



ཨ། བོད་ཀྱི་གསེང་རིག་སྒྲུབ་ཆེན།  
TIBETAN TRADITIONAL HERBAL CENTRE

# A Brief Introduction to Virulent Infectious Disease (*Nyen-rim*) in the Tibetan Medical Canon: Etiology, Diagnosis and Treatment

ཨ། བོད་ཀྱི་གསེང་རིག་པའི་གཞུང་ལས་བསྟན་པའི་གཏན་རིམ་  
ཐུ་ཐུན་ཏུགས་བཅས་སྒྲུབ་མཛད་ཅམ་སྒྲུབ་བ།

སྒྲུབ་རམས་པ་མཁྱེན་རབ་ཐུ་མཚོ།

Dr. Khenrab Gyamtso (Menrampa Degree)

Tibetan Traditional Herbal Centre, Toronto • Canada

*(Former Senior Lecturer and Vice Principal of Men-Tsee-Khang Tibetan Medical and Astro-science College, Dharamsala • India)*

Webinar Dialogue Series: Encountering COVID-19: Perspectives from Tibetan Medicine

Part I: Multidimensional Perspectives: Understanding COVID-19 in Tibetan medicine

Translation by Dr. Tawni Tidwell, Center for Healthy Minds, Madison, WI

Sponsored by Kunde Institute • Global Health Research Foundation • American Tibetan Medical Association

[www.facebook.com/kundewellness](http://www.facebook.com/kundewellness)

# I. Is it suitable to identify COVID-19 as a type of *nyen-rim*?

(*nyen-rim* = classical virulent infectious disease category)

In 8<sup>th</sup> century CE, Tibetan physician Yutok Yönten Gönpö composed the canonical Tibetan medical text known as the *Four Medical Treatises* (*Gyüzhî*).

In this text, among the 1,002 illness categories enumerated, since it has all the characteristics, one can consider epidemic infectious disease as a type of "*nyen-rim*."

Based on etiology, inciting conditions, modes of entrance, and affected body regions described in *nyen-rim* section of *Four Medical Treatises*, general and specific particularities of these conditions delineate into 4 chapters dedicated solely to infectious disease (*rim*) and 18 chapters of virulent infectious disease (*nyen-rim*)—a total of 22 chapters.

A few *rim* conditions, though occur only very rarely, because they have no specific treatment, have the capacity to ruthlessly eliminate a quarter of living beings on earth.

Based on modes of transmission, symptomology, and resultant fatalities of the currently spreading virus causing COVID-19, this would qualify as one of these few ruthless *rim*.



དང་པོ། རྟོག་དབྱེབས་འགོས་ནད་ནི་གཉན་རིམས་ལ་ངོས་འཛིན་བྱས་ཆོག་གམ།

དེང་སྐབས་འཛམ་གླིང་དུ་འགོས་བྱུང་འགོ་བཤིན་པའི་རྟོག་དབྱེབས་འགོས་ནད་འདིའི་བྱུང་རྒྱུ་དང་ན་ལུགས། འབྲས་བུ་སྟོག་གཅོད་རྒྱུ་སོགས་ལ་གཞིགས་ན། དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་ནད་བོད་ཀྱི་སྤྲན་པ་རྗེ་གཡུ་ཐོག་པས་མཛད་པའི་སྤྲན་གཞུང་དཔལ་ལྷན་རྒྱུད་བཤིན་ནད་དུ་ནད་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་སྟོང་དང་ཅ་གཉིས་བསྟན་པའི་ནད་གཞི་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གི་མིང་སྟེ། གཉན་རིམས་ཀྱི་བྱུང་རྒྱུ་ཆོས་ཚང་བའི་ནད་ཡམས་ཤིག་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཆོག་པར་སྟེ། རྒྱུད་བཤིན་ནད་གཉན་རིམས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་འཇུག་སའམ་བབས་གནས་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་གཉན་རིམས་སྤྱི་ཆེངས་དང་བྱེ་བྲག་གི་བྱུང་པར་བྱེ་བྲག་རིམས་རྒྱུ་ལེན་བཤི་དང་། གཉན་རིམས་བཅོ་བརྒྱད་བཅས་ཁྱོད་ལེན་ཉེར་གཉིས་ཀྱི་སྤྲན་པ་བསྟན་ཡོད། འདི་འདྲའི་རིམས་ནད་ཁག་ནི་དུས་རྒྱུ་འབྱུང་དགོན་ཀྱང་བྱུང་ཐེངས་རེར་སྤྲན་བཅོས་ཀྱི་གསོ་ཐབས་མེད་ཆོ་འཛམ་གླིང་གི་སྤྱི་འགོའི་བཤི་ཆ་སྟོང་བའི་གདུག་ཅན་ཀྱི་ནད་ཅིག་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་གནད་ཡོད།

