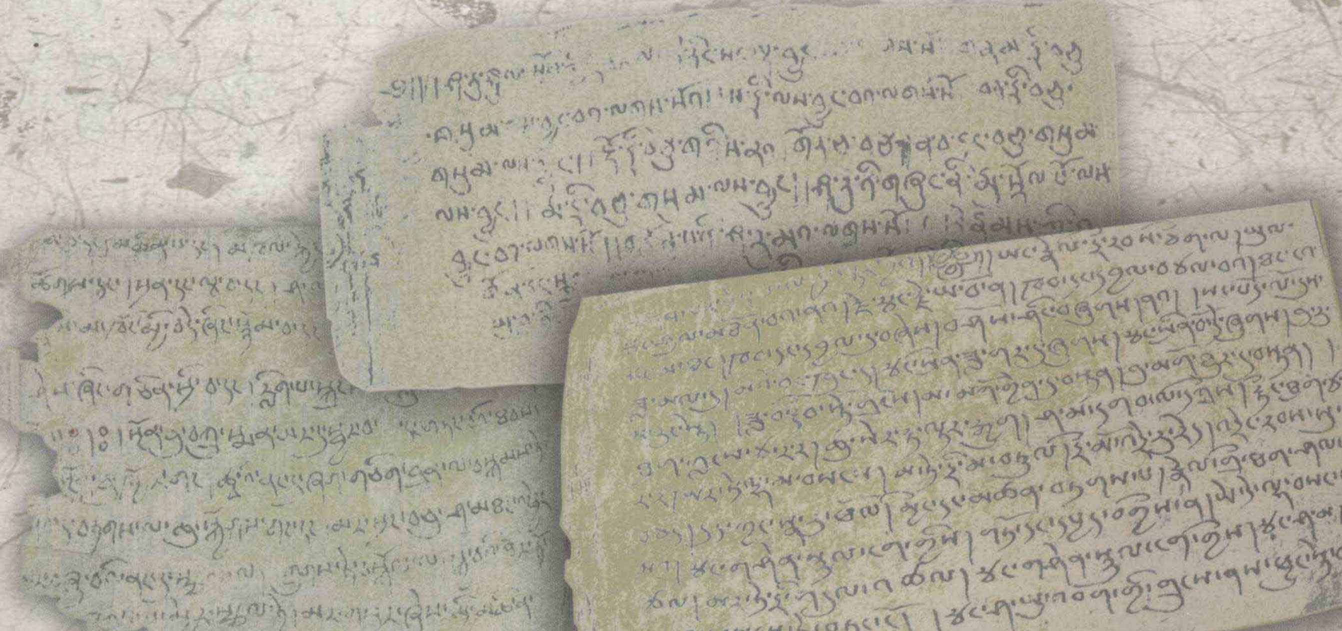
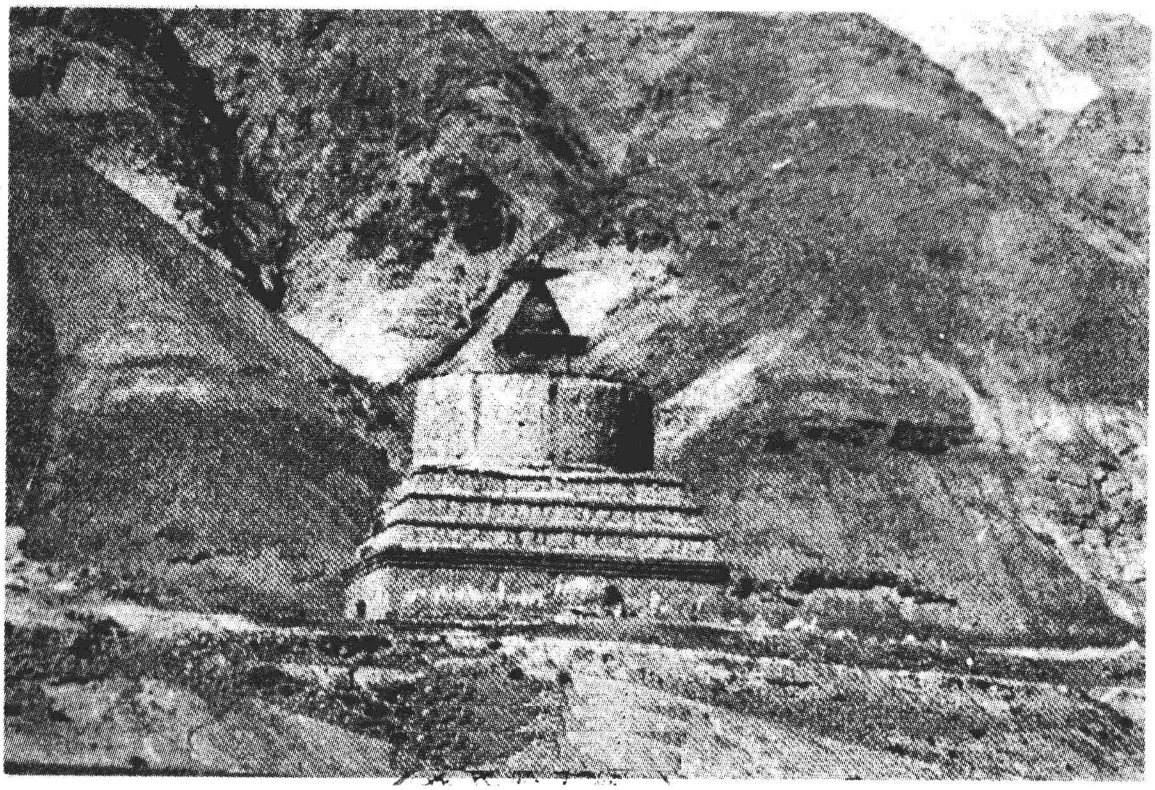


བོད་ལྗོངས་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

གཏམ་ཤུལ་དགའ་ཐང་འབུམ་པ་ཆེ་ནས་གསར་དུ་རྙེད་པའི་

བོན་གྱི་གནའ་དཔེ་བདམས་བསྒྲིགས།

དཔེ་སྒྲིག་པ། པ་ཚབ་པ་སངས་དབང་འདུས།
གླང་རུ་ནོར་བུ་ཚེ་རིང་།



བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་ནས་བསྐྲུན།

དགའ་ཐང་འབུམ་པ་ཆེ་ནས་གསར་དུ་རྙེད་པའི་
བོན་གྱི་གནའ་དཔེ་བདམས་བསྒྲིགས།

དཔེ་སྒྲིག་འགན་འཁུར་བ། པ་ཚབ་པ་སངས་དབང་འདུས།
གླང་རུ་ནོར་བུ་ཚེ་རིང་།
ཁ་ཤོག་རྒྱས་འགོད་པ། ངག་ཆོས།
གློག་ཀླད་པར་བསྒྲིགས། སྐལ་སྒྲོལ།
ཞུས་དག་པ། པ་ཚབ་པ་སངས་དབང་འདུས།

བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་ནས་བསྐྲུན།
བོད་ལྗོངས་ཞིན་ཧྭ་དཔར་འདེབས་བཟོ་གྲྭ་ནས་དཔར།
བོད་ལྗོངས་ཞིན་ཧྭ་དཔེ་ཚོང་ཁང་ནས་བཀྲམ།
༢༠༠༧ལོའི་ཟླ་༩པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྒྲིགས།
༢༠༠༧ལོའི་ཟླ་༩པར་པར་ཐེངས་དང་པོ་བཏབ།
ISBN978—7—80589—079—1
པར་གྲངས་1—3,000 དེབ་རིན་སྒོར་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

སླེང་གཞི།

《གཏམ་ཤུལ་དགའ་ཐང་འབུམ་པ་ཆེ་ནས་གསར་དུ་རྙེད་པའི་བོན་གྱི་གནའ་དཔེ་བདམས་བསྒྲིགས》ཞེས་པ་འདིའི་ནང་བོད་ལྗོངས་མཚོ་སྨད་རྫོང་གཏམ་ཤུལ་ཁུལ་གྱི་དགའ་ཐང་འབུམ་པ་ཆེར་གྲགས་པའི་མཆོད་རྟེན་ཞིག་རལ་དུ་སོང་བ་ཞིག་གི་ནང་ནས་ཐོན་པའི་དཔེ་རྙིང་གྲས་ལས་འདིར་སྤུ་རྒྱལ་བཙན་པོའི་དུས་སུ་གཏོགས་པའི་རྩ་ཆེའི་དཔེ་རྙིང་ཁག་བཞི་ཙམ་གདམ་སྒྲུག་གིས་དེ་རྣམས་ཡིག་འབོར་དེ་ཙམ་མི་ཆེ་བར་བརྟེན་དེབ་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིགས་ཏེ་དཔེ་སྐྲུན་ཞུས་པ་ལགས།

