

བོད་ལྗོངས་རྒྱན་ལྗོད་ཀྱང་དཔྱིའི་སྒྲན་རིག་

བོད་རང་ལྗོངས་གསར་བཞེ་ཁྱ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་
འཕྲོད་ བསྟེན་ ཅུས་ ནས་ བཙུམས་
བོད་དམག་ཁུལ་ཁང་ཏུ་ཆེན་མུུ་གི་འཕྲོད་བསྟེན་ཁུུ

བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྒྲན་ཁང་

བོད་ཚྱངས་རྒྱན་སྤྱད་ཀྱང་དབྱིན་སྐད་རིགས་

བོད་རང་སྤྱང་ཚྱངས་གསར་བརྗེ་ཁྱ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་འཕྲོད་བསྟེན་ཅུས་
བོད་དམག་ཁྲལ་ཁང་ཏུ་ཆིན་པུ་གི་འཕྲོད་བསྟེན་ཁྲུག་
ནས་བཙུངས་

བོད་ཚྱངས་མི་དམངས་དཔེ་རྒྱན་ཁང་ནས་བསྐྱུན་

པེ་ཅིན་མི་རིགས་པར་འདེབས་བཅོ་གྲུ་
པེ་ཅིན་འབྲིག་པར་པར་འདེབས་བཅོ་གྲུ་གཉིས་པ་
ནས་པར་བཟུབས་

བོད་ཚྱངས་ཁྱིན་ཏེ་དཔེ་ཆོང་ཁང་ནས་བཀྲམ་

དེབ་ཆེ་ཆུང་, 850 × 1168/64 གྲུ་གྲངས་, 14.9/16

ཡིག་གྲངས་, 216,540 དཔེ་རིས་, 424

1979 ལོ་ལྷན་ 5 པར་པར་གཞི་ 1 པེ་སྒྲིག་བ་དང་པར་ཐེངས་ 1 པེ་བཟུབ་བ

དེབ་གྲངས་, 1—30,000

གཅིག་གྱུར་དེབ་ཏྲགས་, M14170.1

རིན་, སྒྲར་ 2.20

འགོ་བརྒྱུད་

མཐོ་ཀུན་ཞི་འབྱོར་མེད་གྲུ་རིམ་གསར་བརྒྱུད་ལམ་ཕྱོད་
གི་ཁྱིད་སྟོན་འོག་, རང་སྤྲོད་ས་གི་རྒྱ་ཆེན་སྟོན་བཅས་འབྱོད་བསྟོན་
མི་སྟོན་, ཏང་གི་“ཆོག་ས་ཆེན་དགུ་པའི”མཐུན་སྒྲིལ་དང་རྒྱལ་ཁབ་
ལམ་ཕྱོགས་བརྒྱུད་, མར་ལེན་རིང་ལུགས་དང་, མཐོ་ཙུང་དགོངས་
པས་མཆོན་ཆ་བྱས་ནས་གོམ་གང་མདུན་སྟོན་གིས་མགོ་སྐོར་གཏོང་
མཁན་ལུ་ཏུ་ཆེན་གས་ལ་ཐེར་འདོན་དང་དགག་པ་བརྒྱབ་ཏེ་
གྲུ་རིམ་འཐབ་ཚུད་དང་, ལམ་ཕྱོགས་འཐབ་ཚུད་, ལུ་མཐུད་
གསར་བརྒྱུད་བྱེད་པ་བཅས་གི་གོ་རྟོགས་གོང་མཐོར་ཕྱིན་པ་རེད་。

ཆབས་ཆེན་གཙོ་འཛིན་མཐོ་ཀུན་ཞི་“ཁྱུང་གའི་གས་
རིག་དང་སྟོན་རིག་ནི་ཆབས་ཆེན་གི་རྟོག་མཆོད་
ཅིག་ཡིན་པས་, འབད་བརྒྱུན་ཆེན་པོས་སྟོན་
འདོན་བྱས་ཏེ་, ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་”པའི་འད་
སྟོང་འབྲེ་བའི་མཆོད་སྟོན་ལ་བརྩི་སྲུང་བྱ་བ་དང་, མཐོ་ཀུན་ཞི་
“དམག་འབྱུག་གི་བྱ་སྒྲིག་དང་, ལུག་སྒྲིབ་གི་བྱ་

