



ཕྱི་དང་རིགས་འདུན་དཔལ་སྒྱུ་བས་ཀྱིས་བཟུངས།

ཀན་སུ་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།

ཁྱེད་ཁྱེད་ཁྱེད་

ཅེས་འཇམ་གྱིས་བརྩམས།

ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སློན་ཁང་།

图书在版编目 (C I P) 数据

焦耳加布诗歌集: 藏文 / 加华加著. —兰州: 甘肃民族出版社, 2008. 10
ISBN 978-7-5421-1390-0

I. 焦… II. 加… III. 诗歌—作品集—中国—当代—藏语 IV. I227

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第154004号

书 名: 焦耳加布诗歌集

作 者: 加华加 著

责任编辑: 交巴李加

封面设计: 博班

出 版: 甘肃民族出版社 (730030 兰州市南滨河东路520号)

发 行: 甘肃民族出版社发行部 (730030 兰州市南滨河东路520号)

印 刷: 甘肃发展印刷公司

开 本: 850毫米×1168毫米 1/32 印张: 5.375 插页: 1

字 数: 80千

版 次: 2008年11月第1版 2008年11月第1次印刷

印 数: 1~1 500

书 号: ISBN 978-7-5421-1390-0

定 价: 16.00元 (民文)

甘肃民族出版社图书若有破损、缺页或无文字现象, 可直接与本社联系调换。

邮编: 730030 地址: 兰州市南滨河东路520号 网址: <http://www.gansumz.com>

电话: 0931-8773420 (藏文编辑部 联系人: 交巴李加 E-mail: melce@sina.com)

电话: 0931-8773261 (汉文编辑部 联系人: 李青立 E-mail: lili295@sohu.com)

电话: 0931-8773219 (策划部 联系人: 桂渝 E-mail: lanzhougy@163.com)

电话: 0931-8773271 (经营部 联系人: 葛慧 E-mail: gamzgehui3271@tom.com)

版权所有 翻印必究

ཐུན། ཐུན། ཐུན།

རྩམ་པ་ཡི། ཅེས་འཇགས།

རྩམ་གྱི། འགན་འཁུར་བ། གཙོད་པ་ཁྱེ་ལ།

མཐུན་ཤོག་མཐེས་ཤིས་ལ། འཁོར་པད།

དཔེ་ཐུན། ཀན་སྐུ་མི་རིགས་དཔེ་ཐུན་ཁང་།

འབྲིམས་ཐེལ། ཀན་སྐུ་མི་རིགས་དཔེ་ཐུན་ཁང་།

པར་འཛེབས། ཀན་སྐུ་འཕེལ་རྒྱས་པར་ལས་ཁུངས།

དེབ་ཆད། ཉ་ཁྱིམ850×ཉ་ཁྱིམ1168 1/32

དཔར་ཤོག 5.375

མིག་གྲངས། 318

པར་ཐེངས། 2008ལོའི་ཟླ11པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྐྱེགས།

དཔར་ཐེངས། 2008ལོའི་ཟླ11པར་དཔར་ཐེངས་དང་པོ་དཔར།

དཔར་གྲངས། 1~1 500

དཔེ་རྒྱགས། ISBN 978-7-5421-1390-0

ཟིན་གོང་། ལྷོར16.00

པར་དབང་འདི་གར་ཡོད་པས་པར་བསྐྱས་བརྒྱུ་ན་ཁྱིམས་ཆད་ཡོག
(ཤོག་ངོས་ཆད་ནིར་སློག་སློན་གང་ཅུང་ཡོད་ཆེ་པར་ཁང་ལ་ཁྲི་གཏུག་ཅ)

