

ཡུང་དབྱང་བྲིལ་བསྐྱགས་པུས་2020ལོའི་ལོ་འཁོར་གྱི་ཏང་གི་ཆོགས་པར་ དང་ཏང་གི་དུས་དེབ་འབྲེམས་སྒྲེལ་ལས་དོན་བཀོད་སྤྱིག་བྱས་པ།

ཤིན་ཏུ་གསར་འཕྲུར་ཁང་ལེ་ཅིང་ནས་ཟླ་11
ཆེས་13ཉིན་ཟླ་ག་འཕྲིན་འབྱོར་གསལ། 2020ལོའི་ལོ་
འཁོར་གྱི་ཏང་གི་ཆོགས་པར་དང་ཏང་གི་དུས་དེབ་
འབྲེམས་སྒྲེལ་ལས་དོན་གྱི་བརྒྱུ་ལམ་ཆོགས་འདུ་ཆེས་13
ཉིན་ལེ་ཅིང་དུ་འཆོགས་ཤིང་། ཆོགས་འདུའི་ཐོག་ཏང་
དང་རྒྱལ་ཁབ་ལས་དོན་གྱི་སྤྱི་ཡོངས་གྱི་མཐོ་ཚད་ནས་དུས་
བབ་གསར་པའི་འོག་ ཏང་གི་ཆོགས་པར་དང་ཏང་གི་
དུས་དེབ་འབྲེམས་སྒྲེལ་ལས་དོན་ཡག་པོ་བསྐྱབ་རྒྱུའི་
དམིགས་བསལ་གྱི་གལ་ཆའི་རང་བཞིན་ལ་ངོས་འཛིན་
གང་ལེགས་བྱས་ནས་མི་དམངས་ཉིན་མོའི་ཆོགས་པར་
དང་། 《བདེན་འཆོལ་》དུས་དེབ། དེ་བཞིན་འོད་ཟེར་
ཆོགས་པར། དཔལ་འབྱོར་ཉིན་མོའི་ཆོགས་པར་སོགས་
ཡུང་དབྱང་གི་ཏང་གི་ཆོགས་པར་དང་ཏང་གི་དུས་དེབ་

གལ་ཆེན་འབྲེམས་སྒྲེལ་གྱི་ལས་དོན་ཡག་པོ་བསྐྱབས་ནས་
ཏང་གི་ཆོགས་པར་དང་ཏང་གི་དུས་དེབ་བརྒྱུད་སྒྲེལ་བྱེད་
ཤུགས་དང་། ཁྱིད་ལྷོན་བྱེད་ཤུགས། ཤུགས་ཀློན་ཐེབས་
ཤུགས། སྤྱི་མིས་ཐོབ་ཚད་བཅས་རྒྱ་ན་ཆད་མེད་པར་ཆེ་རུ་
གཏོང་དགོས་པའི་ནན་བཤད་བྱས་པ་རེད།
ཆོགས་འདུའི་ཐོག་གསལ་གནས་ཁག་དང་སྡེ་ཚོན་ཁག་ལ་
བྱེད་ཐབས་ནུས་ལྡན་སྤྱད་ནས་སྡོན་ནས་མངགས་པའི་
ལས་འགན་དོན་འཁྲོལ་དང་། སྡོན་ནས་མངགས་པའི་
སྡོན་དངུལ་འགན་ལེན། ལས་ཀའི་ཤུགས་པན་ལམ་སྤེལ་
འཆོལ་ཞིབ་བཅས་བྱས་ཏེ་ཏང་གི་ཆོགས་པར་དང་ཏང་གི་
དུས་དེབ་འབྲེམས་སྒྲེལ་བརྒྱ་ན་པོ་རྒྱ་རྒྱུ་འབྱོར་བྱེད་
དགོས་པ་དང་། སྤྱིག་པ་པོའི་བསམ་གཞིགས་ལ་ཤུགས་སྡོན་
བརྒྱབ་སྡེ་ཚོན་རིག་དང་མཐུན་པའི་སྡོན་ནས་འབྲེམས་སྒྲེལ་

