོན་རྒྱུང་བ་དང་། གངས་འཕོར་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྲལ་དོན་རྒྱུང་བ། ཁྲལ་དོན་ནན་པོ་ས་རྒྱུང་རྒྱ་གཞི་གཅིག་ཏུ་གཏོང་ཟབ་ཏུ་བྱང་ནས་རུས་ཕྱོད་ཁྲལ་དོན་རུས་ཤུགས་ཡོད་རྒྱས་གཏོང་པ་དང་ཀྱང་གོའི་ལུགས་ཀྱི་དོང་རབས་ཅན་གྱི་ཁྲལ་དོན་ལག་ལེན་ལ་སྒལ་འདྲིད་ཏན་ཏིག་བྱང་སྤེལ་མཐོའི་དཔལ་འབྱོར་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕལ་རྒྱས་ལ་ཞབས་འདྲིཏུ་རྒྱ་ཐག་ཞུ་བ་བཅས་བྱས་ཡོད། ཁྲལ་བསྐྱེད་གངས་གཞི་ནི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་གངས་གཞི་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དཔལ་འབྱོར་འཁོར་རྒྱུད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཐད་ཀར་མཚོན་ཐུབ། གནས་ཐང་འཕར་ཁྲལ་གྱི་འཛིན་སྟོག་གི་གངས་གཞི་ལས་མངོན་པར། ད་ལོའི་དུས་ཚོཏེ་

 དང་པོ་ནས་གསུམ་པའི་བར་སྡོངས་ཡོངས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་འཁོར་རྒྱུང་ཐུ་མཐུད་ནས་རྒྱན་མཐུད་དང་འཕར་ནས་རིམ་ཅིས་བྱས་ན་ཉོ་སྤྱབ་དང་ཕྱིར་ཚོང་གི་དངུལ་འཕོར་དུས་མཚུངས་ལས་བརྒྱ་ཆ་12.9དང་བརྒྱ་ཆ་3.1སོ་སོར་འཕར་ནས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཚད་གཞི་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་བརྟན་ཏུ་བྱིན་ཡོད།

 དུས་ཚོགས་དང་པོ་ནས་གསུམ་པའི་བར་སྡོངས་ཡོངས་ཀྱི་ཁེལས་ཀྱིས་རིམ་ཅིས་བྱས་ན་སྤ་མེ་ཉོ་བ་དང་ཚོང་བའི་དུད་ཚང་ཁྲི་10.95དང་དུད་ཚང་ཁྲི་13.04ཟིན་པ་དེ་དུས་མཚུངས་ལས་བརྒྱ་ཆ་10.5དང་བརྒྱ་ཆ་25.8སོ་སོར་འཕར་ཡོད། སྡོངས་ཡོངས་ཀྱི་གསར་འཕར་ཐོ་འགྲོད་དུད་ཚང་ཁྲི་3.37ཟིན་པ་དེ་དུས་མཚུངས་ལས་བརྒྱ་ཆ་8.7འཕར་བ། འཛད་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ལས་རིགས་ཀྱི་ཕྱིར་ཚོང་ཡོང་འབབ་རྒྱར་དུང་ཕུར་1066.08ཟིན་པ་དེ་དུས་མཚུངས་ལས་བརྒྱ་ཆ་1.4འཕར་བ་དང་འཕར་ཆད་ལོ་རྒྱུད་ལས་བརྒྱ་ཆའི་གྱངས་5.7འཕར་ཡོད། རང་རྒྱུང་སྡོངས་ཀྱི་འཛད་སྤྱོད་བྱེད་ཐབས་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐུན་མོང་རུས་པའི་དོག་སྡོངས་ཡོངས་ཀྱི་ཚོང་ཐོག་འཛད་སྤྱོད་དང་ཞབས་ཞུའི་འཛད་སྤྱོད་དུས་མཚུངས་ལས་བརྒྱ་ཆ་0.3དང་བརྒྱ་ཆ་3.5སོ་སོར་འཕར་བ་དང་། རིག་གནས་ལུལ་རྒྱར་དང་དེ་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་ཐོན་ལས་ལ་ཕྱིར་ཚོང་ཡོང་འབབ་རྒྱར་དུང་ཕུར་105.59བྱེད་བ་དེ་དུས་མཚུངས་ལས་བརྒྱ་ཆ་3.4འཕར་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་ལུལ་རྒྱར་དང་དེ་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་ཐོན་ལས་ཀྱི་ཕྱིར་ཚོང་ཡོང་འབབ་རྒྱར་དུང་ཕུར་39.17ཟིན་པ་དེ་དུས་མཚུངས་ལས་བརྒྱ་ཆ་3.7འཕར་བ་དང་། རིག་གནས་དང་དེ་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་ཐོན་ལས་ཀྱི་བྲིན་ཚོང་ཡོང་འབབ་རྒྱར་དུང་ཕུར་66.42ཟིན་པ་དེ་དུས་མཚུངས་ལས་བརྒྱ་ཆ་3.2འཕར་བ། བཟོ་ལས་ཕྱིར་ཚོང་ཡོང་འབབ་རྒྱར་དུང་ཕུར་565.32ཟིན་པ་དེ་དུས་

