

国家社科基金重大委托项目
《格萨尔的抢救、保护与研究》成果

༄༅། །ཕྱིང་ནོར་སྡེ་ཡི་རྩོམ་ཡིག་གཅེས་བསྒྲིག་ས།

པོད་གཉིས་པ།



ཀའ་སྤུ་མི་རིགས་དབེ་སྤྱན་ཁང་།



རིག་སྟོང་ཉིང་འཛིན་འཇམ་དབྱངས་ཆོས་ཀྱི་སྐུ། ། ཡེ་ཤེས་སྐུ་འབྲུལ་ནམ་སྒྲང་ལོང་ལུའི་སྒྲིན། །
 སྒྲིང་རྩེ་ལུན་བྱའ་པད་མ་བྱས་པའི་ཐེ། ། དཔལ་ལུན་རྩེ་རྩེ་ལོན་པོ་བྱལ་བྱུང་ཅིག །

དོན་དམ་གཏུག་མའི་རང་ཞལ་ལ་བཞུ་བའི་

སྟོན་ལམ་བཞུགས།

༡། ཡོ་བདེ་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག ལྷ་དང་སྤྲ་དང་གཞོད་སྦྱོན་གྲུལ་བྱམ་བྱི་
བུ་ལ་སོགས་མི་ལས་ལྷག་གྱུར་སྦྱེ་འབྲུལ་དང་ལྷན་གཟུགས་དང་ལང་ཚོས་སྟེམས་
བ་ཡི། དྲེགས་ལྷན་ཚགས་ཀྱི་རལ་བའི་ཅོད་པཎ་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་གང་ཁྱོད་
ཞབས་སྦྱོས་མཆོག་ཏུ་བདུད་ཅིང་རེ་བའི་མེག་ཞགས་ཀྱིས་འབྱུང་པའི། །ལྷ་ཡི་
ལྷ་མཆོག་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ནུ་ཤེལ་དཀར་སྦྱག་ཕྱན་ལི་བློའི་འོད་འཆང་མཁུན་
རབ་ལང་ཚོ་ཉི་མ་སྟོང་ཕྱག་འབར་བའི་སྒྲ། །ཆེ་གཅིག་ཡིད་ཀྱིས་བསྐྱོམ་པའི་
འབྲས་བུ་དབང་བོས་མངོན་སུམ་མཇལ་བ་ཙམ་མིན་དབྱིངས་རིག་དབྱེར་མེད་
ལྷན་སྦྱོས་གཤེས་སུ་གྱུབ་གྱུར་ཅིག །མགོན་པོ་ཁྱོད་ནི་བདག་གི་པ་ཡིན་དེ་བཞིན་
བདག་གི་མ་ཡང་ཡིན། །རིག་སྟོང་དག་པའི་ཁྱེད་ཁྱོད་ཡིན་ཅུལ་ལས་སྦྱོས་པའི་དྲ་
བའང་ཁྱོད། །ཁྱོད་ལས་སྦྱོས་ཤིང་ཁྱོད་ལ་ཐེམ་པའི་སྦྱེ་འབྲུལ་གསང་བའི་ཐེག་ལེ་
ཆེ། །སྤྱ་བྱར་མ་དམིགས་ཡོད་མེན་མེད་མེན་བསམ་བཞོད་ལས་འདས་རྗེན་པར་
འབྱེལ། །སྤང་བར་མ་ཞེན་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་། །སྟོང་པར་མ་འབྱམས་
རྟེན་འབྱུང་བསྐྱུ་བ་མེད། །རྟག་ཆད་གཉིས་སུ་མ་གོལ་དབུ་མའི་གྲོང་། །བྱང་ཆུབ་
སྟོང་པོར་མཆོའོ་རྗེས་འཛིན་མཛོད། །དེ་ཅུ་སྐྱག་པ་མེད་ཅིང་སྟེམས་པ་མེད།
།དེ་བཞིན་རེ་བ་མེད་ཅིང་དོགས་པ་མེད། །སྦྱེ་འཆི་གཉིས་སྤང་འཇམ་པའི་རྩོ་རྗེ་
ཡི། །གོ་འཕང་མཆོག་ལ་སྦྱར་ཏུ་རིག་གྱུར་ཅིག །

