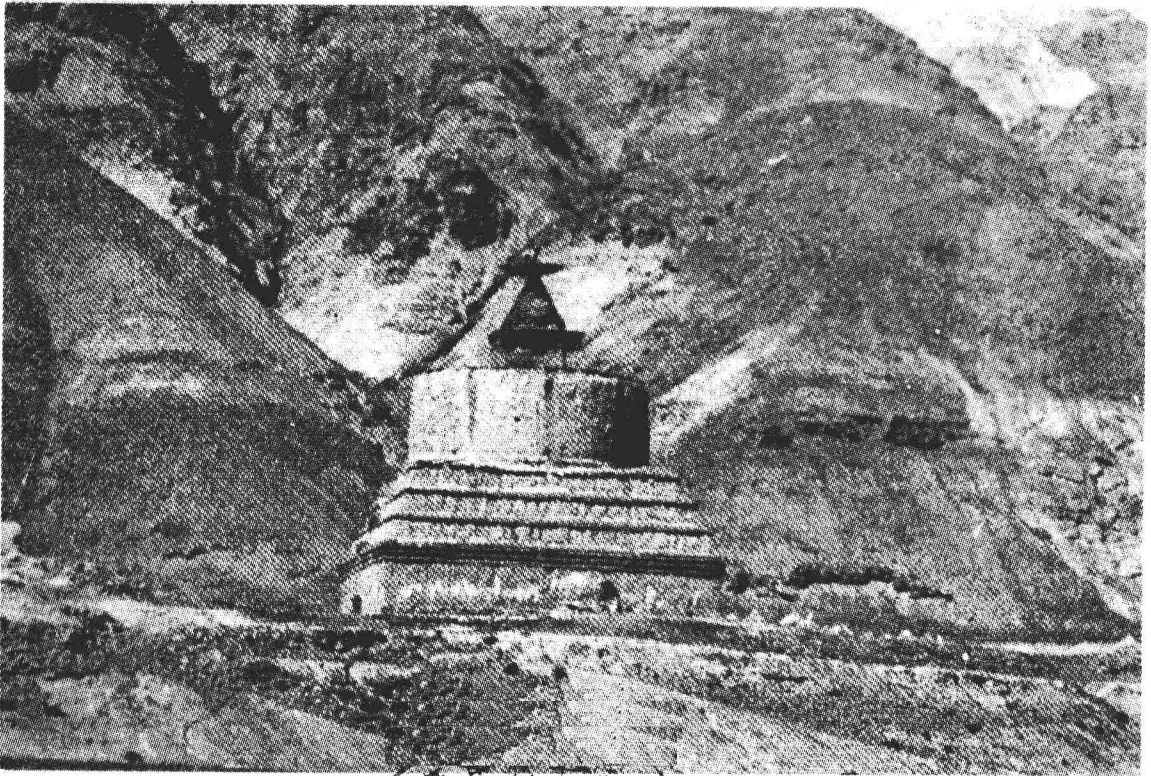


[illegible]

གཏམ་བྱུང་དགའ་ཐང་འབྱུང་བ་ཆེ་ནས་གསར་དུ་ཉིད་བཞི་

དོན་གྱི་གནའ་དཔེ་བདམས་བཟྱ་གས།

དཔེ་ཁྱིམ་པ། པ་ཚོ་པ་སངས་དབང་འབྱུངས།
ཟླ་བ་རྩ་ལྔ་པ་ལྟ་ཆེ་རིང་།



བོད་རྒྱུང་ས་བོད་ཡིག་དཔེ་ཉི་ཤེས་དཔེ་རྒྱན་ཁང་ནས་བསྐྱུན།

དགའ་ཐང་འབྲུག་པ་ཆེ་ནས་གསར་ཁྱེད་པའི་
ཐོན་གྱི་གནའ་དཔེ་བདམས་བསྡེགས།

དཔེ་ཐོན་འགན་འཁུར་བ།

ཁ་ཤོག་རྩམ་འགྲེལ།

ཐོན་ཐུང་པར་བསྡེགས།

བྱས་དག་བ།

པ་ཆབ་པ་སངས་དབང་འདུས།

ཐུང་རྩ་ལྟ་ཆེ་རིང་།

ངག་ཆོས།

སྐལ་སྦྱོལ།

པ་ཆབ་པ་སངས་དབང་འདུས།

བོད་ཚྭ་ས་བོད་ཡིག་དཔེ་ཉིང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་ནས་བསྐྱུན།

བོད་ཚྭ་ས་ཤིན་ཏུ་དཔར་འདེབས་བཅོ་ལྔ་ནས་དཔར།

བོད་ཚྭ་ས་ཤིན་ཏུ་དཔེ་ཆོང་ཁང་ནས་བཟུམ།

༡༠༠༧ལོའི་ཟླ་༧པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྡེགས།

༡༠༠༧ལོའི་ཟླ་༧པར་པར་ཐངས་དང་པོ་བཟུམ།

ISBN978—7—80589—079—1

པར་གྲངས་1—3,000

དེབ་རིན་ཚེར་33.00

(藏)新登字 02 号

当许噶塘蚌巴奇塔本 古苯教文书汇编

责任编辑：巴桑旺堆

罗布次仁

封面设计：阿 曲

校 对：巴桑旺堆

电脑输入：格 珍

西藏藏文古籍出版社出版

西藏新华印刷厂印制

西藏新华书店发行

880×1230 毫米 16 开 印张:16

2007 年 9 月第 1 版 2007 年 9 月第一次印刷

ISBN978—7—80589—079—1 民文(藏)

印数:1—3,000 定价:33.00 元

ཐུང་གཞི།

《གཏམ་ཤུལ་དགའ་ཐང་འབྲུམ་པ་ཆེ་ནས་གསར་དུ་རྟེན་པའི་བོན་གྱི་གནའ་དཔེ་བདམས་བསྒྲིགས་》ཞེས་པ་འདིའི་ནང་བོད་རྫོང་ས་མཆོ་སྤང་རྫོང་གཏམ་ཤུལ་ཁྲུལ་གྱི་དགའ་ཐང་འབྲུམ་པ་ཆེར་གྲགས་པའི་མཆོད་རྟེན་ཞིག་རལ་དུ་སོང་བ་ཞིག་གི་ནང་ནས་ཐོན་པའི་དཔེ་རྟེན་གསལ་ས་འདིར་སྤྱ་རྒྱལ་བཅན་པོའི་དུས་སྤྱ་གཏོགས་པའི་ཙ་ཆའི་དཔེ་རྟེན་ཁག་བཞི་ཙམ་གདམ་སྒྲིག་གིས་དེ་ནམས་ཡིག་འབོར་དེ་ཙམ་མི་ཆེ་བར་བརྟེན་དེ་བ་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིགས་ཏེ་དཔེ་སྤྱན་ལྷན་པ་ལགས།

དེའང་སྤྱི་ལོ་༡༩༠༠ལོའི་དབྱར་དུས་ལྷོ་ཁ་ས་ཁྲུལ་མཆོ་སྤང་རྫོང་གཏམ་ཤུལ་ཁྲུལ་གྱི་དང་ལྷན་མང་ཆོག་ས་ཆོས་དགའ་ཐང་འབྲུམ་པ་ཆེ་མཆོད་རྟེན་ཉམས་གསོ་བྱ་སྐབས་དེའི་ནང་ནས་ས་རྟོ་དང་འདྲེས་པའི་གནའ་ཡིག་རྟེན་རྒྱལ་མང་དག་ཅིག་ཐོན་འདུག་པའི་ཁྲོད་པལ་ཆེ་བ་ནི་ཤོག་བྱ་དཀྱུས་མའི་ཐོག་བྱིས་པའི་གཟུངས་རྟེན་ཡིན་འདུག་ཅིང་། ནང་དོན་ཡང་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་གཞུང་དང་། གཟུངས་སྤྲུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡིག་ཆར་སྤང་ཞིང་། གཞན་ཡང་མཐེང་ཤོག་ཐོག་ཏུ་བྱིས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་སྟོང་སྤྲུག་བརྒྱ་པའི་གསེར་བྱིས་ཤོག་ཆལ་ཡང་ཐར་ཐོར་དུ་མཆིས། རོ་མཆར་བ་ཞིག་ལ་གནའ་ཡིག་དེ་དག་གི་ཁྲོད་ནས་ཙ་ཆའི་བོན་དཔེ་ཉུང་ཤས་ཤིག་དང་གནའ་བོའི་སྤྱན་དབྱེད་ཀྱི་ཡིག་གཅིག་ཀྱང་རྟེན་སོན་བྱུང་།

