

# དཀར་ཆག་

ཡང་	ཚདོན།
༡	སྒྲིབ་བཏང་བོན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་བྱུང་ཚུལ།
༢	བོན་ཚེས་སེ་སེའི་བྱུང་ཚུལ།
༣	ཚང་ཁ་ལྟ་བོན་ལས་གཡུས་ཀྱི་བཀོད་པ་དང་མིང་གི་ཐ་སྐད་དར་ཚུལ།
༤	གཡུས་ཀྱི་ལྟ་གསལ་བོན་གསལ།
༥	ལྟ་བོན་གི་སྒོལ་བྱུང་དར་ཚུལ་དང་བོན་བརྒྱུད་མཆེད་ཚུལ།
༦	ལྟ་བོན་གྱི་དགོས་དོན་དང་ལས་རིམ།
༧	ལྟ་བོན་གྱི་སྒོལ་བྱུང་ཉམས་ཉེན།
༨	ཚང་ཁར་པའི་རྩ་འཆམ།

# ཚང་ལ་ལྟ་བོ་ན།

## བཅུད་དོན།

ལྟ་བོ་ན་ཟེར་མི་འདི་ གྲོང་གསར་ཆ་འོག་མང་སྡེ་ཚང་ལ་ལྟ་ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་འབད་སྲོལ་ཡོད་པའི་བོན་དཀར་ལུགས་ཀྱི་གནས་སྐབས་སློབ་པའི་ལྟ་ཚུ་མཚོན་ནིའི་རིམ་གྱོ་སློམ་ཅིག་ཡིན་པས། ལྟ་བོ་ན་འདི་ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་རང་ལུགས་ཟླ་༡༠་པའི་ཚེས་༡༠་ལས་༡༥་འི་བར་ན་གཟའ་སྐར་འཕྲོད་སྦྱར་དང་བསྟུན་ཏེ་ཉེན་གསུམ་གྱི་རིང་ལུ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དེ་སླེ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དགོ་མི་འདི་ ལྟ་བོ་ན་ཉེན་གསུམ་གྱི་རིང་ལུ་ བཛོ་གིས་བསྟེན་པའི་ལྟ་ཚུ་གེར་ལྟ་བྱིམ་ནང་གདན་དྲངས་ཞེན་མ་ལས་གསོལ་མཚོན་ཚུ་མ་བཏུ་བ་བཏུ་བ་སླེ་ལུ་ལས་ལས་ བསྟེན་པའི་ལྟ་ཚུ་གིས་ མི་ལུ་ཚེ་དང་ ཝར་ལུ་གཡང་ ཟམ་ལུ་བཅུད་ གོས་ལུ་དོན་ དབང་ཐང་འབར་བ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་གྲུབ་གནང་མ་མཚན་ གཞན་ཡང་གཡུས་སྒྲིའི་ནང་ལུ་ལོ་ལྷུགས་ཏྲག་ཏུ་ལེགས། ཆར་ཚུ་དུས་ལུ་འབབ། མི་ནད་སྤུགས་ནད་ལ་སོགས་པའི་ཐབས་ཀྱི་རིམ་གྱོ་སློམ་ཅིག་ཡིན་མ་མཚན་ མི་ཚུ་ལུ་ཡང་ཡིད་ཆེས་དང་དད་པ་སློམ་རང་ཡོད་པ་ལས་ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་བཙུག་ཏུ་འབད་མ་ཡིན་པས།

དེ་འབད་མ་ལས་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལུང་ཕྱོགས་སོ་སོའི་ལམ་སྲོལ་ཁྱད་པར་ཅན་ཚུ་བྱ་ལམ་རྗེས་མེད་དུ་མི་འགྲོ་ནིའི་དོན་ལུ་དང་ ལྟ་གཡར་དུ་ ཚང་ལ་ལྟ་བོ་ན་གྱི་ལུགས་སྲོལ་འདི་མི་ཉམས་ཡུན་བརྟན་གྱི་ཐབས་ལམ་ལུ་དམིགས་ཏེ་ ཉེ་མ་ལས་ཟེན་བྲིས་ཨ་ཙི་རེ་བཀོད་ཡོད་མི་དེ་གྱུ་ ད་རེས་སྤྱི་ལོ་འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་གི་ མ་དངུལ་གྲོགས་རམ་ཐོག་ལས་ སྤྱི་ལོ་ལེས་རིག་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲུའི་ལེགས་བཤད་པ་གོང་མ་ པདྨ་དོན་གྲུབ་ ང་གིས་ཞིབ་འཚོལ་དང་བསྟུ་ལེན་འབད་བྲིས་བྲིས་མ་ཡིན། འདི་ནང་ལུ་དོན་ཚན་གཙོ་བོ་ཚང་ལ་ལྟ་བོ་ན་གྱི་སྐོར་ལས་དང་ གཞན་ཡང་བོན་གྱི་ཚོས་ལུགས་དར་ཚུལ་དང་ ལྟ་བོ་ན་སྐབས་ལུ་ དམིགས་བསལ་འབད་རྒྱུ་ནི་ཡོད་པའི་ཚང་ལར་པའི་ར་འཆམ་གྱི་སྐོར་ལས་བཅུད་བསྟུ་ཏེ་ཡོད་ཟེར་བྱ་ནི་ཡིན།

# སྤྱི་བཏང་བོན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་བྱུང་ཚུལ།

དེ་ཡང་ ལོ་རྒྱུས་དོན་གྱིས་མ་བཤད་ན། གསང་ཆེན་ངེས་པའི་བཀའ་གཏེར་ལས། ཡིད་མི་ཆེས་པའི་སྤྱོན་དུ་གྱུར། ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་ ཚང་ཁ་ལྟ་བོན་གྱི་སྐོར་ལས་མ་ལུ་བའི་ཉེ་མ་ སྤྱི་བཏང་བོན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་བྱུང་ཚུལ་ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ ལུ་བ་ཅིན།

བོན་གཞུང་ལས། བསྐྱལ་པ་འདི་ལུ་ཆེ་ལོ་དཔག་མེད་ལས་ ཆེ་ལོ་བཙུ་བ་ཚུན་ སྤྱོན་པ་གཙོ་བོ་ཀུན་བཟང་ལས་ཐང་མ་མེ་སྤྱོན་གྱི་བར་ན་ བོན་སྤྱོན་བཙོ་བརྒྱད་འབྱུང་ལོང་ཟེར་བཤད་ཡོད་པའི་ནང་ཚན་ ཆེ་ལོ་བརྒྱ་པའི་སྐབས་ལུ་ ད་ལྟོ་གི་བོན་སྤྱོན་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་ཟེར་ཞང་ཞུང་གི་གཡུས་འོལ་མོ་ལུང་རིང་ལུ་བྱུང་བའི་གཤེན་རབ་འདི་ཡིན་པས། གཤེན་རབ་འདི་ ལ་ལུ་གིས་སངས་རྒྱུས་གྱི་རྣམ་འཕྲུལ་ཡིན་མ་སྤྱེ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན། ལ་ལུ་གིས་བདག་ཅག་གི་སྤྱོན་པ་དང་དུས་མཉམ་བྱོན་བྱོན་མ་ཡིན་ཟེར་ཡང་བཤད་པ་ཡིན་པས།

