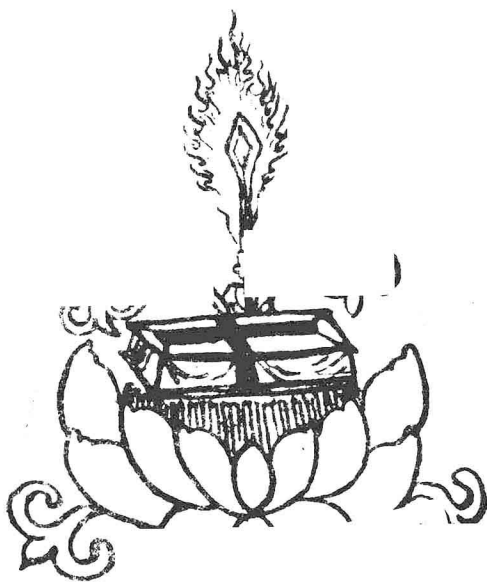


ཐོད་ལྗངས་མི་དཔངས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།

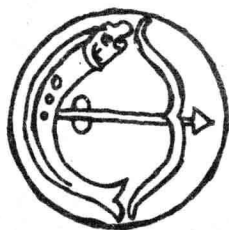
༡། བོད་ཀྱི་ལོ་ཐོ་ལྷ་སྒྲུང་སྐད་།

ཀུན་ལ་ཐུན་པ་ལྟེན་པ་ཆེ་མཁས་།



ཐོད་སྒྲུང་མི་དམངས་དཔེ་སྐད་ཁང་།

责任编辑：扎卓
封面设计：阿旺格桑



怎样看藏历

(藏)

