ཞུམ་མེད་ཀྱི་སྟིང་སྟོབས་རྒྱུན་འཛིན་བྱེད། དུས་རབས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཐུག་ཏུ་འཚུར།

རང་གྲོང་གི་ཚན་པ་ཁག་གིས་དྭངས་གསལ་དུས་ཆོགས་ཀྱི་མཆོད་འབུལ་བྱེད་སྐོར་སྒྲོལ་བ།

དྭངས་གསལ་དུས་ཆོགས་ནི་རང་རྒྱལ་ཁྱི་སྲོལ་རྒྱུན་དུས་ཆེན་ཞིག་དང་། ཀྱང་ནུ་མི་རིགས་ཀྱིས་མེས་པོར་མཆོད་འབུལ་དང་སྟོན་གཤེགས་དཔའ་བོར་དྲན་གསོ་ཞུ་བའི་ཉིན་མོ་ཞིག་ཡིན། ཉིན་ཤས་བསྡུད་མར། རང་གྲོང་གི་ཚན་པ་ཁག་དང་ཐོང་ཁུས་ཁག་གིས་དུས་ཆོགས་ཀྱི་མཆོད་འབུལ་བྱེད་སྒོ་སྒྲིག་འཛུགས་བྱས་ནས་གསར་ཐེངས་ཀྱང་ཉིན་ཞིག་ཏུ་ཁ་ཤས་ཡོད་ལས་བྱེད་པས་མཆོད་འབུལ་ཁ་ཤས་ཡོད་ཀྱང་ཁ་ཤས་ཡོད་ཅིང་ཁ་ཤས་ཀ་ཁ་ཡིན་ལ་ཁ་ཤས་ཡ་ཡ་ཡིན་ལ་ཁ་ཤས་ཀ་ཁ་ཡ་ཡ་ཡིན་ལ་ཁ་ཤས་ཀ་ཁ་ཡ་ཡ་ཡ