

དང་གིས་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་སྒྱུར་བཅོས་ཐུང་བས་ཟབ་དུ་གཏོང་བའི་འགོ་བྱིང་མཐའ་འཁྱིངས་བྱེད་དགོས།



དང་གི་སྐབས་ཉི་ཤུ་པའི་ཡུང་ཨུ་ཚང་འཛེམས་ཤོས་ཆོག་ས་
ཐེངས་གསུམ་པའི་ཐོག་“དང་གིས་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་སྒྱུར་”
བཅོས་ཐུང་བས་ཟབ་དུ་གཏོང་བའི་གཅིག་སྟེང་གཅིག་གྱུར་གྱི་
འགོ་བྱིང་མཐའ་འཁྱིངས་”བྱས་ནས་“དང་གི་ཕྱོགས་ཡོངས་”
འགོ་བྱིང་མཐའ་འཁྱིངས་བྱ་བ་”དེ་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་སྒྱུར་”
བཅོས་ཐུང་བས་ཟབ་དུ་གཏོང་བའི་ནང་དེས་པར་དུ་ལག་ལེན་
བསྟར་དགོས་པའི་ཚ་དོན་གསལ་ཆེན་གྱི་ཨང་དང་པོར་འཛིག་
དགོས། དང་གི་འགོ་བྱིང་ནི་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་སྒྱུར་བཅོས་
ཐུང་བས་ཟབ་དུ་གཏོང་བ་དང་ཡུང་གོའི་ལྷགས་ཀྱི་དེང་རབས་
ཙན་ལ་སྒྲུལ་འདྲེད་གཏོང་བའི་ཚ་བའི་འགན་ལེན་ཞིག་ཡིན་ལ།
ཡུང་གི་གྲུང་ཁྱེད་དང་གི་འགོ་བྱིང་ནི་ཡུང་གོའི་བྱང་ཆོས་ཀྱི་སྒྱི་
ཆོག་ས་རིང་ལྷགས་ཀྱི་ཆེས་དོ་བོའི་བྱང་ཆོས་དང་ཡུང་གོའི་བྱང་
ཆོས་ཀྱི་སྒྱི་ཆོག་ས་རིང་ལྷགས་ལམ་ལྷགས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་ཆེ་ཤོས་
ཤིག་ཡུང་ཡིན།

དང་གི་སྐབས་བཅུ་གཅིག་པའི་ཡུང་ཨུ་ཚང་འཛེམས་ཤོས་
ཆོག་ས་ཐེངས་གསུམ་པ་ནི་དུས་རབས་འབྲེད་པའི་ཆོག་ས་འདྲ་
ཞིག་ཡིན་པས། སྒྱུར་བཅོས་སྒྲིང་བྱེད་དང་སྒྱི་ཆོག་ས་རིང་ལྷགས་
དེང་རབས་ཙན་འཛུགས་སྒྱུར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་སྐབས་གསར་
པ་ཞིག་འགོ་ཆུགས་པ་དང་། དང་གི་སྐབས་བཅོ་བརྒྱད་པའི་
ཡུང་ཨུ་ཚང་འཛེམས་ཤོས་ཆོག་ས་ཐེངས་གསུམ་པ་འབར་དུས་
རབས་འབྲེད་པའི་ཆོག་ས་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པས། ཕྱོགས་ཡོངས་
ནས་སྒྱུར་བཅོས་ཟབ་དུ་གཏོང་བ་དང་མ་ལག་གི་ལོ་པོར་འཆར་
འགོད་དང་སྒྱུར་བཅོས་ལ་སྒྲུལ་འདྲེད་གཏོང་བའི་དུས་རབས་
གསར་པ་འགོ་ཆུགས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་རང་རྒྱལ་གྱི་སྒྱུར་བཅོས་

