



ཨེར་བྲེས་རིག་མཁོན་དྲུབ་བློ་ལྷན་ལྷན་།

SJRB-0282

ལྷན་རྒྱུན་པམ་གནང་བའི་པར་ཚ་གཞིར་བཞག་བྱས་ཡོད།  
ཨེར་བྲེས་རིག་མཁོན་ཆེན་མོའི་ཚོམ་ལྷན་ཁང་གིས་འཕུལ་དེབ་ཏུ་བཏོགས།

ཨེར་བྲེས་རིག་མཁོན་ཆེན་མོས་འགྲུལ་སྐྱེལ་བྱས།

༢༠༡༥ ལོའི་ཟླ་བའུ་ན་པར་ཚོམ་ལྷན་བྱས།

༢༠༢༢ ཟླ་བའུ་གཅིག་པར་བརྒྱུར་ལྷན་བྱས།

ཨེར་བྲེས་རིག་མཁོན་དྲུབ་ལྷན་།

[www.serajeyrigzodchenmo.org](http://www.serajeyrigzodchenmo.org)

ཨིག་འབྲེལ་དྲུབ་ལྷན་།

[serajeyrigzodchenmo@gmail.com](mailto:serajeyrigzodchenmo@gmail.com)

## དཀར་ཆག

ཞུ་ཞིག་པའི་གསལ་བཤད། .....	iv
ཚོམ་ཞིག་པའི་སྐོན་སྲིད། .....	༡
དབང་རྩའི་མ་ལག .....	༡༡
༡༽ གནས་རྩལ་གཞན་ལ་བྱས་སྤོང་བྱེད་པའི་མ་ལག.....	༡༡
༢༽ དབང་རྩའི་སྤྲ་སྤྲང་། དབང་རྩའི་མ་ལག་ནང་གི་མཐུན་མཚམས།.....	༡༩
༣༽ དབང་རྩའི་མ་ལག་དབྱས་མ། .....	༡༥
༤༽ མྱད་པ། དབང་རྩའི་མ་ལག་གི་གཙོ་བོ།.....	༡༧
༥༽ སྐལ་རྣལ་གཤམ། སྐལ་ཚིགས། .....	༢༡
༦༽ མྱད་པ།.....	༢༤
ཚོམ་ཞིག་པའི་རྩོད་མདོར་བསྟུན།.....	༢༥

## ལྷ་སྐྱིག་པའི་གསལ་བསྟན།

རང་རེ་ཁ་བ་གངས་ཅན་གྱི་སྤོངས་སྤྱ། སྤོན་ཤོན་ཚོས་རྒྱལ་ལོ་བཏ་མཁས་པའི་དབང་པོ་  
རྣམས་ཀྱི་བཀའ་འདུན་ལས། གསུང་རབ་ཀྱི་སྐྱེགས་བམ་རེ་པོའི་གཏོས་དང་མཉམ་པ་ཡོད་ན་ཡང་།  
དུས་ཀྱི་འཕེལ་འགྲིབ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་མང་པོ་ཞིག་ཅ་བརྒྱག་ཏུ་བྱིན་ཟེན་པ་དང་། གང་མང་  
ཞིག་མེད་བརྒྱག་ཏུ་འགྱུར་ཉེན་ཡོད་པས་དེ་ཉིད་སྤངས་སྤོབ་དང་དར་སྤེལ་བྱེད་རྒྱ་ལྡན། མི་རིགས་འདི་  
ཉིད་ཀྱི་དུས་ལ་བབ་པའི་འོས་འགན་ཡིན།

དེ་ཡང་། གསུང་རབ་སྐྱེགས་བམ་དེ་དག་ལྟེ། རྒྱ་ལོར་དང་རྒྱལ་མཉམ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤོབ་  
འགྲོ་སོང་བཏང་ཞིང་། ལྷོ་སྤྱོད་ལོ་རྒྱུ་གིས་མི་ཚེ་ཐོས་བསམ་ལ་བརྒྱལ་བའི་མཁས་པ་རིམ་བྱོན་  
གིས་དབྱེད་ཞིབ་མཛད་ཅིང་། དབྱེད་འབྲས་ལག་ལེན་ལ་བཀའ་བའི་ཉམས་སྤོང་དང་གྲུབ་དོན་གྱི་  
ཟེན་ཐོ་ལྷ་བྱ་ཡིན་པས་ན། མི་ལོ་སྤོང་ལྷག་དུ་མའི་ལོ་རྒྱུས་ལྷན་པའི་མི་རིགས་འདིའི་ཤེས་རིག་གི་  
ཉིང་བརྩེད་ཡིན་པ་དང་། གསུང་རབ་སྐྱེགས་བམ་དེ་དག་གི་བརྒྱན་དོན་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་ལྟེ་དེར་གི་  
དུས་རབས་འདི་དང་མ་འོངས་པར་ཤིན་ཏུ་མཁོ་ཆེ་ཞིང་། མིའི་རིགས་སྤྱིའི་ཤེས་རབ་དང་ཀུན་སྤོང་  
ལ་ལམ་སྤོན་བྱེད་རྒྱུ་བའི་འོད་སྤངས་ལྷ་བྱུང་གྱུར་ཡོད།

དེ་བས་ན་ ཡགོང་ས་ཡལྱུབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཡང་ཡང་བཀའ་གནང་བའི་  
དགོངས་དོན་བཞིན། ལྷ་ཚང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་འཇིགས་དང་ཚོམ་སྐྱིག་ཁང་  
གསར་འཛུགས་བྱས་ཏེ། བཀའ་བརྒྱན་གཉིས་ཀྱིས་མཚོན་ཚོས་བརྒྱུད་རིས་མེད་ཀྱི་མཁས་པའི་  
བཀའ་ཚོམ་སྐྱེགས་བམ་དང་། བརྒྱུན་ཚོས་གསར་ཉིད་གང་མང་ཞིག་ལྷ་སྐྱིག་འབྲེམས་སྤེལ་གྱི་  
ཞབས་ཞུའི་ལས་གཞི་འདི་གཉེར་བ་ཡིན།

དུས་རབས་འདིར་ཚན་རྒྱུ་ཕྱིན་ཏུ་དར་བ་དང་བསྐྱེད་ནས། རྫོགས་བདེ་བ་དང་། རྫོང་བདེ་བ། གཞུང་ཚིག་འཚོལ་སླ་བ། འབྲེར་བདེ་བ་སོགས་སྐབས་བདེའི་དབང་གིས་རྫོགས་པ་སོ་རྣམས་འབྲུལ་དེབ་ལ་དགའ་མོས་རྗེ་ཆེར་འགྲོ་བཞིན་པར་བརྟེན། དུས་རབས་ཀྱི་འགྲུང་བའི་ཁ་སྤོགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་བསྐྱེད་པའི་ལྷ་སྒྲིག་གི་ལས་གཞི་འདི་ནི། མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ནོར་ལྷ་བྱར་བྱུང་བའི་རང་རྗེའི་ཤེས་རིག་འདི་ཉིད་འདི་གཞེན་ན་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པ་དང་། འདིའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་འཇུག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་ཞི་བདེའི་དཔལ་ཡོན་འདྲན་པའི་ལས་ཀ་རྒྱབས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་ཚོགས་པ་ཡིན་ལོ། །

གསུང་རབ་ལྷ་སྒྲིག་བྱེད་སྐབས་མ་གྱི་ཚད་ལྡན་ཞིག་གཞི་རྩར་བཟུང་ནས་ལྷ་སྒྲིག་བྱེད་རྒྱུར་འབད་བརྩོན་བྱེད་ཡོས་ཤིང་། དེ་ཡང་སྲོན་གྱི་སྲོལ་ལ་གསུང་རབ་ཀྱི་བར་ཤིང་རྗེ་སྐབས་ཚོམ་བ་སོ་རང་ཉིད་དཔ། ཡང་ན་གཞན་གྱིས་ལྷ་སྒྲིག་དག་ཚད་ལྡན་བཏང་སྟེ་རྗེ་སྲོན་པ་ཡིན་པས་ཤིང་བར་རྣམས་སྤྱིའི་ཆ་ནས་དག་སོར་བརྩེ་ཚོགས་པ་ཡིན། དེ་བས་ན་འདི་ག་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་ནས་ཀྱང་མ་དཔེ་ཚད་ལྡན་འཚོལ་སླབ་ཀྱིས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ལའང་གང་བྱུང་དུ་བཟོ་བཅོས་མེད་པར་སོར་བཞག་བྱ་རྒྱ་ཅ་དོན་དུ་བཟུང་ནས་མ་གྱི་རི་མ་རི་བཞིན་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་སྐྱུར་བར་འབད་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། མ་གྱི་ཚད་ལྡན་ལག་སོན་མ་བྱུང་ན་འང་གང་སྐབས་ཀྱིས་དག་སོ་ཡོང་བར་བརྩོན་བཞིན་ཡོད། གལ་ཏེ་མ་གྱི་རང་ལ་ནོར་བ་མངོན་གསལ་བྱུང་བ་དང་། དོགས་གནས་སུ་གྱུར་བ། ཡི་གེ་ཚད་ལྡན་བྱུང་བ་སོགས་ལ་གཞུང་དུ་གསལ་བ་བཤད་ཀྱི་མཚན་བཏོད་ཡོད།

ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་འདི་ནས་སྒྲིག་སྲོར་བྱས་པའི་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་ཆད་སྟག་ནོར་བ་སོགས་བྱུང་བ་མཐོང་ན་འབྲུལ་མར་ལེགས་བཅོས་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ།

ང་ཚོའི་ཡིག་འབྲེལ་ཏུ་གྲུང་ [serajeyrigzodchenmo@gmail.com](mailto:serajeyrigzodchenmo@gmail.com) འདིའི་བརྒྱུད་ནས་འབྲེལ་བ་གནང་བའི་རེ་བསྐྱུལ་ལྷ་རྒྱ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་གང་མཚོན་གསལ་བར་གཞིར་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ལེགས་སྒྲིག་ལྷ་ས་ཏེ་སྐྱུས་ཀ་རྗེ་ལེགས་སུ་གཏོང་རེས་ཡིན།

མེར་བྱེས་རིག་མངོན་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་ནས།  
བྱི་ལོ། ༢༠༢༡ ལྷ་ ༦ ཚེས་ ༢༩ ལ།

# ཚུམ་སྒྲིག་པ་འི་ཕྱོད་སྒྲིག་།

ས་ཡེན་སི་ Science ལྷོ་ཡོངས་གྲགས་སུ་ཚན་རིག་གི་བརྗེ་ཚད་དུ་བསྐྱུར་བར་མཛད་པ་དེ་ནི་ལེ་  
ཌིན་གྱི་ཐ་སྙད་ས་ཡེན་ཀྲི་ཡ་ Latin scientia ཞེས་པ་ལས་ཟུར་ཆགས་ཞིག་ཡིན། ས་ཡེན་ཀྲི་ཡ་  
ཞེས་པའི་གོ་དོན་ངོ་མ་ནི། རིག་གནས་སམ་ཤེས་བྱ་ལ་གོ་དགོས། ཡོངས་གྲགས་སུ་ཚན་རིག་གས་  
ས་ཡེན་སི་ཞེས་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་ཁམས་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་གནས་ཕྱོགས་བཏུས་བྱས་པ་ཙམ་དུ་  
མ་ཟད། རིག་གནས་དེ་དག་བཙུག་སྤྱད་བྱས་ནས་མཐར་དབྱུང་བ་དག་ཐེང་བྱ་བ་ཅན་གྱི་ཁྲིམས་  
ཡིག་དང་བྱུང་དོན་གཏན་ལ་སའ་བའི་མ་ལག་ཅིག་ལ་ཟེམ། དེ་ལྟ་བུའི་རིག་གནས་ཁག་འཕེལ་རྒྱས་  
ཕྱིན་པ་ལས་ཕྱོགས་པན་ཚུན་གཅིག་ལས་གཞན་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བ། རྒྱ་མཚན་དང་ཡིད་ཆེས་  
འཕེར་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་རིམ་གྱིས་གྱུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་དེང་གི་དུས་སུ་ཚན་རིག་འཕེལ་རྒྱས་གྱི་གྲུབ་  
འབྲས་ནི་ཉ་ཅང་ཚད་མཐོན་པོར་གནས་ཡོད།

སྤྱིར་ཚན་རིག་གི་ཤེས་བྱ་འདི་ཡོངས་གྲགས་སུ་སྤྲོ་ཚན་ཆེ་ཁག་གཉིས་སུ་བལྟས་ཡོད། དེ་  
ཡང་དང་པོ་ནི། རང་བྱུང་གི་རིག་གནས་ཉེ་དེས་རང་བྱུང་གི་དངོས་པོ་༼སྤྲོ་ལྡན་གྱི་ཆེ་སློག་ལྟ་བུ༽  
ལ་རྟོག་དཔྱད་བྱས་པ་དང་། གཉིས་པ་ནི། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རིག་གནས་སྤྲོ་འགྲོ་བ་མིའི་ཀུན་སྨོན་དང་  
ཚོགས་སྤྲེའི་སྐོར་ལ་རྟོག་དཔྱད་བྱས་ཡོད། སྤྲོ་ཚན་འདི་གཉིས་ཀ་ནི་ཉམས་ཞིབ་ཀྱི་གཞིར་བྱས་པ་  
མ་གཏོགས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལས་ལུགས་ལྟར་ལྟ་བུར་ཞིག་སྤོང་དུ་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་ལས་  
འཕྲོས་པའི་རིག་གནས་ཤིག་མིན་པས་སྤྲོ་བོ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་དེར་སྐྱར་ཡང་ཉམས་ཞིབ་བྱས་ནས་  
ཡིད་ཆེས་འཕེར་ཆེ་བའི་གྲུབ་དོན་གཞན་ཞིག་རྙེད་ཆེ་དེའི་གོ་ས་དུ་བཞག་ཚོགས་སྐབས་འདིར་རང་  
བྱུང་ཞེས་པ་ནི་ང་ཚོའི་ནང་ཚོས་ཀྱི་གཞུང་ལས་རྒྱས་མ་བྱས་པར་གྲུབ་པའི་ཚོས་ལ་འཇོག་པ་ལྟར་  
དུ་འཇིན་མི་དུང་། ཚན་རིག་པའི་གཞུང་ལས་བཤད་པ་ལྟར་ན་དེང་གི་དུས་སུ་ཚན་རིག་པས་རང་

བྱུང་གི་འདིག་རྟེན་ཁམས་སྐྱོར་ལ་དེད་ཅག་གི་སྐྱོ་ལྷལ་ལས་འདས་པའི་དབྱུང་བ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་  
དེའི་ཐོག་མའི་ཤིང་རྟེན་སྐྱོ་ལ་འབྱེད་ལྟ་བུ་ནི། ཨ་རི་སི་ལོ་ལྷ་དང་། ལྷ་ལི་ལི་ལུ་སོགས་ཡིན། དེ་བཞིན་  
དུ། ཤིན་ཏུ་སྐྱ་བའི་རྣལ་ལྷན་སྐྱོར་ལ་དབྱུང་བ་ཞིབ་སྒྲིབ་བཞིན་ནས་བྱུང་དོན་ཐོག་མར་གཏན་ལ་  
ཕབ་མཁའ་ནི་ཨ་ཡེ་སྟེ་ལྷ་དང་། ལི་ལུ་ལྷ་སོགས་ཡིན། ཡང་། སྐྱེ་ལྷན་གྱི་སྐོག་ཆགས་དང་རྟེན་ཤིང་  
རྣམས་ཐོག་མར་རི་ལྷར་སྐྱེས་པ་དང་། བར་དུ་རི་ལྷར་འཚོ་གནས་བྱེད་པ་དང་། བར་མར་རི་ལྷར་  
འགག་པའི་སྐྱོར་ལ་དེད་གི་ཚན་རིག་པས་བཤད་བཞིན་པ་རྣམས་ནི་ཐོག་མར་ཆར་ལེ་སི་རྟ་ལྷོན་  
ལ་སོགས་པས་གསར་བཏོད་དང་བཞིན་ཅན་གྱི་བཏག་དབྱུང་བཞིན་ནས་བྱུང་དོན་གཏན་ལ་ཕབ་  
པ་དེ་ལས་གྲུས་པ་ཤིག་ཡིན།

དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་འདི་ནི་འདས་པའི་དུས་རབས་བཙོ་ལྷ་དང་བཏུ་བྱུག་པའི་དུས་དང་  
ཡོངས་སུ་མི་འདྲ་བར་མི་རིགས་རིང་ལུགས་དང་། སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས། ཚན་ཅལ་རིང་ལུགས་  
ལྷག་པར་བཏོད་པ་དང་། ཚོས་ལུགས་དང་པའི་རིང་ལུགས་ཉམས་ཆག་ཏུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་སྐབས་  
ཡིན། ཡང་ན། ཚོས་དང་འདིག་རྟེན་མི་ཚོས་རིང་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་འགྲན་རྙེད་ཀྱི་འགག་ཅར་སྐྱེབས་  
ཡོད་ཅེས་བརྗོད་ནའང་འགྲིག་ཚན་རིག་གི་འབྲུལ་གསར་དང་ལྟ་བུའི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཡོ་ལང་ཆེ་བའི་  
བྱུང་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ནང་དེ་ལྟ་བུའི་འགལ་སྐྱེའི་བསམ་ཚུལ་མངོན་ཚན་ཚེན་པོ་ཡོད་ཀྱང་  
ཚོ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་དངངས་འཚབ་སྐྱེ་དགོས་པའི་དུས་སུ་སྐྱེབས་མེད་པ་ལྟ་བུར་མངོན་  
ཡང་མ་འོངས་པར་ཉ་ལམ་འབྲུང་དེས་པ་ཡིན། བྱེད་ཀྱིས་དང་གི་སྤྱན་མཚེད་ཆ་བོ་ཆ་མོ། བོད་  
རིགས་གཞོན་སྐྱེས་ཁག་རྒྱ་ནག་དང་། རྒྱ་གར། འབྲུག་ལྷོ་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཐོ་སྐོབ་ནས་ཐོན་པ་  
རྣམས་ཀྱི་བསམ་སྐྱོ་གཏོང་ཕྱོགས་ལ་བཏག་དབྱུང་དང་བཏོ་སྤོང་བྱས་ཚེ་གསལ་པོར་མཁའ་སྤྱོད་ཐུག།

ཚོས་ལུགས་ཁག་གི་ར་བའི་ནང་དུ་ཚན་རིག་གི་ལྟ་ཚུལ་ལུགས་ཆེར་སྐྱེབས་པའི་རྟེན་གསལ་  
མཚན་གཅིག་ནི། ཚོས་ལུགས་ཉམས་ལེན་པས་སྤྱི་དངོས་པོ་སྤྱོད་པའི་ཀྱི་སྐྱོར་ལ་འདྲིན་ཚུལ་དང་  
འབྲེལ་བཤད་རྒྱལ་སྤྱོད་ལས་གསལ་པོར་རྟོགས་ཐུག་ དཔེར་ན། བོད་ལ་དུས་ལོག་མ་བྱུང་བའི་  
སྤྱ་རོལ་དུ་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་སྐྱོར་ལ་འབྲེལ་སྐབས་ཡིད་གཉིས་མེ་  
ཚོམ་མེད་པར། རི་ལི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ་དབྱས་སུ་དང་། དེའི་མཐའ་བསྐྱོར་ལ་སྤོང་བཞི་སྤོང་བཞི་ཉི་ལྷོ་

དང་བཅས་པ་གནས་པར་བཤད། རྟོགས་གཅིག་ནས་བསམས་ན་ཁོང་ཚོར་སྤྲུགས་ཁག་ཅི་ཡོད།  
 སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་བརྟམས་པའི་མཛོད་ལས་དེ་ལྟར་བཤད་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་  
 ཡིན། ལོ་རབས་ལྷ་བཅུ་ལྔའི་རྗེས་སུ་འགྲེལ་བཤད་དེ་ལྟར་རྒྱལ་རྒྱུ་ཡོངས་སུ་མ་བདེ་བར་གྱུར་ཡོད།  
 ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཚན་རིག་པས་འཛམ་གླིང་མི་མང་གི་སྤྱོད་སྲུང་གཟུང་སྐྱར་འཁོར་རྟོགས་རི་ལྟར་  
 ཡིན་པ་གསལ་ལྟམ་མེར་བསྟན་པས་ཡིན། འོན་ཀྱང་། དེད་ཅག་གིས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཚན་རིག་པས་  
 བཤད་པ་ལྟར་དུ་འཆད་མ་ལུས་སར་ཚོས་ཚན་བར་གྱི་དབུ་མའི་ལམ་གྱི་སྟེང་ནས་འགྲེལ་བཞུག་  
 ཡོད་པ་ནི། བར་ཚོས་གྱི་གཞུང་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་མ་མཐོང་བར་ཨ་འཐས་སུ་ལར་ཞེན་དང་  
 ཡིད་ཆེས་ལྷགས་ཆེ་བ་དང་། རྟོགས་གཞན་ཚན་རིག་པ་ལ་དེད་ཅག་གིས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དགག་  
 པར་བྱེད་པའི་ཁུངས་སྐྱེལ་ཡང་དག་མེད་པའམ། ཡང་ན་རྟོག་གི་མགོ་འཁྲུགས་པའི་རིང་ལུགས་  
 བཟུང་བའི་གནད་གྱིས་སོ། །

རྟོག་པ་པོས་མཁྲུན་དགོས་པ་ནི། ཁོ་བོས་ཚན་རིག་ནི་ཡང་དག་པ་སྟོན་མེད་དང་། བར་ཚོས་  
 བྱི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སྟོན་ལྡན་ཞིག་ཏུ་ནས་ཡང་བཛོད་གྱིན་མེད། འོན་ཀྱང་། དུས་རབས་འདི་ནིང་  
 ཚོས་ཚན་རིག་པ་རྣམས་ཕྱིར་མོལ་ལ་བཟུང་ནས་པན་ཚུན་ཚོད་སྐྱོད་བྱེད་པའི་དུས་ཡིན། ཚན་རིག་  
 གི་ཤེས་བྱའི་སྡེ་ཚན་ཁོངས་ནས་དངོས་ཁམས་རིག་པ་དང་། སེམས་ཁམས་རིག་པ། གཟུང་སྐྱར་  
 རིག་པ། གནམ་དབྱུད་རིག་པ། རྟེན་དངོས་རིག་པ། རྗེས་སྐྱོར་རིག་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་དེད་ཅག་  
 གིས་རི་བཞིན་པར་རྟོགས་མ་སྤུབ་ཀྱང་གཞི་རིམ་གྱི་རྣམ་བཞག་ཅུང་ཟད་ཅིག་ཤེས་པ་དང་། དེའི་  
 སྟེང་དུ་ནང་པའི་དབུ་མར་ཚད་མའི་གཞུང་ལ་དབྱིས་ཕྱིན་པར་ཤེས་གྱིན་ཡོད་ཆེད་གཞོད་ཕྱི་སྐྱོང་  
 བའི་མི་རིགས་དང་ལྷན་དུ་མཛེང་བ་འགྲེང་ཞིང་སློབས་པ་དང་བཅས་ཉེ་བསྟོན་བྱས་ཚོགས་ དེ་  
 བརྒྱད་ནས་སྟོན་པ་སྤུབ་པའི་དབང་པོས་གསལ་བྱི་ཡང་ལུག་ལྷ་བུའི་བསྟན་པ་རྟོགས་མཐར་རྒྱས་  
 པ་ལ་ཡང་རམ་འདེགས་ཆེན་པོ་ཐོན་པར་ངེས།

དངོས་ཁམས་རིག་པའི་སློབ་དཔོན་ཆེན་མོ་ཨ་ཡེ་རྗེ་ཅན་དང་། སྤུ་ལྡན་རིག་པའི་སློབ་དཔོན་  
 ཆེན་པོ་ཁར་ཕྱིན་གཉིས་ནི་ཚན་རིག་གི་རིག་གནས་སློབ་བཏོད་པ་པ་མ་ལྷ་བུར་གྱུར་ཡོད། དེ་ནི་  
 རིགས་པ་སྤྱི་བ་ཀུན་གྱིས་ཚོད་མེད་དུ་ཁས་ལེན་གྱིན་ཡོད། ཁོང་གཉིས་དང་དེ་བཞིན་གནས་དབྱུང་



རིག་པ་བ་ཨེ་རི་སི་ལོ་འལ་དང་། རྗེ་ལི་ཡི་ལོ་སོགས་ཀྱིས་རྒྱ་མཚོ་སྤྲོ་མང་འདུས་པ་དང་། ཡིད་ཆེས་  
 འཕེར་བའི་དབྱུང་པ་བརྒྱུད་བརྗོད་གཞི་འདི་དག་ལྟ་བུ་བ་ཅིས་ནས་གསལ་བ་འདད་བྱས་  
 ཡོད། སྤྱིར་དེད་ཅག་གི་དམངས་ཁྲིད་ཞལ་རྒྱུན་འགུལ་གསུམ་ཉེ་དཔེར་ན། གནའ་བོའི་བོད་མི་རིགས་  
 ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་ནི་སྤྱི་ལོ་གསུམ་ལོ་འདྲེས་པ་དང་། འདུས་ཇུས་རྣམས་མཐར་གཏུགས་ན་འབྲུང་བ་ལྔ་ལས་  
 གྲུབ་པ་འགྲུག་ཡིན་ཟེར་བ་སོགས་ནི་ཚོན་རིག་གི་བཤའ་ཚུལ་དང་མཐུན་འཕང་དེ་ཅུ་ཀྱིས་དེད་  
 ཅག་ཚོན་རིག་པ་ཡིན་པ་དང་ཚོན་རིག་ལས་སྒྲིག་པའི་ཚད་མ་བ་ཡིན་པ་སྤྱི་བ་ཉུས་སམ། དམངས་  
 ཁྲིད་ཀྱི་བཤའ་རྒྱུན་དེ་དག་ནི་འདོད་པར་བབས་ན་ཚོན་རིག་དང་མཐུན་པ་དང་། མ་བབས་ཆེ་  
 འདིག་རྟེན་གྲན་པོའི་གཏམ་རྒྱུད་དེད་ཅེས་གང་གི་ཕྱོགས་སུ་བཞག་ནའང་ཚོགས་པའི་རིགས་ཤིག་  
 ཡིན། འདིག་རྟེན་ཆགས་རབས་དང་། རུལ་ཇུས་སྐོར་ལ་དེད་ཅག་ཅུ་མ་ཟུང་། མི་རིགས་གཞན་  
 ལའང་འདྲ་ཆག་ཆག་རེ་འཆད་རྒྱ་ཡོད་ལ་མི་མཐུན་པའི་ཆའང་འཆད་རྒྱ་ཡོད།

ལོན་ཀྱང་སྐོག་བ་པོའི་དབྱུང་གཞིའི་ཆེད་ཁོ་བོས་བོད་ནང་གི་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་སྐབས་ཀྱི་  
 མཁས་དབང་དུང་དཀར་སྐོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་དབྱུང་ཚོས་བོད་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གནས་དང་།  
 ཚོས་ལུགས། མི་རིགས་བཅས་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་སྐོར་སྐྱོད་བ་ཞེས་བ་ལས་ལུང་འདྲེན་འགའ་ཞིག་  
 དགོད་ན་འདི་ལྟར། ལོ་རྒྱུས་རིག་པའི་ཐོག་ནས་མཚོན་ན། གནའ་རབས་བོད་ཀྱི་བོན་ཚོས་ནང་དུ་  
 འབྲུང་བ་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ལོ་ལས། སྐོར་ཆེན་པོ་གཅིག་བྱུང་བ། ཕྱིའི་སྐོར་འུམ་དཀར་པོ་ལས་སྤྱི་ལོ་  
 དཀར་པོ་ཆགས། བང་གི་སྐོར་ཚུ་ལས་དུང་མཚོ་དཀར་མེལ་འབྲིལ། བར་ཀྱི་སྐོར་འདི་ངར་ཆ་ལས་  
 རིགས་དུག་སེམས་ཅན་ཀུན་ཏུ་ལོ་ཞེས་འདིག་རྟེན་ཆགས་ཚུལ་དང་སོག་ཆགས་བྱུང་ཚུལ་  
 བཤའ་ཡོད་པ་འདིར་བཞག་སམ། དེད་སང་ལྟ་བུའི་ཚོན་རིག་དང་རྒྱས་མ་བྱུང་གོད་གི་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་  
 ཀྱི་ལོ་བརྒྱ་ཟླ་ཁ་འགས་ཀྱི་སྐབས་ནས་གནའ་རབས་བོད་ཀྱི་མིས་རང་ཅག་འཚོ་གནས་བྱེད་པའི་  
 འདིག་རྟེན་ཁམས་འདི་འབྲུང་བ་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ལོ་ལས་སྤྱི་ལོ་ལས་བྱུང་བ་དང་། དེའི་བཟོ་དབྱིབས་ཀྱང་ཚུང་  
 ཟད་འདྲོད་མོ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་གཞུགས་སྐོར་འདི་དབྱིབས་དང་འདྲ་བ། སྐོར་དེའི་གྲུབ་ཆ་ཀྱི་ནང་རིམ་བ་  
 གསུམ་ཡོད་པའི་ཕྱི་བགས་ལས་གྲག་རི་སོགས་སྐྱམ་ས་ཆགས་པ་དང་། བང་གི་སྐོར་ཚུ་ལས་རྒྱ་  
 མཚོ་ཆེན་པོ་ཆགས་པ། བར་ཀྱི་སྐོར་འདི་ངར་ཆའམ་སྤྱི་བཅུད་ལས་མི་དང་དུད་འགོ་སོགས་སྐོག་



བཀོད་བཤམས་བྱུང་བ་སོགས་ཀྱང་ཡོད། ཁོང་གིས་སྤྱི་མཐུན་འབྲི་རྒྱུ་དུ་གོང་བརྗོད་བོད་ཀྱི་གནའ་  
 རབས་མིའི་འབྲུང་ཁུངས་བཤད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་རོ་མཚར་ཆེ་བ་དང་ཚན་རིག་དང་མཐུན་ཆེ་བ་  
 བྱུང་མི་འདུག་གས། དེར་སང་རྩོམ་རྒྱུན་དུ་བཤད་སློབ་ལ་མིའི་རིགས་ཀྱི་ཐོག་མའི་མེས་པོ་སྤྱི་མི་  
 ཡིན་པའི་ཚོད་དཔག་ཐོག་མར་འདོན་བཤམས་མཁན་ཉི་དཀྱིན་གོའི་སློབ་ཆགས་རིག་པ་མཁས་  
 ཅན་པར་ཐོན་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་གིས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་སྤྱི་དངོས་རིག་པའི་འབྲུང་ཁུངས་ཞེས་  
 པའི་དཔེ་དེབ་བརྩམས་ནས་སློབ་ཆགས་ཀྱི་འཕེལ་འགྲུབ་སྤྱོད་བཤམས་པ་བཏོན་བཤམས་དང་། དེ་རྗེས་སྤྱི་  
 ལོ་ ༡༩༩༡ ལོར་མིའི་རིགས་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་དང་པོ་མོ་རིགས་གདམ་ག་རྒྱལ་བ་ཞེས་པའི་ཚོད་  
 ཚོམ་བརྩམས་ནས་མིའི་རིགས་ལ་ལོགས་སྤྱེས་ཆེན་པོ་འབྲུལ་གནང་མཛད་པ་ཡིན་ཞེས་བཤད་ཀྱི་  
 ཡོད་པ་མ་རེད་དམ། དེ་འདྲའོས་ཡིན་དགོས། འོན་ཀྱང་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཁོང་མ་འོངས་གོང་གི་ལོ་  
 ཆིག་སྟོང་ལྔ་བརྒྱ་ཅུ་ལ་ཀྱི་སྡོན་ལས་རང་ལེ་བོད་ཀྱི་མིས་རང་གི་མི་རིགས་འབྲུང་ཁུངས་སྤྱི་  
 དང་སྤྱི་མོ་འདུས་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་ཞེས་བཤད་སྐབས་དེ་ཉི་ལོ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་གཟི་བརྗིད་ཡིན། ཞེས་  
 དང་། རྩོམ་རྒྱུན་དུ་བཤད་སློབ་དུ་གནས་ལ་འབྲུག་སྐད་རྒྱལ་བ་དང་། སློབ་འཇུག་པ། ཐོག་  
 རྒྱལ་བ་སོགས་ཉི་གཞུང་ལ་འབྲུག་ཟེར་པའི་སློབ་ཆགས་གསུགས་རིང་ལ་ལུས་ཡོངས་སུ་ཉ་ཁབ་  
 ཀྱི་བགས་པ་ལྟ་བུའི་ལོ་ཡོད་པ། སྤྱིན་པར་བརྟེན་ནས་ནམ་མཁའ་འགོ་བ། རང་བའི་སྐད་སློབ་པ།  
 སྐབས་རེ་རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་འཇུག་ཏེ་སྟོད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། སྤྱིན་གསེབ་དུ་སློབ་འཇུག་པ་དེ་ཉི་འབྲུག་  
 གི་ལྷོ་བརྒྱུད་པ་ཡིན་པ། སྐད་ཆེན་པོ་རྒྱལ་བ་ཉི་འབྲུག་གི་རང་སྐད་ཡིན་པ། ཐོག་རྒྱལ་བ་ཉི་ལྷོ་  
 སྤོང་ལྷོ་བརྒྱུད་ཞོས་པ་ཡིན་ཟེར་བ་སོགས་ཀྱི་བཤད་ཚུལ་དེ་རྣམས་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་  
 མོངས་དང་ཤོད་ཚུལ་ཞིག་ལེན་ཅེས་ཤོད་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་དམ། སངས་རྒྱལ་པའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་  
 གཞུང་རོ་མ་གང་གི་ནང་དུ་འདྲེན་ཏེ་འདྲེན་ཚུལ་གཏན་ནས་མེད་པར་མ་ཟད། དེ་སྡོན་དུས་རབས་  
 དགུ་པའི་ལོ་འགོར་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཁྱིལ་སོང་བཅན་ལེགས་འཛིན་ཡོན་ཀྱི་དུས་སྐབས་བོད་  
 ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་ཞང་ཡེ་ཤེས་སྡེ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཀྱི་བརྗིད་རྒྱུ་ལ་མི་ཉ་གཉིས་ཀྱིས་བོད་དུ་བརྒྱུར་བའི་འཇིག་  
 རྟེན་གདགས་པ་ཞེས་པའི་བསྟན་བཅོས་ལས། ཅིའི་ཕྱིར་འབྲུག་ཅེས་བྱ་ཞེན། སྤྱི་ལོ་ ལྷོགས་  
 གཉིས་ནས་རྒྱུད་ཆེན་པོ་དག་ལྟར་སྡེ་དག་བརྟེན་པ་ལས་སྤྱི་འབྲུང་སྡེ་རྒྱ་དེས་ན་འབྲུག་ཟེར་པོ་

།ཞེས་དང་། ཅིའི་ཕྱིར་སློབ་འབྲུང་ཞེན། སྤྲོས་པ། ཕྱོགས་གཉིས་ནས་རྒྱང་ལྷན་ཏུ་ཆེ་བ་དག་ལྟར་སྟེ།  
 དེ་དག་པཎ་ཚུན་སྤྱད་པ་ལས་སློབ་འབྲུང་སྟེ། རྒྱ་དེས་ན་སློབ་འབྲུང་ངོ་ཞེས་གསལ་ཞེད། དེ་དང་  
 མ་སྤྱན་པར་གོང་གསལ་ཚོས་དཔེ་དེ་གོད་ཏུ་མ་བརྒྱུར་གོང་གོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཁྱི་སྲོང་ལྟེ་བཙན་གྱི་  
 སྐབས་བཙན་པའི་རྒྱལ་པོ་བཀའ་ཐང་ལས་ཀྱང་། མཚོ་ཡི་རྒྱངས་པས་མཁའ་ལ་སྤྱིན་ཏུ་ཆགས།  
 །དེ་ཉིད་འཐབ་པས་མཁའ་ལ་འབྲུག་སྐྱ་སྐྱོགས། །དྲག་ཅིང་དར་ན་གནས་ལྷགས་ཐོག་ཏུ་བབས།  
 །དཔེར་ན་མེ་ལྷགས་རྩོལ་བརྟལས་པ་བཞིན། །བར་ནས་མེ་དང་རིག་ཆེན་འོད་ཟེར་འཕྲོ། །ཞེས་  
 དབྱུང་ཏུས་སྤུ་ས་རོས་ཀྱི་ཤོད་ཚད་ཏུ་ཅང་མཐོ་བའི་རྒྱུན་གྱིས་མཚོ་རྒྱངས་པར་འབྲུང་སྐྱ་བས།  
 མཚོ་རྒྱུངས་པ་ནས་མཁའ་ཆགས་པ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱིན་བྱུང་ཞེད། སྤྱིན་གྱི་ནང་ཏུ་ཡོད་  
 པའི་མཁའ་རྒྱང་ཚ་གྲང་གཉིས་པཎ་ཚུན་འཐབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འོད་འཕྲོ་བ་དེ་ལ་སློབ་ཅེས་བརྟེན་པ་  
 དང་། མཁའ་རྒྱང་ཚ་གྲང་དེ་གཉིས་བརྟལས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་སྐྱད་སྐྱོག་པ་དེར་མི་རྣམས་ཀྱིས་  
 འབྲུག་ཅེས་བརྟེན་པ་ཡིན་ཚུལ་གཉིས་ཀྱང་བར་གཏན་ནས་མ་མཆིས། ཞེས་དང་། ད་ཚོས་སངས་  
 རྒྱས་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་ཚོས་དཔེ་ཁག་ལ་ཞིབ་འཇུག་ནན་ཏན་གནང་ན་དེའི་ནང་ཏུ་མིའི་རིགས་ཀྱི་  
 རིག་གནས་དང་ཚན་རིག་གི་སྣང་བ་ཅུང་སྤྱན་སྤུས་ཚོགས་པ་མང་པོ་ཞིག་འདུས་ཡོད་པས་  
 ཞིབ་འཇུག་བྱ་རིན་ཡོད་པ་དང་བྱས་ན་དོན་སྣང་ཡོད་པ། ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་གོ་རིམ་བརྒྱུད་མི་  
 མང་པོ་ཞིག་མཐོང་ཐོས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་རྒྱ་རི་ཆེ་དང་གཉིང་རི་ཟབ་ཏུ་སོང་སྟེ་དངོས་གཙོ་སྤྱི་བའི་འདིག་  
 རྟེན་ལྷ་ཚུལ་གོང་མཐོང་གཉིད་བར་པཎ་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་དེ། ཅེས་གསུངས་སོ། །

དེ་བའདིའི་ནང་དོན་སློང་རགས་ཅམ་འཕྲིན། དེ་ཡང་། གཟའ་སྐྱར་དང་ཉི་ལྷའི་སློང་ཕྱོགས་  
 དང་། དེ་བཞིན་དུ། སྤྱི་ལྷན་གྱི་ཚོམ་གཞི་སྤུང་དང་། རིགས་རྒྱུན་སྤྱི་འཕེལ་བྱེད་པའི་སྤུང་།  
 དབང་རྩའི་མ་ལག་གིས་ང་ཚོ་འཚོ་གནས་ཀྱི་ཆེད་བྱ་བ་གང་དང་གང་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པ་དང་།  
 རི་འདུ་བྱེད་པའི་སློང་ལ་བར་རིས་བརྒྱུད་འགྲེལ་བཤད་བྱས་ཡོད། རྩོད་བྱེད་ཀྱི་ཚོགས་རྒྱང་པ་མ་ཡིན་  
 པར་བར་རིས་ཀྱི་ལམ་ནས་འགྲེལ་བ་ནི་སློབ་པ་པོ་ལ་གོ་དོན་རྟོགས་བདེ་བ་དང་། རྒྱུད་ལ་བག་  
 ཆགས་ཟབ་པོ་འཛོག་པའི་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་ཡོད་པར་བསམས་ནས་ཡིན།

ལོན་སྲིའི་དངོས་ཁམས་རིག་པ་དག་འཕོ་ཞིག་མིན་ཞེས་པ་འདི་ནི་དངོས་ཁམས་རིག་པའི་

གཞི་རིམ་རྣམས་གཞིགས་པའི་དཔེ་ལ་ལོ་ཚེན་བརྒྱུད་ཡོད་པ་ལས་དང་པོ་ཡིན་ཞིང་། ལོ་ཚེན་འདིའི་  
 བར་དུ་གཙོ་བོ་དུས་རབས་བརྒྱུད་ལྷན་པའི་ཡར་སྡོམ་དང་རྗེས་ཀྱི་ཕིན་པའི་དངོས་ཁམས་རིག་པ་སྟེ་  
 གཉིས་ཀྱི་སྐོར་ས་བཟུང་ཡོད། དེའི་བར་དུ་གཙོ་བོ་ཅེས་རིག་པའི་བཞུགས་སྐྱོད་དང་། ཅེས་གཞི་  
 རིགས་འདྲ་མིན་གྱི་བྱུང་བ་དང་། གཡོ་འགྲུལ་འབྲུགས་ཚད་དང་། བོད་བྱའི་གདོས་ཚད་དང་། ལུས་  
 འབྲུགས་ཀྱི་རིགས་གཉིས་སྟེ་འགྲུལ་སྐྱོད་དང་ཉེན་ཚབ་ཀྱི་ལུས་འབྲུགས་གཉིས་ཀྱི་ཁྲུང་བར་དང་།  
 རློག་འབྲུགས་གསོག་བསྐྱེལ་གྱི་སྡེ་ཚོན་པོ་རློག་དང་མོ་རློག་གི་བྱེད་ལས་སྐོར་དང་། རློག་གི་ར་བ་  
 དང་། ཚ་ཚད་ཀྱི་སྐོར་ཉེ་དེ་དག་ནི་ལྷ་རབས་ཀྱི་དུས་རབས་བརྒྱུད་ལྷན་པའི་ཡར་སྡོམ་གྱི་དངོས་  
 ཁམས་རིག་པའི་སྐོར་དང་། དེ་ནས་ཕིན་ཏུ་སྡེ་བའི་དངོས་ཁམས་རིག་པའི་གཞི་རིམ་སྐོར་ལས་རྒྱལ་  
 བཞུགས་ཀྱི་སྐོར་དང་། རློག་རྒྱལ་སྡེ་ལོ་དང་ལྟེ་རྒྱལ་སྡེ་ལོ་དང་། གནས་མཉམ་ཁམས་རྣམས་དང་། རྒྱལ་  
 བཞུགས་ཀྱི་བཞུགས་པ་བཅས་ཀྱི་སྐོར་ཡོད།

དེ་བཞིན་དུ། རིགས་རྒྱུན་ལྷན་སྐྱེད་རང་རྒྱ་བ་ཞེས་པའི་དཔེ་དཔེ་འདི་ནི། རི་ཆའ་ཁོ་ཀའ་  
 Richard Dawkin ཀྱིས་བཅུམས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཁོང་ནི་ལོ་ལྷན་གཙོ་བོར་གྲུར་པའི་ཚོས་  
 འབྲུགས་རྣམས་ཀྱི་འདོད་ཚུལ་ཉེ་སྡོད་བརྒྱུད་རྣམས་དཀོན་མཆོག་གིས་བཞུགས་པ་ལས་བྱུང་བར་  
 འདོད་པ་ལ་ཚོར་བ་རྫོང་པོས་དགག་པ་རྒྱག་མཁུག་གྱི་སྐྱེ་དངོས་རིག་པའི་མཁུག་པ་ཞིག་ཡིན། དཔེ་  
 དཔེ་འདིའི་བར་དུ་ལོ་ཚེན་བརྒྱུད་གསུམ་ཡོད་པ་ལས་གཉིས་པ་འདྲ་གསུམ་མ་ཞེས་པའི་སྐོར་ལས་སྐྱེད་  
 བྱས་པ་ཡིན། ཞེད་ཀྱིས་དཔེ་དཔེ་འདིའི་མིང་བྱང་ལས་ནང་དོན་གང་ཡིན་ཉ་ལམ་རྟོགས་ཐུབ།  
 རིགས་རྒྱུན་ལྷན་ཞེས་པ་ནི། སེམས་ཅན་དང་སྟོན་ཆགས་ཀྱི་རིགས་འབྲུག་བྱེད་ཀྱི་ཚོམ་གཞི་སྡེ་  
 བྱུང་སྟོན་མ་དེར་གོ་བོས། དཔེར་ན། དེད་ཅག་གི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུན་སྟོན་མ་ཡོད་པའི་དབང་དུ་  
 བྱས་ན་དེར་གོ་ཚོགས་ དེ་འདྲ་པའི་སྡེ་བྱུང་དེས་རང་ཉིད་ཅམ་དུ་མ་ཟད། རང་དང་རིགས་གཅིག་པ་  
 རྣམས་འཚོ་གནས་འབེལ་རྒྱས་དང་རང་དང་རིགས་མི་མ་སྐྱེད་པ་རྣམས་གཉོར་བཅོམ་རི་ལྟར་བྱེད་  
 པའི་སྐོར་གསལ་ཡོད། འདིའི་ལྟ་བུར་ནི་སྟོན་མར་ཁར་ཞིན་གྱིས་སྐྱེ་དངོས་རིག་པའི་འབྲུང་ཁུངས་  
 ཞེས་པའི་སྐྱེད་གསལ་ཅན་གྱི་དཔེ་དཔེ་བཞུགས་པ་དེའི་ནང་བཞུགས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན།

མཐའ་མར། འདི་གཞེན་ཁམས་ཀྱི་ཆགས་རབ་ཅེས་པའི་ལོ་ཚེན་འདིའི་ཚོམ་པ་པོ་ནི། སི་ཏེ་རློན་ ཉམོ་

ཀྱི་ Stephen Hawking ཡིན་པ་དང་། ཁོང་གིས་འཛིན་ཏེ་ཁམས་ཀྱི་སྐོར་ལ་དབེ་དེབ་གྲགས་  
 ཅན་འགའ་ཞིག་བཅུམས་ཡོད་པའི་ཁྲིད་ནས་གྲགས་ཆེ་བ་འཛིན་ཏེ་ཁམས་ཀྱི་བྱུང་བ་མདོར་  
 བསྟུན་ Brief History of Time ཞེས་པ་ལ་ལོ་ཚན་བཅུ་གཅིག་ཡོད་པ་ལས་དང་པོ་འཛིན་ཏེ་  
 ཁམས་ཀྱི་ཆགས་རབས་ཀྱི་སྐོར་ཡིན། ཁོང་གི་གཟའ་སྐྱོད་དབྱེད་ཞིབ་པ་སྟེ་ལི་ལི་ལུ་ Galileo  
 འདས་མྱོངས་སུ་ཕྱིན་ནས་ལོ་སྟུང་བར་ཉི་ལ་པོ་འཁོར་བ་ན་འཁྲུངས་ཤིང་། ཨོགས་སྐོར་མཐོ་སྟོབ་  
 ཅན་དངོས་ཁམས་རིག་པའི་ཐོག་སྐྱུངས་མཐར་ཕྱིན། དགྲུང་ལོ་ཉི་ལུ་མཚམས་ལ་སྟེབས་པ་ན་ལྷང་  
 ཅེས་ཅ་དགར་གྱི་ནད་རིགས་ཐོག་པའི་རྒྱུ་གྱིས་དུས་དེང་སང་ཡང་ཐད་ཀར་འབྱེད་སྟེ་འཕྲོ་མ་ཐུབ་  
 པར་ཞབས་སྟེགས་སྟེང་དུ་བཞུད་ནས་པར་འཕྲོ་རྒྱུ་འོང་བུ་དགོས་པར་གྱུར།

ཁོ་མོས་དབེ་དེབ་འདི་ ༢༠༠༥ ལོ་ལོ་སྟུང་ནས་འགོ་འཇུགས་བྱས་ཀྱང་དུས་ད་ལྟ་བར་མཇུག་  
 འགྲུབ་མ་ཐུབ་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ལོ། གཙོ་པོ་རང་ཉིད་ལ་ཐབ་སྐྱུར་གྱི་ལས་གཞིར་གོམས་པ་མེད་པ་དང་།  
 ཚན་རིག་གི་ཐ་སྟོན་རི་སྟེང་ཅིག་ཞི་བོད་ཡིག་ནང་དུ་མེད་པས་གསར་བཟོ་དགོས་པ་དང་། གཞན་  
 ཡང་གཙོ་ཆེ་ཤོས་ཞི་རང་ཉིད་ཚོགས་ཚོས་རང་འགྲིམས་པའི་བྱ་རྒྱུ་དཔྱད་མ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་  
 ཚོགས་ཚོས་རྩ་དང་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་མེད་པའི་ཅག་ཅིག་གི་ལས་ཀ་འདིའི་རིགས་ལ་དུས་ཚོད་  
 འབར་མ་གཏོང་དགོས་པས་དུས་ཚོད་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་དགོས་པ་ནི་དཀའ་ངལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་  
 བཅས་ཡིན། སྟབས་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་མཇུག་གྲུབ་ཐུབ་ཅམ་བུ་དང་། འོན་ཀྱང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཐོག་མའི་  
 འཆར་གཞི་ནི། ༢་པོ་དང་མཚོག་གིས་བཅུམས་པའི་རྒྱལ་མཉམ་གྲུབ་པའི་འཛིན་ཏེ་ཁམས་  
 Universal in Single Atom ཞེས་པའི་དབྱིན་དབེ་དེབ་སྐྱུར་བུ་འདུན་ཡོད་པ་དང་། དེའི་སྒྲིབ་  
 འགོར་ཚན་རིག་གི་གཞི་རིམ་གྱི་རྣམ་གཞག་སྟོན་པའི་དབེ་དེབ་ཅིག་ཐབ་སྐྱུར་བྱས་ན་གོམས་པ་  
 ཐེབས་པ་བྱུང་ན་སྟུང་ཡང་། ཚེས་པ་པོ་བསྟན་འཛིན་རིག་གསལ་གྱིས་དབྱིན་དབེ་དེབ་སྐྱུར་བེན་  
 པ་ཐེངས་གཅིག་བསྐྲུགས་པས་སྐྱུར་ཏུ་ཅང་བཟང་བ་མཐོང་ནས་སྟོབ་ཏུ་ཅང་བརྟམས་པས་སྐྱགས་ཇེ་  
 ལེགས་གསོལ་ཞུ་བུ་ཡིན།

སྐྱུར་ཁོ་མོས་དབེ་དེབ་འདི་ལ་ཐེངས་འགའ་ཞུ་དག་བཏང་བའི་ཁྲུལ་ཡིན་ཀྱང་རང་ཉིད་ལ་སྟེས་  
 སྐྱུར་གི་ཡོན་ཏན་དམན་པའི་རྒྱུ་གྱིས་ཆོག་སྐྱོར་དང་འགྲུར་གྱི་ཐ་སྟོན་ཐད་ལ་འགལ་འཛོལ་ཡོད་

དེས་བས་སྒྲོག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བཟོད་པ་ཚེར་བཞེས་ཀྱིས་གཞིགས་སྒྲོག་གནང་རྒྱུའི་ལཱ་ལྷན་ལུ་  
རྒྱ་མ་བཟང་། ཁྱེད་རྣམས་ཀྱིས་ལེགས་བཅོས་ཀྱི་འཕྲིན་ཡིག་བསྐྱར་གནང་ཆེ་དགའ་བསུ་ལུ་རྒྱ་རྒྱ་དང་།  
གལ་སྲིད་དེབ་འདིས་ཁྱེད་ལ་བཞན་ཚོགས་ལྷན་གྱི་ཆེ་འདི་ནི་གཙོ་བོ་རང་ཉིད་ཚུང་དུས་སེར་གྲེས་  
འབྲིང་རིམ་སློབ་ལྟར་འགྲིམས་བའི་དུས་ཀྱི་རང་ལ་དངོས་སུ་སློབ་ཁྱེད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དགོ་  
སློབ་རྣམས་ཀྱི་འིན་ཁོ་ན་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་བཞིན་ཡོད།

མཐའ་དོན། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་སྤྱི་ལ་མ་ཁྱེན་རྒྱ་ཡངས་པའི་ཅང་ལེས་སློབ་སྦྱོར་དུས་དེབ་  
ཚོམ་སྒྲིག་པ་སེར་གྲེས་བསམ་སློབ་རྒྱ་སྦྱོར་ལགས་ཀྱིས་མཐའ་མའི་ཕབ་རྒྱུར་ལ་ལུ་དག་གི་ཕྱག་  
རོགས་གནང་བ་ལ་བཅོས་མིན་ཕྱགས་རྗེ་ཆེ་ལུ་རྒྱ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སེར་གྲེས་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་  
ཁམ་པེ་ལུ་འར་སླེ་ཚན་གྱི་ལས་ཁྲེད་སློབ་བཟང་དག་དབང་ལགས་ཀྱིས་ཉིན་མང་པོའི་རིང་དལ་བ་  
འཛེས་མེད་ཀྱིས་དེབ་ཕྱི་ནང་གི་བར་དང་ཡི་གེ་བཅས་ཁམ་པེ་ལུ་འར་ནང་བཞེད་སྒྲིག་གུས་པ་ལ་  
ཡང་ཕྱགས་རྗེ་ཆེ་ལུ་རྒྱ་ཡིན།

རྒྱ་གར་སློབ་སྦྱོར་གནས་སྡོད་སེར་གྲེས་ལྷན་མ་གུམས་པ་ཚོས་དབང་གིས་བོད་རྒྱལ་ལོ་  
༡༩༣༩ ལྷ་ ༠༡ ཚེས་ ༡༥ དང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༡ ལྷ་ ༠༣ ཚེས་ ༡༤ དུས་ཚེས་ཁྱེད་པར་ཅན་ཚོ་  
འབྲུལ་དུས་ཚེན་དགོ་བའི་ཉིན་སྡོམ་སྒྲིང་དུ་བྲིས་པར་དགོ། །།





དེ་ཚོའི་ཁོར་ཕྱག་དང། དེ་བཞིན་དུ་དེ་ཚོའི་ལུས་སྤང་ནང་གི་གནས་སྤངས་  
 གྱི་སྐོར་ཀླུ་མ་མ་མ་སྤང་དམིགས་བསལ་བ་སྟེ་གནས་ཚུལ་བསྟུ་ལེན་པའི་སྤང་སྤང་ Re-  
 ceptor Cell ཞེས་པ་ལུས་སྤང་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྲབ་པ་དེས་ཤེས་རྟོགས་སྤྱད། མ་སྤང་  
 འདི་དག་གི་ལས་འགན་ནི་སྤྱི་བ་སྤྱད་པ་ལོའི་རེག་བྱ་དང་འཕྲད་པ་དེ་ཁྲབ་པར་བྱ་རྒྱ་  
 དེ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུ་གཡོ་བའི་རར་ཕྱགས་དེ་དབང་ཚལ་མ་སྤང་གཞན་ཉེ་དབང་ཚལ་མ་  
 སྤང་གིས་ལུས་སྤང་གི་དབང་ཚལ་སྤྱི་བར་ཁྲབ་པར་བྱས་ཉེ་རར་སྐོར་བར་བྱས། དབང་  
 ཚལ་སྤྱི་བར་རར་ཕྱགས་དེ་ཚོར་བ་མངོན་གྲུར་བའི་རོ་བོར་འགྲུར་བར་བྱས་ནས་  
 འདོད་པ་དང་མི་འདོད་པའི་བརྟེན་ལམ་ལོས་འཚམས་ཤིག་འདེམ་རྒྱ་རེད། ཀླུ་མ་འགྲུར་  
 འདི་དག་དབང་ཚལ་རར་ཕྱགས་གསར་པ་ཤིག་གི་ཀླུ་མ་མ་མ་འགྲུར་བར་བྱས། རར་  
 ཕྱགས་དེ་དབང་ཚལ་མ་སྤང་གཞན་གྱི་བརྒྱུད་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་དང་ཕན་  
 གཞོན་འབྲེལ་བའི་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་དབང་པོ་དག་ལ་ཁྲབ་སྟེལ་བྱས།

གོང་གི་བྱ་བཞག་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་འགན་འཁུན་དབང་ཚལ་མ་ལག་དབྱུས་  
 མ་དེར་སྤྱད་ཡོད། དེའི་ནང་མྱད་པ་དང་སྐལ་ཚིགས་ཀྱི་རྩ་རྒྱས་ཡོད་ཅིང་། སྤྱི་མའི་  
 བང་དབང་རྩ་དབྱུས་མ་དེ་གནས་ཡོད། སྤྱི་མས་སྤྱིའི་སྐལ་རྣམས་ཀླུ་མ་ལེན་བྱས་  
 པ་དང་། དེ་དག་སྐལ་སྐོར་བྱེད་པ། བརྟེན་ལམ་སྐོར་རྒྱར་འགོ་འཛུགས་རྒྱ་དེ་རེད།  
 དབང་ཚལ་མ་ལག་ཉེ་འཁོར་བས་གོང་དུ་སྐྱས་པའི་དབང་རྩ་དབྱུས་མ་དེ་སྤང་བསྟུ་  
 ལེན་པ་དང་། ཀླུ་མ་འགྲུར་འབྲིན་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་ Effector Organ དག་ལ་མ་སྤང་  
 པར་བྱ་རྒྱ་དེ་རེད།

དབང་ཚལ་མ་ལག་གི་ནང་གསེས་གཉིས་ཡོད་པའི་དང་པོ་ནི། དབང་ཚལ་མ་ལག་དབྱུས་མ་སྟེ་དེར་  
 མྱད་པ་དང་སྐལ་ཚིགས་ཀྱི་རྩ་རྒྱས་ཡོད། དེའི་ལས་འགན་ནི་རྩ་རྒྱས་བསྟུ་ལེན་པ་ལ་གནས་ཚུལ་  
 འགྱུར་བ་ཀླུ་མ་འགྲུར་བྱ་རྒྱ་དང་བརྟེན་ལམ་བཞིན་སྤྱིག་བྱ་རྒྱ་དེ་ཡིན། གཉིས་པ་ནི། དབང་ཚལ་མ་



ལག་ལམ་པ་སྟེ། དེར་ལྷན་གྱི་རྩ་མཐུན་དང་། རྩ་མཐུན་གཉིས་  
 ཡོད། དབང་ཚའི་མ་ལག་ལམ་པ་ཡང་རིགས་གཉིས་སུ་སྟེ་  
 ཡོད། རང་རྒྱ་བའི་དབང་ཚའི་མ་ལག་ཞིང་ཚོའི་ཤེས་པའི་  
 བཀོད་ཁྲབ་ལ་སྟོན་མི་དགོས་པར་དབང་པོའི་མ་ལག་གི་ནང་  
 གི་བྱ་བཞག་ལ་དབང་སྐྱུར་བའི་མ་ལག་ཅིག་ཡིན། སྐད་པ་  
 དང་། སྐད་གཞུང་གི་དབང་ཚའི་མ་ལག་ནི་རིག་པ་ལས་བྱུང་  
 བའི་ཚོར་བ་དག་དབང་ཚའི་མ་ལག་དབྱུས་མར་ཁྲབ་སྟེལ་  
 རྟེན་པ་དང་། དེ་ལས་བྱུང་བའི་བཅ་ལན་རྣམས་ཤེས་པ་བརྒྱུད་  
 རྣམ་རྣམ་འགྲུར་འབྱེན་བྱས་ཀྱི་དབང་པོ་ལ་སྤྱིར་སྟོན་བའི་མ་  
 ལག་ཅིག་ཡིན།

སྐྱེལ་རྗེས་ Stimuli དེ་སྤྱང་བསྐྱེལ་ལོན་པས་རྟོགས་པ་ན་དབང་ཚའི་སྤྱུང་སྟེ་ཤེས་པའི་དབང་  
 རྩ་བརྒྱུད་ནས་སྟོན་པར་བྱེད། རྒྱ་མཚའ་ལོ། དབང་རྩ་དེས་རིག་ཚོར་དག་དབང་རྩ་དབྱུས་མར་ཁྲབ་  
 སྟེལ་གཏོང་བར་བྱེད། རྩ་དབྱུས་མ་དེའི་

ནང་སྐྱེལ་རྗེས་དེ་དག་གི་བཅ་ལན་འོས་  
 ཤིང་འཚམས་པ་ཞིག་བཀོད་སྟོན་བྱེད།  
 དེ་ནས་བཅ་ལན་དེ་འགྲུལ་འཁོར་དབང་  
 ཚའི་སྤྱུང་ Motor Neurons  
 བརྒྱུད་ནས་རྣམ་འགྲུར་འབྱེན་བྱས་ཀྱི་  
 དབང་པོ་ལ་གཏོང་བར་བྱེད།



༡༽ དབང་ཚའི་སྤྱུང་། དབང་ཚའི་མ་ལག་ནང་གི་མཐུན་མཚམས།

Neurons: Links in the Nervous System.

དབང་ཚའི་མ་ལག་ནི་སྤྱིར་དབང་ཚའི་སྐྱབས་ལྡན་ནམ་དབང་ཚའི་སྤྱུང་  
 དང་། སྤྱུང་གི་རོགས་རྒྱ་སྟེ་དབང་རྩ་དབྱུས་མར་བསྟེན་བའི་སྟེ་དངོས་སྤྱང་གྲུབ་





འཛིང་ཆེ་བའི་བྲ་བ་བརྗོད་པ་ཡིན། བྱེད་ཀྱིས་འདི་ནི་ཁམ་པའི་འཇུ་འཇུ་ཉ་ཅིས་འབྲུལ་  
ལམ་རིག་མཛོད་འབྲུལ་སྤྱད། །ནང་གི་མ་ཚུད་ཁ་སྤྱད་བྱེད་འབྲུལ་ཆས་སམ་སྐོག་གི་  
རྒྱ་ལམ་ཞིག་དང་འབྲ་བར་རོས་འཛིན་བྱས་ན་འགྲིག་འདི་བརྒྱད་ནས་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་  
ཆ་ཤས་གཅིག་ནས་གཞན་དུ་བརྗོད་འཛིན་སྐོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན།



དབང་ཅ།

སྤྱད་པ་མཇུག་མ།  
སྤྱད་པ་རྒྱུ་མ།

↑ ཆའི་དབང་ཅ་《ཆ་བརྒྱད་》

↑ རྣམ་གཞུང་གི་དབང་ཅ་《ཆ་བརྒྱུ་གཞིས་》

↑ མ་ལམ་མའི་དབང་ཅ་《ཆ་ལྷ་》

↑ ཆའམ་ཆེག་མ་གྱི་དབང་ཅ་《ཆ་རྒྱུག་》

དབང་ཅ་ཞེས་པ་ནི་

དབང་ཅའི་ཐག་རན་མང་པོ་

འདུས་པ་ལས་སྤྱད་པ་ཞིག་

ཡིན་པ་དང་། དེ་ཡང་ཤ་ཞག་

སྐྱེལ་བྱེད་མ་ལུང་ Connective Tissue

ནང་དུ་བརྒྱམས་

ཉེ་ཡོད། དེས་དབང་ཅ་དེ་

དག་སྤྱད་སྐོབ་བྱ་རྒྱ་དང་།

དེ་དག་བརྒྱད་ནས་ཞག་ཅ་

རྒྱག་པར་བྱེད།

དབང་ཅའི་མ་ལག་སམ་པའི་རོས་སུ་མ་ཚུད་པའི་སྐྱེལ་ཆེག་གི་དབང་ཅ་ཆ་སོ་གཅིག་ཡོད།

ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ན་གནས་པའི་གནས་རྒྱུ་ལ་བསྐྱེད་ཆ་ཤས་ནས་དབང་

ཅའི་མ་ལག་དབྱས་མ་དེར་ལུས་ཀྱི་ངར་ཤུགས་སྐོ་བར་བྱེད་པའི་དབང་ཅ་ལ་ཆོར་

ཤེས་སམ་དབང་ཤེས་ Sensory or afferent nerve ཞེས་ཟེེ། ཡང་དབང་ཅ་གང་

ཞིག་ ལུས་ཀྱི་ངར་ཤུགས་དེ་དབང་ཅ་དབྱས་མ་ནས་འབྲས་སུ་རྒྱུ་འབྲུར་འབྲིན་

ལུས་ཀྱི་དབང་པོའི་བར་དུ་འབྲེལ་བར་བྱེད་པ་དེ་ལ་འབྲུལ་འཁོར་དབང་ཅའམ་ནང་

ནས་མིའི་འདྲེན་བྱེད་ཀྱི་ཚ་རྒྱུན་ Motor or efferent nerves ཞེས་ཟེེ། དེ་ལྟ་བུ་ཚོར་  
ཤེས་ཀྱི་ཐག་རལ་དང་། འབྲུལ་འཁོར་ཤེས་པའི་ཐག་རལ་གཉིས་ཀ་དང་ལྡན་པའི་  
དབང་ཚ་ལ་དབང་ཚ་འདྲེས་མ་ཞེས་ཟེེ།

དབང་ཚ་ཐག་རལ་དེ་དག་གི་འབྲུང་ཁུངས་དང་གནས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལ་སྟོན་  
ནས་རིགས་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཚོགས་དེ་ཡང་སྐད་རུས་ཀྱི་དབང་ཚ་ Cranial nerves དང་།  
སྐལ་ཚིགས་ཀྱི་དབང་ཚ་ Spinal nerves ལྟེ་གཉིས་ཡིན། སྐད་རུས་ཀྱི་དབང་ཚ་ལ་ཆ་  
བརྟུ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་སྐད་པ་ནས་བྱུང་བ་དང་། ཡང་དབང་ཚ་གཅིག་སྟོང་  
དང་ཁོག་སྐད་རུ་འཐེན་པ་མ་གཏོགས་སྐྱག་མ་རྣམས་མགོ་ནང་གི་དབང་པོ་མི་འདྲ་བ་  
ལ་འཐེན་ཡོད། སྐལ་ཚིགས་ཀྱི་དབང་ཚ་ནི་སྐལ་ཚིགས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་  
རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད། དེ་ལ་དབང་ཚ་ཆ་སོ་གཉིས་ཡོད།

### ༡༽ དབང་ཚུའི་མ་ལག་དབུས་མ།

#### The Central Nervous System

དབང་ཚུའི་མ་ལག་དབུས་མའི་ནང་སྐད་པ་དང་། དེ་བཞིན་སྐད་རྒྱུང་ངམ་སྐད་  
པའི་རྒྱབ་མ་སྟེ་ Cerebellum སྐད་ལོག་ཏུ་ཆགས་པའི་སྐད་པའི་ཆ་ཤས་རྒྱུང་བ། སྐད་  
གཞུངས། སྐལ་རྒྱལ་ Spinal Chord བཅས་ལྡན་ཡོད། དེས་ལུས་སྤུང་གི་ཆ་ཤས་འདྲ་  
མིན་གྱི་བྱ་བ་ལ་སྦྲངས་འཛིན་བྱ་རྒྱ་དང་། དེ་ནི་ནང་ཤེས་པའི་བྱ་བ་གལ་ཆེན་དག་  
འབྲུབ་པའི་གཞི་ཡང་ཡིན། དབང་ཚུའི་མ་ལག་དབུས་མ་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་གནད་ཆེ་  
བར་བརྟེན་དེ་ནི་སྤྱང་སྤྱོད་དམ་པོས་བཅིངས་ཡོད། ཕྱི་རོལ་ཏུ་རུས་སྐྱོམ་ཆེན་པོའི་  
བཀོད་པས་བཀབ་ཡོད། སྐད་པ་ནི་ཀ་སྤ་ལིའི་ Cranial Cavity སྐད་ཁོག་ནང་རུ་



སྐྱད་པ་དང་སྐྱལ་པའི་ཚིགས་སྲེང་དག་དབང་ཚའི་ཐག་རན་ལས་ལྷན་པའི་  
དཀར་ཇུས་དང་། དབང་ཚའི་སྐྱེ་བའི་ལས་ལྷན་པའི་སྐྱེ་ཇུས་གཉིས་འདུས་པ་ལས་  
ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན། སྐྱེ་བའི་བར་དུ་སྐྱེ་ཇུས་ནི་ཕྱི་རིམ་གྱི་བར་དུ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་  
པ་དང་། སྐྱལ་ཞག་གི་བར་དུ་སྐྱེ་ཇུས་ནི་སྲིབ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་ལ་དེ་ཡང་ཕྱི་རིམ་དུ་  
དཀར་ཇུས་ཀྱིས་མཐའ་བསྐྱོར་ནས་ཡོད།



དབང་ཚའི་མ་ལག་དབྱུང་པའི་སྐྱད་པ་དང་། སྐྱ ད་པ་  
རྒྱལ་པ། སྐྱ ད་གཞུང་ས། སྐྱལ་ཞག་བཅས་ལས་ལྷན་པ་ཡིན། སྐྱ  
ད་པའི་བྱེད་ལས་ནི། ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཡོངས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་  
འཛིན་པ་དང་། དཔྱོད་བར་བྱེད་པ་དང་། རྣམ་འགྲུར་ཐོན་དུ་  
འདུག་པར་བྱེད་ནས་སྐྱལ་ཞག་གི་ཆ་ཤས་སུ་གཏོང་བར་བྱེད་པ་  
དེ་ཡིན།

### ༤། སྐྱད་པ། དབང་ཚའི་མ་ལག་གི་གཞི་ཚོ།

ང་ཚོས་མཐོང་བ་བཞིན་སྐྱད་པ་ནི་དབང་ཚའི་མ་ལག་དབྱུང་པའི་སྐྱོད་ཀྱི་ཆ་  
དང་། དེ་ཡང་སྐྱད་ཀྱིས་བྱིན་དུ་ཆགས་ཡོད། དབང་ཚུ་གཙོ་བོ་དེས་ཤེས་ཚོར་དང་  
ལུས་པོའི་རྣམ་འགྲུར་གཉིས་མཚམས་སྐྱོར་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། སྐྱེ་བའི་བར་  
གསེས་ལ་སྐྱད་ཆེན་ནམ་སྐྱད་པའི་མདུན་མ་དང་། སྐྱད་རྒྱུང་ངམ་སྐྱད་པའི་རྒྱལ་པ།  
སྐྱད་གཞུང་ས་བཅས་སུ་དབྱེ་ཚོགས།

སྐྱད་པའི་མདུན་མ་ Cerebrum ནི་སྐྱད་པའི་ཆ་ཤས་ཆེ་ཤོས་དེ་ཡིན། དེ་ལ་



གཡས་གཡོན་གྱི་ཕྱོགས་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། དེ་གཉིས་གཞུང་ཐོག་ཅན་གྱི་གས་སྤྱབས་  
གྱིས་མཚམས་སྡེ་ཡོད། ཕྱོགས་གཉིས་པོ་འདི་དག་དབང་ཚའི་ཐག་རན་རིམ་བ་དུ་མ་  
དང་ལྡན་པའི་ ཁོར་བསི་ ཁེ་ལོ་སམ་ Corpus Callosum ཞེས་པས་ནང་པན་ཚུན་  
མ་ཐུད་མཚམས་སྡེ་ཡོད། སྐད་པའི་སྤྱོད་ས་སུ་སྟེབ་ཚེག་གི་རིམ་བ་མང་པོ་ཡོད་  
ཅིང་། གས་སྤྱབས་གྱིས་ཤེས་པའི་དག་སོ་སོར་སྡེ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་མངོན་གསལ་  
དོད་པོ་ཡོད། ཤེས་པའོངས་རྫོགས་ལ་རང་རང་གི་བྱ་བ་མི་འདྲ་བ་ཡོད།

སྐད་པའི་སྤྱོད་མཐའ་དོས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ལ་སྐད་རྒྱ་ Cerebral Cortex ཟེར་ཞིང་།  
དེར་སྐྱེས་ཡོད། འདི་ནི་གང་ཟག་ཞིག་གི་རྩོག་འཛིང་ཆེ་བའི་བར་འཕྲིན་མང་ཆེ་བ་  
འབྲེམ་སྟེལ་བྱེད་ལུལ་དང་། དབང་ཤེས་དག་མངོན་དུ་བསྐྱུར་བར་བྱ་ལུལ་ཞིག་ཡིན།  
བར་ཤེས་དང་ཤེས་རབ། རྣམ་ཤེས་རྣམས་སྐད་རྒྱ་དེར་གནས་ཡོད། སྐད་རྒྱ་འདིའི་  
འོག་ཏུ་སྐད་པའི་དཀར་རྩ་ཆགས་ཡོད་པ་དེར་སྐྱེས་འདུས་པའི་ཕྱང་པོ་སྟེ་དབང་  
ཚའི་སྤྱང་སྐྱེ་པོ་ཞེས་པ་ཆགས་ཡོད། དབང་ཚའི་སྤྱང་སྐྱེ་པོ་འདི་དག་འདུས་པའི་  
ཚོགས་པ་གལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ནི་ ཉལེ་པོ་ཐ་ལ་མསི་ Hypothalamus ཡིན་ཞིང་། དེར་  
པོ་མོའི་སྐལ་རྩ་མ་ལག་ Hormonal System ལ་སྐྱེས་འཛིན་བྱེད་རྒྱུའི་ལས་  
འགན་ཡོད།

སྐད་པའི་རྒྱབ་མ་ Cerebellum ནི་སྐད་པའི་མཐུན་མའི་འོག་དེ་ག་རང་དུ་  
ཆགས་པའི་སྐྱེས་ཕྱང་པོ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་ལྷུང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་གཉིས་ལས་སྤྱབ་  
བ་ཡིན། དེ་ཡང་སྐད་རྒྱབ་ཀྱི་ཁམས་དང་། ཟར་མིསི་ Vermis རྟེ་སྐད་རྒྱབ་ཀྱི་བར་  
མཚམས་ཀྱི་ཆ་གཉིས་ཡིན། ཟར་མིསི་ཡིས་རང་འགྲུལ་གྱིས་ལུས་པོའི་གཡོ་འགྲུལ་  
གྱི་བྱ་བཞག་སྣ་མིན་ནང་འཇུག་བ་དང་། གཞུགས་པའི་ལྗོད་སྟེམ་དང་། ཤེས་ཀྱི་







བཞག་ཅེས་བརྗོད།



ལུས་པོའི་ཆ་ཤིག་ཤིག་ལ་ན་  
 ལྷག་གི་སྐྱལ་སྐྱེན་བྱུང་བ་ན་སྐོ་  
 ལུང་དུ་དེས་སྐོག་འཕྲོས་ཀྱི་ལྷ་  
 བཞག་ལན་འདེབས་བྱེད། སྐྱལ་  
 རྒྱལ་གིས་སྐྱེད་པར་སྐྱལ་སྐྱེན་དེ་  
 ལ་རྣམ་འགྲུང་གི་ལན་འདེབས་

བར་བྱེད། ལུས་ལ་བྱུང་མ་ཐག་པའི་ངར་ཤུགས་དེས་ཤུགས་ཀྱི་བསྐྱེད་ལེན་པའི་ཆ་ཤིག་ནས་སྐྱལ་  
 རྒྱལ་བར་ཚོར་ཤེས་ཀྱི་དབང་ཅ་བརྒྱད་ནས་སྐྱོད་པར་བྱེད། དེ་ནས་འགྲུལ་འཕྲོར་དབང་ཅར་འགྲོར་  
 བ་ན་ཤུགས་ལྡན་གྱི་རྣམ་འགྲུང་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ན་ལྷག་འགྲུང་པའི་དངོས་པོ་དེ་ལས་  
 སྐོལ་བར་བྱེད།

༦། སྐྱེད་པ།

ང་ཚོས་གོང་དུ་ཤེས་ཐེན་པ་བཞིན། སྐྱེད་པའམ། གཙོ་བོ་སྐྱེད་ཀྱི་བྱེད་ལས་  
 གཅིག་ནི་ལུས་ཀྱི་སྤོང་ཚོར་དག་འཛིན་པར་བྱེད་པ་དང་། རོ་བོར་བསྐྱུར་བ། དེ་ནས་  
 སྐྱབས་འབྲེལ་གྱི་རྣམ་འགྲུང་དག་ཐོན་དུ་འཇུག་པར་བྱ་བྱ་དེ་རེད། སྐྱེད་པས་ལུས་ཀྱི་  
 ཆ་ཤིག་གང་རུང་གཅིག་ནས་འགྲོར་བའི་སྤོང་ཚོར་དག་སྐྱེད་ཀྱི་ནང་དུ་གཞན་དེས་  
 མེད་དུ་འཛིན་པར་བྱེད་ཀྱིན་མེད། ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤིག་སོ་སོ་དང་འབྲེལ་བའི་སྐྱེད་པའི་  
 བར་ཤེས་པའི་གནས་དམིགས་བསལ་བ་དང་། ཡང་རྣམ་འགྲུང་གི་ལན་འདེབས་སྐྱོད་  
 བྱེད་ཀྱི་གནས་དམིགས་བསལ་དེ་ཡོད།

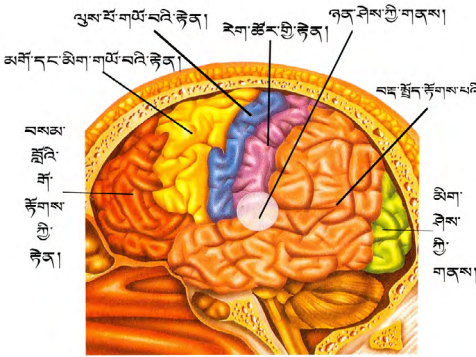
དེ་ལྟ་བུའི་སྤོང་ཚོར་དང་རྣམ་འགྲུང་འབྲིན་བྱེད་ཀྱི་གནས་འདི་དག་སྐྱེད་པའི་  
 བྱེད་ལས་གཞན་ཉེ་བཞག་གིས་བསྐྱེད་པའི་དབང་བསྐྱུར་ལོག་ཏུ་གཞན་ཡོད། ཐོག་

མར་ང་ཚོ་ལ་སྲོང་ཚོར་ཞིག་བྱུང་བ་ན་དེ་དྲན་པས་འཛིན་གྱིན་ཡོད། དེས་ང་ཚོའི་སྲོད་  
 ལས་ལ་ལས་སྟོན་གྱིད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཚོའི་ལུས་ལ་རེག་ཚོར་སྲོད་བ་ན་དེ་ལ་ལན་  
 འདེབས་རན་པོ་ཞིག་གྱིད་རྒྱུར་ང་ཚོས་གདམ་ཀ་བྱ་བ་ལ། འདི་ནི་ང་ཚོའི་འདས་པའི་  
 ཉམས་སྲོང་གི་བཀའ་དྲིན་ཡིན། དཔེར་ན། གལ་སྲིད་ང་ཚོས་ནམ་མཁའ་སློན་པ་སྲོ་  
 བཤུ་འཁྲིགས་པ་མཐོང་བ་ན་ལུས་པོ་སྟོན་པ་ཆགས་ཡོང་སྟེ་མ་པའི་འཛིགས་སྲུང་གིས་  
 ཆར་གདུགས་འབྱེད་རྒྱུར་བྲ་སློག་གྱིད་པ་བཞིན་རེད།

ང་ཚོའི་ཉམས་སྲོང་ལས་བྱུང་བའི་བཀའ་ཆགས་ནམས་སྲུང་རྒྱའི་ནང་གི་དབང་  
 ཚའི་མ་ལུང་གི་མཚམས་སྲོད་ཏེ་བའི་ནང་དུ་ཉར་ཚགས་བྱས་ཡོད། བ་ལས་འདི་དག་  
 གིས་དྲན་ཤེས་མེ་འདྲ་བ་རེ་བྱུང་བ་ན་བྱ་བ་འདྲ་མེན་གྱིད་བཞིན་ཡོད། དྲན་ཤེས་མེ་  
 འདྲ་བ་དཔེར་ན། སློབ་བྱུང་བའི་དྲན་ཤེས་ཉེ་སྐར་ཆ་ཁ་ཤས་རིང་གནས་ཚུལ་ཉར་  
 ཚགས་བྱས་པའི་དྲན་ཤེས་དང་། ཉེ་དུས་ཀྱི་དྲན་ཤེས་ཉེ་སྐར་མ་ཁ་ཤས་སམ་ཚུ་ཚོར་  
 འགའ་ཤས་ཀྱི་སྲོ་ལོ་ཀྱི་དོན་རྒྱེན་དག་དྲན་པར་གྱེད་ཀྱས་པ་དང་། ཡང་ཐག་རིང་གི་  
 དྲན་ཤེས་ཉེ་དུས་ཡུན་མང་པོའི་སྲོན་ཀྱི་དོན་རྒྱེན་དག་ང་ཚོས་དྲན་པར་གྱེད་ཀྱས་པ་  
 ལྟ་བུ་ཡིན།

དྲན་ཤེས་ཀྱིས་སྲུང་བའི་གྱིད་ལས་གཞན་མང་པོ་དང་མ་ལུང་ཡོད། དཔེར་ན།  
 རྒྱན་ཡིག་ལྟ་བུ་ནི་བཅའ་ཡིག་གི་རིགས་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ནང་གི་ཡི་གས་དངོས་ཡོད་  
 ཀྱི་བརྟན་པའི་ཡུལ་དང་། སྲིང་བསྐྱས་ཀྱི་ལྟ་བུ་མཚོན་གྱི་ཡོད། སྲུང་རྒྱའི་ནང་རྒྱན་  
 ཡིག་གི་གནས་བཞི་ཡོད། རྒྱན་ཆ་སྲུང་བ་དང་། ཡི་གས་འབྲི་བའི་གནས་རེ་དང་། དེ་  
 གཉིས་ཀྱི་དོན་རྟོགས་པའི་གནས་རེ་སྟེ་བཞི་ཡིན། རྒྱན་ཡིག་གི་གནས་ཀྱི་གྱིད་ལས་  
 ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཚོས་བསམ་སློབ་གཏོང་བ་ལ་དང་། སློབ་འཆར་བ་ནམས་གཞན་ལ་

འཆར་སྤྱད་པ་ཡིན། མདོར་བསྟུན་ན། མིའི་རིགས་ཀྱི་བྱེད་ལས་གལ་ཆེ་ཤོས་ནི་ཡིད་ལ་  
འཆར་སྤྱད་སྤྱད་པ་འདི་ཡིན། འདི་ནི་སྤྱིའི་འཆར་སྤོལ་ཆུང་ཆུང་གི་ལ་དང་དེ་བཞིན་  
འཆར་སྤོལ་གསར་བ་སྐྱེལ་བའི་བྱས་པ་ཡིན།



སྤྱད་སྤྱོད་ཆ་ཤས་མང་ཆེ་བས་  
ལུས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་ཁམས་རྣམས་  
ཀྱི་བྱ་བཞག་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་མོད།  
ལུས་ཀྱི་གནས་འགའ་ཤས་ལ་  
དམིགས་བཀའ་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད།  
སྤྱད་སྤྱོད་ཀ་ཡོན་ཚོགས་ནང་དུ་  
འོག་གི་སྤྱད་སྤོལ་གནས་འདི་དག་  
ངོས་འཛིན་སྤྱད་པ་ཡིན། དཔུལ་

བའི་ངོས་ཀྱི་ཤེས་དེས་བསམ་སྤོལ་བྱ་བ་གལ་ཆེན་རིགས་བྱེད་པ་དང་། འཕྲུལ་འཁོར་སྤྱད་སྤོལ་སྤྱོད་  
ངོལ་གྱི་གནས་ཀྱིས་མགོ་དང་མིག་གི་གཡོ་འགུལ་ལ་དབང་སྤྱད་བར་བྱེད། འཕྲུལ་འཁོར་སྤྱད་སྤོལ་  
གནས་ཀྱིས་རང་འགུལ་གྱིས་ལུས་པོ་གཡོ་འགུལ་བྱེད་པ་ལ་སྤྱད་སྤོལ་འཛིན་བྱེད། རིག་ཚོར་གནས་  
ཀྱིས་ལུས་ལ་རིག་ཚོར་བྱུང་བ་དག་རྣམས་འགྲུར་འབྲིན་བར་བྱེད། མིག་དབང་གི་གནས་ཀྱིས་མིག་  
ཤེས་ལ་འཆར་བ་དེ་མངོན་དུ་འགྲུར་བར་བྱེད། ཉན་ཤེས་ཀྱི་གནས་ཀྱིས་སྤྱོད་སྤོལ་བ་དེ་དག་ཐོས་པའི་  
བྱ་བ་བྱེད། དེ་བཞིན་དུ། སྤྱད་སྤོལ་འབྲེལ་འབྲེལ་དང་དོན་རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་སྤྱད་སྤོལ་ཆའི་གནས་  
སོགས་ཡིན།

---

---

ཚོམ་སྒྲིག་པ་མི་འོ་སྒྲིག་པ་དོན་བཟུངས།

བྱམས་པ་ཚོས་དབང་ནི་རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་ཀོ་ལེ་སྐལ་པོད་མིའི་གཞིས་  
ཆགས་སུ་སྒྲེས། རྒྱ་དུས་མཁས་མང་གྲེ་བའི་འདུས་སྡེ་སེར་གྲེས་མཁས་སྟོན་གྱི་  
ཚང་གི་ལྷན་མ་ཁང་ཚན་དུ་ཚོས་སློབ་ཞུགས། དེ་ནས་སེར་གྲེས་འབྲིང་མིམ་སློབ་གྲྲ་  
དུ་ལོ་ངོ་བཅུ་འེ་འེ་གཞི་མིམ་སློབ་སློབ་བཀྲིས་ནས་མཐར་རྒྱ་གར་རྒྱ་ལོངས་  
(CBSE) གྱི་འཛིན་མིམ་བཅུ་བའི་རྒྱ་གས་སློབ་ཐོན། དེ་ནས་སེར་གྲེས་ཚོས་དུར་  
སྒྲིགས་ཞུགས་བྱས། སྤྱང་ཚན་མིགས་ལམ་བཟུས་ར་ནས་པར་ཕྱིན་དབྱ་མ་འདུལ་  
བ་བཅས་ལ་ལོ་ངོ་བཙོ་ལྷ་གྲྲ་མིང་སློབ་གཉེར་ལ་རང་རྒྱས་གང་ལྷོགས་གྱིས་བཙོན་  
བ་རྒྱ་བོའི་རྒྱན་བཞིན་བསྟེན་ནས་ད་ལྟ་དམ་ཚོས་འདུལ་བའི་གཞུང་ལ་སློབ་གཉེར་  
གྲེད་བཞིན་ཡོད། བང་ཚོས་ལ་སློབ་གཉེར་གྲེད་བའི་ཞོར་དུ་ཡང་དབྲིན་ཡིག་གི་མིག་  
གནས་ལ་སྤྱངས་བཙོན་གྱིས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོར་ཀརྒ་ཏ་ཀ་མངའ་སྡེའི་ལུང་རྒྱ་གས་  
མཐོ་སློབ་ (Karnataka State Open University) བང་ལ་གཙུག་ལག་རབ་འབྲམས་  
པའི་ (MA Eng) ལུང་རྒྱ་གས་བང་ཞུགས་ནས་རྒྱ་གས་འཕྲོད་སྦྱབ་བ་ལུང་བ་བཅས་  
གྱི་མདོར་བཟུས་སུ་བཀོད་བ་ལགས།