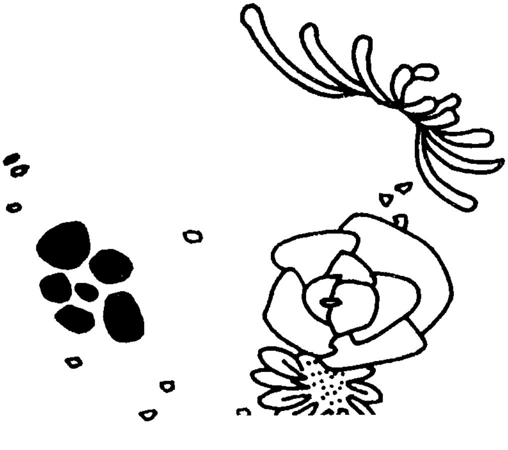
ཁྲི་རྒྱལ་གྱི་གཏམ་དཔེ་བདམས་བསྒྲིགས།

མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་གཏམ་དཔེ་བདམས་བསྒྲིགས།



མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

本书根据广西人民出版社 1980 年 12 月第 1 版广西第 2 次印刷本翻译出版。

དཔེ་འདི་ནི་ཀོང་ཞི་མི་དམངས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གི་ 1980 ལོའི་ ཟླ་ 12 པའི་ པར་ གཞི་ 1 པོ་ཀོང་ ཞིའི་ པར་ཐེངས་ 2 པ་གཞིར་བཟུང་སྟེ་བསྒྱུར་ནས་བསྐྲུན་པ་ཡིན།

ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་གཏམ་དཔེ་བདམ་བསྒྲིགས།

ཅང་ཧྲང་དང་ལེ་ལེས་བསྒྲིགས་པ།

*

ཏ་མགྲིན་རྡོ་རྗེས་བསྒྱུར་པ།

རྡོ་རྗེ་རྒྱལ་པོས་ཞུ་དག་བཏང་བ།

དཔེ་སྒྲིག་འགན་འཁུར་པ། ཚེ་རྒྱལ།

མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གིས་བསྐྲུན་པ།

1984 ལོའི་ཟླ་ 9 པར་པར་གཞི་ 1 པོ་བསྒྲིགས་པ།

1984 ལོའི་ཟླ་ 9 པར་པེ་ཅིན་ལ་པར་ཐེངས་ 1 པོ་བརྒྱབ་པ།

དེབ་རེར་སྒོར་ཟུར་ 2 སྐར་ 7

外国谚语选辑

江 枫　韦 苇编

（藏 文）

丹真多杰　翻译

多吉杰博　校定

责任编辑　才杰

民族出版社出版　新华书店发行

民族印刷厂印刷

787×1092 毫米1/32 印张：5 3/8

1984 年 9 月第 1 版

1984 年 9 月北京第 1 次印刷

印数：0001—3,000册　定价：0.27元

书号：M 10049(3)72

འགོ་བརྗོད།

གཏམ་དཔེ་ནི་ལེགས་བཤད་ལྷ་བུའི་ཚིག་གི་སྦྲུས་པ་བསྡུས་ཤིང་དོན་གྱི་སྙིང་པོས་ཕྱུག་པའི་ཚིག་ཕྲང་ཞིག་ཡིན་ལ། མི་དམངས་ཀྱི་ངག་རྒྱུན་རྩོམ་རིགས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། དེ་ནི་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ལག་ལེན་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་སྟབས། དེའི་ཐོག་ནས་མི་དམངས་ཀྱི་འཚོ་བ་དང་འཐབ་རྩོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གསལ་པོར་མཚོན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། འཛམ་གླིང་ཐོག་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་མི་དམངས་ཚང་མར་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་འཚོ་བའི་གནས་ཚུལ་མཚོན་པའི་གཏམ་དཔེ་མང་པོ་ཡོད་ཅིང་། དེས་སྐད་ཆ་ཏ་ཅང་གནད་ལ་འཁེལ་བ་དང་སྙིང་དུ་བསྡུས་ཤིང་ཁ་མཚར་གྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་སྐབས་ངེས་ཅན་ཞིག་རིང་གི་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་། ཉམས་མྱོང་། ཀུན་སྤྱོད་སྐོར་སོགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བརྒྱུད་བསྒྲགས་བྱས་ཐོག མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་བློ་རིག་རྣོན་པོ་རལ་གྲི་ལྟ་བུ་དེ་སྙིང་བསྡུས་ཚད་མཐོན་པོ་ཞིག་བྱས་ཡོད་པས་མི་རྣམས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ནང་གི་ཤེས་བྱ་ཀུན་འཛོམས་ཤིག་ཆགས་པ་རེད། དེར་བརྟེན་མི་རྣམས་ཀྱིས་སྔར་ནས་བཟུང་གཏམ་དཔེ་ལ་བརྩི་མཐོང་ཆེན་པོ་བྱས་པར་མ་ཟད། ཡིད་ཚིམས་པའི་སྒྲ་ནས་ཁས་ལེན་ཀྱང་བྱས་པ་དཔེར་ན། ཨོ་གླིང་གི་གཏམ་དཔེའི་ནང“གཏམ་དཔེར་ཆགས་པའི་སྐད་ཆ་རྣམས།། གནས་ལུགས་མེད་པའི་ཚིག་ཅིག་མིན”། །ཞེས་བརྗོད་པ་དང་། ལེ་ཉིན་

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

ཀྱིས་ཀྱང་གཏམ་དཔེ་ནི“ང་ཚོའི་དུས་རབས་འདིའི་མི་དམངས་ཀྱི་བསམ་རྩལ་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པར་ད་ཅང་མཁོ་ཞིང་གལ་ཆེ་བའི་དཔྱད་གཞིའི་ཡིག་རིགས་ཤིག་རེད”ཅེས་གསུངས་ཡོད། མི་རིགས་ལ་ལས་གཏམ་དཔེ་ལ་ད་ཅང་དང་དོད་བྱས་ཏེ་གཏམ་དཔེས་ཟས་ཀྱི་བྲོ་བ་འདོན་པར་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་སྣ་ཁ་ལྷ་བུའི་ནུས་པ་ཐོན་གྱི་ཡོད་པས“སྐད་ཆའི་ཉིང་ཁུ་ཡིན”ཞེས་བསྔགས་བརྗོད་བྱེད་ཀྱི་འདུག གཏམ་དཔེར་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་དང་གཏམ་དཔེར་དགའ་བའི་མི་དེ་བས་མང་བ་ཞིག་གིས་གཏམ་དཔེ་ནི་དེང་སྐབས་དང་མི་རབས་རྗེས་མ་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་རིག་དང་བློ་གྲོས་སྤེལ་བྱེད་སྐད་ཆའི་སྙིང་ཁུར་བརྩིས་ནས་ཕྱོགས་བསྡུས་དང་། གུང་སྤྲིག དཔེ་སྐྲུན། འགྲེམས་སྤེལ་བཅས་བྱས་པ་དང་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་རང་རྒྱལ་གྱི་ཀློག་པ་པོ་རྣམས་ལ་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་གཏམ་དཔེ་འགའ་རེ་མཚམས་སྦྱོར་བྱེད་རྒྱུ་ནི་དོན་སྙིང་ལྡན་པའི་ལས་ཀ་ཞིག་རེད།

དོན་དངོས་སུ་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་མི་རིགས་སོ་སོའི་བར་དུ། དུས་སྔ་མོ་ཞིག་ནས་རིག་གནས་དང་བསམ་བློ་བརྗེ་རེས་བྱེད་རྒྱུན་ཡོད་པས་བསམ་བློ་བརྗེ་རེས་བྱེད་པའི་ཡོ་བྱད་ཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་གཏམ་དཔེ་ཡང་དུས་སྔ་མོ་ཞིག་ནས་བརྗེ་རེས་བྱེད་རྒྱུན་ཡོད་པ་རེད། དུས་ད་ཅང་སྔ་མོ་ཞིག་ནས་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་གཏམ་དཔེ་ཁག་ཅིག་རང་རྒྱལ་དུ་ཡོངས་ཁྱབ་ཏུ་དར་བར་མ་ཟད། སྨིན་གསར་བརྗེའི་འཐབ་རྩོད་ནང་དུའང་བསྟན་དུ་མེད་པའི་ནུས་པ་ཐོན་པ་དཔེར་ན།

