

༡༡། དབྱ་ལུ་རྩ་བ་བཟང་པོའི་

ཆེད་ཚོམ་

ཕྱོགས་བསྒྲིགས།



ཐོད་ཀྱི་ཡིག་གནས་འཕེལ་སྤེལ་ནང་གི་འཛམ་གླིང་རང་བཞིན་ལ་དབྱེད་པ།

ཡུ་ཐོག་ཐོད་ཀྱི་རྩལ་མའི་ཡོ་རྒྱལ་སྐོར་གླིང་པ།

ཐོད་ཀྱི་རྩལ་ཆའི་ནམ་གྲངས་ལྷ་ཉིག་ཡོང་མཆོས།

ནང་མའི་རོལ་དབྱངས་ཡུལ་དུས་ནམ་ཞིག་ཀྱུ་མུར་མིན་སྐོར་དང་

འབྲེལ་བའི་མཐའ་དབྱེད།

ཐོད་ཀྱི་དམངས་ཁྱོད་ལྷ་གཞས་ཀྱི་ཡུལ་སྐད་རང་བཞིན་

དང་འབྲེལ་བའི་སྐོར་ལ་ཐོག་མར་དབྱེད་པ།

དབྱེད་གཏམ་གར་གྱི་སྒྲིང་པོ།

འཕྲས་དཀར་རྩུ་རྩལ་སྐོར་ལ་དབྱེད་པ།

《གཞིན་རྒྱུག་གི་རྟོགས་བརྗོད་》ཀྱི་གཞུང་ཡིན་མིན་སྐོར་ལ་རགས་ཅན་དབྱེད་པ།

མར་ཁེ་སི་རིང་ལྷགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་རིག་པ་དང་ཚད་མ་རིག་པའི་

ནང་དུ་བསྟན་པའི་དངོས་པོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་ལ་རགས་ཅན་དབྱེད་པ།

དབྱེད་ལན་ལོག་རྟོག་གཡའ་སེལ།

སྤར་ལྷན་དབྱེ་འབྱེད་མི་ཤེས་པའི་གཏམ་གྱི་སྐོར་བ་ནམ་པར་འཛམས་བྱེད་ཚོད་

ལན་གསལ་བྱེད་རྒྱགས་སིལ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

བན་སྐོར་ཡོང་བའི་གཤོག་ཐུ།

ཀྱང་ཤོད་པོད་རིག་པ་དཔེ་རྒྱུ་ཁང་།



༡༡། དག་ལ་རྩ་བ་བཟང་པོའི་

ཆེད་རྩོམ་

ཕྱོགས་བསྒྲིགས།

བོད་ཀྱི་རིག་གནས་འཕེལ་རིམ་ནང་གི་འཛུལ་སྒྲིབ་རང་བཞིན་ལ་དཔྱད་པ།

ཡ་ཐོག་བོད་ཀྱི་རོལ་མའི་ལོ་རྒྱུས་སྐོར་གླིང་བ།

བོད་ཀྱི་རོལ་ཆའི་རྣམ་གངས་ལྟ་ཏིག་གིང་མཛེས།

ནང་མའི་རོལ་དབྱངས་ལུལ་དུས་ནམ་ཞིག་ཏུ་བྱུང་མིན་སྐོར་དང་

འབྲེལ་བའི་མཐའ་དཔྱད།

བོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲིད་རྒྱ་གཞས་ཀྱི་ལུལ་སྐད་རང་བཞིན་

དང་འབྲེལ་བའི་སྐོར་ལ་ཐོག་མའི་དཔྱད་པ།

དཔྱད་གཏམ་གར་ཀྱི་སྒྲིང་པོ།

འབྲས་དཀར་ལྷ་ཅལ་སྐོར་ལ་དཔྱད་པ།

《གཞིན་རྒྱ་དུག་གི་རྟོགས་བརྗོད་》ལྷ་གཞུང་ཡིན་མིན་སྐོར་ལ་རགས་ཅམ་དཔྱད་པ།

མར་ཁེ་སི་རིང་ལུགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་རིག་པ་དང་ཚད་མ་རིག་པའི་

ནང་དུ་བསྟན་པའི་དངོས་པོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་ལ་རགས་ཅམ་དཔྱད་པ།

དཔྱད་ལན་ལོག་རྟོག་གཡལ་སེལ།

སྣང་ལུན་དུ་ཉེ་འབྱེད་མི་ཤེས་པའི་གཏམ་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་རྣམས་པར་འཛོམས་ཕྱིད་ཚོད་

ལན་གསལ་ཕྱིད་ལུགས་རིལ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

བརྩམས་པའི་འཕྲིན་ལྗོངས་ཀྱི་གཞིགས་སྒྲིག་པ།

འཛིན་རིག་པ་དཔེ་རྒྱུ་རང་།

图书在版编目(CIP)数据

扎拉·达娃桑布论文集:藏文 /扎拉·达娃桑布著. — 修订本
—北京:中国藏学出版社, 2016.6
ISBN 978-7-80253-907-5

I. ①扎… II. ①扎… III. ①扎拉·达娃桑布—文集—藏语
②藏族—民族音乐—文集—藏语③藏族—少数民族文学—文集—藏语
IV. ①J607.214-53②I207.914-53

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第135468号

扎拉·达娃桑布论文集 (修订本)

