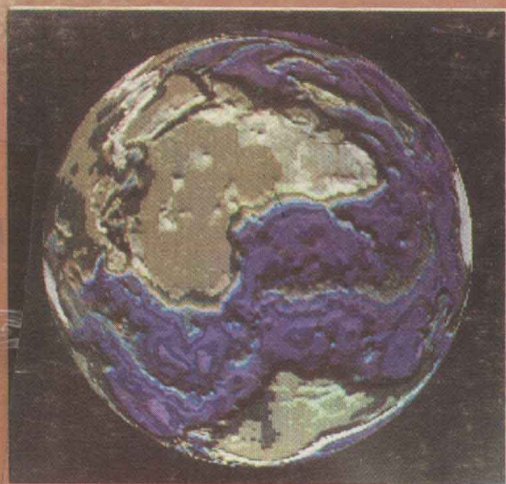


ཆན་རིག་ཤེས་བྱའི་དཔེ་ཆ་གསུམ།

ཡེ་ཤེས་ལ།

ཨི་ཀླང་གིས་བརྒྱུ་མཁས་པ།



ཨི་རིགས་དཔེ་ཆ་གསུམ་ལ།

ཡེ་ཤེས་ལ།

ཏི་ཀྱང་གིས་བཅུམས་པ།

མཛེས་ལྗན་ལྟ་མོ་དང་ལས་དང་ལེན་གྱིས་བཟུར་པ།



本书根据本社1985年12月第1版北京第1次印刷版本翻译出版。

དབ་འདྲ་ན་འདྲ་གཤིང་དཔེ་ལྷན་ཁང་གི་1985ལོའི་ཟླ་ 12 པའི་པར་གཞི་ 1 པའི་ལོ་
ཅིན་གྱི་པར་ཐངས་ 1 གྱི་གཞིར་བཟུང་ཉི་ཤུ་རྩ་དུ་བཞུགས་པ་ཡིན།

དཔེ་ལྷན་འགན་འཁུར་བ། ཤེས་རབ་སྒྲིག་མཁན།

ཁ་བྱང་འབྲི་མཁན། ཤེས་རབ་རྣམ་དག

ཆན་སྲིག་ཤེས་བྱའི་དཔེ་ཆ་གསལ།

སའི་གྲོ་ལ།

*

ཉི་ཤུང་གིས་བརྩམས་པ།

མཛེས་ལྡན་ལྷ་མོ་དང་ལམ་དང་ལེན་གྱིས་བཞུགས་པ།

མི་སྲིག་དཔེ་ལྷན་ཁང་གིས་བཞུགས་པ།

1987 ལོའི་ཟླ་ 10 པར་པར་གཞི་ 1 བ་བཞུགས་པ།

1987 ལོའི་ཟླ་ 10 པར་པེ་ཅིན་ལ་པར་ཐངས་ 1 བ་བཞུགས་པ།

དབ་འདྲ་རྒྱ་0.61

科学知识丛书

地 球

(藏 文)

