

ကျွမ်းကျင်သူများအတွက်
အထောက်အကူ



སྐྱེད་དཔེའི་ནང་ལ་མཚན་ཉིད་རིག་པ་ཡོད།

ཕྱི་མཚམས།

དགེ་ལུགས།

ནམ་པར་ལྟར།

ལྷན་དཔལ་ནང་ལ་མཚན་ཉིད་རིག་པ་ཡོད།

ལྷན་སྐྱབས།

དགེ་འདུན།

ནས་བཞུགས།

*

མི་ཁྲིན་གྱི་རིགས་དཔལ་ལྷན་ཁང་གིས་བཞུགས་བཞུགས་ལུས་

ནས་དབར་དུ་བཞུགས།

(སྐྱོད་ས་ཁྲིན་དུ་རིན་མེད་ལྱང་ལུ།)

དབར་གྱིས་

1—500

དཔལ་ལྷན་སྐྱོད་ལུ་

1 དང་སྐར་ 2

དཀར་ཆགས།

ན་པ་པག་པ་ནས་ཤིལ་པུ་ཀུ་བ།	1
ལྷུ་པ་ཤིས་ནས་ཀྱང་པ་རྫོན་པ།	9
རང་གིས་རང་ལ་ལག་ལ་ལྷ་ལྷུང་བ་དཔེ།	18
མཐའ་མཚམས་མི་ཀན་གྱི་དྲ་ཤོར་བ།	26
གོས་པ་ལྷ་པུ་ཤོས་མཁན་གྱིས་གོས་པ་པུ་ཤོས་མཁན་ལ་	
ལྷུ་པ་པག་དྲུས་པ།	36
ལྷུ་པ་ཤོར་འགྲམ་དུ་རི་ཤོར་ལྷུ་པ།	46
པུ་ལྷུ་པ་པེ་ལྷུ་ལྷུ་ལས་ལ་པག་དྲུས་པ།	56

目 錄

掩耳盜鈴.....	(1)
画蛇添足.....	(4)
自相矛盾	(7)
塞翁失馬.....	(10)
五十步笑百步.....	(13)
守株待兔.....	(16)
譯后記	

ན་བ་བཀའ་ནས་དྲིལ་བུ་རྒྱ་བ།

སྒོན་མར་མི་ཞིག་གིས། རྒྱུ་ཚང་གཅིག་གི་སྒོ་ཕོག་དྲིལ་བུ་
 ཞིག་དཔུངས་ཡོད་པ་མཐོང་ནས། དེ་བརྒྱ་བསམ་བ་རེད།

ཁོས་སྒོ་ཕོག་གི་དྲིལ་བུ་མར་ལེན་དུས། དེ་ལ་ལག་བས་
 བརྒྱབ་མ་ཐག་དྲིལ་བུས་སྐད་ཅེ་སྒྲོག་གསལ་པོར་གྱེས་ཏེ།

དེ་ནས་ཅི་འདྲ་བུ་དགོས་པ་སམ་དུས་སྒོ་ཕོག་ཕོག་གིས་རྒྱུད་འདུག
 ཁོས་བསམ་རྒྱུར། དྲིལ་བུ་དེས་སྐད་སྒྲོག་ཕོར་ན་རྒྱུད་

ཡོང་ངེས་རེད། དེ་ནི་ན་བས་སྒྲོམ་བའི་རྒྱུ་རེད། ན་
 བ་བཀའ་ན། སྒྲོམ་རྒྱུ་མེད་པས་མ་ཏེ།

དེ་ནས་ཁོས་དང་གི་ན་བ་བཀའ་ནས། དེ་རྗེས་སྒོ་ཕོག་
 གི་དྲིལ་བུ་རྒྱ་བ་སོང་འདུག འོན་ཀྱང་། དེ་འདྲ་བུས་

དུང་མི་ཚང་དེས་གོ་སོར་བ་རེད། རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཟེར་
 ན། ཁོས་དང་གི་ན་བ་བཀའ་ན་ཡང་། དྲིལ་བུས་དུས་

རྒྱུན་བཞིན་དུ་སྐད་སྒྲོག་གི་ཡོད་པ་མ་ཟེད། མི་གཞན་པས་
 ན་བ་འགོལ་མེད་ལྟར། དྲིལ་བུའི་སྒྲོམ་བ་རེད།

