

སྒྲུབ་ཚུལ་ལྟག་བསམ་འོ་མའི་མཆོད་པ།



མཆོ་སྒྲུབ་མི་རིགས་དཔེ་སྒྲུབ་ཁང་།

སྙན་ཚུལ་སྟག་བསམ་འོ་མའི་མཆོད་བ།

བསྙན་འཛིན་གྱི་མཆོས་བཅམས།

མཆོ་སྟན་མི་རིགས་དཔེ་སྟན་ཁང་།

图书在版编目(CIP)数据

诚挚礼赞：藏文/丹增嘉措著. —西宁：青海民族出版社，2007.12

ISBN 978-7-5420-1321-7

I. 诚... II. 丹... 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001226号

诚挚礼赞

丹增嘉措 著

出版行：青海民族出版社(西宁市同仁路10号)
邮政编码 810001 电话 6143426
经销：新华书店
印刷：西宁民族印刷厂
开本：850mm×1168mm 1/32
印张：8.625
字数：176千
版次：2008年2月第1版
印次：2008年2月第1次印刷
印数：1—1 000

书号：ISBN 978-7-5420-1321-7(民文)
定价：15.00元

版权所有 翻印必究

(书中如有缺页、错页及倒装请与印刷厂联系)

ཚམ་ཐྱིག་འགན་ཁུར་བ། དཔལ་མཚོ་སྤྲུལ་མ།

དེབ་གཞིའི་བརྒྱ་འཁོད་བ། ཨ་འབུམ།

དཔར་ཐུན་འགན་ལེན་བ། ཡིའུ་ཆིའུ་དུ།

སྟན་ཚུལ་སྟག་བསམ་འཁོལ་མཁོད་བ།

བསྟན་འཛིན་བྱ་མཚུས་བརྒྱམས།

དཔེ་ཐུན།	མཚོ་སྟན་མི་རིགས་དཔེ་སྟན་ཁང་།(ཐི་ཡིང་གོང་ཁྱེར་ཐུན་རིན་ལམ་སྤྲུལ་10)	
འབྲེམས་ཐུལ།	སྟག་ཨང 810001	ཁ་པར 6143426
བརྒྱད་འཚེང་།	ཞིན་ཏུ་དཔེ་ཁང་།	
པར་འདེབས།	ཐི་ཡིང་མི་རིགས་པར་ཁང་།	
དེབ་ཆད།	850mm×1168mm 1/32	
དཔར་ཤོག	8.625	
མིག་བྲངས།	བྱི17.6	
པར་ཐངས།	2008ལོའི་ཟླ2པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྐྱགས།	
དཔར་ཐངས།	2008ལོའི་ཟླ2པར་དཔར་ཐངས་དང་པོ་དཔར།	
དཔར་བྲངས།	1 - 1 000	

དཔེ་ཅན་གས། ISBN 978 - 7 - 5420 - 1321 - 7

རིན་གོང་། སྒྲར 15.00

པར་དབང་འདི་གར་ཡོད་བས་པར་བཤུས་བརྒྱབ་ན་ཁྲིམས་ཆད་ཡོག
(གོག་རིས་ཆད་ནོར་སྟག་སྟན་གང་བྱང་ཡོད་ཆེ་པར་ཁང་ལ་དྲི་གཏུག་བྱ)

