༦༦།། བོད་སྐད་ཅོར་ཀྱི་རྩོམ་མཆོ།

ཨ་མ་སྐྱིག་གཅོ་བོ། འདུད་མོ་གནས་བརྟན་ཆེ་ཅིང་།



ཀོན་སྤུངྷ་མི་ཅིགས་བའི་སྐྱེན་ཁང་།

需要全本请访问 www.ertongbook.com

ཁྱི། ཁོང་གྲུའི་རྒྱ་མཚོ།



གཏོང་ས་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

图书在版编目(CIP)数据

华锐民歌：藏文/刚乃旦才让主编. —兰州：甘肃民族出版社，2008.4
ISBN 978-7-5421-1324-5

Ⅰ.华… Ⅱ.刚… Ⅲ.藏族-民歌-作品集-天祝藏族自治县-藏语 Ⅳ.1277.291.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 056037 号

书　　名：华锐民歌
主　　编：刚乃旦才让　主编
责任编辑：周甲克　益希措姆
封面设计：杨旦春
出　　版：甘肃民族出版社(730030 兰州市南滨河东路 520 号)
发　　行：甘肃民族出版发行部(730030　兰州市南滨河东路 520 号)
印　　刷：天祝县民族印刷有限责任公司
开　　本：880 毫米×1230 毫米 1/16　印张 54.75　插页 6
字　　数：700 千
版　　次：2008 年 5 月第 1 版　　2008 年 5 月第 1 次印刷
印　　数：1～1 000
书　　号：ISBN 978-7-5421-1324-5
定　　价：120.00 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：兰州市南滨东路 520 号
电话：0931-8773261（编辑部　联系人：李青立：E-mail:LiLi295@sohu.com）
电话：0931-8773271（发行部　联系人：葛　慧 :E-mail:gsmzgehui3271@tom.com）

版权所有　　翻印必究

དམངས་ཁྲིད་ལས་བཏུས་པའི་གནའ་དེའི།

༦༡། ཁོད་སྐུ་ཚོར་ཏུ་ཆུ་མཆོ།

རྩོམ་སྒྲིག་གཙོ་བོ། འཇའ་མོ་གནས་བརྟན་ཆེ་རིང་།

གཏན་སྡུའུ་མི་རིགས་དབེ་སྐྲུན་ཁང་།

需要全本请访问 www.ertongbook.com

ཀན་སུའུ་ཞིང་ཆེན་དཔའ་རིས་བོད་རང་སྐྱོང་ཁྲིད་ཀྱི་དམངས་གྲྭད་ཁག....
རྩོམ་སྒྲུར་ལས་ཤག་དང་མཚོ་སྨོན་དགེ་ཐོག་སློབ་ཆེན་རྒྱན་སྐྱོང་ཁྲབ་བའེ....
འཕེལ་རྒྱས་སློབ་གསོ་ལྟེ་གནས་གཉིས་ཀྱིས་མཉམ་ལས་ལས་གཞི།།

རྩོམ་སྒྲིག་གཙོ་བོ། འཇའ་མོ་གནས་བརྟན་ཚེ་རིང་།
རྩོམ་སྒྲིག་པ། ཨ་བན་ཨོ་རྒྱན་སྒྲུང་། རྒ་ནག་བསོད་ནམས་འབྲུམ།
རྒ་མཐིན་ནོར་བུ། སྨོན་ཚང་བཀྲ་ཤིས་འཚོ།
སྨོན་ཚང་སྒོལ་མ། རྒྱ་ཞ་བསམ་གྲུབ་སྐྱབས།
ཁང་རྩེ་རྗེ་ཚེ་རིང་། སྨྲ་དཔལ་སྒྲོལ།

