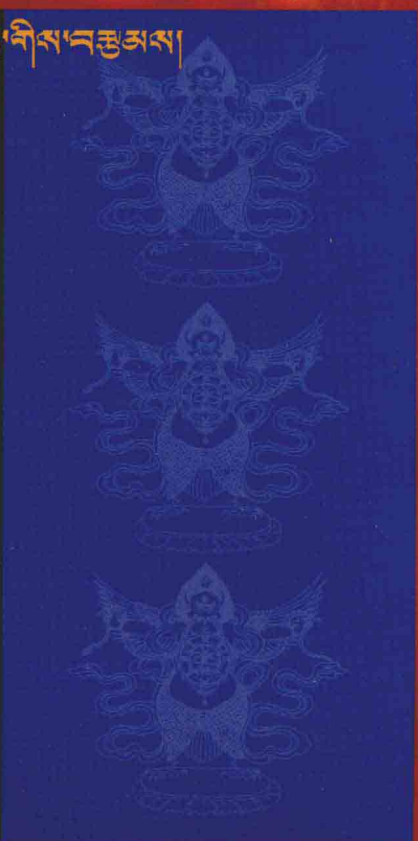




བོན་ལྷགས་དང་འཇང་རྟེན་གཏོ་པའི་ཚས་
ལྷགས་ཀྱི་བྱང་ཚས་དབྱེད་བསྟར།

ལྷག་པ་ཆེ་འོད་གིས་བརྒྱུ་མས།



མི་རིགས་དཔེ་ལྷན་ཁང་།

བོན་ལུགས་དང་འཇར་རིགས་གཏོ་པའི་ཚེས་
ལུགས་ཀྱི་བྱེད་ཚེས་དབྱེད་བསྟུན།

ལྷག་པ་ཆེ་རིང་གིས་བཅུ་མཁུ།

མི་རིགས་དཔེ་ལྷན་ཁང་།

图书在版编目(CIP)数据

藏族苯教与纳西族东巴教之比较研究/拉巴次仁著.
北京:民族出版社,2003.7
ISBN 7-105-05612-6

I. 藏… II. 拉… III. 苯教-对比研究-纳西族
-宗教-藏语 IV. B946.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 050921 号

民族出版社出版发行

(北京市和平里北街 14 号 邮编 100013)

民族出版社微机照排 艺辉印刷厂印刷

各地新华书店经销

2003 年 7 月第 1 版 2003 年 7 月北京第 1 次印刷

开本:850mm×1168mm 1/32 印张:11.875

印数:0001-2000 册 定价 20.00 元

该书如有印装质量问题,请于本社发行部联系退换
藏文室电话:64234411-6509;发行部电话:64211734

དཔེ་སློབ་འགན་འཁུར་བ།

责任编辑:

ཁ་བྱང་རྒྱས་འགོད་པ།

装帧设计:

དཔེ་བསྐྱར་འགན་འཁུར་བ།

责任校对:

དཔལ་འཛོམས།

边 宗

ཀམ་རྩི་ཆེ་རིང་།

吾 要

བསྟན་འཛིན་ཕུན་ཚོགས།

丹增平措

བོད་ཡུགས་དང་འཇར་མིགས་གཏོ་པའི་ཆོས་ ཡུགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་དབྱེ་བསྟར།

*

ལྷག་པ་ཆེ་རིང་གིས་བཅམས།

མི་རིགས་དཔེ་སླུ་ཁང་གིས་བསྐྱར་ཁྱིལ་འཁྲུགས་སྤེལ་བྱས།

(པེ་ཅིན་ཏྲོ་མིང་ཁྱེད་ལམ་ཨང་14པ། སྤྱི་ཨང་100013)

