



ཤར་ཕྱོགས་གངམ་རྒྱུད་བདམས་བསྐྱིགས།

མགོན་པོ་ཚེ་རིང་གིས་བསྐྱུར།

ཨ་ཁྱེད་ཀྱི་ལྷན་ཚུན་ལ།



ཨ་ཁྱེད་ཀྱི་ལྷན་ཚུན་ལ།



གནས་ས་ཀྱི་ལྷན་ཚུན་ལ།

图书在版编目(CIP)数据

东方民间故事: 藏文/谢国先, 马翀炜, 张琳编著;
公保才让译. - 成都: 四川民族出版社, 2009. 4
(中国农村文库)
ISBN 978 - 7 - 5409 - 4242 - 7

I. 东… II. ①谢…②马…③张…④公… III. 民间故事 -
作品集 - 东方国家 - 藏语 IV. I17

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第056965号

东方民间故事(藏文版)

谢先国 马翀炜 张琳 编著
公保才让 译

责任编辑 央青拉姆
封面设计 毕生 武韵等
内文设计 阳纳

出版发行 四川出版集团 · 四川民族出版社
天地出版社
(成都市三洞桥路12号 邮政编码: 610031)

印 刷 四川嘉创印务有限责任公司
版 次 2009年4月第一版
印 次 2009年4月第一次印刷
成品尺寸 203mm × 140mm
印 张 5
字 数 90千
定 价 10.00元
书 号 ISBN 978 - 7 - 5409 - 4242 - 7

出版好农村读物
为广大农民服务

李瑞琰

九十年十月



序

徐惟诚

《中国农村文库》从18年前开始出版，至今已出版了四批360种，是广大农民买得起、读得懂、用得上的图书，因此自然受到广泛的欢迎，为满足农民的文化需求，开阔视野，普及科学技术知识和必要的社会知识，推动农民脱贫致富，建设社会主义新农村，作出了应有的贡献。

现在，《中国农村文库·藏文版》由天地出版社和四川民族出版社共同出版，是又一件值得欢迎的大喜事。

“天助自助者”。农民要摆脱贫困，需要政府和社会各界的支持，更需要依靠亿万农民自己努力奋斗。“扶贫先扶志，扶贫先扶智”。帮助农民掌握脱贫致富的知识和技能，才是农村扶贫事业的根本。这也就是我们出版《中国农村文库》的

初衷。

中国是一个多民族的国家，少数民族占人口的相当比例。每一个少数民族都是中华民族大家庭中平等的一员。56个民族同在祖国的蓝天下，共同享有祖国大家庭的关怀。然而由于历史的原因，许多少数民族的发展相对滞后，他们更加迫切地需要文化的扶助、智力的扶助。其中一项重要的工作，就是克服语言文字的障碍，为他们及时提供能够看得懂的适用图书。《中国农村文库·藏文版》的出版，是为此而作的努力中重要的一步。

藏族是一个优秀的民族，有悠久的历史，以勤劳、勇敢、智慧著称于世，曾经创造过自己灿烂的文化。帮助广大藏区农牧民掌握新的科学技术文化知识，等于为猛虎添上有力的翅膀，帮助他们自由地驰骋于现代世界。《中国农村文库·藏文版》出版以后，还要做大量的宣传、推广、发行、组织阅读和使用的工作，使它充分地发挥作用。

《中国农村文库·藏文版》第一批只有40种图书，数量还太少。这又是一件新的工作，缺少经验。希望编辑出版部门继续深入藏区调查研究，组织更多适合藏族群众需要的读物出版，为广大藏区农牧民在中国各民族共同富强的金光大道上前进作出更多的贡献。

2008年8月

ཡུང་གོའི་ཞིང་འཕྲོག་དཔེ་མཚན་
 བོད་ཡིག་ལར་མའི་སློང་གཞི།

ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་འཕེལ་བྱུང་གི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་