དེའང་སྤྱི་ལོ་༢༠༠༨ ལོའི་དབྱར་དུས་ལྷོ་ཁ་ས་ཁུལ་མཚོ་སྨད་རྫོང་གཏམ་ཤུལ་ཁུལ་གྱི་དད་ལྡན་མང་ཚོགས་ཚོས་དགའ་ཐང་འབུམ་པ་ཆེ་མཆོད་རྟེན་ཉམས་གསོ་ཞུ་སྐབས་དེའི་ནང་ནས་ས་རྗོ་དང་འདྲེས་པའི་གནའ་ཡིག་རྙིང་རྒྱལ་མང་དག་ཅིག་ཐོན་འདུག་པའི་ཁྲོད་ཕལ་ཆེ་བ་ནི་ཤོག་བུ་དཀྲུས་མའི་ཐོག་བྲིས་པའི་གཟུངས་རྟེན་ཡིན་འདུག་ཅིང་། ནང་དོན་ཡང་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་གཞུང་དང་། གཟུངས་སྔགས་ལ་སོགས་པའི་ཡིག་ཆར་སྣང་ཞིང་། གཞན་ཡང་མཐིང་ཤོག་ཐོག་ཏུ་བྲིས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱ་པའི་གསེར་བྲིས་ཤོག་ཚལ་ཡང་ཐར་ཐོར་དུ་མཆིས། ངོ་མཚར་བ་ཞིག་ལ་གནའ་ཡིག་དེ་དག་གི་ཁྲོད་ནས་རྩ་ཆེའི་བོན་དཔེ་ཞུང་ཤས་ཤིག་དང་གནའ་བོའི་སྨན་དཔྱད་ཀྱི་ཡི་གེ་གཅིག་ཀྱང་རྙེད་སོན་བྱུང་།

དཔེ་རྙིང་དེ་དག་གི་རྩོམ་པ་པོའི་མཚན་ནམ་བརྩམས་དུས་སམ་ཡི་གེ་པ་སུ་ཡིན་རེ་ཞིག་ཁ་ཚོན་གཅོད་དཀའ་ཡང་བརྡ་དག་ཐ་སྙད་དང་བྲིས་གཟུགས་ལ་དཔྱད་ཚེ། ཡིག་རྙིང་ཕལ་ཆེ་བ་ནི་བསྟན་པ་ཕྱི་དར་གྱི་སྐབས་ཏེ་དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་གམ་དེ་རྗེས་སུ་བྱུང་བའི་ཡི་གེ་ཡིན་པར་འདུག་ཅིང་། དེ་མིན་གྱི་གནའ་དཔེ་ཞུང་ཤས་ཤིག་ནི་སྤུ་རྒྱལ་བཙན་པོའི་དུས་ཀྱི་ཡིག་རྙིང་ཡིན་སྣང་། ལྷག་དོན་གནའ་ཡིག་དེ་རིགས་ཁྲོད་ཀྱི་བོན་དཔེའི་བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་ནི་ལོ་ངོ་ཆིག་སྟོང་གོང་གི་བོན་གྱི་ཤེས་རིག་སྐོར་ཡིན་པ་དང་། རྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཚིག་ནི་ཏུན་ཧོང་གི་གཏེར་ཡིག་གི་ཁྲིད་ཆོས་དང་འདྲ་མཚུངས་སུ་ཡོད་ལ་བྲིས་གཟུགས་ཀྱང་རྙིང་ཉམས་ལྡན་པ་ཞིག་འདུག་པས་ཏ་ལམ་སྤུ་རྒྱལ་བཙན་པོའི་དུས་སྨད་དུ་བྱུང་བའི་བོན་གྱི་དཔེ་རྙིང་ཡིན་པར་འདུག དེས་ན་དུས་སྔ་ཕྱི་གཉིས་སུ་བྱུང་བའི་དཔེ་རྙིང་མཆོད་རྟེན་གཅིག་གི་ནང་ནས་ཐོན་པའི་རྒྱུ་མཚན་ལས་མཆོད་རྟེན་དེའང་སྔ་ཕྱིར་ཞིག་གསོ་ཐེངས་འགའ་བྱས་ཡོད་པ་ཞར་དུ་རྟོགས་ཐུབ་པ་ཡིན། ཡིག་རྙིང་དེ་

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

དག་ནི་རྩ་འགངས་ཆེ་བའི་གནའ་རབས་བོད་མིའི་ཤེས་རིག་གི་ཤུལ་བཞག་ནོར་བུ་ཡིན་པས། འདི་ལྟ་བུའི་རྩ་ཆེའི་ཡིག་རྙིང་གི་རིན་ཐང་འདོན་སྤེལ་བྱ་རྒྱུ་ནི་རང་རེའི་འདོར་ཐབས་མེད་པའི་འོས་འགན་ཡིན་པས། གནའ་ཡིག་དེ་དག་ཁྲིད་ནས་ནང་དོན་ཆ་ཚང་བའམ་ཅུང་ཆ་ཚང་བའི་ཡིག་རྙིང་ཁག་བཞི་སྟེ་བོད་མིའི་གནའ་རབས་ཤེས་རིག་དང་ལྷ་སྲིད་མཚོན་པའི་བོན་དཔེ་གསུམ་དང་སྨན་དཔྱད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་གཅིག་དང་བཅས་ཁག་བཞི་བདམས་བསྒྲིགས་ཞུས་པ་ལགས།

བོན་དཔེ་ཀ་པའི་ནང་གནག་རབས་སམ་ཟེ་མ་རྐོང་རྒྱུའི་རབས་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཕྱོལ་རབས་ཞེས་བྱ་བ། གསེར་སྐྱེམས་ཀྱི་རབས་ཞེས་བྱ་བ་བཅས་རབས་གསུམ་གྱི་དོན་བསྟན་ཡོད་དེ། འདིར་རབས་ཞེས་པའི་གོ་དོན་ནི་བོད་ཀྱི་བརྗོད་རྙིང་དུ་རྒྱུད་དམ་ལོ་རྒྱུས་ལ་གོ་བ་ཡིན་ཏེ། དེའང་ཆེས་གནའ་བོའི་དུས་སུ་བོད་མིས་ཡར་གནམ་གྱི་ལྷ་མཆོད་པ། མར་སའི་འདྲེ་རྦུང་བ། གཤེན་གྱི་དྲི་འདུལ་བ། གསོན་གྱི་རིམ་གྲོ་བྱེད་པ། འདུལ་ངན་པ་བཟང་པོར་འཚོས་པ། དགྲ་བགེགས་རྐྱེན་ངན་བར་ཆད་ཐན་ལྟས་དང་གདོན་གྱི་གནོད་པ་ཐམས་ཅད་ཟློག་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཅི་རིགས་ཡོད་ལ། གནག་རབས་དང་ཕྱོལ་རབས་ནི་སྒྲུང་གི་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས་འཆད་པའི་གོད་ཀ་དང་། བདུད་སྲིན་ལྟས་ངན་ལ་སོགས་པའི་དགྲ་བགེགས་ཀྱི་གནོད་པ་ཟློག་ཐབས་ཀྱི་ཚོ་གའམ་གཏོ་བཅོས་ལྟ་བུའི་གནའ་བོའི་བོན་དཔེ་ཡིན་པར་མངོན། གསེར་སྐྱེམས་ཀྱི་རབས་ནི་ལྷ་སོགས་ལ་མཆོད་པར་འབུལ་རྒྱུའི་སྐྱེམས་ཆང་དང་གསེར་གྱི་ཚིག་བཤད་ཡིན་པས་ཡིག་འབྲུ་ཞུང་ལ་བརྗོད་དོན་ཟབ་པ། སྔ་ཕྱིའི་ཚིག་འབྲེལ་རན་པས་འདི་ནི་བོད་ཀྱི་ཆེས་གནའ་བོའི་ཆང་དང་གསེར་སྐྱེར་ཀྱི་རབས་སམ་ཚིག་བཤད་ཡིན་པར་སྣང་ངོ་།