ཤེས་ཡོན་ནི་སྤོབས་ཤུགས་ཀུན་གྱི་འབྱུང་རྩ་ཡིན།།

བཟང་ལ་བཟང་ལན་དང་ངན་ལ་ངན་ལན།།

དགྲ་ལ་བྱམས་པའི་སྤྱོད་པ་དེ།།
དམངས་ལ་སྨུག་གི་བྱུར་འདྲེན་ཡིན།།

ཀུན་གྱིས་ང་ཡི་དོན་སྒྲུབ།།
ང་ཡིས་ཀུན་གྱི་དོན་སྒྲུབ།།

ཅེས་པ་སོགས་དེང་སྐབས་ཀྱང་སྔར་བཞིན་འགྱུར་བ་མེད་པར་མི་རྣམས་ཀྱི་ངག་རྒྱུན་དུ་ཁྱབ་ནས་ཡོད། ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་གཏམ་དཔེ་འདི་དག་རང་རེའི་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཆའི་ནང་དུ་ཆ་མཚོན་ན་སྙིང་བཅུད་ཁ་སྣོན་ལྷ་བུའི་ནུས་པ་ལྡན་ཞིང་། "ཕྱི་བཟང་ཀུང་སྤྱོད"ཀྱི་ཚ་དོན་ལྟར་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་གཏམ་དཔེ་མང་ཙམ་ཞིག་ཚུར་བསྒྱུ་ལེན་བྱས་ན་རང་རེའི་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཆའི་བང་མཛོད་དེ་བས་ཀྱང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་སུ་གཏོང་ཐུབ་པ་ནི་ཐེ་ཚོམ་མེད་པ་ཞིག་རེད།

དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་གཏམ་དཔེ་ནི་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ནང་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་དེའི་ནང་ནས་མི་དམངས་ཀྱི་བསམ་བློའི་བརྗེ་དུང་དང་འཚོ་བའི་ཉམས་མྱོང་མཚོན་གྱི་ཡོད་པར་བརྟེན་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་གཏམ་དཔེ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་དོན་དང་རྣམ་པའི་ཐད་ཀྱང་གཅིག་འདྲ་པོ་ཡིན་པ་ནི་མི་རྣམས་ཏ་ལས་དགོས་པ་ཞིག་རེད། མཚོན་ཚུལ་ཐད་ལའང་རང་རྒྱལ་གྱི་གཏམ་དཔེ་དང་ཏ་ལམ་གཅིག་འདྲ་ཡིན་པ་དཔེར་ན།

