

སྐུ་རུ་ཀམ་ཀུན་ཁྱད་ཀྱི་སྒྲོན་ཚོམ་ཕྱོགས་སྒྲིག་

ཐུགས་རྒྱུ་འཕྲུལ་པ།



བོད་རྒྱུ་རྒྱུ་མི་དཔལ་དཔེ་སྒྲིག་ཁང་།

ཡིད་ཀྱི་མཚོ་ལས་འཕྱར་བའི་བརྒྱུད་ལུགས།

མཁའ་འགྲུ་ • ཀམ་ཀུན་ཁྱབ།

བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་མཉམ་ཁང་།

图书在版编目(CIP)数据

嘎玛贡加诗歌集/嘎玛贡加著. —拉萨:西藏人民出版社, 2005. 7

ISBN7—223—01862—3

I. 嘎... II. 嘎... 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(2005)第 070760 号

嘎玛贡加诗歌集

编 著 者 嘎玛贡加

责任编辑 道韩·才让多杰

封面设计 阿旺曲扎

封面摄影 丹多

出版发行 西藏人民出版社(拉萨市林廓北路 20 号)

印 刷 西藏军区印刷厂印刷

开 本 787×960 1/32

印 张 5.25

字 数 60 千

版 次 2005 年 7 月第 1 版

印 次 2005 年 7 月第 1 次印刷

印 数 01—2,000

书 号 ISBN7—223—01862—3/I·396

定 价 9.00 元

版权所有 翻印必究

ཡིད་ཀྱི་མཆོ་ལས་འཕྱར་བའི་བརྒྱབས།

ཆོམ་པ་མ།	ཕྱག་རུ • ཀམ་ཀུན་ཁྱབ།
ཆོམ་ཐྱིག་འགན་འཁུར་བ།	རྩི་ཐུགས • ཆོ་རིང་རྩི་རྩེ།
མདུན་ཤོག་འཆར་འགོད་པ།	ངག་དབང་ཆོས་གྲགས།
མདུན་ཤོག་པར་ལྷན་པ།	བསྟན་རྩོད།
དཔེ་ཐུན་འབྲེམས་ཐེལ་ཆན་པ།	བོད་རྫོང་ས་མི་དམངས་དཔེ་ཐུན་ཁང་། (ལྷ་ས་སྤྱིང་རྩོར་བྱང་ལམ་སྒོ་ཨང་20པ་)
པར་འདེབས་ཆན་པ།	བོད་དམག་ཁྲུལ་ཁང་པར་འདེབས་བཅོ་གྲ།
དྲིབ་ཆད།	787×960 1/32
པར་ཤོག	5. 25
ཡིག་གྲངས།	ཁྱི་6
པར་གཞི།	2005ལོའི་ཟླ་7པར་པར་གཞི་1བསྐྱིགས།
པར་ཐེངས།	2005ལོའི་ཟླ་7པར་པར་ཐེངས་1བཟླ།
པར་གྲངས།	01—2,000
དཔེ་དྲིབ་ཨང་རྟགས།	ISBN7—223—01862—3/I • 396
དྲིན་གོང་སྒྲིན།	9. 00

པར་གཞི་སྤྱིར་བཏགས་ཡིན་པས་འདྲ་བཅོས་པར་འདེབས་མི་ཆོག

༡༩ ། མཆོག་ས་བསམ་གཞིགས་མཐའ་མེད་ཀྱི་མཆོ་ཆེ། །
 ངག་རིག་རྒྱུད་གིས་བརྒྱུད་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ལས། །
 གངས་རྒྱུད་ས་ཤེས་རིག་གསེར་གྱི་མེ་རྟོག་འདི། །
 ཕྱི་རབས་རྫོགས་ལ་གཞིན་བྱའི་རྒྱན་བྱ་འབྲུངས། །