ཁ་པར་ཨང་གྲངས། 64234411 - 6509

མི་རིགས་དཔེ་སླུ་ཁང་གི་སྤེལ་འོད་པར་སྤྱི་ཁང་ནས་པར་བསྤྲེགས།

དབྱི་རྒྱའི་པར་ཁང་ནས་པར་བཏབ།

2003ལོའི་ཟླ་7པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྤྲེགས།

2003ལོའི་ཟླ་7པར་པེ་ཅིན་ཏྲོ་པར་ཐངས་དང་པོ་བཏབ།

དེབ་ཚད། 850mm×1168mm 1/32

པར་གྲངས། 0001 - 2000 དེབ་རིང་ལྡན་20.00

དཔེ་སྒྲུབ་གསལ་བཤད།

《ཐོན་ལྷགས་དང་འཇར་རིགས་གཏོ་པའི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་བྱད་ཚོས་
དབྱུང་བསྐྱར་》ཞེས་པ་འདི་ནི་དེ་ནི་《པོད་སྒྲོང་ས་སྒྲོབ་ཆེན་རིག་དེ་བ་》ཚོས་
སྒྲིག་པ་ལྷག་པ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་བཅམས་གནང་བའི་ཞིབ་འཇུག་སྒྲོབ་པའི་
སྒྲོབ་ཆོན་ཆེད་ཚོས་སྟེ། དེའི་ནང་ཐོན་དང་གཏོ་པའི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་བྱད་
རིམ་དང་དེ་ལྟའི་གནས་བབས། བྱང་དོན། སོ་སོའི་བྱད་ཚོས་བཅས་པོས་
འཛིན་དང་དེ་དག་ལ་ཞིབ་འཇུག་དབྱུང་བསྐྱར་ཟབ་མོ་གནང་འདུག་པ་
འདིས་གཅིག་ནས་ཐོན་དང་འཇར་རིགས་གཏོ་པའི་ཚོས་ལྷགས་ལ་སྒྲོབ་
གཞིར་དང་། ཞིབ་འཇུག་གནང་མཁན་ཚོར་རིན་ཐང་བྲལ་བའི་དབྱུང་ཡིག་
ཅིག་མཁོ་འདོན་གནང་ཡོད་པ་དང་། གཉིས་ནས་དེ་མན་ཐོན་དང་འཇར་
རིགས་གཏོ་པའི་ཚོས་ལྷགས་དབར་གྱི་འབྲེལ་བའི་སྒྲོབ་ལ་ཞིབ་འཇུག་དབྱུང་
བསྐྱར་གནང་བའི་དཔེ་དེ་བ་ཅིག་བྱང་མེད་པའི་མོ་རྒྱས་ཀྱི་སྒྲོབ་ཆ་དེ་ཁ་སྒྲོབ་
བྱུང་བ་བྱང་འདུག་པ་འདི་ལ་དམིགས་དེ་ཐངས་འདི་ག་དེད་དཔེ་སྒྲུབ་ཁང་
ནས་པར་སྒྲུབ་བྱས་པ་ལགས་ན་རྒྱ་ཆེའི་སྒྲོག་པ་པོ་དང་། ཞིབ་འཇུག་པ་
ནམས་ནས་དཔེ་སྒྲུབ་ཀྱི་བྱ་བའི་ཐད་ཀྱན་སྒྲོབ་དགེ་བའི་སྒྲུབ་སེལ་དགེ་སྟེལ་
ལ་སྒྲུབ་པའི་དགོངས་འཆར་ལྷག་སྒྲོལ་ཡོང་བའི་རེ་བ་དང་འདིས་ཀྱང་ཐོད་
རིག་པ་འདི་ནི་དེ་ཡར་རྒྱས་འཕྲོ་བའི་སོས་སྒྲུབ་པར་བྱུང་ཅིག

མི་རིགས་དཔེ་སྒྲུབ་ཁང་ནས།

འགྲོ་བརྒྱུད།

《ཐོན་ལུགས་དང་འཆར་རིགས་གཏོ་པའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་བྱུང་ཚོས་དཔྱད་
བརྒྱུད་》ཞེས་པའི་དེབ་འདིའི་ཚོམ་པ་པོས་མོ་གསུམ་རིང་གཞུང་བྱང་ཐོན་གྱི་ཚོ་
ལུགས་འཕེལ་རིམ་དང་ཐོན་གྱི་ཚོ་ལུགས་ཡིག་རྒྱུད་ཚད་ལྡན་མང་པོར་སློབ་སྦྱོང་དང་
ཞིབ་འཇུག་གནང་བ་ཙམ་མ་ཟད། ཐོན་གྱི་དཔྱད་ཞེ་འབའ་ཞིག་ཏུ་དངོས་སུ་
བརྒྱུད་དེ་ཐོན་གྱི་ཚོས་ལུགས་མཁས་ཅན་གྱི་ཞབས་ལ་གཏུགས་དེ་གྱུར་རམ་ཐོན་
ལུགས་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་རྒྱུད་བཅུད་བྲངས་ཏེ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚོས་ལུགས་ཤེས་བྱ་
མཁུ་བས་སུན་སུམ་ཚོགས་སུ་འགྲོ་བྱུང་པ་བྱུང་ཞིང་། ད་དྲུང་བསམ་མཛད་པ་
དང་བརྒྱུད་མཛད་པའི་གསུམ་གཏོད་ཀྱི་རྒྱུད་སློབས་ལུགས་ཆེ་བཅངས་མཁོ་ཐོན་
ལུགས་དང་འཆར་རིགས་ཀྱི་ཐོན་པའི་ཚོས་ལུགས་དབར་དཔྱད་བརྒྱུད་ཞིབ་
འཇུག་བྱེད་ཆེད་ཐོན་དཔུལ་དང་འབྲིམ་འབྲུལ་སོགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་གང་
ལའང་མ་འཛེམས་པར་འཆར་ས་དམ་དང་། རྒྱལ་ཐང་དང་། འབའ་ཐང་།
མི་ཐང་། ར་པ་སོགས་ཐོན་ལུགས་དང་འཆར་རིགས་ཐོན་པའི་ཚོས་ལུགས་
དར་བྱུང་ཆེ་བའི་ས་གནས་སུ་དངོས་སུ་བརྒྱུད་དེ་འཆར་རིགས་ཐོན་པའི་ཚོས་
ལུགས་ལ་ཞིབ་འཇུག་གནང་མཁན་མཁས་དབང་དང་། ཐོན་པའི་ཚོས་
ལུགས་ཀྱི་ཚོ་ག་ཉམས་ལེན་སོགས་ལག་ལེན་དངོས་ཀྱི་སྦྱོར་བུ་སུན་སུམ་ཚོགས་
པའི་གཏོ་པ་ཀན་གས་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་རིག་ལམ་དཔྱད་བརྒྱུད་གཏིང་ཟབ་
གནང་བ་མ་ཟད། འཆར་རིགས་ཐོན་པའི་ཚོས་ལུགས་སྐོར་གྱི་དཔྱད་གཞིའི་
ཡིག་རིགས་མང་པོར་སློབ་སྦྱོང་དང་དཔྱད་ཞིབ་གང་ཟབ་གནང་ཞིང་། དེས་
ཚོས་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་དཔྱད་བརྒྱུད་ཞིབ་འཇུག་ཐད་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་