ཤེས་ཚིག་ཁག་གཉིས།

ཁག་དང་ཕ།

ཀ་དག་གཉུག་མ་ཚོས་སྤྱི་གཞལ་ཡས་ནས། །

ལྷན་གྲུབ་ལོངས་སྤྱོད་བྱེད་ཅིང་། །

བྱུགས་ཤིང་རང་ཅལ་སྤུལ་པའི་འཁོར་ཚོགས་ལ། །

མི་སྤྱད་དད་པས་སྤྱིར་ནས་གྲས་སྤྱད་འཚལ། །

སྤྱོད་གསུམ་སྤྱོད་འཕུལ་རྩལ་པའི་གར་བསྐྱར་མཁན། །

ཉམས་ཐག་འགོ་ནམས་སྤྱོད་པའི་ཁུར་འཆང་བ། །

བཀའ་དྲིན་མཉམ་མེད་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །

བདག་སྤྱིར་པད་མའི་དབུས་སྤྱོད་ཀྱི་བཞུགས་གསལ། །

བདག་གིས་འགོ་ནམས་སྤྱོད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ནས། །

སྤྱོད་གསུམ་ཡང་དག་ལམ་ལ་རབ་སྤྱོད་ན། །

མཚོག་གསུམ་ཚ་གསུམ་སྤྱོད་པའི་མཐུ་ཅལ་ལས། །

གེགས་མེད་བསམ་དོན་འགྲུབ་པའི་ཤོགས་མཛོད་ཅིག །

ཅེས་པ་འདི་ནི་རིག་འཛིན་སྤྱོད་གསུམ་དོན་ཤེས་པ་བཟང་པོ་མཚོག་གིས་.....

བོད་ཤིང་བྱ་སྤྱི་ལོ་༡༠༠༥ལོའི་ལྷོ་པའི་ཆོས་ལ་ཆེད་དུ་གནང་བའི་ཤེས་.....

ཚིག་གོ།

ཁག་གཉིས་པ།

ལྟ་བུ་བསམ་གཡས་འབྱེལ་དུང་གི་མགྲིན་པ་ལས། །

བྱུང་བའི་ལེགས་བཤད་དབྱངས་སྒྲུབ་དྲི་ཟེའི་མུ། །

གངས་དཀར་ཉི་མ་ལ་ཡི་མཆོད་མྱིན་ཏུ། །

ལུལ་བའི་རྩ་མཆར་བཀོད་པ་འདི་ན་གསལ། །

ནེས་པ་འདི་ཡང་དོ་གྲུབ་སྒྲུལ་མིང་འཛིན་པ་སྟོང་ཡངས་ནས་སྒྱི་.....

ཟླ་བའི་ཆེས་ཉམ་ཉེན་གནང་བའོ། །



▲ ཚུམ་པ་པོའི་འདྲ་པར།

ཆེ་གཅིག་སྲིད་པའི་གཡོ་འཕུལ་འདི།

དོན་གཉིས་ལེགས་འབྲས་སྟོར་བའི་གཤེད།

སྒྲིག་སྐྱུམ་ལས་ཅུང་བརྒལ་ཞུགས་གྱིས།

ལས་བཞིའི་དངོས་གྲུབ་དགེ་བར་མཆོད།

འཁོར་བའི་འགྲུལ་བཞུད་ལམ་ཁ་ནས།

དགའ་སྤྱད་སེམས་འབྱུ་ཚོས་བའི་གཞས།

རྣམ་དཔྱད་གདངས་ཀྱི་འབྱུར་ཁྲགས་ལས།

ཉི་མ་ལ་ཡའི་མཐོངས་སུ་འཕྱར།

དཀར་ཆག

ལེའུ་དང་པོ། གསལ་བསྟོད་པད་དཀར་འཁྱི་ཤིང་གྲོལ་བའི་.....

བསུང་ཞིམ།(1)

སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་ཀྱི་རོ་པོ་བཀའ་དྲིན་མཚུངས་མེད་ཁྱབ་བདག་.....

སླ་མ་དམ་པའི་བྱིན་རྒྱལ་བ་དུང་ཅི་ལྷ་གསལ་དད་གསུམ་ཟླ་ཤེལ་འཇུག་

པའི་འོད་དཀར་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།(3)

རིགས་བརྒྱའི་ཁྱབ་བདག་རྟོ་རྟེ་འཆང་སྐྱབས་རྟེ་དམ་པ་རིག་འཛིན་སྐྱ་གསུམ་

རྟོ་རྟེ་རིན་པོ་ཆེའི་གསར་གསུམ་རྟོགས་བརྟུན་ཉི་གཞིན་ཞོར་བུ་འཇུག་པའི་

འོད་རྒྱལ་བ་གཟི་བྱིན་སྟོང་འབར་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།(8)

འཕགས་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་སྐུས་ཆེན་པོ་ཞི་བ་ལྷའི་རྟོགས་བརྟུན་པད་དཀར་ཆོམ་བུ་

ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།(18)

འགྲོ་མགོན་དམ་པ་ཞབས་དཀར་བ་ཆོགས་དྲུག་རང་གྲོལ་གྱི་མཛད་ནམ་.....

