བོད་རྒྱལ་ལོ། ༢༡༤༡ ཕྱི་ལོ། ༢༠༡༤ སྤྱིའི་འདོན་ཐེངས། ༡༤༡ ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཚོམ་སྒྲིག་ཚན་པ་ནས་ཚོམ་སྒྲིག་དང་པར་སྐྲུན་ཞུས། ཉིན་སྒོར། ༥

གསར་བཏོད་དང་དེའི་གྲུབ་འབྲས།

དགེ་དབང་བསྟན་འཛིན་གྱིས་བསྒྱུར།

༢། སྨན་དང་སྨན་བཅོས།

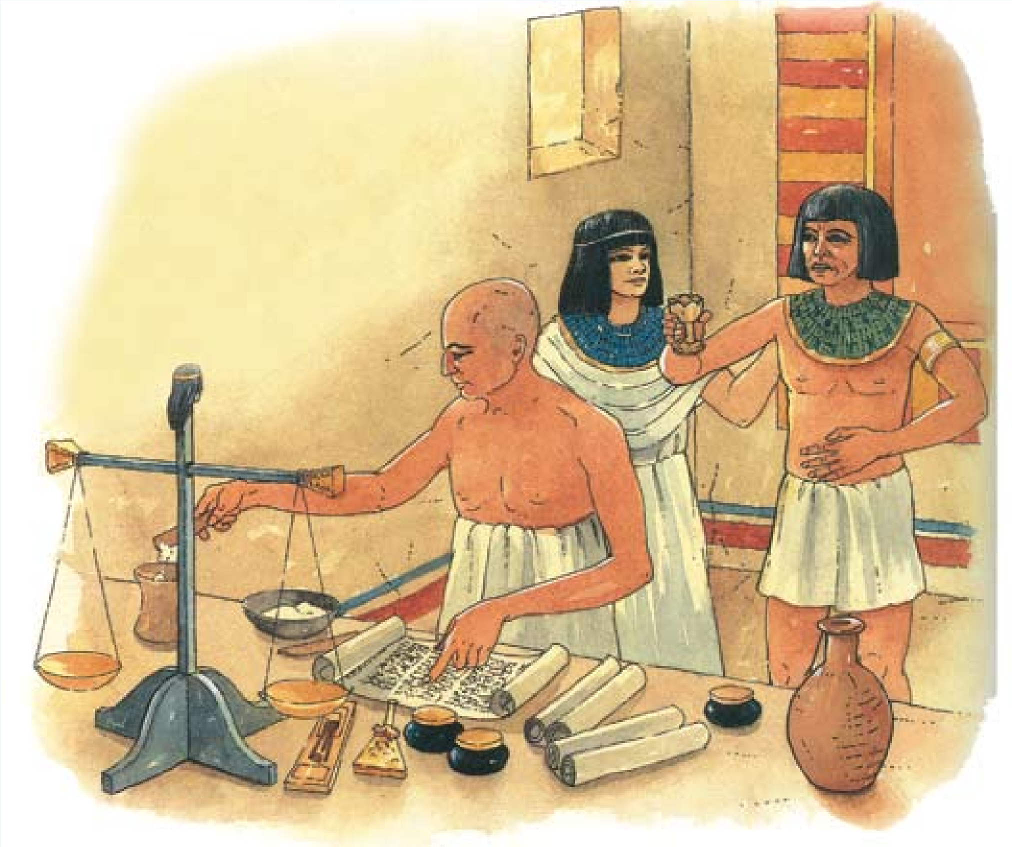
གནའ་རབས་ཀྱི་སྨན་པ་ཚོས་སྨན་རྩ་དང་། གཤག་བཅོས། སྔ་འཕྲུལ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་ན་ཚ་བཅོས་ཐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཕྱི་ལོ་ ༡༦༠༠ ནང་ལ་ཕྲ་མཐོང་ཆེ་ཤེལ་གསར་བཏོད་བྱས་ཤིང་། གཟུགས་ཕུང་མ་ལག་འགྲུབ་ཚུལ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བ་ནས་བཟུང་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་སྒོ་ནས་སྨན་བཅོས་བྱེད་ཐབས་དེ་འགོ་བཙུགས་པ་རེད། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༠༠ ཙམ་གྱི་ནང་ལ་བཟོ་རིག་ཡར་ཐོན་ཕྱིན་པ་ནས་བཟུང་དེང་རབས་ཀྱི་སྨན་བཅོས་ཐབས་ལམ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་འགོ་བཙུགས།

རྩི་ཤིང་ལས་བྱུང་བའི་སྨན།

དེང་དུས་ཀྱི་སྨན་ཕལ་ཆེ་བ་རྫས་སྦྱོར་གྱིས་བཟོས་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་ཡང་། མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་མའི་འབྱུང་ཁུངས་རྩི་ཤིང་ལས་བྱུང་བ་རེད། དཔེར་ན། སྙིང་སྨན་ནི་ཟེང་དུག་ལས་བསྒྲུབས་པ་དང་། འདར་ཚད་བཅོས་པའི་འདར་ཚད་སྨན་ནི་སིན་ཁོ་ན་(Cinchona) སྡོང་པོ་ལས་བསྒྲུབས་པ་དང་། མགོ་སྨན་ནི་ལྕང་མའི་ཤུན་པ་ལས་བསྒྲུབས་པ་ལྟ་བུའོ། །

སྨན་པ་ཐོག་མ།

སྔ་རབས་ཀྱི་ཨི་ཇིབ་དང་རྒྱ་ནག་གི་སྨན་པ་རྣམས་སྨན་པ་སྔ་ཤོས་གྲས་ཡིན། ཨི་ཇིབ་ནང་སྨན་པ་ཚོས་ན་ཚ་བཅོས་པར་སྨན་དང་བྱིན་རླབས་གཉིས་ཀ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་སྲོལ་ཡོད། དེའི་སྐབས་ཨེམ་ཆི་ཚོས་ན་ཚ་བཅོས་པ་



དང་། ལྷ་མ་ཚོས་གདོན་འདྲེ་བཅོས་ཐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ལོ་ངོ་ ༢༦༠༠ ཙམ་གྱི་སྔོན་ལ་བྱུང་བའི་ཨི་ཇིབ་པ་ཨིམ་ཧོ་ཏེཔ་(Imhotep) ཟེར་བ་ཁོང་ནི་ར་འཕྲོད་བྱུང་བའི་སྨན་པ་སྔ་ཤོས་དེ་ཡིན།

ཁྲག་གི་རྒྱུ་བ།

ཕྱི་ལོ་ ༡༦༢༨ ལོར་ཨིན་ཇིའི་སྨན་པ་ཝེ་ལི་ཡམ་ ཧར་ཝེ་(William Harvey)ཡིས་འཕར་རྩའི་ནང་ཁྲག་གཏོང་མཁན་དེ་སྙིང་ཡིན་པ་གསར་རྙེད་བྱུང་བ་རེད། ཁོས་གཟུགས་པོ་ཡོངས་རྫོགས་ནང་ཁྲག་འཁོར་སྐྱོད་བྱས་ནས་སླར་སྡོད་རྩ་རྒྱུད་སྙིང་ནང་ཕྱིར་ལོག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པར་གསལ་སྟོན་བྱས་ཡོད།

ང་ཚོས་རང་གི་རུས་པ་ཇི་ལྟར་མཐོང་ཐུབ་སམ།

ང་ཚོས་གཟུགས་པོའི་ནང་གི་རུས་པ་རྣམས་གློག་པར་བརྒྱབས་པ་ལས་མཐོང་ཐུབ། དེ་ཡང་ཕྱི་ལོ་ ༡༨༩༥ ལོར་ཇར་མ་ནིའི་ཚན་རིག་པ་ཝིལ་ཧེལྨ་རོན་ཀྲན་(Wilhelm Rontgen)གྱིས་ཐད་འཛིགས་འོད་ཟེར་ཨེག་སེ་འཕྲོ་འོད་(X-ray)དེ་ཤོག་བུ་དང་། ཤིང་། ཕ་རྣག་བཅས་ཀྱི་ནང་ཤར་སྐྱོད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། ལྕགས་རིགས་དང་རུས་པའི་ནང་ཐུབ་ཀྱི་མེད་པ་གསར་རྙེད་བྱུང་བ་རེད། དེ་ནས་ཟླ་བ་འགའ་ཤས་ནང་ལ་སྨན་པ་ཚོས་གཟུགས་པོའི་ནང་གི་རུས་པའི་པར་ལེན་རྒྱུར་གློག་པར་བེད་སྤྱོད་བྱས་པ་རེད།། །།

ཕྲ་སྲིན་གསར་རྙེད་བྱུང་བའི་ལོ།

ཧོ་ལན྄་གྱི་ཡོ་ཆས་བཟོ་པ་ཨེན་ཊོ་ནི་ ཕེན་ ལིཡུ་ཕེན་ཧོ་ཨེཀ་(Antonie Van Leeuwenhoek)ཟེར་བ་ཞིག་གིས་ཤུགས་ཚད་མཐོ་པོ་ཡོད་པའི་ཕྲ་མཐོང་ཆེ་ཤེལ་དང་པོ་དེ་བཟོས་པ་རེད། ཆེ་ཤེལ་དེས་ལྟབ་ཉིས་བརྒྱ་ལྷག་ཆེར་སྐྱེད་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། ཕྱི་ལོ་ ༡༦༨༣ ལོར་ཁོང་གིས་ན་ཚའི་རྒྱུ་རྐྱེན་བྱེད་མཁན་ཕྲ་སྲིན་ཚུང་ཚུང་གི་རི་མོ་རྣམས་པར་དུ་བསྐྲུན་ཡོད། དེའི་སྐབས་ཁོང་གིས་ མི་ལོ་ ༢༠ སྔོན་གྱི་ཨིན་ཇིའི་ཚན་རིག་པ་རོ་བྷཊ་ ཧུག་(Robert Hooke)གིས་སྐྱི་ལྤན་གྱི་གཟུགས་རྣམས་སྦྱངས་ཐུབ་ཚུལ་བཤད་པ་དེའི་ཐོག་ད་དུང་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བཞིན་ཡོད།