ཡུང་གོའི་ཞིང་འཕྲོག་དཔེ་མཚན་ཅེས་པ་འདི་མོ་བཙུག་གི་སྐོར་
 ལྷན་ལས་པར་སྐྱབས་བྱེད་འགོ་ཚུགས་ཏེ་རྣམས་ད་ལྟའི་བར་རྒྱ་སྐོར་
 གསེབ་ལ་སློང་གོ་ཚོད་པའི་དཔེ་དེབ་ཚོ་བཞི་དང་དཔེ་རིགས་ལྔ་མ་
 བརྒྱ་དང་བྱུག་ཚུ་དཔེ་བསྐྱབས་བྱས་ཡོད་ཅིང་། དཔེ་དེབ་དེ་ཚོ་ཞི་ཚུ་
 ཚེ་བའི་ཞིང་པ་ཚོས་ཉོ་བྱུང་པ་དང་སློབ་གྲྭ་ལ་ལྷན་སྐྱེས་ལ། སློང་བདེ་བ་
 བཅས་ཡིན་ལྟ་བུས་ཚུ་བྱུང་བའི་དགའ་བསྟེན་པ་ལོས་ཡིན་ལ།
 ཞིང་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་མཐོ་དགོས་སྐོར་བ་དང་མཚན་ཚུ་ཆེ་ཏུ་
 གཏོང་བ། ཚོན་རིག་ལག་རྩལ་གྱི་ཤེས་བྱ་དང་དགོས་དེས་ཀྱི་སློབ་
 ཚོགས་ཤེས་བྱ་བྱུང་བ་དང་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གཏོང་བ། ཞིང་པའི་དབུས་བཙུག་
 འབྱུང་བ་དང་སློབ་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྐོར་གསེབ་གསར་བ་
 འཇུགས་སྐྱབས་བྱེད་པར་སྐྱེས་སྲེལ་གཏོང་བ་བཅས་ལ་དགོས་དེས་ཀྱི་
 བྱས་རྗེས་འབྲུལ་ཡོད།

ད་ལྟ་ཡུང་གོའི་ཞིང་འཕྲོག་དཔེ་མཚན་བོད་ཡིག་ལར་མ་ཞེས་

པ་འདི་མི་སྐོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་དང་གནས་ས་དཔེ་སྐྱོན་.....
ཁང་གཞིས་ཀྱིས་སྐྱོན་ཚོང་ཏུ་དཔེ་སྐྱོན་བྱེད་པ་དེའང་ཡང་ཏུ་དགའ་
བསུ་བྱུ་འོས་པའི་བཟང་གིས་པའི་དོན་ཆེན་ཞིག་གྲུང་རེད།

ཚོས་སེམས་ཅན་ལ་ལྟའང་འཁོར་ཞེས་པ་སྟེ། ཞིང་པ་ཚོ་
དབུལ་པོའི་གནས་ལས་ཐར་ཐབས་བྱུང་དགོས་ན་སྲིད་གཞུང་དང་...
སྤྱི་ཚོགས་ལས་རིགས་ཁག་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚོལ་དགོས་ལ། ཞིང་པ་
ཏུང་སྐྱུར་ཏུ་མས་རང་ཉིད་ཀྱིས་གྲུང་འབད་བཙོན་སྐྱུར་ལེན་བྱེད་པ་
ལ་དེ་བས་བརྟེན་དགོས་པ་ཞིག་རེད། དབུལ་སྐྱོར་བྱེད་ཏུ་ས་སྐོན་ལ་
སྤྱི་སྟེན་ས་སྐྱོར་བ་དང་དབུལ་སྐྱོར་བྱེད་ཏུ་ས་སྐོན་ལ་སྤྱི་རིག་སྐྱོར་བ་
ཞེས་པ་སྟེ། ཞིང་པར་དབུལ་བཙོན་སྐྱུག་འཕུར་གྱི་ཤེས་བྱ་དང་
ལག་ཚལ་ཁྲུང་ཏུ་སྐྱུང་བཅུག་པ་དེ་གཞི་ནས་སྔོང་གསེབ་དབུལ་.....
བཙོན་བྱ་གཞིག་གི་རྩ་བ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དེའང་ར་ཚོས་གྲུང་གོའི་
ཞིང་འགྲོག་དཔེ་མངོན་ཅེས་པ་དེ་དཔེ་སྐྱོན་བྱེད་པའི་དང་པོ་ཉིད་...
ཀྱི་རེ་བསམ་ཡིན།