དཀར་ཆག

འབར།.....	(1)
སྐྱ་རིངས་ནས་སྤོང་བ།.....	(5)
བབས་བྱང་།	(7)
སེམས་པ་འདི།.....	(8)
སྤོང་གནད་དང་བཞེས་སྤོང་།	(9)
མོར་རྩི་བྱ་མོ།.....	(11)
བྱ་སྤང་སྤོང་གི་རིང་སྤོང་།	(13)
མཆན་མོ་དེར་ངས་སྤྲོད་དག་གིས།	(14)
པ་ཡུལ་དུ་ལོག་ཐངས་དེ་རེ།	(16)
ཁྱུང་།.....	(17)
མེད་དང་མྱེ་མ་ལེབ།	(20)
ང་སེམས་ཁ་བྱས་ཆས་དུས།	(22)
སེམས་ཁོང་གི་སྤྲོད་དག་	(24)
ངའི་པ་ཡུལ་གཙང་པོའི་འགྲམ་ན་ཡོད།	(25)
སྤྲོ་མོ་ཆ་གཅིག་	(27)
འབྲོག་པའི་བྱ་མོ།	(29)
མཐར་ཐུག་གི་འབྲོག་སྤོང་།	(30)

མཚོ་སྒོན་པའི་བྱ་ལྟ།	(32)
དྲན་པའི་ཚོ་ཁག་.....	(34)
ང་དང་སྒོན་ངག་གི་ངང་ཚུལ།	(37)
གསང་སྤུལ་བའི་སྒྲ་ར།	(38)
ཐུའི་ཞོགས་པ།	(40)
ཁམང་བོ།	(42)
སྒོན་ངག་དྲན་ནས།	(44)
སྒོན་ངག་པའི་འཆི་སྤངས།	(46)
ཆང་འབྲུང་།	(48)
ནམ་བཞག་	(49)
སྒོ་དང་སྒོར་མོ།	(51)
ཟམ་པར་བརྟམ་པ།	(53)
ང་ཡི་ཤིག་	(55)
སྒོན།	(56)
མཛེས་སྤྱད་གི་བྲན་གཡོག་	(57)
ལམ་འགོ་བ།	(59)
དགོང་རྩོ་རེ་རེ།	(61)
སྒོན་ངག་པའི་དགོང་རྩོ།	(63)
ཀས།	(65)
གཅེར་བུའི་མཚན་མོ།	(67)
ཏ་གོ་དུས།	(68)
མི་མེར་འདི་ཚོ།	(69)

དུས་ཚོད་ཉེ་མེད་དུ་འཁོར་གྱིན་འདུག་.....	(71)
རྩ་ཐང་གི་མིག་བྱུང་།.....	(73)
སྒྲིབ་དག་ཅིག་གིས་ཚར་ཇེས་ཀྱི་ཚོར་སྣང་།	(75)
ལོ་མ་མེད་པོ།.....	(76)
སྐྱར་དྲི་བོ་བའི་རོ།	(79)
ཡུལ་སྡོད་ས་གང་ཞིག་ལ་བསྐྱོད་པ།	(82)
རྟོན་རྒྱ་མེད་པོ་མཐོང་ནས་ང་ལ་དྲན་པ་བསྒྲུངས།	(85)
ཁྱེད་ཀྱི་ལོ་.....	(87)
ཕྱི་ནང་གི་རི་མོ།	(89)
མི་ལམ་གྱི་སྤྲོ་རོལ།	(91)
ཚོར་བ།(སྒྲིབ་ཚུལ)	(92)
“ཉལ་ཐ”	(101)
བསམ།.....	(102)
ཐང་ཆད་ཚུལ།.....	(104)
ང་གི་ཆད་ཚུལ།	(106)
ང་སྐྱོབ་ས་རོགས།	(107)
མར་མེ།.....	(109)
ང་དང་གཞི་རིམ།	(111)
སྐམ་པོའི་མི་དེ།.....	(113)
ང་དང་ཁྱོད།	(115)
བརྒྱུད་རིམ་མཐའ་དག་ག་ཅིག་རེད།	(116)
གསལ་ཐོར་དུ་སོང་བའི་སྐྱེ་རོ།.....	(118)