བོན་དཔེ་ཁ་པ་འདི་ནི་འགོ་མཇུག་མི་ཚང་བ་དང་མཇུག་གི་ཤོག་ལྷེབ་གསུམ་ཙམ་ཧྲུལ་དུ་སོང་ནས་ཡི་གེ་འགའ་རེ་མི་གསལ་བའི་སྐྱོན་དུ་མཆིས་ཀྱང་རྩ་བའི་བརྗོད་དོན་ནི། རྟེལ་དྲི་འདུལ་བའི་ཐབས། ཞེས་བོན་གྱི་གནའ་བོའི་གཤེན་འདུར་གྱི་ཚོ་ག་དང་འབྲེལ་བའི་ཡི་གེ་ཞིག་ཡིན་འདུག་ཅིང་། འདིའི་ནང་གསེས་སུ། རྨ་ཐེམ་པ་རྒྱ་ཡར་དུ་རྒལ། རྟེལ་དྲི་འདུལ་བའི་ཐབས། བཀྲ་ཟ་གཟིགས་འབྲང་གི་རབས། གེ་གཞུལ་གྱི་རབས། ཞེས་ནང་དོན་ཁག་བཞི་འདུག་སྟེ། རྨ་ཐེམ་པ་རྒྱ་ཡར་དུ་རྒལ་ཞེས་པ་ནི་རྟེལ་དྲི་བསང་བར་བྱེད་པའི་བོན་གྱི་ཚོ་གའི་སྐོར་གྱི་ཡི་གེ་དང་། རྟེལ་དྲི་འདུལ་བའི་ཐབས་ལ་དྲི་འདུལ་བའི་ཚིག་བཤད་ཀྱང་ཟེར་ཏེ། ཚིག་གཞི་ནི་སྔོན་གྱི་བྱུང་རབས་མང་པོ་ཞིག་འཆད་ནས་གནའ་སྒྲུང་འདི་འདྲ་བ་ཞིག་བརྗོད་པར་བྱས་ཡོད་དེ། དེའང་རྒྱལ་ཕྲན་ནམ་ཡུལ་ཞིག་གི་རྗེ་བོའམ་དེའི་སྲས་ཀྱིས་ཡུལ་གཞན་ཞིག་ནས་ཁབ་བམ་

དབྱལ་ཞིག་བསྡུས། སང་ཙོད་ལོ་དུས་ཟླ་མལ་དུ་ཞུམ་དེའི་མངལ་དུ་བུ་ཞིག་འཁོར་ཏུང་རྗེ་བོ་དེའི་ཡུལ་གྱི་སྲིན་པོ་མའི་ཁོག་ཏུ་བཞུགས་པས་མ་བུ་རྙེལ་དྲིས་གྲོངས། རྙེལ་དྲི་གནོད་ཆེ་སྡེ་རྗེ་བོས་རྙེལ་དྲི་སེལ་ཕྱིར་ཡུལ་གྱི་བོན་གཤེན་སྤྱན་དྲངས་ནས་གཏོ་དང་དཔྱད་བགྱིས་ནས་རྙེལ་དྲི་འདུལ་ཏེ་ཡར་ཏེ་ལྷ་བསངས་བ་དང་། མར་ཏེ་དྲི་འདུལ། ལྷའི་གཤེགས་ཤུལ་ཕྱི། རྗེའི་སྣང་གསལ་སྒྲོན། གནའ་ཕན་ན། ད་ཡང་ཕན་ནོ། ཞེས་པ་ལྷ་བུའོ། བཀྲ་ཟ་གཟིགས་འབྲང་གི་རབས་ལ་ཕག་བོན་གསས་ཁྲིའི་ལུགས་ཀྱང་ཟེར་ཏེ། ཡུལ་སྟེན་ཡུལ་གྱི་རྗེ་བོ་སྟེན་དེ་ཁོགས་པོའི་ཁབ་རྒྱ་ཟ་ཁྲ་ཆུང་སྨན་ཞེས་པ་དེ་གཤེགས་རྗེས་གཤེན་པོ་དེ་གྲོངས་པའི་མཚན་དང་། གྲོངས་ཀྱི་བཤོས། གྲོངས་ཀྱི་བང་སོའི་མིང་ལ་སོགས་པ་བཞེས་ལུགས་ཀྱི་གཤེན་དུར་ཐབས་ཀྱི་སྐོར་ཡིན་པ་དང་། གེ་གཞུལ་གྱི་རབས་ནི་མ་སངས་ཏུས་དགུ་དང་འབྲེལ་བའི་ཡི་གེ་ཡིན་ནོ།

བོན་དཔེ་ག་པའི་ནང་ཤོག་ངོས་འགའ་རེའི་ཐོག་ཏུ་ཡི་གེ་མི་གསལ་བ་ཐ་ཐོར་མཆིས་ཀྱང་ཤོག་ལྷེབ་ཆ་ཚང་གི་བརྗོད་དོན་སྙིང་པོ་ནི། ཤ་ཏུ་ཤུལ་སྟོན་གྱི་རབས། ཞེས་རྒྱ་སྲོལ་ལས་བྱུང་བའི་མགོན་ཤ་བའི་བོན་སྐོར་ཡིན་གཤིས། དེ་ཡང་གནའ་བོའི་བོན་སྡེ་གསོན་བོན་གྱི་ཁོངས་སུ། ཤ་ཏུ་རང་འགྲོས། ཤ་བ་ཏུ་རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་ཤ་བ་བོན་སྐོར་མཆིས་པ་ཤ་རྫ་བཀྲ་ཤིས་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་གསུངས་ཤིང་། ཕྱིས་ཀྱི་བོན་སྡེའི་ནང་དུའང་ཤ་སྐོར་གྱི་འདྲེན་སྲོལ་ཡང་མང་པོ་ཡོད་པ་ནི་དཔེར་ན། ཤ་སྐོར་མང་ཡང་དགུ་ཏུ་འདུ། མི་བུ་གླུད་ཀྱི་བསླུ་བའི་ཤ་བ་དང་། བདུད་ཁ་འབངས་སུ་བསྒྱུར་བའི་ཤ་བ་དང་། རྟ་ཡི་དལ་ཁ་བསྒྱུར་བའི་ཤ་བ་དང་། བགེགས་རིགས་ཕྱོལ་ཁ་བསྒྱུར་བའི་ཤ་བ་དང་། སྔང་སེམས་བྱད་ཁ་བསྒྱུར་བའི་ཤ་བ་དང་། གླང་བུས་ཁྲིམས་ཁང་བསྒྱུར་བའི་ཤ་བ་དང་། སྲུང་རྟའི་ཕུང་སྲི་བསྒྱུར་བའི་ཤ་བ་དང་། ལྟས་ངན་དགྲ་ཐན་བཟློག་པའི་ཤ་བ་དང་། གླུ་བཙན་ས་བདག་བཅོས་པའི་ཤ་བ་དགུའོ་ཞེས་པས་མཚོན། ཤ་ཏུ་ཤུལ་སྟོན་གྱི་རབས་ཀྱང་རིགས་འགྲེ་ཆོག་པར་སེམས།

བོན་དཔེ་ང་པ་ནི་སྨན་དཔྱད་སྐོར་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཤོག་ལྷེ་ཆ་ཚང་བ་མེད་ཁར། ལྷག་ལུས་ཀྱི་ཤོག་བུའི་མཐའ་མང་ཆེ་བ་ཏུལ་སྐྱོན་དུ་སོང་ནས་ཡིག་འབྲུ་ཆད་སྐྱོན་མང་དུ་འདུག འོན་ཀྱང་གནའ་རབས་བོད་ཀྱི་སྨན་དཔྱད་སྐོར་བོན་དང་འབྲེལ་ཆེ་བས་སྨན་དཔྱད་འདིའང་བོན་དཔེའི་ཁོངས་སུ་བཞག་ན་མི་འཚམ་པ་ཅི་ཡང་མེད་སྙམ། སྤྱིར་ཁ་བའི་ལྗོངས་འདིར་བོན་ལ་བརྟེན་པའི་གསོ་རིག་གི་ལོ་རྒྱུས་རིང་ཞིང་སྨན་དཔྱད་ཀྱི་གཞུང་ཡང་ཆེས་གནའ་བོའི་དུས་ནས་དར་ཡོད་དེ། བོན་གྱི་བླ་ཆེན་དཔྱད་བུ་ཁྲི་ཤེས་ནི་སྨན་དཔྱད་ཀྱི་བསྟན་པའི་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་ལྟ་

