

A COLLECTION OF ESSAYS ON THE GESAR EPIC

ཐུང་ཕུང་སྒྲོང་གི་ལ་གས་སྒྲེས།



མཚོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།

༡༡ ། །སྤང་དབྱེད་སྤྱིང་ག་ལགས་སྤྱུས།

ཆབ་ལགས་ཏྲ་མགྲིན་གྱིས་བཅུམས།

མཚོ་སྤྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྲོན་ཁང་།

图书在版编目(C I P)数据

《格萨尔》研究集锦 / 旦正著. — 西宁: 青海民族出版社, 2002. 7

ISBN 7-5420-0970-2

**I. 格… I. 旦… II. 格萨尔-文学研究-藏语
(中国少数民族语言) N. I207. 9**

中国版本图书馆CIP数据核字(2002)第056033号

ཚམ་གྲིག་འགན་འཁུར་བ། མཁའ་འགྲོ་ཚེ་རིང་།
མཉུན་ཤོག་མཛེས་རིམ་བ། ཚེ་གྲོ་
མཉུན་ཤོག་གཟིགས་བྱུང་བ། རིན་ཆེན་རྩ་རྒྱ།

ཐུང་དབྱེད་སྒྲིང་གི་ལེགས་སྒྲིབ།

ཆབ་འགག་རྟ་མགྲིན་གྱིས་བཙུངས།

བར་ཐུན།	མཚོ་རྩོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། (ཕི་ཁིང་ཁྲོང་ཁྱིམ་གྱི་རྒྱན་རིན་ལས་རྩོ་གང་10)
འགྲེམས་སྒྲེལ།	ཐུག་མང 810001 ཁ་པར 6143426
བརྒྱུད་འཛིང་།	མཚོ་རྩོན་ཞིང་ཆེན་ཞིན་ཏུ་དཔེ་ཁང་།
བར་འདེབས།	ཕི་ཁིང་མི་རིགས་པར་ཁང་།
དེབ་ཆད།	850mm×1168mm 1/32
དབར་ཤོག	10.625
ཡིག་གུངས།	ཁྱི 17
བར་ཐེངས།	2002 ལོའི་ཟླ 7 པར་པར་གཞི་དང་ཕོ་བསྐྱེགས།
དབར་ཐེངས།	2002 ལོའི་ཟླ 7 པར་དཔར་ཐེངས་དང་ཕོ་དཔར།
དབར་གུངས།	1 000

དཔེ་རྩྭ་གས། ISBN7—5420—0970—2/C • 20
རིན་ཤང་། གྲོར 15.00

བར་གཞི་འདི་གར་དབང་བས་བར་བཤུས་བརྒྱབ་ན་ཕྱིམས་ཆད་ཕོག
(ཤོག་རིམ་ཆད་ནོར་སྒྲིག་སྒྲིན་གང་ཅུང་ཡོད་ཆེ་པར་ཁང་ལ་དྲི་གཏུག་བྱ)

“高校优秀青年教师教学科研奖励计划资助成果”

《格萨尔》研究集锦

恰嘎·旦正著

出版发行：青海民族出版社(西宁市同仁路10号)
邮政编码 810001 **电话** 6143426
经销：青海省新华书店
印刷：西宁民族印刷厂
开本：850mm×1168mm 1/32
印张：10.625
字数：170千
版次：2002年7月第1版
印次：2002年7月第1次印刷
印数：1000

书号：ISBN7—5420—0970—2/C·20
定价：15.00元

版权所有 翻印必究
(书中如有缺页、错页及倒装请与印刷厂联系)

དཀར་ཆག

ལེའུ་དང་པོ།	སྒྲིང་སྒྲུང་ལས་ཁྲ་མ་སྒྲིང་གི་སྒྲོར་བཤད་.....
	པ། (1)
གཅིག	སྒྲིང་ལྷལ་བཤད་པ། (1)
གཉིས།	སྒྲིང་གི་རིགས་རྩམ་བཤད་པ། (7)
གསུམ།	སྒྲིང་དང་ཚུགས་བཞིའི་དག་བཞི་བར་གྱི་འབྲུག་.....
	ཆུན་བཤད་པ། (11)
ལེའུ་གཉིས་པ།	སྒྲིང་སྒྲུང་ལས་ནག་པོ་བརྟུང་གི་སྒྲོར་.....
	བཤད་པ། (19)
གཅིག	བརྟུང་སྒྲུ་བཅན་རྒྱལ་པོའི་སྒྲིང་བརྟན་བཤད་.....
	པ། (19)
གཉིས།	བརྟུང་ལྷལ་བཤད་པ། (24)
གསུམ།	བརྟུང་སྒྲིང་འབྲུག་པའི་རྩམ་བཤད་པ། (28)
ལེའུ་གསུམ་པ།	སྒྲིང་སྒྲུང་ལས་མེར་བོ་རྟོར་གྱི་སྒྲོར་.....
	བཤད་པ། (34)
གཅིག	རྟོར་ལྷལ་བཤད་པ། (35)
གཉིས།	མེར་བོ་རྟོར་ཞེས་པ་མི་རིགས་གང་ཡིན་.....
	པར་བཤད་པ། (45)

