

ཕྱི་ལོ་གསུང་བཤད་ཀྱི་མཛན་པར།

ཐད་སྒྲུངས་མི་དཔངས་དཔེ་སྒྲུབ་པ་ནས་བསྐྱུང།



མཆོག་གི་ཕྱི་རྒྱུ་མཆོག་གི་ཡུལ་འཁྱུག་གི་མཆོག་

མཆོག་མཆོག་མཆོག་མཆོག་མཆོག་མཆོག་མཆོག་མཆོག་མཆོག་

责任编辑：顿珠平措

封面设计：阿旺格桑

写作基础知识

西藏大学藏语文系写作教研室



西藏人民出版社出版

西藏新华书店发行

西藏军区印刷厂印刷

开本：787×1092 1/32印张：6.75字数：100千字
1990年6月第1版 1990年6月西藏第1次印刷
印数：01—7025

ISBN 7—223—00352—9/G·124

民文（藏123） 定价：1.85元

དཔེ་མཛོད་འགན་འཁུར་བ། རོན་གྲུབ་ཐུན་ཚེགས།
མཐུན་ཤོག་འཆར་འཁོད་པ། ངག་དབང་སྐལ་བཟང་།

ཚམ་གཞུང་སྒྲིག་ལས་འཁུག་སྒྲིག་།



ཐོན་སྐྱེད་སྒྲིག་ཁྲིམས་མཐུན་པའི་ཐོན་ཡིག་ཚན་ཁག་གི་ཚམ་གཞུང་སྒྲིག་
དཔྱད་ཁང་ནས་ཚམ་སྐྱེད་བྱས།

ཐོན་སྐྱེད་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱེད་ཁང་ནས་བསྐྱུན།

ཐོན་སྐྱེད་ཤིན་ཏུ་དཔེ་ཚང་ཁང་ནས་བཟུམ།

ཐོན་དམག་ཁྲུལ་ཁང་པར་འདེབས་བཅོ་གྲུ་ནས་པར་བཏབ།

ཤིག་ཚད་ 787×1092 $1/32$ ཡིག་འབྲུ་ཁྱི་10

1990 ལཱེ་ཟླ་6 པར་གཞི་དང་པོ་ 1990 ལཱེ་ཟླ་6 ཐོན་སྐྱེད་

ཐུ་པར་ཐེངས་1 བཏབ།

ISBN7—223—00352—9/ · G124

པར་གྲངས་01—7025 རིན་གོང་སྒྲིག་ 1.85

དཀར་ཆག

ལེའུ་དང་པོ།	མྱེང་གཞི།.....	(1)
ལེའུ་གཉིས་པ།	ཚུམ་གཞི།.....	(16)
ལེའུ་གསུམ་པ།	བརྗོད་དོན་གཙ་པོ།.....	(33)
ལེའུ་བཞི་པ།	མྱིག་གཞི།.....	(50)
ལེའུ་ལྔ་པ།	སྐད་ཡིག་.....	(85)
ལེའུ་རྒྱུ་པ།	རྒྱས་བཤད།.....	(106)
ལེའུ་བརྒྱུ་པ།	བརྗོད་འཁྱི།.....	(125)
ལེའུ་བརྒྱུ་པ།	རྒྱས་མཐུན་མཚན་པ།	(144)
ལེའུ་དབུ་པ།	བརྗོད་མྱེང་།.....	(156)
ལེའུ་བརྒྱུ་པ།	གསལ་བཤད།	(170)
ལེའུ་བརྒྱུ་གཅིག་པ།	ཚུམ་ཡིག་བརྗོད་བཅས།.....	(180)
ལེའུ་བརྒྱུ་གཉིས་པ།	ཚུམ་རྒྱལ།.....	(193)

ལེའུ་དང་པོ། མེད་ གཞི།

དང་པོ། ཚཱ་གཞུང་སྒྲིབ་ཆན་གྱི་
རོ་བོ་དང་དམིགས་ལུལ།

1. རོ་བོ།

ཚཱ་གཞུང་ཞེས་པ་ནི་ཚཱ་འབྲི་འདོད་ཀྱི་ཀུན་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པ་
ནས་ཚཱ་ཡོངས་སུ་སྒྲིབ་པའི་བར་གྱི་ཚཱ་འབྲིའི་བརྒྱད་རིམ་ཆ་ཚད་
དང་། ཚཱ་འབྲིའི་རྒྱས་པར་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་ཆན་རིག་ཅིག་
ཡིན། དེ་ནི་ཡུན་རིང་ཚཱ་འབྲིའི་ལག་ལེན་སྟོན་ནས་ཕྱུང་བ་དང་།
གཞུང་དེ་ཡུབ་རྗེས་སྒྲར་ཡང་ཚཱ་ཡིག་རང་ཉིད་ལ་མཇུག་ཁྲིད་བྱེད་
ཀྱི་ཡོད།

