

རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཤུགས་གསོ་རིག་སློན་ཁྲིམས་དོན་མ་ཅད་མི་རིགས་གསོ་རིག་ཕྱག་དཔེ་ལེགས་སྒྲིག་དཔེ་ཆོག་ས།
国家中医药管理局民族医药文献整理丛书

བོད་སློན་སྒྱུར་ཕྱི་ཆེན་མ། 藏药方剂大全

བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་སློན་ཅིས་ཁང་།
西藏自治区藏医院

བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་སློན་ཁང་།
西藏人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

藏药方剂大全/索朗顿珠编. —拉萨:西藏人民出版社, 2006. 4

ISBN 7-223-01957-3

I. 藏... II. 索... III. 藏医—方剂—汇编—藏语
IV. R291.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 151445 号

藏药方剂大全

整理单位	西藏自治区藏医院
整 理 者	索朗顿珠
责任编辑	刚 组
封面设计	阿 曲
出版发行	西藏人民出版社(拉萨市林廓北路 20 号)
印 刷	成都蜀通印务有限责任公司
开 本	787×1092 1/16
印 张	64.125
字 数	650 千
版 次	2006 年 4 月第 1 版
印 次	2006 年 4 月第 1 次印刷
印 数	01-2,000
书 号	ISBN7-223-01957-3/R·82
定 价	98.00 元(精装) 85.00 元(平装)

版权所有 翻印必究

བོད་སྐད་སྐྱོད་སྒྲིག་ཆེན་མོ།

ལེགས་སྒྲིག་ཆེན་པ།	བོད་རང་སྐྱོད་སྐྱོང་སྐྱོང་ཆེན་མོ།
ལེགས་སྒྲིག་པ།	བསོད་ནམས་དོན་གྲུབ།
ཚུལ་སྒྲིག་འགན་འཁུར་པ།	རྒྱ་བཅུག་པ།
མཁུན་ཤོག་འཆར་འཁོད་པ།	རག་ཆོས།
དཔེ་སྐྱོད་འབྲེལ་སྤྲོད་ཆེན་པ།	བོད་སྐྱོང་སྐྱོང་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱོད་ཁང་། (ལྷ་ས་སྤྱི་དགེ་རྒྱུ་ཁང་ལམ་སྟོན་ཡུལ་20)
ལར་འདེབས་ཆེན་པ།	ཁྲི་དུ་ཅུ་ཅུ་ཅུ་ལར་འདེབས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ། འགན་འཁུར་ཀྱང་སྤྲོད་པ།
དེབ་ཆེད།	787 × 1092 1/16
ལར་ཤོག	64.125
ཡིག་གྲངས།	ཁྲི་65
ལར་གཞི།	2006ལོའི་ཟླ་4པར་ལར་གཞི་1བསྒྲིག་པ།
ལར་ཐོངས།	2006ལོའི་ཟླ་4པར་ལར་ཐོངས་1བཟང་པ།
ལར་གྲངས།	01 - 2,000
དཔེ་དེབ་ཡང་ཉག་པ།	ISBN7 - 223 - 01957 - 3/R·82
རིན་ཤོད་རྒྱུ་པ།	98.00(སྤྲོད་ལེགས་) 85.00(དཔྱད་པ་མ་)

ལར་གཞི་སྤྱི་དགེ་རྒྱུ་ཁང་ལམ་སྟོན་ཡུལ་ལར་འདེབས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ།

国家中医药管理局
民族医药文献整理丛书
指导委员会

主任委员: 余靖

副主任委员: 李振吉 房书亭

委 员: 余 靖 李振吉 房书亭 吴 刚 贺兴东 洪净 苏钢强
林超岱 赵 明 阿 登 次旦平措 德 吉

执行委员: 赵 明 德 吉

《藏药方剂大全》编辑委员会

委 员: 占 堆 次仁巴珠 索朗顿珠

整理者: 索朗顿珠

前 言

我国是一个多民族的文明古国，在漫长的历史长河中，由于地理环境、自然因素、生活方式等的不同，加之哲学、宗教等的影响，各民族在防治疾病以及应用药物等方面逐渐形成了具有本民族特色的民族医药，为本民族的繁衍和社会进步做出了巨大的贡献。民族医药是民族地区重要的医药卫生资源，是我国卫生事业的重要组成部分，也是可供全人类共享的宝贵财富。

国家中医药管理局在《中医药在西部大开发战略研究》课题研究的基础上，于 2001~2002 年重点支持了一批西部地区民族医药文献整理课题。该项目的主要目标是，通过民族医药文献的抢救与整理，编纂出版代表各民族医药发展史、基础理论、临床医学、药物方剂的专著，为我国开展民族医药的科研、教育、临床、药品研制与开发奠定基础。

《国家中医药管理局民族医药文献整理丛书》计划编纂、出版 60 册，涵盖藏、蒙、维、傣、彝、壮、瑶、回、朝、苗、布依、仡佬、土家、羌、侗等民族医药文献。它的出版将为我国中医药宝库注入新的财富，为后人继承与发展民族医药打下良好的基础。