## II. Causal factors and inciting conditions for epidemic infectious disease (*né-yam*) in Tibetan medicine

One can describe these via two critical dimensions:

1. Resultant from poor behaviors contrary to Buddhist philosophical view and realization
2. Dietary and lifestyle behaviors contrary to the conditions of the time and seasons



གཉིས་པ། བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ལས་ནང་ཡམས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་ལྟ་བ།

འདི་ལ་དོན་གནད་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ནས་བརྗོད་ཆོག་པ་སྟེ།

- དང་པོ། རང་པའི་ལྟ་བུ་དང་འགལ་བའི་ངན་སྦྱོང་སྤེལ་འབྲས་ལ་ལྟ་བ།
- གཉིས་པ། རམ་དུས་ཀྱི་དོན་རྒྱུན་དང་ཟས་སྦྱོང་བསྟེན་ཚུལ་ལོག་པའོ།

## II. Causal factors and inciting conditions for epidemic infectious disease (*né-yam*) in Tibetan medicine

### 1. Results of poor behavior contrary to Buddhist philosophical view and realization

From the *Gyüzhi*:

“The causes and conditions that originated the disease called *rim* occurred at the beginning of the final cycle of the ten five-hundred year cycles, whereby the desires of humankind led to much transgressive behavior; rampant murders of one’s own vajra siblings spread amongst *ngakpa* communities; monastics engaged in bitter quarrels within their sangha; extremists committing harm to others; and groups taking vows to war and slaughter many. At that time, the *mamos* and [wrathful and deceptive] *dakinis* were enraged and the breath of disease manifested immense variegated clouds and gave rise to epidemic infectious disease, dysenteric conditions, pulmonary infections, contagious ulcerative illnesses, smallpox and other pustule-forming diseases.”

From the *Oral Instructions Supplement*:

“The causes [ultimately] arise from the three [mental] poisons [and are specifically] the intensely afflictive environmental influences (*dön*)—the eight classes of beings and others [that inflict suffering of mental and environmental origin].” Also, “Ill-directed, unwholesome and inappropriate behaviors have angered the hearts of our protectors and caused even deities to become demons.”

གཉིས་པ། བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ལས་ནད་ཡམས་ཀྱི་  
རྒྱ་རྒྱུ་ལ་ལྟ་བུ།

དང་པོ། རྣམ་པའི་ལྷ་སྐྱབ་དང་འགལ་བའི་ངན་སྦྱོང་སྤེལ་འབྲས་ལ་ལྟ་བུ།

རྒྱུད་བཞི་ལས། ལྷ་བརྒྱ་དུས་ཀྱི་ཐ་མར་གྱུར་ཅ་ན། མི་རྣམས་འདོད་པའི་  
དབང་གིས་ལོག་པར་སྦྱོང། ལྷགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྩོུ་རྩོུ་ནང་དམེ་  
དར། དགོ་འདུན་བཙུན་པ་རྣམས་ནི་སྤེལ་འབྲས་ཤིང། ལྷ་སྤྲུགས་  
བན་བོན་རྣམས་ནི་ཐོར་ཁ་འཕེན། རྒྱུ་བོ་རྣམས་ནི་མནའ་འཐབ་  
ཤན་དམར་ཤིང། དེ་དུས་མ་མོ་མཁའ་འགོ་ཀུན་འབྲུགས་ཏེ། རྣམ་  
ཀྱི་ཁ་རྒྱུངས་སྤྱོད་དུ་ཆགས་པ་ལས། བལ་ནད་རྒྱ་གཟེར་གཤམ་སྤྲུག་  
འབྱུང་སྤྲུག་འབྱུང་། ཞེས་གསུངས།

ལྷན་ཐབས་ལས། དེ་ལ་རྒྱ་ནི་དུག་གསུམ་ལས་སྦྱེད་པའི། རྩེ་བརྒྱད་ལ་  
སྤྲུགས་དུག་པའི་གདོན་ཡིན་ཏེ། ཞེས་དང་། མ་རུང་མི་དགོ་སྦྱོང་  
ངན་སྦྱོང་ཆོགས་ཀྱིས། སྤྱང་མའི་ཐུགས་སྤོས་ལྷ་ཡང་བདུད་དུ་བབས།  
ཞེས་སྤྲུགས་གསུངས་ཡོད།



## II. Causal factors and inciting conditions for epidemic infectious disease (*né-yam*) in Tibetan medicine

### 2. Dietary and lifestyle behaviors contrary to the conditions of the time and seasons

#### From the *Gyüzhi*:

"Other causes also comprise changes in the seasons that are in excess, deficiency or adversity to the norm; exhaustion due to excess physical exertion; contagious transmission of illness; contact with toxins and poisons; extreme rage and fear; severe mental distress; and excess attachment and greed. It also includes consumption of unsuitable or contaminated foods that cause infectious disease (*rim*)."