བསྐྱེད་པ་གསེར་གྱི་རོ་ཤལ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།(28)

ལྷག་བསམ་འོ་མའི་མཚོད་པ།(32)

ལེའུ་གཉིས་པ། སློ་སྦྱང་མཁའ་ལྡིང་རྟོན་པོའི་གཤོག་འབྱུར། ... (39)

དྲང་སྦྱང་སྦྱོ་མགུར་འཇིགས་མེད་དཔའ་པོའི་གད་རྒྱུང་ས།(41)

རྒྱལ་སྐུས་མཁའ་ལྡིང་དར་མའི་འཇུག་རྟོགས།(43)

ཐུན་མོང་སློབ་སྦྱང་ཐར་ལམ་བཟོད་པའི་གསེར་བཅ།.....	(51)
ལས་འབྲས།	(58)
མི་ཉག་ངེས་འབྱུང་།	(63)
མི་ཡུལ་གྱི་གཏུང་སྒྲ།	(71)
འཁོར་བའི་བསྐྱེད་སེམས་ཀྱི་དབྱིངས་ན་འཁོར།	(82)
ལེའུ་གསུམ་པ། མངལ་སྐྱོར་མཐུགས་བྲིས་བྱང་བ་ཚུས་པའི་.....	
དགའ་སྟོན།	(87)
མཚོ་སྡིང་དུ་བསྐྱེད་པའི་མཐུགས་བྲིས།	(89)
བྲག་དཀར་སྒེལ་རྩོད་ལ་གནས་མངལ་དུ་ཕྱིན་པའི་དད་གཏམ་གྱར་གྲུམ་.....	
རྒྱུ་པོ།.....	(95)
མ་དུ་གཉིས་དབུས་གཙང་ཚོས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ལ་མཚོད་མངལ་དུ་ཕྱིན་པའི་	
མཐུགས་བྲིས།	(100)
འབྲི་རྒྱའི་ལྷ་རྒྱུད་ཀྱི་སྒོང་ཁྱེར་འགར་ཡུལ་སྐྱོར་དུ་ཕྱིན་པའི་ཐོལ་སྒྲ།.....	(103)
ལེའུ་བཞི་བ། ས་ཡུལ་མཐོང་ཐོས་དགུ་སྒྲུང་དལ་འབབ་རིང་མའི་	
རྒྱབས་བྲིང་།	(107)
ས་ཡུལ་གྱི་འཛུམ་ཞེལ།	(109)
ལོ་གསར་ལྷ་མོའི་སྒྲིག་ཉམས།.....	(115)
དགུ་རྒྱའི་ལས་སྐལ།	(118)
བཟ་ཤིས་དགའ་འཛོད།.....	(120)

འཇིག་རྟེན་དགའ་བའི་ལྷ་མོ།	(123)
ལེའུ་ལྷ་བ། བསྐྱབ་གདམས་རིན་ཆེན་མུ་ཏིག་བསྐྱར་བའི་.....	
ཕྱིར་བ།	(127)
འགྲུང་པ་ཐེར་བཤང་།	(129)
མི་དགེ་བ་བརྩུ་ལ་དགག་པའི་གཏམ།	(133)
ཁྱུ་རྩོན་གྱི་ར་རྒྱ།	(135)
སེམས་གྱི་ནད་ཡམས།	(138)
མི་ཆེ་ཆང་ལ་རོལ་བའི་སྒྲུ་བོ་ནམས་ལ་གདམས་པའི་གཏམ།	(140)
སྒྲ་སྒྲིག་འཆོལ་བའི་རྒྱང་འཕོད།	(143)
སེམས་གྱི་རང་མཚན་།	(147)
བྱ་སྒྲོ་ནམས་ལ་སྒྲུས་པའི་སྒྲིང་གཏམ།	(151)
ཀ་ཚཱ་གསེར་གྱི་དྲིལ་ཆུང་།	(154)
མགུར་སྤྱ་ཚན་པ་གསུམ།	(160)
ལེའུ་བྱུག་པ། ལྷ་ཆོགས་འཇའ་རིས་འོད་གུར་བཟླ་བའི་.....	
དགའ་ཚལ།	(163)
ཨ་མར་སྤུལ་བའི་མཆོད་སྤྱོད།	(165)
རང་ལོ་བཙུ་ལའི་སྤྱིང་གི་ཚཱ་སྤྱད།	(172)
ལྷ་འཕྱིན་བྱང་དཀར་ལྡིར་བའི་རང་སྒྲ།	(174)
སྤྱན་ཚཱ་བྱ་བྱའི་མགུལ་རྒྱུ།	(176)

