འཚར་གཞི་ཨང་ཨ པ།

སློབ་རིམ་ པ།	ཚོས་ཚན། རྩོངས།	དོན་ཚན། སྡུང་། སྤྱན་ཆ་གཉིས་ཀྱི་འཇིགས་སྣང་།	རིག་རྩལ། འབྲི་ལྟག། ཉན་སྤྲ།
ལས་དོན།	ཐུན་ཚན་འདི་ མཇུག་བསྡུཔ་དང་ སློབ་ཕྱག་ཨ་ལོ་ཚུ་གེས། ཨ་ལོ་ཚུ་གིས་ སྡུངཀྱི་གོ་རིམ་ གཅེ་སྦེ་འདུག་ག? དབྱེ་བ་ཕྱེ་ཚུགས་ནི། སྡུང་འདི་གིས་ བརྩོད་དོན་ག་ཅི་སྟོན་མ་ཨིན་ན། སྤྲབ་ཚུགས་ནི། སྡུང་ཐུང་ཀུ་རེ་ རང་སྟོབས་ཀྱིས་འབྲི་ཚུགས་དགོ།		
སློབ་སྟོན་མབོ་ ཚས།	ཉངས་ཤེད། ས་སྐྱེག འབྲེ་དེབ། སྐྱེགཀྱ། སློབ་དེབ། ཕེ་ཅེད། གུ་གླལ་སློབ་ཁང། ཀྱེ་ཡེ་གླངམ། དུས་ཐུང་གློག་བརྐྱན། བཤུད་བརྐྱན། རང་གི་སྐེར་ཀྱི་འབྲི་གོ།		
སློབ་སྟོན་སྐྱོང་ ཀུལ།	ལྷུར་བཙོན་ལྷུབ་སྐྱོང་ ཐབས་ཤེས།	མཉམ་འབྲེལ་ལྷུབ་ སྐྱོང་གཞི་བཀོད།	མི་ཚེའི་རིག་རྩལ་ཤེས་ཅུལ་ཐབས།
ལེགས་སྐྱར། དཔེ་སྟོན། རྡེ་བཀོད། གྲོས་བསྡུན། ཐུན་འཐེལ། གྲྭག་ཐོག	Fryer དཔེ་གཟུའ། ཟུར་གནས། ཀུན་བཟང་འཁོར་རིམ། སློབ་སྟེ་སྟེལ་ལྟ། གེ་ཅ་ལྟ་གཱ། མོས་མཐུན་གཞི་གདན། དོགས་པ། ༣-༤-༡ དྲི་བཀོད། སྐར་མ་༡ གི་འབྲི་ཤོག	སྐོར་སྐོར་མ་བསམ་བཤད། ཚ་གཟུང་བསམ་བཀོད། ཚ་གཟུང་བསམ་བཤད། རིག་བསྡུར་བརྟེ་སོར། མགུ་མང་མཉམ་མཐུད། སྐུ་སྟེ་ཚ་གཟུང་བརྟེ་སོར། བསམ་བཀོད། ཕྱི་ནང་སྐོར་སྐོར་མ། སྐོར་སྐོར་མ་བསམ་བཀོད།	དོན་སྐེན་བརྟ་འཕྲོད། གཞན་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཀ་གོ་ནི། གྲོས་ཐག་བཅད་ནི། འོས་ལྟན་ཐག་བཅད། ནང་མཐུན་འབྲེལ་བ། དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས། སྐྱོན་ཡོན་བརྟག་དཔྱད། ཆོར་ཤུབ་དང་ལེན། རང་ཤེས་རིག་རྩལ། ཤུལ། རིག་པའི་རྣམ་དཔྱད། ཚ་གྱངལ་དང་ལེན།