石 工 著

正殿拉姆、刘大林译

民族出版社出版 新华书店发行

民族印刷厂印刷

开本：787×1092毫米 1/32 印张：4 3/8

1987年10月第1版

1987年10月北京第1次印刷

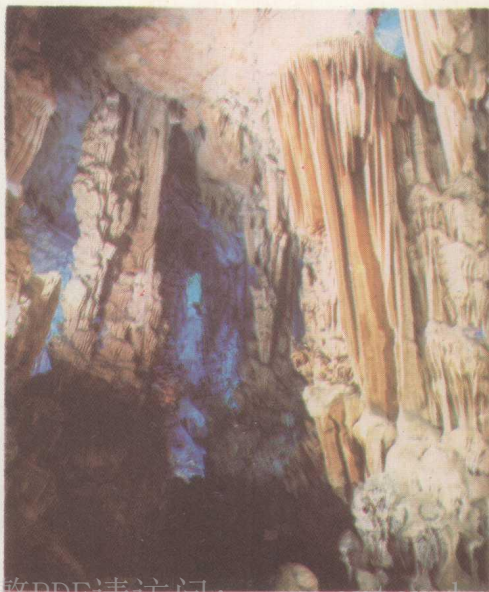
印数：0001—1,000册 定价：0.61元

书号：M13049(3)32



ཡུན་ནན་ཞིང་ཆེན་ལུ་ནན་གྱི་རྡོ་ནགས།

ཀུའི་ལིན་གྱི་ལངས་རྩེ་
མིང་བུའི་བྲག་རི།





ཏུ་ན་ཞིང་ཆེན་ཏུ་ཡུང་ཁོངས་ཀྱང་ཅ་ཅེས་
 གྱུ་རིའི་བྲག་རྒྱུ་ན་གས་ཆལ་ཆགས་ཅུལ།



ཅང་ཞི་ཞིང་ཆེན་ཡུས་ཏུ་རྫོང་གི་སྐ་ཆིང་རི་པོའི་
 ཡེང་ལའི་རི་ཅེས་འཛོང་རྒྱུ་ཆགས་ཅུལ།



ཞི་ཏ་ཁྲིང་ཙམ་གྱི་རྩ་ཁྲིང་ཐོག་གི་རྩ་མཐུན་ལྗང་ལྗང་གོང་།



བྱང་ལར་བདེ་ཐང་ཐོག་གི་རྩ་ཐོའི་ལྗང་ས།



སའི་གྲོ་ལའི་ཐོག་གི་མེ་འི་གསེབ་ལ་དང་ས་ཕྱི་མ་ཅུང་མང་ཞིང་དག་པའི་ས་ཁྱུད།



ཕྱི་ཅན་ཞིང་ཆེན་གྱི་ཁྱུང་ཟད་ལ་རྒྱ་རྒྱ་ལ་རྒྱ་རྒྱ་ལ།

ནང་དོན་གནད་བཅུ་ལ།

རང་རེ་སྟོད་སའི་སའི་གོ་ལ་འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་ཁམས་ནང་གི་“སྔ་མྱིང་”ཞིག་……
ཡིན་ཞིང་། སའི་གོ་ལ་འདི་ཐོག་དུ་ཆུ་དང་། མཁའ་རྒྱུང་། ཆེ་སྔག་བཅས་ཡོད་པ་
རང་རེས་གཤམ་གྱི་ཡོད་རུང་། སའི་གོ་ལ་འདི་ཡང་སྟོང་གང་འདྲ་བྱས་ནས་ཆགས་པ་
དང་། སའི་གོ་ལ་ཆགས་ནས་ད་བར་དུ་དུས་ལྷན་ག་ཚད་བྱིན་ཡོད་ཟེད། སའི་གོ་
ལས་ཉི་མའི་ཁྱིམ་རྒྱུད་ནང་དུ་གོ་གནས་ཅི་འདྲ་ཞིག་འཇིག་ཡོད་པ། སའི་གོ་ལས་
རང་འཁོར་དང་སྦྱི་འཁོར་ཅི་འདྲ་བྱེད་ཡོད་པ། སའི་གོ་ལ་འདི་ནང་ལོགས་གྱི་ཆགས་
སྟངས་ཅི་འདྲ་ཡིན་པ། རང་རེས་སའི་གོ་ལར་གཅེས་སྒྲིས་དང་སྦྱར་བཞོད་གང་འདྲ་
བྱེད་དགོས་པ་སོགས་ཐད་གྱི་ཆན་རིག་གཤམ་བྱ་ནམས་གསལ་ བོར་གཤམ་བསམས་ན།
དཔེ་ཆ་འདི་ནན་ཏན་གྱིས་སྟོག་རོགས་གནང་།

