

ཐུགས་རྒྱུ་ལྟོགས་པའི་ཆེན་མོ་།

ཐོད་སྒྲུབ་མི་དམངས་དཔེ་མཉམ་ཁང་།

ཐུ་གར་ཚངས་པའི་ཆབ་རྒྱལ།

ཆོལ་ཁང་བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་ཀྱིས་བརྩམས།

བོད་རྒྱལ་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱན་ཁང་།

责任编辑：次仁顿珠

封面设计：丹郎

西藏音乐史

雪康·索朗达杰著

*

西藏人民出版社出版

西藏新华书店发行

西藏新华印刷厂印刷

开本：850×1168 1/32 印张：4.75 插页： 字数：5.8

1992年6月第一版 1992年6月 第1次印刷

印数：01—1,630

ISBN7—223—00440—/J·21

民文（藏）定价：1.60元

（藏）新登字01号

ཙམ་ཐྱིག་འགན་འཁུན་པ། ཆེ་རིང་རྟོན་ཕྱུག་པ།

པ་ཤོག་མཛེས་འཛེས་པ། བཟུན་ནམ།

ཐུ་གར་ཆངས་པའི་ཆབ་ཐུན།

ཞལ་ཁང་བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་ཀྱིས་བཙམས།

※

བོད་ཚྲངས་མི་དམངས་དཔེ་ཐུན་ཁང་ནས་བཟུན།

བོད་ཚྲངས་ཤིན་ཏུ་དཔེ་ཆེད་ཁང་ནས་བཟུན།

བོད་ཚྲངས་ཤིན་ཏུ་པར་འདེབས་བཙོ་གྲུས་པར་བཏབ།

ཤོག་ཁ་850×1168 1/32 ཡིག་འབྲུ་ཁྱི་5.8

1992ལོའི་ཟླ་6 པར་བར་གཞི་1 པར་ཐེངས་1 བཏབ།

ཨར་གྲངས་01—1.636

ISBN7—223—00440/J·21

ཡིག་རིགས་(བོད་8) རིན་གོང་སྒྲར་1.60

(བོད་ཚྲངས་གསར་དཔེ་ཐུན་གྲུང་ཨར་རྟགས་01)

ཚུམ་པ་པོ་རི་མཆོད།



གྲུང་པོ་གྲུང་ས་ཁུང་མི་རིགས་རིམ་.....
 དབྱུང་ས་མཁས་ཅན་གྱི་ལས་འཛིན་དང་།
 བོད་རྒྱུང་ས་རིམ་མོ་མཁས་ཅན་གྱི་གྲུ་ཞི་
 གཞོན་པ། བོད་རྒྱུང་ས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་གྲུ་
 ཅལ་ཆན་ཁག་གི་དགེ་ཅན་ཆེན་མོ་གཞོན་པ་
 ཞེས་ཁང་བསོད་ནམས་དར་རྒྱས་ལགས་ནི་
 1922ལོར་ལྷ་སར་འབྲུང་ས། བྱིས་པའི་
 ཏུས་ནས་གཞས་ས་དར་བའི་ཡུལ་རྩོམ་.....
 འཕྲུང་ས་རྒྱས་རྒྱུ་ཁོང་ས་གྱི་འཕྲུང་ས་ཕུ་ཞེས་
 ཁང་ཞེས་པར་བཞུགས་ཤིང་། སྐབས་དེ་
 ཅལ་ནས་དམངས་ཁོང་གི་རྒྱ་གར་རིགས་ལ་
 དགའ་ཞེན་དང་ཚུང་འཁྱིས་ཆེ་གཤིས།
 དབྱུང་པོ་བདུན་བརྒྱད་ཐོག་ནས་དམངས་
 ཁོང་གི་གཞས་སལ་ཆེ་བ་བདེ་ལྷག་དང་.....

གཉོང་རྒྱུ་པ་པོ་དྲུང་། དབྱུང་པོ་བཅུ་ཅལ་ལ་ལྷ་སར་ཏར་ཁང་སློབ་གྲྭར་གྱིག་
 རྒྱལ་ས་ཁོང་གི་གྲྭ་ཁོང་གྲྭ་ཁོང་གི་ཕྱག་སྒྲིབ་ལོག་ནང་ས་
 རྩོད་གཞས་དང་། རིམ་མོ་རི་རིགས་ལ་དང་ཞེན་དང་ལྷག་རྒྱུན་བཟང་པོ་དྲུང་
 བས་དབྱུང་པོ་བཅུ་ཏུག་ལ་སློབ་གྲྭ་ཐོན་ནས་ས་གཞུང་ཆིས་ཁང་ཏུ་ལྷགས་པ་
 དང་ཆབས་ཅིག་ནང་མའི་རྒྱུད་ལ་ལྷགས་ནས་བོད་ཀྱི་ནང་མ་རྩོད་གཞས་
 དང་རིམ་ཆའི་རིགས་ལ་རྒྱུང་ས་པ་མཐར་ཐོན་པ་དྲུང་། 1954ལོར་བོད་ཀྱི་
 རྒྱལ་ལམ་ཆོགས་པའི་ཤ་རྩོག་ཆོགས་རྒྱུང་གི་དབྱུང་པོ་མཆོད་ནས་མེས་རྒྱལ་
 བྱང་པར་འབྲུབ་རྩོན་ལྷ་སྐོར་ཏུ་ཕེབས། 1956ལོར་བོད་ཀྱི་རིག་ཅལ་རྒྱ་ཆབ་