འཆར་གཞི་བཟོ་བ་དང་དཔེ་སྟེན་ཁུལ་ཁུས་བཀོད་ལེགས་
སྤྱིག་ འབྲེམས་སྒྲེལ་དུ་རྒྱ་དང་ཆ་འཕྲིན་ཅན་འཇུགས་སྤྱོད་
ལ་ཤུགས་སྡོན་རྒྱག་པ་བཅས་བྱས་ཏེ། འབྲེམས་སྒྲེལ་སྤྱོད་
ཚད་རྒྱ་ཆད་མེད་པར་མཐོ་རུ་གཏོང་དགོས་པ། ཆོགས་
པར་དང་དུས་དེབ་འབྲེམས་སྒྲེལ་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་གཏན་
འབེབས་ལག་བསྟར་ནན་པོ་བྱས་ནས་དཔལ་བསྐྱགས་རྒྱལ་
པ་རྒྱ་རྒྱ་འབྱོར་ས་དར་སྤྱིག་འགལ་འབྲེམས་སྒྲེལ་བཅོས་
སྤྱིག་ལ་ཐུ་མཐུད་དམ་འཛིན་ཡག་པོ་བྱེད་པ། འགན་
འཁུལ་འདྲི་དང་འདྲི་ཏུ་སྤྱུ་ལལ་ལ་ཤུགས་སྡོན་རྒྱག་པ་བཅས་
བྱས་ཏེ་ཏང་གི་ཆོགས་པར་དང་ཏང་གི་དུས་དེབ་མིན་པའི་
སྤྱིག་འགལ་འབྲེམས་སྒྲེལ་གྱི་སྤྱད་ཚུལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་
གཏན་འཁོག་བྱེད་དགོས་པ་བཅས་ཀྱི་སྒྲུབ་བྱ་བྟོན་པ་
རེད།

འདི་ལོའི་ཟླ་དང་པོ་ནས་དགུ་པ་བར་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་དཀར་ཆུའི་ཐོན་རྫས་ སོས་པ་ཐོན་ཆད་འོག་མའི་དུས་མཚུངས་ལས་5.2%འཕར་བ།

ཤིན་ཏུ་གསར་འཕྲུར་ཁང་ལེ་ཅིང་ནས་ཟླ་11ཆེས་
13ཉིན་ཟླ་ག་འཕྲིན་འབྱོར་གསལ། འདི་ལོ་རང་རྒྱལ་གྱི་
དཀར་ཆུའི་ལས་རིགས་འབྲེལ་རྒྱས་ཀྱི་འགོ་ཡག་པོ་ཞིག་
འཇུགས་བྱབ་སྟེ། ཟླ་དང་པོ་ནས་དགུ་པ་བར་རྒྱལ་ཡོངས་
ཀྱི་དཀར་ཆུའི་ཐོན་རྫས་སོས་པ་ཐོན་ཆད་ལོ་གང་མའི་དུས་
མཚུངས་ལས་5.2%འཕར་བ་དང་། བསྐྱམས་ཆེས་སྡེ་
ཚན་གྱི་གྲངས་གཞི་ལས་མདོར་དྲ་པར་གཞིགས་ན། དུས་
མཚུངས་ཀྱི་དཀར་ཆུའི་ལས་རིགས་ཀྱི་ཐོན་ཆད་8.8%
འཕར་ནས་དཀར་ཆུའི་ལས་རིགས་ཕྱིགས་རྒྱར་རིམ་སྤོར་
མཁྱེགས་པོ་བྱུང་ཡོད།
ཞིང་ལས་ཀྱི་དགེཔ་ལའི་འབྲོག་ལས་ཕྱགས་སྤྲན་
རྒྱས་ཀྱི་རིམ་པ་གཉིས་པའི་སྐོར་གཟིགས་པ་མང་ཅུན་ཤུན་
ཀྱིས་ཞིང་ལས་སྤོང་གསེབ་ལུས་ཆེས་13ཉིན་འཆོགས་པའི་
ཡོངས་བསྐྱགས་ཆོགས་འདུར། རྒྱལ་སྤིང་སྤྱི་ཁྱབ་ཁང་