གཟིགས་སྟོན། ན་བ་བཀའ་ནས་དྲིལ་བུ་རྒྱ་བ་མཁན་གྱི་མི་དེ།
 མགོ་འཕྲོས་དང་རྒྱུན་པོ་ཅི་འདྲ་མ་རེད་དམ། ཁོས་གཞན་ངོས་

ལྷ་གནས་པའི་དངོས་པོ་ཁས་མི་ལན་པར། རང་གིས་དྲིལ་བུའི་
 རྒྱ་མ་ཚོར་ན། དྲིལ་བུ་རྒྱ་དེ་མེད་པ་རྒྱང་འཆར་བ་རེད། ང་
 ཚོས་ཤེས་རྒྱུར། རང་དངོས་སེམས་སྤྲུ་སྲུ་པའི་རིང་ལུགས་པ་ཁ་
 ཤས་ཀྱིས། གཞན་དངོས་སྤྲུ་གནས་པ་དེ་ཚོར་བ་ལས་བྱང་བ་
 ཡིན་རྒྱང་གར་བ་རེད། རྒྱང་དཔེ་འདིའི་ནང་གི་མི་དེས། རང་
 དངོས་སེམས་སྤྲུ་སྲུ་པའི་རིང་ལུགས་པའི་མཚངས་ངན་གསལ་ཤོར་
 བརྟེན་བྱུང་བ་ཡིན།

རང་དངོས་སེམས་སྤྲུ་སྲུ་པའི་རིང་ལུགས་ནི། སེམས་སྤྲུ་སྲུ་
 པའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་རིག་པའི་ནང་གི་ཁག་གཅིག་ཡིན།
 དེས་བརྟེན་ན། མའི་ཚོར་བའམ་འདྲ་ཤིས་དེ་དངོས་པོ་དངོས་
 ཡིན་པ་དང་། དངོས་སྤྲུ་ཡོད་པའི་མང་གཞི་ཡིན། མའི་
 ཚོར་བའམ་འདྲ་ཤིས་ལས་བྱུང་བའི་ཤོར་ན། འཇིག་རྟེན་འདི་ཡང་
 ཉིག་ཡོད་མེད་དང་། ཅི་འདྲ་ཡིན་ཚུལ་སྤྲུས་ཀྱང་ཤིས་མི་རྣམས་
 བསམ་པ་རེད། ཁོ་ཚོས་ལུག་ནས་མའི་སེམས་ཉིད་དམ་འདྲ་
 ཤིས་དེ་བྱུང་ཁར་རྒྱུར་ཚུགས་ཡོད་པའི་འཇིག་རྟེན་ཞིག་ཡོད་
 རྒྱུར་ཁས་མི་ལན་པ་རེད། འཇིག་རྟེན་ཤོག་གི་གནས་ཚུལ་སྤྲུ་
 ཚོགས་ནི། མའི་ཚོར་བའི་ཤོག་ནས་སྤྱི་བའམ་ཚོར་བ་སྤྲུ་ཚོར་
 འདྲས་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་རྒྱུ་པ་རེད། དཔེར་ན། རང་དངོས་

མ་ཚོས་བསམ་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་ཅུ་མ་པ་རེད། མ་ཚོས་རང་

གི་རང་ངོས་རི་འདུན་ལ་བརྟེན་དུ། འཇིག་རྟེན་འདི་གང་འདྲ་

ཞིག་བཟོས་ན་ཚོག་པ་ཡིན་པར་འདུག

རང་ངོས་སེམས་སྡུ་སྡུ་བའི་རིང་ལུགས་པའི་བཤད་སྒྲིབ་དུ།

ལྷན་དུ་མ་བར་མི་འགྲོ་བའི་ཉང་གཏམ་ཞིག་རེད། ང་ཚོ་ཚང་

མས་ཤིས་རྒྱུད། གུ་བྱུང་མ་ཚོ་མི་མའི་མདོག་དང་བྱི་ཚང་མ་

གཞན་ངོས་སྡུ་གནས་ཡོད། མི་རྣམས་ཀྱི་ཚོར་བ་ཅི་འདྲ་ཡིན་

ཅེད། དེ་དག་འཕོ་འཕྱུར་གཏོང་མི་རུ་ས། རང་ངོས་སེམས་

སྡུ་སྡུ་བའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཚོར་འཕྲུལ་དུ། ང་ཚོས་དཔེ་ཞིག་