གསུམ། ཡུལ་གྲུ་རིགས་ཀྱི་ཚེ་བའི་ལས་ལུགས་.....
བཤད་པ།..... (52)

ལེའུ་བཞི་བ། མིང་སྤྱང་ལས་སྤྱག་པོ་འཇར་གི་སྒྲོར་.....
བཤད་པ། (58)

གཅིག འཇར་ཡུལ་བཤད་པ། (58)

གཉིས། འཇར་ཡུལ་གྱི་རྩ་ཁྱོན་བཤད་པ། (65)

གསུམ། འཇར་བའི་མཆེད་ཁྱད་སྤངས་བཤད་པ།..... (72)

ལེའུ་ལྔ་བ། མིང་སྤྱང་ལས་ཁ་ཤ་མོན་གྱི་སྒྲོར་བཤད་.....
པ། (84)

གཅིག མོན་ཡུལ་བཤད་པ། (84)

གཉིས། མོན་ཞེས་བའི་མིང་གི་མཆེད་ཁྱད་སྤངས་བཤད་.....
པ། (88)

གསུམ། མོན་ཡུལ་གྱི་རྩ་ཁྱོན་བཤད་པ། (90)

བཞི། ཤིན་མེད་གསུལ་འབྱེད་ཀྱི་བརྒྱུད་བྱེད་ནང་.....
དོན་བཤད་པ། (96)

ལེའུ་དྲུག་བ། མིང་སྤྱང་གི་བརྒྱུད་བྱེད་རིམ་ནས་དེའི་.....
ཁྱུ་བཤད་པ། (105)

གཅིག མིང་སྤྱང་གི་བརྒྱུད་བྱེད་རིམ་དོན་བཤད་.....
པ། (105)

གཉིས། མིང་སྤྱང་གི་བརྒྱུད་བྱེད་ཚད་མིང་གི་སར་རྒྱལ་.....
པོའི་བྱུང་བ་ཡིན་མིན་བཤད་པ། (106)

གཞུང་།	ཐོན་ཕྱང་གི་གཏམ་དང་ཚོམ་རིག་མཁས་སྤྱང་སྤྱང་..... གི་བཟོད་དོན་ཏུ་སྤྱང་པའི་ཚུལ་དང་དགོས་པ་..... བཤད་པ།(120)
ལེའུ་བརྟན་པ།	སྤྱང་སྤྱང་གི་སྤྱ་ཚལ་གྱི་ནམ་པའི་རོས་ནས་ དེའི་ཕྱང་འཕེལ་བཤད་པ།.....(134)
གཅིག	ཚོམ་ལུས་བཤད་པ།(135)
གཉིས།	གསར་ཚོམ་བྱེད་སྤྱང་ས་བཤད་པ།(138)
གཞུང་།	སྤྱང་སྤྱང་གི་གཞི་བཤད་པ།(142)
བཞི།	སྤྱང་སྤྱང་མིང་བཤད་པ།(143)
ལ།	སྤྱང་སྤྱང་ལེན་ཚུལ་བཤད་པ།(149)
ཏུག	སྤྱང་སྤྱང་ཚོག་ཀྱན་བཤད་པ།(153)
ལེའུ་བརྟན་པ།	སྤྱང་སྤྱང་ལས་བན་པོན་འགལ་བམ་ཚོན་..... པའི་སྒྲོར་བཤད་པ།(164)
ལེའུ་དགུ་བ།	སྤྱང་སྤྱང་ལས་ཏུས་ལྷའི་སྒྲོར་བཤད་..... པ།(186)
གཅིག	ཏུས་ལྷའི་སྤྱི་དོན་བཤད་པ།(187)
གཉིས།	སྤྱང་སྤྱང་ལས་བརྟན་པའི་ཏུས་ལྷ་དོན་..... བཤད་པ།(189)
གཞུང་།	སྤྱང་སྤྱང་ལས་ཐོན་པའི་ཏུས་ལྷའི་སྤྱ་ཚལ་གྱི་ནམ་པ་..... བཤད་པ།(202)
ལེའུ་བརྟན་པ།	སྤྱང་སྤྱང་ལས་རང་ཕྱང་ཁོར་ཡུག་སྤྱང་.....

