



ཁིང་འབྲོག་མང་ཚོགས་ཀྱི་དངོས་ལྷན་ལག་ཅུལ་ཆན་ཅུལ་བྱུང་གདལ་ལྟ་དེབ།

ཆན་རིག་ལ་གཅེས་པ།

བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དབེ་སྐྱེན་ཁང་།

ཞིང་འབྲོག་མང་ཚོགས་ཀྱི་དངོས་ཕྱོད་ལག་རྩལ་ཆན་རྩལ་བྱུང་གདལ་ལྟ་དེབ།

ཆན་རིག་ལ་གཅིས་བ།

བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཆན་རྩལ་ཐིང་དང་
བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཆན་རྩལ་ཆ་འཕྲིན་ཞིབ་འཇུག་སོའོ།

བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དབེ་སྐྱེན་ཁང་།

ཞིང་འབྲོག་མང་ཚོགས་ཀྱི་དཔེ་སྟློན་ལག་ཅུལ་ཆན་གདམ་ལྟ་དེབ། (ཆན་རིག་ལ་གཅེས་པ་)

ཆེ་མཐོག་པ།	ཐོན་རང་སྟོང་སྒྲོང་ས་ཆན་ཅུལ་ཐིང་དང་ཐོན་རང་
ཆེ་མཐོག་འགན་འཁུར་བ།	སྟོང་སྒྲོང་ས་ཆན་ཅུལ་ཆ་འཕྲིན་ཞིབ་འཇུག་མཉམ་
མཁན་ཤོག་རིམ་བ།	དོན་གྲུབ་ཕྱན་ཆོག་ས།
སྟོག་ལས་པར་གཞི་བྱས་མཁན།	རག་ཆོས།
དཔེ་སྟློན་འབྲེལ་ས་སྒྲུབ་ཆན་པ།	ཐུན་པ་ཆེ་རིང་།
པར་འདེབས་ཆན་པ།	ཐོན་སྒྲོང་ས་ཐི་དམངས་དཔེ་སྟློན་ཁང་།
དེབ་ཆད།	(ལྷ་ས་གྲིང་སྟོན་བྱང་ལམ་སྟོན་ཨང་20)
པར་ཤོག	ཐོན་སྒྲོང་ས་རི་ཁྱུ་པར་འདེབས་ལག་ཅུལ་ཆན་ཡོད་ཀྱང་ས།
ཐིག་གྲངས།	787×1092 1/32
པར་གཞི།	3
ཐིག་གྲངས།	ཁྱི་4.9
པར་གཞི།	2008ལོའི་ཟླ་5པར་པར་གཞི་1བཟླག་ས།
པར་ཐིང་ས།	2008ལོའི་ཟླ་5པར་པར་ཐིང་ས་1བཟླབ།
པར་གྲངས།	01 - 4,500
དཔེ་དེབ་ཡང་རྟག་ས།	ISBN978 - 7 - 223 - 02389 - 4
ཐིན་ཨོང་སྟོན།	6.00

པར་གཞི་སྟོན་བྱང་ག་ཕིན་པས་འབྲེལ་བཅས་པར་འདེབས་མི་ཆོག

图书在版编目(CIP)数据

农牧民实用技术科普读本. 热爱科学: 藏文/西藏自治区科技厅, 西藏自治区科技信息研究所编. —拉萨: 西藏人民出版社, 2008. 5

ISBN 978-7-223-02389-4

I. 农… II. ①西…②西… III. ①农业技术—普及读物—藏语②科学知识—普及读物—藏语 IV. S-49 Z228

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 028362 号

农牧民实用技术科普读本·热爱科学

编 著	西藏自治区科技厅和西藏自治区科技信息研究所
责任编辑	顿珠平措
封面设计	阿曲
电脑排版	边巴次仁
出版发行	西藏人民出版社(拉萨市林廓北路 20 号)
印 刷	西藏山水印务技术有限公司
开 本	787×1092 1/32
印 张	3
字 数	49 千
版 次	2008 年 5 月第 1 版
印 次	2008 年 5 月第 1 次印刷
印 数	01—4,500
书 号	ISBN978-7-223-02389-4
定 价	6.00 元

版权所有 翻印必究

《ཁིང་འབྲོག་མང་ཚོགས་ཀྱི་དངོས་སྤྱད་ལག་ཅུང་ཚན་ཅུང་
ཁྱབ་གདལ་ལྟ་དེབ་》ཚོམ་སྒྲིག་ལུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་།

གཙུག་པོ་ འགན། ཆོ་རིང་སྤྱོད་དཀར། རང་སྤྱོད་སྤྱོད་ས་ཀྱི་གུའུ་ཞི་གཞོན་པ།
གཙུག་པོ་འགན་གཞོན་པ། ཡུ་ཡུས་ཁམས། རང་སྤྱོད་སྤྱོད་ས་ཚན་ཅུང་མིང་གི་
མིང་གྲང་།