国家中医药管理局

民族医药文献整理丛书指导委员会

二 00 四年二月

ཐོན་འགྲུའི་གཏམ།

རང་རྒྱལ་ནི་མི་རིགས་མང་ལ་ཤེས་རིག་དར་རྒྱས་ཆེ་བའི་གནའ་བོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན།
དུས་ལུན་རིང་པོའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ནང་ས་ཁམས་ཀྱི་ཁོར་ལུག་དང་རང་བྱུང་གི་ཆ་རྒྱུན།
འཆོ་བའི་གོམས་གཤེས་སྐོར་མི་འདྲ་བའི་ཐོག་ད་དུང་མཆོན་ཉིད་རིག་པ་དང་ཆོས་ལུགས་
སྐོར་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་ནད་གཞི་སྔོན་འགོག་དང་བཙོས་ཐབས། སླན་
ཀྱི་བེད་སྤྱོད་བྱེད་སྤྱོད་སྐོར་མི་འདྲ་བའི་བཞིན་མི་རིགས་སོ་སོའི་བྱེད་ཆོས་ལུན་པའི་མི་
རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་གསོ་རིག་གྲུབ་སྟེ། དེས་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་རིགས་རྒྱུད་འཕེལ་འཛིན་
དང་སྤྱི་ཆོགས་ཡར་རྒྱས་སྐོར་མི་འདྲ་བའི་ཐད་ལེགས་སྦྱོར་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད། མི་རིགས་ཀྱི་གསོ་རིག་
དང་སླན་རྒྱུ་མི་མི་རིགས་ས་ཁུལ་རང་ཁོངས་ཀྱི་གསོ་རིག་དང་སླན་རྒྱུ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་
འབྲུང་རྒྱ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་དེ་ནི་ཡུང་གོའི་འཕྲོད་བསྟེན་བྱ་གཞག་གི་གྲུབ་ཆ་གལ་
ཆེན་ཞིག་ཡིན་ལ། འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་མཛུགས་ཀྱི་ཆ་ཆེའི་སྤྱོད་མཛུགས་ཀྱི་ཡུང་ཡིན།

རྒྱལ་ཁབ་ཡུང་ལུགས་གསོ་རིག་སླན་རྒྱུ་རྒྱ་ལྡན་ཅུས་ནས་《ཡུང་ལུགས་གསོ་རིག་དང་
སླན་རྒྱུ་དེ་ཉིད་ལྷན་སྦྲེལ་བྱེད་ཆོས་མའི་འཐབ་རྒྱས་ཞིབ་འཇུག་》 ཅུས་གྲངས་ཀྱི་
མང་གཞིའི་ཐོག་སྤྱི་ལོ་༢༠༠༡དང་༢༠༠༢ལོར་གཙོ་བོར་ལྷན་སྦྲེལ་བྱེད་ཀྱི་མི་རིགས་གསོ་རིག་
དང་སླན་རྒྱུ་ཀྱི་ཁྲུང་ས་ལུན་མ་དཔེ་ཁག་ཅིག་ལེགས་སྦྱོར་བྱེད་པའི་ཅུས་གྲངས་ལ་གཙོ་
གནས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་ཡོད། ཅུས་གྲངས་འདིའི་དམིགས་ཆ་དག་གཙོ་བོ་ནི་མི་རིགས་གསོ་
རིག་དང་སླན་རྒྱུ་ཀྱི་ཆོད་ལུན་མ་དཔེ་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་ལེགས་སྦྱོར་བྱས་པ་བརྒྱུད་མི་རིགས་སོ་
སོའི་དཔེ་མཆོན་གྱི་མི་རིགས་གསོ་རིག་གི་འཕེལ་རྒྱས་ལོ་རྒྱུས་དང་མང་གཞིའི་རིག་པའི་
གཞུང་ལུགས། བདེ་ཐོག་ལག་ལེན། སླན་རྒྱུ་དང་སླན་རྒྱུ་སྐོར་གྱི་ཆེད་ཚོམ་དཔེ་སླན་བྱས་
ནས་རང་རྒྱལ་གྱི་མི་རིགས་ས་ཁུལ་དུ་ཆོད་རིག་ཞིབ་འཇུག་དང་། སློབ་གསོ། བདེ་ཐོག་སླན་
བཙོས་སླན་རྒྱུ་ཞིབ་བཟོ་དང་གསར་སྟོན་བྱེད་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་མང་གཞི་བཟང་པོ་ཞིག་འདིར་
བྱུང་བྱེད་ཡིན།

《རྒྱལ་ཁབ་ཡུང་ལུགས་གསོ་རིག་སླན་རྒྱུ་རྒྱ་ལྡན་ཅུས་མི་རིགས་གསོ་རིག་ལུགས་དཔེ་
ལེགས་སྦྱོར་དཔེ་ཆོགས་》 འཆར་གཞི་ལྷན་པོ་ལྷན་དེས་མི་རིགས་༤༠ཙམ་དཔེ་སླན་བྱ་རྒྱུ་དང་

དེ་དག་ནི་སོད་རིགས། སྐྱེ་རིགས། སྤང་ཅང་། ཡུ་གུར་རིགས། ཉའེ་རིགས། དབྱིས་
 རིགས། ཀྲོང་རིགས། ཡའོ་རིགས། ཉའེ་རིགས། བློ་ལོ་རིགས། མིའོ་རིགས། ཐུའུ་ཡིས་
 རིགས། ཀེ་ལའོ་རིགས། ཐུའུ་ཅ་རིགས། ཆའང་རིགས། ཉུང་རིགས་སྐྱེས་མི་རིགས་ཀྱི་
 གསོ་རིག་དང་སློན་རྒྱུ་མ་དཔེ་བྱུངས་ལྟ་ན་མས་ཚུད་ཡོད། དེ་བཞིན་དཔེ་སློན་བྱས་
 པས་རང་ཀྱུ་ལྱི་མི་རིགས་གསོ་རིག་དང་སློན་རྒྱུ་བར་མཛོད་དེ་བས་སློན་སྒྲུལ་ཆོགས་པ་
 དང་ནམ་པར་བཟྱ་བར་འགྱུར་ངེས་ཡིན་ལ་དེ་ནི་མི་རབས་རྗེས་མས་མི་རིགས་གསོ་རིག་དང་
 སློན་རྒྱུ་བྱ་གཞག་རྒྱུ་འཛོལ་དང་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་མང་གཞི་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།

