[illegible]

[illegible]

ཀྲུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་གྱི་སྣང་དོར་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

རྒྱང་འཕོར་ཚེ་ཕུན་གྱིས་བརྩམས།

དཔེ་སྒྲིག་འགན་ཁུར་པ་རྒྱལ་མོ་འབྲུག་པ།
མདུན་ཤོག་ཇུས་འགོད་པ་ཡེས་ཅན་ཞུང་།

བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་གྱི་གླང་དོར་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།

རྒྱང་འཁོར་ཚེ་ཕུན་གྱིས་བརྩམས།

ཀྲུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གིས་བསྐྲུན་ཏེ་བཀྲམ།
པེ་ཅིན་ཞུག་ཧྭན་ཧྲི་ཤིན་པར་ཁང་གིས་དཔར་བཏབ།
2005 ལོའི་ཟླ་6 པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྒྲིགས།
2005ལོའི་ཟླ་6 པར་དཔར་ཐེངས་དང་པོ་བརྒྱབ།
ISBN7—80057—769—4/Z·359
དཔེ་རིན་སྒོར། 8.00

责任编辑:周华
封面设计:李建雄

图书在版编目(CIP)数据

藏族民俗扬弃论/次仁平措著.—北京:中国藏学出版社,2005.6
ISBN 7—80057—769—4
Ⅰ.西… Ⅱ.次… Ⅲ.风俗习惯-研究-西藏-藏语
Ⅳ.K892.475
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 062472 号

藏族民俗扬弃论

金果·次平　著
中国藏学出版社出版发行
北京牛山世兴印刷厂印刷
开本:850×1168　1/32
印张:6.75 印数:1—2000 册
2005 年 6 月第 1 版 第 1 次印刷
ISBN7—80057—769—4/Z·359
定价:8.00 元

འགོ་བརྗོད།

རང་ཅག་བོད་མི་འདི་བཞིན་གནའ་སྔ་མོ་ནས་བཟུང་ལས་ལ་བརྩོན་ཞིང་ཤེས་རིག་བཀྲ་བ། དཔའ་སྟོབས་ཆེ་ལ་གཤིས་རྒྱུད་བཟང་བའི་ཕྲུལ་བྱུང་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་པ་ནི་བགྲང་བྱ་སྟོང་ཕྲག་དུ་མའི་རིང་གི་རིག་དངོས་རྗེས་ཤུལ་དང་། དུས་རབས་སོ་སོའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འདྲ་མིན་འཁོད་པའི་ཡིག་ཚང་། རྒྱལ་རབས་དེབ་ཐེར་དང་ཆོས་འབྱུང་ཁག་ལས་ལེགས་པར་ཤེས་ཐུབ་པ་མ་ཟད། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བ་དངོས་ཀྱི་འགྱུར་རྗེ་ལྟ་བུའི་དཔང་རྟགས་དམངས་སྲོལ་ལས་ཀྱང་ར་འཕྲོད་གསལ་པོ་ཡོང་གི་ཡོད། གང་ལགས་ཤེ་ན། དམངས་སྲོལ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བ་དངོས་དང་ཆུ་དང་འོ་མ་བཞིན་དུ་འདྲེས་ནས་གནས་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བ་དངོས་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་གནས་ཀྱི་མངོན་ཚུལ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བ་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་གནས་ཀྱི་མངོན་ཚུལ་དེ་ཡང་འཚོ་ཐབས་ཀྱིས་ཐག་བཅད་པ་ཞིག་ཡིན་སྐབས། སོ་སོ་གནས་སའི་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་དང་། ཐོན་སྐྱེད་འཚོ་བའི་ཆ་རྐྱེན། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་འཛིན་སྟངས་སོགས་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་མི་རིགས་སོ་སོའི་དམངས་སྲོལ་རིག་གནས་ཤིག་གྲུབ་ནས་ཡོད་ཅིང་། མི་རིགས་ཅི་འདྲ་ཞིག་གི་དམངས་སྲོལ་རིག་གནས་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་དེས་མི་རིགས་འདི་ཉིད་ཀྱི་དར་རྒྱུད་ལ་དངོས་ཤུགས་གང་རུང་ནས་ཤུགས་རྐྱེན་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་གཤིས། ང་ཚོས་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་ཆ་ལག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་ཞིབ་འཇུག་བྱའོ་སྙམ་ན། བོད་ཀྱི་གནའ་དེང་གི་སྡོད་ཁང་དང་། གནའ་དེང་གི་རྒྱན་གོས། གནའ་དེང་གི་གཉེན་སྲོལ།