ཉེན་ཁ་མེད་པའི་གཤག་བཅོས།

ཕྱི་ལོ་ ༡༨༦༥ ལོར་སི་ཀོ་ཊ་ལེནྡ་གྱི་གཤག་བཅོས་སྨན་པ་ཇོ་སེཕ་ ལིས་ཊར་(Joseph Lister)ནི། ནད་པར་གཤག་བཅོས་བྱེད་སྐབས་གཞན་ཁ་ལས་སྐྱོན་པའི་རུལ་སུངས་འགོག་རྫས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་ཐོག་མ་དེ་ཡིན། ཁོང་གིས་གཤག་བཅོས་ཁང་ནང་ནག་རྫས་སྣུམ་ཞུན་སྐྱུར་རྫས་(Carbolic acid) གཏོར་བ་མ་ཟད། ནད་འབུ་འཇོམས་པར་སྐྱུར་རྫས་དེའི་ནང་རྩ་དགྲིས་སྦང་བ་སོགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

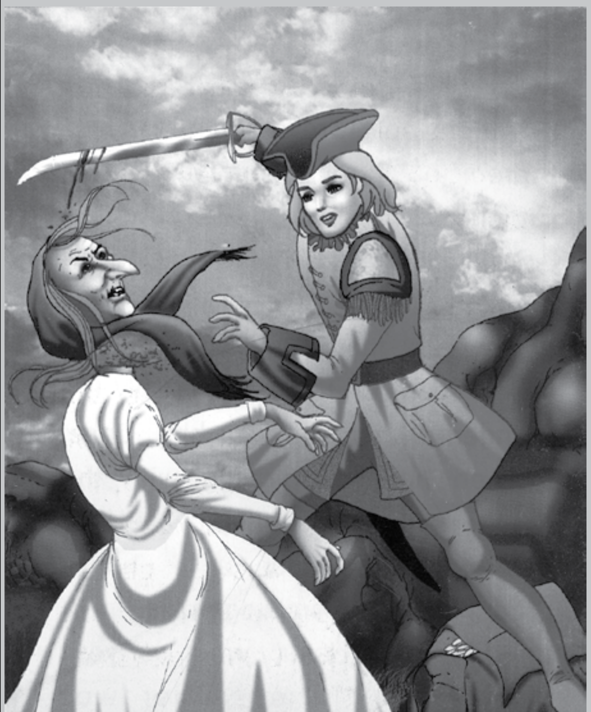
"སྨྲ་མཐུད་རྒྱ།

མི་ལྤགས་སྨམ་ཆུང་།

དགེ་དབང་བསྟན་འཛིན་གྱིས་བསྒྱུར།

དེ་ནས་དམག་མི་དེས་ཤིང་སྡོང་དེར་འཛེགས་རྗེས་ལམ་སང་ཁོང་བུ་དེ་བརྙེད་པ་རེད། ཁོས་ཁོང་བུ་དེ་བརྒྱུད་ནས་དཀར་ཆ་ངོད་པའི་བར་ཁྲམས་བར་དུ་ཕྱིན། དེར་གཏུམ་དྲག་ཆེ་བའི་ཁྱིས་བསྲུང་བའི་སྒོ་ཆེན་པོ་གསུམ་མཐོང་། ཁོས་ཁྱི་དང་པོ་དེ་ལ། "ཁྱེད་རང་ཁྱི་བཟང་པོ་ཞིག་རེད་ཤག" ཅེས་ལབ་སྟེ་གཏེར་མཛོད་ནས་ཟངས་ཀྱི་ཏམ་ཀ་རྣམས་བླངས་པ་རེད།

དེ་བཞིན་ཁོས་ཁྱི་གཉིས་པ་དེ་ལའང་འཛམ་པོའི་ཐོག་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་དེ། གཏེར་མཛོད་ནས་དངུལ་གྱི་ཏམ་ཀ་རྣམས་བླངས་པ་རེད། དེ་ནས་ཁོས་ཁྱི་གསུམ་པ་དེ་ལ། "ཐུ་དྲི་བདེ་ལེགས།" ཞེས་ཞུས་ཏེ་མི་ལྤགས་སྨམ་ཆུང་དང་མཉམ་དུ་གསེར་རྣམས་བླངས་ཏེ་ཕྱིན་པ་རེད།



དེ་ནས་ཁོ་མར་ཐོན་ཏེ་བདུད་མོ་དེར། "མི་ལྤགས་སྨམ་ཆུང་འདི་ཡིས་གང་བྱེད་རྩིས་ཡོད་དམ།" ཞེས་དྲིས་པར། བདུད་མོས་ཁོའི་དྲི་བ་དེར་ལན་མ་བརྒྱབས་པའི་ཁར་ཁོ་ལ་ངན་སྤྱགས་བརྒྱབ་དགོས་བསམས། ཡིན་ནའང་བདུད་མོས་གང་ཡང་མ་བྱས་གོང་དམག་མི་དེས་རང་གི་གྲི་དེ་བཏོན་ནས་བདུད་མོ་དེ་བསད། དེ་ནས་ཁོས་ནོར་མཛོད་ཡོངས་རྫོགས་བསྡུས་པ་དང་། མི་ལྤགས་སྨམ་ཆུང་དེ་ཁྱེར་ནས་གྲོང་ཁྱེར་དུ་ཕྱིན་ནས་དེར་ཁོ་སྡོ་པོ་བྱས་ནས་བསྡད་པ་རེད།

དམག་མི་དེ་གྲོང་ཁྱེར་དུ་སྡོད་པའི་རིང་རྒྱལ་པོས་རང་གི་སྲས་མོ་དེ་པོ་བྲང་ནང་བཙོན་བཙུག་བྱས་ཡོད་པ་ཤེས་པ་རེད། སྲས་མོ་དེ་འབྲུངས་པའི་སྐབས་རྒྱལ་པོའི་མཚན་མཁན་གྱིས། ནམ་ཞིག་སྲས་མོ་ནར་སོན་སྐབས་སྲས་མོས་དམག་མི་ཞིག་དང་ཆང་ས་བརྒྱབ་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ལུང་བསྟན་བྱས་པ་རེད། ལུང་བསྟན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་པོས་སྲས་མོ་ཕྱི་ལ་གཏོང་གི་མེད་པ་རེད། ...མུ་མཐུད་རྒྱུ།

