

ལྷན་ཐོན་དམངས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་བཞུགས་སྐོར་

ལོ་རྒྱུ་ལྟར་ཤིས་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་ལྷན་

མི་རིགས་དཔེ་ལྷན་ལྷན་

ཚོམ་སྒྲིག་འགན་ཁུར་པ།

པ་སངས་དབང་ཚེ།

责 任 编 辑:

巴 桑 旺 庆

༦། ། བྱང་མཁའ་དམར་ལྷོད་ཀྱི་བའི་བྲི་མཐུ།

ཚོམ་སྒྲིག་པ།

ཚོམ་བྲི་བྲི་མཐུ།

ཀྱི་ལོ་ལྷན་ཁུར་པ།

མཚོ་ལོ་ལྷན་ཁུར་པ།

འགན་ཁུར་པ།

མཚོ་ལོ་ལྷན་ཁུར་པ་གི་འོད་ཟིན་ཚོམ་སྒྲིག་པ།

ལྷན་ཁུར་པ།

པའི་ཚེས་ཉི་ཤེས་ལྷོད་ལམ་མཁའ་14པ།

ལྷན་ཁུར་པ།

100013

ལྷན་ཁུར་པ་གི་ལྷན་ཁུར་པ།

010 - 64227665

ལྷན་ཁུར་པ་གི་ལྷན་ཁུར་པ།

རྒྱལ་ཡོངས་ས་གནས་སོ་སོའི་ཞིན་གུ་དཔེ་ཚོར་པ།

ལྷན་ཁུར་པ་གི་ལྷན་ཁུར་པ།

དུའི་ལྷན་ཁུར་པ་འོད་ཟིན་པ།

ལྷན་ཁུར་པ།

850mm x 1168mm 1/32

ལྷན་ཁུར་པ།

7.25

ལྷན་ཁུར་པ་གི་ལྷན་ཁུར་པ།

2008ལོའི་ཟླ11པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྒྲིག་པ།

ལྷན་ཁུར་པ།

2008ལོའི་ཟླ11པར་པའི་ཚེས་ཉི་ཤེས་ལམ་མཁའ་པོ་བསྒྲིག་པ།

ལྷན་ཁུར་པ།

0001 - 3200

ལྷན་ཁུར་པ།

12.00

ISBN 978 - 7 - 105 - 097456/1 · 1979 (ཐོད་233)

图书在版编目(CIP)数据

羌塘民间故事选: 藏文/ 洛布扎西编著. —北京: 民族出版社, 2008. 11

ISBN 978 - 7 - 105 - 09745 - 6

I. 羌… II. 洛… III. 民间故事—作品集—那曲地区—藏语—IV. I277.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 180484 号

民族出版社出版发行

(北京市和平里北街 14 号 邮编 100013)

[http:// www. e56. com. cn](http://www.e56.com.cn)

艺辉印刷厂印刷

各地新华书店经销

2008 年 11 月 第 1 版 2008 年 11 月 北京第 1 次印刷

开本: 850 毫米×1168 毫米 1/32 印张: 7.25

印数: 0001 - 3200 册 定价: 12.00 元

ISBN 978 - 7 - 105 - 097456/ I. 1979 (藏 233)

(藏编室电话: 58130509 藏文发行科电话: 64227665)

