

བཀའ་ཚིག་ལ་ལས་པ་བསྐྱེད་པ་ལས་།



མཆོ་སྨྱན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།

གཞི་གཞི་གཞི་གཞི་གཞི་

གད་མིག་གསར་བཟུགས།

མཚ་ཐོན་མི་རིགས་དཔེ་ཐུན་ཁང་གིས་བཟུགས་ཅི་པར་ཏུ་བཟུང།

ཙོ་མ་ཐིག་ལག་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ།

མཚ་ཐོན་ཐིན་ལྷ་དཔེ་ཁང་གིས་བཟུགས།

མཚ་ཐོན་མི་རིགས་པར་ཁང་གིས་དཔར།

དཔར་ཅིང་མིན་ 1.20

新 编 诗 谜 选

(藏 文)

青海民族出版社编辑出版

(西宁市西关大街96号)

责任编辑：吉明 封面、插图：光绍天
青海新华书店发行 青海民族印刷厂印刷

开本：787×1092 印张：6.25

1986年6月第一版 1989年6月第二次印刷

印数：2,000—5,500

ISBN7-5420-0209-0/G·169

定 价：1.20元

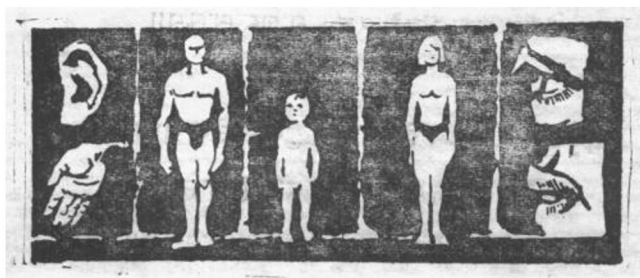
དབང་ཆུན་གྱི་གསལ་བཤད།

«གཤམ་ཆོག་གསར་བསྐྱགས་»ཞེས་པའི་དེབ་ཆུང་འདི་ནི་གཙ་པོ་……
པོད་ཡིག་གི་ཆུ་ཚད་ཅུང་དམའ་བའི་སློག་མཁན་གྱི་དགོས་མཁེལ་……
དམིགས་ནས་བསྐྱགས་པ་ཞིག་ཡིན།

དེབ་ཆུང་འདིར་བསྟན་པའི་གཤམ་ཆོག་མང་ཆེ་བ་ནི་པོད་རིགས་……
དམངས་ཁྲོད་རྒྱ་བབ་པའི་ཁོད་གཞིར་བྱས་ཏེ་སྤྱད་དང་སྟན་དག་གི་ནམ་……
པ་ལྟར་བཅམས་ཤིང་། འགའ་ཞིག་ནི་གསར་བྱུང་གི་དངོས་པོ་ནམས་
བརྗོད་བྱར་བྱས་ཏེ་གསར་བྱ་བཅམས་པ་ཡིན་ལ། དེབ་ཆུང་འདི་བརྗོད་
བྱའི་ནང་དོན་ལྱབ་ཆེ་ཞིང་རྗོད་བྱེད་གྱི་ཆོག་སྟན་པས་སྤྱབ་ལྷ་འབྲིང་……
ཆུང་གི་སྤྱབ་མ་དང་། ཞིང་འབྲོག་མང་ཆོགས་ཀྱི་སློག་མཁན་དང་འཆ་མ་
པའི་བསྐྱག་དེབ་ཅིག་ཡིན་ནོ།