གྲིག་ མི་དམངས་ལ་ཞབས་འདེགས་བཅས་བྱེད་
 དགོས་”པའི་སྐོར་གི་སྒྲུབ་སྐྱོར་ཆེན་འཕེལ་རྒྱས་བྱེད་ཚུགས་སྟེ་གུན་
 རས་དོན་ཐོག་དུ་འཁྱོལ་བ་བྱེད་ཆེད་, རང་སྒྲུང་ས་གི་ཀྱང་དབྱི་
 སྒན་རིགས་གི་འཕུང་ཁྱུང་ས་རྣམས་སྟོན་འདོན་དང་, བེད་སྟུང་ག་
 གཤམ་བྱས་ཏེ་ནད་རིགས་འགོག་བཅས་བྱེད་ཀྱི་ཐོག་, ཏུར་བཙོང་
 ཆེན་པོས་ཀྱང་དབྱི་སྒན་རིགས་རང་གིས་བཀོག་པ་དང་, འདེབས་
 བ་, གས་བ་, བཟོ་བ་བཅས་གི་མང་ཆོགས་ལས་འགུལ་བྱུང་སྟེ་
 བཟང་ཏེ་, སྤར་ལས་ལྷག་པའི་སྟེ་ནས་བཟོ་ཞིང་དམག་ལ་ཞབས་
 འདེགས་ཞུ་བ་དང་, སྤྱི་ཆོགས་རིང་ལུགས་གི་གསར་བཟུང་དང་སྤྱི་
 ཆོགས་རིང་ལུགས་གི་འཛུགས་སྐྱོན་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་བ་, ཞིང་
 ཁུལ་དང་འབྲོག་ཁུལ་གི་སྒན་བཅས་འཕྲོད་བསྟེན་གི་བྱ་གཞག་གོང་
 འཕེལ་ཡོང་བར་སྐུལ་འདེད་བྱེད་པ་བཅས་གི་ཆེད་དུ་ང་ཚོས་《བོད་
 སྒྲུང་ས་ཀྱན་སྟུང་ཀྱང་དབྱི་སྒན་རིགས་》ཟེར་བ་འདི་ཙམ་གྱིས་བྱས་
 ཏེ་ཀྱ་ཆེན་སྒན་བཅས་འཕྲོད་བསྟེན་མི་སྣ་དང་, “ཨམ་རྩེ་ཀང་རྩེ་
 མ”རྣམས་ལ་དབྱུང་གཞིར་འབུལ་ཀྱི་ཡིན་

དཔེ་དེབ་འདི་ཀྱ་བོད་ཡིག་རིགས་གཉིས་སུ་བྱེད་ནས་པར་
 སྐྱོན་བྱས་པ་ཡིན་ དཔེ་དེབ་ནང་རང་སྒྲུང་ས་གི་ཀྱན་སྟུང་ཀྱང་
 དབྱི་སྒན་རིགས་ཁག་ 367 བསྐྱས་ཡོད་པའི་ཐོག་, ཟུར་དུ་དེ

