

འོད་གྱི་གསེང་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཕྱོགས་པུམྱིགས་དཔེ་ཚོགས།

ARURA

༄༅། ཁོག་འབྲུབས་བེད་ཅེ་ཆུ་ཆུན།
༄༅། གསོ་བ་རིག་པ་ཆུན་གྱི་མེ་ཏོག།
༄༅། རྒྱག་འཛོམས་བརྒྱད་ཅིའི་ཆུ་ཆུན།

བཙོམ་ལྷན་རལ་གྱི་ཚེགས།



མེད་ཀྱི་མཛུགས་པ་ལྟར་ལྟོ་ལྟོ་ལྟར་།

图书在版编目(CIP)数据

医史蓝琉璃源流 医学饰花 医学秘方·戒毒甘露:藏文/
《藏医药经典文献集成》编委会,青海藏医药研究所编.

—北京:民族出版社,2008.11

(藏医药经典文献集成)

ISBN 978-7-105-09710-4

I. 医… II. ①藏… ②青… III. 藏医—藏语
IV. R291.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 175854 号

民族出版社出版发行

(北京市和平里北街 14 号 邮编 100013)

<http://www.mzcbs.com>

北京艺辉印刷有限公司印刷

各地新华书店经销

2008 年 12 月第 1 版 2008 年 12 月北京第 1 次印刷

开本:850mm×1168mm 1/32 印张:9.5

印数:0001-2000 册 定价:15.00 元

ISBN 978-7-105-09710-4/R·279(藏 145)

(藏编室电话:64275311 藏文发行科电话:64227665)

ཕྱི་མ་ཤིག་འགན་འཁུར་བ། ཤེལ་མ་ཤིག།

责任编辑：卓玛吉

༡༡ ། ། བོད་འབྲུག་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་ཆེ་སྒྲུན།

༡༡ ། ། བསྐྱེད་པ་འཛིན་པ་ལྟར་སྤྱོད་པ་

༡༡ ། ། རྒྱ་ལྗོངས་པུད་མེད་ཆེན་མོ།

བཙུག་ལྷན་རལ་གི་སྒྲུབ་པ།

མཆོ་སྒྲུབ་ཁིང་ཆེན་པོད་ཀྱི་གསེང་གི་ཁིང་འཇུག་ཁང་།

[illegible]

མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་།

མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་གི་བོད་ཡིག་རྩམ་སྒྲིག་ཁང་།

འཛིན་སྐྱོང་གི་བྱ་རྒྱུ་ལམ་ཨང་14པ།

100013

010-64275311

ལེ་ཅིན་དབྱི་རྒྱལ་པར་འདེབས་ཆད་ཡོད་ཀྱང་སྤྱི་

ཀྱུལ་ཡོངས་ས་གནས་སོ་སོའི་ཞིན་ཏུ་དབེ་ཚོང་ཁང་།

850mm×1168mm 1/32

9.5

2008ལའི་ཟླ་12པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྒྲིགས།

2008ལོའི་ཟླ་12པ་ལ་ཅིན་དུ་པར་ཐངས་དང་པོ་བརྒྱབ།

0001 - 2000

¥15.00

《བོད་ཀྱི་གསལ་བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་རྒྱགས་པ་རྒྱུགས་དཔེ་ཆོགས་》ཀྱི་ཚུ་མ་རྒྱུག་ཆོགས་པའི་མིང་གོ།

