

ཕྱེད་ཅུ་མཁོ་ཉེ་ཉེ་དྲུག་



ལྷ་མོ་ཡུ་ཤུ་ལྷ་མོ་ཡུ་ཤུ་

མཁོ་ཉེ་ཉེ་ལྷ་མོ་ཡུ་ཤུ་

༡༡། །སྤྱི་རྒྱུ་ལ་ཆེ་རིང་གིས་བརྩམས། །

*

ལྷ་ལྷུ་ལ་ཆེ་རིང་གིས་བརྩམས།



མེ་རིགས་དཔེ་སྤྱན་ཁང་།



图书在版编目(CIP)数据

黎明天女的召唤:藏文/拉加才让著. —北京:民族出版社, 1998. 4

ISBN 7-105-02897-1

I. 黎… II. 拉… III. 诗歌—中国—当代—藏语
IV. 1227

中国版本图书馆 CIP 数据核字(97)第 16684 号

民族出版社出版发行

(北京市和平里北街 14 号 邮编 100013)

民族出版社微机排版 民族印刷厂印刷

各地新华书店经销

1998 年 4 月第 1 版 1998 年 4 月北京第 1 次印刷

开本: 787×1092 毫米 1/36 印张: 7.375

印数: 0001—2000 册 定价: 10.00 元

该书如有印装质量问题, 请与本社发行部联系退换
(总编室电话: 64212794; 发行部电话: 64211734)

དཔེ་སྒྲུབ་གསལ་བཤད།

གངས་དཀར་ཡིད་ཀྱི་འཆག་ས་རུ། །

སྒྲན་ཆོག་དབྱངས་ཀྱི་རྩ་མོ་མཛད། །

འཆར་སྤྱད་ཡིད་ཀྱི་འདབ་གསེང་རུ། །

སྐྱེ་རིངས་ལྷ་མོས་གར་སྐབས་བསྐྱར། །

དེ་བའི་འདི་ནི་གཞོན་ལུ་སྒྲན་རག་པ་ལྷ་རྒྱལ་ཆེ་རིང་གིས་
བཅམས་པའི་སྒྲན་ཚྭ་ཕྱོགས་བསྐྱས་ཞིག་ཡིན། ཁོང་གིས་བོད་
རིགས་ཀྱི་སྤྱལ་རྒྱན་སྒྲན་གཞུང་གི་ཚྭ་ཚལ་ལ་བཞེན་ནས།
བརྗོད་བྱ་དོན་གྱི་བཅུད་འདུས་ཤིང་རྗོད་བྱེད་ཆོག་གི་ལོ་འདབ་
རྒྱས་པའི་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྒྲན་ཚྭ་མང་ཙམ་སྤེལ་ཡོད།

སྒྲན་ཚྭ་འདི་དག་འགའ་ཞིག་གིས་ཕྱགས་འདུན་འཆོལ་
བའི་བཙོན་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་འཆོ་བ་
གསར་པར་རེ་བའི་གོམ་སྒྲོག་འགའ་ཞིག་གིས་རང་རེའི་པ་
ཡུལ་གྱི་མཛེས་སྤྱད་གི་རི་རྒྱ་མཛོན་པར་མཆོན། ཡང་འགའ་
ཞིག་སྒྲན་སྤྱངས་ཁོད་ན་གཉིད་དུ་ཡུར་བའི་སྐྱེ་བོ་དག་གཉིད་ལས་
སྤྱང་བའི་འབོད་སྒྲ་ཁོ་ནར་ངེས། ཚྭ་པ་པོས་སྒྲན་རག་གི་སྒྲ་

མཉམ་གྱི་ནམ་པ་འདིར་བཞེན་ནས་ཐོད་མི་རིགས་ཀྱི་དགའ་སྐྱོའི་
 བསམ་པའི་འགྱུར་བའི་ཆ་ཤུམ་ཇི་བཞེན་དུ་མཆོན་ཡོད་པ་མ་ཟད།
 ཚུམ་པ་ཤོས་རང་ཉིད་སྐྱེད་པའི་མ་ཡུམ་སྟེ་ཁ་བའི་སྦྱངས་འདིར་
 དུང་སེམས་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་བཅིངས་ཡོད་པའང་མཆོན་ཡོད།

ཁོང་ཉིད་ཀྱི་སྟན་ཚུམ་བགྲང་གིས་མི་ལངས་པའི་ནང་ནས་
 དེབ་འདིར་འདེམས་པའི་སྟན་ཚུམ་མེ་ཉྱལ་གི་འཇུག་དཔྱལ་.....
 བཞེན་པ་འདི་ནམས་ཀྱིས་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྟན་ངག་འབྲི་སྟོག་སྦྱངས་
 གསུམ་བྱེད་མཁན་གྱི་ཡིད་ཆོམས་པར་བྱེད་ཀྱས། སྟན་ཚུམ་
 འདི་མཐོང་བ་མིག་གི་དགའ་སྐྱོན་དང་། ཉན་པ་ན་བའི་བྱ་རམ་
 དུ་འགྱུར་བར་ངེས།

མི་རིགས་དཔེ་སྟན་ཁང་ནས།

ཉིན་བྱེད་འོད་སྒྲོལ་སྒྲིག་པའི་རྒྱུ་སྒྲུབ་སྒྲིམ། །
 སྒྲོལ་པ་རྒྱ་མཚོར་བྱ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་འཕྲོ་བར་མཛད། །