ལུ་ ཡོན། ཀེང་གུན་ཞིའུ། སྤྱོད་ས་ཚན་ཅུང་མིང་གི་མིང་གྲང་གཞོན་པ།
ཅིང་ཅི་ལུའུ། སྤྱོད་ས་ཚན་ཅུང་མིང་གི་མིང་གྲང་གཞོན་པ།
ཡོན་ཏན། སྤྱོད་ས་ཚན་ཅུང་མིང་།
ལྷག་པ། སྤྱོད་ས་ཚན་ཅུང་ཆ་འཕྲིན་ཞིབ་འཇུག་སོའོ།
ཉིང་ཡར་ལིང་། སྤྱོད་ས་ཚན་ཅུང་ཆ་འཕྲིན་ཞིབ་འཇུག་སོའོ།
ཟླ་བ། སྤྱོད་ས་ཚན་ཅུང་ཆ་འཕྲིན་ཞིབ་འཇུག་སོའོ།
པད་མ། སྤྱོད་ས་ཚན་ཅུང་ཆ་འཕྲིན་ཞིབ་འཇུག་སོའོ།
རྣམ་ཐུལ་སྤྱོད་དཀར། བོད་སྤྱོད་ས་ཉིན་དེའི་ཚགས་པར་
ཁང་བོད་ཡིག་ཚོམ་སྒྲིག་ལུ།

རྩ་རིམ་ཆོ་དབང་། ཚན་ཅུང་ཚགས་པར་ཁང་།

གཙུག་པོ་འགན་ཚོམ་སྒྲིག་པ། ཡོན་ཏན།
གཙུག་པོ་འགན་ཚོམ་སྒྲིག་གཞོན་པ། ལྷག་པ། ཉིང་ཡར་ལིང་།
ཡིག་ སྤྱོད། ཟླ་བ། ལྷག་པ། པམ། རྣམ་ཐུལ་སྤྱོད་དཀར།
ཟླ་བ་བཟླ་ཤིས། བསོད་ནམས་ལོ་ནོ།
ལུས་ དག ཟླ་བ། ལྷག་པ། ལྷག་པ་ཆོ་རིང་།

《农牧民实用技术科普读本》编委会

- 主 任:次仁卓嘎 自治区副主席
- 副 主 任:刘玉超 自治区科技厅厅长
- 委 员:耿战修 自治区科技厅副厅长
- 曾晋鲁 自治区科技厅副厅长
- 云 丹 自治区科技厅
- 拉 巴 自治区科技信息研究所
- 邓二林 自治区科技信息研究所
- 达 娃 自治区科技信息研究所
- 白 玛 自治区科技信息研究所
- 朗杰卓嘎 西藏日报社藏编部
- 多吉才旺 西藏科技报社
- 主 编:云丹
- 副 主 编:拉巴 邓二林
- 翻 译:达娃 白玛 朗杰卓嘎 达瓦扎西
- 拉巴 索朗洛果
- 译 审:达娃 拉巴 拉巴次仁

འགྲོ་བརྗེད།

སྤྱི་ཚུགས་ཡོངས་ལ་ཚན་རིག་གི་བསམ་བློ་དང་། ཚན་རིག་གི་བྱ་
ཐབས་དར་སྤེལ་གཏོང་བ། ཚན་རིག་གི་ཤེས་བྱ་ཁྱབ་གདལ་གཏོང་རྒྱ་
བཅས་ནི་ཚན་རྩལ་གྱི་དཔྱད་དོན་མ་ཚན་པའི་གལ་ཆེའི་འགན་ཁུས་གས་
ཤིག་ཡིན། 《ཞིང་འབྲོག་མང་ཚོགས་ཀྱི་དངོས་ཚུད་ལག་རྩལ་ཚན་རྩལ་
ཁྱབ་གདལ་ལྟ་དེབ་》དེ་ནི་འབྲེལ་ཡོད་ཚན་པ་དང་ཚོམ་སྤྲིག་ལྟ་ཡོན་ལྟན་
ཁང་གི་ཁོངས་མི་རྣམ་པའི་འབད་བཅོལ་བྱས་པ་བརྒྱད་ཚོམ་སྤྲིག་དཔེ་སྟན་
སྤྱབ་པ་ཞིག་རེད། དེབ་འདིས་རང་རྒྱུངས་ཀྱི་རྒྱ་ཆེའི་ཞིང་འབྲོག་མང་
ཚོགས་དང་ཞིང་འབྲོག་ཁུལ་གྱི་གཞི་རིམ་ལས་བྱེད་པའི་ཚན་རིག་རིག་
གནས་དང་སྤྱི་ཚུགས་ཤེས་བྱའི་རྒྱ་ཆད་གོང་མཐོར་གཏོང་བར་ཕན་ཁུས་
ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ལྟན་ཡོད།

