



༡༡། བོད་ཀྱི་སྐྱེ་དངོས་སྣ་ལྔ་མཁའ་འདོད་ཀྱི་དོན།

དེ་ནི་ཆེན་མཁའ་ཀྱིས་བཅུ་ལྔ་པ།

བོད་ཀྱི་རྒྱུ་རྩེ་དམར་པ་དཔེ་སྣ་ལྔ་པ།

༡༡། ། བོད་ཀྱི་སྤྱི་དངོས་སྒྲན་རྒྱས་རིག་པ་འི་སྤྱི་དོན་
གསལ་བར་བཤད་པ་བདུད་ཚིའི་ཐིགས་
བ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

དོན་ཆེན་རྒྱལ་གྱིས་བརྩམས།

བོད་སྤྱི་འཛིན་མངའ་སྡེ་སྤྱན་ཁང་།

图书在版编目(CIP)数据

藏药药用植物的基本概论/仁青加著. 拉萨: 西藏人民出版社 2004. 12

ISBN 7-223-01766-X

I. 藏... II. 仁... III. 藏医-药用植物-概论-藏语 IV. R291.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 118325 号

藏药药用植物的基本概论

著 者	仁青加
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 23 号)
印 刷	西藏军区印刷厂印刷
开 本	850×1168 1/32
印 张	7.75
字 数	120 千
版 次	2004 年 12 月第 1 版
印 次	2004 年 12 月第 1 次印刷
印 数	01—2,000
书 号	ISBN7-223-01766-X/R·70
定 价	14.00 元

版权所有 翻印必究

འོད་ཀྱི་སྒྱུ་དཔེ་སྐྱུང་ཆེན་ཆེན་རིག་པ་འཛིན་པའི་སྒྱུ་དེན།

ཆོས་པ་པོ།	འུག་ཆེན་ཐུལ།
ཆོས་ཀྱི་གྲུ་འག་རྩུ་འཁྱུར་བ།	རྒྱ་བཅུག་ས།
མཁུན་ཤོག་འཆར་འཁོད་པ།	རག་ཆོས།
དཔེ་སྐྱུང་འཕྲེལ་སྒྱུ་ལ་ཆེན་པ།	འོད་ཆེང་ས་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། (ལྷ་ས་མིང་སྐོར་བྱང་ལམ་སྐོར་ཡང་23པ་)
བར་འདྲེབ་མ་ཆེན་པ།	པོད་དམག་ཁྲུལ་ཁང་པར་འདྲེབ་ས་བཅོ་གྲུ།
དེབ་ཆད།	850×1168 1/32
བར་ཤོག།	7.75
ཡིག་ཡུངས།	ཁྱི་12
བར་གཞི།	2004ལོའི་ཟླ་12པར་པར་གཞི་1བསྒྲིག་ས།
བར་ཐེངས།	2004ལོའི་ཟླ་12པར་པར་ཐེངས་1བཟུང་།
བར་ཡུངས།	01 - 2,000
དཔེ་དཔེ་ཡང་རྟག་ས།	ISBN7 - 223 - 01766 - X/R·70
འུག་ཡུངས་ཆེན་པ།	14.00

བར་གཞི་སྐོར་བཟུང་གི་ཡིག་པས་འདྲ་བཅོས་བར་འདྲེབ་ས་མི་ཆེན།

འགྲོ་བརྗོད།

༡༡། ། བོད་ལུགས་གསེབ་རིག་པའི་ཞིབ་འཇུག་སྒྲིབ་མ་རིན་ཆེན་ཀླུ་ཀྲིས་ཚུམ་འབྲི་བྱས་པའི་བོད་ཀྱི་སྡེ་དངོས་སྒྲན་རྣམས་རིག་པའི་སྤྱི་དོན་ཞེས་པ་འདི་ཉིད་ཚུམ་པ་པོ་ཉིད་ཀྱིས་ལོ་མང་ནང་བོད་ཀྱི་རིག་པའི་གནས་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་དུ་བོད་ལུགས་གསེབ་རིག་པར་ཐོས་བསམ་ཐུངས་བརྩོན་དང་། ཞིབ་འཇུག་གཉིང་ཟབ་བྱས་པའི་སྤངས་གཞིའི་ཐོག་དང་དུས་སྒྲན་རྣམས་ཤེས་བྱ་དང་། སྡེ་དངོས་རིག་པའི་ཤེས་བྱ་ཁག་ལ་ཐོས་བསམ་ཞིབ་དཔྱད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས། ལག་ལེན་དངོས་ཀྱིས་ས་མཐོའི་སྒྲན་རྣམས་ཀྱི་སྡེ་ལུལ་དང་། ཐོན་བབ། བེད་སྤྱོད་ཕྱི་རྒྱ་ལུ་སྐོས་པ་བཟུ་ཞིབ་དངོས་ཀྱི་བྱུང་འབྲས་གཅིག་དུ་བསྐྱས་ནས་ཚུམ་འབྲི་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན། གཙུག་པོའི་སྤྱིང་དོན་ཉེ།

དང་པོ། དཔེ་དེབ་འདི་ནི་ཚུམ་པ་པོ་ཉིད་ཀྱིས་ཐུའི་བོད་ཀྱི་གསེབ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཁག་དང་། བྱད་པར་བོད་ཀྱི་སྒྲན་རྣམས་རིག་པའི་དཔེ་རྟེན་དང་། སྡེ་འབུམ། འབྲངས་དཔེ། སྒྲན་རྣམས་ལག་ལེན་གྱི་ཟིན་བྲིས་སྐོས་སྒྲན་གྱི་རིག་གཞུང་མི་ཉུང་བར་ཞིབ་དཔྱད་བྱས་པའི་སྤངས་གཞིའི་ཐོག་དང་དུས་ཀྱི་སྡེ་དངོས་རིག་པའི་ཆོན་ཆལ་བབས་ཤེས་བྱུང་དུ་སྡེ་ལ་ནས་ཞིབ་འཇུག་ཚུམ་འབྲི་བྱས་པར་བརྟེན་ནང་དོན་གཉིང་ཟབ་ལ་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་། གསར་གཏོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པ། སྤྱབ་བྱེད་རྒྱ་མཚན་དང་ལྡན་ཅིང་ཁ་གསལ་བ་ཞིག་བཞོད་ཡོད།