扎拉·达娃桑布 著

责任编辑 加羊达杰

封面设计 李建雄

出版发行 中国藏学出版社

排 版 北京叶知舟数码快印有限公司

印 刷 中国电影出版社印刷厂

版 次 2016年6月第1版 2016年6月北京第1次印刷

开 本 787mm×1092mm 1/16

印 张 34.25

印 数 0001-1500

书 号 ISBN 978-7-80253-907-5/J.74

定 价 58.00元

该图书若有质量问题,请与本社联系

E-mail: zangxue615@sina.com 电话: 010-64917618

版权所有 侵权必究

དཀར་ཆག

ཐོད་ཀྱི་རིག་གནས་འཕེལ་རིམ་ནང་གི་འཛམ་གླིང་རང་བཞིན་ལ་དབྱེད་པ།	(1)
དང་པོ། ཐོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་དབྱེ་བ་མདོར་བསྟན་པ།	(2)
གཉིས་པ། ཐོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱི་སྒོ་དབྱེའི་རང་བཞིན།	(6)
གསུམ་པ། སྒོ་ལ་རྒྱན་རིག་གནས་དང་དེང་རབས་ འདུ་ཤེས་བར་གྱི་གནད་དོན།	(16)
མཐུག་བསྐྱེའི་གཏམ།	(23)
ཡ་ཐོག་ཐོད་ཀྱི་རྩོམ་མཛེས་ལོ་རྒྱུས་སྒོར་གླེང་བ།	(25)
ཐོད་ཀྱི་རྩོམ་ཆའི་རྣམ་ཐངས་ལྷ་ཏིག་ཐེང་མཛེས།	(42)
དང་པོ། ར་ཡི་སྒོར།	(43)
གཉིས་པ། སྤྱག་ཆལ།	(48)
གསུམ་པ། སིལ་སྟན།	(53)
བཞི་པ། ཏིང་ཤགས།	(56)
ལྷ་པ། ར་མ་བྱ།	(59)
བྱག་པ། དྲིལ་བྱ།	(64)
བརྟན་པ། གཡེར་ཁ།	(71)
བརྟུང་པ། གཞི།	(74)
དབུ་པ། གླིང་བྱ།	(77)
བརྟ་པ། རྒྱ་གླིང་།	(83)
བརྟ་གཅིག་པ། རྒྱ་གླིང་།	(88)

བརྩ་གཉིས་པ། རུང་ཆེན།	(94)
བརྩ་གསུམ་པ། རུང་དཀར།	(100)
བརྩ་བཞི་པ། རྒྱ།	(110)
བཙུ་ལ་པ། རྩ་སྤྲུག།	(113)
བརྩ་དྲུག་པ། སི་ལང་།	(124)
བརྩ་བརྩན་པ། གན་ཆག་.....	(137)
བཙུ་བརྩན་པ། རེ་མ།	(146)
བརྩ་དགུ་པ། ཡང་ཆེན།	(148)
མཚུག་བསྐྱེད་གཏམ།	(153)
ནང་མའི་རྩལ་དབྱངས་ལྷལ་དུས་ནམ་ཞིག་རྩ་བྱང་མིན་སྐོར་དང་འབྲེལ་བའི་	
མཐའ་དཔྱད།	(155)
དང་པོ། གཞན་ལྷགས་མི་འཐད་པར་བསྟན་ཅིང་དགག་པ།	(156)
གཉིས་པ། རང་ལྷགས་ལྷང་དང་བཅས་པ་བསྟན་པ།	(163)
གསུམ་པ། ནང་མའི་རྩལ་དབྱངས་སྒྱ་རྩལ་གྱི་འཕེལ་རིམ་བརྗོད་	
པའི་སྐོར་ནས་ཚུད་པ་སྤང་བ།.....	(169)
ཐོད་གྱི་དམངས་ཁྲོད་ཐུ་གཞས་གྱི་ལྷལ་སྐད་རང་བཞིན་དང་འབྲེལ་བའི་	
སྐོར་ལ་ཐོག་མར་དབྱད་པ།.....	(182)
དང་པོ། དམངས་ཁྲོད་ཐུ་གཞས་གྱི་སྤྱོད་ཀྱི་དང་འབྲེལ་བའི་སྐོར་ནས་	
ལྷལ་སྐད་གྱི་ཆོས་ཉིད་བཤད་པ།.....	(183)
གཉིས་པ། དམངས་ཁྲོད་ཐུ་གཞས་གྱི་ཆོག་གི་རྣམ་གཞག་དང་	
འབྲེལ་བའི་སྐོར་ནས་ལྷལ་སྐད་རང་བཞིན་བཤད་པ།.....	(188)
གསུམ་པ། དམངས་ཁྲོད་ཐུ་གཞས་གྱི་དབྱངས་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་	
འབྲེལ་བའི་སྐོར་ནས་ལྷལ་སྐད་རང་བཞིན་བཤད་པ།.....	(195)

- དབྱང་གཏམ་གར་གྱི་སྒྲིང་པ། (199)
- དང་པོ། གར་ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་ལ་དབྱང་པ། (201)
- གཉིས་པ། སྐབས་དོན་གར་གྱི་ཉམས་དགུ་བཤད་པ། (202)
- གསུམ་པ། ཉམས་དང་འགྱུར་བའི་གནས་ལུགས་སྒྲིང་ལ་དབྱང་པ། (219)
- འབྲས་དཀར་རྒྱ་ཆལ་སྒྲིང་ལ་དབྱང་པ། (221)
- 《གཞིན་བྱ་བྱ་གི་རྟགས་བརྒྱད་》ཀྱི་གཞུང་ཡིན་མིན་སྒྲིང་ལ་རགས་
 ཅམ་དབྱང་པ། (235)
- དང་པོ། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་མཚན་བྱང་ཀྱི་པོད་སྐད་གཉིས་ཤན་སྒྱུར་
 གྱིས་སྒྲིང་པའི་དགོས་པའི་སྒྲིང་ནས་ཀྱི་གཞུང་ཡིན་པར་
 བསྟན་པའི་སྒྲིང་པ། (236)
- གཉིས་པ། འགྱུར་བྱ་གི་དགོས་པའི་སྒྲིང་ནས་ཀྱི་གཞུང་ཡིན་པར་
 བསྟན་པ། (238)
- གསུམ་པ། 《རྟགས་བརྒྱད་》འདིའི་འགྱུར་བྱང་ནང་གསལ་བའི་གཏམ་ལས་
 ཀྱི་གཞུང་ཡིན་པར་བསྟན་པ། (239)
- བཞི་པ། 《རྟགས་བརྒྱད་》འདིའི་རྒྱ་ཆལ་རང་བཞིན་གྱི་ཐོག་ནས་
 ཀྱི་གཞུང་ཡིན་པར་བསྟན་པ། (240)
- མང་ཁེ་མེ་དེང་ལུགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དུ་བྱ་བ་དང་ཆད་མ་དུ་བྱ་བའི་ནང་ཏུ་བསྟན་
 པའི་དངོས་པོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་ལ་རགས་ཅམ་དབྱང་པ། (246)
- དབྱང་ལན་ཡོག་རྟག་གཡའ་མེལ། (265)
- སྐད་སྒྱུར་དབྱེ་འབྱེད་མི་ཤེས་པའི་གཏམ་གྱི་སྒྲིང་བ་ནས་པར་འཛིན་པའི་བྱེད་ཆོད་ལན་
 གསལ་བྱེད་རྒྱལ་མེས་ཀྱི་ལུགས་ཀྱི་ཐ་སྟངས་ལ་རགས་ཅམ་དབྱང་པ། (286)
- བན་སྒྲིང་བྱང་བའི་གསོག་སྒྲ། (319)
- དང་པོ། ཆོག་སྒྱུང་བཤད་པ། (320)