ཞིང་འབྲོག་མང་ཚོགས་ཀྱིས་རང་རྒྱུངས་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་འཛོར་གྱི་བརྒྱ་ཆ་
བརྒྱད་ཅུ་ཡན་ཟིན་པས་ཞིང་འབྲོག་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཚན་རིག་རིག་གནས་ཀྱི་
བྱང་ཆད་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱ་དེ་ནི་རང་རྒྱུངས་ཀྱི་བརྟན་ལྗིང་དང་འཕེལ་
རྒྱས་གཏོང་བའི་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་དོན་ཆེན་དང་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཡོད།
རང་རྒྱུངས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚུགས་མཆོངས་བརྒྱུད་ལྟ་བུའི་འཕེལ་
རྒྱས་གཏོང་བའི་འཐབ་རྒྱས་དམིགས་ཆད་དང་ཚན་རྩལ་ལ་བརྟེན་ནས་
ཞིང་འབྲོག་དར་རྒྱས་གཏོང་བར་དེས་པར་དུ་ཞིང་འབྲོག་ཁུལ་གྱི་ཚན་རྩལ་
ལས་དོན་ལ་ཕྱགས་སྟོན་བརྒྱབ་ནས་རྩུར་བཅོལ་གྱིས་རྒྱ་ཆེའི་ཞིང་འབྲོག་
མང་ཚོགས་ཀྱི་ཚན་རིག་རིག་གནས་ཀྱི་བྱང་ཆད་དང་ཞིང་འབྲོག་ཁུལ་གྱི་
དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚུགས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་ནང་ཚན་རྩལ་གྱི་
འདུས་ཆད་གོང་མཐོར་གཏོང་བ། རྩུར་བཅོལ་གྱིས་བཀས་བཀོད་རྒྱད་

འཇིན་གྱི་ཚྲོང་ས་དང་དང་སྐྱོན་ཚྲོང་ས་རྗེས་ལུས་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་དང་འཆོ་བ་
 སྐྱེལ་སྤངས་སེལ་ཏེ་“ཆན་རིག་ལག་ཅུལ་ནི་ཐོན་སྐྱེད་ལུས་ཤུགས་ཡང་དང་
 བོ”ཡིན་པའི་བསམ་སྒྲོ་རྒྱུ་བསྐྱགས་ཤུགས་ཆེ་བུས་ནས་ཆན་རིག་གི་སྤྱིང་
 སྟོབས་དང་ཆན་རིག་གི་བྱ་ཐབས་དར་སྤེལ་གཏོང་བ། ཆན་ཅུལ་ཤེས་བྱ་
 རྩལ་གདལ་བཅས་གཏོང་དགོས། ཤེས་བྱ་ནི་སྟོབས་ཤུགས་ཤིག་ཡིན་པས་
 《ཞིང་འབྲོག་མང་ཆོགས་ཀྱི་དངོས་སྤྱོད་ལག་ཅུལ་ཆན་ཅུལ་རྩལ་གདལ་ལྟ་
 དེབ་》དེ་རྒྱ་ཆེའི་ཞིང་འབྲོག་མང་ཆོགས་དང་གཞི་རིམ་ལས་བྱེད་པས་དེང་
 ཏུས་གྱི་ཆན་ཅུལ་ཤེས་བྱ་དང་། ཆན་ཅུལ་བྱ་ཐབས། ཆན་རིག་ལ་བརྟེན་
 བས་ཞིང་འདེབས་སྐྱགས་གསེ་བྱེད་པ། ཆན་རིག་དང་མཐུན་པའི་འཆོ་
 བ་སྐྱེལ་བ་སོགས་ཐད་ཀྱི་དགོ་ཆན་དང་ཤོགས་པོ་བཟང་པོ་ཞིག་ཆགས་
 ཟུབ་པ་དང་། ཐོན་ཐོན་གྱི་དངོས་སྤྱོད་འདེབས་ལས་དང་གསེ་ལས།
 ཞིང་སྐྱགས་ཐོན་རྗེས་ལས་སྟོན་གྱི་ལག་ཅུལ། ཆོང་ཕོག་ཐོན་སྐྱེད། ཁྲིམ་
 རར་བྱེན་ཆོང་། གཉེར་སྤྱོད་བདག་གཉེར། འཕྲོད་བཞེན་བདེ་སྤྱང་།
 འཆར་ལྷན་བྱ་བཅའ། ཁོར་ལུག་སྤྱང་སྤྱོད། ཁྲིམས་ལུགས་ཤེས་བྱ་
 བཅས་སྟོབ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ལག་དེབ་ཞིག་ཏུ་འཕྱར་སྐབ་པའི་འདུན་པ་
 བཅངས་ཤིང་། དེབ་འདིས་ཞིང་འབྲོག་མང་ཆོགས་ཀྱིས་ཆན་རིག་ལག་
 ཅུལ་གྱི་ཤེས་རབ་རལ་གྱི་རི་ཅུལ་རྩམས་ནས་དབུལ་པོའི་ཅ་བ་གཙོད་པ་
 དང་ཞིང་འབྲོག་རྩལ་གྱི་སྤྱི་ཆོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་
 དང་དངོས་པོའི་དཔལ་ཡོན་འཇུགས་སྐྱོན་བྱེད་པའི་ནང་སྐལ་འདེད་ཀྱི་
 ལུས་པ་ཐོན་པ་བྱ་རྒྱ་རེད།