ཁ་བྱང་མེད་པའི་སྟན་ངག

——འོར་ཁྲེ་ལ་ལུལ་བ།

ཅི་ཏེ་སྒྲ་ཅ།

ང་ཆོ་ཆང་མས་བྱིས་པའི་དུས་སྐབས་ཞིག་བརྒྱད་ཚུང་།
དུས་དེར། ཁྱོད་ཀྱི་མི་ལམ་དེ་བཟིང་ཐུག་གི་གངས་རིས་བརྩེ་བར་བསྐྱབས།
འཕྱལ་ལྷང་གི་ན་ཆོད་དང་མཐའ་བལ་གྱི་རྩ་ཐང་འདྲ་མོད་ཀྱང་།
ཁྱོད་ལ་ཐོག་མ་ནས་དགེ་སེམས་དང་གུས་ཚུལ་བསྐྱབས་ཏེ་ཡོངས།
ཁྱད་པར་དུ་ཐོན་ཐོན་མེས་པོ་དག་གི་བརྒྱད་པ་ལས།
ད་གཞིན་ཁྱོད་ཀྱིས་ཤེས་རབ་སྒོ་འབྱེད་ཀྱི་ཐེ་མིག་རྟེན་པ་སྒྲོས་ཅི།
ནམ་ཡང་ཚུང་ལྷང་འདི་འདྲ་ཞིག་སྟེ། རང་གཅིག་ཕུས་ཏེ་མཐའ་དབྱིངས་སུ་བཞུགས་ཆེ།
ཆོད་མེད་པའི་རང་དབང་གིས་སེམས་ཁམས་ཀྱན་ནས་གང་།
འོར་ཁྲེ་ལགས། དེ་ལྟ་ནའང་དེ་རིང་རང་རེའི་ཕྱིར་འདང་ལས།
བརྩེ་ཆེན་ཨ་མའི་འགྲལ་སྟེ་ཡི་དྲུང་གི་གཅེས་དབྱངས་དེ་དྲན་ཅིང་།
ཆོ་སྟོག་ནི་འབར་བཞིན་པའི་སྟོན་མེ་ཞིག་ལྟར། སྐད་ཅིག་གིས་འཇུར་ལ།
སྐབས་འགར་དེ་ཡང་ཉེ་འོག་གི་གྲིབ་མ་ཞིག་དང་ལྷག་པར་འདྲ་སྟེ།
ཉི་ཁུབ་ལའང་མི་སྒྱུག་པར། གར་སྔང་ཆ་མེད་དུ་ཡལ་བེན།
ཤིང་བརྩེ་བའི་སྟོགས་པོ་ལགས། ང་ཆོ་ཆང་མ་ཡི་གེ་ཡི་དད་འབངས་ཡིན།
མི་ཆོ་ནི་གནས་སྐབས་ཀྱི་གར་བྱང་ཞིག་ལས་མ་འདས་ཀྱང་།
སྒོ་སྟོན་དང་དད་མོས་ཀྱིས་བསྐྱུན་པའི་འཇིག་རྟེན་དེ་ཁོ་ནས།
ད་གཞིན་རང་ཅག་གི་ཆོ་སྟོག་ལ་ཉམས་མེད་ཀྱི་རིན་ཐང་ཞིག་ཐོབ་པར་ཡིད་ཆེས་བྱས།

2014ལོའི་ཟླ11ཚེས25ཡི་ཐོ་རེངས་སུ།

无 题

——致诺尔德

吉狄马加

我们都拥有过童年的时光
那时候，你的梦曾被巍峨的雪山滋养
同样是在幻想的年龄，宽广的草原
从一开始就教会了你善良和谦恭
当然更是先辈们的传授，你才找到了
打开智慧之门的钥匙
常常有这样的经历，一个人呆望着天空
而心灵却充盈着无限的自由
诺尔德，但今天当我们回忆起
慈母摇篮边充满着爱意的歌谣
生命就如同那燃烧的灯盏，转瞬即逝
有时候它更像太阳下的影子，不等落日来临
就已经消失得无影无踪
亲爱的朋友，我们都是文字的信徒
请相信人生不过是一场短暂的戏剧
惟有精神和信仰创造的世界
才能让我们的生命获得不朽的价值！

