

State Level Intangible Cultural Heritage

བོད་ལོ་ག་བརྗེ་ཆུ་ལ་བྱུང་སྟོན་དང་འཕེལ་བྱས་སྟོན།

藏纸生产工艺的抢救与发展过程

Preserve and Development of the Manufacturing Technology of Traditional Tibetan Paper

ཡོན་ཏེན་ལྷ་མ་ཁྲིའི་ཀོན་ཆུ་མ་འདྲ་འཛོལ་མི་ཡིག་མ་ཡག་ཆུ་མ་
ཆིབ་འཁྲུག་འཕེལ་ཆུ་མ་ཉི་ཤེས་ཀྱི་མ་ཆོས་མཁྱིལ་བྱ་མ་

拉萨市城关区彩泉民族手工业研究中心 编

མི་ཤིག་ན་དཔེ་སྟུན་ཁང་།

民族出版社

THE ETHNIC PUBLISHING HOUSE

བོད་ཐོག་བརྩ་བྱ་ལ་བྱུང་བྱེད་དང་འཕེལ་བྱས་སྒོ་ན།

藏纸生产工艺的抢救与发展过程

Preserve and Development of the Manufacturing Technology
of Traditional Tibetan Paper

ཨྲན་ཁྱེར་རྩ་ས་ཁྱེར་ཀོན་རྩས་འདུལ་ཆོན་མི་དེག་ས་ལག་རྩལ་
ཞིབ་འཇུག་འཕེལ་བྱས་ལྟེ་གནས་ཀྱིས་ཆོན་མི་དེག་བྱས།

拉萨市城关区彩泉民族手工业研究中心 编

ཨྲན་ཁྱེར་རྩ་ས་ཀྱི་ཨྲན་ཁྱེར་རྩ་ས་

民族出版社

THE ETHNIC PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

藏纸制造工艺:藏纸生产工艺的抢救与发展过程:
藏汉英对照/拉萨市城关区民族手工业研究中心编. —
北京:民族出版社, 2010.9
ISBN 978-7-105-11129-9

I. ①藏… II. ①拉… III. ①藏族—造纸—生产工艺
—藏、汉、英 IV. ①TS75

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 175935 号

出版发行: 民族出版社出版发行
地 址: 北京市和平里北街 14 号 邮编 100013
网 址: [http:// www.mzcbs.com](http://www.mzcbs.com)
印 刷: 民族印刷厂
经 销: 各地新华书店经销
版 次: 2010 年 9 月第 1 版 2010 年 9 月北京第 1 次印刷
开 本: 787 毫米×960 毫米 1/16 印张:13.75
印 数: 0001-5000 册 定价:45.00 元
ISBN 978-7-105-11129-9/T·23 (藏 8)

该书若有印装质量问题,请与本社发行部联系退换
藏编室电话:58130509 藏文发行科电话:64227665

ཚུམ་སྒྲིག་ཆོག་པ་རྒྱུ་།

གཙོ་སྒྲིག་པ།	བྱམས་པ་བཙོན་འགྲུལ།
གཙོ་སྒྲིག་པ་གཞོན་པ།	བདེ་ཆེན་སྒྲོལ་དཀར། ཆེ་རིང་དབང་ཕྱུག
ཐོད་ཡིག་ཡིག་སྒྱུར།	བསམ་གྲུབ།
རྒྱ་ཡིག་ཡིག་སྒྱུར།	ངག་དབང་ཕུན་ཚོགས། གུན་བཟང་རྡོ་རྗེ།
དབྱིན་ཡིག་ཡིག་སྒྱུར།	ལྷག་པ་ཆེ་རིང་། སྙིང་རྩེ་རྒྱལ།

编 委 会

主 编：强巴遵珠

副 主 编：德庆卓嘎 次仁旺久

藏文翻译：桑珠

汉文翻译：阿旺平措 贡桑多吉

英文翻译：拉巴次仁 娘吉加

ཕྱིན་འགྲོའི་གཏམ།

གངས་ཅན་མེས་པོ་ཚེས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒོ་གྲས་དང་ལག་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་ས་མཐོའི་ཐོག་
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་། རིག་གནས་ཐུན་སུམ་ཚོགས་པ་གསར་
གཏོད་ཀྱིས་རྗེས་འཛིན་པ་ཚོར་རང་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་ལ་ཞིབ་འཇུག་གནང་རྒྱུ་དཔུང་
གཞིའི་མང་གཞི་འཕོར་ཆེན་ཞིག་འཛོགས་གནང་མཛད་ཡོད།