ཉིན་གཅིག་གི་ལས་ཀ་འགྲུབ་མིན་དེ།།
ནངས་སྔ་མོའི་བཀོད་སྒྲིག་བྱ་བར་ཐུག །

སྨྱུག་མའི་སློས་པོས་ཆུ་བཙུས་ན།།
ཁ་ནུས་ལྕུག་ཀྱང་ཞབས་ནས་འཇག །

ལྷུགས་ཚ་པོར་རྡུང་།།

ཕོ་བའི་རྒྱུ་ནི་བསྐྱུ་ཐབས་མེད།།

རྟ་ལམ་གྲོག་མས་མི་འཁོག །

སྐོག་རྫུས་གསང་རྒྱུ་དམ་ན་ཡང་།།

ཟུར་ཉན་རྣ་བ་ཐག་ན་ཡོད།།

ཡོན་ཏན་ཆེན་པོ་ལྡན་པའི་མི།།

ཕྱི་ནས་བལྟས་ན་གླུན་པོའི་ཚུལ།།

རང་གི་ཕོ་བ་རྒྱགས་ན།།

གཞན་གྱི་བཀྲེས་སྐོམ་མི་དྲན།།

ཞེས་པ་སོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་གི་གཏམ་དཔེ་འདི་རིགས་མ་གྲོས་གཅིག'' མཐུན་དུ་གྱུར་འདུག དེའི་ཐོག་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་མི་དམངས་ཀྱིས་འཚོ་བ་དང་འཐབ་རྩོད་ལ་ལྟ་སྟངས་གཅིག་མཐུན་འཛིན་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། སོ་སོས་བཤད་ཚུལ་ཡང་འདྲ་པོ་ཞིག་སྤྱོད་པ་དེ་མཚོན་གྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་གཏམ་དཔེ་མང་ཆེ་བའི་ཡོ་བ་རང་རེས་ཀྱང་ལོན་ཐུབ་པར་མ་ཟད། དེ་རྣམས་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཏེ་རང་རེའི་བསམ་བློ་མཚོན་བྱེད་ཡོ་བྱད་ཀྱང་བྱེད་ཐུབ་པ་གསལ་པོ་རེད།

གོང་གསལ་གྱི་ངོས་འཛིན་ཐོག་ནས་བཤད་ན། རང་རེས་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་གཏམ་དཔེ་མཚམས་སྦྱོར་དང་། ཡིག་སྒྱུར། རྒྱུད་བསྒྲགས་སོགས་བྱས་པར་དགེ་མཚན་ལྡན་པའི་དོན་སྙིང་དང་སྣང་མེད་བྱེད་མི་རུང་བའི་ནུས་པ་ཡོད་པ་རྟོགས་ཐུབ། དེར་བརྟེན་ལོ་ཉི་ཤུ་ལྷག་ཙམ་རིང་ང་ཚོས་འཚོལ་སྡུད་བྱས་པའི་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་གཏམ་དཔེ་མང་པོའི་ནང་ནས་ཞིབ་འདེམས་བྱས་པ''''

ཕུད། དེའི་ཐོག་སློ་མཐུན་ལེ་ལེས་ཨུ་རུ་སུ་དང་དབྱིན་ཇིའི་སྐད་གཉིས་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་འགའི་ནང་ནས་ཁག་ཅིག་འདེམས་སྒྲུར་བྱས་པ་དང་། སློ་མཐུན་ཅང་རྒྱིང་གིས་རི་པིན་གྱི་གཏམ་དཔེ་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་ཀྱི་ནང་ནས་ཁག་ཅིག་འདེམས་སྒྲུར་བྱས་པ་རྣམས་བསྣན་ཅིང་། ཚན་ཁག་བགོས་ནས་ཕྱོགས་སྒྲིག་བྱས་ཏེ་ཀློག་པ་པོ་རྣམས་ལ་དཔྱད་གཞིའི་ཚུལ་དུ་ཕུལ་བ་ཡིན།

གཏམ་དཔེ་ནི་མི་དམངས་ཀྱི་ངག་རྒྱུན་གྱི་རྩོམ་རིགས་ཤིག་ཡིན་ཡང་མང་ཚོགས་ཀྱིས་དེར་གཉིང་འཇོག་ཚད་ཏ་ཅང་མཐོན་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དཔེར་ན། ཨུ་རུ་སུ་མི་དམངས་ཀྱིས"གནའ་བོའི་གཏམ་དཔེ་དེ། །ནམ་ཡང་སུན་འབྱིན་བྱེད་མི་ཐུབ། །"ཅེས་པ་དང་། "གཏམ་དཔེས་མི་ལ་མགོ་སྐོར་གཏན་ནས་གཏོང་མི་སྲིད"ཅེས་པ་ལྟ་བུ་རེད། འོན་ཀྱང་དེ་དག་ཚང་མས་ངལ་རྩོལ་མི་དམངས་ཀྱི་ཚབ་བྱས་ཏེ་འཚོ་བ་དངོས་ལ་རྟོག་དཔྱོད་བྱེད་པ་ཞིག་མ་རེད། གཏམ་དཔེ་ལ་ལར་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་འགལ་རྐྱེན་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་པ་དང་ཆབས་ཅིག དར་ཁྱབ་འགྲོ་བའི་དུས་དང་རྒྱུད་རིམ་རིང་པོའི་ནང་གྲལ་རིམ་དང་རིམ་གྲས་སོ་སོའི་བསམ་བློའི་ཤུགས་རྐྱེན་ཐེབས་པའི་དབང་གིས། མི་དམངས་ལ་ངོ་ལོག་བྱེད་པའི་ལྟ་ཚུལ་ལམ། བསམ་བློ་རྗེས་ལུས་དང་ལྟ་བ་རྗེས་ལུས་ཀྱང་རྟག་པར་མཚོན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་དེ་དག་སྐད་ཆའི་ཡོ་བྱད་དུ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་སྐབས་དབྱེ་ཞིབ་དགག་སྒྲུབ་བྱས་ནས་ཡར་ཐོན་གྱི་སྙིང་བཅུད་རྣམས་དར་སྤེལ་དང་། རྗེས་ལུས་ཀྱི་སྙིགས་མ་རྣམས་ཕྱིར་འབུད་བྱེད་དགོས་པ་ལས། ཡོངས་རྫོགས་བསྟུ་ལེན་བྱེད་མི་རུང་།