དཔེ་རྟེན་དེ་དག་གི་ཙ་ཆ་པ་པོའི་མཆོན་ནམ་བཙམས་དུས་སམ་ཡིག་པ་སྤྱ་ཡིན་རེ་ཞིག་ཁ་ཆོན་གཅོད་དགའ་ཡང་བཟང་དག་ཐ་སྟོང་དང་བྱིས་གཟུགས་ལ་དབྱེད་ཆོ། ཡིག་རྟེན་པལ་ཆེ་བ་ནི་བཞུན་པ་བྱི་དར་གྱི་སྐབས་ཏེ་དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་གམ་དེ་རྗེས་སྤྱ་བྱུང་བའི་ཡིག་ཡིན་པར་འདུག་ཅིང་། དེ་མིན་གྱི་གནའ་དཔེ་ཉུང་ཤས་ཤིག་ནི་སྤྱ་རྒྱལ་བཅན་པོའི་དུས་ཀྱི་ཡིག་རྟེན་ཡིན་སྟེང་། ལྷག་དོན་གནའ་ཡིག་དེ་རིགས་ཁྲོད་ཀྱི་བོན་དཔེའི་བརྗོད་དོན་གཅོད་པོ་ནི་ལོ་རྒྱུས་སྟོང་གོང་གི་བོན་གྱི་ཤེས་རིག་སྒྲིབ་ཡིན་པ་དང་། རྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་ནི་ཉུན་ཏོང་གི་གཏེར་ཡིག་གི་ཁྲོད་ཆོས་དང་འདྲ་མཚུངས་སྤྱོད་ལ་བྱིས་གཟུགས་ཀྱང་རྟེན་ཉམས་ལྷན་པ་ཞིག་འདུག་པས་ཏ་ལམ་སྤྱ་རྒྱལ་བཅན་པོའི་དུས་སྤྱ་དུ་བྱུང་བའི་བོན་གྱི་དཔེ་རྟེན་ཡིན་པར་འདུག དེས་ན་དུས་སྤྱ་བྱི་གཉིས་སྤྱ་བྱུང་བའི་དཔེ་རྟེན་མཆོད་རྟེན་གཅིག་གི་ནང་ནས་ཐོན་པའི་རྒྱ་མཆོན་ལས་མཆོད་རྟེན་དེའང་སྤྱ་བྱིར་ཞིག་གསོ་ཐངས་འགའ་བྱས་ཡོད་པ་ཞར་དུ་རྟོགས་སྤྱབ་པ་ཡིན། ཡིག་རྟེན་དེ་

དག་ནི་ཙ་འགངས་ཆེ་བའི་གནའ་རབས་བོད་མིའི་ཤེས་རིག་གི་ཤུལ་བཞག་ནོར་བུ་ཡིན་པས།
འདི་ལྟ་བུའི་ཙ་ཆེའི་ཡིག་རྒྱུ་གི་རིན་ཐང་འདོན་སྤེལ་བྱ་རྒྱུ་ནི་རང་རེའི་འདོན་ཐབས་མེད་པའི་
འོས་འགན་ཡིན་པས། གནའ་ཡིག་དེ་དག་ཁྲིད་ནས་ནང་དོན་ཆ་ཆང་བའམ་རྩང་ཆ་ཆང་བའི་
ཡིག་རྒྱུ་ཁག་བཞི་ལྟ་བོད་མིའི་གནའ་རབས་ཤེས་རིག་དང་ལྟ་སྦྱོད་མཆོན་པའི་བོན་དཔེ་གསུམ་
དང་ལྔ་དཔེ་གྱི་ཡིག་ཆ་གཅིག་དང་བཅས་ཁག་བཞི་བདམས་བསྒྲིགས་ཞུས་པ་ལགས།

བོན་དཔེ་ཀ་པའི་ནང་གནག་རབས་སམ་བེ་མ་ཤོང་རྒྱའི་རབས་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ལྷོ་ལ་
རབས་ཞེས་བྱ་བ། གསེར་སྒྲིམས་ཀྱི་རབས་ཞེས་བྱ་བ་བཅས་རབས་གསུམ་གྱི་དོན་བཞག་ཡོད་དེ།
འདིར་རབས་ཞེས་པའི་གོ་དོན་ནི་བོད་ཀྱི་བར་རྒྱུད་དུ་རྒྱུད་དམ་ལོ་རྒྱུས་ལ་གོ་བ་ཡིན་ཏེ། དེའང་
ཆེས་གནའ་བོའི་དུས་སྤྱི་བོད་མིས་ཡར་གནས་ཀྱི་ལྟ་མཆོད་པ། མར་སའི་འདྲེ་རྒྱུད་པ། གཤེན་
ཀྱི་དྲི་འདུལ་བ། གསོན་ཀྱི་རིམ་གྱི་བྱེད་པ། འདུལ་ངན་པ་བཟང་པོར་འཛོམས་པ། དག་
བཞགས་སྒྲིབ་ངན་བར་ཆད་ཐན་ལྟས་དང་གདོན་གྱི་གཞོད་པ་ཐམས་ཅད་སྒྲིག་པར་བྱེད་པའི་
ཐབས་ཅི་རིགས་ཡོད་ལ། གནག་རབས་དང་ལྷོ་ལ་རབས་ནི་རྒྱུད་གི་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས་འཆད་
པའི་གོད་ཀ་དང་། བདུད་སྤོན་ལྟས་ངན་ལ་སོགས་པའི་དག་བཞགས་ཀྱི་གཞོད་པ་སྒྲིག་ཐབས་
ཀྱི་ཆ་གཤམ་གཏོ་བཅས་ལྟ་བུའི་གནའ་བོའི་བོན་དཔེ་ཡིན་པར་མངོན། གསེར་སྒྲིམས་ཀྱི་རབས་
ནི་ལྟ་སོགས་ལ་མཆོད་པར་འབུལ་རྒྱའི་སྒྲིམས་ཆང་དང་གསེར་གྱི་ཆོག་བཤད་ཡིན་པས་ཡིག་འབྲུ་
ཞུང་ལ་བརྗོད་དོན་ཟབ་པ། སྤྱི་ལོ་ཆོག་འབྲེལ་རན་པས་འདི་ནི་བོད་ཀྱི་ཆེས་གནའ་བོའི་ཆང་
དང་གསེར་སྒྲིམས་ཀྱི་རབས་སམ་ཆོག་བཤད་ཡིན་པར་སྤྲོད་དོ།

བོན་དཔེ་ཁ་པ་འདི་ནི་འགོ་མཁུག་མི་ཆང་བ་དང་མཁུག་གི་ཤོག་ལྗེ་བ་གསུམ་ཅམ་རལ་
རུལ་དུ་སོང་ནས་ཡིག་འགའ་རེ་མི་གསལ་བའི་སྒྲིན་དུ་མཆིས་ཀྱང་ཙ་བའི་བརྗོད་དོན་ནི། རྗེ་ལ་
དྲི་འདུལ་བའི་ཐབས། ཞེས་བོན་གྱི་གནའ་བོའི་གཤེན་འདུར་གྱི་ཆ་ག་དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་
ཞིག་ཡིན་འདུག་ཅིང་། འདིའི་ནང་གསེས་སྤྱི་མཐེམ་པ་རྒྱལ་པ་རྒྱལ་ལ། རྗེ་ལ་དྲི་འདུལ་བའི་
ཐབས། བཟ་བྱ་གཟིགས་འབྲང་གི་རབས། གེ་གཞུལ་གྱི་རབས། ཞེས་ནང་དོན་ཁག་བཞི་
འདུག་ལྟ། མཐེམ་པ་རྒྱལ་པ་རྒྱལ་ཞེས་པ་ནི་རྗེ་ལ་དྲི་བསང་བར་བྱེད་པའི་བོན་གྱི་ཆ་གའི་སྒྲིམ་
ཀྱི་ཡིག་དང་། རྗེ་ལ་དྲི་འདུལ་བའི་ཐབས་ལ་དྲི་འདུལ་བའི་ཆོག་བཤད་ཀྱང་བེར་ཏེ། ཆོག་གཞི་
ནི་སྒྲིན་གྱི་བྱུང་རབས་མང་པོ་ཞིག་འཆད་ནས་གནའ་རྒྱུད་འདི་འདྲ་བ་ཞིག་བརྗོད་པར་བྱས་ཡོད་
དེ། དེའང་རྒྱལ་སྤོན་ནམ་ཡུལ་ཞིག་གི་རྗེ་བོའམ་དེའི་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ལོ་གཞན་ཞིག་ནས་ཁབ་བམ་

