# སེམས་པའི་རྩོམ་གྱི་ལམ་བུ།

## མྱོང་དཔྱད་ཁྲ་མོའི་བསང་གཏོར་ཞེས་བྱ་བ།

བདེ་སྐྱིད་འཚོས་རྩོམ་སྒྲིག་བྱས།

སི་ཁྲོན་དཔེ་སྐྲུན་ཚོགས་པ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

# སེམས་པའི་རྩོམ་གྱི་ལམ་བུ།

བདེ་སྐྱིད་འཚོས་རྩོམ་སྒྲིག་བྱས།

སི་ཁྲོན་དཔེ་སྐྲུན་ཚོགས་པ། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

# སེམས་པའི་རྩོམ་གྱི་ལམ་བུ།

## སྐྱོང་དཔྱད་ཕྲ་མོའི་བསང་གཏོར།

པདེ་སྐྱིད་འཚོ།

སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

图书在版编目(CIP)数据

诗意的栖居——藏族当代作家的心路历程/德吉草编著.
成都:四川民族出版社,2006.11
ISBN 7-5409-3330-5

Ⅰ.诗... Ⅱ.德... Ⅲ.藏族-少数民族-文
学创作-中国-当代-文集-藏语 Ⅳ.I207.914-53

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第132794号

# 诗意的栖居

## ——藏族当代作家心路历程

德吉草 编著

出 版 人:罗 勇
责任编辑:央 娜
封面设计:嘎玛泽朗
技术设计:阳 纳

出版发行:四川出版集团 四川民族出版社
地 址:成都市三洞桥路12号
印 刷:四川嘉创印务有限责任公司
成品尺寸:148mm×210mm
印 张:11.5625
字 数:310千
版 次:2006年10月第一版
印 次:2006年10月第一次印刷
印 数:0001~1000册
书 号:ISBN 7-5409-3330-5/I·481
定 价:28.00元

དཔེ་སྒྲིག་འགན་འཁུར་བ། དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོ།
མདུན་ཤོག་འཆར་འགོད་པ། རྒྱ་ཚེ་རིང་།

# སེམས་པའི་རྩོམ་གྱི་ལམ་བུ།

སྒྲུང་དཔྱད་ཕྲ་མོའི་བསང་གཏོར་ཞེས་བྱ་བ།

བདེ་སྐྱིད་འཚོས་རྩོམ་སྒྲིག་བྱས།


སི་ཁྲོན་དཔེ་སྐྲུན་ཚོགས་པ་དང་།
སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གིས་པར་དུ་བསྐྲུན།
སི་ཁྲོན་ཅ་ཕྲམ་པར་འདེབས་འགན་འཁྲི་ཚད་ཡོད་ཀུང་སིས་དཔར།
༢༠༠༦ལོའི་ཟླ་༡༠པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྒྲིགས།
༢༠༠༦ལོའི་ཟླ་༡༠པར་པར་ཐེངས་དང་པོ་དཔར།
པར་གྲངས། ༠༠༠༡—༡༠༠༠
དཔེ་རྟགས། ISBN 7－5409－3330－5/I · 481
དཔེ་རིན་སྒོར། ༢༥.༠༠


此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

## དཔྱད་གཞིའི་ཡིག་ཆ།


1 《དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱི་གསུང་འབུམ》 བན་གོ་དང་བཀྲ་རྒྱལ་གྱིས་བསྒྲིགས་ཤིང་། མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གིས་༡༩༩༨ལོར་པར་སྐྲུན་བྱས།

2 《སྙན་ངག་གི་མིག་ཀྱུ》 བདེ་སྐྱིད་སྒྲོལ་མས་བརྩམས་ཤིང་ཞང་ཀང་གྱི་ཡིང་དཔེ་སྐྲུན་ཁག་གིས་༢༠༠༢ལོར་པར་སྐྲུན་བྱས།

3 《བརྩེ་དུང་གི་མིག་ཀྱུ》 གཙོད་པ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་བརྩམས་ཤིང་སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གིས་༡༩༩༣ལོར་པར་སྐྲུན་བྱས།