—— རྒྱ་ལ་ཆེ་རིང་གི་སྒྲོལ་པ་གཅེས་བཅུས་

《སྒྱུ་རེངས་སྒྲ་མོའི་འཛད་བཟུང་》ཡི་འགྲེམ་བཞུགས།

ཡི་དམ་ཆེ་རིང་།

གཅིག

རྒྱ་ལ་ཆེ་རིང་གི་སྒྲོལ་པ་གཅེས་བཅུས་《སྒྱུ་རེངས་སྒྲ་མོའི་འཛད་
 བཟུང་》ཡིས་ང་ཚོར་བདེན་པར་སྒྲུབ་པ་ནི། དབྱེད་ཀར་ལམ་དུ་ཆས་ཆེ།
 རྒྱ་མཚོར་འཕྲོ་བའི་བྱ་སྒྲུབ་དང་འགྲོས་གཅིག་བཞུགས་ལ། བྱ་སྒྲུབ་མོ་
 བཅུལ་དུ་ཆས་ཆེ། ཉིན་བྱེད་ཤིང་རྒྱ་ལ་ཉི་ལུག་བཟུངས་ནས་སྒྲིབ་པ་དེ་
 ཡིན་ནོ། །ཐོད་བྱི་དེང་རབས་སྒྲོལ་པ་ནི་ལོ་རབས་བཅུད་ཅུ་བའི་དུས་
 འགོར་གསར་དར་བྱི་ལམ་དུ་གོམ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཏེ། ལོ་རབས་དགུ་བཅུ་
 བར་སྒྲིབ་སྒྲུབ་ཆེ། སྒྲོལ་པ་དཔེ་དེབ་གང་མང་ཞིག་གཅིག་རྒྱུ་གཉིས་
 མཐུད་དུ་ང་ཚོའི་འདྲེན་བྱེད་བྱི་དགའ་སྒྲོལ་དང་བསམ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བྱ་དུ་
 བཟུང་བས་ན། སྒྲོལ་མེད་རྣམ་པ་གསར་བ་དང་། མཁའ་རྒྱུད་གསར་
 བ། ཁོར་ཕྱག་གསར་བ་དང་རོ་ཕྱོད་གསར་བའི་རིག་གནས་ལོངས་སྒྲིབ་
 ཅིག་ཀྱང་བྱི་དཔལ་དུ་བརྟེན་ཤིང་། མཚར་སྒྱག་ཐུན་ལ་འོད་སྒྲོལ་འཕྲོ་

བའི་དུས་རབས་གསར་པ་ཞིག་ལ་བསྟུང་མར་སྟེག་བྱང་རྒྱ་། །

མོད་ཀྱི་དེང་རབས་སྟན་འགྲེལ་གྱིས་བཟང་བྱ་བཅུ་ལྷག་ལ་མང་
བྱང་ཉིན་བྱེད་ཀྱི་འོད་སྣང་སྟེག་བཞིན། རིག་པའི་རྩ་གཏེར་ལ་བློ་
མཐུན་བསྐྱངས་པས། གངས་དཀར་ལ་མཆོར་རྟུག་བསྐྱེད་ཅིང་རི་ལྱང་
གི་སྣང་འཇགས་དཀྲོགས། དེ་ནི་ཁ་བ་རི་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྩ་རྒྱུན་ཁོད་
བསྐྱར་དུ་འཕྱར་བའི་དགེ་མཆོན་སྣང་རྟུག་གི་མཐུན་སྟེ་ཡིན་ཞིང་།
མཐུན་སྟེ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་ནི། གངས་སྣངས་སྟན་འགྲེལ་གྱི་བསྐྱེད་བྱང་
མཆོན་ཉིད་ཀྱི་རིག་པས་བྱུང་བའི་ཞིང་ཁམས་ཤིག་དང་། ཞིང་ཁམས་
འདི་ནི་སྟན་འགྲེལ་གྱི་མཛོས་པ་དང་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་རིག་པའི་དཔག་བསམ་
སྟོན་དབང་རྣམ་པར་སྐྱོང་བའི་གཞི་མར་ཆགས་པ་དང་། གངས་སྣངས་
ནི་རྣམ་དཔྱད་ཆལ་གྱིས་སྟེམས་པའི་རྟོག་གེ་བ་དང་མཐོན་དཔྱད་ལུལ་དུ་
སྟོན་པའི་སྟན་འགྲེལ་མཐོན་གྱི་འབྱུང་གནས་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུང་མཐོར་སྟོག་
གྱི། །

ཕངས་སེམས་སྐྱེས་དགོས་པ་ཞིག་ནི་ལྟ་རྒྱལ་ཆོ་རིང་སྟགས་སྟན་འགྲེལ་
པ་རྣམས་ཀྱི་སྟན་འགྲེལ་དེ་དག་ཡིག་བསྐྱར་དང་དྲིལ་བསྟགས་བྱས་པ་ནི་
འདང་པ་དང་། དེར་དབྱང་བརྗོད་དང་ཞིབ་འཇུག་བཞིན་པའི་འཕྲིན་
ལས་རྗེས་སྟུ་ཆོད་ཀྱི་མི་འདུག་པས། མོད་སྣངས་ཕྱི་རོལ་གྱི་མི་རྣམས་ཀྱི་
སྟོན་མེད་ཆོར་མེད་དུ་སྟུར་འདུག་གོ། འདི་ནི་སྟོ་མི་བདེ་བའི་རང་རྩལ་
ཞིག་དང་དོ་མི་མཉམ་པའི་གནས་རྩལ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིར། སྟང་མར་ཕྱི་
རོལ་ལུལ་གྱི་ཤེས་རྟུན་མི་སྟོ་དང་འབྲེལ་འདྲིས་གང་ལེགས་བྱས་ནས།
ང་ཆོའི་དེང་རབས་སྟན་འགྲེལ་ཅིས་ཀྱང་རྒྱལ་ཡོངས་སྟུ་ཆས་ཏེ། འཛམ་
གླིང་ལ་བཙོད་དགོས། །

གཉིས།

ལྷ་རྒྱལ་ཆེ་རིང་ནི་གཙུག་མི་རིགས་དག་ཐོན་མཐོང་མི་ཆེད་གཉེར་
སྒྲིབ་གྲུང་ཐོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་ལོ་རྒྱུས་འཆད་ཁྲིད་བཞིན་པའི་དག་ཅན་ཞིག་
ཡིན། ཁོ་རང་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུ་བའི་དཀྱིལ་ནས་བཟུང་སྟན་རག་
གསར་ཚུལ་ལ་གཞིལ་ཞིང་། མི་ཐུང་བརྒྱུན་པ་ཆེན་པོས་ཐོས་བསམ་
དང་འཆོལ་སྟེག ལྷ་རྒྱལ་ལེན་བཅས་མཛད་པས་ཚུལ་པ་ལ་འབྲས་བུ་
གཡུང་དུ་བྱ་བ་བྲུང་ས་ཤིང་། གཞེངས་བསྟོན་བྱ་དགའ་འང་སྤངས་མང་
ཐོབ་པོ། ཁོ་རང་ནི་བསེལ་རྒྱུང་ས་དེང་རབས་ཀྱི་ཕུལ་བྱང་སྟན་རག་པའི་
ཁོད་ཀྱི་གཅིག་གོ་ཞེས་སྟེ་བོ་ཀུན་གྱིས་མགྲིན་གཅིག་དུ་བརྗོད་དོ། །