ཕྱིམ།	(120)
ཕྱུ་ཐུབ་པ།	(121)
གོ་བརྒྱད་ལོ་འཁོར་ལོ་རྒྱུ་གཅིག་	(123)
ཕ་ཐོང་ནང་བཞིན།	(125)
ཕ་ཡུལ།.....	(127)
དངངས་འཆབ།	(128)
ཐོངས་དེའི་མཆོན་མོ།	(129)
སྒྲ་དག་མཐོང་བ།	(130)
རྒྱལ་ས།.....	(131)
རོ་སྒྲུ།.....	(133)
མཆོན་གྲང་གི་ང་།	(136)
མཆོན་མོ་ཞིག་ལ་ང་ཕ་ཡུལ་དང་གྲུ་ས།	(137)
ཅོར་རིགས་འཇམ་དཔལ་རྒྱལ་ས།	(139)
ལྷ་སའི་བར་སྐོར་སྤྱིང་།.....	(142)
ཡུལ་བྱ་སྤྱོད་ཀྱང་།	(145)
ཕ་ཐོང་ཁ།	(147)
སྐད་ཆ་དྲང་མོ་ཞིག་བཤད་ན།	(150)
རྒྱ་ རྒྱ་ རྒྱ་	(152)
མཁུག་གི་སྐད་ཆ།	(163)

འབར།

—རང་ལ་བྲིས་པ།

འོད་སྤང་དང་རྫོད་ཁོལ་གྱི་དགོས་དབང་གིས།
མེ་སྟག་ཚུང་བྱ་ཞིག
མཚན་མོའི་གདོང་ལ་ཤེད་ཀྱིས་མཚོངས་པ་ན།
ཐུན་ནག་ཁྲོད་དུ་འཐིམས་ནས་མེད་པར་གྱུར།
གོ་རིམ་འདི། ཐོག་མར་ཆགས་འཇིག་གི་སྐྱེ་རབས་ནས་བསྐྱེད་ས།

ཡུན་རིང་མ་འགལ་བའི་ཕ་བོང་དང་གནའ་མཁར།
ད་དུང་ཐུ་འབྲེལ་དུ་ཉལ་བའི་གདོད་མའི་རི་རྒྱ།
འདི་དག་ནི་མཚན་མོ་ཁ་ཤས་ཀྱི་ཤུགས་བསྟན་རེད།
མཚན་མོ་དེ་དག་ཁྲོན་པའི་ནང་ལ་ལྷུང།

འབར་དོགས་པའི་སྐད་ཆ་ཐ་སྐད་ཀྱིས་བསྐྱེགས་ན།
 དུལ་ཕྱོངས་འདིའི་ཆེས་གཏིང་རིམ་གྱི་སེམས་པ་སྤར།
 དེ་རིང་ང་ཉི་མའི་སྒྲན་ངག་པ་ཡིན།
 མེ་ལྷན་འཆོག་པའི་རྒྱང་རྗེས་ནག་པོ།
 བཅེ་སེམས་ཀྱིས་ཉི་གཞོན་དུ་འབར་ཞིང་།
 རྒྱུ་གདུང་གིས་མེ་ལུང་དུ་འབར།
 འོད་སྤང་འབབ་ཞིག་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་འབར་སྤངས་འདི་གཉིས།
 ཆོ་སྤྲུག་ཅིག་སྒྲོས་བཏང་བའི་ཨ་མའི་མི་ཆོལ་འབར་སྤངས་ཡིན།
 ཉི་མའི་སྒྲན་ངག་ མེ་ཡི་སྒྲན་ངག་

བསམ་གཞིགས་ཀྱི་ཐབས་ཤིང་འདྲ་ཤེས་སུ་བསྤངས་ཅམ་ན།
 མི་དགེ་མེ་ཏོག་ལ་ཡིད་སྤོབ་ཀྱིས་ཏར་ནས།
 བདག་སྤྲུང་ཡང་རི་སྤུལ་དུ་ཐེངས་གསུམ་ལ་རྗེས་སུ་ལུས།
 ཡིན་ནའང་། ཉག་སྤྲུབའི་མཛོས་སྤྲུག་དག་ལའང་.....
 ད་དུང་སྒྲན་ངག་གི་ཉམས་སུ་འཆོར་བས།
 མི་ལ་ཉི་ཤུའི་ལང་ཆོད་མར་སན་འཕྱོ་བའི་མི་བྱེད།
 འཕྱར་བཞེན་པའི་མེ་རི་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་དང་།
 བཞུར་གྱིན་པའི་ཁྲག་དམར་རྒྱུང་རྒྱུང་གི་སེམས་བསྐྱེད་ཅིག་སྟེ།
 བཅུ་ཡང་། ས་སྐང་གི་སྒྲིང་ཁར་བབས་པའི་ཁྲག་ཐིགས་ཡིན་སོང་།
 ཁྲག་ཐིགས་འདི་མ་གཞི་ནས་ཁ་དོག་དམར་བས།
 སྐམ་པོ་བྱེ་མར་བཏང་ཡང་།
 དཔའ་བོའི་ལྗུས་མཆོན་པའི་གཤིས་ཀ

