

དེབ་ཐེང་གུ་མ་གསལ་མེ་ལོང་།

བོད་རྫོང་ས་མི་དམངས་དཔེ་སྟེན་ཁང་།

དབ་ཐོན་ཀུན་གསལ་མེ་ལོང་།

ལྷན་ཚོགས་ཆེ་ཤིང་གིས་བཅུམས།

འོད་རློང་ས་མི་དམངས་དཔེ་ལྷན་ཁང་།

མདུན་ཚོག་འཆར་འཁོད་པ། བཟུམ་རྣམ།
ཚོམ་ཁྱིག་འགན་འཁུར་བ། རག་དབང་།

དེབ་ཐེར་རྒྱན་གསལ་མི་ཚང་།
ཕུན་ཚོགས་ཚེ་རིང་གིས་བརྒྱུལ་ས།



བོད་ཚོང་ས་མི་དམངས་དཔེ་ཚུན་ཁང་ནས་བཟུམ་ཉེ་བཡམ།
བོད་ཚོང་ས་མི་དམངས་དཔེ་ཚུན་ཁང་གློག་
ཐང་པར་ཁང་གིས་པར་གཞི་བཟུགས།
ཚོ་རུབ་ཚུགས་བཞུ་ས་གཤེས་པར་འདེབས་བཅོ་གྲུ་ས་པར་བཏབ།
ཚོག་ཁ་850×1168 1/32ཚོག་ཁ་16.5 ཡིག་འབྲུ་ཁྱི་31.8
2000ལོའི་ཟླ་11པར་པར་གཞི་2པར་ཐེངས་1བཏབ།
པར་གྲངས་13,526—18,525
ISBN7—223—00005—8/K·1

ཡིག་རིགས་(བོད་56) རིན་ཚང་ཚོར་21.50

责任编辑：阿 旺
封面设计：丹 朗

藏史明镜

彭措次仁著



西藏人民出版社出版发行
西藏人民出版社微机室排版
西南冶金地质印刷厂印刷

开本：850×1168 1/32 印张：16.5 字数 318 千

2000 年 11 月第 2 版 2000 年 11 月第 1 次印刷

印数：13,526—18,525

ISBN7—223—00005—8/K·1

民文(藏 56) 定价：21.50 元

པར་རྒྱུན་པར་རྒྱུན་མའི་གསལ་བཤད།

«དེའི་ཐེངས་ཀྱི་གསལ་མེ་ཚོང་» ཞེས་པ་འདི་པར་རྒྱུན་ལུགས་ཏེ་ཚེ་གསལ་
 ཚེང་པའི་རིང་རྒྱ་ཆེའི་གཞིགས་པ་པོ་དང་། ལྷག་པར་དུ་མེས་ལྷན་གཞིན་ལུ་
 མང་པོས་དེའི་ཐེངས་དེ་ནི་ཚེ་རྒྱས་ཀྱི་མོ་རིམ་ལྷན་ལ་ཆ་ཚང་བ་དང་། ཚོགས་ལུང་
 ལ་དོན་གསལ་བ། རྒྱ་ཚོང་དཔུང་གཞིའི་ཡིག་རིགས་ལུན་ལུམ་ཚོགས་ལ་
 རྒྱུང་ས་བཅའ་བ་སོགས་ཀྱི་དམེ་མཚན་མང་པོ་ལྷན་འདུག་ཅེས་བཤད་གསལ་བ་རྒྱུང་
 དང་གདེང་འཛིན་གྲངས་ལེགས་གནང་ཞིང་། དེ་བཞིན་དེའི་ཐེངས་དེ་ནི་དང་པོར་
 རྒྱུང་ས་སློབ་ལྷ་ཆེན་མོ་དང་། ལྷུང་དཔུང་མི་རིགས་སློབ་ལྷ་ཆེན་མོ། མཚོ་
 རྒྱན་ཞིང་ཆེན་ཀྱི་སློབ་ལྷ་ཁག་གཅིག་སོགས་ཀྱིས་འབྲེལ་ཡོད་ཆེད་གཞིར་ཆོན་
 ཁག་གི་སློབ་གཞི་གནང་བ་མ་ཟད། པར་རྒྱུང་ས་ཀྱི་ས་གནས་འགའ་ཞིག་
 དཔེར་ན། ལྷག་ཆུ་ས་གནས་ཀྱིས་གཞི་རིམ་ལས་ལྷུང་པར་རྒྱུན་གཅེས་རིང་
 ལུགས་ཀྱི་སློབ་གསོ་གཏོང་བའི་གལ་ཆེའི་སློབ་གཞི་ཞིག་ཏུ་བརྗེས་ནས་འབྲེལ་ས་
 སྒྲིལ་གནང་འདུག ད་ལམ་པར་ཐངས་དང་པོའི་དེའི་རྒྱལ་ས་ཡོངས་ལུ་ཚོང་
 བརྒྱུན་གྱིན་ལྷུང་ས་རྒྱུང་ས་ཀྱི་གཞིགས་པ་པོ་མང་པོས་བརྒྱུན་དུ་པར་རྒྱུན་
 ཡོང་བའི་རེ་བ་ཡང་ཡང་འདོན་གནང་མཛད་པ་ལྷན་པོར་རྒྱུང་ས་མི་དམངས་
 དཔེ་རྒྱུན་ཁང་གི་དཔུང་མི་དམངས་ལུགས་འཁྲུང་ཆེ་བཞིན་མཛད་དེ་བརྒྱུན་དུ་
 པར་རྒྱུན་གནང་བ་དང་། ཐངས་འདིར་བརྒྱུན་དུ་པར་རྒྱུན་ལྷུང་སྐབས་དེ་
 རྒྱུང་ས་དེའི་ཐེངས་དེའི་ཚོགས་དོན་འབའ་ཞིག་ལ་དགོས་ཤེས་ཀྱི་བཟོ་བཅོས་གང་ཅམ་
 རྒྱུས་ཡོད། གཞན་ཡང་དཔེ་དེའི་འདིའི་མཚུགས་ཏུ་རྒྱུན་ལྷན་སེལ་མ་བཅུ་
 གཞིན་ཀྱི་རེ་ལུ་མིག་དང་། ལུང་རྒྱུན་བཅའ་པོ་རིམ་ལྷན་ཀྱི་རེ་ལུ་མིག ས་རྒྱུ་
 དང་སྐག་ལྷ་མིང་འཛིན་རིམ་ལྷན་ཀྱི་རེ་ལུ་མིག ལུ་ལའི་སྐམ་དང་པར་ཆེན་སྐམ་

