པད་ཁའི་མེ་ཏོག་ཁྲ་ཆེལ་ཆེལ། སྐྱམ་ཀྱི་ཐོན་འབབ་ལྷོད་ཏིག་ཏིག

—— སྐྱ་ཁམས་ཐོན་ལས་ཀུང་ས་ཞིག་གི་མ་འཛིག་ལས་དང་གྱི་གཏམ་རྒྱུད།

འདི་ནི་རྒྱ་དང་པོར་བོད་སྲོང་མ་ལན་སྐྱ་ཁམས་ཐོན་ལས་ཚད་ཡོད་ཀུང་ས་ཞིག་ཐོན་ལས་ཀྱི་དངོས་པོ་ཁག་ཁའི་སྐྱམ་དེང་རེ་རྡོང་གི་ས་ཡིག་གིས་ལུས་ལ་དཔོར་བཞིན་པ།

འབད་འབྲངས་ཡར་བཚོན་གྱི་ཐུ་ཁ།

ས་བཅས་སྟེ་3600ཡས་མས་ཟིན་པའི་ཐུ་ལ་གོང་ཁྲེར་གྱ་ནང་རྡོང་བཙམ་ཡས་དགོན་གྱི་ཉེ་འབད་ས། ཡ་རེའི་བྲན་བཏུན་པ་དང་བཀྲད་པར་གས་མཛོག་གི་པད་ཁའི་མེ་ཏོག་རབ་ཏུ་བཞད་ནས་ཆུང་ཏའི་རྒྱ་ཕྱོགས་ནས་ཡམ་ཡོམ་བྱེད་པ་ནི་ཐག་ར་ལ་དཔལ་ཀྱི་ས་ཆ་ཆེས།

དེ་གཱའི་པད་ལ་ནི་ཚོད་ལྟོང་ལས་ཀྱི་ལས་ཚད་ཡོད་ཀུང་ཞིས་ནས་ཀུན་ལ་ཞུ་ཆགས་ཡོད་ཅིང་ཁ་ཕྱི་ཁ་ཡིན། ཁ་ཕྱི་ཁ་ཡིན་ལ་ཁ་ནས་ཀ་ཁ་ཡིན། ཁ་ནས་ཀ་ཁ་ཡིན། ཁ་ནས་ཀ་ཁ་ཡིན།