



ཉཱ་པོ་ད་ལུགས་གསེར་ག་གི་དགོངས་དོན་ཡུལ་རྒྱུ་རྒྱུ་གྲུ་
ཆོགས་ཆེན་ནད་ཀྱི་གོ་དོན་བཅས་ཐབས་སྤྲོ་བའི་
མཆོག་གཏེར་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

བསོད་ནམས་དཔལ་ལྷན་གྱིས་བཙུངས།

ཀྲུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྤྲུལ་ཁང་།

ॐ वाग्देव्याः सुताः ऋषयः स्यात् ॥ १ ॥ वाग्देव्याः सुताः ऋषयः स्यात् ॥ १ ॥

༡༡། །བོད་ལྷགས་གསེང་གི་དགོངས་དོན་ལྟུང་
ཆེན་ཆུང་གྲུལ་ཆེགས་ཆེན་ནད་ཀྱི་གོ་དོན་
བཅས་ཐབས་སྒྲུབ་པའི་མཆོག་གཏེར་
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

藏医药防治大骨节病理论研究

བསོད་ནམས་རྒྱལ་ཁབ་གྲོས་བཅའ་ས།

ཤུང་གི་སྒོ་རྒྱུ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ཁང་།

དཔེ་ཐུན་ལ། ལྷལ་མོ་འབྲུག་ལ།
དཔེ་ཐུན་འགན་འཁུར་ལ། ཚངས་པ།
མདུན་ཤོག་མཛེས་འགྲོད་ལ། རྩོམ་ཞིབ།

༡། བོད་ལྷགས་གསེར་གི་དགོངས་དོན་ལྷལ་ཁྱེན་རྒྱུང་
གྲུ་ཚིགས་ཚེན་ནད་ཀྱི་གོ་དོན་བཅས་ཐབས་སྒྲ་
བའི་མཚོག་གཏེར་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

བསོད་ནམས་དཔལ་ལྷན་གྱིས་བཙམས།

*

ཀྲུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་ཐུན་ཁང་གིས་བསྐྱར་ཏེ་བཀྲམ།