སྒྱི་ཚགས་ཡོངས་ལ་མི་ཁྲབ་པ་དང་མི་མཁོ་བ་མེད་ཅིང་།
ཉམས་སྤྱོད་ཤིང་པ་ནས་སྒྱི་གས་བཅོམས་བྱས་ནས་ལག་ལེན་གསར་
པར་མཇུག་ཁྲིད་ཀྱིས་མེད་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་དར་བྱས་དང་། སྒྱི་
ཚགས་འཕེལ་བྱས་གཏོང་བའི་གལ་ཆེའི་ལག་ཆ་ཞིག་ནི་ཚཱ་ཡིག་...

ཡིན་པས། ར་ཚས་ཚམ་ཡིག་རི་ལྟར་འབྲི་བའི་བྱུགས་ལ་ཞིབ་འཇུག་
བྱ་རྒྱ་ནི་གལ་འགངས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་བྱ་བ་ཞིག་ཡིན།

ཚམ་གཞུང་གི་སློབ་ཚན་འདི་ནི་མཚོ་རིམ་སློབ་གྲུལ་ཆེད་……
ལས་ཁག་ནང་སློགས་བསྟུན་གྱི་རང་བཞིན་དང་ལག་ལེན་གྱི་རང་……
བཞིན་ཆེས་ཆེར་ཐོན་པའི་ཆར་གཞིའི་སློབ་ཚན་གལ་ཆེའི་གྲས་ཤིག་……
ཡིན། ཆར་གཞིའི་སློབ་ཚན་ཞིག་ལ་བཙེ་བའི་དགོས་དོན་གཙ་མོ་
ནི། གཅིག་ནས་སློབ་ཚན་འདི་བྲིད་པ་བརྒྱད་སློབ་མ་ཚས་སློབ་གྲུ་
སློབ་སྦྱང་བྱེད་པར་སློབ་ཚན་གཞན་དག་ནམས་ལེགས་པོ་སྦྱང་བྱུང་……
རྒྱར་ཆར་གཞི་བརྟན་པོ་ཞིག་འདིར་བྱུང་བ་བྱེད་རྒྱ་དང་། གཉིས་
ནས་སློབ་གྲུ་ཐོན་རིམ་ལག་ལེན་ནང་བྱུགས་རྒྱར་ཆ་ཕྱེན་གསར་……
གཏོད་བྱེད་པའི་དོན་ཏུ་ཡིན། གནས་ཚུལ་འདི་དག་ལ་བརྟེན་ནས་
ར་ཚོ་སློབ་གྲུ་ཆེན་མོ་བའི་སློབ་སྦྱག་ཞིག་གི་དོས་ནས་བཤད་ན།
རང་གིས་སྦྱངས་པའི་ཤེས་ཡོན་དེ་ལག་ལེན་ཐོག་དོན་ཏུ་འཁྱལ་ནས་……
ཁུས་པ་ཐོན་པ་ཡོང་ཆེད་སྦྱར་བཏང་གི་ཚམ་ཡིག་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་
ནའང་ཐོགས་པ་མེད་པའི་སློ་ནས་འབྲི་བྱུང་བ་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་
མ་བྱུང་ཆེ་མི་ནམས་གྱི་བཞད་གད་གྱི་རྒྱ་ཅ་འགྲོ་བ་ཡིན་སྟབས་ཆར་
མས་རྒྱུན་ཏུ་ཚམ་ཡིག་འབྲི་སྦྱང་བྱེད་རྒྱར་དོ་སྤང་ཟབ་མོ་བྱེད་དགོས་
པ་མ་ཟད། ཚམ་འབྲིའི་ཆར་གཞིའི་ཤེས་ཡོན་ཁག་སྦྱང་རྒྱར་དོ་སྤང་
བྱེད་དགོས།

བཅའ་མཁའ་འདིར་ལ་ལས་ཚམ་ཡིག་འབྲི་རྒྱུར་བྱེད་པར་ངེས་...
 པར་ཏུ་ཚམ་གཞུང་རྒྱུར་དགོས་དོན་མེད། ཚན་བྱོན་ཐོད་ཀྱི་ལ་པཎ
 བཀའ་སྤྱུང་མང་པོ་ཞིག་བྱོན་པ་ཚར་པ་ཚམ་དམིགས་སུ་བཀར་ནས་
 རྒྱུར་ས་མེད་ཀྱང་ཚམ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་ཅེས་གསུང་མིད་ཀྱང་རྒྱུན་...
 མེད། རྒྱུར་ཚམ་གཞུང་རྒྱུར་ན་ཚམ་འབྲི་ཤེས་པ་དང་། མ་རྒྱུར་
 ན་འབྲི་མ་ཤེས་པའི་བྱུང་པ་མ་ངེས་ཀྱང་འདི་ནི་ཚམ་ཡིག་རྩི་ལྟར་...
 འབྲི་བའི་ལམ་རྟོན་པ་ཡིན་པས། བརྟུགས་ལམ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་ཟད་
 བ་བརྟུགས་ལམ་བཞག་ནས་རྟོར་ལམ་འཆེལ་བའི་དགོས་པ་མ་མཆིས་
 པའི་ཕྱིར།

