

དབུ་མེད་ཀྱི་གཟུགས་ལ་འཕྲག་བའི་ཚོ།

ལ་མོ་བ་བསྟན་འཛིན་འགྱུར་མེད་ཀྱིས་བཅམས།

ཐོད་ཚྱེངས་མི་དམངས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།

图书在版编目(CIP)数据

藏文书写理论与实践/拉模瓦·旦增晋美编著. —拉萨:
西藏人民出版社, 2001(2008.5 重印)

ISBN978-7-223-01389-5

I. 藏… II. 拉… III. 藏语-书写规则 IV. H214.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 010957 号

藏文书写理论与实践

编 著	拉模瓦·旦增晋美
责任编辑	顿珠平措
版面设计	丹 朗
出版发行	西藏人民出版社(拉萨市林廓北路 20 号)
印 刷	成都蜀通印务有限责任公司
开 本	787×1092 1/16
印 张	6.25
字 数	50 千
版 次	2001 年 11 月第 1 版
印 次	2008 年 5 月第 2 次印刷
印 数	5,001-11,000
书 号	ISBN978-7-223-01389-5
定 价	10.00 元

版权所有 翻印必究

དབུ་མེད་ཀྱི་གཞུགས་ལ་འཁྱག་པའི་སྒྲོ་

ཚུལ་ཞུག་པ།	ལ་མོ་བ་བསྟན་འཛིན་འཕྱར་མེད།
ཚུལ་ཞུག་འགན་འཁུར་པ།	དོན་གྲུབ་ཕུན་ཚོགས།
ཕ་རྟན་ཤོག་འཆར་འགོད་པ།	བསྟན་ཅན།
དཔེ་ཕྱན་འབྲེམས་ཞུལ་ཆན་པ།	པོད་རྫོང་ས་མི་དམངས་དཔེ་ཕྱན་ཁང་། (ཉི་མ་གླིང་སྒོར་བྱང་ལམ་སྒོ་ཨང་20)
པར་འདེབས་ཆན་པ།	ཁྲིང་རྩ་རྩ་བྱང་པར་འདེབས་ ཆད་ཡོད་འགན་འཁུར་གྱིང་སི།
དེབ་ཆད།	787 × 1092 1/16
པར་ཤོག	6.25
ཡིག་ཤར་ས།	ཁྲི5
པར་གཞི།	2001ལོའི་ཟླ་11པར་པར་གཞི་1བསྒྲིགས།
པར་ཐངས།	2008ལོའི་ཟླ་5པར་པར་ཐངས་2པ་བཏབ།
པར་ཤར་ས།	5,001 – 11,000
དཔེ་དྲེབ་ཨང་རྟགས།	ISBN978 – 7 – 223 – 01389 – 5
ཕིན་ཤོར་སྒྲོར།	10.00

པར་གཞི་སྒྲིལ་བཤད་ཡིན་པས་འདྲ་བཅོས་པར་འདེབས་མི་ཚོག

འགོ་བརྒྱུད།

སྤྱི་ཞབས་མཁམས་དབང་དགེ་ཆེན་ཆོན་མོ་བཟུང་འཛིན་འགྱུར་མེད་ལགས་མཆོག་ནས་ཚཱ་སྤྱི་གནང་བའི་བོད་ཡིག་གི་ཡིག་གཟུགས་སློབ་དེབ་འདིར་མགོ་
མཐུག་ཆང་བར་ཞིབ་བཟུས་ཞུས་པའི་བསམ་འཆར་ཅུང་ཟད་དང་རེ་འདུན་བཅས་ཞུ་རྒྱུ་།

