ལོ་ ལེགས་ ཀྱི་ འཇུམ་ མདངས།

↑ འདི་ནི་ཡུན་ནན་ཞིང་ཆེན་ཁུང་ཇོ་ཁ་ཉི་རིགས་དང་དབྱིས་རིགས་བང་སྒྲོང་ཀློའུ་ཡོན་དབྱང་རྫོང་ཁུ་ཞིང་པས་ཚུ་འབྲས་བཏགས་པ།

→ འདི་ནི་ཀ་ཞིས་ཆེ་ཐོང་ཁྱེར་པ་སྣམ་རྫོང་དཔའ་ རྩལ་ཤང་གི་ཞིང་པས་ནས་བཏང་བཞིན་པ།

↑ འདི་ནི་অན་ཏུའེ་ཞིང་ཆེན་ཁོང་ཏན་ཐོང་ཁྱེར་ཏེ། རྫོང་དབྱང་ཁྲན་ཐོང་ཚོར་ཡུལ་མིས་ཁང་པའི་མཏུན་ཀུ་སྲུར་པན་ལྷེམ་བཞིན་པ།

↑ འདི་ནི་ཁོ་ནན་ཞིང་ཆེན་ལའི་ཐྲུང་ཐོང་ཁྱེར་ཞང་ཐྲུའུ་ཚུས་ཐྲན་ཚུན་ཤང་ཀོ་ཀུའི་ཐོང་ཚོར་ཞིང་པས་ཕྱི་སྨིན་ཀྱི་བ་དམ། བསྡུ་བཞིན་པ།

↑ འདི་ནི་ཁོ་པ་ཞིང་ཆེན་ཐང་ཏན་ཐོང་ཁྱེར་ཐྲེང་ནན་ཚུས་ཚོན་ཁོ་ཐོའུ་ཐོང་ རལ་ཞི་པའི་དབྱི་ཐོང་ཚོའི་ཞིང་པས། ཤིང་འབྲས་པ་བར་ཏུན་འཐུམ་འཐུ་བཞིན་པ།

↑ འདི་ནི་ཏན་ཏུང་ཞིང་ཆེན་ཅའོ་ཀྱོང་ཐོང་ཁྱེར་ཏན་ཕེར་ཚུས་ཀྱི་ཞིང་པ་ཀུང་ལིང་ཕུང་གིས་འབྲས་སྟེ་སྡོན་བཞིན་པ།