[illegible]

དཀར་ ཆག

ཐོད་གངས་ཅན་ཏུ་གཏམ་རྒྱུ་རྣམས་གར་དར་ཚུལ།	(1)
བརྟན་བྱའི་རྣམས་གར་དར་བལྟ་བྱའི་རྣམས་གར།	(8)
རྣམས་གར་གྱི་མཉམ་མེད་ལས་དཔྱད། རྒྱ་བཤད། ཐོད་ལ་དབྱངས་	
གཞུགས་དར་ཚུལ་བཅས་བཤད་པ།	(18)
དབྱངས་གྱི་ངེས་པ་བརྟན་གྱི་བྱེད་ལས་རྒྱག་བཤད་པ།	(27)
དབྱངས་གྱི་ཕྱོད་གསུམ་དང་། རྒྱལ་བ་ཉི་ཤུ་ཙུ་གཅིག ཏ་	
ན་བཞི་བཅུ་ཞེ་དཔྱ་བཅས་བཤད་པ།	(39)
ཐོན་གྱི་རྒྱལ་རབས་ནང་རྣམས་གར་དར་ཚུལ།	(44)
ལྷ་དང་མཁུར་མ།	(49)
མཁུར་ལྷ་མ་དང་།	(57)
མཁུར་ལྷ་བར་དང་།	(62)
མཁུར་ལྷ་མྱི་དང་།	(83)
གཞས་ཆེན།	(101)
ལྷགས་རྒྱུ་དང་བད།	(112)
ཤགས།	(118)
ཐོ་པ་གཞས་མ།	(120)
ལྷ་སའི་ཉོད་གཞས།	(130)
ཁམས་ཁུལ་གྱི་ཐོ་དང་རལ་པ།	(135)
ཆོགས་ལྷ།	(144)

ཐོད་གངས་ཅན་ཏུ་གཏམ་ཆུད་སྒྲིག་གར་དར་ཆུལ།

༡༩། །འཕགས་པའི་ཡུལ་ཏུ་ཡོངས་སུ་གཤམ་པའི་རིག་པའི་གནས་ཆེ་
 བ་ལྟ་དང་། གནས་ཆུང་བ་ལྟ་བཙས་རིག་པའི་གནས་བརྒྱ་ཏ་མ་འདུས་
 པའི་རིག་གནས་ཤིག་མེད་ལ། དེའི་ནང་ནས་མཆོག་དཔལ་པོ་མོ་སྐྱ་ལེར་
 བྱ་བྱིས་ཀྱི་ལ་སྟན་པའི་དགའ་བ་སྟེར་བའི་རིག་གནས་ཡོངས་སུ་གཤམ་
 པ་གཅིག་ནི་སྒྲིག་གར་ཡིན། འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་ཐོག་གི་རིག་གནས་ལ་མ་
 རིག་གཞུང་རྟེན་ཤོས་ཀྱི་གས་ཤིག་ཡིན་པ་སྟེ་རྟ་ར་ཏུ་ལྷ་ནིས་གསུངས་.....
 པར་“སྟན་བསྐལ་པ་བཟང་པོ་རྣམས་ལྡན་ཏུས་ཀྱི་རྟེས་སུ་གསུམ་ལྡན་གྱི་...
 བསྐལ་པ་འགོ་རྒྱལ་ཏུས་ལྟ་རྟེས་ཀྱིས་ལྟ་ཡི་རྒྱལ་པོ་ཆངས་པ་ཆེན་པོ་...
 ལ་འདི་སྐད་ཅས་ཁྱེས་ས། ཀྱི་ལྟ་ཡི་རྒྱལ་པོ་ཆངས་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་ལྡན་
 ཀྱི་བསྐལ་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱ་སྟེ་པོ་དྲ་པག་ཏུ་མེད་པ་ལྷག་བསྐལ་གྱིས་མཛད་...
 བས། དེ་རྟེས་ཀྱི་ཡིད་སྟན་པ་ལེལ་བ་དང་། སྟོན་བ་རྒྱས་པའི་
 ཐབས་ཟབ་མོ་ཞིག་བསྟན་ཏུ་གསོལ་ཞེས་ཁྱེས་པ་དང་། ཆངས་པ་ཆེན་
 པོས། རྟེན་རྟེས་ལྷག་བསྐལ་མ་བྱེད། ངས་སྟེ་པོ་ཀྱན་ལ་སྒྲིག་གར་
 ཀྱི་རིག་བྱེད་བསྟན་ནས་དབྱུགས་དབྱུང་བར་བྱའོ་གསུངས་ཏེ་རིག་བྱེད་.....
 བཞི་ཡོད་པ་ལས། སྟོན་སྟངས་གི་རིག་བྱེད་ནས་གཏམ་ཆུད་དང་། སྟན་
 ཆོག་གི་རིག་བྱེད་ནས་རྟ་དབྱུངས། མཆོད་སྦྱིན་གྱི་རིག་བྱེད་ནས་ལུས་
 རྩ་རྟེན་འཕྱར་བྱེད་སྟངས་དང་གར་གྱི་རོལ་སྟབས། དེས་བརྟེན་གྱི་

