

སྒྲན་དཔེ་ཙ་ཆེན་ཚུགས་བསྐྱེགས། (དེབ་བརྒྱ་པ)

སྒྲན་རིས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་།
(༣)

མཆོ་སྒྲན་མི་རིགས་དཔེ་སྒྲན་ཁང་།

“十一五”国家重点图书出版资助项目

མདོ་དབྱུས་མཐོ་སྒང་གི་སྒྲན་རིས་
གསལ་བའི་མེ་ལོང་།

མཚོ་སྒྲན་མི་རིགས་དཔེ་སྒྲན་ཁང་གིས་བྲིས་སྐྱར་བྱས།
དེབ་གསུམ་པ།

མཚོ་སྒྲན་མི་རིགས་དཔེ་སྒྲན་ཁང་།

图书在版编目 (CIP) 数据

青藏高原药物图鉴. 3: 藏文/ 青海民族出版社编译.
—西宁: 青海民族出版社, 2009. 1 (2013. 3重印)
(藏医学经典荟萃: 10)
ISBN 978-7-5420-1369-9

I. 青… II. 青… III. 青藏高原—藏药—图谱 IV.
R291.4-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第006052

藏医学经典荟萃(十) 青藏高原药物图鉴(3)

青海民族出版社编译



青海民族出版社·中国(青海省西宁市同仁路10号 810001)

销售热线/0971-6123221

咨询电话/0971-6138933

E-mail/qhmzcbbs@sohu.com

网址/www.qhmzcbbs.com

责任编辑/扎加

装帧设计/王小剑

责任印制/尤秋花

发行/青海民族出版社出版发行部

经销/新华书店

印制/青海民族印刷厂

开本/850mm×1168mm 1/32 插页/4 字数/160千

印张/9.375

印数/1 501—2 500

版本/2009年1月第2版

印次/2013年3月第2次印刷

书号: ISBN978-7-5420-1369-9(民文) 定价: 14.00元

版权所有 侵权必究

如发现印、装问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。

དཀར་ཆག

- འུ་འུ་འུ་འུ་ཆན་ཁ་ཁ་ཁ་ཁ་ (1)
- དཔེ་ཆའི་གཞུང་དངོས་སུ་བཞོད་ཅོད་པའི་བྱ་རིགས་
 དང་སྟག་ཆགས་སུ་བཞེད་རིགས་ཀྱི་ལྷན་ཀྱི་ཆ་
 རྩ་ཆའི་མིང་། (4)
- སྟ་སྟ་བཟད་པ། (8)
- སྟག་ཆགས་སུ་བཞེད་རིགས་། (8)
- ཁུང་། (野驴) (8)
- ཟུར་བཞོད། བོང་གསེབ། (种公驴) (10)
- ཁ་ཁ (狍) (12)
- ཁུམ་པ། (狗獾) (15)
- ཁོ་བ། (原羚) (18)
- མ་བ། (麝) (20)
- གཉན། (盘羊) (23)
- ཉེ་མ། (艾虎) (26)
- ཉུག (虎) (29)
- རྩམ། (黑熊) (32)
- རྩེད་མོང་། (棕熊) (34)

ན།	(岩羊)		(37)
ཟུར་བཞོད།	ར་མ། (家山羊)		(40)
	ལུག། (绵羊)		(41)
ཐུང་གི།	(狼)		(43)
ཐེལ།	(猕猴)		(45)
པ་ལང་།	(须鼠耳蝠)		(48)
པག་ཚོད།	(野猪)		(50)
ཟུར་བཞོད།	པག། (家猪)		(53)
འཕར་བ།	(豺)		(55)
འཕྱི་བ།	(喜马拉雅旱獭)		(57)
བྱ་མ་བྱེུ།	(鼯鼠)		(60)
ཐག་གི་ཨ་བ།	(红耳鼠兔)		(62)
འབྲོང་།	(野牦牛)		(64)
ཟུར་བཞོད།	མུང་། (公黄牛)		(67)
	མཛོ། (公牦牛)		(68)
གཙོད།	(藏羚)		(69)
མ།	(狐)		(71)
གཟིག།	(金钱豹)		(73)
གཡི།	(猓猓)		(76)

རི་ཐང་།	(兔)	(78)
ག་བ།	(马鹿)	(80)
ལྷ་མ།	(水獭)	(84)
ལྷ་མོང་།	(香鼬)	(87)
བྱ་ཁྱི་རིགས་		(89)
ལྷ་ཀ།	(喜鹊)	(89)
ལྷ་ར་མོ།	(秋沙鸭)	(91)
ལྷ་ཏ།	(大嘴乌鸦)	(93)
ལྷ་བྱུག་	(大杜鹃)	(95)
ལྷ་ག་ན།	(灰沙燕)	(97)
ལ།	(大鹭)	(99)
ལྷ་ལྷ་ལྷ་དཀར་མོ།	(黑颈鹤)	(101)
ག་ཐོ།	(胡兀鹫)	(103)
ག་ལ་མོ།	(藏雪鸡)	(106)
ལྷ་ག་	(玉带海雕)	(108)
ལང་བ།	(疣鼻天鹅)	(110)
ལྷ་ར་བ།	(赤麻鸭)	(112)
ཙ་ཀ།	(小云雀)	(114)
ལྷ་ལ་ག་	(红嘴山鸦)	(116)

ཐུ་བྱིའུ། (河鸟)	(118)
མཆིལ་བ། (树麻雀)	(120)
ཏི་ཏི། (褐背地鸦)	(122)
མཐིང་རིལ། (白腰草鹞)	(124)
དེ་ཐ། (环颈雉)	(126)
ནེ་ཙ། (鸚鵡)	(128)
ཕུ་ཤུང། (戴胜)	(130)
ཕུག་རོན། (岩鸽)	(132)
ཕུ་ཚོང། (秃鹫)	(134)
ཕུ་རོག། (渡鸦)	(137)
ཁྲལ་བ། (鸢)	(139)
འུག་པ། (雕鸮)	(141)
ཤིང་རྩ་མོ། (绿啄木鸟)	(144)
མེ་བྱ། (鸬鹚)	(146)
ཕྱིག་པ། (斑翅山鹑)	(148)
ཕྱིན་བྱ། (长耳鸮)	(150)
ལྷ་འབྲུའི་རིགས།	(152)
ལྷན་རྒྱལ། (枕纹锦蛇)	(152)
ལྷིགས་པ། (青海沙蜥)	(154)

ཅངས་པ། (喜马拉雅鬣蜥)	(157)
ཆུ་སྐམ་གཉིས་གནས་རིགས།	(159)
སྐལ་པ། (中国林蛙)	(159)
ཉེ་རི་རིགས།	(161)
ཕག་རི་ཉ། (藏鲃)	(161)
གཙང་ཉ། (厚唇重唇鱼)	(164)
གཟེར་ཉ།(1) (花斑裸鲤)	(166)
གཟེར་ཉ།(2) (黄河裸裂尻鱼)	(168)
ཁྱིན་བྱའི་རིགས།	(170)
ཆ་ག་པ། (黄脊蝗)	(170)
བྱང་ཁ། (斑蝥)	(172)
བྱེ་ཉྩ་ཁ་པོ། (绢蝶)	(174)
བྱེ་མ་ལེབ་ཁེར་ཁ། (斑缘豆粉蝶)	(176)
ཁྲང་མ། (中华蜜蜂)	(178)
ཁྲུང་བཞོད།	(180)
དང་པོ། ས་གཞན་ན་ཡོད་པའི་ཁྲན་མའི་ཁྲག་ཆགས།...	(180)
གང་། (刺猬)	(180)
ཁྲང་ཆེན། (象)	(183)
ས་ལ། (高鼻羚羊)	(186)

མེད་ག། (獅)	(189)
པམེ་ཏུ། (犀牛)	(191)
མེ་ཏུ། (绿孔雀)	(193)
གཉིས་པ། མེན་མེན།	(195)
གཉིས་པ། བོད་ཀྱི་མེན་ཁམ་རྟ་ག་པའི་མེན་མེན།	(233)
པམི་པ། མེན་མེ།	(280)
མེ་པ། མེན་ཀྱི་མེན་མེན།	(283)
བོད་པ། བོད་པ་མེ་མེད་ཀྱི་མེན་པེ་མེ་གཙུག་མེ་པ།	(288)

ཁྱུ་བྱའི་དོན་ཆུན་ཁ་ཤས།

དང་པོ། དེའི་འདིར་སྒྲུབ་ཏུ་བཀོལ་བའི་སློབ་ཆགས་རིགས་⁷⁷
 (སློབ་ཆགས་སླབ་བཞིའི་རིགས་³³ ལྷ་རིགས་³¹ ལྷ་འགྲོའི་རིགས་³
 རྒྱ་སྐུ་གཉིས་གནས་རིགས་⁴ ཉ་རིགས་⁴ སྤྱི་བྱའི་རིགས་⁵) བཀོད་
 ཡོད། ས་གཞན་ན་མ་གཏོགས་མཐོ་སྒང་ཏུ་མེད་ཡུང་ས་འདི་ཏུ་སྒྲུབ་ཏུ་
 བཀོལ་བ་དར་ཆེ་ལ་ནད་ལ་ཕན་པ་འད་ཆེ་བའི་སློབ་ཆགས་ནམས་བྱར་.....
 གཏོགས་སླབ་ཀོད་ཡོད་པ་ཡིན། བོད་ཀྱི་གསེ་བ་རིག་པའི་གཞུང་ཏུ་
 རྒྱ་གསེ་བའི་ཕན་ལུས་ཟབ་མོ་ཡོད་པར་བཤད་ཡོད་ན་འད་ད་ཏུང་
 ཐག་མ་ཆོད་པའི་རིགས་ཁ་ཤས་དཔེ་དེའི་འདིར་བཀོད་མེད། དཔེར་
 བ་ལྷགས་ཤིག་དང་ཅངས་པ་རྒྱ་རིལ་ལྷ་བྱ་ཡིན།

གཉིས་པ། བོད་བཤད་སློབ་ཆགས་རིགས་ནམས་བོད་ཡིག་གི་
 ཀ་ཁའི་ཐུག་རིམ་ལྟར་བཀོད་པ་ཡིན།

གསུམ་པ། བོད་བཤད་སློབ་ཆགས་ཀྱི་མིང་གི་འོག་ཏུ་རབ་
 འབྲིང་ཐ་གསུམ་གྱི་རིམ་པ་གྲིས་ཡོད་པ་དང་། དེ་ནས་སློབ་ཆགས་
 རོས་འཛིན་དང་སྒྲུབ་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲན་བྱེད་ཚུལ་
 “ལུས་པ་དང་ཕན་ཡོན་བཅས་ཀྱི་རིམ་པ་ལྟར་རྒྱས་བཤད་བྱས་ཡོད།
 རབ་འབྲིང་ཐ་གསུམ་གྱི་བྱེད་པར་ནི་རྟོག་ཞིབ་བྱེད་སྐབས་སྒྲུབ་ཏུ་.....”

བཀོལ་བའི་རུས་པ་ཆེ་ཆུང་ལ་བརྟེན་ནས་ཐག་བཅད་པ་ཡིན།

བཞི་པ། “སྲོག་ཆགས་ངོས་འཛིན”ཀྱི་ལེ་ཆོན་ནང་ཏུ་སྲོག་
ཆགས་ཀྱི་དབྱིབས་དང་ནམ་པ། གནས་ས་དང་རྒྱ་སའི་ཡུལ་འཁོར།
འཆོ་བའི་གོམས་འདྲིས། གར་ཡོད་ཀྱི་ས་གནས་བཅས་རྒྱས་པར་
བཤད་ཡོད། འདིར་བཀོད་ཡོད་པའི་སྲོག་ཆགས་ཀྱི་གཟུགས་རིས་
ནམས་ནི་སྲོག་ཆགས་ཀྱི་དཔེ་གཟུགས་དངོས་དང་དེ་ལས་གཞན་……
པའི་དབྱུང་གཞི་ལ་བལྟས་ནས་རི་མོར་བཀོད་པ་ཡིན།

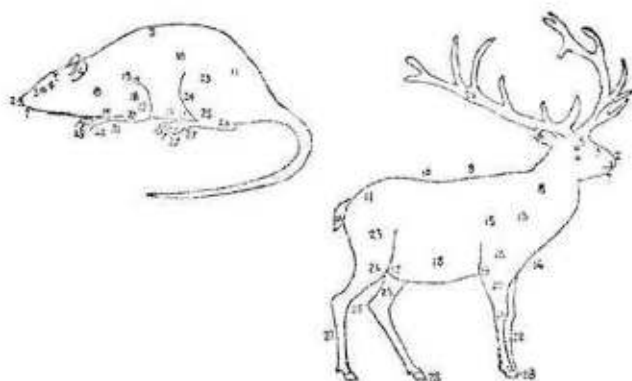
ལྔ་པ། “སྤྲོན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྤོན་བྱེད་ཚུལ་”
“རུས་པ་དང་སན་ཡོན”ཞེས་པའི་དོན་ཆོན་གཉིས་ནི། ས་དེ་གར་
དར་བའི་ཉམས་སྤྱོད་ལྟར་བྲིས་པ་ཡིན་ལ། རིགས་ལ་ལའི་ནང་ཏུ་རྒྱ་
སྤོན་ཀྱི་ལས་སྤོན་བྱེད་ཚུལ་དང་རུས་པ་དང་སན་ཡོན་བསྐྱན་པའང་ཡོད།

དྲུག་པ། དེ་བའི་འདིར་«སྤྲོན་སྦྱར»བཀོད་ཡོད་པ་ནམས་ནི་ནང་
གས་བ་དང་གཏིང་ཐབ་ཏུ་རྟོག་དཔྱད་བྱེད་པའི་དབྱུང་གཞི་ཡིན།
འཇལ་བྱེད་ཀྱི་ཕྱེ་ཆོན་ནི་རྒྱ་སྤོན་ཀྱི་ཆོད་ལྟར་རྒྱ་མ་གང་ལ་སྤང་བརྒྱ་
དྲུག་དང་སྤང་གང་ལ་ཞོ་བརྒྱ། ཞོ་གང་ལ་ཕུན་བརྒྱ་ཡིན།

བརྒྱན་པ། དཔེ་ཆ་འདིའི་མགོར་སྲོག་ཆགས་སྲུག་བཞི་དང་བྱ་
རིགས་ཀྱི་ཕྱི་དབྱིབས་མཆོན་པའི་དཔེ་རིས་དང་ཆོད་བཀོད་པ་ནི་…
སྲོག་ཆགས་ཀྱི་དབྱིབས་དང་ནམ་པ་ཆོག་གིས་བཤད་པ་གོ་ཐུབ་པར་
སན་ཆེད་ཡིན། འདིར་སྟོ་འགྲོའི་རིགས་དང་རྒྱ་སྤོན་གཉིས་གནས་

རིགས། ཉ་རིགས། སྤྱི་བུའི་རིགས་ཏ་ཅང་ཁྱད་སྟབས་ལྷན་གྱི་ཕྱི་
དབྱིབས་མཚན་པའི་དཔེ་རིས་ཀྱང་ཆོག་ཆོགས་སྤྱད་ཆེད་བྲིས་མེད།

དཔེ་ཆ་མི་གཞུང་དཀར་མེ་ཕུ་བཞོད་ཚད་བཟེ་
 བྱ་མེགས་དང་ཚྭ་ཆགས་ཕྱག་བཞིམི་
 མེགས་ཕྱི་ཕྱི་ཕྱི་ཆ་མེ་མེ་མི་མི་
 ཚྭ་ཆགས་ཕྱག་བཞིམི་མེགས་
 དང་མི་ ཕྱི་ཕྱི་ ཕྱི་ དཔེ་ཆ་མེ་ཕུ་བཞོད་ མེ་ཕུ་མེ་



1. མུ་ 2. མུ་ལ་བ་ 3. ཡ་མགལ་ 4. མིག་ 5. རྩེ་བ་ 6. རྩ་ 7. མ་མགལ་ 8. རྩ་
9. རྩ་ 10. རྩེ་བ་ 11. རྩེ་བ་ 12. རྩ་ 13. རྩ་བ་ 14. རྩེ་བ་ 15. རྩ་
16. རྩ་བ་ 17. རྩེ་བ་ 18. རྩེ་བ་ 19. རྩ་ 20. རྩེ་བ་ 21. རྩེ་བ་
22. རྩ་བ་ 23. རྩ་ 24. རྩ་ 25. རྩེ་བ་ 26. རྩེ་བ་ 27. རྩེ་བ་
28. རྩེ་བ་(རྩེ་བ་)

གཉིས་པ། ལུས་ཀྱི་ཕྱི་དབྱིབས་འཇལ་བྱེད་ཀྱི་ཚད།

1. ལུས་ཀྱི་ཕྱི་ཚད་ནི། སྔག་ཆགས་སྟག་བཞིའི་ལུས་པོར་
ལས་སྟོན་གང་ཡང་མ་བྱས་གོང་གི་ལུས་ཡོངས་ཀྱི་ཕྱི་ཚད་ཡིན།

2. ལུས་ཀྱི་རིང་ཚད་ནི། མཆུ་ནས་ར་ཅའི་བར་ཀྱི་རིང་ཚད་
ཡིན།

3. ར་ཅའི་རིང་ཚད་ནི། ར་ཅའི་རྟིང་བ་ནས་ཅེ་མོ་(སྤྱ་བཅིས་
མེད) བར་ཀྱི་རིང་ཚད་ཡིན།

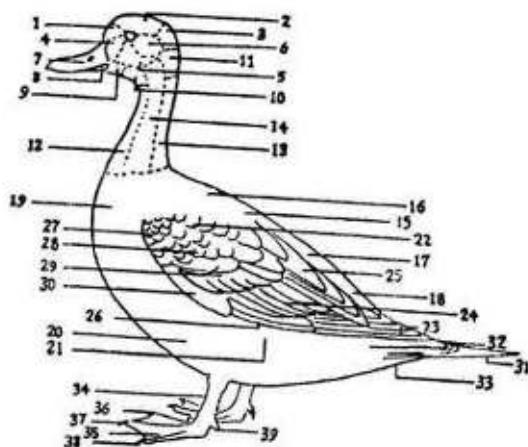
4. ཀླང་སྟག་གི་རིང་ཚད་ནི། ཀླང་ཉེའི་ལུས་མོ་ནས་ཀླང་པའི་
སྟེ་མོ་(ཐེར་མོ་བཅིས་མེད) བར་ཀྱི་རིང་ཚད་ཡིན། སྔག་ཆགས་ཟིག་
པ་ཅན་ཡིན་ན་ཟིག་པའི་སྟེ་མོར་སྤེབས་པའི་བར་བཅིས་ན་ཆོག

5. རྩ་བའི་རིང་ཚད་ནི། རྩ་བའི་རྟིང་བ་ནས་རྩ་བའི་ཅེ་མོ་(སྤྱ་
བཅིས་མེད) བར་ཀྱི་རིང་ཚད་ཡིན།

པ་ལང་ལྟ་བུའི་ལག་པ་གཤོག་པ་ཅན་ཡིན་ན་ད་བྱང་བར་.....
གདོང་གི་རིང་ཚད་འཇལ་དགོས། སྔག་ཆགས་ཟིག་པ་ཅན་ཡིན་ན་
ད་བྱང་ལུས་ཀྱི་རིང་ཚད་(སྔག་པ་ནས་འཕོངས་བར་ཀྱི་རིང་ཚད) དང་
སྔག་མགོའི་མཐོ་ཚད། འཕོངས་ཀྱི་མཐོ་ཚད། ཐོང་གའི་ཆེ་ཆུང་
བཅས་ཚད་དགོས།

བྱ་རིགས།

དང་པོ། ལྷ་ས་ཀྱི་ཕྱི་དབྱིབས་མཆོན་པའི་རི་མ།



1. རིང་པ། 2. ཕྱི་གཙོག 3. ལྷ་གཤམ། 4. མིག་སྐྱོན་ལུས། 5. འགམ་པ། 6. རྩ་ལྷ། 7. ཡ་མཆུ།
8. མ་མཆུ། 9. ཨོལ་མ། 10. བཀྱིན་པ། 11. གཉལ་ཅེ། 12. བྲང་ཅེ། 13. གཉལ་བ།
14. རྩེ་ལོགས། 15. རྩུབ། 16. རྩུབ་རྩྱུ། 17. རྩུབ་སྒྲུབ། 18. རྩྱུང་པ། 19. རིང་ག། 20. གཞུགས་
- པ། 21. རྩེ་ལྷག། 22. གཤོག་ཅེ་ལོ་སྒྲོ། 23. གཤོག་ཅེ་ལོ་སྒྲོ་རིང་། 24. གཤོག་ཅེ་ལོ་སྒྲོ་
- ལུང་། 25. འཕྱར་ཕྱིར་སྒྲོ་རིམ་གཞུགས། 26. གཤོག་ཅེ་ལོ་སྒྲོ་ཚོགས་མ། 27. གཤོག་ཅེ་ལོ་སྒྲོ་
- ཆུང་བ། 28. གཤོག་ཅེ་ལོ་སྒྲོ་འབྱིང་བ། 29. གཤོག་ཅེ་ལོ་སྒྲོ་ཆེན། 30. གཤོག་ཅེ་ལོ་སྒྲོ་
- ཕན། 31. མཆུག་སྒྲོ། 32. མཆུག་སྒྲོ་ཚོགས་མ། 33. མཆུག་སྒྲོ་ལོག་མ། 34. རྩྱུང་ལྷག
35. རྩྱུང་ལོ་རྩྱུང་བ། 36. རྩྱུང་ལྷག 37. དབྱིལ་ལྷག 38. གོང་ལྷག 39. ཕྱི་ལྷག

གཉིས་པ། ལུས་ཀྱི་ཕྱི་དབྱིབས་འཇལ་བྱེད་ཀྱི་ཚད།

1. ལུས་ཀྱི་རིང་ཚད་ནི། མཆུ་ཙེ་ནས་མཆུག་སྒྲིའི་ཙེ་བར་གྱི་
དྲང་ཐིག་གི་བར་ཐག་གི་ཚད་དེ་ཡིན།

2. མཆུའི་ཚད་ནི། མཆུ་ཙེ་ནས་མཆུ་ཉིང་གི་སྒྲི་མཚམས་བར་
གྱི་བར་ཐག་ཡིན།

3. གཤོག་པའི་ཚད་ནི། གཤོག་ཙེ་ནས་གཤོག་ལྗེའི་བར་དྲང་
ཐིག་གི་བར་ཐག་གི་ཚད་ཡིན།

4. མཆུག་མའི་ཚད་ནི། མཆུག་མའི་ཙེ་བ་ནས་མཆུག་སྒྲིའི་ཙེ་
མའི་བར་གྱི་དྲང་ཐིག་གི་བར་ཐག་ཡིན།

5. ཀླང་པའི་ཚད་ནི་སྐག་ཆོགས་ནས་ལྗེར་ཆོགས་བར་ཡིན།

མ་མར་བཤད་པ།

ཁྱེ་ཆགས་ཁྱེ་བཞིའི་རིགས།

ཟུང་། ཟུན་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[ཁྱེ་ཆགས་རོས་འཛིན། ཟུང་། 野驢]

པོང་བུའམ་རྟ་པོང་འབྲེས་པ་ལས་ཟུང་བའི་བྲེུ་དང་རྟ་ལམ་...
འདྲ། སྒེུ་རྟ་མ་ཟུང་ཞིང་བྱེན་ལ་གཟེངས། ར་ལྗེའི་སྤྱ་རགས་
ཤིང་རིང་། ར་ཆ་ན་སྤྱ་རིང་མེད། ར་མ་ལིས་སྤྱི་མ་ཅམ་ཡོད། ཡན་
ལག་སྤྱ་མ་གཉིས་ཀྱི་ནང་རོས་ན་རྟ་པོན་པ་གོར་མོ་རེ་ཡོད་ལ་ཡན་
ལག་སྤྱ་མ་གཉིས་ལ་དེ་འདྲ་མེད། མཆུའི་སྤྱ་ཁ་དཀར་ཞིང་། མིག་
མཐའི་སྤྱ་ཁ་དུ་ཁའམ་ཁམ་ཁམ་ཡིན། ར་ནང་དུ་སྤྱ་དཀར་པོ་མཐུག་
པོ་སྤྱིས་ཡོད། མོག་མགོ་ནས་ར་ཆའི་བར་གྱི་ཟུབ་གཞུང་དུ་གཞུང་
མིག་ཁམ་ནག་ཅིག་ཡོད། མོག་པའི་མོགས་གཉིས་ན་ཁམ་མིག་ཤར་
མོ་རེ་ཡོད། ཟུབ་གྱི་སྤྱ་ཁ་ཁམ་སྤྱི་ཡིན་ཞིང་དཔོ་མོག་གི་སྤྱ་དཀར་ལ་
པེར་མདངས་ཅུང་ཡོད། ཁྱེ་བཞིའི་སྤྱ་ཁ་ཟུབ་གཞུང་ལས་ཅུང་སྤྱ་
ཞིང་ནང་སྤྱགས་དཀར་པོ་ཡིན། སྤྱ་ཁ་སྤྱིར་བཏང་དུ་དབྱར་ཁམ་
ཤས་ཆེ་ཞིང་། དབྱན་སྤྱ་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན། (མཆོ་སྤྱ་ཞིང་ཆེན་གྱི་
མཆོ་བྱང་རང་སྤྱིང་ཁུལ་གྱི་དཔེ་གཞུགས་དཔོས་ལ་བརྟུན་ནས་བྲིས་...

པའོ)

མཚོ་ངོས་ལས་སྤྱི་མཉམས་2600ནས་5000མཚོ་བའི་བར་གྱི་ས་ཆར་.....
གནས་པས། མཚོ་སྐང་དང་ཟུང་མ་ཐང་གི་སྤྱི་ཆགས་མཚན་ཉིད་
ཆང་བ་ཞིག་རེད། དབྱར་གར་རྩ་རྩ་འཛུམས་སར་འགོ་འོང་བྱེད།
དགུན་ཁར་རྒྱང་བྱེ་བྱེ་ལ་ལུབ་པའི་ལུང་བ་སྟོ་ལྟར་སྤྲོད། ཁ་ཤས་སམ་
ཉི་ཤུ་ལུས་རྩ་རྩ་བྱས་ནས་འགོ་ལ། གཅིག་རེ་ཡན་གར་དུ་འཚོ་
བའང་སྤྲོད། ས་རྩ་ཆེ་སར་གནས་པ་ཡིན་ལྟ་བུས། མིག་ན་རྩ་གསུམ་
ཉ་ཅང་ནི། ར་རྩ་ནི་ཟ་རྩ་གཙོ་བོ་ཡིན་ཞིང་། ཟུང་མ་ཐང་དུ་ཀྱལ་ཉ་
དང་རི་སྟོག་རྩ་རམ་པ་སོགས་ཟ། ཟུང་མ་ཐང་འབྲིག་སྦྱར་གྱི་དུས་
ཡིན་ཞིང་། སྤ་རྩེས་མའི་ཟུག་པ་བདུན་པར་གྱུར་རྟེན་བཅའ།
བཅའ་ཐེངས་རེ་ལ་རྟེན་གཅིག་བཅའ། སྤ་བཞི་ཡོན་དུས་སྤྱིས་ཆད་
འོངས་པའི་མགོ་བཅུམས་པ་རེད།

མཚོ་སྤྲོན་དང་བོད་སྤྲོངས་གྱི་ས་ཆ་པལ་ཆེར་དང་ཀན་སུའུ་ཡི་...
ས་ཆ་ཁག་ཅིག་ ཞིན་ཅང་སོགས་ན་ཡོད།

【ཐུན་བུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྟོན་བྱེད་ཆུལ་】

ཤ་གསར་པ་གཏོང་བའམ་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

ཆོལ་བཞུས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

གྲེ་བ་གསར་པ་གཏོང་བའམ་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་

བྱ།

ལྷིག་འབྲས་གསར་པ་འཕ་བསེལ་སྐམ་བྱས་ནས་རང་རིགས་ཀྱི་
འོ་མ་འཕ་འོ་མ་འི་ནང་བཅོས་ནས་བཞེན་པར་བྱ།

[རྒྱས་པ་དང་ཕན་ཡོན]

གས་གྲང་རྒྱང་ལ་ཕན།

ཆོལ་མྱི་ལ་བྱུགས་ན་སྒོག་ཤུ་དང་སྒྲང་ཤུ་སེལ།

གྲེ་བས་ཨོལ་སྤྲ་ལ་ཕན།

ལྷིག་འབྲས་ཀྱིས་རྩ་ཅ་གསོ། དབང་པོ་ལས་སྤྲ་མི་རྒྱང་བ་གསོ།
མཁལ་ནད་ལ་ཕན། གཅིན་འགགས་སེལ།

བྱུར་བཀོད།

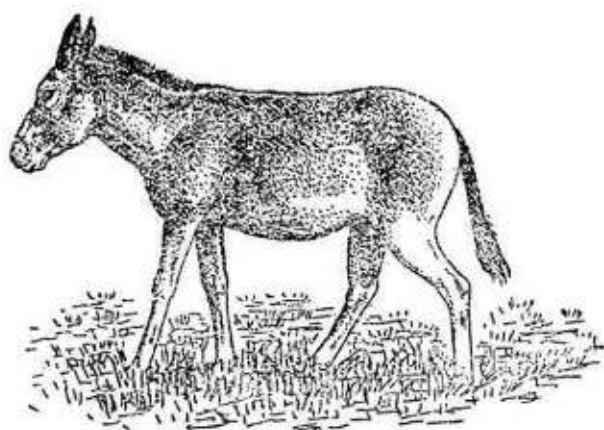
[རིགས་མཐུན་ཐོག་ཆགས། བོང་གསེབ། 种公驢]

[ཆེན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་མྱོན་བྱེད་ཚུལ།

ཁྲག་ནི་བཅོས་པའི་ཁྲག་རྩོག་བསྐམས་ནས་བྱེ་མ་བྱས་ཏེ་ཉར་
ཚགས་བྱ།

[རྒྱས་པ་དང་ཕན་ཡོན]

ཁྲག་གིས་དྲིག་བྱམ་རྒྱ་སེར་སེལ།



३८१

ཁ་པ་ རྒྱན་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[སྒྲིག་ཆགས་ངོས་འཛིན། ཁ་པ་ ༩༨]

ལྷན་པོ་ཅུང་ཆེ་ཞིང་ལྷན་མྱོད་རྒྱུ་མ་30ནས་40བར་ཅན་.....

དང་། གཞུགས་སྒྲིག་ཅན་ཡིན། གཞུགས་མཐོ་ཆོད་ནི་སྐག་མག་
དང་འཁོངས་མག་གྲིས། མ་ཡོངས་ཅན་ཡིན། དབྱར་གར་སྤྲུལ་
ཡོངས་རྒྱུགས་ཁམ་དམར་ཡིན། རྒྱལ་གཞུང་གི་སྤྲུལ་ནག་ཤས་ཆེ།
དཔོ་འག་དང་ར་མ་ནི་ལེར་རྒྱ་ཡིན། དབྱན་ཁར་སྤྲུལ་ལ་ལྷལ་གྱི་
དང་མཐུན་པའི་འབྱུང་རྒྱུ་བྱུང་ནས། འཁོངས་ལ་ཐིག་ལེ་དགར་ཁ་
འབྱུང་། མོ་ལ་རུ་ཡོད་ཅིང་མོ་རེ་ལ་ཐེངས་རེ་བརྟེན། རུ་ཐུང་ཞིང་
རུ་ལག་གསུམ་ཡོད། རུ་ཐྱིང་ཏུ་རགས་ཤིང་རྒྱལ་པའི་རུ་གཉིས་རྒྱུ་
གར་གཅིག་ཡོད་པའི་ཆོགས་འབྱུང་ཏུ་ཐོན་ལ། རུ་འི་གཞུང་ཤིང་གི་
ཆོགས་རྣམས་འབྱུང་ཡོད། རུ་བ་ཐུང་། ཐིག་ཆེ། སྒྲེ་རིང་། ར་མ་
ཐུང་ཐུང་སྤྱི་ནང་ལ་རུབ། (མཆོ་རྒྱན་ཞིང་ཆེན་གྱི་མཆོ་བྱང་རང་
རྒྱུང་ལྷལ་གྱི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

ཐུང་རྒྱུངས་དང་ཤིང་རྒྱུང་ཐར་ཐོར་ཡོད་ས། རི་ངོས་ཤིང་ཐུན་
གྱི་ཆོལ། ལྷང་གྲོག་བཅས་སྤྲུག་ནས་པ་ཡིན། ཉིན་མོ་དཔེན་གནས་
ལྷང་ལ་གསོ་ཞིང་། ཞོགས་པ་དང་ལྷོད་ལ་རྒྱ་བཞིན་འདུག བཞི་ལྷ་
རེས་རྒྱ་བྱས་ནས་རུ་བ། རུ་བ་དང་རྒྱ་ཐིག་རྣམས་རྒྱ་ཞིང་། བར་

ཅལ་མཁུགས། སྤྱིར་ཤིང་སྤྱན་གྱི་ཡལ་ག་དང་ཤིང་ཤུན། ལོ་མ།
ལྷགས་མ། ལྷ་ལྷམ་རིགས་བཞི་ཤིང་། བ་ཚྲ་ཡང་ལྷག ཟླ་བརྒྱད་པ་
དང་དབྱ་པ་ལ་འབྲིག་སྤྱིར་བྱེད་ཅིང་། ཕྱི་ལོ་ཟླ་བཞི་པ་ལྷ་པར་སྤྱ་
བྱ་བཅའ། བཅའ་ཐེངས་རེར་སྤྱ་བྱ་གཉིས་རེ་བཅའ་བ་མང་ཞིང་།
རེ་འགར་བཅའ་ཐེངས་གཅིག་ལ་སྤྱ་བྱ་གསུམ་བཅའ་བའང་སྤྱང་།
སྤྱ་བྱ་ལ་ཤེའུ་ཐིག་ཡོད་ཀྱང་རྗེས་སྤྱ་སྤྱ་བརྗེས་ན་མེད་པར་འབྱུང་།

མཚོ་སྤྱན་གྱི་མཚོ་བྱང་དང་ཡལ་ཤུལ། མགོ་ལོག་རང་སྤྱིང་ཡལ་
སྤྱགས་སྤྱ་ཡོད་ལ། རང་རྒལ་བྱང་སྤྱགས་གྱི་ས་ཆ་གཞན་དུ་འང་ཡོད།

།སྤྱན་དུ་བཞོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྤྱན་བྱེད་ཚལ།

ཐོག་ར་ནི་དབྱིད་ཀར་བཅད་ནས་སྤངས་ཏེ་སོག་གི་རི་མ་.....
བསྐྱས་ནས་གཙང་མ་བྱེད། ཐོག་ར་ནང་གི་ཁག་ཅུང་སྤངས་རྗེས་
བཅད་མཚམས་བཅེམ། འཁོར་ཡུག་དུ་འཛོར་རྒྱུད་བཏབ་པའི་སྤྱིར་
གསོ་སྤྱད་དགྲིས་ནས་མི་འགལ་བ་བྱ། དེ་ནས་རྒྱ་ཁོལ་མར་དུས་ཚོད་
ནས་བར་བཅོས་རྗེས་སྤངས་ནས་བསིལ་སྐམ་བྱ། ཕྱི་ཉིན་སྤྱར་ཡང་
རྒྱ་ཁོལ་ནང་བཅོ། དེ་ལྷར་ལན་ཁ་ཤས་བྱས་རྗེས་རྒྱུད་ཁར་བསིལ་
སྐམ་བྱ། སྐམ་རྗེས་སྤྱ་རྒྱུད་གཞན་ནས་ཆང་བསྐྱས་ཏེ་མེ་ལ་ལྷེས་ནས་
སྤྱི་མོར་བྱུར་རྗེས་གཞིགས་མར་གདུབ་པའམ་ཞིབ་བཏགས་བྱེ་མ་.....
བྱས་བྱང་ཚོག

ར་སྐམ་ནི་མེ་ལ་ལྷེས་ནས་སོལ་བར་བྱུར་ཆེ་ཞིབ་མོར་བདུལ་.....

ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

སྒྲོ་བ་ནི་བསེལ་སྐམ་ཞིབ་མོར་བརྟལ་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

ཁྲག་ནི་བཙས་པའི་རྩྭ་པོ་བསེལ་སྐམ་ཞིབ་མོར་བརྟལ་ནས་.....

ཉར་ཚགས་བྱ།

[རྒྱས་བ་དང་ཕན་ཡོན]

ཕྱག་རྩ་ནི་ག་ཕོའི་ཕྱག་རྩ་དང་མཚུངས་ཤིང་དེ་ལས་ཞན།

རྩ་སྐམ་ནི་ག་ཕོའི་རྩ་སྐམ་དང་མཚུངས་ཤིང་དེ་ལས་ཞན།

སྒྲོ་བ་སྒྲོ་ནག་ལ་ཕན།

ཁྲག་ནི་ཆེ་མཚན་འབྱུངས་པར་ཕན།



ཁ་ག

གྲུམ་པ། ལྷུང་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[སྟོག་ཆགས་རྩལ་འཛིན། གྲུམ་པ། 狗獾]

ལྷུང་པ་ཆ་ཞིང་ཆེ། མཚུངས་ཞིང་ར་མ་ཐུང་། ལྷུང་ཐིང་ཕྱི་
ཟུ10ནས་12བར་ཡོད། རིང་ཐུང་ལིས་སྟེན་45ནས་55བར་ཡོད།
གདོང་ལ་དཀར་ཤུར་གསུམ་ཡོད་པའི་བར་ཐིག་ཤུར་མོ་ཁམ་ནག་.....
གཉིས་ཀྱིས་བཅད་ཡོད། ཟུབ་ཀྱི་སྐྱ་མདོག་དཀར་ནག་འདྲེས་མ་ཡིན།
སྙེ་རོས་སྐྱ་ཐང་ནས་རྒྱབ་བར་དང་ཡན་ལག་བཞིའི་སྐྱ་མདོག་ནག་.....
ཤས་ཆེ། ཅིབ་ལོགས་ཀྱི་སྐྱ་མདོག་མེར་སྐྱ་དཀར་ཤས་ཆེ་བས་དཔོ་
དང་རྒྱབ་ཀྱི་སྐྱ་མདོག་མཚམས་སྟེན་ཡོད། ར་མའི་སྐྱ་མདོག་པལ་
ཆེར་མེར་སྐྱ་ཡིན། སྙེ་དང་ཡ་མཚུངས་བར་སྐྱས་གཡོགས། ཐེར་མོ་རྩ་
བས་ས་འདྲུ་ཐུབ། (མཚོ་སྟོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་མཚོ་སྟོ་རང་སྟུང་ཁྲལ་གྱི་
དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

རི་སྐལ་དང་ཤིང་སྟན་གྱི་ཆལ། ས་སྟོང་། མཚོ་འགམ། རྩ་
འགམ་ནམས་སྐྱ་ཁྲུང་རྩས་ནས་ཁྲུང་ནང་དུ་གནས། ཁྲུང་གི་རིང་
ཆད་ལ་ཁྲུ་བཅུ་ཟླ་ཁ་ཤས་ཡོད། ཁྲུང་པན་རྩྱ་བརྩལ་ནས་འགོ་ས་
ཡོད། སྟོད་དང་མཚན་མོར་རྩ་བཞིན་འདུག གཤིས་ཀ་ཁྲུང་བད་
དུག་པོ་ཡིན། ཟས་སྐྱ་ཅི་ཤིང་གི་རྩ་བ་དང་སྟོང་ཤུ། ས་སྟོན། ཆ་ག་
པ། ཐལ་བ། ཤ་རིགས་སོགས་དང་། སྟོག་ཆགས་སྐྱ་ག་བཞིའི་རིགས་

གྱི་རི་སོགས་སྤྱི་ཚོགས་ཟ། སྤོན་ཁར་ལུས་ན་ཚིལ་མང་། དབྱན་རུས་
 དབྱན་ཉལ་བྱེད། མངལ་སྒྱུམ་པའི་རུས་ལྷན་རིང་བས། དབྱར་རུས་
 འཁྲིག་སྒྱུར་བྱས་ནས་བྱི་ལོའི་ཆུ་གསུམ་པ་བཞི་པར་སྤུ་བྱ་བཅའ།
 བཅའ་ཐེངས་རེ་ལ་སྤུ་བྱ་གསུམ་ནས་ལུ་བར་བཅའ། སྤུ་བྱ་བཅས་
 ནས་ཆུ་གཅིག་ལོན་རྗེས་མིག་འབྱེད། ལོ་གསུམ་ལོན་ན་སྤྱི་ཚང་
 ལོངས།

མཚོ་སྤོན་ལྷལ་ལྷལ་དང་མག་ལོག་མ་ལྟོ། ལ་རིག་སོགས་རང་
 སྒྱུར་ཁྲལ་དང་རྫོང་། རང་རྒྱལ་གྱི་ས་ཆ་གཞན་པ་ལལ་ཆེར་ན་ཡོད།

[སྤོན་རུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྤོན་བྱེད་ཆལ།]

ཤ་གསར་པ་གཏོང་བའམ་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།
 ཚིལ་བཟུས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

[རུས་པ་དང་ལན་ཡོན།]

ཤས་གང་རྒྱང་གི་ནད་གྱིས་ཚིགས་པ་ན་བ་དང་སྐད་པ་ན་བ་.....
 བྱིན་པ་ན་བ་སོགས་ལ་ཕན།

ཚིལ་གྱིས་གང་རྒྱང་འཛོམས། སྤངས་པ་ནི།



मर्मोटा

ཚོ་བ། ལུང་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[ཐོག་ཆགས་ངོས་འཇིན། ཚོ་བ། 原玲]

ལུས་པོ་རྒྱུ་ཞིང་རིང་། ལུག་བཞི་སྤུ་ལ་ར་མ་སྤྱང་། མཆུ་རྟོ་ལ་
སྤུ་སྤྱང་ཏུ་སྤྱེས་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་མཆུ་ནས་སྤུ་སྤྱང་བར་ཏུ་སྤུ་སྤྱེས་
མེད། སྤུ་ལ་ར་ཚ་སྤུ་ཞིང་རིང་པོ་ཡོད། ར་ཚའི་ཅེ་མོ་མ་གཏོགས་
ཡོངས་སུ་གཉེར་མ་འབྱར་མ་ཡོད། མགོ་པོ་དང་སྤེ་དང་རྒྱལ་གཞུང་
སོགས་ཀྱི་སྤུ་ཁ་ཁམ་སྤྱུ་ཡིན། ལུག་བཞིའི་སྤུ་ཁ་དཀར་ཤས་ཆེ།
འཕོངས་ན་དཀར་ཐིག་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་རྒྱུ་སྤུ་མཐའ་འཁོར་ཁམ་
ནག་ཡིན། དཔོ་འོག་དང་ལུག་བཞིའི་ནང་སྤྱེས་ཀྱི་སྤུ་ཁ་དཀར་པོ་
ཡིན། སྤུ་འི་ཅེ་མོ་ཐལ་ཆེར་སྤྱུ་པོ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ལུས་ཡོངས་
རྒྱགས་ཨ་བྲ་ལྟར་དཀར་སྤྱུ་ཡིན། ར་མ་ཁམ་ནག་ཡིན། དཔུན་ཁར་
སྤུ་ཁ་ལྷལ་ལྷུ་དང་བསྐྱུན་ནས་དཀར་ཤས་རེ་ཆེར་འབྱར་མོད་ཁོག་
སྤྱང་ནི་ལྟར་ལྟར་ནག་ཤས་ཆེ། (མཚོ་སྤྱོད་ཞིང་ཆེན་གྱི་མཚོ་རུབ་
རང་སྤྱོད་ལྷལ་གྱི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

མཚོ་སྤྱང་གི་སྤྱོད་དང་སྤུ་ཐང་ཏུ་གནས་ཡོད། ཁ་ཤས་སམ་
བཞི་བཅུ་ལྷ་བཅུ་ལྷུ་བྱས་ནས་ས་ཆ་ངེས་ཅན་ཞིག་ཏུ་སྤོད་པ་ཡིན།
སྤྱལ་ས་འགར་སྤུ་རྒྱ་འཛོལ་བའི་དོན་ཏུ་ཐག་མི་རིང་སར་འགྲོ་བའང་
ཡོད། མིག་དང་ན་བ་ཤིན་ཏུ་རྒྱོ། ཟས་སུ་སྤུ་ལྷུ་སྤུ་ཆོགས་བ།

དགུན་མཚུག་ཏུ་འབྱིག་སྒྱུར་བྱས་ནས་ཕྱི་ལོ་ཟླ་ལྷ་པར་སྒྲུ་བྱ་བཅའ།
 བཅའ་ཐེངས་རེ་ལ་སྒྲུ་བྱ་གཅིག་རེ་བཅའ། རེ་འགར་བཅའ་ཐེངས་
 རེ་ལ་སྒྲུ་བྱ་གཉིས་བཅས་པའང་སྤང་།

མཚོ་སྒོན་དང་པོད་སྒོངས། ཟླ་ཁོན། ཀན་ལུ། ནང་སྐག་
 སྐགས་ཞིང་ཆེན་དང་རང་སྒྱུར་སྒོངས་ལ་བཀུམ་ཡོད།

[སྒོན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒོན་བྱིད་ཆལ།

རྩ་སྐལ་བར་བསྐྱེགས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

[རྩས་པ་དང་ཕན་ཡོན།

རྩ་ཡིས་འཁྱུ་བ་གཙོད།



སྐྱ་བ།

མྱ་བ། རྒྱུ་བཀོལ་སྤྲོད་མཆོག

[ཐོག་ཆགས་ངོས་འཛིན། མྱ་བ། ལྷ་]

ལུས་གཞུགས་རྒྱུ་ཞིང་གཞུགས་ལྡེ་ལིས་སྤྲིས་85ནས་90བར་
 དང་། སྤྲོད་མཆོད་མཆོད་ལིས་སྤྲིས་50ནས་60བར་ཡིན། ལུས་ཀྱི་
 རྒྱུ་ཆོད་སྤྲི་རྒྱ་མ14ལྟ་ཡོད། རྒྱ་རགས་མོ་ཐ་ཐ་བས་ལྟ་བུ་དང་
 ཁོ་མོ་ཡིན་པས་ཆད་སྒྲ། ཐོ་མོ་ཀྱན་ལ་ར་མེད། རྒྱ་བ་རིང་པོ་ཁྱེན་
 ཏུ་གཟེངས། མིག་ཆེ། མཆུ་རྟོ་ལ་སྤྲོ་མེད། ཐོ་ལ་མོ་མཆེ་བ་རིང་
 བས་ཁའི་ཕྱི་ལ་ཐོན། ཐོ་ལ་མཆེ་བ་ཐུང་བས་ཕྱི་ལ་ཐོན་མེད། ར་མ་
 ཐུང་ཐུང་ཡིན། ཐོ་ལ་ར་མར་སྤྲོ་མེད་ཀྱང་ཆོལ་མང་། ཐོ་ལ་ར་མར་སྤྲོ་
 མཐུག་པོ་སྤྲོས་ཡོད་ཀྱང་ཆོལ་མེད། ཐོ་ལ་ལྟེ་བར་དྲི་ཞིས་ཐུལ་བའི་
 རྒྱུ་བུ་ཁྱེན་མ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ནི་སྤྲོ་ཆེ་ཐོན་ས་ཡིན། ལྟེ་བར་
 རྒྱ་བུང་བུ་མཐུག་པོ་སྤྲོས་ཡོད། རྒྱ་བུན་གྱི་དཀྱིལ་ཏུ་ཁྱེན་བུ་གཉིས་
 ཡོད་པའི་ནང་གི་སྤྲོ་མ་དེ་ནི་སྤྲོ་ཆེ་བུན་པགས་ཀྱི་ཁ་ཡིན། དེ་ནས་དྲི་
 ཞིས་ཐུལ་བས་མོ་སྤྲོ་འགྲུག་སྤྲོད་ཡིན། ཁྱེན་བུ་ཕྱི་མ་དེ་ནི་གཅིན་
 གཏོང་ས་ཡིན། ལུས་ཡོངས་ཀྱི་སྤྲོ་ཁ་ཁམ་ནག་ཡིན་ཡང་འཕོངས་ཀྱི་
 རྒྱ་ཁ་དམར་མདངས་གསལ། (མཆོ་སྤྲོ་ཞིང་ཆེན་གྱི་མཆོ་རྒྱུ་བ་རང་
 རྒྱུང་ཁུལ་གྱི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བརྟེན་ནས་བྲིས་པའོ)

དེ་དངོས་ཀྱི་ཤིང་སྤྲོ་ནགས་ཆོལ་དང་ལོ་མ་ཆོར་མ་ཅན་གྱི་.....

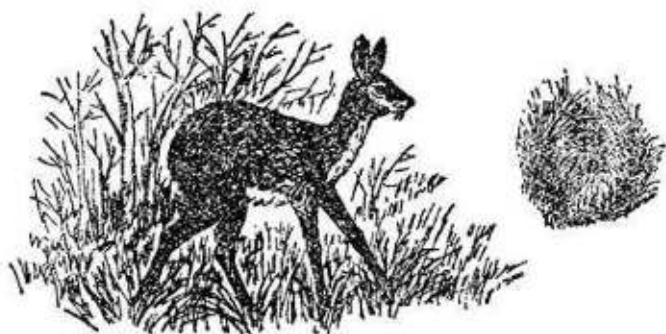
ནགས་ཚལ། ལོ་མ་ཆེར་མ་ཅན་དང་ལོ་མ་ཞིང་ཆེ་བ་ཅན་གྱི་ཤིང་
 རྩོད་འདྲེས་ནས་སྐྱེས་ཡོད་པའི་ནགས་ཚལ་དུ་གནས་ཡོད། གནས་ས་
 བརྟན་ཆགས་མེད་དུང་རྒྱ་བའི་ས་ཁྲལ་བརྟན་ཆགས་ཡིན། ཁེར་རྒྱང་
 ཏུ་རྩོད་པ་དང་མི་མངོན་སའ་ཡིབས་ནས་རྩོད་པར་དགལ། རྩོད་
 དང་ནམ་མ་ལངས་གོང་དུ་འགྲོ་འོང་བྱེད་པ་མང་ཞིང་ཉིན་མོ་སལ་.....
 ཆེར་མི་རིག་སར་བསྐྱངས་ནས་ཉལ། ཟས་སུ་རྩ་རྩམ་ལྷ་ཆོགས་དང་
 ལྷག་མ་དང་ལོ་མ་སོགས་ཟ། རྩ་བཅུ་གཉིས་པར་འབྲིག་སྦྱར་བྱས་
 ནས་བྱི་ལོའི་རྩ་དུག་པར་ཕྱུ་ལྷ་བཅའ། བཅའ་ཐེངས་རེ་ལ་ཕྱུ་ལྷ་
 གཉིས་བཅའ། རྩེས་མ་ཐག་པའི་ཕྱུ་ལྷའི་ལྷས་སོག་སྤྲེལ་ལེ་གྲལ་དག་
 པར་བསྐྱེགས་འདུག སྤྱ་བརྒྱུས་རྒྱུས་མེད་པར་འཕྱར།

མདོ་དབྱས་མཐོ་སྒང་དུ་བྱལ་ཆེ་བ་དང་། ལྷ་ལེ་དང་བྱང་ཤར།
 ལྷ་ཏུང་། ལྷ་ན་ན། ཀོས་གྲིག་སོགས་ས་ཁྲལ་དང་ཞིང་ཆེན་དུ་འང་
 ཡོད།

[སྐྱ་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་རྩོན་བྱེད་ཚལ།
 སྤྱ་ཅི་ནི་བསེལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆོགས་བྱ།
 [རྒྱས་པ་དང་ལན་ཡོན]

སྤྱ་ཅིས་དུག་ནད་དང་ཆ་བ་སེལ། སྤྱ་རིགས་གསོད། མཁལ་
 མས་གཉན་ཆད་དང་སྤྱ་ཆད་ལ་སན། ཆམ་རིམས་དང་གག་པར་
 སན། མོ་བ་ན་བ་འཛོམས། འཁྱུ་བ་གཙོད། ལྷག་པ་སེལ། སྤྱ་ཆད་

སེལ། སྤང་བྱ་ལ་ཕན། བྱི་ལ་བྱགས་ན་ལྷས་བསྐྱད་པ་དང་མཚན་ཆ་
ལ་ཕན། ན་རྒྱག་གཙོག



སྤང་བ།

གཉན། ཉུང་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[ཁྲིག་ཆགས་ངོས་འཛིན།] གཉན། 盘羊

ལྷས་ཆེ་ཆུང་རན་པ་དང་ཉུང་སྤྱི་པོ་ཡིན། འཕོངས་མགོ་ལས་
སྤྱི་མགོ་མཐོ་བས་མི་འགྲོ་བར་འདུག་སྐབས་ལྷས་གཞུག་ལ་.....
བསེགས། རྩ་བ་ཐུང་ཞིང་ཨོལ་མའི་འོག་སྒྲ་ར་སྒྲིས་མེད། ར་མ་ཐུང་།
མའི་ར་ནི་མའི་ར་ལས་སྤྱི་མ་ཞིང་ཆེ། ར་ཉིང་ལྷག་པར་སྤྱི་མ། མེ་
ཆེར་སོང་བ་དང་མཐུན་པར་ར་ཡང་མེ་སྤྱི་མ་དུ་འཁྱུར། ར་འི་སྤྱི་
མིང་ཐུར་གསལ་པོ་གྲུལ་དག་པ་ཡོད། ར་ཆེར་སོང་ན་སྤྱི་མ་ཐུར་མི་
གསལ་བར་འཁྱུར། ལྷས་ཉིལ་པོ་ཁམ་སྒྱུ་ཡིན་ཞིང་ཐུབ་དང་ཆེ་བ་
ལོགས་གཉིས་ལ་སྤྱ་དཀར་པོ་འདྲེས་ནས་སྒྲིས་ཡོད། ར་བའི་ནང་
ངོས་སྤྱ་དཀར་ཐིག་ཡོད། མཆུ་འགམ་དང་ཨོལ་མའི་འོག་མཆན་
འོག་ ལྷག་བཞིའི་ལྷས་མོ་ནས་སྤྱི་མོང་བར་སོགས་ཀྱི་སྤྱ་ཁ་དཀར་
ཤས་ཆེ། (སྤྱ་པོ་འམ་ཁམ་སྒྱུ་ཡིན) དཔོ་འོག་དཀར་པོ་དང་བྲང་ཁ་
ཁམ་སེར་ཡིན། འཕོངས་ནས་རྒྱང་པའི་བར་དུ་དཀར་ཐིག་ཡོད། ར་
མའི་སྤྱ་ཁ་དང་ལྷས་ཀྱི་སྤྱ་ཁ་པལ་ཆེར་འདྲ། ར་མའི་གཞུང་ཐིག་
ཁམ་ཁམ་ཡིན། (མཆོ་སྤྱན་ཞིང་ཆེན་གྱི་མཆོ་རྒྱུ་རང་སྤྱིང་ཁལ་གྱི་
དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

ནགས་མེད་པའི་མཐོ་ས་དང་རི་མ་ཐང་། རི་སྤུལ་སོགས་སྤྱ་

གནས། དབྱན་ཁ་སྒྲིབས་ཏུས་ཏྲག་པར་ས་སྐང་དང་ལྷང་བ་ཤོགས་
 ཁངས་མང་པོ་མི་འབབ་པའི་ས་ཆར་སྒྲོར་ནས་སྡོད། ལྷ་ཆུང་ཆུང་
 བྱས་ནས་རྒྱ་བ་ཡིན་ཞིང་རི་ལ་འགོ་བར་དགའ། མིག་དང་རྩ་དང་
 རྩ་བ་ནམས་ཏ་ཅང་རྒྱ། ཟས་སྤ་རྩ་ལྷུ་རྩ་ཆོགས་ཟ། དབྱན་མཆུག་
 ཏུ་འཁྱིག་སྒྲོར་བྱེད་ཅིང་མངལ་སྒྲུལ་ལྷན་ཟླ་བ་ལྷ་ཙམ་ཡིན། བཅའ་
 ཐེངས་རེ་ལ་སྤྱ་བྱ་གཅིག་བཅའ། རེ་འགར་ཐེངས་གཅིག་ལ་སྤྱ་བྱ་
 མཆོ་མ་བཅས་པའང་ཡོད།

མདོ་དབྱས་མཐོ་སྐང་དང་རྩབ་བྱང་གི་ཞིང་ཆེན་དང་རང་རྒྱུང་
 རྒྱངས་གཞན་དག་ཏུ་ཡོད། བྱང་ཤོག་དང་ཟི་ཁྲོན་ཤོགས་ས་ཆར་
 ཡང་ཡོད།

[སྒྲན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་རྩོན་བྱེད་ཆུལ།]

མའི་རུ་སོལ་བར་བསྐྱེགས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

སྒྲོ་བ་བཙོས་ནས་སྤྱ་བ་བཞེན་པའམ་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་ཏེ་བྱེ་.....

མར་འཐག

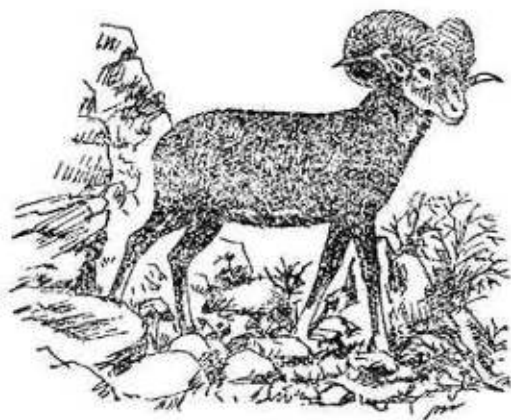
ཞིག་འབྲས་གསར་པའམ་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་ཏེ་རང་རིགས་ཀྱི་འོ་
 མའི་ནང་ཏུ་བཙོས་ནས་བཞེན་པར་བྱ།

[རྩས་པ་དང་ཕན་ཡོན།]

མའི་རུ་ཡིས་རིམས་ནད་སེལ། ཆ་བ་དྲངས།

སྒྲོ་བས་རྒྱ་ཆབ་སེལ།

ཕྱི་གཤམ་གྱིས་རྩ་གསོ་བ་དང་དབང་སོ་ལས་སྤྲི་མི་ཅུང་.....
 བར་ཕན། མཁལ་ནད་ལ་ཡང་ཕན།



གཉན།

རྟེ་ལོ། རྒྱུ་བཀོལ་དམན་པ།

[རྟེ་ག་ཆགས་རྩལ་འཇིག] རྟེ་ལོ། 艾虎

ལྷན་པོ་སྤྱོད་མཉམ་ཆེ་ཞིང་རྩ་མ་རྒྱུང་། གཞུགས་ལྷན་ལིས་
ལྷིས་29ནས་46བར་དང་རྩ་མའི་རིང་ཚད་ལིས་ལྷིས་7ནས་17བར་།
ལྷན་གྱི་ལྷིང་ཚད་ཁྱི500ནས་1000བར་ཡིན། སྤྱོད་རིང་ཞིང་སྤྱོད་ལ་
ལྷན་བཞི་རྒྱུང་། ལྷན་དང་རྩ་མའི་རྩ་བ་ནས་བཅིས་པའི་ལྷན་ཆ་
གཉིས་ཀྱི་ཁག་གི་སྤྱུ་ཁ་ཁམ་སྤྱུ་ཡིན། རྟེ་པ་དང་འཕྲངས་ཀྱི་སྤྱུ་ཁ་
ཁམ་ནག་ཡིན། ལྷིང་མཐའ་ཁ་དང་མ་མཐུ། ལྷིང་མ་ཚང་མ་དཀར་
པོ་དང་། འགམ་པ་ཁམ་སྤྱུ། མིག་གཉིས་ཀྱི་བར་དང་ཚད་པ་ནི་ཁམ་
ཁམ། རྩ་རྟེང་ཁམ་ནག་ རྩ་བའི་རྩ་མོ་དཀར་པོ་ཡིན། ལྷིང་མ་དང་
ཐང་ཁ་དང་ལྷན་བཞི། རྩ་མའི་རྩ་ནས་བཅིས་པའི་ལྷན་ཆ་གཅིག་གི་
ཁག་བཅས་ནི་རྩ་ཁ་ཡིན། དཔོ་ལོག་ཁམ་སྤྱུ་དང་རྩ་བ་ལོགས་ས་
མདོག་ཡིན། (མཚོ་སྤྱོད་ཞིང་ཆེན་གྱི་ཐེ་ལིང་ས་ལྷན་གྱི་དཔེ་
གཞུགས་དཔོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

ཡངས་ཤིང་ཆེ་བའི་རི་ལྷན་དང་རྩ་མང་རྩ་གནས། སྤྱོད་མཉམ་
དང་ལྷན་དང་འཕྱི་བ་ལོགས་ཡོད་སར་རྟག་པར་མཐོང་ཐུབ། ས་
དོང་རྩ་གནས། རྟེ་དང་མཚན་མོར་རྩ་བ་ཡིན། རི་འགར་ཉིན་
མོར་ཡང་མཐོང་ཐུབ། བར་རྩ་ལ་མཐོགས་ཤིང་ལྷན་དང་གད་པ་

སོགས་ལ་འགོ་བྱལ། ཟས་གཙུག་པོ་ནི་བྱ་རིགས་སོགས་ཡིན། གཞང་
ནས་ཀྱི་རན་བུ་རན་ནས་རང་སྤྱང་བྱེད། ཟླ་གཉིས་པ་གསུམ་པར་
ཆགས་པ་ཡངས་ནས་འཁྱིལ་སྤྱར་བྱེད། མངལ་སྒྲུལ་ལྟ་བུ་གཟུང་
འཁོར་ལྟ་ནས་བརྒྱད་པར་ཡིན་ཞིང་བཅའ་ཐེངས་རེ་ལ་སྤྱུ་བྱ་བརྒྱད་
ནས་བརྒྱ་པར་བཅའ།

མཚོ་སྒྲོན་དང་བོད་སྒྲོངས། རྒྱལ་བྱང་གི་ས་ཁུལ་གཞན་དག་ཏུ་
ཡོད། ཏཱ་ལེ་དང་བྱང་ཤར། ཟི་ཁོན་བཅས་སྤྱང་ཡོད།

[སྒྲོན་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲོན་བྱེད་ཚུལ།]

ཤ་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་ནས་བྲམ་བྲམ་བྱ་བརྒྱད་།

ལྷང་པ་ནི་གོ་བྱེད་དང་འདྲེས་ནས་ལེབ་ལེབ་བྱེད་པ་དང་ཡང་ན་
རིལ་བྱ་རྒྱལ་ཏེ་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་རྗེས་ཉར་ཆགས་བྱ།

[རྒྱས་པ་དང་ཕན་ཡོན།]

ཤ་ཁོང་བྱ་བརྒྱེན་ན་གཟུང་ནད་ལ་ཕན།

ལྷང་པས་སྤྱར་བྱག་སེལ།



5/10

ལྷག་རྒྱལ་བཀོལ་སྒྲུབ་མཆོག

[ལྷག་ཆགས་ངོས་འཛིན། ལྷག་ 虎]

གཞུགས་ཆེ་ཞིང་མགོ་རྒྱུ་ལ་ན་བ་ཐུང་། ལྷག་བཞི་རབ་ཏུ་
རྒྱས་ཤིང་ལྷོ་བས་ཤུགས་ཆེ། ར་མ་ཅུང་རིང་། ལྷག་ཉི་ལ་པོ་ཁམ་མེར་
རམ་ལི་གྲི་ཡིན་པའི་ཐོག་ནག་ཐིག་མང་པོ་ཡོད། ཁོག་སྒྲུང་ཏུ་ནག་
ཐིག་ལྷག་ཏུ་མང་། ཡོལ་མ་དང་བྲང་ཁ། ལྷག་བཞི་འི་ནང་ལོགས་
ཆང་མ་དཀར་པོ་ཡིན། ར་བའི་རྒྱལ་སྒྲུགས་ནག་པོ་ཡིན་ཞིང་དཀར་
ཐིག་གཅིག་ཡོད། འགམ་པ་དཀར་པོ་ཡིན། ཐིག་གོང་ཐོང་པར་
དཀར་ཐིག་ཡོད་པས་རྒྱ་སྒྲུང་ཏུ་ལྷག་ཐོང་དཀར་ཞེས་ཟེར་སྟེ་ཡོད།
ར་མའི་ཐོག་ནག་ཐིག་གོར་གོར་བཅུ་ཙམ་ཡོད། ར་ཉིང་གི་སྒྲ་ཁ་
མེར་སྒྲ་ཡིན། (བོད་རང་སྐྱོང་ལྷོངས་ཀྱི་ཉིང་ཁྱི་ཆོང་གི་དཔེ་
གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

མཆོ་ངོས་ལས་མཐོ་ཆད་སྟེས་3000མི་འདུའ་བའི་ནགས་ཆལ་.....
ལྷག་པོ་དང་ཤིང་སྒྲན་གྱི་ནགས་ཆལ། ལྷ་མང་ས། རི་མ་ཐང་བཅས་
ལྷག་ནས། ལྷིར་བཏང་ཡན་གར་ཏུ་རྒྱ་བ་ཡིན་ཞིང་ཆང་ངེས་པ་ཞིག་
ཡོད་པ་མ་རེད། ཉིན་དཀར་ཉི་ལ་བ་དང་མཆོན་མོ་རྒྱ་བར་དགལ།
ཉི་མ་རྒྱལ་རྗེས་དང་ཉི་མ་མ་ཤར་གོང་ཏུ་འགོ་འོང་བྱེད་པ་མང་།
ལྷག་པར་ཡིབ་སར་བསྐྱངས་ནས་སྒྲ་བ་དང་ཁ་ཤ་དང་མག་གོང་.....

སྐྱེས་འཛིན་པ་དང་། སྐབས་འགར་ཡང་རྗེས་བཞེགས་ནས་འཛིན་
པ་ཡིན། ཟླ་བརྒྱ་གཅིག་པ་ནས་བྱི་ལོ་ཟླ་གསུམ་པའི་བར་འབྲིག་
སྤྱོད་བྱེད། མངལ་སྤྱུལ་ཡུན་ཉི་མ98ནས110བར་ཡིན། བཅའ་
མེད་ས་རེ་ལ་སྟག་སྟག་གཉིས་ནས་བཞི་བར་བཅའ། རེ་འགར་གཅིག་
བཅས་པའང་ཡོད། ལོ་གསུམ་བཞི་ལོན་རྒྱས་སྤྱེ་ཆད་ལོངས།

པོད་ལྗོངས་ཀྱི་ཉིང་བྲི་དང་མེ་ཉོག་རྫོང་ན་ཡོད། བྱང་ཤར་
དང་ཕྱོ་རུབ། ཏུ་ནན་སྐྱེས་ས་ཁུལ་རྒྱ་ཡང་ཡོད།

[ཟུན་རྒྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྟན་བྱེད་ཆུལ]

རྒྱས་པ་ཆང་ནང་རྒྱ་སྤངས་ནས་བཞེན་པའམ་ཡང་ན་ཁྲམ་ཁྲམ་
རྒྱ་བརྒྱངས་ནས་བརྗོད་ཏེ་ཉར་ཆགས་བྱ།

མཆེ་བ་བྱེ་མར་འཐག

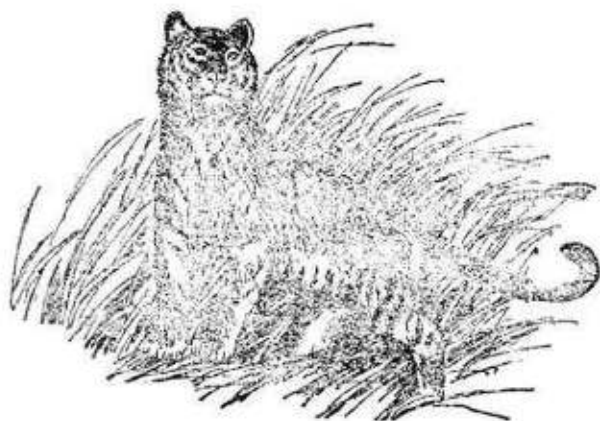
སྤྱ་ནི་ཐལ་བར་བཞེགས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

[རྒྱས་པ་དང་ཕན་ཡོན]

རྒྱས་པས་ལྟ་པ་འདེགས། རྒྱས་ཐལ་གྱིས་སྟན་བཀོ། བད་རྒྱང་
སེལ། རྒྱས་ཆོགས་དང་རྟེན་པ་ན་བ་སེལ། དྲིག་པ་ལ་ཕན། རྟེན་
ལག་གི་ཆ་བ་སེལ།

མཆེ་བས་སོན་བ་སེལ། སོ་བརྟན་པོ་ཡོང་བ་ལ་ཡང་ཕན།

སྤྱ་ཐལ་གྱིས་སྟན་ཁྲག་གཙོད།



虎

དེམ། ལྷན་བཀོལ་སྒྲན་མཆོག

[སྒྲན་ཆགས་ངོས་འཇིན། དེམ། 黑熊 (ཆོན་ལྷན་དེ་

མོ།)

ལྷན་པོ་ཆོ་ཞིང་ཆེ། གཞུགས་ལྷ་སྒྲིས་1.1ནས་1.2བར་ཡོད། ར་
མའི་རིང་ཚད་ལ་ལིས་སྒྲིས་7ནས་8བར་ཡོད། ཆེས་ཆེ་བའི་ལྷན་གྱི་
ལྷིང་ཚད་ལ་སྒྲིའི་རྒྱ་མ་250ལྷག་ཡོད། མགོ་བོའི་ཞིང་ཆེ་ཞིང་མཆུ་
ཅུང་ཟད་ཐུང་། ར་བའི་ཆོག་གི་སྒྲ་རིང་ཞིང་སྒྲེ་ལོགས་གྱི་སྒྲ་དེ་བས་
ཁྱུང་རིང་། ར་མ་ཤིན་ཏུ་ཐུང་། ལྷན་བཞི་སྒྲིམ་ཞིང་མཐུབ་ཀྱི་ལྷ་པོ་
ཆང་མར་ལྷེར་མོ་ཡོད། ལག་པའི་ལྷེར་མོ་རྒྱང་པའི་ལྷེར་མོ་ལས་
རིང་། ལྷན་ཤིལ་པོ་ནག་ཅིང་འོད་འཕྱུགས་པ་ཡིན། འགམ་པའི་སྒྲ་
ཁ་ཁམ་ནག་དང་ཨོལ་མའི་སྒྲ་ཁ་དཀར་པོ་ཡིན། ཐང་ཁར་དཀར་
ཐིག་ཆོས་མགོའི་ཁླ་བ་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཡོད། (བོད་ལྗོངས་ཀྱི་གཞུང་ནང་
རྒྱང་གི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

ནགས་ཚལ་ནང་ཏུ་གནས། ཏུས་རྒྱན་ཡན་གར་ཏུ་རྫོང་ཅིང་
འཁྱིག་སྒྲུར་བྱེད་ཏུས་ཕོ་ཕོ་མཉམ་ཏུ་རྫོང་། སྒྲིར་བཏང་ཏུ་ཉིན་
དཀར་རྒྱ་བ་ཡིན། དྲང་མོར་ལངས་ནས་འགོ་ཐུབ་ཅིང་ཡར་འགོ་བ་
དང་རྒྱལ་རྒྱལ་ཡང་ཤེས། དགུན་ཁར་དགུན་ཉལ་བྱེད། ཟས་སྒྲ་
ཆོགས་ཟ། གཙོ་བོར་ལྷན་མ་དང་རྒྱ་གྲ། འགས་བྱ། ས་བོན་སོགས་

ཟ། སྤྱིན་འབྲུ་དང་བྱ་སྤྱོད་དང་སྤྱིན་ཆགས་ཆུང་རིགས་ཀྱང་ཟ། དེ་
མིན་ད་དུང་མ་སྒྲིལ་ཡོད་ཀྱི་དང་ཆོད་མ་དང་སེལ་ཀྱི་སྤྱིན་ཆགས་ཀྱང་……

ཟ། དབྱུང་གར་འབྲིག་སྒྱུར་བྱེད་ཅིང་མངལ་སྒྱུ་ལྟ་ཏེ་ལམ་ཐོ་
བདུན་ཅམ་ཡིན། མངལ་ཆགས་ཐེངས་རེ་ལ་སྤྱུ་གུ་གཅིག་ནས་གསུམ་
བར་བཅའ།

པོད་སྤྱོད་སྤྱི་ནགས་ཚལ་མང་ཆེ་བར་ཡོད། བྱང་ཤར་དང་སྤྱི་
པེ། རྩ་ལྟ་བུ། སྤྱི་ནགས་སྤྱི་ལྟ་བུ་ཡོད། མཆོ་སྤྱི་ལྟ་བུ་མགོ་
སྤྱི་དང་སྤྱི་ལྟ་བུ་སྤྱི་སྤྱི་ལྟ་བུ་ཡོད་སྤྱི་པ་རེད།

[སྤྱི་དང་བཞུགས་པའི་ཁག་དང་ལས་སྤྱི་བྱེད་ཚལ]

མཁྱེས་པ་བསེལ་སྤྱི་བྱེད་ནས་སྤྱི་དཀར་སྤྱི་གཅིང་མ་བྱས་
ཏེ་ཉར་ཆགས་བྱ།

[རྩས་པ་དང་ཕན་ཡོན]

དེ་མ་མཁྱེས་ནི་མཁྱེས་པའི་སྤྱི་མཆོག་ཡིན། ཆ་བ་དུངས།
དུག་སེལ། མ་གསོ། མིག་གསལ། འདར་ཡམས་འཛིན་སྤྱི་ ཆ་ཁ་
འཛིན། སྤྱི་ནགས་ཀྱི་དབང་གིས་བྱས་སྤྱི་པ་གཅིང་། གཟའ་ནད་ལ་
ཕན། ཟས་མི་འཇུ་བ་དང་མ(བྱད་པར་དུ་གཞང་འབྱུང་)ལ་ཕན།
ཤ་སྤྱི་སྤྱི་

དེད་མོང་། ལྷན་བཀོལ་སྒྲན་མཆོག

[སྒྲག་ཆགས་ངོས་འཛིན] དེད་མོང་། 棕熊 (ཆོན་

ལྷན་རི་མོ།)

ལྷན་ཆེ་ཞིང་གཟུགས་ལྗང་སྒྲིས་1.8ནས་2བར་ཡོད། ལྷན་གྱི་མྱིང་
ཆོད་ལ་ཕལ་ཆེར་སྒྱུ་མཉམ་200ལྟ་ཡོད། མགོ་ལྷུ་མ་ལ་སྒྲ་མདོ་རིང་།
སྒྲག་པ་འབྱར་ཏུ་ཆོན་པ་དང་། ལྷན་བཞི་རྒྱས་ཤིང་ཐེར་མོ་ཡོད།
ལག་པའི་ཐེར་མོ་རྒྱང་པའི་ཐེར་མོ་ལས་རིང་། ར་མ་ལྷང་། ལག་
མཐིལ་སྒྲུབ་ཅིང་རྒྱང་། རྒྱང་མཐིལ་མཐུག་ཅིང་ཆེ། རྒྱང་མཐིལ་གྱི་
ནང་ངོས་སྒྲ་སྒྲ་ལྷང་ཏུ་སྒྲིས་ཡོད། ལྷན་ཕྱིལ་པོའི་སྒྲ་ཁ་ཁམ་ནག་
ཡིན། མགོའི་སྒྲ་ཁ་ཁམ་དམར་ཡིན་ལ་དམར་ཤས་ཆེ། གཟུགས་པའི་
སྒྲ་ཁ་རྒྱུ་ལས་དཀར་ཤས་ཆེ། ལྷན་བཞི་ནག་ནག་ཡིན། དེད་སྒྲག་
ལ་ལའི་ཆོང་ག་ནས་སྒྲིའི་བར་ཏུ་ཐིག་ལེ་དཀར་པོ་ཡོད། (མཆོ་སྒྲན་
ཞིང་ཆེན་གྱི་ལྷལ་ལྷལ་རང་རྒྱུང་ལྷལ་གྱི་དཔེ་གཟུགས་དངོས་ལ་.....
བརྟན་ནས་བྲིས་པའོ)

ནགས་ཆོལ་ཏུ་གནས་ཤིང་དབྱར་གར་རི་གཟར་མོ་དང་ནགས་
སྒྲག་པའི་ནང་ཏུ་སྒྲོད་པར་དགའ། ཕལ་ཆེར་ཉིན་དཀར་རྒྱ་བ་ཡིན།
སྒྲོད་པོ་ལ་འགོ་ཤེས་པ་དང་རྒྱ་ལའང་རྒྱལ་ཤེས། ལྷ་གསལ་བ་ལས་
མིག་མི་གསལ་བ་ཡིན། ལྷ་བརྒྱུ་པ་ནས་སྒྱུ་ལོའི་དབྱིད་ཀའི་བར་ཏུ་

དབྱན་ཉལ་བྱེད། ཏུས་སྐབས་འདིར་རྒྱ་བའང་མཐོང་ཡིད། ཟས་
 རྣམ་པ་ལྷ་ཆོགས་ཟ། གཙུ་པོར་རྒྱ་ལྷུ་མ་དང་རི་རྒྱུས་ཀྱི་ལ་ཏོག་དང་
 ལྷ་ལྷ་སོགས་ཟ། བྱད་པར་ཏུ་རྒྱང་ཆེ་བ་པར་དགལ། སྐབས་འགར་
 ཕྱིའུ་དང་སྟོག་ཆགས་སྟག་བཞི་རྒྱང་རྒྱང་དང་འབྲུ་རིགས་བབྱང་.....
 རྣམ་ཟ། དབྱར་གར་འཁྱིག་རྒྱར་བྱེད་ཏུས་སོ་སོ་མཉམ་ཏུ་རྟོད་པ་མ་
 གཏོགས་ཏུས་གཞན་སོ་སོ་ཁ་ཁ་བྱས་ནས་རྟོད། མངལ་རྒྱུ་ལྷན་ལོ་
 བྱེད་ཀ་ཙམ་ཡིན། མངལ་རྒྱུ་ཐངས་རེ་ལ་རྒྱ་ལྷ་གཅིག་གཉིས་
 བཙའ།

མཆོ་རྟོན་དང་པོད་རྟོངས། ལུབ་བྱང་གི་ཞིང་ཆེན་གཞན་དག་
 ཏུ་ཡོད། ཏུ་ལེ་དང་བྱང་ཤར། རྟོ་ལུབ་སོགས་ས་ཁྲལ་ཏུ་ཡང་ཡོད།

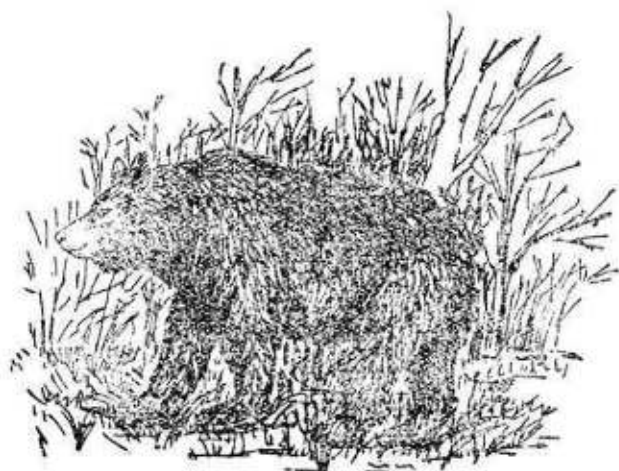
[རྟོན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་རྟོན་བྱེད་ཆལ།]

མཁྱིས་པ་ནི་དོམ་མཁྱིས་དང་མཆོངས།

[ལུས་པ་དང་ལན་ཡོན།]

མཁྱིས་པ་འི་ལུས་པ་ནི་དོམ་མཁྱིས་དང་མཆོངས་ཤིང་དེ་ལས་.....