**བྱི་རྩེ་དཀར་པོ་ལས། ཞང་ཞུང་ལུ་ལ་ན་བོན་འདུལ་བར། དཔོངས་ཏེ་གཤེན་རབ་མི་བོར་སྤྱུལ། བོན་གྱི་མཛད་པ་བཙུག་གིས་བསྐྱུངས། ཐེག་པ་རིམ་པ་གུ་མཐུངས། གསོན་པོ་རྣམས་གྱི་ལྷ་སྒོ་ལྷ། གཤེན་པོ་རྣམས་གྱི་དུར་སྒོ་བཙུང། འགོ་རྣམས་གཡུང་དུང་ལམ་ལ་བཀོད།** ཟེར་གསུངས་ཏེ་འདུག། ག་དེ་སྤྱེ་ཡིན་ཅུང་བོན་སྤྱོན་གཤེན་རབ་འདི་ མངོན་ཤེས་དང་རྩུ་འཕྲུལ་མཐུ་དང་རུས་པ་ལ་སོགས་པའི་ལྟོན་དང་ལྡན་མི་ཅིག་ཡིན་པས། བོན་སྤྱོན་གྱིས་གསེར་ཁང་ཅེ་དང་། དེ་བོ་རིན་ཆེན་སྤྱང་པ། བོན་དེ་སོགས་བོད་གྱིས་གནས་མང་རབས་ཅིག་ནང་བྱོན་ཏེ་ སྤིང་པའི་ལྷ་གཉན་མང་རབས་ཅིག་དམ་ལུ་བཏགས། གཡུང་དུང་གི་ཆོས་ལུང་སྒོ་བཞི་མཛོད་ལུ་ལ་སོགས་པ་ལེ་ཤ་སྤྱེལ། རྒྱ་གར་དང་རྒྱ་ནག་ ཞང་ཞུང་དང་ཉ་ཟིག་ བོད་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ལུ་སྤོབ་མ་མཁས་པ་ལེ་ཤ་བྱུང་སྟེ་བོན་ཆོས་ཚུ་ལྷོགས་དང་ལྷོགས་སུ་སྤྱེལ་ཏེ་དར་བྱུང་བཏང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

## བོན་པོ་སེའི་བྱུང་རྒྱུ་ལ།

ཉེ་མ་བོད་ལུ་དར་བའི་བོན་ལུ། བཅོམ་བོན། འཕྱུར་བོན། བསྐྱུར་བོན་གསུམ་ལས།

## དང་པོ་བཅོམ་བོན།

ལོ་རྒྱུས་ལས་བཤད་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་དུག་པ་ཁྲི་ལྗེ་བཙུན་པོའི་དུས་ལུ་གཤེན་གྱི་རུས་ལས་ཨིན་པའི་  
བུཚུ་སྐྱེས་ལོ་<sup>༡༣</sup> ལང་མི་ཅིག་ལྟ་འདྲེ་གིས་མི་ལོ་བཅུ་གསུམ་གྱི་རིང་ལུ་བོད་ཁམས་གེར་བསྐོར་གྱིད་དེ་ ལོ་ཉེ་ལྷ་ཙུག་ལུ་ལོག་མི་  
གི་གྲུལ་ཁར་རྟོད་རྟོད་པ་ཨིན་པས། ཁོ་ལུ་མི་མ་ཡིན་ལྟ་འདྲེའི་རུས་པ་གིས་ ས་གནས་དང་གཡུས་གཅི་བཟུམ་ཅིག་ནང་ ལྟ་འདྲེ་  
གཅི་བཟུམ་ཅི་ཡོད་པ་ཨིན་ན་ དེ་ཚུ་གིས་ཕན་གོད་གཅི་བཟུམ་ཅིག་འབད་མ་ཨིན་ན་ དེ་ཚུ་ལུ་གསོལ་མཚོད་དང་གསོལ་བཏབ་  
ག་དེ་སྤེལ་བད་བ་ཅིན་ཕན་ཞེ་ཨིན་ན་གི་ལོ་རྒྱུས་སྣ་ཚོགས་ཤེས་མི་ཅིག་བྱུང་རུག།

བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལས་འབད་བ་ཅིན་ རྒྱལ་པོ་གཉའ་ཁྲི་བཙུན་པོ་ལས་ཁྲི་ཐོག་རྗེ་བཙུན་བར་གྱི་རྒྱལ་རབས་ཉེ་ལྷ་ཙུག་ལུ་ཆབ་སྲིད་  
བོན་གྱིས་བསྐྱུངས་ཟེར་མི་ཅིག་ལས་མ་བཤད་རུང་ བོད་ལུ་བོན་དར་བའི་ཐོག་མ་དེ་ལས་བྱུང་བྱུང་མ་ཨིན་པས། ཨིན་རུང་དེ་  
བསྐྱུང་གི་བོན་ཚུ་ལུ་མར་འདྲེ་སྤེལ་གོན་ཞེ་དང་ ཡར་གྱི་ལྟ་མཚོད་ཞེ་ བར་ཁྲིམ་གྱི་ཐབས་རིམ་གོ་འབད་ཞེ་ཚུ་མ་གཏོགས་ བོན་  
ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྲད་མ་བྱུང་མ་ལས་བོན་ཚོས་དོ་མ་ གྱི་གྲུལ་བཙུན་པོའི་སྐབས་ལུ་དར་དར་མ་ཨིན་པའི་ཁྲུངས་སྤེལ་  
བཤད་སོལ་འདུག། དེ་ལུ་རྒྱུའི་བོན་ཆབ་ནག་ ཡང་ཅིན་བོན་ནག་ཟེར་ཡང་སྤྲོལ་ཨིན་པས།

## གཉིས་པ་འཕྱུར་བོན།

འཕྱུར་བོན་ཞེ་ རྒྱལ་པོ་གྱི་གུམ་བཙུན་པོའི་གྱི་བཤེད་ བོད་ཀྱི་བོན་པོ་ཚུ་གིས་འབད་མ་ཚུགས་པར་ ཁཆེ་དང་ བྱུ་ཤ་ ཞང་ཞུང་  
གསུམ་ལས་བོན་པོ་གསུམ་ གྱི་བཤེད་ལུ་འབོ་སྤེལ་ ཁོང་གསུམ་གྱིས་ བྱ་སྐྱོ་གིས་ལུགས་བཏོག་ཞེ་དང་ མོ་བཏབ་སྤེལ་ལེགས་ཉེས་  
གཏན་ལ་ཕབ་ཞེ་དང་ གྱི་འདུལ་བ་ལ་སོགས་པ་ཤེས་པ་ལས་ ཁོང་གསུམ་མ་བྱུང་ཚུན་ཚོད་ལུ་ བོན་ལུ་ལྟ་བུ་འདི་ཨིན་ཟེར་མ་  
མེད་རུང་ དེ་ཁ་ལས་ཚུར་བོན་གྱི་ལྟ་བུ་བཟུང་སྤེལ་ ལུ་སྤེལ་དབང་ལུགས་པའི་གྲུབ་མཐའ་འཕྱུར་བ་བོན་དང་འདྲེས་འདྲེས་པ་ཨིན་  
ཟེར་བཤད་པ་ཨིན་པས།