2. དམིགས་ལུལ།

དེར་ཏུས་སྤྱི་ཚགས་ཀྱི་འཕེལ་བྱས་དང་། འཆོ་བ་གསར་
 པའི་དགོས་མཁོ་ལ་བརྟུན་ནས་སྤྱི་ཚགས་ཀྱི་འཆོ་བ་དངོས་མཆོན་...
 པའི་ཚམ་ཀྱི་རྒྱ་ཆད་ཤོད་མཐོར་གཏོང་དགོས་པ་དང་། གསར་
 ཚམ་ཀྱི་ཉམས་རྒྱུར་སྤྱིགས་བཞུགས་ཀྱིས་སྒྲུར་ཡང་གསར་ཚམ་ལ་...
 བརྟུང་བྲིད་བྱེད་དགོས་པས་ཚམ་གཞུང་སྤྱོད་ཆེན་ཁྲིད་པའི་དམིགས་
 ལུལ་བརྟུས་ནས་བཤད་ན་སྤྱོད་མ་ཆོད་ཚམ་འབྲིའི་རྒྱ་ཆད་ཤོད་མཐོར་
 གཏོང་རྒྱ་དང་། ཚམ་ཡིག་ཁག་ལ་དབྱེ་ཞིབ་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་གསུ་
 རྒྱུར་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན། དེ་ཡང་ཞིབ་ཅུམ་ལྟ་ན།

(1) སྤྱོད་ཕྱུག་ཚུ་དེ་ར་ར་ས་དང་རྒྱུ་ལ་ཕྱི་ཚུ་
 ཚུ་ལ་བྱང་འབྲེལ་གྱིས་ཚུ་ཆ་ཆ་དང་པའི་སྐོ་ནས་ཚུ་རིག་གི་རྣམ་.....
 གྲངས་སོ་སོའི་བྱད་ཚུ་ས་དང་ཚུ་འབྲིའི་ཤེས་བྱ་རྣམས་རྟོགས་སྤྱོད་.....
 པ་དང་། ཚུ་འབྲིའི་རྒྱ་ཆ་དང་ལྡན་པ་མཐོ་ཅུ་གཏོང་སྤྱོད་པ་བྱ་
 རྒྱ།

(2) བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་ཁ་གསལ་ཞིང་ལྟ་བུ་ཡང་དག
 པ། བརྗོད་ཆ་འཛུམས་ལ་བརྗོད་བྱ་བའི་བ་བཅས་ཀྱི་བྱད་ཚུ་
 ལན་པའི་སྤྱིར་བཏང་གི་ཚུ་ཡིག་ཁག་འབྱེད་པོ་འབྲི་སྤྱོད་པ།

(3) ཚུ་རིག་གི་བཅུམས་བྱ་ཁག་ལ་དབྱེ་ཞིབ་དང་
 དབྱད་གཏམ་གཏོང་བའི་འཛུམས་ཐང་དེས་ཅན་ཞིག་འཛུམས་སྤྱོད་པ།

(4) སྤྱོད་འབྲིང་སྤྱོད་ཕྱུག་ལ་ཚུ་ཡིག་འབྲི་ཉུང་ས་སྤྱོད་
 རྟོན་བྱེད་སྤྱོད་པ་དང་། ཁོང་ཚོས་བྲིས་པའི་ཚུ་ཡིག་ཁག་ལ་བཟོ་
 བཅས་དང་དབྱད་མཆན་འགོད་པའི་འཛུམས་ཐང་རྣམས་བཅས་.....
 དགོས་སོ།

དེ་ཡང་ཚུ་ཡིག་བཟོ་བཅས་བྱེད་པ་ནི། གཙོ་བོ་རང་ཉིད་
 གྱི་ཚུ་འབྲིའི་རྒྱ་ཆ་དང་ལ་རྟོགས་ལུས་ཡོད་པ་དང་། དབྱད་མཆན་
 འགོད་པ་ནི་གཞུང་ལ་དེས་པར་དུ་རྒྱས་མང་འཕེ་དམན་ཅུ་ཡོད་.....
 དགོས་པར་སྤང་།

