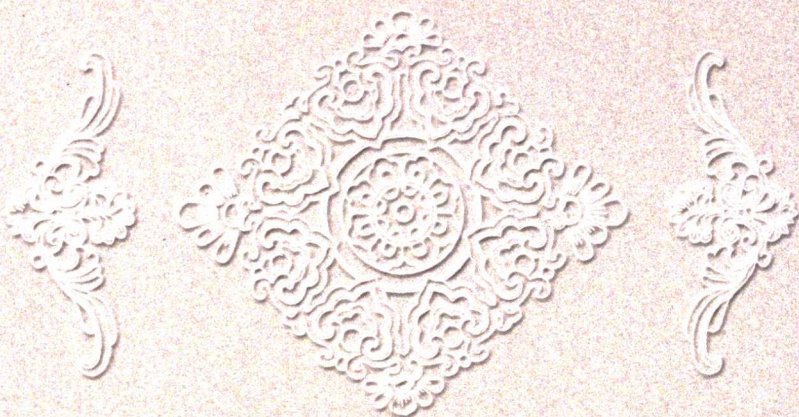


།ཐུལ་ཁོལ་ཁྱེལ་ལུ་།།

མིག་དམར་གྱིས་བརྒྱུ་མས།



མི་རིགས་དཔེ་སྟར་ཁང་།

མ་རྒྱལ་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་མཐོང་སྒྲུབ་ལྟར་བྱ་བེད།

མ་རྒྱལ་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་མཐོང་སྒྲུབ་ལྟར་བྱ་བེད་ཀྱི་མཐོང་སྒྲུབ་ལྟར་བྱ་བེད་ཀྱི་མཐོང་སྒྲུབ་ལྟར་བྱ་བེད།

=====

དམངས་ཁྲིམས་ཀྱི་མཐོང་སྒྲུབ་ལྟར་བྱ་བེད།

མིག་དམངས་ཀྱིས་བཅུ་མ་ལ།

མིག་དམངས་ཀྱིས་བཅུ་མ་ལ།

图书在版编目(CIP)数据

民间文学/米玛著.

- 北京:民族出版社,2005.10

ISBN 7-105-07279-2

I.民… II.米… III.藏族-少数民族文学-文学研究-中国-藏语 IV.I207.914

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 115888 号

民 间 文 学

MINJIANWENXUE

出版发行	民族出版社
地 址	北京市和平里北街 14 号
邮 编	100013
印 装	迪鑫印刷厂
经 销	各地新华书店
开 本	850mm×1168mm 1/32
网 址	www.e56.com.cn
印 张	10.125
版 次	2005 年 10 月第 1 版
印 次	2005 年 10 月北京第 1 次印刷
印 数	0001-3000 册
定 价	14.00 元

该书如有印装质量问题,请与本社发行部联系退换
(藏文室电话:010-58130509)

ཚུམ་སྤྱིག་འགན་འཁུར་པ། ངག་དབང་ཕུན་ཚོགས། རྟ་བུ་གསུམ།
 责任编辑： 阿旺平措 刚卒
 ཁ་བྱང་འབྲི་མཁན། འབས་ཤར་སྒྲ་བ།
 封面体字： 小侠达瓦

ཨུཊ་དམངས་ཁྱོད་ཚུམ་རིག་རྩམ་བཤད། མིག་དམར་གྱིས་བཅམས།

དཔེ་རྒྱུན་མཁན།	མ་རིགས་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་།
འགྲམས་སྒྲིལ་མཁན།	མ་རིགས་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་གི་པོད་ཡིག་ཚུམ་སྤྱིག་ཁང་།
གནས་ཁུལ།	ལེ་ཅིན་རྟོ་མིང་མི་བྱང་ལམ་ཨང་14པ།
ཁྱུག་ཨང་།	100013
ཁ་བར་ཨང་བྱངས།	010 - 58130509
བརྒྱུད་འཛོལ་མཁན།	རྒྱལ་ཡོངས་ས་གནས་སོ་སོའི་ཞིན་ཏུ་དཔེ་ཚོང་ཁང་།
པར་འདྲེབས་མཁན།	ཉེ་ཞིང་པར་ཁང་གིས་པར་བཅུབ།
དེབ་ཆེད།	850mm × 1168mm 1/32
པར་ཤོག	10.125
པར་གཞིའི་སྤྱིག་ཐེངས།	2005ལོའི་ཟླ་10པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྤྱིགས།
པར་ཐེངས།	2005ལོའི་ཟླ་10པར་ལེ་ཅིན་ཏུ་པར་ཐེངས་དང་པོ་བརྒྱབ།
པར་བྱངས།	0001 - 3000
རིན་ཐོང་།	མོར་14.00

