བོད་ལྗོངས་ཁྲིམས་ལུགས་ཚགས་པར། གལ་ཆེའི་གསར་འགྱུར། 2022ལོའི་ཟླ་8ཚེས་16 3

▲ ལག་པ་ཡང་སེ་བཀྲུ་བ།ལག་པ་བཙོག་པ་ཆགས་ན་བཀྲུ་དགོས།ཁ་ལག་མ་བཟོས་གོང་་་
དང་།ཁ་ལག་མ་བཟས་གོང་།གསང་སྤྱོད་ལ་མ་ཕྱིན་གོང་བཅས་དང་།རྒན་རྒོན་དང་།བྱིས་པ།
ནད་པ་བཅས་ལ་བདག་སྐྱོང་མ་བྱས་གོང་།ཁ་སྣ་དང་མིག་ལ་མ་རེག་གོང་བཅས་སུ་ལག་པ་བཀྲུ་་་་་་་་་
བའམ་ཡང་ན་ལག་པར་དུག་སེལ་བྱེད་དགོས།ཕྱིར་ཕྱིན་ནས་ཁྱིམ་དུ་ལོག་རྗེས་དང་།ནད་པར་་་་་་་་
ནད་གཡོག་རྒྱུག་རྗེས།གློ་རྒྱག་པའམ་ཧབ་སྦྲིད་བརྒྱབ་རྗེས།གཙང་སྦྲ་བྱས་རྗེས།གད་སྙིགས་་་་་་་་་་་
གཙང་སེལ་བྱས་རྗེས།གསང་སྤྱོད་ལ་ཕྱིན་རྗེས།མྱུར་སྐྱེལ་ལ་ལག་པ་འཆང་རྗེས།གློག་སྐས་ཀྱི་་་་་་་་་མཐེབ་གནོན་དང་སྒོ་ལུང་སོགས་སྤྱི་སྤྱོད་སྒྲིག་ཆས་ལ་ལག་པ་འཆང་རྗེས་སུ་ལག་པ་བཀྲུ་བ་དང་དུག་་་སེལ་བྱེད་དགོས།
▲ ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་ངང་ཁ་རས་རྒྱག་དགོས།གློག་སྐས་དང་སྤྱི་སྤྱོད་འགྲིམ་་་་་་་་་འགྲུལ་ཡོ་བྱད་ནང་སྡོད་པ་དང་།མི་ཚོགས་མང་བའི་ས་ཆར་སྐྱོད་སྐབས།ཁ་རས་ཡག་པོ་རྒྱག་་་་་་་་་་་དགོས།ཚ་བ་རྒྱག་པ་དང་།སྐམ་གློ་རྒྱག་པ།ཤུགས་མེད་པ།མིད་པ་ན་བ་སོགས་ཀྱི་ནད་རྟགས་་་་་་ཐོན་ནས་སྨན་པ་བསྟེན་སྐབས་སྨན་བཅོས་ཁ་རས་སམ་ཡང་ན་རིམ་པ་དེ་ལས་མཐོ་བའི་ཁ་རས་རྒྱག་་་དགོས།ཁ་རས་དུས་ཐོག་ཏུ་བརྗེ་དགོས་པ་དང་ཁ་རས་གཅིག་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པའི་དུས་ཚོད་རིང་་་་་་་་ཤོས་ལའང་ཆུ་ཚོད་8ལས་བརྒལ་མི་རུང་།
▲ གློ་རྒྱག་སྐབས་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས།གློ་རྒྱག་པ་དང་ཧབ་སྦྲིད་རྒྱག་སྐབས།ཤོག་བུས་ཁ་་སྣ་འགེབས་དགོས།ཤོག་བུ་མེད་དུས་ལག་པའི་གྲུ་མོས་ཁ་སྣ་འགེབས་དགོས།བེད་སྤྱོད་བྱས་པའི་་་་་་ཤོག་བུ་གང་བྱུང་དུ་གཡུག་མི་རུང་།