ཁྱིའའི་སྒྲ། **ཁྱི་རྩ་ཆེ་ནུམ།** བཟུང་ཁོ། ཉི་མ། སྤྱབ་བཟུང་།

ཆོགས་གཅི། འོ་ཆོགས་ཆེན།

ཆོགས་གཅི་གཞོན་བ། རྩོ་ཆེ། ཉ་མ་གྲིན་རྒྱལ། གདུགས་དཀར། ཆེ་རིང་རྒྱལ།

ཆོགས་པའི་མི་རྒྱ། འོ་ཆོགས་ཆེན། རྩོ་ཆེ། ཉ་མ་གྲིན་རྒྱལ། གདུགས་དཀར། ཆེ་རིང་རྒྱལ།

བརྩོ་ཆེ་རིང་། བྱ་མདོ་ལྷ། བྱམས་རྒྱལ། དབང་ཆེན་ཆེ་བརྟན། ལྷ།

བྱམས་རྒྱལ། ཉ་རྩོ། རྩོན་འགྲུབ། ཀམ་ཆོགས་གཉིས། རྩོན་འགྲུབ་

ཆེ་རིང་། བསམ་འགྲུབ་རྒྱལ། སྤལ་བཟང་རྩོ་ཆེ། དཔལ་ལྷན་རྒྱ་མཆོ།

དབང་གྲགས་བསོད་ནམས། སྤལ་བཟང་བཀྲ་ཤིས། རྩོ་ཆེ་རབ་བརྟན།

མཁའ་འགྲོ་སྐུ་བསྐྱེ། བཀྲ་ན།

དེབ་འདིའི་དག་རྒྱུག་བ། འབུམ་ཁོ། ཤ་བོ་གཡང་འབུམ། བོད་གཞུག་རྒྱུད། ལྷ་མོ་ཆེ་

རིང་། རྩོ་ཆེ། བཀྲ་ན། ལྷག་འབུམ་རྒྱལ།

《藏医药经典文献集成丛书》编辑整理委员会名单

顾 问：**措如·次郎** 旦科 尼玛 土布旦

主任委员：艾措千

副主任委员：多杰 旦正加 星全章 才让加

委 员：艾措千 多杰 旦正加 星全章 才让加 完德才让

恰多·李先加 昂青才旦 李先加 达多 端智

尕玛措尼 端智才让 三智加 尕藏多杰 华旦尖措

昂智索南 格桑扎西 多杰拉旦 卡着杰 扎巴

本书整理者：本考 夏吾杨本 我杰吉 拉毛才让

多杰 扎巴 斗本加

ཐུན་འགྲོའི་གཏམ།

ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ལ་ལོ་རྒྱུ་ལ་ཞེ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ལྡན་ལ། དེ་ནི་གནའ་ཐོད་ཐོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ཟུང་གཞིར་བྱས་ཐོག་ཀྱི་གར་ཀྱི་ནག་ཏུ་བྱིག་ལ་སོགས་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་ཉིང་བཅུད་བསྐྱེད་བྱས་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། གཞུང་ལྷགས་ཀྱི་མ་ལག་ཆ་ཆར་ཞིང་ལག་ལེན་གྱི་ཚུང་བྱང་ལྷན་སྐྱམ་ཆོགས་པ་དང་། མི་རིགས་ཀྱི་བྱུང་ཆོས་མངོན་པར་བཟྱ་བའི་གསོ་དབྱེད་ཀྱི་རིག་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ན། རྩ་མོ་ཞིག་ནས་འཛམ་གླིང་བྱུང་ཁོངས་ཀྱི་གསོ་རིག་སྐྱེ་བ་ན་མས་ཀྱིས་གདོང་འཛིག་ཆེན་པོ་གནང་སྐྱུ་སྐྱུ་མཆིས།

ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ལ་གཞུང་དང་ལག་ལེན་གྱི་བརྟན་བཙས་བཟང་ལས་འདས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ཞེ། དེ་ནི་ནང་དོན་གྱི་ཐད་གསོ་རིག་ལོ་རྒྱུས་དང་། ཟུང་གཞིའི་གཞུང་ལྷགས། ནད་ཐོག་ལག་ལེན། སྐྱན་རྩས་ཤེབ་བཟོ། ལྷན་ཁམས་བདེ་སྦྱང་ལ་སོགས་རིག་ཆ་ལོངས་སྤྱོད་འདུས་ཡོད་པའི་ནོར་བུའི་བང་མཛོད་ཅིག་ལགས། དེ་ལ་ཏང་དང་སྲིད་གཞུང་གི་ལྷགས་འཁྲུང་དང་བཞེ་མཛོད་ཆེན་པོའི་འོག་ཉེ་ལོར་ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་རྒྱུན་འཛིན་དང་དར་སྤེལ་གང་ལེགས་བྱུང་ཡོད་ལ། གནའ་གཞུང་གང་མང་ཞིག་ཀྱང་དཔེ་རྒྱུན་འབྲེལ་སྤེལ་བྱས་ཐོན་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་ད་དུང་གནའ་དཔེ་མང་པོ་ཞིག་ཟུར་བཞིན་འབྲས་ཚོས་རྩལ་ལོག་ཐེབས་པའམ། ཡང་ན་མིའི་རྩིས་བའི་དབང་གིས་གཏོར་བརྒྱག་ཆབས་ཆེན་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པས། གང་ལྟར་སྒོས་སྤྱང་སྤྱོད་པ་མ་བྱས་ཆེ་རིན་ཐང་གཞལ་དུ་ཐེད་པའི་གནའ་དཔེ་གང་མང་ཞིག་ཙ་བརྒྱག་རྒྱུན་ཆད་དུ་འགྱེ་ཉེན་ཆེ།

དེ་ལ་ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ཉིད་ལྷགས་ལོངས་ནས་རྒྱུན་འཛིན་དང་དར་

སྒྲེལ་གཏོང་རྒྱུ་དེ་མིགས་ཡུལ་བཅངས་ནས་ང་ཚོས་༡༠༠༩ལོར་མཚོ་སྔན་ཞིང་
 ཆེན་པོ་དེ་གི་གསོ་རིག་ཞིང་འཇུག་ཁང་གིས་གཙུག་ཁྱིམ་གྱི་དབུས་པའི་“《པོ་དེ་གི་གསོ་
 བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཚུགས་བསྐྱེད་དཔེ་ཚོགས་》ཚོ་མ་སྒྲིག་ཚོགས་པ་”སྒྲིག་
 འཇུགས་བྱས་པ་དང་། གནའ་དཔེ་འཚོལ་ལྟར་དང་དག་སྒྲིག་དང་ཚོ་མ་སྒྲིག་
 བཅས་གི་ལས་སྒོ་སྒྲེ་ཞིང་དཔེ་སྐྱུན་དང་འབྲེམས་སྒྲེལ་གི་བྱ་བ་ཡང་འགོ་བཙམས་
 ཟིན་ཡོད། དཔེ་ཚོགས་འདི་ནི་རྒྱ་ན་མ་མཆིས་པའི་རིག་གནས་གི་ལས་གྲྭ་ཆེན་
 པོ་ཞིག་ཡིན་ལ། འདི་ཉིད་པོ་དེ་གི་གསོ་བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཡོད་དོ་ཙམ་
 འདུས་པའི་དཔེ་ཚོགས་ཤིག་ཏུ་འབྱུང་བར་བྱེད་རྒྱ་ནི་ང་ཚོའི་བསམ་འདུན་ཡིན་
 ལ། དེ་ལྟར་བྱེད་བྱུང་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱང་ང་ཚོར་ཡོད།