དང་ལག་ལེན་དངོས་ཀྱི་ཐུང་གཞི་བཟང་པོ་ཞིག་གཏོང་བྱུང་བ་ལྟར་པ་ཤིང་།

ཐོན་ལྷན་དང་འཆར་རིགས་སྟོན་པའི་ཆོས་ལྷན་དབར་གྱི་འབྲེལ་པའི་
མྱོང་། དེ་སྔ་ཐོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཆེན་གསལ་ཤིང་བྱུང་གིས་དོ་སྣང་བྱུང་ཡོད་ཀྱང་།
མཁས་དེའི་ཁྱེད་པོ་རྒྱ་ཁྱེན་མང་པོའི་དབར་གིས་དོན་དངོས་ཐོག་འཆར་
རིགས་སྟོན་པའི་ཆོས་ལྷན་དང་ཐོན་ལྷན་དབར་གྱི་ཐོག་མའི་འབྲུང་ཁྲུང་ས་
དང་། འབྲེལ་བ། བྱང་དོན། རང་སྔོ་སྔོའི་དམིགས་བསལ་བྱུང་ཆོས་
སོགས་དབྱེད་བཟུར་གནང་མཁན་གཅིག་གྱུང་མ་བྱུང་བར་ད་བར་སྟོང་ཆར་
ལུས་ཤིང་། དེར་བཞེན་གཞིན་སྟེས་ཞིབ་འཇུག་མཁན་སྟག་པ་ཆེ་ཤིང་ལགས་
ཀྱིས་ལྷོ་སྟོང་ཆེན་པོས་ཆོད་སྟུབ་དངོས་གཙུག་པ་དང་སྔོ་སྟུག་དངོས་གཙུག་
པའི་ལྷ་བ་དང་། ལངས་སྟོགས། བྱུང་ཐབས་བཅས་ལ་བཞེན་ནས་དེར་
རབས་ཀྱི་དབྱེད་བཟུར་རིག་པའི་ཐབས་ལམ་གཞིར་བཟུང་སོག་ཐོན་ལྷན་
དང་འཆར་རིགས་སྟོན་པའི་ཆོས་ལྷན་གྱི་བྱུང་རིམ་དང་ད་ལྟའི་གནས་ལྟངས།
ཐོན་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་ཐོ་ཆེ་དང་འཆར་རིགས་སྟོན་པའི་ཆོས་ལྷན་གྱི་
སྟོན་པ་གཤེན་རབ། ཆོས་ལྷན་གཉིས་པོའི་འཇིག་རྟེན་ཆགས་ཚུལ་གྱི་ལྷ་བ།
ཐོན་ལྷན་དང་འཆར་རིགས་སྟོན་པའི་ཆོས་ལྷན་གྱི་ལྷ་རིགས་དང་གདོན་
རིགས། ཆོས་ལྷན་གཉིས་པོའི་བྱུང་སྟོན་དང་ཆོ་ག་ཉམས་ལེན་གཙུག་
མཆོད་གོས་དང་མཆོད་པའི་ཡོ་བྱུང་བཅས་ས་བཅད་ཆེན་པོ་བྱུག་གི་ཐོག་ནས་
ཐོན་ལྷན་དང་འཆར་རིགས་སྟོན་པའི་ཆོས་ལྷན་གྱི་ཆོད་སྟུབ་ཀྱི་འབྲེལ་བ་
དང་། རང་སྔོ་སྔོའི་ཆོད་པའི་བྱུང་ཆོས་སོགས་གསལ་བར་བཟུན་ཡོད། དེས་
ཞིབ་འཇུག་གི་བྱུང་ཁོངས་འདིའི་སྟོང་ཆ་མྱོང་བྱུང་བ་དང་། གསར་གཏོད་
རང་བཞིན་སྟོན་པའི་ཆོད་ཞིབ་ཀྱི་འབས་བྱ་ཞིག་ཤིང་། དེ་བཞིན་སྟངས་མེད་
ཐོན་ལྷན་ཞིབ་འཇུག་གི་བྱུ་གཞག་གཏོང་བའ་མེད་བྱུང་བར་སྟུལ་མ་གཏོང་
བྱུང་པ་མ་ཟད། འཆར་རིགས་དང་། ལྷ་མི། ཐོད་རིགས་སོགས་སྟོན་བ་
ཁྲུལ་གྱི་གནའ་ཐོད་མི་རིགས་ཁག་དབར་གྱི་ཆབ་སྲིད་དང་། དཔལ་འབྱོར།

དེག་གནས་བཅས་ཀྱི་འབྲེལ་བར་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པར་དགེ་མཚན་ལྷན་པའི་
ཀླུ་པ་ཚོན་ངེས་ཡིན། མཇུག་ཏུ་ཆེད་ཚོམ་འདི་དངོས་སུ་པར་སྤྱོན་གནང་
བར་བཤུ་ཤིས་སྟོན་འདུན་དང་བཅས།