གཉིས་པ། བོད་ལུགས་གསེབ་རིག་པའི་སྒྲན་རྣམས་རིག་གཞུང་གི་གཞི་ཙའི་ཤེས་བྱ་འབྲུང་བ་བཞི་དང་། དེ་ལས་ཐུང་བའི་རྩ་བ་ལྟ་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་། སྒྲན་སོ་སོའི་ཡོན་ཏན་སྐོས་གཞུང་ཁྲངས་བཅན་ཞིང་། རྒྱ་གཞུང་བད་ཀྱི་ངོས་འཛིན་མི་འདྲ་བར་ལུང་རིགས་

མན་ངག་གིས་ལེགས་པར་དབྱད་ནས་དོན་དངོས་ལ་ཞིབ་འཇུག་གིས་འགག་གནད་གསལ་
འགྲེལ་བྱས་ཡོད།

གསུམ་པ། བོད་ལུགས་གསེ་རིག་སྤྱི་དངོས་རིག་པའི་ཙ་མྱོང་ཡལ་ཐུན་སོགས་
རིགས་ཁོངས་དང་། རྟོན་གཡུང་། མཚེག་དམན་གྱི་དམིགས་བསལ་བྱད་ཆོས་གཙུག་པོར་
བཟུང་ཞིང་། དེར་དུས་སྤྱི་དངོས་རིག་པའི་ཤེས་བྱ་དང་ཐབས་ལམ་གྱིས་བྱུང་བ་བརྒྱན་བྱས་
ཐོག་སྤྱི་དངོས་སོ་སོའི་ཙ་མྱོང་ཡལ་འདབ་སོགས་ཀྱི་སྤྱབ་ཆ་མི་འདྲ་བ་དང་། རིགས་
ཁོངས་དབྱེ་འབྱེད་ཞིབ་ཐུན་དབྱེ་གཏན་ལ་པབ་ཡོད།

བཞི་པ། ཚུམ་པ་པོས་སྤྱི་དངོས་སྐྱན་རྣམས་རིགས་ཀྱི་ཙ་མྱོང་ཡལ་འདབ་སོགས་ལ་
ཞིབ་དབྱད་བྱས་པའི་དཔེ་རིས་དངོས་གང་སྤྱབ་གྱིས་བཞོན་ཡོད་པ་མ་ཟད་དངོས་འཛིན་
དབྱེ་འབྱེད་དང་སྒྲིང་དོན་དངོས་ཉིད་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད།

ལྔ་པ། གཞན་ཡང་གངས་རྒྱང་ས་ཁུལ་གྱི་ཙ་མའི་སྐྱན་རིགས་ཁག་གཅིག་ཙ་བསྐྱེད་
ཏུ་འགྲོ་ཉེན་ཆེ་བའི་གནས་ལུགས་གསལ་འགྲེལ་དང་དགོས་ངེས་ཀྱི་སྤྱད་སྦྱོབ་བྱ་རྒྱའི་གལ་
ཆའི་རང་བཞིན་བཅས་བརྒྱན་རིམ་ལྡན་པའི་སྒོ་ནས་གསལ་སྟོན་བྱས་ཡོད།

མདོར་ན་དཔེ་དེབ་འདི་ཉིད་སྤྱབ་བྱེད་ཁྲུང་ས་བཅན་ལ་བསྐྱབ་བྱའི་སྒྲིང་དོན་བསྐྱེད་
པ། ཆོག་ཏུང་ལ་དོན་གནད་འགྲེལ་ཆགས་ཤིང་བརྒྱན་རིམ་ལྡན་པ་དང་། བོད་ལུགས་
གསེ་བ་རིག་པའི་སྐྱན་རྣམས་རིག་གཞུང་གི་བྱད་ཆོས་མདོན་པར་ཐོན་ཅིང་དེར་དུས་ཀྱི་ཤེས་
རབ་ཚན་ཚལ་གྱི་ཐབས་ཀྱས་ལེགས་པར་སྤྱད་ཡོད་པས་སྤྱད་ཐུན་བོད་ལུགས་གསེ་རིག་
སྐྱན་རྣམས་རིག་གཞུང་ལག་ལེན་དངོས་ནང་ཞིབ་འཇུག་དང་། གསར་ཤེས། སྤྱོད་ཁྲིད་
སོགས་ཀྱི་ཐད་ལ་ཕན་འབྲས་ཐོན་ངེས་ཡིན་ནོ། །