དབུལ་ཞིག་བསུས། སང་ཕོད་ལོ་དུས་རྒྱུ་མལ་དུ་ལྷམ་དེའི་མངལ་དུ་བུ་ཞིག་འཁོར་རུང་རྗེ་པོ་
དེའི་ཡུལ་གྱི་སྤྱོད་པོ་མའི་ཁོག་དུ་བཞུགས་པས་མ་བུ་རྗེལ་དྲིས་གྲངས། རྗེལ་དྲི་གནོད་ཆེ་ཉེ་རྗེ་
བོས་རྗེལ་དྲི་སེལ་ཕྱིར་ཡུལ་གྱི་བོན་གཤེན་སྤྱོད་དངས་ནས་གཏོ་དང་དཔུང་བགྱིས་ནས་རྗེལ་དྲི་
འདུལ་ཏེ་ཡར་ཏེ་རྩ་བསངས་བ་དང་། མར་ཏེ་དྲི་འདུལ། ལྷའི་གཤེགས་ཤུལ་ཕྱེ། རྗེའི་སྤང་
གསལ་སྒྲོན། གནའ་ཕན་ན། དེ་ཡང་ཕན་ནོ། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། བཟླ་བ་གཟིགས་འབྲང་གི་
རབས་ལ་ཕག་བོན་གསལ་ཁྲིའི་ལྷགས་ཀྱང་བེར་ཏེ། ཡུལ་ཉེན་ཡུལ་གྱི་རྗེ་བོ་ཉེན་དེ་ཁོགས་པོའི་
ཁབ་ལྷ་བཟླ་ཁ་རྒྱུང་སྤྱོད་ཞེས་པ་དེ་གཤེགས་རྗེས་གཤེན་པོ་དེ་གྲངས་པའི་མཆོན་དང་། གྲངས་གྱི་
བཤོས། གྲངས་གྱི་བང་སོའི་མིང་ལ་སོགས་པ་བཞེས་ལྷགས་གྱི་གཤེན་དུར་ཐབས་གྱི་སྒྲོར་ཡིན་པ་
དང་། གེ་གཞུལ་གྱི་རབས་ནི་མ་སངས་རུས་དགུ་དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་ཡིན་ནོ།

བོན་དཔེ་ག་པའི་ནང་ཤོག་ངོས་འགའ་རེའི་ཤོག་དུ་ཡིག་མི་གསལ་བ་ཐ་ཐོར་མཆིས་ཀྱང་
ཤོག་ལྗེ་བཆོམ་གི་བརྗོད་དོན་སྤོང་པོ་ནི། ཤ་རུ་ཤུལ་སྤོན་གྱི་རབས། ཞེས་ལྷ་སྤོལ་ལས་བྱུང་
བའི་མགོན་ཤ་བའི་བོན་སྒྲོར་ཡིན་གཤེས། དེ་ཡང་གནའ་བོའི་བོན་ལྗེ་གསོན་བོན་གྱི་ཁོངས་སུ།
ཤ་རུ་རང་འགྲོས། ཤ་བ་རུ་རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་ཤ་བ་བོན་སྒྲོར་མཆིས་པ་ཤ་རྩ་བཟླ་ཤིས་རྒྱལ་
མཆོན་གྱིས་གསུངས་ཤིང་། ཕྱིས་གྱི་བོན་ལྗེའི་ནང་དུའང་ཤ་སྒྲོར་གྱི་འདྲེན་སྤོལ་ཡང་མང་པོ་
ཡོད་པ་ནི་དཔེར་ན། ཤ་སྒྲོར་མང་ཡང་དགུ་རུ་འདུ། མི་བུ་སྤྱད་གྱི་བསྐྱུ་བའི་ཤ་བ་དང་།
བདུད་ཁ་འབངས་སུ་བསྐྱུར་བའི་ཤ་བ་དང་། རྟ་ཡི་དལ་ཁ་བསྐྱུར་བའི་ཤ་བ་དང་། བགེགས་
རིགས་ཕྱོལ་ཁ་བསྐྱུར་བའི་ཤ་བ་དང་། སྤང་སེམས་བྱད་ཁ་བསྐྱུར་བའི་ཤ་བ་དང་། རྒྱང་བུས་
བྲིམས་ཁང་བསྐྱུར་བའི་ཤ་བ་དང་། རྒྱང་རྟའི་ཕུང་སྤྱི་བསྐྱུར་བའི་ཤ་བ་དང་། ལྷས་ངན་དག་
ཐན་བསྐྱོག་པའི་ཤ་བ་དང་། རྒྱ་བཙན་ས་བདག་བཙོས་པའི་ཤ་བ་དགུའི་ཞེས་པས་མཆོན། ཤ་
རུ་ཤུལ་སྤོན་གྱི་རབས་ཀྱང་རིགས་འགྲོ་ཆོག་པར་སེམས།

བོན་དཔེ་ང་པ་ནི་སྤྱོད་དཔུང་སྒྲོར་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཤོག་ལྗེ་བཆོམ་བ་མེད་ཁར། ལྷག་
ལུས་གྱི་ཤོག་བུའི་མཐའ་མང་ཆེ་བ་རུལ་སྤོན་དུ་སོང་ནས་ཡིག་འབྲུ་ཆད་སྤོན་མང་དུ་འདུག་
འོན་ཀྱང་གནའ་རབས་བོད་ཀྱི་སྤྱོད་དཔུང་སྒྲོར་བོན་དང་འབྲེལ་ཆེ་བས་སྤྱོད་དཔུང་འདིའང་
བོན་དཔེའི་ཁོངས་སུ་བཞག་ན་མི་འཆོམ་པ་ཅི་ཡང་མེད་སྟུང་། སྤྱིར་ཁ་བའི་སྤྱོངས་འདིར་བོན་
ལ་བཞེན་པའི་གསོའི་གེ་ལོ་རྒྱས་རིང་ཞིང་སྤྱོད་དཔུང་གྱི་གཞུང་ཡང་ཆེས་གནའ་བོའི་དུས་ནས་
དར་ཡོད་དེ། བོན་གྱི་སྤྱོད་དཔུང་བུ་ཁྲི་ཤིས་ནི་སྤྱོད་དཔུང་གྱི་བསྐྱུར་པའི་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་ལྟ་

བུར་བཙུ་ཞིང་། དེ་བས་སྒྲན་དཔུང་བཟུང་པའི་བྱ་བར་བཞུགས་ནས། དུག་བཙུ་གཡུང་
བྱང་འབྲིལ་བ་ཞེས་པ་དང་། ཤ་སོས་རུ་འབྱོར་རྒྱས་མཐུད་ཀྱི་གདམ་པ་དར་ཡན་ཀན་གྱི་རྒྱུད་
ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲན་གཞུང་མཇུག་ཡོད་སྟོར་བོན་གྱི་ཡིག་རྒྱུ་གསལ། སྒྲན་དཔུང་སྟོར་ཡིག་
ཉིང་འདི་དང་འདྲ་བར་གནའ་རབས་བོད་མིའི་ནད་བཙུ་གྱི་སྒྲོ་གྲོས་མཆོན་པའི་དཔང་རྟགས་
ནི་ཏུན་ཉིང་ནས་ཐོན་པའི་བོད་ཀྱི་གཏེར་ཡིག་ཤོག་དེལ་ནང་མི་ཏུང་བ་ཞིག་འདུག་པས་སྟེ་ལ་
༡༧༥༥ ལོར་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་གིས་དེ་ཁོངས་ཀྱི་སྒྲན་དཔུང་སྟོར་གྱི་ཡིག་ཉིང་གཉིས་དང་།
མེ་བཙུ་སྟོར་གྱི་ཡིག་ཉིང་གཉིས་བཙུ་དཔེ་ཉིང་བཞི་པར་སྟུན་བྱས་ཡོད་པས་ཡིག་ཉིང་འདི་
དང་ཕན་ཚུན་དཔུང་བཟུང་བྱེད་ཆོག་པ་འདུག།

