



ལྷག་བ་ཚུ་སྒྲིག་ས་ཚུགས་ཆེན་མོ་ལི་ཆུ་རགས་བསྐྱར་འགོ་བཙུགས།

ལྷག་བ་ཚུ་སྒྲིག་ས་ཚུགས་ཀྱི་ཆུ་རགས་བསྐྱར་འགོ་བཙུག་པའི་མཆད་སྐོར་ལྷག་བ་ཚུ་སྒྲིག་འབྲི་ཆུ་སྐོར་ཆུང་གི་ལྷག་བ་འགན་འཁུར་མི་ལྷན་ཚུ་རགས་བསྐྱར་འགོ་ཚུགས་པ་ཁྱབ་བསྐྱགས་བྱས་ཆེས་ཆང་ས་འཁོར་ཐོག་མ་དེས་ས་རྒྱ་ཆེ་ཆང་ས་འཁོར་གང་ཆུ་རགས་སུ་སྒྲིགས་ནས་ཀྱང་གོ་བོ་ལྷག་བ་འབྲི་ཆུ་སྐོར་ཆུང་གི་ལྷག་བ་ཚུ་སྒྲིག་ས་ཚུགས་ཀྱི་ཆུ་རགས་དངོས་སུ་སྐྱར་འགོ་བཙུགས། དེ་ནི་འཛམ་གླིང་རིམ་པའི་ཆུ་སྒྲིག་ལས་གཞིའི་ཆུ་རགས་ལས་གྲུ་དེ་ཆུ་རགས་མང་གཤར་གྱི་བའི་ཐོག་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་སྐོར་སྐྱར་བྱེད་པའི་དུས་རིམ་དུ་སྒྲིབས་པ་མ་ཆོད།

ལྷག་བ་ཚུ་སྒྲིག་ས་ཚུགས་ནི་ཆུལ་ཁབ་ཀྱི་“ལོ་ལྷའི་འཆར་འགོད་བཟུ་བཞི་པ་”ཡི་རྩ་ས་ཆུ་གཙང་མའི་ཉེན་གཤིག་ཅོ་ཕོ་ཕྱེ་འབྲི་ཆུ་སྐོར་ཆུང་གི་ཁྱོན་བོད་ས་མཆོམས་ཀྱི་ཆུལ་ཁབ་ཀྱི་གཙང་པོའི་མཛེས་སྡེ་རས་གཞིག་ཅིག་ཅན་གྱི་དཔེ་ལྷན་ཉེན་གཞིའི་གྲུབ་ཆ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། རང་ཁྱལ་འབབ་ཐང་རྒྱུ་དང་བོད་རྒྱུ་རྒྱུར་ཁམས་རྒྱུ་དང་གི་ས་ཁོངས་སུ་གནས་ཡོད་ཅིང་། སྒྲིག་འདོན་འབྲུལ་འཁོར་གྱི་སྒྲིག་འདོན་ཆད་སྐོར་ལ་ཁྱི་200ལ་ཟིན། ལོ་མང་རིང་ཆ་སྒྲིམས་སྒྲིག་གཏོར་ཆད་ཆ་སྐོར་དེར་སྐོར་ལ་དུང་བྱ་90.89ལ་ཟིན་པས། 2019ལོའི་ལྷ་བ་དང་པོར་ཆུལ་ཁབ་འཕེལ་རྒྱས་དང་བཅས་བསྐྱར་ལྷ་ལྷན་གྱི་ཞིབ་བཤེར་ཆོག་མཆན་ཐོབ་པ་དང་། 2021ལོའི་ལྷ་བ་11པར་གཙང་པོའི་བཟུར་རྒྱུ་བཀག་། 2026ལོའི་ལོ་མཇུག་ཀྱི་འབྲུལ་ཆད་དང་པོ་ནས་སྒྲིག་གཏོར་ཆེས་ཡོད། ཆུ་སྒྲིག་ས་ཚུགས་བསྐྱར་ཆར་རྒྱས་ལོ་རེར་ཆད་ལྷན་རྒྱུ་ཁྱི་282ཉུང་དུ་