དཀར་ཆག

དང་པོ།	མིའི་ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་གི་སྒྲིང་། (1)
གཉིས་པ།	རང་བྱུང་ལྷ་འཁྱེད་ཆུ་ལྱི་སྒྲིང་། (13)
གསུམ་པ།	རི་རྩ་དང་རྩོད་མཁར་གྲགས་ཆེན་གྱི་སྒྲིང་། (34)
བཞི་པ།	འབྲུལ་ཆས་གྱི་སྒྲིང་། (55)
ལྔ་པ།	ཐོན་སྐྱེད་ཡོ་བྱེད་དང་འཆོ་བའི་ཉིང་ལྷུང་གྱི་སྒྲིང་། (63)
དྲུག་པ།	བྱ་བྱེད་འབྲུལ་སྒྲིང་གྱི་སྒྲིང་། (76)
བདུན་པ།	སྒྲིས་དངོས་གྱི་སྒྲིང་། (86)
བརྒྱད་པ།	སྒྲིག་ཆགས་གྱི་སྒྲིང་། (98)
དགུ་པ།	ཡི་གེ་དང་སྒྲིགས་བཅས་གྱི་སྒྲིང་། (120)
བརྒྱུ་པ།	ཆོས་གྱི་ནམ་གྲངས་གྱི་སྒྲིང་། (130)
བརྒྱུ་གཅིག་	གེ་སར་བྱལ་བའི་སྐྱེད་ལས་བརྒྱམས་བའི་སྒྲིང་། (148)
བརྒྱུ་གཉིས།	ཁ་འཁོར་གྱི་སྒྲིང་། (166)
	གཤམ་ཆོག་གི་ལན། (175)
	ཆོས་མཁའ་ལྱི་རེའུ་མིག་..... (191)



1. རྒྱུ་བའི་རྒྱུ་ལྟ་ལག་བཞི་ཡིས་འགྲོ།
 རྒྱུ་ལྟ་རྒྱུ་ལྟ་བ་གཉིས་ཀྱིས་འགྲོ།
 ལྟ་ལྟ་ལྟ་བ་གཉིས་ལ་བརྟེན་པ་ཡི།
 ཡ་མཚན་ལེམས་ཅན་འདི་ཀོ་ཅི་ཞིག་ཡིན།

2. ལྟ་ལྟ་ལྟ་བ་ལྟ་ལྟ་བ་རྒྱུ་ལྟ་བའི་ཆོ།
 འཇམ་པའི་གདན་ལ་འཇུང་བའི་ཆོང་འཇོ་ལྟ་བ།
 ཉི་གཞོན་ཤར་རིའི་ཆོ་ལ་འཇུང་བའི་རྒྱུ།
 ཁྱེད་ལྟ་ལྟ་བའི་རྒྱུ་ལྟ་བའི་རྒྱུ་བ།

3. རྟོན་གནས་བརྗོད་ལེགས་པའི་ཁང་བཟང་ཡིན།

གོས་སྤྲད་ར་བཅ་ར་ལུག་པགས་པ་བྱོན།

ཟས་སྤྲད་ཀར་དམར་མངར་གསུམ་སྦྱོད་པ་ཡི།

ལེམས་ཅན་འདི་ཀོ་འཛམ་སུ་སྤྱིང་ལ་བྱབ།

4. སྤྱི་བའི་འབབ་ཉིགས་ཡོད་ཀྱང་སྤྱི་བའི་མེད།

བསྟོན་བྱེད་ཀྱང་བ་ཡོད་ཀྱང་འགྲོ་མི་ཤེས།

རོ་འཛིན་བསྟོན་ཀྱང་ཆོག་གི་བད་མི་འཕྱོད།

ལག་བྱུང་མངའ་ཡང་དངོས་པོ་ལེན་མི་ཤེས།

5. རི་ཞིག་གི་མཚོན་མུ་ཞིག་སྦྱེས།

མུ་སྤྱབ་མཐུག་མེད་པར་སྦྱེས་པ་མཉམ།

ཉིན་རེ་ལ་བདག་སྦྱོང་བྱས་ན་ཡང་།

མདོག་རེ་དཀར་གྲངས་ཀྱང་རེ་ཉུང་འགྲོ།

6. གཙང་པོའི་རྒྱན་གྱིས་བྲན་པ་མ་མཆིས་ཤིང་།

ཆོན་གྱིས་མ་བྱུགས་ནག་པོའི་རྒྱན་ཤིང་འབྲུམ།

ཤ་བྲུམ་ལས་བྱུབ་ས་ཡི་སྤར་སྤའི་ཅེར།

ཆང་ཆིང་འབྲིགས་པ་འདི་ཀོ་མིག་གི་དབྱིད།

7. བྱ་གཉི་རི་མོ་བདུན་སྒྲེང་ཚར་དང་བའི།
ཆ་ཤས་རྒྱལ་ས་པའི་ཉ་རྒྱས་རྒྱ་བ་ཡིས།
དཔལ་གྱི་འདབ་མའི་མཛེས་པ་མི་རྒྱུམ་ལ།
ཉིན་མཚན་མེད་པར་བདུན་ཅིའི་ལྷང་བ་རྩ།