- གཉིས་པ། ཡི་གེ་འབྲུག་པའི་གནས་བརྒྱད་བཤད་པ། (326)
- པ་རྣམ་དགའ་ཐོང་མཆན་ཐོག་དགའ་ལྡན་དར་བྱས་མིང་དགོན་གྱི་ལོ་རྒྱུ། (344)
- དང་པོ། དགོན་འདི་ཆགས་སའི་གནས་གྱི་དགེ་མཆན་བརྗོད་པ། (344)
- གཉིས་པ། དགོན་མིང་གི་ལྟ་རྒྱུ་ཐོགས་ཚུལ། (354)
- གསུམ་པ། ཐོག་མར་གང་གིས་སྤྱག་བཏབ་ཚུལ་དང་ཆོས་བརྒྱད་
 རི་ལྟར་བཟུང་ཚུལ། (358)
- བཞི་པ། ལྟར་དགོན་འདིར་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་རི་ལྟར་
 བཞུགས་ཚུལ། (419)
- ལྔ་པ། “རིག་གསར་”སྐབས་ཙུ་འཁོར་སོང་ཚུལ་དང་ད་ལྟ་
 ཉམས་གསོ་བྱང་ཚུལ། (424)
- དྲུག་པ། འདོན་བྱ་སོགས་ལོ་གཅིག་གི་བྱེད་སྒོ་རིམ་པའི་སྒོར། (428)
- མཇུག་བསྟུན་གཏམ། (431)
- ཡར་བྱས་འགྲོ་བཞིན་པའི་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་མཉུན་ཏུ་སྒྲགས་པའི་གནད་
 དོན་འགའ་ཞིག་སྒྲིང་བ། (435)
- དང་པོ། རིག་གནས་སློབ་གསོའི་སྒོར། (437)
- གཉིས་པ། ཆོས་ལུགས་དད་མོས་ཀྱི་སྒོར། (446)
- གསུམ་པ། དུལ་སློལ་གོམས་གཤིས་ཀྱི་སྒོར། (452)
- མཇུག་བསྟུན་གཏམ། (459)
- གསར་ཏུ་རྟེན་མོན་བྱུང་བའི་བོད་ཀྱི་མིག་མངས་རིག་གནས་ཀྱི་དཔེར་རྟགས་
 བྱེད་སྒོར་བཞུགས་ཀྱི་མིག་མངས་འབྲུག་གཞིར་དབྱེད་པའི་སྒྲན་བྲ། (461)
- བཅན་པོ་ཐོང་བཅན་མཁ་པོའི་འབྲུག་ལྷ་མ་ལུ་ནས་གསར་ཏུ་
 རྟེན་པའི་བྲག་བཞོན་རི་མོའི་སྒོར་ལ་ཐོག་མར་དབྱེད་པ། (484)
- དང་པོ། དྲག་བཞོན་རི་མོ་གནས་སའི་ལུལ་གྱི་དགེ་མཆན་བརྗོད་པ། (485)

- གཉིས་པ། བྲག་བསྐོས་རི་མོ་དངོས་ལ་དབྱད་པ། (489)
- གསུམ་པ། བྲག་བསྐོས་རི་མོ་སྤྱད་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུར་བསྐྱལ་བའི་གཏམ། (497)
- ཚུལ་མྱེད་ཤེས་རིག་གཞུང་དབྱེད་མེད་ཚོགས་འབྲས་བུ་ག་པའི་སྐོར་
རགས་ཅམ་སྒྲིང་བ། (501)
- དང་པོ། ཚོགས་ལུལ་ས་ཡི་དགོ་མཚན། (503)
- གཉིས་པ། ཚོགས་ཞུགས་འཇུག་མིའི་དགོ་མཚན། (505)
- གསུམ་པ། བསྐྱག་བྱ་དབྱད་ཚུལ་གྱི་དགོ་མཚན། (509)
- མཇུག་བརྒྱའི་གཏམ། (515)
- གཡོལ་ཐབས་མེད་པའི་ཡོ་རྒྱལ་གྱི་འོས་འགན་ལྷག་ཏུ་འབྱར་བའི་
《ཐོད་སྤོངས་རྒྱ་ཆལ་ཞིབ་འཇུག་》ཐོད་ཡིག་ཏུས་དེབ་གྱི་སྐོར་བཞོད་པ། ... (516)
- དང་པོ། རྒྱལ་གར་གྱི་སྐོར། (525)
- གཉིས་པ། རོལ་དབྱངས་རྒྱ་ཆལ་སྐོར། (526)
- གསུམ་པ། རྒྱ་གར་རྒྱ་ཆལ་གྱི་སྐོར། (527)
- བཞི་པ། ཚོས་ལུགས་གར་འཆམ་གྱི་སྐོར། (528)
- ལྔ་པ། རོལ་ཆའི་སྐོར། (529)
- དུག་པ། སྤྱིང་སྤྱང་ཞིབ་འཇུག་གི་སྐོར། (530)
- བརྒྱུ་པ། མཛེས་ཆལ་གྱི་སྐོར། (532)
- ཚུལ་པའི་ཡོ་རྒྱལ་མཛེས་འཇུག་..... (536)