▲ འདུ་འཛོམས་ཉུང་ཙམ་བྱེད་དགོས།རིམས་ནད་ཐོན་རིང་འདུ་འཛོམས་ཉུང་ཙམ་བྱེད་པ་དང་།གཉེན་ཉེ་དང་ཐུག་འཕྲད་ཉུང་ཙམ་བྱེད་པ།གསོལ་སྟོན་དང་འདས་མཆོད་ལ་ཉུང་ཙམ་་་་་ཞུགས་པ།མི་མང་པོ་འདུ་འཛོམས་བྱེད་སར་མི་འགྲོ་བ་བཅས་བྱེད་དགོས།
▲ ཡ་རབས་ངང་ཁ་ལག་བཟའ་དགོས།ལྟོ་སྣོད་མཉམ་དུ་བེད་སྤྱོད་མི་བྱེད་པ་དང་།ཚལ་ཟ་སྐབས་སྤྱི་ཐུར་སྤྱོད་དགོས།ཟ་མ་ཁག་ཁག་ཟ་དགོས་པ།ཟ་ཁང་དུ་ཁ་ལག་ཟ་སྐབས་གང་ཐུབ་ཅི་་ཐུབ་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྟོ་སྣོད་གྲ་སྒྲིག་བྱེད་དགོས།
▲ སྨི་གཅིག་གི་བར་ཐག་བརྩི་སྲུང་།བང་སྒྲིག་པ་དང་།དངུལ་སྤྲོད་པ།སྐད་ཆ་ཤོད་པ།ལུས་རྩལ་རྩེ་བ།ལྟ་སྐོར་བྱེད་པ།ཉོ་སྒྲུབ་བྱེད་པ་བཅས་ཀྱི་སྐབས་སུ།སྨི་1ཡན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་འབྲེལ་་་བའི་བར་ཐག་རྒྱུན་འཁྱོངས་བྱེད་དགོས།
▲ རྒྱུན་དུ་རླུང་འགྲོ་བྱེད་པ།ཉིན་ལྟར་སྒེའུ་ཁུང་ཐེངས་2ནས་3བར་ཕྱེ་ནས་རླུང་འགྲོ་རུ་་་་འཇུག་པ་དང་།ཐེངས་རེར་སྐར་མ་20ནས་30བར་ཕྱེ་དགོས།དྲོད་ཚད་འཚམ་པོ་ཡོད་དུས་སྒེའུ་་་་ཁུང་ཕྱེ་ནས་བཞག་ཆོག
▲ གཙང་སྦྲ་དང་དུག་སེལ་ཡག་པོ་བྱེད་པ།རྒྱུན་གཏན་ནས་ཁང་པར་གཙང་སྦྲ་ཡག་པོ་་་་བྱེད་དགོས།ནང་འདྲེན་བྱས་པའི་འཁྱགས་ཉར་བཟའ་བཅའ་བཟོ་བའི་ཐབ་ཆས་དང་།ནད་པ་་་་་་་དང་མགྲོན་པོས་སྤྱད་པའི་དངོས་པོ་དང་ཕོར་པ་བཅས་དུས་ཐོག་ཏུ་གཙང་སྦྲ་དང་དུག་སེལ་ཡག་པོ་་་་བྱེད་དགོས།མྱུར་སྐྱེལ་ལེན་སྐབས་75%ཡི་ཅིའུ་ཅིང་ངམ་ཡང་ན་ཁིལ་ལྡན་དུག་སེལ་སྨན་ཐུམ་་་་་་་་་་སོགས་ཀྱིས་ཕྱིས་པའམ་ཡང་ན་མྱུར་སྐྱེལ་གྱི་ཐུམ་སྒྲིལ་ལ་གཏོར་དགོས་པ་དང་།ཁ་བཤིག་རྗེས་དུས་་་་ཐོག་ཏུ་ཐུམ་སྒྲིལ་དབྱུག་དགོས་པ་མ་ཟད།ལག་པ་གཙང་མ་འཁྲུ་དགོས།དྲོད་སྙོམ་འཕྲུལ་ཆས་མ་་་་་སྤྱོད་གོང་།དེའི་གྱང་འགེལ་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་འཚག་ཆས་དང་།རླངས་འགྱུར་ཆས་ཀྱི་ཕྱི་ངོས།རླུང་་་་་འཛུལ་ས་དང་འགྲོ་ས་བཅས་ལ་གཙང་འཁྲུད་དང་དུག་སེལ་བྱེད་དགོས།
