

འོད་ཀྱི་གསེང་པ་ཤིག་པའི་གནས་དཔེ་ལྷོ་གསེང་པ་ལྷོ་གསེང་པའི་ཚུ་གསེང་



ARURA

ཨ།མཐོང་བ་དགའ་བྱིད།

ཨ།ལྷོ་ལུ་འཐོང་བ།

འཛིགས་མེད་འཕུན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ།
རབ་དབང་ལྷོ་ལུ་འཐོང་བའི་ལྷོ་གསེང་ལུ་མ།



། མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།

图书在版编目(CIP)数据

藏中医术精选·入迷 珊瑚申: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 978-7-105-09724-1

I. 藏… II. ①藏… ②青… III. ①藏医-藏语②藏药-藏语 IV. R291.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 175856 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

各地新华书店经销

2008 年 11 月第 1 版 2008 年 11 月北京第 1 次印刷

开本:850mm×1168mm 1/32 印张:7

印数:0001-2000 册 定价:12.00 元

ISBN 978-7-105-09724-1/R.293(藏 157)

(藏编室电话:64275311 藏文发行科电话:64227665)

སྤེལ་གཏོང་རྒྱའི་དམིགས་ཤུལ་བཅངས་ནས་རྩོམ་པ་༡༠༠༩ལོར་མཚོ་སྐོན་ཞིང་
 ཚེན་པོ་དེ་གི་གསོ་རིག་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གིས་གཙོ་བོ་བྲིན་བྱས་པའི་“《པོ་དེ་གི་གསོ་
 བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཚུགས་བསྐྱིགས་དཔེ་ཚོགས་》ཚོམ་སྐྱིག་ཚོགས་པ་”ཞུག་
 འཇུགས་བྱས་པ་དང་། གནའ་དཔེ་འཚོལ་སྟེང་དང་དག་སྐྱིག་དང་ཚོམ་སྐྱིག་
 བཅས་གྱི་ལས་སྐོ་སྤྲེ་ཞིང་དཔེ་རྒྱན་དང་འབྲེམས་སྤེལ་གྱི་བྱ་བ་ཡང་འགོ་བརྒྱུས་
 ཟིན་ཡོད། དཔེ་ཚོགས་འདི་ནི་སྤྲོ་ན་མ་མཚེས་པའི་རིག་གནས་གྱི་ལས་ལྷ་ཚེན་
 པོ་ཞིག་ཡིན་ལ། འདི་ཉིད་པོ་དེ་གི་གསོ་བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཡོད་དེ་ཙམ་ག་
 འདུས་པའི་དཔེ་ཚོགས་ཤིག་ཏུ་འབྱུང་བར་བྱེད་རྒྱ་ནི་ང་ཚོའི་བསམ་འདུན་ཡིན་
 ལ། དེ་ལྟར་བྱེད་སྲུབ་པའི་ཡིད་ཚེས་ཀྱང་ང་ཚོར་ཡོད།

དེ་ལྟར་དཔེ་ཚོགས་འདི་སོག་མར་དཔེ་རྒྱན་བྱེད་པའི་སྐོར་དང་བརྟན་ནས་
 འདིར་ཁོ་བོས་བྱ་བ་ཞལ་ཚེན་པོ་འདི་ཚུགས་གང་ཐད་ནས་བྱ་བ་ལས་སྐོར་ཡོང་
 པའི་བཀའ་སྤྲོད་འདུན་ལྷ་རྒྱ་དང་། དེ་བཞིན་པོ་དེ་གི་གསོ་བ་རིག་པ་ལ་ལྷག་
 བསམ་དགར་བའི་ཤུལ་དང་ཚུགས་སོ་སོའི་སྐྱེས་ལུ་ལྷན་ནས་ཀྱང་ལས་ལྷ་འདིར་
 ཚུགས་གང་ཐད་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་རོགས་འདེགས་བྱེད་པའི་བསམ་འདུན་ལྷ་
 རྒྱ་ཡིན།

