

མཆོད་ཀྱི་མཁའ་མཁའ་ལྷ་མོ་གྱུ་ལྷ་མོ་ཡི་སྒྲིང་ཆེ་གི་སྐད་ཀྱིས་ཡིད་ཀྱང་།

ཆགམ་གྱི་

བོད་མཆོད་ཀྱི་མཁའ་མཁའ་ལྷ་མོ་གྱུ་ལྷ་མོ་ཡི་སྒྲིང་ཆེ་གི་སྐད་ཀྱིས་ཡིད་ཀྱང་།



格萨尔艺人桑珠说唱本

岭国形成史

中国社会科学院少数民族文学所
西藏自治区社会科学院 编

西藏藏文古籍出版社

ཚུམ་ཞིག་འགན་འཁུར་བ། ཚེ་རིང་དཔལ་འབྱོར།
 ཁ་བྱང་རྒྱས་བཞོད་བ། གཤེ་ལོ་སྒྲེའི།
 དཔར་བྱས་བ། བསོད་ནམས་དགེ་ལེགས།
 བུམས་པ་ཚུལ་གྱིམས།

ཆགས་མྱིང་།
 རྒྱང་མཁན། བསམ་བློང་།
 རྒྱུག་མྱིང་བ། བསོད་ནམས་དགེ་ལེགས།

《རྒྱང་མཁན་བསམ་བློང་བྱིས་པའ་པའི་མྱིང་རྒྱང་》ཚུམ་ཞིག་འགན་འཁུར་ཚུམ་
 ནས་བཞིགས།

བོད་རྒྱུང་ས་པོད་མིག་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་ནས་བཞུག།
 བོད་རྒྱུང་ས་མིན་རྒྱ་དཔར་འདེབས་བཅོ་གས་དཔར།
 2001ལོའི་ཟླ་བ་དང་པོར་དཔར་གཞི་དང་པོ་བཞིགས།
 2001ལོའི་ཟླ་བ་དང་པོར་དཔར་ཐངས་དང་པོ་དཔར།
 དེབ་གྲངས་1 - 500 དེབ་རིང་ཚུར་39.00

གཅིག་ཟུར་དཔེ་ཉ་གས་ཨང་ISBN7—80589—029—3

(藏)新登字 02

责任编辑:次仁班觉

封面设计:翟跃飞

印刷校对:索朗格列

强巴次成

岭国形成史

说唱艺人:桑珠

整理者:索朗格列

《格萨尔艺人桑珠说唱本》课题组编

西藏藏文古籍出版社出版

西藏新华印刷厂印刷

2001年元月第1版 2001年元月第1次印刷

统一书号称 ISBN7—80589—029—3

(民文)定价:39.00元

ཚུལ་ཀློག་ལྷན་ལྷན་ཁང་གི་ཁོངས་མི།
 དབུ་འཛིན། ཡང་དབྱིན། ཆེ་དབང་འཇུག་མེད།
 དབུ་འཛིན་གཞིན་པ། ཡང་ཡེན་རུང་།
 ཁོངས་མི། ལྷ་ལ་བཟང་ཡེ་ཤེས། ཆེ་རིང་དཔལ་འཛུར།
 བ་སངས་དབང་འདུས། རྒྱུ་འཁོར་ཆེ་ཕུན།
 བ་སངས་ཆེ་རིང་།

ཚུལ་ཀློག་ལག་བཟུང་ཆེ་རྒྱུང་གི་ཁོངས་མི།
 དབུ་འཛིན། ཡང་ཡེན་རུང་།
 དབུ་འཛིན་གཞིན་པ། རྒྱུ་འཁོར་ཆེ་ཕུན།
 ཁོངས་མི། བསམ་གྲུབ། བསྟན་ན་མཁས་དཔེ་ལེགས།
 རིག་འཛིན། ལྷོ་བཟུན། མཆོ་མ།

编委会成员：

主 任：郎樱 次旺俊美
 副主任：杨恩洪
 成 员：格桑益西 次仁班觉 巴桑旺堆
 次仁平措 巴桑次仁

课题组成员：

组 长：杨恩洪
 副组长：次仁平措
 成 员：桑珠 索朗格列 仁增
 罗旦 措姆

The Editorial committee of Gesar singing by

Singer bSam - grub

Editor - in - chief: Lang Ying

Tshe - dwang 'Gyur - med

Executive editor: Yang Enhong

Members of editorial committee:

sGal - bzang Ye - shes, Tshe - ring dPal - 'byor

Pa - sangs dBang - 'dus, rGyang - 'khor Tshe - phun

Pa - sangs Tshe - ring

The Project group of Gesar singing by singer bSam - grub:

Director: Yang Enhong

Vice director: rGyang - 'khor Tshe - phun

The members of project group:

bSam - grub, bSod - nams dGe - legs,

Rig - 'dzin, bLo - bstan, mTsho - mo.



