

(藏)新登字 02 号

西藏简明通史

(中册)

编 纂 者:恰白·次旦平措 诺昌·吴坚

责任编辑:恰白·次旦平措 诺昌·吴坚

再版印校:巴桑次仁

*

西藏社会科学院 编纂

西藏藏文古籍出版社出版

西藏新华印刷厂印刷

西藏新华书店发行

*

850 毫米×1168 毫米 32 开 印张:22.3125

1989 年 10 月第 1 版 2006 年 10 月第 2 次印刷

ISBN7—80589—069—2/K·2 民文(藏 2)
印数:1—3000 定价:(上、中、下册)75.00 元

བོད་ཀྱི་ཨ་ཁུལ་རབས་རིམ་གཤམ་ཕྱིར་ བར་ཆའི་དཀར་ཆབ།

ས་བཅད་ལྡ་པ། ས་སྐྱ་བའི་དབང་བསྐྱར་བྱས་རབས་

མྟོར། (1)

དང་པ། སྤྱི་ཨའི་བྱས་རབས་བཅུ་གསུམ་པའི་བྱས་.....
འཁོར་བོད་ས་ཁུལ་གྱི་གནས་བབ་དང་། ས་
སྐྱ་པའི་གདུང་རབས་བྱོན་ཚུལ། (1)

གཉིས་པ། ཏྲ་ཁིང་གིར་རྒལ་རྒྱད་ཀྱི་སྒྲོལ་ས་བྱགས་བོད་
བྱ་བྱས་ནས་བོད་ཡོངས་སྤྱར་ཡང་གཅིག་གྱུར་
བྱས་པ། (17)

གསུམ་པ། ཏྲ་རྒལ་བྱ་ཞེ་ཆེན་གྱི་དཔལ་སྐྱེ་བཞི་ཏྲ་
ནང་སར་གདན་དྲངས་པ། (21)

བཞི་པ། རྩེ་ས་པཎ་གྱིས་བོད་ཀྱི་ཆེ་ཁྱེད་ཡོངས་ལ་བསྐྱལ་
བའི་སྤྱིངས་ཡིག་སྐབས་ཀྱི་མྟོར། (25)

ལྡ་པ། ས་སྐྱ་འགྲོ་མགོན་འཕགས་པ་དང་། ཏྲ་སེ་
ཆེན་ཏན་མཇལ་འཇོགས་དང་། བན་དེ་ཤེད་
སྤྱད་ཀྱི་འཇལ་ས་གནང་བ། (34)

- རུག་པ། སེ་ཆེན་ཉན་གྱིས་ཀམ་པ་སྒྲི་རྒྱལ་ནང་རུ་གདན་
 རྒྱུ་པ། (44)
- བརྟན་པ། བོད་ཆོས་ཁ་གསུམ་ཡོན་ཤོང་མའི་མངའ་ཚོགས་
 རྒྱ་གཞིགས་པའི་དྲིལ་བསྐྱགས་པ་དང་། བོད་
 རུ་འཇའ་མོ་བཅུགས་པ། (50)
- བརྟན་པ། འཇའ་ས་མུ་རྟིག་མ་ཁྱུས་བསྐྱེལ་དང་། སྒྲ་མ་
 འཕགས་པ་བོད་རུ་ཐེབས་ནས་ས་སྐྱའི་ལས་ཆན་
 རིམ་པ་གསར་འཛུགས་སོགས་གནང་བ། (58)
- དཔྱ་པ། འགྲོ་མཁོན་འཕགས་པ་ནི་ཡོན་ཤོང་མའི་ཆབ་
 མིན་གྱི་སྒོ་འདྲི་ཡུལ་ཞིག་གྱུར་ཡོན་པ། (68)
- བརྟན་པ། འགྲོ་མཁོན་འཕགས་པ་སྒྲར་ཡང་བོད་རུ་ཐེབས་
 བས་སྐྱ་གསེགས་པ་དང་། བོད་རུ་ཡོན་རབས་
 གྱི་ས་སྐྱར་དམག་དབུང་བསྐྱར་འཛུགས་བྱས་
 པ། (77)
- བརྟན་གཅིག་པ། འགྲོ་མཁོན་ཕྱག་ན་རྟོ་རྩེ་ཡབ་སྐུས་གྱི་སྒོར།
 (84)
- བརྟན་གཉིས་པ། ས་འབྲིའི་དབར་གྱི་འགལ་བ་ཅེ་མོར་སོན་ནས་
 འབྲི་གྱུར་སྒྲིང་ལོག་བྱུང་བ། (86)
- བརྟན་གསུམ་པ། ས་སྐྱ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་བཟང་པོ་དཔལ་གྱི་
 ཡོ་རྒྱས་མདོར་བསྐྱུས། (95)

