



བྱི་ལོ་ ༡༠༠༠ ལོར་སྐུབ་ལྷ་བཅེ་ཆེན་བསམ་གཏན་གྱི་རྩོད་ཁྱེད་མཛད་སྤོང་སྐབས་ཀྱི་ལོན་གདུང་ལྟོ་ན་  
 བཟུང་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་དང་། སྐུབས་ཆེ་ལོན་གདུང་ཨ་པི་ཀྱི་ཏ་བཟུང་རིན་པོ་ཆེ། ལྷ་བསམ་མགོན་ལོན་མ་གྱི་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ།  
 ལྷ་བསམ་མགོན་ལོན་མ་གྱི་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ། ལོན་ས་ལྷ་བསམ་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ལྷ་བསམ་ཆེ་བཙོ་བཀུད་ཀྱི་ཆེན་རིན་པོ་  
 ཆེ་མཆོག་ནམས་ཀྱི་སྐུན་ལྷ་ར་ར་འཆམ་གཟིགས་འབུལ་ཁུ་བཞིན་པ།

གོང་དཀར་ཕྱགས་ཀྱི་གར་འཆམ་དང་། ར་འཆམ་སྒོར་སྒྲིང་ག།<sup>[1]</sup>

▣ འཇམ་དཔལ་དགའ་བ།, མཛོ་གསལ་རྟོག་ལྷུ་བ། {གོང་དཀར་ཆོས་ལྷ།}

Mathias Fermer {University of Vienna}

འཇམ་མགོན་ས་སྐྱ་པའི་ཏས། ར་བོ་ཆེ་ལ་བསྟོད་པ་ལས།

འགྲོ་བའི་སླ་མ་སྲིད་གསུམ་སྟོན་པར་གྲགས། །

འཆི་མེད་དབང་པོའི་ཆོས་རྒྱུ་མཐོ།

དམ་པའི་སྐྱེ་བོ་མཁས་པ་རྣམས་ལ་གསལ། །

དགེ་བའི་སྒྲ་དབྱངས་སྟོགས་བརྩུར་གྲགས་པར་ཤོག །<sup>[2]</sup>

ཅེས་མོགས་གསུངས་པ་མཚོད་བརྗོད་ཏེ་བོང་དཀར་ལུགས་ཀྱི་གར་འཆམ་དང་། བོང་དཀར་ར་འཆམ་གྱི་སྒྲོར་མདོར་  
ཅེས་སྟེང་བར་བྱལོ།

[illegible]

2 རེ་པ་འཛོད་པ་སྤྱི་ལམ་དྲངས་པ། ཤོག་གྲངས། ༤༩༦.༥.༢. [...] ར་པོ་ཆེ་ལ་བརྟེན་པ་ཤོར་གི་འདོམ་མཁུན་དེ་གསུངས་པ་ནི་(ཤོག་གྲངས། ༤༩༦.༥.༤༩.༦) ཉེ་བར་  
ཕན་ལ་ཡིད་འོང་སྒྲ། རྒྱལ་པ་ལུན་ཏུ་མེ་ཆོས་གཙོང་། རྣམས་པའི་སྤྱིང་ལ་ཆར་བཞིན་འབབ། རྣམས་ཅད་མཁྱེན་པ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་། །དེ་ཉིད་ཚུལ་འཛིན་  
ཆོས་ཀྱི་ན། །བདུད་མེད་སྤྱད་པ་རབ་འགྱུ་མེད་། །ཡུ་སྟེགས་ཀྱི་དང་པའི་ར་ཆུལ་འཛོམས། ཆོས་མིན་སྟོན་པ་ལུན་འཕྱིན་ཀྱི་དང་། །དམ་པའི་ཆོས་སྤྱོད་གཏུག་  
ལག་ཁང་གི་ཆུན། །དགའ་བརྟེན་འདུ་པ་དགེ་འདུན་འཕོད་པའི་དབྱངས། །འཆལ་པའི་གང་ཟག་ཕྱི་རོལ་སྟོན་པའི་སྒྲ། །ཁོས་བརྟོན་འདུས་ལ་དགེ་བ་སྟོན་ཅེས་  
སྒྲུལ། །ཤིང་པགས་བྱམས་དང་སྤྱིང་རྩེད་རང་བཞིན་ལ། །གཟེར་བྱ་བྱ་ག་དགའ་དང་བཏར་སྟོམས་ཚུལ། །ཁོང་པ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་རབ་བཞིན་ཉིད། །དབྱ་  
ལུ་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་བྱང་འབྲེལ་བ། །ཞུག་བསམ་དག་པའི་སྤྱེས་བྱས་བསྐུལ་བ་ན། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་ཟབ་མོད་སྤྱི་དབྱངས་ཅན། །ད་ཉིད་གང་ཆུངས་  
བྲ་ག་རྩ་ཤིད་སྒྲ། །ར་པའི་བ་མེ་རྟག་མདའ་འཛོམས་པ། །གང་ལ་སྤུར་ཡར་ན་མི་ཏ། །(༤༩༦) ལྷོ་ཕྱི་རྟེན་པར་སྤྱད་ཀྱི་སྤྱད་པ་འགྱུ་མེད། །གང་གི་མཆན་མོ་  
བྱང་ཆུབ་ཤིང་དབང་དྲུང་། །འཛི་མེད་བཞེས་པ་དེ་ལི་གསུང་རབ་ཆུལ། །གང་དག་སྤྱིན་སྤྱི་ཐེལ་གཤོར་ར་པོ་ཆེ། །སྤྱོད་དང་བུང་རབ་བརྟོན་པའི་སྤྱོད་པ་དང་། །  
འདྲི་སྤྱོད་ཅོས་དང་ཆེད་ཏུ་འཛིན་པ་གང་། །དེ་ལུན་ཆུལ་པའི་ཞིང་ལམས་མ་ལུས་པར། ཆོས་ཀྱི་ཆུལ་པའི་ཤོ་འཕད་ཐོབ་ཐོབ་ནས། ཆོས་སྤྱོད་ཆུགས་པའི་ཆོས་  
མཛོད་ཐོབ་པར་ཤོག །

## ༡། མདོ་རྒྱུད་བརྟན་བཙུག་ལས་སྤྱ་གར་གསུངས་པ་དང་། ཞར་བྱང་འཇིག་རྟེན་བྱན་མོང་གི་སྤྱ་གར་གྱི་ཕན་ཡོན།

སྤྱི་མདོ་ལས་རབ་རྩ་བྱང་བ་ནམས་ཀྱིས་སྤྱ་གར་བྱེད་པ་བཀག་ཀྱང་། བྱི་བྱག་དགོས་པ་བྱང་པར་ཅན་རྩ་སྤྱ་གར་བྱེད་པ་གནང་བ་ཡིན་ཏེ། མདོ་རྩ་བ་ལས། རྟོན་པའི་ཡོན་ཏན་ཡང་དག་པར་བསྒྲགས་པ་དང་། རྒྱན་ཆགས་གསུམ་པ་གདོན་པ་ལ་དབྱངས་ཀྱི་ར་རོ་བྱལོ།<sup>[3]</sup> ཞེས་དང་། རྒྱུ་འོད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ཀ་རི་ཀ་སྤྱུ་བརྒྱ་པ་ལས། ཆོས་སྒྲོགས་བྱེད་པའི་སྤྱ་ནི་ཉེས་པ་མེད། རྟོན་པའི་ཡོན་ཏན་སྒྲོགས་པའང་དེ་བཞིན་ནོ། །དམ་ཆོས་ཆེད་རྩ་སྤྱ་ནི་མི་ཤེས་ན། །དབེན་པར་སོང་ཏེ་རབ་རྩ་བསྐབ་པར་བྱ།<sup>[4]</sup> ཞེས་དང་། གསང་སྤྲགས་ཀྱི་གཞུང་ལས་མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལོ་འཕང་སྐབ་པའི་ཐབས་སུ་སྤྱ་གར་བྱ་བ་ཡང་གསུངས་ཏེ། དཔལ་གྱི་རྩོ་རྗེའི་བཤད་རྒྱུད་རྩོ་རྗེ་གྱུར་ལས། རི་སྐད་དུ། གར་དང་སྤྱ་ལ་རབ་ཞེན་པའི། བེམས་ཅན་རྣམས་ནི་བསྐྱ་བའི་ཕྱིར། །སངས་རྒྱས་གར་མཉན་ལོལ་པ་མཛད། །སངས་རྒྱས་གར་མཉན་རྩོ་རྗེ་ཡིས། །འདྲོད་ཆགས་ཅན་གྱི་བྱང་ཆུབ་སྐབ་སྤྱ།<sup>[5]</sup> ཅེས་དང་། སངས་རྒྱས་འབྲས་བུ་འདྲོད་པ་ཡིས། །བདེ་དང་རངས་ཤིང་གར་དང་ནི། །སྤྱ་དང་རོལ་མོའི་སྤྱ་བྱེད་པས། །འི་དང་སྤང་བ་བྱག་པ་ཡིས། །རིག་པའི་རྒྱལ་པོ་རབ་རྩ་འབྲུབ།<sup>[6]</sup> ཅེས་དང་། རི་སྐད་གར་གྱི་བརྟན་བཙུག་སྤྱ་བྱེད་པའི་ཆ་ལྷགས་བརྩོད་པ་ནི། །དེ་སྐད་རྩོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་ཡི། །སྤྱ་པས་བྱང་ཆུབ་སྐབ་པའི་ཐབས།<sup>[7]</sup> ཅེས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱུར་སྤྱ་གར་བྱ་བ་བརྟན་ཏོ། །གཞན་ཡང་གསང་སྤྲགས་ཀྱི་གཞུང་ལས། སྤྱ་གར་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་སྐབས་སུ་འང་རང་གཞན་བསྐྱང་བ་ལ་སོགས་དགོས་པ་རྩ་མ་འབྲུབ་པ་གྱི་རྩོར་རྩ་རྒྱུད་ལས། རྩོ་རྗེ་ཆོས་དང་སངས་རྒྱས་དང་། །རྒྱལ་འབྱོར་མ་དང་མ་མ་ཡིས། །སྤྱ་དང་གར་ནི་འདི་དག་གིས། །ལེགས་པར་སྤྱ་སྤང་གར་ཀྱང་བྱ། །འདི་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ཆོགས་བསྐྱང་ཞིང་། །དེ་བཞིན་བདག་ཀྱང་བསྐྱང་བ་ཉིད། །འདིས་ནི་འཇིག་རྟེན་དབང་རྩ་བྱེད། །འདིས་ནི་སྤྲགས་ཀྱི་བསྐྱས་པ་ཉིད།<sup>[8]</sup> ཅེས་རང་གཞན་བསྐྱང་བ་དང་། འཇིག་རྟེན་དབང་རྩ་བྱ་བ་སོགས་ཕན་ཡོན་མང་རྩ་བྱང་བར་གསུངས་སོ། །

3 འདུལ་བའི་མདོ། ཤོག་གངས། ༤༩བ.ཉ.

4 འཕགས་པ་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྱ་བའི་དགེ་ཚུལ་གྱི་ཆོག་ལེན་བྱས་པ། ཤོག་གངས། ༥༠ན.༡-༣.

5 འཕགས་པ་མཉན་འགྲོ་མ་རྩོ་རྗེ་གྱུར་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོའི་བརྟན་པ། ཤོག་གངས། ༩༩བ.༥-༦.

6 འཕགས་པ་མཉན་འགྲོ་མ་རྩོ་རྗེ་གྱུར་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོའི་བརྟན་པ། ཤོག་གངས། ༡༡ན.༩.

7 འཕགས་པ་མཉན་འགྲོ་མ་རྩོ་རྗེ་གྱུར་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོའི་བརྟན་པ། ཤོག་གངས། ༡༠ན.ཉ.

8 གྱིའི་རྩོ་རྗེ་མཉན་འགྲོ་མ་དུ་བའི་ཕྱི་མ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ། ཤོག་གངས། ༡༡བ. ༥-ཉ.

འཇིག་རྟེན་སྤྱོད་མོང་ལའང་སྤྱོད་གར་གྱི་དགོས་པ་དང་ཕན་ཡོན་ཅི་ཙམ་ཡོད་པ་ནི། ཚས་རྗེ་ས་པཌ་གྱིས་རྣམ་ཐོང་བསྟན་བཅོས་  
ལས། དད་ལྡན་ནམས་ཀྱི་མཆོད་པ་དང་། །བཀྲེན་པ་ནམས་ཀྱི་འཚོ་བ་དང་། །ཆགས་ཅན་ནམས་ཀྱི་ཡིད་གཡོ་བ། །དེ་ཀྱན་རྣམ་  
མོ་མཁས་ལས་འབྱུང་། །ཞེས་དང་། །གང་ན་ཐོད་དང་སྤྱོད་གསར་དང་། །གར་དང་རྣམ་ཐོང་སྤྱོད་ཡོད་པ། །དེ་ན་མུ་རན་ཡོད་མེན་  
པས། །དེས་ན་རྣམ་ཐོ་བསྟགས་པ་ཡིན།<sup>[9]</sup> །ཞེས་ཡར་དཀོན་མཆོག་མཆོད་པ་དང་། །མར་སྤྱོད་ལ་དགའ་བའི་སྤྱོད་པོ་ནམས་ཀྱི་  
ཡིད་འགྲུག་པ། །བར་དུ་སྤྱོད་གར་བྱེད་མཁན་རང་ཉིད་ཀྱི་འཚོ་བ་དོན་དུ་གཉེར་བ་ཐམས་ཅད་སྦྱོབ་པ་དང་། །བྱང་པར་སྤྱོད་གར་ལ་  
བརྟེན་ནས་སྤྱོད་པོའི་ཡིད་ཀྱི་མུ་རན་མེལ་བར་རྒྱས་པས་ཐམས་ཅད་གྱིས་སྤྱོད་གར་ལ་དགའ་ཞིང་བསྟགས་པ་ཡིན་ནོ། །

## ༡༥ སྤྱིར་བོད་དུ་གར་འཆམ་དར་བ་དང་། རྗེ་རྗེ་གདན་པ་ཀུན་དགའ་རྣམ་ཐུལ་གྱིས་ གར་འཆམ་ཕྱག་བཞེས་མཛད་པའི་སྐོར།

སྤྱིར་བོད་དུ་ཐོག་མར་བོན་གྱི་འཆམ་དར་བར་མཛད་ཞིང་། རང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ནམས་ལ་ནི་བསྟན་པ་སྤྱོད་གར་གྱི་སྐབས་  
གསང་སྟགས་རྟིང་མའི་འཆམ་གྱི་རིགས་ཡོད་ངེས་པ་དང་།<sup>[10]</sup> གསང་སྟགས་གསར་མ་ལ་ནི་ཀུན་མཁྱེན་དུ་སྟོན་གྱིས་(1290-1364)  
རྗེ་རྗེ་གུར་དང་། ཡོ་ག་ལས་བཤད་པའི་གར་དར་བར་མཛད་ལ།<sup>[11]</sup> དཔལ་ལྷན་ས་སྤྱོད་པ་ལ་ནི། ཚས་རྗེ་བླ་མ་དམ་པ་བསོད་ནམས་  
རྒྱལ་མཆོན་(1312-1375)གྱི་ཕྱག་བཞེས་ནི། དེའི་སྒྲོབ་མ་མཆོད་དཔོན་ཤེས་རབ་སྣང་བའམ་བླ་མ་བསོད་ནམས་དཔལ་<sup>[12]</sup>གྱིས་ཡི་  
གར་བཀོད་ནས་ཚས་རྗེ་ཉིད་ཀྱི་བྱང་དུ་ཞུས་དག་མཛད་པ་ལུས་བསྐྱར་སྣང་བ་བཞིན་མཛོད་བརྒྱད་མ་ཉམས་པར་དར་<sup>[13]</sup>རྒྱལ་

9 རྣམ་ཐོང་བསྟན་བཅོས། ཤོག་གངས། ༡༩-༢༠, ༡༡-༡༢.

10 གར་འཆམ་གྱི་སྐོར་མདོ་ཙམ་ བྱང་དགའ་ཚོག་མཛོད་ཆེན་མོར་ ཤོག་གངས། ༤-༥, ༡༡ གསལ་བས་དེར་གཟིགས། གཞན་གར་འཆམ་སྤྱི་རྣམ་བཞག་དང་།  
སྤྱོད་མོང་དུ་དགོས་པའི་ཡན་ལག་གི་སྐོར་མདོ་ཙམ་རྒྱལ་ཁྲིམས་བཟང་པོས་མཛད་པའི་ གར་འཆམ་དག་དྲན་གསལ་བྱེད་རྒྱན་གཅིག་ནོར་བུའི་བྲང་མཛོས།  
ཤོག་གངས། ༢༢-༢༣ རང་གསལ་བས་དེར་གཟིགས།

11 དཔལ་ལྷན་དུ་བཟང་པོའི་འཆམས་ཀྱི་བཞེད་བྱང་ལྟའི་རྣམ་གར། ཤོག་གངས། ༢༣.