༡༡། །འོད་གྱི་རིག་གནས་འབྲེལ་རིམ་ནང་གི་ འཛམ་གླིང་རང་བཞིན་ལ་དབྱེད་པ།

དེར་གསར་འགྱུར་ཆ་འཕྲིན་དར་རྒྱས་ཆེས་ཆེར་འགྲོ་བའི་རྣམས་སྐབས་
 འདིར། འཛམ་གླིང་ས་གནས་ཁག་དང་མི་རིགས་ཁག་གི་རིག་གནས་རང་སྤར་
 མ་བསྟན་པར། ཕན་ཚུན་ཕྱོག་ཕྱག་དང་འདྲེས་སེམ་ཤུགས་ཆེས་འགྱུར་བ་སྟན་
 མ་མཆིས་པར་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། ཆབས་ཅིག་སྤར་མཐོང་ཐོས་དྲན་རིག་
 གང་ཡང་བྱུང་ཚུང་མེད་པའི་ཡ་མཚན་ཆེ་བའི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་མིག་ཡིད་
 རྒྱ་བའི་ཡུལ་དུ་མངོན་སུམ་དུ་འཆར་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་ཆོའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོར་རང་མི་
 རིགས་ཀྱི་དར་རྒྱུད་སྐོར་ལ་བསམ་གཞིགས་མ་བྱེད་རང་བྱེད་ཀྱི་བྱི་བ་མང་དག་ཅིག་
 འཐོན་བཞིན་ཡོད། འོན་ཀྱང་རང་རེའི་མི་རིགས་འདི་ཉིད་ཚུས་བྱེད་ཀྱི་བརྒྱུད་བར་
 དགའ་དྲགས་པས་བསམ་གཞིགས་བྱེད་ཡོང་མ་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་ཆོས་
 དད་ཆེ་བའི་རྒྱུན་གྱིས་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་པ་ཡིན་ནམ། གང་ལྟར་ཆང་མས་
 བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱི་མཛུགས་ལམ་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་ཚུལ་དེ་དང་དེའི་སྐོར་ལ་
 བསམ་གཞིགས་ནན་ཏུ་མ་བྱས་ཆོ། མ་འོངས་པར་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་འདི་ཡིན་
 ཞེས་མཚུབ་མོ་འཇུགས་ས་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་པ་ཡིན་ན། སྤྱིར་འཛམ་གླིང་སྤྱི་དང་
 ཡང་སྐོས་མེས་པོ་དང་བྱ་རབས་ཆ་རྒྱུད་རྣམས་ལ་ངོ་གཞོང་དགོས་པ་ཞིག་ཡོང་
 རེས་ཡིན་གཤིས། སྤྱོད་མན་བདག་ནས་ཀྱང་རང་ཉིད་རྣམས་རབས་ཀྱི་མི་ཞིག་ཡིན་
 པའི་ཆ་ནས་རྣམས་རབས་འདིའི་ནང་སྤྱོད་པོ་ཀྱན་གྱིས་དོ་སྤང་ཆེས་ཆེར་བྱ་བའི་གནད་
 དོན་འགའ་ཞིག་ལས། བོད་ཀྱི་སྤྱོས་རྒྱུན་རིག་གནས་ལ་ངོས་འཛིན་བསྐྱར་མ་བྱེད་

སྤྱིགས་དང་། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་དང་འཛམ་སྐྱིད་ས་གནས་གཞན་དང་མི་རིགས་
གཞན་གྱི་རིག་གནས་བར་གྱི་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་བ་རྒྱ་ལྷོད་ཚུལ་བཅས་ཀྱི་སྐྱེད་
ནས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱི་འཛམ་སྐྱིད་རང་བཞིན་ལ་དབྱུང་པའི་ཚུལ་ཡིག་ཐུང་ཏེ་
འདི་སྐུལ་བ་ལགས་ན། གོ་དང་ལྷན་པ་ན་མས་ནས་ཐག་གཅོད་རང་བཞིན་མ་ཡིན་
པའི་དབྱུང་ཚུལ་འདིར་མ་དག་དག་བཅས་དང་། ལོག་རྟོག་སྤྱན་འབྱིན། གླང་དོར་
འབྱུག་སྐྱོག་བཅས་ཀྱི་དཔོངས་འཆར་ལྷག་སྤྱོད་གནད་བར་འཁོལ།

དང་པོ། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱི་འོ་ཟུང་དང་དབྱེ་བ་མདོར་བསྟན་པ།

ང་ཚོས་རིག་གནས་ལོ་རྒྱུས་སྐོར་སློང་འདོད་ན། དང་ཐོག་“རིག་གནས་”ཞེས་
 པའི་ཐ་སྟད་དེར་གོ་བ་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་ཡོན་དགོས། འོན་ཀྱང་“རིག་གནས་”ཞེས་
 པའི་ཐ་སྟད་དེར་མཚན་ཉིད་འདོག་ཚུལ་སྒྲ་ཚོགས་བྱུང་བ་སྟེ། མིའི་རིགས་རིག་
 པའི་མཁས་པ་གྲགས་ཅན་ཐའེ་ལོས་“རིག་གནས་ནི་ཤེས་ཡོན་དང་། དད་མོས། རྒྱ་
 ཚལ། རྒྱུད་ལམ། བྲིམས་ལྷགས། གོམས་གཤིས། དེ་བཞིན་མིའི་རིགས་ཀྱིས་སྤྱི་
 ཚོགས་ཀྱི་ཁོངས་མིའི་བྱིར་སྤྱི་ཚོགས་སྟངས་ནས་བསྐབས་ཡོང་བའི་རྒྱས་པ་དང་
 གོམས་གཤིས་སོགས་གཅིག་ཏུ་འདུས་པའི་སྟོག་འཛིང་གི་སྤྱང་པོ་ཞིག་ཡིན་”ཞེས་
 བརྟན་པ་དང་། ཏིག་སྤྱང་གིས་“རིག་གནས་ནི་བྱེད་སྟོང་དང་། གོམས་གཤིས། དང་
 མོས་བཅས་ཚང་མ་ཚུད་པའི་སྤྱི་བཞེམས་ཤིག་རེད་”ཅེས་ཟེར་བ། ཨེར་ཁུ་ཏེ་ཡིས་
 “རིག་གནས་ནི་སྟོབ་སྟོང་གི་བརྒྱུད་རིམ་ཞིག་གས་ཡང་ན་ཡོ་བྱད་ལམ་ལྷགས་བཟོ་
 པའི་བརྒྱུད་རིམ་ཞིག་རེད་”ཅེས་བརྗོད་པ། གཞན་ཡང་《མི་དང་རིག་གནས་》
 ཞེས་པའི་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ནང་དུ་“རིག་གནས་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་འཚོ་བའི་རྣམ་པ་ཞིག་
 རེད་”ཅེས་སོགས་མང་དུ་བྱུང་བ་ལྟར་དང་། དེ་བཞིན་བོད་ཡིག་གི་སྒྲ་བཤད་