བརྩ་བཞི་པ། ཡོན་ཤོང་མས་ཐོད་རྩ་ས་མི་རྒྱད་ཅིས་ཐེངས་
གསུམ་བྱས་ཤིང་ནས་ཐོད་ཀྱི་སྲིད་འཛིན་སྒྲིག་
གཞི་གཏན་འཁེབས་བྱས་པ། (98)

བཙེ་ལྷ་པ། སྐབས་དེའི་དབང་འཛིན་ས་སྐུའི་སྒྲ་དཔོན་
ཆེ་ཆུ་ནམས་ཡོན་ཤོང་མའི་ལུང་དང་ཐམ་གས་
བསྐྱོ་བཞག་བྱས་པ། (109)

བརྩ་བྱུག་པ། ཡོན་ཤོང་མའི་དབང་ལུང་གིས་ཐོད་ཀྱི་བྱ་བར་
བཀོད་འདོམས་བྱེད་པའི་ཞིབ་པའི་དཔེ་མཆོན་
འགའ་ཤས། (117)

བརྩ་བརྟན་པ། ས་སྐུ་བའི་དབང་འཛིན་རྩ་རབས་སྒྲ་ཐོད་ཀྱི་
དཔལ་འཕྱར་འཕེལ་བྱས་སྟེ། (127)

བཙེ་བརྟན་པ། ས་སྐུ་བའི་དབང་འཛིན་རྩ་རབས་སྒྲ་ཐོད་ཀྱི་
རིག་གནས་འཕེལ་བྱས་ཆེ་ཅམ་བྱང་པ། (136)

བརྩ་དགུ་པ། ཐོད་ཀྱི་ཚྭ་རིག་འཕེལ་བྱས་ཡོ་རྒྱས་ཐོག་གི་
རྩ་རབས་གསར་འབྱེད་མཁན་ཤིང་ཡོ་རྩོ་
རྩི་རྒྱལ་མཆོན་ཀྱི་ཐུག་རྩིས་མདོ་ཅམ་བརྟུན་
པ། (145)

ཉི་ཤུ་པ། ས་སྐུའི་གཏུང་རྒྱད་ནམས་སྒྲ་བྲང་ཁག་བཞིར་
བྱས་པ་དང་། ས་སྐུ་བས་ཐོད་ལ་དབང་
བརྟུར་མཐུག་འབྲིལ་པ། (153)

ལ་བཅད་བྱུག་པ། བཟ་མུ་བའི་དབང་བཟུང་བྱས་
རབས་སྟོར། (160)

དང་པོ། རྒྱུ་མུ་གཏུང་རྒྱུ་དང་། བཟ་མུ་བཟུང་
རྒྱུ། བཟ་མུ་ཁྱི་དཔོན། བཟ་མུ་མེ་ཁྱི་
བཅས་མུ་སྟོར། (160)

1. རྒྱུ་མུ་གཏུང་རྒྱུ་དང་། བཟ་མུ་བཟུང་
སྟོར། (160)

2. བཟ་མུ་ཁྱི་དཔོན་སྟོར། (165)

3. བཟ་མུ་མེ་ཁྱི་སྟོར། (169)

བཟ་མུ་ཁྱི་སྟོར་རབས་དང་པོ། རྒྱ་སི་བྱང་རྒྱུ་མུ་མཆན་
སྟོར། (169)

1. འབྲུངས་བྱས་དང་། རྒྱ་བ་གཉིས་གནང་བའི་སྟོར།
..... (169)

2. བཟ་མུ་ཁྱི་དཔོན་གནང་བའི་སྟོར། (170)

3. གཡའ་བཟང་པ་དང་། ས་མུ་པའི་རྒྱུ་སྟོར་སྟོར་
ཉིས་བྱང་བའི་སྟོར། (174)

(1) གཡའ་བཟང་པ་འགའ་བའི་སྟོར། (174)

(2) ས་མུ་འགའ་བའི་སྟོར། (177)

4. བཟ་མུ་མེ་ཁྱི་མུ་ཁྱི་དབང་དངོས་མུ་བཅུགས་པ།
..... (180)

