

དོད་བྱེ་གསེ་བ་རིག་པའི་གནད་དཔེ་ཚྲིགས་བཞུགས་དཔེ་ཚྲིགས།



ARURA

ཨ་མ་མཁུ་བཟུང་པའི་སྒྲིང་པོ། ཨ་མ་མཁུ་བཟུང་པའི་སྒྲིང་པོ་མཁུ་བཟུང་པོ།

ས་མཁུ་བཟུང་པོ་དང་མཁུ་བཟུང་པོ།



མཁུ་བཟུང་པོ་མཁུ་བཟུང་པོ།

བོད་ཀྱི་གསེང་བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཕྱོགས་བརྒྱགས་དཔེ་ཆོགས།



༡༡༥༥ ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་སྒྲིང་བོ།

༡༡༥༥ འགྲོ་བའི་སྒྲིག་འཛིན་བརྒྱད་ཆེའི་ཆར་བྱུན།

མཆོ་སྒྲིང་ཆེན་མཆོ་སྒྲིང་ཆེན་མཆོ་སྒྲིང་ཆེན་མཆོ་སྒྲིང་ཆེན་
《བོད་ཀྱི་གསེང་བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཕྱོགས་བརྒྱགས་དཔེ་ཆོགས།》

085

 མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།

༡༡། ། ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་སྒྲིང་པོ་
ཞེས་བྲ་བ་བཟུགས་སོ།

ས་སྐྱ་པ་རྩི་ཏ་ཀུན་དགའ་བྱུང་མཆན།

图书在版编目(CIP)数据

医学八支精髓,生命甘露流: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 - 09720 - 3

I . 医… II . ①藏… ②青… III . 藏医 - 文集 - 藏语
IV . R291.4 - 53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 175860 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:850 毫米×1168 毫米 1/32 印张:7.375

印数:0001 - 2000 册 定价:15.00 元

ISBN 978 - 7 - 105 - 09720 - 3/R·289(藏 153)
(藏文室电话:64275311 发行部电话:58130509)

ཚུམ་སྒྲིག་འགན་འཁུར་བ། དཔལ་འཛོམས།

责任编辑: 边宗

༩༩ ། ། ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་མྱོད་པ།

༩༩ ། ། འཁྲུ་པའི་ཁྱིམ་འཛིན་བཟུང་བའི་ཆུབ་ཆུབ།

ཚུམ་པུ།

ཡུལ་པུ་ཉ་དང་བྱང་ཆུབ་རྟོ་རྟེ།

ཚུམ་ཁྱིམ་ལ་ཁན།

མཚོ་མོན་ཞིང་ཆེན་པོ་དུ་གསེ་རིག་ཞིབ་འཇུག་ཁང་།

དཔེ་ལྷན་ལ་ཁན།

པོ་ཉུ་གསེ་བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཆུགས་པ་ཁྱིམ་པུ་ཆུགས་ཚུམ་སྒྲིག་ཆུགས་པ།

འབྲེམ་སྒྲུབ་ལ་ཁན།

མི་རིགས་དཔེ་ལྷན་ཁང་།

གནའ་ལྷན།

མི་རིགས་དཔེ་ལྷན་ཁང་གི་པོ་དུ་ཡིག་ཚུམ་སྒྲིག་ཁང་།

ཁྱུང་ཁྱིམ་ལ་ཁན།

པེ་ཅིན་རྟོ་མིང་ལི་བྱང་ལམ་ཨང་14པ།

ཁྱུང་ཁྱིམ་ལ་ཁན།

100013

ཁྱུང་ཁྱིམ་ལ་ཁན།

010 - 64275311

ཡན་ལག་ལ་ཁན།

པེ་ཅིན་དུ་ཁྱུང་ལི་པར་འདེབས་ཆེད་ཡོད་ཀྱང་གི།

བརྒྱད་འཛོམས་ལ་ཁན།

ཁྱུང་ཡོངས་སྐད་ཀན་སེ་མིའི་ཞིན་ཏུ་དཔེ་ཆེད་ཁང་།

དཔེ་ཆུབ།

850mm x 1168mm 1/32

ཡན་ལག་

7.375

ཡན་ལག་ལ་ཁན།

2008ལོའི་ཟླ་11པར་པར་གཞི་དང་པོ་བརྒྱགས།

ཡན་ལག་

2008ལོའི་ཟླ་11པར་པེ་ཅིན་ཏུ་པར་ཐང་སྐད་པོ་བརྒྱབ།

ཡན་ལག་

0001 - 2000

ཡིན་ཏུ་

ཟླ་15.00

ISBN 978 - 7 - 105 - 09720 - 3/R·289(藏 153)

《བོད་ཀྱི་གསེབ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཚུགས་པ་རྒྱུགས་དཔེ་ཚོགས་》ཀྱི་ཚཱ་རྒྱུག་ཚོགས་པའི་མིང་གོ།