སྒྲིང་བྱེད་ནས་པ་གསར་རྒྱུ་ཞིག་གཏོང་ཡོད། དུས་རབས་
གསར་པར་འཕོ་འབྱུར་ཆུབས་པོ་ཆེ་འདི་ལྟ་བུ་བྱུང་བའི་ཚ་བ་
ནི་སྒྱི་བྱུང་བྱུང་ཅི་ཞི་ཅིན་མིང་གིས་སྒྲིང་གནང་བ་དང་། ཞི་
ཅིན་མིང་གི་དུས་རབས་གསར་པའི་ཡུང་གོའི་བྱང་ཆོས་ཀྱི་སྒྱི་
ཆོག་ས་ཀྱི་དགོངས་པ་ས་སྒྲིང་བྱེད་ཕྱོགས་སྟོན་གནང་བས་ཡིན།
སྒྱི་བྱུང་བྱུང་ཅི་ཞི་ཅིན་མིང་གིས་སྒྲིང་གནང་བས་དང་ཡོངས་
ལ་“རྒྱ་འཛོན་པ་”བྱུང་ལ། ཡུང་གི་མི་དམངས་དུང་ཕུར་14
ལ་“རྟེན་ས་མང”བྱུང་ཡོད། ཞི་ཅིན་མིང་གི་དུས་རབས་གསར་
པའི་ཡུང་གོའི་བྱང་ཆོས་ཀྱི་སྒྱི་ཆོག་ས་རིང་ལྷགས་ཀྱི་དགོངས་
པ་ས་ཆོན་རིག་དང་མཐུན་པའི་ངང་སྒྲིང་བྱེད་གནང་བས་དང་
ཡོངས་དང་། དམག་ཡོངས་། རྒྱལ་ཡོངས་མི་རིགས་ཞིག་གི་མི་
དམངས་བཅས་ལ་བསམ་སྒྲིའི་ཐད་“ཆོད་འཛོན་ས་”དང་། བྱ་
སྒྲིང་ཐད་“ཕྱོགས་སྟོན་འཕོར་ལོ”ལྟ་བུ་བྱུང་ཡོད།

དང་གི་ཕྱོགས་ཡོངས་ཀྱི་འགོ་བྱིང་མཐའ་འཁྱིངས་བྱེད་པ་
ནི་ད་ཆོའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལེགས་ཆ་ཆེ་ཤོས་དང་། རང་རྒྱལ་གྱི་
སྒྱུར་བཅོས་སྒྲིང་བྱེད་ལེགས་ལུལ་ལྟན་པའི་ངང་སྒྲུལ་སྒྲུལ་
གཏོང་བའི་ཚ་བའི་འགན་ལེན་ཞིག་ཡུང་རེད། རྒྱང་ལམ་
གསར་པར་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་སྒྱུར་བཅོས་ཐུང་བས་ཟབ་དུ་
གཏོང་བར་གཤམ་འགའངས་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ནི་“གཏན་འཁེབས་
གཉིས”ཀྱི་ཐག་གཅོད་རང་བཞིན་གྱི་དོན་སྦྱོང་ལ་གོ་བ་གཏོང་
ཟབ་ལེན་པ་དང་། “འདུ་ཤེས་བཞི”ཟབ་དུ་གཏོང་བ།
“གདེང་ཆོད་བཞི”བརྟན་དུ་གཏོང་བ། “སྤང་སྦྱོང་
གཉིས”ཐུབ་པ་བཅས་བྱས་ནས་རང་རྟོགས་ངང་སྒོ་མཐུན་ཞི་
ཅིན་མིང་གིས་སྒྲིག་ཤིང་གནང་བའི་དང་ཡུང་དབྱེད་དང་ཆོད་
མཐོའི་གཅིག་གྱུར་མཐའ་འཁྱིངས་དང་། དང་ཡུང་དབྱེད་གི་
དབང་འགས་དང་གཅིག་སྟེང་གཅིག་གྱུར་གྱི་འགོ་བྱིང་སྤང་
སྦྱོང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པ། དང་གིས་ཁྱོད་ཡོངས་ལ་གཅིག་
འདྲམས་དང་ཕྱོགས་ཞིག་མཐུན་སྒྱུར་གྱི་འགོ་བྱིང་གི་སྒྲིག་ཤིང་

དུས་པ་འདོན་པ། དང་གི་འགོ་བྱིང་སྒྱུར་བཅོས་ཕྱོགས་ཞིག་གི་
བརྒྱུད་རིམ་གྱི་ལོ་པོར་བྱུང་བ་བཅས་བྱས་ནས་སྒྱུར་བཅོས་ཐུ་
བར་བྱི་གསུམ་དུ་ཡང་དག་པའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས་བཞིན་
མདུན་དུ་སྒྲིང་ཐུབ་པའི་འགན་ལེན་བྱེད་དགོས།