2014年元月25日凌晨

作者：中共青海省委常委、省委宣传部部长。

• 1 •

རབས་བར་འཆོག་ནས་ཀྱི་བྱིམ་གཞིས་དང་། སྤྱིང་གི་སར་ཀྱི་ཕ་ཡུལ་ཀྱང་ཡིན། མགོ་
ལོག་མི་དམངས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་བཙོན་འགྲུས་དང་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱན་མི་
ཆད་པར་དཀའ་ངལ་སྣ་ཆོག་ལས་ནམ་པར་རྒྱལ་ཞིང་། ས་གནས་ཀྱི་བྱང་ཆས་དང་
མི་རིགས་ཀྱི་བྱང་ཆས་མངོན་པར་གསལ་བའི་དངོས་པོའི་དཔལ་ཡོན་དང་བསམ་……
སྒྲིའི་དཔལ་ཡོན་ལེགས་པར་སྦྱར་པའི་ས་ཆ་ཞིག་དང་། མགོ་ལོག་གི་རིགས་སོ་སོའི་
མི་དམངས་ནམས་ལྷན་པ་ནས་འོད་ཟེར་གྱི་སྒྱགས་སུ་སྦྱོང་བ་དང་། སྤྲས་པ་ནས་སྒོ་
འབྱེད་གྱི་སྒྱགས་སུ་སྦྱོང་བ། ཐོངས་པ་ནས་འབྱོར་ཕྱག་གི་སྒྱགས་སུ་སྦྱོང་བ། རྗེས་
ལུས་ནས་དཔལ་ཡོན་གྱི་སྒྱགས་སུ་སྦྱོང་པའི་གནས་མཆོག་ཅིག་ཀྱང་ཡིན། བྱང་ཁྲན་
ཏང་མེད་ན་མགོ་ལོག་མི་དམངས་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་འཆོ་བ་མེད་ལ། མེས་རྒྱལ་གྱི་བྱིམ་
ཆང་ཆེན་མོ་མེད་ན་མགོ་ལོག་གི་དར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་ཡོད་མི་འགྱུར།

སྒོ་མཐུན་ནོར་ཤེ་ཁོང་འབྲོག་བྱིམ་དགུས་མ་ཞིག་ལས་སྐྱེས་ཤིང་། དར་དམར་
 གྱི་འོག་ནས་འཆར་ཡངས་བྱང་པའི་ལོ་རྒྱུས་གྱི་དངོས་དཔང་པ་ཞིག་དང་། ༡ང་དང་
 རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་སྐྱེད་ཏུ་སྤྱིང་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་རྒྱལ་ཁབ་རིམ་པའི་བོད་རིག་.....
 པའི་ཞིབ་འཇུག་པ་ཞིག རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱི་བྱུང་ཁང་གིས་དཔྱད་གསུངས་བསལ་གཟིགས་གཞིས་
 ཐོབ་པའི་རྒྱལ་ཁབ་རིམ་པའི་ཆེད་མཁས་པ་ཞིག རྒྱལ་ཡངས་དམངས་ཆེན་གྱི་འཐུས་
 མི་ཞིག་བཅས་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། ཁོང་གིས་ལོ་རྒྱུ་མང་པོར་མགོ་ལྟག་གི་ས་གནས་ལོ་
 རྒྱུས་དང་། བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་དེ་མགོ་ལྟག་ཏུ་དར་བ་དང་། འཕེལ་བ། ད་ལྟོ་