作者：刚组

校审：扎卓

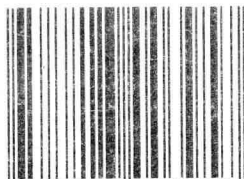
※

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

ISBN 7-223-00395-2



9 787223 003957 >

开本 787×1092 1/32 印张：2.75 字数 4
1991年6月第1版 1994年4月西藏第2次

印数：12,001—22,030

ISBN7-223-00395-2/P·12

民文(藏11) 定价 1.30 元

(藏)新登字 01 号

ཆུ་མེད་ལག་ལེན་འཁྱར་བ། བཟུངས་སྒྲིག།

མཐུན་ཤོག་འཆར་འགྲོད་བ། འག་དབང་སྐལ་བཟང་།

ཐད་ཀྱི་མ་མོ་ལ་ཐུངས་སྒྲིག།

ཆུ་མ་པ་པོ། ཆར་བཅུགས།

ཆུ་དོན་ཁྱུ་དག་པ། བཟུངས་སྒྲིག།

※

ཐད་སྒྲུངས་མི་དཔལ་དེ་ལེ་སྒྲིག་ཁང་ནས་བཟུང།

ཐད་སྒྲུངས་མིན་ཏེ་དེ་ལེ་དེ་ལེ་ཁང་ནས་བཟུང།

ཐད་དཔག་ཁྱལ་ཁང་པར་འདེབས་བཅོ་གྲུ་ནས་པར་བཏབ།

787 × 1092 1/32པར་འཛུགས་1ཡིག་གྲངས་ཁྲི་4

1991ལཱེ་ཁྲི་6པར་གཞི་དང་པོ་བཟུགས།

1994ལཱེ་ཁྲི་4པར་ཐད་སྒྲུངས་ཐུ་པར་ཐེངས་2པ་བཏབ།

དེ་བཟུངས་12,001—22,030

BSNI 7—223—00395—2/P.12མིན་གྲོང་སྐོར་1.30

ཐུན་འབྲུའི་གདམ།

བད་ཀྱི་ལ་ཐ་ནི་བད་ཀྱི་བཙུ་བྱ་རིག་པའི་གནས་ཀྱི་ལ་.....
གུལ་སྐར་ནག་ཅིས་ཀྱི་རིག་པའི་གནས་ལ་བརྟེན་ནས་ནི་ཟླ་གཟའ་...
སྐར་ཀྱི་རྒྱ་འབྲུལ་གསལ་རྟོགས་ཀྱིས་ནས་ཟླ་རྒྱས་བཞིའི་འཁྱར་བའི་
རྒྱལ་རྣམས་ཆེན་རིག་དང་མཐུན་པའི་མ་འངས་ཐུན་དཔག་ཕྱད་ཉེ་
གསལ་རྟོན་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་འདིས་བད་ཀྱི་ས་ཁུལ་ཁྱི་དང་། བྱ་
བྱག་ལུལ་ལྟར་ཁག་སོ་སོའི་རང་ཕྱད་ཁམས་ཀྱི་འཁྱར་རྒྱལ་དམིགས་
བསལ་ཅན་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་རྣམས་དང་ཡང་མཐུན་པའི་སྒྲ་ནས་ལུལ་...
ལྟར་སོ་སོར་ཞིང་ལས་སོ་ནས་ཀྱི་བྱེད་སྒྲུ་ཁག་རྒྱས་ཆོད་མེ་བྱ་རི་...
ཉར་དགོས་པའི་རྒྱལ་རྣམས་དང་། གཞན་ཡང་སད་སེར་བཅའ་ཐན་
ཆར་ཞོད་ཆེ་རྒྱར་སྐྱེས་འཕྱུགས་པ་མེད་པར་གསལ་རྟོན་བྱེད་ཐུབ་
པ་དང་། དེ་བཞིན་འབྲུག་ལས་ཐོག་བེུ་དང་ལུ་ལུ་རེུ་རྒྱེ་
བཟུའི་རྒྱས་ཆོད་མེ་བྱ་རི་དགོས་དང་། གངས་རྒྱན་རྒྱར་འཆུབ་
སྐྱེས་རང་ཕྱད་གི་གནོད་འཆེ་རི་ཡོད་གསལ་རྟོན་བྱེད་ཐུབ་པ་ཉེ་...
མདོར་ན་བད་ཀྱི་ལ་ཐོས་ཞིང་འབྲུག་ཐོན་མྱེད་བྱེད་རྩྭ་གས་ཐོག་ལ་...
ཕན་རྒྱས་ཤིག་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྒྲོབ་རྟོན་ཀྱི་དོན་ཉིང་གཉིང་ཐབ་འདོན་...
དང་ཐོན་བཞིན་ཡོད་པར་བརྟེན་རྒྱ་ཆེའི་ཞིང་འབྲུག་མང་ཆོགས་ཀྱིས་

ཐུར་ནས་པོད་ཀྱི་མ་ཐོར་ཏུ་ཅང་དགའ་པོ་བྱེད་པ་དང་བཅི་བཀུར་
ཆེན་པོ་བྱ་གི་ཡོད།

འོན་ཀྱང་ད་མན་རྒྱ་ཆེའི་པོད་ཀྱི་ཁིང་འཕྲག་མང་ཆོགས་ཀྱི་...
ཁོད་རྒྱ་གཟའ་སྐར་འཕྲོད་སྐྱོར་བཟང་ངན་དང་། ས་ཁིང་འདེབས་
ལས་སོགས་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་རུས་ཆོགས་ལྟ་བུ་ལ་ཅིས་པའམ་ས་མོ་ལྟ་...
ཤེས་མཁན་ལ་བཀའ་འདྲི་བྱ་དགོས་པ་ལས་མང་ཆོགས་དཔུས་མའི་
ནང་རྒྱ་མ་མོ་ལྟ་ཤེས་མཁན་ཏུ་ཅང་ཁྱད་ཁྱད་ཞིག་ལས་མེད་སྐབས་
ས་མོ་ལྟ་ཤེས་མཁན་དང་མ་མཐའ་ན་སོ་ནམ་འགོ་འཇུགས་པ་...
སོགས་ཀྱི་རུས་ཆོགས་ཏག་ཏག་འཁེལ་མིན་ལས་བྱགས་སྐྱེན་ཐེབས་...
ནས་མང་ཆོགས་ལ་སེམས་ཀྱི་བྱུར་པོ་ཡོད་གི་ཡོད། དེར་བརྟེན་
ད་ལས་སྒོ་རིག་གསལ་ཁིང་ཤེས་རིག་ལ་དགའ་ཞེན་དང་། འབད་
བཙོན་ཆེ་བ་ཀྱང་བཙུགས་ནས་«པོད་ཀྱི་མ་ཐོར་ལྟ་ལྟར་སྒོར་»
ཞེས་པའི་ཆེད་ཚལ་འདི་ཚལ་ཐོག་བྱས་ཏེ་རྒྱ་ཆེའི་མང་ཆོགས་ཀྱི་...
སྐྱེན་ལས་རྒྱ་ལུ་བ་འདིས་རྒྱ་ཆེའི་ཁིང་འཕྲག་མང་ཆོགས་ཆོས་...
པོད་ཀྱི་མ་ཐོར་གཞིགས་བདེ་ཡོད་པ་དང་། པོད་ཀྱི་མ་ཐོར་ལྟ་བུར་
མི་གཞན་ལ་བརྟེན་མི་དགོས་པར་ཆེས་ཤངས་དང་། གཟའ་སྐར་།
འཕྲོད་སྐྱོར་བཟང་ངན་། སོ་ནམ་རུས་ཆོད་སྒྲི། འཕྲག་པའི་
སྐྱགས་རིགས་སྐྱེན་སྒྲི་སྒྲི། རྒྱ་མོག་ མད་མེར་སོགས་ཡོད་མེད་
དང་། དེའི་སྐྱེན་འགོག་གི་ཤ་སྐྱིག་བྱ་རྒྱ་བཅས་ལ་མན་ཆོགས་ཡོད་

