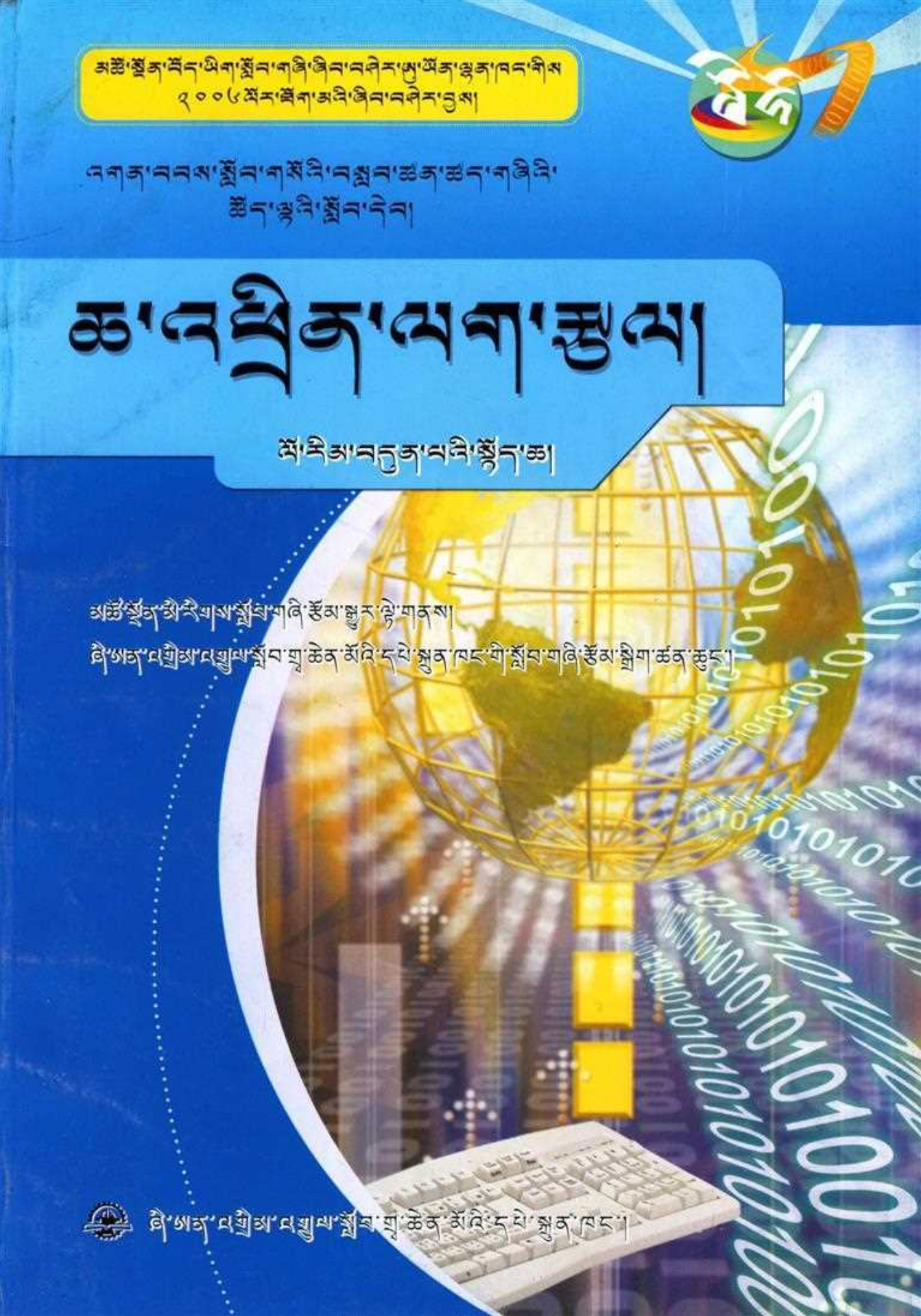
མཐོ་སློབ་བོད་ཡིག་སྦྱོང་གཞི་ཁེབས་ཤུལ་ཨོན་ལྟ་ཞིབ་ཀྱི་སྒང་
༢༠༠༤ ཟིར་ཐོག་མའི་ཁེབས་ཅེས་བྱ།

ཁཀ་བབས་སྦྱོང་གསོའི་བསྒབ་ཚན་ཚད་གཞིའི་
ཚོད་ལྟའི་སྦྱོང་དེབ།

ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ།

ཤེས་རིག་བཀྲ་བའི་སྟོད་ཆ།

མཐོ་སློབ་མི་རིགས་སྦྱོང་གཞི་རྩོམ་སྒྲུབ་ལྷ་ཁང་།
ཞེ་ཨན་བཀྲིས་བསྒྲུབ་བྱ་ཆེན་མོའི་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གི་སྦྱོང་གཞི་རྩོམ་སྒྲིག་ཚན་ཚུང་།



ཞེ་ཨན་བཀྲིས་བསྒྲུབ་བྱ་ཆེན་མོའི་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།



འགྲེམ་བཟོ་ཁང་གིས་བསྒྲུབ་ཚུགས་ཀྱི་ཨིང་གི་ཡིག་ཆ་ཡིན།

本书由国家免费提供

ཆུ་འཇིག་ཤེས་རིག་རྒྱུན།



ཨཚོ་སྐོན་ལེ་རིག་སྒོང་གཞི་རྩོམ་སྒྲུར་ཞུ་གནས།
ཞེ་ཨན་འགྲེམ་འགྲུལ་སྒོང་གྲུ་ཆེན་མོའི་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

ཞེ་ཨན་འགྲེམ་འགྲུལ་སྒོང་གྲུ་ཆེན་མོའི་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

BIAN WEI HUI

编委会

主　　编　桂　超

副 主 编　梁　涛　　星扎西

编写人员　（以姓氏笔画为序）

王　樱　　尕　洛　　刘圣杰　　张文龙

张明升　　张雅慧　　吴　斐　　郑亚飞

高泉蓉　　索南当周　　黄　欣

翻译人员　尕　洛　　索南当周　　尕　仲　　卡毛加

完德扎西　　周先才让　　赵国强

审　　稿　星扎西　　索太加　　索南当周　　尕　洛

斗　拉

གསལ་བཤད།

ལོ་དགུའི་འགན་བབས་སློབ་གསོའི《ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ》གྱི་བོད་ཡིག་སློབ་དེབ་འདི་ནི་སློབ་གསོ་པྲའུ་ཡིས་བསྒྲགས་པའི《འགན་བབས་སློབ་གསོའི་རྣམས་ཀྱི་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་གྱི་བསྟབ་ཚན་ཚད་གཞིའི་མཐུད་སྒྲིན་རྩ་གནད》གཞིར་བཟུང་ནས་རྩོམ་སྒྲིག་བྱས་པ་ཡིན། སློབ་དེབ་འདི་ནི་འགན་བབས་སློབ་གསོའི་ཉིན་ཐོག་ལྷོལ་ལུགས་ཀྱི་བོད་རིགས་སློབ་གྲྭས་བགོལ་བར་མཁོ་སྤྱད་བྱས་པ་ཡིན།

སློབ་དེབ་ཆ་ཚང་འདིའི་གཞི་རྩའི་དགོངས་དོན་ནི། གྲྭས་ཚད་སློབ་གསོའི་སྐྱེའི་རེ་འདུན་ཤོར། ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་གྱི་ལག་ལེན་རང་བཞིན་གནད་དུ་བཟུང་ནས་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་གྱི་གསར་གཏོད་འདུ་ཤེས་སྐྱེད་སྤྱིང་དང་། ལག་ལེན་གྱི་ནུས་པ་མཐོ་རུ་བཏེགས་ཏེ་དེང་རབས་སྐྱི་ཚོགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འཚམ་པའི་སློབ་མ་སྐྱེད་སྤྱིང་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཡིན།

སློབ་དེབ་ཆ་ཚང་འདིའི་སློབ་སྦྱོང་གི་དམིགས་ཡུལ་ནི། སློབ་མས་རིམ་པ་མེ་འདྲ་བ་དང་རྣམ་པ་མེ་འདྲ་བའི་སློབ་སྦྱོང་གི་བརྒྱུད་རིམ་ཁྲིད་ནས་ཆ་འཕྲིན་འཆོལ་སྤུད་དང་། ཆ་འཕྲིན་སྐྱེག་གཅོད། ཆ་འཕྲིན་བཀོལ་སྤྱོད། ཆ་འཕྲིན་རྒྱུད་སྡེད་བཅས་པའི་ནུས་པ་སྐྱེད་སྤྱིང་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཡིན།

སློབ་དེབ་འདི་སྐྱེག་རྣམས་བོད་ཁུལ་གྱི་དོན་དངོས་གནས་ཚུལ་དང་སློབ་མའི་ལོ་ནའི་ཁྱད་ཆོས་ལ་གཞིགས་ནས་གང་ལེགས་སོས་གཤམ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་འདི་དག་ལྡན་པར་བྱས་ཡོད།

1. སློབ་མའི་སློབ་སྦྱོང་གི་སྡུར་སྤྲང་དང་བསྟབ་བྱའི་མཉེན་ཆས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ལྟར་དེ་མཚོན་རང་བཞིན་གྱི་དེ་གཞི་བདམས་ནས་བསྒྲིགས་ཡོད།

2. སློབ་ཚན་གྱི་བརྗོད་གཞི་ཡིག་རིས་སྐེབ་འགོད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བོད་ཡིག་དང་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་འཚོ་བར་སྐྱར་ནས་མཚོན་པར་བྱས་ཡོད།

3. སློབ་མའི་འཚོལ་ཞིབ་དང་མཉམ་ལས། ཤེམས་སྒོང་བཟོ་རིས་བཀོད་ཀྱི་

ཀུན་པ་སྐྱེད་གྲིང་བྱས་ཏེ་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་གྱི་བཀོལ་སྤྱོད་རང་བཞིན་ཐུབ་ཤེས་ཀྱི་ཐོག་བྱས་ཡོད།

4. སྙན་ཞུས་སོ་སོའི་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ཆ་རྐྱེན་ལ་གཞིགས་ནས་སློབ་དེབ་སོ་སོའི་སྐོན་ཏུ་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་གྱི་སྐོན་འགྲེའི་ཤེས་བྱའི་སློབ་ཚན་ཞིག་དམིགས་སུ་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་ཤེས་བྱའང་གང་ལ་གང་འཚམ་སྐོས་བཀོད་ནས་སློབ་དེབ་ལ་ཤེས་རྟགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པར་བྱས་ཡོད།

སློབ་དེབ་ཆ་ཚང་འདི་ལོ་རིམ་གསུམ་པ་ནས་མཐོ་བཟུང་ཞིང་མཐོ་སློབ་པས་དེབ་བཙུན་བཞི་ཡོད། དེབ་རེར་སྐོ་ཚན་བཞི་དང་སློབ་ཚན་བཅོ་ལྔ་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་ཡོད།

སློབ་དེབ་ཆ་ཚང་འདི་ནི་ཞིབ་འགྲིམ་འགྲུལ་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་དང་མཚོ་སྐོན་མི་རིགས་སློབ་གཞི་རྩོམ་སྒྲུར་ལྷེ་གནས་གཉིས་ཀྱིས་མཉམ་དུ་བསྒྲིགས་ཤིང་བསྒྲུར་བ་ཡིན། ཁྱད་པར་དུ་མཚོ་སྐོན་ཞིང་ཆེན་སློབ་གསོ་ཐིལ་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་མགོ་ཁྱིད་པས་རྩོམ་སྒྲུར་གྱི་མཁོ་མངགས་བར་གསུམ་དུ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཆེན་པོ་གནང་བ་དང་། མཚོ་སྐོན་དགེ་བོས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་ལས་མཉམ་པས་སློབ་དེབ་ལ་ཞིབ་བཤེར་བྱས་ནས་རིན་ཐང་བློ་བའི་བསམ་འཆར་གནང་བར་སྐྱིད་ཐག་པ་ནས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞུའོ།།

སློབ་དེབ་འདི་ནི་བོད་ཡིག་གི《ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ》གྱི་སློབ་དེབ་ཐོག་མ་ཡིན་པས། རྩོམ་སྒྲིག་གི་ཉམས་སྐྱོང་ཞན་པ་དང་དུས་ཡུན་ཐུང་བའི་དབང་གིས་ནོར་འཁྲུལ་དང་ཞན་ཆ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད་ཀྱིད་པས། རྒྱ་ཆེ་བའི་བོད་མིའི་སློབ་དགེ་སྐྱོང་རྣམས་ཀྱིས་དགོངས་འཆར་ལྟུག་སྟོལ་གནང་བར་སྐྱིད་ཐག་པ་ནས་ཞུགས་རྗེས་ཆེ་ཞུའོ།།

ཞི་ཚན་འགྲིམ་འགྲུལ་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་དལ་སྐྱེན་ལང་།

མཚོ་སྐོན་མི་རིགས་སློབ་གཞི་རྩོམ་སྒྲུར་ལྷེ་གནས།

2006ལོའི་ཟླ4པར།



དཀར་ཆག

སྡེབ་ཚན་ཐེངས་གཅིག

སྡེ་ཚན་དང་པོ།



སྡེབ་ཚན་ཚན་པོ།

གང་སར་ཆུབ་པའི་ཆ་འཕྲིན། 9

སྡེབ་ཚན་གཉིས་པ།

ཉིན་རེར་འགེལ་འཚུར་བྱེད་པའི་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ། 14

