



# २ श्रीशैलेयप्रप्रेयतेयैत्रियेय

आमसशुवाग्रीसवकसस

श्रीशैलेयप्रप्रेयतेयैत्रियेय



ལྷོ་པའི་ཚོས་འབྲུང་སྐྱེས་མའི་ཅུ་རིན།

མཁས་གྲུབ་ཀྱིས་བཅའ་མས།

ལྷོ་པའི་ཚོས་འབྲུང་སྐྱེས་མའི་ཅུ་རིན།

**图书在版编目(CIP)数据**

雅砻文明录/克珠著. —北京:民族出版社,  
2005. 12

ISBN 7-105-07418-3

I. 雅... II. 克... III. 文化史-概况-西藏-藏  
语 IV. K297.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 146109 号

民族出版社出版发行

(北京市和平里北街 14 号 邮编 100013)

<http://www.e56.com.cn>

民族出版社微机照排 艺辉印刷厂印刷

各地新华书店经销

2005 年 12 月第 1 版 2005 年 12 月北京第 1 次印刷

开本:850mm×1168mm 1/32 印张:12

印数:0001-2000 册 定价:20.00 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:64275311;发行科电话:58130509)

དཔེ་ཞུག་འགན་འཁུར་བ།

责任编辑：

མདུན་ཤོག་རྩམ་འགྲེང་བ།

封面设计：

དཔལ་འཛོམས།

边宗

ཀམ་རྩི་ཚེ་རིང་།

吾要

# ལྷོ་ཁའི་ཚོས་འབྲུང་སྤྱི་མཐོན་ལྷན་ཁོ་རྒྱུ་རྩིས།

\*

མཁས་གྲུབ་ལྷན་འཛུགས།

མི་རིགས་དཔེ་སྟླན་ཁང་གིས་བསྟན་ཞིང་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས།

(ལེ་ཅིན་ཚོ་མིང་ལྷན་ཁང་ཨང་14པ། ལྷན་ཨང་100013

ཁ་པར་ཨང་གྲངས་64275311)

མི་རིགས་དཔེ་སྟླན་ཁང་གི་སྤྱི་ལོ་དེ་པར་སྤྱི་གཞི་ལྷན་པར་བཏབ།

དབྱི་རྒྱའི་པར་འདེབས་བཞུགས་ལྷན་པར་བཏབ།

2005ལོའི་ཟླ་12པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྟན།

2005ལོའི་ཟླ་12པར་ལེ་ཅིན་དུ་པར་ཐངས་དང་པོ་བསྟན།

དེབ་ཚད། 850mm×1168mm 1/32 པར་ཤོག་12

པར་གྲངས། 0001 - 2000 དེབ་རེ་རྫོང་20.00



དེའི་འདི་རིམ་ཚུལ་ལ་ཕོ་མཁམས་ལྷུ་བ་  
 ལགས་ནི་༡༩༥༧ལོར་སྐྱུ་འབྲུངས་པ་  
 ཏང་། སློབ་རྒྱུ་ཐོན་རྗེས་སྐྱེར་གྱི་  
 དགེ་གན་མང་པོ་བཞུན་ནས་རིག་  
 པའི་གནས་སྤྱི་དང་བྱུང་པར་ཏུ་  
 དགའ་ཚེས་སྐྱེག་དཔོན་ཏུ་ནང་རིག་  
 པར་སྐྱུངས་བཙོན་གནང་། དེའི་  
 འདི་ནི་ཁོང་གིས་བཙམས་གནང་བའི་  
 དེའི་བཏུན་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་ལ་  
 ལྷ་སྐྱེར་རྒྱལ་ཡོངས་དང་ཞིང་ཆེན་  
 རིམ་པའི་བྱ་དགའ་ཐངས་མང་ཐོབ་  
 མུང་ཡོད། ད་ལྟོ་ཁོང་སློངས་སྤྱི་ནང་  
 གུན་ཏུ་མཚན་སྐྱོན་ཡོད་པའི་ཚུལ་ལ་  
 ཕོ་ཞིག་ཡིན་ལ། བོད་རང་སློང་  
 སློངས་སྤྱི་གོས་ཀྱི་རྒྱན་ལས་ལྷ་ཡོན་  
 དང་ལྟོ་ཁ་ས་ལུལ་སྤྱི་གོས་ཀྱི་གྲུ་ཞི་  
 གཞོན་པའི་འགན་བཞེས་སྐྱེས་ཡིན།