 མཚུངས་ལས་བརྒྱ་ཆ་10.4འཕར་ཡོད། དེའི་ནང་གཏོར་འདོན་ལས་རིགས་ཀྱི་ཕྱིར་ཚོང་ཡོང་འབབ་རྒྱར་དུང་ཕུར་236.44ཟིན་པ་དེ་དུས་མཚུངས་ལས་བརྒྱ་ཆ་24.1འཕར་ཡོད། སྒྲིག་དང་། རྫོང་སྡངས། དེ་བཞིན་རྒྱ་བཅས་ཐོན་སྐྱེད་མཁོ་སྤྱོད་ལས་རིགས་ཀྱི་བྲིན་ཚོང་ཡོང་འབབ་རྒྱར་དུང་ཕུར་131.9ཟིན་པ་དེ་དུས་མཚུངས་ལས་བརྒྱ་ཆ་6.2འཕར་བ། གཏན་འཇགས་རྒྱ་ཁྱོར་གྱི་མ་འཛོག་དང་འབེལ་བ་དམ་ཟབ་ཡོད་པའི་ལས་རིགས་ཀྱི་ཉོ་སྤྱབ་མ་དངུལ་རྒྱར་དུང་ཕུར་1695.81ཟིན་པ་དེ་དུས་མཚུངས་ལས་བརྒྱ་ཆ་21.2འཕར་ཡོད། དེའི་ནང་ཨར་རྒྱན་ལས་རིགས་ཀྱི་ཉོ་སྤྱབ་མ་དངུལ་རྒྱར་དུང་ཕུར་1024.75ཟིན་པ་དེ་དུས་མཚུངས་ལས་བརྒྱ་ཆ་16.7འཕར་བ་དང་། སྒྲིག་ཆས་དང་འབྲལ་ཆས་ཉོ་སྤྱབ་ཀྱི་མ་དངུལ་རྒྱར་དུང་ཕུར་496.08ཟིན་པ་དེ་དུས་མཚུངས་ལས་བརྒྱ་ཆ་19.6འཕར་བ། ས་ཁང་བདག་ཁོངས་ཉོ་སྤྱབ་ཀྱི་མ་དངུལ་རྒྱར་དུང་ཕུར་174.98ཟིན་པ་དེ་དུས་མཚུངས་ལས་བརྒྱ་ཆ་64.5འཕར་ཡོད།

 བཟ། ཤིས་ལུན་ཚོགས་ཀྱིས། རྩེ་ས་མར་ང་ཚས་ད་དུང་ཁྲལ་དོན་ཁེལ་ས་དང་དོ་སྟོག་གཏོར་འཕྲད་ཀྱི་རྒྱན་ནས་ཅན་གྱི་འབྲེལ་གྱུར་སྒེལ་རིམ་ལམ་སྒྲིལ་འཛུཏེ་པ་དང་འཐུས་ཚད་དུ་གཏོར་བ་དང་། ལས་ཕྱོད་ཆེ་བའི་ལས་དོན་གཅིག་སྒྲིབ་ཐུབ་པའི་ཁྲལ་དོན་ཞུབ་ཁོངས་ཀྱི་ཞབས་འདྲིཏེ་ལྷ་ཚུན་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་ཆེ་དུ་གཏོང་བ། ཁྲལ་བསྐྱེད་ཞབས་ཞུའི་རུས་པ་ཆེ་དུ་གཏོང་རྒྱར་རུས་ཤུར་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིལ་ནས་རང་རྒྱུང་སྡོངས་ཀྱི་ཚོང་གཉེན་ཁོར་ལུག་ལེགས་སུ་གཏོར་བ་དང་ས་མཐོའི་དཔལ་འབྱོར་སྤུས་ཚད་མཐོན་པོའི་རང་འཕལ་རྒྱས་འཛོ་རྒྱུར་སྤུས་འདྲིད་གཏོང་ཆེད་རུས་ཤུགས་འདོན་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་བཤད། (སྤྱབས་རྒྱལ་གྱིས་རྒྱར་ཞུས་བྱས་)