བུར་བསྐོ་ཞིང་། དེ་བས་སྨན་དཔྱད་བསྟན་པའི་བྱ་བར་བཞུགས་ནས། དུག་བཅོས་གཡུང་དྲུང་འཁྱིལ་བ་ཞེས་པ་དང་། ཤ་སོས་ཏུ་འགྱུར་རྒྱུས་མཐུད་ཀྱི་གདམ་པ་དར་ཡན་གན་གྱི་རྒྱུད་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྨན་གཞུང་མཛད་ཡོད་སྐོར་བོན་གྱི་ཡི་གེར་གསལ། སྨན་དཔྱད་སྐོར་ཡིག་སྙིང་འདི་དང་འདྲ་བར་གནའ་རབས་བོད་མིའི་ནད་བཅོས་ཀྱི་བློ་གྲོས་མཆོན་པའི་དཔང་རྟགས་ནི་ཏུན་ཧོང་ནས་ཐོན་པའི་བོད་ཀྱི་གཏེར་ཡིག་ཤོག་དྲིལ་ནང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་འདུག་པས་སྤྱི་ལོ་༡༩༨༣ལོར་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གིས་དེ་ཁོངས་ཀྱི་སྨན་དཔྱད་སྐོར་གྱི་ཡིག་སྙིང་གཉིས་དང་། མི་བཙའི་སྐོར་གྱི་ཡིག་སྙིང་གཉིས་བཅས་དཔེ་སྙིང་བཞི་པར་སྐྲུན་བྱས་ཡོད་པས་ཡིག་སྙིང་འདི་དང་ཕན་ཚུན་དཔྱད་བསྡུར་བྱེད་ཆོག་པ་འདུག

འདིར་གནའ་དཔེ་བཞི་པོ་པར་སྐྲུན་ཞུ་བའི་དོན་སྙིང་སྐོར་མདོ་ཙམ་བརྗོད་ན།

དང་པོ། ད་རེས་གསར་དུ་རྙེད་པའི་གནའ་དཔེ་བཞི་པོ་འདི་ནི་ལོ་ཙཱ་ཆིག་སྟོང་གོང་གི་བོན་གྱི་དཔེ་སྙིང་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་༡༩༠༠ལོར་ཏུན་ཧོང་གི་ལྷ་ཁང་ཞིག་རལ་དུ་གྱུར་པ་ཞིག་གི་ཀྱང་སྐྱིག་ནང་ནས་བོད་ཀྱི་ཡིག་སྙིང་ཤོག་དྲིལ་ཐོན་ཆེན་ཞིག་རྙེད་པ་དང་༡༩༩༠ཡས་མས་ནས་དེ་དག་ཁྲིད་ཀྱི་ཡི་གེ་ཁག་གཅིག་རིམ་བཞིན་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་དུ་པར་སྐྲུན་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས་རྗེས་སུ། བོད་ཡུལ་དབུས་ནས་རྙེད་སོན་བྱུང་བའི་མི་ལོ་ཆིག་སྟོང་ལྷག་ཙམ་གྱི་གོང་གི་དཔེ་སྙིང་པར་སྐྲུན་ཞུ་ཐེངས་དང་པོ་དེ་ཡིན་པས། དེ་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་ཤུལ་འཛིན་དང་མྱུར་སྐྱོབ་བྱ་རྒྱུའི་ཐད་ཀྱི་དོན་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ལ། རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་གི་བོད་རིག་པ་ཞིབ་འཇུག་པ་དང་། བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དོན་གཉེར་གནང་མཁན་ངོས་ནས་ཞུས་ན་སྤྲོ་བ་སྐྱེས་འོས་པའི་དོན་ཆེན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།

གཉིས་པ། དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་སྐབས་ཏེ་བཙན་པོ་ཁྲི་སྲོང་ལྡེ་བཙན་སྐུ་དུས་སུ་བན་བོན་དབར་རྩོད་ཟིང་བྱུང་ནས་བོན་བསྣུབས་པར་བརྟེན་བོན་རྣམས་ཐབས་ཟད་འུ་ཐུག་གིས་བོན་དཔེ་ཕལ་ཆེ་བ་གཏེར་གྱི་རྣམ་པའི་ཚུལ་དུ་ས་འོག་ཏུ་སྦས་སོ་ཞེས་དང་། ད་དུང་འགའ་ཞིག་ནི་ཆུ་ལ་བསྐུར། འགའ་ཞིག་མེས་འཛིག འགའ་ཞིག་ནི་མཆོད་རྟེན་གྱི་འོག་དང་བྲག་གི་གསེབ་ལ་སྦས་སོ་ཞེས་བོན་དཔེ་ཕལ་ཆེ་བ་ཧ་ལམ་རྩ་མེད་དུ་སོང་། འབྲོ་ལུས་ཀྱི་བོན་དཔེ་རྣམས་ནི་བསྟན་པ་ཕྱི་དར་སྐབས་དུས་ཀྱི་དབང་དང་བསྟུན་ནས་བཅོས་མར་སོང་བའི་ཐོག་ཁག་གཅིག་ནི་གཏེར་ནས་དྲངས་པའི་ཚུལ་གྱི་དཔེ་རྒྱུན་གསར་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་ཏེ། དེང་སྐབས་མཇལ་རྒྱུ་ཡོད་པའི་བོན་དཔེ་སྙིང་གྲས་དཔེར་ན། མུ་ཡེ་བྲ་ཕུད་ཕྱིའི་མཐར་ཐུག་དང་། སྲི་གསས་བུང་བ

སྟག་ཚང་། ངར་གླུད། སྒྲུང་མོ་མདའ་ཕྲེང་གི་རྒྱུད། ཅེས་པ་ལ་སོགས་པ་གཞི་ཆེས་གནའ་བོའི་བོན་དཔེ་ཡིན་པ་གོར་མ་ཆག་ཀྱང་། ཚིག་སྦྱོར་ཕལ་ཆེ་བ་དང་ཡིག་གཟུགས་ལ་གཞིགས་ཚེ་དེ་དག་ནི་བསྟན་པ་ཕྱི་དར་སྐབས་ཀྱི་བྲིས་མ་ལྟ་བུར་སྣང་། འོན་ཀྱང་གཏམ་ཤུལ་དགའ་ཐང་འབུམ་པ་ཆེ་མཆོད་རྟེན་ནང་ནས་ཐོན་པའི་བོན་དཔེ་ནི་ལོ་ངོ་ཆིག་སྟོང་གོང་གི་གནའ་དཔེ་རྩ་ཆེའི་བྲིས་མ་འབའ་ཞིག་ཡིན་པས། དེ་དག་སླར་ཡང་འུ་ཅག་གི་འདྲིན་བྱེད་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་ནི་ཇི་འདྲའི་གོ་སྐབས་བཟང་པོ་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ།

གསུམ་པ། སྤྱིར་རང་ཅག་བོད་མི་རིགས་ལ་ལོ་ངོ་ཆིག་སྟོང་གོང་གི་གནའ་རབས་བོད་ཀྱི་དམག་སྲིད་དང་། ཤེས་རིག དཔལ་འབྱོར། སྨན་དཔྱད། ཁྲིམས་སྲོལ་ལ་སོགས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་ཇི་སྙེད་ཅིག་ཡོད་ཀྱང་དུས་ཕྱིས་སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཅི་ནས་ཀྱང་གཙིགས་ཆེ་བར་འཛིན་པས་བདེན་པ་ར་སྤྲོད་ཐུབ་པའི་རྒྱལ་རབས་གཙང་མའི་ཡི་གེ་དང་བོན་གྱི་དཔེ་རྙིང་བྲིས་མ་ཁྲུངས་དག་ཕྱུས་གཙང་ལ་སོགས་ཕལ་མོ་ཆེ་རྣམས་རྩ་སྟོངས་སུ་གྱུར་ནས། དེང་གི་ཆར་བོད་དབུས་ཀྱི་འབྲས་སྤུངས་དང་། ས་སྐྱ། འོན་ཀེ་རུ། སྣེ་ཐང་། སྲས་མཁར་དགུ་ཐོག་སོགས་དགོན་སྡེ་ཁག་དང་། ཕོ་བྲང་པོ་ཏ་ལ་སོགས་སུ་སྤུ་རྒྱལ་བཙན་པོའི་དུས་ཀྱི་ཆོས་གཞུང་བྲིས་མ་ཁག་གཅིག་ཉར་ཚགས་གནང་ཡོད་པ་ཕུད་དེ་མིན་སྤུ་རྒྱལ་དུས་ཀྱི་ཡིག་རྙིང་མཇལ་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བའི་གནས་སུ་མཆིས། དེས་ན་གཏམ་ཤུལ་དགའ་ཐང་འབུམ་པ་ཆེའི་བོན་གྱི་ཡིག་རྙིང་པར་སྐྲུན་ཞུས་པ་དེ་ནི་དུས་རབས་༡༠ནང་ཏུན་ཧོང་གི་གཏེར་ཡིག་དང་། ལི་ཡུལ་གྱི་ཤིང་བྱང་། རྡོ་རིང་དང་ཅོང་གི་ཡི་གེ་བཅས་པར་སྐྲུན་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས་རྗེས་སླར་ཡང་གནའ་བོའི་རྩ་ཆེའི་ཡིག་རྙིང་ཁག་གཅིག་མཁོ་འདོན་བྱུང་བ་ཡིན།

