

བྱང་པོ་གསར་བ་དབྱ་བཞེས་ནས་ལྷ 60 རིང་གི་
མཚོ་ཁྲན་ཚུམ་མིག་བཅུམས་ཚོས་བདམས་བསྐྱིགས།

མཚོ་ཁྲན་ཞིང་ཆེན་ཚུམ་པ་པོའི་མཐུན་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱིགས།

མཚོ་ཁྲན་མི་དམངས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།

ཡུང་གོ་གསར་བ་དབུ་བརྟེན་ནས་ལོ་60རིང་གི་

མཆོ་སྡོན་རྩེ་མ་དུག་བརྩམས་ཆོས་བདམས་བསྐྱེད་པ།

མཆོ་སྡོན་ཞིང་ཆེན་རྩེ་མ་པ་པོའི་མཐུན་ཆོག་གིས་བསྐྱེད་པ།

མཆོ་སྡོན་མི་དམངས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།

图书在版编目 (C I P) 数据

新中国建立 60 周年青海文学作品选. 5, 藏文卷: 藏文 / 青海省作家协会编. — 西宁: 青海人民出版社, 2009. 9
ISBN 978-7-225-03462-1

I. 新… II. 青… III. 文学 - 作品综合集 - 青海省 - 当代 - 藏语 IV. I218.44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 167797 号

新中国建立 60 周年青海文学作品选(共 5 卷)

藏 文 卷

青海省作家协会 编

出 版 青海人民出版社 (西宁市同仁路 10 号)

发 行 : 邮政编码 810001 总编室 (0971) 6143426
发行部 (0971) 6143516 6123221

印 刷: 西宁德隆印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 890mm × 1240mm 1/32

印 张: 49

字 数: 1000 千

版 次: 2009 年 9 月第 1 版

印 次: 2009 年 9 月第 1 次印刷

印 数: 1-1 000 套

书 号: ISBN 978-7-225-03462-1 (民文)

定 价: 100.00 元 (共 5 卷)

版权所有 翻印必究

(书中如有缺页、错页及倒装请与工厂联系)

ཚོམ་སྒྲིག་འགན་འཁུར་པ། ཚེས་རྒྱུང་།
དེབ་གཞིའི་བརྒྱ་འགྲེང་པ། ཡང་ཅིན་རྩ།
དཔར་སྐྱུན་འགན་ལེན་པ། ཡིའུ་ཆིའུ་རྩ།

ཡུང་གི་གསར་བ་དབྱ་བརྩེས་ནས་ལོ 60 རིང་གི་
མཚོ་སྒྲན་ཚོམ་རིག་བརྩམས་ཚུངས་བདམས་བསྒྲིགས།

ཐོན་ཡིག་གི་དེབ།

མཚོ་སྒྲན་ཞིང་ཆེན་ཚོམ་པ་པོའི་མཐུན་ཚུགས་ཀྱིས་བསྒྲིགས།

དཔེ་སྐྱུན། མཚོ་སྒྲན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། (ཐི་ཡིང་གྲོང་ཁྱེར་ཐུན་རིན་ལམ་སྐོར་ལང་ 10)
འཕྲུལ་སྐྱེད་ལ། སྒྲག་ལང་ 810001 ཁ་པར་ 6143426
བརྒྱུད་འཛོུང་། མཚོ་སྒྲན་ཞིང་ཆེན་ཞིན་རྩ་དཔེ་ཁང་།
པར་འདེབས། ཐི་ཡིང་གི་ལུང་པར་ཁང་།
དེབ་ཆེད། 890mm×1240mm 1/32
དཔར་ཤོག 49
ཡིག་གྲངས། 100
པར་ཐངས། 2009ལོའི་ཟླ 9པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྒྲིགས།
དཔར་ཐངས། 2009ལོའི་ཟླ 9པར་དཔར་ཐངས་དང་པོ་དཔར།
དཔར་གྲངས། 1-1 000

དཔེ་རྟགས། ISBN978-7-225-03462-1

རིན་ཐོང་། ལྷོར་ 100.00(ལྷོན་དེབ་ལུ)