མེས་པོའི་ཐུགས་རྗེ་བཀའ་དྲིན་གྱིས་འཛོགས་གནང་མཛད་པའི་རིག་གནས་དེ་དག་ནི། གྲུང་
གོའི་རིག་གནས་བང་མཛོད་ཁྲོད་ཀྱི་ཆ་ཆེའི་ནོར་བུ་ལྟ་བུར་འགྱུར་ཡོད་པ་ཙམ་མ་ཟད་འགྲོ་བ་མིའི་
རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་བང་མཛོད་ནང་གི་ཆ་ཆེའི་ནོར་བུ་ཞིག་གྲང་རེད།

འདིར་རྗེས་རབས་པ་རྣམས་ལ་བོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་བཟོ་རྩལ་གྲངས་ལས་འདས་པའི་ནང་
གི་བོད་ཤོག་བཟོ་རྩལ་ལྟར་སྒྲིབ་དང་གོང་འཕེལ་བཏང་བའི་སྐོར་ཅུང་ཟད་ཅིག་ངོ་སྤྲོད་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན་པ་
ཟེ། བོད་ཤོག་བཟོ་རྩལ་བོད་དུ་དར་ནས་ཉུང་མཐར་ཡང་ལོ་ངོ་སུམ་སྟངས་ལ་ཉེ་བ་ཞིག་འདས།
གང་ལགས་ཞེས་ན། སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་མ་ཚུགས་གོང་གི་ལོ་དུག་བརྒྱ་ལས་མས་ཤིག་ལ་སྟོན་པ་
གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་བྱུང་བ་དང་། སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་《གསེར་འོད་ནོར་བུ་མེ་
འབར་》ཞེས་པའི་ཕུག་དཔེའི་ནང་མཐིང་ཤོག་ཐོག་གསེར་དངུལ་ལ་སོགས་རིན་ཆེན་རིགས་ཀྱི་ཡི་
གེར་གྲིས་ན་ཕན་ཡོན་ཅི་ཡོད་སྐོར་འཁོད་འདུག།

སྤྱི་ལོ་༡༩༠༥ལོ་ནས་སྤྱི་ལོ་བཟའ་བུ་མས་པ་བཙོན་འགྲུས་མཚོགས་གིས་ཤོག་བཟོའི་བཟོ་རྩལ་རྩ་
ཆེན་དེ་བོར་བསྐྱུག་ཏུ་མི་འགྲོ་བའི་ཆེད་ཤོག་བཟོའི་ལག་རྩལ་དར་རྒྱུང་ཡོད་པའི་ས་གནས་སོ་སོར་
ཐེབས་ཉེ་བཟོ་རྩལ་དེ་ལྟར་སྒྲིབས་དང་། རྗེས་འཛིན་པ་གསོ་སྒྲིང་། སྤར་ཡོད་བོད་ཤོག་ཐོན་རྩལ་
སྤར་གསོ་གསར་སྤེལ་གྱིས་དེང་དུས་ཀྱི་ཁྲོམ་རར་བརྒྱུད་ཐུབ་པ་བཟོ་གནང་མཛད་ཡོད།

དེབ་འདིའི་ནང་བོད་ཤོག་གི་ལོ་རྒྱུས་སྐོར་རགས་ཙམ་དང་། བཟོ་རྩལ་སྐོར། བོད་ཤོག་གི་

ཁྱད་ཚུལ་སྒྲིལ། བོད་ཤོག་ལས་བཟོས་པའི་གནའ་མ་མོའི་ཐོན་རྫས་དང་། གསར་གཏོད་བྱས་པའི་
བོད་ཤོག་དང་བོད་ཤོག་ལས་བཟོས་པའི་ཐོན་རྫས་ལྔ་ཚོགས་ཀྱི་པར་རིས་བཅས་ཡིད།

འོན་ཀྱང་བྱིས་པ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེས་སྤངས་ཀྱི་ཤེས་རབ་དམན་པ་དང་། མཐོང་རྒྱ་དང་
ཐོས་རྒྱ་ཆུང་བ། ཡང་སྒོས་སུ་འབྲེལ་ཡོད་དབྱེད་ཡིག་ལག་སོན་དཀའ་བ་བཅས་ཀྱིས་ནོར་འབྲལ་མི་
ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད་ངེས་པས་མཁས་དབང་ལྷན་རྒྱས་ནས་ནོར་བཙོས་ཡོ་བསྐང་གི་དགོངས་འཆར་
ལྷག་པོར་གནང་རྒྱུའི་རེ་འདུན་སྟེང་དབུས་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན།