EA38 1106

ཕྱང་རིམ་ཕྱོག་གི་རེའུ་མིག་ མིད་རྫོང་དང་བཀའ་རྫོན་རིམ་ཕྱོག་གི་རེའུ་མིག་
དེ་བཞིན་རྒྱུ་ལོ་དང་བོད་ཀྱི་ལོ་ཁམས་ཤན་ལྷུར་གི་རེའུ་མིག་སོགས་ཁ་རྫོན་བྱས་
ཡོད། འོན་ཀྱང་ད་དུང་དཔེ་དབུ་འདིའི་ནང་རྫོན་དང་ལོ་རྒྱུ་ལོ་ཉུང་བ་
ཞིག་ཡོད་མིད་པས་རྒྱ་ཆེའི་གཞིགས་པ་པོ་དང་། ལྷག་པར་དུ་གཟུར་གནས་
མཁས་དབང་རྣམས་གིས་གང་ཅིའི་བཀའ་རྫོབ་དང་དགོངས་འཆར་ཡོད་པ་ལྟ།

རྩམ་པ་པོས།

མྱོད་ གཞི།

མེས་ཀྱི་ལྷ་མོ་མང་འཁོར་ས་བསྟོན་མེད་ཡིན་པའི་ཐོད་འདི་ནི་ས་ཀྱི་ཆེ་ཞིང་
 མོན་ཁྲུང་ས་སྤོན་སྤུལ་ཚོགས་པ་དང་། དུལ་གྱི་བབ་དང་རྒྱུང་ས་གྱི་བཀོད་པར་
 སྤོན་མོང་མེན་པའི་ཁྲུང་ཚོས་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན། ལས་ལ་བརྩོན་ཞིང་གཞུང་
 ཏུང་བ་དང་། རྩོད་ལྷན་ཞིང་དཔལ་རར་ཆེ་བའི་ཐོད་རིགས་མི་དམངས་
 ཚོས་དུས་དྲུག་རིང་ཐོའི་ལོ་རྒྱུས་འཕེལ་རིམ་ནང་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤོན་མོང་
 མེན་པའི་རིག་གནས་སྤོན་སྤུལ་ཚོགས་པ་བསྐྱབ་ཡོད་པ་མ་ཟད། སྤོན་རྒྱ་མི་
 རིགས་ཁག་དང་མཉམ་དུ་རྒྱབ་ས་ཆེན་མོས་ཀྱིས་གསར་སྤོན་དང་གོང་དུ་སྤོལ་
 བའི་བྱ་རིམ་ནང་གཟེ་བརྟེན་ལྷན་པའི་ལོ་ས་འགན་བསྐྱབ་ས་ཡོད་པ་རེད།