རང་རེའི་བོད་ཡིག་འདི་ཉིད་ལ་སྤྱི་སྤྱོད་གྱི་ཡིག་འབྲེལ་ཆོས་ཆང་བ་སོགས་དགེ་མཚན་ཆེན་པོ་བདུན་ཡོད་པའི་ཐོག་ ཡིག་གཟུགས་དབུ་ཅན་དང་དབུ་མེད་
ཁག་གཉིས་སོ་སོར་སློབ་སྦྱང་གི་གོ་རིམ་ངེས་ཅན་ཡོད་པ་དང་། དམའ་རིམ་ནས་མཐོ་རིམ་དུ་བསྐྱོད་པའི་འཆར་གཞི་ཡོད་པ། གཏན་ཁེལ་བའི་སྤྱང་ས་འབྲས་ཀྱི་
ཆད་གཞི་ཡོད་པ་མ་ཟད། སློན་དུས་སློབ་ལྷན་གི་ནང་ལག་ལེན་དངོས་སུ་བཟུང་བའི་ཉམས་སྦྱང་སྤྱན་སྤྲུམ་ཆོག་སའོ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། དེ་སློབ་ཡིག་
ཐོག་ཏུ་འཁོད་པའི་ཡིག་ཆ་ཐོར་བུ་འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་ནམས་ཆ་ཆང་བའི་ཚུགས་བསྐྱེགས་གནང་མཁན་མ་བྱུང་སྟབས། བོད་ཡིག་གི་ཡིག་གཟུགས་སློབ་སྦྱང་རི་
ལྟར་བྱ་ཚུལ་ཆོན་རིག་དང་མཐུན་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མེད་པའི་ངོས་འཛིན་གནང་མཁན་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་རྒྱན་སྒྲོལ་བོད་ཡིག་
གི་ཡིག་གཟུགས་སློབ་སྦྱང་བྱེད་སྤྱང་ས་ཁག་ལ་རྒྱན་འཛིན་དང་དུས་སྐབས་དང་འཆམས་པའི་རྒྱས་བསྐྱེད་ལེགས་བཅོས་གང་དགོས་ཀྱི་ནམ་དབྱེ་མེད་པར་སློན་སྒྲོལ་
གང་ཡོད་ཆ་ཆང་ལག་བཟུང་བྱ་དགོས་པའི་དགོངས་ཚུལ་འཛིན་མཁན་ཡོད་པ་བཅས་རྒྱ་ཁྱེན་སྤྲུལ་ཆོག་སའོ་ཡོད་པ་བཟུང་སྤྱོད་པ་བོད་ཡིག་གི་ཡིག་གཟུགས་སློབ་
སྦྱང་བྱེད་རྒྱའི་སེམས་ཤུགས་དང་གལ་ཆེའི་བོད་ཡིག་གི་སློབ་ཆོན་གཞན་དག་སློབ་སྦྱང་གི་དུས་ཆེད་ལ་ཡང་ཤུགས་རྒྱུན་དན་པ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་བཅས་ལ་བརྟེན།
དུས་སྐབས་དང་འཆམས་པའི་བོད་ཡིག་གི་ཡིག་གཟུགས་སློབ་སྦྱང་ལ་མཁོ་བའི་སློབ་དེབ་ཞིག་ཁ་ཆད་གོས་གཏུགས་ཀྱི་གནས་སུ་སྤྱོད་པ། སློབ་དེབ་ཚུགས་སྤྱི་ག་
མཛད་པ་པོ་དགེ་ཆེན་བཟུང་འཛིན་འགྱུར་མེད་མཆོག་གིས་ཡིག་གཟུགས་སློབ་དེབ་སློན་ཡོད་ཁག་གི་གལ་ཆེའི་ལེགས་ཆ་ནམས་རྒྱན་འཛིན་ཐོག་དེར་སྐབས་ཀྱི་གནས་
ཚུལ་དངོས་དང་མ་འཆམས་པའི་རིགས་བསྐྱེད་ལེགས་བཅོས། ཡིག་ཐོག་ཏུ་མ་འཁོད་པའི་ཉམས་སྦྱང་བཟང་པོ་ནམས་སྐབས་དང་བཟུན་ནས་ཁ་སྐོང་མཛད་

དེ། སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ཚད་ལྡན་སློབ་དེབ་ཀྱི་སྒྱུར་བྱ་དང་མཐུན་པར་གཞི་འཛིན་སའི་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་། ལག་ལེན་གསལ་པོར་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་དཔེ།
 སློབ་སྒྱུར་གི་རིམ་པ་སོ་སོའི་དགོས་པ་དང་རྒྱ་མཚན། གཏན་ཁེལ་བའི་སྒྱུར་སྐབས་ཀྱི་ཚད་གཞི་བཅས་འབྲེལ་བཤད་ཁ་གསལ་ཞིང་། ཆོག་དོན་རྒྱས་བསྟུས་
 འཚམས་པ། གཙོ་གནད་མངོན་གསལ་དོད་པ། སློ་སློའ་བྱེད་པའི་དྲི་ཆོག་གནད་ལ་འཁེལ་བ་བཅས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་མང་པོ་འདུག་པས། སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ནང་
 དངོས་སྒྱུད་སློབ་དེབ་ཚད་ལྡན་ཞིག་ཏུ་གདེང་འཛིན་བྱེད་ཆོག་པའི་སློབ་དེབ་འདི་འདྲ་ཆེད་ཚོམ་གནང་ཐེངས་དང་པོ་ཡིན་པར་བརྟེན། ཚོམ་པ་པོ་མཆོག་ལ་སློ་
 སེམས་ཆེན་པོས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་བྱུ་རྒྱ་མ་ཟད། འབྲེལ་ཡོད་དཔེ་སྟུན་ཁང་ནས་གང་མཉེགས་འབྲེམས་སྟེལ་གནང་ཐབས་ཡོང་བའི་རེ་འདུན་ཡང་བྱ་རྒྱ་བཅས།

བོད་རྒྱུངས་སློབ་ཆེའི་དགེ་ཆན་ཆེན་མོ་བ། ཏུང་དཀར་སློབ་ཐབས་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་ཕུལ།

གསལ་བཤད།

[illegible]