ཞེས་པའི་ཚོགས་ཚེན་ནས།
 ༡༠༠༩ལོའི་ཟླ་༡༥པར།

མཚམས་སྒྲུབ་པའི་གཏམ།

ཁ་བ་རི་བོའི་བུ་སྲུང་རིག་གནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བོད་མི་རིགས་ཀྱིས་འཇིག་
ཚེན་སྒྲིའི་ཕན་བདེ་གཞི་མར་རྒྱུར་པའི་སྒྲིའི་རིག་པ་མཐའ་དག་སྒྲིའ་བ་པ་ཏགས་
པའི་མིང་ཞེས་ཡིན་ལ། དེ་ལས་གཞན་རྗེས་འཇོན་གྱི་ཐབས་མཚོན་དམ་པར་
རྒྱུར་པའི་གངས་ཅན་གསོ་བ་རིག་པ་ནི་བོད་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིའ་སྒྲིའ་རྒྱན་
དར་སྐལ་མཚན་ཅིང་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ལ་སན་པ་འབའ་ཞིག་རྒྱབ་པའི་རིག་པ་
ཞེས་ཡིན་ལྟ་བུ། རིས་སྲུ་མ་ཚད་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ལ་སན་པའི་ལས་
དོན་འོན་ཀྱང་པའི་རིག་པ་ཞིག་ཏུ་འཁྲམས་ཤིང་སྒྲིའི་ཚོགས་དང་དུས་རབས་རི་
འདུ་ཞིག་གི་ནང་དུ་འང་མཁོ་གལ་དང་སན་ཚོགས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ནི་དོན་
དངོས་ཀྱི་སྒྲིའ་བུ་ལྟ་བུ་པའི་གནས་ལུགས་ཤིག་ཡིན་པས་མི་སྲུ་དང་སྲུ་ཞིག་གིས་
ཀྱང་བསྐྱོན་འདིང་དང་ཚོགས་བཟང་བྱ་བར་མི་ལུས་སོ། །རང་རེའི་སོ་རྒྱས་ཡིག་
ཚང་དང་དེ་ཡོད་བསྐྱོན་བཅས་ཀྱི་དཀར་ཆག་ལྟར་ན། གཡུང་རྒྱུད་བོན་ལུགས་
ཀྱི་དྲང་སྤོང་དཔུང་དུ་བྱི་ཤེས་ནས་སྐྱོན་པ་དྲུང་གི་ཚོར་ཅོག་ཅན་བར་དང་། རྗེ་
བུམ་གཤུ་ཚོགས་སྤིང་མ་ཡོད་ཏན་མཚོན་པོ་ནས་གཉེར་སྐྱོན་གྲ་བ་མངོན་ཤེས་ཀྱི་
བར། བེ་རོ་ཅན་ནས་ལོ་ཆེན་རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་སྐབས། ལྷང་རྒྱར་རྣམ་
གཉེས་ནས་ཤོང་རྒྱལ་ཡབ་སྲས། མི་དབང་སྤེ་སྤྱིད་རིན་པོ་ཆེ་ནས་སྐྱོན་ཅིས་
མཁས་དབང་མཆོན་རབ་ལོང་ལ་སྲུག་པའི་དྲང་སྤོང་མཁས་ལྷབ་རིམ་ལུན་
བཟང་གིས་མི་ལངས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྲུ་རྒྱ་ལས། དཔལ་ལྷན་རྒྱུད་བཞིའི་
དམོངས་འགྲེལ་དང་ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་དམོངས་འགྲེལ་གཙོ་བུས་པའི་གསོ་
རིག་གི་བསྐྱོན་བཅས་རི་བོའི་གཏོས་དང་མཉམ་པ་རང་གིས་མཐའ་ན་དང་པའི་

ལྷ་མོང་གཤེལ་ཞིང་གཞན་ལ་རོམ་ན་ལ་རྒྱའི་སྒོ་བས་པ་རྒྱས་པ་འདི་ས་པོད་ཀྱི་གསོ་
བ་རིག་བའི་མོ་རྒྱས་རིང་ལ་གཞུང་མན་རག་གི་ནང་དོན་རྒྱན་རྒྱན་ཚོགས་པ་
ཞིག་ཡིན་པ་རྒྱུད་གསལ་པོ་བྱས་འདུག