དགེ་མིང་པ་པར་ཤུལ་ཤུན་ཆོག་སྟེ་ཤིང་གིས་ཐོད་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་
རྒྱ་ཤུག་ཐོད་ཆོལ་བྱུང་བའི་དགའ་རྒྱགས་ཀྱི་བཟང་པོ་གསུམ་པའི་ཉིན།

ཤེས་རབ་ཀྱི་རང་བྱུང་གསུང་བཤད་པ།

1. དུལ་དང་ཁོར་དུག མི་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་མཚམས་གང་ཡང་མེད་པར་རིག་གནས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་གསུང་བཤད་ཞིག་སྤེལ་གྱི་རིམ་མོའི་ཚོན་ཀླན་ཏུ་དར་ཐུས་སྐབས། མེད་རིག་པའང་རང་གི་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དགེ་མཚན་དང་དམིགས་བསལ་གྱི་ལང་ཚོའི་སྤྱི་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱིའི་རང་བཞིན་སྐྱོས་འཕེལ་བྱས་སུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་ནོར་འཛིན་མའི་ཕར་བར་སྤྲོད་གཙང་ཉག་གཅིག་ཏུ་གྲགས་པའི་མཚེ་བོད་མཚོ་སྐང་དུ་འཕྲོ་བར་རྒྱུ་བའི་མི་རྒྱལ་གྱིས་ཀླུང་རིག་གནས་བསམ་ཁྲོ་ཡི་ཚུལ་ལྟར་ཤེས་རིག་གསུང་བཤད་ཞིག་བསུ་བའི་ཚུགས་སུ་རང་རྒྱས་གང་ཡོད་ཚུལ་སྤྲུགས་ཀྱི་དབྱེ་མཚན་ཡོད་པ་དང་། ཉག་པར་དུ་སྒོ་གསལ་གསུང་དུ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་ཐེས་རྒྱལ་དང་མི་རིགས་གང་ཞིང་ཚུགས་ཡོངས་ནས་འཕེལ་བྱས་འོང་བའི་སྤྱད་རང་ཞིང་གྱི་ལང་ཚོའི་སྤྱི་མཐུན་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་འཕྲོ་བའི་བདེ་འཇུག་གི་རྩལ་ཆེད། ཐ་ན་རྟེན་རེའི་ཟས་ཀླུང་རྒྱ་རོན་ཅམ་གྱི་འདུ་ཤེས་ལ་བརྟེན་ཏེ་སྤྱོད་ཀླན་རིག་གནས་ལ་ལྷུངས་བྲག་གསུང་བཤད་ཞིག་མཁོ་འདོན་དང་། དེར་རབས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགྲོས་དང་མཐུན་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་མ་ལག་གསུང་བཤད་ཞིག་འཇུགས་པའི་ཚུགས་སུ་འབད་འབྱེད་ཀྱི་དབྱེ་མཚན། དེ་ལ་ཉུག་པ་ཆེ་རིང་ལགས་ནི་བོད་རྒྱུངས་སྤྱོད་ལྟ་ཆེན་མོ་ནས་ཆོན་པའི་ཞིབ་འཇུག་སྒྲིབ་སྤྲུག་ཐེངས་དང་པོའི་གསུང་དང་། ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་ཀ་དེའི་ཁྲོད་དུ་འབྲས་དུ་གཟེངས་སུ་ཚོབ་པའི་གཞོན་ནུ་ཞིག་ཡོན་པ་མ་ཟད། སྤོར་གསུམ་གྱི་ཞིབ་འཇུག་གི་འཕྲོ་བའི་ཁྲོད་དུ་ཉུག་པ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་རྟེན་པ་ནི་རི་རྩུབ་རིག་གནས་ཤིག་འཕེལ་བྱས་

གཉོང་བའི་རྒྱལ་ཁྲུགས་ཏེ་དཔྱོད་མེད་དཔུང་བསྐྱར་གྱི་ཞིབ་འཇུག་གི་ཕྱིད་
 ཐབས་གསར་པ་དང་། དཔྱེ་ཞིབ་གྱི་རིག་འཕྲོས་གསར་པ། དཔུང་ཡིག་རི་
 ལྟར་འཆོལ་བསྟུ་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་གསར་པ་དེ་རེད། འདས་པའི་རིག་
 གནས་སམ་ལོ་རྒྱུས་གྱི་རིག་གནས་གང་དེར་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་དུས་དཔུང་
 ཡིག་ནི་མེད་དུ་མི་ཁྱད་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་དང་། དཔུང་ཡིག་ཡོད་
 ཚད་ལ་སྒྲུང་དོར་གང་ཡང་མེད་པར་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པ་དེའང་ཚན་རིག་དང་
 བསྟན་པའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་ག་ལ་ཡིན། དེ་ཙམ་མ་ཟད་ཕྱི་དོན་དུ་དཔེ་སྟེན་
 གྲུབ་པའི་གནད་དོན་ལ་མི་དཔྱོད་པར་སོ་སོའི་སྒྲེར་གྱི་གང་བྱལ་སྤྱི་རིག་གི་འདུ་
 ཤེས་ཀྱིས་ཐག་གཙོད་པ་དང་དཔུང་གཞི་ཡིག་ཆ་རིང་དུ་དོར་ཏེ་ཞིབ་འཇུག་པ་
 རང་ཉིད་ལོ་རྒྱུས་གྱི་དཔལ་ཉག་སུ་འདོད་པ་ནི་བྱུན་པོས་ཀྱང་ལུས་ན་དེ་ནི་
 གཟུངས་གནས་པ་ཆོས་ངེས་པར་སྤང་དགོས་པ་ཞིག་མ་རེད་དམ། ར་ཆོས་
 རྣམ་པ་ཀྱུན་དུ་རང་རིགས་གཞོན་སྤྱི་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གི་ཕྱིད་ཐབས་གསར་པ་
 ཞིག་དང་མེན་བྱེད་དགོས་ཞེས་འཛོད་སྟེན་ཡང་ཡང་ཁྱེད་བཞིན་པའི་ཙ་བའི་རྒྱ་
 བཅོམ་ཡང་གནད་འགག་འདི་དག་ལ་རག་ལས་ཡོད་པ་རེད།

