

མ་ཁྱེན་བཅེའི་དབང་པོའི་སྒྲུབ་ཡིག་དང་
སྤྲུལ་མ་ཟབ་དོན་སྟོང་ཐིག་ལས་
འགྲོ་བའི་སློག་འཛིན་བརྒྱད་
ཅེའི་ཆར་རྒྱན།

8



མཁའ་བཟུང་པའི་དབང་པོའི་སྒྲུབ་ཡིག་དང་
སྒྲུབ་མ་བཟུང་དོན་སྙིང་ཐིག་ལས་
འགྲོ་བའི་སྤྱོད་འཛིན་བདུན་
ཅིའི་ཆར་རྒྱུན།

འཇམ་དབྱངས་མཁའ་བཟུང་པའི་དབང་པོའི་སྒྲུབ་ཡིག་མཛད།



དཔེ་མཛོད་འགན་ཁུར་བ། བཀྲ་ཤིས།
མདུན་ཤོག་འཆར་འགོད་པ། ལྷ་ལྷ་བ་ཀྱ་མཚོ།
བསམ་གཏན།

པོད་ཀྱི་གསེར་རིག་དཔེ་རྙིང་སྒྲིག་པ་བཞུགས།
ཐ་སྐྱོན་ནམ་གཏེར་སྐྱོན་སྒྲིག་པ།
འཇམ་དབྱངས་མཁྱེན་བཅེ་དང་བྱང་ཆུབ་རྩོམ་མཛད།

མི་ཁྱེད་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་གིས་བསྐྱོན་ནས་བཀྲ་ཤིས།
ལྷ་ལྷ་བ་ཀྱ་མཚོ་གིས་བསྐྱོན་ནས་འདེབས་བཅོས་བྱས་དཔར།

དཔེ་ཀླགས། ISBN7-5409-2850-6/R • 34

དཔེ་རིན་སྒྲིག་པ། 16.00

图书在版编目(CIP)数据

藏医掘藏秘方/降阳钦则,雄秋多吉著. —成都:四川民族出版社,2003.11

(藏医珍稀古籍丛书;8)

ISBN 7-5409-2850-6/R·34

I. 藏... II. ①降... ②雄... III. 藏医—古籍—藏语 IV. R291.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第103403号

主编: 措如·罗追加措

副主编: 达哇彭措

责任编辑: 扎西

封面设计: 罗追加措 马晓峰

技术设计: 扎西

《藏医珍稀古籍丛书》之八

藏医掘藏秘方

降阳钦则 雄秋多吉 著

四川民族出版社出版发行(成都盐道街3号)

西南冶金地质印刷厂印刷

开本:850mm×1168mm 1/32 印张:12.8125 字数:246千

2003年11月第一版 2003年11月第一次印刷

印数:1~2000册

书号:ISBN 7-5409-2850-6/R·34

定价:16.00元

དཔེ་སྒྲུབ་གསལ་བཤད།

༂། །གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་བཙུ་ཕྱག་རིག་པའི་གནས་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་
གཞན་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་གསོ་དབྱེད་སྒྲུབ་ཀྱི་རིག་པ་ནི་ཡོངས་.....
གྲགས་ལྟར་ན་ལོ་ངོ་ཉིས་སྟོང་ལྷག་ཙམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་ལྡན་ཞིང་།
མཐའ་བཞིའི་གསོ་དབྱེད་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་བའི་ནོར་
བུའི་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། གངས་རིའི་ར་བས་བསྐྱར་བའི་ཞིང་
ཆེན་པོ་འདིར། སྒྲུབ་བྱེད་མེས་པོའི་བཀའ་དྲིན་གྱི་མཐུ་ལ་བརྟེན་....
ནས། གསོ་དབྱེད་སྐྱར་གྱི་ཡིག་ཆ་དང་ཕྱག་ལེན་རི་སྟོང་པ་ཞིག་.....
བདག་ཅག་ཕྱི་རབས་རྒྱལ་ས་ལ་བཞག་གནང་བ་ལས། དེ་དག་སོ་....
སོར་སྤྲེ་སྟེ་བཤད་ན། ཕྱི་ཤེས་བྱ་གཞུང་གི་སྐྱོར། བྱང་གདམས་པ་....
དོན་གྱི་སྐྱོར། གསང་བ་ལག་ལེན་དམར་བྲིད་གྱི་སྐྱོར། ཡང་གསང་
ཉམས་སྦྱོང་ཐབས་གྱི་སྐྱོར་དང་བཞིན་འདུས་སོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་གཞུང་དང་གདམས་ངག་སྐྱོར་གྱི་ཡིག་ཆ་གངས་ལས་
འདས་པ་ཞིག་བཞུགས་ཡོད་པ་ལས་ཉུང་ཤས་ཤིག་ཤིང་པར་དུ་.....
བརྐོས་པའམ་ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་ནང་པར་སྒྲུབ་འབྲེམས་སྤེལ་བྱས་པ་
ལུད། དེ་བྱིངས་ཡིག་ཆ་པལ་མོ་ཆེན་དཔེ་རྒྱུན་ཤིན་ཏུ་དཀོན་པའི་
ཡིག་རྒྱུན་གྲིས་མ་འབའ་ཞིག་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་གཏོར་སྒྲུབ་གྱི་....