རིས་སྒྲིར་གསར་པའི་སྒྱུར་བཅོས་གཏོང་ཟབ་བྱེད་པའི་
དུས་སྒྲིབ་བས་པས། འགལ་བ་དང་འབྲེལ་བའི་རྟོག་འཛིང་
རང་བཞིན་ནི་འདས་པའི་དུས་ལས་མངོན་གསལ་གྱིས་མང་དུ་
སོང་ནས་ཐག་གཅོད་དཀའ་བའི་གནད་དོན་མང་དུ་བྱིན་ཡོད།
རིམ་ཞིག་དང་ཆ་འཛུགས་དང་རྒྱ་ཆེའི་དང་ཡོན་ལས་བྱེད་པ་
སྒྱུར་བཅོས་ལ་སྒྲུལ་འདྲེད་གཏོང་བའི་གཙོ་བྱུགས་དམག་ལ་
བཅོས་ཏེ་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་སྒྱུར་བཅོས་ཐུང་བས་ཟབ་དུ་
གཏོང་བྱེད་སྒྲིར་གྱི་དང་ཡུང་དབྱེད་གི་ཐབས་ཏུས་བཀོད་སྒྲིག་
ཞིག་སྒྲིབ་སྒྱུར་དང་དེར་གོ་བ་གཏོང་ཟབ་སྒྲུབ་ནས་སྒྱུར་
བཅོས་དོན་འཁྱོལ་ལ་དམ་འཛིན་ཡག་པོ་བྱེད་པའི་བསམ་སྒྲིའི་
ཚུ་ཆོད་མཐོ་དུ་དང་བྱང་ཆོད་ཀྱི་འཛོན་ཐང་ཆེ་དུ་ཟམ་མི་ཆད་
པར་གཏོང་བ་དང་། སྒྱི་ཡོངས་འོག་རང་རྟོགས་ངང་བྱ་སྒྲིང་
སྒྲུལ་བ། ལམ་སྒྲུལ་འབྲུལ་སྒྲི་ཆོད་དུ་བྱུང་ནས་དོན་འཁྱོལ་
བྱེད་པ། རྟོབས་ཤུགས་རྒྱ་བྱུང་ངང་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་བ་བཅས་
བྱས་ཏེ་གོང་འོག་མཐུན་སྒྱུར་དང་བདེ་སྒྲིག་དུས་ཆའི་འགོ་བྱིང་
ཀྱི་ལམ་སྒྲུལ་བཅུགས་པ་དང་། གོང་འོག་འབྲེལ་མཐུད་དང་
ལག་ལེན་བསྟར་དུས་ལྟན་པའི་ཚ་འཛུགས་མ་ལག་དམ་ཆོག་ས་
ཤིག་ཆོག་ས་པར་བྱས་ནས། དང་ཡོངས་དང་སྒྱི་ཆོག་ས་ཡོངས་
ཀྱི་སྒྲིབ་སྒྲུག་གཅིག་ཏུ་བསྟར་དེ་བྱི་ཚུལ་རིང་ལྷགས་དང་
དཔོན་ཉམས་རིང་ལྷགས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བཅོས་སྒྲིག་བྱས་
ནས་དང་ཡུང་དབྱེད་གི་ཐབས་ཏུས་བཀོད་སྒྲིག་གསལ་ཆོན་ཇི་མ་
ཇི་བཞིན་ལག་བསྟར་དོན་འཁྱོལ་ཡོང་བའི་འགན་ལེན་བྱེད་
དགོས། (པ་སངས་ཆེ་རིང་གིས་བསྟར། ཆོད་བདེ་ལྟ་མོ་དང་
པ་ཆོས་ལུས་)