དེ་ལྟར་དཔེ་ཚོགས་འདི་ཐོག་མར་དཔེ་སྐྱུན་བྱེད་པའི་སྒོ་དང་བསྐྱུན་ནས་
 འདིར་ཁོ་ཐོས་བྱ་བ་ཞག་ཆེན་པོ་འདི་ཚུགས་གང་ཐད་ནས་བྱ་བ་ལ་མ་ཉོང་ཡོང་
 བའི་བཀའ་ཤིས་སྒོན་འདུན་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དེ་བཞིན་པོ་དེ་གི་གསོ་བ་རིག་པ་ལ་ལྷག་
 བསམ་དཀར་བའི་ཡུལ་དང་ཚུགས་སོ་སོའི་སྒྲེལ་བྱ་རྒྱུ་ནས་ཀྱང་ལས་གྲྭ་འདིར་
 ཚུགས་གང་ཐད་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་རོགས་འདེགས་བྱེད་པའི་བསམ་འདུན་ཞུ་
 རྒྱུ་ཡིན།

ཞེས་འོ་ཚོགས་ཆེན་ནས།
 ༡༠༠༩ལོའི་ཟླ་༡པར།

མཆམས་སྒྲིབ་པའི་གྲུམ།

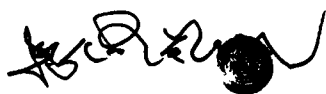
ཁ་བ་རི་ཁོའི་བཅུ་ལྔ་ལ་རིག་གནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁོད་མི་རིགས་ཀྱིས་འཛིག་
 རྟེན་སྒྲིབ་པ་ལ་བཞེ་གཞི་མར་གྱུར་པའི་སྒྲོའི་རིག་པ་མཐའ་དག་སྒྲིལ་བཏགས་
 པའི་མིང་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་ལས་གཞན་རྗེས་འཛིན་གྱི་བབས་མཆོག་དམ་པར་
 གྱུར་པའི་གངས་ཅན་གསེབ་རིག་པ་ནི་ཁོད་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲིལ་རྒྱན་
 དར་སྤེལ་མཛད་ཅིང་འཕྲོ་བ་མའི་རིགས་ལ་ཕན་པ་འབའ་ཞིག་སྒྲུབ་པའི་རིག་པ་
 ཞིག་ཡིན་ཏེ་བས། རིས་སྤུ་མ་ཆད་པའི་འཕྲོ་བ་མའི་རིགས་ལ་ཕན་པའི་ལས་
 རྟོན་ཞོན་སྒྲུབ་པའི་རིག་པ་ཞིག་ཏུ་འཁྲུམས་ཤིང་སྒྲིམ་ཆོགས་དང་དུས་རབས་རི་
 འབྲུ་ཞིག་གི་ནང་དུ་འབར་མཐོག་གཤམ་དང་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ནི་དོན་
 དངོས་ཀྱི་ཉིང་ནས་གྲུབ་པའི་གནས་ལུགས་ཤིག་ཡིན་པས་མི་སྤྱད་པ་སྤྱི་ཞིག་གིས་
 གྲུབ་བསྟོན་འདིར་དང་ཁྱོད་གཤམ་དང་བྱ་བར་མི་ལུས་སོ། ། རང་རེའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་
 ཆང་དང་དེ་ཡོད་བཞུན་བཅས་ཀྱི་དཀར་ཆག་ཉར་ན། གཤམ་དུང་ཐོན་ལུགས་
 ཀྱི་དྲང་སྟོང་དཔུང་བྱ་བྱི་ཤེས་ནས་སྒྲན་པ་དྲུང་གི་སྒོར་ཅོག་ཅན་བར་དང་། རྗེ་
 བཅུན་གཤམ་ཐོག་རྟིང་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ་ནས་གཏོར་སྟོན་གྲ་བ་མངོན་ཤེས་ཀྱི་
 བར། བེ་རྩ་ཅན་ནས་ལོ་ཆེན་རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་སྐབས། བྱང་བྱུར་ནམ་
 གཉིས་ནས་ཀོང་རྒྱལ་ཡབ་སྲས། མི་དབང་སྡེ་སྲིད་རིན་པོ་ཆེ་ནས་སྒྲན་རྩས་
 མཁས་དབང་མཁྱེན་རབ་ཞོར་བྲལ་བྱས་པའི་དྲང་སྟོང་མཁས་གྲུབ་རིམ་ལྟོན་
 བཟང་གིས་མི་ལངས་པ་རྒྱལ་གྱི་སྤྱི་དྲིན་ལས། དཔལ་ལྷན་རྒྱུད་བཞིའི་
 དཀོངས་འབྲེལ་དང་ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་དཀོངས་འབྲེལ་གཙོ་བྱས་པའི་གསེ་
 རིག་གི་བཞུན་བཅས་རི་ཁོའི་གཏོས་དང་མཉམ་པ་རང་གིས་མཛུལ་ན་དང་པའི་