ཁོ་ཀྱི་མཉམ་སྐྱེ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ཡུང་གནས་ཀྱི་ནང་དོན་གནད་བསྟུལ།

《ཆགས་མྱིང་》ལེའུ་འདིའི་བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་ནི་སྟག་པོ་ཕྱོད་གི་གདུང་
 རྒྱུད་ཆོས་འཕེལ་ནག་པོ་དང་མི་ཆེན་ཀླུལ་བ་ལྟན་གྱི་ལ། རྒྱུད་པོན་རྩིང་ཆ་ཁྱ་
 གན་སྟགས་མྱིང་གི་མེས་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྐུ་དུས་སུ་ཆ་ཡུལ་སྟོད་སྟོད་བར་གསུམ་དུ་
 འཆོ་གནས་ཀྱིས་ས་ས་བབྱང་། དེ་ནས་ཕྱོད་སངས་རྒྱས་རབ་བདུན་དང་སྟོབ་
 དཔོན་བཟང་འབྱུང་གནས་ཀྱི་ཡུང་དུ་ཐིན་པའི་ལྟ་སྟག་དཔའ་རྒྱལ་ཁྱ་ཆོག་མ་རེ་རེ་
 བཞིན་ཆ་ཡུལ་དུ་སྐུ་བརྩམས་ནས་མྱིང་གི་ས་ཁོངས་རྒྱ་བརྒྱུད་དང་དཔལ་ཤེད་ཀྱི་
 རུས་ཤུགས་རེ་ཆེར་ཐིན་ནས་རྒྱ་དང་ལ་དུགས་པལ་པོ་སྟགས་ཀྱི་ཆོང་པ་སྟོབས་
 ཆེན་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་འཕྲོགས་པ་མ་ཟད་བཀའ་ཡི་བཀོད་པས་ཆོང་པ་རྣམས་
 ལ་མྱིང་དཀར་སོ་བྱང་གི་སྐུ་བ་ར་མཁར་རིང་མོ་དང་ལ་མཁར་སྟགས་བཞེངས་
 རྒྱ་བརྩུག

མཁར་ལས་ཀྱི་བྱ་བ་ཡོངས་སུ་སྐྱབ་མཆོམས་རྒྱ་མྱིང་འདུན་མའི་ཤྱོས་འགྲོ་
 བཤམས་ནས་མྱིང་གི་མི་ཆེན་ཀླུལ་བ་ལྟན་གྱི་བདུང་དང་དར་འཕེན་གཉིས་རྒྱ་ཡུལ་དུ་
 ཆིབས་ཁ་བརྒྱར་ནས་རྒྱ་མྱིང་འཕེལ་མཐུན་གྱི་གཤེར་ཟམ་བཅུགས། རྒྱ་རྗེའི་
 རུས་མོ་གསུམ་ལས་རྒྱང་ཤོས་ཤུ་ཆ་ཆེ་ལའི་ཨ་མ་རྒྱ་བཟའ་ལྟ་དཀར་སྟོལ་མ་
 ཞེས་པ་དེ་གནའ་འཕེལ་གྱི་རྟེན་དུ་མྱིང་ལ་གདན་དྲངས་ནས་མེང་སྟོན་ག་མ་ཡི་
 ར་མར་བརྟོས། དེ་ནས་ཡུང་གསལ་ལྟ་ཡི་སྟགས་དན་རྒྱན་མ་ཆད་པར་བརྟུལ་
 བདང་སྟོས་སུ་མྱིང་དཀར་གྱི་ཆོས་མྱིང་བརྟན་པ་འཕེལ་བའི་ཕྱིར་བ་རྟོར་གྱི་
 ཡུལ་དུ་ཐིན་ནས་བཀའ་སྟོན་འདན་མ་བྱང་ཁྱ་དེ་མྱིང་དཀར་གྱི་རྒྱན་དུ་བསྟུལ།
 དཀོས་འདོད་འབྱུ་ཡི་གཏེར་ཁ་ཤོད་ལ་དྲངས་ནས་མེམས་ཅན་བདེ་མྱིང་གྱི་ཆ་བ་
 རྩུགས།

《ཆགས་མྱིང་》ལེའུ་འདི་གི་སར་རྣམ་ཐར་གྱི་ཐོག་མའི་ལེའུ་ཡིན་ཞེས་རྒྱང་

པ་འདི་ནི་ད་ཀྱིས་གསུངས་པ་བཞིན་འདྲི་ནང་གི་མེས་པོ་རྣམས་ཀྱིས་
གཞིས་བཟུང་མཁའ་ལས་ཀྱི་མཛད་པ་རྒྱ་ཆེར་སྒྲིལ་ཡོད་པ་ལས་རྒྱལ་པོ་གཞན་
དང་གཡུལ་འབྲུགས་ཀྱི་མཛད་རྣམ་བཞོད་པ་ཆེར་མ་མཆིས། ལེ་ཏུ་འདྲི་ནང་
ཉི་ཤེས་དཔལ་བརྒྱལ་གྱི་འབྲུངས་རབས་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་ཅིང་གསལ་བ་མ་བཟད་ཏུས་
མ་འོངས་པར་གླིང་རྩེ་གེ་སར་གཅིས་ཉི་ཤེས་ཁག་གཅིག་ཕྱོན་པའི་ལོ་ཆིགས་
བརྒྱན་ཡོད་ལ་ཉོར་བན་པ་དང་ཐང་ཆེ་གཡུ་འབྲུག་འཆང་གཡུ་ཉི་མོན་ལྷག་
ཉི། བདུད་ཀྱི་ཨ་ལྷག་ལྷ་མོ་དང་ཕྱིར་ཕྱོན་མོགས་མཐའ་ཡི་བདུད་ཡུལ་དུ་སྒྲིབ་
བཞེས་པའི་ཐོད་ཏུ་མི་རྒྱུད་པའི་ཉི་ཤེས་པོ་མོ་གྲངས་མང་རིམ་བཞིན་གླིང་དཀར་
ཀྱི་དཔལ་རྒྱལ་སྤྱི་ཕྱོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྱུང་ལྱུང་གཏམ་མཐའ་མཆུག་གི་ལྟར་
བརྒྱན་དུ་ཞིབ་པར་བཞོད་དོ།