ཉི་པའི་ལོ་གསར་རིང་། ནང་སྟོག་རང་
སྒྲིང་སྒྲོང་ས་ཐུང་ལེའོ་དཔལ་འབྱོར་ལག་
ཙལ་གསར་སྒྲུལ་ལུལ་གྱིས་“མཛོས་སྟུག་
གནས་མལ་དང་། བདེ་སྦྱིང་ལས་
འཕྲོད་”ཀྱི་གྲོང་ཁྱེད་གསར་པ་འཛུགས་
སྟན་གྱི་དམིགས་ཆོད་ལ་དམིགས་ནས་གྲོང་
ཁྱེར་གྱི་སྒྲུས་ཆོད་ཟམ་མི་ཆོད་པར་མཐོ་དུ་
བྱུང་བས་ཐོན་ལས་ཆོག་ས་པའི་པན་དུས་
རིམ་བཞིན་མངོན་ཏེ་ཐོན་ལས་དང་གོང་
ཁྱེར་མཉམ་འདྲེན་གྱི་པན་དུས་མཉམ་གསུ་
སྒྱུར་ཐོན་ནས་གསར་སྒྲུལ་ལུལ་གྱི་སྒྲུས་
ཆོད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྒྲུལ་མ་
ཐེབས་བཞིན་ཡོད། འདི་ནི་ཉི་དུས་པར་
སྒྲུང་པའི་ཐུང་ལེའོ་དཔལ་འབྱོར་ལག་
ཙལ་གསར་སྒྲུལ་ལུལ་གྱི་བྱུར་ཞིག་ཡིན་པ།



(པར་དོས་དང་པོར་མཐུད།) བསམ་གྲུབ་ཅེ་ཆུས་དུས་རབས་
གསར་པའི་ཤེས་དཔལ་ལག་ལེན་ལྟེ་གནས་དང་གཞིས་ཆེ་གོང་
ཁྱེར་མི་དམངས་སྒྲུན་ཁང་གི་ཐུགས་ཁུར་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་འོག་
བསམ་གྲུབ་ཅེ་ཆུས་གོང་སྒྲིམ་གཞུང་གིས་དང་སྒྲུང་པའི་
སྤྱིང་སྒྲིབ་ས་དར་སྒྲུལ་གཏོང་བ་དང་། གཅེས་སེམས་སྒྲིབ་ས་
ཤུགས་བརྒྱུད་སྒྲིང་། དུས་རབས་ཀྱི་ཉམས་འབྱུར་མངོན་པ།
དམངས་པ་དེ་དམངས་པ་ཙན་ལ་སྒྲུལ་འདྲེད་གཏོང་བ་བཅས་
དམིགས་ལུལ་དུ་བྱེད་པ་དང་གཞི་རིམ་བཅོས་སྒྲིང་གི་དུས་པ་
རྒྱན་ཆོད་མེད་པར་སྒྱུར་སྤྱིང་ལ་སྒྲུལ་འདྲེད་གཏོང་བ་དམིགས་
ཆོད་དུ་བྱས་ནས་གོང་སྒྲིམ་གཞུང་དུ་བཅའ་སྟོད་གཞིས་ཆེ་
གོང་ཁྱེར་མི་དམངས་སྒྲུན་ཁང་གི་དང་སྒྲུང་པའི་ཞབས་ཞུའི་
ས་ཆོག་ས་བཅུགས་ནས་ནད་པ་དང་ནད་པའི་ནང་མིར་ཞབས་
ཞུ་སྒྲིམ་ཆོག་ས་མཐོ་འདོན་བྱས་ཏེ་གཅེས་སེམས་མཆོན་པར་བྱས་
ནས་གོང་ཁྱེར་དེ་བས་མཛོས་སྟུག་ལྟན་པར་འབྱུར་བ་བྱས་ཡོད།