甘肃省天祝藏族自治县人民政府编译室

合作项目

青海师范大学可持续发展教育中心

主编：刚乃旦才让

编辑：安永寿　王开禄　马旦春　朵雪雁
朵玉珠　夏金山　张玉慧　麻翠花

སྒེང་གཞི།

བོད་སྐུ་ནོར་བུའི་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་བྱ་བ།།

ཁ་ཐུང་མིང་གིས་བརྗོད་བྱའི་སྐྱིང་བོ་སྟེ།།

གསེར་དངུལ་གཡུ་ཐུར་མུ་ཏིག་སྣ་ཚོགས་འདུས།།

ཤེབས་རྒྱ་རབ་འཐམས་རྒྱ་མཚོ་ཡིན་ཚུལ་བསྟན།།

མི་རབས་ཆེ་ཆུང་འདུན་ས་ལེན་ཚོག་པ།།

སྐུ་ཡི་བདག་ཉིད་ཁོ་ན་བཀོད་པ་ལས།།

ཞོ་མོའི་འདོད་པ་བསྟན་པའི་ལ་གཞས་རིགས།།

གཅིག་ཀྱང་མེད་པས་བཙལ་བའི་ངལ་བ་སྐྱེར།།

ཡར་བཅད་ཚིག་ལ་དེ་རྒྱན་རེ་གཉིས་དགོས།།

གོས་ལ་གོང་བ་ཡོད་ན་གོན་ཁ་བདེ།།

མར་བཅད་ཚིག་ལ་གསལ་བྱེད་དོན་ཞིག་དགོས།།

གོས་ལ་རྒྱམ་ཁ་ཡོད་ན་འཕྱེར་ཁ་བདེ།།

སྤྱིར་བཏང་སྐུ་ཡི་སྤྱིག་ཚུལ་འདི་ལྟ་སྟེ།།

དེའི་ཡི་ནུས་པས་མིག་མཐོང་རྣ་ཐོས་དང་།།

ཡུལ་དུ་འཇུག་པ་འདྲ་བའི་ཉམས་ཤར་བས།།

བརྗོད་བྱའི་དོན་ལ་རྟོགས་པ་གསལ་བ་སྐྱེད།།

དགའ་སྤྲོ་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་ངོ་མཚར་གཏམ།།

བློ་གྲོས་སྐྱེད་པར་མཁས་བའི་ངག་གི་རྩལ།།

དོགས་གཞི་རྣམ་པར་གཅོད་པའི་སྒྲ་བའི་མཚོན།།
བརྗོད་བྱ་སྟོན་པའི་ཚིག་གི་ཁྱད་པར་ཡིན།།

མི་ཚོས་གཙང་མ་བསྒྲུབ་དགེ་བ་བསྒྲུ།།
ཡ་རབས་སྲོལ་སྐྱེད་ལེགས་ཚོགས་སྐྱན་པའི་དཔལ།།
སྐྱ་པོ་གཉེན་དང་དུས་ཆེན་དགའ་འདུན་སོགས།།
དགའ་སྟོན་བྱ་བར་བསྟོད་པའི་རྫ་བ་ལགས།།

ཀུ་རེ་རྩེད་མོའི་ཁ་རྒྱལ་རྩོད་པ་ལ།།
ཏེ་བ་དྲིས་ལན་ཤགས་ཀྱིས་བཞད་གད་བསྒང་།།
བློ་རྣོ་ཚིག་རྣོ་ཡ་མཚན་བརྗོད་པ་མང་།།
ལེན་པའི་ངར་ལངས་ཐོས་པའི་བག་རེ་བྱོ།།

ཞྭ་གོས་ལྟམ་གསུམ་ནས་འབྱུང་ང་ཚང་སོགས།།
བྱང་རབས་དང་ནི་ཚངས་སྤྱོད་རྒྱས་པའི་སྐྱེད།།
ཐབས་ཤེས་ཟུང་འདྲུག་ལས་ལ་གཞོལ་བའི་དྲིན།།
བསྟོད་པའི་སྒྲ་ལས་སྐྱལ་མ་བཏང་བ་ཟད།།