མི་རིགས་ཀྱི་གཟི་བྱན།	(180)
མེ་ལོང་མར་བསྟན་པའི་སྟན་རག་གི་སྲོག་གམ་བརྗོད་བྱའི་ནང་དོན་བཅོ་	
བརྒྱད་ཀྱི་མཚན་གཞིའི་དཔེར་བརྗོད།	(185)
རི་སྒྲེས་བྱ་མའི་འོ་དོད།	(190)
གཏུང་དབྱངས།	(192)
སྒྲུབ་རའི་འགྲུར་ཁྲགས།	(194)
ཀ་ཙམ་མཚང་ལ་སྐོལ་བའི་སྒྲགས་རྒྱ།	(197)
ཁ་ཙམ་གང་དྲན་རག་གི་རྩལ་ཅེད།	(199)
ག་ཙམ་དགའ་བ་འབྱུང་གི་བཞད་གད།	(201)
ང་ཙམ་འདྲེ་ཆེན་འདུལ་བའི་དྲག་སྒྲགས།	(203)
ཅ་ཙམ་བྱི་སྒྲན་བྱུག་པའི་རྒྱ་སྒྲ།	(205)
ཆ་ཙམ་ནོར་བདུད་ཁྲོས་པའི་ང་རྒྱ།	(206)
ཇ་ཙམ་འཆི་བ་དྲན་པའི་སྒྲག་འགྲ།	(208)
ཉ་ཙམ་འཆི་མེད་ཆེ་ཡི་དགའ་སྒྲན།	(210)
ཏ་ཙམ་ལང་ཆོ་རྒྱས་པའི་བྱ་འཕོད།	(212)
ཐ་ཙམ་དམུལ་བའི་འཕྲང་སྒྲོ་གཙོད་པའི་ས་བོང་།	(213)
ད་ཙམ་དལ་འབྱོར་ནོར་བྱའི་རིན་ཐང་།	(216)
ན་ཙམ་ཆོག་ཤེས་སེམས་ཀྱི་ངལ་གསོ།	(218)
པ་ཙམ་བྱང་རྩལ་སེམས་ཀྱི་དཔལ་ངར།	(220)

- པ་ཚཱ་བྲ་ཚྭ་འཆིང་བའི་རྒྱ་འབྲེན།(221)
- བ་ཚཱ་མཐོ་མཐར་ལྷང་བའི་བྱ་རན།(223)
- མ་ཚཱ་གྲེས་བུལ་བཅན་པོའི་མནར་གཅོད།(225)
- ཅ་ཚཱ་གནས་མཇལ་སྒྱུ་བོའི་དད་བཙོན།.....(227)
- ཆ་ཚཱ་གངས་ཅན་བྱ་མོའི་ལས་དབང་།(228)
- ཇ་ཚཱ་མི་ཆེན་སྒྲིམས་པའི་རར་སྒད།(229)
- མ་ཚཱ་གཡོ་ཅན་རྒྱུང་བའི་ཐོ་བ།(230)
- ཞ་ཚཱ་ལྷག་བསམ་དཀར་པོའི་རང་མདངས།(231)
- ཟ་ཚཱ་བག་མེད་གཏུལ་བའི་ལྷགས་ཀྱུ།(232)
- འ་ཚཱ་ཏམ་པ་སྤྱང་གི་འགྱུར་བཤགས།(233)
- ཡ་ཚཱ་བྱ་རུལ་འཆིང་བའི་ཞགས་ནག་.....(234)
- ར་ཚཱ་ཁ་བ་འཕུར་བའི་ལྷན་མ།(235)
- ལ་ཚཱ་དད་བཙོན་ཤེས་གསུམ་གྱི་ལང་ཚོ།(236)
- ཤ་ཚཱ་རྩོན་རྒྱན་སྒྲིམ་པའི་བྱ་འཕོད།(237)
- ས་ཚཱ་ནོར་འཛིན་དགྲེས་པའི་འཇུག་གར།(238)
- ཏ་ཚཱ་སྒྲིང་གཏམ་ཁོལ་བའི་བྱུན་ཐིགས།.....(239)
- ཨ་ཚཱ་བག་ཤིས་གྲུབ་པའི་མཆོད་ཆོག་.....(240)
- སྒྲུལ་མ་ཉིར་གཅིག་གི་སྒྲོན་ལམ།.....(241)
- ས་གཞི་སྒྱུང་བའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་བག་ཤིས་ཡར་འཕེལ།(247)