ཞེས་བཅས་མིན་སེམས་ཁོངས་ནས་བརྗོད་བའི་ལེགས་སྦྱོར་འདི་ནི་གསར་
 སྦྱོར་སྟན་ངག་པ་སོག་ཏུ་གཙུག་ལག་སྤྱི་སྟན་དེབ་«ཡིད་ཀྱི་མཆོ་ལས་
 འབྱུར་བའི་བ་རྒྱབས» ཞེས་པ་དཔར་བསྐྱབ་ཕྱིད་བཞེན་པ་ཚས་འབྲེལ་«གུར་
 གུམ་ཚུན་པོ» ཏུས་དེབ་སྦྱི་བྱུང་ཚུལ་སྦྱོར་པ་ངག་རིག་སྦྱོར་བ་ཞོང་ཡོན་ཏན་གྱི་
 མཆོས་གངས་རྒྱུད་ས་ཤེས་རིག་ནོར་བུའི་སྦྱོར་སྦྱིང་ནས་བྲིས་ཏེ་སྤྲུལ། །

༡༠༠༧. ༡༡. ༡༥ ཉིན།

ཐུན་འགྲོའི་གཏམ།

སོག་རུ • ཀམ་ཀུན་ཁྲབ་ནི «བོད་ཐུངས་ཉིན་རེའི་ཆགས་པར»
གྱི་ཕུལ་བྱང་འཕྲིན་སྒྲེལ་བའི་གས་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་གིས་ཉག་རྩ་གཞི་
རིམ་ནས་ཐོན་པའི་བྱ་དངོས་གསར་བ་དུས་ཐོག་རྩ་ཙམ་སྒྲིག་ཁང་དུ་
སྒྲེལ་གནང་གི་ཡོད་སྟབས་ཙམ་ཡིག་གི་འབྲུལ་བཟུང་ཐོག་ནས་ཁོ་བོ་དང་
ཕན་ཚུན་ངོ་ཤེས་པ་ཞིག་ཡིན།

ད་ལམ་ཁོང་གིས་ལོ་མང་འབད་བཙོན་གནང་བའི་བཅམས་ཆས་
ཁག་ཅིག་ཚུགས་སྒྲིག་གིས་ཙམ་རིག་དེབ་ཅིག་པར་སྐྱོན་གནང་རྒྱ་གཏན་
འཁེལ་ཏེ་ཁོ་བོར་སྤྱང་གཞིའམ་ལྟ་ཚུལ་མདོར་བསྡུས་ཤིག་འབྲི་རྟགས་
གསུངས་པ་ནི་དངོས་གནས་“མི་སྟོགས་པར་བྱིས་སྐྱུག་པའི་རེ་བ”ཞེས་
པ་ལས་མ་འདས་མོད། འོན་ཏེ་གསུངས་ངོ་སྟོག་མ་རུས་པར་བཏེན་ཁོ་
བོས་བཅམས་བྱ་འདི་དག་ལ་རགས་ཙམ་ཞིག་ལྟ་བུལ་བྱས་པ་ཡིན་པས་
དང་ཐོག་ཁོ་བོའི་སྤང་བར་ཁོང་ལྟ་བུ་ལས་གནས་དང་འཆོ་བའི་ཆ་སྟོན་
ཞན་པའི་གཞོན་ནུ་ཞིག་གིས་བཅམས་བྱ་འདི་དག་བཏོན་པ་ནི་ཉ་ལས་
དགོས་པ་ཞིག་དང་ཁྱད་པར་དུ་ད་ལོ་བོད་རང་སྤྱོད་ཐུངས་དབུ་བཞེས་
ནས་ལོ་40འཁོར་བའི་སྐབས་ཉག་ཉག་ལ་བསྐྱེད་པར་སྐྱོན་བགྱིས་པ་
ནི་དུས་སྟོན་ཆེན་མོར་མི་སྐྱེར་གྱིས་ཕུག་ཉགས་ཕུལ་བ་ཞིག་ཀྱང་རེད་
སྟམ་པ་བྱུང་།

སོག་རུ • ཀམ་ཀུན་ཁྲབ་གྱིས་བཅམས་པའི་ཙམ་རིག་ཚུགས་སྒྲིག་
དེབ་«ཡིད་ཀྱི་མཆོ་ལས་འཕུར་བའི་བ་རྒྱབས»ཞེས་པ་འདིའི་ནང་རྒྱན་

