

འབྲེག་སྐྱེན་ལག་དེབ་བདུད་རྩི་བྱམ་བཟང་།



ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོ་གས།
གེ་སར་རྒྱལ་པོ་གསོ་རིག་གཞུག་ལག་སློབ་སྡེ།

དཔེ་བསྐྱུན་པ།

ནང་པའི་གསོལ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚྲིག་སྒྲིག་པ།

གེ་སར་རྒྱལ་པོ་གསོལ་བ་རིག་པའི་གཞུག་ལག་སློབ་སྡེ།

ཡིག་སློབ་ཨང་། ༡༧༡། ཀ་མང་སྐྱེད་སྒྲིག་པ། འབྲུག་ཐིམ་ཕུག།

བརྒྱུད་འཕྲིན་ཨང་། +༧༧༥ ༡ ༣༣༡༧༧༣/༣༣༧༣༧༡

པར་དབང་། © ༢༠༢༢

ནང་པའི་གསོལ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚྲིག་སྒྲིག་པ།

གེ་སར་རྒྱལ་པོ་གསོལ་བ་རིག་པའི་གཞུག་ལག་སློབ་སྡེ།

འབྲུག་ཐིམ་ཕུག།

པར་ཐངས་དང་པ། སྤྱི་ལོ་དང་པ། ༢༠༢༢

First edition: January, 2022

སྤྱི་གཞི་བཀོད།

དྲུང་འཛོལ་འཇམ་དབྱངས་ཡེ་ཤེས་དོན་རྗེ། ནང་པའི་གསོལ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚྲིག་སྒྲིག་པ།

དྲུང་འཛོལ་གསང་སྤྲུག་སྐྱོ་ལེལ། ནང་པའི་གསོལ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚྲིག་སྒྲིག་པ།

པར་བསྐྱུན་བདག་དབང་།

པར་དབང་ཉིལ་པོ་ནང་པའི་གསོལ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚྲིག་སྒྲིག་པ་ལུ་ཡོད་པ་ལས་ ཡིག་ཐོག་ལུ་གནང་བ་

མེད་པར་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཅོམ་ཡང་ པར་ལོག་བཏབ་ནི་ཚུ་འབད་མི་ཚོག།

ཚུམ་སྒྲིག་གཙོ་འཛིན།

རློང་འཛོལ་སངས་རྒྱལ་དབང་འདུས། མདོ་འཛིན།

ཕྱོགས་སྒྲིག་པ།

རློང་འཛོལ་དང་སྐྱེད་པའི་སྒྲོབ་སྒྲོང་པ་ལེ་རིམ་གསུམ་པ། ༡༠༡༡

ཕུན་ཚོགས་དབང་འདུས། གུན་བཟང་དབང་འདུས། གནམ་མཁའ་བཟང་པོ།
འཛིག་མེད་བཟང་མོ། བཀྲིས་བསྟན་འཛིན། བསོད་ནམས་དོ་ཇེ། རྩོམ་ཚུལ་སྒྲོན།
བདེ་སྲིད་ལྷ་མོ། བསོད་ནམས་ཚོས་སྲིད། བཙོ་ལྷ་མོ། ཚེ་དབང་དཔལ་སྒྲོན།
འཕྲོ་སྒྲོལ་མ། རྣམ་རྒྱལ་བསྟན་འཛིན། ལྷ་སྲིད། སངས་རྒྱལ་ཚེ་རིང།
ཀམ་དོན་གྲུབ། གུན་བཟང་དོན་གྲུབ། གུན་བཟང་སྒྲོལ་མ། ལས་སྲིད་དབང་མོ།
ལྷ་ཚེན་བཟང་མོ། རོར་བུ་དབང་འདུས། ཡེ་ཤེས་ཚོས་སྒྲོན།

ལྷན་དག་པ།

རློང་འཛོལ་སངས་རྒྱལ་དབང་འདུས། མདོ་འཛིན།
རློང་འཛོལ་བསྟན་པ་རྒྱལ་མཚན། མདོ་འཛིན་འོགས།
རློང་འཛོལ་འཇམ་དབྱེད་ཡེ་ཤེས་དོ་ཇེ། ལེགས་སྦྱར་བ།
རློང་འཛོལ་སྐལ་བཟང་ཚེ་རིང། ཞིབ་རོགས་ལེགས་སྦྱར་བ།
རློང་འཛོལ་གསང་སྟགས་ཚོས་འཕེལ། ཞིབ་རོགས་ལེགས་སྦྱར་བ།

སྐྱེད་པར་བཏབ་མི།

རློང་འཛོལ་སངས་རྒྱལ་དབང་འདུས། མདོ་འཛིན།
རློང་འཛོལ་འཇམ་དབྱེད་ཡེ་ཤེས་དོ་ཇེ། ལེགས་སྦྱར་བ།

དཀར་ཆག

དམྱོད

༡

ཀ་ཀོ་ལ།	༣
ཀ་མེད།	༤
ཀུ་ལུ།	༥
ཀུ་ཀ་རི།	༦
ཕུ་ཏུ་ར།	༧
ཕུ་ཏུ་ལྷེ་ར།	༨
ལོག་བ་ཤ་ཀ་དཀར་པོ།	༩
ལོག་བ་ཤ་ཀ་དམར་པོ།	༡༠
མཁལ་མ་ལོ་ཤ།	༡༡
མཁལ་མ་ལོ་ཤ་ནག་པོ།	༡༢
ག་ཏུ་ར།	༡༣
གོ་ལྷེ།	༡༤
གོ་ལྷ།	༡༥
མ་ལྷ།	༡༦
མ་འདྲ།	༡༧
མ་དམར།	༡༨
མོག་ལྷ།	༡༩
མང་ཕྱི།	༢༠
མཚོན་པ་ལོ་ཤ།	༢༡
འཇམ་འབྲས།	༢༢
ཉེ་ཤིང།	༢༣
ཆུ་ལྷོགས་ཤིང།	༢༤

ཆུ་ཉིག	༢༥
ཆུན་འབྲུམ།	༢༦
ལྷ་བ།	༢༧
ལྷིང་ལོ་ཤ།	༢༨
ཉིལ་དཀར།	༢༩
ལྷ་རག	༣༠
ལྷ་མེད།	༣༡
མལ་ཀ་དོ་རྗེ།	༣༢
ད་ཉིག	༣༣
དན་རོག	༣༤
དན་ལ།	༣༥
ཏུག་མོ་ཏུང།	༣༦
ཆ་ཏུ་ར།	༣༧
ཏུ་ཏུ་ཀ།	༣༨
དོང་ག།	༣༩
པ་ལྷ་ཤེ་སར།	༤༠
པི་པི་ལིང།	༤༡
ཏུ་ཤེ་ལ་ཕྱེ།	༤༢
པོ་མོ་ཆ།	༤༣
ལྷོས་དཀར་ཤིང།	༤༤
དཔའ་བོ་མེར་པོ།	༤༥
དཔའ་བོ་དཀར་པོ།	༤༦
དཔའ་ཚོང།	༤༧

བ་རུ་ས།	༤༤
བ་ལེ་ཀ།	༤༧
བིལ་བ།	༥༠
བྱ་རམ་ཤིང།	༥༡
བེལྱང་མེ་མེལ།	༥༢
བྱི་ཏང་ག།	༥༣
བྱི་བཟུང།	༥༤
དབྱི་མོང།	༥༥
མ་རུ་ཚེ།	༥༦
ལྷག།	༥༧
ལྷན་ལྷན (ལྷ་ལྷག)	༥༨
ལྷག་ལྷོ་ན།	༥༩
ལུ་མཁའ།	༦༠
ལྷ་ལོང་ལོ་ལ།	༦༡
གཟེ་མ།	༦༢
ཚན་དན་དཀར་པོ།	༦༣
ཚན་དན་དམར་པོ།	༦༤
ཚམ་པ་ཀ།	༦༥
ཚི་ཏ་ཀ།	༦༦
བཙོན།	༦༧
ཡུང་བ།	༦༨

རག་ཤ།	༦༩
སྤྲེལ།	༧༠
ཤོག་ཤིང་ཨར་ནག།	༧༡
ཤིང་ཚ།	༧༢
ཤུང་ག་དཀར་པོ།	༧༣
ཤུང་ག་ནག་པོ།	༧༤
ཤེལ་ཏ།	༧༥
ཤྱིར་ལུ།	༧༦
ཤུག་སྤེལ།	༧༧
ཤེ་བའི་མེ་ཏོག།	༧༨
ཤེ་འབྲ།	༧༩
ཤེང་ལྷོང།	༨༠
ཤོ་མ་རྒ་འོ།	༨༡
ཤྱ་འབྲམ།	༨༢
གསེར་གྱི་ལུང་ལྷ།	༨༣
བསེ་ཡབ།	༨༤
ཨ་ག་ལྷ།	༨༥
ཨ་གར་གོ་སྤོང།	༨༦
ཨ་གོང།	༨༧
ཨ་འབྲམ།	༨༨
ཨ་རུ་ས།	༨༩



