(**པར་ཪོས་དང་ཥར་མཐུན།**)འདས་ཟིན་པའི་ཟླ5ཡི་རིང་། གྱང་གཞོན་ཚོགས་པས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གནས་བབ་གསར་པ་གཏོང་པ་དང་། ཐུས་ཚད་མཐོ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐྱལ་འདེད་གཏོང་བ། དབྱལ་སོ̀ལ་འགག་སོ̀ལ་དམག་འཐབ་ལ་རྒྱལ་ཁ་ལེན་པ། ཏོག་གསར་རིམས་ནང་ལ་འགོག་ཁོལ་ཆྱེད་པ་སོ̀གས་ཀྱི་ལས་འགན་གལ་ཆེན་ལ་དམིགས་ནས། རྒྱ་ཆེ་བའི་ཚོགས་པའི་ཚོགས་མི་དང་གཞོན་ནུ་ཕྱོག་འཛུགས་བྱས་ཏེ་དེའི་ནང་ཁྱར་ཐག་ཞུགས་པ་དང་། འགན་འཛིན་ཕྱི་པོ་འཁྱར་པ། འཐབ་མ་མཉན་མར་སོ̀ལ་བཅས་བྱས་ནས། ཏུས་རབས་གསར་པའི་ཀུང་གོའི་གཞོན་ནུའི་ཚོ་ཕྱོགས་དང་འཁྱར་ལྟར་སེ̀མས་གང་ལེགས་མངོན་ཡོད། ཏུ̀ང̀ཀུང̀དབྱར̀ཀྱི̀ས̀ག̀ང̀གཞོ̀ན̀ཚོ̀གས̀པ̀ད̀ང̀། ཁོ̀̀ས̀ཀ̀ང̀ཚོ̀̀ག̀ས̀ཀ̀ང̀ཕ̀ར̀ཏ̀ང̀ཕ̀ར̀ཏ̀ང̀ཕ̀ར̀ཏ