ལྷ་སའི་སྡོད་ཁང་འཇུགས་སྐྱུན་ཚྱུགས་བརྒྱམ་སྤྱང་སྡོང་འཁོར་ཁང་གིས་བྱ་ཐབས་ལྷ་མང་སྡུད་དེ་ད་ལོའི་དགུན་དུས་དང་སང་ལོའི་དབྱིང་དུས་ཀྱི་དྲོད་སྡངས་མཁོ་འདོན་ལ་འགན་ལེན་བྱས་པ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འབྲེས་རྒྱ་ན་རྒྱུར་ལྷེ་གནས་སུ་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཉིེ་ཆར། ལྷ་སའི་དྲོད་སྡངས་མཁོ་འདོན་གྱི་དུས་ཚོགས་འཆར་ཉེར་ཡོད་ཅིང་། ད་ལོའི་དགུན་དུས་དང་སང་ལོའི་དབྱིང་དུས་ཀྱི་དྲོད་སྡངས་མཁོ་འདོན་གྱི་ལས་དོན་ལ་འགན་ལེན་ལས་དོན་ལག་པོ་བྱ་ཆེད། ལྷ་སའི་མང་གཞིའི་སྒྲིག་བཞོད་དུམ་བུའི་ལྷ་སའི་སྡོད་ཁང་འཇུགས་སྐྱུན་ཚྱུགས་བརྒྱུ་ཐུགས་བསྡུས་སྤྱང་འཁོར་ཁང་གིས་སྤུས་ཚད་ལ་འགན་ལེན་དང་། གངས་ཚད་ལ་འགན་ལེན། བདེ་འཇགས་ངང་དྲོད་སྡངས་མཁོ་འདོན་བཅས་ཀྱི་དུམ་ལེགས་ཚད་གཞིར་བཟུང་། སྤ་རྒྱར་དུ་འཆར་འགྲོད་དང་ཚོན་རིག་དང་མཐུན་པའི་བཞོད་སྒྲིག་བྱས་ཏེ། དྲོད་སྡངས་མཁོ་འདོན་གྱི་སྒྲིག་ཆས་ལ་ཞིབ་བཤེར་བཟོ་བཅོས་དང་། དེ་སྔའི་གནད་དོན་ལ་གལ་བཤེར། འབྲལ་སྒྲིམ་འགན་ལེན་རུས་པ་འཇུགས་སྡོང་སོགས་ཀྱི་ཐད་ནས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ཤ་སྒྲིག་ལས་དོན་ཁག་ཏུ་ར་ཐག་བསྐབས་

 ཏེ། རུས་ཤུགས་ཡོད་རྒྱས་ད་ལོའི་དགུན་དུས་དང་སང་ལོའི་དབྱིང་དུས་ཀྱི་དྲོད་སྡངས་མཁོ་འདོན་ལ་འགན་ལེན་བྱས་པ་རེད། ལྷ་སའི་མང་གཞིའི་སྒྲིག་བཞོད་དུམ་བུའི་ལྷ་སའི་སྡོད་ཁང་འཇུགས་སྐྱུན་ཚྱུགས་བསྡུས་སྤྱང་སྡོང་འཁོར་ཁང་གི་དོ་དམ་ཁོངས་སུ་ཁྲི་ཐབ་ལས་ཁྲལ་གཉིས་དང་། ཁྲི་ཐབ་ཁང་7ཡོད་ཅིང་། གཅིག་གྱུར་གྱི་བཞོད་སྒྲིག་གཞིར་བཟུང་། སྤ་ཅམ་ནས་བཞོད་སྒྲིག་དང་། སྤ་ཅམ་ནས་དོན་འཁྲེལ་གྱི་རྩ་དོན་ལ་གཞིགས་ནས་ལྷ་སའི་མང་གཞིའི་སྒྲིག་བཞོད་དུམ་བུའི་ལྷ་སའི་སྡོད་ཁང་འཇུགས་སྐྱུན་ཚྱུགས་བསྡུས་སྤྱང་སྡོང་འཁོར་ཁང་གིས་དགུན་དུས་ཀྱི་གནད་དོན་དབུར་ཁར་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་ལས་དོན་ཁག་སྤ་ཅམ་ནས་བཞོད་སྒྲིག་བྱས་ཡོད། དབུར་སྟོན་གཉིས་ལ་ཁྲི་ཐབ་དང་། དུ་ཁུང་། ཁྲི་ཐབ་ཀྱི་ཞོར་གཏོགས་སྒྲིག་ཆས། སྤལ་ཤུགས་སྒྲིམ། སྤམ་ལམ། སྡངས་