ད་ལན་པར་བསྟན་མཛད་པའི་《སྐུ་རེངས་ལྷ་མོའི་འཛོད་བརྒྱུད་》
ནི། ཁོ་རང་གི་མཛེས་སྟག་འཆར་སྤང་དང་། ལྷ་ལེན་བཅེ་ཞེན།
ཡང་དག་ཤིས་རྟོགས་ཀྱི་ཚུལ་གྱིས་རྟམ་པར་བཞེངས་པའི་མི་འཇིག་རྟོ་
རིང་ཞིག་ཡིན་ལ། མཐུན་སྦྲུལ་ཡངས་ལ་དྲངས་ཞེན་ཆེ་བའི་སྟོག་མཁན་
བྱེ་བའི་དཔལ་དུ་བསྟན་པའི་རིན་ཆེན་ལེགས་སྟེས་ཤིག་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །
བདག་གིས་ཁོ་རང་ལ་སྟེང་ཐག་པ་ནས་ཡིད་སྟོན་དང་བཅས་བཀྲ་ཤིས་
ཉན་འབྲེལ་བྱུང་། །འདི་ནི་ཐོད་མའི་སེམས་ཁོང་ནས་བརྗོད་པའི་སྟན་
འཛེབས་སྐུ་སྟེ། སྐུ་སྐུ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་ནི་སྤྱིད་ལ་སྟན་པར་བསྟགས་པ་
ནི། ཁ་བ་རི་བའི་དེང་རབས་ཀྱི་སྟན་རག་པ་རྟམས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་
མད་བྱང་ཡི་གེའི་ལམ་ནས་གསར་དར་སྟན་རག་གི་རྒྱལ་མཆོན་སྤྱིད་ཅེར་
སྟེང་ཞིང་། སྟན་རག་སྐུ་ཚལ་གྱི་གོམ་སྟབས་དུས་རབས་གསར་བའི་
ལམ་ཆེན་ལ་ཡང་རྩར་དང་ལྷན་པར་སྟེག་བྱང་བ་དེ་ཡིན་ཅིང་། ཁྱོད་

ཉིད་ཀྱིས་མེས་ཀྱི་ཆོས་རིག་དག་འཆལ་ཁྱོད་མཐོང་ཞིང་མོས་པར་
འབྱུང་བ་ནི། རིག་དར་གྱི་མེ་རིགས་ཤིག་ཐོན་དུ་སྐྱེད་ཆོ། ར་རྩོག་
མཁའ་ལ་འཕྱོ་བའི་རྟ་ཆོད་ཀྱི་ཐག་ཐག་ཐིག་སྒྲ་དང་བར་ཆལ་གྱིས་བཟུལ་
དུ་བསྐྱངས་པའི་མེ་ལྷག་འབའ་ཞིག་གོ། །

དཔེ་དེབ་འདིར་གཅིས་པར་བསྐྱུས་པ་ནི་ལྷ་རྒྱལ་ཆེ་རིང་གིས་ལོ་རྒྱུ་
བཅུ་ལྷག་ལྷག་གི་རིང་ལ་གསར་དུ་བཅམས་པའི་སྟན་རག་གི་དྲངས་མ་
དང་ཉིང་བཅུད་ཡིན་ཞིང་། སྟན་རག་གི་བརྗོད་དོན་དང་ནམ་པ་ལ་
གཞིགས་ནས་བམ་པོ་ལྷན་བཅད་ཅིང་མཆིས་སོ། །《རྟོགས་སང་གི་ཐུ་སྒྲ་
ཡ། །བྲག་ཅ་བརྒྱད་ནས་འོང་.....》ཞེས་པ་ནི་བམ་པོ་དང་པོའི་ཁ་བྱང་
ཡིན་ཞིང་། བམ་པོ་འདི་ཉིད་ནི་《དྲི་བཞོན་དུ་མོའི་ཐུ་དབྱངས་》།
《མཆོ་བྱང་ལྷ་མོ་ལས་རིན་ཆེན་རྒྱད་མངས་གཡར་རྗེས་》དང་《ཉི་ཟླ་》
སོགས་ཀྱིས་བྲུབ་པ་དང་། སྟན་རག་འདི་དག་ནི་སྐྱལ་རྒྱུན་སྟན་རག་
གམ་བཅིངས་པའི་སྟན་རག་གི་ནམ་པར་བཅམས་པའི་སྟན་རག་གསར་བ་
ཡིན་པས། རྟེན་ལེགས་ཤིང་རྒྱུར་མཛེས་ལ། བརྗོད་ལེགས་ཤིང་དོན་
བབ་པ་དང་། ཐོན་མེད་སྟན་རག་གི་རང་མདངས་གསར་བ་ཞིག་དང་
དབྱངས་འཕྲོས་སྟན་པོ་ཞིག་རང་ཕྱོན་དུ་ཐོན་འདུག་ཕྱིར། བསྐྱགས་
པས་ནར་འཛེབས་ཤིང་། བསམ་པས་ཡིད་འཕྲོག་པ་ཞིག་གོ། །

《རྒྱད་མངས་སྟན་པར་སྒྲིང་བཞིན། །ལོ་ཟླའི་རྒྱང་རྒྱབས་རྗེས་སུ་
དུན་.....》ཞེས་པ་ཡིས་བམ་པོ་གཉིས་པའི་མདོ་བཟུང་ཞིང་། བམ་པོ་
འདི་ཉིད་ནི་《གཏམ་རྒྱད་》། 《དེ་པོའི་མ་རོལ་ན་》དང་《དཔའ་ཆོད་
རྗེས་སུ་དུན་པའི་ཐུ་》སོགས་ཀྱིས་བསྐྱར་ལ་བརྒྱས་པ་དང་། སྟན་རག་
འདི་དག་ནི་གསར་དུ་བཅམས་པའི་རང་ཕྱོས་སྟན་རག་ཤིང་ལྷག་གོ། ། ལྷ་
རྒྱལ་ཆེ་རིང་གི་རང་ཕྱོས་སྟན་རག་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དགེ་མཆོན་