རིག་བྱེད་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ལ་ཐུག་པའི་སྐབས་ཀྱི་རིག་བྱེད་ཅེས་.....
 གཏོད་པར་མཛད། དེ་རྗེས་ལྷ་ཆེན་དབང་ཕུག་གིས་ཏཱ་ཏི་ཕྱིས་པའི་
 གར་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་དང་ལྷ་མོ་ལྷ་མས་ལུང་མེད་གྱི་གར་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་.....
 བཅས་གནང་། ལྷ་མོ་ལྷ་མས་ཀྱིས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ལ་ཐུག་པའི་སྐབས་
 བར་མཛད། བཟོ་ཡི་རྒྱལ་པོ་པའི་ཕྱ་གཙམ་རྒྱལ་ཁབ་གར་གྱི་ཕྱི་གས་གསར་བུ་
 བཟུན་པར་མཛད། དེ་ནས་ལྷ་མོ་ལྷ་མས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ལ་ཐུག་པའི་སྐབས་ཀྱི་
 ལྷ་མོ་ལྷ་མས་དག་ལ་མཁུ་ཡིད་རངས་ཀྱི་ཆངས་པ་ཆེན་པོ་ལ་ལེགས་སོ་ལྷས་.....
 སོ།

དེ་རྗེས་ཆངས་པ་ཆེན་པོས་འཛམ་གླིང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་.....
 འདི་དར་བར་བྱེད་དཀོས་དཀོངས་ཀྱི་ལྷ་མོ་ལ་བཅུག་པ་ན། ལྷ་མོ་ལྷ་མས་
 འདི་ཉིད་ལྷ་མོ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆངས་པ་ཆེན་པོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མས་ལ་དབུ་
 དབུང་བའི་ཆེད་རྒྱུ་ཁོང་གི་ཕུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རིག་བྱེད་འདི་ཉིད་གཏད་
 པར་མཛད། དེ་ནས་ལྷ་མོ་ལྷ་མས་ཀྱི་ལྷ་མོ་ལྷ་མས་ཀྱི་ལོ་1000 ལས་མས་
 ལ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དམ་རྒྱུ་ལྷ་མོ་ལྷ་མས་ཀྱི་གཞུང་གསར་བུ་བཅས་ས་
 ཀྱི་ཆངས་པ་ཆེན་པོ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་དར་སྐྱེས་མཛད་པ་ཡིན་ནོ་”
 ཞེས་གསུངས་སོ།

གར་ལྷ་མོ་ལྷ་མས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རིག་བྱེད་ཅེས་པ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་.....
 ཅང་མེད་ཅང་དོན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་འདི་ནི་འཛིག་ཉིན་མོག་ཏེ་
 ཅང་མེད་རྒྱལ་ཁབ་དར་ཡོད་པ་ལ་ཡིད་གཉིས་ཐེ་ཆོས་གང་ཡང་མེད། ཁོང་
 གི་གཏམ་རྒྱུད་དེ་ལ་བཅུག་ཅིང་དབུང་ན། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རིག་པ་འདི་ནི་
 “རིག་བྱེད་གྱི་བཟུན་བཅས་” ལས་རྟེན་པར་ངས་པ་མ་ཟད། རིག་བྱེད་