སྙན་ཚིག

རང་ཡུལ་སྐྱུག་གི་དྲན་གླུ།

ཚེ་དབང་རྟ་མགྲིན། འབྲས་ལྗོངས།

དཀར་གཙང་སྤྲིན་པའི་ཐོན་པོ་ལྷ་ལམ་དུ་ལྡིང་ཞིང་། །
རབ་དཀར་ཁ་བས་གཡོགས་པའི་མྱུ་མེད་ཀྱི་གངས་རི། །
མཛེས་མའི་ཆེམས་ཕྲེང་ཇི་བཞིན་རྣམ་པར་དུ་བཀྲ་བ། །
སྐྱུག་གི་ཡུལ་ལྗོངས་དྲན་དུས་སྐྱོ་སྣང་ཞིག་སྐྱེས་བྱུང་། །
གཡུ་ཡི་གཞོང་པ་ལྟར་མཛེས་སྤུང་ལྗོངས་ཀྱི་གཙང་མ། །
སྣ་ཚོགས་བྲ་ཡིས་བརྒྱན་འདྲའི་མེ་ཏོག་གིས་ཁེངས་ཤིང་། །
དྭངས་བསིལ་གཙང་ཆབ་སྔོན་མོ་ཤང་ཤང་དུ་རྒྱུགས་པའི། །
སྐྱུག་གི་ཡུལ་ལྗོངས་དྲན་དུས་སྐྱོ་སྣང་ཞིག་སྐྱེས་བྱུང་། །
ཀླུ་མོ་སྐྱ་ཆུ་ཞེས་གྲགས་ཆུ་ཆེན་ནི་རྣམ་གཉིས། །
དབྱར་དགུན་སྟོན་དཔྱིད་མེད་པར་དལ་བུ་རུ་རྒྱུ་ཞིང་། །
ཉ་དང་ངང་པའི་ཐྲུ་གུས་རྐྱལ་རྩེད་ཀྱི་རྩེ་ས། །
སྐྱུག་གི་ཡུལ་ལྗོངས་དྲན་དུས་སྐྱོ་སྣང་ཞིག་སྐྱེས་བྱུང་། །
ཐང་ཆེན་ཆེར་མས་ཁེངས་པའི་ས་གཞི་ཡི་ངོས་སུ། །
རྒྱང་གྲོད་པོ་མོ་རྩེད་འཇོ་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་གཡེངས་ཤིང་། །
རྒྱང་ཐྲུག་སྐྱིད་ཉལ་བྱེད་སའི་བདེ་ཆེན་གྱི་ཞིང་ཁམས། །
སྐྱུག་གི་ཡུལ་ལྗོངས་དྲན་དུས་སྐྱོ་སྣང་ཞིག་སྐྱེས་བྱུང་། །
སྐྱ་ཀ་བུ་ཤུད་ལ་སོགས་བྱ་རིགས་ཀྱི་ཚོགས་རྣམས། །
ན་དང་ཞིང་གི་གསེབ་ཏུ་འཕུར་ལྡིང་ལ་རོལ་ཞིང་། །
བྱིའུ་ཐྲུག་ཁ་དམར་བག་ཐེབས་བྱིའུ་ཚང་དུ་ཉལ་ས། །
སྐྱུག་གི་ཡུལ་ལྗོངས་དྲན་དུས་སྐྱོ་སྣང་ཞིག་སྐྱེས་བྱུང་། །
མར་གད་ནེ་ཙོའི་ཁྱུ་ཚོགས་ས་སྙིང་དུ་བབས་ལྟར། །
ལྗང་གཞོན་དལ་བུའི་རླུང་གིས་ཡོམ་ཡོམ་དུ་བསྐྱོད་པས། །
ཞིང་གི་སྙེ་མས་ལྷེམ་ལྷེམ་ཞབས་བྲོ་ཡི་རྒྱུག་ས། །
སྐྱུག་གི་ཡུལ་ལྗོངས་དྲན་དུས་སྐྱོ་སྣང་ཞིག་སྐྱེས་བྱུང་། །
དྭངས་གསལ་དྲི་ཟའི་མེ་ལོང་ས་སྟེང་དུ་ལྷུངས་ལྟར། །
མ་བཅོས་གཏིང་མཚོ་སྔོན་མོ་གང་ས་རུ་འཁྱིལ་བས། །
གནམ་གྱི་ཉི་ཟླ་སྐར་གསུམ་ལྷམ་ལྷམ་དུ་གསལ་ས། །
སྐྱུག་གི་ཡུལ་ལྗོངས་དྲན་དུས་སྐྱོ་སྣང་ཞིག་སྐྱེས་བྱུང་། །
བོ་ལྷས་ཀླུ་མོ་གྲོག་ལྷས་ཤིང་ནགས་ལ་སོགས་པར། །
སྐྱུག་གི་ར་ལུག་ཁྱུ་ཚོགས་བརྒྱ་ཕྲག་དང་བརྒྱ་ཕྲག །
སྲོག་གི་འཇིགས་པ་མེད་པར་བག་ཕེབས་སུ་རྒྱུ་ས། །
སྐྱུག་གི་ཡུལ་ལྗོངས་དྲན་དུས་སྐྱོ་སྣང་ཞིག་སྐྱེས་བྱུང་། །
གཡང་དཀར་ལུག་ཁྱུས་རྟ་ཆུ་གང་བཟང་དུ་སྤྱོད་ཅིང་། །
དབྱིད་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་བཞེད་པའི་དགའ་སྟོན་དང་བསྟུན་ནས། །
ལུ་གུས་སྙན་པའི་གླུ་དབྱངས་ལྷང་ལྷང་དུ་ལེན་ས། །
སྐྱུག་གི་ཡུལ་ལྗོངས་དྲན་དུས་སྐྱོ་སྣང་ཞིག་སྐྱེས་བྱུང་། །
ཕ་ཡུལ་སྐྱུག་གི་ཡུལ་ལྗོངས་མིག་ལམ་དུ་གསལ་ཞིང་། །
བྱམས་ལྡན་གཉེན་གྱི་བཞིན་རས་ལྷང་ལྷང་དུ་དྲན་ནས། །
གང་བསམ་སྙན་རྩོམ་ལམ་ནས་བརྗོད་ཐབས་ཤིག་བྱེད་སྐབས། །
རང་སེམས་སྐྱོ་བའི་མིག་ཆུ་དབང་མེད་དུ་ཤོར་སོང་།། །།

[illegible]

བསྟན་འཛིན་རབ་བརྟན། གོ་པལ་པུར་བོད་ཁྱིམ། བརྒྱད་པ་གདུགས།

ཀ་ཡེ་གསོན་དང་ང་ཡི་མཛེས་ལྡན་ལགས། །
ཁ་ཙམ་མ་ཡིན་སྙིང་གཏམ་ཚིག་གསུམ་ཡོད། །
ག་པར་ཕྱིན་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱི་ཞལ་རས་མཐོང་། །
ང་ལ་ལན་གཅིག་གསོན་དང་བུ་མོ་ལགས། །
ཅ་ཅོ་མ་མང་བུ་ཆུང་ང་ལ་གསོན། །
ཆ་ལུགས་མེད་ཀྱང་སྙིང་གཏམ་ཚིག་གསུམ་ཡིན། །
ཇ་ཆང་མེད་ཀྱང་བརྩེ་དུང་ང་ལ་ཡོད། །
ཉ་མོ་ལྟར་གྱི་བུ་མོ་ང་ལ་ཉོན། །
ཏ་ལའི་སྡོང་པོ་ལྟར་གྱི་སྐུ་གཟུགས་འདི། །
ཐ་མ་ང་ཡི་མིག་གི་མདུན་དུ་མཐོང་། །
ད་ཆ་ང་ཡི་སེམས་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་འཕྲོར། །
ན་མོ་ཁྱོད་རང་ང་ཡི་སྙིང་གི་གྲོགས། །
པ་སངས་སྐར་ཆེན་ལྟ་བུའི་ཞལ་རས་དེ། །
ཕ་ནོར་བུ་ཆུང་ང་ཡི་མིག་ལ་ཤར། །
བ་ལང་འདྲ་བའི་ཁྱོད་ཀྱི་དགའ་རོགས་དེས། །
མ་བྱེད་དགུ་བྱེད་བྱས་ནས་དེ་ལྟར་ཆགས། །
ཙ་རི་བསྐོར་བའི་གོ་སྐབས་མ་རག་ཀྱང་། །
ཚ་གྲང་དཀའ་ཐུབ་མི་ཚེ་ངས་བསྐྱལ་ཐུབ། །
ཛྙ་ཧི་འདྲ་བའི་སེམས་པ་མེད་ན་ཡང་། །
ཝ་མོ་ལྟར་གྱི་གཡོ་སྒྱུ་ང་ལ་མེད། །
ཞྭ་མོ་ཚེ་རིང་སྐྱིན་ཁེབས་མགོ་ལ་གྱོན། །
ཟ་མ་ཞིམ་པོའི་བཙུད་ལ་རོལ་བ་ནས། །
འ་ཅག་གཉིས་པོའི་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་དེ། །
ཡ་རབས་ཅན་དུ་འགྱུར་བའི་སྨོན་འདུན་ཞུ། །
ར་མ་ལུག་གི་ངོ་བོ་མ་ཡིན་ལ། །
ལ་ཕྱུག་ལྟར་གྱི་ བླུན་པོ་དེ་བས་མིན། །
ཤ་གྲོད་མཚར་སྡུག་རྒྱས་པའི་མཛེས་ལྡན་ཁྱེད། །
ས་ཕྱོགས་གང་དུ་ཕེབས་ཀྱང་ཡིད་ལ་འཆར། །
ཧ་ཅང་ཤ་ཚ་ཆེ་བའི་ཚིག་གསུམ་འདི། །
ཨ་ཅི་ང་ཡིས་སྙིང་གྲོགས་ཁྱོད་ལ་ཕུལ།། །།

[illegible]

[illegible]

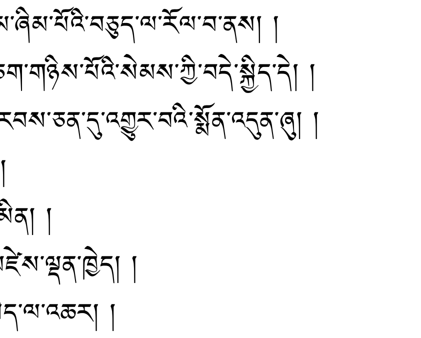
ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བསྒྱུར་བཟོ་བྱས།

ཉིན་གཅིག་འཛིན་གྲྭའི་བར་གསེང་སྐབས་སུ་སློབ་ཕྲུག་ཅིག་གིས། ངས་ང་ཚོའི་སློབ་གྲྭའི་ནང་ནས་སུ་གཅིག་གིས་ཀྱང་བྱེད་མི་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། དེ་དགེ་རྒན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གནང་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད། ཅེས་བཤད། དེ་ནས་འཛིན་གྲོགས་ཚོས། དེ་ག་རེ་རེད། ཅེས་སྐད་བརྒྱབས་པར། སློབ་ཕྲུག་དེས། ངའི་ཡིག་གཟུགས་ཀློག་དགོས་པ་ཡིན་ཞེས་ཤིག་ཞེས་ལན་བཏབ་སྐེ་ཚང་མ་གད་མོ་ཤོར།

སྐྱོན་མི་འདུག

ཉིན་གཅིག་མི་ཞིག་གནས་ཚང་གཡར་དུ་སླེབས་པ་རེད། གནས་པོ་དེས་བཞུགས་དང་ཞེས་བཤད་ནས། ཐ་མག་ཅིག་བཏོན་ཏེ་འཐུང་གྲབས་བྱེད་སྐབས། ངས་ཐ་མག་བཏུངས་ན་སྐྱོན་མི་འདུག་གམ། ཞེས་དྲིས་པར། འགྲུལ་པ་དེས། མི་འདུག སྐྱོན་མི་འདུག ཡིན་ནའང་ཁྱེད་ཉིད་གང་ཡང་གནང་མདོག་ཁ་པོ་མ་རེད། ང་མི་གཞན་གྱིས་ཐ་མག་བཏུངས་ན་སྐྱུག་གི་ཡོད། ཅེས་ལབ་པ་དང་གནས་པོ་ཅི་བྱེད་འདི་བྱེད་མེད་པར་ལུས།