འོན་ཀྱང་མིག་ཁྱར་མྱི་ནང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་དུ་མའི་དབང་གིས་རང་མའི་གསོ་
རིག་ཐད་ཀྱི་གཞུང་མན་རག་གི་གདམས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཉམས་ཉེས་སྤྱུ་རྒྱུར་དང་
འཇུར་ལྷས་ཡིན་པའང་ཀྱང་གྱིས་མཁྱེན་གསལ་ལགས་པས། ད་ལྟའི་དུས་
འདིར་བདག་ཅག་ཚེ་རིག་འཛིན་པ་རྒྱལ་སྤྱི་ཚོང་ཚོང་ཁོ་ན་དང་ཡུལ་ཡུང་གི་
བག་བའི་ཁེ་སན་ནས་ཚོགས་རིས་ཅན་གྱི་ལྷ་བ་སོགས་རིང་དུ་དོར་ནས་མི་
རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་ཡིད་བཞིན་ཚོར་བུ་ལྷ་བུ་འདི་ལ་སྒྲིང་ཁོར་ནས་གཅོད་དང་
གཅེས་སྒྲུལ། དེ་བཞིན་རིས་སྤྱེད་པའི་འཇམ་སྒྲིང་གི་མའི་རིགས་པོངས་ལ་
སན་དུ་རེ་བའི་ཀྱང་སྒྲིང་ནམ་དག་གི་སྒོ་ནས། རི་རྒྱལ་རྒྱུད་པོའི་གཏོས་དང་
མཉམ་བའི་པོད་ཡུགས་གསོ་རིག་གི་གཞུང་མན་རག་རྒྱལ་ལ་འོམ་ཚོད་དང་
རང་བཙོ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་སྒར་ལས་རྣམས་པའི་རང་སོག་འདོན་རྒྱུར་རྒྱུ་བ་དང་
འཚོལ་རྒྱུད་ལེགས་སྒྲིག་གི་དུ་རྒྱ་བཅས་ལོ་ལོ་ནུ་གསལ་གནད་ཅེ་བའི་བཟུང་བ་ཞིག་
ཡིན།

དེའི་རྒྱུར་མཚོ་སྒོ་ཞིང་ཅེན་པོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ཞིང་འཇུག་ཁང་གིས་མིང་
དོན་མཚུངས་པའི་སྒོ་ནས་པོད་ཀྱི་རྒྱན་ཚིས་རིག་པ་རྒྱུད་འཛིན་ཡག་པོ་ཞིག་དང་
གསར་བཙོད་ཚོང་སྤེལ་གྱི་སྒྲིང་གཞི་བརྒྱན་པོ་ཞིག་འཇུགས་སྤུབ་པའི་ཅེད་དུ།
ད་ལྟའི་དུས་རབས་དང་མིང་རྒྱས་བཟང་པོའི་སོ་སྐབས་དམ་འཛིན་དང་མི་
དོས་ཚོར་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་སྤྱུགས་གཅིག་དུ་བསྒྲིལ་ཞིང་མིག་རྒྱུད་རིང་བའི་
རྒྱས་གཞི་དང་བཅས་ཉེ་རང་མའི་རྒྱན་ཚིས་སྒྲིང་གི་སོ་གལ་ཅེ་བའི་གནའ་དཔེ་
དང་བརྒྱན་བཅོས་ལག་དུ་ཟེན་ཉོ་ཅོག་ཚོགས་གཅིག་དུ་བསྒྲིགས་ཉེ་པར་དུ་
བརྒྱན་པའི་དགོ་བ་འདིས། ད་ལྟ་ཅམ་མ་ཟེད་འཇུང་འཇུར་པོད་ཀྱི་རྒྱན་ཚིས་
བརྒྱན་པ་ཉིད་ཡར་རྒྱས་ཚོང་འཕེལ་དུ་འགོ་བར་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་

བྱས་པ་ཐོན་སྐབ་ཅིང་ལྷན་ཅན་གྱི་སྲིད་འཛུགས་དཔལ་དུ་འགྱུར་བར་གདོན་
མི་བཟ་བས་ན། འོ་སྐོལ་སྐྱོན་མོང་གིས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ལྷ་འོས་པའི་ལས་དོན་གལ་
ཆེན་ཞིག་འདི་ཅེས་ཏུ་ཅང་དགའ་ཚོར་དང་བཅས་མཚམས་སྦྲུང་བའི་ཚིག་ཏུ།