སྐྱེས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན།

《དབུ་མེད་ཀྱི་གཞུགས་ལ་འབྱུག་པའི་སྒྲོ་ཞེས་པའི་དེབ་འདིར་བཞོད་པའི་སྤྱད་བྱའི་ཤེས་བྱ་དག་སྟོ་གསར་ནམས་ཀྱིས་སྦྱོར་སྒྲ་བའི་སྤྱད་དུ་ལེ་ཚན་བཅུ་གསུམ་དུ་བསྟུས་ཡོད། དེབ་འདི་དག་ཅན་གྱིས་སྟོབ་བྲིད་གནང་བའམ་ཡང་ན་རང་སྦྱོར་གནང་མཁན་ཚོས་སྤངས་འཛིན་གནང་སྟེ་གསལ་བདེ་ཚོམ་འབྲི་བའི་བསམ་འཆར་ནི་སྤྱད་བྱའི་ལེ་ཚན་བཅུ་གསུམ་གྱི་ནང་ཚན་དུ་ག་པ་དང་། བདུན་པ། དགུ་པ། བཅུ་པ། བཅུ་གཅིག་པ་བཅས་ལྟ་པོ་དེ་གཙོ་གནད་ཡིན། ཞོང་གསལ་སྤྱད་བྱ་དེར་བོད་ཡིག་དབུ་མེད་ཀྱི་ཡི་གེའི་གཞུགས་སྦྱོར་སྐབས་ཆེས་ཚད་ལྡན་པའི་ཤེས་བྱ་དབུངས་དང་གསལ་བྱེད་འབྲི་ལུགས་འབྲི་སྤངས་དང་། སྤྱད་འདོགས་ཀྱི་གཞུགས་འབྲི་ལུགས་འབྲི་སྤངས་དང་། བཅོམས་པ་ཅན་གྱི་ཡི་གེའི་གཞུགས་འབྲི་ལུགས་འབྲི་སྤངས་བཅས་ཡིན་པས་ཞོང་གསལ་གྱི་ཡི་གེའི་གཞུགས་ལ་སྤྱད་པ་ཐོན་ན། སྤྱད་ཡང་སྦྱོར་རྒྱུ་ལུས་པའི་ཡི་གེའི་གཞུགས་སྟག་མེད་ཅེས་བཤད་ཚོག་པར་བརྟེན་བོད་ཡིག་དབུ་མེད་ཀྱི་ཡིག་གཞུགས་སྤྱད་ས་འབྲས་དུས་ཚོད་ལྷན་རིང་མི་དགོས་པར་དོན་ཕྲིན་ཡོང་སྤྱད་དུ་གཙོ་གནད་དང་དཀའ་གནད་འབྱུང་ཐོན་ངང་སྟོབ་མར་སྦྱོར་བཟར་སྦྱོར་དགོས་པ་དང་། སྦྱོར་ཐབས་ཀྱང་རྒྱག་པ་ལེབ་རྩང་མ་ཡིན་པར་རིགས་བསྟེ་བའི་ཐབས་ལམ་ནས་དུས་ཚོད་གང་སྤྱད་གི་ནང་ཚུད་དུ་སྤྱད་ས་འབྲས་གཤུར་དུ་བ་བ་འཐོབ་རྒྱུ་རྟོན།

དཀར་ཆག

དང་པོ། ཡིག་གཞུག་སྒྱུར་བའི་དགོས་པ།	(1)
གཉིས་པ། བོད་ཡིག་འབྲུང་རིམ།	(4)
གསུམ་པ། ཡིག་ཆས་དང་སྒྲིག་ཁ་བཞེས་སྤངས།	(8)
བཞི་པ། ཐིག་ཚད་དང་། སྒྲ་གུ་འཛིན་སྤངས། རྫོད་སྤངས།	(12)
ལྔ་པ། དམིགས་བསམ་ཁྱད་ཚོས།	(16)
དྲུག་པ། གསལ་བྱེད་སྒྲུལ་ཏུ།	(22)
བདུན་པ། དཀར་གནད་འབྲུང་བོན་དགོས།	(29)
བརྒྱད་པ། རོག་པ་དང་མཐུག་པོའི་ཡིག།	(37)
དགུ་པ། གསལ་བྱེད་ལ་དབྱངས་སྒྱུར་སྤངས།	(42)
བཅུ་པ། རྫོས་སྤྲུལ།	(49)
བཅུ་གཅིག་པ། རྫོགས་རིང་།	(60)
བཅུ་གཉིས་པ། རྫོགས་བྱང་དང་རྫོགས་རྒྱུང་།	(71)
བཅུ་གསུམ་པ། རྫོགས་མ་འབྲུག་དང་འབྲུག།	(78)

དང་པོ། ཡིག་གཟུགས་སྒྲིང་བའི་དགོས་པ།

རང་ཅག་བོད་མི་རིགས་ལ་སྔོན་ཕྱོད་བཀའ་ངེན་གྱི་བདག་ཉིད་རྣམས་ཀྱིས་མཛད་པའི་བོད་ཡིག་དབྱེ་མེད་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཟང་པོ་བཞག་པ་རྣམས་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་དགོས་ན་བོད་ཡིག་གི་ལས་དོན་ལ་འཇུག་པའི་སྐྱེ་བོ་མཐའ་དག་དང་ཡང་སྒྲིབ་སྤྱོད་བོད་ཡིག་སྒྲིབ་ཁྱིད་ཀྱི་ལས་དང་པོར་ཞུགས་པའི་དགེ་ཆ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་འོས་འགན་སྒྲུར་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་བབས་ཡོད། སྒྲིབ་མས་བཞེན་སའི་དགེ་ཆ་གྱི་དབྱེ་མེད་ཡིག་གཟུགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་མིན་ནི་སྔོན་ཕྱོད་མཁས་དབང་རྣམས་ཀྱིས་རང་མི་རིགས་ལ་བཞག་པའི་དོན་བྱ་དེ་མི་རབས་རྗེས་མ་རྣམས་ལ་བརྒྱུད་སྒྲིབ་བྱེད་ཐུབ་དང་མི་སྐབས་ཀྱི་དོན་ཆེན་ཞིག་ཡིན། གལ་ཏེ་དོན་ཆེན་དེ་རྩོམ་སྟོད་གཡེང་དུ་ཤོར་ན་བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེར་བཤད་པ་ལྟར་གཡམ་ཆད་གཅིག་གིས་གཡམ་ཆད་བརྒྱ་བཅོ་ཉེན་ཆེ། ད་ལྟའི་གཞོན་སྐྱེད་རྣམས་ལ་ཡིག་གཟུགས་ཀྱི་ལག་རྒྱ་ཅི་འདྲ་ཞིག་འཇགས་མིན་ནི་སྤྱིར་ན་སྒྲིབ་རྒྱུ་དུས་ཀྱི་བོད་ཡིག་དགེ་ཆ་གྱི་ཡིག་གཟུགས་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད། ཡིག་གཟུགས་ཡག་པོ་ཡང་བའི་ཆར་གཞི་ནི་སྒྲིབ་ཀྱི་ཐོག་མར་འགྲིམ་པའི་དུས་ནས་འཇུགས་དགོས་པ་ཡིན། དེར་སྐབས་སྒྲིབ་འབྲིང་འགྲིམ་སྒྲིང་བའི་གཞོན་སྐྱེད་མི་ཉུང་བ་དང་། ཐ་ན་སྒྲིབ་ཀྱི་ཆེ་ཁག་འགྲིམ་སྒྲིང་བའི་གཞོན་ཅུ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་བྲིས་པའི་བོད་ཡིག་དབྱེ་མེད་ནི་བོད་ཡིག་འབྲི་བའི་གཞུང་ལྷན་པ་དང་མི་མཐུན་པ་མ་ཟད། ཐ་ན་བྲིས་པའི་ཡིག་ཁ་ཅིག་མི་གཞན་གྱིས་སྒྲིག་མི་བདེ་བའམ་སྒྲིག་ཐབས་ཀྱང་བྲལ་བའི་རིགས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད། ཡ་ལག་ཤ་བཞུན་དར་ལྟ་རམ་པས།