8. བྱ་ལྷའི་ཐོལ་དུ་འབྱིལ་བའི་ངང་ཚུལ་གྱིས།
འཛོ་མེག་ཉམས་ལྡན་སྐྱ་ཡི་ནང་འཁོར་ལ།
མཛེས་པར་བྱད་པའི་ཡིད་འོང་ལུས་ཕ་མ།
གཟུགས་མེད་སྐྱ་རྣམས་མཛེའ་པོར་འགྲུགས་པའི་གཉེན།

9. བྱན་རྒྱ་གཅིག་ནི་ཤར་གྱི་ཚུགས་སྐྱ་ལངས།
ཅིག་ཤོས་རུབ་གྱི་ཚུགས་སྐྱ་བདེ་བར་གནས།
ས་འཛིན་རྒྱན་པོས་བར་མཚམས་བཅད་བ་ཡིས།
མི་ཆེ་གང་པོར་ཕན་ཚུན་མཐོང་མི་བྱལ།

10. ལུལ་བལ་ས་འཛིན་སྐྱ་མཐོའི་ཉིན་སྐབ་གྱི།
རྒྱག་སྐྱན་རྒྱག་པོར་འཛིངས་པའི་ནགས་འདབས་ལ།
ཆིག་རྒྱང་འགྲང་བའི་བྱི་ལྷན་རི་སྐྱེས་བུ།
ནྟ་དཔལ་རྒྱགས་པའི་མདའ་ཡིས་འཕྱགས་པ་ནྟ།

11. གཅིག་ནི་རི་བོའི་གཡས་ན་ཡོད།
 ཅིག་ཤོས་རི་བོའི་གཡོན་ཏུ་གནས།
 གྲེ་རིང་གཤམ་ཚད་གོ་བ་མཉམ།
 བམ་ཡིན་ཡང་ཐན་ཚུན་འཕྲད་པ་མེད།

12. ལྷམ་ཞིང་སྒོར་པའི་ཕུམ་པ་བཟང་བོའི་ཕྱགས།
 གཡས་འབྱེལ་ཏུང་གི་རི་མོ་གསལ་བ་ཡི།
 བཀ་ཤིས་སྐྱ་རྒྱམས་མ་ལུས་འཛིན་བྱེད་པའི།
 གསེར་གྱི་ཉ་མོ་ཁ་སྐྱོད་ཅན་དེ་ཅི།

13. ཚང་ཚང་སྒོན་པ་རྒྱས་པའི་ནགས་འད་བས་ན།
 གནས་པའི་ཏུང་དཀར་བུ་མོའི་དོ་རྒྱ་ངས།
 སྒྲན་འབྱར་སྒྲོང་གི་ལྷ་དབྱངས་མི་ཤིས་ཀྱང་།
 བཟང་ངན་སྐྱ་རྒྱམས་མ་ལུས་ང་ཡིས་འཛིན།

14. ཤེལ་དཀར་མེ་ལོང་ཉ་ཕུའི་ཕུམ་བཟང་སྒྲིང་།
 གནས་པའི་ཡིད་བཞིན་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་བྱུང་།
 འཚོར་བར་དོགས་ནས་མེས་པོ་ཚངས་པ་ཉམ།
 དོམ་ནག་ཆ་གཅིག་སྤུང་མར་བཞག་འདྲ་ཅི།

15. དཔག་ཚད་སྟོང་གི་ས་ལམ་ཚད་པ་ཡི།
 སྤྱན་མོང་མིན་པའི་རྒྱས་མཐུ་ལྷན་ན་ཡང་།
 ལས་ཀྱི་དབང་གིས་གདོང་བྱར་ཕྱ་མོ་ཅམ།
 མ་ཚད་རང་སྤར་ཕྱས་པའི་སྤྱ་རྩ་གང་།