འདིར་གནའ་དཔེ་བཞི་པོ་པར་སྟུན་ཞུ་བའི་དོན་ཉིང་སྟོར་མདོ་ཅམ་བཟོད་ན།

དང་པོ། ད་རིས་གསར་དུ་ཉིང་པའི་གནའ་དཔེ་བཞི་པོ་འདི་ནི་ལོ་ངོ་ཆིག་སྟོང་གོང་གི་
བོན་གྱི་དཔེ་ཉིང་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་༡༧༠༠ལོར་ཏུན་ཉིང་གི་ལྷ་ཁང་ཞིག་རལ་དུ་གྱུར་པ་ཞིག་གི་
གྱུང་ཆིག་ནང་ནས་བོད་ཀྱི་ཡིག་ཉིང་ཤོག་དེལ་ཕོན་ཆེན་ཞིག་ཉིང་པ་དང་༡༧༩༠ལས་མས་ནས་
དེ་དག་ཁོད་ཀྱི་ཡིག་ཁག་གཅིག་རིམ་བཞིན་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་དུ་པར་སྟུན་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས་ཆེས་
སྟེ། བོད་ཡུལ་དབྱུས་ནས་ཉིང་སོན་བྱང་བའི་མི་ལོ་ཆིག་སྟོང་ལྷག་ཅམ་གྱི་གོང་གི་དཔེ་ཉིང་པར་
སྟུན་ཞུ་ཐེངས་དང་པོ་དེ་ཡིན་པས། དེ་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་ལྟུང་འཛིན་དང་ལྷན་སྐྱོང་བྱ་
རྒྱུའི་ཐད་ཀྱི་དོན་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ལ། རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་གི་བོད་རིག་པ་ཞིབ་འདུག་པ་དང་། བོད་
ཀྱི་ཤེས་རིག་དོན་གཉིས་གནང་མཁན་ངོས་ནས་ཞུས་ན་སྟོང་བ་སྟེས་འོས་པའི་དོན་ཆེན་ཞིག་ཀྱང་
ཡིན།

གཉིས་པ། དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་སྐབས་ཏེ་བཙན་པོ་ཁྱི་སྟོང་ལྷེ་བཙན་སྟེ་དུས་སྟུ་བན་
བོན་དབར་ཚོད་ཟིང་བྱང་ནས་བོན་བཟུབས་པར་བཞེན་བོན་རྣམས་ཐབས་བཟང་ཏུ་སྟུག་གིས་
བོན་དཔེ་པལ་ཆེ་བ་གཏེར་གྱི་རྣམ་པའི་ཚུལ་དུ་སྟོན་སྤེལ་སོ་ཞེས་དང་། ད་དུང་འགའ་ཞིག་
ནི་ཚུ་ལ་བསྟར། འགའ་ཞིག་མེས་འཇིག་ འགའ་ཞིག་ནི་མཆོད་རྟེན་གྱི་འོག་དང་བྲག་གི་
གསེབ་ལ་སྟུག་སོ་ཞེས་བོན་དཔེ་པལ་ཆེ་བ་རྟེན་ལམ་རྩ་མེད་དུ་སོང་། འཕྲོ་ལུས་ཀྱི་བོན་དཔེ་རྣམས་
ནི་བཟུང་པ་ཕྱི་དར་སྐབས་དུས་ཀྱི་དབང་དང་བཟུན་ནས་བཙུ་མར་སོང་བའི་ཐོག་ཁག་གཅིག་
ནི་གཏེར་ནས་དྲངས་པའི་ཚུལ་གྱི་དཔེ་རྒྱན་གསར་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་ཏེ། དེར་སྐབས་མཇུག་རྒྱ་
ཡོད་པའི་བོན་དཔེ་ཉིང་གསལ་དཔེར་ན། ལུ་ཡེ་ཤ་ལུང་ལུང་མཐར་སྟུག་དང་། སྟེ་གསལ་བྱང་བ་

སྒྲིག་ཚུང་། ངར་སྒྲིག་། སྒྲིང་མོ་མདའ་བྱེད་ཀྱི་ཚུང་། ཅེས་པ་ལ་སོགས་པ་གཞི་ཆེས་གནའ་བོའི་
བོན་དཔེ་ཡིན་པ་གོར་མ་ཆག་ཀྱང་། ཆོག་སྒྲིར་པ་ལ་ཆེ་བ་དང་ཡིག་གཟུགས་ལ་གཞིགས་ཆོད་
དག་ནི་བསྟན་པ་མྱི་དར་སྐབས་ཀྱི་བྱིས་མ་ལྟ་བུར་སྒྲིང་། འོན་ཀྱང་གཏམ་ཤུལ་དགའ་ཐང་
འབྲུམ་པ་ཆེ་མཆོད་རྟེན་ནང་ནས་སོན་པའི་བོན་དཔེ་ནི་ལོ་ངོ་ཆོག་སྒྲིང་གོང་གི་གནའ་དཔེ་ཙ་
ཆའི་བྱིས་མ་འབའ་ཞིག་ཡིན་པས། དེ་དག་སྒྲིང་ཡང་འུ་ཅག་གི་འདྲིན་བྱེད་ཡུལ་དུ་སྒྱུར་པ་ནི་ངེ་
འདྲའི་གོ་སྐབས་བཟང་པོ་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ།

གསུམ་པ། སྒྱིར་རང་ཅག་བོད་མི་རིགས་ལ་ལོ་ངོ་ཆོག་སྒྲིང་གོང་གི་གནའ་རབས་བོད་ཀྱི་
དམག་སྲིད་དང་། ཤེས་རིག་དཔལ་འབྱོར། སྟོན་དཔུང་། བྱིས་སྒྲིང་ལ་སོགས་པ་དང་
འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་ཇི་སྟེད་ཅིག་ཡོད་ཀྱང་དུས་བྱིས་སངས་རྒྱུ་བསྟན་པའི་ཆོས་དང་
འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཅི་ནས་ཀྱང་གཅིགས་ཆེ་བར་འཛིན་པས་བདེན་པ་ར་སྒྲིང་བྱུང་པའི་རྒྱལ་
རབས་གཙང་མའི་ཡིག་དང་བོན་ཀྱི་དཔེ་རྟེན་བྱིས་མ་ཁྲུངས་དག་སྒྲིང་གཙང་ལ་སོགས་པ་ལ་མོ་ཆེ་
ནམས་ཙ་སྒྲིངས་སུ་སྒྱུར་ནས། དེང་གི་ཆར་བོད་དབུས་ཀྱི་འབྲས་སྒྲིངས་དང་། ས་སྒྱ། འོན་གེ་
ཏུ། རྟེ་ཐང་། སྐས་མཁར་དགུ་ཐོག་སོགས་དགོན་སྡེ་ཁག་དང་། སོ་བྲང་པོ་ཏལ་སོགས་སུ་སྒྲི་
རྒྱལ་བཙན་པོའི་དུས་ཀྱི་ཆོས་གཞུང་བྱིས་མ་ཁག་གཅིག་ཉར་ཆགས་གནང་ཡོད་པ་ལྟར་དེ་མཉམ་སྒྲི་
རྒྱལ་དུས་ཀྱི་ཡིག་རྟེན་མཇལ་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བའི་གནས་སུ་མཆིས། དེས་ན་གཏམ་ཤུལ་དགའ་
ཐང་འབྲུམ་པ་ཆའི་བོན་ཀྱི་ཡིག་རྟེན་པར་སྒྲིན་ཁུས་པ་དེ་ནི་དུས་རབས་ ༡༠ ནང་ཏུན་རྟོང་གི་
གཏེར་ཡིག་དང་། ལེ་ཡུལ་གྱི་ཤིང་བྱང་། རྫོང་རིང་དང་ཅང་གི་ཡི་གེ་བཅས་པར་སྒྲིན་འབྲེམས་
སྒེལ་བྱས་ཆེས་སྒྲིང་ཡང་གནའ་བོའི་ཙ་ཆའི་ཡིག་རྟེན་ཁག་གཅིག་མཁོ་འདོན་བྱུང་བ་ཡིན།