ལྷ་མ་མེད་མ་སངས་རྒྱལ་བྱང་མེས་དང་དཔལ་པོ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་རྒྱུད་
 ལྱུང་མ། དག་ལྟ་གི་སངས་རྒྱལ་བྱང་མེས་འབྱུང་གི་རྣམ་ཐར་རྣམས་མེད་ནམ་
 མཁའ་མེད་དང་འདྲ་བ། རིམ་ལྡོ་རྒྱུ་ཤིང་ལྷ་མེད་ཆོད་མེད་པ། རྒྱ་མཚོའི་རྒྱ་མེས་
 དང་མཚུངས་པ་ལས་སངས་རྒྱལ་རབ་བྱུང་མང་པོ་རྒྱུ་འབྱུངས་པའི་ཆོ་རབས་དང་
 ལྟ་རྒྱུ་ལས་ལྟ་མེས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཆགས་སྤྱང་ས་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་ཞིག་བཤད་
 བ་དང་པོ་རྣམ་མཁའ་འོད་གྱིས་ལྷུབ། ས་གཞི་ལ་ཉི་ཟླ་སྤྱད་གསུམ་གྱིས་བསྐྱོར་
 བས་ཤིང་ལ་ལུས་འཕགས་པོ། ལྟ་ལ་འཛམ་བྱ་མྱིང་། ལུས་ལ་བ་མྱང་མྱོད།
 ལྱང་ལ་རྒྱ་མི་རྒྱ་མོ་མོར་ཆད། དཔུས་ཀྱི་རི་པོ་མཚོག་རབ་ཀྱི་ཚུགས་པའི་ལ་ར་
 ཡབ་མྱིང་ཆེན་གྱི་ཆོས་རྒྱ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་དང་མངས་སྤྱི་བྱགས་རྗེ་ཆེན་པོ།
 ལྷལ་རྒྱ་ཚུག་ན་རྟོ་རྟེ། ལྷ་མི་མྱིང་པོ་འཛམ་དཔལ་དཔུངས། གསུང་གི་མྱིང་པོ་
 ལྷན་རས་གཟིགས། ལྷག་པ་ཀྱི་མྱིང་པོ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་རྒྱ་གསུང་ལྷག་པ་ཉིན་
 ཀྱི་གཙོ་ལོ་བཞེན་ནས་དང་པོ་མྱིང་གི་ལྟ་ཆགས་པ་དེ་མྱིང་གི་ཉི་ཟླ་སྤྱད་གསུམ་
 ཀྱི་མོར་དུ་གནས། དཔུས་ཀྱི་རི་པོ་མཚོག་རབ་ཀྱི་ཆོ་རྒྱ་ལྟ་ཆེན་ཆངས་པ་དག་ར་
 པོ་ཡི་སྤྱི་བྱང་ལྷལ་རྒྱ་ཆ་ཆ་གསུམ་དང་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་དཔུས་འཛོར་ཆགས།
 ཚུགས་པའི་ལ་བར་རིམ་བཅུ་གསུམ་ཡོད་པ་ལ་ལྟ་མི་ཞིང་ཁམས་བཅུ་གསུམ་
 ཆགས། དེ་ཡི་བར་རིམ་འོག་མ་ལ་གཉན་གྱི་རིམ་པ་བཅུ་གསུམ་ཆགས། ས་
 གཞི་རྒྱུང་གི་དཔུས་འཛོར་ལ་རྒྱ་རིམ་པ་བཅུ་གསུམ་ཆགས། ས་གཞི་ཆགས་པའི་
 གཞི་མ་ལ་བཞེན་ནས་མགོ་རལ་པ་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ཉིང་ལྟ་ལྷལ་ཆགས། ལྷག་
 པའི་མིག་རའི་འོག་ན་རྒྱ་མི་ཞིང་ཁམས་བཅོ་བརྒྱད་ཆགས། མྱོད་པའི་ལྷལ་
 ཆོགས་པའི་བཅུ་ཞེ་དཔུ་ལ་བར་མི་ལྷལ་གྱི་མྱིང་པ་བཞི་བཅུ་ཞེ་དགུ་ཆགས།
 དང་པོ་ཆགས་པའི་གཞི་མ་ལ་ཤར་རྩོ་རྒྱལ་བྱང་དཔུས་བཅས་ཚུགས་ལྷ་ཆགས་པ་
 བྱི་སྤྱལ་པའི་ཡན་ལག་བཞི་དང་མགོ་པོ་གཅིག་གི་ཆགས་རྒྱལ་དང་འདྲ་བས་དེ་
 རྣམས་ཀྱི་བཤད་པ་རྒྱ་ཆེན་མི་དཔུས་ཀྱི་རི་པོ་མཚོག་རབ་ལ་རི་ཆོ་ག་ཆད་ཡོད་
 དམ་ནམ་མཁའ་ག་ཆད་ཡོད་དམ། ལྱང་པའི་རྒྱ་འབབ་གང་ཅམ་ཡོད་དམ།