འོ་ཏུ་ཚེ་རྒྱལ་གྱིས།

ལྷ་མོ་ ༡༠༠༩ ལོའི་ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༡ ཉིན་ལ།

དག་ཚིག་པའི་གསལ་བཤད།

འོད་ཟེལ་མོ་སྐར་བ་ཞེས་སྲུ་བྲགས་པ་འཇམ་སྐྱིད་གི་ཡང་སྟེང་དུ་གནས་
པའི་མི་རིགས་ཉིད་ལ་གནམ་གྱིས་ས་བཀའ་པ་ལྷ་དུའི་སྐོན་ཕྱོན་དྲན་དབང་དམ་
པ་ནམས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལས། དམ་པའི་ཚོས་ཀྱིས་གཙོས་པའི་བཅུ་ལྷག་རིག་
པའི་གནས་ཀྱིས་ཡོངས་སྲུ་རྒྱག་པའི་ཤེས་རིག་བར་མཛོད་ནི་སྟེང་པའི་མཐར་
ཡང་རྒྱབ་པ་མེད་པ་ཞེས་མཚིས་པ་ལ་སྲུས་ཀྱང་བསྟོན་དུ་མེད་དོ། དེ་ལས་
གནས་བཅུའི་ཡ་ལྷལ་གཞན་རྗེས་འཛིན་གྱི་ཐབས་མཚོག་དམ་པར་ལྷུང་པའི་
འོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ནི། རྗེ་གཡུ་ཚོག་ཚེན་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་སྲུ་མ་ཚད་པའི་འཕྲོ་བ་མིའི་
རིགས་ལ་སན་པ་འབའ་ཞེས་རྒྱབ་པའི་རིག་པ་ཞེས་སྟེ། དེར་མོ་རྒྱས་ཀྱི་དུས་
ཡུན་ཉ་ཅང་རིང་ཞིང་གཞུང་ལྷགས་ཀྱི་མ་ལག་ཆ་ཚང་ཡིན་པ་མ་ཟད། རྩན་
དབྱེད་ཀྱི་རིགས་ལམ་རྒྱད་དུ་འཕགས་ཤིང་མན་རག་ཉམས་ཚུང་ལྷན་ལྷན་
ཚོགས་ཤིང་ལྷོ་མ་པ་ཞེས་མཚིས་སྟབས། དེར་སྐབས་རྒྱལ་ཁབ་མི་ནང་ལྷན་ཏུ་
ཚན་རིག་པ་མཁས་ཅན་དག་གིས་སྟོགས་ཡོངས་ནས་སློབ་སྦྱོང་དང་ཞིབ་འཇུག་
གི་ཚོམ་སྟབས་མཚོགས་ལེན་བྱེད་བཞིན་པ་དང་། རྒྱང་རྟེན་རྒྱལ་ཁབ་ནས་ཀྱང་
ཉར་གི་མི་རིགས་སྟེང་རྒྱས་དོན་འཕྲོལ་དང་རྒྱབ་རྒྱུད་གསར་སྟེལ་བྱེད་པའི་
འཕྲོས་དང་བརྟན་ནས་འོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལས་དོན་ཉིད་རྗེ་རྒྱན་ནས་
ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་དང་མ་ཉམས་གོང་སྟེལ་གནང་སྟེ་ཉམས་དགའི་ལྷལ་ཁམས་
ཤིག་ཏུ་བསྐྱལ་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྟེ་ནང་གི་འགལ་སྟེན་དུ་མའི་དབང་གིས་རང་