- (1) དམག་ས་ནས་ཐོབ་དངོས་དམག་མི་དང་། དམག་
འཁྲིར་བདག་པའི་སྟོར། (195)
- (2) བྲལ་ཆག་བཏང་བའི་སྟོར། (197)
- (3) སྐབས་དེའི་འཇུགས་སྟུན་སྟོར། (199)
- (4) བེམས་བྱགས་སྟོར། (200)
- (5) མི་དོན་གྱི་ཁྱིམ་སྒྲུལ་སྟོར། (202)
- མག་གྱའི་མིང་རབས་གཞིས་པ། ལྷ་མི་བླ་མ་ཆུལ་མཆན་གྱི་
སྟོར། (211)
- མག་གྱའི་མིང་རབས་གཞིས་པ། སྟུན་སྟེ་བྱགས་པ་བྱང་
ཆུབ་སྟོར། (217)
- མག་གྱའི་མིང་རབས་བཞི་པ། རྗེ་མིང་བསོད་ནམས་
བྱགས་པའི་སྟོར། (220)
- མག་གྱའི་མིང་རབས་ལྔ་པ། དབང་བྱགས་པ་རྒྱལ་
མཆན་གྱི་སྟོར། (221)
- མག་གྱའི་མིང་རབས་དྲུག་པ། དབང་བྱགས་པ་འབྱུང་
གནས་གྱི་སྟོར། (226)
- མག་གྱའི་མིང་རབས་བརྒྱུན་པ། དབང་ཁུན་དགའ་ལྷགས་
པའི་སྟོར། (232)
- མག་གྱའི་མིང་རབས་བརྒྱད་པ། དག་གི་དབང་པོའི་
སྐབས། (241)

ཕག་གྱའི་མིང་རབས་དགུ་པ། ངག་དབང་བཟ་གིས་
 བྲགས་པ་ལ་ཚོགས་པའི་སྐབས། (244)

ཕག་གྱ་ཁེ་མིང་གི་མིང་རབས་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཆངས་གྱི་
 གཏུང་རྒྱུད་རེའུ་མིག (259)

གཉིས་པ། མིང་རྒྱལ་རབས་གིས་ཐོད་ས་གནས་གྱི་མིང་
 དབང་ལ་བདག་སྤྱོད་གནང་བའི་སྐྱོར། (262)

1. རྒྱ་མིང་རྒྱལ་རབས་གི་བྱང་ཚུལ་མདོར་བསྟུས་དང་།
 ཐོད་ས་གནས་གྱི་ལས་དོན་ལ་དོ་དམ་གནང་བའི་
 སྐྱོར། (262)

2. ཐོད་གྱི་བླ་མ་ཆེ་ཁག་ལ་རྒྱ་མིང་གོང་མས་འཇའ་ས་
 དང་། ཆེ་ལོ་གནང་བའི་སྐྱོར། (263)

(1) ཀམ་པའི་སྐུ་ཤིང་ལ་རྒྱ་མིང་གོང་མས་འཇའ་ས་དང་།
 ཆེ་ལོ་གནང་བའི་སྐྱོར། (263)

(2) ས་སྐྱའི་བླ་མ་ཁག་ལ་རྒྱ་མིང་གོང་མས་འཇའ་ས་
 དང་། ཆེ་ལོ་གནང་བའི་སྐྱོར། (266)

(3) དགེ་ལུགས་པའི་བླ་མར་རྒྱ་མིང་གོང་མས་འཇའ་
 ས་དང་། ཆེ་ལོ་གནང་བའི་སྐྱོར། (276)

གསུམ་པ། ཕག་གྱའི་དབང་བསྐྱར་སྐབས་ཐོད་གྱི་དཔལ་
 འཕྱོར་དང་། རིག་གནས་ལ་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་
 སྐྱོར། (290)

1. དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་བའི་སྒྲོན།(291)
2. རིག་གནས་དང་། འཇུགས་སྐྱབ་འཕེལ་རྒྱས་སྒྲོན།(294)
 - (1) བརྒྱ་དག་དང་། སྐྱབ་དག་སྒྲོན། (294)
 - (2) བཀའ་བརྒྱན་སྐྱགས་གསུང་རབ་དང་། དེ་དག་གི་ཕྱི་མ་
ཤིང་དཔར་དར་བའི་སྒྲོན། (295)
 - (3) བོད་ཀྱི་སྐྱབ་ཅིས་བྱ་བཞག་ལ་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་བའི་
སྒྲོན། (302)
 - (4) བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དེབ་ཐེར་སྒྲོན། (307)
 - (5) ཆོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའི་སྒྲོན། (307)
 - (6) འཇུགས་སྐྱབ་སྒྲོན། (308)
 - (7) ཟམ་བཟོའི་སྒྲོན། (309)
 - (8) ཤིང་འཇུགས་ནགས་བཟོའི་སྒྲོན། (309)
- བཞི་པ། བག་མོ་གྲུ་པའི་རྒྱས་དར་བའི་དགེ་ལུགས་གྲུབ་
མཐའི་སྒྲོན།(310)
 1. རྩེ་ཙོང་ཁ་པ་སྒོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་གྱི་རྣམ་
ཐར།(310)
 2. འབྲོག་རི་མོ་དགེ་ལུན་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྤིང་གི་ལོ་
རྒྱུས།(343)
 3. རྒྱལ་ཚབ་དར་མ་རིན་ཆེན་གྱི་རྣམ་ཐར། (356)
 4. མཁས་གྲུབ་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་གི་རྣམ་ཐར།(360)

5. འཇམ་དབྱངས་ཚུ་རྩེ་བཟ་ཤིས་དཔལ་ལྷན་གྱི་ནམ་ཐར་
དང་། དཔལ་ལྷན་འབྲས་སྤངས་དཔོན་གྱི་ལོ་རྒྱུ། (372)
 6. བྱམས་ཆེན་ཚུ་རྩེ་བྱུ་ཡེ་ཤིས་གྱི་ནམ་ཐར། (381)
 7. ལེ་ར་ཐེག་ཆེན་སྒྲིང་གི་ལོ་རྒྱུ། (387)
 8. ཐམས་ཅད་མཆོད་པ་དགེ་འདུན་གྱུ་གྱི་ནམ་ཐར། (393)
 9. བཟ་ཤིས་ལྷན་པོ་དཔོན་གྱི་ལོ་རྒྱུ། (400)
 10. རྒྱ་ལའི་བླ་མ་སྐྱུ་ཕྱིར་གཉིས་པ་དགེ་འདུན་གྱི་མཆོད་ནམ་
ཐར། (409)
 11. རྒྱ་ལའི་བླ་མ་སྐྱུ་ཕྱིར་གཉིས་པ་བསོད་ནམས་གྱི་མཆོད་
ནམ་ཐར། (414)
 12. རྒྱ་ལའི་བླ་མ་སྐྱུ་ཕྱིར་བཞི་པ་ཡོན་ཏན་གྱི་མཆོད་ནམ་
ཐར། (426)
- ལྷ་པ། བཟ་ལོ་གྱི་པའི་སྐལ་བྱུང་བ་ཐོད་གྱི་མཁས་གྱུ་བ་གཙོ་
ཆེ་བ་འགའ་ཞིག་གི་ནམ་ཐར་དང་། མཛད་རྩེས་སྒྲིང་།
..... (430)
1. བྱ་ལྷན་རིན་ཆེན་གྱུ་གྱི་ནམ་ཐར། (431)
 2. ཚལ་པ་ཀུན་དགའ་རྩེ་རྩེ་ལོ་རྒྱུ་དང་། ཚལ་པའི་དེབ་
དམར་སྒྲིང་། (440)
 3. གྱུ་བ་ཆེན་ཐར་ལྷོང་རྒྱལ་པོའི་ནམ་ཐར། (445)
 4. འཕྱོགས་ལོ་གཞོན་གྱི་དཔལ་གྱི་ནམ་ཐར་དང་། དེབ་ཐེར་
ལྷན་པོའི་སྒྲིང་། (462)

5. བྱང་བདག་ནམ་རྒྱལ་གྲགས་བཟང་གི་ནམ་ཐར།(468)
6. ལུ་ལུ་ལོ་ཆེན་ཆོས་རྒྱུང་བཟང་པོའི་ནམ་ཐར།(475)
7. བོ་དོང་ཚུགས་ལས་ནམ་རྒྱལ་གྱི་ནམ་ཐར།(484)
8. དབང་པོ་གཙུག་ལག་ཤེང་བའི་ནམ་ཐར་དང་།
 ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་སྟོར།(522)
9. རྒྱ་ར་རྒྱ་ཐའི་ནམ་ཐར།(526)
- ཐུག་པ། རྩེ་པ་རིན་ཐུངས་པའི་ལོ་རྒྱུས།(533)
- བརྟན་པ། གཙང་པ་རྩེ་མིད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས།(542)