▲ གསང་སྤྱོད་ཀྱི་གཙང་སྦྲ་རྒྱུན་འཁྱོངས་བྱེད་པ།ཆབ་གཞོང་དུ་ཆུ་མ་གློད་གོང་ཁ་་་་་་་་་་་་གཅོད་རྒྱག་དགོས་པ་དང་རྟག་ཏུ་སྒེའུ་ཁུང་ཕྱེ་བའམ་ཡང་ན་རླུང་འབུད་རླུང་གཡབ་ཕྱེ་དགོས།དུས་བཅད་ལྟར་གསང་སྤྱོད་ཀྱི་གཙང་སྦྲའི་ཡོ་ཆས་དང་ས་ངོས་ལ་གཙང་སྦྲ་དང་དུག་སེལ་བྱེད་དགོས་པ་་་་དང་།བཙོག་པའམ་ཡང་ན་ནག་ནོག་ཡོད་ཚེ་དུས་ཐོག་ཏུ་གཙང་སྦྲ་དང་དུག་སེལ་བྱེད་དགོས། ▲ བདེ་ཐང་གི་འཚོ་བ་སྐྱེལ་སྟངས་ཆགས་པར་བྱེད་པ།གཟུགས་པོ་སྦྱོང་བརྡར་ལ་ཤུགས་སྣོན་དང་།ངལ་གསོའི་ཆོས་ཉིད་རྒྱུན་འཁྱོངས།གཉིད་འདང་ངེས་ཁུག་པ།སེམས་ཁམས་ཡག་པོ་་་རྒྱུན་འཛིན་བཅས་བྱེད་དགོས་པ་དང་།བདེ་ཐང་ངང་བཟའ་བཏུང་བྱེད་པ་དང་ཐ་མག་གཅོད་པ་་་་་དང་དང་ཆང་རག་ལ་ཚོད་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ།ཉིན་ལྟར་གྱི་བདེ་ཐང་ལྟ་ཞིབ་ཚད་ལེན་ཡག་པོ་་་་་་་བྱེད་པ་དང་ཚ་བ་རྒྱས་པ་དང་།སྐམ་གློ་རྒྱག་པ།ཤུགས་མེད་པ།མིད་པ་ན་བ་སོགས་ཀྱི་ནད་རྟགས་ཐོན་སྐབས་དུས་ཐོག་ཏུ་སྨན་པ་བསྟེན་དགོས།
▲ ཉིང་སྐྱུར་བརྟག་དཔྱད།བླང་བྱ་ལྟར་རྒྱུན་རྣམ་ཅན་གྱི་རིམས་ནད་སྔོན་འགོག་དང་ཚོད་འཛིན་དང་ས་གནས་དེ་གའི་རིམས་ནད་ཐག་གཅོད་ཁྲོད་ཀྱི་ཉིང་སྐྱུར་བརྟག་དཔྱད་ཡག་པོ་བྱས་ནས “བརྟག་དཔྱད་བྱེད་དགོས་རིགས་ཚང་མ་བརྟག་དཔྱད་ཐུབ་པའི”འགན་ལེན་བྱས་ཏེ།རང་ཉིད་་་་་་དང་ནང་མིའི་བདེ་ཐང་ལ་འགན་འཁུར་དགོས།
▲ རིམས་འགོག་སྨན་ཁབ་རྒྱག་པ།རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཏོག་གསར་ནད་དུག་རིམས་འགོག་སྨན་་་་ཁབ་རྒྱག་པའི་སྲིད་ཇུས་དང་ལེན་བྱེད་པ་དང་།ལོ་3ཡན་གྱི་ལོ་ཚད་ལོན་པའི་སྨན་ཁབ་རྒྱག་ཆོག་་་་་་་པའི་མི་ཚོགས་ཀྱིས་རིམས་འགོག་སྨན་ཁབ་བརྒྱབ་ནས“རིམས་འགོག་སྨན་ཁབ་རྒྱག་དགོས་རིགས་་་་་་ཚང་མ་བརྒྱབ”སྟེ་མི་སྒེར་གྱི་བདེ་ཐང་ལ་སྲུང་སྐྱོང་བྱེད་དགོས།

རིམས་འགོག་གི་བླང་བྱ་འདི་དག་མཁྱེན་ནམ།