པར་དབང་འདི་གར་ཡོད་པས་པར་བཤུས་བརྒྱབ་ན་ཁྲིམས་ཆད་ཡོག
(སྤྱི་ལོ་ཆད་ནོར་སྤྱི་ལོ་སྐྱུན་གང་ཅུང་ཡོད་ཆེ་པར་ཁང་ལ་རྩི་གཏུག་བྱ)



ལྷན་འགྲོ།

ཡོད་ཚད་རི་ཆུའི་དཔལ་དུ་གཏམས།

ལྷན་ཀོང་མེན།

ཀྱུ་ལ་ཁབ་བཅུགས་པའི་ལ་འཁོར་དུག་ཅུ་གཙང་པོ་ཆེན་མོའི་རྒྱབས་མེད་
 བཞིན་བརྗོད་ཉམས་ཟིལ་ཤུགས་མདོན། དུས་རབས་གསར་བའི་བགྲང་བྱ་
 བཅུ་པོ་མོ་གོ་གཏོགས་པའི་ཡུན་ཚམ་ལ་དགའ་སྦྱོར་དབྱངས་བཞིན། གྲུང་
 ལྷ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་ཀྱུ་ལ་ཁབ་དབྱུག་སྟེན་ནས་ལ་འཁོར་དུག་ཅུ་སྟོན་པའི་
 དགའ་སྦྱོར་དུས་བབ་འདིར། མཆོ་སྟོན་ཞིང་ཆེན་ཚུལ་པ་པོ་མཐུན་
 ཆོགས་ནས་བསྐྱུགས་ཏེ་སྐྱེས་སུ་ཕུལ་པའི་ཚུལ་རིག་དཔེ་ཆོགས་འདི་ད་ལྟ་
 རྒྱ་ཆེའི་སྟོན་པ་པོ་ནམས་ཀྱི་སྐྱུན་ཐུར་དངོས་སུ་བཞུར་བུང་། འདི་ནི་རང་
 ཞིང་ཚུལ་རིག་གི་དོན་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པས། དགའ་སྦྱོར་ཉེན་འབྲེལ་ཁྱེད་ལ་

པ་ལགས་སོ།།

ཆར་རྒྱང་གྲོགས་སུ་བསྐྱོངས་པའི་འདས་སྐད་དང་འབད་འབྱངས་རྩར་
ཐག་བྱེད་པའི་དེད་རྩལ་གྱིས་ང་ཚོར་གནམ་ས་སྒྲོལ་ག་བརྟེན་པའི་ཨ་མ་ཚར་
དང་དཔའ་བསྐྱེད་གསར་བཏོད་བྱེད་པའི་སྡིང་སྟོབས་ཚུམ་རིག་ལ་དྲུངས་
ཞེན་ཆེ་བའི་འདུ་ཤེས་སྒྲགས་བསྐྱེད་པས། གནམ་སྐྱབས་འདིར་སྤྱོད་སེམས་གྱི་ཐ་
རྒྱལ་སེམས་གྱི་མཚོ་མོན་འཕྱུ་ཞིང་། དེས་ཀྱང་མི་ལ་གཟི་བརྟེན་གྱི་འདུ་ཤེས་
དང་རྟིང་སྒྲུལ་གྱི་རྩལ་ཤུགས་འདྲོན་ངེས་ཡིན། དྲུངས་པ་ཟབ་མོའི་ཡུར་རྒྱས་
བསྐྱེད་ས་པའི་ས་བཅད་འདི་དོན་བརྟོགས་མཁ་གསེར་བྱིས་གྱི་སྤྲེགས་བམ་བཞིན་
ལ་རྒྱས་དེབ་ཐེར་དུ་འགོད་ངེས་ཡིན།