འདོ་བ་གཡང་དཀར་སྲིད་པ་ཚགས་པའི་སྒྲ།།
ཕྱི་ཟུ་ལྟ་ཡི་འཕྲུལ་གྱི་རྣམ་པ་ཤར།།
ནང་དུ་སེམས་ཅན་དངོས་ཀྱི་གནས་ལུགས་འཆང་།།
ལུ་ཏི་གཤར་ལ་བརྒྱས་པའི་འཕེང་བར་གྲྭ།།

རྟ་སྒྲ་ལུགས་སྒྲས་དེ་དག་བྱང་འཕེལ་དང་།།

རང་བཞིན་ཁྱད་ཆོས་འཚོ་བའི་ངང་ཚུལ་དང་།།

མི་ལ་ཕན་ཆེན་ཐོགས་པའི་དྲིན་ལན་དུ།།

གཅེས་པར་འཛིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་རིང་མོ་བསྟན།།

སྤྱིད་པ་ཟེར་བ་མི་ཡི་ཐོག་མ་སྟེ།།

སྒྲ་ཤེས་དོན་གོ་ལས་ཀའི་རྩོལ་བ་བྱང་།།

ཟས་གོས་འགྲོ་འདུག་འཚོ་ཏེན་བསྒྲུབ་པ་ལས།།

སྙོད་བཙུད་དང་འབྲེལ་ལོ་རྒྱུས་མཚར་མོ་གསུངས།།

སྐར་ཚེས་རིག་པའི་མགུར་སྐྱན་རིང་མོ་ནི།།

ཆ་ཚང་མ་ལོན་འདི་རྣ་མ་བགོད་ཐངས།།

བརྡ་ཆྭིང་ལ་ལའི་ཡིག་འབྲུ་མ་ངེས་པས།།

གནས་སྐབས་ཀ་མེད་འོལ་ཚོད་བྱིས་པའང་སྣང་།།

སྒྲུ་དཔེ་འདི་ནི་རིག་རྩལ་དགའ་སྐྱེན་ཏེ།།

རོ་བརྒྱ་འཕེམས་པའི་གཡོས་སྣ་གང་མང་མཆེས།།

ལོངས་སུ་སྤྱོད་པའི་སྐལ་བ་ལྡན་པ་ཚོར།།

བཙུད་ལྡན་བདུད་རྩིས་དགེ་བ་ཕུན་ཚོགས་འབྱུང་།། །།

ཤུབ་བྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་དཔའ་རིས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས།།

སྤྱི་ལོ་༢༠༠༤པའི་ཟླ་༤བའི་ཚེས་༡༧ལ་བྱིས།

序

在社会文明日趋进步的今天，少数民族文化生活越来越受到普遍的关注与青睐，因此如何保护和开发少数民族非物质文化遗产便成了一项亟待解决的课题。而少数民族文化遗产中的传统民歌是人类学和社会学研究的重要课题之一，也是研究民族文化的一个很好的切入点。正因为如此我县高度重视此项工作，从2005年起由编译室组织专业人员，分解任务量化责任。何况目前以民族自身的语言去系统表述华锐藏族民歌的作品也是极度缺乏，而现有的一些作品对华锐藏族民歌浅尝辄止的表达形式尚未达到学术研究的高度，再加上近年来国内外对于非物质文化遗产的保护颇为关注，联合国教科文组织于2003年10月发布的《保护非物质文化遗产国际公约》，党的十七大报告也提出“推动社会主义文化大发展大繁荣”的号召，以及文艺家协会发起并组织实施的“中国民间文化遗产抢救工程”等无一不说明非物质文化遗产的保护乃至开发与挖掘已刻不容缓。