ཞན།



ཐྱུང་མོང་།

མཁུགས། ཟས་སུ་ཚུ་ལྟམ་ལྟ་ཆོགས་དང་ཤིང་སྤན་གྱི་ཡལ་ག་ལོ་མ་
སོགས་ཟ། ཟས་འཆོལ་བའི་རྒྱས་ངེས་ཅན་ཞིག་ཟེད། ལོ་གཅིག་ལ་
སྤྱ་གྲ་ཐངས་གཅིག་བཅའ། མཆོ་སྤྱན་ཡིན་ན་ཟླ་རྒྱག་པ་སྤྱ་གྲ་བཅའ་
བའི་རྒྱས་ཡིན། བཅའ་ཐངས་རེ་ལ་སྤྱ་གྲ་གཅིག་བཅའ། རེ་འགར་
གཉིས་བཅས་པའང་ཡོད།

མདོ་དབྱས་མཐོ་སྤང་དང་བྱི་ཁྱོན། ཀན་སུལ། རྩན་ཞི། ཉིན་
ལ། རྩང་སོག་སོགས་ཞིང་ཆེན་དང་རང་སྤྱོད་སྤྱངས་ན་ཡོད།

[སྤན་རྒྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྤྱན་བྱེད་ཚུལ]

རྩ་སོལ་བར་བསྐྱེགས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

ཁྲག་གསར་པ་གཏོང་བའམ་ཡང་ན་གྲོ་བྱེ་བསྐྱེས་ནས་བསེལ་.....
སྤམ་བྱས་རྩེས་ཉར་ཆགས་བྱ།

[རྒྱས་ལ་དང་ལན་ཡོན]

རྩ་ཡིས་ཆ་བ་སེལ། བྱང་ཁོག་ནག་ཁྲག་སྐྱེལ།

ཁྲག་གིས་ཆང་ནད་མི་འབྱུང་བར་སན།



羴

བྱུར་བཀོད།

[རིགས་མཐུན་སྒྲིག་ཆགས། ར་མ། 家山羊

[མཆན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྟོན་བྱེད་ཚུལ།

ར་ཐུག་དཀར་པོའི་རྩ་སྟོལ་བར་བསྐྱེགས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

ར་མཆིན་བཅས་ནས་གཏོང་།

རེའུ་ཡི་སྒྲོ་བ་བཅས་ནས་གཏོང་།

མཁྱིས་པ་དོམ་མཁྱིས་དང་མཚུངས།

ཆོལ་ནི་བཟུས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

ཁྱིག་འབྲས་གསར་པ་འམ་ཡང་ན་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་ནས་རང་.....

རིགས་ཀྱི་འོ་མར་བཅས་ཏེ་གཏོང་།

[རྒྱས་པ་དང་ཕན་ཡོན།

ར་ཐུག་དཀར་པོའི་རྩ་ཡིས་སྒྲོངས་རིམས་གཟེར་བ་འཛོམས།

ར་མཆིན་གྱིས་མིག་ཤེད་སྦྱེད། སྒྲོད་ལོང་ལ་ཡང་ཕན།

རེའུ་ཡི་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་ལ་ཕན།

མཁྱིས་པས་སྦྱར་དུག་སེལ།

ར་ཆོལ་བྱི་ལ་བྱུགས་ན་རྒྱང་ལག་གི་སེར་ཁ་ལ་ཕན།

ཁྱིག་འབྲས་གྱིས་རོ་ཅ་དང་ལུས་བྱུངས་གསོ། རྒྱེད་པ་ན་བ་ལ་

ཡང་ཕན།

[རིགས་མཐུན་སྒྲིག་ཆགས། ལུག་ 绵羊

[མཐུན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲན་བྱེད་ཆུ།

ལུག་ཐུག་གི་རྩ་སྐམ་པོ་བསྐྱེགས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

སྐད་པ་བཙོས་ནས་གཏོང་།

ཤ་གཟན་གྱི་ཏུས་པ་རྒྱུ་གཏུས་ནས་ཁྲ་བ་བཞེན་པ་དང་ཡང་……

ན་ཕྱི་མར་བཏགས་ནས་བཞེན་པར་བྱ།

མཆིན་པ་གསར་པ་གཏོང་།

མཁྱིས་པ་དོམ་མཁྱིས་དང་མཆུངས།

ཤ་གཟན་གྱི་མཁལ་མ་བསེལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

ཤ་མ་བསེལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཁྲ་བ་ཁྲ་བ་ཏུ་བརྒྱུང་།

[རྒྱས་པ་དང་ཕན་ཡོན།

ལུག་ཐུག་གི་རྩ་ཡིས་ཏུ་འབྱེན།

སྐད་པས་ལུས་བྱངས་བསྐྱེད། མགོ་ཡོམ་འཁོར་བར་ཕན།

ཡོ་གསུམ་བཞི་ཡོན་པའི་ཤ་གཟན་གྱི་ཏུས་པས་ལུས་སྒྲོབས་……

ཉམས་པ་གསོ། མགོ་ཡོམ་འཁོར་བར་ཕན། མིག་འགྲིབ་སེལ། རྩ་

བའི་ཏུར་སྐྱ་སེལ།

མཆིན་པ་མིག་ལ་ཕན། སྐད་ཡིང་སེལ།

མཁྱིས་པས་བས་ཏུག་སེལ། ལུག་གཙོང།

ཤ་གཟན་གྱི་མཁལ་མ་བྱུང་མེད་གྱི་མཁལ་ནད་དང་གྲང་རྒྱང་……

ལ་པན།

ལྷག་གི་ཤ་མས་པོ་མཚན་འགྲང་ནས་མི་ནི་བའི་ནད་སེལ།

སྤྱང་གི་རྩུབ་གོལ་བར་འབྲིང་།

[སྤྱི་ཆགས་ངོས་འཛིན། སྤྱང་གི་རྩུབ་

ལུས་ཀྱི་ཕྱི་དབྱིབས་ཁྱི་དང་མཚུངས་ཤིང་མཚུ་ཅུང་ཟད་ཤ། རྩུབ་
པ་ཁྱེན་ཏུ་གཟེངས། ར་མ་རིང་ཞིང་ཐུར་ལ་དབྱངས་འདུག ར་ཐུ་
གཟེངས་པ་ཡིན། ལུས་སྟོབས་ཆེ་ཞིང་སྤྱག་བཞི་རྩུག། ས་ཚྲོན་པ་
ཡིན། (མཚོ་སྟོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་མཚོ་སྟོ་རང་སྤྱང་ལུས་ཀྱི་དཔེ་
གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པ་འོ།)

རི་སྤུལ་དང་བདེ་ཐང་། བྱགས་ཆེལ། ས་ཚྲོན་སྟགས་ལ་གནས་
འདུག ཁེར་རྒྱང་རམ་པོ་མོ་མཉམ་ཏུ་སྟོང་། བྱང་སྟོགས་ཀྱི་སྤྱང་གི་
དབྱུན་ཁར་ཁྱུ་བྱས་ནས་རྩུབ་པ་མང་། ཏུས་རྩུབ་མཚན་མོར་རྩུབ་
དང་བང་ཆལ་མཁྱེགས། བཅན་ཞིང་གྲང་པོ་ཡིན་ལ་དྲོགས་པ་མང་།
སྟོ་དང་མིག་དང་ན་པ་ནམས་ཏ་ཅང་རྟོ། ཟས་གཙོ་པོ་ནི་སྟོག་
ཆགས་རྒྱང་འབྲིང་ནམས་ཟ་བ་ཡིན། རྩུབ་དང་པོ་དང་གཉིས་པར་
འབྲིག་སྤྱང་བྱེད་ཅིང་མངལ་རྩུམ་ཡུན་རྒྱ་གཉིས་ཅམ་ཡིན། བཅོལ་
ཐངས་རེ་ལ་སྤུ་བྱ་ཏུག་བཏུན་ལྟག་བཅོལ།

མཚོ་སྟོན་དང་པོ་དེ་སྤྱངས་སྤུ་ཡོད་པ་ལས་གཞན་རྩུལ་ཡོངས་……
སྤྱང་ཡོད།

[སྟོན་ཏུ་བཀོལ་བཞི་ཁག་དང་ལས་སྟོན་བྱེད་ཆེལ།

ཤ་བཙོས་ནས་བསིལ་སྐམ་བྱས་ཏེ་ཉར་ཚགས་བྱ།

ཆེ་བསིལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

ཕ་བ་བསིལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

[ཁྱས་པ་དང་པན་ཡོན]

ཤ་ནི་གྲང་ཁྱོས་ལ་པན།

ཆེ་ཡིས་ཁྲུང་ས་གག་སེལ།

ཕ་བས་ཁྲོད་བཟྱེད་མ་ཁྱ་བ་འཁྱ།

ཤ་བས་ཁྱ་བ་འཁྱོམས།



ཁྲུང་གི

ཐུལ་ རྒྱལ་བཀོལ་བར་འབྱེད་།

[ཐོག་ཆགས་ངོས་འཛིན། ཐུལ། 猕猴]

ལུས་པོ་རྩལ་ཆེ་ཞིང་གཟུགས་སྒྲ་ལིས་སྤྱིས་58ནས་62བར་དང་།
 ར་མའི་རིང་ཚད་ལ་ལིས་སྤྱིས་19ཙམ་ཡོད། ལུས་ལ་སྤྱི་རིང་པོ་མཐུག་
 པོ་སྤྱིས་ཡོད། ཀླང་ལག་གི་ལྗང་བ་ཁམ་དམར་ཡིན་ཞིང་རྒྱབ་ཀྱི་སྤྱི་ཁ་
 ནག་སྤྱི་(རྒྱབ་ནས་ཅིབ་ཕྱོགས་སུ་སོང་ན་སྤྱི་ཁ་རིམ་གྱིས་བཅན་ཁར་
 འཕྱར་) ཡིན། སྤྱི་ཁ་པ་དང་ལག་པ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱི་ཁ་སྤྱི་སྤྱི་དང་། སོང་
 གའི་སྤྱི་ཁ་དཀར་སྤྱི། འགམ་པ་དང་རྩ་བའི་ནང་ཤ་མདོག་ཡིན།
 ཀླང་ལག་ཚང་མར་མཆུབ་ལུ་ལྟ་རེ་ཡོད། མཆུབ་ལུ་ལ་སེན་མོ་སྤྱི་སྤྱི་
 ལྟ་བུ་ཡོད། (མཚོ་སྤྱི་ཞིང་ཆེན་གྱི་ལྟལ་ལྟལ་རང་སྤྱི་ལྟལ་གྱི་དཔེ་
 གཟུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

ལོ་མ་ཆེར་མ་ཅན་དང་ལོ་མ་ཆེ་རིགས་ཀྱི་ཤིང་སྤྱི་དང་ནགས་ཆེལ་
 ནང་དང་བྲག་གཟར་མོ་སྤྱི་གནས་འདུག བརྒྱ་སྤྱི་འགའམ་བརྒྱ་
 ལྟ་སྤྱི་བྱས་ནས་སྤྱི་དཔར་དགལ། ཉིན་མོར་རྒྱ་བ་དང་མཚན་མོ་
 བྲག་དང་སྤྱི་མགོར་བཞུད་ཡོད། ཡར་འགོ་བ་དང་མཚོང་སྤྱི་བྱེད་
 པར་དགལ། རྒྱ་ལ་རྒྱ་ལ་ཤེས་ཤིང་སོང་ན་མཐོགས། ཟས་ནམ་པ་སྤྱི་
 ཆོགས་ཟ། དཔེར་ན་རི་སྤྱི་སིལ་ཉོག་དང་མེ་ཉོག་ ལོ་མ། ཉིན་འདུ་
 སྤྱི་སྤྱི་ཟ་བ་ལྟ་བུ་རེད། དགུན་མཐུག་དང་དབྱིད་འགོར་འཁྲིག་སྤྱི་

བྱེད་ཅིང་མངལ་རྒྱལ་ཡུན་ལོ་བྱེད་ཀ་ཙམ་ཡིན། བཅའ་ཐེངས་རེ་ལ་
ཡུ་གྲ་གཅིག་བཅའ།

མཆོ་སྒྲོན་གྱི་ཡུལ་ཤུལ་དང་མགོ་ལོག་རང་སྒྱུར་ཁུལ་དང་པོད་……
སྒྲོངས་གྱི་ནགས་ཆལ་མང་ཆེ་བར་ཡོད། ལྷ་ནན་དང་ལྷ་ཅུབ། འབྲི་
ཅུ་འབབ་ཡུལ། རྟོ་ནན། སྤན་ཞི། རྟོ་པའི་བྱང་སྒྲུགས། ལྷ་ན་ཞི་
སོགས་ས་ཆར་ཡང་ཡོད།

[སྤན་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲོན་བྱེད་ཆལ]

རུས་པ་སོལ་བར་བཞེགས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

སྒྱིང་བ་སེལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

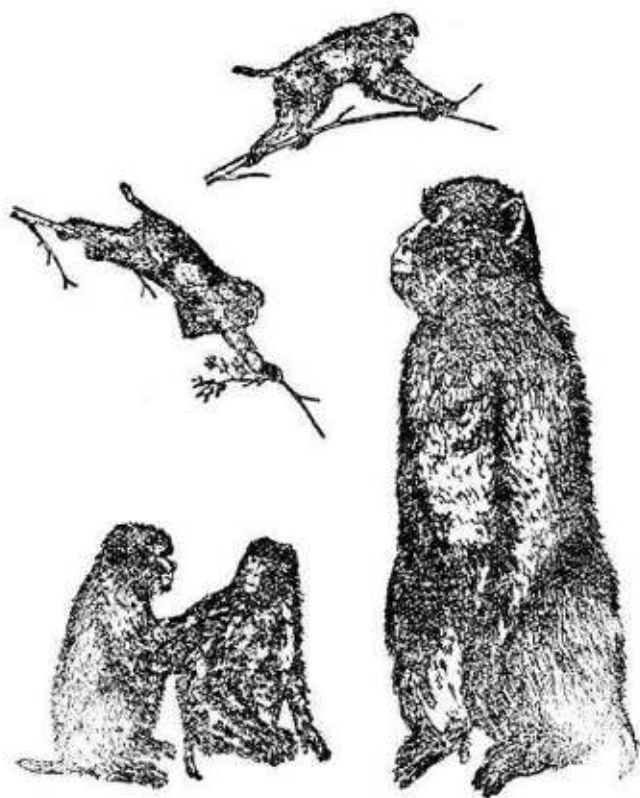
མཁྲིས་པ་དོམ་མཁྲིས་དང་མཆུངས།

[རུས་པ་དང་ལན་ཡོན]

རུས་པས་གག་སྒྲོག་སེལ། སུ་འབྱེན།

སྒྱིང་གིས་བྱད་མེད་སྒྱིང་ཆབས་སེལ།

མཁྲིས་པས་སྒྱུར་རུག་སེལ།



三ノ

ཡ་མང་། ལྷན་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[ཁྱོག་ཆགས་ངོས་འཛིན། ཡ་མང་། 須鼠耳蝠]

ལུས་པོ་རྒྱང་རྒྱང་དང་ན་བ་སྤང་བྱུང་ཞིང་། རྩེ་མོ་རྒྱུ་པོ་
ཡིན། ར་མ་རྒྱས་པས་དབྱི་དང་འབྲེལ། གཤོག་པའི་རྩི་མ་རྩེར་མའི་
ཙ་བ་ནས་རྩེས་ཏེ་གཤོག་པ་དང་འབྲེལ་འདུག ལུས་ཀྱི་པོ་འི་སྤྱ་ཁ་
ལེར་པོ་ཡིན། ལྷབ་གྱི་སྤྱ་ཙེ་དཀར་ཤས་ཆེ། གསུམ་པའི་སྤྱ་ཁ་ལེར་རྒྱ་
ས་མདོག་ཡིན། (མཆོ་སྤྱན་ཞིང་ཆེན་གྱི་མ་རྩེ་རང་སྤྱང་ལྷུ་གྱི་དཔེ་
གཟུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

ཁང་པའི་(ནང་སྤོས་སྤྱ་ཁང་པ་རྩིང་པ) སྤྱབས་ཀ་དང་ཤིང་.....
སྤོང་གི་ཁྱང་བྱའི་ནང་ཏུ་གནས། ལེར་རྒྱང་ཏུ་སྤོང་པའམ་གསུམ་
བཞི་རྒྱ་བྱས་ནས་སྤོང། སྤྱབས་འགར་མང་པོ་མཉམ་ཏུ་སྤོང་པ་ཡང་
ཡོད། མགོ་སྤྱར་ལ་དབྱང་བ་དང་ཡང་ན་ཉལ་ནས་སྤོང། སྤྱ་རིངས་
ཤར་ཏུས་དང་ས་ཏུབ་པའི་ཏུས་སྤྱ་ཕྱི་ལ་འཕྱར་ནས་འདུ་སྤང་རིགས་
བཟུང་ནས་ཟ(གཙུ་པོར་འདུ་གཤོག་པ་ཅན་ཟ) དབྱིང་མཐུག་ཏུ་
སྤྱ་ག་བཅའ། བཅའ་ཐེངས་རེ་ལ་སྤྱ་ག་གཉིས་བཅའ།

མཆོ་སྤྱན་པོ་འི་རྩེ་སྤྱགས་དང། བོད་སྤོངས། བེ་ཅིན། སྤྱ་ཅན།
ཐེ་མན། ལྷན་ནན། ཟེ་ཁྱོན། ཏུན་ཞི། ཞིན་ཅང་སྤོགས་ས་ཆར་
ཡོད།

[སྐྱོན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྐྱོན་བྱེད་ཚུལ]

ལུས་ཉིལ་པོ་སྐྱོན་ཏུ་བཀོལ་ཚོག་པ་དང་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་ནས་.....

ཁམ་ཁུམ་ཏུ་བརྟུང་།

བྱན་ཆུར་བཟུས་ནས་ཁན་ད་བྱ།

[བྱས་པ་དང་ལན་ཡན]

ལུས་ཡོངས་རྫོགས་བྱིས་གཟའ་ཕོག་པའི་བྱིན་བྱིས་སྐྱུག་པ་.....

གཅོད།

བྱན་བྱིས་གཟའ་ནད་འཛིན་ས།



ཕ་ལང་།

ཕག་ཚྲོད། རྒྱུ་པ་ཀོ་ལ་པར་འབྱིང་།

[ཚྲོག་ཆགས་རྩེ་མ་འཛིན། ཕག་ཚྲོད། 野猪]

ལྷན་པོ་ཕག་དང་འདྲ་ཏུ་མགོ་པོ་ཕག་མགོ་ལས་ཅུང་ཆེ།
གཞུགས་ལྷ་ལྷོས་1. 5ནས་2པར་དང་ལྷན་གྱི་མྱིང་ཚད་ལ་ལྷིང་རྒྱ་
མ་150ནས་250པར་ཡོད། མཆུ་ཉོ་འཕྱིགས་ལྷ་པུ་ཚོན་པོ་ཡིན། རྒྱ་བ་
ལྷན་ཏུ་གཞེངས་འདུག ལྷན་པ་ཞི་བྱུང་ཞིང་རྩ་མ་སྤ། ལྷན་ལ་ཁབ་
ལྷ་པུ་ལྷ་རྒྱ་རྒྱ་མཐོང་པར་ལྷན་པོ་དང་རྒྱ་བ་གཞུང་གི་ལྷ་ལྷོ་
རྩ་མ་དང་འདྲ། ལྷ་ཚད་མ་ཆེ་ནས་ཡན་ལག་ལྷན་པོ་དང་། ལྷ་ཁ་ཁམ་
ནས་དང་རྒྱ་བ་ནས་རྩ་མ་གཞིས་ཡོད། ལྷ་ཆེ་མེར་ཤས་ཆེ། གཞུ་
པུ་ལྷ་ཁ་རྒྱ་བ་ལས་དཀར་ཤས་ཆེ། འབྲམ་པ་དང་ཁབ་ཁར་ལྷ་ལྷོ་
པོ་འདྲེས་ནས་ལྷན་པོ་དང་། རྩ་མ་ལྷ་ཁ་དང་རྒྱ་བ་ལྷི་ལྷ་ཁ་གཅིག་
འདྲ་ཡིན། རྩ་མ་ནས་པོ་ཡིན། (ལྷ་པོ་ལྷི་དཔལ་འབྱོར་ཚྲོག་ཆགས་
གྱི་དེབ་མེར་ནང་གི་ཕག་ཚྲོད་ལྷོས་མ་ལ་བལྟས་ནས་ལྷོས་པུ་)

ཤིང་སྤན་གྱི་ནགས་ཚལ་དང་ནགས་ཚལ། རྒྱ་ཁ་སྤྱོད་ལ་
གནས་འདུག དབྱར་གར་ཚད་པར་འཛིན་པས་ལྷ་བ་པུ་ལྷི་ནང་གི་
བསེལ་སར་ཡིགས་ནས་འདུག དབྱར་ཁར་རྒྱ་བ་ལྷོ་ལྷ་བ་པུ་ལྷི་
ཁར་རྒྱ་བ་ཡིན། དབྱིང་ཀ་དང་ལྷན་གར་ཡངས་ཤིང་ཆེ་བུ་ས་ཆར་
ལྷོད་པ་རེད། ཕག་ཚྲོད་པོ་གཅིག་རེ་ཡན་གར་ཏུ་རྒྱ་བ་ལས་གཞན་

ཚང་མ་སྤྱི་བྱས་ནས་རྒྱ་བ་ཡིན། ཞོགས་པ་དང་དགོང་མོ་དང་མཚན་
 མོ་བཅས་ལ་ཉིན་མོ་ལས་འགོ་འོང་མང་། ཟས་སྤྱི་ཅི་ཤིང་རྒྱ་ཚོགས་
 གྱི་ཚ་བ་དང་ཡལ་ག་ལོ་མ། སིལ་རྟོག་སོགས་ཟ། སྤྱི་ཚགས་གྱི་ར་
 དང་འབྲུ་སྤྱང་ཡང་ཟ། ལོ་རྟོག་ཡུང་སྒོག་ཏུ་ཟ་བས་གནོད་འཚེ་
 ཚབས་ཆེན་ཡིན། སྤྱི་བྱ་བཅའ་བའི་རྒྱས་སྤྱི་གཞི་ནས་ས་ཆ་ཞིག་ལ་
 ཚང་ལས་ནས་བརྟན་ཆགས་སྤྱི་ཚོད་བ་ཡིན། བལ་ཆེར་རྒྱ་བཅུ་པར་
 འབྲིག་སྤྱི་བྱས་ནས་སྤྱི་ལོ་ལྷ་བཞི་པ་ལྷ་པའི་བར་སྤྱི་བྱ་བཅའ།
 བཅའ་ཐེངས་རེ་ལ་སྤྱི་བྱ་ལྷ་རྒྱག་བཅའ། རེ་འགར་ཐེངས་གཅིག་ལ་
 སྤྱི་བྱ་བཅའ་ལྷ་རྒྱག་བཅས་བ་ཡང་ཡོད། རྒྱུས་མ་ཐག་པའི་ཐག་སྤྱི་ག་
 གི་ལྷས་ཐོག་ན་ཐིག་ལོ་ཡོད། སྤྱི་བཟླས་ན་ཐེད་པར་འབྱུར། ཐག་
 སྤྱི་ག་ཏུང་ཆེར་རྒྱུས་རྒྱས་ཐག་མོས་ཁྲིད་ནས་རྒྱ་བ་ཡིན།

མདོ་དབྱས་མཚོ་སྤྱང་གི་རྩོ་སྤྱི་གས་སྤྱི་ཡོད་པ་དང་རང་རྒྱལ་གྱི་
 ས་ཆ་གཞན་དག་ན་ཡང་ཡོད།

[སྤྱི་བྱ་བཅའ་བའི་ཁག་དང་ལས་རྟོན་བྱེད་ཚུལ]

ཤ་བསིལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

རྒྱས་པ་སོལ་བར་བསྐྱེགས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

ཀྱང་མར་ཁམ་བུའི་ཆོག་སྒྲིང་དང་བསྐྱེགས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

ཁྲག་བཅོས་ནས་རྟོག་པོར་ཆགས་ཏེ་ཉི་མར་སྐམ་རྟེན་ཉར་.....

ཆགས་བྱ།

མཁེའི་པ་དོམ་མཁེའི་དང་མཁེའི་སྐྱོད་སྐྱོད་
 ལྷན་བཞུགས་པའི་ཐལ་བ་ཉར་ཆགས་བྱ།
 [རྒྱལ་པ་དང་པན་ཡོན]
 ཤམ་སྦྱོན་དང་འཛོམས།
 རྒྱལ་པས་དཔུ་ཆུ་སེལ།
 ཀར་མར་གྱིས་སྤྲོད་ཆེན་མ་བྱི་བ་སྦྱོས།
 འག་གིས་རྒྱལ་དང་སྦྱག་པ་བྱིར་བ་སྦྱོད།
 མཁེའི་པས་ཆ་ཆད་རྒྱལ་ཆད་སེལ། མིག་ལ་པན། ཤ་སྐྱོས།
 ལྷན་གྱིས་ཆད་ནད་སེལ།



ཕག་ཆོད།

ཟུར་བཀོད།

[རིགས་མཐུན་སྒྲིག་ཆགས། བག ཁ་ཐུག

[ཐུན་བཀོད་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲིག་བྱེད་ཚུལ།

ཅུས་པ་ལག་ཁྱོད་ཀྱི་ཅུས་པ་དང་མཆུངས།

རྒྱུ་མར་ལག་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུ་མར་དང་མཆུངས།

མཆེ་བ་ཐལ་བར་བསྒྲིགས་ནས་ཁམ་བུའི་ཆོག་གྲུ་དང་བསྒྲིས་.....

ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

ཁག་ལག་ཁྱོད་ཀྱི་ཁག་དང་མཆུངས།

མཁྱིས་པ་དོམ་མཁྱིས་དང་མཆུངས།

ཆོལ་(རྒྱུ་པ) བཞུས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

ལག་སྒྲིག་གི་བྱུན་ནི་ལག་ཁྱོད་ཀྱི་བྱུན་དང་མཆུངས།

[ཅུས་པ་དང་ལན་ཡོན།

ཅུས་པས་སྒྲིག་པོ་ལེལ།

རྒྱུ་མར་ལག་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུ་མར་དང་མཆུངས།

མཆེ་བའི་ཐལ་བ་ཤུ་ཐོར་ལ་ལན།

ཁག་ལག་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུ་མར་དང་མཆུངས།

མཁྱིས་པས་ཟས་ཅུག་ལེལ། ཆོད་པ་ལེལ། མིག་ལ་ལན། བྱི་ལ་

བྱུག་ན་མ་ལ་ལན། ཤ་སོལ།

མོལ་(རྟེན་པ) མི་ལ་ཕྱག་ན་གྲུང་ཕྱ་ལ་ཐན།

ཐག་ཕྱག་གི་ཕྱན་ལྷིས་མ་ཞུ་མོ་ནད་དང་གྲུང་པ་ཁྲིས་མེལ།
མཁྲིས་ནད་མེལ། མཁྲིས་ཕྱན་པ་ཁྲིས་ མིག་ཁྲིན་དམར་མེར་ཆགས་
པར་ཐན།

འཕར་བ། ཉུང་བཀོལ་དམན་པ།

[ཐོག་ཆགས་ངོས་འཛིན། འཕར་བ། 財

ལུས་གཞུགས་ཀྱི་དང་འདྲ། གཞུགས་ལྷ་མིས་ཅམ་ཡིན། ར་མ་
ཉུང་ཟད་སྒྲིམ་ཞིང་ར་ལྷོ་སྒྲིག་ནག་ཡིན། ལུས་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱ་ཁ་ཁམ་
མེར་དང་། རྒྱུ་གྱི་སྤྱ་ཁ་ཁམ་ནག་ གཞུགས་པའི་སྤྱ་ཁ་མེར་སྤྱ་ཡིན།
ལྷག་བཞི་དང་རྒྱུ་གྱི་སྤྱ་ཁ་གཅིག་འདྲ་ཡིན། (མཚོ་སྒྲོན་ཞིང་ཆེན་
ཀྱི་མཚོ་བྱང་རང་སྤྱོད་ལྷུ་གྱི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བརྟེན་ནས་……
ལྷུ་པའོ)

རི་མ་ཐང་དང་ནགས་ཆལ། རི་སྤྲུལ། ཆ་སའི་ཤིང་སྤན་ནགས་
ཆལ་སོགས་སྤྱ་གནས་ཡོད། རྩོ་སར་ཉུང་མང་། སྤྱིར་བཏང་སྤྱ་བྱས་
ནས་སྤྱོད་པ་དང་སོ་སོ་གཉིས་ཀ་ལྟན་ཅིག་ཏུ་སྤྱོད་པ་ཡང་ཡོད།
ཞོགས་པ་དང་སྤྱོད་ཏུ་རྒྱུ་བ་དང་སྤྱེ་བའི་ཉེ་འདབས་སྤྱ་རྒྱུ་བ་རྒྱན་……
པར་མཐོང་། རང་བཞིན་བཅན་པོ་ཡིན། མང་པོ་སྤྱ་བྱས་ནས་སྤྱོག་
ཆགས་ཆེ་འཁྱིར་རིགས་བསྐྱར་ནས་གསོད་ཐུབ། དགུན་ཁར་སྤྱ་གྱ་
བཅོལ། མངལ་སྤྱུམ་ཡུན་རྒྱ་བ་གཉིས་ཅམ་ཡིན། བཅོལ་ཐེངས་རེ་ལ་
སྤྱ་གྱ་གསུམ་བཞི་བཅོལ།

མཚོ་སྒྲོན་གྱི་ཨ་རིག་དང་མགོ་ལོག་ ལྷུ་ལྷུ་སོགས་སྤྲུལ་དང་
སྤྱོད་ན་ཡོད། བོད་སྤྱོདས་ཀྱི་ནགས་ཆལ་དང་། ཞིན་ཅང་དང་ཡུན་

ནན། ཀོང་ཞི། བྱང་ཤར་སྐག་སྐྱོང་ཆེན་དང་ས་ཁྱུལ་བཅས་ན་
ཡོད།

[ཐུན་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་ལྗོན་བྱེད་ཆུལ།]

ཤ་ཐུང་ཤ་དང་མཚུངས།

ཕོ་བ་ཐུང་གི་ཕོ་བ་དང་མཚུངས།

[བྱས་པ་དང་ལན་ཡོན།]

ཤ་ཐུང་ཤ་དང་མཚུངས།

ཕོ་བ་ཐུང་གི་ཕོ་བ་དང་མཚུངས།



འཕར་བ།

འབྲི་བ། ལྷན་བཀོལ་བར་འབྲིང་།

[སྔག་ཆགས་ངོས་འཛིན། འབྲི་བ། 喜马拉雅旱獭

ལྷན་པོ་ཤིན་རུ་ཆོ་ཞིང་ན་བ་ཏ་ཅང་རྒྱུད་། ལྷན་བཞི་ཐུང་ཞིང་
སྔམ། ལག་པར་མཚུབ་མོ་བཞི་ཡོད། མཐེབ་ཆེན་མི་གསལ། ཀྱང་
པར་མཚུབ་མོ་ལྡ་ཡོད། ར་མ་ཐུང་ཐུང་དང་ལེབ་ལེབ་ཡིན། ལྷན་
གཞུང་ཁམ་ནག་དང་ཐོག་ལ་ཐིག་ལེ་ནག་པོ་ཐར་ཐོར་ཡོད། གཞུས་
པའི་སྤྱ་ཁ་ལྷན་ལས་ནག་ཤས་ཆེ། གཞུས་པའི་དཀྱིལ་རུ་ཐིག་བཅན་
ཁ་གཅིག་ཡོད། མཚུ་རྟོ་དང་གདོང་ལ་ནག་ཐིག་ཡོད། འགམ་པ་
གཉིས་ལ་མེར་ཐིག་ཤར་མོ་འགའ་ཡོད། མིག་སྒྱིབས་ཐོག་མར་ནག་
ཐིག་ཤར་མོ་འགའ་ཡོད། ལྷན་པོ་མེར་ནག་ཡིན། མཚུའི་མཐའ་ཁ་
དཀར་དཀར་ཡིན། སྒྱིར་ན་ས་ཆ་སོ་སོའི་འབྲི་བའི་སྤྱ་ཁ་མི་གཅིག་
ལ། ས་ཆ་གཅིག་གི་འབྲི་བ་སོ་སོའི་སྤྱ་ཁ་ཡང་མི་གཅིག་པ་ཡིན།
(མཆོ་སྔོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་མ་ལྷོ་རང་སྒྱིང་ཁུལ་གྱི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་
ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

སྤང་རིའི་ཉིན་ཁ་དང་ལྷང་བ་ལ་གནས་ཡོད། རི་མ་ཐང་ན་
ཡང་ཡོད། ལྷ་བྱས་ནས་སྤོད་པར་དགའ། ལྷང་གཅིག་གི་ནང་རུ་མ་
བྱ་ནམས་སྤོད། ལྷང་ནང་རུ་ཡང་ཆང་གཙོ་བོ་དང་ཆང་པལ་བ་བྱེ་
ཡོད། ཆང་གཙོ་བོའི་ནང་རུ་ཡང་ལྷང་བྱ་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་དེ་ནི་

དབྱན་ཉལ་བྱེད་ས་དང་སྤྱ་ལྷ་བཅའ་ས་ཡིན། ཚང་པལ་བའི་ནང་
 ལྷང་བྱ་གཅིག་མ་གཏོགས་མེད། ལྷང་བྱ་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་ཡང་ཡོད།
 གནས་སྐབས་ཀྱི་ལྷང་ནི་ཆེས་རགས་མོ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་ཉེན་ལ་
 ཐུག་ཆེ་བྱལ་ས་ཡིན། མིག་དང་ན་བ་ཚྱོ། ཉེན་ལ་ཐུག་པའི་རུས་སུ་
 སྐད་བཏང་ནས་པན་ཚུན་བརྟེན་གཏོང་གེས་པ་ཡིན། དབྱན་ཁར་
 དབྱན་ཉལ་བྱེད་ཅིང་། བྱིམ་གཅིག་གི་རབས་ཁ་ཤས་ལྷང་བྱ་གཅིག་
 གི་ནང་དུ་དབྱན་ཉལ་བྱེད། བྱི་མའི་དབྱིད་ཀར་ཡར་ལངས་པ་ཡིན།
 ཡར་ལངས་མ་ཐག་འཁྲིག་སྒྱུར་བྱེད། དབྱར་འགོ་ལ་སྤྱ་ལྷ་བཅའ།
 བཅའ་ཐེངས་རེ་ལ་སྤྱ་ལྷ་བཞི་ནས་རྒྱག་བར་བཅའ། རེ་འགར་
 ཐེངས་གཅིག་ལ་སྤྱ་ལྷ་དབྱ་ལྷག་བཅས་པ་ཡང་ཡོད། ཟས་གཙོ་བོ་ནི་
 ལྷ་ལྷམ་དང་ལྷག་མ་སོགས་ཡིན། ཞིང་འདེབས་སར་ལོ་རྒྱུད་ཀྱང་བ།
 མདོ་དབུས་མཐོ་སྐང་དང་ཟི་ཁོན། ལྷན་ནན་ཞིང་ཆེན་སོགས་
 ན་ཡོད།

[ཐུན་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲན་བྱེད་ཚུལ]
 ཐོད་པའི་རུས་པ་སོལ་བར་བསྐྱེགས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།
 ཤ་གསར་པ་གཏོང་བའམ་ཡང་ན་བསེལ་སྐྱམ་བྱ།
 མཆེན་པ་གསར་པ་གཏོང་བའམ་བསེལ་སྐྱམ་བྱ།
 མཁྲིས་པ་དོམ་མཁྲིས་དང་མཚུངས།
 ཆོལ་བཞུས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

[རྒྱས་ལ་དང་ཕན་ཡོན]

ཐོད་རྒྱས་དཔུ་ཆར་ཕན།

ཤ་ཡིས་གང་རྒྱང་སེལ། མོ་ནད་ལ་ཕན།

མཁྱིས་པས་ཆང་ནད་འབྱང་། མ་གསོ། སྦྱར་རྒྱག་སེལ།

མཆིན་པས་རྒྱས་ཆག་སྦྱར།

ཆོལ་གྱིས་གང་རྒྱང་དང་ཏུ་སྦྱངས་འཛོམས།



འཕྱི་བ།

བྱ་མ་བྱེད། རྒྱ་བཀོལ་སྒྲན་མཆོག

[སྒྲིག་ཆགས་རིས་འཛིན། བྱ་མ་བྱེད། 鼯鼠

ལུས་པོ་གསེམ་བྱི་ལས་རྒྱ་ཞིང་ལུས་བྱི་རིང་ཆད་ལ་ལེས་
 སྒྲིས་⁵⁴ ཅམ་ཡོད། ཅི་བ་ལོགས་ནས་རྒྱ་ལག་གི་བར་ཏུ་གཤོག་པ་ལྟ་
 བུའི་སྒྲིམ་ཡོད། རྒྱ་བུའི་སྒྲན་སྒྲིགས་སུ་ཐིག་ལེ་དམར་མེར་ཡོད།
 རྒྱ་བྱི་སྒྲིམ་ཅ་ནག་སྒྲིམ་དང་སྒྲིམ་ཆེད་མེར་མེར། སྒྲིམ་ཅེ་ནག་ནག་ཡིན།
 རྒྱ་བྱི་གཞུང་གི་སྒྲིམ་ཁ་ཁམ་ནག་དང་། སྒྲིམ་སྒྲིམ་ཁ་མེར་པོ། གསུམ་
 པའི་སྒྲིམ་ཁ་སྒྲིམ་པོ་ཡིན། གཤོག་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲིམ་ནི་གསུམ་པའི་ཁ་དོག་
 འདྲ་བ་དང་། ར་མའི་སྒྲིམ་ཁ་དང་རྒྱ་བྱི་སྒྲིམ་ཁ་འདྲ། ར་མའི་སྒྲིམ་
 ནག་ནག་ཡིན། རྒྱ་ལག་རྒྱ་བྱི་སྒྲིམ་ཁ་དམར་མེར་དང་། རྒྱ་པའི་
 རྒྱ་ཏུ་སྒྲིམ་ནག་བསྐྱེད་ནས་སྒྲིས་ཡོད། (མཆོ་སྒྲན་ཞིང་ཆེན་བྱི་མག་
 ལོག་རང་རྒྱུང་ཁུལ་བྱི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

རྒྱ་རིའི་ནགས་ཆལ་དང་ཤུག་པ་སྒྲིས་ཡོད་པའི་བྲག་གཟར་ཆོག་
 གི་ཁྱུང་བུ་དང་བྲག་སྐབས་སུ་ལས་ནས་སྤོང་པ་ཡིན། ཆང་ནང་ཏུ་
 རྒྱ་ལུས་སོགས་བཏིང་ཡོད་ཅིང་། ཆང་གི་ཉེ་འདབས་སུ་བྱུན་ནག་
 ནར་མོ་ཡོད་པ་མཐོང་ཐུབ། ཉིན་དཀར་ཆང་ནང་དང་སྤོང་མགོར་
 ངལ་གསོ་བྱེད། ཞོགས་པ་དང་དགོང་མོར་རྒྱ་བ་ཡིན། གསེམ་ཤིང་
 དང་ཤུག་པའི་འབྲས་བུ་དང་ལོ་མ་བཟས་སུ་བ།

མདོ་དབུས་ས་ཁུལ་གྱི་ནགས་ཚལ་དུ་ཡོད། ཀན་ལུ་དང་ཉི་
 སེ་དང་། ཡུན་ནན་ཞིང་ཆེན་སྐགས་ན་ཡོད།
 [ལྷན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲན་བྱེད་ཚལ]
 ཤ་བསིལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།
 ལུན་(བྲག་ལྷན་ཡང་ཟེར) ཉི་མར་སྐམ་པར་བྱ།
 [རྒྱས་བ་དང་ལན་ཡོན]
 ཤ་མོ་ནད་ལ་ཕན། ཏུ་འབྱིན། སྒྱེ་རྒྱན་གཙོད།
 ལུན་ཁག་རྒྱ་བ་ལ་ཕན། སྒྲངས་པ་ཞི། གཟེར་འཛིམས། སོ་བ་
 ན་བ་ལ་ཕན། ཟླ་མཚན་འགགས་པ་སེལ། རྟེན་པ་ན་བ་ལ་ཡང་ཕན།



བྲ་མ་བྱེན།

བྲག་གི་ཡ་བ། ལྷན་བཀོལ་སྐྱན་མཚེག

[སྔག་ཆགས་ངས་འཇིན] བྲག་གི་ཡ་བ། 红耳鼠兔

དབྱར་ཁར་ལྷས་རྩིལ་པོ་དམར་མེར་དང་གསུམ་པ་སྐྱ་བོ། ལྷག་
བཞི་དཀར་དཀར་ཡིན། དལུན་ཁར་རྒྱལ་གཞུང་གི་སྤྱ་ཁ་དཀར་སྐྱ་
ཡིན་ཞིང་ཁམ་མདངས་ལྡན། ལྷག་བཞི་དང་གསུམ་པའི་སྤྱ་ཁ་མི་
འཇུར་བར་དབྱར་ཁ་དང་མཚུངས། (མཚོ་སྔོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་ལྷ་ལ་
ལྷ་རང་སྤྱོད་ཁྲལ་གྱི་དཔེ་གཟུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

ལྷང་བའི་ནང་གི་གད་པ་རྩོམ་གས་ཡོད་སར་གནས། སྐབས་
འགར་ས་ཞིང་ཉེ་འདབས་སུ་ཡང་མཐོང་བྱུང། ལྷང་ནང་ཏུ་གཅིག་
བྱ་ཡན་གར་ཏུ་སྡོད། ལྷང་བྱ་རགས་མོ་ཡིན་ཞིང་ས་འོག་ཏུ་འགྲོ་
ལམ་དྲང་མོ་སྒྲིས་གཅིག་གཉིས་ཅམ་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ཡན་ལག་.....
མེད། ལ་ལས་རྩོམ་སྐབས་ནས་ཆང་ལས་པ་རེད། ཉིན་དཀར་རྒྱ་བ་
དང་བང་ཆལ་མཚུགས། སྔོན་ནས་སོགས་ཀྱི་སོག་མ་བས་སུ་བ།

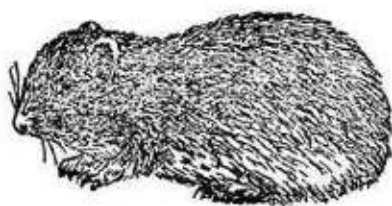
མདོ་དབུས་མཚོ་སྐང་དང་མི་ཁྱོན། ཀན་སུའུ་བཅས་ན་ཡོད།

[སྐན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྐྱན་བྱེད་ཆལ]

ལྷན་རྒྱུ་བསྐྱངས་ནས་ཁོལ་བར་བསྐྱལ། དེ་ནས་རྒྱ་སྐྱ་ཆ་
གཉིས་བཅགས་རྗེས་ལྷག་མ་གསུམ་ནས་ཁན་ད་བྱེད།

[རྒྱས་བ་དང་ལན་ཡོན]

ཐུན་ཐག་ཁྱེན་དང་མཚུངས།



ཐག་གི་མ་བ།

འབྲོང་། ཁུང་བཀོལ་སྐྱེན་མཆོག

[སྒྲིག་ཆགས་རིམ་འཛིན། འབྲོང་། 野牦牛

ལུས་གཟུགས་རབ་ཏུ་ཆེ། འབྲོང་གཡག་གཅིག་གི་མྱིང་ཆོད་
 སྤྱིའི་རྒྱ་མ་རྩེད་གཅིག་ལྟ་གཏིག་ཡིན་ཞིང་། སྐྱེན་མགོའི་མཐོ་ཆོད་ལ་
 སྤྱིས་1.57ལྟ་གཏིག་དང་། འབྲོང་ས་མགོའི་མཐོ་ཆོད་ལ་སྤྱིས་1.37ལྟ་
 ཡོད། སྐྱེན་བཞི་ཐུང་ཞིང་སྤྱི་མ། སྤྱིག་པ་ཆེ། ཞལ་མ་དང་དཔོ་འག་
 དང་ར་མ་ཆོད་མར་སྤྱི་ནག་རིང་པོ་མཐུག་པོར་སྤྱིས་ཡོད། ལག་
 གཞན་ལ་སྤྱི་ཐུང་ཐུང་འཇམ་པོ་མཐུག་པོར་སྤྱིས། འབྲོང་གཡག་གི་
 ར་ཆེ། འབྲོང་འཁྱའི་ར་ཆུང་། ར་གཉིས་ཀྱི་བར་ཡང་ས། ལུས་ཡོངས་
 ལམ་ནག་ཡིན། རྒྱབ་གཞུང་ལམ་སྤྱི་དང་། སྐལ་ཆོགས་སྤྱི་སོང་ན་
 དཀར་ཤས་ཆེ་བས། དེར་བརྟེན་རྒྱབ་ཏུ་སྤྱིག་ཤར་སྤྱི་པོ་ཞིག་མདོན་
 འདུག ཅིག་ལོགས་དང་གསུམ་པའི་སྤྱི་ལ་ནག་ནག་ཡིན། མཆུང་
 མཐའ་ལ་དཀར་སྤྱི་ཡིན། (མཆོ་སྤྱི་ཞིང་ཆེན་གྱི་མཆོ་རྒྱབ་རང་
 རྒྱང་ཁུལ་གྱི་དཔེ་གཟུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

རི་མཐོན་པོའི་རི་ཆེ་དང་ས་རྩེད་ཏུ་གནས་འདུག སྤྱིར་བཏང་
 ཏུ་ལྷུ་ལུས་ནས་རྒྱ་བ་ཡིན། ཁུང་ན་ལྷུ་གཅིག་ལ་འགའ་རེ་ཅམ་དང་
 མང་ན་བརྒྱ་ལྟ་གཏིག་ཡོད། རེ་འགར་འབྲོང་གཡག་གཅིག་ཕུ་ཡན་གར་
 ཏུ་འགྲོ་བ་ཡང་ཡོད། ས་ཆ་ལ་ལར་འཁྱི་གཡག་ལྟ་ཅིག་ཏུ་སྤྱིང་པ་

ཡོད། འབྲུག་ས་གྲང་ལ་མི་སྤྲུག་ ཟས་སྤྲུ་ཚུ་ལྷུ་མ་སྤྲུ་ཚོགས་ཟ། དབྱར་
གར་ཚུ་མིག་དང་ཚུ་པོའི་ནང་གི་ཚུ་འབྱུང་། དབྱུག་ཁར་རང་སྤྲོད་
སའི་དར་དང་ཁ་བ་ཟ། ཡོ་གཉིས་ཡོན་ན་སྤྲེ་ཚད་ཡོངས།

མདོ་དབྱུས་མཐོ་སྒང་ཁོ་ནར་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ས་ཆ་གཞན་……
ཏུ་མེད། ཞིན་ཅང་དང་ཀན་སུའུ་ལ་རེ་གཉིས་སོང་བ་ཡང་ཡོད།

[ཟུན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲུན་བྱེད་ཚུལ།]

ར་སོལ་བར་བསྐྱེགས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

ཏུས་པ་བྱ་བ་གཏུ།

རྒྱང་མར་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

ཆེ་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

གྲེ་བ་གསར་པ་གཏོང་བའམ་བསེལ་སྐྱམ་བྱ།

སྒྱིང་ཤ་གསར་པ་གཏོང་བའམ་བསེལ་སྐྱམ་བྱ།

མཁྲིས་པ་དོམ་མཁྲིས་དང་མཚུངས།

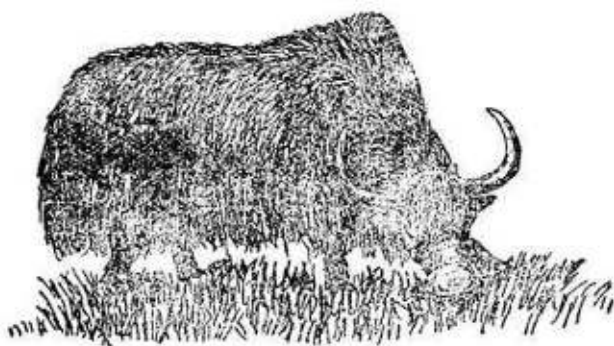
ཁྲག་བཅོས་ནས་རྟོག་པོར་ཆགས་རྗེས་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་ཏེ་ཉར་
ཚགས་བྱ།

ཕྱིག་འབྲས་གསར་བའམ་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་ནས་རང་རིགས་ཀྱི་
འོ་མར་བཅོས་ནས་གཏོང་བར་བྱ།

[རྒྱས་པ་དང་ལན་ཡོན།]

ར་ཐལ་གྱིས་སྤྲུན་བཤིག་ སོ་རྒྱུད་བསྐྱེད།

ཅས་ཁུས་ལུས་རྟོད་བསྐྱེད།
 ཀང་མར་མ་ལ་ཕན། བགས་སྤྱན་གསོ།
 ཟླ་ཡིས་མོ་རྟོད་བསྐྱེད།
 གེ་བས་ལྷ་བ་འཛོམས།
 ཉིང་གི་ཉིང་རྒྱང་ལ་ཕན། སྤྱོད་འཛོག་ཉིང་གཟེར་འཛོམས།
 མཁུས་པས་བྱང་ཁོག་ནག་ཁྲག་སྐྱེས། རྟོད་བསྐྱེད།
 ཁྲག་གིས་འབྲུ་བ་གཙོད། བད་ཀན་སྤྲུག་མོ་ལ་ཕན། ཆང་ནད་
 འབྱར། རྟོད་བསྐྱེད།
 རྐྱེག་འབྲས་ཀྱིས་ལུས་རྒྱངས་དང་རྩ་ཅ་གསོ། རྐྱེད་པ་ན་བ་ལ་
 ཕན།



འཛོད།

ཟུར་བཀོད།

[རིགས་མཐུན་ཐོག་ཆགས། ཟུར་། 公黄牛

[ཟུན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྟོན་བྱེད་ཚུལ།

ཟུར་ནག་གི་རྩ་སོལ་བར་བསྐྱེགས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

སྦྱིར་བཏང་ཟུར་གི་རྩ་སོལ་བར་བསྐྱེགས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

མཁྱིས་པ་དོམ་མཁྱིས་དང་མཚུངས།

གི་མང་དེའི་སྦྱི་དཀར་སྐངས་ཏེ་རས་དཀར་གྱིས་བཏུམས་རྩིས་
བསིལ་སྐམ་བྱས་རྩིས་ཉར་ཆགས་བྱ།

ཁྱིག་འབྲས་གསར་པའམ་བསིལ་སྐམ་བྱས་ཏེ། རང་རིགས་ཀྱི་
འོ་མར་བཙོས་ནས་གཏོང་བར་བྱ།

[རྒྱས་པ་དང་ཕན་ཡོན།

ཟུར་ནག་གི་རྩ་ཡིས་མཛོ་ནད་འཛོམས།

སྦྱིར་བཏང་གི་རྩ་ཡིས་མཆིན་ཚད་སེལ། མགོ་རྒྱས་ཆག་པ་གསོ།

མཁྱིས་པས་སྦྱར་ཏུག་སེལ། བིག་གི་ཆ་ལ་ཕན།

གི་མང་གིས་ཚ་བའི་ནད་རིགས་འཛོམས། ཏུག་ནད་སེལ། སྦྱོ་
ཚད་དང་མཆིན་ཚད་སེལ། བྱིས་པའི་དངངས་འདར་དང་གཟའ་
ནད་ལ་ཕན། གག་ལྟོག་སེལ། ཆ་གསོ། འོར་དང་དམུ་ཚུ་སྐྱེམ།
མཁྱིས་པ་བིག་སེར་ལ་ཕན། མཆིན་པའི་སྦྱིན་སྦྱར་འཛོམས།

ཧྲིག་འབྲས་ཀྱིས་ལུས་བྱངས་དང་རྩ་ཅ་གསོ། གཅིན་འགགས་
སེལ། མཁལ་ནད་ལ་ཕན།

[རིགས་མཐུན་སྒྲིག་ཆགས། མངོ། 公编牛

[མཐན་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲན་བྱེད་ཆ་ལ།

རྩ་སྟལ་བར་བསྐྱེགས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

རྒྱང་མར་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

[རྒྱས་བ་དང་ཕན་ཡོན།

རྩ་ཡིས་ཟས་དུག་སེལ།

རྒྱང་མར་ཀྱིས་སྐྱེ་རྒྱན་གཅོད།

གཙོད། རྒྱ་བཀོལ་སྒྲན་མཆོག

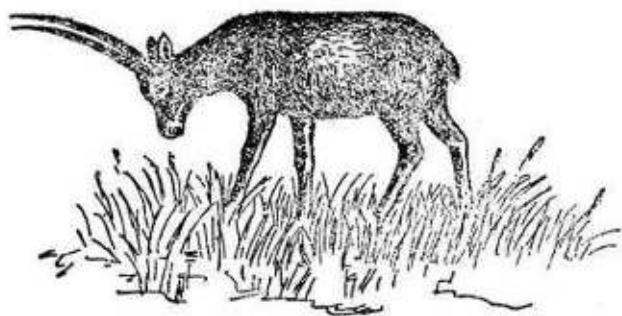
[སྒྲིག་ཆགས་ངོས་འཛིན། གཙོད། 藏羚

ལུས་པོ་ཆེ་ཆུང་འབྲིང་བ་ཡིན། རྩ་མགོ་ན་སྤྱོད་ཅིང་རྩ་ཁྲུང་
ཆེ། སྤེལ་མཆུ་ཉོ་སྤྲུལ། བལ་སྤྱོད་མཐུག་ཅིང་གྲེན་ལ་གཟེངས། ཁྲོལ་མོ་
ཡིན། མིག་པ་ཆུང་། སྤེལ་རྩ་ཡོད། རྩ་ཆེ་མ་གཏོགས་རྩ་ཡོངས་སྤྱོད་
སྤྲིང་བྱུང་གསལ་པོ་ཡོད། མོ་ལ་རྩ་ཡོད་པ་མ་རེད། རྒྱུ་ཁྱི་སྤྱོད་ཁ་
ཁམ་དམར་དང་གསུམ་པར་རིམ་གྱིས་དཀར་པོར་འགྱུར། སྤེལ་
གདོང་ནག་ནག་དང་། མོའི་གདོང་དཀར་དཀར་ཡིན། རྩ་བའི་ནང་
ངོས་དཀར་སྤྱོད་དང་ཕྱི་ངོས་དཀར་དཀར་ཡིན། སྤྱོད་བཞི་སྤྱོད་དང་
སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཐིག་ལེ་ཁམ་ནག་དང་ནག་པོ་ཡོད། རྩ་མོའི་སྤྱོད་ཁ་
དང་རྒྱུ་ཁྱི་སྤྱོད་ཁ་འདྲ་བ་ཡིན།
(མཆོ་སྤྱོད་ཞིང་ཆེན་གྱི་མཆོ་རྩལ་རང་སྤྱོད་ཁྲུང་གྱི་དཔེ་གཟུགས་.....
དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

མཆོ་ངོས་ལས་སྤྱོད་3500ནས་6000བར་མཐོ་བའི་མཐོ་སྤྱོད་ཀྱི་.....
གནས་ཡོད། མང་པོ་མཉམ་རྒྱུ་བ་ཡིན། དབྱུང་གར་ཡངས་ཤིང་
ཆེ་བའི་ཁྲུང་བ་དང་རྩ་ཆུ་འཛོམས་སར་ཞོད། དཔུན་ཁར་ཆུང་ཕྱོལ་
སྤྱོད་པའི་ཁྲུང་བར་སྤྱོད་ནས་ཞོད། མང་ཆེན་པོར་འགྲོ་དགའ་བ་
ལས་ལ་ཆེན་པོར་འགྲོ་མི་འདོད། ཟས་སྤྱོད་རྩ་མོ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཟ།

མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་ཁོ་ནར་མ་གཏོགས་གཞན་ན་མེད།
 [སྒྲན་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲན་བྱེད་ཚུ།
 ར་སོལ་བར་བསྐྱེགས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།
 ཁྲག་བཙས་ནས་རྟོག་པོ་ཆགས་རྗེས་བསིལ་སྐམ་བྱས་ཏེ་ཉར་.....
 ཚགས་བྱ།

[རྒྱས་བ་དང་ལན་ཡོན།
 ར་ཡིས་སྒྲ་བ་དང་བད་ཀན་འཛམས། འཁྱུ་བ་གཙོད། བྱ་
 འབྱིན།
 ཁྲག་གིས་འཁྱུ་བ་གཙོད།



གཙོད།

ཕ། ཉུང་བཀོལ་དམན་པ།

[སྒྲིག་ཆགས་རིས་འཛིན། ཕ། 狐]

ལུས་པོ་སྤྲ་ཞིང་རིང་། འགམ་པ་དོག་ཅིང་མཆུ་ཏྱི་རིང་། རྩ་བ་
ཆེ། ར་མའི་སྤྱ་ཡར་གཟེངས་འདུག། སྤེའི་སྤྱ་ཁ་དམར་མེར་དང་།
རྒྱབ་གཞུང་གི་སྤྱ་ཁ་ཁམ་སྤྱག། ཅིབ་ལོགས་གྱི་སྤྱ་ཁ་སྤྱ་སྤྱ་ཡིན། ཀླང་
པའི་ལྷག་གའི་སྤྱ་ཁ་དམར་མེར་རམ་ཁམ་སྤྱག་དང་། ཀླང་པའི་སྤྱ་
སྤྱགས་ན་ཐིག་ལེ་སྤྱ་པོ་ཡོད། ར་མའི་དཀྱིལ་དམར་མེར་གྱི་བར་ན་
སྤྱ་ཅེ་ནག་པོ་བསྐྱེས་ཡོད། ར་མའི་ལྗེ་མོ་དཀར་དཀར་ཡིན། ལུག་
བཞི་ས་མདོག་གམ་ཁམ་ཁམ་ཡིན་ཞིང་ཐོག་ན་ཐིག་ལེ་ཁམ་ནག་ཡོད།
(མཚོ་སྤྱ་ཞིང་ཆེན་གྱི་ཡུལ་ཤུལ་རང་སྤྱང་ཁུལ་གྱི་དཔེ་གཞུགས་.....
དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

ནགས་ཆེལ་དང་རི་མ་ཐང་། ལྗེ་ཐང་སོགས་ལ་གནས་ཡོད།
ཁང་བུར་སྤོད། ཉིན་དཀར་ཡིབ་པ་དང་དགོང་མོར་རྒྱ་བ་ཡིན།
ཉིན་མོ་ཉལ་འདུག། གཡོ་སྤྱ་ཆེ། ལྷ་དང་རྩ་བ་རྩོ་ཞིང་བང་ཅལ་
མཁྱེགས། ཟས་རྩམ་པ་སྤྲ་ཆོགས་བ། བྲ་རིགས་རྒྱང་རིགས་དང་བྲ་
རིགས། སྤྱིན་འབྲུ་རིགས་བ། རེ་འགར་རི་སྤྱེས་སེལ་ཏྱིག་དང་བྲིམ་
བྲ་ཡང་བ། རྩ་དང་པོ་གཉིས་པར་འབྲིག་སྤྱར་བྱེད། མངལ་སྤྱམ་
ཡུན་རྩ་བ་གཉིས་ཅམ་ཡིན། ཡོ་རེ་ལ་ཐེངས་རེ་བཅའ། ཐེངས་རེ་ལ་

གཟིག་རྒྱ་བཀོལ་སྒྲན་མཆོག

[ཁྲིག་ཆགས་ངོས་འཛིན] གཟིག་ 金錢豹

གཟིགས་དབྱིབས་སྒྲག་དང་མཚུངས་ཅུང་ཅུང་བཟད་ཆུང་། མགོ་
 རྒྱུ་པོ་དང་ན་བ་ཐུང་། སྒྲག་བཞི་རབ་ཏུ་རྒྱས། ལུས་ཀྱི་མྱིང་ཆོད་
 སྒྱིའི་རྒྱ་མ⁵⁰ཙམ་ཡིན་ཞིང་གཟིགས་སྒྲ་སྒྱིས་¹ནས་^{1.5}ཙམ་ཡིན། ར་
 མའི་རིང་ཆོད་ལེས་སྒྱིས་⁷⁵ནས་⁸⁵བར་ཡིན་པས་གཟིགས་སྒྲ་ལས་.....
 བྱེད་ཀ་ཙམ་གྱིས་རིང་། རྒྱབ་ཀྱི་སྒྲ་ཁ་དམར་མེར་དང་། གསུམ་པའི་
 སྒྲ་ཁ་དཀར་དཀར་ཡིན། མགོ་དང་སྒྱི་དང་རྒྱབ་སྐྱོན་ལ་ནག་ཐིག་
 རྒྱང་རྒྱང་མང་པོ་ཡོད། རྒྱེད་པ་དང་ཚིབ་ལོགས་ལ་ནག་པོ་གོར་གོར་
 དང་བྱ་སྒྲོང་ལྟ་བུ་དང་རྒྱར་མང་ཙན་སྐྱོན་ལ་དྲ་མིན་སྒྲ་ཆོགས་ཡོད།
 སྒྲག་བཞིའི་ཕྱི་ངོས་ཀྱི་སྒྲ་ཁ་ཁམ་མེར་ཡིན་པ་དང་། མཁྱིག་མར་
 ཐིག་ལེ་རྒྱང་རྒྱང་ཁམ་ནག་ཡོད། ར་མའི་སྐྱོན་ཐིག་ལེ་ནག་པོ་ཆེ་
 རྒྱང་མང་པོ་ཡོད། ར་མའི་སྒྲེ་མོ་ནག་ནག་ཡིན། (མཚོ་རྒྱན་ཞིང་
 ཆེན་གྱི་ཡུལ་ཡུལ་རང་རྒྱུང་ཁུལ་གྱི་དཔེ་གཟིགས་དངོས་ལ་བརྟེན་.....
 བྱས་ཀྱིས་པའོ)

རི་ཁུལ་དང་རི་མ་ཐང་ཏུ་གནས་ཤིང་ཆོད་ཡོད། ཆོད་ནི་
 བྱགས་ཡོད་ས་དང་རྒྱ་ཡོད་ས་དང་བྲག་ཁུང་སྐྱོན་སྒྲ་ལས། མཚན་
 མོར་རྒྱ་བ་ཡིན། བར་ཆལ་མཚྭགས་ཤིང་། ཡར་འགོ་བ་ལ་མཁམས།

རང་བཞིན་བཅན་པོ་ཡིན། མོ་བ་དང་ཁ་ཤ བཀ་མོད། རི་པོང་།
 བྱ་རིགས། ཁྱིམ་བྱ་སྐྱེས་བཟུང་ནས་བྱ། ལོ་གཉིས་གསུམ་ལོན་ཆེ་
 སྟེ་ཆོད་ཡོངས། དགུན་ཁར་འཁྱིག་སྒྲུབ་བྱེད་ཅིང་མངལ་སྒྲུམ་ཡུན་ཉི་
 རཱ་100ནས་105བར་ཡིན། བཅའ་ཐེངས་རེ་ལ་ཕྱུ་བྱ་གཉིས་གསུམ་
 བཅའ།

རང་རྒྱལ་གྱི་མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་རྩ་ཡོད་ལ། ས་ཆ་གཞན་ན་
 ཡང་ཡོད།

[སྒྲན་རྩ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲན་བྱེད་ཆལ]

རྩས་པ་སྟག་རྩས་དང་མཚུངས།

མཆེ་བ་སྟག་གི་མཆེ་བ་དང་མཚུངས།

སྟ་སྟག་སྟ་དང་མཚུངས།

ཤ་བམིལ་སྒྲུལ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

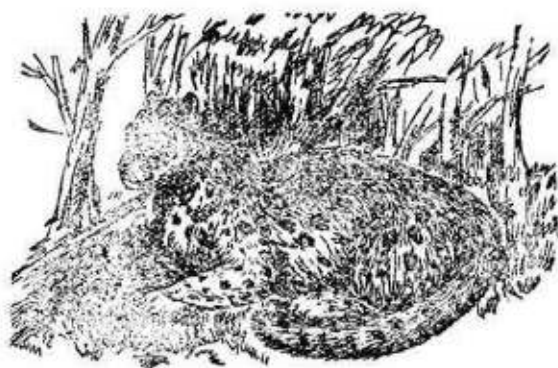
[རྩས་བ་དང་ལན་ཡོན]

རྩས་པ་སྟག་རྩས་དང་མཚུངས་རྩང་རྩས་པ་རྩང་ཞན།

མཆེ་བ་སྟག་གི་མཆེ་བ་དང་མཚུངས་རྩང་རྩས་པ་རྩང་ཞན།

སྟ་སྟག་སྟ་དང་མཚུངས་རྩང་རྩས་པ་རྩང་ཞན།

ཤ་ཡིས་སྒྲུ་ནད་འཛོམས།



5
117

གཡི། རྩུང་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[སྒྲིག་ཆགས་རིམ་འཛིན། གཡི། 猢猻]

ལྷན་གྱི་མྱོད་ཚད་སྒྲིའི་རྒྱ་མ¹⁸ནས་³²བར་དང་གཟུགས་སྣ་ལིས་
སྒྲིས་⁹⁰ནས་¹³⁰བར་ཡིན། ར་མའི་རིང་ཚད་ལིས་སྒྲིས་¹¹ནས་²⁴མ་
གཏོགས་མེད། ལྷག་བཞི་རིང་ཞིང་རྒྱས། ར་ཆའི་ཞིང་ཆེ་ཞིང་ར་
ཆེར་སྤྱ་ནག་མཐུག་པོ་བྱེན་ཏུ་གཟེངས་འདུག འགམ་པར་སྤྱ་རིང་པོ་
མར་ལ་དབྱང་འདུག་པ་དང་ཐིག་ལེ་ཁམ་ནག་གསལ་པོ་གྲལ་གཉིས་
གསུམ་ཡོད། རྒྱབ་གྱི་སྤྱ་ཁ་ས་མདོག་ལྟ་བུ་དང་། རྒྱབ་གཞུང་གི་སྤྱ་
ཁ་ནག་ཤས་ཆེ། གསུམ་པའི་སྤྱ་ཁ་མེར་སྤྱ་དང་། སྤྱ་ཆ་ཁམ་ཁམ་
ཡིན། ཐིག་མཐའི་སྤྱ་ཁ་དཀར་པོ་ཡིན། ལྷག་བཞིའི་སྤྱ་ཁ་ས་མདོག་
ལྟ་བུ་ཡིན། (མཆོ་སྒྲོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་ཡུལ་ཤུལ་རང་རྒྱུང་ཡུལ་གྱི་དཔེ་
གཟུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

ནགས་སྤྱག་པོའི་ནང་དང་བྲག་ཏུ་གནས་ཡོད། མཆོ་རོས་ལས་
སྒྲིས་³⁵⁰⁰མཆོ་བའི་རི་མགོ་ན་ཡང་མཆོང་བྱུབ། ཁེར་རྒྱང་ངམ་རྒྱ་
བྱས་ནས་འཁྱོའོང་བྱེད། རྩེང་མགོ་ལ་འགོས་པ་དང་རྩེ་ལ་རྒྱལ་བར་
མཁས། ཟས་སྤྱ་གཙོ་པོར་རི་པོང་དང་ཨ་བྲ། གསོམ་བྱི། དེ་སོ་
གོང་མོ་སྒྲིགས་བ། ཁ་ཤ་སྒྲིགས་སྒྲིག་ཆགས་ཆེ་རིགས་ཀྱང་བཟུང་
ནས་བ། སྒྲིད་ལྷག་ཆེ་བས་ཉིན་མཆོན་ཁ་ཤས་ཁ་དོག་ཉལ་བཅུད་

ནས་ཟས་མ་ཐོས་ན་ཡང་ཚོག
 ཟླ་གསུམ་པ་བཞི་པར་ཆགས་པ་
 ལངས་པ་དང་མངལ་རྒྱུ་ཡུན་རྒྱ་བ་གཉིས་ཙམ་ཡིན། བཅའ་ཐེངས་
 རེ་ལ་ཕྱ་བྱ་གཉིས་གསུམ་བཅའ།

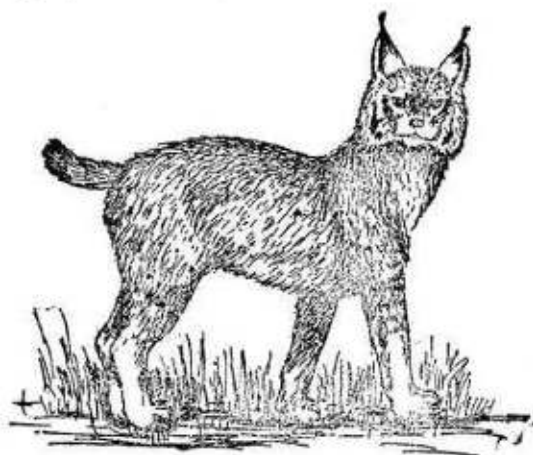
མཚོ་ཚོན་དང་པོད་ཚོངས་ན་ཡོད། བྱང་ཚྭགས་ས་ཁྲལ་ན་ཡང་
 ཡོད།

[ཚོན་བྱ་བཞེད་བཞེད་ཁག་དང་ལས་ཚོན་བྱེད་ཚལ།]

རྒྱ་མ་ཉི་མར་བསྐྱམས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

[རྒྱས་པ་དང་པན་ཡོན།]

རྒྱ་མས་རྒྱ་གཞེར་འཛོམས།



གཡི

རི་ཁོང་། ལྷན་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[སྤྱག་ཆགས་ངོས་འཛིན། རི་ཁོང་། 兔

གཞུགས་ནི་ས་ཆ་གཞན་དག་ལས་ཆེ་ཞིང། ཆེས་ཆེ་བའི་ལྷན་
ཀྱི་མྱིང་ཚད་སྤྱི་རི་རྒྱ་མ². 4 ཅུ་ཡོད།

མཆོ་ངོས་ལས་མཐོ་ཚད་ཅུང་ཆེ་བའི་རྩ་སར་གནས་ཤིང་། ས་
བ་ཚ་ཅན་གྱི་ནགས་ཚལ་དང་རྩ་མང་ས། བྲམ་པའི་ནགས། རི་མ་
ཐང་། ལྷང་བ་སོགས་ལ་རིག་རྒྱ་མང་། རང་གི་ཚང་མེད་ཀྱང་སྤྲ་གྲ་
བཅའ་སྐབས་འཁྱེ་བའི་ཚང་ནང་དུ་བཅའ། སྤྱིར་བཏང་དུ་ཞོགས་པ་
དང་དགོང་མོར་རྒྱ་བ་མང་། ཉིན་མོར་ཉལ་འདུག ཟས་སྤྱི་ཆེ་ཤིང་
གི་ལོ་མ་དང་ཡལ་ག ཅ་བ་སོགས་ཟ། དབྱིང་ཀར་འབྲིག་སྤྱིར་བཏང་
པ་དང་ལོ་གཅིག་ལ་ཐེངས་གཅིག་བཅའ། སྤྱིར་བཏང་དུ་བཅའ་
ཐེངས་རེ་ལ་སྤྲ་གྲ་བཞི་ལྷ་ཅུ་མ་བཅའ།

མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་དུ་ཡོད། རང་རྒྱལ་གྱི་ལྷ་རྩལ་གྱི་མཐོ་ས་
ན་ཡང་ཡོད།

[སྤྱན་དུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྟོན་གྱི་ཚལ།

ལྷང་པ་ཉི་མར་བསྐམས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

སྤྱིང་ཤ་བསྐལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

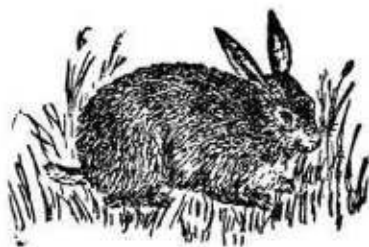
འོ་མ་གསར་པ་གཏོང་།

[རྒྱས་པ་དང་ཕན་ཡོན]

ལྷན་པས་འཁྱུ་བ་གཙོད། ལྷ་གཟེར་ལ་སན།

སྒྲིང་ག་སྒྲིང་ནད་ལ་སན།

འཇ་མ་མིག་ལ་བསྐྱས་ན་མིག་ནད་གསོ།



རི་མོང་།

ཤ་བ། ལྷན་བཀོལ་སྒྲན་མཆོག

[ཁྱོག་ཆགས་ངོས་འཛིན། ཤ་བ། 马鹿 (ཚོན་ལྷན་རི་

མོ་₂)

གཟུགས་ཆེ་ཞིང་ལུས་ཀྱི་ལྗིད་ཚད་སྤྱིར་རྒྱ་མ200ལྷག་ཡིན།
གཟུགས་ལྗང་སྤྱི་མ2ཙམ་ཡོད་པ་དང་སོག་མགོ་སྤྱི་མ1ཙམ་མཐོ། སོག་
མགོ་དང་འཕྲངས་མགོ་མཐོ་དམན་འདྲ་བས་དྲང་པོར་འགྲང་སྐབས་
མགོ་རྩ་མཐོ་དམན་མེད། རྒྱ་བ་ཆེ་ཞིང་འཕགས་དང་འདྲ། སྤྱི་རིང་
བས་གཟུགས་ལྗང་སྤྱི་མཙམ་ཆ་གཅིག་དང་མཚུངས། སྤྱི་འོག་ཏུ་སྤྱི་རིང་
པོ་མཐུག་པོར་སྤྱི་མ། རྩ་མ་ཏུ་ཅང་ལྷང་། ལྷག་བཞི་རིང་ཞིང་མིག་པ་
ཆེ། སོ་ལ་རྒྱ་ཡོད་པ་དང་སོ་ལ་རྒྱ་མེད། སོ་རེར་རྒྱ་ཐངས་རེ་བཞེ།
གསར་ཏུ་སྤྱི་མ་པའི་རྒྱ་ལ་སོག་རྒྱ་མེད། རྒྱ་རྒྱིང་ནས་ཡལ་ག་གྲུས་ཏེ་
སྤྱི་མ་ཏུ་བསེགས་ནས་བརྒྱངས། ཡལ་ག་དང་པོ་དང་བར་ཐག་མི་
རིང་སར་ཡལ་ག་གཉིས་པ་གྲུས་པ་འདི་ནི་ཤ་བོ་དང་ཁ་ཤའི་བྱུང་.....
པར་ཡིན། ཡལ་ག་གསུམ་པ་དེ་ཡལ་ག་གཉིས་པ་དང་བར་ཐག་
རིང་། ལ་ལའི་རུའི་གཞུང་རྒྱུ་ཆེ་ནས་ཡང་ཡལ་ག་གཉིས་སུ་གྲུས།
རྒྱ་ཆེ་འཇམ་པོ་ཡིན་པ་མ་གཏོགས་གཞན་དག་རྒྱུ་བ་པོ་ཡིན། རྒྱ་རྒྱིང་
ཏུ་མེན་ལྷ་སྤྱི་འབྱར་མ་གོར་མོ་གཅིག་གཉིས་ཡོད། ལུས་པའི་སྤྱི་ཁ་
ཁམ་ནག་དང་། རྒྱ་བའི་ནང་ངོས་སུ་སྤྱི་དཀར་སྤྱི་མ། འཕྲངས་ལ་

ཐིག་ལེ་ཆེན་པོ་མེད་སྐྱ་གཅིག་ཡོད། ཆིབ་ལྷགས་ལ་ཐིག་ལེ་ཁམ་ནག་
 ཤར་མོ་གཉིས་ཡོད། ར་མ་མེད་སྐྱ་དང་དབྱིལ་ཏུ་ཐིག་ཁམ་ནག་
 གཅིག་ཡོད། ཀླང་པའི་མཁྱིག་མར་སྐྱ་དམར་མེད་ཅུང་ཟད་རེ་སྐྱེས་
 ཡོད། ཐེར་བྱག་གི་སྐྱ་ཁ་དཀར་དཀར་ཡིན། དབྱར་ག་སྐྱ་ཐུང་།
 དབྱན་ཁ་སྐྱ་རིང་ཞིང་མཐུག (མཚོ་སྔོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་མཚོ་བྱང་རང་
 རྒྱུང་ཁུལ་གྱི་དཔེ་གཟུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

རི་མཚོན་པོའི་ནགས་ཚལ་དང་ཚུ་ཐང་། ཤིང་ཐུན་གྱི་ནགས་
 ཚལ་བཅས་སྐྱ་གནས་ཡོད། དབྱར་གར་རི་མཚོན་པོའི་ཆེ་དང་ཁྲིབ་
 རྒྱགས་སྐྱ་ཕྱོད། དབྱན་ཁར་རི་མགོ་ནས་མར་བབས་ཏེ་ཕྱང་བ་དང་
 རི་ཀོད་གྱི་ཉིན་རྒྱགས་སྐྱ་ཕྱོད། ཞོགས་པ་དང་དགོང་མོར་རྒྱ་བ་དང་
 ཉིན་གྱང་ཏུ་ཉལ་བ་ཡིན། ཟས་སྐྱ་ཚུ་ལུས་དང་ལྷག་མ། ལོ་མ། ཡལ་
 ག་སྐྱགས་ཟ་ཞིང་། ས་བ་ཚུ་ཅན་ལྷག་པར་དགའ། ཟླ་དབྱ་པ་དང་
 བུ་པར་འཁྲིག་སྒྱུར་བྱེད། ཤ་ལོ་ནམས་གྱིས་ཕྱ་མོ་བཙད་ནས་
 བརྟུང་ག་དྲག་པོ་བྱེད། མངལ་རྒྱམ་ཕྱན་ཟླ་བ་བརྟུང་ཅམ་ཡིན། བྱི་
 ལོའི་རྒྱུ་པར་སྐྱ་གྱ་བཅའ། བཅའ་ཐེངས་རེ་ལ་སྐྱ་གྱ་གཅིག་གཉིས་
 བཅའ། བྱ་གྱའི་ཕྱས་ལ་དཀར་ཐིག་གལ་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་སྐྱ་བརྗེས་
 བ་མེད་པར་འགྱུར།

མཚོ་སྔོན་གྱི་མགོ་ལོག་དང་ཕྱལ་ཕྱལ་དང་ཨ་རིག་སྐྱགས་ས་.....
 ཆར་ཡོད། བོད་རྒྱུངས་དང་ཀན་སུའུ། ཞིན་ཅང་། ཏྲོ་པེ། སུན་ཞི།

བྱང་ཤར་བཅས་ཞིང་ཆེན་དང་ས་ཁུལ་རྩ་ཡང་ཡོད།

【མཉན་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲན་བྱེད་ཆུང་།

ཐོག་རྩ་ཁ་ཤིང་ཐོག་རྩ་དང་མཆུངས།

རྩ་སྐམ་ཁ་ཤིང་རྩ་སྐམ་དང་མཆུངས།

མཁལ་མ་འོ་མར་བཅོས་ནས་གཏུབ་རྗེས་བསེལ་སྐམ་བྱ།

ཆེལ་བཞུས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

རྒྱང་མར་བསེལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

ཁྲག་བཅོས་ནས་རྩོག་པོར་ཆགས་རྗེས་བསེལ་སྐམ་བྱས་ཏེ་ཉར་

ཆགས་བྱ།

རྩོག་འབྲས་དང་དགའ་ཅ་གསར་པའམ་ཡང་ན་བསེལ་སྐམ་.....