责任编辑：边宗

封面摄影：边巴

封底摄影：多吉

封面字：旦平

封面设计：吾要

# དཀར་ཆག

- འགོ་བརྒྱུད། ..... (1)
- མེ་ཏུ་དཀར་པོ། ཚོང་འབྲུག་གི་ཞུས་ཁེ་བས། ..... (7)
- གཞུང་གི་འོ་མོ་གི་ཚུལ་ལྟར་བཅུ་གཉིས་དང་དེ་དག་གི་ཁེ་བའི་མཚན།  
..... (7)
- ཡུལ་ཚུལ་བཅུ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི་མཚན། ..... (8)
- ཁོ་དཀྱི་ལྷ་ཁྲིའུ་ལྔ་ལྟུང་བུ་ལ། ..... (9)
- ཁོ་དཀྱི་ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི། ..... (10)
- ཁོ་དཀྱི་ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི། ..... (11)
- ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི་ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི། ..... (12)
- ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི་ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི། ..... (13)
- ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི་ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི། ..... (13)
- ཁོ་དཀྱི་ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི་ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི་ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི།  
གཞུང་གི་ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི། ..... (13)
- མེ་ཏུ་གཉིས་པ། ཁོ་དཀྱི་དཀར་པོ་འགའ་ཞིག་ ..... (16)
- ཁོ་དཀྱི་ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི། ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི། ..... (16)
- ཁོ་དཀྱི་ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི། ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི། ..... (17)
- ཁོ་དཀྱི་ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི། གཞུང་གི་བཅུ་ལྔ་ལོ། ..... (19)
- ཁོ་དཀྱི་ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི། ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི། ..... (20)
- ཁོ་དཀྱི་ལྷ་ལྔ་ལོ་མེ་ཏུ་གི། ཡུལ་ཚུལ་ལྟར་གསུམ། ..... (22)



ལེའུ་བཞི་པ། རོ་མཚར་ཡི་དྲ་བར་འཕྲོག་པའི་གནས་སྐོར་ས་འགའ་ཞིག་ ..... (50)

ཡར་འཕྲོག་གཡུ་མཚོ། ..... (50)

ལྷ་མོའི་བྲ་མཚོ། ..... (53)

ལྷོ་བྲག་མཁར་རྒྱ། ..... (55)

ཡར་ལྷུང་བྲག་མཚོ་ཅན་མཁའ་སྐོར་སྐོར་སྐོར། ..... (57)

གནས་མཚོ་ག་ཅན། ..... (60)

ལྷག་མཚོ་ཡར་ལྷོ། ..... (64)

ལྷོ་སྐྱོད་འབྲུམ། ..... (67)

ལྷོ་སྐྱོད་ལྷོ་མཁའ་སྐོར་སྐོར། ..... (70)

གནས་མཚོ་ལྷོ་མཁའ་སྐོར། ..... (72)

མཚོ་རྒྱལ་བྲ་མཚོ། ..... (74)

རྒྱ་མཚོ་དྲ་བར་ཕྱོག་ལྷོ། ..... (76)

རོ་མཚར་ཡི་དྲ་བར་འཕྲོག་གི་ལྷོ་སྐོར། ..... (77)

ལྷག་མཚོ་ལྷོ་སྐོར་དྲ་བར་ཕྱོག་ལྷོ། ..... (80)

གནས་མཚོ་ཡར་ལྷོ་སྐོར། ..... (81)