སྤྱོད་གཤེགས་ཞིང་གཞན་ལ་རྩོམ་ན་ལ་རྒྱུ་ལྷན་པ་འདིས་ཤོད་ཀྱི་གསོ་
བ་རིག་པའི་མོ་རྒྱས་རིང་ལ་གཞུང་མན་རག་གི་ནང་དོན་ལྟན་ལྟན་ཆོགས་པ་
ཞིག་ཡིན་པ་རྒྱུ་དགས་པའི་བྱས་འདུག

འོན་ཀྱང་མིག་སྤར་སྤྱི་ནང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་དུ་མའི་དབང་གིས་རང་འདི་གསོ་
རིག་ཐད་ཀྱི་གཞུང་མན་རག་གི་གདམས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཉམས་ཉེས་སུ་སྤྱར་དང་
འཕྱར་སྤྱོད་ཡིན་པའང་ཀྱང་གྲིས་མཐུན་གསལ་ལགས་པས། ད་ལྟའི་དུས་
འདིར་བདག་ཅག་ཆེ་རིག་འཛིན་པ་རྒྱལ་ཁྱིམ་ཆོང་ཆོང་ཁོ་ན་དང་ཡུལ་ཡུང་གྱེ་
བྲག་པའི་ཁེ་ཕན་ནམ་ཚུགས་རིས་ཅན་གྱི་ལྟ་བ་སོགས་རིང་དུ་དོར་ནས་མི་
རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལྟ་བུ་འདི་ལ་སྤྱིར་ཁོང་ནས་གཙུག་དང་
གཅེས་སྤྱོད། དེ་བཞིན་རིས་སུ་མེད་པའི་འཛམ་སྤྱིར་གི་མའི་རིགས་ཡོངས་ལ་
ཕན་དུ་རེ་བའི་ཀྱང་སྤྱོད་རྒྱུ་དག་གི་སྤྱོད་ནས། རི་རྒྱལ་རྒྱུན་པའི་གཏོས་དང་
མཉམ་པའི་ཤོད་ལུགས་གསོ་རིག་གི་གཞུང་མན་རག་རྒྱལ་ལ་འོས་ཆོད་དང་
རང་བཟོ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་སྤར་ལས་ལྟག་པའི་རང་སྤྱོད་འདོན་སྤྱར་སྤྱོད་དང་
འཛེལ་སྤྱད་ལེགས་སྤྱིག་གྱེད་རྒྱ་བཅས་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་གནད་ཆེ་བའི་བསྐྱིལ་ཞིག་
རེད།

དེའི་སྤྱིར་མཆོ་སྤྱོད་ཞིང་ཆེན་ཤོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ཞིབ་འདུག་ཁང་གིས་མིང་
དོན་མཚུངས་པའི་སྤྱོད་ནས་ཤོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཆོས་རིག་པ་རྒྱུད་འཛིན་ཡག་པོ་ཞིག་དང་
གསར་བཏོད་ཀོང་སྤེལ་གྱི་མང་གཞི་བརྟན་པོ་ཞིག་འདུགས་སྤྱོད་པའི་ཆེད་དུ།
ད་ལྟའི་དུས་རབས་དང་མིན་རྒྱས་བཟང་པོའི་གོ་སྐབས་དམ་འཛིན་རང་མི་
དངོས་ནོར་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་ཞིང་མིག་རྒྱར་རིང་བའི་
རྒྱས་གཞི་དང་བཅས་ཉེ་རང་འདི་སྤྱོད་ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་མཁོ་གལ་ཆེ་བའི་གནའ་དཔེ་
དང་བརྟན་བཅོས་ལག་ཏུ་ཐེན་ཏེ་ཅོག་སྤྱོད་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་ཉེ་པར་དུ་
བརྟན་པའི་དགེ་བ་འདིས། ད་ལྟ་ཅམ་མ་ཟད་འབྱུང་འབྱུར་ཤོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཆོས་
བརྟན་པ་ཞིང་ཡར་རྒྱས་ཤོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བར་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་

ནུས་པ་ཐོན་བྱུང་ཅིང་ལུས་ཅན་གྱི་ཕྱོག་འཛའི་དཔལ་དུ་འགྱུར་བར་གདོན་
མི་བྱ་བས་ན། འོ་སྒོལ་བྱན་མོང་གིས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ཁྱེད་ཀྱི་ལས་དོན་གལ་
ཆེན་ཞིག་རེད་ཅེས་སྤྲོ་ཅང་དགའ་ཆོར་དང་བཅས་མཆམས་སྒྱུར་བའི་ཆོག་དུ།