བྱུང་སྐོན་གསལ་བཅས།

བྱུང་སྐོན་	ཞོར་ཆད།	བཅོས་གསལ།
ཐོན་འབྲེལ་གྲུ་མ་གྱི་ མཛད་པ་སྤྱི།		བདེ་ཆེན་སྒྲོལ་དཀར།
ཚུལ་ཞུག་ཆོག་སྤྱི་ཅུང་།	ཆེ་རིང་དབང་ཕུག	ཆེ་རིང་དབང་འདུག།
编委会	次仁旺久	次仁旺堆
ཐོག་མེ་P3 L25	ཐོག་བཟོའི་	ཐོག་བཟོའི་
ཐོག་མེ་P7 L14	གཤེན་ནམ་མཁའ་	ཤེན་ནམ་མཁའ་
ཐོག་མེ་P11 L3	སྐམ་ཤིང་	སྐམ་ཤིང་
ཐོག་མེ་P14 L4	ཚུལ་	ཚུལ་
ཐོག་མེ་P18 L7	ཐོག་རུ་	ཐོག་རུ་
图片说明P135.P136	像册	相册
图片说明P137.P138	藏纸面具	藏纸相册

ཚོམ་རྒྱུག་འགན་ཁུར་པ། བསམ་གྲུབ།
 责任编辑： 桑 珠

ཐོད་པོག་པུ་རྒྱལ་ལྷན་ཁྲུང་དང་འཕེལ་རྒྱས་སྒྲུབ།

ཚུལ་རྒྱུག་པ།	སྒོར་བྱེད་ལྷ་ས་ཁྲུང་ལྷན་ཁྲུང་མི་རིགས་ལག་ཁྱུལ་ཞིབ་འཇུག་འཕེལ་རྒྱས་སྒྲུག་ནས།
དཔེ་རྒྱུན་མཁན།	མི་རིགས་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་།
འབྲེལ་ཕྱི་མཁན།	མི་རིགས་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་གི་བོད་ཡིག་ཚོམ་རྒྱུག་ཁང་།
གནས་ཁུལ།	པེ་ཅིན་རྫོང་པེ་ཕྱང་ལམ་ཨང་14པ།
ཚུལ་ལྷན་།	100013
ཁ་པར་ལྷན་གྲངས།	010 - 64227665
པུ་རྒྱལ་ཚོང་མཁན།	རྒྱལ་ཡོངས་ས་གནས་སོ་སོའི་ཞིན་རྫུ་དཔེ་ཚོང་ཁང་།
པར་འདྲེབས་མཁན།	མི་རིགས་པར་འདྲེབས་བརྩི་གྲ།
དྲེབ་ཆུང་།	787mm × 960mm 1/16
པར་ཕྱག་།	13.75
པར་གཞིའི་རྒྱག་ཐངས།	2010ལོའི་ཟླ9པར་པར་གཞི་དང་པོ་བརྒྱགས།
པར་ཐངས།	2010ལོའི་ཟླ9པར་པེ་ཅིན་རྫུ་པར་ཐངས་དང་པོ་བརྒྱབ།
པར་གྲངས།	0001 - 5000
རིན་ཀྱང་སྒྲུབ།	45.00

ISBN 978 - 7 - 105 - 11129 - 9/T · 23 (བོད8)

དཀར་ཆག

བོད་ཤོག་བཟོ་ཆལ་ལྟར་སྐྱབ་གསར་སྒེལ་བྱས་པའི་བརྒྱུད་རིམ།	(1)
བོད་ཤོག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཅུང་ཟད་སྒྲིང་བ།	(5)
ཐོན་ཁུངས་མི་གཅིག་པའི་བོད་ཤོག་གི་བྱད་ཆས་དང་སྦྱོད་ཡུལ།	(9)
བོད་ཤོག་གི་རྒྱ་ཆ་གཙོ་བོ་ལག་གཅིག་.....	(11)
གནའ་བོའི་བོད་ཤོག་བཟོ་ཆལ་སྒྲིང་།	(12)
དམིགས་བསལ་བོད་ཤོག་གི་བཟོ་ཐབས།	(14)
བོད་ཤོག་གི་བྱད་ཆས།	(15)
བོད་ཤོག་གི་ཐོན་རྒྱས་གསར་པ་དང་དུས་ཀྱི་ཁྲོམ་རར་སྦྱོད་པ།	(17)
གནའ་བོའི་བོད་ཤོག་གི་ཐོན་རྒྱས།	(20)
གཅིག་ བོད་ཤོག་དང་བོད་ཀྱི་ཡིག་རིགས་རྩ་ཆོགས།	(20)
གཉིས། བོད་ཤོག་དང་དབུལ་ལོར།	(21)
གསུམ། བོད་ཤོག་དང་བོད་ཀྱི་སྐྱུག་འཛིན།	(23)
བཞི། བོད་ཤོག་དང་ཤོག་བུའི་བྱ་འཕྲིལ།	(26)
藏纸生产工艺抢救及创新历程	(28)
藏纸的起源	(29)
藏纸产地的不同特点和用途	(31)
藏纸的主要成分	(32)
古代藏纸生产工艺	(32)
特殊藏纸的制造方法	(33)
藏纸的特点	(33)

