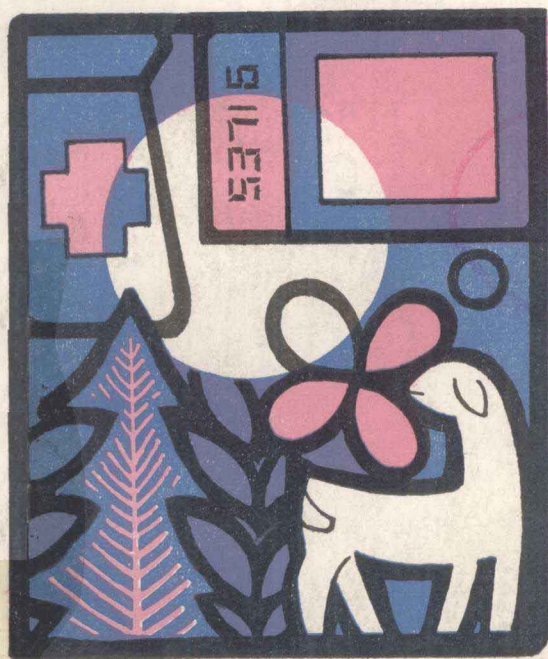


藏 汉 文 对 照

ཐུབ་སྲོད་ཚོ་རིག་ལག་ཅན་གྱི་ཤེས་བྲུ།

常用科技知识



四川民族出版社

ཕྱན་སྒྲིང་ཚན་རིག་ལག་ཅུལ་སྐོར་གྱི་ཁེས་བྲ།

སི་ཁྱན་མི་དམངས་ཀྱན་བྱང་རྒྱང་འཕྲིན་ལས་
ཁྲངས་གྱི་ཐོད་ཡིག་བུུ་ནས་ཚྱུ་རྒྱུར་བྱས་པ།

སི་ཁྱན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱན་ཁང་།

1986 ལོར་ཁེས་ཀྱི་ལོ་

དཔེ་སྒྲུབ་བྱས་པའི་གསལ་བཤད།

རང་རེའི་ཞིང་ཆེན་གྱི་ཐོད་རིགས་ས་ཁུལ་གྱི་མི་དམངས་ལ་.....
འཚོ་བའི་ནང་རྒྱན་སྦྱང་ཆན་རིག་ལག་ཅེས་ཀྱི་ཤེས་བྱ་ཁ་གསལ་ཤིང་.....
རྟོགས་ཡོང་རྟོགས་བྱེད་ཆེད། ར་ཚོས་སེ་སྤྲོན་མི་དམངས་ཀྱན་ཁབ་
རྒྱང་འཕྲིན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་རྒྱང་བསྐྱགས་ཟིན་བྲིས་ལ་གཞིར་བཟུང་ནས་
དཔེ་དེབ་འདི་སྒྲིག་པ་དང་པར་དུ་སྒྲུབ་པ་ཡིན།

དཔེ་དེབ་འདིའི་ནང་རྩ་མ་ཡིག་ཁག་ཞེ་ལྔ་འདེམ་ཡོད་པའི་ནང་།
སྒྲུབ་པ་ཅོས་དང་། འཕྲོད་སྟེན། བཟའ་ཆས། ཉེན་ཅི། ལྷ་ཆ།
ནགས་ལས་སྐྱེས་ཀྱི་ཤེས་བྱ་འདུས་ཡོད་པའི་ཁར། ཐོད་རིགས་ས་
ཁུལ་གྱི་དངོས་དོན་དང་བྱུང་དུ་འབྲེལ་ནས། ཁག་ས་སར་རྟོག་
མདོར་བསྐྱས་ཅམ་བྱས་ཡོད། དེབ་འདི་ཐོད་ཡིག་དང་རྒྱ་ཡིག་གཉིས་
ཀན་སྒྲུབ་བྱས་ཡོད། དོན་དག་གོ་བདེ་ཞིང་། སྦྱང་སྒྲིལ་ཆེ་བ་ཡོད་
ལྟ་བུས། མི་ནམས་ལ་ནམ་རྒྱུན་གྱི་འཚོ་བའི་ནང་འབྲེལ་ཡོད་རྒྱུ་
སྦྱང་ཆན་རིག་ལག་ཅེས་ཀྱི་ཤེས་བྱའི་དཀའ་གནད་སེལ་རྒྱུར་ཕན་པ་
ཡོད།

དཀར་ཆག

ཁག་ཆད་རང་བཞིན་གྱི་སྤང་གི་བ་ནད་འགོག་བཙས་བྱེད་

ཐབས། (1)

མི་ལ་གཟའ་ནད་ཕྱག་དོན་ཅི་ཡིན། (5)

དལ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་ཕོ་བའི་ཆ་ནད་སྐྱར་བཤད་པ། (7)

དགུན་ཁར་ཆམ་ནད་འགོག་ཆེད་མགོ་དང་ཀླང་པ་རྩོ་ཡིས་

སྤང་། (12)