**གསུམ་པ་བསྐྱུར་བོན།**

བསྐྱུར་བོན་ལུ་གསུམ་ལས། དང་པོ་བསྐྱུར་བ་ནི། པརྗེ་ཏཱ་ཤམ་ཐབ་ཚེན་པོ་ཅན་གྱིས་ཚོས་ལོག་པ་གཏེར་ལུ་སྤྲོ་སྟེ་ ལོག་ལོར་དང་  
གིས་བཏོན་པའི་བོན་དང་འབྲེས་མི་ལུ་སྤྲོ་བ་ཨིན་པས།

གཉིས་པ་བར་དུ་བསྐྱུར་བ་ནི། རྒྱལ་པོ་ཁྲི་སྤོང་ལྷེ་འུ་བཙན་གྱི་སྐབས་ལུ་ བོན་ཚོས་འབད་མི་ཚུ་ནང་པའི་ཚོས་ལུ་འབྲུག་དགོ་པའི་  
བཀའ་ཁྲིམས་བཟོ་མ་དུ་ རྒྱལ་བའི་བྱང་ཚུ་བ་ཟེར་མི་དེ་གིས་ཉན་མ་བརྟུབ་པར་ཁྲིམས་བཙན་པ་ལས། ཁོ་ཁོས་ཏེ་བོན་དང་གཅིག་  
ཁར་ཁ་བསྐྱེམས་ཞིན་མ་ལས་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབས་ལ་ལུ་ཅིག་བོན་ལུ་བསྐྱུར་ཅུག།

དེའི་རྗེས་ལས་རྒྱལ་པོ་གིས་གསལ་ཏེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབས་བོན་ལུ་བསྐྱུར་མི་ཚུ་ཨོལ་ལྷོག་བཏོག་དགོ་པའི་བཀའ་རྒྱ་གནང་  
སྟེ་ཨོལ་ལྷོག་བཏོག་པ་ལས་བོན་ཚུ་འདྲོག་སྟེ་བསྐྱུར་འཕྲོ་ཚུ་གཏེར་ལུ་སྤྲོ་སྟེ་ལོག་ལུ་མ་གཏེར་ལས་བཏོན་མི་ལུ་བོན་གཏེར་མ་  
ཟེར་སྤྲོ་བ་ཨིན་པས།

གསུམ་པ་ཐ་མར་བསྐྱུར་བ་ནི། གླང་དར་མ་གིས་བསྟན་པ་བསྐྱུར་བས་པའི་ལུ་ལུ་གཙང་ཉང་སྟོན་ལས་གཤེན་རྒྱུ་དུ་གའ་ཟེར་  
མི་དེ་གིས་བོན་གནས་ཅིག་ལུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་བཀའ་མང་རབས་ཅིག་བོན་ལུ་བསྐྱུར་ཏེ་ལུ་སྤྲོ་བ་ལུ་ཁམ་ཚེ། ཉེ་ལུ་ཚུ་ལུ་  
ཁམ་ཚུང་། གཏན་ལ་དབབས་པ་ལུ་བོན་མདོ། གཟུངས་སྟེ་ལུ་ལུ་འབྲུམ་དཀར་ནག། ཟེར་མིང་བཏགས་ཏེ་བད་ཚད་དང་  
བཟོ་དབྱེ་ཚོས་དང་མ་འབྲུམ་སྐྱོ་ཚོགས་བཟོ་སྟེ་ མཚོ་ལྷ་འབྲེལ་ཚུང་གི་བྲག་ལུ་གཏེར་ལུ་སྤྲོ་བཞག་མི་ཚུ་ལུ་མ་གཏེར་ལས་བོན་  
བོན་མ་བཟུམ་སྟེ་བཏོན་ཅུག། དེ་གི་ལུ་མ་ཡང་ ལྷང་པོ་བོན་ཞིག་ལ་སོགས་པ་ཚུ་གིས་ཡང་དེ་བཟུམ་ལེ་ཤ་བསྐྱུར་ཅུག།

བསྐྱུར་བོན་སྤྱི་བར་གསུམ་པོ་འདི་ལུ་ཚབ་དཀར་ཡང་ན་འབྲས་བུའི་བོན་ཡང་ན་བོན་དཀར་ཟེར་ཡང་སྤྲོ་བ་ཨིན་པས། དེ་  
འབད་མ་ལས་ བོན་ཚོས་ལུ་ཡང་བཀའ་འགྲུར་ཡོངས་ཚོགས་གྱི་ཚབ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལྷ་བ་སྟོན་པའི་གཞུང་དང་ སྐྱོམ་པའི་  
གཞུང་ སྟོན་པ་དང་འཕྲིས་གྱི་སྟོར་དང་ བསྐྱེད་ཚོགས་འབྲས་བུ་དང་ སྲུང་མ་ལ་སོགས་པའི་སྟོར་གྱི་གཞུང་ཚུ་ཡང་ ཡོད་པ་  
ཨིན་པས།

དེ་འབད་མ་ལས་ང་བཙས་རའི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ཡང་ བོད་གྱི་བསྟན་པ་ལྟེ་དར་གྱི་སྐབས་ཙམ་ལས་ ཞང་ཞུང་བོན་གྱི་སྟོན་  
པ་གཤེན་རབས་གྱི་རིང་ལུ་གསལ་འཛིན་པའི་གདན་ས་ ར་ལ་གཡུ་རྩུང་གླིང་ལས་ ཞབས་རྩུང་མཚན་ལུན་བདེ་བ་ཟེར་མི་དེ་བྱོན་ཏེ་  
ཤར་སྐྱེ་འབྲུམ་དགོན་དང་སེ་བསྐྱང་ཚུ་ལུ་ གདན་ས་རིམ་པ་བཞིན་བཏབ་ལས་ བོན་ལུ་གསལ་གྱི་བསྐྱང་གསལ་ལུ་ ད་ལྟོ་ཡང་

ས་གནས་ལ་ལུ་ཅིག་ན་ འབད་སྲོལ་ཡོད་མི་བོན་ཚོས་འདི་དར་ཅུག

**ཚང་ཁ་ལྷ་བོན་ལས་གཡུས་ཀྱི་བཀོད་པ་དང་མིང་གི་ཐ་སྙད་དར་ཚུལ།**

གཡུས་ཀྱི་གདོང་བཏེག་ལས་བལྟ་བ་ཅིན་ཚང་ཁར་པའི་གཡུས་འདི་ས་ཆའི་དབྱིབས་ནོར་བུ་དྲུང་ད་ཀར་གཡམས་སུ་འབྱེལ་འབྱེལ་  
བའི་ཤེད་པ་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོང་སྤོངས་དང་རི་བྲག་བརྩེད་ཉམས་ཆེད་གཏོ་སྲོལ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གཡམས་གཡོན་སྐྱོང་  
དང་ནགས་ཚལ་དང་ རྒྱ་མཚོ་ལྷོ་གིས་བསྐོར་ཏེ་གཞི་བ་ཉམས་དགའ་བའི་གུ་ གདོང་ལ་ལུ་མང་སྟེ་ཚུ་ ཡོན་ཆ་བཟུལ་ཟུལ་བཟུམ་  
ཡོད་པའི་ སུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ས་ཆའི་དབྱིབས་ཅན་ལུ་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གཡུས་དེ་ལའི་མི་ཚུ་ འཚོ་བ་འབྱས་དགུ་དང་  
སློབ་ལུ་བརྟེན་སྲོད་ཡིན་པས།