12 ཨ་བྲེས་ཞབས་ཀྱི་དཔལ་ས་སྤྱོད་པའི་ཕྱག་བཞེས་ཀྱི་རྣམ་བཤད་ནང་ཤེས་རབ་སྣང་བ་དང་། བསོད་ནམས་དཔལ་གཉིས་གང་ཟག་གཅིག་ལ་ངོས་འཛིན་  
མཛད་པ། བཅོམ་ལྡན་འདས་རྗེ་རྗེ་གཞོན་ནུའི་གདམས་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་རྒྱ་པོ་ཆེན་པོ་སྤྱོད་པའི་ཐབས་གྱིས་རྣམ་པར་བཤད་པ་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་པསྒྲོ་རབ་དུ་  
རྒྱས་པའི་ཉིན་བྱེད། ཤོག་གངས། ༢༤-༢༥ ལ་གཟིགས།

13 རྗེ་རྗེ་གདན་པ་ཀུན་དགའ་རྣམ་ཐུལ་གྱིས་ རྗེ་རྗེ་གུར་གྱི་བཤད་པ་ཀུན་བཟངས་རྣམ་པའི་དཔུང་གཉེན། ཤོག་ཞེབས། ༡༤-༡༥ ལས་ "ཚས་རྗེ་ཐམས་ཅད་  
མཁྱེན་པ་དམིགས་པ་མེད་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ་དེ་དག་གིས། ཐུགས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་སྐལ་ལྡན་གསུལ་བྱ་ལ་དགོངས་ཏེ། གར་འདྲིའི་ཕྱག་ལེན་  
ཡོད་པའི་གནས་སུ་སྒྲོབ་དུ་བཏང་ཞིང་མཁས་པར་བསྐྱབས་ཏེ་སྤྱིར་འདས་ནས་ཀྱང་། ཚས་རྗེ་ཉིད་ཀྱིས་ཕྱག་ལེན་གྱིས་ལན་དུ་གཏན་ལ་ཕབ་ནས། སྒྲོབ་  
མའི་མཆོག་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེ་བསོད་ནམས་དཔལ་སྤྱོད་ཀྱི་བསྟན་འཛིན་དུ་ལྷང་བསྟན་ཐོབ་པ་དེས་ཡི་གེར་བཀོད་ནས། བྱང་ཉིད་དུ་ཞུས་གཏུགས་བཞིས་  
ཏེ། དེང་སང་བོད་ན་ཕྱག་ལེན་མཛོད་བརྒྱད་མ་ཉམས་པའི་གར་ནི་འདྲི་ཁོ་ནར་སྣང་གི་" སོགས་གསུངས་སོ། ། གཞན་ཡང་ རྗེ་རྗེ་གདན་པ་ཀུན་དགའ་རྣམ་ཐུལ་གྱི་  
གསན་ཡིག་ནང་ཚས་རྗེ་བླ་མ་དམ་པས་འཆམ་ཡིག་གཉིས་མཛད་པ་བྲིས་ཡོད། ཤོག་གངས། ༡༤-༡-༢ གསལ།

དབང་ལྷ་པ་ཆེན་པོས་མཛོད་དཔོན་ཤེས་རབ་སྒྲུང་བའི་འཆམ་  
དཔེ་ལུས་བསྐྱར་སྒྲུང་བ་དེ་ཉིད་ལུས་པའི་ཕྱག་བཞེས་ཀྱི་བརྒྱུད་  
པའི་ནང་གཙོ་བོ་ཞིག་ཏུ་གསུངས།<sup>[14]</sup>

ཕྱིས་དུས་རབས་བཙུ་པའི་ནང་དབུས་ཀྱི་ཚུགས་སུ་ས་སྐྱ་པའི་  
སྤགས་ཀྱི་བསྟན་འཛིན་རྩི་རྩེ་གདན་པ་ཀུན་དགའ་རྣམ་རྒྱལ་  
(1432–1496) ཀྱིས་ཆོས་བརྒྱུད་དེ་གཉིས་ཀའི་སྤགས་ཀྱི་ཕྱག་བཞེས་  
གསན་སྦྱོར་ལུ་ཕྱིན་པ་མཛོད་པར་བཞེན་གོང་དཀར་ལྷགས་  
ཀྱི་གར་འཆམ་དག་ནི་བུ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེ་ལས་བརྒྱུད་པའི་བུ་ལྷགས་  
དང་། ཆོས་རྩི་ལྷ་མ་དམ་པ་དང་དེའི་སྦྱོར་བརྒྱུད་ལས་བྱུང་བའི་ས་  
ལྷགས་ཀྱི་བརྒྱུད་པ་གཉིས་ལས་བྱུང་བཞེས་བརྗོད་ཆོག་སྟེ།  
རྩི་རྩེ་གདན་པ་ཀུན་དགའ་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་བུ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེའི་སྦྱོར་  
བརྒྱུད་འཛིན་པ་ཞུ་ཤར་ཆེན་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཛོད་(1404–1473)  
ཞབས་ལ་གཏུགས་ནས་དུས་འཁོར་དང་རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད་ཀྱི་ཕྱག་  
བཞེས་ལ་སྦྱོབ་གཉེར་མཛོད།<sup>[15]</sup>



རྩི་རྩེ་གདན་པ་ཆེན་པོའི་ཞབ་ཐོང་པ་ཞིག་སྐྱ་དཔོན་ཏུ་བཞུགས།

ཆོས་རྩི་ལྷ་མ་དམ་པའི་སྦྱོར་བརྒྱུད་བྲག་ཐོག་པ་དཔལ་འཛིན་བཟང་པོའི་བྱུང་ལུས་པ་སོགས་ཀྱི་གར་འཆམ་དབྱངས་ལ་སོགས་  
པར་སྦྱོབ་གཉེར་མཛོད།<sup>[16]</sup>

ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་རྩི་རྩེ་གདན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱ་ན་ཆུང་ཏུ་ནས་གར་འཆམ་ཀྱི་ཕྱག་བཞེས་བར་མ་ཆད་པ་མཛོད་ཅིང་།<sup>[17]</sup>  
རིམ་བཞིན་དེའི་ཚུལ་སྟོན་པའི་སྐྱ་གར་ཀྱི་བསྟན་བཙུག་མཛོད་པ་ནི།<sup>[18]</sup>

14 དཔལ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་འཆམས་ཀྱི་བརྗོད་བྱུང་ལྟའི་རོལ་གར། ཤོག་གྲངས། ༥༩༩ ལ་ལུས་བསྐྱར་སྒྲུང་བ་ཞེས་པའི་འཆམ་ཡིག་ལ་གཞི་མཛོད་པ་གསལ།

15 རྩི་རྩེ་གདན་པ་ཀུན་དགའ་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་གསན་ཡིག་ཤོག་གྲངས། ༡༩༩-༡༩-༡༩: "མདོར་ན་རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད་འདི་སྟོར་ཀྱི་ཕྱག་བྲིད། གར་དབྱངས། ཐིག་ལ་སོགས་པ་མ་  
ཆང་བ་མེད་པར་གནང་བས། ཆོས་འདི་པ་ལ་མཁས་པ་བདག་ཅག་གྱུར་པ་ཉིད་དོ།" ཞེས་གསལ། དེ་ཡང་དཔལ་རྩི་རྩེ་གདན་པ་ཆེན་པོའི་ཐབ་མོའི་ཆོས་སྟོར་  
རྣམས་བྱུང་བའི་ཚུལ། སྤྲད་ཆ། ཤོག་གྲངས། ༡༡-༩.

16 དཔལ་རྩི་རྩེ་གདན་པ་ཆེན་པོའི་ཐབ་མོའི་ཆོས་སྟོར་རྣམས་བྱུང་བའི་ཚུལ། སྤྲད་ཆ། ཤོག་གྲངས། ༡༠-༩.

17 རྩི་རྩེ་གདན་པ་ཀུན་དགའ་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་ཐར། ཤོག་གྲངས། ༩༩-༡-༩.

18 གཞན་ཡང་ཐུན་མོང་རིག་གནས་ཀྱི་རྒྱུད་འཛིན་འགའི་སྐྱ་བྲིས། ཤོག་གྲངས། ༩༩-༩༩ དེར་གཟིགས།



༡༥ རྩོམ་པ་གྲུ་བཟང་ས་ལོ་པའི་དཔྱད་གཞིན།<sup>[19]</sup>

༡། ཟུག་མེན་གྱི་རིམ་པ་ཀུན་བཟངས་རོལ་པའི་བརྗེད་བྱང་མཐོང་བ་དོན་རྣམ།<sup>[20]</sup> [བརྒྱུར་མཆན་དོ་རྗེ་གདན་པས་མཛད་པ།]

3) དཔལ་མགོན་ཞལ་བཞི་པའི་གཏོར་ཆེན་གྱི་འཆམས་ཡིག<sup>[21]</sup>

༤། དཔལ་མགོན་ལལ་བཞི་པའི་གཏོར་ཆེན་གྱི་འཆམ་ཡིག་གི་ལལ་ཤེས།<sup>[22]</sup>

༥༧ སུ་ཏྲ་མིང་སྲིང་རུ་འདྲེན་དང་བཅས་པའི་འཆམས་ཡིག་<sup>[23]</sup>

༥༽ ཏུས་འཁོར་གྱི་གར་ཡིག་ཅུང་མ་རྫོགས་པ།<sup>[24]</sup>

ལྟེན་རྒྱ་རྩེ་མོའི་ས་ཆོག་རྒྱས་པའི་གར་ཡིག་<sup>[25]</sup>

19 མ་དཔེ་པར་མ་མི་འདྲ་བ་ ༡ ཡོད་ཅིང་། འོག་ཟེམས། ༡༠ ཡོད་པ་མ་སྐྱོད་ལུགས་ཀྱི་ཚོས་རྒྱུན་ལྷན་པ་བཟུང་ནང་བཟུགས། དེ་ཉིད་ལུང་གི་རྒྱད་དང་འབེལ་བའི་  
སྐུ་པར་གྱི་བཟུང་བ་ཚོས་བྱུང་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ཆེ་དེས་རྒྱུ་འཕྲུང་གི་ལོ་རྒྱུས་ 1478 བཅས་མ།

20 མ་དཔེ་དབྱ་མེད་གིས་མ། ཤོག་ལྗེ་པམ་ ༤༤ ཡོད་པ། ས་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུ་ལྟོགས་བསྟུས་ནས་བཞུགས། ཡིག་ཆ་གཙོ་བོ་སྐུ་མ་དམ་པའི་མཆོད་དཔོན་  
ཤེས་རབ་རྣམ་དཔལ་མཛད་ཅིང་། བསྟུར་མཆན་རྒྱ་རྒྱུ་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུ་ལྟོགས་བསྟུས་ནས་བཞུགས། ཡིག་ཆ་གཙོ་བོ་སྐུ་མ་དམ་པའི་མཆོད་དཔོན་  
གསལ་གྱི་ ༡༧༤༤ ལོར་ "གར་ཡིག་ཀྱང་བཟང་རྩལ་བ་གཉིས་ལ་སྟུགས་འགྲོལ་མོགས་གསུང་མཆན་ཞིབ་པ།" ཞེས་དེ་ཉིད་གསུང་ཆོས་ཏུ་བྱངས། དཔེ་ཆ་འདི་ཉིད་  
མཆོད་དཔོན་ཤེས་རབ་རྣམ་དཔལ་མཛད་པའི་ལུས་བསྟུར་རྣམ་པ་ཞེས་གསལ་པའི་འཆན་དཔེ་དེ་ཉིད་ཡིན་ནམ་སྟེ། ལུས་བསྟུར་རྣམ་པའི་མ་དཔེ་གཉིས་  
གདན་ས་ཆེན་པོ་དཔལ་ལྷན་ས་རྒྱ་དགོན་གྱི་དཔེ་རྒྱུ་དཀར་དཀར་ཆག་པོད་གཉིས་པ། ཤོག་གསལ་ ༡༧༤༥ ལོར་ ༡༧༥༥ ལོར་འཁོད་ མཆན་བྱང་ཏུ་ དཔལ་ལྷན་  
ཏུ་བཟང་པོའི་འཆན་གྱི་བཞུང་བྱང་ལུས་བསྟུར་རྣམ་པ་ཞེས་གིས། ལུག་ལེན་གྱི་རིམ་པ་ཀྱང་བཟང་རྩལ་པའི་བཞུང་བྱང་གི་མ་དཔེ་མི་འདྲ་བ་གསུམ་འབྲས་  
སྤངས་གནས་བཏུ་ལྟ་བུར་བཞུགས་པ། འབྲས་སྤངས་དགོན་ཏུ་བཞུགས་སུ་གསོལ་བའི་དཔེ་རྒྱུ་དཀར་དཀར་ཆག་པོད་ཆ་ཤོག་གསལ། ༡༧༥༥ ལོར་ཆུགས། 010501,  
༡༧༥༥ ལོར་ཆུགས། 010725 ལོར་ 010722 (དཔེ་འདྲན་རིན་ཆེན་གྱིས་མཛད་ཅིས་གིས།)

21 ཨོན་པ་ཀྲུང་དགའ་རྒྱལ་ཁྲུལ་གྱི་ནཱ་མའ་ཨོག་གངས་༡༩79-1983ནང་གཏོར་ཆེན་དུལ་གྱི་འཆམ་ཡིག་ཞེས་ཟིན་པ་རྒྱ་ཆེན་ལྷགས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུ་ཁྲོག་པ་བསྟན་ནང་བཞགས་དེར་མཚན་པོ་ཞལ་བཞི་པར་གཏོར་ཆེན་མཛད་པའི་རྣམས་གསེར་འཆམ་རི་ལྟར་བྱེད་ཚུལ་འཛོད་ཀྱི་ཐུགས་མཚན་ཤོག་མ་གྲི་ཆེན་འིན་པ་ཆོས་འཆམ་ཡིག་དང་དེའི་ཞལ་ཞེས་ཀྱི་བསྟུང་པ་གསལ་པ་དཔལ་མ་རྒྱུ་པ་ཆེན་པོ་ལྷགས་འཆང་དག་དབང་ཀྲུང་དགའ་མེག་ཆེན་དཔལ་འབར་འཛིན་ལས་བསམ་འཁལ་དབང་གི་ཚུལ་པོའི་ཨོན་ཡིག་འིན་ཆེན་ནང་འཁོར་བའ་དང་པོ་གཉིས་པ་ཨོག་གངས་༡༩84-1985ན་ལ་གྲགས་པ།

22 མ་དཔེ་དུ་མེད་ཡིས་མ། མོས་ཡང་ས། ༡ ཡོད་པ་སྒྲིལ་ཡུགས་ཀྱི་ཆོས་ལྗོངས་ལྷུ་ས་ནང་བཞུགས།

23 ཡང་མཆོན་གཞན། སྤ་རྩ་ལྷོ་མ་ཡིང་སོགས་ཀྱི་འདྲིན་དང་དཔེ་ལོ་འཆམ་ཡིག་ཞེས་པ་རྫོང་པ་ཀུན་དགའ་རྣམ་གྲུལ་གྱི་རྣམ་ཐང་། རྟོག་གངས་། ༡༩༡.༡༩-༡༩  
གསལ་བས་དེར་གཟིགས། མ་དཔེ་དེ་ལྟ་མེད་ཀྱིས་མ་མི་འདྲ་བ་ ༩ ཡོད་ཅིང་། མ་རྩ་རྫོང་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུན་ལྟོགས་བསྟུས་ནང་ལ་བཞུགས། དེའི་ནང་མཆོན་  
པོའི་བསྐྱར་གསོ་རྣམས་པ་མཛད་པའི་རྣམ་ཐང་ལུ་གནོད་ཀྱིན་ཡང་ལུས་སྤ་རྩ་མིང་ཀྱིས་མ་བཞི་བྱ་འདྲིན་དང་དཔེ་ལོ་འཆམ་ཡིག་ལྷན་ཉིད་ཚུལ་འཁོད།  
འཆམ་ཡིག་འདི་མཛད་པའི་རྩལ་རྫོང་པ་ཀུན་དགའ་རྣམ་གྲུལ་གྱི་རྣམ་ཐང་། རྟོག་གངས་། ༡༩༡.༡༩ བྱང་ "ཆོས་རྒྱུད་གི་བསྐྱར་གསོ་མཐོས་གཏོར་གྱི་དུས་སྤ་  
རྩ་ལྷོ་མ་ཡིང་དང་དཔེ་ལོ་འཆམ་པ་རྣམས་འཆམ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཞལ་འབག་རྣམས་སོ་སོར་བྱུང་སྟེ། འཆམ་གྱི་རིམ་པ་འི་ལྷན་བྱ་བའི་དཀོན་པ་ཀུན་མཆོམས་  
མཆོན་པཅིག་གཟིམས་ལམ་རྩ་མི་ནག་པོ་ཞིག་གིས་ད་ལྟ་བུའི་འཆམ་གྱི་རིམ་པ་ཆོར་པཅིག་བཀྱིས་པ་ན། མན་པ་སང་དེ་ཆོས་རྒྱུད་ཉིད་ཀྱིས་བསྟན་པར་  
ལུགས་ཀྱི་དེས་པ་རྟེན་ནས། རྩ་མི་རྟེན་པར་རྟེན་ཁྲིའི་སྟོབ་སྤ་རྣམས་ལ་འཆམ་གྱི་རིམ་པ་འི་ལྷ་བ་བཞིན་བསྟུངས་ཀྱངས་གནང་། དེ་དང་རྟེན་ལུ་མཐུན་པར་  
འཆམ་ཡིག་ཀྱང་ལུགས་རྩོམ་ལུགས་ཀྱིས་ལྟ་བུ་ཡོད་པོ། ཞེས་གསལ།

24 རྩོད་པ་ཀླན་དགའ་ཆམ་མུལ་གྱི་ཆམ་ཐང་ཤོག་བྲངས། ༡༥: ༤-༧ ཏུ་པ་འཁོར་གྱི་གར་ཡིག་འདི་པལ་མེར་དང་པ་ཏུ་པ་གྱི་འཁོར་ལོང་མ་ཚོགས་གྱི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཀྱི་  
ཡན་ཡིས་ཞུམ་པ་འདི་འཕྲུག་བཞུགས་པ་མ་རྒྱུ་ཏེ་ཉིད་མ་རྒྱ་རྩོད་ལྷགས་ཀྱི་ཚོམ་སྒྲོམ་ལྷགས་བཟུང་ནས་པ་འཕྲུགས།

25 ཁོ་ང་པ་ཀུན་དགའ་ཆུང་ལྷོ་ཆུང་ཐུབ། རྟག་གུངས། ༡༩.༡༠.༡༡. མ་དཔེ་ལག་མོན་མ་ཡུང་། རྟོ་མེ་མའི་ས་ཆོས་སྐབས་གར་ཤེད་ཆུང་ལྷོ་ཆུང་པ་ལོང་།

༡༽ རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད་ཀྱི་དབྱངས་ཡིག་གང་གྲུའི་ཚུ་རྒྱན།<sup>[26]</sup>

དེ་དག་ལས་གསུང་དང་པོ་གཉིས་ནི་ཚས་རྩེ་སྤྲ་མ་དམ་པ་དང་ཚས་རྩེ་དཔོན་སྤྲ་སྤྲ་མ་ཤེས་རབ་སྤྲ་བ་ལས་བརྒྱུད་པའི་ས་  
ལྷགས་དང་འབྲེལ་བ་ཤས་ཆེ་ཞིང་། རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད་ཀྱི་ཚས་སྐོར་སྤྱ་གཏོགས་པའི་གསུང་མཐའ་མ་གཉིས་ནི་བྱ་ལྷགས་ཀྱི་ཚས་  
རྒྱན་ནང་གནས་པར་སྤྲང་།

དེ་ལྟར་སྤྱ་དབྱངས་ཀྱི་བསྟན་བཅས་དང་། གར་ཡིག་མཛད་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་ཕྱག་ལེན་གྱིས་ལེགས་པར་གཏན་ལ་མབ་པའི་  
ཕྱག་སྤྲོལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དེ་དག་ཕྱིས་མཁས་པ་གཞན་གྱིས་ཚད་ཐུབ་དུ་ཞལ་གྱིས་བཞེས་ཤིང་བསྟགས་པར་མཛད་པ་  
དཔེར་ན། རྩེ་ཚར་ཆེན་(1502–1566) ཀྱིས། རྩེ་ཆེ་གདན་པ་འཆམ་དང་རྩས་པའི་བདག<sup>[27]</sup> ཅེས་དང། འོན་ཀྱང་འཆམ་དང་འགྲོས་  
གྱིས་(=གྱི་)སྤྲོས་པ་ནི། འདོད་ན་རྩེ་ཆེ་གདན་པ་ལས་གཞན་པའི། ཁོད་ལྷན་མེད་ཕྱིར་དེ་ཡི་ལྷགས་བཞིན་སྟོན།<sup>[28]</sup> ཞེས་སྟགས་  
བསྟགས་ཤིང་། ས་ཆེན་ཀྱན་དགའ་སྟོ་གོས་(1729–1783) ཀྱིས་ཀྱང་རྩེ་ཆེ་གདན་པའི་ལྷགས་དེ་ཉིད་ཚད་དང་ལྷན་པ་ལག་ལེན་  
བྱེད་འོས་པའི་གནས་སྤྱ་གསུངས་སོ། །<sup>[29]</sup>