གསར་བ་ཞིག་ལྟར་ཕྱིར། ང་ཚོ་ལ་བྱུང་དུ་མཚར་ཞིང་མུར་ན་མེད་པའི་
 ཚོར་སྤང་གསར་བ་ཞིག་ངང་གིས་སྒྲུབ་པ་ལས། ང་ཚོའི་སྤྱོད་རོམ་
 འཚམ་ལ་ང་ཚོའི་མཛེས་ཚོར་དང་རྒྱལ་འགལ་བྱུང་ཞིང་། ཅི་དང་འདི་
 ལ་ཆ་འཛོག་བྲལ་བའི་ཆལ་ཆལ་གྱི་སྤྱན་སྤང་དེ་མི་སྤྱེར་བར། ལྟ་ན་སྤྱག་
 ཅིང་ཡིད་ལ་འཐད་པའི་མཛེས་སྤང་ཞིག་སྤྱེད་ཡོང་། མཚུངས་མེད་བྱུང་
 ཚས་འདི་ཉིད་ནི་དེང་རབས་སྤྱན་དག་གི་ཆོ་འཕུལ་ཛེས་སྤྱོད་ལ་རྒྱག་བྱེད་
 པའི་སྤྱན་དག་པ་ཆམས་ལ་མི་ལྟར་པའི་ཕྱིར་ན། འདི་ནི་རིན་ཆེན་རིན་
 ཐང་ལགས། དེ་ནི་སྤྱན་དག་པ་ཁོ་རང་ཚོམ་རིག་ལ་སྤངས་སྤྱབས་ཆེ་བ་
 དང་ཕྱེད་སྤྱོད་ལ་ཀྱན་ནས་བྱུང་བར་གྱུར་པས་ན་ད་གཟོད་ཁོའི་སྤྱན་དག་
 དེ་དག་རྒྱ་པོ་བཞུར་བཞུར་དུ་ཤར་མར་ཐོན་པ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་ཁོ་
 རང་དམངས་ཁོད་ཚོམ་རིག་སྒྲུ་ཆལ་ལ་དབང་འབྱོར་ཏེ། སྤྱན་དཀར་གྱི་
 འདབ་མ་རྒྱུང་ཞིང་མཚོ་ཆེན་ལ་བྲུབས་སྤྱོད་པའི་སྤྱན་འཕྱར་སྤྱ་གཞས་
 གྱི་དབྱངས་ན་དང་དེའི་ཆལ་ཤུགས་གྱིས་ནི་ཁོ་རང་གི་སྤྱན་དག་ལ་ཐང་
 དཀར་རྒྱུད་པོས་ནམ་འཕང་གཙོད་པའི་ཉམས་འཕྱར་དང་དྲི་ཟའི་ལྟ་མོས་
 སྤྱིང་བྱ་འབུད་པའི་འཕྱར་ཁྲག་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནམ། འདི་ནི་ང་ཚོར་
 མཚོན་ན་མཉམ་བྱུང་གསལ་འདེབས་ཤིག་ཡིན་ནོ། །

《མིག་བྱང་ལ་ཞེན་པའི་མཆི་མ་འཁོར་བ་ཞེན། །ཁེར་རྒྱང་དུ་སྤྱོད་
 ལ་རྒྱང་འབུད་བྱས་.....》ཞེས་པ་ནི་བཅ་པོ་གསུམ་པའི་བརྗོད་བྱང་ཡིན་
 ཞིང་། བཅ་པོ་འདི་ཉིད་ནི་འདོད་ཞེན་དང་འཕྲེང་སེམས་གྱིས་ཁེངས་
 པའི་《རྒྱད་མངས་སྤྱོད་པའི་གཞོན་ནུ་མ་》དང་《རྒྱ་འགྲམ་གྱི་ཕྱང་སྤྱང་》
 《རི་སྐྱེས་མེ་ཉོག་》《སྤར་ཡང་སད་པའི་རྣམ་ཤེས་》སོགས་གྱིས་གྲུབ་པ་
 དང་། སྤྱན་དག་འདི་དག་རྣམ་པའི་སྤྱེད་ནས་བཅ་པོ་གཉིས་པ་དང་
 འདྲ་མཚུངས་སྤྱན་ནུང་ནུང་། བརྗོད་བྱའི་དོན་ལ་བསམ་ཆེ། སྤྱིང་དུ་

སྐྱུག་པའི་ཡིད་ཀྱི་འཕྱར་བཀ་དང་། དང་བ་འདྲེན་པའི་ལྟ་མེད་བཅོ་
 ཏུངས། བཅོ་ཏུངས་ཀྱི་དགའ་ལྡན་འདུ་བཤམ་སྐྱེས་ཡིད་འགྲུལ་ཐེབས་
 པར་མཆོན་ཡོད་པས། ཡིད་ཀྱི་རྒྱ་མཆོ་ཏུ་བཅོ་བའི་བ་རྒྱབས་འཁྱུམ་
 པར་བྱེད་དོ། ། ལྟ་རྒྱལ་ཆོ་རིང་དང་ཁོ་རང་གི་སྟན་རག་ནི་གཅིག་གི་སྟན་
 བརྟན་གཅིག་ངོས་སུ་འཆར་བའི་མེ་ཁོང་བྱང་གཅིག་དང་འདྲ་སྟེ། ར་
 ཆོས་ལྟ་རྒྱལ་ཆོ་རིང་གི་སྟེ་བརྟན་དང་ཉམས་འཕྱར་མཐོང་བའི་ཆོ་ན།
 ཁོ་རང་གི་སྟན་རག་བསྟགས་པ་དང་། ཀྱན་ནས་མཆོངས་ཤིང་། ཁོ་
 རང་གི་སྟན་རག་སྟོག་པའི་དུས་ན། ཁོ་རང་ཉིད་དང་དངོས་སུ་མེལ་བ་
 ལྟར་སྟངས་དོ། ། ལྟ་རྒྱལ་ཆོ་རིང་དང་ཁོའི་སྟན་རག་ལ་བསམ་སྟོའི་ཤེས་
 རྟོགས་དང་བསྟན་མེད་བཅོ་ཞེན་གྱིས་ཁིངས་འདུག་གོ། །