སྡེབ་ཚན་གསུམ་པ།

ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་དང་སྐྱེ་ཚེགས། 19

སྡེ་ཚན་གཉིས་པ།

སྡེབ་ཚན་བཞི་པ།

དའི་ཁོག་གས་པོ་ཚེས་འཛོར་ལ་རྒྱས་པོན་བྱེད་པ། 27

སྡེབ་ཚན་ལྔ་པ།

ཡི་གཞོག་འཕྲུལ་ཆས་ལས་ཀ་འཕྲིན་ལེན་པ། 33



སྡེབ་ཚན་གསུམ་པ།

སྡེབ་ཚན་བཞི་པ།

ཡིག་གཟུགས་དང་ནང་འདྲིག་བྱེད་ཐབས་ནང་སྤྱོད་བྱེད་པ། 41

སྡེབ་ཚན་ལྔ་པ།

དའེ་རྩོམ་ཡིག་ལ་རྒྱུན་སྤྱས་པ། 47

སྡེབ་ཚན་དྲུག་པ།

བང་ཀྱི་རྒྱུན་གོས། 53

སྡེབ་ཚན་བདུན་པ།

མཐེས་སྤྲག་ལྟུན་པའི་ཐ་ཡུལ། 58



སྡེབ་ཚན་བཅུ་པ།



སྡེབ་ཚན་བཅུ་པ།

མཐེས་སྤྲག་ལྟུན་པའི་མཚོ་སྐྱེན་པོ། 67

སྡེབ་ཚན་བཅུ་གཅིག་པ།

མཚོ་སྐྱེན་གྱི་མཐེས་སྐྱེདས་ཁྲོགས་བསྒྲུས། 72

སྡེབ་ཚན་བཅུ་གཉིས་པ།

ཁྲན་མོང་ལ་ཡིན་པའི་ཐྲོག་རྐྱལ་པར་དེ་བ། 77

སྡེབ་ཚན་བཅུ་གསུམ་པ།

གསོན་ཉམས་ལྟུན་པའི་གཏམ་བཤད་ལ་ཡིག

..... 82

སྡེབ་ཚན་བཅུ་བཞི་པ།

མེག་ལ་གཙེས་སྤྱས་བྱེད་པ། 88

སྡེབ་ཚན་བཅོ་ལྔ་པ།

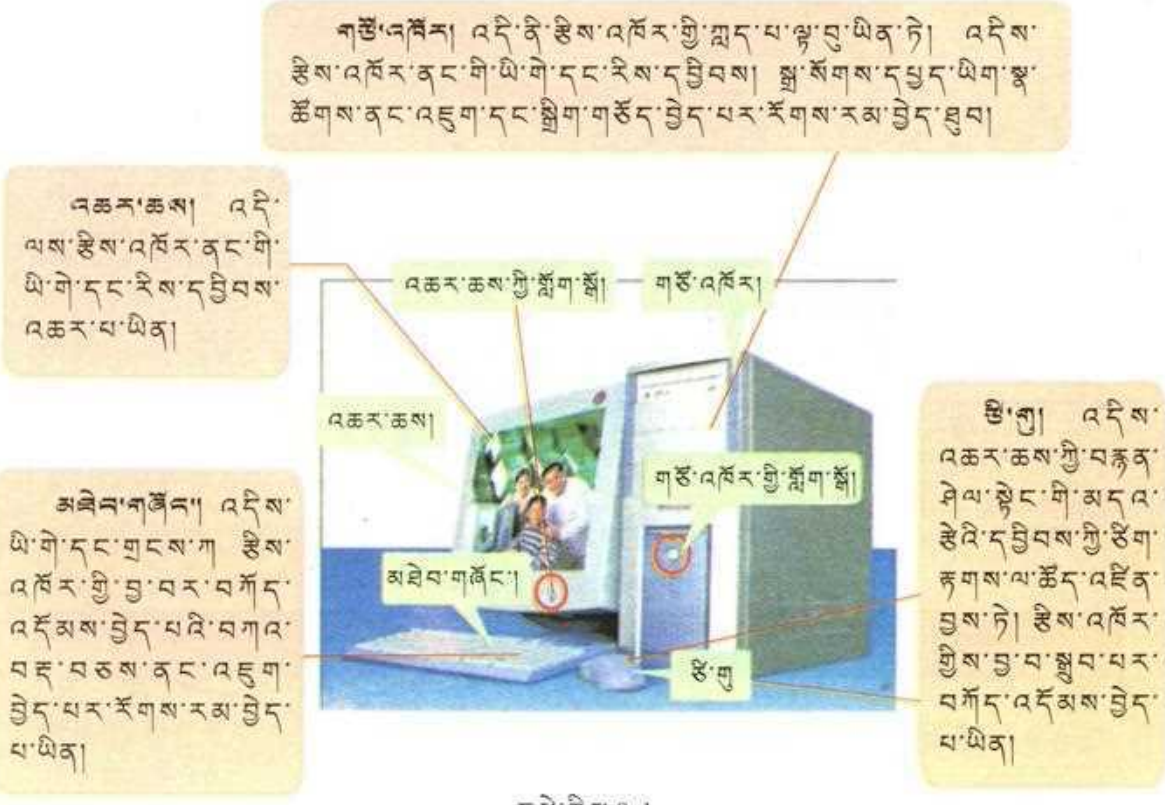
ང་ཚེའི་དུས་སྐོན། 96

སྒྲིག་འཇུག་པའི་ཤེས་བྱ།



གཅིག ཆུས་འཁོར་བཟོས་འཛིན་པ།

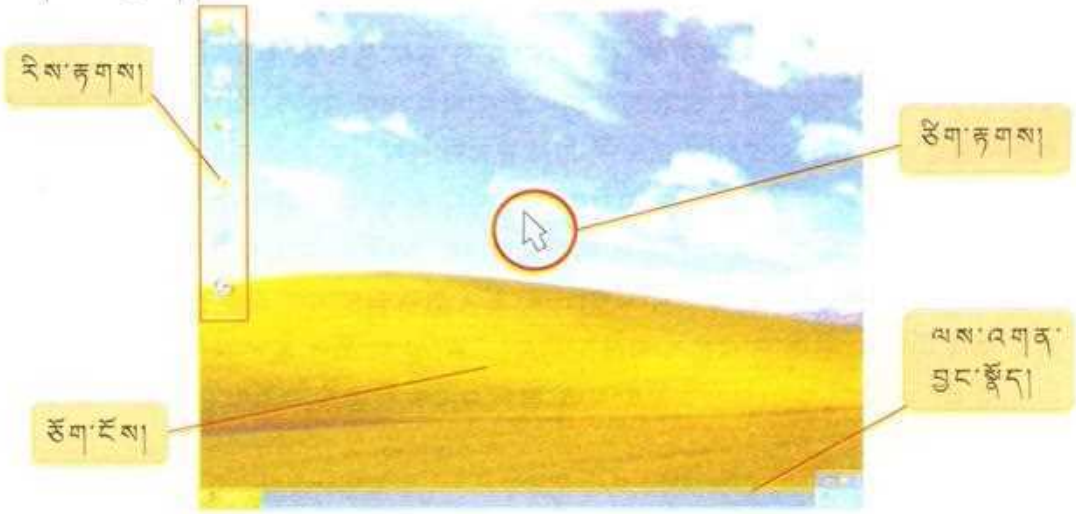
མིག་སྟར་རྩེས་འཁོར་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པ་ཏ་ཅང་ཁྲབ་ཆེ་སྟེ། ཚོང་རར་སྤྱོད་པའི་དཏུལ་སྟུད་འཐུལ་ཆས་དང་མི་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱོད་པའི་ལག་འཁྱེར་ཁ་པར། སྐུང་སྐར་ཚད་འཛལ་ཚོད་འཛིན་ལྟེ་གནས་ཀྱི་ཚན་རིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱོད་པའི་ཚད་འཛལ་ཚོད་འཛིན་དཔྱད་ཆས་སོགས་ལ་རྩེས་འཁོར་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པ་རེད། རྩེས་འཁོར་གྱིས་ང་ཚོར་བྱ་ར་རྒག་རྩེག་མང་པོ་ཞིག་སྒྲུབ་རོགས་བྱེད་ཐུབ་ལ། འཚོ་བའི་ཐད་ཀྱི་དཀའ་ཚེགས་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་སེལ་རོགས་བྱེད་ཐུབ་པས། ང་ཚོའི་སློབ་སྤྱོང་དང་འཚོ་བའི་ཁྱད་དུ་མེད་མི་རྣམས་ཀྱང་བའི་ཡོ་བྱད་ཅིག་ཏུ་འགྱུར་བཞིན་ཡོད། དཔྱ་ངོ་ཚོས་རྩེས་འཁོར་ལ་ངོས་འཛིན་ཞིག་བྱ་སྟེ། དེའི་རིས0-1ལས་མཚོན་པ་ནི་རྩེས་འཁོར་གྱི་རྒྱུན་བཀོལ་གྲྭབ་ཆ་ཡིན་ནོ།།



དཔེ་རིས 0-1

གཅིག་ Windows XP ཡི་གནས་ཚུལ་ཤེས་པ།

སྟོན་ལ་འཆར་ཚས་ཀྱི་སྐོག་སྟེ་ཡ་དང་། དེ་ནས་སྐེས་འབེར་ཀྱི་སྐོག་སྟེ་ཨེ། བཟོན་ཤེལ་ངོས་སུ་ཡི་གེ་འགའ་རེ་འཆར། ཡུད་ཙམ་འགོར་རྗེས Windows XP ཡི་ཁ་འབྱེད་པའི་རི་ཨོ་འཆར་བ་ཡིན། བཟོན་ཤེལ་ངོས་སུ་དེ་རིས0-2ལྟ་བུ་ཞིག་འཆར་ཨོ Windows XP ཡི་ཁ་སྒེ་པ་ཡིན། འཆར་ངོས་དེར Windows ཡི་ཚོག་ངོས་ཟེར་བ་དང་། བཀྲམ་སྟེང་ལ "ཚོག་ངོས" ཟེར། གཤམ་དུ "ཚོག་ངོས" ཀྱི་རིས་རྟགས་དེ་དག་ངོས་འཛིན་པར་བྱའོ།།



དེ་རིས 0-2

ཚོག་ངོས། འདི་ས་རྒྱབ་སྟོངས་ཡོངས་རྫོགས་ཐེབ་ཁེང་། དངོས་པོ་འཛོག་སའི་ཚོག་ངོས་དང་འབྲུ་བས་འདི་ལ་ཚོག་ངོས་ཁེས་བཏགས་པ་ཡིན།

རིས་རྟགས། ཚོག་ངོས་སུ་ཡོད་པའི་རིས་དབྱིབས་རྒྱང་རྒྱང་དེ་དག་གིས་བྱ་རིམ་མམ་སྐེའུ་ཁུང་ལ་ཤས་མཚོན་པ་ཡིན།

ཕྱི་རྟགས། བཟོན་ཤེལ་ངོས་ཀྱི་མདའ་སྟེ་ཡིན་ཁེང་ཚོ་གུ་སྐུལ་ན་བཟོན་ཤེལ་ ངོས་ཀྱི་ཚོག་རྟགས་ཀྱང་དེ་དང་བསྟུན་ནས་འགུལ་བ་ཡིན།

ཨས་འགན་བྱང་སྒྲིལ། བཟོན་ཤེལ་འདབས་སུ་དེ་རིས0-3ལས་མཚོན་པའི་བྱང་བུ་སྟོན་པ་ཁེག་ཡོད་པ་དེ་ཡིན།



དེ་རིས 0-3



མགོ་རྒྱམ། ལས་འགན་བྱང་སྡོད་ཀྱི་གཡས་ལོག་ཏུ་ཡོད་པའི་གླུ་བཞི་ནས་མོའི་སྟེང་གི་ " " ཞེས་བྱིས་ཡོད་པ་དེར་ " མགོ་རྒྱམ་པའི " མཐེབ་གཉོན་བེར། དེ་ནི Windows XP ཁྲིད་ཀྱི་མཐེབ་གཉོན་ཆེས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། དེ་བཀོལ་ན་རྒྱམ་འགོར་ཀྱི་བྱ་རིམ་སྟོ་ཐོག་ལ་འདྲུག་གྱུབ།

སྟེང་ཚད་ཚོད་འཛིན་ཀྱི་རིས་རྟགས། རྒྱམ་འགོར་སྟེང་དུ་སྟེ་བྱང་སྟད་ཡོད་ཚེ། ལས་འགན་བྱང་སྡོད་ཀྱི་གཡོན་སྟེ་ " " འཆར་ཞིང་། དེས་སྟེ་ཚོད་འཛིན་བྱེད་པ་ཡིན།

ཤད་འབྲག་ཆབས་ཀྱི་མཚན་གཞི། དེ་ནི་བོད་ཡིག་དང་རྒྱ་ཡིག དབྱིན་ཡིག་སོགས་ན་འདྲུག་བྱེད་ཐབས་འདེམ་པར་བཀོལ་བ་ཡིན།

བྱས་ཚོད་ཀྱི་རིས་རྟགས། ལས་འགན་བྱང་སྡོད་ཀྱི་གཡོན་མཐའ་རུ་ཡོད་ཚེད། དེར་སྐབས་དེའི་དུས་ཚོད་འཆར་བ་ཡིན།

གཤུམ། ཁ་ཀུ་ཁགོ་ཡ་ཚུལ།



དཔེ་རིས 0-4



དཔེ་རིས 0-5

དཔེ་རིས0-4ལས་མཚོན་བ་ནི་ཚེ་གྱ་ཡིན། དེའི་དབྱིབས་ནི་ཚེ་གྱ་ཞིག་དང་འདྲ་བས་འདྲ་བ་ཚུ་མཚན་གྱི་སྒོ་ནས་བཏུགས་པའོ།།

ད་ཚེས་ཚེ་གྱ་བཀོལ་སྤྱད། དཔེ་རིས0-5ལས་མཚོན་བ་ལྟར་ཚེ་གྱ་ཅོག་ངོས་སུ་འཛོག་པ་དང་། ལག་པ་གཡས་པས་ཚེ་གྱ་བཟུང་སྟེ་མཐེབ་ཆེན་ཚེ་གྱའི་གཡོན་འབྱམ་འཛོག་པ་དང་། ཚོད་མཛུབ་དང་དབྱིལ་མཛུབ་གཉིས་གཡོན་མཐེབ་དང་གཡས་མཐེབ་སྟེང་འཛོག་པ། ཕྱིན་མཛུབ་དང་མཛུབ་ཆུང་གཉིས་ཚེ་གྱའི་གཡོན་འབྱམ་ཏུ་བཞག་སྟེ། ཡང་དག་པའི་སྒོ་ནས་བཀོལ་ཐུབ་ན་དཔོད་རང་ཉིད་ཐང་ཡི་ཆད་ཀྱི།།

ཚེ་གྱ་ལ་རྩ་བའི་བཀོལ་ཚུལ་ལྟ་ཡོད་དེ། སྒྲོ་འགྱལ་དང་ཆེག་རེབ། འདྲུད་པ། གཡས་རེབ། ཉིས་རེབ་བཅས་སོ།།

སྒོ་འཁྱམ། ཚེ་གྱ་བཟུང་སྟེ་ཅོག་ངོས་ཐམ་ཚེ་གྱ་སྟུན་ངོས་གྱ་བྱུད་ན། བརྟན་ཤེལ་ངོས་ཀྱི་ཚེ་གྱ་རྟགས་ཀྱང་དེ་དང་བསྟུན་ནས་འགྱལ་བ་ཡིན།

ཚིག་རེབ། ཚོད་མཛུབ་ཀྱིས་ཚེ་གྱའི་གཡོན་མཐེབ་ལ་སྟེང་རེབ་ཚེག་བྱེད་པ་དེའོ།།

འཁྱུག་པ། ཚེ་གྱའི་གཡོན་མཐེབ་མནན་ཏེ་ཚེ་གྱ་འབྱུད་པ་དང་། གནས་གཞན་ཞིག་ཏུ་ཐོན་རེབ་གཡོན་མཐེབ་སྟོད་པ་དེ་ཡིན།

གཡས་རེབ། དཀྱིལ་མཛུབ་ཀྱིས་ཚེ་གྱའི་གཡས་མཐེབ་ལ་སྟེང་རེབ་ཚེག་བྱེད་པ་དེའོ།།

ཨིས་ཧེ་ཝེ། གོང་མཐུག་ཀྱིས་ཚོ་གཤིའ་གཡོག་མཐེབ་ལ་སྐུར་རྐེབ་ཐེངས་གཉིས་བྱེད་པ་དེ་ཡིན།

བཅུ། ཀྲིག་ཐོ་གསར་བ་སྟེ Word ཇོས་འཛིན་ལ།

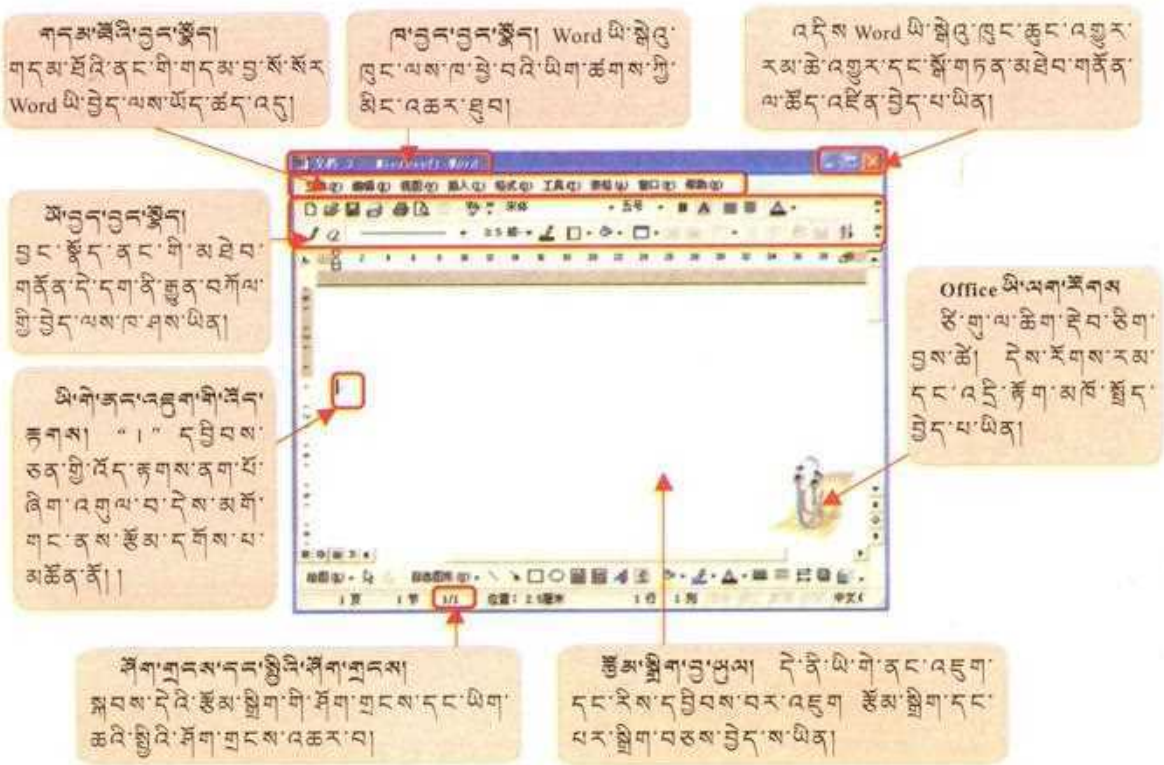


དེའི་རིས 0-6

Word ལྟེ་མིག་སྐར་ཁྱོད་ཀྱང་ཤེས་ཀ་ཆེ་བའི་ཡི་གེ་ཐྲིག་གཅོད་བྱེད་པའི་མཉེན་ཆས་ཤིག་ཡིན་ལ། དེས་ཡི་གེ་པར་ཐྲིག་དང་རིས་དཔྱིབས་བར་འཛུག ཆ་མཉམ་དཔྱིབས་ཀྱན་ཐུས་སོགས་བྱས་ཆོག་པར་མ་ཟད། དཔྱད་ཚོམ་ཡིག་འཇྱིབ་དང་དང་། ཚ་གས་པར་དུས་འཕོད། བརྙ་ཁྱོར་པར་འདེའབས། རྐེན་འཕེལ་ཆོག་བྱང་ཐྲིག་ལ། ཏ་རོས་ཏུས་བཟོ་སོགས་ཀྱང་བྱས་ཆོག

1. “ 开始 ” → “ 程序(P) ” → “ Microsoft Word ” བཅས་ལ་རིམ་པ་བཞིན་ཚིག་རྐེབ་རེ་བྱས་ཚེ་Word ཡི་ལྷ་འབྱེད་ཐུབ་པ་ཡོད། དེའི་རིས0-6ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ། །

2. Word ཡི་འཆར་ངོས་ཀྱི་དེའི་རིས0-7ལས་མཚོན་པ་ལྟར་ཡིན་ཞེང་། དཔལ་ཚོས་དེ་ངོས་འཛིན་པར་བྱའོ། །



དེའི་རིས 0-7

༢། ཀྲིག་སོ་ཀསར་བ་སྟེ PowerPoint ཁས་འཇོག་པ།

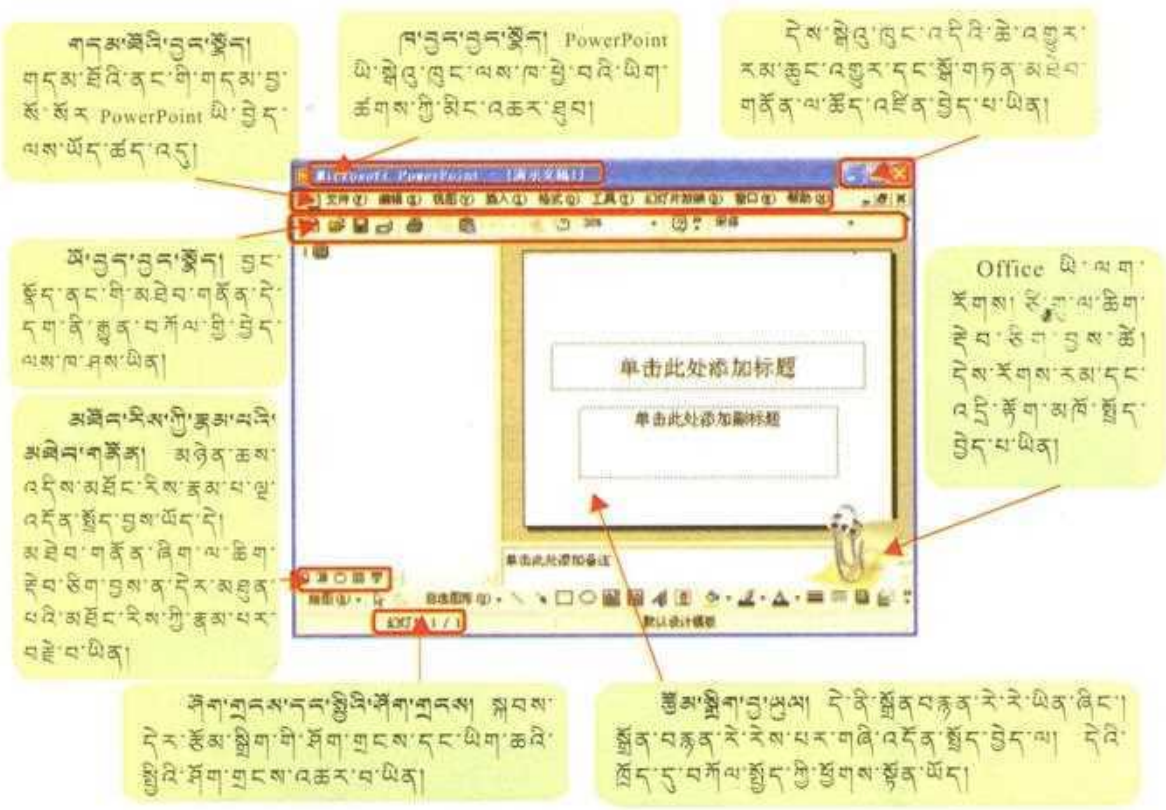
PowerPoint ལེ་གྲོག་ཀུལ་གསལ་སྟོན་ཡིག་རེས་བཟོ་འགོད་དང་དེ་སྟོན་པར་ཚེད་ཀ་བཀོལ་བའི་མཉེན་ཆས་ཤེག་ཡིན། གསལ་སྟོན་ཡིག་རེས་གཅིག་ལེ PowerPoint ཡི་ཡིག་ཆ་གཅིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལེ་ནང་དོན་མེ་འབྲུ་ལ་ཐན་ཚུན་འགྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཐུན་བཤུན་རེ་རེས་ཤུན་ཀ་གྲབ་པའི་ཐུན་བཤུན་ཡི་བརྡོད་གཞི་ཞེག་ཡིན་ཏེ། མེ་ཆ་ལས་ཀེ་ཤུ་བ་བརྡོད་པ་དང་ཀ་བའི་གྲབ་འབྲས་སྟོན་རོགས་ཀྱེད་ཀྲབ། དཀ་ཤུ་ད་ཚོས PowerPoint དོས་འཇོག་པར་ཀ་ཏེ།།

