



དེ་ཕྱི་ལོ་དཔོན་ཁབ་གཉི་ལོ་ལྟེན་  
དང་དེ་ལྟེན་གནས་བབ།

གར་ལྟེན་ལྟེན་མོ་གས་མེ་ཡི་གིས་བཟུངས།

ཡི་ཡི་གས་དཔེ་ལྟེན་ཁབ།

བོད་ཀྱི་བོན་དགོན་ཁག་གི་ལོ་རྒྱུས་དང་  
ད་ལྟོ་ལེ་གནས་བབ།

ཤར་ཡུལ་ཡུན་ཚོགས་ཚེ་རིང་གིས་བརྩམས།

མི་རིགས་དཔེ་རྒྱན་ཁང་།

ཚོམ་ཐྱིག་འགན་འཁུར་བ།

责任编辑：

མདུན་ཤོག་མངོས་རིམ།

装帧设计：

པར་ལུས་འགན་ཁུར་བ།

责任校对：

ཚོ་རྒྱལ།

才杰

གླ་ཡོས་རྗེ།

翟跃飞

པ་སངས་དབང་ཚེན།

巴桑旺庆

# བོད་ཀྱི་བོན་དགོན་ཁག་གི་ཚོ་རྒྱལ་དང་ ད་ལྟོ་རིམ་གནས་བབ།

གར་ཡུལ་ཡུན་ཚོགས་ཚེ་རིང་གིས་བཙུམས།

\*

མི་རིགས་དང་ཡུན་ཁང་གིས་བཙུན་ཞིང་འབྲེམས་སྤེལ་བྱས།

(ལེ་ཅིན་ནི་མིང་མེ་བྱང་ལམ་ཨང་145། རྒྱག་ཨང་100013

ཁ་པར་ཨང་གྲངས་64234411—6509)

དུའི་རྒྱན་པར་ཁང་ནས་པར་བཏབ།

2002ལོའི་ཟླ་10པར་པར་གཞི་དང་པོ་བཞུགས།

2002ལོའི་ཟླ་10པར་ལེ་ཅིན་དུ་པར་ཐངས་དང་པོ་བཞུགས།

དེབ་ཚད། 850mm×1168mm 1/32 དཔར་ཤོག 11.125

དཔར་གྲངས། 0001—1500 དེབ་རེར་ཚོར་15.00

## 图书在版编目(CIP)数据

西藏苯教寺的历史与现状/平措次仁著. —北京:民族出版社, 2002. 9

ISBN 7-105-05220-1

I. 西… II. 平… III. 苯教—寺庙—概况—西藏—藏语 IV. B947.275

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 074441 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>

民族出版社微机照排 北京市艺辉印刷有限公司印刷

各地新华书店经销

2002 年 10 月第 1 版 2002 年 10 月北京第 1 次印刷

开本: 850mm×1168mm 1/32 印张: 11.125

印数: 0001—1500 册 定价: 15.00 元

---

该书如有印装质量问题, 请与本社发行部联系退换  
(联系电话: 64234411—6509)





པ་ཤེས་པ་དཔུང་ཚལ་མང་དུ་སྐྱེས་པ་བཅས་སོ། །











གཅིག	དཔེན་མཛད་དཀོན།	.....	(223)
གཉིས།	འབྲུག་ལྷན་དཀོན།	.....	(224)
གསུམ།	འགྲུ་མི་མཛད་དཀོན། (མཛད་གཞན་དཀོན་)	.....	(225)
ལྷུ་གུ་ལྷོ་བ།	ཉི་མའི་མཛད་ལྷུ་གུ་དཀོན་མཛོད།	.....	(228)
གཅིག	གནས་མཛད་དཀོན་མི།	.....	(229)
གཉིས།	མཛད་མཛོད་ལྷུ་གུ་དཀོན་མཛོད།	.....	(232)
གསུམ།	མཛད་མཛོད་ལྷུ་གུ་ལྷོ་བ།	.....	(236)
ལྷུ་གུ་ལྷོ་བ།	ལྷུ་གུ་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་དཀོན་མཛོད།	.....	(240)
	ལྷོ་མཛོད་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་དཀོན།	.....	(240)
	ལྷོ་མཛོད་ལྷུ་གུ་དཀོན་མཛོད་དཔེ་ལྷུ་གུ་ལྷོ་བ།	.....	(241)
ལྷུ་གུ་ལྷོ་བ།	གཉིས་མཛོད་ལྷུ་གུ་དཀོན་མཛོད།	.....	(243)
དང་པོ།	མཛད་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་དཀོན་མཛོད།	.....	(243)
གཅིག	འབྲུག་ལྷན་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ།	.....	(244)
གཉིས།	མཛད་ལྷུ་གུ་ལྷོ་བ་དཀོན་པ།	.....	(246)
གཉིས་པ།	འབྲུག་ལྷན་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་དཀོན་མཛོད།	.....	(258)
	འབྲུག་དཔེ་ལྷུ་གུ་དཀོན་མཛོད་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ།	.....	(259)
གསུམ་པ།	འབྲུག་ལྷན་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་དཀོན་མཛོད།	.....	(260)
	ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ།	.....	(261)
བཞི་པ།	ལྷོ་མཛོད་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་དཀོན་མཛོད།	.....	(262)
	གསུམ་པ་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ།	.....	(263)
ལྷུ་གུ་ལྷོ་བ།	ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་དཀོན་མཛོད།	.....	(266)
དང་པོ།	ལྷོ་མཛོད་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་དཀོན་མཛོད།	.....	(266)
	ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་དཀོན།	.....	(267)
གཉིས་པ།	ལྷོ་མཛོད་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་དཀོན་མཛོད།	.....	(268)
གཅིག	ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ།	.....	(269)