ལྷོ་འདྲི་ས། ཁྱོ་རུ་ཆེ་ནམ། བསྟན་ཤོ། ཉི་མ། ལུབ་བསྟན།

ཚོགས་གཙོ། འོ་ཚོགས་ཆེན།

ཚོགས་གཙོ་གཞོན་པ། རྡོ་རྗེ། ཉ་མགིན་རྒྱལ། གཏུགས་དཀར། ཆེ་རིང་རྒྱལ།

ཚོགས་པའི་མི་རྣམས། འོ་ཚོགས་ཆེན། རྡོ་རྗེ། ཉ་མགིན་རྒྱལ། གཏུགས་དཀར། ཆེ་རིང་རྒྱལ།

བརྗེ་ཆེ་རིང་། བུ་མདོ་ལྷ་བུ་མས་རྒྱལ། དབང་ཆེན་ཆེ་བརྟན། ལྷ་

བུ་མས་རྒྱལ། ཉ་རྡོ། རྡོ་ལྷ་ལྷ་ལ། ཀམ་ཚོགས་གཉིས། རྡོ་ལྷ་ལྷ་

ཆེ་རིང་། བསམ་འགྲུབ་རྒྱལ། སྐལ་བཟང་རྡོ་རྗེ། དཔལ་ལྷན་རྒྱ་མཚོ།

དབང་གཤམ་བསོད་ནམས། སྐལ་བཟང་བཀྲ་ཤིས། རྡོ་རྗེ་རབ་བརྟན།

མཁའ་འགོ་རྒྱལ་བས། བཀྲ་ན།

དེབ་འདིའི་དག་རྒྱུག་པ། ལུ་དེས་ཆེ་རིང་། ལྷ་མོ་ཆེ་རིང་། བོད་གཞུག་རྒྱུད། ལུགས་

ཐར་རྒྱལ། རྡོ་རྗེ། འབུམ་ཤོ། བཀྲ་ན།

《藏医药经典文献集成丛书》编辑整理委员会名单

顾 问：措如·次郎 旦科 尼玛 土布旦

主任委员：艾措千

副主任委员：多杰 旦正加 星全章 才让加

委 员：艾措千 多杰 旦正加 星全章 才让加 完德才让

恰多·李先加 昂青才旦 李先加 达多 端智

尕玛措尼 端智才让 三智加 尕藏多杰 华旦尖措

昂智索南 格桑扎西 多杰拉旦 卡着杰 扎巴

本书整理者：布地次仁 拉毛才让 我杰吉 吉太加 多杰 本考

扎巴

སྒྲིལ་གཏོང་རྒྱུ་དམིགས་ཡུལ་བཅངས་ནས་ར་ཆོས་༡༠༠༣ལོར་མཆོ་སྒྲོན་ཞིང་
 ཆེན་པོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གིས་གཙུག་ལྷན་གྱིས་བཤེས་པའི་“《བོད་ཀྱི་གསོ་
 བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་སྒྲིགས་པ་སྒྲིགས་དཔེ་ཆོགས་》ཙམ་སྒྲིག་ཆོགས་པ་”སྒྲིག་
 འཇུགས་བྱས་པ་དང་། གནའ་དཔེ་འཆོལ་རྒྱད་དང་དག་སྒྲིག་དང་ཚུལ་སྒྲིག་
 བཅས་ཀྱི་ལས་སྒོ་ཕྱེ་ཞིང་དཔེ་སྒྲུབ་དང་འབྲེལ་མས་སྒྲིལ་གྱི་བྱ་བ་ཡང་འགོ་བརྩམས་
 ཟིན་ཡོད། དཔེ་ཆོགས་འདི་ནི་སྔ་ན་མ་མཆིས་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་ལས་གྲྭ་ཆེན་
 པོ་ཞིག་ཡིན་ལ། འདི་ཉིད་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཡོད་དོ་ཙག་
 འདུས་པའི་དཔེ་ཆོགས་ཤིག་ཏུ་འཇུག་བར་བྱེད་རྒྱ་ནི་ར་ཆོས་བསམ་འདུན་ཡིན་
 ལ། དེ་ལྟར་བྱེད་ཐབས་པའི་ཡོད་ཆེས་ཀྱང་ར་ཆོར་ཡོད།

དེ་ལྟར་དཔེ་ཆོགས་འདི་ཐོག་མར་དཔེ་སྒྲུབ་བྱེད་པའི་སྐོར་དང་བསྐྱབ་ནས་
 འདིར་ཁོ་བོས་བྱ་བ་ཞུས་ཆེན་པོ་འདི་སྒྲིགས་གང་ཐད་ནས་བྱ་བ་ལམ་སྟོང་ཡོང་
 བའི་བཀའ་ཤིས་སྒོན་འདུན་ལྟ་རྒྱ་དང་། དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ལ་ལྷག་
 བསམ་དཀར་བའི་ཡུལ་དང་སྒྲིགས་སོ་སོའི་སྒྲིལ་བྱ་བ་ཀྱན་ནས་ཀྱང་ལས་གྲྭ་འདིར་
 སྒྲིགས་གང་ཐད་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་རོགས་འདེགས་བྱེད་པའི་བསམ་འདུན་ལྟ་
 རྒྱ་ཡིན།