ཚུལ་རིག་གསལ་བཤད།

གཅིག་ ཐེངས་འདིར་ཐོད་ཡིག་ཆེད་ལས་སློབ་གཞི་ནི་“བསམ་པའི་
དཔལ་ཡོན་འཕྲུགས་སྒྲུབ་”ཀྱི་དཀར་ས་དོན་བཞིན་ཚུལ་རིག་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་།
ཐེངས་འདིར་ཚུལ་རིག་བྱས་པའི་སློབ་གཞིའི་ནང་《ཐོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་ལོ་རྒྱུས་》
དང་། 《ཚུལ་རིག་ནམ་བཤད་》《བར་སྟོད་ནམ་བཤད་》《ཚུལ་རིག་གཤེབ་
ཕྱར་རིག་པ་》《དཔར་ས་ཚུལ་ནམ་བཤད་》《ཉེ་ཚུལ་གཅེས་བསྐྱེད་སྒྲུབ་》《ཐོད་ཀྱི་
བར་ཚུལ་གཅེས་བསྐྱེད་སྒྲུབ་》《དེར་ཚུལ་གཅེས་བསྐྱེད་སྒྲུབ་》《ཐུབ་མཐའ་》《ལེགས་
སྒྲུབ་བར་སྟོད་འཕྲུག་སྒྲིལ་》《སློབ་འཁྱར་ཐོད་ཡིག་སློབ་ཐབས་》《ཐོད་ཀྱི་རྩ་
དབྱེད་ས་ལོ་རྒྱུས་》བཅས་། སློབ་གཞི་བཙུག་ཉེས་ཡོད།

གཉིས། ཐེངས་འདིར་སློབ་གཞི་ཚུལ་རིག་གི་ཕྱིད་སྐབས་ནང་དོན་དང་།
ནམ་པའི་ཐད་ཐོད་ཀྱི་སྒྲིལ་སྒྲུབ་རིག་གནས་ཀྱི་སྟོང་བཙུད་ལེན་གང་སྒྲུབ་བྱ་བའི་
མང་གཞིའི་སྒོག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ནང་གི་སྟོན་སྟོན་ཉམས་སྦྱང་དང་། ལེགས་ཆ་
ལེན་གང་སྒྲུབ་བྱས་ཉེ་སྒྲིལ་སྒྲུབ་དང་། དེར་རབས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་མཆོན་གང་
སྒྲུབ་དང་། སློབ་གཞིའི་ཚུལ་རིག་རང་བཞིན་དང་། བཅུ་སྟོད་རང་བཞིན་།
དུས་རབས་རང་བཞིན་མཆོན་གང་སྒྲུབ་བྱས་ཡོད་པས། སློབ་གཞི་འདི་དག་
མཆོད་པའི་སློབ་ལྟ་ཁག་གི་ཐོད་སྐད་ཡིག་ཚུལ་རིག་ཆེད་ལས་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་
བ་ཡོད་པའི་ཆེད་ལས་དང་། རིག་ཆ་ཁག་ནང་སྟོད་ཆོག་པ་མ་ཟད། ཡིག་
སྒྲིང་སློབ་བྱིད་དང་། རང་སྟོང་སྒྲུགས་ལེན་གྱི་སློབ་གཞིར་ཡང་སྟུང་ཆོག་

གསུམ། ཐེངས་འདིར་སློབ་གཞི་ཚུལ་རིག་གི་ཕྱིད་སྐབས་མར་ཁི་རིང་
འུགས་ཀྱི་མཆོད་བྱིད་ཐོད་ཆེད་ལས་ཀྱི་མང་གཞིའི་གཞུང་འུགས་དང་། མང་
གཞིའི་ཤེས་བྱ། མང་གཞིའི་ཚལ་ཁུས་བཅས་གཙོ་གནད་ཏུ་བཟུང་ཉེ་སློབ་

གཞིའི་ནང་ལྟ་བུ་ཡང་དག་པ་དང་། གསེ་རྒྱུང་གི་དམིགས་ལུལ་དང་ཁ་མི་
 འབྲལ་བ་བཅས་ཀྱི་སྒྲུང་བྱ་བའོན་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྒྲིག་པ་པོའི་ཚུ་ཚད་མི་
 འདར་བའམ། ཡང་ན་ཐོག་མའི་འདུན་པ་བཞིན་མ་བྱུང་བའི་ཞན་ཆ་དང་།
 ཆད་ལུས་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད་སྟེ་པས། སློབ་ཆེན་སློབ་གཞིའི་སྤྱི་ཚད་དང་།
 ཡང་སློབ་པོ་ད་སྟེ་ཡིག་གི་སློབ་གཞིའི་འཇུགས་སྤྱན་ཡག་པོ་ཡོང་མྱོར་བྱ་
 མཁས་དབང་དང་། སློག་པ་པོ་ནས་ཙམ་ཆེའི་དཀོང་ས་འཆར་ལྷག་ཚེ་ལ་ཡོང་བར་
 དེ་སློན་བྱ་བ་ཞིན་ཡོད།

བཞི། སློབ་གཞི་ཙམ་སྒྲིག་བྱེད་སྐབས་སློབ་གཞི་དང་། རིག་ཆེན་མ་སོའི་
 བྱད་ཆོས་གཙུག་པོར་བཞག་པ་ལས། ཙམ་སྒྲིག་གི་ནམ་པ་གཅིག་མུར་ཡོང་མུར་
 སྒྲུང་བྱ་བའོན་མེད།

ལ། སློབ་གཞི་འདི་དག་གི་པོད་རྒྱུང་ས་སློབ་ལྷ་ཆེན་མོའི་པོད་རིག་པའི་
 ཆན་ཁག་དང་རྒྱ་ཙལ་ཆན་ཁག་གཉིས་ནས་ཙམ་སྒྲིག་འགན་འཁུར་བཞེས་པ་
 དང་། སློབ་ལུས་ཆེད་མངགས་སྤྱོད་སྤྱན་སློབ་གཞིའི་ཙམ་སྒྲིག་ཆེན་ཁང་
 བཅུགས་ཏེ་མཆུབ་བྱིད་དང་། ཞིབ་བཤེར་གྱི་འགན་འཁུར་བ་དང་ཆབས་ཅིག་
 གོང་འོག་མཐུན་འབྲིག་གི་ལས་དོན་བྱས་ཡོད།