#### From the *Gyüzhi*:

"The *mamo* and wrathful dakinis strike down with epidemics of vicious disease. Ill-intended extremists create compounded chemicals and substances. At this time, it is critical to protect oneself and others."

གཉིས་པ། བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ལས་ནད་ཡམས་ཀྱི་  
རྒྱ་རྒྱུན་ལ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ། རྣམ་དུས་ཀྱི་དོན་རྒྱུན་དང་ཟས་སྦྱང་བསྟེན་ཚུལ་ལྟ་བུ།

རྒྱུད་བཞི་ལས། གཞན་ཡང་དུས་བཞིའི་འབྱུང་བ་དམན་སྟག་  
ལྟ་བུ། དྲག་གྲུལ་དྲི་དུགས་སྒོ་འཇིགས་མུ་ངན་འདོད། །ཁ་  
ཟས་མ་སྟོམས་པ་ཡིས་རིམས་སུ་འགྱུར། ། ཞིས་གསུངས།

རྒྱུད་བཞི་ལས། མ་མོ་མཁའ་འགྲོས་ནད་ངན་ཡམས་སུ་  
འབབས། །མུ་སྟེགས་གདུག་པས་རྩ་ཀྱི་སྦྱར་བ་བྱེད། །དེ་  
དུས་བདག་གཞན་སྦྱང་བ་ཤིན་ཏུ་གཅིས། །ཞིས་  
གསུངས་སོ།



### III. Modes of infection for epidemic disease (*né-yam*) in Tibetan medicine

---

གསུམ་པ། བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ལས་ནད་ཡམས་འཕྱག་ཚུལ་ལ་ལྟ་བ།





### III. Modes of infection for epidemic disease (*né-yam*) in Tibetan medicine

From the Oral Instructions Treatise, Chap 23 on infectious diseases (*rim né*): (*Gyüzhi*):

“The causes and conditions [of *rim né*] provoke *tripa*’s metabolic fire, inciting heat to pervade the body, activate perspiration [and vital pathways such as lymph, blood and interstitial spaces], and sequentially provoking *béken*, *tripa* and *lüng* [organs, fluid, pathway systems].

“By sequentially entering the body’s six modes of entry—[superficial layers, penetrating muscle tissue, circulating through vessels, penetrating vital organs, descending into vessel organs, invading bone], or from contacting contaminant infects, it epidemically transmits.

“For this reason, it is called “*rim*”—named for its sequential transmission.

From the *Blue Baidurya*:

“[Out of the major] entry orifices for disease—eyes, ears, nose, mouth, urethra and anus—it is said that the universal and most predominant is merely the entrance through the nose. Whether it is the actual diseased contaminant or an area in which the disease is present, aerosolized particles, air currents and so forth can cause infection by contact with the contaminant and then sequentially further the contagious transmission.

གསུམ་པ། བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ལས་ནད་ཡམས་  
འབྱུག་ཚུལ་ལ་ལྟ་བུ།

མན་རྒྱུད་ལེན་ཉེར་གསུམ་ལས།

རྒྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིས་མཐིས་པའི་མེ་དྲོད་བསྐྱངས། རྩལ་ལ་  
བབས་ནས་བད་ཀན་མཐིས་པ་རྒྱུད་། །

འབྱུག་སྒོ་དྲུག་དུ་རིམ་པས་འབྱུག་པའམ། གྲིས་ཕྱོག་  
ཡམས་སུ་རིམས་གྱིས་འགོས་པའི་ཕྱིར། །

རིམས་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱ་མཚན་མིང་དུ་བཏགས། ཞེས་  
གསུངས།

བེ་ཐྱོན་ལས། མིག་ན་བ་སྒྲ་ཁ་རྒྱ་སོ་བཤང་ལམ་སྟེ་སྟེ་དང་།  
ཕལ་ཆེར་སྒྲ་ཁོ་ན་ནས་འབྱུག་ཅེས་དང་། ནད་དེའི་དྲི་  
མ་དངོས་དང་ནད་ཡོད་ས་ནས་དུ་བ་རྒྱུད་སོགས་དྲིས་  
ཕྱོག་ནས་རིམ་གྱིས་འགོས་ཚུལ་གསུངས་ཡོད།