མང་དུ་ཐོས་ཀྱང་འཆད་ལ་མི་མཁས་ན།

སྒྲིབ་ཀྱིས་དབྱེ་མེད་སྒྲིབ་པ་མཁས་པ་བཞིན།

ཚོད་ལ་མཁས་ཀྱང་སྤྱད་བྲིས་མི་འཕྱོར་ན།

དཔའ་རྩལ་ཆེ་བའི་དཔའ་པོ་ལག་རྒྱུ་འདྲ། ཞེས་གསུངས་ཡོད།

གོང་གསལ་ལྟར་རིམ་པ་དེ་ལྟར་བརྒྱུད་དེ་དབུ་མེད་ཀྱི་ཡིག་གཟུགས་སྤྲངས་པ་ཡིན་ན་དེ་ལ་དགེ་མཚན་མངོན་གསལ་ཆེ་བ་གཉིས་ཡོད། རིམ་པ་དེ་ལྟར་བརྒྱུད་ན་
 སྤྲང་བྱའི་ཡིག་གཟུགས་ཀྱི་གཙོ་གནད་དང་དཀའ་གནད་གསལ་པོ་ཡོད་པ་དཔེར་ན། ཀ་ཁའི་སྐབས་སུ་གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུ་ཐམ་པ་དང་དབྱངས་ཡིག་བཞི་ཡི་འབྲི་
 ལུགས་འབྲི་སྤངས་སྤྱོད་དགོས་པ་དང་། རྒྱུ་ལྟ་ཀྱི་སྐབས་སུ་གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུ་པོར་སྤྲད་འདོགས་བཞི་ཐུར་བའི་འབྲི་ལུགས་འབྲི་སྤངས་སྤྱོད་དགོས་པ།
 རྒྱུགས་རིང་གི་སྐབས་སུ་གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུ་པོར་བཅེགས་པ་གསུམ་ལྷགས་པའི་འབྲི་ལུགས་འབྲི་སྤངས་སྤྱོད་དགོས་པ་དང་གཅིག ཡང་རྒྱུ་ལྟ་རིམ་པ་དེ་
 ལྟར་བརྒྱུད་ན་དང་ཐོག་ཡིག་ཆེན་པོ་སྤྱོད་བནས་རིམ་བཞིན་ཡིག་རྒྱུ་བྱ་བ་ཏང་ནས་མཐར་ཡིག་རྒྱུ་རྒྱུ་བྱ་བ་ཏང་ནས་ཆེ་ལོག་ནས་རྒྱུ་ཐོན་པ་དང་གཉིས་སོ།
 གོང་གསལ་ཀྱི་སྤྱོད་ཐབས་དེའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་རྒྱུ་ལྟ་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ཐོག་ཐོག་བརྒྱབ་ཆེས་དགེ་ཆེན་གྱིས་སྤྱོད་མའི་མཛོག་འགོ་ནས་བཟུང་ཉེ་ལག་བྲིད་ཉིན་
 བས་བརྒྱབ་ནས་ཡིག་གཟུགས་སྤྱོད་བའི་གོམ་པ་དང་པོ་ཉེ་ལྷན་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ཐོག་ཐོག་བརྒྱབ་ཆེས་དགེ་ཆེན་གྱིས་སྤྱོད་མའི་མཛོག་འགོ་ནས་བཟུང་ཉེ་ལག་བྲིད་ཉིན་
 བས་པའི་རྒྱང་གཞིའི་ཐོག་ཏུ་དགེ་ཆེན་གྱིས་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ཐོག་སྤྱོད་ཀྱིས་བརྒྱབ་ཆེ་དེའི་ཉེ་དུ་སྤྱོད་མར་སྤྱོད་ཆེ་སྤྱོད་ཀྱིས་ཡིག་རིམ་བཞིན་བཅེགས་སུ་
 འཇུག་དགོས། བྲིད་ཐབས་དེར་སྤམ་བྲིས་སྤྱོད་པ་ཟེར་ཞིང་ཡིག་གཟུགས་སྤྱོད་བའི་གོམ་པ་གཉིས་པ་ཡིན། སྤྱོད་མས་སྤམ་བྲིས་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་བཟར་བརྒྱུད་ཡི་
 གེ་རང་རྒྱ་འཕེར་བ་འབྲི་ཤེས་པའི་མཚམས་སུ་གཞི་ནས་ཡིག་གཟུགས་ཀ་དཔེར་བ་ལྟས་ཏེ་ཡིག་ཏེ་གཟུགས་སྤྱོད་འགོ་རྒྱུགས་པ་ཡིན། བྲིད་ཐབས་དེ་ནི་སྤྱོད་མའི་ལོ་
 བའི་ཁྱད་ཆོས་དང་ཡོངས་སུ་འཚམས་པ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། ད་ལྟའི་སྤྱོད་ཐུན་ལྷན་གཞི་ཁྱོད་དང་། སྤྱོད་མའི་གྲངས་འཕོར། སྤྱོད་བྲིད་ཀྱི་ནང་དོན་སྤྱོད་ཐུན་ལྷན་དང་
 ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ལྟས། སྤྱོད་ཐུན་ལྷན་ལ་ཆ་མཚོན་ན་དགེ་ཆེན་གྱིས་གང་ལ་དེ་འཚམས་ཀྱི་བྱ་ཐབས་སྤྱོད་དགོས་པ་ལས་བརྒྱུ་ལ་གཅིག་གཙོ་དུ་མི་
 ཅུང་། རང་ཅག་པོ་དེ་རིགས་གཞན་སྤྱོད་ཀྱིས་རང་མི་རིགས་ཀྱི་ཕུ་ལྷ་བྱང་རིག་གནས་རྒྱུན་འཛིན་དང་དར་སྤྱོད་གཏོང་བའི་ཆེད་དུ་རིག་པ་བསྐྱེད་ཏེ་ཐུར་
 བ་ཐུ་འདེགས་བྱ་རྒྱུ་ནི་སྐབས་སུ་བབས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་སོ།