ཀྱུ་ལ་ཁབ་ཀྱང་ལུགས་གསོ་རིག་སློན་རྒྱུ་དོ་དམ་ཅུས།
 མི་རིགས་གསོ་རིག་ཕྱག་དཔེ་ལེགས་སྒྲིག་དཔེ་ཆོགས་
 སློབ་སློན་ལྷ་ཡོན་ལྷན་ཁང་ནས།
 ༢༠༠༤ལོའི་ཟླ་བ་༢པར།

སྒྲིག་པ་པོའི་གཏམ།

༡༡། བོད་ཁ་བ་ཅན་གྱི་བརྩ་སྤྱོད་རིག་པའི་གནས་གྱི་ཡ་གྱུ་ཏུ་གྱུར་པའི་བོད་ལུགས་གསེས་
བ་རིག་པར་མ་དོ་ན་༡༠༠ཅམ་གྱི་ལ་རྒྱས་ཡོད་ཅིང་། ལ་རྒྱས་གྱི་རྒྱ་སྤྱང་རིང་མོའི་ནང་ཡབ་
མེས་གྱི་ལྷ་རིག་མཁས་དབང་མང་པོའི་ཕེས་ཆེ་ལས་འབྲུངས་པའི་བོད་ལུགས་གསེས་བ་རིག་
པའི་སྒྲན་གཞུང་གི་རྒྱ་དང་བསྟན་བཅས་གྲངས་ལས་འདས་པ་རྗེས་རབས་པར་འཛིག་
གནང་བཀའ་དྲིན་རབ་ཏུ་ཆེན་པོར་ལ་རྒྱས་གྱི་བཀའ་རྒྱ་དང་རང་བྱུང་གི་འགལ་རྒྱུན་མང་
དབང་གིས་སྤུ་ཏུ་བྱུང་བའི་བཅའ་སྒྲིལ་ཆོས་དེ་ཅམས་རྒྱ་ཆེའི་སྒྲིག་པ་པོའི་སྒྲན་ལམ་ཏུ་འབུལ་
སྤུ་བ་པ་བྱ་རྒྱུར་བཞགས་ཆེ་ཞིང་བར་ཆད་མང་བ་དང་། ལྷན་པར་ཏུ་ “ལ་བརྩའི་གོད་
ཆག” ནང་རྩ་ཆེའི་བཅའ་སྒྲིལ་ཆོས་མང་དག་ཙམ་གྱི་རྒྱ་སྤྱང་ཞིང་། ད་ཆ་དཔེ་རྒྱུན་ཤིན་ཏུ་
དཀོན་པའི་མ་དཔེ་བྲིས་མ་གཅིག་ཙམ་ལྟག་པ་ཁོ་ནར་བརྟེན་དགོས་རྒྱུན་བོད་ལུགས་གསེས་
རིག་སྒྲིབ་སྤྱོད་དང་ཞིབ་འཇུག་ལ་དགའ་ཞེན་ཆེ་བའི་སྒྲིག་པ་པོ་གཞན་ལ་གཞོན་ཏུ་འོ་ཆོགས་གྱིས་རྒྱ་
ལྷན་ཏུ་མཇུག་ཐབས་བྲལ་བའི་གནས་སུ་གྱུར་ཡོད། རྒྱ་མཆན་དེ་ལ་གཞིགས་ཏེ་རྩ་ཆོས་བོད་
གྱི་སྒྲིལ་རྒྱུན་གསེས་རིག་འདི་ཉིད་འཛིན་སྤྱོད་སྤེལ་གསུམ་ཡོང་བའི་ཀྱན་སྒྲིབ་བཟང་པོས་རབ་
བསྐྱེད་ནས་བོད་གྱི་དཀོན་ལྷེ་ཁག་སྤྱོད་དང་། ལྟག་ཏུ་སྤོ་བྲང་སྤོ་ཏེ་ལའི་དཔེ་མཛོད་ཁང་། བོད་
སྤྱོད་སྤེལ་ལྷེ་མཛོད་བཤམས་སྤྱོད་ཁང་། བོད་སྤྱོད་སྤེལ་དཔེ་མཛོད་ཁང་། ལྷེ་དགེ་པར་ཁང་།
རང་སྤྱོད་ཁང་གི་དཔེ་མཛོད་ཁང་སོགས་སྤྱོད་སྤེལ་གང་ས་ནས་ལག་སྤྱོད་བྱུང་བའི་དཔེ་རྒྱུན་
དཀོན་ཞིང་ཞིབ་འཇུག་གསར་སྤེལ་གྱི་རིན་ཐང་ཆེ་བའི་མ་དཔེ་ཉིས་བརྒྱ་ཙམ་ལ་གཞི་བཅོལ་
ཏེ་དེ་དག་ནང་གི་སྤྱོད་བ་ལེགས་གསུམ་བརྒྱུད་སྤྱོད་ལ་ཉེ་བ་སྤྱོད་སྤེལ་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཡོད་པ་ལས་
འདིར་དེ་ཆོའི་ནང་ནས་སྤྱོད་བ་ལེགས་པ་སུམ་སྤྱོད་ལྷ་བརྒྱ་ཙམ་བསྐྱེད་སྤྱོད་ནས་སྤྱོད་སྤེལ་གཅིག་
ཏུ་བརྟེན་པ་ལས་ 《བོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྷེ་ཆེན་མོ་》 འདི་ཙམ་སྒྲིག་ཞུས་པ་ཡིན།

《བོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྷེ་ཆེན་མོ་》 འདིའི་ནང་བཀོད་པའི་སྤྱོད་ལྷེ་མང་ཤས་ཅམས་སོག་
མའི་སྤྱོད་བ་གསར་གཏོད་མཛོད་མཁན་གྱི་མ་ཕྱི་རང་ནས་བརྟེན་ཏེ་བསྐྱེད་སྤྱོད་པ་དང་། སྤྱོད་
བ་ལྷན་ཤས་ཤིག་གི་མཛོད་པ་པོ་དོས་བཟུང་བྱུང་བ་ཙམ་ལས་ཁོང་ཅམས་པའི་བཅའ་སྒྲིལ་ཆོས་དེ་

ཕན་མཇལ་རྒྱ་མེད་པར་བརྟེན་མཁས་དབང་གཞན་གྱི་བཅམས་ཆོས་ནང་ལུང་འདྲིན་ལྷན་
ནས་འཁོད་པ་རི་བཞིན་བསྒྲིགས་ཡོད།

དཔེ་དེབ་འདི་ཙྰམ་སྒྲིག་བྱེད་པའི་ནང་སྦྱར་བ་ཁག་ནང་མངོན་གསལ་དོད་པོའི་ཡིག་
ནོར་ཁག་ཅིག་ལ་དག་བཅོས་ལྷན་པ་དང་། དྲིགས་གཞི་ཡོད་རིགས་འགའ་ཞིག་དཔེ་ཆོགས་
ཁག་དང་ཞིབ་བསྟར་བྱས་པ་ཙམ་ལས་ནང་དོན་ལ་བརྩོན་བཅོས་ལྷན་མེད། རྒྱ་ཆེའི་སྒྲིག་པ་
པོར་གཟིགས་བདེ་ཡང་ཆེད་སྦྱར་བ་ཁག་ཀ་མེད་ཀོ་རིམ་རི་བཞིན་བསྒྲིགས་སྟོན་དཀར་ཆག་
གི་བྱ་ར་ཡང་བཀོད་ཡོད། ནང་དོན་ཐད་སྒྲན་གྱི་གཤམ་མིང་དང་། གངས་ཆོག་ཁ་བསྟར། དེ་
མིན་མན་ངག་སྟགས་ཆོག་ཤང་ས་སའི་མཆོམས་སྟ་གྲག་ཉགས་ནང་བྱར་མཆན་བཀོད་ཡོད།

གཞན་ཡང་ 《བོད་སྒྲན་སྦྱར་མེ་ཆེན་མོ་》 འདི་ཙྰམ་འབྲི་དང་དཔེ་སྒྲན་བྱེད་པའི་བྱ་
རིམ་ནང་སྤྲོད་འཕྲོད་བཞེན་ཐིང་བོད་ལྷགས་གསེར་ག་དོ་དམ་ཅུས་དང་རང་སྒྲན་ཁང་ནས་
རྟོགས་ཞིབ་དང་དཔེ་སྒྲན་ཐད་ཁ་གསལ་བྱོན་དུལ་གྱི་རྒྱབ་སྦྱར་གནང་བར་འདིར་སྟོང་
དུས་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་བྱ་རྒྱུ་དང་། ལྷག་ཏུ་དཔེ་དེབ་འདི་ཙྰམ་འབྲིའི་རྒྱད་རིམ་ནང་དེད་
སྒྲན་ཁང་གི་དུབ་འཛིན་ཡོན་ཀྱང་དག་འདུལ་མཆོག་དང་། ཡོན་ཀྱང་སྦྱ་གཞོན་ཆེ་རིང་བག་
གོ་མཆོག་རྣམ་གཉིས་ནས་སྟོན་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་སྦྱལ་ལྷག་དང་དགོས་ངེས་གྱི་ཆ་རྒྱུན་
བསྒྲན་གནང་བར་འདིར་དམིགས་བཀར་དུ་སྒྲིག་སྒྲུལ་དང་བས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།

ཁོ་བོར་བོད་གྱི་གསེབ་རིག་པའི་བྱ་གཞག་ཁག་རྒྱད་འཛིན་དང་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་
བའི་བཙོན་འགྲུས་དང་སེམས་ཤུགས་ཡོད་པ་ཙམ་ལས་སྦྱོར་སྦྱངས་གྱི་ཤེས་རྟོགས་ཕུ་ཞིང་ལག་
ལེན་གྱི་རྒྱུང་བ་དམན་པས་འདིའི་ནང་མ་རྟོགས་ལོག་རྟོགས་སྟོན་གྱི་འགལ་འབྲལ་གཡོལ་
ཐབས་མེད་པར་སྟོན་གྱིད་ན་མཁྱེན་གཟིགས་ཡངས་པའི་མཁས་དབང་རྣམས་ནས་དགོངས་
དུད་ཡོད་པ་བྱ་རྒྱུ་དང་། སྤང་ཆར་མ་ཤེས་བཀའ་སྒྲོབ་རྒྱལ་པོར་གནང་རྒྱུའི་རེ་བ་བྱ་བཞིན་
ཡོད།