རྒྱུ་ཡི་རྒྱ་མཆོག་གང་ཅམ་འབྲིལ་ལམ། རི་ལ་ཐག་རིག་ཆད་ཡོད་དམ། དེ་ལ་རྒྱ་
 མིང་མེ་རྟོག་གི་འདབ་ལོ་རི་ཅམ་རྒྱས་སམ། དགར་པོའི་གངས་རི་ག་ཆད་ཡོད་
 དམ། དེ་ལ་མེད་གེ་རི་ཅམ་འཁོར་བ་བཅས་ཆད་མ་ཆ་ཆད་བ་བྱས་པ་ལ་ཆགས་
 གླིང་ཆག་རིང་མོ་ཟེར། རྒྱུ་རྩེ་འཛམ་བྱ་གླིང་འདི་ལ་པ་རྒྱད་ཐེུ་བྱང་རྒྱབ་
 མེམས་དཔའ་དང་མ་རྒྱད་ཐག་གི་ཆོའི་རྒྱད་པ་ལས་ཆད་པ་ཡི་རྒྱ་རྒྱལ་^①ཡོད་
 བྱ་མེད་བྱང་རྒྱལ་ཞིག་བཤད་ན་བཤད་པ་གནམ་གྱི་ཤར་མ་དང་ས་ཡི་ཆོ་ཤིང་
 དང་མཆོངས་པས་ཏ་ཅང་ཉོབ་ཆེ། དེ་ལས་ཅུང་བཟུས་ཅམ་ཞིག་བཤད་ན་
 འཛམ་གླིང་ས་གཞི་བརྒྱ་འདབ་བརྒྱད་ལས་ཤར་གྱི་ཚུགས་སུ་རྒྱ་ནག་རྒྱལ་པོ་
 ཆགས། དེ་ཡི་གཙོ་བོ་སྤྲེལ་མ་འཛམ་དཔལ་དབྱངས། རྒྱ་ནག་ཡུལ་ལ་རྒྱལ་ཁབ་
 བཙོ་བརྒྱད་ཆགས། འུ་ཟི་ར་ཡི་ཚན་ཁྲུངས་བཟང་། རྒྱ་ཡི་ཚུགས་སུ་རྒྱ་གར་
 རྒྱལ་པོ་ཆགས། དེ་ཡི་ཡུལ་ལ་སྤྲེལ་མ་བྱུ་བྱུ་བྱུ་བ་དངོས་སུ་སྤྲེལ་བྱངས། རྒྱ་གར་
 ཡུལ་ལ་རྒྱལ་ཁབ་བཙོ་བྱས་ཆགས། ཡོད་ཡུལ་མཐེལ་ལ་ཆོས་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར།
 རུ་བ་གྱི་ཚུགས་སུ་རུ་རུ་རུ་དམར་པོ་^②ཆགས། མི་ནག་འབྲུལ་གྱི་མཆོན་ཆ་རྩ་
 ཆོགས་དར། བྱང་གི་ཡུལ་རུ་སྤྲེལ་རྒྱལ་པོ་ཆགས། དེ་ཡི་ཡུལ་ནས་གོ་རྩོད་རྩ་
 ཆོགས་བྱང་། རིག་པ་འབྲུལ་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར། རྒྱ་རྒྱལ་དམག་གི་རྩོད་ས་
 འུགས་ས་ཉིང་བྱལ། ཡོད་ཡུལ་ཤར་གྱི་ཚུགས་སུ་རྒྱ་བཞི་ཤར་བྱས་ཆགས།
 རུ་བ་གྱི་ཚུགས་སུ་མངའ་རིས་སྐྱོར་གསུམ་ཆགས། བྱང་གི་ཚུགས་སུ་བྱང་རི་ཐེ་
 བཞི་ཆགས། རྒྱ་ཡི་ཚུགས་སུ་མོན་ཐེ་ཤོག་བྱས་ཆགས། དབྱས་གྱི་ཚུགས་སུ་རི་
 པོ་མཆོག་བཞི་ཆགས་པའི་པོ་རྒྱས་ཉིང་པོ་མར་ཉར་ཡོད། བན་པ་བཤད་ན་
 འཁྲོ་བའི་ལམ་དང་འདྲ། ལམ་རྩོ་ཤེས་ན་ཤེས་མེད་འཁྲོ་དོན་ཡོད། དཔེར་ན་
 གནམ་ལ་ལྷོན་ཆོགས་མ་འཁོར་ན། བམ་མཁའ་རྩོང་པར་སྤང་ཆར་འབབ་དོན་
 མེད། འོག་མ་སྤྲེལ་ནས་མཆོ་རྒྱངས་མ་འབྲུང་ན། བམ་མཁའ་རྩོང་པར་ལྷོན་

① རྒྱ་རྒྱལ་ཞེས་རྒྱ་དང་པས་གྲུ་དང་ན་རྒྱ་རྒྱལ་ལ་ཞེ་ཆོག་རྒྱུར་བ།
 ② རྒྱ་རྩེ་མོག་རྒྱལ་ཁབ་ལ་གོ་ཞིས་རྒྱ་དང་པས་བཤད།