སྤྱལ་སྟན་ངག་དང་། རང་མོས་སྟན་ངག་ ལྷག་ཙམ་བཅས་ཁག་
 རྒྱག་ཅུ་ཙམ་འདུག་པར་བལྟས་ཙན་བྱོ་བ་སྟེ་འཛོམས་པའི་སྟན་མོ་ཞིག་
 བཤམས་པ་དང་གཉིས་སུ་མེད། བྱད་པར་དུ་ན་གཞོན་འདི་ཉིད་ཀྱིས་
 བཙམས་པའི་རྒྱན་སྤྱལ་སྟན་ངག་«ཉི་འོད་ཀྱིས་བསྐྱངས་པའི་དབྱེད་
 དཔལ་»ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་བརྗོད་དོན་གྱིས་སྦྱར་བཙས་སྟོན་དབྱེ་བྱས་རྗེས་
 གངས་ལྗོངས་ཀྱི་ལས་རིགས་ཁག་ལ་གནམ་ས་སྒྲ་འོག་འཁྱར་བ་ལྟ་བུའི་
 འཕོ་འཁྱར་བྱང་ཚུལ་དང་། བོད་མི་དམངས་ཀྱི་སྟོ་གོས་རིམ་འཛོམས་སུ་
 སང་བའི་སྒྲ་བརྟན་དངོས་མཚོན་ལ་དེ་བཞིན་དུ་ཉང་གི་མི་རིགས་སྲིད་
 རྒྱས་ཀྱི་བྲིད་སྟན་འོག་གངས་ལྗོངས་ཀྱི་རིག་གནས་སྤྱི་ལ་འཇིག་རྟེན་
 གསར་པའི་དཔལ་ཡོན་ཅི་དགར་བཞད་ཚུལ་མངོན་བཞིན་པས་སྟན་
 ཙམ་གྱིས་སྟོག་པ་པོར་རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་དགེ་མཚན་སྟེར་བཞིན་
 མཆིས། དེ་བཞིན་«ཟབ་ཡངས་ཆངས་པའི་སྒྲ་ལྗན་»ཞེས་པའི་སྟན་
 ཙམ་དེས་ཀྱང་སྒྲ་མཐུན་འཕྲོ་མིང་ལ་དུན་གསུ་བྱ་བའི་སྟོག་ནས་ཁོང་
 གིས་ཀྱང་གོ་མི་དམངས་ཀྱི་ཆེད་དུ་མཛད་རྗེས་སྒྲ་བས་ཆེན་འཛོག་གནང་
 མཛད་པ་སྟེང་བསྟུས་ཀྱིས་མཚོན་ཞིང་། སྟན་ཙམ་དེའི་ཆོག་སྦྱར་ཐད་
 རོ་ཆག་སྐམ་པོ་བཙན་བསྐྱེད་བྱས་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲ་བ་མི་མངོན་ལ་མངོན་
 བརྗོད་དང་། བརྗོད་ཀྱིས་མ་བཅིངས་བར་ཚུ་ཆད་མཐོ་དམའ་ཀྱན་
 གྱིས་གོ་ཤེས་བྱུང་བའི་བྱད་ཆོས་ལྟོན།

དེ་ལྟ་ནའང་འཇིག་རྟེན་བུ་བའི་ཆོས་ཉིད་ལྟར་ཆང་མར་དགོ་
 མཚན་ཉག་ཅིག་ལས་སྦྱོན་ཆ་མ་མཆིས་པ་དཔེར་མི་སྲིད་པས་མཁྱེན་སྦྱར་
 ཡངས་པའི་དབྱེད་བརྗོད་པས་ན་གཞོན་འདིའི་སྟོན་རིག་ལ་དགེ་སྦྱོན་
 སྟེང་བའི་དབྱེད་བརྗོད་གནང་ཆེ་སྟེང་སྟོབས་ལྟོན་པའི་སྟོན་པ་པོ་འདི་