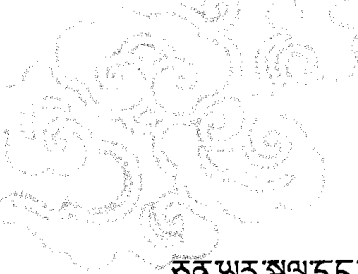
དུས་རབས་གསར་བའི་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཡི་རིང་། རང་ཁིང་གི་ཚུམ་པ་པོ་.....
རྣམས་གྱི་བརྩམས་ཆོས་ལྡོ་ཆོགས་པས་མི་ལ་ངེས་ཤེས་ཟབ་མོ་ཞིག་སྟེར་ཐུབ་.....
པ་ནི། རང་རེའི་ཚུམ་པ་པོ་རྣམས་གྱིས་དྲུས་དང་རྣམ་པ་ཀྱན་དུ་མེས་རྒྱལ་དང་
ཤི་གསོན་མཉམ་སྦྱང་། མི་དམངས་དང་སྦྱིད་སྤྲུག་མཉམ་ཁུར་བྱེད་བཞིན་ཡོད་
པ་དང་། ཁོང་ཚོས་ལོ་རྒྱུས་གྱི་འོས་འགན་བརྟེན་མེད་ཡིད་ལ་བཅངས་ཤིང་།
སྤྱོད་ཆོགས་གྱི་འགན་ཁུར་བྱོལ་མེད་ཕྲག་དུ་བཞེས་ཏེ་དོན་གཉིས་ཁ་ཕྱོགས་རྒྱན་
འཁྱོངས་དང་། བརྒྱ་གཉིས་ཅ་དོན་དང་ལེན་གྱིས་དཀའ་སྤྱད་སྤྲུག་རྩལ་ལ་
བརྟེན་ནས་སྤུལ་བྱུང་བརྩམས་ཆོས་བསྐྱེད་མར་སྟེལ་ཅིང་ཐུབ་འབྲས་གཡུར་.....
དུ་ཟེ་ཁིང་མངོན་གསལ་དོད་པའི་རྟེན་སྦྱོང་བའང་རབ་དང་རིམ་པ་བྱུང་།

སྡིང་ཉི་པའི་མཚོ་སྟོན་གྱི་ཁིང་ས་ཆེན་པོས་ཚུམ་པ་པོའི་རྒྱ་ཆེ་ཁིང་མཛེས་.....
སྤྲུག་ལྡན་པའི་ཚུམ་རིག་གི་བརྟེན་སེམས་གསོས་ཤིང་། ལས་ལ་བརྟེན་ཁིང་
དཔའ་ངར་ལྡན་པའི་རིགས་སོ་སོའི་མི་དམངས་གྱིས་ཚུམ་པ་པོའི་ཚུམ་རིག་གི་

ཉིད་ཉོག་པ་བཞེད་པ་རེད། ལུ་མེད་ལྷ་མང་དང་ལུ་ངམ་མང་ཆེན་སྐྱེས་སུ་
 ཁོང་ཆོའི་ཞབས་རྒྱུ་བཀོད་ཅིང་། རི་རྒྱ་ནག་སྐྱེས་སུ་དང་མཐའ་ཡས་ལྷ་མང་
 སྐྱེས་སུ་ཁོང་ཆོའི་གཞུགས་བརྟན་པ་བྱུང་། ཁོང་ཆོས་པུར་ཅེ་ལ་དུངས་པ་
 བརྟན་ཏེ་ཤོག་པུ་དང་རྟག་ཆར་བཅེ་སེམས་བརྟུན་ཡོད། ཉིན་ལམ་ལྷ་མཆོམས་
 གྱི་བར་ལ་བྱུང་བའི་མཆོ་སྒྲིན་གྱི་འགྱུར་ལྟོག་ཆེན་མོ་ཟེན་བྱིས་སུ་བཀོད་ཅིང་།
 གངས་ཅན་སྒྲུང་བའི་ཡུལ་གྱི་ལས་རིགས་གསར་གཏོད་གྱི་ཡིད་འཕྲོག་འཇའ་...
 རིས་པ་བྱུང་། ཁོང་ཆོས་རི་རྒྱའི་མངོན་སྲུག་གི་ཁྲོད་ནས་སྤྱི་ཆོགས་ལ་བརྟུན་
 སྤྱད་དང་། མེས་རྒྱལ་དང་མི་དམངས་ལ་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་མེ་ཏོག་གཏོར་གྱིན་
 ཡོད་ལ། བྱང་སྒོས་སུ་བསམ་སྒྲོ་རང་བཞིན་དང་། སྤྱི་རྒྱལ་རང་བཞིན། མངོན་
 དཔྱད་རང་བཞིན་གྱིས་ཐུག་པའི་ཡུལ་བྱུང་བཅམས་ཆོས་བསྐྱེད་མར་སྤེལ་ཏེ་...
 མཆོ་སྒྲིན་རིགས་སོ་སོའི་མི་དམངས་ལ་བསམ་སྒྲོའི་སྤྱི་གོ་རོ་བརྒྱའི་ཞལ་བུ་
 རབ་དང་རིམ་པ་ལུ།