## གྲེ་གོང་དཀར་ལྷགས་ཀྱི་རྒྱུད་སྤྱེའི་བྱག་བཞེས་དང་གར་འཆམ།

ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་རྩེ་ཆེ་གདན་པ་ཀྱན་དགའ་རྣམ་ཐུལ་གྱིས་གོང་དཀར་ཚས་སྤེའམ་གོང་དཀར་རྩེ་ཆེ་གདན་ཕྱག་བཏབ་པ་  
ནས་བཟུང་། མདོ་སྟགས་གཉིས་ཀའི་འཆང་ཉན་ཚུགས་ཏི་<sup>[30]</sup> དགེ་འདུན་སྟོང་ཚོ་འདུས།<sup>[31]</sup> བྱང་པར་རྒྱུད་སྤྱེའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཞི་བར་  
ཙ་བྱག་གི་ཕྱག་བཞེས་མཛད་པ་སྟགས་<sup>[32]</sup> གསང་སྟགས་ཀྱི་ཕྱག་བཞེས་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྟན་གྲགས་ཆེ་སྟེ། རྒྱལ་དབང་ལྷ་པ་ཆེན་

26 རྩེ་ཆེ་གདན་པ་ཀྱན་དགའ་རྣམ་ཐུལ་གྱི་རྣམ་ཐར། ཤོག་གངས། ༡༩༠, ༡༡-༡༢, མ་དཔེ་ལག་སྟོན་མ་བྱུང་། རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད་ཀྱི་ཚས་སྤྱེའི་སྤྲ་བའི་སྤྲ་མ་ཤེས་རབ་སྤྲ་བ་ལས་བརྒྱུད་པའི་ས་ལྷགས་དང་འབྲེལ་བ་ཤས་ཆེ་ཞིང་།

27 རྩེ་ཆེ་ཆེན་གྱིས་དཔལ་མགོན་གདོང་བཞི་པའི་ཚས་སྐོར་དཀར་ཆག་དུ། "ཨི་ཤི་པ་ནི་བཅུ་ལ་སྤྲོས་པ་རྒྱུད་། རྩས་སྤྲ་པ་ནི་དཀར་ཆག་ཀྱི་གསུང་ཆགས་ཅན། རྩེ་ཆེ་གདན་པ་འཆམ་དང་རྩས་པའི་བདག་ཁོ་བོས་ཐོབ་པའི་ཐུན་མོང་བརྒྱུད་པ་གསུམ།" ཞེས་གསུངས་པ་འཇམ་མགོན་ཨ་མེས་ཞབས་ཀྱིས། མགོན་པོའི་ཚས་འབྱུང་དུ་དྲངས། དཔལ་རྩེ་ཆེ་གདན་པ་ཆེན་པོའི་ཐོབ་པའི་ཚས་སྐོར་རྣམས་བྱུང་བའི་རྒྱལ་སྤྲང་ཆ། ཤོག་གངས། ༢༢༣-༢-༢ ལ་གསུངས།

28 དཔལ་མགོན་གདོང་བཞི་པའི་ཚས་སྐོར་དཀར་ཆག་དུ་གསུངས་པ་འཇམ་མགོན་ཨ་མེས་ཞབས་ཀྱི་མགོན་པོའི་ཚས་འབྱུང་ནང་བྱང་པར་དེའི་སྐོར་དཔལ་རྩེ་ཆེ་གདན་པ་ཆེན་པོའི་ཐོབ་པའི་ཚས་སྐོར་རྣམས་བྱུང་བའི་རྒྱལ་སྤྲང་ཆ། ཤོག་གངས། ༢༢༣-༡-༢ ལ་གསུངས།

29 ཚས་སྤྱེའི་ཚས་སྤྱེའི་གསང་སྟགས་བདེ་ཆེན་སྤྱིང་གི་བཅའ་ཡིག་ལྷག་བསམ་ཉི་འོད་གསལ་བའི་འོད་སྤྲང་ནང་ཤོག་གངས། ༡༩༢, ༡ ལ་ "དེང་སང་ཚས་སྤྱེའི་རྒྱུན་མི་བཞུགས་པར་ཤེས་པར་འདོད་ན་རང་ལྷགས་གོང་དཀར་རྩེ་ཆེ་གདན་དང་། བྱ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེའི་རྩེས་འབྲང་བཞིན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་བྱ།" ཞེས་བྲིས།

30 པཎ་ཆེན་ཐུག་མཆོག་ལྷན་གྱིས་ ཚས་འཁོར་བསྐོར་བའི་རྣམ་གཞག་རྩེ་ལྷ་འབྲུབ་པའི་ཡི་གེ་གཟུ་བོར་གནས་པའི་མཛད་པ་དགའ་བྱེད། ཤོག་ལྷེ་བས། ༤༠༩.

31 ཚས་ཀྱི་རྩེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་རྩེ་ཆེ་གདན་པ་ཆེན་པོའི་རྣམ་ཐར་པ་རིན་པོ་ཆེའི་བྲང་བ། ཤོག་གངས། ༤༡༤.

32 རྩེ་ཆེ་གདན་པ་ཀྱན་དགའ་རྣམ་ཐུལ་གྱི་རྣམ་ཐར། ཤོག་གངས། ༡༩༤, ༡༩༩.

[illegible]

36 རིགས་དང་དཀྱིལ་འཁོར་ཀུན་གྱི་བྱང་བདག་རྣམས་ཀྱི་འཆར་ལྟ་ལྟར་གསལ་བྱ་མཆོག་དཔལ་འབངས་ཤིང་རྣམ་པར་གྲུབ་པ་སྟོབ་བཤད་བརྟན་པའི་  
ཉི་ཤེད་ལྟ་བུར་ལྷ་པོ་ལྟར་། ཁ་སྐྱོད་དཀར་ཆག་པས། འོ་ཀྱང་འཆར་དང་འཁོར་གྱི་སྟེང་པའི། འདྲོད་ན་རྣམས་ཀྱི་ལྷན་པའི། ཆོད་





དེ་ལས་ཞིབ་འཇུག་པ་ཚོས་གར་འཆམ་དེ་དག་གི་ཕྱོད་ལྷོད་ལྷོད་གནང་བ་ལྱུང་གས་ལས་མེད་ཅིང་། ཆེད་ཚོས་འདིར་གར་འཆམ་  
ཁྱིལ་སྐོལ་དེ་དག་གི་ཕྱོད་ཆུ་མགོ་གངས་ལ་ཐུག་པ་ལྟར་ནི་རྒྱུ་གང་ལ་ཀུན་དགའ་ནས་བྱུང་ལ་ཐུག་པ་དང་། རི་ལྟར་དར་  
བའི་ཕྱོད་ཇིག་ཚེ་གས་ལས་འཚོལ་རྟེན་གསར་པ་གང་ཡུང་བ། ལྷི་མོ་ ༡༧༥ ལྷན་པོད་ཏུ་གར་འཆམ་དེ་གཉིས་ཚུལ་བརྒྱུད་

42 སྐྱེད་ཆོས་ལྟེང་གྲགས་ལུགས་ཀྱི་རྩོམ་པ་དེ་འཆན་ལྟེང་ཡོད་པ་ནི། བོད་རྩོམ་ཁུལ་ཏུ་བཞུགས་པའི་ས་དགོན་འགའ་ཞིག་གི་མཛུགས་  
པར་བྱུང་བཅུང་བའི་ཆུ་མག་ཤོག་ཀྱང་ཡ། ༡༩ བ་གཟིགས། ཡང་སྐྱེད་ཆོས་ལྟེང་གོང་དུ་ཡིད་དམ་རྩོམ་གཞིན་ཅུང་ཤིང་འཆན་གྱི་འཆན་ཡིག་ནི། ས་རྩུ་  
ཁྱོད་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་ལྟེང་ལྟགས་བཅས་ཀྱང་ལ་བཞུགས།

43 དཔལ་མ་རྒྱུ་པ་ལྟགས་འཛང་བླ་མ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཆེན་པོ་དག་དབང་ཀྱན་དགའ་བསྐྱེད་ནས་མ་རྒྱལ་མཆོན་དཔལ་བཟང་པོ་འོྟགས་པ་བསྐྱེད་  
པ་རོ་མཛད་ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་འདུམ་པའི་རྒྱ་མཁོ། འོག་གངས་༡༩. ༥. ༡༥ ལ་ "ཕྱི་རྒྱུ་ཆེ་ལ་ནད་པ་ཆེན་པོ་ཀུན་དགའ་ནམ་རྒྱལ་གྱི་ལཱིགས་ལྷང་ཏུ་རི་ལྷང་ཤར་  
པ་བཞིན་ལྟག་ཁོན་ཏུ་མཛད་པ་ཡུམ་གྱི་མཆོན་པོ་ལས་མཐན་ལཱ་སྟོར་བཞིན་ཏུ་འདྲིན་དང་བཅས་པའི་གར་འཛམས་རྒྱལ་པ་མཛད་[...]" ཞེས་ཀྱེད་ཀྱངས།

44 སྐོང་དཀར་རྩོམ་འཆར་ལྟོས་དབང་ལྷན་ཁྲིའི་ཏུས་རབས་ ༡༥ བར་ཕྱིན། ཁོང་གིས་ལྷི་ཆུ་དཔྱད་གྱི་མཐའ་ལོ་མཛད་པ་གོང་དཀར་ལྷན་འཛིན་ལས་རྒྱལ་  
 ལུས་ཀྱི་གསལ་ཡིག་འོག་གཏང་། ༡༩༥༥-༥༦, ༡༩༥༧ ནང་གསལ། གཞན་ཡང་ཏུས་རབས་ ༡༥ བར་ཕྱིན་པའི་སྐོང་དཀར་པ་བྱམས་པ་དགེ་བའི་དབང་པོས་ལྷི་ཆུ་  
 དང་ལྷ་ཏུ་དཔྱད་གྱི་མཐའ་རྩོམ་དེ་མཛད་པ་ལྟར་དབང་ལྷན་ཁྲིའི་སྐོང་དཀར་རབས་འོ་མཛར་པར་མཛད་ཏུ་ལྷན་ཁྲིའི་འོག་གཏང་། ༡༩༦༠ ནང་གསལ།

45 ཨ་རི་པ་ David Jackson བོད་སྐད་དག་དབང་སྒྲུབ་ལྷན་ཁྱིམ་མཆོད་པའི་སྡེ་གཞུང་རིན་པོ་ཆའི་རྩམ་ཅན་སི་ཨེ་ཏལ་ནང་གི་སྤྱི་ཚུལ་བྱ་དམ་པ་ཞིག་བོད་ཀྱི་སྐུ་སྲིད་པའི་རྩལ་འཕྲོར་པ་སྡེ་གཞུང་རིན་པོ་ཆའི་སྤྱི་ཆོ་ཞེས་པ་ (A saint in Seattle: the life of the Tibetan mystic Dezhung Rinpoche) རྟོག་གྲངས། ༡༩༩ ལ་ "སློན་གྱི་  
དུས་སྤྱི་གོང་དཀར་ཇོ་ཇེ་གདན་ནས་བྱུང་བའི་གོང་དཀར་ལུགས་ཀྱི་ཕྱག་སྦྱོལ་ཁ་ཤས་ཅན་ལམ་དགོན་དུ་ཕྱག་བཞེས་མཛད་དེ་ཡང་དོར་པའི་སྦྱལ་གཙང་མ་  
ལས་གཞན་དགོན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆོ་ག་དང་གར་འཆར་འགའ་ཤས་གོང་དཀར་ལུགས་བཞིན་མཛད།" ཅེས་གསལ་བྱེས་སྤྱི་ཡོད་པའི་ཅན་ལམ་གྱི་བྲག་ཤིས་ཆོ་  
ཅན་གྱིས་བོད་ཅན་ལམ་དགོན་དུ་གར་ལྗེ་བརྒྱུད་ཀྱི་འཆར་འགྲུབ་ཚུངས་པ་གསུངས་ཤིང་། དེ་གོང་དཀར་ལུགས་ཡིན་མིན་བདུག།

མྱོང་བ་དང་། ལྷ་ས་དང་གོང་དཀར་ཆོས་ལུང་ལྟོན་གྱི་དྲུང་  
མྱོང་བ་<sup>[46]</sup>ལས་གནས་ཚུལ་གང་ཤེས་པ་ནས་ལྷ་མྱོང་ཡིན།

## ང་། ར་ཆེན་གྱི་འཆམ་དང་གར་ཚུང་།

བོད་ཏུ་ལྷན་གཤམ་ཆེ་བའི་གོང་དཀར་ཆོས་ལུང་ར་འཆམ་ནི།<sup>[47]</sup>  
ར་ཆེན་སྐལ་པར་ཁྱུང་ནས་པལ་ཆེར་སྐྱོར་མོར་འབྲལ་སྒྲིལ་ཡོད་  
པ་ཞིག་ཡིན། ར་འཆམ་དང་གར་ཚུང་དེ་གཉིས་དོ་རྩེ་གདན་པ་  
ཀུན་དགའ་ནས་ཀྱལ་ལ་ཐུག་པའི་ཡིག་ཆའི་ཁྱད་སྤྲོད་ནི། ལྷ་སྤྱི་དྲུང་  
སངས་རྒྱལ་མཆོད་(1653–1705)གསུང་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་ལྷ་  
སྤྱི་དྲུང་སངས་རྒྱལ་མཆོད་ཆོག་མཆོད་མེར་སྤྱོད་གི་བཅའ་  
བསྐྱེད་སྤྱོད་། “རུ་རྩུ་རྩུ་ཞེས་ར་པོ་ཆེར་གཤམ་པ་བཅོ་ལྔ་སྟོན་རུ་  
འབྲིད་མཁན་སྤྱོད་ཆལ་བ་གཅིག་བཅས་པ་གོང་དཀར་དོ་རྩེ་  
གདན་པ་ཀུན་དགའ་ནས་ཀྱལ་གྱིས་རྒྱུད་ལྷེའི་ཐུག་ལེན་རུ་མ་  
གཏན་ལ་པལ་པའི་ཐོག་མར་གཤམ་པ་བཟླ་གིས་འགྲོས་དང་བཅས་



ར་འཆམ་གྱི་ལྷེའུ་རིས་རྒྱུད་པ། ལྷ་སྤྱི་དྲུང་ལྷེའི་ཐུག་ལེན་པ་  
ལྷ་སྤྱི་དྲུང་ལྷེའི་ཐུག་ལེན་པ་།

པ།”ཞེས་གསུངས།<sup>[48]</sup> དེ་ཡང་“རུ་རྩུ་རྩུ་ཞེས་ར་པོ་ཆེར་གཤམ་པ་”ཞེས་པ་ར་ཆེན་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་འཆམ་གྱི་ཁྱད་པར་དང་  
དེའི་མིང་གསུངས་ཤིང་། “བཅོ་ལྔ་སྟོན་རུ་འབྲིད་མཁན་སྤྱོད་ཆལ་བ་གཅིག་དང་བཅས་པ་དང་།”ཞེས་པས་ར་འཆམ་དངོས་སུ་  
འབྲལ་མཁན་བཅོ་ལྔ་དང་། དེའི་འགྲོ་བའི་མཁན་སྤྱོད་ཆལ་བ་གཅིག་དང་བཅས་པ་སྟོན་མི་བཅུ་དུག་ཡོད་པ་གསལ། “བཟླ་གིས་  
འགྲོས་དང་བཅས་པ་”ཞེས་པས་བཟླ་གིས་འགྲོས་དང་བཅས་འབྲལ་པའི་ཚུལ་བཅས་བསྐྱེད་ཏེ་གསུངས་སོ། །

ར་འཆམ་དང་ལྷན་ཅིག་གར་ཚུང་གི་སྐོར་ལྷ་སྤྱི་དྲུང་གི་འབྲོ་མཁན་ནས་གསུངས་པ་ནི། “ར་སྟོན་ནི་དོ་རྩེ་གདན་གྱི་རྒྱུད་

46 གནས་ཚུལ་གསུངས་མཁན་གཙོ་བོ་ལྷ་སྤྱི་དྲུང་གོང་དཀར་ཆོས་ལུང་གྱི་ལྷ་མྱོང་ལགས་ཡིན། (b. 1940)

47 ཏུང་དཀར་ཆོག་མཆོད་ཆེན་མོ། ཤོག་གངས། ༡༩༧༩།

48 མཆོད་སྤྱོད་ནས་མཁན་མཆོད་ཀྱི་རྒྱུན་བཅུགས་པའི་ཆོག་མཆོད་བཅའ་བསྐྱེད་ཤོག་གངས། ༡༩༧༩།

49 རུ་རྩུ་རྩུ་ཞེས་སྤྱོད་སྐད་ནང་ཏུ་རུ་རྩུ་ཞེས་མི་ཞེས་པའི་(Monier Williams) ལེགས་སྤྱོད་དབྱིན་ཡིག་ཆོག་མཆོད་ནང་ལ་ “རུ་རྩུ་ཞེས་པའི་  
བའི་ར་ཆེ་བའི་རིགས་ཤིག (a sort of large kettledrum) ཞེས་འབྲེལ་བཤད་གིས།; Monier Williams Online Dictionary ལྷ་སྤྱི་དྲུང་  
<https://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/monier/> ལ་གཟིགས། (accessed: 2019-11-27)



རྩ་བའི་མཁའ་མཁུ་གཙུག་གི་ཞེས་པའི་རྩ་བའི་མཁུ་གཙུག་  
ནང་ཡོད་པ། ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ལྟར་པར།

འགྲེལ་དུ་གར་ནི། ཁང་པ་སྐྱམ་བཅེགས་སམ་སྐྱམ་རིམ་དུ་  
བྱ་བར་གསུངས་པའི་འོག་མཁུ་ཐ་མར་གར་མཁུ་ནམས་  
དང་། བར་མ་བཟའ་བཅའ་སོགས་ཆོགས་འཁོར་གྱི་ཡོ་བྱད་  
དང་། རྟེན་མཁུ་ནང་མར་དཀྱིལ་འཁོར་འཁོར་ལོའི་གར་པ་  
ནམས་བཞུགས་པའི་འདྲི་ནི་འོག་གམ་སྤྱི་མཐར་བྱ་བའི་གར་  
མཁུ་ཞེས་ནང་གི་གར་བཟླ་བར་མི་དབང་བ་ནམས། སྤྱི་  
རོལ་འཇིག་རྟེན་པའི་གར་གྱིས་ཆོམ་པར་བྱ་བའི་བྱིར་བྱ་བར་  
གསུངས་པ་སྟེ་ཁྱེད་ཀྱི་ལྟར་ལྟར་། གུར་གྱི་རྒྱུད་ལས། རང་གི་ཆོགས་  
བཅད་མང་པོར་(=མང་པོ་ནི། བཟླ་ན་པ་འདྲིས་ནི་ཅི་ཞིག་བྱ།  
ཇི་སྟེད་རོལ་མོའི་བཟླ་ན་བཅོས་སུ། ཇི་ནི་རྟོ་རྟོ་རོལ་མོའི་སྤྱ།  
ཞེས་པས་འཇིག་རྟེན་པའི་གར་ལེགས་པར་བཟླ་ན་ཡིན་ལ།  
དེའང་ལྷའི་བྱ་གཞོན་ཅུ་བྱར་ལྟར་ལྟར་པའི་ཆ་བྱད་ཅན་གྱི་བྲིད་  
མཁུ་གཅིག་གིས་མེག་རྟོ་དང་། རྩ་བའི་བཟུ་ཏིང་ཤགས་