དང་། གོམ་པ་སྤྱོད་མེས་པ་དང་ལོ་བརྒྱུད་མེས་ཟེར། རོ་མ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན་
 གླུ་བརྗོད་མེས་པ་དང་ལྷན་འཆད་མེས་ཟེར་ན་འདྲ་མི་འཐད་རྒྱ་ཞིག་མི་འདུག
 ཚོགས་པར་《ལྷིང་གོ་སུམ་རྒྱལ་པོའི་རྒྱུད་》ནས་འཆད་ན། ར་ཚོ་ལྱང་རྣམས་ཐང་གི་
 ལྷིང་གོ་སུམ་རྒྱལ་པོའི་རྒྱུད་མཁའ་ན་མང་ཤོས་ཀྱི་ས་ཆ་ཞིག་ཡིན། ལམ་ནས་ད་
 བར་ར་ཚོ་རྣམས་ཐང་གི་མེས་པོ་རྣམས་དགོང་མོ་རེ་བཞིན་རྒྱན་འཇུག་ལྟར་པོའི་
 ལྷིང་གོ་སུམ་རྒྱལ་པོའི་རྒྱུད་གི་རྟོག་པ་འཆར་ཡན་རིང་ལུགས་ཀྱི་རྒྱ་འབྲུལ་ལྟ་
 ལུའི་ཚོན་ཁའི་ལྱུང་ཁར་གི་ཁྲོད་ནས། ཤར་ས་རྒྱུད་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་འཆུབ་པའི་
 དུག་ལྟར་ལྱུང་གི་མཚན་མོ་དང་། ལྷན་ཆར་སེམ་སེམ་ལྟ་འབབ་པའི་དུག་ལྟར་
 ལྱུང་མཚན་ཞག་རེ་རེ་བཞིན་པར་ལ་རྒྱུལ་ཉེ་རྒྱུད་ལ་ལྱུང་ཡང་ལོ་བའི་མི་ཚོ་རེ་མཚུགས་
 རྒྱུགས་པར་བྱས། ཁོར་ཚོས་ལྱུན་རིང་གི་རང་ལྱུང་ཁམས་བརྒྱུར་བཞོད་ལྱེད་
 པའི་ཚོན་རྒྱུད་འཐབ་ཚོད་ནང་ད་ལྟ་ར་ཚོས་རྒྱུད་ན་འཆད་མཐའ་མེད་པའི་མི་
 རིགས་ཀྱི་ལྱུང་ལྱུང་རིག་གནས་མིག་གསུམ་གཏོད་བྱས་ཡོད།

ད་རེས་རྒྱ་ཞབས་ཚོར་ལྷ་བཟུ་གིས་ལགས་ཀྱིས་བཟུ་ལྱུང་བྱས་པའི་
 དམངས་རྒྱུད་མི་འདྲ་བའམ་གཞི་ལྷ་རྒྱུག་ཡོད་པའི་《ལྱུང་ཐང་དམངས་རྒྱུད་རྣ་
 པའི་ལྱུང་མཚན་》ཞེས་པ་འདི་ནི་ལོ་ད་ལྱུང་ཐང་དམངས་རྒྱུད་རྒྱ་མཚོའི་ནང་གི་རྒྱ་མི་
 ཟེགས་མ་ཙམ་ཞིག་དང་། དམངས་རྒྱུད་རྒྱན་ཚོང་ས་རྟེན་གི་ཀྱི་བཟུང་རབ་ལྱུང་
 འབྲུལ་བའི་མེ་རྟོག་རྒྱུན་པོ་ཞིག་རེད། ལྷིང་དམངས་ཁོད་རྒྱུད་གཏམ་ཞེས་པ་
 འདིར་ལ་ཚོལ་མི་དམངས་ཀྱིས་ལོ་རོ་བརྒྱ་ལྷག་མང་པོའི་རིང་པོ་རྒྱན་བརྒྱུད་
 རྒྱུལ་ལྱེད་པའི་རིང་། ལ་ཚོལ་མི་དམངས་ཀྱི་ལྱུན་མང་གི་སྤོ་སྤོས་ལ་བརྟེན་
 བས་རྒྱུད་གི་རྒྱུའི་ནང་དོན་དང་། གོ་རིམ། འབྱུང་འཕེལ། ཐ་མའི་མཚུགས་
 འབྲས་བཅས་གང་ས་ཅི་ཐད་ནས་ལུན་ལུན་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་སྤྱོད་པ་དང་ཆབས་
 ཅིག་མི་རྣམས་གཙོ་བོ་ལས་ཀྱི་བྱ་རྒྱུད་དང་། བསམ་སྤོའི་འདུ་མེས། དགའ་རྒྱ་
 ཆགས་ལྟར་གསོན་ཉམས་དོད་ལྱུང་བས་མི་རྣམས་མ་ཉན་ཚད་མེད་ལྱུང་ལྱུང་ཉེ་
 ད་བར་རག་ཚོགས་ནས་ས་ཁྲབ་རྒྱུ་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་། དེར་ལྱུང་