1. “ ” → “ ” → “ Microsoft Word ” བཅས་ལ་རེམ་པ་བཞིན་ཚེ་ཤེད་རེ་ཀ་ས་ན། PowerPoint ལ་འཀྱེད་ཐྲབ་སྟེ། དཔེར་ན། དཔེ་རེས0-8ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དཔེ་རེས 0-8

2. PowerPoint ཡི་འཚར་ངོས་ཤེ་དཔེ་རེས0-9ལས་མཚོན་པ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། དཀ་ཤུ་ད་ཚོས་དེར་ངོས་འཇོག་པར་ཀ་ཏེ།།



དཔེ་རིས 0-9

བྱག་མཐེབ་གཡོབ་ཀྱི་མཐའ་འཛིན་པ།

རྒྱུན་བཀོལ་གྱི་མཐའ་གཞོང་ནི་གཤམ་གྱི་དཔེ་རིས0-10ལས་མཚོན་པ་ལྟར་ཡིན། ཡིད་ལས་མི་འདུ་བར་གཞིགས་ནས་མཐའ་གཞོང་དེ་མཐའ་གནས་བཞི་རུ་སྤེ་ཡོད་ཅིང་། རྒྱུན་བཀོལ་གྱི་མཐའ་ནི་གཤམ་གྱི་དཔེ་རིས0-11ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ། །



དཔེ་རིས 0-10



དཔེ་རིས 0-11

ཀག ཆིས་འཁོར་གྱི་ཁ་ཀའི་ཚུལ།

ཚེས་འཛོར་ཤེ་ལ་རྒྱག་པའི་སྐབས་སུ། ཁད་ཀར་གློག་རྡོག་ཐོག་ནས་མི་ཤུང་བར་གཅལ་ཏེ་ཡང་དག་པའི་གོ་རིམ་ལྟར་གཏན་དགོས།

1. “ ” ལ་ཆིག་རྐེད་ཅིག་བྱས་ན། “ ” ཡི་གདམ་ཁོ་འཆར་ཡོང་བ་གཅལ་ཏེ་དཔེ་རིས0-12ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།
2. “ ” ལ་ཆིག་རྐེད་ཅིག་བྱས་ན་ “ ” ཡི་གློང་སྒེལ་འཆར་ཡོང་བ་གཅལ་ཏེ་དཔེ་རིས0-13ལས་མཚོན་པ་ལྟར་ཡིན།
3. “ ” ཡི་གློང་སྒེལ་ནང་གི “ ” ལ་ཆིག་རྐེད་ཅིག་བྱེད་དགོས།
4. འཆར་ཚས་ཀྱི་གློག་རྡོག་བརྒྱབ་ནས་དེའི་ལ་གཏན་དགོས།



དཔེ་རིས 0-12



དཔེ་རིས 0-13



སྒེ་ཚན་དང་པོ།

དང་ཚོ་ནི་ཆ་འཕྲིན་གྱི་གྲྭ་ཚོགས་སུ་གནས་པས། ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་ནི་དང་ཚོས་དེས་པར་རྗེགས་དགོས་པའི་རྒྱང་གཞིའི་ཤེས་བྱ་དང་གཞི་རྩའི་ནུས་རྩལ་ཞིག་ཡིན། སྐྱེ་ཚན་འདིའི་ནང་ཀྱང་ཆོས་ཆ་འཕྲིན་གྱི་གོ་དོན་དང་ཁྱད་ཆོས། བྱེད་ནུས་གལ་ཆེན་བཅས་རྗེགས་དགོས་ལ། ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་དང་དེའི་འཕེལ་རྒྱས། དེ་མེན་དུ་རྒྱང་རྩེས་འཛོར་གྱིས་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་ཁྱོད་ཀྱི་བཟང་བའི་གོ་གནས་དང་ནུས་པ་གལ་ཆེན་བཅས་སྤྱས་པོན་བྱེད་དགོས།





སྒོ་ཚིགས་དང་པོ།

ཀུན་སར་ཁྱབ་བའི་ཆ་འཕྲིན།

ང་ཚོ་ནི་ཆ་འཕྲིན་གྱི་དུས་རབས་སུ་གནས་པ་ཡིན། འོ་ན་ཅི་ཞིག་ལ་ཆ་འཕྲིན་ཟེར་བ་དང་། དེ་དང་ང་ཚོའི་འཚོ་བའི་བར་ལ་འབྲེལ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད་པ། དེ་གང་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་བརྩེ་རེས་དང་བརྒྱུད་སྐྱོང་བྱེད་པ་དང་། དེའི་བརྟེན་བྱ་སོགས་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། ང་ཚོས་སློབ་ཚན་འདི་ལས་ཤེས་བྱ་དེ་དག་རྣམས་ལོན་བྱེད་པར་བྱའོ།།



ཡན་ལག་དངོས་འབྲེལ

ཀཱ་ཅི་ཤེས་ཀྱི་ཚ་འཕྲིན་བཙས་འཛིན་པ།

ང་ཚོའི་ཉེན་རྟུན་གྱི་འཚོ་བ་དང་བྱ་བ། སྐོབ་སྐྱོང་སོགས་ཀྱི་ཁྲིད་དུ་ཆ་འཕྲིན་གྱིས་ཁྱབ་ཡོད།

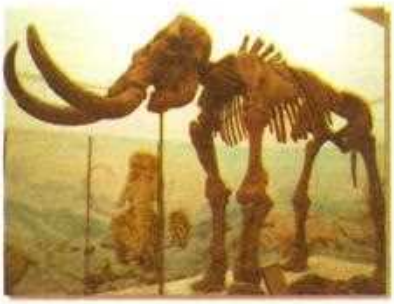
རྩོ་ལྡང་གི་སྐུ་ཀུ་འདུས་དུས་དཔྱིད་ཀ་སྤྲལ་བས་ཤེད། རྒྱ་སྤྱན་རྩོལ་མོས་གོས་དཀར་ཟླབས་དུས་དགྱན་དུས་ཐོན་པ་ཡིན། ཅང་སྐྱ་ཀཀས་ཚེ་ང་ཚོས་སྐོབ་ཁྲིད་ཀྱི་ཚོགས་བརྙ་དང་ཐོལ་བརྩ་ཡིན་པ་ཤེས་ལ། ལམ་མདོའི་སྐོག་སྐྱོན་དམར་པོ་འཆར་དུས་ཡུད་ཙམ་ལ་སྐྱབས་འགེར་བཞུད་མཚམས་འཇོག་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་སྣང་ཚུལ་ཐམས་ཅད་ཆེ་འཕྲིན་ཡིན། ང་ཚོས་ཉེན་རྟུན་དུ་དང་ངམ་ཤྲགས་ཀྱིས་ཆ་འཕྲིན་སྣ་ཚོགས་དང་ལེན་དང་བརྒྱུད་སྐྱོང་བྱེད་ བཞིན་ཡོད།

དྲིས་ལན་ཞིབས།

དཔེ་རིས།-ཀྱི་ཁྲིད་ཀྱི་ཐར་རིས་ཀྱིས་ཆ་འཕྲིན་གང་དག་བརྒྱུད་སྐྱོང་བྱས་ཡོད།





དཔེ་རིས 1-1

གཅིར། ཆ་འཕྲིན་བཟོ་རིས་དང་བཀྲ་ཤིས་ཏེ།

ཆ་འཕྲིན་བཟོ་རིས་དང་བཀྲ་ཤིས། གསོག་ཉར་བཅས་ལེགས་འགྲུབ་ཀྱེད་དགོས་ཀ་དེས་པར་དུ་ཐུན་ཀྱེད་ཅིག་བཀྲ་དགོས་ལ། ཆ་འཕྲིན་བཀྲ་ཤིས་དང་བཟོ་རིས་ཀྱི་ཐུན་ཀྱེད་ལའི་ཐུན་ཀྱེད་ཤ་སྟ་ཚོགས་ཡོད། ཐེ་ཤུ་མས་ཀྱི་ཆ་ཤུ་འགྲུ་དང་ཐུན། ཤུ་ཆ། ལྷས་ཀྱི་ཉ་ཐུས་འགྲུ། ཤད་ལག་སོགས་ལ་བཟོ་ན་ས་ཀར་ཆ་འཕྲིན་བཟོ་རིས་ཀྱི་ཚོགས་ཚོག་ལ། ཡི་གེ་དང་རིས་དཀྱེས། བཀྲ་འཕྲིན། ཁ་བར་སོགས་བཀྲ་ན་ཆ་འཕྲིན་བཟོ་རིས་ཀྱི་ཚོགས་ཚོག

དཔེར་ན། རང་ཉིད་ཀྱ་དངོས་པོག་ལ་ཐོ་ཤུ་ཡོད་མེད་ཚོད་ཟིན་ཀ། ཐག་ཆོ་ཐུ་ཐུ་ཐག་ཤུག་ན་ས་བཀྲ་ཐོ་ཚོག་ལ། "ཐོ་ཤུ་ཡོད་" དང "ཐོ་ཤུ་མེད་" ཚེ་ས་དག་ན་ས་བཟོ་ལ་བཅའ་ཐུན་ཀྱེད་ཚོག

ཀྱེད་ཤན་ཐོ་བས།

རང་ཉིད་ཀྱ་དངོས་པོག་ལ་ཐོ་ཤུ་ཡོད་མེད་ཚོད་ཟིན་དུས། ཆ་འཕྲིན་བཟོ་རིས་ཐུ་ཚུལ་ཀྱེད་དགོས་པ་ཨོད།

མི་ཤེ་རེ་གས་ཀྱི་མི་ཤ་དང་ཆུ་བ་སོགས་དབང་པོར་བཅེན་ནས་ཆ་འཕྲིན་ཉམས་སུ་ཐོང་ན་བཀག་ཆུ་ཚེན་པོ་ཡོད་པ་རེད། བཀག་ཆུ་དེ་དག་སེལ་བའི་ཚེད་དུ། མི་ཤེ་རེ་གས་ཀྱི་ཐོ་ཤུ་ཀུ་ཤུ་ཐུན་ཀྱེད་ཤ་སྟ་ཚོགས་ཀྱི་འདུ་བའི་ཆ་ཀྱེན་བོག་ཏུ་འབད་པ་ཐོང་ཡོད་ཀྱི་ཐུ་ཚུལ་ཆུ་ཐུ་ཡོད།

ཀ་ཤུ་མེས་ཏུ་བ་དང་རྟ་ཐུ། ཏུ་ཐུ། ཐོན་མེ། དར་ཆ་སོགས་ལ་བཅེན་ནས་ཆ་འཕྲིན་བཀྲ་ཤིས་ཀྱེད་ཀྱེད་པ་ཡིན།

དཔལ་མེ་ཆ་ཤས་ཀྱི་ཁ་བར་དང་ཐུ་ཐུ། བཟོ་རིས། ཀྲུ་ཐུ་ཐུ་ཐ



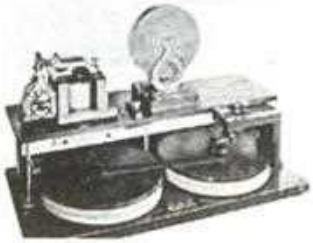
དཔག་བསྟེའི་མེ་དུད།



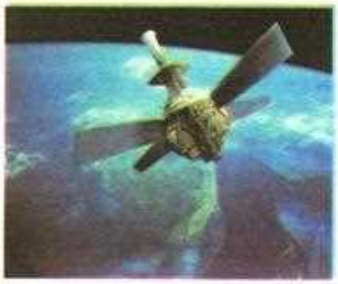
བཀྲན་འཕྲིན།



ཁ་པར།



སྐྱོག་འཕྲིན།



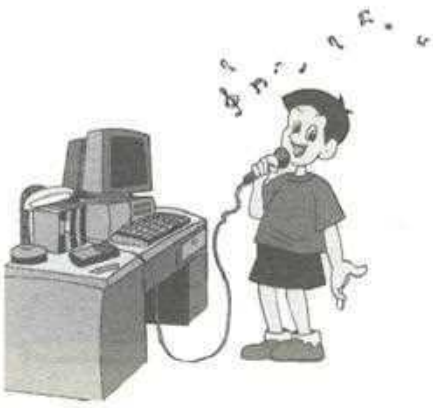
འཕྲིན་གཏོང་སྐུད་སྐར།

དཔེ་རིས 1-2

དེང་གི་དུས་འདིར་ཚེས་འཁོར་དུ་རྒྱ་ཆ་འཕྲིན་བརྒྱུད་སྤྲོད་ཀེའ་བའི་ལག་ཆ་གཙོ་བོར་ཐྱེར་ཡོད།

སྤྲིས་ཤུན་ཞིབས།

དཔེ་རིས།-3ལས་ཐབས་གང་ཞེག་ལ་བརྟེན་ནས་ཆ་འཕྲིན་བརྡེ་རེས་ཀེའ་བ་མཚོན་ཡོད།







དཔེ་རིས 1-3

བསམ་བློ་ཁོངས།

1. ཁང་བ་དང་འོན་པས་ཐབས་ཚེ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་མི་རྣམས་ལ་འབྲེལ་འདྲིས་བྱེད་པ་ཡིན།

2. གནའ་ནས་དལ་ཕེབས་བར་ཚ་འཕྲིན་བརྒྱུད་སྤྲོད་ཀྱི་རྣམ་པ་གང་དག་བརྒྱུད་བྱུང།

ཚོན་རིག་ལག་རྩལ་དབྱར་མཚོ་རྒྱས་པ་བཞིན་གོང་དུ་འཕེལ་བ་དང་བསྟུན་ནས། ཆ་འཕྲིན་བརྒྱུད་སྤྲོད་བྱེད་པའི་ཐབས་དང་ལག་ཆའང་རེ་མང་ནས་རེ་མང་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། ཁ་པར་དང་སྒྲ་པའ་འཕྲུལ་འཁོར། བརྙན་པའ་འཕྲུལ་འཁོར། རྒྱང་བསྒྲགས་བརྙན་འཕྲིན། རྩིས་འཁོར་དྲ་རྒྱ་སོགས་ལྟ་བུ།

གསུམ། ཆ་འཕྲིན་ཀྱི་བརྙན་དུ་ཡ་རྒྱས་ཡོར་བྱེད་པ།

ཆ་འཕྲིན་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཅུང་ཀི་མཚོན་རྟགས་སམ་བྱ་དངོས་ཤིག་གི་བརྙེན་པ་ལ་མ་བརྟེན་པར་བརྒྱུད་སྤྲོད་བྱེད་ཐབས་མེད།

བསམ་བློ་ཁོངས།

དཔེ་རིས1-4ལས་མཚོན་པའི་ཚོགས་པར་སྟེང་གི་ཆ་འཕྲིན་ཀྱི་ནང་དོན་དང་རྣམ་པ། དེའི་བརྒྱུད་སྤྲོར་བྱེད་བཅས་ལ་དབྱེ་ཞིབ་བྱེད།



དཔེ་རིས 1-4

ཚེགས་པར་རོས་ཀྱི་ཆ་འཕྲིན་ཨེ་ཡི་གེའི་མཚོན་རྟགས་དང་རིས་དབྱིབས་ཀྱི་མཚོན་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་མཚོན་པར་བྱས་ཤེང་། ཨོག་བུའི་རོས་སུ་པར་ནས་མི་རྣམས་ལ་བསྐུད་སྐྱོད་བྱས་པ་ཡིན།

ཆ་འཕྲིན་གྱི་མཚོན་རྟགས་དང་བརྟེན་བྱ་ནི་བརྗེ་ཚོག་སྟེ། ང་ཚོས་ཆ་འཕྲིན་དེ་ཡི་ཀེར་བརྟེན་ནས་དེའ་དོས་སུ་འགོད་ཚོག་ལ། ཡི་གེ་དང་སྒྲའམ་ཡང་ན་བརྟན་རིས་སོགས་བཀོལ་ཏེ་སྐྱ་ཐག་དང་འོད་སྟེར་ལ་ཚང་སྐྱེག་ཐོ་འགོད་བྱས་ཀྱང་ཚོག དེ་ལྟར་ཉར་ཚགས་བྱས་པའི་ཆ་འཕྲིན་དེ་དུས་ཡུན་རིང་ཡོ་ཞིག་ལ་བཀོལ་སྐྱོད་བྱས་ཚོག



བསམ་བློ་ཞིབས།

གལ་ཏེ་བརྟན་འཕྲིན་ལས་ཆ་འཕྲིན་ཐོབ་པ་ཡིན་ན། དེའི་ཆ་འཕྲིན་གྱི་མཚོན་རྟགས་ཅི་ཞིག་ཡིན། མཚོན་རྟགས་དེ་དག་བརྟེན་བྱ་རིགས་གང་གི་སྟེང་དུ་བཀོད་ཡོད།



