



ནང་སྒྲིང་།

གཤམ་ནས་ཆོག་གང་འོས་ཀྱིས་བདམས་ནས་བར་སྟོང་འགོང་རོགས་གནང་།

ཆོ་རིང་པོ། གཟུགས་པོ། འཆར་ཅན། གྲོད་ཁོག་བཤལ།
སྒྲོ། ཚལ་ཁ་ཏིག་ རྒྱུད་པོ། རྟོང་མ། ཚབས་ཆེན་པོ། རྟོང་པ།

༡	ཁྱེད་རང་གི་ཀླགས་ཀྱི་ཕྱིན་ན་གཟུགས་པོ་ རྒྱུད་པོ་ ཆགས་ཀྱི་རེད།
༢	ཁོང་གི་སྒོ་བོ་ལགས་དགུང་ལོ་བརྒྱ་ཐམ་པ་ཡིན་ན་ ཆོ་རིང་པོ་ ཞེ་དྲགས་རེད།
༣	དགུན་ཁའི་སྐབས་ལ་ཆུ་ རྟོང་མ། གཟུགས་པོ་བུམ་ན་སྒྱུད་པོ་ཡོད་རེད།
༤	ཁོང་དབྱག་གཏོང་བྱས་ཀྱི་མི་འདུག་ན་ན་ཆ་དེ་དཔེ་ ཚབས་ཆེན་པོ་ རེད།
༥	ངའི་ཚྭ་བོ་ལགས་ རྟོང་པ་ ན་གི་ཡོད་ཅང་ཁོང་གྲག་གྲག་བྱས་ནས་འགོ་གི་རེད།
༦	ཁྱེད་རང་མཁྱིམ་པ་ན་གི་ཡོད་ན་ ཚལ་ཁ་ཏིག་ མང་ཅམ་མཆོད་དགོས་རེད།
༧	ཁ་ལག་གང་བྱང་མང་བྱང་བཟས་ན་ གྲོད་ཁོག་བཤལ་ ཀྱི་རེད།
༨	ཐ་མག་མང་པོ་འཐེན་མཁན་གྱི་མི་དེ་ཆོ་ སྒྲོ་ མང་པོ་རྒྱག་གི་རེད།
༩	ཁོང་ཨམ་ཆེ་ཡིན་ཅང་ཉིན་མ་ འཆར་ཅན་ སྤུན་ཁང་ལ་འགོ་དགོས་རེད།
༡༠	གཟུགས་པོ་ བདེ་པོ་དང་ཐང་པོ་ཡོད་ཡག་གི་ཆེད་དུ་གཤམ་ཆེ་ཤོས་སེམས་པ་སྒྱུད་པོ་བྱེད་དགོས་རེད།