དེ་ལྟར།

ཐུགས་རྗེ་ཀུན་ལ་སྟོམས་པའི་བཙམ་ལྷན་འདས། །མཚན་ཙམ་ཐོས་པས་ངན་འགྲོའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་
 སློབས། །དུག་གསུམ་ནད་སེལ་སངས་རྒྱལ་སྐྱེ་གྱི། །པུ་རྒྱུ་ཡའི་འོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།
 །ཞེས་སྟོ་གསུམ་གྲས་པའི་སྟོ་ལས་ཕྱག་འཚལ་ཏེ། ད་དེས་ཞོག་སྐྱེ་གྱི་ལག་དེབ་ཅིག་ཕྱོགས་
 སྐྱིག་འབད་དགོ་མི་འདི་ཡང་། སྤྱི་ལོ་༡༩༤༣ ལས་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་གཞུང་འབྲེལ་ཐོག་
 ལས་ནང་པའི་སྐྱེ་གྱི་ཞབས་ཏྲུག་འགོ་བཙུགས་ཞེས་ལས། སྤོ་ཞོག་སྐྱེ་གྱི་དེགས་བསྐྱེ་སྐྱེ་
 དང་བཟོ་བསྐྱེ་གྱི་དོན་ལུ། སྤོ་སྐྱེ་གྱི་དེགས་ཚུ་མང་ཚོས་ཤོས་གྲིང་གཞི་གི་ས་གནས་ཚུ་ལས་
 བསྐྱེ་སྐྱེ་བ་འབད་ཡོད་པ་དང་། ཞོག་སྐྱེ་གྱི་དེགས་ཚུ་མང་ཚོས་གྲོང་གསར་གྲུང་མཐེལ་གྱི་ས་
 གནས་ཚུ་ལས་བསྐྱེ་སྐྱེ་བ་འབད་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་མ་ཚད། རྒྱུང་འཚོ་དང་སྐྱེ་གྱི་སྤོང་བཅར་གྱི་
 སྟོབ་ཚན་ནང་ལུ་རུས་པ་རྒྱུང་སེལ་དང་ཤེལ་གོང་ཤེལ་འབྲེང་སྟོན་པའི་སྐྱེ་བས་སྤྱི། དེ་དང་འབྲེལ་
 བའི་ཕྱིར་སྤོང་སྤོང་བཅར་སྐྱེ་གྱི་ས་འཛིན་གྱི་ས་གནས་ཡང་སྤོ་སྐྱེ་གྱི་དེགས་ཚུ་གྲིང་གཞི་
 དང་། ཞོག་སྐྱེ་གྱི་དེགས་ཚུ་གྲོང་གསར་གྲུང་མཐེལ་ལུ་ས་གནས་གཙོ་བོ་སྤོ་སྤོ་འཛིན་འབད་
 དོ་ཡོད་པ་ཨིན། ཨིན་རུང་ཞོག་སྐྱེ་གྱི་ས་འཛིན་གྱི་དོན་ལུ་སྤོ་བ་སྤོང་པ་ཚུ་སྤོ་སྤོ་འབྲེལ་དང་སྤོ་བ་
 སྤོང་འབད་སའི་གཞི་རྟེན་མཐུན་རྐྱེན་སྤོང་འབྲེལ་ཅིག་མེད་པ་ལས་བརྟེན། གྲོང་གསར་རྫོང་ཁག་
 དང་ཟེད་འོག་ལུ། གྲུང་མཐེལ་ཟེད་འོག་སྤོང་སྤོང་པའི་གི་གཞི་བརྟེན་སྐྱེ་གྱི་འབྲེལ་འདི་ནང་
 པའི་གསེབ་པའི་སློབ་ཚུགས་ཀྱི་ཞོག་སྐྱེ་གྱི་ཕྱིར་སྤོང་སྤོང་བཅར་ལྟེ་བ་སྤོ་དགོས་མཁོ་ཡོད་
 པའི་ལུ་བ་སྐྱེ་བ་ཞེན་དུ་ཐོབ་ཡོད་མི་འདི། ཕྱིར་སྤོང་སྤོང་བཅར་ལྟེ་བ་སྤོ་འགོ་འབྲེད་རྟེན་འབྲེལ་
 འབད་ནི་དང་འབྲེལ། སྤོ་བ་སྤོང་པ་ཚུ་ཞོག་སྐྱེ་གྱི་ས་འཛིན་གྱི་དོན་ལུ་ལག་དེབ་ཅིག་དེས་པར་
 དགོས་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན། འབྲུག་གི་ཞོག་སྐྱེ་གྱི་འབྲུང་ས་དཔེ་ཤེལ་གྱི་བུམ་བཟང་ལས་བཅུས་ཏེ་
 གོང་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་རྒྱུང་འཚོ་དང་སྐྱེ་གྱི་སྤོང་བ་ཚུ་གིས་ཕྱོགས་སྐྱིག་འབད་དེ་ཡོད་པ་
 ཨིན།

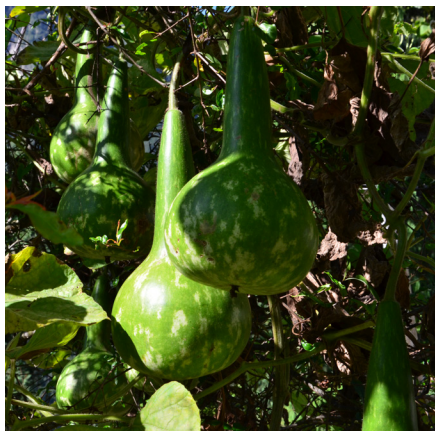
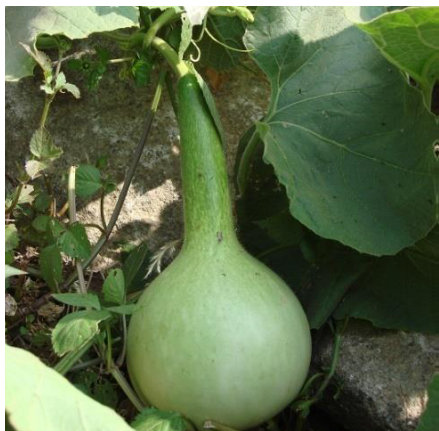


ཀ་ཀོ་ལ།



གསོ་རིག་མིང།	ཀ་ཀོ་ལ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Amomum subulatum</i> Roxb.
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཀ་ཀོ་ལ་ནི་སྤོང་པོ་རིང་ལ་ཁ་དོག་སྐྱུག་ཞེད་ཙམ་ལོ་མ་ལུང་ལུ་སྐྱེ་གཤེར་འདྲ་བ་སྟེ་ཡོད།
བེད་སྤྱོད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	ཀ་ཀོ་ལ་ཡིས་ཕོ་མཆེར་གྲང་བ་སེལ། །

ཀ་བེད།



གསོ་རིག་མིང།	ཀ་བེད།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Lagenaria siceraria (Molina) Standley</i>
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ལོ་མ་ལེབ་ལ་ཆེ་ཞིང་སྤོང་པོ་རིང་བ་དང་མེ་ཏྲོག་དྲཀར་ལ་འབྲས་བུ་བྱིས་པའི་ཐོད་ཕོར་འདྲ་བ་སྡེ་ཡོད།
བེད་སྤྱོད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	ཀ་བེད་འབྲས་བུ་ཚ་འལུ་གཙོད་པར་བྱེད། །

ཀུ་ཤ།



གསོ་རིག་མིང།	ཀུ་ཤ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Thysanolaena latifolia</i> (Roxb.)
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཀུ་ཤ་ནི་སྤོང་པོ་ཁོང་སྤོང་ལོ་མ་སྤོ་ལྷང་རིང་ལ་ཚེ་གིན་ཏུ་རྗོ་བ་སྟེ་ མ་གི་ཚུན་པོ་ཉ་ར་བཟུམ་སྟེ་ཡོད།
བོད་སྐད།	ཡལ་ག་དང་ལོ་མ།
ཕན་པ།	ཀུ་ཤ་ས་ཚོ་སྤོང་ལུས་ལུངས་ཚུས་པར་བྱེད།།