ཨ་ཅམ་ལས་དང་བརྗེ་རིས།

1. ཚོ་ཀྱང་བཀོས་ནས་ཉེ་འཁོར་གྱི་ཆ་འཕྲིན་འཚོལ་སྐྱོད་བྱས་ཏེ། དེའི་ཁྱད་ཚོས་ལ་རྟུལ་ལོན་བྱེད་དཀོས། སྐྱབ་མའི་དཔང་ཡིག་དང་ཟ་ཡིག ལེ་ཚན་ཨོག་བྱང་། ཁ་པར་སྐྱོད་བྱང་། དཏུལ་བཅོལ་འཛིན་བྱང་ཚོགས་ལས་ཆ་འཕྲིན་རྟུལ་ལོན་བྱས་ཚོག་ལ། ཚེགས་པར་ལ་ལྟ་བ་དང་རྟུང་བསྟུགས་ལ་ཉན་པའམ། ཡང་ན་ཐད་ཀར་སྐྱོག་རྟུལ་སྐྱག་ཡིག་བསྟུར་བ་ཚོགས་ལས་ཀྱང་ཆ་འཕྲིན་འབྱོར་པར་བྱས་ཚོག
2. དཔེ་རིས།1-5ལས་ཆ་འཕྲིན་ཅི་ཞིག་བསྐྱད་སྐྱོད་བྱས་པ་དང་། རྣམ་པ་གང་ཞིག་གིས་བསྐྱད་སྐྱོད་བྱས་པ། དེའི་བརྟེན་བྱ་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ་བཅས་སྐྱབ་ཐོག་ཚན་ཚུན་བར་བསམ་འཆར་བརྗེ་རིས་བྱེད་དགོས།





དཔེ་རིས།1-5



སྒྲིབ་ཚུལ་གཏིས་པ།

ཡིན་རེད་འཐེལ་འགྲུར་བྱེད་པའི་ཚ་འཕྲིན་ཡག་རྩལ།

ཅི་ཞིག་ལ་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་ཟེར་བ་དང་དེར་ནང་དོན་གང་འག་འདུས་པ། ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་གོང་དུ་འཛེལ་ཚུལ་རིམ་འདྲ་ཡིན་ཞེ་ན། གཤམ་དུ་ཚོས་ཤེས་བྱ་དེ་དག་ལ་རྒྱས་པོན་ཞིག་བྱེད།



ཡག་ཡིག་དབྱིས་འཐེབས།

གཏིང་ཚུགས་འཕྲིན་ཡག་རྩལ་གྱི་ཁྱབ་སྤེལ

སྐྱེས་བཅུད་དུ་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་ནི་ཆ་འཕྲིན་སྡུད་ལེན་དང་བརྒྱུད་སྐྱེད། སྐྱེག་གཅོད། གསོག་ཉར། བཀོལ་སྤྱོད་བཅས་བྱེད་པའི་ལག་རྩལ་ཡིན་ལ། སྒྲ་ཡངས་འཕྲུག་གི་དབང་དུ་བཅུད་ན། གོང་གསལ་གྱི་སྐོགས་ཚང་མར་འགྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ལག་རྩལ་ཚང་མར་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་ཟེར་ཆོག

ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་གྱི་གཞི་རྩའི་ནང་དོན་ལ་ཚོར་འཇལ་ལག་རྩལ་དང་འཕྲིན་གཏོང་ལག་རྩལ། རྩིས་འཁོར་གྱི་རིག་ལྡན་ལག་རྩལ། ཚོད་འཛིན་ལག་རྩལ་བཅས་འདུས་པ་ཡིན།

1. ཚོར་འཇལ་ལག་རྩལ།

ཚོར་འཇལ་ཡོ་བྱད་ཀྱིས་མི་རྣམས་ལ་སྣང་ལས་ལྟག་པའི་སྒོ་ནས་ཕྱིའི་ཁོར་ཡུག་གི་མཁོ་གལ་ཆེ་བའི་ཆ་འཕྲིན་འཛོལ་བར་བྱེད་ཐུབ།

ས་འགུལ་དཔྱད་ཆས་ནི་ས་འགུལ་ཚད་ལེན་པར་བཀོལ་བའི་དཔྱད་ཆས (དཔེ་རིས2-1) ཡིན་ཞིང་། མི་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལས་འགྲེད་པའི་རྒྱབས་ཐུན་ལ་བརྟེན་ནས་ས་བོག་གི་འགྱུར་ལྡོག་འཚོལ་འཐལ་བྱས་ཏེ། ས་བོག་གི་གནས་ཚུལ་རྒྱས་པོན་བྱས་ནས། ཡང་དག་པའི་སྣོ་ནས་ས་འགུལ་སྟོན་བརྟག་ཐུབ་པ་དང་། གནས་དཔྱད་རྒྱང་རེལ (དཔེ་རིས2-2) བཀོལ་ནས་བར་སྣང་གི་རྣར་མའི་ཞྭལ་རྒྱུད་ལ་ལྟ་ཞིབ་ཚད་འཐལ་བྱས་ཚོག་པ་ཚང་མ་ནི་ཚོར་འཐལ་ཡོ་བྱད་ཉེར་སྤྱོད་བྱེད་པར་གཏོགས་སོ།།



ས་འགྲུལ་དཔྱད་ཆས།
དཔེ་རིས 2-1



གནམ་དཔྱད་རྒྱང་ཞེལ།
དཔེ་རིས 2-2

བྱིས་ཡོན་ཞིབས།

གོང་གི་དཔེ་རིས་གཉིས་ཀྱི་ཨིའི་དབང་པོ་གང་དག་གི་ཡོ་བྱད་དུ་ཐུབ་ཡོད།

2. འཕྲིན་གཏོང་ལག་རྩལ།

འཕྲིན་གཏོང་ལག་རྩལ་གྱི་ཆུས་པ་ནི། ཆ་འཕྲིན་བརྒྱུད་སྤྲོད་དང་བརྗེ་རེས། ལེགས་སྐྱེག་བཅས་བྱེད་པ་དང་། བར་སྣང་གི་བཀག་རྒྱ་ཤེལ་ཐབས་བྱས་ཏེ་ཨི་རྒྱས་ལ་ཐབ་ཆུས་ལྡན་པའི་སྒོ་ནས་ཆ་འཕྲིན་གྱི་ཐོན་ཁུངས་ཤེད་སྤྲོད་དུ་འདྲུག་པ་དེ་ཡིན། ཆ་འཕྲིན་ལ་བར་སྣང་དང་དུས་ཚོད་གང་གི་ཐད་ནས་ཀྱང་བརྒྱུད་སྤྲོད་ཐུབ་པའི་རང་བཞིན་ལྡན་ཏེ། ཆ་འཕྲིན་བར་སྣང་ནས་བརྒྱུད་སྤྲོད་བྱེད་པ་དེར་ "འཕྲིན་གཏོང" ཟེར། དཔེར་ན། ང་ཚོས་ལ་བར་དང་འཕྲིན་ཡིག ཀློག་རྩལ་སྦྲག་ཡིག་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་ས་གནས་ཤེག་ནས་ས་གནས་གཞན་ཞིག་ལ་ཆ་འཕྲིན་བརྒྱུད་སྤྲོད་བྱས་ཚོག་པ་ལྟ་བུའོ།།

བྱིས་ཡོན་ཞིབས།

ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་གོང་དུ་འཛེལ་བ་དེས་སྔོགས་གང་དག་ནས་འཕྲིན་གཏོང་བྱ་བར་སྣར་མེད་ཀྱི་འཛེལ་རྩས་བྱང་དུ་བཏུག་པ་ཡིན།

3. རྩེས་འཚོར་གྱི་རིག་ལྟན་ལག་རྩལ།

རྩེས་འཚོར་གྱི་རིག་ལྟན་ལག་རྩལ་གྱིས་མི་རྣམས་ཀྱི་བྱ་བ་ལ་ཤས་ཟེགས་འགྲུབ་བྱེད་པར་རོགས་རམ་བྱེད་ཐུབ། ཆ་འཕྲིན་དུས་རབས་སུ་སྤེལ་བས་པ་དང་བསྟུན་ནས། ལས་རིགས་སོ་སོར་འགྲུལ་མི་སྣ་ཚོགས་རྒྱ་ཆེར་སྤྲོད་བཞིན་ཡོད། དེ་ནི་ལྟ། རིག་ལྟན་འགྲུལ་མིས་ལྷོས་འགྲུང་འགྲུལ་ཆས་སྣ་ཚོགས་བརྒྱུད་ནས་ཕྱི་རི་ཆ་འཕྲིན་ལེན་པ་དང་། མི་ཀུན་གས་འགྲུལ་མིས་ཀྱ་རིས་རིགས་ཀྱི་ཁ་བྱེད་ལ་ལད་སྤྲོས་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དཔེ་རིས 2-3 ལས་མཚོན་པ་ནི་ཡོང་བ་ཁྱེད་པའི་འགྲུལ་མི་དང་དཔེ་རིས2-4ལས་མཚོན་པ་ནི་ཆུར་འདུལ་འགྲུལ་མི་ཡིན།



ལོངས་སྤྱོད་པའི་འཕྲུལ་མིག།
དཔེ་རིས2-3



རྒྱུན་འཛུལ་འཕྲུལ་མིག།
དཔེ་རིས2-4

ཀུན་ཤནྡ་ཚིགས།

འཕྲུལ་མིས་མིའི་རིགས་ཀྱི་ཕྱེད་ལས་གང་དག་ལ་རོགས་ཕྱེད་པ་ཡིན། ཁོང་ཀྱིས་བལྟས་ན། འཕྲུལ་མིས་ཆ་འཕྲིན་རྩི་ལྡན་སྒྲིག་གཅོད་ཕྱེད་བོས་པ་དང་། མི་རྣམས་ཀྱིས་བྱ་བ་སྒྲུབ་པར་རོགས་རམ་རྩི་ལྡན་ཕྱེད་དགོས།

རེག་ལྡན་འཕྲུལ་མིས་ལྟོས་འཕྲུང་འཕྲུལ་ཆས་སྣ་ཚོགས་བཙུད་ནས་ཕྱི་རེ་ཆ་འཕྲིན་ལེན་པ་དང་། མི་གཟུགས་འཕྲུལ་མིས་བྱ་རིམ་ལྟར་མིའི་རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་ལང་ལེན་བྱས་ཚོག ཆ་འཕྲིན་ཀྱི་དུས་རབས་སུ་སྐྱེའམ་པ་དང་བསྟུན་ནས། བཙོ་ལས་དང་སྡུན་བཅོས། རོལ་རྩེད་སོགས་ཀྱི་ལས་རིགས་སུ་འཕྲུལ་མི་སྣ་ཚོགས་རྒྱ་རྩེར་སྤྲོད་བཞིན་ཡོད།

4. ཚོད་འཛིན་ལག་རྩལ།

ཚོད་འཛིན་ལག་རྩལ་གྱི་ཐུས་པ་ནི་ནང་འཁྲུག་གི་བཀའ་བརྡ་བརྒྱལ་ནས་ཕྱི་རེ་བྱ་དངོས་ཀྱི་འགྲུལ་སྐྱོད་རྣམ་པར་ཅི་ཀོགས་བྱེད་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། དེར་ཆ་འཕྲིན་སྤྲོད་ཐུས་གྱང་ཟེར།

གོང་གསལ་གྱི་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་དེ་དག་ནི་བན་རྩེན་ལ་དམ་པོར་འབྱེལ་ཞིང་། རྩེས་འཛོར་གྱི་རིག་ལྡན་ལག་རྩལ་དང་འཕྲིན་གཏོང་ལག་རྩལ་ནི་དེ་དག་གི་སྟོག་ཉིང་ལྟ་བུ་ཡིན།

གཅིག་ ཆ་འཕྲིན་སྒྲིག་གཅོད་བྱེད་པའི་བྱད་དེ་རྩིས་འགོད།

དེ་ནི་རྩིས་འཛོར་གྱི་ཆ་འཕྲིན་རྩི་ལྡན་སྒྲིག་གཅོད་བྱེད་པར་རྩུས་ལེན་ཞིག་བྱ། རྩེས་འཛོར་ནི་ཆ་འཕྲིན་སྒྲིག་གཅོད་བྱེད་པའི་འགྲུལ་ཆས་ཤིག་ཡིན། ང་ཚོས་རྩེས་འཛོར་ནང་དུ་གཞི་གྲངས་སྣ་ཚོགས་ནང་འཁྲུག་བྱེད་པ་དང་། རྩེས་འཛོར་གྱིས་སྒྲིག་གཅོད་བྱས་རྗེས། མགོ་གལ་ཆེ་བའི་ཆ་འཕྲིན་སྣ་ཚོགས་ཤིར་འདྲེན་བྱས་ཚོག རྩེས་འཛོར་བྱེད་ཡུལ་ནི་གྲངས་ཀའི་གཞི་གྲངས་རྩེས་རྒྱུག་པ་ཙམ་

ཡིན་ལ། ཚོན་རིག་ལག་རྩལ་འཛེལ་རྒྱས་སུ་སོང་བ་དང་བསྟུན་ནས། དེས་ཆོགས་ཆེ་ཞིང་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་གཞི་ཁངས་ལུགས་ཚོས་རྒྱས་ཐུབ་པར་མ་ཟད། དུ་ཀུད་ཡི་གེ་དང་བརྟེན་རིས། ཐུབ་སོགས་ཀྱང་ཐུབ་གཅོད་བྱེད་ཐུབ། ཚེས་འཁོར་གྱིས་ཆ་འཕྲིན་སྣ་ཚོགས་ཐུབ་གཅོད་བྱེད་ཐུབ་པའི་དབང་ཕྱུག་ཞལ་ཤས་ཤིག་བཏང་ཡོས། དེའི་སྐྱེད་སྟེ་རེ་ཚེ་ནས་རེ་ཚེར་སོང་སྟེ། དེང་རབས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ཁྲོད་ཆེད་དུ་མི་རྣམ་བའི་གྲབ་ཆ་ཞིག་ཏུ་གྲུར་ཡོད། ང་ཚོས་ཚེས་འཁོར་དང་ཕྱི་འཛིག་ཆས་ཤ་ཤས་ཤིག་བགོལ་སྐྱེད་ལེགས་པོ་བྱས་ཏེ་ཆ་འཕྲིན་ཐུག་གཅོད་བྱས་ཚེག་སྟེ། དེ་ཡི་དཔེ་རིས2-5ལས་མཚོན་པ་ལྟར་ངོ།།



དཔེ་རིས2-5

གཏན་ཚིགས་ཆ་འཕྲིན་པའ་ཆུལ་ཀྱི་འབེལ་རྒྱས།

འཕྲོ་བ་མེ་བྱང་བ་ནས་དལ་ཤེའི་བར་དུ། ཆ་འཕྲིན་སྐྱེད་གཅོད་ཀྱེད་པའི་ཐབ་ཀྱི་མཚོན་སྐྱོད་ཚེན་པོ་ཞེས་མང་ཚུད་ཅིང་། ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་ལ་མཚོན་ན། འཛེལ་རིམ་རིག་བརྒྱུད་པ་སྟེ། གདོད་མ་ནས་དལ་ཤེའི་བར་མེའི་རིགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་བྱུ་ཏ་ལམ་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་ཀྱི་གསར་བརྗེ་ཞེད་བྱུང་ཐོང་བ་རེད།

ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་ཀྱི་གསར་བརྗེ་ཞེད་དང་པོ་ནི་སྐད་བརྡའི་བརྒལ་ཤུལ་ཡིན་

པ་སྟེ། དེ་ནི་སྐྱ་མེ་ནས་མིར་འགྱུར་བའི་མཚོན་རྟགས་གཅོ་བོ་ཡིན།

ཚ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་གྱི་གསར་བརྗེ་ཐེངས་གཉིས་པ་ནི་ཡི་གེ་གསར་བཟོ་བྱས་ཏེ། ཚ་འཕྲིན་གསོག་ཉར་དང་བརྒྱུད་སྐྱོང་བྱེད་པ་ཐེངས་དང་པོར་ཡུལ་དུས་ཀྱི་བཀག་རྒྱལས་བརྒལ་བར་བྱས་པ་དེ་ཡིན།

ཚ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་གྱི་གསར་བརྗེ་ཐེངས་གསུམ་པ་ནི་པར་འདེབས་གསར་གཏོད་བྱས་ཏེ། ཤེས་བྱ་གསོག་ཉར་དང་ཁྱབ་སྤེལ་བྱེད་པར་སྤར་བས་ལག་ཐེག་བྱས་པ་དེ་ཡིན།

ཚ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་གྱི་གསར་བརྗེ་ཐེངས་བཞི་པ་ནི་སྒོག་འཕྲིན་དང་ལ་པར། རྒྱང་བསྒྲགས་བཅས་གསར་གཏོད་བྱས་ཤིང་ཡོངས་ཁྱབ་ཀུ་བཀོལ་ནས། ཡུལ་དུས་ཀྱི་བཀག་རྒྱལ་བརྩེ་ལ་བ་དེ་ཡིན།

ཚ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་གྱི་གསར་བརྗེ་ཐེངས་ལྔ་པ་ནི་རྩེས་འཛིན་ལས་རྩལ་དང་དེང་རབས་ཀྱི་འཕྲིན་གཏོང་ལག་རྩལ་ཡོངས་ཁྱབ་ཀུ་བཀོལ་ཏེ། མིའི་རིགས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱངས་ཀྱི་ཚ་འཕྲིན་དུས་རབས་སུ་སྐྱེབས་སུ་བཏུག་པ་དེ་ཡིན།

དཔལ་རྩེས་འཛིན་ལག་རྩལ་དེ་ཀུ་ཚོགས་ཀྱི་ཁྱབ་ཁོངས་སོ་སོ་ར་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། སྒོས་སུ་ཉེ་བའི་ལོ་ངོ30ཡི་རིང་དུ། རྩེས་འཛིན་ལག་རྩལ་གྱི་རྒྱབ་སྐོར་འོག་ཆུབས་པ་ཐུབ་འཕྲིན་གཏོང་ (ཐུང་སྐར་འཕྲིན་གཏོང་འདུ) དང་གླེ་འགྱལ་འཕྲིན་གཏོང་། ཁོ་གས་བསྡུས་ལས་སྒོའི་གྲངས་འབྱུར་དུ་རྒྱ། རྒྱལ་སྡེའི་ད་འབྲེལ་སོགས་འཕྲིན་གཏོང་ལག་རྩལ་དང་། དེ་མིན་འཕྲིན་གཏོང་གྲངས་ཅན་དང་སྐུང་ལྡན་བརྒྱུད་འདྲེན་འོད་སྐུང་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་སོགས་དབྱར་མཚོ་རྒྱས་པ་བཞིན་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་བ་རེད།



མཉམ་ལས་བྱེད་དགོས།

1. གལ་ཏེ་རྒྱང་རེད་ཡུལ་དུ་གནས་པའི་ཀྲིག་པོ་ཞིག་ལ་ཚ་འཕྲིན་བརྒྱུད་སྐྱོང་བྱེད་ནས་མཐའ་དག་སྐྱོང་ཆོག་པ་དང་། དེ་དག་རེ་རེར་ཁྲད་ཆོས་ཅི་ཞིག་ཡོད་པར་ཀྲིག་བསྟར་བྱོས།
2. དཔྱད་གཞིའི་ཡིག་ཆ་ལ་ལྟ་སྟིག་བྱེད་པ་དང་སྟོབ་གྲོགས་བར་བསམ་ཚུལ་བརྗེ་རེས་བྱས་པ་བརྒྱུད་དེ། ཚ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་རྩེར་གྱི་རེས་བྱ་ཚང་ཡོར་རྒྱུས་སེལ་བྱོས།



