

ལ དཀར་ཆག

༡	ཆེད་བརྗོད་	i
༢	ངོ་སྤྲོད་མདོར་བསྡུ་	ii
༣	ཆོག་མཛོད་འདིའི་ཁྲུང་ས་བཅོལ་དཔེ་ཆ་ཁག་གཅིག་གི་ངོ་སྤྲོད་	v
༤	བོད་ཀྱི་སྡེ་སྤྲུལ་	v
༥	གསལ་རིག་གྱུད་བཞི་	v
༦	ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་སྤྱིང་པོ་བསྡུས་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཡན་ལག་ བརྒྱད་པའི་སྤྱིང་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྲུལ་དཔུང་གི་བཤད་པ་	viii
༧	ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་སྤྱིང་པོ་བསྡུས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ནང་དོན་ས་ བཅད་	viii
༨	ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་སྤྱིང་པོའི་རྣམ་པར་འགྲེལ་པ་ཆོག་གི་དོན་ གྱི་ཟུ་བེར་ཞེས་བྱ་	xiv
༩	སྤྲུལ་མིང་སྤྲེལ་སྤྱོད་ངེས་	xv
༡༠	ཤེལ་གོང་དང་ཤེལ་སྤྱིང་	xv
༡༡	ཤེལ་གོང་	xvi

༡༩	ཀ་ཤིང་	1
༡༩	ཁ་ཤིང་	14
༡༩	ག་ཤིང་	23
༡༥	ང་ཤིང་	45
༡༦	ཅ་ཤིང་	49
༡༧	ཆ་ཤིང་	55
༡༥	ཇ་ཤིང་	62
༡༩	ཉ་ཤིང་	64
༣༠	ཏ་ཤིང་	68
༣༡	ཐ་ཤིང་	76
༣༣	ད་ཤིང་	80
༣༣	ན་ཤིང་	100
༣༩	པ་ཤིང་	106
༣༥	མ་ཤིང་	117
༣༦	བ་ཤིང་	122

३८	མ་སྒྲིང་.....	148
३५	ཅ་སྒྲིང་.....	164
३९	ཆ་སྒྲིང་.....	172
३०	ཇ་སྒྲིང་.....	177
३१	མ་སྒྲིང་.....	180
३३	ཉ་སྒྲིང་.....	181
३३	ཟ་སྒྲིང་.....	184
३༤	འ་སྒྲིང་.....	191
३५	ཡ་སྒྲིང་.....	193
३༦	ར་སྒྲིང་.....	199
३८	ལ་སྒྲིང་.....	209
३५	ཤ་སྒྲིང་.....	216
३९	ས་སྒྲིང་.....	225
༤༠	ཏ་སྒྲིང་.....	244
༤१	ཨ་སྒྲིང་.....	248