འཆར་ཡོངས་ལ་ཡར་སྐྱལ་ཡོང་ངེས་སྟམ་ལ་ཁོ་བོས་བསམས་ཤིང་དེ་བ་
 འདིའི་ནང་ཆན་རང་མོས་སྟན་ངག་ཁག་ཅིག་འདུག་པར་རྐང་པ་བཅད་
 དེ་སྟན་ངག་གི་ལུས་བཅོས་པ་ཅམ་ལས་དོན་དུ་དེ་དག་འབྲེལ་མཐུད་
 བྱས་ན་ཆོག་ལྷག་རང་དུ་མཐོང་བས་དེས་ན་རང་མོས་སྟན་ངག་འདི་
 བཞིན་ཕྱ་ཚུགས་བརྒྱབ་ནས་ཚྭ་རིན་མེད་པར་མཐོང་། འོན་ཀྱང་དེ་
 ནི་ཁོ་ངོའི་ལྟ་ཚུལ་ཅམ་ལས་ཁྱོད་ཡོངས་ཀྱི་ཆབ་བྱེད་ག་ནས་ཐུབ།

མདོར་ན། སྐག་རུ • ཀམ་ཀུན་ཁྱབ་ནི་དུན་སྟེན་ལ་བཙོན་
 འགྲུས་ཆེ་བ་དང་། བོད་ཀྱི་ཚྭ་རིན་བྱ་གཞག་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་རྒྱ་
 ཁོ་ན་ཡིད་ལ་འཛིན་གནང་མཁན་རང་སྤྲངས་ཀྱི་ན་གཞོན་ཚྭ་པ་པོ་
 ཞིག་ཡིན་པས་གཞོན་ནུ་ཆོས་ཁོང་གི་བསམ་སྦྱོང་ལ་སྦྲོབ་སྦྱོང་བྱས་ཆེ་
 མས་རྒྱལ་ཀྱི་ཚྭ་རིན་བང་མཛོད་རི་ཕྱག་དུ་གཏོང་བར་རང་གིས་འབུལ་
 འོས་པའི་ལེགས་སྦྱེས་འབུལ་ཐུབ་ངེས་རེད་སྟམ་པ་བཅས།

«བོད་སྤྲངས་ཉིན་རེའི་ཆགས་པར»ཀྱི་ཚྭ་རིན་པ་བཅོད་ནམས་ཀྱིས།

2005ལོའི་ཟླ3ཆེས་17ཉིན་བྲིས།

ཡོད།

སྒྲུབ་ཚུལ་གྱི་བརྗོད་དོན་ཟབ་ཅིང་ཆོག་སྒྱུར་བའི་བ་དང་། ཆོག་
ལྷག་ཁག་ས་སོར་ཚུལ་པ་པོའི་བསམ་པའི་བཙེ་དྲང་ཟབ་ལ། འཆོ་བ་
དངོས་ལ་ཟབ་ལྷག་ས་ལེགས་པ། སྤྱི་ཆོག་ས་དང་མི་རིགས་ལ་དྲང་ཞེན་
གྱི་ཆོར་འཕྱར་དྲག་པོ་ལྷན་པ་བཅས་ཀྱི་དགེ་མཚན་དུ་མ་ལྷན་ཡོད།

ཚུམ་པ་པོའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུས།

སྔག་རུ་གམ་ཀུན་བྱུང་། སྒྲུག་མིང་ལ་བྱང་ཕྱུག་གངས་ལྷ་མི་
 ཏོག་གམ་ཞེན་ཅན་དུ་འབོད། བོད་ལྗངས་ནག་ཁུ་ཤན་ཙ་ལྗང་མ་ཡོ་
 ཤང་དུ་སྒྲེས།