དམར་ནག་གི་རང་བཞིན་དུ་བྱུང།
ཡལ། བྲག་གི་ཡུ་ཚུགས་ནི་མེད་ང་འདྲ།

ཉལ་ཐ། ཉེས་དམིགས་ཀྱིས་བསྐྱོན་ཆར་ཁིང།
མར་མ། གཟི་བྱིན་དུ་བཞུགས་ཆར་ཟེས།
ཉི་མའི་ཤོང་ཁྱེར་ཡམ་ཁའི་ཤོད་དུ་འབར་ལ།
གོ་ལའི་ཁྱིམ་གྱི་སྒྲ་མགོན་ཆོའང་སྒྲལ་བྱུང།
ལྷ་ཁང་དུ་སྒྲོང་མཆོད་གསེར་མདོག་གིས་ཆོའབར་ངང་བེན་སྒྲབས།
ཉིན་མཆོན་གྱི་དུས་ཆོད་ཀྱང་ཏ་ཅང་རྒྱན་ལྡན་ཞིག་རེད།

དུས་ཆོད། ཐག་ཐག་གིས་ཉེ་སྤྱིང་དུ་འཁོར་བའང།
དབེན་འཇགས་ལ་སྤྱོད་སྒྲོར་བརྒྱབ་པ་གལ་ཡིན།
རི་ཆེན་ཉིལ་བའི་པ་ཡུལ་གྱི་གྲག་འགྲལ་དེས།
བྱ་མོད་རྫོ་ཐོག་ནས་འཕུར་སོང།
སྒར་ཡང། གཙང་རྒྱ་དམར་པོ་ཐེངས་ཤིག་འགྲག་དུ་བཞུར།
ལོ་གཅིག་བྱ་མོའི་མཆི་མ་ཡང་བསྐྱར་མེད་དུ་འབར། ལོ་རྒྱུ་འདི་ལ།
མའི་རིགས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱོད་མཐའ་མའི་བཞོད་འདོམས་ཀྱིས།
བྱངས་འགྲག་གི་རྒྱ་བ་མེ་ཉེ་དམར་པོའི་ཐོལ་དུ་འབར་བས།
མཐོ་སྒང་གི་ལྷ་ཁང་འཐམས་པའི་འབྲུགས་རོམ་ཁི་སོང།
(ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲུབ་ལ་ས་རྒྱལ་གྱིས་མ་སྒྲུབ་པ)
ད་དུང། འཇིག་རྟེན་ལ་ཆེས་གཙང་བའི་མཁའ་དབྱུགས་བསྐྱན་སོང།
ད་དུང། མ་ཡུམ་ལ་ཆེས་སྤྱོད་པའི་སྒྲོན་ལམ་དང་མཁའ་དབྱུགས་བསྐྱན་ཡོང།
ཨོ། ཞི་བདེ། ཨོ། མེ་ཉེ།

འཇིག་རྟེན་གྱི་དབང་རྩ་ཡོངས་སུ་མེ་འབར་དུས།
འཇིག་རྟེན་མེ་བཞིན་ཆ་ཆ་ལྷན་ལྷན་གྱིས་འབར།
རང་བྱུང་ཁམས་ཆེན་མེ་ལྷི་ནང་གི་བྱུང་ངོས་སོ་སོར་མེ་འབར་དུས།
རང་བྱུང་ཁམས་ལ་མེ་དམར་བོ་ཇ་དྲག་གིས་འབར།
འབར་བྱུང་། ཡོད་ཚད་མེ་བཞིན་འབར།
འབར་བྱུང་། ངའང་མེ་བཞིན་འབར།
མེ འབར།