ཡུལ་ལྷན་ཁྲོམ་།

序 言

向全社会传播科学思想、倡导科学方法、普及科学知识，是科技行政管理部门的重要职能之一。这套《农牧民实用技术科普读本》经过有关部门和编委会组成人员的共同努力，编译出版了。本书对于提高我区广大农牧民和农牧区基层干部的科学文化和社会知识水平，非常有益处。

农牧民群众占我区人口总数的百分之八十以上，提高农牧民群众的科学文化素质关系到我区稳定和发展的大局。要实现我区经济社会跨越式发展战略目标和全面建设小康社会，就必须大力加强农牧区科普工作，努力提高广大农牧民的科学文化素质和农牧区经济社会发展的科技含量，努力破除封建迷信思想和愚昧落后的生产、生活方式，大力宣传“科学技术是第一生产力”的思想，弘扬科学精神，传播科学方法，普及科学知识。知识就是力量，希望《农牧民实用技术科普读本》成为广大农牧民群众和基层干部了解现代科学知识、科学方法以及科学种田、科学养畜、科学生活的良师益友，成为学习先进实用的种植、养殖、农畜产品加工技术和商品生产、市场营销、经营管理、卫生保健、计划生育、环境保护、法律知识的工具书，使广大农牧民群众用科学技术之剑斩断贫穷落后之根，在建设农牧区社会主义精神文明和物质文明中，起到促进作用。

刘玉超

ཚུལ་སྒྲིག་པའི་གཏམ།

《ཁིང་འབྲོག་མང་ཚོགས་ཀྱི་དངོས་སྤྱད་ལག་ཅུལ་ཚན་ཅུལ་ཁྲབ་གདལ་ལྟ་
དེབ་》ཅེས་པའི་དེབ་འདི་ནི་རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱི་ཁྲབ་ཁང་གི་བ་འབྲུག་ཉེས་ལྷེ་ཁྱིམ་དེ་སྤྱིག་
འབྲུགས་བྱས་ནས་བཅམས་པའི་《གྲུང་གོའི་ཁིང་པའི་སྐང་གཞིའི་རྒྱན་ཤེས་ལྟ་
དེབ་》ནང་དོན་གཙོ་བོར་བཟུང་ཉེ་རང་སྤྱངས་ཀྱི་ཁིང་འབྲོག་མང་ཚོགས་ཀྱི་གནས་
ཚུལ་དངོས་དང་བསྟུན་ཉེ་ནང་དོན་ཁ་གསལ་བྱས་ནས་བསྐྱར་སྤྱིག་བྱས་པ་ཞིག་
ཡིན། དེབ་འདི་བསྐྱར་སྤྱིག་དཔེ་སྟུན་བྱ་རྒྱ་དེ་ནི་གཞི་རིམ་གྱི་རྒྱ་ཆེའི་མང་ཚོགས་ཀྱི་
སྒྲིམ་པ་རྒྱ་འདོད་ལྟར་གྱི་རེ་འདུག་ཞིག་ཡིན་ལ་རྒྱ་ཆེའི་ཁིང་འབྲོག་མང་ཚོགས་ཀྱི་
ཚན་ཅུལ་ཤེས་བྱ་གོང་མཐོར་གཏོང་བ་དང་ངལ་ཚོལ་པའི་བྱང་ཆད་གོང་མཐོར་
གཏོང་བའི་ཐད་གལ་ཆེའི་དོན་ལྟིང་ལྟོན་ཡོད། དེབ་འདི་བསྐྱར་སྤྱིག་བྱ་རྒྱར་བོད་
རང་སྤྱོད་སྤྱངས་ཚན་ཅུལ་ཐིང་ནས་ཆད་མཐོའི་མཐོང་གནད་བ་མ་ཟད་2000ལོའི་
ཚན་ཅུལ་ཁྲབ་གདལ་ལས་དོན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ནང་བཞག་གནད་བ་རེད།

དེབ་འདི་ཁག་བཞི་ལ་དབྱེ་ཡོད་པ་དང་ནང་དོན་གཙོ་བོ་ཁིང་འབྲོག་མང་
ཚོགས་ཀྱིས་ཁོང་དུ་རྒྱུད་དགོས་ངེས་ཀྱི་སྤྱང་གསེབ་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་དང་། ཁིང་
ལས་ལག་ཅུལ། སྤྱང་གསེབ་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་འཆོ་བ། དེ་བཞིན་ཚན་རིག་ལ་ཡིད་ཆེས་
ཀྱིས་སྤྱངས་དད་སེལ་བ་བཅས་ཐད་ཀྱི་སྤྱང་གཞིའི་ཤེས་བྱ་བསྐྱར་སྤྱིག་བྱས་ཡོད།

