

བོད་ཨྲུངས་ཀྱི་ལྗང་མདྲོག་སྒྲིག་ཤུགས་ཉི་ཚེང་བྱེད་ཆད་ ཚུ་ཚོད་ཆན་ལ་དྲུང་ཕྱར་1 ལས་བཟལ་བ།

ཤིན་ཏུ་གསར་འཕྲུར་ཁང་ཨྲུ་མ་ནས་ཟླ5ཚེས21
ཉིན་སྒྲིག་འཕྲིན་འབྱོར་གསལ། གསར་འགྲོ་བར་རྒྱལ་.....
ཁབ་སྒྲིག་དྲ་བོད་ཨྲུངས་སྒྲིག་ཤུགས་ཚད་ཡོད་ཀྱང་མི་ནས་ཤེས་
རྟོགས་བྱུང་བར། རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་སྒྲིག་དྲ་ཆེན་པོའི་གཅིག་གྱུར་
སྒྲིམས་སྒྲིག་དང་ཁྲིམ་ར་ཆེན་པོའི་ཐོན་ཁུངས་བཞི་སྒྲིག་གི་.....
ལེགས་ཆར་བརྟེན་ནས་པེ་ཅིང་སྒྲིག་ཤུགས་ཉི་ཚེང་ལྷེ་གནས་
དང་། རྒྱལ་ཁབ་སྒྲིག་དྲ་རྒྱ་བ་བྱང་དང་སྒྲི་རྒྱ་བ་ཡན་ལག་ཁང་.....
གི་ཤུགས་ཆའི་བྱེད་སྒྲུབ་འོག་ཟླ5པའི་ཟླ་དྲུའི་དུ་བོད་ཀྱི་.....
ལྗང་མདྲོག་སྒྲིག་ཤུགས་ཉི་ཚེང་བྱེད་ཆད་ཚུ་ཚོད་ཆན་ལ་དྲུང་
ཕྱར་1 ལས་ཐོག་མར་བཟལ་ཡོད་པ་རེད། 2024ལོའི་ལོ་.....
མཇུག་བར་བོད་ཀྱི་འོད་ཤུགས་དང་རྒྱུད་རྒྱས་སོགས་རྒྱས་རྒྱ་
གསར་པའི་སྒྲིག་འདོན་འཕུལ་འཁོར་མཁྱེགས་མུར་མང་དུ་
བྱེན་པ་དང་། སྒྲིག་འདོན་འཕུལ་འཁོར་གྱི་བསྐར་ཤངས་.....
50%ལྷག་ཟེན་ཏེ་རྒྱས་རྒྱ་གསར་པ་གཙོ་ཁྲིད་དུ་བྱས་པའི་རྒྱས་
རྒྱ་གཙང་མའི་མ་ལག་ཅིག་གྲུབ་ཡོད།

ད་ལོ་ནས་བསྐྱར་། བོད་ཨྲུངས་སྒྲིག་ཤུགས་སྡེ་ཆོན་གྱིས་
རྒྱས་རྒྱ་གསར་པ་འདིན་སྦྱང་གི་ཚུ་ཚོད་རྒྱས་ཤུགས་ཡོད་རྒྱས་
མཐོ་རུ་གཏོང་ཆེད་ས་གནས་དེ་གའི་ལྗང་མདྲོག་སྒྲིག་ཤུགས་ཀྱི་
དཀོས་མཁོ་འཆོལ་ཞིབ་བྱས་ཏེ། ཨྲུངས་ནང་ཁྱལ་གྱི་ལྗང་.....
མདྲོག་སྒྲིག་ཤུགས་ཉི་ཚེང་གི་གཞི་ཁྲོན་དུས་ཐོག་ཏུ་བྱ་རྒྱུ་
བཏང་བ་དང་། སྒྲིག་དམི་འདིན་སྦྱང་བར་མཐོངས་དང་བྱང་
འབྲེལ་བྱས་ནས་ལྗང་མདྲོག་སྒྲིག་ཤུགས་ཀྱི་བྱ་གསལ་གཉིས་ཉི་.....
ཆོང་ཐངས་4སྒྲིག་འཇུགས་བྱས་ཏེ་སྒྲིག་གཏོང་བྱེད་པོ་བརྟུ་
བཞེར་རྒྱས་རྒྱ་གསར་པའི་སྒྲིག་ཚད་ཚུ་ཚོད་ཆན་ལ་དྲུང་ཕྱར་
0.79ཐོལ་པ་གཏོང་རོགས་བྱས་པ་དང་སྒྲིག་ཤུགས་སྦྱོང་
འཁལ་ཁྲོན་བསྐྱོན་དུང་ཆོང་33ཞུགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་.....
དང་ཆབས་ཅིག་བོད་ཀྱི་སྒྲིག་ཤུགས་སྡེ་ཆོན་གྱིས་མཆོ་བོད་སྒྲིག་
དྲ་སྒྲིལ་མཐུད་ཀྱི་སྒྲིག་གཏོང་སྒྲིག་སྐྱར་ལས་གྲུ་དང་ཁྲོན་བོད་
སྒྲིག་དྲ་སྒྲིལ་མཐུད་ཀྱི་སྒྲིག་གཏོང་སྒྲིག་སྐྱར་ལས་གྲུའི་རྒྱས་
ཤུགས་ཐོལ་པ་དང་བྱང་འབྲེལ་བྱས་ཏེ་པེ་ཅིང་དང་། ཅང་.....