པེ་ཅིན་མོ་རིན་ཚེན་ཁྲ་པར་འདེབས་ཀྱང་སྐུ་དཔར་བཏབ།

ཕྱི་ལོ་༡༠༠༠ལོའི་རྒྱ་ལྷག་པར་པར་གཞི་དང་པོ་བཞུགས།

ཕྱི་ལོ་༡༠༠༠ལོའི་རྒྱ་ལྷག་པར་པར་ཐངས་དང་པོ་བཏབ།

དཔར་གྲངས། ༠༠༠ ༡ — ༡༥༠༠

ISBN 978—7—80057—871—7/R. 14

དེབ་རིང་སྤྱི་ལོ་ ༢༠. ༠༠

出 版 人:周华
责任编辑:聪博
封面设计:邵秀

图书在版编目(CIP)数据

藏医药防治大骨节病理论研究: 藏文
索郎巴登著 北京:中国藏学出版社, 2007.5
ISBN 978-7-80057-871-7

I. 藏… II. 索… III. 1 藏医-大骨节病-防治-研究-藏语 IV.
R291.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第071312号

藏医药防治大骨节病理论研究

索郎巴登 著

*

中国藏学出版社出版发行
北京墨人彩色印刷有限公司印刷

开本:880×1230毫米1/16 印张:10.875

2007年6月第1版 2007年6月第1次印刷

印数:0001—3500册

书号:ISBN 978-7-80057-871-7/R.14

定价:20.00元

དཔེ་སྒྲུབ་གསལ་བཤད།

རུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ནང་ནས་འཛམ་གླིང་སྤོན་རུ་བོད་རིག་……
པ་ལ་ཞིབ་འཇུག་དང་། སློབ་གཉེར་གྱི་ཚ་རྒྱལ་སྤོན་མེད་ཅིག་འཕྱར་
བཞིན་ཡོད་པ་དང་། ལྷག་པར་རུ་བོད་ཀྱི་གསེབ་རིག་པ་ནི་འཛམ་
གླིང་གསེབ་རིག་སྤྲུལ་མང་ཁྲིད་རུ་གོ་བབས་རེས་ཅན་ཞིག་ཡོད་པའི་རིག་……
ཚན་ཞིག་རུ་གྱུར་ཡོད་པས། བོད་ཀྱི་གསེབ་རིག་དཔེ་དེབ་གསར་ཉིད་
དཔེ་སྒྲུབ་བྱ་རྒྱུ་ནི་ཉ་ཅང་གལ་ཆེ་བའི་དགོས་མཁོ་ཞིག་རུ་གྱུར་ཡོད།

ད་མེད་ས་བོད་སྒྲུང་ས་ཆབ་མདོ་ས་ཁུལ་སྤོན་ཅིས་ཁང་ཞིབ་……
འཇུག་ཚན་པའི་དགོན་བསོད་ནམས་དཔལ་ལྷན་ལགས་ཀྱིས་ལོ་མང་……
རིང་འབད་བརྩོན་ཆེན་པོས་ཞིབ་འཇུག་གནང་སྟེ་བྲིས་པའི་«བོད་……
ལུགས་གསེབ་རིག་གི་དགོངས་དོན་ཡུལ་སྤོན་རྒྱུ་ཁྲུང་གུམ་ཆོག་ཚེན་ནད་……
ཀྱི་གོ་དོན་བཅས་ཐབས་སྒྲུབ་པའི་མཆོག་གཉེར་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།»
ཞེས་པ་རྒྱ་ཆེའི་སྒྲིག་པ་པོའི་སྤོན་ལམ་རུ་འབུལ་རྒྱ་ཡིན་ལ། ཁྲུང་གུམ་
ཆོག་ཚེན་གྱི་ནད་འདི་ནི། རང་རྒྱལ་གྱི་ས་གནས་ཁ་ཤས་དང་། བོད་
ཁུལ་གྱི་ས་གནས་ཁག་ཅིག་ལ་བྱབ་སྟེ་ཡོད་ཅིང་། རྒྱ་ཆེའི་ཞིང་འབྲུག་
མང་ཆོག་གི་ལུས་སྒྲིག་འཛམས་པའི་ནད་རིགས་གཙུག་རྒྱུ་ཆེ་བ་……
ཞིག་རེད།

བད་འདིའི་འབྱུང་རྒྱུན་དང་རྩིས་འཛིན། བཅས་ཐབས་སྒྲིལ།
 འཛམ་གླིང་སྐོམ་རྩ་ལྟ་སྟངས་འདྲ་མིན་ཅིག་ཡོད་པ་མ་ཟད། བོད་ཀྱི་
 གསེ་རིག་ལའང་རྩིས་འཛིན་གཅིག་གྱུར་ཆེན་པོ་བྱུང་མེད། ད་ལྟ་
 དགོན་པ་སོད་ནམས་དཔལ་ལྷན་ལགས་ཀྱིས་དཔལ་ལྷན་རྒྱུད་བཞི་གཙོ་
 གཞིར་བཟུང་ཞིང་། སྔོན་བྱོན་མཁས་དབང་མང་པོའི་ལེགས་བཤད་རྩ་
 མ་ལ་དབྱད་གཞི་བྱས་ཏེ། “རྒྱུད་བྱམ་ཆོགས་ཆེན་ནད་”ལ་ནད་སྐོག་
 དང་རྩིས་ནས་ཞིབ་འཇུག་གཏིང་ཟབ་གནང་ཡོད་པ་དང་། བད་འདིའི་
 འབྱུང་རྒྱུན། བད་མིང་འདོགས་ཚུལ། བཅས་ཐབས། འགྲོག་ཐབས་
 བཅས་ལ་བོད་ཀྱི་གསེ་རིག་རིག་གཞུང་གི་ལྟ་བ་དང་བསྟུན་ཅིང་། ཚྭ་
 པ་པོའི་ལྟ་བ་གསར་པས་ཁ་བརྒྱན་ཏེ་སྤྱི་ཚྭ་གསར་པ་བྱས་ཡོད་པ་ནི།
 བོད་ཀྱི་གསེ་རིག་མཁས་དབང་མང་པོས་སྤྱག་གྲིས་གནང་ཡོད་པ་ལས་
 ཤེས་པས། འདི་ག་དཔེ་སྟུན་ཁང་ནས་པར་སྟུན་བྱས་ཡོད་ཅིང་། ང་ཚོ་
 དཔེ་སྤྱིག་ལས་དོན་བྲེལ་སྟོན། དཔེ་དེབ་གང་མཚུགས་འདོན་དགོས་
 པའི་རེ་འདུན་ཆེ་བས་ཆོག་དང་དོན་གྱི་ཆ་ལ་དབྱད་པ་མ་ཐེབས་པ་……
 ཡོད་མྱོད་པས། རྒྱ་ཆེའི་གཞིགས་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ནོར་བཅས་ཡོ་
 བསྐྱེད་གི་དགོངས་འཆར་ཐོལ་མེད་སྟོལ་གནང་མཁུན་ལྟ།