藏纸的新产品走向现代市场	(34)
藏纸的传统产品	(35)
1、藏纸与藏文馆藏	(35)
2、藏纸与纸币	(35)
3、藏纸与西藏邮票	(37)
4、藏纸与西藏的风筝	(38)
Protecting and developing the technology	
of traditional Tibetan Papermaking	(40)
The History of Tibetan Papermaking	(42)
Traditional Tibetan Papers Produced From	
Different Parts of the Region: Their	
Features and Usages	(46)
Tibetan Paper and Tibetan document	(47)
Traditional Tibetan Paper and the Kites	(48)
Tibetan Paper and Tibetan Postage Stamps	(49)
Tibetan Paper and Tibetan Currency	(51)
Introduction to the Materials used	
in Papermaking	(54)
The Ancient Technology of the Tibetan	
Papermaking	(54)
The Techniques for Making Special Tibetan	
Paper	(55)
Features of Traditional Tibetan Paper	(56)
New Products for a Modern Market	(57)

རིམ་ཁག་སྲིད་གཞུང་ནས་གནང་བའི་དཔང་ཡིག་ཁག་གཅིག་.....	(1)
སྤྱི་ཚུན་བོད་ཤོག་གི་རྒྱ་ཆ་དང་ཐོན་སྐྱེད་ཡོ་བྱད་ཁག་གཅིག་.....	(7)
དེ་ལྟ་བོད་ཤོག་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཡུལ་བྱས་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་སྐོར།	(15)
དངོས་སུ་ཐོན་སྐྱེད་བྱས་པའི་བོད་ཤོག་གི་ཐོན་ཁུངས་གསར་པ་ཁག་གཅིག་ ...	(63)
ལྷ་ས་འཇའ་ཚོན་མི་རིགས་ལག་ཤེས་གསར་སྤེལ་ཁྱེ་གནས་ཀྱིས་དེང་རབས་ཀྱི་ སྐོར་རར་བཤམས་པའི་ཐོན་ཁུངས་གསར་པ་ཁག་གཅིག་	(99)
མཇུག་གཏམ།	(1)
后记	(2)
Acknowledgements	(2)

བོད་ཤོག་བརྗོད་ཆལ་ལྟར་སྒྲིབ་གསར་ཤེལ་ བྱས་པའི་བརྒྱུད་རིམ།

བོད་མི་རིགས་ནི་བྱུང་དུ་འཕགས་པ་དང་ལོ་རྒྱུས་ཡུན་རིང་ལྡན་པའི་ཁྱད་ཆ་མི་རིགས་ཀྱི་མ་
ཚང་ཆེན་པོའི་ནང་གི་མི་རིགས་ཀྱི་གས་ཤིག་ཡིན། རང་རིགས་ཀྱི་མེས་པོ་ཆོས་མི་རབས་ནས་མི་
རབས་བརྒྱད་མཆོ་བོད་ས་མཐོའི་གནམ་གཤིས་གང་དར་ཆེ་བ་དང་། གསེ་རྒྱུད་ཉུང་བ་སྤྲུགས་རང་
བྱུང་ཁོར་ཡུག་གི་འགལ་སྐྱེན་སྣ་ཆོགས་ལ་འཐབ་ཚོད་ཞུས་མེད་ཀྱིས་འཆོ་ཐབས་བྱས་པས་མ་ཆད།
རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིང་རུས་དང་སྒྲོ་གྲས་ལ་བརྟེན་ནས་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་དང་དངོས་པོའི་དཔལ་
ཡོན་སྤུན་སྲུང་ཆོགས་པོ་ཞིག་གསར་བསྐྱུན་བྱས་ཏེ། རང་རེ་རྗེས་བྱུང་ཆོར་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་
བྱུང་ཆོས་ལྡན་པའི་རིག་གནས་འོད་སྣང་འབར་བའི་རྗེས་ཤུལ་འབོར་ཆེན་ཞིག་འཛོག་གནང་མཛད་
ཡོད། འོན་ཀྱང་བར་སྐབས་ཤིག་ལ་ཆ་ཆེའི་རིག་གནས་ཁག་གཅིག་པོར་བརྒྱག་དུ་འགྲོ་ཉེར་ཐུག་པ་
དང་། ལྷག་པར་དུ་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་བརྗོད་ཆལ་ཆ་ཆེན་འགའ་ཞིག་ཆ་མེད་དུ་འགྲོ་ཉེར་ཐུག་པའི་
སྐབས་དེར། སྐབས་བརྒུ་གཅིག་པའི་ཁྱད་ཆ་ཆོར་འཛོམས་སྒྲོས་ཆོགས་ཐེངས་གསུམ་པ་ཆོགས་
རྗེས། ཏང་ཀྱང་དབྱང་དང་རྒྱལ་སྤྱི་དབྱེ་བྱེ་བྱེ་བྱེ་ཁང་གིས་ཀྱང་གོའི་མི་རིགས་སོ་སོའི་གནའ་བོའི་རིག་
གནས་ཤུལ་བཞག་ཆ་ཆེན་ནམས་ལྟར་སྒྲིབ་རྒྱུན་འཛིན་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་རྒྱ་ཞི། ང་ཆོ་མི་རབས་
འདིའི་ལས་འགན་གལ་ཆེན་ཞིག་རེད་ཅེས་སྒྲུལ་མ་ཡང་ཡང་གནང་ཡོད་པས་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་ཁྲོད་
ཀོན་རྒྱུས་འཇའ་ཆོན་པན་བདེའི་མི་རིགས་ལག་ཤེས་བརྗོད་ལས་ཞིབ་འཇུག་གསར་ཤེལ་ལྟེ་གནས་
ཀྱིས་ཀྱང་དབྱང་གི་དགོངས་དོན་དང་ལེན་ཞུས་ཏེ། མི་རིགས་ལག་ཤེས་བརྗོད་ཆལ་ཆ་ཆེན་ཁག་
གཅིག་ལྟར་སྒྲིབ་བྱས་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་བོད་ཤོག་བརྗོད་ཆལ་ལྟར་སྒྲིབ་ཀྱིས་དངོས་སུ་ཐོན་སྐྱེད་
བྱས་པ་དང་སྤྲུགས། ཞིབ་འཇུག་འཕེལ་རྒྱས་གང་ཅམ་བཏང་ཡོད།