ཕྱིན་ཆ་རྒྱུན་གང་མང་གི་རྒྱུན་པས་སྤུལ་བྱུང་བཅམས་ཆོས་མང་པོ་ཞིག་ད་...
 ཐངས་འདིར་བདམས་མ་ཐུབ་པ་ནི་ཏ་ཅང་ཡིད་པངས་པ་ཞིག་དུ་འཁྱུགས་ཅོད།
 རྒྱུགས་མཆོ་སྒྲིན་ཚོམ་རིག་དཔྱད་ཞེད་ཚོམ་རིག་གསར་ཚོམ་གྱི་རྒྱུ་ཆ་ད་...
 མཆོན་ཐུབ་པའི་དཔེ་ཆོགས་བརྒྱུག་ཐུབ་པར་ང་ཆོས་རེ་ལྟོས་བྱས་ཡོད།

རང་ཁྱིམ་གྱི་ཚོམ་རིག་ལས་གཉེར་བརྒྱམས་གྱིས་དུས་རབས་འཕེལ་རྒྱས་གྱི་...
 རྒྱུགས་དང་བརྟན་ནས་སྤྱི་ཆོགས་འཆོ་བར་ཟུག་ཞུགས་དང་། འགྲོ་བ་མིའི་...
 རིགས་གྱི་དྲུང་བདེན་མངོན་སྲུག་དང་ཐུགས་རྒྱུ་བཅེ་སེམས་སྐྱེས་སུ་བྱེད་ལ་...
 ཅིང་། དམངས་ཁྲོད་གྱི་དགའ་སྤྱོད་ཆོགས་སྤྲང་སྐྱེས་ཐུགས་ནས་མདོར་བར་། ཚོམ་
 རིག་གི་རྒྱུ་འབྲས་བཅེས་ཏེ་མཐོང་ཐོས་ཐུང་བར་སྤྱོད་པའི་བཅམས་ཆོས་གྱིས་སེམས་...



ཅན་ཡར་སྐལ་དང་སྤྱི་ཚུགས་འཆམ་མཐུན་ཡོང་བར་བྱ་དགོས་ལ། ལྷན་མེད་ནམ་
པར་དག་པའི་སྤྱི་དང་སྤྱི་བས་ཀྱི་མེད་དང་ཐུགས་འདུན་གྱི་འོད་ལ་བསྟེན་ནས་ཀྱང་ངུ་.....
མི་རིགས་མདུན་དུ་བསྐྱོད་པའི་དཔལ་འབར་ཆེན་པོ་བསྐྱོན་པར་གོ།

2009ལོའི་ཟླ་9པར།



དཀར་ཆག

དཀར་ཆག

1 // ལྷན་ཀོང་མེན། ཡོད་ཚད་རི་རྒྱའི་དཔལ་དུ་གྱུར་མས།

ལྷན་ངག་གི་སྒྲུང་།

3 // གཙོད་པ་དོན་གྲུབ། ཤེས་རིག་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆེ་བ་བརྗོད་པ།