ཐངས་ན་དེ་ལ་དགག་པ་གཏང་བྱུང་ངེས་ཡིན། དཔེར་ན་རང་

ངོས་སེམས་སྡུ་སྡུ་བའི་རིང་ལུགས་པས་ཁོས་ཚོར་བའི་དངོས་པོ་

ཁོ་ན་ངོ་མ་ཡིན། ཁོས་ཚོར་མ་བྱུང་བའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་

གནས་མིད་ཅུ་མ་པ་རེད། འོ་ན། ང་ཚོས་བྱི་བ་ཞིག་འགོད་

རྒྱ་ཡིན། རང་ངོས་སེམས་སྡུ་སྡུ་བའི་རིང་ལུགས་པའི་ཕ་མ་

གཉིས་དུ། ཁོ་ཚོས་རང་ངོས་སེམས་སྡུ་སྡུ་བའི་རིང་ལུགས་པས་

ཚོར་བའི་སྐབས་སྡུ་ད་གཞོན་གནས་པ་རེད་དམ། མ་ཚོར་བའི་

སྐབས་སྡུ། ཁོ་ཚོར་ཕ་མ་གནས་མིད་པ་རེད་དམ། ཤོག་

མར་རང་ངོས་སེམས་སྡུ་སྡུ་བའི་རིང་ལུགས་པའི་ཕ་མ་གཉིས་

ལ། ར་ཚོའི་བསམ་པའི་དབང་པོ་ཚེ་སོམ་སྐུ་ལྟར་ཡིན། ད་
ལྟར་དེས་པར་ཅ་ཚོལ་བཟང་དགོས་པ་ཡིན།

རང་ངོས་སེམས་སྡུ་སྡུ་བའི་རིང་ལུགས་པའི་ལྷགས་རྒྱན།

དམ་སྐབས་འགར་གསར་བརྗེ་བྱེད་མཁུན་ཚོའི་ཁྱོད་ཀྱི་རྣམ་པ་རྒྱ་
སྟོང་པ་ཡིན། དཔེར་ན། ལས་དོན་རྒྱུ་པ་སྐབས་གཤམ་རྒྱུང་

ཚུང་ཞིན་བཟུང་རྒྱུང་བསམ་པ་དང་། ར་རྒྱལ་ཁིངས་དྲིགས་རྒྱ་
བ། མང་ཚོགས་དང་ཁ་བྲལ་བ། རང་ངོས་ཀྱིས་ཐག་བཅད་པ།

དངོས་དོན་འཁྲིག་བཤད་བྱེད་པ། ཡན་མེད་གོ་རྟོག་པ། ལྷུབ་
འབྲས་ཁས་མི་ལེན་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟར་རིགས་ཚང་མ་ན། རང་

ངོས་སེམས་སྡུ་སྡུ་བའི་རིང་ལུགས་པའི་རྣམ་རྒྱུད་ཀྱི་རིགས་སྡུ་
འདུས་ཡོད། རང་ངོས་རིང་ལུགས་ཀྱི་ནོར་འབྲུལ་སོར་མཁུན་

ལོ་མཚུན་ཁ་གསུང་ནང་པལ་ཚེ་བས་རང་གི་གོ་སྐོས་མེད་པའི་སྲོག་
ནས་སེམས་སྡུ་སྡུ་བའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་གནོད་འཚེ་ཐོབས་པ་རེད།

རང་ངོས་སེམས་སྡུ་སྡུ་བའི་རིང་ལུགས་པས་གཞན་ངོས་སྤྱོད་ལ་རྒྱ་
འཇུག་རྟོན་ལ་ཁས་སྲུག་ནས་མི་ལེན་པ་རེད། རང་ངོས་རིང་

ལུགས་པས་དངོས་ཡོད་གནས་རྒྱལ་སྲོག་ནས་མི་བཤད་དེ། རང་
གི་ཚོར་བའམ་རང་ངོས་ཀྱི་ར་འདོད་ཐད་ནས་བཤད་པ་རེད།