2. དཔྱིད་གྱི་བདག་མོ་ལྟ་ལས་བབས་ཤིང་མའི་རིགས་ཀྱིས་ཀྱང་སྤྱོད་ལོ་
 གསུམ་པའི་ལོ་རབས་གཉིས་པ་བསྟུ་བའི་དུས་སྟོན་དུ་ལགས་སྤྱི་ལོ་ལྟ་ལས་
 འབྲལ་བཞིན་པའི་དུས་ལྟག་པ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་ཀྱང་སོ་སོའི་སྤྱོད་ལོ་ལྟ་
 ལས་སྟོན་པའི་དཔེ་དེབ་འདི་ཉིད་སྤྱི་ཆོས་གང་དེ་འཕེལ་རྒྱས་འཕྲོ་བའི་ལེགས་
 སྤྱི་སྟེན་སྟེན་ཡོད་པ་དང་། དཔེ་དེབ་འདི་ཉིད་ཀྱི་བརྗོད་བྱའི་སྤྱིར་བོ་གང་
 ཡིན་ཐད་བརྗོད་ཐུན་གྱི་སྟོན་པ་ལོ་ཆོས་གཞིགས་ཞིབ་བརྒྱད་རྟགས་ལུས་པས་
 འདིར་བསྐྱར་དུ་རོ་སྤྱོད་ཁྱེད་མ་འདོད། མེན་ཏེ་ཆོས་ལུགས་གཅིག་དུས་དང་
 ཡུལ། ཁོར་ཡུག་མི་འདྲ་བའི་ནང་དར་འཕེལ་འཕྲོ་བའི་དུས་ཆོས་ལུགས་མི་
 འདྲ་བ་ཁག་གཉིས་སུ་སྐྱར་ཡོད་པར་དཔུང་ཞིབ་གསལ་བརྗོད་བྱས་ཡོད་པ་དེ་
 ལས་ཆོས་ལུགས་ལོ་རྒྱུས་ཁོད་ཀྱི་གནད་དོན་མི་ཁྱད་པ་ཞིག་ལ་བསྐྱར་དུ་ཞིབ་

འཇུག་ཕྱེད་དགོས་པའི་རྟེན་སྒྲུལ་བྱུང་ཡོད་ན་དེ་ནི་དཔེ་དེའི་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཆེས་
ཆ་བའི་རིན་ཐང་དུ་ཁོ་ལོས་སེམས། གལ་སྲིད་རང་རིགས་ཀྱི་ཤེས་ལྡན་པ་ཆོས་
ཁ་བཤད་སྟེར་པའི་ཉིན་མཆན་བསྐྱེད་པ་དང་། རོལ་ཅིང་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་མི་
ཆོའི་རིན་ཐང་སྟེར་པར་ཕྱེད་པའི་སྒྲིན་ཉིད་སྤངས་ཏེ་སོ་སོའི་ལས་གནས་གར་
ཡོད་ཐོག་སྒྱི་ཆོགས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་ཐད་ལག་རྗེས་རུང་ཅམ་བཞག་སྤྱད་པ་ཡིན་ན་
དེ་ལས་སྟག་པའི་དགེ་མཆན་ཞིག་ཚུགས་གང་དུ་འཆམ།