འོན་ཀྱང་ཤོག་བྱའི་བརྗོད་ཆལ་ལྟར་སྒྲིབ་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་ཆེད། འདི་ག་པན་བདེ་ལག་ཤེས་

སྐྱུ་ལཔས་བྱམས་པ་བཙུན་འགྲུས་མཆོག་གི་དགོངས་པར། བོད་ཤོག་བཟོ་ཆལ་དེ་རྒྱུ་
འདིན་འཕལ་རྒྱས་གཏོང་བར་གཙོ་བོ་བོད་ཤོག་བཟོ་ཆལ་པ་གསར་པ་ཁག་གཅིག་མཁྱེས་ནས་
ལྷུང་དུ་གསོ་སྐྱོང་མ་བྱས་ན། ཆ་ཆེའི་བཟོ་ཆལ་འདི་རྒྱུ་ཆད་རྒྱ་ཉག་ཅིག་རེད་དགོངས་ཏེ་འཇའ་
ཆོན་པ་ན་བདེའི་དམིགས་པས་ལ་སྒོ་བ་ལྟའི་དུ་སྤྲུག་ཁྱེད་ནས་ཡི་གེ་སྤུ་ལྷེས་པའི་སྒྲིབ་མ་ཆོས་

འབྱོར་དང་། སྤུང་བཟུག་ཆེ་རིང་། ཆེ་རིང་རྗེ། བྱ་མོ་མིག་དམར། གཡུ་སྟོན་བཅས་སྟོབ་སྤྱག་
 ལྷ་ལ་ཆེད་མངགས་ཤོག་བཟོའི་ལག་ཆལ་སྟོབ་ཁྲིད་གནང་བ་དང་། དེ་རྗེས་ཐེངས་གཉིས་པར་བཟྱ་
 ཤེས་སྟོབས་རྒྱལ་དང་། ཆོས་མགོ་ཉི་མ་དོན་གྲུབ། བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས། འཇམ་དཔལ། ཉི་
 སྟོན། བྱ་མིག་དམར། མཚམས་སྟོལ། གཡང་འཛོམས་བཅས་སྟོབ་སྤྱག་མི་གངས་དགུ་ལ་ཤོག་
 བཟོའི་ལག་ཆལ་སྟོབ་ཁྲིད་གནང་བ། ཡང་དེའི་རྗེས་པ་སངས་དང་ཆུང་བདག་རིག་འཛིན་ཆོས་
 རྒྱལ། བསོད་ནམས་དོན་གྲུབ། བྱམས་རྟོན། དགའ་སྦྱིད་བཅས་སྟོབ་སྤྱག་མི་གངས་ལྷ་ལྷ་རྗེས་
 སུ་ཤོག་བཟོའི་ལག་ཆལ་སྟོབ་ཁྲིད་གནང་ཡོད།

