

A.

ཉི་མ།	ཟླ་བ་ལགས། བཟ་ཤིས་བདེ་ལེགས། བྱིད་རང་བདེ་པོ་ཡིན་པས།
ཟླ་བ།	ཉི་མ་ལགས། ཉིན་གུང་བདེ་ལེགས། ད་ལྟ་བདེ་པོ་བདེ་རྒྱུད། ཨ་ནི་བྱིད་རང་།
ཉི་མ།	ང་ཡང་། ཇེ་འཕྱུང་གར་འགོ་གས།
ཟླ་བ།	མིན་མིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ། ད་ལྟ་རང་བོད་ཇེ་གང་འཕྱུངས་ཚར་ཡིན།
ཉི་མ།	ཨ་ལས། དེ་འགྲིག་གི་རེད། ཨ་ནི་ཉིན་གུང་ཁ་ལག་ཡང་བཟས་པ་ཡིན་པས།
ཟླ་བ།	བཟས་པ་ཡིན། ཤ་མེད་མོག་མོག་བཟས་པ་ཡིན། ཨ་ནི་བྱིད་རང་།
ཉི་མ།	ངས་ཡང་བཟས་ཚར་ཡིན། འཐེན་ཐུག་འཕྱུངས་པ་ཡིན། བེམ་པོ་ཞེ་དྲག་བྱུང་།
ཟླ་བ།	ཡ་ཡ། དེ་ནས། བྱིད་རང་གུང་སེང་སྦྱིད་པོ་བྱུང་སྤང་ངས།
ཉི་མ།	སྦྱིད་པོ་ཞེ་དྲག་བྱུང་། ཨ་ནི་བྱིད་རང་ཡང་གཟུང་མཆུག་ལ་སྦྱིད་པོ་བྱུང་སྤང་ངས།
ཟླ་བ།	སྦྱིད་པོ་ཨོ་ཙམ་བྱུང་། གཟུང་སྦྱོར་པ་ལ་ངས་ལས་ཀ་མང་པོ་བྱས་པ་ཡིན། ཨ་ནི་གཟུང་ཉི་མ་ལ་ དྲོག་ཙམ་ན་སྤང་། ཡིན་ནའི་གཞི་ཡོད་མ་རེད། ད་ལྟ་བུ་དེ་དྲག་སྤང་། ཨ་ནི་ཉི་མ་ལགས་ བྱིད་རང་གཟུང་མཆུག་ལ་ག་རེ་གནང་པ་ཡིན། ང་ཚོའི་སློབ་གྲུའི་ཐུགས་སློབ་ཕེབས་མེད་པས།
ཉི་མ།	ཕྱིན་མེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་དུས་ཚོད་རག་མ་སྤང་། གཟུང་སྦྱོར་པའི་དགོང་དག་ངའི་གྲོགས་ མའི་སྦྱོར་སྐར་ཐུགས་སློབ་རེད། བྱས་ཙང་མོ་རང་གི་ཐུགས་སློབ་ཕྱིན་པ་ཡིན།
ཟླ་བ།	ཨ་ལས། ཡིན་དང་ཡིན། དེ་ཉག་ཉག་རེད། ཨ་ནི་གཟུང་ཉི་མ་ལ་ག་པར་ཕེབས་པ་ཡིན།
ཉི་མ།	གཟུང་ཉི་མ་ལ་ཕྱི་ལོགས་ལ་ཕྱིན་མེད། རང་ལ་ལྟོད་ལྟོད་བྱས་ནས་རང་སྦྱོང་དྲོག་ཙམ་བྱས་པ་ ཡིན། ཨ་ནི་དེའི་རྗེས་ལ་ལྟོད་མོ་ཡག་པོ་གཅིག་བཞུས་པ་ཡིན།
ཟླ་བ།	ལྟོད་མོ་ག་གི།
ཉི་མ།	སྐུ་མདུན། དེ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་ལོ་རྒྱུས་འདྲ་པོ་རེད། ཡག་པོ་ཞེ་དྲག་འདུག
ཟླ་བ།	རེད་རེད། ལྟོད་མོ་དེ་ངས་སྤོན་མ་ལྟོས་པོ་ཡོད། དེ་དངོས་གནས་ལྟོད་མོ་ཆེན་པོ་འདུག

B.