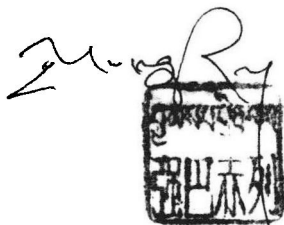
གྲུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྟུན་ཁང་ནས།

སྤྱི་ལོ་༢༠༠༡ལོའི་ཟླ་༥པའི་ཆེས་པ་ལ།

如天又骨节病防治工作
减轻患者病痛者
为高原人民健康做贡献。

阿·金·0412

བོད་ཡུངས་སྒྲན་ཅིས་མཁས་དབང་བྱམས་པ་ཡོན་ཀྱང་གི་མཚན་ནགས།



༣། བོད་ཡུངས་ས་གནས་སུ་འཛོལ་ནས་མཁས་བྱི་མི་ལུས་བདེ་ཐང་ལ་སྟག་པར་
འཛོལ་ཞིན་པའི་བརྟག་བཅས་དཀའ་གནད་ཅན་གྱི་རྒྱུ་ལྷན་ཆེགས་ཆེན་ནད་འདི་
ས་ཁུལ་རང་བཞིན་གྱི་ནད་ཅིག་ཡིན་ཞེས། འདི་ཉིད་ལ་དམིགས་ཏེ་སྒྲན་པ་བསོད་
ནམས་དཔལ་ལྷན་ལགས་ནས་ཞིབ་འཇུག་གི་ནམ་གངས་སུ་བཀོད་དེ་གཞུང་ལུགས་
དང་ནད་ཚོག་དངོས་ལ་ཁོ་མང་ཞིབ་འཇུག་གནང་ཡོད་པ་མ་ཟད། «བོད་ལུགས་
གསེར་གྱི་དཔྱད་སྟེན་དོན་ལྡན་ཞེན་རྒྱུ་ལྷན་ཆེགས་ཆེན་གྱི་གོ་དོན་བཅས་.....
ཐབས་སྒྲུ་བའི་མཚན་གཏེར་»ཞེས་པ་འདི་ཞིབ་འཇུག་ལུགས་ཚོམ་གནང་བར་ནང་
དོན་ལ་གཞིགས་ན། བོད་ལུགས་གསེར་གྱི་རིག་གཞུང་དང་མཐུན་པ་དང་། རྒྱ་
པར་དུ་སྒྲན་བཅས་ལག་ལེན་གྱི་རིན་ཐང་དང་ལྷན་པར་ཚོས་འདི་འགྲེམས་སྟེལ་.....
གནང་བྱུང་ན་རྒྱུ་ལྷན་ཆེགས་ཆེན་ནད་གྱི་ངོས་འཛིན་རྒྱུ་དང་སྒྲན་བཅས་བྱ་.....
ཐབས་ཐད་གཅིག་མཐུན་ཡོང་རྒྱ་དང་། ཐན་འབྲས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པ་ཞིག་ཡོང་
ངེས་འདུག།