རྒྱུད་རྒྱུ་ལས་དྲག་པོ་མ་འཕེལ་བའི་དབྱུགས་རྒྱུན་མ་ཆད་ཅམ་དུ་.....
 གནས་པ་ཤིན་དུ་ཅ་ཆེ་བའི་དཔེ་རྟིང་དེ་དག་ནི་མདོ་དབྱུག་ཁམས་
 གསུམ་དུ་ལྷང་ཁྱུག་སྒྲེར་དང་། ལས་ཁྱུངས་སམ་མི་སྒྲེར་ཁ་ཤས་ཀྱིས་
 བདག་དུ་བཟུང་བ་ལས། བོད་ཀྱི་གསོ་དབྱུང་གི་གཞུང་ལ་སློབ་རྒྱུང་
 དང་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་སློབས་པ་དང་ལྷན་པའི་སློ་གསལ་.....
 གཞོན་ཅུ་ལྷག་བསམ་དོན་གཉེར་ཅན་པལ་མོ་ཆེ་ཡིས་མངལ་བའི་གོ་
 སྐབས་དང་བྲལ་བས། བོད་ཀྱི་གསོ་དབྱུང་ལ་སློབ་གཉེར་དང་ཞིབ་
 འཇུག་བྱེད་རྒྱུར་གོགས་དང་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ཞིག་དུ་གྱུར་ཡོད།

ལྷག་པར་དུ་གསོ་དབྱུང་བསྟན་པ་སྤྱི་ལ་ལྷག་བསམ་དམན་པའི་
 རྒྱུ་པོ་རྒྱན་པོ་འགའ་ཡིས་རང་དོན་འབའ་ཞིག་ཡིད་ལ་བཅགས་ནས།
 དཔེ་རྟིང་དེ་དག་བརྒྱ་འཁྱེར་དང་སྤྲོ་གསང་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་
 ལགས་པས། ལྷན་རིང་ན་དཔེ་རྒྱན་ཆད་པའི་ཉེན་ཁ་ཤིན་དུ་ཆེ་བ་
 ཡིན།

དེས་ན་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་ལ་སློག་ལྟར་བཅའ་བའི་ཡ་.....
 རབས་གཞོན་ཅུ་མིག་རྒྱུད་རིང་ཞིང་ལྟ་བ་བྱབ་པ་རྣམས་ལ་འབད་
 ཐབས་བྲལ་བའི་སྤྱགས་སྤལ་གྱི་ཁྱུར་པོ་སྤྱིད་པོས་ཞོན་བཞིན་ཡོད་
 པའི་གནས་ལུགས་དེ་དག་མཐོང་བཞིན་དང་ཤེས་བཞིན་ལ་གཡེལ་
 རྒྱུད་བྱས་ན་བསྐྱུང་བ་ལ་ཁག་བསྐྱེལ་བའི་སྐམ་སྤང་མའམ་བཀའ་རྒྱ

མ་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་བསད་པ་རང་ཡིན་པས་ཅི་སྟེ་རུང་།

གཞན་ཡང་། གནའ་རབས་ཀྱི་དཔེ་རྒྱུ་དེ་དག་ལག་བྲིས་མ་
འབའ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་སྐྱབ་སྐྱབ་བས་དཔེ་གཅིག་བརྒྱག་ན་དཔེ་
རྒྱུ་ཆད་ལ་ཉི་ཞིང་ཡིག་ནོར་དང་བསྐྱུས་ཡིག་མང་པོ་བྲིས་འདུག་
པས་བྱས་དག་དང་ཚག་ཤོག་འབྲི་རྒྱ་བཅས་ཚང་མ་དཀའ་ངལ་ཆེ་
ལ་རྟོགས་སྒྲ་ཆེ་བ་ཞིག་ཀྱང་རེད།

འོན་ཀྱང་འོས་འགན་ཡོད་པའི་རང་ཅག་རྣམས་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱིས་
སྤང་པའི་དུས་རབས་ཀྱི་ལས་འགན་ཡིན་པས་འཆོལ་བསྐྱུ་དང་.....
ལེགས་བསྐྱེགས་དཔེ་རྒྱུ་འབྲེམས་སྒྲེལ་བྱེད་རྒྱ་ནི་དཀའ་ངལ་ཆེ་ལ་
གཟི་བརྒྱུད་ཀྱང་ཆེ་བས་གཡོལ་ཐབས་མེད་པའི་བྱ་བ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་
ཞིག་ཡིན་པར་གདོན་མི་བཟོ།

རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་དམིགས་ནས། རེད་རྣམས་ཀྱིས་«ཐོད་ཀྱི་
གས་རིག་དཔེ་རྒྱུ་སྟོགས་བསྐྱེགས་གངས་རི་དཀར་པོའི་སྤང་བ།»
ཞེས་པའི་དཔེ་ཆོགས་འདི་ཉིད་དཔེ་རྒྱུ་བྱེད་རྒྱར་ཐོད་ཉི་ཤུ་ལྟ་
ཅམ་ལྟ་གོན་བྱས་ཤིང་། ཟླ་ཁོན་མི་རིགས་དཔེ་རྒྱུ་ཁང་ནས་ཀྱང་
དཔེ་ཆོགས་འདི་ཉིད་དངོས་སུ་དཔེ་རྒྱུ་འབྲེམས་སྒྲེལ་བྱེད་རྒྱའི་
དབུ་ཚུགས་པ་ཡིན།

དཔེ་ཆོགས་འདི་ཉིད་སྟོགས་བསྐྱེགས་དང་བྱེད་དག་དཔེ་རྒྱུ་

བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་དུ་མཚོག་སྤྱལ་ཨ་དགོན་རིན་པོ་ཆེ་ནས་
 ཡིག་རྟེན་མང་དག་ཅིག་འཛོལ་བསྟུ་གནང་བར་མ་ཟད། དཔེ་སྟུན་
 བྱ་རྒྱུར་དཔལ་འབྱོར་གྱི་འགྲོ་གྲོན་ཡོངས་རྫོགས་བཏང་བ་སོགས་སླ་
 བ་མེད་པའི་སྤྱགས་ཁུར་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་མཛད་གནང་བ་དང་། སྤན་
 བས་ཀྱང་ཁོ་མང་རིང་དཀའ་བ་བྱུང་དུ་བསད་ཅིང་ངལ་བ་དང་དུ་
 སྤངས་ཏེ་སྐྱེར་གྱི་འགྲོ་སོང་སོགས་ལ་མ་བསྟོས་པར་དཔེ་རྟེན་འཛོལ་
 བསྟུ་དང་སྤྱགས་བསྐྱིགས་ཞུ་དག་བཅས་གྱི་ལས་འགན་སྤྲུག་ཐོག་དུ་
 ཁུར་ནས་འབད་བཅོན་ཞུས་པ་ཡིན།

གཞན་ཡང་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་མཁན་པོ་དང་སྤྱན་པ་དག་……
 སྤན་སོགས་མཁས་དབང་མང་པོ་ཞིག་གདན་ཞུས་གྱིས་ཞུ་དག་བྱས་
 ཏེ་མངོན་གསལ་དོད་པོས་ཐག་ཆོད་པའི་ཡིག་ཞོར་རྒྱུ་མས་སྤྲུ་མའི་
 གཞུང་ལྷགས་ཁག་ལ་སྤངས་གཏུགས་ཏེ་བཅོས་པ་ལས་གདམ་ང་
 དང་། སྤན་གྱི་བརྗེ་ཆད་སོགས་དེ་བཞིན་སྤངས་ལྷང་མ་རྟེན་པའི་ཐེ་
 ཆོམ་དང་བཅས་པ་རྒྱུ་མས་རང་སོར་བཞག་ཡོད། ཤིན་དུ་དགོན་……
 པའི་དཔེ་རྟེན་ཁག་ཅིག་ལ་མ་དཔེ་གཅིག་ལས་མེད་སྟབས་ཡིག་ཞོར་
 དང་ཆད་སྟག་མི་ཁྱུང་བ་ཡོད་པ་གདོན་མི་ཟ། དེ་བཞིན་ཡི་གེ་མི་……
 གསལ་བ་དང་བརྗེ་མ་འཕྲོད་པ་དུས་སྤངས་འབྲལ་སྟབ་དགོས་པའི་
 རྟེན་ལས་ཞུ་དག་མཐར་ཐྱིན་པ་མ་བྱུང་བའི་རིགས་ལ་མཁྱེན་སྟུན་

ཡངས་པའི་ཞིབ་འཇུག་པ་རྣམས་ཀྱིས་དུས་ཚོག་ཏུ་དག་ཐེར་གནང་
སྟེ་ཟླ་བ་ཤོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་ལ་འབྲེལ་བ་བཀའ་སློབ་ཡོད་པ་
ལྟ།