བཞི་པ། ད་པན་བོད་རིག་པའི་ཞིབ་འཇུག་ཁྲོད་དུ་སྒྲིང་རྒྱལ་བཙན་པོའི་དུས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་
བཙོས་ལྟར་མེད་པར་གྲགས་པ་རིགས་བཞི་ཡོད་དེ། ཆོས་གཞུང་བྱིས་མ། རྫོང་དང་བྲག་དང་
ཅང་རྒྱལ་ལ་བཞོས་པའི་ཡི་གེ་ ཏུན་རྟོང་གི་གཏེར་ཡིག་ ལེ་ཡུལ་གྱི་ཤིང་བྱང་དང་བཅས་ཡིན།
དེ་ནམས་ལྟར་པའི་བོད་ཡུལ་མཐིལ་ནས་ནང་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་ཏུན་རྟོང་གི་གཏེར་ཡིག་ལྟ་བུའི་
གནའ་དཔེ་རྟེན་སོན་བྱུང་བའི་གཏམ་ནི་ད་བར་སོས་མ་བྱུང་། རྟེན་ཆོས་འབྱུང་དང་། ཆོས་
འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་ནང་དུ་སྟོན་ལྟར་རབས་དང་། གཅིགས་ཀྱི་ཡི་གེ་ཞིབ་མོ་ཞེས་པ་
སོགས་ཀྱི་བརྗོད་དོན་སྒྲི་རྒྱལ་དུས་ཀྱི་ཡིག་རྟེན་ལས་དྲངས་པའི་སྒྲིང་ཚུལ་དུ་འདུག་ཀྱང་བརྗོད་དག་
དང་ཡིག་གཟུགས་ལ་བྱིས་ཀྱི་ཤན་ཁྱུགས་ཡོད། དེས་ན་བོད་ཀྱི་གནའ་རབས་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་དང་

ཤེས་རིག་སྒྲིབ་པ་པོ་དག་གི་ཞིབ་འཇུག་གི་གཞི་འཛིན་ཡུལ་ཡང་གཙོ་བོ་བསྟན་པ་ཕྱི་དར་སྐབས་ཀྱི་
ཡིག་ཡིན། ད་ཐེངས་གནའ་དཔེ་འདི་ལྟ་བུ་གསར་དུ་རྟེན་པ་ནི་བོད་རིག་པ་ཞིབ་འཇུག་པ་
རྣམས་ལ་མཆོད་ན། ཆེས་གནའ་བོའི་རྒྱལ་སྤུན་ནམ་ཡུལ་པན་ཚུན་དབར་གྱི་འབྲེལ་ལམ་དང་།
གནའ་མིའི་བསམ་སྒྲོ་དང་ཤེས་རིག་ བོན་གྱི་སྒྲུན་དཔུང་གསོ་རིག་ལ་སོགས་པར་ཞིབ་འཇུག་
བྱེད་རྒྱུ་པན་རྒྱབས་ཆེན་པོ་ཐོན་རྒྱུ་ཡིན་པ་གོར་མ་ཆག་སྟུམ། ལྷག་དོན་དུ་དེས་བོད་ཀྱི་སྒྲིལ་
རྒྱུ་ཤེས་རིག་རྒྱུད་འཛིན་དང་དར་སྤེལ། བོད་རིག་པའི་ཞིབ་འཇུག་གི་བྱ་བ་སྤར་ལས་གཏིང་
ཟབ་རྒྱ་ཆེར་འགྲོ་རྒྱུ་བཅས་ཀྱི་ཐད་དོན་རྟེན་གཏིང་ཟབ་ལྡན་པ་བཅས་སོ།

ཡིག་རྟེན་འདི་དག་དཔེ་སྤྲིན་བྱེད་ཚུལ་སྟོན།

གཅིག མ་དཔེ་སོ་སོའི་ནང་ཤོག་ལྡེབ་རེ་རེར་ཡིག་ཐེང་རིམ་ཡོད་ཆད་ལྷག་མེད་པར་པར་
དུ་པབ་ཡོད་ནས་ཀྱང་གྲིས་གཟིགས་སྟོག་བདེ་ཆེད་ཤོག་ལྡེབ་དང་ཡིག་ཐེང་གི་ཡང་གི་བྱར་དུ་
བཀོད་ཡོད་པ་དང་མ་ཡིག་གི་ཕྱི་མོ་རིམ་རིམ་བཞིན་པར་ལེན་བྱས་ནས་བཀོད་དེ་གཟིགས་པ་པོ་
རྣམས་ལ་ཆ་ཆེའི་ཡིག་རྟེན་དེ་རིགས་ཀྱི་གནའ་བོའི་བྲིས་གཟུགས་དང་ཐ་སྟངས་ཆོག་སྟོར་གྱི་བྱ་བ་
སྤངས་ལ་སོགས་པར་དཔུང་གཞི་གནང་རོགས་ཞུ་རྒྱུ་མཆོད་པ་བྱས་ཡོད།

གཉིས། མ་ཡིག་གི་ནང་ཐོན་མི་མཆོག་གི་སྐུ་ཉགས་ཀྱི་ཆ་བ་ལས་གསུངས་པའི་ཡིག་འི་
སྟོར་བ་དང་དེར་དུས་ཀྱི་བན་དག་དང་མི་མཐུན་པ་ཡང་མང་དུ་མཆིས་ཏེ། དེ་ཡང་དབྱེ་ན་རྣམ་
པ་བཞི་དུ་འདུག་ཅིང་། གཅིག་ནི་སྤེལ་གཅིག་གམ་ཡང་ན་སྤེལ་མི་གཅིག་པའི་ནང་གི་མིང་གཞི་
པན་ཚུན་བརྩེས་པ། དཔེར་ན། བཅུན་པོ་དང་མཚུན་པོ། གཅིག་དང་གཆིག རྒྱ་དང་གྲི།
འབྲ་དང་འགྲ། སྤོངས་དང་རྒྱོངས། རྩོ་བ་ལ་སྤོ་བ་ལྟ་བུ། གཉིས་ནི་གཞི་ཐོན་མིའི་དགོངས་པ་
ཡིན་ཀྱང་དེར་དུས་འབྲི་སྒྲིལ་མེད་པའི་ཡིག་རྒྱུད་པའམ་ཐ་ན་དབྱངས་འཇུག་པའི་མིང་གཞིར་འ་
མཐའ་བཞུགས་པ། དཔེར་ན། ལལ། ལོ་ལྟ་བུ། གསུམ་ནི་འབྲེལ་སྒྲ་དང་། བྱེད་སྒྲའི་
སྟོར་ཚུལ་འཆོལ་བ། དཔེར་ན། ག་དང་ད་བ་སའི་རྩེས་སྐུ་པལ་ཆེ་བར་གྱི་བཞུགས་པ་སྟེ།
ལྷག་གྱི་གཡང་གཞི། ལྷག་གྱི་བྱ་བཅིག འབྲུག་གྱི་གཤོག་པ། ཟ་བྲག་གྱི་བྱར་ལུ། ལྷག་གྱིས་
བཀའ་། བྱོད་གྱི་བྱོ། ལྷགས་གྱི་སྤེལ་པ། གོང་གྱི། བྱང་གྱི་ལྟ་བུ། བཞི་ནི་ཡུལ་སྐད་འབྲེལ་པ་
དཔེར་ན། བྱི་ལ་གྱི། བྱེ་ལ་དྲི་ལ་མོ་ལྟ་བུའོ། དུན་རྟོང་གི་གཏེར་ཡིག་ལ་ཡང་འདིར་སྟོས་ཀྱི་
རྣམ་པ་བཞི་དང་འབྲ་བ་མང་དུ་མཆིས་ཏེ་སྤྱ་རྒྱལ་དུས་ཀྱི་ཡིག་འི་ཆོག་སྟོར་ཁག་གཅིག་འདི་ལྟར་
བྲིས་པ་འདུག་ན་འབྲི་སྒྲིལ་ཆགས་པ་ཡིན་དང་ཡང་ན་ཡིག་ནོར་ཡིན་པ་ཁ་ཆོན་གཙོད་ཐབས་བྲལ་

བས་མ་དཔེར་གང་ཡོད་ཅི་མ་ཅི་བཞིན་བཞོད་པ་ལགས། འོན་ཀྱང་དུས་དེ་མེད་ཀྱི་ཆོས་གཞུང་
བྱིས་མ་དང་རྩོེང་གི་ཡི་གེ་ལ་ནི་བརྟུན་ཆོག་སྒྱུར་སྒྱུར་བཏང་ཆོད་ལྟོན་དུ་མཆིས་པས་དཔུང་
འཆལ།