དུག སློབ་གཞིའི་སྤྱི་ཚད་འགན་ཁེན་ཡོང་ཆེད་ཆན་ཁག་དང་། སློབ་
 ལུས་ལྷ་རྩེས་ལྷ་ཞིབ་བཤེར་བརྩོ་བཅས་བྱས་རྩེས་སློབ་གཞི་འཇུགས་སྤྱན་གྱི་
 དཀོས་འདུན་བཞིན་རྒྱུང་ས་དང་ཞིང་ཆེན་རིམ་པའི་སློབ་གཞིའི་ཞིབ་བཤེར་
 བྱས་ཏེ་རིག་པའི་ལྟ་བུ་དང་། གཞུང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚད་འགན་ཁེན་ཡོང་གང་
 ལུབ་བྱས་ཡོད།

བདུན། ཐེངས་འདིའི་སློབ་གཞི་ཙམ་སྒྲིག་གི་ལས་དོན་ནང་པོད་ཀྱི་སློབ་
 གསེ་དང་། ཞིབ་འཇུག་ལས་རིགས་ཁག་གི་པོད་རིག་པའི་མཁས་དབང་ནམ་
 པའི་ལྷགས་ཆེའི་ལུབ་རྒྱུར་དང་། ལྱང་གོའི་མཐོ་སློབ་དཔེ་སྤྱན་ཁང་གི་ལུབ་
 རྒྱུར་ཐོབ་པར་སྟོང་དབུས་ནས་ལྷགས་རྩེ་ཆེ་ཞུ་ཡིན།

ཚུལ་ཁྲིག་པའི་གཏམ།

《དམངས་ཁྲོད་ཚུལ་རིག་ནཱ་བཤད་》ཞེས་པ་འདི་ནི་བོད་ཡུལ་སྤྱོད་ལྟ་
ཆེན་མོའི་བོད་སྐད་ཡིག་ཚུལ་རིག་ཆེད་ལས་ལ་བཅད་སྟུང་བྱེད་པའི་སློབ་གཞི་ཞིག་
ཡིན་ཞིང་། སློབ་གཞི་འདིའི་ནང་དམངས་ཁྲོད་ཚུལ་རིག་གི་རྩ་བའི་རིག་གཞུང་
གི་གནད་དོན་དང་། དམངས་ཚུལ་གྱི་ཚུལ་ལུས་སོ་སོའི་དོ་སྙོལ་དང་དབྱེ་བ་བྱུང་
ཆས་དེ་བཞིན་དམངས་ཚུལ་ཞིབ་འཇུག་གི་བྱ་གཞག་དངོས་ལ་མཁོ་བའི་འཆོལ་
བརྟུ་ལེགས་ཁྲིག་གི་གནད་དོན་བཅས་ཅུང་ཞིབ་སྤྲད་པ་གསལ་གྱིས་བརྗོད་
ཁུལ་བྱས་ཡོད། འོན་ཏེ་སེམས་བསམ་བ་ནཱ་མཁར་རྟ་རྒྱགས་ཀྱང་། རྒྱ་
དངོས་པོས་ཐུར་མཐེལ་ལ་སོ་མི་ཐེབས་ཐེར་བའི་དཔེ་ལྟར་སློབ་གཞི་འདིའི་ནང་
དམངས་ཚུལ་གྱི་གནད་དོན་མང་པོའི་ཐད་གསལ་བཤད་མ་བྱུང་བ་དང་། ཐ་
ན་ནོར་བ་དང་འབྲུལ་བའི་རྩོན་ཆ་ཡང་སྤྲོད་པས་སྤྲད་ལེགས་བཅས་ཡོང་མྱོར་
དཔྱོད་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་དགོངས་འཆར་དང་རྩོན་བརྗོད་ཡོད་པ་ལྟ།

སློབ་གཞི་འདི་ཚུལ་ཁྲིག་བྱེད་རིང་གཞི་རྒྱ་སློབ་གྲུའི་བྱགས་འཁྲར་འོག་
རང་ཆན་པའི་དགོ་ཆན་ཆེན་མོ་བ་གསང་བདག་དོ་རྩེ་ལགས་དང་དགོ་ཆན་ཆེན་
མོ་བ་གཞོན་པ་ལྷག་པ་ཆོས་འཕེལ་ལགས་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་ལྷག་བསམ་དག་པའི་
མཐུན་ཁྲིད་དང་ཆན་པའི་དབུ་ཁྲིད་ལྷག་པ་ཆོ་རིང་ལགས་དང་བཅས་པས་རྒྱབ་
སྐྱོར་རོགས་རམ་གནང་བར་ངས་སྙིང་ཐག་པ་ནས་བྱགས་རྩེ་ཆེ་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