 འདོན་སྟོག་ལམ་སོགས་ལ་ཞིབ་བཤེར་དང་ཞིག་གསོ་བྱས་པར་མ་ཟད། དུ་དྲིག་གཅོར་བྱགས་བྱེད་པ་དང་སྟགས་སྒྲེམ་སྒྲི་ཡོད་ཆད་ལ་ཞིབ་བཤེར་དང་ཉམས་གསོ་བྱས་ཡོད། རྒྱ་ཆོ་པོ་འགྲོ་བའི་སྟོག་ལམ་ལ་ཞིབ་ཏུ་ཞིབ་བཤེར་དང་མ་ལག་ཏུ་རྒྱ་སྟགས་པ་དང་དུས་ཐོག་ཏུ་རྒྱ་ཟགས་པ་སོགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་བྱས་པས། མ་ལག་གི་གནོན་ཤུགས་རྒྱ་དྲན་དུ་བྱར་ཡོད། མིག་སྨར་ལྷ་སའི་ཁོངས་གཏོགས་ཁྲལ་གྱི་ཁྲི་ཐབ་ཁང་ཁག་ལ་

 དྲོད་འདོན་གྱི་ཆ་སྟེན་འཛོམས་ཡོད་པས། ལྷ་སའི་མང་གཞིའི་སྒྲིག་བཞོད་དུམ་བུ་ནས་བཟུམས་པའི་དྲོད་སྡངས་མཁོ་འདོན་གྱི་དུས་ཚོད་འཁུམ་ལ་གཞིར་བཟུང་དུས་ཐོག་ཏུ་དྲོད་སྡངས་མཁོ་འདོན་བྱས་ཏེ་2024ལོ་ནས་2025ལོའི་བར་གྱི་དྲོད་སྡངས་མཁོ་འདོན་གྱི་ལས་འགན་བདེ་སྟག་དང་ལེགས་གྲུབ་ཡོང་བའི་འགན་ལེན་གང་ཐུབ་བྱ་རྒྱ་རེད། (ནོར་བུ་ཚོས་སྟོན་གྱིས་རྒྱར་ཞུས་བྱས་)

ཁྲིང་ཀོན་རྒྱས་ཀྱི་གཞིན་རུའི་ལས་གཏོད་སྡོང་སྟེགས་སྐབས་དང་པོ་གཉེར་བ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འབྲེས་རྒྱ་ན་རྒྱུར་ལྷེ་གནས་སུ་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། དུས་རབས་གསར་པའི་གཞིན་རུའི་ལས་ཞུགས་ལས་གཏོད་ལས་དོན་ཏན་ཏིག་བསྐབ་ཆེད། བོད་རང་རྒྱུང་སྡོངས་དང་ཁྱང་ཁྱིར་ཏང་ཨུད་དང་མིང་གཞུང་གི་ཤིས་ལུན་པའི་ལས་དོན་རྒྱར་གྱི་ཐབས་རྒྱས་བཞོད་སྒྲིག་གཞིར་བཟུང་། ཉིེ་ཆར། ལས་གཏོད་ཀྱི་རྒྱུང་སྡོང་ལམ་བུ་གསར་པར་ཁྲིང་ཀོན་རྒྱས་ཀྱི་ཚུགས་འཇུན་མཉམ་དུ་གཏོད་ཅས་པ་གཙོ་དོན་དུ་བྱས་པའི་ཁྲིང་ཀོན་རྒྱས་ཀྱི་གཞིན་རུའི་ལས་གཏོད་སྡོང་སྟེགས་སྐབས་དང་པོ་དང་ལས་གཏོད་སྤུབ་འབྲས་འཕྲུམས་སྟོན་གཉེར་བ་རེད།