དེ་མིན་སྟོང་རོང་ཕུ་དགོན་ནས་རེ་འདུན་ཁྱས་པ་ལྟར་དགོན་པ་དེའི་བྱ་ཆེ་དཔལ་དང་།
 དག་དབང་ཚུལ་ཁྲིམས་གཉིས་ལ་ཤོག་བཟོའི་ལག་ཆལ་སྟོབ་ཁྲིད་གནང་བས་མ་ཆད། སྟོབ་སྦྱང་
 བྱེད་རིང་གི་འགྲོ་ཐོན་ཆོང་མ་འདི་གའི་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་གནས་ཁོངས་ནས་བཏང་བ་དང་། ད་དུང་
 སྟོབ་སྤྱག་གཉིས་བྱིར་ལོག་སྐབས་ཤོག་བཟོའི་ལག་ཆ་སོགས་དགོས་མཁོ་ཁག་གཅིག་ཀྱང་མཁོ་སྟོང་
 གནང་ཡོད།

དེའི་སྐབས་རང་སྤྱོད་སུ་དམངས་ཁྲིད་ཤོག་བཟོའི་ལག་ཆལ་ཡོད་པའི་ས་ཁུལ་སོ་སོའི་ནང་
 གི་བཟོ་བ་ཆོས་བོད་ཤོག་ལ་གཅིག་ནས་འགྲོ་ཁྱད་ས་མེད་པ་དང་གཉིས་ནས་བོད་ཤོག་གི་བཟོ་ཆལ་
 ལ་མཐོང་ཆེན་བྱེད་མཁན་མེད་ཅང་མཉུན་ལམ་མི་འདུག་བསམ་པ། གསུམ་ནས་བོད་ཤོག་བཟོ་
 བའི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཆ་རྒྱུན་ཞན་པ་བཅས་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་བོད་ཤོག་བཟོ་ཆལ་པ་རྣམས་སེམས་ཤུགས་
 ཆག་སྟེ་ཆ་ཆེའི་བོད་ཤོག་འདི་ལོ་ངོ་བཅུ་ལྷག་ཙམ་རིང་གི་རྒྱ་ཆོར་རྒྱ་མེད་པ་ཆགས་པ་རེད།

འོན་ཀྱང་གོང་དུ་ཁྱས་པ་ལྟར། འདི་ག་དམངས་ཁྲིད་བཟོ་ཆལ་སྦྱར་སྟོབ་གསར་སྟེལ་ཁང་གི་
 དབུ་འཛིན་བྱམས་པ་བརྩོན་འགྲུས་མཆོག་གིས་བོད་ཤོག་གི་ཆ་ཆེའི་ལག་ཆལ་ཆ་བརྒྱག་ཏུ་འགྲོ་ཉེན་
 ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་དེ་གཟིགས་རྗེས། སྤར་ཤོག་བྱ་ཐོན་སྦྱེད་བྱེད་ལུལ་སྟེ་མོ་དང་དྲུགས་པོ། སྤར་
 རྩེད་ལྟངས་ལྟལ་སོགས་སུ་ཐེབས་ནས་ཤོག་བཟོའི་ལག་ཆལ་མཁས་ཅན་གྱི་ཁྱིམ་ཆོང་སོ་སོར་མི་
 དམངས་ཤོག་སྒྲིབ་ཆེན་སྟོང་རེ་གནང་སྟེ། བོད་ཤོག་གི་བཟོ་ཆལ་ཆ་ཆེན་ཡིན་ལུགས་དང་། བོད་
 ཤོག་ལུ་མཐུན་བཟོ་གལ་ཆེ་ལུགས། རྗེས་སོར་བོད་ཤོག་ལ་མཉུན་ལམ་ཡོད་པའི་ལུགས་བཅས་
 ཀྱི་སྒྲིབ་ཞིབ་ཕྲ་བཀའ་སྟོབ་གནང་རྗེས། བཟོ་ཆལ་པ་ཆོར་སྤུལ་མ་ཐེབས་ཏེ་ལུ་མཐུན་ཤོག་བྱ་བཟོ་
 རྒྱུའི་དོན་སྟེང་ཤེས་ནས་སེམས་ཤུགས་སྦྱོབ་པ་དང་བོད་ཤོག་བཟོའི་ལག་ཆལ་མ་ཆད་ཅམ་སྤར་གསོ་དང་

ཐོན་སྐྱོད་ཁྱེད་འགོ་ཚུགས་ཐུབ་ཙམ་བྱུང་བ་རེད། འདི་ལྟར་སླུ་ཞབས་མཆོག་ནས་བོད་ཀྱི་བཟོ་རྒྱུ་
ལྷན་སྐྱེད་གོང་འཕེལ་གཏོང་ཆེད་འབད་པ་སྟོན་མེད་མཛད་རྒྱུ་ལྟེན་བཟོ་རྒྱུ་ཐུག་ཉམས་པ་
སོར་ཚུད་དང་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་གཏོང་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