ས་བཅད་བརྟན་པ། དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་པའི་དབང་

བཟུང་བྱས་རབས་ཀྱི་སྟོར།(557)

དང་པོ། རྒྱ་ལའི་སླ་མ་སྐུ་ཤེང་ལྷ་པ་སྟོ་བཟང་རྒྱ་

མཆོའི་སྐབས།(557)

1. རྒྱ་ལའི་སླ་མ་སྐུ་ཤེང་ལྷ་པ་དོས་འཛིན་ལྷས་པ་དང་།

ཐོད་ས་གནས་ཀྱི་མིད་དབང་བཞེས་པ།(557)

2. ཆིང་གོང་མ་རྟན་གྱིས་རྒྱ་ལའི་སླ་མར་མཇལ་འཕད་

དང་། འཇལ་ས་གསེར་ཐམ་གནང་པ།(578)

3. རྒྱ་ལའི་སླ་མ་ལྷ་པ་ཆེན་པོའི་མིད་དོན་དང་འབྲེལ་

བའི་མཇུག་པ་འགའ་ཞིག(596)

4. རྩོད་མངའ་རིས་སྒྲིབ་གསུམ་དབང་ཏུ་བསྟུན་པ་
 དང་། རྒྱ་ལའི་སྒྲ་མ་ལུ་པ་ཆེན་པོ་སྟུ་གཤེགས་
 པའི་སྒྲར།(618)

5. གོ་ཤི་ཁང་ཡབ་ཀྱས་དང་། རིམ་བུར་ཕྱི་ཕྱིད་བཅས་
 གྱི་སྒྲར།(634)

6. ཕྱི་ཕྱིད་ལངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚའི་སྒྲར།(639)

གཉིས་པ། རྒྱ་ལའི་སྒྲ་མ་ལུ་ཕྱིར་རྒྱག་པ་ཚངས་དབྱངས་
 རྒྱ་མཚའི་སྐབས།(670)

1. རྒྱ་ལའི་སྒྲ་མ་ལུ་པ་ཆེན་པོའི་ཡང་ཕྱིད་ཏུ་རོས་འཛིན་
 དང་གསེར་སྒྲིབ་མངའ་གསོལ་བྱས་པ།(670)

2. ལྟ་བཟང་ཁང་གིས་ཕྱི་ཕྱིད་བཀྲོངས་པ་དང་། བོད་
 གྱི་དབང་ཆ་བཟུང་བ།(681)

3. ལྟ་བཟང་གི་བྱེད་པ་ལས་རྒྱ་ལའི་སྒྲ་མ་ལུ་ག་པའི་
 མཛད་པ་མཐའ་མའི་སྒྲར།(687)

4. སོག་པོ་རྒྱན་གར་བའི་དམག་དཔུང་བོད་ལ་སྒྲིག་
 འཛུལ་བྱས་པ།(693)

ལ་བཅད་ལྷ་ལ། ལ་སྤྱི་པའི་མཛད་ལ་དབང་
བསྐྱར་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་སྒྲིང་།

དང་པོ། སྤྱི་པའི་རྒྱལ་རབས་བཅུ་གསུམ་པའི་རྒྱལ་
འཛོམ་མཛད་ལ་ཁལ་ཀྱི་གནས་བབ་དང་། ལ་སྤྱི་
པའི་གཏུང་རབས་ཀྱི་ཉ་ཚུལ།