## IV. Characteristics of virulent illnesses (*nyen* illnesses)

---

བཞི་པ། གཉན་ནད་ཀྱི་བྱད་ཆོས་ལ་ལྟ་བ།





#### IV. Characteristics of virulent illnesses (nyen illnesses)

1. Nature of the condition: *nyen* influence, heat influence and wind influence
2. Difficult to diagnosis (esp. by traditional means such as observation, palpation and inquiry)
3. If not treated in time, quickly endangers life
4. Due to rate of rapid transmission vis-à-vis individual's bodily fluids and waste products, capacity to eliminate a quarter of living beings on earth through suffering caused by the illness
5. Although similar to other contagious illnesses, since it has no specific treatment, it destroys life
6. The result of past actions bears the fruit of illness

བཞི་པ། གཏན་ནད་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ལ་ལྟ་བ།

༡ རད་ཀྱི་ངོ་བོ་གཏན་ཚད་རྒྱང་གསུམ།

༢ ལྟ་རེག་ངྲི་གསུམ་གྱིས་ནད་ངོ་ངོས་བབྱང་དཀའ་བ།

༣ བཅོས་ལོང་མེད་པར་འབྲལ་དུ་སློག་ལ་སྒྲིལ་བ།

༤ རད་ངྲི་ཅམ་གྱིས་འགོས་ཚད་ཟུར་པས་འཇམ་སྒྲིང་  
བཞི་ཆ་སྟོང་བའི་ནག་དུག་ཆེ་བ།

༥ རིམས་ནད་སྤྱི་དང་འདྲ་ཡང་སྒོས་བཅོས་མེད་ཆེ་ཆེ་  
སློག་བཅོམ་བ།

༦ རྣམ་སྒྲིན་འབྲས་བུ་ནད་དུ་སྒྲིན་པ་བཅས་སོ།།



## V. The nature of virulent pathogens (*nyen sin*)

---

ལྷ་པ། གཉན་སྤོན་གྱི་རང་བཞིན་བརྗོད་པ།



## V. The nature of virulent pathogens (*nyen srin*)

ལྷ་པ། གཉན་སྤྱོད་གྱི་རང་བཞིན་བཟོད་པ།

### Terminology

མིང་།

- *Tré tré ho*, or *barbata*
- ཏྲེ་ཏྲེ་རྟོའམ་བཅ་ཏ་ཞེས་བཟོད་པ།

### Form & structure

གཟུགས་དབྱིབས།

- Lizard head-shaped; or like a gaping snake mouth  
ཟུངས་པའི་མགོ་དབྱིབས་འདྲ་བ། ལ་ཆེ་བ་སྐྱལ་ཏྲ་བུ
- Comet tail- or centipede-like; or in blood, round appendage-less forms  
མུག་རིང་ཏྲ་སྒ་འདྲ་བ། བྲག་ནང་རྒྱང་མེད་རྒྱུ་གཟུགས་ཅན་བཅས་སོ།

### Size & capacity

ཆེ་ཆུང་དང་རྒྱ་ཤུགས།

- Unperceivable to the naked eye  
སྐྱོ་བོ་ཕལ་བའི་མིག་གིས་ཏྲ་མི་མཛོན་པ།
- Mobilized by air currents, transmit in any direction; capacity to enter through skin pores, nostrils and other body orifices  
རྒྱང་གཤོག་ལྷན་པས་ཕྱོགས་ཀུན་རྒྱ་སྤེ་བར་སྒྲུང་ཁམས་ནས་བ་སྐྱེ་སྒྲུ་མོར་འཕྱག་རུས་པ།



## VI. Virulent infectious disease enumeration (nyen-rim types)

---

བྱུག་པ། གཉན་རིམས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ལ་སྟུ་བ།



## VI. Virulent infectious disease enumeration (*nyen-rim* types)

དུག་པ། གཉན་རིམས་ཀྱི་ནམ་གངས་ལ་ལྟ་བ།

Affected region ལྷུས་ལ་བབས་གནས།	Condition name ནད་མིང་།	Affected region ལྷུས་ལ་བབས་གནས།	Condition name ནད་མིང་།
Brain སྐད་པ།	Viral encephalitis སྐད་གཟེར།	Calf muscle ལྷ་གནད།	Viral myositis ལྷ་ལྷག
Throat གྲེ་བ།	Pharyngitis, laryngitis གག་པ།	Muscle tissue ཤ།	Ulcerated sores ལྷོག་པ
Upper body རོ་སྟོད།	Upper respiratory inflammation གཟེར་ཐུང་།	Muscle, bone, vessels, interstices ཤ་རུས་རྩ་བེམ་འདྲུལ།	Viral-driven cancer & neoplasms གཉན་འབྲས།
Stomach སྤོ་བ།	Viral gastroenteritis གཉན་སྐང་།	Medulla oblongata རྩུངས་པ།	Viral meningitis/ encephalitis འཛུམ་བུ་ལྷག་དགྱེ།
Small intestine རྩུ་མ།	Dysentery & severe diarrheal conditions རྩུ་གཟེར།	Gallbladder (and liver) རྩོད་མཁྲིས།	Viral biliary tract & duct infections, hepatitis; tre-tre-ho, etc རྩུ་རྩུག་རིམས་སྦྱོར་ཏི་ཏི་ཏོ། རྩུ་ ནག་མིག་སེར། རྩག་པོ་སུམ་འབྲིམ།
Skin ལྷགས་པ།	Méwel (ulcerative skin conditions) མེ་དཔལ།		
Bone joints རུས་ཚྭ་སྤ།	Lymphadenitis རྩེན་བྲ།	Central nervous system, vital & vessel organs སྤོག་རྩ་དོན་སྟོད།	Internal ulcerative conditions རྩང་སྟོག་སྤོགས་སོ།