བོད་ལུགས་གསེ་རིག་སྤྱོད་ཐུ་ཆེན་མོའི་
དགེ་ཆན་ཆེན་མོ་བཞི་མ་ཆེ་རིང་ནས།

ཐུང་གཞི།

དེ་ཡང་མཐའ་བཞི་གངས་རི་ར་བའི་མུ་མུད་ཀྱིས་ཡངས་མུ་བསྐྱར་བའི་སྤ་
ལའི་བསལ་སྤངས་ཡངས་པོའི་ཡུལ་གྱི་ཆེན་པོ་འདི་ནི། གནའ་མ་མོ་ནས་བཟུང་
འགྲོ་བ་མའི་རིགས་འཆོ་སྤྲོད་བྱེད་སའི་གནས་གཞི་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་མུར་ཡོད་པ་
སྤོན་མུང་པོད་ཀྱི་སྤྲུལ་དང་དེ་བ་ཐེར་ཁག་ཏུ་འབྲེལ་བཞོན་གསལ་པོ་གནང་
ཡོད་པ་མ་ཟད། དེར་དུས་འཛིན་མའི་ཁོངས་ནས་སྤྲོད་པའི་རྒྱ་ཆས་དང་།
རིག་དངོས་གྲགས་ཅན། དམངས་སྤྱོད། གོམས་གཞིས་བཅས་ལས་མཆོན་
ཐུབ་པའི་མུར་ན། སྤྲུལ་སྤྲུལ་བའི་མཁས་དབང་འགོས་ལོ་གཞོན་ཏུ་དཔལ་གྱིས་
བོད་ཀྱི་ཡུལ་འདི་ཡང་རྒྱ་གར་དང་འདྲ་བར་ཡུལ་དང་མི་ལ་སོགས་པ་གནས་
པའི་བསྐལ་བ་ནས་འགོ་ཚུགས་ཏེ་བྱང་བར་བྱས་ན་ཡང་ཁྱང་དང་རིགས་པའི་
གནོད་པ་མེད་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་བོད་ལ་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་མ་དར་གོང་
གཤིས་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མའི་དུས་ནས་མཐོ་བོད་མཐོ་སྐང་དུ་གནས་བཅའ་བའི་བོད་
རིགས་རྒྱ་ཆའི་མང་ཆོགས་ནམས་ཀྱིས་ས་གནས་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་ནད་
རིགས་སྤྲེལ་ཆོགས་ལ་འབབ་ཅོད་བྱས་པ་བརྒྱད་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ཐོན་སྐྱེད་དངོས་དང་།
གཉེར་རྒྱས། སྤྲེལ་ཆགས་སོགས་ཀྱི་སྤྲུལ་ལ་བཞེན་ནས་ནད་གསོ་བའི་ཆོས་ཉིད་
དངོས་འཛིན་ཐུབ་ཅིང་དེའི་མཚུགས་བཞུགས་སུ་དུག་ལ་སྤྲུལ་ཡོད་ཅེས་པའི་དངོས་
གཚལ་ཅོད་ཐུབ་རིག་པ་དང་མཐུན་པའི་སྤྲེལ་ཆོག་བཞོན་པ་དེར་དུག་ཁྱང་སྤྲུལ་

ཐུང་ཐུབ་པའི་རྣམས་ཐུང་རིག་པ་ཡང་འདུས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ན། བོད་ཀྱི་གསེང་རིག་དང་ཐུན་རིག་ནི་བོད་མི་རིགས་རང་གི་བྱུང་ཚེས་དང་རོ་བོ་མཚོན་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་གཞུང་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ནོ།

འོན་ཀྱང་མོ་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་རིང་མོའི་ཁྲོད་བོད་ཀྱི་གསེང་རིག་པའི་བརྟན་པར་ཉམ་ཆག་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཅི་རིགས་ཐེབས་མོད། དཔྱད་ཀྱི་དཔལ་མོས་འཆར་ཀའི་ཉི་གཞོན་བསྟུ་བའི་རྣམས་ལྷན་གསར་བའི་སྐབས་འདིར། བོད་ཀྱི་གསེང་རིག་པར་སྐར་ཡང་དཔལ་ཡོན་གསར་བ་རྒྱས་ནས་དུས་རབས་སྒྲིག་མའི་མེས་རིག་དང་ཚན་རིག་གི་འགན་ཚུན་དྲག་པོའི་ནང་ཡང་ཚོའི་དཔལ་གྱིས་བརྒྱུ་ཅིང་གཞན་གྱི་འགན་རྒྱ་མོར་བའི་རིག་གཞུང་དུ་འགྱུར་ཐུས་ལུ་མཆིས་པ་སྤྱི་མི་དགོས་པ་དང་། བྱུང་པར་དུ་སྐབས་བབ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་དངོས་ཐུན་རྣམས་རིག་པའི་ཁྲོད་ཀྱི་གནད་དོན་དང་དཀའ་ཚུགས་ལ་དམིགས་ནས་ད་རེས་ཞིབ་འདུག་སྟོབ་མའི་གོ་སྐབས་དང་དེ་སྟོན་ལས་ཀ་དངོས་ནང་འཕྲད་པའི་གནད་དོན་ལ་དམིགས་ལྟ་བུར་ནས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་དངོས་རིག་པའི་སྤྱི་དོན་སྐོར་སྐོར་བཞེས་པ་ཁ་བྱང་དུ་བྱས་ཉི་བཞི་དུ་ཁྱུ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཞིབ་འདུག་གི་ནང་དོན། དཔྱད་ཚུལ་འདིའི་ནང་དུ་བརྗོད་བྱ་གཙའ་ཆེ་བ་ལ་འདུས་ཡོད་པ་ཞི། དང་པོ་བོད་ཀྱི་ཐུན་རྣམས་རིག་པའི་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་མང་གཞི་དང་། གཉིས་པ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་དངོས་ཐུན་རྣམས་ཀྱི་དབང་ཉིན་དང་དེ་དག་གི་བྱུང་ཚུལ། གསུམ་པ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་དངོས་ཐུན་རྣམས་ཀྱི་རིགས་དབྱེ་དང་བརྟག་ཐབས། བཞི་པ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་དངོས་ཐུན་རྣམས་ཀྱི་བདུ་འདུལ་གསལ་གསུམ། ལ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་དངོས་ཐུན་རྣམས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་གནས་བབ་དང་སྤྱང་སྟོབ་ཐབས་རྒྱས་བཅས་ཡིན་ནོ། །

ཞིབ་འཇུག་གི་དམིགས་ཡུལ། ཁོ་བོས་བོད་ཀྱི་སྐྱེད་རོས་སྐྱབ་རྣམས་ཀྱི་སྐོར་སྐོར་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས་པའི་དམིགས་ཡུལ་ནི།