འཇམ་གླིང་ཤེས་རིག་འབར་གས་ཆེན་པོའི་ཏུས་འདྲིར་ལྷ་མང་ལུན་ལུམ་ཚོགས་
 པའི་དེར་རབས་ཀྱི་ཤེས་རིག་དང་རྣམ་ལྡན་རིག་གནས་ཀྱི་བརྒྱུ་བའི་དུག་པོ་
 གཞིས་ཀྱི་བརྒྱུ་བའི་གཞིག་གི་ཁོད་ཏུ་ཆ་བརྒྱལ་ཏུ་འགྲོ་བའི་ཞེན་ཁའི་གནས་ལྷ་
 ལྷེ་བས་པས་ད་ལྟེན་ས་བཟུང་སྟེ་ལྷུང་རྒྱུ་ལ་མ་བྱས་ན་རང་རྩེ་རྣམས་ཀྱིས་ལྷེ་
 རབས་པ་རྣམས་ལ་སྐད་ཆ་ཤོད་ཐབས་བཤེས་པས་ལས་ཀ་འདི་ནི་ཆེས་དགའ་
 ཚོགས་ཆེ་ལ་གཟི་བརྟེན་ལྡན་པ་ཞིག་ཀྱང་རེད།

དམངས་ཁོད་ཚོམ་རིག་ནི་རང་རྩལ་མི་དམངས་ཀྱིས་ལྷན་པོར་བོག་ནས་
 བརྒྱལ་བའི་རིམ་གྱི་བཤེས་པའི་ལྷན་བཞག་ཞིག་ཡིན། དེ་རང་རྩལ་མི་
 དམངས་རང་ཉིད་ཀྱིས་བརྒྱལ་བའི་ཞིག་ཡིན་པས་ནང་དོན་ལས་ཆེ་བའི་དུག་
 པོའི་ཏུ་དང་ཏུ་ཚོ་ལྟ་བུའི་རང་རྩལ་མི་དམངས་ཀྱི་ཏུ་ལྷན་གྱུ་ལ་པོ་དང་དང་ལོན་
 པོ་ལྟ་བུའི་དབང་རྒྱུར་གྲུལ་རིམ་ཀྱི་མནར་གཅོད་ཚད་མེད་ལྷང་ས་རྟེན་མཁར་
 དབང་རྒྱུར་གྲུལ་རིམ་ལས་རྣམས་པར་རྒྱལ་ཏེ་རྒྱལ་ཤིང་བཟུང་བ་ལྟ་བུ་དང་།
 ལས་ལ་བརྟེན་པའི་རང་རྩལ་མི་དམངས་ཀྱི་ཏུ་ལྷན་པོ་ལྷན་བཞག་ཏུ་གི་མཛུགས་
 བརྒྱུས་དམ་ཏུ་བཅུང་ས་ཏེ་རང་གི་ལག་གཞིས་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་སྲིད་འཚོ་བ་
 ལྷེལ་འདོད་ཀྱང་། འཇམ་གླིང་གི་ཏུ་མེད་མཁེས་མ་ཕོངས་དབང་ཏུ་བལྟ་
 འདོད་ཀྱི་ཉམ་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་གིས་དུག་པོའི་དུག་པོའི་ཏུ་ལ་
 མནར་མ་མཁེས་མ་ཞིག་ཡོད་པ་ཤེས་ནས་རྒྱག་ཞི་ལྟེ་བུའི་ལོན་པོ་འགའ་ཕོང་
 བས་དུག་པོའི་ཏུའི་མནར་མ་བཅོན་འཕྲོག་བྱས་ནས་གཞིས་ཀ་རྒྱལ་བཟུང་
 ཚད་མེད་ལྷང་ས་མཁར་། རང་གི་སེམས་བཟང་ལས་བཟང་བྱས་པའི་འབྲས་ཏུ་
 བཟང་པོ་ལོན་ཏེ་དེ་ལྟར་རང་གིས་རོགས་ལྷེད་རྒྱུར་བའི་རྣོག་ཆགས་མང་པོའི་
 རོགས་རམ་གྱི་ལོག་ཏུ་རྒྱལ་ལོན་པོ་དེ་དག་ཆམ་ལ་སལ་ནས་སྤར་བདེ་སྲིད་
 ཀྱི་འཚོ་བ་ལྷེལ་རྒྱུ་བཟུང་བ་ལྟེ་བུ། མེན་ལྟ་ཅན་གྱི་རྒྱལ་བདག་མི་གཞན་ལ་མ་གོ་
 རྒྱུར་གཏོང་མཁེས་བྱ་བུ་རྒྱལ་མ། གཤེས་ཅན་གྱི་མི་སོགས་ཀྱི་ཏུ་ལྷོད་པ་ལྷུང་བ་
 དང་འཇམ་གླིང་ཏུ་པ། གཞན་ལང་སོག་ཆགས་ཀྱི་རྒྱུར་ལས་རྒྱུར་ལྷན་པའི་