གནའ་དེང་གི་གྲུབ་ལུགས། གནའ་དེང་གི་འཛོམས་སྦྲང་། གནའ་དེང་གི་དུས
ཆེན་གཏོང་སྲོལ་སོགས་ཚུད་པའི་དམངས་སྲོལ་རིག་གནས་ལའང་བརྒྱུད་རིམ
ལྡན་པའི་ཞིབ་འཇུག་མི་བྱེད་ཐབས་མེད་ཡིན། དེས་ན་ད་ལམ་བོད་ལྗོངས་སྤྱི
ཚོགས་ཚན་རིག་ཁང་གི་ཞིབ་འཇུག་ཆེན་མོ་གཞོན་པ་རྒྱང་འཁོར་ཚེ་ཕུན་ལགས
ནས་དཀའ་སྤྱད་འབད་བརྩོན་གྱིས་བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་ཤེས་བྱར་སློབ་སྦྱོང་དང་།
རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་སྟེང་ནས་ཞིབ་འཇུག དམངས་ཁྲོད་དུ་ཟབ་འཇུག
གིས་རྟོག་ཞིབ་སོགས་གནང་སྟེ། བོད་མི་རིགས་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས། བོད་
ཀྱི་ཤེས་རིག་སོགས་ལ་འཕྲུར་སེམས་རྣམ་པར་དག་པ་བཅངས་ཏེ། 《བོད་ཀྱི་
དམངས་སྲོལ་གྱི་སྣང་དོར་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ》ཞེས་པའི་ཆེད་རྩོམ་འདི་བརྩམས
གནང་བ་དང་། དེ་ལྟར་བརྩམས་པའི་དགོས་པའང་། གཅིག་ནས་བོད་ཀྱི་ཕྱུལ་
ལྗུང་དམངས་སྲོལ་རྣམས་ཉམས་པ་སོར་ཆུད་དང་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་ཇི་ལྟར་
གཏོང་དགོས་ཚུལ། གཉིས་ནས་དམངས་སྲོལ་ཁག་གཅིག་དུས་རབས་འཕེལ་
རྒྱས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་མི་འཚམས་ཤིང་སྙིགས་རོ་ལྟ་བུར་གྱུར་གཤིས་ཇི་ལྟར་སྤོང་
དགོས་ཚུལ། གསུམ་ནས་བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་རིག་གནས་ལ་དུས་རབས་ཀྱི་
གསོན་ཤུགས་ཇི་ལྟར་སྤྲིན་དགོས་ཚུལ་བསྟན་པ་ཞིག་སྟེ། དེ་ཡང་རང་རིགས་ལ་
དམའ་འབེབས་དང་ཁྱད་གསོད་བྱེད་པ་སོགས་མིན་པར། བོད་མི་རིགས་འདི་
བཞིན་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་སྐྱོན་བྲལ་ངང་ཡར་རྒྱས་ཡོང་ཕྱིར་ཡིན་ན། ཁྱེད་
གཟིགས་པ་པོ་རྣམ་པས་གཟིགས་ཞིབ་གནང་སྐབས“ སྨན་བཟང་རོ་ཁ་ནད་ལ་
སྨན། ། ཕན་གཏམ་རྣར་སྙན་སྤྱོད་ལ་ཕན། ། ”ཞེས་པའི་དཔེ་ལྟར་ཕྱི་རྣམ་པ་
དགེ་མི་དགེ་ལ་མ་གཟིགས་པར་ནང་དོན་དགེ་མི་དགེ་ལ་གཟིགས་ཏེ། བཟོད་

བྱའི་དོན་གྱི་གནད་རེ་རེ་ལའང་ཉམས་ཞིབ་ལེགས་པར་གནང་ན། ཚོམ་པ་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་འདུན་ལྟར་རང་ཅག་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་འདས་མའོངས་ད་ལྟའི་དམངས་སྲོལ་ལ་གདེང་འཇོག་ཡང་དག་བྱེད་ཐུབ་པར་མ་ཟད། ལས་བྱ་བ་གང་གི་ཐད་ལའང་འཕྲལ་ཕུགས་ཀྱི་ཁེ་ཕྱོགས་སེམས་ཐུབ་པ་དང་། ལག་ལེན་དངོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཀྱང་ལེགས་ཉེས་བླང་དོར་མ་འཆུག་པ་ཞིག་ཡོང་རྒྱུར་ཕན་ཐོགས་ངེས་ཅན་འབྱུང་ངེས་ལགས་སོ། །

བོད་ལྗོངས་མི་རིགས་སྒྱུ་རྩལ་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གི་ཞིབ་འཇུག་པ་
ཆེན་མོ་དཀྲ་ལྷ་ཀླ་བ་བཟང་པོས།
༢༠༠༥ལོའི་ཟླ་༥ཚེས་༢༠ལ།

དཀར་ ཆག

ལེའུ་དང་པོ། དམངས་སྲོལ་གྱི་ལྷང་དོར་སྤྱིར་བཤད་པ།

གཅིག གླེང་གཞི། 1

གཉིས། ཞུལ་བྱུང་དམངས་སྲོལ་འཛིན་སྐྱོང་སྲིལ་གསུམ་
བྱ་རྒྱུའི་གལ་ཆེའི་རང་བཞིན་སྐོར 9

གསུམ། རྗེས་ལུས་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་བསྒྱུར་བཅོས་བྱེད་སྐབས་
མཐའ་འཁྱོངས་བྱ་དགོས་པའི་རྩ་དོན་དང་བསྒྱུར་
བཅོས་བྱེད་ཐབས་སྐོར། 15