ཞེས་འོ་ཆོགས་ཆེན་ནས།
 ༡༠༠༧ལོའི་ཟླ་༡༣པར།

མཆམས་སྒྲུབ་བའི་གཏམ།

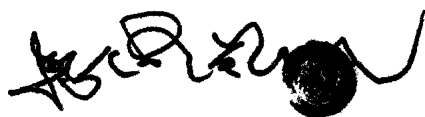
ཁ་བ་རི་པོའི་བཅུ་ཕྱག་རིག་གནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བོད་མི་རིགས་ཀྱིས་འཇིག་
རྟེན་སྒྲིའི་ཕན་བདེ་གཞི་མར་རྒྱར་བའི་སྒྲོའི་རིག་པ་མཐའ་དག་སྤྱི་ལ་བཏགས་
པའི་མིང་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་ལས་གཞན་རྗེས་འཇིག་གྱི་ཐབས་མཆོག་དམ་པར་
རྒྱར་བའི་གངས་ཅན་གསོ་བ་རིག་པ་ནི་བོད་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྒོལ་རྒྱན་
དར་སྤེལ་མཛད་ཅིང་འཕྲོ་བ་མའི་རིགས་ལ་ཕན་པ་འབའ་ཞིག་སྤྱབ་པའི་རིག་པ་
ཞིག་ཡིན་ཏེ་བས། རིས་སྤྱ་མ་ཆད་པའི་འཕྲོ་བ་མའི་རིགས་ལ་ཕན་པའི་ལས་
དོན་ཁོན་སྤྱབ་པའི་རིག་པ་ཞིག་ཏུ་འབྲམས་ཤིང་སྤྱི་ཆོགས་དང་དུས་རབས་རི་
འབྲཞིག་གི་ནང་དུ་འང་མཁོ་གལ་དང་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ནི་དོན་
དངོས་ཀྱི་ཉིང་ནས་སྤྱབ་པའི་གནས་ལུགས་ཤིག་ཡིན་པས་མི་སྤྱ་དང་སྤྱ་ཞིག་གིས་
ཀྱང་བསྟོན་འདིར་དང་ཁྱོད་བཤད་བྱ་བར་མི་རུས་སོ། ། རང་རེའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་
ཆར་དང་ད་ཡོད་བརྟན་བཙས་ཀྱི་དཀར་ཆག་ལྟར་ན། གཡུང་རྒྱུ་བོན་ལུགས་
ཀྱི་དྲང་སྤྱོད་དཔུང་བྱ་བྱི་ཤེས་ནས་སྒྲན་པ་དྲུང་གི་ཐོར་ཅོག་ཅན་བར་དང་། རྗེ་
བཅུན་གཡུ་ཐོག་ཉིང་མ་ཡོན་ཏན་མཁོན་པོ་ནས་གཉེར་སྟོན་གྱི་བ་མངོན་ཤེས་ཀྱི་
བར། ཐེ་རྩ་ཅན་ནས་ལོ་ཆེན་རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་སྐབས། བྱང་ལྷར་ནམ་
གཉིས་ནས་ཀོང་སྤུལ་ཡབ་སྤུལ། མི་དབང་སྤེ་སྤྱིད་རིན་པོ་ཆེ་ནས་སྤུན་ཅིས་
མཁས་དབང་མཁྱེན་རབ་ལྗོངས་ལ་སྤུག་པའི་དྲང་སྤྱོད་མཁས་སྤྱབ་རིམ་ཕྱོན་
བཟང་གིས་མི་ལངས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱ་རྒྱུ་ལས། དཔལ་ལྷན་རྒྱུད་བཞིའི་
དཀོངས་འགྲེལ་དང་ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་དཀོངས་འགྲེལ་གཙོ་བྱས་པའི་གསོ་
རིག་གི་བརྟན་བཙས་རི་བོའི་གཏོས་དང་མཉམ་པ་རང་གིས་མཛལ་ན་དང་པའི་

སྤྱི་ཤོར་གཤོ་ཞིང་གཞན་ལ་རོམ་ན་ལ་རྒྱའི་སྤྱོད་ས་པ་རྒྱས་པ་འདིས་བོད་ཀྱི་གསོ་
བ་རིག་པ་འི་ལོ་རྒྱུས་རིང་ལ་གཞུང་མན་རག་གི་ནང་དོན་སྤྱན་སྤྱམ་ཆོགས་པ་
ཞིག་ཡིན་པ་ར་སྤྱོད་གསལ་པོ་བྱས་འདུག