 སྡོང་སྟེགས་ཐོག་བོད་སྡོངས་ལྷ་སའི་ཇ་ཁང་གཞིན་རུའི་རྒྱ་ཆལ་དུས་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲོས་འགོ་འདོན་མཁན་བདེ་སྟོན་ཚོས་སྟོན་དང་། སྐབས་དགུ་པའི་ཀྱང་ལོ་གཞིན་རུའི་ལས་གཏོད་བྱ་དགའི་ནང་རྒྱུང་པའི་དོས་མི་ཆོ་འིང་བཟ། ཤིས་སོགས་ཁྲིང་ཀོན་རྒྱས་ལས་གཏོད་ཁྲལ་གྱི་ལས་གཏོད་པས་ཚོགས་ཞུགས་པར་ཁོང་ཚོའི་ལས་གཏོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་མཉམ་སྦྲིད་བྱས་

 བས་ལས་གཏོད་གཞིན་རུ་དེ་བས་མང་བས་ལས་གཏོད་ཀྱི་སྒྲི་རྒྱས་བརྟེ་ལོན་དང་མི་མངོན་པའི་རུས་པ་ཆོད་མེད་འཕལ་བར་བྱས་པ་རེད། ཁྲིང་ཀོན་རྒྱས་ལུང་རྩ་འཇུགས་ལུའི་ལུའུ་ཀྱང་གཞིན་པ་དང་མི་ཤུགས་ཐོན་ཁུངས་དང་སྒྱི་ཚོགས་འགན་སྤྱང་རུས་ཀྱི་རུས་ཀྱང་མང་ཅིང་གིས། སྐབས་འདིའི་སྡོང་སྟེགས་ཀྱི་དམིན་ཡལ་ནི་མཐོ་སྤྱབ་དང་། ཁེལ་ས། གཞིན་རུ་ལས་གཏོད་པ་བཅས་ལ་སྒེལ་རིས་ཀྱི་སྟེགས་བུ་ཞིག་བསྐྱན་རྒྱ་དང་། བྱེད་སྒྲི་སྒེལ་བ་བརྒྱུད་འབད་འབྲངས་ལས་གཏོད་ཀྱི་སྡོང་སྟོབས་བརྒྱུད་བསྟར་བྱས་ནས་འཛོན་ཐང་ཅན་གྱི་ཁེལ་སྤུས་ཚད་མཐོ་པོའི་རང་འཕལ་རྒྱས་གཏོང་རྒྱ་དེ་ཡིན་ཞེས་བཤད།

 ཁྲིང་ཀོན་རྒྱས་ཀྱི་ལས་གཏོད་གཞིན་རུའི་འཐུས་མི་དང་། ལས་གཏོད་མཛུབ་ཁྲིད་སྤྱབ་དཔོན། དངུལ་ཆའི་སྒྲིག་གཞིའི་འཐུས་མི་བཅས་སྤ་མཁོ་རང་པོ་ཞིག་གིས་ཁྲིང་ཀོན་རྒྱས་ཀྱི་ལས་གཏོད་མཛུབ་ཁྲིད་ཀྱི་དྲིལ་བསྐྱགས་པར་གཞིར་བཞུས་པ་རེད། (བྱམས་པ་ཆོ་འིང་གིས་རྒྱར་ཞུས་བྱས་)

བོད་རང་རྒྱུང་སྡོངས་ཀྱི་བྱད་མེད་དང་བྱ་བཅའི་ཆོན་ཁག་གི་རིག་གཞུང་བཟོ་སྡོང་ཚོགས་འདུ་སྐབས་བརྒྱད་པ་འགོ་རྒྱགས་པ།

ལྷ་སའི་མཉམ་འབྲེས་རྒྱ་ན་རྒྱུར་ལྷེ་གནས་སུ་གནས་ཚུལ་འབྱོར་གསལ། ཉིན་ཤས་གོང་། བོད་རང་རྒྱུང་སྡོངས་ཀྱི་བྱད་མེད་དང་བྱ་བཅའི་ཆོན་ཁག་