གཅིག་ བོད་ཀྱི་སྐྱེད་རོས་སྐྱབ་རྣམས་ཀྱི་བྱུང་ཆ་དང་གནས་ལུགས་རོ་མར་ཆེད་དུ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་ཁྱེད་པ། ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་ཡོད་དུ་སླིད་ཀྱང་ཆ་ཆར་ཁོང་ཞིབ་པའི་གནད་གསང་རོ་མར་རྟོག་ཞིབ་གཏིང་ཟབ་གནང་མེད་པ།

གཉིས། བོད་ཀྱི་སྐྱེད་རོས་སྐྱབ་རྣམས་ཀྱི་རིགས་དབྱེ་དང་བརྟག་ཐབས། བྱུང་ཆའི་ཆ་ཤས། སྐོན་ཁུངས་སྤྱང་སྤྱོད་བཅས་གསལ་པོར་རྟོགས་བྱུང་བ་ཡིན་ན། དེས་སྐྱབ་རྣམས་ཞིབ་འཇུག་དང་རྣམས་རྒྱུན་རྟོག་ཞིབ། སྐྱབ་རྣམས་ཀྱི་ཕན་ཡོན། ལུས་ལུགས་འཛོལ་བསྐྱེད་དང་པར་གལ་ཆའི་དཔྱད་གཞིའི་ཡིག་ཆ་མཁོ་འདོན་བྱ་བྱུང་པ།

གསུམ། སྐྱེས་འབྱུང་བོད་ཀྱི་སྐྱེད་རོས་སྐྱབ་རྣམས་ཀྱི་སྐོར་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པར་མཐུན་སྐྱེད་གསར་བ་བསྐྱབ་བྱུང་པ།

བཞེ། བོད་ཀྱི་སྐྱེད་རོས་སྐྱབ་རྣམས་ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་ལས་དོན་རྒྱ་བསྐྱེད་དང་། མང་གཞིའི་ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་དོན་ཐུང་བས་འབྲས་ཆར་དང་བྱ་ལོ་པའི་ལས་ཁར་བསྐྱེད་བྱུང་བ་བཅས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནོ། །

ཞིབ་འཇུག་གི་ཐབས་ལམ། དཔྱད་ཚིམ་འདི་འབྲི་བའི་བརྒྱུད་རིམ་ཁོད་། གཙོ་བོ་སྤྱོད་རྒྱུན་བོད་ཀྱི་སྐྱབ་རྣམས་རིག་པ་དང་དེར་རབས་སྐྱེད་རོས་རིག་པའི་དགོངས་དོན་གཉིས་ལ་དཔྱད་བསྐྱར་ནལ་མ་བྱས་ཡོད་པ་དང་། རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ཁོ་ན་མིན་པར་དངོས་ཡོད་ལག་ལེན་ནང་གི་མཐོང་ཐོས་ཀྱི་ཉམས་སྦྱང་དེ་ཉིད་དམིགས་སུ་བབྱུང་ཡོད་ལ། ཚེ་ཤིང་གི་བྱུང་ཆའི་གནས་ལུགས་རྣམས་ཕན་ཚུན་ལྟ་བུ་སྐྱར་དང་སྐྱོ་རོར་ངེས་བདེ་སྐྱར་དཔེ་རིས་ཀྱིས་

མཚོན་གང་སྐབ་བྱས་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡང་ཞིབ་སྒྲིལ་སྒྲོ་ནས་བཤད་ན།

གཅིག ལྷགས་གཉིས་ཀའི་གསོ་རིག་གི་དབྱུང་གཞིའི་ཡིག་ཆ་གང་
འདྲེན་སྐབས་ལ་གོ་བསྟར་བྱས་པ།

གཉིས། བོད་ཀྱི་སྐབ་རྩལ་རིག་པའི་གཞུང་གི་ཁྱད་ཆོས་རྣམས་མང་གཞི་
བྱས་ཐོག དེ་ལ་དེང་རབས་སྐྱེ་དངོས་སྐབ་རྩལ་གྱི་དགོངས་པའི་བྱུང་བསྐྱེན་
དགོས་ངེས་རིགས་ལ་དེ་དག་གི་ཉིང་བཅུད་བསྟེན་བྱས་པ་ལས་བད་དེ་དེང་
རབས་སྐབ་རྩལ་རིག་པའི་གཞུང་ལྷགས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་སྐབ་རྩལ་རིག་པའི་འབྲས་
ཆབ་ཕྱེད་རྒྱུའི་རེ་བ་གཏན་ནས་བཏོན་མེད་པ།

གསུམ། ལྷགས་གཉིས་ཀའི་གཞི་རྩའི་ཤེས་བྱ་དང་། གཞི་རྩའི་རྣམས་རྩལ་
རྣམས་གཙོ་བོར་བཟུང་ནས་འབྲེལ་བཟོད་དང་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཡོད་པ།

བཞི། བོད་དེང་སྐབ་རྩལ་རིག་པའི་ལྷ་བར་གསལ་བཤད་ཕྱེད་སྐབས།
དེ་གཉིས་མན་ཚུན་མཉམ་བཤེས་མེད་པར་རང་རང་གི་ལྷ་བ་དང་ལྷང་ཆོགས་
རྣམས་ཁ་སྐོར་ལྷ་བའི་ནང་དུ་བཞག་ནས་དམིགས་བསལ་རྟགས་མཚན་བཏོད་
ཡོད་པ་མ་ཟད། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་སྟངས་དང་ལྷང་འདྲེན་ཕྱེད་སའི་ཤོག་གངས་བཅས་
གསལ་པོར་བཏོད་ཡོད།