4 《བོད་ཀྱི་དེང་རབས་རྩོམ་རིག་དཔེ་ཚོགས —— ཏ་ནག་སྒྲོག་འགྲོས།》

5 《བོད་ཀྱི་དེང་རབས་རྩོམ་རིག་དཔེ་ཚོགས —— ལྷོ་སྤྲིན་བཞོན་པ》

6 《བོད་ཀྱི་དེང་རབས་རྩོམ་རིག་དཔེ་ཚོགས —— གསེར་གྱི་གདུ་བ》

7 《བོད་ཀྱི་དེང་རབས་རྩོམ་རིག་དཔེ་ཚོགས —— རྩོམ་དཔྱད་གཏམ་ཚོགས》

8 《བོད་ཀྱི་དེང་རབས་རྩོམ་རིག་དཔེ་ཚོགས —— སྤྲིན་གྱི་སྦྲ་དབྱངས》 —— འགྱུར་མེད་ཀྱིས་བསྒྲིགས་ཤིང་མཚོ་སྔོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གིས་༡༩༩༡ལོར་པར་སྐྲུན་བྱས།

9 《མེས་པོ》 ཚེ་རིང་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་བརྩམས་ཤིང་ཞང་ཀང་གྱི་ཡིང་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གིས་༢༠༠༡ལོར་པར་སྐྲུན་བྱས།

10《艺术哲学》(法)丹纳著 傅雷译 人民文学出版社 1983 年出版

11 《小说与诗的艺术》周政保著　浙江文艺出版社 1986 年出版

12 《文学的选择》吴亮著 浙江文艺出版社 1985 年出版

13 《艺术原理》（美）罗宾·乔治·科林伍德著　中国社会科学出版社 1985 年出版

14 《中国当代文学史》李赣等主编 科学出版社 2004 年出版社 1985 年出版

15 《绿色的家园》廖京全著 四川文艺出版社 1993 年出版

16 《爱心中爆发的智慧》多识著　甘肃民族出版社 1998 年出版

17 《歌者无悔》德吉草著　民族出版社 2000 年出版

18 《艺术创造工程》余秋雨著　上海文艺出版社 1987 年出版

# ༄། །པར་དུ་བསྐྲུན་པའི་ཞུ་མཆིད།

ལོ་ངོ་བཅུ་ལྷག་གི་སྔོན་ནས་བཟུང་། ང་རང་གིས་དེང་རབས་བོད་ཀྱི་རྩོམ་རིག་གསར་རྩོམ་དང་རྩོམ་པ་པོའི་དཔྱད་ཁག དེ་མིན་ད་དུང་གསར་རྩོམ་གྱི་གནས་བབ་སོགས་དེང་རབས་བོད་ཀྱི་རྩོམ་རིག་གི་ཕྱོགས་སོ་སོར་དོ་སྣང་ཆེན་པོས་བརྟག་དཔྱད་གཏོང་བའི་འགོ་བརྩམས་པ་དང་། དེང་རབས་བོད་ཀྱི་རྩོམ་རིག་གསར་རྩོམ་གྱི་སྡེབས་བྱུར་གོ་གནས་ཙུང་ཟད་ཐོབ་ཅིང་། ཕ་སྐད་ཀྱི་རྩོམ་རྒྱུན་སྐྱོང་བའི་ན་གཞོན་རྩོམ་པ་པོ་རྣམས་རྩོམ་རིག་གི་བགྲུལ་ལམ་དུ་ཞུགས་ཚུན་གྱི་མྱོང་བ་སྣ་ཚོགས་རྒྱུས་ལོན་བྱས་ཏེ་ཐབས་ཚུལ་དུ་མའི་ལམ་ནས་དཔྱད་བརྗོད་བྱེད་པའི་ཆེད་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཕ་སྐད་ཀྱི་རྩོམ་རྒྱུན་སྐྱོང་བའི་གསར་རྩོམ་པ་རྣམས་ཀྱི་བརྩམས་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་རྩོམ་གྱི་བསམ་བློ་དང་སྒྱུ་རྩལ་ཁྱད་ཆོས་སོགས་སྐད་ཡིག་གིས་བར་དུ་ཆོད་པའི་མི་རིགས་གཞན་པའི་ཀློག་མཁན་དག་ལ་ངོ་སྤྲོད་གང་ལེགས་བྱེད་པ་བཅས་ཀྱི་ཆེད་དུ། དུས་རབས་གོང་མའི་ལོ་རབས་དགུ་བཅུའི་འགོ་ཙམ་ནས་རང་གི་བསམ་ཚུལ་རྣམས་ཡི་གེར་ཕབ་སྟེ་རྩོམ་བསྡུ་བརྡ་ཐོའི་ཚུལ་གྱིས་རྩོམ་པ་པོ་རྣམས་ལ་སྤྲིན་པ་ཡིན། རྩོམ་པ་པོ་མང་ཆེ་བས་རང་གི་ལོ་རྒྱུས་དང་རྩོམ་རིག་