གྲུང་གོ་ནི་མི་རིགས་མང་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན་ཞིང་།
གྲུང་ས་ཏུང་མི་རིགས་ཀྱིས་མི་གྲངས་བརྒྱམས་འཁོར་ནང་བསྐྱུར་.....
ཚོང་རེས་ཅན་ཞིག་བསྐྱུང་ཡོད་ལ། གྲུང་ས་ཏུང་མི་རིགས་ཚོང་མ་ནི་
གྲུང་ཏུ་མི་རིགས་ཀྱིས་ཚོང་ཆེན་ཚོའི་ནང་གི་སྐོབ་ཐང་འདྲ་མཉམས་...
ཅན་གྱི་ཁོངས་མི་ཞིག་གྲུང་ཡིན། མེས་རྒྱལ་གྱི་གནས་འདིའི་འོག་ཏུ་

གནས་པའི་མི་རིགས་ལྟ་བུ་དེ་ཚོར་མས་ལྷན་མོང་ཏུ་མེས་
 རྒྱལ་གྱི་ཚོམ་ཚེན་མོའི་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ཏུ་ཚུང་བཞིན་ཡོད་མོད།
 ཡིན་ནའང་མོ་རྒྱལ་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་ལས་དབང་གིས་གངས་ལུང་མི་རིགས་
 མང་པོའི་གོང་འཕེལ་བྱ་བ་དེ་བརྟེན་བཅས་ཀྱི་རྗེས་ལྷན་ཐོབ་ས་ཡོད་
 ལྟ་བུ། ཁོ་ཚོར་རིག་གནས་དང་སློབ་རིག་ཐད་དབུལ་རྒྱུར་བྱ་རྒྱ་དེ་
 དེ་བས་ཁ་ཚོ་དགོས་གཏུག་ཆེ་བ་ཞིག་རེད། དེའི་སྲོད་གལ་གནད་
 ཆེ་བའི་ལས་དོན་ཞིག་ནི་རྒྱ་ཡིག་མི་གོ་བའི་འགལ་རྒྱུན་དེ་ལྟར་.....
 བསད་བྱས་ཏེ་ཁོ་ཚོར་རྒྱ་སྐད་ལྟོག་ལྟོག་ལྟོག་ལྟོག་ལྟོག་ལྟོག་ལྟོག་ལྟོག་ལྟོག་
 དཔེ་དཔེ་འདོན་རྒྱུ་དེ་ཡིན་ཞིང་། གྲུང་གོའི་ཞིང་འབྲོག་
 དཔེ་མཚོན་པོད་ཡིག་པར་མ་ཞེས་པ་འདི་དཔེ་རྒྱུན་གྱིད་པ་ནི་དེའི་
 ཐད་འབད་བརྩོན་གྱིད་པའི་སྲོད་ཀྱི་གོམ་རིམ་གལ་ཆེན་ཞིག་གྲུང་.....
 རེད།

བོད་རིགས་ནི་རྒྱལ་ཏུ་བྱུང་བ་དང་ལོ་རྒྱལ་རྒྱུན་རིང་ལྷན་པའི་
 མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ལ། ལས་ལ་བརྩོན་པ་དང་སློབས་པ་ཆེ་བ། སློ་
 རིག་ལྷན་པ་བཅས་ཀྱིས་འཇོམ་སྤྱིང་ལ་སྤྲོན་གསལ་ཆགས་པ་དང་།
 སྤར་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་འོད་སྣང་འབར་བའི་རིག་གནས་གསར་རྒྱུན་
 ལྱས་ཡོད། རྒྱ་ཆེ་བའི་བོད་ལྷན་གྱི་ཞིང་འབྲོག་མི་དམངས་ཚོར་ཚོན་
 རིག་ལག་རྩལ་དང་རིག་གནས་ཤེས་བྱ་ལྟར་ཏུ་རྒྱུད་བརྒྱུག་པ་དེའང་
 ལྟག་ཚོར་གསོག་པ་རྒྱུས་པ་ལྟར། ཁོ་ཚོར་དེང་རབས་ཀྱི་འཇོམ་སྤྱིང་