བསྐྱིགས་ལུགས་ཀྱི་ཐད་བསྐྱར་སྒྲོས་དང་ཁ་སྐོང་གང་ཡང་མ་
བྱས་པར་དཔེ་རྙིང་སོ་སོའི་གཞུང་གི་བྱད་ཆོས་ལྟར་རང་སོར་བཞག་
ནས་འཆོལ་བདེའི་དཀར་ཆགས་དང་མཇུག་ཏུ་སོ་སོའི་ལྷན་དག་
བྱས་ཚུལ་སྔན་བྱ་ཅམ་བཀོད་ཡོད།

མདུན་ཤོག་རི་མོ་(ལུས་ནད་གཉེན་པོའི་རྟགས་ཅན་)ཞེས་པ་
འདིས་ནི་རྩུད་ཀྱི་དངོས་བསྟན་ལྟར་ལུས་ནད་གཉེན་པོའི་འབྲེལ་བ་
མཆོག་ཕྱིར་ཁོ་རྩུད་ཤོན་པོད་སྟུན་ཁང་གིས་ལག་ལེན་སྤྲོ་བཅས་དང་
བརྟུན་བཟོ་མིན་པ་དོ་སྟོན་ལྟ་ཕྱིར་ལས་རྟགས་སུ་མཁས་མཆོག་ཆེ་
རྣམ་རིན་པོ་ཆའི་ཞལ་བཀོད་ལྟར་བྲིས་པའོ།

དཔེ་ཆོགས་འདི་ཉིད་སྟོགས་བསྐྱིགས་བྱས་པའི་ཐོག་མཐའ་...
ཀྱན་ཏུ་གངས་ཅན་མཁས་པའི་བྱ་མཆོག་མཁན་ཆེ་རྣམ་རིན་པོ་ཆེ་
ནས་དགུས་ཆོར་ཆེན་པོའི་ཞལ་བཀོད་ལྟག་པར་བསྟུལ་ཞིང་། དེ་...
མིན་གསོ་དབྱད་སྟུན་ཀྱི་རིག་པ་ལ་རང་བྱན་ཆུད་པའི་མཁས་པ་དུ་
མ་དང་། རིག་པ་འདི་ལ་ལྟག་བསམ་རྣམ་པར་དག་པའི་འཆོ་བྱེད་
དུ་མ་སྟེ་དགོ་པོད་སྟུན་ཁང་གཞན་ཡང་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱུངས་དང་

དབུ་བྲིད་ཚན་པ་ཁག་ནས་དཔེ་རྙིང་མཁོ་འདོན་དང་ཁྱེད་ག་ལེགས་
བསྐྱེགས་བཅས་ཀྱི་བྱ་བར་རོགས་རམ་གནང་བ་ལ་ཕྱན་གྱིས་རྙིང་
ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཁྱེད་རྒྱ་ཡིན།