[illegible]



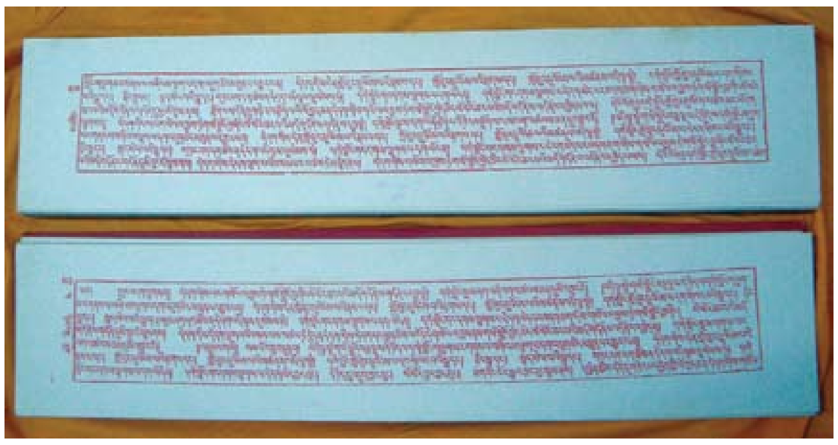
བུ་གཅིག་གིས། ངས་སྔར་མ་ལྷ་བསད་ཡིན། དེའི་ནང་ནས་གསུམ་པོ་དང་གཉིས་མོ་རེད་འདུག ཅེས་གྲོགས་པོར་ལབ། གྲོགས་པོས། ཨ། ཁྱེད་རང་གིས་གཉིས་མོ་ཡིན་པ་ག་འདྲ་ཤེས་སོང་། ཞེས་དྲིས་པར། བུ་དེས། སྦྲང་མ་གཉིས་ཤེལ་སྒོའི་སྐད་ལ་བསྡད་འདུག ཅེས་ལན་བརྒྱབས་པས། གྲོགས་པོ་དེ་གད་མོ་མ་ཤོར་རང་ཤོར་ཆགས་པ་རེད།

༼གོང་གི་མཚར་གཏམ་ཁག Piya Maria Vas ཞེས་པས་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་བྱས་པའི་ Jokes for children-Friends & Play ཞེས་པ་ནས་བསྒྱུར་བཟོ་བྱས།༽

༄༅། །བཀའ་འགྱུར་ཁྲོད་ཀྱི་ཆོས་ཚན་ངོ་སྤྲོད། ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན།

སྡེ་དགེ་བཀའ་འགྱུར་དང་བསྟན་འགྱུར་གྱི་འཕེལ་རིམ།

སྔོན་མའི་འཕྲོས།''' དེ་ནས་ང་དགུའི་དུས་འགྱུར་དན་པ་བྱུང་མཆམས་ལྷ་གོང་ས་ལྷ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་དབུ་འཕྲིད་པའི་བོད་མི་མང་པོ་རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་ནང་བཙན་བྱོལ་དུ་འབྱོར་ཞིང་། རང་དབང་ཤུང་པ་དེ་དག་གི་འཕེལ་རྒྱས་དང་ལྷན་དུ་སྡེ་དགེའི་བཀའ་འགྱུར་དང་བསྟན་འགྱུར་དེ་དག་གི་པར་སྐྲུན་ཇེ་ལེགས་སུ་གྱུར་པ་སྟེ། ༡༩༧༩ ལོར་ལྷ་རྒྱལ་བ་ཀརྨ་པ་སྐུ་ཕྲེང་བཅུ་དྲུག་པ་རིག་པའི་རྡོ་རྗེས་སྡེ་དགེ་པར་མའི་བཀའ་འགྱུར་དང་བསྟན་འགྱུར་ཆ་ཚང་འཕྲུལ་པར་དུ་བཏབ་སྟེ་ཆོས་སྦྱིན་དུ་གནང་ཞིང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ལོར་དར་ཐང་སྤྲུལ་སྐུ་མཆོག་གིས་སྡེ་དགེ་པར་མའི་བཀའ་བསྟན་ཆ་ཚང་པར་སློག་གིས་དེང་སང་དེབ་གཟུགས་སུ་བསྒྱུར་ནས་དཀར་ཆག་བཅས་པས་དེབ་གྲངས་ ༡༢༥ ཙམ་པར་སྐྲུན་གནང་ཡོད།



ལྷག་པར་དུ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོར་ཀྲུང་གོའི་བོད་རིག་པ་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་གནས་ཀྱི་བཀའ་བསྟན་དཔེ་བསྡུར་ཁང་གིས་སྡེ་དགེ་པར་མར་གཞི་གཙོ་བོར་བཅོལ་ནས་པོད་ ༡༠༩ ཡོད་པའི་བཀའ་འགྱུར་དཔེ་བསྡུར་མ་དང་། པོད་ ༡༢༠ ཙམ་གྱི་བསྟན་འགྱུར་དཔེ་བསྡུར་མ་གཉིས་དེང་རབས་ཀམ་པྱུ་ཊར་འཕྲུལ་ཆས་བེད་སྤྱོད་ཀྱིས་པར་སྐྲུན་གནང་ཡོད། དེ་བཞིན་དར་ཐང་སྤྲུལ་སྐུ་མཆོག་གི་ཡེ་ཤེས་སྡེ་ཆོས་པར་ཁང་ནས་ཀྱང་སྡེ་དགེ་པར་མར་གཞི་བཅོལ་ཏེ། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ དང་། ༢༠༡༣ ལོ་སོ་སོར་རིམ་པ་བཞིན་པོད་ ༡༢༣ ཙམ་གྱི་བཀའ་འགྱུར་དང་། པོད་ ༢༡༥ ཙམ་གྱི་བསྟན་འགྱུར་གོང་བཞིན་ཀམ་པྱུ་ཊར་བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་རྩུས་འགོད་ཐོག་པར་སྐྲུན་གནང་བ་བཅས་སྡེ་དགེ་བཀའ་འགྱུར་དང་བསྟན་འགྱུར་གྱི་པར་སྐྲུན་འཕེལ་རིམ་ཡར་ངོའི་ཟླ་ལྟར་གྱུར་ཏོ།། །།

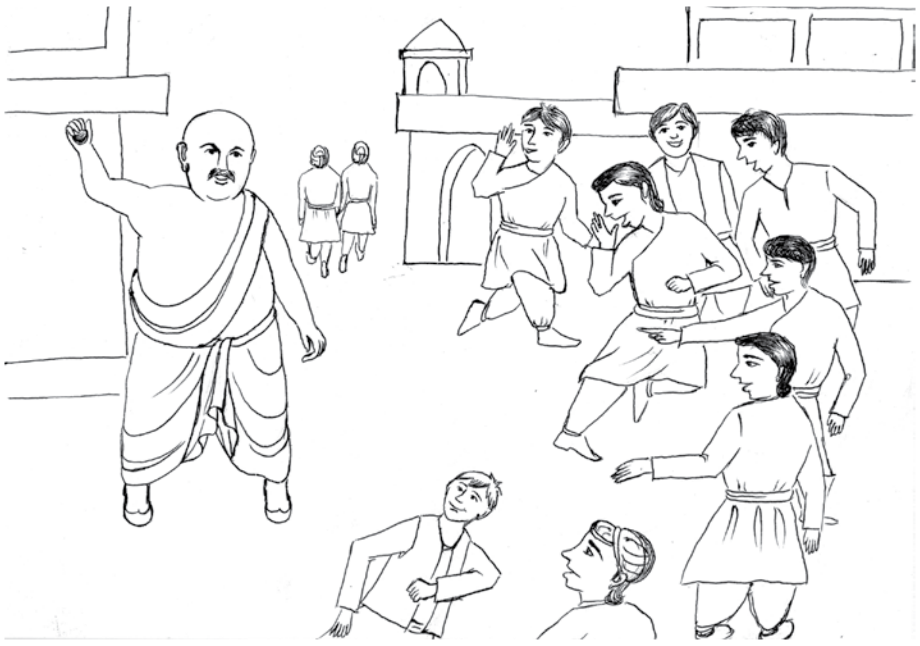
'''སུ་མཐུད་རྒྱུ།

ཨཀ་བར་དང་བྷི་ར་བལ། སྐྱིད་ཤོད་བསམ་གྲུབ་ཀྱིས་བསྒྱུར།

༣༩) པཎྜི་ཏ་ལགས།

དིལླི་གྲོང་ཁྱེར་ནང་ཟ་རྒྱུ་དང་གཉིད་ཉལ་རྒྱུར་དགའ་བའི་བྲམ་ཟེ་རྒྱུགས་ལ་ལེ་ལོ་ཅན་ཞིག་ཡོད། ཁོ་རང་བྱིས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱུར་འདོད་མོས་མེད་པར་བརྟེན། རིག་བྱེད་དང་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་གང་ཡང་མེད། འོན་ཀྱང་མི་གཞན་གྱིས་རང་ཉིད་ལ་པཎྜི་ཏ་ལགས་ཞེས་བརྗོད་རྒྱུར་རེ་བ་ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ། མཁས་དབང་རྣམས་ལ་པཎྜི་ཏ་ལགས་ཞེས་འབོད་པ་ཐོས་སྐབས་ཁོང་གི་རེ་འདོད་དེ་བས་ཤུགས་ཆེ་རུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེ་འདྲ་གནས་ཡོང་ཐོད་དམ། རིག་བྱེད་དང་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ཀ་ཁ་ཙམ་ཡང་མི་ཤེས་མཁན་ཞིག་ལ་པཎྜི་ཏ་ལགས་ཞེས་འབོད་མི་སྲིད།