བོད་ཡུངས་སྒྲན་ཅིས་ཁང་དག་འདུལ་ཡོན་ཀྱང་ནས།

༢༠༠༤ལོའི་ཟླ་བ་དཔའི་ཆོས་ལ་༢༢ཉིན།

༢༡། ཁྲུང་ལག་ལ་གྲུམ་ཆོགས་མགོ་སྒྲུབ་པའི་ནད། འདི་ནི་ད་ལྟ་སྤྱི་ལ་མ་
 བྱེད་ཀྱང་། ཁྲུང་ཁུལ་འགའ་ཞིག་ཟུག་རྒྱའི་རབ་གདུང་བས། བྱད་འདིའི་རྒྱ་རྒྱུ་རོ་
 བོ་མཆོན་ཉིད་སོགས། ཁོ་མང་བརྟག་ཅིང་དབྱད་པར་བྱེད་པ་ཡི། གོ་དོན་བཙས་
 ཐབས་བསོད་ནམས་དཔལ་ལྷན་གྱིས། ལེགས་བྱིས་འདིས་ཀྱང་ཟུག་རྒྱ་རབ་ཞི་ནས། འ
 གསོ་རིག་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་གསོས་སུ་སྒྲིན། །

གསོ་རིག་མིང་འཛིན་བཤད་སྟབས་རྒྱ་རྒྱུ་མཆོས་གྱིས།
 ༡༠༠༤ལོའི་ཟླ་བ་ལ་པའི་ཆོས་དེ་ཉིན།

༢༢། ཁྲུང་མདོ་སྒྲན་ཅིས་ཁང་གི་ཞིབ་འཇུག་སོའི་ཡོད་སྒྲན་འཆོ་བྱེད་པ་
 བསོད་ནམས་དཔལ་ལྷན་མཆོག་གིས་རང་བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འདུན་པ་
 བཟང་པོ་བཅངས་ཏེ་ལོ་མང་རིང་ངལ་བ་ཆད་མེད་ཁྱད་བསད་གྱིས་རྒྱང་གྲུམ་.....
 ཆོགས་ཆེན་ནད་ལ་ཞིབ་འཇུག་གི་ཟུག་ལས་གནང་ཡོད། བྱད་འདི་ནི་རང་རྒྱལ་གྱི་ས་
 གནས་ཁག་ཅིག་དང་། ཡང་སྒྲོས་བོད་ཀྱི་དབྱུང་གཙང་མདོ་ཁམས་ས་གནས་ཁག་
 ཅིག་ལ་བྱུང་སྟེ། རྒྱ་ཆེའི་ཞིང་འབྲོག་མི་དམངས་མང་ཆོགས་ཀྱི་ཆོ་སྤྲོས་སོགས་ལ་
 གནོད་འཚོ་ཆབ་ཆེན་བསོ་བའི་ནད་སྟུག་པ་ཅན་ཞིག་རེད། དེ་ནི་དཀའ་གནད་ཀྱི་
 བྱད་ཅིག་དང་། ཞིབ་འཇུག་བྱ་དགོས་པའི་ནད་རིགས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་གཙོ་བོ་ཞིག་
 ཡིན་པས་འཆོ་བྱེད་པ་ཁོང་ཉིད་ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་ལས་འགན་འདི་རང་རེ་བོད་སྒྲན་.....
 འཆོ་བྱེད་པ་ཞིག་གིས་བྱེད་འོས་པའི་ལས་འགན་དུ་ཅིས་ནས་མ་བསྐུལ་དང་བླངས་...
 གྱིས་ལས་འགན་དེ་རང་གི་སྤྲུག་ཐོག་དུ་འཁྱུར་བ་དང་དུས་མཚུངས། རྒྱུད་བཞི་

