



سوزان را در آغوشم

مهری مهری مهری مهری



མིགས་བཤད་ལས་བྱུང་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གཅིག་བརྒྱས།

མི་ལྷན་དབྱེད་གིས་བརྒྱགས་ཤིང་མཆན་བརྒྱབ་པ།

རྩ་རྒྱུ་ལ་ཕན་ཞུ་དག་པའང་ག།

དཔེ་རྒྱུ་ལ་གན་འཁུར་པ། ལས་དང་ལེན།

མི་ཤིགས་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་གིས་བརྒྱན་པ།

1983 ལོའི་ཟླ་ 8 བར་པར་གྱི་ 1 རི་བརྒྱགས་པ།

1983 ལོའི་ཟླ་ 8 བར་པེ་ཅིན་ལ་ལས་ལྷངས་ 1 རི་བརྒྱབ་པ།

དྲི་བ་ལྟར་རྒྱན་ལུས་ 1 ལྟར་ 9

## 藏族格言故事选

(藏文)

李舞阳 编注

多吉杰博 校订

责任编辑：刘大林

民族出版社出版 民族书店发行

三河县印刷厂印刷

开本：787×1092 毫米 1/32 印张：3 1/2

1983年8月第1版

1983年8月北京第1次印刷

印数：0001-10,000册 定价：0.19元

书号：M10049(3)62



མཚན་ན་གང་ལྟར་དེ་ནི་ལས་སྐོལ་པོ་ཞིག་མ་རེད།

དེ་མིན་དུང་རྒྱ་མཚན་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ནི་ལེགས་བཤད་དང་འབྲེལ་བ་དེ་དག་གི་ཚུལ་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཚུལ་ཆུལ་དང་འབྲེལ་ཆུལ་གྱུན་མཐའ་མ་ཡིན་པའི་སྒོ་ནས་ལེགས་བཤད་དང་འབྲེལ་བའི་ནང་དམངས་ཁྲོད་དུ་དར་བུ་ཆེ་བའི་ལྟ་སྟངས་དང་གཏམ་རྒྱུད་ཉ་ཅང་མང་པོ་བཞེད་ཡོད་པའི་ཀློང་གིས་ཁོ་ཚོའི་ཚུལ་དེ་དག་ཆེས་རྣམ་རྟུན་ཡིད་འབབ་དང་གོ་བདེ་གཟུང་སྐྱར་བྱུར་བ་དང་། ལེགས་བཤད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དེ་དག་ལྟར་དོན་དམིགས་སྲུ་མིང་དོན་མཐུན་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ལེགས་བཤད་ཚུགས་བརྒྱུད་ཤིག་ཏུ་བྱུར་བ་དེ་རེད། འབྲེལ་བ་དེ་དག་བསྐྱབས་ན་ཀུན་གྱི་ཡིད་དུ་འོང་བའི་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་མང་པོ་མཐོང་སྲུབ་པར་མ་ཟད། ལེགས་བཤད་ཀྱི་གོ་བའང་ཟབ་མོ་ལེན་སྲུབ་པས་གཅིག་གོ་གཉིས་ཚོད་ཀྱི་ཕན་བུས་ཐོན་པ་ཞིག་ཡིན།

《ལེགས་བཤད་ལས་བྱུང་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གཅིག་བསྟུན》འདི་ནི།  
《ས་རྒྱ་ལེགས་བཤད》དང་། 《དགེ་ལྡན་ལེགས་བཤད》། 《སྐྱེ་བོ་གསེ་ཐིགས》བཅས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས་གཏམ་རྒྱུད་སྲུམ་ཅུ་སོ་དུག་བཏུས་ནས་བསྐྱབས་པ་ཞིག་ཡིན། གཏམ་རྒྱུད་དེ་དག་པལ་ཆེར་མང་དུ་བྱུང་བ་ལ་སྟེགས་ཡིན་པས་པོད་ཀྱི་གནའ་རབས་ཚུལ་རིག་གི་ཀུན་ཀྱང་སྟོན་དེབ་དུ་བཅིས་ནས་ལོ་རྒྱུད་དང་གཞིན་ཏུ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱབས་ཚོགས་པར་མ་ཟད། སློབ་གྲྭ་འབྲིང་རྒྱུད་གི་པོད་ཡིག་དགེ་ལྡན་དང་། ཡིག་རྒྱུར་གྱི་ལས་དོན་སྲུབ་མཁན། པོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་ལ་དགའ་བ་དང་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་དཔྱད་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་དཔྱད་གཞིར་ཡང་བྱས་ཚོགས།