ལྟར་བཅས་ཁྱོན་བཅུ་དྲུག་ཏུ་ཆོང་བས་གར་གྱི་ཚུལ་ནི། ཞེས་པ་དང་<sup>[50]</sup> “སྤྱར་ལེན་ཅིང་འགྲོས་དང་བཅས་པ་བཞིས་” ཞེས་པ་ནམས་  
གསུངས་པ་ལས།<sup>[51]</sup> ལྟར་ཆོག་“རྩ་བའི་” ཞེས་པ་ནི། རྩ་བའི་རམ་རྩ་རྩ་བའི་ནས་འཁྲུག་པའི་གར་གྱི་ཁྱེད་པར་དང་མིང་གསུངས་  
ཤིང་། “རྟོ་རྟོ་གུར་གྱི་རྒྱུད་འགྲེལ་དུ་གར་ནི། ཁང་པ་སྐྱམ་བཅེགས་སམ་སྐྱམ་རིམ་དུ་བྱ་བར་གསུངས་པའི་འོག་མཁུ་ཐ་མར་  
གར་མཁུ་ནམས་” ཞེས་དང་། “འོག་གམ་སྤྱི་མཐར་བྱ་བའི་གར་མཁུ་ཞེས་ནང་གི་གར་ལ་བཟླ་བར་མི་དབང་བ་ནམས། སྤྱི་  
རོལ་འཇིག་རྟེན་པའི་གར་གྱིས་ཆོམ་པར་བྱ་བའི་བྱིར་བྱ་བར་གསུངས་པ།” ཞེས་པས་གར་བྱེད་པའི་དགོས་པ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་  
ནང་གི་གར་ཟླ་མི་ཆོག་པ་ནམས་གྱི་ཆེད་སྤྱི་རོལ་དུ་འཇིག་རྟེན་པའི་གར་བྱེད་པ་གསུངས། ཡང་ “ལྷའི་བྱ་གཞོན་ཅུ་བྱར་ལྟར་  
ལྟར་པའི་ཆ་བྱད་ཅན་” ཞེས་པ་འཆམ་དེ་ཉིད་འགྲོ་བྲིད་མཁུ་གྱི་ཆ་བྱད་དམ་ཆས་ལུགས་གསུངས་པ་དང་། “བྲིད་མཁུ་གཅིག་  
གིས་མེག་རྟོ་དང་། རྩ་བའི་བཟུ་ཏིང་ཤགས་ལྟར་བཅས་ཁྱོན་བཅུ་དྲུག་ཏུ་ཆོང་བས་” ཞེས་པས་འཆམ་གྱི་ཡོ་བྱད་རོལ་མོ་དང་།

50 མཆོད་རྒྱུན་ནམ་མཁུ་མཆོད་ཀྱི་རྒྱུན་བཅུགས་པའི་ཆོགས་མཆོད་བཅའ་བསྐྱེགས། ཤོག་གངས། ༡/བ. ༤-༤༠ན. ༤. ཤོར་དུ་གུར་གྱི་ལྟར་དངས་པ་ནི། འཕགས་པ་  
མཁུ་འཁྲུ་མ་རྟོ་རྟོ་གུར་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོའི་བཞུགས་པ། ཤོག་གངས། ༡/བ. ༥.

51 མཆོད་རྒྱུན་ནམ་མཁུ་མཆོད་ཀྱི་རྒྱུན་བཅུགས་པའི་ཆོགས་མཆོད་བཅའ་བསྐྱེགས། ཤོག་གངས། ༤༠བ. ༤.

བྱེད་མཁན་གྱི་གྲངས་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་འགོ་བྱེད་མཁན་དེས་ལེག་རྩོམ་འཛིན་པ་དང་། མི་བརྩས་རྩེ་ཆུང་དང་། གཞན་ལྟས་  
 ཏིང་ཤགས་འཛིན་པ་བསྟོན་ན་འཆམ་བྱེད་མཁན་བརྩུག་ཡོད་པ་གསུངས། “གར་གྱི་ཚུལ་ནི།” ཞེས་སོགས་ནས་ “སྐར་ལེན་  
 ཅིང་འགྲོས་དང་བཅས་པ་བཀྱིས་” ཞེས་པས་གར་བྱེད་པའི་ཆོ་སྐད་ཆོག་གི་སྐུ་ལེན་པ་དང་། ལྟས་གྱི་འགྲོས་དང་བཅས་གར་  
 བྱེད་ཚུལ་བཅས་གསལ་བར་གསུངས་སོ། །

དེ་ལྟར་ལྟེ་སྤྱོད་གྱིས་ཆོགས་མཚོན་མེར་སློང་གི་བཅའ་བསྐྱིགས་སྟུ། ར་བོ་ཆེ་དང་ར་ཕན་གྱི་འཆམ་གཉིས་དཔྱུས་གཅིག་ཏུ་  
 གསུངས་པ་དང་། དེ་དང་མཚུངས་པར་མཚོན་སྤྱོད་འཛིན་སྤྱོད་ཆུན་གཅིག་གི་དཀར་ཆག་ཏུ་འབང་། “ར་བོ་ཆེ་པ་ནམས་གྱིས་  
 རྩོམ་འགྲོས་ར་བྱན་པ་ནམས་གྱིས་གར་ཆུང་།”<sup>[52]</sup> ཞེས་ར་འཆམ་དང་གར་ཆུང་གཉིས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་གསུངས་ཤིང་། ར་ཆེན་  
 གྱི་འཆམ་དང་གར་ཆུང་གི་འཆམ་འབྲལ་མཁན་གྱི་གྲངས་ཀྱང་མཚུངས། རྩོམ་གདན་པ་ཀྱན་དགའ་ནམ་ཚུལ་གྱིས་རྩོམ་གར་  
 གྱི་བཤད་པ་ཀྱན་བཟང་རོལ་པའི་དབྱང་གཉེན་ལས་ཀྱང་། “དེ་ཡང་གུར་ཉིད་ལས། དེ་ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་རྩོམ་རོལ་མོའི་སྐུ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་ཏིང་འཛིན་ལ་སྟོན་པར་བཞུགས་ཏེ། རོལ་མོའི་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་སྐུ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་རྩོམ་ལས་  
 བྱང་རོལ་” ཞེས་སོགས་དང་། “དེ་ལག་ཏུ་སྤྱང་བའི་ཚུལ་གར་ཆུང་ནམས་ཡིན་པས།”<sup>[53]</sup> ཞེས་སོགས་གར་ཆུང་གུར་གྱི་ཆུང་ལས་བྱང་  
 བ་ཆོག་ཟིན་ཏུ་གསུངས་པ་དང་། སྤྱུ་མ་དམ་པའི་མཚོན་དཔོན་ཤེས་རབ་སྤྱང་བས་མཛད་པའི་གར་ཡིག་ཀྱན་བཟང་རོལ་པའི་  
 བཟོད་བྱང་ཏུ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏུ་གསུངས་པས།<sup>[54]</sup> གར་ཆུང་འདི་གུར་གྱི་ཆུང་ལས་གསུངས་མོད། འོན་ཏེ་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འབྲལ་  
 སྟེ་ཡོད་པའི་ར་ཆེན་གྱི་འཆམ་འདི་ཉིད་ཆུང་སྤེལ་གསུངས་པའི་ཁྲུང་ནི་ད་བར་མ་རྟེན་དོ། །

### 3 ། རྩམ་དང་ས་གནས་གར་བྱ་འཁྲབ་པའི་ཚུལ།

༡༧༥༥ ལྟན་ར་འཆམ་དེ་ཉིད་གོང་དཀར་ཆོས་ལྟེ་རང་ཏུ་བོད་ལྷ་དང་པོའི་ཆོ་འཕྲུལ་བྱས་ཆེན་ཏུ་འཁྲབ་པའི་སྟེལ་ཡོད་པ་ནི།  
 གོང་དཀར་ཆོས་སྤེལ་ལོ་རྒྱུས་རིན་ཆེན་དོ་ཤལ་ཞེས་པར་ཐོག་མར་ར་ཆེན་དང་གར་ཆུང་སོགས་མེར་སློང་གིས་སྟོན་པའི་གོས་  
 སྐུ་གདན་འབྲེན་པ་དང་། གོས་སྤྱོད་སྐུ་མཐུན་ཏུ་མཚོན་པ་འབྲུལ་བ་དང་ཞལ་འདོན་གསུང་བའི་སྟེལ་ཡོད་པ་སོགས་ལས་ཤེས།<sup>[55]</sup> ར་

52 མཚོན་སྤྱོད་འཛིན་སྤྱོད་ཆུན་གཅིག་གི་དཀར་ཆག་ཤོག་གངས། ༩༠༩.༡.

53 རྩོམ་གར་གྱི་བཤད་པ་ཀྱན་བཟང་རོལ་པའི་དབྱང་གཉེན། ཤོག་གངས། ༩༢༠.༡༤-༩༢༡.༤.

54 ཐུག་ལེན་གྱི་རིམ་པ་ཀྱན་བཟང་རོལ་པའི་བཟོད་བྱང་མཚོན་པ་དོན་ལྡན། ཤོག་གངས། ༩༢༡.༥-༤.

55 གོང་དཀར་ཆོས་ལྟེ་དཔོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་རགས་བཟུས་རིན་ཆེན་དོ་ཤལ་ཤོག་གངས། ༡༧༩.༡༧-༩.༤. “བོད་ལྷ་དང་པོའི་ཆོས་བྱག་ཉིན་ནས། ཆོ་འཕྲུལ་བྱས་ཆེན་  
 ལ་བྱ་ཆུང་དང་། ར་ལ་འབྱོར་ཆུང་། སྤྱུ་མེད་ཆུང་གྱི་རྩལ་མཚོན་དཀྱིལ་འཁོར་ཉི་ཤུ་ཙ་བཟུང་གྱི་ཆོ་གའི་སྐུ་བ་མཚོན་ཚུགས་བཞིན་ [...] ཉིན་དང་པོ་(པོར་)ས་  
 དཀར་(=གར་)ལ་གུར་དཀར་(=གར་)ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཞེས་པ། གར་གྲངས་བཞི་ཞེ་ལྷ་(=ལྷས་)གར་འཆམས་མཛད། ཉིན་གཉིས་པར་སྐུ་གོན་བྱུང་ནས་  
 དཀྱིལ་འཁོར་བཞེངས། དངོས་གཞི་ཉིན་བདུན་རིང་ཉིན་ལྟར་བརྒྱ་མཚོན་དང་། ཆོས་བཅོ་ལྔའི་ཉིན་སྟོང་མཚོན་དང་། ཆོས་(=མཚོན་)གར་ལ་དགེ་འདུན་





ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༩-༡༩༥༠, Heinrich Harrer གི་ཉར་ཆགས།, Ethnographic  
Museum of the University of Zurich, Switzerland, VMZ 400.08.01.689

འཆམ་གྱི་མཆན་ལ་ཀྱི་རྩོམ་ཐུབ་(=འབྲུབ་/གྲུབ་)འཆམ་ཟེར་  
བ་ཡང་གོང་དཀར་ཆོས་ལཱེ་གནས་ཡིག་ཏུ་གསལ།<sup>[56]</sup> དེ་ནི་དང་  
སྐབས་དཔལ་གྱི་རྩོམ་ཐུབ་མཆོད་ཉིན་ལཱེ་མཆུག་ཏུ་ར་  
འཆམ་འཁྲུབ་པའི་སྲོལ་བྱུང་བ་ལས་ཐོགས་པར་སྤང་། འོན་ཏེ་  
སྟོན་མ་པོ་ད་ལྟ་དང་པོར་སྐབ་མཆོད་མང་པོ་ལྟན་ཅིག་ཏུ་ཆུགས་  
པའི་སྲོལ་བྱུང་འདྲུག་བཟུན་འཛིན་ཆེ་རིང་གིས་ཆོ་འཕྲུལ་དུས་  
ཆེན་སྐབས་ཐོག་མར་འཆམ་ར་ནས་འགོ་བཅུགས་ཏེ། དགོན་  
པའི་སྤྱིར་དུ་ཁང་ཆོན་བཞི་དང་། གོས་སྐྱ་ཐང་སོགས་སུ་ཐངས་  
རེ་འཁྲུབ་ནས་མཐར་འཆམ་རུར་མཆུག་བཟུས་ཏེ་འཁྲུབ་སྲོལ་  
ཡོད་པའི་སྐོར་ཡང་བྲིས།<sup>[57]</sup>

ལྷེ་སྤྱིད་སངས་རྒྱལ་གྱི་མཆོད་ཆོགས་མཆོད་མེར་སྤྱོད་གི་བཅའ་  
བསྐྱིགས་སུ་གསལ་བ་བཞིན་གོང་དཀར་ར་འཆམ་དེ་ཉིད་རྒྱལ་  
དབང་ལྷ་པ་ཆེན་པོའི་(1617-1682)འདས་མཆོད་ཆོགས་མཆོད་

མེར་སྤྱོད་དུ་འཁྲུབ་སྲོལ་བྱུང་ཞིང་། གོང་དཀར་ཆོས་ལཱེ་དགོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་རགས་བཟུས་རིན་ཆེན་དོ་ཤལ་དང་། པོད་དུ་དུས་  
འགྱུར་མ་བྱུང་བའི་སྟོན་ར་འཆམ་འདི་ཉིད་འཁྲུབ་སྟོན་བྱེད་ཚུང་བས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། པོད་ལྷ་ ༡ ཆོས་ ༡༥ ཅམ་ནས་གོང་  
དཀར་ཆོས་ལཱེ་དགོན་འདུན་པ་བརྒྱ་དང་དྲུག་ཅུ་རེ་བརྒྱད་ཆོགས་མཆོད་མེར་སྤྱོད་ལ་ཐེབས་སྲོལ་ཡོད་ཅིང་།<sup>[58]</sup> པོད་ལྷ་ ༢ པའི་  
ཆོས་ ༣༠ ལ་མེར་སྤྱོད་ཐེབས་པའི་ཐོག་མར་གཅུག་ལག་ཁང་རྒྱལ་སྐོར་ལུ་འཁྲུབ་པ་དང་། དེ་ནས་བར་སྐོར་བརྒྱད་ལྟ་སའི་སྟོ་  
ཚུགས་རྩི་རིང་ཡོད་ས་པོ་ཏ་ལའི་མདུན་ཐང་དུ་དལ་གསོ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟ་སྲོལ་ཡོད།<sup>[59]</sup>

ཞལ་གངས་དྲུག་ཅུ་སྐོར་འཕེབ་(=ཐེབས་)དགོས། དེའི་སྟོན་རྒྱལ་དབང་ལྷ་པ་ཆོས་རྒྱལ་གདན་འདྲེན་ལ་དང་པོ་བྱས་དར་དཀར་པོ་སོགས་ལྟ་།<sup>[74]</sup>  
ལྟན་ཆོགས་མཆོད་མེར་སྤྱོད་(=སྤྱོད་)དང་ཏ་ལས་འདྲ་བས་ར་ཆེན་དང་གར་ཆུང་ལ་སོགས་འཆམས་རིགས་། སོགས་གསལ།

56 གོང་དཀར་ཆོས་ལཱེ་གནས་ཡིག་གོག་གངས། ༡༠༠.

57 གོང་དཀར་ཆོས་ལཱེ་ར་འཆམ། གོག་གངས། ༡༤.