	བའི་སྐྱོར་བཤད་པ།	(213)
ལེའུ་བརྩ་གཅིག་པ།	མིང་སྐྱོང་ལས་རི་སྐྱོན་ཆགས་སྐྱོང་བའི་.....	
	སྐྱོར་བཤད་པ།	(224)
ལེའུ་བརྩ་གཉིས་པ།	སྐྱོང་སྐྱའི་ལུས་དང་རྒྱན་བཤད་པ།	(239)
གཅིག	སྐྱོང་སྐྱའི་འབྱུང་ཁུངས་བཤད་པ།	(239)
གཉིས།	སྐྱོང་སྐྱའི་ལུས་བཤད་པ།	(245)
གསུམ།	སྐྱོང་སྐྱའི་རྒྱན་བཤད་པ།	(249)
ལེའུ་བརྩ་གསུམ་པ།	བབས་སྐྱོང་ལམས་བའི་བྱད་འཕགས་ཡོན་.....	
	ཏན་བཤད་པ།	(278)
ལེའུ་བརྩ་བཞི་པ།	མིང་སྐྱོང་ཡིག་སྐྱོར་སྐྱོར་བཤད་པ།	(296)
གཅིག	བྱ་ཡིག་史詩་ཟེར་བའི་ཐ་སྐྱོང་སྐྱོར་ཚུལ་.....	
	བཤད་པ།	(297)
གཉིས།	བྱ་འབྱུང་གྱི་སྐྱོར་བཤད་པ།	(300)

ལེའུ་དང་པོ། སྤིང་སྤྱང་ལས་ཁྲ་མོ་སྤིང་གི་
སྐོར་བཤད་པ།

གཅིག སྤིང་ཁྲ་ལ་བཤད་པ།

སྤིང་སྤྱང་ལས་བསྟན་པའི་ཁྲ་མོ་སྤིང་ཞེས་པ་དེ་ད་ལྟའི་ས་ཆ་གང་.....
ཡིན་ཟེར་ན། འདིའི་ཐད་ལ་ཁོ་པོའི་འདྲེན་བྱེད་མིག་གི་སྐལ་བར་གྱུར་
པའི་གནའ་པོའི་ཡིག་ཚང་ནམས་མི་མཐུན་པ་ཆེར་མེད་ཀྱང་། ཡངས་
ཁུ་མཐུན་པ་ཞིག་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། 《སྤངས་ཀྱི་པོ་ཉི་བའི་ཅ་རྒྱས་པ་》
ལས་མདོ་ཁམས་སུ་ངོས་བཟུང་བ་དང་། 《སྤུམ་པ་དྲིས་ལན་》ཏུ་ཐེ་དགེ་
གཙོར་གྱུར་པའི་མདོ་ཁམས་ས་ཁྲ་ལ་ཡིན་པར་བསྟན་ཡོད། 《མདོ་སྤྱང་
ཆོས་འབྱུང་》ལས་ཀྱང་ཆ་འགུམ་སྟོད་ཀྱི་ས་ཐམས་ཅད་ནས་རྩ་ཁྲིག་.....
མདོད་དགེ་ཡུལ་གྱི་ས་ཡི་ཁྱོན་ལ་ངོས་བཟུང་བ་ཡིན། 《འཛམ་སྤིང་རྒྱས་
བཤད་》ལས་ཁམས་སྟོད་སྟོ་རྒྱུད་ཀྱི་ཁོངས་གཏོགས་སྤོ་པོའི་ཡུལ་ཟེར་བ་
དེ་སྤིང་བར་མའི་མངའ་ཁོངས་འབྲེལ་ས་ཨས་ཏའི་རོང་ཡིན་པར་འདོད།
《ཐུང་ཆོས་འབྱུང་》ཏུ་སྤིང་དཀར་སྟོད་ནི་པོད་སྤྱངས་གཞིས་ཀ་ཅེ་ས་.....
ཁྲ་ལ་གྱི་པ་ལྷམ་རྫོང་ཡིན་པ་དང་། སྤིང་སྤྱང་ཏུ་བསྟན་པའི་སྤིང་གི་ག་
སྤྱག་གུ་ནི་པ་ལྷམ་རྫོང་གི་རྩལ་བྱང་སྤྱགས་སུ་ཡོད་ཅིང་། སྤིང་གི་འཇག་
སྤྱ་ཐང་མོ་ཟེར་བ་ནི་པ་ལྷམ་རྫོང་གི་བྱང་ཤར་ས་ཁྲ་ཏུ་ཡོད་པར་.....