ཙྰམ་སྒྲིག་པ། བསོད་ནམས་དོན་གྲུབ་ནས།

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༥ ལོའི་ཟླ་ ༡༡ ཆོས་ ༡༡ ཉིན།

བོད་སྐད་སྐྱོར་སྒྲིག་ཆེན་མོའི་དཀར་ཆག

དཀར་ཆག		ཀོ་བྱི་བརྩུག་གསུམ།.....	(5)
ཀ་ལྷེ།		ཀོ་བྱི་བཅོ་ལྷ།.....	(6)
		ཀོ་བ་བཞི་པ།.....	(6)
ཀ་ཀོ་རྩལ་པ།.....	(1)	ཀོ་བ་བརྩུག་གཅིག་.....	(6)
ཀ་བེད་ལྷ་ཐང་།.....	(1)	ཀོ་བ་བརྩུག་གསུམ།.....	(6)
ཀ་རའི་བཞི་ལ་སྐྱོར།.....	(1)	ཀོ་ལ་བཞི་པ།.....	(7)
ཀ་རལ་རྩལ་པ།.....	(1)	ཀོ་ལ་བརྩུན་པ།.....	(7)
ཀ་རལ་བརྩུན་པ།.....	(2)	ཀོ་ལ་བརྩུན་ཐང་།.....	(7)
ཀ་རལ་བརྩུན་པ།.....	(2)	ཀོ་ལ་བརྩུག་གཅིག་.....	(7)
ཀ་རལ་བརྩུན་པ།.....	(2)	ཀོ་ལ་བཅོ་ལྷ།.....	(7)
ཀ་རལ་བརྩུན་པ།.....	(2)	ཀོ་ལ་བཅོ་བརྩུན།.....	(8)
ཀ་རལ་དབྱ་པ།.....	(2)	ཀོ་ལ་བརྩུན་དབྱ།.....	(8)
ཀ་རལ་དབྱ་པ།.....	(2)	ཀྱི་ལྷེ་གསུམ་ཐང་།.....	(8)
ཀྱ་པའི་སྐྱོར་པ།.....	(3)	ཀྱི་ལྷེ་གསུམ་པ།.....	(8)
ཀྱ་དག་ལ་ཞོར་བུའི་སྐྱོར་པ།.....	(3)	ཀྱི་ལྷེ་ལྷ་པ།.....	(8)
ཀྱ་རྩལ་ཡིད་བཞིན་ཞོར་བུ།.....	(3)	ཀྱི་ལྷེ་རྩལ་པ།.....	(9)
ཀྱ་བྱེད་རྩལ་པ།.....	(4)	ཀྱི་ལྷེ་བརྩུན་སྐྱོར།.....	(9)
ཀོ་བྱི་ལྷ་ཐང་།.....	(4)	ཀྱི་ལྷེ་དབྱ་པ།.....	(9)
ཀོ་བྱི་བརྩུན་པ།.....	(4)	ཀྱི་ཀ་ཉན།.....	(9)
ཀོ་བྱི་བརྩུན་སྐྱོར།.....	(5)	ལྷ་བརྩུན་ལྷ་པ།.....	(9)
ཀོ་བྱི་བརྩུག་གཉིས།.....	(5)	ལྷ་བརྩུན་ལྷ་པ།.....	(10)
ཀོ་བྱི་བརྩུག་གསུམ།.....	(5)		

ཐོད་སྒྲུབ་སྒྱུར་སྡེ་ཆེན་མའི་དཀར་ཆག

ལྷ་བདུད་བརྩ་གསུམ།..... (10)	སྒྲུབ་བྱེད་ལྷ་གྲ།..... (17)
ལྷ་བདུད་བཙུག་ལྷ།..... (10)	སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཤིང་སྒྱུར་བ།..... (18)
ལྷ་བདུད་བརྩ་རྩ་གྲ།..... (10)	སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་རྩ་རྩ་ལྷ་གསུམ།..... (18)
ལྷ་བདུད་བཙུག་བརྩ་ད།..... (11)	སྒྲུབ་སྒྲུབ་དགུ་སྒྱུར། (18)
ལྷ་བདུད་ཉེར་ལྷ།..... (11)	སྒྱུ་ཁ་རྩ་བ་སྒྲུབ་འགྲོ་ལ།..... (19)
དཀར་གོང་དགུ་བ།..... (11)	སྒྱུ་ཐབ་འཛམ་ས་པའི་དབྱི་མང་
དཀར་པོ་བཞི་སྒྱུར།..... (12)	བདུན་བ།..... (19)
དཀར་པོ་ལྷ་སྒྱུར།..... (12)	སྒྱུ་རུ་འཛིན་མང་།..... (19)
དཀར་པོ་རྩ་གྲ་སྒྱུར།..... (12)	སྒྱུ་རུ་བདུན་བ།..... (19)
དཀར་པོ་རྩ་གྲ་སྒྱུར།..... (13)	སྒྱུ་རུ་བརྩ་དགུ་སྒྱུར།..... (19)
དཀར་པོ་བརྩ་བྱིན་བརྩ་གསུམ།..... (13)	སྒྱུ་རུ་དགུ་བ།..... (20)
དཀར་པོ་ཡར་འབྲེན་བརྩ་གསུམ།..... (14)	སྒྱུ་རུ་བརྩ་གཅིག་..... (20)
དཀར་པོ་ཡར་འབྲེན།..... (14)	སྒྱུ་རུ་བརྩ་གཉིས།..... (20)
དཀར་པོ་ཡར་འབྲེན།..... (14)	སྒྱུ་རུ་བརྩ་བཞི་འཛིན་མང་།..... (20)
དཀར་པོ་བཙུག་བརྩ་ད།..... (15)	སྒྱུ་རུ་བརྩ་རྩ་གྲ།..... (20)
སྒྲུབ་ས་ཁ་འབྱེད་སྒྱུར་བ།..... (15)	སྒྱུ་རུ་བཙུག་བརྩ་ད།..... (21)
སྒྲུབ་འགག་ས་སྒྱུ་སྒྲུབ་ཁ་བསྒྱུར་	སྒྱུ་རུ་ས་ལྷ། (21)
ཅན།..... (15)	སྒྲུབ་ས་གཙོ་དེ་མེ་འབྲུ་བཞི་བ།..... (21)
སྒྲུབ་བཙུག་ཆང་ས་པ་སྒྲུབ་ལྷ་གྲ།..... (16)	སྒྲུབ་ས་གཙོ་དེ་ལ་སྒྲུབ་བདུན་བ།..... (22)
སྒྲུབ་བཙུག་བདུད་ཅི་སྒྲུབ་ཤིག་..... (16)	སྒྲུབ་ས་གཙོ་དེ་རྩ་རྩ་འཛིན་སྒྱུར་བ།..... (22)
སྒྲུབ་སྒྲུབ་འཛམ་ས་སྒྲུབ་འབྲུག་སྒྲུབ།..... (17)	སྒྲུབ་ས་སྒྲུབ། (22)