58 ཆོགས་མཆོད་མེར་སྤྱོད་དུ་བྱོན་ཚུང་བ་སྐྱ་མདུན་གྱི་སྐྱ་སྤྱང་བྱུར་པ་ཆོས་རྒྱལ་ལགས་གྱིས་གསུངས། གོང་དཀར་ཆོས་ལཱེ་དགོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་རགས་བཟུས་རིན་  
ཆེན་དོ་ཤལ། གོག་གངས། ༡༥-༡༩-༢༠ དེ་བཞིན་བྲིས་ཡོད།

59 ཆོགས་མཆོད་མེར་སྤྱོད་དུ་བྱོན་ཚུང་བ་སྐྱ་མདུན་གྱི་སྐྱ་སྤྱང་བྱུར་པ་ཆོས་རྒྱལ་ལགས་གྱིས་ཆོགས་མཆོད་མེར་སྤྱོད་དུ་གོང་དཀར་ཆོས་ལཱེ་བས་ར་འཆམ་དང་།  
གར་ཆུང་། གནོད་རྒྱིན་བཅུ་གཉིས། རྒྱགས་སྤྱོད་བརྒྱད་ཞལ་འབག་ཐུག་མཆོད་དང་བཅས་པ་སྟོན་དཔོན་གཅིག་ཐེ་བས་མི་ཉེར་གཅིག་མཆོད་ཟས་སྤྱོད་མཐུན་



གཞན་ཡང་རྩ་ཆེན་གྱི་མཐོང་མ་དང་རྒྱལ་བ་པའ་ཆེན་ལྟ་བུའི་སྤྱི་ཆེན་ལག་གི་ཕེབས་བསུར་འཁུལ་སྒྲོལ་བྱུང་འདུག<sup>[60]</sup>  
དཔེར་ན་རྩ་ཆེན་ཆེན་དཔལ་ལྷན་ཆོས་རྒྱུད་(1702–1758?)གོང་དཀར་ཆོས་ལེན་ཆེབས་བསྐྱར་གནང་སྐབས་རྩ་ཆེན་གྱི་  
ཕེབས་བསུ་ལྟས་པ་རྩེ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་དུ་གསལ།<sup>[61]</sup>  
ས་སྐྱ་བདག་ཆེན་དྲག་ཤུལ་འཕྲིན་ལས་རིན་ཆེན་(1871–1936) གོང་དཀར་དུ་ཕེབས་སྐབས་རྩ་ཆེན་གྱིས་ཕེབས་བསུ་ལྟས་  
པའི་སྐོར་རྩེ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྣམས་བརྗོད་དུ་བྱུང་བ། “ཆོས་ལེན་དང་ཉེ་བར་མེར་བྲིང་དང་སྤྱི་ཆེན་འཕགས་པ་རིན་པོ་ཆེའི་  
དགོངས་བཞེད་རྩ་ཆེན་པའི་བསུ་བ་ཆེ་ནས་དུང་རྒྱ་སྤྱིང་སྤོས་པོར་སོགས་དང་བཅས་མཐུ་བཅུན་ཀྱན་དགའ་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་  
གདན་ས་གོང་དཀར་རྩེ་གདན་གྱི་ཆོས་ལེན་ཆེན་པོར་འབྱོར་”སོགས་བྱུང་།<sup>[62]</sup> དེ་སྤྱི་ཆེན་འཕགས་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་

སོགས་གཞན་ཡང་ཡོད་པ་གསུངས། བསྐྱར་འཛིན་ཆེ་རིང་གིས་རྩ་ཆེན་འཁུལ་སྒྲོལ་ས་གནས་ཀྱི་ཐོ་གཞན་གོང་དཀར་ཆོས་ལེན་རྩ་ཆེན་གྱི་ཐོ་གཞན། ༡༥  
ནང་གིས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༠ རྩོན་དུ་ཆོགས་མཚོད་མེར་བྲིང་དུ་གོང་དཀར་རྩ་ཆེན་འཁུལ་སྒྲོན་ལྟས་པ་ཕྱི་རྒྱལ་ཆོས་ཀྱི་མཇུག་ཕྱིད་བཅས་ཕྱིད་དཔེར་ན། ཉེ་ལོ་རི་ཆར་  
སོན་(Hugh Richardson, 1905–2000) ཀྱིས་ལྷ་སའི་ལོ་རེའི་དུས་ཆེན་(Ceremonies of the Lhasa year) ཞེས་པའི་དེབ་ནང་ཐོན། ཤོག་གངས། ༢༡, ༥༡. བོད་  
ནང་ལོ་བདུན་ཞེས་པའི་ཆོས་པ་པོ་ ཉན་རི་ཉ་རར་(Heinrich Harrer, 1912–2006) ལྷ་སར་བཞུགས་རིང་སྤྱི་ཆེན་པའི་རྩ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་པར་རྟིང་མི་ཁྱེད་བ་  
ཞིག་ལྷ་རིག་མི་དབྱུང་རིག་པའི་འབྲེལ་སྦྲེན་ཁང་(Ethnographic Museum of the University of Zürich) དུ་ཉར་ཆགས་བྱས་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་ཁ་ཤས་ཉ་  
རར་དང་ཆོས་པ་པོ་གཞན་དག་གིས་དེབ་ནང་པར་སྤྱན་བྱས་ཡོད་པ་དཔེར་ན། ལྷ་སའི་ལོ་རེའི་དུས་ཆེན་(Ceremonies of the Lhasa year) ཞེས་པའི་ནང་  
ཐོན། ཤོག་གངས། ༢༥. ཆར་ལི་སི་བེལ་(Charles Bell, 1870–1945) ཀྱིས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༢༡ ལོར་རྒྱལ་པའི་རྩ་ཆེན་གྱི་པར་རྟིང་ཞིག་ བོད་ཀྱི་རྩ་ཆེའི་གར་འཆས།  
ཆོས་དང་དམངས་ཁྲོད་རིག་གཞུང་གི་འགྲེལ་བཞུག་ཞིག་(Tibetan sacred dance: a journey into the religious and folk traditions) ཞེས་པའི་ནང་པར་སྤྱན་  
བྱས་ཡོད། ཤོག་གངས། ༩༩. གཞན་གོང་དཀར་རྩ་ཆེན་གྱི་བརྒྱུད་ལུགས་ལྷ་སའི་སི་འཕྲིན་ཁང་(BBC)གི་ཐད་སྤྱན་བྱས་པའི་དངོས་བྱུང་བརྒྱུད་ལུགས་  
མའི་ཡལ་བ་ལྟར་བ། ང་ཆོའི་འཛམ་གླིང་ཞེས་པའི་རྒྱུན་མཐུད་ལོ་ཆེན་(The Bamboo curtain falls - World about us series, UK: BBC Bristol, 1982) ནང་  
ཡོད་པས་སྐར་མ་ ༤ དང་ ༥ ཅམ་ལ་གསལ་བ་དེར་གཟིགས། དུ་ཞིལ། <https://www.youtube.com/watch?v=I531heFt5y0> “Tibet Rare Footage - Complete Version”, cenfy57 (accessed: 2019-10-19).

- 60 སྤྱི་ཆེན་རྣམ་པ་དབུས་ཕེབས་ཀྱི་ཕེབས་བསུར་ལྟས་ཐམས་ཅད་འཁུལ་པ་དང་། ལྷ་གནས་སུ་བྱོན་སྐབས་གོང་དཀར་རྒྱལ་བྱེད་ཀྱི་འཁུལ་སྒྲོལ་བ་ཡོགས་ས་  
མཚོག་གི་སྐྱ་སྤང་བྱུང་པ་ཆོས་རྒྱལ་འགས་ཀྱིས་གསུངས།
- 61 རྩ་ཆེན་ཆེན་དཔལ་ལྷན་ཆོས་རྒྱུད་ཞབས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ལྷ་ཆོགས་ལྷན་པ་སྤྱི་ལོ་འབྲི་ཤིང་། བོད་གསུམ་པ། ཤོག་གངས། ༩༩, ༥-༩, ༩ ནང་གསལ། “རི་མ་  
གྱིས་ལྷ་ལས་ཐོན་ཏེ་དཔལ་ལྷན་ས་སྐྱ་པའི་བསྐྱར་པའི་སྤྱི་དང་ལྷགས་རི་ལྟ་བུར་བྱུང་པའི་གོང་དཀར་མི་འབྱུར་རྩེ་གདན་དུ་སོང་། ལམ་བར་རྩོད་དང་བྱུང་  
འབྲེལ་གྱི་དགོ་ལྷགས་དགོན་བཤད་སྐབས་སྤྱིང་ནས་དར་འཕྱར་དུང་འབྱུང་དང་ལྷ་བསངས་བཀྱང་བ་སོགས་[༩༩]མཛད། རྩེ་གདན་གྱི་ལྷགས་རི་ལྟ་བུར་  
བྱུང་པ་དང་ཉེ་བར་སྤོས་རྒྱ་རྒྱུད་དང་ཆོགས་མཚོད་སྐབས་ལྷ་སར་དགོས་པའི་རྩ་ཆེན་པ་ཉེ་ལྷ་སྤྱི་ཆེན་གྱིས་མཐུན་བསུས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཕྱིར་  
དུ་ཡང་མཚོད་པའི་རྩེ་གདན་གྱི་ཕྱི་བྱག་དཔག་དུ་མེད་པ་འཕྱར་ཞིང་དུང་རྒྱ་སྤྱིང་རྩེ་ལོ་འབྲེལ་བ་བཅས་བཟབ་སྤྱོད་གནང་།” དཔལ་ལྷན་ཆོས་རྒྱུད་གི་རྣམ་ཐར་  
ནང་ཡོད་པ་རྒྱུན་བརྒྱན་པ་རྒྱ་མཚོས་རྩོམ་གནང་།
- 62 རྩེ་གདན་དྲག་ཤུལ་ཕྱིན་ལས་རིན་ཆེན་གྱི་རྣམས་བརྗོད་ཀྱི་རྣམས་ཐམས་ཅད་པོ། ཤོག་གངས། ༤༤, ༤, ༤, ༤: “རྒྱ་བྱུག་གླིང་ཁང་(=རྒྱལ་བྱེད་ཀྱི་ཁང་)གོང་དཀར་  
རྩེ་གདན་ཆོས་ལེན་ཐམས་ཅད་འཛིན་བྱུར་(༤༤)གདན་ཁྱི་བཅས་དང་རྒྱ་སྤྱིང་དང་ལས་ལྷེ་རྣམས་ནས་སྤོས་བསུ་བཅས་རྩ་ཆེན་ཐོག་གོང་དཀར་སྐུལ་སྐྱ་  
དཔོན་རྣམས་དང་། མཐུན་པོ་དབུ་བྱེད་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་སོགས་བཅོ་ལྔ་རྣམས་མཇུག་དར་ལུལ་བ་ཕྱིར་སྤོས་ཏེ་སྐུ་སྐུ་ལ་ཇ་གལ་བཞིས། རྩོན་དུ་རྣམ་པ་བ་ནས་  
ཐོན་སྐབས་གོང་ཆོས་ནས་ཨ་པོ་ཐོད་གོག་དུ་གཤགས་པའི་ཨ་ཚ་རའི་ཆས་འདྲ་མོ་བྱོན་པ་གཉིས་དང་། ཐབ་བསུའི་འབྱུང་ཆོད་ནས་སྤྱི་ལོ་ལྷོ་ལོ་གཉིས་ཐོག་ཕྱི་ལོ་ལས་  
ལྷེ་རྣམས་དང་རྒྱ་སྤྱིང་དང་བཅས། ཕེབས་བསུ་འབྱོར་པ་སོ་སོ་ནས་མཇུག་དར་ལུལ་བ། ཕྱིར་སྤོས་དེ་ནས་ཐབ་བསུའི་ས་ནས་ཐོན་སྐབས་གོང་གི་ལས་ལྷེ་རྣམས་དང་རྒྱ་སྤྱིང་  
པ་གཉིས་ལྷ་ཤོས་ཁྱེད་མཚའ་བྱོན་པ་ཏེ་གཞོན་རྣམས་དང་བཅས་རིམ་བསྐྱོད་ཀྱི་བར་ལམ་གོ་རྩེ་(གོང་རྩོད་)གཉིས་ནས་ཕེབས་བསུ་མཇུག་དར་ཆོས་ལེན་པའི་  
ཉེ་བར་མེར་བྲིང་དང་སྤྱི་ཆེན་འཕགས་པ་རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་བཞེད་རྩ་ཆེན་པའི་བསུ་བ་ཆེ་ནས་དུང་རྒྱ་སྤྱིང་སྤོས་པོར་སོགས་དང་བཅས་མཐུ་བཅུན་  
ཀྱན་དགའ་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་གདན་ས་གོང་དཀར་རྩེ་གདན་གྱི་ཆོས་ལེན་ཆེན་པོར་འབྱོར་འཁུལ་སྐྱུ་སོགས་ནས་དོས་ཀྱི་ལག་འདེགས་དང་བཅས་ཆོགས་



ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༤-༡༩༥༩, Heinrich Harrer གྱི་ཉར་ཆགས།, Ethnographic  
Museum of the University of Zurich, Switzerland, VMZ 400.03.24.026B

བཞིན་ཞེས་པ་ནི། ར་འཆམ་དེ་ཉིད་  
འགྲོ་མགོན་འཕགས་པའི་དགོངས་པ་  
བཞིན་ཕྱག་ལེན་དུ་མཛད་པ་བརྗོད་  
སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་ནམ་སྟེ།

ཆེ། གར་འཆམ་གྱི་ཡོ་བྱད་དང་།  
རི་ལྷོ་འཁྲུག་པའི་ཚུལ།

ར་ཆེན་འཆམ་པའི་ཡོ་བྱད་ནི། ར་ཆེན་

བཅོ་ལྔ་ར་གཡོ་དང་བཅས་པ། སྤྱབ་ཆལ། དབུ་ལྡ། ཤམ་ཐབས། སྤོང་གོས། ཤ་ཐོམ་བཅས་ཡོད་ཅིང་། ཤིང་ལས་གྲུབ་པའི་ར་  
ཆེན་ཆེས་ཆེ་བ་ཐེག་ཅུས་ཚད་དང་། གོས་ཆེན་གྱི་སྤོང་གོས་དང་དབུ་ལྡ་ནི་རྒྱ་ལྷགས་ལྟ་བུར་སྤང་ཞིང་། ཤམ་ཐབས་གྱི་ཐུལ་  
ཤིན་དུ་ཆེ་བ། ལག་ངར་ལ་རྩ་སྤོང་བྱེད་པ། གདོང་ལ་རྒྱ་དང་མིག་ལ་ཆོན་ནག་བསྐྱབ་བ། སྤོང་དང་ཆོན་དམར་པོ་སྤྲོག་པ་སོགས་  
གྲུ་སའི་རྩོད་རྩོད་གྱི་ཉམས་ལྟ་བུ་བྱེད་སྟེ་ལ་མཆིས།

ར་འཆམ་འཁྲུག་པའི་ཚུལ་ད་ལྟ་ཉམས་གསོ་ཞུས་པ་ལྟར་ན། སྤྱབ་ཆལ་བཀོལ་བ་དང་ར་བརྟུང་བཞིན་འགྲོས་དང་བཅས་འཁྲུག་  
པ་ལས་སྤྱོ་ཆོག་མེད་ཅིང་། དེ་ཡང་འཆམ་བྱེད་མཁན་གཟུགས་ཆེ་ཞིང་སྟོབས་དང་ལྡན་པས་ར་པོ་ཆེ་སྤུལ་བར་འཁྱུར་ཏེ་ལག་  
གཉིས་ཀས་ར་གཡོ་བྱེད་ཏེ། རའི་གཡོན་ཕྱོགས་ཁོ་ནར་བརྟུང་ནས་འཁྲུག་པ་དང་། ཐོག་མར་འཆམ་ཐོན་པའི་ཆེ་མེར་སྤྲོད་  
བཞིན་དུང་རྒྱ་བྱེད་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་འཁྱུར་འགྲོས་དང་། མགྲོགས་ཐུལ་སྤྱབ་ཆལ་གྱི་འགྲོས་ལ་གཙོ་བོར་བསྐྱར་པ་དང་། ད་ལྟའི་  
ཕྱག་ལེན་ལ་དུང་ཆོག་དང་རོལ་ཆོག་(སྤྱབ་ཆལ་)གཉིས་ཀར་བསྐྱར་པ། མགོར་སྤྱབ་ཆལ་གྱིས་འགྲོས་དང་བསྐྱར་སྤྱོད་འབྲིན་དག་  
བརྟུང་བྱེད་པ་དང་། དངོས་གཞིའི་འགྲོས་པལ་ཆེ་བ་རྩི་འགྲོས་དང་། མཐར་བཟུང་གིས་འགྲོས་ཞེས་ལོག་འཆམ་ལྟ་བུར་མི་  
གཉིས་རེས་གོམ་ཞིང་ཆེས་ཆེ་བར་མཆོང་བ་བྱེད་པལ་ཆེར་སྤོང་མོར་འཁྲུག་པ་ཡིན།

ཁང་ཆེན་མོར་ངོས་ནས་ལ་གདན་ཁྲི་དང་། སྤང་བྱིངས་ལ་བཞུགས་གཤམ་ཆོས་ལྷེ་སྤུལ་སྤྱོ་ཡོངས་འཛིན་མཁན་པོ་གཉིས། དབུ་ཆེ་བཞི་ངོས་ནས་དང་ཞལ་  
སྤོང་གྱི་གདན་ཐོབ་བཅས་དང་གཡམ་གཡོན་རྒྱ་བྱེད་པའི་ཉམས་ལྟ་བུ་བྱེད་པའི་ཆོང་མར་ར་འཁྲུག་བཟང་ཐོག་ཆོས་ལྷེའི་དབུ་བྱེད་ནས་ར་མཆོད་བསྐྱུལ་  
སོགས་བྱུང་།

རྩ་ཆེན་གྱི་འཆམ་འབྲས་པའི་རིམ་པ་ནི།<sup>[63]</sup>

༡། ལྷན་འབྲེན་དག་བརྒྱུད་པའི་རྒྱ་  
 རྒྱུ་ལོ་ལྷན་འབྲེན་པའི་ལོ་གསུམ་  
 བརྒྱུད་པའི་ལོ་ལྷན་འབྲེན་པའི་བརྒྱུད་  
 བརྒྱུད་པའི་དགུ་བརྒྱུད་པའི་ལོ་བཟང་  
 ལོ་ལྷན་འབྲེན་པའི་ལོ་གསུམ་པའི་  
 ལོ་ལྷན་འབྲེན་པའི་ལོ་གསུམ་པའི་  
 ལོ་ལྷན་འབྲེན་པའི་ལོ་གསུམ་པའི་  
 ལོ་ལྷན་འབྲེན་པའི་ལོ་གསུམ་པའི་  
 ལོ་ལྷན་འབྲེན་པའི་ལོ་གསུམ་པའི་  
 ལོ་ལྷན་འབྲེན་པའི་ལོ་གསུམ་པའི་

གར་རྒྱུང་གི་ཡོ་བྱད་དང་། འཆམ་རི་  
ལྟར་འབྲབ་པའི་རྩུལ་ལས།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལོ་བྱེས་ཀྱི་གོང་དཀར་ཚེས་ཟླ་འཛོམས་ལྷུན་ལམ་རྒྱུག་ལམ་རྒྱུག་གར་ཆུང་འབྲུག་པ།

གར་ཆུང་གི་ཡོ་བྱད་ནི། བཤམ་རྒྱུ་རྒྱ་ཆུང་(རྒྱ་རྩ་)བཅུ་ཉིད་གཤམ་ལྟ། ར་མ་ཏུ་བཅས་དང་། ཆས་གོས་ནི། གཙུག་ཏོར་ཙོད་པ་ཤ།  
དར་དབྱང་། ཉོད་གོས། སོད་གོས། གམ་ཐབས། རས་མོམ་བཅས་ཁྱོན་པ་ཉི། རྟེ་མིད་ཀྱིས་ཆོགས་མཆོད་བཅའ་བསྐྱིགས་ལས། ཉའི་  
ཏུ་གཞོན་ཅུ་ཟུར་ལུང་ལུ་པའི་ཆ་བྱད་ཅན་ཏུ་གསུངས་པ་བཞིན་གཞོན་ཅུ་ལང་ཆོ་དར་ལ་བབ་པ་བཅུ་ཏུག་གིས་གོང་ཏུ་བྱང་  
བའི་ཆས་གོས་རྣམས་ཁྱོན་ནས་ཉའི་ཆ་ལྷགས་དར་ལྟན་པར་འབྲབ་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ཆོགས་མཆོད་བཅའ་བསྐྱིགས་ལས། “གར་  
ཀྱི་རྒྱུ་པ་ནི་རྒྱ་ཆོག་རྩ་ལྷོ་པོ་ལྷོ་མཁས་དར་གྱིར་ལེན་ཅིང་འཁོས་དར་བཅས་པ་བཀྱིས་” ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལྟའི་ཆོག་ལ་  
བསྟན་ནས་ལག་གི་ཕྱག་རྒྱ་དང་། རྒྱང་པའི་རྣངས་རྣལས། ལྷས་ཀྱི་འཕྱར་འཁོས་དར་བཅས་གར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །<sup>[64]</sup>

༣༩ རྩ་བའི་ལྷན་པ་གསུམ་གྱི་ལྷན་པ།

མྱེ་མོ་ ༡༧༥ མོར་མོར་དཀར་ཚེས་ཉེ་སྐར་ལོ་ཁྱེད་པའི་ཚེས་མཆན་མོད་པ་དང་།<sup>[65]</sup> ལུང་ལྟུང་དགེ་འདུན་ཁག་ཅིག་གིས་འགན་