གྱི་བརྟན་བཅས་འདི་ཡང་རྩ་རྟམ་བཅས་པ་རང་རེད། དེར་གསལ་
 བར། གྱིད་ཐུང་གི་རིག་བྱེད་ནང་གི་གཏམ་བཟོད་པ་དག་ལས་གཞོན་ཅུ་
 མ་ན་མས་གྱིས། རང་ཉིད་དགའ་བའི་སྐྱེས་པ་དག་གི་ཡིད་དབང་འཕྲོག་
 བའི་གར་བྱེད་པ་དང་སྐྱ་ལེན་པ་སོར་གསལ་ལ་སྟན་ཆེག་གི་རིག་བྱེད་ནང་
 ཅུ་སྟན་ཞིང་འཛེབས་པའི་དབྱངས་དང་། བཙོན་སྐྱོན་གྱི་རིག་བྱེད་ནང་
 ཅུ་དབྱངས་དང་མཉམ་ཅུ་གར་བྱེད་པའི་སྐྱར་གསལ་པོར་བཞོད་ཡོད་པ་
 ཡིན་ནོ། དེ་དག་ནི་ད་ལྟོ་ལྗོངས་གར་ཐུང་བའི་གཞི་འམ་གནས་ཡིན་པར་
 རེས། གར་ལྟར་སངས་རྒྱས་རྒྱགས་རྗེ་ཅན་འཇམ་སྒྲིང་ཅུ་མ་བྱོན་གོང་
 ཅུ་འང་རྒྱས་གར་གྱི་རིག་གཞུང་འདི་ཉིད་སྐྱི་ཆོགས་ནང་ཅུ་དར་བྱལ་ཆེན་
 པོ་བྱུང་ཡོད་པར་གྲགས། གར་ལགས་ཤེ་ན། སངས་རྒྱས་འཇིག་རྟེན་
 ཅུ་བྱོན་ནས་ད་པན་མི་ལོ་ཉིས་སྟངས་ལྟ་བུ་ཅམ་འདས་པ་དེར་གཞིར་ན།
 རྩ་རྟམ་ཐུ་ནི་ལོ་རྒྱུད་ལྟ་བུ་འགའི་གོང་རལ་ཅུ་ཡིན་པར་རེས། དེའི་རྗེས་
 སྤྱི་སྤྱོད་དཔོན་ཆེན་པོ་པའི་ནི་ཡིས་ལེགས་སྐྱར་སྤྱི་ཉའི་སྤྱི་བརྟན་
 བཅས་ཆེན་པོ་“སྤྱ་པ་ཉི་ནི་”ཞེས་པ་ཙོམ་ཅུས་རྒྱས་གར་གྱི་སྤྱོད་དཔོན་ཤི་
 ལྷ་ལན་ཞེས་པ་ཞིག་དང་། གྱི་ཤན་ཞེས་པ་གཉིས་ཀྱི་མཆན་ཡང་གསལ་
 པོར་བཞོད་ཡོད་པ་རེད། དེ་དག་ལ་བཀྲག་ཅིང་དབྱད་ན་པའི་ནི་ཞེས་པ་ནི་
 ལོ་རྒྱུད་ལྟ་བུ་བརྟན་བཟུ་ཅམ་གྱི་སྐབས་ལ་ཡིན་པ་དང་། དེ་རྗེས་མཁས་
 པའི་བྱ་མཆོག་ཆེན་པོ་སྤྱོད་དཔོན་རྟ་དབྱངས་(ལོ་རྒྱུད་ལྟ་བུ་མེད་
 ལུ་མ་རྟ་ཅམ་སང་བ་)གྱིས་ལེགས་སྐྱར་སྤྱི་ཉའི་སྤྱོད་ཅུ་རྒྱས་གར་གྱི་སྤྱོད་
 གཏོད་མཛད་པ་དང་། དེ་ནས་བཟུང་ཉེ་ལེགས་སྐྱར་གྱི་སྤྱོད་ནས་རྒྱས་གར་
 རིག་གཞུང་རྒྱ་གར་ཅུ་དར་རྒྱས་རྒྱན་ཆད་མེད་པ་བྱུང་། སྤྱོད་དཔོན་རྟ་

དབྱངས་ཀྱི་མཚན་གཞན་ལ་སློབ་དཔོན་དཔའ་བོ་ཡང་ཁྱ། ཁོང་གིས་
 བཅའ་ས་པར་མཛད་པའི་“སྒྲིག་གར་གྱི་བསྟན་བཅོས་”ཤིང་ཏ་ལའི་ལོ་མའི་
 མཛེས་ལྷན་ཡོད་པ་གཉིས་ཉེ་རབས་ནང་ལ་སྤྱིང་དབུས་ཁྱལ་ནས་ཆེད་ཡོད་
 པ་ལས་གཅིག་ནི་ཤ་རིའི་བྱའི་རབ་བྱེད་ཅས་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལོ་རབ་བྱེད་
 དཟུང་ཡོད་པར་བཤད། དེའི་བརྗོད་བྱ་ནི་སྟོན་པ་ཤུག་འེ་རྒྱལ་པོ་དང་།
 སློབ་མའི་གཙ་བོ་གཉིས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་སྒྲིག་གར་གྱི་ལམ་ནས་སྤེལ་ཡོད་པ་
 ཡིན། ཅིག་ཤོས་ནི་“རྒྱལ་སྤྱིད་སྤྱོད་བ་”ཞེས་པ་དེ་ཡིན། དེ་ནི་ཤ་
 རིའི་བྱའི་རབ་བྱེད་གོང་རུ་བརྗོད་མ་ཐག་པ་ལས་ཏ་ཅང་གི་སྟོན་ཞིང་……
 འཛེབས་པ་དང་། ཁུད་རུ་འཕགས་པ་ཡོད་པར་བཤད་འདུག