ཆམ་ནད་ཕྱག་རྒྱུ་ཆེས་ཞག་ཆེལ་འཛུམ་དགོས་དོན་ཅི་ཡིན། (15)

ལྷད་ཁག་ཐོན་ནད་སྤྲོན་འགོག་བྱེད་སྤངས་སྐྱར་བཤད་པ། (5)

སྤངས་ཆེགས་བར་གདན་ཕྱིར་ཐོན་ནད་སྤྲོན་འགོག་བྱེད་སྤངས་

སྐྱར། (19)

སྐྱ་བྱར་དུ་གི་འགོ་བའི་ནད་ལ་དོ་སྤང་བྱེད་དགོས། (24)

གཞིན་ཁུ་དང་ཕོ་རྒྱུ་རྣམས་ལ་ཁག་གི་དམར་བའི་ནད་

ཕྱག་བའི་སྐྱར། (28)

མེ་ནད་སྐྱ་ན་རྒྱས་ཨ་བེ་ཁ་སྤྱད་སྤངས་སྒྲིང་། (31)

མི་ལམ་སྒྲིང་བཤད་པ། (34)

ཞོགས་པར་འཆམ་འཆམ་འགྲོ་ན་ཡན་རྒྱས་ཆེ། (38)

གཉིད་འབྱམ་ནད་དང་ “འདྲེས་ལམ་ནོར”། (41)

ཉི་འོད་ཀྱིས་ལྷས་པོ་གས་བའི་དག་མཆན་བཤད་པ། (44)

ཨ་རག་དང་ཚུ་ཡིས་སྐྱ་ན་རྒྱས་སྤངས་ནས་གང་སྤྱད་ཆོད་

ཀྱི་གཟེར་བྱག་བཅས་སྤངས་སྒྲིང་། (47)

རྒྱས་འབྱུར་ལྷད་སྤྱགས་པའི་སྤྱུ་མེའི་ཁྱག་མའི་ནང་འབྱུ་

རིགས་དང་བས་རིགས་སྤྱག་མི་ཉན། (48)

བཟའ་ཆས་གཙང་སྤྱ་བྱས་ནས་བས་དྲག་མི་ཕྱག་པ་བྱེད་

དགོས། (50)

ཀྱང་ལྷགས་སྐྱ་ན་རྒྱས་ཀྱིས་དྲག་སེལ་ཐབས་ཁ་ཤས། (52)

ཁ་བས་ལ་ཆོས་རྩི་གང་དགའ་གཏོང་མི་ཉན། (54)

དྲག་ཤ་འརྒྱམས་ཐབས་བཤད་པ། (51)

ར་མི་བྱད་ཆོས་དང་ཉར་ཆགས་བྱེད་ཐབས་སྒྲིང་། (59)

ཞོ་བདུང་ནས་ཕོ་བ་གསུམ་པ། (61)

ཨ་རག་འབྱང་ཆོག་ཀྱང་། མང་པོ་འབྱང་མི་ཉན། (62)

ཞོ་ཡི་དགེ་མཚན་བཤད་པ། (65)

བ་འོ་སས་མའི་བསྐྱེལ་ལྷགས་དག་པོ། (68)

ར་འོའི་ར་བྱི་བསད་ཐབས། (68)

སྒྲ་སྤྱད་འཕུལ་འཁོར་གྱི་སྒྲིག་བྱང་ཚུལ། (68)

དན་ཅིའི་ཅིས་འཁོར་གྱི་གནས་ཚུལ་རགས་ཅམ་བཤད་པ། (71)

གྲོང་གསེབ་དུ་ཁང་པ་གསར་བའི་ནང་སྒྲིག་སྤྱད་ག་འདྲ་

བསྒྲིག་བཞོད་བྱེད་པ། (74)

སྒྲིག་ལྷ་གང་དག་སྤྱད་ན་དགའ། (76)

ལག་འདོགས་ཆུ་ཚོད་འཁོར་ལོ་འདེམ་སྟངས། (79)

གཅན་གཟན་སྟག་གིས་རྩ་མི་བའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན། (81)

འགོ་སྐྱམ་གོས་ཆས་འཁྱུང་ལྷགས། (84)

གཟན་རྩ་མཚོག་འབྲུ་སྤྱ་སྒྲིག་པོ། (86)

ཕྱི་མིན་རྩོད་པལ་གྱི་གཏེར་ཁུལ་ངོ་སྤྱད་བྱེད་པ། (89)

ཨར་འདམ་གྱི་གཡུལ་ར་རྒྱག་ལུགས། (93)

ར་མ་གས་སྤེལ་བྱེད་པར་མདུན་ལམ་རྒྱ་ཆེན་ཡོད། (97)

རའི་ཁྲ་ལུ་ནི་འཁེལ་འཕག་གི་རྒྱ་ཆ་ཞིག་རེད། (100)