རྒྱུང་ས་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་ས་ཚུན་སྤྱི་ལེ་གྲུ་བཞི་མ་ཁྲི་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཉིས་
 ལྷག་ཙམ་ཡོད་པ་དེས་ཀྱིས་ཡོངས་ཀྱི་བརྒྱད་ཟུར་གཅིག་ཙམ་ཟིན་པ་དང་།
 མེན་ཅང་སྤོན་སྤུལ་ཡོངས་ཀྱི་ས་ཀྱི་ཆེ་མོས་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་ས་ཚུན་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན།
 ཕྱི་རི་ཀྱིས་ཁྲུང་དང་བསྐྱར་བ་རྒྱ་རན་སི་ལས་ལྷན་པ་གཅིག་དང་། རི་བོན་ལས་
 ལྷན་པ་གཉིས། དེའི་ལོ་ས་ལྷན་པ་གསུམ་བཅས་ཀྱིས་ཆེ་བ་ཡོད། ཐོད་ཀྱི་ཆ་
 རྩོམས་མཚོ་ཆད་ནི་རྒྱ་མཚོའི་རོ་ས་ལས་སྤྱི་ཁྲི་བཞི་རྩེད་ལྷག་ཙམ་ཡོད་པས་འདྲམ་
 སྤོང་གི་ཡང་ཆེ་ཞེས་འཇིག་རྟེན་ལ་གསལ་མེད་ཀྱི་ཆེ། གངས་རིའི་ར་བས་
 བསྟོར་བ་དང་། བརྟེན་ཆགས་ལྷན་སྤོན་པའི་རྒྱུང་ས་འདིར་ཐོད་རིགས་དང་།
 རྒྱ་རིགས། ཏུའེ་རིགས། མོན་པ་རིགས། རྩོད་པ་རིགས་བཅས་དང་། དེ་
 བཞིན་སྤོང་པ་དང་གར་པ་སོགས་ཚུན་བསྟོན་པའི་འདོད་ཀྱི་240ལྷག་ཙམ་

མཛེལ་མཐུན་མཉམ་གནས་གྱིས་འཚོ་བ་སྐྱེལ་བཞིན་དུ་གནས།

ཐོད་ཁ་བ་ཅན་འདིར་གྲགས་ཆེ་བའི་རི་བོ་ཉི་མ་ལ་ཡ་དང་། རྩོད་གངས་རིན་པོ་ཆེ། རྩོད་ཐོད་དམར་པོ་རི། བསམ་ཡས་ཉམ་པོ་རི། བག་ཐོད་རོ་བ་རི། དཔལ་ཆེན་རྩེ་རི་སོགས་དུ་མ་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་ཉི་མ་ལ་ཡ་ནི་རིན་ཆེན་སྐྱ་ལྷ་ལས་གྲུབ་པའི་འཛེམ་སྒྲིང་གི་གཙུག་རྒྱན་དང་མཚུངས་པས་གཟུང་གནས་སྐྱེ་བོ་ཀྱན་གྱིས་བཟགས་པའི་ཡུལ་ཡིན་པ་ནི་སྟོན་ཅི།

ཚན་རིག་མཁས་ཅན་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་རང་སྲུང་ཁམས་ལ་དཔྱད་ཞིབ་བྱེད་པར་ཉེ་བར་མཚོ་བའི་ཚོར་དུ་དགོས་འདོད་ཀྱང་འཕྱང་ལྷུང་དུ་མཛོན་ནས་དེར་ཚན་རིག་རྣོག་ཞིབ་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། ཐོད་ས་མཚོའི་ཚོག་རྩེ་ཐོ་ཆེན་པོ་ཡར་སྲུང་གཙང་པོ་དང་། དེ་བཞིན་རྒྱལ་མོ་རྒྱལ་རྒྱ། རྩོད་རྩོད་རྩོད་རྩོད་རྩོད་རྩོད་སེར་གཙང་པོ། ཉམ་རྩེ་སོགས་རྩེ་རྩུང་རི་སྐྱོད་དང་། མ་མམ་གཡུ་མཚོ། ཡར་འཕྲོག་གཡུ་མཚོ། གནམ་མཚོ་རྩུག་མོ་སོགས་མཚོ་དང་མཚོའུ་བརྗོད་གྱིས་མི་ཡར་བ་ཡོད།