འོན་ཀྱང་མིག་སྒར་སྤྱི་ནང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་དུ་མའི་དབང་གིས་རང་འཕྲི་གསོ་
རིག་བད་ཀྱི་གཞུང་མན་རག་གི་གདམས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཉམས་ཉེས་སྤྱུར་དང་
འབྱུང་སྤྱས་ཡིན་པ་འང་ཀུན་གྱིས་མཐུན་གསལ་ལགས་པས། ད་ལྟའི་དུས་
འདིར་བདག་ཅག་ཆོ་རིག་འཛིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོང་ཚོག་ཁོ་དང་ཡུལ་ཡུང་གི་
བྲག་པའི་ཁེ་མན་ནམ་སྤྱོད་གསལ་རིས་ཅན་གྱི་རྩ་བ་སོགས་རིང་དུ་དོར་ནས་མི་
རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་ཡིད་བཞིན་ལོར་དུ་རྩ་བུ་འདི་ལ་སྤྱིར་ཁོང་ནས་ག་ཆ་དང་
གཅིས་སྤྱས། དེ་བཞིན་རིས་སྤྱི་མེད་པའི་འཛམ་གླིང་གི་མིའི་རིགས་ཡོངས་ལ་
མན་དུ་རེ་བའི་ཀུན་སྤྱོད་རྣམ་དག་གི་སྤྱོད་ནས། རི་རྒྱལ་རྒྱན་པོའི་གཏོས་དང་
མཉམ་པའི་བོད་ལྷགས་གསོ་རིག་གི་གཞུང་མན་རག་རྣམས་ལ་འོ་ལ་ཆོད་དང་
རང་བཟོ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་སྒར་ལས་རྣམས་པའི་རང་སྤྱོད་འདོན་སྤྱུར་སྤྱོད་དང་
འཆོལ་སྤྱད་ལགས་སྤྱི་གཉིད་རྒྱ་བཅས་ནི་མིན་ཏུ་གལ་གནད་ཆེ་བའི་བསྐྱེད་བཞིག་
རེད།

དེའི་སྤྱིར་མཆོ་སྤྱོད་ཞིང་ཆེན་བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གིས་མིང་
དོན་མཚུངས་པའི་སྤྱོད་ས་བོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཆོས་རིག་པ་རྒྱུད་འཛིན་ཡག་པོ་ཞིག་དང་
གསར་བཙོད་གོང་སྤེལ་གྱི་རྒྱང་གཞི་བརྟན་པོ་ཞིག་འཇུགས་སྤྱབ་པའི་ཆེད་དུ།
ད་ལྟའི་དུས་རབས་དང་སྤྱིད་རྒྱས་བཟང་པོའི་གོ་སྐབས་དམ་འཛིན་རང་མི་
དངོས་ལོར་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་ས་ལྷགས་གཅིག་དུ་བསྐྱེད་ཞིང་མིག་རྒྱང་རིང་བའི་
རྒྱས་གཞི་དང་བཅས་ཏེ་རང་འཕྲི་སྤྱོད་ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་མཁོ་གལ་ཆེ་བའི་གནད་དཔེ་
དང་བསྟན་བཅས་ལག་དུ་ཟིན་ཏེ་ཅོག་སྤྱོད་གསལ་གཅིག་དུ་བསྐྱེད་ཏེ་པར་དུ་
བསྤྱན་པའི་དགེ་བ་འདིས། ད་ལྟ་ཅམ་མ་ཟད་འབྱུང་འབྱུར་བོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཆོས་
བསྤྱན་པ་ཉིད་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བར་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་

ནུས་པ་ཐོན་སྤྱད་ཅིང་ལུས་ཅན་ཀུན་གྱི་སྒྲིག་འཛུལ་དཔལ་དུ་འགྱུར་བར་གདོན་
མི་བྱ་བས་ན། འོ་སྒྲིལ་སྤྱད་མོང་གིས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ལྷ་འོས་པའི་ལས་དོན་གལ་
ཆེན་ཞིག་རེད་ཅེས་སྟ་ཅང་དགའ་ཚོར་དང་བཅས་མཆམས་སྦྱར་བའི་ཆོག་ཏུ།



ཁོ་ཅུ་ཆེ་ནམ་གྱིས།

སྤྱི་ལོ་༡༩༨༩ལོའི་ཟླ་༡༡ཆོས་༡༩ཉིན་ལ།

《ཐད་ཀྱི་གསེབ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཚུགས་བསྐྱགས་དཔེ་ཚོགས་》ཀྱི་ཚོམ་སྒྲིག་ཚོགས་པའི་མིང་གོ།