16. རབ་དགའི་ཉམས་ཀྱིས་ཚང་མལ་ཞུགས་པ་ཡི།
 འདཔ་ལྷན་སྤྱ་ཀ་ཁྲ་མོ་འཕྱར་སྒྲིག་མའི།
 མཐུག་སྒྲོ་ཡིང་ཡིང་གཡོ་བའི་གར་སྤབས་ཀྱིས།
 ཁྱང་སྤྱ་གཙོད་ལ་བྲེལ་བའི་ནམ་འཁྱར་མཛེས།

17. ལུན་བཟང་ལྷན་པའི་མར་ནང་རྩར་ནང་ན།
 ནུངས་གསལ་མཆོའུ་མེ་ཡང་ཆ་གཅིག་ཡོད།
 མཚན་མའི་ཕོ་ཉ་དལ་གྱིས་ལྷགས་པའི་ཆོ།
 འཛིན་མའི་སྤབས་སྤྱ་རྩ་དཔ་འདི་ཅི་ཞིག།

18. ཞགས་པའི་རྒྱས་སྤྱ་སྒྲོ་རྩང་དལ་གྱིས་ཟེ།
 མཚན་མའི་སྤབས་ཆོ་སྒྲོ་རྩང་གཏན་ལ་རེམ།
 ཉེ་སར་བཅར་ནས་ཞིབ་རྩ་བལྟས་པ་ན།
 སྒྲོ་ཡི་ནང་རྩ་མི་ཞིག་ཡོད་པ་མཛོང་།

19. དཀར་ནག་འདྲ་བཟག་མ་འདྲེས་སྒྲིག་མོ།
 རང་ཤོང་སྤྱིལ་བྱར་བདེ་སྒྲག་འཇུལ་བ་ན།
 གནག་སྒྲུམ་མདངས་མཆར་ངོམ་པའི་མཆུག་སྤྲིའི་ཕོན།
 སྒྲི་སྤང་མེལ་ཆེད་ནམ་པས་ཕྱིན་འགྲོང་།

20. དབང་གཞུ་ནམ་པར་བཟ་བའི་འདབས་རོལ་ཏུ།
 ལྷན་ལ་ཡི་འདབ་མ་གཡོ་བའི་གསེབ།
 དཀར་ནག་ཀླང་རྒྱག་ལྷ་ཡིས་སྒྲིལ་གར་གྱི།
 རྒྱུ་པ་སྤྱར་བའི་ཡོ་ལང་ཤིན་ཏུ་མཛེས།

21. སྤྱན་ཐུན་འདབ་མ་གཡོ་བའི་ལྷིང་ཁང་ན།
 འཇིག་རྟེན་དངོས་པའི་གཟུགས་བརྟན་འཛིན་བྱེད་བའི།
 དབང་གཞུའི་མདོག་ལ་འཁྱུ་བའི་ཉི་མུ་ཟུང་།
 ཅིག་ཅར་འཆར་རྒྱབ་བྱེད་དེ་ཅི་ཞིག་ལགས།

22. བོང་ན་གསེམ་དཀར་ཐོང་པོ་ཆར་ཏུ་དངར།
 འོག་ན་ཉི་ཤིང་ཕྱག་པ་སྤྱར་ཐོང་བསྐྱེགས།
 བར་ན་ལྷས་དཀར་པོ་ནག་སྤང་ཆེན་ཉལ།
 མཆན་མར་ཐུན་པའི་ཡལ་ག་པན་ཐུན་འཐམས།