བཞི་པ། ད་ཕན་བོད་རིག་པའི་ཞིབ་འཇུག་ཁྲོད་དུ་སྤུར་རྒྱལ་བཙན་པོའི་དུས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་བཙོས་ལྟད་མེད་པར་གྲགས་པ་རིགས་བཞི་ཡོད་དེ། ཆོས་གཞུང་བྲིས་མ། རྡོ་དང་བྲག་དང་ཅོང་དྲིལ་ལ་བརྐོས་པའི་ཡི་གེ ཏུན་ཧོང་གི་གཏེར་ཡིག ལི་ཡུལ་གྱི་ཤིང་བྱང་དང་བཅས་ཡིན། དེ་རྣམས་ཕུད་པའི་བོད་ཡུལ་མཐིལ་ནས་ནང་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་ཏུན་ཧོང་གི་གཏེར་ཡིག་ལྟ་བུའི་གནའ་དཔེ་རྙེད་སོན་བྱུང་བའི་གཏམ་ནི་ད་བར་ཐོས་མ་བྱུང་། ལྡེའུ་ཆོས་འབྱུང་དང་། ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་ནང་དུ་སྟོད་ལྷ་རབས་དང་། གཙིགས་ཀྱི་ཡི་གེ་ཞིབ་མོ་ཞེས་པ་སོགས་ཀྱི་བརྗོད་དོན་སྤུ་རྒྱལ་དུས་ཀྱི་ཡིག་རྙིང་ལས་དྲངས་པའི་སྣང་ཚུལ་དུ་འདུག་ཀྱང་བརྡ་དག་དང་ཡིག་གཟུགས་ལ་ཕྱིས་ཀྱི་ཤན་ཞུགས་ཡོད། དེས་ན་བོད་ཀྱི་གནའ་རབས་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་དང་

ཤེས་རིག་སློབ་པོ་དག་གི་ཞིབ་འཇུག་གི་གཞི་འཛིན་ཡུལ་ཡང་གཙོ་བོ་བསྟན་པ་ཕྱི་དར་སྐབས་ཀྱི་ཡི་གེ་ཡིན། ད་ཐེངས་གནའ་དཔེ་འདི་ལྟ་བུ་གསར་དུ་རྙེད་པ་ནི་བོད་རིག་པ་ཞིབ་འཇུག་པ་རྣམས་ལ་མཚོན་ན། ཆེས་གནའ་བོའི་རྒྱལ་ཕྲན་ནམ་ཡུལ་ཕན་ཚུན་དབར་གྱི་འབྲེལ་ལམ་དང་། གནའ་མིའི་བསམ་བློ་དང་ཤེས་རིག བོན་གྱི་སྨན་དཔྱད་གསོ་རིག་ལ་སོགས་པར་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་རྒྱུར་ཕན་ནུས་ཆེན་པོ་ཐོན་རྒྱུ་ཡིན་པ་གོར་མ་ཆག་སྙམ། ལྷག་དོན་དུ་དེང་བོད་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུན་ཤེས་རིག་རྒྱུད་འཛིན་དང་དར་སྤེལ། བོད་རིག་པའི་ཞིབ་འཇུག་གི་བྱ་བ་སྔར་ལས་གཏིང་ཟབ་རྒྱ་ཆེར་འགྲོ་རྒྱུ་བཅས་ཀྱི་ཐད་དོན་སྙིང་གཏིང་ཟབ་ལྡན་པ་བཅས་སོ།

ཡིག་རྙིང་འདི་དག་དཔེ་སྒྲིག་བྱེད་ཚུལ་སྐོར།

གཅིག མ་དཔེ་སོ་སོའི་ནང་ཤོག་ལྷེབ་རེ་རེར་ཡིག་ཕྲེང་ཇི་ཡོད་ཚད་ལྷག་མེད་པར་པར་དུ་ཕབ་ཡོད་ནས་ཀུན་གྱིས་གཟིགས་སློག་བདེ་ཆེད་ཤོག་ལྷེབ་དང་ཡིག་ཕྲེང་གི་ཨང་ཀི་ཟུར་དུ་བཀོད་ཡོད་པ་དང་མ་ཡིག་གི་ཕྱི་མོ་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་པར་ལེན་བྱས་ནས་བཀོད་དེ་གཟིགས་པ་པོ་རྣམས་ལ་རྩ་ཆེའི་ཡིག་རྙིང་དེ་རིགས་ཀྱི་གནའ་བོའི་བྲིས་གཟུགས་དང་ཐ་སྙད་ཚིག་སྦྱོར་གྱི་གྲུབ་སྟངས་ལ་སོགས་པར་དཔྱད་གཞི་གནང་རོགས་ཞུ་རྒྱུ་མཚོན་པ་བྱས་ཡོད།

གཉིས། མ་ཡིག་གི་ནང་བོན་མི་མཆོག་གི་སུམ་རྟགས་ཀྱི་རྩ་བ་ལས་གསུངས་པའི་ཡི་གེའི་སྦྱོར་བ་དང་དེང་དུས་ཀྱི་བརྡ་དག་དང་མི་མཐུན་པ་ཡང་མང་དུ་མཆིས་ཏེ། དེ་ཡང་དབྱེ་ན་རྣམ་པ་བཞི་ཏུ་འདུག་ཅིང་། གཅིག་ནི་སྡེ་པ་གཅིག་གམ་ཡང་ན་སྡེ་པ་མི་གཅིག་པའི་ནང་གི་མིང་གཞི་ཕན་ཚུན་བརྗེས་པ། དཔེར་ན། བཙུན་པོ་དང་མཙུན་པོ། གཅིག་དང་གཆིག དྲི་དང་གྲི། འདྲ་དང་འགྲ། གྲོངས་དང་དྲོངས། དྲོ་བ་ལ་གྲོ་བ་ལྟ་བུ། གཉིས་ནི་གཞི་བོན་མིའི་དགོངས་པ་ཡིན་ཀྱང་དེང་དུས་འབྲི་སྲོལ་མེད་པའི་ཡི་གེ་རྐྱང་པའམ་ཐ་ན་དབྱངས་འཇུག་པའི་མིང་གཞིར་འ་མཐའ་བཞུགས་པ། དཔེར་ན། ལའ། ནོའ་ལྟ་བུ། གསུམ་ནི་འབྲེལ་སྒྲ་དང་། བྱེད་སྒྲའི་སྦྱོར་ཚུལ་འཆོལ་བ། དཔེར་ན། ག་ང་དང་ད་བ་སའི་རྗེས་སུ་ཕལ་ཆེ་བར་གྱི་བཞུགས་པ་སྟེ། སྟག་གྱི་གཡང་གཞི། ཕྱུག་གྱི་བུ་བཅིག འབྲུག་གྱི་གཤོག་པ། ཟ་བུག་གྱི་གུར་ཕུབ། ཁྲག་གྱིས་བཀང་། ཁྱོད་གྱི་ཁྱོ། ལྕགས་གྱི་སྤྱལ་པ། གོང་གྱི། བྱང་གྱི་ལྟ་བུ། བཞི་ནི་ཡུལ་སྐད་འདྲེས་པ་དཔེར་ན། ཁྱི་ལ་ཀྱི། གྲི་མོ་ལ་དྲིལ་མོ་ལྟ་བུའོ། ཏུན་ཧོང་གི་གཏེར་ཡིག་ལ་ཡང་འདིར་སྨོས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཞི་དང་འདྲ་བ་མང་དུ་མཆིས་ཏེ་སྤུ་རྒྱལ་དུས་ཀྱི་ཡི་གེའི་ཚིག་སྦྱོར་ཁག་གཅིག་འདི་ལྟར་བྲིས་པ་འདུག་ན་འབྲི་སྲོལ་ཆགས་པ་ཡིན་དང་ཡང་ན་ཡིག་ནོར་ཡིན་པ་ཁ་ཚོན་གཅོད་ཐབས་བྲལ་