ཚུལ་ཁྲིག་པས།

2000.1.2ནིན་ཕུས།

དཀར་ཆག

ཡེ་ཤུ་དང་པོ།	དམངས་ཁྲོད་ཚྭ་རིག་གི་བྱུང་བའི་དང་ཤུད་ཚྭས།	(1)
ས་བཅད་དང་པོ།	དམངས་ཁྲོད་ཚྭ་རིག་གི་རོ་བོ་དང་དབྱེ་བ་ བཤད་པ།	(1)
ས་བཅད་གཉིས་པ།	དམངས་ཁྲོད་ཚྭ་རིག་གི་བྱུད་ཚྭས་ བཤད་པ།	(6)
དང་པོ།	ནང་དོན་ལ་མི་དམངས་ཀྱི་ཐད་ཀའི་རང་ བཞིན།	(7)
གཉིས་པ།	རག་ཐོག་རང་བཞིན།	(9)
གསུམ་པ།	མཉམ་སྡེ་རང་བཞིན།	(13)
བཞི་པ།	འཕྱར་བའི་རང་བཞིན།	(16)
ལྔ་པ།	བརྒྱད་འཛིན་རང་བཞིན།	(22)
དྲུག་པ།	མིང་རྟགས་མེད་པའི་རང་བཞིན།	(24)
ས་བཅད་གསུམ་པ།	དམངས་ཁྲོད་ཚྭ་རིག་དང་ཚྭ་པ་པོའི་ཚྭ་རིག་ བར་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བཤད་པ།	(27)
དང་པོ།	དམངས་ཁྲོད་ཚྭ་རིག་གིས་ཚྭ་པ་པོའི་ཚྭ་རིག་ ལ་ཐེབས་པའི་ཤུགས་རྒྱུན།	(28)
གཉིས་པ།	ཚྭ་པ་པོའི་ཚྭ་རིག་གིས་དམངས་ཁྲོད་ཚྭ་ རིག་ལ་ཐེབས་པའི་ཤུགས་རྒྱུན།	(35)
ས་བཅད་བཞི་པ།	དམངས་ཁྲོད་ཚྭ་རིག་གི་ཕན་ལུས་སམ་རིན་ ཐང་བཤད་པ།	(42)

- དང་པོ། དམངས་ཁྲོད་ཚྭ་རིག་གི་ལེན་རྒྱུད་རིན་ཐང་། (42)
- གཉིས་པ། དམངས་ཁྲོད་ཚྭ་རིག་གི་སྒྲིབ་གསའི་རིན་ཐང་། (47)
- གསུམ་པ། དམངས་ཁྲོད་ཚྭ་རིག་གི་ཤེས་རྟགས་རིན་ཐང་། (48)
- བཞི་པ། དམངས་ཁྲོད་ཚྭ་རིག་གི་ཅིང་དགའི་རིན་ཐང་། (51)
- མེད་གཉིས་པ། དམངས་ཁྲོད་ཚྭ་རིག་གི་ཚྭ་ལྷན་སྒྲུབ་བཟང་པོ། (53)
- ས་བཅད་དང་པོ། ལྷ་ལྷུང་། (53)
- དང་པོ། ལྷ་ལྷུང་གི་རྩ་བུ་དང་ལྷུང་འཕེལ་སྒྲུབ་། (53)
- གཉིས་པ། ལྷ་ལྷུང་གི་དབྱེ་བ། (59)
- གཅིག རྩ་བུ་གནས་ས་ཆགས་ཚུལ་གྱི་ལྷ་ལྷུང་། (59)
- གཉིས། རྩ་བུ་ལྷུང་ཚུལ་གྱི་ལྷ་ལྷུང་། (67)
- གསུམ། རིགས་ལྷུང་ཚུལ་གྱི་ལྷ་ལྷུང་། (73)
- བཞི། ཐོན་སྐྱེད་རལ་ཚུལ་སྒྲུབ་ལྱི་ལྷ་ལྷུང་། (78)
- གསུམ་པ། ལྷ་ལྷུང་གི་བྱུང་ཚུལ། (83)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། དམངས་ཁྲོད་གཏམ་རྒྱུད། (86)
- དང་པོ། གཏམ་རྒྱུད་ལྱི་རྩ་བུ་དང་ལྷུང་འཕེལ། (86)
- གཉིས་པ། དམངས་ཁྲོད་གཏམ་རྒྱུད་ལྱི་དབྱེ་བ། (90)
- གཅིག མི་ལྷའི་སྒྲུབ་ལྱི་གཏམ་རྒྱུད། (91)
- གཉིས། ལྷ་ལྷུང་དོན་ཆེན་སྒྲུབ་ལྱི་གཏམ་རྒྱུད། (96)
- གསུམ། ས་གནས་དང་རིག་དང་སྒྲུབ་ལྱི་གཏམ་རྒྱུད། (98)