ར་ཡི་ཁྲ་ལུ་ལེན་སྤངས་བཤད་པ། (105)

སྤྲུག་ཆགས་དང་ཅི་ཡིང་ལ་བརྟེན་ནས་གསེར་གཏེར་འཛོལ་

བ། (110)

ཀོ་བ་ལ་ཆོས་རྒྱག་པ་དང་ཆོན་བྱུག་པའི་བྱེད་ཆོས། (113)

དབྱིད་ཀར་ཡིང་འརྒྱགས་ནགས་བཟོ་བྱེད་པའི་ལག་རྩལ། (117)

འབྲས་ཡིང་ལ་མེ་རྟོག་མི་ཤར་བའི་རྒྱ་མཆན་གང་ཡིན། ... (122)

དགུན་དུས་སུ་འབྲས་ཡིང་གི་ཡལ་གཞུར་རྒྱག་སྤངས། (126)

ནགས་ཆལ་གྱིས་ས་ཆུ་སྤང་འཛིན་བྱེད་པའི་སྒྲོར། (129)

ཁག་ཆད་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱང་གྱི་ལ་འགྲོག་.....

བཅས་བྱེད་ཐབས།

ཁག་ཆད་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱང་གྱི་ལ་འགྲོག་པའི་ཁག་ཅ་འགག་...
ནད་ཡང་བཟུང་། དེ་ནི་སྒྲིབ་པ་དུ་ཕྱག་པའི་ཁྱད་པའི་ཁག་ཅ་ནི་ནད་
རིགས་ཆབས་ཆེན་ཞིག་རེད།

ཁག་ཆད་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱང་གྱི་ལ་ནི་ཁག་ཅ་འགག་ནས་ཁྱད་...
པའི་ཁྱད་ཆའི་ཁག་མི་འདྲ་བ་དང་དབྱང་རྒྱང་མི་འདྲ་བས་ཁྱད་པ་
མཉམ་པོར་བྱས་པ་རེད། ནད་དེ་ཕྱག་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི་ཁག་ཅ་
དང་ཁག་རྒྱན། ཁག་བཅས་ཀྱི་ཐད་ལ་རྒྱན་སྒྲུབ་དང་མི་འདྲ་བའི་
འཕྱར་ཐོག་བྱང་བའི་རྒྱན་གྱིས་རེད། དེ་ནི་ནད་ཁྱད་པའི་ཁག་ཅ་ར་
འགག་དྲོ་ཆགས་པ་དང་ཁྱད་པའི་ཁག་ཅ་ར་འགག་ནད་ཕྱག་པ་ནི་.....
རྒྱག་པར་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ཉེ་ལམ་ལོ་ཤས་རིང་། རྒྱལ་
ཁབ་ཀྱི་ནང་གི་སྤྲན་བཅས་དངོས་ཀྱི་དབྱུང་གཞི་ཡིག་ཆ་ཕྱག་ནས་.....
ཁག་ཆད་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱང་གྱི་ལ་ནི་ཁྱད་པའི་ཁག་ཅ་ན་ཆའི་ནང་ནས་
ནད་ཕྱག་གངས་མང་གོས་ཤིག་ཡིན་རྒྱ་ཤེས་པ་རེད།

ཁག་ཆད་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱང་གྱི་ལ་ནད་རྒྱགས་ཅི་ཡོད་དམ།

ནད་པ་དེའི་གསལ་བྱང་མེད་ལས་སྡི་པ་མང་བ་དང་བསྐྱར་ཆད་ཏེ་
 ལམ་གསུམ་དང་གཅིག་ཡིན་ཞིང་། སྤྱི་ན་ལྟ་བུ་དང་ལྟ་ནས་དྲུག་
 ཅུ་རེ་ལྟ་བུ་གྱི་མི་མང་ཤོས་ཡིན་པ་རེད། ནད་ཕྱག་པའི་གནས་
 རྒྱལ་ལ་བལྟས་ན་ཕལ་ཆེ་བ་གཉིད་ཉལ་བ་དང་། ཡང་ན་བག་ཐེབས་
 ངང་ངལ་གསེབ་ཕྱིན་སྐབས་ནད་དེ་ཕྱག་ཡོང་གི་རེད། དེ་ནི་དུས་དེ་
 ལ་ཁག་ཤུགས་ཉམས་པ་དང་ཁག་རྒྱན་རྒྱག་འཁོར་ཅུང་དལ་མ་ཡིན་
 པ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་རེད། ཉེ་ལམ་སོ་གསུམ་རིང་འགྲལ་སྡོད་ཕྱིན་
 རིང་ལའང་ནད་དེ་ཕྱག་མཁན་ཡང་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། ཁག་ཤུགས་
 ཐད་ནས་བལྟས་ན་ལྷན་པའི་འཕར་ཅ་མཁུགས་པོར་གྱུར་པ་དེ་ནི་ཁག་
 ཆད་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱང་གི་ཕྱོད་ཕྱི་ཕྱོད་ཕྱོད་ཕྱོད་ཕྱོད་ཕྱོད་ཕྱོད་ཕྱོད་
 ཡིན་པས་དེ་དང་ཁག་གིས་མཐོ་བའི་ནད་དང་འབྲེལ་བ་དམ་པོ་ཡོད་
 པ་རེད། ཁག་ཆད་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱང་གི་ཕྱོད་ཕྱི་ཕྱོད་ཕྱོད་ཕྱོད་ཕྱོད་
 ཐོན་ནད་ལས་དལ་བ་ཡིན་ཞིང་སྤྱིར་ན་རྒྱ་ཆེན་ཁ་གསལ་ནད་ནད་གཞི་
 རྒྱུ་དུ་འགྱོ་བ་དང་། མང་ཆེ་བ་ཉི་མ་གཅིག་ནང་རྒྱུག་དུ་འགྱུར།
 ནད་མ་ཕྱག་གོང་དུ་མགོ་ན་བ་དང་མགོ་ཕྱུར་འཁོར་བ། ཞེན་ཁ་
 ཡོག་བ། སྤྱུག་བ། ཀླང་ལག་གི་ཅ་ཁུམ་བ། རིག་པ་རབ་རིག་
 ཆགས་པ་སོགས་ཀྱི་ནད་ཉགས་ཐོན་རྒྱ་ཡོད།