དབང་དུ་བྱས་ན། རིག་པར་བྱ་བའི་གནས་སམ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་གནས་ཞེས་ཤེས་
བྱེད་རིག་པ་སྒོས་ཤེས་བྱའི་གནས་ལྷགས་ཀྱན་ཤེས་པར་བྱ་བ་ལ་གོ་བར་འདུག་
ཅིང་། གཞན་ཡང་ལོ་རྒྱུས་རིག་པ་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་གི་ནང་མི་རྒྱལ་སྤྱི་
འཚོ་བའི་སྤྱོད་སྤངས་ལ་རིག་གནས་ཞེས་ངོས་འཛིན་གྱི་ཡོད། དེ་ཡང་དགོས་མེད་
ཆོག་རྟོག་བསྐྱར་ཏེ་དོན་རྟོག་པོར་བསྒྲིལ་ཏེ་བརྗོད་ན། མིའི་རིགས་ཀྱི་བསམ་
པའི་ཁོངས་སྤྱོད་དང་དངོས་པོའི་ཁོངས་སྤྱོད་ཡོད་དོ་ཅག་རིག་གནས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་
འདུ་བ་ཡིན་ལ། སྤྱབས་བདེ་ཅམ་གྱིས་བཤད་ན། འགོ་བ་མིའི་འབྲུལ་སྤྱོད་ལ་རིག་
གནས་ཞེས་བརྗོད་ཀྱང་ཆོག

དེས་ན་སྤྱི་བོད་པ་ཆགས་པ་ནས་ད་བར་གངས་ལྗོངས་ས་མཐོའི་སྤྱི་བོད་
འདུས་སྡོད་བྱེད་པའི་བོད་མི་རིགས་འདིས་ཀྱང་འཛམ་གླིང་གི་མི་རིགས་གཞན་
དང་འདྲ་བར་རང་ཉིད་ཀྱི་ལག་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་
དང་དངོས་པོའི་དཔལ་ཡོན་ལྷ་ཆོགས་ཚུད་པའི་འཛམ་གླིང་ཡང་ཅེའི་རིག་གནས་
གསར་སྐྱབ་བྱས་ཡོད་ལ། དེར་རྒྱ་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་དང་འདྲ་བར་མི་ལོ་
སྟོང་ཕྱག་ལྷ་ཡན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་ཅེས་སྟོབས་པའི་མགིན་པ་གཟེངས་སུ་བཏོགས་
ནས་བརྗོད་ཆོག་པ་ནི་གནའ་རྗེས་རྟོག་ཞིབ་ལས་ར་སྤྱོད་བྱས་ཡོད། དེ་ཡང་གནའ་
རྗེས་རྟོག་ཞིབ་བྱེད་སྐབས་ད་ཕན་བོད་ལྗོངས་ཁྱོན་དུ་ས་རིམ་འབྲེལ་བ་གསལ་བའི་
དོ་ཆས་རྟོག་མའི་དུས་རབས་ཀྱི་གནའ་བྱལ་རྟོག་སོན་བྱུང་མེད་ནའང་། དིང་རི་
དང་། ཤན་ཅ། རུ་ཐོག་སྤྱི་བོད་། སྤྱི་བོད་སོགས་ནས་དོ་ཆས་རྟོག་མའི་ཁོངས་
སུ་གཏོགས་པའི་རྒྱང་བཟོས་དོ་ཆས་ཐོར་བྱ་གསར་རྟོག་བྱུང་བ་དང་། གཞིས་ཅེ་
དང་། བཀ་ཅ། ཤན་ཅ། དཔལ་མགོན། གཉའ་ནང་། འབྲོང་པ། རུ་ཐོག་ས་དགའ་
སོགས་ནས་དོ་ཆས་སྤྱི་བོད་དམར་དཔེ་དོ་གངས་ཆོག་སྟོང་ཅམ་གསར་རྟོག་བྱུང་
བ། དེ་བཞིན་ཆབ་མདོའི་མཁར་རོ་དང་ལྷ་སའི་རྒྱ་གོང་གི་དོ་ཆས་གསར་མའི་དུས་

རབས་ཀྱི་གནའ་ཤུལ་ནས་རྩོམ་དང་། རྩས་ཆས། རྩོམ་ཆས། རྩལ་ཤུལ་འབྱོར་
ཆེན་གསར་རྟེན་བྱུང་བ་བཅས་ལས་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་ལ་མི་ལོ་སྟོང་
ཕྱག་ལྷ་ཡན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པར་བདེན་དཔང་བྱས་ཡོད།

དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་ཡིག་ཐོག་རིག་གནས་ལ་ཡང་མི་ལོ་སྟོང་ཕྱག་གསུམ་ཅན་གྱི་
ལོ་རྒྱུས་ཡོད་ཅེས་སྒྲོས་ཆོག་སྟེ། 《སངས་རྒྱུས་གཡུང་རྒྱུད་བོན་གྱི་བསྟན་པའི་འབྱུང་
ཁྲུངས་》 ཞེས་བྱ་བ་ལས།

“སྟག་གཟིག་དང་། འང་ཁྱུང་། རྒྱ་གར། རྩ་ཤ་སོགས་ཀྱི་མཁས་པ་འང་ཁྱུང་སྟོང་རྒྱུད་
མཐུ་ཆེན་དང་། སེ་ཤུ་རི་དབུ་ཆེན། མེ་སྟག་ལྷེ་ཅ་མཁར་བྲ། ལྷེ་བྱིམ་ཆ་མ་རྒྱ་བཞི་ཡིས་
གཡུང་རྒྱུད་བོན་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་ཞིག་འང་ཁྱུང་མར་གྱི་སྐད་ལས་ཤུར་རྒྱལ་བོད་ཀྱི་
སྐད་རྩ་བསྟུར།”