ཁོ་རེ་འདོད་དྲག་པོའི་དབང་གིས་ཉིན་གཅིག་བྷིར་བལ་གྱི་དྲུང་དུ་ཕྱིན་ཏེ་སྨྲས་པ། "བློན་པོ་ཆེན་པོ། ཁྱེད་ནི་བློ་གྲོས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཡིན་



པར་བརྟེན། ངས་རེ་སེམས་ཆེན་པོ་ཞིག་བཅངས་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་དྲུང་དུ་བཅར་བ་ཡིན།" ད་དུང་བྲམ་ཟེས་སྨྲ་མཐུད་ནས། "ང་རང་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་མི་ཞིག་མིན། འོན་ཀྱང་མི་གཞན་གྱིས་ངར་པཎྜི་ཏ་ལགས་ཞེས་འབོད་རྒྱུར་སྙོམ་པ་ཚུ་འདོད་ལྟར་གྱི་རེ་བ་ཆེན་པོ་བྱེད་བཞིན་ཡོད།" ཅེས་བརྗོད།

བྷིར་བལ་གྱིས། "གང་འདྲ་བྱས་ནས་དེ་ལྟར་ཡོང་སྲིད་དམ། རང་ཉིད་ལ་མིང་སྟོན་པོ་འདི་འདྲ་ཐོབ་རེ་བྱེད་རྒྱུའི་སྔོན་ལ་འོས་འཚམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལྡན་པ་དགོས།" ཅེས་ལན་བཏབ། བྲམ་ཟེ་དེས། "སྐུ་ཞབས་ལགས། ཡོན་ཏན་མེད་པར་བརྟེན་ཁྱེད་ཀྱི་དྲུང་དུ་རེ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་བཅངས་ནས་ཡོང་བ་ཡིན། སྐུ་མཁྱེན་མི་རྣམས་ཀྱིས་ང་ལ་པཎྜི་ཏ་ལགས་ཞེས་འབོད་པའི་ཐབས་ཤེས་ཤིག་གནང་རོགས། དེ་རང་གིས་འགྲིག་ས་རེད།" ཅེས་ཞུ་བྲག་པའི་སྨུག་སྐད་བརྒྱབས་པས། བྷིར་བལ་གྱིས་ཡུད་ཙམ་རིང་བསམ་བློ་བཏང་བའི་རྗེས་སུ། "སང་ཉིན་སྔ་དྲོ་བྲམ་ཟེ་ཁྱོད་རང་ངའི་ཁང་པའི་ཉེ་འགྲམ་ནས་འགྲོ་དགོས།" ཞེས་གསུངས་པ་རེད།

ཕྱི་ཉིན་ཞོགས་པ་སྔ་པོ་ནས་བྲམ་ཟེ་དེས་བྷིར་བལ་གྱི་ཁང་པའི་ཉེ་འགྲམ་ནས་འགྲོ་འགོ་བཙམས་པ་དང་། དེར་སྒུག་བཞིན་ཡོད་པའི་བྷིར་བལ་གྱིས་སྒང་ལམ་གཡས་གཡོན་ལ་རྩེད་མོར་གཡེང་བའི་ཕྲུ་གུ་འགའ་ཤས་བོས་ནས་ཁོ་ཚོའི་རྣ་ལམ་དུ་སྐད་ཤུགས་ཆུང་དུས། "གལ་སྲིད་ཁྱོད་ཚོས་མི་རྒྱུགས་པ་དེར་པཎྜི་ཏ་ལགས་ལབ་པ་ཡིན་ན་ཁོ་ཁོང་ཁྲོ་ཟ་ཡི་རེད།" ཅེས་ཟེར།

རོལ་རྩེད་ལ་དགའ་བའི་ཕྲུ་གུ་ཆུང་ཆུང་དེ་དག་ལ་དགོད་སྒྲོ་སློང་ཆེད་ཀྱི་གོ་སྐབས་བཟང་པོ་ཞིག་ཐོབ་པས། ཁོང་ཚོ་ཚང་མས་མཉམ་དུ་སྐད་ཅོར་བརྒྱབས་ཏེ། "པཎྜི་ཏ་ལགས། པཎྜི་ཏ་ལགས།" ཟེར་བཞིན་ཕྲུ་གུ་དེ་དག་བྲམ་ཟེ་དེའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བཞིན་སྐད་འབོད་བར་མཚམས་མེད་པར་བྱས།

གནས་ཚུལ་དེས་བྲམ་ཟེ་ཁོང་ཁྲོ་ཟ་ནས་ཕྲུ་གུའི་འབོད་སྐད་མཚམས་འཇོག་བྱེད་རྒྱུའི་འབད་བརྩོན་བྱས་ཀྱང་། ཕྲུ་གུ་དེ་དག་གིས་མཚམས་མ་བཞག་པར་སྨྲ་མཐུད་དེ། པཎྜི་ཏ་ལགས་ཞེས་བོས་པས། ཁོང་ཁྲོའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་ཏེ། ཕྲུ་གུའི་ཕྱོགས་སུ་ལག་རྡོ་འཕེན་པ་དེས་གནས་དོན་ཆབས་ཆེ་རུ་གཏོང་རྒྱུ་ལས་གཞན་པའི་ཕན་ཐོགས་གང་ཡང་མ་བྱུང་། ཕྲུ་གུ་དེ་དག་གིས་ཐག་རིང་ཙམ་དུ་བྲོས་ནས་སྐད་ཤུགས་ཆེན་པོས་པཎྜི་ཏ་ལགས་ཟེར་ནས་སྔར་ལས་སྐད་ཤུགས་ཆེ་ཙམ་བོས་པ་རེད།

ལམ་དུ་ཕར་འགྲོ་ཚུར་འོང་བྱེད་མཁན་མི་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལ་དོ་སྣང་བྱུང་སྟེ། ཁོ་ལ་པཎྜི་ཏ་ལགས་ཞེས་འབོད་དགོས་པའི་ངོས་འཛིན་བྱས། དེ་ལྟར་ཉིན་ཤས་རིང་དེ་ལྟར་སྨྲ་མཐུད་སོང་བས། རིམ་པས་མི་རྣམས་ཀྱི་བྲམ་ཟེའི་མིང་གསར་པ་པཎྜི་ཏ་ལགས་འབོད་པས། ཁོང་གིས་ཡུན་རིང་སྔོན་ནས་སྙོམ་པ་ཚུ་འདོད་ལྟར་གྱི་རེ་བ་བྱས་པ་དེ་མངོན་གྱུར་བྱུང་སོང་ཀྱང་། ཁོ་རང་སེམས་སྐྱིད་པོ་མེད་པར་གྱུར་པ་མ་ཟད། པཎྜི་ཏ་ལགས་ཟེར་བའི་ཚིག་དེ་ནི་དགོད་བྲོ་སློང་ཆེད་དང་། ཟུར་ཟའི་ཚིག་ལྟ་བུར་གྱུར། འོན་ཀྱང་ད་ཆ་ཁོ་ལ་བྱ་ཐབས་གང་ཡང་མེད་པར་གནས་སོ།། །།

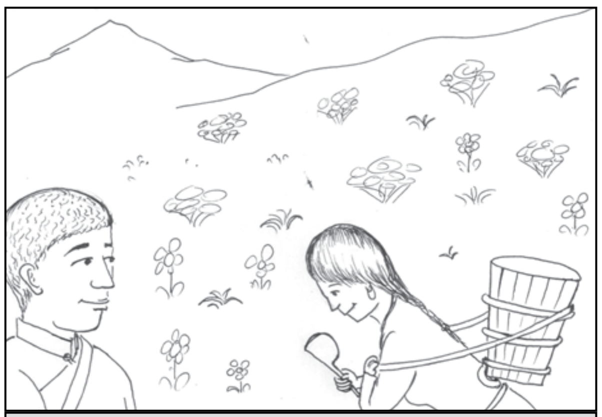
'''སུ་མཐུད་རྒྱུ།

བུ་ཀོལ་ཧོའི་སྐད།། ༡

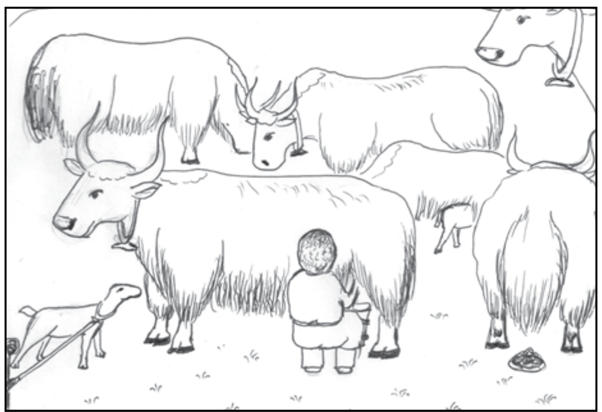
ངག་དབང་དབང་མོ། བདེ་སྐར་སི་ལི་པི་སློབ་དགེ།