བཞི། དམངས་སྲོལ་སྐྱོར་གྱི་གཏམ་རྒྱུད།	(100)
གསུམ་པ། དམངས་ཁྲིད་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་ཁྱད་ཚུལ།	(102)
ས་བཅད་གསུམ་པ། དམངས་ཁྲིད་རྒྱུད།	(107)
དང་པོ། དམངས་རྒྱུད་གི་མོ་དོན།	(107)
གཉིས་པ། དམངས་རྒྱུད་གི་དབྱེ་བ།	(109)
གཅིག འཆར་སྐྱོར་རྒྱུད།	(112)
གཉིས། འཆོ་བའི་རྒྱུད།	(134)
གསུམ། བསྐྱེད་བརྗོད་ཀྱི་རྒྱུད།	(149)
བཞི། དམངས་ཁྲིད་ཀྱི་དགོད་རྒྱུད།	(158)
གསུམ་པ། དམངས་རྒྱུད་གི་ཁྱད་ཚུལ།	(165)
ས་བཅད་བཞི་པ། དམངས་ཁྲིད་ཀྱི་སྐྱུ་གཞས།	(170)
དང་པོ། དམངས་ཁྲིད་སྐྱུ་གཞས་ཀྱི་མོ་དོན།	(170)
གཉིས་པ། དམངས་གཞས་ཀྱི་དབྱེ་བ།	(171)
གཅིག ལས་གཞས།	(172)
གཉིས། མཛད་སྒོའི་གཞས།	(187)
གསུམ། མཛའ་གཞས།	(198)
བཞི། ཏུས་བསྐྱེད་ཆབ་སྲིད་གཞས།	(208)
ལུས་གཞས།	(212)
གསུམ་པ། དམངས་གཞས་ཀྱི་ཁྱད་ཚུལ།	(216)
ས་བཅད་ལྔ་པ། དམངས་ཁྲིད་གཏམ་དཔེ།	(222)
དང་པོ། དམངས་ཁྲིད་གཏམ་དཔེའི་མོ་དོན།	(222)
གཉིས་པ། དམངས་ཁྲིད་གཏམ་དཔེའི་དབྱེ་བ།	(226)
གཅིག མི་ཚུས་སྐྱོར་གྱི་གཏམ་དཔེ།	(226)
གཉིས། འཆོ་བའི་སྐྱོར་གྱི་གཏམ་དཔེ།	(230)

གསུམ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤང་ཚུལ་མཚན་པའི་གཏམ་དཔེ།	
.....	(234)
བཞི། རང་བྱུང་གི་སྤང་ཚུལ་གསལ་པའི་གཏམ་དཔེ།	
.....	(239)
ལ། ཐོན་སྐྱེད་སྐྱར་གྱི་གཏམ་དཔེ།	(242)
གསུམ་པ། དམངས་ཁྲོད་གཏམ་དཔེའི་སྒྲུ་ཙལ་བྱད་ཆོས།	
.....	(245)
ས་བཅད་བྱུག་པ། དམངས་ཁྲོད་གའ་ཚིག་	(251)
དང་པོ། དམངས་ཁྲོད་གའ་ཚིག་གི་བྱུང་འཕེལ་དང་གོ་དོན།	
.....	(251)
གཉིས་པ། དམངས་ཁྲོད་གའ་ཚིག་གི་དབྱེ་བ།	
.....	(256)
གཅིག དང་ས་རིགས་སྐྱར་གྱི་དམངས་ཁྲོད་གའ་ཚིག་	
.....	(257)
གཉིས། བྱ་བྱེད་འགྲལ་སྐྱེད་སྐྱར་གྱི་དམངས་ཁྲོད་གའ་ཚིག་	
.....	(260)
གསུམ། རང་བྱུང་སྤང་ཚུལ་སྐྱར་གྱི་དམངས་ཁྲོད་གའ་ཚིག་	
.....	(261)
གསུམ་པ། དམངས་ཁྲོད་གའ་ཚིག་གི་བྱད་ཆོས།	(262)
ས་བཅད་བདུན་པ། དམངས་ཁྲོད་སྐྱན་ཚུལ་རིང་མོ།	(268)
དང་པོ། ལོ་རྒྱུས་སྐྱན་ཚུལ་རིང་མོ།	(268)
གཅིག ལོ་རྒྱུས་སྐྱན་ཚུལ་རིང་མོའི་རོ་བོ་དང་བྱུང་འཕེལ།	
.....	(268)
གཉིས། ལོ་རྒྱུས་སྐྱན་ཚུལ་གྱི་དབྱེ་བ།	(269)

- གཉིས་པ། རྟོག་བརྒྱད་སྟེན་ཚུལ་རིག་པ། (279)
- གཅིག་ རྟོག་བརྒྱད་སྟེན་ཚུལ་རིག་པ་ལོ་རྒྱུ་ (279)
- གཉིས། རྟོག་བརྒྱད་སྟེན་ཚུལ་རིག་པ་ལོ་རྒྱུ་བརྒྱད་ལུ་རྟོག་པ།
..... (280)
- གསུམ། རྟོག་བརྒྱད་སྟེན་ཚུལ་རིག་པ་ལོ་རྒྱུ་ཆུ་ཆུ་ལྟེ་བརྒྱད་ཚུལ།
..... (284)
- ལེའུ་གསུམ་པ། དམངས་ཁྲོད་ཚུལ་རིག་གི་འཆོལ་བཟུ་ལེགས་སྒྲིག་
རྒྱུ་བཅད་པ། (288)
- དང་པོ། དམངས་ཁྲོད་ཚུལ་རིག་པ་འཆོལ་བཟུ་ལེགས་སྒྲིག་
ལྟེ་པའི་དགོས་པ་དང་དམིགས་ལྟུལ།..... (291)
- གཉིས་པ། དམངས་ཚུལ་འཆོལ་བཟུ་ལེགས་སྒྲིག་གི་ཆ་འཁོར་
དང་ཐབས་ལམ། (293)
- གསུམ་པ། དམངས་ཚུལ་གྱི་ལེགས་སྒྲིག་དང་བཅས་སྒྲིག་
གསར་ཚུལ་སྒོར།..... (293)(294)

ལེབ་དང་པོ། དམངས་ཁྱོད་ཚྭ་རིག་གི་བྱང་ ཁྱོད་དང་བྱང་ཚྭ།

ས་བཅད་དང་པོ། དམངས་ཁྱོད་ཚྭ་རིག་གི་རྩ་བ་
དང་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