གཡུས་ཀྱི་མིང་ལུ་ཡང་རྟེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ ཀྲོང་གསར་ཆ་འོག་མང་སྟེ་ཚོ་བཞི་ཟེར་ བྲག་སྟེང་དྲུང་། རྣམ་ཐེར་དྲུང་། ལུབ་པའི་  
དྲུང་། ལྷང་སྤྱིས་དྲུང་བཅས་དྲུང་འོག་བཞི་ཟེར་སྐབ་རུང་བཏུབ་ནི་ཡིན་པའི་ ལྷང་སྤྱིས་དྲུང་གི་ནང་གསལ་ ཚང་ཁ་ཟེར་བའི་  
གཡུས་འདི་ རྟེ་མ་མཚོ་མིག་ཅིག་འབྱེལ་ཏེ་ཡོད་པའི་ལ་ལུ་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་ གཡུས་ཀྱི་མིང་ལུ་མཚོ་ཁར་ཟེར་སྐབ་དོ་ཡོད་པ་  
ཡིན་རུང་ འོག་ལུ་ལས་མཚོ་ཁར་ཟེར་བའི་སྐབ་རུང་ཉམས་ཏེ་ ད་རེས་ནངས་པ་ཡོངས་གྲགས་ལུ་ ཚང་ཁར་ཟེར་སྐབ་སྲོལ་  
དར་ཅུག།

ཀྲོང་གསར་ཆ་འོག་ལུ་ མང་སྟེ་ཚོ་བཞི་ ཡང་ན་མང་འདུས་ཚོ་བཞི་ཟེར་སྐབ་སྲོལ་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ བུམ་ཐང་ལྷའི་སྐས་ལུལ་གྱི་  
བཀོད་པ་མེད་ཏེ་གསྐྱེད་ཚལ་ནང་ ཀུན་མཁྱེན་རྒྱལ་བ་ཀྲོང་ཆེན་རབ་འབྱམས་མཚོག་གིས་ མང་སྟེ་ལུང་ཕྱོགས་ཀྱི་བཀོད་པ་དེ་ལུ་  
བསྟོན་བསྐྱེད་གནང་ཡོད་མི་ཡང་། ལུབ་ཕྱོགས་མང་སྟེ་ལུལ་ཁམས་བཟང་པོ་ནི། ཡིད་འོང་གཞུང་དབྱིབས་ལྷུང་མཛེས་པ་  
ལ། མོང་རྣམས་མང་ཞིང་ཕྱོགས་ཀྱི་སྐྱེ་བོ་འདུ། རྒྱ་བོའི་རྒྱུན་ཡང་ལུབ་ནས་ཤར་སྟོར་འབབ། ཟེར་མི་ལས་ མང་སྟེ་ལུལ་ཞེས་  
མིང་དོན་མཐུན་པར་གྲགས། ཟེར་གསུངས་ཡོད་མི་དང་ དོ་རུང་བུམ་ཐང་ཚོས་རྗེ་བྲག་གི་བྱམ་རིན་ཆེན་དོན་རྗེ་གིས་མཛད་པའི་  
ཡིག་ཆ་ཅིག་གི་ནང་ ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྐས་དང་བཅས་པའི་ཚོགས། གཏུལ་བྱ་གང་འདུལ་དེ་དང་དེར་སྐུལ་ནས། ཚོས་  
དང་མཐུན་པའི་བྱ་བ་མཛད་པ་ལ། ལྷིང་ནས་ཡིད་རངས་ཀྱིས་ཤིག་མང་འདུས་པ། ཟེར་དོས་རྗེས་འདུལ་མ་འདུལ་མང་

རབས་ཅིག་འདུས་སའམ་འཛོམས་པའི་གནས་ཡིན་མཁེས་མང་འདུས་ཟེར་སྐབས་སོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

### གཡུས་ཀྱི་ལྷ་གསོལ་བོན་གསོལ།

སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་མ་དར་བའི་རྟེ་མ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལུང་ཕྱོགས་དང་གཡུས་ཕྱོགས་སོ་སོལས་པར་ ཚོས་སྦྱོང་གི་གཙོ་  
བོ་ལྷ་འདྲེ་ལུ་གསོལ་མཚོན་དང་ གདོན་སྲི་མཉན་ནི་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོལས་ གཤེན་གསོན་གྱི་རྒྱུན་སེལ་རིམ་གྲོ་ཚུ་ གོང་ལུ་  
བཤད་པའི་ བོན་དཀར་དང་བོན་ཉག་གི་ལུགས་གང་རུང་ཐོག་ལས་འབད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས།

དེ་བཟུམ་སྡེ་ཚང་ཁར་ལུ་ཡང་དཀར་ཚོས་མ་དར་བའི་རྟེ་མ་ གཤེན་གསོན་དང་ནད་པ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་མོ་བཏབ་ནི་དང་། ལྷ་གསོལ་  
ནི་ལྷ་བཙུན་བདུད་ཚུ་མཚོན་ནི་ རོ་ལྷ་དང་ཤིང་ལྷ་ གངས་རི་གི་ལྷ་དང་ ལུ་ལྷ་ཚུ་མཚོན་ནི་གཉན་ཡང་ གནས་སྐབས་འཇིག་  
རྟེན་པའི་ལྷ་ ལུག་བཙུན་ འོད་བཙུན་ ལྷ་མོ་ཚུ་ལུ་གསོལ་མཚོན་ཕུལ་ནི་ལ་སོགས་པའི་ཞེ་དག་གི་རིམ་གྲོ་ཚུ་ བོན་བརྒྱུད་  
འཛིན་མི་པེ་ཚུ་གིས་བོན་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་མ་གཏོགས་འབད་སྲོལ་མེད་པ་ཡིན་པས།

དེ་ལས་བརྟེན་མང་སྡེ་ཚང་ཁར་ལུ་བོན་ལུགས་ཀྱི་གསོལ་མཚོན་ལེ་ཤ་འབད་སྲོལ་ཡོད་པའི་ནང་ལས་གཙོ་བོ་ཅིག་ལོ་བསྟར་དམང་  
གི་རིམ་གྲོ་ལྷ་བོན་ཟེར་མི་ཅིག་ འབད་ནིའི་སྲོལ་བྱུན་ཡོད་མི་ཡང་དེ་ལས་བརྟེན་བྱུང་བྱུང་མ་ཡིན་པས།

