ཚ་ཏོ་ཏོན་ལྡ་ཝོང་རབ་ཀུ་འཕྲོས།། ཝོང་སྟོང་མཎྜ་ལམ་གསར་པ་སྒར་ཡང་གཏོད།།

དཔལ་ཡུལ་རྩོང་གཙང་མདོ་ཡུལ་ཞོག་གོས་ལྷག་མིག་མེ་ཏོག་ཐོན་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡུལ་སྟེ་དར་རྒྱས་གཏོང་བའི་ཐབས་ལམ་འཚོལ།

ལྷག་མིག་མེ་ཏོག་རྟེན་གཞིར་གླུ་རྒྱུག་པའི་ཡུལ་མི།

དང་སྦར་ནི་དཔལ་ཡུལ་རྩོང་གཙང་མདོ་ཡུལ་ཞོག་ཡུལ་གསུམ་གྱོང་སྟེའི་ཡུལ་མི་ཚོས་གསེར་མདོག་ལྷན་པའི་ལྷག་མིག་མེ་ཏོག་གི་ཞིང་ལ་ནས་མེ་ཏོག་འཕྲ་འཕོག་གི་ལས་ཀར་བྱེལ་བའི་དུས་ཚོགས་ཡིན་ལ། མེ་ཏོག་གི་ཆུ་ཀུ་སོ་མ་སྟོང་ཀཱར10རེ་ལྷག་མ་གང་རེ་བྱས་ནས་ཐུམ་རྒྱུ་བཞིན་ཡོད། རྟེན་གཞིའི་ནང་མེ་ཏོག་འཕྲ་འཕོག་བྱེད་པ་དང་། དབྱེ་འབྱེད་བྱེད་པ། ཆུང་ལས་འཕོར་ནང་འཕྲུག་པ་སོགས་ཀྱི་བཆུད་རིམ་ལག་གོ་རིམ་ལྟར་པར་མ་ཟད། ཞོགས་པའི་ཟིལ་བ་ཡང་སྐམ་མེད་པའི་ལྷག་མིག་མེ་ཏོག་ལྷག་མ་གང་རེ་གང་རེ་བྱས་ཏེ་ཆུང་ལས་ཀར་ནང་བླུགས་ནས་ཚ་གཞན་དུ་བསྒལ་རྒྱུར་ཀ་སྒྲིག་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དེར་བྱ་རྒྱ་མཁན་ཀྱི་ཡུལ་མི་ཚོའི་གངོ་ལ་འཕྲོམ་ཀྱིས་ལྟེང་ཤིང་ལས་ལ་བྱེལ་འཚུབ་ཆེ་བའི་སྐབས་སུ་ཁྱེད་ཀྱང་ཁ་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན་།

ཁོ་ཚོ་ཡང་ཁ་ཅིག་ཁ་ཤས་ཤིང་ལ་ཕྱིན་ཏེ་ལྷག་ཀི་ཞིང་ལ་ནས་ཀ་ཤི་ཏོ་ཡོད་ཀ་ཤ་ཡ10ཀི་ལྷག་ཀ་ཤ་ཡ ཁ་ཅིག་ཀ་ཤ་ཡ ཁ་ཅིག་ཀ་ཤ་ཡ ཁ་ཅི