ཁག་ཆད་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱང་གི་ཕྱོད་ཕྱི་ཕྱོད་ཕྱོད་ཕྱོད་ཕྱོད་ཕྱོད་ཕྱོད་ཕྱོད་

སྒྲིན་འགོག་བྱེད་ཐབས་གཙོ་པོ་ཁ་གསལ་ཡོད་པ་གསལ་གསལ།

གཅིག་ནི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པའི་རྒྱ་རྒྱན་དེ་མེད་པ་བཟོ་རྒྱ་དེ་རེད།
ཁྲག་ཤིང་མཐོ་བ་དང་ཁྲག་ཅ་མཁེགས་པོ་ཆགས་པ་དེ་ནི་རྒྱང་གི་བ་...
སྒྲིང་བྱེད་ཀྱི་ཉེན་ཁ་ཆེ་བའི་རྒྱ་རྒྱན་ཞིག་ཡིན་པས་ཁྲག་ཤིང་མཐོ་ནད་
དང་འཕར་ཅ་མཁེགས་པོར་གྱུར་ནད་ལ་སྒྲིན་འགོག་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་
བྱེད་རྒྱ་ནི་རྒྱང་གི་བ་སྒྲིན་འགོག་བྱེད་པའི་བྱེད་ཐབས་གཙོ་པོ་ཞིག་རེད།

གཉིས་ནི་དུས་བཀག་ཐོག་དུ་ཁྲག་ཤིང་འགྱུར་ཁྲག་གི་གནས་...
རྒྱལ་ཆད་ལེན་བྱེད་རྒྱ་དེ་རེད། ལོ་བཞི་བརྒྱ་དང་ཡང་ན་བཞི་བརྒྱ་
ཞེ་ལེ་ལེན་རྩིས་ལུས་པོ་བདེ་ཐང་ཡིན་མིན་གྱི་གནས་རྒྱལ་སྒྲིང་གི་ཟིན་
མོ་འབྲི་དགོས་པ་དང་། དུས་ཚད་གཏན་འཁེལ་བྱས་ནས་ཁྲག་ཤིང་
འགྱུར་ཁྲག་བྱུང་བའི་གནས་རྒྱལ་ཆད་ལེན་བྱེད་དགོས། སྒྲིན་པས་
ཁྲག་ཤིང་མཐོ་ནད་ཡིན་པ་ཐག་ཆད་རྩིས། གང་ཐབས་ཀྱིས་ཁྲག་
ཤིང་ཉམས་སུ་གཏོང་བའི་སྒྲིན་བཅོས་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད། སྒྲིན་
བཅོས་ཀྱི་རྒྱས་པ་འདྲན་པོ་ཡོང་བ་བྱས་ནས་ཁྲག་ཤིང་མཐོ་ཅན་དམའ་
ཅན་མི་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས།

གསུམ་ནི་ཟས་རིགས་ཀྱི་ཐད་འཆོ་བརྒྱད་དང་ཆོལ་ཉུང་བ་དང་
དན་ཀྱུ་ཁྲན་ཉུང་བའི་ཟས་རིགས་བཟས་ནས་ལུས་པོ་གསོས་དགོས།
ག་ཚོན་པོ་དང་སྒྲོག་ཆགས་ཀྱི་ཆོལ་ལུའི་ནང་སྒྱུར་རིགས་མང་བ་དང་།