དམངས་ཁྱོད་ཚྭ་རིག་ནི་ཚྭ་རིག་གྱི་འགྲིམ་ཡིན་ཞིང་། མི་དམངས་
ཀྱི་ཁྱོ་ཁྱོས་ལས་འབྲུངས་པའི་ཚྭ་རིག་འདིས་གདོད་མ་ནས་ད་བར་གྱི་དུས་རིང་
ནང་རྒྱ་ཆེན་མང་ཆོག་གི་འདོད་ཁྱོད་དང་། རྒྱུ་རྒྱུག་ སྤྲུག་བསམ། གནས་
བབ་བཅས་དོན་དངོས་དང་འཆར་ཡན། རྒྱས་པ་དང་བསྐྱས་པ་ཅི་རིགས་ཀྱི་སྒོ་
ནས་གསལ་མཆོན་བྱས་ཡོད།

ཚྭ་པ་པོའི་ཚྭ་རིག་དང་སྟོས་བཅས་སྤྱུ་བ་པའི་ཚྭ་རིག་འདིའི་རྩ་བ་
གང་འདྲ་དང་བྱང་ཚྭ་ཅི་ཡིན། དབྱེ་བའི་ནམ་གངས་ཅི་ཡོད་ཤེས་པ་བྱ་རྒྱུ་ནི་
རིག་གཞུང་འདི་མཐེལ་ཐུན་པ་རྟོགས་པའི་ཆ་བའི་ཆ་ཁྱེན་དང་འགག་གནད་
ཉག་གཅིག་པོ་དེ་ཡིན་སྟབས་ང་ཚོས་སྟོན་ལ་དོན་དེ་ནམས་ལ་བསམ་གཞིགས་
དང་དབྱེ་འབྱེད་བྱེད་དགོས།

དམངས་ཁྱོད་ཚྭ་རིག་ཅས་པ་ཡོངས་ཀྱི་གསུམ། ལས་ཚྭ་མི་དམངས་
ཀྱིས་ངག་ སྐད་ རས་ གསར་ཚྭ་བྱས་ཤིང་། མང་ཆོག་གི་འཆོ་བ་དང་།
བསམ་སློབ་འདུ་ཤེས། མཛེས་དབྱིད། རྒྱ་ཚལ་གྱི་དང་བ་བཅས་མཆོན་པའི་

རག་ཐོག་གི་ཚུལ་རིག་ནམ་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ཞིང་། རལ་ཚུལ་མི་དམངས་
 ཞེས་པམ་ཚུལ་རིག་གང་ཞིག་དམངས་ཁྲོད་ཚུལ་རིག་གི་ཁོར་ས་སུ་གཏོགས་པ་
 དང་། གང་ཞིག་དམངས་ཚུལ་དང་ཐ་དད་ཡིན་པའི་བཅད་མཚམས་བཟུན་པ་
 མ་ཟད། དམངས་ཁྲོད་ཚུལ་རིག་གི་བྱུང་ཁོར་ས་འདི་གལ་རིམ་གྱི་ངོ་བོ་དང་
 གཅིག་ཏུ་སྒྲེལ་ཡོད་པ་མཚོན་ལ་རག་ཐོག་ཅེས་པ་འདིས་ཚུལ་འབྱེད་རྒྱ་ཆ་ར་
 ཁྲོད་བྱས་པ་མ་ཟད་ཡིག་ཐོག་ཚུལ་རིག་གམ་སྟེར་ཚུལ་གྱི་བྱུང་ཁོར་ས་དང་ཐ་
 དད་ཡིན་པ་བཟུན་ཡོད།

རལ་ཚུལ་མི་དམངས་དང་རག་ཐོག་ཅེས་པའི་ཚོག་འདི་གཉིས་ལ་ཆེས་
 གལ་ཆེའི་ནུས་པ་ཞིག་ལྡན་པ་ལྟེ། གདོད་མའི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་ལས་རིགས་དང་
 གལ་རིམ་གྱི་དབྱེ་བ་ཅི་ཡང་ཐོན་མེད་པ་མ་ཟད། མའི་རིགས་ལ་རང་གི་བསམ་
 ཁྲོད་དང་འཆོལ་མཚོན་པའི་ཡིག་རིགས་ཀྱང་བཟུན་སྒྲུ་མེད་པས་སྐབས་དེ་དུས་
 དར་བའི་ཚུལ་རིག་ཡོངས་རྒྱལ་དམངས་ཁྲོད་ཚུལ་རིག་ལས་ལོགས་སུ་མེད་པ་
 དང་། མའི་རིགས་གལ་རིམ་ཡོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཁ་སྤྱོད་སྒྲུ་ཆེས་སྤྱི་ཚོགས་
 ཡི་ཡོངས་ལས་རིགས་དང་གལ་རིམ་གྱི་དབྱེ་བ་ཐོན་པ་དང་ལྷག་པར་དུ་མའི་
 རིགས་ལ་ཆེད་ལས་ཀྱི་ཚུལ་པ་པོའི་ཚུལ་རིག་བྱུང་བས་ཚུལ་རིག་ལ་རག་ཐོག་
 ཚུལ་རིག་དང་ཡིག་ཐོག་ཚུལ་རིག་གི་བྱུང་པར་གྲུབ་པ་དང་རག་ཐོག་ཏུ་དར་
 བའི་ཚུལ་རིག་ལའང་གལ་རིམ་གྱི་ཤན་ངེས་ཅན་བྱགས་པས་དམངས་ཁྲོད་ཚུལ་
 རིག་ཅེས་པ་རལ་ཚུལ་མི་དམངས་ཀྱིས་རག་ཐོག་ནས་གསར་ཚུལ་དང་རྒྱན་
 འཛིན་བྱས་པའི་ཚུལ་རིག་ཅིག་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པའང་གནད་དེར་ཐུག་ཡོད།