3. གནད་དོན་གང་ཡིན་ཡང་ར་ཆོས་སྟེར་བཤད་ཀྱིས་ཐག་ཚད་པ་ཞིག་
གཏན་ནས་མེན་པའི་འཇིག་རྟེན་ཆོས་ཉིད་དམ་གཏན་སྟོན་དེ་ཆང་མས་མཐུན་
གསལ་ལྟར་ལག་ལེན་ཀྱི་ཁྲོད་ནས་རིག་པའི་གནས་གང་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཀྱང་
འབྲས་བུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཕྱེད་རྒྱ་ནི་དཔེ་དེའི་འདི་ཉིད་ཀྱིས་ར་ཆོར་བཏོན་པའི་
དམིགས་བསལ་རེ་འདུན་དང་། གནད་དོན་ལ་ཞིབ་འཇུག་ཕྱེད་པའི་དུས་
རྒྱུ་བཅའ་སའི་སྤངས་ཡང་དག་པ་དང་། རྒྱུ་བུའི་ཀྱི་རིགས་པ་རྩོ་ཞིང་ཐབ་
དགོས་པ་མ་ཟད། མཐའ་དཔྱད་དཔྱད་སྒྲིན་པ་ཞིག་ཕྱེད་དགོས་རྒྱུ་ནི་དཔེ་
དེའི་འདིས་ར་ཆོར་བཏོན་པའི་སྤངས་བྱ་གསར་པ་ཞིག་དང་། ཞིབ་འཇུག་གི་
ཐབས་ལམ་གསར་པ་ཞིག དཔེ་དེའི་རང་ཉིད་ལ་མཆོན་ན་རང་གི་རིན་ཐང་
མངོན་འཕྱར་བྱ་ཕྱེད་ཀྱི་ཆང་གཞི་གསར་པ་ཞིག་གྱུར་རེད། འོན་ཏེ་སྒྱི་ཆོགས་
ཁྲོད་དུ་བོན་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་ཞིབ་འཇུག་སྟེར་ལ་མཆོན་ན་གསར་དུ་གོམ་པའི་
འདེགས་འཛིན་བསྐྱར་བཞིན་པའི་རང་རྒྱུ་དུ་གནས་ཡོད་པས་དཔེ་དེའི་འདི་
ཉིད་ཀྱིས་སྤུལ་འདེད་འོག་“བརྗོད་བོན་”དང་། “འཕྱར་བོན།” “བསྐྱར་
བོན་” ཀྱི་དཔྱེ་བ་དང་། དེ་བཞིན་《ཐེུ་ཆོས་འབྱུང་》དང་《ཐུང་ཆོས་
འབྱུང་》དུ་བཞོད་པའི་ས་ཁ་བོན་དང་འ་ཡ་ཆབ་ནག་བོན་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་དཔྱེ་
བ་དང་། བོན་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་དར་བ་ནས་ད་ལྟའི་དབར་ཀྱི་ཆོས་འབྱུང་ལ་
རྒྱས་ཤིག་ཚེ་མ་སྒྲིག་ཕྱེད་རྒྱ་ཡང་གལ་འགངས་ཆེ་བར་མཐོང་།

4. མདོར་ན་དཔེ་དེའི་འདི་ཉིད་ནི་བོད་རིག་པའི་ཞིབ་འཇུག་གི་གནས་

བབས་དེ་རྒྱལ་ཁྱེ་ཅན་དུ་འཁྱུར་བཞིན་པའི་གོ་རིམ་ཁྲོད་དུ་བྱུང་བའི་ཞིབ་འཇུག་གི་ལག་རྒྱུ་གསུམ་པ་ཞིག་དང་། རྒྱལ་ཁྱེ་ཅན་རིག་པའི་ཞིབ་འཇུག་གི་ཚུ་ཚད་ལྡན་པའི་ཞིབ་འཇུག་གི་ཐབས་ལམ་གསུམ་པ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། རོད་གྱི་ཤེས་རིག་གི་ཞིབ་འཇུག་ཐད་སྤུལ་བའི་རིག་སྟོབས་གསུམ་པ་ཞིག་གྲང་རེད། འོན་ཏེ་མིའི་རིགས་ལ་འབྱུང་ཚད་མིན་པའི་རྒྱུན་ཞིག་ལྟན་མྱེས་སུ་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་དཔེ་དེབ་འདིའི་སྐོམ་ཆོག་རེ་འགས་སྟོག་པ་པོ་ཆོའི་རེ་འདུན་ཡོངས་སུ་སྒྲོང་ཐབས་བྲལ་བའི་དུས་པན་ཚུན་གླིང་མོལ་ལ་བརྟེན་ཏེ་ཐག་གཅོད་བྱེད་རྒྱ་ནི་རོད་གྱི་ཤེས་རིག་རྒྱུགས་ཡོངས་ནས་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བའི་ཐབས་ལམ་དུ་ཀྱན་གྱིས་མཁྱེན་པར་མངོན།

ཞེས་2003ལོའི་དབྱིད་ཐོག་མའི་དུས་ཀར་དུ་ལྷ་ལྷན་ཉི་འོད་ཤོད་ཁྱེར་ནས།
 འགྲོང་བུ་ཆེ་ཤིང་རྒྱ་རྒྱུས་ལྡན་པ་ལས་ལྷན།

དཀར་ཆག

འགྲོ་བརྒྱུད།.....	(1)
ས་བཅད་དང་པོ། རྩོན་འགྲོའི་གཏམ་སྒྲེང།	(1)
དང་པོ། བོན་ལུགས་ཀྱི་བྱུང་རིམ་དང་ད་ལྟའི་གནས་སྐབས།	(1)
1. བོན་ལུགས་ཀྱི་བྱུང་རིམ་རགས་བསྟུས།	(1)
2. “བོན”ཞེས་པའི་ཐ་སྐད་ཀྱི་དབྱད་པ།	(10)
3. བོན་ལུགས་ཀྱི་ད་ལྟའི་གནས་སྐབས།	(19)
གཉིས་པ། གཏོ་པའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བྱུང་རིམ་དང་ད་ལྟའི་གནས་སྐབས།	(21)
1. གཏོ་པའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བྱུང་རིམ་རགས་བསྟུས།	(21)
2. “རྒྱུ་ཐུག་པའི་ཐ་སྐད་ཀྱི་དབྱད་པ།	(25)
3. གཏོ་པའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ད་ལྟའི་གནས་སྐབས།	(35)
གསུམ་པ། རྒྱལ་ཁྱེ་རྒྱལ་ནང་གི་ཞིབ་འཇུག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལུགས་འདི་ གཉིས་དབར་དུ་བསྟུར་དང་ཞིབ་འཇུག་མཛད་པའི་གནས་ཚུལ།	(36)
བཞི་པ། དབྱད་ཚུལ་འདིའི་ཞིབ་འཇུག་གི་དམིགས་ཡུལ་དང་ནང་དོན་ སྟོན་པའི་སྒྲོམ་པ།.....	(38)
1. ཞིབ་འཇུག་གི་དམིགས་ཡུལ།	(38)
2. ཞིབ་འཇུག་གི་ནང་དོན།.....	(39)