སྤྱི་ལོ་༡༧༧༩ ལོར་དོམ་ར་དཔོན་དུ་ཚོས་བཞུགས་ཀྱིས་ནང་བཟུན་
 ཚོས་གཞུང་ལ་ཐོས་བསམ་སྒྲོབ་གཉེར་བྱས། སྤྱི་ལོ་༡༨༠༠ ལོར་ཤན་ཙ་
 ལྗང་གི་ཀུན་པན་བོད་སྒྲན་སྒྲོབ་གྲུར་བོད་ལྷགས་གསོ་རིག་སྤྱངས།
 སྒྲོབ་སྤྱང་ཙེར་སོན་གྱི་“དམིགས་བསལ་སྒྲོབ་མའི”དཔང་ཡིག་ཐོབ།
 སྤྱི་ལོ་༡༧༧༧ ལོ་ནས་ཚོམ་ཡིག་འབྲི་འགོ་བཙམས་པ་དང་། ད་བར་དུ་
 གསར་འཕྱར་དང་། སྒྲན་ཚོམ། དབྱད་བཟོད་བཅས་བརྒྱ་ལྷག་
 ཅམ་དུས་དེབ་དང་ཆགས་པར་ཐོག་བཞེད། སྤྱི་ལོ་༡༨༠༠ ལོར་«བོད་
 ལྗངས་ཉིན་རེའི་ཆགས་པར»གྱིས་གཉེར་བའི་“འད་སྤྱང་འབར་བའི་
 དུས་རབས་བྱེད་ཀ”ཞེས་པའི་ཚོམ་བསྟུན་བྱེད་སྒྲོའི་ནང་གསར་འཕྱར་
 ཚོམ་ཡིག་ལ་ཕུལ་བྱང་བྱ་དགའ་ཐོབ་པ་དང་། སྤྱི་ལོ་༡༨༠༠ ལོར་
 «གུར་གུམ་ཁུན་པོ»དུས་དེབ་བཏོན་ནས་ལོ་བཅུ་འཁོར་བའི་རིག་
 གཞུང་བཞེ་སྤྱང་སྐབས་དབྱད་ཚོམ་«བུམས་སྤྱང་རྩི་གཉེས་ཀྱི་སྒྲོབ་གསོ»
 ཞེས་པར་རྟིང་སྤུལ་བྱ་དགའ་ཐོབ། ལྗངས་ཡོངས་ཀྱི་སྐབས་བཞི་བའི་
 མི་རིགས་མཐུན་སྦྲིལ་ཡར་ཐོན་གྱི་སྒྲན་ཐོན་མི་སྤེར་གྱི་མཆན་སྒྲན་སྔགས་
 ཐོབ་ཅིང་། ད་ལྟར་«ནག་ཆང་ཤན་ཙ་ལྗང་གི་ལོ་རྒྱུས»ཞེས་པ་ཚོམ་
 སྤྱིག་གི་བྱ་བ་འགོ་ཚོམ་བཞིན་པ་དང་བཅས་ན་གཞོན་དགེ་འདུན་པ་
 འདི་རིག་པའི་གནས་ཀུན་ལ་སྒྲོ་ཡངས་པོར་འཇུག་ཕུས་སུ་མཆིས་སོ།

དཀར་ ཆབ་

ཉམ་ཚུལ་གྲ་གྲུལ་བསྐྱར་ཞིང།

- ཉི་འོད་ཀྱིས་བསྐྱེད་སྤངས་པའི་དབྱིང་དཔལ། (2)
 ཟབ་ཡངས་ཚངས་པའི་སྒོ་ལྷན། (5)
 དེས་དོན་པུ་ཆེན་བྲན་པའི་གདུང་དབྱངས། (8)
 བཅན་ཚོལ་རྒྱལ་གཅེས་ཀྱི་སྒྲིང་སྒྲོབས། (10)
 དེས་དོན་ཚལ་ཀྱི་རྒྱལ་ལྷན་དོན་ར་དགོན་པར་བསྐྱེད་པ་ནོར་བུའི་བྱ་ཆར།
 (13)
 ཁ་བ་ཅན་གྱི་གཡང་ཚོགས། (15)
 བདག་གི་བྲན་འཛིན། (17)
 མི་ཆེའི་རྒྱ་གར། (18)
 རྒྱ་གསེལ། (20)
 ཞབས་བརྟན་གསལ་འདེབས་བདེན་ཆོག་དོ་མཁའ་མཁའ་པ། (22)
 རྒྱལ་གནས་དམ་པ་མཁའ་ལྷང་རི་ཁྲོད་ཀྱི་ཁོར་ལྷག་ལ་བསྐྱེད་པ་ཚངས་
 པའི་བྱ་མའི་རྒྱུད་མངས། (24)
 རྒྱལ་རའི་སྒྲན་ཆོམ། (26)
 ཁོམ་སྤང་ནས་སྤངས་པའི་ཞེན་སྒྲལ། (28)
 མཁའ་གསེལ་བྱེས། (30)
 ལྷ་མང་། (32)
 གནས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤངས་སྒྲལ་དཀར་པོའི་དོ་ཤལ། (34)
 གཞན་པུ་ལས་ཀྱི་འོད་སྤངས། (35)
 སྤངས་གི་དབྱིལ་ནས་སྤངས་པའི་ཞེན་སྒྲལ། (37)
 མ་ལྷལ་གྱི་དབྱངས་སྤངས། (40)