དབྱར་དུས་ནི་འབུ་ཕྲ་སོགས་སྐྱེ་དངོས་ཕྲ་རབ་འཕེལ་མང་བའི་དུས་ཚིགས་ཡིན་ལ།ཟས་རིགས་ལས་བྱུང་བའི་་་ནད་རིགས་ཐོན་མང་བའི་དུས་ཚིགས་ཀྱང་ཡིན།ཏོག་གསར་གློ་ཚད་རིམས་ནད་སྔོན་འགོག་དང་ཚོད་འཛིན་བྱེད་་་་་་རིང་ཁྱིམ་ཚང་གི་བཟའ་བཅའི་བདེ་འཇགས་སྐོར་ལ་གཤམ་གསལ་གྱི་དོན་གནད་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་པ་སྟེ།
བཟའ་བཅའ་ཉོ་སྒྲུབ་དང་རྩིས་ལེན་པ།
ཚད་ལྡན་གྱི་སྒོ་རྩིས་ཚོང་ཁང་ངམ་ཡང་ན་ཁྲོམ་ར་ནས་བཟའ་བཅའ་ཉོ་དགོས་པ་ལས་ཡོང་ཁུངས་གསལ་པོ་མེད་པའི་བཟའ་བཅའ་ཉོ་མི་རུང་།བདག་མེད་སྲོག་ཆགས་ཀྱི་ཤ་རིགས་རྩ་བ་ནས་བཟའ་རྒྱུ་མེད།
ཤོག་བྱང་གསལ་པོ་ཀློག་ནས་བཟའ་བཅའ་ཐོན་སྐྱེད་བཟོ་གྲྭ་དང་།ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་དུས་ཚོད།སྤུས་ཚད་འགན་་་་་་་ལེན་དུས་ཡུན།ཉར་ཚགས་ཆ་རྐྱེན།ནང་འདྲེན་བཟའ་བཅའི་རིམས་ནད་ཞིབ་བཤེར་སོགས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་ཤོག་་་་་་་བྱང་གི་ཆ་འཕྲིན་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས།
བཟའ་བཅའ་ཉོ་སྐབས་མི་སྒེར་གྱི་འགོག་སྲུང་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས་པ་དཔེར་ན།ཁ་རས་ཡང་དག་རྒྱག་པ་དང་་་་་་ལག་པའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་པ་སོགས་གྲང་ཕྲེང་བཟའ་བཅར་ཐད་ཀར་རེག་མི་རུང་།
བཟའ་བཅའི་བདེ་འཇགས་ཞིབ་བཤེར་གྱི་གོ་རིམ།
ཚོར་བྱེད་ཀྱིས་དབྱེ་འབྱེད་རགས་ཙམ་བྱེད་དགོས།རུལ་བ་དང་།ངོ་བོ་འགྱུར་བ།གཙང་མ་མེད་པ།དངོས་་་པོ་གཞན་འདྲེས་པ་བཅས་ཀྱི་བཟའ་བཅའ་ཟ་མི་རུང་།
གསལ་བཤད་དང་ཤོག་བྱང་ལ་ལྟ་རྒྱུར་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས།《ཀྲུང་ཧྭ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་བཟའ་་་་་་་་བཅའི་བདེ་འཇགས་བཅའ་ཁྲིམས》ཀྱི་གཏན་འབེབས་ལྟར།སྔོན་ཐུམ་བརྒྱབ་པའི་བཟའ་བཅའི་ཐུམ་སྒྲིལ་ཐོག་ཤོག་་བྱང་ཡོད་དགོས་ངེས་ཡིན།ཤོག་བྱང་ཐོག་མིང་དང་།ཚད་གཞི།དངོས་པོ་གཙོ་བོ་འདུས་ཚད།ཐོན་སྐྱེད་དུས་་་་་་་་་ཚོད་བཅས་དང་།གྲུབ་ཆའམ་ཡང་ན་རྒྱུ་ཆ་སྡེབ་པའི་རེའུ་མིགའབྲེལ་གཏུག་ཁ་པར་ཨང་གྲངས།སྤུས་ཚད་འགན་་ལེན་དུས་ཚོད།ཐོན་སྐྱེད་འཁྲོལ་འཛིན་ཨང་སྒྲིག་སོགས་འགོད་དགོས།བཅའ་ཁྲིམས་དང་།ཁྲིམས་སྲོལ་ལམ་ཡང་་་ན་བཟའ་བཅའི་བདེ་འཇགས་ཀྱི་ཚད་གཞིའི་གཏན་འབེབས་གཞིར་བཟུང་ངེས་པར་དུ་འགོད་དགོས་པའི་དོན་ཚན་་་གཞན་དག་གསལ་པོ་འགོད་དགོས།ལྷག་པར་དུ་ཕྲུ་གུ་དམར་འབྱར་དང་བྱིས་པ་དང་གཏན་འཁེལ་མི་ཚོགས་གཞན་དག་གི་ཞོར་ཟས་གཙོ་བོའི་ཤོག་བྱང་ཐོག་འཚོ་བཅུད་ཀྱི་གྲུབ་ཆ་གཙོ་བོ་དང་དེ་བཞིན་དེའི་འདུས་ཚད་འགོད་དགོས།

རིམས་ནད་སྔོན་འགོག་དང་ཚོད་འཛིན་བྱེད་རིང་ཁྱིམ་
ཚང་གི་བཟའ་བཅའི་བདེ་འཇགས་སྐོར་གྱི་དྲན་སྐུལ།

རིམས་ནད་འགོག་སྲུང་གི་ཤེས་བྱ།

དུག་སེལ་བྱེད་པ་ནི་ནད་དུག་འགོ་རྒྱུ་འགོག་པའི་ཐབས་ཤེས་ཡག་ཤོས་དེ་ཡིན་མོད།འོན་ཀྱང་ལུགས་མཐུན་་་་་་་མིན་པའི་དུག་སེལ་བྱེད་སྟངས་ཀྱིས་ནད་དུག་གསོད་མ་ཐུབ་པ་མ་ཟད།དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ་ལུས་པོའམ་ཡང་ན་ཁོར་ཡུག་་ལ་གནོད་འཚེ་བཟོ་སྲིད།དེར་བརྟེན་ཁྱིམ་དུ་དུག་སེལ་ཡོ་ཆས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་སྐབས་ནོར་འཁྲུལ་ཤོར་སླ་བའི་གནད་་་་འགའ་ཞིག་ཡོད་པར་ཚང་མས་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས།
དུག་སེལ་བྱེད་ཐལ་ཤོར་བ་དང་རྒྱུན་གཏན་གྱི་གཙང་སྦྲར་སྣང་ཆུང་བྱེད་པ།
ཁྱིམ་ཚང་གི་འགོག་སྲུང་གཙོ་བོ་གཙང་སྦྲ་ཡག་པོ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཡིན་པས་དངངས་སྐྲག་ལངས་ནས་དུག་སེལ་བྱེད་་་་་་དྲགས་རྒྱུ་མེད།གལ་ཏེ་སྡོད་སའི་ཁུལ་ཆུང་དུ་ཏོག་གསར་གློ་ཚད་རིམས་ནད་ཀྱི་ནད་དཔེ་མེད་པ་དང་།ཁྱིམ་དུ་ཕྱི་་་་་ནས་ཡོང་མཁན་མེད་པ།ལོགས་འཇོག་མི་སྣ་མེད་ཚེ་དུག་སེལ་ཉིན་ལྟར་བྱེད་དགོས་མེད།ཁྱིམ་དུ་རླུང་འགྲོ་དང་་་་་་་་ཁོར་ཡུག་གཙང་མ་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས་པ་དང་ཕྱིར་བསྐྱོད་ནས་ཁྱིམ་དུ་ལོག་སྐབས་ལམ་སེང་ལག་པ་གཙང་མ་བཀྲུ་་