63 བོད་རྒྱ་རྒྱུ་ལུ་འཕྲུ་ལྷེ་ལོ་ལུ་ཅུ་ཨིན་གྱི་ཕྱི་ལོ་ལྷོ་ཉམས་པར་བཞེན་འཆམ་སྐད་དམ་གར་འཆམ་གྱི་ཆེད་རྒྱུ་ལོ་ལོ་ལྷན་གྱི་ཆ་འགའ་ཡང་  
འཆེད་དེ་ལྷིན་ར་འཆམ་སྐད་གསོ་ཕྱིད་པའི་སྐབས་ལོད་ལྷི་ནད་གཉིས་ཀར་ར་འཆམ་སྐྱོད་ལམ་ན་གསར་པ་རྣམས་ལ་མ་སྙད་ལྷིང་པ་འགའ་ཞིག་རོ་སྐྱོད་ཕྱིད་  
དཀོན་ལྷན་

64 གར་ཚུང་གི་གར་ཡིག་དང་སྤྱི་ཆོག་མཁུག་ཏུ་བྱུར་བཀོལ་ནང་བཀོད་ཡོད།

**65** ལྷོ་པོ་གི་འདས་ནས་ལྷོ་པོ་༡༩༨༦ པར་ལྷོ་མོ་ཁབ་ཤང་ཆེ་བ་ཕྱུར་ཀློང་ཇཉེ་གདན་པ་དེ་བཞཅན་པོ་གོང་དཀར་ཚོས་ཐེ་དགོན་ཉམས་གསོ་བྲམས་གནང་བའི་ནང་ནས་  
**68** རྒྱ་ཆེད་ཟིག་དངོས་ཁག་གི་དཀར་ཆག་དན་ལྗོངས་ཕྱ་ལྟམ་པར་(ཏ)



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ བོད་དུ་གོང་དཀར་ཆོས་ལཱི་མཆོད་འབྲུལ་སྒྲོན་ལམ་སྐབས། ར་འཆམ་འཁྲབ་པ།

བཞེས་ཏེ་དགོན་པ་སྤྱར་གསོའི་  
འགོ་ཚུགས་ཤིང་། གྲུ་རྒྱུ་གསར་  
ཞུགས་ནམས་ལ་ར་འཆམ་བསྐྱབ་  
མཁན་ནི་ཀན་བརྟན་འཕེལ་  
ལགས་དང་། འཆམ་དཔོན་དག་  
བཞེས་ཤུལ་རིན་ཆེན་སོགས་  
ཡིན།<sup>[66]</sup> ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ ལོར་ཆོ་འཕྲུལ་  
དུས་ཆེན་སྤྱར་གསོ་ཞུས་ཏེ་འཁྲབ་  
པའི་འགོ་ཐོག་མར་ཚུགས་ཤིང་།<sup>[67]</sup>

དེ་ནས་བཟུང་ལོ་རེ་བཞིན་གོང་དཀར་ཆོ་འཕྲུལ་སྒྲོན་ལམ་གྱི་དུས་ཆེན་ལ་ས་སྤྱོགས་གང་ས་ནས་མཇལ་བཅར་ཞུ་མཁན་རེ་མང་  
དུ་ཡུར་ཏེ་མི་མང་སྤོང་ཆོ་མང་པོ་ཡོང་བ་དང་། ར་འཆམ་དང་གར་རྒྱུང་ལོ་རེ་འཆར་ཅན་དུས་ཆེན་དེའི་སྐབས་སུ་འཁྲབ་སྒྲོན་  
བྱེད་བཞིན་ཡོད།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ རྗེས་གོང་དཀར་ཆོས་ལཱི་མཆོད་གྲུ་པ་བཅན་བྱེད་དུ་ཡོང་བའི་འགོ་ཚུགས་ཤིང་། དེ་དག་ས་སྤྱོད་མཐོ་སྒྲོབ་དང་རྫོང་སར་  
བཤད་གྲར་སྒྲོབ་གཉེར་བྱེད་བཞིན་པར་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༢ ན་སྤྱོད་མཐོ་སྒྲོབ་བཅུགས་ཏེ་ལོ་ཉེར་ལྔ་འཁོར་བའི་དུས་དྲན་དུ་མཐོ་སྒྲོབ་གྱི་  
མཁན་རབས་གཉིས་པ་མཁན་པོ་མིག་དམར་ཆོ་རིང་(1956–1999)གི་དགོངས་བཞེད་བཞིན་ཐོག་མར་འཁྲབ་སྒྲོན་ཞུས། དེ་རྗེས་  
ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༠ མཁན་པོ་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཆོས་(b. 1954)གསར་འདེབས་ཞུས་པའི་སྐབས་གྲུ་པ་བཅན་ཆེན་བསམ་གཏན་སྤིང་<sup>[68]</sup>སྤྱོད་  
མཇེད་སྤྱོར་ལོ་གོང་ས་མཆོག་ཆེབས་བསྐྱར་སྐབས་ལོ་གོང་ས་མཆོག་དང་། ལྷོ་བསམ་མགོན་ལོ་གོང་མ་ཁྲི་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་དང་།  
ལྷོ་བསམ་རྗེ་བཙོ་བཙུང་ཁྲི་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་ནས་པའི་སྐུ་མཁུན་དུ་འཁྲབ་སྒྲོན་ཞུས།<sup>[69]</sup> ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༡ ལོ་གོང་ས་མཆོག་གི་བྱུང་སྤིང་ཆོས་

66 སྐབས་དེར་ཁོ་པོ་(འཇམ་དཔལ་དགའ་བ་)གར་རྒྱུང་དང་ར་འཆམ་སྤྱོད་ཡོད།

67 བརྟན་འཛིན་ཆོ་རིང་གིས་ ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ ལོར་ཐོག་མར་འཁྲབ་སྒྲོན་སྐབས་གཟིགས་མོར་ཕེབས་མཁན་མི་གངས་སུམ་སྤོང་ལྷག་ཅམ་ཡོད་པ་ཟེས། གོང་དཀར་  
ཆོས་ལཱི་ར་འཆམ་ཤོག་གངས་༡༩ ལ་གཟིགས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༠/༩༡ ཅམ་ལ་གོང་དཀར་དགེ་འདུན་པས་ར་འཆམ་དེ་ཉིད་ཅེད་ཐང་དུ་འཁྲབ་སྒྲོན་བྱེད་ཆོང་ཡོད་  
པ་གོང་དཀར་ཆོས་ལཱི་དཔེ་ཁྲིད་ཀན་འཇམ་དཔལ་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་གསུངས།

68 དེ་ནི་དེ་ཉར་དུན་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ཞེས་པའི་ས་གནས་སུ་ཡོད་པ་དང་། ཐོག་མར་སྐབས་ཁང་གི་ངོ་བོར་ལྷག་བཏབ་ཀྱང་ཕྱིས་རིམ་བཞིན་སྒྲོབ་གཉེར་ཁང་དུ་ཡུར་ནས་  
ད་ལྟ་ས་སྤྱོད་བཅུན་མའི་མཐོ་སྒྲོབ་ཡིན།

69 ལོ་གོང་ས་མཆོག་གིས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༥ རྗེན་ཆོགས་མཆོད་མེར་སྤེལ་དུ་ར་འཆམ་གཟིགས་ཆོང་ཡོད་ཅིང་། དེ་ནས་ལོ་ ༩༠ ལྷག་གི་རྗེས་ཐོག་མར་གཟིགས་སྐབས་  
མཐའ་མའི་ལོག་འཆམ་དེ་འཁྲབ་པ་སོང་ཞེས་བཀའ་སྤྱུལ་བར་འཁྲབ་ས་ས་གང་ན་ཐོག་དུ་ཡིན་པར་སོང་འཁྲབ་མ་སྐབས་པའི་སྤོང་བཀའ་ལན་ལུལ། དེ་རྗེས་ཕྱི་  
ལོ་ ༢༠༠༡ ལ་ར་མས་ས་ལར་གཟིགས་འབྲུལ་ཞུ་བའི་སྐབས། ལོ་གོང་ས་མཆོག་ནས་ལོ་གོང་མ་རིན་པོ་ཆེར་བས་དེ་སྤོང་ལའ་རྒྱ་དེ་འདྲི་རེད། ཅས་བཀའ་གནང་བ་



སྲིད་གྱི་ཐུགས་འགན་བཞེས་  
ནས་ལོ་རྒྱུ་བརྒྱུ་འཁོར་བའི་  
གཞུང་འབྲེལ་གྱི་རུས་དྲན་གྱི་  
མཛད་སྒོར་སྐྱེ་རམ་ས་ལར་ཐེག་  
ཆེན་ཆོས་སློང་གཙུག་ལག་ཁང་  
རུ་འཁལ་འཛོལ་ཞུས།<sup>[70]</sup> ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩  
ཁྱེས་སུ་གོང་དཀར་ཆོས་སྐུ་  
གསར་འཛུགས་གྱིས་སློང་དབྱེ་  
མཛད་སྒོར་ལགོ་ས་ལྟུང་ས་  
མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་དང་ལགོ་



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལོ་བཞུགས་སྐར་དེ་རམ་ས་ལར་སྐྱེ་ལུལ་བརྟན་བཞུགས་སྐབས་  
ལགོ་ས་ལྟུང་ས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྐུན་ལུང་རྩ་འཆམ་འཁལ་པ།

མ་རིན་པོ་ཆེ། འབྲི་གུང་ལྟུང་ས་མགོན་ཆེ་ཆང་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་ཆིབས་བསྐྱར་བསྐྱབས་སྐབས་ཐོག་མར་རྩ་འཆམ་གྱི་སློན་  
ཕེབས་བསུ་ཞུས་པ་དང་། སློང་དབྱེའི་མཛད་སྒོའི་རྒྱུ་ལགོ་ས་མཆོག་གིས་རྩ་འཆམ་གྱ་སྒྲིག་ཡོད་ན་འཁལ་ཅིས་བཀའ་ཕེབས་པ་  
བཞིན་གཟིགས་འབུལ་ཞུས།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༥ དེ་མཆོང་པོད་ཁང་རུ་ ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལོ་རྒྱུས་དང་རིག་གཞུང་སྐོར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཆོགས་འདུ་ ཞེས་པར་འཁལ་འཛོལ་  
ཞུས།<sup>[71]</sup> ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ དེ་མཆོང་པོད་ཁང་གི་གོ་སྒྲིག་འོག་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་རོལ་མོ་དང་ཆོ་གའི་རུས་སྐོར་སྐབས་སུ་འཁལ་འཛོལ་  
ཞུས།<sup>[72]</sup> ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལོར་དེ་སར་སྐྱེ་ལུལ་གཙུང་པོར་གྱུར་པའི་ཆོ་ཁག་ལུང་བརྟན་བཞུགས་སྐབས་མེར་སྐྱོང་དང་ལགོ་ས་མཆོག་གི་

དང་། མཛུལ་བཅར་སྐབས་དེས་ཉག་ཉག་ཆ་ཆང་བ་འཁལ་སོང་། ཅེས་སོགས་ཐུགས་དཔྱེས་པའི་བཀའ་སློབ་བསྟུལ།

70 དེ་སྐབས་སུ་རྩ་འཆམ་འཁལ་མཁན་དག་འདུན་པ་ ༡༠ ཐམས་པ་ཡོད། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ཟླ་བ་ ༡༡ ཚེས་ ༢༠-༢༢ བར་ཉིན་གསུམ་རིང་དེ་ས་བཞུགས་སྐར་རུ་ལགོ་ས་  
མཆོག་གིས་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཆོས་སྲིད་གྱི་ཐུགས་འགན་བཞེས་ཏེ་ལོ་རྒྱུ་ ༥༠ འཁོར་བའི་རུས་དྲན་མཛུགས་བསྐྱེས་ཐོག་འཁལ་འཛོལ་ཞུས་ཤིང་། དེའི་སྐབས་ཀྱི་རྩ་འཆམ་  
བརྟན་པར་ Youtube ནང་སྤྱོད་པས་དེར་གཟིགས། བླ་ཞུལ། <https://www.youtube.com/watch?v=mBo7nlfBAtc> "India: Tibet's spiritual leader Dalai Lama",  
AP Archive (accessed: 2019-11-27)

71 ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༥ དེ་མཆོང་པོད་ཁང་དང་། རྒྱ་གར་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཆོགས་པ་ཟུང་སྤེལ་གྱིས་གོ་སྒྲིག་ཞུས་པའི་ ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལོ་རྒྱུས་དང་རིག་གཞུང་སྐོར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་  
ཆོགས་འདུ་ (International Conference on Mahayana Buddhism: History and Culture) ཞེས་པར་འཁལ་འཛོལ་ཞུས་པ། རྒྱ་གར་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཆོགས་པ་ཞེས་པའི་  
ལོ་འཁོར་ལས་བསྐྱེས་པ་གཟིགས། Annual Report 2005-2006, India International Centre, New Delhi ཤོག་གངས། ༡༡, ༤༢ དུ་སྤེལ། [http://www.iicdelhi.nic.in/ContentAttachments/Publications/DiaryFiles/262722December152010\\_AnnualReport2005\\_06.pdf](http://www.iicdelhi.nic.in/ContentAttachments/Publications/DiaryFiles/262722December152010_AnnualReport2005_06.pdf) དེར་གཟིགས། (accessed: 2019-12-05)

72 ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ཟླ་བ་ ༡༠ ཚེས་ ༤-༡༠ བར་དེ་མཆོང་པོད་ཁང་སྐུ་དང་ལས་འདས་ནས་ལོ་ ༢༥༠ འཁོར་བའི་རུས་དྲན་རུ་དེ་མཆོང་པོད་ཁང་གི་གོ་སྒྲིག་འོག་རྒྱལ་སྤྱིའི་  
ནང་པའི་རོལ་མོ་དང་ཆོ་གའི་རུས་སྐོར་ (International Festival of Buddhist Music and Ritual) ཐོག་འཁལ་འཛོལ་ཞུས་ཤིང་། དེ་སྐབས་རྩ་འཆམ་འཁལ་མཁན་  
དག་འདུན་པ་ ༤ ཡོད། བླ་ཞུལ། <https://www.tibethouse.in/content/international-festival-buddhist-music-and-ritual> དེར་གཟིགས། (accessed: 2019-10-19)



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལོ་བཞུགས་སྐར་ཇ་རམ་ས་ལར་ལྷོ་ཁུལ་བརྟན་བཞུགས་སྐབས་  
ལྗོངས་ལྷ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྤྱན་རླུང་རྩེ་རྩེ་འཆམ་ཁབ་པ།

སྤྱི་མདུན་འཁྲབ་སྟོན་ཞུས།<sup>[73]</sup> ལྷ་ག་  
པར་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༢ ཟླ་གྱི་གོང་  
དཀར་ཆོས་ལྷེར་མཁན་པོ་  
འཇམ་དཔལ་ཆོས་འཛིན་  
མཆོག་གི་སྤྱུགས་འཁྲུང་བཞེས་  
ཏེ་སྟོན་པའི་གོས་སྤྱི་བཞེངས་  
ནས་སྤར་སྟོལ་གོང་དཀར་  
མཆོད་འབུལ་སྟོན་ལམ་སྤར་  
གསོ་ཞུས་པ་དང་།

དེ་ནས་བཟུང་ལོ་རེ་བཞིན་རྩེ་

ཆེན་གྱི་འཆམ་དང་གར་རྒྱུད་གཉིས་དུས་ཆེན་དེ་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པའི་ཆ་ཤས་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་འཁྲབ་སྟོན་ཞུ་བཞིན་ཡོད་ཅིང་།  
ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ མཆོད་འབུལ་སྟོན་ལམ་གྱི་ཆོགས་མགོན་དུ་ལྷ་སྐབས་མགོན་ལྗོངས་མ་གྲི་འཛིན་ཞེ་གཉིས་པ་རྒྱ་བརྩེ་རིན་པོ་ཆེ་  
མཆོག་ཆེབས་བཟུང་བཟུངས་སྐབས་ཐོག་མར་རྩེ་འཆམ་གྱིས་ཕེབས་བསུ་ཞུས་པ་དང་། མཆོད་འབུལ་སྟོན་ལམ་སྐབས་གཟིགས་  
འབུལ་ཞུས་པ་བཅས་བཅན་བྱོལ་དུ་མཁན་པོ་འཇམ་དཔལ་ཆོས་འཛིན་མཆོག་གིས་རྩེ་འཆམ་གྱི་འཁྲབ་སྟོན་ཡང་ཅུང་ཟད་  
ལེགས་བཅོས་མཛད་པ་ལས་འཁྲུང་བ་ཕན་བྱ་ཕྱིན་པ་བཅས་རྩེ་འཆམ་དང་གར་རྒྱུད་དེ་ཉིད་ལྷ་སྤྱན་རླུང་འཛིན་བྱེད་བཞིན་  
པ་ཡིན་ནོ།།

73 དེ་སྐབས་སྤྱི་ཇ་འཆམ་འཁྲབ་མཁན་དགེ་འདུན་པ་ ༡༩ ཡོད་ཅིང་། བརྟན་བཞུགས་ཁྱབ་ནས་པོ་བྱང་དུ་ཆེབས་བཟུང་སྐབས་པོ་བྱང་རྒྱལ་སྟོན་མདུན་ནས་ལྗོངས་  
ས་མཆོག་ཞལ་ཕྱིར་གཟིགས་ནས། རྩེ་འཆམ་ཆ་ཆོང་འཁྲབ་ཅེས་བཀའ་སྩལ་བ་བཞིན་ཆ་ཆོང་གཟིགས་འབུལ་ཞུས་ཏེ། མཇུག་ཏུ་སྤྱི་པར་ལྷན་བསྟོན་སྐབས་རྩེ་  
འཆམ་འཁྲབ་དུས་ཁྱུ་སྐབས་རྒྱལ་ཡུར་ཅིག་ལྷ་གསལ་རྒྱལ་ཡུར་ཅིག་ཅེས་སྟོན་ལམ་འདེབས་དགོས་སྟེན་བཀའ་སྩལ། བོད་མིའི་རང་དབང་། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལྷ་  
བ་ ༩ ཆོས་ ༩ ཉིན། (vol. 8, issue 8) ནང་ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལྷ་ ༩ ཆོས་ ༩ གོང་དཀར་ཆོས་ལྷེར་དགེ་འདུན་པ་རྩམས་ཀྱིས་རྩེ་འཆམ་འཁྲབ་པ་དང་ འཆམ་མེད་ཡང་  
སྟོང་ཀྱན་འདུས་ཀྱི་ཆོ་གའི་སྟོན་ནས་བརྟན་བཞུགས་བརྟན་འབུལ་ཞུས་པ་གསལ། ལྷ་སྟོན། <http://bod.asia/wp-content/uploads/2015/03/Bodmi-4th-march-2015-monlam.pdf> དེར་གཟིགས། (accessed: 2019-10-19)