དེ་ཡང་རུས་རབས་བརྟན་པའི་ནང་རུ་ཚོས་སྤྱོད་པའི་རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་……
 བཅན་སྐམ་པོས་སྟོན་པོ་ཆེན་པོ་ཐུ་མི་ལམ་སྟོ་ལ་དེ་ཉིད་རྒྱ་གར་ཡུལ་རུ་……
 སྤྱི་ཏའི་སྤྱོད་པར་བཅའ་ས་པ་ལྟར་ཁོང་གིས་གུང་དཀའ་ངལ་ཁུད་རུ་……
 བལད་དེ་སྤྱོད་པའི་སློབ་དཔོན་བཅའ་སྤྱོད་ལེ་ལྷན་གར་དང་། བལ་པའི་
 སློབ་དཔོན་ལྟ་རིག་པའི་ལོང་གི་སྐྱེས་ཆད་ལྟན་གྱི་སློབ་དཔོན་མང་རུ་……
 བཞེན་ནས་ཡིག་རིགས་ལྟ་ཚོགས་པ་བྱས་སྤྱོད་པར་མཛད་ནས་གངས་……
 ཅན་བོད་ཡུལ་རུ་སྤྱོད་ལོག་པེ་བས། བོད་ཀྱི་སྤྱོད་དང་མཐུན་པའི་ཡི་གེ་
 དེ་དག་ལས་ལེན་ཆ་སྤངས་ཏེ་བོད་ཀྱི་ཡི་གེ་གསར་གཏོད་མཛད་པ་དང་།
 སྤྱི་བསྟན་བཅོས་མང་པོ་བཅའ་ས་ཏེ་བོད་ཡུལ་རུ་རིག་གཞུང་གི་སྤྱོད་བ……
 རྒྱས་པར་མཛད། ཡིག་རིགས་དེ་དག་ལ་བཞེན་ནས་སྤྱོད་ཚོག་ཁང་གསུམ་
 སྐྱེས་ལོ་རྒྱ་བ་ན་མས་ཀྱིས་སྤྱི་ཏའི་སྤྱོད་ནས་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་……
 མཐའ་ལས་པ་ཞིག་བོད་སྤྱོད་རུ་བརྒྱུར་ནས་རིག་པའི་གནས་མེ་རྒྱུད་བརྟུ……

ཐུབ་གདལ་རུ་བྱུང་།

རུས་རབས་བཅུ་གཉིས་པའི་ནང་རུ་ས་སྐྱ་བཞི་ཏ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་...
མཚན་(1182)ཀྱིས་སྐྱ་དག་མེ་ལོང་མའི་རྒྱན་འགའ་མཁས་འཇུག་.....
ནང་རུ་བཅུར་བར་མཛད་ནས་དེ་དག་གི་རྣམ་བཤད་ཀྱང་མཛད། དེ་
བཞིན་«རྒྱས་གར་རབ་དགའི་འཇུག་པ་»གསར་ཚུལ་གནང་བ་དེ་ནི་.....
གངས་ཅན་པོད་ཀྱི་མཁས་པས་བཅུ་མས་པའི་རྒྱས་གར་གྱི་བཟུན་བཅས་ཐོག
མ་དེ་ཡིན་པར་ངེས། དེའི་རྒྱན་རུ་པོད་ཀྱི་ཡུལ་རུ་རྒྱས་གར་དང་།
མཛོན་བཙོན། རྒྱ་དག་ཐེབ་རྒྱུར་གྱི་བཟུན་བཅས་ཚགས་ལ་སྐྱེད་པ་
ཅིང་མཁན་དཀོན་པ་ལྟར་སྤང་། གང་ལགས་ཤེ་ན། ས་པའ་གྱིས་མཁས་
འཇུག་གི་སྐྱེར་བྱང་རུ།

སྟིགས་མའི་རུས་ཀྱི་མཁས་ཅན་བསོད་ནམས་རྒྱུང་།

དེ་ཕྱིར་མཁས་པ་སྒྲིབ་པའི་སྐལ་བ་མེད།

བདག་གིས་འབད་ཀྱང་གཞན་གྱིས་འཛིན་པ་ཅུང་།

དེས་ན་གཞན་ལ་པན་པའི་གོ་སྐབས་དགའ།

ཞེས་གསུངས་པས་ཀྱང་གསལ་པོ་རྟོགས་རྒྱུ་ལ། དེ་རྒྱུས་རུས་རབས་
བཅུ་གཉིས་མེ་(1280)པའི་སྤྱད་ཚུལ་ལ་ཤོད་སྟོན་ལོ་རྒྱུ་བ་རྟོ་རྟོ་རྟོ་རྟོ་...
མཚན་དང་། བཞི་ཏ་ལ་ཤིམ་གར་གཉིས་ཀྱིས་སྐྱ་དག་གི་བཟུན་བཅས་མེ
ལོང་མ་དང་རྒྱས་གར་གྱི་བཟུན་བཅས་། རྒྱ་སྐུ་ལྟར་ཉེ་«སྐུ་ཀུན་རུ་དགའ་
པའི་རྒྱས་གར་»དང་ལོ་སྐུ་ལྟར་ཉེ་«འཇིག་རྟེན་ཀུན་རུ་དགའ་པའི་རྒྱས་...
གར་»གཉིས་འདྲོ་མཐོན་ཚུལ་ལ་ཕགས་པས་བསྐུལ་བ་ལྟར་མཐོ་ཏེ་
ཤོད་ནས་པོད་ཤོད་རུ་བཅུར་བར་མཛད། རྐུ་ཀུན་རུ་དགའ་པའི་རྒྱས་