བརྗོད་ཆགས་ཡིད་དུ་འོང་བའི་གངས་རི་དང་། སྤང་རི། རྩེ་རི། བགས་རྩུང་། རེའུ་གསེང་བཅས་གྱི་དཔྱད་བྱ་སྣུག་དང་། གཟིག་དོམ། རྩོད་མོང་། བསེ་བྱ། དོམ་བྲ། རྩོད་ལྷོ། ལུ་བ། ལྷ་བ། དགོ་བ་སོགས་རི་དུགས་རྩེ་དང་རྩོ། གཞན་ཡང་ཞེ་ཚོ་དང་། རྩེ་བྱ། རྩུང་རྩུང་། འཛེལ་མོ། རྩེ་བྱ། རྩེ་བྱ་མོང་མོ། སེར་སྲུང་དང་པ་ལ་སོགས་བྱ་རིགས་མི་འདུ་བ་གངས་ལས་འདས་པ་ཡོད།

དེ་དུང་ཐོད་དུ་གསེར་དང་། དེའུ་ཟངས། ལྷགས། ཉི་མ་ཁ་རྩོ། ཚེ་ལ་དགར་པོ། རྩེ་ལ་སོགས་གང་ཅིར་དགོས་མཚོ་ཆེ་ཞིང་རིན་ཐང་བུལ་བའི་གཉེར་རིགས་བརྒྱ་ལྷག་ཡོད་པས་མེས་རྒྱལ་གྱི་གཉེར་རྩེ་ཚོར་དུའི་བར་མཛོད་ཅིག་ཡིན། མོ་དང་། བསམ་སྣོན་ལ། འབྲས། ལུ་པོ།

རིག་གཞུང་སོགས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་སྐྱེལ་འདེད་ཆེན་པོ་བྱུང་། ས་སྐྱེལ་(སྐྱི་
 ལོ་648) ལོར་ཐང་གི་སོ་ཉ་མང་ཤོན་ཚལ་རྒྱ་གར་དུ་འཚམས་འདྲིར་རྒྱུད་སྐབས་
 རྒྱ་གར་བས་ངོ་ལོག་སྟེ་ཐང་གི་སོ་ཉ་དུ་མ་བཤོར་ས་པ་ན། སྤོར་བཅོན་གྲམ་
 པོས་དཔུང་གི་ར་མདར་རྟ་དམག་གི་སྐག་མངགས་ཏེ་རྒྱ་གར་བའི་བྱིང་ཆ་ཉིང་
 འཇགས་སུ་བཏང་། དེ་རྗེས་ཐང་གའི་ཚུང་གིས་སྤོར་བཅོན་གྲམ་པོར་མག་
 པའི་ཚོ་ལོང་དང་མཚོ་ཚོན་རྒྱལ་པོའི་ཚོ་ལོ་སོགས་བསྐྱེལ། དེ་སྐྱར་བོད་ཀྱི་འདུན་
 པ་ལྟར་དར་འབྱུང་དང་། རེལ། ཨ་རག་རྒྱ་འཕོར་སོགས་ཀྱི་ལག་རྩལ་པ་
 བོད་དུ་མངགས། ལྷགས་ཁྲི་(སྐྱི་ལོ་710) ལོར་གྱིམ་ཤིང་གོང་རྩ་བསྐྱེལ་མཐའ་
 བོད་ཀྱི་སོ་ཉ་རྣམས་དྲང་ཨན་དུ་བཞུགས་སྐབས་ཐང་བོད་དབར་རྟ་ཅེད་སྤོ་ལོའི་
 འགན་བསྐྱར་བྱས། ལྷགས་ཐང་(སྐྱི་ལོ་821) ལོར་བོད་ཀྱི་སོ་ཉ་རྣམས་དྲང་
 ཨན་དུ་འཕྱོར། བཅོན་པོ་གི་གཙུག་ལྗེ་བཅོན་དང་སློབ་ཆེན་བླ་ཁ་དཔལ་གྱི་
 ཡོན་ཏན་གྱི་རེ་འདུན་ལྟར་རྒྱ་བོད་རྒྱན་རྒྱ་མི་རིགས་དབར་མཇེད་བཅེ་མཉམ་
 ལན་ས་ཡོང་ཆེད་བཀའ་སློན་ཡུན་རིང་མཇེད་དེ་དཔོན་ཁང་རྩ་རིང་བཅུགས།
 ལན་མ་ལ་ཉི་རྩ་བྱུང་གཅིག ས་ལ་བཅོན་པོ་དཔོན་ཁང་། ལེས་སྐྱོན་པའི་
 ཐགས་པ་ས་ཉིང་ཀྱན་ཏུ་བྱུང།