སྒྲིང་འི་མེར་སྲིག་དང་སྲིག་ཆགས་ཀྱི་ནང་ཁོལ་ལ་དཔ་ཀྱུ་ཁྱུ་མང་...
པ་ཡོད་པ་དེ་དག་ཆང་མ་ཁག་ཅེ་ལྟེ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟར་སྒྲིམ་ཡོད་...
ལྟེ་བས། རེ་མར་ཅུ་མཁེགས་པར་འབྱར་ཆད་རེ་མཁེགས་སུ་གཏོང་
བྱུང་པས་དེ་རིགས་མང་པོ་ཟ་མི་ཉན།

བཞི་ནི་ལྷན་དང་འབྲུད་པའི་ལྷན་ཅལ་བྱས་ནས་ཁག་ཆོལ་ཉུང་
དུ་གཏོང་བ་དང་ལྷན་གྱི་མི་ཁྱེད་མ་བྱེད་དགོས།

ལྷ་ནི་སྲིག་པ་གཏོང་དུས་ཤིང་ཆེན་པོ་སྒྲིམ་ན་ཁག་ཤིང་འབྲུལ་
དུ་མཐོན་པར་འགྲོ་བ་དང་རྒྱུང་གི་པ་སྒྲིང་སྒྲིང་པའི་དབང་གིས་ཉན་...
དུ་བཤང་བ་མི་འགག་པ་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས་པ་རེད།

དུག་ནི་གཏོང་ཡག་པོ་ཁྱེད་པ་བྱས་ཏེ་སེམས་ལ་འཆབ་འཆུབ་མི་
ལངས་པ་དང་དངངས་སྒྲིག་ཆེན་པོ་མི་སྒྲིམ་བ་བྱེད་དགོས།

བདུན་ནི་སྒྲིར་བཏང་གི་རྒྱུང་གི་པ་ནད་ལྷ་ཙམ་སྒྲིན་བཙོས་བྱས་
ནས་ཁག་ཆད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱུང་གི་པ་སྒྲིན་འགོག་བྱེད་པའི་དམིན་
ལྷ་དེ་བྱུང་བ་བྱེད་དགོས་པ་རེད།

མི་ལ་གཟའ་ནད་ཡིག་དོན་ཅི་ཡིན།

“གཟའ་ནད” ལ “བརྒྱལ་གཟེར་གྱི་ནད” ཀྱང་ཟེར། ནད་དེ་
 ནི་སྐབས་རེ་སྐབས་རེ་ལ་ལངས་པའི་ལྷན་ཆེན་གྱི་ནུས་པ་ཤོལ་བྱུང་དུ་
 ཤོར་བའི་ནད་རིགས་གིག་རེད། ནད་དེ་ལངས་པའི་སྐབས་ནད་པའི་
 འདྲ་གིས་རེ་ཞིག་ཤོར་བ་དང་སྒོ་བྱར་དུ་ཅ་ཁྲམ་པ། ཆར་སྒང་ལྷག་
 ཤར་བྱུང་བའམ་བྱ་སྟེན་མ་བདེ་བའི་གནས་ཚུལ་བཅས་ཡོད། ནད་པ་
 མི་ཉུང་བ་ཞིག་ནི་སྒོ་བྱར་དུ་སྐད་ངན་ཞིག་བརྒྱབ་ནས་འཕྲལ་དུ་ས་ལ་
 འབྲེལ་འགྲོ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་ཁ་ནས་ལྷུ་བ་དཀར་པོ་འཕྱར་བ་དང་།
 མཚུ་དྲོ་སྟུག་ནག་དུ་གྱུར་བ། མགོ་དང་ཁ་མིག་ཡོ་འགྲོ་བ་བཅས་
 གྱི་ནད་ཉྐྱགས་ཕྱོན་རྒྱ་ཡོད་པ་དང་དེ་འདྲ་བུས་ནས་དུས་སྐབས་གིག་
 ཕྱིན་ཇིས། རིམ་བཞིན་བསྐྱར་དུ་གསོས་ཡོང་གི་རེད། ནད་དེར་
 ནད་ལྷག་ཡང་ནས་ཡང་དུ་རྒྱག་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། ནད་དེ་རིགས་ནི་
 མི་གཞན་དག་ལ་འགོས་རྒྱ་ཡོད་པས། སེམས་ཁྲལ་གྱི་ནད་ནས་མི་
 དགོས།

གཟའ་ནད་ན་སྟེས་ཐོབ་གྱི་རང་བཞིན་དང་ཇིས་ཐོབ་གྱི་རང་...
 བཞིན་གཉིས་སུ་བྱེ་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། སྟེས་ཐོབ་གྱི་གཟའ་ནད་དེའི་