གཏང་རྒྱ་དང་། དབྱར་གཉིས་ལྷན་རྒྱས་ཕྱིར་འབྱར་བྱེད་ཆད་ཁྱི་685ཉུང་དུ་བྱེད་རྒྱ་དང་།

ལྷག་བ་འབྲི་ཆུ་སྐོར་ཆུང་འབབ་ཐང་གི་གཉེར་ཁང་(ལྷག་བ་ཡན་ལག་སྒྲིག་གཉེར་ཁང་)ལས་གཞིའི་ལག་ཆ་ལ་ཕུལ་ཡི་ཀྱང་རེན་གྱིས་དོ་སྦྱོར་བྱས་པ་ལྟར་ན། ལྷག་བ་ཚུ་སྒྲིག་ས་ཚུགས་ནི་ཆུ་ཕོ་བཟུར་ལམ་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་པའི་ཨར་འདམ་གྱི་ཆུ་རགས་ཡིན་ལ། སྒྱི་འཁོར་སྒྲིའི་1700ཙམ་དང་། རགས་སྒྲེད་གི་མཐོ་ཆད་སྒྲི་2709ལ་ཟིན། ཆུ་རགས་མཐོ་བ་དང་ས་འགྲལ་འགོག་སྤྱད་རིགས་ཀྱི་ཆུ་རགས་འཛམ་གླིང་གི་ཨང་དང་པོར་བྱར་ཡོད། རྒྱུ་མཐུད་ཀྱི་ཆུ་རགས་སྤྱི་ཆད་འགན་ལེན་བྱ་ཆེད། ལྷག་བ་ཡན་ལག་སྒྲིག་གཉེར་ཁང་གིས་ཆུལ་ནང་གི་མཐོ་སྒྲིབ་གྲགས་ཅན་དང་མཉམ་འབྲེལ་བྱས་ནས་ལྷག་བ་ཚུ་སྒྲིག་ས་ཚུགས་ཀྱི་རིག་རྩ་ས་ཆུ་རགས་མ་ལག་བསྐྱར་པ་དང་། ཆུ་རགས་སྐྱར་པའི་བཟུད་རིམ་རིག་རྩ་ས་ཤེས་ཆོར་དང་། དབྱེ་ཞིབ། ཞེག་འདོན་ཆོད་འཛིག། རིག་རྩ་ས་ཁོ་བོ་མཉམ་པའི་འབྲུལ་འཁོར་ཆོག་མས་པའི་མཉམ་པ་ལས་སྤོར་བཅས་མངོན་འབྱར་བྱས་ཆུ་རགས་བསྐྱར་རྒྱ་དེ་ཨང་གི་ཅན་ནས་རིག་རྩ་ས་ཅན་དུ་མཛོང་སྒྲིད་ཐུབ་པ་དང་དུས་རབས་གསར་པའི་ཆུ་བོད་ཆུ་སྒྲིག་ལས་གྲུ་འཛུགས་སྐྱར་གྱི་རིག་རྩ་ས་ཅན་གྱི་ཁ་ཁྱོགས་གསར་པ་གཏོར་རྒྱ་དང་སྒྲིའི་བྱ་རྒྱ་དེད།

“ཆུ་སྒྲིག་ས་ཚུགས་ཀྱི་ཆུ་རགས་ཁུལ་གྱི་ཆུ་ལམ་དུ་སྒྲི70ལྷག་གི་མང་གཤར་བར་རིམ་སྒྲིམ་ཡོད་པའི་ནང་སྒྲི50ལྷག་ནི་འབྲེལ་མཆོད་དོགས་ཀྱི་འདམ་རྒྱའི་རིམ་པ་ཡིན་པས་ད་ཆོས་རྒྱན་དུ་