སྐར་སྐས་པ།

དེ་ལྟར་བསྐྱེད་པའི་བསོད་ནམས་དཔག་མེད་དང་།

ནམ་དཀར་དགེ་བའི་གཡུར་འབྲས་ཏིལ་འབྲུ་ཅམ།

གང་མཆིས་སྲིད་གསུམ་ཞི་བ་ཆེན་པོའི་སྤྱོད་།

བདེ་བའི་རྒྱ་མཚོའི་དཔལ་ལ་སྦྱོད་གུར་ཅིག།

ངོ་ཡུལ།

མདོ་ཁམས་ས་ཡི་ཐིག་ལེ་ཆབ་འབྱུལ་དགའ་བའི་ཚལ་ནས།

དཔལ་ཁྱོ་ཕྱའི་བྱ་དགོན་ཐིག་མཆོག་དར་རྒྱས་སྤྱིང་གི་སྐུལ་མིང་པ།

ཁྱེད་སྐྱབ་རྒྱ་མཚོ་ནས།

༡༠༠༠མའི་རྒྱ་ལ་པའི་ཆོས་༡༤ལ།

དཀར་ཆག

- སྲིག་རྒྱུད་བཅས་ཚུལ་ཕན་བདེའི་དོ་གཤམ།.....(1)
- ཁྲག་རྒྱུད་སྟོང་འཆར་གི་བཅས་ཚུལ་རོ་མཆར་སྲིག་སྟེར།(9)
- ཅ་དཀར་གྱི་བཅས་ཚུལ་སྟོང་པོར་དྲིལ་བ་ཕན་བདེའི་བློར་བ།(15)
- འབྱུང་གཞིན་གྱི་བཅས་ཚུལ་རྩོད་རྒྱུ་ལ།(27)
- སྲིག་རྒྱུད་གི་བཅས་ཚུལ་སྲིག་སྟེར་གྱི་ཕན་དག་གུང་དུ་སྤྲོས་པ།.....(37)
- རིན་ཆེན་རིལ་བུ་གཏོར་ཚུལ།(52)
- རྒྱ་ཤེལ་འཆི་མེད་བདུད་རྩི་རིལ་བུའི་སྦྱར་བ་འཆི་མེད་བཅུད་ལེན།(57)
- གསེབ་རིག་པའི་ལག་ལེན་སྒྲིར།(59)
- གསེབ་དབྱུང་ཡན་ལག་བཞི་བ་ལས་བརྒྱུས་པའི་ཅ་གནད་གྱི་གདམས་པ། ... (93)
- རྒྱུ་འབམ་བཅས་ཚུལ་སྟོང་པོ་བསྐྱུས་པ་སྲིག་སྟེར།.....(97)
- དབྱུང་ཚུ་བཅོ་བརྒྱའི་སྐབས་ཞལ་ཤེས།.....(107)
- སྤྲོད་ནས་འཆི་མེད་བདུད་རྩིའི་འབྲུལ་འཁོར་ཞེས་བྱ་བ།(108)
- འབྲི་ལྷགས་སྤྲོད་ནས་འབྲུལ་འཁོར་ཆེན་མོའི་ཕྱག་ལེན་ཚུ་འབབས་སུ་
བཀོད་པ།.....(110)
- ཆོ་ལ་དབང་བའི་བཅུད་ལེན་མཐོ་རིས་མཛོལ་མ་སྲིག་སྟེར།(113)
- ཆོ་ལ་དབང་བའི་མིག་སྤྲོད་གསལ་བྱེད་ཡེ་ཤེས་སྤྲོད་པ།(114)
- དབྱུང་རྩ་དཀར་འབྱུང་བཞེན་ཐབས་དང་མ་བཅས་བྱེད་ཐབས་སྒྲིར།.....(116)

ཚེ་ལ་དབང་བའི་ཕོ་ནད་ཚ་གང་སྤྱི་འཛུགས་བདེ་བའི་ལྷ་གྲ།	(118)
སྤྱན་མིང་དང་རོས་འཛིན་ཐོར་བྱ་ལམས་པའི་དག་གིས་བདུད་ཅི་	
ཟེག་ལ།	(120)
སྤྱད་བཅས་ཚངས་པའི་རྒྱད་མང་ཞེས་བྱ་བ།	(145)
གསོ་དབྱུང་རྒྱད་བཞིའི་བསྐྱུས་དོན་སྤྱིང་པོ་ཞེས་བྱ་བ།	(147)
སི་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་འབྲུམ་བཅས་ལེ་ཚན་གྱི་བྱུར་གསལ།	(150)
ཁྲག་སྤྱན་རྒྱ་མེར་གྱི་ཐོར་བའི་རིགས་དང་བད་ཁྲག་འབྲུག་སོགས་གྱིས་	
བྲེ་བ་འགག་བ་བཅས་ཐབས།	(154)
གསོ་བ་རིག་པའི་སྒྲོར་གྱི་དཔེ་ཐོ་བརྗེད་བྱང་ཟིན་གྱིས།	(155)
སྤྱན་སྒྱུར་ཉེར་མཁོ་སྤྱ་ཆོགས།	(159)
གསོ་བ་རིག་པའི་མན་དག་ཐོར་བྱ་སྤྱ་ཆོགས།	(168)
འདུ་བ་སྤྱི་སྤྱན་ཟླ་བའི་བདུད་ཅི་རིན་ཆེན་སྤྱན་གྱི་སྒྱུར་ཞེ།	(173)
རྒྱན་དུ་ཉེར་མཁོའི་སྤྱན་སྒྱུར་སྒྲོར།	(175)
ཉེར་མཁོའི་སྤྱན་བདུ་དགོས་རིགས་སྒྲོར།	(177)
ཉམས་གྱི་ཡིག་རྒྱུར་སྤྱ་ཆོགས།	(181)
ཐ་བ་ཤ་ལྷག་གི་རིགས་རྩད་ནས་འདོན་པའི་གདམས་དག།	(198)
བྲེ་སོག་མན་དག།	(199)
ཟླ་ཤེལ་ཆེན་མོའི་ལྷག་ལེན་ཟིན་གྱིས་བདུད་ཅིའི་ཟླ་སྤར་སྒྱུར་རྒྱུ་ལ།	(200)
ཟླ་ཤེལ་ཆེན་མོ།	(204)
སྤྱན་ནད་ཀྱན་འཛུགས་མ་རུ་ཅེའི་སྒྱུར་བ་སྒྲོར།	(206)