དེའི་གསོ་རྟེན་གྱི་གཞུང་མཛུགས་ལོ་གང་མཛུགས་པ་གང་མང་ཉམས་ཞེས་སྲུ་
ལྟར་དང་འལྟར་སྲུས་ཡིན་པ་འདྲར་རྩོམ་ཐོག་མཛོད་ལག་ཟེན་ཏུ་འཁུམས་སྟེང་།
པོད་ཀྱི་གསོ་རྟེན་འདི་ཞིང་གནའ་པོའི་རྟེན་གནས་སྟེན་ཡིན་པའི་རྩོམ་ཞེས་ལྟོན།
རྩེ་ལྷན་ལྷན་པོའི་གཏོན་དང་མཉམ་པའི་གཞུང་མཛུགས་ལོ་གང་གི་གསུང་རབ་དེ་
ནམས་སྲུང་ལས་ལྷན་པའི་སྐོར་ནས་སྟོན་འདོན་ལྟར་སྟོན་དང་འཛོལ་སྟུང་ལེགས་
སྟོན་བཅས་ལྟེང་སྲུ་ཉི་མོག་མར་བཟུབ་དགོས་པའི་སྐོར་གཞིའི་ལས་ཀ་གསལ་ཆེན་
ཞིག་ལྟེང་རྩོམ་ཆེ་རྟེན་འཛིན་པ་ནམས་ཀྱི་སྟབས་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་བབས་པའི་
ཏུས་རབས་ཀྱི་འགན་འཁུགས་ལགས། དེའི་སྲུང་རྩོམ་མོ་སྲུང་གི་ལས་འགན་
དང་ཏུས་རབས་ཀྱི་ལྟངས་ལྟར་མདོ་དུས་མཛོ་སྐོར་ཞེས་པའི་ལྟན་ཐོན་མོར་
ལྷན་པོད་ཏུ་འཕེལ་ལྡན་ལྟར་བའི་གནའ་པོའི་གསོ་དུས་རྟེན་ལ་འདིའི་སྟོན་
དུས་ལས་སྲུང་བཞིང་སྟེང་ཅིང་། པོད་ཀྱི་གསོ་དུས་རྟེན་ལ་རྩེ་བཙོན་
དང་ཞིབ་འཇུག་ལྟེང་པར་སྟོན་བཅས་པའི་ནམ་དུས་ཅན་མང་པོར་སྲུ་ཆ་ལམ་
སྟོན་གྱི་སྐོར་འཕམ་ཡངས་པོར་སྟོན་པ། རང་ལྷགས་ཀྱི་གཞུང་རྒྱུ་འཛིན་པ་ལ་
སྲུང་བས་སྟོན་ཚོགས་སྟབས། ཉམས་ཐག་ནད་པའི་ལྷན་སྟོན་ལ་གཟིར་བའི་ནད་
རྟེན་ཆ་མེད་ཏུ་འཛོམས་པར་ལྷན་པའི་གཞུང་ལྷགས་ཀྱི་སྟབས་ཞེན་དང་མན་
རག་བཟུང་མོའི་གང་མཛུགས་པ་ཆེན་སྟབས་ཀྱི་སྐོར་མང་ཏུ་བཅའ་ནས་ནད་ཀྱི་སྟོན་
བཟུང་ལས་སྟོན་པར་རྩོ་ཚོགས་པ་བཅས་མདོར་བྱ་གངས་ཅན་གསོ་བ་རྟེན་ལ་
འདི་ཞིང་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་སྐོར་ནས་སྲུང་འཛིན་ལེགས་པོ་ཞིག་ལྟེང་པའི་
ཆེད་ཏུ། དེད་ཅག་མཚོ་སྐོན་ཞིང་ཆེན་པོད་ཀྱི་གསོ་རྟེན་ལ་འཇུག་ཁང་གིས་
འབྲེལ་ཡོད་ཆེད་ལས་མི་སྣ་ཆ་འཇུགས་དང་གསོ་བ་རྟེན་པའི་གནའ་དཔེ་དག་
སྟོན་གི་མི་སྣ་ཆེད་བསྐོས་སྟབས་ཉེ། ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་དང་། གཞུང་ལྷགས་བསྟན་
བཅས་ལ། མན་རག་ལག་ལེན། སྟོན་སྲུང་སྲུང་བྱང་། སྐོ་སྟོན་འཁུངས་དཔེ།
གནའ་རྟེན་སྐོར་ཆེས་ཚོགས་ཀྱི་དཔེ་སྟོན་དགོན་པོའི་རྟེན་གསོ་གཙོ་བོར་བཟུང་
ཚོགས་《པོད་ཀྱི་གསོ་བ་རྟེན་པའི་གནའ་དཔེ་སྟོན་སྐོར་བསྟོན་པའི་སྐོན་སྐོར་》ཞེས་པ་