མོག་རང་དགར་འཕྲར་རྗེས་ཡོང་ལྷན་པའི་རྣམས་རམ་སྲེལ་སྲི་.....
 རེད། ལྷན་གྱི་ཞིང་འཕྲོག་དཔེ་མཚོན་པོད་ཡིག་པར་མ་ཞེས་པ་
 འདི་དཔེ་རྒྱན་བྱས་ཆེས། ད་ཅུང་འི་ལ་བརྒྱགས་དང་བྱུང་གདམ།
 བཟུམ་སྲེལ། རྣོག་འདོན་དང་པོད་རྒྱུད་བྱ་བ་རྣོག་འཕྲོགས་སྣགས་
 གྱི་ལས་དོན་འཕྲོར་ཆེན་བརྒྱབས་ནས་དེའི་རྒྱས་པ་འདོན་སྲེལ་གང་
 ལེགས་ཡོང་ལྷན་པ་བྱེད་དགོས།

ལྷན་གྱི་ཞིང་འཕྲོག་དཔེ་མཚོན་པོད་ཡིག་པར་མ་ཞེས་པ་.....
 འདིའི་ཚོ་དང་པོར་དཔེ་དེབ་རིགས་བཞི་བརྒྱ་ལས་མེད་ཅིང་གྲངས་
 ཀ་དེ་ཉ་ཅང་ཉུང་ཉུང་ཡིན་ལ། ལས་དོན་དེའང་ད་ཅུང་བྱ་བ་
 གསར་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་ཉམས་སྦྱང་ཡང་མེད་པས། ཚོམ་རྣོག་དང་
 དཔེ་རྒྱན་སྡེ་ཚོན་གྱིས་ལུ་མཐུད་དེ་བོད་ཁྲུལ་ལ་ཟབ་འཕྲུག་བྱས་ཏེ་
 བཟུམ་དབྱེད་ཞིབ་འཕྲུག་བྱས་སྣག་པོད་རིགས་མང་ཚོགས་སྲི་.....
 དགོས་མཚོ་དང་འཕྲོད་པའི་རྣོག་དེབ་དེ་བས་མང་པོ་རྣོག་འཕྲོགས་
 བྱས་ནས་དཔེ་རྒྱན་བྱས་ཏེ་རྒྱ་ཆེ་བའི་བོད་ཁྲུལ་གྱི་ཞིང་འཕྲོག་མི་.....
 དམངས་ཚོ་ལྷན་གྱི་ཞིང་མི་རིགས་ཁག་དང་མཉམ་ཏུ་སྦྲུལ་མོང་ཏུ་.....
 རྒྱབས་འཕྲོར་བྱུང་བའི་ཐབས་ལམ་འོད་རྣོང་འབར་བའི་སྣག་ཏུ་.....
 མཐུན་རྒྱུད་ཡོང་བར་བྱས་ཆེས་དེ་བས་མང་པོ་འཕྲུག་དགོས།

ལྷན་གྱི་ཞིང་འཕྲོག་དཔེ་མཚོན་པོད་ཡིག་པར་མ་ཞེས་པ་

ॐ । म मः ॐ म मः म मः ॐ मः म मः म मः ॐ म मः ।

ॐ मः मः ॐ मः मः ॐ मः ।

དཀར་ཆག

གཞོན་ཅུ་ལམ་ཤུའི་གཏམ་རྒྱུད། (འཇར་པན).....	3
ཤུ་མོ་བྱིའུ། (འཇར་པན)	9
ཤི་གསོན་བར་གྱི་བཙེ་དུང་། (འཇར་པན).....	14
ལས་དབང་ཡོད་ན་རྩ་རྒྱུད་གཅིག་གིས་ཚོགས། (འཇར་པན)	20
རྩལ་རྒྱལ། (འཇར་པན)	29
མ་ཉོག་རྩ་མ་རྩེད་པ་བཟུང་པའི་ཤུ་རྒྱུད། (སློབ་ཞན)	36
སློབ་གཏུང་མེད་པའི་རྒྱལ་སྐྱེས། (རྒྱ་གར)	40
རྩེའུ་དང་རྩེ་ལོ། (རྒྱ་གར).....	46
རྒྱལ་མ་དཔོན་པོར་རྒྱུར་པ། (ཅན་ཕུ་གེ)	49
རྒྱལ་རྒྱུད། (ཡོ་ནན)	54
ཉེ་བ་དང་རྩོ་རྒྱུད། (འབར་མ)	59
ཨ་མ་བདུན་གྱིས་བསྐྱུར་ས་པའི་ཤུ་རྒྱུད། (རྟུང་ག་ལ)	64
ཚོ་རྩོག་གི་གསང་བ། (རྟུང་ག་ལ)	72