རེས་ཚུགས་ བོད་ཀྱི་མ་ཚུལ་ནི་འཕྲག་ལང་ཚུགས་ཀྱི་ཚན་ལྟེན་
 སྒྲིང་འཕེལ་འགྲོ་བུར་ཐུག་པའི་ཞབས་འདེགས་ཀྱི་རུས་པ་
 ཚན་ལྟེན་པའི་ཆེད་དུ་མན་མོད་ཀྱི་ཆ་ལྟེན་གང་ཡིགས་པ་ཐུན་སྒྲིང་
 ཡིགས་འཕྲེལ་བུར་འདུག་ཅེས་གསུངས་ཀྱི་ལྟ་ལྟོ།

ཁོ་ཅ་མེད་མཁན་ལ།

དཀར་ ཆག

མཚན་བཟླ་.....	(1)
མད་ཀྱི་སྐར་ཅིས་རིག་པ་འཕེལ་ཚུལ།	(2)
མ་ཐོ་ལྟ་ལྟངས་སྒྲིམ་.....	(8)
བརྟན་པའི་ཅིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག	(9)
མ་དབྱེད།	(10)
རྩ་ནག་གྲང་ཅིས།	(11)
སྐ་ནམ་འཁོར་མ་དང་ཐོང་གཤོལ་འཁོར་མ།	(13)
མ་འཁོར་བརྩ་གཉིས།	(17)
ཐུག་ཐུག། རྒྱུག་ཐུག། གཤེད་གཟུང་བཅས་ཀྱི་ བཙུ་ལྟངས།	(21)
བཙུ་བྱའི་མ་ལྟགས་དང་རང་མའི་གྲངས་ཀྱི་སྒྲེས་སྒྲེ།	(23)
བརྟན་ཐུར་དང་། མཐུན་གསུམ། བཞི་གཤེད།	(38)
གཟུང་འཛིན།	(40)
རྩ་སྐར་ཉེར་བརྟན་དང་དེ་ཡི་འབྲས་བུ།	(41)

མཐུན་མཚམས་བཟང་ངན།	(42)
ཕྱགས་གཅང་།	(44)
ཕྱན་ཕྱོད་ཉིན་ཅིས་ཆོས་ཀྱི་སྐར།	(48)
ཅུ་ཆོད།	(64)
ཟླ་བཤོལ་དང་ཆོས་ཆད་ལྟ།	(65)
སྐར་ཅིས་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ཅི་བྱེད་གངས་ཀྱི་ན་མ་	
གངས།	(69)
མཁུག་བྱང་།	(79)