### ལྷ་བོན་གྱི་སྲོལ་བྱུན་དར་ཚུལ་དང་ བོན་བརྒྱུད་མཚོན་ཚུལ།

བོད་ལུ་དང་བོ་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་མེད་པར་ བོན་དང་ ལྷེ་ལུ་ སྐྱང་གསུམ་གྱིས་ཚབ་སྲིད་རིམ་པར་བསྐྱེད་སྟེ་འབད་རུང་  
བོད་རྒྱལ་རབས་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་ བོན་བརྒྱུད་འཛིན་མི་ཚུ་མཐའ་ལུ་སྦྱུགས་ཏེ་ བོད་ལུ་ནང་པའི་ཚོས་སྡེལ་བའི་སྐབས་བོད་རྒྱལ་  
ཁབ་དེ་ ང་བཅས་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་དང་ ཐག་ཉེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན་མཁེས་ ཁོང་བོན་བརྒྱུད་འཛིན་མི་ལ་ལུ་ཅིག་ ང་བཅས་འབྲུག་  
རྒྱལ་ཁབ་ནང་འོང་སྟེ་གནས་གཞི་བབྱུང་མཁེས་ འབྲུག་གི་གཡུས་མཐའ་མཚམས་ལས་པར་ བོན་པའི་ཚོས་ལུགས་ རིམ་པར་  
དར་ཏེ་ མི་ཚུ་གིས་བོན་པའི་ཚོས་ལུགས་ལྟར་དུ་ ཤིང་དང་རི་བྲག་ཚུ་ལུ་ འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་མཚོན་པའི་སྲོལ་བཙུགས་པ་དང་  
གཅིག་ཁར་ ཚང་ཁར་ལུ་ཡང་ ལྷ་གསོལ་བོན་གསོལ་ལ་སོགས་པའི་ བོན་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་སྲོལ་བྱུན་ཚུ་ དར་བྱུང་འགྲོམ་དང་

ལོ་བཟུང་། དམངས་གི་རིམ་གྱོ་ ལྷ་བོན་ཟེར་མི་ཅིག་ཡང་། འབད་ནིའི་སྲོལ་དར་ཅུག།  
 ལྷ་བོན་འདི་དར་བའི་དུས་ཚིགས་དང་། གཤམ་བརྒྱད་དེ་དར་དར་ཕུ་ཨིན་ན་ཚུ་དེས་པ་མེད་པ་ཨིན་རུང་། མི་གི་ཁ་རྒྱན་ལས་བཤད་  
 རོ་བཟུམ་འབད་བཅིན་ ཚང་ཁར་པའི་གཡུས་འདི་ཚགས་པའི་ཤུལ་ལས་ བོན་ཚོས་ལུ་མཁས་པ་ལྷ་འདྲེ་ཚུ་དང་མི་དང་མི་འབྱུང་  
 རོ་བཟུམ་སྡེ་མཐོང་ཚུགས་མི་ སྲོན་པ་ཚེ་དབང་ལྷོན་གྲུབ་ཟེར་མི་ཅིག་གྲུང་སྟེ། ཁོ་ལས་རིམ་པར་བརྒྱད་དེ་ ད་ལྟོ་བར་ན་ཡང་ཁོ་  
 གི་བརྒྱད་པ་ལས་ ཚང་ཁ་པ་ཚོ་དང་ ཚང་ཁ་རྒྱབ་ཟེར་བའི་བོན་བརྒྱད་དང་ རྒྱབ་བརྒྱད་ཀྱི་རིམ་པ་བཟམ་མ་ཚད་པར་གཤམ་  
 གསལ་ལྷར་གྲུང་ཡོད་པ་ཨིན་པས། དེ་ཡང་།

- |   |                   |                       |                           |
|---|-------------------|-----------------------|---------------------------|
| ༡ | ཚེ་དབང་ལྷོན་གྲུབ། | དུས་རབས་༡༩པའི་ནང་།    |                           |
| ༢ | རྩ་མགིན་རྟོ་རྗེ།  | དུས་རབས་༢༠པའི་ནང་།    | འབྲུག་རྒྱལ་དང་པའི་སྐབས།   |
| ༣ | རྩ་མགིན་ཚེ་དབང་།  | དུས་རབས་༢༠པའི་ནང་།    | འབྲུག་རྒྱལ་གཉིས་པའི་སྐབས། |
| ༤ | དོན་གྲུབ།         | དུས་རབས་༢༠པའི་ནང་།    | འབྲུག་རྒྱལ་གསུམ་པའི་སྐབས། |
| ༥ | མ་ཉི་             | དུས་རབས་༢༠-༢༡པའི་ནང་། | འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པའི་སྐབས།  |

ལོ་རྒྱུས་ལས་བཤད་རོ་བཟུམ་འབད་བཅིན་ ཚེ་དབང་ལྷོན་གྲུབ་ཟེར་མི་འདི་ གཡུས་ཀྱི་རི་མགོ་ལུ་ ལྷགས་བཅོན་གྱི་གནས་ཁང་  
 ཡོད་སར་ ལོ་གསུམ་མཚམས་བཅད་དེ་སྡོད་པ་ད་ ཁོ་རའི་གདོང་ཐེད་ལུ་སྤར་ཕུ་མཐོང་སྟེ། ས་སྤར་མི་དེ་འོ་བཟུམ་ད་ རྒྱུ་ལི་  
 ཟངས་ལས་གྲུབ་པའི་ཕུར་པ་ཅིག་ཐོབ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ཕུར་པ་འདི་ ཐོབ་ཅིག་ར་ ཁོ་གི་ཕྱག་ཏོག་གུ་ ལུར་ཆ་ལྡིང་ས་རྟེན་རྟེན་གཅིག་བཀའ་བཀའ་བའི་འགོས་བཟུམ་སྟེ། ལྡིང་ལྡིང་འག་  
 ཅིག་གྲུང་མི་འདི་ ལྷགས་བཅོན་ཨིན་པའི་སྤང་བ་ཤར་ཕུ་ལས་ ཕྱག་ཏོག་གུ་ལུ་སྟེ། ཕྱག་ལུ་ལུང་མ་ཟེར་ནགས་ཚལ་སྲོམ་ཅིག་  
 ཡོད་མི་གི་མཇུག་ཚུན་ལུ་སྟེ། སྤང་ནགས་ཀྱི་མཚམས་ལུ་སྡོད་པ་ད་ ཕྱག་ཏོག་གུ་ལས་ལུར་ཆ་པམ་པམ་བཟུམ་སྟེ། ཡང་ཆག་  
 བཏང་སྟེ་འགྲོ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

དེ་བཟུམ་སྟེ། པ་ཚོ་རྩ་མགིན་རྟོ་རྗེ་ཟེར་མི་དེ་ཡང་། འབྲུག་རྒྱལ་དང་པའི་ཕྱག་ལུ་སྟེ། ཕྱག་ལ་གཤམ་ཅན་ཚུ་གནང་པའི་སྐབས་ལུ་  
 མོ་བཏང་བའི་ཚུ་ནང་ གནམ་མེད་ས་མེད་གསལ་འགྲུབ་འབད་བཏང་སྟེ། ཕྱགས་དོན་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་གྲུབ་ཚུགས་དོ་ཡོད་པ་ལས་  
 ཕྱགས་བཅེའི་གཞིགས་པ་སྲོམ་གནང་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག། དེ་ལས་བརྟེན་ ཁོང་གི་ཕ་བརྒྱད་བུ་བརྒྱད་འབད་ པ་ཚོ་དང་ རྒྱབ་



འབད་དགོ་པའི་བཀའ་རྒྱ་གནང་མ་མཚན་ གསོལ་རས་འབད་ རྒྱ་ལི་ཟངས་ལས་གྲུབ་པའི་ལྷོ་རྩུང་བགྱིས་རྟལ་བརྒྱད་ཀྱི་རིས་  
མོ་ཅན་ཅིག་ཡང་གནང་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