13 // དེབ་གོང་རྩོམ་ཁམས། སྤྲོ་ནག

17 // རྒྱལ་ལྷན། སྤོ་རངས་སྒྲུང་ཆེན།

21 // རྩོད་ལྡན། སེམས་ཀྱི་རང་མདངས།

28 // རྒྱལ་ལྷན། བྱམས་དུངས་ཀྱི་མི་ལམ།

33 // གངས་ལྷན། མི་ཡུལ་གྱི་གྱུར་ལྷན།

39 // ལྷན་འཛིན་སྒྲུང་མེ། ཕྱི་དོར་ཡོངས་དག་ལྷན་ཆོངས་སྤྲོས་མ།

43 // བདེ་ལྷན་སྒྲུང་མ། ལྷ་མང་གི་བཅེ་བ།

48 // འབྲང་། མཚོ་སྒྲུང་པ།

- 55 // འབར་རྟེན། ཆགས་འཇིག
- 58 // གཅན་མེ་ལྷག ང་ལ་མིག་ཚུ་མི་འདུག
- 61 // གཤམ་འབྱུག སེམས་ཀྱི་ཁྱ་བྱུག
- 65 // ཁི་སེམས་དཔའ། ཞི་བདེར་སྒྲོན་པ།
- 68 // རྒྱང་ཐར་རྒྱལ། ཉིན་གསུམ་གྱི་མགོན་པོ།
- 74 // རྩང་རྒྱ་ཤེལ། རྟོགས་བརྩོད་དབྱངས་ཅན་དབྱེས་པའི་རྣལ་མ།
- 104 // རམས་ཆེན། སྒྲོང་ཆོ།
- 108 // དགེ་འདུན་ཕྱན་བྱུང། འུ་ཆང་གི་གཏམ་རྒྱུད།
- 113 // གངས་འཛོ། རྩང་སྐམ།
- 116 // མཁའ་མོ་རྒྱལ། མངོས་སྤྱག་གི་གཏམ་རྒྱུད།
- 119 // བྱ་མདོ་རབ་རྒྱས། ཆར་བ་བབས་རྩེས།
- 128 // འབའ་གདུགས་ནྟེ། ཁྱ་བྱུག་ཐེབས་བྱུང་།
- 131 // བྱ་ཐ་ལོ། བྱུ་འཛེལ་མོ།
- 133 // བསྟོན་རྒྱལ་འབྲམ། བ་རྩེ་ཆོ། ལྷ་ཞིག་ཡངས་དང་།
- 137 // བོད་གཞུག་སྦྱིད། བུ་མོ་ཆོ། མགོ་པོ་དབྱེ་ཞིག

ཕྱག་རྩམ་གྱི་སྐོར།

- 143 // འཁྱ་སྐལ་བཟང་། རྩེ་ནག་གི་བྱེས་འཕོད།
- 153 // བ་རྩེས། འཁྱུ་དཀའ་བའི་ཟམ་པ།
- 160 // སངས་རྒྱས། སྒྲོགས་པོ།
- 2 166 // སྦྱིང་ཆ་བད་དབང་། གཡག་དང་གཏོར་མ།

- 172 // ཆེ་འབར། རྒྱལ་ས་ཆེན་གྱི་ཕྱག་འདུ།
 179 // མཛེས་ལེ། བ་སྐད།
 185 // བེར་ཚོགས། འགྱུར་ལྡོག་
 193 // བྱ་གཞུང་དབྱེངས་ཟླ། སྟན་ངག་གི་ཁེར་རྒྱུང་།
 197 // དཔལ་མ། ཞ་སྒྲུག་
 203 // རྒྱུང་བཟང་། རྒྱགས་།
 208 // ཆེ་གཞུང་ཡ་མ་བར། བྱ་དར་རྩ་ཡུང་དུ་བྱིན་པའི་ཟིན་གྱིས།
 226 // རྒྱ་ཟ། གངས་མེད་གི་གཏམ་རྒྱུད།
 232 // རྟེན་རྒྱུང་། མཁའ་སྐྱོད་པའི་མཁོན་པོ།

རྒྱུང་གཏམ་གྱི་སྐོར།

- 241 // རྒྱག་འབྲམ་རྒྱལ། རོ།
 254 // བཤྲ་ཟ། འཆུབ་པ་ཁེར་རྒྱུང་།
 298 // རང་སྒྲ། ཕྱི་ལའི་གཏམ་རྒྱུད།
 313 // ཆེ་མིང་དོན་གྲུབ། སྤྱི་འཕྲོམ་གྱིས།
 320// བད་མ་ཆེ་བརྟན། ཆོས་སྒྲོན་དང་མའི་བུ་སྒྲོ་ལྟན།