མཚན་བརྗོད།

གང་ཞིག་མཁྱེན་ཡངས་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོ་ལས།

ལེགས་འབྲུངས་ནོར་བུའི་གཙུག་ལག་ཅིས་གཞུང་གི།

ལེགས་ཉེས་མན་ངག་གསལ་བར་འདྲིམས་མཛད་པའི།

མཁས་མཚན་བཤེས་གཉིན་གང་དེ་སྤྱི་པས་མཚན།

དབྱེད་གསུམ་དག་པའི་སྐར་ཅིས་གཞུང་ལུགས་མཐའ།

མཐའ་དག་བརྗོད་པའི་རྒྱས་པ་མི་རྣམས་ཡང་།

ཡང་ཡང་རིག་པ་དེ་ལ་སྦྱངས་པ་གང་།

གང་ཀྱན་པན་མེར་རྩོད་རགས་བརྩམས་སྟོ།

ཞེས་པའི་ཆོགས་བྱ་བཅད་པས་སྦྱན་བསྟུས་ཏེ་གང་སྐྱེད་བར་བྱ་བ་ལ་

ནི་རང་གཞན་སྟོང་མན་ཀྱན་གྱི་སྟོ་སྟོ་འབྱེད་པའི་མེར་བྱ་ལ་

སྟོ་སྟོ་རྒྱ་ཤེས་བྱ་རིག་པ་རགས་ཅམ་སྐྱེད་བ་ལ།

ཅད་ཀྱི་སྐར་ཅིས་རིག་པ་འཕེལ་ཆུང་།

དེ་ཡང་འཛམ་བུའི་སྤྱི་གི་རྟག་ཏུ་བྱུང་པ་རབ་དཀར་ས་.....
འཛོལ་འཕྲེང་བས་ཁོར་མོ་ཕྱག་ཏུ་ཡང་དག་སྐར་བའི་སྤྱི་འདྲིར་
སྤྱི་བྱུང་མེས་པོ་རུ་མའི་གཞལ་བར་དཀར་བའི་དྲིན་ལས་མི་རིགས་
གཞན་གང་ལ་ཡང་འབྲམ་ཆུ་ཤོར་མི་དགོས་པ་རིག་ཅིང་གེས་པར་.....
བྱ་བའི་གནས་ཆེ་བ་སྤྱད་དང་། ཅད་མ། བརྩ་དང་། གས་བ་
བཅས་སྤྱི་མོང་བའི་རིག་གནས་བཞི་དང་སྤྱི་མོང་མིན་པ་ནང་.....
དོན་རིག་པ་བཅས་ཤིང་དང་། རྩེབ་སྤྱིར་། སྤྱི་དག་མཛོན་བརྩོད་།
སྐར་ཅིས། སྤྱི་གར་བཅས་རིག་པའི་གནས་ཆུང་བ་ཤིས་བཅུ་ཕྱག་
ཏུ་ཕྱགས་པ་གང་ལས་འདྲིར་གཞན་དག་རྩེས་ཕྱ་འཛོལ་བའི་རིག་.....
གནས་མཆོག་གི་ཡ་བྱལ་སྐར་ཅིས་རིག་པར་མི་ལ་ཉིས་ཉིང་ལྷག་གི་
ལོ་རྒྱས་ལྷན་ཁིང་། རང་རེའི་མེས་པོ་ཤོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་གནས་
ཀྱི་སྐར་མ་ལ་བརྟག་པའི་ཅིས་དང་། བར་རྣང་ལྷན་དང་རྒྱང་།
འདབ་ཆགས་དང་ས་གཞིའི་ཅི་ཉིང་། མཆོ་དང་ཆབ་རྩམ་སྤགས་
ལ་བརྟག་པའི་ཅིས་རྣ་ཆོགས་ཞིབ་འཇུག་དང་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཏེ་རིམ་
པར་ཤོང་འཕེལ་བྱུང་བ་ཉི། ཅད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་ལོ་རྒྱས་རྣམས་ཕྱ་

བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དང་པོ་གཉེན་ཁྲི་བཅན་པོའི་སྐུ་རུས་སུ་གཡང་ཤེས་
 སྐུ་བོན། འཇོ་ཤེས་སྐུ་དགའ་ལྡན། བན་ཤེས་སྐུ་དཔུང་། སྐྱེས་
 ཤེས་ཅིས་མཁུན། འཕུར་ཤེས་འཇུ་ཐིག སྐྱེས་ཤེས་འཕུལ་བོན་
 སྐྱེས་ཤེས་པ་ཅན་བཅུ་གཉིས་བྱུང་བར་གསུངས་ཤིང་། དེ་
 དག་ལས་སྐབས་དེ་རུས་ནས་ཀྱང་མོ་ཅིས་སྐྱེས་དར་བེན་པ་ཤིན་ཏུ་
 གསལ། བོད་རྒྱལ་སོ་སྐྱེས་པ་སྤྱང་བཅན་སྐྱེས་པོ་དང་བོད་རྒྱལ་སོ་
 བུན་པ་མེས་ཡག་ཆོས་མཁས་ཀྱི་ཞེ་གཙུག་བཟན་རུས་ཀྱི་རྒྱ་བཟང་...
 རྩ་བུའི་སྐབས་རྒྱ་ནག་ནས་སྐུ་ཅིས་ཀྱི་གཞུང་རུ་མ་དང་། ཅིས་ལ་
 ཤིན་ཏུ་མཁས་པ་རྒྱ་ནག་མཁས་ཆེན་རུ་ཏར་ནག་པོ་སྤྱི་མ་ ༢༠༠
 ནང་བོད་རུ་ཐེངས་གཉིས་ཅན་ཐེངས་ཉེ་ཐེངས་དང་པོར་བྱུན་མོང་...
 བའི་གཙུག་ལག་ཅིས་གཞུང་བསྐྱར་བ་དང་། ཐེངས་གཉིས་པར་ཅིས་
 གཞུང་རིན་ཆེན་གསལ་བའི་སྐུ་མེ་སྐྱེས་བཅུ་མས།