འཁོན་སེམས། (ཁ་ཚེ)	85
ངན་དགུ་ཚང་པའི་ཚམ་དཔོན། (ཁ་ཚེ)	90
སྤྱི་རྒྱལ་པོ་དང་ཁོའི་རྒྱུ་མ་ཚོ། (ཁ་ཚེ)	97
རྒྱལ་པོ་དང་སྲ་བ། (ཨ་རྒྱ་ཏན)	106
སྲས་མོའི་ལས་འབྲང། (ལྷུ་ར་ཚི)	113
ལས་བསོད་ཅན་གྱི་རྒྱལ་སྲས། (ལྷུ་ར་ཚི)	119
སྤྱང་སྤྱང་ལྷན་པའི་ལྷ་བ། (སོ་འུ་ཏན་དང་ཨེ་རིབ)	129
རྒྱལ་པོ་དང་ལྷ་མ་མཁན། (སོ་འུ་ཏན་དང་ཨེ་རིབ)	132
འུ་མོ་དང་པ་ཚན། (སོ་འུ་ཏན་དང་ཨེ་རིབ)	138
དཔའ་པོ་དཔལ་བཟང། (སོ་འུ་ཏན་དང་ཨེ་རིབ)	144

ནང་དོན་མདོར་བསྟུན།

དེའི་འདི་ལོ་ནང་དུ་འཇར་པན་དང་རྒྱ་གར་སོགས་ཤར་སྤྲོད་གས་་
རྒྱལ་ཁབ་དང་ས་ཁུལ་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་གཏམ་རྒྱུད་ཉེར་་
གསུམ་བཅུས་ཡོད་ལ། གཏམ་རྒྱུད་མང་ཆེ་བ་ཞིག་ནི་ཚོག་དང་པོར་
པོད་ཡིག་རྫོག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེན་སྲུང་སྤུལ་པ་ཡིན་པས། རྒྱ་བ་
གསར་བ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱུད་པ་སྐྱིད་པོ་སྟོན་པར་དེས།

དེའི་འདི་ལོ་བརྗོད་བྱ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་ནང་དོན་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས།
དཔེར་ན་བརྒྱུ་སེམས་ལ་དགག་པ་དང་སློན་ཉགས་ལ་སྦྱང་བ།
དང་རྒྱུད་བཟང་པོར་བརྟོད་ཅིང་བཙེ་དུང་བཟོས་བསྟུན་པ་་་་
དང་། ཡང་རིག་པའི་རྩལ་གྱིས་ཤུ་འཁོན་གཉེར་པ་དང་ཕྱི་ཐག་རིང་
པོས་དྲིན་ལན་གསལ་བ། དཔེར་མཛངས་རྒྱལ་མོད་ཅན་གྱིས་དག་
ཤི་ལོན་པ་དང་ཁ་འཇམ་ཁོག་རྒྱལ་ཅན་ལ་རྣམ་སྐྱོན་འཁོར་བ།
གཞུང་དྲང་རྒྱུད་བཟང་གིས་དགོ་བ་སྦྱོར་རྒྱལ་དང་གཏུག་རྒྱལ་་་་་་
གཏུམ་པོ་དག་གིས་ནག་ཉེས་བཟོས་རྒྱལ་སོགས་གསལ་ལྟང་དེར་་་་
བག་པས། བྱེད་གྱིས་དཔེ་ཆ་འདི་བསྟུན་ན་འཇར་སྤྲོད་ཤར་

ལྷོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ངལ་བ་ཁྱུང་ཏུ་བཟོད་པའི་རྣམས་ལྷོགས་དང་.....
བདེན་ལྷགས་མཐའ་ཏུ་འཁྱོལ་པའི་རང་བཞིན། དགེ་སྦྱབ་ཉེས་
ལྷངས་ཀྱི་རེ་སྣེགས་དང་རྒྱད་འཇམ་ངང་བཟང་གི་སེམས་པ་སོགས་
གསལ་པོར་མཐོང་བྱུང།

གཞིན་ཅུ་ཁམ་སུའི་གཏམ་རྒྱུད། (འཇར་པན)