གཉིས་པ། ཚཱ་གཞུང་སྒྲིབ་ཆན་གྱི་ནང་དོན་དང་
དེ་སྒྲིབ་བྲིད་བྱེད་པའི་དགོས་པ།

1. ནང་དོན།

ཚཱ་གཞུང་སྒྲིབ་ཆན་གྱི་ནང་དོན་གཙོ་བོ་ནི་ཚཱ་གྱི་རིག་...
པ་བཤད་བྲིད་བྱེད་ལྟ་དང་ཁ་སྐྱེས་ཐབས་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་སྒྲིབ་
ཆན་འདི་ནི་མང་གཞིའི་སྒྲིབ་ཆན་ཞིག་ཡིན་པས་སྒྲིབ་བྲིད་ཀྱི་ནང་...
དོན་ཡང་གཙོ་བོ་ཚཱ་འཁྲིའི་གནད་དོན་ཁག་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ལྟ་
དང་། བྲིད་པར་བྱ་ཚཱ་འཁྲིའི་མང་གཞིར་གྱུར་པ་དང་འབྲས་
མཐོའི་ཤེས་བྱ་འགའ་ཤས་སྒྲིབ་བྲིད་བྱེད་ལྟ་ཡིན་པ་གསལ་གསལ།

(1) ཚཱ་འཁྲིའི་ཙུང་འཁྲིའི་ཤེས་བྱ་ནམས་སྒྲིབ་བྲིད་བྱེད་ལྟ།

ཆང་མས་མཁྱེན་གསལ་ལྟར་ཚཱ་ཡིག་འཁྲི་རྒྱ་དེ་ནི་སྒྱི་ཆོང་
གྱི་ལག་ལེན་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་རིག་པའི་གཞུང་ལྷགས་གྱིས་ལག་
ལེན་ལ་མཆོད་བྲིད་མེད་ན་གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་དཀའ་བ་ཞིག་ཡིན་.....
རྒྱུ་སྒྲིབ་ཆན་འདིས་ཚཱ་འཁྲིའི་ལག་ལེན་ལ་མཐོང་ཆེན་བྱེད་པ་...
དང་ཚུགས་མཆོངས་ཚཱ་འཁྲིའི་མང་གཞིའི་ཤེས་བྱ་སྒྲིབ་བྲིད་བྱེད་...
གྱུར་མཐོང་ཆེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། སྒྲིབ་བྲིད་ཀྱི་ནང་དོན་ཞིབ་པ་ནི།
ཚཱ་གཞི་དང་། བཟོད་དོན་གཙོ་བོ། སྒྱིག་གཞི། ཆོག་ཕྱོར་

རམ་སྐད་ཡིག དེ་བཞིན་རྒྱལ་པོ་དང་ལ་སོགས་པའི་ཚམ་གྱི་མཚན་
 ཐབས་ཁག་གཅིག ཚམ་ཚུལ། ཚམ་ཡིག་བཟོ་བཅས་ཁྱེད་ལྷགས་
 བཅས་མ་དོར་ན་ཅ་པའི་ཤེས་བྱ་ནི་ཚམ་གྱི་སྒྲུབ་ཆ་དང་མཚན་……
 ཐབས་གཉིས་གཅི་བཟུང་སོག་ཚམ་ཚུལ་ཡང་སྒྲུབ་ཁྱེད་ཁྱེད་རྒྱ་དེ་……
 ཡིན།

(2) འཆར་གཞི་དང་གོ་རིམ་ཐུན་པའི་སྒོ་ནས་སྒྲུབ་ལྷག་
 རྒྱལ་ལ་ཐན་རྒྱས་སོན་པའི་ཚམ་འབྲི་དངོས་ཀྱི་སྒྲུབ་བནར་སྒྲོད་……
 དགོས།

(3) ཚམ་འབྲིའི་ཤེས་བྱ་སྒྲུབ་ཁྱེད་དང་ཚམ་འབྲིའི་སྒྲུབ་
 བནར་བྱ་རྒྱ་རྒྱུང་འབྲེལ་དམ་ཐབ་ཁྱེད་པ་དང་འབྲེལ་དཔེ་མཚན་……
 རང་བཞིན་ཐུན་པའི་ཚམ་ཡིག་ཁག་གི་སྒྲིང་རུང་ཉམས་སྒྲུ་ལེན་……
 ལྷག་པ་བཅས་བྱ་དགོས་པ་དེ་ཡིན།