གར་ནི་རྒྱ་གར་རྗེ་པོ་དཔལ་ལྷན་གྱིས་རྒྱས་རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་བཅའ་ས་
པ་ཞིག་ཡིན། སྐབས་དེའི་རྒྱས་ཀྱི་གངས་རའི་རྒྱུ་རྒྱུ་འདིར་གཏམ་
རྒྱུ་འི་རྒྱས་གར་རིག་གཞུང་གང་འཆམ་བུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་མཁས་པ་...
མང་ཆེ་བའི་གསུང་ཚུལ་ཡིན།

དེ་ལྟར་ཡིན་མོད། ཡང་མཁས་པ་ཁག་གཅིག་གི་གསུང་ཚུལ་ལ་
«རྩ་མ་ཁའི་རྟོགས་བརྗོད་»ལྟ་བུའི་གཏམ་རྒྱུ་འི་རྒྱས་གར་དེ་རྩ་ཆད་...
ཅིག་ནས་བོད་ཡིག་ཏུ་བརྒྱུར་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལྟ་ཞེས་གདོང་གཙུག་
ལག་ཁང་ཏུ་དཔེ་ཆ་ཡོད་པེས་གསུང་མཁན་ཡང་འདྲག་ དེ་བཞིན་རྒྱས་
དེ་བ་ཤིག་ནས་ཉེ་ཆར་མཐོང་ཐོས་ཀྱི་རྒྱས་རབས་འདིའི་ལོ་རབས་ཀྱི་མ་...
ཏུ་པའི་ནང་ལ་ཏུན་རྟོང་གཏིར་ཡིག་ལས། རྩ་མ་ཁའི་རྟོགས་བརྗོད་བོད་
ཡིག་ཏུ་བརྒྱུར་མི་འདྲ་བ་ཁག་གཉིས་ཐོན་པ་དེ་དག་སྐབས་དེ་རང་ཏུ་ཕྱི་
རྒྱལ་གྱི་མིས་བརྒྱུས་འབྱེད་མེད་པ་རེད་ཅེས་འཁོད་འདྲག་པས། དེ་ལྟར་
ཡིན་ན་ཏུན་རྟོང་གཏིར་ཡིག་ནི་རྒྱས་རབས་བརྒྱན་པ་ལྟེ་སྤྱོད་བཅན་སྐམ་...
པའི་རྗེས་ཅམ་ནས་ཡིན་པ་ནི་གོང་གསལ་གྱི་རྒྱས་གར་ཁག་གཉིས་ལས་...
ཀྱང་དེ་བས་རྩ་ཆད་ཡིན་པ་རྒྱས་མི་དགོས་སོ། གར་ལྟར་རྩ་མ་ཁའི་རྟོགས་
བརྗོད་འདི་ཡང་རིག་བྱིད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུ་ལས་དར་ཡོང་བ་དང་། ལྟ་ར་
ཏའི་གཞུང་ལ་བརྟེན་ནས་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་མཁར་ཞེས་བྱ་བས་བཅའ་ས་པ་...
ཞིག་ཡིན། གཏམ་རྒྱུ་འདི་འཇམ་བུ་མིང་རྒྱལ་ཁག་སྐུ་ཆེ་བས། ཕྱི་རྒྱལ་
གྱི་ཡི་གེ་དང་རྒྱ་ཡིག་སོགས་ལ་བརྒྱུར་བ་མང་པོ་ཡོད། མཁས་མཆོག་རྟོར་
ཁང་བསོད་ནམས་དཔལ་འབར་གྱིས་གསུངས་དོན། མཁས་དབང་དག་
འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་བྱ་ལེན་མའི་རྒྱས་གར་གྱི་བརྟན་བཅས་དང་། རྩ་

མ་ཁའི་གཏམ་རྒྱུད་བརྒྱུར་བ་གནང་ཡང་བྱ་ཡིན་མའི་ལུ་དང་པོ་དེ་བསྐར་
 ཡོད་པ་ལས་དེ་བྱིངས་ཟིན་ཟིན་ཆང་མ་རིག་གནས་གསར་བཟེའི་སྐབས་
 འཛོར་བ་རེད་གསུངས་འདུག བར་སྒྲོངས་སུ་བོད་ཡིག་ཚོག་བརྒྱུར་
 གཞུང་དངོས་ཀྱི་དཔེ་རྒྱན་མཚོང་རྒྱ་མེད་པ་ལྟར་སྤང་། ཡིན་ནའང་མཁས་
 པ་རིམ་ཕྱོན་གྱི་ངག་རྒྱན་དང་། གཏམ་རྒྱུད་དེ་ལ་སྐུར་བའི་སྟན་ངག་གི་
 ཚཱ་མང་པོ་ཡོད་པས་ལོ་རྒྱུས་པལ་ཆེར་ཆང་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་དོན་ནི་
 དགའ་བྱེད་ཀྱིས་ཤིན་པོའི་རྒྱལ་པོ་བཀུལ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་ཡིན་པས། བར་
 སྐབས་ཟི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་རྒྱན་ཁང་ནས་བར་རྒྱན་བྱས་ཡོད་དོ།