གཞུང་དོན་ཐིང་གིས་《དཀར་ཆུའི་ལས་རིགས་དར་རྒྱས་ལ་
སྤུལ་འདེད་བཀང་ནས་དཀར་ཆུའི་ཐོན་རྫས་ཀྱི་སྤྱོད་ཆེད་
བདེ་འཇགས་འགན་ལེན་བྱེད་རྒྱུའི་སྐོར་གྱི་བསམ་
འཆར་》བཀའ་ནས་ལོ་གཅིག་སོང་ཚུན། ས་ཁུལ་ཁག་
དང་འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཚོན་ཁག་གིས་སྤིང་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་
དང་ལག་ཆལ་གྱི་མཐུབ་ཁྱིད་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་རུ་བཀང་བས།
དཀར་ཆུའི་ལས་རིགས་ཐོན་སྐྱེད་དང་དཀར་ཆུའི་ཐོན་
རྫས་ཀྱི་འཛད་སྤྱོད་འབྲེལ་རྒྱས་བརྒྱན་པོ་བྱེད་ཡོད་ཅེས་
བཤོད།
མང་ཅུན་ཤུན་ཀྱིས་ཞིང་ལས་སྤོང་གསེབ་ལུས་ནོར་
སྤིང་ལུང་དང་མཉམ་དུ་བསམ་འཆར་བཀའ་ནས་བཞེན་
མ་གསོ་ཆོགས་བྱེད་མཁན་ཞིང་པའི་བྱིམ་ཆང་འབྲོག་ར་
དང་མཉམ་ལས་ཁང་འབྲེལ་རྒྱས་ལ་གཙོ་གནད་རྒྱབ་སྐྱོར་
བྱས་ནས་བཞེན་མ་གསོ་ཆོགས་བྱེད་མཁན་ཞིང་པར་

དཀར་ཆུའི་ཐོན་རྫས་ལས་སྡོན་ཁྱིད་ལྷོན་བྱས་ཡོད། ཏྲ་
ནན་དང་ཅན་ཏུར་སོགས་ཀྱིས་གཞི་བྱིན་ཆེ་བའི་གསོ་
ཆོགས་ར་བར་འོ་མ་སོས་པའི་བཀྲང་བྱའི་ཆོང་ཁང་
འཇུགས་པར་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱས་པས། གསོ་ཆོགས་ར་བ་ཁག་
གཅིག་ལ་དཀར་ཆུའི་ཐོན་རྫས་ལས་སྡོན་གྱི་ཆོག་འཕུས་
ལག་ཁྱེར་རག་ཡོད། དཀར་ཆུའི་ཐོན་རྫས་ཁེ་ལས་ཆ་ཤས་
ཁག་གཅིག་གིས་འབྲོག་རམས་ཡང་ན་མ་རྩེད་ལ་ཞུགས་
པའི་ཉོ་སྤྱོད་གསོ་ཆོགས་ར་བ་འཇུགས་པ་སོགས་ཀྱི་ནུམ་
པར་བརྟེན་ནས་རང་བདག་གི་དཀར་ཆུའི་ཐོན་ཁུངས་ཀྱི་
བསྟར་གྲངས་མཐོ་རུ་བཀང་ཡོད། འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཚོན་
ཀྱིས་དཀར་ཆུའི་ཐོན་རྫས་ཁེ་ལས་ལ་གན་རྒྱ་ཉོ་སྤྱོད་ལག་
བསྟར་ནན་པོ་བྱེད་པར་སྤྱ་སྤུལ་གྱིས་དཀར་ཆུའི་ཐོན་རྫས་
ཁེ་ལས་དང་དངུལ་ཆའི་སྤྱིག་གཞིའི་དབར་གྱི་མཉམ་ལས་
ལ་སྤུལ་འདེད་བཀང་ནས་བཞེན་མ་གསོ་ཆོགས་བྱེད་
མཁན་ཞིང་པར་དངུལ་སྤྲར་གྱི་ཁ་གསལ་དང་། སྤྱིང་ཀ་ཆ་
ཆག་དང་སྤྱིང་ཀ་དམའ་བའི་དངུལ་ལུན་བཀང་ཡོད་ཅེས་
བཤོད། (ཉི་དོན་གྱིས་བསྐུར། ཉི་དོན་དང་པན་ཆོས་
ཀྱིས་ཀྱས་)