2. སྒྲུབ་ཆན་འདི་སྒྲུབ་ཁྱེད་ཁྱེད་པའི་དགོས་པ།

(1) སྒྲུབ་ལྷག་ཆའི་ཚམ་འབྲིའི་རྒྱས་ཚལ་མཐོ་ཅ་གཏོང་
 ལྷག་པ་བྱ་རྒྱ།

སྒྲུབ་ལྷག་ཆའི་ཚམ་འབྲིའི་རྒྱས་ཚལ་མཐོ་ཅ་གཏོང་རྒྱ་ནི་……
 སྒྲུབ་ཆན་འདི་སྒྲུབ་ཁྱེད་ཁྱེད་པའི་དམིགས་སྤྱལ་ལམ་དགོས་པ་གཅི་
 པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉམས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ཚམ་འབྲིའི་
 སྐར་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཁྱེད་རྒྱ་དེ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ལྷག་དང་། མི་རིགས་ཤིག་

མི་སྒྲིབ་གང་གི་ངོས་ནས་བཤད་ན་འང་རང་རང་སོ་སོ་དང་འབྲེལ་བ་
 དམ་ཁིང་། དོན་སྒྲིབ་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་དེ་ལ་ཞིག་རེད། ད་ཉི་ར་
 ཆེ་ནི་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལྱུང་འཕྱར་བ་ལྟར་མཐུན་ཏུ་བརྒྱད་པ་
 དང་། ཆེན་རིག་དང་རིག་གཞུང་རྒྱུར་ལྟ་བུ་སྤྱེས་ཤོང་འཕེལ་འཕྱ
 བའི་རྒྱལ་སྐབས་ཤིག་ལ་སྒྲིབ་ས་ཡོད་ན། དེར་བཞི་འཇུག་ས་སྤྱོད་
 རྱེད་པར་མི་རིགས་ཡོངས་ཀྱི་ཆེན་རིག་དང་རིག་གནས་རྒྱ་ཆེན་ཤོང་
 མཐོར་གཏོང་རྒྱ་ནི་ཁ་ཆ་དཔོན་གཏུགས་ཀྱི་བྱ་བ་ཞིག་ཡིན་པས།
 རང་རྒྱལ་སྤྱིད་གཞུང་གིས་སྒྲིབ་གསོ་དང་། ཆེན་རིག་རིག་གཞུང་རྒྱ
 ཆེར་ཤོང་འཕེལ་གཏོང་བའི་བྱ་གཞག་ནང་ཏུ་ཚུལ་གཞུང་སྒྲིབ་སྤྱིད་
 ལ་ཤུགས་སྒྲོན་རྒྱས་རྒྱ་དང་། ཚུལ་འབྲིའི་རིག་པར་ཞིབ་འཇུག་
 རྱེད་རྒྱུར་མཐོར་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་གནད་གིན་ཡོད། མི་རིགས་ཡོངས་
 ཀྱི་ཚུལ་འབྲིའི་རྒྱས་ཅལ་མཐོ་ཏུ་གཏོང་རྒྱ་དེ་ནི་འབྲུང་འབྲུར་རང་
 རྒྱལ་ཀྱི་ཤེས་རིག་སྒོན་ཐུངས་གསར་སྤེལ་གཏོང་རྒྱ་དང་ཅན་བཞི་
 འཇུག་ས་སྤྱོད་ཀྱི་དཔར་ཤེས་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་གསོ་སྤྱོད་ཀྱི་ལས་ལུས་
 ཡོད་པ་ཞིག་རེད།

ཆང་མས་མཆིན་གསལ་ཉི་མོ་ཡི་གེ་འབྲི་སྒྲིབ་དར་བ་ནས་
 བརྒྱུད་ཡིག་ཐོག་ཚུལ་ཡིག་ཀྱང་འབྲི་འཕྲོ་རྒྱས་ཤིང་། ལག་ལེན་
 ཀྱི་ཉམས་སྦྱང་སྒྲིགས་བསྐྱེད་སྤྱེས་ལྱུང་བའི་ཤེས་བྱ་སྤྱོད་སྤུམ
 ཚོགས་པ་དེ་དང་འདྲི་དག་དེ་བཅོག་ཚུལ་ཡིག་ཏུ་སྤེལ་ཏེ་མི་རབས་

མི་མ་རྒྱལ་ས་ལ་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ཁ་སྒྲིག་ས་བརྟན་ནས་འཛད་མཐའ་མེད་
པའི་རིག་པའི་བར་མཛད་རྒྱ་ལྡན།

རང་རེ་མེད་ཀྱི་རིག་པ་ཁྱེད་འཕེལ་རིམ་གྱི་ཕོ་རྒྱས་ནང་.....
རྒྱུ་ལྡན་གྲགས་ཐུན་གྱི་ཚམ་པ་པོ་རི་སྟེང་པས་ཚམ་གྱི་ལས་ལ་བྱལ་ས་
ཤིང་། ཚམ་འཁྲིའི་ཉམས་སྤྲོད་སྒྲགས་བརྟན་མཛད་སྦྱང་བ་དང་།
རང་ཅག་གི་རིག་པ་ནས་ནོར་བུའི་རང་མཛད་ནང་འདྲ་མཉམས་རབ་
ཏུ་བཟ་བའི་ནོར་བུ་ཞིག་ཏུ་ལྷུང་བ་རེད།