ལུའ། ཨན་རུའི་བཅས་ལ་ལྗང་མདྲོག་སྒྲིག་གཏོང་གི་གཅིག་.....
སྐད་རིན་གོང་འགལ་ཆོད་ཉི་ཚེང་ཐངས་གསུམ་སྒྲིག་འཇོགས་
བྱས་ནས་སྒྲིག་ཚད་ཚུ་ཚོད་ཆན་ལ་དྲུང་ཕྱར0.27ཉི་ཚེང་བྱས་
པ་དང་། དབྱང་གཉིས་ཐུན་འབྲུར་འབྲུད་ཆོད་རྒྱ་ཁྲི2.06
ཁྲུང་དུ་གཏོང་རོགས་བྱས་ཏེ་བོད་ལ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་པན་
འབྲས་སྐྱར་ཁྲི600བཏོད་ཡོད་པ་རེད།
གསར་འགྲོ་བར་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར། བོད་ཨྲུངས་
སྒྲིག་ཤུགས་སྡེ་ཆོན་གྱིས་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གཅིག་གྱུར་སྒྲིག་ཤུགས་
ཁྲིམ་ར་འཇུགས་སྐྱར་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྲིམ་རའི་གཞི་ཁྲོན་བྱ་
ཆད་མེད་པར་བྱ་རྒྱུ་དང་། ལྗང་མདྲོག་སྒྲིག་ཤུགས་དང་ལྗང་
མདྲོག་ལག་ཁྲིར་གྱི་ཞབས་ཞུའི་མ་ལག་འཇུགས་སྦྱོང་གཏོང་
ཐབ་བྱས་ཏེ་ལྗང་མདྲོག་སྒྲིག་ཤུགས་ཉི་ཚེང་ཁྱབ་ཁོངས་སུ་མུ་
མཐུད་འབད་བཅོལ་བྱ་རྒྱ་ཡིན་པ་རེད།
(བསྟན་སྒྲིག་བསྐྱར། བསྟན་སྒྲི་དང་པད་ཆོས་གྱིས་
ཞུས་)

