

༄༅། །ཐེའི་ཕྱན་ཀམམ་ལེགས་གཤད་སྒྲིང་བཤད་གྲུའི་ལོ་ལའོར་རྒྱལ་ས་སྤོད་ཚེན་མོ།

གཞི་རིམ། དང་པོ། སྤོབ་ཚན། རིག་པའི་ཉིན་བྱེད།

འོག་གི་དྲི་བ་བཅུ་ལས་དྲི་བ་བརྒྱད་ལ་ལན་དེས་བར་བྲིས།

༡) རྩོད་རང་གི་གཟུགས་པོའི་ཆ་ཤས་དུག་གི་མིང་བྲིས་ནས་མིག་གིས་གང་བྱེད་གྱི་རེད་བྲིས།

༢) མོ་བོ་དང་བྱ་མོའི་སྤྱང་གིས་བསྐྱབ་བྱ་གང་སྟོན་གྱི་རེད།

༣) རེ་གཟུང་བདུན་གྱི་མིང་བྲིས་ནས་གཟུང་དང་པོའི་མིང་བྲིས།

༤) མོ་རོག་ཁ་སྐོམས་ནས་ག་བར་སྤྱན་པ་རེད།

༥) ཚོན་མདོག་དུག་གི་མིང་བྲིས་ནས། སྤྱང་དང་། འོ་མ། ཕ་བཅས་གྱི་མདོག་གང་ལྟ་ཡོད་བྲིས་

༦) ཞི་མི་སྤྱན་གཉིས་ལ་ག་རེ་རྟེན་པ་རེད་བྲིས་ནས།

སྤྱི་ལུས་བག་ལེབ་གང་ལྟ་བུས་ནས་བགོ་བཤའ་བརྒྱབ་པ་རེད་ཡང་བྲིས།

༧) གཙང་རྒྱའི་འགྲམ་དུ་སྤྱོད་གྱི་ཡོད་རེད། རོང་གི་མི་ཚོ་གང་ལྟ་བུས་ནས་སྤྱི་ལ་བ་རེད།

༨) རྩ་ལ་རྩ་རིགས་མི་ལྟ་བུ་ག་ཚོད་ཡོད་རེད་བྲིས།

༩) ལོ་ལའོར་བཅུ་གཉིས་རེ་རེ་ནས་མ་ལོར་བར་བྲིས།

༡༠) སྤོན་ཤིང་གི་མིང་གཞན་པ་དེ་ག་རེ་རེད་བྲིས།

ཕལ་སྐད་དང་ཞེ་ས་ངེས་པར་བྲིས།

ཐབ་ཚང་།	བཞེས་མིང་།	མགོ	ཞལ།
ཞོ།	གསོལ་ཞིབ།	ཁ།	དབྱ།
ཚལ།	བཞེས་ལབ།	ཨ་མཚོག	ཤངས།
མིང་།	གསོལ་སྒྲིབ།	ལག་པ།	རྟོག་མཚོག
གྲོད་ཁོག	གསོལ་ཐབས།	སྒྲ།	སྤྱག
བག་ལེབ།	གསོལ་ཞོ།	རྐང་རྗེ།	སྤྱག་སྤྱག
ཞོག་ཁོག	བཞེས་ཚལ།	ལྷམ།	སྤྱག་བྲིས།
ཅུམ་པ།	གསོལ་གྲོད།	ཡི་གེ	ཞབས་རྗེས།
ལ་སྤྱག	བཞེས་ཞོག	སྤྱ་བྱ།	ཞབས་སྤྱག
སྒྲིབ་མ།	བཞེས་བག		

བག་ཤེས་བདེ་ལེགས།