ལག་སྒྲིང་དུ་ཡི་སྒྲི་ལྷ། (42)

མི་ཡུལ་གྱི་དག་ཞིང་། (45)

གསར་ཚུལ་སྒྲིག་གི་རྣམ་ཐང་།

ཆོ་སྒྲིག་མཁུ་མའི་དབྱང་གཉིན། (50)

དྲན་འཆར། (51)

འུར་རྒྱ། (53)

ངེས་དོན་གྱི་གངས་མེང་། (55)

ངས་བརྗོད་འདོད་པའི་སྐད་ཆ། (57)

བཙེ་དྲང་། (59)

ལྷག་ཚུལ་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབ་ས་དོས།

ཆན་རིག་—མེའི་རིགས་ཡར་ལ་འབྲེན་པའི་སྒྲ་སྒྲིག་..... (62)

ང་ལྷ་ཐང་ལ་དྲུང་ཞིང་ཞེན། (64)

དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་—ཁོ་བོའི་སེམས་ཁོང་གི་ཉི་མ། (66)

དྲིན་ཆེན་ཡབ་ཡུམ་གཉིས། (68)

རྒྱ་ཚོད་གྱི་ལབ་སྒྲིང་། (71)

ཉི་མ་ལ་ཡའི་འབོད་སྒྲ། (72)

དྲན་པའི་མཁུ་འདྲེངས་སུ་འཕྱོ་བའི་སྤྱན་དཀར། (76)

དཔལ་ལྷན་«སྤྱད་བཞིའི»ཡོན་ཏན། (78)

ངང་པ་མེར་པོར་ཕུལ་བའི་ཞེན་སྐུལ། (79)

ཐང་དཀར་རྒྱ་མཚོ་པོར་བཙུག་བའི་སྤྱིང་གཏམ། (81)

མ་ཕྱ་གཞོན་ལུ་འདྲེན་སྐུལ། (83)

ལྷ་ཆུང་ལ་ཕུལ་བའི་སྒྲིང་གཏམ།	(85)
ཞི་བདེའི་འབོད་སྒྲ།	(87)
གཡུ་ཡོད་ག་གི་ཁྱིམ་གཞི་བསྐྱུན་པར་སྐུལ་བའི་གཏམ།	(89)
སེམས་ཁོང་གི་དད་འདུན།	(92)
ལྷགས་ཕུར།	(94)
མི་བོ།	(96)
རྒྱ་ཐང་གི་བྱ་མོ།	(99)
མ་ཉིག་དང་བྱང་བ།	(101)
དུས་པའི་ལས་འཁྲོལ་བའི་འཆར་སྒྲ།	(102)
མི་རུབ་པའི་འོད་སྣང་།	(108)
མཐོ་ཤང་གི་བོག་མར།	(110)
སྤྱི་ལོ་༡༠༡༡ལོའི་དབྱར་དུས་ཀྱི་སྐབས་འཛོགས།	(112)
མཚམས་སྤྱི་ཀྱི་འགན་བབ།	(122)
གནས་འགྲོ་མ།	(124)
ངེད་ཆང་གི་ར་མ་དཀར་མོ།	(126)
སྒྲིང་སྟོབས།	(128)
ཉམས་པ་མེད་པའི་མཛད་རྗེས།	(129)
མི་ཆོས་ལས་འགལ་བའི་སྦྱོད་ཚུལ།	(131)
ཁྱེད་འབོད་བྱིས་པའི་རང་སྒྲ།	(133)
ལམ་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་དང་རེ་སྐུལ།	(135)
སྒྲ་བྱ།	(136)
མི་རིགས་ཀྱི་ཕུལ་བྱང་བས་མཆོག་—ཅམ་པ།	(138)
གཙང་སྒྲིའི་བཟོ་བ།	(140)
དབེ་དེབ་—ངའི་ལམ་སྟོན་ཀྱི་སྟོན་མེ།	(141)