སྤང་འཁོར་དོན་མེད། ཆར་རྒྱ་དོན་གསུམ་ས་ལ་མ་འབབ་ན། རྩ་ཤིང་མེད་ཀྱི་
 ས་ལ་བཀག་དོན་མེད། རྩེ་འཁོར་རིགས་གསུམ་འཁོར་བའི་རྟེན་མི་ཉམས།
 བཤད་པ་སེམས་ལ་གསལ་ཡང་ཆོག་གི་མོ་བདེ་མང་། མོ་བདེ་མེད་ན་ཁ་ཕྱེ་སྤང་
 པ་རེད། ལུས་ཀྱི་གཟུགས་ལ་མོས་ལྷམ་མ་ཡུང་ན། གཅེར་རྩ་སྤང་ན་རྩ་ཆའི་
 རང་བཞིན་ཡིན། མི་ཡི་སེམས་ལ་ཆོས་སྤྱོད་མ་འཁྱུངས་ན། ར་རྒྱལ་ཐག་དོག་
 རྟིག་པའི་སྤང་པོ་ཡིན། ཆོ་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཆོས་ལ་མ་གཏོང་ན། སེར་རྩ་ཆེ་
 བས་ཡི་དུགས་བཀའ་སྒྲིམ་འཁྱུར། ལྷ་ཁང་ནང་ལ་སྤྱོད་གསུང་ཐུགས་རྟེན་དགོས།
 མེད་ན་ཐག་རྟིང་སྤང་པའི་རྟེན་ཆར་འདྲ་ཟེར་བ་ལྟར་གྱི་ཆོག་གི་འདྲ་མ་དོན་གྱི་
 འབྲས་བྱལ་རིག་པ་རང་འཁྱུང་གི་རྒྱད་ནས་ཤར་བའི་མིང་རྟེན་གེ་སར་རྒྱལ་པོའི་
 ཆོས་སྤྱོད་རྣམ་པར་དག་པ། དོན་གྱིས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆོགས་པ་འདི། བཅོམ་མ་
 མཁའ་ནས་བྱུངས་པ་མིན། རོགས་ནས་རྟེན་པ་མིན། དུལ་གཞན་ནས་ཉམས་
 པ་མིན། རྩ་ཆེན་རྩ་རྒྱུད་པ་མིན། ར་མཐོ་རྟེན་ཆེ་བྱས་པ་མིན། ཉམས་
 བཤད་རྒྱན་གཏམ་བཤད་པ་མིན། ཉམས་རྒྱུང་སྤྱོད་མཁའ་མ་བྱས་པར་རང་
 འཁྱུང་རིག་པའི་རྒྱུད་ཏུ་དངོས་སྤྱོད་ཤར་བ་ཡིན་པས་དེའང་རང་རྒྱ་གཞན་ལ་དོམ་
 པ་མིན། ཐག་དོག་སྤྱལ་སྤྱོད་བྱས་པ་མིན། ཆོག་རེ་རེ་ཤེས་ན་ཆོས་སྤྱོད་རྣམ་པར་
 རྒྱལ་བའི་ཞིང་ཁམས་ཐོབ། ལྷ་རེ་རེ་བྱུངས་ན་དཔལ་ཆེན་གཙོད་པའི་ཆོས་འཁོར་
 བསྐྱོར། སེམས་ལ་རྟིང་རྟེན་རེ་རེ་ཤར་ན་བྱུང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ལམ་ཡང་ཐོབ།
 རྩེ་མའི་ཆོ་ལ་རན་སོང་མི་འཁྱུང། གསོན་ད་གོང་①འདི་ལ་སྐྱག་དང་བར་ཆད་
 མེད། གཞན་ཡང་ནད་དང་གཙོད་པ་ལུ་གེ་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ཞི་ནས་རང་
 ལུས་གཟུགས་དང་རྩེ་མོ་མཛེས་པ་དང་ཆོས་སྤྱོད་རྣམ་པར་ཐོས་པའི་ཕན་ཡོན་ལྷན་
 པ་མ་ཟད་མཐོ་ནམ་མཁའི་བྱ་བྱིས་དང་དཔའ་ས་གཞིའི་འདུ་རྒྱུད་ཉ་སྤུལ་ཐམས་
 ཅད་ལ་བྱིན་སྐྱབས་ཅིག་ཅར་ཏུ་འཁྱུང་བས་དཔུ་ནག་ཐོད་ཀྱི་ས་ཆ། རྩེ་རྒྱལ་