གནས་མཚོ་ལྷོ་སྐོར་ལྷོ་སྐོར། ..... (83)

ལེའུ་ལྔ་པ། མཚོའི་དགོན་དང་གནས་མཚོ་གའགའ་ཞིག་ ..... (86)

ལྷོ་བྲག་མཚོ་ལྷོ་སྐོར་དྲ་བར་ཕྱོག་ལྷོ། ..... (86)

ལྷོ་སྐོར་ལྷོ་སྐོར་ལྷོ་སྐོར། ..... (87)

ལྷོ་སྐོར་ལྷོ་སྐོར་ལྷོ་སྐོར་ལྷོ་སྐོར། ..... (89)

ལྷོ་སྐོར་ལྷོ་སྐོར། ..... (91)

ལྷོ་སྐོར་ལྷོ་སྐོར། ..... (93)

ལྷོ་སྐོར་ལྷོ་སྐོར། ..... (94)

འོན་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ལྟ་བུར། ..... (96)  
 ཡམ་འཕྲོག་བསམ་སྤྱིང་ས་དགོན། ..... (97)  
 གདན་ས་མཁའ་དགོན། ..... (99)  
 དུགས་ལྷ་སྐྱམ་པོ་དགོན། ..... (100)  
 ཚེད་ཐང་ལུ་མཚོ་ད་དགོན་དང་དགའ་ལྷན་ཚོས་འཁོར་སྤྱིང་དགོན།  
 ..... (102)  
 ལྷ་ཐང་དགོན། ..... (104)  
 འཕྲོང་ས་རྒྱ་ས་པོ་པོ་བའི་ཚེ་དགོན། ..... (105)  
 དུགས་པོ་བའི་དགོན་ལྷོ་ལྷོ་དགོན། ..... (107)  
 ལྷ་ཚོ་ལྷོ་དགོན། ..... (108)  
 ལྷོ་ལྷོ་པོ་ཚེ་དགོན། ..... (109)  
 ལྷོ་གདོང་ཚོ་ལྷོ་ལྷོ་པོ་དགོན་དང་བན་ཚོང་དགོན། ..... (111)  
 ཚོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་དགོན། ..... (112)  
 ལྷོ་དགོན་ཚོ་ལྷོ་ལྷོ་དགོན། ..... (113)  
 ཚོ་ལྷོ་ལྷོ་དགོན་དང་གཡའ་བཟང་དགོན། ..... (115)  
 བཟང་ལྷོ་དགོན། ..... (117)  
 ལྷ་ལྷོ་དགོན། ..... (118)  
 དགོན་པ་ཚེ་དགོན། ..... (119)  
 གསུང་ལྷོ་ལྷོ་ཚོ་ལྷོ་དགོན། ..... (121)  
 ལྷོ་ལྷོ་དགོན། ..... (123)  
 ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་དགོན། ..... (124)  
 ལྷོ་ལྷོ་དགོན། ..... (125)  
 ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་དགོན། ..... (126)  
 གསུང་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་དགོན། ..... (128)  
 དུགས་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་དགོན། ..... (130)