བསམ་གྲུབ་ཅེ་ཆུས་གོང་སྒྲིམ་གཞུང་དོན་གཅོད་ཁུལ་
དང་སྒྲུང་པའི་སྒྲིབ་བཟུང་ཆོས་སྒྲིབ་ཀྱིས་དང་སྒྲུང་པའི་ཞབས་ཞུའི་
ས་ཆོག་ས་ལ་རྒྱ་བྱོན་སྒྲིང་ས་བྱ་72ཡོད་པ་དང་འབྲུང་ཆུའི་
འབྲུལ་ཆས་དང་། འབྲུགས་སྒྲུམ། ཙལ་ག་བཅོལ་སྒྲུམ། ཉི་
གདུགས། བྱིས་པ་ཅེད་མི་ཆེ་ས། དཔེ་དཔལ། ལྟ་བྲུ། དཔེ་
སྒྲིག་སྒྲིག་ས་བཅུགས་སྒྲིག་ཆས་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་ཡོད་ལ། ནད་
ལྟ་བར་ཡོང་མཁུན་མང་ཆོག་ས་ལ་རྒྱ་བྱོན་པ་དང་། ཤམ་ར་
བཅོལ་ས། ཙལ་ག་ཉར་ས། ལྟ་མོ་དར་ལམ་བབས་པའི་མི་
གནས་སྐབས་བཅོལ་ས་སྟོགས་ཀྱི་ཞབས་ཞུའི་ལས་དོན་སྒྲུལ་གྱི་
ཡོད། ཞབས་ཞུ་ས་ཆོག་ས་བཅུགས་ནས་སྒྲིབ་1རིང་དང་
སྒྲུང་པའི་ཞབས་ཞུའི་བྱེད་སྒྲིབ་ཐེངས་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་སྒྲུལ་བར་ནད་
པ་དང་ནད་པའི་ནད་མེད་གདེང་འཛིག་ཡག་པོ་ཐོབ་ཡོད་ཅས་
བཤད།

བསམ་གྲུབ་ཅེ་ཆུས་གོང་སྒྲིམ་གཞུང་དོན་གཅོད་ཁུལ་
དང་སྒྲུང་པའི་སྒྲིབ་བཟུང་ཆོས་སྒྲིབ་ཀྱིས་དང་སྒྲུང་པའི་ཞབས་ཞུའི་
ས་ཆོག་ས་ལ་རྒྱ་བྱོན་སྒྲིང་ས་བྱ་72ཡོད་པ་དང་འབྲུང་ཆུའི་
འབྲུལ་ཆས་དང་། འབྲུགས་སྒྲུམ། ཙལ་ག་བཅོལ་སྒྲུམ། ཉི་
གདུགས། བྱིས་པ་ཅེད་མི་ཆེ་ས། དཔེ་དཔལ། ལྟ་བྲུ། དཔེ་
སྒྲིག་སྒྲིག་ས་བཅུགས་སྒྲིག་ཆས་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་ཡོད་ལ། ནད་
ལྟ་བར་ཡོང་མཁུན་མང་ཆོག་ས་ལ་རྒྱ་བྱོན་པ་དང་། ཤམ་ར་
བཅོལ་ས། ཙལ་ག་ཉར་ས། ལྟ་མོ་དར་ལམ་བབས་པའི་མི་
གནས་སྐབས་བཅོལ་ས་སྟོགས་ཀྱི་ཞབས་ཞུའི་ལས་དོན་སྒྲུལ་གྱི་
ཡོད། ཞབས་ཞུ་ས་ཆོག་ས་བཅུགས་ནས་སྒྲིབ་1རིང་དང་
སྒྲུང་པའི་ཞབས་ཞུའི་བྱེད་སྒྲིབ་ཐེངས་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་སྒྲུལ་བར་ནད་
པ་དང་ནད་པའི་ནད་མེད་གདེང་འཛིག་ཡག་པོ་ཐོབ་ཡོད་ཅས་
བཤད།