ཁོ་ཅུ་ཆོ་ནམ་གྱིས།

སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ལོའི་ཟླ་༡༡ཆེས་༡༩ཉིན་ལ།

དག་མྱིག་པའི་གསལ་བཤད།

པོད་ཟེལ་མོ་མྱེད་པ་ཞེས་སུ་གྲགས་པ་འཛམ་གླིང་གི་ཡང་ཉེད་ཏུ་གནས་
པའི་མི་རིགས་ཉིད་ལ་གནམ་གྱིས་ས་བཀབ་པ་ལྟ་བུའི་སྔོན་ཕྱོད་དུ་བརྟན་དཔང་དམ་
པ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལས། དམ་པའི་ཚོས་ཀྱིས་གཙོས་པའི་བརྒྱ་ཕྱག་རིག་
པའི་གནས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་ཐུག་པའི་ཤེས་རིག་བར་མཛོད་ནི་མྱིད་པའི་མཐར་
ཡང་རྒྱབ་པ་མེད་པ་ཞིག་མཆིས་པ་ལ་སྲས་ཀྱང་བསྟོན་ཏུ་མེད་དོ། དེ་ལས་
གནས་བརྒྱའི་ཡ་གྲུལ་གཞན་རྗེས་འཛིན་གྱི་ཐབས་མཆོག་དམ་པར་གྱུར་པའི་
པོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ནི། རྗེ་གཤུ་ཐོག་ཆེན་པོས། མི་ན་བར་གནས་པར་
འདོད་པ་དང་ན་བ་གསོ་བར་འདོད་པའི་གང་ཟག་གིས་གསོ་བ་རིག་པའི་མན་
རག་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་
རིགས་ལ་པན་པ་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་པའི་རིག་པ་ཞིག་ཟླ། དེར་ལྟ་བུས་ཀྱི་ཏུས་
ཡུན་ཏུ་ཅང་རིང་ཞིང་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་མ་ལག་ཆ་ཚང་ཡིན་པ་མ་ཟད། སྔན་
དཔུང་གྱི་རིགས་ལམ་ཁྱད་ཏུ་འཕགས་ཤིང་མན་རག་ཉམས་སྦྱང་སྲུང་སྲུང་
ཆོགས་ཤིང་གུ་ལོ་མ་པ་ཞིག་མཆིས་སྟབས། དེང་སྐབས་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་ཀྱན་ཏུ་
ཆོད་རིག་པ་མཁས་ཅན་དག་གིས་སྒྲིགས་ཡོངས་ནས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དང་ཞིབ་འཇུག་
གི་གོ་མ་སྟབས་མཁྱེགས་ལེན་བྱེད་བཞིན་པ་དང་། རང་རེའི་རྒྱལ་ཁབ་ནས་ཀྱང་
ཏང་གི་མི་རིགས་མྱིད་རྩས་དོན་འཁྱོལ་དང་རྒྱབ་རྒྱུད་གསར་སྤེལ་བྱེད་པའི་
འགྲོས་དང་བསྟན་ནས་པོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལས་དོན་ཉིད་སྟོ་ཀྱན་ནས་
ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་དང་མ་ཉམས་གོང་སྤེལ་གནང་ནི་ཉམས་དགའི་ཡུལ་ཁམས་

རིག་ཏུ་བརྒྱལ་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཕྱི་ནང་གི་འགལ་ཁྱེན་དུ་མའི་དབང་གིས་རང་
 འདི་གསོ་རིག་ཐད་ཀྱི་གཞུང་མན་ངག་གི་གདམས་པ་གང་མང་ཉམས་ཉེས་སུ་
 ལུང་དང་འལུང་ལུས་ཡིན་པའང་རྩོམ་མིག་མཐོང་ལག་ཟིན་དུ་འཁུམས་ཤིང་།
 ཐོད་ཀྱི་གསོ་རིག་འདི་ཉིད་གནའ་ཐོད་རིག་གནས་ཤིག་ཡིན་པའི་རྩོམ་ནས་ལྟ་ན།
 རི་རྒྱལ་ལྷན་པོའི་གཞོན་དང་མཉམ་པའི་གཞུང་མན་ངག་གི་གསུང་རབ་དེ་
 རྣམས་སྐར་ལས་ལྷག་པའི་སྐོན་སྤྱོད་འདོན་ལྷན་སྦྲུབ་དང་འཁོལ་སྤྱད་ལེགས་
 གྲིག་བཅས་ཕྱེད་རྒྱ་ནི་ཐོག་མར་བརྒྱབ་དཔོན་པའི་ཆར་གཞིའི་ལས་ཀ་གཤམ་ཆེན་
 ཞིག་ལྟེ་འོ་སྐོལ་ཆེ་རིག་འདིན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཕག་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་བབས་པའི་
 ཏུས་རབས་ཀྱི་འགན་འཁུལ་ཞིག་ལགས། དེའི་ཁྱིམ་རྩོམ་མོ་རྒྱས་ཀྱི་ལས་འགན་
 དང་ཏུས་རབས་ཀྱི་ཁྲུང་བྱ་ལྟར་མདོ་དཔུས་མཐོ་སྐར་ཞེས་པའི་སྤྱན་མེན་ཁོར་
 ཡུག་ཁོང་དུ་འཕེལ་རྒྱས་ལྷུང་བའི་གནའ་ཐོད་གསོ་དཔུང་རིག་པ་འདིའི་སྒྲིག་
 དཔུགས་རྒྱན་བཤིངས་ཕྱེད་ཅིང་། ཐོད་ཀྱི་གསོ་དཔུང་རིག་པར་སྦྱང་བཅོན་
 དང་ཞིབ་འཇུག་ཕྱེད་པར་སྦྱོབ་བཟས་པའི་རྣམ་དཔྱད་ཅན་མང་པོར་རྒྱ་ཆ་མཐོ་
 སྦྱང་གྱི་སྒོ་འཕར་ཡངས་པོར་སྒྲུལ་པ། རང་ལུགས་ཀྱི་གཞུང་རྒྱུ་འདིན་པ་ལ་
 སྐར་བས་སྤྲོན་ཐོགས་སྤུབ་པ། ཉམ་ཐག་ནད་པའི་ལུས་སྒྲིག་ལ་གཟིར་བའི་ནད་
 རིགས་རྩ་མེད་དུ་འདོམས་པར་བྱས་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་རྒྱལ་རྟེན་དང་མན་
 ངག་བབ་མོའི་གདམས་པ་ཆིག་སྤུབ་གྱི་སྐོར་མང་དུ་བཅའ་ནས་ནད་ཀྱི་ལྷག་
 བསྐལ་ལས་སྦྱོབ་པར་རྩོམ་ཐོགས་པ་བཅས་མདོར་ན་གངས་ཅན་གསོ་བ་རིག་པ་
 འདི་ཉིད་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་སྐོན་ནས་རྒྱུད་འདིན་ལེགས་པོ་ཞིག་ཕྱེད་པའི་
 ཆེད་དུ། དེད་ཅག་མཆོ་སྦྱང་ཞིང་ཆེན་ཐོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གིས་
 འབྲེལ་ཡོད་ཆེད་མཁས་མི་རྩ་རྩ་འཇུགས་དང་གསོ་བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་དག་
 གྲིག་གི་མི་རྩ་ཆེད་བརྒྱས་བྱས་ཏེ། ལོ་རྒྱས་ཡིག་ཆ་དང་། གཞུང་ལུགས་བརྟན་
 བཅོས། མན་ངག་ལག་ལེན། སྤྲོན་སྦྱོར་སྦྱང་བྱང་། སྤོ་སྤོན་འཁུངས་དཔེ།
 གནམ་རིག་སྐར་ཆིས་སོགས་ཀྱི་དཔེ་རྒྱན་དགོན་པོའི་རིགས་གཙོ་པོར་བརྒྱང་