ཞལ་ཤེས་ཟིན་གྱིས་སྒྲེར།	(208)
སྒྲུབ་གྱི་རོམ་འཛིན་སྒྲོར་ལས་འཕྲོས་པའི་དོགས་སེལ་བྲན་བྲ།	(217)
གདམས་ངག་སྣ་ཚོགས།	(224)
གསང་སྒྲུབ་རིགས་འགའ་ཞིག་སྒྲེར།	(234)
མན་ངག་ཉེར་མཁོ་སྣ་ཚོགས་སྒྲེར།	(239)
རིན་ཆེན་ཆ་སྒྲུབ་གྱི་ཟིན་གྱིས་མཁས་པའི་ངག་རྒྱན།	(251)
དབང་རིལ་ཉེར་ལྟའི་ལྷག་ལེན།	(253)
ལྷ་མ་ཟབ་དོན་སྒྲིང་གིག་ལས་འགྲོ་བའི་སྲོག་འཛིན་བདུད་ཅིའི་ ཆར་རྒྱན།	(255)

ཨོ། །ཕྱི་བུ་མཆོད་པའི་པལ་ལྷན་པའི་ཕྱི་ཕྱི་པའི་
ལྷན་པའི་པལ་ལྷན་པའི་

བ་མོ་གུ་ཅ་མེ་ཤ་ཧྲོ། མཚན་སྟན་ཟླ་ཤེལ་གསར་པ་བཞུ་བའི་རྒྱན། ཤོས་.....
 འཛིན་ཀྲུང་འཛི་སྟེག་གིས་བརྟུང་པས། །རྟལ་གསུམ་གཟུང་བ་རིང་བཅིལ་.....
 བན་དང་བདེའི། །ཡང་ཚོ་གསར་དུ་བཞད་དེས་ཤིས་པ་སྦྱངས། །སྟོག་རྒྱང་ནད་
 ལ་རྒྱ་རྒྱུན་བརྟགས་ཚུལ་དང་། །བཅས་ཐབས་རྗེས་གཙོད་ནམ་པ་ལྷ་ཡིས་བསྟན། །
 རྒྱ་ནི་མ་རིག་ལས་བྱུང་འདོད་ཆགས་ཀྱིས། །བསྐྱེད་པའི་རྒྱང་ནད་ཐ་མལ་གནས་
 པ་ཉིད། །སྤྱང་རྒྱུན་ཐུང་ན་སེམས་ལས་མི་སྟན་གཏམ། །མཚན་གཉིད་མེད་དང་
 འཇིགས་པའི་བྱ་སྦྱོང་སོགས། །ཡིད་ལ་འབྱུགས་པ་སྟེར་བའི་སྟོགས་ཀྱན་དང་། །
 བྱད་པར་འབྱུང་གདོན་སྦྱིང་དང་རྒྱལ་པོ་ཡིས། །རྒྱབ་བརྟེན་བྱས་ནས་མདོན་ཚུལ་
 རྩ་ཚོགས་སྟོན། །རྟགས་ནི་ཙ་རྒྱད་སྟོང་ཞིང་རྒྱལ་བ་ལ། །སྤྱད་ཅིག་ཅམ་ཡང་མི་
 གནས་འགྱུར་ལྟོག་མང་། །རྒྱ་མདོག་སྟོ་ཞིང་ཅུང་ཟད་དམར་བའི་མདངས། །སྟོ་
 བཅས་སྐྱ་བ་རྒྱར་ཡལ་བྱད་པར་བྱ། །དབུས་སྐྱ་མི་རྟོག་སྟན་ཅམ་རྒྱན་དུ་འབྱུང་། །
 དྲི་བ་ཟས་རྩལ་སྦྱང་དང་གཏམ་གྱིས་སྤྱང་། །ཡིད་མི་བདེ་ཞིང་རྒྱ་མེད་འཇིགས་
 རྟག་འཆར། །གཉིད་རྒྱང་ལུས་འདར་མི་ལམ་བཟུང་མང་། །དབུགས་སྦྱང་འབྱིན་
 པར་དཀའ་ཞིང་རྒྱལ་མང་འབྱུང་། །བཅས་ཐབས་སྟན་སྟགས་ཟས་སྦྱོང་ནམ་པ་
 བཞི། །དང་པོ་སྐ་སྐ་རྩ་རྩ་ལྟོ་ལྟོ་སྟོན་ལི་ཤི་ཤིང་ཀྱན་ལི་ལི་ལིང་། །རུས་.....
 བརྟུང་ནམ་གསུམ་ཚད་ལྟན་སྦྱར་བ་ཉིད། །གར་ཆང་གཟུགས་ཐང་དགོང་དང་སྟོ་
 རངས་བྱ། །རིམ་པར་ཆ་བསྐྱེད་བཏང་ལ་རྒྱལ་མང་དབྱུང་། །ཡང་ན་སྐ་དང་ཤིང་
 ཀྱན་གསང་བའི་སྟན། །གཟུགས་ཐང་ལ་རྩ་ཚོ་བཏབ་རྒྱང་དུས་བསྟེན། །དེ་རྗེས་སྟེ་
 མའི་སྦྱར་བ་ཨ་གར་དང་། །རྩ་རྩ་སྦྱིང་ཞོ་རྩ་གང་སྟོན་དཀར་དང་། །རྩ་རྩ་ཨ་རྩ་
 སྦྱར་བ་བརྒྱད་ཕྱི་རྒྱད་ཀྱི་ཨ་གར་བརྒྱད་པ་པ་ཡིན། །དེ་སྟེང་ལི་ཤི་ཤི་མཚན་ཤིང་ཀྱན་