ལེའུ་གཉིས་པ། སྲོལ་རྒྱུན་འཛེམ་བྱའི་དགེ་སྐྱོན་ལྷང་དོར་བཤད་པ།

གཅིག འཛེམ་བྱའི་གྲུབ་ཚུལ་སྐོར།། 24

གཉིས། འཛེམ་བྱའི་མཚོན་ཚུལ་སྐོར། 32

གསུམ། འཛེམ་བྱའི་ཕན་ནུས་སྐོར། 39

བཞི། འཛེམ་བྱའི་ལོག་ཕྱོགས་ནུས་པའི་སྐོར། 50

ལེའུ་གསུམ་པ། གཉེན་སྒྲིག་སྐོར་གྱི་འཛེམ་བྱའི་དགེ་སྐྱོན་ལྷང་དོར་བཤད་པ།

གཅིག ཉེ་དུ་གཉེན་སྒྲིག་ལ་འཛེམ་པ་དང་དེའི་དགེ་མཚན་
སྐོར། 55

གཉིས། རིགས་རྒྱུད་དམན་པ་དང་གཉེན་སྒྲིག་རྒྱུར་འཛེམ་པ་
དང་དེའི་སྐྱོན་སྐོར། 62

གསུམ། ཕོ་དང་ཕོ་རྟགས་སྐོར་གྱི་འཛོམ་བྱ། 68

ལེའུ་བཞི་པ། ཕུ་ནུ་མནའ་མ་མཉམ་བསྡུའི་གཉེན་སྒྲོལ་སྐོར་བཤད་པ།

གཅིག གླེང་གཞི། 75

གཉིས། ཕུ་ནུ་མནའ་མ་མཉམ་བསྡུ་བྱེད་པ་གཉེན་སྒྲོལ་དུ་གྲུབ་མིན་སྐོར། 78

གསུམ། ལུགས་སྲོལ་དེ་ཉིད་དར་གནས་ཐུབ་པའི་རྒྱུ་རྐྱེན་སྐོར། 85

ལེའུ་ལྔ་པ། རིགས་རྒྱུད་མཐོ་དམན་གྱི་ལྟ་བ་དང་དེའི་འབྱུང་རྐྱེན་བཤད་པ།

གཅིག རིགས་རྒྱུད་སྤྱིའི་དབྱེ་སྟངས་སྐོར། 103

གཉིས། བྱེ་བྲག་བཤན་པ་རིགས་རྒྱུད་དམན་པར་འཛིན་པའི་ལུགས་སྲོལ་དར་ཁྱབ་བྱུང་བའི་རྒྱུ་རྐྱེན་སྐོར། 113

གསུམ། བཤན་པ་རིགས་རྒྱུད་དམན་པར་འཛིན་པའི་ལྟ་བ་དར་ཁྱབ་བྱུང་བའི་བརྒྱུད་རིམ་སྐོར། 125

ལེའུ་དྲུག་པ། ཆང་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་གནས་ཀྱི་དགེ་སྐྱོན་གླེང་རྟོར་བཤད་པ།

གཅིག གླེང་གཞི། 131

གཉིས། ཆང་དང་དེ་འབྲེལ་རིག་གནས་ཀྱི་དགེ་ཆའི་སྐོར། 139

གསུམ། ཆང་གི་ཉེས་དམིགས་སྐོར། 144

བཞི། ཆང་དང་དེ་འབྲེལ་རིག་གནས་ཀྱི་སྐྱོན་ཆ་སེལ་ཐབས་སྐོར། 148

ལེའུ་བདུན་པ། བོད་ཀྱི་དུས་སྟོན་གྱི་ཁྱད་ཆུས་དང་དེའི་འཕེལ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྣང་ངོར་བཤད་པ།

གཅིག བོད་ཀྱི་དུས་ཆེན་གྱི་རྣམ་དབྱེའི་སྐོར། 155
གཉིས། བོད་ཀྱི་དུས་ཆེན་གྱི་ཁྱད་ཆུས་སྐོར། 160
གསུམ། བོད་ཀྱི་དུས་ཆེན་འཕེལ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྣང་ངོར་སྐོར། 168

ལེའུ་བརྒྱད་པ། སྐྱིགས་ངོར་བཅུད་ལེན་མ་འཆུག་པ་བྱེད་རྒྱུའི་སྐོར་བཤད་པ།

གཅིག ཚུ་དང་འོ་མ་དབྱེ་འབྱེད་བྱེད་རྒྱུའི་སྐོར། 175
གཉིས། ཏ་བབ་བོང་བཙོན་བྱ་རྒྱུ་མེད་པའི་སྐོར། 192
མཇུག་བསྡུའི་གཏམ 200