ཐེང་གཞི།

ང་ཚོས་《ཆན་རིག་ཤེས་བྱའི་དཔེ་ཚལ་སྒྲིག་པའི་སྒྲུབ་...》
 བྱས་པའི་དམིགས་ལུལ་ནི། ཏང་གི་འཕུས་མིའི་ཚལ་ཆན་ཐེངས་བཅུ་
 གཉིས་པས་བརྟན་པའི་སྤྱི་ཚལ་རིང་ལུགས་ཀྱི་དཔེ་པོའི་དཔལ་ཡོན་དང་
 བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་འཇུགས་སྒྲུབ་བྱེད་རྒྱུའི་སྒྲིག་གི་སྒྲུབ་བྱ་ལག་ལེན་དང་
 རྟོན་འཁྱེད་བྱེད་རྒྱ་སྟེ། རྒྱ་ཁྱབ་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ས་ཁུལ་གྱི་མི་དམངས་
 མང་ཚོགས་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་དུ་གཞོན་ནུ་དང་མི་རྒྱུས་ཀྱི་ཁོད་དུ་ཆན་
 རིག་ཤེས་བྱ་བྱའི་བསྐྱགས་དང་ཁྱབ་གདལ་བྱེད་རྒྱ་དང་། རྒྱན་དུ་མཐོང་
 བའི་རང་བྱུང་གི་གནས་ཚུལ་དང་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚལ་རིམ་འཕུར་གྱི་...
 གནས་ཚུལ་ལ་ཆན་རིག་དང་མཐུན་པའི་སྒྲིག་སྒྲུབ་འབྲེལ་བཤད་བྱས་ཏེ། རྒྱ་
 ཁྱབ་སྒྲོག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲུབ་འབྲེལ་བཤད་པ་དང་། རྒྲོག་པ་པོ་རྣམས་ཆན་
 རིག་གི་བདེན་དོན་ཞིབ་དཔྱད་བྱེད་རྒྱུ་སྒྲིག་སྒྲུབ་འབྲེལ་བཤད་ཀྱི་ཡོང་བའི་...
 ཆེད་དུ་ཡིན།

ང་ཚོས་རེ་འདུན་དེ་ལྟར་བཅངས་ནས་འབྲེལ་ཡོད་ཆེད་མཁས་དང་...
 ཆན་རིག་ཁྱབ་གདལ་གྱི་རྩ་མཐུག་གྲུབ་འབྲས་ཐོབ་པའི་རྩ་བ་པོ་ཁག་.....
 གཅིག་གདན་འདྲན་ཞུས་ནས་དཔེ་ཚལ་འདི་ཉིད་རྩ་མཐུག་བྱས་ཤིང་།
 རྩ་མཐུག་བྱེད་སྐབས་ཁོང་ཚོས་སྒྲིག་སྒྲུབ་འབྲེལ་བཤད་ཀྱི་ཡོང་བའི་རང་ནས་ཐུག་
 ལས་གནང་བར་མ་ཟད། བྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ས་ཁུལ་གྱི་ཁྱད་ཚལ་ལ་

གཞིགས་ནས་སློབ་པ་པོ་རྣམས་ལ་ཅ་པའི་ཆན་རིག་གིས་བྱ་ཁག་གཅིག་རྒྱུ་...
སློབ་གནང་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཡང་པར་རིས་དང་འབྲེལ་ནས་གོ་བདེ་པའི་ཆོག་
གི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་ཡོད་རིག་གཞུང་ཆན་ཁག་ནང་གི་གནས་ཚུལ་གསར་པ་...
དང་། རྩ་བ་གསར་པ། བྱུང་འབྲས་གསར་པ་བཅས་མཆོན་གང་ཐུབ་
གནང་ཡོད།

དཔེ་ཆོགས་འདིའི་སློབ་པ་པོ་གཙ་པོ་ནི་སློབ་ཚུང་མཚོ་རིམ་དང་...
སློབ་འཁྲིང་དམའ་རིམ་གྱི་རིག་གནས་ཚུ་ཆད་ཡོད་མཁན་བཟོ་བ་དང་།
ཞིང་པ། འཕྲིག་པ། གཞོན་ནུ་དང་ལོ་ཚུང་། སློབ་ཚུང་མཚོ་རིམ་དང་
སློབ་འཁྲིང་དམའ་རིམ་གྱི་སློབ་སྐྱེད་བཅས་ཡིན་ཞིང་། སློབ་གྲྭ་ཚུང་འཁྲིང་
གི་སློབ་ཁྲིད་དཔེ་དེབ་གྱི་དབྱུང་གཞི་དང་སློབ་གསེང་སློབ་དེབ་ཀྱང་བྱས་...
ཆོག