བསྐྱལ། གྲོག་འཛིན་བརྒྱ་གཅིག་ཞེས་གྲགས་ཀྱི་འབྱུང་དང་། རྟིང་ག་ཚེ་བས་.....
 རྟིང་ག་ཚེ་བས་ཆེན་དབྱུགས་མི་ཐོན། རྟིང་ག་ཚེ་བས་ཆེན་ཆུ་ཆུ་བུ་ལ་.....
 བསྐྱལ། ཡང་ན་ཅན་དན་གི་མི་ལི་ཤི་དང་། བས་ཡལ་གྱུར་གྱུ་མ་ཀྱི་རི་ཤོང་
 རྟིང་། བས་ཀྱི་ཉ་མུས་གོ་བྱི་འཁྱི་ཏ་དང་། རྟིང་ཀྱི་པ་ཐུན་པའི་ཉི་ཤུ་རྟིང་པ་.....
 འདི་ལི། རྟིང་ཁྲག་འཐབ་དང་གཟའ་ནད་ཅ་དཀར་རིགས། རྟིང་ཁྲིར་རྟིང་ཁྲགས་
 རྟིང་འཕྱོག་བརྒྱལ་བ་དང་། ཡན་ལག་རེངས་དང་ཞ་སྒྲིང་གཟེར་བ་སོགས། གས་
 དཀའི་ནད་ནམས་མེལ་བའི་བདུད་ཚི་ཡིན། བིན་ཏུ་གཟེར་ཆེ་ཨ་གར་རྟིང་ཞོ་ག།
 ཅན་དཀར་དཀར་རྩ་ཏི་སྒོ་ཞོ་དཀར། རྟིང་གར་གྱུ་མ་རྟིང་པའི་ཕྱེ་མ་རྟིང་ཕྱེ་
 འདི་ལ་དུང་སྒྲིང་ཨར་བརྒྱད་ཟེར་བཞེན། གཞན་ཡང་གོ་བྱི་ཏུ་ཉ་ཨ་གར་ནག རྟིང་
 གར་གྱུ་མ་གཞེར་མདོག་སྒོས་དཀར་རྟིང་། བདུན་པའི་རྟིང་པས་ཁྲག་དན་.....
 རྟིང་རྒྱས་དང་། རྟིང་ཁྲག་འཐབ་འཐབ་འཐབ་ཁྲག་ཆེན་གཟེར་ནད་ལ་བསྐྱལ། རྟིང་
 ཡང་ན་གོ་བྱི་གཞེར་མདོག་ཨ་གར་ནག རྟིང་གར་ཏུ་ཉ་སྒོས་དཀར་རྩ་ཏི་རྟིང་། རྟིང་
 ཆང་གིས་ལུལ་བཅུང་དབྱུང་མིག་སྒྲིག་ཏུས་གཟེར། རྟིང་ཁྲག་རྟིང་འཕེལ་མིན་
 ཏུ་ལུག་པ་མེལ། རྟིང་གཟེར་འཛམས་རྟིང་ཞོ་སྒྲིང་ཐོག་འབྱུང། རྟིང་ཀུན་ཤི་
 ཆེན་ལི་ཤི་ཁ་ཏུ་མོ། རི་ཤོང་ཅིན་བསྐྱལ་པའི་བཙུ་པས། རྟིང་རྟིང་གཉིད་ཆེ་
 རྟིང་འཕྱོག་བརྒྱལ་བ་དང་། བས་གཟེར་གཟའ་ནད་རྟིང་ལ་བལ་བའང་མེལ། རྟིང་
 ཏི་ཨ་ཏུ་སྒོས་དཀར་ཨ་གར་ནག གི་མི་ཤིང་ཀུན་བཟང་དུག་ཅན་གཉིས། རྟིང་
 བར་རྟིང་རྟིང་ཞོ་གོ་རྟིང་ལི་ག་ཏུར། བེང་ཕྱེད་སྒོས་རྟིང་ཕྱུས་བསྐྱལ་ཕྱེ་མ་ནི།
 དགོང་དང་ཐོ་རངས་ཆང་གིས་ལུལ་ལ་བཅུང་། རྟིང་སྒོས་གཟེར་ནད་ཀུན་གྱི་
 གཉེན་པོ་ལྟེ། འཕགས་ལུལ་པཎ་ཆེན་པོ་མ་མི་ཏའི་ལུགས། ལི་ཤི་རྩ་ཏི་གྲ་གྲལ་