སྐྱི་ལོའི་དུས་རབས་དགུ་པའི་དུས་མཇུག་བོད་རྗེ་དཔལ་འཕོར་བཅོན་གྱི་
 དུས་སུ་སོག་མར་མདོ་སྐད་ནས་འབངས་གྱུན་ལོག་ལྷུང་ལྟེ་རིམ་བཞིན་ས་གནས་
 མང་པོར་རྒྱ་བསྐྱེད། དེ་ནས་བཟུང་དུས་རབས་བཅུ་གསུམ་པའི་དུས་དཀྱིལ་
 བར་ལོ་300ལྷག་ཙམ་རིང་བོད་འདི་སེལ་ལུར་ལྷུར་པའི་དུས་སྐབས་སུ་འད་རྒྱ་
 བོད་མི་རིགས་དབར་ཆབ་སྲིད་དང་། དཔལ་འཕྱོར། རིག་གནས་སོགས་
 ལང་ཅིའི་འབྲེལ་བ་སྐྱེ་མཐུན་རེ་བྱ་ཏུ་སོང་ཡོད་པ་དང་ལྷག་ཏུ་ཚོང་ལས་ཀྱི་
 འབྲེལ་བ་དེ་བས་རྒྱ་ཆེ་བྱུང་རོ།

བོད་རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་ལྷགས་ཀྱི་(སྐྱི་ལོ་1240) ལོར་ཨེ་ཆེན་གོ་དན་

བལྟལ་བ་དང་། དེ་བཞིན་ཐོད་ས་གནས་ཁག་གི་དཔོན་རིགས་ཆེ་ཁག་དང་
 ཀྲམ་པ་སོགས་ལྷ་མ་ཆེ་གས་ལའང་བཀའ་ཤོག་དང་གཞེང་ས་བརྟེན་གྱི་ཚོམ་མིམ་
 པ་བལྟལ།

ཆིང་རྒྱལ་རབས་ (ཐོད་རབ་ལྷུང་བཅུ་གཅིག་པའི་ཚུ་འབྲུག་ལོ། ལྷི་ལོ་
 1652) ཏུས་ལྷ་མོང་མ་ལུན་ཅི་མཚོག་ནས་ཐོད་གྱི་ཚོམ་སྲིད་གྱི་ལྷེད་པོ་རྣམས་ལའི་
 ལྷ་མ་སྲུ་མེང་ལྷ་པ་རྣོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་པེ་ཅིང་ཏུ་གདན་དྲངས་ཏེ་འཆས་དབྱངས་
 མོང་མ་ཆེན་པོས་གསེར་བྱང་མཐུག་མོས་ཞེང་སོར་བཞི་ཅམ་དང་དབྱུས་མཚོ་
 གང་ཅམ་བཞེགས་བཅོལ་སོ་སོ་ལྷ་ལྷུང་ལྷུང་ལྷུང་ལྷུང་ལྷུང་ལྷུང་ལྷུང་ལྷུང་
 ཐོད་ཅོར་གསུམ་གྱི་ཡི་གེར་“ཏུབ་གྱི་ལྷ་གནས་ཚོས་དགེ་བར་བདེ་བར་གནས་
 པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་བཀའ་ལྱང་གནས་ལོག་གི་སྐྱེ་འཁོར་ཐམས་ཅད་བརྟན་པ་”
 གཅིག་ཏུ་ལྷུང་པ་འབྲུར་མེད་རྣོ་རྣོ་འཆང་རྒྱ་མཚོའི་ལྷ་མ་” ཞེས་འཛོད་པའི་
 འཆང་ས་དང་། གསེར་ཐམ་སྐད་ཡིག་བཞིའི་འབྲུར་“ཏུབ་ལྷུགས་གྱི་ལྷུང་
 ལྷུང་ཞི་བ་སངས་རྒྱལ་རྒྱ་ཆེན་ལྷོན་ལ་སངས་རྒྱལ་བཟུན་པའི་སངས་བདག་
 ཐམས་ཅད་མཆོད་པ་རྣོ་རྣོ་འཆང་རྣམས་ལའི་ཐམ་ཀ” ཞེས་འཛོད་པ་བཅས་བལྟལ།
 དེ་རྣོས་མོང་མ་ཆེན་པོའི་བཀའ་སངས་ཐོད་བཞུགས་ཨམ་བན་དེས་ལྷུང་
 བཅོགས། ལྷུགས་ལྷུག་ (ལྷི་ལོ་1751) ལོར། ལྷུན་མང་གི་ཞེས་པའི་རྒྱལ་
 པོའི་ལམ་ལྷུགས་མེད་པར་བཞོན་ཏེ་བཀའ་ཤག་ལས་ཁྲུང་ས་དེས་ལྷུང་བཅོགས།
 བཀའ་རྒྱོན་བཞི་བཞོན། དམ་ལྷུག་བདེ་སྲིད་མ་དང་རྟལས་དམ་སེལ་དམ་
 བལྟལ། ཐོད་གྱི་སྲིད་དབང་གི་ལྷེད་པོ་གཙོ་པོ་རྣམས་ལའི་ལྷ་མ་དང་། ཨམ་བན་
 རྣམ་གཅིས་ནས་མཛད་དགོས་པའི་བཀའ་པབ། དེ་བཞིན་རྣམས་ལྷ་མ་དང་།
 སྲིད་རྒྱུང་རིམ་ལྷུང་། ཐོད་གྱི་དཔོན་རིགས་ཆེ་གས་ཁག་ལའང་ཚོམ་མིམ་པ་
 བལྟལ།