《སྟེ་བསངས་ཡིད་ཀྱི་མཆོ་མོ་ཏུ། ལྟན་ཆོག་རྒྱབས་ཀྱི་མེ་རྟོག་འདྲམ་
 ……》ཞེས་པ་ནི་བམ་པོ་བཞི་བཡིན་ཞིང་། བམ་པོ་འདི་ཉིད་ནི་《བམ་
 རྒྱུ་》དང་《མི་ཆོ་》《ལམ་》《ཉི་འོད་》《དར་དུ་ཆགས་པའི་རྒྱ་རྒྱན་》
 སྐྱེས་སྟན་ཆོག་གིས་བྱུང་བ་དང་། ལྟན་ཆོག་འདི་དག་ནི་སྟན་རག་
 པས་བདེན་བཟང་མཛེས་གསུམ་འཆོལ་སྟེག་བཀྱིས་པའི་རང་གཤིས་འོད་
 ཏུ་འཆོར་བ་དང་། སྟེ་ཆོགས་འཆོ་བ་དང་མི་ཆོའི་བྱ་བཞག་ ཀྱུག་
 རྟོག་ལམ་ཐུན་བརྒྱད་པའི་ངེས་ཤེས་དང་མཛེས་རྟོག་བྱུང་དང་ངོས་མང་
 པོ་ནས་མཆོན་པར་མཛད་འདུག རྣལ་ལ་བབ་ཅིང་ཞིབ་ཆགས་པའི་
 བསམ་གཞིག་དང་གཡོ་བ་མེད་ལ་ཁུམ་པ་བཤམ་བའི་རེ་སྟེག་འདི་ནི། ལྟ་
 རྒྱལ་ཆོ་རིང་གིས་སྟན་རག་གི་དག་སྟངས་སྟོང་ཞིང་ས་ལམ་བརྟལ་བའི་
 ཞབས་རྗེས་ཡིན་ལ། ར་ཆོ་སྟན་རག་གསར་ཆོམ་ལ་རི་ལྟར་འདུག་པའི་
 གདམས་རག་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །

《ལྟངས་འབྱུངས་པའི་ཡལ་ག་ཏུ། དཔྱིད་ཀྱི་རེ་འདུན་ཕྱི་ལྟས་ཀྱིར་

..... »ཞེས་པ་ནི་བམ་པོ་ལྔ་པའི་བརྗོད་བྱང་ཡིན་ཞིང་། བམ་པོ་དེ་ནི་
 «དབྱིད་བསུའི་སྤྱད་བྱངས་»དང་«ཕྱིུ་ལྷུ་» «ཁུ་རྒྱུན་» «ཐོང་ཀན་གྱི་མ་
 ཁ་»སོགས་ཀྱིས་སྤྱབ་པ་དང་། རྟོག་འཆར་མཛེས་ལ་བདེན་པ་བདར་
 བའི་སྒྲན་ངག་འདི་དག་བསྐྱགས་པས་མིག་གི་དགའ་སྒྲན་དང་བསམ་པས་
 ཡིད་ཀྱི་གསོས་སྒྲན་དུ་འགྱུར་ལ། ལྡང་ལོ་འབྱུངས་པའི་ཡལ་ག་རུ་སྒྲན་
 པར་གྱིར་པའི་ཕྱིུའི་མགྱུན་སྤྱོད་ནི། བདེ་ལྡན་དབྱིད་ཀྱི་རེ་འདུན་
 དང་སྒྲན་ངག་པའི་སེམས་ཁོང་ནས་བྱུང་བའི་སྤྱད་བྱངས་ཡིན་པ་དང་།
 དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་རིམ་ཞིང་བརྗོད་པའི་མཉམ་དགྲོལ་རྩལ་མའི་
 སྒྲན་འཕྱུར་རྩལ་དབྱངས་སུ་སྒྲན་དགྱར་གྱིར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་ནམ་
 མཁའི་མཐའ་ནས་གཤམ་ལོང་བའི་དབྱིད་ཀྱི་ལྡང་ལྡང་འབྱུག་སྤྱོད་བཞིན་དེ་
 ལྷང་གཉིད་ལས་དགྲོགས་ཤིང་། རྒྱ་མཚོའི་སྤོང་ནས་རྒྱད་མར་འཕྱར་
 ལོང་བའི་རྒྱབས་ཀྱི་ཕྱོད་བ་བཞིན་སེམས་པའི་འགྲམ་དང་རོགས་ལ་ཤུགས་
 ཀྱིས་རྟེན་ཅིང་རྟེན་བྱུང་བས། ཡིད་ཀྱི་བྱིངས་རྒྱགས་བསང་ཞིང་། ཅི་
 ཞིག་གསར་དུ་ཚོམ་དགོས་པའི་སྤྱལ་མ་གཏོང་རོ། །

སྒྲན་ངག་འདི་ནམས་ནི་ལུ་འབྲེལ་བསྐྱར་ཕྱོད་བསྐྱགས་པའི་ལྡང་
 མདོག་གི་ས་འཛིན་བརྒྱ་ཕྱག་དང་འདྲ་བར་གར་གྱི་ལྡངས་རྒྱབས་རྒྱུ་མས་
 ལ། སྤུ་ལའི་ཡུལ་རྒྱངས་རིང་དུ་བརྒྱད་པའི་དྲངས་གཙང་གི་རྒྱ་ཁོ་བརྒྱ་
 ཕྱག་བཞིན་ལྡང་ལྡང་རྒྱབས་སྤྱོད་འབྱེན། ཁྱོད་ལ་སྤོ་རྒྱ་སྤྱེད། ཁྱོད་ལ་
 བརྗོད་སེམས་སྤྱེད། །

གསུམ།

ལྷ་རྒྱལ་ཆོ་རིང་ནི་ངག་རིག་ལ་དབང་འཕྱོར་བའི་སྒྲན་ངག་པ་ཞིག་

རྒྱུ། ཁོའི་སྒྲན་ངག་ནི་ཁོ་རང་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱད་སྟུང་དགོལ་བའི་
 རྒྱ་དབྱངས་ཡིན་ནོ། ཁོ་རང་གི་སྒྲན་ངག་བསྟགས་པས་ན། ཁོ་རང་གི་
 སེམས་པའི་ཁིང་ཁམས་སྒྱལ་བ་དང་འདྲ་ལ། ཁོའི་སྒྲན་ངག་གྱེར་འདྲོན་
 བྱས་ཆེ། ཁོ་རང་གི་སེམས་ཉིད་ཀྱི་གཟིངས་བྱར་བསྟན་ནས་རྒྱད་དུ་
 སྟུང་པ་དང་མཚུངས་སོ། ཁོ་རང་གི་ཤེས་བཙུན་གྱི་ཤུ་གཟིངས་མཆོག་ཁོ་
 རང་གི་སྒྲན་ངག་གི་རྒྱ་མཚར་རིང་དུ་སྟུང་པར་སྟོན། །