ཀུ་ཀ་རི།



གསེང་མིང་།	ཀུ་ཀ་རི།
ཚན་རིག་མིང་།	<i>Rubus biflorus</i> Smith
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཚེར་མ་ལེབ་མོ་ཡོད་པའི་སྒྲོང་པོའི་ཕྱི་ལུ་རྩི་དཀོར་པ་གིས་བྱུང་བའི་ ཡོད་པའི་ལོ་མ་ལུང་སྐྱུ་རྒྱབ་དཀར་བ་སྒྲོལ་ཡོད།
བོད་སྐད།	སྒྲོང་པོ་དང་ཡལ་ག
ཕན་པ།	སྒྲོ་ཉེས་ཀུ་ཀ་རིས་རྒྱང་ཚད་སེལ།

སྐུ་རུ་ར།



གསོ་རིག་མིང།	སྐུ་རུ་ར།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Phyllanthus emblica linn</i>
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྐུ་རུ་ར་ནི་སྤོང་པོ་རིང་ལ་ལྗེ་མ་པ་ལོ་མ་ཆེ་བ་མེ་ཏྲིག་དཀར་སེར་མདངས་མི་གསལ་བ་སྤེ་ཡོད་པ་ཡིན།།
བོད་སྐད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	སྐུ་རུ་ར་ཡིས་བད་མཁྲིས་ལྷག་ནད་སེལ།



ལྷོང་སྐྱེད།



གསོ་རིག་མིང།	ལྷོང་སྐྱེད།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Uncaria sp</i>
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྐྱོང་པོ་སྐྱོ་སྐྱ་ཡལ་ག་གྲེས་ཉེ་ཡོད་པའི་མཚམས་དང་ཡལ་ག་དང་ ཡལ་ཕྱན་གྱི་ཕྱེ་མོ་ལས་སྐྱེར་མོའི་རྣམ་པ་སྐྱེ་ཡོད་པ་ཡིན།
བེད་སྤྱོད།	ཡལ་ག།
ཕན་པ།	ལྷོང་སྐྱེར་དཀར་སྐྱུག་དུག་ཚད་སེལ་བར་བྱེད།

ལྷོག་བཟུ་ཀ་དཀར་པོ།



གསོ་རིག་མིང།	ལྷོག་བཟུ་ཀ་དཀར་པོ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Justicia adhatoda L</i>
རོ་བོའི་བཤད་པ།	སྤོང་པོ་ཁོངས་སྤོང་ཡལ་ཕྱན་མང་བ་ལོ་མ་ལྡང་སྐྱ་མེ་ཏྲོག་གི་ དབྱིབས་བྱའི་མཚུ་ཏྲོག་བཟུམ་སྤེ་ཡོད་པ་ཨིན།
བེད་སྤྱོད།	ལོ་མ། ཡལ་ཕྱན། མེ་ཏྲོག འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	བཟུ་ཀ་ཡིས་ལྷོག་ཚད་རོལ་དུ་གསོད།།

མཁལ་མ་ཞོ་ཤ།



གསོ་རིག་མིང།	མཁལ་མ་ཞོ་ཤ་དཀར་པོ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Erythriana variegata</i> L.
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཤིང་སྣོང་ཕྱ་ལ་ལོ་མ་འཇམ་པོའི་མེ་རྟོག་མཐིང་ནག་ལ་གང་བྱ་ སེར་པོའི་ནང་ནས་འབྲས་མདོག་ནག་པོ་སླེ་ཡོད།
བེད་སྤྱོད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	མཁལ་མ་ཞོ་ཤས་མཁལ་ཚད་སེལ།



མཁལ་མ་ཞོ་ཤ་ནག་པོ།



གསོ་རིག་མིང།	མཁལ་མ་ཞོ་ཤ་ནག་པོ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Erythrinaarborescens Roxb</i>
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཤིང་སྡོང་དཀར་ལ་ཚར་ཅན་ཚོ་བ་སྤ་ཤིང་མཁལ་མ་ཞོ་ཤ་མ་མེ་ རྟོག་ཞོ་དཀར་པོ་འདྲ་ཡང་མཁལ་མ་ཞོ་ཤ་དཀར་ལས་ཆེ་བ་ཅི་མ་ ཡོད།
བོད་སྐད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	མཁལ་མ་ཞོ་ཤ་ས་མཁལ་ཚད་སེལ།

ག་བྱུར།



གསོ་རིག་མིང།	ག་བྱུར།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Cinnamomum camphora</i> Nees and Eberm
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ལོ་མ་སྙིང་འདྲ་ལ་མེ་ཉོག་སེར་ལ་ཚམ་འབྲས་བུ་རིལ་མ་སྲན་མ འདྲ་སྡེ་ཡོད།
བེད་སྟོན།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	ག་བྱུར་ཚ་བ་རྒྱས་པ་ཐོག་བབས་གསོད། རྩིང་ཞིང་ཞེན་པའི་ཚ་ བ་རྩད་ནས་འབྲིན།།

གོ་བྱེ།



གསོ་རིག་མིང།	གོ་བྱེ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Semecarpus anacardium</i>
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	གོ་བྱེ་ཉི་ལྷུ་མ་འབྲ་བ་དང་ནང་དུ་སྐྱུམ་དམར་པོ་ལྷག་འབྲམ་སྐྱེ་ཡོད།
བོད་སྐད།	འབྲམ་བྲུ།
ཕན་པ།	གོ་བྱེམ་སྲིན་གསོད་རྩལ་གཙོད་པོ་རིམས་སེལ།

གོ་ཡུ།



གསོ་རིག་མིང།	གོ་ཡུ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Areca catechu</i> L.
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ངོ་བོའི་བཤད་པ། ཤིང་སྒྲིང་ཆེལ་མདོག་སྐྱུ་བ་ཕྱི་སྐྱོགས་གཏུམས་ནས་ནང་འབྲུ་སྲ་མཁེགས་པ་སྡེ་ཡོད།
བོད་སྐད།	བོད་སྐད། འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	ཕན་ཡོན། གོ་ཡུ་མཁལ་མའི་ནད་སེལ་སོ་རྩི་མཚོག



སྐྱུ་



གསོ་རིག་མིང་།	གསོ་རིག་མིང་། སྐྱུ་
ཚན་རིག་མིང་།	<i>Cantleya spicata</i> (smith) Baker
རོ་བོའི་བཤད་པ།	སྤོང་པོ་ཕུ་སུ་ཡལ་ག་མེད་ལ་ལོ་མ་ལྷུང་སེར་བྱི་ཞིམ་ལ་ཁོང་སྐྱུ་ ཡོད་སྐྱེ་ཡོད།
བོད་སྐྱོད།	ཚ་བ།
ཕན་པ།	སྐྱུ་བད་རླུང་སེལ་ཞིང་ཁྲག་འབྱུགས་འཇུ།

སྐ་འབྲ།



གསོ་རིག་མིང།	སྐ་འབྲ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Cautleya</i> sp
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྐུ་ལྷགས་ས་སྐ་འབྲ་ཡང་མེ་ཉོག་དམར་ལ་ཚ་བ་བྱི་རྩུགས་ཆེ་བ་ སྐེ་ཡོད།
བེད་སྤྱོད།	ཚ་བ།
ཕན་པ།	ཡན་ལག་ཚོགས་འཁྲུགས་པ།བརྟུགས་པ་དང་ཁོང་པ་རྩོད་འབར་ བ་ལ་ཕན།



སྐ་དམར།



གསོ་རིག་མིང།	སྐ་དམར།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Cautleya</i> sp.
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྐྱོང་པོ་སྐྱ་ལ་ཡལ་ག་མེད་པ་པགས་པ་མཐུག་ལ་རྩ་སྐྱ་མང་བ་ སྐྱེ་ཡོད།
བེད་སྤྱོད།	རྩ་བ།
ཕན་པ།	སྐ་དམར་སྐྱོ་ནག་འདྲེན་པར་བྱེད།།

སྒོག་རྒྱ།



གསོ་རིག་མིང།	སྒོག་རྒྱ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Allium sativum</i> L.
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	མེ་ཉོག་དཀར་པོ་ལོ་མ་ལེབ་ལ་མཐུག་པ་རྩ་བ་ཨ་ར་འདྲ་ལ་རྩ་ ཕྱན་སྤང་བ་སྡེ་ཡོད།
བཤུ་སྤྱོད།	རྩ་བ།
ཕན་པ།	སྒོག་རྒྱས་རྒྱང་སྲིན་དུག་མཛེས་གདོན་སེལ་བྱོ།