གསུམ། མ་ཡིག་གི་ནང་དུ་ཡིག་འོར་དང་ཆོད་ལྟོན་དུ་སོང་བ་མང་དུ་འདུག་སྟེ། དཔེར་
ན། སྐར་ལ་སྐར། ཁམས་ལ་མཁམས། དགུ་ལ་རྒྱ འག་ལ་ག དམར་ལ་མར། དམག་ལ་
མག གཤེགས་ལ་གཤགས། དངོས་གྲུབ་ལ་ངོས་གྲུབ། དུལ་ཡར་ལུངས་ལ་ཡུལ་ལུངས་ཞེས་
ལྟ་བུ་ཐོག་མའི་ཡི་གེ་པའི་བྱིས་འོར་ཡིན་པ་འཕམ་ཡང་ན་ཕྱི་རབས་པས་མ་ཡིག་བཟུ་འབྲི་སྐབས་ཀྱི་
ཡིག་འོར་ཡིན་པར་མངོན་པ་ཅི་རིགས་བྱུང་བ་ནམས་ལ་འབྲི་སྒྲོན་གང་ཡང་མ་བྱས་པར་རང་སོར་
བཞག་ནས་གནའ་དཔེའི་རྣམ་པ་ཅི་བཞིན་མཆོན་པ་ཞུས་ཡོད་པ་དགོངས་འཇགས་འཆལ།

བཞི། ཡིག་རྟེན་འདི་དག་གཟིགས་སྟོག་བདེ་ཆོད་སྐབས་བདེའི་དཀར་ཆག་གཅིག་
གསར་བཞོད་བྱས་ཡོད་ལ་དཔེ་རྟེན་འདི་རིགས་ཀྱི་གནང་དོན་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་བོད་ཀྱི་ཆོས་
གནའ་བོའི་རྒྱལ་ཕྱན་དང་རྒྱལ་ཕྱན་སེལ་མའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པར་སྟུང་པའི་ཡུལ་ཞེས་འབོད་
པའི་ཡུལ་ལུང་ཁག་གཅིག་གི་མིང་རྣམས་དུན་ཉོད་གཏོར་ཡིག་དང་། ལྷུ་ཆོས་འབྱུང་། ལྷུ་
ཆོས་འབྱུང་། མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་སོགས་དཔུང་གཞིར་བཟུང་ནས་རེད་མིག་གཅིག་ཀྱང་
བྱུང་དུ་བཞོད་ཡོད་པས་གཟིགས་པ་པོས་བྱགས་སྒྲུང་དང་དཔུང་གཞི་མཛད་རྒྱུའི་རེ་བ་ཡོད།

ལྔ། གནའ་ཡིག་འདི་རིགས་ནི་ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྱག་གོང་གི་བོད་མའི་བསམ་སྟོན་འདྲ་མེས་
འཛིན་སྐངས་དང་བོད་ཀྱི་གནའ་སྟོལ་སྟོར་ཀྱི་བོན་དཔེ་ཡིན་པས་བརྟུན་ཆོག་གིས་བཅིངས་ཤིང་།
ཆོག་དོན་མཁྱེགས་པ་སོགས་ཀྱི་རྒྱན་པས་བཙོད་བྱའི་དོན་ཁག་གཅིག་ལ་གོ་ལོན་དཀའ་བར་
འདུག་པས་དེང་གི་ཆར་མཁས་དབང་ཆོས་ཀྱང་ཡིན་མིན་ཁ་ཆོན་གཙང་དཀའ་བའི་གནས་སུ་
གྱུར་ཡོད་ན་དཔེ་ཁྱིམ་ཁྱེད་པའི་ལས་དོན་ཐད་ལའང་ནོར་འབྲུལ་ཅི་རིགས་ཡོང་སྟེད་པས་མཁྱེན་
ཡངས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ཡོ་བསྟར་ཡོད་པ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། གནའ་དཔེ་བཞི་པོ་འདི་དཔེར་དུ་བསྐྱུན་
རྒྱུར་བོད་རྫོང་ས་སྤྱི་ཆོགས་ཆོན་རིག་ཁང་བོད་ཡིག་དཔེ་རྟེན་དཔེ་རྒྱན་ཁང་གི་དུ་འཛིན་རྣམ་པ།
ལྟ་དོན་དུ་འཛིན་སྐྱོ་གཞོན་སྐྱོ་ཞབས་པ་སངས་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་བྱགས་ཁྱུར་གཟབ་བཞེས་
གནང་བུང་བས་བྱགས་རྩི་ཆེ་ཞེ་རྒྱ་རྒྱ་དང་སྐྱགས་འདིར་དམིགས་སུ་ཞུ་དགོས་པ་ཞིག་ལ། ཡིག་
རྟེན་དེ་རྣམས་ཐོན་རྩིས་སྐབས་དེའི་འབྲུམ་པ་ཆེ་ཞིག་གསའི་ལས་གྱའི་འགན་འཛིན་པ་རྫོང་སྟེད་
གཞུང་མི་རིགས་ཆོས་དོན་ཅུད་ཀྱི་ཅུད་ཀྱང་ནོར་བུ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་དོ་སྤང་དང་གཅིས་འཛིན་

ཆེན་པོ་གནང་ཏེ་ཚ་ཆེའི་ཡིག་རྟེན་དེ་རིགས་སྤངས་སྤྱོད་དང་ལྷན་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་སྒྲིགས་གཅིག་
ནས་རྫོང་གི་གཞུང་དང་སྟོ་ཁ་ས་གནས་རིག་དངོས་དོ་དམ་ཆན་པར་འབྲེལ་ཡོད་གནས་ཚུལ་
སྟན་མེད་ལྟར་བཤད་དང་། སྒྲིགས་གཞན་ཞིག་ནས་རང་ལྷན་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་གནའ་དཔེ་རྒྱུད་པའི་
རིག་དངོས་དེ་རིགས་ལ་དབྱེ་ཞིབ་དང་བདག་བྱེད་ཀྱི་འགན་འཁུར་སྤངས་བས་ད་གཞོན་རིན་
ཐང་ཆེ་བའི་དཔེ་རྟེན་དེ་དག་ལྷན་སྤྱོད་བྱུང་བ་བྱུང་བས་གོ་སྐབས་འདི་དང་བསྐྱེད་ནས་ཁོང་ལ་
ཐུགས་རྗེ་ཆེ་བྱུང་གོས་ཡོད།

པ་ཆབ་པ་སངས་དབང་འདུས་ནས།

སྤྱི་ལོ་༡༩༩༠ལོའི་ཟླ་༥ཆེས་༡༩ལ།

དཀར་ཆག

སྒྲེང་གཞི།	(1)
ཀ་པ། གནག་རབས་ཞེས་བྱ་བ།	(1)
༡ གནག་རབས།	(1)
༢ རྩོལ་རབས།	(13)
༣ གསེར་སྒྱེམས་གྱི་རབས།	(31)
ཁ་པ། རྗེལ་དྲི་འདུལ་བའི་ཐབས་སྟོན།	(33)
༡ རྩ་ཐེམ་པ་དགུ་ཀལ་བའི་སྟོན།	(33)
༢ རྗེལ་དྲི་འདུལ་བའི་ཐབས།	(38)
༣ ཕག་བོན་གསལ་བྲིའི་ལུགས།	(52)
༤ གེ་གཞུལ་གྱི་རབས།	(54)
ག་པ། བ་རུ་ཤུལ་སྟོན་གྱི་རབས།	(60)
ང་པ། སྒྲན་དཔྱད།	(76)
གནག་རབས་ཞེས་བྱ་བའི་མ་ཡིག་པར།	(85)
རྗེལ་དྲི་འདུལ་བའི་ཐབས་སྟོན་གྱི་མ་ཡིག་པར།	(131)
བ་རུ་ཤུལ་སྟོན་གྱི་རབས་གྱི་མ་ཡིག་པར།	(176)
སྒྲན་དཔྱད་གྱི་མ་ཡིག་པར།	(212)
བྱུང་བཤོད།	(237)
མཛུགས་བྱང་།	(239)

