

བས་ལེགས་པའི་ངང་འཆར་ཁོངས་ཡོང་བར་སྒྲུབ་འདིང་བནང་ཡོད།
 ༣༠) ལྷག་ཙམ་ཡིང་དོན་གྲུབ་སྒྲུབ་མས་བཅུ་མཉམས་དངོས་དང་བྱ་
 སྐྱོད་དངོས་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲིབ་གསལའི་འདུ་ཤེས་དེ་དོ་སྐྱོད་ལྡན་པའི་.....
 ལག་ལེན་དུ་འབྱུང་བར་བྱས་པ་དང་དཔེ་བྲིད་མི་སྐྱོད་ནས་ཁོང་གི་ངོས་.....
 ཉན་པ་བརྒྱུད་ན་ངམ་བརྒྱུད་ལྡན་ལ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱ་བ་ཞིག་ཡིན། གཟི་
 བརྒྱུད་ཀྱི་མཉམ་དུ་ཁོང་གིས་ངས་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲུབ་དགོས་པའི་བྱ་བ་
 བསྐྱབས་པ་ཡིན། སྤྱ་གཞིས་ངར་སྒྲིབས་ལྷགས་སྐྱིབ་པ་དང་ཡུལ་.....
 འདྲིས་དང་རང་གསོ་སྐྱོད་བྱས་བྱུང་། འབྱུང་འབྱུར་ངས་ལུ་མཐུད་.....
 གངས་སྐྱོད་སེམས་མཐོང་ག་ཞིང་ཁ་གཤིང་ཁ་གཤིང་གི་ཁྱད་སྐྱོད་དང་། ཤེས་རིག་ལས་
 ཚུལ་། མཐོང་དུ་བྱོད། དཔེ་ཚུལ་བཅས་སྤྱོད་གས་ཡོངས་ནས་འཕེལ་རྒྱས་
 འབྲུབ་པའི་སྐྱི་ཞིགས་ཡིང་ལྷགས་ཀྱི་འདུགས་སྒྲུབ་པ་དང་རྒྱུན་འདྲིན་པ་.....
 དེ་བས་མང་བ་གསོ་སྐྱོད་བྱ་ཆེད་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིབ་སེམས་ལྷགས་སྐྱེས་སུ་ལུས་
 ཉན་སྒྲིབ་གསལའི་ཤོད་ཟེར་སྤྱ་གཞིའི་ལྷགས་འདུན་ལམ་བུར་འཕྲོད་པ་.....
 བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་ཤིངས་སྐྱོད་དང་བརྒྱུད།
 (ལྷག་ཞེས་བསྐྱར་། རྒྱན་ལགས་ཀྱིས་ཞུས་)