གཙམ་བཟུང་ཚོག་ལོ་རྒྱུ་ཚོག་གི་གཙམ་རིག་གི་གཙུང་ཚོམ་ཏུ་མར་དབྱེད་གཞིར་.....
 བཟུང་བ་དང་། མཁས་དབང་མང་པོའི་ལེགས་བཤད་ཀྱི་ཚུང་བ་སྐངས་ནས། ཆེད་
 མངགས་པོད་ཀྱི་གཙམ་རིག་གི་ནད་དེར་ནད་ཚོག་དངོས་ཀྱི་ཕན་འབྲས་རི་ལྟར་བྱུང་...
 མིན་གྱི་ཞིབ་འཇུག་གཏིང་ཟབ་གནང་ཡོད་པ་མ་ཟད། བོད་ཀྱི་གཙམ་རིག་གིས་ནད་
 འདིར་ལུང་རིགས་ཁྱུངས་སྒྲེལ་བྱུང་བ་དང་། ནད་མིང་འཆམས་པ་བརྟ་དོན་སོགས་
 གསལ་བའི་ཡིག་འབྲུ་བྱི་བཅུ་ལྟག་ཙམ་གྱི་དཔེ་དེབ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཚོམ་འབྲི་གནང་...
 བས། རྒྱུ་ལྷན་ཆོགས་ཆེན་དེར་མིང་དེ་ལྟར་བཏགས་པའི་དགོས་པ་རྒྱ་མཚན་
 དང་། གོམ་པ་བཅུ་དྲུག་ནས་ནད་དེར་ངོས་འཛིན་རྒྱུ་དང་། ནད་ཀྱི་ངོ་པོ་དང་
 མཚན་ཉིད་ལ་གཞིགས་ནས་བཙས་ཐབས་བརྟན་ཡོད་པ་མ་ཟད། གཞུང་གི་དགོངས་
 དོན་དང་མཐུན་པའི་སྒྲན་རྒྱུར་ཁག་ཅིག་ཀྱང་རྒྱུར་བརྗོད་གནང་ཡོད་པས། ནད་ཚོག་
 རྟོགས་ཞིབ་བྱས་པ་བརྒྱུད་ཕན་འབྲས་མངོན་གསལ་བྱུང་བ་ནི། རྒྱ་ཆེའི་མང་ཚོགས་
 ཀྱི་རེ་འདོད་དང་། རྒྱ་ཚོགས་ཀྱི་རེ་འདོད། རང་གཙམ་རིག་གི་དེབ་ཐེར་ཚོག་སྤྱད་ཆ་
 ཁ་བསྐངས་གནང་བ་ཞིག་རེད་ལ། རྒྱུད་གཙམ་རིག་ཞིབ་འཇུག་དང་སློབ་བྱིད་ནད་
 ཚོག་སོགས་ལའང་མེད་ཏུ་མི་རུང་བའི་དབྱེད་གཞིའི་ཡིག་རིག་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་རེད་...
 འཇུག་པས། རྒྱུད་གང་མཚོགས་དཔར་འདེབས་འགྲེམས་སྤེལ་ཡོང་བའི་རེ་བ་དང་།
 ཏུས་མཚུངས་རྒྱ་ཆེའི་ཞིང་འབྲོག་མང་ཚོགས་དང་། འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ལ་དེ་བས་
 ལེགས་སྒྲིས་སྐར་བས་ཆེ་བ་འབྱུང་རྒྱའི་དོན་ཏུ་ཕུ་མཐུད་འབད་བཙོན་གནང་རྒྱའི་...
 རེ་འཇུག་ཏུ།

