

This book belongs to the \_\_\_\_\_ of  
The National Research & Training  
Institute of Bhutanese Traditional  
Medicine

Presented by Asit 11-11-97  
0580

	། ལྷན་སྐྱོད་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཐོན་སྐྱོད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལྷན་སྐྱོད་ལྷན་ཁུངས་། །	
--	--	--

ཨ  
ཨ  
ཨ  
ཨ  
ཨ

༡༡༡། །འཕྲོ་སྐུ་ལྷ་མཚན་ལྷ་སྐྱོ་བའི་སྐུ་ཡཱ། །འདྲུང་  
ཡེ་ཤེས་འདྲུང་ཚུལ་ཤིག་པོ། །ཡམ་པོ་ཤི་འདྲུང་འཕྲུང་བའི་  
འཕམ་ཤིས་པས། །ལུས་ཚུལ་ཡི་དུའི་ལྷ་དཔལ་འཕམ་  
མའི་དཔ། །སྐྱོ་སྐྱུ་ལྷ་མཚན་ལྷ་སྐྱོ་བའི་སྐུ་ཡཱ།

ཨ  
ཨ  
ཨ  
ཨ

༡༡༡། །འཕྲོ་སྐུ་ལྷ་མཚན་ལྷ་སྐྱོ་བའི་སྐུ་ཡཱ། །འཕྲུང་ལྷ་  
ཚུལ་ཤིག་པོ། །འཕྲུང་ལྷ་ཚུལ་ཤིག་པོ། །འཕྲུང་ལྷ་  
ཚུལ་ཤིག་པོ། །འཕྲུང་ལྷ་ཚུལ་ཤིག་པོ། །འཕྲུང་ལྷ་  
ཚུལ་ཤིག་པོ། །འཕྲུང་ལྷ་ཚུལ་ཤིག་པོ།



གཤམ་པ་ཡིན།། དེ་ལྟར་མཚམས་ཤིང་བཟོ།། ཡལ་ཚེ་རྩི་ཡིས་འདུལ་དགོས་ཤིང་།། ལྷོ་ལྷོ་  
ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།། དགོས་འདུལ་ཡིད་པ་ཞིན་ལོ་ལྷོ་ལྷོ་།།  
སེལ་ཡང་དག་སྤྱོད་པ་ཤིང་།། གཅིས་པ་པད་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།། དཔལ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།།  
འདི་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།།  
ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།། ལྷོ་

༣༣། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།།  
ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།།  
ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།།  
ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།།  
ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་།།































1  
 2  
 3  
 4  
 5  
 6  
 7  
 8  
 9  
 10

11  
 12  
 13  
 14  
 15  
 16  
 17  
 18  
 19  
 20

པོ་ཚེ་ལ་སྐྱུ་ལ་ལྷ་ལྟ་ལ་བཟུགས། དེ་ལ་སོ་གསལ་བའི་གསལ་པས་འགྲེ། བསོ་སྐྱུ་ལ་སྐྱུ་ལ་བས་སྐྱུ་ལ་ཕབས་འཛེ།  
ལྷ་དཔའ་བད་ཡེད་སྐྱུ་ལ་ཕབས་སྐྱུ་ལ་བརྟན།  
བསོ་གསལ་ཕབས་འགྲེ་ལ་ལོ་སྐྱོད་ལྟོ་ལས། ལྷ་ལ་ལ་ལྷ་ལྟོ་ལ་ལོ་སྐྱོད་ལྟོ་ལས། དུ་གསལ་ཚེ་དཔེ་ལྷ་ལྟོ། ཕབས་  
ལྷ་ལྟོ་ལ་ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ། ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ། དུ་ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ། ལྷ་ལྟོ་  
ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ། ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ། ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ། ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ། ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ།

། ལ་ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ།  
གསལ་བའི་ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ།  
ལ། ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ།  
ཡེད་ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ།  
སྐྱོད་ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ་ལྷ་ལྟོ། །





















བསམ་ཞིང་བརྗོད། ། ཡོད་པ་ལྟོ་ཞིང་ལྟོ་ལ། ལྟོ་ལོ་དེ་ལྟོ་ལ་ལྟོ་ལ་ལོ་ལོ། དཔལ་ལོ་ལོ་  
 བུད་ལོ་ལྟོ་ལོ་ལོ། ལྟོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ལྟོ་ལོ་ལོ་ལོ་  
 ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། །  
 ལོ། ལྟོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ལྟོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ལྟོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།  
 ལྟོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལྟོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལྟོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལྟོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།

ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།  
 ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།  
 ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།  
 ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།  
 ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། ། ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།





གཞི་རྒྱུ་དང་ལྷན་ཟུང་། ཡ་ལྷན་གྱི་གཞུང་ལ་བཟུང་སྟེ་ལྷན་ཟུང་། ༥ དུ་བྱིད་སྤྱད་ཚོམ་རི་ཤོག་ལ། ལ་འཛིན་  
པོ་དང་ལྷན་ཟུང་། ཇི་ལོ་དེ་རྒྱ་ལོ་རྒྱ་ལྷན་ཟུང་། ཡ་ལྷན་ཟུང་ལོ་རྒྱུ་དང་། ལོ་ཚེ་སྤོ་སྤོ་ལྷན་ཟུང་།  
བཟུང་སྟེ། མཛེ་ལོ་ཤིང་གི་སྤོ་སྤོ་ལྷན་ཟུང་། ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་། དེ་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་  
ལྷན་ཟུང་། ༦ ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་། ལ་འཛིན་ཤིང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་། ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་  
ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་། ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་། ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་། ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་།

ལྷན་ཟུང་

༣༣། ཤིང་དེ། ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་། ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་།  
ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་། ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་། ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་།  
ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་། ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་། ༥ ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་།  
ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་། ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་། ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་།  
ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་། ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་། ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་། ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་ལྷན་ཟུང་།

ལྷན་ཟུང་



མཚམས། དམ་མཚམས་ལོ་ལྟར་བསྐྱུ་མ། ༥ ཚེ་བར་བསོལ་བ་འདི་སྐྱོ་ཡི་རྒྱ། ལྷ་པོ་སོལ་དེད་  
 བར་བརྟུང་མཁས་པ་བརྟུང་། བྱང་བར་ཚེད་བརྟུང་མཁས་པ་བརྟུང་། བརྟུང་མཁས་པ་བརྟུང་བ་དང་། མདའ་  
 ལྷ་པོ་སོལ་བ་དམ་པ་སོལ་མ། དམ་པོ་ལོ་ལྟར་ལོ་སོལ་བ་བརྟུང་། ༥ བ་ལུ་ལྷ་པོ་ལམ་ཚེ་ལམ་བཅས་།  
 འོ་ལུ་བརྟུང་དེ་ལྷ་པོ་སོལ་བ་ལྷ། ལུ་བརྟུང་ལོ་ལྟར་བྱང་བ་དང་། ལྷ་པོ་སོལ་མཁས་པ་ཚེད་ལྷ་པོ་སོལ་  
 མཁས་པ། མདའ་ལོ་སོལ་བ་དམ་པ་བརྟུང་བ་དང་། ལྷ་པོ་སོལ་མཁས་པ་སོལ་མཁས་པ། བདེ་སོལ་ལྷ་པོ་སོལ་

ལྷ་པོ་སོལ་  
 ༥༡ བརྟུང་མཁས་པ། ༥ ལྷ་པོ་སོལ་མཁས་པ་དང་། ལོ་ལྟར་བསྐྱུ་མཁས་པ་བརྟུང་།  
 ཚེ་བར་བསོལ་བ་འདི་སྐྱོ་ཡི་རྒྱ། ལྷ་པོ་སོལ་ ༥ དམ་པོ་སོལ་མཁས་པ་བརྟུང་། ལྷ་པོ་སོལ་  
 བས་ལྷ་པོ་སོལ་བ་དམ་པ། ༥ འོ་ལུ་བརྟུང་དེ་ལྷ་པོ་སོལ་བ་ལྷ། ལོ་ལྟར་བྱང་བ་དམ་པ་བརྟུང་བ་དང་།  
 ལྷ་པོ་སོལ་མཁས་པ་སོལ་མཁས་པ། ལྷ་པོ་སོལ་མཁས་པ་ཚེད་ལྷ་པོ་སོལ་མཁས་པ་ལྷ་  
 ལྷ། ལྷ་པོ་སོལ་མཁས་པ་བརྟུང་བ་དང་། ལྷ་པོ་སོལ་མཁས་པ་སོལ་མཁས་པ། ལྷ་པོ་སོལ་མཁས་པ་