གནའ་སྔ་མོ་བུ་ཀོལ་ཧོ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད། ཁོས་ཡུལ་ལུང་གང་སར་ལས་ཀ་འཚོལ་དུ་ཕྱིན། གང་ཙམ་ཞིག་ལ་ཆུ་མིག་ཅིག་གི་འགྲམ་དུ་སླེབས། དེར་ཁོས་ཁ་ངོམས་ངོམས་བར་དུ་ཆུ་བཏུང་ནས་ངལ་གསོས་ཏེ་བསྡད། སྐབས་དེར་བུ་མོ་ཞིག་ཆུ་ལེན་དུ་སླེབས། བུ་མོ་དེས་ཆུ་ཟོམ་ནང་དུ་ཆུ་བཀང་ནས་ཁོ་ལ་ཆུ་ཟོམ་འདི་ཡར་འཁྱོགས་རོགས་ལབ་པས། ཁོས་ཆུ་ཟོམ་ཡར་འདེགས་བཞིན་དུ་ཨ་ཅག་ང་ལ་ལས་ཀ་ཞིག་སྤྲོད་རོགས་ཞེས་སྨྲས་པ་ན། བུ་མོ་དེས་ལས་ཀ་གང་ཡང་མེད་ཟེར་ནས་ཕྱིན།

བུ་ཀོལ་ཧོའི་བསམ་པར་འདིར་ཆུ་ལེན་མཁན་མི་གཞན་ཡང་ཡོང་སྲིད། ཁོ་ཚོར་ལས་ཀ་ཡོད་མེད་འདྲི་ཚོག་བསམས་ནས་དེར་སྒུག་གིན་བསྡད། སང་ཉིན་དེར་བུ་མོ་གཞན་ཞིག་ཆུ་ལེན་དུ་ཡོང་སྐབས། ཁོ་གཉིས་དབར་སྔར་བཞིན་གླེང་མོལ་བྱུང་བས། བུ་མོ་དེས་ཀྱང་ལས་ཀ་གང་ཡང་སྤྲོད་རྒྱུ་མེད་ཟེར་ནས་སོང་། ཡང་གནངས་ཉིན་དེར་བུ་མོ་གཞན་ཞིག་ཆུ་ལེན་དུ་སླེབས། བུ་མོ་དེས། ཁྱེད་རང་གང་ནས་ཡོང་བ་ཡིན་ནམ། ག་པར་འགྲོ་མཁན་ཡིན་ནམ། འདིར་བསྡད་ནས་ཅི་བྱེད། ངའི་ཆུ་ཟོམ་འདི་འཁྱོགས་རོགས། ཞེས་བརྗོད།



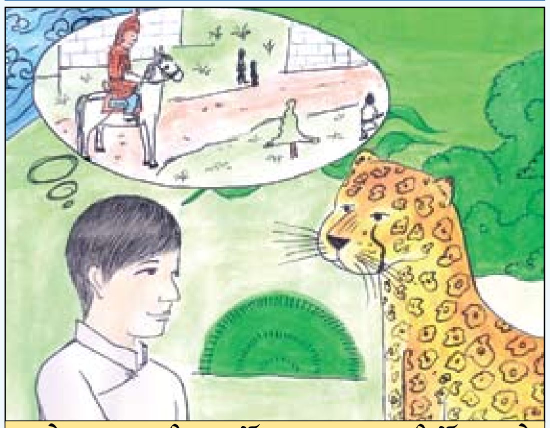
དེ་ནས་བུ་དེས་ཆུ་ཟོམ་ཡར་འདེགས་བཞིན་དུ། ཨ་ཅག་ལགས། ང་སྤྲང་པོ་ཞིག་ཡིན་པས། གར་འགྲོ་གར་སྡོད་མེད། ལས་ཀ་ཞིག་ཡོད་ན་ང་ལ་སྤྲོད་རོགས་གནང་། ང་ལ་སྡོད་སའི་གནས་ཀྱང་མེད། ཅེས་ལབ་པར། བུ་མོ་དེས་ཡུད་ཙམ་བསམ་བློ་བཏང་ནས་འབྲིག་གི་རེད་ཟེར་ནས་ནང་དུ་འཁྲིད་ཕྱིན། ཆུ་མིག་དེའི་ཕར་ཙམ་ན་འབྲོག་པའི་མི་ཚང་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་སླེབས། དེ་ནི་བུ་མོ་དེའི་ནང་ཡིན་པ་མ་ཟད། སྔར་འཕྲད་པའི་བུ་མོ་གཞན་གཉིས་ཀྱང་དེར་ཡོད་པ་རེད།



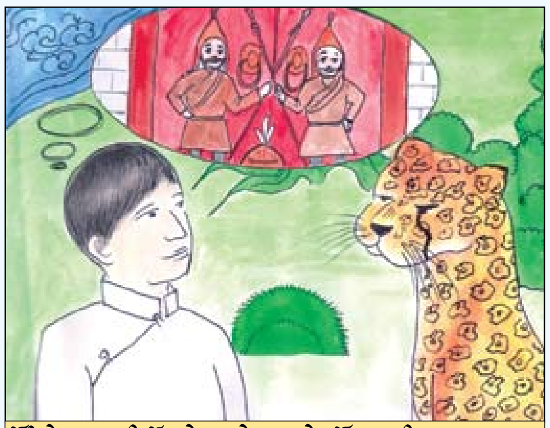
ཁོ་ནང་དུ་འཁྲིད་མཁན་ནི་བུ་མོ་ཆུང་ཤོས་དེ་ཡིན། མི་ཚང་དེར་ནང་མི་ཕ་མ་རྒན་རྒོན་གཉིས་དང་བུ་མོ་སྤུན་གསུམ་ཡོད་ཅིང་། འབྲི་གཡག་ར་ལུག་སོགས་སྒོ་ཕྱུགས་མང་པོ་ཡོད་ལ། བུ་མོ་སྤུན་གསུམ་ཀས་ལས་ཀ་རེ་མོས་ཚུལ་གྱིས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། བུ་ཀོལ་ཧོ་ཉིན་དང་པོར་བུ་མོ་རྒན་པའི་ལས་རོགས་སུ་ཕྱུགས་རྫིར་བཏང་། འབྲི་གཡག་འཚོ་བར་རིའི་སྐྱང་དུ་འགྲོ་དགོས་པས། བུ་མོས་ཞོགས་པ་སྔ་པོ་ནས་ཁོ་ཡར་བསླངས་ནས་འབྲིའི་འོ་མ་འཛོ་རྒྱུ་དང་གཡག་ར་གཙང་མ་བཟོ་རུ་བཅུག '''སུ་མཐུད་རྒྱུ།

ཟི་ཏྲ་རང་གིས་རྒྱལ་གཞིས་བསྐྱར་བ།

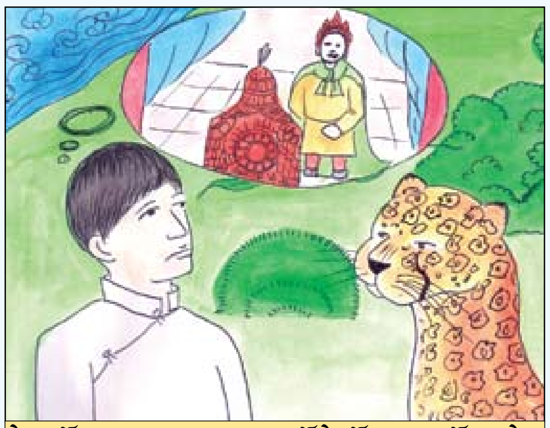
ངག་དབང་བསྟན་འཛིན།



དུས་དེ་ཙམ་ལ་སྔར་གྱི་དཔའ་གྲོང་དགྲ་འདུལ་དམ་པའི་ཆོས་ཞུས་ཏེ་ཡུལ་དེར་ལོག་སླེབས་པ་ན། ཁོས་དེ་སྔ་མཐོང་བའི་རྒྱལ་ཕྲན་དེ་རྣང་དེ་མི་འདྲ་བ་ཞིག་མཐོང་བ་རེད། ཁོས་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་དང་ཡུལ་མི་ཚོའི་འཚོ་བའི་གནས་སྟངས་ཡོངས་རྫོགས་གནམ་ས་ལོག་པ་ལྟར་གྱུར་ཟིན་པ་མཐོང་བས་ཧ་ལས། གནས་སྟངས་དེ་དག་མཐོང་ཚེ་ཁོས་མཐའ་འཁོར་དུ་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་ལ་དོན་དག་ཅི་བྱུང་དྲིས་པ་ན། ཁོ་ཚོས་ཞེད་སྣང་གིས་ལན་མི་ཐོད།



ཁོའི་སེམས་ནང་མི་ཚོས་དེ་ལྟར་ཞེད་སྣང་བྱེད་དོན་གང་ཡིན་ནམ་བསམསམས། ང་ཕྱིན་པའི་རྗེས་ལ་རྒྱལ་མོས་མི་རྣམས་ལ་གདུག་རྩུབ་དང་། དགྲ་གནོད་ཚད་ལས་བརྒལ་བ་བྱས་འདུག་སྙམ་སྟེ། ལན་གཅིག་པོ་བྲང་ནང་ཕྱིན་ནས་རྒྱལ་མོ་ལ་དྲི་དགོས་བསམསམས་ཏེ། པོ་བྲང་གི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད། རྒྱལ་སྲིད་འབྲམ་དུ་སླེབས་ཚེ་སྒོ་སྲུང་བས་བཀག་ཀྱང་མཐར་རྫུ་འཕྲུལ་གྱིས་ནང་དུ་ཐེབས། པོ་བྲང་གི་ཚོམས་ཆེན་ནང་སླེབས་པ་དང་། བཞུགས་ཁྲིའི་སྟེང་དུ་རྒྱལ་སྲས་བཞུགས་ཡོད་པ་མཐོང་འཕྲལ་ཁོས་རྒྱ་མཚན་ཡོངས་རྫོགས་ཤེས་པ་རེད།