གནས་བབ་བཅས་ལ་ཞིབ་འཇུག་གནང་ནས། 《མགོ་ལོག་ལོ་རྒྱུས་དེབ་ཐེང་》སྔགས་
ས་གནས་ལོ་རྒྱུས་དང་ཆོས་ལུགས་དགོན་སྡེ་ཁག་གི་གདན་རབས་མང་པོ་ལྷན་ཚུལ་……
དང་པར་སྐྱོན་མཛད་ཡོད་པ་དང་། བོད་རིགས་ཀྱི་དཔལ་པོའི་ལོ་རྒྱུས་སྐྱོན་ཚུལ་སྤྱིང་
གི་སར་རྒྱལ་པོའི་རྟོགས་བརྗོད་སྔགས་བོད་རིག་པའི་སྐོར་ལ་ཞིབ་འཇུག་གནང་ནས།
ལོ་རྒྱུས་སྐྱོན་ཚུལ་གི་སར་དང་། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་ཚུལ་རིག་གནས་རིག་སྐོར་
ཅིས། བོད་ལུགས་གསེར་རིག་དམངས་སྤྱོད་རིག་གནས་སྔགས་སྐོར་ཀྱི་རིག་གཞུང་
དབྱེད་ཚུལ་མང་པོ་བྲིས་ནས་སྤེལ་བ། བོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་གསར་ཚུལ་གྱི་ལས་ལ་ཁྲགས་
ནས། གུང་ཁྲན་ཏང་ལ་བསྟོད་པ་དང་། མེས་རྒྱལ་ལ་བསྟོད་པ། མི་རིགས་མཐུན་
སྤྱོད་ཆེན་མོར་བསྟོད་པ། མེས་རྒྱལ་གྱི་མཛེས་བརྗོད་རི་སྐྱུང་ལ་བསྟོད་པ། མི་ཡུལ་གྱི་
“བདེན་པ་དང་། བཅེ་བ། མཛེས་པ”བཅས་ལ་བསྐྱགས་པ་སྔགས་བརྗོད་བྱར་བྱས་
པའི་སྤྱོད་རྒྱུན་གནང་བའི་ཚུལ་ལུས་དང་དེང་རབས་ལུགས་གསར་ཚུལ་ལུས་ཀྱི་སྐྱོན་
ཚུལ་མང་ཏུ་བྲིས་ནས་སྤེལ།

སྤྱི་མཐུན་ནོར་སྡེ་ཡིས་ཏང་ལ་དགའ་ཞིང་། མ་ཡུལ་ལ་བཅེ་བ་དང་། དམངས་
དོན་དང་། བདེན་འཆོལ། བཅོན་འགྱུས། གསར་གཏོད་བཅས་ཀྱི་སྤྱིང་སྟོབས་དང་།
ལྷག་བསམ་ཚོལ་མེད་དང་། ཁོང་ཡངས་དཀྱིལ་ཆེ་ཡི་མི་གཤེས་སྟོབས་ཤུགས་ལ་
བརྟེན་ནས་སེམས་པ་སྤྱི་ཆོགས་སུ་འབྲེལ་བ་དང་། བཅེ་བ་འཕེལ་རྒྱས་སུ་གཏང་ཡོད།
“ཅང་ཤེས་ཀྱན་པ་ར་བར་ཉལ། །ལེ་བར་སྟོང་རྒྱག་ཡིད་ལ་ཤར། །དཔལ་གྟོད་སྐྱོན་

ཆེར་སོན་གྱིང་། །དཔའ་ཉམས་སྒོ་སྒྲོབས་བྱི་བ་མེད། །ཁོང་གིས་སྤྱགས་སེམས་སྒྲིམ་
ནས་《ལྷོང་ནོར་སྡེ་ཡི་རྩོམ་ཡིག་གཅེས་བསྒྲིག་པ》བཅའ་སྤྱོད་གྱུ་བ། དཔེ་དེབ་འདིས་
ས་གནས་ལོ་རྒྱུས་དང་། ཆོས་འབྱུང་གདན་རབས། རིག་གཞུང་དཔུང་རྩོམ། སྤྱི་
རྒྱུན་སྒྲན་རག ཡུལ་སྤྱི་རིག་གནས་བཅས་ཀྱི་ཐད་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་མཐོང་ཐོས་
ཚུང་རྟོགས་དེ་དང་ཏུས་སྤྱི་ཆོག་ཀྱི་གནད་དོན་གཙ་པོ་དང་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་ཞིང་།
འཆོ་བ་དང་བྱ་བའི་ལག་ལེན་ཀྱི་ཆར་གཞི་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པོ་དང་ལྡན་པས། མགོ་
ལོག་ས་གནས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་ཡར་ཐོན་ཀྱི་གོ་རིམ་ལ་ཤེས་རྟོགས་དང་། ས་གནས་ཀྱི་
དཔལ་འབྱུར་སྤྱི་ཆོག་གོང་འཕེལ་དང་རིག་གནས་རྒྱུད་འཛིན་ལ་སྤྱི་ལ་འདིད་གཏོང་
བར་སྒྲོབ་སྦྱོང་དང་། ལུས་དཔུང་། དབྱེ་ཞིབ། ཞིབ་འཇུག་བཅས་ཀྱི་རིན་ཐང་རེས་
ཅན་ཞིག་ལྡན་ཡོད། དཔེ་རྒྱུན་ཀྱི་གོ་སྐབས་འདིར་ངས་སྒོ་མཐུན་ནོར་སྡེ་ཡིས་ཏུས་
ཡུན་རིང་པོར་མགོ་ལོག་གི་དཔལ་འབྱུར་དང་སྤྱི་ཆོག་ལས་དོན་སྤྱི་ཆོག་ཀྱི་ཆེད་……
ཏུ་འབད་བཅོན་སྟོང་མེད་དང་དགེ་མཚན་ལྡན་པའི་མཛད་རྗེས་བཞག་པར་བཀའ་……
དྲིན་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། སྤྱད་ཆར་ཡང་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་འདིའི་སྤྱགས་ལ་འབད་བཅོན་
སྒོས། གངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་འགོ་བློད་ལས་བྱེད་པའི་གཞི་འོད་འབར་བའི་མི་ཆེའི་
ཞབས་རྗེས་དེ་ལུ་མཐུད་ནས་རྩོམ་འབྲི་བྱེད་ཐུབ་པའི་རེ་བ་བཞག་ཡོད། དེ་ནི་སྤྱིང་
གཞིའོ། །