དེབ་འདི་བསྐྱར་སྤྱིག་བྱེད་པའི་ནང་ང་ཚོའི་ཆེད་ལས་ཡིག་བསྐྱར་ཤེས་བྱའི་
གནས་ཆད་དམན་པའི་ཁར་དུས་ཆེད་ཕྱེལ་ཆབས་ཆེ་བའི་སྤྱིན་གྱིས་ནང་དོན་ཐད་
མི་འཆོམ་པ་དང་འབྲུལ་བ་སོགས་ཡོང་ངེས་པས་འབྲེལ་ཡོད་མཁས་དབང་དང་འགྲོ་
ཁྲིད། སྤྱིག་པ་པོ་ལྟ་རྒྱས་ནས་སྤྱོད་བརྗོད་དང་དག་བཅས་ཀྱི་རིན་བུལ་དགོངས་
འཆར་ལྷག་པོར་སྤྱོལ་གནད་ཡོད་པའི་འདུན་པ་དང་བཅས།

《ཁིང་འབྲོག་མང་ཚོགས་ཀྱི་དངོས་སྤྱད་ལག་ཅུལ་ཚན་ཅུལ་ཁྲབ་གདལ་ལྟ་དེབ་》

ཚུལ་སྒྲིག་ཁྱེད་ལྟ་ཁང་ནས།

དཀར་ ཆག

གཅིག ཆན་རིག་ལ་བརྟེན་ན་གཞི་ནས་རེ་བ་བྱུང་བྱུང།

..... (1)

1 ཆན་རིག་གིས་མིའི་རིགས་ལ་བདེ་སྲིད་སྤྲོད་བྱུང་བྱུང།..... (1)

2 ཆན་རིག་ལ་བརྟེན་ན་གཞི་ནས་འཇིག་རྟེན་ཁམས་ལ་ཤེས་

རྟོགས་བྱེད་བྱུང། (6)

3 ཆན་རིག་དང་རྒྱལ་འགལ་བྱས་ཆེ་ཉེས་ཆད་ཤོག་རྒྱ་རེད། (8)

4 ཆན་རིག་རྒྱན་མའི་མཆང་རྟོལ་དགོས། (13)

གཉིས། ཆན་རིག་ལག་ཙམ། (17)

1 གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ཆན་རིག་བྱེད། (17)

2 གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ལག་ཙམ་བྱེད། (19)

3 ཆན་རིག་དང་ཆོས་ལུགས་བྱུང་གི་ངོ་བོའི་རང་བཞིན་གྱི་བྱུང་

པར། (20)

4 ཆན་རིག་དང་མྱོངས་དད་གྱི་ཙམ་བའི་ཁ་གཏད། (23)

5 ཆན་རིག་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་མྱོངས་དད་ལ་ངོ་མྱོལ་བྱེད་དགོས།

..... (38)

གསུམ། འཇིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་གསང་བ། (42)

1 འཇིག་རྟེན་ཁམས་ནི་གང་འདྲ་བྱས་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ།

..... (42)

2 དུས་བཞི་དང་ཉི་ལྔ་འཁམས་ཚུལ།..... (44)

3 ཟླ་འཛིན་དང་ཉི་འཛིན་བྱང་ཚུལ་སྟོན། (47)

4 ཟུང་དང་། འབྲུག་སྐད། ཆར་པ། གངས་བཅས་ཡོད་དགོས་
དོན་གང་ཡིན། (49)

5 སའི་གོ་ལ་འབར་གས་བྱེད་མི་སྲིད། (52)

6 བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཁིང་ཁམས་དང་དམུལ་བ་ཟེར་བ་མེད།..... (54)

7 སའི་གོ་ལ་ནི་མིའི་དུགས་ཀྱི་ཆེས་མཛོས་སྟུག་ལྷན་པའི་བྱིམ་
ཆར་ཞིག་ཡིན། (57)

བཞི། ཆན་དུག་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷན་སྦྱང་བྱེད་དགོས། (62)

1 བདེ་ཐང་གི་ཐང་རྩོད་བཞི། (62)

2 ནད་གཞི་ལོག་པའི་རྒྱ་རྒྱུན།..... (69)

3 མི་ནི་ནམ་ཡང་མ་གས་པ་ཡོང་མི་སྲིད། (72)

4 ནད་གཞི་ལོག་སྐུལ་བས་སྟོན་པ་བཞེན་པ་ལས་ལྟ་ལ་སྐྱབས་འདུག་ལྟ་
རྒྱ་མེད། (76)