ལྷ་མ་ཌོ་ལ། གཤམ་ཆེན་གྱི་གཤམ་ཕྱིག་དང་ཕྱི་མེ་ག

ལྷག་ཡོན་གྱི་རིམ་པ་ཀུན་བཟངས་རོལ་པའི་བརྟེན་ཡུར་མཐོང་པ་དོན་ལྡན། མ་དཔེ་ཁྱིམ་མ། ཞོག་ཡུངས། (ན. 3-6ན. 2) ལས་ལྷན་ཏུ་ལྷན་པོ།<sup>[74]</sup>

[illegible]

74 འདི་ནིང་ཕྱག་ལེན་གྱི་རིམ་པ་ལྟར་བཟང་རྩལ་པའི་བསྐྱེད་བྱུང་མཚོང་པ་དོན་ལྡན། པར་སྐྱབ་ལྷུས་པ། ཤོག་གྲངས། ༡༩༦.༡༧.༤༩༠.༩༠ རྩང་གསལ་པ་དང་། ཚོམ་  
ཚན་རྒྱུང་པ་ སྤྱིགས་བཞིའི་གར་རྒྱུང་བཞུགས་སོ། ཞེས་པ་ཡང་པར་སྐྱབ་ལྷུས་འདུག ལཱལྷ་ཕྱེས་དྲིང་གྱིས་ཀྱང་གསུངས་པ། མཚོང་རྒྱུན་ནམ་མཁའ་མཛོང་གི་  
རྒྱན་བཅུགས་པའི་ཚོགས་མཚོང་བཅའ་བསྐྱགས། ཤོག་གྲངས། ༩༠ན.༩༩༠བཟུང་གར་གྱི་རྒྱལ་རྒྱ། རང་ཕྱི་ལོ་ཉོང་།...། ར་ཏ་ལ་ར་ཏ་ལ་ར་ཏ་ལ་ཞེས་པ་རྒྱམས་གྲུང་  
ལེན་ཅིང་འགྲོས་དང་བཅས་པ་བགྱིས། ཞེས་གསལ། ཕྱེས་དྲིང་གི་གསུང་ནང་སྤྱི་ཚོགས་གི་སྤྱུགས་རྒྱུང་མང་བ་དང་། སྤྱུགས་གྱི་དག་ཆ་དང་གར་གྱི་རིམ་པ་རྒྱུང་མི་  
འདྲ་བ་མཚིས། སྤྱོག་རྒྱལ་གྲང་མཛོང་གི་བཟུང་བསྐྱར་སྤྱོགས་སྤྱོག་ བཟུང་འཕུར་བསྐྱར་འཕུར་ཞིབ་འཇུག་གི་བྱངས་ (Resources for Kanjur & Tanjur Studies,  
བྱ་སྤྱོལ། <https://www.istb.univie.ac.at/kanjur/rktsneu>), ཏཱ་དཤཱ་ (Adarsha, བྱ་སྤྱོལ། <https://adarsha.dharma-treasure.org/>) དང་ རྩང་བསྐྱར་དཔེ་ཚོགས་ལྟེ་  
གནས། (BDRC, བྱ་སྤྱོལ། <https://www.tbrc.org/>) ལག་ལ་གར་སྤྱུགས་ཞིབ་པར་བཅའ་ཡང་རྟེན་སྟོན་མ་བྱུང་།

[illegible]

## དབུག་གཞིའི་ཡིག་ཚགས།








- 📖 A saint in Seattle: the life of the Tibetan mystic Dezhung Rinpoche. David Jackson. Boston: Wisdom Publications, 2003.
- 📖 Ceremonies of the Lhasa year. Hugh Richardson, Michael Aris (ed.). London: Serindia Publications, 1993.
- 📖 Tibetan religious dances: text and translation of the 'chams yig. René de Nebesky-Wojkowitz. The Hague: Mouton & Co, 1976.
- 📖 Tibetan sacred dance: a journey into the religious and folk traditions. Ellen Pearlman. Rochester, Vermont: Inner Traditions, 2002.
- 📖 གྲིའི་རྩོམ་མཁའ་འགྲོམ་དྲ་བའི་སྒྲུབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ། [གྲིའི་རྩོམ་མཁའ་འགྲོམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ།] རྩོམ་པའི་བཀའ་འབྱུང། (Toh. 418), རྒྱུད་པོ་དང་པོ་།.
- 📖 བྱུང་བ་དག་འཁོར་ལོའི་མགོན་པོ་དཔལ་ས་སྐྱུ་པ་ཆེན་པོ་སྤྲེལ་ས་འཆང་སྐྱུ་མ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དག་དབང་ཀྱན་དགའ་བསོད་ནམས་གསལ་པ་རྒྱལ་མཚན་དཔལ་བཟང་པོའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་རོ་མཆར་ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་འདུས་པའི་རྒྱ་མཚོ་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་ལུན་ཆོགས་བདུད་ཅིའི་ཆར་རྒྱན། བྱམས་པ་རིན་ཆེན། དཔལ་ས་སྐྱུ་པ་ཆེན་པོ་སྤྲེལ་ས་འཆང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དག་དབང་ཀྱན་དགའ་བསོད་ནམས་ཀྱི་གསུང་འབུམ། Kathmandu: ས་སྐྱུ་རྒྱལ་ཡོངས་གསུང་རབ་སྐྱོབ་གཉེར་ཁང་།, 2000, བོད་ཤ་ (27), ཤོག་གྲངས། ༤༩༧-༥༡༩.
- 📖 གར་འཆམ་དག་དྲན་གསལ་བྱེད་རྒྱན་གཅིག་ནོར་བུའི་ཕྱང་མཛེས། ཚུལ་ཁྲིམས་བཟང་པོ། གྲུབ་པའི་དབང་ལྷན་ཆེན་པོ་ཤྲི་ལ་རྩ་བའི་གསུང་འབུམ་ཐེག་མཆོག་བདུད་ཅིའི་དགའ་སྟོན། [2014]. བོད་ ༡༩, ཤོག་གྲངས། ༢༣༧-༢༤༩.
- 📖 ཞོང་དཀར་ཆོས་སྤེའི་དགོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་རགས་བསྟུས་རིན་ཆེན་དོ་ཤལ། གཡོ་རྒྱ་གཙུག་པོ་སྟོ་བྱང་རྒྱུད་ཀྱི་གནས་ཡིག་ཐོར་བུ། Matthew Akester, སློ་གསལ་དོན་གྲུབ། (eds.) རྩ་རམ་ས་ལ། བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་།, 2015, ཤོག་གྲངས། ༡༩༣-༡༩༧.
- 📖 ཞོང་དཀར་ཆོས་སྤེའི་རྩ་འཆམ། བསྟན་འཛིན་ཆེ་རིང་། སློལ་གཡང་གིས་བསྟུར། བོད་ལྗོངས་སྐྱུ་ཅལ་ཞིབ་འཇུག 1992 (no. 1), ཤོག་གྲངས། ༧-༢༣.
- 📖 ཞོང་དཀར་ཆོས་སྤེའི་གནས་ཡིག་སྐལ་བཟང་ཆོས་འཕེལ། ཞོང་དཀར། ཞོང་དཀར་ཆོས་སྤེའི་, 2013.
- 📖 ཞོང་དཀར་སྐྱུ་མ་འཕྲིན་ལས་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་གསལ་ཡིག་ ཞོང་དཀར་འཕྲིན་ལས་རྣམ་རྒྱལ། Kathmandu: ས་སྐྱུ་རྒྱལ་ཡོངས་གསུང་རབ་སྐྱོབ་གཉེར་ཁང་།, 2008.
- 📖 ག་ནང་ག་ཐང་དགོན་གྱི་བྱུང་བ་བརྗོད་པ་རྣམ་དཀར་དགེ་བའི་ཞིང་ས། དག་དབང་ལུན་ཆོགས། བོད་ལྗོངས་ནང་བསྟན། 15 (1994-1), ཤོག་གྲངས། ༩༧-༡༡༣, ༡༡༤.
- 📖 རོར་མཁན་ཆེན་དཔལ་ལྷན་ཆོས་སྐྱོང་ཞབས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་སྤྲེལ་ས་ཆོགས་སྟོན་པ་སྤྲེལ་པོའི་འབྲི་ཤིང་། དཔལ་ལྷན་ཆོས་སྐྱོང་། Tashijong,

Palampur: The Sungrab Nyamso Gyunpel Parkhang, 1975, བོད་བཞི།.

- མཆོད་པ་ལྟོད་པ་སྐུ་ལས་བྲངས་པ། ས་སྐྱ་པ་རྩེ་ཏ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆོན། ས་སྐྱ་བཀའ་འབུམ་དཔེ་བསྟར་མ། པེ་ཅིན། གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྐྱན་ཁང་། དཔལ་བཅེགས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་ཞིབ་འཇུག་ཁང་། (ed.), 2007, བོད་ ༡༥ (ས་པའ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་གསུང་རབ་བོད་དང་པོ།), ཞོག་གངས། ༤༩༧-༤༩༩.
- བཙུན་ལྷན་འདས་རྩི་མེ་གཞན་ཅུའི་གདམས་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་ཚུ་བོ་ཆེན་པོ་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ཀྱིས་རྣམ་པར་བཤད་པ་འཕྲིན་ལས་གྱི་པར་བྱ་རྒྱས་པའི་ཉིན་བྱེད། ཨ་ཁྱེས་ཞབས་དག་དབང་ཀུན་དགའ་བསོད་ནམས། དཔལ་ས་སྐྱ་པ་ཆེན་པོ་སྐུ་ལས་འཆང་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་དག་དབང་ཀུན་དགའ་བསོད་ནམས་གྱི་གསུང་འབུམ། Kathmandu: ས་སྐྱ་རྒྱལ་ཡོངས་གསུང་རབ་སློབ་གཉེར་ཁང་།, 2000, བོད་ ༩', ཞོག་གངས། ༡༥-༩༥.
- ཆོས་ཀྱི་རྩི་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་རྩི་མེ་གདན་པ་ཆེན་པོའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱིར་བ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། རྣམ་རྒྱལ་མཁོན་པོ་དྲི་མེད་མེ། ས་སྐྱ་རྩོང་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་སྐོར་ཕྱོགས་བསྟུས་ཆེན་མོ་ལྷ་ས། བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྐྱན་ཁང་།, 2017, བོད་ ༩༩, ཞོག་གངས། ༤༩༧-༤༩༩.
- ཆོས་འཁོར་བསྐོར་བའི་རྣམ་གཞག་རི་ལྟར་འབྱུབ་པའི་ཡི་གེ་གཟུ་བོར་གནས་པའི་མཛེངས་པ་དགའ་བྱེད། གསེར་མདོག་པའ་ཆེན་ཤུ་མཆོག་ལྷན། The Complete Work (Gsun 'bum) of Gser-mdog Paṇ-chen Śākya-mchog-Idan. Thimphu: Kunzang Tobgey, 1975, བོད་མ་ (16), ཞོག་གངས། ༤༩༧-༤༩༩.
- ཆོས་ལྷ་ཆེན་པོ་གསང་སྐྱེགས་བདེ་ཆེན་སྤིང་གི་བཅའ་ཡིག་ལྷག་བསམ་ཉི་འོད་གསལ་བའི་འོད་སྣང་། བདག་ཆེན་དག་དབང་ཀུན་དགའ་ཁྱོ་གྲོས། ས་སྐྱ་པ་ཀུན་དགའ་ཁྱོ་གྲོས་གྱི་བཀའ་འབུམ། Kathmandu: ས་སྐྱ་རྒྱལ་ཡོངས་གསུང་རབ་སློབ་གཉེར་ཁང་།, 2008, བོད་ད་ (3), ཞོག་གངས། ༡༥-༡༩.
- ཆོས་ལྷ་ཆེན་པོ་རྩི་མེ་གདན་གྱི་སྐུ་མ་གོང་མ་རྣམས་ལ་མཆོད་པ་རིམ་པས་འབུལ་བའི་ཐོ། ས་སྐྱ་རྩོང་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་སྐོར་ཕྱོགས་བསྟུས་ཆེན་མོ་ལྷ་ས། བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྐྱན་ཁང་།, 2017, བོད་ ༩༥, ཞོག་གངས། ༩༩-༩༥.
- མཆོད་སྦྱང་འཛམ་སྤིང་རྒྱན་གཅིག་གི་དཀར་ཆག་ལྷེ་སྤིང་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ་ལྷ་ས། བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱན་ཁང་།, 1990.
- མཆོད་རྒྱན་ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་རྒྱན་བཅུགས་པའི་ཆོགས་མཆོད་བཅའ་བསྐྱིགས་འབྱུང་ཁྱུངས་མདོ་རྒྱན་ཤར་རི་ནས་བྲངས་པའི་བྱང་ཆེན་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར། ལྷེ་སྤིང་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ་པར་མ།, ཞོག་གངས། ༡༩-༡༩ན. BDRC: W8235.
- སྟེ་ཐང་བཀྲ་ཤིས་སྐང་དགོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤིང་པོ་ཀུན་གསལ། འཇམ་དབྱངས་བཤད་སྐབ། ལྷ་ས། བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱན་ཁང་།, 2018.

[illegible]

བཟང་གྱུ་མོའི་གསུང་འདུན། བེ་ཅིན། གཏི་ཐོད་རིག་པ་དཔེ་ཤུན་ཁང་།, 2009, བོད་ཀྱི་ (27), ཞོག་གྲངས། 433-444.








- 
 དཔལ་མགོན་ལལ་བཞི་པའི་གཏོར་ཆེན་གྱི་འཆམས་ཡིག་གི་ལལ་ཤེས་བཞུགས་སོ། གང་དཀར་རྩི་རྩི་གདན་པ་ཀུན་དགའ་རྣམ་  
 ལུ། ས་རྒྱ་རྩིང་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུ་ཕྱགས་བཅུས་ཆེན་མོ། ལྷ་ས། བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་ཁང་།, 2017, བོད་ ༡༢,  
 ཞོག་གངས། ༣༡-༣༣༧.
- 
 དཔལ་མགོན་ལལ་བཞི་པའི་གཏོར་ཆེན་གྱི་འཆམས་ཡིག་ཐུགས་འཆང་འཇིགས་མེད་དཔའ་བོས་མཛད་པ་བཞུགས་སོ། གང་དཀར་  
 རྩི་རྩི་གདན་པ་ཀུན་དགའ་རྣམ་ལུ། ས་རྒྱ་རྩིང་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུ་ཕྱགས་བཅུས་ཆེན་མོ། ལྷ་ས། བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་ཁང་དཔེ་  
 རྒྱུ་ཁང་།, 2017, བོད་ ༡༢, ཞོག་གངས། ༣༣༩-༣༤༩.
- 
 དཔལ་རྩལ་གྱི་འཁོར་ལོའི་ས་ཆོག་གི་བཏང་(=སྤངས) ལྷུངས་ཀྱི་ཟིན་ཁྱིམ་བཞུགས་སོ། གང་དཀར་རྩི་རྩི་གདན་པ་ཀུན་དགའ་རྣམ་  
 ལུ། ས་རྒྱ་རྩིང་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུ་ཕྱགས་བཅུས་ཆེན་མོ། ལྷ་ས། བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་ཁང་དཔེ་རྒྱུ་ཁང་།, 2017, བོད་ ༡༢, ཞོག་  
 གངས། ༣༤-༣༥.
- 
 དཔལ་རྩི་རྩི་གདན་པ་ཆེན་པོའི་ཟབ་མོའི་ཆོས་རྒྱུ་ཕྱགས་བཅུས་ཀྱི་བཏང་པ་བཞུགས་སྤངས་ཀྱི་ཆོས་ཀུན་གསལ་བའི་  
 ཉིན་ཁྱིམ། ཨ་ཁྱེས་ཞབས་རག་དབང་ཀུན་དགའ་བསོད་ནམས། གདོང་ཐོག་བཞུགས་པའི་རྒྱལ་མཛན། (ed.) New Dehli: T. G.  
 Dhongthog, 1979, བོད་གཉིས།.
- 
 དཔལ་ས་རྒྱ་པ་ཐུགས་འཆང་རག་དབང་ཀུན་དགའ་བསོད་ནམས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་རྒྱལ་བཏང་བ་དང་བཞུགས་རིགས་ཀྱི་བྱ་རག་དབང་  
 བསོད་ནམས་དབང་ལྷུག་ཁྱིམ་འདོན་བྱས་སྐབས་ཀྱི་དཔེ་བཞུགས་རྩི་མཛར་སྟོན་གནས་སྟོན་བཞུགས་པའི་ལྷེ་མིག་ཨ་ཁྱེས་ཞབས་རག་  
 དབང་ཀུན་དགའ་བསོད་ནམས། དཔལ་ས་རྒྱ་པ་ཆེན་པོ་ཐུགས་འཆང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་རག་དབང་ཀུན་དགའ་བསོད་ནམས་ཀྱི་  
 གསུང་འབུམ། Kathmandu: ས་རྒྱ་རྒྱལ་ཡོངས་གསུང་རབ་སྟོན་གཉེར་ཁང་།, 2000, བོད་ཤ་ (27), ཞོག་གངས། ༣༤-༣༤༩.
- 
 དཔལ་ས་རྒྱ་པ་ཐུགས་འཆང་སྐུ་མ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཆེན་པོ་རག་དབང་ཀུན་དགའ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཐུགས་མཛན་དཔལ་  
 བཟང་པོའི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པ་རྩི་མཛར་ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་འདུས་པའི་རྒྱ་མཛོ། བྱམས་པ་བསམ་གཏན་རྒྱ་མཛོ། དཔལ་ས་རྒྱ་པ་ཆེན་  
 པོ་ཐུགས་འཆང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་རག་དབང་ཀུན་དགའ་བསོད་ནམས་ཀྱི་གསུང་འབུམ། Kathmandu: ས་རྒྱ་རྒྱལ་ཡོངས་གསུང་  
 རབ་སྟོན་གཉེར་ཁང་།, 2000, བོད་ས་ (28), ཞོག་གངས། ༡༢༢-༡༢༤.
- 
 དཔལ་ས་རྒྱ་པ་ཆེན་པོ་ཐུགས་འཆང་རག་དབང་ཀུན་དགའ་ཐུགས་ཆེན་དཔལ་འབར་འཇིག་ལས་བསམ་འཕེལ་དབང་གི་རྒྱལ་པོའི་ཐོབ་  
 ཡིག་རིན་ཆེན་རྩི་རྩི་ཁྱིམ་བཞུགས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ཆེན་དཔལ་འབར།, གདོང་ཐོག་བཞུགས་པའི་རྒྱལ་མཛན། (ed.) New Delhi:  
 T.G. Dhongthog, 1977, བོད་གཉིས།.