བདག་གིས་རྩ་རྒྱལ་ཆེ་རིང་གི་སྒྲན་ངག་ཁོ་བ་དུ་བསྟགས་མཐར་
 མཛོན་པར་ཆོར་བྱང་བ་ནི། རྩ་རྒྱལ་ཆེ་རིང་དང་ཁོ་རང་གི་སྒྲན་ངག་
 གཉིས་རྩན་ཅིག་སྟེས་པ་དང་། ཁོ་རང་གི་སྒྲན་ངག་གི་ཡལ་འདབ་རིག་
 པས་དེད་ཅ་ན་ཁོ་རང་གི་སྒྲན་ངག་དང་ཁོ་རང་གཉིས་བརྟན་པའི་རྩ་བ་
 གཅིག་ལས་རྣམ་པར་སྟེས་བྱང་བ་དེའོ། ཁོ་རང་གི་སྒྲན་ངག་གི་ཆོག་དང་
 འབྱའི་བར་ན་དག་དུ་འཕྱོ་བའི་བཙེ་ཞེན་གྱི་རྒྱབས་རྒྱན་དེ་ནི་ཁོ་རང་གིས་
 མི་ཆེའི་འབྲལ་བཞུད་ཁྲིད་ཀྱན་ནས་སྟངས་པའི་རྟོག་ཆོར་ཡིན་ཁིང་།
 ཁོ་རང་གི་སེམས་ཁོང་ནས་ལང་ལིང་རྒྱ་དར་བཞེན་ཐོན་པའི་རྟོག་བསམ་
 དཀར་པོ་དེ་ནི་ཁོ་རང་གི་སྒྲན་ངག་གི་དབྱངས་འགྲོས་ཉེ་བར་བརྒྱད་ནས་
 འོངས་སོ། རྩ་རྒྱལ་ཆེ་རིང་དང་ཁོའི་སྒྲན་ངག་གཉིས་ནི་གཞི་གཅིག་ལས་
 བྱང་ཁིང་། རྒྱན་གཅིག་དུ་འབབ་བཞིན། རྒྱན་ངག་གི་རྒྱ་མཚོའི་སྟོང་
 ཡངས་སུ་འགྲོས་གཅིག་དུ་ཞུགས་སོང་། དེའི་ཕྱིར། བརྟན་པའི་རྩ་བ་
 གཅིག་ལས་རྩན་ཅིག་སྟེས་པའི་ཁོ་རང་དང་ཁོའི་སྒྲན་ངག་གི་གཞུང་རྟ་
 དང་ཡལ་འདབ་དག་ལས་ཁོ་རང་དང་ཁོའི་སྒྲན་ངག་གཉིས་ནས་ཡང་
 གཞི་གཅིག་སྟེལ་བའི་བརྟོས་བྱང་ཤེས་ཆོར་གྱི་ཁྱད་རྒྱུ་མཛོན་སྟུམ་མཐོང་
 རོ། །འདི་ནི་གངས་རྒྱངས་རིག་གནས་དང་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་བྱང་
 བའི་སྒྲན་ངག་གི་རོ་མཚར་བྱད་ཆོས་ཡིན་ནོ། །འདི་ཡང་ཕལ་ཆེར་རྣམ་

དཔྱད་ཅན་ནམས་འོ་མཆོར་སྐྱེས་པའི་སྐྱོན་རག་པ་དང་སྐྱོན་རག་བར་གྱི་
 བསྐྱེད་བྱུང་ཤེས་རྒྱན་ཡིན་པར་ངེས་སོ། ། ལྟ་རྒྱལ་ཆེ་རིང་གིས་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་
 ཤེས་ཆོར་སྤེང་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་བཞེན་བྱ་སྟོག་ཏུ་འཛིན་པ་ནི་གངས་སྤོངས་
 ཀྱི་ཟབ་གསང་རིག་གནས་ཡིན་ནོ། ། གལ་སྲིད་གངས་སྤོངས་རིག་གནས་
 ཀྱི་བྱ་སྟོག་འདི་ཉིད་ཆོར་སྤྱོད་ཏུ་བཏང་ན་ནི། ཁྱེད་ལ་ཆངས་པའི་སྒོ་
 དང་དྲི་ཟའི་རག་དང་ལྟན་ནའང་། ཁྱེད་ཀྱི་སྐྱོན་རག་ལ་མི་རིགས་ཀྱི་
 སྟོག་དབང་དང་བསྐྱེད་བྱུང་ཤེས་རྒྱན་ཞུགས་ཐབས་ཡལ་རྟོ། ། འདི་ནི་ལྟ་
 རྒྱལ་ཆེ་རིང་དང་ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱོན་རག་གིས་ང་ཆོར་བསྐྱེད་བྱུང་ཤེས་རྒྱན་གསར་བ་
 ཞིག་ཏེ། །

བཞི།

ལྟ་རྒྱལ་ཆེ་རིང་གི་སྐྱོན་རག་གི་བརྗོད་བྱ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་ལུན་ལུས་ཆོགས་
 ལ། བསམ་སྒྲོག་ཏིང་ཟབ་ཅིང་ཁྱོད་ཡངས་སོ། ། ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱོན་རག་ལ་བྱུན་
 མང་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་འཕགས་ཀྱི་རང་བཞེན་གྱིས་ཁེངས་འདུག་ཏེ། །
 ཁྱོད་མཐོང་སྤང་ཏུ་གྱུར་པ་ཡོད་ཆད་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱོན་རག་གི་སྟོག་དབང་ཏུ་མ་
 གྱུར་པ་མེད་དེ། རི་རྒྱ་རྒྱུད་སྒྲིབ་ཀྱི་ཉམས་སྤང་དང་འཕྲོ་འཕྱར་ཡིན་
 ཡང་རུང་། མེ་རྟོག་མི་ཤིང་གི་བསྐྱེད་བྱུང་དང་དང་བསྐྱེད་མདངས་ཡིན་
 བའང་འདྲ། སྤུ་སྤུག་འདབ་ཆགས་ཀྱི་གྲེ་འཕྱར་དང་གཤོག་རྒྱབས་ཡིན་
 ཡང་རུང་། རྒྱུ་ཆགས་དག་གི་མཆོང་རྩལ་དང་སྤེར་ཆགས་ནམས་ཀྱི་
 རམ་བྱིལ་ཡིན་ནའང་འདྲ། དེ་དག་ཡོད་ཆད་ནི་ཁོ་རང་གི་སྐྱོན་རག་གི་
 རམ་ཤེས་སྐྱེད་པའི་བྱུངས་ཁྱག་དང་སྟོག་དབང་ཏུ་གྱུར་ལ། དེ་དག་
 ཐམས་ཅད་ནི་ཁོ་རང་གི་སྐྱོན་རག་གི་མཆོ་མོ་སྒྲིམ་པར་བྱེད་པའི་མཐིང་