序 言

中共果洛州委书记 林亚松

参加省人大十二届三次会议期间，闻《诺尔德文集》付梓，并与诺尔德同志就《文集》的内容、结构、价值取向等进行了深入探讨，自觉《文集》回顾果洛的过去，歌颂果洛的今天，展望果洛的未来，其出版发行意义不菲，故欣然提笔以序之。

果洛州地处青藏高原东部，自然风光美好，社会历史悠久，地域文化独特，是藏族人民世代繁衍生息的家园；是格萨尔的故乡；是果洛人民以自己的勤劳和智慧不断战胜各种困难，创造出具有鲜明地域特色和民族特色的物质文明和精神文明的地方；是果洛各族人民从黑暗走向光明，从封闭走向开放，从贫穷走向富裕，从落后走向文明的地方。没有共产党就没有果洛人民的美好生活，没有祖国的大家庭就没有果洛的繁荣和发展。

诺尔德同志出生于普通牧民家庭，作为红旗下成长起来的历史见证者，作为党和国家培养的社会科学国家级藏学研究者，享受国务院特殊津贴的国家级专家和全国人大代表，多年来从事果洛地方历史和藏传佛教在果洛的传播、发展及现状的研究，撰写出版了《果洛史要》等地方历史和宗教寺院志书；从事藏族英雄史诗格萨尔等藏学研

究，撰写发表了史诗格萨尔、藏族语言文学、天文历算、藏医藏药、民俗文化等方面的学术论文；从事藏族文学方面的创作，撰写发表了歌颂共产党，歌颂祖国，歌颂民族大团结，歌颂祖国壮丽山河，歌颂牧区新变化、牧民新生活，歌颂人间“真、善、美”等主题传统古体诗歌和当代新体诗歌等作品。

诺尔德同志以爱党、爱家乡和为民、求实、勤奋、创新的精神，坦诚、包容的人格力量，心系社会，情系发展。“老骥伏枥，志在千里。烈士暮年，壮心不已。”他潜心撰写了《诺尔德文集》。该书从地方历史、宗教寺志、学术论文、传统诗歌、民俗文化等角度，把自己的所见所悟所识与当今社会的主要问题融于一体，具有很强的生活、工作实践基础，对认识果洛地方发展进步过程，促进地区经济社会发展和文化传承具有一定的学习、参考和分析研究价值。成书之际，感谢诺尔德同志长期为果洛经济社会各项事业做出的不懈努力和积极贡献，并希望继续为之努力，续写少数民族领导干部闪亮的人生足迹。

是为序。

2014年1月27日

ཚུམ་པ་པོའི་མཆམས་སྦྱར་མདོར་བསྟུས།

འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱི་སྒྱུ་འཕྲུལ་བྱ་བ་འབྲིགས། །