རང་རྒྱལ་གྱིས་ཉིང་ཁྱེགས་ཅན་དང་པོའི་སྤྱང་སྐར་འཕངས་པ།

ཟླ་11ཆེས་13ཉིན་གྱི་ཆུ་ཚོད་14དང་སྐར་མ་35ལ་རང་རྒྱལ་གྱིས་ཐའེ་ཡོན་སྤྱང་སྐར་འཕེན་གཏོང་སྟེ་གནས་
ནས་རྒྱང་སྤྱོད་ནུགས་ཅན་དུག་པ་སྤུལ་འདྲིན་མེ་ཤུགས་འཕུར་མདའ་སྤྱད་དེ། “མེ་ཤུགས་འཕུར་མདའ་གཅིག་དང་
སྤྱང་སྐར་ལཱེའི”ཐབས་ཤེས་ལ་བརྟེན་ནས་ཉིང་ཁྱེགས་ཅན་དང་པོ་མཁའ་དབྱིངས་སུ་འཕངས་པ་དང་། སྤྱང་སྐར་
སྡོན་ནས་གཏན་འཁེལ་བྱས་པའི་འཁོར་ལམ་དུ་བདེ་སྒྲག་སྤྱབས་ནས་ལས་འགན་ཤུགས་གྲ་ལིགས་སྤྱིག་བྱུང་ཡོད། ཉིང་
ཁྱེགས་ཅན་དང་པོའི་སྤྱང་སྐར་ལཱེའི་ཉིང་ཁྱེགས་ཀྱི་ཆ་འཕྲིན་ལག་ཆལ་ཆད་ཡོད་ཀྱིང་སིས་རང་རྟེན་མ་དངུལ་
བཀང་ནས་བཟོས་པའི་ཆོང་དོན་མཁའ་ལྡོད་རྣམ་གྲངས་རེད།

ཀན་སུའུ་ཡི་མཐོ་སྒྲིབ་17བྱི་ལུལ་བྱུང་སྒྲིབ་གྲུ་ཆེ་མོ་བ་དང་ས་ ཁུལ་དཔུལ་པོའི་གཞིས་ལུས་བྱིས་པ་བྱི་4ཙམ་ཆ་སྤྱིག་གིས་ མཉམ་དུ་འཆར་འོངས་ཡོང་བར་བྱེད་པ།

ཤིན་ཏུ་གསར་འཕྲུར་ཁང་ལུ་ཡན་ཀྲོའུ་ནས་
ཟླ་11ཆེས་13ཉིན་ཟླ་ག་འཕྲིན་འབྱོར་གསལ།
ཉི་ཆར། གཞིས་ལུས་བྱིས་པའི་བདེ་ཐང་འཆར་
ལངས་ལ་ཐུན་མོང་ཐོག་སྤུལ་འདེད་གཏོང་ཆེད།
ལན་ཀྲོའུ་ནོར་དཔལ་སྤྱོད་ཆེན་གྱིས་ཀན་སུའུ་མེ་ཡོན་
རྫོང་ཏ་ཡན་ཤང་ཏ་ཡོའོ་ཙོ་སྤྱོད་རྫོང་དུ་“རྟིགས་རྒྱ”
བཟང་པོ་མཉམ་དུ་འཆར་ལོངས་བྱེད་”པའི་གཅེས་
རྫོང་བྱ་སྤྱོད་སྤེལ་ཏི། ལུལ་བྱུང་སྒྲིབ་གྲུ་ཆེ་མོ་བ་
1772མངགས་ནས་རྫོང་དེའི་སྤྱོད་གྲུ་100ཡི་
གཞིས་ལུས་བྱིས་པ་དང་ཆ་སྤྱིག་རྟིགས་རྫོང་བྱས་པ་
རེད།
ཀན་སུའུ་ཞིང་ཆེན་སྤྱོད་གསོ་ཐིང་གཞུང་ལས་
ཁང་གི་ཤུའུ་མེན་ཏིང་མེས་དེ་སྤྱོད་བྱས་པར་
གཞིགས་ན། ཀན་སུའུ་ཞིང་ཆེན་གྱི་དངོས་གཞིའི་
ཆོན་ཁག་དཔུས་མའི་མཐོ་སྤྱོད་17གྱིས་ཤིན་ཏུ་
དཔུལ་བའི་རྫོང་གི་གཞིས་ལུས་བྱིས་པར་དམིགས་ཏེ་
“རྟིགས་རྒྱ”བཟང་པོ་མཉམ་དུ་འཆར་ལོངས་
བྱེད་”པའི་གཅེས་མཉམ་བྱ་སྤྱོད་སྤེལ་བ་དང་།
མིག་སྔར་། ལན་ཀྲོའུ་སྤྱོད་ཆེན་དང་། ལུབ་བྱང་མི་
རིགས་སྤྱོད་ཆེན། ལུབ་བྱང་དགེ་འོས་སྤྱོད་ཆེན་
སོགས་དངོས་གཞིའི་ཆོན་ཁག་དཔུས་མའི་མཐོ་སྤྱོད་