ཅེས་དང་། འང་ཁྱུང་གི་ཡི་གེ་ནི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེས་མཛད་ཚུལ་
བོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ནམས་སུ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ལྟར། 《ལེགས་བཤད་རིན་པོ་ཆའི་
མཛོད་》 ལས། “ཡི་གེ་སྤྲུམ་རྩས་བོན་གྱི་ཁོག་ཡང་སྟབས། །ཅེས་སོགས་བྱུང་བ་ལས་
ཀྱང་ར་འཛོད་སྟབས། གཞན་ཡང་《གཟི་ཡི་སྟེང་བ་》 ལས།

“བོད་ཀྱི་འང་ཁྱུང་མར་ཡིག་སྐད་པ་དེའང་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ཐོག་མ་གཉའ་ཁྱི་བཅན་
པོའི་རྩས་སམ་དེའི་གོང་ཅན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་དགོས།”

ཞེས་བྱུང་བ་ལྟར་གནའ་རབས་མདོས་གཏོང་བ་དང་། སྤྱི་འདུལ་བ། གཡུང་
འབོད་བ། རྩ་ཐིག་གི་མོ་རྒྱག་བ། སྟན་དབུང་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱང་བརྟེན་སྟོན་གྱི་མ་སྤྱི་
ཡིག་རིགས་ཤིག་ལ་མ་བརྟེན་ཐབས་མེད་ཡིན་ལ། སྐབས་དེར་འང་ཁྱུང་མར་ཡིག་
ལ་བརྟེན་ཡོད་པ་ནི་དངོས་ཤུགས་གང་རུང་ནས་དཔོག་སྟབས།

གོང་གསལ་གནས་ལུགས་ཀྱི་སྤྱིང་ནས། སྤྱིར་ལང་ཁྱུང་ཚུད་པའི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལ་མི་ལོ་ལྔ་སྟོང་ཡན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་། བྱེ་བྲག་ལང་ཁྱུང་ཚུད་པའི་བོད་ཀྱི་ཡིག་ཐོག་རིག་གནས་ལ་མི་ལོ་སྟུ་མ་སྟོང་ཙམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་ཅེས་ཆོད་བསྟེན་པས་བྱེད་ཆོག

འོན་པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ལང་ཁྱུང་ཚུད་པའི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལ་དབྱེ་རིམ་རི་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། གཏུག་མའི་རྟལ་སྟ་སྦྱང་དང་། རྟེན་པོ་གསུམ་ཙམ་རྟེན་དབྱེ་སྟོལ་བྱུང་བ་དང་། དེ་ནས་རིག་པའི་གནས་བཅུར་དབྱེ་སྟོལ་བྱུང་བ་ཡིན་འདུག དེ་ཡང་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་ན་རིག་པའི་གནས་བཅུར་དབྱེ་བའི་སྟོལ་ནི་འཕགས་ལུལ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་བོད་ལ་དར་རྫེས་གཞི་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་རྟེན་ལྟར་ཡང་། བོན་པོ་ནམས་ཀྱིས་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་པོ་ཆེའི་རྟལ་ནས་ཀྱང་ཡོད་པར་འདོད་དེ། 《སྟན་རྒྱན་ཉི་མའི་དབང་པོ་》ལས།

ལོག་རྟོག་ཆར་གཙོད་སྦྱ་དང་ཆོད་མ་གཉིས། །

སེམས་ཅན་རྫེས་བཟུང་བཟོ་དང་གསོ་བ་གཉིས། །

ཡང་དག་ཀྱན་ཤེས་གནས་ལུགས་ཟབ་མོའི་དོན། །

འདི་ལྟ་ཤེས་ན་མཁས་པ་ཆེན་པོར་གྲགས། །

ཞེས་དང་། རིག་པའི་གནས་ཆེ་བ་ལྟའི་ཡ་གྲུལ་སྦྱ་རིག་པའི་ཁོངས་སུ་རིག་པའི་གནས་རྒྱུད་བ་ལྟ་འདུ་རྩལ་སྐྱེར་ལའང་《ཀྱན་གསལ་བྱམས་པའི་སྟོན་ལམ་》ལས།

གངས་ཀྱི་གནས་ནམས་ཤེས་པའི་སྐར་ཅིས་དང་། །

ཚོམ་པའི་རྒྱན་རྟེན་པའི་སྟན་ངག་དང་། །

མིང་གི་གནས་ལ་མི་ཚོངས་མངོན་བརྟེན་དང་། །

བཅད་ལྷག་ཆོགས་ལ་མི་སྒྲོངས་ཕྱེབ་སྒྲོར་དང་། །

སྐད་རིགས་སྒྲ་ལ་མི་སྒྲོངས་སྒྲོས་གར་དང་། །

ཞེས་སོགས་བྱང་བ་དང་། 《རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་》ལས་ཀྱང་ཆོས་
རྒྱལ་སྒྲོང་བཅའ་སྒྲུབ་པོའི་སྐོར་བརྒྱུད་སྐབས།

“རྒྱལ་བྱ་དེ་ནར་སོན་དུས་བཟོ་དང་ཆིས་དང་། རྒྱ་ཆལ་དང་རིག་པའི་གནས་ལྟ་ལ་
མཁས་ཤིང་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པར་གྱུར་པས་སྒྲོན་པོ་ནམས་ན་རེ། འོ་ཅག་ཆོའི་རྩེ་འདི་ནི་
ཡོན་ཏན་དུ་མ་ལྡན་ཏེ། སྤྱགས་ཤིན་དུ་སྒྲུབ་མོ་ཟེར་བས། མཆོན་ཡང་སྒྲོང་བཅའ་སྒྲུབ་པོ་ཞེས་
གྲགས།”