དེབ་འདི་རྒྱུག་སྐབས། པར་མ་མི་འདྲ་བ་དང་བྱིས་མ་འགའ་གཞིར་

བུད་མེ་པར་ནང་གི་ཡིག་སྐྱོན་དང་མ་དག་པ་འགའ་ལྷན་དག་བཏང་ཡོད་པ་  
 མ་གཏོགས་པོ་ཐོས་གཞན་ཅི་ཡང་མ་བྱས་པར་རང་སྲོལ་བཞག་ཡོད་པ་  
 ཅིང་། ཞབས་མཆན་ཡང་མང་པར་དོགས་ནས་གལ་ཆེ་བ་རྣམས་མ་གཏོག་  
 ར་རེ་བཞིན་གསལ་མཆན་བརྒྱུ་ཡོད། སོ་རྒྱུད་དང་གཞོན་ནུ་རྣམས་  
 སྲོག་བདེ་བའི་ཕྱིར་གཏམ་རྒྱུད་སོ་སོའི་རྗེས་སུ་བདེ་དོན་གོ་དཀར་བ་  
 འགའ་རེར་བཀལ་བའི་མཆན་ཡང་བཏོད་ཡོད།

མཐའ་མར་ལྷན་དཔོན་པ་ཞིག་ནི། གཏམ་རྒྱུད་གཅིག་བསྐྱུས་འདི་  
 ལེགས་བཤད་ལས་བྱུང་བའི་གཏམ་རྒྱུད་མང་པོ་ལས་འདེམས་སྒྲིག་བྱས་པ་  
 ཡིན་ཡང་། དུས་རབས་གི་འཛིང་རྒྱས་ཐོབ་པ་དང་ཚུལ་པ་པོས་གཏམ་  
 རྒྱུད་མང་པོར་རང་དགར་ཐོས་སྒྲིག་བྱས་པའི་སྐྱོན་གྱིས་གཏམ་རྒྱུད་འགར་  
 གཡོལ་ཐབས་མེད་པར་སྒྲངས་དད་གི་ཤུགས་སྐྱེན་ཅུང་ཟད་ཐོབས་ཡོད་པས་  
 སྲོག་པ་པོ་རྣམས་གིས་དགག་པ་རྒྱག་པའི་སྐོ་ནས་རིག་གནས་གི་ཤུལ་བཞག་  
 རྒྱན་འཛིན་བྱེད་དཔོན་པའི་སྐོར་གི་མཉམ་འབྲེད་ཞིའི་འབྲེལ་ཡོད་བཀའ་སློབ་  
 ལྟར་བཅུད་ལེན་སྐྱོགས་འདོར་གི་སྐོར་ཚུལ་ཡང་དག་པ་མཛད་པར་འཆལ།

བོད་གི་གནའ་རབས་ཚུལ་རིག་གི་ཤུལ་བཞག་སྲོག་འདོན་དང་ལེགས་  
 སྒྲིག་བྱེད་རྒྱ་ནི་ལས་འགན་གལ་ཆེ་ཞིང་དཀའ་ཚུགས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ལ།  
 རང་ཉིད་གི་ཚུ་ཚད་དམའ་བ་དང་ཉམས་སྤོང་ཞུན་པའི་སྐྱོན་གྱིས་འདེམས་  
 སྒྲིག་དང་མཆན་འགོད་གི་བྱ་བའི་ཐད་ལ་ནོར་འཁྲལ་གི་ཉུང་བ་ཡོད་དེས་  
 ཡིན་པས་རྣམ་དཔྱོད་ལྡན་པའི་སྲོག་པ་པོ་རྣམས་གིས་སྐོར་བཞེད་དག་ཐོས་  
 གནང་བར་ལྷ།

1981 ལོའི་ཟླ་ 7 པར་སྒྲིག་པ་པོས་བཤེ་ཅོན་ནས།



ཅུ་ཤོ་མེ་མེ་པའི་རྩ་སྐད།	( 44 )
ལྷུ་འི་རྒྱལ་པོ་སྐྱུ་ལྷུ་ཚོ་གས་པ་ལྟུང་ས་པ།	( 47 )
ཤུ་པའི་ར་མ་པ་ཀལ་ན་ས་པོང་ཤུ་པའི་ཚོང་ས་པ།	( 50 )
མགས་འོང་ས་པ།	( 51 )
མཐུན་པ་ལྷན་པ་ཞེ།	( 53 )
ཚོན་པོ་པོ་རམ་གྱིས་རྒྱལ་པོ་མེ་པོང་འཇུན་	
པ་པོང་ས་པ།	( 57 )
མཁའ་ལྷིང་ལྷུ་འཇུག་གི་པོ་ཚོན་པར་གྱུར་པ།	( 60 )
ལ་མིས་མེང་གེར་ལྷུར་པོ་པལྱར་པ།	( 62 )
ཧྲིན་ལན་འོག་འཇལ་གྱི་མི།	( 65 )
གཞུ་རྒྱུ་ལ་པོ་པའི་ལ་ལྷུ་ས།	( 69 )
རི་པོང་ཅལ་འཇོགས།	( 71 )
མིང་ག་ལ།	( 74 )
ལྷུ་ཏང་བྱ་ཀ་ལན་ཏ་ཀ།	( 78 )
རྒྱལ་པོ་ལྷུ་རམ་གྱིང་པ།	( 80 )
ཚོལ་ཏེ་པོ་ལྱི་ལ།	( 82 )
རྩས་སྐད་ཏང་ལྷུ་ལྷུ།	( 86 )
ལྷག་པས་ཐལས་གྱིས་ལ་ལྷུ་ས་པས་ཏ་པ།	( 91 )
རིག་པ་གཞོན་པའི་རྩས་ལྷུ་ཚོལ་ཏེ་གས་པ།	( 94 )
ལྱི་པས་ལྷུང་ཚེན་པསྐངས་པ།	( 97 )
པཐང་ལན་རན་གྱིས་འཇལ་པ།	( 99 )
ཚོན་པའི་སྐད་པ།	( 102 )