མཚན་ཏི་བཞེན་ཏུ་བྱུང་རོ། ། ཁྱོད་ཉིད་ཀྱིས་སྟན་རག་འདི་དག་ཞེ་དག་ཏུ་
 བཟུགས་ཆོ། ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲོ་ཡུལ་ལ་ཐོག་མར་བཞག་པའི་རབ་རིབ་མི་
 གསལ་བའི་ཐོག་མའི་ཆོར་ལྷང་དེ་འབྲལ་མ་ཉིད་ཏུ་བཀྲག་མདངས་འཆར་
 ཞིང་སྒྲ་གདངས་སྟན་ལ། མཚན་དོན་གསལ་བའི་དྲངས་ཞེན་གྱི་བ་
 རྒྱབས་དང་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་ཕྱང་པོར་མཐོང་ཞིང་། རྒྱབས་འགར་ཐོལ་
 མེད་དགའ་ཞེན་དང་ཡལ་མེད་རྟོད་རྒྱབས་སུ་འབར་བས་ན། ཁྱོད་ལ་
 སྒྲོ་ལྷང་དང་ཐོབས་ཤུགས་སྒྲུལ་ལ། མཚམས་རེར་སྤང་ལོ་འདེད་པའི་
 འབྲུགས་རྒྱང་དང་ཏུ་རག་འདོན་པའི་ཁ་བ་བཞེན་ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་པའི་རི་
 ལུང་ཏུ་བར་མེད་རྒྱ་བས་ན། ཁྱོད་ལ་སྒྲོ་གཏུང་དང་མཆི་མ་སྒྲོང་རོ། །
 ཁྱོད་ཉིད་ཀྱིས་སྟན་རག་འདི་དག་ཡང་དང་བསྐྱར་ཏུ་ཉམས་སུ་བཞེས་ཆོ།
 སྒྲོ་ཆོགས་དར་རྒྱད་དང་ལོ་རྒྱས་ཆགས་འཇིག་ལ་བཞག་པའི་སྒྲོ་ཆོག་
 དང་། འཇིག་རྟེན་ཆོས་ཉིད་དང་མི་ཆོའི་རྒྱང་རྒྱབས་ལས་སྒྲེས་པའི་
 ཤེས་རབ་སོགས་ནི་སྒྲོ་དབྱངས་མཐོ་ལ་དབྱངས་རྟ་བརྒྱུད་པའི་མཉམ་
 དཀྱོལ་རོལ་དབྱངས་སུ་འབྱུང་སྒྲིང་བྱས་པས། ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲོ་ཡུལ་ལ་བཅེ་
 བའི་མེ་ལྷེ་སྤར་ལ། ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་པ་རྒྱབས་ལྷན་འཛུལ་བར་བྱེད་པ་དང་།
 ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་རྒྱ་མཁའ་དང་མཉམ་པར་བཞུད་རོ། ། འདི་ནི་སྟན་རག་གི་
 བཅེ་བ་ཆེན་པོ་ལ་སྟན་རག་གི་མཚན་ཉིད་གཏན་ཆོགས་རྒྱ་འཐབ་པ་ལས་
 རྒྱང་བའི་ཐེལ་ཤུགས་ཅི་ལ་མ་ཡིན། འདི་ཡང་མད་བྱང་མཚན་ཉིད་
 ཀྱིས་སྟན་རག་གི་བཅེ་བ་ལ་རབ་ཏུ་བསྐྱེད་པའི་འཆར་ཡན་གྱི་གཤོག་
 འབྱུར་ཅི་ལ་མ་ཡིན། སལ་ཆེར་འདི་ནི་དབྱུང་ལྷན་སྒྲོང་སྤྲག་ཏུ་ལས་
 པའི་སྟན་རག་གི་སྒྲོ་བསམ་བརྗོད་འདས་ཀྱི་བྱང་འཕགས་ཀྱི་རང་བཞེན་
 ཡིན་པར་ངས། །