གངས་ཅན་སྐུ་རྒྱལ་གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོས་ཀྱང་གསོ་
 རིག་གི་བཟན་པ་ཁྱབ་སྤེལ་ཆེས་ཆེར་གནང་བ་དང་ཆབས་ཅིག་སྐར་...
 ཅིས་རི་བོ་རྒྱལ་འདེབས། འབྲས་ཅིས་ཤིང་རྟའི་སྤེལ་འབྱེད་སྤྱོད་
 མཛད། རྟག་པར་རུ་རབ་བྱུང་དང་པོའི་མེ་ཡོས་མ་ནས་བཟུང་
 དཔལ་ལྷན་རུས་ཀྱི་འཁོར་མའི་རྒྱུད་འབྱེལ་དང་བཅས་པ་རྫོངས་.....
 འདིར་བསྐྱར་བ་དང་། གཞུང་མཆོག་འདི་ནི་བོད་ཀྱི་སྐར་ཅིས་
 རིག་པའི་གཞུང་ཅ་ཡིན། རབ་བྱུང་གསུམ་པར་རྗེ་བཙུན་གྲགས་

བ་རྒྱལ་མཚན་(༡༡༧—༡༢༡༦) དང་། འགྲོ་མགོན་ཚས་རྒྱལ་
 འཕགས་པ། གཞུང་སློན་རྒྱ་རྒྱུ་དཔལ་བཟང་སྟགས་གནས་རིག་
 སྐར་ཅིས་ལ་མཁས་པ་ནམས་ཀྱིས་ཐོད་ཁམས་ཀྱི་གནས་གཤིས་དཔལ་
 ཏུས་གཟེར་སྟགས་ལ་ཞིབ་འཇུག་ནན་ཏན་མཛད་ཆེས་ས་སྤྱི་ལ་ཐོ་
 ཞེས་པ་བརྟན་པ་དེས་ཐོད་ཀྱི་གནས་རིག་སྐར་ཅིས་སྐར་བས་ཡར་
 རྒྱས་ཀྱིན་པ་མཚན་ཞིང་། རབ་བྱུང་བཞི་པའི་ཡས་མས་ནས་ལྷ་
 བའི་འཕེལ་གྱིབ་དང་། ཉི་ལྷག་ལྷ་ཀྱི། ཉི་ལྷ་གཟུང་འཛིན།
 ལྷ་བཤོལ། ཏུས་བཞིའི་འཇུང་སྟག་སྟགས་བརྟག་བཅས་དེས་པ་
 དེས་ཀྱང་ཐོད་ཀྱི་ཞིང་འབྲེག་སྟོན་སྟེང་ལག་ལེན་ཀྱི་ཁོད་ཏུ་རང་
 བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཐན་གཞོད་སྟེང་ལས་སློན་བར་སྤྱབ་པར་བརྟན་རིག་
 གནས་དང་དཔལ་འབྱུར་གང་ཅི་འཕེལ་རྒྱས་འབྱུར་པར་མི་མཛད་
 པའི་རྒྱས་པ་གང་ཆེ་སྟན་ཡོད། ཡང་སྟོ་ཁའི་ཁྲལ་ཏུ། ག་ཏུག་པ་
 རྩན་ལྷུབ་རྒྱ་མཚོ་དང་། གཙང་རྒྱུང་གམ་ཚས་ལྷགས་རྒྱ་མཚོ།
 རྟོར་བཟང་རྒྱ་མཚོ་སྟེ་ཅིས་ལ་མཁས་པ་རྒྱ་མཚོ་ནམ་གཞུང་ཞེས་
 ལྷགས་པ་བྱུང་། རྩན་ལྷུབ་རྒྱ་མཚོས་གཙང་རྒྱུང་ཚས་ལྷགས་རྒྱ་
 མཚོ་དང་རྟོར་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་གཞུང་སྟགས་ལ་བརྟན་ནས་རབ་
 བྱུང་བརྒྱད་པའི་མེ་ལས་(༡༧༧—)མར་ཅིས་གཞུང་པད་དཀར་
 ཞལ་བྱུང་སྟགས་མཛད། མཁས་ལྷུབ་རྟོར་བཟང་རྒྱ་མཚོས་རབ་
 བྱུང་བརྒྱད་པའི་ས་ཀྱི་(༡༧༧)མར་ཏུས་འཁོར་སྟེ་དོན་ཀྱི་མཛད་