3. ཞིབ་འཇུག་ཐུང་བ་ཐངས། (39)
4. ཞིབ་འཇུག་གི་གཙོ་གནད་དང་དཀའ་གནད། (40)
5. ཞིབ་འཇུག་གི་དོན་སྤྱིར། (42)

ས་བཅད་གཉིས་པ། བོན་ལྷགས་ཀྱི་རྟོན་པ་གསེན་རབ་མེ་ཙོ་

དང་གཏོ་པའི་ཚེས་ལྷགས་ཀྱི་རྟོན་པ་གསེན་རབ། (47)

དང་པོ། བོན་ལྷགས་ཀྱི་རྟོན་པ་གསེན་རབ་མེ་ཙོ། (47)

1. དམུ་རྒྱུད་ཀྱི་གདུང་རབས་རྒྱུད་རྒྱུ། (47)
2. རྟོན་པ་གསེན་རབ་མེ་ཙོ་འི་འབྲུངས་དུས་དང་འབྲུངས་ལུས་སྒྲིང། (49)
3. རྟོན་པ་གསེན་རབ་མེ་ཙོ་འི་བཙུན་མོ་དང་གདུང་ལྷན་སྒྲིང། (53)
4. རྟོན་པ་གསེན་རབ་མེ་ཙོ་འི་སྒྲོབ་མ་དང་བཀའ་བརྒྱུད་སྒྲིང། (55)
5. རྟོན་པ་གསེན་རབ་མེ་ཙོ་འི་མཛད་པ་བཙུག་གིས་དང་འབྲེལ་བའི་
པོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུན། (57)

6. རྟོན་པ་གསེན་རབ་མེ་ཙོས་སྤྱོད་བདུལ་ཞིང་མི་དང་སྤྱི་འགལ་
བབས་པ་བའི་སྒྲིང། (62)

གཉིས་པ། གཏོ་པའི་ཚེས་ལྷགས་ཀྱི་རྟོན་པ་གསེན་རབ། (65)

1. རྟོན་པ་གསེན་རབ་ཀྱི་ཐེས་པོ། (67)
2. རྟོན་པ་གསེན་རབ་ཀྱི་འབྲུངས་ལུས་དང་འབྲུངས་སྒྲིང། (67)
3. རྟོན་པ་གསེན་རབ་ཀྱི་སྒྲོབ་མ་དང་དམ་ལ། (70)
4. རྟོན་པ་གསེན་རབ་ཀྱི་བཙུན་མོ་དང་ལྷན། (72)
5. རྟོན་པ་གསེན་རབ་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་ལས་འདས་རྒྱུ། (73)
6. རྟོན་པ་གསེན་རབ་ཀྱི་མཛད་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ས་གནས། (75)
7. རྟོན་པ་གསེན་རབ་དང་འབྲེལ་ཆེ་བའི་རྩ་རིགས་དང་འཁོར་གཤོག་
གཞན་གྱི་སྒྲིང། (76)
8. རྟོན་པ་གསེན་རབ་ཀྱི་མཛད་པ་འབྲིན་གཙོ་ལོ་འགའ་ཞིག (77)
9. རྟོན་པ་གསེན་རབ་ཀྱི་མཚན་གཞན། (83)

10. གཏོ་པའི་སྟོན་པ་ཨ་མེན་རབ་“ཨུམ་ཤེན་ལྷོ་མ་”སྟོན། (84)
- གསུམ་པ། སྟོན་པ་གཉིས་པོའི་མཛད་ནམ་དཔུང་བསྟར། (86)
1. “སྟོན་པ་གཉིས་རབ་”ཅེས་པའི་མཆོད་ཀྱི་འབྲུང་སྤངས་དང་གོ་དོན།
..... (86)
2. སྟོན་པའི་ཕ་མེས་ཀྱི་སྟོན། (88)
3. སྟོན་པའི་འབྲུངས་འདས་སྟོན། (90)
4. སྟོན་པའི་བཅུན་མོ་དང་གདུང་སྤྲུལ་སྟོན། (91)
5. སྟོན་པའི་སྟོན་མ་དང་དཔུང་ཡའི་སྟོན། (92)
6. སྟོན་པའི་མཛད་ནམ་སྟོན། (93)
7. སྟོན་པའི་མཛད་པ་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་འགའི་སྟོན། (96)
8. གཏོ་པའི་ལྷགས་ལ་དམིགས་བསལ་དུ་འཁོད་པའི་སྟོན་པའི་མཛད་
པ་འགའ། (98)
9. སྟོན་པའི་ཐང་གའི་གཞུགས་བརྟན་སྟོན། (100)
- བཞི་པ། བརྟོ་མེད་དང་དཔུང་སྟོན། (101)
- ས་བཅད་གསུམ་པ། འཛིག་རྟེན་ཆགས་ཚུལ།** (116)
- དང་པོ། རོན་ལྷགས་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ཆགས་ཚུལ། (116)
- གཉིས་པ། གཏོ་པའི་ལྷགས་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ཆགས་ཚུལ། (122)
- གསུམ་པ། རོན་དང་གཏོ་པའི་ལྷགས་ཀྱི་སྤྱིད་པའི་ལྟ་བ་དཔུང་བསྟར།
..... (131)
1. གཏོ་པའི་སྤྱིད་པའི་རང་བཞིན། (132)
2. སྤྱིད་པར་བྱུང་བའི་ཐོག་མའི་དངོས་པོ། (132)
3. འབྲུང་བ་ལྟ་ཆི་སྤྱིད་ཐུབ་ཚུལ། (132)
4. འབྲུང་བ་ལྟ་ལས་གང་ཞིག་སྟོན་བ། (133)
5. སྤྱིད་བཅུད་འཛིག་རྟེན་ཀྱི་སྟོན་ཚུལ། (134)
6. སྤྱིད་པའི་མེས་པོ། (135)