བསམ་དཔེར་གང་ཡོད་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་བཀོད་པ་ལགས། འོན་ཀྱང་དུས་དེ་ཤེད་ཀྱི་ཆོས་གཞུང་བྲིས་མ་དང་རྗོ་རིང་གི་ཡི་གེ་ལ་ནི་བརྡ་དག་ཚིག་སྦྱོར་སྤྱིར་བཏང་ཚད་ལྡན་དུ་མཆིས་པས་དཔྱད་འཚལ།

གསུམ། མ་ཡིག་གི་ནང་དུ་ཡིག་ནོར་དང་ཆད་ལྷག་ཏུ་སོང་བ་མང་དུ་འདུག་སྟེ། དཔེར་ན། སྐར་ལ་སྐར། ཁམས་ལ་མཁམས། དགུ་ལ་རྒུ འགྲུ་ལ་གྲུ དམར་ལ་མར། དམག་ལ་རྨག གཤེགས་ལ་གཤགས། དངོས་གྲུབ་ལ་རྗོས་གྲུབ། ཡུལ་ཡར་ལུངས་ལ་ཡུལ་ལུངས་ཞེས་ལྟ་བུ་ཐོག་མའི་ཡི་གེ་པའི་བྲིས་ནོར་ཡིན་པའམ་ཡང་ན་ཕྱི་རབས་པས་མ་ཡིག་བཤུ་འབྲི་སྐབས་ཀྱི་ཡིག་ནོར་ཡིན་པར་མངོན་པ་ཅི་རིགས་བྱུང་བ་རྣམས་ལ་འཕྲི་སྣོན་གང་ཡང་མ་བྱས་པར་རང་སོར་བཞག་ནས་གནའ་དཔེའི་རྣམ་པ་ཇི་བཞིན་མཚོན་པ་ཞུས་ཡོད་པ་དགོངས་འཇགས་འཚལ།

བཞི། ཡིག་རྙིང་འདི་དག་གཟིགས་ཀློག་བདེ་ཆེད་སྐབས་བདེའི་དཀར་ཆག་གཅིག་གསར་བཀོད་བྱས་ཡོད་ལ་དཔེ་རྙིང་འདི་རིགས་ཀྱི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་བོད་ཀྱི་ཆེས་གནའ་བོའི་རྒྱལ་ཕྲན་དང་རྒྱལ་ཕྲན་སིལ་མའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པར་སྣམ་པའི་ཡུལ་ཞེས་འབོད་པའི་ཡུལ་ལུང་ཁག་གཅིག་གི་མིང་རྣམས་ཏུན་ཧོང་གཏེར་ཡིག་དང་། ལྡེའུ་ཆོས་འབྱུང་། ནེའུ་ཆོས་འབྱུང་། མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་སོགས་དཔྱད་གཞིར་བཟུང་ནས་རེའུ་མིག་གཅིག་ཀྱང་ཟུར་དུ་བཀོད་ཡོད་པས་གཟིགས་པ་པོས་ཐུགས་སྣང་དང་དཔྱད་གཞི་མཛད་རྒྱུའི་རེ་བ་ཡོད།

ལྔ། གནའ་ཡིག་འདི་རིགས་ནི་ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྲག་གོང་གི་བོད་མིའི་བསམ་བློའི་འདུ་ཤེས་འཛིན་སྟངས་དང་བོད་ཀྱི་གནའ་སྲོལ་སྐོར་གྱི་བོན་དཔེ་ཡིན་པས་བརྡ་རྙིང་གིས་བཅིངས་ཤིང་། ཚིག་དོན་མཁྲེགས་པ་སོགས་ཀྱི་རྐྱེན་པས་བརྗོད་བྱའི་དོན་ཁག་གཅིག་ལ་གོ་ལོན་དཀའ་བར་འདུག་པས་དེང་གི་ཆར་མཁས་དབང་ཚོས་ཀྱང་ཡིན་མིན་ཁ་ཚོན་གཅོད་དཀའ་བའི་གནས་སུ་གྱུར་ཡོད་ན་དཔེ་ཀློག་ཞུ་བའི་ལས་དོན་ཐད་ལའང་ནོར་འཁྲུལ་ཅི་རིགས་ཡོང་སྲིད་པས་མཁྱེན་ཡངས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ཡོ་བསྲང་ཡོད་པ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། གནའ་དཔེ་བཞི་པོ་འདི་དཔར་དུ་བསྐྲུན་རྒྱུར་བོད་ལྗོངས་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་ཁང་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གི་དབུ་འཛིན་རྣམ་པ། ལྷག་དོན་དབུ་འཛིན་སྐུ་གཞོན་སྐུ་ཞབས་པ་སངས་ཚེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་ཐུགས་ཁུར་གཟབ་བཞེས་གནང་བྱུང་བས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་དང་ སྤྲགས་འདིར་དམིགས་སུ་ཞུ་དགོས་པ་ཞིག་ལ། ཡིག་རྙིང་དེ་རྣམས་ཐོན་རྗེས་སྐབས་དེའི་འབུམ་པ་ཆེ་ཞིག་གསོའི་ལས་གྲྭའི་འགན་འཛིན་པ་རྫོང་སྲིད་གཞུང་མི་རིགས་ཆོས་དོན་ཅུད་ཀྱི་ཅུད་ཀྱང་ནོར་བུ་ཚེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་དོ་སྣང་དང་གཅེས་འཛིན་

此为试读，需要完整PDF请访问： www.ertongbook.com

ཆེན་པོ་གནང་སྟེ་ཚ་ཆེའི་ཡིག་སྙིང་དེ་རིགས་སྲུང་སྐྱོབ་དང་མྱུར་སྐྱོབ་བྱ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་རྫོང་སྲིད་གཞུང་དང་སློ་ཁ་ས་གནས་རིག་དངོས་དོ་དམ་ཚན་པར་འབྲེལ་ཡོད་གནས་ཚུལ་སྙན་སེང་ཞུས་པ་དང་། ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་རང་ནུས་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་གནའ་དཔེ་ཚད་པའི་རིག་དངོས་དེ་རིགས་ལ་དཔྱེ་ཞིབ་དང་བདག་ཅེད་ཀྱི་འགན་འཁྲི་ལྷུར་བླངས་བས་ད་གཟོད་རིན་ཐང་ཆེ་བའི་དཔེ་སྙིང་དེ་དག་མྱུར་སྐྱོབ་ཐུབ་པ་བྱུང་བས་གོ་སྐབས་འདི་དང་བསྟུན་ནས་ཁོང་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་དགོས་ཡོད།

པ་ཚབ་པ་སངས་དབང་འདུས་ནས།

སྤྱི་ལོ་༢༠༠༧ལོའི་ཟླ་༨ཚེས་༢༠ལ།

དཀར་ཆག

སློང་གཞི། ……………………………………………(1)

ཀ་པ། གནག་རབས་ཞིབ་བྱ་བ། ……………………………………(1)
༡ གནག་རབས། ……………………………………………(1)
༢ ཕྱུགས་རབས། ……………………………………………(13)
༣ གསེར་སྐྱེམས་ཀྱི་རབས། ……………………………………(31)

ཁ་པ། རྟེལ་དྲི་འདུལ་བའི་ཐབས་སོགས། ……………………………(33)
༡ རྒྱ་ཐེམ་པ་དགུ་རྒྱལ་བའི་སྐོར། ……………………………(33)
༢ རྟེལ་དྲི་འདུལ་བའི་ཐབས། ……………………………………(38)
༣ ཕག་པོན་གསས་ཁྲིའི་ལུགས། ……………………………………(52)
༤ གེ་གཞུལ་གྱི་རབས། ……………………………………………(54)

ག་པ། ཤ་དུ་ཤུལ་སྟོན་གྱི་རབས། ……………………………………(60)