- སྤྱི་ལོ་༡༩༩༣ལོ་ནས་སྤྱི་ལོ་༢༠༠༣ལོར་གྱི་ལོ་ལ་དཔལ་མི་འགྲུར་རྗེ་རྟེན་གདན་བའི་བ་ཆེན་པོ་གོང་དཀར་ཆོས་ལྷན་དགོན་ཉམས་གསོ་བྱས་གནང་བའི་ནང་ནས་ཆ་ཆེད་རིག་དངོས་ཁག་གི་དཀར་ཆག་དྲན་སྟོན་གྱིས་མ་དབུ་ཅན།, ཤོག་གྲངས། ༡ན-༡༩བ.
- བླ་མ་ལེན་གྱི་རིམ་པ་ཀུན་བཟང་རོལ་པའི་བཟླེད་བྱང་མཐོང་བ་དོན་ལྡན་བཞུགས་སོ། མཆོད་དཔོན་ཤེས་རབ་སྣང་བ། གོང་དཀར་རྗེ་རྟེན་གདན་པ་ཀུན་དགའ་ནམ་ལྷུ་གྱིས་བསྐྱར་མཆན་མཛད། ས་སྐྱེ་རྫོང་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་སྐོར་ཕྱོགས་བསྐྱུས་ཆེན་མོ། ལྷ་ས། བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་ཉིང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།, 2017, བོད་ ༩༧, ཤོག་གྲངས། ༩༩༠-༩༩༧.
- བླ་མ་ལེན་གྱི་རིམ་པ་ཀུན་བཟང་རོལ་པའི་བཟླེད་བྱང་མཐོང་བ་དོན་ལྡན་མཆོད་དཔོན་ཤེས་རབ་སྣང་བ། གོང་དཀར་རྗེ་རྟེན་གདན་པ་ཀུན་དགའ་ནམ་ལྷུ་གྱིས་བསྐྱར་མཆན་མཛད། གྱིས་མ་དབུ་ཅན།, ཤོག་གྲངས། ༡ན-༩༩ན.
- ཕྱོགས་བཞིའི་གར་རྒྱུ་བཞུགས་སོ། བླ་མ་ལེན་གྱི་རིམ་པ་ཀུན་བཟང་རོལ་པའི་བཟླེད་བྱང་མཐོང་བ་དོན་ལྡན་ལས་བྱུར་དུ་སྤྱང་། ས་སྐྱེ་རྫོང་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་སྐོར་ཕྱོགས་བསྐྱུས་ཆེན་མོ། ལྷ་ས། བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་ཉིང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།, 2017, བོད་ ༩༠, ཤོག་གྲངས། ༩༩༩-༩༩༩.
- འཕགས་པ་མཁའ་འགྲོ་མ་རྗེ་རྟེན་གྱི་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོའི་བརྟག་པ། ལྷན་དགེ་བཀའ་འགྲུར། (Toh. 419), བོད་ང་།.
- འཕགས་པ་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྱོད་བའི་དགེ་ཚུལ་གྱི་ཆོག་ལེན་བྱས་པ། རྒྱུ་འོད་ལྷན་དགེ་བཟན་འགྲུར། (Toh. 4124), བོད་བྱ།.
- བོད་རྩོམ་ཁའི་ཁྱལ་དུ་བཞུགས་པའི་ས་དགོན་འགའ་ཞིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཡར་ལྷུང་གཙང་པོའི་ཆུ་ཐིག་བསྟན་པ་རྒྱ་མཚོ། Dehradun: ས་སྐྱེ་མཐོ་སྒོ་བ། Sakya College, ཉེར་ལཱི་དུས་དྲན་བརྟན་དེབ།, 1997, ཤོག་གྲངས། ༩༧-༩༧.
- འབྲས་སྤྱངས་དགོན་དུ་བཞུགས་སུ་གསོལ་བའི་དཔེ་ཉིང་དཀར་ཆག་དཔལ་བཟེགས་བོད་ཡིག་དཔེ་ཉིང་ཞིབ་འཇུག་ཁང་། ཤེ་ཅིན། མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།, 2004, བོད་གཉིས།.
- ལྷ་མ་རྒྱལ་བའི་དུས་མཆོད་རིམ་པ་དང་། རྒྱུད་དུ་འཕགས་པ་རྒྱུད་ལྷན་བཞིའི་བདག་ལྷན་མ་སྐྱེད་བའི་རིམ་པ་ལྷན་ཆོགས་པ། རྗེ་རྟེན་གདན་གྱི་ཆོས་སྐྱེ་ཆེན་པོ་འདིར། རང་ཅག་ས་སྐྱེད་བྱུང་མཐར་ལུགས་རྣམས་ལ། ཡིད་ཆེས་གདོང་འཁལ་སྤྱིང་གར་། [...] རྗེ་ལྷན་ཡོད་ཚུལ་སྟོན་ལས་མཁུལ་རྒྱུ་བཤད། ས་སྐྱེ་རྫོང་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་སྐོར་ཕྱོགས་བསྐྱུས་ཆེན་མོ། ལྷ་ས། བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་ཉིང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།, 2017, བོད་ ༩༠, ཤོག་གྲངས། ༧-༩.
- ལྷ་མ་རིན་པོ་ཆེ་མཁན་ཆེན་པའི་རྣམ་ཐར་རོ་མཆར་སྟེ་མ་ཞེས་བྱ་བ་སྐོར་བཀའ་དང་བཤམ་ཞིང་ཡིད་ཆེས་ལ་དགོད་བྱོ་བ་ཞིག་འཇམ་དབྱངས་མཁུན་བཟེད་དབང་ལྷུག་ Lam 'bras slob bśad: the Sa-skya-pa teachings of the path and the fruit, according to the Tshar-pa transmission as arranged by 'Jam-dbyaṅs-blo-gter-dbañ-po and supplemented by texts continuing the lineage through Khañ-gsar Dam-pa and Sga-ston Ñag-dbañ-legs-pa Rin-po-ches. Dehra dun, U.P.: Sakya Centre, 1983, བོད་ག་ (3),

ལྷོ་གྲངས། ༡-༢༥༠.

-  རྒྱུ་པ་ཀུན་དགའ་རྣམ་ཐུལ་གྱི་རྣམ་ཐར། རྒྱ་ཉལ་བྱང་ཆུབ་དབང་ཐུལ། བསྐྱབ་གསུམ་ཐུལ་མཆོན། (ed.) Hongkong: མེན་མུ་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།, 2001.
-  རྒྱུ་པ་ཀུན་དགའ་རྣམ་ཐུལ་གྱི་གསལ་ཡིག་རྩི་ཆེ་གདན་པ་ཀུན་དགའ་རྣམ་ཐུལ། Kathmandu: ས་སྐྱ་ཐུལ་ཡོངས་གསུང་རབ་སྡོབ་གཞིར་ཁང་།, 2005.
-  རིགས་དང་དགྲིལ་འཁོར་ཀུན་གྱི་ཁྱབ་བདག་རྩི་ཆེ་འཆང་སློ་གསལ་ཐུ་མཆོ་གཤམ་པ་ཐུལ་མཆོན་དཔལ་བཟང་པོའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་སྡོབ་བཤད་བསྟན་པའི་ཉི་འོད། དག་དབང་སློ་བཟང་བཟུ་མཆོ། Lam 'bras slob bśad: the Sa-skya-pa teachings of the path and the fruit, according to the Tshar-pa transmission as arranged by 'Jam-dbyaṅs-blo-gter-dbañ-po and supplemented by texts continuing the lineage through Khañ-gsar Dam-pa and Sga-ston Nāg-dbañ-legs-pa Rin-po-ches. Dehra dun, U.P.: Sakya Centre, 1983, བོད་ཁ (2), འོག་གུངས། ༣༩-༤༣.
-  རོལ་མོའི་བསྟན་བཅས། ས་སྐྱ་པ་རྩི་ཏ་ཀུན་དགའ་ཐུལ་མཆོན། ས་སྐྱ་བཀའ་འབུམ་དཔེ་བསྟར་མ། བེ་ཅིན། གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་། དཔལ་བཅེགས་བོད་ཡིག་དཔེ་ཉིང་ཞིབ་འཇུག་ཁང་། (ed.), 2007, བོད་ ༡༩ (ས་པཎ་ཀུན་དགའ་ཐུལ་མཆོན་གྱི་གསུང་རབ་བོད་བཞི་པ།), འོག་གུངས། ༡-༡༩.
-  བ་སྐྱའི་གསུང་རབས་རོ་མཆར་བར་མཆོད་ཀྱི་ཁ་མོང་། བདག་ཆེན་དག་དབང་ཀུན་དགའ་སློ་མོས། བེ་ཅིན། མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།, 1991.
-  བ་སྐྱ་རྒྱུགས་གྱི་ཆོས་རྒྱུ་ལྟགས་བསྟན་མོ། འཇམ་དཔལ་བཤད་སྟབ། (ed.) སློ་ཁྱེད་འོད་པོའི་བསྟན་དཔེ་ཆོགས། ལྷ་ལ། བོད་སློངས་བོད་ཡིག་དཔེ་ཉིང་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།, 2017, བོད་སྐུམ་ཅུ།.
-  རྩིད་པ་གསུམ་གྱི་བྲམ་པ་དཔལ་བ་སྐྱ་པ་ཆེན་པོ་ལྟགས་འཆང་དག་གི་དབང་པོ་ཀུན་དགའ་རིན་ཆེན་གྱི་རྣམ་པར་ཐར་པ་རོ་མཆར་ཐུ་མཆོ། ཨ་ཕྱེས་ཞབས་དག་དབང་ཀུན་དགའ་བཅོད་ནམས། གསུང་དག་རིན་པོ་ཆེ་ལམ་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་པ། གསུང་དག་ལམ་འབྲས་ཆོགས་བཤད་ཆེན་མོ། ས་ལུགས་བྲམ་པའི་རྣམ་ཐར། Kathmandu: ས་སྐྱ་ཐུལ་ཡོངས་གསུང་རབ་སྡོབ་གཞིར་ཁང་།, 2008, བོད་ གེ་ (33), འོག་གུངས། ༣༩-༤༤.

ཐུ་རྩ་འཆམ་དང་འབྲེལ་བའི་ཆེད་སྤྱོད་ཤོག་ངོས། ༡༩ལ་གཟིགས།



Heinrich Harrer གྱི་ཉར་ཆགས། [༡༩༥༩-༡༩༥༩] མི་རིགས་རིག་གཞུང་འབྲེམ་སྟོན་ཁང། Ethnographic Museum of the University of Zurich, Switzerland.

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལོར་ས་སྐྱའི་བྱི་འཛིན་ཞེ་གཉིས་པ་གསེར་བྱི་མངའ་གསོལ་སྐབས།



གཡོན།  
གཡམས།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ འགོ་སྟོན་བྱ་བྱ་མཆོད་འབུལ་སྟོན་ལམ་སྐབས།  
ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ལོར་བྱིས་སྐྱའི་དཔལ་མཆོད་འབུལ་ལམ་གྱི་ཆེགས་མགོན་བྱ་  
སྐབས་མགོན་བྱི་འཛིན་ཞེ་གཉིས་ཆེབས་བསྐྱར་གདན་ཞུའི་སྐབས།



ས་སྐྱའི་ཚེ་མ་རིག་དུས་དེ་བཟེ ༡༠༡༩ སྤྱི་ལོ་འདོན་ཐེངས་ ༡༥

Chodung Karpo | Sakya literary Magazine



འབྲེལ་གཏུགས་ཁ་བྱང་།

Cho Dung Karpo  
(Sakya Literary Magazine)  
Gongkar Choede Monastery  
Laldang Tibetan Colony  
Plot. Brotiwala, P.O. Vikasnagar  
Dehradun, Uttarakhand (INDIA)  
Email: chodungkarpo@gmail.com  
Website: www.chodungkarpo.net

༢༠༡༧ ལྷིའི་འདོན་ཐེངས། ༡༥

གཙོ་གཉེན།

ཚོས་རུང་དཀར་པོ་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་།

ཚོམ་སྒྲིག་པ།

ཐོ་གསལ་དོན་བྱུང་།

ཨ་འདུས་སྐལ་བཟང་གྱུ་མཚོ།

འཇམ་དཔལ་དགའ་བ།

པར་གཞི་སྒྲིག་མཁན།

ཚོས་རུང་དཀར་པོ་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་།

པར་སྐྱབ་དང་འབྲེལ་སྒྲུལ།

ཚོས་རུང་དཀར་པོ་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་།

# ཐོག་རྒྱུ་ལཱ་ལེན་པའི་ལཱ་ལེན་པ།

《ཆོས་རྒྱུ་དཀར་པོ་》ཞེས་པའི་དུས་དེའི་འདི་ནི། ཐོག་མར་སྐྱོན་པ་ལྟར་ཕྱི་ལོ་ལྟོགས་བསྐྱེད་པར་བཞིན་གྱི་ཆོས་རིག་དུས་དེའི་ཅིག་རྒྱ་འདོན་སྤེལ་བྱས་པ་ནས་རིམ་བཞིན་ཞིབ་འཇུག་རང་བཞིན་གྱི་དུས་དེའི་ཅིག་རྒྱ་འདོན་སྤེལ་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དེ་ནི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལ་སློབ་སྦྱོར་དང་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་ནམས་ཀྱི་ཆེད་སློབ་སྦྱོགས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། སློབ་སྦྱོགས་འདིའི་ཐོག་ནས་ཚན་རིག་གི་ཞིབ་འཇུག་ཆེད་གཞི་ལྟན་པའི་ཞིབ་འཇུག་གི་ཆེད་ཆོས་འབྲི་བར་བསྐྱེད་འདེད་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

## ཆོས་ཡིག་གི་བརྗོད་གཞི་ནི།

- རྒྱུ་ལཱ་དང་། གསུང་ཆོས། གནས་གཞི་བྱེ་བྲག་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཆེད་ཆོས།
- གཙུག་ལག་རིག་ཚན་བྱེ་བྲག་པའི་སྐོར་ལས་བཅུ་མས་པའི་ཆེད་ཆོས།
- དཔེ་དེབ་རྩོད་དང་སྐྱུར་ཞིབ་ཐོགས་ཡིན།

ཞིབ་འཇུག་གི་ཆེད་ཆོས་དེ་དག་ཀྱང་རང་གི་རྟོག་པ་འཆར་ཡན་དང་མ་འབྲེལ་བར་དེར་གི་ཞིབ་འཇུག་གི་བྱ་ཐབས་ལྟར་དངོས་སྤྱོད་ཀྱི་རིགས་པ་དང་། རྒྱུ་བཞེན་གྱི་ལུང་གང་ནས་བྱུང་བའི་ཁུངས་དང་བཅས་པ་ཁ་གསལ་འཁོད་ཅིང་། ཆོས་ཡིག་ནང་ཐོན་པའི་མི་རྣམས་དང་། ས་གནས། དཔེ་དེབ་ཀྱི་མིང་ཐོགས་ལ་འབྲེལ་གཞི་མི་ཡོང་བའི་ཆེད་(དཔྱད་སྲུ་ཆ་ཆེད་འབྲི་བ་མི་བདེ་ན་)མཆན་བྱ་འདོགས་པ་དང་། ཟུར་བཀོལ་ཐོགས་ཀྱི་ནང་གསལ་བཤད་ཁ་གསལ་བྱེད་དགོས།

དུས་དེའི་འདོན་ཐབས་ཅེ་ཅེའི་དོན་གྱི་བྱེད་པ་པོ་ནི་ཆོས་པ་པོ་ནམས་ཡིན་ཞིང་། སྤྱི་ལོ་པར་སྐྱོན་གྱི་ཐུན་བདག་གྱི་དང་། ཨ་རིར་གནས་བཞུགས་མཁན་པོ་བསྐྱེད་དབང་གཤམ་ཐོགས་ཞལ་འདེབས་དང་ཐུགས་འཁུར་བྱེད་སྐྱོར་གནང་མཁན་ནམས་ཀྱི་བཀའ་རྒྱ་ནི་དུས་དེའི་དང་ཁ་བྱལ་ཐབས་མེད་པས་གོ་སྐབས་འདིར་རྒྱ་ལྷ་ཡིན། བྱེད་པར་བཞེན་པའི་གསལ་བྱེད་ལུང་ལྟར་སྤྱེ་སྤྱོད་རབ་གསལ་རིན་པོ་ཆེས་འདོན་ཐབས་འདིའི་སྐར་སྐྱོན་གྱི་ཐུན་བདག་ཆ་ཆེད་གནང་བར་གྱུས་པ་ཆེན་པོས་སློབ་ནས་ཐུགས་རྒྱུ་ཆེ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་བཞིན་ཡིན།

མཐའ་མར་རྟོག་དབྱིབས་ནང་ཡམས་ཀྱིས་འདོན་ཐབས་འདི་སྐར་བཞིན་དུས་ཆེད་ནང་འདོན་སྤེལ་མ་ཐུབ་པར་ཆོས་པ་པོ་དང་སྟོག་པ་པོ་ནམས་ལ་དགོངས་སེལ་ཞུ་བཞིན་ཡིན།

ཆོས་རྒྱུ་དཀར་པོ་ཆོས་རྒྱིག་ཁང་ནས།





## དཀར་ཆག

### ཞེབ་འབྱུག

ཐོད་བརྒྱད་ནང་བསྟན་གྱི་དམ་བཅའི་བདེན་དཔང་ཀལ་སྤྱིའི་བྲག་བཞོས་བཀའ་ཡིག་.....	7
གོང་དཀར་ལུགས་གྱི་གར་འཆམ་དང་། ར་འཆམ་སྟོར་སྟེང་བ། .....	16
ལ་དྲགས་ལུལ་སྐད་གྱི་བྱད་ཚོས་འགའ་ཞིག་སྟེང་བ། .....	44
གནའ་བོའི་བོན་གྱི་ཕུག་སྟོལ་ལྟར་སྟན་ཅིའི་བྲི་འཛིན་རྟགས་སྤེལ་སྟོར་གྱི་ཐོག་མའི་སྟན་ལྷ། .....	54
སྟོད་གྱི་མགོན་གསུམ་གྱི་མངའ་ཁོངས་སྟོར་ལ་དབྱད་པ་བྱུང་བ། .....	65

### དབྱད་སྟེང་།

བསྟན་པའི་སྟོང་པོ་པར་ཕྱིན་གཞུང་གི་མཆོམས་སྟོར་སྟེང་བསྟུས། .....	76
《སྤྱུ་ཀུན་ཏུ་དགའ་བའི་སྒྲོལ་གར་》གྱི་མཚན་པར་བཟོད་པའི་ནམ་བཤད། .....	85

### བཅར་འདྲི།

ལྷ་སྐབས་མགོན་ས་སྤྱུ་བྲི་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལ་བཅར་འདྲི་ལྷས་པ། .....	99
དཔའ་རིས་སངས་རྒྱས་དང་བན་སྟོད་སྟོར་གྱི་དྲིས་ལན། .....	113

Cho Dung Karpo  
(Sakya Literary Magazine)  
Gongkar Choede Monastery  
Laldang Tibetan Colony  
Plot. Brotiwala, P.O. Vikasnagar  
Dehradun, Uttarakhand (INDIA)  
Email: [chodungkarpo@gmail.com](mailto:chodungkarpo@gmail.com)  
Website: [www.chodungkarpo.net](http://www.chodungkarpo.net)