གཉིས།	གནས་མཚོན་གསུང་པའི་ཉི་ཤེ།	.....	(278)
ལྷུ་བུ་བློ་བྱ་བ།	ལྷུ་བློ་བློ།	.....	(285)
དང་པོ།	དོན་ཚིག་གནས་པའུ་བ།	.....	(285)
གཉིས་པོ།	དོན་ཚིག་འདྲ་བའི་ལྷུ་བློ།	.....	(303)
གསུམ་པོ།	ལྷུ་བློ་བློ།	.....	(319)

ལྷོ་དང་མོ། འོན་གྱི་བརྟན་པ་འཕེལ་འགྲིབ་ཀྱི་  
རྟེན་ལྷན་བཞི་མོ་རྒྱལ་མཁོར་བ་བཟུང་།

ལེགས་ལེགས་གང་ས་ཅན་གནའ་པོའི་རིག་གཏེར་དེ།  
དར་དར་འཛམ་གྱིང་ཡུལ་གྱི་གང་སར་བྱུང།  
མང་མང་ལོ་རྒྱུ་རྒྱུ་པོས་བཟུང་བའི་ཡུལ།  
གསལ་གསལ་ཞི་འོད་ས་གཞིར་འཕྲོས་དང་མཚུངས།  
ལྷན་གྱིས་བརྟན་དམན་ཅི་ལྟ་མ་དེས་གྲང་།  
ལྷན་མ་རྒྱན་བའི་རྟེན་བསམ་བཅངས་རྒྱུར་ནས།  
ལྷན་གྱིས་གཅེས་བའི་ཡུལ་གྱིང་རིག་གནས་དག  
ལྷན་མཚུན་མཁས་བའི་རྒྱན་ལྷན་འབྲུལ་བར་སྟོ།

དེ་ཡང་འདིར་པོད་ཁ་བ་ཅན་གྱི་ཡུལ་ན་མོ་རྒྱུང་ཤག་དུ་མའི་རྟོན་རྒྱུ་  
དུ་ཆེས་དར་བྱུང་ཆེ་བའི་གྲུང་རམ་པོན་ཡུགས་འདི་ནི་རང་ཅག་སྐྱབས་པ་སྟེས་  
འོས་པ་ཞིག་ལ་གང་ས་ཅན་རིག་གནས་རྣམས་ལ་གན་མཚུངས་ཅན་གྱི་མོ་རྒྱུས་ལོང་  
ལ་འོད་རྟོང་འཕྲོ་བའི་ལོ་རྒྱུ་ལེ་འབར་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། ལྱང་རྒྱ་མི་  
རིགས་ཀྱི་རྣམ་པར་བཟུང་བའི་རིག་གནས་ཀྱི་རྒྱུང་ཚལ་ལྟམ་པའི་ཁོད་ན་གནས་  
བའི་རྟོ་རྣམས་པད་མ་དགར་པོ་དང་གཉིས་སུ་མེད། འོན་གྱི་བརྟན་པ་དེ་དུས་  
ནས་ཞིག་དང་། པོན་གང་ཞིག ཡུལ་གང་ཞིག་ནས་པོད་ཡུལ་དུ་དར་བའི་  
རྟོར་ལ་མོ་རྒྱུས་མཁས་ཅན་མང་པོའི་གཞིགས་རྒྱུལ་མི་མཚུན་པ་མང་བ་སྟེ།  
གཙ་པོ་ནི། ལྱང་མཁའི་རྒྱལ་ས་རྒྱང་ཡུགས་ཆེ་བས་པོན་གྱི་རིག་གནས་ནི་