མེད་ཀྱི་ཞེས་པའི་དེབ་དེ་དབང་དུ་སྐྱུན་པས་དེར་འབྲེལ་ཡོད་མཁས་དབང་གིས་
གདེང་འཇོག་སྐོབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེའི་ཞིང་འཕྲོག་མང་ཚོགས་ཚོས་ཏུ་ཅང་གི་དགའ་
པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་རྒྱང་ས་མུ་ནང་གི་དུས་དེབ་ཁག་སྐོབ་རྒྱ་བོད་ཡིག་
རིགས་གཉིས་ཀྱི་སྐོབ་ནས་ཚོམ་ཡིག་མང་པོ་ཞིག་སྤེལ་ཡོད། ད་ལྟ་བོད་རང་
རྒྱང་རྒྱང་ས་དམངས་ཁོང་རིག་ཙལ་ལྟན་ཚོགས་ཀྱི་ལས་འཁྲིལ་དང་ནག་རྩུ་ས་
ཁྲལ་དམངས་ཁོང་རིག་ཙལ་ལྟན་ཚོགས་ཀྱི་གུའུ་ཞི། བོད་རྒྱང་ས་དམངས་སྤྲེལ་
ཚོམ་འབྲི་ཕྱ་ཡོན་ལྟན་ཁང་གི་ཁོང་ས་མི། བོན་གྱི་ཤེས་རིག་ཚོག་མཛོད་ཀྱི་ཚོམ་
འབྲིའི་ཁོང་ས་མི་བཅས་དང་། 《བྱང་ཐང་》དུས་དེབ་ཀྱི་བོད་ཡིག་གི་གཙོ་
འགན་ཚོམ་སྐྱིག་པའི་ལས་ཀ་བྱེད་ཕྱུས་ཡིན།

ཡ་མཚན་ཅན་གྱི་མི་མགོ་སྐམ་པོ།	(176)
མགར་སྣང་བཅན།	(180)
ལྷ་མོ་རྒྱང་རྒྱང་ག་མ།	(186)
ཙི་ཙི་སྲིན་ལན་འཇལ་བ།	(192)
རི་བོང་ཁ་ཤོ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན།	(194)
གན་མོ་མ་སྐྱད་གཉིས།	(196)
ཁྱི་གན་ཀ་ལ་ཀ་སྲུག	(200)
བསོད་བདེ་དང་མི་གཉིས་མནའ་བཞག་པ།	(206)
ཁབས་གྱི་ལྷ་མོ་ལེབ་ཆེན།	(208)
མཇུག་བྱང་།	(216)