ཆང་ཚི།



གསོ་རིག་མིང་།	ཆང་ཚི།
ཚན་རིག་མིང་།	<i>Buddleja bhutanica</i> Yamazaki
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ངར་ལོ་སྤྱ་རླུང་ལོ་མ་ཕྱ་ལ་རིང་བ་མེ་ཉོག་རླུང་ལ་མ་ཚོས་ལོ་ཉོག་ འབྲ་བ་སྤེ་ཡོད།
བེད་སྤྱོད།	མེ་ཉོག་དང་འདབ་མ།
ཕན་པ།	ཆང་ཚི་རྒྱ་བྱེད་ནད་མང་སེལ།།

མཚན་པ་ཞེ་ག།



གསོ་རིག་མིང།	མཚན་པ་ཞེ་ག།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Entada rheedii</i> Sprengel
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྤོང་པོ་ཆེ་ལ་གང་བུ་འདོམ་ཕྱེད་ཅམ་དང་འབྲས་བུ་དམར་པོ་གླང་མིག་འབྲ་བ་སླེ་ཡོད།
བེད་སྦྱོང།	ནང་འབྲས།
ཕན་པ།	མཚན་པ་ཞེ་གས་མཚན་དུག་ཅུ་དཀར་སེལ། །



འཇམ་འབྲས།



གསོ་རིག་མིང་།	འཇམ་འབྲས།
ཚན་རིག་མིང་།	<i>Ceasalpinia bounduc</i>
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྤོང་པོ་ནག་ལ་ཆེ་བ་ལོ་མ་ཚོར་ཅན་འབྲས་ལུ་ཕྱོ་སྐྱ་སྤོང་ང་འབྲ་བ་ སྤོ་ཡོད།
བེད་སྤྱོད།	འབྲས་ལྷ།
ཕན་པ།	ཨ་འབྲས་ས་འབྲས་འཇམ་འབྲས་མཁལ་ནད་སེལ། །

ཉེ་ཤིང།



གསོ་རིག་མིང།	ཉེ་ཤིང།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Asparagus racemosus</i> Willdenow
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ལོ་མ་ལུགས་ཕྱེ་གཏོར་བ་འདྲ་སྤོང་པོ་ཕྱ་རིང་ཚེར་མས་ལུབ་སྟེ་ ཡོད། །འབྲས་བུ་ལུགས་ཀྱི་སྐྱུ་རྒྱུང་འདྲ། །རོ་ནི་ཁ་བསྐྱ་མངར་ བ་ཡིན། །
བེད་སྟོན།	རྩ་བ།
ཕན་པ།	ཉེ་ཤིང་ར་མཉེས་ཚེ་བསྐྱིད་རྒྱ་སེར་སེལ། །

རྒྱ་སྐྱེགས་ཤིང་།



གསལ་རིག་མིང་།	རྒྱ་སྐྱེགས་ཤིང་།
ཚན་རིག་མིང་།	<i>Lac laccifera</i>
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	མེ་ཉོག་དཀར་ལ་དམར་མདངས་ལྡན་ཟེུ་འབྱུ་སེར་པོ་དང་ འབྲས་བུ་སྐྱེན་པའི་ཚོ་དམར་པོ་འགྱུར་མ་ཡིན།
བེད་སྤྱོད།	ཤིང་གྱུ་ཆགས་ཡོད་པའི་འབྲས་བུ་དང་ཚོ་བ།
ཕན་པ།	རྒྱ་སྐྱེགས་འབྲས་འབྲུགས་ལྷག་ནད་ཚད་པ་སེལ།།

རྒྱ་ཉིག།



གསོ་རིག་མིང།	རྒྱ་ཉིག།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Swertia chirayita</i> (Roxb.)Karsten
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཀའ་ལྗོ་ནག་ལྗང་སེར་ལོ་མ་ཡལ་ག་ལྷག་སྤྱོད་དུ་སྐྱེ་ཞིང་མེ་ཉིག་སེར་པོ་འཆར་བ་སྤེལ་ཡོད།
བོད་སྐད།	བརྩ་བ་མ་གཉོགས་ལོ་སྤོང་མེ་འབྲས།
ཕན་པ།	ཉིག་ཉམ་མཁྲིས་པའི་ཚ་བ་མ་ལྷུས་སེལ། །

རྒྱན་འབྲུམ།



གསོ་རིག་མིང།	རྒྱན་འབྲུམ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Diospyros lotus</i> L.
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ལོ་མ་སྒོར་རྒྱུད་སྣང་པོ་དབྱི་མོང་སྣང་པོ་འབྲུ་བ་མེ་ཉླག་དམར་རྒྱུད། འབྲས་བུ་དཀར་སེར་འོད་དང་ལྗན་པ་སྤེ་ཡོད།
བོད་སྐད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	རྒྱན་འབྲུམ་གྲོ་ནད་སེལ་ཞིང་ཚད་པ་སྤྱོད། །

ལྷ་བ།



གསོ་རིག་མིང།	ལྷ་བ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Withania somnifera</i> Linn.
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ལོ་མ་སྒོར་རྒྱུད་སྤོང་པོ་དབྱི་མོང་སྤོང་པོ་འབྲ་བ་མེ་ཏྲིག་དམར་རྒྱུད། འབྲས་བུ་དཀར་སེར་འོད་དང་ལྡན་པ་སྡེ་ཡོད།
བེད་སྤྱོད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	ལྷ་བས་རྒྱ་སེར་མཁལ་རྒྱེད་གྲང་བ་སེལ། །

སྣང་ཞོ་ཤ།



གསོ་རིག་མིང།	སྣང་ཞོ་ཤ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Choerospondias axillaries</i> (Roxb.)
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྣང་ཞོ་ཞེས་ལོ་མ་མཐུག། ཁོ་ཉོག་དཀར་པོ་རབ་ཏུ་མཛོམས། འབྲས་ལྗང་སྣང་ཞོ་ཤ། ཟླ་ལྷན་སྣང་ཞོ་ཤ། ཟླ་ལྷན་སྣང་ཞོ་ཤ།
བོད་སྐད།	འབྲས་ལྗང།
ཕན་པ།	སྣང་ཞོ་ཤ་ཡིས་སྣང་ཞོ་ཤ་ཚད་པ་སེལ།།

ཉིལ་དཀར།



གསོ་རིག་མིང།	ཉིལ་དཀར།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Sesamum indicum</i> L.
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྒོང་པོ་ལྷེ་མ་ལ་ལོ་མ་ལྷུང་གྲུ་ཡལ་ག་མང་བ། ཀང་བྱ་གྲུ་བཞི་པ། མེ་ཉོག་སྒྲོན་པོ་འཆར་བ་ནག་པོ་དང་དཀར་པོ་འབྱུ་ཡང་དཀར་ ནག་ཡོད།
བེད་སྤྱོད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	ཉིལ་གྱིས་རླུང་འཛོམས་ལུས་སྒྲོབས་འཕེལ་ཁམས་སྦྱེད།།

སྣར་ག།



གསོ་རིག་མིང་།	སྣར་ག།
ཚན་རིག་མིང་།	<i>Juglans regia</i> L.
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྣོང་པོ་ཆེ་ལ་ལོ་མ་མཐུག། །མེ་ཉོག་དཀར་སེར་རྒྱང་བ་ཡིན།། །འབྲས་བུ་གཏུ་ཁ་འབྲར་འད།། །ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུ་སྟེ་ཡོད།།
བོད་སྐད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	སྣར་གས་རྒྱང་སེལ་ཡན་ལག་འཁུམས་པ་བསྐྱང།།

སྣབ་སེང།



གསོ་རིག་མིང།	སྣབ་སེང།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Fraxinus paxiana</i> Lingelsheim
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཕྱི་པགས་ལྗང་སྐྱ། རོས་ལུ་མདོག་སེར་སྐྱ། ཡལ་ག་དང་ཡལ་ 'ཕན་མང་བ། ལོ་མ་ལྗང་ནག་རྒྱབ་སྐྱ་བ་སླེ་ཡོད།
བོད་སྐད།	ལྷན་པགས།
ཕན་པ།	སྣབ་སེང་རུས་ཆག་སྐྱོར་ཞིང་རུས་ཚད་སེལ།།

ཐལ་ཀ་དོ་ཇེ།



གསོ་རིག་མིང།	ཐལ་ཀ་དོ་ཇེ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Cassia tora</i> L
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཤིང་ཕུང་ཕྱ་ལ་མེ་ཏྲིག་སེར་པོ་སྤུལ་ཅན་ལོ་མ་འབྲས་བུ་ཚུང་བ་ལྷི་ ཡི་པོ་མཚན་འདྲམ་སླེ་ཡོད།
བོད་སྐད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	ཐལ་ཀ་དོ་ཇེ་ལྷགས་ནད་ཚུ་སེར་སེལ།།