① ཆོག་དང་གི་དོན་ལ་མོ་བའི་ཁམས་སྤུལ་གྱི་ཕྱུག་སྤྱོད།

འཇམ་བུ་མིང་ལ་མཁོ་བ་ནད་ཀྱི་ཐུན་ཉིད་དང་དགུན་ཉིག་བ་མོ་འགྲིམས་པའི་
 ཏུས། གོས་ཡག་ལྷན་གྱི་དྲོད་དང་མཚུངས། དབྱར་གསུམ་རི་ཚེ་འགྲིམས་པའི་
 ཏུས། རྩང་བ་མྱིད་པའི་སྤང་རི་འབྱུར། མེ་ཉིག་དཀར་མེར་དམར་རྩང་
 འབྱུརས། རྩྱུང་ཉིད་ནམ་མཁའ་འཇའ་ཡིས་གང། རྩང་ཆར་ཐིམ་མ་ས་ལ་
 བབ། རྩྱུག་ཤད་ལྷན་ན་བར་ཡགས། དཔེ་དེ་བཞིན་ཆོས་ཀྱི་རང་སྤྱོད་ཡགས།
 རྩན་ཁྱུང་མིང་རྩེ་གེ་སར་རྒྱལ་པོ་ཟེར་བ་དེ་བསྐལ་བ་སྤྱོད་དང་ད་ཉི་ཏུས་གསུམ་ལ་
 རྩེས་བྱ་རང་རྒྱལ་བ་རེ་འགས་མིད་པ་མེད་པའི་རྩན་གཏམ་དང་ཁ་བདེ་ལྷེ་
 མཁས་ཅན་ཁ་ཤེས་ཀྱིས་བཤད་པ་ལས་དངོས་པོ་འཛིན་རྒྱ་མེད་ཟེར་ནས་མཚོང་
 རྩང་དང་དམའ་འབབ་མེད་ཀྱི་ཡོད་ཅུང་། ར་ཡི་རང་འབྱུང་རིག་པའི་སྤང་
 འདིག་ནས་ཤེས་ཟེར་ན། དབྱིད་གསུམ་འབྱུང་ག་མ་བཏབ་ན་རྩན་གསུམ་
 འབས་བྱ་ཐོན་པ་མེད། རི་མཁོ་གངས་ཀྱིས་མ་ཐེན་ན་ལྱང་མདར་རྒྱ་རྩང་མི་
 ཡོང་། ས་གཞི་རྩང་གིས་མ་གཤོས་ན། འབྱུང་བ་ཤུགས་ཀྱིས་སྤྱེ་མི་བྱུང། རང་
 མེམས་རྣམ་པར་མ་དག་ན། ལྷ་འདྲེ་རིང་པོ་ཆོད་མི་མིད། ར་རང་ལ་རྒྱལ་སྤྱོད་
 མ་དང་དཔལ་པོ་མཁའ་འགྲོ་སྤྱ་གཅིག་གི་མིང་ཐོབ་མེད་པར་བྱ་སྤྱ་ག་ཤིང་ཁར་
 འགྲིམ་པ་བཞིན་གར་འབབ་གར་འབྱར་གྱི་གནས་གཅིག་ཀྱང་མེད་པར་མེམས་
 རྩྱུང་པའི་རང་བཞིན་ཉེ་ལོ་བཅུ་གསུམ་ལོན་པའི་སྐབས་སྤྱ་ཉིན་དཀར་མོར་ཅི་
 འཆོར་འདི་འཆོར་མེད་པར་བྲག་དཀར་ན་པོ་འདྲ་བ། ཤུག་རི་རྩོ་ཐོན་འབྱུག་
 འདྲ། སྤང་ལ་མེ་ཉིག་ལྷ་ཆོགས་སྤྱེ་ས། རྩྱུག་གསུང་ལྷན་སྤྱོད་ས། ལྷ་ལྱང་ལྷ་
 ཡི་སྤྱོད་ཐེང་། ① ཟེར་བའི་ལྱང་པ་ཞིག་ད་ལྷ་ཡང་ཡོད་པ་དེ་ཡི་འཁོར་དུ་ལྷ་ཤིང་ཤུག་
 བཅོན་ན་དྲི་བཟང་གི་ཤིང་སྤང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་འོག་དུ་ཉིན་བདུན་ལ་
 གཉིད་ཤིང་པའི་སྐབས་དྲིན་ཆེན་པོ་མ་དང་སྤྱན་མཆོད། དེ་བཞིན་སྤྱོད་པ་ལྷ་པོ་
 ཆོགས་ཀྱིས་སྤྱ་རིམ་ཞབས་བཏན་སྤྱོད་ནས་མི་དེ་འདྲེ་ཡིས་བྲིད་པ་ཡིན་ནམ།

① སྤང་པ་འདིའི་སྤྱུས་ཀྱི་ལྱང་པ་ཞིག་གི་ཤིང་།

ཡང་ན་རི་བརྩུང་བྱས་པ་ཡིན་ཟེར་ནས་འཆོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ན་ཉིན་ཞིག་ཐུག་
 ཞིག་གི་ནང་ནས་ཉེད་པ་ལ་མི་ཡི་རྣམ་ཤེས་མེད་པ་རྩོད་པ་འདྲ་ཞིག་ཆགས། དེ་
 ནས་ཉིན་བཙུ་ལ་ཅམ་གྱི་བར་དུ་ཤི་མེན་རོ་མེན་གྱི་རྒྱལ་དུ་བྱས་ལ་རྒྱུད་མེད་པ།
 ཁོག་ལ་རྩོ་མི་འགྲོ་བ། སེམས་ལ་རྩལ་བཟལ་ཆེ་བས་རྩ་ཤི་^①ཤོར་བ། བྱིས་ལ་
 འདུག་འདོད་མེད་པར་རི་ལ་ཤོར་འགྲོ་བ་དེ་འདྲ་བྱུང་། དེ་ནས་བྱིས་མི་རྣམས་
 བྱིས་ནག་པོ་ལེགས་ལྟན་རྒྱལ་བྱུང་^②ལྟ་མཁུན་དུ་བྱིད་ནས་ཁྲུས་གསོལ་རབ་
 གནས་ཞུས་ནས་རྒྱ་བ་གསུམ་ཅམ་སོང་། དེའི་རིང་ཡར་ལ་རྩོ་རོ་མི་ཤེས། མར་
 ལ་འདྲེ་རོ་མི་འབྱེད་པར་རྩོ་གཏམ་འཁྲུལ་གཏམ་མང་པོ་བྱས། རྒྱལ་བྱ་མཆོག་
 ནས་མི་འདི་ལ་མཐའ་མར་ཁྲིང་རྩེ་གི་སར་རྒྱལ་པོའི་ཆོས་རྒྱུད་རྣམ་པར་དག་པ་
 ཞིག་སེམས་ལ་འཆར་རྒྱུ་ཡོད། དེ་ལ་ཉམས་ཤར་ཟེར་བ་ཡིན་གསུངས་ནས་ཙ་
 རྒྱུད་གི་རྩོ་ཐམས་ཅད་ཕྱིས་གནང་མཛད། དེ་ནས་ཉིན་བཞིན་དུ་བ་པོས་ནས་
 མཆོན་མོར་གཉིད་ལ་མ་གསལ་བ། ཉིན་མོར་རིག་པ་བྱུང་བ། གཏམ་བཤད་ཁ་
 རྩེ་བདེ་བ། འགྲོ་འདོད་རྒྱག་འདོད་ཆེ་བ། ཁ་མཆར་ཅིད་མོ་མང་བ་ཞིག་བྱུང་།
 དེ་ནས་དང་པོ་དང་གི་ཐོག་ལ་ལ། ཁྲིང་དཀར་ཆགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཆགས་ཁྲིང་
 རྣམ་པར་དག་པའི་ཆོས་རྒྱུད་འདི་འདྲ་བ་ཞིག་སེམས་ལ་རང་བྱུང་དུ་ཤར་བ་
 ལགས་སོ།