མོག་《ཁོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཚུགས་བསྐྱེགས་དཔེ་ཚོགས་》ཞེས་པ་
 འདི་ཚེ་མ་ཐོག་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་། དཔེ་ཚུན་ཐད་དཔེ་དཔ་རེ་རེ་བཞིན་མཛད་
 པའི་སྐྱུ་ཀྱི་ཐུ་མུ་དང་ནང་དོན་ལ་མ་བཟོས་པར་ལག་ལེན་དུ་འཁྱེལ་གང་
 ཐུབ་བྱས་ཏེ་དཔེ་རྒྱུང་ལག་དུ་སོན་ནོ་ཚོག་དག་སྐྱེག་དང་དཔེ་ཚུན་འབྲེལ་ས་སྐྱེལ་
 བྱ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ལ་ལྟ་ས་ནས་ལག་དུ་སོན་པའི་ལག་བྲིས་མའི་མ་ཡིག་འགའ་གཞིར་བྱས་
 བས་བསྐྱེགས་པའི་《ཁོག་འབྲུབས་ཐེ་ཏུ་འེ་ཚུ་རྒྱན་དང་། གསོ་བ་རིག་པ་རྒྱན་
 གྱི་མེ་ཉོག་ ཏུག་འཛམས་བདུད་ཅིའི་ཚུ་རྒྱན་》ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་《ཁོད་ཀྱི་གསོ་
 བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཚུགས་བསྐྱེགས་དཔེ་ཚོགས་》ནང་གསེས་ཀྱི་དེ་བ་བརྒྱད་
 ཅུ་ཡིན་ལ། འདིའི་《ཁོག་འབྲུབས་ཐེ་ཏུ་འེ་ཚུ་རྒྱན་ཟུ་མ་དམ་པའི་ཞལ་གྱི་
 གདམས་པ་》ཡིན་པ་གཞུང་གི་མཛན་དོན་དང་། མཛོད་བཛོད། རྒྱད་ཀྱི་ཆེ་བ་
 སོགས་ཀྱིས་མཐུན་བསྟུན་ཏེ། སྤྱི་དོན་མི་འདྲ་བའི་རྣམ་བཞག་བཞིའི་སྐོ་ནས་
 གཞུང་འདིའི་སྤྱི་ཁོག་སྐོལ་པར་བྱས་ཡོད། མོག་མར་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་བྱུང་རྒྱུ་
 དང་། སངས་རྒྱས་འཇིག་རྟེན་དུ་བྱོན་པའི་བསྐྱེལ་བཟང་གི་སྐྱེས་རབས། རྟོན་
 པས་རི་ལྟར་དཀར་བ་རྒྱད་རྒྱུ་སོགས་སྤང་ནས་མཐར་མཛོན་པར་རྒྱགས་པའི་
 སངས་རྒྱས་རྒྱལ། ཚོས་འཁོར་བསྐྱར་རྒྱལ། གསོ་བ་རིག་པའི་རྒྱལ་རི་ལྟར་དུན་
 པའི་སྐྱུ་ཀྱི་དང་གསོ་རིག་གི་ལྷགས་མི་འདྲ་བ་བདུན་རི་ལྟར་བྱུང་རྒྱལ། ལྷན་
 པར་དུ་གངས་མིའི་རྒྱང་ས་འདིར་མཁས་པ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་གསོ་རིག་སྐྱར་གྱི་
 གཞུང་ལྷགས་རི་ལྟར་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་སོགས་བསྟན་ཡོད་པ་མ་ཟད། སྤ་འཕྱར་
 གསོ་དཔུད་རྒྱུང་མ་དང་ཕྱིས་འཕྱར་གསོ་རིག་སྐྱར་གྱི་གཞུང་ལྷགས་རི་ལྟར་
 བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་སོགས་བསྟན་ཡོད་པ་མ་ཟད། སྤ་འཕྱར་གསོ་དཔུད་རྒྱུང་མ་
 དང་ཕྱིས་འཕྱར་གསོ་དཔུད་གསར་མའི་སྐྱར་གྱི་ཉེ་བལ་དང་དར་རྒྱལ་ལྷ་ཚོགས།
 གཞན་དཔལ་ལྷན་རྒྱུད་བཞིའི་འཆད་རྒྱལ་དང་ས་བཅད། ལེའུ་གངས་སོགས་
 སོ་རེ་མ་ཡོད་པའི་སྐོ་ནས་རེ་རེ་བཞིན་ཚོག་ཚོགས་ཏུང་ལ་སོ་དོན་གསལ་བའི་སྐོ་