་་་་་དགོས།ཁུལ་ཆུང་གི་ཕྱིའི་ཁོར་ཡུག་ལ་ཁ་ལུད་སྣ་ལུད་དང་།སྐྱུག་པ།བཙོག་གཅིན་བཅས་ཀྱི་སྦགས་བཙོག་མེད་ཚེ་་་རྩ་དོན་ཐོག་དུག་སེལ་བྱེད་དགོས་མེད་ལ་ཁུལ་ཆུང་དུ་འགྲོ་འོང་བྱེད་པའི་རླངས་འཁོར་གྱི་ཕྱི་ངོས་ལའང་དུག་སེལ་་་་་་་བྱེད་དགོས་མེད་པའི་གྲོས་འགོ་བཏོན་ཡོད།
དུག་སེལ་གཤེར་ཁུ་གར་དྲགས་པ་དང་སླ་དྲགས་པ།
དུག་སེལ་གཤེར་ཁུ་དེ་ཙམ་གྱིས་གར་ཚེ་དུག་སེལ་བྱེད་ནུས་དེ་བས་ཆེ་བའི་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།དོན་དངོས་ཐོག་དེ་འདྲ་མིན།ནུས་ཤུགས་ཆེ་བའི་དུག་སེལ་གཤེར་ཁུར་གནོད་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོད།དུག་སེལ་གཤེར་ཁུ་གར་་་་་་་་་དྲགས་ན་མིའི་ཁ་ནང་དང་།དབུགས་ལམ།གློ་བ་སོགས་ལ་གནོད་ཀྱི་ཡོད།ཐ་ན་དབང་པོར་གནོད་སྐྱོན་ཕོག་པའི་་་ཉེན་ཁ་ཡང་ཡོད།ཁྲོམ་རར་བཙོངས་བའི་དུག་སེལ་གཤེར་ཁུ་སྤྱོད་སྐབས་གསལ་བཤད་ཡི་གེ་ལྟར་སླ་རུ་བཏང་རྗེས་་་་བེད་སྤྱོད་བྱེད་དགོས།དུག་སེལ་བྱེད་སྐབས་ཅིའུ་ཅིང་75%ཡི་གར་ཚད་ལྡན་པ་དེ་སྤྱོད་དགོས།
རིགས་མི་འདྲ་བའི་དུག་སེལ་གཤེར་ཁུ་མཉམ་བསྲེས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པ།
རིགས་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཡན་གྱི་དུག་སེལ་གཤེར་ཁུ་མཉམ་བསྲེས་བྱས་ཚེ་རྫས་འགྱུར་གྱི་སྣང་ཚུལ་ཐོན་ནས་ལུས་་པོར་གནོད་སྲིད།84དུག་སེལ་གཤེར་ཁུ་དང་ཅིའུ་ཅིང་འདྲེས་རྗེས་ཐོན་པའི་ཁིལ་རླངས་ཀྱིས་དབུགས་ལམ་ལ་་་་་་་་་་་་གནོད་པ་དང་།གར་ཚད་སྨི་རྒྱ་དཔངས་གྲུ་བཞི་རེར་ཧའོ་ཁེ་3000ལ་སླེབས་ཚེ་སྲོག་ཉེན་ཡོད།84དུག་སེལ་་་་་་་་་་་་གཤེར་ཁུ་དང་གསང་སྤྱོད་འཁྲུད་ཆས་མཉམ་བསྲེས་བྱས་ཚེ་དུག་རླངས་ཐོན་ནས་མིད་པ་དང་དབུགས་ལམ་དང་གློ་་་་་བར་གནོད་ནས་དུག་ཕོག་སྲིད།གོས་འཁྲུད་གཤེར་ཁུ་དང་དུག་སེལ་གཤེར་ཁུ་མཉམ་བསྲེས་བྱས་ནས་སྤྱོད་མི་རུང་།

ཁྱིམ་ཚང་དུ་དུག་སེལ་བྱེད་སྐབས་ནོར་འཁྲུལ་
ཤོར་སླ་བའི་གནད་འགའ་ཞིག