དབྱར་མུ་དཔུན་འབྲུ་འབྲུ་བའི་ནམ་དུས་ཤར་བ།

ཉེ་ཆར། བྱག་རྒྱ་གྲོང་ཁྱེར་སོག་རྫོང་ལ《བྱག་རྒྱ་
གྲོང་ཁྱེར་གྱི་དབྱར་མུ་དཔུན་འབྲུ་མུང་སྦྱོར་དོ་དམ་སྒྲིལ་
ཡིག》དངོས་སུ་ལག་ལེན་བསྐྱར་རྗེས་ཀྱི་དབྱར་མུ་དཔུན་
འབྲུ་འབྲུ་བའི་ནམ་དུས་ཐོག་མ་དེ་ཤར་ཞིང་། 《བྱག་རྒྱ་
གྲོང་ཁྱེར་གྱི་དབྱར་མུ་དཔུན་འབྲུ་མུང་སྦྱོར་དོ་དམ་སྒྲིལ་
ཡིག》ཏུ་དབྱར་མུ་དཔུན་འབྲུ་འབྲུ་ཐབས་དང་། འབྲུ་
ཁྲོན། འབྲུ་བའི་དུས་བཀག་དང་དེ་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་
དོ་དམ་བྱ་ཐབས་བཅས་གཏན་འཁེལ་བཟོས་ནས་ས་.....
གནས་གྱིས་དོ་དམ་སྒྲིལ་ཡིག་ལ་གཞིགས་ཏེ་བྱ་རྒྱའི་.....
འཕྲིག་པར་“དབྱར་མུ་དཔུན་འབྲུ་འབྲུ་བའི་ལག་.....
ཁྲུར་”ཞིབ་དཔྱད་བྱས་ནས་སྦྱང་པས། འཕྲིག་པ་ཆོས་
དབྱར་མུ་དཔུན་འབྲུ་འབྲུ་རིང་ལག་ཁྲིར་བཏགས་ནས་
རི་རྩེར་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། བཅའ་སྒྲོལ་ལས་བྱེད་པས་
འཕྲིག་པར་“དབྱར་མུ་དཔུན་འབྲུ་ཆེ་བ་ལས་རྒྱུད་བཟི་
འབྲུ་བ་”དང་། ས་ཁོད་སྒྲིམས་པོ་བཟོ་དགོས་.....
པའི་”མཐུབ་སྟོན་བྱས་ཏེ་སྒྲིལ་མཐའ་ཁོར་ཡུག་ལ་སྦྱང་.....

སྦྱོར་བྱེད་པ་དང་ཆབས་ཅིག་ཐོན་ཁུངས་རྒྱན་མཐུད་
བོད་སྦྱོང་ཆོག་པའི་འགན་ལེན་བྱེད་པ་དང་། ས་གནས་
ཉེན་རྟོག་པས་ཉེན་ལྟར་སྐྱར་གཡེང་ཞིབ་བཤེར་བྱས་ཏེ་
དབྱར་མུ་དཔུན་འབྲུ་འབྲུ་རིང་འཕྲིག་པའི་ཆོ་སྒྲིག་དང་
བྱ་རྒྱའི་བའི་འཇགས་འགན་སྦྱང་ཡང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
དབྱར་མུ་དཔུན་འབྲུ་ནི་འཕྲིག་པའི་ཡོང་འབབ་འབྲུང་
ཁུངས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། གཞེས་ཏེ་ཤར་གྱི་
དབྱར་མུ་དཔུན་འབྲུ་འབྲུ་མཁལ་འཕྲིག་པ་དཔལ་.....
དགའ་ཡིས་“ད་ཆ་དབྱར་མུ་དཔུན་འབྲུ་འབྲུ་བའི་སྒྲིག་
ལམ་སྐར་བས་ལེགས་སུ་བྱིན་ཏེ་ཉེན་ལྟར་ཞོགས་པར་ད་
ཆོ་དགའ་དགའ་སྦྱོ་སྦྱོའི་དང་རི་རྩེར་འགྲོ་བ་དང་། ས་
སྦྱོང་ལ་བདེ་མ་ཐང་མའི་དང་འབྲུ་བཏུས་ནས་ལོག་ཡོང་
རྒྱ་འདུག”ཅས་བཤད། གངས་རིས་སྒྲིལ་བྱ་ནས་ཀྱི་འཆོ་
ཐབས་དང་དེང་རབས་སྒྲིལ་ཁམས་སྦྱང་སྦྱོར་གི་འདུ་ཤེས་
གཉིས་བྱང་འབྲེལ་ཐབ་མི་བྱུང་རྒྱལ་ལ་དཔལ་པོ་བྱེད་
བཞིན་ཡོད།