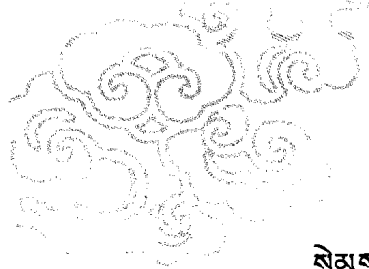
ལྷན་དག་གི་ཕྱི་དྲུང་།

ཤེས་རིག་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆེ་བ་བརྗོད་པ།

གཙོད་པ་དོན་གྲུབ།

མ་རིག་ལྷན་པ་སེལ་ལ་འཇིག་རྟེན་མིག།
མ་ནོར་ལམ་བཟང་སྟོན་ལ་མཁས་པའི་དབང་།།
གདུལ་བྱ་ཁྱི་སྟོང་སྟོང་ལ་མ་མ་བཞིན།།
དྲིན་ཅན་སློབ་དཔོན་དམ་པར་གྲུས་པས་འདུད།།

སྟན་པའི་རྒྱན་གྱི་དྲི་མེད་ལེགས་བཤད་གསུང་།།



མེས་ཅན་མ་ལུས་རིས་མེད་སྒྲིང་བའི་ཐུགས།
 གཤམ་པའི་དཔལ་གྱི་གཟི་འོད་འཆེར་བའི་སྒྲ།
 གཞར་ཡང་ཁོ་བོའི་སྒྲིང་ཁའི་དབུས་སུ་བཞུགས།

ཁོ་བོས་ཡུན་རིང་བསགས་པའི་ཉམས་སྒྲིང་དང་།
 བསྐྱད་མེད་ལྷག་བསམ་དག་པའི་ཀུན་སྒྲིང་གིས།
 གསར་སྐྱེས་གཞོན་ནུ་ཆོགས་ལ་སྒྲིང་གི་གཏམ།
 རིས་མེད་བརྗོད་པ་རེ་ཞིག་གསན་པར་འཆའ།

ཤེས་རིག་ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་ཡན་འབྲས་དག།
 གང་ཟག་སུས་ཀྱང་ངག་ལས་བརྗོད་སྤྲུལ་ཡང་།
 རང་རྒྱུད་ངོས་ལ་ཤེས་བྱའི་ཚུ་སྐྱེས་ཆོགས།
 ལྷག་པར་བཞད་པའི་སྐྱེས་བྱ་ཤིན་ཏུ་དཀོན།

རིན་ཆེན་གསེར་དཔུལ་རིན་ཐང་ཆེན་ཡང་།
 ཀུན་དགའ་དོན་གྲུབ་ཡོད་ན་སུར་ཡང་ཐོབ།
 བརྒྱ་ཡག་རིག་གནས་མིག་གིས་མཐོང་སྤྲུལ་ཡང་།
 འཁྱར་ལྷན་སུས་ཀྱང་ཉོ་ཐབས་ག་ལ་མཆིས།

དེ་བཞིན་ཡོན་ཏན་པ་ལ་བཅི་མཐོང་དང་།
 ཤེས་རིག་ཀུན་གྱི་མཐོ་སར་འཛིག་པ་འདི།
 ད་ལྟའི་དབང་འཛིན་དཔོན་གྱིས་ལས་ཤེས་དང་།