དེའང་ཁྲིང་རྩེ་གི་སར་རྒྱལ་པོ་འདི་ཉིད་དང་པོ་རྒྱ་ནག་རི་པོ་ཅེ་ལ་ཡི་རྩོ་
 རྩོགས། རྒྱ་གར་ཡུལ་གྱི་བྱང་རྩོགས། རྩ་རྒྱལ་པོད་གྱི་ཤར་རྩོགས། རྒྱ་པོད་
 གསུམ་གྱི་ས་འདུས་ཤིག་ལ་པོད་གྱི་མིའུ་གཏུང་དུག་གི་ནང་ནས་རྒྱག་པོ་ལྟོང་གི་
 རིགས་སྤྱུལ་བ་དང་དེའང་ས་མདོ་ཐོང་མདོ་ཐོང་མདོ་ཐོང་གསུམ། མདོ་ཐོང་
 ཐོང་བར་གསུམ་ས་ཆ་དུག ཡུལ་མི་འཕྱར་བཟ་ཤིས་ར་བ་ལ། ལྟོང་མི་འཕྱར་
 གཏུང་རིགས་དུག་ཅམ་བྱུང་། ས་རྒྱ་འཁོན་གྱི་གཏུང་དང་གཅིག་རྒྱལ་བའི་

① ཐང་ཆད་སྐབས་དེ་དུགས་རིང་གཏོང་བའི་རྒྱ་ལ་གོ་བའི་ཁམས་ཀྱི་ཡུལ་ཐད།
 ② རྩོ་བ་ན་དགོན་པའི་པོན་པོའི་བྱ་མ་ཞིག་གི་ཐོང་།

ཆོས་ཀྱི་གདུང་དང་གཉིས། འཕྲི་བྱང་ཆུ་རུའི་གདུང་དང་གཉིས། རྒྱུང་པོ་བྱ་
 ཡི་གདུང་དང་བཞི། རྟག་ལྷུང་ག་ཟེའི་གདུང་དང་ལ། བཟུང་མ་དབང་རྒྱལ་
 གདུང་དང་བྱག་ མིའུ་གདུང་བྱག་ཆགས་པ་ལས། གདུང་བྱག་མི་ཡི་ཆོ་བྱག་
 རྒྱུང་། ཆོ་པ་བྱག་ལ་དཔལ་པོ་བྱག་རྒྱུང་། དཔལ་པོ་བྱག་ལ་དཔལ་འདྲ་བྱག་
 རྒྱུང་། དེ་ནས་སངས་རྒྱལ་ཏུ་ས་རབས་དར་ནས་རྒྱ་གར་སྤྱ་རྒྱ་སྤྱིར་སངས་
 རྒྱལ་ཤུག་ཐུབ་པའི་ཆོས་འཁོར་གཉིས་པ་བསྐྱོར་བ་ན། སངས་རྒྱལ་ཀུན་དགའ་
 པོ་དང་སངས་རྒྱལ་མར་མེ་མཛད། སངས་རྒྱལ་ནམ་པར་རྒྱལ་བ། དཔེ་སྤྱོད་
 རེས་རབ་ཀུན་དགའ་དང་དཔེ་སྤྱོད་ནམ་མཁའི་སྤྱིར་པོ། དཔེ་སྤྱོད་མ་དང་དཔེ་
 འདུན་མ་དང་དཔེ་སྤྱོད་འོད་ཟེར་ཆོས་དགའ་བཅས་དང་། ཟངས་མདོག་
 དཔལ་གྱི་རི་བོ་ནས་ཀྱུ་རུ་བརྒྱ་འབྱུང་གནས་དང་བྱགས་རྩེ་ཆེན་པོ་རྒྱན་རས་
 གཟིགས། འོད་དཔག་མེད། བྱག་ན་རྩེ་རྩེ། རྩེ་རྩེ་མེམས་དཔལ། སངས་
 རྒྱལ་ནམ་པར་ལྷན་མཛད། སངས་རྒྱལ་འོད་ཟེར་ཆོས་འཛིན་སྟགས་སངས་
 རྒྱལ་སྤྱོད་ཅེ་གཉིས་ཀྱིས་ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་གང་བ་མཛད། རྒྱ་
 གར་རྩེ་རྩེ་གདན་དང་བྱ་ཆོད་ལྷུང་པའི་རི་བོ། ར་ཡབ་ཨ་མ་རྒྱན་གྱིང་གི་ཞིང་
 ཁམས་ནས་བཟུན་འབྱུང་གི་རྒྱལ་པ་ལོ་པར་བརྒྱ་དང་རྒྱ་གར་དག་པའི་ཞིང་
 ཁམས་ནས་ཐུབ་ཕྱག་འཛིན་པའི་དཔེ་སྤྱོད་ཐུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་དང་བཅས་པ་
 རྣམས་ཀྱང་རྒྱ་གར་མཐིལ་དུ་ཆོས་ཉན་པ་ལ་གཅིག་པན་གཅིག་ལ་ལྷུང་དང་ཁྱིད་
 དང་བཀའ་སྟོན་པའི་དམ་ཆོག་བཞག་པས་ཉམས་ལེན་ཐུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ལ་
 ཐམས་ཅད་རྩལ་ནས་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར། ཆོས་ར་ཁྲ་མོ་ལ་སྤྱ་མ་དཔེ་འདུན་
 དང་ཐུབ་ཆོབ། དངོས་ཡོད་དངོས་མེད་ཀྱི་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར་ནས་མཐོ་ཅེ་མོ་ལྟ་
 ཁམས་མན་ཆད་དང་དམའ་ན་རྟག་དཔལ་ཁམས་བཅོ་བརྒྱད་ཡན་ཆད། བར་
 སྤྱིད་པ་ཆགས་པའི་མི་ཡུལ་གྱི་ལྷ་སྤྱ་གཞི་བདག་དང་དངོས་ཡོད་དངོས་མེད་ཀྱི་
 ལྷ་འདྲེ་འབྱུང་པོ་མི་མ་ཡིན་གང་ཅམ་ཡོད་པ་ཆོང་མ་སངས་རྒྱལ་ཤུག་ཐུབ་པ་
 དང་ཀུན་དགའ་པོ། སངས་རྒྱལ་རེས་རབ་ཀྱི་སྤྱིར་པོ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་