བཤད་པའི་འདམ་རྒྱུ་ཡིན། དེར་ཆུ་རགས་ཀྱི་ཆུ་བཀག་སྒྲིག་ཁང་བསྐྱར་རྒྱ་ནི་ཏ་ཅང་དཀའ་མོ་ཞིག་ཡིན། ལྷག་བ་འབྲི་ཆུ་སྐོར་ཆུང་གི་འབབ་ཐང་གི་གཉེར་ཁང་(ལྷག་བ་ཡན་ལག་སྒྲིག་གཉེར་ཁང་)གི་སྒྲིའི་ཁུལ་ལག་ཆ་ལ་ཆེན་མོ་བས་དོ་སྦྱོར་བྱས་པར་གཞིགས་ན། ལྷག་བ་འབྲི་ཆུ་སྐོར་ཆུང་གི་སྒྲིག་གཉེར་ཁང་གིས་ཡོན་རབས་པ་དང་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ཆོན་ཆལ་འགག་སྒྲིལ་བྱས་ནས་ཆུ་རགས་ཀྱི་ཆོག་མང་བཟན་དུ་ཐེངས་དང་པོ་བཏང་སྒྲིའི་འཛམ་གླིང་དུ་གཏིང་ཟབ་ཤོས་དང་གཞི་ཁྱོན་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་ཆུ་རགས་སུ་བྱུར་པ་དེད།

ཤེས་རྒྱགས་བྱང་བར་གཞིགས་ན། ལྷག་བ་འབྲི་ཆུ་སྐོར་ཆུང་གི་གཉེར་ཁང་གིས་ཉེན་

གཞིའི་རྩམ་པ་དང་གཞི་ཁྱོན་ཅན་གྱི་བསམ་བློ་གསལ་ལ་བཞེན་ནས་འབྲི་ཆུའི་སྐོར་རྒྱུ་དང་ཁྱོན་བོད་ས་མཆོམས་ཀྱི་དྲངས་གཙང་རྩ་ས་རྒྱའི་ཐོན་ཁུངས་གསར་སྒྲེལ་མཁྱོགས་སུ་གཏོར་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། མ་འོངས་པར་སྒྲིའི་གཞི་ཁྱོན་སྐོར་ལ་ཁྱི5000ནས་ཁྱི8000བར་གྱི་སྒྲིའི་འཆར་འགོད་ཅིག་ཆོག་ནས་མིག་སྔར་ཐོན་སྒྲིད་བྱེད་འགོ་བཙུགས་ཏེ་སྐྱར་བཞིན་ཡོད། ལས་གཞི་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་བསྐྱར་རྒྱས། ས་གནས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྒྲི་ཆོག་ས་འཕེལ་རྒྱས་སྤྱི་ཆད་མཐོན་པོ་ཡོང་བར་དོན་སྤྱོད་གལ་ཆེན་ལོད།།

(ཨ་ཁྱུན་དང་བདེ་ཆེན་གྱིས་བསྐྱར།)

བྲག་མགོ་རྒྱུང་གིས་ཐེང་དུ་ཕྱི་ཕྱི་ལྷང་གོ་བོ་རྒྱང་ས་འཁོར་འཐེན་ལྷགས་ལེགས་སྒྲིམ་འགན་སྐྱོར་གྱི་ཡོངས་བསྐྱགས་ཆོག་ས་འདུར་འཆོག་ས།

ཉེ་ཆར། བྲག་མགོ་རྒྱུང་ལྷ་དང་རྒྱུང་གི་དགའ་དུ་ཀྱང་གོ་བོ་རྒྱང་ས་འཁོར་འབྲུལ་རྩ་ལུས་ཆལ་མཉམ་འབྲེལ་ལྷན་ཆོག་ས་བཅས་ཀྱིས་གཙོ་གཉེར་བྱས་པའི་“2023ལོའི་བྲག་མགོ་ཀྱང་གོ་བོ་རྒྱང་ས་འཁོར་འཐེན་ལྷགས་ལེགས་སྒྲིམ་འགན་སྐྱོར་གྱི་གསར་འགྱུར་ཡོངས་བསྐྱགས་ཆོག་ས་འདུར་ཐེང་དུ་གོ་ལ་རྩལ་ཕོ་རྩེ་གནས་སུ་འཆོག་ས་པ་དེད། ཀྱང་གོ་བོ་སྒྲིལ་པར་བྱ་གཞག་གི་གཟུགས་བརྟན་ཕོ་ཉ་ལྷ་ཆའི་ཆེད་དང་། ཀྱང་གོ་བོ་རྒྱང་ས་འཁོར་འབྲུལ་རྩ་ལུས་ཆལ་མཉམ་འབྲེལ་ལྷན་ཆོག་ས། བྲག་མགོ་རྒྱུང་གི་འབྲེལ་ཡོད་མགོ་ཁྱོད་བཅས་ཡོངས་བསྐྱགས་ཆོག་ས་འདུར་ལྷགས་ཡོད།