23. ཅ་དམག་འགའ་ཡིས་སྤང་བའི་མོ་བྲང་ཅུ།

གངས་རིའི་མདོག་ལ་འགྲན་པའི་བལ་གྲངན་ཉིང་།

བཞུགས་པའི་སྒྲིག་འཆང་བཙུན་མོ་ནག་རིལ་མ།

འགྲེ་ལྷག་ཅིང་འཛུགས་པའི་ལས་ལ་བྲེལ།

24. གངས་རིའི་གདོང་བྱར་འདྲ་བའི་དབེན་པའི་གནས།

མོ་མའི་རྒྱན་བཟང་འཛིན་པའི་སྤུབས་ལམ་ན།

མ་བཞོས་རྒྱན་གྱིས་སྤུབ་པའི་སྤུབ་ཕྱག་གཉིས།

དྲང་སྤང་མགྲན་ཅུ་འཛུང་པར་དགའ་དེ་གང་།

25. ལྷ་མཁེགས་རྫོ་རྗེའི་བྲག་གི་ཉིན་ངོས་ན།

ནམ་ཡང་ཉི་མའི་ཟེར་བརྒྱ་མི་མོག་པའི།

རང་བྱུང་ཉམས་དགའི་དྲང་སྤང་ཕྱག་པ་གཉིས།

རང་གིས་མཐོང་བའི་སྐལ་བ་མེད་དེ་ཅི།

26. བྱངས་ཁྲག་བཞིན་ཅུ་དམར་བའི་བྲག་ཁུང་ཅུ།

མེ་ལྷེ་མདོག་གི་ཟམ་ཉེགས་མཐོང་བ་གང་།

ཆ་བ་བརྟན་ཅིང་ཆེ་མོ་ཡིང་ཡིང་ཅུ།

གཡོ་བའི་ཡ་མཚན་དངོས་པོ་འདི་ཅི་ཞིག།

27. བྱ་དཔར་ཚན་གྱིས་བྱས་པའི་བྱ་ཁྲ་ཏུ།

མཚམས་མྱོན་གྱིས་བྱ་བྱས་པའི་དྲི་བ་མོ།

རབ་དགའི་གར་ཏུ་ཅེན་པའི་ཆ་བྱད་ལ།

ལུས་དཀར་ལུས་ལུས་ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་ཉ།

28. དབྱལ་བའི་འཕྲང་ལམ་སྤུ་མའི་འགག་མདོན།

དཔར་པོ་བྱ་གྱིས་མྱོས་པའི་གྲ་བཙན་མོས།

ཉིན་ཏུ་ལས་མཁན་ལུས་ལུས་ཀྱིས་བྱས་ཏེ།

སེམས་ཅན་མང་པོ་ཕྱི་མར་རྒྱང་ལ་རིངས།

29. སྒོ་དཔར་པོ་ཅིག་པ་དཀར་པོས་བཀག།

དེའི་ནང་ན་རྒྱལ་སྤྱོད་དཔར་མོ་བཞུགས།

བརྒྱང་བསྐྱམ་གྱི་ལུས་ཅལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ།

རོ་སྒོ་བ་ཁོ་ལ་བཞེན་ནས་ཤེས།

30. དཔར་མདོག་ཚས་མདངས་འཛིན་པའི་བྱ་ཁྲ་ཏུ།

ནམ་ཡང་གྱིས་བྱས་དབྱལ་བའི་ཆེ་བཙན་ཞིག།

ཕྱི་རོལ་འཇིག་རྟེན་ཉུང་མོར་རྒྱ་འདོད་ཀྱང་།

དཔག་མི་ལུས་ལུས་བསྐྱར་འདི་སྤྱིང་རྒྱུ་ལ།

31. ཡལ་འདབ་ལྷ་རྩ་གྱུས་པའི་ཚྭ་ཤིང་ལ།
 ལ་མ་མེ་རྟོག་བྱུང་གིས་བརྒྱན་པ་མེད།
 མངར་གསུམ་ཟས་བཟང་མངས་སྤྱོད་པ་དང་།
 རྫོང་ལྷན་ལ་བ་བསྐྱབས་རྩལ་དེ་ལ་རེ།

32. ལྷ་མེའི་དབྱང་རྩ་བ་མེདས་པ་གཉིས།
 གཡས་གཡོན་གཉིས་སྤྱ་བ་སྤྱིགས་པ་ཡག།
 རྫོངས་ཤུགས་གཅིག་རྩ་བ་སྤྱིལ་པ་ན།
 རྒྱན་པོ་ཡིན་ཡང་སྤྱོད་པར་རྩལ།

33. མ་ལས་སྤྱིས་རྩལ་ལྷ་འཕྱི་མེད་ན་ཡང་།
 རྫོན་བསགས་རྫོངས་ཀྱིས་རབ་འབྱིང་བྱད་པར་ཆེ།
 འོན་ཀྱང་དགེ་ལྡན་ལས་ལ་གཞིལ་བའི་ཆེ།
 གཅིག་ཀྱང་སྤྱོད་ལྷག་མི་བྱེད་མཉམ་རྩ་ཐོན།