ནས་ཞིབ་འབྱིབས་ཡོད།

《གསེབ་རིག་པ་རྒྱ་གྲི་མེད་ཀྱི་ཞི་ནང་ཚོག་མར་གསེབ་རིག་པ་འདི་
བཀའ་ཡིན་པར་འདོད་པའི་གཞན་ལུགས་དང་། བརྟན་བཙས་ཡིན་པར་
འདོད་པའི་རང་ལུགས། གཞན་གསེབ་རིག་པ་འདི་རྒྱ་གྲི་ནང་གཞིས་ལས་
གང་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་ཚུལ་དང་། རྒྱ་གར། ལུ་རྒྱ་ན། རྒྱ་ནག་གསུམ་ནས་
བོད་དུ་རྒྱ་ཉམས་བྱུང་ཚུལ་བཅས་བརྟན། བར་དུ་ནད་གཞི་ལས་ཀྱི་གནས་ཚུལ།
ནད་ཀྱི་རོས་འཛིན། དབྱེ་བ། བཙས་ཐབས་སོགས་བརྟན། ཐ་མར་ཐུན་
གཅིག་གིས་ནད་དུ་མ་ཐེལ་ཚུལ་དང་། ཐུན་གྱིས་ཆེ་སྒྲིབ་བྱ་ཚུལ། ནད་མེད་རྒྱ་
ལ་རྒྱ་ཉམས་བསྐྱབ་ཚུལ་སོགས་གསེབ་རིག་གཞུང་གཞན་ན་ཁ་གསལ་མེད་པ་རྒྱས་
པར་བཞུལ་ནས་བརྟན་ཡོད།

《དུག་འཛོམས་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་རྒྱན་》ཀྱི་ནང་དུག་རྣམས་ཀྱི་རིགས་མི་
འདྲ་བ་དང་། འདྲུག་ཚུལ་གྱི་རིམ་པ། ནད་གཞི་ཡི་རོས་འཛིན། བཙས་
ཐབས་ཀྱི་གདམས་པ། དེའི་ལོག་གཞོན་བྱེད་ཐབས། རྩི་ཡི་རྒྱས་གཙོད་སོགས་
ཤིན་དུ་ཁ་གསལ་ཞིང་གོ་བདེ་བའི་རང་བརྟན་ཡོད།

དེ་ཡང་དཔེ་ཆོགས་འདི་ཉིད་དག་སྒྲིག་དང་ཚོམ་སྒྲིག་བྱེད་པའི་ཙ་འཛིན་
འདི་ལྟ་ཡིན་ཏེ། ༡. ཡིག་ཅོར་བ་དང་དོགས་གཞི་ཅན་རྣམས་ལ་མིང་ཆོག་གང་
དེའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཉགས་[]འདིའི་ནང་དག་བཙས་བྱས་ཡོད། ༢. གཞུང་ཆོག་ཆད་
པར་འདོད་པ་རྣམས་ཉགས་()འདིའི་ནང་དུ་ཁ་སྐོང་བྱས་ཡོད། ༣. ཚོམ་པ་
པའི་མཆན་རྣམས་གཞུང་དངོས་ཀྱི་ཡིག་གཟུགས་ལས་རྒྱུང་ཙམ་བྱས་ནས་
བཏོད་ཡོད། ༤. མ་ཡིག་མི་གསལ་བའམ་གཞུང་ཆོག་ཆད་པ་རྣམས་ལ་ཁ་སྐོང་
བྱེད་མ་རུས་པ་ཉགས་.....འདིས་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད་ལ་གྲག་ཉགས་(>
འདིའི་ནང་དུ་མ་ཡིག་གི་ཤོག་གངས་སམ་ཐིག་ཐེང་ཅི་ཙམ་ཞིག་ཆད་ཡོད་པ་
གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད། ༥. རྒྱ་ཆ་དང་རྒྱ་ཆ་སོགས་ཚུ་ལྟེ་རིགས་རྣམས་
དག་ཡིག་མཁས་པའི་ཁ་རྒྱན་ལྟར་ཏེ། སྒྱ་ཆ་དང་རྒྱ་ཆ་ཞེས་ཆོག་སྟོགས་དང་

བཞེབ་ན་མ་བཏགས་མི་འདོགས་ཤིང་། སྐག་པའི་ཚུ་དང་རྒྱ་མཚོའི་ཚུ་ཞེས་
 བའམ་ཚུ་མིང་རྒྱང་པའི་སྐབས་སུ་མ་བཏགས་འདོགས་ཞེས་པ་ཉམ་སྒྱུར་ཡོད།
 ལན་ཚུ་ཞེས་པ་ནི་བོད་ཀྱི་གསེབ་རིག་པའི་དཔེ་གཞུང་མང་ཆེ་བར་བརྟན་ནས་
 དམིགས་བསལ་དུ་མ་བྱར་སྒྱུར་ནས་བཞོད་ཡོད།