ཡིན་ནའང་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་བལྟས་ན་གཏམ་དཔེ་ནི་མི་དམངས་མང་

ཚོགས་ཀྱིས་འཚོ་བའི་ལག་ལེན་ཕྱོགས་སྡོམ་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡུན་ནས་ཡུན་དུ་མི་རྣམས་ཀྱི་ངག་རྒྱུན་དུ་གནས་ཏེ་སྐད་ཆའི་ནང་དོན་ཇེ་ཟབ་དང་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་ནུས་ཤུགས་ཇེ་ཆེར་གཏོང་ཐུབ་གཤིས། དེ་དང་མཉམ་དུ་དེ་དར་ཁྱབ་འགྲོ་བའི་དུས་རིམ་ནང་མུ་མཐུད་ནས་དག་བཅོས་དང་། སྙིང་བསྡུས་འཐུས་ཚང་། ཕུན་ཚོགས་བཅས་ཡོང་བར་བརྟེན། དུས་རབས་ཀྱི་འཕེལ་ཕྱོགས་དང་བསྟུན་ནས་གོང་འཕེལ་དང་མདུན་སྐྱོད་བྱེད་ངེས་ཡིན། འདི་ནི་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མེ་ཏོག་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ཨོཙུ་གླིང་གི་གཏམ་དཔེ་ཞིག་གི་ནང་བཤད་པ་ལྟར།།

གཏམ་དཔེའི་མཛེས་ལྡན་མེ་ཏོག་དེ།།
མི་ཉམས་ཡུན་རིང་བཞད་པར་ངེས།།

རྩོམ་སྒྲིག་པ་ནས།
1980 ལོའི་ཟླ་ 3 པར།

དཀར་ཆག

འགྲོ་བརྗོད། …………………………………………… (1)

སྤྲིན་ནག་ཆོམ་བུ་གཅིག་གིས། །ཉི་མའི་འོད་ཟེར་མི་ཁེབས། །… (1)

ཆོད་སེམས་ཅན་ལ་མདུན་ལམ་ཐོབ། །བརྩོན་འགྲུས་ཅན་ལ་འབྲས་བུ་ཐོབ། ། …………………… (17)

ཆར་པས་བངས་པའི་མི་དེ། །རྦ་མཚོའི་ཟིལ་པར་མི་འཛེམ། ། …………………………………… (34)

སུ་ཡིས་དཀའ་བ་མ་ཞེས་ན། །དེ་ཡིས་སྡུང་བ་ཞེས་པ་མིན། ། …………………………………… (46)

སྐུད་པ་ཁྲིམ་པོར་བསྒྲིམས་ན། །སེང་གེ་བཀྱིགས་ཀྱང་མི་འཆོར། ། …………………………………… (55)

བྱ་མཛེས་པའི་སྒྲོ་མདངས་ཕྱི་ན་ཡོད། །མི་མཁས་པའི་ཤེས་ཡོན་ཁོག་ན་ཡོད། ། …………………… (63)

ཤེས་རབ་ནི་ཤེས་ཡོན་ལས་བྱུང་བའི་ནོར་བུ་ཡིན། ………… (81)