2008年元月华锐藏族民歌被正式列入国家级非物质文化遗产保护名录，在这光彩夺目的民间传唱中，那些广为传颂的民间歌谣、远源流长的艺人传唱、独树一帜的词赋表达，以及那些朴实无华的民俗民风，它们从社会结构到生产方式，再从宗教文化到风俗礼仪等多个领域多个层面表里如一地反映出了华锐藏人深厚的文化积淀。《藏曲珠海之宝》正立足于这样一个意蕴十足的起点，通过田野调查的方法，用文本书写的形式，记录并揭示了华锐藏族传统民歌所蕴藏的文化内涵和学科价值，是第一本用母语比较系统地记录了华锐藏族民间口碑文化的代表作品。因而我们可以肯定地说，华锐藏族民歌是华锐藏人在其独特的文化环境下创造出来的，并在其历史发展过程中积累、传递、演绎而成的一种文化传承。

它独树一帜的完整体系在整个藏区也是绝无仅有的，无论是《宝马赞词》博大精深的意蕴内涵，还是《讽喻歌》巧言令色的辞令表述，这些都是华锐藏族民歌其独到的表现形式。它的存在和发展受到历史进程和经济类型等方面的现实制约，而政策性质的搭建平台完全可以说为这传承文化的延续和拓展开辟了一条阳光大道。

为及时抢救和保护这一优秀传统文化在新的历史条件下得到进一步的继承和发扬光大，责无旁贷地将这项工作进行到底是我们义不容辞的职责所在。从这个意义上讲，这些口碑古籍的整理出版为自治县历史文化的繁荣昌盛、政治经济的和谐一统，也为政治意义上的人文关怀奠定了夯实的基础。它的成功出版不仅是党和政府保护少数民族文化遗产的真实写照，也是维护地方经济文化繁荣的实事举措；它的开发和利用不仅是自治县太平盛世中不懈进取的思路缩影，也是自治县创新务实中实事求是的工作见证。

为此我们谨向在此项工程工作中付出过智慧与劳作的同志们表示中肯的评价和诚恳的谢意，也期望战斗在一线的同志们励精图治奋斗不息，当然在此更为衷心地祝愿这片热土上繁衍生息的广大民众在这河流般生生不息的传承文化中继往开来永享太平。

感念之际，写下以上文字，是为序。

中共天祝藏族自治县委书记：张延保

天祝藏族自治县人民政府县长：马国荣

二00八年三月一日

需要全本请访问 www.ertongbook.com

ཞོད་སྒྲུ་ནོར་བུའི་རྒྱུ་མཚོ།

རྩོམ་པ་པོ། འཇའ་མོ་གནས་བརྟན་ཆེ་རིང་གིས་རྩོམ་སྒྲིག་བྱས།

རྩོམ་སྒྲིག་འགན་འཛིན་བ། འབྲུག་རྒྱལ་མཁར། ཡེ་ཤེས་མཆོ་མོ།

མདུན་ཤོག་མཛོས་རིས་པ། རྟ་མགྲིན་སྐྱང་།

དཔེ་སྐྲུན། གན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

འགྲེམས་སྟེལ། གན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

པར་འདེབས། དཔའ་རིས་རྫོང་མི་རིགས་པར་ལས་འགན་ལེན་ཚོད་ཡོད་ཀུང་ཐུ།

དེབ་ཚད། ཏོ་སྐོས 880X ཏོ་སྐོས 1230 1/16

དཔར་ཤོག 54.75

ཡིག་གྲངས། ཁྲི 70

པར་ཕེབས། 2008 ལོའི་ཟླ 5 པར་པར་གཞི་དང་བོ་བསྒྲིགས།

པར་ཕེབས། 2008 ལོའི་ཟླ 5 པར་པར་ཕེབས་དང་བོ་དཔར།

དཔར་གྲངས། 1～1 000

དཔེ་ཆ་གས། ISBN 978-7-5421-1324-5

རིན་གོང་། སྐོར 120.00

པར་དབང་འདི་གར་ཡོད་པས་པར་བཤུས་བརྒྱབ་ན་ཁྲིམས་ཚད་ཤོག

（ཤོག་ངོས་ཚད་ནོར་སྐྱག་སྐྱོན་གང་ཟུང་ཡོད་ཚེ་པར་ཁང་ལ་དྲི་གཏུག་བྱ）

དཀར་ཆག

མཚོ་བརྩེད། ..... (1)