བྱས་རྗེས། རང་རིགས་ཀྱི་འོ་མ་དང་འོ་མའི་ནང་རྩ་བཅོས་ནས་

གཏོང་བར་བྱ།

མངལ་(ཤ་མ་དང་བཅས་པ) ཉི་མར་བསྐམས་ནས་ཉར་ཆགས་

བྱ།

【རྩས་བ་དང་ལན་ཡོན།

ཐོག་རྩས་ལྷ་པ་གསོ་ཞིང་རྩ་ཅ་བསྐྱེད། ལྷས་སྟོབས་ཉམས་པ་

གསོ། ཟུངས་ཁྲག་བསྐྱེད། མཁལ་མ་གསོ། རྩ་བ་འོན་པར་ཕན།

གཅིན་ཤོར་འཛིནས། དབང་པོ་ལས་སྐྱ་མི་རྩང་བ་གསོ། ལུང་མེད་

ཟླ་མཆན་འབྱམས་པ་གཅོད།

ར་སྐམ་དེ་ཐོག་རྩེ་ཚབ་བྱས་ཚོག་ཀྱང་རྒྱས་པ་ཅུང་ཞན། ར་
སྐམ་ཐལ་བ་ཁོང་ཏུ་བསྟེན་ན་རྒྱ་ཚབས་སེལ། དཔྱ་ཚུ་སྦྱང།

མཁལ་མ་མཁལ་མར་པན།

ཆོལ་གྱིས་སྲིན་ནད་གསོ། མིག་ན་བ་དང་མགོ་ན་བར་པན། ས་
ན་བ་ལ་ཡང་པན།

རྒྱང་མར་ཕྱི་ལ་བྱུག་ན་རྒྱས་ཚིགས་ཀྱི་ཚུ་སེར་སྟེམ། ཁོང་སྲིན་
གྱི་དབང་གིས་པགས་ནད་བྱུང་བ་གསོ།

ཁྲག་གིས་ཟླ་མཚན་མང་བ་གཙོད། ཟུངས་ཁྲག་བསྟེད། སྲིན་
ནད་གསོ།

ཁྲིག་འབྲས་དང་དགའ་ཚུ་ཡིས་ཟུངས་གསོ་རྩ་ཅ་བསྟེད།
མཁལ་ནད་ལ་པན།

མངལ་(ག་མ་དང་བཅས་པ) གྱིས་ཟུངས་གསོ་ལྷས་སྟོབས་.....
བསྟེད། མོ་ནད་ལ་པན།

ལུས་ ལྷུང་བཀོལ་སྒྲན་མཆོག

[སྒྲན་ཆགས་རིས་འཛིན] ལུས་ 水獺

ལུས་གཞུགས་སྤ་ཞིང་རིང་བ་དང་། ལུས་ཀྱི་ལྷིང་ཚད་སྤྱིར་རྒྱ་
མ2ནས5བར། གཞུགས་སྤ་ལིས་སྤྱིས62ནས80བར། ར་མའི་རིང་
ཚད་ལིས་སྤྱིས32ནས50བར་ཡིན། མག་ལེབ་ལེབ་ཡིན་ཞིང་ཞིང་ཆེ།
ལྷུག་བཞི་ཐུང་ཞིང་རྒྱུ་པོ་ཡིན་ལ་ལྷེར་མའི་བར་སྤྱི་མ་ཡོད། ལུས་
ཚོག་སྤྱ་ཐུང་ཐུང་མཐུག་པོར་སྤྱེས་ཤིང་དར་གོས་ལྟར་འོད་འཁྱུག་པ་
ཡིན། རྒྱབ་དང་ར་མའི་སྤྱ་ཁ་ཁམ་ནག་དང་ཁམ་ཁམ་ཡིན། ཨོལ་མ་
དང་ཐོང་གའི་སྤྱ་ཁ་དཀར་ཤས་ཆེ་བས་དཀར་སྤྱ་ཡིན། གསུས་པའི་
སྤྱ་རིང་ཞིང་ཁ་མདོག་ཁམ་མེར་ཡིན། (བོད་རང་སྤྱང་ལྷུང་ས་འདམ་
གཞུང་རྒྱུ་གི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

རྒྱ་པོ་དང་མཆོའི་ནང་དང་རྒྱ་འགམ་རྒྱ་གནས་ཡོད། འགམ་
ཞིང་གི་ནང་རྒྱ་ཡང་རིག་རྒྱ་ཡོད། མཆོ་འགམ་དང་རྒྱ་བཞུར་བ་མི་
མཆོགས་པའི་ས་ལ་རྒྱང་མང་། སྤམ་ས་དང་རྒྱ་ནང་རྒྱ་གནས་ཐུབ་
པ་ཞིག་ཡིན། རྒྱ་འགམ་དང་རྒྱ་རགས། བྲགས་ཆལ། རྒྱ་མང་ས། རྒྱ་
སྤམས། རྒྱང་རྒྱ་བཅས་སྤྱ་རྒྱང་བརྒྱས་ནས་ཤོད། རྒྱང་གི་གཏིང་ཚད་
མི་རིང་བ་དང་རྒྱ་མང་པོ་ཡོད། ཉིན་མོར་ཉལ་བ་དང་མཆན་མོར་
རྒྱ་བ་ཡིན། རྒྱ་ཤེས་རྒྱ་བ་ཡིན་ཞིང་རྒྱ་རྒྱལ་བ་ལ་མཁས། ཟས་སྤྱ་

གཙུག་པོར་ཉ་རིགས་ཟ། སྤལ་བ་དང་རྩ་འབྲུ། རྩ་བ། ཡ་བ་སྤྲུགས་
བྱང་ཟ། སྤྲིར་བཏང་དུ་དབྱིད་ཀ་དང་དབྱར་གར་འཁྲིག་སྤྲིར་བྱེད་
པ་དང་སྤྲུ་བྱ་བཙའ་བ་ཡིན། མངལ་སྤྲུམ་ཡུན་ཏ་ལམ་ལྷ་བ་གཉིས་
ཉིག་དང་། བཙའ་ཐེངས་རེ་ལ་སྤྲུ་བྱ་གཅིག་ནས་ལྷ་བར་བཙའ།

རང་རྒྱལ་གྱི་མཚེ་སྤྲོད་དང་པོད་སྤྲོད་སྤྲུ་ཡོད། ས་ཆ་གཞན་
པར་ཡང་ཡོད།

[སྤྲོད་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྤྲོད་བྱེད་ཆལ]

ར་མ་ཉི་མར་བསྐྱམ་པར་བྱ།

མཆིན་པ་བསྐལ་སྐྱམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

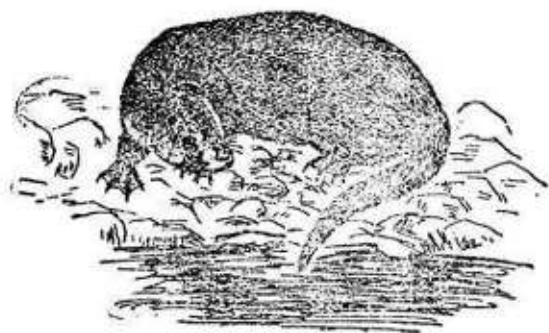
སྤྲུ་ཐལ་བར་བཞེགས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

[རྒྱས་པ་དང་ལན་ཡིན]

ར་མས་རྩ་ཅ་བསྐྱེད།

མཆིན་པས་མིག་ནད་གསོ། དཔྱ་རྩ་སྤྲིང་། རྩ་འགགས་དང་ལྷ་
མཆན་འགགས་པ་འཛོམས།

སྤྲུ་ཐལ་བྱི་ལ་བཏབ་ན་ཁྲག་གཙུག་།



231

ཕྱི་མོང་། ཏུང་བཀོལ་བར་འབྲིང་།

[སྔག་ཆགས་ངོས་འཇིན] ཕྱི་མོང་། 香融

གཟུགས་རྒྱུང་ཞིང་མྱོད་ཚད་ཁེ100ནས200བར་དང། ལུས་ཀྱི་
རིང་ཚད་ལས་སྤྱི་མ21ནས26བར། ར་མའི་རིང་ཚད་ལས་སྤྱི་མ10
ནས14བར་ཡིན། ལུས་རིང་ཞིང་སྒྲག་བཞི་ཐུང་། རྒྱབ་ཀྱི་སྒྲ་ཁ་རག་
རག་དང་། གསུམ་པའི་སྒྲ་ཁ་མེར་སྒྲུའམ་དཀར་པོ་ཡིན་པ་འདྲ།
རྒྱབ་ཀྱི་སྒྲ་ཁ་དང་གསུམ་པའི་སྒྲ་ཁའི་དབྱེ་མཚམས་གསལ། ཡ་མཆུ་
དང་ཨོལ་བ་དཀར་དཀར་ཡིན། ཁ་སྒྲ་རིང་། སྒྲག་བཞིའི་ཕྱི་ངོས་ནི་
རྒྱབ་ཀྱི་ཁ་དོག་དང་མཚུངས། ནང་ངོས་ནི་གསུམ་པའི་ཁ་དོག་དང་
འདྲ། ཀླང་པའི་རྒྱབ་དང་ཐེར་མོ་ཚང་མ་དཀར་དཀར་ཡིན། ར་མ་
དང་རྒྱབ་ཀྱི་སྒྲ་ཁ་གཅིག་འདྲ་ཡིན་པའམ་ཡང་ན་རྒྱབ་ལས་ནག་ཤས་
ཆེ། (མཚོ་སྒྲན་ཞིང་ཆེན་གྱི་མཚོ་སྒྲ་རང་སྒྲུང་ཁུལ་གྱི་དཔེ་གཟུགས་
དངོས་ལ་བརྟུན་ནས་བྲིས་པའོ)

རི་སྒུལ་དང་ནགས་ཚལ་དང་སྐྱ་ཐང་བཅས་སྒྲ་གནས། ཏུས་
རྒྱན་སྔག་ཆགས་གཞན་གྱི་ཚད་ནང་ཏུ་ཕྱོད། ཉིན་མོ་དང་སྔོད་ཏུ་རྒྱ་
བ་ཡིན། ཡར་འགོ་བ་ལ་མཁས། ཟས་སྒྲ་གཙོ་བོར་བྲ་རིགས་རྒྱུང་
གས་ནམས་ཟ། དབྱིད་ཀར་འཁྲིག་སྒྲུར་བྱེད་ཅིང་མངལ་སྒྲུམ་ཡུན་ཟླ་
བ་གཅིག་ཙམ་ཡིན། དབྱིད་མཇུག་དང་དབྱར་མགོ་ལ་སྒྲ་གྲ་བཙའ།

བཅའ་ཐེངས་རེ་ལ་སྤུ་ཁྱ་བརྟན་བརྟན་ལྟག་བཅའ།

མཚོ་སྒོན་དང་བོད་སྒོངས་སུ་ཡོད། བྱང་ཤར་དང་ནང་སོག
སྒན་ཞི། ཀན་སུལ། ཞིན་ཅང་། ཟི་ཁྲོན། དུན་ནན་སོགས་ཞིང་ཆེན་
དང་ས་ཁུལ་དུ་ཡང་ཡོད།

[སྒན་དུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒོན་བྱེད་ཆུལ]

ཤ་བསིལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

[རྒྱས་ལ་དང་ལན་ཡོན]

ཤ་ཡིས་སྦྱར་དུག་སེལ། ཁ་ཆ་ལ་ཕན།



ཕྱ་སྒོན།

བྱའི་རིགས།

ཐུ་ཀ་ ལྷུང་བཀོལ་དམན་པ།

[ཐོག་ཆགས་ངོས་འཛིན། ཐུ་ཀ་ 喜鵲]

གཤོག་ཅ་དང་སྟོང་ས་དཀར་པོ་དཀར་རྒྱུད་ཡིན་པ་ལས་གཞན་
ཐམས་ཅད་ནག་པོ་ལྷགས་མདངས་མངོན། གཤོག་པ་ནག་པོ་
མདངས་ལྡང་བྱ་དང་སྟོན་པོ་མངོན། གཤོག་ཅའི་སྟོང་རྒྱུད་ནང་དུ་
ཕལ་ཆེར་དཀར་པོ་ཡིན། མཐུག་སྟོན་ནག་པོ་ལྡང་བྱའི་མདངས་མངོན།
(མཆོ་སྟོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་ཕྱལ་ཕྱལ་རང་སྟུང་ཁྱལ་གྱི་དཔེ་གཟུགས་.....
དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

གྲང་ཐེའི་ཉེ་འཁོར་དུ་གནས་ཤིང་། མཆོ་ངོས་ནས་སྒྲིས་བཞི་
སྟུང་ལྟ་སྟུང་མཐོ་བའི་རྩ་མཐོ་སར་ཡང་རེ་གཉིས་ཡོད། ཕལ་ཆེ་བ་
ཁྱུ་བྱས་ནས་འཆོ་ཞིང་། དགུན་ཁ་ཁྱུ་ཆེན་པོ་ཡོད། རྒྱུ་བྱ་ཕྱ་ཆོགས་
ཟ་ཞིང་། གཙེ་པོར་སྲིན་བྱའི་རིགས་ཟ། འབྲུ་རིགས་དང་མུ་
འབྲུའང་ཟ།

རང་རྒྱལ་གྱི་མཆོ་སྟོན་དང་པོད་སྟུང་ས་སུ་ཡོད། ཞིང་ཆེན་
གཞན་དག་ཏུ་འང་ཡོད། ས་ཆ་ཞིག་ཏུ་རྒྱན་སྟོད་བྱེད་པའི་བྱ་རིགས་
ཡིན།

[ཐུན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྟོན་བྱེད་ཆལ།]

ཤ་གཏུས་པའི་ཁུ་བ་བསྟེན་པའམ་བསིལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་མེད་ཆགས་བྱ།

མཁྱིས་པ་བསིལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

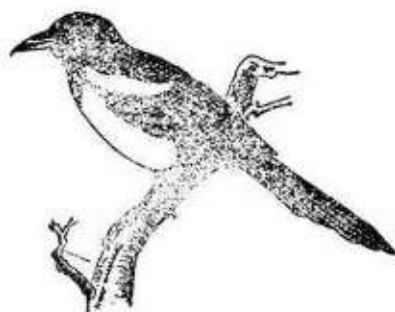
བྱུན་ཟར་མའི་འབའ་ཆ་དང་བཟེས་ནས་སྐྱ་ངར་བསྐྱོས་རྗེས་ཆང་བཟེས་ནས་སྐྱངས་པར་ཏུགས་པར་བྱ།

[རྩས་པ་དང་ལན་ཡོན]

ཤས་ལྷ་བ་འཛོམས།

མཁྱིས་པ་ཚུ་གཙང་མས་བསྐྱངས་ནས་མིག་ལ་གཏིག་ན་མིག་ཁ་བས་མྱིད་པར་ལན།

བྱུན་གྱིས་སྐྱངས་པ་ནག་ཏུ་འགྲུགས།



ཕྱ་ག

སྐྱར་མོ། ལྷན་བཀོལ་བར་འབྲིང་།

[སྒྲིག་ཆགས་ངོས་འཛིན། སྐྱར་མོ། 秋沙鴨]

གཟུགས་དབྱིབས་གག་པ་དང་མཚུངས་ཤིང་ཆེ་ཆུང་གག་པ་.....
འབྲིང་པོ་ཅམ་ཡོད། མགོར་ཟེ་སྤྱོད་ཡོད། མཆུ་གག་པའི་མཆུ་ལས་
ཞིང་ཆུང་ཞིང་རིང་། མཆུ་འགམ་ན་སོག་ལེའི་ནམ་པ་ཡོད། མཆུ་ཅེ་
ཅུགས་ཀྱི་ལྷན་ཀྱག་ མགོ་སྒྲེ་བཅན་ཁ་ཡིན་ཞིང་རྒྱབ་ངོས་སྐྱ་ལ་ཁམ་
ཤས་ཆེ། གྲེ་བ་དང་ལྷོ་བ་སྐྱ་པོ་ཡིན། མིག་དམར་ཞིང་མཆུ་མཚལ་
མདོག་ཅེ་མོ་ནག་པོ་ཡིན། ཀླང་པ་དམར་སྐྱ་ཡིན། མའི་ལུས་པོ་ཅུང་
ཟད་ཆུང་། (མཚོ་སྒྲན་ཞིང་ཆེན་གྱི་ཆིག་སྒྲིལ་རྫོང་གི་དཔེ་གཟུགས་
དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

ཆུ་པོ་དང་མཚོ་ཁྱུར་གནས་ཤིང་། ཆུ་ལ་རྒྱལ་མཁས། འཕུར་
སྐབས་མགོ་རྒྱང་དྲང་མོར་བརྒྱངས་ནས་འཕུར་ཞིང་མཁྱོགས། ཉག་
ཏུ་ཆུ་པོའི་མཁའ་དབྱིངས་སུ་འཕུར། ཉ་ཆུང་ཏུ་དང་ཆུ་འབྲུ་བ།
སྤོང་པོའི་ཁོག་དང་བྲག་ཁྱུང་། རི་པོང་གི་ཆང་སོགས་ལ་སྒྲོང་
གཏོང་། ཆང་ཐངས་རེ་ལ་སྒྲོང་7ནས་12བར་གཏོང་། སྒྲོང་དཀར་
ལ་མེར་མདངས་ཆགས།

དབྱར་ཁར་མཚོ་སྒྲན་གྱི་ས་ཆ་ལལ་ཆེ་བར་ཡོད་ལ། དཔྱན་
ཕུན་ནན་དང་རྒྱང་སོགས་ལྷོ་སྒྲིགས་ལ་སྤོར། དབྱར་ཏུས་སྤོང་

པའི་བྱ་རིགས་ཡིན།

[ཐུན་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲན་བྱེད་ཚུ།]

ཤ་གསར་པ་ལམ་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

རུས་པ་སེལ་བར་བསྐྱེགས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

[རུས་པ་དང་པན་ཡོན།]

ཤས་གཉན་ནད་ལྟ་ལོག་སེལ།

རུས་པས་ཆུ་སྐྱངས་སེལ་ཞིང་ལྟ་ལོག་དང་སྐྱར་རུག་བས་རུག་ལ་

པན་ཡོན།



སྐྱར་མོ།

ཁྱ་ཏ། ལྷན་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[ཐོག་ཆགས་ངོས་འཛིན། ཁྱ་ཏ། 大嘴乌鸦]

མིང་གཞན་བྱ་རྒྱ་ཆུང་བ་ཟེར་ཞིང་བྱ་ཁྱ་ཏ་ཡང་ཟེར།

མདོག་ནག་ལ་སྐད་མི་སྟན་པ་མི་ཀྱན་གྱིས་ཤེས་པ་ལྟར།

(མཚོ་སྟོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་མ་ལོ་རང་སྟོང་ཁྱུ་ལྱུ་ལྱི་དཔེ་གཟུགས་དངོས་
ལ་བལྟས་ནས་བྱིས་པའོ)

མཚོ་སྟོན་དང་པོད་སྟོང་ས་སྟགས་རང་རྒྱལ་གྱི་ས་ཆ་པལ་ཆེ་.....

བར་ཡོད། ས་ཆ་ཞིག་ཏུ་ལྷན་སྟོན་བྱེད་པའི་བྱ་རིགས་ཡིན།

[ཐུག་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྟོན་བྱེད་ཆུལ།]

ཤ་གསར་པ་གཏོང་བའམ་བསེལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

[ཀྱས་པ་དང་པན་ཡོན།]

ཤས་སྟོན་ནད་ལེལ།



[35]

ཁ་བྱུག་ཁྱེད་བཀོལ་དམན་པ།

[སྒྲིག་ཆགས་ངོས་འཛིན] ཁྱེད་ཀྱི་འཇུག་ 大杜鹃

མདོག་སྒྱུ་པོ་ལ་བྲ་ཐིག་ཡོད་པ་དང་དབྱར་ཁ་སྐད་སྒྲན་པོ་.....

འབྱུག།

ནགས་ཚལ་ཆེན་པོའི་སྒྲོང་གསེབ་ཏུ་གནས་ཤིང་སྤྱན་བྱ་ཐུལ་བ་
སྒྲིགས་པོ་ཉོག་དང་ནགས་ཚལ་ལ་གནོད་པའི་སྤྱན་བྱའི་རིགས་ཟ་.....

བས་པན་བྱ་སྒྲན་གྲགས་ཅན་ཞིག་ཡིན། (མཚོ་སྒྲན་ཞིང་ཆེན་གྱི་

ཆེག་སྤྱིལ་སྒྲོང་གི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

མཚོ་སྒྲན་དང་པོད་སྒྲོང་སྒྲིགས་རང་རྒྱལ་ས་ཆ་པལ་ཆེ་བར་.....

ཡོད། ས་ཁུལ་འདིར་དབྱར་དུས་སྔོན་པོའི་བྱ་རིགས་ཡིན།

[སྒྲན་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲན་བྱེད་ཆལ།

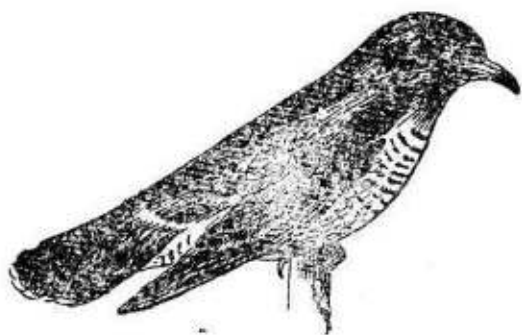
ཤ་བ་སེལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

གྲེ་བ་བ་སེལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

[ཀྱས་པ་དང་པན་ཡོན།

ཤས་ལྷས་གསོ་སྒྲོབས་བསྐྱེད།

གྲེ་བས་སྐད་འགགས་སེལ།



57

ཁྱེད་ཀྱི་ ལྷན་པ་ཀོ་ལ་བར་འབྲིང་།

[ཁྱེད་ཆགས་ངོས་འཛིན། ཁྱེད་ཀྱི་ 灰沙燕

མིང་གཞན་ལ་ཁ་ལ་ཕྱག་ཀྱང་བེད།

ཁྱེད་ཀྱི་སྐྱོ་གཉིས་ཀྱི་སྐྱོ་མདོག་འདྲ། ལྷན་སྟོང་ཁམ་སྐྱོ་

དང་སྟོང་པ་དང་ར་སྐྱོ་ལྷན་སྐྱོ་གས་ཆེ། གཤོག་པ་གཉིས་དང་ར་

སྐྱོ་མོག་རིམ་གྱིས་རེ་སྐྱོག་ཏུ་སོང་ཡོད། ལྷན་སྐྱོད་དཀར་པོ་ཡིན་

ཞིང་བར་ཁར་འཕྲིད་ཐིག་ཁམ་ནག་ཡོད། བར་ཁའི་ལོགས་དང་ཆིབ་

ལོགས་ཀྱང་ལྷན་ཟད་སྐྱོ་པོ་ཡིན། (མཆོ་སྟོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་ཆིག་སྐྱོ་

སྟོང་གི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

ལྷན་ཏུ་ལྷན་བྱས་ནས་ཆུ་ངོས་ལ་རེག་ལ་ཁད་བྱས་ནས་འཕྱར།

བྲག་ལོགས་དང་སྐྱོག་སྐྱོད་སྟོན་འབབ། བམ་མཁར་འཕྱར་བའི་སྐྱོ་

ལྷན་རིགས་ཟ། ཁད་བྱས་སྐྱོད་དང་བྲག་ལོགས་སྐྱོ་འདམ་ར་བཞོས་ནས་

སྐྱོ་ར་གཏོང་།

མཆོ་སྟོན་གྱི་ས་ཆ་མང་པོར་ཡོད་ཅིང་བོད་སྐད་སྟོང་སྟོང་དང་ཀན་.....

ལྷན། ཞིན་ཅང་། ཟི་ཁོན་སོགས་ས་ཁྱལ་ཏུ་ཡོད། ས་ཁྱལ་འདིར་

དབྱར་ཏུས་སྟོང་པའི་བྱ་རིགས་ཡིན།

[སྐྱོན་ཏུ་བཀོ་ལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྟོན་བྱེད་ཚུལ།

སྐྱོ་བ་བཞིལ་སྐྱོན་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

བྱ་རྩེན་པ་འཕ་བསེལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

[བྱས་པ་དང་ལན་ཡོན]

མོ་བས་མོ་ནག་སེལ།

བྱ་ཕྱིས་ཐག་འབྲུ་དང་ཐུ་གན་འབྲུ་བ་གཙང་།



ཐག་ན།

ཁ། རྒྱལ་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[སྒྲིག་ཆགས་རིས་འཛིན། ཁ། 大慈

མིང་གཞན་ལ་སྐྱེ་བྱ་ཡང་ཟེར།

མག་དང་སྒྲིའི་སྐྱེ་མདོག་རྒྱབ་གཞུང་ལས་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་མཐའ་ཁམ་
མེར་ཡིན། མིག་མཐའ་དཀར་པོ་དང་མིག་ཁྲོམ་ནག་པོ་ཡིན། རྒྱབ་
གཞུང་ཁམ་ལ་ནག་ཤས་ཆེ་བ་དང་། སྐྱེ་ཙུ་ནག་པོ་ཡིན། སྐག་བར་
དང་གཤོག་སྐྱེ་ཁམ་ནག་ཡིན། ལུས་སྤྱད་དང་རྩ་ལོག་ཁམ་སྐྱུག་ཡིན།
རྩ་མའི་ཐོག་ཁམ་སྐྱུག་ཡིན། མིག་མེར་སྐྱུག་ཡིན། མཆུ་ནག་པོ་རྩ་
མདོག་ཡིན། ཀླང་པ་དང་མཚུབ་མོ་མེར་པོ་དང་ཐེར་མོ་ནག་པོ་ཡིན།
(མཆོ་སྐྱེ་ཞིང་ཆེན་གྱི་མཆོ་རྒྱུ་རང་སྤྱོད་ལུ་ཁྱི་དཔེ་གཟུགས་.....
དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

རྒྱལ་རྩ་སྐྱེ་ཐང་དང་དེུ་འབྱུང་། རྩོང་མག་སྐྱེས་ལ་བབས་ཏེ་
གནས། གཤོག་ཙུ་ཆེ་ཞིང་རྒྱུར། རང་གཤིས་དྲག་པོ་དང་སྤྱོད་པོ་
ཡིན། གཙོ་པོར་བྲ་རིགས་བཟུང་ནས་བ། སྐྱེ་ཐང་གི་ཨ་བུའི་བདུད་
ཡིན་ཞིང་། རི་པོར་དང་འཕྱི་བ་སྐྱེས་ཟ་བས་ཕན་བྱ་ཞིག་ཡིན།

མདོ་དཔུས་མཐོ་སྤང་དང་བྱང་ཤར། རྩ་པེ་ས་ཆ་སྐྱེས་ན་
ཡོད། རང་རྒྱལ་སྐྱེ་སྐྱེས་སྤྱོད་སྐྱེས་འགར་མཐོང་སྤིད། ས་ཆ་
ཞིག་རྩ་རྒྱལ་སྤོད་བྱེད་པའི་བྱ་རིགས་ཡིན།

[མཐོན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྟོན་བྱེད་ཚུལ]

ག་གསར་པའི་ག་ཁྱ་བཞེན་པའམ་བསེལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་.....

ཚགས་བྱ།

སྟོན་གཞི་བ་བསྟེན་བྱས་པའི་ཐལ་བ་ཉར་ཚགས་བྱ།

བྱན་སྐྱ་ཀའི་བྱན་ལྟར་ཉར་ཚགས་བྱ།

སྟོན་བཙུགས་ནས་བསྐྱམས་ཏེ་ཉར་ཚགས་བྱ།

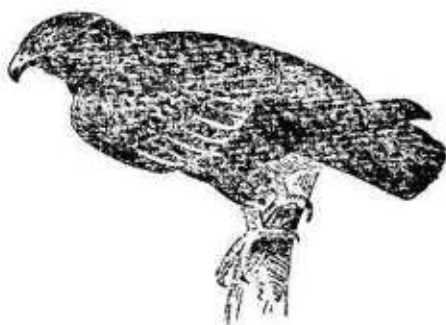
[བྱས་པ་དང་ལན་ཡོན]

གས་ཁྱས་བྱངས་གས། སྟོན་ད་སེལ།

སྟོན་བྱང་མེད་ཀྱི་ཚབས་ནད་སེལ།

བྱན་གྱིས་སྐྱངས་པ་ནག་ཏུ་འགྲུགས།

སྟོན་ས་ས་འོན་འཇག་པ་སྐྱང་།



ཁ།

ཁྱུང་ཁྱུང་དཀར་མོ། ཁྱུང་བཀོལ་དམན་པ།

[ཤྲིག་ཆགས་ངམ་འཛིན། ཁྱུང་ཁྱུང་དཀར་མོ། 黑颈鹤

ཁྱུས་ཆེ་ཞིང་སླེ་དང་རྒྱང་པ་རིང་། ཁྱུས་ཀྱི་སྒྲ་པལ་ཆེར་དཀར་
པོ་ཡིན། མགོ་འོ་སྒྱུ་མོ་རྩེན་པར་མངོན། མོད་པ་དང་སླེ་པལ་ཆེར་
ནག་པོ་ཡིན། གཤོག་པའི་སྒྲ་ཆེན་ནག་པོ་ཡིན་ཞིང་གཤོག་སྒྲ་རིང་པོ་
ནག་པོས་རྩ་སྒྲིའི་ཐོག་བཀའ་ཡོད་པས་རྩ་སྒྲི་ལ་འཆུགས་འགྲོ། མཆུ་
རིང་ཞིང་ཚུར་ཡེབ་མོ་ཡིན། (མཆོ་སྒྲན་ཞིང་ཆེན་གྱི་ཆེག་སྒྱུལ་སྒོར་
གི་དཔེ་གཟུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

རྩ་ཐང་ཁྱོན་ཡངས་ས་དང་ན་འདམ་ནང་ཏུ་རྒྱན་པར་མཐོང་།
ས་ཐོག་ཏུ་འབབ་པ་ལས་སྔར་མགོར་གཏན་ནས་མི་འབབ། འཕྱར་
ཏུས་གྲལ་བསྐྱེགས་ནས་གྲག་གིན་འཕྱར། སྐད་གསལ་ཞིང་ཆེ།
འཕྱར་སྐབས་མགོ་སླེ་རྒྱང་པ་རྣམས་དྲང་པོར་བརྒྱངས་ཡོད་པ་དང་།
གཤོག་པ་ཡང་བརྒྱངས་ཡོད་པས་དབྱིབས་ཀྱང་ཁ་ཁ་ཞིག་དང་.....
མཆུངས། རྩ་འབྱུང་དང་རྩའི་ལྷ་གྲ། ༡་རིགས། རྩུང་མོ། ཆ་ག་སོགས་
ཟ། ན་འདམ་ནང་གི་རྩ་སྐམ་གསེབ་ཏུ་སྒྲོང་གཏོར། ཆང་ཐེངས་རེ་
ལ་སྒྲོང་ནས་འབར་གཏོར།

མཆོ་སྒྲན་སྒྲོ་སྒྲུགས་དང་པོད་སྒྲོངས་སྒྲོ་སྒྲུགས། ཀན་སྒྲུབ་རྩལ་
བྱང་། ཟི་ཁྱོན་བྱང་སྒྲུགས་བཅས་ལ་བཀྲམ་ཡོད། ས་བྲུལ་འདིར་

དབྱར་རུས་སྒྲོང་པའི་བྱ་རིགས་ཡིན།

[ཟུན་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲོན་བྱེད་ཚལ།

ཤ་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

རུས་པ་བསྐྱེགས་ཐལ་ཉར་ཚགས་བྱ།

[རྒྱས་པ་དང་ལན་ཡོན།

ཤས་ཚ་བ་སེལ།

རུས་པས་གཅིན་འགགས་སེལ།



ཁྱུང་ཁྱུང་དྭགས་མོ།

གོ་བོ། ལྷན་བཀོལ་བར་འབྲིང་།

[སྒྲིག་ཆགས་ངོས་འཛིན། གོ་བོ། 胡兀鷲]

མགོ་སྐར་བ་ཕྱ་དཀར་མེར་གྱིས་གཡོགས། མིག་མཐའ་མཆུ་
འགམ་ཏུ་ཕྱ་ར་ནག་པོ་སྐྱེས་ཡོད། ལྷག་པ་དང་ན་བའི་མཐར་སྒྲི་ཕྱ་
དཀར་ལ་མེར་མདངས་ཆགས་པ་སྐྱེས་པའི་ནང་སྒྲི་ནག་པོ་འབྲེས་.....
ཡོད། ཐག་རྒྱུ་སྐྱེད་གསུམ་དཀར་སྒྲི་ཡིན་ཞིང་། སྒྲི་རྒྱིང་དཀར་པོ་
ཡིན། སྒྲི་མཐའ་ནག་པོ་ཡིན། གཤོག་སྒྲི་ཡང་རྒྱུ་ཕྱི་སྒྲི་དང་མདྲིག་
གཅིག་ཐོང་ག་དང་སྒྲི་བ། འཕོངས་འོག་རྒྱང་པའི་ཐོག་གི་སྒྲི་ཆང་
མ་མེར་སྒྲི་འམ་དཀར་པོ་ཡིན། ར་སྒྲི་དཀར་སྒྲི་ཡིན། (མཆོ་སྒྲི་
ཞིང་ཆེན་གྱི་མཆོ་སྒྲི་རང་སྒྲིང་ཁྲུལ་གྱི་དཔེ་གཟུགས་དངོས་ལ་བརྟེན་
ནས་བྲིས་པའོ)

རྒྱ་མཆོའི་ངོས་ལས་སྐྱེས་2000ནས་4500བར་མཐོ་བའི་རྒྱ་མཐོ་...
དང་རི་ཁྲུལ་ཏུ་གནས། གཙོ་བོར་སྒྲིག་ཆགས་གྱི་རྩ་བ་ཞིང་། ཏུས་པ་
སྐམ་པོ་ཁྲུར་མིད་བྱེད། ཐ་དང་རི་བོང་། འབྲེ་བ་སོགས་ཀྱང་བ།

མཆོ་སྒྲི་འབྲོག་སྒྲིགས་དང་བོད་སྒྲིངས་གྱི་ཆབ་མདོ། ཞིན་
ཅང་། ཀན་སུ་སོགས་ན་ཡོད། ས་ཆ་ཞིག་ཏུ་ལྷན་ནོད་བྱེད་པའི་བྱ་
རིགས་ཡིན།

[སྒྲིག་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲིན་བྱེད་ཚུལ།]

ཤ་བ་སེལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།
 ལྷན་པ་བསྐམས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།
 ཨོལ་མ་དུང་བ་སེལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།
 སོ་བར་འོ་མ་བྱུགས་ནས་ཞོ་ཆགས་རྗེས་བརྟེན་པ་ལམ་སོ་བ་.....
 བ་སེལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།
 རྩོ་གཞོབ་བཞེགས་བྱས་པའི་ཐལ་བ་ཉར་ཚགས་བྱ།
 བྱན་བཞེགས་པའི་ཐལ་བ་ཉར་ཚགས་བྱ།
[རྩས་པ་དང་ཕན་ཡོན]
 ཤས་རྩོ་ནད་སེལ།
 ལྷན་པས་རྩོ་ནག་སོགས་སྐྱེམ།
 བྱེ་བས་ཤ་བཅས་མ་ཁྱ་བ་སེལ།
 སོ་བས་བཅས་འཇུ་སྐྱན་བཞོ།
 རྩོ་གཟའ་ནད་ལ་ཕན།
 བྱན་གྱིས་སོ་སྐྱན་བཞིག་བད་ཀན་སྐྱག་པོ་སེལ། སོ་ནད་མ་ཁྱ་བ་འཇུ།



ཁ་པ།

གོང་མོ། ལྷན་བཀོལ་སྒྲན་མཆོག

[སྒྲག་ཆགས་རིས་འཇིན། གོང་མོ། 藏雪鸡 (ཆོན་ལྷན་

རི་མོ།)

བྱ་པ་མའི་དབྱིབས་འདྲ། མོད་པ་དང་མིག་མཐའ་མེར་སྐྱ་ཡིན།
ན་བའི་མཐའི་སྒྲ་དང་མོད་སྒྲ་མགིན་པའི་སྒྲ་ནམས་དཀར་པོ་ཡིན།
མགོ་དང་གཉའ་བའི་སྒྲ་ནམས་སྐྱ་པོ་ནག་ཤས་ཆེ། ལྷན་ཉིད་སྐྱེ་ལ་
ཉེ་མར་སྐྱེ་གོར་མེར་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་མོད་གའི་ཐིག་ལེ་སྐྱ་པོ་དང་.....
འབྲེལ་ཡོད། དེའི་ཉིད་ལ་སྐྱ་ཐིག་དང་ནག་ཐིག་བྱུང་ཡོད། ལྷན་གྱི་
ནག་ཐིག་ལྷག་པར་མཐུག། ལྷན་གཞུང་ཁམ་སྐྱའི་ཐོག་ལ་མེར་ཐིག་
བྱུང་ཡོད། སྐྱེད་པ་དང་རྩ་སྒྲ་མེར་ཤས་ཏུ་ཅང་ཆེ། གཤོག་སྒྲ་དང་
ལྷན་གྱི་སྒྲ་མདྲག་མཚུངས་མོད། གཤོག་སྒྲ་འི་མཐའ་ཁམ་སྐྱ་འདྲེས།
ལྷ་ངོས་དང་ཅིལ་ལོགས་གྱི་སྒྲ་དཀར་ཞིང་སྒྲ་མཐའ་ནག་པོ་ཡིན་པས།
ཐིག་ལེ་ཤར་མོ་མདོན་པར་གསལ། (མཆོ་སྒྲན་ཞིང་ཆེན་གྱི་མཆོ་
ལྷན་རང་སྐྱུང་བྲལ་གྱི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

སལ་ཆེ་བ་རྩ་མཐོ་སའི་གཡའ་སྒྲང་མཆོམས་ན་ཡོད། འབྲིག་
སྒྲར་སྐབས་མ་གཏོགས་བྱུངས་ནས་བྱ། ཅི་ཤིང་གི་རྩ་བ་དང་ལོ་མ་
བ། ལན་རེར་ཆ་གཡང་བ་བ་སྒྲང་། ལྷ་བཞི་པ་ནས་བྱུག་པའི་བར་
སྒྲ་དཀར་ཞིང་། ཆང་ཐངས་རེར་སྒྲ་དཀར་བྱུག་བྱུན་གཏོང་།

མཚེ་སྒྲོན་དང་པོ་ད་ལྟོངས། ཀན་སྤུ། ཟི་ཁྲོན་སོགས་ན་ཡོད།
ས་ཆ་ཞིག་ཏུ་རྒྱན་སྤྱོད་བྱེད་པའི་བྱ་རིགས་ཡིན།

[སྒྲན་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲན་བྱེད་ཆེལ།]

ཤ་གསར་པ་གཏོང་བའམ་བསྐྱམས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

སྒྲ་གཞི་བ་བསྐྱམས་བྱས་པའི་ཐལ་བ་ཉར་ཆགས་བྱ།

[རྒྱས་པ་དང་པན་ཡོན།]

ཤས་ལྷས་ཟུངས་གསོ། ར་ཅ་བསྐྱེད། མ་ནད་ལ་པན། གཟའ་
ནད་དང་ཁྱི་རྒྱག་སེལ།

སྒྲ་ཐལ་གྱིས་གཟའ་ནད་དང་ཁྱི་རྒྱག་སེལ།

ཐུག་རྒྱལ་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[ཐོག་ཆགས་ངོས་འཛིན། ཐུག་ 玉带海雕]

བྱ་མོ་མའི་སྤྱུ་མདོག་འདྲ་ཞིང་། མོ་ནི་མོ་ལས་ཅུང་ཟད་ཆུང་།
མགོའི་སྤྱུ་གཙུག་དང་གཉེན་པ། ཐུག་བར་ནམས་ཁམ་དམར་དང་།
མགོའི་སྤྱུ་ལ་ནག་ཤས་ཆེ་ཞིང་། གཉེན་བའི་སྤྱུ་ལ་ཁམ་མེར་ཞད་
ཅམ་འདྲེས། སྤྱུ་ཐམས་ཅད་ལ་དཀར་མེར་འདྲེས་པའི་ཁྲ་ཐིག་ཡོད།
རྒྱལ་གྱི་སྤྱུ་ཁམ་ནག་དང་། མཇུག་སྤྱུ་ཁམ་ནག་དང་སྤྱུ་ཆེ་ཁམ་མེར།
སྤྱུ་ཆ་དཀར་པོ་ཡིན། གཤོག་སྤྱུ་ཆུང་བ་ནག་པོ་དང་། གཤོག་སྤྱུ་
འབྱིང་བ་དང་ཐུག་གི་སྤྱུ་མདོག་ཁམ་ནག་ཡིན་ཞིང་། སྤྱུ་ཆེ་ཁམ་
མེར་ཡིན། གཤོག་སྤྱུ་ཆེ་པ་ནག་ནག་ཡིན། སྤྱུ་གཞན་པ་ཆང་མ་ཁམ་
ནག་ཡིན་ཞིང་། སྤྱུ་ཆེ་ཁམ་མེར་ཡིན། སྤྱུ་ངོས་དང་མཇུག་མའི་འོག་
ཐུགས་ཁམ་ནག་ཡིན། མཇུག་སྤྱུ་ནག་པོ་དཀྱིལ་ལ་དཀར་ཐིག་ཡོད།

(མཆོ་སྤྱུ་ཞིང་ཆེན་གྱི་མ་ལྟོ་རང་སྤྱོད་ལྷུ་གྱི་དཔེ་གཟུགས་
དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

ས་རྒྱ་ཆེ་ས་དང་ཞིང་ཁ། མཆོ་འགམ་སོགས་ལ་འབབ། གཙོ་
བོར་རི་བོར་དང་འབྲེལ། ཉ་སོགས་བབྱང་ནས་ཟ་ཞིང་། ལུ་ལྷ་ཡང་
བབྱང་ནས་ཟ།

མཆོ་སྤྱུ་འབྲོག་ཐུགས་དང་བོད་སྤྱོད་ས། ཀན་སྤུ། ཐི་ཁོན།

ནང་སྐྱེག་བྱང་ཤར་སྐྱེག་ན་ཡོད།

[ཐུན་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲོན་བྱེད་ཚུ།]

ཤ་བསེལ་སྐྱེག་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

[བྱས་པ་དང་པན་ཡོན།]

ཤས་ལྷས་སྒྲོབས་བསྐྱེད། སྒྲོན་ད་ལ་པན།



སྐྱེག

འདི་ལ་སྐྱེག་ནས་སྐྱེག་སྐྱེག་བྱང་ཡོད།

ངང་བ། ལྷན་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[སྒྲིག་ཆགས་ངོས་འཛིན། ངང་བ། 疣鼻天鵝

ལྷན་པོ་ཅུང་ཟད་ཆེ་ཞིང་། ལྷན་ལྗང་སྒྲིས་1.5ཡན་ཡོད། ལྷན་
ཐམས་ཅད་དཀར་རྒྱུད་ཡིན། མཆུ་ཉིང་ན་ཤ་འཁྱུར་ཞིག་ཡོད། མའི་
ཤ་འཁྱུར་ཆེ་ཞིང་། མའི་ཤ་འཁྱུར་དེ་ཅམ་མི་ཆེ། སྒྲི་ཅུང་ཟད་རིང་
ཞིང་མཆུ་ལ་རྒྱལ་དུས་སུམ་འཁྱུག་ཅིག་ཡིན་ལ། རྒྱུ་ལ་ལྟ་དུས་དྲང་
པོ་བྱེད། མིག་ཁམ་ནག་ཡིན། མཆུ་དམར་པོ་ཡིན་ཞིང་། མཆུ་ཉིང་
གི་ཤ་འཁྱུར་ནག་པོ་ཡིན། རྩེར་མོ་དང་རྩེར་མོ་བར་གྱི་སྒྲི་མོ་ནག་པོ་
ཡིན། (མཆོ་སྒྲོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་མཆོ་ལྷན་རང་རྒྱུད་ཁུལ་གྱི་དཔེ་
གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

ལྷན་རྒྱ་རྒྱ་ངོས་སུ་ཐག་རིང་ལ་འཁྱུར། འཁྱུར་སྐབས་སྒྲི་མཁྱུན་
ལ་དྲང་པོར་བསྐྱངས་ཤིང་རྒྱུད་པ་གཉིས་རྩེས་ལ་དྲང་པོར་བསྐྱངས།
ལྷན་རྒྱ་སྐད་མི་གྲགས། གཙ་པོར་རྒྱ་ལས་སྒྲིས་པའི་ཆེ་ཤིང་བ།
སྐབས་འགར་ཆ་གའི་རིགས་སོགས་བ། དབྱིད་ཀར་ས་སྐམ་སའམ་ན་
འདམ་གྱི་འདམ་བུའི་གསེབ་རྒྱ་ཚང་བཙོས་ནས་སྒྲི་ད་གཏོང་། ཚང་
ཐེངས་རེར་སྒྲི་ད4ནས་6གཏོང་། སྒྲི་ད་དཀར་པོ་ཡིན། སྒྲི་ལྷ་ཆེར་སྒྲི་
བ་ཅུང་ཟད་མཆོག་གས།

དབྱིད་དུས་མཆོ་སྒྲོན་དང་པོད་སྒྲོངས། ཞིན་ཅང་། བར་སོག་

ལ་སྒྲིལ་ནས་འཛོ། སྤྱ་ཁྱ་ཆེར་སྒྲིལ་ནས་འཕྱར་བྱུང་བྱས་ཟླ་བ་བྱུན་པ་
 བརྒྱད་པར་འབྱུ་ཚུའི་ལྟ་སྤྱད་སྤྱ་སྒྲིལ་ནས་འཛོ། ས་ཁུལ་འདིར་
 དབྱར་བྱས་སྤྱད་པའི་བྱ་རིགས་ཡིན།

[སྒྲིལ་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲིལ་བྱེད་ཚུལ།]

མཁྱིམ་པ་ནི་སྤྱ་ཀའི་མཁྱིམ་པ་ལྟར་ཉར་ཚགས་བྱ།

[བྱས་པ་དང་ཕན་ཡོན།]

མཁྱིམ་པ་མེ་ཚོག་ཆ་ལ་ཕན།



དང་བ།

རུང་བ། ལྷན་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[སྒྲིག་ཆགས་རིས་འཇིན། རུང་བ། 赤麻鴨]

ལྷན་པོ་རུང་ཟད་ཆེ་ཞིང་ཕོ་མོ་འོ་སྒྲི་མདོག་འདྲ། ལྷན་གཞུང་
ངང་དམར་ཡིན་ཞིང་། མགོ་སྒྲི་ངང་སྒྲུ་ཡིན། ཕོ་བུ་འོ་སྒྲི་ན་དབྱར་
རྒྱས་འབྱིག་སྒྲིར་བྱི་རྒྱས་སྒྲུ་ནག་ཤུར་སྒྲི་གོར་ལྷ་བུ་ཞིག་ཡོད་ལ། མོ་
བུ་འོ་སྒྲི་ན་མེད། མིག་ཁམ་མེར་ཡིན། མཆུ་སྒྲུག་པོ་དང་མཆུ་སྒྲི་ནག་
པོ་ཡིན། ཀླང་པ་དང་མཆུ་བ་བྱ་དམར་ཞིང་སྒྲིར་ཕོ་ནག་པོ་ཡིན། བྱ་
སྒྲུག་གི་སྒྲི་མདོག་བྱ་མ་དང་འདྲ་ཞིང་རུང་ཟད་ནག་ཤས་ཡོད།
(མཆོ་སྒྲི་ན་ཞིང་ཆེན་བྱི་མཆོ་རུབ་རང་སྒྲིང་སྒྲུལ་བྱི་དཔེ་གཟུགས་.....
དརོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

རྒྱ་པོ་དང་མཆོ་བུ་འོ་འགྲུམ། ན་ཐང་དང་སྒྲིང་སྒྲིང་སྒྲིང་སྒྲིང་གནས།
ཉིན་དཀར་ཕོ་ཕོ་གཉིས་རེ་བྱས་ནས་རྒྱ་འགྲུམ་བྱི་བྱེ་མའི་ནང་དང་.....
སྒྲིང་སྒྲིང་སྒྲིང་སྒྲིང་། བརྒྱགས་ན་མཆོ་གས་ཤིང་འཕྱར་ན་རྒྱར། རྒྱ་ལ་
བརྒྱལ་སྐབས་སྒྲི་དྲང་པོར་བསྒྲིང་སྒྲིང་། གཙོ་པོ་རྒྱ་རྒྱུ་ཕྱི་གས་རྒྱ་ཆོགས་
ཟ་ཞིང་སྐབས་འགར་སྒྲིན་བྱ་དང་ཉ་རྒྱང་བྱ་ཟ་བར་སྒྲིང་། རྒྱ་
འགྲུམ་བྱི་གཡའ་མའི་གསེབ་དང་ས་དོང་། སྒྲིག་ཕོ་ཕོ་གས་སྒྲི་ཆོང་
བཅའ། རྒྱ་རྒྱག་པ་བརྒྱན་པར་སྒྲི་ར་གཏོང་ལ། ཆོང་སྒྲིང་སྒྲིང་གཅིག་
ལ་སྒྲི་ར་ནས་10པར་གཏོང་། སྒྲི་རའི་མདོག་མེར་སྒྲི་དཀར་ཤས་ཆེ་

བ་ཡིན།

མཚོ་ཕྱོད་དང་བོད་ཕྱོད་ས། ཀན་སུཅུ། བང་སྟག་ ཟི་ཁྲོན།
ཡུན་ནན། བྱང་ཤར་སྟགས་ལ་བཀྲམ་ཡོད།

[ཟུན་བྱ་བཞོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་ཕྱོན་བྱེད་ཚེ།]

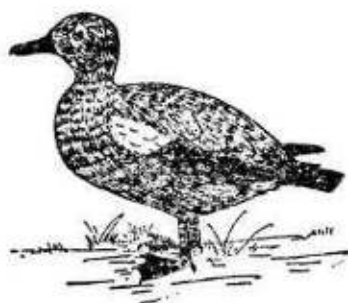
ཤ་བསིལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

མཁྲིས་པ་སྐྱ་ཀའི་མཁྲིས་པ་ལྟར་བྱ།

[རྒྱས་བ་དང་ལན་ཡོན།]

ཤ་སྐྱར་མོའི་ཤ་དང་མཚུངས།

མཁྲིས་པ་ཡང་དེ་དང་འདྲ།



བྱར་བ།

ཙྰ་ཀ འུང་བཀོལ་དམན་པ།

[སྟག་ཆགས་ངོས་འཛིན། ཙྰ་ཀ 小云雀

མིང་གཞན་ལ་བྱེད་ཙྰ་ཀའང་ཟེར།

ལྷན་སྟོང་གི་སྤྱ་པལ་ཆེ་བ་ས་སྐྱའི་མདོག་ཡིན་ཞིང་། ཐིག་ལེ་
ཁམ་སེར་ཡོད། མགོ་དང་སྐྱའི་ཐིག་ལེ་ནག་པོ་གསལ་ཞིང་བར་
མཚམས་དོག གཤོག་སྟོ་སེར་ལ་སྟག་མདངས་ཆགས། ར་སྟོའི་
དབྱས་ཁམ་སེར་དང་མཐའ་དཀར་པོ་ཡིན། (མཚོ་སྟོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་
མཚོ་རྩབ་རང་སྟོང་ལྷན་གྱི་དཔེ་གཟུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་་་
པའོ)

ཕྱ་ཐང་དང་སྤང་སྟོངས་སྤྱ་གནས་ཤིང་རྒྱན་ཏུ་གནམ་ལ་ཡར་་་་
དང་པོར་དགུང་བསྟོད་དེ་འཕྱར་བཞིན་གསལ། སྐད་ལ་འཕྱར་བ་
མང་ཞིང་ཉ་ཅང་གསལ། ཕྱའི་ས་བོན་བརྒྱས་ནས་ཟ།

མཚོ་སྟོན་དང་བོད་སྟོངས་སོགས་དང་ནང་ལོགས་གྱི་ས་ཆ་མང་
པོར་ཡོད། ས་ལྷན་འདིར་རྒྱན་སྟོང་བྱེད་པའི་བྱ་རིགས་ཡིན།

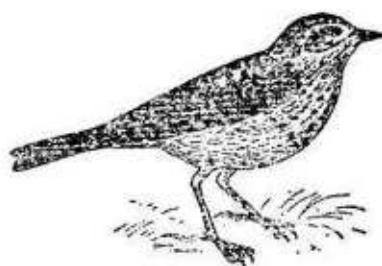
[སྟན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྟན་བྱེད་ཚལ།

སྐད་པ་བསྐམས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

སྟོང་བཙས་ནས་བསྟེན་པའམ་བསྐམས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

[རྒྱས་པ་དང་ལན་ཡོན།

ཐང་པ་མ་རག་ལྷགས་པ་འབྱེད།
ཕྱོད་པ་ཐང་རྒྱུ་མེད།



ཙ་ཀ

ལྷུང་ག་ ལྷུང་བཀོལ་བར་འབྲིང་།

[སྒྲིག་ཆགས་རིས་འཛིན། ལྷུང་ག་ 红嘴山鸦

བྱ་མོ་མོ་དབྱིབས་འདྲ། ལྷུང་གི་སྒྲི་ཡོངས་སྒྲིགས་ནག་པོ་ཡིན་
ཞིང་ལྷུགས་མདངས་མཐོན། གཤོག་པ་དང་མཐུག་སྒྲིའི་སྒྲིག་ནས་
མདངས་ལྷུང་གྲུ་མཐོན། མཆུ་དང་རྒྱང་པ་མཆོལ་ལྷུང་དམར་ལ།
ལྷུང་མོ་ནག་པོ་ཡིན། (མཆོ་སྒྲིན་ཞིང་ཆེན་གྱི་རྩ་སྒྲི་རང་སྒྲིང་ཁྲུལ་
གྱི་དཔེ་གཟུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

རྒྱ་མཆོའི་རིས་ལས་སྒྲིས་3000ནས་4500བར་མཐོ་བའི་ས་ཆར་……
གནས་ཤིང་དབྱར་དུ་ཞོལ་དུ་སྒྲིར་ནས་འཆོ། སྒྲིང་སྒྲི་ཞིང་མཐོ།
ཟས་ཁུ་སྒྲིན་བྱ་ཆ་ག་སྒྲིགས་སྒྲིན་བྱའི་རིགས་སྒྲི་ཆོགས་དང་། ལྷ་
ལྷུང་གི་སྒྲི་བྱ་དང་ས་པོན་སྒྲིགས་བ།

མཆོ་སྒྲིན་ཞིང་ལས་ས་ཁྲུལ་སྒྲིགས་རང་རྒྱལ་གྱི་བྱང་སྒྲིགས་ལྷུང་
སྒྲིགས་གྱི་རི་ཁྲུལ་དུ་ཡོད་པའི་ལྷུང་བཞིར་གནས་གཅིག་དུ་སྒྲིང་པའི་
བྱ་ཞིག་ཡིན།

[སྒྲིན་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲིན་བྱེད་ཆོལ།

ཁག་བཙོས་ནས་བསེལ་སྒྲིམ་བྱས་ཏེ་ཉར་ཆགས་བྱ།

[ལྷུང་པ་དང་པན་ཡོན།

ཁག་གིས་སྒྲི་སྒྲིན་གཙོད་པར་གྲགས།



ཐུང་ཁྱུང་

ཆ་བྱིའུ། ཉུང་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[སྤྱི་ཆགས་ངོས་འཛིན། ཆ་བྱིའུ། 河鳥

བྱིའུ་ཕ་ཕ་གཉིས་ལྷན་དབྱིབས་དང་སྤྱི་མདོག་འདྲ། མགོ་
གཉའ་དང་རྒྱབ་སྟོང་ཁམ་མེར་ནག་ཤས་ཆེ། གཤོག་པ་དང་མཐུག་
སྟོ་གཡའ་རྩོད་མར་པོའི་མདོག་ཅན་ནག་ཤས་ཆེ། དང་ག་དང་
མགིན་པ་དཀར་ཞིང་སྟོ་ངོས་ཁམ་ནག་དམར་ཤས་ཆེ། ཕྱི་ལོགས་
གཉིས་གཡའ་དམར་གྱི་མདོག་ཡིན། (མཆོ་སྟོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་ལྷུ་
ལྷུ་རང་སྟོང་ལྷུ་གྱི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

དལ་བར་འབབ་པའི་ཆ་སྟངས་གི་འགྲམ་ཏུ་གནས་ཤིང་། ཁེར་
རྒྱང་ཏུ་འཁོ། ཆ་འགྲམ་གྱི་རྩོད་མོག་ཏུ་མཆོང་སྡིང་བྱེད་པའམ་ངལ་
གསོ། ཀླང་པ་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་བརྒྱང་སྐྱམ་བྱེད། འཕུར་སྐབས་ཆ་
ངོས་ལ་ཏ་ཅང་ཉེ་ཞིང་ཆ་པོ་དེད་ནས་དྲང་པོར་འཕུར། རྒྱན་ཏུ་ཆ་
ནང་གི་སྟོན་བྱ་དང་ས་ཐོག་གི་སྟོན་བྱ་བརྟུས་ནས་བ།

མཆོ་སྟོན་དང་པོད་སྟོངས་ན་ཡོད་ལ་ས་ཆ་གཞན་ནའང་ཡོད།
ས་ལྷུ་འདིར་རྒྱན་སྟོང་བྱེད་པའི་བྱ་རིགས་ཡིན།

[སྟོན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྟོན་བྱེད་ཚུལ།

ཤ་བསྐྱམས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

[རྒྱས་བ་དང་ལན་ཡོན།

ཤར་སྒྲིམ་དང་ཤ་རུག་སྒྲིམ།



མུ་ལྷོ།

མཆིལ་བ། རྒྱང་བཀོལ་དམན་པ།

[སྒྲིག་ཆགས་རིས་འཛིན།] མཆིལ་བ། 树麻雀

ཡུལ་སྐད་རྒྱ་ཁར་བྱིའུ་དང་ཡུལ་བྱིའུ་ཡང་ཟེར་ཞིང་ས་སྐྱའི་.....
མདོག་ཅན། བྱིའུ་མོ་མོ་དབྱིབས་འདྲ།

རྒྱན་རྒྱ་བྱས་ནས་ཤོང་མེའི་ཉེ་འདབས་སམ་ཁར་བྱམས་སྐྱ་....
གནས། གཙེ་པོར་ཡོ་རྟོག་ཟ་ཞིང་། སྐྱ་བྱ་ཡོད་རྒྱས་སྒྲིན་བྱའི་རིགས་
ཡུང་བ།

མཆོ་སྒྲིན་སོགས་རང་རྒྱལ་གྱི་ས་ཆ་ཕལ་ཆེ་བར་ཡོད། ས་ཆ་
ཞིག་རྒྱ་རྒྱན་སྒྲིན་བྱེད་པའི་བྱ་རིགས་ཡིན།

[སྒྲིན་རྒྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲིན་བྱེད་ཆལ།]

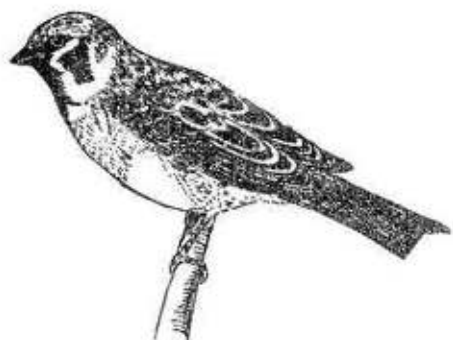
ཤ་འབྲུ་མར་རྒྱ་བཙོས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

བྱན་བཞིགས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

[རྒྱས་པ་དང་ཕན་ཡོན།]

ཤས་ལྷས་བྱངས་གསོ། རོ་ཙ་བསྐྱེད།

བྱན་གྱིས་སྐྱིགས་བྱ་ལེལ། རྒྱས་བྱས་ན་སྐྱངས་པ་ནག་རྒྱ་
འགྲུགས།



鳥 21

ཉི་ཉི། ལྷན་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[ཐོག་ཆགས་ངས་འཇིན། ཉི་ཉི། 褐背地鸦]

ལྷན་སྟོང་ཁྱི་སྟོང་མདོག་ཕྱེ་མའི་མདོག་དང་འབྲ། གཉའ་བའི་སྟོང་
མདོག་དཀར་སྟུ་ཡིན། གཤོག་སྟོང་ནི་རྒྱལ་ཁྱི་མདོག་དང་མཚུངས།
གཤོག་སྟོང་སྟོང་རིང་དང་སྟོང་ཐུང་ཐུང་ཐུང་ཐུང་ཡིན་ཞིང་སྟོང་མཐའ་དཀར་
ཤས་ཆེ། ལྷན་སྟོང་མེར་སྟུ་ཡིན་ཞིང་གཞུས་པ་དཀར་པོར་ཉེ།
མཚུག་སྟོང་ནང་མ་སྟུག་ནག་དང་མཚུག་སྟོང་ཕྱི་མ་དཀར་པོ་ཡིན།
(མཚོ་སྟོང་ཞིང་ཆེན་ཁྱི་མཚོ་རྒྱལ་རང་སྟོང་ཁྱུ་ཁྱི་དཔེ་གཞུགས་.....
དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

མཚོ་སྟོང་སྟོང་སྟོང་སྟུ་གནས། བལ་ཆེ་བ་ཨ་བྲ་དང་རི་པོང་
གི་ས་དོང་ནང་ཁྱེད། གཤོག་ཆལ་ཞན་པས་མཚོན་པོར་འཕྱར་མི་
ཐུབ་ཅིང་ཐག་རིང་ལའང་འཕྱར་མི་ཐུབ། ལྷན་ཁྱེད་ཁྱེད་འཕྱར་ལ་
བབས། སྟོང་ཁྱེད་རིགས་ཟ།

མཚོ་སྟོང་དང་པོད་སྟོང་སྟུ་ཞིན་ཅང་། ཀན་སྟུ། བར་སྟུ་
ཟེ་སྟོང་ཞིང་ཆེན་སྟུ་གས་ན་ཡོད། ས་ཆ་ཞིག་ཁྱེད་ལྷན་སྟོང་ཕྱེད་པའི་
ཁྱེད་རིགས་ཡིན།

[ལྷན་ཁྱེད་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྟོན་ཕྱེད་ཆལ།]

ཤ་བསིལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

[ཁྱེས་པ་དང་ཕན་ཡོན]

ཤས་ཅ་མེད་པ་གསོ། ལྷ་ལྷག་ལ་ཕན། ལྷགས་པ་སེལ།



ཏྲྀ

མཐིང་རིལ། ཉུང་བཀོལ་དམན་པ།

[སྒྲིག་ཆགས་རིས་འཛིན། མཐིང་རིལ། 白腰草鹑

མཐིང་རིལ་གྱི་སྒྲིག་ཡང་ཟེར།

སྒྲིང་པ་དང་སྒྲིང་པ་གཉེན་པ་དང་རྒྱུ་སྒྲིང་གི་སྒྲིང་མདོག་ནི་.....

ཁམ་སེར་ནག་གསུམ་ཅན་ལས་འཁར་བའི་སྒྲིག་སྒྲིང་མདངས་མདོན།
སྒྲིང་དང་རྒྱུ་སྒྲིང་གི་སྒྲིང་ལ་ཐིག་ལེ་སེར་སྒྲིང་ཀར་གསུམ་འདྲེས་པ་.....
ཡོད། རྒྱུ་སྒྲིང་དང་སྒྲིང་པ་སྒྲིག་ནག་ཡིན། སྒྲིང་སྒྲིང་ན་འཕྲེང་
ཐིག་སེར་སྒྲིང་ཡོད། གསོག་པའི་སྒྲིང་རྒྱུང་འཁྱིར་གཉིས་ཀྱི་མདོག་ནི་
སྒྲིང་པའི་སྒྲིང་དང་འདྲ་ཞིང་། གསོག་པའི་སྒྲིང་ཆེན་སྒྲིང་པའི་སྒྲིང་དང་
འདྲ། མཆུག་མའི་ལོགས་ཀྱི་སྒྲིང་ཀར་པོ་ཡིན། མཆུ་འགམ་ནས་ཐིག་
མཐའི་བར་དཀར་ཐིག་ཡོད། ཐིག་མཐའ་ཁམ་སྒྲིང་ཡིན། འགམ་པ་
དང་ན་བའི་མཐའ་སྒྲིང་དང་གྲེ་བ། སྒྲིང་འགམ་ནས་ཀར་ཞིང་།
ཐིག་ལེ་སྒྲིག་ནག་ཡོད། ལུས་སྒྲིང་དཀར་པོ་ཡིན། ཐིག་ཁམ་ནག་
དང་མཆུ་ཁམ་དམར་ཡིན་ལ། མཆུ་ཅེ་ནག་པོ་ཡིན། ཀར་པ་དང་
མཆུ་པ་མོ་སྒྲིང་ཡོད། (མཆོ་སྒྲིང་ཞིང་ཆེན་གྱི་མཆོ་རུབ་རང་སྒྲིང་
ལུས་ཀྱི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

རྒྱུ་རྒྱུ་སྒྲིང་པོ་དང་ན་འདམ་གྱི་འགམ་རྒྱུ་གནས། གཉིས་རེའམ་
གཅིག་རེ་རྒྱུ་བཞིན་འདུག ཉུང་སྒྲིང་དང་རྒྱུ་སྒྲིང་གི་སྒྲིང་སྒྲིང་། ཅུ་གཞན་

པའི་ཚང་ནང་རུ་སྒྲོ་ར་གཏོང་།

མཚོ་སྒྲོན་གྱི་རང་སྒྲོང་ཁུལ་སོ་སོ་དང་བྱང་ཤར་དང་ནིན་ཅང་...