ལྷ། དེང་རབས་སྐྱེ་དངོས་སྐབ་རྩལ་རིག་པའི་གཞུང་ནས་རྟོག་པའི་ཐ་
སྟོན་གསར་བའི་རིགས་ལ་ཆོག་མཚོད་དང་དག་ཡིག་རིགས་ལ་ཁྱད་སྟངས་གཞུགས་
ཅི་སྐབ་བྱས་ཡོད་པ་དང་། དམིགས་བསལ་འགའ་ཤས་ལ་ཐ་སྟོན་ཤིན་ཏུ་སྐྱེན་
ནས་སྟོགས་བསྟུས་དང་གསལ་བཤད་གང་ལེགས་བྱས་ཡོད།

རྒྱུག སྐབ་རྩལ་གང་ཞིག་གི་རང་བཞིན་དང་གཞི་རྩའི་བྱུང་ཆ་ཁག་ལ་
འབྲེལ་བཟོད་ཕྱེད་སྐབས། དེ་སྟོན་མཁས་དབང་གོང་མས་མཚོད་པའི་
དགོངས་དོན་དེ་ཉིད་སྟོན་བསྟུས་མ་བྱས་ལ། དཔེ་རིས་དང་ཡང་ན་རྩལ་རྩལ་ལ་

དཔེ་གཞིར་བཞག་ནས་དེ་དག་གི་རང་བཞིན་ཉི་མ་བའི་ཆགས་དབྱིབས་དང་།
སྤང་པའི་རིང་བྱང་། མེ་ཉོག་གི་བཟུག་མདངས་དང་སྔ་མ་མ་ནིང་གི་འཕྱར་བ།
འབྲས་བུའི་བྱང་ཆོས་ལ་ཞིབ་པའི་སྒྲིལ་ནས་དབྱེ་ཞིབ་དང་དབྱུང་བཟུར་བྱས་ཡོད།

ཞིབ་འཇུག་ནང་འཕྲད་པའི་དཀའ་ངལ། ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་
རིམ་ཁོད། བོད་ཀྱི་སྐྱེ་དངོས་སྐྱུ་རྣམས་ཀྱི་རིགས་རྒྱུན་དང་ཟུབ་ཚུལ་ཐད་དཀའ་
ངལ་མི་ཉུང་ཞིག་འཕྲད་པ་སྟེ།

གཅིག་ བོད་ཀྱི་སྐྱེ་དངོས་སྐྱུ་རྣམས་ཀྱི་རིགས་དབྱེ་དང་ཟུབ་ཚུལ་ཐད་
ཞིབ་འཇུག་ནལ་མ་གནང་བའི་དབྱུང་གཞིའི་རྒྱ་ཆ་ཉུང་བ།

གཉིས། སྐྱུ་རྣམས་ཀྱི་རིགས་དབྱེ་དང་ཟུབ་ཚུལ་དེ་དག་གི་རིགས་པའི་
གཞུང་ལུགས་ཁོ་ནས་ཐག་གཅོད་དཀའ་ཞིང་། ལག་ལེན་དང་རོས་འཛིན་
གཅིག་ཟུར་ཡོད་པའི་སྤང་གཞིའི་སྟེན་སྐྱེ་དངོས་རང་གི་རོ་བོ་དང་རང་བཞིན་
སོགས་འཕྲུལ་ཆས་གསར་བའི་གཞོགས་འདེགས་དང་ཆོད་ལྷ་དངོས་བརྒྱུད་ནས་
ར་སྤྲོད་ཟུབ་ན་སྐྱུ་རྣམས་རང་གི་རིགས་རྒྱུན་དང་ཟུབ་ཚུལ་གྱི་རེས་གསང་རོ་མ་
དེ་ཉིད་ཉོགས་ཟུབ་ཡོད། རང་ཅག་ལ་དེ་འབྲེལ་གྱི་ཆ་ཁྱེན་ཏེ་ཅང་ཞན་པ།

གསུམ། སྐྱུ་རྣམས་ཀྱི་འདུལ་ཐབས་དེ་ནི་ལོ་རྒྱུ་མའི་ནང་རང་གི་ལག་
ལེན་དངོས་ཀྱི་བདེན་པ་དང་མན་ངག་དེ་ཉིད་གནད་ཆེ་ཕྱིར། ཁོ་བོར་མཆོན་
ན་སྐྱུ་རྣམས་སྤྱོད་ཐེབ་ཀྱི་ཉམས་སྤྱོད་ཕན་ཆོགས་ལས་མེད་པས་སྐྱུ་རྣམས་འདུལ་
ཐབས་ཀྱི་སྒྲི་ཁོག་ཅམ་ལས་དམིགས་བསལ་གྱི་ཉམས་སྤྱོད་དང་ལག་ལེན་གང་
ཡང་མེད་པ།

བཞི། བོད་ཀྱི་སྐྱེ་དངོས་སྐྱུ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱུ་རོ་རོས་འཛིན་ཐད་སྤྲོད་ཕྱོག་
མཁས་དབང་རྣམས་ལ་རང་རང་གི་རྒྱུད་པ་དང་ལུལ་ལུང་སོ་སོའི་སྐད་ཀྱི་བྱང་
པར་དབང་གིས་མདོ་ཁམས་སྤྲད་དང་དབུས་གཙང་བརྒྱུད་ཏེ་རོས་འཛིན་

གཅིག་ལྟར་མེད་ལྟེན། སྒྲོ་དོ་གཅིག་ལྟར་ཡོང་བར་བཀག་གྱུ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་
ཆེན་ལྷིས་དེ་འབྲེལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་སྒྲུར་དཀའ་ངལ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ལྟགས་ཡོད་
པ་བཅས་སོ། །

ཞིབ་འཇུག་གི་དོན་ཆེན།

གཅིག་ མ་འོངས་བོད་ཀྱི་སྒྲི་དངོས་སྒྲན་རྣམས་རིག་པར་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་
པར་སྐར་གཞི་བཟན་པོ་བཀོད་ཡོད་པ།