17གྱིས་ཀན་སུའུ་ཞིང་ཆེན་གཙུག་རྒྱུད་རིགས་རང་
སྤྱོང་ཀྲོའུ་ཏུར་ཤང་རིགས་རང་སྤྱོང་རྫོང་དང་། ཀན་
སྤྱོད་རིགས་རང་སྤྱོང་ཀྲོའུ་བླ་ཙོ་རྫོང་། ལུང་ནན་
གྲང་ཁྱེར་ལོ་རྫོང་སོགས་རྫོང་དང་རྒྱས་དཔུལ་པོ་17
བྱི་སྤྱོད་གྲུ་འབྲིང་རྫོང་1075དང་ཆ་སྤྱིག་རྟིགས་
རྫོང་གྱི་འབྲེལ་ལ་བརྟེན་པ་རེད།
ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་གཞིགས་ན། མཐོ་སྤྱོད་
དེ་དག་གིས་སྤྱོད་ཆེན་གྱི་སྤྱོད་ཆོགས་ལག་ལེན་སྤྱོད་
ཆོན་དང་བྱང་འབྲེལ་བྱས་ཏི། ལུལ་བྱུང་སྒྲིབ་གྲུ་ཆེ་
མོ་བ་དང་སྤངས་པར་བདམས་ནས་གཞིས་ལུས་
བྱིས་པ་1ནས་2བར་ལ་རྟིགས་རྫོང་དང་། བྱེད་
སྤྱོད་དུས་ལུན་ལོ་གཅིག་ནས་གཉིས་བར་རེད།
སྤྱོད་གྲུ་ཆེ་མོ་བའི་དང་སྤངས་པས་གཞིས་ལུས་བྱིས་
པར་ཡིག་སྤྱོད་བ་དང་། ཁ་པར་རྒྱག་པ། དུས་
བཀག་དེ་འཕད་མཐུབ་ཁྱིད་སོགས་ཀྱི་བྱེད་ཐབས་
བརྒྱུད། གཞིས་ལུས་བྱིས་པར་གཅེས་སྤྱོང་དང་།
དོ་ཁྱུར། བྱིམ་ཆང་གི་སྤྱོད་གསོ་བཅས་མི་འདང་
བའི་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་རྟིགས་བྱས་ནས་
གཞིས་ལུས་བྱིས་པ་བདེ་ཐང་དང་འཆར་ལོངས་
ཡོང་བར་བྱ་བྱ་རེད།
(དཀོན་སྤྱོད་ཀྱིས་བསྐུར། པ་ཆོས་ཀྱིས་)