དང་གི་ལས་དོན་ལྟ་ལྟ་ལྟ་གྱི་ལུ་ལུ་ཅི་བ་དམ་ལུ་བྱིང་གིས་མང་
ཆོག་ས་ཀྱི་སྒྲིབ་སྒྲུལ་པོ་བྱུང་བ་ནི་དང་སྒྲུང་པའི་ཞབས་ཞུའི་ས་ཆོག་ས་
ཀྱི་ལས་དོན་ལ་གདེང་འཛིག་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཁྱོད་གཞུང་
དང་སྒྲིབ་ལུ་གྱི་དང་སྒྲུང་པའི་ཞབས་ཞུའི་ཞབས་ཞུའི་འཁྱིངས་བྱེད་
སེམས་ཤུགས་ཆེ་དུ་བྱིན་ཡོད། གོ་མ་སྒྲུབ་སྒྲིམ་མར་གོང་སྒྲིབ་
སྒྲིམ་གཞུང་གིས་ས་ཆོག་ས་དོ་དམ་ལག་པོ་དང་བེད་སྒྲིང་ཡག་པོ་
བྱས་ཏེ་མང་ཆོག་ས་ལ་དྲུལ་བསྒྲུགས་དང་། སྒྲིབ་གསོ། ཐུགས་
ཁུར། ཞབས་ཞུ་བཅས་བྱེད་པའི་“མཐའ་མའི་སྒྲིབ་”
གཅིག་ཤིང་འདྲེད་ཐུབ་པ་བྱས་ནས་ས་ཆོག་ས་དེ་མང་ཆོག་ས་
ཀྱི་དགའ་བསུ་ཐོབ་པའི་དམངས་སེམས་འདུ་འགྲོད་ལ་འབྱུར་
བ་བྱ་རྒྱ་མ་ཟད། གཅེས་སེམས་བརྒྱུད་སྒྲིང་བྱས་ནས་མི་དེ་བས་
མང་པོས་སྒྲིམ་གསོ་གྱི་དྲོ་སྦྱིང་དང་ཐུགས་ཁུར་ཆོར་བ་བྱ་རྒྱ་
དང་འབྲེལ་ཞབས་ཞུའི་ས་ཆོག་ས་རྒྱུད་རྒྱུད་ལས་དྲོ་སྦྱིང་ཆོན་པོ་
དེ་བས་མཆོན་པར་བྱེད་གྱི་ཡིན་ཞེས་བཤད།

རྒྱན་འཛོན་དང་འཕེལ་རྒྱས་བྱིང་མཛེས་ཐུག་ལྟན་པའི་བདེ་སྦྱིང་འཆོ་བ་བཏོད་པ།

(པར་དོས་དང་པོར་མཐུད།) སྒྲན་སྒྲིང་སྒྲིབ་པའི་རས་འཐག་ལག་ཙལ་ལ་ཉིང་ཁྱིས་ཁྱུལ་དུ་ལོ་
རྒྱུས་ལྟན་རིང་ལྟན་ཞིང་། དམངས་ཁྱིང་སྒྲིབ་ཙལ་པ་ཡག་དབྱིས་རྒྱན་
འཛོན་དང་བརྟན་སྤང་བྱས་པ་དང་ས་གནས་སྤྱིད་གཞུང་གི་རྟོགས་
སྒྱུར་ལ་བརྟན་ནས་སྒྲིབ་པའི་རས་འཐག་ལག་ཙལ་ལ་མི་དེ་བས་མང་
བས་རྒྱས་ལོན་དང་དགའ་པོ་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་མ་ཟད། སྒྲིབ་པའི་བྱང་
ཆོས་ལྟན་པའི་རྒྱན་གོས་ལའང་སྒོམ་རར་དགའ་བསུ་ཆོན་པོ་ཐོབ་ནས་
དཔལ་འབྱོར་གྱི་པན་འབྲས་ངས་ཙན་ཐོན་ཡོད། 2007ལོའི་ཟླ་6
པར་སྒྲན་སྒྲིང་སྒྲིབ་པའི་རས་འཐག་བཟོ་ཙལ་དེ་རང་སྒྲིང་སྒྲོང་རེམ་
པའི་མངོན་མེན་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་ཞིག་གཉིས་པའི་མིང་གཞུང་
དུ་བཅུག་པ་རེད།

མངོན་མེན་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་གི་“སྒྲིབ་པའི་ལག་ཤེས་བཟོ་
ཙལ་”རྒྱན་འཛོན་དང་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བར་གཞིས་ནས་2015ལོའི་
ཟླ་10པར་ཡག་དར་གྱིས་སྒྲིང་དེ་ཆོས་ཁྱིང་གོང་ཆོའི་སྒྲིབ་པའི་རས་
འཐག་ཁྱིང་སྒྲིང་ཁང་དུ་ཆོས་ཁྱིང་གོང་ཆོའི་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིང་གཞུང་
ལག་ཤེས་བཟོ་ཙལ་ཆོད་ཡོད་ཀྱང་སི་བཅུགས་པ་རེད།

ཀྱུ