ཁོ་པོས་གོང་དུ་བརྗོད་ཟིན་པ་ལྟར་བོད་ཀྱི་སྒྲན་རྣམས་རིག་པར་ཞིབ་འཇུག་
གནང་མཁན་མང་པོ་ལྟར་ཡོད་ན་ཡང་། རིག་ཚན་འདི་ཉིད་གཉིད་ཟབ་ཅིང་
དུས་རབས་རང་བཞིན་མཆོན་པའི་བཀྲོད་ལམ་སྒྲིག་གོམས་ཁ་བསྐྱར་བར་
བཀག་གྱུ་མང་པོ་འབྱུང་ཡོད་པ་དང་། འདིར་བོད་ཀྱི་སྒྲན་རྣམས་རིག་པའི་
རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་སྐར་གཞི་ནས་འགོ་བརྩམས་ཏེ། སྒྲན་རྣམས་ཀྱི་
རིགས་དབྱེ། འདུལ་ཐབས། འབྲུ་སྒྲུབ། བཏུ་དུས། སྒྲི་དངོས་སྒྲན་རྣམས་ཀྱི་
ཐུབ་ཆའི་གནས་ལུགས། སྒྲན་ཁྱེད་སྒྲུབ་སྒྲིབ་བཅས་ལ་སྒྲིགས་བསྐྱར་རང་
བཞིན་དང་དབྱེད་བསྐྱར་རང་བཞིན་གྱི་སྒྲན་པོ་ཞིབ་འཇུག་གཉིད་ཟབ་བྱས་
ཡོད་པ་དང་། ཁྱད་པར་དུ་སྒྲི་དངོས་སྒྲན་རྣམས་ཀྱི་ཐུབ་ཆའི་གནས་ལུགས་དེ་
དག་རང་ཅག་གི་ཞིབ་འཇུག་མ་བྱས་པ་ལས་དེ་དག་མཐའ་གཅིག་དུ་དེར་རབས་
སྒྲི་དངོས་སྒྲན་རྣམས་རིག་པའི་དཀོངས་དོན་དེ་ཉིད་ལ་གཞི་བཅོལ་མི་དཀོས་ཤིང་།
གནད་དུ་སྒྲན་པའི་ཞིབ་འཇུག་གི་ཐབས་ལམ་ཐུ་མོར་ལུགས་ཆོ་དེ་ལ་རང་གཞན་
དང་གནའ་དེར་གསེ་རིག་གི་ཁྱད་པར་འབྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཆད་གཞི་ལྟ་བུར་ཡང་
འཇུར་མི་དཀོས་པར་སྟམ། དེའི་ཕྱིར་བོད་ཀྱི་སྒྲི་དངོས་སྒྲན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲི་དོན་
ནམས་ཆ་ཆར་ཞིང་གོ་རིམ་ལྡན་པ། གཉིད་ཟབ་ཅིང་གཞི་ལྷ་ཆེ་བ། བོད་རང་
གི་སྒྲན་རྣམས་རིག་པའི་དཀོངས་དོན་ནམས་སྐར་གཞི་བྱས་ཏེ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་

ཁུལ་བྱས་ཡོད་ལ། འདིས་སྐྱད་ཕྱིན་བོད་ཀྱི་སྐྱེད་རོས་སྐྱབ་རྣམས་ཀྱི་གཞི་ཙམ་གཞུང་ལུགས་དང་། གཞི་ཙམ་གྱིས་བྱ། གཞི་ཙམ་གྱིས་ལུས་ཙམ་ལ་གོམ་གང་མཐུན་སྒྲིལ་གྱིས་སྤྱ་མཐུན་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་རྒྱུར་གཤམ་ཆེད་མང་གཞི་བཟན་པ་བཟོང་ཡོད།

གཉིས། སྐྱབ་ཀྱི་རིགས་རྒྱུན་ཙམ་ཞིབ་དང་སྐྱེད་རོས་སྐྱབ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱབ་ཆར་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་རྒྱུར་དོན་སྤྱིར་ཆེན་པོ་ཐོན་ཡོད།

སྐྱེད་རོས་སྐྱབ་རྣམས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ནི་ཏ་ཅང་བྱ་དགའ་ཞིང་ཆེགས་དམ་པའི་ལས་དོན་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། སྐྱེད་རོས་ཀྱི་སྐྱེད་བྱེད་པས་དང་ནམ་པ་ཁོ་ནས་ནུང་གི་གསང་བ་སྟེ་རོ་རྩས་སོགས་རྟོགས་མི་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ན། སྐྱེད་རོས་རང་རང་གི་ནང་གི་བྱུང་ཆའི་ཆ་ཤས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་བརྒྱད་རྣམས་དེ་ཉིད་ཀྱི་སོག་པའི་སྐྱེད་ཁངས་དང་རིགས་རྒྱུན་ཀྱི་གསང་བ་རྟོགས་དགོས་ཡོད། བོད་ཀྱི་སྐྱེད་རོས་སྐྱབ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱབ་ཆའི་གནས་ལུགས་དེ་ཙམ་གསལ་པོ་མེད་པ་སྟེ། ཙམ་བ་དང་འབྲས་བྱ། ས་འོག་གི་སྤང་པོ་དང་ཙམ་བའི་བྱད་པར། མེ་རྟོག་པོ་མོ་མ་ཉིང་གི་འབྲུར་ཚུལ་ཐད་སྒྲོ་ཡིད་ཆེན་ཞིང་དངོས་དོན་དང་མཐུན་པའི་རོས་འཛིན་གསལ་པོ་དེ་ཙམ་ལས་མེད་པ་དང་། སྐྱབ་རྣམས་བཟན་གསལ་སྤོང་དུ་འང་ཆོགས་སྐྱི་ཙམ་ལས་ཞིབ་པའི་དབྱེ་འབྱེད་མཛད་མེད་པས། དེ་དག་གི་དབྱེ་བ་དང་བྱད་པར་འབྱེད་རྒྱུ་དེ་ནི་སྐྱེད་རོས་པན་ཚུན་གྱི་འབྲེལ་བ་དང་རིགས་རྒྱུན་ལ་རྟོག་ཞིབ་བྱེད་རྒྱུར་གཤམ་ཆེད་རིན་ཐང་ཐོན་ཡོད་ལ། བོད་ཀྱི་སྐྱབ་རྣམས་ཀྱི་རིགས་དབྱེ་དེ་ཡང་ཤིང་རྩ་ཐང་རྩ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་སྐྱི་སོག་ཙམ་མིན་པར། ནང་གསེས་རིགས་རྒྱུན་གཙོ་བོའི་སོག་ནས་བྱད་པར་འབྱེད་རྒྱུ་དེ་ནི་སྐྱབ་རྣམས་རོས་འཛིན་མི་གཅིག་པ་དང་། སྐྱབ་གཅིག་དོན་མང་དང་། དོན་གཅིག་མིང་གི་ནམ་གངས། སྐྱབ་རྣམས་ཀྱི་མིང་གི་གདགས་གཞི་མི་འདྲ་བ་ནམས་