ལྷུགས་ཐམ་ (ལྷི་ལོ་1791) ལོར་མོང་མ་ཆེན་པོ་བཅོན་འཇུག་པས་སྐར་ལང་ཐོད་

ཏུ་བཅོན་འཇུག་ལྷན་སྐྱེས་ཆེན་གྱིས་ཉེ་ས་ཆ་མང་པོ་ཉམས་བཟུང་བྱས་པ་ཅམ་ཏུ་མ་
 ཟད། བཟུང་བྱས་ཆུང་པོའི་གནའ་རྗེས་འགངས་ཆེ་བ་མང་པོ་དང་། རྣམས་
 རྒྱལ་ནས་ར་ལྷན་གྲངས་ལས་འདས་པ་འཕྲོག་བཅོམ་གྱིས་སྐྱབས་ཆེད་གོང་མ་
 ཆེན་པོས་མེས་རྒྱལ་མཐའ་མཚམས་སྤྱང་སྤྱོད་ལྱེད་ཆེད་དམག་དཔོན་ཆེན་པོ་རྒྱ་
 ཁབ་ཨན་ཚོགས་ཁྲི་དམག་པོད་ཏུ་མངགས། བས་ཚོལ་མ་ཏུངས་པ་ཚོར་
 དམག་རྣམས་ཚར་བཅད། འགངས་ཆེ་བའི་དངོས་པོ་རྣམས་དབྱ་དམག་གི་
 ལག་ནས་རྒྱར་སྤངས། རྒྱ་ལའི་སྤྲེལ་དང་། དུ་ཆེན། དགའ་ཤག་
 ཚོགས་དང་དགའ་སྡོམ་ལེགས་པར་མཛད་དེ་པོད་ཀྱི་ལས་དོན་ལྱེད་སྤྱོད་གསལ་སྤོར་
 གྱི་ཚ་འཛིན་དོན་ཚན་ཉེར་དབྱ་གཏན་ལ་སབ་པ་ཚོགས་སྤྱང་དབྱང་ཁྱིད་གཞུང་
 རིམ་བུ་པོད་ལ་བདག་དབང་གི་དབང་ཆ་ཕོངས་སྤྱེ་ལག་ལེན་བཟུང།

འོན་ཀྱང་ཏུས་རབས་བཅུ་དགུ་བའི་རྗེས་སུ་རྣམས་མེད་ཐབས་གྲུབ་གྱི་ཆེད་
 གྱུང་དབྱང་ཁྱིད་གཞུང་གིས་པོད་ཏུ་ཚོར་འཇུག་གྱི་ཁྱིད་ཏུས་རབ་དང་རིམ་པ་
 ལག་ལེན་བཟུང་བ་དང་། བཅོན་རྒྱལ་རིང་ལྷན་སྐྱེས་པའི་རན་སྐྱེས་འག་ཚོ་པ་
 ཆའི་རྗེས་འབང་བ་ལྱུང་ཤས་ཀྱིས་ཏུས་སྐབས་དེ་དང་བཟུན་ནས་པོད་ཆེར་
 བཅོན་ཞེས་དོན་ཏུ་དབྱེན་དེ་བཅོན་རྒྱལ་རིང་ལྷན་སྐྱེས་པའི་མི་མེད་སྤེལ་ཡུལ་ཏུ་
 བཟུང་སྤྱིའི་སྐོག་གཤའི་སྤྱོད་རན་རེ་མང་ཞིག་སྤེལ་ཚོད། འོན་ཏེ་པོ་རྒྱལ་གྱི་
 ཆེད་སྤྱོད་འཛོར་ཚོ་མའུ་ཏུ་བསྐོད་པར་ལོག་སྤྱོད་སྤོབས་ལྷན་སྐྱེས་ཆེད་ལྷན་
 གིས་གྱུང་འགོག་ཐབས་མེད་ཅིང་། དེ་ལས་སྐོག་སྤེལ་བོད་ཀྱི་མི་རིགས་ཁག་གི་
 མི་དམངས་དང་མཚོ་རིམ་རྒྱལ་གཅེས་མི་རྣམས་ཐབས་བཟུ་བྱས་སྤོར་གི་སྐོར་ནས་
 འབབ་ཚོད་མཐར་ཕྱིན་གྱིས་ཉེ་མེས་རྒྱལ་གྱི་མཐའ་མཚམས་དང་། རང་ཉིད་
 གྱི་ས་ཡུལ་སྤྱང་སྤྱོད་བྱས། ཏུས་མཚུངས་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་མེས་རྒྱལ་ས་
 གནས་ཁག་ལ་གསར་བརྗེའི་མི་སྤེལ་རབ་ཏུ་འབར་བ་དང་། རྒྱབས་ཆེན་གྱི་ཚོ་
 གྱུང་ཁྲན་ཏང་གི་ཡང་དག་པའི་དབྱ་ཁྱིད་འོག་མི་དམངས་བཅིངས་འཕྲོལ་