7. མི་སྒྲིལ་གྱི་མ་བཤེས་ལྟ་བུ་ཆ།	(136)
བཞི་པ། བསྐྱེད་དང་དབྱེད་སྒྲིལ།	(140)
ས་བཅད་བཞི་པ། རོན་དང་གདོ་པའི་ལྷ་རིགས་དང་	
གདོན་རིགས།	(152)
དང་པོ། རོན་གྱི་ལྷ་རིགས་དང་གདོན་རིགས།	(152)
1. རོན་གྱི་ལྷ་རིགས།	(152)
2. རོན་གྱི་གདོན་རིགས།	(181)
གཉིས་པ། གདོ་པའི་ལྷ་རིགས་དང་གདོན་རིགས།	(185)
1. གདོན་ལྷ།	(186)
2. བར་ལྷ།	(193)
3. གསར་ལྷ།	(195)
གསུམ་པ། ལྷ་རིགས་གཉིས་པའི་ལྷ་རིགས་དང་གདོན་རིགས་	
ཁྱད་ཆོས་དབྱེད་བསྐྱེད།	(210)
1. ལྷ་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་དབྱེད་བསྐྱེད།	(210)
2. ལྷ་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་དབྱེད་བསྐྱེད།	(224)
3. གདོན་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་དབྱེད་བསྐྱེད།	(226)
བཞི་པ། བསྐྱེད་དང་དབྱེད་སྒྲིལ།	(230)
ས་བཅད་ལྔ་པ། ལྷ་རིགས་གཉིས་པའི་ཆོས་ལྷ་རིགས་བྱེད་སྒྲིལ་གཙོ་	
བོ་ཁག་གི་དབྱེད་བསྐྱེད།	(240)
དང་པོ། རོན་ལྷ་རིགས་ཀྱི་ཆོས་	(240)
1. བྱེད་ཆོས།	(245)
2. འདས་མཆོད།	(248)
3. ལྷ་འགྲུགས།	(251)
4. ལྷ་གསོལ།	(253)

5. འདུར།	(256)
6. རྫོག་པ།	(259)
7. ཡུལ་ལྗེ་གསལ་ཁ།	(260)
གཉིས་པ། གརྟ་པའི་ཡུགས་ཀྱི་ཆོ་ག	(262)
1. འབྱར་འདྲེའི་གསལ་ཁ།	(267)
2. གནམ་མཆོད།	(270)
3. ལྷ་གསལ།	(271)
4. རི་ལྗེ་གསལ་ཁ།	(273)
5. འདས་མཆོད།	(274)
6. རྣམ་ཤེས་རྒྱར་པ།	(275)
7. རྒྱ་འགྲུགས།	(277)
གསུམ་པ། ཡུགས་གཉིས་པའི་ཆོ་གའི་བྱད་ཆོས་དབྱད་བསྟར།	(279)
1. ཆོ་གའི་ཚོ་རིམ་དང་དམིགས་ཡུལ།	(280)
2. ཆོ་གའི་རྣམ་པ་དང་ནང་དོན།	(283)
3. ལྷ་གདོན་ལྷ་རིགས་ལ་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས།	(293)
བཞི་པ། བརྩོ་གྲིང་དང་དབྱད་ཕྱོམ།	(296)
ས་བཅད་བྱུག་པ། མཆོད་བྱད་དང་མཆོད་གོས་སྐྱར་གྱི་ དབྱད་བསྟར།	(311)
དང་པོ། རོན་ཡུགས་ཀྱི་མཆོད་བྱད་དང་མཆོད་གོས།	(311)
1. ཡུགས་པའི་མཆོད་བྱད་གཙོ་བོ།	(311)
2. ཡུགས་པའི་མཆོད་གོས་གཙོ་བོ།	(317)
གཉིས་པ། གརྟ་པའི་ཡུགས་ཀྱི་མཆོད་བྱད་དང་མཆོད་གོས།	(321)
1. གརྟ་པའི་མཆོད་བྱད་གཙོ་བོ།	(321)