བོད་རྒྱུངས་སྒྲན་རྒྱུ་ཆེས་ཁང་གི་གཙམ་རིག་འབྲུམ་རམས་པ་མིག་དམར་ནས།

རྒྱ་ཆོས་བཟང་པོར་དགོའ།

དཀར་ཆག

- ༡། ཁོད་ལུགས་གསེ་རིག་གི་དགོངས་དོན་ལུལ་སྐྱེན་
 རྒྱུ་ལྷན་ཆེགས་ཆེན་ནད་ཀྱི་ལོ་དོན་བཅས་ཐབས་
 རྒྱ་བའི་མཆོག་གཏེར་ཀྱི་བསྐྱུས་དོན་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་
 ལོ། ། 1
- ༢། ཁོད་ལུགས་གསེ་རིག་གི་དགོངས་དོན་ལུལ་སྐྱེན་
 རྒྱུ་ལྷན་ཆེགས་ཆེན་ནད་ཀྱི་ལོ་དོན་བཅས་ཐབས་
 རྒྱ་བའི་མཆོག་གཏེར་བཞུགས་ལོ། ། 15
- དང་པོ། རྒྱུས་གན་ལ་བཅོམ་བ་དང་སྐྱོགས་གན་བྱ་
 གཏོགས་ལ་བཞག་ལ། 19
- གཉིས་ལ། དཔོན་ཆེན་གན་གི་བྱིར་བཅུམས་ལ་བཞག་ལ། ... 21
- གསུམ་ལ། གཞུང་དོན་དཔོན་བཞག་ལ། 24
- ལ་བཅད་དང་མ། མདྲར་བསྐྱེད་བྱེ་བྲག་ལ་བཅད་དབྱེ་ཆུལ། 24
- ལ་བཅད་གཉིས་ལ། རྒྱུ་ལྷན་ཆེགས་ཆེན་ནད་ཀྱི་ལོ་སྐྱུས་འཕེལ་
 རིམ་སྒྲོལ། 25
- ལ་བཅད་གསུམ་ལ། ཁོར་ལུག་གི་སྐྱེན་ཆ་རྒྱུ་ཞིབ་བྱས་ཆུལ་སྒྲོལ། 30
- ལ་བཅད་བཞི་ལ། ནད་ཆོག་དངོས་ལ་བརྟག་དབྱང་བྱས་འབྲས། 56

[illegible]

གནད་དོན་སྐོར།	295
ས་བཅད་སྐོར་བཞི་པ། རྒྱ་ཅན་རྒྱལ་གནས་སྐོར་བྱ་རྒྱུ་ཐབས་	
ལམ་སྐོར།	298
ས་བཅད་སྐོར་ལྔ་པ། ཞིབ་དབྱད་བྱས་པའི་དགས་པ་དང་སྤང་གཞི།	301
ལྷོ་དངོས་དོགས་གནད་ཅན་གྱི་སྒྲན་རྣམས་ཁ་ཤས་སྐོར།	310
འབྲུང་འབྲུར་གྱི་ར་པོ་གསེབ་གསེབ་ལྷན་དང་བཞེན་པའི་འབྲེལ་	
ཚུལ་རེའུ་མིག་.....	312
སྒྲན་གྱི་ཡོན་ཏན་བཅུ་བརྒྱུ་གྱིས་ནད་གྱི་མཆན་ཉིད་ཉི་ཤུ་འཛམས་ཚུལ།	313
ཉེས་གསུམ་སྐོར་པོ་འཛམས་ལྷན་སྒྲན་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་གཞོན་པུ་མཆན་ཉིད་	
ཆད་གཞིའི་དཔེ།	314
རྒྱུ་ནད་གྱི་གནས་བཤད་པ་ལ་སྤྱི་བྱེ་བྲག་ཁྱད་པར་བྱན་མོང་སྐོར་	
གྱི་རྣམ་གྲངས་རེའུ་མིག་	315
རྩ་གསལ་པོ་རེ་ལ་རྣམས་པ་གང་དག་ལྷན་པ་སྒྲན་པའི་རེའུ་མིག་	315
རྒྱུ་གི་ནད་གསོག་ལྷན་ཞི་གསུམ་གྱི་རྩ་དཔེ་ཅན་རེའུ་མིག་.....	316
རྩ་གསུམ་གྱི་ལྷན་ཞེས་གསུམ།	316
《藏医药防治大骨节病理论》内容提要	317
English Translation of the Abstract for	
“The Clinical Research into the Prevention	
and Treatment of the Kashin – Beck Disease	
by the use of Tibetan Medicine” By Sonam	
Palden	321
དབྱད་གཞིའི་ཡིག་ཆ་གཙོ་བོ་གསེབ་སྐོར།	330