དེ་ཡང་སྐབས་དེའི་སྔ་རྒྱལ་ཀྱི་ཡིག་རིགས་དང་། རྒྱལ་མཉམ་པའི་
ལྷ་མའི་ནམ་ཐར་སོགས་གང་འཕྱར་ནམས་ལ་གཞིགས་ནས་མོག་མར་སྤྱི་...
པའི་རྒྱལ་རབས་བཅུ་གསུམ་པའི་འགོ་རྒྱུགས་སྐབས། བོད་སྐད་ཀྱི་
ཆབ་སྲིད་རྣམས་ཀྱི་གནས་བབ་མདོར་བསྟུས་ཅམ་ཞིག་བརྗོད་ན།
བོད་རྒྱ་བཟུལ་པ་ཀྱི་དར་ཀྱི་རྒྱུ་ལྷ་སངས་རྒྱལ་ཚེས་ལྷགས་ཀྱི་བྱུང་མཐའ་
འདྲ་མིན་ཆེ་ཆུང་མང་པོ་དར་ཞིང་གྱུས་ནས་རང་རང་གི་ཚེས་ལྷགས་རྣམས་
ལྷན་སྟེ་བྱང་ལུན་རྒྱ་བཟུལ་གཏོང་ཆེད་ལྷ་ཆེན་དང་། ལྷ་ཆུང་མང་པོ་
མན་རྒྱན་འགྲན་པ་ལྟར་གང་སར་ཐེབས་ཏེ་བཀའ་ཚུལ་གསུང་བ་དང་། ལྷ་
བཅོན་འདུ་བ། མོ་དཀོན་དང་མོ་དཀོན་ནམ། ཡང་ན་རི་ཁྲོད་དང་སྔ་
ཁང་སོགས་བྱུང་མཐའ་སོ་སོའི་ཚེས་ཀྱི་གནས་གཞི་འཇུགས་པ་སོགས་...
མདོར་ན་ཁལ་ཡངས་ལ་ཚེས་ལྷགས་ཀྱི་བྱེད་སྒྲུབ་འདྲ་མཉམ་ཞིག་སྤར་...
རྒྱ་དར་རྒྱ་བཟུལ་པར་གྱུར། རྒྱུགས་གཞན་ཞིག་ནས་བཤད་ན་དེ་རྒྱལ་རྣམས་
མངའ་རིས་ཀྱི་སྐད་ཁག་ཅིག་བོད་རྒྱུ་བཅོན་པའི་རྒྱལ་རྒྱུད་ཀྱིས་སོ་སོར་

དབང་བསྐྱར་བ་ལྟར། དེ་བྱིངས་དབྱུག་གཙང་མདོ་ཁམས་གང་ལས་
 གཅིག་ལྷར་གྱི་ཁྱིམ་ལྷགས་དང་མྱིད་དབང་གང་ཡང་མེད་ཁར། ལྷར་གྱི་
 བཅན་པོའི་གཏུང་རྒྱད་དང་། ལྷོན་རྒྱད་སྟགས་ལྷེ་དཔོན་རྒྱུད་འབྲིང་
 རྣམས་ཀྱང་རང་རང་གི་རྩྭ་བས་རྒྱས་དང་མང་ཆོགས་ཀྱི་ཚས་པ་ལ་དཔགས་
 པའི་ལྷེ་ཤོག་གས། ལྷོང་ཆོ་རེ་རྒྱུད་ལ་བདག་གཉེར་བྱེད་པ་ཅམ་ལས་རྩ་
 བའི་མྱིད་རྩྭ་བས་ཉམས་རྒྱད་ཏུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། གནས་རྒྱལ་དེ་ལྷ་ལུང་
 འོག་གྲུབ་མཐའ་སོ་སོའི་ལྷ་མ་རྣམས་སྤྱོད་པོན་དང་མཆན་སྟན་བྱུང་ཆེ་རྒྱུད་
 ལ་བརྒྱན་པའི་ལྷེ་དཔོན་དང་། མང་ཆོགས་རྣམས་ནས་དད་བྱས་ཀྱིས་ས་
 ཆ་འབྲུལ་བ་དང་། དཔོན་པ་བཞེང་བ། མཆོད་ཐེབས་སྤྱོད་ས་ཞིང་དང་།
 མི་ཙ། ལྷགས་རིགས། དངོས་རྣམས་སྟགས་རྒྱུར་འབྲུལ་བྱ་བ་མ་ཟད། བ་
 བ་བྱིམ་ཆང་དྲག་འབྲིང་དུས་གསུམ་མང་པོ་རྒྱ་དང་རྒྱ་བྱས་ནས་ས་མི་...
 ལྷགས་ཐོག་སྟགས་ཆ་ཆང་དཔོན་པོའི་ཆོས་གཞིས་དང་། དཔོན་པོའི་
 མཆོད་ཐེབས་ཀྱི་རུ་བར་འབྲུལ་བྱགས་བཅས་བྱེད་པའི་དར་རྒྱལ་ཞིག་.....
 ཆགས་པར་བརྟེན་རིམ་བཞིན་གྲུབ་མཐའ་ཁག་གཅིག་གི་གདན་ས་གཙང་པོ་
 རྣམས་ས་ཞིང་དང་། ལྷགས་རིགས། ཞིང་འགྲོག་མི་མེར་སྟགས་ཐོན་
 རྒྱེད་རྒྱ་ཆས་ཀྱི་བདག་པོ་ཆེན་པོར་གྱུར་ཅིང་། དཔོན་ལྷའི་དཔལ་འབྱོར་
 ཀྱི་མང་གཞི་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བ་དང་བརྒྱན་ནས་དཔོན་བདག་ལྷ་ཆེན་དེ་
 རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་མཆོད་དམ། སྤྱོད་ཆོ་དཔོན་པོ། ཡང་ན་ལྷག་མཆོད་སྟགས་
 བོར་མྱིད་ཀྱི་བདག་གཉེར་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལྱང་ལག་དང་ལྷོ་གནས་.....
 སྟགས་མེད་པའི་རང་རྒྱུད་གི་དཔོན་པོ་ཆེན་པོར་གྱུར་པ་དང་། དེའི་འོག་
 ཏུ་གཞིས་གཉེར་རམ་ཤེ་དཔོན། རྒྱུད་ཡིག གཉེར་པ་ཟེར་བ་སྟགས་ཀྱི་