↑ འདི་ནི་བྱག་རྒྱ་གྲོང་ཁྱེར་སོག་རྫོང་གཞེས་ཏེ་ཤར་དུ་འཕྲིག་པས་སྦྱང་
ཞེབས་སུ་དབྱར་མུ་དཔུན་འབྲུ་འཆོལ་བཞིན་པ།
↓ འདི་ནི་བྱག་རྒྱ་གྲོང་ཁྱེར་སོག་རྫོང་གཞེས་ཏེ་ཤར་དུ་འཕྲིག་པས་
དབྱར་མུ་དཔུན་འབྲུ་འབྲུ་བཞིན་པ།



མཆོ་སྦྱོན་ཞིང་ཆེན་མི་དམངས་འབྲུས་ཆོགས་རྒྱན་ལས་ལྷ་ལྷན་སྦྱོར་ཆོགས་འཇུགས་སྐྱར་ལྷ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་དེ་སྡེའི་ཀྲུའུ་རོན་ལྷ་ཡོན་ ཁྲུའུ་རོན་རྒྱ་ཡིས་སྒྲིག་འགལ་ཁྲིམས་འགལ་ཆོ་བས་ཆེན་བྱས་པས་ཏང་གི་སྦྱིང་སྦྱུག་དང་གཞུང་གི་ལས་གནས་ནས་ཕྱད་པ།

འདི་ག་ཆ་གསལ་པར་ཁང་དྲ་བ་གནས་རྒྱལ་འབྱོར་.....
གསལ། མཆོ་སྦྱོན་ཞིང་ཆེན་སྒྲིག་བཤེར་ལྷ་ཞིབ་ལྷ་ལྷན་གྱིས་
གནས་རྒྱལ་སྡེལ་བར་གཞིགས་ན། ཀྲུང་གུང་མཆོ་སྦྱོན་ཞིང་
ལྷ་དྲུའི་ཆོག་མཆན་ཐོབ་པ་བརྒྱུད་མཆོ་སྦྱོན་ཞིང་ཆེན་སྒྲིག་
བཤེར་ལྷ་ཞིབ་ལྷ་ལྷན་གྱིས་མཆོ་སྦྱོན་ཞིང་ཆེན་མི་དམངས་
འབྲུས་ཆོགས་རྒྱན་ལས་ལྷ་ལྷན་གྱི་ཆོགས་འཇུགས་སྐྱར་ལྷ་ཡོན་
ལྷན་ཁང་གི་དེ་སྡེའི་ཀྲུའུ་རོན་ལྷ་ཡོན་ཁྲུའུ་རོན་རྒྱ་ཡིས་སྒྲིག་
འགལ་ཁྲིམས་འགལ་ཆོ་བས་ཆེན་བྱས་པའི་གནད་དོན་ལ་གྱོད་
ཐོ་བཀོད་ནས་ཞིབ་བཤེར་བཞག་དཔྱད་བྱས་པ་རེད།
བཞག་དཔྱད་བྱས་པ་བརྒྱུད། ཏང་ཡོན་འགྲིམ་ལས་
བྱེད་པ་ཁྲུའུ་རོན་རྒྱ་ཡིས་ལུགས་བསམ་དང་དང་སེམས་ཉམས་
ནས་ཏང་གཤིས་སྦྱོ་སྦྱོར་དོར་བ་དང་། ཐོག་མའི་བསམ་འདུན་
ནས་འགན་འཁེལ་དང་རྒྱུ་འགལ་བྱེད་པ། རྒྱ་གས་ཡོངས་ནས་
ཏང་ནན་པོས་སྦྱོང་བའི་བྱེད་པོའི་འགན་འཁེལ་ལག་འཇུག་བྱེད་
ཤུགས་ཞན་པ། ཏང་ལ་ལྷག་བསམ་རྩམ་དག་དང་གཞུང་དྲང་
མི་བྱེད་པ། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནད་དོན་ཆོ་བས་ཆེན་ལྷན་པའི་དྲ་
བྱེད་ཆོས་ཡིག་སྒྲིག་ཉར་དང་ལྷ་བ། དཔལ་རྟགས་སྐས་པ། ཅ་
འཇུགས་ཀྱི་ཞིབ་བཤེར་དང་ལེན་མི་བྱེད་པ། ཀྲུང་དབྱང་གི་
གཏན་འཐབས་དོན་ཆོན་བརྒྱུད་ཀྱི་དགོངས་དོན་སྦྱང་མེད་དུ་
གཏོང་བ། སྒྲིག་འགལ་དང་མནའ་མ་བསུ་ལེན་དང་གཤིན་པོ་
དུར་སྒྲིལ་བྱས་པ་དང་འབྲེལ་མོ་སྐབས་དེ་དང་བསྐྱར་ནས་རྒྱ་