(2) ཚམ་འཁྲི་བྱ་རྒྱ་དེ་ནི་སྤྱི་ཚུགས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ནང་
མེད་རྒྱ་མི་བྱང་བ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ཡང་ཆ་འཕྲིན་གཏོང་རེས་དང་། ཐོན་སྟོན་ཉམས་སྦྱང་།
ཚན་རིག་ཞིབ་འཇུག་དང་། ལས་དོན་སྒྲགས་བརྟན་ས། དཔལ་
པོ་དཔེ་བཟང་མི་སྣའི་མཛད་རྗེས་ལ་སོགས་པ་མཐའ་དག་ཡིག་ཐོག་
གི་ཚམ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་བྱུང་ཕྱི་རིམ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། དེ་
བཞིན་མི་དང་མིའི་དབར་གྱི་བསམ་བློ་བརྗེ་རེས་དང་། འཚོ་སྤྱོད་
འཁྲི། བཅོམ་རྒྱུ་མཚན་པར་བྱེད་པ་བཅས་སྤྱི་ཚུགས་ཀྱི་ལ་ཕྱི་
སྟོན་བྱེད་འཐབ་ཚད་དང་། ཚན་རིག་སོགས་ཚང་མ་ཚོམ་ཡིག་ལ་
བརྟེན་དགོས། དེར་བརྟེན་མིའི་རིགས་ཀྱི་འཚོ་བ་ནི་ཚམ་དང་ཁ་
བྲལ་ཐབས་མེད་ཤིང་། ཡི་གེ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དོན་གནད་
ཡོངས་རྒྱགས་ཚམ་དང་ཁ་བྲལ་རྒྱ་མེད་ཅིས་བཤད་ཆོག།

ཚཱ་གཞུང་གི་ཤེས་ཡོན་སྒྲིབ་སྦྱང་བྱས་ཏེ་ཚཱ་འབྲིའི་རྒྱས་་་
 ཚཱ་གོང་མཐོང་གཏོང་རྒྱ་དེ་ནི་ཅན་བཞི་འཇུག་ས་སྦྱུན་ཕྱེད་པའི་་་
 དགོས་མཁོ་ཡིན་ལ་དེང་རབས་སྤྱི་ཚུགས་འཆོ་བས་བཏོན་པའི་སྐལ་་་
 ཆེའི་ལས་འགན་ཞིག་ཀྱང་རེད།

(3) དེང་སྐབས་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་ནང་ཀྱན་ཏུ་ཚཱ་གཞུང་ངམ་ཚཱ་
 འབྲིའི་རིག་པར་ཞིབ་འཇུག་ཕྱེད་པ་ཚཱ་མ་ཟད་སྒྲིབ་ལྷ་ཆེ་འབྲིང་་་
 ཁག་ནང་སྒྲིབ་ཁྲིད་བྱ་རྒྱ་དེ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་ཏུ་བཅི་ཡི་ཡོད།

དེ་ལྟ་སྒྲིབ་གསེ་བུའུ་ཡིས་མཐོ་རིམ་སྒྲིབ་ལྷ་ཆེ་ཁག་ཉེ་དགེ
 འོས་སྒྲིབ་ལྷ་ཆེན་མོ་ཁག་དང་། རིམ་བ་ན་འཛིན་ས་ཀྱི་སྒྲིབ་ལྷ་
 ཆེ་ཁག་ བཟོ་ཞིང་། གསེ་རིག་ བྱོར་ཡིད། སྤྱིད་སྤྱིམ་ས་
 སྐྱེས་ཀྱི་སྒྲིབ་ལྷ་ཆེན་མོ་ལའང་ཚཱ་གཞུང་སྒྲིབ་ཁྲིད་བྱ་རྒྱ་ལྷག་ས་
 རྩོན་རྒྱལ་དགོས་པའི་མཇུག་ཉོན་གནང་ཉེ་རིག་པ་དེ་དེས་སྦྱང་བྱ་་་
 རྒྱུའི་སྒྲིབ་ཆོན་ཏུ་ཅིས་ནས་སྒྲིབ་ཁྲིད་ཕྱི་ཡོད། རྩི་རྒྱལ་ཏུའང་
 བཟོ་ལས་འཁེལ་བྱས་ཆེ་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གིས་ཚཱ་འབྲི་བྱ་རྒྱ་ར་་་
 མཐོང་ཕྱིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཕྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