ད་མཚུངས་ཀྱིས་གཞན་ངོས་སྤྱོད་ལ་རྒྱ་འཇུག་རྟོན་ཁས་མི་ལེན་པ་

ལ་སྒྲོབ་སྒྲོན་མཛད་ལྷན། “ཕྱལ་ཁབ་སྤྱོད་ནང་དང་། རྒྱང་
 ཚན་གྱི་སྤྱོད་ནང་། རྒྱང་གི་སྤྱོད་ནང་། སྲོག་ཁའི་སྤྱོད་ནང་བཅས་
 གྱི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་སྲོག་ནས། ངས་པར་ཡོད་ཅིང་ཚོད་
 བགས་གྱིས་ཐུག་བཅད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཚོས་ཉིད་དོ་ཤོ་འདྲིན་དེ།
 དེ་ནས་ཁོར་ལུག་འཕོ་འཕྱུར་གྱི་ནང་ཁུལ་འབྲེལ་བ་བཅུལ་ནས།
 ང་ཚོའི་ལས་འབྲུལ་གྱི་སྒྲུ་འདྲིན་གྱིད་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་
 གྱིད་དགོས་ན། རང་དངོས་གྱི་གནས་ཚུལ་ལ་མི་བརྟེན་པ་དང་།
 རྒྱབས་སྲོག་ཅིག་གི་སྐྱེས་སྐྱུས་འབྱུང་བ་ལ་མི་བརྟེན་པ།
 དཔེ་ཆ་ཁོ་ན་ལ་མི་བརྟེན་པར། གཞན་དངོས་སྤྱོད་གནས་པའི་
 དངོས་དོན་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་ཡིན།……” ཁོང་གིས་ཨང་དུ་་་
 གསུང་བྱུང། “དངོས་འབྲེལ་སྲོག་ཐུག་བཅད་པའི་ལས་དོན་
 གྱི་གྱིད་སྲོགས་དེ་ནི། གྱུང་ཁྲན་ཉང་མི་ཚང་མས་སྐྱེས་ལ་ནན་
 ཉན་བཟུང་དགོས་པའི་ཚས་ཅུ་བ་ཡིན་པའི་ལས་དོན་གྱི་ཐབས་་
 ཤེས་ཡིན། ང་ཚོས་བཟོས་སྲོད་པའི་ནོར་འབྲུལ་ཚང་ལ།
 དའི་འབྲུང་སྤྱག་བརྟག་ན། ས་ཆ་དེ་དང་དའི་རྒྱབས་གྱི་དངོས་
 ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་བྲལ་དེ་རང་དངོས་གྱི་སྒྲོ་ནས་རང་གིས་གྱིད་
 སྲོགས་ཐུག་བཅད་པའི་རྒྱན་གྱིས་བྱུང་བ་རེད། དེ་དག་ནི་སྒྲོ་
 མཐུན་ཡོངས་ལ་བསྐྱབ་བྱ་ལན་པར་གྱིད་དགོས་” གསུངས།

ང་ཚོས་ཐོ་མཐུན་མའི་ཙུང་གི་བསྐྱབ་རྫོན་དེ་དག་སེམས་
 ལ་དམ་དུ་བརྒྱབ་ཤི། དུས་རྒྱན་ལས་དོན་ཕོག་གི་རང་ངོས་
 རིང་ལུགས་ཀྱི་བྱ་རྒྱུད་གཙང་མ་བཟོ་རྒྱུར་ལོད་འཛོག་བྱེད་དགོས་
 བ་ཡིན།

སྐྱེལ་བྱིས་ནས་རྒྱང་བ་རྫོན་པ།

རྒྱལ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤྱི་མ་ཚང་ཞིག་གིས། རང་དང་ཚལ་
 རྒྱལ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས། འདས་ཟེན་པའི་མེས་པོ་ལ་མཚོད་
 ཟེན་ཆེས། རང་དམ་པེ་གང་དེ་ལས་ཀ་ལས་མཁན་ཚོ་ལ་
 འཕྲུང་རྒྱ་སྤྲད་པ་རེད།

ལས་ཀ་ལས་མཁན་མི་མང་ཞིང་། རང་དམ་པེ་གང་
 ལས་མེད་པས། དེ་སྤྲོས་འཕྲུང་དགོས་རྒྱ་ཕྱན་རིང་ལོར་ཐག་
 མ་ཚོད་པའི་སྐབས་སུ། མི་ཞིག་གིས་ཁྲོས་ཐོ་གཙམ་པོར་
 འདུག རང་མས་ས་ཕོག་དུ་སྐྱེལ་གྱི་གཞུགས་བརྟན་འབྱི་
 དགོས། སྤྲོས་རྫོན་དུ་འབྱི་ཚར་ན། རང་དེ་མི་དེས་འཕྲུང་
 ཚོག་ཟེར།

