

ལུ་ཐག་ལུ་ཡི་བསྐྱོར་སོང་།

chu tak chu yi gor song

流水推動了水磨

མ་ཉི་ལགས་བས་བསྐྱོར་སོང་།

mani lak pei gor song

雙手轉動了瑪尼

བླ་མས་ཚོས་འཁོར་བསྐྱོར་སོང་།

lama cho kor gor song

上師轉動了法輪

ལུ་ཐག་ལུ་ཡི་བསྐྱོར་བས།

chu tak chu yi gor wei

因為水磨推動

ཞིམ་པའི་བྲས་མཚོག་བྱུང་སོང་།

shim bei dre chok chun song

最勝香米出現了

བསད་པའི་ག་ཡི་ཁ་ཟས།

se pei sha yi ka se

被殺肉的食品

ངན་སོང་འགོ་བའི་ལས་ཡིན།

ngen song dro wei lei ying

是生惡道的業

སྲོད་བྱེད་ཆང་གི་བུང་བ།

nu chei chan ki dung wa

使人醉的酒品

བཟའ་འཛིངས་འོང་བའི་རྒྱ་རེད།

sa dzin own wei gyu re

乃是紛爭的因

ཟས་ངན་དེ་ཚོ་སྦྱོང་ཤོག །

se nge de tsok bong shok

願除那些惡食

དཀར་གསུམ་མངར་གསུམ་ཟས་མཚོག།

Gar sum ngar sum se chok

三白三紅勝食

ལུས་རྩེན་འཚོ་བའི་སྤོན་མཚོག།

lu den tso wei men chok

身體維繫勝藥

དམ་པའི་ཚོས་དང་མཐུན་བྱུང་། །

dam pei cho don tun chun

此與正法相順

མ་ཉི་ལགས་བས་བསྐྱོར་བས།

mani lak pei gor wei

手因轉動瑪尼

ཁ་ངན་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དག་སོང་།
ka nge dik drip dak song
清淨惡口罪障

ནམ་མཁའ་དབྱིངས་སུ་འསྐྱེངས་ནས། །
nam kei ying su dren ne
高懸天空界中

གཡོན་པས་བྲེང་བ་བསྐྱེད་ནས། །
yun pei tren wa dran ne
左手撥著念珠

སྒོང་བཙན་སྒོམ་པོའི་བསྐྱབ་བྱ།
song dzen kam po lap cha
松贊干布教誨

བླ་མས་ཚོས་འཁོར་བསྐྱོར་སོང་།
lama cho kor gor song
上師轉動法輪

སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་དར་བྱུང་། །
sangye tenpa dar chung
佛陀正法興盛

བྱག་དང་བསྐྱོར་བ་མ་བཟེད། །
chak dan gorwa ma je
別忘禮拜轉繞

ཁ་དོག་སྣ་ལྔའི་དར་ལྗོག
ka dok na nge dar jok
五種顏色經幡

གཡས་པས་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་ཞིང་།
yei pei korlo gor shin
右手轉著瑪尼

མ་ཉི་དབྱངས་སུ་ལེན་པ།
mani yang su len pa
唱誦瑪尼旋律

མ་བཟེད་སྣོད་ལ་བཙང་དགོས། །
ma je ning la jan ko
心中憶持不忘

ཉི་མ་ལ་ཡི་ལྗོངས་སུ།
himala yi jong su
喜馬拉雅地區

ལྷ་ཁང་མཚོད་ཉེན་མཇལ་ནས།
la kang cho den ja ne
朝覲寺院佛塔

ལྷ་ཁང་ནང་དུ་སྐྱེའམ་ནས།
la kang nan du lep ne
進入佛寺當中

དཀོན་མཚོག་རྟེན་གསུམ་མཇལ་བ།
kunchok den sum ja wa
朝觀尊勝三寶

སྤོས་དང་མེ་ཏོག་སྤུལ་ནས།
pu dang medok pu ne
您要供養香花

བར་ཚད་རྐྱེན་ངན་ཡོད་ཚེ།
par che jen ngen yo tse
障礙逆緣生時

བསམ་དོན་འགྲུབ་དགོས་བསམ་ན།
sam dun drup ko sam na
若需心想事成

ཤོ་དང་མ་ཚང་ཏ་སེ།
sho dan ma chan da se
骰子麻將賭博

མི་ཚོ་འབྲོག་ཚུགས་རྒྱ་རེད།
mi tse tro lak ju re
浪費人生之因

སྐྱུ་གར་གྲོ་གསུམ་ཅེད་མོ།
lu kar dro sum dzemo
各種歌舞遊戲

དགའ་བའི་སྐྱུ་ཞིག་ལེན་ནས།
ga wei lu shik len ne
歡唱喜悅歌曲

ཚོ་སྤྱོད་བསོད་ནམས་མཐུ་རེད། །
tse ngen sonam tu re
此乃過去福力

གསོལ་འདེབས་སྤོན་ལམ་གྱིས་ཤིག །
so dep monlam ki shik
虔誠祈請發願

བར་ཚད་ལམ་སེལ་འདོན་མཚོག །
par che lam se dong chok
可唸除障願文

བསམ་པ་ལྟུན་གྲུབ་མདོན་ཚོག །
sam pa lun drup don chok
可唸如願願文

སུ་སྤྲེག་ཀླ་གྲོའི་ཅེད་མོ། །
mu dek la loi dzei mo
外道蠻人遊戲

དེ་ཚོ་ལག་ལེན་མ་བྱེད། །
de tse lak len ma chie
別作以上之事

འགོ་བ་མི་ཡི་རྒྱན་རེད། །
dro wa mi yi jen re
此乃人間莊嚴

སྙེན་བའི་གསུང་སྐད་ངོམ་ཤོག །
nyen pei sung ge ngom shok
展露善妙之聲

སྒྲིད་པའི་བློ་ཞིག་བརྟུང་ནས།
gi pei dro shik dun ne
擊起歡喜舞鼓

བདེ་བོའི་སྐྱུ་གཟུགས་ངོམ་ཤོག།
de poi gu su ngom shok
展露健康之身

བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཉི་མ།
tashi delek nyi ma
吉祥如意太陽

དེ་རིང་གནམ་ལ་ཤར་འདུག།
de ring nam la shar duk
今天生出天際

ལུ་འཐག་ལུ་ཡི་བསྐྱོར་སོང་ཞེས་པའི་སྐུ་ཡིས་རྒྱུན་བྱས་ནས་།། ༣།༡།༠༧ ཉིན་ཁོ་ཧ་ཏ་ཏ་སྐོ་བོ་ཨ་རྟེ་དུ་བྱ་འགྲུ་སྐུ་ལ་མིང་བས་
བྲིས།

因聽聞《流水推動瑪尼》歌曲而作。二零零四年八月十三日，加拿大岡波阿貝，
創古仁波切寫。