གཅིག་ཕྱར་དང་། སྒྲུབ་ཇུས་གཅིག་གི་ནང་གསལ་རིགས། མོ། ལྷན་།
ཁོངས་མོགས་གསལ་པོར་རྟོགས་ཐུབ་པར་དོན་ཉིང་གལ་ཆེན་ལྟན་ཡོད། །

གསུམ། བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཁམས་ཁོར་ཕྱག་དང་སྒྲུབ་ལྷན་ཐོན་ཁྲངས་སྤྱད་སྤྱོད་
ལྱེད་ལྷན་ལྷན་གྱི་མཐུན་ལྱེན་གསར་བ་བཟུན་ཡོད་པ།

བོད་ཀྱི་སྤྱི་དངོས་སྒྲུབ་ཇུས་ཀྱི་ཐོན་ཁྲངས་དང་། སྤྱི་ཁམས་ཁོར་ཕྱག་ལ་
གཏོར་བརྒྱག་ སྒྲུབ་ཀྱི་བྱས་པའི་འགྲོ་ལྷན་གི་འཕེལ་འགྲིབ་བཅས་ལ་གཞིགས་
ནས་ཙམ་བརྒྱག་ཏུ་འགྲོ་ཉེན་ཆེ་བའི་སྒྲུབ་ལྷན་རིགས་ལ་དམིགས་བསལ་དོ་རྒྱུད་དང་
སྤྱད་སྤྱོད་ལྱེད་དགོས་པར་བརྟན་པ་དེས་སྒྲུབ་ལྷན་ཐོན་ཁྲངས་སྤྱད་སྤྱོད་དང་
རང་བྱུང་ཁོར་ཕྱག་ལ་བདག་སྤྱོད་། ལྷན་མཐུད་རང་བཞིན་གྱི་འཕེལ་ལྗས་
གཏོར་བར་འབོད་སྤུལ་ནན་པོ་བྱས་ཡོད་དོ། །

དཀར་ཆག

ལེབ་དང་པོ། བོད་ཀྱི་ཐོག་དང་སྐྱོད་ཆས་རིག་པའི་རིགས་པའི་

གཞུང་ཕྱགས་ཀྱི་ཕྱི་བཤད། (1)

ས་པཅད་དང་པོ། ཐོག་དང་སྐྱོད་ཆས་རིག་པའི་གཞུང་ཕྱགས་ཀྱི་ཕྱི་བཤད།
..... (2)

1. ཐོག་ཀྱི་རྩ་བཤད་པ། (6)

1.1 རྩ་བཤད་ཀྱི་རྩ་བཤད་པ། (6)

1.2 རྩ་བཤད་ཀྱི་ཕྱི་བཤད་པ། (10)

2. རྩ་བཤད་ཀྱི་ཕྱི་བཤད་པ། (17)

3. རྩ་བཤད་ཀྱི་ཕྱི་བཤད་པ། (18)

3.1 རྩ་བཤད་ཀྱི་ཕྱི་བཤད་པ། (18)

3.2 རྩ་བཤད་ཀྱི་ཕྱི་བཤད་པ། (22)

ས་པཅད་གཉིས་པ། ཐོག་དང་སྐྱོད་ཆས་རིག་པའི་གཞུང་ཕྱགས་ཀྱི་ཕྱི་བཤད། (25)

1. ཐོག་དང་སྐྱོད་ཆས་རིག་པའི་གཞུང་ཕྱགས་ཀྱི་ཕྱི་བཤད། (25)

2. ཐོག་དང་སྐྱོད་ཆས་རིག་པའི་གཞུང་ཕྱགས་ཀྱི་ཕྱི་བཤད། (28)

3. ཐོག་དང་སྐྱོད་ཆས་རིག་པའི་གཞུང་ཕྱགས་ཀྱི་ཕྱི་བཤད། (32)

ས་པཅད་གཉིས་པ། ཐོག་དང་སྐྱོད་ཆས་རིག་པའི་གཞུང་ཕྱགས་ཀྱི་ཕྱི་བཤད། (40)

1. ཐོག་དང་སྐྱོད་ཆས་རིག་པའི་གཞུང་ཕྱགས་ཀྱི་ཕྱི་བཤད། (40)

1.1 ཐོག་དང་སྐྱོད་ཆས་རིག་པའི་གཞུང་ཕྱགས་ཀྱི་ཕྱི་བཤད། (41)