ལེའུ་དང་པོ། དམངས་སྲོལ་གྱི་བླང་དོར་སྤྱིར་བཤད་པ།

གཅིག སྔོན་གཞི།

"རིག་གནས་ཅུང་འཕེལ་རྒྱས་ཆེ་བའི་རྒྱལ་ཁབ་བམ་མི་རིགས་གཅིག་གི་ནང་། སྤྱིར་ན་ཁ་གཏད་དུ་གྱུར་པའི་མཐོ་རིམ་རིག་གནས（ལེགས་ཕྱོགས་ཡར་ཐོན་གྱི་རིག་གནས་ལ་ཟེར་）དང་དམའ་རིམ་རིག་གནས（ཞན་ངོས་རྙེས་ལུས་ཀྱི་རིག་གནས་ལ་ཟེར་）གཉིས་ལྷན་ཅིག་ཏུ་གནས་ཡོད་ལ། རིག་གནས་འདི་གཉིས་ཕྱོགས་བསྡུས་བྱས་པ་ལས་རྒྱལ་ཁབ་དེའམ་མི་རིགས་དེའི་རིག་གནས་གྲུབ་པ་ཡིན། དེ་ནི་ང་ཚོས་དེང་དུས་རྗོད་བཞིན་མཆིས་པའི་མི་རིགས་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ཟེར་བ་དེ་རེད"① ཅེས་པ་ལྟར་ཡུན་རིང་གི་ལོ་རྒྱུས་ལྡན་ཞིང་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་དར་རྒྱས་ཆེ་བའི་རང་ཅག་ཁ་བ་རི་པའི་མི་རིགས་འདིའི་སྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ལ་ཆ་མཚོན་ནའང་། འཛམ་གླིང་མི་རིགས་ཁག་གི་རིག་གནས་ལྷུམ་རའི་ཁྲོད་དུ་ངོ་གནོང་མི་དགོས་པའི་མཚར་སྡུག་ལྡན་པའི་ཕུལ་བྱུང་རིག་གནས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པོ་ཞིག་བླང་བྱར་ཡོད་ལ། དོར་བྱར་འོས་པའི་རྙེས་ལུས་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་མཆིས། དེ་ཡང་བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་ནི་སྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ཀྱི་གྲུབ་ཆ་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེའི་ནང་དུའང་ཡར་ཐོན་དང་རྙེས་ལུས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཉིས་འདུས་ཡོད་པས། ཇི་ལྟར་བྱས་ནས་དམངས་སྲོལ་དེ་ཉིད

① ཀྲུང་ཅིང་ཞུན་གྱིས་བརྩམས་པའི《ཁ་ལས་དམངས་ཁྲོད་རིག་གནས》（རྒྱ་ཡིག）ཤོག་ངོས་1 ལ་གསལ།

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.c

དུས་རབས་ཀྱི་རེ་འདུན་དང་འཚམས་པའི་ཕྱོགས་སུ་གོང་འཕེལ་གཏོང་ཐབས་སྐོར་ལ་དཔྱད་པ་བྱ་རྒྱུ་ནི་དམངས་སྒྲོལ་རིག་པའི་ཐད་ཀྱི་གཡོལ་ཐབས་མེད་པའི་འགན་བབ་ཅིག་རེད།