སྒྲིལ་གན།

ང་ཚོ་ཀུན་གྱི་མ་ཡུམ། (144)

མཆོག་གི་གཏམ། (151)

དོམ་ར་དཔོན་མི་འགྱུར་ཐེག་ཆེན་གླིང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུས།
..... (153)

ལྷན་ཚུལ་གྱིས་གྲུབ་བསྐྱུང་གིས།

ཁོ་ལྟེང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འཕེལ
འགྲེལ་ལུགས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱུ་ལོ།

ཉི་འོད་ཀྱིས་བསྐྱངས་པའི་དབྱིད་དཔལ།

འཛམ་གླིང་འཛིན་མའི་ཤར་ཚུགས་ཀྱང་གོ་རུ། །ཉིན་བྱེད་དཔང་
པོ་ཀྱང་ཁྱ་ཉང་ཤར་ཏེ། །འོད་ཟེར་བསལ་རིའི་གླིང་ལ་འཕྲོས་པ་
ནས། །བཀག་སྒྲིམ་རྗེས་ལུས་འབྱགས་པ་རང་སར་བཞུར། །

ཐོད་སྡོངས་སྒྲི་རྒྱར་པན་བདེ་སྐྱབ་པའི་མྱིར། །འདི་ནས་བཟང་བུ་
བཅུ་ལྷག་ལྟ་ཡི་གོང་། །སྒོས་མཐུན་བཅུ་བདུན་དྲུང་བར་བསྐྱགས་ནས་
བཟུང་། །གངས་སྡོངས་འཕོ་འཁྱར་གནམ་ས་སྒྲ་འོག་བཞིན། །

ཀྱང་དབྱང་ཐུགས་ཁུར་མཁའ་ལམ་ཡངས་པ་ནས། །རྒྱས་སྐྱོར་
མ་དངུལ་རྒྱ་འཛིན་ཉག་ཏུ་དཀྱིག། །འཛུགས་སྐྱབ་སྤང་ཆར་ཆད་མེད་
བསྐྱེལ་བའི་མཐུས། །ཐོད་སྡོངས་ཡར་རྒྱས་དབྱིད་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་བཟ། །

ལྷག་གཏོང་གིད་བཟང་ས་རྒྱ་གཤིན་པོའི་ཐོག། །དམངས་ཕྱག་
མཛད་བཟང་རྒྱ་ཡུར་ལེགས་དྲངས་པས། །མང་ཆོགས་ཕྱག་འཁྱར་ལྷང་
པ་རྒྱས་པ་ལས། །འཛད་མེད་རྒྱ་ལོར་སྒྲེ་མའི་ཁུར་གྱིས་སྒྲི། །

ཆོས་དད་རང་མོས་མཛད་ཚུགས་སྒྲ་མེད་ཀྱིས། །ཆོས་བརྒྱ་ལྷག་
སྤྱད་བྱ་ངན་ཅད་ནས་འབྱིན། །ཆོས་ལ་དད་པའི་དམངས་རྣམས་དགའ་
གུས་ཚུས། །ཆོས་ལུགས་མི་སྣ་རྒྱལ་གཅེས་ལྷག་བསམ་རྒྱས། །