སྤྱོད་གཞི།

1. དབུ་མེད་ཀྱི་ཡིག་གཟུགས་སྤྱོད་བར་གོམ་རིམ་གཙོ་བོ་བརྒྱུད་དགོས་སམ། གོམ་རིམ་དེ་ལྟར་བརྒྱུད་ན་དགེ་མཚན་གང་ཡོད།
2. པོ་དེ་ཡིག་དགེ་ཆེན་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་ཡིག་གཟུགས་ཀྱི་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ལྟར་འདོན་དགོས་དོན་གང་ཡིན།
3. ཐུན་ཡོད་ཀྱི་སྤྱོད་བྲིད་བྱ་ཐབས་ཁ་ཅིག་བརྒྱུར་བཅས་བྱེད་དགོས་དོན་ཅི་ཡིན།

གཉིས་པ། བོད་ཡིག་འབྲུང་རིམ།

ད་ལྟ་ང་ཚོས་སྤྱོད་བཞིན་པའི་བོད་ཡིག་འདི་ནི་བཀའ་བློན་གྱི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་སློབ་དཔོན་གྱི་མི་སམ་རྩྭ་ཤེས་མཛད་པའི་བོད་ཡིག་འདི་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་
འཕེལ་རིམ་ཆེ་བ་གཉིས་དང་ལེགས་བཅས་ཆེ་བ་ལྟ་བུ་དང་པགས་ལ། འཕེལ་རིམ་ཆེ་བ་གཉིས་ནི་སྤྱར་ཡིག་དང་གྱ་མི་སམ་རྩྭ་ཤེས་མཛད་པའི་ད་ལྟའི་བོད་ཡིག་
འདི་ཡིན། སྤྱར་ཡིག་ནི་དང་ཐོག་ཁར་ཁྱེད་རྒྱལ་ཐུན་གྱི་ཡིག་ཡིན་པ་དང་། བོན་ཆོས་དང་ཤུགས་ཆེ་བའི་ཡུལ་གྱི་དག་ལ་སྤྱར་ཡིག་ཀྱང་དེ་ཙམ་གྱིས་དར་བྱུང་ཆེ་
བ་ཡོད།

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

༥། ཀུལ་གང་ ཅམ་རྩ་ དྲིད་ན་ པ་སྤབ་མ་

इक्षुक्षु क्षुक्षु क्षुक्षु क्षुक्षु क्षुक्षु

ཅི་ཚེ་ཇི་མེད་ ཞེ་བ་འདྲ་པ་ རེ་ལ་ཤེས་ ཏེ་མཁུ།

(ལྷན་ཡིག)