སྤྱིར་བཏང་བོན་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་གསོལ་མཚན་ཚུ་ཕལ་ཆེར་དམར་མཚན་སྤེལ་ལྟམ་ཨིན་རུང་། ཚང་ཁར་ལྟ་བོན་འདི་བོན་དཀར་གྱི་  
ལུགས་འབད་མ་ལས་ནང་པའི་ལུགས་ཀྱི་མཚན་པ་བཟུམ་སྤེལ་ཞེ་མ་གཏོགས་སེམས་ཅན་སྲོག་བཅད་དེ་དམར་མཚན་གྱི་མཚན་  
པ་ཚུ་སྤེལ་ནི་མེད་པ་ཨིན་པས།

### ལྟ་བོན་གྱི་དགོས་དོན་དང་ལས་རིམ།

ལྟ་བོན་འདི་ལོ་བཟུར་བཞིན་དུ་རང་ལྷན་ ༡༠ ཚེས་ ༡༠ ལས་ ༡༥ འི་བར་ན་གཟའ་སྐར་འཕོད་སྤྱིར་དང་བསྟུན་ཏེ་ ཉེན་  
གསུམ་གྱི་རིང་ལུ་འབད་དོ་ཡོད་པ་དང་། ལྟ་བོན་ཉེན་གསུམ་གི་རིང་པེ་ཚོ་གིས་ བསྟེན་པའི་ལྟ་ཚུ་གིར་ལྟ་བྱིམ་ནང་གདན་  
བྲངས་ཏེ་གསོལ་མཚན་ཚུ་མ་བཏུབ་བཏུབ་འབད་དེ་སྤེལ་མ་ལས་ བསྟེན་པའི་ལྟ་གིས་ མི་ལུ་ཚེ་དང་། རོར་ལུ་གཡང་། ཟས་ལུ་  
བཅུད། གོས་ལུ་བྱོད་དབང་ཐང་འབར་བ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་གྲུབ་གནང་དོ་ཡོད་པ་མཚན་ གནལ་ཡང་བསྟེན་པའི་ལྟ་གི་བྱིན་  
མཐུ་ལས་བརྟེན་ གཡུལ་སྐྱོའི་ནང་ལུ་ལོ་ལྷུགས་རྟལ་ཏུ་ལེགས་ཆར་ཚུ་དུས་ལུ་འབབ། མི་ནད་ལྷུགས་ནད་ལ་སོགས་པ་ཞི་ཞིའི་  
དོན་ལུ་ལོ་བཟུར་བཞིན་དུ་ཁལ་མི་གྲང་པ་ཚུ་ལས་ ཅུ་བོ་གཉིས་གཉིས་རེ་སྐོར་རྒྱབ་འབད་དེ་ཉེན་གསུམ་གྱི་རིང་ལུ་འགོ་འབྲེན་  
འཐབ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**ཉེན་དང་པལལ།** པེ་ཚོ་གིས་རྫོང་པ་ལས་ལྟ་བོན་གྱི་བཅའ་སྲིག་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ བམ་དགུང་ཡོལ་ཁམ་ཅིག་ལས་ལྟ་ཚེན་གསུམ་  
མཚན་བྱེད་ལུ་ ལྟ་སྲོག་གཟེར་ དར་ཤིང་ཏོག་བལ་དང་སྤྲ་གིས་བཟོ་བཟོམ་ གསུམ་འབད་མི་ཅིག་འཕུར་ཞིན་མ་ལས་ ལྟ་  
གསོལ་ནི་འགོ་བཙུགས་པ་ཨིན་པས།

དེ་ལས་སྤྱི་རུ་རྫོང་ ༡ དེ་ཅིག་ལས་ ཡས་བོན་ཟེར་གཡུས་ཁའི་བྱིམ་གྲང་པ་རེ་ལས་མི་རེ་ལྟ་བྱིམ་ནང་འོང་སྟེ་ ལྟ་ལས་དངོས་  
གྲུབ་ཞིན་མ་ལས་ ལྟ་ལས་དངོས་གྲུབ་ཞི་ཚུ་གིས་ རྫོང་གནལ་མ་ནང་ཚུན་ཚོན་བྱིམ་བཤལ་བརྒྱབ་སྟེ་ བྱིམ་རེ་རེའི་ནང་  
ལུ་ ལེགས་པའི་ལེགས་བཤད་དང་ བགྱིས་པའི་སློབ་ཚིག་གི་སྤྱད་བཅས་པ་སྟེ་ དངོས་གྲུབ་སྟེལ་དོ་ཡོད་པ་དང་ བྱིམ་གྱི་སྤྱིན་

བདག་ཚུ་གི་ལ་ཐུག་ལས་ཡང་ ལྷོ་དང་ཆང་ཇ་དང་བཅས་པའི་བསུ་བ་ཚུ་ མ་བརྟུབ་བརྟུབ་སྟེ་ འབདམ་ཨིན་པས།

**ཉེན་གཉིས་པལ།** ལྷ་བོན་གྱི་ཕ་བོ་གཉིས་ཀྱི་ དམིགས་བསལ་རིམ་གྱོ་ ལྷ་གསོལ་ནིའི་དོན་ལུ་ བཛོད་དང་གཞས་པ་འཆམ་པ་ཚུ་  
གཡུས་ཀྱི་རི་འགོ་ ལྷུགས་བཙན་དང་ འོད་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་ཡོད་ས་ལུ་འགྲོ་སྟེ་ལྷ་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་མཚོད་པ་མ་ཚད་ རི་  
འགོ་ལས་ལོག་འོང་མ་དང་ གཞས་འཆམ་གྱི་བསུ་བ་དང་བཅས་པའི་ཐོག་ལས་ ཡུལ་ལྷ་ཚུ་ གདན་འདྲེན་ལུ་འོད་པ་ཨིན་པས།  
རི་འགོ་ལས་ལོག་སྟེ་ ལྷ་བྱིམ་ནང་སྟེ་ བཛོད་གིས་ཁྲལ་མི་བྱུར་པ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ དམིགས་བསལ་གསོལ་མཚོད་ཅིག་ཡང་སུལ་  
སོལ་འདུག།

**ཉེན་གསུམ་པལ།** གཡུས་ཁའི་ཕོ་མོ་ཚུ་གཞོན་གོར་ རོ་པ་ལས་བཟུང་བཞིག་སྟེ་ ལྷ་བྱིམ་ཡོད་སའི་ཐང་ནང་འཛོམས་  
དགོལ་ཨིན་པས། ཐང་ནང་ལུ་ བོན་འཆམ་དང་ ཚང་ཁར་པའི་རྩ་འཆམ་ རང་ལུགས་སྐྱུ་གཞས་ གཞས་དང་གཞས་མོ་ཚུ་  
རྒྱབ་སྟེ་ ཉེན་མ་གཅིག་རང་དགའ་སྟོབས་ལྷུང་ཞི་ཡོད་པ་མ་ཚད་ འདི་ནང་འཛོམས་ཚད་ཅིག་པ་ཡང་ལྷ་ལས་དངོས་སྐབས་ལུ་འོད་པ་  
ཨིན་པས།