འད་རྒྱན་བཅས་ཏེ་ཕྱག་ཕྱགས་ཀྱི་སྒྲུལ་གཏོང་། དེ་ནས་ཕྱག་
 ཕྱགས་རྗེས་འཛིན་གྱི་མཁས་པ་མང་ཏུ་བྱོན། རབ་བྱུང་བརྒྱ་གཅིག་
 པའི་རྒྱ་པག་(༡༦༤༢)ལོར་མཁས་དབང་ལྷེ་སྲིད་མངས་རྒྱས་རྒྱ་
 མཚོས་སྐར་ནག་དབྱངས་གསུམ་གྱི་དོན་ཏེ་ཅང་རྒྱས་པར་སྟོན་པའི་
 ཅིས་གཞུང་བེ་དཀར་བཅས་གནང་མཛད་པ་དང་། ལུང་
 རིགས་ངག་གི་ཐེ་ཚཱ་གཙོད་པའི་དྲིས་ལན་གཡའ་སེལ་མཛད་པས་
 མཁས་པ་ཚང་མས་པོད་གྱི་ཅིས་གཞུང་ཚད་ལྡན་ཏུ་འཛིན། རབ་
 ལྷུང་བརྒྱ་གཅིག་པའི་ཤིང་རྒྱ་(༡༧༡༧)ལོར་སྟོ་ཁ་མེན་གྱིས་མྱིང་
 གི་ལོ་ཆེན་རྒྱ་མཁུའམ་ཚོས་དཔལ་བཟང་པོས་ཅིས་གཞུང་ཉིན་
 འབྱེད་ལྷང་པ་དང་དེའི་ཕྱི་ལོ་ནས་རྣམ་འབྲེལ་གསེར་གྱི་ཤིང་རྒྱ་
 མཛད་ཅིང་། མེན་གྱིས་མྱིང་ཏུ་མེན་ཅིས་གྱི་གཙོས་པའི་སྟོ་བ་གྲུ་
 བརྒྱུ་ཁར་མེན་གྱིས་མྱིང་ལོ་ཐོ་ཞེས་སྐད་ཀྱགས་ཅན་དེ་ཡང་བཏོན།
 དེ་ལྟར་བེ་དཀར་དང་ཉིན་ལྷང་ཉི་ཅིས་གཞུང་ཆེན་པོ་དེ་གཉིས་ནི་
 ཅིས་རམས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཅིས་གྱི་ལག་ལེན་གྱི་ཁྱད་སྤྲུགས་ས་
 གནང་གི་ཡོད། རབ་བྱུང་བརྒྱ་གསུམ་པའི་ལོ་དང་པོ་ཐེ་མོ་ལོས་གྱི་
 (༡༧༧༧)ལོར་ལུམ་པ་ལེ་ཤེས་དཔལ་འབྱུར་གྱིས་དགེ་ལྡན་ཅིས་
 གསར་མཛད། རབ་བྱུང་བརྒྱ་བཞི་པའི་ཐེ་པག་(༡༨༢༧)ལོར་ཕྱག་
 མཛོད་བྱམས་པ་གསུང་རབ་གྱིས་ཅིས་གཞུང་བེ་དཀར་དང་ཉིན་
 ལྷང་གཉིས་གྱི་དགོངས་དོན་དང་བརྒྱན་ཏེ་རིགས་ལྡན་མྱིང་ཐིག་