གཅིག ཚན་རིག་ལ་བརྟེན་ན་གཞི་ནས་རེ་བ་སྒྲུབ་སྒྲུབ།

1 ཚན་རིག་གིས་མིའི་རིགས་ལ་བདེ་སྲིད་སྒྲུབ་སྒྲུབ།

ཚན་རིག་གིས་མིའི་རིགས་ལ་བདེ་སྲིད་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པ་དེ་གནའ་རབས་ནས་ད་བར་གྱི་རྒྱལ་ཁྱིལ་ནང་གི་བྱ་དངོས་འཁོར་ཆེན་ཞིག་གི་སྟེང་ནས་ར་སྒྲིད་བྱེད་སྒྲུབ།

གདོད་མའི་ཕྱི་ཆོག་ས་ནང་མིའི་ཆ་སྟོམས་གསལ་ཆད་དེ་ཉ་ལམ་ལོ་20 - 30 རེད། ཏུས་རབས་བཅུ་དགུའི་ཏུས་མཇུག་ཏུའང་ད་ཏུང་མིའི་ཆ་སྟོམས་གསལ་ཆད་དེ་ལོ་40 ནས་བཀལ་སྒྲུབ་ཟེད། འོན་ཀྱང་དེང་ཏུས་གྱི་མིའི་གསལ་ཆད་ལོ་80 བཅར་ཡོད་པ་རེད། རིམས་འགོག་སྒྲན་སྟོན་པ་དང་། ནད་འབྲ་ཚོད་འཛིན་སྒྲུབ་པ། སྤྱི་འབངས་འཕྲོད་བསྟེན་བདེ་སྒྲུབ་བྱ་བ་བས་བཟང་བ་བཅས་ནི་ཚན་རིག་གིས་མིའི་རིགས་ལ་སྒྲུབ་པའི་ལག་ཏུགས་ཚ་ཆེན་ཞིག་རེད།

དེང་ཏུས་ཀྱི་ཤར་ཤོར་ནང་སྤྱད་ཀྱང་འཕྱུ་མ་མདངས་རྒྱས་པའི་བཤེས་སོང་གང་སར་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་དང་། སྤྱི་ཕྱི་ཆོར་སྤྱིས་པ་ནས་བཟུང་བདེ་སྒྲུབ་སྒྲན་བཅས་ལེགས་པོ་བྱུང་བ། དེ་སྤྱི་བཟང་ལས་འདས་པའི་སྤྱི་འགྲོའི་ཆེ་སྟོག་འཕྲོག་འགྲོ་བའི་ནད་རིགས་དེ་དག་ད་ལྟ་ཚན་རིག་ལ་བརྟེན་ནས་རིམ་བཞིན་ཆོད་འཛིན་དང་སེང་དྲག་བྱུང་བ་བཅས་ནི་ཚན་རིག་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་སྤྱི་རིག་པའི་འཛིན་རྟེན་གྱི་གསར་བ་ཤེས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། དེ་སྟོན་ལོ་ལྟར་མི་བྱི་ཆོ་མང་པོ་འབྲུམ་

བྱད་འོག་གི་འཕྲོ་བ་དེ་འབྱུང་འཕྲོག་སྒྲན་ཁབ་བརྒྱབ་པར་བརྟེན་ཙམ་བའི་
 ཆ་ནས་ཆར་གཙང་བྱང་ཡོད། ད་ལྟ་རང་རྒྱལ་དུ་སྤྱུ་བྱ་སྤྱེས་མ་ཐག་འཕྲོད་
 བརྟེན་རིམས་འཕྲོག་མི་སྤྱས་འབྱུང་འཕྲོག་སྒྲན་ཁབ་རྒྱག་གི་ཡོད་པས་དེ་
 ལྟར་བྱས་ཆོམ་གང་རིང་ནད་འཕྲོག་གི་རྒྱས་པ་ཐོན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཆིང་
 མེ་སྤྱ་སོགས་ཀྱིས་དེ་ལྟ་སྒྲན་བཙས་བྱེད་ཐབས་བྲལ་བའི་སྤྱ་བའི་གཙང་
 བྱད་སོགས་ཀྱི་ནད་གཞི་དེ་དག་ཙམ་བའི་ཆ་ནས་ཆོད་འཛིན་བྱབ་གྱི་ཡོད་པ་
 རེད། མིག་སྤར་ཆན་རིག་མཁས་པ་ཆོས་ཆེས་སྤྱན་ཐོན་གྱི་ལག་ཙལ་བེད་
 སྤྱད་དེ་རྟོགས་དཀའ་བའི་ནད་རྟགས་འགའ་ཞིག་བཙས་བྱབ་གྱི་ཡོད་པ་མ་
 ཟད། དབང་པོ་བརྟེན་བ་དང་རྒྱང་མར་བརྟེན་བའི་ལག་ཙལ་ལ་བརྟེན་ནས་
 བྱད་ཆབས་མེད་བའི་ནད་པའི་སྤྱི་སྤྱོད་བྱེད་གྱི་ཡོད་པས་དེ་དག་ཆར་མ་
 བྱི་དེར་རབས་གསེར་རིག་གོང་འཕེལ་སྤྱིན་པའི་བྱས་རྗེས་ཤིག་རེད།