ལྷ་བོན་གྱི་ཕ་བོ་རེ་ལས་ དངོས་སྐབས་ལུ་མི་ རུམ་གཉིས་གཉིས་དང་ རུམ་རེ་རེ་བཏོན་ཞིན་མ་ལས་ ལོ་གཅིག་གི་རྒྱུན་དང་  
བར་ཆད་ཚུ་ཞི་ནི་དང་ ཚོད་དང་བསོད་ནམས་ལ་སོགས་པ་ འཕེལ་ནིའི་དངོས་སྐབས་ལུ་སྟེ་ བགྲིས་ལེགས་སྟེལ་དང་བཅས་པའི་  
ཐོག་ལས་ ལྷུན་བདག་གཉིས་ཀྱི་བྱིམ་ནང་འཛོམས་ཞིན་མ་ལས་ དེ་ཚོས་རུབ་གཅིག་རང་ སྐྱུ་གར་གྱི་དགའ་སྟོན་དང་ཚོགས་  
སྟོན་དང་བཅས་པའི་དགའ་སྟོབས་ལྷུང་ཏེ་ མཇུག་བསྐྱེད་ཨིན་པས་ཟེར་ལུ་ཞི་ཨིན།

**ལྷ་བོན་གྱི་སོལ་བྱུན་ཉམས་ཉེན།**

**རྒྱལ་སྐས་ལག་ལེན་ལས།** རང་ཡང་འཁོར་བའི་བརྩོན་རར་བཅིངས་པ་ཡིས། ། འཇིག་རྟེན་ལྷ་ཡིས་སུ་ཞིག་སྐྱོབ་པར་ལུས། ། ཟེར་  
གསུངས་དོ་བཟུམ་བོན་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་གསོལ་མཚོད་ཚུ་སུལ་ཏེ་ གནས་སྐབས་ཀྱི་བར་ཆད་ཙམ་ཅིག་སེལ་ཤ་མ་གཏོགས་མཐར་  
ཐུག་གི་བདེ་བ་འབྱུང་ཐབས་ཅིག་མི་འདུག།

ནང་པའི་ལུགས་ཀྱི་གསོལ་མཚོད་ཚུ་སུལ་བ་ཅིན་ འཕྲལ་སུག་གཉིས་ཆར་གི་ལམ་སེལ་ཚུ་གསལ་ལས་ བོན་ཚོས་དང་ ནང་པའི་  
ཚོས་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་འབྲས་བུའི་བྱུང་པར་ གནས་ས་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་པ་ ཀུན་གྱིས་ཏ་གོ་དོན་རྟོགས་བྱུང་ལུག།

དེ་འབདམ་ལས་ དེང་སང་གཡུས་སྒོ་མང་ཤོས་ནང་ལུ་བོན་ནག་ལུགས་ཀྱི་གསོལ་མཚོན་འབད་ནི་ཚུ་ཙ་བརྟམས་བཏང་མ་མཚན་  
བོན་དཀར་ལུགས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་ཚུ་གར་ དཀར་ཚོས་ལུ་ཁ་བསྐྱར་ཉེ་འབད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

དེ་བརྩམ་སྡེ་ ཚང་ཁར་ལུ་ཡང་ཉེ་མ་བོན་ནག་གི་ལུགས་ཨ་ཙི་རེ་འབད་སྲོལ་ཡོད་མི་ཚུ་ཙ་མེད་བཏང་པའི་ཁར་ བོན་དཀར་  
ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བོན་སྐབས་ལུ་ཡང་ ཉེ་མ་གཡུས་ཁའི་ཁྲལ་མི་གུང་པ་གར་བཅའ་མར་གཏོགས་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་ཅུང་ སྤྱི་ལོ་

༢༠༠༣ལས་ཙ་རོ་དག་པ་ཅིག་ལྷ་བོན་ལས་བྱུར་ཞུགས་འབད་དེ་ དཀར་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་འབད་དོ་ཡོད་པ་མཚན་ད་རེས་  
ནངས་པ་འབདམ་ད་ ལྷ་བོན་དེ་མ་པ་ལས་འགོ་འདྲན་འབབ་ནི་མེད་པ་ཨིན་པས།

ཉེ་མ་འབད་བཅེན་ ཁྲལ་མི་གུང་པ་གཉིས་རེ་ ཙ་བོ་འབད་ཐོན་ཉེ་ ལྷ་བོན་འགོ་འདྲན་འབབ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་ཅུང་ ད་རེས་  
ནངས་པ་ ཙ་བོ་འབོན་མི་ཡང་མེད་པ་ཨིན་པས།

དེ་མཚན་ ཚོས་ལུགས་ཀྱི་དལ་དབང་ལུ་བརྟེན་ ན་ལས་པར་དུས་རིམ་བཞིན་དུ་ བོན་བརྒྱུད་འཛིན་མི་པ་ཚོའི་བརྒྱུད་པ་ཚུ་རིམ་  
པར་ཚོགས་ཉེ་ བོན་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་གསོལ་མཚོན་ལུ་ཞིའི་ལམ་སྲོལ་ཚུ་ ལུབ་རིའི་ཕྱོགས་སུ་ཡོལ་མ་ ཐག་ཚོད་ཨིན་པས་ཟེར་

ཞུ་ནི་ཨིན།

**ལྷ་བོན་གྱི་སྲོལ་ཁྱུན་ཉམས་པའི་སྒྲིན།**

ལྷ་བོན་གྱི་སྲོལ་ཁྱུན་འདི་ཉམས་པ་ཅེན་ གཡུས་སྒོ་ནང་ལུ་ལམ་ལུགས་སྲོལ་མང་རབས་ཅིག་ཉམས་ནིའི་ཉེན་ལག་ཡོད་མི་དེ་ཡང་།  
མི་སྡེའི་མཐུན་ལམ་དང་འབྲེལ་བ་ཚུ་ཉམས་ནི།

ལམ་སྲོལ་ལུ་བརྟེན་པའི་བརྩེ་མཐོང་ཚུ་ཉམས་ནི།

རང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་གཞུང་དང་ གཞུང་དང་གཞུང་མོ་ཚུ་ཉམས་ནི།

རང་ལུགས་ཀྱི་གར་འཆམ་ཚུ་བྱ་ལམ་རྗེས་མེད་དུ་འགྲོ་ནི།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཉམས་སུང་ལུ་གཞོད་ནི།

འཕྲལ་ཁྱེན་ངན་པ་ཚུ་འབྱུང་ནིའི་ཉེན་ལག་སྲོལ་རང་འདུག་ཟེར་ཞུ་ནི་ཨིན།

**ཚང་ཁར་པའི་རྩེ་འཆམ།**

ལྷ་བོན་གྱི་སྐབས་ལུ་རྒྱ་བསྐོལ་ཡོད་པའི་ཚང་ཁར་པའི་རྩེ་འཆམ་འདི་དང་ ལྷ་གཡང་ལེན་ནི་ ཨ་ལེ་ལོ་མོ་འབེན་ནི་ཚུ་པ་མ་རྒྱན་  
རབས་ཚུ་གི་ལ་རྒྱན་ལྟར་དུ་འབད་བ་ཅིན་ ཉེ་མ་ཚུ་རིན་པོ་ཆེ་ལུ་བསྟོགས་སིན་ལུ་ལུ་སིན་པོའི་ལ་གོན་མཛད་པར་བྱོན་ཏེ་  
གཙང་དགུང་ཐང་ལར་ཕེབས་ད་ མཁའ་འགོ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་ལུ་གསུངས་གསུངས་མ་ཡིན་ཟེར་བཤད་སྲོལ་འདུག།  
ལྷ་གཡང་སངས་རྒྱལ་གྱི་དུང་པའི་བཀའ་ཐང་ནང་ལུ་ཡང་ གཙང་དགུང་ཐང་ལར་ཚུ་ཚོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེབས་ཅང་ཤེས་བྱ་ལ་ཉ་གུ་  
ཆེབས་ ཞལ་བོད་འབངས་ཚུ་ལུ་གཟིགས་ཏེ་སྐྱེ་དངོས་ཀྱི་སློལ་ས་གསུང་གི་མཐའ་མ་དེ་སྟེ་གསུངས་ལུ་གུ།