གནའ་རབས་བོད་ཁྱིམ་ས་བཅུ་དྲུག་ལས་ཀྱང་གསལ།

འབྱོར་ལྡན་པ་ལ་གཅམ་གསག་ངོ་དགའ་དང་།

ཡོན་ཏན་པ་ལ་མཐོང་རྒྱུད་པ་ཡི།

མགོ་འཛིན་དཔོན་གྱི་གོ་གནས་རབ་མཐོ་ཡང་།

ཀུན་ལ་ཕན་པའི་འབྲས་བུ་སྒྲིན་མི་སྲིད།

རང་གི་རྒྱུད་ལ་ཡོན་ཏན་མ་འབྱོར་པའི།

སྒྲེ་བོའི་བྱི་རྒྱུ་མཛེས་ཀྱང་ག་ལ་ཕན།

དེ་བཞིན་གོམ་ལག་མེད་པའི་འདྲོ་བ་ཡི།

སྒྲ་ཆ་མཛེས་ཀྱང་མགྲོགས་དར་ཐོབ་མི་དཔེ།

དེང་གི་འཁོར་སྐར་གནམ་ལ་གཏོང་བ་དང་།

འཕྲུལ་ལྡན་སྒྲིགས་མདའ་སྒྲིང་བཞིར་འཕེན་པ་སྟགས།

ཀུན་གྱང་ཤེས་རབ་རྩལ་ལས་ཐོན་པས་ན།

རིག་པའི་ཡོན་ཏན་མ་སྦྱངས་ག་ལ་ཆོག།

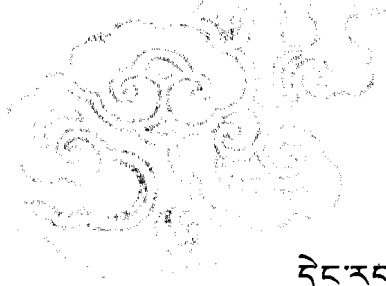
ནམ་དཔྱད་སྒྲོ་གྲོས་ཡངས་པའི་མཁས་དབང་ནམས།

བཟང་བྱ་སྟོང་ཕྲག་བཞུགས་པའི་དཔེ་མེད་ཀྱང་།

ཁོང་ཆོས་གནད་པའི་སྒྲ་མེད་མཛད་རྗེས་དག།

བསྐལ་བརྒྱུར་བྱུང་པ་སྲུས་ཀྱང་བསྟོན་དུ་མེད།





དེང་རབས་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ལྟར་ན་ཡང་།
 དཔལ་འབྱོར་འཛིན་པའི་དཔོན་རིགས་རབ་ཏུ་མང་།
 རིག་གནས་སློབ་གསོ་རྒྱུད་པའི་ནམ་དཔྱད་ཅན་།
 བརྒྱ་ཕྲག་ལས་ཀྱང་གཅིག་དང་གཉིས་ཅམ་མོ།

དཔལ་འབྱོར་ཤེས་རིག་སླེལ་བའི་དུས་རབས་འདིར་།
 འཛམ་གླིང་ཀུན་གྱི་འགྲན་ཚོད་གཙོ་བོ་རྟེ།
 ཤེས་རིག་དང་ནི་ཤེས་ལྡན་མི་རྣམས་།
 བཟང་ངན་མཆུག་མཐའི་རྒྱལ་པམ་ཆད་གཞི་ལགས།

རྗེས་ལུས་ནམ་པ་ལྟར་དུ་རབ་བསྐྱུར་ཅིང་།
 ཚན་རིག་ལག་ཅེས་ཡོངས་སུ་དར་འདོད་ན།
 འབྲལ་དུ་རིག་པའི་གནས་ཀྱི་སྒྲིལ་མའི་ནང་།
 འཇུག་པར་གྱིས་ཤིག་བྱ་རྒྱུ་ཆོད་པོ་ལགས།

འཛིག་རྟེན་འཆོ་བའི་ཁོད་ཀྱི་དཀའ་བའི་གནད།
 ཁྱིེ་འབྲམ་གངས་ཀྱིས་བཅིངས་པའི་སྒྲིལ་བྱ།
 འབྱེད་བྱེད་ཤེས་རིག་ལྡེ་མིག་ལགས་པས་ན།
 རིག་པའི་གནས་ལ་མི་འཇུག་སྐྱེ་བོ་སུ།

རྒྱ་བྲལ་མཁས་པའི་གཏམ་གྱི་རལ་གྱི་ཡིས།
 མེམས་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་མཐུད་བརྒྱ་བཀྲོལ་བར་ཅུས།