རྒྱ་རྒྱ་ཅི་ཡིན་པ་དེ། ཏུས་ད་ལྟ་འང་གསལ་པོ་ཤིས་མེད་པ་རེད།
 རྒྱུ་མཐོང་གི་གཟུང་ནད་ཀྱི་འབྱུང་རྒྱུ་ནི་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཡིད། དཔེར་
 ན་རྒྱུ་མཐོང་དུ་མགོ་ལ་མས་སྒྲིན་ཡོད་པ་དང་ཕྱ་གྲུ་བཅའ་སྐབས་...
 མས་སྒྲིན་ཐེབས་པ། རྒྱུ་མཐོང་རང་བཞིན་གྱི་ཨ་མ་གཟུགས་ཅན།
 ལྟ་ཆེན་གྱི་རྒྱུ་འབྲེལ་རྒྱུ་ལྟ་ལྟ་མིན་པ། ལྟ་ཆེན་གྱི་ཆ་ནད་དང་
 ལྟ་རྒྱུ་ཆ་ནད། ལྟ་རྒྱུ་ཤི་ཤི་སྒྲིན། ལྟ་པའི་གཞན་རྟེན་འཆ་
 འབྲེལ་ནད། ལྟ་པའི་ཁྲག་ཅའི་ནད། ཅིའུ་ཅིང་གི་དྲག་ཕྱག་པ་
 སྐགས་ཡོད་པ་རེད། གཟུང་ནད་ཡོད་མཁན་ན་མས་ལས་སང་སྒྲིན་...
 ཁང་ནང་བསྐྱལ་ནས་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ཀྱིས་ནད་ཀྱི་འབྱུང་རྒྱུ་འཆོལ་
 དགོས། རྒྱུ་མཐོང་བཤད་ན། བྱིས་པ་ལོ་གཉིས་མ་ལོན་གོང་
 ནད་དེ་ཕྱག་པ་ཡིན་ན། ཕྱ་གྲུ་དེ་མའི་མངལ་ལས་རྒྱུ་ཡོང་སྐབས་
 མགོ་ལ་མས་སྒྲིན་ཐེབས་སང་ངམ། ཡང་ན་རྒྱུ་མཐོང་རང་བཞིན་གྱི་
 མགོ་ནད་ཡོད་པ་དང་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཡོད་པ་རེད། དར་མ་ཆགས་
 རྒྱུ་གཞི་ནས་ནད་དེ་ཕྱག་པ་ཡིན་ན། ཡལ་ཆེ་བ་ལྟ་པའི་ཤི་སྒྲིན་
 དང་ལྟ་ཅའི་ནད་ཡམས་ཡོད་པའི་རྒྱུ་གྱིས་རེད། མི་ལ་ལས་ལྟ་ཁྲ་
 ལ་སྐྱལ་བའི་ཕག་ཤ་དང་ཐོག་ཤ་རྒྱུ་པ་དང་ཕག་ཤ་དང་ཐོག་ཤ་ཆས་
 མ་ཆས་ཟ་རྒྱུ་དགའ་པོ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལས་ལྟ་ཁྲ་གི་ནད་འབྱུང་
 རྒྱུ་སྐྱེ་མེད་སྐབས། དེ་འང་གཟུང་ནད་སྤང་པའི་འབྱུང་རྒྱུ་ཆ་

ཞིག་རེད། ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་ལ་བལྟས་ན་གཟའ་ནད་ཡོད་པའི་ཁྱིམ་
 མི་དང་ཉེ་འབྲེལ་གྱི་ནང་ལ་གཟའ་ནད་ཕྱག་ཆད་དེ་སྒྱིར་བཏང་གི་མི་
 ལས་ལྟ་བུ་ལོག་གཉིས་ནས་བདུན་པར་མཐོ་བས། དེའི་ཐོག་ནས་དེ་
 ལ་རྒྱད་འཛིན་གྱི་འབྲུང་ཁྱེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་སྲིད་པ་མངོན།

གཟའ་ནད་ནི་ཅུང་གོ་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ནད་རིགས་ཞིག་རེད།
 འོན་ཀྱང་གལ་སྲིད་དུས་ཐོག་དུ་གོ་རིམ་ཡོད་པ་དང་དུར་ཐག་གི་སྒྲི་
 ནས་སྒྲན་བཅོས་བྱས་པ་ཡིན་ན་ན་ཚུལ་འཇམ་དུ་འགྲོ་བ་འམ་སངས་
 གྲག་ཡོང་སྲིད།

དལ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་ཕ་བའི་ཆ་ནད་ སྒྲིར་བཤད་པ།

ང་ཆ་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་དལ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་ཕ་བའི་ཆ་ནད་
 ཐོག་ཡོད་པ་རེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན་ཟེར་ན། ཕ་བ་ནི་མིའི་
 ལུས་པོའི་འཇུ་བྱེད་དབང་པོ་ཞིག་རེད། དེའི་འབྲུར་སྒྱིར་ཡོད་པའི་
 མེན་ཅ་ནས་ཕ་བའི་མཆིན་ཚུ་དང་ཕ་བའི་སྒྲི་དཀར་མའེ་ཟེར་བ་ཐོན་
 ནས་ཟས་འཇུ་བྱས་པ་ཐོན་པ་རེད། ཕ་བའི་མེན་ཅ་ལ་གནོད་སྐྱོན་
 ཐོག་པ་ཡིན་ན། ཕ་བའི་འཇུ་བྱས་ལ་འགལ་ཁྱེན་ཐེབས་སྐྱོན་རེད།
 དལ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་ཕ་བའི་ཆ་ནད་ནི་རྒྱ་ཁྱེན་གཅིག་གམ་མང་པོ་