བཅུ་མཁུ་།

སྐྱེན་ཅིས་མཁུ་དབང་མཁུ་ན་རབ་ནོར་བུ་མཆོག་གིས་རབ་...
བྱུང་བཅོ་ལྔ་པའི་མེ་འབྲུག་(༡༧༡༥)ལ་ནས་ལྷ་ལྷན་སྐྱེན་ཅིས་...
ཁང་གི་དབུ་འཛིན་གནང་བ་དང་། ལ་རྟ་རིགས་ལྷན་སྐྱེན་མིག་རབ་
རྒྱལ་མེ་ཡོས་ལ་ཅིས་མགོ་བསྐྱེད་ལ། ལ་རེར་ལ་མོ་ལྷ་སྐྱེད་ཡས་མས་
དཔར་སྐྱེན་དང་འབྲེལ་སྒྲིབ་མ་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་གསེ་སྐྱེད་དང་།
ཅིས་དཔེ་སྐྱ་ཆོག་ལ། ལྷག་པར་ལ་མོ་ཕབ་པ་དང་། ལྷ་བར་
མཁོ་གལ་ཆེ་བ་རྣམས་འབྲེམས་སྒྲིལ་གནང་བ་དེས་བོད་སྐྱེར་ཅིས་...
འབྲས་བེད་སྐྱོད་དང་། ཅིས་རིག་ལས་དག་མི་དགའི་འབྲས་བུ་
བརྟག་པ་སོགས་རྒྱན་ཆགས་ཤིག་ཏུ་བྱུར་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་རིག་
གནས་གསར་བརྗེ་ཆེན་པོའི་གོད་ཆག་གིས་རྒྱལ་ཡོངས་དང་འབྲ་...
བར་རང་སྤྲོད་སྐྱ་ཡང་ཕྱི་ནང་གཞན་གསུམ་སྐྱོན་པ་དཔལ་ལྷན་...
རྒྱས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྒྱད་ལས་བཤད་པ་ཕྱི་རྒྱས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ཅིས་...
ཀྱི་རིག་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཞིང་འབྲོག་ཁུལ་ཏུ་ཤིན་ཏུ་སྐྱེན་པའི་ལ་མོ་
འདི་སྐྱི་ལ་ ༡༧༥༥ ལ་ཚུན་ལ་བརྟན་ཅམ་འདྲོན་ཐབས་མེད་པར་...
བྱུར་པ་རེད། དེ་རྗེས་ཞིང་འབྲོག་ཁུལ་ཀྱི་བོད་རིགས་མང་ཆོགས་
ཆའི་རེ་འབོད་དང་། སྤྲོད་སྐྱ་ཏང་ལུད་ཀྱི་བཀའ་སྒྲིབ་འག་སྐྱེར་སྐྱི་ལ་
༡༧༧༢ ལ་ནས་བོད་ཀྱི་ལ་མོ་བསྐྱར་ཏུ་འདྲོན་བྱུང་བ་བྱུང་ཞིང་།
དེང་འདིར་ཏང་གི་ཡང་དག་པའི་སྤྱིད་རྒྱས་འག་དང་སྤྲོད་སྐྱ་སྐྱེན་ཅིས་