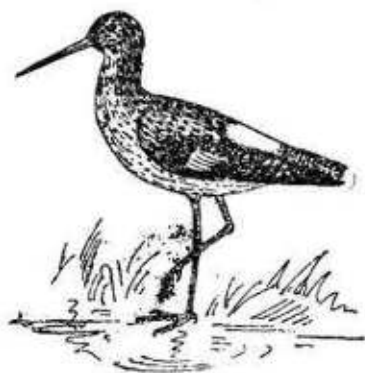
སྒྲོ་སྒྲོགས་སོགས་ལ་སྒྲོར་ནས་འཚོ།

[སྒྲོན་བྱ་བཞོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲོན་བྱེད་ཚུལ།

ཤ་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

[བྱས་པ་དང་ལན་ཡོན།

ཤས་ཚ་འབྲུམ་སེལ།



མཐིང་ཡུལ།

དེ་ལོ། ལྷན་བཀོལ་བར་འབྱེད་།

[ཐྱག་ཆགས་ངོས་འཛིན། དེ་ལོ། 环颈雉 (ཚན་ལྷན་དེ་

མོ།)

ལྷན་ཁྲ་ཞིང་མཛེས་པའི་བྱ་ཞིག་ཡིན། ཟ෍་པོ་ཟངས་དམར་གྱི་
མདོག་དང་། འགམ་པ་གཉིས་ན་དཀར་ཤ་ཡོད། མིག་མཐར་ཤ་
ཚེན་པར་མདོན། སྒེན་སྒེ་ཀོར་ལྷ་བུའི་སྒྲོ་དཀར་པོ་རིམ་པ་གཅིག་
ཡོད། ལྷན་པ་དང་ཡོལ་མ་གཉའ་བ་རྣམས་ནག་པོ་ཡིན་ཞིང་ལྷན་
མདངས་མདོན། ལྷན་གྱི་སྒྲོ་སྒྲུགས་སེར་པོ་གཙ་པོ་ཡིན་ལ། སྒྲོ་
སྒྲུགས་ཁམ་དམར་ཡིན། དེའི་མན་ཁམ་ལྷང་མདངས་ཅན་ཞིག་ཡིན་
ལ་མདོག་དཀར་ནག་འདྲེས་པའི་ཐིག་ལེ་ཡོད། སྒྲོ་པའི་ཕྱི་ལྷགས་
སྒྲོ་སྒྲོ་དང་དེའི་མན་ཁམ་སྒྲུག་ཡིན། གཤོག་སྒྲོ་ཁམ་ནག་ལ་ཁྲ་ཐིག་
དཀར་པོ་ཡོད། ཕྱི་ལྷགས་སེར་པོ་ཡིན་ཞིང་ཁྲ་ཐིག་ནག་པོ་ཡོད།
བྱང་ཁ་ཟངས་མདོག་སྒྲུག་ཤས་ཆེ་ཞིང་། སྒྲོ་ཅེན་ནག་ཐིག་ཡོད། ལྷ་
ངོས་ཁམ་སེར་ནག་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན། ར་སྒྲོ་འི་སྒྲོ་རྒྱུང་ཁམ་སྒྲུག་དང་
ཁམ་དཀར་འདྲེས། ར་སྒྲོ་འི་པོ་དཀྱིལ་མ་ཁམ་སེར་དང་ལྷགས་
གཉིས་དམར་སྒྲུག་ཡིན། ར་སྒྲོ་འི་པོར་ནག་ཐིག་འབྲེད་ཆོད་རིམ་
པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། བྱ་པོར་ཟ෍་ལྷན་ཡོད། བྱ་པོ་ནི་བྱ་པོ་ལས་རྒྱུང་
བྱང་རྒྱུང་ཞིང་ར་སྒྲོ་ཡང་བྱ་པོ་ལས་སྒྱུར། ལྷན་གྱི་སྒྲོ་པལ་ཆེར་ཁམ་

ཕྱིན། རྒྱལ་ལ་ཐིག་ལེ་ཁམ་ནག་དང་ནག་པོས་བྱལ། ར་སྒྲིའི་ནག་
ཐིག་ལ་སྒྲུག་པོ་འདྲེས། བྱི་ཐེར་མེད། (མཚོ་སྒྲོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་མ་ལོ་
རང་སྒྲོང་བྱལ་གྱི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བརྟུན་ནས་བྲིས་པའོ)

རྒྱན་ཏུ་རྩ་དང་འབྲིལ་ཤིང་མཐུག་པོ་སྒྲིས་ཡོད་པའི་དེའུ་འབྱར་
མང་སར་གནས་ལ། དགུན་ཁར་རི་འདབས་གྱི་རྩ་ཐང་དང་ཞིང་
ཁར་སྒྲོར་ནས་འཚོ། ཀར་པ་ཤུགས་ཆེ་བས་སོང་ན་མཚོགས་ཤིང་
ཐག་རིང་ལ་འཁྱར་མི་ཐུབ། ཅི་ཤིང་གི་འབྲས་བུ་དང་ས་པོན། སྲིན་
བུ་སོགས་བརྒྱས་ནས་བྲ།

མཚོ་སྒྲོན་དང་བོད་སྒྲོངས་སོགས་རྒྱལ་ཡོངས་ས་ཆ་པལ་ཆེ་བར་
རྒྱན་སྒོད་བྱེད་པའི་བྱ་རིགས་ཡིན།

[རྒྱན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་རྩོན་བྱེད་ཚུལ]

ག་གསར་པ་ཟ་བའམ་བསྐྱམས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

[རྒྱས་པ་དང་པན་ཡོན]

གས་ལྷན་བྱུངས་གསོ་ཞིང་རོ་ཅ་འཕེལ།

ནི་ཙཱ། ཉུང་པ་ཀོ་ལ་བར་འབྱིང་།

[སྒྲིག་ཆགས་རིམ་འཛིན། བེ་ཙཱ། ལྷོ་ལྷོ (ཚོན་ལྷན་རི་

མོ་5)

སྒྲི་ཚའི་ན་ག་ཤུར་བྱི་སྒྲི་གཡས་གཡོན་ཏུ་བྱེས་ནས་བརྒྱ་ཙར་.....
སྒྲིབས་ཡོད། མ་མཆུ་འི་ཙ་ན་ན་ག་ཤུར་ཞིང་ཆེན་ཞིག་ཡོད་པ་འཛིང་
བར་བསེགས་ནས་སྒྲིབས་ཡོད། དེ་ལས་གཞན་པའི་མགོ་སྒྲི་རྒྱུ་མས་སྒྲི་
སྒྲི་ཡིན། མིག་ཤུར་སྒྲི་མ་དང་མིག་མཐའི་མདོག་ལྷང་གྲུ་ཡིན།
གཉེན་དང་སྒྲི་འབྲས་ལྷང་སྒྲི་ཡིན། སྒྲི་པ་དང་རྒྱུ་བ་ནས་མཆུག་
ཚའི་སྒྲི་རྒྱུང་བར་སྒྲི་ལྷང་ཡིན། རྒྱུ་བ་ཉིད་ལ་ལྷང་ཤས་ཅུང་འདྲེས།
གཤོག་པ་གཉིས་བྱི་ནང་རིས་བྱི་སྒྲི་ནི་མེར་ལ་ལྷང་ཤས་ཅུང་ཙམ་.....
འདྲེས། དེ་ལས་གཞན་པའི་སྒྲི་རྒྱུ་མས་ལྷང་གྲུ་ཡིན། གཤོག་པའི་བྱི་
རིས་བྱི་སྒྲི་ཆེན་ལྷང་ལ་མེར་ཤས་འདྲེས། བྱི་མའི་བྱི་མའི་སྒྲི་ནི་ཁམ་
ན་ག་ཡིན། མཆུག་བྱི་སྒྲི་ནི་ལྷང་སྒྲི་ལ་དཀར་པོ་འདྲེས། མགྲིན་པ་
དང་དང་ག་དམར་ལ་སྒྲི་མདངས་ཆགས། སྒྲི་བའི་དབྱིལ་རིས་སྒྲི་
པོ་དང་། སྒྲི་གས་གཉིས་ལྷང་གྲུ་ཡིན། མཆུག་སྒྲི་རྒྱུང་བ་ལྷང་ལ་
མེར་མདངས་ཆགས། མཆུག་སྒྲི་ཆེ་བ་གནས་མདོག་ཡིན་ཞིང་། སྒྲི་
ཉིང་གི་མཐའ་སྒྲི་ལྷང་ཡིན། ར་སྒྲི་འི་ཙཱ་མེར་པོ་ཡིན། མིག་མེར་སྒྲི་
ཡིན། ལ་མཆུ་བྱི་ཏུ་ལྷར་དམར་ཞིང་། མ་མཆུ་སྒྲི་ག་ན་ག་ཡིན། ཀྱང་།

པ་དང་ཕྱི་མོ་ནམས་ལྷང་མེར་ཡིན། བེ་ཙོ་མོ་འི་མགོ་རུང་ཟད་སྒྲོན་
པོ་ཡིན། མགོན་པ་དང་དང་ག་རུང་ཟད་དམར་ཞིང་། སྒྲོ་མདངས་
མེད། (པོད་རང་སྒྲོང་སྒྲོངས་ཀྱི་སྒྲོ་པོ་སྒྲོང་གི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་
ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

ཨི་རོས་ཀྱི་ནགས་གསེབ་རུ་ཁྱུ་བྱས་ནས་རྒྱ་བཞིན་འདུག་ལ།
ཤིང་རྟོག་དང་ཅི་ཤིང་གི་མུ་ཁྱ་ཁྱ་དང་འབྲུ་རིགས་སོགས་བ།

པོད་སྒྲོངས་དང་ཡུན་ནན། ཀོང་ཞི། ཀོང་རུང་བཅས་ན་ཡོད།

[སྒྲོན་རུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲོན་བྱིད་ཚལ]

སྒྲིང་བའི་ལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བ།

མཁྲིས་པ་སྐྱ་ཀའི་མཁྲིས་པ་ལྟར་བ།

[རྒྱས་པ་དང་ཕན་ཡོན]

སྒྲིང་གིས་སྒྲིང་གི་ནད་དང་དེའི་དབང་གིས་སྒྲིང་ལ་ན་བྱག་.....

སྒྲིས་པ་སེལ།

སྒྲིང་རྒྱང་ལ་ཕན།

མཁྲིས་པས་རྟོག་ནད་སེལ།

ཕ་ཕྱད། ཉུང་བཀོལ་དམན་པ།

[སྒྲིག་ཆགས་ངོས་འཛིན། ཕ་ཕྱད། 戴胜 (ཚཱ་ལྷན་རི་

མོ6)

མགོ་ན་སྒྲི་བེ་ཁམ་མེར་ཅེ་མཐའ་ནག་པོ་ཅན་ཞིག་ཡིད། ལ་
ལར་ཅེ་མཐའ་ན་ཁྲ་ཐིག་ཡིད། སྒྲི་དང་བྲང་ཁ་རྒྱན་འབྲུམ་གྱི་མདྲོག་
ལྟ་བུའི་སྒྲིག་སྒྱ་ཡིན། ཐུག་པ་དང་རྒྱུ་གྱི་སྒྲི་ཁམ་སྒྱ་ཡིན་ཞིང་།
སྒྲི་ད་པ་དཀར་པོ་ཡིན། གཤོག་པ་གཉིས་གྱི་ངོས་པལ་ཆེར་ནག་པོ་
དང་ཐིག་ལེ་དཀར་པོ་དང་ཁམ་དམར་འབྲེས་མས་ཐོག་ཀྱན་བྱུང་།
གཤོག་ལྗེའི་སྒྲི་རིང་ལྗེའ་ན་འབྲེད་ཐིག་དཀར་པོ་ཞིག་ཡིད། ཐོང་ག་
ནས་རིམ་གྱིས་སྒྱ་པོར་བྱུར་ནས་སྒྲི་ངོས་དཀར་པོ་ལ་ཐིག་ལེ་ཁམ་.....
ནག་དོད་ཅམ་ཡིད། ར་སྒྲི་རྒྱུང་བ་པལ་ཆེ་བ་དཀར་ལ་སྒྲི་ནག་པོ་
ཡིན། ར་སྒྲི་ཆེ་བ་ནག་ཅིང་དཀྱིལ་ན་འབྲེད་ཐིག་དཀར་པོ་ཞིག་ཡིད།
བྱ་མོའི་སྒྲིའི་མདྲོག་པལ་ཆེར་བྱ་མོ་དང་འབྲེ་ཞིང་མོ་ལས་རྒྱུང་བྱད་....
སྒྱ་ཤས་ཆེ། (མཚོ་སྒྲི་ཞིང་ཆེན་གྱི་ཆིག་སྒྲིལ་རྒྱུང་གི་དཔེ་གཟུགས་
དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

ཁྲིང་བརྒལ་གྱི་ཉེ་འདབས་དང་མཚོ་ངོས་ལས་སྒྲིས་4000 ལྷག་.....
མཐོ་བའི་རི་ངོས་དང་སྒྲིང་སྒྲིང་ས་ན་གནས། གད་སྒྲིགས་སྒྲིངས་སར་
འབབ་པར་དགའ། འགྲོག་ཁུལ་དུ་སྒྲིག་རའི་ཉེ་སར་མང་། སྒྲིན་བྱ་

དང་མིན་ཕྱག་བརྩས་ནས་བ།

མཚོ་མོན་དང་པོད་མྱེད་སོགས་ན་ཡོད། མདོ་དབྱས་མཐོ་
མད་དང་འབྲི་ཆུའི་བྱར་ཚོགས་ལྷ་རྩས་བྱ་ཞིག་ཡིན། འབྲི་ཆུའི་ལྷ་
ཚོགས་ལྷ་རྩག་པར་ཐོད་པའི་བྱ་རིགས་ཡིན།

[མཚན་བྱ་བ་ཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་མོན་བྱེད་ཚལ]

ག་གསར་པ་འམ་བསེལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཁྲ་བ་གདུ།

མོ་ར་གསར་པ་འམ་བཅོས་ནས་སྐྱགས་ཤུན་དོར་ནས་སྐེམ།

[རྩས་བ་དང་ཕན་ཡོན]

གས་ལྷོ་འཕྱོག་སེལ།

མོ་ར་རྩག་སེལ།

ཡུག་རོན། རྒྱན་པ་ཀོལ་བར་འབྱིང་།

[སྒྲིག་ཆགས་རིས་འཇིན། ཡུག་རོན། 岩鹪]

མག་སྒེ་སྒྲི་རྒྱ་དང་སྒེ་བྱང་ལྱང་བྱ་དང་དམར་སྒྲིག་མཛོན།
རྒྱབ་སྒྲི་དང་གཤོག་པ་གཉིས་སྒྲི་རྒྱ་དང་། གཤོག་པར་ནག་ཐིག་
གར་མོ་གཉིས་ཡོད། གཤོག་སྒྲི་ཁམ་སྒྲི་ཡིན་ཞིང་། རྒྱབ་སྒྲི་དཀར་
པོ་ཡིན། རྒྱ་དང་མཆུག་ཚའི་སྒྲི་རྒྱུང་གཡལ་སྒྲི་ཕྱི་མཛོན་ཡིན།
བྱང་ཁ་སྒྲི་རྒྱ་དང་། སྒྲི་བ་དཀར་སྒྲི་ཡིན། མཆུག་སྒྲི་ཚ་བ་གཡལ་
སྒྲི་ཕྱི་མཛོན་དང་། ཚེ་མོ་ནག་པོ། དཀྱིལ་ན་ཐིག་ལེ་དཀར་པོ་ཞིང་
ཆེན་ཞིག་འབྲེད་ལ་ཡོད། མཆུག་སྒྲི་དཀྱིལ་མའི་དཀྱིལ་རྒྱུང་བྱང་སྒྲི་
ཐིག་མཐའ་ཁམ་དཀར་དང་མཆུ་ནག་པོ་ཡིན། རྒྱ་དང་མཆུ་བ་
མ་ཐམས་ཅད་དམར་པོ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱེར་མོ་ནག་པོ་ཡིན། མོ་བྱའི་སྒྲི་
ནི་མའི་སྒྲི་ལས་རྒྱུང་བྱང་ནག་ (མཆོ་སྒྲི་ཞིང་ཆེན་ཕྱི་མ་སྒྲི་རང་
རྒྱུང་ཁྱལ་ཕྱི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བརྟེན་ནས་བྲིས་པའོ)

གཡལ་བྲག་གས་སྒྲིབ་མང་སར་གནས། རྒྱན་ཏུ་བྱུ་བྲས་ནས་
ཞིང་ནང་དང་ས་ཚོད་ཐོག་རྒྱམ་བྱ་འཆོལ། གཙ་པོར་ཅི་ཤིང་གི་ས་
པོན་དང་འབྲུ་རིགས་དང་ཤིང་རྟོག་གི་འབྲས་བྱ་སྒྲིགས་བ།

མཆོ་སྒྲི་དང་ཀན་སྒྲི་སྒྲིགས་བྱང་རྒྱགས་ས་ཆ་ཀྱན་ཏུ་.....
བཀྲམས་ཡོད།

[ཐུན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲན་བྱེད་ཚུལ]

ཤ་གསར་པ་བསྟེན་པའམ་བསེལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

ཡང་པ་བསེལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

ཁག་བཙས་པའི་རྟོག་པོ་བསེལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

སྒྲོ་བསྟེགས་པའི་ཐལ་བ་བདུལ་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

ཐུན་བཀོལ་ཚུལ་སྐྱ་ཀའི་ཐུན་དང་མཚུངས།

[ཐུས་པ་དང་ལན་ཡོན]

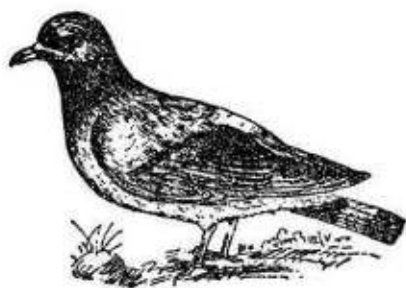
ཤས་ཐུས་སྟོབས་གསོ། རོ་ཙ་བསྟེད།

ཡང་པས་དབང་པོ་ལས་སུ་མི་ཏུང་བ་གསོ།

ཁག་གི་ཐུས་པ་ཤ་དང་མཚུངས།

སྒྲོས་སྒྲོག་མའི་ཚ་བ་སེལ།

ཐུན་ཐུས་སྐྱངས་པ་ནག་ཏུ་འགྲུགས།



ཐུན་རྟོན།

བྱ་ཚོད། རྒྱལ་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[སྲིག་ཆགས་རིས་འཛིན། བྱ་ཚོད། 秃鹫

ཚོད་ཐང་ནག་ཀྱང་ཟེར།

ཚོད་པ་ནས་ལྷག་པའི་སྒྲོ་ཕུ་ཁམ་ནག་དང་། ལྷག་པར་སྒྲོ་ཕུ་
དཀར་ཤས་ཅན་མཐུག་པོ་ཡིད། འབྲམ་ལོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ཕུ་ཆེར་མའི་
དབྱིབས་ཀྱི་ཡིད། སྒྲེ་ཆེན་པ་ཞི་ཉེའི་མདོག་ལྷ་ལྷའི་སྒྲོ་ཕུ་པོ་ཡིན་
ཞིང་། སྒྲེ་ཀོར་ཀྱི་སྒྲོ་ཕུའི་མདོག་ཁམ་སྒྱུ་དཀར་ཤས་ཆེ། ཐག་དང་
རྒྱབ། ཚོད་པ་དང་རྩ་སྒྲོ་རྒྱུང་བ་ནམས་ཁམ་ནག་ཡིན། གཤོག་སྒྲོ་
རྒྱུང་འབྱིང་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཁམ་ནག་ཡིན། གཤོག་སྒྲོ་ཆེ་བ་ནག་པོ་
ཡིན། ལྷན་སྒྲུང་པལ་ཆེར་ནག་པོ་ཡིན། ཐང་ཁར་སྒྲོ་ཕུ་ཁུ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་
ཁུབ་ཅིང་། ལོགས་གཉིས་ན་སྒྲོ་ཕུ་རིང་པོ་ཆོམ་ལྷ་རེ་ཡིད། ཐང་ཁ་
དང་ལྷ་རིས་ཀྱི་སྒྲོ་ཕུ་ལ་ཁྲ་ཐིག་མི་གསལ་བ་ཡིད། རྒྱབ་མཐའ་རྩ་
སྒྲོའི་ལོག་གི་སྒྲོ་ཕུ་ནམས་ཁམ་སྒྱུ་དཀར་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན། རྒྱང་པའི་
ལོག་གི་སྒྲོ་ཕུ་ནམས་སྒྱག་ནག་ཡིན། (མཆོ་སྒྲོ་ཞིང་ཆེན་གྱི་མ་ལྷ་
རང་སྒྱུང་ཁུལ་གྱི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བརྟེན་ནས་བྲིས་པའོ)

རྒྱ་མཆོའི་དོས་ལས་སྤྲིས་2000ནས་4500བར་མཐོ་བའི་རྩ་རི་.....
དང་རྩ་ཐང་ན་ཡིད། པལ་ཆེ་བ་གཅིག་ལྷུང་གནས་པ་མང་། གཤོག་
རྩལ་ཏ་ཅང་ཆེ། སྲིག་ཆགས་ཆེན་པོ་ཤི་བའི་རོ་བ་ཞིང་། སྐབས་

འགར་སྤྱི་ཆགས་རྒྱུད་ཀྱི་རིགས་བཟུང་ནས་ཟ་བའང་སྤང་།
 མཚོ་སྤྱོད་དང་པོད་སྤྱོད་ས། ཀན་སུའུ་རུབ་བྱང་ཁྱལ་བཅས་ན་
 ཡོད། ས་ཆ་ཞིག་ཏུ་རྒྱན་སྤོད་བྱེད་པའི་བྱ་རིགས་ཡིན།
 [སྤྱན་བཞུག་པའི་ཁག་དང་ལས་སྤྱོད་བྱེད་ཆུང་]
 ཤ་གསར་པ་བཞུག་པའམ་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།
 རུས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཐལ་བ་ཉར་ཆགས་བྱ།
 གྲེ་བ་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།
 རྟིང་བསེལ་སྐྱམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།
 མཁྱིམ་པ་སྦྱ་ཀའི་མཁྱིམ་པ་ལྟར་བྱ།
 བྱན་བསྐྱེད་ནས་ཐལ་བ་ཉར་ཆགས་བྱ།
 [རུས་པ་དང་ཕན་ཡོན་]
 ཤས་ཐུབ་པ་འཛོམས། བད་ཀན་སེལ། མ་ཁྱུ་བ་འབྱ།
 རུས་པས་གཅིན་འགགས་སེལ།
 གྲེ་བས་སོ་རྩྱེད་བསྐྱེད། མ་ཁྱུ་བའི་ནད་ལ་ཕན།
 རྟིང་གིས་བྱན་པ་ཉམས་པ་གསོ།
 སོ་བས་སོ་རྩྱེད་བསྐྱེད། སོ་སྤྱན་བཞིག
 མཁྱིམ་པ་སྦྱ་ནད་དང་མིག་ནད་མཚོན་ཆ་སོགས་ལ་ཕན།
 བྱན་གྱི་རུས་པ་སོ་བ་དང་འབྱ།



ཐུང་ལྷོ་

བྱ་རྩྭ་ལྷ་མོ་ལ་དམན་པ།

[ཤྲིག་ཆགས་རིས་འཛིན། བྱ་རྩྭ་ 渡鴉]

མདོག་དང་དབྱིབས་ཁྱ་ཏ་དང་མཚུངས་ཤིང་དེ་ལས་ཆེ།

རྒྱ་ཁའི་ས་ཁྱོན་ཆེ་ས་དང་གྲོང་གསེབ་གྱི་ཉེ་འཁོར། རྩ་ལགས།

ནགས་མཐའ་སྐྱེས་སྤྱུན་པར་མཐོང་། གཅིག་སྤྱའམ་གཉིས་རེ་

མཉམ་ཏུ་རྒྱ། རང་གཤིས་ཤིན་ཏུ་བཅན། མཁའ་དབྱིངས་མཐོན་

པོར་འཕྱར་བཞིན་སྐད་དྲངས་ཤིང་གསལ་བ་བྲགས། ཤྲིག་ཆགས་ཤི་

བའི་རོ་དང་རི་བོང་། བྱ་རྩྭ་གྲུག་དང་སྒྲོང་། རྩལ་སྐྱེས་

ཟ།

མཆོ་སྒྲོན་དང་རང་རྒྱལ་རྩལ་བྱང་དང་བྱང་སྒྲོགས་ས་ཆ་པལ་……

ཆེ་བར་རྒྱན་ཏུ་སྒྲོད་པའི་བྱ་རྩྭ་ཡིན།

[སྒྲོན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲོན་བྱེད་ཚུལ།]

ཤ་བཞིལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

[རྩས་པ་དང་པན་ཡོན།]

ཤས་གཟའ་ནད་ཆེལ།



ཕ་རྒྱ

འོལ་བ། ལྷན་བཀོལ་བར་འབྲིང་།

[སྲོག་ཆགས་ངེས་འཇིག] འོལ་བ། ལྷ

འོལ་མེར་ཡང་ཟེར།

དབྱིབས་སལ་ཆེར་སྤྲ་དང་འདྲ་ཞིང་། ར་སྒོ་ཉིས་ཆེབ་ཡིན་པ་
སྤྲ་དང་མི་འདྲ།

ལྷན་དུ་ཞིང་ས་དང་སྤང་སྤྲོང་ས། རྟེ་བའི་མཁའ་དབྱིངས་སུ་
ལྷིང་སྒོར་ལྷག འཕུར་དུས་གཤོག་རྟེན་མང་པོ་མི་བྱེད་པར་འཕུར་
བའི་ལྷན་ཉ་ཅང་རིང་། མིག་ཉ་ཅང་རྫོ་བས་ས་ཐོག་ན་ཡོད་པའི་
ཁྱིམ་བུའི་ཕུ་ཕུ་སྲོགས་སྲོག་ཆགས་ལྷང་ལྷང་མཐོང་ན་མར་བཅུམས་...
ནས་འོངས་ཉེ་བཟུང་ནས་འབྱེར་འགོ། གཙུ་བོར་སྲོག་ཆགས་ལྷང་
དུའི་རིགས་བཟུང་ནས་ཟ་ཞིང་། སྐབས་འགར་སྲོག་ཆགས་ཤི་བའི་
རྩ་ཡང་ཟ། རྒྱགས་གསེབ་ཀྱི་ཤིང་སྤོང་ཆེན་པོའི་ཉིང་ཆང་བཟོ།

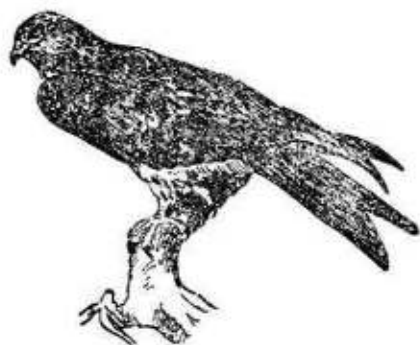
མཆོ་སྤྲོན་སྲོགས་རང་རྒྱལ་ས་གནས་སལ་ཆེ་བར་ལྷན་སྤོང་བྱེད་
པའི་ཕུ་རིགས་ཡིན།

[ལྷན་དུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྤྲོན་བྱེད་ཚུལ]

ཤ་གསར་པ་བཟྱན་པའམ་བཞིལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

[བྱས་པ་དང་ལན་ཡོན]

ཤས་ལྷས་བྱུངས་གསོ། རྩ་ཅ་བཟྱེད།



ཕྱུ་བོ།

འུག་པ། འུར་བཀོལ་བར་འབྱེད།

[སྒྲིག་ཆགས་ངོས་འཛིན། འུག་པ། 雕鸞]

མིག་མཐར་སྒྲི་བྱ་དཀར་པོས་བྱལ། སྒྲི་བྱའི་ཅེ་ལ་ནག་ཤས་
འདྲེས། མིག་གི་ལ་ཁ་ན་ཇི་མ་འདྲ་བའི་མིག་ལེ་ནག་པོ་ཞིག་ཡོད།
དེ་ལས་གཞན་གཤོང་གི་སྒྲི་བྱ་ཐམས་ཅད་ཁམ་སྒྱུ་ཡིན། སྒྲི་ཐམས་
ཅད་ལ་མིག་ལེ་ཁམ་ནག་སྒྲ་མོས་བྱལ་ཡོད། མགོ་ཐལ་ཆེར་ཁམ་ནག་
ཡིན། སྒྲི་མཐའ་ཁམ་སྒྱུ་རྒྱ་རིས་ཀྱི་དབྱིབས་སྒྱ་ཆགས། རྒྱ་བའི་སྒྲི་བྱ་
རྟོ་སྒྲིས་ཅེས་རིང་བས་མགོའི་བྱར་གཉིས་ན་ཡར་བསྐྱེད་ས་ཡོད་……
པའི་སྒྱི་ནག་པོ་དང་ནང་ཁམ་དམར་ཡིན། གཉའི་སྒྱ་དང་རྒྱབ་ངོས་
ཁམ་དམར་ཡིན་ཞིང་། སྒྲི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དབྱིལ་ན་མིག་ཤར་ཁམ་
ནག་རེ་ཡོད། སྒྲི་ཅེའི་སྒྱགས་ན་ཁྲ་མིག་ཁམ་དམར་རེ་ཡོད། སྒྱག་
དང་རྒྱབ་སྒྲིང་། གཤོག་སྒྲི་ཀྱན་ས་སྒྱའི་མདྲོག་ཡིན་ཞིང་། མིག་ལེ་
ཁམ་དམར་དང་ཁམ་ནག་ཡོད། མིག་ལེ་ཁམ་དམར་ཉིང་མིག་ལེ་
ཁམ་ནག་སྒྲ་མོ་ཡོད། གཤོག་པའི་སྒྲི་རྒྱང་ཁམ་སྒྱུ་ཡིན། མིག་ལ་མིག་
ལེ་ནག་པོ་རགས་ཞིབ་མང་པོས་བྱལ། ཨོལ་མ་དང་གེ་བའི་སྒྲི་བྱ་
དཀར་པོ་ཡིན་ཞིང་མིག་ལེ་ཁམ་མེར་ཡིན། བྱང་ཁ་ཁམ་དམར་ཡིན་
ཞིང་དབྱིལ་ན་མིག་ལེ་དཀར་པོ་ཞིག་ཡོད། བྱང་ཁའི་སྒྲི་བྱའི་མཐའ་
ན་མིག་ལེ་ཁམ་དམར་ཡོད། མིག་མེར་པོ་ཡིན། མཆུ་སྒྲེར་ཞ་ཉེ་ནག་

པའི་མདོག་ཡིན་ལ་ཅེ་མོ་ནག་པོ་ཡིན། (མཚོ་སྡོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་མཚོ་
སྡོ་རང་རྒྱང་ཁྲལ་གྱི་དཔེ་གཟུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

དེ་ཁྲལ་གྱི་ནགས་ནང་ན་གནས་ཤིང་། དགུན་ཁ་བདེ་སའི་
ནགས་ནང་ལ་སྡོར། ཉིན་མོ་བསྐྱངས་ནས་མཚན་མོ་རྒྱ་བའི་བྱ་ཞིག་
ཡིན། གཙུ་པོར་མ་བྱ་དང་ཅི་གཞི་རིགས། རི་པོང་། བྱ་རིགས།
མྱིགས་པ་སོགས་བཟུང་ནས་བ།

མཚོ་སྡོན་མིན་ཡོན་རྫོང་དང་ཐེམ་ཆེན་རྫོང་། ཡུལ་ཤུལ་ཁྲལ་
དང་མཚོ་སྡོ་ཁྲལ་སོགས་རང་རྒྱལ་གྱི་ས་གནས་པལ་ཆེ་བར་རྒྱན་སྡོད་
བྱེད་པའི་བྱ་རིགས་ཡིན།

[སྡན་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྡོན་བྱེད་ཚལ]

ག་གསར་པ་བཞེན་པའམ་བསེལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།
སྡོ་གཞི་བ་བསེལ་བྱས་པའི་ཐལ་བ་ཉར་ཆགས་བྱ།

[བྱས་པ་དང་ལན་ཡོན]

གས་གཉན་སྤྱང་འཛིན་ལ།

སྡོས་སྡོ་བའི་རྒྱ་ནད་དང་སྡོ་ནག་སེལ།



ଓଁକା

ཤིང་རྩ་མོ། ལུང་བཀོལ་དམན་པ།

[སྒྲིག་ཆགས་ངེས་འདིན།] ཤིང་རྩ་མོ། 绿啄木鸟

(ཚཱ་ལྷན་རི་མོ།)

ཡུལ་སྐད་ལ་བྱིའུ་ཤིང་རྩ་མོ་ཡང་བེད།

བྱིའུ་ཁྱ་པོ་ཉ་ཅང་མཛེས་པ་ཞིག་ཡིན། བྱིའུ་མའི་ཐོད་པ་དང་
ཕྱི་པོ་ཐམས་ཅད་དམར་པོའི་མདངས་དང་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན། མིག་
མཐའ་དང་ཁུར་བའི་ཐིག་ལེ་ནག་པོ་ཡིན། མགོའི་སྐྱ་ཕྱ་ལྷག་མ་
ནམས་སྐྱ་པོ་ཡིན། མོལ་མ་དང་གྲི་བ། སྒྲི་ནམས་སྐྱ་ལ་དཀར་ཤས་ཆེ།
གཉའ་བ་དང་ལྷག་པ་སྐྱ་ལ་ནག་ཤས་འདྲེས། སྒྲི་པ་ཨ་རུའི་མདོག་
དང་རྩ་སྐྱ་ཆུང་བ། རྒྱུ་པོས་ནམས་དེ་དང་མཚུངས་ལ། སྐྱའི་ཅེ་མོ་
ལྷང་ལེར་རུ་མདོན། གཤོག་སྐྱའི་མདོག་རྒྱུ་པོས་དང་འདྲ། གཤོག་
སྐྱ་ཐོག་མ་དང་འཁྱིའ་པོ་ནམས་ཁམ་ནག་ཡིན། གཤོག་སྐྱ་ཕྱི་མར་
དཀར་ཐིག་རིམ་པ་མང་པོ་ཡོད། རྩ་སྐྱ་དབུས་མ་ཁམ་ལེར་དང་ཅེ་
མོ་ཁམ་ནག་དང་། སྐྱ་ཅད་ནག་པོ་ཡིན། བྱིའུ་མའི་ཐོད་པ་དང་སྐྱ་
པོར་དམར་མདངས་མེད་པ་དང་ལྷག་པར་ནག་ཐིག་ཅིག་ཡོད་པ་……
ལས་གཞན་ལུས་བྱི་སྐྱ་མདོག་ཐམས་ཅད་བྱིའུ་པོ་དང་མཚུངས།
(མཚེ་སྐྱ་ཞིང་ཆེན་གྱི་ཨ་རིག་རྫོང་གི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་……
བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ།)

དབྱར་ཁར་གསེལ་བྱག་གི་ནགས་ཚལ་རྩ་གནས་ཤིང་དབྱན་.....
 ཁར་ལྷང་ཤོག་གི་ནགས་གསེབ་དང་རྩྭ་པའི་ནགས་ཚལ་རྩ་སྤྱོད་.....
 ནས་གནས། དབྱིད་ཀ་དང་དབྱར་ཁར་ཤིང་སྤོང་ཉིང་གི་སྤྱོད་བྱ་བ་
 ཞིང་སྤྱོད་ཁ་དང་དབྱན་ཁར་ཅི་ཤིང་གི་འབྲས་བྱ་སྤྱོད་པ་དུས་ནས་
 ཟ།

ཕ་ཚོ་སྤྱོད་དང་པོ་ད་སྤོང་ས་སྤྱོད་རང་རྩལ་བྱི་ས་ཚ་མར་པོར་.....
 ཡོད་པ་དང་ས་ཚ་ཞིག་རྩ་རྩུན་སྤོང་བྱེད་པའི་བྱ་རིགས་ཡིན།
 [སྤྱོད་བྱ་བ་ཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྤྱོད་བྱེད་ཚལ།
 ས་བསེལ་སྤྱོད་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།
 [རྩས་བ་དང་ཕན་ཡོན།
 གསེལ་བྱས་བྱུང་ས་གསེ། སྤྱོད་ནད་སེལ།

སྔ་བྲ། ལྷན་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[སྔག་ཆགས་ངོམ་འཛིན། སྔ་བྲ། ལྷ་མོ་]

ལྷ་མོ་ངས་སྔགས་ནག་ལ་ལྷགས་མདངས་མངོན་པ་ཡིན། མག་
དང་སྒེན་སྔ་སྲ་དཀར་པོ་སྲང་པ་ཉ་བྱ་ཡོད། ལྷག་པར་སྔ་སྲའི་ཆེ་
གར་མི་གསལ་བ་ཞིག་ཡོད། གྲེ་བར་དཀར་ཐིག་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད།
འབྲིག་སྒྱུར་རྒྱས་སྐབས་སྲ་ཆིབ་ལོགས་ཀྱི་འག་ངོས་ན་དཀར་ཐིག་.....
ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད། མིག་ལྡང་བྱ་ཡིན། མཆུ་རིང་ཞིང་མཆུ་ཆེ་ཁམ་
ནག་ལྷགས་བྱ་འདྲ་ལ། མ་མཆུའི་རྒྱིང་བ་དཀར་པོ་ཡིན། གདོང་གི་
པགས་ཆེན་དང་གྲེ་བ་དམར་རྒྱང་ཡིན། ཀླང་པ་ནག་པོ་ཡིན། སྔ་
བྲའི་སྲ་བྲའི་སྔ་མདོག་སྔ་བྲ་ཆེ་བ་དང་ཉ་ལམ་འདྲ་ཡང་། ལྷ་སྲང་
ཀྱི་སྔ་ལ་དཀར་ཤས་འདྲེས། (མཆོ་སྔན་པོར་ཡོད་པའི་སྔ་བྲའི་དཔེ་
གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

ཆུ་པོ་དང་མཆོ་འགམ་རྒྱ་གནས། ཆུར་འཕྱལ་མཁས་པ་དང་ཉ་
འཛིན་ཐུབ། འཕུར་རྒྱས་སྒེ་དང་རྒྱང་པ་དྲང་པོར་བསྐྱངས་འདུག
མཆོ་སྔན་པོ་དང་མཆོ་སྲ་རེངས། བོད་སྔངས་སོགས་རང་རྒྱལ་
ཀྱི་ས་ཆ་མང་པོར་ཡོད། ས་ཁུལ་འདི་ལ་དབྱར་རྒྱས་སྔོན་པའི་བྲ་
རིགས་ཡིན།

[སྔན་རྒྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྔན་བྱེད་ཚུལ།]

ཤ་བསྐྱམས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།
 རྩས་པ་བསྐྱེགས་པའི་ཐལ་བ་ཉར་ཚགས་བྱ།
 སོ་བ་བསིལ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།
 རྩ་གཞིབ་བསྐྱེགས་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།
 [རྩས་པ་དང་ཕན་ཡོན]
 ཤས་གཅིན་འགགས་སེལ།
 རྩས་པས་དམ་ཆུ་སྐྱེམ།
 སོ་བས་མ་ཁྱ་བ་འཇུ།
 རྩའི་རྩས་པ་ཤ་དང་མཚུངས།



སྐ་བྱ།

ཕྱིག་པ། རྒྱན་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[ཕྱིག་ཆགས་རྩལ་འཇིན། ཕྱིག་པ། 斑翅山鶉

མགོའི་ཕྱི་པོ་དང་ཨོལ་མཐུད་ཁམ་རྒྱ་དང་། མེད་པ་དང་ཕྱག་
པ། འགམ་པ་རྒྱལ་ས་མེར་རྒྱ་ཡིན། རྒྱ་བའི་སྒྲོ་སྒྲ་བཅན་ཁ་ཡིན།
མིག་གི་འོག་རྩལ་ན་དཀར་ཐིག་ཅིག་ཡོད་པའི་འོག་མཐའ་ནག་པོ་……
ཡིན། རྒྱ་བའི་ས་ཐམས་ཅད་ཁམ་རྒྱ་དང་སྒྲོ་ཐམས་ཅད་ལ་བཅན་
ཁའི་ཐིག་ལེ་ཡོད་ཅིང་། རྩེ་ལ་ཉེ་སར་འབྱེད་ཐིག་བཅན་ཁ་ཞིང་ཆེ་
བ་ཞིག་ཡོད། གཤོག་སྒྲོའི་ནང་རྩལ་གྱི་སྒྲོ་རྒྱ་དང་སྒྲོ་ཆེན་གྱི་མདྲོག་
གི་མ་གདན་ནི་རྒྱ་བ་གྱི་མདྲོག་དང་འདྲ་ཞིང་བཅན་ཁའི་ཁ་ཐིག་གྲུ་……
བཞི་མ་དང་དཀར་ཐིག་གསལ་པོ་ཡོད། གཤོག་པའི་ཕྱི་རྩལ་གྱི་སྒྲོ་
རྒྱ་དང་སྒྲོ་ཆེན་རྒྱལ་ས་ཁམ་ཁམ་ལ་འབྱེད་ཐིག་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན།
ཨོལ་མ་དང་གྲེ་བ་མེར་རྒྱ་དང་། ཨོགས་གཉིས་གྱི་སྒྲོ་སྒྲ་རིང་པོ་སྒྲ་
རའི་ཚུལ་དུ་ཡོད། བྱང་དཀྱིལ་མེར་རྒྱ་ཡིན། རྩེ་ཁམ་རྒྱ་དཀར་ཤས་
འདྲེས། རྩེ་རྩལ་གྱི་དཀྱིལ་ན་ནག་ཐིག་ཉ་ཐིག་གི་དབྱིབས་ཅན་ཡོད།
ཕྱིག་པ་མོ་ལ་དེ་འདྲ་མེད། རྩེ་སྒྲོ་དབྱུག་མ་ཁམ་སྒྲུག་གི་ཐོག་ན་ཁ་ཐིག་
རྒྱ་ཡེར་ལྟ་བུ་ཡོད། ཨོགས་གྱི་རྩེ་སྒྲོ་བཅན་ཁ་ཡིན། (མཆོ་སྒྲོན་ཞིང་
ཆེན་གྱི་ཆིག་སྒྲིལ་རྩོང་གི་དཔེ་གཞུགས་དོན་ལ་བརྟུས་ནས་བྲིས་པའོ)
རྩེ་ཁའི་རྩེ་ཐང་ན་ཡོད། གོམས་འདྲིས་ཨོགས་པལ་ཆེར་གོང་མ་

ཐེག་དང་ལང་ཡང་རྒྱན་ཏུ་སྐད་མི་འབྱིན། གཙུག་པོར་ཅི་ཤིང་གི་ས་
 བོན་བརྟུས་ནས་ཟ་ཞིང་། སྤྱིན་བྱ་ཡང་བརྟུས་ནས་ཟ།

མཚོ་སྤོན་མགོ་ལྷག་དང་ཡུལ་ཤུལ། མཚོ་རྒྱུ། མཚོ་སྤོན་སྤོན་སྤོན་
 རང་སྤྱོད་ཁྱུ་དང་བྱང་ཤར། རྒྱ་པོ་སྤོན་ལ་བཀྲམ་ཡོད། ས་ཆ་
 ཞིག་ཏུ་རྒྱན་སྤོད་བྱེད་པའི་བྱ་རིགས་ཡིན།

[སྤོན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྤོན་བྱེད་ཆེལ]

ཤ་བཙོས་ནས་ཟ།

[རྒྱས་ལ་དང་ལན་ཡོན]

ཤས་ཡུས་བྱངས་གསེ་ཞིང་མཚོན་མ་འཚོ་བ།



ཐེག་པ།

སྤྱིན་བྱ། ལྷུང་བཀོལ་དམན་པ།

[སྤྱིན་ཆགས་ངོས་འཇིན། སྤྱིན་བྱ། 长耳鸮]

ལྷུང་གན་ཡང་ཟེར།

ལྷུང་ཆུང་ལས་ཆེ་ཞིང་ན་བའི་སྤྱི་ཡང་ལྷུང་ཆུང་ལས་རིང་བ་མ་གཏོགས་དབྱིབས་དང་མདོག་པལ་ཆེར་ལྷུང་ཆུང་དང་མཆུངས།

ནགས་ནང་ཏུ་རྒྱན་པར་མཐོང་། ཉིན་དཀར་ནག་གསེབ་ཀྱི་ས་
ཉེང་ཏུ་བསྐྱངས་པ་དང་སྤྱི་ཏུ་འཁུར་ནས་བྱིའུ་དང་སྤྱིན་བྱ་སོགས་
བཟུང་ནས་ཟ།

མཆོ་སྤྱིན་དང་ཞིན་ཅང་། ནང་སོག བྱང་ཤར་སོགས་ཞིང་
ཆེན་དང་ས་ཁུལ་ཏུ་རྒྱན་སྤྱི་བྱེད་པའི་བྱ་རིགས་ཡིན།

[སྤྱིན་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྤྱིན་བྱེད་ཆལ།]

ཤ་བལྟ་སྐམ་བྱས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

ལྷུང་པ་བཅོས་ནས་བསྐམས་ཏེ་ཉར་ཆགས་བྱ།

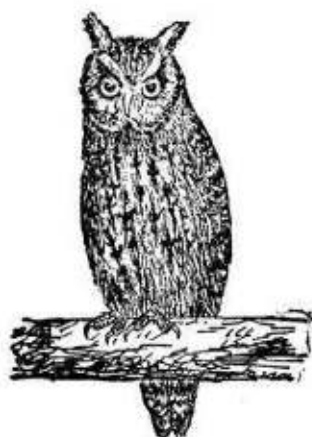
སྤྱི་གཞིབ་བསྐྱེགས་བྱས་ནས་ཐལ་བ་ཉར་ཆགས་བྱ།

[རྒྱས་པ་དང་ལན་ཡོན།]

ཤས་གཟུང་ནད་སེལ།

ལྷུང་པས་ཆ་ཁ་སྤོམ། སྤྱི་འགྲམ་ལ་ཕན།

སྤྱི་གཞིབ་ཀྱི་རྒྱས་པ་ཤ་དང་མཆུངས།



शिवः

ལྷ་འབྲུའི་རིགས།

ལྷ་ལྷུལ། ལྷ་བཀོལ་ལྷ་མཚན།

[ལྷ་ཆགས་ངོས་འཛིན། ལྷ་ལྷུལ། 枕纹锦蛇

ལྷ་པོ་ལྷ་པོ་གཅིག་ཅེས་རིང་། མགོ་པོ་རྒྱང་ཞིང་དུ་མིག་ཁམ་
མེར་རམ་ཁམ་ནག་བྱལ་ཡོད། ལྷ་པོའི་རྒྱལ་ངོས་རྒྱ་པོ་འམ་མེར་རྒྱ་
ཡིན་ཞིང་གཉའ་ནས་རྩ་མའི་བར་ཐིག་དཀར་པོ་སྐྱམ་གཤིབ་ཡོད།
དཀར་ཐིག་ཐིག་དུ་དུ་མིག་ལྟ་བུའི་ཐིག་ལེ་ཁམ་རྒྱའམ་ཁམ་མེར་བྱལ་
པར་ཡོད། (མཚོ་ལྷ་ཞིང་ཆེན་གྱི་མ་རྩོ་རང་རྒྱང་ལྷུལ་གྱི་དཔེ་
གཟུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

ཞིང་ནང་དང་བྱང་ར། ཏུར་ས། བྱས་མཐའ། ལྷ་ཐང་། ས་
ཚོད་ཡིན་ས་སྐྱེས་ན་གནས་ཤིང་། རང་རྒྱལ་བྱང་ཕྱགས་ལྷ་ལྷུན་ཏུ་
མཐོང་བའི་ལྷུལ་གྱི་རིགས་ཤིག་ཡིན། ཕྱི་དང་ཨ་བུའི་རིགས་བ་
ཞིང་། ཏུག་མེད་པའི་ལྷུལ་ཞིག་ཡིན།

མཚོ་ལྷ་སྐྱེས་རང་རྒྱལ་གྱི་བྱང་ཕྱགས་ཀྱན་ཏུ་ཡོད་ལ། ལྷ་
ཏུང་དང་ཨ་བུ་ཉོས། ཅང་ལྷུ། ཟི་ཁྲོན་སྐྱེས་ས་ཆར་ཡང་ཡོད།

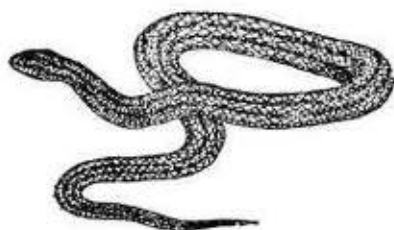
[ལྷ་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་རྩོན་བྱེད་ཆུལ།

མགོ་མཇུག་དྲོར་བའི་ལྷུལ་ཤ་ཤ་ཅིའི་རྒྱ་ནང་དུ་ཁག་གསུམ་.....
སྤང་། དེ་ནས་ནས་ཡོས་ཆ་མའི་ནང་བཞག་ནས་སྐྱེ། རར་ནས་

བསྐྱམས་རྗེས་བརྒྱལ་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

[རྒྱས་པ་དང་ཕན་ཡོན]

ཤས་ལྷས་བྱངས་གསོ། མིག་རབ་རིབ་སེལ། སྤ་འགགས་འབྱིན།
ཟླ་མཚན་འགགས་པ་སེལ། རྩས་འརྒྱུ་འགོག། བྱང་ཁ་གཟེར་བ་
སེལ།



མན་རྒྱལ།

མིག་ས་པ། རྒྱ་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[ཐོག་ཆགས་རིས་འཛིན། མིག་ས་པ། 青海沙蜥]

ལྷན་གྱི་ཚད་ལ་རྟོ་མྱིས་60 ཡས་མས་དང་། ར་མའི་ཚད་ལ་རྟོ་
མྱིས་70 རྒྱག་ཡོད། མགོ་དང་ལྷན་ཕྱང་ལེབ་མོ་ཡིན་ཞིང་ལྷན་ལ་ཉ་
སག་མེད། མགོ་ཞིང་ཆེ་ལ་རྒྱུ་ཞིང་མཆུ་སྒྲིས་གསལ་བོར་མི་མངོན།
ཚད་པར་དཀར་ཐིག་ཅིག་ཡོད། མིག་གི་ཉེང་རྒྱགས་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་ན་
མཐའ་ཁ་འབྱར་བོ་རེ་ཡོད། རྒྱ་ཁྱང་ཁྱང་ཟད་ཅིང་ལོགས་སུ་འཁོར་
ཡོད། རྒྱ་ཁྱང་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ཉ་སག་རྒྱང་རྒྱང་བཞི་ལྷ་རེ་བཟུར་
འདུག མིག་མཐའི་ཉ་སག་བཟུར་ག་གཅིག་ཕྱི་ལ་འབྱར་འདུག་ཅིང་
དབྱིབས་སྒྲིམས་པོ་ཡིན། མིག་ལྷིབས་གསལ་བར་མི་མངོན། རྒྱབ་ཀྱི་
ཉ་སག་རྒྱང་ཞིང་སྒྲིམ་པོ་ཡིན། ཡན་ལག་བཞིའི་རྒྱབ་ལོགས་ཀྱི་ཉ་
སག་ལ་ཕྱར་ཡོད། ཚོང་ག་དང་རྩྭ་རོལ་གྱི་ཉ་སག་འཇམ་ཞིང་འོད་
འཛེར། ཞལ་མར་འབྱེད་གཉེར་ཡོད། ར་ཅ་ཐམས་ཅད་ལེབ། ར་
ལྷའི་ཉ་སག་ལ་བྱར་ཡོད། མགོ་དང་རྒྱབ་ཁམ་སྒྱུ་ཡིན། ཀན་ཤ་ལ་
འབྱེད་གཉེར་ཡོད། རྒྱབ་རོལ་ན་ཆ་མི་སྒྲིམས་པའི་ཁྲབ་རིས་དང་ཁྲ་
ཐིག་ཡོད། རྒྱབ་དྲུལ་ན་འབྱེད་གཉེར་ཡོད། ཡན་ལག་བཞི་དང་ར་
མའི་ཐོག་ན་ཁྲ་ཐིག་ཡོད། ཞལ་མ་དང་ཚོང་ག་ རྩྭ་རོལ་བཅས་ན་
ནག་ཐིག་ཆེན་པོ་ཡོད། (མཚའ་སྒྲིམ་ཞིང་ཆེན་གྱི་གྲང་རྟོ་ཚོང་གི་དཔེ་

གཞུགས་དངོས་ལ་བཞུས་ནས་བྱིས་པའོ)

བྱེ་མའི་ནང་དང་བྱེ་མ་འབྲེས་པའི་ཐང་ན་ཡོད། བྱེ་མའི་ནང་
ཁྱད་བྱས་ནས་གནས། ཉི་མ་ཤར་རྗེས་ཕྱི་ལ་འོང་ཞིང་མདོག་བྱེ་ས་
དང་མཐུན། འགྲོ་བ་མཆོག་གས་ཤིང་ལྷན་གཡས་གཡོན་དུ་འབྲལ་ནས་
ཟུར་བར་བྱེ་མར་འཇུག་འགྲོ། མཆོ་སྒྲོན་དང་ཀན་སུའུ། ཞིན་
ཅང་སོགས་ན་ཡོད།

[སྒྲོན་དུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲོན་བྱེད་ཚུལ]

སྒྲོ་ཅི་དང་ཨ་ཏུ་ཚུང་ཟད་རེ་བཏབ་ཡོད་པའི་ཁྱ་བས་ནང་ཁོལ་
དང་ལྗེར་མོ་དོར་བའི་ཐིགས་པའི་ལྷན་ཁོག་བྱེ་ནང་གཅང་མར་བྱིས་
ནས་གྲོ་བྱེས་བརྟམས་ཏེ་མེ་ཟུར་ནང་བསྐྱེད། བསྐྱམས་རྗེས་གྲོ་བྱེ་
དོར་ནས་ཞིབ་པར་བརྟུལ།

ཁག་བསྐྱམས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

[རྒྱས་པ་དང་ལན་ཡོན]

ཤས་ལྷན་སྲུང་གསོ། རོ་ཅ་བསྐྱེད། ཏུག་སེལ། སོ་སྒྲིན་དང་
མིག་སྒྲིན། མགོ་སྒྲིན། རྩ་སྒྲིན་བཅས་ལ་ཕན།

ཁག་གིས་ཁོང་མ་གསོ།



ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

ཅངས་པ། ཉུང་བཀོལ་དམན་པ།

[སྤྱི་ཆགས་ངོས་འཛིན། ཅངས་པ། 喜马拉雅鬬蜥

ལྷན་པོ་དོ་སྤྱིས་130 ཅམ་རིང་། ར་མ་ལྷན་པོའི་ལྷ་བ་གཉིས་ཅམ་
རིང་། དབྱིབས་ཏ་ལམ་མིགས་པ་དང་འདྲ།

གཡང་རིའི་གཡང་མའི་སྤྱབ་ཏུ་གནས། ཉི་མ་ཤར་མ་ཐག་
གཡང་ལེབ་ཐོག་ཁ་བྱབ་ཏུ་ཉལ་ནས་ཉི་མར་ལྡེ། གཞོད་པ་མཐོང་ན་
མུར་ཏུ་གཡང་མའི་སྤྱབ་ལ་འཁྱལ།

པོད་ལྗངས་ལྷ་ས་སོགས་ན་ཡོད།

[ཐུན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲན་བྱེད་ཆལ།]

མགོ་པོ་དོར་བའི་ཤ་སྤྱ་ཅི་དང་ཨ་ཏུའི་ཁྱ་བས་བཀྲས་རྒྱུ།
ལྷག་ཤིང་ནང་ལ་བརྟམས་ནས་མེ་མུར་ནང་བསྐྱེགས་ཏེ། ལྷག་ཤ་
ཆོས་རྒྱུས་ཅངས་པའི་ཤ་མྱིར་སྤངས་ནས་བསྐྱམས་ཤིང་བརྟལ་ནས་
ཉར་ཆགས་བྱ།

སྤང་པ་ཉི་མར་བསྐྱམས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

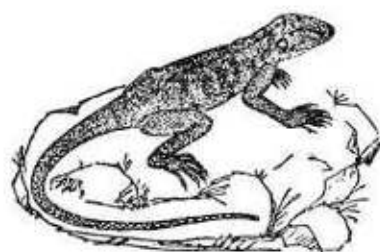
མཁྱིས་པ་བསྐྱམས་ནས་མྱི་ཤུན་དོར་ཏེ་ཉར་ཆགས་བྱ།

[རྒྱས་པ་དང་པན་ཡོན།]

ཤས་ལྷན་བྱངས་གསོ། ར་ཅ་བསྐྱེད། མཁལ་ནད་ལ་པན།

སྤང་པ་མྱི་ལ་བྱུགས་ན་མའི་ཤུ་བསྐྱེད།

མཁྱིམ་པའི་རྒྱལ་པ་དེ་དང་འདྲ།



རྒྱལ་པ།

ཆུ་སྐལ་གཉིས་གནས་རིགས།

སྐལ་བ། ཆུན་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[སྐྱེག་ཆགས་རོས་འཇིན] སྐལ་བ། 中国林蛙

ལྷན་པོ་སྐྱ་ཐུང་ལ་ཞིང་ཆེ། བཤོ་ལེབ་མོ་དུལ་མ་ནི་སྤྱིད་ལས་
ཅུང་ཟད་རིང་། ཡ་མགལ་ཐུང་ལྷན་ཞིང་ཆེ་ལ་མ་མགལ་ལས་ཅུང་
ཟད་འཕྱར། བཟུ་ཅུང་རྒྱལ་ཞིང་སྤྱི་མོ་གསལ་བར་མངོན། ཡན་ལག་
སྤྲོ་མ་ཐུང་ཞིང་རྒྱས་པ་དང་། བཟུབ་མོ་སྤྱ་ཞིང་ཅུང་ཟད་ལེབ་མོ་
ཡོད། བཟུབ་ཆེ་ལྷན་པོ་ཡིན། ཡན་ལག་ཐུ་མ་རིང་ཞིང་། ཀླང་མག་
ཏུ་ལས་རིང་། ཀླང་མཟུབ་སྤྱ་ཞིང་རིང་ལ་བར་སྤྱི་མོས་སྤྱེལ། རྒྱབ་
དང་ཆིབ་ལོགས་ཀྱི་སྤྱི་མོ་ཅུང་ཟད་རྒྱབ་པོ་ཡིན། ལྟོ་རོས་ཀྱི་སྤྱི་མོ་
འཇམ་པོ་ཡིན། རྒྱབ་རོས་དང་ཆིབ་ལོགས། ཡན་ལག་བཞིའི་ལྟོ་
ཁམ་སྤྱི་ཡིན་ཞིང་། བྲ་ཐིག་མེར་པོ་དང་དམར་པོ་ཡོད། མིག་སྤྱིའི་
ཐོག་གི་ནག་ཐིག་ཟུར་གསུམ་ཏུ་ཅང་གསལ། ཡན་ལག་བཞི་ལ་
འབྲིང་གཉེར་ནག་པོ་གསལ་བར་མངོན། ལྟོ་རོས་དཀར་སྤྱི་ལ་བྲ་
ཐིག་དམར་པོ་ཡོད་ཅིང་ཐེར་བྲག་ཏུ་ལྷག་པར་མང་། (མཚོ་སྤྲོ་
པོའི་ས་ཁུལ་གྱི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

རི་མགོའི་ཆུ་ཕན་གྱི་འགམ་དང་རྩ་ཁའི་ན་ཆུ་ཡོད་སའི་སྤང་.....
སྤངས་སུ་གནས། རྒྱ་མཚོའི་འགམ་དང་རྒྱ་མཚོའི་རོས་ལས་སྤྱིས་བཞི་

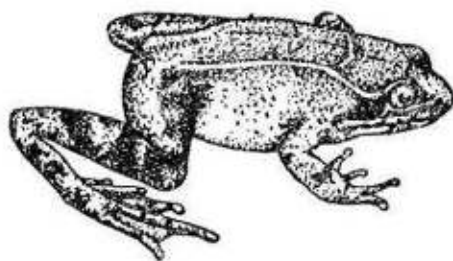
སྒྲོང་ལྷག་མཐོ་བའི་ས་ཀྱན་རྒྱ་ཡོད་ཅིང་། མཐོ་སར་ལྷག་པར་མང་།
 མཚོ་སྒྲོན་དང་བོད་སྒྲོང་ས། རུ་ལུ་ལེ། ཡན་རྒྱུང་། བྱང་སྒྲོགས་
 ཞིང་ཆེན་སལ་ཆེ་བར་བཀྲམ་ཡོད།

[སྒྲོན་རྒྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲོན་བྱེད་ཚུལ]

ལུས་པོའི་ནང་སྒྲོལ་དོར་ནས་བསྐྱམས་ཏེ་ཉར་ཚགས་བྱ།
 (སྒྲོལ་བ་མོ་རབ་ཡིན)

[རྒྱས་པ་དང་ཕན་ཡོན]

ཤས་ལུས་བྱངས་གསོ། གྲང་ནད་ལ་ཕན། མཁལ་ནད་སེལ།
 སྒྲོབས་བྱང་པ་དང་རིག་པ་ཉམས་པ་གསོ།



མྱུ་བ།

སྒྲོལ་བར་རིགས་མང་བས་འདྲི་ནི་རིགས་གཅིག་ཡིན།

ཉའི་རིགས།

ཕག་རིའི་ཉ། ལུན་བཀོལ་བར་འབྱེང་།

[ཁྲིག་ཆགས་ངོས་འཛིན། ཕག་རིའི་ཉ། 藏鮠

ལུས་ཅུང་ཟད་ཅུང་ཞིང་། ཉ་ཅང་ཆེན་ལང་ལུ་མ་ཕྱིད་ཀ་ཅམ་
མ་གཏོགས་མི་ཡོང་། ལུས་སྒྲ་རིང་ལ། ལུས་སྒྲ་ཐོག་འག་ལེབ་མ་
དང་། ལུས་སྒྲ་དགལས་གཡོན་ལེབ་མ་ཡིན། མག་ལེབ་མ་ཡིན་ཞིང་།
སྲིད་ཞིང་ཉ་ལམ་མཉམ། མིག་ཅུང་ལ་འགམ་པའི་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲ་
ཐྱུགས་ན་ཡོད། མཆུ་རྒྱམ་པོ་ཡིན། ཁ་ཆེ་ལ་ཀན་ཡར་མར་གྱི་ངོས་ན་
ས་ཡོད། ས་ཅེ་རྣ་ཞིང་རྒྱུང་བ་ཆེ། ཨག་ཆོམ་ཆ་བཞི་ཡོད། ལྷའི་ཨག་
ཆོམ་དང་། ཡ་མགལ་གྱི་ཨག་ཆོམ་ཆ་གཅིག་རེ་དང་། མ་མགལ་གྱི་
ཨག་ཆོམ་ཆ་གཉིས་ཡོད། མཆུ་ཤའི་ཐོག་ན་འབྱར་མདུད་པ་ལྟ་བུ་
མང་པོ་ཡོད་ལ། སྤང་ཁ་དང་། འགམ་པའི་དྲོག་ས་ན་ཤ་འབྱར་
འདུད་པ་ལྟ་བུ་ཡོད། ལྷ་བ་གཞུང་ན་གཤོག་པ་གཅིག་དང་། འགམ་
པའི་གཡས་གཡོན་ན་གཤོག་པ་གཅིག་རེ། གཞུས་པའི་དགྱིལ་ན་
གཤོག་པ་གཅིག གཞུས་པའི་སྒྲ་ན་གཤོག་པ་གཅིག་བཅས་ཡོད།
ར་མ་རྒྱམ་གཅོད་བྱས་པ་དང་མཆུངས། ལུས་ན་ཉ་སྐག་མེད། ལྷ་བ་
ངོས་དང་ཅིབ་ལྷགས་ལྷང་མེར་རམ་ལྷང་སྐྱ་དང་། ལྷ་ངོས་མེར་སྐྱ་
ཡིན། ལུས་ཀྱི་ཅིབ་ལྷགས་ན་མི་གསལ་བའི་བྲ་ཐིག་བྱ་བཞི་མའམ་

ནག་ཐིག་བྱུང་ཡོད། (བོད་རང་རྒྱུང་རྒྱུང་ས་ཁྱི་ཡར་སྤྱང་གཙང་པོའི་
དཔེ་གཞུགས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

དྲག་ཏུ་འབབ་པའི་གཙང་པོའི་ནང་གི་རྩོམ་དང་རྩོམ་ཕྱི་
གནས། ཟ་རྒྱ་གཙོ་བོ་གནས་སར་ཡོད་པའི་སྤྱོད་བྱའི་རིགས་ཡིན།
ཡོ་རེའི་རྒྱ་གཞུང་པ་ནས་ལུ་བའི་བར་དལ་མོར་འབབ་པའི་རྒྱ་བོའི་
ནང་གི་རྩོམ་དང་རྩོམ་ཕྱི་སྤྱོད་གཏོང་།

བོད་རྒྱུང་ས་ཁྱི་ཡར་སྤྱང་གཙང་པོའི་སྤྱོད་དང་དབྱེ་བ་ན་ཡོད།
གཞིས་ཀ་ཅེ་དང་ལྟ་ས། ཉིང་ཁྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལུ་འཛིན་ཐུབ།

[སྤྱོད་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྤྱོད་བྱེད་ཚུལ།]

ཤ་བསིལ་སྤྱོད་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

ཏུས་པ་བསྤྱོད་བྱས་ནས་ཐལ་བ་ཉར་ཚགས་བྱ།

མཁྱིས་པ་བསིལ་སྤྱོད་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

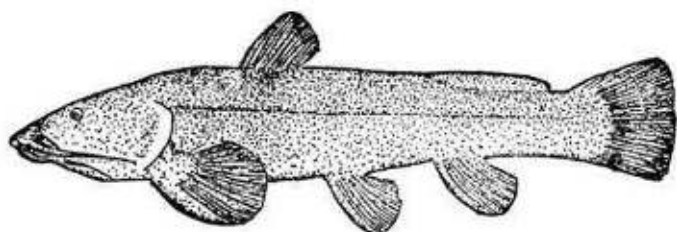
[བྱས་དང་ལན་ཡོན།]

ཤས་མོ་ནད་དང་བད་ཀན་གསོ། སྤྱང་པ་འབྲས་རིགས་ནག་ཏུ་
འགྲུགས།

ཏུས་པས་རྒྱ་སྤྱོད་སེལ།

མཁྱིས་པ་ཕྱི་ལ་བྱུགས་ན་མ་སྤྱང་གི་ཆ་བ་སེལ། མིག་གི་ནད་

འགྲིབ་དང་མེས་ཆོག་མ་ལ་པན།



ཕག་རིའི་ཉ།

གཙང་ཉ། རྒྱུན་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[སྒྲིག་ཆགས་ངོས་འཛིན། གཙང་ཉ། 鱈魚

ལུས་པོ་འབྱིང་བོ་ཡིན། ཆེན་པོ་སྤྱི་རི་རྒྱ་མ་གང་དང་ཕྱིད་ཅན་
བརྒྱུད་རྒྱུད་། ལུས་པོ་དེ་དབྱིབས་སུ་བྱ་རྒྱུ་པོ་ལྟ་བུ་ཡིན། ཅི་བ་
ལོགས་ལེབ་ཅིང་རྩ་བ་རྒྱུ་པོ་ཡིན། ར་ཅ་སྤ། མགོ་འཕགས་
དབྱིབས་ཅན་དང་། ཡ་མགལ་འཕུར་དུ་སྤོན། ཁ་ནི་འོག་སྒྲིགས་ལ་
འཁོར་ཁིང་རྟ་མིག་གི་དབྱིབས་ཅན་ཞིག་ཡིན། མ་མགལ་ན་ཁ་ལ་སྤུ་
རྟོན་པོ་མེད། མཆུ་སྒྲིས་ཤིན་དུ་རྒྱས་ཤིང་མ་མཆུ་ལ་གཉེར་མ་ཡོད།
ཁའི་བྱ་གཉིས་ན་ཨག་ཚུལ་ཐུང་ལ་རགས་པ་རེ་རེ་ཡོད། རྒྱུ་ན་ཉ་
གཤོག་གཅིག་དང་རྩ་ངོས་ན་ཉ་གཤོག་གཉིས། སྒྲེ་ལོགས་གཉིས་ན་
ཉ་གཤོག་རེ་རེ་བཅས་ཡོད། མཆུག་མས་ཉིས་ཆོབ་ཡིན། ལུས་པོ་དེ་
རྒྱུ་ངོས་དང་མགོ་སྤྱི་པོ་ནི་ཁམ་ཁེར་རམ་ལྡང་སྤྱུ་ཡིན་ཞིང་། སྤོག་
ན་ཁ་ཤིག་ནག་པོ་སྒྲིམས་པོས་བྲབ་ཡོད། (མཚོ་སྒྲོན་ཁིང་ཆེན་གྱི་
མགོ་ལོག་རང་རྒྱུད་བྲལ་གྱི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་
པའོ)

དལ་མོར་འབབ་པའི་རྒྱ་པོ་དེ་ནང་དུ་གནས། གཙང་པོར་རྒྱུ་
ནང་དུ་གནས་པའི་སྒྲལ་ཚོགས་མེད་པའི་སྒྲིག་ཆགས་ཟ། ལོ་རེ་དེ་ཟླ་
གསུམ་པ་བཞི་བར་སྒོ་ང་གཏོང་། ཟླ་བཅུ་བའི་རྗེས་སུ་རྒྱ་གཉིང་།

ཟབ་སར་སྤྲོད།

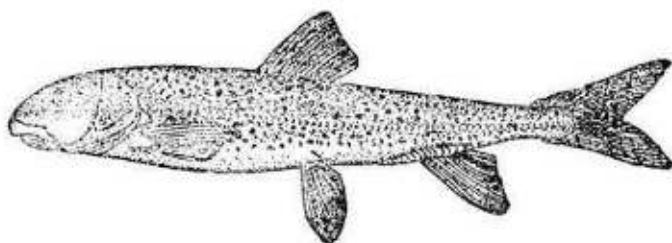
མ་ཆུ་དང་འབྲི་ཆུ་འཛིན་ཕྱི་ལོ་
དང་བྲི་ཀ་ཁྱུ་སྤྲོད་དེ། དར་ལག་མ་ཆུ་དང་། ཀན་
སྤྲོད་ལན་གྲིག་དང་མ་ཆུ། མིན་ཞན། ཟི་ཁྲོན་གྱི་དཀར་མཛེས་
དང་ཉག་ཆུ། ཉུང་ཡོན་སྤྲོད་ས་ཆ་ན་ཡོད།

[མུན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་མུན་བྱེད་ཆུ།]

ལག་རིའི་ཉ་དང་མུའྲུང་ས།

[ཁྱུ་ལ་དང་ལན་ཡོན།]

ལག་རིའི་ཉ་དང་མུའྲུང་ས།



གཙང་ཉ།

གསེར་ཉ། (1) ལྷན་བཀོལ་བར་འབྲིང་།

[སྒྲིག་ཆགས་ངེས་འཛིན། གསེར་ཉ། (1) 花斑裸鯉

ལུས་པོ་རྩུང་ཆེ། ཆེ་ཤོས་སྤྱིའི་རྒྱ་མཚན་ལྟ་ཡོད། ལུས་རིང་ཞིང་
གཡས་གཡོན་ལེབ་མོ་ཡོད།

རྒྱ་འབྲེལ་དང་དལ་བར་འབབ་པའི་རྒྱ་སྒྲུང་ནང་དུ་གནས།
རྒྱ་གནས་སྒྲིག་ཆགས་དང་ཅི་ཤིང་རིགས་ཀྱི་རྩལ་ཇས་བླ་ཞིང་།
སྐབས་འགར་ཉའི་ཕུ་གྲུའང་མིད་པ་སྤང་། ལོ་རེའི་ཟླ་ལྔ་པ་དུག་
པར་རྒྱ་བྱས་ནས་རྒྱ་སྒྲུང་དལ་བར་འབབ་ས་དང་གཉིང་ན་བྱེ་མ་.....
ཡོད་པའི་རྒྱ་སྐབ་ནང་དུ་སྒྲོང་གཉོང་། དགུན་ཁར་རྒྱ་གཉིང་བཟ་
སར་སྒྲོང་།

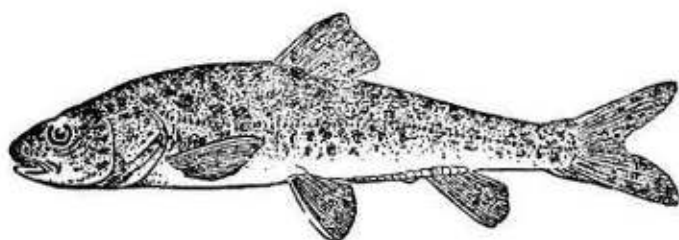
མ་རྒྱའི་རྒྱ་སྒྲོང་དུ་བཀྲམ་ཡོད། མཚེ་སྒྲོན་གྱི་ཁྱི་ཀ་དང་།
དགའ་བདེ། ཆིག་སྒྲིལ། དར་ལག་མ་སྒྲོང་དང་། ཀན་སྤུའི་མ་རྒྱ་
བྱི་སྒྲོན་གྱི་རྩུང་ཡོད། མཛོད་དགེ་སྒྲིགས་ས་ཆར་ཡོད།

[མན་རྩ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲོན་བྱེད་རྒྱལ།

ཕག་རིའི་ཉ་དང་མཚུངས།

[རྩས་བ་དང་ཕན་ཡོན།

ཕག་རིའི་ཉ་དང་མཚུངས།



གཞེང་ཉ། (1)

གསེར་ཉ། (2) ལྷན་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[ཁྲིག་ཆགས་ངོས་འཛིན། གསེར་ཉ། (2) 黄河裸裂尻

鱼

ལྷན་པོ་འབྱིང་ཅམ་ཡིན། སྤྱི་རྒྱ་མ་གང་དང་བྱེད་ཀ་ཡོད་པ་
བཟུང་ཚུང་། ལྷན་པོ་རིང་ཞིང་ཕྱི་ལོགས་ཅུང་ལེགས་ཡིན།

ཆུ་འཁྱུལ་དང་དལ་བར་འབབ་པའི་ཆུ་ཟུང་དུ་གནས། ཆུ་ནང་
གི་ཕྱི་ཤིང་རིགས་ཀྱི་རྩལ་ཇས་ཟ། ཡ་རེའི་ཟླ་ལྷ་པ་རྩག་པར་བྱུ་བྱས་
ནས་ཆུ་ཟུང་གི་ཆུ་གཏིང་མི་ཟབ་སར་སྤོང་གཏོང་། དལུན་ཁར་ཆུ་
གཏིང་ཟབ་སར་འཛོ།

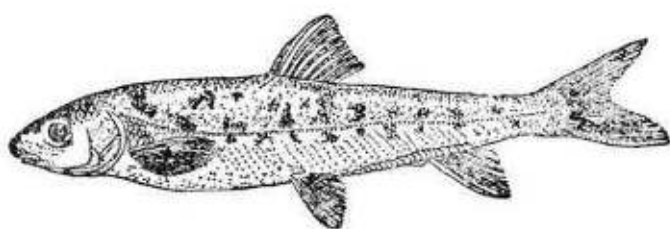
མ་ཆུའི་ཉླ་དུ་བཀམ་ཡོད། མཚོ་སྒོན་གྱི་ཟི་ཡིང་དང་ཁྲི་ཀ
ཁྲན་ལྷ། དགའ་བདེ། ཆིག་སྤྱིལ། དར་ལག་མ་ཉླ་དང་། ཀན་
སྤུའི་ལན་གྱིག་མ་ཆུ། ཟི་སྒོན་གྱི་རྩང་ཡོན། མཛོད་དགེ་སོགས་ན་
ཡོད།

[ཆུ་ལྷ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒོན་བྱེད་ཆུལ།

ཕག་རིའི་ཉ་དང་མཚུངས།

[རྩལ་པ་དང་ལན་ཡོན།

ཕག་རིའི་ཉ་དང་མཚུངས།



གཞེང་ཉ། (2)

སྲིན་བྱའི་རིགས།

ཆ་ག་བ། ཉུང་བཀོལ་དམན་པ།

[སྲིག་ཆགས་ངོས་འཛིན། ཆ་ག་བ། 黄脊蝗]

མིང་གཞན་ལ་ཉུང་བའང་ཟེར།

ལྷན་དབྱིབས་སྲོམ་ཞིང་ཆེ། གཞུགས་ཏྱ་སྤྱིས་³⁶ནས་⁴⁵བར་ཡོད།
མདོག་ཁམ་མེར་རམ་ཁམ་སྒྲག་ཡིན། ཀླང་པ་རིང་པོར་བརྟེན་ནས་
མཚོང་བྱུབ། གཤོག་པ་ཡོད་པས་འཕུར་བྱུབ། སྲོ་དང་འབྲས་ཀྱི་སྒྲ་
བྱ་སྟགས་ཚུ་རིགས་སྒྲ་ཚོགས་བ། ཚུ་གཞིབ་དང་ས་སྒྲུབ་ཏུ་འབྱ་སྟོང་
བཞག་ནས། ཡོ་རྒྱུས་མའི་ཟླ་ལྷ་པ་དུག་པར་སྲིན་བྱའི་སྒྲ་བྱ་ཐོན། ཟླ་
དགུ་པ་ནས་བཅུ་པའི་བར་སྲིན་འབྱ་ཆེན་མོར་འཕུར། (པོད་རང་
སྒྲུང་སྒྲུངས་ཀྱི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

པོད་སྒྲུངས་དང་ཉན་ཏུང་། ཅང་ལུ་ཀོང་ཏུང་། ཏུ་ལེ།
ཟི་ཁོན། ལུན་ནན། ཉན་ཞི་སྟགས་ས་ཆར་ཡོད།

[སྲིན་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྲིན་བྱེད་ཚུལ།]

བསད་པའི་སྲིན་བྱའི་ལྷན་ཡོངས་རྫོགས་བསྐམས་ནས་ཉར་.....
ཆགས་བྱ། མགོ་ལྟགས་སུ་སྒྲུངས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

ཁ་ཚུ་ལ་བདུད་ཅི་སྒྲག་པོ་ཟེར་བ་དེ་མགོ་ལག་པས་མནན་ནས་
སྒྲིང་ནང་དུ་སྒྲུངས་ནས་འབྱུ་རིགས་ཀྱི་ཕྱེ་བསྐྱེས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

[བྱས་པ་དང་ཕན་ཡོན།
 ལྷས་ཀྱིས་མེས་ཚོག་ཆའི་དུག་སེལ།
 མགོས་བྱང་དུག་སེལ།
 ཁ་ཚུས་ཐུང་ནད་སེལ།



ཆ་ག་བ།

བྱང་ཁྱུ་བཀོལ་སྒྲན་མཆོག

[ཁྱུ་ཆགས་ངོས་འཛིན། བྱང་ཁྱུ་ 斑螫]

ལྷན་པོ་རྟོ་སྒྲིག་¹⁰ནས་²⁰བར་རིང་། གཤོག་པའི་ཤུན་པ་ནག་
པོར་འབྲེད་ཐིག་ངང་མེར་ཞིང་ཆེན་གསུམ་ཡོད། མགོ་རྒྱང་བྱང་
གསུམ་ཡང་ནག་པོ་ཡིན། རྒྱུ་ལྷན་པོ་ཞིག་མནམས། (མཆོ་
སྒྲན་ཞིང་ཆེན་གྱི་ལྷན་པོ་རང་རྒྱུང་ལྷན་གྱི་དཔེ་གཟུགས་དངོས་ལ་
བསྟན་ནས་བྲིས་པའོ)

མཆོ་སྒྲན་དང་ཅང་སྒྲུ་ སྒྲན་རྒྱང་། སྒྲན་ཞི། ཡན་རྟོས།
རྒྱུ་པོ་སྒྲིགས་ས་ཆར་ཡོད།

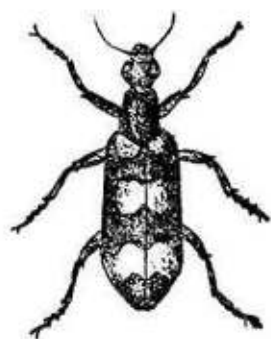
[སྒྲན་རྒྱུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲན་བྱེད་ཆུལ་]

སྒྲན་རྒྱུ་མེར་ལྷེས་ནས་ཤི་རྒྱེས་བརྒྱལ་ནས་བྱེད་ཆུལ་ཆོག རྒྱུ་
ཏ་ཅང་ཆེ་བས། ཁོང་རྒྱུ་གཏོང་ན་རྒྱུ་འདོན་བྱེད་དགོས། རྒྱུ་
འདོན་བྱེད་ན་མེར་ལྷེས་ནས་ཤི་རྒྱེས་གཤོག་པ་དང་རྒྱང་ལག་ནམས་
དོར་ནས་ནས་ཡོས་ཆ་མོའི་གསེབ་ལ་འཛོག བསྐྱམས་རྒྱེས་བརྒྱལ་
ནས་བཀོལ་ཆོག

[བྱེད་ཆུལ་དང་ཡན་ཡོན་]

འབྲེའི་ལྷན་ཡོངས་རྒྱུ་ལྷན་བརྒྱལ་ནས་བྱེད་ཆུལ་སྒྲིག་སྒྲིག་
དང་སྒྲིང་སྒྲི། ཤ་བཟ་སྒྲིགས་སེལ་ཞིང་། ཁོང་རྒྱུ་བཞེན་ན་ཁོང་ནག་

སྐྱེས་ཕྱིན་།



ཕྱིན་ཁ།

བྱེ་ལྷག་ཁྲ་པོ། ལྷན་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[ལྷག་ཆགས་ངས་འཇིན། བྱེ་ལྷག་ཁྲ་པོ། 绢蝶

ལུས་པོ་རྟོ་སྤྲིས་²⁰ ཅམ་རིང་བ་དང་། གཤོག་པ་བརྒྱངས་ན་
གཡས་གཡོན་རྟོ་སྤྲིས་⁸⁰ ཅམ་རིང་། སྤུ་རུ་ནག་ཅིང་ཆེ་མོ་ཆེར་རྒྱས།
གཤོག་པ་སྤྲོ་མ་ལེར་རྒྱ་དང་མཐུན་མཐའ་ན་ནག་ཐིག་ཤར་མོ་.....
གསུམ་ཡོད། བྱེ་མཐའི་སུམ་ཆ་གཅིག་ཁམ་ནག་དང་དཀྱིལ་ན་རི་མོ་
ལེར་པོ་ཆུ་ཡེར་ལྟ་བུ་ཡོད། གཤོག་པ་བྱེ་མ་ཡང་ལེར་རྒྱ་དང་གཤོག་
པའི་མཐུན་མཐའ་དང་དཀྱིལ་ན་གོར་ཐིག་དམར་པོ་རེ་རེ་ཡོད་པའི་
མཐའ་ནག་པོ་ཡིན། གཤོག་པའི་བྱེ་མཐར་ཉེ་ས་ན་ཁྲ་ཐིག་སྤྲོ་སྤྲོ་
གཉིས་ཡོད་པའི་མཐའང་ནག་པོ་ཡིན། གཤོག་པའི་བྱེ་མཐའི་ཉེ་སར་
ཆུ་ཡེར་ལྟ་བུའི་རི་མོ་ནག་པོ་ཡོད། (མཆོ་སྤྲོ་ཞིང་ཆེན་གྱི་ཆིག་
སྤྲིལ་རྒྱང་གི་དཔེ་གཟུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

རྩ་ཁྲི་སྤང་སྤངས་སུ་ལྷན་པར་མཐོང་།

མཆོ་སྤྲོ་དང་པོད་སྤངས། ཟི་ཁྲོན་མགས་ན་ཡོད།

[ལྷན་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྤྲོ་བྱེད་ཚུ།

བྱེ་ལྷག་ཁྲ་པོ་ལེར་ལྷེས་ནས་ཤི་རྩེས་བསྐྱམས་ནས་བྱེ་མར་.....