དུས་རབས་དང་བསྟུན་སྒྱུར་མཁན་དེ། །ནམ་ཡང་མི་རྒས་གཞོན་པར་གནས། ། …………………… (93)

ལག་ལེན་ནང་གི་ཉམས་མྱོང་ནི། །རྙེད་དུ་བྱུང་བའི་དགེ་རྒྱན་ཡིན། ། …………………………………… (98)

此为试读,需要完整PDF请访问: www.ertongbook.co

བྱ་བ་ཐབས་ཆག་ཐེངས་བརྒྱ་བྱས་པ་ལས། །བསམ་གཞིགས་
ཟབ་མོ་ཐེངས་གཅིག་བྱས་པ་དཀའ། ། ………………(106)

ངལ་རྩོལ་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་དེ། །ཤིང་ཏོག་ཀུན་ལས་
ཞིམ་མངར་ཆེ། ། ………………………………(113)

མཚན་མོའི་མུག་ནག་ནང་དུའང་། །འོ་མ་ནི་སྔར་
བཞིན་དཀར་པོ་ཡིན།…………………………………(122)

གསེར་བཙོ་ན་མེ་ཆེན་ཐབ་ལ་བཞུས། །མིའི་བཟང་ངན་
དམ་ཚིག་སྲུང་བར་ཤོས། །……………………………(135)

སྐྱེ་བོ་རེ་རེ་ཚང་མ་ནི། །རང་ལ་བདེ་སྐྱིད་སྐྲུན་མཁན་
ཡིན། །………………………………………………(145)

ཆུ་འགོའི་འབབ་ཆུ་གཅོད་མི་ཐུབ། །བརྩེ་བའི་སེ་ལྡེ་
གསོད་མི་ཐུབ། །……………………………………(153)

སྤྲིན་ནག་ཚོམ་བུ་གཅིག་གིས།།
ཉི་མའི་འོད་ཟེར་མི་ཁེབས།།

བདེན་པའི་ལུགས་དེ་སྤུ་གྲི་རྣོན་པོ་འདྲ།།

—ཨ་ལ་པོ།

ལག་ལེན་བྱེད་པའི་ནང་ནས།།
བདེན་དོན་ཐོབ་ཐབས་བྱེད་དགོས།།

—དབྱིན་གོ

བདེན་དོན་དངོས་ནི་བསམ་འཆར་སྣ་ཚོགས་པ།།
བསྲེགས་བཙད་བཛར་བའི་རྗོད་བསྒྱུར་བྱས་ནས་བྱུང་།།