སྒོ་བ་ཚོད་གཏན་པ།

ཆ་འཕྲིན་ཡག་རྒྱུ་དང་སྐྱེ་ཚིགས།

སྐྱེ་ཚིགས་ཀྱི་འཛེལ་རྒྱས་དང་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་རྒྱ་ཆེར་བཀོལ་བ་དང་བསྟུན་ནས། དམ་རྩལ་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་ལས་ཀེད་ལ་མཐོར་འདེགས་ཆེན་པོ་བྱུང་། དེ་མིང་དང་ཚོས་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་ཉེར་སྤྱོད། ཆ་འཕྲིན་ཉེར་སྤྱོད་ཀྱི་བའི་སྐབས་ཀྱི་སྐྱེ་ཚིགས་ཀྱི་ཀུན་སྤྱོད་བཅས་ལ་ཤེས་རྟོགས་ཀྱིད་པར་བྱའོ།།



ཡག་ཡིན་དངོས་འབེབས།

ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་ནི་དེ་གི་དུས་འདིར་འཛེལ་རྒྱས་ཆེས་མཐོ་ཤོས་ལའི་ལག་རྩལ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དེས་མི་འི་རིགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུད་ཐུག་དུ་མའི་རིང་ལུགས་དེ་གི་སྐྱེ་ལམ་དེ་ལྟར་བསར་པར་མ་ཟད། སྐྱེ་ཚིགས་དཔལ་འབྱོར་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཡང་བྱ་ན་མེད་པའི་མཐའ་འཁོབ་ཏུ་སྐྱེས་བའོ།

གཅིག ཆ་འཕྲིན་ཡག་རྒྱུ་ཀྱི་དབྱེ་བ།

ཆ་འཕྲིན་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་ནི་མིའི་རིགས་འཚོ་གནས་དང་འཕེལ་རྒྱས་གྲོང་བའི་མེས་གཞི་རྟའི་བྱེད་སྒོ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་ནི་བྱེད་སྒོ་དེ་རིགས་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་པའི་ཐབས་དང་ཤུས་རྩལ་ཡིན་པས། མི་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་ཚུལ་དང་པའི་ཐབས་ཀྱི་ཁྱོད་དུ་རྒྱུ་ཁུག་ཏུ་སྤྱོད་ཤིང་སྐྱོང་ཐུབ་པ་ཡོད་པས། འཕོ་བ་བཅས་ཀྱི་ཁོད་དུ་ཡང་ཁྱོད་ཤིད་པ་སྐྱེས་མ་དགོས། དེའི་ཕྱིར་མི་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱོགས་སོ་ནས་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་ལ་ངོས་འཛིན་དང་ཞིབ་འདྲུག་བྱས་ཏེ། ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་གྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་པའི་ཚེ་ཐོག་མར་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཞིག་ལ་ལྟོས་ཏེ་ཐ་དད་པ་ཞིག་ཏུ་བྱའོ། དཔེར་ན་ཁྱོད་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་ཡོད་པའི་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱིས་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་གྱི་ཐོག་ཏུ་ཡོད་པའི་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་ཉེར་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་ལ་ལྟོས་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་ཁྱོད་ཀ



གནམ་དཔྱད་རྒྱང་ཤེལ།



གློང་འཕྲུར་བར་ལེན་འཕྲུལ་ཆས།

དཔེ་རིས 3.1

ཤེས་ཡོན་དགེ་བཀའ་ཚིམ།

"ཐུ" ཚ་འཕྲིན་ལག་རྒྱལ་མོ་གཟུགས་ལྟན་གྱི་ཚ་འཕྲིན་ཐོན་རྫས་ཡིན་ལ། དེའི་ལོངས་སྤྱོད་རྫས་དེ་རིགས་ཀྱི་སྐྱེག་གཞིའི་ཚ་བའི་རིགས་ཡ་དང་ཐོན་རྫས་ཀྱི་བཟོ་རྒྱལ་ལག་རྒྱལ་འདུས་ཏེ། དཔེར་ན། རྒྱང་ཤེལ་དང་ཁ་བར་འཕྲུལ་ཆས་སོགས་ལྟ་བུའོ།། "མཉེན" ཚ་འཕྲིན་ལག་རྒྱལ་ལ་གཟུགས་མེད་པ་སྟེ། མིའི་རིགས་ཀྱིས་དུས་ཡུན་རིང་ཚ་འཕྲིན་ཁྱེད་སྐོ་གཉེར་བའི་བརྒྱུད་རིམ་དུ་བསགས་ནས་གྲུབ་བའི་ཚ་འཕྲིན་སྐྱིག་གཅོད་ཀྱི་ཉམས་མྱོང་དང་ཤེས་བྱ། ཁྱེད་ཐབས་དང་ཤུས་རྒྱལ་བཅས་ཡིན། དཔེར་ན། སྐད་ཚ་དང་ཡི་གེ ཚ་འཕྲིན་རྩ་འཛུགས་ལག་རྒྱལ། རྩེམ་རིས་ལག་རྒྱལ། ཚོད་དཔག་ལག་རྒྱལ། དྲྭ་གཅོད་ལག་རྒྱལ་སོགས་ལྟ་བུའོ།།

ཀློག་ལན་ཞིབ་བཤས།

ཁྱེད་ཀྱིད "ཐུ" ཚ་འཕྲིན་ལག་རྒྱལ་དང "མཉེན" ཚ་འཕྲིན་ལག་རྒྱལ་གང་དག་ལ་ཚ་རྒྱས་ཡོད།

2. ཚ་འཕྲིན་ལས་ཀའི་རྩ་བའི་བརྒྱུད་རིམ་ལྟར་ན། ཚ་འཕྲིན་ལྟད་བའི་ལག་རྒྱལ་དང་ཚ་འཕྲིན་བརྒྱུད་སྐྱོད་ལག་རྒྱལ། ཚ་འཕྲིན་གསོག་འཇོག་ལག་རྒྱལ། ཚ་འཕྲིན་ཁབ་འཚོལ་ལག་རྒྱལ། ཚ་འཕྲིན་ལས་སྐྱེན་ལག་རྒྱལ། ཚ་འཕྲིན་ཚོད་ལྟན་ཅན་གྱི་ལག་རྒྱལ་བཅས་ལྟ་དགེ་ཆོག

ཚིད་ལྟ་བྱེས།

གཤམ་གསལ་ལྟར་ལས་ཚུན་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་བའི་ཚ་འཕྲིན་ལག་རྒྱལ་བར་ཐིག་གིས་སྦྱེལ་དགོས།

ཤུལ་སྐྱེས།	ཆ་འཕྲིན་སྒྲུབ་བའི་ལག་རྩལ།
ཁྲོད་ཚད་འཐུལ་ཆས།	ཆ་འཕྲིན་བསྒྲུབ་སྐྱོང་ལག་རྩལ།
ཁ་བར་འཕྲུལ་ཆས།	ཆ་འཕྲིན་ཚད་ལྡན་ཅན་གྱི་ལག་རྩལ།
ཆ་འཕྲིན་སྐྱེ་གཅེས།	ཆ་འཕྲིན་བྱང་འཛོལ་ལག་རྩལ།
བོད་ཡིག་ཨང་སྐྱེག	ཆ་འཕྲིན་ལས་སྣོན་ལག་རྩལ།
ཤོག་རྒྱལ་ཚེས་འཁོར་གྱི་བྱང་འཛོལ་ལག་རྩལ།	ཆ་འཕྲིན་གསོག་འཇོག་ལག་རྩལ།

3. ཆ་འཕྲིན་སྐྱེ་གཅེས་ཆས་བཅོལ་སྐྱོད་བྱེད་པའི་རིགས་སམ་སྐྱོད་སྟོལ་ཉར་ན། ཁ་པར་ལག་རྩལ་དང་ཤོག་འཕྲིན་ལག་རྩལ། བརྒྱན་འཕྲིན་ལག་རྩལ། རྒྱང་བསྒྲགས་ལག་རྩལ། ཁྲ་བསྒྲས་ལག་རྩལ། བསྒྱར་བཟོ་ལག་རྩལ། ཤོག་རྒྱལ་ཚེས་འཁོར་ལག་རྩལ་སོགས་རིགས་ཐད་དུ་གཏོགས་པ་ཡིན།

ཀུན་ཤས་ཞིབ་བཤེར།

རང་གི་སྐྱེས་ཐུབ་དོགོལ་བའི་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་དེ་ཆ་འཕྲིན་ཀྱི་སྐྱེ་གཅེས་ཆས་དང་སྐྱོད་སྟོལ་དུབྱེ་ན། ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་རིགས་གང་དུ་གཏོགས་པ་ཡིན།

གཅིག ཆ་འཕྲིན་ལག་ཆས་ཀྱི་བཀོལ་སྤྱོད།

1. སྐོབ་ཁྲོད་གི་ཁྲོད་དུ་སྐྱོད་པ། དལ་སྐོབ་ཤུ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཏུ་སྐད་གདངས་ཁང་དང་ཤེས་འཛིས་ལྟར་ (དཔེ་རིས3-2ཡིན) བཏུགས་ཏེ། སྐོན་ཐོག་གི་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་གྱི་ཐེད་ཐབས་བཀོལ་ནས་སྐོབ་ཁྲིད་གྱི་ཐེད་སྟོལ་ཚུལ་ཞིབ་ཕྲ་ནས་འདེགས་ཐེད་བཞིན་ཡོད།



སྐད་གདངས་ཁང་།



ཤེས་འཛིས་ཁང་།

དཔེ་རིས 3-2

བློག་བསྡུར་བྱེད་པ།

སྟོན་ཆད་ཚོང་མས་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་གྱི་བྱེད་ཐབས་གང་དག་བཀོལ་ནས་སྐྱབས་སྐྱོང་བྱས་པ་དང་། འབྲས་བུ་ཅི་འདྲ་རེད།

2. འཕྲིན་སྐྱེལ་གྱི་སྟོག་ས་བཀོལ་བ། ཁྱོའི་ཚོགས་སྡུར་དུ་འཛེལ་རྒྱས་ལུ་ཕྱེན་པ་དང་བསྟུན་ནས། མི་དང་མིའི་བར་གྱི་འབྲེལ་བའང་རེ་ཟབ་ཏུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་ཅིང་། དེའི་ཁྲོད་དུ་ཁ་པར་གྱིས་ཀྱས་པ་གལ་ཆེན་ཐོན་ཡོད། དེ་ཞེ་དུས་རིས3-3ལས་མཚོན་པ་ཡིན།



ལག་འཁྱེར་ཁ་པར།

དུས་རིས3-3

ཐུན་ཚན་ཚོགས།

རྒྱུན་པར་ཚང་མས་འབྲེལ་ལམ་ཅི་ཞིག་བརྒྱུད་ནས་རྒྱང་རིང་གི་གཉེན་ཉེ་ཐོག་པ་སོ་སོ་ལ་འབྲེལ་གཏུག་བྱེད་པ་ཡིན།

3. ཚོན་རྩལ་མཐོན་པའི་ཀུབ་ཁོངས་སུ་བཀོལ་བ། དུས་ནས། མཁའ་སྐྱོད་དང་ཐུང་སྐར་འཚོལ་ཞིབ་ཐེག་ལེན་སོགས་ཀུབ་ཁོངས་སུ་རྒྱུན་དུ་གཞི་གངས་འབོར་ཚེན་ལུགས་སྐེས་དང་དབྱེ་ཞིབ་བྱེད་དགོས་པས། ཚེས་འཁོར་གྱི་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་སོགས་བྱེད་ཐབས་ལ་མ་བརྟེན་ཚེ། ལེགས་འགྲུབ་ཡོང་ཐབས་བྱལ། དེ་ཞེ་དུས་རིས3-4ལས་མཚོན་པ་ཡིན།



ཐུང་སྐར་ཚད་འཛལ་ཚོད་འཛིན་བྱེད་པ།



ཐུང་སྐར་འཚོལ་ཞིབ་ཐེག་ལེན་བྱེད་པ།

དུས་རིས3-4



རྒྱང་ཐེབ་ཀྱི་བ།



ཁོང་ཀྱིས་སྒེན་ཁང་དང་ཚོང་རའམ་ཤིང་གཞུང་སོགས་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་ཐེ་ལྡན་བཟོ་ལས་སྒྲུབ་ཀྱི་བཟོ་དཔྱད་བྱེད།

གཏན་མཚམས་ཆ་འཕྲིན་ཀྱི་ཅུན་སྒྲོད་བཟང་པོ་ཡིན་ཏེ་འདུག་པ།

ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་འཛེལ་རྒྱས་སྐུ་ཕྱིན་པ་དང་བསྟུན་ནས། ང་ཚོས་ཆ་འཕྲིན་སྡེ་ཚོགས་ལ་འབྱེལ་འདྲིས་ཤེས་ཡོན་ཀྱིས་དགོས། ཆ་འཕྲིན་དེ་དག་ལ་ཁ་གཏད་ནས་ང་ཚོས་འཕོར་ལེན་བྱེད་ཚུལ་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ། ཆ་འཕྲིན་ཀྱི་ཅུན་སྒྲོད་ལེགས་པོ་ཞིག་ལོབ་ཏུ་འདྲུག་དགོས།

1. ཅུན་སྒྲོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲུར་བྱ་ན་ལེད་པ་ཞིག་རྒྱེད་ཁྱིད་བྱེད་པ་རྣམ། གནོད་པ་ཡོད་པའི་ཆ་འཕྲིན་ལྟ་ཤྲིག་དང་བསྟུར་བཟོ། བརྒྱུད་སྒྲོག སྒྲོག་འགོད་སོགས་ལ་བྱེད་པ་དང་། ཚེས་འཁོར་ཀྱི་དུག་ནད་བཟོ་བའམ་བསམ་བཞིན་དུ་དུག་ནད་བརྒྱུད་སྒྲོག་བྱེད་པའི་བྱ་བན་རྒྱབ་ལ་རུང།

2. ཆ་འཕྲིན་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཟང་པོ་ཞིག་ཆགས་སུ་འདྲུག་པ་རྣམ། ① སྤྱི་བསྒྲོད་བྱེད་ཚུལ་ཤེས་སུ་འདྲུག་པ། ② ཚེ་ཚེ་གང་ཙམ་སྒྲོད་བྱེད་པའི་འདུ་ཤེས་ཡོད་པ། ③ མཁོ་བའི་ཆ་འཕྲིན་དང་མཁོ་མེད་ཆ་འཕྲིན། གནོད་པའི་ཆ་འཕྲིན་བཅས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་མཁས་པར་བྱེད་པའོ།།

རྒྱོ་བཙུར་བྱེད་པ།

ཆ་འཕྲིན་ཅུན་སྒྲོད་ཐད་ཀྱི་ངོས་འཛིན་ཐབས་ཚུན་ལ་སྤྱིད་དགོས།



མཉམ་ལས་དང་བརྩེ་རེས།

1. ཁེ་འབོར་གྱི་མིར་རྟོག་དཔྱོད་ཐུབ་ཅེ། ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་གྱིས་ང་ཚོའི་འཚོ་བར་ཁྱེར་ཡོང་བའི་འགྱུར་སྤྱིད་དགོས།
2. ཀྱོས་བསྟུར་བྱེད་པ། ད་ཕྱིའི་ངོས་སུ་ཆ་འཕྲིན་མི་ལེགས་པས་གནོད་པ་ཐེབས་ཚེ། ཁྱེད་ཐབས་གང་དག་སྒྲོད་འོས་པ་ཡིན།



འཚོལ་དཔྱད་རྒྱུ་སྐྱེད།

1. སློབ་གྲྭས་བར་བསམ་ཚུལ་བརྗེ་རེས་དང་གྲོས་བསྡུར་བྱས་ཏེ། ཚེས་འཛོར་གྱིས་མི་རྣམས་ཀྱི་འཚོ་བར་འགྱུར་ཐུབ་པ་དགུ་བཀྲག་པར་ཞུས།
2. རྟོག་དཔྱོད་བརྒྱུད་ནས་ཚོའི་འཚོ་བའི་ཁྲིད་དུ་ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་སྤྱོད་པའི་གནས་ཚུལ་ལ་རྒྱས་པོན་བྱེད།



མཐོང་རྒྱུ་སྐྱེད་པ།

ཆ་འཕྲིན་ཨེ་ལུར་བཀོད་ཚུལ།

ཆ་འཕྲིན་ནི་རང་བྱུང་ཁམས་དང་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་གནས་ཤིང་། འདིག་རྟེན་ཁམས་ཡོངས་སུ་ཁྱབ་ཡོད། ཡིན་ནའང་། མིའི་རིགས་ཀྱིས་དུས་ཡུན་ཏ་ཅང་རིང་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་དེ་རྟོགས་མ་ཐུབ་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན།

དེ་ནི་ང་ཚོས་མཁའ་དབྱིགས་ངོས་འཛིན་པ་དང་ཆུང་འདུ་སྟེ། མཁའ་དབྱིགས་ནི་དངོས་སུ་གནས་པ་ཞིག་དང་། ང་ཚོར་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། མི་སྣོས་མ་ཐག་ནས་མཁའ་དབྱིགས་འཕྱིན་རྩལ་བྱེད་དགོས། མིའི་རིགས་ཀྱིས་འདས་ཐིན་པའི་ལོ་རྒྱུད་ཅ་ཅང་རིང་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་གཟུགས་མེད་ཀྱི་མཁའ་དབྱིགས་མི་ཤེས་ལ། ངོས་འཛིན་རྒྱུ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་སྐྱེད་ཐབས་བྱལ། དུས་རབས།17དང།18པར་སྐྱེས་དུས། ཚན་རིག་པ་ཞིག་དྲིས་དང་ཐུབ་ལེ་སེ་ལེ། རྟེ་ལེ། ལ་ཁ་ཞེ་སོགས་ཀྱིས་ཚན་རིག་གི་ཚོད་ལྟ་ཐེངས་ཐུས་པ་བརྒྱུད་ནས། དཀའ་ངོད་མཁའ་དབྱིགས་གནས་རྟོགས་བྱུང་ལ། དེའི་ཚ་རྟུལ་ཐུབ་ཚུལ་ཤེས་པར་མ་ཟད་ཏན་དང་དྲྭང་། དབྱང་གཉིས་ཐུན་རྫས་སོགས་དབྱིགས་གཟུགས་གལ་ཆེའ་མང་ཞིག་གིས་ཀྱང་མཁའ་དབྱིགས་ཀྱི་ཡོད་ཚད་ཤེས་ཐུབ་པ་ཡིན།