བོད་ཤོག་གི་ཨ་ཁྱུས་ཕྱད་ཟད་ལྷོད་བ།

ཕྱར་སོང་ཨ་ཁྱུས་ལ་གཞིགས་ན་རང་རིགས་ཀྱི་བོད་ཤོག་བཟོ་རྩལ་ཁོང་དུ་མ་རྒྱུད་གོང་གིང་
ལྷགས་དང་། རྫོལ་བ། ལྷག་གི་སྟག་པ། ཤིང་ལེབ། ལྷུག་ལེབ། ལྷག་ལྷགས་ལ་སྟགས་པའི་གཞི་
འབྲི་བྱའི་ཡུལ་དུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་གནའ་རྩལ་རྟོག་ཞིབ་བྱས་པ་ལས་དངོས་ར་སྟོད་ཐུབ་ཡོད། གནའ་
བོའི་བོད་རང་ཉིད་ཀྱི་པ་མེས་ཀྱི་ཆོས་ལྷགས་གཡུང་དྭང་བོན་དར་བ་ནས་བཟུང་བོན་གྱི་སྟོན་པ་
གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེས་གསུངས་པའི་བཀའ་སྟེ། 《གསེར་འོད་ནོར་བུ་མེ་འབར་》ལས་མཐིང་ཤོག་
སྟོན་མོ་གཡུ་མདྲོག་དག་ལ་ནི། གསེར་འབར་རིན་ཆེན་གསེར་གྱིས་བྲིས་ནས་སྟ། བཀྲར་བཉྱེ་ཕུད་
དུང་ལེགས་པར་སྟོག་གྱུར་ན། བར་ཆད་བདུད་བགེགས་ཐམས་ཅད་ཀུན་འཛིམས་ཤིང་། རྟོང་
གསུམ་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོར་སྟེ། མཐར་ཐུག་མདོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་སོ།
མཐིང་ཤོག་སྟོན་མོ་གཡུ་མདྲོག་དག་ལ་ནི། དཀར་དམར་རིན་ཆེན་དཔུལ་གྱིས་བྲིས་ནས་སྟ།
བཀྲར་བཉྱེ་ཕུད་དུང་ལེགས་པར་སྟོག་གྱུར་ན། བར་ཆད་བདུད་བགེགས་ཐམས་ཅད་ཀུན་འཛིམས་
ཤིང་། རྟོང་གསུམ་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོར་སྟེ། མཐར་ཐུག་མདོན་པར་རྫོགས་པར་
སངས་རྒྱས་སོ། མཆོལ་ཤོག་དམར་པོ་བྱུ་དུའི་མདྲོག་འདྲེ་ལ། རྩེ་འབར་རིན་ཆེན་གཡུ་ཡིས་བྲིས་
ནས་སྟ། བཀྲར་བཉྱེ་ཕུད་དུང་ལེགས་པར་སྟོག་གྱུར་ན། བར་ཆད་བདུད་བགེགས་ཐམས་ཅད་
ཀུན་འཛིམས་ཤིང་། རྟོང་གསུམ་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོར་སྟེ། མཐར་ཐུག་མདོན་པར་
རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་སོ། མཐིང་ཤོག་སྟོན་མོ་གཡུ་མདྲོག་དག་ལ་ནི། རིན་ཆེན་དུང་དང་ཟངས་
གྱིས་བྲིས་ནས་སྟ། བཀྲར་བཉྱེ་ཕུད་དུང་ལེགས་པར་སྟོག་གྱུར་ན། བར་ཆད་བདུད་བགེགས་
ཐམས་ཅད་ཀུན་འཛིམས་ཤིང་། རྟོང་གསུམ་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོར་སྟེ། མཐར་ཐུག་
མདོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་སོ། དཀར་གསལ་མདངས་ལྡན་དུང་ཤོག་དག་ལ་ནི། རིན་
ཆེན་བཟང་དུག་སྒྲན་སྟོས་བྲིས་ནས་སྟ། བཀྲར་བཉྱེ་ཕུད་དུང་ལེགས་པར་སྟོག་གྱུར་ན། བར་ཆད་

བདུད་བགེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འཛིན་པ་ཤིང་། སྤྱིང་གསུམ་འཁོར་ལོ་ལ་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོར་སྟེ།
མཐར་ཐུག་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་སོ། ཞེས་གསལ་བས་བོན་གྱི་སྟོན་པ་ཤིས་རབ་གྱི་
དུས་ནས་བོད་ལ་ཤོག་བྱའི་བཟོ་ཆལ་དར་ཡོད་པ་མ་ཟད། སྟེ་དངོས་གྱི་ཚོན་དང་དོ་ཚོན་སྣ་ཚོགས་
ཀྱང་དར་ཡོད་པ་གསལ་བཤད་གནང་ཡོད།