མི་རིགས་གང་འདྲ་ཞིག་གི་དམངས་སྒྲོལ་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་། དེ་ནི་ལོ་རྒྱུས་རིང་ལ་གྲུབ་གཞི་མི་འདྲ་བ་དང་། ནང་དོན་དང་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་ཡོད་གཤིས། དེ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཐོན་པའི་ནུས་པའང་དྲང་ལྡོག་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་ངེས་སྟབས། དམངས་སྒྲོལ་ལ་ཡང་བཟང་ངན་གཉིས་སུ་དབྱེ་ན་ཆོག སྤྱིར་སྤྱི་ཚོགས་ལ་དྲང་ཕྱོགས་ཀྱི་ནུས་པ་ཐོན་པའི་དམངས་སྒྲོལ་རྣམས་ཡུལ་བྱུང་གི་དམངས་སྒྲོལ་དུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཆོག་ལ། སྤྱི་ཚོགས་ལ་ལྡོག་ཕྱོགས་ཀྱི་ནུས་པ་ཐོན་པའི་དམངས་སྒྲོལ་རྣམས་རྫིས་ལུས་ཀྱི་དམངས་སྒྲོལ་དུ་ངོས་འཛིན་བྱས་ན་ཆོག འོན་ཀྱང་དྲང་ལྡོག་ཕྱོགས་གཉིས་ཀྱི་ནུས་པ་ཟེར་བ་དེ་འོལ་སྤྱི་ཆེ་དྲགས་པས་ཞིབ་ཕྲའི་སྟང་ཚུལ་ལ་དབྱེ་ཞིབ་བྱེད་སྐབས་དྲང་ལྡོག་ཕྱོགས་གཉིས་ཀའི་ཚད་གཞི་དང་ནང་དོན་གསལ་རྟོགས་དགོས་ངེས་རེད། དེ་བཞིན་དམངས་སྒྲོལ་གྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཐོན་པའི་ནུས་པ་དེའང་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་གི་ནུས་པ་དང་ད་ལྟའི་དུས་སུ་ཐོན་པའི་ནུས་པ་སྟེ་རིགས་གཉིས་སུ་དབྱེ་རྒྱུ་ཡོད། དམངས་སྒྲོལ་ལ་ལ་ཞིག་གིས་དེ་ཐོག་མར་ཆགས་སྐབས་སམ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་རིམ་ངེས་ཅན་ཞིག་གི་ནང་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་ནུས་པ་ཐོན་ཡོད་རུང་ད་ལྟའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ལྡོག་ཕྱོགས་ཀྱི་ནུས་པ་ཐོན་པ་དང་། ས་ཁུལ་ལམ་མི་རིགས་ག་གེ་མོའི་ཁྲོད་དུ་བཟང་བའི་ནུས་པ་ཐོན་རུང་ཆེ་གེ་མོའི་ཁྲོད་དུ་ལྡོག་པའི་ནུས་པ་ཐོན་གྱི་ཡོད་ན་དམངས་སྒྲོལ་ཁྲོད་ཀྱི་བཟང་ངན་ཞེས་པ་དེ་བསྡོམས་བཅས་ཤིག་རང་རེད། དམངས་སྒྲོལ་བཟང་ངན་གྱི་དབྱེ་བ

འབྱེད་སྐབས་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ཏུ་ཐོན་པའི་དགེ་སྐྱོན་ལ་ཞིབ་བལྟ་བྱེད་རྒྱུ་མ་ཟད། ཁྱད་པར་ད་ལྟའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་དང་འཚོ་བ་ལ་དགེ་སྐྱོན་ཅི་ཐོན་དང་། མང་ཚོགས་ཀྱི་ལུས་སེམས་བདེ་ཐང་ལ་དགེ་སྐྱོན་ཅི་ཐོན། ཚན་རིག་ཤེས་བྱ་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུ་དང་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་འཛུགས་སྐྲུན་ལ་དགེ་སྐྱོན་ཅི་ཐོན་སོགས་ལ་ཞིབ་བལྟ་བྱ་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ། གོང་སྨོས་དོན་ཚན་གསུམ་གང་རུང་ལ་དགེ་བའི་ཆ་ལྡན་ན་དེ་ནི་ལུགས་སྲོལ་བཟང་པོ་ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཆོག་ལ། དེ་ལས་ལྡོག་ཚེ་རྗེས་ལུས་ཅན་ལ་ངོས་འཛིན་ཆོག་པ་ཡིན། དེ་ལྟའི་ཚད་གཞི་འདི་དམ་བཟུང་གིས་བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་ལ་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་ན་གཞི་ནས་བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་ནང་ཕུལ་བྱུང་དང་རྗེས་ལུས་ཀྱི་སྣང་ཚུལ་གཉིས་སུ་བྱུང་བ་གསལ་པོར་མཐོང་ཐུབ།

བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་དག་ནི་གངས་ལྗོངས་ས་མཐོའི་སྟེང་འཚོ་ཞིང་གནས་པའི་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་དངོས་པོའི་འཚོ་བ་དང་རིག་གནས་འཚོ་བ་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་རིམ་སྣ་མང་བརྒྱུད་དེ་རིམ་བཞིན་ཆགས་པ་དང་། ཕ་ཚ་བུ་རྒྱུད་ཀྱིས་རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པས། དེའི་ནང་སེམས་དཀར་བློ་རིག་བཀྲ་བའི་བོད་རིགས་མང་ཚོགས་ཀྱི་བློ་གྲོས་ཀྱི་སྙིང་བཅུད་མཚོན་པའི་ཕུལ་བྱུང་གི་དམངས་སྲོལ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པོ་ཡོད། དེ་ཡང་དཔེར་ན་བོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་དུ་རྒན་རྒོན་ལ་བརྩི་བཀུར་དང་གཞོན་སྐྱེས་ལ་གཅེས་སྐྱོང་། རྒན་འོག་གཞོན་ཚུད་ཀྱི་སྤྱོད་བཟང་དར་ཁྱབ་ཆེ་བ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། སྐུ་མགྲོན་ལ་གུས་ཞབས་དང་ཞེ་ས་བྱེད་པ། འཛིག་རྟེན་ཕར་བརྟེན་ཚུར་བརྟེན། སྐྲ་ལོ་གཡས་བཞག་གཡོན་བཞག་ཅེས་པ་ལྟར་གྲོང་པ་ཁྱིམ་མཚེས་ཕན་ཚུན་འཛིག