ཞི་ཅིན་ཕིང་གིས་པར་ཅིར་གྱི་རྒྱང་བྱུང་པོ་སྤྱོད་རྒྱ་ལུ་འོ་དང་གྲོས་མོལ་གནང་བ།

(པར་དོས་དང་པོར་མཐུད) ཕྱིགས་མང་རིང་ལུགས་
མཐའ་འབྱོར་ས་དང་སྤོང་བྱི་རྣམ་པའི་འཛིན་སྤྱོང་དཔལ་
འབྱོར་བསྐྱར་ཏེ་གསར་དར་ཁྲིམ་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལུགས་
མཐུན་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་དབང་ཆ་སྤྱད་སྤྱོད་བྱེད་དགོས། ཡུང་
གོ་ཕྱིགས་ཀྱིས་པར་ཅིར་དུ་འཆོག་ཉེར་ཡོད་པའི་འབོ་
གསེར་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་གི་སྤྱོད་མཐུལ་འཛོམས་ལ་
རྒྱབ་སྐྱོར་དང་ཕྱིགས་ཁག་དང་མཉམ་དུ་མཐུལ་འཛོམས་ལ་
ལུབ་འབྲས་འཐོབ་པར་སྤུལ་འདེད་གཏོང་འདོད་ཡོད་ཅེས་
ནན་བཤད་གནང་བ་རེད།
པོ་སྤྱོད་རྒྱ་ལུའོ་ཡིས་མི་རིང་བའི་གོང་ངས་ཡུང་གོར་
ལུབ་འབྲས་ཐོབ་པའི་དང་རྒྱལ་དོན་འཆོམས་འདྲི་བྱས་པ་
དང་། ད་ཆོས་པར་ཅིར་དང་ཡུང་གོའི་འབྲེལ་བ་འཕེལ་
རྒྱས་གཏོང་བའི་ཐད་ཐུན་མོང་དོས་འཛིན་མང་པོ་བྱུང་
ཡོད། ངས་པར་ཅིར་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཚོན་ལ་མ་ལྟོགས་
སྤར་དོན་འཁྲོལ་བྱེད་དགོས་པ་བསྟན་ཡོད། ཡུང་གོ་ནི་
འཛིན་སྤྱོང་གི་ཤུགས་ཀླེན་དེས་ཅན་ལུན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་
ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་ལ། པར་ཅིར་གྱི་ཆོང་དོན་རྟིགས་རྒྱ་ཆེ་
གསུང་པོ་དེ་ཡང་རེད། པར་ཅིར་མི་དམངས་ཀྱིས་ཡུང་
གོའི་མི་དམངས་ལ་སྤེལ་བཅང་བཀའ་དང་། བརྩེ་འཛོག་ མཐོང་
སྤྱོད་པར་བཅས་ཀྱི་བརྩེ་སྤེལ་བཅང་བས་ཡོད། པར་ཅིར་དང་
ཡུང་གོའི་མཉམ་ལས་ཀྱིས་པར་ཅིར་གྱི་འབྲུང་འབྲུར་འཕེལ་
རྒྱས་ལ་ཉིན་བཞིན་གལ་འགངས་ཆེ་བའི་དོན་རྟིང་ལུན་

ཡོད། པར་ཅིར་དང་ཡུང་གོའི་དཔལ་འབྱོར་ལ་པན་རེས་
ཀྱི་རང་བཞིན་ཆེན་པོ་ལུན་ཡོད་ལ། མཉམ་ལས་ཁྱབ་
ཁོངས་ཀྱང་ཉིན་རེ་བཞིན་རྒྱ་སྤྱོད་འགོ་བཞིན་ཡོད། པར་
ཅིར་ཕྱིགས་ཀྱིས་ཡུང་གོའི་ཁེ་ལས་པར་ཅིར་དུ་མ་དངུལ་
འཛོག་པར་དགའ་བསུ་ཞུ་རྒྱ་རྒྱ་དང་མང་གཞིའི་སྤྱིག་བཀོད་
འཇུགས་སྤྲན་དང་། ལུགས་དོ། རྣམ་ཐོང་ས་སོགས་ནུས་
རྒྱུའི་ཁྱབ་ཁོངས་ཀྱི་མཉམ་ལས་ལ་ཤུགས་སྡོན་རྒྱག་དགོས།
པར་ཅིར་ཕྱིགས་ཀྱིས་ཡུང་གོས་ཁྲིམ་ར་སྤོང་བྱེད་པ་ལས་
བྱུང་བའི་གོ་སྐྱབས་གལ་ཆེན་ལ་མཐོང་ཆེན་དང་འབྲེལ་
ཕྱིགས་གཉིས་པོའི་ཆོང་དོན་རྒྱ་ཆེར་བཀང་ནས་པར་ཅིར་
གྱི་ཞིང་ཞོར་ཐོན་རྫས་དེ་བས་མང་པོ་ཡུང་གོར་གཏོང་བར་
སྤ