འདི་ཚོ་མ་ལྷོག་ལྟམ་པ་ཡིན་ཞིང་། དཔེ་རྒྱན་གང་དཔེ་དཔ་རེ་རེ་བཞིན་མཛད་
 པའི་སོ་རྒྱས་ཀྱི་ལྷ་ལྷོ་དང་ནང་དོན་ལ་མ་བཟོས་པར་ལག་ལེན་དུ་འཁྲུལ་གང་
 ལྷ་བུ་ཉེ་དཔེ་ལྷོ་ལག་ཏུ་སོན་མོ་སོན་གང་ག་ལྷོག་དང་དཔེ་རྒྱན་འགྲེམས་སྲིལ་
 ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ལ་ནང་སོག་ནས་ལག་ཏུ་སོན་པའི་ལག་གིས་མའི་མ་ཡིག་ཞིག་གཞིར་
 བཅས་ནས་ལེགས་བརྒྱགས་ལྟམ་པའི་《མཛོད་བུ་དགའ་ལྷོད་དང་ལྷ་ཏུ་འཁྲུལ་འཕྲོད་
 བ་》ཞེས་བུ་བ་འདི་ནི་《སོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་རྒྱ་གསལ་བརྒྱགས་
 དཔེ་ཚོགས་》ནང་གསལ་གྱི་དེ་བ་བརྒྱད་ལྷ་ལྷོག་པ་ཡིན་ལ། 《རྒྱ་སོད་མཁས་
 ལྷ་བུ་མའི་གཞུང་ལྷ་གསལ་དམ་པ་སོང་མ་རྒྱལས་ཀྱི་མནའ་ག་ཞབ་ཤེས་ལག་ལེན་
 རྒྱ་བུ་གནད་དོན་གཉེན་པོ་རོ་རྒྱ་མའུ་བ་རྒྱ་གསལ་དམར་བྱིད་ཀྱི་བསོད་པ་
 མཛོད་བུ་དོན་གསལ་དགའ་ལྷོད་སྐྱོད་པོའི་རྣམ་གསལ་》ཞེས་པའི་ནང་སོག་
 མར་མ་རྒྱའི་རྣམས་དང་རང་བཞིན་སོགས་ལ་བཟོས་ནས་ནང་གདོན་གྱི་རོས་
 འཛིན་རྒྱུ་ལ། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ས་རྩོ་ཤིང་སོགས་ལས་ལྷུང་
 པའི་རྒྱན་སོ་སོའི་རྣམ་པ། དེ་ནས་དགོན་པའི་རྒྱན་གང་ཞིག་གི་ཚབ་ཏུ་མོད་
 པའི་རྒྱན་གང་ཞིག་གཏོང་འོས་པ་དང་། རྒྱན་གྱི་དུག་འདོན་འདུལ་རྒྱུ་ལ།
 མན་རྒྱུད་ནས་གསུངས་པའི་ནད་ཕྲ་རགས་གང་ལ་རྒྱུར་རྒྱན་གང་དང་གང་ཕན་
 རྒྱུ་ལ་དང་དེ་དག་གི་རྒྱུར་ལྷ་གསལ་ཚད་ལྷན་གྱི་རྒྱུར་རྒྱུལ་བཅས་བསོད་པོད།
 《ལེགས་བཤད་གསོད་པུད་རྒྱ་མཚོ་ལས་ལེགས་འཁྲུངས་ལྷ་ཏུ་འཁྲུལ་འཕྲོད་བུ་》ཞེས་
 པའི་ནང་གཙོ་བོ་ཆོ་བ་དང་གཉེན་རིམས་ལས་འཛོས་པའི་ནད་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱེན་
 དང་གཙོ་བོའི་དཔྱེ་བ། དེ་དག་ལ་འེས་པར་ཕན་པའི་ཚོག་བརྒྱད་ཀྱི་བཙས་
 ཐབས་རྩོ་ཚོགས་ལས་གཞན། བད་རྒྱུད་མཁྱིམ་བོད་ཀན་གསུམ་དང་ཆམ་ནད།
 བྱི་རྒྱན་གྱི་དུག་ས་རྒྱ་མི་ལྷུང་པའི་ནད། སོག་ཚགས་སོང་དུ་སོར་བ། ཚགས་
 པ་རྒྱུས་པར་བུས་བ་དང་མི་རྒྱུས་པར་བུས་པའི་ཐབས་སོགས་ནད་རིགས་རྩ་
 ཚོགས་ཀྱི་རྒྱད་འཕགས་ཀྱི་བཙས་ཐབས་དང་། ད་རྒྱུར་དང་དར་རྒྱུར། ད་ཚོ་