མྱོ་བྲི་ས། ཁོ་རུ་ཆོ་མཁའ་ བཟུང་ཁོ། ཉི་མ། ཐུབ་བཟུང་།

ཚོགས་གཙོ། འོ་ཚོགས་ཆེན་།

ཚོགས་གཙོ་གཞིན་པ། རྟོ་རྟེ། ཉ་མགྱིན་ཀྱུལ། གདུགས་དཀར། ཆོ་རིང་ཀྱུལ།

ཚོགས་པའི་མི་སྡེ། འོ་ཚོགས་ཆེན་། རྟོ་རྟེ། ཉ་མགྱིན་ཀྱུལ། གདུགས་དཀར། ཆོ་རིང་ཀྱུལ།

བརྟེ་ཆོ་རིང་། བྱ་མདོ་ཁྱུ་བུ་མས་ཀྱུལ། དབང་ཆེན་ཆོ་བརྟན། ཁྱུ་

བུ་མས་ཀྱུལ། ཉ་རྟོ། རྟོ་ན་འབྲུབ། ཀམ་ཚོགས་གཉིས། རྟོ་ན་འབྲུབ་

ཆོ་རིང་། བསམ་འབྲུབ་ཀྱུལ། སྐལ་བཟང་རྟོ་རྟེ། དཔལ་ལྷན་ཀྱུ་མཆོ།

དབང་ཤུགས་བསོད་ནམས། སྐལ་བཟང་བཀྲ་ཤིས། རྟོ་རྟེ་རབ་བརྟན།

མཁའ་འགོ་སྐྱབས། བཀྲ་ན།

དེབ་འཁོར་དག་སྒྲིག་པ། བྱ་དེས་ཆོ་རིང་། ལྷ་མོ་ཆོ་རིང་། ཐད་གཞུག་སྒྲིང་། ལྷགས་

ཐར་ཀྱུལ། རྟོ་རྟེ། འབྲུམ་ཁོ། བཀྲ་ན།

《藏医药经典文献集成丛书》编辑整理委员会名单

顾 问：措如·次郎 旦科 尼玛 土布旦

主任委员：艾措千

副主任委员：多杰 旦正加 星全章 才让加

委 员：艾措千 多杰 旦正加 星全章 才让加 完德才让

恰多·李先加 昂青才旦 李先加 达多 端智

尕玛措尼 端智才让 三智加 尕藏多杰 华旦尖措

昂智索南 格桑扎西 多杰拉旦 卡着杰 扎巴

本书整理者：布地次仁 拉毛才让 我杰吉 吉太加 多杰 本考

扎巴

དག་ཐུག་པའི་གསལ་བཤད།

པོད་ཟེལ་མོ་སྐར་བ་ཞེས་སྤྱུ་གྲགས་པ་འཛམ་གླིང་གི་ཡང་ཉེར་དུ་གནས་
པའི་མི་རིགས་ཉིད་ལ་གནམ་གྱིས་ས་བཀབ་པ་ལྟ་བུའི་སྒོན་ལྗོན་དྲན་དབང་དམ་
པ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལས། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱིས་གཙོས་པའི་བཙུ་བླག་རིག་
པའི་གནས་ཀྱིས་ཡོངས་སྤྱུག་པའི་ཤེས་རིག་བར་མཛོད་ནི་སྤྱིད་པའི་མཐར་
ཡང་ཅུབ་པ་མེད་པ་ཞིག་མཆིས་པ་ལ་སྤྱི་ཀྱང་བསྟོན་དུ་མེད་དོ། དེ་ལས་
གནས་བཅའི་ཡ་བྱལ་གཞན་རྗེས་འཛིན་གྱི་ཐབས་མཆོག་དམ་པར་སྦྱར་པའི་
པོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ནི། རྗེ་གཤམ་ཐོག་ཆེན་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་བསྐབ་པར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་རིས་སྤྱི་མ་ཆད་པའི་འཁྲོ་བ་མའི་
རིགས་ལ་སན་པ་འབའ་ཞིག་སྦྱབ་པའི་རིག་པ་ཞིག་སྟེ། དེར་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་
ཡུན་ཉ་ཅང་རིང་ཞིང་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་མ་ལག་ཆ་ཆར་ཡིན་པ་མ་ཟད། སྤྱན་
དུང་དྲུག་གི་རིགས་ལམ་བྱུང་དུ་འཕགས་ཤིང་མན་རག་ཉམས་སྦྱོར་སྤྱན་སྤྱི་
ཆོགས་ཤིང་བྱ་ཙམ་པ་ཞིག་མཆིས་སྟབས། དེར་སྐབས་རྒྱལ་ཁབ་མི་ནང་ཀུན་ཏུ་
ཆོན་རིག་པ་མཁས་ཅན་དག་གིས་སྟོགས་ཡོངས་ནས་སྟོབ་སྟོང་དང་ཞིབ་འཇུག་
གི་གོམ་སྟབས་མཁྱེགས་ལེན་བྱེད་བཞིན་པ་དང་། རང་རེའི་རྒྱལ་ཁབ་ནས་ཀྱང་
ཉང་གི་མི་རིགས་སྤྱིད་རྒྱས་དོན་འཁྱོལ་དང་ཅུབ་རྒྱུད་གསར་སྟེལ་བྱེད་པའི་
འཁྱོས་དང་བསྟུན་ནས་པོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལས་དོན་ཉིད་སྟུན་ནས་
ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་དང་མ་ཉམས་སོར་སྟེལ་གནང་སྟེ་ཉམས་དགའི་ཡུལ་ཁམས་
ཤིག་ཏུ་བསྐྱེལ་ཡོད། འོན་ཀྱང་མི་ནང་གི་འགལ་ཆུན་དུ་མའི་དབང་གིས་རང་
རེའི་གསོ་བ་རིག་པ་པོད་ཀྱི་གཞུང་མན་རག་གི་གདམས་པ་གང་མང་ཉམས་ཉེས་སྤྱི་