ལྷོ་པོ་འོ་ལྷོ་ན་གྱི་དྲུག་རབས་གཉིས་པའི་སྐབས་བོད་ཀྱི་བཅན་པོའི་རྒྱལ་རབས་དང་པོ་གཉེན་ཁྲི་བཅན་པོས་ཁ་ཐོར་དུ་གནས་པའི་རྒྱལ་ཐུན་བཅུ་གཉིས་དབང་
 དུ་བརྩས་ཏེ་ཁ་བཅན་གྱི་ཡུལ་ཁམས་གཅིག་དུ་འདུས་པའི་བཅན་པོའི་རྒྱལ་རབས་དང་པོ་དེ་བཅུ་གསལ་ཤིང་སྐར་ཡིག་ཀྱང་སྐབས་དེའི་བཅན་པོའི་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་ཆོས་
 མིན་རྒྱུང་པའི་གཞུང་ཡིག་དུ་གྱུར། སྐར་ཡིག་གི་འཕེལ་སྐྱེ་བ་དེ་བོ་པོའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དར་རྒྱས་དང་འབྲེལ་བ་ཟབ་མོ་ཡོད། དེར་བརྟེན་གྱི་གྲུལ་བཅན་པོའི་སྐུ་
 དྲུས་སུ་བོན་ཆོས་རིམ་བཞིན་ཉམས་རྒྱུ་སྟེང་བ་དང་དྲུས་གཅིག་སྐར་ཡིག་གི་འགོ་རྒྱུགས་ཀྱང་ཉམས་ཞན་དུ་སྟེང་། རྟག་པར་དུ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་
 ལུགས་བོད་ལ་དར་འགོ་རྒྱགས་པའི་རྗེས་སྐབས་དེའི་ཆོས་མིན་གྱི་དགོས་མཁོ་སྟོང་མི་ཐུབ་པའི་སྐུན་གྱིས་སྐར་ཡིག་ལས་ཆ་ཆར་བ་དང་ལེགས་པའི་ཡི་གེ་ཞིག་མེད་
 བབས་མེད་པར་གྱུར། ཐུ་མི་སམ་རྩོ་རྟེན་གསར་བཅོ་མཛད་པའི་སྡེ་བརྩུར་གྱི་ཡི་གེ་ཆ་ཆར་བ་འདི་སྐབས་དེའི་དགོས་མཁོ་དང་ཡོངས་སུ་འཇམས་པ་ཞིག་ཡིན་
 རྟེན་པར་དང་ཐོག་ཆོས་རྒྱལ་སྟེང་བཅན་སྐམ་པོ་སྐུ་ངོ་མས་རྩ་སའི་བྱང་ཚུགས་ཡ་བོར་ཁའི་བྲག་ལྷག་དུ་ལོ་གསུམ་རིང་སློབ་རྒྱུང་མཛད་དེ་བོད་ཡིག་སློབ་རྒྱུང་དང་
 འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་པ་རྒྱ་ཆེར་སྤེལ་བ་དེས་དེར་གྱི་དྲུས་འདིར་འཛམ་གླིང་གི་སྐད་ཡིག་ལམས་པ་ནམས་ཀྱིས་མ་གྲོས་གཅིག་མཐུན་ངར་བསྐྱགས་པའི་ད་རྣམི་བོད་
 ཡིག་འདི་དར་འགོ་རྒྱགས་སོ།

ཐོད་འདྲར་ཡིག་ཐོག་མར་དར་ནས་ད་བར་ལོར་སྤུམ་སྟོང་ཅམ་སྟོང་བར་གྲགས། གཉེན་ཁྲི་བཅན་པོའི་སྒྲིབ་དུ་བོད་འདྲར་རྒྱལ་སྤུང་བཅུ་གཉིས་ཅམ་
ཡོད་པར་གྲགས་ཤིང་། རྒྱལ་སྤུང་དེ་ནི་མས་ཁྱེ་ནང་ནས་སྟོབས་འཕྱོར་ཆེ་ཤོས་ནི་ཁང་ཁྱུང་རྒྱལ་སྤུང་ཡིན། སྐབས་དེའི་ཁང་ཁྱུང་དེ་ད་ལྟའི་སྟོང་མངའ་རིས་ས་
ཁྲལ་དུ་ཡིན་ཞིང་། སྤར་ཡིག་སྟུང་ཡུལ་གཙོ་པོ་ཁང་ཁྱུང་དུ་ཡིན། སྤར་ཡིག་དེ་ལ་འང་སྤར་ཆེན་དང་སྤར་རྒྱང་ཞེས་གཉིས་སུ་གྲགས། སྤར་ཆེན་གཏོད་པ་པོ་
ནི་ཁྲི་ཐོག་སྤར་ཅ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་པ་དང་སྤར་རྒྱང་གཏོད་པ་པོ་ནི་སྟོང་རྒྱགས་མཐུ་ཆེན་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། སྤར་ཡིག་དེ་འང་རྟེན་པ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡིག་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་
ལ་གསལ་ཕྱེད་སྤུམ་ཅུ་ཐམ་པ་དང་། དབྱངས་བཞི། བཙེགས་པ་གསུམ། སྤྱད་འདྲོགས་བཞི་བཅས་ཡོད།

ད་ལྟར་ཆོས་པེད་རྒྱུད་གཏོང་བ་ཞིན་པའི་ཁོད་ཡིག་འདི་ནི་བཀའ་དྲིན་གྱི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྒྱལ་དཔོན་གྱི་མི་སེམས་ལ་མཆོག་གིས་གསུང་བཟོ་གནང་
མཛད་པའི་ཡིག་པེད་ཡིན་ཞིང་། ཡིག་པེད་ཀྱི་གྲུགས་ཀྱི་ཐད་ལ་རིགས་ཆེ་བ་ལག་གཉིས་ཡོད། དཔའ་འདེབས་སོགས་ལ་རྒྱན་དུ་རྒྱུད་པའི་དབུ་ཅན་གྱི་གྲུགས་
དང་རྒྱན་ལྡན་འཆོ་བའི་ནང་རྒྱུད་པའི་དབུ་མེད་ཀྱི་གྲུགས་གཉིས་ཡིན། རྒྱན་པའི་གྲགས་པ་འབྲུག་རྒྱ་མཚོར་བ་བཅན་པོའི་གཏུང་རབས་སུ་མ་ལུ་ཙ་གཉིས་པ་ཆོས་
རྒྱལ་ཤོང་བཅན་སྐམ་པོའི་རྒྱ་དུས་ནས་བོད་ཀྱི་ཆོས་ཤིན་མཛད་འཕྲིན་ཡར་རོལ་ལྷ་ལྟར་འཕེལ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་བོད་ཡིག་རྒྱུད་རྫོང་ར་རྗེ་ཆེན་སོང་ནས་ཡོད་མཁོ་བྱ་