ལྷོད་ཀྱི་རི་མི་རི་དཀར་དང་ལྷོད་ཀྱི་རི་མི་རི་དམར།

ལྷོད་ཀྱི་རི་མི་རི་དཀར་ཞེས་པ་ཞིག་གི་ལྷོད་ཀྱི་དཔལ་པོ་ལྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་
དང་། ལྷོད་ཀྱི་རི་མི་རི་དམར་ཞེས་པ་དེ་ལྷོད་ཀྱི་དཔལ་པོ་ལྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཞིན་
ཞིག་ལྷོད་ཀྱི་རི་མི་རི་དཀར་དེ་དགུང་ལོ་བཅུ་གསུམ་ལ་སླེབས་སྐབས་ས་མ་དེའི་
བྱང་ཚུགས་ལ་རི་དྲགས་ཚོན་དུ་སྐྱེ། རི་དཀར་སྲིབ་རིར་སླེབས་ནས་སྲིབ་རི་
ནག་པོ་དེའི་རྒྱང་ལ་སླེབ་ནག་པོ་ཞིག་སྐྱེས་པས་རི་དཀར་གྱིས་དེ་ལ་མདའ་ཞིག་
བརྒྱབ་པས་སླེབ་ནག་པོ་དེར་སོག་གྲུང་སླེབ་མ་གྱི་པར་མདའ་དེ་ཁྱར་ནས་ཚོས་
སོང་། སླེབ་ནག་པོ་དེ་ནི་དམུ་བདུད་བཙན་གསུམ་གྱི་སྲ་རྟགས་ཡིན་པས་
མདའ་དེ་ཁྱར་ནས་དམུ་བདུད་བཙན་གསུམ་གྱི་ནང་ལ་སླེབས། དམུ་བདུད་
བཙན་གསུམ་ནི་བྱང་ཚུགས་སུ་རྒྱང་གསལ་ཅན་གྱི་བདུད་པོ་སྐྱེན་གསུམ་ཡིན་
པས་ཁོ་ཚོའི་སྲ་རྟགས་ལ་མདའ་རྒྱག་རྒྱས་མཁུ་དེ་སྐྱེ་ཡིན་སྐྱེས་ནས་མདའ་དེ་
ཚུར་སླངས་ནས་བཟུ་སྐབས་མདའ་དེ་ནི་ལྷོད་ཀྱི་རི་མི་རི་དཀར་གྱི་མདའ་ཡིན་
པ་གཉེས་ནས་ཁོ་ཚོ་སྐྱེན་གསུམ་རང་ཁ་པོ་ཅན་དེ་ཁ་ནས་ལངས། ཞེས་ཅན་དེ་ཞེ་
ནས་ལངས་དེ་ལྷོད་ཀྱི་རི་མི་རི་དཀར་ལ་དམག་དྲངས། རི་དཀར་གྱིས་དམུ་
བདུད་བཙན་གསུམ་གྱིས་དམག་དྲངས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཚོས་སྐབས་རང་ཤོག་གི་
དམག་རྒྱལས་བཟུས། དམུ་བདུད་བཙན་གསུམ་གྱིས་རི་དཀར་མཚོང་མ་ཐག་
མདའ་ཚོ་ལྷོང་ཁ་སྐྱེད་ནས་བཤད་དོན།

- པ་མེ་ཏྲི། ལྷོད་ཀྱི་རི་མི་རི་དཀར་ཚོད། །
- ང་བྱང་གི་དམུ་བདུད་བཙན་གསུམ་གཞིས། །
- སྲ་འགས་མེད་ལ་ད་འཁོན་མེད། །

སྲིབ་གྱི་སྐྱ་བ་ནག་པོ་དེ། །
 ང་དམུ་བདུད་སྐྱུན་གྱི་སྐྱ་ཉག་མ་རེད། །
 ཚོག་དོན་མེད་རི་ལ་འཕྲ་བ་ལ། །
 ཚོག་མདའ་རྒྱག་དོན་ཅི་ལ་ཡིན། །
 སྐྱ་ཉག་མ་བསད་པའི་དགུ་བ་དེ། །
 རྒྱུད་རི་དཀར་ཚོག་ནས་ལེན་རྒྱ་ཡིན། །
 གསོན་བསམ་ན་མཚུགས་པོ་མགོ་འབྲུལ་གྱིས། །
 མདེའུ་སྐྱོན་མོས་ཐར་བ་བཏང་ལེ་མིན། །