ལངས་རྒྱལ་ཚོས་ལྷགས་རིག་གནས་ཀྱི་ཡན་ལག་ལྷ་དྲུང་བཙེས་པ་ལས་ཕོན་གྱི་  
 རིག་གནས་ལོ་རྒྱུད་ལྷག་མང་པོའི་རྩོན་རྒྱལ་དུ་འཇིག་རྟེན་ཚོག་གནས་པ་ལ་  
 ཟད། དེར་རྒྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ནང་དོན་ལྡན་པ་ཁས་ལེན་གྱི་ལྷགས་ཤིང་།  
 ཕོན་གྱི་ཚོས་ལྷགས་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཕོན་གྱི་ལོ་རྒྱལ་ཏུ་ཅང་ཡུན་རིང་པོར་  
 བཙེས་ཏེ་གསེན་ལོ་ (གསེན་ལོ་གཅིག་ལ་མི་ལོ་བརྒྱ) བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཅུ་ཙམ་གྱི་  
 ལོ་རྒྱལ་ཡོད་ཟེད། དེ་ཡང་འཛམ་གླིང་གི་མིའི་རིགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱལ་འཕེལ་ཚུལ་  
 དང་ཚ་བ་ནས་མི་མཐུན་པར་རྒྱུར། ལོན་གྲུང་ཕོན་གྱི་ཚོས་ལྷགས་ནི་ཡོད་ཁ་  
 བ་ཅན་གྱི་ཡུལ་དེར་དར་བའི་གནའ་བོའི་ཚོས་ལྷགས་རིག་ཡིན་པ་ལས། ཡུལ་  
 ཚུགས་གང་ཞིག་ནས་གྲུང་ཡོད་དུ་དར་བ་ཞིག་ཚ་བ་ནས་མ་ཡིན། ཕོན་གྱི་  
 ཡིག་རིགས་ཁག་ཏུ་ཕོན་གྱི་རྩོན་པ་རབས་དགུ་ཕྱོན་ཚུལ་བསོད་པ་འདི་ལྟར་ཏེ།  
 དང་པོ། རྩོན་པ་རྒྱང་བ་རང་འབྱུང་ལྷགས་རྗེ་ཅན། གཉིས་པ། རྩོན་པ་  
 འཁོར་བ་ཀྱན་འདྲེན། གསུམ་པ། རྩོན་པ་ཉོན་མོངས་དུག་སྲིག་བཞི་པ།  
 རྩོན་པ་ཚད་མེད་ལྷགས་རྗེ་ཅན། ལྷ་པ། རྩོན་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་.....  
 གཟིགས། ལྷག་པ། རྩོན་པ་ཀྱན་ཤེས་ཐང་པ། བདུན་པ། ས་རྩོང་  
 དཔལ་འཕྱོར། བརྒྱད་པ། རྩོན་པ་ཁྱི་གཙུག་རྒྱལ་བའམ་རྩོན་པ་གསེན་རབ་  
 མི་ཚོ་ཆེ། དགུ་པ། མ་འོངས་པའི་རྩོན་པ་འཆི་མེད་ལྷམས་ལྡན་བཅས་སོ།  
 ད་ཡོད་ཕོན་གྱི་དབྱེད་གཞིའི་ཡིག་རིགས་མང་པོར་གཞིགས་ན། རྩོན་པ་  
 གསེན་རབ་མི་ཚོ་ཆེ་མ་ཕྱོན་མོང་དུ་གདོད་མའི་ཕོན་གྱི་བརྒྱན་པ་གནས་ཡོད་པ་  
 ལོ་རྒྱལ་ལ་དཔོན་ས། ལོན་གྲུང་ད་ལྟ་ཕོན་རྩོང་གླིང་བཟང་གནང་མཁན་མང་  
 པོས་རྩོན་པ་གསེན་རབ་མི་ཚོ་ཆེས་ཕོན་གྱི་སྲོལ་གདོད་ལྷགས་རྩོར་མང་དུ་  
 གསུངས་ཤིང་། འདི་ནི་ཕོན་གྱི་ཚད་ལྡན་ཡིག་རིགས་ཁག་ལ་རྒྱུངས་པ་དམན་  
 པའི་རྩོན་ཡིན་པ་གསལ་པོར་མཚོང་བྱུང། ལོན། ཕོན་གྱི་བརྒྱན་པ་དེ་དུས་  
 བཅས་དར་བ་དང་། ཡུལ་གང་དུ་དར་བ་ཡིད་ཅེས་ན། དེར་རབས་རྩོན་ཚོན་  
 གྱི་ཚོས་རིག་ལག་ཚལ་གྱི་བརྟག་ཞིབ་བྱས་པར་གཞིགས་ན། མིའི་རིགས་ལྱུང་