## VII. Prevention of virulent infectious disease (nyen-rim disease prevention)

---

བདུན་པ། གཉན་རིམས་ཀྱི་སྒྲོན་འགོག་ལ་ལྟ་བ།



## VII. Prevention of virulent infectious disease (*nyen-rim*)

### 1. External Protection

From the *Gyüzhi*:

“Specific to protection from infectious disease (*rim*), there are general and specific methods. General method include rituals and substances.”

From the *Oral Instructions Supplement*:

“Mantras in diagrams (Skt. *yantra*) (i.e., talismans and amulets) are advised for external protection; and diet and behavioral conduct are important for internal protection.”

From the *Gyüzhi*:

“Without protection, infectious disease (*rim*) recklessly develops as if raising its sword wearing the bare face of war.”

བདུན་པ། གཉན་རིམས་ཀྱི་སྒྲོན་འགོག་ལ་སྟོབས་

ཀྱི་སྒྲོན་སྒྲུང་ཐབས།

རྒྱུད་བཞི་ལས། རྒྱུད་པར་རིམས་སྒྲུང་སྒྲི་དང་བྱེ་བྲག་  
གཉིས། སྒྲི་རྩ་སྒྲུང་ཐབས་སྒྲགས་དང་རྩིས་གཉིས་  
ཏེ། ཞེས་དང་།

སྟོན་ཐབས་ལས། སྒྲི་ནས་སྒྲུང་ཐབས་སྒྲུང་འཁོར་  
དང་། རྩི་གི་སྒྲུང་ཐབས་སྒྲུ་བས་སྒྲིད་གལ་ཆེ་  
གདམས་ཡོད།

རྒྱུད་བཞི་ལས། རྒྱུད་བ་མི་སྟོན་རིམས་ནད་བག་མེད་  
འཆོས། དམག་གཞོང་གཅེར་བྱར་རལ་ཁ་བྱེད་  
དང་མཚུངས། ཞེས་གསུངས་སོ།





## VII. Prevention of virulent infectious disease (nyen-rim)

བདུན་པ། གཉན་རིམས་ཀྱི་སྒྲོན་འགོག་ལ་ལྟ་བ།

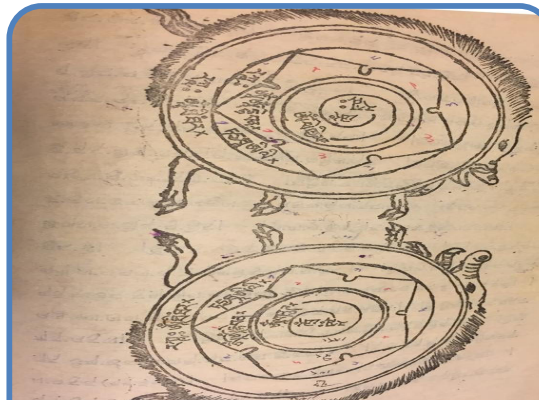
### A. Special protection measures for physicians, nurses and others

ཀ། རྩན་མོང་མེན་པའི་སྒྲོན་ནས་སྦྱན་པ་དང་། རྩན་ཞབས། གཞན་བཅས་སྤྱང་ཐབས།



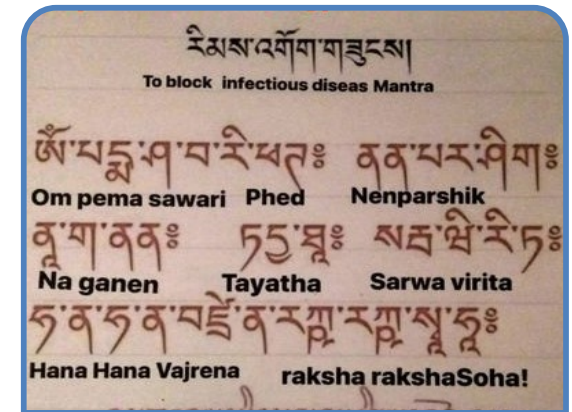
རྩན་སྤྱང་།

Protection substances



སྦྱན་སྤྱང་།

Protection mantra,  
rituals, and objects



གཟུངས་སྤྱང་།

Protection *dhāraṇī*  
("that which holds",  
methods of remembering  
dharma and virtue)