གི་ལམ་ལུགས་ཞུགས་པའི་སྤྱོད་པ་སོགས་རང་མོས་ཀྱི་ཆོས་གཞིས་བསྒྱུར་ཏེ་སྐད་གཞུག་ཏུ་བསྒྱུར་འོངས་པ་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་ད་ལྟའི་བར་དུ་ལན་ཅི་ཡང་མ་བྱིན། ལར་བསྒྱུར་འོངས་པའི་ཆོས་དེ་དག་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིག་སྟེ་དཔྱད་གཏམ་དང་བཅས་སྐྱ་མོ་ནས་གློག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་ལམ་དུ་བསྟར་བའི་འཆར་གཞི་ཡོད་ཀྱང་། གཅིག་ནས་ཆོས་པ་པོ་འགའ་རེས་དོ་སྣང་དེ་འདྲ་མ་བྱས་པའི་དབང་གིས་ཡིན་ནམ་བྱ་བར་བྲེལ་འཚུབ་ཆེ་བ་གང་ཡིན་ཆ་མ་འཚལ་ཞིང་། ཆོས་ཡིག་དེ་དག་གིས་རང་གི་ཆོས་རྒྱལ་ཇི་བཞིན་མཚོན་མི་ཐུབ་པར་སྙམ་པ་དང་། གཉིས་ནས་དུས་མི་འགྱུར་བར་ཆོས་ཡིག་ལེགས་པོ་འགའ་རེ་ཨེ་འབྱུང་གི་རེ་བ་བཅངས་ནས་དཔེ་དེབ་ཡིད་ཆེས་པ་ཞིག་བསྒྲུན་རྒྱུའི་འཆར་གཞི་ད་བར་དུ་ལུས་སོང་།

ད་ལམ་ཆོས་སྒྲིག་བྱས་པའི་དེབ་ཆུང་སེམས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ལམ་ལུ། སྤྱོད་དཔྱད་ཕྲ་མོའི་བསང་གཏོར་ཞེས་བྱ་བ་འདིར། ཆོས་པ་པོ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཆོས་པའི་ལམ་ལུར་བརྒྱུད་པའི་སྤྱོད་པ་རང་མོས་ཀྱི་ཆོས་སྟངས་ལྟར་བྲིས་ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་ལས་སྔུག་རྒྱལ་གྱི་ཚན་ཁ་འབར་བའི་ཆོས་ཡང་ཡོད་ལ་ཆོས་རིག་གི་ལམ་ལུར་ཞུགས་པའི་སྤྱུག་ཡུས་ཀྱང་བརྗོད་ཡོད་པས། བོད་ཀྱི་དེང་རབས་ཆོས་རིག་གི་དུས་རིམ་ངེས་ཅན་ཞིག་གི་ཆོས་པ་པོའི་དཔྱད་ཁག་མཚོན་པའི་རྟགས་མཚན་ཡིན་པ་སུ་ཡིས་བསྙོན། དེ་དག་གི་ཁར་ཕྲན་གྱིས་དེ་སྔར་བོད་ཀྱི་ཆོས་རིག་སྒྱུ་རྩལ་དང་ཀུང་གོའི་བོད་རིག་པ། ཟླ་ཟེར་སོགས་དུས་དེབ་སྟེང་དུ་སྤེལ་བའི་བོད་ཡིག་གི་ཆོས་དཔྱད་དུ་མ་དང་། རྒྱ་ཡིག་གིས་བྲིས་པའི་ཆོས་དཔྱད་འགའ་ཞིག་རང་རེ་བོད་རིག