བརྒྱལ་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

[རྒྱས་བ་དང་ལན་ཡོན།

ལྷན་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱིས་མིད་འགགས་སེལ།



ཐུ་རྒྱལ་ཁ་པོ།

བྱེ་མ་ལེབ་མེར་བྲ། ཉུང་བཀོལ་བར་འབྲིང་།

[ཁྲིག་ཆགས་ངོས་འཛིན། བྱེ་མ་ལེབ་མེར་བྲ། 斑缘豆粉

蝶

ལྷན་པོ་རྟོ་མྱིས་¹⁸ ཅམ་དང་། གཤོག་པ་བརྒྱངས་ན་གཡས་
གཡོན་རྟོ་མྱིས་⁴⁵ ཅམ་ཡོད། སྤྱ་ར་དམར་ནག་དང་ཆེ་མ་ཆེར་རྒྱས་
ནས་ཐོ་བའི་དབྱིབས་སྤྲ་བྲུབ། གཤོག་པ་སྡོན་མའི་གཤོག་ཆའི་སྤྱགས་
བྱེད་ཀ་དམར་མེར་དང་། གཤོག་པའི་སྡོན་མཐར་ཉེ་ས་ན་མེར་ནག་
ཐིག་གོར་གོར་ཞིག་ཡོད། གཤོག་སྡེ་སྤྱགས་བྱེད་ཀ་ནག་པོ་དང་། བྲ་
ཐིག་མེར་པོ་རྒྱག་ཡོད། གཤོག་པ་བྱེ་མའི་གཤོག་ཆའི་སྤྱགས་བྱེད་ཀ་
ཅམ་ནག་ལ་ཐོག་ན་བྱེ་རྒྱལ་མེར་པོ་ཡོད། དཀྱིལ་ན་གོར་ཐིག་ངང་
མེར་ཡོད། གཤོག་པའི་བྱེ་སྤྱགས་སྤྲ་ཆ་གཅིག་ནག་པོ་དང་ཐོག་ན་
མེར་ཐིག་གོར་མ་རྒྱག་ཡོད། (མཚའ་སྡོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་ཨ་རིག་རྫོང་གི་
དཔེ་གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

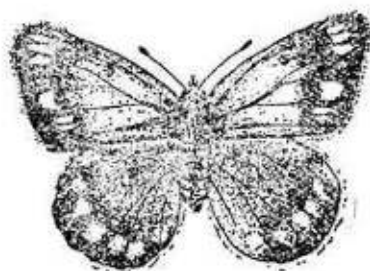
འབྲ་སྤྱག་གིས་འབྲ་སྤྱ་ཉུང་གི་ལོ་མ་སོགས་བྲ། མཚའ་སྡོན་དང་
པོད་རྫོངས་ན་ཡོད། ཉུང་ལོགས་ས་ཆ་ས་སར་ཡང་ཡོད།

[ཁྲན་བྲ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་རྫོན་བྱེད་ཚལ།

འབྲའི་ལྷན་པོ་མེར་ཐེས་ནས་ཤི་རྗེས་བསྐམས་ཏེ་བརྒྱལ་ནས་……
ཉུང་ཆགས་བྲ།

[ཀུས་བ་དང་ཕན་ཡོན]

འབྲུའི་ལུས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱིས་གཉན་ཏུ་ལྷག་སེལ།



ཕུ་མ་ལེབ་ཆེར་བ།

ལྷན་པ། ལྷན་བཀོལ་སྒྲན་མཚན།

[ཤོག་ཆགས་ཚུ་འཛིན། ལྷན་པ། 中华蜜蜂]

ལྷན་དབྱིབས་བརྟུན།

མདོ་དབྱས་མཚོ་ལྷན་ཚོགས་རང་རྒྱལ་ས་གནས་སོ་སོར་ཡོད་.....

ཅིང་། ས་ཆ་ཕལ་ཆེ་བར་མིས་གསོས་པ་མང་།

[ལྷན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་ལྷན་ཁྱེད་ཆུལ།]

ལྷན་ཅི་ནི་སྒྲ་བའི་ནང་གྲགས་ནས་ལྷན་ཅི་འི་ཆ་དང་མཉམ་.....

བའི་ཆུ་བཞེས་ནས་རྒྱ་ལྷན་ཏུ་ཉི་དྲུག་ས། ལྷན་ཅི་ཆུར་འདྲེས་

རྒྱུ་ཅིང་མད་བཞག་ནས་རང་ལལ་རྒྱུ་ཆགས་ལ་བཅགས་ནས་.....

ཉིགས་མ་ནམས་བསལ། དེ་ནས་བསྐོས་ཏེ་ཆུ་ཐག་རྒྱུ་ལྷན་ཅི་སྒྲ་

མེད་ཏུ་ལྷན་པ་ཡིན།

[ལྷན་པ་དང་ཕན་ཡོན།]

ལྷན་ཅིས་ལྷན་ལྷན་གསོ། ཆ་བ་དྲུང་ས། ལྷན་ལྷན་པར་བྱེད།

ལྷན་པ་བདེ། ཏུག་སེལ། ལྷན་ལྷན་འཛོམས་ས། བཤང་བ་བསྐྱམས་ནས་ལྷན་

མ་ན་བ་དང་རྒྱ་གྲུ་གྲང་བས་ལྷན་པ་ན་བ་སོགས་ལ་ཕན།



蜂王

ཟུང་བཀོད།

དང་པོ། ས་གཞན་ན་ཡོད་པའི་སྒྲན་མཁོའི་སྒྲག་ཆགས།

ཟང་། ཟུན་བཀོལ་བར་འབྲིང་།

[སྒྲག་ཆགས་ངོས་འཇིན།] ཟང་། 刺猬

མིང་གཞན་ལ་གཟུགས་མོ་ཡང་ཟེར།

མགོ་ཁྲིང་ཆེ་ལ་མཆུ་ལ། ན་བ་ཐུང་། ལྡེར་མོ་ཅུང་ཟད་རྒྱས་
ཡོད། ལྷས་རྒྱབ་ལ་སྒྱ་ཐུར་ཆེར་མ་ལྟ་བུ་རིགས་མི་འདྲ་བ་གཉིས་
ཁྲབ་པར་སྒྲེས་ཡོད། སྒྱ་ཐུར་རིགས་གཅིག་ནི་དཀར་པོ་ཡིན་ཁྲིང་ཆེ་
མོ་ཅུང་ཁམ་མེར་ཡིན། ཡང་རིགས་གཅིག་ནི་རྩ་བ་ས་མདོག་དང་
སྟོད་བཅན་ཁ་དང་། དེའི་ཡན་དཀར་པོ་ཆེ་མོ་བཅན་ཁ་ཡིན། རྒྱབ་
ངོས་ས་མདོག་ཡིན། གདོང་དང་ཅིབ་ལོགས། སྟོ་ངོས། ཡན་ལག་
བཞི་བཅས་ཀྱི་སྒྱ་དཀར་སྒྱའམ་མེར་སྒྱ་དཀར་ཤས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན།
རྒྱང་མགོའི་སྒྱ་བཅན་ཁ་ཡིན། (དོ་ལེ་ཁྲིང་ཆེན་གྱི་དཔེ་གཟུགས་
དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

ཟུན་ཏུ་ཤིང་ཕྱན་རྫོངས་མཐུག་སར་ཡོད་ལ། ཤྱང་ལྡེའི་ཉེ་
འདབས་སྒྱའང་ཡོད། ཉེན་ལ་འབྲང་ན་ལྷས་སྒྲམ་ནས་ཆེར་མའི་གྲ་
བུ་ཞིག་དང་མཚུངས་པར་བྱུར་ནས་ལྷས་སྒྱུང་། དགུན་ཁར་ཉལ་
བའི་རྒྱས་ལྷན་ལོ་ཕྱེད་ཅམ་ཡིན། སྒྲིན་བུ་དང་བུའི་སྒྱ་གྲ། བུའི་སྒྲ་

ང་། སྤལ་བ། སྤལ། མིགས་པ་སོགས་སྒྲིག་ཆགས་ཚུང་རུའི་རིགས་
ཟེ་ཞིང་། ཤིང་འབྲས་དང་ཤ་མོའི་རིགས་ཀྱང་ཟ། ཨ་རེར་སྤུ་ལྷ་
ཐེངས་གཅིག་གཉིས་བཅའ་ཞིང་། ཟླ་བཞི་པ་ལྷ་པ་ནི་སྤུ་ལྷ་བཅའ་
བའི་རུས་ཡིན། མངལ་སྤུམ་ལྷན་ཉིན³⁴ནས³⁷བར་ཡིན། བཅའ་
ཐེངས་རེར་སྤུ་ལྷ³ནས⁷བར་བཅའ།

བྱང་ཤར་དང་ལྷ་པོ། ལྷ་རུང་སོགས་ལ་བཟུམ་ཡོད།

[ཐུན་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་ལྗོན་བྱེད་ཚལ།

པགས་པ་ཉི་མར་བསྐམས་རྗེས་གཏུབས་ཤིང་བརྗོན་ནས་ཉར་

ཆགས་བྱ།

ལྷད་པ་ཉི་མར་བསྐམས་རྗེས་ཉར་ཆགས་བྱ།

མཆིན་པ་ཉི་མར་བསྐམས་རྗེས་ཉར་ཆགས་བྱ།

མཁྱིས་པ་དོམ་མཁྱིས་དང་མཚུངས།

[རྒྱས་བ་དང་ཕན་ཡོན།

པགས་པས་སྤངས་པ་ཞི། ལྷ་བྱག་འརྗོམས། ཁྱག་གཅོད།

གཞིང་འབྲུམ་ལ་ཕན། ཨོ་བ་ན་བ་སེལ། གཅིན་དང་ཁུ་བ་ཤོར་བ་
སེལ།

ལྷད་པས་ལྷད་ནད་སེལ།

མཆིན་པས་སྤྱར་རུག་སེལ།

མཁྱིས་པ་སྤྱར་རུག་ལ་ཕན།



ནང་།

ལྷ་ཆེན། ལྷ་པོ་ལ་སྐྱོད་མཆོག

[ལྷ་ཆགས་ངོས་འཛིན། ལྷ་ཆེན། 象]

ལྷ་ཆེན་ནི་སྐུ་མ་སྐྱོད་གི་ལྷ་ཆགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་...
ཞིང་མཐོ་ཚད་སྤྱི་མུན་2.5ལྷ་པོ་དང་། རྒྱུ་ཚད་རྒྱ་མཚུངས་3.5ལྷ་པོ་ལྷ་པོ་ལྷ་པོ་
སྐྱ་ཏ་ཅང་རིང་བ་དང་སྐྱ་མགོ་ཕྱ་ཞིང་། སྐྱ་ཅ་སྐྱ་མ། བརྒྱུད་ས་ན་ས་
ལ་ཐུག་ཐུབ་ཅིང་སྤྱང་པོ་ཞིག་ཡིན། ལྷ་ཆེན་པོ་ལ་སྐྱ་ཏ་ཅང་
རིང་ཞིང་ཀྱག་ཀྱག་ཡིན། རིང་ཤོས་ཀྱི་རིང་ཚད་ལ་སྤྱི་མུན་1.8ལྷ་པོ་ཡོད།
ན་བ་ཆེ་ཞིང་མིག་ཚུང་། ར་མ་ཕྱ་ཞིང་སྤྱང་། ཡན་ལག་བཞི་པོ་ཀ་བ་
ལྷ་པོ་ཡོད། ལག་པར་མཚུབ་མོ་ལྷ་དང་རྒྱུ་པར་མཚུབ་མོ་བཞི་
ཡོད། ལུས་ཡོངས་ཀྱི་ཁ་མདོག་སྐྱ་པོ་ལ་སྐྱ་ཏ་ཅང་ཡིན། བགས་པ་
ཏ་ཅང་མཐུག་ཅིང་སྐྱ་ལ་གཉེར་མ་མང་། ལྷ་པོ་ལ་སྐྱ་ཏ་ཅང་
རྒྱ་མཚུངས་ཡོད། (ལྷ་པོ་ལྷ་པོ་ཆེན་གྱི་དཔེ་གཟུགས་དངོས་ལ་བརྟེན་
ནས་བྲིས་པའོ)

མཆོ་ངོས་ལས་སྤྱི་མུན་1000ལྷ་པོ་མཐོ་བའི་རྒྱ་མཚུངས་དང་ནགས་ཡོད་
ས། ལྷ་པོ་ལ། རྒྱ་མཚུངས་བཅས་སྐྱ་གནས། ཁ་ཤས་སམ་བརྒྱ་ཕྱག་ཁ་
ཤས་ལྷ་པོ་ནས་འཛོ། ལྷ་ཆེན་པོ་གཅིག་ལྷ་པོ་རྒྱུ་ཏ་ཅང་པ་
ཡོད་ཡོད། རང་གཤེས་བཅན་ཞིང་འགྲོ་བའི་ས་རྒྱ་ཆེ། ཞོགས་པ་
དང་དགོང་མོར་འགྲོ་བ་དང་ཉིན་གུང་རྒྱ་མཚུངས་ཡོད། བན་ཚུན་

རྟོགས་རམ་བྱེད་པར་དགའ། རྩ་ལ་དགའ་བ་དང་རྩལ་ཤེས། རྩ་
 ཤེས་དང་རྩ་བ་ཤིན་ཏུ་རྣོ། ཟས་སྤྱ་གཙོ་པོར་སྤྲོད་པོའི་ལྷན་མ་དང་
 ལོ་མ། ལྷན་མའི་ཆེ་མོ་དང་ལོ་མ། པ་ཙ་ཟེར་བའི་ཆེ་ཤིང་སྟགས་བ།
 སྐབས་འགར་ལོ་རྟོག་དང་བཀའ་རྟོགས་ཀྱང་བ། ཆེ་ཏུ་ཅང་རིང་།
 ལ་ལ་ལོ་བརྒྱ་ལྷན་ལོན་བྱུང། ལྷ་བརྒྱད་པ་ནས་བཟུང་ཆགས་པ་
 ལངས། མངལ་སྤྲུལ་ཡུན་ལྷ་བ་བཙོ་བརྒྱད་ནས་ཉིར་གཉིས་པར་ཙམ་
 དེན། བཙའ་ཐེངས་རེ་ལ་སྤྱ་བྱ་གཅིག་བཙའ། ལོ་སྤྲུལ་ཏུ་ལོན་ཆེ་སྤྱི་
 ཆོད་ལོངས།

ཡུན་ནན་ཞིང་ཆེན་ན་ཏུང་ཏུང་ཙམ་མ་གཏོགས་མེད་པས་སྤྲང་
 སྤྲང་བྱེད་དགོས།

[སྤྲན་བྱ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྤྲན་བྱེད་ཆུལ།]

ལོ་ཞིབ་པར་བརྟུལ།

པགས་པ་ཉི་མར་བསྐྱམས་ནས་གཏུབས་རྗེས་ཞིབ་པར་བརྟུལ།

སྤྲང་ཆེན་གྱི་མང་དེ་བ་སྤྲང་གི་གྱི་མང་དང་མཚུངས།

མཁྱིས་པ་དོམ་མཁྱིས་དང་མཚུངས།

[རྩས་པ་དང་པན་ཡོན།]

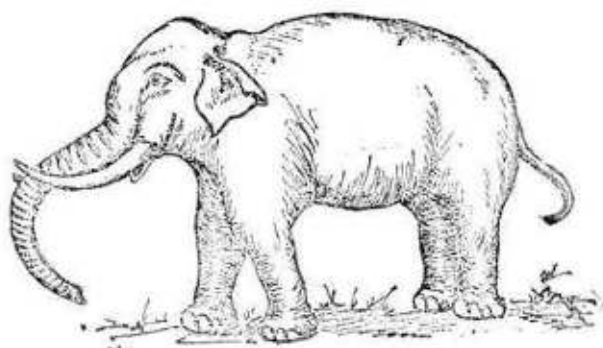
སོ་ཡིས་ཆ་འདུབ་ཅིང་ཤ་སོས། ཏུག་སྤྲང་།

པགས་པ་ལྷ་འབྲུལ་ལ་ཕན། རྩུ་ལ་བྱགས་ན་ཡུན་རིང་པོར་མ་

དྲག་པའི་ཆ་ལ་ཕན།

ཐུང་ཆེན་གི་ཐང་དེ་བ་ཐུང་གི་གི་ཐང་དང་མཚུངས་ཤིང་དེ་.....
ལས་བཟང་།

མཁྱིས་པས་དུག་སེལ། བ་སྐམ་གས།



ཐུང་ཆེན།

ས་ལེ། ལྷན་བཀོལ་སྒྲན་མཆོག

[ལྷན་ཆགས་རྩ་འཛིན། ས་ལེ། 高鼻羚羊]

གཟུགས་ཆེ་ཆུང་ཚོ་བ་དང་མཆོངས། ལྷན་སྤྱིང་གི་སྤྱུ་ཁ་མེར་
 ལྷ་དང་ཅིང་ལོགས་ཀྱི་སྤྱུ་ཁ་སྤྱོད་ཡིན། དཔུན་ཁར་སྤྱུ་ཁ་ལྷག་པར་
 དཀར་གས་ཆེ། མག་པོ་དབྱིབས་ཡ་མཆོན་ཅན་ཞིག་ཡིན། རྩ་བ་
 ལྷང་ཞིང་ཆུང་། གདོང་སྤངས་པ་ལྷ་སྤྱང་དང་དབྱིལ་རྩ་ལྷང་མ་ཞིག་
 ཡོད། ལྷ་སྤང་གོར་གོར་ཡིན། མིག་འགྲམ་འཕྱར་རྩ་ཆོན་ཡོད། ར་
 སྤང་པོར་གྱེན་རྩ་སྤྱིས་ནས་སྤྲུམ་ཆ་གཅིག་གི་སར་སྤྱིབས་སྤབས་རྩང་
 ཟད་སྤྱིལ་ཀླག དེ་ནས་སྤར་ཡང་ནང་རྩ་ཀླག ཡང་སྤྱིལ་ཀླག ཅེ་
 མོར་སྤབས་ཆེ་ཡང་ནང་ལ་ཀླག རའི་ཁ་དོག་མེར་པོ་གསལ་མི་
 གསལ་ཞིག་ཡིན། ལྷ་དང་རྩ་གཉིས་མ་ཡོད། ལྷ་དང་རྩ་སྤྱིམས་པོ་ཡིན། ས་
 ལྷང་ཆེན་པོར་གནས་ཡོད། དཔུན་ཁར་ལྷང་བ་དང་རི་སྤལ་རྩ་སྤར་
 ནས་གངས་རྩང་ཕྱོལ། སྤྱིར་བཏང་རྩ་འགའ་ཞིག་མཉམ་རྩ་རྩ་བ་
 ཡིན། སྤབས་འགར་མང་པོ་ལྷན་ཅིག་རྩ་སྤྱོད་པ་ཡང་ཡོད།

དཔུར་ཁར་ཞོགས་པ་དང་དགོང་མོར་རྩ་བ་དང་། དཔུན་ཁར་
 ཉིན་མོར་རྩ་བ་ཡིན། རྩ་རྩང་ས་ལ་དགལ། ཟས་སྤྱུ་ལྷ་ཏ་དང་ཁན་
 པ་ལོགས་ཟ། ལྷ་ཟ་སྤངས་ལྷག་དང་མི་འདྲ་བར་འགྲོ་ཞོར་རྩ་ཟ་བ་
 ཡིན། དཔུན་ཁར་འཁྲིག་སྤྱིར་བྱས་ནས་སྤྱི་ཁོའི་ཟླ་བཞི་པ་ལྷ་པར་

སྤྱུ་གྲུ་བཅའ། བཅའ་ཐེངས་རེ་ལ་སྤྱུ་གྲུ་གཅིག་གཉིས་བཅའ། རྒྱུས་
མ་ཐག་པའི་སྤྱུ་གྲུའི་སྤྱུ་ཁ་ཆེ་བའི་སྤྱུ་ཁ་ལས་ནག་མདངས་ལྡན། ས་
ལེ་མོ་རྒྱ་བརྒྱད་ཅམ་ལོན་ཆེ་ཆགས་པ་ལངས་པ་ཡིན། ས་ལེ་མོ་ལ་
གཅིག་ཅམ་འགོར་རྗེས་དྲ་གཞོད་ཆགས་པ་ལངས།

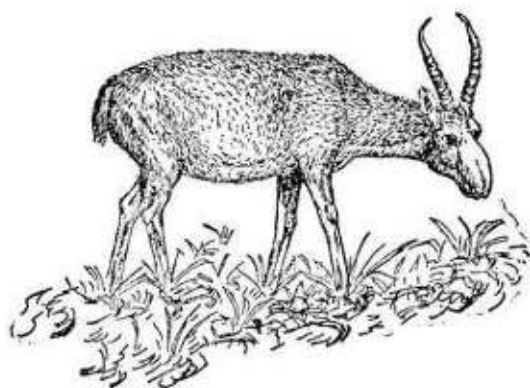
ཞིང་ཅང་གི་ཤུར་སྐར་གཞོངས་ལ་བཀྲམ་ཡོད། ས་ལེའི་རྩ་ནི་
སྤྲོན་རིན་པོ་ཆེ་ཞིག་ཡིན་པས་སྤྱར་སྤྱོད་བྱེད་དགོས།

[སྤྲོན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྤྲོན་བྱེད་ཚུལ]

རྩ་སྤྱབ་མོར་གཞོག་པའམ་ཞིབ་པར་བརྟུལ།

[རྒྱས་ལ་དང་ཕན་ཡོན]

རྩ་ཡིས་ཆ་བ་རྫངས། ཏུག་སེལ། རྒྱང་ནད་ལ་ཕན། མཆིན་པ་
གསོ། གཟའ་ནད་དང་གྲུང་ཆོད། འབྲུ་བ། མགོ་ན་བ། མགོ་འཁོར་
བ། མིག་ཆ་བ་སོགས་ལ་ཕན།



न. वि.

མེད་གེ་ ལུང་བཀོལ་སྒྲན་མཆོག

[སྒྲིག་ཆགས་ངོས་འཛིན། མེད་གེ་ སྒྲིག་

གཞུགས་ཆེ་ཞིང་ལུས་ཀྱི་སྤྱི་ཚད་ལ་སྤྱི་རྒྱ་མ་180ནས་200
བར་ཡོད། མེད་སྒྲིག་གི་ལུས་ལ་སྒྲ་ཐིག་ཡོད། ཆེར་སྒྲིས་ན་སྒྲིག་
བཞིའི་ཉེང་གི་སྒྲ་ཐིག་ལྟར་བཞིན་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་གཞན་ཚང་མ་
མེད་པར་འབྱུར། མེད་གེ་སྤོ་ལྷག་པ་དང་སྒྲེ་ལ་སྒྲ་རིང་པོ་ཡོད།
མེད་གེ་སྤོ་ལ་མེད། སྒྲེ་སྒྲ་གཞེར་མདོག་དང་ཁམ་མེར། རག་རག་
ནག་སོ་བཅས་ཡིན། ལུས་ཀྱི་སྒྲ་ཁ་ཁམ་མེར་ཡིན། མེད་གེ་སྤོ་སྤོ་རི་ར་
ཅེ་ན་སྒྲ་ལ་ལུ་འཇམ་པོ་ཡོད་པ་དེ་སྒྲ་སྒྲ་ལྟར་དེལ་ཞིང་ནང་ཏུ་ཏུས་.....
པའི་ཆེ་བྱ་མཁྲེགས་སོ་ཞིག་ཡོད། (སྤྱི་སྤྱིང་གི་དཔེ་གཞུགས་དངོས་
ལ་བལྟས་ནས་ཀྱིས་པའོ)

རྒྱན་པར་རྒྱ་ཐང་དང་ནགས་ཀྱི་མཐའ་ཁར་གནས། ལུང་མ་
ཐང་ཡིན་ས་དང་ནགས་གསེབ་ཏུ་ཡང་མཐོང་རྒྱ་ཡོད། མེད་གེ་སྤོ་སྤོ་
དང་མེད་སྒྲིག་སོ་གཅིག་གཉིས་མ་ཡོན་པ་ནམས་ལྷན་ཅིག་ཏུ་སྤོད།
སྤྱིར་བཏང་ཏུ་མཆོན་མོར་རྒྱ་བ་ཡིན། ཟས་སྒྲ་གཙོ་བོར་གློ་བ་དང་
ཤ་བ། སག་གོད་སོགས་སྒྲིག་ཆགས་ཆེ་བྱས་ནམས་ཟ། སྒྲིག་སྒྲིག་
ཀྱང་ཟ།

རྒྱ་གར་དང་སྤྱི་སྤྱིང་། ལ་མེ་རི་ཀའི་སྤྱིང་སོགས་ན་ཡོད། ད་

སྐབས་སྟོན་ཆགས་ར་བར་གསོས་པ་མ་གཏོགས་རང་བྱུང་ཁམས་སུ་
ཏ་ཅང་ཉུང་།

【མཐོང་བཞེད་པའི་ཁག་དང་ལས་སྟོན་བྱེད་ཚུལ།

ཤ་ཉི་མར་བསྐམས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱ།

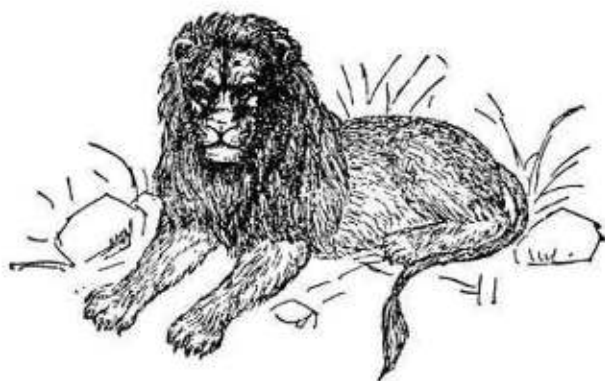
ལྷིག་འབྲས་གསར་པའམ་ཡང་ན་བསིལ་སྐམ་བྱས་རྗེས་རང་.....

རིགས་ཀྱི་འཕམ་འཕམ་འཕམ་ནང་ཏུ་བཙོས་ནས་གཏོང་བར་བྱ།

【རྒྱས་པ་དང་ཕན་རྒྱས།

ཤ་ཡིས་སྦྱ་ནད་འཛོམས།

ལྷིག་འབྲས་ཀྱིས་རྩ་ཅ་གསོ།



མེད་གྲེ

བཤེ་ཏུ། ལྷན་བཀོལ་སྒྲན་མཆོག

[སྒྲིག་ཆགས་ངོས་འཛིན། བཤེ་ཏུ། 犀牛

གཞུགས་རབ་ཏུ་ཆེ་ཞིང་གཞུགས་ཀྱི་མཐོ་ཆོད་སྒྲིས་1.8ལྟ་ག.....
དང་ལྷན་རིང་ཆོད་སྒྲིས་3.2ནས་3.5བར། ལྷན་ཀྱི་མྱིང་ཆོད་ཏུན་2
ལྟ་ག་ཡིན། (སྒྲིང་ཆེན་དང་རྟ་མ་ལས་ཅུང་ཆུང་) གཞུགས་དབྱིབས་
ལ་མཆོན་ཅན་ཞིག་ཡིན། མགོ་ཆེ་ཞིང་རྩ་བ་རིང་། ལྷ་སྒྲིང་ཆེ་ལ་
མིག་ཆུང་། བགས་པ་མཁྱེགས་ཤིང་མཁྱེག་ལ་འབྱར་མ་མང་པོ་ཡོད།
སྐག་པ་དང་དཔོ་འོག་དང་སྐག་བཞིའི་ལྷན་མོ་སྐགས་ལ་གཉེར་མ་.....
ཆེན་པོ་ཡོད་པས་པགས་པ་ནི་ཁྲབ་ཆོག་ལྟ་བུ་ཡིན། བགས་མདོག་
ནག་སྒྱུ་ཡིན། ལྷ་མགོ་ན་རྩ་ནག་པོ་མཁྱེགས་ཤིང་རྩལ་པོ་གཅིག་ཡོད་
པ་དེའི་རིང་ཐུང་ནི་ལིས་སྒྲིས་60ཙམ་ཡིན། (རྒྱ་གར་གྱི་དཔེ་
གཞུགས་དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

ཆ་བའི་ས་ཁུལ་གྱི་རྩ་རྩ་འཛོམས་སར་གནས། ཁེར་རྒྱང་ངམ་
གཉེས་རེ་ལྷན་ཅིག་ཏུ་ཕྱོད། ཉིན་མོར་རྩ་གསེབ་ཏུ་ཡིབས་ནས་ཕྱོད།
དགོང་མོར་རྩུ་བ་ཡིན། རུའི་ནང་ཏུ་འཁྱུ་བར་དགལ། ལྷ་ཤིན་ཏུ་རྩོ།
ཟས་སུ་རྩ་ལྷུ་མ་ལྷ་ཆོགས་དང་ལོ་མ་སྐགས་བ། མངལ་སྒྲུམ་ལྷན་ཟླ་
བ་བཅུ་དགུ་ལྟ་ག་ཡིན། བཅོལ་ཐེངས་རེ་ལ་སྒྲུ་གཅིག་ཙམ་བཅོལ།
ལོ་ལྷ་བཅུ་ལྟ་ག་གསོན་ཐུབ།

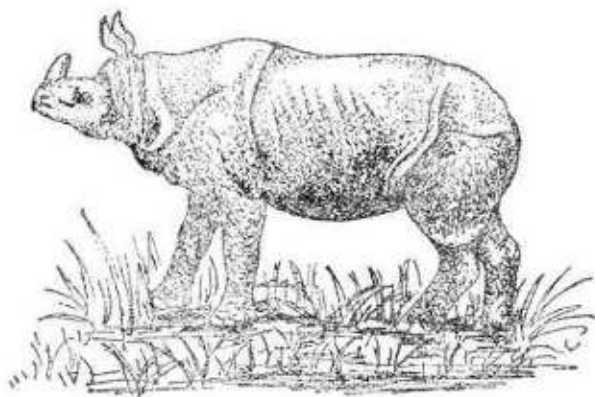
ཆུ་གར་དང་ནི་པ་ལ་ཆུ་ལ་ཁབ་སོགས་ན་ཡོད། རང་ཆུ་ལ་གྱི་
 བོད་ཆེངས་གྱི་ལྟ་རྒྱུ་མཐའ་ཁྲུ་ལ་ཏུ་ཡང་ཡོད་སྟེད་པ་རེད།

[ཐུན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་ཐུན་བྱེད་ཆུ་ལ]

ར་གསེལ་ནས་ཆུ་རྒྱོན་མོར་སྤངས། དེ་ནས་ལེབ་ལེབ་ཏུ་
 བཞོགས་རྗེས་ཞིབ་པར་བརྟུལ།

[རྒྱས་པ་དང་ཕན་ཡོན]

ར་ཡིས་རྒྱག་ཆོད་ལེལ། སྟོག་རྒྱུད་གཞོན། ཆུ་ལ་བ་དང་སེམས་
 ཆོག་པའི་ནད་ལ་ཕན། ཁྲག་རྒྱག་པ་དང་སྤྲ་ཁྲག་འཆར་བའི་ནད་
 གསོ། མཛེན་དང་འཛོམས། བྱང་སྟོག་གི་ནད་ཁྲག་དང་ཆུ་ལེར་སྟེམ།
 འབྲུམ་ཏུ་བྱིར་འབྱིན།



བཞེ་ཏུ།

མ་བྱ། ཉུང་བཀོལ་བར་འབྱིང་།

[སྒྲིག་ཆགས་རིས་འཛིན། མ་བྱ། 绿孔雀 (ཚོན་ལྷན་རི་
མོ་མེ)]

མ་བྱ་འི་སྒྲི་མདོག་ཤིན་ཏུ་མཛོས་ཤིང་ཡག་ཉེ། གཙོག་ཕྱད་གཡུ་
ལྟ་བུ་ལྡང་བྱ་དང་། ལྟག་སྒྲི་ནག་ལ་འཛོར་བ་སྒྲི་དང་ཚོང་གའི་སྒྲི་ཕྱ་
ཟངས་ལྟ་བུ་ཡིར་པོ། རྒྱབ་དང་རྒྱུད་པའི་སྒྲི་མདོག་གཡུ་ལྟ་བུ་ལྡང་
བྱ། གཤོག་སྒྲི་དཔུང་རྩན་ལྟ་བུ་རྩན་པོ་ཡིན། མཚུ་དང་རྒྱུག་
ཡིར་ནག་ཡིན། དུ་མོ་ལ་སྒྲི་འཁོར་མེད་ཅིང་སྒྲི་མདོག་ཀྱང་བྱ་སྒྲི་
སྒྲི་མདོག་ཡག་པོ་ལ་མི་དོ། (ཕུན་ནན་ཞིང་ཆེན་གྱི་དཔེ་གཟུགས་
དངོས་ལ་བལྟས་ནས་བྲིས་པའོ)

མཚོ་རིས་ལས་སྤྱི་མེད་2000མི་འདེམ་བའི་སྤྱོད་པོ་ཉུང་བའི་སྒྲི་.....
ཐང་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་ཤིང་སྒྲི་ནགས་ཆེལ། རྒྱག་མའི་ནགས་ཆེལ།
རྩན་ཤིང་སྤྱིས་ཡོད་པའི་སྒྲི་ས་བཅས་ན་གནས་པ་ཡིན། རྒྱ་འབྲམ་
དང་ནགས་གསེབ་ཀྱི་ས་སྤྱོད་ཏུ་འཕྱོ་བར་དགའ། རྟག་པར་བྱ་མོ་
གཅིག་དང་བྱ་མོ་བཞི་ལྟ་རྩན་ཅིག་ཏུ་སྤྱོད་པ་མ་གཏོགས་ཁེར་རྒྱུང་.....
ཏུ་སྤྱོད་པ་ཉུང་། གཤོག་ཆལ་ཞན་ལ་བར་ཆལ་མཚུགས། ཟས་འདྲ་
མིན་སྒྲི་ཚོགས་ཟ། གཙོ་པོར་ཤིང་རྟོག་དང་འབྲས་བྱ། རྒྱ་བྱ། རྒྱ་
འབྲ། རྒྱིགས་པ། ཆ་ག་པ། སྤལ་བ་སོགས་ཟ།

ཡུན་ནན་ཞིང་ཆེན་གྱི་རྩ་མཐུག་སུ་ཡོད།

[སྐྱེན་ཏུ་བཞོལ་བའི་ཁག་དང་ལས་སྒྲན་བྱེད་ཚུལ]

གཉི་མར་བསྐམས་རྗེས་ཉར་ཚགས་བྱ།

མཁྱེས་པ་རྒྱ་ཀའི་མཁྱེས་པ་དང་མཚུངས།

མཐུག་སྒྲོ་བཞེགས་ནས་ཐལ་བ་ཉར་ཚགས་བྱ།

བྱུན་སོལ་བར་བཞེགས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱ།

[རྒྱས་པ་དང་ལན་ཡོན]

གཡིས་ཏུག་སེལ། མཁྱེས་ནད་གསོ།

མཁྱེས་པས་རྒྱར་ཏུག་སེལ།

མཐུག་སྒྲོས་སྒྲོ་ནག་འདྲོན། ཏུག་སེལ།

བྱུན་གྱིས་ཏུག་ཚད་སེལ།

གཉིས་པ། སྒྲ་སྒྲུང་།

1. སྒྲ་སྒྲིན་བྱག་སྒྲན།

ཕག་གི་མཆེ་བ་(བསྐྱེགས་ཐལ) ཁམ་བུའི་ཆེ་བ།

སྒྲན་ནམས་ཞིབ་པར་བརྟགས་ནས་མར་སྒྲར་བྱགས་ཏེ་ཉི་མར་

ཕྱིས།

སྒྲ་མ་དང་སྒྲ་སྒྲིན་ལེལ།

2. བསྐྱེལ་མེ་འཁོར་ལོ།

རྩོམ་སྒྲུང་གང་། ཅང་ཞི་ཞོ་བྱག་ ཉ་ཅས། སྒྲུང་གི་འཛིན་པ།
བྱང་། འཕྲོན་བྱ་ནམས་སྒྲུང་ལྟ་བུ་གི་རེ་(ཁམ་ཁྲོམ་བརྟུངས་ཏེ་
ཆེལ་གྱིས་སྐྱགས་ནས་རྩལ་བསྐྱེགས་ཐལ་བ་ཕྱིས)

ལྷ་ཅ། བཅན་བྱག་ཐར་རུ། བྱ་ཆོད་གེ་བ། རྩ་བུའི་གེ་བ། ག་
པའི་གེ་བ། སྒྲ་སྒྲུ། བི་ལིང་། སྒྲ་བ་རིལ། རྩེ་ཆ། སྒྲུབ་ཀ་བྱི་ར་ལུ་བྱི་
བཅས་ཆ་མཉམ་(ལྷན་མར་གྱིས་བཞིས་ནས་རྩལ་བསྐྱེགས་ཐལ་བ་)

ཆ་བ་ལྟ་(སྒྲ་སྒྲུ། བི་ལིང་། སྒྲ་བ་རིལ། ལི་ཤི་རྩོ་ཏི) རྩེ་ཆ།
རྩེ་ཆ། ལྷ་ཅ། བྱ་ཅ། སྒྲུ་ཅ། ཀ་རན་ཇ། བྱི་ཏང་ཀ་གྲོ་ཐལ། ཤིང་
ཆ། ཀ་ཀོ་ལ། མཚུར་དཀར། མཚུར་ནག་སྒྲར་བྱ་ཁན་ད། ལ་ལྷག་
སྐམ་པོ། ཆ་ལ། དབྱི་མོང་། འབམ་པོའི་ཁན་ད།

སྐྱུ་རྒྱལ་ས་ཆ་མཉམ་བྱས་ནས་ཞིབ་པར་བཏགས། སྐྱེ་ཅིས་
 རིལ་བུ་སྐྱུ་མ་ཙམ་འདྲིལ། ཉིན་རེར་ཐེངས་གསུམ་དང་། ཐེངས་
 རེར་རིལ་བུ་གསུམ་ནས་ལྷ་བར་རྒྱ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་གྱིས་སྤལ།
 མོ་རྒྱུ་འི་གྲང་སྐྱུ་བཞིགས། མ་ལྷ་བ་འཇུ།

3. སྐྱེ་རྒྱུ་གཅོད་ཐབས། (1)

མ་ཅི། རྒྱ་སྐྱེགས། ཉ་ཁྱག

སྐྱུ་རྒྱལ་ས་ཆ་མཉམ་ཞིབ་མོར་བཏགས་ནས་བྱད་མེད་གྱིས་.....
 ཉིན་རེར་ཞོགས་པར་ལྷ་ལྷོང་རྒྱ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་གྱིས་སྤལ། ཐེངས་
 རེར་ཕུན་དོ་བཞེན་པར་བྱ། ལྷ་གཅིག་ནས་གསུམ་བར་བྱ་བཞེན་
 དཀོས།

ལོ་གསུམ་བར་བྱ་སྐྱེ་མོ་ཁྱེགས་པར་ངེས། ལྷ་མཚན་ཡོང་སྐབས་
 བཞེན་མི་ཅུང་།

4. སྐྱེ་རྒྱུ་གཅོད་ཐབས། (2)

བྱ་མ་བྱེ་ལྷའི་ཤ། ཡང་ན་དེལ་གྱི་རྒྱུངས་པ་དང་རྒྱུང་ཀའི་.....

ཁྱག) རྒྱ་སྐྱེགས། ལྱང་བ། རྒྱ་ཕྱག

སྐྱུ་རྒྱལ་ས་ཆ་མཉམ་ཞིབ་མོར་བཏགས་ནས་བྱད་མེད་གྱིས་.....
 ཉིན་རེར་ཞོགས་པར་ལྷ་ལྷོང་རྒྱ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་གྱིས་སྤལ། ཐེངས་
 རེར་ཕུན་དོ་བཞེན། ལྷ་བ་གསུམ་བར་བྱ་བཞེན་པར་བྱ།

ལོ་གསུམ་པར་རྟུ་སྐྱེས་ལེགས་རེས་ཡིན། ཟླ་མཚན་ཡོང་སྐབས་
བཞེན་མི་རུང་།

5. མཁྱིམ་པའི་ཁན་ད།

མཆེ་ལུམ་སྤང་གང་། ཟུ་སྐྱེགས་སྤང་གང་། བྲག་སྤོས་སྤང་
གང་། རྡོ་མཁྱིམ་(ལག་དང་སྤང་། ལུག་གཡག་འབྲེ་བ་སྤོགས་ཀྱི་
མཁྱིམ་པ་ཡང་ཆོག)སྤང་ལ། བྱར་བྱམ་(རྩ་བྱར་བྱམ་ཡང་ཆོག)ཞེ་
གང་།

སྤན་གོང་མ་གསུམ་རྒྱར་གདུས་ནས་ཁྲ་བ་ལོགས་སུ་ཆོགས།
དེའི་ནང་རྡོ་མཁྱིམ་བཞུན་ནས་ཁན་ད་བྱས་ཏེ་བྱམ་བྱམ་བསྐྱས་.....
ནས་རིལ་བུ་སྤན་སྤོས་ཅམ་བྱ། བྱང་ཆབས་ཆེན་ཡིན་ན་ཉིན་རེར་
ཐངས་གཉིས་(ཟླ་དགོང་)དང་ཐངས་རེར་རིལ་བུ་གཅིག་རེ་བཞེན།
བྱང་ཆབས་ཆེན་མིན་ན་ཉིན་རེར་ཐངས་གཅིག་དང་། ཐངས་རེར་
རིལ་བུ་གཅིག་རེ་བཞེན། རྒྱ་ཁོལ་རྩོད་འཇམ་གྱིས་སྤལ།

ཁྲག་འཁྲ་བ་དང་སྐྱག་པ་སྤྲ་ཁྲག་འཆོར་བ་གཅོད། ཟླ་མཚན་
འབྲམས་པ་གསོ། སྐྱམ་མ་དང་ལུས་ཞན་པས་བཞེན་མི་རུང་།

6. མཁྱིམ་སྤན།

གར་ནག་སྤང་གང་། ལ་རྩ་སྤང་གང་། རྡོ་མཁྱིམ་སྤན་ལ།
ཞིབ་རྟུ་བཏགས་ནས་ཉིན་གོང་དང་དགོང་མོ་སྤན་དོ་རེ་རྒྱ་.....

ཁོལ་རྩོམ་འཇམ་གྱིས་སྤྲུལ།

གྲང་མཁེས་ཀྱི་ཕོ་བོ་སྤྲོས་པར་ཕན་ཆེ།

7. གི་མང་དགུ་པ།

གི་མང་ཞོགས་སུ། བྱར་གུམ་ཞོད། ལྷ་ཏ་པལ་ཞོགང་། བ་ལེ་
ཀ་ཞོལ། ཏིག་ཏ་ཞོགང་། བྲག་ལྷན་ཞོགས་སུ། ཏ་ཏ་ཞོགང་། བ་
ཤ་ཀ་ཞོགང་། གསེར་མེ་ཞོགང་། ཀ་ར་ཞོགང་སྤྲན་ལ།

སྤྲན་ནམས་ཞིབ་མོར་བཏགས་ནས་ཀ་ར་དཀར་པོས་སྤྲན་ཏ་.....
བྱས་ནས་འཐུང་། ཉིན་རེར་ཐེངས་གཅིག་གམ་གཉིས་འཐུང་།
ཐེངས་རེར་སྤྲན་དོལ་མ་གསུམ་འཐུང་། རྩ་ཁོལ་རྩོམ་འཇམ་གྱིས་སྤྲུལ།
མཆིན་པ་བསྐྱད་འགམ་མཆིན་ཁྲག་རྒྱས་པ་ལེལ། མཆིན་ཆད་
བད་ཀན་སྤྲུག་པོ་རྒྱས་པ་ལེལ།

8. གི་ཕྱོ་བཏུ་གསུམ།

གི་ཕྱོ་ཕྱི་དང་མཉམ། མ་རྒྱ། ད་ལི། འུ་ལ། ཀོ་ལ། ལྷག་སྒྲེལ།
བྱར་གུམ། གསེར་མེ། རེ་སྤོན་པ། དྲི་ཡང་གྲ། དཔལ་རྒྱུ་ཆ་
འདུལ། མཆོལ། སྤལ་རྒྱབ་ནམས་ཆ་མཉམ།

ཕྱོ་མ་ཉིན་རེར་ཐེངས་གཅིག་ནས་གསུམ་བར་དང་ཐེངས་རེར་
སྤྲན་དོ་ནས་གསུམ་བར་རྩ་ཁོལ་རྩོམ་འཇམ་གྱིས་སྤྲུལ།
བད་ཀན་མགུལ་འགགས། མིད་དུས། མིད་འབྱར་སོགས་

སེལ།

9. གུར་གུམ་ཚུ་འབེབ།

གུར་གུམ། ཡི་ཤི་གི་ཤང་། བསེ་ཅ། མཚལ། ཅན་དན། སྤ་ཅི།
འཇམ་འབྲས། བོང་དཀར། ཅ་རྟ། བ་ཅ། རྩུ་ཅ། ཨ་ཅ། རྟིག་སྟིག་
གསེར་ཕྱེ། འུ་ལྷ། ལྷམ་པ། རྩ་ཚླ། གཞེ་མ། འབྲུ་རྩྱུག་ འུག་རྩྱ་
བསྟེགས་ཐལ། སེ་འབྲ། སྤི་ཡང་ཀྲ། ཚུ་མ་ཅི།

སྤན་རྣམས་ཆ་མཉམ་ཞིབ་པར་བརྟགས་ནས་ཁོང་ཏུ་བསྟེན།
ཉིན་རེར་ཐངས་གཅིག་གཉིས་དང་ཐངས་རེར་ཕུན་དོ་གསུམ་ཚུ་.....
ཁོལ་རྩྱ་འཇམ་གྱིས་སྟལ།

དཔུ་ཚུ་ལ་ཕན། གཅིན་འབབ།

10. མགོ་ཐང་།

ལྷག་མགོ་གཏུས་པའི་སྤར་བར་སྤྲུ། སི་སི་ཡིང་། གོ་རྩོད། ར་
ཏི་བཅས་ཚད་རན་པ་བརྟབ་ནས་སྤ་བ་དཀར་ཡོལ་གང་ཅམ་འཐུང་..
ནས་རྩྱ་སར་ཉལ།

མགོ་རྒྱང་སེལ།

11. རྟོད་ཅས་རྩྱག་ཐང་།

རྟོད་ཅས། ལྷག་སྟེལ། སྤྲུ། སི་སི་ཡིང་། སོ་བ་རིལ། གཞེ་མ།
སྤན་རྣམས་ཆ་མཉམ་སྤམ་སྤམ་བརྟངས་རྟེས་གཏུས་ནས་སྤ་.....

བར་སྒྲུང་ཅི་ཅུང་ཟད་བཏབ་ཏེ་ཉིན་རེར་ཐངས་གཉིས་གསུམ་.....

བཏེན། ཐངས་རེར་སུན་ལ་ཆུ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་གྱིས་སྤུལ།

གཅིན་འགག་དང་ལུ་བ་འགག་པ་སེལ།

12. བྱམ་བྱ་བྱུག་སྒྲན།

ཨ་ཅ། བ་ཅ། སྒྲ་ཅ། སྒྲེ་ཤེས། ཉིག་ཏ། སེང་ལྡོང་ཁན་ད།
སྒྲོས་དཀར། ཐལ་ཀ་ལྗོ་རྩེ། གསོ་མའི་འབྲས་བྱ། ར་ཏི། སྒྲན་ཆེན།
ཕྱ་དག་ཅ་ན། སྒྲ་ཅི། བྱ་བྱུལ། བོང་ཁྲག

སྒྲན་སྒྲ་མ་རྣམས་ཆ་མཉམ་ཞིབ་བཏགས་ཕྱེ་མའི་བྱངས་མཉམ་...
བྱི་བོང་ཁྲག་བཞེབས་པའི་ཚོག་བྱ་བྱུལ་ཨོན་ཅམ་དང་སྒྲ་ཅི་དྲི་ཚོན་...
ཅམ་བསྒྲན་པའི་བ་ཆུ་ལྡེ་བྱ་ན་སར་གོ་བ་ཅམ་བྱུགས།

བྱམ་བྱའི་ནད་བྱི་ཆོགས་མཚོ་སྒྲངས་པ། ལྷག་གཟེར་ལངས་པ།
ཆ་སྒྲེས་པ། སྒྲངས་མདོག་དམར་སྒྲོར་ལྷུར་པ་སོགས་ལ་ཕན་པ་མེད་
བྱུང་ཡིན།

13. རྒྱ་ཅ་བཅུ་བཞི།(1)

རྒྱ་ཅ་བཅུ་ཅ་གཅུ་གསུམ། །ལྷུར་བྱམ་དོམ་མཁྱིས་མཚལ་
དཀར་གསུམ། །ཅན་དན་ར་ཏི་ལྷག་སྒྲེལ་གསུམ། །རྒྱ་སྒྲེགས་བཙོད་
དང་ལྷག་ཆོར་གསུམ། །སེ་འབྲུ་སྒྲ་འབྲུ་བཅུ་བཞི་པ། །

སྒྲན་རྣམས་ཞིབ་པར་བཏགས་ནས་ཆང་གིས་སྤུལ། ཉིན་རེར་

ཐེངས་གཉིས་དང་ཐེངས་རེར་ཕུན་དོ་བཞེན་པར་བྱ།

ཐེ་མ་ཅུ་རྟའི་རྟ་ལ་བསྐྱོན། །ཁྲག་ཚབས་ཤིང་ཅུས་རྒྱ་ཞབས་
གཟེར། །དབྱགས་ལྷ་ཕྱང་ཞིང་རྟོད་གཟེར་ལྷགས། །མངལ་སྐྱོན་
ཁྲག་ཚབས་མ་ལུས་སེལ། །

14. རྒྱ་ཅུ་བཅུ་བཞི།(2)

གཙོད་ར་མང་གསུམ། ཤ་ར་སྐམ་པ། རྣམ་མཁྲིས། ཅན་དན།
ལྷག་སྒྲེལ། བཙོད། སེ་འབྲ། བསེ་ཅ། རྒྱ་ལྱར་ལྱམ། མཚལ། ར་ཏི།
རྒྱ་སྒྲིགས། ལྷག་ཚེར་རྣམས་ཞོ་བདུན་རེ།

ལྷན་རྣམས་ཞིབ་པར་བཏགས་ནས་ཉིན་རེར་ཐེངས་གསུམ་.....
དང་ཐེངས་རེར་ཕུན་ལྷ་རྒྱ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་གྱིས་སྤལ།
མ་ནད་སེལ།

15. རྒྱ་ཆན་འབྲུལ་གཙོད།

ལྷམ་ཅ། རྒྱ་ཅ། རི་ཤོང་མྱད་པ། བལེ་ཀ ལ་ཅུ་རྣམས་ཆ་
མཉམ། རྣམ་མཁྲིས་ཞེན་ཅམ། ལྷ་ཅི་དྲི་ཚོན་ཅམ།

ལྷན་རྣམས་ཞིབ་པར་གསུམ་རི་ཤོང་མྱད་པས་རིལ་བྱ་སྒྲན་མ་ཅམ་
བྱ། ཉིན་རེར་ཐེངས་གསུམ་དང་ཐེངས་རེར་ལྷ་བདུན་དབྱ་ལྷགས་
རིམ་གྱིས་རེ་མང་ཅུ་བཏང་ནས་རྒྱ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་གྱིས་སྤལ།

ལྷན་རིང་འབྲུ་བའི་རྒྱ་ཆན་ལ་པན་རེས།

16. སྐྱོན་ཤིང་བཙུག་ལ།

སྐྱོན་ཤིང་། ལ་ཅ། བ་ཅ། སྐྱུ་ཅ། ལྷུ་མ་ཚ། ལྷུ་མ་ཚ། ལེ་འབྲ། སི་
ལིང་། ལི་ཤི་ཇ་ཏི། ལྷུག་སྐྱེལ། ཚ་ལ། སྐྱོན་དཀར། ལྷེ་ཚ། ལྷུག་ག
ཟིང་། འཕྲོང་ར།

སྐྱོན་རྣམས་ཆ་མཉམ་ཞིབ་བཏགས་ཕྱི་མ་ཆང་གིས་སྐྱུས་ནས་.....
རྒྱས་བསྐྱེད་པས་བྱ། ཉིན་རེར་ཐེངས་གཉིས་དང་ཐེངས་རེར་ཕྱུན་
གསུམ་རྒྱུ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་གྱིས་སྐྱེལ།

བར་སྐྱོན་གྲང་བ་མ་ལུས་འཇོམས།

17. སྐྱུ་ཅི་སྐྱུ་ཅི་སྐྱུ་ཅི་

སྐྱུ་ཅི་ ལྷུར་ལྷུ་མ། ཐར་རྒྱུ་(རྒྱུ་ལ་བཙུག་ནས་སྐྱེམ་)

ཆ་མཉམ་ཞིབ་བཏགས་སྐྱེལ་བྱ་སྐྱོན་རྒྱང་ཙམ་བྱ། ཉིན་རེར་
ཐེངས་གཉིས་ནས་གཉིས་བར་དང་ཐེངས་རེར་སྐྱེལ་བྱ་གསུམ་ནས་.....
ལྷུ་བར་རྒྱུ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་གྱིས་སྐྱེལ།

སྐྱོག་ཆགས་གྱིས་སྐྱུགས་པའི་དུག་ལེལ། སྐྱུ་མས་འབྲུང་མི་
ཅང་།

18. སྐྱུང་ཕྱུ་ཕྱུག་སྐྱུ་ཅི།

ཕྱུང་ལ། སྐྱོན་དཀར། ཐལ་ཀ་དྲོ་ཇེ། གསོ་མའི་འབྲས་བྱ།

སྐྱོན་རྣམས་ཆ་མཉམ་ཞིབ་དུ་བཏགས་ཏི། རྒྱུ་ནང་དུ་སྐྱེངས་

ནས་ནད་ཡོད་སར་བྱག

སྒང་བྱ་དང་། སྒྲིག་བྱ་ལ་ཕན་པ་ཆེ།

19. སྒང་ཆེན་གསུམ་བྱེད་མར་པོ།

གི་ལང་། བྱར་བྱམ། བྱུང་པ་ལ། བ་ལེ་ཀ་ ཉིག་ཏ། བྱག་ལྷན།
ཅ་ཏ། བ་ཤ་ཀ་ གསེར་མེ། ཆོས། བཙུང་། ལྷ་མཁན།* བསེ་ཅ།
མ་ལྷ། ལུ་ལྷ། ལྷ་ཅ།

སྒྲན་རྣམས་ཆ་མཉམ་ཞིབ་བཏགས་བྱེད་མ་རྒྱུ་ཁོ་ལ་རྩོམ་མཁུ་གིས་
ལུ་ལ། ཉིན་རེར་ཐེངས་གསུམ་དང་ཐེངས་རེར་སྒྲན་དོམ་གསུམ་
བསྟེན་པར་བྱ།

མཆིན་ཁྲག་པོ་བར་བབས་པ་དང་དོན་ཏུ་ལྷུང་བ། ལྷག་པོ་རྒྱ་
ཆ་རྒྱས་པ་ལ་བྱུང་པར་འཕགས།

20. མདོན་སུམ་མེ་འདྲེ་སྦྱར་བ།

ཁོད་སྒྲན་དང་གོ་སྒྲན་བསྟེགས་ཐལ། སི་སི་ལིང་། ལུ་ཆོ། ལ་
ལ་ལ། དུ་ཕྱི་མང་། སྒྲ་སྒྲ་རྣམས་ཞོག་སུམ་རེ། ཤིང་ཆ་ཞོ་ལ།

སྒྲན་རྣམས་ཞིབ་མཐོང་བཏགས་ནས། ཉིན་རེར་ཐེངས་གཅིག་
གཉིས་བསྟེན། བས་ཐོས་རྒྱུ་ཁོ་ལ་རྩོམ་མཁུ་གིས་ལུ་ལ།མ་ལྷ་བ་
འཇུ། བད་ཀན་སྒྲག་པོ་ལ་ཕན།

* ཆོས་བཙུང་ལྷ་མཁན་བཅས་ལ་དམར་པོ་གསུམ་ཟེར།

21. རྩ་སྒྲུབ།

ར་མཆིན་(སྐམ་པོ)གཅིག བག་མཆིན་(སྐམ་པོ)རྟོག་གཅིག
 ཀེའུའི་ཙ་བ། ཅོང་སྐམ་(གཞུང་ན) སྐ་སྒྱ། སོ་བ་རིལ་དཀར་པོ།
 ལ་སྤྱག་སྐམ་པོ་ནམས་སྤྱན་ལྗེ་རེ།

ལ་སྤྱག་གཏུས་པའི་ཁྱ་བ་ལོགས་སྤྱ་ཆོགས། སྤྱན་གཞན་པ་
 རྩམས་ཞིབ་རྩ་བཏགས་ནས་ལ་སྤྱག་ཁྱ་བའི་ནང་རྩ་འདེབས་པར་བྱ།
 ཁྱ་བ་དེ་སྤྱད་རྩ་བའི་ནང་རྩ་སྤྱགས་ནས་ཟངས་ངའི་ནང་ལ་བཞག་
 རྟེ། བར་སྤྱད་རྩམས་བྱེ་མས་བཀང་། གཏུས་ནས་ཁྱ་བ་སྤྱམ་ཆ་
 གཅིག་ཙམ་འཐག་རྟེན་བྱེད་ཁོང་རྩ་འཐུང་ཞིང་། བྱེད་རྩ་སྤྱང་ཐོག་
 བསྐྱུལ།

ཞན་པོར་ས་རྩ་མ་འཕྲོད་པར་མིག་ལྷིབ་དང་། ཀྱང་པོལ། ཉ་
 གདོང་སོགས་སྤྱངས་པར་ཕན།

22. ཆམ་པའི་བདུག་པ།

གྲུ་གྲུལ། སྤྱིས་དཀར། ར་གི་ཤ་ཆོལ། ཨ་རུ། ཨར་ནག་ལང་
 ཐང་ཙོ། རས་སྤྱན།

སྤྱན་རྩམས་ཆ་མཉམ་ཞིབ་བཏགས་རས་སྤྱན་གྱིས་དྲིལ་ནས་རྩ་
 བ་སྤྱ་ལ་བདུགས།

སྤྱ་ཆམ་སེལ།

23. ཆམ་པའི་སྤྱི་སྒྲན།

རི་ཐོང་རིལ་མ་རྟོག་བརྟན། དེས་མ་ཚོན་ལ། མོག་པ་མོག་སོ་
གཅིག

སྒྲན་རྣམས་སྒྲན་བསྐྱེགས་བྱས་པའི་ཐལ་བ་རྩུ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་.....
གྱིས་སྤུལ། ཉིན་རེར་ཐེངས་གཉིས་དང་ཐེངས་རེར་སྒྲན་དྲོ་བསྟེན།
ཆམ་པ་ལ་ཕན།

24. ཉི་མ་ལྔ་བའི་སྦྱར་བ།

བསེ་ཅ། ཤ་ཅ། ཁ་ཤའི་ར། ཀ་ར་དཀར་པོ་རྣམས་སྤང་གང་རེ།
ཅན་དན་དཀར་དམར། ཨ་ཅ། ཅུ་གང་། བྱར་བྱམ། ར་ཉི། དྲོ་མ་
མཁྱིས། ཏྲ་པགས་པ། འགྲོན་ཐལ། སྤར་མོང་ནག་པོ་སྒྲན་བསྐྱེགས་
ཐལ་བ། སྤོས་དཀར། ཐལ་ཀ་རྟོ་རྟེ། སོ་མ་ར་རྟོ། བསེ་ཡབ་རྣམས་
ཞོ་བརྒྱད་རེ། བྲག་བྱུན་གང་འཚམས།

བྲག་བྱུན་ཁན་ད་བྱ། སྒྲན་གཞན་རྣམས་ཞིབ་མོར་བཏགས་
ནས། བྲག་བྱུན་ཁན་དའི་ཐང་གིས་སྤུལ། ཉིན་རེར་ཐེངས་གསུམ་
དང་ཐེངས་རེར་སྒྲན་དྲོ་བསྟེན།

མ་ཚོན་མ་གསོ་ཞིང་ནག་ཁྲག་སྟེམ།

25. ཏ་ཇིག་བརྟན་པ།

ཏ་ཇིག་སྒྲག་ཐ་རམ། སོ་བཙན། ཐི་ཡིང་། ལྷག་སྤར། གཙོང་

ཁྱེད་

སྒྲིག་པ་ཆ་མཉམ་སྒྲིང་གཅོད་ཁྱེད་ཐོངས་ཆེར་བསྐྱེད་སྒྲིག་
ཞིབ་དུ་འཐག་པར་བྱ། ཐོངས་རེར་སྒྲིག་གསུམ་ནས་བཞི། ཉིན་རེར་
ཐོངས་གཉིས་ཆུ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་གྱིས་སྤུལ།

འཁྱེད་པ་གཅོད་པའི་མཚན་

26. ད་བྱིད་སྒྲིག་བ། (1)

ད་བྱིད་བཅུ་གསུམ་ད་བྱིད་སྒྲིག་མེར་གཉིས། །སྒྲིག་གི་ཤ་དང་
བྱུག་གི་ཆངས་པ་དང་། །ཁྱིམ་བྱ་སྤྱུག་རྩོད་མཆིལ་བ་ནས་ཟན་མགོ།
གཙང་ཉ་ཐང་སྒྲིམ་དབང་པོ་ལག་པ་དང་། །ཉེ་ཤིང་བ་དང་ཆང་ཞི་
བྱ་རམ་སྒྲིམ། །

ཤ་ནམས་རུས་འདྲོད་བྱས་ནས་བསྐྱེད་སྒྲིག་ཞིབ་འཐག་བྱ།
སྒྲིག་གཞན་ནམས་ཆ་མཉམ་བྱོ་བ་ཐོན་པ་ཅམ་བསྐྱེད་སྒྲིག་སྒྲིང་གིས་
རིལ་བྱ་མཐེབ་མགོ་ཅམ་བྱ།

ནངས་རེར་གཅིག་རེ་ཆུ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་གྱིས་སྤུལ།

ས་པོན་ཉམས་པ་གསོ། འདྲོད་པ་འཕེལ།

27. ད་བྱིད་སྒྲིག་བ། (2)

ད་བྱིད་ནས་ཟན་ཤ་དང་ར་ལུག་གི། །སྤྱུག་འབྲས་མཁལ་ཞོ་སྒྲི་
གོར་ཞོ་ཤ་དང་། །ཁྱིམ་བྱ་དབྱར་ལྷ་དབྱར་འབྱུང་གིས་སྒྲིམ་དང་། །

དབང་ལག་ཡ་རུ་ར་རྣམས་ཆ་མཉམ་སྒྱུར། །སྒྲུང་བྱར་མར་བཅས་
བཅོས་ལ་ངད་ཡལ་རུས། །ཁ་ཚར་བཏབ་པའི་མར་རམ་ལྡེ་གྲ་བཞེན། །
ས་པོན་ཉམས་པ་གསོ། དབང་པོ་ལས་སྒྲུང་།

28. དུག་སྒྱུད་གཉིན་པོ།

སེ་བའི་མེ་རྟོག་སྒྱུར་ཤུན། བྲག་ལྷན། བྲག་ཁྲག་ལྷག་ཏུ་སྒྲུག་
པོ། རེ་རལ། འོམ་བུ།

སྒྲན་རྣམས་ཆ་མཉམ་ཁྲམ་ཁྲམ་བརྒྱངས་རྗེས་གཏུས་ཐང་རྩ་.....
འཇམ་བཞེན། ཉིན་རེར་ཐངས་གཅིག་ཐངས་རེར་སྒྲན་གསུམ་ནས་
ལྷ་བར་བཞེན།

ཟས་དུག་སྒྲན་དུག་སྒྱུར་དུག་ལྷས་ལ་ཞེན་པ་སྒྱུད།

29. རྣོ་མཁྲིས་བརྒྱུ་པ།

རྣོ་མཁྲིས། ཉ་མཁྲིས། དུར་བའི་མཁྲིས་པ། འབྲེ་བའི་མཁྲིས་
པ། ཐབ་ས། ར་རྟི། མཁར་རྟིང་ས། སྒྲ་རྣམས་ཞོ་གསུམ་རེ། སེ་
ཡབ་དང་སེ་འབྲེ་གཉིས་ཞོ་གང་རེ།

སྒྲན་རྣམས་ཞིབ་པར་བཏགས་ནས་སྒྲན་རེ་རྩུ་ཁོལ་རྩ་འཇམ་.....
གྲིས་ལུལ། ཉིན་རེར་ནངས་དགོང་ཐངས་རེ་འབྲུང་།

གྲེ་འགགས་དང་གྲེ་བ་སྒྲངས་པ། གྲེ་བ་ན་བར་ཕན།

30. རྒྱལ་ཁྱེད་པ་རྒྱལ་པ།

གཡིའི་རྒྱལ་མ་(སྐམ་པོ) རི་ཐོང་སྐད་པ་(སྐམ་པོ) རོམ་
མཁྱིམ་པཅས་ཞོགས་མ་རེ། ཐོང་དཀར་ཞོགས་ཞི། པ་ལེ་ག་ཞོགས་མ་
རམ་ཕུན་པུང་། ཐལ་ག་རྩོ་རྩོ་སྐད་གང་།

སྐན་རྣམས་ཞིབ་པ་ཏགས་ཕྱི་མ་ཉིན་རེར་ཐོང་མ་གཉིས་དང་.....
ཐོང་མ་རེར་ཕུན་དོ་རྒྱ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་ཕྱིས་ཕུལ།

རྒྱ་ཚོད་དང་རྒྱ་གཟེར། རྒྱ་མའི་ཚོ་པ་ལེལ།

31. པ་དེ་པ་འི་རྒྱུ་ལ།

ཨ་ཅ་སྐད་གང་། ཐག་ཁྱེན་སྐད་གང་། ཉུར་ཁྱེན་སྐད་དོ། བི་
ཡིང་ཞོགས་། ལུར་ལུམ་ཞོགས་། ལུང་པལ་ཞོགས་། སྤེའི་མ་ཞོ་
གང་། རྒྱ་ཅ་ཞོགས་། པ་ཤ་ག་ཞོགས་། ཅ་རྩ་ཞོགས་། རྒྱ་ཚོ་ཞོ་
གང་། མ་རྩ་ཞོགས་། ཅོང་ཞི་སྐད་གང་། ལུགས་ཕྱི་ཞོགས་། པ་ལི་
ཞོགས་། ལུལ་ཤ་ཞོགས་།

ཞིབ་པ་ཏགས་རིལ་ཕུ་སྐན་མ་ཅོམ་ཕ། ཉིན་རེར་ཐོང་མ་གསུམ་
དང་ཐོང་མ་རེར་རིལ་ཕུ་ལུ་ནས་དཔུ་པར་པ་ཉིན།

ཐག་མཁྱིམ་མོ་པར་རྒྱུང་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཐག་སྐན་འགྲིལ་པ་
དང་། ཁེ་ཉམས་མ་ཁྱེགས་རྩིང་ཞོགས། ཁོ་ནད་ཚོ་གང་མཐའ་
དག་ལེལ། །

32. ཏུང་ཏུ་བཅོ་བརྒྱད།

ཅོང་ཞི། སུལ་ཏྲིག་ཁྱོད་བྱུན། ཞོ་བྱུན། སྐ་སྐ། ཆ་ལ། རྒྱུ་ཚ།
མེ་འབྲ། ལྷག་སྒྲིལ། སི་ཡིང་། མ་ཐུ། སྲུང་བྱུམ། ཅ་ན། སྐྱ་ཅ། བ་
ཤ་ཀ། ཨ་ཅ། ལྷུ་མ་ཅ། ཞི་མང་།

ཅོང་ཞི་སུལ་ཏྲིག་ཆ་ལ་བརྩོ་བར་བྱ། ཁྱོད་བྱུན་དང་ཞོ་བྱུན་
རྒྱུ་བཟྱེག་བྱ། སྐྱུན་རྣམས་ཆ་མཉམ་ཞིབ་པར་བཏགས་ནས་ཉིན་
རེར་ཐེངས་གསུམ་དང་། ཐེངས་རེར་སྐྱུན་དོ་ནས་གསུམ་རྒྱ་ཁོལ་རྩོ་
འཇམ་གྱིས་སུལ། ཆ་ཆེན་གྱི་མང་དང་། ཏུག་ལ་བཞེ་ཏུ་ཕྱེ།

སྐྱུག་པོ་གྲང་ཅན་ཏུག་འཐབ་སུལ་ནས་འདོན།

33. རུ་ཆོ་བས་བཅོས་ཐབས།

མཆོལ་དང་ཤིག་སྐྱོན་ཞོ་ལྟ་རེ། ཞི་མང་། སྐྱ་ཅི། དོ་མ་མཁྱིས།
མིང་ཅན་ནག་པོ་རྣམས་ཞོ་གང་རེ།

སྐྱུན་རྣམས་ཞིབ་བཏགས་བྱས་ནས་ཉིན་རེར་ཐེངས་གཉིས་.....
དང་ཐེངས་རེར་སྐྱུན་དོ་བཟྱེན། རྒྱ་ཁོལ་རྩོ་འཇམ་གྱིས་སུལ།

རུ་ཆོ་བས་ལ་ཐན།

34. གནམ་ལྷགས་ཐིལ་བ།

དཏུལ་རྒྱ་སྲང་གང་ཞོ་བཞི། སྐྱ་ཐི་ཞོ་གསུམ་སྐྱུན་གང་། བྱང་
ཁྲ་ཞོ་གང་སྐྱུན་བཞི། རྒྱ་ཆོ་ཞོ་བཞི་སྐྱུན་ལ། ཏུང་བྱིད་ཞོ་བཏུན། རེ་

རལ་ཞོགང་ཕུན་དོ། ལྷ་ཅི་ཕུན་དོ། སང་སྒོས་ཞོ་བརུན། བྱར་བྱམ་
ཕུན་ལ། བྱག་ཅོར་ཞོགང་།

སྒྲན་ནམས་ཞིབ་བརྟགས་བྱས་ནས་རིལ་བྱ་སྒྲན་རྒྱང་ཅམ་བྱ།
ཉིན་རེར་ཐངས་གཅིག་དང་ཐངས་རེར་རིལ་བྱ་ལྷ་བརུན་རྒྱ་ཁོལ་དྲོ་
འཇམ་གྱིས་སྤལ།

ཅ་ནད་རིགས་ཐམས་ཅད་རྒྱུང་། རྩེ་རྒྱན་ཆད་པ་དང་བྱ་རོ་མ་
ཐོན་པ། མངལ་སྒྲན། ཁྲག་ཆ་བཟ། ཁྲག་མཁྱིམ་རྒྱག་ལོགས་ལ་ཐན།
ཆ་བ་རྟིང་པ་དང་དྲིག་བྱམ། མ་ཁན། སྤར་ཡ། དམུ་ཆ། ཅ་སྒྲན།
ད་ཁན། མཛོ་ནད་གསོ།

35. སྤང་ཕྱེ་བརྒྱད་ཐང་།

ཨ་ཏུ་ཞོ་བཞི། བཅན་རྒྱག་ཞོ་བཞི། ཏུ་རྟ་ཞོགང་། བྱ་དག་
ཕུན་རྒྱག་ལིས་དག། ལྷ་ཅི་ཕུན་བཞི། བྱ་བྱལ་ཕུན་བཞི། རྒྱ་ཆ་ཕུན་
བཞི། སྤང་ཕྱེ་སྤྱི་དང་མཉམ།

སྒྲན་སྤ་མ་བརུན་ཞིབ་བརྟགས་བྱས་ནས་སྤང་ཕྱེ་འོ་ཁྲ་བས་སྤལ།
ཉིན་རེར་ཐངས་གཉིས་དང་ཐངས་རེར་ཕུན་གསུམ་ནས་ལྷ་བར་.....
བསྟེན།

གེག་པ་དང་ཕྱེ་འབམ། ཕྱེ་སྤངས་ནམས་འཛོམས།

36. འཕྲུལ་ཐལ་ཆེན་པོའི་སྒྲུབ་པ།

ཙཱ་ཁི་འཕྲུལ་ཐལ་སྒྲུབ་པ་ནི། །སྔ་ཙཱ་རྩ་སྔ་སྒྲུབ་གང་ལ། །ཡ་
ཏུ་གསེར་མདོག་ཆ་ལ་དང་། །རྒྱུ་ཆ་ཙཱ་དཀར་པི་པི་ལིང་། །འདི་
ལྷ་རེ་རེ་ཞོ་གང་ལ། །ལྷ་ཟི་བསྐྱད་མེད་ཞོ་མེད་སྒྲུབ། །འདི་ནམས་
ཐང་ཙམ་བརྒྱུད་བར་བྱ། །འདི་ནི་འཕྲུལ་ཐལ་རྒྱུད་ཏུ་ཡིན། །མ་ལྷ་
བད་ཀན་ཉེན་ཆད་དང་། །ལྷགས་དྲེག་(སྔ་ནད་རིགས་ཤིག) རྩོ་ཏུག་
དཔྱིག་ཏུག་སྟགས། །བད་མཁུས་དང་ནི་སྒྲུག་པོའི་སྒྲུབ། །སྔ་ནད་ཆ་
གྲང་མེད་པར་འཛོམས། །དེ་ཉིད་བཟང་ཏུག་རྒྱ་ཆ་ཤི་ཡང་ཀྱ། །
བསྐྱན་པ་ཙཱ་ཁིའི་ཐལ་སྒྲུབ་འབྲིང་པོ་ཉི། །མ་ལྷ་ལ་སྟགས་སྟོབས་
རྒྱས་ནད་ཆད་འཛོམས། །ཆེན་པོ་གོང་ཉིད་ཡ་ཏུ་ཆ་བ་ལ། །རྒྱ་ཆ་
རྒྱུ་ཆ་ཐལ་ཆ་ཁ་ཏུ་ཆ། །མཛེ་ཆ་ཟེ་ཆ་ལན་ཆ་འཁོན་བྱ་དང་། །བྱ་
ཆོད་གེ་བ་སྐམ་དང་རྒྱ་བྱ་དང་། །ཉ་ཏུས་ཀྱན་གྱིས་ཉིས་འབྱུར་ཙཱ་
ཁི་སྒྲུབ། །གོང་བཞིན་བསྟེན་ཐལ་གྲང་སྒྲུབ་ཐལ་བར་རྒྱུག་ །ཞིག་
ཀའི་གོང་བྱར་རྒྱགས་ལ་འདམ་གྱིས་སྒྲུབ། །སྔ་ལ་བའི་མེ་དབུས་
བརྒྱལ་ལ་ཆོས་པར་བྱ། །ལྷ་ཟི་དྲི་སངས་ཆོས་པའི་ཆད་ཡིན་ནོ། །
ཐལ་བ་ཞིབ་པར་བརྟགས་ལ་ཀར་སྒྲུབ། །

སྒྲུབ་པ་འདི་ཡི་ཐན་ཡོན་ནི། མ་ལྷ་ཉེན་དང་ལྷགས་དྲེག་དང་། །
སྔ་མཆོན་མེ་ཉམས་དཔྱིག་ཏུག་དང་། །བད་ཀན་སྒྲུ་སྒྲུག་སྒྲུབ་ལ་
སྟགས། །མཆོན་པའི་ཁྲག་སྒྲུབ་རྩིང་པ་དང་། །སྔ་ནད་ཆ་གྲང་མེད་

པར་འཛིན་ས། །ནད་ཚེ་བས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ལ། །དང་པོ་འཕུལ་ཐལ་
འབྲིང་བ་བཞེན། །ནད་ནམས་བཞོ་ཞིང་བཤིག་པར་བྱེད། །ཞིག་
ནས་ནད་རོ་བཤལ་གྱིས་སྦྱང་། །

སྦྱུ་མ་མ་དང་ལུས་ཞན་པས་བཞེན་ན་གཟབ་དགོས།

37. བ་སྦྱ་བ་དུན་སྦྱར།

བ་སྦྱ་ཞོ་དུག་ཟེ་ཚུ་ཞོ་ལ། ལྟར་བྱ་ཞོ་གསུམ། སྦྱུ་ཅ་ཞོ་གསུམ།
སྦྱལ་ཤ་ཞོ་དོ། སྦྱ་སྦྱ་ཁྱུང་ཅམ། སྦྱལ་ཏྲིག་ཁྱུང་ཅམ།
ཟེ་ཚུ་བརྗོད་གོས།

སྦྱན་ནམས་ཞིབ་ཏུ་བཏགས་ནས་ཉིན་རེར་ཐེངས་གཉིས་དང་...
ཐེངས་རེར་སྦྱན་དོ་ནས་གསུམ་པར་བཞེན། རྒྱ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་གྱིས་
སྦྱལ།

མོ་ནད་ཁྲག་ཚབས་རྒྱང་ཚབས་མངལ་སྦྱན་བཤིག

38. སུ་རོ་འདོན་ཐབས།

མདའ་རྒྱས། རྒྱ་ཚུ། རྩ་བའི་ར། ས་ལའི་ར། (གཙོད་རུས་ཚབ་
བྱེད) སྦྱང་གང་རེ།

སྦྱན་ནམས་ཞིབ་ཏུ་གསུམ་བྱས་ཏེ་ཉིན་རེར་ཐེངས་གསུམ་ནས་...
ལྷ་པར་བཞེན། ཐེངས་རེར་སྦྱན་དོ་ནས་གསུམ་པར་ཆང་གིས་སྦྱལ།
སུ་རོ་བྱིར་འབྱེན།

39. བྱ་འབྱེན།

བྱ་མ་བྱུང་འི་ཤ སྤང་དྲག་པ། སྤལ་ཤ་རྣམས་ཞོ་གང་རེ།

སྤན་རྣམས་ཞིབ་བདགས་ཆང་གིས་རིལ་བྱ་སྤན་ནག་ཅམ་བྱ།

ཉིན་རེར་ཐངས་གཅིག་གམ་གཉིས་དང་ཐངས་རེར་རིལ་བྱ་ལྔམ་.....