ད་ཉིག།



གསོ་རིག་མིང།	ད་ཉིག།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Rhus chinensis</i> Miller
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྒོང་པོ་ཆེ་ལ་ལྷན་པ་སྒྲ། །མེ་ཉོག་དམར་རྩུང་ལོ་མ་སྒོར། །འབྲས་ བྱ་ལྷལ་ཤིག་སྒོར་འདྲ། །ཟེར་གསུངས་དོ་བརྩམ་སྤེ་ཡོད།
བོད་སྐད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	ད་ཉིག་ཚ་གྲང་འཁྲུ་བ་གཙོད་པར་བྱེད།།

དན་རོག།



གསེང་རིག་མིང།	དན་རོག།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Jatropha curcas</i> L.
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཅ་བ་སྒོམ་ལ་ཤིན་ཏུ་རིང།། ལོ་མ་ཆེ་ལ་རུང་བཟང་།། སྤོང་པོ་ སྤྱབས་ཅན་ཆོགས་པ་ཅན།། ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྤེ་ཡོད།
བོད་སྐད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	དན་རོག་གྱི་འརྲུས་དྲག་པོར་སྦྱོང།

དན་ལ།



གསོ་རིག་མིང།	དན་ལ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Ricinus communis</i> Linn.
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ལོ་མ་རྩུང་ཟད་རྩུབ་པ།། སྤོང་པོ་རིང་ལ་འཁྲི་ཤིང་སྟེ།། འབྲས་བུ་ ལ་བོ་དན་རོག་འདྲ།། ཟེར་གསུངས་དོ་བརྩམ་སྟེ་ཡོད།
བེད་སྟོན།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	མ་ལུ་བའི་ནད། མོ་ནད། དུག་ནད། ལྷན་འདུས་ཀྱི་ནད་རྙིང་ཚུ་ བཤལ་སྐྱུགས་འབད་ཚུགས།

ཉྱུ་ར།



གསོ་རིག་མིང།	ཉྱུ་ར།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Datura stramonium L</i>
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྤོང་པོ་ངར་པ་དགུ་རེ་གྲེས། །མེ་ཏོག་སྐྱུག་ནག་ཏུག་བྱི་བོ། །འབྲས་ནག་ལེབ་ཞིབ་མཁལ་འདྲས་ལེངས། །ཟེར་གསུངས་དོ་ བརླུམ་སྐྱེ་ཡོད།
བེད་སྦྱོང།	མེ་ཏོག། འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	ཉྱུ་ར་ཡིས་སྲིན་ཀུན་སེལ།།

རུ་ཅུ་ཀླ།



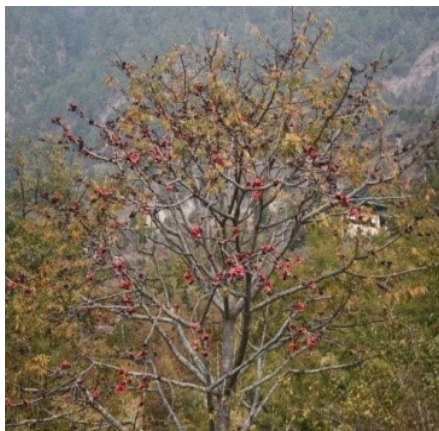
གསོ་རིག་མིང།	རུ་ཅུ་ཀླ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Knema tenuinervis</i> de Wilde
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཕོ་ཤིང་སྤྱང་སྤོམ་པ་པགས་པ་མཐུག་པ་སྤྱང་ཕོ་བྱང་ཕོ་ལོ་མ་མོ་ ལས་ཆེ་བ་སྟེ། མོ་འདི་ཡང་ཤིང་སྤྱང་ཆེ་རྒྱུད་དང་སྟེ་ལྷུགས་རུ་ཅུ་ཀླ་ ཕོ་དང་འབྲམ་ཞིན།
བོད་སྐད།	སྤྱང་ཕོ།
ཕན་པ།	སྤྱིང་གི་ནད་དང་། སྟོག་རླུང་གི་ནད། དབང་ཚ་ཉམས་པ་དང་ གཉིད་ཡེར་བ་སོགས་ལུ་ཕན།

དོང་ག།



གསོ་རིག་མིང།	དོང་ག།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Cassia fistula</i> L.
དོ་བོའི་བཤད་པ།	ལོ་མ་མེ་ཉོག་ཆེ་བ་ལ། །རང་ཉིད་ཤིང་གཞན་ལ་འཁྲིལ་སྟེ། །འབྲས་ བྱ་ལོང་ཀ་ལྷག་བརྒྱུངས་འདྲ། །ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་ཡིན།
བེད་སྟོན།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	དོང་གས་མཚན་ནད་སེལ་ཞིང་འཇམ་པོར་འབྲུ།

ཕརྫ་གེ་སེར།



གསལ་རིག་མིང།	ཕརྫ་གེ་སེར།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Bombax ceiba</i> L.
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྒོང་པོ་དང་ལོ་མ་སྐར་ག་འབྲ་ཞིང་ཚ་བ་བྱུང་མོས་རུ་མ་འབྲམ་སྡེ་ ཡོད།
ཤེད་སྡོད།	མེ་ཉོག་ ཟེའུ་འབྲུ། འདབ་མ།
ཕན་པ།	ཕརྫ་གེ་སེར་སྡོ་མཚིན་སྟིང་ཚད་སེལ།

ཕི་ཕི་ལིང།



གསོ་རིག་མིང།	ཕི་ཕི་ལིང།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Piper pedicellatum</i> C. DC
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ལོ་མ་ལྷང་ནག་འཇམ་ཞིང་སྐྱུམ་པ་དབྱིབས་སྒོར་བ་ཚེ་ཅུང་ཚོ་བ་ཤེ་ཡོད།
བོད་སྐད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	ཕི་ཕི་ལིང་གི་གྲང་ནད་མ་ལུས་སེལ།

པོ་སོ་ཆ།



གསོ་རིག་མིང།	པོ་སོ་ཆ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Sapindus rarak</i> DC
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཤིང་ལྗང་ཆེ་ལ་ལོ་མ་སྐྱུམ་ལ་ཕྱ་བ་མེ་ཏྲིག་དཀར་པོ་སླེ་ཡོད་པ་ཡིན།
བོད་སྐད།	ཕྱི་སྐོགས།
ཕན་པ།	སོ་ཆ་ནད་ཀྱུན་གྱིན་འདྲེན་སྐྱུགས་སྐྱུན་མཚོག

དཔའ་བོ་སེར་པོ།



གསོ་རིག་མིང།	དཔའ་བོ་སེར་པོ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Stephania glabra</i> (Roxb) Miers
རོ་བོའི་བཤད་པ།	ལོ་མ་སྤོང་པོ་བ་སྤྱུ་འདྲ། །མེ་ཏྲོག་སེར་པོ་རྩུང་བ་སྟེ། །རྩ་བ་ཁོང་སྤོང་ཁ་དོག་སེར། །རོ་ནི་ཁ་ལ་བསེལ་བ་ཡིན། །ཟེར་གསུངས་དོ་བརྩུམ་སྟེ་ཡོད།
བེད་སྟོན།	རྩ་བ།
ཕན་པ།	དཔའ་བོ་དཀར་སེར་དཔའ་བོ་རྩུག་ཚད་སེལ། །



དཔའ་བོ་དཀར་པོ།



གསེང་རིག་མིང་།	དཔའ་བོ་དཀར་པོ།
ཚན་རིག་མིང་།	<i>Phytolacca esculanta</i>
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྤོ་ཤིང་འདི་ཙུ་བ་ཁོང་སྤོང་སྤོང་པོ་ལྷུང་སྐྱུག་ཡལ་ག་དང་ཡལ་ཕྱན་མང་བ་མེ་ཉོག་དཀར་ལ་རྒྱུང་བ་སྤེ་ཡོད།
བེད་སྤྱོད།	ཙུ་བ།
ཕན་པ།	དཔའ་བོ་དཀར་པོ་སེར་དཔའ་ཚོད་དུག་ཚད་སེལ། །

དཔའ་ཚྭ་ད།



གསོ་རིག་མིང།	དཔའ་ཚྭ་ད།
ཚན་རིག་མིང།	
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྒོང་པོ་དང་མེ་ཉོག་དམར་སྐྱུག་པོ་འབྲས་བུ་དམར་པོ་ཚ་བ་སྒོམ་ལ་རིང་བ་ཚ་ལྷན་མང་བ་སླེ་ཡོད།
བེད་སྤྱོད།	ཚ་བ།
ཕན་པ།	དཔའ་བོ་དཀར་སེར་དཔའ་ཚྭ་དུག་ཚད་སེལ། །