འཇིག་རྟེན་མགོན་པོ་དགེས་པའི་ཞལ་བཟང་འཇུག། །

མཐུ་སྟོབས་བདག་པོ་བརྟན་དགའི་གཤེད་ཏུ་སྒྲུང་། །

རིགས་གསུམ་སེམས་དཔས་ནམ་ཀུན་འབྲལ་མེད་སྦྱངས། །

དེ་ཡང་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་གི་རྒྱལ་ཁབ་རིམ་པའི་ཆེད་མཁས་པ་དང་། བོད་
རིག་པའི་ཞིབ་འཇུག་པ། ཚུམ་པ་པོ། སྟན་ངག་པ་བཅས་ཡིན་པའི་མཁས་དབང་
ལྷན་མོར་མེ་མཆོག་ནི་བོད་རབ་རྒྱལ་ཤིང་ཏེ(སྤྱི་ལོ1954) ལོར་མགོ་ལོག་དགའ་བདེ་...
རྒྱུ་ལ་སྦྱང་གོང་མ་སང་གི་འབྲོག་བྱིས་དཔུས་མ་ཞིག་ཏུ་སྦྱུ་འབྲུངས། ཚ་བའི་རུས་
ལྷན་དང་། བྱེ་བྲག་གི་རུས་དགེ་ཅེ། བྱིས་ཚང་གི་རྒྱུད་ལ་གྱུ་རིགས་སང་ཞེས་འབོད།
སྦྱ་ན་ཕ་མོའི་རུས་སུ་དཔལ་སྟན་མོ་དགོན་གྱི་དགེ་བཤེས་སྦྱ་ཤུལ་ཐུབ་བསྟན་རྒྱ་.....
མཆོའི་སྦྱེ་སྤྱིད་ཏུ་ངོས་འཛིན་བྱས་ཤིང་ཆོས་སྒྲོར་ཁྱེད་སྟུགས། བྱུ་ཤུལ་དགེ་སྦྱང་པ་རྩ་
འོད་གསལ་གྱིས་སྦྱོད་ཏུ་བསྤྱིང་ཞིང་སྒྲོག་བསྐྱབས། དེ་ནས་ད་ལྟའི་བར་ཏུ་གསར་
ཉིང་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་བཅུ་ཕྱག་གསུམ་ལྟ་གི་ཞབས་ལ་གཏུག་.....

ནས་མདོ་སྤྱོད་རིག་གནས་དང་བཅས་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་ཐོས་བསམ་སྐྱོད་ཆེན་པོ་
མཛད། མཁས་པའི་བྱ་བ་འཆད་ཚིང་ཚིམ་གསུམ་གྱི་མཛད་པ་མང་དུ་བསྐྱེད་པ། ཆོས་
སྲིད་རིག་གནས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་སྟོབས་སུ་རྒྱུགས། ཁོང་ཉིད་དུས་དབང་གིས་རྒྱལ་
ཁབ་ཀྱི་སློབ་གྲྭ་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་གང་དུ་ཡང་ཞུགས་མ་ཐུང་མོད་ཀྱང་། རྒྱ་ནག་
གི་ཡི་གེ་དང་། གཞུང་ལུགས་གསར་རྒྱུ་དང་། དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་བྱ་བཅས་ཀྱི་སྐོར་ལ་
ཡང་སྦྱོར་དགུས་རབ་དུ་ཡངས། སྤྱི་ལོ་1975ལོར་བྱ་བར་ཞུགས། སྤྱི་ལོ་དགའ་བདེ་
རྒྱུ་རྒྱུ་སྦྱོར་སྐབས་ལྷུ་ལོ་ཆོད་དང་། དགའ་བདེ་རྒྱུ་སྦྱོར་གཞུང་དང་དམངས་ཆེན་གྱི་
གཞུང་ལས་ཁང་། མགོ་ལོག་ཁུལ་མི་རིགས་དགེ་ཐོན་སློབ་གྲྭ་ མགོ་ལོག་ཁུལ་རྩོམ་
རིག་སྒྲུ་རྩལ་མཉམ་འབྲེལ་ལྷན་ཆོག་གས། མགོ་ལོག་ཁུལ་སྲིད་གྲོས། མགོ་ལོག་ཁུལ་
དམངས་ཆེན་བཅས་སུ་སྦྱོར་བ་དང་། ཅིས་གཉེར་བྲིད་སྟོན་པ། ལོ་རྒྱུ་པ། དྲུང་ཡིག་
པ། དགེ་ཆན། རྩོམ་པ་པོ། བོད་རིག་པའི་ཞིབ་འཇུག་པ། སྲིད་འཛིན་ལས་བྱེད་པ་
བཅས་ཀྱི་ལས་འགན་བཞེས་ཐུང་། ད་ལྟ་མགོ་ལོག་ཁུལ་དམངས་ཆེན་རྒྱུ་རྩལ་ལས་ལྷན་
ལོན་ལྷན་ཁང་གི་ཀྲུ་རིན་གཞོན་པ་དང་། ཁུལ་གེ་སར་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་གནས་ཀྱི་
འགན་འཛིན་པ། མཆོ་སྟོན་ཞིང་ཆེན་གེ་སར་ཆེད་མཁས་ལྷན་ལོན་ལྷན་ཁང་གི་ཀྲུ་
རིན་ལྷན་གཞོན་པ། རྒྱལ་ཡོངས་གེ་སར་བྱ་བའི་འགོ་བྲིད་ཆོན་ཆུང་གི་ཁོངས་མི།
སྤྱི་ཆོག་ཆོན་རིག་གི་རྒྱལ་ཁབ་རིམ་པའི་ཆེད་མཁས་པ་བཅས་ཀྱི་འགན་བཞེས་ཡོད།
གཞན་ཡང་ཁོང་གིས་མཆོ་སྟོན་ཞིང་ཆེན་སྲིད་གྲོས་སྐབས་དགུ་བའི་རྒྱུ་རྩལ་ལས་ལྷན་པོ་