རུས་ལ་གཞུང་རུས་དང་། ཁམས་རུས། ཡེ་རུས་བཅས་གསུམ་ཡོད། དེ་གསུམ་པོའི་ནང་ནས་རུས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མངོན་གསལ་དོད་ཤོས་ནི་ཚུགས་ཐུང་གི་སྐབས་
ལྟ་ཡིན།

ཐུང་གཞི།

༡. བོད་ཡིག་དར་ཚུལ་ལ་བཞད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་དམ། བྱིད་རང་གི་ལྟ་ཚུལ་གང་ཡིན།
༢. བོད་ཡིག་ལ་ཆེ་ས་ནས་དིགས་མི་འདྲ་བ་གཞོད་ཡོད།
༣. དབུ་མེད་ལ་ཡིག་འཁྱུགས་མི་འདྲ་བ་གཞོད་ཡོད།
༤. དབུ་མེད་ཀྱི་ནང་ནས་རྒྱ་ནག་ཏན་མེད་མོ་ཆེ་ཤོས་གང་དང་གང་ཡིན།

གསུམ་པ། ཡིག་ཆས་དང་སྒྲིག་ཁ་བཟོ་སྤངས།

འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཐོག་ཏུ་བྱ་བ་གང་དང་ཅི་བསྐྱབས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་རང་རང་སོ་སོའི་དོན་དངོས་དང་བསྐྱུན་ནས་སྒྲིག་བཅིང་མང་གཞི་དེའི་ཉེ་དུ་ཡུལ་ལྷང་སོ་སོར་དགོས་མཁོ་ཆེ་ལ་འགྲུབ་སྒྲུབ་ངེས་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞན་གྱི་ཡིག་སྐད་ཆ་ནམས་ཚུར་བྲལ་ས་ཏེ་རང་སོ་སོའི་བྱ་གཞག་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་འགྲོ་ཐབས་བྱེད་མཁན་འབའ་ཞིག་ཡིན། རང་རེའི་བོད་སྐད་ཡིག་སྒྲིག་བྲིད་ཀྱི་ལས་དོན་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱ་དེའང་བོད་སྐད་ཡིག་སྒྲིག་བྲིད་བྱེད་པའི་དོན་དངོས་དང་བྱང་འབྲེལ་བྱ་དགོས་པ་ནི་སྒྲིག་མཉམ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། དེར་བརྟེན་བོད་ཡིག་ཐོག་མར་སྤྱོད་པའི་སྐབས་སུ་ཡིག་ཆས་གང་དང་གང་དགོས་པ་དེའང་བོད་ཡིག་སྤྱོད་པའི་དགོས་མཁོར་དམིགས་པ་དང་། ཡིག་ཆས་དེ་ཆོད་རྒྱ་ཆ་གང་དང་གང་སྤྱོད་པ་ནི་ཡུལ་ལྷང་སོ་སོའི་ཐོན་ཁུངས་དང་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཚུ་ཚད་ལ་བསྐྱུན་པ་ཞིག་ཡིན། ཐམས་ཅད་བོད་ཀྱི་དོན་དངོས་ལ་བསྐྱུན་སྤྱབས་བོད་ཡིག་སྤྱོད་པའི་ལག་རྒྱུན་བཟང་པོ་ད་ལྟོ་བར་རྒྱུན་འཛིན་སྒྲུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

བོད་ཡིག་གི་ཡིག་གཞུག་སྐད་ཆེ་འོག་ནས་ཚུང་ཐོན་པའི་དགོས་མཁོར་གཞིགས་ཏེ་སྤྱོད་ས་རིག་སྐད་ཆེ་བ་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཡོད་པ་ཞེ། གཅིག་ནི་སྤྱོད་ཤིང་ཡིན་པ་དང་ཅིག་ཤོས་ནི་ཤོག་བྱ་ཡིན། སྤྱོད་ན་ཀ་ཁ་ནས་ཚུགས་ཚུང་བར་སྤྱོད་ཤིང་ཐོག་སྤྱོད་བ་དང་ཚུགས་ཚུང་ནས་འབྲུག་བར་ཤོག་བྱའི་ཐོག་སྤྱོད་སྒྲིལ་ཡོད། འབྲི་བྱེད་སྒྲིག་གི་ཡིག་ཆེ་བ་ནམས་སྒྲིག་རིལ་གྱིས་སྤྱོད་བ་དང་ཡིག་ཆུང་བ་ནམས་སྒྲིག་སིས་སྤྱོད་གི་ཡོད།

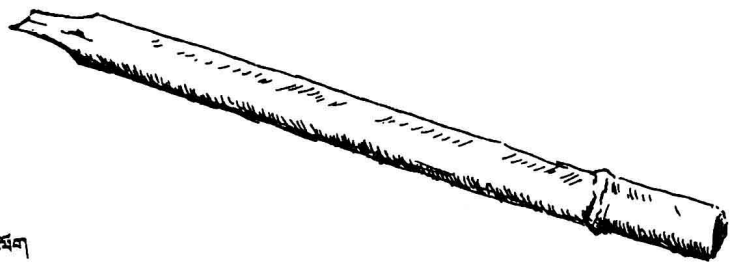
བོད་ཡིག་དབུ་མེད་སྤྱོད་སྒྲིལ་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་ལྟར་ན་ཡིག་ཆེ་ཤོས་དང་སྒྲིག་ཁ་སྒྲིལ་ཤོས་ནི་ཀ་ཁ་དང་རྫོས་རྩལ་ཡིན་ཞིང་དེ་གཉིས་ཀ་སྤྱོད་རྒྱུ་ཡང་གསུམ་སྤྱོད་གཞི་འབའ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནས་བརྟེན་པ་འབྲུག་ས་པའི་ཚུགས་རིང་ཡིན་པ་དང་། དེའི་རྒྱུ་སྤྱོད་རྒྱུ་ཡང་གསུམ་དང་བརྟེན་པ་འདོགས་བཅས་ཆ་ཆ་འབྲུག་ས་པའི་ཚུགས་སྤྱོད་ཡིན་ཞིང་། ཡིག་ཆེ་གཞུགས་ཚུང་ཤོས་ནི་ཚུགས་ཚུང་དང་། ཚུགས་མ་འབྲུག་ འབྲུག་བཅས་གསུམ་ཡིན། སྒྲིག་ཁ་ཤོས་སྤྱོད་པ་དང་འབྲི་བྱེད་སྒྲིག་གི་ཡིག་ཆེ་གཞུགས་ཆུང་ལ་བསྐྱུན་དགོས་པ་ཡིན། སྤྱོད་ན་བོད་ཡིག་ཐོག་མར་སྤྱོད་པའི་སྐབས་སུ་ཀ་ཁ་ནས་ཚུགས་ཚུང་བར་སྤྱོད་ཤིང་ཐོག་སྤྱོད་བ་དང་འབྲི་བྱེད་སྒྲིག་གི་ཡིག་ཆེ་གཞུགས་སྤྱོད་པའི་སྐབས་སུ་འབྲི་བྱེད་སྒྲིག་སི་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་ཡོད།

ད་ཆ་བཟོ་ལས་འཕེལ་རྒྱས་ཅི་ཆེར་འགྲོ་བའི་སྐབས་འདིར་སྐྱུག་ཁ་སྒྲོམ་པ་རྣམས་ཆོག་པ་ཀྱི་ལྷགས་སྐྱུག་པེད་སྟོང་བྱས་ན་མི་འགྲིག་པ་ག་ལ་ཡོད་པས་སྐབས་བརྒྱན་རང་
རང་གི་ཆ་ཁྱེན་ལ་གཞིགས་ཏེ་སྒྲུབ་དོར་མཛད་རྒྱ་གལ་ཆེ།

བོད་ཡིག་དབུ་མེད་ཐོག་མར་སྟུང་མཁན་ནམས་སྟོན་ལ་སྟུང་ཤིང་ཐོག་སྟུང་གི་ཡོད་ཅིང་དེ་ལྟར་སྟུང་བའི་དགེ་མཚན་ནི། སྐྱུ་གུ་རང་འཆོ་ཟེན་པ་ཞིག་
འཇུགས་བདེ་བ་དང་གཅིག་དགེ་ཆེན་གྱིས་སྟོན་ལ་སྟུང་ཤིང་ཐོག་སྐྱུ་རྒྱུ་བརྒྱབ་ཐོག་དེ་ནས་སྟོབ་མས་སྐྱུ་རྒྱུ་འཇུག་མཛེས་པའི་སྐྱུ་གུས་སྐྱུ་
རྒྱུ་བརྒྱགས་ན་ཡིག་ཅི་བཟོ་ཏེ་སྟུང་སྟུང་བ་དང་གཉིས། ཡིག་ཅི་མགོ་ལྷམ་རྒྱུ་གསུམ་གྱི་ཆད་གཞིའི་ཐིག་བརྒྱབ་ལྟེ་ཆེ་ཆུང་གི་ཆ་ཆད་འཛིན་བདེ་བ་དང་གསུམ།
ད་ལྟའི་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་ཆད་དང་འཚམས་ཤིང་འགྲོ་གྲོན་བཞི་ཆགས་བྱུང་བ་དང་བཞི་སྟགས་སོ།

སྟུང་ཤིང་ནི་ཤིང་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཞིང་དེའི་རྒྱ་ནི་
མཁྲིགས་ཤིང་སྐྱུ་པ་དང་བེར་དོ་སྟགས་དགོས་པ་ལས་སོབ་
ཤིང་གིས་སྟུང་ཤིང་གི་རྒྱ་མི་ཉན། གལ་ཏེ་ཡིག་གཟུགས་ཆེ་
ཆུང་རྣམས་ཀྱི་ཐིག་ཆད་ལྟར་པའི་སྟུང་དེབ་ཅིག་བཟོ་གྱུ་
ཁག་ནས་སྟོབ་མར་མཁོ་འདོན་བྱུང་བ་མ་ཟད་སྟོབ་མ་སོ་སོའི་
བྱིམ་ཆད་ནས་ཉི་མུའི་བྱས་ཆེ་མི་ཞེས་གྱི་ངོས་ནས་བཤད་ན་
བོད་ཡིག་སྟུང་བའི་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་ཤོག་བུའི་ཐོག་གིས་ཀྱང་
མི་འགྲིག་པ་མེད་པས་དེ་ནི་རང་གི་འཁོས་བབ་ལ་བརྒྱན་
དགོས་པ་ལས་བརྒྱ་ཁ་གཅིག་གཅོད་བྱེད་མི་རུང་། འོན་
ཀྱང་འཛིན་གྱི་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བཤད་ན་སྟུང་ཤིང་དང་ཤོག་
བུ་གཉིས་ཀ་པེད་སྟོང་བྱས་ཆེ་སྟོབ་བྲིད་བྱེད་མི་བདེ་བའི་ཞན་
ཆ་ཞིག་སྐྱུ་གུ་པེས་རེད།

གཞིག་ཆེན།



གཞིག་ཆུང་།

