ནོ་ཏེ་རི་ཀཱ་གནས་རྒྱང་གྲགས་ཆོད། མཚན་མོའི་དབལ་འབྱོར་དང་ཁེང་རྒྱས།

ཉེ་ཚར། ཐེན་ཅིན་གྲོང་ཁྱེར་ནོ་ཏེ་ཤེས་ཚུས་ཁྱེན་ཐང་གྲོང་ཚོར་གནས་པའི་ནོ་ཏེ་གྲོང་རལ་ཆུང་དུས་ནོ་ཏེ་གྲོང་རལ་ཆུང་དུའི་རིག་གནས་བྱེད་སྒོའི་གཟའ་འཕོར་གཉིར་ཁེང་། ནོ་ཏེ་སོགས་སྲོལ་ཆུན་རིག་གནས་ཀྱི་བརྗེད་དོན་གཙོ་བོར་དམིགས་ནས་ནོ་ཏེ་བྱོས་གར་འཕྲག་ཤོད། བཤད་དོན་གཙོ་བོའི་མགོ་ལམ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། ཁ་ཤས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཁ་ཤས་ཀྱི་ཁ་ལ་ཡོད།