རིས་ཚུན་ཁ་གྲངས་ 424 ནང་རྒྱན་མཐོང་ནད་རིགས་དང་ སྐབ
 ས་བའི་ནད་རིགས་གི་ནད་རྒྱན་ ནད་རྒྱགས་དང་འགྲོག་བཙུག་བྱེད
 བའི་ཀྱང་དབྱིའི་སྐྱན་རིགས་གི་སྐྱན་སྦྱར་བྱེད་ཐབས་ཡང་བཀོད་ཡོད
 ང་ཚོས་ནན་ཏན་གིས་མར་ལའི་དཔེ་དེབ་བལྟ་སྟོན་དང་
 མཐོང་ཀྱང་ཞིའི་གསུང་ཚུལ་སྦྱོར་སྦྱར་བྱེད་རྒྱ་མ་འདང་བར་བརྟེན་རྒྱ་
 ཚད་དམའ་བ་དང་ དེའི་ཐོག་ཚུལ་འབྱེའི་དུས་ཚོད་བྲེལ་འཁུབ་ཆེ
 བའི་རྒྱན་གིས་སྦྱོན་དང་ནོར་འབྲུལ་ཡང་རྒྱ་ནི་ཤོད་མ་དགོས་པ་
 ཅིག་རེད་ དེར་བརྟེན་སློ་མཐུན་ཚོས་སྦྱོན་བརྗོད་དང་ཡོ་བསྐྱང་
 གནང་རོགས་གནང་།

དཔེ་དེབ་འདི་ཚུལ་འབྱེའི་བྱེད་དུས་ཀྱང་གོའི་ཚན་རིག་ཁང་གི
 ཅེ་ཤིང་ཉམས་ཞིབ་སའ་དང་ ཀྱང་གོའི་གས་རིག་ཚན་རིག་ཁང་
 གི་སྐྱན་རྗེས་ཉམས་ཞིབ་སའ་སྐགས་འབྲེལ་ཡོད་སྐྱན་ལྷའི་སྡེ་ཚན་
 གིས་ལྷགས་ཆེའི་རྒྱབ་སྦྱོར་དང་སྟོ་སེམས་ཆེན་པོའི་རོགས་རམ་གནང་
 བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།

ཚུལ་སྟོན་པས

1971 ལོའི་ཟླ་ 12 ལ

དཀར་ཆག

ཀྱང་དབྱིའི་སྒྲན་རིགས་གི་སྤྱིར་བཏང་ཤེས་ཡོན

གཅིག, སྒྲན་རིགས་འཛིན་བྱེད་སྒྲངས་.....	1
(དང་པོ) ཅི་ཤིང་གི་རྣམ་པ་	2
(གཉིས་པ) ཅི་ཤིང་སྤྱོད་ལོངས་གི་དུས་སྐབས་	3
(གསུམ་པ) ཅི་ཤིང་ཆགས་ཚུལ་	4
གཉིས, སྒྲན་འཛིན་སྒྲངས་.....	27
(དང་པོ) སྒྲན་གི་སྤྱོད་གནས་	28
(གཉིས་པ) སྒྲན་འཛིན་པའི་དུས་ཚོད་.....	29
(གསུམ་པ) སྒྲན་གི་འབྱུང་ཁུངས་ལ་སྤྱོད་བྱེད་	
དགོས་	30
(བཞི་པ) སྒྲན་གྱི་བདག་གཉིས་བྱེད་སྒྲངས་.....	32
གསུམ, སྤྱིར་བཏང་སྒྲན་བརྒྱལ་ཐབས་སྒྲན་	32

(དང་པོ) རྒྱལ་བདུལ་ཐབས	33
(གཉིས་པ) མེས་བདུལ་ཐབས	34
(གསུམ་པ) མེ་རྒྱལ་བདུལ་ཐབས	36
བཞི. རྒྱན་སྦྱོང་མཉན་གི་སྦྱོར་ཐབས	37
ལྔ. བྱང་དབྱིའི་མཉན་རིགས་གི་རང་བཞིན་	
དང་རྒྱས་པ	38
(དང་པོ) རང་བཞིན་བཞི	39
(གཉིས་པ) རོ་ལྔ	40
ཐད. མཉན་པོད་སྦྱོང་གཏོང་སྟངས	43
(དང་པོ) རྩོད་སྒྲུབ་གི་བཅོས་ཐབས	44
1. བརྟག་པ་བཞི	44
2. རྩ་འཛིན་བརྒྱད	51
(གཉིས་པ) ལྷགས་མཐུན་གིས་མཉན་པོད་སྦྱོང་གཏོང་གྱི་	
སྒྲུབ	54
1. མཉན་པོད་སྦྱོང་གཏོང་སྟངས་གི་སྦྱོར་བྱང་རྩ་དོན་.....	54
2. མཉན་གི་གཏོང་ཆད	55
3. མཉན་གཏོང་བའི་དུས་ཚོད	55
4. མཉན་སྦྱོར་དགག་བྱ	56

རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱང་དབྱིའི་སྒྲན་རིགས

གཅིག་ བྱིར་འགྲོལ་བྱེད་པའི་སྒྲན་.....	58
(དང་པོ) རྩ་ཁ་ཆ་ལ་རྫོད་ཡིན་པའི་བྱིར་འགྲོལ་བྱེད་	
པའི་སྒྲན་	58
མཆོ་ལྷ་མ་	58
ཞིང་ཆ་(བྱར་བཞོད་ དེའི་ཤུན་པགས་)	61
བྱི་རུག་སེར་པོ་	63
དང་ཀྱན་དཀར་པོ་	65
ཞིང་བ་ཤ་ཀ(བྱར་བཞོད་ དེའི་འབྲུ་གུ).....	66
ཐུའུ་ཞི་ཞིང་	68
བ་ལང་ལྷ་བ་	70
སྒྲན་རྒྱང་	72
བྱི་ཆོར་	74
བྱི་རུག་སྒྲན་པོ་(བྱར་བཞོད་ བྱི་རུག་ནག་པོ་).....	75
སྒྲན་གཟུང་(བྱར་བཞོད་ དེའི་རྩ་བ་དང་ཡལ་གཞི་	
ལ་མ་)	77

སྒྲིག་པ་རུག་པ	79
ཁུ་བུག་རྩི་ཐོག	80
ཏེ་ཁྱི་སྒྲིག	82
ཞང་ཀེན་ཆིང	84
འུ་སྒྲིག	85
(གཉིས་པ) རོ་ཁ་ཆ་ཞིང་བསེལ་བའི་བྱིར་འགྲོལ་བྱེད་ བའི་སྒྲིག	87
དར་ཤིང་གི་ལ་མ(བྱར་བཀོད་: དེའི་འབྲུ་གུ་དང་, ཡལ་ ག་, ཅ་བའི་ཤུན་པགས)	87
གུར་དྲིག	89
ཟི་ར་མེར་པོ(བྱར་བཀོད་: ལ་མ་ཆེ་བའི་ཟི་ར་ མེར་པོ)	91
བྱང་ཆུབ་ཤིང	93
བྱི་བཟུང	95
ཁྱུ་ཅི་དུག་ལ	97
འུར་བའི་བྱི་སྒྲིགས	98
སྒྲིག་མཆོ	99
ཆུ་གཡང་རྩྭ	101

འམ་བུ(ཟུར་བཞོད་: འམ་བུ་མེ་རྟག་ཟིང་དམར་)	102
རི་སྐྱེས་སེུ་དམར་རྩུང་	104
མ་མ་རྒྱས་རྒྱས་	106
གཉིས་, ལུང་བ་གོག་ཞིང་སྐྱོ་འཇགས་པའི་	
སྐྱོན་	108
(དང་པོ་) སྐྱོ་དང་དབྱགས་ཉལ་བ་འཇགས་པའི་སྐྱོན་	108
ད་རྩུ་ར་	108
ཁོན་རྩུང་ཉ་	110
ལུག་མིག(ཟུར་བཞོད་: ལུག་རྩུང་དང་, མེ་རྟག་ལུག་	
མིག་)	112
མངར་ཁམ་	114
ལྷ་རྟོབ་	115
རྒྱ་ཁྲར་	117
གན་ད་ཅ་བ་	119
སྐྱ་བ་	120
རྟོན་ཐུུ་རུས་	122
ཆི་ཕི་ཁ་ཞན་བ་	123
སྐམ་གྱི་མཆིན་བ་	125