ཤོར་སྐྱོག་ལེན་བྱེད་པ། གཞུང་དོན་ལག་འཇུག་དྲང་གཞག་ལ་
ཤུགས་རྒྱུན་ཐེབས་སྤྱིད་པའི་གསོལ་སྦྱོར་ལ་ཞུགས་པ། ཅ་
འཇུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཞན་པ། མི་གཞན་གྱི་གནས་སྤྱོད་པ་དང་
ལས་གནས་ལེགས་སྒྲིག་སོགས་བྱ་རྒྱུ་དེ་པན་དོན་གཉེར་བྱས་
ནས་བྱ་རྒྱུ་རོན་ལེན་། སྦྱོང་གཙང་གི་མཐའ་ཆོད་ཤོར་བ། སྒྲིག་
འགལ་དང་ལག་རྟགས་དང་འབྲལ་རྟེན་ལེན་པ། དོ་དམ་
ཞབས་ཞུ་བྲུ་ལྷུ་ཡོ་རྒྱུངས་འཁོར་གཡལ་བ། གི་གནས་སྦྱང་དེ་
གཉེན་ཉེར་ཁོ་པན་རག་ཐབས་བྱེད་པ། དབང་ཆ་དང་ཆགས་
སྤྱིད་བརྗེ་ཆོང་བྱེད་པ། བད་མིར་དོ་དམ་མི་བྱེད་པ་དང་སྦྱོབ་
གསོལ་བྱག་པ། རྒྱས་སྦྱོར་འཛད་སྦྱོང་དང་བག་མེད་རྒྱུད་ཐོས་
ཀྱི་འཆོ་བ་སྒྲིལ་བ། འདོད་རམ་ཆེ་དུ་བྱིན་པ། སྦྱུ་པའི་དབང་
ཆ་སྦྱོར་གྱི་ཁོ་པན་གཉེར་བའི་ལག་ཆར་བཅི་བ། རྩམ་ཤངས་
འགལ་གཙང་ལ་ཐོ་རྩམ་བྱས་ནས་ཁྲིམས་འགལ་དང་བྱ་རྒྱུ་རོ་
འཁོར་ཆེན་ལེན་པ་བཅས་བྱས་ཡོད།
ཁྲུའུ་རོན་རྒྱ་ཡིས་“འགྲོ་གཙོ་དང་པོའི་”འགན་ལུན་རིང་
འཁུར་རིང་། རང་ཉིད་ལ་སྦྱང་བ་འདོན་རྒྱ་སྦྱོང་གཡེང་དུ་
སོང་བ་དང་། སྦྱོར་གྱི་ཀྲུན་སྦྱོང་ལ་དོ་སྦྱང་མི་བྱེད་པ་དང་
བཅའ་ཁྲིམས་སྒྲིག་ཁྲིམས་སྦྱང་མེད་དུ་གཏོང་བ། ཏང་གི་ཆབ་
སྲིད་ཀྱི་སྒྲིག་ཁྲིམས་དང་། ཅ་འཇུགས་ཀྱི་སྒྲིག་ཁྲིམས་། སྦྱོང་
གཙང་གི་སྒྲིག་ཁྲིམས་། ལས་གཤི་སྒྲིག་ཁྲིམས་། འཆོ་བའི་སྒྲིག་