སྒྲིབ་ཀྱི་དཔྱད་པ། .....	(131)
ཡར་རྗེ་ལོ་རྒྱུན་གྱི་དཔྱད་པ། .....	(133)
ཐང་པོ་ཆེ་དཔྱད་པ། .....	(134)
འོ་ལྷ་སྐྱེས་དཔྱད་པ་དང་མེ་ཐང་དཔྱད་པ། .....	(135)
ཐང་པོ་མེ་འཁར་དཔྱད་པ་དཔྱད་པ། .....	(137)
འོ་ལ་ཁ་ཚོས་ལྷུང་དཔྱད་པ་དང་ཚོས་ཐམ་དཔྱད་པ། .....	(138)
ཐང་འོ་དཔྱད་པ། .....	(140)
རྗེ་ལྷ་སྐྱེས་དཔྱད་པ། .....	(141)
གནས་གཞི་དཔྱད་པ། .....	(143)
མིང་ཚ་དཔྱད་པ། .....	(144)
ཐང་ག་དཔྱད་པ། .....	(147)
དགའ་ཚལ་སྐྱེས་དཔྱད་པ། .....	(148)
ལེའུ་བྱུག་པ། རྒྱ་ཁར་འཕྲུང་ས་པའི་གྲགས་ཅན་མི་རྣམས་འགའ་ཞིག ...	(151)
བཅན་པོ་ཁྱི་རྒྱ་དེ་བཅན། .....	(151)
ཚོན་མི་ལམ་རྒྱ་བ། .....	(155)
མཁའ་འགྲུ་ལེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ། .....	(161)
འུང་བྱ་དཔལ་ལོང་། .....	(164)
གཉགས་རྒྱ་བ་ལྷ་མ་ར་ར། .....	(166)
གཞུགས་ཆེན་པོ་ས་རྒྱལ་ལེ་ཤེས། .....	(168)
དགེ་བཤེས་ལྷ་རྒྱ་བ། .....	(171)
མར་པ་ལོ་རྩ་བ་ཚོས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ། .....	(172)
གཉེན་རྒྱ་བ་ལེ་ཤེས་ལྷ་རྒྱ་བ། .....	(175)
བདག་ལོང་ལ། .....	(177)
མ་ཅིག་ལ་བ་རྒྱ་བ། .....	(178)



དབྱུང་པ་ཞིག་པོ། .....	(239)
གཉེར་ཆེན་རྒྱ་སྒྲིབ་པ། .....	(240)
ཡར་ལྷུང་དྲུང་ཚོར་རས་པ། .....	(243)
འཇམ་དབྱུང་སེམས་རྗེ་བཟླ་ཤིས་དཔལ་ལྷན། .....	(246)
འཕྲོ་ལོ་གཞོན་ལྷ་དཔལ། .....	(249)
མོ་ལྷ་བ་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོ། .....	(251)
གཉེར་ཆེན་དཔལ་འཕྲོར་རྒྱན་ལྷུབ། .....	(257)
བྱུར་མཁར་བ་མཉམ་ཉིད་རྗེ། .....	(258)
གཉེར་ཆེན་ཚོར་རྒྱན་བདེ་མ་སྒྲིབ་པ། .....	(260)
མཉན་ལྷུང་བ་ལྷུང་འོད་དེ། .....	(263)
རྒྱལ་མཉན་བ་མངས་རྒྱས་ལྷགས། .....	(265)
གཉེར་ཆེན་གཟུ་སྒྲིབ་པ། .....	(267)
བཅའ་ཆེན་བསོད་ནམས་ལྷགས་པ། .....	(268)
རྒྱལ་རྒྱ་ནམ་མཁའ་བཟླ་ཤིས། .....	(271)
མཉན་ལྷ་རྗོན་ལྷུབ། .....	(273)
རྗོན་ལྷ་རྒྱ་ལྷ། .....	(275)
ལྷུང་བདག་ཤིག་འཇིན་པའི་ཕྱི་དབང་པོ། .....	(279)
ལྷ་བཅའ་ཆེན་ནམ་མཁའ་འཇིགས་མེད། .....	(282)
མཉན་རམས་བ་སྒྲོ་བཟང་ཚོས་ལྷགས། .....	(284)
རྒྱལ་བ་སྒྲོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ། .....	(286)
ཤིག་འཇིན་འཇིན་ལས་རྒྱན་ལྷུབ། .....	(289)
འཕྲོར་ས་རྒྱས་ལྷ་བ་རྒྱས་པ། .....	(292)
རྗོན་ལྷ་ཤིག་འཇིན་བཟང་འཇིན་ལས། .....	(295)
ཤིག་འཇིན་གཉེར་བདག་སྒྲིབ་པ། .....	(297)