ཤེས་རྒྱགས་བྱང་བར་གཞིགས་ན། “2023བྲག་མགོ་ཀྱང་གོ་བོ་རྒྱང་ས་འཁོར་འཐེན་ལྷགས་ལེགས་སྒྲིམ་འགན་སྐྱོར་དེ་སྒྲིའི་ཁྱི་14ནས་16ཉིན་བར་བྲག་མགོ་རྒྱུང་གི་སྒྲིའི་ལྷ་ལྷན་ལ། འགན་སྐྱོར་དེ་དུས་མཆོམས་གཉིས་སུ་དབྱེ་ནས་སྒྲིལ་རྒྱ་སྒྲིའི་ཁྱི་14དང་ཆོས་15ཉིན་ནི་དུས་མཆོམས་དང་པོ་ཡིན། ཁྱི་16ཉིན་ནི་དུས་མཆོམས་གཉིས་པ་དེ་ཡིན། འགན་སྐྱོར་གྱི་སྒྲིའི་ལམ་ཐག་སྒྲིའི་160ལ་ཟིན་པ་དང་ད་སྔའི་བར་འགན་སྐྱོར་དུ་འགན་ལྷགས་པ་70ལྷག་གིས་མིང་ཐོ་བཀོད་ཡོད། ད་ཐེངས་ཀྱི་འཐེན་ལྷགས་འགན་སྐྱོར་ནི་ད་ལོའི་ཀྱང་གོ་བོ་རྒྱང་ས་འཁོར་གྱི་འཐེན་ལྷགས་ལེགས་སྒྲིམ་འགན་སྐྱོར་གྱི་ས་ཚུགས་དང་པོ་དེ་ཡིན་ལ་ས་བབ་མཐོ་བའི་ས་ཁུལ་དུ་ཀྱང་གོ་བོ་རྒྱང་ས་འཁོར་གྱི་འཐེན་ལྷགས་ལེགས་སྒྲིམ་འགན་སྐྱོར་བྱེད་ཐེངས་དང་པོ་ཡོང་ཐེད།

ཀྱང་གོ་བོ་རྒྱང་ས་འཁོར་གྱི་འཐེན་ལྷགས་ལེགས་སྒྲིམ་འགན་བསྐྱར་(CRC)ནི་ཀྱང་གོ་བོ་རྒྱང་ས་འཁོར་འབྲུལ་རྩའི་ལུས་ཆལ་མཉམ་འབྲེལ་ལྷན་ཆོག་ས་དང་བྲག་མགོ་རྒྱུང་གཉིས་ཀྱིས་མཉམ་འབྲེལ་བྱས་ནས་སྒྲེལ་བའི་འགན་སྐྱོར་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ལ། དེའི་དམིགས་ཡུལ་ནི་ཀྱང་གོ་བོ་རྒྱང་ས་འཁོར་གྱི་འཐེན་ལྷགས་ལེགས་སྒྲིམ་འགན་སྐྱོར་འཕེལ་རྒྱས་དང་བྲག་མགོ་རྒྱུང་གི་ལུས་སྐོར་དཔལ་འབྱོར་དར་རྒྱས་འགྲོ་རྒྱར་སྒྲེལ་འདོད་གཏོར་རྒྱ་དེ་ཡིན་པ་དེད། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་དེ་ཐེངས་ཀྱི་འགན་སྐྱོར་དེའང་ཀྱང་གོ་བོ་རྒྱང་ས་འཁོར་གྱི་འཐེན་ལྷགས་ལ་དགའ་པོ་བྱེད་མཁན་ཆོར་རང་ཉིད་ཀྱི་གར་སྒྲིག་ཤིག་མཐོ་འདོན་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན།