སོགས་ཡི་གེ་སྒྲིགས་འདྲ་བ་དག་གི་ཚོར་འཕྲང་བ་བསལ་བ། སྐབ་གྱི་བྱིན་
རྒྱབས་བྱ་ཚུལ་བཅས་བཞོན་ཡོད།

དེ་ཡང་དཔེ་ཚོགས་འདི་ཉིད་དག་སྒྲིག་དང་ཚོམ་སྒྲིག་བྱེད་པའི་ཙམ་འཛིན་
འདི་ལྟ་ཡིན་ཏེ། ༡. ཡི་གེ་ཚོར་བ་དང་དོགས་གཞི་ཅན་རྣམས་ལ་མིང་ཚིག་གང་
དེའི་ཇེས་སྟེན་གསུངས་[]འདིའི་ནང་དག་བཙོས་བྱས་ཡོད། ༢. གཞུང་ཚིག་ཆད་
པར་འདོད་པ་རྣམས་ཉལ་ས་()འདིའི་ནང་དྲུ་ཁ་སྐོང་བྱས་ཡོད། ༣. ཚོམ་པ་
པོའི་མཚན་རྣམས་གཞུང་དངོས་གྱི་ཡིག་གཟུགས་ལས་རྒྱུད་ཅམ་བྱས་ནས་
བཞོན་ཡོད། ༤. མ་ཡིག་མི་གསལ་བའམ་གཞུང་ཚིག་ཆད་པ་རྣམས་ལ་ཁ་སྐོང་
བྱེད་མ་རུས་པ་ཉལ་ས་.....འདིས་མཚོན་པར་བྱས་ཡོད་ལ་གྲག་ཉལ་ས་()
འདིའི་ནང་དྲུ་མ་ཡིག་གི་ཤོག་གྲངས་སམ་ཐེག་སྟེང་ཅི་ཅམ་ཞིག་ཆད་ཡོད་པ་
གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད། ༥. རྩ་ཚེ་དང་རྩ་མ་ཚེ་སོགས་ལྷ་ལྷའི་རིགས་རྣམས་
དག་ཡིག་མཁས་པའི་ཁ་རྩལ་ལྷུང་ཏེ། སོག་ཚེ་དང་རྩ་ཚེ་ཞེས་ཚིག་སོགས་དང་
བཞེབ་ན་ལ་བཏགས་མི་འདོགས་ཤིང་། སོག་པོའི་ལྷ་དང་རྩ་མ་ཚེའི་ལྷ་ཞེས་
པའམ་ལྷ་མིང་རྒྱུད་པའི་སྐབས་སུ་མ་བཏགས་འདོགས་ཞེས་པ་ལྷུང་སྟུང་ཡོད།
ལན་ཚེ་ཞེས་པ་ནི་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་དཔེ་གཞུང་མང་ཆེ་བར་བརྟུན་ནས་
དམིགས་བསལ་དྲུ་མ་རྒྱུད་སྟུང་ནས་བཞོན་ཡོད།

འདིར་དང་ཚོད་དག་སྒྲིག་མི་ལྷའི་ཤེས་བྱའི་རྩ་ཚེ་དང་མན་ཞིང་དཔེ་རྟོག་དག་
སྒྲིག་གི་ཉམས་སྦྱོང་ཞེན་པའི་དབང་གིས་མ་རྟོགས་འགལ་འཁྲུལ་གྱི་ཆ་གང་མང་
ཡོད་སྟེད་པ་ལ་རྩ་ཚེ་སྟོག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དགོངས་འཆར་རྟུགས་པར་གནང་
བར་བཀའ་ཁྲིལ་ཆེ་བུ་ལོ།

མཚེ་སྟེན་ཞིང་ཆེན་པོད་གྱི་གསོ་བ་རིག་ཞིབ་འཇུག་ཁང་ནས།
《བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གནང་དཔེ་རྟུགས་བརྒྱགས་དཔེ་ཚོགས》ཚོམ་སྒྲིག་ཚོགས་པ་
ལྷོ་ལོ་༡༠༠༧ལོའི་ཟླ་༥པའི་ཚེས་༡༥ཉིན།