བདུན་ཅུ་ཁོལ་རྩོ་འཇམ་གྱིས་ལུལ།

བྱ་དང་བྱ་རྩགས་འབྱེན།

40. བོང་ཁྲག་བཅུ་གཅིག

བོང་ནག་ཟུངས་ཁྲག་སྤང་གང་། སྤག་སྤེལ་ཞོ་དོ། སྤོས་དགར་

བྱི་ཉིང་ག་ དྲིས་འབྱ། སྤ་ཉིག་ སྤོ་ལྷགས་ལྷ། བྱི་ར་དགར་པོ།

དབང་ལག་གསེར་སྤ། བྱི་ལྷ་ནག་པོ་རྣམས་ཞོ་གང་རེ།

སྤན་རྣམས་ཞིབ་བདགས་རིལ་བྱ་བྱ་རིལ་ཅམ་བྱ། ཉིན་རེར་

ཐངས་གཅིག་ནས་གཉིས་དང་ཐངས་རེར་རིལ་བྱ་བདུན་དགུ་ཅུ་.....

ཁོལ་རྩོ་འཇམ་གྱིས་ལུལ།

དྲིག་གྲུམ་ཁལ།

41. འབའ་སམ་སྤན་མར་རྩོ་རྩེ་ས་ལམ།

ཅངས་བའི་ཤ(སྤམ་པོ)སྤང་གང་། མཆིལ་བའི་ཤ(སྤམ་

པོ)སྤང་གང་། ལང་ཐང་ཅ་བ་ལུན་ལ། ཅང་ཞི་སྤང་གང་། སྤ་སྤ་ཞོ་

གང་། བི་ལིང་ཞོ་གང་། ཐོ་བ་རིལ་ཞོ་གང་། དབང་ལག་སྤང་གང་།

རྩྱ་ཏི་ཞོ་གང་། རྩྱ་མིན་ཞོ་གང་། ལྷག་སྒྲིལ་ཞོ་གང་། བ་རམ་སྒང་
གང་། ཨ་ཅུ་ཞོ་གང་། བ་ཅུ་ཞོ་གང་། སྐྱ་ཅུ་ཞོ་གང་།

ཕྱི་མར་བཏགས་ནས་མར་བྱས་སྒྲགས། སྐན་མར་བྱ། སྒྲང་
གིས་རིལ་བྱ་མེར་བ་ཅུས་ཅམ་བྱ། བྱངས་དགོང་ལ་གཅིག་རེ་བཞུག།
ཆུ་ཁོལ་རྩྱ་འཇམ་གྱིས་སྤལ།

སྟོབས་བསྐྱེད། མཁལ་ནད་མེལ། བྱད་པར་ས་པོན་འཇག་པ་
གཙོད།

42. འབྲུ་སྒྲིགས་བརྟན་པ།

འབྲུ་སྒྲིགས་ཉེར་གཅིག་(ཆང་ལ་སྐ་ཅི་བཏབ་པའི་ནང་བཙུ)
རྩྱ་ཏི་ཞོ་ལ། ཟངས་དྲིག་ཞོ་ལ། ཆུ་མ་ཅི་ཞོ་ལ། ལྷམ་འབྲུ་ཞོ་ལ།
མར་ཅུ་ཁན་ད་ཞོ་དོ། བྱང་བྲ་(བར་གཤོག་སྒྲངས་པ) བྱན་གང་།
གཏུས་ནས་ཁན་ད་བྱས་ཏེ་ནད་སྟོབས་དང་སྐྱར་ནས་གཏོང་།
ཆ་ཆུའི་རིགས་སྒྲིང་བར་བྱེད། སྐྱམ་མས་འཇུང་མི་ཅང་།

43. སྤལ་ཤ་བརྒྱད་མང་།

རྒྱ་ཆ་སྤུན་གསུམ། སྐ་ཅི་སྤུན་བཞི། ལུར་ཅུ་སྤུན་ལ། ཤུང་ག་
སྤུན་དུག་ལིས་དགུ། ཅུ་རྩྱ་ཞོ་གང་། ཨ་ཅུ་ཞོ་བཞི། བཙན་དུག་ཞོ་
བཞི། སྤལ་ཤ་(སྤམ་པོ) སྤང་གང་།

སྐན་རྣམས་ཞིབ་བཏགས་བྱས་ནས་ཉིན་རེར་མེངས་གཅིག་.....

དང་ཐེངས་རེར་སྤྱན་གསུམ་ནས་ལྷ་པར་རྒྱ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་གྱིས་སྤྲུལ།
གཤག་པ་འཛོམས།

44. བྱ་ཁྱུང་བརྒྱ་གསུམ།

ཨ་ཅུ་ཞོ་བཞི། ཅ་ཉ་ཞོ་གང་། རྩ་དག་སྤྱན་བརྒྱན། ལྷ་ཅི་དྲི་
ཐོན། ལྷན་ཆེན་ཞོ་བཞི། ལྷ་ཅུ་ཞོ་གང་སྤྱན་ལ། ལྷ་ཏིག་(ཉ་ལྷིས) ཞོ་
གང་སྤྱན་བརྒྱན། ལི་ཤི་ཞོ་གང་། རོ་ཏི་ཞོ་གང་། ཨར་ནག་ཞོ་དོ།
སིན་རྩ་ར་ཞོ་གང་། རོ་ཁབ་ལེན་ཞོ་གང་། ཤིང་མངར་ཞོ་གང་།
མཚལ་སྤྱན་བརྒྱན།

སྤྱན་རྩ་ཐོན་མ་བརྒྱ་གསུམ་ཞིབ་དུ་བཏགས་རྗེས་འདམ་འཐག་
ལེགས་པར་བྱས་ཏེ་གནག་ལ་འོད་འཛོར་བ་བྱུང་དུས་དེལ་བྱ་སྤྱན་.....
རྒྱང་ཅམ་བྱ། དེལ་བྱ་རྣམས་བསྐམས་ནས་ནེམ་རྩ་ཅུང་ཟད་ཡོད་
དུས་དཀར་ཡོལ་དུ་སྤྲུགས་ཤིང་མཚལ་གྱི་ཕྱེ་མ་བཏབ་ནས། དཀར་
ཡོལ་ཁར་རས་གཅིང་མས་བཀལ་སྟེ་དེལ་བཅག་ལེགས་པར་བྱ།

ཅ་དཀར་བཅས་སྤྲུག་གཟའ་ནད་དང་པགས་ནད་བཅས་སྤྲུག་
རྣམས་གྱི་གཉེན་པོ་མཚོག་ཡིན།

45. བྱུགས་པ་ཅ་དཀར་ཀྱན་སེལ།

སྤང་སྤྲོས། རྩ་དག་གོ་སྟོད། རོ་རྒྱས། གཡེར་མ། བུལ་ཏྲིག་
ཤིང་མངར།

སྐྱུ་རྒྱུ་ཞིབ་པར་བཏགས་ནས་མག་ཚིལ་སྟོང་པ་དང་སྐྱུར་
ཏི་ན་སར་བྱག་པར་བྱ།

ཅ་འཆུས་ཅ་རེངས་ཅ་འཆུས་དང་། །ཅ་མཐུད་གཞོགས་ཞ་
བཤལ་འདར་ཞོགས། །ཀུན་ལ་ཕན་པ་སྦྱང་བས་བྱབ། །

46. བྱེ་རིང་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད།

མཁལ་མ་གྲོ་ལོ་གང་། ཨར་ནག་ལོ་སྦྱིད། ལི་ཤི་ལོ་སྦྱིད། ར་
ཏི་ལོ་སྦྱིད། ཤིང་ཀུན་ལོ་སྦྱིད། ཅ་རྟ་ལོ་སྦྱིད། སྟོང་ལོ་ཤི་ལོ་སྦྱིད།
སྐྱུ་ཆེན་འབྲི་ཚིལ་མ་ལོ་སྦྱིད། སྐ་སྐ་ལོ་སྦྱིད། བི་ལིང་ལོ་སྦྱིད། བ་བ་
རིལ་ལོ་སྦྱིད། ཁ་ཅུ་ཆ་ལོ་སྦྱིད། བྱ་ཆོད་སྟོང་། འབྲོང་སྟོང་། རི་བོང་
སྟོང་ཞོགས་སྟོང་སྟེ་གང་འཛོམས།

སྐྱུ་རྒྱུ་ཞིབ་པར་བཏགས་ནས་བྱུར་སྐྱུ་གིས་རིལ་བྱ་ཐུན་
མ་ཅམ་དྲིལ། དཀོང་དང་ཚོ་རེངས་རིལ་བྱ་གསུམ་ནས་བཏུན་བར་
ཆང་ངམ་ཆུ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་གྱིས་འབུལ་ནས་ཁོང་ཅུ་བརྟེན།

སྟོག་ཅར་རྒྱུང་ཞུགས་པ། སེམས་མི་བདེ་བ། སེམས་འཇུ་བ།
སྦྱོ་བ། སྐྱགས་པ་བཅས་ལ་བཏུད་ཅི་འདྲ། རྒྱུང་ནད་སྦྱི་ལ་ཕན།

47. བྱིས་པའི་སྦྱི་སྐྱུ།

ཅུ་གང་དང་དོམ་མཁྱིམ་གཉིས་སུན་གང་རེ། བྱུར་བྱུམ་སུན་
བཞི། གི་མང་། ཆ་ལ། བྱ་བྱལ། སྐ་ཅི་རྒྱུས་སུན་ལྟ་རེ།

སྒྲུབ་ན་མས་ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ནས་ཉིན་རེར་ཐེངས་གསུམ་དང་...
ཐེངས་རེར་ཕྱན་གང་ཚུ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་གྱིས་སྤུལ། (སྒྲུབ་ནས་ལོ་.....
གཉིས་བར་གྱི་བྱིས་པའི་འཁྱུང་ཚད)

ཆ་ཁེལ། རྒྱ་ཆ་ཁེལ་བའི་མཚོག་མཆིན་ཚད་དང་མཁྱིས་ཚད།
མཁྱིས་པའི་ནད། རྒྱ་ཚད། རྒྱ་གཞེར། སོ་ཚད་སོགས་ལ་ཕན།

48. བཀ་ཁྱུང་།

དོན་མཁྱིས་དང་སྤྱི་ཅི་གཉིས་ཕྱན་བཞི་རེ། ལི་ག་རུར་སྤང་
གང་། རྩ་དག་ནག་པོ་སྤང་དོ། ག་ཕྱར་དང་སྒྲན་ཆེན་གཉིས་སྤང་
བཞི་རེ། མ་རུ་སྤང་ལ། སྤི་ཡང་ཀྱང་དང་སྤྱག་སྤེལ། བོང་དགར་
ན་མས་སྤང་བརྟན་རེ། ཨ་རུ་སྤང་བརྟན། བཀ་ཁྱུང་དང་ཕྱར་ཕྱམ་
རྒྱ་མ་གང་རེ།

སྒྲུབ་ན་མས་ཞིབ་པར་བརྟགས་ནས་ཉིན་རེར་ཐེངས་གཅིག་.....
ནས་ལུ་བར་དང་ཐེངས་རེར་ཕྱན་གང་ནས་དྲོ་བར་ཚུ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་
གྱིས་སྤུལ།

བཀ་ཁྱུང་ཞེས་བྲགས་སྤྱོད་ཀྱི་བྲག་མཁྱིས་དང་། །སོ་སོག་
གཉན་སྤྱན་གཞེར་རིགས་གང་ཡིན་ཡང་། །སོ་བར་བབས་པའི་
བརྟན་ཅིར་འཕྱར་བ་ཡིན། །

49. འབྲུག་རྩས་གསུམ་པ།

འབྲུག་རྩས། ཉིག་ཏ། བྱ་བྱལ།

སྤྲུལ་རྣམས་ཆ་མཉམ་ཞིབ་ཏུ་བཏགས་ནས་ཉིན་རེར་སྦངས་པ་.....
གཉིས་དང་སྦངས་རེར་སྤྲུལ་དོ་རྒྱ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་གྱིས་སྤལ།
ཁྲག་རྒྱང་སྟོང་འཛང་རྒྱུན་གྱིས་མགོ་ན་བར་པན།

50. འཁྲོང་ར་བརྩུ་བྱག

འཁྲོང་ར། ཨ་ར། ཅན་དན་དཀར་པོ། ཟུང་པལ། བོང་དཀར།
ཉིག་ཏ། གསེར་མེ། ཏུག་མོ་ཏུང་། ར་ར། ཆ་ལ། སི་ལིང་། རྩ་མིག་
བཅའ་ལ། གཅན་གཟན་རྩས་པ། ཅོང་ཞི། འཁྱོན་ཐལ།

ར་དང་རྩས་པ་རྣམས་སེར་ཅན་བསྐྱེགས་ནས་ཕྱེ་མར་བཏགས།
སྤྲུལ་གཞན་རྣམས་ཞིབ་པར་བཏགས་ནས་ཉིན་རེར་སྦངས་གཅིག་.....
གཉིས་དང་སྦངས་རེར་སྤྲུལ་དོ་གསུམ་རྒྱ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་གྱིས་སྤལ།
བར་སྤྲུལ་ཆ་བ་སེལ།

51. འཁྲོང་ཁྲག་བརྩུང་པ།

འཁྲོང་ཁྲག་སྤང་གང་། ཨ་ར་ཞོ་ལ། རྩ་མ་ཁྲིས་སྤྲུལ་ལ། སྤ་ཅི་
དྲི་ཐོན་ཅན། བྱར་བྱམ་ཞོ་ལ། སི་ལིང་ཞོ་ལ། སོ་བ་རིལ་ཞོ་ལ། བྱ་
བྱལ་དཀར་པོ་ཞོ་ལ། བྱ་བྱལ་ནག་པོ་སྤྲུལ་ལ།

སྤྲུལ་རྣམས་ཞིབ་པར་བཏགས་ནས་ཉིན་རེར་སྦངས་གཉིས་.....

དང་ཐེངས་རེར་སྤྱད་དོ་བཞེན། རྒྱལ་ཁྲོ་འཇམ་གྱིས་སྤུལ། བད་
ཀན་མིད་འཆུས་ལ་ཕན།

52. མོ་ནད་ཀྱན་སེལ།

ཡུ་མོའི་སྤུ་གྲུ་ཁོང་གནས་ཞིབ་བཏགས་ལ། སེང་ཕོས་སྤུལ་
བཏང་མོ་ནད་ཀྱན་ལ་ཕན།

53. མང་སྦྱར་ཆེན་མོ།

ག་སྤར་ཞོ་གང་། ཅུ་གང་། གྱར་གྱུམ། ཅན་དན་དཀར་པོ། ལི་
ག་རྩར། བ་ཤ་ག་གསེར་མེ། གྱི་ལྷེ་དཀར་པོ། རྒྱག་མོ་ཁྱུང་། བོང་
དཀར། གཡའ་གྱི་མ། ལྷ་མཁྱིས་བ་མོ་ཁ། རྒྱག་ཆེར། ཤིང་མངར།
དོམ་མཁྱིས་སོགས་(མཁྱིས་སྤྲ་བཞི) རྣམས་ཞོ་ལྷ་རེ། རིག་ཏུ་སྤང་
གང་།

སྦྱན་རྣམས་ཞིབ་བཏགས་བྱེ་མ་ཉིན་རེའི་གུང་གཉིས་ལ་ཐེངས་
རེར་ཁེམ་བྱ་གང་རེ་རྒྱལ་ཁྲོ་འཇམ་གྱིས་སྤུལ།

མཁྱིས་ཆོད་མཁྱིས་སྦྱན། མཁྱིས་བ་བགས་ལ་བཀྱམ་པ། མཁྱིས་
བ་ཁྲ་ལ་སོགས་ལ་ཕན།

54. མིག་སྦྱན་གྱར་གྱུམ་ཉེར་ལ།

མིག་ནད་སྦྱན་རྒྱར་གྱར་གྱུམ་ཉེར་ལ་ནི། །སྦྱན་མེད་ལྷགས་
རིལ་རིན་ཆེན་སྦྱར་བ་ལ། །དེ་ལ་དང་པོ་ཙ་བའི་སྦྱན་བརྩན་ནི། །ཨ་

ཅུག་མེར་མདོག་ཅུལ་སྤངས་མེད་པ་བརྟུ། །ཁྱད་པར་བརྟུད་ཅི་འོད་
 ལྷན་རིགས་གསུམ་པོ་(རྟག་ཅུ་མེར་པོ་བཟང་ཤོས་མེ་རྟོག་ཅུང་ལུག་...
 པ། གཞན་དྲོད་སྤྱེས་ཆེ་ཆུང་གཉིས་བཅས་རིགས་གསུམ་)། །སྤང་
 བརྟུན་ཨ་མ་སྤང་བཞི་བྲག་(ལུན་)སྤང་གང་། །བ་ཅུ་ར་དང་སྤྱུ་ཅ་
 བཟང་པོ་བརྟུན། །ལྷགས་ལུན་(ལྷགས་བརྟུངས་པའི་དྲིག་པ)ཕྱེ་མ་
 སྤང་དོ་ཅི་བཞིན་འཐག། །གར་སྤྲོ་ཞོ་ཅམ་ལྷགས་སྤྲོད་ནང་ཅུ་སྤྱགས།།
 །ཁེབས་ལྷན་རས་དཀར་དྲི་མ་མེད་པར་བརྟུམས། །རིན་ཆེན་སྤྲོད་ཅུ་
 ཞག་གསུམ་བསྐྱེལ་བྱས་ན། །བྱང་བའི་མདོག་ལྷན་མཐིང་མཆོར་ཁ་
 དོག་འབྱུང་། །དེ་ལྷར་ཡན་ཡག་སྤྲོན་ནི་འདི་ལྷར་ཡིན། །ཁ་ཆེ་བྱར་
 བྱམ་བཟང་པོ་ལུན་ལྷ་དང་། །བཟང་ཅུག་(རྫོ་རྟི། ལི་ཤི་ཅུ་གང་།
 བྱར་བྱམ། ལུག་སྤེལ། ཀ་ཀོ་ལ།) ལུན་རེ་འཕགས་བྱེད་(ཨ་ཅུ) ལུན་
 བཟང་གཅིག །སྤྱ་ཅི་དོ་མ་མཁྱིས་གི་ལང་ལུན་གསུམ་རེ། །མུང་
 ཅི་(དཀར་དམར་གཉིས) སྤལ་རྒྱུ་གངས་ཐིག་རིན་ཆེན་མཆོལ། །
 །ཁབ་ལེན་ཅོང་ཞི་ཅུ་རྟ་ཅན་དན་གཉིས། །རྒྱ་ཅུ་བམེ་ཅུ་ཁ་ཤ་ཤ་བའི་
 ར། །པི་ལིང་ལྷན་པལ་སྤྱེར་ལུན་སུམ་ཅུ་རྟིག །པོང་བ་དཀར་པོ་རྟོང་
 ལེན་བ་ཤ་ཀ །ཨ་གར་ནག་པོ་ཉ་ཕྱི་ལྷགས་སྤལ་ཉ་(མིག་གང་
 འཛོམས་རྣམས)། །གསང་སྤྲོན་(མེ་འབྱུ་ཞོ་གང་། འཕྱོན་ལུ་
 བསྤྱེགས་ཐལ། ཨ་ཅུའི་ཅུས་པ་ལྷགས་སྤྲོད་ཅུ་བཅོས་པའི་ཁྱ་བས་
 འདམ་འཐག་ལེགས་པར་བྱ) དང་བཅས་འདམ་འཐག་ལེགས་པར་...

བྱ། སྤྱང་དཀར་སྤང་མེད་ཏྲ་སྤྱར་རིལ་བྱར་རིལ། །

མོ་རེངས་རིལ་བྱ་ལྟ་རེ་རྒྱ་ཁོལ་སྤུལ། །མིག་ནད་རབ་རིབ་མྱེ་
ནད་པར་འགྲིབ་དང་། །རྒྱལ་མོ་འདལ་དང་རྒྱ་འབྲུགས་ཅ་མདངས་
ཉམས། །ཤ་འཛེར་རྩ་དང་ཡིང་ཉླ་རྩ་ར་མོགས། །མིག་ནད་སྤུལ་
ཅུའི་གཡུལ་ལས་ནམ་པར་རྒྱལ། །བྱང་པར་རྒྱལ་ལྟ་སྤུལ་འགྲིབ་
ཐམས་ཅད་དང་། །འདུས་འགྲིབ་ནད་ལ་རྩོ་རྩེ་པ་ལམ་ཡིན། །གཞན་
ཡང་སྤྱར་རྒྱལ་རྩིང་བ་དང་། །ལྟ་འདུས་འགྲམ་འབྲུགས་བྱ་བ་
དང་། །སྤྱལ་པོ་ཁྲག་སྤྱལ་ཐམས་ཅད་མེལ། །མཆིན་མཆོར་ཁྲག་
བབས་མཁུས་པ་ཁྲ་ཡ་བྱང་། །མ་ཁྲས་མེལ་བ་མྱོང་བས་བྱུབ་པའོ། །

55. དམ་རྒྱུ་རྩི་སྤུལ་སྤུལ་མོད་སྤྱར།

(ཀ) རྩི་མོད། ཐག་མོད། ཏྲ་མོད། འཕྱི་མོད། ཡ་ཏ། བ་
ཏ། ཡ་རྩིང་། ཅོང་ཞི། ཐག་བྱན། བྱང་ཁ། ཤིང་ཀྱན། རྒྱ་མོ། དཔྱི་
མོང་། སྤུབ་ཀ་བ་ནམས་སྤང་གང་རེ།

(ཁ) རོ་རྩི། སི་སི་ཡིང་། མེ་འབྲུ། རྩིག་སྤུལ། ལྷམ་བྱན། སྤུལ་
བྱན། ཐལ་བ། སྤྱར་མ་ནམས་སྤང་གང་རེ།

སྤུལ་སྤུལ་ཀ་བ་ནམས་ཞིབ་བཏགས་མྱེ་མ་མར་དང་ཞག་གིས་……
བརྩིས་ནས་སྤུལ་བཏགས་བྱས་པའི་ཐལ་བའི་ནད་ཏྲ་སྤུལ་སྤུལ་ཁ་བ་……
ནམས་ཞིབ་པར་བཏགས་ནས་བཏགས་ཏེ་ཞིབ་པར་འཐག ཉིན་རེར་
ཐེངས་གསུམ་དང་ཐེངས་རེར་སྤུལ་དོ་རེ་བཏུན། རྒྱན་བྱིས་ལ་སྤུ་

རམ་སྒྲན་རྟ་བྱེད། མཆིན་ཚད་ཅན་ལ་ཀ་ར་དཀར་པོ་སྒྲན་རྟ་བྱེད།
ཕྱི་ནང་གསང་བའི་དཔྱ་ཆུ་ཐམས་ཅད་སེལ།

56. ལྷ་ཐག་བརྩ་གསུམ།

དྲེས་འབྱ། བཙོད། རྩ་སྤྱེགས། ལྷ་མཁན། རྟིག་སྤྱིན། ཐང་
ཕོ་མ། བ་ཤ་ཀ། མཁལ་ཞོ། ཨ་འབྲས། འཇམ་འབྲས། སྲ་འབྲས།
གསེར་ཕྱ། རྩ་ཚ།

སྒྲན་ནམས་ཆ་མཉམ་ཞིབ་བཏགས་ཕྱི་མ་ཉིན་རེར་ཐངས་.....
གཅིག་དང་ཐངས་རེར་ཕྱན་དོན་ས་གསུམ་བཞེན། རྩ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་
ཕྱིས་སུལ།

འབྲས་བུ་སྤྱངས་པ་སེལ།

57. ལྷ་སྦྱོང་།

བྱང་ཁྲ་གཉིས། དན་རྟགས་གསུམ། ར་ཏི་ཞོ་གསུམ། ཨ་རུ་ཞོ་
གང་། རྩ་ཚ་ཅུང་ཙམ།

སྒྲན་ནམས་ཞིབ་བཏགས་བུ་རམ་སྒྲན་ནས་རིལ་བུ་སྒྲན་ཆུང་.....
ཙམ་བྱ། ཉིན་རེར་ཐངས་གཅིག་དང་ཐངས་རེར་རིལ་བུ་ལྷ་བརྟན་
གཏོང་། རྩ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་ཕྱིས་སུལ།

བདེབ་ལྷུང་གིས་བྱང་ཁོག་ལ་རྟག་བསགས་པ་དང་། ཕྱི་ལ་
རྟོལ་བ་སོགས་ལ་ཕན། སྒྲམ་མས་བཞེན་མི་རུང་། ལུས་ཞན་པས་

གཟུང་དགོས།

58. ཚ་ལ་བྱུག་པ།

ཚ་ལ། ཕྱི་ཉིང་ཀ མ་ཅུ་ཅི། སྒང་མཁྱིས། ཤ་ཁྲག
སྒྲན་རྣམས་ཞིབ་བཏགས་ཕྱེ་མ་ཉིན་རེར་ཐེངས་གཅིག་ནས་……
གཉིས་བར་དང་ཐེངས་རེར་ཕུན་དོན་གསུམ་བར་བསྟེན། ཟུ་ཁོལ་
རྫོ་འངམ་གྱིས་ཕུལ།

སྒང་སྒྲན་འགག་ལེལ།

59. བ་སྒྲོ་ཉེར་ལ།

གི་སྒང་། ཅན་དན་དཀར་པོ། ཅུ་གང་། སྒར་ཕུམ། ཉིག་ཏ།
བ་ཤ་ཀ ཉོང་ལེན། ཐོང་ང་དཀར་པོ་རྣམས་ཞོ་ལ་རེ། མ་རུ་སྒང་
གང་། ཀན་ཏ་ཀ་རི་ཞོ་ལ། སྒེ་ཉེས་སྒང་གང་། སྒྲ་སྒྲ་ཕུན་ལ། ཨ་ཅ་
སྒང་གང་། བ་ཅ་སྒང་གང་། སྒྲ་ཅ་སྒང་གང་། ཉུར་བུ་ཞོ་ལ། ཕུན་
འབྱུམ་ཞོ་ལ། ཤིང་མངར་ཞོ་ལ། ལི་ག་རུར་ཞོ་ལ། སྒང་ཕུན་དཀར་
པོ་ཞོ་ལ། བ་ཡག་ཅ་བ་ཞོ་ལ། ཨ་ཀོང་ཞོ་ལ། ཟི་ར་དཀར་པོ་ཞོ་ལ།
བཏུད་ཅི་ལོ་མ་ཞོ་ལ། བ་སྒྲོ་སྒྲམ་པོ་ཕྱེ་མ་སྒང་དོ།

སྒྲན་རྣམས་མཉམ་ཐེབ། བ་སྒྲོ་ཆ་གཉིས་ཞིབ་བཏགས་བྱ།
ཉིན་རེར་ཐེངས་གཉིས་ནས་གསུམ་བར་དང་ཐེངས་རེར་ཕུན་དོན་……
ནས་གསུམ་བསྟེན་བར་བྱ། ཟུ་ཁོལ་རྫོ་འངམ་གྱིས་ཕུལ།

ཚད་པ་ཆེ་ཆུང་སྒྲིང་དང་རྩ་ལ་ཞེན། སྒྲིལ་ཆེན་འགྲོག་དཀའ་
 དཔུགས་སྤྱང་གྲེན་མི་འཕར། སྒྲིལ་བརྒྱལ་ཞིང་འཚངས་ནས་
 དཔུགས་སྤྱང་དཀའ། འབྲུལ་ན་སྒྲིལ་གྲེན་ཅིང་ཉམས་མི་བདེ། །
 ལྷང་པ་མང་རྩ་ལ་ཞིང་ན་ཆུང་འགྲོགས། རྩ་ཆེན་ཆ་ཞིང་ཕྱི་ལ་གྲོང་
 ཞིང་ཞིངས། ཚད་གཟེར་ཆ་རྒྱས་ཆ་ལྷན་སྒྲིལ་སྒྲུབ་སྒྲོས་སྒྲོགས། སྒྲིན་ད་
 བརྒྱལ་སྒྲུབ་འདི་སྒྲིབས་པས་ཚོག།

60. གཟའ་ནད་སྒྲན།

ཏེ་ལའི་ཤ་ཟི་ར།

སྒྲན་གཉིས་ཆ་མཉམ་ཁྲུམ་ཁྲུམ་བྱ། ཉིན་རེར་ཐེངས་གཉིས་
 ནས་གསུམ་བར་དང་ཐེངས་རེར་སྒྲན་ཞོ་གསུམ་ནས་ལྷ་བར་རྒྱར་.....
 གདུས་ནས་ཁོང་རྩ་བ་ཉིན་པར་བྱ།

གཟའ་ནད་ལེལ།

61. འལ་མོ་ཉེར་ལ།

འལ་མོ་མེ་སྤང་གང་། མེ་འབྲུ། ཤིང་ཚ། སྤོ་བ་རིལ། རྒྱུ་ཚ།
 ཨ་ཏ། མ་རྩ། ལུ་ལ། རྒྱུ་ཚ། སྤོ་བ་རིལ། སྤོང་དཀར། མཚལ།
 རྩ་མ་ཁྲིས། རྒྱུ་ལྷོགས། བཅོད། འལ་མོ་ག་པར་མའི་འབྲུ། རེ་སྒྲན་
 པ། བ་ཤ་ག་ཨ་ག་ཏ། ར་ཏི། ཅན་དན་དམར་པོ། ཟེ་ཚ། ཉར་བྱ།
 རྒྱལ་ཤ། (སྤུ་པོ) རྩམས་སྤྱན་ལྷ་རེ། བ་སྒྲུ་ཞོ་གང་།

སྒྲུབ་ན་མས་ཞིབ་བརྟགས་བྱེ་མ་ཉིན་རེར་ཐེངས་གཉིས་ནས་.....
གསུམ་བར་དང་ཐེངས་རེར་ཕུན་དོན་གསུམ་བར་རྒྱ་ཁོལ་དྲོ་.....
འཇམ་གྱིས་ལུལ།

མོ་ནད་ཁྲག་ཚབས་རྒྱང་ཚབས་སྤྱན་ཚབས་དང་། སྤྱིང་པ་
རྒྱང་དང་རུས་ཆོགས་ཁོལ་ཞིང་ན། རྒྱ་ཞབས་མཆོན་མཁྱིམ་རོ་སྤྱད་
འཁོར་ཞིང་ན། ལྷག་པར་རོ་སྤྱད་ཕྱག་མིག་ཁོལ་བ་དང་། འདོམ་
སྤངས་ཚང་ར་རྒྱ་ཞབས་མཆོན་མ་གཟེར། སྤྱིང་སྤྱིག་རོ་སྤྱད་གཟེར་
འབྱེལ་རྒྱ་བ་འོན། ཀྱན་སེལ་མན་ངག་འཇམ་སྤིང་ནོར་བྱེད་གྲགས།

62. ཡ་འཛོམས་རྩོ་རྩུང་པ། (1)

ལང་ཐང་ཅི། ཤ་བོའི་ཆོལ།

ལང་ཐང་ཅི་ཞིབ་བརྟགས་བྱེ་མ་ཤ་བོའི་ཆོལ་གྱིས་བརྩིས་ནས་.....
བསྟེགས་པའི་རུ་བ་སྒྲ་བ་སོགས་ན་སར་བརྟགས།
ཡ་མ། སྒྲ་སྤྱན། མིག་སྤྱན། མགོ་ན་བ་སོགས་ལ་ཕན།

63. ཡ་འཛོམས་རྩོ་རྩུང་པ། (2)

བྱི་ཏང་ཀ་དང་གྲུ་གུལ་ཤུ་དག་ནག གར་ནག་ཐང་སྤོམ་འབྲས་
བྱ་ཤ་བོའི་ཆོལ། རུ་བས་བརྟགས་པས་ཡ་འཛོམས་རྩོ་རྩུང་ཐེར། །
ཕན་ཡོན་གོང་དང་མཚུངས།

64. གཡུ་རྒྱུ་རིན་ཆེན་བརྩ་བཞི།

ལྷན་གྲུམ་རྒྱུ་མ་གང་། ཅོག་ལ་སྤང་གསུམ། ལྷ་ཅི་ཕུན་དོ། ལྷན་
ཆེན་སྤང་བརྒྱད། ལི་ཤི་སྤང་ལྷ། ཅན་དན་དམར་པོ་སྤང་བཞི། གི་
ལང་། བསེ་ཏུ། འཇམ་འབྲས་ནམས་སྤང་གང་རེ། ཨ་ཏུ། བག་ལྷན།
སྤྲུ་ཏུ། བ་ཏུ། ཏ་ན་ནམས་སྤང་བརྩན་རེ།

ལྷན་ནམས་ཞིབ་བཏགས་ཕྱེ་མ་ཉིན་རེར་ཐངས་གཅིག་ནས་.....
གསུམ་བར་དང་ཐངས་རེར་ཞོ་གང་ཁྱ་རམ་ཐང་གིས་སྤུལ།

མཆིན་པ་སྤངས་པ་དང་ཡིད་ག་འཆུས་པ། མ་ལྷ་བ། ཤ་སྒྲེམ།
དབང་པོ་ཉམས་པ་ནམས་ལ་ཕན།

65. ཏུས་པ་ཆག་པ་དང་ཅ་དང་ལྟ་བ་འཛིན་བྱེད།

ཕྱག་རོན་གྱི་ཤ་སྤང་གང་། ལྷན་ཤིང་ཆེ་བ་ཞོ་གང་། འབྲི་བའི་
མཆེ་བ་ཞོ་གང་། ཏུག་པའི་ཏུས་པ་ཞོ་གང་། རྩོ་ལྷན་ཞོ་དོ། ཅོག་ལ་
ཞོ་དོ། དཏུལ་རྒྱུ་ཐལ་བ་ཞོ་ལྷ། ལྷ་བས་སང་ཞོ་ལྷ།

ཕྱག་རོན་ཤ་བཅོས་ནས་སྤྲུ་བ་ཏུ། ལྷན་གཞན་ནམས་ཞིབ་མོར་
བཏགས་ནས་ཕྱེ་མ་ཉིན་རེར་ཐངས་གཉིས་ནས་གསུམ་བར་དང་.....
ཐངས་རེར་ཕུན་དོ་ནས་གསུམ་བར་ཕྱག་རོན་ཤིང་སྤྲུ་བས་སྤུལ།

ཏུས་ཆག་འཕྱོར། ལྷ་མེར་སྒྲེམ། ཤ་ལྷ་སྒྲེད། བ་ལྷག་འཛིམས།

66. ཅུས་བརྩུད་གསུམ་ཐང་།

ལྷག་གི་སྤྲོ་ལོང་། སོག་ལྷ། གཞུག་ཆུ་སོགས་ཅུས་སྤྲོ་ནམས་
གདུས་པའི་ཁྲ་བ་རྒྱ་མ་གང་དང་རྒྱ་ཚ། དེའི་ནང་ཇ་ཉི་ཞོ་གང་། སྒ་
སྤྲོ་ཞོ་གང་། གོ་སྤྲོད་ཞོ་གང་བཅས་ཕྱེ་མར་བཏགས་ནས་བཏབ།
གདུས་ནས་སུམ་ཆའི་གཅིག་ལྷས་རྗེས་རྩོ་འཇམ་ཁོང་ཏུ་བསྟེན།

རྒྱང་ནད་མ་ལྷས་འཇོམས་ཤིང་དུན་པ་གསལ།

67. རི་མིག་དགུ་བའི་སྦྱར་བ།

ཡུང་བ། སྦྱར་ཤུན། གཟེ་མ། སྦྱ་ཏ། སུམ་ཤ རི་མིག དབང་
ལག སྦྱར་གུམ་ནམས་ཆ་མཉམ། རོམ་མཁྲིས་ཏུང་ཅམ།

སྦྱན་ནམས་ཕྱེ་མར་བཏགས་ནས་ཉིན་རེར་ཐངས་གཉིས་ནས་
གསུམ་བར་དང་ཐངས་རེར་སྦྱན་གསུམ་ནས་བཞི་བར་རྒྱ་ཁོལ་རྩོ་
འཇམ་གྱིས་སུལ།

མཁལ་མ་ཅ་འགམ་གྱིས་བསྦྱེད་པའི་གཅིན་སྦྱི་རྒྱ་ལྷག་པ་དང་།
རྒྱ་སྤྲོ་ས་ཐོན་འཇག་པའི་རིགས། ཐེམ་བྱས་བཀག་བཞིན་འགྲོ་རེས་
ཡིན།

68. རོ་ཅ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ།

དབྱར་རྩ་དགུན་འབྱ་དང་གཡེར་མ་གཉིས་ཞིབ་བརྟུངས་ཕྱེ་
མས་མཆིལ་བའི་ཤའི་ཁོག་པ་བཀང་ལ་བཙོས་ནས་ཁྲ་བ་རང་ཐེམ་བྱ།

ཨ་ཅུ་དང་དབང་ལག་ལྷག་མུར་འོ་མའི་ནང་བཅོ། དེ་རྣམས་
བསྐྱམས་རྗེས། ར་ཏི། ལྱར་ལྱམ། གི་མང། རྣམ་མཁྱིས་སོགས་ཁ་
ཚར་གདབ། ད་ཕྱིད་དང་གངས་སྤལ་རྟེན་ན་རབ།

སྒྲན་རྣམས་ཞིབ་བཏགས་ཕྱི་མ་སྒྲར་གིས་རིལ་བུར་ལྷག་རིལ་.....
ཅམ་འབྲིལ། རིལ་བུ་གསུམ་ལྷ་ཉེར་གཅིག་སོགས་ཐོ་རེངས་ཆང་གིས་
ལུལ་ནས་བརྟེན་པར་བྱ།

མན་ཡོན་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་ཉེ། །བྱད་པར་རོ་བཅའི་དོན་
མཆོག་བྱེད། །ལུས་ཀྱི་བྱུངས་བཏུན་རྒྱས་པ་ཡིས། །རིགས་སྒེལ་
བཀྲགས་མདངས་དབང་གསལ་འཕྱར། །

69. རོ་ཅའི་སྒྲན།

ད་ཕྱིད། སྤམ་ཤ་ ཆངས་པ། བྱིམ་བྱ། ལྷག་རོན། མཆིལ་བ།
ནས་ཟན་མགོ་གཙང་ཉ་རྣམས་སྒྲར་གང་རེ། ཐང་སྒོམ། དབང་པོ་
ལག་པ། ཉེ་ཤིང་། ཅོང་ཞི། ལུ་རམ་རྣམས་ལུན་ལྷ་རེ།

ར་ལྷག་འབྲས་འོ་མར་བཅོས་པ། ཀ་ར། ཏིལ་རྣམས་བསྐྱེས་
ནས་རིལ་བུ་མེར་བ་རུས་ཅམ་བྱ།

ཁུ་བ་ཟད་པ་འབྲལ་བུ་བསྐྱེད།

70. ལྷག་ཁྲད་རིལ་བུ།

བྱེ་རིང་ལྷག་ཁྲད་རིལ་བུ་ནི། །ཤིང་ཀུན་ཏང་ཀུན་ཡར་ནག་ཇ་

ཉི་དང་། ཅུ་རྟ་ཡི་ཤི་གོ་སྟོང་སྟེ་མ་རྣམས། ཞིབ་བཏགས་ལྷག་གི་
 གྲུང་པས་ཁྱ་བ་བྱ། འདས་འཐག་ཟན་ཅམ་བྱས་པ་རིལ་བྱར་དྲིལ། །
 མར་དཀར་བཅག་ཆོད་དྲངས་མར་སེར་ཅམ་བརྟེས། ཁྱུང་གི་རྩས་
 ལྷ་ཆང་གིས་སྤལ་ལ་གཏོང་། མགོ་འཁྱོམ་བད་རྒྱང་སེལ་བའི་བརྒྱད་
 ཅི་ཡིན། །

71. ཤ་སྟོར་བརྒྱད་པ།

སྟུ་ཀའི་ཤ་སྟན་གསུམ། ལྷག་གི་གྲོ་བ་སྟན་ལ། རྩང་བཞེགས་
 ཐལ་བ་སྟན་གཅིག ལྷ་གལ་སྟན་གཅིག ཡི་ཤི་སྟན་གཅིག ཡ་ཅ་
 སྟན་གཅིག བ་ཅ་སྟན་གཅིག སྟུ་ཅ་སྟན་གཅིག ཉ་ཕྱིས་སྟན་གཅིག
 ཞིབ་བཏགས་སྟེ་མ་ཉིན་རེར་སྟོ་སྟོང་སྟན་གསུམ་རྒྱ་ཁོལ་དྲོ་.....
 འཇམ་གྱིས་སྤལ།

སྟུ་བ་ཐམས་ཅད་རང་ཞིར་འགྱུར།

72. ཤིང་རྟ་བྱག་པ།

སྟུ་ཅི་དྲི་ཐོན་ཅམ། ཅུ་རྟ་ཞོ་གང་། སྤང་ག་ཞོ་གང་། ཡ་ཅ་ཞོ་
 གང་། ཐོང་ང་སྟན་ལ། ཤིང་རྟ་མོའི་ཤ་(སྟུ་མ་པོ་)སྤང་གང་།

སྟན་རྣམས་ཞིབ་བཏགས་སྟེ་མ་རྒྱ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་གྱིས་སྤལ།
 ཉིན་རེར་ཐོངས་གཅིག་གཉིས་དང་ཐོངས་རེར་སྟན་དོ་གསུམ་བརྟེན་
 པར་བྱ།

ཡ་མ་དཀར་ནག་ཁ་གསུམ་སྒྲིན་རིགས་ནད། མེ་དབལ་ཚུ་ཡིས་
གསོད་དང་མཚུངས།

73. མེ་འབྲུ་བརྒྱད་པ།

མེ་འབྲུ། ཤིང་ཚ། སྐྱག་སྒྲིལ། བི་ལིང་། ཅོང་ཞི(ཚྭ་ད་
བརྒྱལ) རྩམ་ཚྲ། ཨ་ཏུ་ར་བཅས་ཆ་མཉམ།
གྲ་བྱུན་བསྐྱེགས་ཐལ(བྱངས་བསྐྱེད) སྤྱི་དང་མཉམ།
སྒྲན་རྣམས་ཞིབ་བཏགས་བྱས་ནས། ཉིན་རེར་ཐེངས་གསུམ་
དང་ཐེངས་རེར་ཕུན་དོན་གསུམ་བར་ཚུ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་གྱིས་སྤུལ།
མ་ཁྲུ་བ་འཇུ། ཞེན་སྒྲན་འཇོམས།

74. མེ་འབྲུའི་སྦྱོར་བ་ཁ་ཚར་ཅན།

སྐ་སྐ། བི་ལིང་། སྐ་བ་རིལ། རྩམ་ཚྲ། རྩམ་ཚྲ། ཨ་ཏུ་ཚྲ། མེ་འབྲུ།
ཀ་ར་དཀར་པོ། སྤྱང་གིའི་ཚ་བ། གྲ་པོའི་གྲེ་བ་བསྐྱེགས་ཐལ།
སྒྲན་རྣམས་ཞིབ་བཏགས་སྤེམ་ཁྲུག་ཏུས་ཐང་གིས་སྤུལ། ཉིན་
རེའི་ནངས་དགོང་ཐེངས་གཅིག་ནས་གཉིས་བར་དང་ཐེངས་རེར་.....
ཕུན་དོན་གསུམ་བར་བསྐྱེན།
བད་ཀན་གསོ་ཞིང་མ་ཁྲུ་འཇུ།

75. སེམས་ཀྱི་བདེ་བྱེད།

མཁལ་མ་གྲོ་ལུ་ཞོགང་ཨ་གར་ནག །རྩ་ཏི་ལི་ཤི་ཏུ་རྩ་ཏི་ཞོ་

ག ཤིང་ཀུན་སྒྲན་ཆེན་འདི་ཆོལ་ཆ་བ་གསུམ། །ཁ་ཅུ་ཆ་ནམས་ཞོ་
བྱེད་རེ་སྒྱུར་ལ། །རི་པོང་ཉིང་བསྐྱན་སེམས་ཀྱི་བདེ་བྱེད་ཟེར། །

སྒྲན་ནམས་ཞིབ་བཏགས་སྤྱེ་མ་ཉིན་རེར་ཐེངས་གཉིས་གསུམ་...
དང་ཐེངས་རེར་སྒྲན་གསུམ་ནས་ལྷ་བར་རྒྱ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་མམ་ཆང་...
གིས་སྤུལ།

སྒྲན་སྒྱུར་འདི་ཡིས་རྒྱང་ནད་ཐམས་ཅད་དང་སྒྲིག་ཅར་རྒྱང་.....
ཞུགས་སྒྲོ་སྒྲུགས་སོགས་ལ་བསྟགས།

76. སྒོ་མ་སེང་གེ

ཅངས་པ། དེ་སྟེ། སྤུག་ཕོན། མཆིལ་བ་ནམས་ཀྱི་ག་དང་ལྷན་
བ(སྐམ་པོ)སྤང་གསུམ་རེ། བྱ་སྒྲོང་། གོ་ཤེ(སྐམ་པོ)སྤང་གང་རེ།
ཨ་ཅ། སྤང་འབྲས། སྤུག་སྒྲིལ། རྒྱ་ཚྭ་ རོ་ཏི། ཐང་སྒོ་མ་དཀར་པོ་མེ་
ཏོག་འབྲས(སེར་ཅམ་བརྗོད་པ) བཀལ་ཞོ། ཤིང་མངར། ལྷམ་
འབྲས། ཐིག་སྟིན། ག་སྤང་། སྒྲན་སྐྱ་ནམས་ཞོ་གསུམ་རེ། གཡེར་མ་
རྟོག་ལ། ཐལ་ཀ་རྟོ་རྟོ་རྟོག་བཏུན།

ཞིབ་བཏགས་རྒྱང་གིས་རིལ་བྱ་སེར་བ་ཅུས་ཅམ་འདྲིལ། ཉིན་
རེར་སྤྱང་ཤོང་གཉིས་གསུམ་བསྟེན། ཆང་གིས་སྤུལ།

མདངས་གསལ་ལྷས་བཟང་ཆེར་བསྐྱེད་ཅིང་། ། །ཆོ་རིང་སྤྱ་
དཀར་གཉེར་མ་མེད། །

77. གསེར་མདོག་ལྟ་པ།

ཨ་ཏུ་ཡང་གང་ཞོ་རྒྱལ་ཕྱན་རྒྱལ་ གསེར་མེ་ཞོ་བརྒྱུད་ཕྱན་
རྒྱལ་ སེ་འབྲུ་དང་ཐག་ལྷན་གཉིས་ཞོ་རྒྱལ་རེ། བག་ཕྱན་(བཤེར་
ཐལ) ཡང་གང་ཞོ་དོ།

སྒྲན་རྣམས་ཞིབ་བཏགས་སུ་མ་གྱུར་གཉིས་ལ་ཐེངས་རེ་སྤྲུལ།
ཐེངས་རེར་སྒྲན་གཉིས་ལྷག་ཆུ་ཁོལ་དྲོ་འཇམ་གྱིས་སྤྲུལ།
མ་ཞུ་གྱུར་མཁྱིས་ནད་ལ་ཕན།

78. རྒྱལ་ཚོས་བརྒྱུ་པ།

རྒྱལ་ཚོས་འབྲས་བུ། རྫོག་སྒྱུ། ལ་ཕུག་ ཏ་ཏ། མ་བུའི་རྫོ་
གཞོབ། སྒྱ་སྒྱུ། རྒྱ་མོ། ཡུར་གྱུ་མ་རྣམས་ཆ་མཉམ། སྒྱ་ཅི་དྲི་ཐོན་
ཅམ།

སྒྲན་རྣམས་ཞིབ་བཏགས་འབྲུ་མར་སྒྱུར་ནས་ན་བར་གཏིག་
ན་བར་རྣག་འཇག་འོན་པ་སེལ།

གསུམ་པ། བོད་ཀྱི་སྐད་རྒྱུ་རིག་པའི་སྐྱེ་ཆེན་
སྐྱེར་བསྟན་པ།

སྐྱེར་བ་སྐད་ཀྱི་གནས་ལ་བསྐབ་བྱ་ན། རྩོད་འཁྱེད་ཅུས་པ་
སྐྱེར་བཅས་བཞི།

གཅིག་སྐད་ཀྱི་རྩོད་

དང་པོ་རྩོད་ཅིན་དང་དབྱེ་བ་དང་། རྩོད་ཅིན་ཆེན་ལས་དང་
ཆེན་པ་ལ།

1. སྐད་ཀྱི་རྩོད་ཅིན་

ཅིན་ནི་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་སྐྱེ་འབྱུང་ཏེ། ལ་ཡི་གཞི་ཅིན་ཆུས་
ཆུན་མེ་ཡིས་རྩོད། རྩོད་གིས་བསྐྱོད་བྱེད་ནམ་མཁའ་གྲོ་བས། རྩོད་
དེས་བསྐྱོད་ཕྱར་ཅིང་ཤས་ཆེར་རྩོད་གཅིག་མིན། ལ་ཆུ་མེ་ས་ཆུ་མེ་ཆུ་
དང་ཆུང་། མེ་ཆུང་ས་ཆུང་གཉིས་གཉིས་རྩོད་བསྐྱོད། ལ་སྐད་
མི་བཟན་རྩལ་འཇམ་རྩལ་ལ་སྐད། མཁའ་ལ་བཟན་དང་རྩོད་བྱེད་
ཆུང་ནད་སེལ། ཆུ་སྐད་སྐད་བསེལ་མི་རྩལ་རྩལ་ལ་མཉེན། བཟན་
ཞིང་འཇམ་ལ་རྩོད་བྱེད་མཁའ་ནད་སེལ། མེ་སྐད་ཆ་རྩོད་སྐད་
ཡང་རྩལ་གཡོ། རྩོད་བསྐྱོད་སྐད་ཅིང་མདོག་བྱེད་བད་ཀན་སེལ། རྩོད་
སྐད་ཡང་གཡོ་གྲང་རྩལ་སྐད་ལ་སྐད། ལ་ཞིང་བསྐྱོད་དང་ལྟ་
བྱེད་བད་མཁའ་སེལ། ལ་མཁའ་འབྱུང་བཞི་ལ་སྐད་ལ་སྐད་ལྟ་བུ་

ཉེ། ཁོང་སྟོང་ཡངས་པས་གོ་འབྱེད་འདུས་ནད་སེལ། ཇི་བས་
 དངོས་དང་སྐྱར་བའི་དབང་ལྱུང་ལས། ཁ་སྟོང་སྐྱན་མིན་ཅི་ཡང་
 ཡོད་མ་ཡིན། བྱེན་འདྲན་སྐྱན་ནི་མེ་དང་རྒྱང་ཡིན་ཏེ། ལྱུར་འགོ་
 ས་དང་རྒྱལ་ས་བྱང་བའི་བྱིར། བསྐྱ་སྐྱན་པལ་ཆེར་དང་པོའི་ར་
 ལས་བྱང་། །

2. སྐྱན་གྱི་རྩ་ཡི་དབྱེ་བ།

རྩ་ནི་མངར་སྐྱར་ལན་ཆ་ཁ་ཆ་བསྐྱ། ཁོ་རིམ་བཞིན་དུ་འཆོ་
 བྱེད་སྟོབས་ཆེན་ཡིན། །

3. སྐྱན་གྱི་རྩ་ཡི་རྩ་བ།

རྩ་བ་ལྟེ་ལ་གསལ་བའི་རྩ་ཞེས་བྱ། ཇི་ཡང་མངར་བའི་རྩ་དེ་
 བྱངས་པའི་ཆོ། ཁ་ལ་ཆགས་ཤིང་ཞིམ་པའི་བྱེད་པ་བྱེ། ལྱུར་བ་ས་
 བཅེ་བཞིན་སྐྱད་ཁ་རྒྱ་འཛག ལན་ཆ་རེག་ན་ཆ་ཞིང་མཆིལ་མ་འདུ།
 ཁ་བ་ཁ་ཡི་དྲི་རྒྱང་ཡི་ག་ཞོག ཆ་བ་ཁ་ལྟེ་བསྐྱེག་ཅིང་མིག་རྒྱ་འཛག།
 བསྐྱ་བ་ལྟེ་རྒྱན་ལ་ཆགས་རྒྱབ་སྐྱམ་བྱེད། །

4. སྐྱན་གྱི་རྩ་ཡི་ཐེ་ཆན།

རྩ་བྱག་སོ་སོ་སྐྱན་གྱི་ཐེ་བསྐྱན་པ། ① ཤིང་མངར་རྒྱན་འབྲུམ་
 བྱར་བྲུམ་རྒྱ་གང་དང་། ཇོང་ག་ར་མཉེ་ཉེ་ཤིང་ལྟ་བ་དང་། ཁྱ་ར་
 བྱ་རམ་སྐྱང་དང་ཤ་མར་སོགས། ཇི་དང་དེ་འདྲ་མངར་བའི་སྐྱན་
 ཐེ་ཡིན། ② སེ་འབྲུ་སྐྱར་བྱ་སེ་ཡབ་སྐྱ་ཅ་ར། རྒྱ་བྱག་ད་ཇིག་ཞོ་

དར་ཆང་དང་ཅུབས། །དེ་དང་དེ་འདྲ་ལ་སྟགས་སྐྱར་བའི་ཤེ། །③
 རྒྱལ་ཚྭ་རྒྱ་ཚྭ་ལྷེ་ལྷེ་དང་ནི། །རྩ་ཆ་ཁ་རྩ་ཚྭ་དང་ཅུབས་རྩ་ཚྭ། །
 ཟེ་ཚྭ་ལྷ་ཚྭ་མཛེ་ཚྭ་ཐལ་ཚྭ་དང་། །ཤིང་ཆ་ལ་བག་ཁྲ་ར་བུལ་རྟིག་
 རྣམས། །དེ་དང་དེ་འདྲ་ལ་སྟགས་ལན་ཆའི་ཤེ། །④ བྱིམ་པ་རྟིག་ཏ་
 བོང་ང་དཀར་པོ་དང་། །རྟོང་ལེན་གསེར་གྱི་ཟེ་རྟིག་རུག་མོ་ཁྱུང་། །
 སྤ་ཅི་མཁྱིམ་པ་སྐྱར་བ་བ་ཤ་ཀ། །བྲག་ལྷན་གྱི་ལྷེ་རེ་སྟོན་ལ་སྟགས་པ།
 དེ་དང་དེ་འདྲ་ཁ་བའི་སྟན་ཤེ་ཡིན། །⑤ བ་ལེ་ཤམ་དང་བཅའ་སྐལ་
 བི་ལིང་། །སྒྲིལ་གསེར་ཤིང་ཀུན་སྐབ་ཀ་ལྷེ་ཆ་བ། །དུ་བ་བཙོང་དང་
 སྟོག་སྐྱུ་ལ་སྟགས་པ། །དེ་དང་དེ་འདྲ་ཆ་བའི་སྟན་ཤེ་ཡིན། །⑥ ཅན་
 དན་ཨ་རྩ་ར་དང་བ་རྩ་ར། །ཁྱུང་པལ་ག་རུར་སྟག་དང་མོན་ཆ་ར། །
 འམ་བུལ་སྟགས་དེ་འདྲ་བསྐྱ་བའི་ཤེ། །ག་བུར་རྒྱུ་མ་ཅི་ལ་སྟགས་པ་
 ཡི། །ལྷན་པའི་རོ་རྣམས་དེ་ལས་བསྐྱེས་ཏི་དཔུང། །

5. སྟན་གྱི་རོ་ཡི་བྱེད་ལས།

བད་གང་སེལ་བ་རོ་ཡི་ལས་བསྟན་པ། །མངར་སྐྱར་ལན་ཆ་ཆ་
 བས་རྒྱང་འཛོམས་ཤིང་། །ཁ་དང་མངར་དང་བསྐྱ་བས་མཁྱིམ་པ་
 སེལ། །ཆ་སྐྱར་ལན་ཆས་བད་ཀན་སེལ་བར་བྱེད། །① རྒྱད་པར་
 མངར་བས་འཕྲོད་ཅིང་བྱུངས་སྟོབས་སྐྱེད། །ཀླས་བྱིས་སྐྱེམ་པོ་གྲེ་བ་
 སྐྱོ་ལ་ལན། །ལྷས་བརྟན་ཆ་འབྱོར་མདངས་བཀྲ་དབང་པོ་གསལ། །
 ཆེ་རིང་འཆོ་བྱེད་རུག་དང་རྒྱང་མཁྱིམ་སེལ། །② སྐྱར་བས་བྱོད་བྱེད་

ཡི་ག་འབྱེད་པ་དང་། །ཆོལ་འདུལ་གཙང་བྱེད་འཇུ་ཞིང་རེག་པ་
 མེལ། །རྒྱང་འགགས་ཐམས་ཅད་རྩུ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། །③ ལན་ཆས་
 སྒ་འབྱིལ་འགགས་པ་འབྱིན་པ་དང་། །དུགས་ཀྱིས་རྩལ་དང་རྟོད་
 རྱེད་ཡི་ག་འབྱེད། །④ ཁ་བས་ཡི་ག་འཆུས་དང་གིན་སྒྲིམ་དུག །མཛེ་
 དང་བརྩལ་དང་རིམས་སྒྲོན་མཁྲིས་པ་འཛོམས། །འདུལ་དང་ཆོལ་
 ཞག་རྒྱང་མར་བཤང་གཅི་སྒྲིམ། །ཡིད་གཞུངས་ཅུ་མའི་ནད་དང་
 སྐད་འགགས་མེལ། །⑤ ཆ་བས་སྒྲོག་ནད་གག་པ་མཛེ་འོར་མེལ། །མ་
 འཛིག་རྟོད་རྱེད་འཇུ་བྱེད་ཡི་ག་འབྱེད། །ཆོལ་དང་འདུལ་བག་སྒྲིམ་
 རྩུང་ཅ་སྤྱབས་འབྱེད། །⑥ བསྐྱ་བས་ཁྲག་མཁྲིས་ཆོལ་དང་འདུལ་
 བག་སྒྲིམ། །མ་འཆོ་ཆོལ་དང་པགས་མདོག་དྲངས་པར་བྱེད། །
 མདོར་བསྐྱས་མངར་བའི་རོ་ཡིས་རྒྱང་མཁྲིས་མེལ། །སྐྱར་བས་བད་
 ཀན་མེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། །ལན་ཆས་རྒྱང་དང་བད་ཀན་མེལ་བར་
 བྱེད། །ཁ་བས་མཁྲིས་པའི་ནད་ནམས་མེལ་བར་བྱེད། །ཆ་བས་རྒྱང་
 དང་བད་ཀན་མེལ་བར་བྱེད། །བསྐྱ་བས་མཁྲིས་ནད་མེལ་བར་བྱེད་
 པ་ཡིན། །

གཉིས། སྐར་གྱི་ལྷ་རྒྱུ་རྒྱུ་

ལྷ་རྒྱུ་ལོ་བའི་མེ་དང་འཕྲད་པའི་ཆོ། །བད་མཁྲིས་རྒྱང་གིས་
 རིམ་པར་ལྷ་བ་ལས། །མངར་དང་ལན་ཆའི་ལྷ་རྒྱུ་མངར་བར་ལྷ། །
 སྐྱར་བ་རོ་མཚུངས་ཁ་ཆ་བསྐྱ་གསུམ་ཁ། །ཉིས་པ་གསུམ་པོ་གཉིས་

གཉིས་རེ་རེས་སེལ། །

གསུམ། ལྷན་གྱི་རྒྱས་པ།

ལྷན་གྱི་རྒྱས་པ་རོ་རྒྱས་རོ་པོ་གཉིས། ། སྦྱི་དང་བྱེ་བྲག་ཅེས་སུ་
གསུངས་པ་ཡིན། །དང་པོ་རྒྱས་སྟོབས་ཡོན་ཏན་གསུམ་རུ་བཤད། །

1. རྒྱས་པ་མྱི་སྦྱུང་བ་སེལ་དང་རྒྱལ་བ་དང་། །ཡང་རྩལ་ཆ་དང་
རྣ་བ་རྣམ་པ་བརྒྱད། །དང་པོ་བཞི་པོས་རྒྱུད་དང་མཁྱིས་པ་སེལ། །
འོག་མ་བཞི་ཡིས་བད་ཀན་སེལ་བར་བྱེད། །

2. ཡོན་ཏན་མ་ལུས་སྟིང་པོར་གྱུར་པ་དང་། །རྒྱས་པའི་བྱུང་
དང་ལྷན་པས་མཐུ་ཞེས་བརྗོད། །གངས་ཅན་འཕགས་བྱེད་ཆེ་ཉིད་
སྟོབས་ཅན་ལས། །བསེལ་དྲོད་སྤུལ་རུ་བྱུང་བས་སྟོབས་ཞེས་བྱ། །དེ་
ལ་ཆ་བས་གང་བའི་ནད་རྣམས་སེལ། །བསེལ་བས་ཆ་བའི་ནད་
རྣམས་སེལ་བར་བྱེད། །

3. ཡོན་ཏན་འཇམ་དང་མྱི་དྲོ་སྦྱུང་དང་བརྟན། །གང་དང་
རྒྱལ་བ་བསེལ་མཉེན་སྤྲོད་དང་སྐམ། །སྦྱ་དང་ཆ་བ་ཡང་དང་རྣ་རྩལ་
གཡོ། །བརྩུ་དང་བརྩུན་གྱིས་མཆན་ཉིད་ཉི་ཤུ་ནད་གྱི་མཆན་ཉིད་
ཉི་ཤུ་འཛམས། །དེའི་ཕྱིར་ཡོན་ཏན་ཞེས་སུ་བཤད་པ་ཡིན། །

བཞི། སྒྲུབ་གྱི་སྒྱུར་ཐབས།

དེ་དག་ལས་ཆེར་རྩ་ལས་རྒྱུ་འབྱུང་ཏེ། །རྩ་ལས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ལ་བརྟེན་པའི་སྒྱུར། །མི་སྒྲུབ་ལ་སྒྲུབ་དེ་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན། །
ལན་ཆ་བསྐྱེད་མངར་ནས་གསུམ་རིམ་གྱིས་མྱེ། །དེ་བཞིན་ལན་ཆ་སྒྱུར་
མངར་སྒྲུབ་པ་ཡིན། །བསྐྱེད་མངར་བའི་ལ་ཁ་བསྐྱེད་མངར་བ་རྒྱུ། །
སྒྱུར་ཆ་ཁ་བ་ནས་གསུམ་ཡང་ལ་རྒྱུ། །ཆ་སྒྱུར་ལན་ཆ་ནས་གསུམ་
ཆ་ལ་རྒྱ། །རྩ་སྒྲུབ་མ་བཅས་གང་ཡང་སྒྲུབ་ཅན་ཡིན། །རྩ་མཉམ་
རྒྱས་པ་སྐྱེད་ཏེན་སྒྲུབ་དང་། །ལྟར་པ་སྒྱུར་བའི་དབང་ལས་
འབྱུང་འབྱུར་ཏེ། །མི་མཐུན་འོག་མས་གང་མ་ཐིམ་གྱིས་གཞོན། །
ཐམས་ཅད་མཐུན་ན་རྩ་ལས་ལས་བྱེད་ལ། །རྩ་བཞིན་མི་གཞོན་ཞུ་
རྒྱུ་ལས་བྱེད་དེ། །རྩ་ལས་གཞོག་རྒྱས་པས་ལས་བྱེད་པས། །རྩ་
བཞེས་རྒྱས་བཞེས་ཞུ་རྒྱུ་ལས་བཞེས་བཞེས་ཏེ་སྒྱུར། །

1. རྩ་བཞེས་སྒྱུར་བ།

རྩ་བཞེས་སྒྱུར་བ་ལྟ་བུ་ཅ་བརྟན་ཏེ། །གཉིས་པར་སྒྱུར་བ་
མངར་ལྟ་སྒྱུར་བ་བཞི། །ལན་ཆ་གསུམ་ལ་ཁ་གཉིས་ཆ་བ་གཅིག །
གསུམ་རྩ་སྒྱུར་ལ་མངར་བུ་སྒྱུར་བ་རྒྱུ། །ལན་ཆ་གསུམ་ལ་ཁ་བ་
གཅིག་པ་ཉིད། །བཞི་སྒྱུར་མངར་བུ་སྒྱུར་བཞི་ལན་ཆ་གཅིག །ལྟ་
སྒྱུར་མངར་བ་ལྟ་ལྟ་སྒྱུར་བ་གཅིག །བཞི་པ་གཉིས་པ་བཅས་ལྟ་ལྟ་པ་
རྒྱུ། །གསུམ་པ་ཉི་ལྔ་རྒྱུ་སྒྱུར་བ་གཅིག །ཁྱད་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་