## VII. Prevention of virulent infectious disease

### B. Common dietary and behavioral measures for cultivating resistance

#### 1. Distance methods of resistance

During the section on inciting conditions that give rise to virulent infectious disease (*nyen-rim*), it is described that everyone should be vigilantly refrain from improper behavior of body, speech and mind; and must engage “methods of resting” [such as contemplative techniques and mind training].

#### 2. Close methods of resistance

**From the *Gyüzhi*:** “Protect the nostrils from aerosolized particulates, and body fluid pores from contact; protecting from both vapors and sun rays is critical.”

Similarly, “Aerosolized particles and vapors can infect the nose with the infection. Thus, protect the victorious pathways from all.

Likewise, “It is particularly important to protect from infection when hunger and depression manifest. The protection of a satisfied full stomach will embolden you with courage when the time comes.”

བདུན་པ། གཉན་རིམས་ཀྱི་སྒྲོན་འགོག་ལ་ལྟ་བ།

ཁ། ཐུན་མིང་ཟས་སྦྱང་གི་འགོག་ཐབས་ལ་ལྟ་བ།

༡། རིང་ནས་འགོག་ཐབས།

གཉན་རིམས་སྤོང་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་བསྟན་པའི་སྐབས་ལྟར་  
མི་རྣམས་ཀྱི་གྲུ་གྱིས་སྒོ་གསུམ་སྦྱང་པ་ལོག་པར་མི་བྱེད་  
ཅིང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་གནས་ཐབས་བྱེད་དགོས་པ་དེ་  
བསྟན་ཡོད།

༢། ཉེ་བའི་འགོག་ཐབས།

རྒྱ་བཞི་ལས། དུ་བ་ལྷ་སྒོ་རིག་པ་རྒྱ་སྒོ་བསྟང་། ཁྲངས་  
པ་ཉི་ཟེར་བསྟང་བ་གཉིས་ཀ་གཅིས། ཁེས་དང་།  
དེ་བཞིན། དུ་བ་ཁྲངས་པ་ནད་དྲི་ལྷ་ནས་འཕྱལ་དེ་  
ཕྱིར་ཀྱན་ལས་རྒྱལ་བའི་རྩ་སྒོ་བསྟང་། ཁེས་དང་།  
དེ་བཞིན། རྩོ་རྩོང་སེམས་ཁྱུ་དུས་སུ་ནད་དྲི་བསྟང་།  
ཁྲངས་རྩོམས་སྟང་བས་དཔའ་སྦྱེད་དེ་དུས་བཟ།  
ཁེས་གསུངས།



## VII. Prevention of virulent infectious disease (*nyen-rim*)

### 2. Internal Protection thru Diet and Medicine

As described in the *Gyüzhi*, if you take daily medicine formulations of a few ingredients, it will protect you well.

From the Oral Instructions Supplement, "From the Great Treatise, 'The Superior Mangjor pill is auspicious.'"

From the *Gyüzhi*, "For all *rim* conditions, take up fasting and hot water."

Taking *düdtsi*, *mendrub*, etc. protection and blessing pills, and integrating diets of balanced potency and nutritional content. Mindfully attending to methods caring for your mind and nourishing your wind system (neuroendocrine pathways) is critical.

བདུན་པ། གཏན་རིམས་ཀྱི་སྒྲོན་འགོག་ལ་ལྟ་བ།

སྒྲོན་པ་སྤྱད་ཁ་ཟས་དང་སྒྲོན་བརྒྱུད་ནས་སྤྱད་ཐབས།

རྒྱུད་ཀྱི་དགོངས་པ་ལྟར་ན་ཉུང་སྒྱུར་རིམ་བྱ་སྒྲོན་གས་  
ཉིན་ལྟར་བཏང་ན་ལེགས་པར་གསུངས་པ་དང་།  
དེ་བཞིན་སྒྲོན་ཐབས་ལས། གཞན་ཡང་རྒྱུད་ཆེན་  
མང་སྒྱུར་ཆེན་མོ་གིས། ཞེས་དང་། རྒྱུད་ལས།  
རིམས་ནད་ཀྱན་ལ་སྤྱད་དང་ཚུ་སྒྲོལ་བཞེན། ཞེས་  
བདུད་ཅི་སྒྲོན་སྒྱུབ་རིགས་དང་། བསེལ་དྲོད་དང་  
སྒྲོ་བརྒྱུད་སྒྲོམས་པའི་བཟའ་བཏང་། རྒྱུད་ཁམས་  
སྒྲོམས་ཐབས་ལ་དོ་ནན་གནང་དགོས་པ་སྒྲོགས་  
མང་།