སློབ་སྟོན་དོས་སྦྱོར།	སློབ་རང་གིས་ ཞ་ལོ་ཚུ་གར་ ཁུ་སིམ་སི་འབད་ བཞག་ཞིན་ན་ བྱང་ཤིང་གང་ དོན་ཚན་གྱི་མིང་བྱིས་ཏེ་ དོ་སྦྱོད་འབད་ནི།
སློབ་སྟོན་དོམ།	དངས་ར་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ སྟེ་ཚན་ནང་བགོ་ཞིན་ན་ སྟེ་ཚན་ནང་རྩོག་ གྲོས་བསྡུན་འབད་ཐོག་ལས་ སྡུད་འདི་ལྟག་བཙུག་ནི། སྡུད་དེ་ དོན་མཚམས་རེ་རེ་ཞིན་ལྟག་ཅི་ཞེས་ དོན་མཚམས་དང་ས་ནང་ ག་ཅི་གི་སྐོར་ལས་བྱིས་ནུག ? གཉིས་པ་ནང་ ག་ཅི་གི་སྐོར་ལས་བྱིས་ནུག་ག? རྩོད་ཚོ་རེ་རེའི་ནང་ བཙུད་བསྡུ་སྟེ་འབྱི་བཙུག་ནི། དོན་མཚམས་ག་ར་གི་བཙུད་དོན་བཏོན་ ཚར་ཤ་དུ། བཙུད་དོན་ཚུ་ ཨང་བཏགས་བཀལ་ཏེ་ གོ་རིམ་བསྒྲིག་བཙུག་ནི། དེ་ལས་ སློབ་རང་གིས་ ཞ་ལོ་ཚུ་ལུ་ སྡུད་འདི་ གོ་རིམ་ག་དེ་སྟེ་ བསྒྲིགས་ཏེ་བྱིས་ནུག་ག? སྡུད་གི་འཕྲོ་ག་དེ་སྟེ་ཨཐུང་ནུག་ག? དབྱེ་བ་ དཔྱད་དེ་བལྟ་བཙུག་ནི། ཞ་ལོ་ཚུ་ སྟེ་ཚན་ནང་ར་བཞག་ཞིན་ན། སྡུད་འདི་ ནང་ སྡུད་རྩེད་པ་ག་ཚེན་ན? གཞན་ག་ཅི་ར་འདུག་ག?
སྒྲུབ་ལྟ།	སློབ་དཔོན་གྱིས་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ ཁོང་རའི་མི་ཚེ་ནང་ དེ་བརྒྱལ་གནས་སྐབས་མཐོང་ཅི་ག? ག་དེ་སྟེ་འབད་ཡི? ཟེར་དྲི་བ་བཀོད་ཞིན་ན་ སྡུད་གི་ བོག་ལུ་འབྱི་བཙུག་ནི།
ལྷ་རྟོག་/དབྱེ་ཞེབ།	ཞ་ལོ་ཚུ་ སྒྲུབ་ལྟ་འབད་བའི་སྐབས་ གྲལ་བཤལ་བལྟ་ཞིན་མ་ལས་ སྒྲུབ་ལྟ་འབད་མ་ཚུགས་མི་ཚུ་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་དེ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་ནི།
མཇུག་བསྡུ།	དོན་ཚན་འདི་ བཙུད་བསྡུས་ཏེ་ སྒབ་ཞིན་མ་ལས་སློབ་སྟོན་འདི་ མཇུག་བསྡུ་ནི།

རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྤྲིད་ཀྱི་བརྩེ་མཛོད།	ཞེ་འཇམ། རང་ཉིད་གོ་རྟོགས། བཟོད་བསྒོམ། རང་དང་གཞན་ལུ་གྱས་ཞབས། དུས་དང་འཁེལ་ཏེད། ཐབས་ཤེས་ཅན། རང་སྤྲིག་ཡོངས། དང་བདེན། དྭངས་གསལ། འཇོན་ཐངས་ཅན། འགན་ཁྱི། འདྲ་མཉམ། རྒྱལ་མཐུན། ཐ་དམ་ཚིག ཉམས་སྡུད། གསར་གཏོད། བློ་ཡངས་པ། ཕུགས་མཐོང། དྲན་ཤེས། མི་ཚེ་འཚོ་བའི་རིག་རྩལ། རང་ལུ་བློ་གཏད་ཡིད་ཆེས། ཡ་རབས་ཀྱི་མནོ་ལུགས། སྤྱས་ཚད། ཡུན་བརྟན། མཁོ་ཚད་དང་ལྡན་པ། འཚོ་བ་འབད་ཐངས། དད་དམ་ལྷད་མེད། མཐུན་ལམ། ཞན་སེམས། སྐད་ཡིག ངལ་རངས། གཅེས་སྐྱོང། དལ་དབང། ངོས་ལེན། དཔའ་མཉམ། གཞན་ལུ་རྩེས་མཐོང། བགོད་ཐོ། ཁག་ཆེ་ཤིང།