འཛམ་གླིང་ཉ་ག་རུ་བདེ་བའི་སྒྲོན་ལམ་བཟ་ཤིས་མི་ལྷང་སྒྲོང་གི་འགྱུར་ལོ་

ཁྱུགས།.....(251)

སྐྱབས་རྗེ་དམ་པ་རིག་འཛིན་སྐུ་གསུམ་རྩོམ་རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་བཏན་སྒྲོན་

ལམ་བདེན་ཚིག་གྲུབ་པའི་ནོར་བུ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།(257)

མཚུགས་བྱང་།(259)

ལེའུ་དང་པོ། གསེལ་བརྟུན་པད་དཀར་
འབྲི་ཤིང་ཁྲོལ་བའི་བསྟར་ཞིམ།

རྒྱལ་པོ་ལྷན་པ་ཀྱན་འདུས་ཀྱི་རྩ་མོ་བཀའ་བྱིན་
མཚུངས་མེད་ཁྱབ་བདག་ལྷ་མ་དམ་པའི་
བྱིན་རྒྱལ་པོ་བདུད་ཅི་ལྷ་གསལ་དད་
གསུམ་ལྷ་ཤེལ་འདུམ་པའི་འོད་
དཀར་ཞེས་བྱ་བ་
བཞུགས་སོ། །

རྒྱལ་ཀྱན་འདུས་པའི་སྤྱི་དཔལ་ཁྱབ་བདག་མགོན། །
སྤྱི་གཙུག་པད་ལྷ་གྲོལ་བའི་གདན་ལ་བཞུགས། །
མི་བྱེད་དད་པའི་བྱས་བྱག་ལན་བརྒྱུར་བཅེགས། །
མཚོད་སྤྱིན་རྒྱ་མཚོ་ནམ་མཁའ་གང་བར་སྒོ། །
སྤྱི་སྤྱི་ཉེས་ལྷུང་མ་ལྷས་མཐོལ་ཞིང་བཤགས། །
བྱིན་བྱག་བསྐྱུ་བཞིའི་མཚན་སྒྱུད་རྗེས་ཡི་རང་། །
ཐེག་ཅེན་ཚོས་སྤྱི་ཐང་མ་བརྟལ་བར་བསྐྱལ། །
བསྐལ་པར་ཞབས་བརྟན་བརྟན་འགྲོའི་མགོན་བཞུགས་གསལ། །
དེ་སྤྱིད་དགེ་ཅ་བྱང་རྒྱལ་སྤྱིང་འོར་བསྒོ། །
རྗེ་བཙུན་ལྷ་མས་ཚོས་སྤྱིའི་སྤྱོད་ཡངས་ནས། །
སྤྱི་གས་བཅེ་སྤྱིན་ཞགས་གཡོ་བའི་རོལ་གར་གྱིས། །
མི་སྤྱིད་དམ་དམ་བཅིངས་པའི་སྐལ་ལྷན་ལ། །
སྤྱི་གསུམ་བྱིན་རྒྱལ་པོ་བདུད་ཅིའི་དཔོན་གྱལ་སྤྱིལ། །