པའི་སློབ་གླིང་གི་ཞིབ་འཇུག་སློབ་མ་ཀླུ་རྒྱལ་དོན་གྲུབ་དང་ཀརྨ་འབུམ། རོས་ཏྲི་རྒྱལ་ཁབ་ན་ཡོད་པའི་སློབ་གཉེར་བ་མཆོག་ལྡན་ཚེ་རིང་གསུམ་གྱིས་དགའ་མོས་ཀྱིས་དང་དུ་བླངས་ཏེ་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྒྱུར་བ་རྣམས་དཀྱུས་གཅིག་ཏུ་འགོད་པས། ཆོས་པ་པོའི་སྤྱོད་པ་དང་ཆོས་དཔྱད་པའི་དཔྱད་གཏམ་གཉིས་གཞི་གཅིག་ཏུ་འཛོམས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིག་པ་ལྟར་བྱས་ཡོད་ལ། ང་རང་ལ་མཚོན་ན་དེབ་ཆུང་འདི་ནི་ལོ་བཅུ་ལྷག་གི་རིང་ལ་ཆོས་པ་པོ་དེ་དག་དང་མཉམ་དུ་བོད་ཀྱི་ཆོས་རིག་དང་རིག་གནས་སྐོར་གྱི་ལབ་གླེང་སྣ་ཚོགས་བྱས་པའི་ཟིན་བྲིས་ལྟ་བུར་འདུག་པས། རང་གི་རིག་གནས་ལ་སྲི་ཞུ་ཅུང་ཟད་བགྱིས་པའི་སྤྲོ་སེམས་ཀྱི་རྒྱུན་ཆད་མེད་དུ་སྐྱོང་བཞིན་པའི་དམ་བཅའ་ཀློག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་ལམ་དུ་ཕུལ་བ་ཡིན། དཔྱད་པའི་ཞོར་ལ་ཕ་རོལ་པོར་ཐོག་བརྗེར་སོང་བ་དང་། ཆོས་པ་པོའི་བསམ་བློའི་མཐིལ་མ་རྟོགས་པར་འགལ་འབྲུལ་ནོར་བའི་ཆ་ཅི་མཆིས་དགེ་སེམས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་སྐྱི་དང་སྙོམས་སུ་བོད་ཀྱི་ཆོས་རིག་དར་སྤེལ་ཁོ་ནའི་ཆེད་བཅངས་པ་ཡིན་པས་བློ་རྒྱ་ཡངས་པའི་གྲོགས་པོ་རྣམས་དགའ་བའི་སྐྱེས་སུ་ཕུལ་བ་ཡིན།

ཞེས་བདེ་སྐྱིད་འཚོ་ནས་གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་
སྤོས་ཀྱི་དད་ལྡན་དུ་བྲིས་པ་དགེའོ། །

# དཀར་ཆག


པར་དུ་བསྐྲུན་པའི་ཞུ་མཆིད། ············ (1)

ཚེ་སྲོག་ལས་མཆེད་པའི་མི་སྣག་གི་འགྲོ་འདུ། ············ (1)

གསར་དུ་བཞད་པའི་མེ་ཏོག་གི་གང་བུ། ············ (11)

བོད་ཀྱི་དེང་རབས་རྩོམ་རིག་ལ་གསར་དུ་དཔྱད་པ། ············ (25)

རྣམ་ཤེས་ཀྱི་དབྱངས་རྟ་ལ་སྒྲོམ་ནས། །ཡིད་འོང་གར་གྱི་སྟངས་སྟབས་བསྒྱུར་བར་བྱས། ། ············ (49)

ཤ་ཚ་བའི་རྐྱེན་གྱིས་ཁོང་གིས་གཞས་བཏང་། ············ (124)

རྨ་འབྲིའི་མགོ་ཁུངས་ནས་བརྗོད་པའི་སྙན་ངག ············ (140)

ཨ་ལེ་ལ་རྒྱུས་ལོན་བྱེད་པ། ············ (157)

ལམ་ནི་འཚོལ་ཞིབ་པའི་རྗོག་སྙེར་འཐེན་ཡོད། ············ (180)

འགོག་ཐབས་བྲལ་བའི་ཉམས་འགྱུར་གྱི་རི་མོ། ············ (200)

རྫ་མོ་གླང་མའི་འདབས་རོལ་ནས་ཁོང་གི་མིག་མདའ་ཏར་གྱིས་རི་ཆོམ་བརྒལ། ············ (222)

ཞུ་འཕྲིན་མཛའ་བའི་གླིང་མོལ། ············ (244)

ཚེ་སྟོད་ཀྱི་རང་རྣམ་མདོར་བསྡུས། ············ (250)