རྟེན་སྐྱིད་སྡུག་གང་ལའང་གཅིག་རོགས་གཅིག་ཕན་བྱེད་པ། རང་ལས་སྐྱོ་བའམ་མི་གཞན་ལ་སེམས་དཀར་བྱམས་དང་སྙིང་རྗེས་སྐྱོང་བའི་ཡ་རབས་བཟང་པོའི་སྤྱོད་བཟང་དེ་རྣམས་དང་། གཞན་ཡང་བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་གང་སར་ས་ཁྲབ་རྡོ་ཁྲབ་ཡིན་པའི་དུས་སྟོན་ནང་སྲོ་སྐྱིད་ཀྱི་རྩེད་མོའི་རྣམ་གྲངས་དང་། ལུས་རྩལ་གྱི་འགྲན་ཚོགས། གཞས་དང་ཞབས་བྲོའི་འགྲན་ཚོགས། ཚོང་འདུས་བཅས་ཀྱི་ཕྱོགས་བསྡུས་རང་བཞིན་གྱི་དོན་སྙིང་ལྡན་པ་མང་བ། གསེར་བཟོ། དངུལ་བཟོ། ལྕགས་བཟོ། ཤིང་བཟོ། ཚེམ་ཐགས་སོགས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་མི་རིགས་ལག་ཤེས་བཟོ་ལས་དང་། བོད་མི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་ཐོན་དངོས་རྫས་རྒྱུ་ཆར་བྱས་ཏེ་ས་མཐོའི་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་ཁྲིད་ཆོས་དང་བདེ་ཐང་གི་འཕྲོད་བསྟེན་བཅས་དང་མཐུན་པའི་བོད་ཟས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་མི་འདྲ་བའི་གཡོས་སྦྱོར་ལག་ལེན་གྱི་ཉམས་མྱོང་ཟབ་པོ་ཡོད་པ་རྣམས་དང་། དམངས་སྒྲུང་དང་། དམངས་གཞས། གཏམ་དཔེ། སྒྲུང་། ལྡེའུ། ཤགས། སྨོར་བྲོ། ཤོན། གཡག་རྒྱུག། རྟ་རྒྱུག། མདའ་རྩེད། སྤྲེག་རྡོ་འཕྱུགས། རྐྱལ་རྩེད་སོགས་རིག་རྩལ་དང་ལུས་རྩལ་གྱི་རྣམ་གྲངས་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་མང་པོ་ཡོད་པ་རྣམས་དང་། དེ་བཞིན་ཡུན་རིང་པོ་རྒྱུས་ལྡན་ལ་བོད་ལྗོངས་ས་མཐོའི་ས་བབ་དང་གནམ་གཤིས་ལ་བསྟུན་ནས་རིམ་བཞིན་ཆགས་དར་བྱུང་བའི་བོད་ཀྱི་རྒྱུན་གོས་དང་སྣོད་ཁང་གི་བཟོ་རྩལ་དང་ཁྱད་ཆོས་བཅས་ཚང་མ་ཕུལ་བྱུང་གི་དམངས་སྲོལ་ཡིན། ཤེས་རིག་ལྡན་ལ་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་ཕུལ་བྱུང་གི་དམངས་སྲོལ་དེ་རིགས་ནི་དུས་རབས་རང་བཞིན་དང་མི་རིགས་རང་བཞིན་ཟུང་དུ་མངའ་བའི་བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུའི་རྨང་གཞི་ཡིན་ལ་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་འཛུགས་སྐྲུན་བྱ་