སྤྱི་ཚུགས་མཐུན་ཏུ་བསྦྱོད་རྒྱ་དེ་“ཚཱ་”དང་བལ་ཐབས་
 མེད་ལ་ཆོན་རིག་རིག་གཞུང་གོང་འཁེལ་གཏོང་རྒྱ་ཡང་“ཚཱ་”དང་
 བལ་ཐབས་མེད་ཅིང་། མི་རྒྱལ་ས་ཀྱི་ལས་དོན་དང་འཆོ་བ་དོན་
 ཀྱང་“ཚཱ་”དང་ཁ་བལ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད།

ཚམ་ནི་དང་རབས་སྤྱི་ཚགས་འཚེ་བའི་ནང་ཉིན་བཞིན་.....
མཐོང་མེ་ཆེར་འགོ་བཞིན་པ་ནི་ལག་ལེན་ནས་ར་སྤྲོད་བྱ་བ་

ཨ་ལག་གི་རག་དབང་བཟུན་དར་མ་ར་མས་པས་ཀྱང་།

ཚོད་ལ་མཁས་ཀྱང་ཚམ་ཚུལ་མ་ཤེས་ན། །

ཆེ་བརྒྱ་ཐུལ་ནས་སྤྲོས་ཀྱང་སྤྲོགས་པ་ཡིན། །

ཞེས་སྐོབ་བའི་འབྲས་པུ་ཚམ་པའི་ལམ་རུ་མ་ཤེད་ན་སྤྱི་ཚགས་སྐོག་
ཕན་ཅུལ་དེ་ཅམ་མི་སྐོན་པས་ཚམ་འདི་དགོས་ལལ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཡིན་
པར་བཟུན། དེས་ན་ཚམ་ལ་ཕྱང་ཆུང་སྤྱི་ཆེ་ཅམ་ཡང་བྱེད་མི་ཉན།

གསུམ་པ། ཚམ་འབྲིའི་རྒྱས་ཚལ་མཐོ་རུ་

གཏོང་བའི་ཐབས་ལམ།

ཚམ་འབྲིའི་རྒྱས་ཚལ་མཐོ་རུ་གཏོང་བར་སྐོན་ལ་མ་ལེ་རིང་
ལྷུང་དང་མཐོ་ཅེ་ཏུང་དགོངས་པ་ཆ་ཆང་ཞིང་ཡང་རག་པ། འཕྲུལ་
བ་མེད་ཅིང་གནད་ལ་འཕྱིགས་པ་ཞིག་ཁོང་རུ་ཆུད་པ་བྱེད་དགོས།
མ་ལེ་རིང་ལྷུགས་དང་མཐོ་ཅེ་ཏུང་དགོངས་པ་ནི་འཕྱོར་མེད་གྲལ་
རིམ་གྱི་བསམ་སྒྲོའི་མ་ལག་ཅིག་ཡིན་ལ་གསར་བརྗེ་པ་མཐའ་དག་...
གིས་སྒྲོང་དགོས་པའི་ཆ་རིག་ཅིག་ཀྱང་རེད།

དེར་བརྟེན་ཚམ་པ་པོ་ནམས་ཀྱིས་གཞུང་ལྷུགས་དེ་ནན་ཏན་

གྲིས་མྱུང་བཙུན་གནང་ནས་ཚཱ་ཡིག་ནང་རང་གི་བསམ་སྒྲིལ་སྤྱད་ནས་
 མྱུང་གསལ་གྱི་རྒྱུ་ཆ་གསལ་དང་གི་བསམ་སྒྲིལ་གསལ་པོ་མཚུན་པ་བྱེད་...
 དགོས། གལ་ཏེ་གཞུང་དེ་དང་འགལ་ཆེ་ཚཱ་ཡིག་གི་ཁ་སྤྱད་ནས་
 རྟོག་ནས་རང་དེའི་བྱ་གཞག་ལ་སྤྱེན་ངན་པ་སྟོང་དེས་ཡིན་སྟབས་ཚང་...
 མས་གཞུང་ལུགས་དེར་སྒྲུབ་སྒྱུར་ལེགས་པོ་བྱེད་དགོས་པ་ནི་གནད་...
 གྱི་དམ་བཅ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཙམ་འབྲིའི་རྒྱས་ཅལ་མཐོ་ཏུ་གཏོང་
 བར་དེ་ཙམ་གྲིས་མི་འགྲིག་པར་བབས་གཞན་དག་གྱུར་ཤེས་དགོས་...
 པས་བསྟན་པར་བྱ་གྱི།

