ཏོག་གལར་གློ་ཆང་རིམས་ནང་ཐུན་རྩེམ་ཅན་ཀྱི་སྟོན་འགོག་དང་ཚོད་འཛིན་ཡག་པོ་བྱས་ནས།

ཤེས་བཡལ་དང་བདེ་ཐང་ལྟེ་བའི་བཟའ་བཏུང་གི་རྣམ་པ་གསར་པ་དང་གྲེལ་གཏོང་བགོས།

1 འབྲུ་རིགས་ལ་གཅོས་བདེ་ཐང་ཟ་འཛིན་བྱ།

2 ཟ་མ་མཉམ་དུ་མི་བཟའ་སྒྲི་ཐུར་སྒྲོད།

3 ཀ་རིགས་མཆོ་ཟས་ཆོས་པོར་བཅོས་ནས་ལེགས།

4 རི་སྐྱེས་ཕྱོག་ཆགས་ཀ་ལ་ཏམ་མི་བྱེད།

ཐུང་བཅུང་རྒྱལ་བཞུགས་ཐུའི་རྒྱལ་བཞུགས་སྐོབ་གསོ་ཁང་ཁྱལ་ཁང་ཕྱི་ཁ་ལས་ཕྱི་ཁ་ལ་ཕན་ཐུན་རྒྱལ་བཞུགས་སོས་མཇུག་ཏུ་བཅུག་པ།

ཐུང་གོ་བདེ་ཐང་སྐོབ་གསོ་ཡེ་གནས་ཀྱིས་བཟོས།