རང་མས་བྱེད་ཐབས་འདི་མེགས་ཤིང་ཁས་སྲུངས་སོང་།
 མི་ཞིག་འབྱི་རྒྱངས་ཤིན་དུ་མཚོགས་སྤྲོས་སུ། ལུང་ཚམ་

ཞིག་གི་རིང་ལ་སྐྱུལ་གྱི་གཟུགས་བརྟན་གྱིས་ཟིན་ཕྱིར། ཚང་
དམ་པེ་གང་དེ་ཞོ་ལ་ཐོབ་དཀོས་པ་རེད། དེའི་སྐབས།
ཞོས་མི་གཞན་མ་རྣམས་ལ་བརྟུན་དུས། ཚང་མས་ད་རུང་
འགྲི་མ་ཚར་བས། ཞོས་ལག་གཡོན་པས་ཚང་གི་དམ་པེ་དེ་
ཁྱེད་བཞིན། ལག་གཡས་པས་ལྷང་མའི་ཕུང་མ་ཞིག་ཐོགས་
དེ། རྫོ་ཁ་རངས་པའི་ངང་ནས་བཤད་རྒྱུར།

“ཁྱོད་ཚོ་འགྲི་དལ་མ་དེ་འདྲ་རེད་འདུག ངས་ད་རུང་
སྐྱུལ་ལ་རྒྱང་པ་ཁ་ཤས་འགྲི་རྒྱ་ཕྱིན་” ཟེར།

ཞོས་སྐྱུལ་རྒྱང་གི་བཞིན་ཕོད་པའི་སྐབས། མི་གཞན་མ་
ཞིག་གིས་སྐྱུལ་ཞིག་གིས་ཟིན་པས། མི་དེས་ཞོས་ལག་པའི་
ནང་ནས་ཚང་དམ་པེ་རྒྱུ་འཕྲོག་རྗེ་བཤད་རྒྱུར།

“སྐྱུལ་ལ་རྒྱང་པ་མེད། ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱང་པ་གྱི་དཀོས་
དོན་གང་ཡིན། སྐྱུལ་དང་པོ་འགྲི་ཚར་མཁན་ང་ཡིན་མ་གཤོར་
ཁྱོད་མིན་” ཟེར།

མི་དེས་བཤད་ཚར་མཚསས། བབས་རྒྱལ་འོས་པའི་
རྫོ་ནས་ཚང་དེ་འཕུང་འདུག

འདི་ནི་ “ལྷན་གོ་ཚལ་” ཞེས་པའི་དམག་འཕུང་རྒྱལ་ཁབ་
ཀྱི་རྒྱས་གཞིའི་དེབ་ནང་གི་སྐྱུང་དཔེ་ཞིག་ཡིན། རོ་མ་བཤད་
ན། སྐྱུལ་གྱི་གཟུགས་བརྟན་རི་ཚོའི་ཕོག་རྒྱང་པ་རྫོན་མཁན་གྱི་

མ་དེ་ལ། ད་རྒྱུ་ཚང་དེ་ཕྱོག་དཀོས་པ་ཡིན། གང་ཡིན་
 རྒྱུ་ན། རྒྱུ་མ་རྒྱུ་ཕྱོག་རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་པ་ཅན་དེ་མ་ཡོད། རོན་
 གྲང་། དུས་རྒྱུ་དེ་ཚོས་མ་ཕྱོག་པའི་རྒྱུ་ལ་ལ་རྒྱུ་པ་མིད།
 ད་ཚོས་ཚང་གཏད་ཀྱིས་རྒྱུ་པའི་མི་དཀོས། རྒྱུ་དཔའི་
 རྒྱུ་དེ་ན་ན། མ་ལ་རང་ཉིད་རྒྱུ་པའི་ཡིན་ཚུལ་བཅུན་མི་ཉུན་
 མ་གཏོགས། “རྒྱུ་ལས་དེ་རྒྱུ་ལས་ལ་འགྱུར་དེས་ཡིན།”