བཏུན་བྱའི་རྒྱལ་གར་དང་བཏུན་བྱའི་རྒྱལ་གར།

གཏམ་རྒྱུད་རྒྱལ་གར་ཞེས་པ་དེར་རིགས་གཉིས་ཡོད་དེ་གཅིག་ལ་……
གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་བཏུན་བྱའི་རྒྱལ་གར་དང་། ཅིག་ཤོས་ལ་བཏུན་བྱའི་རྒྱལ་
གར་ཟེར།

1. བཏུན་བྱའི་རྒྱལ་གར་ཞེས་པ་དེ་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ཚོག་མར
ཡུལ་ཚུགས་སོ་སོར་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་གར་དང་ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་དེ་……
འབྲལ་དུ་རྒྱལ་གར་འབྲལ་ཏུན་བྱེད་པ་སོགས་མེད་པ་དཔེར་ན། ཟུ་
རྒྱལ་ཁག་གི་གཏམ་རྒྱུད་རྒྱལ་གར་ནང་འདྲེན་བྱས་པའམ་ཡང་ན་ནང་ཁྲལ་
རང་ཉིད་ཀྱིས་བཅམས་པ་གང་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཚོག་མར་མི་གཅིག་གིས་
སྐར་བཤད་པ་ལྟར་བྱས་ཏེ་མི་མང་སོས་སྐར་ཉན་པ་དེ་ལ་ཟེར། རང་རེ་
མོད་ལ་ཆ་བཞག་ན་གོང་དུ་བྱས་པའི་རྒྱུད་པེ་མོད་བཟུང་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་……
རྒྱལ་གར་དེ་དག་ཅི་མ་ཟེ། གཙ་པོ་མཛད་བརྒྱུད་པག་བསམ་འཁྲི་ཤིང་
ལ་སོགས་པ་མང་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་གར་དག་ཡིན་ནོ། དེ་བཞིན་རང་སྐྱོངས་སུ་
གཏམ་རྒྱུད་གར་རྩམ་དང་། དམངས་ཁྲིད་དུ་འང་སྐར་གཏམ་མང་པོ་
ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་དཔེ་ཆ་དང་ཡང་ན་དག་སྐྱུན་ལས་བཤད་པ། ཡང་ན་
མང་ག་དང་ཞེས་རིས་ནས་བཤད་པ་སོགས་ཡིན། དེ་ཡང་དེ་སྟེ་རྒྱལ་
ཅེ་རྒྱུད་དང་། རིན་སྐྱོངས་ཁྲིད་ཀྱི་དགོན་སྡེ་རྒྱལ་སྐྱོངས་སྐྱོ་མ་མ་ཉི་བ་
ཞེས་རང་ག་རྒྱུད་དུ་བྱུང་ནས་མོད་རྒྱ་བཞི་པའི་ནང་ལྟ་སར་ཡོང་བ་དང་།

ཁོ་པ་ཆོ་བར་སྐྱོར་གྱི་ནང་དང་། སྤྱིར་སྐྱོར་ལམ་རྒྱུད། བྱིས་ཆང་ས་སའི་
 སྐོ་འབྲམ་སྐགས་ལ་ཐང་ག་བཟམ་ནས། གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་རྫོས་གར་ཤོད་བསྟེ་
 ཡོད། སྤྱིར་བཏང་ཤོད་སྐྱལ་ལྟར་བྱས་ན་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོས་ཨ་ཁྱེ་ལྟ་
 མོ་ཞེས་པ་གསར་གཏོད་མ་གནང་གོང་ཐང་ག་ནས་ཉན་བྱའི་གཏམ་རྒྱུད་...
 རྫོས་གར་དར་བ་ཅམ་མ་གཏོགས་འབྲལ་བྱའི་གཏམ་རྒྱུད་རྫོས་གར་མེད་པ་
 ལྟར་སྤང་། གང་ལགས་ཤེ་ན། ས་སྤྱི་བཞི་ཉའི་«རོལ་མའི་བཟུན་
 བཅོས་»ལས།

དབུས་འཁྱུར་ཆལ་ན་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི།

རྫོས་གར་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་སྦྱོར།

མཐའ་འཁོབ་འདི་ན་དེ་ལྟ་བུ།

བྱེད་པ་ལྟ་ཞོག་ཐོས་པའང་དགོན།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྐབས་དེར་ཐོད་ཏུ་འདྲིན་བྱེད་ལྟལ་ཏུ་སྤྱར་.....
 བའི་རྫོས་གར་ལྟ་བཞག་ རྫོས་གར་གྱི་མིང་ཅམ་ཡང་ན་བས་ཐོས་དཀའ་བ་
 ཡིན་འདུག