《དུང་དཀར་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་》ལས་བོད་རྒྱལ་སོ་བདུན་པ་ཁྱི་སྤྱིང་ཕྱེུ་བཅན་གྱི་དུས་སུ་
བོད་ཤོག་བཟོ་ཆལ་དར་རྒྱས་ཕྱིན་ཏེ་བམ་པོའི་ཆད་དང་། བོད་གྱི་ཆད་སོགས་བཟོས་པ་མ་ཟད།
དེ་མིན་ཆོས་བཤད་མཁན་སྟོབ་དཔོན་དང་། བཤམ་པོ། དགེ་ཆན་བཅུ་གསུམ། སྟོབ་ཐུག་ཉི་ཤུ་
ཙུ། སྟོམས་ཆེན་ཉི་ཤུ་ཙུ་བཅས་ལ་སྟེ་རེར་ཤོག་བྱ་བཅུ་ལྔེ་བ་གཉིས་ནས་བཞི་བར་སོགས་རིམ་
ཆེ་ཆུང་ལ་གཞིར་བཟུང་ནས་སྤྱིང་སྟོལ་ཡོད་པ་དང་། རྒྱལ་པོའི་ལས་དོན་གལ་ཆེན་རིགས་བཀའ་
དང་ཆོས་བཅས་བོད་ཤོག་ཐོག་བྲིས་ནས་བང་མཛོད་དུ་འཛོག་དགོས་པའི་ལྟ་རྒྱས་ཡོད།

དེ་མིན་ཐུར་པོ་ཏ་ལའི་སྟོབ་བྱང་དམར་པོ་བཞེངས་སྐབས་བོད་རང་ཉིད་ནས་བཟོས་པའི་ཤོག་
བྱ་རིགས་བརྒྱུད་ཅམ་བེད་སྤྱིད་བྱས་ཡོད་པ་དང་། གསེར་གདུང་འཛམ་གླིང་རྒྱན་གཅིག་གི་དཀར་
ཆག་ནང་ཤོག་བྱ་འདི་དག་ནི། བོད་ས་གནས་སོ་སོ་ནས་བཟོས་པ་ཞིག་དང་། ཤོག་བྱའི་རྒྱ་ཆ་ཡང་
ཤོག་བཟོའི་ཡུལ་སོ་སོ་ནས་ཐོན་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། དམངས་ཁྲོད་ཤོག་བཟོའི་བཟོ་ཆལ་ལ་བརྟེན་ནས་
བཟོས་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་ཞེས་འཁོད་ཡོད།

བོད་ཤོག་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་བཟོ་སྐབས་དང་རྒྱ་ཆའི་སྐར་མཁས་དབང་དེུ་དམར་དགེ་བཤེས་
བཞུན་འཛོན་སུན་ཆོགས་མཆོག་གི་མཛད་པའི་《བཟོ་ཡིག་པ་ཏུ་》ཞེས་པའི་ནང་གསལ་བཤད་རྒྱས་
ཅམ་མཛོད་འདུག

མཁས་དབང་མང་པོས་བོད་ཀྱི་ལྟ་རྒྱས་ཡིག་རིགས་མང་དག་ཞིག་དང་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་ཤོད་
སྟོལ་སོགས་རིག་པའི་ལམ་ནས་དབྱེད་པ་མཛོད་པར་གཞིགས་ན། བལ་པོའི་རྒྱལ་པོ་ཨམ་ལུ་ཤ་མའི་
སྐས་མོ་ལྷ་གཅིག་ཁྱི་བཅུན་བོད་རྒྱལ་སྤྱིང་བཅན་སྐམ་པོའི་མནའ་མར་སྤྱིང་སྐབས་ཀྱི་བཀའ་ཤོག་
དང་། དེའི་རྗེས་རྒྱ་ཡི་རྒྱལ་པོ་ཐང་ཐའེ་ཅུང་གི་སྐས་མོ་རྒྱ་བཟའ་ཀོང་རྫོ་མནའ་མར་སྤྱིང་སྐབས་སུ།
ཁག་སོ་སོར་མཐིང་ཤོག་ཐོག་གསེར་དུལ་ཟངས་བཅས་ལས་བྲིས་པའི་བཀའ་ཤོག་སྟོན་བྱ་ཟེར་བ་
བསྐྱལ་ནས་མནའ་མར་སྤྱིངས་པའི་ལྟ་རྒྱས་ནི་ཡོངས་གྲགས་ཤིག་ཡིན་ལ་ལྷག་པར་དུ། མཐིང་ཤོག་
ཟེར་བའི་ཆོག་དེ་རང་གཅིག་ལུས་དོན་དངོས་ནས་ཤོག་བྱའི་བཟོ་ཆལ་དེ་ཐུར་ནས་བོད་ཀྱི་དམངས་