གནག་རབས་ཞེས་བྱ་བ།

- 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100 101 102 103 104 105 106 107 108 109 110 111 112 113 114 115 116 117 118 119 120 121 122 123 124 125 126 127 128 129 130 131 132 133 134 135 136 137 138 139 140 141 142 143 144 145 146 147 148 149 150 151 152 153 154 155 156 157 158 159 160 161 162 163 164 165 166 167 168 169 170 171 172 173 174 175 176 177 178 179 180 181 182 183 184 185 186 187 188 189 190 191 192 193 194 195 196 197 198 199 200 201 202 203 204 205 206 207 208 209 210 211 212 213 214 215 216 217 218 219 220 221 222 223 224 225 226 227 228 229 230 231 232 233 234 235 236 237 238 239 240 241 242 243 244 245 246 247 248 249 250 251 252 253 254 255 256 257 258 259 260 261 262 263 264 265 266 267 268 269 270 271 272 273 274 275 276 277 278 279 280 281 282 283 284 285 286 287 288 289 290 291 292 293 294 295 296 297 298 299 300 301 302 303 304 305 306 307 308 309 310 311 312 313 314 315 316 317 318 319 320 321 322 323 324 325 326 327 328 329 330 331 332 333 334 335 336 337 338 339 340 341 342 343 344 345 346 347 348 349 350 351 352 353 354 355 356 357 358 359 360 361 362 363 364 365 366 367 368 369 370 371 372 373 374 375 376 377 378 379 380 381 382 383 384 385 386 387 388 389 390 391 392 393 394 395 396 397 398 399 400 401 402 403 404 405 406 407 408 409 410 411 412 413 414 415 416 417 418 419 420 421 422 423 424 425 426 427 428 429 430 431 432 433 434 435 436 437 438 439 440 441 442 443 444 445 446 447 448 449 450 451 452 453 454 455 456 457 458 459 460 461 462 463 464 465 466 467 468 469 470 471 472 473 474 475 476 477 478 479 480 481 482 483 484 485 486 487 488 489 490 491 492 493 494 495 496 497 498 499 500 501 502 503 504 505 506 507 508 509 510 511 512 513 514 515 516 517 518 519 520 521 522 523 524 525 526 527 528 529 530 531 532 533 534 535 536 537 538 539 540 541 542 543 544 545 546 547 548 549 550 551 552 553 554 555 556 557 558 559 560 561 562 563 564 565 566 567 568 569 570 571 572 573 574 575 576 577 578 579 580 581 582 583 584 585 586 587 588 589 590 591 592 593 594 595 596 597 598 599 600 601 602 603 604 605 606 607 608 609 610 611 612 613 614 615 616 617 618 619 620 621 622 623 624 625 626 627 628 629 630 631 632 633 634 635 636 637 638 639 640 641 642 643 644 645 646 647 648 649 650 651 652 653 654 655 656 657 658 659 660 661 662 663 664 665 666 667 668 669 670 671 672 673 674 675 676 677 678 679 680 681 682 683 684 685 686 687 688 689 690 691 692 693 694 695 696 697 698 699 700 701 702 703 704 705 706 707 708 709 710 711 712 713 714 715 716 717 718 719 720 721 722 723 724 725 726 727 728 729 730 731 732 733 734 735 736 737 738 739 740 741 742 743 744 745 746 747 748 749 750 751 752 753 754 755 756 757 758 759 760 761 762 763 764 765 766 767 768 769 770 771 772 773 774 775 776 777 778 779 780 781 782 783 784 785 786 787 788 789 790 791 792 793 794 795 796 797 798 799 800 801 802 803 804 805 806 807 808 809 810 811 812 813 814 815 816 817 818 819 820 821 822 823 824 825 826 827 828 829 830 831 832 833 834 835 836 837 838 839 840 841 842 843 844 845 846 847 848 849 850 851 852 853 854 855 856 857 858 859 860 861 862 863 864 865 866 867 868 869 870 871 872 873 874 875 876 877 878 879 880 881 882 883 884 885 886 887 888 889 890 891 892 893 894 895 896 897 898 899 900 901 902 903 904 905 906 907 908 909 910 911 912 913 914 915 916 917 918 919 920 921 922 923 924 925 926 927 928 929 930 931 932 933 934 935 936 937 938 939 940 941 942 943 944 945 946 947 948 949 950 951 952 953 954 955 956 957 958 959 960 961 962 963 964 965 966 967 968 969 970 971 972 973 974 975 976 977 978 979 980 981 982 983 984 985 986 987 988 989 990 991 992 993 994 995 996 997 998 999 1000 1001 1002 1003 1004 1005 1006 1007 1008 1009 1010 1011 1012 1013 1014 1015 1016 1017 1018 1019 1020 1021 1022 1023 1024 1025 1026 1027 1028 1029 1030 1031 1032 1033 1034 1035 1036 1037 1038 1039 1040 1

- ༡ ཉི་ཟླ་གཟའ་སྐར་ཐང་ལ་སློག་པར་བྱེད། ། ཀླང་པ་བདེབས་པས་སའི་མཆོ་མོ་
 གཏིང་ནས་གྲག་པར་བྱེད། ། ག་པོའི་སྒྲིང་དང་མཆན་
- ༥ ལན། སེན་མོ་མཆེ་བ་ཡན་ཅད་ཉགས་སུ་བྱིར་ལ་ཤོག། ༡ ། མཐུ་མཆུ་ཕྱིགས་
 ཆེན་མོ། ། ས་དང་ཡབ་ཀྱི་མཆན་སྐལ་པའི་
- ༦ གཏུག་པ་ཅན། ། མ་དང་ཡུམ་གྱི་མཆན། ། སྲིད་པའི་གོར་འབྱེད་མ། ། བཤོས་
 དང་ནམས་ཀྱི་སྲས། ། མཐུ་མཆུ་སྒྱིགས་ཆེན་
- ༧ མོར་བལྟམ། ། བདར་རོ་གའ་ལ་བདར། ། མཆུ་བདར་སྒྲིང་ལ་བདར།
 ། སྒྲིང་དང་མཆན་ལན་མཆེ་བ་ཡན་ཅད་ཉགས་སུ་བྱེད་
- ༨ ལ་ཤོག། ༢ ། ལྷགས་ཀྱི་ཕོ་རོག་ནག་པོ་འདིས། ། གཤོག་པ་གཡས་བདེབས་པས།
 ། གདགས་རི་དཀར་པོ་འཛམས་པར་བྱེད།
- ༩ བྱ་རོག་གཤོག་པ་གཡོན་བདེབས་པས། ། ལྷགས་འདིས་བདབ་ལ་མངག་གོ། ཨི
 ཡུམ་ས། མ་ཡང་ལིང་ཤར། ། ཐིབས་
- ༡༠ ཐིབ་ཡང་ངེ་སོད། ། ཕོ་མོ་གཉིས་ཡང་ཕྱི་དྲའ་སྒྲེ། ། ཕོའི་རྒྱབ་ཉེན་དགར་བའི་
 ཐབས་ལ། ། ཕོ་ལྷ་མ་ཉེ་ཅིག།
- 3 ༡ གཡག་གསས་དཀར་པོ་འདིས། ། ས་དང་ཡབ་ཀྱི་མཆན། བྱི་རྩེ་རོལ་པོ་ཐང། མ་
 དང་ཡུམ་གྱི་མཆན།
- ༢ བྱི་བདག་བཙུན་མོ་གཉིས། བཤོས་དང་ནམས་ཀྱི་སྲས། ། བྱ་གཡག་གསས་དཀར་
 པོ་ལ། ། བྱ་གཡ། ཐང་མར་པོ་
- ༣ ཅན། རྒྱར་རྒྱར་མ་ཉེ་ཅིག། ། ཀྱེ་པོ་སྤང་གྱིས་བརྟུངས་སའེ། གཉན་གྱིས་མཆོད་
 ཡང་མཆོད། དཀར་མོ་ཆག་ཅིག
- ༤ དང། ། གསེར་སྒྱེམས་བན་ཅིག་གྱིས་གསོལ་ལོ། ། ག་སྤྱ་མ་ཉེ་ཅིག། གའ་དཔའ་
 མ་ཉེ་ཅིག། ། ག་དཔལ་པ་དང་
- ༥ ཡབ་ཀྱི་མཆན། ། རྩེ་རྩེ་ཐིན་དགས་དང། ། དབལ་བདག་བཙུན་མོ་གཉིས།
 ། བཤོས་དང་ནམས་ཀྱི་སྲས།
- ༦ བྱ་གའ་དཔལ་ནི་ཐོང་ནམ་གཅིག། ། རྒྱར་རྒྱར་ནི་མ་ཉེ་གཅིག། ༡ ། གནག་
 པ་རབས་གཅིག་ལ། ། བྱད་གསས་

