

ॐ ऋद्धेदवर्षेऽस्मिन्वा
छेमेशही गोम्पा ।

चार अप्रमेय ब्रह्मविहारको भावना ।

सोमसः उक्त्वा ससः उदः वदेः वदः वदेः वदेः कुदः वदः वदः वदः वदः उवा
सेम्येन थाम्ये देवादाड देवी ग्युदाड देन्पार ग्युर्चियग ।

समस्त सत्वहरु सुख र सुखको हेतुले युक्त होऊन् ।

सुवा वसुवः ददः सुवा वसुवः सुः कुदः वदः वदः वदः वदः उवा
दुडाल दाड दुडालयी ग्युदाड डाल्वार ग्युर्चियग ।

दुःख र दुःखको हेतु (कारण) बाट मुक्त होऊन् ।

सुवा वसुवः ऋद्धेदः वदेः वदेः वदः वदः वदः वदः उवा
दुडाल मेपी देवा दाम्पा दाड मिडाल्वार ग्युर्चियग ।

दुःख रहित भई परम सुखदेखि वियोग नहोऊन् ।

हेः रीदः ऋद्धेदः सुदः ददः वदः वदः वदः वदः उवा ३

नेरिड छ्याग्दाड दाड डाल्वी ताडजोम छेमपाला नेपारग्युर्चियग । ३

मित्र तथा शत्रुमा रिस, राग रहित उपेक्षा (अप्रमाण्य) भावनामा स्थिर रहनु ।