ང་པ། སྨན་དཔྱད། ……………………………………………(76)
གནག་རབས་ཞིབ་བྱ་བའི་མ་ཡིག་པར། ……………………………(85)
རྟེལ་དྲི་འདུལ་བའི་ཐབས་སོགས་ཀྱི་མ་ཡིག་པར། ………………(131)
ཤ་དུ་ཤུལ་སྟོན་གྱི་རབས་ཀྱི་མ་ཡིག་པར། ……………………(176)
སྨན་དཔྱད་ཀྱི་མ་ཡིག་པར། ……………………………………(212)

ཟུར་བཀོད། ……………………………………………(237)
མཇུག་བྱང་། ……………………………………………(239)

གནག་རབས་ཞེས་བྱ་བ།

1 ༡ ༄ ། །སྲུ་རྒྱལ་བོད་ཀྱི་སྐད་དུ། །ཚ་ཁྲག་ཞེས་བྱའ། །རྒྱ་གར་ཆོས་ཀྱི་སྐད་དུ།
གནག་པའི་རབས་ཞེས

༢ བྱའོ། །སླུ་ལ་གཏད་པའི་ཐུགས་ལ། །མོག་ཤང་། ཏུམ་ཡང་། སྲ་རྩུམ། ཕྱིལ་
ཕོར་མེ་རེ། ཤིབས་ཁན་དུལ་དུལ། །

༣ བྱས་དེ་བརྗོད་ལ་གཏད་དོ། །སེན་མོ་དྲི་སྦུལ་ནས། སོ་རྙིལ་རྩ་ནས་བྱུང་། །དུ་
གསོལ་ལོ། །དྲའ་བོ་བྱང་དུ་གཞུག་པ་དང་།

༤ སེན་མོ་རྩ་ནས་འབྱུང་བ་དང་། །མཆན་ལན་རྩ་ནས་བྱུང་བ་དང་། གྲའ་བོ་གསད་
པ་ཞིང་། སྲན་ཆུང་གྱི་ཕྱི་ལ། བ་དམར་མོ་དང་།

༥ ར་དཀར་མོའི་འོ་མ་དང་སྦྲུས་ལ། ཆུ་སྲིན་གྱི་གཟུགས་དང་། །སྦྲུལ་ནག་པོ་འགོ་རྒྱུ་
བོའི་གཟུགས་བྱས་ལ། །གྲའ་བོའི་གཟུག

༦ ལ་སྒྲོད་བཙུགས་ལ། །ལན་ཀྲུར་བོ་རྐོར་ལ་གཞག་གོ། །དེ་ནས་རང་ཉིད་ལྡུགས
ཀྱི་སྦྲུང་པོ་འགོ་རྒྱུ་བོར་ལ། ལག་པ་རྒྱ

༧ པོ་གཅིག་དུ་བསམས་ལ། །ལྡེ་ལྡུགས་སྐྱུ་མང་པོར་འཕྲོབ། །ཉིས་ཟླའི་ཟེར་ལྷར་
འཕྲོ། །གྲ་བོའི་སྙིང་ཕྱུང་ཅིག། །སྲུ་ཕོག

༨ གི་ མི་ ལྡེ་ ཀླུང་ གྱིས་ བསྐོར་ པ་ དྲའ། ། སྟེར་ མོང་ ཟངས་ ཀྱི་ སྟེར་ མོ་ ལྡེ་ བརྒྱད་
འཕེན། །གྲའ་བོའི་སྙིང་ཕྱུང་ཅིག། །ལག་པ་དུ་ཀྱི་གཞོག

༩ པ་ཅན། །སྟེར་མོ་ལྡུགས་སྐྱུ་འབར་བ་འདྲའ། །མཆུ་སྙིང་འཕྱིན་གྲ་སྐྱ་འཕྲུར་བ་
འགྲ། །བདག་ཀྱི་གྲ་བོ་ཁྲིད་ལ་གཞོག། །

2 ༡ ད་ནི་རྒོད་གསས་ཁམ་པ་འིས། །གྲ་དང་རྐུན་མ་ཁྲིད་ལ་གཞོག། །སླུ་ལ་ཅི་གསོལ་ན།
བྱ་རྒོད་སླག་པ་གསོལ། །སྟག་ཞུ

༢ ཁྲ་བོ་དབུ་ལ་གསོལ། །སྟག་ཀྱི་སླང་ར་ཚོམ་ཚོམ་ཅན། །ཟངས་ཀྱི་བ་སྲུ་ཞྭ་ལ་
ལ། །ཞལ་ནས་ལྡུགས་ཀྱི་ཚ་ཚ་འབྲོ།

༣ ཕྱག་ན་བྲུ་ཡུམ་མར་པོ་འབསྣམས། །སྤྱན་མིག་བཟློག་པས་གནམ་ས་ཁྲུག་པར་བྱེད།
།སེ་འོལ་བརྡབས་པས་གནམ་གྱི

༤ ཉི་ཟླ་གཟའ་སྐར་ཐང་ལ་སྒྲོག་པར་བྱེད། །ཀང་པ་བརྡབས་པས་སའི་མཚོ་མོ་
གཏིང་ནས་གྲུག་པར་བྱེད། །གྲ་བོའི་སྙིང་དང་མཆན་
༥ ལན། སེན་མོ་མཆེ་བ་ཡན་ཅད་རྟགས་སུ་ཁྱེར་ལ་སྒོག། ༢ །མཐུ་མཆུ་སྤྱོགས་
ཆེན་མོ། །ཕ་དང་ཡབ་ཀྱི་མཚན་སྐལ་པའི་
༦ གདུག་པ་ཅན། །མ་དང་ཡུམ་གྱི་མཚན། །སྲིད་པའི་གོར་འབྱེད་མ། །བསྒོས་
དང་ནམས་ཀྱི་སྲས། །མཐུ་མཆུ་སྤྱིགས་ཆེན་
༧ མོར་བལྟམ། །བདར་རོ་གྲུའ་ལ་བདར། །མཆུ་བདར་སྙིང་ལ་བདར།
།སྙིང་དང་མཆན་ལན་མཆེ་བ་ཡན་ཅད་རྟགས་སུ་ཀྱེར་
༨ ལ་སྒོག། ༣ །ལྕགས་ཀྱི་ཕོ་རོག་ནག་པོ་འདེབས། །གསྒོག་པ་གཡས་བརྡབས་པས།
།གདགས་རི་དཀར་པོ་འཛོམས་པར་བྱེད།
༩ བྱ་རོག་གསྒོག་པ་གཡོན་བརྡབས་པས། །ཐུགས་འདེབས་བདབ་ལ་མངག་གོ། ཨོ་
ཡུཨས། མ་ཡང་ལིང་ཤར། །ཐིབས
༡༠ ཐིབ་ཡང་ངེ་སོད། །ཕོ་མོ་གཉིས་ཡང་སྨི་བྲའ་སྟེ། །ཕོ་འི་རྒྱབ་རྟེན་དགར་བའི་
ཐབས་ལ། །ཕོ་ལྷ་མ་ཉེ་ཅིག། །
3 ༡ གཡག་གསས་དཀར་པོ་འདེབས། །ཕ་དང་ཡབ་ཀྱི་མཚན། ཁྲི་རྫེ་རོལ་པོ་ཐང་། མ་
དང་ཡུམ་གྱི་མཚན། །
༢ ཁྲི་བདག་བཙུན་མོ་གཉིས། བསྒོས་དང་ནམས་ཀྱི་སྲས། །བུ་གཡག་གསས་དཀར་
པོ་ལ། །བུ་གཡ། ཐ་དམར་པོ་
༣ ཅན། ཚུར་ཚུར་མ་ཉེ་ཅིག། །ཀྱི་བོ་གླང་གྱིས་བརྡུངས་ས་རེ། གཞན་གྱིས་མཆོད་
ཡང་མཆོད། དཀར་མོ་ཆ་གཅིག
༤ དང་། །གསེར་སྐྱེམས་བན་ཅིག་ཀྱིས་གསོལ་ལོ། །གྲ་བླ་མ་ཉེ་ཅིག། གྲའ་དཔའ་
མ་ཉེ་ཅིག། །གྲ་དཔལ་ཕ་དང་
༥ ཡབ་ཀྱི་མཚན། །སྐྱེའུ་རྗེ་ཟིན་དགས་དང་། །དབལ་བདག་བཙུན་མོ་གཉིས།
།བསྒོས་དང་ནམས་ཀྱི་སྲས། །
༦ བུ་གྲའ་དཔལ་ནི་ཐོང་ནམ་གཅིག། །ཚུར་ཚུར་ནི་མ་ཉེ་གཅིག། ། ༣ །གནག་
པ་རབས་གཅིག་ལ། །བྱད་གསས