ནས་བྱང་པའི་ཕྱི་པའི་འབྱར་སྐྱི་ཆ་ནད་རེད། དལ་པའི་རང་བཞིན་
 གྱི་ཕྱི་པའི་ཆ་ནད་ཕྱག་པར་རྒྱ་མཚན་མང་པོ་ཡོད་པ་དཔེར་ན་དུས་་་
 ཡུན་རིང་པོར་ཐ་མག་འཐེན་པ་དང་ཨ་རག་འབྱང་བ། རྟག་པར་
 ཕྱི་པའི་འབྱར་སྐྱི་ལ་གནོད་པའི་སྐྱན་རྣམས་འབྱང་བ། ཞིང་རྩེ་ལ་བཤད་
 ན་ལས་དུས་བཞུད་སྐྱིག་མི་ལགས་པ་དང་བས་བ་པའི་དུས་ཚད་གདན་
 འཁེལ་མེད་པས། ཕྱི་པ་རྒྱགས་དྲགས་པའམ་རྟོགས་དྲགས་པ་དང་།
 ཡང་ན་དུས་ཚན་གྱི་སྐབས་སུ་རྒྱས་བ་རྒྱས་འབྱང་བྱེད་པ་དེ་དག་གིས་
 སྐྱོ་བྱར་གྱི་ཕྱི་པའི་ཆ་ནད་སྤང་མིད་པ་མ་ཟད། དེར་ནད་ཕྱག་ཐེངས་
 མང་པོ་བརྒྱབ་ན། ཕྱི་པའི་འབྱར་སྐྱི་ལ་གནོད་སྐྱོན་ཐེབས་ཏེ་དལ་
 པའི་ཕྱི་པའི་ཆ་ནད་དུ་བྱུར་འགྲོ་གི་རེད།

ཕྱི་པའི་ཆ་ནད་ཀྱི་ནད་རྟགས་ཆང་མ་བད་དེ་འདྲ་པོ་མིན་པའི་
 དོན་ཅི་ཡིན་ཟེར་ན།

དལ་པའི་ཕྱི་པའི་ཆ་ནད་དེ་དག་རང་རང་གི་ནད་བབ་འབྱུར་
 རྟག་གཞིར་བབྱང་ནས། གཙོ་བོར་དལ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཕྱི་པའི་
 ཁ་ཕྱགས་ཀྱི་ཆ་ནད་དང་དལ་ཁུམ་གྱི་ཆ་ནད་དེ་གཉིས་སུ་བྱེ་ཆག་པ་
 རེད། ཕྱི་པའི་འབྱར་སྐྱི་ལ་གཉན་ཆད་འགོ་བ་ཅམ་མ་གཏོགས།
 ཕྱི་པའི་མེན་ཅ་རྒྱན་ལྡན་ཡིན་པ་དང་མཚན་ཚུ་བགས་ཐོན་གཞི་རྒྱང་
 ཐོག་རྒྱན་ལྡན་ཡིན་ན། དེ་ནི་ཕྱི་པའི་ཁ་ཕྱགས་ཀྱི་ཆ་ནད་རེད། དེ་