བ་རུ་ར།



གསོ་རིག་མིང།	བ་རུ་ར།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Terminalia bellerica</i> (Gaertner) Roxb.
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྤོང་པོ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ལོ་མ་ལྡུང་སེར་མེ་ཏྲོག་དཀར་ལ་འབྲས་བུ་ཚོ་ ལྡུང་ཆེ་གྲུ་འཇམ་ལ་སྐྱུམ་པ་སྟེ་ཡོད།
བོད་སྐད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	བ་རུ་ར་ཡིས་བད་མཁྲིས་ཚུ་སེར་སེལ།།

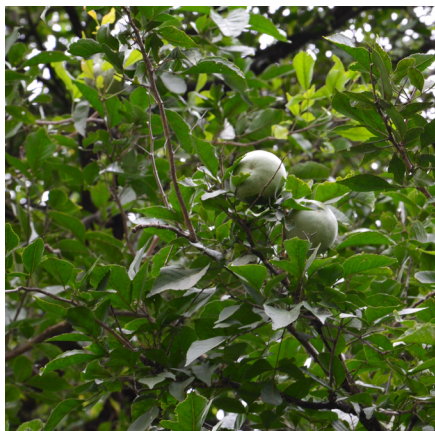
བ་ལེ་ཀ།



གསོ་རིག་མིང།	བ་ལེ་ཀ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Aristolochia griffithii</i> Duchartre
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྤོང་པོ་རིང་བ་ལོ་མ་ལྡང་སེར་ཚུ་ཚོ་བ་མེ་ཉོག་མེད་པ་འབྲས་བུ་ སྒོར་ལ་ནར་བ་སྤེལ་ཡོད།
བེད་སྤྱོད།	ཡལ་ག་དང་སྤོང་པོ།
ཕན་པ།	ལྷག་ནད་རིམས་དང་ཚ་བ་དག་ལ་ཕན།།



བིལ་བ།



གསོ་རིག་མིང།	བིལ་བ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Aegle marmelos</i> (L.) Correa
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཤིང་སྣང་འབྲིང་ལ་ལྗང་ནག་ཡལ་ག་དང་ཡལ་ཕྱན་མང་བ་མེ་ཉླ་ག་ དཀར་པོ་འབྲས་བུ་ལྗང་སེར་ཅན་སླེ་ཡོད།
བོད་སྐད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	འཕྲུ་བའི་ནད་ནམས་ཚ་གང་མེད་པར་གཙོད།།

བྱ་རམ་ཤིང།



གསོ་རིག་མིང།	བྱ་རམ་ཤིང།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Saccharum officinarum</i> Linn
རོ་བོའི་བཤད་པ།	སྒོང་པོ་སྒོ་ལྷང་ཡལ་ག་མེད་པ་དང་ལོ་མ་སྒོ་ལྷང་རྩུབ་ལ་གྱོང་པ་སྒོ་ཡོད།
བཅད་སྒྱུ་ད།	ཁྱ་བ།
ཕན་པ།	བསེལ་ཞིང་ཁྲག་མཁྲིས་སེལ་བར་བྱེད།།

བེ་ལྷུང་རེ་རལ།



གསེ་རིག་མིང།	བེ་ལྷུང་རེ་རལ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Drynaria propingua</i> (Wall.ex Mett.)
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ལྷུ་མ་བུའམ་རྒྱ་མེད་ཀྱི་དབྱིབས་སྒྲེལ་གྱི་མཚུག་མ་བུམ་ཨ་ཙི་སྒོམ་སྤྱི་ལ་དོག་སེར་ཤས་ཅན་ལོ་མ་དབུ་རྒྱན་རིགས་ལྷའི་རྣམ་པ་ཅན་ཅེ་ཚོ་བ་མེ་ཏྲོག་འབྲས་བུ་ག་ཡང་མེད།
བོད་སྐད།	ཚ་བ།
ཕན་པ།	ལྷུ་མ་བུ་རེ་རལ་ཤ་དུག་སྦྱར་དུག་སེལ།

བྱི་ཏང་ག



གསོ་རིག་མིང།	བྱི་ཏང་ག
ཚན་རིག་མིང།	<i>Myrsine semiserrata</i> Wall
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྤོང་པོ་ཕྱ་ལ་རིང་བ་སྟེ། །ལོ་མ་སྐྱ་རྩུང་རྩུབ་པ་ཡིན། །མེ་ཏོག་ཕྱི་ དམར་རྩུང་བ་ལ། །འབྲས་བུ་སྤན་མ་སད་ཁྱེར་འབྲ། །
བེད་སྟོན།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	བྱི་ཏང་ག་ཡིས་སྲིན་སེལ་མེ་བོད་སྟོན།།

བྱི་བཟུང་།



གསེང་རིག་མིང་།	བྱི་བཟུང་།
ཚན་རིག་མིང་།	<i>Arctium lappa</i>
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	མེ་ཏྲོག་དམར་པོ་དོམ་དོམ་འདྲ་བ། ལོ་མ་སྡོམ་ལྡང་སྒྲིང་དབྱིབས་ ཅན་མེ་ཏྲོག་གི་དབྱིབས་སྤྱང་ཚེར་ནག་པོ་འདྲམ་སྡེ་ཡོད།
བོད་སྐད་ཀྱི་མིང་།	འབྲུ་གྲུ། ཚ་བ།
ཕན་པ།	བྱི་བཟུང་དོའི་སྐྲན་བཞིག་ཚ་ནད་སྐྱོད།

དབྱི་མོང་།



གསོ་རིག་མིང་།	དབྱི་མོང་།
ཚན་རིག་མིང་།	<i>Clematis buchananiana</i> DC.
རོ་བོའི་བཤད་པ།	སྒོང་པོ་ཐལ་དཀར་ཕྱ་བ། ལོ་མ་ལུང་སྐྱ་སྐྱ་ཚུང་ཅན་ཟེའུ་འབྲུ་ དཀལ་པོ་སྐྱ་དང་འབྲུ་བ་སྐྱེ་ཡོད་པ་ཡིན་ལོ།།
བོད་སྐད་ཀྱི་མིང་།	ལོ་མ་དང་ཡལ་ཕྱ་བ།
ཕན་པ།	དབྱི་མོང་ཐོད་སྐྱེད་སྐྱོན་བཞིག་གཅད་འབྲིགས་འདྲེན།།

མ་རུ་ཚཱི།



གསོ་རིག་མིང།	མ་རུ་ཚཱི།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Butea parviflora</i> Roxb
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྒོང་པོ་ཕྱ་ལ་ལོ་མ་ཆེ་བ་མེ་ཉོག་དམར་སེར་འབྲས་བུ་དམར་ལེབ་གསུམ་བཞི་ཙམ་ཡོད།
བོད་སྐད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	མ་རུ་ཚཱི་ཡིས་སྲིན་ནད་སེལ་བར་བྱེད།།

སྤྲུག



གསོ་རིག་མིང།	སྤྲུག
ཚན་རིག་མིང།	<i>Elaeagnus umbellata</i>
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྤྲོང་པོ་སྤྲ་ཤིང་མཚེགས་པ་མདོག་སྐྱུ་ཐལ་ཅན་ ལོ་མ་ནར་ཅན་ མེ་ཉོག་དཀར་ལ་འབྲས་བུ་དམར་བའི་མདངས་ཅན།
བེད་སྤྱོད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	སྤྲུག་གིས་ཚ་གྲང་འཇུ་བའི་རིགས་ཀུན་གཙོད།།

སྐྱོན་སྐྱོན་(སྐྱོན་སྐྱོན)



གསོ་རིག་མིང།	སྐྱོན་སྐྱོན་(སྐྱོན་སྐྱོན)
ཚན་རིག་མིང།	<i>Zingiber officinale</i> Roscoe
དོ་བོའི་བཤད་པ།	ལོ་མ་ལྷུང་ལ་མཐུག་པ་ཕྱ་ལ་རིང་ཞིང་ཕྱོ་ཕྱོ་བ་མེ་ཏྲིག་དཀར་ལ་ སྐྱོན་སྐྱོན་ཕྱོ་ལས་འཆར་ཏེ་ཡོད།
བདེ་སྦྱོང།	རྩ་བ།
ཕན་པ།	སྐྱོན་སྐྱོན་རྒྱུ་སྦྱོང་བས་ལེན་བདེ་རྒྱུ་འཛོམས།།