1. འཚོ་བའི་ཉམས་སྒྱུར་སྤྱད་སྤྱུལ་ཚཱ་ཡིག་པོ་ཞིག་དགོས་
 པ།

གྱི་ཚཱ་ཡིག་གི་འཚོ་བའི་ཉམས་སྒྱུར་སྤྱད་སྤྱུལ་ཚཱ་ཡིག་པོ་ཡོད་
 བ་གཞི་ནས་ནང་དོན་སྤྱད་སྤྱུལ་ཚཱ་ཡིག་པོ་འཚོ་ཡིག་འབྲི་བྱུང་།
 གནའ་ནས་དེང་བར་ཏུ་གྲགས་སྤྱད་ཚཱ་ཡིག་པོ་རྒྱལ་སྤྱི་ཚཱ་...
 རྒྱུད་འཕགས་ཅན་ཏུ་མ་འབྲི་གནང་མཇེད་བྱུང་དེའི་རྒྱ་སྤྱེན་གཙོ་...
 བ་ཞིག་ནི་ཁོང་ཚོས་གྱི་ཚཱ་ཡིག་གི་འག་ལེན་ནི་ཚཱ་འབྲིའི་གྲ་སྒྲིག་...
 གི་གོ་རིམ་གསལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པར་གཟིགས་གྱི་ཡོད། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་
 བ་ཚཱ་ཡིག་གི་བརྗོད་དོན་དག་གྱུར་ཡང་ན་དོན་དཔྱད་ཁ་སྤྱད་པ་...
 དང་། ཡང་ན་ཅི་འབྲི་འདི་འབྲི་མི་ཤེས་པར་ཆེན་རྟོག་མ་ཡིན་པས་ཡོངས་
 གྲུ་ཁོངས་ཏེ། དོན་གྱི་འདས་བྱུས་སྟོང་པའི་ཚཱ་ཡིག་ཅིག་ལས་འབྲི་

སྤྱབ་ཐབས་གལ་ཡོད། དེ་འདྲའི་ཚུལ་ཡིག་ནི་གཞན་ལ་པན་རྒྱ་
 རྩ་ཞོག གནོད་པའི་གཞིར་གྱུར་ངེས་ཡིན་ན། ལག་ལེན་ནང་ཐབ་
 བྱས་སྤྱིས་སྤྱི་ཚགས་འཆོ་བའི་ཐུང་ཐོབ་རེ་ཐབ་ཏུ་གནོད་རྒྱ་ཡིད་
 འཛིག་བྱེད་གལ་ཆེ།

2. དཔེ་དེབ་གང་མང་བལྟ་དགོས།

དཔེ་དེབ་གང་མང་བལྟ་སྟོན་བྱེད་རྒྱ་དེ་ནི་ཚུལ་འཕྲིའི་རྒྱ་
 ཚད་གོང་མཐོར་གནོད་པའི་གལ་ཆའི་ལམ་ལུ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་ཡང་
 ཚུལ་པ་པོ་མང་པོའི་དགེ་མཚན་དུ་མ་ལྟན་པའི་ཚུལ་རིག་གི་བཅུ་མ་
 བྱ་མང་པོ་བལྟ་སྟོན་བྱས་ན་དེ་དག་ས་སྲི་བྱུང་ཡོན་ན་མ་སྟགས་
 ཡོངས་ཀྱི་སྒྲིང་བཅུད་ཁྲངས་ཏེ། རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱས་ཆལ་རེ་མཐོར་
 འགོ་སྤྱབ་པ་ཡོང་རྒྱ་དེ་ནི་སྒྲུང་ནོར་ལྟས་མེ་རྟོག་འདྲ་མིན་གྱི་རོ་
 བཅུད་ཐུང་རྒྱབས་རོ་མང་ར་ལྟན་པའི་སྒྲུང་ཆེ་བསྟལ་སྤྱབ་པའི་དཔེ་
 དང་ཡོངས་སྤྱ་མཚུངས། རང་པོ་གངས་ཅན་གྱི་སྒྲུངས་འདིར་རྒྱས་
 རབས་ལྷ་མི་རིམ་བྱུང་གི་ཚུལ་ཡིག་གྲགས་ཅན་མིན་ཏུ་མང་པོ་ཡོད་
 དེ། ལོ་རྒྱས་དེབ་ཐེར་དང་། གསུང་རབ་ནམ་ཐར། གཏམ་
 རྒྱད། རྩ་སྒྲུང་། འཁྲབ་གཞུང་། སྟན་ཚུལ་དང་། སྟན་
 ཚུལ་གྱི་ཁོངས་སྤྱ་གཏོགས་པའི་ལེགས་བཤད་དང་། མཐུར། ཀ་
 བཤད། གཞན་ཆོག་ལ་ལོགས་བཙོད་ཀྱིས་མི་ལང་བ་ཡོད་པ་དེ་དག་
 དང་ཕྱིས་སྤྱ་སྒྲུང་ཡིག་གཞན་ནས་པོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་བའི་ཕུལ་བྱུང་