1.2 ཐོག་དང་སྐྱོད་ཆས་རིག་པའི་གཞུང་ཕྱགས་ཀྱི་ཕྱི་བཤད། (43)

1.3 ཐོག་དང་སྐྱོད་ཆས་རིག་པའི་གཞུང་ཕྱགས་ཀྱི་ཕྱི་བཤད། (45)

མཐའ་ཕྱགས་པ། (45)

2. ལྷ་རྩེས་ཀྱི་ཕྱེད་ལས།	(47)
ལེའུ་གཉིས་པ། བོད་ཀྱི་སྐྱེད་རོས་སྐྱོན་རྩེས་ཀྱི་དབང་	
རྟེན་དང་ཐུབ་ཆའི་གནས་ལྟགས།	(48)
ས་བཅད་དང་སྒྲ། ཆུ་བ།	(52)
1. ཙ་བའི་ཆགས་དབྱིབས།	(53)
2. ཙ་བའི་དབྱེ་བ།	(53)
3. ཙ་བའི་གཟུགས་དབྱིབས།	(55)
ས་བཅད་གཉིས་པ། རྩྱ་ཆོལ་མ་གཞུང་རྟ།	(56)
1. རྩྱ་ཆོལ་ཆགས་དབྱིབས།	(57)
1.1 རྩྱ་ཆོལ་གཟུགས་དབྱིབས།	(57)
1.2 ལྷ་ལྷ།	(59)
1.2.1 རྩྱ་གནས་ཀྱི་ཁྱད་པར་སྐྱོན་ས་དབྱེ་བ།	(60)
1.2.2 རྩྱ་འཆར་ཀྱི་རང་བཞིན་སྐྱོན་ས་དབྱེ་བ།	(60)
2. རྩྱ་ཆོལ་གཞུང་རྟའི་དབྱེ་བ།	(62)
2.1 ཐུབ་ཕྱེད་རྩྱ་ཡི་དབྱེ་བ།	(62)
2.1.1 རྩྱ་ཆོལ་རྩྱ་ཆོལ་ཡི་དབྱེ་བ།	(62)
2.1.2 རྩྱ་ཆོལ་རྩྱ་ཆོལ་ཡི་དབྱེ་བ།	(63)
2.1.3 རྩྱ་ཆོལ་རྩྱ་ཆོལ་ཡི་དབྱེ་བ།	(64)
2.2 རྩྱ་ཆོལ་རང་བཞིན་ཀྱི་དབྱེ་བ།	(64)
2.2.1 གཞུང་རྩྱ་ཆོལ་རྩྱ་ཆོལ་ཡི་དབྱེ་བ།	(64)
2.2.2 རྩྱ་ཆོལ་རྩྱ་ཆོལ་ཡི་དབྱེ་བ།	(65)
3. རྩྱ་ཆོལ་གཞུང་རྟའི་འཇུག་དབྱིབས།	(66)
3.1 ས་འོག་གི་རྩྱ་ཆོལ་འཇུག་དབྱིབས།	(67)
3.1.1 ཙ་བ་འདྲ་བའི་རྩྱ་ཆོལ་ཡི་དབྱེ་བ།	(67)
3.1.2 རྩྱ་ཆོལ་འདྲ་བའི་རྩྱ་ཆོལ་ཡི་དབྱེ་བ།	(67)
3.1.3 ཐུ་ཐུ་འདྲ་བའི་རྩྱ་ཆོལ་ཡི་དབྱེ་བ།	(68)

3.1.4 ཉམས་འདུ་བའི་སྒྲིག་པོ།	(68)
3.2 ས་སྐྱེད་གི་སྒྲིག་པོའི་འགྱུར་དབྱིབས།	(68)
3.2.1 ལོ་མ་འདུ་བའི་སྒྲིག་པོ།	(68)
3.2.2 ཆེར་མ་འདུ་བའི་སྒྲིག་པོ།	(69)
3.2.3 ལྷག་ས་ཁྱུ་འདུ་བའི་སྒྲིག་པོ།	(69)
3.2.4 ལྷག་ས་འབྱུང་འདུ་བའི་སྒྲིག་པོ།	(69)
3.2.5 ཁྱུང་ཆུང་འདུ་བའི་སྒྲིག་པོ།	(69)
ས་བཅད་གསུམ་པ། ལོ་མ།	(70)
1. ལོ་མའི་གྲུབ་ཆ།	(71)
1.1 ལོ་འདུ་བ།	(72)
1.2 ལོ་མའི་ངར་པ།	(73)
1.3 སྐྱེད་ཕྱིན་ལོ་མ།	(73)
2. ལོ་མའི་གསུག་ས་འགྱུར།	(74)
2.1 ལོ་མའི་སྐྱེད་ཕྱིབས་ཆ་ཆང་།	(74)
2.2 ལོ་མའི་སྐྱེད་ཆའི་གསུག་ས་དབྱིབས།	(77)
2.3 ལོ་མའི་སྐྱེད་ཆའི་གསུག་ས་དབྱིབས།	(78)
2.4 ལོ་མའི་ལྷ།	(78)
2.5 ལོ་མའི་ཚ་རིས།	(80)
3. ལོ་མའི་བང་རིས།	(81)
3.1 རིས་ལོ་མ་སྐྱེད་པ།	(82)
3.2 ཁ་སྐྱོད་ཏུ་སྐྱེད་པ།	(82)
3.3 འཁོར་ནས་སྐྱེད་པ།	(82)
3.4 ཆོམ་སྐྱེད་སམ་རུབ་སྐྱེད།	(82)
ས་བཅད་བཞི་པ། མེ་རྟོག་	(83)
1. མེ་རྟོག་གི་གྲུབ་ཆུང་།	(84)
1.1 མེ་རྟོག་གི་ལྷ་བ།	(86)