སྐྱབ་ལྷའི་ཞིང་ཆེན་བཙེ་སེམས་གངས་རི་ལས། །རྒྱས་སྐྱོར་རྣམ་
གངས་གཡའ་རྒྱ་ཡོངས་བསྐྱེལ་བའི། །འཛུགས་སྐྱབ་“ཞེ་གསུམ་” “རེ་
གཉིས་” “བརྒྱ་དང་ལྔ་”། །མང་གཞིའི་སྤྱིག་བཀོད་དབྱར་གྱི་མཆོ་མ་

ཀུས། །

མི་རིགས་སྐད་ཡིག་ནོར་བུ་ལྟ་བུར་བཅི། །མི་རིགས་གོམས་སྤྱོད་
ཡར་ལྷེད་དཔལ་ལ་འབྱ། །མི་རིགས་འཕེལ་རྒྱས་དབྱར་གྱི་ཆུ་བོར་ལོ་
འགྲན། །མི་རིགས་མཛའ་གཙུགས་མཐུན་ལམ་སྟེན་ལྷ་འདྲ། །

གྲགས་ཅན་རིག་དངོས་རྣམ་ཀུལ་ཁང་བཟང་ཅི། །སྤྱད་སྤྱོད་
གསེར་གྱི་ཆུ་མིབས་བཟིང་ཆགས་ཤིང་། །སྟན་གྲགས་བ་དན་ལྟ་བུ་
གཡོ་བ་ལས། །སྟོགས་བཞིན་སྟེ་བོ་ལྟ་སྐྱོར་ལས་ལ་བྲེལ། །

ཆུ་བོད་རིག་གཞུང་ཀུན་འདུས་སྟེང་ཆལ་དུ། །མཁུན་ཡོན་མེ་རྟོག་
རྣམ་བཟའི་དགེ་ཆན་མང་། །སྟོ་གསལ་རྒྱ་དྲུག་བྱང་བ་གཞོན་ཅུའི་
ཆོགས། །ཤེས་རིག་སྤང་ཅི་གསོག་ལ་རྟག་ཏུ་ཅིན། །

ཡི་རྩ་རྒྱུ་ལའི་མདོག་གི་རྩ་ཐང་དུ། །རྩ་འདེབས་ནད་འགོག་སྟུགས་
རྒྱད་ལོགས་སྟེལ་སོགས། །འབྲོག་ལས་ཆན་རིག་མཐུན་པའི་ཐབས་
བཀོད་ཀྱིས། །དཀར་ནག་སྟུགས་མང་འབྲོག་ལས་ཐོན་ཐོག་འབེལ། །

གསེར་གཞོང་མར་ཁུས་བཀང་འདྲའི་ཁིང་ཐང་དུ། །ཆན་ཆལ་
རིག་པའི་བྱས་ཤུགས་འཛད་མེད་སྟེང་། །ངལ་ཚོལ་བྱས་པ་འཕུལ་ཆས་
ལ་ཁུར་པས། །ཐོན་འཕར་འབྱུ་རིགས་ལྟན་པོ་བཞིན་དུ་སྤྱངས། །

ཞིམ་མངར་རོ་བརྒྱའི་ཟས་ལ་ལོངས་སྟོང་ཅེས། །སྐབས་གསུམ་
ཡུལ་གྱི་ལྟ་རྣམས་སྟེམས་མི་འཆལ། །དེང་དུས་ཁ་བའི་སྟོངས་ཀྱི་སྟེ་བོའི་
ཆོགས། །འདྲི་ཡོན་རྣམས་ལའི་དཔལ་ལ་རོལ་བཞིན་མཆིས། །

ད་ནི་ཆོགས་ཆེན་བཅུ་དྲུག་ཆུ་འཛིན་བརྒྱད། །“མཆོན་བྱེད་
གསུམ”གྱི་དགོངས་དོན་སྤང་ཆར་གྱིས། །གངས་སྟོངས་མི་དམངས་
སེམས་ཀྱི་རྒྱ་འཕྱང་ཆོགས། །གསོན་ཤུགས་རྣམ་པར་རྒྱས་ལ་ཐེ་ཆོམ་