༧ སྤྲུན་རྒྱུ་ཞེས་ཡང་བྱ། །དཔལ་ཟླི་མ་སྙོང་རྒྱུ་ཞེས་ཡང་བྱ། །ལྷ་ཡུལ་གུང་དང་
ན། །ལྷ་ཀྲོད་མཆེད་གསུམ་པོ། །
༨ ཁབ་དང་བྱོལ་བཙལ་བ། །གནམ་ཕྱི་གུང་རྒྱལ་ལགས། །གནམ་ཕྱིའི་ཞལ་ན
ནེ། །ང་ལས་ཆེ་སྙིད་པར་བཙན་སྙིད་པར།
༩ སྨི་དང་ལྷའི་བུ་གདན་དུ་སྨི་བཤོས་སོ། །འབྲུག་དང་ཁྱུང་གི་བུ་དྲན་གྱི་དོ་མ
ལགས། །ཐོག་དང་སྐྱོག་གི་བར་དུ་བཤོས་པའི་བུ
4 ༡ སྙོང་ང་དཀར་པོ་གཡག་ནུས་ཀྱི་འགོ་ཙམ་བ་རྒྱུ་བསྲིད་དོ། །དཔལ་ཟླི་མ་སྙོང་ཅིག
ནི། །འབྲུག་དུར་བའི
༢ སྒྲ་ལས་བརྟོལ། །སྨིའི་ལུས་པོ་ལ། འབྲུག་གི་འགོ་བོ་ཙན། །ཚུ་དྲིའི་གཤོག་པ
ཙན། །རལ་གྱིའི་རྐང་པ་ཙན།
༣ ལྕགས་ཀྱི་མཆེ་བ་རྒྱུ་གཉིས་བཙུ་བརྒྱད་འབར་བས། །གྲ་བོའི་ཤ་ཟ་ལྷོབས་སེ
ལྷོབས། །གྲའ་བོའི་ཁྲག་འཐུང
༤ རྟུབས་སེ་རྟུབས། །གྲའ་བོའི་རྒྱལ་མཁམས་གྲུག་པར་བྱེད། ཚུ་དྲི་འི་ལག
བརྡབས་པས། གྲའ་བོའི་བདུན་རྒྱུད
༥ གཙོད་པར་བྱེད། །རལ་གྱིའི་རྐང་བརྡབས་པས། །གྲའ་བོའི་དོན་སྙིང་བརྣ་དང
རྩ་ནས་གཙོད། །དེ་འི་རྟགས་ལ། དུ་ཡུ་ནན
༦ སེན་མོ་སྤྲུལ། །ནི་ཧི་ཤིང་། ཞེས་བརྗོད་དོ། །བརྣ་བཞི་དང་སྨིའི་ལུས་པོ་འོངས
པར་བསམ་མོ། ༄ །ཡང་དཔལ་གྱི་ཟླི་མ
༧ སྙོང་གཅིག་ནི། །ཀླུ་དུར་བའི་སྒྲ་ལས་བརྟོལ། །སྨིའི་ལུས་པོ་ལ་འབྲུག་གི་རལ་པ
ཙན། ཚུ་དྲིའི་གཤོག་པ་ཙན
༨ དུང་གི་མཆེ་བ་རྒྱུ་གཉིས་བཙུ་བརྒྱད་འབར་བས། །གྲ་བོའི་ཤ་ཟའ་ལྷོབས་སེ
ལྷོབས། གྲ་བོའི་ཁྲག་འཐུང་རྟུབས་སེ
༩ རྟུབས། །གྲའ་བོའི་སྙིང་ཁྲག་སྣོན་པ་ལ། །ཚ་ཚ་བྱེད་ཅིང་ཞལ་དུ་བསྟོབས།
།སྨིག་གྲད་དོ། །རྐང་པ་བརྡབས་སོ
༡༠ རྟགས་བཟླས་སོ། ༄ །ཡང་དཔལ་གྱི་ཟླི་མ་སྙོང་ཅིག་ནི། རྒྱུད་གྱི་རྒྱལ་མོའི་སྒྲ
ལས་བརྟོལ། །དཔལ་གྱི་སྨི

5 ༡ ནག་པོ་ལ། །རྒྱ་དྲིའི་མཆེ་བ་ཅན། ཟངས་སྒྲ་དམར་མོ་ཤད་དེ་ཤད། སྟག་ཀྱི་སླག་
པ་སྐུ་ལ་གསོལ། །སྦྲུལ་ཀྱི་སྐ་
༢ རག་ཤེད་ལ་བཅིངས། །གནམ་གྱི་འཁོར་ལོ་ཕྱག་ན་མནམས། །གྲའ་པོའི་དུར་གྱི་
མཚུན་ཁྲུགས་ཅིག། རྒྱ་དྲིའི་
༣ མཆེ་བ་བདར་པས་ཡང་། གྲ་པོའི་ཤ་ཟ་ལྡིབས་སེ་ལྡིབས། གྲ་པོའི་ཁྲག་འཐུང་
ཧུབས་སེ་ཧུབས། ༢ །ཡང་དབལ་གྱི་ཟི་མ་སྔོང་
༤ གཅིག་ནི། །དབལ་མཁར་གནམ་སྣ་ཅན་ནས་བཏོལ། །དེ་འི་ནང་ན། །དབལ་
གྱི་སྨི་བོ་དམར་པོ་ལ། །ལྕགས་ཀྱི་རལ་པ་ས
༥ ལ་བ་ཤལ། །སྟག་ཀྱི་གཡང་བཞི་ཕྲག་ལ་གཟན། །ཐེའུ་བྲང་སྤུན་རྒྱ་འབངས་སུ་
ཁྲིད། །གྲའ་པོའི་མཚན་ལན་ནས་ཕྱུང་
༦ ཕྲོགས་ཅིག། ༢ །ཡང་དབལ་ཟི་མ་སྔོང་གཅིག་ནི། རྒྱ་ཚོགས་གཞུང་ལས་
བཏོལ། །སྨི་འི་ལུས་པོ་ལ་སྦྱུང་ཁྱུའི་འགོ་བོ་ཅན།
༧ རྒྱ་དྲིའི་ལག་པ་ཅན། །རལ་གྱིའི་གཤོག་པ་ཅན། །གྲ་པོའི་སྨི་དང་ལྷར་ཕྲོལ་
ཅིག། །ཡང་དབལ་ཟི་མ་སྔོང་ཅིག་ནི། །
༨ སྨི་འབར་བའི་སྒྲ་ལས་བཏོལ། །སྨི་འི་ལུས་པོ་ལ། སྟག་ཀྱི་འགོ་བོ་ཅན། །སྨིང་
དང་མཚན་བཏགས་པ། །བྱད་
༩ གསས་ཤ་ཟན་པོ། །གྲའ་པོའི་ཤ་ནི་ཟན་བས་ཞིམ། །ཁམ་ཁམ་མནབས་ཅིག་ཕོ་
ཉ་མ། །གྲའ་པོའི་ཁྲག་ནི་ཆང་བས་
༡༠ ཞིམ།། །གྲའ་པོའི་ལྷ་ཆང་མར་བས་ཞིམ། ཡང་དབལ་ཟི་མ། སྔོང་གཅིག་
ནི། །ཟ་ག་ཤང་ཀྲོལ་པའི་སྒྲ་ལས་བཏོལ། །
6 ༡ དོམ་གྱི་ལུས་པོ་ལ། །ཁྱུང་གི་འགོ་བོ་ཅན། སླད་ཀྱི་བྱ་རུ་གནམ་གྱི་རྒྱ་ཚོགས་
ཅམ། །གྲ་པོའི་ཤ་རུས་ཟན་དུ་ཟོ།
༢ ཕོ་རྐུ་བྱེད་ལ། །མོ་བྱད་བྱེད་ལ་བསོ། ༢ ། དབལ་ཟི་མ་སྔོང་གཅིག་ལ། ཟམ་ཆེན་
ཁྱུང་གྱི་གཤོག་པ་ལ། །སྦྲུལ་རྒྱུང་ཁྱུང་
༣ གྱི་གཡབ་མོས་འདེབས། །ཆོག་སྨི་ཤེས་ཀྱི་ཞལ་བརྒྱུད་གདེངས། །མཆེ་བ་དཔག་
ཚད་སྟོང་སློབས་མ། །ནམ་གྱི་

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com