ཁྲིམས་བཅས་ལས་ཆོ་བས་ཆེན་འགལ་བ། ལས་ཐོག་ཁྲིམས་
འགལ་ཆོ་བས་ཆེན་དང་སྐྱོག་རྩེན་ལེན་པའི་ཉེས་པ་བསགས་པ།
ཏང་གི་ཆོགས་ཆེན་བཅོ་བརྒྱུད་པ་འཆོགས་རྗེས་མཆོམས་དང་
ཆོད་མི་བྱེད་པ། ངོ་མོ་ཆོ་བས་ཆེ་ཞིང་ཤུགས་རྒྱུན་དན་པ་
བཅས་ཐག་གཙོད་ནན་པོ་བྱེད་དགོས་ངེས་ཡིན་པས། 《ཀྲུང་
གི་ཀྲུང་ཁྲུང་ཏང་གི་སྒྲིག་ཁྲིམས་ཆད་གཙོད་སྒྲིལ་ཡིག》དང་།
《ཀྲུང་རྒྱ་མི་དམངས་སྒྲིལ་ཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལྷ་ཞིབ་བཅའ་
ཁྲིམས》《ཀྲུང་རྒྱ་མི་དམངས་སྒྲིལ་ཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གཞུང་
ལས་པའི་སྤྱིད་དོན་ཆད་གཙོད་བཅའ་ཁྲིམས》སོགས་འབྲེལ་
ཡོད་གཏན་འཐབས་གཞིར་བཟུང་། ཀྲུང་གུང་མཆོ་སྦྱོན་ཞིང་
ཆེན་སྒྲིག་ལྷན་རྒྱུན་ལས་ལྷ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་ཆོགས་འདུར་ཞིབ་
འཇུག་བྱས་པ་དང་འབྲེལ་ཀྲུང་གུང་མཆོ་སྦྱོན་ཞིང་ལྷན་ལ་སྦྱོན་
མེད་ཞུས་ནས་ཆོག་མཆན་ཐོབ་པ་བརྒྱུད་ཁྲུའུ་རོན་རྒྱ་ཏང་གི་
སྦྱོང་སྦྱུག་ནས་འབྲུད་རྒྱུའི་ཆད་པ་གཙོད་རྒྱ་དང་། མཆོ་སྦྱོར་
ཞིང་ཆེན་ལྷ་ཞིབ་ལྷ་ལྷན་གྱིས་གཞུང་གི་ལས་གནས་ནས་འབྲུད་
རྒྱུའི་ཆད་པ་གཙོད་རྒྱ། སྒྲིག་འགལ་ཁྲིམས་འགལ་གྱི་ཐོབ་ཆ་
གཞུང་བཞིས་གཏོང་རྒྱ། ཉེས་གསོག་དོགས་ཡོད་ཀྱི་གནད་
དོན་ཞིབ་དཔྱད་ལས་ཁྲུངས་ལ་ཆོས་སྦྱང་ནས་ཁྲིམས་ལྷན་ཞིབ་
བཤེར་སྒྲིག་ཁྲིམས་ལ་སྦྱོར་རྒྱ་དང་བྱ་རྒྱུ་རོན་ཆོང་མ་མཉམ་དུ་
ཆོས་སྦྱོང་བྱ་རྒྱ་བཅས་ཀྱི་གཏན་འཐབས་བྱས་པ་རེད།

འདི་གར་ང་འདྲ་བ་གཅིག་ཀྱང་ མེད་ན་འགྲིག་ཐབས་མེད།

ཐན་ཏུའེ་ཡུས།

2003མོར་སྦྱོབ་གྲུ་ཆེ་མོ་བའི་དྲང་སྐངས་
ཞབས་ཞུའི་རྒྱབ་རྒྱུད་འཆར་གཞི་ལག་ལེན་བསྐྱར་
འགོ་རྒྱུགས། ངས་རང་འགྲལ་དང་མིང་ཐོ་བཀོད་
པས་དང་སྐངས་པ་ཁག་དྲང་པོར་གྱུར། བོད་དུ་
ཡོང་ནས་འདི་གར་གཞིས་ཆགས་པ་ཡིན། ད་བར་
ངས་བོད་དུ་ལས་ཀྱི་བྱས་པ་དང་འཆོ་བ་བསྐྱལ་ནས་
ལོ20ལྷག་ཙམ་བྱིན་སོང་།
བྱུ་རུ་ཁོང་ཆོས་ང་ལ་སྦྱག་དུས་དེ་འདྲ་
བྱེད་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ཞེས་སྒྲུང་ཆ་འདི་གི་
འདུག དྲང་པོ་བཤད་ན་བོད་དུ་མ་བསྐྱབས་གོང་
ངས་འདི་གར་དུས་ཡུན་རིང་