(གཉིས་པ)ཆ་བ་མེལ་བ་དང་ལུད་པ་གོག་པའི་སྒྲན་	126
ཨ་བི་ཁ་ཞན་པ(ཟུར་བཞོད་: ཨ་བི་ཁ་མེ་རྟོག་མེར་པོ)	126
ལྷ་བདུད་རྩི་རྩེ་ཞན་པ	128
བ་ལེ་ཀའི་རིགས(ཟུར་བཞོད་: དེའི་རྩ་བ་དང་འཁྱི་ཤིང)	130
གཞུ་ནང་སྒྲིགས(ཟུར་བཞོད་: དེའི་འབྲུ་གུ་དང་རྩ་བ)...	132
སྒྲིག་མ	134
ཨ་བི་ཁ	135
སྒྲ་ལ་དམར་པོ	137
པ་ཡག་རྩ་བ	139
ནད་མ་འབྲུར་མ	140
སྒྲི་བ	142
ལུག་སྒྲུར	144
སྒྲིག་འདྲ	145
གཟུང་བདུད་དཀར་པོ(ཟུར་བཞོད་: གཟུང་བདུད་ཀྱི་ སྒྲིག)	147
སྒྲ་ལ་སྒྲིག་པོ	149
བྱིའུ་ལ་ལུག	150
འབྲི་རྩ་ས་འཛིན	151

(གསུམ་པ)ནང་དོད་སྐྱེ་ཞིང་ལུང་པ་གོག་པའི་སྒྲན	153
ལ་མ་གསུམ་ཅན་དུ་བ	153
དུ་བ་ལ་མ་གཅིག་སྐྱེས་ཅན	155
པན་ཡེ་ལན	157
སྐར་ལན	159
རི་ཤོ(བྱར་བཞོད་: ལ་ཅེ་ནྟ་བའི་རི་ཤོ)	160
དུ་གོད(བྱར་བཞོད་: ལ་ཅེ་ནྟ་བའི་དུ་གོད)	162
གསུམ་ ཆ་བ་སེལ་བའི་སྒྲན	165
(དང་པོ)ཆ་བ་དང་དུག་སེལ་བའི་སྒྲན	165
སྐར་པ(བྱར་བཞོད་: རྩང་གི་སྐར་པ)	165
ཁྱར་མང	167
ར་ཤང་དབང་ལུག	168
ཅིན་ཡིན་ཏུ(བྱར་བཞོད་: སྐར་དབྱིབས་ཅིན་ཡིན་ཏུ་དང་ ལ་མ་ཁུང་བའི་ཅིན་ཡིན་ཏུ)	170
བྲེ་ག	172
ཅི་ཏུ་ཉི་ཉིང	173
ཉ་ཁི་བྲོ་བའི་སྒྲ	175
སྒྲ་ཉི་ལེག	176

དེས་མ (བྱར་བཞོད་: འབྲས་བུ་སྒྲར་བའི་དེས་མ)	178
སྤང་རམ་ལྷ་མ་རྒྱུང་བ (བྱར་བཞོད་: སྤང་རམ་ལྷ་མ་ ཆེ་བ)	180
རྟོང་ལེན་སྒྲུག་པོ་	182
སྤང་རྩི་སྤྲས་	183
རྟོང་ལེན་	185
ཤོ་མང་	187
རྩི་རྩི་ནག་པོ་	188
ལྷ་མ་བདུན་ཅན་དྲ་བ་	190
གང་ག་རྒྱུང་	192
རྩི་མཁྲིས་ཞན་པ་	193
ཆི་ཀན་	194
ལྷ་དུག་	196
མངས་རྩི་དཀར་པོ་	198
རྒྱུ་ཅང་ཆེན་	199
གསེར་ལྷེ་མ་	201
ལྷ་རྩི་ཀླུ་	202
མ་ལེན་ཆེན་	203