ཡ་གར་ནག རྟིང་ཞོ་ཅ་རྟ་གི་སར་སྤྲོས་དཀར་དང་། རུ་གང་ཤུ་དག་གི་མི་.....
 ཅན་ན་དམར། །ཤ་ཆེན་ལན་ཚླ་སྒྱུ་ལི་ལི་ལིང་། །ཤང་དྲིལ་མེ་རྟོག་སྒྱུར་བའི་.....
 སྒྲན་མཆོག་འདི། རྟོག་རྒྱུང་འཛམས་པའི་རྩོམ་ཞེས་བྱ་ཏེ། བྲིབ་གདོན་རྒྱ་ལས་
 བྱུང་བའི་རིགས་ཀུན་འཛམས། ཆབ་ཆེ་རི་པོང་ཅོན་བསྐྱན་པ་བསྐྱགས། བྲ་.....
 བྲལ་ལི་ཤི་རྟིང་ཞོ་ཅན་དན་གཉིས། རྩོ་རྟི་ཡར་ནག་སྤྲོས་དཀར་གི་སར་གསུམ། །
 ཅུ་གར་ཅ་རྟ་གི་མི་སྤྲོ་ཅི་དང་། །འབྲས་གསུམ་གསང་སྒྲན་ཀ་ར་སྒྱུར་བ་ཡིས། །
 རྟིང་ཆད་རྟིང་གཟེར་སྒྱུ་འཕྱོག་ཆོགས་སྒྱུར་ཞེ་འདི་ཨ་རུན་བདེ་ཆེན་སྤྲོ་བའི་གཏེར་
 མ་ནས་བྱུང་ཀུན་སེལ། །བྱད་པར་རིལ་བུའི་སྒྱུར་བ་བཟབ་སྒྱུར་ཞེ་འདི་ལ་སེམས་བྲི་.....
 བདེ་རྒྱུད་ཟེར་མོ་ནི། །ལམ་ལ་ཞོ་ཡར་ནག་རྩོ་རྟི་ལི་ཤི་དང་། །ཤིང་ཀུན་ཅ་རྟ་རྟིང་
 ཞོ་ཆ་བ་གསུམ། །སྒྲན་ཆེན་འབྲི་ཆོལ་ཁ་ཅ་ཆ་ནམས་སྒྱུར། ཆབ་ཆེ་རི་པོང་ཅོན་
 བྲི་རྟིང་སོགས། རྟིང་རྩ་གང་འཛོམ་ཁ་ཆར་ལེགས་གདབ་ཏེ། བྱུར་སྒྲག་སྒྱུར་བ་
 རིལ་བུ་སྒྲན་ཅམ་དྲིལ། །ན་ཆོད་རྟོབས་དང་བསྐྱུན་ཏེ་དགོང་ཐོ་རངས། །ཤ་མར་
 བྱར་རྟིང་ཆང་ཆན་གཏུས་པས་དབུལ། །ལན་ཡན་རྒྱུང་ནད་སྒྱི་དང་བྱད་པར་བྲ། །
 རྟོག་ཅར་རྒྱུང་ཞུགས་རྟིང་འབྱུང་ཡིད་མི་བདེ། །འབྱུང་འདར་སྒྱུ་ཞུགས་ཀུན་ལ་
 བདུད་ཅིར་མཆུངས། །ཡ་ཅུ་ཤ་ཆེན་ཆོ་གུ་སྤངས་པ་བཞི། །དེ་དང་མྱིང་མཉམ་ཤུ་
 དག་ལི་ལི་ལིང་། །ལི་ཤི་ཅ་རྟ་ཁ་ཅུ་ཚླ་བཅས་པ། །ཀུན་མཉམ་ལི་ཤི་ཅ་བ་དེ་.....
 ཀུན་དང་། །མཉམ་པའི་རྩོ་རྟི་དེ་བཞིན་གསང་བའི་སྒྲན། །གཙཾ་པོའི་མྱིང་མཉམ་
 ལོ་བརྒྱད་ཨེ་རྟོ་ཡིས། །འདམ་བཅགས་བྱུར་སྒྲག་གིས་གཏུས་རིལ་བུར་དྲིལ། །
 སྒྲན་ནད་ཐོན་ཅམ་དགོང་དང་ཐོ་རངས་བཞེན། །རྟིང་རྟོག་ནད་རིགས་སྒྱི་དང་
 ཕེ་བྲག་བྲ། །སྒྱུ་འཕྱོག་སེལ་བའི་བདུད་ཅི་དམ་པ་ཡིན། །བྱད་པར་གསང་སྒྲན་