དཔོན་རྒྱུ་ཡང་ཇི་མང་ཏུ་སྐྱོན་ཞིང་། དེའི་ནང་ནས་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ནི་
 དགོན་མེད་ལས་ལྷོ་འཛིན་པའི་གྲུ་པ་ཡིན་པ་མ་ཟད། ད་ཏུང་ཆེ་ཁག་དེ་
 ཆོར་རིམ་བཞིན་མིན་འཕྱར་འཛིན་སྐྱོང་གི་དགོས་མཁོར་གཞིགས་ཏེ་རང་
 བཅུགས་ཀྱི་ཁྲིམས་ར་དང་སྐོན་སྐྱོད་དང་ཁ་མ་བུལ་བའི་བཟའ་དམག་གི་
 དཔུང་མེ་ཡང་ཡོད་པ་སོགས་མདོར་ན་ཁྲ་དཔོན་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་མིན་གྱི་
 ཆོན་ཁག་ལྟ་བུ་འགའ་ཞིག་ཆགས་པ་ཡིན། དེ་དག་ཕན་ཚུན་དཔར་ས་
 སའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་ས་ཅ་ཚུ་རིས་དང་། མི་ཅ་མི་བྱངས། གྲུ་བ་
 མཐའི་རྩྭགས་རིས་དང་། དགོར་ས་དགེ་བྱངས་སོགས་སྟོག་འཛིང་ཆེ་
 བའི་ཁེ་གྲགས་ཀྱི་འགལ་བའི་དོན་ཏུ་ཆེ་མིན་རྒྱུ་མན་གྱི་འབྲུགས་འཛིང་
 ཡང་མང་པོ་བྱུག་གི་ཡོད། རྟེན་གཟར་གྱི་ཡོ་ལང་རེ་བྱུང་སྐབས་སྟོབས་
 ཞན་ཉམས་རྒྱད་རྣམས་ཕར་བྱུར་རྒྱར་བྱུར་རམ། ཡང་ན་འབྲེལ་ཆེས་རྒྱུང་
 རྩས་ཀྱི་དཔེ་བཞིན་གང་ལྟར་མཐར་བྱུག་སྟོབས་བྱུགས་ཆེ་ཁག་དེ་ཆོས་
 རྒྱུར་མིན་ཏུ་གཏོང་བ་སོགས་དེ་དག་ནི་མདོ་སེལ་བུའི་ཐུང་ཆར་བྱུང་བའི་
 གྱི་ཡོངས་ཀྱི་རྩྭགས་བཟུས་གནས་རྒྱལ་རགས་པ་ཅམ་ཡིན་ལ། ཏུས་
 མཚུངས་གཤམ་གསལ་གྱི་ཆབ་མིན་སྟོབས་བྱུགས་རྩྭགས་ཁག་རྣམས་རི་ལྟར་
 བྱས་ནས་ཆགས་པའི་སྤྱིར་བཏང་གི་བྱུང་རྒྱལ་བརྗོད་པ་ཅམ་ཡང་ལགས་
 མིང་། མོན་གྱུང་ཞིབ་བྲའི་གནས་རྒྱལ་ཐད་རང་རང་ལ་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་
 པར་འགའ་ཞིག་གྱུར་ཡོང་རྒྱ་ནི་སྟོས་མ་དགོས་པ་ལོས་ཡིན། གང་ལྟར་
 གཅིག་གྱུར་གྱི་མིན་དབང་དང་ཁྲིམས་སྒྲུལ་སོགས་མེད་པར་བརྟེན་སྤྱི་ཆོགས་
 རྒྱལ་པོར་ཡམ་ཡམ་ཆེ་བ་མ་ཟད། བདེ་འཇགས་བརྟན་ཉིད་གི་འགན་
 གུང་ཅི་ཡང་མེད་པར་བརྟེན་སྤྱི་རྒྱ་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་རྒྱ་ཆེའི་ངལ་རྩལ་