བེ་དོ་ཤིང་	205
རེ་རལ་རྒྱང་བ་	207
རྒྱ་མཐིས་ཡག་པ་	208
མ་བ་དགོ་དགོ་	210
འུ་ལུ་ཞན་པ་	211
རྩ་མ་མདོངས་ལོ་མ་ཆེ་བ་(བྱར་བཞོད་: རྩ་མ་མདོངས་ ལོ་མ་རྒྱང་བ་)	213
ཡུ་གུ་ཤིང་དཀར་པོ་	214
སྤེལ་སྒྱུག་(བྱར་བཞོད་: སྤེལ་སྒྱུག་ཞན་པ་)	216
ལན་ཉན་ཆིང་	218
རྒྱ་ལྷམ་	220
ལྷག་ཏུ་སྒྱུག་པོ་	222
དབང་ལག་ཞན་པ་	223
རྒྱ་ཏུ་སེར་པོ་	225
སྒྱུ་བ་	226
བ་ཤ་ཀ་	228
བྱ་ཆོད་སྤྱོད་	230
འབྲུ་སྒྱུ་ཏང་འབྲུ་གུ་ཡོད་པ་	231

ཚན་མཁུ་ཅི	232
ལུག་མིག་ནག་པོ་(བྱར་བཀོད་: ལུག་མིག་ནག་པོ་རྒྱང་བ)	234
རྒྱལ་བ་རྒྱ་བྱུང་	235
བྲག་རྒྱ་ཏ་པོ་	237
སྐུ་ཏིག་	239
ཐེན་ཞང་ལུང་	240
ཕུ་ཀར་མུ་ལ་ཞན་པ་	241
སྤལ་གོང་མེར་པོ་	243
མེ་གོད་ཆེར་མ་མེད་པ་	244
སྤྲ་སྤྲོན་(བྱར་བཀོད་: སྤྲ་སྤྲོན་ལ་མ་ཆེ་བ)	245
པར་པ་ཏ་	247
མིང་བལ་	249
མིང་གི་གསེར་བྱེ་	250
དགུན་འདུས་མིང་	251
ཁྱི་མིག་	253
སྤྲང་བྱེལ་	254
གསེར་གི་མེ་ཏྲིག་(བྱར་བཀོད་: གསེར་གི་ཕྱད་བྱེ)	256
སྤྲ་སྤྲོན་(བྱར་བཀོད་: སྤྲ་སྤྲོན་གི་ལ་ཡུ་རིང་)	257

(གཉིས་པ)ཆ་བ་སེལ་ཞིང་ཆུ་མེར་འཇགས་པའི་སྒྲན་ ...	259
ཤ་ཁུ་ཆའོ་	259
རྟོང་ཆེན་	261
ལྷགས་ཏིག་ནག་པོ་	262
སྤང་རྒྱན་དཀར་པོ་(བྱར་བཞོད་: སྤང་རྒྱན་མེ་རྟོག་ མེར་སྒྱུ)	264
མེར་པོ་རྒྱ་རྒྱས་	266
ཁུ་ཕྱིན་	267
སྤང་རྒྱ་རྟོ་པོ་	269
ཤང་རྒྱལ་དམར་པོ་(བྱར་བཞོད་: ཤང་རྒྱལ་མེར་པོ་)	270
ཀང་པན་ཀུའི་	272
གཟེར་འཇོམས་མེ་རྟོག་	274
བྱར་པན་རྒྱ་རྒྱས་	275
སྤང་རྒྱ་(བྱར་བཞོད་: དེའི་འབྲས་བུ)	277
མ་མ་སྤང་ལྷགས་	278
ལྷན་པལ་སྤང་པོ་(བྱར་བཞོད་: ལྷག་རྒྱང་མདན་ཡོན་) ...	280
པོང་དཀར་	282
སྤང་རྒྱ་ཤ་	283