དེ་ལྟ་ནའང་། ང་ཚོས་དེ་ལྟ་དུ་མཁའ་དབྱིགས་ལ་ངོས་འཛིན་ཟ་མ་མོ་ཞིག་བྱང་མེད་པས། ལག་ལེན་གྱི་ཁྲིད་ནས་ལུ་མཐུད་དུ་རྒྱས་པོན་ཟ་མོ་བྱེད་དགོས།

དེ་བཞིན་དུ་ཆ་འཕྲིན་ཡང་གསར་གར་ཁྲལ་ཅིང་། དེ་མཁའ་དབྱིགས་ལས་ཀྱང་རྟོགས་དཀའ་བ་ཡིན། ང་ཚོས་ཤེས་མེད་ཚོར་མེད་དང་མཁའ་དབྱིགས་འཕྱིན་རྩལ་བྱེད་པ་ནང་བཞིན་ནམ་རྒྱུ་ཆ་འཕྲིན་སྣ་ཚོགས་ཤམས་སུ་སྡོད་ཞིང་སྐྱེག་གཅོད་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་། གོམས་གཤེས་སུ་སོང་བའི་དབང་གིས། མི་རྣམས་ཀྱིས་ཆ་འཕྲིན་གྱི་

གལ་ཆེན་རང་བཞིན་ལ་ངོས་འཛིན་གསལ་བོ་ཞིག་བྱུང་མེད་པ་རེད།

གལ་ཏེ་མིའི་རིགས་ཀྱིས་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ནུས་པར་བརྟེན་ནས་ཆ་འཕྲིན་དང་ལེན་དང་སྤྲོག་གཅོད་བྱས་ཏེ། རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་འཛེལ་རྒྱས་སུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་དགོས་མཁོ་སྣང་ཚུལ་འགའ་ཞིག་ཅེ། མི་རྣམས་ཀྱིས་ཆ་འཕྲིན་ལ་ནམ་ཡང་ཡིད་འཕངས་བྱེད་མི་ཤེད་ལ། ཞིབ་འཇུག་ཀྱང་བྱེད་མེད་པ། དོན་དངོས་སུ། མིའི་རིགས་བྱང་ནས་དུས་ཡུན་ཏ་ཅང་རིང་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་དེ་འདྲའི་རྣམ་པར་གནས་ཤིང་། ཆ་འཕྲིན་གྱི་གནད་དོན་དེར་བལ་ཆེར་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་ཁྱབ་ཏུ་དོ་སྣང་བྱེད་ཀྱིན་མེད། ཉེ་རབས་སུ་སྐྱེའགས་ན། ཐོན་སྐྱེད་ནུས་ཤུགས་མྱུར་དུ་འགེལ་ཞིང་། མིའི་རིགས་ཀྱིས་རང་བྱུང་ཁམས་ལ་ཤེས་རྟོགས་དང་། དེ་བསྡུར་བཀོད་བྱེད་པའི་འདུན་པ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཐོན་རྩལ་དང་པོ་དང་རིག་པ་ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་ཆ་འཕྲིན་དང་ལེན་དང་སྤྲོག་གཅོད་བྱས་པ་དེས་དགོས་མཁོ་སྐྱེད་མི་ཐུབ་པར་གྱུར། དཔེར་ན། མི་རྣམས་ཀྱིས་སྐར་ལས་གཏིང་ཟབ་པའི་ཐོ་ལར་ལྟ་དཔྱད་ཚད་འཇལ་བྱེད་འདོད་པ། ས་ཐག་རིང་པོའི་གཉེན་ཉེ་གོགས་པོར་ཁ་བརྡ་བྱེད་འདོད་པ། གཞི་གྲངས་འབོར་ཆེན་སྡུར་ཞིང་ཡང་དག་པའི་སྐོར་ནས་བརྒྱུད་སྐྱེད་བྱེད་འདོད་པ་སོགས་ལྟ་བུ། སྣབས་དེར། མིའི་རིགས་ཀྱིས་ཆ་འཕྲིན་དང་ལེན་དང་སྤྲོག་གཅོད་བྱེད་པའི་ནུས་པ་རྒྱ་ཆུང་བསྐྱེད་ན། དཔག་བསྡེད་མི་རྣམས་ཀྱིས་རིམ་བཞིན་དོར་ཐྲུལ་བྱེད་དེས་ཡིན། དེའི་ཐྱིར། ཆ་འཕྲིན་གྱི་ངོ་བོ་དང་དེའི་འགྲུལ་སྐྱོད་ཀྱི་ཚོས་ཉིད་སྣོར་བྱེད་ལ་ཤར་ཐུགས་སུ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་གྱིན།

མདོར་ན། "དགོས་མཁོ" ཞེ་སྒྲ་འདེད་ཀྱི་ནུས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། ཆ་འཕྲིན་ལ་མིའི་རིགས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ཐད་དོན་སྐྱིང་ཁ་ཅང་གལ་ཆེན་ལྡན་ནའང་། སྔར་ཡོད་ཀྱི་ཆ་འཕྲིན་སྤྲོག་གཅོད་བྱེད་པའི་ནུས་པ་དེས་ང་ཚོའི་དགོས་མཁོ་སྐྱེད་མི་ཐུབ་པས། དེའི་ཐབས་ལམ་ཅི་གཅིག་ཞེ། ཆ་འཕྲིན་ལ་ཡང་བསྐྱར་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་སྟེ། དེའི་ནང་གནས་ཚོས་ཉིད་ལ་འཚོལ་ཞིབ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། གོམ་གང་མེད་སྐྱེས་ཀྱི་སྐྱོན་ཆད་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་ཆ་འཕྲིན་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ཡོད་ཚད་ཀྱང་གཅིག་ཏེ། ཆ་འཕྲིན་ལ་ཡང་བསྐྱར་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་སྟེ། དེའི་ནང་གནས་ཚོས་ཉིད་ལ་འཚོལ་ཞིབ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། གོམ་གང་མེད་སྐྱེས་ཀྱི་སྐྱོན་ཆད་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་ཆ་འཕྲིན་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ཡོད་ཚད་ཀྱང་གཅིག་ཏེ། མི་རྣམས་ཀྱི་ཆ་འཕྲིན་བགོལ་སྐྱོད་མེད་ཀྱིས་རང་སྟེང་གི་ཆ་འཕྲིན་གྱི་བྱེད་ལས་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་ལ། ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ་རང་སྟེང་ནས་ཀྱང་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་བར་ནུས་པ་ལྟ་ལྷག་ཏུ་འདོན་བཞིན་པོད་པ་གསལ་བཤད་བྱས་སོ།།



སྒེ་ཚོན་ཀ་ཡིས་པ།

སྒེ་ཚན་འདི་བསླབས་པ་བརྒྱད་ནས། ང་ཚོས་རྩིས་འཁོར་ཕྱི་ནང་འཇུག་དང་ཕྱིར་འདྲེན་ཐྲིག་ཆས་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་དང་། རྩིས་འཁོར་ཕྱི་ཁ་ཤའི་ཀླད་ཚུལ་ལ་རྒྱས་པོན་བྱེད་པ། རྩིས་འཁོར་ཕྱི་རྩ་བའི་བཀོལ་སྤྱོད་ཤེས་སྐུ་བཏུག་སྟེ། རྩིས་འཁོར་ལས་རང་ལ་མཁོ་བའི་ཆ་འཕྲིན་ལེན་ཐུབ་པ་བཅས་བྱེད་དགོས།





སྤྱོད་ཚོག་བཞི་བ།

བའི་སྐོག་ལ་ལོ་རྒྱུས་འགོངས་པ་རྣམས་ཤེས་ཀྱེད་པ།

ང་ལ "རྩིས་འགོངས" ཟེར་བའི་ཐོག་ལ་ཡི་ཞིག་ཡོད། དེར་བྱེད་ལས་ཤིན་ཏུ་མང་སྟེ། ཡི་གེ་དང་བརྩམ་རིས། སྒུ་སོགས་ཚ་འཕྲིན་སྐྱེག་གཅོད་བྱེད་ཐུབ་པར་མ་ཟད། ད་ཏུང་ཨའི་ཁྱད་པ་དང་འབྲུ་བར་ཆ་འཕྲིན་སྡུད་ལེན་དང་ལས་སྟོན། གསོག་ཉར། སྐྱེག་གཅོད་བཅས་བྱེད་ཐུབ། ཁོང་ཀྱིས་ཤེས་འདོད་ནང་ཁ་ཅིག་ཁོང་ལ་དོ་སྟུད་བྱེད།



ཡན་ཡོན་དང་ཉེས་འབྲེལ་བ།

གཅིག རྩིས་འགོངས་ཀྱི་ཡ་འཕྲིན་པ།

སྒོམ་ཞིབ་བྱེད་པ།

དཔེ་རིས4-1ནང་གི་རྩིས་འགོངས་དེ་གཉིས་ལ་ཁྱད་པར་ཅི་ཞིག་ཡོད།



སྟེགས་འཛོག་རྩིས་འགོངས།



ལག་འཁྱེར་རྩིས་འགོངས།

དཔེ་རིས4-1

ཨོར་འཛིན་པ། དཔེ་རིས4-2ཀྱི་གྲུག་རྟགས་ནང་དུ་འཆར་ཚས་དང་མཐེབ་གཞོང་། ཚེ་གྲུ། ཉན་བྱེད། གཅོད་འགོངས། ཁོང་སྟེང་སྐུལ་འགྲུལ་འཕྲུལ་ཆས། མཉེན་སྟེང་སྐུལ་འགྲུལ་འཕྲུལ་ཆས། མཉེན་སྟེང། ཁོང་སྟེང། པར་འདེབས་འཕྲུལ་ཆས་བཅས་ཀྱི་མིང་སོ་སོར་ཤིན།



( ) ( ) ( ) ( ) ( )

( ) ( ) ( ) ( ) ( )

དཔེ་རིས 4-2

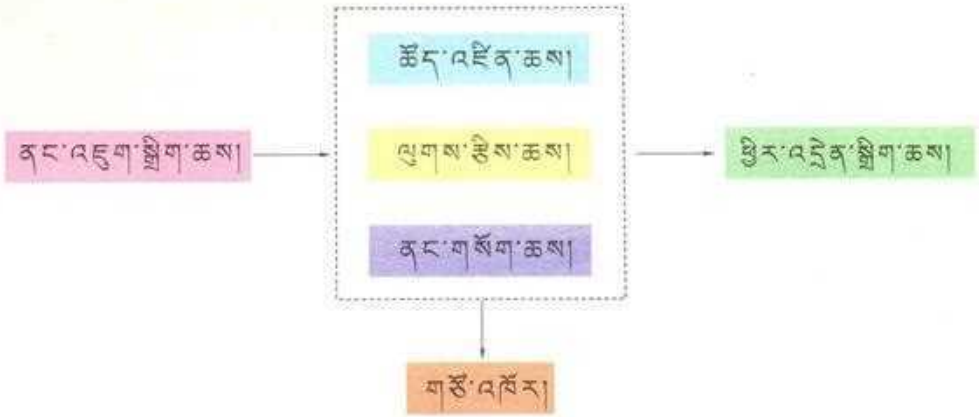
གཤིས། སྒྲིག་འཛོམ་གྱི་བྱེད་ཐབས།

རྩེག་འཛོར་གྱི་རྒྱུད་ཁོངས་ཀྱི་གླ་ཆས་རྒྱུད་ཁོངས་དང་མཉེན་ཆས་རྒྱུད་ཁོངས་གཉིས་ཀྱི་ཐད་ཀར་བྱེད་པ་ཡིན།

1. རྩེག་འཛོར་གྱི་གླ་ཆས་ཀྱི་གཙོ་འཛོར་དང་ནང་འདྲུག་སྒྲིག་ཆས། ཕྱི་འདྲེན་སྒྲིག་ཆས་བཅས་ཀྱིས་བྱེད་པ་ཡིན།

① རྩེག་འཛོར་གྱི་གཙོ་འཛོར།

ལྷག་ཚོད་རྩེག་ཆས་དང་ཚོད་འཛིན་ཆས། ནང་གསེག་ཆས་བཅས་ཀྱི་གཙོ་འཛོར་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་ཕྱུ་ཆས་གཙོ་བོ་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་གཙོ་འཛོར་གྱི་སྐལ་ནད་དུ་སྒྲུབ་ཡོད། གཙོ་འཛོར་ལས་གཞན་པའི་ཕྱུ་ཆས་གཞན་དག་ལ “མཐའ་སྐོར་སྒྲིག་ཆས” ཞེས།



རྩེག་འཛོར་ལ་གཞི་བྱངས་སྒྲིག་གཅོད་བྱེད་པ་སྤྱར་ཞིང་ཤོང་ཚད་ཆེ་བ་དང་། རྩེག་རྒྱ་དག་ཚད་མཐོ་བ། སྒྲིག་སྒྲིད་ཅན་ཡིན་པ་སོགས་ཀྱི་དགེ་མཚན་ལྡན། རྩེག་འཛོར་ལ་ཆ་འཛིན་སྒྲིག་གཅོད་བྱེད་པའི་ཡོ་བྱད་ཅིག་ཡིན་པའི་ཚ་ནས་ཆ་འཛིན་གསེག་འཇོག་དང་སྒྲིག་གཅོད། བཟོ་རིས། བཀྲུད་སྒྲིད་བཅས་བྱེད་པའི་ཐད་ལ་མིག་སྟར་ལག་རྩལ་གཞན་གང་གིས་ཀྱང་དོ་བྲལ་མི་ཡོང་།



བསམ་ཚུལ་ཞིབ་དགོས།

རྩིས་འཚོང་གྱི་གཙོ་རྒྱས་སྤྱིགས་གང་དག་ནས་མངོན་ཡོད།

② རྒྱུན་བཀོལ་གྱི་ནང་འདྲུག་དང་ཕྱིར་འདྲེན་གྱི་ཐྲྀག་ཆས།

ཤེས་བྱའི་དགའ་ཚལ།

རྩིས་འཚོང་གྱི་སྤྱ་ཆས་རྒྱུད་ཚངས་ཤེ་གཙོ་བོ་ཉིད་ལག་འཐུལ་ཆས་དང་གསོག་འཇོག་འཐུལ་ཆས། ནང་འདྲུག་ཐྲྀག་ཆས། ཕྱིར་འདྲེན་ཐྲྀག་ཆས་བཅས་ཀྱབ་འགས་ཤུབ་པ་ཡིན། ནང་འདྲུག་ཐྲྀག་ཆས་ནི་གཙོ་བོ་མཐེབ་གཞོང་དང་ཏོ་གུ་ཡིན་ལ། ཕྱིར་འདྲེན་ཐྲྀག་ཆས་ནི་འཆར་ཆས་དང་པར་འདེབས་འཐུལ་ཆས་ཡིན། དང་ཚོས་ནང་འདྲུག་ཐྲྀག་ཆས་བཀོལ་ནས་གཞི་ཁངས་སྣ་ཚོགས་རྩིས་འཚོང་དུ་འདྲུག་ལ། ཕྱིར་འདྲེན་ཐྲྀག་ཆས་ཀྱིས་དེ་ལས་ཕྱོགས་སྟེ་རྩིས་འཚོང་གྱི་ཐྲྀག་གཅོད་བྱས་པའི་མཇུག་འབྲས་ཕྱིར་འདྲེན་བྱེད་པ་ཡིན།

ཚེ་ཀུ།

ཚེ་གུ་ནི་འཆར་ཆས་ཀྱི་བརྟན་ཤེལ་སྟེང་གི་ཚེ་གུ་རྐྱལས་ཀྱི་གནས་ཚོད་འཛིན་བྱེད་པའི་ནང་འདྲུག་ཐྲྀག་ཆས་ཡིན། དེའི་སྟེང་དུ་མཐེབ་གཞོན་འགའ་རེ་ཡོད་ཅིང་། བཀོལ་ཡུལ་ཁྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་འདྲ་བ་དང་བསྟུན་ནས་མཐེབ་གཞོན་སོ་སོར་ཆུས་པའང་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད། མི་རྣམས་ཀྱིས་ཚེ་གུ་འདྲུད་པ་དང་ཚེག་རྡེབ་དུད་ཡང་ན་ཉེས་རྡེབ་བྱས་ཏེ། རྩིས་འཚོང་གྱིས་བྱ་བ་ཐྲྀབ་པར་བཀོད་འདོམས་བྱས་ཚོག བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ཚེ་རྒྱུན་ལག་རྩལ་ལྡན་ཚེ་གུ་ལ། འཐུལ་ཆས་ཅན་དང་བོད་ཐྲྀག་ཅན། འཐུལ་ཆས་བོད་ཐྲྀག་ཅན་བཅས་རིགས་གསུམ་དུ་དབྱེ་ཚོག

མཐེབ་གཞོང།

མི་རྣམས་ཀྱིས་མཐེབ་གཞོང་བཀོལ་ནས་ཐད་ཀར་རྩིས་འཚོང་ནང་དུ་གཞི་བཏབ་འདྲུག་པ་དང་། རྩིས་འཚོང་གྱིས་བྱ་བ་ཐྲྀབ་པར་བཀོད་འདོམས་བྱེད་པ་ཡིན།

ཀཱཌ་བཤེར།

དེ་ཚེ་ཐུན་ལེགས་པའི་ཐྲྀག་རྩལ་འཐུལ་ཆས་ཀྱི་ལྷ་ཆས་མང་པོས་ཀྱབ་ཅིང་། ཁྱེ་ཆས་དེ་དག་གིས་རྩིས་འཚོང་གྱི་ལག་ཐེབས་རྩིས་འཚོང་ཚོད་དང་གཏོགས་གཤེས་ཐྲྀག་གཅོད་བྱེད་པ་ཡིན།

བཆར་ཆས།

འཆར་ཆས་ནི་བརྟན་ཤེལ་དང་། འབྱེལ་ཡོད་ཐྲྀག་ལས་དང་མཉེན་ཆས་བཅས་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་གཞི་གདངས་དང་རིས་དབྱིབས། བརྟན་རིས་སོགས་འཆར་ཏུ་འདྲུག་པྱེད་

ཀྱེ་ཧེས་འཁོར་གྱི་ཕྱིར་འདྲེན་ཐུབ་ཆས་ཡིན་ཞེད། དེས་ཧེས་འཁོར་གྱི་ལས་ཀའི་མཐུག་འབྲས་འཆར་དུ་འདུག་གྲབ། འཆར་ཆས་དེ་མདོག་རྒྱང་དང་ཚོས་མདོག་རིགས་གཉིས་སུ་དཔྱེ་ཚོག