དང་པོ། དམངས་ཁྲོད་མགུར་མའི་རོལ་མཆོ། ..... (1)

ལེའུ་དང་པོ། (གཅིག) བག་དུ་གནས་འགོ་སྐྱེ་སྐྱ།..... (1)

(གཉིས) གཉེན་དབང་མེད་པའི་གདུང་དཔྱངས། ..... (16)

ལེའུ་གཉིས་པ། བར་བས་དོན་ཆེན་ལེགས་མཛད། ..... (28)

ལེའུ་གསུམ་པ། སྐུ་མཛོན་ལམ་འཇུག་བའི་སྒོན། ..... (30)

ལེའུ་བཞི་པ། སྐུ་མཆོད་བསུ་བའི་དགེས་སྐྱ ..... (34)

ལེའུ་ལྔ་པ། མཁྱོགས་རིས་སྣང་བ་སྐྱིད་ཟེད། ..... (40)

ལེའུ་དྲུག་པ། སྒོ་ཆང་དགའ་བ་སྐྱིད་ཟེད། ..... (52)

ལེའུ་བདུན་པ། སྐུ་མཚོ་འཆེད་པའི་ཁེ་མིག ..... (55)

ལེའུ་བརྒྱད་པ། ཡ་རབས་སྐྱིད་པའི་བསྟོད་ར།..... (64)

(གཅིག) གྱལ་ལ་བཞུགས་པའི་སྐྱིད་བསྟོད། ..... (112)

(གཉིས) ཡ་རབས་ཚང་ལ་བསྟགས་པ། ..... (125)

(གསུམ) མ་སྐུ་བསྟོད་པའི་སྐན་དཔྱངས། ..... (133)

ལེའུ་དགུ་པ། ཏིན་ལན་མ་གཟོ་སྒྲིང་སྐྱ།... ..... (139)

ལེའུ་བཅུ་པ། རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱེ་མེད་རིག་ལུང་། ..... (149)

ལེའུ་བཅུ་གཅིག ཁ་མཚར་རྩེད་མོ་དགོད་བྱེ། ..... (159)

ལེའུ་བཅུ་གཉིས། ཚང་བཞེས་ཉམས་དགའ་བག་ངེ། ..... (200)

ལེའུ་བཅུ་གསུམ། ཏེ་ག་ཏིས་ལན་བྱོ་སྐྱེད། ..... (208)

ལེའུ་བཅུ་བཞི། ཤགས་སྒོ་འཆེད་པའི་ཞུ་གསོལ། ..... (222)

ལེའུ་བཅོ་ལྔ། ཁ་རྒྱལ་གྱ་རེ་ཤགས་སྐྱ། ..... (233)

ལེའུ་བཅུ་དྲུག ཁ་ཤགས་འཐབ་པའི་བར་འཇེད། ..... (360)

ལེའུ་བཅུ་བདུན། བཀྲ་ཤིས་ལྷུན་ཚོགས་སྒྲོན་ལམ། ..... (364)

ལེའུ་བཅོ་བརྒྱད། ཚོགས་སྐུ་དགའ་འདུན་མཆོད་སྒྲིག ..... (377)

ལེའུ་བཅུ་དགུ དྲིན་ལན་གཟོ་བའི་ཚོགས་བསགས ..... (383)

ལེའུ་ཉི་ཤུ། བཞོན་བཞོ་གཡང་འཛོར་མཐུར་དབྱངས། ..... (399)

ལེའུ་ཉེར་གཅིག ཇེད་རིག་སྐྱ་ལེན་གར་ཇེ། ..... (401)

ལེའུ་ཉེར་གཉིས། བྱིས་པ་ཡར་འགྲོ་རོལ་དབྱངས། ..... (411)

གཉིས་པ། གཉེན་བཤད། ..... (417)

ལེའུ་དང་པོ། བསྟི་བཀུག་ཆམ་པར་སངས་པ། ..... (417)