—ཟླ་གོ

བདེན་དོན་རང་ལ་ཡོད་གྱུར་ན།།
མཐའ་ཚིག་མང་པོ་འཛོག་དགོས་མེད།།

—ཁྲུར་ཅི།

བྱ་རྒོད་པོའི་མིག་ལམ་སླུགས་པས་མི་འཁོག།

བདེན་དོན་གྱི་འོད་ཟེར་བཀབ་པས་མི་ནུབ།།

—ཨོ་ཁྲུ་སྒྲིང་།

བདེན་དོན་ནི་ཁབ་རྩེ་འདྲ་བས།།

ཁུག་མའི་ནང་དུ་བསྡུ་ཐབས་མེད།།

—ལུ་ཙུ་སུ།

བདེན་དོན་དགུང་གི་ཉི་མ་འདྲ།།

ལག་པའི་སྲུར་མོས་འགེབས་མི་ཐུབ།།

—ཆི་སྒྲིང་།

དྲང་བདེན་སློ་མོ་འཕྱིད་བྱེད་ཀྱི།།

ལྕེ་མིག་ཇོ་མ་བདེན་དོན་ཡིན།།

—ལུ་ཙུ་སུ།

བདེན་དོན་གཙང་པོའི་བཞུར་རྒྱུ་ནི།།

ལག་ལེན་བྱས་པའི་རྫུལ་རྒྱུ་ཡིན།།

—ཨོ་ཁྲུ་སྒྲིང་།

བདེན་པ་རང་ལག་ཡོད་ན།།

འདྲི་གཅོད་བྱེད་པར་མི་སྐྲག།

—ལ་ཧྲིང་མེ་སྒྲིང་།

བདེན་དོན་དྲག་གནོན་བྱེད་སྲིད་ཀྱང་།།

རྩ་མེད་གཏོང་ཐབས་གཏན་ནས་མེད།

—ཏེ་གོ

བདེན་དོན་བཀག་འགོག་བྱེད་པ་དེ།།
སྒོ་ང་རྡོ་ལ་བརྒྱབ་དང་མཚུངས།།

—ཨུ་རུ་སུ།

བདེན་དོན་དང་ལྡན་ཙིག་གནས་པ་དེ།།
བདེ་སྐྱིད་དང་ལྡན་ཙིག་གནས་པ་ཡིན།།

—ཨ་ལ་བོ།

གསེར་ནི་ཆུ་ཁར་མི་འཁུར་བཞིན།།
བདེན་དོན་ནུབ་ཏུ་འཛུག་ཐབས་མེད།།

—ཨུ་རུ་སུ།

བདེན་དོན་ནི་མི་དྲང་པོ་རྣམས་ཀྱི་ལས་རོགས་ཡིན།།

—ཨ་ལ་བོ།

རིན་ཆེན་སྨུ་ཏིག་ཡིན་ན།།
གང་དུ་བཞག་ཀྱང་འོད་འཚེར།།

—བྲུར་ཆི།

ཧོ་ཧྲེ་ཕ་ལམ་ས་ཡིས་བཏུམ་ཡང་།།

དེ་ཡི་གཟི་འོད་ཕྱི་ལ་མངོན་འོང་།།

—ཁྲོ་ཞན།

རལ་གྲི་བཟང་པོ་ཀུག་མི་སྲིད།།
གསེར་ལ་བཙའ་རྒྱག་མི་སྲིད།།

—ཨུ་ཙུ་སྒྱུ།

གསེར་བཟང་ངན་མེ་ལ་བསྲེགས་ན་ཤེས།།
ཤིང་བཟང་ངན་རླུང་ཆེན་ལངས་ན་ཤེས།།

—ཅན་ཕུའུ་ཀྲའེ།

གསེར་ལ་དྲི་མས་གོས་ན་ཡང་།།
དེ་ཡི་རིན་ཐང་ཉམས་མི་སྲིད།།

—བྲུར་ཆི།

གཡང་ཤིར་གས་ཆག་ཤོར་ཡང་།།
སྔར་བཞིན་ནོར་བུ་ཡོས་ཡིན།།

—ཧི་ཕིན།

སྤ་ཏི་བསྐུམས་ནས་བཞག་ན་ཡང་།།
དེ་ཡི་དྲི་ཞིམ་ཀུན་ཏུ་འཐུལ།།

—ཐ་ཅི་ཁེ།

སྤྲིན་ནག་ཚོམ་བུ་གཅིག་གིས།།
ཉི་མའི་འོད་ཟེར་མི་ཁེགས།།

—ལ་ཏིང་མི་གླིང་།

ཉི་མའི་འོད་ཟེར་འགེབས་མི་ཐུབ།།
བདེན་དོན་མེ་ལྕེ་གསོད་མི་ཐུབ།།

—ཡ་གླིང་།

གཉམ་ལ་དྭངས་དུས་འཐིབ་དུས་ཡོད་ནའང་།།
ཉི་མའི་འོད་ལ་གནོད་པ་ག་ལ་ཐོག།

—སྡེ་གླིང་།

ཉ་ཁ་གང་རྩང་མ་གང་རྩང་།།
ཟླ་བ་ཙིས་ཀྱང་ཟླ་བ་ཡིན།།

—དབྱིན་གོ

ཉི་མ་བཙོག་སར་ལྷུང་ནའང་།།
དེ་ཡི་སྐུ་མདོག་ནོགས་མི་སྲིད།།

—སྡེ་གླིང་།

ཉི་མར་མཆིལ་མ་བཏབ་པ་ན།།
འདེབས་པོ་རང་གི་ངོ་ལ་འབབ།།

—ཞི་པན་ཡ།

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.co