དཔེ་ཆོགས་འདིའི་ནང་དུ་ཐོག་མར་གནམ་རིག་དང་། སའི་རིག་
པ། རྒྱ་དངོས་རིག་པ། རྒྱ་ཆོགས་རིག་པ་བཅས་ཀྱི་ཁྱད་ཁྲིམས་ཀྱི་དཔེ་
དེབ་སྐུ་མ་ཅུ་ཐམ་པ་རྩམ་སྐྱིག་བྱས་ཏེ། རྒྱ་དང་། སྐྱ་པོ། བོད་པ། ལྷ་
གུར། ཏ་སག་ ཁའོ་ཞུ་བཅས་ཡིག་རིགས་དུག་གི་ཐོག་ནས་དཔེ་སྐྱུ་
བྱེད་རྒྱ་ཡིན།

དཔེ་ཆོགས་འདིའི་རྩམ་སྐྱིག་དང་དཔེ་སྐྱུ་གྱི་ལས་ཀ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་མི་
རིགས་དོན་གཙང་ལྷ་ཡོན་ལྷན་ཁང་དང་ཀྱང་གོ་ཆན་རིག་མཐུན་ཆོགས་ཀྱི་...
སློབ་སྐྱུ་འོག་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ལས་ཀ་དངོས་སུ་བྱེད་སྐབས་ཀྱང་
གོ་ཆན་རིག་མཐུན་ཆོགས་ཀྱི་ཁྱད་ཁྲིམས་ལས་དོན་ལྟུང་དང་། ཀྱང་གོ་ཆན་
རིག་ཁྱད་ཁྲིམས་རྩམ་རིག་གསར་རྩམ་ཞིབ་འཇུག་ཁང་། མི་རིགས་དཔེ་
སྐྱུ་ཁང་། ཆན་རིག་དཔེ་སྐྱུ་ཁང་། ཆན་རིག་ཁྱད་ཁྲིམས་རྩམ་རིག་དཔེ་

ལྷན་ཁང་། ས་གཤིས་དཔེ་ལྷན་ཁང་། གྲང་གོ་ལོ་ཆུང་གྱིས་པའི་དཔེ་ལྷན་
 ཁང་། དེ་ཅིན་གནམ་རིག་ཁང་། དེ་ཅིན་རང་བྱུང་དངོས་མང་འབྲེམ་སྟན་
 ཁང་། གྲང་དབྱི་སྟན་རིག་བརྟག་དབུད་ཁང་། རྒྱལ་ཁབ་གནམ་གཤིས་
 ཁང་། དེ་ཅིན་ཆན་རིག་སྒྲིབ་གསའི་སྒྲིག་བརྟག་བཟོ་བྲལ་སྟགས་ལྷེ་ཆན་
 རྣམས་ཀྱིས་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱུགས་ཆེན་གནང་བར་བརྟེན་ང་ཚོས་མཆའ་མས་འདིར་
 གོང་གསལ་གྱི་ལྷེ་ཆན་དང་ལས་ཀ་འདིརི་ནང་ཞུགས་པའི་ཚུལ་པ་པོ་དང་
 རྒྱ་མཐུན་རྣམས་ལ་སྙིང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་བྱ་ཡིན།

བྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ས་ཁུལ་གྱི་གནས་ཚུལ་དངོས་ལ་གཞིགས་ཏེ་
 དཔེ་ཆོགས་འདིརི་རིགས་ཚུལ་སྒྲིག་བྱེད་པ་ཐེངས་དང་པོ་ཡིན་པས་ཉམས་
 མུང་མེད་པའི་དབང་གིས་སྟན་ཆ་དང་ནོར་འཁུལ་ཡོང་ངེས་ཡིན་གཤིས་
 རྒྱག་པ་པོ་དང་ཆེད་མཁས་རྣམ་པས་དག་བཅས་དང་སྟན་བརྗོད་ཀྱི་དགོངས་
 འཆར་རྗེ་ཡོད་ལྷག་པོར་སྙེལ་པའི་རེ་བ་ཞུ།

《ཆན་རིག་གིས་བཀོད་དཔེ་ཆོགས》ཚུལ་སྒྲིག་

ལྷ་ཡོན་ལྷན་ཁང་ནས།

1984 ལོརི་ཟླ་8 ཚེས་30 ལ།

དཀར་ཆག

དང་པོ། མིའི་རིགས་ཀྱི་གནས་ལུལ་ཉལ་ཅིག (1)

1. འཇིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་“སྤྱི་མིང་”། (1)

2. རང་རེ་མཁའ་རྒྱུ་ནང་དུ་འཆོ་བ་བརྒྱལ་ནས་བསྟན་ཡོད། (6)

3. རྒྱ་དང་ཆོ་སྤྱོད་ (17)

4. བཀ་དོ་དང་ལྷགས་རིགས་ལས་བྱུང་བའི་སྐར་མའི་གོ་ལ་
ཞིག (27)

5. སྐར་བ་ལོ་དུང་ལྷུང་བཅུ་ལྔ་ཁྲ་གྲ་གསུམ་གྱི་ལྷན་པ། (38)

གཉིས་པ། མིའི་རིགས་འཕེལ་བྱས་སུ་འགྲོ་བར་འགྲོད་པའི་

དུས་སྐབས་བཟང་པོ། (45)

1. སའི་གོ་ལ་ཆགས་དུས་ནས་ད་ལྟའི་ནམ་པ་འདི་འདྲ་.....
ཞིག་རེད་དམ། (45)

2. སའི་གོ་ལའི་བྱི་རོམ་གྱི་བཙོ་ལྷ་འདི་སྐྱུ་མ་བཙོས་པ་རེད། (50)

3. རོ་ལོ་དུང་ལྷུང་མང་པོའི་སྤྱོད་ཀྱི་འལྱར་ལྷོག་དེ་གང་འདྲ་
བྱས་ནས་ཤེས་པ་རེད་དམ། (69)

4. སའི་གོ་ལའི་ལོ་རྒྱུ་ལོག་གི་“རྒྱལ་རབས།” (81)

5. ཤར་མ་ཐག་པའི་དུས་རབས་གསར་པ། (96)

གཞུག་པ། རང་པོའི་སའི་གོ་ལར་གཅིས་ལྷན་བྱེད་དགོས། (103)

1. སའི་གླ་ལས་རང་རེས་ཕན་བ་དང་ཕྱན་ཕྱར་བྱུང་བ། (103)

2. ཚན་ཅིག་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་བྱས་ནས་སའི་གོ་ལའི་ སྤྱད་་་་

དམངས་ཡག་པོ་ཞིག་བྱེད་དགོས།..... (113)

དེའང་འདྲིའི་ནང་གི་ཆོས་གསུང་ལྟར་བ་གོད། (122)

དང་པོ། མིའི་རིགས་ཀྱི་གནས་ལུལ་ཉག་ཅིག

1. འཇིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་“སྒྲ་སྒྲིང་”།

ཨ་སྒྲོན་ནམ་མཁའ་གཟུ་དང་འདྲ། སྒྲ་ཆོགས་སྒྲ་མ་སྒྲ་ཉིག་བཞིན།

——མི་པའི་ལམ།

ནམ་མཁའ་གཟུ་དང་འདྲ་བའི་མཆན་མར་ལྟག་བྱས་བསྒྲགས་ཏེ་ཡིད་...
སྟོང་པའི་ངང་བར་སྒྲ་ཆོན་མར་བལྟས་པའི་ཆེ། བྲངས་འདས་སྒྲ་ཆོགས་
ནམས་ནི་སྒྲ་མདངས་ནམ་པར་བཀྲ་བའི་བར་སྒྲ་དབྱིངས་སྒྲ་ཉིག་གིས་
བརྒྱན་པ་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་དང་། དགུ་ཆོགས་སྒྲ་མ་ནི་མཐའ་ཡས་མཁའ་
དབྱིངས་སྒྲ་པོར་དར་དཀར་དབྱངས་པ་ལྟར་སྒྲ་བས། སྒྲ་བ་རབ་དུ་
འཕེལ་ཞིང་བསམ་མཛོ་སྒྲགས་རིང་འཁོར།

དགུ་ཆོགས་དེའི་ནང་དུ་ཉི་མ་ལྟར་རང་གཟུགས་ནས་འོད་ཟེར་འསྔ་
ཐུབ་མཁན་བརྟན་སྒྲ་དུང་ཕུར་1,000ཡོད་པའམ། ཐ་ན་དུང་ཕུར་
2,500ལྟག་ཅམ་ཡོད་སྟེད་པ་དེ་དག་ཕན་ཚུན་འོད་མདངས་འསྔ་རིས་བྱས་
པའི་དབང་གིས་ཐུན་ཅན་བར་སྒྲ་འདི་ལ་དབྱལ་མདངས་རབ་དུ་བརྒྱན།