པོད་སྐུན་ལྷོ་ར་སྡེ་ཆེན་མོའི་དཀར་ཆག

ཕྱུགས་སྒྲུབ་བདེ་བྱེད།.....	(22)	ཕྱངས་འཛིམས་བཞི་པ།.....	(27)
ཕྱེ་འགྲོག་རིལ་བྲ།.....	(23)	ཕྱངས་འཛིམས་བྱག་པ་	
ཕྱེ་ཚོད་རིལ་བྲ།.....	(23)	ཕྱེ་བཙག་.....	(27)
ཕྱེར་པའི་ཁར།.....	(23)	ཕྱངས་འཛིམས་བྱག་པ།.....	(27)
ཕྱེར་ཁའ་གསུམ་པ།.....	(23)	ཕྱངས་འཛིམས་རིག་པ་བྱག་ཞི།.....	(28)
ཕྱེར་ཁའ་ལྔ་པ།.....	(23)	ཕྱན་བཙོས་བདུད་ཅིའི་ཡང་ཁྱུ།...	(28)
ཕྱེར་ཁའ་ལྔ་པ།.....	(23)	ཕྱན་འཛིམས་དོ་རྩེའི་མཚོན་ཆ།.....	(28)
ཕྱེར་ཁའ་ལྔ་ཚྱོར།.....	(24)	ཕྱན་འཛིམས་རིན་ཆེན་པ་ལམ།.....	(28)
ཕྱེར་ཁའ་བྱག་པ།.....	(24)	ཕྱན་འཛིམས་རིལ་བྲ།.....	(29)
ཕྱེར་ཁའ་དགུ་པ།.....	(24)	ཕྱན་འཛིམས་བརྩ་བདུན།.....	(29)
ཕྱེར་ཁའ་བརྩ་གཅིག་.....	(24)	ཕྱན་འཛིམས་རྒྱ་བསིལ།.....	(29)
ཕྱེར་པ་གསུམ་ཐང་།.....	(25)	ཕྱན་སྒྲན་དོ་རྩེ་སྤྱི་འཛིམས།.....	(29)
ཕྱེར་པ་གསུམ་པ།.....	(25)	ཕྱན་རིགས་ཀྱན་འགྲོ།.....	(30)
ཕྱེར་བདུན་ཁར།.....	(25)	ཕྱན་རིགས་ཀྱན་འཛིམས།.....	(30)
ཕྱེར་བདུན་ཁར་འི་མན་དག་.....	(25)	ཕྱན་བཤལ་སྐལ་ཤ་ཉེར་ལྔ།.....	(30)
ཕྱེར་པ་ཉེར་ལྔ།.....	(25)	ཕྱན་བཤིག་རིལ་བྲ།.....	(31)
ཕྱེར་ལྷན་ལྔ་པ།.....	(26)	ཕྱན་བཤིག་རིལ་བྲ།.....	(31)
ཕྱེར་ལྷན་ལྔ་པ།.....	(26)	ཕྱན་བཤིག་བདུན་པ།.....	(31)
ཕྱེར་ལྷན་བརྩུད་པ།.....	(26)	ཕྱན་བཤིག་དབྱི་མོང་བདུན་པ།.....	(31)
ཕྱན་ག་ཟེལ་པ།.....	(26)	ཕྱན་བཤིག་ཟེ་ཚྭ་བརྩ་པ།.....	(31)
ཕྱ་ཚྱ་ཕྱེ་བའི་སྒྲན་ཚྱོར།.....	(27)	ཕྱན་བཤིག་མེ་འབྲུ་དགུ་པ།.....	(32)

པོད་སྐྱེ་སྦྱོར་མེ་ཆེན་མོའི་དཀར་ཆག

སྐྱེ་བཞིག་ཏིག་ཏ་དགུ་པ། (32)	ཁྱུ་འདེབས་སྐྱེ་མར། (38)
སྐྱེ་བཞིག་ཏིག་ཏ་བརྩ་པ། (32)	ཁོང་སྐྱེ་བེ་གུ་བརྩ་དྲུག་སྦྱོར་བ།... (38)
སྐྱེ་བཞིག་ཏིག་ཏ་བརྩ་པ། (32)	ཁོང་སྐྱེ་མེལ་བའི་མ་རུ་ཙེ་
སྐྱེ་བཞིག་ཏིག་ཏ་བརྩ་དྲུག་..... (32)	གསུམ་སྦྱོར། (38)
བསྐལ་མེའི་འཁོར་ལོ། (33)	ཁོང་སྦྱང་ནག་པོ་དགུ་སྦྱོར། (38)

ཁ་ལྷོ།

ཁ་ལྷོ་གསུམ་པ། (34)	ཁྱེ་དྲུག་མང་སྦྱོར་ཉེར་ལ། (39)
ཁ་ལྷོ་བཞི་པ། (34)	ཁྱེ་ལ་མ་རི་གཉིས་སྦྱོར། (39)
ཁ་ལྷོ་དྲུག་པ། (34)	ཁྱེ་ལ་མ་རི་ཁ་ཆར་ཅན། (39)
ཁ་ཆེ་བརྩན་སྦྱོར། (34)	ཁྱེ་དགུ་འེ་སྦྱོར་བ། (40)
ཁ་ཆེ་ཉེར་ལ། (35)	ཁྱེ་ཆོད་ཁ་ཆར་ཅན། (40)
ཁ་ཆེ་ཉེར་ལ། (35)	ཁྱེ་ལ། (40)
ཁ་སྐྱེ་ཉེ་དྲུག་སྦྱོར། (35)	ཁྱེ་ལ་དྲུག་པ། (40)
ཁ་རུ་ཆོད་ཆེག་ཐང་། (36)	ཁྱེ་ལ་མ་ཉེས་སྦྱོར། (41)
ཁ་རུ་ཆོད་ལ་ཐང་། (36)	ཁྱེ་ལ་དགུ་པ། (41)
ཁ་རུ་ཆོད་སྐྱེ་མར། (36)	ཁྱེ་ལ་བརྩ་པ། (41)
ཁ་སྦྱང་ཉེར་ལ། (36)	ཁྱེ་ལ་མ་ཆུ་མེར། (41)
ཁ་མ་ཆེལ་ལ། (36)	ཁྱེ་ལ་གསོག་རྒྱུ་པ། (41)
ཁྱེ་བ་བཞི་ལན། (37)	ཁྱེ་ལ་ལུས་སྦྱོར་བརྩ་གསུམ། (42)
ཁྱེ་ཆོད་ལུས་བཞི། (37)	ཁྱེ་ལ་ཆུ་རྩ་དྲུག་སོག་ཅན། (42)
ཁྱེ་ཆོད་རྒྱལ་མོ་ཆུ་འབྱེད། (37)	ཁྱེ་ལ་ཆོད་ལན་ཁ་ཆར་ཅན། (42)

པོད་སྐུ་སྐྱེ་ལྷེ་ཆེན་མའི་དཀར་ཆག

ལྷ་མ་ལུ་ཐུ་ཅན།.....	(42)	ལྷ་རེ་བཅུ་གསུམ།.....	(49)
ལྷ་མ་མཆུ་ཐེར།.....	(43)	ལྷ་སྒྲོ་ཉེར་ལ།.....	(49)
ལྷ་མ་ཉེར་ལ།.....	(43)	ལྷ་ཤ་བཅུ་པ།.....	(49)
ལྷ་སྒྲོ་དགུ་པ།.....	(43)	ལྷ་མ་མཁིས་འབྱེད་ཐང་།.....	(50)
ལྷ་སྒྲོ་བཅུ་པ།.....	(44)	ལྷ་མ་འབྱུགས་ཀྱི་མེལ།.....	(50)
ལྷ་སྒྲོ་བཅུ་གཅིག་པ།.....	(44)	ལྷ་མ་འབྱུགས་ཀྱི་མེལ།.....	(50)
ལྷ་བཅུ་ད།.....	(44)	ལྷ་མ་འབྱུགས་ལྷ་པ།.....	(50)
ལྷ་ཆེན་བཞི་པ།.....	(44)	ལྷ་གཙོ་དེ་ལྷ་ལྷ།.....	(51)
ལྷ་ཆེན་བདུན་པ།.....	(45)	ལྷ་གཙོ་དེ་དར་ཐེམ་གསུམ་པ།.....	(51)
ལྷ་ཆེན་བཅུ་པ།.....	(45)	ལྷ་གཙོ་དེ་ལྷ་སྒྲོ་ད།.....	(51)
ལྷ་ཆེན་བཅུ་གཉིས།.....	(45)	ལྷ་གཙོ་དེ་གུར་གུམ་དུག་པ།.....	(51)
ལྷ་ཆེན་བཅུ་གསུམ།.....	(45)	ལྷ་གཙོ་དེ་གུར་གུམ་ཉེར་ལ།.....	(51)
ལྷ་ཆེན་བཅུ་དགུ།.....	(46)	ལྷ་གཙོ་དེ་ཆ་སྒྲོ་ལ།.....	(52)
ལྷ་ཆེན་ཉེར་གཉིས།.....	(46)	ལྷ་གཙོ་དེ་བསྐྱེད་ཐེང་ལྷ་ལྷ།.....	(52)
ལྷ་ཆེན་གཤག་རྒྱུད་ཉེར་ལ།.....	(46)	ལྷ་གཙོ་དེ་རྒྱ་ལྷ་ལྷ་སྒྲོ་ད།.....	(52)
ལྷ་ཆེན་ཉེར་ལ།.....	(47)	ལྷ་ནད་ཀྱི་མེལ།.....	(53)
ལྷ་ཆེན་ཉེར་ལ།.....	(47)	ལྷ་སྒྲོ་དེ་ཉེར་ལ།.....	(53)
ལྷ་ཆེན་ཉེར་ལ།.....	(48)	ལྷ་སྒྲོ་དེ་ལྷ་ལྷ་བཅུ་བཞི།.....	(54)
ལྷ་ཆེན་ཉེར་ལ།.....	(48)	ལྷ་ཆད་མེལ་བའི་རྒྱུད་ལྷ་ལྷ་	
ལྷ་སྒྲོ་བཅུ་བདུན།.....	(48)	བདུན་པ།.....	(54)
ལྷ་དམར།.....	(49)	ལྷ་ཆད་མེལ་བའི་གུར་གུམ་	