དཀར་ ཚལ་

མིང་གཞི།
མཉུན་དང་པོ།

གངས་ཚན་གྱི་ཡུལ་འདིར་འཕྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་དཀར་
བ་དང་། བོད་རིགས་འབྲུང་ཚུལ་རྫོང་། (1)

དང་པོ། གངས་ཚན་གྱི་ཡུལ་འདིར་འཕྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་
དཀར་བའི་རྫོང་། (1)

གཉིས་པ། བོད་ཅེས་པའི་མིང་གི་ཚོ་བ་ཚུལ་དང་། བོད་རིགས་
འབྲུང་ཚུལ་རྫོང་། (8)

མཉུན་གཉིས་པ། མཚོ་བོད་རྒྱལ་རབས་གྱི་དུས་རྒྱུས་ལྟར་། (12)

དང་པོ། ཡལ་རིམ་འབྲུང་ཚུལ་དང་། གཉེན་མེད་བཅོམ་པོ་སོང་།
གནམ་གྱི་ཁྲི་བདུན་རི་རྣམ་ཕྱོག་པའི་རྫོང་། (12)

གཉིས་པ། བར་གྱི་ལྷོང་གཉིས་ཉེ་གྱི་གྲུམ་བཅོམ་པོ་དང་། ལུ་ཁྲི་
བཅོམ་པོའི་དུས་ལྷན་འབྲུར་པོ་དཀར་ཚུལ་སོགས་རྫོང་།
..... (16)

གསུམ་པ། ལེགས་རྒྱལ་དང་ལྷེ་བརྒྱུད་གྱི་དུས་ལྷན་ཞིང་འཕྲོག་ལས་
དར་བྱུང་ཆེས་ཆེར་ལྷིན་ཉེ་ཞིང་ལ་དོར་དང་འཕྲོག་ལ་
ལུལ་ལྷོ་རྫོང་དཀར་བའི་རྫོང་། (21)

བཞི་པ། ཉོ་རེ་སོང་བཅོམ་སོགས་བཅོམ་ལཱའི་དུས་ལྷན་ལངས་རྒྱལ་
བརྩམ་པ་དབུ་བརྩེས་ཚུལ་དང་། བོན་ལུགས་གྱི་གསོ་བ་
རིག་པ་དར་བྱུང་ལྷིན་པ་སོགས་རྫོང་། (23)

ལ་པ། ལྷག་ཏུ་གཏུག་གཞིགས་དང་གནམ་ཏུ་སྤོང་བཅེན་གྱི་ཏུས་
 ལུ་ཚོང་ལས་སོག་མར་དར་བ་དང་། ལྷོ་སྤང་ལུལ་
 གསུམ་གཏུག་ལ་མཐུང་། བོད་གཅིག་གྱུར་བཟོ་བའི་
 དམག་འཇུག་ལངས་པ་སོགས་སྟོར། (29)

བྱུག་པ། ཚོས་རྒྱལ་སྤོང་བཅེན་སྐམ་པོ་རི་ལྷུང་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་སྟོར།
 (31)

གཅིག་ མཐའ་བཞིའི་རྒྱལ་སྐབ་དབང་ཏུ་འདུལ་བའི་སྟོར། (31)

གཞིས། སྤོང་འཛིན་གྱི་སྐྱིག་གཞི་དང་། དམག་དཔུང་གི་སྐྱིག་
 འཇུགས་སོགས་གཏུག་ལ་མཐུང་བའི་སྟོར། (33)

གསུམ། བོད་ཡིག་གསུམ་བཅེན་དང་། བརྟན་བཅེན་པོ་དང་
 ཡིག་ཏུ་བརྒྱུར་བའི་སྟོར། (39)