ཁང་གིས་དབུ་འཛིན་གནང་བའི་འོག་དང་། ལྷག་ཏུ་ཅིས་རིག་མཁས
 དབང་ནམས་ཀྱི་དྲིན་ལས་ལྷ་ལྷན་ཞིང་ཁམས་སྐྱོན་ཅིས་ཁང་སྐར་མ་
 ཅིས་ཞིབ་འཇུག་ཁང་ནས་ལ་རབས་ཏུ་མའི་རྒྱུ་ཏུ་ལག་ལེན་བསྟར་
 བའི་ལ་ཐོ་དེ་མ་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་ཉམས་པ་སོར་རྒྱུ་ཀྱིས་ལ་
 རེར་ལ་ཐོ་ཁྲི་བཙོ་བརྒྱད་ལས་མས་དཔར་སྐྱོན་འགྲེམས་སྤེལ་གནང་
 བ་དང་། རང་རྫོངས་དང་ཞིང་ཆེན་གཞན་གྱི་ས་རྒྱ་གསུམ་ཁག་ནས་
 ཡོང་བའི་གནམ་རིག་སྐར་ཅིས་ལ་ཤིན་ཏུ་བཙོན་པའི་སྤྱོད་མ་མི་ཉུང་
 བ་ཞིག་གཟབ་སྦྱང་གནང་བར་བརྟེན་དེ་ལས་གཞིས་ཅེ་དང་། ལྷ་ཁ།
 བྱ་ཁ། ཆབ་མདོ་ལ་སོགས་པའི་ས་ཁུལ་ཁག་ནས་ཀྱང་ཕྱལ་གྲོ་མས་
 ལ་གཞིགས་པའི་ལ་ཐོ་བརྟོན་ཏེ་ཞིང་འབྲས་ཁུལ་ཏུ་ལ་ཐོ་དགོན་...
 པའི་གནས་རྒྱལ་ཏེ་ལས་ཐག་གཅོད་སྤྱོད་ཡོད། ལྷག་པར་ཏུ་དེང་
 སྐབས་རྫོངས་སྐྱོན་ཅིས་ཁང་གནམ་རིག་སྐར་ཅིས་ཞིབ་འཇུག་ཁང་...
 བས་པོད་ཀྱི་ཕྱལ་སྤྱོད་གྲོ་མས་གཤིས་ལྷར་ཉིན་རེར་གྲོང་མི་ཆོར་ཤིན་
 ཏུ་སྐྱོན་པའི་བག་ཅིས་དང་གཤིན་ཅིས་སོགས་ལྷར་རྒྱུན་བཞིན་བཤེར་
 བཞིན་ཡོད་ལ་དེ་ལས་པོད་ཀྱི་ཅིས་རིག་ཀྱན་བཏུས་ཞེས་པའི་ཅིས་...
 དཔེ་ཆེན་མོ་ཞིག་རྩམ་སྤྲིན་གནང་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཟད་རྫོངས་རྒྱུང་
 འཕྲིན་བརྒྱན་འཕྲིན་ལས་ཁུངས་དང་འཕེལ་གཏུགས་ཀྱིས་པོད་ཀྱི་ལ་
 ཐོ་དང་མཐུན་པའི་ཉིན་རེའི་གནམ་གཤིས་རྩོན་བརྗོད་བཏང་བ་...
 སོགས་ཀྱིས་པོད་ཀྱི་སྐར་ཅིས་རིག་པ་གོང་ནས་གོང་ཏུ་འཕེལ་བཞིན་
 ཡོད་པ་མཆོད་ནོ། །

ཡེ་ཤོ་ལྷ་ལྷངས་སྐྱེད།

དེར་སྐབས་ཐོད་རིགས་ས་ཁུལ་གང་ཏུ་སྐྱེད་ཀྱང་ཡེ་ཤོ་མཐོང་
ལྷ་ཡོད་ཅུང་མི་མི་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་ཡེ་ཤོ་ལྷ་ལྷངས་ཤེས་ཀྱི་མེད་པས་
ཚུལ་དེར་དམིགས་ནས་ཡེ་ཤོ་ལྷ་ལྷངས་རོ་སྤྱོད་ཅུང་ཟད་བྱ་ལྷ་
གཤམ་གསལ།

སྐྱར་ཅིས་རིག་ལམ་མཐའ་ཡས་ལྷ་མཚོ་ལས། །

ལེགས་འཁྱུངས་སྐྱེད་ཅིས་ཡེ་ཤོ་ཉ་གང་ཟ། །

རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་འཕྱར་ཕྱོག་གསལ་བའི་མིག །

སྐྱོངས་པའི་ལུན་པ་འཛམས་པའི་མགོན་ཏུ་འཁྱུངས། །

དེ་ཡང་ཡེ་ཤོ་ཡང་དག་པ་མཁྱེན་འདྲིན་ན་ཡེ་ཤོ་བཟོ་ཚུལ་.....

མཁྱེན་དགོས། སྐྱོངས་སྐྱེད་ཅིས་ཁང་གི་ཡེ་ཤོར་མཚོན་ན། ཡེ་
ཤོའི་མཚོན་བྱང་ཏུ་འཕགས་ཐོད་སྐད་ཡིག་ཤན་སྐྱར་དང་། མཚོན་
བཟོན་གྱི་དབྱར་ཐེབ་སྐྱར་གྱིས་བརྒྱན་པ། ཆོག་སྐྱར་ཐད་ཐོག་
མཐའ་བར་གསུམ་ཏུ་སྐྱེད་ངག་གི་ཉམས་འཕྱར་ལུན་ལུམ་ཆོགས་.....
ཤིང་། བར་རྟིང་དང་། མདོན་བཟོན་གྱིས་བརྒྱན་པ། བང་
དོན་ཐད་ཏུས་འཁོར་བྱགས་དང་། དབྱངས་འཆར་ལྷ་ཅིས་ཏེ་ལེ་