ཀྱང་གོ་བོ་རྒྱང་ས་འཁོར་དང་འབྲུལ་རྩ་ལུས་ཆལ་མཉམ་འབྲེལ་ལྷན་ཆོག་ས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་འགན་འཁུར་བས་ཀྱང་གོ་བོ་རྒྱང་ས་འཁོར་གྱི་འཐེན་ལྷགས་ལེགས་སྒྲིམ་འགན་སྐྱོར་ནི་ཀྱང་གོ་བོ་རིམ་པ་མཐོ་ཤོས་ཀྱི་རྒྱང་ས་འཁོར་གྱི་འཐེན་ལྷགས་འགན་སྐྱོར་ཞིག་རེད། འགན་སྐྱོར་དེ་སྒྲིའི་1997ལོར་གཉེར་བ་ནས་བཟུང་ལོ་ནི་ལྷ་ལྷན་ཅན་གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་པའི་དང་གཉེར་བ་དང་འགན་སྐྱོར་གྱི་ལྷགས་སྒྲིལ་ཐེབས་ལྷགས་ཆུལ་ཡོངས་དང་ཐ་ན་ཨི་ཤེ་ཡའི་ཞི་བདེ་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་མའི་ས་ཁུལ་དུ་ཁྱབ་ཡོད།

ཀྱང་གོ་བོ་སྒྲིལ་བར་བྱ་གཞག་གི་གཟུགས་བརྟན་ཕོ་ཉ་ལྷ་ཆའི་ཆེད་གིས་སྐབས་འདིའི་2023ལོའི་ཀྱང་གོ་བོ་རྒྱང་ས་འཁོར་གྱི་འཐེན་ལྷགས་ལེགས་སྒྲིམ་འགན་སྐྱོར་དང་ཀྱང་གོ་དགོ་ལས་མཐུན་ཆོག་ས་ཀྱི་རོགས་སྐྱོར་ཆོད་པ་མཉམ་འབྲེལ་གྱིས་རྒྱ་ཆེད་རྒྱང་ས་འཁོར་འགན་སྐྱོར་ལ་དགའ་པོ་བྱེད་མཁན་དང་ལྷན་པ་ལྟན་ནས་དགོ་ལས་སྒྲིལ་བར་བྱ་གཞག་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་ཉེ་འགྲམ་གྱི་ཉམས་ཞན་ཆོག་ས་སྤྱིར་དོ་ཁུར་བྱས་ཏེ་སྒྲི་ཆོག་ས་འཕེལ་རྒྱས་ཆེད་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐོབ་སྐྱོར་ལེགས་སྒྲིམ་ས་འབྲུལ་རྒྱའི་འཕོད་སྒྲུལ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།

ཡོངས་བསྐྱགས་ཆོག་ས་འདུའི་རིང་། གཙོ་གཉེར་བྱས་ཀྱིས་ད་དུང་ཁོ་བོ་འབྲེལ་མཉམ་པོ་གཤན་དྲངས་ཏེ་ཁོ་ཆོར་འགན་སྐྱོར་གྱི་བཀོད་སྒྲིག་དང་འགན་རའི་ཁོར་ཡུག་སྒྲིགས་ཀྱི་ཐད་ཀྱོས་འགོ་བཙོན་པ་དེད། ད་ཐེངས་ཀྱི་འགན་སྐྱོར་གཉེར་བ་དེས་ཀྱང་གོ་བོ་རྒྱང་ས་འཁོར་གྱི་འཐེན་ལྷགས་ལེགས་སྒྲིམ་འགན་སྐྱོར་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་རྒྱར་གསོན་ལྷགས་དང་སྒྲུལ་ལྷགས་གསར་པ་སྒྲིལ་རྒྱ་དང་དུས་མཆོད་ས་རྒྱང་ས་འཁོར་ལ་དགའ་པོ་བྱེད་མཁན་ལ་མཐོང་ཆོར་གྱི་སྐོར་མོ་ཞིག་ཀྱང་གསོན་རྒྱ་དེད། འགན་སྐྱོར་བྱས་པ་བཟུད་སྒྲིའི་ཆོག་ས་ལས་རིགས་ཁག་གིས་ཀྱང་གོ་བོ་རྒྱང་ས་འཁོར་གྱི་འཐེན་ལྷགས་ལེགས་སྒྲིམ་འགན་སྐྱོར་ཤེས་རྒྱགས་དང་དོས་འཛིན་ཐུབ་པར་བྱས་ནས་ཀྱང་གོ་བོ་རྒྱང་ས་འཁོར་གྱི་འཐེན་ལྷགས་ལེགས་སྒྲིམ་འགན་སྐྱོར་གྱི་ལྷགས་སྒྲིལ་ཐེབས་ལྷགས་ཆེ་དུ་གཏང་རྒྱའི་རེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེད།།