མང་ཚོགས་ལ་ཆ་མཚན་ན་མཚམས་ཚད་མེད་པའི་བྲལ་ལུ་དང་། བཅ་
འོང་ཆ་མེད་ཀྱི་འབྲོག་བཅའ་། རྩེ་གསོད་སོགས་ཀྱི་ཕྱག་བཟུལ་རྒྱ་མི་
འཆད་པ་ཞིག་མྱོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད།

དེ་ལྟ་བུའི་འཕེལ་རིམ་བརྒྱད་ཀྱི་ཁོའི་རྩལ་རབས་བརྒྱ་གསུམ་པའི་……
རྩལ་འགོར་སྒྲིབ་རྩལ། བོད་དབུས་གཙང་གི་ཁྲལ་འདིར་ཆོས་ལུགས་བྱལ་
མཐའ་མ་ཟླ་མའི་སྟོན་གྲགས་དང་། དགོན་མ་ལག་གི་ཁྱབ་ཁོངས། དེ་
དང་འབྲེལ་བའི་ཆོས་འབངས་མི་མེར་དང་། ས་ཞིང་། འབྲོག་ལས་རུ་བ་
སོགས་མི་ད་ཚོ་གས་ཀྱི་སྟོབས་འབྱོར་ཆེ་ཤོས་ནི་འབྲི་བྱུང་པ་དང་། ས་རྒྱ་
བ། བག་མོ་བྱ་བ། ཆལ་བ། གཡའ་བཟང་བ། རྟག་ལུང་པ་སོགས་
ཁག་ཅིག་ཐོན་ཅིང་། དེ་དག་གིས་དབུས་གཙང་ཁྲལ་རུ་ཁྱབ་ཁོངས་རྩེ་
རྒྱ་ཆེ་བ་དེ་སོ་སོས་བརྒྱད་ཡོད་པས་མ་ཆད། མདོ་སྟོད་མཐོང་དང་། རྩ་
མོན། རྩེད་མངའ་རིས་ཀྱི་ས་ཁྲལ་སོགས་གང་སར་ཡང་དགོན་ལག་དང་……
འབྲེལ་བའི་མེ་མང་པོ་བརྒྱད་ཡོད། འོན་ཀྱང་བོད་ཡོངས་གཅིག་ལྟར་བརྩ་
བྱལ་བའི་སྟོབས་ལུགས་ནི་མེ་ཁག་དེ་དག་ལྟ་ལའང་ཆ་བ་ནས་མ་མཆིས།
དེ་མིན་བཀའ་གདམས་པ་ནི་དགོན་གནས་དང་དགེ་འདུན་གྱི་གྲངས་……
འཛེར་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་གྲས་ཡིན་ཅིང་། རྩ་བོ་རྩེ་དང་འབྲོམ་སྟོན་ཡལ་གྲས་
ནས་བརྒྱད་པའི་བྱལ་མཐའ་དེ་རང་གི་བཞེད་སྟལ་རྒྱ་ཆགས་ལ་བརྟེན་……
ནས་བཀའ་གདམས་པར་མི་ད་ཚོ་གས་ཀྱི་སྟོབས་འབྱོར་གཅིག་བརྒྱུས་ཆེ་བ་……
ཞིག་ནི་མ་ཟུང་བར་མདོན། རྩལ་མཚུངས་ཀྱི་བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི་སྐབས་
དེར་ཆོས་ཚོགས་ཀྱི་སྟོན་གྲགས་ཐོན་པ་ཅུ་མ་ལས་མི་ད་ཚོ་སྟོབས་ལུགས་ཤིག་
ད་རྩེད་ཆགས་བྱལ་མེད། གཞན་ཡང་བསམ་ཡས་བཅད་པོ་ལྟར་མགོན་