## VIII. Diagnostic signs of virulent infectious disease (nyen-rim)

---

བརྒྱུད་པ། གཉན་རིམས་ཀྱི་སྤྱི་རྟགས་ལ་སྟུང་།



## VIII. Diagnostic signs of virulent infectious disease (nyen-rim)

### 1. General Signs

#### From the *Oral Instructions Supplement*:

"The first general symptom to occur is a few days before [the full manifestation], greater irritability and anger. When the urge to rage or cry arises, loose bowels and vomiting occurs; and any preexisting illnesses and conditions worsen and aggravate."

"General symptoms include coughing, sneezing, sore throat and hoarseness, raw nose and mouth, burning up with fever, obstructed respiratory pathways, and runny nose."

### 2. Specific Signs

The 18 chapters of virulent infectious diseases (nyen-rim) elucidate numerous specific signs and symptoms for each type and subclasses. These are not presented here so as to minimize complexity.

བརྒྱུད་པ། གཏུན་རིམས་ཀྱི་སྤྱི་རྟགས་ལ་ལྟ་བུ།

༡། སྤྱི་རྟགས།

ལྷན་ཐབས་ལས། རྒྱུ་དེ་འབྱུང་བའི་སྤྱི་རྟགས་དང་པོ་  
ནི། །ཞག་འགའི་གོང་ནས་ཆེག་པ་བ་བ་དང་། །ཁྲོ་  
དང་ཅུ་འདོད་སྐབས་སུ་འབྲུ་སྒྲུག་འབྱུང་། །རྒྱུ་  
གཞི་གང་ཡོད་སྟངས་འབབ་རེས་འགའ་གཟེར།  
།ཞེས་དང་། སྤྱི་རྟགས་ཀྱི་ལ་སྒོ་དང་སྤྱི་བ་  
འབྱུང་། །གྲོ་བ་མཚུལ་པ་ཆ་འགགས་སྒྲ་ཆུ་འཇག་  
།ཞེས་གསུངས།

༢། བྱེ་བྲག་གི་རྟགས།

གཏུན་རིམས་བཅོ་བརྒྱུད་ལེན་སོ་སོར་བསྟན་པ་འདིར་  
མང་བར་དོགས་ནས་བཀོད་མེད།



## IX. Diet and behavior related to virulent conditions (*nyen* illnesses)

---

དགུ་པ། གཉན་ནད་ཀྱི་ཟས་སྤྱོད་ལ་ལྟ་བ།





## IX. Diet and behavior related to virulent conditions (*nyen* illnesses)

### From the *Oral Instructions Supplement*:

“Like pernicious poison, abandon diets rich in whites (i.e., dairy—milk, yogurt and butter), reds (i.e., meats), sweets, sour.”

“In a remote, secluded, dark location where one can remain undistracted, lay out a clean mat of goat fur and recline on a cushion. Avoid vow violators, widows (or similar in mourning), haunts, and visitors. Physicians and nurses should wear wild boar tusks [around the neck]. Avoid carrying around objects and one’s belongings (excess exertion) and instruments that make sound. Exert yourself in accumulating merit (e.g., offering *tsok*), conducting ransoming rituals and similar ceremonial offerings. It said those activities will completely paralyze virulent conditions.”

དགུ་པ། གཏན་ནད་ཀྱི་ཟས་སྤྱོད་ལ་སྟ་བ།

སྟན་ཐབས་ལས།

ཁ་ཟས་དཀར་དམར་མངར་སྦྱར་དུག་འདྲ་སྤང་།  
ཁེས་དང་།

སྤྱོད་ལམ་གཡང་མེད་ཐུན་ནག་དབེན་པའི་སར།  
ར་ཕུར་གདན་བཏིང་བྱང་ལ་སྤུས་བསྟད་ཉལ།  
དམ་ཉམས་ཡུགས་ས་འདྲེ་ཅན་འགྲུལ་ལ་འཛེམ།  
ལྷ་རྩེ་ནད་གཡོག་པག་རྒྱུ་མཆེ་བ་བཏགས། ཀླ་  
ཅ་བྱེར་ལན་རོལ་མོའི་སྒྲ་སྒྲད་སྤང་། རྩོགས་  
གསོག་འཆེ་བསྒྱུ་ལ་སོགས་རིམ་གྱི་འབད། དེ་  
དག་གཏན་ནད་སྤྱི་ཡི་ཆེངས་སུ་བཤད། ཁེས་  
གསུངས།