སྐྱུག་སྒོན།



གསོ་རིག་མིང།	སྐྱུག་སྒོན།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Phyllostachys sp</i>
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྒོང་པོ་སྒོ་ལྗང་ཡལ་ག་གྲུས་ཉེ་ཀས་པ་ལོ་མ་ལྗང་སེར་སྒྲུབ་ལ་ རེག་བྱ་རྩུབ་པ་སྤེ་སྤྲེ་ཡོད།
བཅུ་སྤྱོད།	ཕྱི་ཚུ།
ཕན་པ།	སྐྱུག་སྒོན་ཚོ་བས་བྱང་ལོག་མ་ཚད་དང། །མོ་ནད་ཚ་བ་རྙིང་པ་ སེལ་བར་བྱེད།།



ལྷ་མཁན།



གསོ་རིག་མིང།	ལྷ་མཁན།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Symplocos sumuntia</i> D.Don
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྤོང་པོ་ཆེ་ལ་ཁ་དོག་སྐྱུ། །ལོ་མ་མཐུག་སྐྱ་ཁ་དོག་སེར། །
བེད་སྤྱོད།	ལོ་མ།
ཕན་པ།	ལྷ་མཁན་ལོ་མས་སྤོང་མཁལ་འགྲམ་ཚད་སེལ།།

ཟླ་གོར་ཞེ་ཤ།



གསོ་རིག་མིང།	ཟླ་གོར་ཞེ་ཤ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Mucuna imbricata</i> Baker
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཤིང་སྡོང་རྒྱང་ལ་ཕྱ་བ་ཡིན། །འབྲས་སུ་ནག་ཕྱ་མཁལ་མའི་ དབྱིབས།།
བོད་སྐད།	འབྲུ་ལྷ།
ཕན་པ།	ཟླ་གོར་ཞེ་ཤ་མཆེར་ཚད་སེལ།།



གཟེ་མ།



གསོ་རིག་མིང་།	གཟེ་མ།
ཚན་རིག་མིང་།	<i>Tribulus terrestris</i> Linn.
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ལོ་མ་སྐྱོན་མའི་ལོ་མ་འདྲ་བ་མེ་ཉོག་དཀར་ལ་འབྲས་བུ་གཟེ་ཚོར་ ར་མགོའི་དབྱིབས་དང་འདྲ།
བེད་སྤྱོད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	གཟེ་མས་གཅིན་སྲི་གྲུམ་བུ་མཁལ་ནད་སེལ།།

ཅན་དན་དཀར་པོ།



གསེབ་རིག་མིང།	ཅན་དན་དཀར་པོ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Santalum album</i> Linn
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཤིང་སྡོང་ཆེ་ལ་ལོ་མ་སྡོ་ཞིང། མེ་ཏོག་སྐྱུག་པོ་འབྲས་བུ་རྒྱུང་བ།
བོད་སྐད།	ཡལ་ག་དང་སྡོང་པོ།
ཕན་པ།	སློ་སྡིང་འབྲུགས་ཚད་སེལ།།

ཅམ་པ་ཀ།



གསོ་རིག་མིང།	ཅམ་པ་ཀ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Oroxylum indicum</i> (L.)
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྤོང་པོ་ཆེ་རྒྱུང་འབྲིང་ཅམ་ལོ་མ་ལྗང་ནག་མཐུག་ལ་མེ་ཏྲོག་དམར་སྐྱ་སྐྱེ་ཡོད།
བོད་སྐད།	མེ་ཏྲོག།
ཕན་པ།	ཚད་པ་འཛོམས་པར་བྱེད།།

ཚི་ཏུ་ཀ།



གསལ་རིག་མིང་།	ཚི་ཏུ་ཀ།
ཚན་རིག་མིང་།	<i>Capsicum</i> Sp.
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྒོང་པོ་སྒོ་ལྷང་། ལོ་མ་ལྷང་ཞིང་མེ་ཉླ་དཀར་པོ་འདབ་མ་ལྷ་ དང་ལྷན་མ་པ།
བེད་སྤྱོད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	ཚི་ཏུ་ཀ་སྒོ་བས་མེ་འདྲ་མེ་རྩོད་སྦྱིད།།

བཙཱ་



གསོ་རིག་མིང།	བཙཱ་
ཚན་རིག་མིང།	<i>Rubia manjith</i> Roxb.ex Fleming
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྤྱང་པོ་ཕྱ་ལ་གྲུ་བཞི་ཁོང་སྤྱང་ཚྭ་མང་བ། ལོ་མ་རྒྱུང་ཞིང་མེ་ རྟོག་སེར་སྐྱ་འམ་རྒྱུང་བ།
བཤུ་སྤྱོད།	ལོ་སྤྱོད།
ཕན་པ།	ལྷག་གི་ནད་དང་འགྲུམ་ཚད་སེལ།།

ཡུང་བ།



གསོ་རིག་མིང།	ཡུང་བ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Curcuma longa</i> Linn.
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ལོ་མ་སྒོག་སྐྱའི་ལོ་མ་འབྲ། །ཚ་བ་ཕྱི་བྱུན་སྐྱ་དམར་འབྲ། །ནང་ནི་ དམར་སེར་མདངས་དང་ལྡན།།
བེད་སྤྱོད།	ཚ་བ།
ཕན་པ།	ཡུང་བས་དུག་སེལ་རུལ་གཙོད་གཉན་ནད་འཛོམས།།

རག་ཤ།



གསོ་རིག་མིང།	རག་ཤ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Elaeocarpus</i> Sp
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྤྱང་པོ་ཆེ་ལ་ལོ་མ་སྤྱོམ། །མེ་ཏྲོག་དཀར་པོ་འབྲས་བུ་ཅན། །གཏུག་པ་ཅན་གྱི་ཤིང་ཡིན་ནོ།
བོད་སྐད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	རག་ཤས་གདོན་འཛོམས་དུག་བརྟག་འགྲོན་འབྱེད་བྱེད།།

སྤྲེལ་ཉེས།



གསལ་རིག་མིང་།	སྤྲེལ་ཉེས།
ཚན་རིག་མིང་།	<i>Tinospora cordifolia</i> (Willdenow) Hook.f. & Thomson
ངོ་བོའི་བཤམ་པ།	སྤྲོང་པོ་བྲ་མའི་སྤྲོང་པོ་འདྲ། །ལོ་མ་སྤྲོར་རྒྱུང་ཤིན་ཏུ་སྤྲུམ། །མེ་རྩོག་དཀར་ལ་རབ་ཏུ་མཛེས། །
བེད་སྤྱོད།	ཡལ་ག་དང་སྤྲོང་པོ།
ཕན་པ།	སྤྲེལ་ཉེས་ཀན་དཀ་རི་རྒྱུང་ཚད་སེལ།

ཤོག་ཤིང་ཨར་ནག



གསོ་རིག་མིང།	ཤོག་ཤིང་ཨར་ནག
ཚན་རིག་མིང།	<i>Daphne genkwa</i> D.Don
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཨར་ནག་འབྲོང་གི་རྩ་ཚལ་འདྲ་བ། སྒོང་པོ་རྒྱུང་ལ་པགས་པ་ མཐུག་ཤིང་ལོ་མ་ལྗང་ལ་སྐྱུ་མ་པ་ཡིན།
བེད་སྤྱོད།	ཚོ་བ།
ཕན་པ།	སྒོག་ཅུ་ནད་དང་སྤྱིང་ལ་ཚ་རྒྱུང་ཞུགས་པ་ལ་ཕན།

ཤིང་ཚ།



གསོ་རིག་མིང།	ཤིང་ཚ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Cinnamomum impressinervium</i> Meisner
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྤོང་པོ་འབྲེགས་ལ་ལོ་མ་ཚུང་། །ཕྱུན་པ་མཐུག་སྐབ་ནུམ་པ་གཉིས། །
བོད་སྐད།	པགས་ཀོ།
ཕན་པ།	ཤིང་ཚ་ཕོ་བའི་གྲང་རླང་སེལ་བར་བྱེད།།

བྱ་དག་དཀར་པོ།



གསོ་རིག་མིང།	བྱ་དག་དཀར་པོ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Typha elephantina</i> Roxb
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ལོ་མ་འབྲས་ཀྱི་ལྗང་བ་འདྲ། །ཅ་བ་ཚུད་ག་ཉེར་མ་ཅན། །
བེད་སྟོན།	ཅ་བ།
ཕན་པ།	བྱ་དག་མ་ལུ་རྩོད་སྦྱེད་གསལ་སྟོན་གསལ། །