༄༅། །བོད་ལྷགས་གསེ་རིག་གི་དགོངས་
དོན་ཡུལ་རྒྱུ་རྒྱུ་གྲུམ་ཆེགས་ཆེན་
ནད་ཀྱི་གོ་དོན་བཅས་ཐབས་སྒྲ་.....
བའི་མཆོག་གཏེར་གྱི་བསྐྱུས་དོན་
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༡༡། །ཞི་སྐྱིད་ལྷོ་ལྷོ། སངས་རྒྱལ་སྐྱོན་རྒྱལ་པུ་ལྷོ་ལྷོ་ཡི་འོད། །ཐུ་འབྲུལ་
མཛོན་དཔལ་མཛོན་པས་སྟོགས་མཐའ་བྲལ། །དུག་གསུམ་རྒྱ་འབྲས་
ནད་སེལ་རྟ་བདུན་དབང་། །རྟ་རྟ་འཆར་མཛོན་རྒྱལ་སྐྱོན་རྒྱལ་སྐྱོན་ལ་
འདུད། །གསོ་རིག་བསྟན་པའི་ཉིན་མོར་གཡུ་ཐོག་མགོན། །མཁས་དགའི་
སྐལ་མཛོན་བྱང་བྱར་རྣམ་གཉིས་དང་། །ཟབ་མཛོན་དོན་གྱི་དཔལ་སྟེར་
དེུ་དམར་སོགས། །བཀའ་དྲིན་འཁོར་མཐའ་བྲལ་བའི་ཚུལ་འདི་དྲན། །
སྐྱོན་ཅིས་བསྟན་པའི་མཁུན་དཔྱད་སྟེར་པའི་སྐལ། །བྲད་འཕགས་
ལེགས་བཤད་རབ་སྟེལ་བདུད་ཅིའི་བཅུད། །མི་རུབ་རྒྱ་མཆོད་ལོར་བྱ་
མངས་མཛོན་གཏེར། །འགྲོ་ལ་ཕན་པའི་བཙེ་བས་གསོས་སུ་སྦྱངས། །ཟབ་
དོན་གསོ་རིག་རྒྱུད་གཞུང་གསྐྱེད་རྒྱུན། །ལེགས་བཤད་རྒྱ་སྐྱེད་བྱེ་བ་
འབྲུམ་གྱི་གཏེར། །སྐྱོན་དཔྱད་ཟུག་སྦྱོང་དགོས་འདོད་ཀྱན་འབྱུང་ལས། །
འགྲོ་ཆོགས་ནད་གྱི་སྟག་བསྟེན་ལྷོ་ལྷོ་སྟེལ། །གསོ་རིག་རྒྱུད་གཞུང་
དཔག་དཀའ་རྒྱ་མཆོད་ལས། །རྒྱ་ཐོགས་ཟུག་འབྱུང་ཙམ་ཞིག་འདིར་བྲངས་
པར། །མཁས་དབང་སྐྱོན་མཛོན་ཞལ་གདམས་ཡིད་ལ་སྟེན། །ཞིབ་རྟོགས་
མིག་ལམ་འཆར་བ་ཅུང་ཟད་ལྷོ། །

ཞིས་མཆོད་བརྟེན་གསུམ་སྟག་འཆོལ་བ་སྟེན་རྟ་སྟེལ་ནས། །ཚོམ་པ་
དམ་བཅའ་སྦྱི་དོན་བརྟེན་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། །སྟོབ་དཔོན་སྟུག་མཛོད་
ཁུངས་ལུང་གང་ལས་བདུས་པ་དང་། །སྟོགས་གང་གཏོགས་དང་དགོས་