སྒྲན་ངག་གི་“ཐར་བ”འདོད་པའི་སྒྲོམ་གདུང་གིས།
ཙན་འཇམ་མེ་ཡུལ་གྱི་བྱེ་ཐང་བཀལ་ཏེ།
གནམ་འོག་འདི་ནས། བྲེལ་ཕྱུར་གྱིས།
སྒྲན་ངག་ཁྲོད་རང་ཉིད་བསྒྲོན་ནས་ས་ཆེན་ལ་འབར།

2003. 10. 10འབྲུག་ལྗང་མདོ་ནས་བྲིས།

སྐྱ་རིངས་ནས་སྤྱོད་ཁ།

དེ་རིང་གི་གྲང་ངར་གློད།
 ངས་གྲང་ངར་སྤོད་དུ་ཞོར་ཆུ་རི་ལ་བསྐྱལ་རྗེས།
 ང་གྲང་ངར་གྱིས་བཅུམ་བྱུང་།

ཕྱིར་ཡུལ་ལ་ཐོན་དུས།
 ཐུན་ནང་ན་ཐལ་རྩལ་བར་མེད་དུ་འཆུབ།
 ཕྱི་རོལ་ན་དག་རྒྱང་ཉུར་ཉུར་དུ་ལྔ་།
 རྒྱ་བཟངས་ཁ་ན་འགམ་དར་ཆགས།
 དཀར་ཡོལ་ནང་ལ་ས་རྩལ་བབས།
 སྐབས་འདིར། ཡམས་འདི་སྐད་སྒྲ།
 མདང་རྒྱབ་ཀྱང་ལུ་གྲུ་གཅིག་གྲང་བས་བསྐྱམས་ཏེ་ཤི་འདུག
 ད་ལོའི་ལུ་གྲུ་ན་ནིང་ལས་ཀྱང་ཉུང་།
 སང་ལོར་ན་ནིང་ལས་ཀྱང་ལུ་གྲུ་མང་བོ་ཞིག་ཐོབ་པར།

ཐུན་གཤིས་ཀྱི་འཕྲུལ་འདྲ་བ་ལྟར་སྤྱོད་པའི་ཐུན་གཤིས་པས།
 བྱིས་ཆང་ལ་རྟོག་ཞིབ་ཁབ་ཅེ་ཅམ་ཡང་མེད།
 བཟའ་མི་ཆོ་མཁོ་བ་ལྟམས་ཏེ་རུམ་ཁ་སིམ་པར་ཁག་མི་འདུག

གོ་ཁན་རྒྱང་བྱ་གང་སར་ཉུལ།
 ཟྱ་རོལ་ན་ཁ་བ་མེར་མེར་འབབ།
 ཉག་ཉག་དུས་ཚོད་དང་སྐར་མ་འདི་ལ།
 ལུ་བོ་སེའི་མི་རྒྱས་པའི་གབ་ཚིག་ཅིག་འདོན།
 ལུ་བོ། འཇིག་རྟེན་རྣམས་འདི་འདྲ་ཡི་རེད།
 ང་དོ་མ་འབྲུག་གི་ཟེང་།