**བོད་ཁམས་སྐལ་དར་ཚོས་དེ་གྱིས་ལ་སོང་། ཞལ་ཏ་དེ་དག་རྟེན་གྲགས་འདོད་ཕྱིར་མི་ན། དུས་གསུམ་ངས་ཤེས་དེ་ཕྱིར་ལུང་  
བསྟན་བདེ་ན། གཏན་གྱི་ཤོགས་ཟིན་ཐོལ་འབོད་ཅིང་སོང་། ཨ་ལེ་ལོ་མོ་ཨ་ལེ་འབེན་ཅིང་སོང་། རྩེ་ལོ་ལྷོ་ལ་ཅིང་སྐྱུ་གཡང་  
ལེན་ནས་སོང་། ཡང་ཡང་ཞལ་མཛལ་སྟོན་ལམ་ཐེབས་པར་འཚོལ།**

གཞན་ཡང་མཁའ་ཆེན་གྱི་རབས་བཅུ་པ་པཎ་ཆེན་བསྟན་འཛིན་ཚོས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་མགུར་ནང་ཡང་ སྤྱིར་འཛམ་གླིང་མི་ཡི་  
རྒྱལ་ཁབ་ཀུན། སློས་ལ་བ་ཅན་པའི་འགོ་རྣམས་ཀྱིས། པ་ཚྭོད་ཀྱི་བགྱིན་གལ་འབྱོར།  
ད་དེ་ཕྱིར་གཏུང་བས་གསོལ་བ་འདེབས། ལར་བོད་ཀྱི་འགོ་དོན་བྱས་ཟིན་ནས། ལུ་བ་སིན་པོའི་ལ་གོན་གཤེགས་པར་དགོངས།  
རྩེ་ལྷོ་ལྷོ་འབངས་བཅས་ཞབས་ཕྱིས་ལུས། དེར་དཔའ་བོ་མཁའ་འགོའི་ཚོས་སྤུང་གིས། ཁོང་རྒྱལ་ཆེན་སྟེ་བཞིའི་དཔུང་ཚོགས་  
དང་། ཆེབས་ཏེ་མཚོག་རྒྱན་གྱིས་བསུ་མ་སྟེབས། སྐྱེ་གདན་འབྲེན་ལུ་ནས་གཤེགས་ལ་ལེད། ཁོང་རྩེ་འབངས་དུས་གཟིགས་  
ཚོམ་སྐྱས། ལྷོགས་གནམ་ཁའི་ཚོན་ཡང་འགོངས་པའི་ཚོ། སྤྱིར་ཆེབས་ཁའི་བྱར་སྐྱ་བོད་ལ་སྐྱུར། བོད་རྩེ་འབངས་སྐྱོ་མའི་ཚོམ་  
ལ་གཟིགས། ཞལ་ལྷོ་བརྒྱལ་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལས། གསུང་ཐ་མའི་བདུད་རྩི་འདི་ལྟར་བསྟུལ།  
ཟེར་གསུངས་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་གསུང་དང་ འཁྲིལ་རུང་ ཚུ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་གསུངས་གསུངས་མ་ཡིན་པའི་ཡིད་ཆེས་གཏིང་  
ལས་སྐྱེ་ཚུ་གསུངས་པས་ཟེར་བྱ་ནི་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་ ཚང་ཁར་ལྷ་བོན་སྐབས་ལུ་རྒྱ་བསྐོལ་ཡོད་པའི་རྩེ་འཆམ་དང་ལྷ་གཡང་ལེན་  
ནི་ཨ་ལེ་ལོ་མོའི་སྐྱེ་འབེན་ནི་ཚུ་སྲོལ་ལུ་དེ་ལས་དར་དར་མ་ཡིན་པས།

ར་འཆམ་དེ་ལུ་ལེ་ལྟ་ཡང་ ཐོག་མར་ཐོན་འཆམ་སྐྱོན་འདྲེན་གྱི་ལེ་ལྟ་ལས་ བསྐྱེད་མ་འཇུག་འཆམ་ཚུན་ལེ་ལྟ་བུ་ཐམ་ཡོད་པ་མ་  
 ཚད་ འཆམ་ཆས་དང་ཕྱག་མཚན་ཡང་ འཆམ་དཔོན་དང་འཆམ་པ་གཞན་ཚུ་ལག་པ་ར་དང་འཆམ་མཇུག་གི་ལག་པ་རོལ་མ་  
 འབག་སྟེ་རྒྱ་བ་ཡིན་པས། འཆམ་ཆས་ཡང་འཆམ་གཞན་བཟུམ་ཞལ་འབག་བཅུ་གཉི་དང་ཁོད་སྐད་དར་ལྟ་སྟེ་རྒྱ་བ་མེན་པ་  
 རང་སེའི་བཟང་བཤོ་ལེགས་ཤོམ་སྟོན་ཞེན་ལས་ཁོད་སྟོད་དར་སྐྱ་ལྟ་སྟེ་རྒྱ་བ་ཡིན་པས་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན།

**རྒྱ་བ་རྟེན་དཔེ་ཐོ།**

- རྒྱ་བས་རྗེ་དགེ་འདུན་རིན་ཆེན། (200༧) ལྟོ་འབྲུག་ཚོས་འབྲུང་། ཐིམ་ཕུག་ ཀེ་ཨེམ་གྱི་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་།
- སྐུ་གཞན་མདོག་ (༡༩༥༦) འབྲུག་དཀར་པོ། རྒྱ་གར་ནི་ལུ་དེ་ལི། ཨིན་ཏུ་ར་ལྷ་རྒྱལ་ཐུ་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་།
- སྟོབ་དཔོན་པདྨ་ལ། (200༧) འབྲུག་གི་རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་སྟོན་མེ།
- ཀར་དབྱི་སྐྱོན། (༡༩༩༦) ཐོད་རྒྱའི་ཚོགས་མཛོད་ཆེན་པོ། མི་རིགས་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་།
- སྟོབ་བཟང་ཚོས་གྱི་ཉི་མ། (༡༩༩༥) ཐུ་ལུ་བཀྱན་སྐྱབ་མཐའ། ཨ་ར་ཉ་མི་བཀའ་བརྒྱུད་ཉམས་སྦྱོང་ཚོགས་པ།
- སྐུ་མ་ལོར་བུ་དབང་ཕྱག་གི་གསུང་རྒྱུན།
- པ་མ་རྒྱན་རབས་དང་གོ་ཤེས་ཉན་ཤེས་ཅན་གྱི་ངག་རྒྱུན།

**ཞིབ་འཚོལ་པ་ པདྨ་དོན་གྲུབ།**

སྤྱི་ཤེས་རིག་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།