དང་པོ་ཙམ་ན། སྒྲོང་ཚོ་ཞིག་གི་མཐའ་ཏུ་བྱིས་པ་མེད་པའི་ཀན་
ཀོན་གཉིས་ཡོད།

ཉིན་ཞིག་གི་ཞོགས་པར་ཀན་པོས་ང་དེ་རིང་རི་ལ་འཁུང་གིང་
འཁུ་ཏུ་འགོ་ཟེར།

ཀན་པོས་ང་ཚུ་ཁར་ལཱ་བ་བཟུ་ཏུ་འགོ་ཟེར།

དེ་ལྟར་ཀན་པོ་རི་ལ་འཇོགས་གིང་ཀན་པོ་ཚུ་ཁར་སྤྱོད།

ཀན་པོ་ཚུ་ཁར་སྐྱབས་ནས་ཅུང་ཙམ་ན་ཚུ་ཁར་ཁམ་སུ་ཞིག་.....
གཡང་ནས་འོངས། རོ་མས་ལ་མཚན་ཆེ་ཟེར་ནས་སྐད་རྒྱག་ཞོར་ལ་
ད་རྒྱག་པ་མུང་ཏུ་ཞིག་གིས་ཁམ་སུ་ཚུ་འགམ་ལ་དེད།

མོས་ལཱ་བ་བཟུས་ཚར་ནས་བྱིས་ལ་ལོག་པ་དང་ཀན་པོའང་རི་
ནས་ཐོན།

“མྱོད་བྱིས་ཁམ་སུ་ཆེན་པོ་འདི་ཚོ་དང་”ཟེར།

“ཏུ་གཉིས་བྱིས་སྤྱོད་ཀ་རེ་ཟ་”ཟེར་ཞོར་ལ་ཀན་པོས་གཏུབ་གི་
སྐངས་ནས་བཞོ་གུབས་བྱས་པ་ན། ཁམ་སུ་དེ་གཏུབ་མ་དགོས་པར་

དུམ་སུ་གཉིས་སུ་གས་ཤིང་དགྱིལ་ནས་སུ་རྒྱུང་ཞིང་མིང་ནས་འོངས།

ཆན་པོས་གནམ་ཆན་མ་ཟེར་ནས་སྐད་བརྒྱབ།

ཆན་མོས་ཨ་མ་མ་ཟེར་ནས་པོས།

སུ་རྒྱུང་རང་ཉིད་གྱིས་ཁམ་སུ་དེ་ཚོས་མ་ཐག་བརྟམ་བརྟམ་ལ་
ནར་སོན་གྱུར།

ཆན་པོ་དགའ་དྲག་ནས་གཞོན་ཅུ་ཁམ་སུ་ཞེས་དག་ནས་ཤོར།

ཆན་མོས་མིང་འདི་འཕྱར་འདུག་ཟེར་བཞིན་དགའ་ནས་.....

ཁའང་ཟུམ་མ་ཐུབ།

ཆན་ཚོན་གཉིས་གྱིས་གཞོན་ཅུ་ཁམ་སུ་ལེགས་པར་བརྒྱུངས་.....

པས། བར་སོན་ནས་མེ་བའི་ནང་གི་མིང་དུ་སྐྱགས་པའི་ག་དར་སྐྱག་
དར་གྱི་དཔའ་ཚོད་ཅིག་ཏུ་གྱུར།

མེ་མི་ཀུན་གྱིས་དོ་མས་གསར་སུ་དཔེ་མེད་ཅིག་རེད་ཟེར་ནས་

བརྒྱགས།

ཉིན་ཞིག་ལ་གཞོན་ཅུ་ཁམ་སུས་ཨ་མ་ལགས། ང་ལ་འབྲས་

རིལ་འགའ་འཚོས་དང་”ཟེར།

ཆན་མོས་འབྲས་རིལ་བཅོས་ནས་ཅི་བྱེད་ཟེར་བ་ལ།

“ང་མྱི་ལ་སོང་ན་ལམ་གྲོ་དགོས་ཟེར།

“གང་ལ་འགོ་རྒྱ་ཡིན། ཨ་མར་ཤོད་དང་”ཟེར།

“འདྲེ་མིང་ལ་ནོར་སུ་ལེན་དུ་འགོ་ཟེར།