2. བཟླ་བྱའི་རྫོས་གར་དེ་ལ་གཟུགས་ཅན་གྱི་རྫོས་གར་ཡང་ཟེར།
 དེའི་གོ་དོན་ནི། མི་སྤྱི་གང་ཞིག་གཟུར་གྱི་རྣམ་པར་བཞོད་པ་ལྟེ་ཆས་ལྷས་
 པའམ་རྣམ་འཁྱུར་སྐགས་དེ་དང་འདྲ་བར་སྟོན་པས་ན་གཟུགས་ཅན་གྱི་...
 རྫོས་གར་ཞེས་བྱའོ། དེ་ཡང་རྫོས་གར་འབྲལ་བུས་རྫོས་གར་གྱི་སྟོད་ལྟ་
 འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཏེ་སྟེ་ཐོ་གཞན་ཏི་རྒྱལ་པོ། བཅུན་མོ། སྐན་གློན་ནས།
 གཞོན་ཏུ་སྐགས་གྱི་རྣམ་འཁྱུར་རམ་ལད་མོ་བྱས་ནས་རང་ཉིད་གོང་གསལ་
 དེ་དག་གི་གཟུགས་སྤྱི་བཞོད་དེ་འབྲལ་དགོས་པ་དེ་ཡིན།

ཐོད་ལ་བརྟུ་བྱའི་རྒྱལ་གར་ལ་ཕྱི་ཕྱ་མོ་དང་ས་ཁུ་དང་རྒྱལ་

ལ་ཕྱི་ཕྱ་མོ་ཞེས་པ་དེ་ཡུལ་ཆེན་མང་སྟོང་རྒྱལ་པོས་གནས་གཏོད་ཀྱི་
མཛེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་བྲག་ལ། ད་རུང་ཁོང་གིས་རྒྱལ་ས་ཐམ་ཁག་མང་
འབྲུགས་པ་གནང་བས། ཐོད་རིགས་མི་དམངས་ཀྱི་ཁྱོད་རུ་སྟན་ཡགས་
ཆེ་ཞིང་མོས་ལྷན་ཆེན་པོ་ལྷ་པོའི་མོ་རྒྱལ་མོག་གི་མི་ཕྱ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་།
གང་དེའི་བཀའ་དྲིན་རྒྱུ་ཐུན་པའི་ཆེད་རུ་ཁྱེད་ཀྱིས་རུད་ས་ཁོར་
མང་སྟོང་རྒྱལ་པོའི་སྐྱ་བརྟན་དེ་བརྟེན་པའམ་ཡང་ན་གནས་ཁང་གསར་
པར་སྤོ་སྐབས་མོག་མར་མང་སྟོང་རྒྱལ་པོའི་སྐྱ་བརྟན་གདན་འདྲེན་པ་
སྟགས་ཐོད་རིགས་མི་དམངས་ཀྱིས་མང་སྟོང་རྒྱལ་པོར་སྟོང་དབུས་ནས་
དགའ་ལྷན་དང་དྲན་ཞེན་ཆེན་པོ་ལྷ་བྲགས་མཆོན་པ་ཡིན།

མང་སྟོང་རྒྱལ་པོའི་འབྲུངས་ལུལ་ནི་གཙང་ལ་སྟོད་གཤམ་ཁུ་བྱང་
པའི་ཆབ་ཞོག་འལ་ར། ལྷ་ཅེ་རིན་ཆེན་སྟོང་ས་(ངམ་མིང་རྫོང་ཁོངས་
མདོ་སྡེ་གང་)ལ་ཞིང་པའི་ཁྱིམ་ཆང་ཞིག་རུ་ཡིན་པ་དང་། ལ་བ་རྫོ་རྩེ་རྒྱལ་
མཆོན་དང་། ལུལ་རྒྱ་གར་ལྷ་མོ་གཉིས་ལ་རྒྱལ་ས་ཡུང་ཕྱི་1361 ལོར་
སྐྱ་བུ་ལས་པ་དང་། མཆོན་ལ་ཁྱོ་བོ་དཔལ་ལྷན་ཞེས་བརྟགས། དཔུང་
གངས་བརྟུ་དང་ཉི་ཤུ་ཅ་ལྷ་བཞུགས་ཉི་ཤིང་མོ་སྐྱལ་ཉི་1485 ལོར་སྐྱ་
གཉིགས་པ་ཡིན། ཁོང་དཔུང་ལོ་རྒྱུད་རྒྱལ་ནས་རྒྱུད་ཡུང་འཛོམས་ལ་
རིག་པ་རྫོ་བས་ཡབ་ལུལ་གཉིས་ཀྱིས་དཔོན་པ་བྱང་སྟོང་ས་སྐྱ་ཆོས་རྒྱུད་
དཔལ་པའི་བྱང་རུ་སྟོག་ཡིག་སྐྱབ་པར་བསྐྱལ་བ་ནས་འགོ་བརྟུགས་ཉི་