ཕྱ་དག་ནག་པོ།



གསོ་རིག་མིང།	ཕྱ་དག་ནག་པོ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Acorus calamus</i> L.
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཅ་བའི་སྐྱོམ་ལ་ཕྱ་བ་ལོ་མ་སྐྱོ་ལྡང་རལ་གྱི་གི་དབྱིབས་འདྲ་བ་ དྲིམ་དུགས་དྲག་སྐྱེ་ཡོད།
བོད་སྐྱོད།	ཅ་བ།
ཕན་པ།	ཕྱ་དག་མ་ཞུ་དོད་སྐྱེད་གསལ་ལོག་སེལ། །

ཤེལ་ཏ།



གསོ་རིག་མིང།	ཤེལ་ཏ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Pinus Roxburghii</i>
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཤིན་ཏུ་དྲངས་པ་ཤེལ་ཏེ་འབྲུ་བ་སེར་ཉམས་ཅན། ཇི་ཞིམ་པ་མེར་བསྐྱེག་ན་ཏུ་བ་ལམ་སེར་སྐྱུལ་བ།
བཤམ་སྤྱོད།	ཚོ་བའམ་ཐང་ཚུ།
ཕན་པ།	ཤེལ་ཏ་ལྷ་རུས་ཚུ་སེར་བཙོན་ཏུ་འཛིན། །

སྲུག་སྒྲེལ།



གསོ་རིག་མིང།	སྲུག་སྒྲེལ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Elettaria cardamomum</i> Malton
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ལོ་མ་རལ་གྱི་ལྷར་རིང་ཞིང་མེ་ཉླག་དཀར་པོ་འབྲས་བུ་ནག་བཞད་ ཤིག་སློ་འདྲ་བ་ལེ་ཤུ་ཡོད་པ་ཨིན།
བེད་སྤྱོད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	སྲུག་སྒྲེལ་མཁལ་ནད་གང་བ་མ་ལུས་སེལ། །



སེ་བའི་མེ་རྟོག་



གསེང་རིག་མིང་།	སེ་བའི་མེ་རྟོག་
ཚན་རིག་མིང་།	<i>Rosa sericea</i> Lindley
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཤིང་སྒྲིང་རྒྱུང་ཞིང་ཚེར་མ་ཅན་ལོ་མ་ནི་ལྡང་སེར་དང་མེ་རྟོག་ དཀར་པོ་ནང་ཟྱུ་འབྲུ་སེར་པོ་སྟེ་ཤར་མ་ཡིན།
བེད་སྟོན།	མེ་རྟོག། འབྲས་སྟེ།
ཕན་པ།	སེ་བའི་མེ་རྟོག་མཁྲིས་སེལ་རྒྱུང་ཁ་གཏོག་།

སེ་འབྲུ།



གསོ་རིག་མིང།	སེ་འབྲུ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Punica granatum Linn</i>
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྤོང་པོ་དམར་སྐྱུ་ཡལ་ག་དང་ཡལ་ཕན་གྲེས་སྟེ་ཚེར་མ་ཁབ་ བརླུ་ཚོ་བ་དང་ལོ་མ་ལྷང་སེར་འཇམ་པ་སྟེ་སྐྱེས་ཡིན།
བཅུ་སྟོན།	ནང་གི་འབྲུ།
ཕན་པ།	སེ་འབྲུ་པོ་བའི་ནད་རྒྱུ་མ་མ་ལུས་སེལ། །མེ་རྩོད་སྐྱེད་ཅིང་བད་ ཀའི་ཁྲ་ནད་འཛོམས། །



སང་ལྗེད།



གསོ་རིག་མིང།	སང་ལྗེད།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Morus mucroura</i> Miquel
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཤིང་སྣང་ཆེ་བ་ཡལ་ག་དང་ཡལ་ཕྱན་གྱེས་ཏེ་ཕགས་པའི་མདོག་ དཀར་ལ་སྐབ་པ་ བང་ན་ལུ་ཁ་དོག་སེར་ཤམ་ཆེ་བ་སྡེ་ཡོད།
བེད་སྡོད།	ཡལ་ག། སྣང་པོ།
ཕན་པ།	སང་ལྗེད་ལྷག་དང་ཚུ་སེར་སྐྱེས་པར་བྱེད།།

སོ་མ་རྩ་ཇ།



གསོ་རིག་མིང།	སོ་མ་རྩ་ཇ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Abelmoschus manihot</i> (L.) Medikus
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྒོང་པོ་ཕྱ་ལ་ལོ་མ་རྩུང་བ་མེ་ཉླག་ཐང་ཕྱོམ་པ་དང་འབྲམ་སྡེ་ཡོད།
བེད་སྤྱོད།	ནང་གི་འབྲུ་གྲ།
ཕན་པ།	སོ་མ་ར་ཇས་པགས་ནད་རྩུ་སེར་སེལ།།

གསེར་གྱི་ཕུད་བྲུ།



གསོ་རིག་མིང།	གསེར་གྱི་ཕུད་བྲུ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Luffa aegyptiaca</i> Miller
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྤོང་པོ་ཕྱ་ལ་རིང་བ་ ལོ་མ་ལྷུང་སེར་ཅན་ མེ་ཉོག་སེར་ལ་འབྲས་ བྲུ་ནག་ལ་སྐྱུ་པ་སྡེ་ཡོད།
བོད་སྐད།	འབྲས་བྲུ།
ཕན་པ།	གསེར་གྱི་ཕུད་བྲུས་མཁྲིས་པ་གྲེན་དུ་འདྲེན།།



བསེ་ཡབ།



གསོ་རིག་མིང།	བསེ་ཡབ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Choenomeles lagenaria</i> (Loiseleur) Koidzumi
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ལོ་མ་ལྗང་ལུ་མེ་ཉོག་དཀར་ལ་དམར་བ་འབྲས་བུ་ལྗང་ནག་སྡེ་ ཡོད།
བེད་སྦྱོང།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	སེ་ཡབ་བད་ཀན་ཚ་བ་སེལ་བར་བྱེད། །

ཨ་ག་རུ།



གསོ་རིག་མིང།	ཨ་ག་རུ།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Aquillaria malaccensis</i> Lamarc
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཨ་ག་རུ་ནི་ཕྱི་པགས་ནག་ཤམ་ཆེ་བ། ཤིང་སྤོང་ཆེ་ལ་ལོ་འདབ་ རྒྱབ་བ་ཡོད།
བོད་སྐད།	སྤོང་པོ།
ཕན་པ།	ཨ་ག་རུ་ཡིས་སྤྲིང་སློབ་ཚྭ་བ་སེལ།།

ཨ་གར་གོ་སྟོང་།



གསོ་རིག་མིང་།	ཨ་གར་གོ་སྟོང་།
ཚན་རིག་མིང་།	<i>Cinnamomum granduliferum</i> (Wall.) Meisner
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	སྒོང་པོ་ཆེ་རྒྱུང་འབྲིང་ཙམ་མེ་ཏྲོག་སེར་པོ་རྒྱུང་སྲུ་ དབྱིབས་དྲིལ་བྱ་ འདྲམ་སྟེ་ལོ་མ་གི་མཚམས་ལས་ཤར་ཏེ་ཡོད།
བོད་སྟོང་།	སྒོང་པོ།
ཕན་པ།	ཨ་གར་དམར་པོས་རྒྱུང་ཚད་འཛོམས།

ཨ་གྲོང་།



གསོ་རིག་མིང།	ཨ་གྲོང་།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Buddleja</i> sp
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཨ་གྲོང་ནི་ལོ་མ་ལྡུང་དཀར་དབྱིབས་འཛོང་སྒོར་མཐའ་ཅུང་མི་ སྟོམས་ལ་ མེ་ཏོག་སྲོ་དམར་རྒྱུ་བ་ཅན་ལི་ཤིའི་དབྱིབས་འདྲ་ བ་སྤྲེའཆར་ཏེ་ཡོད།
བེད་སྤྱོད།	ལོ་སྤྱོད་མེ་འབྲས་ཡོངས་རྫོགས།
ཕན་པ།	སློའི་ཚད་པ་སེལ་བར་བྱེད།།

ཨ་རུ་ར།



གསོ་རིག་མིང།	ཨ་རུ་ར།
ཚན་རིག་མིང།	<i>Terminalia chebula Retzius</i>
ངོ་བོའི་བཤད་པ།	ཤིང་སྣང་ཆེ་ལ་ལོ་མ་ལྡང་གུ་མཐུག་པ། མེ་ཉོག་སེར་པོ་ཤར་བ་སྡེ་ཡོད།
བོད་སྐད།	འབྲས་བུ།
ཕན་པ།	རླུང་མཁྲིས་བད་ཀན་ལས་གྱུར་ནད་ཀུན་འཛོམས།།