34. དབང་པོའི་དབྱང་གི་རྩ་འདྲན་ལགས་ན་ཡང་།
 རྫོས་འབྲས་གཞན་ལ་མི་དོ་མིའུ་བྱང་འདྲ།
 འོན་ཏེ་མཚན་པོའི་རོ་སོ་བརྩོད་ཉིན་མ།
 ལྷན་ལས་རོ་མང་ཅན་དེ་སྤྱོད་ལགས།

35. དཔའ་པོའི་སྒྲིང་སྒྲིབས་ཕུ་བོར་མི་དོ་ལ།
 གཙུང་བོར་འགན་པའི་སྤང་སེམས་མེད་མོད་གྲང་།
 དག་ཡི་གཞོང་ལ་དཔའ་གཏམ་གཏོང་བའི་ཉིན།
 སྒྲོན་ཏུ་རྒྱགས་མཁན་དཔའ་བོ་སྤྱིན་ཤོད།

36. ཕུ་ཁུ་ཆོགས་པའི་གྲལ་མགོ་མ་དབང་ཡང་།
 བ་ཚུང་གཞོན་ཏུ་མང་པོའི་གྲལ་བར་ན།
 སྒྲིས་གཟུགས་ང་ལས་ལེགས་པ་མེད་དོ་ཞེས།
 ང་རྒྱལ་རང་སྤང་མཐོ་བའི་ཕོ་དེ་སྤྱ།

37. རིགས་ཀྱིས་མཐོན་པོའི་གྲས་སྤྱ་མ་ཚུད་པར།
 བ་ཤལ་དམན་པའི་གྲོགས་སྤྱ་ལྷུར་ན་ཡང་།
 ཞོང་མ་ལྟ་ལ་ར་ཆང་འདྲེན་པའི་ཏུས།
 བསོད་ནམས་ཀྱི་ལས་ལྟག་པའི་ཕོ་གསར་སྤྱ།

38. སྒྲོན་བསགས་ལས་ཀྱིས་ཉམ་ཐག་ལུས་བྲངས་ཏེ།
 ཀྱན་གྱིས་མདངས་མེད་ཐ་མར་ཅི་ན་ཡང་།
 ཀླང་གཉིས་འགྲོ་བའི་ཡན་ལག་བགྲང་བའི་ཆོ།
 དེ་ཉིད་མེད་གྲང་དབང་བའི་སྒྲོན་ཏུ་འཛིན།

39. འབྲི་ཤིང་གཞོན་ཅུ་ཞེས་པའི་ཅེ་མོ་ལས།
 ས་སོར་གྱིས་པའི་ཡལ་ག་འཁྱུག་པོ་ལ།
 དབུལ་གྱི་མེ་རྟག་རེ་རེས་སྤྱད་པ་ནི།
 དཔའ་བའི་དབུལ་ཚོག་གིས་བརྒྱན་པ་བཞིན།

40. དཀར་མངོས་རྩེ་ཡི་ལང་ཚའི་འདབ་མ་ལ།
 ཅ་བ་འབྲེལ་བའི་སྤྲོན་ལེགས་ཅུ་མ་ཡིས།
 རང་ལུས་སྒྲིག་པའི་རྒྱན་ཅུ་སྤངས་པ་འདིས།
 མགྲིན་སྤྲོན་གཙུག་སྤྱད་ལའང་ཙེ་འདྲི་སྒྲམ།

41. དཀར་བོ་ཚོས་ལ་དད་ལོག་མ་བྱས་ལ།
 དྲང་བའི་བྲིམས་ལའང་འགལ་བའི་ལས་མ་བྱས།
 འོན་ཀྱང་མ་ཡི་མངལ་ལས་སྤྱེས་པ་ནས།
 ལན་ཆགས་ཅུས་པའི་ཚོག་རེ་གྱོན་དགོས་བྱུང་།

42. ཇི་བཞོན་ལྗང་བའི་བྱགས་གྱིས་མ་གཡོས་ཤིང་།
 སྒྲིབས་ལྗན་དཔུང་གིས་སྒྲུལ་བར་མ་བྱས་པར།
 ངལ་གསོ་མེད་པར་ཉིན་མཚན་ཅུས་བྱག་བྱ།
 ཡིང་ཡིང་ཞིང་བའི་གར་གྱིས་ནམ་པར་བྲེལ།