2000ལོར་གཙུག་ཁྲིམས་ཀྱི།

བབས་བྱང་།

— བཅོམ་ཞིག་ལ།

གོ་མེད་ཆེར་མེད་དུ་བབས་བྱང་།
 ཤེས་མེད་དབང་མེད་དུ་བབས་བྱང་།
 བབས་བྱང་། རའི་དམར་ཚུང་གི་སྒྲིང་མགོར་བབས་བྱང་།
 ཡིད་འཕྲོག་མཛེས་སྤྱད་གི་ཡམ་མཚར་མེད་ཀྱང་།
 མཛད་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་དཀར་འཇམ་གྱི་མེ་ཉྱ་ལེབ་མོ་དེ།
 སྒྲན་དག་གྱེར་འདོན་གྱི་སེམས་སྒྲུ་འཕར་བ་བཞིན།
 དུངས་གཙང་གཙང་། བརྟེ་འཇུ་མ་དང་ཡིད་སྤྱད་གྲངས་མེད།
 རྒྱུང་འཇགས་གྱི་བསམ་གཞིགས་ཤོད་དུ་བབས་བྱང་། བབས་བྱང་།
 འདྲི་སྒྲོ་ཆོམ་པའི་མི་ལམ་གྱི་བདེ་སྦྱིད་བསམ་ཞོར།
 བདག་གི་དྲན་པ་ཁྱོད་ཀྱི་ཁོར་ཕུག་དུ་བབས་བྱང་།
 ཁྱོད་ཀྱི་ལང་ཆོག་ཞོན་རུ་འེ་མིག་བྱང་ལ་བབས་བྱང་།
 ཤ་འཇམ་རུས་འཇམ་གྱི་འདྲི་པའི་ཉམས་སྒྲུང་དང་།
 གཙང་དག་ཡང་དག་གི་ཆགས་པའི་སྤྱོད་ལོང་།
 ད་དུང་། ལྷ་སྤྱང་གི་ལྷ་མོ་ལྷ་བུའི་འཕྱོར་སྒྲིག་
 རའི་བྲང་གི་སྒྲིང་ཁ་བརྟེ་ལ་ཉེ་སེམས་ཁོང་དུ་བབས་བྱང་།
 བུ་མོ་ཁྱོད། མི་ཆོ་རྩལ་བོ་ཞིག་གི་
 རའི་སེམས་ཁྱུ་མེ་འི་བརྟེ་དུང་གི་དགུན་ཁར་བབས་བྱང་།

2000ལོར་གཙོས་སྤྱི་

སེམས་པ་འདི།

སེམས་པ་འདི་སྤྱ་རག་གི་སྤྱ་བ་དང་མཉམ་དུ་འཕུར།
སེམས་པ་འདི་ཐ་མག་གི་དུ་ཞགས་དང་སྒྲན་དུ་འཐིབས།
སེམས་པ་འདི་བསམ་གཞིགས་ཀྱི་མཁའ་དབྱིངས་ན་སྒྲིབ་ཁེར་འགྲོས་ཀྱིས་ཚོམ།
སེམས་པ་འདི་བྱང་སྒྲོགས་ཀྱི་སྤྱ་ངམ་ཐང་ན་རྩ་མོང་ཁེར་སྤྲོད་ཀྱིས་འཚོལ།
སེམས་པ་འདི་ཁྲ་བྱུག་གི་གྲེ་འཕྱར་འདྲེན་པའི་ནགས་རྩོང་ན་གྱེར།
སེམས་པ་འདི་དྲངས་གཙང་གི་སྤྱ་སྒྲོག་པའི་རྩ་ཁྲ་བ་ཀྱིས་འབྲེར།
སེམས་པ་འདི་ཚོ་སྤྱག་གི་ཞིང་ཚད་སྤྱ་བའི་སེམས་ཀྱི་སྤྱབས་ན་འགྲུལ།
སེམས་པ་འདི་ཡང་ཞིང་གཡོ་བའི་རྒྱང་རྒྱན་གྱི་ཁྲོད་ན་བྱལ།
སེམས་པ་འདི་དྲག་དུ་མཆོད་པའི་མེ་ལྷབས་ཀྱི་ཚེ་ན་འཚུབ།
སེམས་པ་འདི་གནམ་སག་ཉིས་ཀྱི་བར་ན་བྲེལ་བྱིང་གིས་འདུར།
སེམས་པ་འདི་སྒྲོགས་བཞི་མཚམས་བརྒྱད་ཀྱི་སྤྱན་ན་ཚོར་འདུ་གསར་བས་སྤྱལ།
སེམས་པ་འདི་ཉིན་མཚན་དུས་དྲུག་གི་བར་ན་རེ་སྒྲེག་གིས་བསྐྱེལ།
སེམས་པ་འདི་བྱད་མེད་དང་བཅེ་དྲང་གིས་སྤྱལ་ཡང་།
སེམས་པ་འདི་སྒྲན་འག་དང་ཕྱེད་བང་གིས་གསོན།

2000ལོར་གཙོས་སྤྱལ།