此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

འདས་སོང་གི་རང་རྒྱུས་བན་བུན་དུ་བརྗོད་པ་རྨི་ལམ་སྣང་བའི་ཟིན་ཐོ། ........ (255)
གངས་རིའི་ཆུ་ཕྲན། ........ (277)
གསང་དགོས་དོན་མེད། ........ (283)
རྩོམ་པ་པོའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྡུས། ........ (288)
ཕ་ཡུལ་གྱི་ལྕང་མའི་སྡོང་རྐྱན། ........ (290)
རྩོམ་འབྲིའི་མྱོང་ཚོར་དང་ལྟ་ཚུལ་རགས་པ། ........ (298)
དཀའ་སྡུག་གི་ལམ་ནས་འོང་བའི་མི། ........ (304)
རྩོམ་མཁན་ཚོ། ........ (314)
རང་རྣམ། ........ (321)
བུ་མོའི་སེམས་ཀྱི་རང་མདངས། ........ (331)
རང་གི་བྱུང་བ་ཧྲིལ་གྱིས་བརྗོད་པ་རྒྱུད་མངས་རོལ་དབྱངས། ........ (337)
ང་དང་སྒྱུ་རྩལ་གྱི་ལམ་སྣེ། ........ (345)
དཀའ་སྤྱད་པ་ཞིག་གི་གོམ་འགྲོས། ........ (351)

# ༄༅། །ཚེ་སྲོག་ལས་མཆེད་པའི་མེ་སྟག་གི་འཕྲོ་འདུ།

—— དོན་གྲུབ་རྒྱལ་དང་ཁོང་གི་ལྷུག་རྩོམ།

དེང་རབས་བོད་ཀྱི་གཞོན་རབས་གྲས་ཀྱི་ཞུལ་ཏུ་བྱུང་བའི་མཁས་པ། སྙད་གྲགས་ཆེ་བའི་རྩོམ་པ་པོ་སྟེ། སྐུ་ཞབས་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ནི་ཀྲུང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་བོད་ཡིག་ཆེད་གཉེར་སྡེ་ཚན་གྱི་སྐབས་ཐོག་མའི་རྡོ་རྗེ་བྱ་བའི་མིང་བཏགས་ཐོབ་པའི་ཞིབ་འཇུག་སློབ་མ་ཡིན་ལ། ཁོང་གིས་མཛད་པའི་དཔྱད་རྩོམ་དང་། སྙུར་རྩོམ། རིག་རྩོམ་སོགས་གྲངས་འབོར་ཧ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་ཁར། བརྗོད་བྱའི་དོན་དང་རྗོད་བྱེད་ཚིག་བཅས་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཐོན་ཡོད་པ་བོད་ཡིག་གི་ཀློག་པ་པོ་ཀུན་གྱིས་མཁྱེན་གསལ་ཡིན་པ་མ་ཟད། མི་རིགས་གཞན་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནའང་ཁོང་གི་ལྷུགས་རྩོམ་ལ་དགའ་བསྟུ་བྱེད་མཁན་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། བོད་ཀྱི་དེང་རབས་རྩོམ་རིག་གི་ཁྱབ་ཁོངས་ནང་། དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱིས་རང་གི་དམིགས་བསལ་གྱི་ཚེ་སྲོག་གི་གཤིས་ཀ་ལ་བརྟེན་ནས། བོད་ཀྱི་རིག་རྩོམ་འབྲི་སྤེལ་གྱི་ཀུན་རའི་ནང་དུ་ཚེ་སྲོག་གི་མེ་སྟག་འོད་དུ་འཚེར་ལ། བརྩེ་དུང་གི་འོ་མཚོ་དཀྲུང་ལ་འཕྱུར་ཞིང་། འདུ་ཤེས་ཀྱི་མཚམས་སྦྱིན་ལང་ལོང་དུ་