གཞན་ལ་མཁོ་བའི་ཕུལ་བྱུང་རིག་གནས་ཤིག་ཀྱང་ཡིན།

འོན་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་སྣ་མང་བའི་བོད་ཀྱི་དམངས་སྒྲོལ་ཁྲིད་རྗེས་ལུས་ཀྱི་དམངས་སྒྲོལ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ང་ཚོས་ཁས་ལེན་བྱ་རྒྱུ་ཙམ་མ་ཟད། ལྷག་པར་དུ་ངོས་འཛིན་གསལ་པོ་བྱ་དགོས་ངེས་རེད། དམངས་སྒྲོལ་ཁྲིད་ཀྱི་རྗེས་ལུས་ཀྱི་སྣང་ཚུལ་ནི་བོད་ཙམ་མ་ཟད་འཛམ་གླིང་མི་རིགས་ཚང་མའི་དམངས་སྒྲོལ་ལ་ཐུན་མོང་དུ་མངའ་བའི་ཁྱད་ཆོས་ཤིག་ཡིན། དེའི་རྒྱུ་མཚན་ཡང་གཅིག་ནས་དམངས་སྒྲོལ་དག་མི་རིགས་ཤིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཆ་རྐྱེན་ངེས་ཅན་ཞིག་གི་འོག་ཐུན་མོང་གི་ཐོན་སྐྱེད་ལག་ལེན་དང་གྲལ་རིམ་འཐབ་རྩོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་རང་ཤུགས་སུ་གྲུབ་ཅིང་དར་ཁྱབ་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པས། དེར་ཡང་དག་པའི་བསམ་བློའི་མཇུབ་ཁྲིད་མེད་པ་དང་། ཡང་སྔོས་དམངས་སྒྲོལ་དག་ནི་རྒྱུན་འཛིན་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་རིག་གནས་ཤིག་ལགས་པས། བག་འཁྲུམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟབས་དམངས་སྒྲོལ་གྲུབ་ཟིན་པའི་རྗེས་དེར་འགྱུར་བ་འགྲོ་དཀའ་བ་དང་རྗེས་ལུས་ཅན་དག་ཀྱང་ཕ་མེས་ཀྱིས་འཇོག་གནང་བའི་ཤུལ་བཟང་པོ་ཞིག་ལ་འཛིན་ནས་ཕྱི་ཁ་རུས་བཟུང་ལྷར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས་ཡིན། བོད་ཀྱི་དམངས་སྒྲོལ་ཁྲིད་ཀྱི་རྗེས་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལ་ཆ་མཚོན་ན། མི་ལ་རིགས་རུས་མཐོ་དམན་མཆོག་ཞན་གྱི་དབྱེ་བ་ཕྱེ་སྟེ་མགར་བ་དང་། རྟོགས་ལྡན། བཤན་པ་སོགས་རིགས་རྒྱུད་དམན་པར་འཛིན་པ་དང་། ཡུལ་ཉུང་ཤས་སུ་ཤིང་བཟོ་དང་། ཐགས་ལས། མཉེད་ལས། ཛ་བཟོ་སོགས་ཀྱི་ལས་རིགས་ལ་འཇུག་མཁན་རྣམས་ཀྱང་དམན་པར་འཛིན་ཏེ་བཙོག་ལྷ་མཐོང་ཆུང་གིས་དེ་རྣམས་དང་གཉེན་འབྲེལ་མི་བྱེད་པ། ཟས་གོས་ལུས་གསུམ་བསྲེ་མི་ཆོག་པ། ཐ་ན་ཡུལ་འགའ་ཤས་སུ་རིགས་དམན་པ

རྣམས་ཀྱི་གྲིབ་གཟུགས་ཀྱང་མི་ཕོག་པར་བྱེད་པ་དང་། རིགས་དམན་པ་རྣམས་ལྷག་ཕྱོགས་སུ་སྡོད་མི་ཆོག་པ་སོགས་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བསྲུང་བྱར་གྱུར་ཡོད་ལ། བསྲུང་བྱ་དེ་དང་འགལ་མཁན་ལ་བཙོག་ལྷ་དང་། ངན་སྨས་ཁ་བརྟུང་ཡང་བྱེད་སྲོལ་ཡོད། དེས་མི་ལུས་འདྲ་མཉམ་ཡོང་རྒྱུར་གནོད་བཤིག་གཏོང་བ་མ་ཟད། མི་རིགས་ཀྱི་ལག་ཤེས་བཟོ་ལས་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་རྒྱུར་འགོག་རྐྱེན་དང་མང་ཚོགས་ཀྱི་དཀའ་སྡུད་འབད་བརྩོན་གྱི་ལས་ཀའི་ཧུར་བརྩོན་རང་བཞིན་འདོན་སྤེལ་བྱེད་རྒྱུར་འགོག་རྐྱེན་བཟོ་ཡི་ཡོད། གཞན་ཡང་ནམ་རྒྱུན་འཛིག་རྟེན་འཚོ་བའི་ཁྲོད་རྨོངས་དད་ཀྱི་སྣང་ཚུལ་འདྲ་མིན་སྣ་ཚོགས་ཡོད་པ་ཡང་ལུང་ཚོའི་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་གནད་དོན་དང་ཁྱིམ་ཚང་ངམ་ཡང་ན་མི་སྒེར་གྱི་དོན་ཆེན་མང་པོ་ཞིག་ལྷ་པ། མོ་པ། རྩིས་པ་ལ་མོ་ལུང་ཐུགས་བརྟག་ཞུས་ནས་ཐག་གཅོད་པ་དང་། གེགས་བར་སེལ་ཆེད་དུ་བྱེད་སྒོ་སྣ་ཚོགས་སྤེལ་ཏེ་ནོར་རྫས་མང་པོ་ཆུད་ཟོས་གཏོང་གི་ཡོད། དེས་ཐོན་སྐྱེད་དང་དོན་ཆེན་ལ་འཕྲུས་ཤོར་དང་གྱོང་གུན་བཟོ་བ་ཙམ་མ་ཟད། "ལྷ་བའི་ལུས་ལ་སྲིན་པོའི་སེམས།" "མོ་བའི་ལུས་ལ་འདྲེ་ཡི་ཁ" ཞེས་པ་ལྟར་གཡོ་ཐབས་ཀྱིས་གཞན་ལ་མགོ་སྐོར་གཏོང་མཁན་མི་ཉུང་བར་ཁེར་ཡུག་དང་གོ་སྐབས་ངེས་ཅན་བསྟུན་གྱི་ཡོད། གཞན་ཡང་བོད་ཀྱི་གཉེན་སྲོལ་ལ་ཆ་མཚོན་ན་ཕ་མས་བུ་ཕྲུག་གི་མི་ཚེའི་དོན་ཆེན་ཏེ་གཉེན་སྒྲིག་གི་འགྲོ་སྟངས་བཟོ་བ་དང་། གཉེན་སྒྲིག་བྱེད་སྐབས་འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་ལ་ཐོ་འགོད་ཀྱི་འགྲོ་ལུགས་མ་བརྒྱུད་པར་གཉེན་སྟོན་ཁོ་ནས་གཉེན་སྒྲིག་ལག་ཁྱེར་གྱི་ཚབ་བྱེད་པའི་སྣང་ཚུལ་ད་དུང་ཡང་ཚབས་ཆེ་བ། ཡུལ་འགའ་ཤས་སུ་བུ་སྤུན་མནའ་མ་མཉམ་སྤྱོད་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་རྗེས་ལུས་ཀྱི་གཉེན་སྲོལ་རིག་རྒྱུ་ཡོད་པ་སོགས་གཉེན་སྲོལ་ནང་མཆིས་པའི་རྗེས་ལུས་ཀྱི་