(ཨ་ཁྱུན་གྱིས་བསྐྱར།)

ཁུལ་ཡོངས་སུ་ཐོག་མར་བསྐྱར་པའི་རྒྱུ་རིམ་པའི་ཨང་གི་ཆེན་མོའི་ཉེ་གནས་རྒྱུ་བྲག་རྒྱུ་དུ་སྒྲིད་འགོ་བཙུགས།

ཉེ་ཆར། ཁུལ་ཡོངས་སུ་ཐོག་མར་བསྐྱར་པའི་མ་ལག་ཅན་གྱི་གཉེར་སྐྱོར་གི་རྒྱུ་རིམ་པའི་ཨང་གི་ཆེན་མོའི་ཉེ་གནས་དེ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་དངོས་སུ་སྒྲིད་འགོ་ཚུགས་ཡོད། ཤེས་རྒྱགས་བྱང་བར་གཞིགས་ན། ཨང་གི་ཆེན་མོའི་ཉེ་གནས་འཛུགས་སྐྱོར་དང་སྤྱི་དོན་འབབ་ཁུལ་ཁྱི་ཉེ་གནས་རིམ་སྐོར་བསྐྱར་བཀོད་ལ་དུས་ཡུན་སྒྲིལ་བཅས་འགོར་བ་དང་མ་དཔལ་སྐོར་ཁྱི་3000ལྷག་བཏང་ཡོད།

ཤེས་རྒྱགས་བྱང་བར་གཞིགས་ན། རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་ཨང་གི་ཆེན་མོའི་ཉེ་གནས་ཀྱིས་“ཏང་སྤྱི་དུ་འགན་འཁུར་མཉམ་འབྲུར་ཆེན་པོ་དུག”དམ་འཛིན་བྱས་ནིར། སྒྲི་ཆོག་ས་

བཅས་སྐོར་དང་དཔལ་འབྱོར་ལེགས་སྒྲིག་སྒྲིའི་ཁམས་ཁོར་ཡུག། ཁྱི་རའི་ཉེ་སྒྲུལ་དོ་དམ། སྒྲི་པའི་ཞབས་ཁུ་སྒྲིགས་ཁྱབ་ཁོངས་ལྷན་པོར་མང་པོར་དམིགས་ཏེ། སྤྱི་དོན་དང་སྒྲི་བའི་ཡུལ་སྐོར། འཛུབ་བསྐྱར། བྲག་ས་སྐོར། རང་བྱུར་ཐོན་ཁུངས། ཆུ་བོད། འཕྲིམ་འབྲུལ་སྒྲིགས་ཀྱི་ཨང་གི་འཆོལ་བསྐྱར་དང་མཉམ་སྦྱོར། སྒྲི་འབྱེད། སྤྱང་སྤྱང་། རྒྱ་དམ་བཅས་ཀྱི་ཕྱགས་སུ་ལམ་སྒྲེལ་འཛུགས་པ་དང་འབྲུལ་ཆོར་དུ་བཏང་སྒྲིའི་ཆ་འཕྲིན་ཐོན་ཁུངས་བསྐྱར་སྒྲུལ་ལེད་སྤྱོད་མཁྱོགས་སུ་བཏང་ནས་སྒྲི་པའི་ཞབས་ཁུ་ཆད་མཐོ་དུ་རྩ་ས་ལྷན་གཏོར་བ་དང་། རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་ཨང་གི་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་