ཞེས་ཟེར་མདའ་འཕངས་རྒྱུར་བས་རི་དཀར་གཡས་རྒྱུགས་གྱི་སྐྱར་རི་དེ་
 ལ་སོག་ནས་སྤར་ལུག་རྩོམ་ཞེས་བཀོག་འདུག དེ་ནས་རི་དཀར་གྱིས་མདའ་
 དེ་འདྲ་འཕངས་ནས་རྩོམ་ཅེ་ཚེ་ཟེར་ནས་སྐྱ་འདི་སྤར་ས་སོ།

པ་མྱེ་རྒྱ། མདའ་འཕེན་སྐྱ་མ་བྱེད་འཐེན་ཅམ་གྱིས། །
 མདའ་འཕེན་ན་འཕེན་ལུགས་དེ་འདྲ་མིན། །
 སར་རྩོས་དང་རྩུད་མོ་ཡེ་འདྲ་གདའ། །
 ལྷ་སྐྱ་མ་དབང་ལྷ་བསྐྱབས་འདྲའི་རི། །
 ཡར་རྩོས་དང་རྩུད་མོ་ཡེ་འདྲ་གདའ། །
 རི་དཀར་དཀར་གཏོར་མ་བཤམས་འདྲ་གདའ། །
 བྱ་རྩོད་པོ་མཁའ་ལ་ལྷེར་འདྲ་གདའ། །
 ཡར་རྩོས་དང་རྩུད་མོ་ཡེ་འདྲ་གདའ། །
 རྩ་རི་གནམ་ལ་ཐུག་འདྲ་གདའ། །
 འཕྲོར་བྱེ་མེར་བྱ་བྱར་རྒྱས་འདྲ་གདའ། །
 ང་རི་དཀར་དཔོན་གྱི་རྒྱབ་རི་རེད། །
 ངས་མདའ་ཚེད་མདེའུ་ཚེད་ཚེད་ལེ་མིན། །
 ཡར་རྩོས་དང་རྩུད་མོ་ཡེ་འདྲ་གདའ། །

མ་པམ་གཡུ་མོ་མཚོ་དང་གཅིག །
 ལྷག་ཅེ་གཡུ་མོ་མཚོ་དང་གཅིག །
 གན་མ་མཚོ་ལྷག་མོ་མཚོ་དང་གསུམ །
 རི་དཀར་དཔོན་གྱི་སྒྲ་མཚོ་རེད། །
 ངས་མདའ་ཅིང་མདེུ་ཅིང་ཅེ་ལེ་མིན། །
 དེ་སྒོ་ཉི་མ་མན་ཆད་ལ། །
 དག་གདོང་གཏུག་བྱེད་མཁན་ཡོང་མ་ཚུངས། །
 ཚྱོད་དེ་རིང་ཡོང་བ་སྟེང་རེ་རྒྱ། །
 ར་ཚེ་བཟང་འཕམ་བའི་རྣམ་འགྲུལ་རེད། །
 ལུག་ཚེ་བཟང་ལྷུང་གི་འཛིན་འགྲུལ་རེད། །
 གཡམས་གྱི་རྩ་རི་ནག་པོ་དེ། །
 ཚྱོད་དམུ་བཏུང་སྐྱུན་གྱི་སྒྲ་རི་རེད། །
 ཚྱོད་སྒྲ་རི་ཚོག་གི་གཏོར་འདུ་ཞིག །
 བཟོས་ཨེ་གདའ་མི་གདའ་ཚྱོད་གྱིས་སྟོས། །