- ༡ སྤྱན་རྒྱ་ཞེས་ཡང་བྱ། ། དབལ་བྱི་མ་སྒྲོང་རྒྱ་ཞེས་ཡང་བྱ། ། ལྷ་ཡུལ་གྲུང་དང་
 བ། ། ལྷ་སྒྲོང་མཆེད་གསུམ་བོ། །
 ༢ ཁབ་དང་བྱལ་བཅས་བ། ། གནམ་ཕྱི་གྲུང་རྒྱལ་ལགས། ། གནམ་ཕྱི་འལ་ན་
 རེ། ། ང་ལས་ཆེ་ཁྱེད་པར་བཅན་ཁྱེད་པར།
 ༣ ཕྱི་དང་ལྷ་འི་བྱ་གདན་དུ་ཕྱི་བཤོས་སོ། ། འབྲུག་དང་ཁྱེད་གྱི་བྱ་དན་གྱི་དོ་མ་
 ལགས། ། ཐོག་དང་སྒྲོག་གྱི་བར་དུ་བཤོས་པའི་བྱ་
 4 ༡ སྒྲོང་ང་དཀར་པོ་གཡག་རུས་གྱི་འགོ་ཙམ་བ་རྒྱ་བསྐྱིད་དོ། ། དབལ་བྱི་མ་སྒྲོང་ཅིག་
 བ། ། འབྲུག་དུར་བའི་
 ༢ སྒྲུ་ལས་བརྟོལ། ། ཕྱི་འི་ལུས་པོ་ལ། འབྲུག་གྱི་འགོ་བོ་ཙན། ། རྒྱ་དྲི་འི་གཤོག་པ་
 ཙན། ། རལ་གྱི་རྒྱ་ཁང་པ་ཙན།
 ༣ ལྷགས་གྱི་མཆེ་བ་རྒྱ་གཉིས་བརྩ་བརྒྱད་འབར་བས། ། ག་བོའི་ཤ་བཟླུབས་སེ
 ཟླུབས། ། ག་བོའི་ཁྲག་འཁྱུང་
 ༤ རུབས་སེ་རུབས། ། ག་བོའི་རྒྱལ་མཁམས་ཀྱག་པར་བྱེད། རྒྱ་དྲི་འི་ལག་
 བརྩབས་པས། ག་བོའི་བདུན་རྒྱུད་
 ༥ གཙོད་པར་བྱེད། ། རལ་གྱི་རྒྱ་ཁང་བརྩབས་པས། ། ག་བོའི་དོན་སྒྲིང་བརྒྱ་དང་
 ཙན་སྒྲོག་ཙན། ། དེའི་སྒྲགས་ལ། རུ་ཡུན་ན་
 ༦ སེན་མོ་སྒྲུལ། ། བྱི་ཏི་ཤིང་། ཞེས་བརྒྱུད་དོ། ། བརྒྱ་བཞི་དང་ཕྱི་འི་ལུས་པོ་འོངས་
 པར་བསམ་མོ། ༣ ། ཡང་དབལ་གྱི་བྱི་མ་
 ༧ སྒྲོང་གཅིག་ནི། ། སྤྱ་དུར་བའི་སྒྲུ་ལས་བརྟོལ། ། ཕྱི་འི་ལུས་པོ་ལ་འབྲུག་གྱི་རལ་པ་
 ཙན། རྒྱ་དྲི་འི་གཤོག་པ་ཙན་
 ༨ དུང་གྱི་མཆེ་བ་རྒྱ་གཉིས་བརྩ་བརྒྱད་འབར་བས། ། ག་བོའི་ཤ་བཟླུབས་སེ
 ཟླུབས། ག་བོའི་ཁྲག་འཁྱུང་རུབས་སེ
 ༩ རུབས། ། ག་བོའི་སྒྲིང་ཁྲག་སྒྲོན་པ་ལ། ། ཆོ་ཆོ་བྱེད་ཅིང་འལ་དུ་བརྟོལས།
 ། ཕྱིག་གཏེད་དོ། ། ཁྲང་པ་བརྩབས་སོ་
 ༡༠ སྒྲགས་བརྒྱས་སོ། ༣ ། ཡང་དབལ་གྱི་བྱི་མ་སྒྲོང་ཅིག་ནི། སྤྱན་གྱི་རྒྱལ་མའི་སྒྲུ་
 ལས་བརྟོལ། ། དབལ་གྱི་ཕྱི་

- 5 1 བྱ་པོ་ལ། ། རྒྱ་རྒྱུ་མཆོ་བ་ཅན། ཟངས་སྤྲ་དམར་མོ་ཤད་དེ་ཤད། རྟག་གི་སྟག་
པ་སྟུ་ལ་གསོ་ལ། ། སྟུ་ལ་གི་སྟུ་
- 3 རག་རྟེན་ལ་བཅིངས། ། གནམ་གྱི་ལ་ཁོར་ལོ་ཕྱག་ན་མ་སྟུ་མས། ། གྲ་བོའི་དུར་གྱི་
མཆོན་ཁྲག་ས་ཅིག། རྒྱ་རྒྱུ་
- 3 མཆོ་བ་བདར་པས་ཡང། གྲ་བོའི་ཤ་བཟུངས་སེ་ལྟོ་བས། གྲ་བོའི་ཁྲག་འབྲུང་
རྩལ་སེ་རྩལ་ས། 3 ། ཡང་དབལ་གྱི་བེ་མ་སྟོང་
- 9 གཅིག་ནི། ། དབལ་མཁར་གནམ་སྟོང་ཅན་ནས་བརྟེན། ། དེའི་ནང་ན། ། དབལ་
གྱི་ཕྱི་བོ་དམར་པོ་ལ། ། རྟག་ས་གྱི་རལ་པ་ས་
- 4 ལ་བཤལ། ། རྟག་གི་གཡང་བཞི་ཕྱག་ལ་གཟད། ། ཐེན་བྲང་སྟུན་རྒྱ་འབངས་སྟུ་
ཁྱིད། ། གྲ་བོའི་མཆོན་ལན་ནས་ཕྱང་
- 6 སྟག་ས་ཅིག། 3 ། ཡང་དབལ་བེ་མ་སྟོང་གཅིག་ནི། རྒྱ་ཆོག་ས་གཞུང་ལས་
བརྟེན། ། ཕྱི་འཁྲལ་པོ་ལ་སྟུང་ཁྲའི་འགོ་བོ་ཅན།
- 2 རྒྱ་རྒྱུ་ལག་པ་ཅན། ། རལ་གྱི་གཤོག་པ་ཅན། ། གྲ་བོའི་ཕྱི་དང་ལྟར་སྟུ་
ཅིག། ། ཡང་དབལ་བེ་མ་སྟོང་ཅིག་ནི།
- 2 ཕྱི་འབར་བའི་སྟུ་ལས་བརྟེན། ། ཕྱི་འཁྲལ་པོ་ལ། རྟག་གི་འགོ་བོ་ཅན། ། ཕྱིང་
དང་མཆོན་བཏགས་པ། ། བྱད་
- 12 གསས་ཤ་བཟན་བོ། ། གྲ་བོའི་ཤ་ནི་བཟན་བས་ཞིམ། ། ཁམ་ཁམ་མན་བས་ཅིག་པོ་
ཉ་མ། ། གྲ་བོའི་ཁྲག་ནི་ཆང་བས་
- 20 ཞིན། ། གྲ་བོའི་ལྟ་རྟེན་མར་བས་ཞིམ། ། ཡང་དབལ་བེ་མ་སྟོང་གཅིག་
ནི། ། ར་གཤང་གྲོལ་པའི་སྟུ་ལས་བརྟེན།
- 6 1 རྟོམ་གྱི་ལྲས་པོ་ལ། ། རྩང་གྱི་འགོ་བོ་ཅན། རྩང་གྱི་བྱ་རུ་གནམ་གྱི་རྒྱ་ཆོག་ས་
ཅན། ། གྲ་བོའི་ཤ་རུས་བཟན་དུ་བོ།
- 3 པོ་རྒྱ་བྱེད་ལ། ། པོ་བྱེད་བྱེད་ལ་བསོ། 3 ། དབལ་བེ་མ་སྟོང་གཅིག་ལ། ར་མཆོན་
ལྩང་གྱི་གཤོག་པ་ལ། ། སྟུ་རྒྱུང་ལྩང་
- 3 གྱི་གཡལ་མོས་འདེབས། ། ཆོག་ཕྱི་ཤེས་གྱི་ཞལ་བརྒྱད་གདེངས། ། མཆོ་བ་དཔག་
ཆད་སྟོང་སྟེབས་མ། ། བྱ་པོ་