## X. Treatment methods for virulent contagious disease (*nyen-rim* conditions)

---

བརྩུ་བ། གཉན་རིམས་ཀྱི་གསོ་ཐབས་ལ་ལྟ་བ།



## X. Treatment methods for virulent contagious disease (nyen-rim)

བརྩུ་བ། གཉན་རིམས་ཀྱི་གསོ་ཐབས་ལ་སྟུ་བ།

Number མང་།	Treatment method གསོ་ཐབས།	Types རྒྱུ་གྲངས།	Number མང་།	Treatment method གསོ་ཐབས།	Types རྒྱུ་གྲངས།
1 ༡	Mantra གཟུངས་ལྷགས།	20 ༢༠	5 ༥	Pill formulations རིལ་སྟུར།	16 ༡༦
2 ༢	Mantras in diagrams (Skt. yantra) སྒྱུང་ལའོར།	5 ༥	6 ༦	Powder formulations བྱུ་མ།	45 ༤༥
3 ༣	Protection formulations སྒྱུང་སྟུར།	8 ༨	7 ༧	Cleansing formulations སྟུང་སྒྲུབ།	10 ༡༠
4 ༤	Decoction formulations ཐང་སྟུར།	16 ༡༦	8 ༨	External ointments བྱུག་སྒྲུབ།	20 ༢༠

## XI. My perspective on the current epidemic

---

བརྩ་གཅིག་ད་ལྟོ་ནད་ཡམས་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲུ་ཚུལ།



## XI. Personal perspective on the current epidemic

1. COVID-19 appears to be a *Nyen-né Tö-zer* (classical category of severe upper respiratory viral infection)
2. First, take hot boiled water and hot medicinal decoctions to perspire and break the fever. (Although there is not a specific decoction, Manu 4 Tang, Norbu 7 Tang, Tsowo 8, Trul Tang and so forth are good; also Gurkhyung Chakdor, Bangtsey 12, Logyonma pill formulas and so forth.)
3. For the actual treatment phase, it is important to investigate the nature of the condition and the root etiology. For respiratory inflammation, Jukang 25, Tsowo 25, Solo 4 Tang, Bangkhyung, Lotsé Kunsel, Lukmur 7, Tsokhyung, and Gitsen – as best suitable to the time and progression.
4. For preventing relapse, as described in the Gyüzhi, “Finally, Gurgum 13, Déjé ché, Gabur 25, and so forth limit relapse. Dashel and Nyugu formulations are beyond perfect—they are auspicious.

བརྩ་གཅིག་ ད་ལྟོ་ནད་ཡམས་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲ་ཚུལ།

༡། ཏྲ་དབྱིབས་ནད་རིམས་ནི་གཉན་ནད་སྟོད་གཟེར་དང་ཆ་འདྲ།

༢། ཐོག་མར་ཚུ་སྒོལ་ཚད་ལྷན་དང་ཐང་གི་ཚད་པ་རྩལ་ལམ་འདོན་  
ཐབས་ཀྱི་ཚ་ཚད་གཅིག་བྱེད་དགོས། ༼ སྒོས་ཐང་མེད་ཀྱང་  
མ་རྩ་བཞི་ཐང་། རོར་བྱ་བདུན་ཐང་། གཙོ་བརྒྱད་འཕུལ་ཐང་  
སོགས་ཐང་སྟུར་ཁག་དང་། གུར་ཕུག་སྤང་ཅི་༡༢ ལོ་གྱོན་རིལ་  
སོགས་ཟབ ༽

༣། དངོས་གཞི་ནད་དོད་བྱད་རྒྱ་གལ་ཆེ་ཡང་སྟོ་ཚད་ལ་རྩ་གང་༢༥  
གཙོ་བོ་༢༥ སྟོ་ལོ་བཞི་ཐང་། སྤང་བྱང་། སྟོ་ཚད་ཀུན་སེལ། ལྷག་  
མུར་བདུན་པ། གཙོ་བྱང་། རྟི་ཅན་སོགས་སྐབས་འོས་གང་  
ལགས་བཏང་ཆོག་སྟེ།

༤། རྗེས་གཙོད་ལ་གཞུང་ལས། མཇུག་ཏུ་གུར་གུམ་བརྩ་གསུམ་བདེ་  
བྱེད་ཆེ། །ག་བྱར་ཉིར་ལྷ་ལ་སོགས་རྗེས་གཙོད་དཔག་ཁྲ་ཤེལ་  
སྟུ་གུའི་སྟུར་བ་དག་ཀྱང་ཤིས། །ཞིས་གསུངས་པ་ལྟར་འབད་  
རིགས་སོ།།



Thank you

ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