ཆན་རིག་གིས་ང་ཆོམ་འཆོ་བ་སྤྱེལ་སྤངས་ལ་འབྱུར་ཞོག་མཐར་སྤྱན་
 པ་བཏང་ཡོད་པ་སྟེ། ས་གནས་ཁག་གི་ལོ་རྒྱུས་དངོས་མང་བཤམས་སྤྱན་
 ཁབ་ནང་ང་ཆོམ་མེས་པོས་མེམས་ཅན་གྱི་པགས་པ་དང་ལྷུང་ལོ་ལྷུས་ལ་
 དཀྱིས་པ་དང་ལག་པས་ཤ་རྟེན་པ་རྒྱས་ནས་བེ་བ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད། མིང་
 རྒྱལ་རབས་སྤྱ་སྤྱེབས་པའི་དུས་སྤྱུང་ཆོང་པས་སྤྱིར་བཏང་རས་ཀྱིས་
 བཟོས་པའི་སྤྱན་གོས་ཁོ་ན་གོ་ན་ཆོག་པ་མ་གཞོགས་དར་གོས་རིགས་ནི་
 རྒྱལ་སྤྱོན་སྤྱུང་གཆོམ་ཆེད་སྤྱོད་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་ད་ཆ་ནི་གོས་བཟོམ་
 རྒྱ་ཆ་སྤྱ་ཆོགས་སོ་སོའི་རང་འདོད་བཞིན་དུ་གདམ་ག་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་པ་དང་
 རྒྱ་ཆ་མང་པོ་ཞིག་ནི་དཔེ་གསར་ལྡན་པ་མ་ཟད། འབྲུ་བདེ་བ་དང་སྤྱམ་
 བདེ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། བྱིས་ཆར་ཆར་མའི་སྤྱི་ཆེའི་ལྟར་དུས་ཆེན་
 ལྟར་ཆལ་རིགས་སྤྱ་ཆོགས་སྤྱི་གྱ་ཡོད་པས་དེ་ལྟ་སྤྱ་མཐོན་ཐེབས་རྗེས་

གཞིན་ས་ཤ་ཆལ་ཉི་པར་འགྲོ་བའི་ལོ་རྒྱུས་མཁུག་གི་ལ་ཞིང་། འབྱོར་ཐུག་
 ལྷན་པའི་གྲོང་གསེབ་འགའ་ཞིག་ཏུ་སྤྲོ་མོའི་“ཕིང་ཤ་སྤེལ་མའི” ཆལ་ཁོ་ན་
 མ་ཡིན་པར་རྩོ་བ་ཞིམ་པ་དང་འཆོ་བཅུད་ལྷན་པའི་བཟ་རིགས་ལ་དང་
 འདོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།



ཆན་རིག་ལ་བརྟེན་ན་ཆོ་ཤིང་གནས་བྱུང།

ཆན་རིག་གིས་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་ལས་ཆོད་མེ་ཆེར་བཏར་ཡོད། ཐོན་
 ཐོན་ཀྱི་འདེབས་གསེའི་ལག་ཅུལ་ལེད་སྤྱོད་དང་། རྩས་ལུད་དང་ཞིང་
 སྤན་སོགས་ལེད་སྤྱོད་བྱས་པར་བརྟེན་སྤྱུ་རེའི་ཐོན་འབབ་དེ་དེ་སྤེའི་ཆན་
 ཁོ་བཅུ་ཕྱག་ཁ་ཤས་ནས་ཆན་ཁོ་1000 ལྷག་ཙམ་ཏུ་སྤེལ་ས་ནས་ཞིང་
 འབྲོག་ཐོན་རྩས་སྤར་བས་སྤན་སྤམ་ཆོགས་པ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཐོན་
 ཐོན་སྐྱེད་ཏུ་ཁག་སྐབས་ལོ་གཅིག་གི་ལོ་ཕོར་མི་གཅིག་ལ་བཟ་སྤམ་རྒྱ་མ་རེ་
 གཉིས་ལས་བཞོ་བཤའ་ཐེབས་ཀྱི་མེད་པས་ད་ལྟ་སྤམ་དང་སྤན་སྤམ་གང་
 དགོས་ཞིག་སྤྱོད་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། ཉི་པའི་ལོ་ཤས་ནང་ཆན་རིག་ལ་བརྟེན་