བར་ཤེའི་བས་འཕྲལ་ཆས།

བར་འདེའབས་འཕྲལ་ཆས་ཀྱི་ཧེས་འཁོར་སྐུད་ཁྲབས་ཁོད་ཀྱི་ཕྱིར་འདྲེན་ཐུག་ཆས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། དེས་ཧེས་འཁོར་ཐྱེས་ཐུག་གཙོད་བྱས་པའི་མཐུག་འབྲས (ཡི་གེ་འམ་རིས་དཔྱིབས) ཤོག་བུའི་ངོས་སྐུ་དཔར་བྲབ། བར་འདེའབས་འཕྲལ་ཆས་ཀྱི་རིགས་ལ་སྣ་ཐག་ཏུ་བར་འདེའབས་འཕྲལ་ཆས་དང་། ལབ་གཏུག་བར་འདེའབས་འཕྲལ་ཆས། སྐུལ་འོད་བར་འདེའབས་འཕྲལ་ཆས་སོགས་ཡོད།

ཚད་ཞིབ་བྱེད་པ།

ཧེས་འཁོར་གྱི་ཚོང་རར་སོང་ནས་ཧེས་འཁོར་གྱི་ཕྱིར་འདྲེན་ཐུག་ཆས་ལ་དཀྲང་ཐུག་ཆས་གང་དག་ཡོད་པར་ཚད་གཙོད་བྱོས།

བཤད་པའབ་འཕྲལ་ཆས།

བཤར་པབ་འཕྲལ་ཆས་ཀྱི་ནང་འདྲུག་ཐུག་ཆས་རེགས་ཤིག་ཡིན་ཞེད། དེས་ཡི་གེ་དང་རི་མོ་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཆ་བཤར་པབ་ཀྱི་ཧེས་འཁོར་ནང་དུ་འདྲུག་བྲབ་པར་མཐོང་། གྲངས་འཕྲར་བརྒྱན་རིས་ཀྱི་གཞི་གྲངས་སུ་བཐུར་ཚོག་པས་གསོག་ཉར་དང་ཐུག་གཙོད་བྱེད་པདེ་བ་ཡིན།

རེག་ཚོར་བརྒྱན་ཤེལ་ཀྱི་འཆར་ཆས་ངོས་ཟུར་དུ་བཀོད་པའི་གཞོགས་འདེ་གས་བརྒྱན་ཤེལ་ངོས་ཟུར་འཆར་བའི་མཐའ་གདོན་དང་ཡང་ན་གནས་གང་ཟུང་ཞིག་ལ་རེག་ནས་བཀོལ་ཐུངས་ཚོག

ཚོར་ཐུག

ཚོར་ཐུག་ཀྱི་ཚོར་གྲངས་བྱང་དུ་དང་མཉམ་དུ་བཀོལ་བའི་ནང་འདྲུག་ཐུག་ཆས་ཤིག་ཡིན་ཞེད། དེས་ཐང་གས་ཡི་གེ་དང་རི་མོ་སོགས་ཀྱིས་ཉེ་ནང་འདྲུག་བྱེད་ཐུབ།

བསམ་ཐུང་ཚོད་བས།

གྲངས་འཕྲར་བར་ལེན་འཕྲལ་ཆས་དང་གྲངས་འཕྲར་བརྒྱན་ལེན་འཕྲལ་ཆས་གཉིས་ཀྱི་ཧེས་འཁོར་གྱི་ནང་འདྲུག་ཐུག་ཆས་ཡིན་མིན་ལ་བསམ་ཐུང་ཞིབ་བས།

2. རྒྱས་འཛོར་གྱི་མཉེན་ཆས།

རྒྱས་འཛོར་གྱི་མཉེན་ཆས་ནི་རྒྱས་འཛོར་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་བྱ་རིམ་དང་བྱ་རིམ་དེར་བཀོལ་བའི་གཞི་གྲངས་དང་། དེ་མིན་འབྲེལ་ཡོད་ཡིག་ཚགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཆའི་སྤྱི་འདུས་ཤེས་ཡིན། བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་གྱིས་མཉེན་ཆས་བཀོལ་ནས་རྒྱས་འཛོར་གྱིས་བྱ་བ་སྒྲུབ་པར་བཀོད་འདོམས་བྱས་ཆོག མཉེན་ཆས་ལ་རིགས་ཏ་ཅང་མང་སྟེ། རྒྱུན་དུ་རྒྱུད་ཁོངས་མཉེན་ཆས་དང་ཉེར་སྤྱོད་མཉེན་ཆས་བཅས་རིགས་ཆེན་པོ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་ཡིན།

རྒྱུད་ཁོངས་མཉེན་ཆས་ཀྱིས་ཐད་ཀར་རྒྱས་འཛོར་དང་ཕྱི་འྲིག་ཆས་བཀོལ་བར་ཆོད་འཛིན་དང་མཐུན་སྒྲིལ་བྱེད་ཅིང་། རྒྱུན་དུ་བཀོལ་བའི་རྒྱུད་ཁོངས་མཉེན་ཆས་ལ DOS དང Windows Linux སོགས་ཡོད།

ཉེར་སྤྱོད་མཉེན་ཆས་ནི་ཐད་ཀར་བྱེ་བྲག་གི་ལས་ཞིག་སྒྲུབ་པར་སྤྱོད་ཅིང་སྤྱོད་མཁན་གྱི་རྒྱས་བྱ་རིམ་སྒྲིག་མི་དགོས་པའི་མཉེན་ཆས་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། སྐད་ཡིད་མཉེན་ཆས་དང་ཡིག་རྟེའུ་སྒྲིག་གཅོད་མཉེན་ཆས། རྩད་མོའི་མཉེན་ཆས་སོགས་ལྟ་བུ།

ཞུན་ཤིན་བྱེད་པ།

མཉེན་ཆས་ཚོང་རར་ཕྱིན་ཏེ་མཉེན་ཆས་གང་དག་ནི་ཉེར་སྤྱོད་མཉེན་ཆས་ལ་གཏོགས་པ་རྩད་གཅོད་བྱས།

དཔེ་རིས 4-3ནི་རྒྱས་འཛོར་རྒྱུད་ཁོངས་གི་སྒྲིག་གཞི་ཚ་ཚང་བའི་དོན་མཚོན་དཔེ་རིས་ཤེག་ཡིན།



དཔེ་རིས 4-3



ཤོག་ལེས་དང་བརྩི་རེས།

1. སྐྱོབ་གྲོགས་དང་མཉམ་དུ་རྩིས་ལཱིས་ལ་བྱེད་ལས་གང་དག་ཡོད་པ་ཁྱོས་བསྡུར་བྱེད་པ་དང་། དེའི་མཐུག་འབྲས་རེའུ་མིག་ནང་དུ་བྱིས།

རིམ་གྲངས།	རྩིས་ལཱིས་ཀྱི་བྱེད་ལས།

2. ལག་འཁྱེར་རྩིས་ལཱིས་དང་སྟེགས་འཛོག་རྩིས་ལཱིས་གཉིས་ལ་ཁྱད་པར་ཅི་ཞིག་ཡོད་པ་ཁྱོས་བསྡུར་བྱོས།





སྒོར་ཚོམ་པ་བ།

ཀྱེ་གསོ་འཕྲལ་ཆས་ལས་ཆ་འཕྲིན་ཡིན་ལ།

འཚོ་བའི་ནང་དུ་ཆ་འཕྲིན་སྣ་ཚོགས་ཡོད་ལ། རྒྱས་འགེར་གྱི་ཀྱེ་གསོག་འཕྲལ་ཆས་བཅོལ་ནས་ཆ་འཕྲིན་ལེན་པ་ནི་ཆེས་སྟབས་བདེ་བའི་ཐེངས་ཐམས་ཅིག་ཡིན།



ལག་ཡེཤ་དཔོན་འབེབས།

གཅིག གསོག་ཆས་ཀྱི་ཅི་ཞིག་ཡིན།

རྒྱས་འགེར་གྱི་གསོག་ཆས་ལ་ནང་གསོག་འཕྲལ་ཆས་དང་ཀྱི་གསོག་འཕྲལ་ཆས་གཉིས་སུ་ཕྱེ་ཡོད།

ནང་གསོག་འཕྲལ་ཆས་ནི་CPU ལ་འབྲེལ་གཏུག་ཐེངས་སྡུད་ཡིན་ལ། རྒྱས་འགེར་ནང་གི་གཞི་ཁྲབས་ཡོད་ཚད་གནས་སུ་གསོག་འཇོག་ཐེངས་མ་ཡིན།

ཀྱེ་གསོག་འཕྲལ་ཆས་ནི་རྒྱས་འགེར་གྱི་ཀྱེ་གསོག་སྐྱེག་ཆས་ཡིན་ཞིང་། དེར་སྐྱེར་བཏང་དུ་རྒྱས་འགེར་གྱི་སྐུ་སྟེར་དང་ཁེད་སྟེར། མཉེན་སྟེར། U སྟེར། སྐུ་འཕྲལ་སྐུ་སྟེར་སོགས་སྐྱེག་ཆས་འདུ་བ་ཡིན།

རྒྱ་ཁིབ་ཐེབ་ལ།

དཔེ་རིས5-1ལས་མཚོན་བའི་ཀྱེ་གསོག་འཕྲལ་ཆས་འགའ་ཤས་འཛིན་དགོས།



སྐུ་སྟེར།



ཁེད་སྟེར།



མཉེན་སྟེར།



U སྟེར།



Mp3



སྐུ་འཕྲལ་སྐུ་སྟེར།

དཔེ་རིས 5-1

རྒྱུད་གཙོད་ཤིན་འདྲུག

རྩིས་འཛིར་ཚོང་རར་སོང་ནས་ད་དུང་ཕྱི་གསོག་འཇུལ་ཆས་གང་དག་ཡོད་པར་ལྟ་དགོས།

གཅིག ཀྲི་གསོག་འཇུལ་ཆས་ཚབས་ཆུང་ཟད་ཀྱི་རྣམ་པ།

1. ཁུ་རྟེར་ལས་ཆ་འཕྲིན་ལེན་པ།

ཁུ་རྟེར་ནི་རྩིས་འཛིར་གྱི་གཞི་ཁྲབས་གསོག་ཏེད་ཀྱི་ཐུམ་ཆས་ཡིན་ཞིང་། མིག་སྟར་དེའི་གསོག་ཚད་ཀྱིས་བཏང་དུ20GB～160GB བར་ཡིན། དེའི་གསོག་ཚད་ཆེ་བའི་དབང་གིས་རྩིས་འཛིར་གྱི་ཁུ་རྟེར་དེ་ལག་དུ་མར་བགོས་ཡོད་པ་གཤམ་གྱི་དེའི་རིས 5-2 ལས་མཐོང་པ་ལྟར་ཡིན། ཀྱིར་བཏང་གི་གནས་ཚུལ་འོག་ཏུ། ཁུ་རྟེར་གྱི C རྟེར་དུ་འཕྲལ་ཡོད་བཀོལ་ཀྱང་ཁོངས་སྡོགས་ཀྱི་གཞི་གྲངས་འདོགས་པ་དང་། ཅིག་ཤོསD རྟེར་དང E རྟེར་སོགས་ཀྱི་ནང་དུ་ཐུན་དུ་འཚོལ་རྟུད་བྱས་པའམ་གསོག་ཉར་བྱས་པའི་ཆ་འཕྲིན་གལ་ཆེན་འདོག་པ་ཡིན། ཆ་འཕྲིན་དེ་དག་ལ་ཐུམ་ཁྱོས་དང་རོལ་དགའ། ཡི་གེ། རི་མོ་སོགས་འདུས། དང་ཚོས་ཁུ་རྟེར་གྱི D རྟེར་དང E རྟེར་སོགས་ཀྱི་ལག་ལས་རང་ལ་མངོ་བའི་ཆ་འཕྲིན་ཐྲབས་ཚོག



དེའི་རིས 5-2

2. ཞོད་རྟེར་ལས་ཆ་འཕྲིན་ལེན་པ།

ཞོད་རྟེར་ནི་མིག་སྟར་འཚོ་བའི་ཁོད་ཀྱི་ཐུམ་ཆས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། ཁ་ཐོག་ཏུ་ཞོ་ཤིང་ཡིག་ཆ་ཁ་ཐོག་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ནང་ཚན་ཚད་ཁུ་རྟེར་ཁུ་རྟེར་ཁུ་རྟེར



ཁོད་རིས 5-3

ཁོད་རིས 5-3

ཁོད་རྣམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཀྱང་ཁོ་ཚོའི་ཐུགས་ཀྱི་ཚོར་བ་ཤེས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད།

ཤེས་བྱའི་དགའ་ཚུལ།

（CD-ROM）ནི་ཁོད་རྣམས་ཀྱི་འགྲུལ་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་བསྡམས་མིང་ཡིན་ལ། སྐུ་དོག་འདྲུག་གི་དབང་དུ་བཏང་ནས་ཁོད་རྣམས་ཀྱི་འགྲུལ་འཕྲུལ་ཆས་ནི་གཡུང་གི་སློབ་ཁང་ལ་ཆེ་ནའི་ཁོད་རྣམས་ཀྱི་འགྲུལ་འཕྲུལ་ཆས（Compact Discread-Only Memory）ལ་ཟེར་ཞིང་། སྐུ་ཡངས་འདྲུག་གི་དབང་དུ་བཏང་ནས་ཁོད་རྣམས་ཀྱི་འགྲུལ་འཕྲུལ་ཆས་ནི་DVD-ROM（གྲངས་ཅན་གྱི་ཁོད་རྣམས་ཀྱི་འགྲུལ་འཕྲུལ་ཆས）དང་ཁོད་རྣམས་ཐབ་བཟོ་འཕྲུལ་ཆས་ལ་ཟེར་ལ་ཡིན། ཐབ་བཟོ་འཕྲུལ་ཆས་དེར་ཡང CD ཁོད་རྣམས་ཐབ་བཟོ་འཕྲུལ་ཆས（CD-RM）དང DVD ཁོད་རྣམས་ཐབ་བཟོ་འཕྲུལ་ཆས（DVD-RW）གཉིས་འདུག་ལ་ཡིན།

ཐུགས་རྟོག།

ཁོད་རྣམས་ཀྱི་འགྲུལ་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་ནང་དུ་ཁོད་རྣམས་མ་བཞག་པ་དང་བཞག་རྗེས་ཀྱི་རིམ་རྒྱས་དེའི་འགྲུལ་སྐོག་ལ་ལྟ་ཞིབ་བྱེད། དེ་ནི་དཔེ་རིས5-4ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



ཁོད་རྣམས་མ་བཞག་པ།་ང་གི་ཁོད་རྣམས་ཀྱི་འགྲུལ་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་རིས་རྟགས།



ཁོད་རྣམས་བཞག་རྗེས་ཀྱི་ཁོད་རྣམས་ཀྱི་འགྲུལ་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་རིས་རྟགས།

ཁོད་རིས 5-4

ཚད་ལྡན་བྱེད།

ཁོད་རྣམས་ཀྱི་འགྲུལ་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་ནང་དུ་གཞི་གྲངས་ཡོད་པའི་ཁོད་རྣམས་ཞིག་བཞག་སྟེ་དེའི་ལ་ཡེ་ནས་ཆ་འཛིན་ཅི་ཞིག་ཡོད་པར་ལྟ་དགོས།

3. མཉེན་སྒེར་ལས་ཆ་འཛིན་ལེན་པ།

ཁོད་རིས 5-5ལས་མཚོན་པ་ལྟར་མཉེན་སྒེར་ནི་ཆེས་རྒྱུན་མཐོང་གི་གསོག་ཆས་ཤེག་ཡིན་ཞིང་ཁྱེར་བདེ་མོད། ཁོན་ཀྱང་དེའི་ཤོང་ཚད་ཁོད་རྣམས་ལས་ཆུང་སྟེ1.44MB ཙམ་ལས་མེད། མཉེན་སྒེར་གྱི་ཆ་འཛིན་ལེན་དུས། མཉེན་སྒེར་དེ་མཉེན་སྒེར་རྣམས་ཀྱི་འགྲུལ་འཕྲུལ་ཆས་ནང་དུ་བཞག་སྟེ། “ ” ལ་ཉེས་རྙེད་ཅིག་བྱས་པས་ཆོག་སྟེ། དེ་ནི་དཔེ་རིས5-6ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



མཉེན་སྡེར།

དཔེ་རིས 5-5



མཉེན་སྡེར་སྐུལ་འགྲུལ་འཕྲུལ་ཆས།

དཔེ་རིས 5-6

ཤེས་བྱའི་དཀའ་ཚུལ།

མཉེན་སྡེར་སྐུལ་འགྲུལ་འཕྲུལ་ཆས་ནི་སྟོན་ཆད་ཚེས་འགོར་གྱི་ཆེས་གལ་ཆེ་བའི་ཕྱི་གསོག་འཕྲུལ་ཆས་ཤིག་ཡིན་ལ། འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་མ་བྱུང་བའི་ཕྱི་གསོག་འཕྲུལ་ཆས་ཉག་གཅིག་ཀྱང་ཡིན། ཉེ་བའི་ཚེ་འགར་U སྡེར་དང་སྒོ་འགྲུལ་སྐྱ་སྡེར་བྱུང་བ་དང་བསྟུན་ནས། མཉེན་སྡེར་སྐུལ་འགྲུལ་འཕྲུལ་ཆས་དང་མཉེན་སྡེར་གཉིས་བཅོལ་མཁན་རེ་ཞུང་དུ་འཐོ་བཞིན་ཡོད།

ཚོད་ལྟ་བྱེད།

མཉེན་སྡེར་སྐུལ་འགྲུལ་འཕྲུལ་ཆས་ནང་དུ་མཉེན་སྡེར་ཞིག་བཞག་སྟེ། དེའི་ལས་ཀྱེ་ནས་ཆ་འཕྲིན་ཅི་ཞིག་ཡོད་པར་ལྟ་དགོས།



མཉམ་ཡས་དང་བརྩེ་རིས།

1. གལ་ཏེ་སྐྱོ་འགྲུལ་གྱི་སྡེར་རམ U སྡེར་ཡོད་ན། དེའི་ལས་ཀྱེ་ནས་ཆ་འཕྲིན་ཅི་ཞིག་ཡོད་པར་ལྟ་དགོས།
2. སྐྱོ་བ་ཐོག་ས་དང་མཉམ་དུ་གྱི་སྡེར་དང་འོད་སྡེར། མཉེན་སྡེར་བཙས་ཀྱི་ལེགས་ཆར་ཁྲོས་བསྒྲུབ་བྱས་ཏེ། ཚང་མའི་ལྟ་ཚུལ་གཅིག་ཏུ་སྐྱེས།