2

པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྐུ་སྤྱོད་དང་ནང་དོན་ལ་མ་བཞུགས་པར་ལག་ལེན་དུ་འཁྱོལ་གང་
ཐུབ་ཐུས་ཏེ་དཔེ་རྒྱུ་ལག་དུ་སོན་ནོ་ཙག་དག་སྒྲིག་དང་དཔེ་རྒྱུན་འབྲེམས་སྤེལ་
བྱ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ལ་བོད་ཀྱི་གསེང་རིག་འཛིན་སྐྱོང་སྤེལ་གསུམ་ལ་ཐུགས་ཁུར་ཆད་མེད་
གནངས་བཞིན་པའི་རྩ་ས་ཆབ་མདོ་ས་ཁུལ་གྱི་བོད་སྒྲན་ཁང་གི་སྒྲན་པ་བྱ་དེས་
ཆོ་རིང་ལགས་ཀྱིས་མཁོ་སྤྱོད་བཀྲིས་པའི་མིང་དཔར་གྱི་མ་ཡིག་ཅིག་གཞིར་བྱས་
ནས་བསྒྲིགས་པའི་《ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་སྒྱིང་པོ་དང་འགྲོ་བའི་སློག་འཛིན་
བདུད་མེའི་ཆར་རྒྱན་》ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་《བོད་ཀྱི་གསེང་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་
སྤྱོགས་བསྒྲིགས་དཔེ་ཆོགས་》ནང་གསེས་ཀྱི་དེབ་བྱ་ལྟ་བུ་དེ་ཡིན་ལ། 《ཡན་
ལག་བརྒྱད་པའི་སྒྱིང་པོ་》ཞེས་བྱ་བའི་ནང་གཞུང་གི་དོན་རྒྱུས་སྐོར་བའི་
ཆེད་དུ། མདོ་གནས་དང་ལུས་གནས། ནད་གཞིའི་གནས་དང་གསེང་བའི་
གནས། ལྷ་མ་རྒྱུད་ཀྱི་ལག་ལེན་གྱི་གནས་བཅས་སྤྱི་བསྒྲིགས་ཏེ་ཆོག་ཆོགས་ཀྱང་
ལ་བཞོད་དོན་ཁ་གསལ་ཞིང་གོ་བདེ་བ་ཞིག་བཞོད་ཡོད་ལ། ཁྱད་པར་དུ་ནད་
མེད་ཆོ་བསྐྱེད་ལ་བཙོན་པའི་དགོས་གལ་རང་བཞིན་དང་། ལུས་ཀྱི་བྱུ་བ་ཚུལ།
ནད་འཁྱུར་གྱི་འཕེལ་རིམ། གཉེན་པོ་སྒྲན་སྐྱོར་གྱི་ལག་ལེན། ཚུམ་པ་པོ་རང་
གི་མཐོང་བ་བརྒྱད་པའི་ལག་ལེན་དང་། མན་ངག་སྐྱོང་བྱང་བཅས་མང་པོས་
རྒྱན་ནས་བརྟན་ཡོད།

《འགྲོ་བའི་སློག་འཛིན་བདུད་མེའི་ཆར་རྒྱན་》དུ་གཙོ་བོ་དུས་མཐའི་
རན་སྐྱོར་ལས་སྤྱང་བའི་གཉན་རིམས་ནད་རྩ་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱི་བྱེ་བྲག་གི་བཅས་
ཐབས་ལ་སྒྲན་སྤྱོད་གཉིས་གཙོ་དུ་བཟུང་ཉེ་ནད་རིམ་ཆོག་རྒྱག་གི་སྒྲན་མཚོག་
རིམ་དང་དང་བཟླ་སྤྱོད་སྤྱོད་བདེ་བ་དག་བརྟན་འགྲོའི་དོན་དུ་གཤམ་ཅི་ཡང་
མེད་པར་ཁོག་པའི་སྒྱིང་ནས་སྤྱང་ཉེ་གསང་རྒྱ་བཞོལ་གང་ཐུབ་ཐུས་ཡོད་ལ།
གཞན་ལུས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱང་བར་གསུམ་གྱི་གཏར་ག་དང་མེ་བཙའི་གསང་རྣམས་
མཚམས་གང་ཡིན་དང་དེ་དག་ལ་གདབ་པའི་སན་ཡོན། མོ་ནད་སེལ་བྱེད་རྒྱ་