གསུངས། 《འངས་དབྱངས་བཞད་པའི་ནམ་ཐར་རྒྱལ་པ་》ལས། སྒ་
འགྱའི་སྒྲིང་རིང་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲིང་གི་སར་རྒྱལ་པའི་འབྲངས་ཡུལ་ཡིན་
ཟེར། 《མགོ་ལོག་རྒྱལ་མཛོད་》དང་《སྤྱི་དོན་རྒྱལ་རབས་》སོགས་
སྤྱང་སྒྲིང་ཡུལ་དེ་མདོ་ཁམས་ཀྱི་མ་འབྲི་དང་རྩ་རྒྱུ་འབབ་རྒྱུ་ཀྱི་ཡུལ་
ཁམས་མཐའ་དག་རྒྱ་ཆགས་པར་གསུངས། །རྒྱལ་སྐབས་སོ་སོའི་ཕ་ཁས་
པ་ནམ་པའི་བཞད་པར་མི་འདྲ་ས་རྟོག་ཅམ་རེ་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་སྒྲུགས་
གཅིག་རྒྱ་བསྐྱས་ན། རྟེན་གཉེའི་སྒྲིང་ཆང་ལྟེ་བ་ཡིན་པའི་མདོ་ཁམས་ས་
ཁུལ་ཡིན་པར་དགོངས་པ་དང་། བོད་རྒྱངས་གཞིས་ཀ་ཅེ་ས་ཁུལ་གྱི་པ་
སྒྲུབ་རྒྱུ་ཡིན་པར་བཞད་པ། ཀན་སྤྱོད་ཞིང་ཆེན་བསང་རྒྱུ་རྒྱུ་གི་སྒྲ་
འགྱའི་ས་ཁུལ་ཡིན་པར་འདོད་པ་བཅས་སྤྱོད་པ་དེ། བཞད་པ་
མི་འདྲ་བ་དེ་དག་གང་ཡིན་རུང་ཕ་ཁས་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་……
པས། མཐའ་གཅིག་རྒྱ་དེ་ནོར་བ་རེད། འདི་ཡང་དག་པ་རེད་ཅེས་ཁ་
ཆོན་གཙང་དཀའ་མོད། ཞིབ་རྒྱ་དབྱང་ན་སྒྲིང་སྤྱང་གི་གསུང་སྒྲོས་དང་
མཐུན་པ་ནི་དང་པོ་ཡིན་ཏེ། 《རྟོར་སྒྲིང་གཡུལ་འབྱེད་》(སྟོད་ཆ)ལས།

ཤར་ཁྲ་པོ་སྒྲིང་གི་ས་ཆ་དེར། །

ས་ལ་ས་བཅན་བཤད་པས་ན། །

མ་སྟོད་ཅེ་ལྷ་བཅུ་གསུམ་གདལ། །

མ་སྤྱང་མཐོན་པོ་དབྱ་བསྐྱེལ་གདལ། །

མ་རྩ་ཟེར་མོའི་སྤང་རྒྱག་གདལ། །

མ་ཕུ་སེང་ཆེན་ཁོག་པ་གདའ། །
 ཕུ་རྩག་དར་ཕུང་ཕུག་མོ་གདའ། །
 མ་ཉིན་ཕུང་བྲག་དཀར་དཔུ་སྒྲིལ་གདའ། །
 སྒྲིབ་ཕུང་ནགས་རྒྱལ་ཕུག་མོ་གདའ། །
 མ་སྒྲིང་ལྟ་ཕུང་སྒྲུམ་མདོ་གདའ། །
 མ་སྒྲིང་ཕུ་གུའི་ཅེ་ར་གདའ། །
 སྒྲིབ་པ་ཁོག་མའི་རོག་ཚོང་གདའ། །
 མ་རི་མོ་བཞི་འདུས་ས་ཆ་གདའ། །
 ས་གྲགས་པ་ཅན་ནི་དེ་ཅམ་གདའ། །

ཞེས་ཁྲོམ་སྒྲིང་དེ་མ་སྒྲུང་གསེར་ལྟ་རིང་མའི་འབབ་རྒྱུད་སྟོང་.....
 སྒྲིང་བར་གསུམ་དང་། མ་སྟོང་ཚོང་ཁོངས་ཀྱི་རི་བོ་རུ་ལ་སྟག་ཅེ།
 དཀར་ལའི་ལྟ་ཅེ། སྒྲིང་གསུམ་གདོང་ཅེ། བོང་ཆང་གཡུ་ཅེ། རྩོད་གསུམ་
 མདོང་ཅེ། གཡག་རྩེའི་ལབ་ཅེ། དམར་ལ་མཆར་ཅེ། ཡུག་གི་མཛོ་མོ་
 རི་ཅེ། མཆོ་བར་དཀར་ཅེ། ཡག་ར་སྟག་ཅེ། གངས་ཆགས་སྒྲིལ་སྟག་
 ཅེ། རྒྱ་གདའ་བྱེ་མ་སྟག་ཅེ། སྟོང་གི་བྲག་དཔར་ལྟ་ཅེ་སོགས་དང་། མ་
 སྒྲིང་གི་རི་བོ་བྲག་རིའི་མར་ཆམ་མཐོན་པོ་དང་ཁོ་རྟེའི་ཤེས་མ་སྒྲིང་.....
 མཐོན་པོ། བོ་རྟེའི་ཤ་བྲན་མཐོན་པོ། ཆཡི་རྩུང་ར་མཐོན་པོ། རྒྱ་
 དཀར་གསལ་རི་མཐོན་པོ། གངས་རིའི་གསལ་དཔོན་མཐོན་པོ། རྟོང་
 གི་རྟོང་རི་མཐོན་པོ། ལུན་མོས་གསེར་རྟེས་མཐོན་པོ། སྒྲིག་འཛོང་རི་

ཐུང་མཐོན་པོ་ལྟེ་མཐོན་པོ་དགུ་བརྒྱུགས་ མ་ཉིན་གྱི་བྲག་ར་དགུ་
 སྐགས་གྲགས་པ་དཀར་པོའི་དབྱར་རའི་སྒྲ་དབྱངས་ད་ལྟའི་བར་དུ་མ་.....
 ཉམས་པར་གནས་པའི་རི་བོ་ཆེན་པོ་དག་གི་ཁོར་མོ་ལྷག་དུ་ཆགས་ཡོད་
 པར་བལྟན་ཞིང་། 《འཇམ་གླིང་གྱི་བསང་》སྐགས་སྒྲུང་དཔེ་ཐུ་ཤོས་
 དག་དུ་ཁྲ་མོ་གླིང་གི་མཁར་སང་འབྲུག་སྒྲག་ཅེ་དེ་མ་ཆུ་སྒོན་མོ་གཡས་སུ་
 འབྱུལ་བའི་དྲ་མིག་དང་མ་ཆེན་གངས་ཀྱི་རི་བོ་རྩམ་པར་འགྱུང་བའི་.....
 གཡོན་རོས་ན་ཡོད་པར་བལྟན་པ། 《འབྲངས་གླིང་མེ་ཉོག་ར་བ་》ལས་
 ཀྱང་།

ས་འདི་སྒྲིང་སྐས་ཡག་གི་མདོ། །

ཆུ་གཉིས་ཆབ་མ་བདལ་འདྲ་ཡོད། །

བྲག་གཉིས་མདའ་སྒྲོ་གཤེབ་འདྲ་ཡོད། །

སྒང་གཉིས་བལ་སྒྲན་བཉིང་འདྲ་ཡོད། །

བྲག་སྐལ་བ་འདྲ་བའི་ཚ་བ་རེད། །

ཅེས་གླིང་གི་སར་རྒྱལ་པོ་དེ་ལྟེ་དགའི་སའི་ཆར་གཏོགས་སྒྲིའི་.....
 གཞུང་དང་ཆ་ལུང་བའི་ཆུ་གཉིས་འདྲེས་པའི་སུམ་མདོ་སྒྲིང་ཉི་མ་ཀྱན་.....
 འབྱུལ་དུ་སྒྲ་འབྲངས་པར་མཆོན་ལ། ད་ལྟ་ས་དེར་གི་སར་གྱི་ལྟ་ཁང་
 ཞིག་བཞེངས་ཡོད་ཅིང་། ལྟ་ཁང་དེའི་དཀར་ཆག་ལྟར་ན་དེ་ནི་སྒོན་
 ཆད་གི་སར་འབྲངས་སའི་མཁར་ཤལ་དུ་བཞེངས་པ་རེད། གླིང་སྒྲུང་
 རྣམས་སུ་བཀོད་པའི་སྒྱི་དཔོན་རོང་ཆ་ཁྲ་ཆན་གྱི་མཁར་ཁྲ་སྒྲིང་གནས་.....

རྫོང་ལྷག་མོ་དང་། རྣལ་འདྲེན་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་མཁམ་མོ་རྣམས་ཀྱི་
 རྫོང་། རྒྱ་ཚེ་ཞལ་དཀར་གྱི་མཁམ་མོ་འཕྱར་དུལ་ཅུ་ཁྱོད་རྫོང་། རྫོང་ཚེ་
 དམར་ལེབ་གྱི་མཁམ་མོ་འཕྱར་བུ་ཅུ་ལྟེ་རྫོང་། དཔལ་ཚེ་ཞང་
 འདན་མ་བྱང་ཁྲའི་མཁམ་བཙན་ཤར་བྱང་རི་རྩལ་ སྐ་རྒྱ་ལྟེ་རྫོན་པ་
 རྒྱལ་མཚན་གྱི་མཁམ་མོ་འཕྱར་མོ་བྱང་རྣལ་ཆེ་སྐག་ས་གྱི་མང་ཤུལ་ཡང་
 མོ་མོར་མགོ་ལྷག་ཁུལ་གྱི་དར་ལག་རྫོང་དང་དགའ་བདེ་རྫོང་། སེ་ཁྱོན་
 ཞིང་ཆེན་གྱི་འདན་ཁོག་རྫོང་སྐག་ས་ཁུལ་ཡོད་པར་མ་ཟད། དེ་དག་
 དང་འབྲེལ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་བཤད་རྒྱ་དང་ཤུལ་རྟེན་རྫོན་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད།
 དེ་མིན་ཕྱེ་དགེ་རྒྱལ་ས་ཁུ་ད་ལྟེ་འདྲེ་རྫོང་ཚང་ཞེས་པའི་ཆོ་བ་མ་ཉམས་.....
 པར་ཡོད་ཅིང་། རྫོང་ཚང་འགྲུ་ཟེ་རྒྱལ་པོ་ནི་རྫོང་གི་རྒྱུད་པ་དངོས་ཡིན་
 ཟེར། དཀར་མཛོས་ཁུལ་གྱི་རྟོར་བྲག་མགོ་དཔོན་གྱི་མངའ་ཁོངས་ས་ཁུ་
 རྫོང་ཚང་གི་མི་ཕྱེ་དུད་གངས་ཁུམ་བརྒྱ་ཡོད་པ་དེ་ཆོ་དེང་སང་རྫོང་པ་.....
 ཆའི་རི་མགོར་གནས་ཡོད་པར་མ་ཟད། ས་དེའི་མི་ལའང་རྫོང་ཚང་ཟེར་
 ལ། ① མཛོད་དགེ་ས་ཁུལ་དུའང་རྫོང་ཞེས་པའི་ཆོ་ཁག་ཡོད། མགོ་ལྷག་
 ཁུལ་གྱི་དར་ལག་རྫོང་དུ་ཁྲ་རྫོང་ཆོ་བ་ཞེས་པ་དང་ཁྲ་རྫོང་དགོན་པ་ཞེས་
 པའི་ཁྲ་མོ་རྫོང་གི་ཕྱེ་རྣལ་དང་དགོན་པ་ད་ལྟ་དངོས་སུ་མཇལ་རྒྱ་ཡོད་ལ།
 རྫོང་རྣལ་འདྲེན་པོའི་མི་རྒྱུད་ཡིན་ཟེར་བའི་རྫོང་ནག་ཆོ་བ་ཞེས་པ་.....
 ཞེས་ཀྱང་ཡོད། རྫོང་གི་སློན་ཆེན་ཆོང་ཆོང་འདན་མ་བྱང་ཁྲའི་འདན་མ་
 ཤོག་ཆེན་བརྒྱ་གཉིས་ཆགས་སར་ད་ལྟ་ད་ཅུང་རྫོང་རྒྱུད་དང་ཆ་མཐུན་.....

པར་འདན་ནམ་འདན་ཁོག་ཅེས་འབོད་ཅིང་། ས་ཁུལ་དེ་དག་ཏུ་སླིང་
 ཐུང་དང་འབྲེལ་བའི་དག་རྒྱན་དང་བྱུང་རྟེན། ས་མིང་སོགས་ཀྱང་
 བརྗོད་གྱིས་མི་ལང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན། ཏུས་སྐབས་སོ་སོའི་
 མཁས་པའི་བཞེད་པ་དང་སྤྱང་ཡིག་ཁྱད་ས་དག་ནམས་ཀྱི་གསུང་སྒྲོས།
 བྱུང་རྟེན། དེའི་སྐོར་གྱི་དག་རྒྱན་བཅས་ཞལ་མཐུན་པའི་ངོས་ནས་
 བལྟས་ན་སླིང་ཡུལ་ནི་མ་ཆུ་དང་འབྲི་རྒྱའི་རྒྱུད་ཏུ་ཡོད་པ་གོར་མ་ཆག་ལ།
 དེའི་ཞར་དང་ཞོར་ཏུ་བོད་སྤྱང་ས་ཀྱི་པ་སྐམ་རྫོང་དང་ཀན་སྐོར་སྤྱི་འགྱུ་
 ས་ཁུལ་ཏུ་ངོས་འཛིན་པར་ཡང་བདེན་མིན་གྱི་དབྱང་པའི་ངལ་བ་བཞུ་
 མི་དགོས་པར་ངང་ངམ་བྱགས་ཀྱིས་ཚྭ་གས་ཐུབ་པ་ཡིན།

འོན་དེ་ལ་སླིང་གི་སྒྲིག་གཞི་ག་ཅུམ་ཡོད་པ་དང་མངའ་ཁོངས་ཀྱི་རྒྱ་
 རྒྱུན་གང་འདྲ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཏུས་སྐབས་སོ་སོར་ངོས་
 འཛིན་རྒྱུ་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་ཀྱང་འབྲེལ་ཡོད་ལོ་རྒྱུས་དང་སྤྱང་ཡིག་.....
 ཁྱད་ས་དག་ནམས་ལས་གསལ་བ་ལྟར་ན། སླིང་གི་སར་རྒྱལ་པོ་འཆོ་
 བཞུགས་གནང་བའི་ཏུས་ཀྱི་ཆེ་ན། སླིང་ཡུལ་ཏུ་སོ་སོའི་ཕ་ཆ་ན་ལས་
 བྱུང་བའི་ཤོག་ཁ་སྟོང་སླིང་གསེར་བ་ཆ་བརྒྱད། བར་སླིང་འོམ་ཏུ་ཆོ་བྱུག་
 སྟོང་སླིང་མུ་སྤྱང་ལྷེ་བཞི། གཡས་ཏུ་སྐ་ཡི་ལྷེ་བ། གཡོན་ཏུ་འབྲུ་ཡི་ལྷེ་བ།
 རྒྱ་ལོ་ཐུག་གི་ལྷེ་བ། འདན་མ་ཤོག་ཆེན་བཅུ་གཉིས་བཅས་ཤོག་ཁ་
 བརྒྱན་ཡོད་པ་ནམས་མདོ་ཁམས་ཀྱི་འབྲི་རྒྱུ་དང་མ་ཆུ་འབབ་རྒྱུ་ལྱི་ལ་
 ཆགས་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཡང་བལྟས་ན་སླིང་གི་ལྷེ་གོང་འོག་གསུམ་ཏུ་

འདུས་ཏེ། ཁམས་སྒྲིབ་འབྲི་སྤྱང་གི་ས་ཆ་ནམས་སྤྱི་ཆགས་པའི་མི་ཕྱེ་ལ་
 ཁྲི་ཕྱེ་གོང་མ་ཟེར་བ་དང་། ཤར་རྒྱ་རྩལ་གྱི་ས་ཆ་ནམས་སྤྱི་ཆགས་པའི་
 མི་ཕྱེ་ལ་ཁྲི་ཕྱེ་བར་མ་ཟེར་ཞིང་། མདོ་ཁམས་སྤྱིར་རྩལ་ལམ་རྒྱེ་རིའི་ས་
 ཆ་ནམས་སྤྱི་ཆགས་པའི་མི་ཕྱེ་ནམས་ལ་ཁྲི་ཕྱེ་འོག་མ་ཟེར་གྱིན་ཡོད་པ་……
 དེད། དེས་ན་སྤྱི་མོ་སྤྱིང་ཞེས་པ་དེ་ཆེས་དར་བའི་རྩས་སྤྱི་རྩབ་བྱང་རྩ་ལ་
 དེ་གངས་ཆེན་དང་འཁོར་གྱི་རྩ་རྒྱུད་ལ་ཐུག་པའི་བར་དང་། རྩབ་
 རྩུགས་སྤྱི་པོད་ལྗོངས་ཀྱི་ནག་རྩ་ས་ཁུལ་ལ་ཐུག་པའི་བར་། རྩ་རྩབ་རྩ་རྩ་
 ཡུལ་དང་རྩ་རྩ་ཡུལ་སོགས་ལ་ཐུག་པའི་བར་། ཤར་རྒྱ་རྩལ་ནན་བདེ་ཆེན་
 ལ་ཐུག་པའི་བར་གྱི་ས་ཡི་ཁྲོན་ནི་སྤྱིང་གི་མངའ་ཁོངས་སྤྱི་གཏོགས་ལ།
 སྤྱིང་གི་སར་གྱིས་གཡུལ་བཁྲེས་པའི་རོས་ནས་བལྟས་ན་དེ་ལས་ཀྱང་ཆེ་
 བ་ཉི། མཆོ་སྤྱི་རྩབ་བྱང་གི་ཆོ་འདམ་གཤོང་དང་པོད་ལྗོངས་ཀྱི་གནམ་
 མཆོ་ཐུག་མའི་རྒྱད། རྩ་རྩལ་དང་མོན་ཡུལ། ཡུན་ནན་གྱི་ས་ཐམ་
 སོགས་ཀྱང་སྤྱིང་གི་ཁོངས་གཏོགས་ཡིན་པར་འདོད།

གཉིས། སྤྱིང་གི་རིགས་རྩས་བཤད་པ།

དེ་ཡང་གོང་རྩ་བཞི་དེ་པའི་སྤྱི་མོ་སྤྱིང་གི་ཡུལ་གྱི་བདག་པོར་གྱུར་……
 པའི་གང་ཟག་ནམས་ནི། སྤྱིང་སྤྱང་རང་དང་། བཤོ་ལོག་རྩས་མཛོད་།
 སོགས་སྤྱི་པོད་ཀྱི་རྩ་བའི་རྩས་ཆེན་ལྗོངས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་ཕྱོད་ལས་མཆོད་……
 པའི་སྤྱི་མོ་སྤྱིང་གི་རྒྱུད་པ་དངོས་ཡིན་པར་བལྟན་ཡང་། ད་ལྟ་རྩལ་

ཁབ་ཕྱི་ནང་གི་ཞིབ་འཇུག་པ་རྣམས་ལ་དེ་དང་མི་མཐུན་པའི་བཞེད་.....
 དགོངས་ཀྱང་ཡོད་པ་སྟེ། ཐུང་པན་གྱི་པོད་རིག་པའི་ཆེད་མཁས་སྐད་
 གཤམ་ཅན་ཡ་མ་ཁྱ་ཆེ་ལགས་ཀྱིས་སྒྲིང་པ་རྣམས་ནི་ལྟ་རིགས་རྒྱངས་ཀྱི་
 ཡན་ལག་ཅིག་ཡིན་པར་འདོད། ②། པོད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་གཤམ་
 པའི་《རྒྱངས་ཀྱི་པོ་ཏི་བཟེ་རུ་རྒྱས་པ་》ལས། རྒྱངས་སྒྲིང་སྒྲིང་རྒྱུད་ནི།
 པོད་ཀྱི་གཡས་ཀྱི་རྒྱངས་སྤྱོད་འཕེལ། འབྲི་སྤྱོད་ཆེ་རྒྱངས་ནི། པོད་
 ཀྱི་གཡས་ཀྱི་རྒྱངས་སྤྱོད་འཕེལ། རྒྱང་པ་སྒྲིང་སྒྲིང་རྒྱུད་ནི། པོད་ལྷུ་
 དབྱས་སྤྱོད་འཕེལ། ཞེས་ལྟ་རིགས་རྒྱངས་ལས་ཀྱང་སྒྲིང་ཞེས་པའི་རྒྱས་
 ཤིག་མཆེད་པར་བསྟན། ཡང་ན་པོད་ཀྱི་ཡོ་རྒྱས་ཤོག་ལྟ་རིགས་རྒྱངས་
 ཀྱིས་ཀྱང་སྒྲིང་སྒྲིང་རུ་བཀོད་པ་ལྟར་ནག་པོ་འཛང་དང་ཁ་ཤ་མོན། རྒྱང་
 མངའ་རིས། བར་དབྱས་གཙང་། སྐད་རྒྱ་ནག་ སྤྱོད་པའི་ལྷུ་ལ་
 ཤོགས་པར་གཡུལ་བཀྱིས་ནས་དབང་རུ་བརྒྱལ་སྒྲིང་ ③ པའི་རོས་ནས་.....
 བལྟས་ན། སྒྲིང་དང་ལྟ་རིགས་རྒྱངས་ལ་དངོས་གནས་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་
 ལྟར་སྐད་རུང་། སྒྲིང་གི་རིགས་རྒྱས་གཙོ་བོ་ནི་ལྟ་རིགས་རྒྱངས་ཡིན་
 པར་མི་འདོད། ཡང་《སྤྱོད་དགེ་རྒྱལ་པོའི་རྣམ་ཐར་》ལས་སྤྱོད་དགེའི་རྒྱལ་
 པོའི་མེས་པོ་ནི་ཆོས་རྒྱལ་སྤྱོད་བཅན་སྐམ་པོའི་སྤྱོད་པོ་མགར་སྤྱོད་བཅན་
 ལྷུ་བརྒྱུད་གི་རུ་རྒྱུད་ཨ་ནི་བྱམས་པ་དབལ་ཟེར་བ་ཞིག་པོད་ཀྱི་རྒྱལ་.....
 རབས་འཛོར་ཞིག་རུ་འགྲོ་བའི་རྒྱས་སྐབས་སྤྱོད་འདན་ཁོག་རུ་ཕེབས་ནས་
 རྒྱང་མ་པའི་བྱུང་མཐའ་ལྱབ་སྤྱོད་གཏོང་བར་བཞུགས་པ་དེ་ཡིན་པར་.....