དམངས་ཁྲོད་ཚུལ་རིག་ཅེས་པའི་ཐ་སྟངས་འདི་རང་ཅག་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚུལ་
 རིག་གནས་ནང་ཤིན་ཏུ་ཆེད་དཀའ་བ་ཞིག་ཡིན་པར་སེམས་ཏེ། བོད་ཀྱི་
 དམངས་ཁྲོད་དུ་དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་རིག་གི་ནམ་པར་སྤྱང་རམ་གཏམ། གཏམ་དཔེ།
 དཔེ་སོགས་འཁོད་ཅིང་། དེ་ལྟའི་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ནམས་ཀྱི་ཐུག་ཚུལ་ཁྲོད་

དུའང་ཤོད་སྲོལ་ལམ་གྱི་གཏམ་རྒྱུ་ཟེར་བ་ལས་དམངས་ཁྲོད་ཚུལ་རིག་
ཟེར་སྲོལ་ཞིག་ཆགས་པོ་དང་། རྒྱ་མཚན་དེས་ཤོད་ཀྱི་ད་ལྟའི་རིག་གནས་ནང་ཐ་
སྟོང་འདི་རི་ལྟར་བྱུང་བ་དང་། ཐ་སྟོང་འདི་རང་གི་འཕོ་འཕྱར་ལོ་རྒྱུས་གང་
ཡིན་རགས་ཅམ་སྟེང་རྒྱ་ནི་ཉ་ཅང་གལ་ཆེ་བ་ཡིན།

ཐ་སྟོང་འདི་ནི་དབྱིན་ཇིའི་མཁས་དབང་དབུལ་ལན་མོ་མོ་མིས་(威
廉·汤姆斯)གསར་གཏོད་གནང་བའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐ་སྟོང་Folk - loveཟེར་
བ་ཅང་གཞིར་བྱས་ནས་དར་བ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་ཐ་སྟོང་འདིའི་གཏོད་མའི་གོ་དོན་
སྤྱད་མངས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་“民 众 意 识”ཞེས་བ་ཡིན་ལ་དུས་རབས་19ལོ་
རབས་70ནང་བྱུང་སྟེགས་མ་ཙ་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཅན་ཆོས་ཐ་སྟོང་དེ་གྱ་
ཆེར་བེད་སྟུང་ཅིང་། དམངས་སྲོལ་རིག་པ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་ཅན་དུ་གཏན་
འཁེལ་བྱས། རྗེས་སུ་དམངས་སྲོལ་རིག་པ་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་ཐ་
སྟོང་དེར་སྤྱ་ཡངས་དོག་གི་བྱུང་པར་སོན་ཅིང་སྤྱ་ཡངས་པའི་སོག་ནས་དམངས་
ཁྲོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་ཡོད་ཚད་བསྟུ་བ་དང་། སྤྱ་དོག་པའི་སྒོ་ནས་དམངས་ཁྲོད་
ཚུལ་རིག་ཁོ་ནའི་གོ་དོན་ཅན་དུ་ངེས་པར་བྱས་པས་དམངས་ཁྲོད་གསར་ཚུལ་གྱི་
ཆེད་དམིགས་ཐ་སྟོང་དུ་བྱུར་བ་ཞིག་ཡིན།

རང་རྒྱལ་རྒྱ་རིགས་ཀྱི་གནའ་པོའི་རིག་གནས་ཁྲོད་དུའང་དམངས་ཁྲོད་
ཚུལ་རིག་གི་ཚུལ་ལུས་བྱེ་བྲག་འགའི་ཐ་སྟོང་ཅམ་ལས་སྤྱི་ལ་བྱུང་བའི་ཐ་སྟོང་
ཅིག་ལྟར་ནས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་“ལྷ་བཞིའི་”ལས་འགྲུལ་རྗེས་རྒྱལ་ནང་དུ་
དམངས་སྲོལ་རིག་པ་འདི་ཁེར་རྒྱུ་གི་རིག་ཚན་ཞིག་ལ་བརྩིས་ཤིང་དམངས་
སྲོལ་རིག་པ་ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་འགྲུལ་རྒྱ་ཆེར་སྤེལ་བ་ལས་ལྷ་རྗེས་སུ་ལེ་ཅིང་
སྟོབ་ལྷ་ཆེན་མོས་སོག་དྲངས་ཏེ་དམངས་སྲོལ་དང་དམངས་གཞས་སྟོར་གྱི་དུས་
དེབ་འདྲ་མིན་དཔར་བསྐྱབ་བྱས་པ་དང་། ཡུང་ལྷ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་
ཁབ་དུ་བརྩིས་རྗེས་ཡུང་གོའི་དམངས་ཁྲོད་རྒྱ་ཙམ་ཞིབ་འཇུག་ཆོགས་པས་

《དམངས་ཁྲོད་ཚོམ་རིག་》 《民间文学》ཞེས་པའི་དུས་དེ་བ་དཔར་བསྐྱུན་
བྱས་པ་དང་། དེ་ནས་བཟུང་ད་ལྟ་མྱོད་བཞིན་པའི་དམངས་ཁྲོད་ཚོམ་རིག་
ཅེས་པའི་ཐ་སྟངས་འདི་རྒྱ་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་ཁྲོད་དུ་རྒྱ་བྱུང་བྱེད་མྱོད་
དང་ཁས་ལེན་ཐོག་རིག་གཞུང་གི་ཐ་སྟངས་ཅིག་ལ་ཁྱུར་པ་ཡིན།