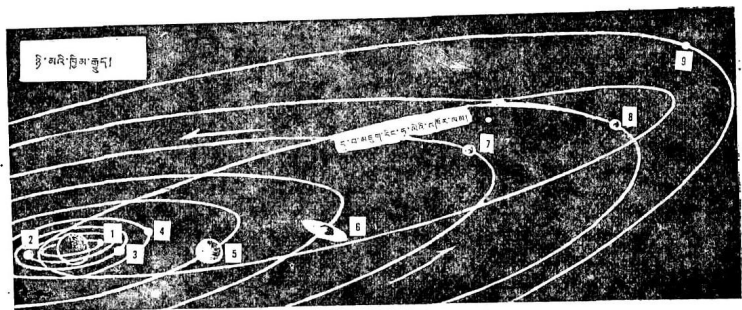
སའི་གོ་ལའི་སྟོག་ནས་ལྟ་དུས་སྒྲ་མ་ནམས་ནི་སྟོབ་ཐབས་མེད་...
པའི་མཐོ་གནས་སྒྲ་ཡོད་པར་སྒྲ་རུང་། གལ་སྟེད་བྱིད་ཀྱིས་སའི་གོ་ལ་
འདི་དང་བྲལ་ནས་བར་སྒྲ་དུ་ཕེབས་ནས་སའི་གོ་ལར་ཞིབ་དུ་གཟིགས་པ་

ཡིན་ན་དོན་དངོས་ཐོག་སའི་གོ་ལ་འདི་ཡང་སྐར་ཚོགས་ནམ་པར་བཟ་བའི་
 ནམ་མཁའི་ཁོངས་ཀྱི་སྐར་མ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། དགུ་ཚོགས་སྐུ་མ་
 འདི་གའི་ནང་དུ་ཡོད་པ་ཏེ་ཅང་གསལ་པོར་མཐོང་ཐུབ། སའི་གོ་ལ་ནི་ཉི་
 མར་བསྐྱར་ནས་འཁོར་མཁན་རྒྱ་སྐར་ཆེན་པོ་དགའི་ནང་གི་གཅིག་ཡིན་ལྟ་
 ཞིང་། དེ་དང་ཉི་མར་བསྐྱར་ནས་འཁོར་མཁན་སྐར་མའི་གོ་ལ་གཞན་
 དག་ཉི་མ་བཅས་ཐུན་མིང་དུ་ཉི་མའི་བྱིས་རྒྱུད་ལྟ་བུ་དགུ་ཚོགས་ཀྱི་ངོས་
 གཅིག་ལ་གནས་ཡོད་པ་རེད།

1961 ལོའི་ཟླ་ 4 ཚེས་ 12 ཉིན་མི་སྟོད་པའི་འཇིག་རྟེན་འཕྱར་བུ་ལྟ་
 ཐངས་དང་པོ་ནམ་མཁའ་འཕྱར་ནས་སའི་གོ་ལ་འདིའི་ས་ངོས་དང་རྒྱུང་ལྟ་
 ཐག་སྤྱི་ལེ་ 181 ནས་ 327 བར་ཡོད་པའི་འཁོར་ལམ་དུ་བསྐྱོད་དེ་སའི་གོ་
 ལ་འདིར་བསྐྱར་བ་གཅིག་བརྒྱབ་པར་བརྟེན། མིས་ཐངས་དང་པོར་སའི་གོ་
 ལའི་ནམ་པ་རྩལ་པོ་ཐད་ཀར་མཐོང་ཐུབ་པ་བྱུང་བ་རེད།