ཞེས་སོགས་བྱང་བས། དེ་ལྟར་ན་བོད་རྒྱལ་སྒྲོང་བཅའ་སྒྲུབ་པོའི་གོང་ནས་
ཀྱང་བོད་ལ་རིག་པའི་གནས་ལྟ་ལས་བརྒྱུར་དབྱེ་བའི་སྒྲོལ་ཡོད་པར་ངེས་ཤིང་། བྱང་
པར་བོན་གྱི་བསྟན་པ་དར་བ་དང་བོན་དང་འབྲེལ་བའི་བརྒྱ་ཐུག་རིག་པ་ཞིག་
ཀྱང་ཡོད་དགོས་སྤྱབས། སྤུན་མོང་མ་ཡིན་པ་སྟེ་ནང་དོན་རིག་པ་ལུད། དེ་བྱིངས་
སྤུན་མོང་རིག་གནས་ནམས་ལ་བན་དང་བོན་གྱི་དབྱེ་བ་ཆེར་མེད་པས་སྒྲིགས་སྒྱུར་
འཐེན་འཁྱེར་གྱིས་སྤྱགས་འཇུགས་ནས་མ་བཟུང་པར་བརྒྱུད་གཞི་དེའི་ཐད་སྤྱད་
ཆར་སྒྲིགས་ཀྱན་ནས་རྟོག་དཔྱད་གནད་སྒྲིན་བཞིས་ཏེ་ཆོད་བསྐྱེམས་ཡང་དག་པ་
ཞིག་ཀྱང་འཛོག་དགོས་ངེས་ཡིན།

གཉིས་པ། བོད་གྱི་རིག་གནས་ཀྱི་སྒྲོ་དབྱེའི་རང་བཞིན།

ཁོ་པོས་འདིར་བརྒྱུད་པར་བྱ་བའི་“སྒྲོ་དབྱེའི་རང་བཞིན་”ཟེར་བ་ལ་ནང་དོན་

གཉིས་ཡོད་དེ། གཅིག་ནི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱིས་འཛམ་གླིང་ས་གནས་ཁག་དང་
མི་རིགས་ཁག་གི་རིག་གནས་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་རིམ་ཐེབས་ཡོད་པའི་སྐོར་དང་། གཉིས་
ནི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལ་འཛམ་གླིང་ས་གནས་ཁག་དང་མི་རིགས་ཁག་གི་རིག་
གནས་ཀྱིས་ཤུགས་རྒྱུན་རིམ་ཐོག་ཡོད་ཚུལ་སྐོར་རོ། །

༡. རིག་གནས་ཀྱི་གཤིས་ཀ་ནི་མྱིར་སྟོགས་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས་པས། སྐོར་དབྱེ་
དང་སྐལ་རེས་ནི་རིག་གནས་འབྲུག་རྒྱ་གཏོང་བ་དང་དར་རྒྱས་སུ་གཏོང་བའི་
ལམ་བུ་ཉག་གཅིག་ཡིན་ན། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་རིང་པོའི་ཁྲོད་བོད་མི་རིགས་ཀྱིས་
ཀྱང་འཛམ་གླིང་རྒྱལ་པོའི་རིག་གནས་ཀྱི་འགོས་དང་བརྟུན་པའི་སྐོར་ནས་སྤྱི་འོང་
རིག་གནས་ལ་སྐོར་དབྱེའི་རྣམ་འགྱུར་བརྒྱུད་ཡོད་ལ། རྣམ་མཚུངས་སྤྱི་སྟོགས་རིག་
གནས་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་བཟོ་གང་ཐུབ་བྱས་ཡོད། མ་གཞི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱིས་
སྤྱི་སྟོགས་རིག་གནས་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་རིམ་ཐེབས་ཤུགས་སྐོར་ཞིབ་པར་སྒོས་
པའི་དགོས་པ་ཆེར་མ་མཐོང་ཡང་། སྐབས་འདིར་དགོས་པའི་དབང་རྒྱ་མཛད་ཅུ་མདོ་ཅུ་
བཅོད་ན། འཛམ་གླིང་ཐོག་བོད་ཡིག་ཁྱབ་སྤྱོད་བྱ་བའི་ས་ཁུལ་ནི་གིན་རྒྱ་རྒྱ་ཆེ་བ་
ཞེ། མྱིར་སྟོད་མངའ་རིས་སྐོར་གསུམ། བར་དབུས་གཙང་རྒྱ་བཞི། སྤང་མདོ་ཁམས་
སྤང་རྒྱལ་ཞེ་བོད་རིགས་འདུས་སྟོད་བྱ་ཡུལ་གྱི་ས་ཁུལ་སྤྱི་དང་། བྱེ་བྲག་འབྲས་
སྟོངས་དང་། འབྲུག་པ། ལ་རྒྱལ་ས། མོན་པ། ཤར་པ། རྩ་མང་སོགས་སུའང་བོད་
ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཡོངས་ཁྱབ་རྒྱ་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་པ་ཐུང་། དེ་མིན་སོག་པོའི་ཡུལ་རུའང་
མདོ་སྟགས་ཆོས་དང་འབྲེལ་ཡོད་རྣམས་བོད་ཡིག་རང་གི་ཐོག་ནས་སྟོག་འདོན་
བྱེད་པ་དང་། སྤར་འབར་མ་བ་རྣམས་ཀྱང་བོད་རིགས་ལས་མཆོད་པར་བཤད་
སྟབས། འབར་མའི་སྐད་དང་བོད་སྐད་བར་འབྲེལ་བ་ཉ་ཅང་ཟབ། དེ་བཞིན་ཨང་
ཀའི་སྐོར་ནས་བཤད་ནའང་། བོད་པའི་ཨང་གི་དེ་ཨ་རབ་ཀྱི་ཨང་གི་དང་འདྲ་
འབྲེལ་ཆེ་ཞིང་། ཨ་རབ་ཨང་གི་དེ་ཡང་རྒྱ་གར་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་པར་གྲགས་ན་ཆུ་