ཐོད་ལ་ཞི་བའི་བཅའ་ས་འགྲོལ་ཐོབ་རྗེས་ཐོད་ཀྱི་རིག་གནས་དང་རྒྱུ་
རིག་གནས་དཔར་སྐྱུར་ལས་ལྟག་པའི་འབྲེལ་བ་བྱུང་ཡོད་ལ། རིག་གནས་
དཔར་བྱི་བྱགས་རྒྱུན་ལས་ཐོད་ལ་སྐྱུར་ཐོད་ཀྱི་ཐ་སྟངས་གསར་པ་དང་ལྟག་པར་
རིག་གཞུང་གི་ཐ་སྟངས་གསར་པ་འཛོམས་ཆེན་ཐོན་ཡོད། ད་ལྟ་རང་ཆོས་ལོད་མྱོད་
བྱེད་བཞིན་པའི་“དམངས་ཁྲོད་ཚོམ་རིག་”ཅེས་པའི་ཐ་སྟངས་འདི་ཡང་རྒྱུ་རིག་
གནས་ཀྱི་བྱགས་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་རྟེན་རྒྱུ་རི་“民间文学”ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་
འདི་དོན་བསྐྱུར་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པ་ནི་ཤེས་ལྡན་སྤྱུས་བལྟས་ན་འང་དེ་
མར་རྟོགས་བྱུང་བ་ཡིན།

དམངས་ཁྲོད་ཚོམ་རིག་ནི་མོ་རྒྱས་རིང་ལ་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བ་ལྟག་པར་དམངས་
ཁྲོད་ཚོམ་རིག་གསར་ཚོམ་པ་རལ་ཚོལ་མི་དམངས་ཀྱིས་རང་གི་སྐད་པའི་ནང་
རྒྱར་སྐྱུང་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཆོ་བ་དེ་ཚོམ་རིག་གི་མཆོན་ཐབས་འདྲ་མིན་
དང་ཚོམ་ལུས་མི་འདྲ་བ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་མཆོན་པར་བྱས་པས་དུས་ཀྱི་རྒྱབ་ས་རྒྱན་
རིང་མོའི་ནང་ལྟ་སྐྱུང་དང་གཏམ་རྒྱུད། དམངས་གཞས་སོགས་ནང་དོན་དང་
རྒྱུ་པ་སྐྱུ་སྤྱུ་ཚོགས་པ་ནོར་བུའི་མཛོད་དང་གཉིས་སྤྱི་མཛོད་པ་ཞིག་བསྐྱུར་
ཡོད་པ་དེར་རང་ཆོས་ཚོགས་ཡོངས་ནས་ཞིབ་འཇུག་དང་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་པར་
སྐྱོན་ལ་ཡུལ་དུས་མི་རིགས་སོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་རིགས་དབྱེ་ངེས་ཅན་བྱེད་རྒྱ་ནི་
གལ་ཆེ་བས་འདིར་སྦྱི་ལ་བྱུང་བའི་དགེ་མཆོད་དང་། རོས་འཛིན་སྤྱི་བའི་བྱེད་
ཆོས་ཀྱིས་ཚོམ་ལུས་ལ་གཞིག་ནས་དམངས་ཁྲོད་ཚོམ་རིག་ལ་དམངས་ཁྲོད་སྐྱུར་།
དམངས་ཁྲོད་སྐྱུར་ཚོམ། དམངས་ཁྲོད་གར་བྱོའི་སྤྱི་ཚོགས་བཅས་དབྱེ་བ་ཆེ་བ་

གསུམ་དང་། དམངས་ཁྲོད་སྤང་ལའང་ལྟ་སྤང་། གཏམ་རྒྱད། སྤང་བཅས་
ཞིབ་ཕྱི་དབྱེ་བ་ཁག་གསུམ་དང་། དམངས་ཁྲོད་སྤྲོད་ཚྭ་ལ། དམངས་
གཞས། གཏམ་དཔེ། གབ་ཚིག་ དམངས་ཁྲོད་སྤྲོད་ཚྭ་རིང་མོ་བཅས་ཞིབ་
ཕྱི་དབྱེ་བ་ཁག་བཞི་བྱས་སོ། །

གོང་དུ་བརྗོད་པའི་དབྱེ་བ་དེ་དག་དམངས་ཁྲོད་ཚྭ་རིག་གི་ཚྭ་ལྷན་
གཙོར་བཟུང་ནས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ་ཚྭ་ལྷན་དེ་ལྷན་གྱི་ཚྭ་རིག་ཡོད་ཆད་
དམངས་ཚྭ་གྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའང་མ་ཡིན་པས་ང་ཚོས་དམངས་ཚྭ་
ཡིན་དང་མ་ཡིན་པའི་བཅད་མཆམས་ལ་ཆན་རིག་དང་མཐུན་པའི་ངོས་འཛིན་
ཞིག་ཐོབ་དགོས་ན་དམངས་ཚྭ་རང་ལ་དམིགས་བསལ་བྱད་ཆོས་གང་ཡོད་
ཤིས་རྒྱ་ནི་ཆེས་གལ་ཆེའི་གནད་ཅིག་ཡིན།