འཛེའི་ར་མིན། བྱིས་བདག་ན་པེ། འདི་ང་ལ་ཚོངས་ཟེར། མི་འཚོང་  
 བྱས་པས། ཅི་ནས་ཕྱང་ང་ལ་ཚོངས་ཟེར་ནན་གྱིས་ཕྱང་མ་ལྡོག་སྟེ། མཐར་  
 འི་ག་ཁྱི་ཐྱག་གཅིག་དུ་བྱས་ཏེ་བཅོངས་པས། དེ་ནས་ཁྱེའུ་དེས་བྱིས་  
 བདག་ལ་བརྒྱ་བ། འདི་ལ་རྩ་དང་རྩ་ལ་སྐྱེས་པ་བྱིན་ཏེ་རྩ་བ་ལ་ཁྱེ་རྩར་  
 བརྩུན་ལ་འི་ག་རྩ་བྱས་པས་ཅི་འདྲོད་པ་འབྱུང་སྟེ། དང་པོ་དལ་བྱས་སྐྱངས་  
 སིག དེ་ནས་རིམ་གྱིས་རེ་མང་རེ་མང་བསྐྱངས་པས་འབྱུང་པོ་ཞེས་རྒྱབ་  
 ལུགས་ལེགས་པར་བསྐྱབས་ནས། འི་ག་བརྒྱ་ལྟག་ཅམ་ལྟོ་བར་བཞག་ནས་  
 གཞན་རྩ་བ་ལ་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ལྷུང་ནས་བྱིར་ཏེ། མི་གནོད་པར་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར་དུ། མ་ཚན་མོ་ལམ་ནས་བཏང་། ཁོ་རང་གཞན་ཞིག་ནས་འོངས་  
 ཏེ། གཉེས་པོ་འཚོགས་ལྷོ་རྩ་ཁ་སྤྱིར་བྱས་སོ། །

ལྷུག་པོ་དེས་བརྒྱབ་པ་བྱས་ཤིང་། ཁྱེ་རྩར་བརྩུན་པས་ལན་གཅིག་  
 གཉེས་ཅམ་དུ་བྱུང་སྟེ་དགའ་ནས་ཡོད་པ་དང་། མཐར་འི་ག་མ་ཕྱང་གིན་  
 ཁྱེ་རྩར་བརྩུན་པས་ར་གུམ། དེའི་དུས་ལྷོ་གཞོན་བརྒྱས་པར་གེས་སོ། །  
 བམ་ཟེ་མང་དེ་ནས་རིང་ཞིག་སོང་བ་ན་ནགས་རྩུག་པོའི་ཁྱོད་དུ་དོམ་རྩོགས་  
 པས་ཉེན་པ་གཅིག་དང་སྤྲད་དེ། ཐབས་གཞན་ནི་མེད་པར་འཛིངས་པ་ན་  
 དེའི་ན་བ་གཉེས་པོ་སྤར་བར་རྒྱད་དེ་དེ་གཉེས་ལྷན་རིང་དུ་འཛིངས་པས་  
 སོང་ག་ཆད། འི་ག་རྒྱག་པའི་རས་ཀྱི་ཁྱག་མ་རལ་ཏེ་འི་ག་འཕྲོར་བས་ས་  
 དེའི་སྤོགས་ཁྲབ་པར་བྱས་ཏེ་ཡོད་པ་ན། སྤོང་བྱིར་བཅོམ་བཟག་གི་རྒྱལ་  
 པོའི་སྐས་རྒྱལ་བྱ་རྟ་དང་ལྷས་རྒྱན་བཟང་པོ་དང་ལྷན་པ་ཞིག་སྐྱོ་བསངས་ལ་  
 རྩུན་ནས། དེར་དེ་ལྟ་བུའི་འཛིགས་པ་དང་འབྲེལ་བ་དེ་མཐོང་ནས། ཅི་ཁྱོད་  
 འདི་རྩར་བྱེད་པ་ལ་རྩ་ཅི་ཡོད་བྱས་པས། ཁོ་ལྷམ་ལྷམ་ཞེས་བད་ཅམ་བྱེད་  
 གྱིན་འདུག ང་རྒྱལ་པོའི་བྱ་ལོན་གྱིས་སྐྱོན་བྱས་པས། ཁོ་ན་པེ་སྤྲོ་རྩ་པོ།