བྱས་འདེབས་གསེབ་བྱ་བྱ་འཕེལ་བྱས་བྱ་བ་པོ་ཕྱིན་ནས་སྤྱི་ཚད་ལེགས་པ་
 དང་ཐོན་ཚད་མཐོ་བའི་ཐོན་བཟང་མང་པོ་གསེབ་སྤྱོད་བྱ་བ་དང་ཁྲིམ་
 རའི་སྤྱི་མང་ཅན་གྱི་དགོས་མཁོ་དང་འཚམ་པའི་ཞིང་ལས་ཐོན་རྫས་ཐོན་
 སྐྱོད་བྱེད་བྱ་བ་ཀྱི་ཡོད། དར་བྱས་ཆེ་བའི་བྱ་ལ་ཁབ་ནང་སྤྱང་སྐར་ལྟ་
 འཛིན་བརྒྱད་པའི་ཞིང་ར་ཡོད་པས་སྤྱང་སྐར་གྱིས་གནད་དུ་འཁེལ་བའི་
 ངང་ནས་ས་རྒྱའི་རྫོད་ཚད་དང་། ལྷན་ཚད། འབྲུ་གཞི་ཡོད་མེད་
 བཅས་ཀྱི་ཚད་འཇལ་བྱ་བ་དང་བྱེད་ལ་སོན་འདེབས་དང་། ལྷན་བྱ་བ་
 བ། ཡང་ན་སྤྱི་ཡན་བཞོག་རན་མེན་བཅས་ཀྱི་བཅ་ཐོ་གཏོང་བྱ་བ་ཀྱི་ཡོད་
 པ་རེད། འཕྲུལ་ཆས་ལ་བཞེན་ནས་ཀྱང་སྤྱོད་གསེབ་པ་དང་། སྤྱི་བལ་བཟུ་
 བ། ཞིང་སྤྱོད་གཏོར་བ་སོགས་ནི་དེང་འདིར་མེན་ཏུ་དར་བྱ་བ་ཆེ་བར་
 བྱུར་ཡོད་པ་རེད། ཞིང་ལས་འཕྲུལ་ཆས་བེད་སྤྱོད་བྱ་བ་ཆེར་བཏང་བར་
 བཞེན་ཨ་རིར་ད་ལྟ་ཞིང་ལས་ངལ་སྤོང་བྱས་ཤུགས་1.6% ལས་མེད་དུང་
 བྱ་བ་ཡོངས་ཞིང་ལས་ཐོན་རྫས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་མཁོ་འདོན་བྱ་བ་པ་མ་ཟད་
 ད་དུང་ཞིང་ལས་ཐོན་རྫས་མང་དག་ཅིག་ཕྱིར་འདྲེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།
 རང་བྱ་བ་ཀྱི་ཞིང་ལས་འཕྲུལ་ཆས་ ཅན་དུ་འགྱུར་ཚད་དེ་ཡང་མཐོར་
 འདེགས་ཆེན་པོ་བྱུང་ནས་ཞིང་ལས་ཀྱི་ངལ་སྤོང་འཁྲུག་པོ་ཡང་དུ་རྗེ་ཆེར་
 ཕྱིན་ཡོད་པ་རེད།



ཆན་རིག་ནི་ཆོན་ཕྱེད་རྩལ་ཤུགས་ཡང་དང་མེ་མིན་པ།

ཉར་དང་ཁ་པར་མེད་པའི་དྲུས་རབས་སྤྱི་མཉམ་བཅུ་གི་དམག་དོན་གནས་ཚུལ་ཉ་མཆོག་ལྷག་ལ་བརྟེན་ནས་ལེ་དབར་བརྒྱ་ལྷག་སར་བརྒྱ་སྤྱོད་བར་འགྲོ་དགོས་པ་དང་། མི་མེད་དུས་མ་ཡིན་ན་མི་གཞན་ལ་ཁ་ལན་བསྐྱར་རྒྱ་ལས་མེད། ད་ལྟ་ཁ་པར་བྲལ་གདལ་ཆེ་བས་འཕྲིན་གཏོར་མ་ལག་སྣ་ཆོགས་ཉ་ཅང་སྟབས་བདེ་བ་དང་ལག་འཁྱེར་ཁ་པར་རྒྱ་རྒྱ་དེས་སློབ་དེ་བག་ཐེབས་རང་ནས་འཛམ་བླ་གླིང་གི་ས་ཆ་གང་སར་རྒྱག་རྒྱ་ཡོད་པས་ཆ་འཕྲིན་ལག་ཚལ་དེས་ང་ཆོའི་འཆོ་བ་ལྷན་བས་སྟབས་བདེ་ཏུ་ཕྱིན་ཡོད་པ་རེད།

ཆན་རིག་ལག་ཚལ་འཕེལ་རྒྱས་ཕྱིན་པ་དང་ཆབས་ཅིག་ཞིང་དུ་མང་པོར་བརྟན་འཕྲིན་དང་། འབྲུགས་སྐམ། གོས་འབྲུའི་འཕྲུལ་འཁོར།