རྒྱུག་གྲུ་གསུམ་། དངས་དག་དག་ཤི་ཤི་ཕྱིན་འདིན་། སྤྱུངས་དང་མ་སྤྱུངས་འཇོག་ཕྱིན་འདྲེན་། སྤྱོད་  
མཉམ་ཕྱིན་ཕྱི་མཉམ་ཕྱིན་། བདེ་བའི་དོན་ལག་ལེལ་བར་མཐོང་། དེ་ལྟར་སྤྲུལ་བས་མ་རྒྱུ་མཉམ་བར་  
དགའ་བའི་འདྲེན་། སྤྱོད་པའི་འདྲེན་ལྟར་སྤྲུལ་བས་མ་རྒྱུ་མཉམ་བར་། འཇོག་ཕྱིན་གྲུ་མཉམ་དགའ་བའི་ཕྱིན་  
འདྲེན་། གུ་ལྟར་སྤྲུལ་བའི་སྤྱོད་པའི་ཕྱིན་ལྟར་སྤྲུལ་བས་མ་རྒྱུ་མཉམ་བར་། དེ་ལྟར་འདི་ག་འདི་ནི་བཟུང་བའི་ཕྱིན་སྤྲུལ་བས་  
མ་རྒྱུ་མཉམ་བར་སྤྲུལ་བའི་ཕྱིན་ལྟར་སྤྲུལ་བས་མ་རྒྱུ་མཉམ་བར་། ལྟན་མཉམ་ཐོག་འབྱོར་འབྱོར་ཕྱིན་ཕྱིན་།

༡༩། །མཉམ་ཕྱིན་བདུག་ཕྱིན་འདི་ག་ལག་ལེལ་ཕྱིན་འདྲེན་། དེ་ལྟར་སྤྲུལ་བས་མ་རྒྱུ་མཉམ་བར་། སྤྱོད་པའི་  
ཕྱིན་ལྟར་སྤྲུལ་བས་མ་རྒྱུ་མཉམ་བར་། སྤྱོད་པའི་ཕྱིན་ལྟར་སྤྲུལ་བས་མ་རྒྱུ་མཉམ་བར་། འཇོག་ཕྱིན་གྲུ་མཉམ་  
དགའ་བའི་ཕྱིན་ལྟར་སྤྲུལ་བས་མ་རྒྱུ་མཉམ་བར་། གུ་ལྟར་སྤྲུལ་བའི་སྤྱོད་པའི་ཕྱིན་ལྟར་སྤྲུལ་བས་མ་རྒྱུ་མཉམ་  
བར་སྤྲུལ་བའི་ཕྱིན་ལྟར་སྤྲུལ་བས་མ་རྒྱུ་མཉམ་བར་། ལྟན་མཉམ་ཐོག་འབྱོར་འབྱོར་ཕྱིན་ཕྱིན་། ལྟན་མཉམ་  
ཐོག་འབྱོར་འབྱོར་ཕྱིན་ཕྱིན་། ལྟན་མཉམ་ཐོག་འབྱོར་འབྱོར་ཕྱིན་ཕྱིན་། ལྟན་མཉམ་ཐོག་འབྱོར་འབྱོར་ཕྱིན་ཕྱིན་།

དཔྱིད་ལྟར་ལྷོ་འགལ་ལོ་བའི་བྱུང་ཚོ་གསལ་ཀུན།། དགའ་བའི་གུ་ལྷོ་སའི་བཅུད་འདི་འཕྱུང་ལ།། གཤམ་དོན་  
ཡངས་པའི་མཁའ་ལ་བསྐྱེད་པར་མཛོད།། ཅེས་པ་འདི་ནི་བྱུང་བ་དག་སྤྱོད་པའི་རྒྱལ་པོ་འཛམ་གྲུབ་ས་  
མཁའ་ལྷོ་བཅུ་ལྷོ་འགལ་ལོ་བའི་བྱུང་ཚོ་གསལ་ཀུན།། དཔྱིད་ལྟར་ལྷོ་འགལ་ལོ་བའི་བྱུང་ཚོ་གསལ་ཀུན།།  
མཁའ་ལྷོ་བཅུ་ལྷོ་འགལ་ལོ་བའི་བྱུང་ཚོ་གསལ་ཀུན།། དཔྱིད་ལྟར་ལྷོ་འགལ་ལོ་བའི་བྱུང་ཚོ་གསལ་ཀུན།།  
མཁའ་ལྷོ་བཅུ་ལྷོ་འགལ་ལོ་བའི་བྱུང་ཚོ་གསལ་ཀུན།། དཔྱིད་ལྟར་ལྷོ་འགལ་ལོ་བའི་བྱུང་ཚོ་གསལ་ཀུན།།