རུང་གསུམ་ལྟ་བུ་མཉམ་གཅི་སྒྲན་བྱས་ཏེ་དེ་ལ་བྱའམ་འཁོར་སྒྲན་གང་དང་
གང་བསྐྱེབ་ན་ནད་མི་འདྲ་བ་གང་དང་གང་སེལ་ཚུལ་སྟགས་བཞོད་ཡོད།

དེ་ཡང་དཔེ་ཆོགས་འདི་ཉིད་དག་སྒྲིག་དང་ཚོམ་སྒྲིག་བྱེད་པའི་ཚ་འཛིན་
འདི་ལྟ་ཡིན་ཏེ། ༡. ཡི་གེ་ཚོར་བ་དང་དོགས་གཞི་ཅན་རྣམས་ལ་མིང་ཆོག་གང་
དེའི་རྩེ་སྟུ་རྟགས་[]འདིའི་ནང་དག་བཅས་བྱས་ཡོད། ༢. གཞུང་ཆོག་ཆད་
པར་འདོད་པ་རྣམས་རྟགས་()འདིའི་ནང་དུ་ཁ་སྐོང་བྱས་ཡོད། ༣. ཚོམ་པ་
པོའི་མཆན་རྣམས་གཞུང་དངོས་ཀྱི་ཡིག་གཟུགས་ལས་རྒྱུ་ཅམ་བྱས་ནས་
བཞོད་ཡོད། ༤. མ་ཡིག་མི་གསལ་བའམ་གཞུང་ཆོག་ཆད་པ་རྣམས་ལ་ཁ་སྐོང་
བྱེད་མ་རྒྱས་པ་རྟགས་.....འདིས་མཚོན་པར་བྱས་ཡོད་ལ་གྲག་རྟགས་(>
འདིའི་ནང་དུ་མ་ཡིག་གི་ཤོག་གྲངས་སམ་ཐིག་ཕྱིང་ཅི་ཅམ་ཞིག་ཆད་ཡོད་པ་
གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད། ༥. རྒྱ་ཆ་དང་རྒྱམ་ཆ་སྟགས་ལྟ་སྟེ་རིགས་རྣམས་
དག་ཡིག་མཁས་པའི་ཁ་རྒྱན་ལྟར་ཏེ། སྟག་ཆ་དང་རྒྱ་ཆ་ཞེས་ཆོག་གྲགས་དང་
བསྐྱེབ་ན་མ་བཟགས་མི་འདོགས་ཤིང་། སྟག་པོའི་ལྟ་དང་རྒྱ་མཚོའི་ལྟ་
པའམ་ལྟ་མིང་རྒྱུ་པའི་སྐབས་སུ་མ་བཟགས་འདོགས་ཞེས་པ་ལྟར་སྒྱུར་ཡོད།
ལན་ལྟ་ཞེས་པ་ནི་བོད་ཀྱི་གསེབ་རིག་པའི་དཔེ་གཞུང་མང་ཆེ་བར་བསྒྲན་ནས་
དམིགས་བསལ་དུ་མ་རྒྱུར་སྒྱུར་ནས་བཞོད་ཡོད།

འདིར་དེ་ཆོད་དག་སྒྲིག་མི་སྒྲུའི་ཤེས་བྱའི་རྒྱ་ཆ་དང་མན་ཞིང་དཔེ་རྟོག་དག་
སྒྲིག་གི་ཉམས་མུང་ཞེན་པའི་དབང་གིས་མ་རྟོགས་འགལ་འཁྲུལ་གྱི་ཆ་གང་མང་
ཡོད་སྟེ་དེ་ལ་རྒྱ་ཆེ་སྟོག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དཀོང་ས་འཆར་ལྷགས་པར་གནང་
བར་བཀའ་བྱིན་ཆེ་བྱུང་།

མཆོ་རྫོན་ ཞིང་ ཆེན་ བོད་ ཀྱི་ གཞུ་ རིག་ ཞིབ་ འཕུག་ ཁང་ བས་
《བོད་ཀྱི་གསེབ་རིག་པའི་གནད་དཔེ་རྟོགས་བསྒྲིགས་དཔེ་ཆོགས་》ཚོམ་སྒྲིག་ཆོགས་པ་
ཟླ་ལོ་༢༠༠༤ལོའི་ཟླ་༣པའི་ཆེས་མཁོ་ཉིན།