དེ་ནས་ཁོས་རྒྱལ་སྲས་ལ་ཞུས་པར། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བདག་ལ་གསོན། །ཁྱེད་ཀྱིས་བདག་ངོ་མཁྱེན་ནམ་ཅི། །བདག་ནི་དཔའ་གྲོང་དགྲ་འདུལ་ཡིན། །ཁྱེད་ཀྱི་གཙུང་མོའི་ངོ་ཤེས་ཡིན། །ད་ཆ་གཙུང་མོ་གང་དུ་ཡོད། །དྲིན་ཆེན་རྒྱལ་མོ་གང་དུ་ཡོད། །རྒྱལ་མོ་འཚོ་བཞུགས་ཡོད་དམ་མེད། །འཚོ་བཞུགས་ཡོད་ན་ཚིག་གཅིག་ཞུ། །མེད་ན་རྒྱུ་མཚན་གང་ཡིན་གསུངས །རྒྱལ་པོས་བདག་ལ་མ་གསང་ཞིག །འདས་དང་མ་འོངས་ད་ལྟ་གསུམ། །བདག་གི་ལག་མཐིལ་ནང་དུ་ཡོད། །རྒྱལ་པོས་བདག་ལ་བྲང་པོ་གསུངས། །ཞེས་སྐད་ཆེན་པོས་དྲིས་པར། ་་་ནུ་མཐུད་རྒྱུ།

སྐྱེ་དངོས་སྨན་རྫས་ངོ་སྤྲོད།

ཚོམ་སྒྲིག་པས་བཏུས།

སྒྲོན་ཤིང་།

སྒྲོན་ཤིང་ནི་གསོམ་ཐང་ཤིང་དང་འདྲ་ལ་ལོ་མ་དེ་ལས་རིང་ལ་ཐག་རྒོད་ཀྱི་ཟེ་བ་གཞིབས་པ་ལྟ་བུ་སྐྱེ་བ་ཡིན། མེ་ཏོག་དམར་སྨུག་འདབ་མ་ལྔ་ལྡན་བརྩེགས་མའི་བང་རིམ་དུ་ཤར་བ་དང་། འབྲས་བུ་སེར་སྨུག་མང་པོ་

གཅིག་གིས་གཅིག་བརྩམས་ནས་ཉ་ཁྲབ་ལྟར་ཆགས་ཤིང་། སྤུ་ལ་མཁྲེགས་པ་སྦར་མོར་ཚུད་ཙམ་སྣིན་པ་ཡིན། སྡོང་པོ་ཐང་ཆུས་ཟིན་པས་སེར་ལ་དྭངས་བ། ཀུན་གྱིས་མེ་སྒྲོན་བྱེད་པ་ཤིང་སྨུམ་ཅན་རྫ་ཧྲི་འི་དྲི་བྲོ་བ་དེའོ། །

སྐྱེ་གནས། བོད་ལྗོངས་ཀྱི་ཉིང་ཁྲི་དང་། སྤོ་ཡུལ། རྫ་ཡུལ་དང་། འབྲུག་ཡུལ། བལ་ཡུལ། འབྲས་ལྗོངས། རྒྱ་གར་གྱི་མངའ་སྡེ་བལ་མོ་ཆེའི་ནང་དང་། ཧི་མ་ཅལ་མངའ་སྡེ་སོགས་སའི་མཐོ་ཚད་རྒྱ་མཚོའི་ངོས་ལས་མི་ཏར་ ༢༥༠༠ ཡས་མས་ཀྱི་ཚ་གྲང་ཆུང་སྙོམས་པའི་རི་ཀླུང་གི་ཡུལ་བལ་མོ་ཆེའི་ནགས་དང་། ཨེ་ཤི་ཡའི་ཡུལ་གྱི་ནུབ་བྱང་ཕྱོགས་སུ་མང་དུ་སྐྱེ་བ་ཡིན། དེ་ཉིད་འདེབས་འཛུགས་བྱས་ཏེ་སྐྱེས་པའང་མང་པོ་ཡོད།

བཏུ་དུས་དང་ལས་སྒྲོན་བྱེད་ཚུལ། སྟོན་དུ་སྡོང་པོ་དང་། ཤིལ་ཏ་ཞེས་པའི་ཐང་ཆུ་བབས་པ་བསགས་ཏེ་སྐམ་པོར་འགྱུར་བ་གཉིས་དུས་ཚོད་ངེས་མེད་དུ་བཏུས་ནས་བེད་སྤྱོད་བྱ་དགོས།

བོད་སྨན་དུ་སྦྱར་བྱ་དང་ཕན་ཡོན། བོད་སྨན་དུ་སྡོང་པོ་དང་ཤིལ་ཏ་སྣེ་ཐང་ཆུ་བབས་པ་སྐམ་པོ་ཆགས་པ་སྨན་སྦྱོར་ཐོག་ཀླུང་དང་སྐྱ་རྦབ་རིགས་ཀྱིས་ལུས་ཁམས་སྐྲངས་པ་དང་། ཡན་ལག་དང་རུས་ཚིགས་ལ་ཆུ་སེར་འཁོར་བ་དང་། དམུ་ཆུ་བསགས་པ། གྲང་བའི་ནད་རིགས། རྨ་ཤུ་སོགས་པགས་ནད་ཀྱི་རིགས་དང་། གླུད་ནད་སོགས་ལ་བན།

མིང་གཞན། ཐང་མ་སྒྲོན་ཤིང་དང་། སྒྲོན་མེ་ཤིང་། ར་སྣ་སོགས་ཟེར། ཨིན་སྐད་དུ། སི་ཀོ་ཊི་སི་ པཱའིན་(Scots pine)ཞེས་པ་ཡིན།

རྒྱ་ཤོ

རྒྱ་ཤོ་ནི་སྔོ་ལྡུམ་གྱི་སྡེ་ཚན་ལས་ལོ་མང་སྐྱེ་བའི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། ལོ་མ་དེ་དག་ཆེ་ལ་ཁ་དོག་ལྗང་དམར་ཡིན། དེ་དག་གཙོ་བོར་ལྡུམ་རར་སྐྱེ་བ་ཡིན། དེའི་རྩ་བ་སེར་པོ་ཚ་རྩ་དང་འདྲ་པོ་ཡོད།

སྐྱེ་གནས། བོད་དང་། བལ་ཡུལ། འབྲུག་ཡུལ། འབྲས་ལྗོངས་སོགས་སའི་མཐོ་ཚད་རྒྱ་མཚོའི་ངོས་ལས་མི་ཊར་ ༣༣༠༠ ཡས་མས་ཀྱི་ཡུལ་ཕལ་མོ་ཆེའི་ལྡུམ་རའི་ནང་དང་། ཆུ་ཡུར་གྱི་ཉེ་འགྲམ། ལམ་སོགས་གཡས་གཡོན་ལ་སྐྱེ་བ་ཡིན།

བཏུ་དུས་དང་ལས་སྒྲོན་བྱེད་ཚུལ། ཕྱི་ཟླ་བདུན་པ་དང་བརྒྱད་པའི་ནང་ལ་ལོ་སྡོང་དང་། མེ་ཏོག འབྲས་བུ་ལྷན་ཅིག་ཏུ་བཀོག་སྟེ་གཙང་མ་བཀྲུས་རྗེས་རླ་ཐབ་སྟེ་བསིལ་སར་བསྐམ་དགོས།

བོད་སྨན་དུ་སྦྱར་བྱ་དང་ཕན་ཡོན། བོད་སྨན་དུ་རྒྱ་ཤོའི་རྩ་ལོ་མེ་འབྲས་ཚང་མ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཅིང་། ངེས་རླ་གསོ་ཞིང་། ཏུས་པའི་ཚ་བ་འཇོམས་པ། ཁ་དང་དུག་ནད་ཤུ་ཐོར་འཇོམས་པ་བཅས་ལ་ཕན་གྱི་ཡོད།

མིང་གཞན། ཤོ་ལོ་ཞིལ་མ་དང་། ཁ་སྣ་ཟེར། ཡོངས་གྲགས་ལ་ལོ་གསར་མེ་ཏོག་ཟེར་བ་དེ་ཡིན། ཨིན་སྐད་དུ། ཨ་མ་རནྠ་(Amaranth)ཞེས་འབོད་པ་ཡིན།

ཁུངས། དབུས་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་སྨན་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྐལ་བཟང་ལགས་ཀྱིས་བརྩམས་གནང་བའི་《བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་དང་ཨཱུ་ཡུར་ཝེ་ད་གཉིས་ཀྱི་སྨན་གཞུང་བཅས་ལས་བསྟན་པའི་སྐྱེ་དངོས་སྨན་རྫས་ཀྱི་དབར་རིས་དང་ལག་ལེན་གཅེས་བཏུས་》ཞེས་པ་ནས་སློབ་མའི་དགོས་མཁོ་ལྟར་བཏུས་ཏེ་བཀོད་པ་ལགས།

རི་མོའི་གླིང་ཁ།

བསྟན་འཛིན་ནོར་བུ།
བིལ་ཀོབ་བོད་ཁྱིམ།
འཛིན་རིམ་དྲུག་པ་གདུགས།

ཕྱུ་གཉིས་ཀྱི

ཉི་ཤར་སྒྲོལ་མ།
Class VII
S.O.S. T.C.V. School
Bylakuppe-571104
Distt. Mysore, Karnataka State

ཁྱུས་མོ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ལོར་རྒྱ་གར་ལ་སླེབས་ནས་ད་ལྟ་འཛིན་རིམ་བདུན་པའི་ནང་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དུས་རྟག་ཏུ་བོད་ཡིག་དང་ཨིན་ཇིའི་སྐད་ཡིག་བྲིས་ཀྱི་དགའ་པོ་ཡོད། ཁྱུས་མོར་སྐྱུག་གྲོགས་བཟོ་མཁན་རྣམས་ནས་བོད་ཡིག་གམ་ཨིན་ཇི་གང་རུང་ཐོག་ཡིག་འབྲེལ་གནང་རོགས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ངས་སྐྱུག་གྲོགས་བཟོ་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ནི། སྐད་ཡིག་ཡར་རྒྱས་དང་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་ཡོང་ཆེད་དུ་ཡིན། བྱས་ཙང་ཡིག་གེ་མང་ཙམ་གཏོང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

སྟོང་པའི་དུས་ཚོད་བེད་སྤྱོད་གནང་སྟངས།

སྟོང་པའི་དུས་ཚོད་བེད་སྤྱོད་བྱེད་སྟངས་ཐད་དྲི་བ་དྲིས་ལན་དང་ལས་དོན་གཞན་གྱི་དུས་ཚོད་མ་འདང་བའི་ལྷག་འཕྲོས་བཤད་རྒྱུར་བེད་སྤྱོད་བྱེད་མི་རུང་། སྟོང་པའི་དུས་ཚོད་དེ་ཉེ་ཆར་བྱུང་བའི་གནས་ཚུལ་རྫ་དྲག་ཅན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱིས་མཁྱེན་དགོས་པ་ཞིག་ལ་ལས་རིམ་གཞན་གྱི་ནང་མི་འགྲོ་བ་དེ་འདྲའི་གནས་ཚུལ་གསུང་རྒྱུའི་ཆེད་བེད་སྤྱོད་གཏོང་དགོས། གྲོས་ཚོགས་གཞན་གྱི་ལུགས་སྲོལ་ལ་སྟོང་པའི་དུས་ཚོད་སྐབས་བཤད་རྒྱུའི་སྐོར་ཡང་སྔོན་ཚུད་ནས་ཚོགས་གཙོ་ལ་བརྡ་ཡོད་དགོས་པ་རེད། ཅེས་པ་འདི་ནི་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༣ ཟླ་ ༧ ཚེས་ ༢༧ ནས་འཚོགས་པའི་བོད་མི་མང་སྤྱི་འཐུས་ལྷན་ཚོགས་སྐབས་བཅུ་གཅིག་པའི་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་དུས་ལྔ་པའི་སྐབས་སུ་ཚོགས་གཙོ་ཀྱིས་སྐྱབས་རྗེ་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་སྩལ་པ་ནས་ཟུར་འདོན་ཞུས།

ཕ་ཡུལ།

རྩོམ་སྒྲིག་འགན་འཛིན། ཨཱ་ཙཱརྱ་ཀརྨ་སྨོན་ལམ།
རྩོམ་སྒྲིག་པ། ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན།
རྩོམ་སྒྲིག་ལས་རོགས། ངག་དབང་བསྟན་འཛིན།
རི་མོ་བ། འཇིགས་མེད་རྒྱ་མཚོ།

ཕ་ཡུལ་ཤེས་བྱའི་བང་མཛོད་ཀྱི་ཡིག་འབྲེལ་ཚང་མ་གཤམ་གསལ་ཁ་བྱང་ཐོག་ཡོང་བ་ཞུ།

The Editor
PHAYUL Shejai Bangzod
DoE, Gangchen Kyishong,
Dharamsala-176215
Distt. Kangra (H.P.) India

དེ་སྔའི་འདོན་ཐེངས་རྣམས་ www.tcewf.org སྟེང་གཟིགས།
གློག་འཕྲིན: phayulshezod@gmail.com

མངགས་ཉོའི་ཡིག་འབྲེལ་ཚང་མ་གཤམ་གསལ་ཁ་བྱང་ཐོག་ཤེས་རིག་པར་ཁང་ལ་གནང་རོགས།

Sherig Parkhang Trust
R-28 Ramesh Park
Laxmi Nagar
New Delhi 110092
ཁ་པར: 011-22453672, 22455634
གློག་འཕྲིན: shepardelhi@gmail.com

ཕྱི་ཤི་མ་འབྱུལ་བའི་གཏམ་དཔེ་གཅེས་བཏུས།

.:. མི་དྲང་ན་དཔོན་དང་། །
ཤིང་དྲང་ན་རྒྱ་མ། །

.:. མི་བྱེད་དགུ་བྱེད་བྱུས་ན། །
མི་ཡོང་དགུ་ཡོང་ཡོང་། །

.:. མི་ཁ་ཐུག་གིས་ལྷར་དྲིས། །
ལྷ་ཁ་ཐུག་གིས་རྫུན་བཤད། །

.:. མི་ལ་རེ་བའི་རྫ་ཆང་ལས། །
རང་གི་རྩྭ་རྒྱུད་ཆུ་རྒྱུད་ཞིམ། །

.:. མི་ལ་འབྱུ་གསུམ་འབྱུ་བ་ལ། །
རང་ལ་འཛོམ་གསུམ་འཛོམས་པ་དགོས། །

.:. མེ་དུ་བ་མེད་པར་གཏོང་མི་ཤེས། །
ཆུ་རླངས་པ་མེད་པར་སྐོལ་མི་ཤེས། །

.:. མེ་སྟག་ཆུང་དུས་མ་བསད་ན། །
ནགས་རི་མེ་ལ་ཤོར་ཉེན་ཡོད། །

.:. རྐམ་པ་རང་གིས་བཟས། །
ལག་པ་གཞན་ལ་ཕྱིས། །

.:. བརྩོན་འགྲུས་ཅན་ལ་ཤེས་བྱས་ཐུག །
ལེ་ལོ་ཅན་ལ་གཉིད་ཀྱིས་ཐུག །

.:. ཚ་ན་རོ་ཚོད་མ་ཟིན་ན། །
ཉན་རོ་ཉོས་ཡོང་ངོ་། ། ་་་ནུ་མཐུད་རྒྱུ།

༄༅།།གློག་མའི་བཅོས་ཀ

ཨཱ་ཙཱརྱ་ཀརྨ་སྨོན་ལམ་གྱིས་བསྒྱུར་བཟོ་བྱས།

ངོ་སྤྲོད།

- ཐོག་མའི་བཅོས་ཀ་ཟེར་བ་འདི་ནད་པའམ། ཡང་ན་རྨས་སྐྱོན་བྱུང་བའི་མི་ཞིག་ལ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་སྐྱོབ་རོགས་བྱེད་ཐབས་ཤིག་ཡིན།
- འདིའི་དམིགས་ཡུལ་ནི། ཉེན་ཁ་མེད་པའི་ཁོར་ཡུག་སྐྲུན་ཐབས་དང་། ཚེ་སྲོག་སྐྱོབ་ཐབས། ནད་དང་རྨས་སྐྱོན་གང་ཞིག་ཛ་དྲག་ཏུ་མི་འགྲོ་བ། ནད་དང་རྨས་སྐྱོན་གང་བྱུང་བ་གསོ་ཐབས་ལ་རོགས་སྐྱོར། ཐུན་མེད་དུ་གྱུར་པའི་རིགས་ལ་སྲུང་སྐྱོབ། ནད་པའམ་རྨས་མར་བློ་སྤོབས་སྤྲིན་ཐབས་བྱེད་རྒྱུ་བཅས་ཡིན།
- ཐོག་མའི་བཅོས་ཀ་བྱེད་མཁན་དེས་སྔོན་ཚུད་ནས་དོགས་ཟོན་བྱེད་དགོས་པ་ནི། ནད་པའམ། ཡང་ན་མི་གཞན་དག ཡང་ན་རང་ཉིད་ལ་ཉེན་ཁ་ཇི་ཞིན་ཇི་སྡུག་ཏུ་མི་འགྲོ་བ། ནད་པ་དེར་འཆི་རྐྱེན་མི་འབྱུང་བ་དང་། ད་དུང་ཛ་དྲག་ཏུ་མི་འགྲོ་བ། ནད་པ་དེའི་གསོ་ཐབས་ལ་འགོག་རྐྱེན་དུ་མི་འགྱུར་བ། ད་དུང་ནད་པར་གནོད་སྲིད་པའི་བྱ་ཐབས་མི་བྱེད་པར་ཧ་ཅང་གཟབ་ནན་དགོས་གལ་ཆེ།
- ཐོག་མའི་བཅོས་ཀ་བྱེད་པོའི་ལས་འགན་གཙོ་བོ་ནི། བྱུང་རྐྱེན་དེ་མཐོང་མ་ཐག་ཏུ་ནད་པའམ་རྨས་མ་དེ་སྲོག་ཉེན་ལས་སྐྱོབ་ཐབས་བྱས་ཏེ། མཐར་སྨན་པའམ། ཡང་ན་སྨན་ཞབས་པ་ཚད་ལྡན་གྱི་སྨན་བཅོས་ཐོབ་ཐབས་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན། ་་་ནུ་མཐུད་རྒྱུ།