རྣམ་པ་དེ་དག་ཕོ་མོ་འདྲ་མཉམ་དང་། གཉེན་སྒྲིག་རང་དབང་། ཁྱོ་གཅིག་ཤུག་གཅིག་བཅས་ཀྱི་གཉེན་སྒྲིག་རྩ་དོན་དང་རྒྱབ་འགལ་འགྲོ་བ་མ་ཟད། གཉེན་སྒྲིག་མཁན་དོ་བདག་དང་དེའི་བུ་རྒྱུད་ཀྱི་ལུས་སེམས་བདེ་ཐང་ལ་ཡང་གནོད་སྐྱོན་ཕོག་གི་ཡོད།

གོང་སྨོས་ལྟར་བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་ལ་ཕྱུལ་བྱུང་དང་རྗེས་ལུས་ཀྱི་སྣང་ཚུལ་ཟུང་དུ་ལྡན་ཡོད་པས་ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་ལེགས་ཆ་དར་སྤེལ་དང་། སྐྱོན་ཆ་རྒྱབ་སྐྱུར་བྱེད་རྒྱུའི་མར་ཁེ་སི་རིང་ལུགས་ཀྱི་རིག་གནས་ལྟ་བ་དམ་བཟུང་གིས་བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་ལ་ཡང་དག་པའི་སྒོ་ནས་སྙིགས་དོར་བཅུད་ལེན་བྱས་ཏེ། བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་འདི་ཉིད་དུས་རབས་ཀྱི་ནང་དོན་ལྡན་ལ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་མངའ་བའི་དུས་རབས་རང་བཞིན་དང་མི་རིགས་རང་བཞིན་ཟུང་དུ་ལྡན་པའི་དམངས་སྲོལ་གྱི་ཕྱོགས་སུ་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་དགོས། དམངས་སྲོལ་གྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཕོན་སྐྱིད་དང་འཚོ་བ། མིའི་ལུས་སེམས་བདེ་ཐང་། ཚན་རིག་ཤེས་བྱ་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུ་དང་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་འཛུགས་སྐྲུན་གྱི་བྱ་གཞག་ལ་དགེ་མཚན་ལྡན་པའི་ནུས་པ་ཐོན་གྱི་ཡོད་ན་དེ་ནི་དམངས་སྲོལ་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན་པས་རྒྱུན་འཛིན་དང་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་དགོས་ངེས་རེད་ལ། གནོད་སྐྱོན་ཡོད་ཚེ་དམངས་སྲོལ་ངན་པར་འཛིན་ནས་བསྒྱུར་བཅོས་བྱ་ཡུལ་དང་དོར་བྱར་བཟུང་དགོས་པ་ལས་རང་མི་རིགས་ཀྱི་སེམས་པོའི་ཤུལ་བཞག་ཡིན་ཞེས་བཟང་ངན་ལ་དབྱེ་འབྱེད་མེད་པར་ཉ་ཅུང་མཉམ་བསྲེས་ཀྱིས་སྣང་ཡོད་ཚང་མ་ཁས་ལེན་དང་། སུ་མཐུད་རྒྱུན་འཁྱོངས་བྱེད་པའི་སྤྱོད་ཚུལ་ལམ། ཡང་ན་དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ་དམངས་སྲོལ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཤུལ་བཞག་རིག་གནས་ཤིག་ཡིན་པས་དེ་ར་རྙིངས་ཞེན་

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.c