ཅ་གསུམ་མོ། །འཕེལ་བད་བདུན་ཅུ་ཅ་བཞི་འི་གཉེན་པོར་སྦྱར། །

2. ལྷན་བཞེངས་སྦྱར་བ།

ལྷན་པར་སྦྱང་ལ་ཞི་དང་སྦྱང་བ་གཉིས། ① ཞི་བྱེད་སྦྱན་སྦྱར་
ཉེ་ཚན་ལྷའམ་བདུན། །ཐང་སྡེ་རིལ་བུ་ལྷེ་གྲ་སྦྱན་མར་ལ། །སྦྱན་
ཆང་འཁྱི་ཏ་གཉིས་རེ་བདུན་རུ་བཤད། ② སྦྱང་བྱེད་འཇམ་ཅི་
བཤལ་སྦྱགས་ནི་ར་ཏ། །སྦྱ་སྦྱང་ཉེས་གསུམ་འདུས་པ་མགོ་ནད་
འབྱིན། །འདི་དག་ནད་རྣམས་ཀྱན་གྱི་གཉེན་པོར་སྦྱར། །

མ་མང་བཤད་པ།

རོ་པོ་སྒྲན་རྣམ་རེ་རེའི་རྒྱས་པ་ནི། །རིན་པོ་ཆེ་ཡི་སྒྲན་དང་ས་
 རོའི་སྒྲན་(གཏེར་རྣམ་སྒྲན)། །ཤིང་སྒྲན་ཅི་སྒྲན་ཐང་སྒྲན་སྒྲ་
 སྒྲན་(ཅི་ཤིང་སྒྲན)དང་། །སྤྲུག་ཆགས་སྒྲན་དང་དབྱེ་བ་བརྒྱད་ཏུ་
 བཤད། །

གཅིག་ཅི་ཤིང་སྒྲན།

1. འབྲུ་སྒྲན་རྒྱས་པ་བསྟན་པ།

ཨ་ཏུ་ར་ནི་ནད་ནམས་ཀྱན་ལ་མཆོག་ །བ་ཏུ་ར་ཡིས་བད་
 མཁྲིས་ཆུ་མེར་སེལ། །སྐྱ་ཏུ་ར་ཡིས་བད་མཁྲིས་ཁྲག་ནད་སེལ། །སྡིང་
 རོ་ཤ་ཡིས་སྡིང་གི་ཆད་པ་སེལ། །སྤྲ་གོར་རོ་ཤས་མཆོར་བའི་ཆ་བ་
 སེལ། །མཆོན་པ་རོ་ཤས་མཆོན་རྒྱག་ཅ་དཀར་སེལ། །མཁལ་མ་རོ་
 ཤས་མཁལ་ནད་ཅ་འབྲས་སེལ། །ཨ་འབྲས་འཇམ་འབྲས་སྤྲ་འབྲས་
 མཁལ་ནད་སེལ། །ཀ་རན་རྩ་ཡིས་ཕོ་བའི་མེ་རྩྱུང་སྦྱེད། །ཕོ་བ་རིལ་
 གྱིས་བད་ཀན་གྲང་བ་སེལ། །ཁི་ཁི་ཡིང་གིས་གྲང་ནད་མ་ཁྲུས་སེལ། །
 ཕྱི་ཏང་ཀ་ཡིས་སྤྲོ་སེལ་མེ་རྩྱུང་བསྦྱེད། །མ་ཏུ་ཅོ་ཡིས་སྤྲོ་ནད་
 སེལ་བར་བྱེད། །གོ་བྱེས་(མ་རྒྱ་ཁྲག་ཅན) སྤྲོ་གསོད་ཏུལ་གཙོད་ཕོ་

རིམ་མེལ། །ཏ་འིག་ཆ་གང་འབྲུ་བ་གཅོད་པར་བྱེད། །སྒྲག་གིས་ཆ་
 གང་འབྲུ་བའི་རིགས་ཀྱན་གཅོད། །སོ་ཆས་ནད་ཀྱན་གྱིན་འདྲེན་
 རྒྱགས་སྒྲན་མཆོག་ །དན་རྟག་ཤི་རི་ཁན་དམ་དྲག་པོར་སྦྱང་། །དོང་
 གས་མཆོན་ནད་མེལ་ཞིང་འཇམ་པོར་འབྲུ། །སོ་མ་ར་ཇས་པགས་
 ནད་རྩ་མེར་མེལ། །ཐལ་ཀ་རྩོ་རྩེ་དག་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། །སེ་ཡལ་
 བད་ཀན་ཆ་བ་མེལ་བར་བྱེད། །ཀྱ་ཤུས་རྩ་མོང་འཁོག་འབྲུ་གཟེར་
 བ་འཛོམས། །སེ་འབྲུས་པོ་བའི་ནད་རྣམས་མ་ལུས་མེལ། །མེ་དྲོད་
 བསྐྱེད་ཅིང་བད་ཀན་གང་ནད་འཛོམས། །ག་ཤུར་ཆ་བ་རྩུས་པ་ཐོག་
 བབས་གསོ། །ཉིང་ཞིང་ཞེན་པའི་ཆ་བ་ཅད་ནས་འབྱེན། །རྩ་ཉིས་
 རྒྱང་འཛོམས་སྙིང་གི་ནད་རྣམས་མེལ། །མི་ཤིས་སྤྲོག་ཅའི་ནད་དང་
 གང་རྒྱང་མེལ། །ཀ་ཀོ་ལ་ཡིས་པོ་མཆོར་གང་བ་མེལ། །ཤུག་སྒྲེལ་
 མཁལ་ནད་གང་བ་མ་ལུས་མེལ། །ཤུར་ཤུམ་མཆོན་ནད་ཀྱན་མེལ་ཅ་
 ཁ་ལྟོམ། །རྩ་གང་(ཤིང་རྩ་གང) རྩོ་ཆད་མེལ་ཞིང་མ་ཆད་གཅོག །

2. ཤིང་སྒྲན་རུས་པ་བསྟན་པ།

ཤིང་སྒྲན་འབྲས་བུའི་རུས་པ།

ལྟར་བུས་སྒོ་བཞོ་བྲག་འབྲུ་བད་ཀན་གཅོད། །སེ་ཆོད་འབྲས་
 བུས་རུག་ཆད་མཆོན་ཆད་མེལ། །ཤིན་ཤིང་སྒྲ་མའི་འབྲས་བུས་ཤིན་
 ནད་མེལ། །འཕང་མའི་འབྲས་བུས་སྙིང་ཆད་པོ་ནད་མེལ། །སྦྱི་བའི་
 འབྲས་བུས་མཁེལ་པ་གྱེན་རུ་འདྲེན། །ཆར་འབྲུམ་ཡན་ལག་རྩ་མེར་

ཕྱིར་པ་ལྟུང། །སྤ་འབྲུམ་མཁྲིས་པ་སེལ་དང་གཞང་འབྲུམ་སེལ། །རྩ་
 རྟག་འབྲས་བྱས་འགག་འབྱེན་ཆ་ནད་དང་། །དྲིག་དང་སྒྲོ་མཆིན་
 མཁྲིས་པའི་ནད་ལ་ཕན། །གཡེར་མས་ཙ་ཙ་འབྱེད་སྲིན་གསོད་ཁ་ནད་
 དང་། །ཟ་འབྲུག་ལ་ཕན་ཆར་ནད་འབྱངས་པར་བྱེད། །ཁམ་བྱས་སྒྲ་
 སྟགས་སྤྱ་སྒྱེ་རྩ་སེར་སྒྲེམ། །རག་ཤས་རྟག་བརྟག་མགོན་འབྱེད་སྒྲུ་བ་
 སེལ། །ཁྱི་ཤིང་སྒྲོ་མིག་ནད་སེལ་བད་ཀན་འདྲོན། །

ཤིང་སྒྲན་མེ་རྟག་བྱས་པ།

ད་ལིས་བད་ཀན་གང་སེལ་ཆེ་བརྟུང་ལེན། །སྲིན་དཀར་སེ་ཙ་
 བྱག་པོས་རྩ་ཆབ་སེལ། །རྟག་མའི་མེ་རྟག་བྱང་ཁོག་རྟག་བྱག་སྒྲེམ། །
 སེ་བའི་མེ་རྟག་མཁྲིས་སེལ་རྩྱང་ཁ་གནོན། །སྒྱུར་བའི་མེ་རྟག་འབྲས་
 བྱས་འབྲུ་བ་གཙོད། །

ལེ་མ་བརྟ་བར་ལོས་པའི་བྱས་པ།

རྟག་པ་ཆེར་ཅན་མཁལ་ཆད་སྟོག་པ་སེལ། །ལོས་བྱས་རྟག་
 རྩྱང་ཞེན་ཕྱིར་ལྟུང་གསོད་བྱེད། །སྒྲག་ཤིང་མ་འདྲོན་རྩ་སེར་འདྲོན་
 པར་བྱེད། །

ཤིང་སྒྲན་སྒྲོང་ཐོའི་བྱས་པ།

སྒྲོན་ཤིང་བད་རྩྱང་རྩ་སེར་གང་བ་སེལ། །

ཡལ་བྲན་རྩྱགས་མའི་བྱས་པ།

སྒྲེ་ཤིས་ཀན་ཏ་ཤིས་རྩྱང་ཆད་སེལ། །བྱིས་ཆེར་ཤིས་རྟག་

མཁལ་མའི་ཆ་བ་སེལ། །དབྱི་མོང་དྲོད་བསྐྱེད་སྒྲན་བཤེག་གཙོད་
འཕགས་འདྲེན། །བ་མའི་ཆ་བས་ཤ་ཆོད་ཆ་ཆོད་སེལ། །ནད་ནམས་
བྱེར་བ་བསྐྱེད་ཞིང་བསོགས་པ་སྒྲགས། །བཙོད་ཀྱིས་ཁྲག་གི་ནད་དང་
འགྲམ་ཆོད་སེལ། །

ཤིང་གི་ཕགས་པའི་རྒྱས་པ།

སྐྱེར་བ་སེམས་དྲུག་ལྷུང་ཚུ་སེར་སེལ། །ཡོ་འཕོག་ཆོད་པ་ཀྱན་
སེལ་མ་ལ་ཕན། །མ་གལ་སྒྲོ་བའི་ནད་དང་འབྱམ་པ་སེལ། །ཕྱང་
མས་དྲུག་དང་དམུ་ཚུའི་ནད་ལ་ཕན། །ཆོ་གུང་སྐྱང་བ་མ་ལྟས་
འཛམས་པར་བྱེད། །དབྱར་བས་ནད་ནམས་བྱེར་བ་ལྷུང་པར་བྱེད། །
སྐྱང་མས་མོ་ནད་དང་ནི་ཆ་བ་སེལ། །

3. ལྷམ་བུ་ཐང་སྒྲན་རྒྱས་པ་བསྐྱེད་པ།

ཏིག་ཏིག་མཁྱིས་པའི་ཆ་བ་མ་ལྟས་སེལ། །ལྷམ་བུ་ཏིག་གིས་
མཆིན་ཆོད་མཁྱིས་ཆོད་སེལ། །གསེར་ཏིག་བད་མཁྱིས་རིམས་ཆོད་
སེལ་བར་བྱེད། །དབྱལ་ཏིག་བྱངས་བསྐྱེད་སྒྲན་ནད་ཐམས་ཅད་སེལ། །
བྱངས་ཏིག་རྒྱང་ལྡན་ཆོད་པའི་མཁྱིས་ནད་སེལ། །ལྷགས་ཏིག་མ་
ཆོད་དང་ནི་རིམས་ཆོད་སེལ། །ཀྱར་ཏིག་མ་གསོ་ཆ་ཆོད་མཁྱིས་ནད་
སེལ། །བ་ཤ་ཀ་ཡིས་ཁྲག་ཆོད་རྩལ་ཏུ་གསོད། །མ་རུ་པ་ལྷས་རྒྱང་
ཁྲག་ཆོད་སེལ། །ལྷས་དཀར་ལྷ་ལས་བད་ཀན་ཆོད་སེལ། །ཐང་
སྐྱམ་ལང་ཐང་ཙོ་ཡིས་སྒྲིན་ནད་སེལ། །དབང་པོ་ལག་པས་ལྟས་

ལྷན་པ་བ་བསྐྱེད། །ལྷ་བས་ཆུ་མེར་མཁལ་སྐྱེད་གྲང་བ་མེལ། །ཉེ་
 ཤིང་ར་མཉེས་ཆེ་བ་སྤྱིར་ཆུ་མེར་མེལ། །ཨ་ཤོ་ཀན་རྟ་སྤྱད་གྲང་ཆུ་
 མེར་མེལ། །གཟེ་མས་གཅིན་སྤི་བྱམ་བྱ་མཁལ་ནད་མེལ། །ལྷམ་པས་
 ཆུ་འགག་སྒྲིམ་དད་འབྱུང་བ་མེལ། །བྲག་ལྷམ་པ་ཡིས་མ་ནམས་འབྱུང་
 པར་བྱེད། །ལྷམ་བྱ་རེ་རལ་ཤ་རྒྱག་སྦྱར་རྒྱག་མེལ། །བྲག་སྒྲིམ་མ་
 འབྱུང་ནག་སྐམ་ལྷ་བ་འཛིན། །བྲག་སྦྱ་ཏ་པོས་རྒྱག་མེལ་ཆེ་འབྱུ་
 གཅིད། །ལྷང་ཕྱེར་སྦྱག་པོས་(དཀར) རྒྱག་ཆད་མེལ་བར་བྱེད། །
 ཅད་དང་ཆུ་ལྷམ་ལྷམ་རྒྱག་རྒྱག་ནད་མེལ། །གྲེ་མའི་གེ་སར་སྤྱན་
 གཤོད་གྲང་ཐབས་འཛིན་མ། །དུ་བའི་ཆ་བས་སྤྱན་གཤོད་རྒྱས་འཛིར་
 འགྲོག །ལྷ་ལོས་ཆུ་ལོང་སྤོང་གི་ཆ་བ་མེལ། །ལྷག་ལྷར་འབྲས་དང་སྤྱི་
 བད་ལྷ་སྐམ་མེལ། །མི་དང་རྟ་ཡིས་འབྱུག་ནད་མེལ་བའི་མཆོག །
 ཤིང་མངར་སྤྱོ་ནད་ཆ་ནད་མེལ་བར་བྱེད། །རུར་བྱིད་ཐར་རྒྱས་ཆ་
 གྲང་ནད་ཀྱན་སྦྱང་། །ཁྱི་བྱ་འཇམ་པོར་སྦྱང་བྱེད་ལྷགས་གི་མཆོག།
 སྤྱན་བྱས་ཆུ་མེར་ནད་ནམས་འཇམ་པོར་སྦྱང་། །ལྷམ་ཅས་རྒྱག་ཆད་
 སྤོང་ཆད་བད་ཀན་སྦྱང་། །ཆུ་ཅས་གཉན་སྦྱང་མ་ཡིས་སྐམ་ཅི་བྱེད། །
 ཆུ་མ་ཅི་ཡིས་ཆུ་མེར་དཔུ་ཆུ་སྦྱང་། །རེ་ལྷག་པ་ཡིས་འབྲས་འབྱུང་
 གཉན་ནད་སྦྱང་། །སྦྱང་ཆེར་བད་ཀན་ནད་ནམས་ཁྱེན་རུ་འབྲེན། །
 རི་ཤོས་མཁྱིས་ལྷར་ནད་ཀྱན་ཁྱེན་རུ་འབྲེན། །ཤོ་མང་མ་ཡི་ཆད་པ་
 མེལ་བར་བྱེད། །སྦྱང་ཤོས་མ་ནད་མ་ལྷས་འབྱོར་བར་བྱེད། །ཆུ་ཤོས་

མ་ཚད་མེས་ཚོག་ཚ་དཔལ་འཛོམས། །ལྷག་ཤོས་མ་འབྱུང་ཚད་པ་
 གསོད་པར་བྱེད། །རྒྱ་ཤོས་མ་གསོ་རྒྱས་པའི་ཚ་བ་འཛོམས། །རྩི་སྤེའི་
 ཚ་བས་མཁྲིས་ཚད་མགོ་ནད་ལེལ། །སྐྱ་རྒྱུད་རྒྱག་དང་ཤ་རྒྱག་ལེལ་
 པའི་མཚོག། །ཤ་ལ་ཡུ་རིང་མ་ནམས་འབྱུང་པའི་མཚོག། །རྩི་མས་
 གཉན་ཚད་སྲིན་ཚད་འབྲས་ནད་དང་། །མཛོ་ནད་འཛོམས་ཤིང་
 བྲག་ཤོར་གཙང་པའི་མཚོག། །ཏར་ཀུན་ཉིང་གི་ཚད་པ་རྒྱག་ནད་
 ལེལ། །འབམ་པོས་སྤངས་འཛོམས་ཁོང་འབྲས་བཤིག་པར་བྱེད། །རྒྱ་
 ཅིས་མ་ཤུ་རྩོ་འཛོམས་འབྲས་སྤན་འབྱུང། །ཟ་འབྱུང་རྩྱད་བརྩེད་
 རྒྱུད་ལྷན་ཚད་ཉིང་ལེལ། །ཟ་བྱི་ཨ་ཡས་དཔུ་རྒྱ་མ་ལ་པན། །ཕྱ་ལྷ་
 ཤིང་གིས་མ་འབྱུར་རྒྱག་ཚད་ལེལ། །བྱ་མ་ཅི་ཡིས་བྱད་མེད་ཟེ་
 མཚན་གཙོད། །གཡེར་ཤིང་བ་ཡིས་འབྱུང་པའི་ཚ་བ་ལེལ། །མཚོ་
 ལྷུང་ཅ་ཡིས་བྲག་གཙོད་མཚོར་ཚད་ལེལ། །ཡུར་མོང་སྲིན་གསོད་
 གཉན་དང་ལྷོག་པ་འཛོམས། །ཡོག་མོས་མ་འབྲས་འབྱུང་ཞིང་ནག་
 རྒྱ་སྤེམ། །མཁན་པས་བྲག་གཙོད་ཡན་ལག་སྤངས་པ་འཛོམས། །
 ཚར་པོང་གེ་པའི་ཚད་པ་སྤོ་ནད་ལེལ། །ཨ་གྲོང་སྤོ་ཡི་ཚད་པ་ལེལ་
 པར་བྱེད། །མང་ཅན་གཉན་ལྷོག་སྤངས་འཛོམས་གཟེར་སྤན་མཚོག།
 བྱི་བཟུང་རྩོ་ཡིས་སྤན་བཤིག་ཅ་ནད་སྤྱུང་། །

4. རྩོམ་མཁན་གྱིས་པ་བསྟན་པ།

མེ་ཡི་ཕྱེ་ཆེན་ཅ་བ་བརྟུན་པ།

དྲི་ལེན་ཁྲག་སྒྲིམ་འབྲུགས་ཆོད་དོན་ཆོད་མེད། །ཁོང་བ་
 དཀར་པོས་རིམ་རྒྱུག་མཁྲིས་ཆོད་མེད། །ཁོང་བ་དམར་མེར་ཤ་རྒྱག་
 བཅན་རྒྱུག་མེད། །ཁོང་ནག་རྒྱུག་ཡིན་ཟིལ་ཆེས་གཟེར་རྣམས་
 འཛོམས། །སྤྱང་རྒྱུག་པ་ཡིས་རྒྱུག་རིགས་རྩལ་པ་གསོད། །ར་རྒྱག་
 དམར་པོས་གརྒྱུག་པའི་གཉན་སྒྲིན་འབྱུལ། །དཔའ་པོ་དཀར་མེར་
 དཔའ་རྟོད་རྒྱུག་ཆོད་མེད། །དཔའ་པོ་ཆེན་པོས་རྒྱུག་དང་ཆོད་པ་
 མེད། །སྤྱོད་ཁྲག་འབྲས་སྤྱོད་པའི་ཆོད་པ་མེད། །སྤྱོད་དམར་མེར་
 སྤྱུག་གསུམ་རྒྱུག་ཀྱན་འཛོམས། །སྤྱོད་དམར་པོས་སྤྱོད་གསོ་ཆོད་པ་
 འཛོམས། །འབྲི་མག་སྤྱོད་པའི་ནད་མེད་ཁྲག་ལ་ཕན། །ག་རྒྱར་རིམས་
 དང་སྤྱོད་ཆོད་ཅ་ནད་མེད། །སྤྱོད་སྤྱང་སྤྱང་འགགས་སྤྱོད་ནད་རྩལ་མར་
 ཕན། །ཆོ་འབྲུ་སྤྱིན་ཅིང་གཅོད་པར་བྱེད་པའི་མཆོག །རྒྱར་བས་
 རྒྱུག་གཞོན་དྲི་རྩལ་འགགས་པ་འཁྲིགས། །སྤྱོད་པའི་ཅེ་ཡིས་སྤྱུགས་
 གཅོད་བད་ཆོད་མེད། །སྤྱོད་མ་རྩལ་བསེལ་མངར་ཡང་ཆོ་འབྲུ་གཅོད། །
 རྒྱུག་པ་དག་བྱེད་ན་བ་འོན་པར་ཕན། །སྤྱོད་རི་ཟིལ་བས་རིམས་
 དང་ཆོད་རིགས་འཛོམས། །གཡའ་ཁྱི་མ་ཡིས་མཁྲིས་པ་ཞི་རྒྱུང་
 སྤྱུགས། །རྒྱུག་ཤས་ཆོ་འབྲུབ་གཉན་གསོད་རྒྱུག་ནད་མེད། །ཨ་ཕས་
 བྱང་ཁོག་ཆོ་དང་མིག་ལ་ཕན། །བར་བ་ཏུ་ཡིས་རིམས་དང་རྒྱུག་

ཚད་སེལ། །འདམ་བུ་ཀ་རས་སྒྲོ་མཆིན་ཅ་ཚད་སེལ། །གོན་པ་གཤ་
 སྒྲེས་ཅ་ཚད་ཁྲག་ཤོར་གཙོད། །དེ་བཞིན་ཁྲིག་ཆུང་བ་ཡང་ཁྲག་
 གཙོད་མཆོག །བེུཅུ་ཡ་འབྲས་དམུ་འོར་ཆུ་འདྲེན་བྱེད། །གསེར་
 འདེམས་པ་ཡིས་མེས་ཆོག་མ་ལ་ཕན། །དེ་བཞིན་ཉ་མེད་མེས་ཆོག་
 མ་ལ་ཕན། །སྤལ་བ་ལག་པས་དྲི་ཆུ་འགག་པ་སེལ། །གསེར་སྤྱད་སྒྲོ་
 ཚད་ཀྱག་ཚད་སེལ་བར་བྱེད། །ཀྱ་ཤས་ཆེ་སྤང་ལུས་བྱངས་རྒྱས་པར་
 བྱེད། །གཉན་འདུལ་བ་ཡིས་གཉན་གཟེར་ཚད་པ་འཛོམས། །གཉན་
 སྤབ་པ་ཡིས་པགས་ནད་མཛོར་པ་ཞི། །

མེ་རྟོག་བརྩ་བར་འོས་པའི་ཐེ་ཆན།

བྱུང་པལ་སྒྲོ་མཆིན་ཚད་པ་མ་ལུས་སེལ། །མེ་རྟོག་ལྷག་མིག་
 ཏུག་དང་རིམ་ཚད་སེལ། །ལྷག་ཆུང་རིམས་ཏུག་སྒྲུག་པོ་ཅ་ཚད་སེལ། །
 ཨ་བྱག་མགོ་ཆགས་གས་ཞིང་ཆུ་མེར་སྐྱེམ། །ཆེར་སྒྲོན་ཏུས་ཆག་གས་
 ཞིང་ལྷ་བ་འདེགས། །ལྷག་ཆོས་ན་བའི་ནད་སེལ་སྒྲོས་པ་སྒྱུང་། །
 གང་ག་ཆུང་གིས་ཏུག་དང་ཆ་འབྲུ་གཙོད། །ཁྱི་ལྷེ་དཀར་པོས་སྒྲོད་
 ཚད་མཁྱིས་ཚད་སེལ། །ཁྱི་ལྷེ་ནག་པོས་སྒྲུངས་འཛོམས་གག་ཆུ་སྐྱེམ། །
 སྤང་རྒྱན་དཀར་པོས་ཏུག་དང་བྱེ་ནད་སེལ། །སྤང་རྒྱན་སྒྲོན་པོ་ཡང་
 བྱི་དེ་དང་མཆུངས། །སྤང་རྒྱན་ནག་པོས་འབྲུམ་ནག་ཚད་བལ་
 འཛོམས། །དེ་བས་རིམས་སེལ་ཅ་མཁྱིས་ནད་ནམས་སེལ། །སྤྲ་ཆས་
 རྫོང་བསྐྱེད་ཏུལ་གཙོད་ཆུ་མེར་འདྲེན། །གཡར་མོ་ཐང་བས་སྤངས་

འཛེམས་ཆ་ལ་ཕན། །པད་ཅས་མདངས་འབྱེན་མེད་པལ་གཉན་ལ་
 ཕན། །རྒྱ་མན་ཁྲག་འཁྲགས་རོ་སྟོད་གཟེར་ལ་ཕན། །ཡེབ་ཆན་ཆ་
 ཆད་མཐུད་བྱེད་ཆ་འཕྱོར་བྱེད། །འཁྲག་ཅ་སྒྲུག་པོས་རུག་ལྷུད་ཤ་རུག་
 སེལ། །འཁྲག་ཅ་སེར་པོས་རྒྱས་པའི་རྒྱང་ཆད་སེལ། །མཆེན་མཁྲིས་ལ་
 ཕན་ཐིག་ལེ་འཛག་པ་གཙོད། །མེ་རྟོག་སྤང་སྤུས་ཆ་འབྱུང་ཆུ་འབྱེད་
 བྱེད། །ཤར་རྒྱལ་དམར་པོས་རྒྱ་སེར་ཁྲག་ནད་སེལ། །ཆ་ནད་
 འཁྲགས་ཆད་དམར་བཤལ་ཁྲག་འཁྲུ་གཙོད། །ཤར་ཤར་རྒྱལ་བྱ་སྟོན་
 པོས་སྟོན་ནག་འདྲེན། །སྒྲ་རྟིག་ནག་པོས་དམུ་རྒྱིང་རྒྱ་སེར་འདྲེན། །མེ་
 རྟོག་གསེར་ཆེན་ཆ་འབྱུང་ཆ་རུལ་གཙོད། །

འབྲས་བུ་བུ་པོས་པའི་ཕྱི་ཆན།

རུག་མོ་ཁྱུང་གིས་མཁྲིས་སེལ་ཆ་འཁྲུ་གཙོད། །ཁྱུ་སྤུས་མོ་པའི་
 པད་ཀན་ཆ་བ་སེལ། །ཟི་ར་དཀར་པོས་སྟོན་པའི་ཆ་བ་སེལ། །ཟི་ར་
 རག་པོས་མཆེན་པའི་ཆ་བ་སེལ། །ལ་ལ་སྤུད་བྱིས་མོ་ནད་གྲང་བ་
 སེལ། །ཤོ་སྟོད་རྒྱང་ཆད་རུག་དང་ཐིག་ནད་སེལ། །བྱ་མོ་བཟ་ཡིས་སྟོ་
 རག་འཁྲུ་བ་གཙོད། །སྟོང་ཐོག་པ་ཡིས་ཤ་རུག་འཁྲུགས་ཆད་སེལ། །
 སྟེ་ཆེས་སྤངས་དང་སྟོག་པ་སེལ་བར་བྱེད། །ཤར་ཆེད་ེར་མཚུངས་
 རྟོག་རིགས་འབྱུང་བར་བྱེད། །བྲི་གས་སྟོ་དང་མཁལ་མའི་ཆ་བ་སེལ།
 ཐོག་ག་པ་ཡིས་སྤུགས་པ་གཙོད་པར་བྱེད། །སྤུབ་ཀས་རུལ་གཙོད་
 རྟོད་བཟེད་རྒྱ་སེར་འདྲེན། །ཤོ་མང་བ་ཡིས་ཆ་དང་རུག་ལ་ཕན། །

གཤེར་ཤས་སྒྲིན་འབྱེན་སྒྲུག་ཤས་རྒྱང་མཁྲིས་སེལ། །ཤིང་ཤས་གྲེ་བ་
འགག་པ་སེལ་བར་བྱེད། །རུག་ཤས་སྒྱངས་འཛམས་ནག་འབྱམས་
གཙོང་བར་བྱེད། །འདྲེ་ཤ་སྒྲོ་རིས་(སྒྱུང་གི་མ་ཐུམ་) བྲག་གཙོང་མེས་
ཆོག་འཛོ། །མ་རྩི་ག་ཡིས་སོ་བའི་མེ་དྲོད་བསྐྱེད། །

མེ་སྒྱུང་མེ་འབྲས་ལྷན་ཅིག་བརྒྱ་ལོས་པ།

ཤི་ཡང་ཀླ་ཡིས་སོ་མཆན་ཆ་བ་སེལ། །འདིབ་ཅི་ཆེན་པོས་ཁ་ཡི་
ནད་དང་ནི། །སོ་དང་མཆིན་པའི་ཆད་པ་སེལ་བར་བྱེད། །བྱ་མོད་
སྒྲིས་ཀྱིས་རིམས་ཆད་སེལ་བར་བྱེད། །འབྲུ་སྒྲ་ཏང་གིས་མ་འདུབ་སྒྲོ་
ཆད་སེལ། །ཁིམ་ཐིག་ལེ་ཡིས་ཐིག་གི་ཡིང་རྟོག་ལེན། །སྒྲི་བས་སྒྲོ་
པར་བྲང་ཆ་ཆམ་པ་སེལ། །རྒྱ་ཏག་ཏུས་པའི་ཆད་པ་སེལ་བར་བྱེད། །
རྟ་ཐིག་མ་གསོ་ཏུས་སྒྱུར་ཅ་སྒྲོ་འགགས། །ལྷག་ངལ་རུག་སེལ་ཡན་
ལག་སྒྱངས་པ་འཛམས། །ཟངས་ཅི་བ་ཡིས་མཁྲིས་ནད་ཐིག་སེར་
སེལ། །མ་རམ་ན་རམ་ལ་སོགས་འབྲུ་བ་གཙོང། །ལྷ་ལྷག་པ་ཡིས་ཅ་
འབྱེད་རྒྱ་འགགས་འབྱེན། །བྱི་ཤིང་དཀར་མོས་སྒྲོ་ཆད་ཕྱི་སྒྲན་སེལ། །
ཐེའུ་རིགས་གཉིས་རུལ་རྒྱ་འདྲན་བར་བྱེད། །ག་པར་རིས་སོས་སྒྲོ་
རིམས་ཆད་པ་སེལ། །སེང་གེ་འདིགས་མེད་མགོ་ཆག་ཏུས་མ་གསོ། །
རོག་པོ་འཛམ་སྒྲུས་སྒྲོ་ནད་མགོ་ཏུས་གསོ། །ཟིན་རིག་གཉན་ཐོག་
གཟའ་ནད་སྒྲིན་ལ་པན། །སྒྲུ་བརྒྱད་རྫོ་རྩིས་གཟའ་ནད་འབམ་ནད་
འཛམས། །རྒྱུ་ནག་དོམ་མཁྲིས་མ་གསོ་ཅ་ཁ་འཛིན། །བྱི་ཏུག་མ་ཡི་

འདུ་མཉམ་གྱིན་པོལ་མེལ། །སྒྲ་སྒྲིག་རིམ་མ་དང་རྟོ་རྟུག་མེལ་བར་བྱེད། །
 སྒྲ་བ་ཆེ་ཆུང་རྒྱ་བ་སྒྲ་མ་ཁྱེད་ཀྱིས། །སྒྲ་སྒྲིག་པ་ཡིས་མེན་
 རྒྱུ་མ་འདུལ་བར་བྱེད། །འོད་ལྗན་ཁྱེད་མཁུ་མི་གནོད་བཅུད་ལེན་
 མཆོག་ །གན་རྟ་པ་དུས་སྒྲན་དང་བད་ཀན་མེལ། །དར་ཡ་ཀན་གྱིས་
 བྱང་ཁོག་རྒྱ་མེར་སྒྲིམ། །མགོ་ཡི་རྩམ་ཆག་སྒྱུར་ཁིང་ལྟ་བ་འཛིན། །

ཆ་ཡི་མེ་འབྲས་ཡོངས་རྒྱུགས་བཟུ་འོས་ལ།

རེ་སྒྲོན་ཁྱེད་སྒྲིག་སྒྲིག་པོ་ཆ་ཆོད་མེལ། །སྒྲོལ་གོང་བ་ཡིས་མགོ་
 ཆག་རྟུག་ཆོད་མེལ། །ཡུ་མོ་མདེལ་འབྱིན་བྱ་རྟོ་ལྷག་རྟུ་འབྱིན། །སྒྲ་
 ཆེ་རྟོ་པོས་རིམ་མ་རྟུག་རྟིང་ཆོད་མེལ། །རྟ་ལྷགས་ལྟ་བ་འཛིན་ཁིང་
 རྒྱ་མེར་མེལ། །ཁ་རྟི་པ་ཡིས་མགོ་ཆག་རྟུག་ནད་མེལ། །སྒྲ་ཡག་ཆ་
 བས་སྒྲོ་ནད་སྒྲོ་ནག་འདྲེན། །ཡོ་མས་ཆ་གསོ་འབྲས་བྱས་རྟིང་ནད་
 མེལ། །སྒྲིག་རྒྱུང་འདེན་ཡོན་རྩམ་གསོ་ལྟ་བ་འདེགས། །འབྲི་རྟ་ས་
 འཛིན་ནག་ཁྱེད་སྒྲོ་ལྟ་མེལ། །སྒྲ་སྒྲིག་ཆོད་རྟིང་རྟུག་ཆོད་མེལ་
 སྒྲ་མ་འདུལ། །རྒྱ་སྒྲིག་དེར་མཆོངས་ཡན་ལག་ནག་ནམས་འདྲེན། །
 འོལ་མོ་མེ་ཡིས་ཆ་ནད་མངལ་སྒྲོན་མེལ། །རྒྱ་བྱས་ཆ་འདུབ་ཆ་
 མཐུད་རྒྱ་གཞེར་འཛོམས། །བྱིའུ་ལ་བྱས་ཟས་འཇུ་ག་རྟུག་མེལ། །
 བྱག་སྒྲིག་པ་ཡི་ཆ་བས་བྱང་གིན་འཛོམས། །ར་འཛོམ་སྒྲིག་པས་དྲོད་
 རྒྱུད་མགོ་གིན་འཛོམས། །བྱིའུ་སྒྲིག་གིན་མེལ་ཟས་འཇུ་ཡི་ག་འབྱེད། །
 བྱང་ཆེ་སྒྲིག་གིས་ཆ་མཐུད་རིམ་མ་ཆོད་མེལ། །བྱ་སྒྲིག་སྒྲིག་པས་མགོ་

མ་ཉེག་ཚོད་འདུལ། །བདུད་ཅི་གངས་ཤམ་སྒོ་གསོ་ཚད་པ་ལེལ། །
 བྱར་མང་བད་སྒྱག་ཚད་པ་དག་ལ་མན། །པ་རྟོ་ལ་ཡིས་སྤྱན་ལེལ་ཡི་
 ག་འབྱེད། །མྱད་མས་འོར་དང་སྒྱ་བབ་དཔུ་ཚུ་འདྲོན། །མྱད་སྒྱག་མ་
 ཚོད་ལེལ་ཞིང་འཐིབས་པ་སངས། །མྱད་དཀར་མཚོར་ཚད་དཔུ་ཚུ་
 རྒྱུ་པར་བྱེད། །མྱད་ནག་རྩག་འདྲོན་དཔུ་ཚུ་རྒྱུ་པར་བྱེད། །མྱད་
 རྩན་མ་གསོ་ཚུ་རིགས་འདྲོན་པར་བྱེད། །མྱད་དམར་བད་ཀན་སྒྱག་
 བའི་གཟེར་བྱག་འཛོམས། །མྱད་མེར་མ་གསོ་ཚུ་མཐུད་ཚུ་ལམ་
 འབྱེད། །མྱ་བ་མྱད་མས་སྤྱན་ལེལ་ཉེག་སྒྱངས་འདུལ། །ཕྱིུ་མྱད་མ་
 འཚོ་ཚུ་འབྱེད་ཁྱི་སྒྱུན་གསོ། །རྩག་མྱད་དྲི་ཅན་སྒྱངས་པ་འདུལ་བར་
 བྱེད། །སྤྱག་གིང་མ་དང་གཟེར་སྒྱངས་ཚུ་སྤྱན་ལེལ། །

5. རྩན་སྒྱུན་ཁན་དའི་སྤེ་ཚོན།

རྩྱང་ཡིལ་འཛིན་པ་བྱུར་རིག་གང་ག་ཚུང་། །རྩྱ་མོ་རྟོར་ལེན་
 ཁན་དས་ཚོད་རིགས་འཛོམས། །མྱར་ཆེན་ཆེག་ཐུབ་ཁན་དས་གག་
 རྩྱག་འཛོམས། །རྩྱ་ཐུགས་གཉིས་དང་རེ་རྩྱན་བྲག་སྤོས་གྱི། །ཁན་
 དས་མ་ཀྱན་གསོ་ཞིང་མ་ཅི་བྱེད། །བྱུར་ནག་ཁན་དས་རྩྱད་སྤྱན་ལ་
 སྤྱགས་འཛོམས། །རྩྱག་མའི་ལོ་མའི་ཁན་དར་སྤེ་ཅི་དང་། །བྱུར་ག་
 བཏབ་པ་བཏུན་ལ་གཉིད་ལོག་པས། །སྤྱན་དང་ལ་མ་གཉན་ནད་
 ཀྱན་འཛོམས་བྱེད། །ཁྱེ་མ་རིགས་གསུམ་ཁན་དས་སྤྱན་ཀྱན་དང་། །
 བད་སྒྱག་རྩག་ཐབས་རྩྱད་འཚང་སོ་ལོག་འཛོམས། །རེ་རལ་གསུམ་

དང་ཆར་སྒྲུང་ཁན་དཔལ། །ཡ་ཏུ་གོ་བྱི་རྒྱ་ཚེ་སྒྲུང་བ་ཡིས། །མི་དང་
 རྒྱགས་ཀྱི་རྒྱག་རིགས་འབྲལ་བུ་འཛེམས། །དུ་བའི་ཁན་དར་སྤོན་
 སྤོན་གང་ཚོགས་བཏབ། །འབྲུང་བས་སྤོན་ནད་རྒྱགས་པས་པགས་
 སྤོན་འཛེམས། །སྤང་དཀར་སྤང་སྒྲུག་ཁན་དས་དམུ་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་། །
 མཛེར་ནད་མ་ལུས་གཏིང་ནས་འདྲེན་པར་བྱེད། །བླ་ཚོད་ཁན་དར་
 སྤང་ཚོད་སྒྲུང་བཏང་བས། །ཆ་བ་མེད་པའི་དྲིག་ནད་ཅད་ནས་
 འབྱིན། །ཀྱི་ཕྱེ་ཙམ་འེའི་ཁན་ད་རྒྱ་གང་ལུ། །ཆ་བ་ཀྱན་སེལ་སྤྲོད་
 རུང་མཁུས་ནད་འབྲུ། །རྟོང་ལེན་ཁན་ད་བསྐྱལ་གང་རྒྱས་ལུ་བས། །
 རྒྱག་འབྲུགས་སེལ་ཁིང་སྤྲོད་ནད་རུང་བུ་འབྲུ། །དཔེས་ཁན་དར་
 ཅང་ཁི་སྒྲུང་བ་ནི། །མ་རུ་ཁུ་སྤྱ་སྤྱར་བུའི་ཐང་ལུ་བ་ཉླེན། །བད་
 རྒྱག་པོ་ཁར་འདྲིལ་དང་འབྱེདས་པ་སེལ། །བྲག་ལྷན་ཁན་ད་རྒྱ་གང་
 གིས་ལུ་བ་ཉླེན། །པོ་མཆིན་མཁལ་ཚད་མིག་ནད་ཀྱན་ལ་མན། །
 རྒྱག་པོ་རྒྱག་ཐབས་སེལ་བའི་བརྟུང་ཙེ་ཡིན། །བྲག་འབྲུའི་ཁན་དར་
 རུང་མ་སྒྲུང་བཏང་བས། །རྒྱང་ལག་རྒྱ་སེར་ཆ་བ་མ་ལུས་སེལ། །
 ཉར་བུ་ཁན་དས་སྤོན་ནད་བད་ཀན་དང་། །བྲག་ལས་བྱུར་པའི་སྤོན་
 ཀྱན་མ་ལུས་བཞིག །ར་མཉེ་ཙམ་འེའི་ཁན་དར་བུར་མ་སྒྲུང་། །མཁལ་
 རྟེན་སྤང་བྱི་རྒྱ་སེར་གང་བ་སེལ། །འོལ་མ་ཙམ་འོལ་འབྲས་གཏུས་ཁན་
 དཔལ། །རྒྱ་ཏུ་རྒྱ་ཚེ་གཡེར་མ་མདེལ་འབྱིན་པ། །སྒྲུང་བ་མ་ཆག་ལྷ་བ་
 གཅིག་བ་ཉླེན་ན། །བྱུང་མེད་ཚབས་ནད་མངལ་སྤོན་མཐའ་དག་

འབྱུང། །དེ་རྗེས་ཅ་བ་ལྷ་ཡི་ཁན་ད་ལ། །བྱ་འཛིན་ཆོ་ག་སྐྱར་བ་
 བཏྱུན་བྱས་ན། །མོ་ག་ཤམ་ལ་ཡང་བྱ་མང་བྱ་ཅི་བྱེད། །ཁེང་ལྷེང་
 ཁན་ད་མཛོ་ནད་ལན་པ་ཡིན། །ལྷམ་བྱ་ཟངས་ཅིའི་ཁན་དས་མཁྱིས་
 བད་སེལ། །སྐྱེར་བའི་ཁན་ད་བྱུགས་པས་མིག་ནད་སེལ། །འབམ་
 སའི་ཁན་དས་ཁོང་སྐན་བཤེག་པར་བྱེད། །དུ་བ་རྟ་སྐངས་བྱ་ཅིའི་
 ཁན་ད་ལ། །བྱི་རྟང་ཀ་དང་ཤིང་ཀྱན་ཅི་ཉ་ཀ །འུག་ལྷ་སྐྱར་བྱུག་
 སིན་ཐོར་ཤ་བག་སེལ། །རུར་བྱིད་ཐར་རུ་སྐྱོན་བྱ་ཁོན་བྱ་དང་། །
 ལྷམ་ཅ་དན་རྟ་དྲོང་ག་ཅི་ལྷག་མོ། །ཁ་རུ་མཆུ་སྐྱང་ཤི་རི་ཁན་ད་
 དང་། །དམར་སེར་བ་ཆུ་བཅས་པའི་ཁན་ད་ཡིས། །རྫོ་འཇམ་ནད་
 ཀྱན་སྐྱང་ཞིང་ཁྱད་པར་བྱ། །དམ་འོར་སྐྱ་བབ་ཆུ་སེར་མ་ལུས་སྐྱང་། །
 ཐར་རུ་རུར་བྱིད་རྟོང་ལེན་ཆུ་རྟག་པའི། །ཁན་དས་སྐྱགས་འགྲངས་
 འབྱམས་མེད་ཆུ་མི་གནོད། །ནམ་ཟླ་ཆ་གྲང་ན་སོ་ཆས་གཞོན་མེད། །
 ལམ་བཤོད་མཤོན་པོ་ལ་ཡང་བཏང་བས་ཆོག །ཁ་བསྐྱར་གང་བྱས་
 བད་ཀྱན་འཇམ་པོར་སྐྱང་། །སྐྱོ་མ་སེང་གས་དབང་སྐྱབས་རོ་ཅ་
 བསྐྱེད། །

6. ཞིང་སྐྱེས་ལོ་རྟོག་སྐྱད།

ཞིང་སྐྱེས་ལོ་རྟོག་སྐྱད་ཐེ་ནི། །འབྲས་ཀྱི་རུས་པ་ལྷམ་འཇམ་
 བསེལ་ལ་ཡང་། །ཉེས་པ་གསུམ་སེལ་རོ་ཆ་མདངས་གསལ་དཀར། །
 ལུས་ཡང་ཡིད་གཞུངས་འཁྱེད་དང་སྐྱགས་པ་གཙང་། །ཁྱེ་ནི་ཕྱི་བསེལ་

ལྷན་པས་མ་བརྟས་བྱེད། །རྟམ་པ་ཆག་གྲུམ་གས་ནམས་སྦྱོར་པར་
 བྱེད། །ཁྱི་ཁྱོད་འབྲུ་གཙོད་རྟག་སེལ་རེག་ན་བསེལ། །ཙི་ཙི་བསེལ་
 ཡང་རྒྱང་སྦྱིད་བད་ཀན་དང་། །མཁྱིས་པ་སེལ་ཞིང་དང་ག་འབྱེད་
 པར་བྱེད། །ཁྱ་མ་བསེལ་ལ་ཡང་རྒྱབ་ཡི་གར་འཕྲོད། །ནས་དཀར་
 རྒྱབ་བསེལ་ཕྱི་མངར་ཁོང་རྒྱང་འཁྱོག་ །བཤང་བའི་རྒྱང་འཕེལ་རྩ་
 བརྟས་པར་བྱེད། །གཅིན་ཆོལ་མཁྱིས་པ་བད་ཀན་ཆམ་པ་དང་། །
 ལུང་པ་དབྱུགས་མི་བདེ་བ་སེལ་བར་བྱེད། །ད་ཆན་སྒྲོག་མའི་ནད་
 དང་པགས་ནད་སེལ། །ནས་སྒྲོན་བྱིས་སྒྲོ་ཆ་སྟབ་རྒྱ་གཟེར་སེལ། །
 ནས་སྒྲོན་བསྐྱེགས་པས་སྒྲོ་བའི་ནད་ལ་ཕན། །ནས་ནག་མ་དང་ཤ་
 བ་སྒྲོ་ནད་ཕན། །ནས་གཞན་ཕྱི་བསེལ་རྒྱམ་མངར་ཤ་སྟོབས་བསྐྱེད། །
 སྦྱིག་མའི་ནས་འབྲས་རྒྱབ་ལ་ཆ་བ་ཡིན། །ནས་ཁྱོད་གཞན་ལས་རྒྱང་
 ཟད་དམན་པ་ཡིན། །སྒོ་ནི་རྩ་མངར་རྒྱམ་བསེལ་ཕྱི་བ་སྟེ། །རྩ་
 འཆོ་བྱེད་རྒྱང་དང་མཁྱིས་པར་ཕན། །རྟག་ནད་ཆོགས་ལ་བྱེར་བ་
 རྒྱད་པར་བྱེད། །ཤ་མཁྱིགས་ཆག་གྲུམ་སྦྱོར་ལ་རྒྱང་ཟད་འབྲུ། །སྤྱན་
 དང་བད་ཀན་གྲང་བ་དག་ལ་གནོད། །སྒོ་ཆང་སྒྲོར་ཕན་སྒོ་སྐྱེགས་
 ཆོགས་པ་ཡིས། །བྱི་བ་ལ་ཕན་བག་བྱིས་སྦྱངས་པ་འདུལ། །སོ་བ་སྟེ་
 ད་བསེལ་ཡང་བད་མཁྱིས་སེལ། །འུ་དང་བྱུག་རྩ་འབྱིན་པར་བྱེད་པ་
 ཡིན། །དེ་ལྟར་ག་མ་ཅན་འབྲུ་རྩ་དང་ནི། །ཞུ་རྒྱུས་མངར་བས་རྩ་
 རྟམ་རྒྱང་འཛོམས། །ལུས་ཀྱི་སྟོབས་དང་བད་ཀན་སྦྱིད་པར་བྱེད། །

སྐྱུ་མ་སྐྱུ་ཆེན་དཀར་པོས་རྒྱུང་འཛིན་སྐྱུ་ལ། དེ་ལ་སྐྱུ་མ་གཞན་
 གྱིས་རྒྱུང་སྐྱེད་བྱེད། སྐྱུ་མ་རིལ་མོ་མཆོག་ཏུ་བསེལ་ལ་ཡང་། །
 རྒྱུང་སྐྱེད་དུག་ནད་སྣོད་ལ་བྱེད་བ་ལྟོད། མཁྱིས་པའི་ཞག་ལེན་མ་
 དང་འབྲུམ་ནག་སེལ། སྐྱུ་མའི་མེ་རྟོག་མཁལ་ནད་ཁྲག་ཤར་སྐྱེམ། །
 སྐྱུ་རྒྱུང་ལེབ་མོ་བསྐྱ་མངར་ཉེས་གསུམ་སྐྱེད། གཞང་འབྲུམ་ལ་
 སན་སྐྱོ་མ་བྱུགས་པ་ན། མེ་དབལ་དྲིག་ནད་དང་ནི་ཁྲག་ནད་
 འཛིན་སྐྱུ་མོན་སྐྱུ་ལེབ་མོ་དཀར་པོས་རྒྱུང་སྐྱེད་ལ། རྒྱུ་ཅིང་མི་
 ལ་བཤང་བ་འཕེལ་བར་བྱེད། །འདི་དང་སྐྱུ་རིལ་བསྐྱ་མངར་
 བསེལ་ཡང་སྐྱ། རྩ་འགགས་བད་ཀན་ཆད་སེལ་འབྲུ་བ་གཙོད། །
 རྒྱུ་མེལ་ཁྲག་མཁྱིས་ཆེ་ཆེར་བྱུགས་ན་སན། འབྲུམ་ནག་མེ་དབལ་
 ལུང་པ་དག་ལ་སན། མོན་སན་གྲུ་ཞེས་བྱ་མ་ཤ་ག རྒྱུ་པས་
 རྒྱུང་སེལ་ཁྲུ་སྟོབས་བད་མཁྱིས་སྐྱེད། བལ་སྐྱུ་དུག་འབྱིན་རྒྱ་
 འབེབས་འཛིག་པར་བྱེད། རྒྱ་སྐྱུ་དཀར་ནག་རོ་ཙ་བྱ་རྒྱེས་སྐྱར། །
 བད་རྒྱུང་ལུང་པ་དཔུགས་མི་བདེ་བ་དང་། ཁྲུ་བ་ལས་བྱུང་དེའུ་
 འཛིན་སྐྱུ་གཞང་འབྲུམ་སེལ། ཁྲག་མཁྱིས་སྐྱེད་ལ་སོ་དང་སེའུ་སྐྱེ། །
 ཉིལ་གཉིས་རྩི་ཞིང་རྒྱུང་འཛིན་སྐྱུ་པགས་པ་འཇམ། བསེལ་ཞིང་གིན་
 སེལ་སྐྱ་དང་སྐྱ་ར་སྐྱེ། མི་ཞིང་རོ་ཙ་ཁྲུ་འཕེལ་མངལ་སྐྱན་བཤིག །
 རྒྱ་རྒྱེས་ཆ་ལ་ཡིད་གཞུང་རྩིད་སྐྱེད་ལ། བད་ཀན་མཁྱིས་པ་སྐྱེད་
 པར་བྱེད་པ་ཡིན། ལྷུངས་ཀར་མི་ལ་ཆད་པ་བད་ཀན་སྐྱེད། ཆ་

ཞིང་བཤང་བ་གཅིན་འགགས་ཉེས་ཀྱན་སྦྱང། །རྩི་ཅ་ཆུ་མེར་སྦྱ་དུག་
 གཉན་ལ་པན། །མར་ནག་གང་མེལ་རྒྱང་འཛམས་ཁྲག་མཁྱིས་འཕེལ། །
 ཟར་མ་སྦྱུ་མངར་ཕྱི་ལ་ཁ་ཞིང་དྲོ། །ཕྱི་བའི་རྒྱང་མེལ་འཇམ་པས་
 བད་མཁྱིས་སྦྱང། །ཁྱེས་ཆ་བས་མིག་གཞོད་ཁྲ་བ་སྐྱེལ། །སྦྱ་མས་
 འབྱར་བྱས་སྒངས་པ་ནག་ཏུ་འགྲུགས། །བྲ་པོ་དཀར་ནག་བམེལ་
 ཡང་ཉེས་གསུམ་སྦྱང། །མ་འཛིབས་ཁྲག་བཞིག་འབྲས་ལ་རྒྱང་བད་
 པན། །རང་རང་རར་སོགས་ཆོགས་པའི་གདུས་ཐང་གིས། །རང་
 རང་ལ་བཅོས་ཆང་མ་ཁྱེ་བ་འཇུ། །རྩིན་ལས་བརྩོས་ཡང་བརྩོས་ལས་
 བཅོས་པ་ཡང་། །བཅོས་ལས་ཆང་ཡང་ཆང་ལས་རག་རིམ་དྲོ། །དེ་
 ལྟའི་གང་བྱ་ཅན་སྦྱིས་ཅ་སྒོ་འགགས། །རྩི་བསྐྱེལ་མངར་ཞིང་འཁྲུ་
 གཅོད་ཁྱེས་ཆ། །བམེལ་ཡང་ཆོལ་ཁྲག་མཁྱིས་པར་བསྦྱ་དུག་པན། །
 ག་གོང་ཅན་འབྱུ་ཀྱན་གྱང་གསར་སྒོན་ཕྱི། །བད་སྦྱང་སྦྱིན་གྱུར་སྐྱེལ་
 དང་སྦྱིང་བ་ཡང་། །གང་ཡང་དགོན་པ་སྦྱན་འགྱུར་མོད་པ་བཟ། །
 ཅ་བ་ཅན་སྦྱེར་ཁྱང་མས་དུག་ནད་སྦྱང་། །ཆ་དྲོ་བད་རྒྱང་མེལ་ཞིང་
 མཁྱིས་པ་སྦྱང། །ལ་ཕྱག་གཞོན་རུ་ཡང་དྲོ་མེ་དྲོད་སྦྱང། །ཡང་ཞིང་
 རྒྱང་ཆ་སྦྱན་དང་ལུད་གཅོང་དང་། །དུགས་མི་བདེ་དང་མ་དང་
 མིག་ནད་དང་། །སྒོག་ནད་སྦྱང་འགགས་དྲོད་རྒྱང་རྒྱག་སྐམ་དང་། །
 ཆམ་པའི་ནད་གྱང་འཛམས་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །ནར་སོན་ཕྱི་བམེལ་
 རྩི་དང་ཁྱེས་ཆ། །བད་སྦྱང་དྲོད་འཕེལ་བཅོས་ན་སྦྱུ་ཞིང་ཡང་། །

རྒྱུ་མེལ་སྐམ་པོས་རྒྱུ་དང་བད་ཀན་འཛམས། །ལ་ཐུག་འབྲས་
 བུས་མོ་བའི་དཔྱ་རིང་མེལ། །དྲིད་སྐྱེད་ཁ་ཟས་འཇུ་བར་བྱེད་པ་
 ཡིན། །ཁྱ་བས་རྩ་བའི་ནད་མེལ་ཐལ་བ་ཡིས། །དྲི་མ་འགགས་པ་
 མེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། །

གཉིས། སྔག་ཆགས་སྒྲན།

དེ་ཡང་སྔག་ཆགས་ལས་བྱུང་སྒྲན་ཐེ་ལས། །ར་མིག་ལྷེ་སོ་གེ་བ་
 སྒྱིང་སྒྲི་བ། །མཆིན་མཁྱིས་མཆོར་མཁལ་མོ་བ་རྩུ་མ་དང་། །མཆོན་
 མ་རུས་པ་རྒྱང་མར་སྒྲུང་པ་ཆོལ། །ཁྱག་ཤ་པགས་པ་སྤྱོ་སྒྲི་མེན་མོ་སྒྲི།
 བྱན་དང་དྲི་རྩ་ལོ་མ་བུབས་རིལ་(གཟུགས་པོ་ཡོངས་རྒྱགས་) ཏེ། །ལ་
 བཅད་ཉེར་དགུའི་སྒྲི་ནས་བསྐྱན་པ་ལས། །

1. ར་ཡི་སྒྲན་གྱི་རུས་པ་ནི། བམེ་རུས་བྱང་ཁོག་རྩུ་ནག་ཁྱག་
 མེར་སྒྲིམ། །དཀར་པོས་རུག་ཆོད་མེལ་བྱེད་བམེལ་བ་ཡིན། །ཁྱ་པོས་
 རུག་སྤྱང་བམེལ་དྲོད་སྒྲིམས་ཀྱན་འཕྲོད། །ནག་པོས་ནག་ཁྱག་རྩུ་
 མེར་སྒྲིམ་བྱེད་འདྲ། །ཁ་ཤ་ཤ་བའི་པོག་ར་བམེ་རུར་མཚུངས། །ཤ་
 བའི་ར་ཆན་ཐལ་བས་དཔྱ་རྩུ་སྒྲིམ། །ཤ་བ་གཡག་ཆོད་གཙོད་དང་
 ར་ཡི་རུའི། །གཞོབ་ཀྱིས་བད་ཀན་ལྷ་བ་གཟེར་རྩམས་འཛམས། །ག་
 དོར་གསུམ་གྱིས་ནག་དང་རྩུ་མེར་སྒྲིམ། །གཙོད་དང་ཆོ་བའི་ར་ཡིས་
 འཁྱུ་བ་གཙོད། །རྩུ་ལྷག་ཐུག་གཙོད་རས་བུ་འབྱེན་བྱེད། །ཆོད་

གཡག་རྩ་ཡིས་རྒྱུད་སྐྱབ་ནད་བཞིག །གཉན་གྱི་རྩ་ཡིས་རིམས་
 བད་སེལ་བར་བྱེད། །མ་ཉེས་འོར་ནད་བ་མེན་ནག་ཁྲག་སྒེམ། །མྱང་
 ཐུག་མགོ་ཆག་མྱང་ནག་རྩས་མཛེ་འཛེམས། །མྱང་གི་རྩ་གཞི་བ་
 མཛེན་པའི་ཆ་བ་སེལ། །རྒྱ་རྩས་མྱང་བ་ཁ་ཤས་མཁལ་གཟེར་
 འཛེམས། །མཛེ་རྩས་རྩ་བྱན་རྩག་ལ་ཕན་པར་བྱེད། །ཞོད་གཡག་
 ཐུག་རྩས་མ་འབྲས་མོ་ནད་སེལ། །ར་གན་འ་རྒྱ་མྱང་རྩ་ཡིས་ཆད་
 པར་ཕན། །ར་དཀར་རྩ་ཡིས་མྱོངས་རིམས་གཟེར་བ་འཛེམས། །ར་
 དཀར་ཅེ་གཡས་བ་ཐུའི་ཆ་བ་སེལ། །རྒྱ་རྩས་རྩ་རྩག་མངལ་འགགས་
 འབྱིན་པར་བྱེད། །སྦྱིར་ནི་ར་རྩ་བ་སེལ་ལ་ལྷག་ཅ་རྒྱ། །རི་རྩགས་
 སྦྱེམས་ལ་ཐུག་པོ་རྒྱ་བ་ཡིན། །

2. མིག་གི་རྩས་ལ་བཟུན་ལ་ནི། ལྷག་གི་མིག་འབྲས་མོ་ཡིས་
 བཅུད་ལེན་བྱེད། །བྱ་ཞོད་མིག་གིས་རྒྱང་གསལ་གྲིབ་ལ་ཕན། །ཉ་
 དང་བྱ་ཡི་མིག་གིས་གཉིད་མཐུག་སྦྱང་། །

3. རྩེ་ཡི་རྩས་ལ་བཟུན་ལ་ནི། སྦྱང་གི་རི་རྩེ་ཡིས་རྩེ་སྦྱངས་
 གག་པ་སེལ། །རྩི་རྩེས་མ་འབྲལ་ཕག་རྩེས་རྩས་མཛེར་འགོག །ན་ར་
 རི་རྩས་རྩེ་ལ་ཞི་བར་བྱེད། །སི་ཏ་ཤུ་ན་རི་རྩས་རྩེ་ལ་ཁྲོ། །རྩང་
 མཁན་རྩེ་ཡིས་འབྲལ་བ་གཙོད་པར་བྱེད། །གཡག་གི་རྩེ་ཡིས་བད་ཀན་
 མྱང་བ་སེལ། །

4. མ་ཡི་རྩས་ལ་བཟུན་ལ་ནི། ཐལ་ཀར་མཛེ་རྩག་མྱང་

ཆེན་མོ་ཡིས་སྒྲུབ་ཅིང་། །ཕག་ཚེད་མཆེ་བས་མདེུ་འབྱེན་ཁྱིའི་
 མཆེ་བས། །གག་པ་སྤང་ཞིང་སྤྲུམ་གྱི་མཆེ་བ་ཡིས། །གྲོ་བ་སྐྱེས་ལ་
 ཉ་རུས་ལྷག་པར་ཕན། །དོམ་གྱི་མཆེ་བས་ཁྲག་གཙོད་ལྷག་གཟིག་
 དང་། །འབྲུག་གི་མཆེ་བས་སྐྱེ་བའི་གཟེར་འཛོམས་བརྟན། །ལྷག་གི་
 མཆེ་བས་རྒྱ་ཚུང་སྤྲུམ་གྱི་མཆེ་བས་རུས་པ་ཆག་
 པ་སྒྲུབ། །སྤྲུམ་གྱི་མཆེ་བས་རྒྱུ་ལྷན་ཆུ་འགགས་མེད། །

5. གྲོ་བའི་རུས་པ་བཟུན་པ་ནི། རྩ་ཚེད་གྲོ་བ་སྤྲུམ་གྱི་གྲོ་བ་
 ཡིས། །མ་ཁུ་འཇུ་དང་ཁྲུ་པར་ཤ་འཇུ་བྱེད། །ཚོད་གཡག་རྩ་ཁྲུ་
 གཙོད་དང་དགོ་བ་དང་། །སྤྲུང་གི་སྤྲུམ་རྩ་ལས་གྱི་གྲོ་བ་ཡིས། །
 མཁུལ་བའི་ལྷ་བ་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །གཡག་ཚོད་ལྷག་
 སྐྱེས་སྤྲུམ་ལྷན་སྤྲུམ་ཆོགས་དང་། །གྲོ་བ་སྤྲུམ་ཆོགས་དེ་བཞིན་ལྷ་བར་
 ཕན། །ཅོ་ག་ཁྲུ་ལྷག་འཛོལ་མ་རྩེ་གྲོ་བས། །སྤྲུང་འགགས་མེད་ཞིང་
 ཆངས་པའི་དབྱངས་སྤྲུམ་བྱེད། །

6. རྩ་ཚེད་གྲོ་བའི་རུས་པ་བཟུན་པ་ནི། རྩ་ཚེད་ཀྱི་ཀྱེ་ཙོ་གཡག་ཚོད་
 རི་བོང་རྩ་ཚེད་། །སྤྲུམ་ཁྲུང་སྤྲུམ་འཕྲོག་རྩ་ཚེད་གཟེར་འཛོམས་པར་བྱེད། །
 རྩ་ཚེད་རྩ་ཚེད་ཀྱིས་རྩ་ཚེད་པ་ཉམས་པ་གསོ། །སྤྲུང་དང་འབྲུ་བའི་རྩ་ཚེད་
 ཀྱིས་རྩ་ཚེད་ཆངས་མེད། །ར་རྩ་ཚེད་སྤྲུམ་མེད་ལྷ་རྩ་ཚེད་དམུ་ཆུ་སྤྲུང་། །རྩ་
 ཡི་རྩ་ཚེད་ཀྱིས་རྩ་ཚེད་ཆོགས་བྱེད་སྤྲུང་། །རུས་སྤྲུམ་རྩ་ཚེད་ཀྱིས་མགོ་ཡི་
 མ་གསོ་བྱེད། །

7. གློ་བའི་རྒྱལ་པ་བཟུན་པ་ནི། ལ་དང་ཁྱག་རྟའི་གློ་བས་
 གློ་རྟའ་གཙོད། །ཁ་ཤའི་གློ་བས་གློ་རྟའ་ལོལ་བར་བྱེད། །རེའུ་སྒྲེས་
 འབྲལ་གློ་བས་གློ་རྟའ་གསོ། །ར་གློས་སྲིན་ལོལ་གཉན་གློས་རྩུ་ཆ་བས་
 ལོལ། །གློ་བ་གང་ཡང་གློ་ནད་ཀྱན་ལ་ཕན། །

8. མཆིན་པའི་རྒྱལ་པ་བཟུན་པ་ནི། གཞུགས་
 མོ་(ཀར) སྤལ་ནག་མཆིན་པས་སྒྱར་རུག་ལོལ། །ར་ཡི་མཆིན་པས་
 སྲིན་ལོལ་མིག་ལ་ཕན། །སྤམ་གྱི་མཆིན་པས་རྩུ་འགགས་མངལ་
 འབྲེལ་འབྲེན། །ལྷག་མཆིན་མཆིན་རྒྱང་མིག་འགྲིབ་ནད་ལ་ཕན། །
 འབྲེ་བའི་མཆིན་པས་རུས་པ་གས་ཆག་སྒྱར། །མཆིན་པ་གང་ཡང་
 མཆིན་ནད་ཀྱན་ལ་ཕན། །

9. མཁྲིས་པའི་རྒྱལ་པ་བཟུན་པ་ནི། །མཁྲིས་པ་གང་ཡང་
 རྒྱལ་བ་ལོལ་མཁྲིས་ནད་ལོལ། །དྲོམ་མཁྲིས་མཁྲིས་པའི་མཆོག་ཡིན་ཅ་
 ཁ་འཛོན། །མ་གསོ་མཁྲིས་ལོལ་མིག་གི་ནད་ལ་ཕན། །དྲོད་མའི་
 མཁྲིས་པ་དྲོམ་དང་རྒྱས་སྒྲུགས་མཐུན། །སྒྲང་ཆེན་མཁྲིས་པས་རུག་
 གི་ཤ་སྤམ་གསོ། །གཞུགས་མོས་(ཀར) སྒྱར་རུག་རུར་མཁྲིས་ཉུ་ལོག་
 འཛོམས། །གཡག་ཆོད་བྱང་ཁོག་ཅ་ཕྲོམ་མེ་དྲོད་སྒྲེད། །ཁྱིམ་བྱ་
 མཆོལ་ལྷས་(མཁྲིས་པས) མ་བྱའི་སྒྲོང་རུག་ལོལ། །རྩངས་པའི་
 མཁྲིས་པས་མགོ་ཡི་ཤུ་སྒྲེད། །སྤལ་ནག་ནི་ཙའི་མཁྲིས་པས་སྒྱར་
 རུག་ལོལ། །འབྲེ་མཁྲིས་སྒྱར་རུག་མར་ཕན་ཆད་ནད་འབྱོངས། །བྱ་

རྟོན་མིག་གསལ་ཆ་གསེ་སྒྲི་ནད་པན། །ལྷག་དང་རྟ་ཡི་མཁྱིས་པས་
 ཆ་ལ་པན། །ར་མཁྱིས་མིན་གསེད་རྟག་ནད་ཆོགས་བྱེར་སེལ། །སྒྲིང་
 མཁྱིས་སྒྲིང་རྟག་མིག་ལ་ཕོག་པར་པན། །ཉ་མཁྱིས་ཆ་ཆོད་མིག་
 འགྲེལ་མེས་ཆོག་འཆོ། །ཉ་སོགས་ཚུ་གནས་མཁྱིས་པའང་མེས་ཆོག་
 སྒྲིན། །པག་མཁྱིས་ཆ་རྟག་ཆོད་སེལ་མིག་ལ་པན། །བ་སེར་སྒྲི་བྱེད་
 བྱི་བས་ཆ་རྒྱུད་སེལ། །རྒྱལ་ཆེན་མཁྱིས་པས་ནད་ནམས་སྒྲི་ལ་པན། །
 སྒྲ་ཆོགས་མཁྱིས་པལྟས་ཆ་རྟག་མཁྱིས་མིག་པན། །

10. མཆོར་བའི་རྒྱས་པ་བཟུན་པ་ནི། །སྒྲིང་གི་མཆོར་བས་
 ཆ་དང་རྟག་ལ་པན། །བ་སེར་མཆོར་བས་རྟག་དང་མིག་ལ་པན། །
 རྟ་ཡི་མཆོར་བས་ཆ་ལ་ད་འརྟལ་བར་བྱེད། །ར་ཡི་མཆོར་བས་བྱིས་
 པའི་ཁ་ཕྱགས་འབྱེད། །མཆོར་བ་གང་ཡང་མཆོར་བའི་རང་ནད་
 སེལ། །

11. མཁལ་མའི་རྒྱས་པ་བཟུན་པ་ནི། །རྟ་དང་སྒྲིང་གི་
 མཁལ་མས་མཁལ་ཆ་བས་སེལ། །ལྷག་ཐོང་མཁལ་མས་མཁལ་ནད་
 གང་བ་སེལ། །ཆོ་གང་རྒྱས་མཐུན་མཁལ་མས་མཁལ་ནད་དང་། །
 རྟོན་པ་སྒྲིང་པ་ཚུ་སེའི་ནད་ལ་པན། །

12. སོ་བའི་རྒྱས་པ་བཟུན་པ་ནི། །རྒྱུང་གི་སོ་བས་རྟོད་
 རྟོད་མ་ཞུ་འཇུ། །བྱ་ཆོད་སོ་བས་བཟུན་བཤིག་མེ་རྟོད་རྟོད། །སོ་
 བའི་སོ་བས་ཟས་འཇུ་སྒྲིན་ལ་བཞོ། །ཤ་གཟན་ཀུན་བྱི་སོ་བས་སོ་

ཡང་བསྟོ། །

13. རྒྱ་མའི་རྒྱས་པ་བཟུན་པ་ནི། གཡི་དང་ཡུམ་པའི་རྒྱ་
མས་རྒྱ་གཞིར་འཛིན་པ། ཉེ་ཡི་ཡུ་མས་མེས་ཆོག་མ་ལ་པན། །ལྷག་
གི་ཡུ་མས་དབང་པོ་རྣེ་མཉམ་དང་། །བྱི་ལའི་གཞང་གིས་ཀ་གོ་ལ་སྟོ་
བཅས་པ། །

14. མཚན་མའི་རྒྱས་པ་བཟུན་པ་ནི། རྒྱག་འབྲས་རྩ་ཆེ་
མིག་བྱ་རྩ་འབྱེན། །ཤོ་ན་རུ་གའི་གསང་བས་རྩ་ཆུར། །སྤྲུམ་དང་
བྱི་ལའི་མཆུག་རྩིས་རྩ་མཚན། །བྱི་ར་མོ་ཡི་མཚན་ཤ་ཆོལ་དགའ་
ཆུན། །གཡག་ལྷག་ར་སྤང་རྩ་པོ་ཤ་གནའ་དགོ། །གཉན་སྤྲུམ་གཙོ་
ཆུང་རྣམས་ཀྱི་རྒྱག་འབྲས་ནི། །མ་རུལ་མ་སྤངས་རང་རིགས་འོ་མར་
བཅོ། །རྩ་ཆུལ་མ་ད་ཆུན་ཆེད་སྤྲུང་དང་། །བྱི་རྒྱ་སྤྲུམ་བཅས་
རྒྱགས་སོགས་མཁལ་ནད་རིགས། །བཅོས་རྒྱགས་འཆོ་དཀའ་མ་ལྷས་
གསོ་བར་རུས། །

15. རྒྱས་པའི་རྒྱས་པ་བཟུན་པ་ནི། འབྲུག་རྒྱས་རུལ་གཙོ་
མ་འབྲུབ་མེན་བྱ་བཟུ། །མགོ་གཞིར་རྒྱས་གཞིར་རྒྱ་གཞིར་འཛིན་པ་
པའི་མཚན། །འབྲུག་གཞིག་རྒྱས་པས་བྱི་མ་སྟོག་ཐབས་འཛིན་པ། །
ལྷག་རྒྱས་རྒྱང་ནད་མཆུག་རྒྱང་མཁལ་ཆེད་པན། །ལྷག་ཐོད་མོ་ནད་
རྒྱས་ཀྱང་རྒྱང་ཆེབས་སེལ། །སྤྲེ་ཐོང་སོག་དཀར་མཆུག་རྒྱང་རྒྱང་
ཆེན་གཙོན། །མགོ་རྒྱས་སྤྲིན་སེལ་སེར་རྒྱས་རྒྱ་འགགས་འཕྱིགས། །

ར་ཡི་རྩ་པ་མ་མཐོང་དང་རྩ་པ་འཛིན་འཁོག་ །ར་ཡི་དབྱི་རྩ་པ་ཐལ་
 བས་གག་པ་དང་། །མ་གདོང་ཆུ་འབྱེད་སྤྱི་ལྟ་བུ་འབྱིན་རྩ་ལ། །ཉ་
 སྐམ་སྤྱི་རྩ་པ་མ་དཔུ་ཆུ་སྤྱི་ལ། །ཁྱད་ཁྱད་བྱ་ཚོད་ར་མོས་ཆུ་
 འགགས་སེལ། །བྱི་ལའི་རྩ་པ་མ་མཚན་པར་རྣལ་བ་སེལ། །བྱ་མ་བྱི་
 རྩ་པ་འབྱིན་ཅ་ནད་སྤྱོད་། །བཟུལ་ཆགས་(རྩ་པ་)ཆུ་སེར་ཟེར་
 མོས་(ཆར་)ཁྱག་ཤོར་གཅོད། །འབྱོར་རྩ་པ་རྫོང་སྤྱོད་སྤྱག་རྩ་པ་ལྟ་བ་
 འཛིན། །སྤྱག་གཟིག་རྩ་པ་འི་ཐལ་བས་སྤྱན་ལ་བརྒྱ། །པག་ཚོད་
 དཔུ་ཆུ་པག་རྩ་པ་སྤྱག་པ་སེལ། །སྤྱི་རྩ་པ་གག་སྤྱི་རྩ་པ་སྤལ་མཛེ་ལ་
 བན། །འབྱུ་སྤྱི་གས་རྩ་པ་འབྱས་སྤྱི་པ་སེལ་དཔུ་ཆུ་སྤྱི་ལ། །འབྱོན་ཐལ་
 ཁྱག་གཅོད་འབྱིལ་བཞིག་ནག་ཆུ་སྤྱི་ལ། །རྩ་པ་ལྟ་ཚོགས་བྱན་
 མར་(རྩ་པ་གརྩ་པ་འི་ཞག་)རྣ་བྱ་སེལ། །

16. ཀར་མར་རྩ་པ་ལ་བཟུན་ལ་ནི། འབྱོར་གི་ཀར་མར་
 རྩ་པ་མ་མཐོང་པར། །པག་ཀར་སྤྱད་དང་སྤྱི་པ་མ་བྱི་བ་སྤྱོ། །མིག་
 རྩ་པ་ཀར་གིས་བྱ་བ་བྱ་ཀོང་འཛོམས། །ཀར་རིགས་གང་ཡང་ཡན་
 ལག་རེངས་འཁྱུ་མཉེན། །

17. གྲང་པའི་རྩ་པ་ལ་བཟུན་ལ་ནི། གཟུགས་མ་ཁྱི་གའི་
 གྲང་པས་གྲང་འཛོག་གཅོད། །དོམ་དང་ཅངས་པའི་གྲང་པས་མགོ་
 མ་གས། །དེ་སྤྱི་སྤྱག་རོན་མཆིལ་གྲང་རོ་ཅ་བྱེད། །ཉི་མའི་གྲང་པས་
 སྤྱར་དུག་སྤྱི་བ་བས་སེལ། །མ་གྲང་ཅ་སྤྱི་ཉ་གྲང་མོ་ཆགས་སྤྱོད། །