བོད་སྐད་སྐྱོད་ཆེན་མོ་འདི་དཀར་ཆག

བདུན་པ།..... (54)	མཁལ་ཚད་གྲུ་གུམ་བདུན་པ།..... (59)
ཁྱེད་ཚལ་མང་འབྲས་བདུན་པ།... (54)	མཁལ་ཚད་སེལ་བའི་གྲུ་གུམ་
ཁྱེད་རྒྱུ་སེལ་བའི་ཨ་གར་	བདུན་པ། (59)
བརྒྱད་པ།..... (54)	མཁལ་ཚད་སེལ་བའི་རྟོང་ལེན་
ཁྱེད་རྒྱུ་འབྲས་སེལ་སྐྱོར་པ།..... (55)	བདུན་པ།..... (59)
ཁྱེད་བཞིག་རྒྱ་ཡི་འཁོར་ལོ།..... (55)	མཁལ་སྐྱོད་ཅ་སྐྱོར་ཉི་གྲ།..... (59)
ཁྱེད་བཞིག་རིན་ཆེན་པ་ལམ།..... (55)	མཁལ་ཞོ་བཞི་པ།..... (60)
ཁོ་རྒྱ་ལོ་མའི་སྐྱོད།..... (56)	མཁལ་ཞོ་ལྷ་པ།..... (60)
ཁོན་བྱ་ཉིར་ལྷ།..... (56)	མཁལ་གསུམ་ཁྱེད་གཙོད།..... (60)
མཁལ་ཞེད་སེལ་བའི་ཨ་རུ་	མཁལ་སྐྱོད་ཀྱུན་པལ།..... (60)
བཞི་པ།..... (57)	མཁལ་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད།..... (60)
མཁལ་འཁྱོ་བརྒྱ་སྐྱོར། (57)	མཁལ་ཆེན་བཙོ་བརྒྱད།..... (61)
མཁལ་འཁྱོ་མེད་རྒྱུ་བྱུག་སྐྱོད། ... (57)	མཁལ་གཉེན་མང་སྐྱོར་ཆེན་མོ། ... (61)
མཁལ་འཁྱོ་དམ་ཆས་གསང་སྐྱོད། (57)	མཁལ་མང་ཉིར་གཉིས་པ།..... (61)
མཁལ་འཁྱོ་མེ་མདའ།..... (58)	མཁལ་ནད་སེལ་བའི་ཉིག་ཏ་
མཁལ་འཁྱོ་གི་བ་སེལ།..... (58)	བཞི་མང། (62)
མཁལ་འཁྱོ་མེ་མདའ་བཞི་སྐྱོར། (58)	མཁལ་སྐྱོད་སྐྱོད་མར།..... (62)
མཁལ་ནད་རྒྱུ་འགགས་སེལ་བའི་སེལ་བྱ་	མཁལ་སྐྱོད་ཉི་ལྷ།..... (62)
བརྒྱད་པ།..... (58)	མཁལ་པ་བསད་བཤལ།..... (62)
མཁལ་ནད་སེལ་བའི་དབྱི་མང་	མཁལ་པའི་ཁྱེད།..... (62)
བདུན་པ།..... (59)	མཁལ་པའི་གསེར་སྐྱོར།..... (63)

པོད་སྐད་སྐྱོར་གྱི་ཆེན་མོའི་དཀར་ཆག

མཁྱིས་པའི་གསེར་བཤལ།..... (63)	འབྲུད་ཁྱེད་བདུད་ཅི་གསུམ་སྦྱར།... (68)
མཁྱིས་ཕྱེ་བདུན་པ།..... (63)	འབྲུལ་མིག་ནམ་དུག..... (68)
མཁྱིས་ཕྱེ་བདུན་པ་ཁ་ཆར་ཅན།... (64)	འབྲུས་འབྲེན་དེད་དཔོན་བརྩ་སྦྱར། (68)
མཁྱིས་ཕྱེ་ཉེར་ལ།..... (64)	འབྲུས་འབྲེན་དེད་དཔོན་བརྩ་བཞི། (68)
མཁྱིས་སྐྱོན་ཉིག་ཉའི་མང་སྦྱར།..... (64)	འབྲུགས་ཁྲག་ཀྲན་སེལ།..... (69)
མཁྱིས་སྐྱོན་མང་སྦྱར་ཆེན་མོ།..... (65)	འབྲུགས་སྐྱོ་ཀྲན་སེལ་བཅོ་བརྒྱད། (69)
མཁྱིས་ཆད་སེལ་བའི་བྱར་བྱམ་	འབྲུགས་སྐྱོ་ཀྲན་སེལ།..... (69)
བདུན་པ།..... (65)	འབྲུགས་སྐྱོ་ཀྲན་སེལ།..... (69)
མཁྱིས་ཆད་སེལ་བའི་རྟོང་ལེན་	འབྲུགས་འཛོམས་ཆེག་བྱབ། (70)
བདུན་པ། (65)	འབྲུགས་ཆད་སེལ་བའི་རྟོང་ལེན་
མཁྱིས་ལས་ནམ་རྒྱལ།..... (65)	བདུན་པ།..... (70)
མཁྱིས་སེལ་བདུད་ཅི་རྒྱ་བསེལ།..... (65)	
མཁྱིས་སེལ་དཀར་པོ་དུག་སྦྱར།..... (66)	ག་རུར་བཞི་ཐང།..... (71)
མཁྱིས་སེལ་སྐྱོན་མར།..... (66)	ག་རུར་བཞི་པ།..... (71)
འཁྱི་ཤིང་བརྩ་གཉིས།..... (66)	ག་རུར་ལྷ་པ།..... (71)
འབྲུ་གཅོད་ལྷགས་ཀྱུ་ཁ་ཆེངས།..... (66)	ག་རུར་ལྷ་པ།..... (71)
འབྲུ་གཅོད་ཉ་ཕྱིས་ལྷ་པ།..... (67)	ག་རུར་བརྒྱད་ཐང།..... (71)
འབྲུ་གཅོད་ཨ་རུ་བཞི་པ། (67)	ག་དོར་ཉེར་ལ།..... (72)
འབྲུ་གཅོད་སེལ་བྱུ་བརྒྱད་པ།..... (67)	ག་བྱར་རྒྱལ་སྐྱོན་གསུམ་པ།..... (72)
འབྲུ་ནད་ཀྲན་སྐོལ་ཆེན་མོ།..... (67)	ག་བྱར་གསུམ་པ།..... (72)
འབྲུ་སེལ་ལྷེ་གྲ།..... (67)	ག་བྱར་གསུམ་པ།..... (72)

ག་ལྷེ།