1966 ལོའི་ཟླ་ 12 ཚེས་ 11 ཉིན་མིས་བཙོས་སའི་གོ་ལའི་སྤྱང་སྐར་
 གྱིས་ཁྱིམ་པའི་དབྱུང་ཆས་ཀྱིས་མཐོ་ཆད་སྤྱི་ལེ་ 36,000 གི་བར་རྒྱང་ལྟ་
 ཐའོན་པོ་ནས་སའི་གོ་ལ་རྒྱུམ་པོ་རྩལ་པོའི་འདྲ་རིས་ཐངས་དང་པོ་སྤངས་
 ཤིང་། 1968 ལོའི་ཟླ་ 12 ཚེས་ 21 ནས་ 27 ཉིན་བར་འཇིག་རྟེན་འཕྱར་
 སྐྱོད་པ་གཞུམ་གྱིས་འཕྱར་བུར་བསྐྱོད་དེ་ཟླ་བའི་གོ་ལར་བསྐྱར་བ་གཅིག་ལྟ་
 བརྒྱབ་ནས་ས་ངོས་སུ་མར་ལོག་ཡོང་དུས་ཐག་རིང་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ནས་
 བརྒྱབ་པའི་སའི་གོ་ལའི་འདྲ་པར་ནམས་ཁྱིམ་ཡོང་ཐོག་ཁོང་ཚས་སའི་གོ་
 ལ་ནི་དཀར་པོའི་ནང་ནས་སྔོ་མདངས་བཟ་བའི་ཤེལ་རིལ་ལྟ་བུ་ཞིག་དུ་ལྟ་
 བརྒྱགས་སུ་བཞོད་ནས་བཞུད་པར་མ་ཟད། དེ་ནི་ཁོང་ཚས་མཐོང་རྒྱུང་
 བའི་སྐར་མའི་ནང་ནས་ཆེས་ལྗོན་ལྟག་པ་ཞིག་རེད་འདྲག་ཅས་བསྐྱོད་པ་ལྟ་

རེད། སའི་གླ་ལར་དམིགས་བསལ་དུ་ཡོད་པའི་རྒྱང་རིམ་ཆེན་པོས་
 སའི་གླ་ལའི་ཕྱི་རིམ་བདུམས་ཏེ་མེང་རས་རྩ་ཁེབས་སྒྲིམ་སྒྲིམ་གཤམ་གས་་་་
 ཡོད་པ་ལྟ་བུར་སྒྲུང་བས། སའི་གླ་ལ་ནི་འདྲ་མདངས་མིག་འཆར་བ་བཞིན་
 ཏུ་བཀྲ་བའི་སྐར་མ་ན་མས་ལས་དེ་བས་ཀྱང་འདྲ་འཇམ་ཞིང་ཡིད་དུ་འདྲ་
 བ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། “མེང་རས་རྩ་ཁེབས”བརྒྱད་ནས་ཁ་དོག་རམས་མདོག་
 ཅན་གྱི་ཕྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་དང་། མེར་མདོག་དང་རྩ་མདོག་ཅན་གྱི་སྐམ་ས།
 རྩ་ལྡང་ཅན་གྱི་ནགས་ཆལ་སྟག་པོ། དེ་མིན་དུ་ཞགས་ལྟར་གྱི་རྒྱན་བཟང་
 དཀར་པོ་བཅས་མཐོང་བྱུང།



- དཔེ་རིམ་1པ། ཏི་མའི་ཁྱིམ་རྒྱུད། 1. ལྟག་པ། 2. པ་མངས། 3. སའི་གླ་ལ།
 4. མིག་དམར། 5. བྱར་བ། 6. རྒྱན་པ། 7. སྐར་མ་གནམ་རྒྱལ། 8. སྐར་མ་མཆོ་རྒྱལ།
 9. སྐར་མ་གཤིན་རྒྱལ།

རང་ཕྱི་སའི་གླ་ལ་འདྲི་ནི་ཁ་དོག་མང་པོ་འཛམས་ཤིང་སྒྲིམ་སྒྲིམ་
 གྱི་དཔལ་འབར་བའི་སྐར་མའི་གླ་ལ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དག་དག་ཁ་དོག་
 མང་པོ་འཛམས་པའི་རྒྱང་ཁམས་ཆེན་པོ་དང་། ས་དང་རྒྱ། སྒྲིམ་སྒྲིམ་
 རྩ་ཆོགས་བཅས་ཡོད་པའི་དཔང་གིས་མའི་རིགས་གཞི་ནས་སའི་གླ་ལའི་་་་