མཉམས་ཀྱིས་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བ་ལ་བྱུགས་རབ་ཏུ་བྱས་ནས་ཉ་ཟླ་བའི་ཆོས་པ་
 བཅོམ་འཛིན་ཉེན་ཆོས་ར་བྱ་མོར་འདུས་པའི་སྐབས། རྟེན་ལྗེ་ཡིན་ཤིང་ཡུལ་ནས་
 ཡོང་བའི་ཁོད་བྱང་དཀར་མའི་ལྷུལ་པ་དྲུང་ཅག་གཤམ་ཡི་རལ་ཙེ་ཅན་དང་ལྷ་ཉ་
 གེར་མཛོལ་ལྷུལ་པ་ལྷེའུ་བྱང་ལྷུལ་མེམས་དཔལ། ལྷ་ལྷུལ་གཅུག་ན་རིན་ཆེན་
 ལྷ་ལྷུལ་པ་ལ་གཤམ་ལྷུལ་མེན་པོ་གཤམ་ཡི་གཤོག་པ་ཅན་དུ་མ་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་
 ཆོས་འཁོར་གྱི་ཆོས་ར་བར་མའི་རྟེན་དུ་ཅན་གྱི་ཤིང་ཕྱོང་ཆེན་པོ་ཡལ་ག་གནས་
 ལ་བྱུག་པ། སོ་མ་ས་ལ་ཉིལ་བ། སངས་བྱུས་ནམས་ཀྱིས་སྟོན་ལམ་ལ་རི་ཁྲིད་
 འཆོ་བའི་བར་དུ་ཤིང་གི་ཚ་བ་མི་རུལ། ཙེ་མ་ཡལ་ག་མི་སྐམ་པ། སོ་འདབ་
 ཤིང་འོག་གིས་ལྷེ་པ་ཞིག་ཤོག་གསུངས་པ་དེ་ཡི་རྟེན་དུ་བྱ་ལྷུལ་ལྷུལ་གསུམ་
 འཁོར། དེ་ཡི་ཚུགས་བཞེ་མཆོམས་བརྒྱད་ལ་ཆོས་ཉན་པའི་བྱ་དང་བྱིའུ་ཡི་ལྷུལ་
 པ་མང་པོ་བཞུགས་ཡོད་པ་ན། ཆོས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་དགུ་ཅིག་ལ་བསྐྱེད་དབ་
 བརྒྱད་ཞབས་ལ་ཆང་། ཁོ་རིམ་བཅུ་གསུམ་སྟེད་ལ་ཆང་། དེ་རྟེན་དུ་མེ་རི་
 དམར་མེར་འཇའ་ཆོན་འཕྲུགས་པ་ཉ་བྱ་དར་གཟབ་ཀྱི་གདན་རྟེན་དུ་སངས་
 བྱུས་ཤུག་ལྷུལ་པ་དེ་ལྷ་རྩོམ་རྩོམ་དཀྱིལ་ལྷུང་གི་ལྷུལ་དུ་བཞུགས་ཤིང་ཞལ་ཉི་མའི་
 དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ་ར་ཚུགས་མཆོམས་ཐམས་ཅད་འོད་ཟེར་གྱིས་བྲུབ། ལྷན་གྱིས་
 འཇའ་ཆོན་ཀྱན་ལ་གཟིགས་ནས་བྱུགས་རྩེ་ནམ་མཁའ་འོད་གྱིས་གད་བ་ནི་ཉི་མ་
 ཤར་བ་དང་འདྲ། དེ་ནས་ཐམས་ཅད་ཡི་རངས་པའི་རང་ནས་སངས་བྱུས་ཤུག་
 ལྷུལ་པར་ཆོས་བྱས་པའི་སྐབས། སངས་བྱུས་ཤུག་ལྷུལ་པའི་ཞལ་ནས་རྩྭ་ལན་
 གསུམ་གསུམ་མཆོམས་ཨོ་ཨ་རྩྭ་རམ་ཡམ་ཁམ་གཅོག་གི་བ་མནོལ་གི་བ་ཤི་གི་བ་རོ་
 གི་བ་ས་གི་བ་གནམ་གི་བ་གི་བ་ནམས་ཐམས་ཅད་གཅང་བ་ཞི་ཞིག་ བཀའ་ཡི་
 བརྒྱད་ནས་བྲུས་གསོལ་གཏོང་། ལྷ་ཡི་ཆུ་ནི་དག་པ་ཡིན། དེ་རིང་བདག་གིས་
 བྲུས་གསོལ་ལོ་གསུངས་ནས་ཆོས་སྐད་ལྱང་ཆོག་རྟེན་པོའི་གསུང་འདི་རྩོམ་རྩོམ་
 ལྷན་ཆོག་ལ་དྲངས་པ་གདའོ།

ཨོ་མ་ཁི་པ་མེ་རྩྭ་ལྷོ་ལྷོ་