ནད་གཞི་ལྷིད་པ་མེན་པས་སྐྱེན་བཅས་བྱས་ན་དག་སྐྱ་མ་ཡོད་པ་རེད།
 མ་ནད་ཡོད་པས་མ་ཚད་ད་རྩང་པོ་བའི་མེན་ཅ་ཚད་ངེས་མེད་ཀྱིས་...
 ལྷུ་པ་དང་མཆིན་ཅུ་དང་པོ་བའི་སྤྱི་དཀར་མའི་བཀའ་སྐྱོན་ཉུང་དུ་
 མཐོ་བའམ་མི་འདར་པས། འཇུ་རྒྱས་ལ་འགལ་སྤྱོད་ཐེབས་པ་དེ་
 བྱི་ལྷུ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་པོ་བའི་མ་ནད་རེད། ནད་དེའི་ན་ཚུལ་
 ཚབས་ཆེ་ཅམ་ཡོད་པ་དང་ནད་གཞི་ལྷིད་མ་ཡོད་པ། ཅུང་དག་
 དཀར་མ་ཡོད་པ་རེད། སྤྱིར་བཏང་བཤད་ན་དལ་བའི་རང་བཞིན་
 གྱི་པོ་བའི་མ་ནད་དེ་པོ་བའི་འབྱར་སྤྱིའི་དལ་བའི་མ་ནད་དང་འཇུ་...
 རྒྱས་ཉམས་པ་ཁོ་ན་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པས། ནད་ཚབས་ཆེན་
 ཅི་མེན་མོད། ཡིན་ན་ཡང་ནད་ལྷག་ཀྱིས་སྐྱ་མ་ཡོད་པ་རེད། སྤྱིར་
 དུ་མཐོང་བའི་ནད་རྟགས་ནི་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་ཁོག་ལ་གཟེར་ལངས་པ་...
 དང་སྤྱི་པ། ཡིག་ཀ་རྒྱག་པ་དང་པོ་བ་རྒྱགས་ཆེས། ཡིག་ཀ་དེ་
 བས་མང་པོ་རྒྱག་པ་བཅས་ཡོད་པ་རེད། ནད་པ་ཁ་གསལ་གྱིས་ཆེལ་
 ལུ་དང་འཇུ་དཀར་བའི་བ་མ་བཟས་ཆེས། སྤྱོད་པ་གསལ་ཡང་སྤྱོད།
 དེས་མི་ཚད་ནད་པ་ཉུང་གསལ་གྱི་པོ་བ་ནས་ཁྲག་ཀྱང་སྐྱོན་པ་བཅས་...
 ཡོད་པ་རེད། གལ་སྤྱིད་གོང་གསལ་ནད་རྟགས་དང་མཚུངས་པའི་
 དལ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་པོ་བའི་མ་ནད་ཡོད་ན། སྤྱོག་པར་བརྒྱབ་
 ནས་ཞིབ་བཤེར་བྱས་ནས་པོ་བ་དང་སྤྱོད་ནག་སོར་བཅུ་གཉིས་མའི་རུལ་

ནད་དང་། ཡང་ན་ཕོ་བའི་སྐྱེན་ནད་གང་འདི་ཡིན་མིན་གསལ་རྟོགས་
བྱེད་དགོས། ཆ་རྒྱན་ཅུང་འཛམས་པའི་ས་ཁྲལ་ལ་ཆི་སྒྲིའི་ཕོ་ཤེལ་
གྱིས་ཞིབ་བཤེར་བྱས་ན་ནད་གཞི་བརྟག་དབྱད་བྱེད་ཐུབ་པ་མ་ཟད།
ཕོ་བའི་ཁ་ཐུགས་རང་བཞིན་གྱི་ཆ་ནད་དམ་ཁྲམ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་
ཕོ་བའི་ཆ་ནད་གཉིས་གང་ཡིན་པ་གསལ་པོར་ཤེས་ཐུབ་པས་སྐྱེན་
བཅས་བྱེད་རྒྱུར་ཡན་ཤོགས་ཏེ་ཅང་ཆེན་ཕོ་ཡོད་པ་རེད།

དལ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་ཕོ་བའི་ཆ་ནད་ལ་སྐྱེན་བཅས་བྱེད་
སྐབས་ཐོག་མར་ནད་ཀྱི་ན་རྒྱན་སྟེ་ཐ་མག་དང་ཨ་རག་གཅིད་དགོས་
པ་དང་། དེ་ནས་ཕོ་བའ་ལ་གནོད་འཚེ་ཡོད་པའི་སྐྱེན་རྒྱས་ཏེ་ཨ་སི་
མི་ཁིང་དང་པའོ་ཐའེ་སྲུང་སྐགས་ཆོད་འཛིན་ཡག་པོ་བྱས་ནས་འཐུང་
དགོས། གཞན་ཡང་ཟ་མ་ཟ་རྒྱུ་ལ་ཆས་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡོད་པ་
དང་ཟས་ཞིབ་འཆའ་དལ་མིད་བྱས་ནས་བཟའ་འཐུང་ཆད་ཡོད་པ་
བྱེད་དགོས་ལ་སི་པན་སྐགས་བྱུག་གཟེར་སྦྲང་བའི་ཟས་ཟ་རྒྱུ་མིད།
སྐྱེན་བཅས་བྱེད་ཐབས་ཐད། དལ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་ཕོ་བའི་ཁ་
ཐུགས་ཀྱི་ཆ་ནད་ལ་ཆ་ཡཙན་ན་གཉན་ཆད་སེལ་རྒྱུ་དང་གཟེར་འཇགས་
རྒྱུ། ཕོ་བའི་འབྲར་སྐྱི་འཚོ་སྲུང་བྱེད་རྒྱུ་བཅས་ཅ་དོན་དུ་བཟུང་ནས་
ཡང་མིང་དང་ཁེ་ལའེ་ཁིང་། རྟོང་ལེན་སྲུང་། རྟོང་ལ་ཐུང་
སྐགས་གཉན་ཆད་སེལ་བའི་སྐྱེན་རྒྱས་འཐུང་དགོས་པ་དང་། དལ་