བཞི། ཁྱིམ་ས་ཡིག་གསུམ་བཟོ་དང་། ལོགས་ལེས་བྱང་དོར་གྱི་
 ཚད་གཞི་གཏུག་ལ་མཐུང་བའི་སྟོར། (41)

ལ། ལྷོ་བཟའ་ཤོང་རྩོམ་ཚོའི་སྤྲོད་དང་། བལ་བཟའ་ཁྱི་བཅུན་
 བོད་ཏུ་གདན་དྲངས་བའི་སྟོར། (42)

བྱུག་ ཚོས་རྒྱལ་སྤོང་བཅེན་སྐམ་པོ་རི་ལྷུང་ས་ཚེན་གྱི་མཛད་རྗེས་
 སྟོར། (57)

བདུན་པ། མང་སྤོང་མང་བཅེན་དང་འདུས་སྤོང་མང་པོ་རྗེའི་ཏུས་
 ལུ་བོད་ལྷོ་སྤོང་ཚོགས་བྱུག་གཡོག་ལམ་ལུགས་ནས་བཀག་
 བཤོད་རྒྱུད་འཛིན་ལམ་ལུགས་སུ་འཕེལ་རྒྱས་འགོ་རྒྱུལ་
 སོགས་སྟོར། (60)

བརྒྱད་པ། ཁྱི་རྗེ་གཅེན་བརྟན་(ལེས་ཡག་ཚོམ་)གྱི་ཏུས་སུ་
 ལྷོ་སྤོང་ཤོང་རྩོམ་བོད་ཏུ་གདན་དྲངས་བའི་སྟོར། (67)

དགུ་པ། བཅེན་པོ་ཁྱི་སྤོང་རྗེ་བཅེན་གྱི་ཏུས་སུ་གསུ་ཚོག་ཡོན་

ཉན་མཚོན་པོ་ས་པོད་ལྷི་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་
 ལུགས་གསར་ཏུ་བཏོད་པ་དང་། རྫོགས་པོན་
 བརྒྱ་འབྲུང་གནས་པོད་ཏུ་ཚུན་པའི་རྫོང་། (75)

བཅུ་པ། ལྷ་ལེ་བཅན་པོ་དང་། ལྷ་ཏུག་བཅན་པོ། ལྷ་ཉིག་
 བཅན་པོ་བཅས་ཚུན་ཚུལ་དང་། རྫོགས་སྒྲུག་ལན་
 གསུམ་རྫོང་ཚུལ། དབང་རྒྱུར་གལ་རིམ་ནང་ཁྲུལ་
 འགལ་བ་ལུགས་ཆེར་ལྷན་པ་སོགས་རྫོང་། (93)

བཅུ་གཅིག་པ། བྱི་གཅུག་ལྷེ་བཅན་རལ་པ་ཅན་ཚུན་ཚུལ་དང་།
 ཚོས་ལྷོད་ལྷིས་ཏུ་ཁག་གཅིག་དབང་རྒྱུར་གལ་རིམ་
 ཏུ་བརྒྱུར་ཉེ་ཚོས་ལྷོད་ལྲང་འབྲེལ་ཚོད་ཏུ་འཕེལ་
 བའི་རྫོང་། (101)

བཅུ་གཉིས་པ། བྱི་དར་མ་རྒྱ་ཏུ་མ་བཅན་བྱིར་འཁོད་ཚུལ་དང་།
 འབངས་ལྱོན་སོག་ལངས་ཉེ་མཚོ་ཚོད་རྒྱལ་རབས་
 འཚོར་ཞིག་སོང་བའི་རྫོང་། (116)

ལྷ་ཏུག་ལྷ་མ་པ། རྒྱལ་རྒྱན་མིལ་ལའི་ཏུ་ས་ཤེས་པ། (123)

དང་པོ། མང་འའི་ས་རྒྱལ་རྒྱུད་རྫོང་། (125)

གཉིས་པ། ཡ་ཅའི་རྒྱལ་རྒྱུད་རྫོང་། (130)

གསུམ་པ། ཡར་ལྷུང་རྒྱལ་རྒྱུད་རྫོང་། (131)

བཞི་པ། ལྷ་སའི་རྒྱལ་རྒྱུད་རྫོང་། (135)

ལྷ་ཏུག་ལྷི་པ། ས་རྒྱུ་བའི་ཏུ་ས་ཤེས་པ་དང་། ཚོད་རྫོང་རྒྱལ་ལྷི་
 མང་འའི་ས་སྒྲུབ་པ། (137)

དང་པོ། རོར་ལྷི་གཏུང་རྒྱུད་རྫོང་། (137)

གཉིས་པ། འཁོན་ལྷི་གཏུང་རྒྱུད་རྫོང་། (141)