- ༡། གཟའ་ཉི་མ་ལ་ག་པར་ཐེབས་པ་ཡིན།
ཚྲོད་གར་ཁང་ལ་ཕྱིན་པ་ཡིན།
- ༢། གཟའ་མེན་པ་དགོང་དག་ཕྱི་ལོགས་ལ་ཐེབས་པ་ཡིན་པས།
ཕྱིན་མེད། ཚྲོད་ཚྲོད་བྱས་ནས་ནང་ལ་བསྐྱད་བསྐྱད་པ་ཡིན།
- ༣། གཟའ་པ་སངས་དགོང་དག་ལྷན་མོ་གཅིག་བཞུས་པ་ཡིན་པས།
ལགས་ཡིན། སྐྱ་མདུན་བཞུས་པ་ཡིན།
- ༤། དེ་རིང་ཞོགས་གས་ཞལ་ལག་ག་རེ་མཚོད་པ་ཡིན།
བག་ལེབ་དང་ཞོག་ཞོག་བཟས་པ་ཡིན།
- ༥། དེ་རིང་ཞོགས་གས་གསོལ་ཇ་མཚོད་པ་ཡིན་པས།
འཁྱུངས་མེད། དུས་ཚོད་རག་མ་སོང་།
- ༦། གཟའ་མཚུག་ལ་ག་རེ་ག་རེ་གནང་པ་ཡིན།
དེབ་ལྷོག་པ་ཡིན། ཡ་ནི་སྒྲིང་ག་བཏང་གར་ཕྱིན་པ་ཡིན།
- ༧། ཁ་ས་ལམ་ཀ་ལ་སྲུ་ལྷག་སོང་།
ཕོགས་མོ་གཉིས་ལྷག་བྱས། མཉམ་དུ་ཇ་འཁྱུང་གར་ཕྱིན་པ་ཡིན།
- ༨། ལྷང་སང་ལ་ངལ་གསོ་ཡག་པོ་བརྒྱབ་པ་ཡིན་པས།
ལགས་ཡིན། ལས་ཀ་བྱས་མེད།
- ༩། རང་སྦྱོང་བྱས་མེད་པས།
ལགས་མེད། ངལ་གསོ་བརྒྱབ་པ་ཡིན།
- ༡༠། ལྷང་སང་སྦྱོ་པོ་བྱང་སོང་ངས།
སྦྱོད་པོ་ཞེ་དག་བྱང་།

C.

ཕྱོད་པར།	དཔལ་ལྷན་ལགས། བཟ་ཤིས་བདེ་ལེགས། བདེ་པོ་ཡིན་པས།
དཔལ་ལྷན།	ཕྱོད་པར་ལགས། བཟ་ཤིས་བདེ་ལེགས། བདེ་པོ་ཨོ་ཙམ་ཡིན།
ཕྱོད་པར།	ག་རེ་བྱས་སོང་།
དཔལ་ལྷན།	ཁ་ས་དགོང་དག་ནས་གོང་ཁོག་ཏྲག་ཙམ་ན་སོང་།
ཕྱོད་པར།	སྤིང་རྩེ། ཁ་ས་ཁ་ལག་གང་བྱང་མང་བྱང་བཟས་པ་ ཡིན་པས།
དཔལ་ལྷན།	ག་པར་ག་པར། ཁ་ལག་གང་བྱང་མང་བྱང་བཟས་མེད། འཐེན་ཐུག་འཐུངས་པ་ ཡིན།
ཕྱོད་པར།	ཡིན་ནའི་འཐེན་ཐུག་ཟ་ཁང་ལ་འཐུངས་པ་ཡིན། ནང་ལ་བཟོས་པ་ ཡིན།
དཔལ་ལྷན།	གངས་སེང་ཟ་ཁང་ལ་འཐུངས་པ་ཡིན། ཟ་ཁང་དེ་གཙང་མ་ཞེ་དྲག་ཡོད་རེད། ཨ་ནི་གཞན་དག་གང་ཡང་བཟས་མེད།
ཕྱོད་པར།	དངོས་གནས། ལམ་ཀ་ལ་མོག་མོག་བཟས་མེད་པས།
དཔལ་ལྷན།	དུམ་མམ་མམ། མོག་མོག་ཁ་ཤས་བཟས་པ་ཡིན། ཡིན་ནའི་དེ་ཚོ་ཤ་མེད་རེད། གཙུག་ལག་ཁང་གི་མདུན་ལ་ཉོས་པ་ ཡིན། དེ་ཚོ་སོས་པ་དང་གཙང་མ་ཡོད་རེད།
ཕྱོད་པར།	ཨ་ལས། གང་ཤེས། མོག་མོག་ཚོང་མཁན་དེ་ངས་ངོ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། མོག་མོག་དེ་ཚོ་ཡག་པོ་ཡོད་རེད། ངས་ཀྱང་ ཁ་ས་པར་ཚལ་མོག་མོག་ཉོས་བྱས་བཟས་པ་ཡིན། ཨ་ནི་གོང་ཁོག་ཁྱོན་ནས་ན་མ་སོང་། ཨ་ནི་དེ་རིང་ཞོགས་གས་ ག་རེ་འཐུངས་པ་ཡིན།
དཔལ་ལྷན།	དེ་རིང་ཞོགས་གས་འོ་མ་འཐུངས་མེད། ཟུ་ཚ་པོ་གཅིག་ཕུ་འཐུངས་པ་ཡིན། ཨ་ནི་བག་ལེབ་ཆུང་ཆུང་གཅིག་ བཟས་པ་ཡིན། དེ་རིང་མ་དྲག་ན་སྤྲན་ཅིས་ཁང་ལ་འགོ་གི་ཡིན།
ཕྱོད་པར།	ཏག་ཏག་རེད། ན་ཚ་མ་དྲག་ན་སྤྲན་ཟ་དགོས་རེད།