ལྷ་ཡོན་དང་། རྒྱལ་ཡོངས་སྤྱི་དྲུག་སྐབས་བཅུ་བའི་ལྷ་ཡོན། སྐབས་བཅུ་གཅིག་
བའི་རྒྱལ་ཡོངས་དམངས་ཆེན་གྱི་འཐུས་མི་བཅས་ཀྱི་འགན་བཞེས་སྤྱོད་ལ། ད་
ལྟོ་འདྲེ་ལྷ་ཡོན་སྤྱི་དྲུག་དང་ཞིང་ཆེན་སྤྱི་དྲུག་གི་རྒྱན་ལས་ལྷ་ཡོན་དང་། སྐབས་བཅུ་
གཉིས་བའི་རྒྱལ་ཡོངས་དམངས་ཆེན་གྱི་འཐུས་མིའི་འགན་བཞེས་ཡོད།

ཁོང་གི་ཕྱག་ཚུམ་གྱི་སྐོར་ལ་པོད་རྒྱ་ཡིག་རིགས་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཅུ་མས་.....
བའི་བཅུ་མས་ཆོས་པོད་གངས་བཅུ་ཕྱག་ལས་བཀལ་བ་ཞིག་ཡོད་ལ། སྐབས་འདིར་
ཞིང་ཆེན་དང་ལྷ་ཡོན་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་ཚུ་འཇུགས་དང་དབུ་བྱིད་གྱི་ཐུགས་འདུན་དང་།
རྒྱ་ཆེད་སྤྱོད་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་རེ་འདུན་སྐོར་བའི་ཆེད་དུ་ཕྱག་ཚུམ་གྱི་མ་ཡིག་དག་ལས་
བྱེད་ལྷག་ཅུ་ཞིག་སྟེ་ས་གནས་ལྷ་རྒྱས་ཀྱི་སྐོར་དང་། དགོན་མེད་ཁག་གི་གདན་
རབས་ཀྱི་སྐོར། པོད་རིག་པའི་དབུ་དུ་ཚུམ་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱི་སྐོར། སྤྱི་རྒྱུན་སྟོན་རག་གི་
སྐོར། དུལ་སྤྱི་སྟོན་ཚུམ་གྱི་སྐོར་བཅས་པོད་ལྷ་འདི་གཅིས་བསྐྱུས་སུ་བསྒྲིགས་ནས།
དཔེ་སྟོན་བྱས་པ་ཡིན་ལ། ད་དུང་དེ་དག་དུ་མ་བསྐྱུས་པའི་ཕྱག་ཚུམ་སྐོར་ལ། མདོ་
སྤྱོད་རིག་གནས་དང་བཅས་པའི་ཟིན་བྲིས་མཆན་འབྲེལ་གྱི་སྐོར་དང་། གོང་དུ་མ་
འདུས་པའི་ལྷ་རྒྱས་དང་རྣམ་ཐར་གྱི་སྐོར། ཚུམ་ལུས་གསར་བའི་རྒྱལ་དུ་བྱས་པའི་
སྟོན་ཚུམ་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱི་སྐོར། དེང་རབས་ཀྱི་སྤྱོད་ཚུམ་དུ་མའི་སྐོར། སྟོན་བཤད་
སྤྱོད་ལུས་ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་དང་བསྐྱུན་པའི་འབྲེལ་ཚུམ་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱི་སྐོར། ཡིག་
རིགས་གཞན་ནས་བསྐྱུར་བའི་ཚུམ་ཡིག་དུ་མ་དང་རྒྱ་པོད་ཡིག་སྐྱུར་ལ་མཁོ་བའི་.....