བདག་གི་སྤང་རོ་རུ། རག་དབང་ལྷ་མོ་ནི་སྟན་རག་མཁན་གྱི་

ལྷག་བསམ་ཚོལ་མེད་གྱི་མི་གཤེས་དང་གཞན་པོ་ལྷན་ལེན་པའི་བཟང་
 གྱོད་སྐུལ་ཁིང་སྤྱོད་ལ་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་དབྱངས་གྱི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན་པ་
 མ་ཟད། གདོད་ནས་ལྷན་མེད་མི་གཤེས་དང་རུས་རྒྱུ་འབྲེལ་བའི་སྐྱོན་
 ངག་གི་བྱང་འཕགས་རང་བཞིན་སྟོག་འདོན་དང་འབོད་སྐུལ་མཛད་པའི་
 ཤེས་རབ་གྱི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པར་སེམས་སྟོན། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། རྒྱ་
 མེད་ཁ་བ་དགས་པོའི་རང་མདངས་འཆོར་བའི་སེམས་ཁོངས་ལ། སྐྱོན་
 ངག་དང་མཚན་ཉིད་གྱི་བྱང་འཕགས་རང་བཞིན་ཞུགས་ན་ནི། ད་
 གཞོད་བྱོང་ཉིད་གྱི་འབོད་བརྟུང་དང་སྐྱ་སྐྱ་ཡིས་ཤེས་ལྷན་མི་རྣམས་དང་།
 ཤེས་ཆོར་ལྷན་ལ་མཐུན་པར་སྐྱོར་བའི་རྣམ་ཤེས་ཡོད་ཆད་ལ་རྟོགས་པ་
 བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལྷ་ཀྱུལ་ཆེ་རིང་གི་སྐྱོན་ངག་ལ་བྱང་འཕགས་གྱི་རང་
 བཞིན་འདི་ཡོངས་སུ་རྟོགས་ཤིང་། ཁོ་རང་གི་སྐྱོན་ངག་ནི་བྱང་འཕགས་
 གྱི་རང་བཞིན་འདི་ཉིད་ཁོ་ནའི་ཕྱིར་སྐྱོན་གྱིས་གྲུབ་པའི་མདུན་
 བྱང་བཞོད་པ་ཞིག་ཏུ་སྒྲུབ་རོ། །སྐྱ་རེངས་ལྷ་མོའི་བརྟེན་བས་ཁིངས་པའི་
 འབོད་བརྟུང་དེ་ཡིས་བདག་ལ་ལེགས་པར་བསྐྱེད་བྱུང་བ་ནི། ལྷ་ཀྱུལ་
 ཆེ་རིང་གིས་མི་ཐུང་བརྒྱུལ་ཞེན་པོས་ནག་མོ་ཁོལ་དང་། ཐེ་གོར།
 ས་པའ་དང་ཕུ་ཉི་གིན། འབྲུ་མི་པམ་དང་རྩོ་ཉི་ལེར་སྟགས་གྱི་ཁྲ་ན་མཐོ་
 ཞིང་ཕུལ་ཏུ་ཐུན་པའི་ཞབས་སྐྱབས་སྟེག་བཞིན་རང་ཉིད་གྱི་སྐྱོན་ངག་གི་
 རང་གཤེས་དང་རིན་ཐང་བསྐྱུན་པ་དང་། ཀྱང་སྐྱོད་གྱི་ལམ་ཏུ་ཁོ་རང་
 བས་ཡང་ཡོད་མི་འཆུས་པར་སྐྱོན་ཏུ་སྟོན་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིར། ཁོ་རང་ལ་
 སྐྱོན་ཕྱོན་སྐྱོན་ངག་པ་རྣམས་ལས་ཀྱང་རིང་ཏུ་བཀལ་བའི་སྐྱོན་ཀྱས་གྱི་ཆལ་
 དང་གསར་གཏོད་གྱི་གདེང་དང་ལྷན་པ་དེ་ཡིན་ནོ། །

ཚུམ་རིག་ནི་སྐད་ཆའི་སྒྲ་ཙམ་ཞིག་གོ་ཞེས་གནའ་དེར་གི་མཁས་པ་
ཀུན་གྱིས་མགིན་གཅིག་དབྱངས་གཅིག་ཏུ་བཞེད་དོ། །དེས་ན་ཚུམ་རིག་
གི་སྐད་ཆ་དེ་ནི་གསེར་ལྷ་ར་བཙོ་སྒྲ་ལ་བཞིས་པའི་སྒྲ་ཙམ་གྱི་སྐད་ཆ་ཞིག་
ཡིན་པ་དང་། སྐད་རག་གི་སྐད་ཆ་ནི་ཚུམ་རིག་སྐད་ཆའི་དྲངས་མ་དང་
ཉིང་བརྒྱད་ཡིན་པ་སྒྲས་ཅི་དགོས། དེ་ཕྱིར། སྐད་ཆ་མེད་ན་ཚུམ་
རིག་ཅེས་པའང་རིམ་དུ་གི་རྩ་ཏུ་འགྱུར་ཡོང་ཅིང་། སྐད་རག་ཅེས་པའི་
མིང་ཡང་འབྱུང་མི་ཡོད་པས། མི་རིགས་རང་གི་སྐད་རག་གི་སྐད་ཆ་
རིན་ཆེན་གསེར་ལྷ་ར་བཙོ་སྒྲ་ལ་བཞིས་པུ་རྒྱ་དེ་ནི་སྐད་རག་པ་རྣམས་ཀྱི་ཐོག་
མའི་བསྐྱབ་གཞི་ཡིན་ལོ་བསམ། །

ཉ་རྒྱལ་ཆེ་རིང་གིས་སྐད་རག་གི་སྐད་ཆ་དང་ཕྱེད་རྒྱུར་ལ་ཚོལ་བ་
ཆེན་པོས་དོན་གཉེར་བྱས་པར་བཞེན། ཁོའི་སྐད་རག་ལ་སྐད་རག་
གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་སྒྲ་ཙམ་གྱི་མཆོན་ལྷ་ར་དང་ལྟོ་འབྲུག་གི་ལྷ་ར་པ་
དང་ལྷན་པར་གྱུར་རོ། །ཤར་མར་ཐོན་པ་དལ་གྱིས་འབབ་པའི་ཆུ་རྒྱན་
བཞེན། ཁྱོད་ཀྱི་ལྟོ་ལ་བདེ་སྤང་སྤྱོད་པ་དང་། ཕྱེད་མཆོས་ཤིང་རྒྱུར་
དག་པ་ཡིས་ནི་ཁྱོད་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་མངས་ལས་དབྱངས་སྐད་སྒྲིང་བར་
བྱེད་དོ། །ཉ་རྒྱལ་ཆེ་རིང་གི་སྐད་རག་ལ་སྒྲོ་བས་འདྲུག་པ་མ་ཟད།
ཉག་པར་བཆེ་བཆེན་པོས་སྐད་རག་གྱིར་འདོན་ཡང་བབྱེད་དེ། ཁོས་
རང་ཉིད་ཀྱི་སྐད་རག་སྒྲ་ཕྱེ་དག་ལ་གདངས་དབྱངས་མཐོ་བ་དང་།
དབྱངས་འགྲོས་གསལ་ལ་འགྱུར་བག་ལྷན་པའི་སྒྲ་ལྷན་གྱིར་འདོན་བྱས་ཆོ།
དེ་ནི་ཆོགས་ཀྱི་དབྱས་སྒྲ་ལ་མཆོན་འཕྱལ་གྱི་སོ་མངས་ཤིག་དང་མཚུངས་
པར། སྒྲི་བོ་རྣམས་ཀྱི་དོ་མི་མཉམ་པའི་སེམས་ཉིད་དང་སོ་སོར་འཆང་
བའི་ཡིད་བྱེད་ནི་དར་ཅིག་ཉིད་ལ་མཉམ་པོར་ཤད་དེ། སྐད་རག་གི་