ལེའུ་གཉིས་པ། མཐོ་གས་སྐད་འཚམས་ཞུ་དག་བསྐུ། ..... (418)

ལེའུ་གསུམ་པ། (གཅིག) གོས་ཁྲ་བཤམས་པའི་འཆོ་སྐྱིད། ..... (419)

(གཉིས) གོས་བཤམས་སྐ་མང་བསྟོད་ཚོག ..... (422)

ལེའུ་བཞི་བ། ཆང་ཆེན་བདུད་རྩི་དོན་ལྡན། ..... (433)

ལེའུ་ལྔ་བ། གཉེན་བཤད་བསམ་པའི་དོན་སྒྲུབ། ..... (435)

ལེའུ་དྲུག་པ། (གཅིག) སོག་པ་སྤྲད་པའི་ལེགས་ཚོགས། ..... (447)

(གཉིས) སོག་པ་སྤྲད་པའི་སྐྱན་ཚིག ..... (451)

ལེའུ་བདུན་པ། ཀ་བཤད་ཆ་བའི་བཀྲད་ལེན། ..... (453)

ལེའུ་བརྒྱད་པ། ཁ་གཡང་དགེ་བའི་གཡང་ཆགས། ..... (459)

གསུམ་པ། ཏ་རྒྱག་གསོལ་ཚོག་ལུ་ཏི་གཡེང་མཛོས། ..... (460)

ལེའུ་དང་པོ། ཏ་རྒྱག་དགའ་སྟོན་སྤྲོན་ཚོག ..... (460)

ལེའུ་གཉིས་པ། རྟ་རྒྱག་ལེགས་བཤད་ཀུན་འདུས། ..... (483)

ལེའུ་གསུམ་པ། རྟ་རྒྱག་སྟོན་ལམ་ཚོ་གཅིག ..... (489)

ལེའུ་བཞི་པ། རྟ་རྒྱག་ལོ་རྒྱས་སྐྱེན་མོ། ..... (491)

ལེའུ་ལྔ་པ། བྱ་མ་སྐོམ་ཞིའི་ཞལ་གསུང་། ..... (498)

བཞི་པ། སྤིད་པ་ཆགས་པའི་འབེལ་གཏམ། ..... (503)

ལེའུ་དང་པོ། ཆགས་གནས་འཕེལ་གསུམ་ལོ་རབས། ..... (503)

ལེའུ་གཉིས་པ། སྤིད་པ་ཆགས་སྐྱེ་ངོ་མཚར། ..... (516)

ལེའུ་གསུམ་པ། འཇུང་བཞིའི་འཇིག་རྟེན་ཆགས་རབས། ..... (529)

ལེའུ་བཞི་པ། སྟོན་མོ་ནས་འཕྱུ་རྒྱང་རབས། ..... (555)

ལེའུ་ལྔ་པ། འཕྱུ་སྟོང་འཐབ་པའི་སྐྱ་ཤགས ..... (572)

ལེའུ་དྲུག་པ། བྱ་རྒྱལ་ཕྱུང་ཆེན་བྱོན་ཚུལ ..... (594)

ལྔ་པ། གཉེན་རྒྱལ་བོ་ཁམས་ལས་བྱོན་ཚུལ་དང་ཞྭ་གོས་ལྷམ་བསྟོད། ... (603)

ལེའུ་དང་པོ། གཉེན་རྒྱལ་བོ་ཁམས་ལས་བྱོན་ཚུལ ..... (603)

ལེའུ་གཉིས་པ། གཉེན་རྒྱལ་བའི་ཞྭ་བསྟོད། ..... (620)

ལེའུ་གསུམ་པ། བཀག་མདངས་གསལ་བའི་གོས་བསྟོད། ..... (628)

ལེའུ་བཞི་པ། བཀ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་ལྷམ་བསྟོད། ..... (648)

དྲུག་པ། རྟ་མཆོག་གཡང་དཀར་འབེལ་གཏམ། ..... (661)