གཡོ་བའི་ལྷུག་རྩོམ་གང་མང་བྲིས་ཡོད་པ་དང་། རྩོམ་རིག་གསར་རྩོམ་ལ་དགའ་ཞེན་ཏ་ཅང་ཆེ་བའི་གློག་པ་པོ་བདག་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། ཐོག་དང་པོར་ཁོང་གི་ལྷུག་རྩོམ་ གྲགས་ཆེན་ཀྲང་ལམ་ཕྲ་མོ་ ཞེས་པ་དེ་ཀློག་སྐབས། ཡིག་འབྲུ་རེ་རེར་ཟིན་པའི་རྩོམ་པ་པོའི་ལྟད་མེད་ཀྱི་བརྩེ་དུང་གིས་བདག་ལ་སེམས་འགུལ་ཚད་མེད་ཐེབས་པར་མ་ཟད། ཁོང་གིས་མི་རིགས་དང་ཕ་ཡུལ་ལ་ཞུལ་བའི་ཉམས་པ་མེད་པའི་དགའ་ཞེན་དང་། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལ་སྙིང་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་བཅོལ་བའི་བསམ་གཞིག་དང་འདམ་ག་ཡིས། སྙིང་ཞེན་གྱི་རི་བོར་གནས་རྟེན་བཅོལ་ཤིང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཀྲང་ལམ་ཕྲ་མོའི་སྟེང་དུ་སོས་དལ་བག་ཕེབས་སུ་བསྐྱོད་པའི་མི་རྣམས་ལ་རྨོངས་པའི་གཉིད་ལས་དཀྲོགས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུལ་བརྡ་བརྒྱབ་ཅིང་། རང་ཉིད་ལས་བརྐལ་དགོས་པའི་བསམ་གཞིག་གི་སྒོ་མོའང་ཕྱེས་པ་རེད། འདི་ལྟའི་འབྲི་སྟངས་ལེགས་ཤིང་ནང་དོན་ཟབ་པའི་རྩོམ་གཤིས་ཀྱིས་ཀློག་པ་པོ་རྣམས་ལ་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལས་འཕྲོས་ཤིང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱིས་གླེང་བསླངས་པའི་འདྲི་ཚིག་མང་པོ་བཏོན་ཡོད་པས། བདག་གིས་ཀྱང་ཡིག་སྒྱུར་གྱི་བྱེད་ཐབས་སྤྱད་དེ། སྐད་ཡིག་གིས་བར་དུ་ཆོད་པའི་རྒྱ་ཆེའི་ཀློག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་སྔར་ཀྲང་ལམ་ཕྲ་མོ་ཞེས་པའི་ལྷུག་རྩོམ་དེ་ངོ་སྤྲོད་བྱེད་དགོས་བྱུང་སོང་། ཡིན་ན་ཡང་། རྩོམ་རིག་ཡིག་སྒྱུར་བྱེད་པ་ལ་མཛེས་དཔྱོད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཕྱོགས་གཉིས་སམ་གཅིག་ནས་ཚོད་འཛིན་བྱེད་པའི་མཛེས་དཔྱོད་ཀྱི་ཚོར་བ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་རེ་འབྱུང་སྲིད་པས། སྒྱུར་རྩོམ་གྱིས་མཚོན་པའི་སྒྱུར་པ་པོའི་མཚོན་དོན་གཉིས་པ་དང་མ་རྩོམ་གྱིས་མཚོན་པའི་རྩོམ་པ་

པོའི་མཚོན་དོན་དང་པོ་གཉིས་ལ་བར་ཁྱད་ཡོད་པ་སློས་མ་དགོས། ཡིན་ཀྱང་དྲི་མེད་བརྩེ་དུང་གི་མཚོ་མོ་ཇི་ལྟར་བརྗོད་ཡང་། རྩོམ་པ་པོའི་བསམ་བློ་རྗེན་པར་མངོན་པ་ལས་མ་འདས་པས། དོན་གྲུབ་རྒྱལ་དང་ཁོང་གི་ལྷུག་རྩོམ་ལ་མི་རབས་དུ་མའི་བར་དུ་བསྟོད་པའི་མེ་ཏོག་འཐོར་ཞིང་མཆོད་པའི་སྤྲིན་ཕུང་ཡང་སྤྲོ་དེས་རེད།

དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ནི་ལོ་ན་གཞོན་ཞིང་རྣམ་རིག་ལྡན་པའི་མཁས་པ་ཞིག་ཡིན་པས། རྐང་ལམ་ཕྲ་མོ་ཞེས་པའི་ལྷུག་རྩོམ་ཡི་ནང་དུ་བོད་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་དང་དེང་རབས་རིག་གནས་གཉིས་ཀྱི་བར་ཆོད་སྣང་ཚུལ་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་མཚོན་ཡོད་པ་དང་དེར་བསྟུན་ཏེ་ནང་བློ་རྣལ་དུ་ཕབ་པའི་སྒོ་ནས་རིག་གནས་ལ་དོ་སྣང་བྱས་ཡོད་པ་སྟེ། ལམ་ཕྲན་འདིས་བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་མར་བསྐྱུན་ཏེ་རིག་དར་གྱི་བོད་རིགས་འདི་སྔོན་ཐོན་གྱི་རི་རྩེར་བསྐྱལ་པ་དང་། ལྷ་རིག་གི་གླེགས་མཛོད་ཀྱིས་ལུགས་རི་བསྐོར་ཏེ་འཛམ་གླིང་གི་ཡང་རྩེ་ནས་ཁྲིམ་གཞི་བཙུགས། ཞེས་པ་ལས་སྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་རང་རེའི་ལོ་རྒྱུས་སྟེང་གི་གོ་གནས་ཁག་ཐེག་བྱས་པས་གཙུ་བོར་གནས་པའི་གཏམ་དུ་འདུག ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྲག་དུ་མའི་རིང་ལ་བསྐྱུན་ཅིང་བསགས་པའི་གངས་ཅན་གྱི་ཤེས་རིག་དེ་ལ། རང་རེ་དེང་རབས་ཀྱི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁོང་གི་རྒྱུད་རིང་གི་ཁྱད་ཆོས་དང་གཏིང་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་རང་བཞིན་ལ་བློ་གྲོས་ཀྱི་མིག་ཞགས་འཕེན་ཆེ། ཉམ་ཆུང་ཞིང་རང་བློ་འཕྲོམ་པའི་ཚོར་སྣང་དང་གིས་སྐྱེ་བར་ངེས། དེའི་ཕྱིར། མི་རབས་ཧི་འདྲ་མང་པོས་སྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ཀྱི་བྲག་རི་ལ་རྒྱབ་རྟ་བཙོལ་པར་མ་ཟད། དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་ངང་བློ་བདེ་བའི་ངལ་གསོ་ཐོབ་

པའང་མ་ཡིན་ནམ། དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ཁོང་ཉིད་ཀྱང་དེ་འདྲའི་རིག་གནས་ཀྱི་དྲོད་ཀླངས་ཀུན་ནས་འཕྲུལ་བའི་ཁོར་ཡུག་ནང་ཉམས་སུ་མྱོང་བ་དང་། ལོ་རྒྱུས་ལ་ཕྱི་མིག་ལྟ་བཞིན། ཁོང་གིས་སེམས་གཏིང་ནས་ཤེས་ཚོར་བྱུང་བ་སྟེ། གནའ་མིས་བཏོད་པའི་ཁང་ལམ་ཕྲ་མོ་འདི་རྒྱ་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་ལ་ས་འཛོར་གཅིག་བཀོས་མ་མྱོང་ལ་ཁྲིམ་གང་ཡང་བཙུས་མ་མྱོང་། ཁང་ལམ་ཕྲ་མོ་འདིའི་ཐོག་ཏུ་གོམ་པའི་འདེགས་འཛོག་ཅི་ཙམ་བསྐྱར་བ་ནི་བགྲང་གིས་མི་ལང་ན་ཡང་། ཁང་ལམ་ཕྲ་མོ་འདིའི་ཕན་ཡོན་དང་། ནང་སྒྲོས་སུ་ཁང་ལམ་ཕྲ་མོ་འདི་ལ་གཟི་བརྗིད་དང་ལ་རྒྱ་སྟོན་རྒྱུ་ནི་ཡིད་ལའང་དྲན་མ་མྱོང་། ཞེས་པ་འདིས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱུ་རྐྱེན་རིང་མོའི་ཐོག་མ་སྟེ་སྲོལ་རྒྱུན་ཤེས་རིག་གི་ཚད་གཞི་ལ་གདེང་འཛོག་མཐོན་པོ་བྱས་ཡོད་པ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་དང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡར་རྒྱས་ལ་སེམས་ཁུར་ཚད་མེད་ཀྱང་བྱས་ཡོད། དེའི་རྐྱེན་གྱིས་བོད་ཀྱི་སྐད་ངག་པ་གྲགས་ཅན་ཡི་དམ་ཚེ་རིང་གིས་ཁོང་ལ་ཞབས་ཀྱི་སྟངས་སྟབས་སྟོན་ལ་བསྐྱར་བའི་ལྡེ་མིག་ན་མཉམ་གྱི་སྤྲུན་ཟླ་ཁྲི་མ་འབུམ་ལ་སྤྲད། ཅེས་བསྟོད་བསྔགས་མཛད་པའང་ཚད་ལས་བརྒལ་བའི་བསྟོད་པ་ཞིག་ག་ལ་ཡིན།

དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ནི་བོད་རིགས་ཀྱི་རྩོམ་པ་པོ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བརྟག་ན། ཁོང་གིས་ཁང་ལམ་ཕྲ་མོ། ཞེས་པའི་ནང་དུ་ཟབ་ཅིང་མཐུག་པའི་བརྩེ་གདུང་གི་སྒྲུ་གུ་སྤྲུད་དེ། རང་གི་མི་རིགས་ལ་དགའ་འདུན་ལྷག་པར་ཆེ་བའི་བརྩེ་སེམས་མཚོན། ཁོང་གི་ཕ་མེས་རྣམས་ལ་དཔའ་ཞིང་རྩལ་ཐོད་པའི་སྙིང་སྟོབས་དང་། ཡངས་ཤིང་

དཀྱིལ་ཆེ་བའི་བློ་རྒྱ། གཞི་དཔལ་འབར་བའི་གེ་སར་རྒྱལ་པོའི་སྒྲུང་། སེམས་ཅན་ཐར་བར་འདྲེན་པའི་ཆོས་ལུགས། བྲག་རིའི་སྒྲོ་ལ་འཁྲུན་པའི་གླེགས་བམ་སོགས་ཡོད་པས་ཁོང་ལ་དགའ་བདེའི་ཚོར་བ་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་དུ་བཅུག་པར་མ་ཟད། ཡིད་འགུལ་ཞིང་ངོ་མཚར་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བྱུང་རབས་དག་གིས་ཁོང་ལ་བློ་སྤོབས་ཆེན་པོ་སྐྱེས་སུ་བཅུག ཡིན་ན་ཡང་། ང་ཚོའི་མི་རིགས་འདི་ད་དུང་བོང་བུར་ཞོན་ནས་རྐང་ལམ་ཕྲ་མོ་འདིའི་ཐོག་ཏུ་སོས་དལ་བག་ཕེབས་ཀྱིས་འགྲོ་ཞིང་མཆིས་པའི་ངང་ཚུལ་དེ་མཐོང་དུས། ཁོང་གི་ཡིད་ལ་སེམས་ལས་ཧ་ཅང་ཆེ་བའི་སྐྱོ་གདུང་ཞིག་གིས་ཀུན་ནས་མནར་བ་དང་འཕོ་འགྱུར་བླ་ལྷག་ཏུ་བྱུང་བའི་དེང་རབས་ཤེས་རིག་གི་མདུན་དུ་ཁ་རྒོད་བྱེད་པ་རྒྱུན་མི་ཆད་པའི་རྒྱན་གོན་རྣམས་དང་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་སྤེལ་བའི་དགེ་འདུན་པ་ཞིག་སྔ་མུས་བཞིན་རྐང་ལམ་ཕྲ་མོའི་སྟེང་དུ་འགྲོ་བ་ཡིས། འཕོད་སྙོམས་ཤིང་ཡངས་པའི་གཞུང་ལམ་གྱི་བསླུ་བྲིད་ལ་རྒྱབ་ཀྱིས་ཕྱོགས་པའི་ཤེས་ཚོར་བྱུང་། དེ་ནི་རྨོངས་པ་དང་རྗེས་ལུས་ཀྱི་གཉིད་ལས་སད་པའི་འབོད་སྒྲ་ཡིན་པ་དང་། འབོད་སྒྲ་དེ་ལ་རི་ཀླུང་མ་ལུས་ཀྱིས་ལགས་སོའི་ཚིག་གི་མེ་ཏོག་མ་འཐོར་ཡང་། མ་མཐར་ཡང་དེས་ང་ཚོ་ཚང་མར་སྙིང་བ་དང་དེང་རབས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གསལ་དུ་བཅུག་ཅིང་། བར་ཁྱད་དེ་ཉིད་མེད་པར་གཏོང་བ་ལ་བསམ་བློ་གསར་བ་ཞིག་ཀྱང་བསྐྱལ་བྱུང་།

ང་ཚོ་དགའ་ས་ནི་རྐང་ལམ་ཕྲ་མོ་འདི་ཡིན་པའི་རྒྱུ་མཚན་ནི། རྐང་ལམ་ཕྲ་མོ་འདི་ནི་ང་ཚོའི་མི་རབས་སྔ་མ་རྣམས་ཀྱི་ཞབས་རྗེས་དང་འབྲལ་ཐབས་མེད་



此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com