བྱས་དུ་བར་མི་ལོ་བྱི་ཉིས་བརྒྱ་ཅམ་བྱི་ལོ་རྒྱུ་ལོ་དུ་པ་ནི་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལྷིས་  
 ཁས་སྐྱབས་པའི་དོན་དཀོས་ཞིག་ཤིང་། སང་ཅག་གི་ཡུལ་དེ་ཡའང་ད་ལྟ་ཆབ་  
 མདོ་དང་། ལྷ་ས། གཞིས་མེ། ཉིང་བྱི། བྱ་མཚུངས་གསལ་གནས་མང་  
 པོའི་ས་འོག་ནས་ཚོན་པའི་དཀོས་པོས་དཔང་རྟགས་བྱེད་ཐུབ་པར་མི་ལོ་བཞི་  
 རྒྱུ་ལྷ་བརྒྱའི་སྐོར་རྒྱུ་ལོ་དུ་པ་མཚོའི་ཚོག་མིའི་རིགས་གནས་པ་ཅམ་བྱིས་མ་  
 ཚད། རེས་རིག་གི་ཚད་དེས་ཅན་ཞིག་ཏུ་སློབས་པ་དེ་ཡང་གཟུང་གནས་སྐྱེ་བོ་  
 གྲུབ་བྱིས་ཁས་སྐྱབས་པ་ཞིག་ཤིང་། ཆབ་མདོ་ཁ་རུབ་བྱིས་འོག་ནས་ཚོན་པའི་  
 གདོད་མའི་དུས་ལྷ་ལྷ་གསལ་བྱེད་བྱི་སློབས་དུ་དེ་དག་གི་ཚོག་ནས་མི་ལོ་བཞི་  
 རྒྱུ་ལྷ་བརྒྱའི་སྐོར་རྒྱུ་ལོ་དུ་པ་ལྷ་ལྷ་དུ་གདོད་མའི་ཚོས་ལྷགས་དེ་དོན་གྱི་ཚོས་  
 ལྷགས་འབའ་ཞིག་དེ་ཡོང་བ་གསལ་པོ་མཚོང་སྐྱབ།

རྩོན་པ་བྱི་གཙུག་རྒྱལ་བའམ་གཤེན་རབ་མི་ལོ་ཆེ་ནི་ཞང་ལྷང་འོལ་མོ་ཡུང་  
 རིང་དུ་ཡབ་དམུ་རིགས་རྒྱལ་བོན་ཚོད་དགར་དང་། ཡུལ་ཡོ་སྐྱི་རྒྱལ་བཞད་  
 མའི་སྐས་ལྷ་འཕྲུངས། གཤེན་ནི་གདུང་བརྒྱུད་བྱི་མིང་ཡིན་པ་གསལ་པོར་  
 རྟགས། སྲིད་མདོས་ལས། གཤེན་རབ་མི་ལོ་ཆེ། ལྷ་མདངས་དུང་རྒྱ་འདྲ།  
 འཛུམ་མདངས་མེ་ཤེ་ཤེ། ལྷ་རྩོས་རི་ལས་བརྒྱེད། ལྷ་མིང་རལ་པ་ནི། ལྷ་  
 འོད་རྒྱལས་མེ་རྒྱལས། ལྷ་པ་ཅི་གསལ་ན། ཚོད་ཐལ་རྩམ་མེ་རྩམ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། གཤེན་རབ་མི་ལོ་ཆེ་ནི་བཞིན་གྱི་དུལ་འཛོམ་མཚོས་ལ་  
 དགའ་སྐྱོའི་ཉམས་བཟང་ལྟར་པ། ལྷ་རྩོབས་རི་རྩམ་ཆེ་བ། ལྷ་ཚོ་རྒྱལ་ལས་  
 རྒྱང་དུ་འཕགས་པ། དེས་རིག་པའི་གནས་ལ་སྐྱུངས་པ་གང་ལེགས་མཚོད་པ་  
 རྩོས་ཅི། དགའ་ངའམ་རབ་དང་རིམ་པར་མ་འཛེམས་པར་གདོད་མའི་བོན་གྱི་  
 བརྩན་པའི་ཚོས་ལྷགས་དེ་མ་ལག་ཚང་བ། རིག་པའི་གཞུང་ལྷགས་དང་ལྟན་  
 པ་ཞིག་ཏུ་བརྒྱུར། དེ་ནས་ཞང་ལྷང་སློབ་ཡུང་དུ་གཟུང་དུང་བོན་གྱི་བརྩན་  
 པ་རྒྱུ་ཆེར་སློབ། རྩོན་པ་གཤེན་རབ་འཕྲུངས་ཡུལ་རྩོས་ལ། ལྷིས་རིག་བྱེད་  
 པ་ལ་ལས་རྩོན་པ་གཤེན་རབ་མི་ལོ་ཆེ་དག་གི་སློབ་ལྷོ་ལྷོའི་རྒྱལ་ཁབ་དུ་འཕྲུངས་