འདིར་ར་ཆོ་དག་ཟླུག་མི་སྣའི་ཤེས་བྱའི་ཚུ་ཚད་དམན་ཞིང་དཔེ་རྒྱུ་དག་
 ཟླུག་གི་ཉམས་སྤྱོད་ཞན་པའི་དབང་གིས་མ་རྟོགས་འགལ་འབྲལ་གྱི་ཆ་གང་མང་
 ཡོད་སྟེ་པ་ལ་རྒྱ་ཆེ་སྟོག་པ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱིས་དཀོང་ས་འཆར་ལྷགས་པར་གནང་
 བར་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བྱུང་།

མཚོ་ རྩན་ ཞིང་ ཆེན་ བོད་ གྱི་ གསེ་ རིག་ ཞིང་ འབྲུག་ ཁང་ གས།
 《བོད་ཀྱི་གསེབ་རིག་པའི་གནད་དཔེ་ལྟོགས་བསྟུགས་དཔེ་ཚོགས་》ཚུ་ཟླུག་ཆོགས་པ་
 གྱི་ལོ་2007ལོའི་ཟླ་5པའི་ཆེས་15ཉིན།

དཀར་ཆག

༄༅། ཁོག་འབྲུག་ལེ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞེས་བྲ་བ་རྒྱ་མ་
དམ་པའི་ཞལ་གྱི་གདམས་པ།

ཚུམ་པ་པོ་རྣམས་མཛད་བཞུགས།	3
གཞུང་དངོས།	5
སྤྱི་དོན་དང་པོ། ཁོག་ཕུབ་སྟོང་བྱུན་གྱི་རྣམ་པར་བཞག་པ།	7
དང་པོ། དམ་ཚེས་སྤྱི་ལྷུང་ཚུལ་བཞུན་པ།	7
གཉིས་པ། སངས་རྒྱས་འཇིག་རྟེན་དུ་ཕྱོན་པའི་ཚུལ་བཞུན་པ།	9
༡. སྤྱགས་བསྐྱེད་ཚུལ།	10
༢. ཚོགས་བསགས་ཚུལ།	10
༣. སངས་རྒྱས་ནས་ཚེས་འཁོར་བསྐྱོར་ཚུལ།	11
༤. སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་པ་བཞུན་ཚུལ།	12
གསུམ་པ། ཚུལ་རི་ལྟར་དྲན་པའི་ལོ་རྒྱུས།	20
བཞི་པ། གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷགས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་བཞུན་པ།	23
༡. རྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལྷགས།	23
༢. རྒྱལ་སྤྱི་ལྷུང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ལྷགས།	24
༣. བསྐྱལ་བཟང་ལྟའི་ལྷགས།	24

༡. རིག་འཛིན་དང་སྤོང་གི་ལུགས།	25
༥. རྩོམ་མཁན་འཕགས་པའི་ལུགས།	26
༦. འཛམ་གླིང་མཁས་པའི་ལུགས།.....	26
༧. རྩོམ་ལ་ལྟ་སྟེགས་གྱི་ལུགས།	28
ཐུག་པ། གསེ་བ་རིག་པའི་བརྒྱ་ཚུལ་བཞུན་པ།	29
ཐུག་པ། གང་ས་ཅན་གྱི་ཁྱོད་འདིར་གསེ་རིག་རྩི་ལྟར་བརྒྱུར་བའི་ ཚུལ་བཞུན་པ།	29
༢. ལ་འཇུར་ཞུན་དབྱེད་སྤྱིང་མའི་སྒྲོར་བཞུན་པ།	30
༣. རྩིས་འཇུར་གསར་མའི་སྒྲོར་བཞུན་པ།	47
༤. བརྒྱུར་བའི་གསེ་རིག་དར་བར་བྱེད་པ་ཞུན་པའི་གང་ས་ བཞུན་པ།	50
༡. ཞུན་པ་གང་གི་རིང་ལ་བཅོས་ལུགས་གང་དར་བ་བཞུན་པ། ...	52
༥. ཁྱོད་གྱི་ཞུན་པས་གསེ་རིག་མཛད་ཚུལ་བཞུན་པ།	55
བདུན་པ། འར་བྱུང་དུ་བཞུན་པ།	57
༢. གསེ་བ་པོ་ཞུན་པའི་རྣམ་བཞག	57
༣. གསེ་ལུལ་ནད་པའི་རྣམ་བཞག	59
ཐུ་དོན་གཉིས་པ། བཀའ་དང་བཞུན་བཅོས་གྱི་རྣམ་པར་བཞག་པ།	63
དང་པོ། ལྷན་སྡེ་ཆེན་པོ་འདི་ཉིད་རི་ལྟར་རོས་བརྒྱུང་བའི་ ཚུལ་བཞུན་པ།	63
གཉིས་པ། གསེ་བ་རིག་པའི་དགོས་པ་བཞུན་པ།	66
གསུམ་པ། མཚན་ཉིད་བཞུན་པ།	67
བཞི་པ། ཡི་མཉམ་ལྷན་ཆད་བཞུན་པ།	68
ཐེ་པ། དབྱེ་བ་བཞུན་པ།	68