མཚན་ཉིད་རིག་པའི་ལྷ་བའི་ཕྱོག་ནས་བཤད་ན། རྒྱུ་
 དཔའི་འདིས་ད་ཚོ་ལ་རྒྱུ་མཚན་གཞན་མ་ཞིག་རྒྱུ་ཡོད། ད་ན་
 གཞན་དེས་འཇག་རྟན་གྱི་དངོས་འབྲེལ་རྒྱ་ཚོགས་གྱི་དངོས་པོ་དེ་
 ན་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ཡིན་པ་ལས་དངོས་པོ་གཞན་ཞིག་མ་ཡིན་
 པ། (དཔའི་ན་རྒྱ་དེ་མཁའ་རྒྱུ་མ་ཡིན་པ།) ཚང་མ་ལ་
 རྒྱ་ཚོའི་གཏན་ཁུལ་གྱི་རང་བཞིན་ཡོད། ད་ཚོས་འཇག་རྟན་
 ལ་དངོས་རྟན་དང་ (དོན་གཏན་ལ་བལྟ་ཞིང་དབྱུང་པ་བྱེད་པ།)
 འཇག་རྟན་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་བ་ (ཕྱོག་རྒྱུད་གྱི་འཕལ་ཚོད་དང་
 གྲུལ་རིམ་འཕལ་ཚོད་) ཚང་མ་གཞན་དངོས་གྱི་རང་བཞིན་ལས་
 ཁ་བྲལ་ཐབས་མིད། དངོས་པོ་ཞིག་གི་གཏན་ཁུལ་རང་བཞིན་
 གྱི་ཚད་དགར་ལས་བཟུལ་ཤོར་ཚ། ད་ན་ནོར་འབྲུལ་ཡིན།
 རྒྱུ་ལ་གྱི་གཞུགས་བཅུན་རི་ཚོའི་ཕྱོག་རྒྱུ་ལ་གྱི་མཁའ་གྱི་མི་དེས།

ལྷོ་ལ་ལ་ཀྱང་པ་ཁ་ཤམ་རྫོན་རྒྱན། ལྷོ་ལ་དེ་ལྷོ་ལ་མིན་པར་གྱུར་
པ་རེད།

གཞན་ངོས་ཀྱི་དངོས་པོའི་གཏན་ཁུལ་རང་བཞིན་དེ།

མཚན་ཉིད་རིག་པའི་ལྷ་བའི་སྤྲོག་ནས་བཤད་ན། བྱངས་དང་
ངོ་བོ་གཉིས་ཀྱི་སྤྲོགས་ལ་ཡོད།

གཞན་ངོས་དངོས་པོའི་བྱངས་ཀྱི་གཏན་ཁུལ་རང་བཞིན་ཞུས་
པ་ནི། དངོས་པོ་ལ་བྱངས་ཀྱི་དང་ཆ་རྒྱུད། རིང་ལྷུང་གི་

ཚད། མཚོགས་ཚད། ཤོང་ཚད་སྤྲོགས་སྤྲོད་དེ་རྫོན་ལྷུང་བའི་
གཏན་ཁུལ་རང་བཞིན་དེ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། དངོས་པོ་རི་རི་

བཞིན་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་ཚོས་ཡིན་པའི་བྱངས་ཀྱི་གཏན་ཁུལ་
རང་བཞིན་ཡོད། བྱངས་ནི་གཞན་ངོས་ཀྱི་དངོས་རིགས་ཡིན་

པ་མ་ཟེད། དངོས་པོ་རང་ཉིད་དང་འབྲེལ་བ་དམ་པོ་ཡོད་
ཅིང་། རྩ་ཐབས་མེད་པ་ཡིན། དང་ཚོས་བྱངས་དེ་དངོས་

པོའི་རྩ་རྒྱལ་གྱི་དངོས་རིགས་ཡིན་པས་མ་གྱུ་མེད། དེས་དངོས་
པོའི་རང་བཞིན་ཐད་ཀྱང་མཚོན་ཡོད་པ་ཡིན། དཔེར་ན།

རྒྱ་དེ་ཁྱེ་བའི་གཞུགས་སུ་གྱུར་པ་ནི། རྩ་རྩི་ཞེས་པའི་ཆ་བྱངས་
ཚད་ལྷ་སའི་ཐོག་གི་ཡན་ཚོད་དང་བརྒྱུའི་མན་ཚོད་ཀྱི་ཆ་ཚོད་

(བྱངས་) གནས་པའི་ནང་དག་དབྱེ་མི་ལྷུང་པ་ཡིན། ཐོག་གི་