རྒྱས་མིང་།	ལྟ་ཚུལ།



འཚོལ་དཔྱད་རྒྱུ་སྐྱེད།

རྩིས་འཁོར་བརྒྱུད་ནས mp3 ཚས་དང U སྡེར་ལས་ཚ་འཕྲིན་ལེན་དགོས།



མཐོང་རྒྱུ་སྐྱེད་པ།

རྒྱས་འགོས་ཀྱི་འབེལ་རྒྱས།

འཛམ་གླིང་གི་རྩིས་འཁོར་ཐོག་མ་ནི 1946 ལོར་བྱུང་བ་ཡིན། དུས་རབས་ཉེད་ཅམ་གྱི་རིང་དུ་རྩིས་འཁོར་རིགས་ཚན་དེ་དབྱར་གྱི་མཚོ་མོ་རྒྱས་པ་བཞིན་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་། དེའི་འཕེལ་ཚད་ལ་རིགས་ཚན་གཞན་གང་ཅི་རྒྱུ་བྱལ། མི་རྣམས་ཀྱིས་རྩིས་འཁོར་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་དེ་གཤམ་གྱི་དུས་རིམ་འགར་ཕྱེ་ལ། དུས་རིམ་རེ་རེར་ལག་རྩལ་དང་ཡང་ན་གཅིས་ལྡན་གང་ཞིག་ཏུ་ཐད་ཀར་ཀྱང་འཕེལ་རྒྱས་གཞར་བ་བྱུང་ཡོད།

1. དུས་རིམ་དང་པོ་སྟེ། སྤྱི་ཀ་དུལ་སྤུངཁྱི་རྩིས་འཁོར། (1946ལོ་ནས1957ལོའི་བར) དེའི་ཁྱད་རྩེས་གཅོ་ཚོ་ནི།

(1) སྤྱི་ཀ་རྡུལ་སྤུངཁྱི་རྩ་ཤ་བའི་གཏན་རྩེགས་ཀྱི་ལྷུ་ཆས་སུ་བཀོལ་བས། ཤོང་ཚད་དང་སྤྱི་འཛད་ཚད་ཆེ་ལ་སྐྱོད་ཡུན་ཐུང་བ་དང་། ཡིད་ཆོད་རང་བཞིན་ཆེ་ལ་མ་རྟོག་པ་ཐེ་བ།

(2) སྤྱི་དུལ་འཕྱོ་ཐག་སྤུངཁྱི་གསོག་ཉར་ཀྱི་ལྷུ་ཆས་སུ་བཀོལ་བས་ཤོང་ཚད་ཆུང་ལ། ཁེས་སུ་ཁྱེ་གསོག་འཕྲུལ་ཆས་ལ་སྐུད་དབྱག་བཀོལ་ནས་ཆ་འཕྲིན་གསོག་འཛོག་བྱས་པས། བོད་ཚད་རྩེ་ཆེར་ཐུར་བ།

(3) ནང་འདྲུག་དང་ཕྱིར་འདྲེན་གྱི་སྐྱེག་ཆས་རྩེས་ལུས་ཡིན་ཏེ། གཙོ་བོ་ཁྲབ་བྱང་ཁྱུ་བཀོལ་བས་འཕྱོས་ཚད་དལ་ཞིང་འཕྲུག་སྐུ་ལ། སྐྱོད་མེ་བའོ།

(4) ཆུད་ཟོངས་མཉེན་ཆས་མེད་པས། འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་རྣད་བརྡ་དང་ཕྱོགས་སྐྱེག་རྣད་བརྡ་བཀོལ་ནས་སྐྱེག་པ་ལས་ཐབས་གཞན་མེད་པའོ།།

2. དུས་རིམ་གཉིས་པ་སྟེ། བདར་གཟུགས་སྤུངཁྱི་རྩིས་འཁོར། (1958ལོ་ནས1964 ལོའི་བར)

དེའི་ཁྱད་རྩེས་གཅོ་ཚོ་ནི།

(1) བདར་གཟུགས་སྤུངཁྱི་རྩ་ཤ་བའི་གཏན་རྩེགས་ཀྱི་ལྷུ་ཆས་སུ་བཀོལ་བས། བོད་ཚད་རྒྱང་རྒྱང་ཞིང་ལྷིད་ཚད་ཡང་ལ། ལུས་ཚད་ཀྱི་འཛད་ཚད་དམའ་ཞིང་མ་རྩེ་ཤུད་

བར་གྱུར་པ་དང་། རྒྱས་འགོར་གྱི་ཡིད་རྟོན་རང་བཞིན་དང་ལྡན་པ་རྒྱས་རྒྱས་འགོར་ཚད་སོགས་མཐོར་འདེགས་བྱང་ཡོད།

(2) ཡོངས་ཁྱབ་ཀུ་སྟུད་ཉིང་གསོག་ཚས་སུ་བཀོལ་བས། ཕྱི་གསོག་འཕྲལ་ཆས་ལ་སྟུད་སྐེར་དང་ཡང་ནས་སྟུད་དབྱག་བཀོལ་ཡོད་པ།

(3) རྒྱུད་ཁོངས་མཉེན་ཆས (ལྷ་རྟོག་བྱ་རིམ) ཐོག་མར་བྱང་བས། བཀོལ་སྤྱོད་རྒྱུད་ཁོངས་ཀྱི་དོན་སྤྱི་བཏུས་ཞིབ་ཏུ་རིམ་སྐད་བརྡ་བྱང་བའོ།།

3. དུས་རིམ་གསུམ་པ་སྟེ། འདུས་གྲུབ་སློག་ལམ་གྱི་ཆེས་འཁོར། (1965ལོ་ནས1969 ལའི་བར)

དེའི་ཁྱད་ཆོས་གཙོ་བོ་ནི།

(1) ཚད་འཛིང་བ་དང་ཆུང་བའི་འདུས་གྲུབ་སློག་ལམ་བཀོལ་ནས་གཏན་ཚིགས་སྒྲུབ་ཆས་སྟ་ཚོགས་བཟོས་པས། ཆེས་འཁོར་གྱི་བོངས་ཚད་ཅི་ཆུང་དང་། ལྷིད་ཚད་ཅི་ཡང་། སློག་འཛད་ཚད་ཅི་དམའ། སྒྲིད་ཡུན་ཅི་རིང་། མ་རུ་ཅི་དམའ་བཅས་སུ་བཏང་ལ། ལུགས་ཆེས་འཕྲོས་ཚད་སྟར་ལས་ཅི་མཐོར་ཡོད།

(2) གསོག་ཆས་གཙོ་བོ་ལ་ཉེད་འདྲེན་གཟུགས་ཀྱི་གསོག་ཆས་བཀོལ་ནས་སྟར་ཉི་སྟུད་ཉིང་གསོག་ཆས་ཀྱི་ཚའ་བྱས་ཏེ་གསོག་ཆས་ཀྱི་ཤོང་ཚད་ཅི་ཆེར་དང་གསོག་ལེན་འགྲོས་ཚད་ཅི་མཐོགས་སུ་བཏང་བས། རྒྱུད་ཁོངས་ཀྱི་སྒྲིག་གཅོད་ཀུས་པ་ཅི་ཆེར་སོང་བ།

(3) རྒྱུད་ཁོངས་མཉེན་ཆས་ལ་འཕེལ་རྒྱས་ཆེན་པོ་བྱང་སྟེ་དུས་བསྐས་བཀོལ་སྤྱོད་རྒྱུད་ཁོངས་བྱང་བས། སྤྱོད་མཁན་མང་པོས་ཅི་འཕྲོས་ཀྱི་མཉེན་ཆས་དང་སྒྲིས་ཀྱི་ཐོན་ཁོངས་མཉམ་སྤྱོད་བྱས་ཆོག

(4) བྱ་རིམ་རྩས་འགོད་བྱེད་པར་སྒྲིག་གཞི་ཅན་གྱི་བྱ་རིམ་རྩས་འགོད་སྤྱད་པས། ཉོག་འཛིང་ཆེ་བའི་མཉེན་ཆས་ལ་ཞིབ་འདྲུག་དང་གསར་བཟོ་བྱེད་པར་ལག་རྩལ་སྟེང་གི་ཁག་ཐེག་བྱས།

4. དུས་རིམ་བཞི་པ་སྟེ། ཚད་ཆེ་དང་ཚད་བརྒལ་འདུས་གྲུབ་སློག་ལམ་གྱི་ཆེས་འཁོར། (1970ལོ་ནས་ཉིའི་བར)

དེའི་ཁྱད་ཆོས་གཙོ་བོ་ནི།

(1) རྩ་བའི་གཏན་ཚིགས་ཤུ་ཆས་ལ་ཚད་ཆེའམ་ཚད་བརྒལ་འདུས་གྲུབ་སློག་ལམ་བཀོལ་བས། ཆེས་འཁོར་གྱི་བོངས་ཚད་ཅི་ཆུང་དང་ལྷིད་ཚད་ཅི་ཡང་། མ་རུ་ཅི་དམའ་ཟུ་སོང་སྟེ། ཆེས་འཁོར་རིགས་ཆུང་གས་བྱང་།

(2) གསོག་ཆས་གཙོ་བོ་ཡིན་བའི་ཉེད་འདྲེན་གཟུགས་ཀྱི་གསོག་ཆས་ཀྱི་འདུས་

བྱུབ་ཚོད་སྟར་ལས་རེ་མཐོ་དང་ཤོང་ཚད་སྟར་ལས་རེ་ཆེར་སོང་བ་དང་། ཀྱི་གསོག་འཐུལ་ཆས་ལ་མཉེན་པ་སྟེར་རྒྱུ་ཆེར་སྐྱོད་པ་ལས་གཞན་དུ་དོད་སྟེར་ཡང་བཀོལ་ཡོད།

(3) བཀོལ་བདེ་བའི་ནང་འདྲུག་ཀྱིར་འདྲེན་ཀྱི་སྐྱིག་ཆས་སྐ་ཚོགས་གཅིག་རྗེས་གཉེས་མཐུད་དུ་བྱུང་བ།

(4) མཉེན་ཆས་ཀྱི་ཐོན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་ལ། ཉེར་སྐྱོད་མཉེན་ཆས་སྐ་ཚོགས་ཆར་རྗེས་ཀྱི་ཤ་མོ་བརྩལ་བ་བཞིན་བྱུང་བས། བཀོལ་མཁན་ལ་སྐབས་བདེ་གང་ལེགས་བཟོས་པ།

(5) རྩིས་འགོར་ལག་རྩལ་དང་འཕྲིན་གཏོང་ལག་རྩལ་བྱང་འཕེལ་བྱས་ཤིང་། རྩིས་འགོར་དྲ་རྒྱས་ཚོ་ལ་ཏེལ་ཏ་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྡེལ་ཞིང་ཐབ་ཚུན་ཀྱི་འཕེལ་བ་རེ་ཟབ་ཏུ་བཏང་།

(6) སྐྱན་མངས་གཟུགས་ཀྱི་ལག་རྩལ་བྱུང་རྗེས། རྩིས་འགོར་ཀྱིས་བཀྲན་རིས་དང་སྐུ། ཡི་གེ་བཅས་གཞི་གཅིག་ཏུ་བསྡུས་ནས་སྐྱིག་གཅོད་བྱས་པས། ཆ་འཕྲིན་སྐྱིག་གཅོད་ཀྱི་ཁྲབ་ཁོངས་ལ་སྐར་མེད་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་ཆེན་པོ་བྱུང་བའོ།།

དུས་རབས20པའི་ཤོ་རབས80ས་ནས་བཟུང་། འཛའ་ཐན་དང་ཨ་རི། ཡོབ་ཀྱིང་སོགས་དར་རྒྱས་ཆེ་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཚང་མས་དུས་རབས་གསར་བའི་རྩིས་འགོར་ལ་ཞེབ་འདྲུག་བྱེད་རྒྱུ་ཁྲབ་བསྒྲགས་བྱས་ཏེ། ཡོངས་ཁྲབ་ཏུ་དུས་རབས་གསར་བའི་རྩིས་འགོར་ཁེ་རིག་ལྷས་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས་པ་སྟེ། དེས་མིའི་རིག་ལྷས་ལ་ལང་མོ་དང་མིའི་རིགས་ཀྱི་རང་བྱུང་སྐད་ཆ་ལ་རྒྱས་ཤོན་བྱེད་ཐུབ་པར་མ་ཟད། མུ་མཐུད་དུ་དགྱེས་རྒྱུ་བ་ཅིག་ཆུང་བ་ཅན་དང་དྲ་རྒྱ་ཅན་དུ་འཕེལ་རྒྱས་སུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད།



སྒེ་ཚོན་ཀུས་མ་བ།

སྒེ་ཚན་འདི་འི་ནང་དུ་ང་ཚོས་འཚོ་བ་དང་རོས་དང་སྐོབ་གྲྭད་ཀྱི་ཁོད་དུ་བདམས་པའི་དཔེ་བརྗོད་ལ་ཤས་ལ་བཏེན་ནས། Word བཀོལ་ཏེ་ཡིག་ཆ་དང་རེའུ་མིག རིས་དབྱིབས་སོགས་ཆ་འཕྲིན་རྩོམ་སྒྲིག་བྱེད་སྟངས་དང་པར་གཞི་སྒྲིག་ཚུལ་བསྟན་པ་བརྒྱུད་ནས་རྩིས་འཛོར་ཀྱིས་ལས་ཀ་སྣ་ཚོགས་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུ་བ་ཤེས་སྤུ་སྒོང་བར་བྱའོ།།





སྒོ་བ་ཚོད་ལྟ་བ།

ཡིག་ཀློག་སྒང་དུ་ཁ་བཀྲ་བྱེད་ཐབས་ཤེས་སྒྲིག་བྱེད་པ།

བོད་ཡིག་གི (ཚ་འཕྲིན་ལག་རྩལ)
ཞོང་ཡིག་གི (ཚ་འཕྲིན་ལག་རྩལ)
ཨོང་ཡིག་གི (ཚ་འཕྲིན་ལག་རྩལ)
藏文版《信息技术》
藏文版（信息技术）

བོད་ཡིག་དང་རྒྱ་ཡིག་གི་ཡིག་གཟུགས་ཡག་པོ་དེ་དག་ཨ་ཐོང་བྱུང་བཞི། ཡིག་གཟུགས་དེ་དག་རང་གི་རྣམས་འཁོར་ནང་དུ་འདྲུག་འདོད་དགོ། དེ་རིང་ང་ཚོས་ཡིག་གཟུགས་དེ་དག་དང་ཁྱེན་བགོ་ལ་གྱི་ནང་འདྲུག་ཐེབ་ཐབས་ནང་སྦྱངས་པའི་ལས་ཀྱི་ཁྱེད།



ཡག་ཡིཀ་དཀོས་འབེབས།

ཀ)ཅིག ཡིག་གཟུགས་ཡ་སྒྲིག

རིམ་པ་བཞིན་ “ ” → “ ” → “ 控制面板(C) ” བཅས་ལ་ཚིག་རྐྱབ་རེ་བྱས་ཏེ། “ 控制面板(C) ” གྱི་སྐེབས་ཟུང་གི་ཁ་འབྱེད་དགོས། དེའི་རྗེས་སུ “ 控制面板(C) ” གྱི་སྐེབས་ཟུང་ལས “ ” ལ་ཉེས་རེའབ་ཚིག་བྱས་ཏེ “ Fonts ” ཡི་སྐེབས་ཟུང་གི་ཁ་འབྱེད་དགོས། དེ་ནི་དཔེ་རིས་6-1ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རེ།།



དཔེ་རིས 6-1

“ Fonts ” ཡི་སྐེབས་ཁྲན་ནང་དུ་བཀོལ་སྤྱོད་རྒྱུད་ཚང་མས་སྒུ་ནང་སྤྱོད་བྱས་ཡོད་པའི་ཡིག་གཟུགས་ཡོངས་རྫོགས་འཆར་བ་ཡིན། གལ་ཏེ་ཡིག་གཟུགས་ཤིག་ལ་རྒྱུས་ལེན་བྱེད་འདོད་ཚེ། ཧད་ཀར་ཡིག་གཟུགས་དེར་ཞེས་རིས་བྱས་ཚེ། ཡིག་གཟུགས་དེའི་ཆེ་ཆུང་དང་མ་དེའི། བར་གཞིའི་གསལ་བཤད་སོགས་ལ་བལྟས་ཚོག དེ་ནི་དེའི་རིས6-2ལས་མཚོན་པ་ལྟར་ཡིན།



དེའི་རིས 6-2

གཉིས། ཡིག་གཟུགས་གསར་བ་ནང་སྤྱོད་བྱེད་པ།

ཡིག་གཟུགས་གསར་བ་ནང་སྤྱོད་བྱེད་ན “ Fonts ” ཡི་སྐེབས་ཁྲན་ལས་རེམ་པ་བཞིན་ “ 文件(F) ” “ 安装新字体(I) ” ལ་ཆེག་རྐྱབ་རེ་བྱས་ཏེ། “ 添加字体 ” ཡི་སྟེང་སྤྱོལ་གྱི་ཁ་འབྱེད་དགོས། དེ་ནི་དེའི་རིས6-3ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དེའི་རིས 6-3

“ 添加字体 ” ཡི་སྟེང་སྒྲོམ་གྱི “ 驱动器(V) ” ཡི་གཞུང་སྐར་རེའུ་མིག་གི་ཁྲོད་དུ་ཡིག་གཟུགས་ཡོད་ས་དེ་གནས་འདེམས་པ་དང་། དེའི་རྗེས་སུ “ 文件夹(D): ” ཡི་སྐེའུ་ཁུང་ལས་ཡིག་གཟུགས་ཀྱི་ཡིག་ཁུག་བདམས་ཏེ། “ 字体列表(F): ” ཡི་སྒྲོམ་གཞིའི་ནང་དུ་རང་ལ་མཁོ་བའི་ཡིག་གཟུགས་ཀྱི་མིང་འདེམས་དགོས། མཇུག་མཐར “ 确定 ” ལ་ཆེག་རྡེབ་ཅིག་བྱས་ཚེ། ནང་སྒྲོད་བྱས་པའི་ཡིག་གཟུགས་དེ “ Fonts ” ཡི་སྐེའུ་ཁུང་དུ་འཆར་དེས་ཡིན། དེ་ཡི་དཔེ་རིས6-4ལས་མཚོན་ས་ལྟར་རོ།།



དཔེ་རིས 6-4

ཆོད་སྟེ་བྱེས།

“ 全选(S) ” དང “ 网络... ” ལ་ཆེག་རྡེབ་ཅིག་བྱས་ཏེ། དེ་དག་ལ་བྱེད་ཐུབ་ཅི་ཞིག་ཡོད་བར་སