

བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་

ཡུལ་ལྗོངས་བརྒྱུ་བ།

ས་སྐྱལ་བཟང་ཚ་གས་མེད་ཀྱིས་མཛད།

གན་ཕྱེད་མི་དྲི་གས་དཔལ་ལྷན་ཁག་གི་

༡༡། །ཐོད་ཀྱི་ཕོ་རྒྱས་ཀྱིས་ལན་བརྒྱ་བ།

ཆེ་རིས་སྐལ་བཟང་ཐོག་ས་མེད་ཀྱིས་མཛོད།

ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐད་ཁང་།

འབྲུག་རྒྱལ་མཁར་གྱིས་དཔེ་ཆའི་ཁྱིམ་འགན་ཁྲིར།
ཡུགས་པས་དཔེ་ཆའི་ཁ་བྱང་བྲིས།
སངས་རྒྱས་དོན་གྲུབ་གྱིས་མདུན་ཤོག་གི་རིམ་བྲིས།

ཚད་ཀྱི་ཚ་རྒྱས་ཀྱིས་ལན་བརྒྱ་བ།

ཆ་རིས་སྐལ་བཟང་ཚོགས་མེད་གྱིས་མཛད།

ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་ལྷན་ཁང་གིས་བརྒྱན།
མཚོ་སྔོན་ཁིང་ཆེན་ཞིན་ཏུ་དཔེ་ཁང་གིས་བུ་མཉམས།
ཟི་ལིང་མི་རིགས་དཔར་ཁང་གིས་དཔར།
1997ལོའི་ཟླ2པར་པར་གཞི་དང་ཕོ་བསྐྱེགས།
1997ལོའི་ཟླ2པར་པར་ཐེངས་དང་ཕོ་དཔར།

དཔར་གྲངས། 3,700

ISBN 7-5421-0487-X/K · 58(民文) རེབ་རེན་སྟོན། 10.80

(甘)新登字第 02 号

责任编辑: 周 加 克
桑吉东智
封面设计: 李亚红

藏族历史百问

嘎藏陀美 著

甘肃民族出版社出版

(兰州第一新村 123 号)

青海省新华书店发行 西宁民族印刷厂印刷

开本 850×1168 毫米 1/32 印张 7.75

1997 年 2 月第 1 版 1997 年 2 月第 1 次印刷

印数: 1-3,700

ISBN 7-5421-0487-X/K · 58(民文) 定价: 10.80 元

དགར་ཆག

མཚན་བརྗོད་དང་མེད་གཞི། (1)

ལེའུ་དང་པོ། གངས་ཅན་ཐོད་ཀྱི་གདོད་མའི་མེ་ལྷུས་སྐྱོད་ཀྱི་ཁྲིས་ལན། ...
..... (5)

༡ ཐོད་ཅས་བྱ་བའི་མིང་འདི་རི་ལྷ་རྒྱུད་བ་ཡིན། དེ་ལ་གོ་དོན་ཨེ་
ཡོད། (5)

༢ ཐོད་གངས་ཅན་གྱི་མུ་ལྗོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཆགས་ཚུལ་རི་ལྷ་རྒྱུད་
ནས། (7)

༣ གངས་ཅན་གྱི་ཡུལ་འདིར་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་རི་ལྷ་རྒྱུད་བ་ཡིན་
ནས། (8)

༤ ཐོད་ཀྱི་གནའ་མིའི་རྩས་ཚན་གྲེས་པའི་ཚུལ་རི་ལྷ་རྒྱུད་ནས།
དེར་རྩས་ཁ་ཅིག་ཐོད་ལ་རྩས་མེད་ཟེར་བའི་བཤད་ཚུལ་དེ་འགྲིག་གས།
..... (10)

ལེའུ་གཉིས་པ། ཐོད་བཅན་ཐོད་རྩས་ལྷུ་བྱུང་བའི་མེ་ལྷུས་སྐྱོད་ཀྱི་ཁྲིས་ལན།
..... (12)

༥ ཐོད་ཀྱི་ཚུལ་ཐོད་ཐོག་མ་སུ་ཡིན། དེ་ཐོད་ཀྱི་ཚུལ་ཐོད་རི་ལྷ་རྒྱུད་

༡༩ རྒྱལ་པོའི་ཐོག་མ་གཏུང་གི་བཅའ་པོ་ནས་གི་ཐོག་རྗེ་བཅའ་གྱི་བར་

གདུང་རབས་ཉེར་བདུན་གྱི་རིང་ཆབ་སྲིད་ཐོན་སྐྱེད་ལྟུང་གསུམ་གྱིས་བསྐྱེད་སྤྱོད་པའི་རྒྱ་མཆན་གང་འདྲ་རེད། རྒྱུད་གྱིས་མདོར་བསྟུས་ཅམ་བཤད་ཨེ་
ཐུབ། (18)

༡༩ ལྷ་མོ་མོ་རི་གཉན་བཅན་གྱི་སྐྱེ་རིང་ཐོད་ཏུ་གཞུང་ལུགས་ལ་བརྟེན་
པའི་གསོ་དབྱེད་གྱི་བསྟན་པ་བྱུང་བར་བཤད་པ་དེ་བདེན་ནམ། རྒྱུད་ལ་རྒྱ་
མཆན་ཅི་ཡོད། (20)

༡༠ ལྷ་ག་རི་གཉན་གཟིགས་ཞེས་པའི་མཆན་རི་ལྟར་ཐོགས། རྒྱུང་
ཏུས་འདི་བའི་མཆན་ལ་ཅི་ཟེར། རྒྱལ་པོ་འདིས་ཐོད་སྐྱེ་ལ་ཕན་པའི་མཇེད་
རྗེས་གང་དག་བཞག་ཡོད་དམ། (21)

༡༡ མཇེད་ས་མི་མི་བདུན་གྱི་གསུམ་པ་སྟུ་ཡིན། དེ་བཅན་པོ་སྟུ་བའི་
རིང་གི་སྒྲོན་པོ་ཡིན། ཁོང་མཇེད་ས་སྒྲོན་ཏུ་འཇོག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་གང་
ཡིན། (21)

༡༢ ཆབ་ཆབ་ནི་ཕ་རོལ་ན། །ཡར་ཆབ་ནི་ཕ་རོལ་ན། །མྱེའི་བྱ་ནི་
མྱེའི་བྱ་ལྟེ། །ལྷ་ཡི་ནི་སྤྲས་པོ་བཞུགས། །རྗེ་བདེན་གྱིས་ནི་བཀོལ་ཏུ་དགའ།
།སྐྱ་བདེན་གྱིས་ནི་བསྟན་ཏུ་དགའ། །ཞེས་དང་། མི་བཟང་ནི་རྟ་བཟང་ཞིག
། ཉེན་ཞིང་ནི་ཕག་ཆལ་ན། །མཆན་ཞིང་ནི་ཕྱིང་བར་མཆིས། །དག་འམ་
ནི་ཟུན་ཅི་ཡང་། །ཞེས་པའི་ཆོགས་བཅད་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་པོ་འདི་ཐོད་གྱི་
བཅན་པོ་སྟུ་ཞིག་གི་སྐྱ་ཏུས་སྟུ་བྱུང་བ་རེད། རྒྱུད་གྱིས་འདི་གཉིས་གྱི་དོན་
རྒྱུང་བཤད་གོ་སྤྱོད་པར་འགྲེལ་ཨེ་ཐུབ། (22)

༡༣ གནམ་རི་སྤྱང་བཅན་གྱི་ཏུས་སྟུ་ཟིང་པོ་རྗེ་དབང་འོག་ཏུ་བཅུག་
ཚུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུས་ཤིག་རྒྱུད་གྱིས་བྲི་ཤེས་སམ། བཅན་པོ་འདིར་
གནམ་རི་སྤྱང་བཅན་ཞེས་པའི་མཆན་རི་ལྟར་ཐོགས་པ་ཡིན་ནམ། ... (23)

༡༥ རྒྱལ་པོ་སྤྱི་བཅའ་མཐུན་པའི་འདི་ནི་གནས་ཚུལ་རི་ལྟ་བུའི་འོག་སྤྱི་
ཀྱི་ཁྲི་ལ་མངའ་གསོལ་བ་ཡིན་ནམ། རྒྱལ་པོ་འདིས་རྒྱལ་ས་ད་ལྟའི་ལྟ་སར་སྤྱི་
དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ལགས། (24)

༡༦ དུས་རབས་བདུན་པའི་འགོ་ཙམ་དུ་བོད་གཅིག་གྱུར་མཛད་པའི་
སྐབས་ད་ལྟའི་བོད་ཆེན་པོའི་ཡུལ་གྱི་འདིར་རྒྱལ་ཕྱན་གཙོ་བོ་གང་དག་ཡོད།
དེ་དག་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུས་ཤིག་གི་ཤེས་སམ། (26)

༡༧ རྒྱུ་རྒྱལ་སྤྱི་བཅའ་མཐུན་པའི་འདི་རིང་དུ་མཐའ་བཞེད་རྒྱལ་ཕྱན་དག་
དབང་དུ་བསྟུས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་རི་ལྟ་བུ་ཡིན་ནམ། རྒྱུ་རྒྱུས་
མདོར་བསྟུས་ཤིག་བཤད་ཤེས་སམ། (28)

༡༨ བོད་ཀྱི་བཅའ་པོ་སྤྱི་བཅའ་མཐུན་པའི་སྤྱི་དུས་སུ་མི་སྤྱི་ཞིག་གིས་བོད་ཡིག་འབྲི་
པའི་སྤྱི་བཅའ་པོ་ཡིན་ནམ། སྐབས་དེར་ཡུལ་ཁམས་གཞན་གྱི་བརྒྱུད་
བཅས་བོད་ཡིག་དུ་བརྒྱུར་པའི་རྒྱལ་མདོར་བསྟུས་ཤིག་རྒྱུ་རྒྱུས་བཤད་ཤེས་
སམ། (30)

༡༩ བོད་རང་ལ་མཆོན་ན་ལོ་རྒྱུས་པའི་ཐོག་མ་སྤྱི་ཡིན་ནམ། དེ་རྒྱ་
གར་ཚོགས་སུ་ཐེབས་ནས་གཞུང་ལ་སྤྱི་བཅའ་པོ་ཡིན་པའི་རྒྱལ་རི་འདྲ་ཡིན་ནམ།
..... (32)

༢༠ འཕུལ་སྒྲོན་ཐོན་མི་སམ་རྒྱ་ཤེས་བོད་ཡིག་རི་ལྟ་བུ་གསར་དུ་བཅོས་
ཚུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་རགས་བསྟུས་ཤིག་རྒྱུ་རྒྱུས་བཤད་ཤེས་སམ། དེ་གསར་བཅོ་
ཅེད་དགོས་པའི་རྒྱུ་རི་ཡིན་ནམ། (32)

༢༡ མཛངས་མི་མི་བདུན་གྱི་བཞི་བ་དང་ལྔ་བ་གཉིས་ཀྱི་མཚན་ལ་ཅི་
ཟེར། དེ་གཉིས་མཛངས་མིའི་གསུམ་སྤྱི་འཛིན་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་སོ་སོར་
བཤད་བྱུང་བམ། (35)

༡༥ རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་བཅན་སྐམ་པོའི་རིང་ལ་སྤྱོད་འཛིན་ལམ་ལུགས་ཀྱི་
ཐོག་གཞི་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ནམ། རྒྱུད་ཀྱིས་རོ་སྤྱོད་མདོར་བསྟུས་ཤིག་བཤད་
ཤེས་སམ། (36)

༡༦ རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་བཅན་སྐམ་པོའི་སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་པའག་དབྱེར་གི་ཐོག་
འཛུགས་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་རྒྱལ་རི་ལྟ་བུ་ཡིན་ནམ། རྒྱུད་ཀྱིས་རགས་བསྟུས་
ཤིག་བཤད་བྱུང་བམ། (38)

༡༧ རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་བཅན་སྐམ་པོའི་རིང་བྱིས་སྤྱོད་ལས་ར་བཟོ་དང་
ལེགས་ཉེས་སྤང་དོར་གྱི་ཆད་གཞི་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་རྒྱལ་རི་ལྟ་བུ་ཡིན་ནམ།
..... (40)

༡༨ ཆོས་རྒྱལ་སྤྱོད་བཅན་གྱིས་བལ་བཟའ་དང་རྒྱ་བཟའ་གཉིས་པོད་
དུ་བསྟུས་པའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུས་ཤིག་དང་། བཅུན་མོ་དེ་གཉིས་བསྟུས་
པས་བོད་ལ་ཕན་འབྲས་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་གྱུ་བཅུལ་སྒོར་རྒྱུད་ཀྱིས་རགས་ཅམ་བཟོད་
ཤེས་སམ། (42)

༡༩ བལ་བཟའ་བོད་དུ་བྱོན་རྗེས་ཕོ་བྲང་བྱི་ཆེ་དམར་པོར་གཤམ་པ་
བཞེངས་པའི་རྒྱལ་རི་ལྟ་བུ་ཡིན། ཕོ་བྲང་དེ་ད་ལྟོ་ཕོ་ཏ་ལའི་ཕོ་བྲང་འདི་
ཡིན་ནམ། (44)

༢༠ རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་བཅན་སྐམ་པོའི་རིང་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་གོང་འཕེལ་དུ་
གཏོང་བྱུང་བའི་རྒྱ་བྱེན་གཙོ་བོ་གང་རེད་དམ། (45)

༢༡ རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་བཅན་སྐམ་པོས་བོད་དུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྤེལ་
དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་གང་དག་རེད། རྒྱུད་ཀྱིས་རགས་བསྟུས་ཤིག་བཤད་
ཤེས་སམ། (46)

༢༢ རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་བཅན་སྐམ་པོའི་མཛད་རྗེས་གཙོ་བོའི་སྒོར་རྒྱུད་ཀྱིས་

མདོར་བསྟུས་ཤིག་སྤྱིར་བྱུང་བཅ། (48)

༣༣ སྤོ་པོ་མགས་སྤྱིར་བཅན་ནི་མི་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། ཁོང་གིས་
པོད་བྱི་ལོ་རྒྱུ་སྤྱིར་བྱུང་བཅན་ལྟ་བུ་སྤྱིར་མདོར་བསྟུས་ཤིག་བཤད་བྱུང་
བཅ། (49)

༣༤ རྒྱལ་པོ་མང་སྤྱིར་མང་བཅན་དང་འདུས་སྤྱིར་མང་པོ་རྩེ་གཉིས་ཀྱི་
སྤྱི་དུས་སྤྱི་གཞུང་འབྲེལ་ལ་བཞུགས་ནས་པོད་ཆེན་པོའི་མངའ་ཁོངས་རྒྱ་བསྐྱེད་
རྒྱལ་མདོར་བསྟུས་ཤིག་བཤད་ཤིང་སྤྱི་ལོ་སྤྱིར་བཅ། (51)

༣༥ ཁྱི་འདུས་སྤྱིར་གིས་མགས་སྤོ་མཆོད་ལ་རྒྱ་མཆོད་ཅིའི་སྤྱིར་དང་
རྒྱལ་རི་ལྟ་བུ་བཞུགས་པ་བཤད་ཤིག་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་ (52)

༣༦ ཁྱི་ལྟ་བུ་གཞུང་བཞུགས་སྤྱིར་ཁྱི་དང་བྱུང་མཁན་གྱི་གཙོ་བོ་སྤྱི་ལོ་
བཅན་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་བསྟན་པ་དང་སྤྱི་ལོ་ལ་མཁན་པོའི་བྱ་བ་གང་དག་མཛད་
ཡོད་དམ། (54)

༣༧ རྒྱ་བཟའ་གྱིས་ཤིང་གོང་རྩེ་པོད་དུ་སྤྱི་དུས་པོའི་ལོ་རྒྱུ་མདོར་
བསྟུས་ཤིག་དང་དེ་པོད་དུ་ཐེབས་པར་མཁན་འབྲེལ་ག་འདྲ་ཐེབས་པའི་སྤྱིར་ལོ་སྤྱི་
འཆམ་ཞིག་བཤད་བྱུང་བཅ། (55)

༣༨ རྒྱལ་པོ་ཁྱི་སྤྱིར་ལྟ་བུ་བཅན་གྱི་དེང་དམག་ཤུགས་ལ་བཞུགས་ནས་ལྟ་བུ་
སྤྱི་རྒྱ་བསྐྱེད་པའི་སྤྱིར་མདོར་བསྟུས་ཤིག་ཁྱི་ལྟ་བུ་བཤད་བྱུང་བཅ།
..... (57)

༣༩ རྒྱལ་པོ་ཁྱི་སྤྱིར་ལྟ་བུ་བཅན་གྱི་སྤྱི་དུས་སྤྱི་པོད་དུ་ནང་བའི་བསྟན་པ་
དང་སྤྱི་ལོ་མཛད་པའི་སྤྱིར་མདོར་ཅམ་བཤད་བྱུས་སྤྱིར་བཅ། (59)

༤༠ ཆོས་རྒྱལ་ཁྱི་སྤྱིར་ལྟ་བུ་བཅན་གྱི་དུས་སྤྱི་པོད་ཀྱི་གསེང་གོང་འཕེལ་
དུ་གཏོང་རྒྱལ་སྤྱིར་མདོར་བསྟུས་ཤིག་བཤད་ཤིང་སྤྱི་ལོ་སྤྱིར་བཅ། (61)

༡༡ སྒྲུབ་གྱི་རྒྱལ་པོ་གཡུ་མོག་རྩིང་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ་འོ་ལྷ་རྒྱལ་
རགས་བསྐྱུས་ཤིག་ཁྱོད་ཀྱིས་བཤད་ཤེས་སམ། ཁོང་གི་མཛད་རྒྱུས་ལ་དོན་
རྩིང་གང་འདྲ་མཆིས་སམ། (62)

༡༢ བོད་ཀྱི་ལྷ་རྒྱལ་སྤྱིར་སྟོན་ཅེན་གཉིས་ཀྱི་ཚྭ་པ་ཞེས་གྲགས་པའི་
ནང་དོན་ག་འདྲ་ཞིག་རེད། ཚྭ་པ་དེ་རི་ལྷ་རྒྱལ་བ་ཡིན་ནམ།
..... (64)

༡༣ རྒྱལ་པོ་ཁྱི་སྤྱིར་ལྷེ་བཙན་གྱི་རིང་བན་བོན་གཉིས་ཀྱི་བར་འབྲལ་
ཚྭ་ལྷ་བའི་ལྷ་རྒྱལ་མདོར་བསྐྱུས་ཤིག་གསལ་བཤད་བསྐྱེད་བྱུང་བམ། ...
..... (66)

༡༤ བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ལྷ་རྒྱལ་རགས་བསྐྱུས་ཤིག་རི་ལྷ་
ཡིན་ནམ། (69)

༡༥ རྒྱལ་པོ་ལྷ་ལྷེ་བཙན་པོ་ལྷ་ཞིག་གིས་བཀྲོངས་པ་རེད། དེ་
བཀྲོངས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ལགས་སམ། (70)

༡༦ བཙན་པོ་ཁྱི་སྤྱིར་བཙན་གྱི་མཛད་རྒྱུས་གཙོ་བོའི་སྒྲིང་གང་དག་
རེད་དམ། (70)

༡༧ རྒྱལ་པོ་ཁྱི་གཙུག་ལྷེ་བཙན་གྱི་རིང་བཙན་པོ་འོ་ལྷ་རྒྱལ་
འདུམ་པའི་བཀའ་གཙོགས་རྣེས་ཀྱི་ཐུག་པ་དེ་གནས་རྒྱལ་རི་འདུའི་ལྷ་
བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནམ། (73)

༡༨ རྒྱལ་པོ་ཁྱི་གཙུག་ལྷེ་བཙན་ནམ་ཁྱི་རལ་བ་ཙན་བཀྲོངས་དགོས་
པའི་རྒྱ་མཚན་སྒྲིང་ཁྱོད་ཀྱིས་མདོར་བསྐྱུས་ཤིག་བཤད་ཤེས་སམ། ... (75)

༡༩ བོད་ཐང་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱི་ལོ་༡༠༥༥་ནས་སྤྱི་ལོ་༡༡༡༡་ལོའི་བར་
འདུམ་གྲོས་ཐེངས་དུ་མཛད། དེ་དག་ལས་གསུམ་པ་དང་དུག་པ་གཉིས་ནི་ཆ་

ཆེན་ཇི་འདྲའི་འོག་བཞག་པ་རེད་དམ། (76)

40 བོད་ཆེན་པོའི་དུས་སྐབས་སུ་ཐང་བོད་གཉིས་ཀྱི་བར་འཐབ་
འབྲུག་ཆེན་པོ་ག་འདྲ་བྱུང་ངམ། (78)

41 བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྟེང་བཀས་བཅད་ཆེན་པོ་གསུམ་དུ་གྲགས་པའི་གོ་
རིམ་རྒྱ་མཚན་དང་བཅས་པ་མདོར་བསྟུས་ཤིག་ཁྱོད་ཀྱིས་བཤད་ཐུབ་བམ།
..... (79)

42 རྒྱལ་པོ་ལུ་དུམ་བཅན་གྱིས་ནང་བའི་བསྟན་པ་བསྟུབས་པའི་
འབྱུང་ཆེན་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་ནམ། (80)

43 རྒྱལ་པོ་ལྷང་དར་མས་བསྟན་པ་བསྟུབས་ཆེས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་
ལྷི་ལ་གནོད་འཆེག་འདྲ་ཐེབས་པ་རེད་དམ། (82)

44 རྒྱལ་པོ་ལུ་དུམ་བཅན་བཀོངས་པས་བོད་ཀྱི་ལྷ་ཆོག་ལ་ཕན་
གནོད་ག་འདྲ་ཐེབས་པ་རེད་དམ། (83)

ལུ་གསུམ་བ། བོད་སྐད་བུ་དུས་ལྷ་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་སྐོར་ཀྱི་དྲིས་ལན།
..... (85)

45 བོད་ཆེན་པོའི་རྒྱལ་ཁབ་སྐད་ལྟར་འཐོར་ཚུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་
བསྟུས་ཤིག་ཁྱོད་ཀྱིས་བཤད་ཐུབ་བམ། (85)

46 ཅེ་ཞིག་ལ་བོད་སྐད་ལྟེང་དུས་སྐབས་ཐེར། དེའི་སྐབས་བོད་
ཡུལ་དུ་རྒྱལ་སྟན་ཆེ་ཤོས་གང་དག་ཡོད་དམ། (86)

47 རྒྱལ་པོ་ལྷང་དར་གྱི་རྒྱུ་ལྟར་འབངས་གྱེན་ལོག་བྱུང་བས་བོད་ཀྱི་ལྷ་
ཆོག་ལ་ཕན་འབྲས་གང་འདྲ་ཐེབས་སམ། (87)

48 རྒྱལ་པོ་ལྷང་དར་མའི་རྒྱུ་ལྟར་འབངས་གྱེན་ལོག་བྱུང་བས་བོད་ཀྱི་
ལྷ་ཆོག་ལ་གནོད་པ་ག་འདྲ་ཐེབས་ཡོད་དམ། (90)

༥༧ རྒྱལ་སྤྱི་ཁྱེ་མདོ་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་བྱོན་པའི་མ་རྒྱལ་མདོར་བསྐྱུས་
ཤིག་བཤད་སྟབས་ལྟ། (91)

༥༨ བོད་སྐད་ལུང་དུས་རྒྱལ་སྤྱི་ཁྱེ་བྱ་བས་མདོ་སྤྱོད་ཀྱི་ཚུགས་སུ་
བཅུགས་པའི་སྤྱི་དབང་གི་གནས་གཞི་གཙོ་བོ་མཐར་གང་དུ་སྦྱོས་ནས་སྤྱི་
མཛད་པའི་རྒྱལ་མདོར་བསྐྱུས་ཤིག་བཤད་སྟབས་ལྟ། (92)

༥༩ བོད་སྐད་ལུང་དུས་མཐུག་དུ་དབང་རྒྱུད་ལུང་རིམ་པའི་སྟབས་ཆ་ནི་
རི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ནམ། (93)

༦༠ བོད་སྐད་ལུང་དུས་མཐུག་དུ་ནང་བསྐྱེད་སྤྱོད་གསལ་བྱུང་བའི་མ་
རྒྱལ་མདོར་བསྐྱུས་ཤིག་དང་དེའི་འབྱུང་རྒྱུ་གཙོ་བོའི་སྤྱོད་གང་རེད་དམ།
..... (94)

འབྱུང་བཞི་བ། ས་རྒྱུ་བའི་དུས་ལྟར་བའི་མ་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་དྲིམ་ལན།
..... (98)

༦༡ རྒྱུ་མའི་དུས་རབས་བཅུ་གསུམ་པའི་དུས་འགོ་ཙམ་ནས་བོད་
ཁམས་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ག་འདྲར་ལྷུར་བ་རེད་དམ། (98)

༦༢ བོད་སྐད་གཞིས་ཀྱི་བར་ས་རྒྱུ་རྒྱུ་སྐབས་སུ་སྤྱོད་མར་འབྲེལ་བ་རི་
ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ། (99)

༦༣ འགྲོ་མཚན་ཆོས་རྒྱལ་འཕགས་པར་བོད་ཡུལ་སྤྱོད་སྟུང་བའི་
བརྒྱུད་རིམ་དང་འབྱུང་རྒྱུ་གང་དག་རེད་དམ། (101)

༦༤ འགྲོ་བྱུང་སྤྱི་ཁྱེ་ཙམ་གྱི་གནས་པའི་ནང་དོན་དང་དེའི་སྤྱོད་མའི་
འབྱུང་རྒྱུ་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་ནམ། (103)

༦༥ ཡོན་ཤོང་མས་བོད་ཀྱི་དུད་ཆང་ཞིབ་བཤེར་ཐངས་དུ་མཛད།
དེ་དག་གི་མ་རྒྱལ་མདོར་བསྐྱུས་ཤིག་བཤད་སྟབས་ལྟ། (105)

༤༥ དཔལ་ལྷན་ས་སྐྱ་བའི་སྐབས་བོད་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་ཡར་རྒྱས་སུ་
བྱུང་ཚུལ་རི་འདྲ་ཡིན་ནམ། (106)

༤༦ ས་སྐྱ་བས་དབང་མཛད་པའི་རིང་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་འཕེལ་རྒྱས་
བྱུང་བའི་ཚུལ་མདོར་བསྟུས་ཤིག་ག་འདྲ་རེད་དམ། (107)

༥༠ ཆོས་སྲིད་བྱུང་འབྲེལ་ཟེར་བའི་གོ་དོན་ག་འདྲ་རེད། བོད་ལུ་
དུ་ལམ་ལུགས་དེ་དངོས་སུ་དུས་ནམ་ཞིག་ནས་རྒྱགས་པ་ཡིན་ནམ།
..... (110)

༥༡ དཔལ་ལྷན་ས་སྐྱ་བའི་སྲིད་དབང་ཉམས་རྒྱད་དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་
འབྲུང་སྐྱེན་གཙོ་བོ་གང་དག་རེད་དམ། (111)

ལེན་ཐུག་བ། བཀ་ཤུ་ཞེ་སྲིད་ཀྱི་དུས་སུ་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱུ་རྒྱུ་དྲིས་ལན།
..... (113)

༥༢ བཀ་ཤུའི་དབང་འཛིན་རྣམས་ལ་བཀ་ཤུ་རྒྱངས་ཀྱི་གདུང་རྒྱད་
ཅེས་ཟེར་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་རེད་དམ། (113)

༥༣ བཀ་ཤུ་ཞེ་སྲིད་ཀྱི་སྲིད་དབང་ཐོག་མར་རི་ལྷོར་བཅུགས་པའི་ཚུལ་
མདོར་བསྟུས་ཤིག་ཞོད་ཀྱིས་བཞོད་བྲུབ་བམ། (114)

༥༤ ལྷ་སི་དུ་བྱུང་ཚུབ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བཀ་ཤུ་ཞེ་སྲིད་ཀྱི་སྲིད་དབང་
དངོས་སུ་རྒྱགས་རྒྱུ་ཡོད་ཁམས་སྐྱེ་ལ་ཕན་པའི་མཛད་འཕྲིན་གང་འདྲ་གནང་
ཡོད་དམ། (117)

༥༥ བཀ་ཤུ་ཞེ་སྲིད་ཀྱི་དུས་སུ་དགེ་ལུགས་པའི་དགོན་ཞེ་ཐོག་མར་
བཏབ་པའི་ཚུལ་མདོར་བསྟུས་ཤིག་བཞོད་བྲུབ་བམ། (118)

༥༦ ལྷ་སི་ལོ་རྒྱུས་ཞེ་གཟར་ཆེན་མོའི་ནང་དོན་མདོར་བསྟུས་ཤིག་ག་འདྲ་
རེད། ཞེ་གཟར་དེར་བརྟེན་ནས་བཀ་ཤུའི་སྲིད་དབང་ལ་མཐའ་འབྲས་ཅི་

ཞིག་ཐེབས་པ་རེད་དམ། (120)

༡༧ རྩེ་སྲིད་ཕག་ཐུས་ཐོད་ལ་དབང་མཛད་པའི་རྒྱས་ཐུ་དཔལ་འབྱུར་གོང་རྒྱ་འཕེལ་བའི་ཚུལ་མདོར་བསྟུས་ཤིག་བརྗོད་བྱུང་བམ། (122)

༡༨ རྩེ་སྲིད་ཕག་མོ་ཐུ་པའི་རིང་ཐོད་ཀྱི་རིག་གནས་གོང་འཕེལ་རྒྱ་ཐུན་ཚུལ་མདོར་བསྟུས་ཤིག་ག་འདྲ་ཡིན་ནམ། (125)

༡༩ ཕག་མོ་ཐུ་པའི་རིང་འཇུགས་སྟུན་གྱི་ཚུགས་སུ་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་ཚུལ་མདོར་བསྟུས་ཤིག་ག་འདྲ་རེད་དམ། (130)

༢༠ ཐུབ་ཆེན་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོའི་མཛད་རྗེས་མདོར་བསྟུས་ཤིག་ཁྱོད་ཀྱིས་བརྗོད་བྱུང་བམ། (132)

ཡེ་ལྷ་བྱུག་པ། རྩེ་བ་རིན་ཐུངས་པའི་རྒྱས་ཐུ་བྱུང་བའི་ལ་རྒྱས་རྟོག་གི་རྒྱས་ལན། (135)

༢༡ རྩེ་བ་རིན་ཐུང་ལ་རིན་ཐུངས་པ་ཞེས་པའི་མཚན་འདི་ཐོག་མར་ཆགས་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ། (135)

༢༢ རྩེ་བ་རིན་ཐུངས་པས་ཕག་ཐུ་འི་སྲིད་དབང་འཕྲོག་པའི་བརྒྱུད་རིམ་མདོར་བསྟུས་ཤིག་ཁྱོད་ཀྱིས་བཤད་ཤེས་སམ། (136)

༢༣ རྩེ་བ་རིན་ཐུངས་པ་དང་དགེ་ལྷགས་པའི་བར་མི་མཐུན་པ་བྱུང་བའི་ཚུལ་མདོར་བསྟུས་ཤིག་བརྗོད་བྱུང་བམ། (137)

ཡེ་ལྷ་བྱུག་པ། གཙང་བ་རྩེ་སྲིད་ཀྱི་རྒྱས་ཐུ་བྱུང་བའི་ལ་རྒྱས་རྟོག་གི་རྒྱས་ལན། (141)

༢༤ གཙང་བ་རྩེ་སྲིད་ཀྱིས་ཐོག་མར་སྲིད་དབང་བཅུགས་ཚུལ་གྱི་ལ་རྒྱས་མདོར་བསྟུས་ཤིག་ག་ཚོད་ཡིན་ནམ། ཁྱོད་ཀྱིས་གཙང་བའི་མཛད་ཆེན་ལྟར་གྲགས་པ་འོས་འཚམ་ཞིག་བརྗོད་བྱུང་བམ། (141)

༥༥ གཙང་བ་ཕྱི་སྤྱིད་ཀྱིས་པོད་ཁམས་ཡངས་ལ་དབང་བཞུར་སྤྱབ་
པའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་ལོ་གང་དག་རེད་དམ། (144)

༥༦ གཙང་བ་ཕྱི་སྤྱིད་དང་དགེ་ལུགས་པ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་བྱུང་བའི་
འབབ་ཚད་ཀྱི་སྐོར་མདོར་བསྟུས་ཤིག་བརྗོད་སྤྱབ་བམ། (146)

ལེའུ་བརྒྱད་པ། དགའ་ལྡན་ཚོ་བྱང་གི་དུས་ལྷ་བྱུང་བའི་ཚོ་རྒྱུས་སྐོར་ཀྱི་དྲིས་
ལན། (151)

༥༧ རྒྱལ་དབང་ལྷ་བ་མཚན་གིས་དགའ་ལྡན་ཚོ་བྱང་གི་སྤྱིད་དབང་
དངོས་སུ་འཁུགས་སྤྱབ་པའི་འཕྲུང་ཆེན་གཙོ་ལོ་སྐོར་གང་དག་རེད་དམ།

..... (151)

༥༨ མན་ཆིང་གོང་མ་ཐབས་སྐྱོང་རྒྱལ་པོས་རྒྱལ་དབང་ལྷ་བ་མཚན་ག་
གདན་དྲངས་པའི་རྒྱལ་མདོར་བསྟུས་ཤིག་ཁྱོད་ཀྱིས་བཤད་སྤྱབ་བམ། (154)

༥༩ རྒྱལ་མཚན་ལྷ་བའི་རིང་ཕྱི་སྤྱིད་བསྐོ་བཞག་གནང་བའི་རྒྱལ་
མདོར་བསྟུས་ཤིག་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ། (157)

༦༠ རྒྱལ་མཚན་ལྷ་བ་རིན་པོ་ཆེ་སྐུ་འདས་རྗེས་དེ་གསང་རྒྱ་གནང་བའི་
རྒྱལ་མདོར་བསྟུས་ཤིག་ཁྱོད་ཀྱིས་བརྗོད་སྤྱབ་བམ། དེ་ལྟར་བཞུད་དགོས་
པའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་ལོ་གང་རེད་དམ། (160)

༦༡ ཕྱི་སྤྱིད་སངས་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོ་ནི་མི་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ནམ། ཁོང་
བཞོངས་པའི་རྒྱལ་ཁྱོད་ཀྱིས་མདོར་བསྟུས་ཤིག་བརྗོད་སྤྱབ་བམ། (163)

༦༢ མཚོ་ལྷོན་དུས་འཁྲུག་དུ་གཤམ་པའི་འཕྲུང་ཆེན་དང་ནང་དོན་
མདོར་བསྟུས་ཤིག་རི་འདྲ་རེད་དམ། (167)

༡༩ ཁང་ཆེན་པ་དང་ང་ལུམ་སྤུར་གསུམ་བར་འགལ་བ་འབྱུང་བའི་
ཁྱེན་གཙུག་པོ་ཅི་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱིས་ཁང་ཆེན་ནས་བཞུངས་པའི་རྒྱལ་མདོར་
བསྐྱུས་ཤིག་བཤད་ཤེས་སམ། (169)

༢༠ རྒྱལ་མཆོག་བསྐལ་བཟང་རྒྱ་མཆོས་པོད་ཀྱི་སྲིད་འགན་བཞེས་
རྒྱལ་སྐོར་རགས་བསྐྱུས་ཤིག་ཁྱོད་ཀྱིས་བཏོད་ཐུབ་བམ། (173)

༢༡ ༡༧༥༥ལོ་དང་༡༧༧༧ལོར་གོར་བོད་དམག་འབྲུག་བསྐྱངས་
པའི་ཁྱེན་མདོར་བསྐྱུས་ཤིག་རི་འདྲ་ཡིན་ནམ། (176)

༢༢ རྩལ་སྤྲུལ་ཞིབ་གཞུང་དུ་ཐུགས་པ་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱིས་
དེའི་དོན་སྤྲོད་སྐོར་མདོར་བསྐྱུས་ཤིག་བཤད་ཅུས་སམ། (179)

༢༣ ༡༨༥༥ལོར་གོར་ཁས་བོད་ལ་བཅན་འཛུལ་དམག་འབྲུག་.....
བསྐྱངས་པའི་བྱང་རིམ་མདོར་བསྐྱུས་ཤིག་ཁྱོད་ཀྱིས་བཏོད་ཐུབ་བམ།
..... (180)

༢༤ སིམ་ལའི་གྲོས་ཆོག་སྤྲུལ་གསུམ་པའི་ནང་དོན་མདོར་བསྐྱུས་ཤིག་
རི་ལྟར་ཡིན་ནམ། (182)

༢༥ རྒྱལ་དབང་སྤྲུལ་འཕྲུང་བཅུ་གསུམ་པའི་རིང་བོད་དུ་སྲིད་འཛིན་གྱི་
ཁྱེད་ཐབས་གསར་བ་སྤྲུལ་འཛུགས་བྱས་པའི་སྐོར་མདོར་བསྐྱུས་ཤིག་ཁྱོད་ཀྱིས་
བཏོད་ཅུས་སམ། (186)

༢༦ རྩལ་སྤྲུལ་གཉིས་ཀྱི་བར་འགལ་བ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཁྱེན་སྐོར་རགས་
བསྐྱུས་ཤིག་ཁྱོད་ཀྱིས་བཏོད་ཐུབ་བམ། (190)

༢༧ བྱང་ཁྱེད་ཀྱིས་ལན་བརྒྱ་པའི་ཁ་སྐོར་གཞིགས་བདེ་འབྲུལ་གྱི་ལྷོ་མིག་བཞུགས་
ས། | (193)

མཁུག་ཆོམ་དང་སྤྲུང་བྱང་། (225)