མགོ་གངས་ལ་ཐུག་པ་ཇི་བཞིན། བོད་ཀྱི་ཨང་གི་དེ་ལྟ་གར་བརྒྱད་ཨ་རབ་ལ་ཕར་
 དར་བ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་ལྟ་གར་གྱི་ཨང་གི་དེ་ཨ་རབ་དང་བོད་སྒྲིགས་སོ་སོར་
 དར་བ་སོགས་གང་ཡིན་ལ་བརྟག་དགོས་ཀྱང་། འོན་ལ་བོད་དང་། ལྟ་གར། ཨ་
 རབ་བཅས་གསུམ་གྱི་ཨང་གི་འི་བར་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཡོད་པར་ངེས་ཤིང་། དེ་
 བཞིན་གྲངས་འདྲིན་བྱེད་སྐྱབས་ཐད་ལའང་བོད་དང་ཉི་ཉོད་གི་གྲངས་གཅིག་ནས་
 བཅུ་བར་ཤིན་ཏུ་འདྲ་བོ་ཡོད་ཚུལ་སོགས་སྒྲིགས་མང་པོའི་ཐོག་ནས་འཛམ་གླིང་
 གི་ལ་རྒྱས་ཐོག་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱིས་ཨེ་ཤེ་ཡ་ཤར་རུབ་དང་ཡོ་རོབ་ཤར་རུབ་
 སོགས་འཛམ་གླིང་ས་གནས་ཁག་དང་མི་རིགས་ཁག་གི་རིག་གནས་ལ་ཤུགས་སྒྲིན་
 ཇི་ལྟར་ཐེབས་ལུགས་མངོན་ཐུབ། དེ་ཡང་འཛམ་གླིང་གི་རྒྱལ་ཁབ་གང་ཞིག་དང་
 མི་རིགས་གང་ཞིག་གི་རིག་གནས་གང་ཞིག་ཡིན་ཅུང་ཆབ་སྲིད་དཔལ་འབྱོར་གྱི་
 མང་གཞི་དང་ཁ་བྲལ་ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཀྱབ་པའམ་དར་རྒྱུད་ཏུ་སོང་བ་ཞིག་མིན་
 བ། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱིས་འཛམ་གླིང་ས་གནས་གཞན་དང་མི་རིགས་གཞན་གྱི་
 རིག་གནས་ལ་ཤུགས་སྒྲིན་ཐེབས་འགོ་ཚུགས་པའི་རུས་ནི་བོད་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་དང་
 དཔལ་འབྱོར་མངའ་ཐང་རྒྱས་འགོ་ཚུགས་པའི་རུས་སྐབས་ལ་ངོས་འཛིན་དགོས་
 པས། དེ་ཡང་ཐུ་སྟོང་བཅན་པོའི་སྐབས་ཙམ་ལ་རིགས་འདེད་བྱས་ན་ཆོག་
 ཅིང་། 《ཡིག་ཆ་མ་རྒྱ་རྩས་སྤེལ་》ལས་“དེར་གི་རུས་ལ་སྟོབས་ཤུགས་ཏ་ཅང་ཆེ་
 བ་ནི་ཐུ་སྟོང་ལས་མེད་” ཅས་དང་། 《ཐང་ཡིག་གསར་རྟེན་》ལས་ཀྱང་“རུབ་འཛང་
 གི་ས་ཆར་ཐུ་སྟོང་གྱི་སྟོབས་ཤུགས་ནི་ཏ་ཅང་ཆེ་”ཞེས་པ། དེ་བཞིན་མཁས་དབང་
 དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་མཛད་པའི་《རྒྱལ་ཁབ་ས་རིག་པས་བསྐྱར་བའི་གཏམ་
 རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ་》ལས་ཀྱང་།

“རྒྱལ་པོ་སྟོང་བཅན་གྱིས་དབང་བརྒྱུར་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ས་རིག་པས་བསྐྱར་བའི་གཏམ་ལ་

ཞེས་བྱུང་ཞིང་། དེ་དག་ལས་སྤྱི་ཚུན་བཅའ་པོའི་སྐབས་ཆབ་སྲིད་དཔལ་འབྱོར་
སྐབས་སྤྱི་ཐོག་གང་ཅིའི་སྐྱབས་སྤྱན་མངོན་བྱུང་ཅིང་། དེ་ལྟ་བུའི་ཆབ་སྲིད་དཔལ་
འབྱོར་གྱི་ཆར་གཞི་དང་ལྡན་པའི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་དེས་ཀྱང་མཐའ་བཞིའི་རྒྱལ་
ཁབས་ཀྱིས་མཚོན་པའི་འཛམ་གླིང་མི་རིགས་ཁག་དང་ས་གནས་ཁག་གི་རིག་གནས་
ལ་དངོས་སྤྱན་གང་རུང་ནས་སྤྱན་རྒྱུན་མི་དམན་པ་ཞིག་ཐེབས་པ་ནི། ལལ་པོའི་
མེད་མ་ཐོས་ཀྱང་། །ཁ་དོག་ཉིད་ལས་ཐོ་བ་ཤེས། ཞེས་པའི་དཔེ་ལྟར་རོ། །

१. མི་རིགས་ཅི་འདྲ་ཞིག་གི་རིག་གནས་གང་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། སའི་གོ་ལ་
 འདྲི་སྟེང་ཏུ་གནས་པའི་རིག་གནས་ཤིག་ཡིན་དགོས་ལ། སའི་གོ་ལ་འདྲི་སྟེང་
 ཏུ་གནས་པའི་མི་དང་མིའི་བར་ལ་དངོས་བརྒྱད་སྤྱ་རགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་གང་ཏུང་
 ཞིག་ཡོད་པའི་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་སྟེང་ནས། སའི་གོ་ལ་འདྲི་སྟེང་གནས་པའི་མི་
 རིགས་ཅི་འདྲ་ཞིག་གི་རིག་གནས་དེར་ཡང་མི་རིགས་གཞན་མའི་རིག་གནས་ཀྱི་
 རྒྱགས་སྟེན་སྤྱ་རགས་གང་ཡང་ཏུང་བ་ཞིག་ཐོག་ཡོད་པར་གྱུ་བ་ཅིང་། རང་ཅག་
 ཐོད་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་དེ་ཡང་མི་རིགས་གཞན་ཀྱི་རིག་གནས་དང་འདྲ་བར་
 རྒྱར་མེད་པ་ནས་ཡོད་པར་གྱུར་པ་དང་། རྒྱར་བ་ནས་ཆེ་བར་གྱུར་པ། འཕུས་སྟོ་མི་
 ཚོང་བ་ནས་ཚོང་བར་གྱུར་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས་ན། ལོ་རྒྱུས་ཏུས་ལུན་རིང་པོའི་ནང་
 རང་ལུལ་རིག་གནས་དང་སྤྱི་འོང་རིག་གནས་བར་འགྲན་རྩོད་དང་སྟེལ་རེས་ཟམ་