ཞེས་བེད་ནས་རི་དཀར་གྱིས་མདའ་ཞིག་འཕངས་ལྷུང་བས་ཕར་རིའི་རྩ་
 རི་དེ་ཡི་མཚོ་ལ་ཚོག་ནས་ཚོག་གི་གཏོར་བ་ལྟར་ཉིལ་ལྷུང་བས་དམུ་བཏུང་
 བཅོན་གསུམ་དཔའ་བྱུང་ནས་སྟོང་གྱི་རི་གི་རི་དཀར་ལ་མནའ་འག་གི་སྐྱོགས་པོ་
 རྫོག་ཚུའི་རེ་བ་བཏོན། རི་དཀར་གྱིས་དམུ་བཏུང་བཅོན་གསུམ་གྱི་རེ་བ་དེ་
 ཁས་ལྡངས་ནས་མནའ་འག་གི་སྐྱོགས་སྐྱོག དམུ་བཏུང་བཅོན་གསུམ་གྱི་སྲིང་
 མོ་མ་སྐྱུ་སྐྱུ་མོ་གདོང་དཔམ་མ་རི་དཀར་ཚང་ལ་མནའ་མར་སྐྱད། ཡང་སྐར་
 བཟང་ཚེས་བཟང་གྱི་ཉིན་དེར་མ་སྐྱུ་སྐྱུ་མོ་གདོང་དཔམ་རི་དཀར་ཚང་ལ་སྐྱེལ།
 དེ་ནས་སྟོང་སྐྱད་གཉིས་གྱི་ས་མཚམས་ལ་སྟེབས་སྐབས་རི་དཀར་གྱི་སྐྱོན་པོ་
 འབའ་གཡུ་དཀར་པོས་བསྐྱེད་བཏུག་མཁན་རྣམས་གྱི་དཀྱིལ་ནས་ལྷུང་འདི་
 ལྟར་ལྡངས་སོ།

པ་ལྷེ་རྒྱུ། ས་ཐག་རིང་ཡོང་བའི་སྐྱོག་ས་པོ་ལག་ས། །
 ད་ནང་ས་ཡོང་བ་གང་ནས་ཡོང་། །
 རོ་རུབ་འཕྲོ་བ་གང་ལ་འཕྲོ། །
 ཨ་ཙཱ་མ་ལ་བ་ཚེད་མོ་ཡིན། །
 ད་ནང་ས་ཡོང་བའི་ལམ་བར་ལ། །
 ལ་ལ་རྣམ་མི་གཅིག་ལ་དགུ་ཡོད། །
 ལ་དེ་ཚོ་ཅི་འདྲར་བཀལ་བ་ཡིན། །
 ད་ནང་ས་ཡོང་བའི་ལམ་བར་ལ། །
 རྩེ་རྩེ་རྣམ་མི་གཅིག་རྩེ་དགུ་ཡོད། །
 རྩེ་དེ་ཚོ་ཅི་འདྲར་བཀལ་བ་ཡིན། །
 ད་ནང་ས་ཡོང་བའི་ལམ་བར་ལ། །
 ཐང་ཐང་རྣམ་མི་གཅིག་ཐང་དགུ་ཡོད། །
 ཐང་དེ་ཚོ་ཅི་འདྲར་བཀྲུད་པ་ཡིན། །
 ས་ཐག་རིང་ནས་ཐེབས་པའི་གཉེན་ལུ་རྣམས། །
 གཉེན་ལུ་རྣམ་པ་འོ་བརྒྱལ་ཆེ། །
 རྩེ་ཐས་འབར་བའ་ཤེས་འབྲུ་ཆང་འདི། །
 འབྲུ་རྣེ་དགུ་ཡིས་བསྐྱལ་བ་ཡིན། །
 རྩེ་རྩེ་འབྲུ་ཡི་ཨ་ས་ཡོད། །
 བྱ་རྩེ་འབྲུ་ཡི་ཨ་ས་ཡོད། །
 རྩེ་རྩེ་འབྲུ་ཡི་བྱ་རྩེ་ཡོད། །
 རྩེ་རྩེ་རྣམ་གནང་བའི་ཐབ་རྩེ་ཡོད། །
 འོག་རྩེ་རྣམ་གནང་བའི་ཐབ་རྩེ་ཡོད། །
 བར་གཉེན་རྣམ་གནང་བའི་ཐབ་རྩེ་ཡོད། །
 ཆང་ལོ་ལ་བསྐྱལ་བའི་ལོ་ཆང་ཡོད། །