དཀར་ཆག་

༄༅། རྒྱུ་ཤོད་མ་ཁམས་ལྷན་དུ་མ་འདི་གཞུང་ལྷན་གསུམ་དམ་པ་ཤོད་མ་རྣམས་
 ལྷི་མཉམ་འག་ལམ་ཤེས་ལམ་ལེན་རྒྱུ་ལྷན་གཞན་དེོན་གཉེན་ཤོ་
 ཀར་རྒྱུ་མ་རྒྱུ་ལ་རྒྱལ་ས་དམར་ཤིང་ལྷི་ཤོད་པ་མ་ཁོང་པ་དོན་
 གསལ་དག་ལྷི་ལྷིང་ཤོད་རྣམས་གསལ་པ་ལྷན་གསུམ་སོ།།

རྣམས་པ་ཤོད་རྒྱུ་མ་ཤོད་པ་ལྷན་གསུམ་ 3
 དང་ཤོ། རྣམས་ལྷི་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ 6
 གཉེན་པ་ ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ 10
 གཉེན་པ་ ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ 25
 ཤོད་པ་ ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ 37
 ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ 72
 ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ 76

༄༅། རྒྱུ་ཤོད་མ་ཁམས་ལྷན་དུ་མ་འདི་གཞུང་ལྷན་གསུམ་དམ་པ་ཤོད་མ་རྣམས་
 ལྷི་མཉམ་འག་ལམ་ཤེས་ལམ་ལེན་རྒྱུ་ལྷན་གཞན་དེོན་གཉེན་ཤོ་

རྣམས་པ་ཤོད་རྒྱུ་མ་ཤོད་པ་ལྷན་གསུམ་ 143
 དང་ཤོ། ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ལྷིང་ 144

གཉིས་པ། མཁྲིམ་པའི་ནད་གསོ་བ།	146
གསུམ་པ། བད་ཀན་གྱི་ནད་གསོ་བ།	147
བཞི་པ། ཚ་བའི་ནད་གསོ་བ།	148
ལྔ་པ། རིམ་མ་དང་གཉན་ཚད་གསོ་བ།	153
རྒྱལ་པ། རོ་ཚ་གསོ་བ།	175
བརྒྱན་པ། ལུན་པའི་ནད་གསོ་བ།	178
བརྒྱད་པ། ལྷན་རྒྱན་གྱི་ནོར་འཕྲུལ་བསམ་བ།	187
དབུ་པ། ལྷན་གྱི་ན་ལྷན་བས་བུ་རྩེ་བ།	190
ལྷན་རྒྱན་ཀ་ལྷོང་ལྷན་བསྐྱེགས་པའི་བྱ་ར།	193

ལྷོ། ། ལྷོ་པོ་དེ་མ་ཁས་ལྷོ་བ་དུ་མ་འི་གཞུང་ལྷོ་གས་དམ་པ་
 ལོང་མ་རྣམས་ཀྱི་མན་དག་ལལ་ཤེས་ལག་ལེན་ལྷོང་
 ལྷོ་བ་གནད་དོན་གཉེན་པོ་རོ་ལྷོ་དེ་མ་ལྷོ་བ་ལྷོ་གས་
 དམར་མི་དེ་ལྷོ་བ་ལོ་དེ་མ་ལོ་དེ་བ་དོན་
 གསལ་དགའ་ལྷོ་དེ་ལྷོ་དེ་ལོ་ལྷོ་མ་
 གསལ་བ་ལྷོ་གས་སོ།།

འཇིགས་མེད་བཏུན་འཛོན་གྱི་མཚོ།

འཇམ་མཁའ་འབྲུག་འབྲུག་གི་མེ་ཏུ་བཞུགས་པའི་རྒྱུ། །།ལྷོ་
འཇམ་མཁའ་འབྲུག་འབྲུག་གི་མེ་ཏུ་བཞུགས་པའི་རྒྱུ་ལྷོ་
འབྲུག་འབྲུག་འཇམ་མཁའ་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་
འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་
འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་
འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་
འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་
འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་

འཇམ་མཁའ་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་འབྲུག་