གོ་ཤོས་ནག་སྒྲིམ་ར་མྱད་ཆ་རྒྱས་གསོ། ཁྱི་ཡི་མྱད་པས་ཁྱི་འབྲིབ་
 མིག་ལ་པན། ལྷག་གི་མྱད་པས་མགོ་འཁོར་འཆོ་ཆམ་གསོ། ཁི་
 རྟགས་འཁྱུ་གཙང་རི་ཤོར་རྒྱ་གཟེར་འཛོམས། གང་ཅུང་མྱད་ཅུ་
 མེན་བྱ་ཉི་འཁོར་པན། བཛེ་ཏེ་ཅུ་མོ་བརྒྱུད་ས་ཤིང་པ་སྒྲིམ་ཁིང་ཉོམ། །

18. ཆེ་ལ་བྱའི་རྒྱས་པ་བཟུན་པ་ནི། ས་ཆེ་ལ་སྲིན་ནང་
 འབྱིན་འཛོམས་རྟག་ནང་སྤྱད་། རྒྱལ་ཆེ་ལ་མདེུ་འབྱིན་རྒྱ་ཆེ་ལ་
 མཛོ་ལ་པན། བག་ཆེ་ལ་རྟག་སྤྱད་རྒྱ་མེར་ཤུ་ཤོར་འཛོམས། ར་ཆེ་ལ་
 སྲིན་དང་རེག་རྟག་ཆ་ལ་པན། རྟ་ཤོར་ཆེ་ལ་ཁྱིས་ཟ་སྤྲུག་མྱད་ཤུ་
 མེལ། འཁྱེ་བྱུམ་ཆེ་ལ་ཁྱིས་མྱད་རྒྱང་ཉུ་སྤྱད་ས་འཛོམས། བཤུལ་
 ཆགས་ཆེ་ལ་ཁྱིས་རྟ་ཟ་སྤྲུག་མེལ། །

19. རྟག་གི་རྒྱས་པ་བཟུན་པ་ནི། བག་ཁྲག་རྟག་དང་སྤྲུག་
 ཤ་བྱེར་བ་སྤྱད། མྱད་དང་བ་མེར་ཁྲག་མྱད་རྟག་བྱེར་སྤྱད། གཡག་
 རྟོད་མཛོ་ཡི་ཤོར་ཁྲག་ཤོར་མཛུག་ཁྲག། ར་རྒྱ་ཁྱི་མེར་ལྷ་ཁྲག་ཆ་ལ་
 པན། བག་ནག་ལྷ་ཁྲག་ར་རྟག་གཉེན་ཁྲག་གིས། ཡན་ལག་ཆེགས་
 ཁྱི་རྒྱ་མེར་ཉོམ་པར་བྱེད། ཤ་བའི་ཁྲག་གིས་སྲིན་གསོ་ཆ་མཆོན་
 གཙང། བྱ་ཤོར་ཟེ་ཁྲག་ཤ་གསོ་ལྷ་བ་འཛོན། བད་མའི་རྟལ་
 འབེབས་ཨོག་ཞོལ་ཁྲག་ཉོམ་བྱེད། བཛོན་ལྷན་པད་ར་ཀ་རྒྱ་གཟེར་
 ཁྲག་བཤལ་གསོ། ར་ཉོམ་ཆ་གསོ་ཤུ་སྤྱེད་པར་བྱེད། ཤོར་ཁྲག་
 བྱུམ་བྱ་ཆེགས་ཁྱི་རྒྱ་མེར་མེལ། ར་ཡི་ཁྲག་གིས་རེག་རྟག་འབྲུམ་

བྱད་ལེལ། །གཙོད་དང་གཡག་ཚོད་ཁྱག་གིས་འབྲུ་བ་གཙོད། །
 གནའ་བའི་ཁྱག་གིས་ཆང་ནད་ཐུང་བར་བྱེད། །མྱང་དམར་ཁྱག་
 དའི་གསོན་ཁྱག་རྩོན་མོ་ཡིས། །རྒྱག་ནད་ཅ་ཡི་འགྲོས་འཁྲང་སྒྲུ་
 བར་བྱེད། །རྟ་མོ་ཁྱག་སྒྲུ་རྟ་ཁྱག་ཆ་ལ་ཕན། །སྒྲུ་ཁྱག་རང་ལོག་
 ཁྱག་གཙོད་ཅ་སྒྲུ་སྒྲུ། །

20. ས་ཡི་རྩས་པ་བཟུན་པ་ནི། བྱ་རྒྱས་(བྱ་སྒྲོག་མར་
 བཅས་པའི་བྱ་རྒྱས་) འབྲས་འདུལ་གཉན་རྒྱག་རྒྱང་སྒྲུ་འཛོམས། །
 མི་ཚོད་མེད་ལེ་སྒྲུ་གཟིག་རྩོམ་ར་ཚོད། །ཕག་ཚོད་ཁ་ས་སྒྲུ་སྒྲུ་
 གཡི་གོ་པོ། །མྱང་ཆེན་ཁྱང་དང་བྱ་ཚོད་སྒྲུ་བྱང་དང་། །བྱ་རྒྱས་ཁ་
 ཏའི་ས་རྩས་སྒྲུ་ནད་ལེལ། །གསེར་སྒྲུལ་གཉན་འཛོམས་རོ་ཅ་ས་
 རྩས་བྱེད། །ཁྱག་ས་སྒྲུལ་མིག་ཕན་གཡུ་སྒྲུལ་འབྲེལ་བ་བཤིག་ །སྒྲུ་
 སྒྲུལ་སྒྲུལ་གང་ས་སྒྲེད་འགགས་འབྱེན་དྲོ། །ཕག་སྒྲུལ་མྱིད་ཐུང་
 མིག་དང་དབང་པོར་གཞོད། །སྒྲེ་མོང་ས་ཡིས་ས་རྒྱག་སྒྲུར་རྒྱག་
 དང་། །སྒྲོག་འདུལ་སྒྲིན་བྱའི་ས་ཡིས་གཟའ་ནད་ལེལ། །བྱ་ཚོད་གོ་
 བོས་དྲོད་སྒྲེད་སྒྲུ་བ་འཇིག །ད་བྱིད་ཅངས་པ་ནས་ཟན་མཆིལ་བ་
 དང་། །ཉ་སྒྲུ་མིགས་བྱ་ནགས་སྒྲུལ་དེ་མོ་རྩས། །རོ་ཅ་མཁལ་
 བྱད་ཁྱང་བ་ཅན་ལ་ཕན། །བྱ་མང་སྒྲུགས་གཙོད་རྒྱར་བས་ཏུ་ལོག་
 འཛོམས། །རྒྱ་བྱི་སྒྲུ་བྱི་ས་ཡིས་ས་རྒྱག་ལེལ། །མིགས་པས་སྒྲིན་ནད་
 རྒྱག་ལེལ་རོ་ཅ་བྱེད། །ཁ་བྱའི་ས་ཡིས་མཁྱིས་པ་རྒྱག་ནད་ལེལ། །

གྲོག་གཡག་ཤ་རུས་རྒྱུད་སེལ་དཔུ་ཚུ་སྒྲེམ། |འབྲི་བའི་ཤ་ཡིས་གང་
 རྒྱུད་མོ་ནད་སེལ། |སྤྱང་གི་ཐོང་བུས་དྲོད་སྤྱེད་ལུས་བྱངས་འཕེལ། |
 དྲོད་ཤས་རྒྱུད་འཛམས་ཁྱི་ཤས་གང་ཚུ་སྒྲེམ། |སྤྱལ་གྱི་སྤྲོད་ཤས་
 མཆིན་མཁྱིས་སྤྱར་རུག་འཛམས། |རྟ་དང་རྒྱུད་ཤས་རྒྱུད་ནད་གང་
 བ་སེལ། |སྤྱལ་ཤས་སྤྲོག་རིགས་ཤ་ཁུས་ལྡེ་སྤྱངས་འཛམས། |སོ་བྱའི་
 ཤ་ཡིས་གདོན་སེལ་ཚུ་འགགས་འབྱིན། |སྤྱར་མའི་ཤ་ཡིས་རྩ་ལོག་
 སྤྱར་རུག་སེལ། |དོམ་ཤས་ཆད་པ་བ་ལང་མཁྱིས་ཆད་སེལ། |བྱུམ་པ་
 ཉེ་མོ་སྤྱེ་མོང་གསུམ་གྱི་ཤས། |སྤྱོ་ནད་སེལ་དང་ཚུ་སེར་སྒྲེམ་པར་
 བྱེད། |འབྲི་གཡག་ཤ་དྲོ་རྒྱུད་སེལ་ཆད་པར་གཞོད། |ལུག་ཤ་དྲོ་ཡང་
 བད་ཀན་སེལ་བ་ཡིན། |ར་ཤ་པག་ཤ་བ་སེལ་ཕྱི་ཆད་འབྲས་འཛམས།
 ཁ་ཤ་ཤ་བ་རྒྱ་གཉན་གཙོད་གནའ་བ། |སྤྱ་བ་ལ་ལོགས་རི་རྒྱགས་
 པལ་ཆེར་སྤྲོམས། |མ་ཉེ་བ་མེན་ཤ་ནི་བརུད་དང་ལྡན། |རི་ཐོང་མ་
 བྱར་བ་ཡིས་རུས་འཛེར་འགོག། རིའུ་སྤྱེས་འབྲལ་ཤ་ཡིས་ཤུ་སྤྱེད། |
 ཉ་ཤས་ནག་འབྲེལ་བཅལ་དང་བད་མཁྱིས་སེལ། |འབྲས་བཤེག་མ་
 སྤྱན་རིག་དང་མོ་ནད་སེལ། |སྤྱེ་མོང་ཤ་ཡིས་ཁ་ནད་སྤྱར་རུག་སེལ། |
 གོང་མོས་རོ་ཙ་ཚུ་སེར་མོ་ནད་སེལ། |ལུག་པས་གདོན་སེལ་མ་ནད་
 གང་ཁྱོས་འཛམས། |བྱ་མ་བྱེའུས་མོ་ནད་གནད་ནད་སེལ། |བྱ་མོ་
 བག་མའི་ཤ་ཡིས་སྤྱར་རུག་སེལ། |ཁ་སྤྱག་ཤ་ནི་བརུད་ལྡན་སྤྱོ་ནད་
 འདུལ། |འོལ་བ་དེ་དང་སྤྱགས་མཐུན་རོ་ཙ་རུས། |སྤྱ་བྱི་བེར་མོ་ཁ་

ཉི་དབུགས་མི་བདེ། །ལུང་པ་བཀྲིས་སྒྲིམ་ངལ་དང་མག་འཁོར་ཚུས། །
 དཔལ་ཉམས་ལ་ཕན་སྟོབས་དང་ཅུ་ཞེ་སྟེང། །འབྲི་འོས་རྒྱང་
 འཛུམས་བད་མཁྲིས་ནད་ལ་གནོད། །མཛོ་མོའི་འོ་མ་སྟོམས་པས་
 ཀུན་ལ་འཕྲོད། །མ་ཉེའི་འོ་མ་རབ་ཏུ་ཕྱི་ལ་བསེལ། །འརུ་བ་དྲག་
 དང་གཉིད་མེད་པ་ལ་ཕན། །རྩ་མོའི་འོ་མ་རྒྱང་ཟད་རྩལ་ལ་རྒྱ། །
 ལན་ཚུ་སྟོ་ཆེ་ཡང་སྟེ་རྒྱང་དང་ནི། །བད་ཀན་ལྟ་སྟོས་སྲིན་འོར་དུ་
 རྒྱུ་དང་། །གཞང་བའི་ནད་ལ་ཕན་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །ལུག་འོས་
 རྒྱང་འཛུམས་སྟེང་ནད་བད་མཁྲིས་སྟེང། །དབུགས་མི་བདེ་དང་སྲིན་
 ནད་བད་ཀན་སྟེང། །ར་ཡིས་རྒྱ་རྒྱང་འཕྱངས་པས་འོ་མ་ཚོད། །ཁ་
 ཞིང་ཆ་བ་ཚོས་པས་ཡང་ལ་བསེལ། །སྒྲིམ་དད་རིམས་དང་དབུགས་
 མི་བདེ་བ་དང་། །ཁྲག་དང་མཁྲིས་པ་ཆད་པའི་ནད་ལ་ཕན། །རྟ་
 བོང་འོ་མ་ཆ་སྒྱར་ལན་ཚུ་སྟོ། །སྟོ་གས་ཡན་ལག་རྒྱང་སེལ་ཚོངས་
 པར་བྱེད། །བ་ལང་མ་ཡི་འོ་མས་རབ་བརྟན་བྱེད། །མི་ཡི་འོ་མས་
 རྒྱང་མཁྲིས་ཁྲག་ལ་ཕན། །ཆོམ་པར་བྱེད་ལ་སྒྲར་ཁྲགས་སྒྲན་
 དང་། །མིག་ཁྲགས་སྒྲན་པའི་ནད་སོགས་མིག་ལ་ཕན། །ཟར་བཏབ་
 མ་གས་བསྒྲེལ་བརྒྱང་རོ་ཅ་སྟེང། །

གཉིས་པ་ཞོ་ནི་མར་བརྟོན་ཤང་མའམ། །ཞོ་སྒྲུས་མ་སྟོམས་
 ཆམ་རིམས་འགྲམ་དང་ནི། །འཁྲུགས་སེལ་འཁྲུག་ཅོད་རྒྱང་ལ་རྒྱང་
 ཟད་གནོད། །ཞོ་རྟོན་དཔྱིད་དང་དེ་བཞིན་སོས་ཀ་དང་། །སྟོན་རུས་

མཚན་མོ་རུག་དང་འབྲ་བར་བཟ། །གལ་ཏེ་བརྟུང་ན་མར་དང་ཤ་
 ཀར། །སྤང་ཅི་སྤྱུ་རུ་ར་མེད་བརྟུང་བ་མིན། །རྟག་རུ་མ་ཡིན་མ་
 ཡངས་ཉལ་རུས་མིན། །དེ་ལྟར་མི་བསྟན་རིམས་དང་ཁྲག་མེད་བཤ།
 མཛེ་དང་སྤྱུ་བཅའ་མགོ་འཁོར་སྤྱེད་པར་བྱེད། །དར་གསར་བསྐྱ་སྤྱར་
 ཡང་བས་མོ་དྲོད་སྤྱེད། །བད་རྒྱུང་སྤྱན་དང་དཔུ་རྩེདས་གཞང་
 འབྱུམ་དང་། །ཁོ་མཆེར་ནད་དང་རྒྱ་སྤྱི་ཡི་ག་འཆུས། །མར་མ་ཁྱ་
 དང་སྤྱར་རུག་སྤྱུ་བཅའ་མེལ། །ཞོ་ཡི་ཁ་རྒྱ་རུས་པ་ཤིན་རུ་ཡང་། །ཡོན་
 ཏན་གོང་མཚུངས་ཁྱད་པར་རུག་སྐམ་སྤ། །རུང་འབྲུ་ཅ་སྤྱབས་
 འགགས་མེལ་མོ་སྤྱེ་བྱེད། །སྤྱུ་གསར་སྤྱི་དང་རྒྱ་སྤྱུམ་སྤྱར་བ་བཞི། །
 སྤྱབས་སྤྱེད་ཁྱ་འཕེལ་གཉིད་ཆེ་བད་ཀན་སྤྱེད། །སྤྱི་བས་རུག་པ་སྐམ་
 བྱེད་ཉེས་དང་ལྟན། །རྒྱར་ཁྲས་རྒྱང་མཁྱིས་མི་སྤྱེད་བད་ཀན་མེལ། །
 ཞོ་བཅོས་རུག་སྐམ་ཚད་པས་འབྲུ་བ་མེལ། །ཞོ་བཅོས་ཁྱ་བས་མ་
 ལ་མན་པ་ཡིན། །ཞོ་སྤྱིས་སྤྱབས་སྤྱེད་རོ་ཅ་ཅ་ཆད་མཐུད། །ཞོ་ཅབ་
 འབྲུ་གཅོད་རྒྱང་དང་བད་ཀན་མེལ། །དྲོད་སྤྱེད་ཟས་འབྲུ་ཡི་ག་
 འབྱེད་པར་བྱེད། །ཞོ་ཀྱན་རོ་དང་ཁྱ་རྩེས་སྤྱར་བ་མེལ་སྤྱུམ། །སྤྱི་བས་
 རྒྱང་དང་རུག་སྐམ་མེལ་བར་བྱེད། །ཡི་ག་འབྱེད་ཅིང་ཁ་ཟས་མེན་
 པ་དང་། །གང་བའི་རིམས་དང་མི་སྤྱུམས་རིམས་ཆམ་པ། །གཅིན་
 འགགས་འབྲུ་བའི་ནད་ལ་རྒྱབ་པོ་མན། །ཆོལ་དང་ཁྱ་སྤྱབས་བད་
 ཀན་ཁྲག་མཁྱིས་སྤྱབས། །འོར་ནད་རྒྱུས་མི་སྤྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །

གསུམ་པ་མར་ལ་སྒྲི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས། །དང་པོ་འབྲལ་གྱི་
 མར་གསར་རྩི་ཅ་བྱེད། །བསེལ་ཞིང་མདོག་དང་སྟོབས་སྒྲིད་འབྲུ་བ་
 གཙོད། །མེ་དྲོད་སྒྲིད་ཅིང་སྒྲི་གཙོང་ལྷང་པ་སེལ། །རྒྱང་མཁའི་སྒྲིག་
 དང་གཞང་འབྲུམ་ཚད་པ་སེལ། །ཁྱེན་མར་སྒྲི་རྩི་དྲན་གསལ་དྲོད་
 སྟོབས་སྒྲིད། །ཡིད་གཞུངས་ཆེ་འཕེལ་མིག་གསལ་མདངས་བཟང་ལ།
 ཆས་པ་རབ་གཞོན་སྐད་སྟན་སྲུ་འདྲོད་འབྲུང་། །སྒྲི་རྩི་སྒྲི་དང་
 གཙོང་ནད་འབྲས་མཚོན་མ། །མེས་ཆོག་མ་དང་རྒྱང་མཁའི་སྒྲི་དང་
 རྟག །དངས་མ་ཉམས་དང་རིམས་ནད་ཚད་པ་སེལ། །རྩམ་ཀུན་གྱི་
 མཚོག་བསེལ་ཞིང་ན་ཚོད་འཛོག །མར་ཉིང་སྒྲི་བརྩེད་བརྒལ་བྱེད་ན་
 མིག་སྒྲིད། །ནད་སེལ་འཚོ་བྱེད་མ་འབྱོར་མངལ་ནད་སེལ། །བྱེ་བྲག་
 བ་ཡི་མར་མཚོག་ཀུན་ལ་འཕྲོད། །མཛོ་མར་ར་མར་སྟོམས་བསེལ་
 རྒྱང་ཚད་སེལ། །འབྲི་མར་ལྷག་མར་རྒྱང་སེལ་མེ་དྲོད་སྒྲིད། །

28. སྒྲིག་ཆགས་སྒྲིབས་ཤིང་རྩམ་བའི་ཐེ། སྒྲི་སྲུ་བད་པ་
 གསོན་པོས་ནད་ཁག་འབྲུང་། །སྒྲི་ཁག་གྱི་རྟག་སྒྲི་འབྲུས་ཁག་ཤོར་
 སྒྲི། །བྱང་པས་ཆ་ཡི་ནད་ནམས་སྒྲིད་བར་བྱེད། །བསེ་སྒྲི་བྱང་
 བྱང་སྒྲི་ལྷག་སྒྲི་བཟང་འཛོམས། །ན་བུན་སྲུ་མོས་སྒྲིད་པ་འཛོག་པ་
 གཙོད། །ཤིག་སྒྲི་ཉུ་ལོག་མཁལ་ནད་རྩི་སྟགས་འདྲོན། །སྒྲི་
 མཚོགས་བྱང་བའི་སྒྲིགས་འཇམ་རྩི་འགགས་འཕྱགས། །དེ་བཞིན་ཆ་
 གའི་མགོ་ཡིས་བྱང་རྟག་འཛོམས། །བདུད་རྩི་སྒྲིག་པོས་ཆ་ག་བའི་

ཁ་ནས་འོངས་པའི་གཤེར་ཁུ) གྲང་པའི་ནད་ལ་ཕན། ཁྱ་མགོ་བུད་
 མེད་ཅ་ནད་ཆད་ནད་སེལ། དེ་ཕོ་བྱུག་རོན་ཀ་ལན་རྩ་ཀའི་མགོས། །
 རོ་ཅ་རེམ་ལ་ཟ་གསོ་རྩས་འགར་མཆོག །མ་མ་མིག་གིས་འབྱ་བའི་
 བད་ལ་ཕན། ཆོ་གཅིག་ལུས་གཉིས་གཉན་ནད་འཛམས་པར་བྱེད། །
 བྱ་ལེབ་སེར་བྱས་སྤོན་སེལ་ཉལ་ལོག་འཛམས། །བྱ་བུད་སྒོ་ངས་ཟ་
 བྱས་སྒོང་བྱ་ག་སེལ། །བྱ་ཡི་སྒོ་ངས་ས་པོན་འཛག་པ་བྱུང་། ཁྱ་གའི་
 སྒོ་ངས་གྲང་པའི་ནད་རིགས་གསོ། གོང་ཕྱོག་སྒོ་ངས་བྱངས་སྒོ་བས་
 བསྐྱེད་པར་བྱེད། བྱ་ཕྱི་ར་སྒོང་ལུས་བྱངས་སྐྱེད་པར་བྱེད། བྱ་
 སྒོང་སེར་ཐིག་ཡིང་ཉིག་ཟ་ལ་ཕན། སྒོང་རྩིས་དཀར་པོས་མིག་ལ་
 ཕན་པ་ཡིན། །རག་གཤམ་མེད་ཅ་འབྱེད་དམུ་ཅུ་རྩུང་། །

29. ཆེ་ཐུན་དང་རིན་པོ་ཆེར་གཉོགས་པའི་ཕྱོག་ཆགས་་་་
 ཐུན། བྱ་བྱས་མཆོན་ཆད་ཅ་ནད་བྱ་ག་ཆད་སེལ། །བྱ་ཉིག་གྲང་པ་
 འཛག་གཅོད་བྱ་ག་ནད་སེལ། །ཉ་ཕྱིས་ཕྱ་ཉིག་རྩས་པ་བྱུང་པར་མེད། །
 བྱ་གིས་རྩག་སྒེམ་འབྱེད་འཕྱགས་བྱས་ཆད་སེལ། །རྩ་མཆོའི་བྱ་
 བས་མཁལ་ཆད་གྲང་ནད་སེལ། །གི་མང་རིམས་བྱ་ག་མཆོན་ནད་
 སྒོང་ཆད་སེལ། །སྒེ་ཅིས་བྱ་ག་སྤོན་མཁལ་ནད་གཉན་ཆད་སེལ། །
 རོམ་མཁྱིས་ཅ་སྒོམ་བྱལ་གཅོད་ཤུ་སྐྱེད། །དབང་པོ་རིལ་བྱས་བྱ་ག་
 འཛམས་ནོར་བུ་ཡིན། །བྱ་ག་ལྷན་ཆད་པའི་ནད་རྩམས་ཀྱན་ལ་ཕན། །
 བྱུང་པར་ཕོ་མཆོན་མཁལ་ཆད་སེལ་བའི་མཆོག །

གསུམ། གཏེར་རྣམས་སྒྲན།

1. རིན་པོ་ཆེ་ཡི་སྒྲན།

དང་པོ་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་རྩལ་པ་ལ། རིན་པོ་ཆེ་ལ་མི་བཞུ་བཞུ་
ཁམས་གཉིས། །

① མི་བཞུ་འི་ཁམས་ཀྱི་རྩལ་པ་བརྟན་པ་ནི། །གཟུ་ཡིས་རྒྱག་
དང་མཆིན་ཆད་སེལ་བར་བྱེད། །ཆ་བྱའི་མགིན་འདྲས་ཆད་པ་མ་
ལུས་སེལ། །རྩལ་གྱི་ནོར་བུས་རྒྱག་སྐྱར་ནད་ལ་ཕན། །ནལ་གྱིས་རྒྱག་
ཆད་སྐྱར་རྒྱག་མཆིན་ནད་སེལ། །མེ་ཤེལ་གྱང་བའི་ནད་དང་གཟའ་
ནད་འཛོམས། །ཆུ་ཤེལ་སྒྲོ་ནད་ཆད་པ་ཞི་བར་བྱེད། །ཁྲུང་སྐྱག་རྒྱག་
སྐགས་ནད་ཀྱན་འཛོམས་པའི་མཆོག །ཁྲ་མེན་གཟའ་ནད་འབྱུང་
པའི་གདོན་ཀྱན་ཐུབ། །ཤེལ་གྱིས་སྒྲིང་འཐིབས་བྱིང་རྒྱགས་ཆོངས་པ་
སེལ། །ཁྲ་མེན་རྒྱག་དང་ཆུ་མེར་མཛོ་ནད་སེལ། །གཟི་རྒྱིང་གཟའ་ཡི་
ནད་དང་གཟེར་བ་འཛོམས། །མཆོང་དང་མར་གད་དག་གྱང་དེ་
དང་འདྲ། །སྐྱར་ལེན་མིག་གི་རབ་རིབ་ནད་ལ་ཕན། །

② བཞུ་བའི་ཁམས་ཀྱི་རྩལ་པ་བརྟན་པ་ནི། །གསེར་གྱིས་ཆེ་
རིང་གས་སྒྲ་དབྱིག་རྒྱག་སེལ། །དབྱལ་གྱིས་ཆུ་མེར་ནད་དང་ནག་
ཁྲག་སྒྲིམ། །གསེར་དབྱལ་ཐལ་བས་ཤ་རོ་མེན་རོ་གཙོད། །དབྱལ་
རྩལ་བཅུད་ལེན་ནད་སྐྱན་ཀྱན་འཛོམས་མཆོག །ཟངས་གྱིས་རྒྱག་

སྐྱེས་སྐྱོ་མཆིན་ཆ་བ་སེལ། །ལྷགས་ཀྱིས་མཆིན་ཏུག་མིག་ནད་སྐྱ་བ་
 སེལ། །ལྷགས་ཐལ་མཆིན་ཏུག་དམུ་རྒྱུ་རྒྱུ་སྐྱེས་པའི་མཆོག་ །ལྷགས་
 ལྷས་མིག་ནད་ཏུག་དང་སྐྱག་པོ་འཛོམས། །ལྷགས་ལྷས་མཆིན་ཆ་ད་
 མིག་ནད་ཤུ་བ་སེལ། །ལྷགས་བྱེག་མིག་ནད་སྐྱོང་དང་སེར་ནད་
 འཛོམས། །ལྷགས་སོལ་མིག་སེར་རུས་ཞེན་འདྲོན་པར་བྱེད། །ཐོང་
 ལྷགས་ཏུགས་ཀྱིས་ཆ་ད་གཟེར་ཁྲག་གཟེར་འཛོམས། །ལྷགས་ཀྱི་
 བཅའ་ཡིས་མཆིན་པའི་ནད་ལ་ཕན། །ཡི་ཡིས་མིག་གི་སྐྱེས་ཆ་ག་རྩོ་
 འབྲས་འདུལ། །འཁར་བ་ར་གན་གཡའ་ཡིས་མིག་ནད་སེལ། །
 གཤམ་དཀར་ཆ་གསོ་དུལ་ཆུ་འཆིང་བྱེད་ཡིན། །ཞ་ཉེས་ཏུག་
 འཛོམས་ཤིང་གཙོད་པར་བྱེད། །ཏི་ཆ་དཀར་པོའི་ཏུད་པས་མིག་ལ་
 ཕན། །གཟི་ཡིས་ཆ་ཤུ་རེག་ཏུག་འཛོམས་པར་བྱས། །

2. རྫོང་མཉམ་པ།

གཉིས་པ་རྫོང་ཡི་རྩ་ས་པ་བཤད་པ་ལ། །བཟུ་བརྟུབ་ཁམས་དང་
མི་བཟུ་ཁམས་གཉིས་ལས། །

① མི་བཟུ་ཁམས་ཀྱི་རྩ་ས་པ་བཤད་པ་ནི། །ཁབ་ལེན་མདེུ་
འབྱེན་ལྟ་བུ་ཅན་དུ་སྟེན། །གསེར་རྫོང་དུ་ལ་རྫོང་སྟེན་མེར་འབྱེན་
པར་བྱེད། །ལྷགས་ཀྱི་རྫོང་པ་ཆེ་འཕེལ་བཅུད་ལེན་བྱེད། །ཟངས་རྫོང་
ཟངས་མཚུངས་བྱེད་པར་སྟོན་ཀྱང་འབྱེན། །རག་རྫོང་མིག་ནད་རབ་
རིབ་སྟེན་པར་བྱེད། །ཏི་ཆ་མེར་པོས་རྩ་འབྱུབ་མིག་ལ་པན། །གཤམ་
དཀར་རྫོང་ཡིས་རྩ་གསོ་ཤུ་སྟེད། །ལ་མང་མོར་བུས་ཅན་དུ་སྟེན་
ཆག་སྟེད། །ཅོག་ལ་མ་ཡིས་ཅན་དང་ལྟ་བུ་འཛིན། །ད་རྩ་ཅན་པ་
ཆག་པ་སྟེར་བ་བྱེད། །མཆོལ་གྱིས་རྩ་འབྱུབ་སྟོན་མཆོན་ཅན་ཆད་སྟེན། །
མཆོལ་གྱི་ཐལ་བས་རྩ་འབྱུབ་ཤ་རྩ་གཅོད། །དུལ་རྩ་རྫོང་པ་མིག་ཤ་
རྩ་གཅོད་པར་བྱེད། །ལྷ་ལྷི་རྫོང་ཡིས་དཔུ་རྩ་རྩ་མེར་སྟེན། །

② མི་བཟུ་ཁམས་རྫོང་ཡི་རྩ་ས་པ་བཤད་པ་ནི། །རྩུག་པོ་སྟེན་
རྩུག་པོ་སྟེན་པོ་སྟེན་གཉིས། །རྩུ་མེར་འབྱེན་འབྱེན་སྟེན་མིག་ལེན་པ་
འཛིན། །དཀར་པོ་སྟེན་རྩུག་དཀར་པོ་ཆིག་བྱེད་དང་། །རྩུག་པོ་ཆིག་
བྱེད་ལ་མོགས་དེ་དང་འདྲ། །གངས་མིགས་དེ་བཞིན་མཆོན་པའི་ཆ་
པ་སྟེན། །ཅོང་ཞིས་འབྱུག་ཅོད་པར་གན་ཆ་པ་སྟེན། །ཤེ་སྟེན་ཅན་
སྟེར་ཆོན་གཅོད་ཤུ་སྟེད། །མན་རྩ་པ་ཡིས་ཅན་པའི་ཆད་པ་སྟེན། །

ལག་མགོས་(རྩོམ་ན) ཅུས་པ་གསེའི་རྩུ་མེར་འདྲོན། བྱིའུ་
 མགོས་(རྩོམ་ན) དེ་བཞིན་གཏུ་སྐྱེད་པར་བྱེད། ཁྱུང་འདུལ་(རྩོ་
 མ་ན) ཅུས་སྐྱུར་དདུལ་རྩུ་འཆིང་པར་བྱེད། ཁྱུང་ཐིལ་གསེར་ཐིལ་
 དདུལ་ཐིལ་ཅུས་མདོག་འདྲོན། ཁྱུང་བཞིས་(རྩོམ་ན) ལྷང་པ་གསེ་
 ཞིང་རྩུ་མེར་འདྲོན། རྩོ་ལྷང་ལྷང་པ་སྐྱུམ་ཞིང་གཏུ་སྐྱེད། རྩོ་པ་
 འབྱུག་ལྷང་ལྷང་པ་གསེ་པར་བྱེད། རྩོ་མཁྱིས་མ་ཡི་ཅ་ཁ་སྐྱུམ་པར་
 བྱེད། ཁྱུང་འདུ་ཅུས་ནད་སྐྱུར་དང་མིག་ལ་ཕམ། རྩོ་རྩུས་ཅུས་སྐྱུར་
 དདུལ་བྱི་རུག་ལ་ཕམ། རྩོང་རྩོས་པ་ལྷས་མེན་དན་ཅུལ་པ་གཙོད། རྩོ་
 མེལ་རྩོ་རྩུམས་འཇུ་ཞིང་ཅ་ཁ་སྐྱུམ། མེལ་རྩོས་མ་འདུབ་རྩུ་མེར་
 ཐེམ་པར་བྱེད། བུ་རྩོ་རྩུས་མཐིང་རྩུས་རྩུ་པ་གསེ། མིག་བྱ་མིག་
 དང་དེ་བཞིན་བཅག་ཕྱག་རྩུམས། མིག་ནད་ཅུས་ཚག་མེལ་ཞིང་རྩུ་
 མེར་སྐྱེ། རྩོ་ཐེལ་མོ་བའི་བད་ཀན་འདྲིལ་པ་གཙོད། ཉ་མིག་ཅ་
 རྩུང་མོ་རྩོས་རྩེལ་ནད་མེལ། གཙོང་ཆབ་རྩེལ་ཞིབ་རྩུ་འགགས་
 འདྲོན་པར་བྱེད། རྩོ་སྐྱུས་འདུ་བའི་ནད་ལ་ཕམ་པར་རུས། རྩུང་
 ཆོར་མ་གསེ་དདུལ་འཆིང་ལྷང་པར་ཕམ། རྩུང་མས་(རྩོམ་ན) རྩུ་
 མེར་སྐྱེམ་ཞིང་མིང་ཉོག་གཙོད། རྩུ་སྐྱེད་མོ་མཚན་ནད་མེལ་ནད་
 ཀྱན་སྐྱུགས། མཐིང་སྐྱུར་མཁལ་ནད་རྩུ་སྐྱུ་ཅུལ་འགམ་མེལ། ཀྱར་
 བོང་སྐྱུར་ནད་གསེ་དང་རུག་ལ་ཕམ། རྩོ་ཉོག་རུག་དང་ཚད་པ་
 རྩོང་པ་མེལ། རྩོ་སྐྱུར་ཤང་པ་བད་ཀན་མོ་ནད་མེལ། འཇིང་(རྩོ་

ལྷན་གྱིས་མ་རྟོང་ཤ་ར་སེལ་བར་བྱེད། །རྒྱ་མཚོའི་རྩ་བ་ས་ཆ་བའི་
 སྤྱོད་ལ་ཕན། །རྒྱ་རྩེ་གྲང་མའི་རྩལ་གྱིས་ཁྲག་གཟེར་འཛོམས། །
 བྲག་རྩེའི་རྩྭ་རྩལ་གྲང་བ་སེལ་བར་བྱེད། །རྟེན་ཆར་བྲན་མ་ལྷ་
 འབྲུ་བར་བྱེད། །བྱེ་མའི་རྩལ་ལྷམས་མཁལ་ནད་ཆོགས་འགྲམ་སེལ།
 །བྱེ་མ་རེག་གཙོང་ཤ་ར་མེན་འབྲས་གཙོང། །

3. ལ་ཡི་སྤྱན།

གསུམ་པ་ས་ཡི་སྤྱན་རྩས་བསྟན་པ་ལ། །རང་བྱུང་བ་དང་
 བཙོས་མ་རྣམས་པ་གཉིས། །

① རང་བྱུང་ས་ཡི་རྩས་པ་བསྟན་པ་ནི། །གསེར་གྱི་བྱེ་མས་
 མཁལ་ནད་རྒྱ་འགགས་སེལ། །སིན་རྩ་ར་ཡིས་རྩ་ཆད་དོན་མ་གསོ། །
 རྣག་ཁྲག་སྒྲིམ་ཞིང་མེས་ཆོག་མ་ལ་ཕན། །ལི་བྲིས་རུལ་གཙོང་ཤ་
 ཆད་རྩ་ཆད་སེལ། །རམས་གྱིས་མིག་དང་མེས་ཆོག་མ་ལ་ཕན། །ཐབ་
 གྱི་ས་ཆོག་རྒྱ་མའི་སྤྱན་ནད་སེལ། །དཀར་རྩེས་ཤ་རྩས་ལ་ཞེན་ནད་
 འགོག་བྱེད། །ས་སྤྱན་ཆ་སྤངས་འཛོམས་ཤིང་རྒྱ་རྩེ་བསྟུང་། །སེ་རུལ་
 འབྲུགས་ཆད་རྩག་ནད་སེལ་བར་བྱེད། །བྱེ་མའི་རྩལ་གྱིས་གྲང་
 རྒྱང་ཆབ་ནད་སེལ། །

② ལས་གྱིས་གཙོང་བྱས་(མིས་རྩོལ་བས་བཙོས་པ་) ལ་ཡི་རྩས་
 པ་ནི། །ཕྱ་ཟླ་དཀར་སེར་གདོན་འཛོམས་རྣག་ཁྲག་སྒྲིམ། །ཕྱ་ལྷང་
 གཉན་དང་བསྟོངས་པའི་ཆད་པ་སེལ། །ཕྱ་ཟླ་ནག་པོས་གདོན་

འཛམ་མ་གྲོག་པ་འདུལ། །སྐྱེ་མག་ཁྱེ་བམ་གྱེ་བ་སྐྱེ་པ་སེལ། །

4. ལན་ཆ་འི་ཐུན།

བཞི་བ་ལན་ཆ་འི་སྡེ་ཆན་བཏུན་པ་ནི། །ལན་ཆ་སྤྱི་ཡིས་རྒྱང་
འཛམ་མ་བཤང་གཅི་འབྱེན། །ཟས་འཇུ་ཡི་ག་འབྱེད་ཀྱང་ཁྲག་མཁེས་
སྤྱིད། །རྒྱ་ཆས་རྒྱག་དང་སྤྱིན་གསོད་ཅ་ནད་སྤྱིད། །གག་པ་ཤ་རྩ་
གཅོད་ཅིང་རྒྱ་འགགས་འཕྱིགས། །རྒྱམ་ཆས་མ་ཁྱེ་བད་རྒྱང་གང་བ་
སེལ། །ཁ་རྩ་ཆ་ཡིས་རྒྱོད་སྤྱིད་སྤྱིན་པ་དང་། །སྤྱིགས་དང་འབྱེདས་
འཁྲོག་བད་རྒྱང་འཛམ་མ་པར་བྱེད། །ཅུ་བམ་རྩ་ཆ་ཅུས་ཁ་རྩ་ཆ་དང་
མཛུངས། །ཞེ་ཐུང་ཆ་ཡང་དེ་བཞིན་མིག་ལ་པན། །མཆོ་ཆ་རྒྱམ་ཆ་
འདྲ་བས་བད་རྒྱང་སེལ། །ཐམ་ཆས་ཐུ་བ་འཛམ་མ་ཤིང་ཤ་རྩ་ག་བཞུ། །
ཆ་ལས་མ་འདྲ་བ་ཁྲག་འཇུ་སྤྱིད་བར་བྱེད། །ཆོད་ཆས་ཟས་འཇུ་སྤྱིན་
བཤིག་འགགས་པ་འབྱེན། །མཛོ་ཆས་ཁྲག་འཇུ་མ་ཡི་རྒྱ་སེར་འདྲེན། །
ཡ་བག་ཁྲ་རས་རྒྱོད་སྤྱིད་སྤྱིན་ནད་སྤྱིད། །འུལ་རྟོག་རུལ་གཅོད་
ཅམ་པ་ཐུགས་པར་བྱེད། །ད་རྒྱར་ཁ་ཡི་རྩ་སྤྱིད་རུས་ནད་སེལ། །
ནག་རྒྱར་སེར་རྒྱར་རུལ་གཅོད་སྤྱིན་ལ་བརྒྱ། །འཕྱིག་པན་འབྲས་
གཅོད་སྤྱིན་བཤིག་ཡིང་ཐོག་ཡེན། །རྒྱམ་ཆས་བད་ཀན་སྤྱིད་ལ་འཇུ་
དཀའ་མྱེ། །འག་གི་རྒྱམ་ཆས་འཇུ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། །བ་ཆས་རྒྱ་
འབྱེད་རྒྱར་རྩ་སྤྱིད་བར་རུས། །ཆོ་དམར་འག་ཆས་རྒྱག་པར་སྤྱིད་བ་
ཡིན། །ཐང་ཆས་མ་འབྲས་འདུལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། །རྒྱ་ཆས་ཟས་

འདྲ་ཞེན་སྐྱོན་བཞིག་པར་བྱེད། །ཟེ་ཚེས་རྩོ་འདྲ་རྩོ་རྩོ་སྐྱོན་བཞིག་།
 རུ་ཚེས་པོ་ལོང་སྒྲིབ་ཀྱི་གྲང་བ་སེལ། །ཐལ་ཚེས་གྲང་སེལ་པོ་བ་སྐྱོན་
 པ་འཛོམས། །མཚལ་ཚེས་ཚ་ནད་ཁྲག་སྐྱོན་བཞིག་པར་བྱེད། །

བཞི་པ། སྐྱོན་ཕྱེ།

1. ཚ་སེལ་སྐྱོན་ཕྱེ།

ག་ཤར་ཅན་དན་དཀར་པོ་གི་མང་དང་། །རྩ་གང་གྱར་གྱུ་
 ལྷ་པལ་སྐྱོན་པོ་ནམས། །ཚ་བ་ཤུན་མོང་སྦྱིར་འཛོམས་སྐྱོན་ཕྱེ་ཡིན། །

2. མཁྱིས་པ་སེལ་བའི་སྐྱོན་ཕྱེ།

ཏིག་ཏུ་གསེར་གྱི་ཐེ་རྟག་ཏུ་མོ་ལྷང་། །པོང་ང་དཀར་པོ་ཚ་
 མཁྱིས་གལ་འ་གྱི་མ། །གྱི་ཐེ་སྦྱིར་བ་མཁྱིས་པ་སེལ་བའི་ཕྱེ། །

3. ཁྲག་ནད་སེལ་བའི་སྐྱོན་ཕྱེ།

ཅན་དན་དམར་པོ་མཛོ་མོ་སེང་ལྷེང་དང་། །རྟོང་ལེན་བ་ག་ག་
 དང་སྦྱ་ཏུ་ར། །རེ་སྐྱོན་སྤང་ཚི་རོ་པོ་བཅོད་དང་ཚོས། །ཁྲག་ནད་
 སེལ་བར་བྱེད་པའི་སྐྱོན་ཕྱེ་ཡིན། །

4. རིམས་ནད་སེལ་བའི་སྐྱོན་ཕྱེ།

གི་མང་གསེར་གྱི་ཐེ་རྟག་པོང་ང་དཀར། །ག་ཏུར་གྱི་ཚོར་དེ་བ་
 བར་པ་ཏ། །ཁྲག་རྒྱང་རིམས་ནད་སེལ་བའི་སྐྱོན་ཕྱེ་ཡིན། །

5. ཏུག་ནད་སེལ་བའི་སྐྱོན་ཕྱེ།

མ་ཅི་པོ་དང་དཀར་མེ་དཔར་པོ་གསུམ། །ཕྱང་མེ་དཀར་
 པོ་དཔལ་པོ་དཀར་མེ་ཅད། །རྣམ་པར་(ཕྱ་ལུ་ཤིང་) ལུ་ལྷན་སྟག་
 ཤ་ཏ་པོ་དང་། །ཕྱང་བ་གང་ག་རྒྱུ་དང་རེ་རལ་དང་། །འོམ་ཕུ་
 སྤང་རྒྱ་སྤང་ཅི་དོ་པོ་དང་། །མེ་ཆོད་སྒྲིབ་བའི་བར་ལྷན་ལྷན་སྟག་
 རྟེ། །

6. རྒྱ་རྒྱུ་མེ་ལ་བའི་སྟག་རྟེ།

རྒྱ་གང་ཤིང་མངར་རྒྱ་འབྲུམ་སྟར་ཕུ་དང་། །ཅ་རྟ་ག་ལུར་ཨ་
 གོང་སྒྲི་པོ་དཀར། །ལྷན་འབྲུ་ལ་སྟག་སྟག་སྟག་རྟེ་ཆོན་ཡིན། །

7. རྒྱུ་ཆོད་ལྷན་བའི་སྟག་རྟེ།

སྟེ་ཤེས་ཀན་ལ་ག་རི་ཨ་ག་ཅ། །ཤོ་སྟོད་ཅ་རྟ་ལུ་ལྷན་སྟག་
 རྣམས། །རྒྱུ་དང་ཆོད་པར་ལྷན་བའི་སྟག་རྟེ་ཡིན། །

8. བད་ཀན་ཆ་བ་མེ་ལ་བའི་སྟག་རྟེ།

བམེ་ཡལ་མ་རུ་ཅ་རྟ་སྟར་ཕུ་དང་། །ལྷན་པལ་མེ་འབྲུ་སྟག་སྟག་
 ཅ་ར། །བད་ཀན་ཆ་བ་མེ་ལ་བའི་སྟག་རྟེ་ཡིན། །

9. བད་རྒྱུ་མེ་ལ་བའི་སྟག་རྟེ།

སྟག་སྟག་སྟག་ཤིང་ལྷན་ཁ་ཅ་ཆ། །བཅོང་སྟག་བད་རྒྱུ་མེ་
 བའི་སྟག་རྟེ་ཡིན། །

10. བད་ཀན་གང་བ་མེ་ལ་བའི་སྟག་རྟེ།

མེ་འབྲུ་པོ་བ་རིལ་དང་མི་མི་ཡིང་། །སྟག་སྟག་ཅོ་ཏ་ག་དང་ག་གོ་

ལ། །སྒྲུག་སྒྲེལ་ཤིང་ཆ་འཇམ་འབྲས་བྱི་ཏང་ག། །ད་ལིས་ཟི་ར་ནག་
པོ་ལ་ལ་ཕྱད། །དབྱི་མོང་སྐབ་ཀ་སྒྲེ་ཆ་ཅཔས་ཅ་ཚ། །རྒྱ་ཚླ་རྒྱ་ཚླ་
རྩ་ཚླ་ཐལ་ཚླ་རྩ་མས། །བད་ཀན་གྲང་བ་མེལ་བའི་སྒྲན་ཤེ་ཡིན། །

11. རྒྱང་ནད་མེལ་བའི་སྒྲན་ཤེ།

རྩ་ཏི་བྱ་རམ་ལ་སོགས་རྒྱང་སྒྲན་ཡིན། །

12. རྒྱ་མེར་མེལ་བའི་སྒྲན་ཤེ།

སྒྲིས་དཀར་ཐལ་ཀ་རྩོ་རྩོ་སོ་མ་ར། །མེར་ཤེར་སྒྱུར་བ་རྒྱ་མེར་
སྒྲན་ཤེ་ཡིན། །

13. སྒྲིན་ནད་མེལ་བའི་སྒྲན་ཤེ།

སྒྲི་ཅི་ཤིང་ཀྱན་སྒྲིག་སྒྲིམ་ཅ་ཅོ། །ཐང་ཁྲོམ་ལང་ཐང་ཅོ་དང་
བྱི་ཏང་ག། །དྲིས་འབྲུ་འབྲུ་རྒྱྱག་ཕྱར་ཐལ་སྒྲིན་ཤིང་འབྲུ། །དུ་བ་
གཡེར་མ་སྒྲིམ་སྒྲིན་སྒྲན་ཡིན། །

14. འབྲུ་གཙོང་སྒྲན་ཤེ།

ཀ་མེད་ཐིལ་བ་ད་ཏིག་མོན་ཆ་ར། །སྒྲག་དང་ཐ་རམ་ན་རམ་
རྒྱ་སྒྲིགས་ཤིང་། །གཙོང་ཁྱག་བྱ་རྒྱང་(སྒྲི་སྒྲན་) འབྲུ་གཙོང་སྒྲན་ཤེ་
ཡིན། །

15. རྒྱ་ནད་མེལ་བའི་སྒྲན་ཤེ།

རྒྱ་ཚླ་རྒྱ་ཚླ་ཚླ་གཞེར་བྱི་བྱི་མ་དང་། །ཏིག་སྒྲིན་སྒྲུག་སྒྲེལ་ཉི་
དགའ་རྒྱ་སྒྲན་ཤེ། །

16. སྒྲུག་སྒྲུག་ལྟེ།

སྒྲུག་རི་ཤོ་སྒྲུང་ཆེར་བྱ་དག་དང་། །གསེར་བྱ་དང་འབྲི་ཏ་ས་
འཛིན་སྒྲི་འབྱ་དང་། །གཡའ་ཁྱི་ཡུངས་དཀར་ལ་སྒྲུག་སྒྲུག་སྒྲུག་
ལྟེ། །

17. འབྲུ་བའི་སྒྲུག་ལྟེ།

ཨ་ཅ་དན་ད་དྲོང་ག་ཤི་རི་ཁན། །ཏུར་བྱིད་ཐར་ཏུ་རྒྱུ་ཆ་
སྒྲུག་བྱ་དང་། །ཁྱོན་བྱ་ཆེ་ཏུ་ག་རེ་ཏུ་ག་རྒྱ་ཆ་རྒྱ་སྒྲུག་། །འབྲུ་བར་བྱིད་
བའི་སྒྲུག་ཁྱི་ལྟེ་ཆུ་ཡིན། །

ལྟ་པ། སྒྲུག་ཁྱི་སྒྲུག་མིང་།

སྒྲུག་མིང་བསྐྱེད་པ་སྒྲུག་ཁྱི་མིང་། །རྒྱ་གར་གྱུར་སྒྲུག་ལི་ཤི་
གསུམ། །བསེལ་གསུམ་ཞེས་སྒྲུག་གསུམ་པ་ཡིན། །བསེལ་གསུམ་ནང་
གི་དྲོད་གཅིག་ནི། །ལི་ཤི་ཡིན་པ་ཤེས་པར་བྱ། །བསེལ་གསུམ་ལ་
ཡང་ལི་སྒྲུག་གཉིས། །གར་བབ་སྐབས་དང་སྒྱུར་བ་ཡོད། །གཉིས་ཀ་
བསྐྱེད་པས་ལ་བསེལ་བཞི་ཟེར། །རྩ་ཏི་སྒྲུག་སྒྲེལ་ཀ་ཀོ་ལ། །དྲོད་གསུམ་
བཟང་པོ་གསུམ་ཞེས་བྱ། །དྲོད་གསུམ་ནང་གི་བསེལ་སྒྲུག་སྒྲེལ། །ལི་
ཤི་བསྐྱེད་པས་དྲོད་བཞི་ཡོད། །བཟང་པོ་བཞི་ཞེས་ཟེར་བ་ཡིན། །
དྲོད་གསུམ་བསེལ་གསུམ་བཟང་པོ་བྱ། །

མི་མེད་མོ་མེད་མེད་མེད་གསུམ། །ཆོ་བ་གསུམ་ཡིན་དེ་ཡི་ཉིད་། །
དབྱི་མོར་ཅི་ཏུ་ག་བཞུན་པ། །ཆོ་བ་ལྟ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན། །ཆེ་ཆོ་དབྱི་
མོར་ལྷུང་ག་བཞུམ། །ཆེ་ཡི་ཆོ་བ་གསུམ་ཞེས་བྱ། །ཁོར་ལྷུང་བཞེད་མ་
པའི་ཆོ་བ་བརྟན། །

ཨ་ཏ་བ་ཏ་ལྷ་ཏ་བཞུམ། །ཏ་བཞུམ་འབྲས་ཏུ་བཞུམ་ཞེས་བྱ། །
ཆུ་ཆོ་ཆུམ་ཆོ་ཁ་ཏ་ཆོ། །ཆོ་ལྷ་བཞུམ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན། །དེ་ཉིད་
ཆེ་ལྷུང་ཅོད་མ་ཏ་ཆོ། །བཞུན་ལ་ཆོ་ལྷ་ལྟ་ཟེར་རོ། །

ཨ་འབྲས་འབྲས་འབྲས་ལྟ་འབྲས་བཞུམ། །འབྲས་ལྷ་བཞུམ་
ཞེས་ཡོད་མ་ལ་གྲགས། །

ཞིང་མཁའ་སྒྲ་ཁོར་ཞོ་ཤ་བཞུམ། །ཞོ་ཤ་བཞུམ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན། །
དེ་ཉིད་བ་མཁའ་བཞུན་པ་ཡིས། །ཞོ་ཤ་བཞི་ཞེས་ཟེར་བ་ཡོད། །

པད་མ་ན་ག་གེ་སར་གཉིས། །ཤུམ་པ་ལྟེ་བམ་གེ་སར་བཞུམ། །
སྒྲིམ་གར་ཐལ་ག་སོ་མ་ར། །ཆུ་མེར་ལྷན་བཞུམ་དེ་ཡི་ཉིད་། །
མེར་ཉིད་ཏིལ་གཉིས་ཟེར་བ་གཉིས། །བཞུན་ལ་ཆུ་མེར་ལྷན་བཞུང་
ཟེར། །

ཆུ་ཆོ་གམེར་ལྟེ་ཉིམ་ཉིན་བཞུམ། །ཆུ་ལྷན་ཆོན་པོ་བཞུམ་ཞེས་
བརྟེན། །

རེ་རལ་ཏ་པོ་བྲག་ཆོས་བཞུམ། །རེ་རལ་བཞུམ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན། །

ཁ་ཤུར་བལ་ཤུར་ཡི་ཡང་ཀུ་(པོད་ཤུར)། །ཤུར་ཤུམ་བཞུམ་

ཞེས་བྱ་བ་ཡིན། །

རྒྱ་ཏིག་པོ་ད་ཏིག་བལ་ཏིག་ལ། ཏིག་ཏ་གསུམ་ཞེས་བརྗོད་
པར་སྤང་། །

བསེ་ར་ཁ་ཤ་ཤ་ར་གསུམ། གཤེད་གསུམ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན། །

ས་ལ་གྱིས་ན་པར་ནི། (ས་ལ་པར་ནི་གྱིས་ན་པར་ནི) དང་། མ་
ཤ་པར་ནི་པར་ནི་གསུམ། །

སེ་ཚོད་(གཡུ་ལུམ) རྩེར་བ་(གསེར་ལུམ) འོམ་བུ་(མཚོར་.....
ལུམ) གསུམ། ལུམ་བུ་གསུམ་ཞེས་དེ་ལ་ཡང་། འུག་གི་སྐབས་སུ་
རྩེར་བ་དང་། འོམ་བུ་བརྗོད་པའི་ལུགས་ཀྱང་ཡོད། །

མིང་ཅན་ལུགས་ཀྱི་སྟག་ཤ་(ལུམ) ལ། གཉན་བུ་བ་གསུམ་ཞེས་
འབོད་པར་སྤང་། །

བཙོད་དང་འབྲི་མོག་རྒྱ་རྒྱགས་ལ། དམར་པོ་གསུམ་ཟེར་འབྲི་
མོག་དང་། བྱུ་མཁན་བརྗོད་བ་སྐབས་བརྒྱན་དང་། དེ་ལ་ཚོས་
གསུམ་ཞེས་ཀྱང་ཟེར། གཉིས་ཀ་ལྷན་ལ་དམར་པོ་བཞི། །

པོར་བ་དཀར་སེར་དམར་པོ་ལ། འུག་མེད་པོར་བའམ་སྒྲན་
གསུམ་ཟེར། །

མི་རྟ་བྱི་གསུམ་རྩེ་མ་ཐག འུ་ཡི་ཁོང་བྱན་བྱ་ཚན་གསུམ། རྩེ་
ཐལ་གྱི་བྱན་རོ་ཚན་གསུམ། །

ཅན་དན་དཀར་དམར་ལ་གར་ལ། ཤིང་མཚོག་གསུམ་ཞེས་བྱ་

བ་ཡིན། །ཨ་གར་མི་བས་ཅན་དན་གཉིས། །ཨར་སྐྱ་ཨར་ནག་ཨར་
དམར་ལ། །ཨ་གར་རིགས་གསུམ་བཅོད་པའོ། །

ཨ་བྱ་ག་ཆེར་སྐྱ་མིང་ཅན་གསུམ། །གཟེར་སྐྱ་གསུམ་མམ་
གཟེར་འཛམས་གསུམ། །གི་ཤ་(བུ་རྩ་གས) སྐ་ཅི་བྱ་བྱལ་དང་། །
སྐྱ་ཆེན་གཉན་སྐྱ་བཞི་ཞེས་བཅོད། །

ཁྱི་ལྷེ་སྤང་ཅི་སྤང་རྒྱ་དཀར། །མེ་རྟ་གསུམ་ཞེས་བྱ་བའོ། །
སྐལ་རྒྱབ་ཆིག་བྱབ་དཀར་སྐྱ་ལ། །རྩོ་རྒྱལ་བཞི་ཞེས་བྱ་གས་
གཅིག་ཡིན། །སྐལ་རྒྱབ་མདོང་ཅེ་གངས་ཐིག་དང་། །ཅོང་ཞིར་རྩོ་
རྒྱལ་བཞི་ཡང་བྱེད། །

ཀོ་ལ་ཤིང་ཆ་སྐྱ་སྐལ་དང་། །གེ་སར་བྱི་བཟང་བཞི་ཞེས་བྱེད། །
རྒྱ་ཁྱང་ཤང་དཀར་ག་རྒྱར་དང་། །བ་ལེ་ཀ་ལ་ཡིན་བྱ་བཞི། །
སྐལ་དྲོམ་བྱ་ཆོད་དྲོམ་མཁྱིས་ལ། །མཁྱིས་ཆེན་བཞི་ཞེས་སྐྱ་བ་
ཡིད། །

སྤྱང་བྱལ་འཛིན་པ་གང་ག་རྒྱང་། །སྤང་ཅི་དྲོ་བ་བཞི་པ་ལ། །
གཡུ་ཐོག་ལྷུ་མ་བཞི་ཞེས་སྐྱ་བཤད། །

རྒྱམ་ཚྭ་བཅའ་སྐྱ་ཨ་རྒྱ་ར། །པི་ཡིང་བཞི་ལ་ཆ་མཉམ་བཞི། །
ཡང་ན་རྒྱམ་ཚྭ་བཞི་པ་བྱེད། །

བྱ་བྱལ་སྤོས་དཀར་བྱ་བྱལ་གཉིས། །བྱི་ར་དཀར་ནག་བྱི་ར་
གཉིས། །ཤུ་དག་དཀར་ནག་ཤུ་དག་གཉིས། །དེ་བཞིན་རྟིལ་གཉིས་

དཀར་ནག་གི། རྒྱང་ཐེང་དཀར་སྒྲག་ཐེང་མོ་གཉིས། རྒྱ་མིན་ཐེང་
བསྐྱན་ཐེང་མོ་གསུམ། །

ཤྱག་པ་བ་ལི་མཁན་དཀར་མཆོ། །འོམ་བུ་ལ་ནི་བདུད་ཅི་ལ། །

ར་མཉེ་ཉེ་ཤིང་ཕྱ་བ་དང་། །བ་སྒྲ་གཟེ་མ་ཙ་བ་ལ། །

ཆང་སྒྲར་སྒྲར་བུ་མཆུར་ནག་གསུམ། །དེ་ལ་སྒྲར་བུ་གསུམ་
ཟེར་རོ། །

ཆུ་སྒྲར་རྩོད་དང་ལྷང་ཆོར་དམར། །གསེར་རྩོད་བ་སྒྲ་ཁབ་ལེན་
དང་། །ལ་ཐོང་ལྷོང་རོས་དབུལ་རྩོད་བརྒྱད། །ཟ་བྱེད་ཁམས་བརྒྱད་
ཅེས་སྒྲ་གསུམ། །

གསེར་དབུལ་ཟངས་ལྷགས་འཁར་བ་དང་། །ར་གན་ལ་ཉེ་
གཤམ་དཀར་བརྒྱད། །དེ་ལ་འཆིང་བྱེད་ལྷགས་བརྒྱད་ཟེར། །

གཡའ་ཁྱི་སྟོང་ཟིལ་གང་ག་རྒྱུད། །ཉོང་ལེན་ཉིག་ཉ་ཐོང་བ་
དཀར། །སྤང་ཅི་དང་བཅས་བདུན་པོ་ལ། །སྤྱི་བུ་མོ་སྤྱན་བདུན་
ཟེར། །

རྒྱལ་ཁྲིམས་ལྟར་གྱི་སྐྱོད་ཆ་གཙོ་ཆེ་བ།

- [1] 寿振黄主编: 1962, 中国经济动物志 - 兽类。科学出版社。
- [2] 夏武平等编: 1964, 中国动物图谱 - 兽类。科学出版社。
- [3] 中国科学院青海甘肃综合考察队: 1964, 青海甘肃兽类调查报告。科学出版社。
- [4] 谭邦杰编: 1955, 哺乳动物图鉴。科学出版社。
- [5] 谭邦杰译: 1953, 哺乳动物的生活与习性。科学出版社。
- [6] 北京动物研究所兽类区系室编: 1973, 拉汉兽类名称。科学出版社。
- [7] 张吉、王宗纬: 1963, 青海的兽类区系。动物学报第十五卷第一期。
- [8] 郑作新主编: 1963, 中国经济动物志 - 鸟类。科学出版社。
- [9] 郑作新等著: 1966, 中国动物图谱 - 鸟类。科学出版社。
- [10] 郑作新: 1964, 中国鸟类系统检索。科学出版社。
- [11] 冼耀华: 1964, 青海省的鸟类区系。动物学报第十六卷第四期。
- [12] 刘承钊、胡淑琴编: 1961, 中国无尾两栖类。科学出版社。
- [13] 伍献文等编: 1964, 中国鲤科鱼类志。上海科学出版社。
- [14] 张春霖、岳佐和等: 1964, 西藏南部的鱼类。动物学报第十六卷第四期。
- [15] 夏凯龄著: 1958, 中国蝗科分类概要。科学出版社。
- [16] 中国医学科学院药物研究所工作组、拉萨藏医院等编: 1965, 藏医藏药初步调查(参考资料)。
- [17] 李时珍: 1959, 本草纲目。商务印书馆。
- [18] གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མཁོན་པོས་མཛད་པ། གསེང་གི་རྒྱུད་བཞི། ཤིང་པར།
- [19] སངས་རྒྱས་ལྷ་མཆོས་མཛད་པ། གསེང་གི་རྒྱུད་བཞིའི་འགྲེལ་བ། ཤིང་པར།
- [20] ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོས་མཛད་པ། ཟིན་ཏིག་མཛོས་རྒྱུད་བདུད་ཅིའི་ཟུན་མཛོད། ཤིང་པར།

[21] ལྷོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་མཛད་པ། གཅེས་བསྟུས་སྒྲིང་ནོར། ཤིང་པར།

[22] Ellermann J. R. & T. C. S. Morrison - Scott: 1951. Checklist of Palearctic and Indian Mammals. Brit. Mus. (Nat. Hist.), London.

[23] Соколов И. И. : 1959. фауна СССР, Млекопитающие, Том I, Всл. 3. М., Изд - во АН СССР

བསྐྱར་རྒྱུ་གི་ལྟ་བུ།

1. དཔེ་དེབ་འདི་ནི་1976ལོར་མཚོ་སྔན་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱར་.....
ཁང་གིས་བསྐྱར་པའི་«མདོ་དབྱུས་མཚོ་གདམས་སྔན་རིས་གསལ་པའི་མི་
ལོང་»གི་རྒྱ་ཡིག་གཞིར་བཟུང་ནས་བསྐྱར་པ་ཡིན།

2. རྒྱག་ཆགས་རོས་འཛིན་གྱི་ཁག་དེ་རྒྱ་ཡིག་གཞིར་བཟུང་ཞིང་..
གོ་བདེ་བ་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་བསྐྱར་པ་ཡིན་ཏེ་ལས། ཆོག་སྒྱུར་
བསྐྱར་པ་འདྲ་ཡོད།

3. སྔན་གྱི་སན་ཡོན་ནམས་སྔན་གྱི་བོད་ཡིག་གི་སྔན་གཞུང་.....
ཁྱེད་མ་ལྟར་བཀོད་ཅིང་བོད་ཡིག་གི་མ་ཡིག་མེད་པ་རེ་གཉིས་རྒྱ་
ཡིག་གཞིར་བཟུང་ནས་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་པ་ཡིན་པས། རྒྱ་ཡིག་
དང་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ།

4. སྔན་རྒྱང་པའི་སན་ཡོན་དང་སྔན་སྒྱུར་གྱི་སན་ཡོན། བད་
རོས་འཛིན་གྱི་བད་རྟགས་ནམས་སྔན་གྱི་བོད་ཡིག་སྔན་གཞུང་.....
ཁྱེད་མ་ནམས་ལས་བསྐྱར་པ་ཤ་ལྟག་ཡིན་པས། ཡིག་གཞུགས་
ནམས་ཀྱང་མ་བཅོས་རང་བབས་སུ་བཞག་པ་ཡིན། དཔེ་ཆའི་མགོ་
མཇུག་གི་ཡིག་གཞུགས་གཅིག་ལྟར་ཡོད་ཆེད། ད་ཆོས་བསྐྱར་པའི་
ཡིག་གཞུགས་ཀྱང་དེ་དང་མཐུན་པ་བྱས་ཡོད།

5. དཔེ་དེབ་འདིའི་མཇུག་ཏུ་བོད་ཀྱི་སྔན་རྒྱས་རིག་པའི་སྔོན་.....

ཆོག་དང་སྒྲན་ཕྱི་ “སྒྲན་གྱི་སྒྲན་མིང་”བཅས་བཞུགས་དབྱང་
གཞིར་སྤུལ་བ་ཡིན།

6. ང་ཆོའི་གསོ་བ་རིག་པ་དང་སྐྱེ་དངོས་རིག་པའི་སྐྱར་གྱི་ཡོན་...
ཚད་དམའ་བས། བསྐྱར་པ་ལ་མི་འགྲིག་ས་ཡོད་ངེས་ཡིན་པས།
སྐྱོག་མཁན་ནམས་ཀྱིས་སྐྱོན་བརྗོད་དང་དག་བཅས་བྱེད་པའི་བསམ་
འཆར་གནང་རོགས་ཞུ།

སྐྱར་མཁན་གྱིས།

སྒྲུབ་དཔེ་ཙུ་ཆེན་ཕྱག་ལ་བཞུགས་པ། (དེ་ལ་བཞུགས་པ།)

ཡུལ་རྒྱུ་གསུང་བའི་མེ་འོང་། (3)

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ श्रीगणेशाय नमः ॥



མཚེ་སྤྱན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱན་ཁང་།

第 1 頁 共 1 頁 (810001)

ཨ་ཁོར་གྲོང་ཁྱེད།/0971-6123221 ཨ་ཁོར་གྲོང་ཁྱེད།/0971-6138933

E-mail/qhmzecs@sohu.com བླ་མ་མཆོད་པུ་ལྷ་མོ་། www.qhmzecs.com

མཆོད་ཀྱིས་འགན་འཁུར་པ། བཟུང་པ།

ཀླུ་གླིང་འཆར་འཛོད་ཀྱི། ལུང་ཞེས་ཅན།

དཔལ་ལྷན་འགན་ལེན་པ། བུ་ཆེན་ཏུ།

[illegible]

॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

ཨ་མ་མེས་ 850mm×1168mm 1/32 གཞུང་མེས་ 4 མེས་མེས་ 16

དབང་ཕྱུག 9.375 དབང་ཕྱུག 1501—2500

ཡར་གཞི། 2009ལོའི་ཟླ། ཡར་ཡར་གཞི་གཉིས་པ་བརྒྱབ་ས།

དཔལ་ལེན། 2013ལོའི་ཟླ3པར་དཔལ་ལེན་གཉིས་པ་དཔལ།

དཔེ་ཏགས། ISBN978-7-5420-1369-9 རྒྱ་གསལ། སྤྱི་མཉམ་ 14.00

[illegible][illegible]



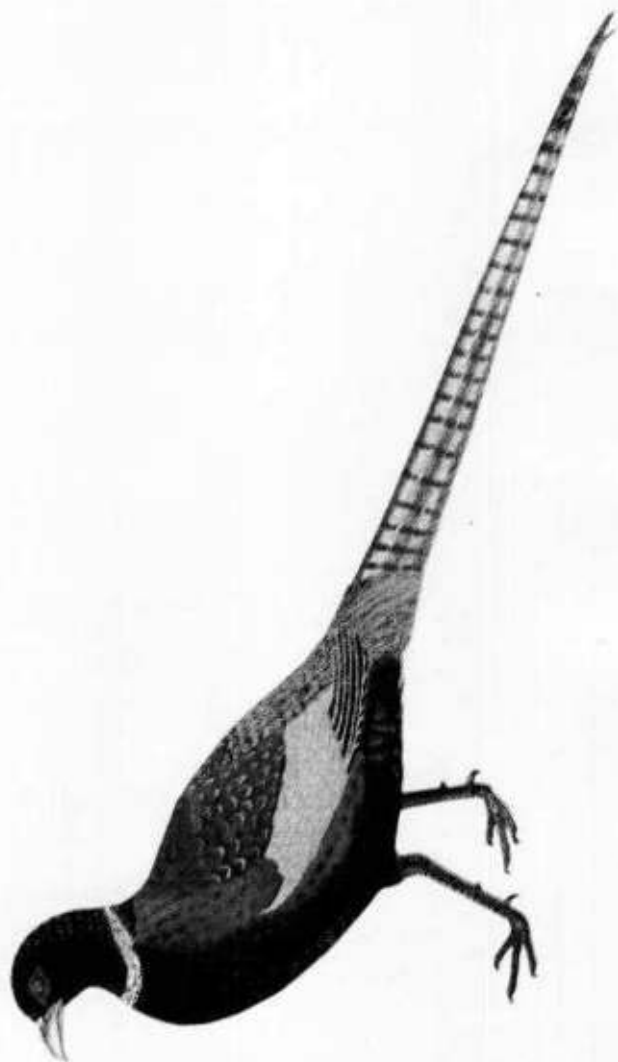
彩图1 黑熊 ཅམ



彩图2 马鹿 ཁྲི་ལོ་



彩图 3 藏雪鸡 雪鸡



彩图 4 环颈雉 环颈雉



彩图 5 鸚鵡 平舌



彩图 6 戴胜 𑖇𑖄𑖅



彩图 7 绿啄木鸟 སེང་རྩ་མོ་



彩图 8 绿孔雀 45

图书在版编目 (CIP) 数据

青藏高原药物图鉴. 2: 藏文/ 青海民族出版社编译.
—西宁: 青海民族出版社, 2009. 1 (2013. 3重印)
(藏医学经典荟萃; 9)
ISBN 978-7-5420-1376-7

I. 青… II. 青… III. 青藏高原—藏药—图谱 IV.
R291.4-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第006054号

藏医学经典荟萃(九) 青藏高原药物图鉴(2)

青海民族出版社编译



青海民族出版社·中国(青海省西宁市同仁路10号 810001)

销售热线/0971-6123221

咨询电话/0971-6138933

E-mail/qhmzcbbs@sohu.com

网址/www.qhmzcbbs.com

责任编辑/斗本太

装帧设计/王小剑

责任印制/尤秋花

发行/青海民族出版社出版发行部

经销/新华书店

印制/青海民族印刷厂

开本/850mm×1168mm 1/32 插页/2 字数/380千

印张/21.625

印数/1 501—2 500

版本/2009年1月第2版

印次/2013年3月第2次印刷

书号: ISBN978-7-5420-1376-7(民文) 定价: 32.00元

版权所有 侵权必究

如发现印、装问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。

“十一五”国家重点图书出版资助项目

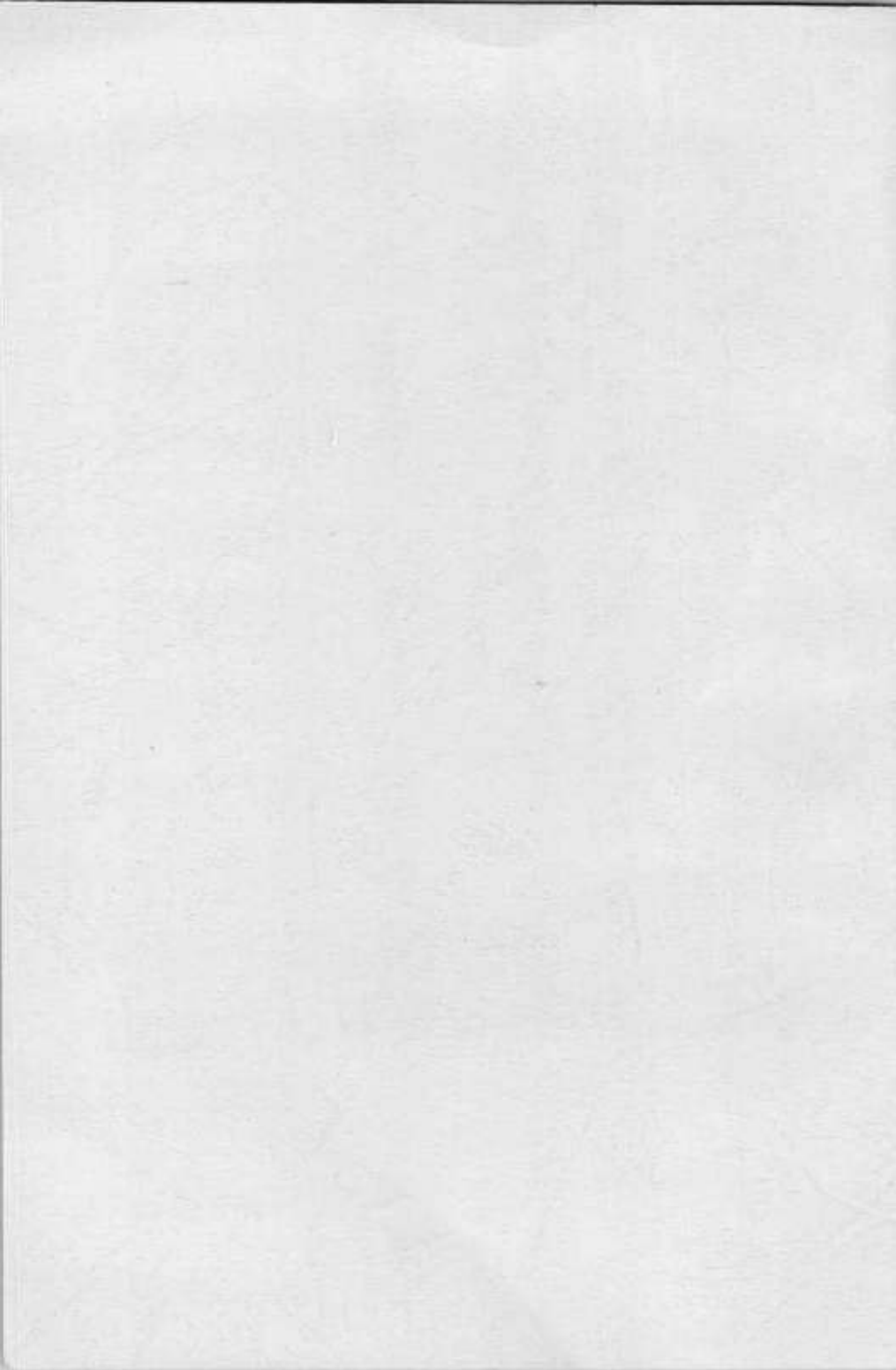
མདོ་དབྱས་མཐོ་སྒང་གི་སྒྲན་རིས་
གསལ་བའི་མེ་ལོང་།

དེབ་གཉིས་པ།

མཚོ་སྒྲན་མི་རིགས་དཔེ་སྒྲན་ཁང་གིས་བྲིས་སྐྱར་བྱས།

མཚོ་སྒྲན་མི་རིགས་དཔེ་སྒྲན་ཁང་།







ISBN 978-7-5420-1369-9



9 787542 013699 >

(民文) 定价: 14.00 元