དཀར་ཆག

༡༡། ། ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་རྩིང་འོ་ཞེས་
བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

ཚུམ་པ་པོ་རྩོད་མདོར་བསྟུན།	3
མཚོད་བརྗོད།.....	5
གནས་དང་འོ། མདོ་ཡི་གནས་བརྟན་པ།	5
ལེའུ་དང་པོ། ཆོ་རིང་བར་བྱ་བ་བཤད་པ།	5
ལེའུ་གཉིས་པ། ཉིན་རེ་བཞིན་སྒྱུད་པ་བཤད་པ།	10
ལེའུ་གསུམ་པ། ཏུས་སྒྱུ་སྒྱུད་པ་བཤད་པ།.....	12
ལེའུ་བཞི་པ། ནད་མི་འབྱུང་བ་བྱ་བ་བཤད་པ།	12
ལེའུ་ལྔ་པ། རྩོམ་གྱི་ལྷོ་ཆན་བཤད་པ།	13
དང་པོ། རྩོ་ལྷོ་ཆན་བཤད་པ།.....	13
གཉིས་པ། འོ་མ་བཤད་པ།	14
གསུམ་པ། རྩོ་སོགས་བཤད་པ།.....	15
བཞི་པ། ཆང་བཤད་པ།	15
ལེའུ་རྒྱལ་པ། ཟས་གྱི་རྩལ་བརྟན་ཅིང་ཤེས་པར་བྱ་བ་བཤད་པ།	16
ལེའུ་བརྟན་པ། ཁ་ཟས་བསྐྱར་བ་བཤད་པ།	17
ལེའུ་བརྒྱད་པ། ཟས་ཚོད་རན་པར་བཟའ་བ་བཤད་པ།	17
ལེའུ་དབྱུ་པ། རྩོན་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་བཤད་པ།.....	18

ལེའུ་བཅུ་པ། རོ་ཐ་དང་པ་བཤད་པ།	18
ལེའུ་བཅུ་གཅིག་པ། བད་ལ་ལོགས་པའི་ཚུལ་བཤད་པ།	19
ལེའུ་བཅུ་གཉིས་པ། བད་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།	20
ལེའུ་བཅུ་གསུམ་པ། བད་གསེ་བའི་ཐབས་བཤད་པ།	21
ལེའུ་བཅུ་བཞི་པ། གསེ་བའི་ཐབས་རྣམ་པ་གཉིས་བཤད་པ།	21
ལེའུ་བཅུ་ལྔ་པ། རྒྱུ་བ་ལ་ལོགས་པའི་སྒྲན་གྱི་སྡེ་ཆོན་བཤད་པ།	22
ལེའུ་བཅུ་དྲུག་པ། རྒྱལ་གྱི་ཆོག་བཤད་པ།	22
ལེའུ་བཅུ་བདུན་པ། དུགས་གྱི་ཆོག་བཤད་པ།	23
ལེའུ་བཅུ་བརྒྱད་པ། རྒྱལ་སྒྲན་དང་བཟུ་སྒྲན་གཏོང་བ་བཤད་པ།	23
ལེའུ་བཅུ་དགུ་པ། ལས་གཏོང་བའི་ཆོག་བཤད་པ།	24
ལེའུ་ཉི་ཤུ་པ། རྒྱ་སྒྲན་གཏོང་བའི་ཆོག་བཤད་པ།	25
ལེའུ་ཉི་ཤུ་གཅིག་པ། དུད་པ་གཏོང་བའི་ཆོག་བཤད་པ།	25
ལེའུ་ཉི་ཤུ་གཉིས་པ། རྒྱན་ཁུས་མཁུར་བ་དག་བཤད་པ།	26
ལེའུ་ཉི་ཤུ་གསུམ་པ་དང་ཉི་ཤུ་བཞི་པ། བསྐྱ་སྒྲན་མིག་སྒྲན་ བཤད་པ།	26
ལེའུ་ཉི་ཤུ་ལ་དང་ཉི་ཤུ་དྲུག་པ། ཆ་བྱད་གྱི་ཆོག་བཤད་པ།	27
ལེའུ་ཉི་ཤུ་བདུན་པ། གཏར་དཔྱད་བཤད་པ།	27
ལེའུ་ཉི་ཤུ་བརྒྱད་པ། རུག་རྩ་དཔྱད་བཤད་པ།	28
ལེའུ་ཉི་ཤུ་དགུ་པ། གཏར་རབ་ཆོག་བཤད་པ།	29
ལེའུ་སུམ་ཅུ་པ། ཐལ་སྒྲན་དང་མེ་བཅའ་བཤད་པ།	29
གནས་གཉིས་པ། ལུས་ཀྱི་གནས་བསྟན་པ།	31
ལེའུ་དང་པོ། དུམ་དུ་ཞུགས་པ་ལ་ལོགས་བཤད་པ།	31