སྐད་གཉིས་ཤན་སྒྱར་གྱི་ཆོག་སྤང་ཆོག་མཛོད་གྱི་སྐྱར། བོད་ལྷགས་གསེ་རིག་སྒྲན་གྱི་
སྒྱར་མེ་དང་ངོས་འཛིན་གྱི་བེན་ཐོའི་སྐྱར། རྒྱུའི་སྐད་ཡིག་ལས་བཅུམས་པའི་ཆབ་
སྲིད་དང་། དཔལ་འབྱོར། རིག་གནས། དམངས་འཆོ་བཅས་གྱི་རྟོག་ཞིབ་སྒྲན་ཁྱའི་
ཚུམ་ཡིག་དང་། གྲོས་གཞིའི་ཡིག་ཆ་སྤྲུགས་གྱི་སྐྱར་བཅས་མང་ཏུ་ཡོད། སྤང་མའི་
ཆར་ཡང་སྤྲུག་ཚུམ་ཡོངས་རྫོགས་རིམ་བཞིན་པར་སྒྱན་བྱབ་པའི་སྒྲན་འདུན་དང་……
བཅས། སྤར་སྤྲས་པ།

གངས་རིའི་སྤྲངས་ན་མཁས་པའི་གྲགས་སྒྲན་འབར། །

ཆོས་སྲིད་མཛོད་པ་རྒྱ་མཆོའི་མཐའ་ཏུ་སོན། །

སྤྲ་བའི་དབང་སྤྲུག་གང་གི་ཞབས་བརྟན་ཅིང་། །

འཕྲིན་ལས་བྱེ་བས་འཛིག་རྟེན་མཛོས་བྱུར་ཅིག །

ཅེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་དམ་པ་གང་གིས་ཡུན་རིང་བཙེ་བས་བསྐྱངས་པའི་སྒྲུམས་……
ལས་པ་སྐྱང་གཏེར་མིང་འཛིན་གྱུ་ཏུ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་གྲུས་པས་སྐྱར་བ་སྤྲ་ང་ཡུལ། །

དཀར་ཆག

སྤྱི་གཞི།.....(1)

ཚུམ་པ་པོའི་མཆམས་སྦྱར་མདོར་བསྟུན།(1)

གསང་ཆེན་སྤྲ་འབྱུར་གྱི་ཆོས་སྤེ་ཆེན་པོ་དཔལ་ལྷན་བྱུང་བྱུང་བསྟན་ཆོས་འཁོར་

སྤྱི་གཞི་གདན་རབས་མདོར་བསྟུན་སྤྲ་བཟོད་པ་ལེགས་བཤད་ཆངས་པའི་

རྩ་སྒྲ།(1)

གསང་ཆེན་སྤྲ་འབྱུར་གྱི་ཆོས་སྤེ་ཆེན་པོ་བྱུང་བསྟན་ཆོས་འཁོར་སྤྱི་གཞི་ལོ་རྒྱུས་

ཤིན་ཏུ་བསྟུན་པ་གཏམ་བཟང་ལྟ་ཡི་སེལ་སྟན།(97)

སྤྱི་སྦྱབས་དགོན་བསྟན་གཉིས་དར་རྒྱས་སྤྱི་གཞི་གདན་རབས་མདོར་བསྟུན་

ལེགས་བཤད་སྤྱི་གཞི་རྩ་རྩ།(109)

བ་ཡན་དགོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུན།(217)

གསང་ཆེན་སྤྲ་འབྱུར་གྱི་ཆོས་སྤེ་ཆེན་པོ་རྩོ་རྩོ་རྩོ་དགོན་བྱུང་བསྟན་མདོ་སྟགས་

བཤད་སྦྱབ་ཆོས་འཁོར་སྤྱི་གཞི་གདན་རབས་མདོར་བསྟུན་སྤྲ་བཟོད་པ་

ལེགས་བཤད་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་གཞི་སྤྱི་གཞི་.....(227)