ལེའུ་དང་པོ། རྟ་སྐྱ་བསམ་པའི་དོན་གྲུབ། ..... (661)

ལེའུ་གཉིས་པ། རྟ་སྐྱ་ཆུང་གི་གཤེག་པ། ..... (670)

ལེའུ་གསུམ་པ། རྟ་སྐྱ་གཡུ་འབྲུག་རང་བྱོན། ..... (678)

ལེའུ་བཞི་པ། རྟ་སྣ་ལྷུང་ཆེན་གསོག་པ། ..... (698)
ལེའུ་ལྔ་པ། ཆིབས་སྣ་བཟོ་རྩལ་ཡག་རབས། ..... (708)
ལེའུ་དྲུག་པ། གཡང་དཀར་ལུག་གི་ཁ་འཕྲེར། ..... (719)
ལེའུ་བདུན་པ། མཆོ་ལུག་སྤྱན་བའི་བཤད་པ། ..... (727)
ལེའུ་བརྒྱད་པ། ནགས་ལུག་ཆོག་རྒྱན་སྒེང་བ། ..... (758)
ལེའུ་དགུ་པ། བལ་བོ་ལུག་གི་བཤད་པ། ..... (832)
ལེའུ་བཅུ་པ། ལུག་གི་ཆེ་ཐར་བཤད་པ། ..... (838)
མཇུག་གི་གཏམ། ..... (858)

དང་པོ། དམངས་ཁྲིད་མགུར་མའི་རོལ་མཆོ། ལེའུ་དང་པོ། བག་དུ་གནས་འགྲོ་སྐྱེ་གྲུ།

།

བྱ་མོ་ཐོ་རེས་མགོ་རེས་མ།།
ཐོ་རེས་མགོ་རེས་སྐྱ་ཤད་དཀའ།།
སྐྱ་ཤད་གསེར་ཀྱི་སོ་མང་དགོས།།
གསེར་ཀྱི་སོ་མང་ཆ་གཉིས་དགོས།།
ཆ་གཉིས་རྒྱ་ནག་ཡུལ་ན་ཡོད།།
བར་བ་ཞ་གོང་ཞང་ཆེན་ནོ།།
དེ་ད་ཐོད་དང་ཤད་ལ་བཞིན།།

།

བྱ་མོ་ཐོ་རེས་མགོ་རེས་མ།།
ཐོ་རེས་མགོ་རེས་བཀྲ་ཁ་དཀའ།།
སྐྱ་འབྲེད་གསེར་ཀྱི་ཐུར་མ་དགོས།།
གསེར་ཀྱི་ཐུར་མ་ཆ་གཉིས་དགོས།།
ཆ་གཉིས་དབུས་གཙང་ཡུལ་ན་ཡོད།།
བར་བ་ཞ་གོང་ཞང་ཆེན་ནོ།།
དེ་ད་ཐོད་དང་ཤད་དང་བཞིན།།

།

བྱ་མོ་ཐོ་རེས་མགོ་རེས་མ།།
ཐོ་རེས་མགོ་རེས་བཀུལ་ཁ་དཀའ།།
བགལ་ན་ཤྭ་རྣ་མགོ་ཡི་བགར།།
ཤྭ་རྣ་དགོས་ནོ་རྩོད་མ་བརྒྱ།
བར་བ་ཞ་གོང་ཞང་ཆེན་ནོ།།
དེ་ད་ཐོད་དང་བགར་ལ་བཞིན།།

།

བྱ་མོ་ཐོ་རེས་མགོ་རེས་མ།།
ཐོ་རེས་མགོ་རེས་བཀྲ་ཁ་དཀའ།།
བཀྲ་ན་ཚེར་མ་དཀར་གི་བཀྲ།
སྐྱ་ཤད་གསེར་ཀྱི་སོ་མང་དགོས།།
གསེར་ཀྱི་སོ་མང་ཆ་གཉིས་དགོས།།
བར་བ་ཞ་གོང་ཞང་ཆེན་ནོ།།

需要全本请访问 www.ertongbook.com