

ཨོ་མཚན་བི་དུ་སྒྲུ་རྒྱ།    ཨོ་མཚན་བི་དུ་སྒྲུ་རྒྱ།

ཨ་ཞ། ཨི་ཞི། ཨུ་ཞུ། འི་ཤྱ། ཡི་ཤྱ། མེ་ཞེ། མོ་ཞོ། ཨེ་ཨེ། ཀལ་བ་སྟངས།  
ཅ་ཆ་རྒྱ་ཁྲ། ཏ་ཐ་དྲ་ཁྲ། ད་པ་བཙུ་མ། ཡ་ར་ལ་ཕ། འག་ཤ་ཏ་ཤ།

ཨོཾ་བཏུ་ཕུ་ཤུ་སྐུ་

ਭੰਗੁ ਮਛੁ ਮਛੀ ਮੇਛੀ ਮੇਛੁ ਮੁਛੁ ਮੁਞੀ ਮੇਪਿ ਮੇ। ਚਕੋ ਚਕੋ ਦੁ ਚਕੋ ਦੁ ਚਕੋ ਗੁਣੁ ਕੇ ਗੁਣੁ ਬਾਵ ਮੇ। ਭੀਖੀ ਅਬੀਰੀ। ਤੈਥੀ ਨ੍ਹ  
ਅਕਾ ਭੁਪ ਕੂਘ। ਪਾਰਕਾ ਪੁਨ੍ਹੁ ਸਾਧੁ ਕਾ ਹੁਗੁ ਰੁਠੀ ਗਾਝੁ ਹੁ।

ཡེ་ལྷ་མྱ་རེ་རུ་བྱ་བ་རེ་རུ་རྩོམ་པ་རུ་ལུ་བཅ། རྩོམ་ཡིན་ནི་ཨེ་པོ་བློ་མ་རྒྱ་ལུ་མཆོ།

ཨོཾ་ཨཱ་ཨཱི་ཨཱུ་ཨོཾ་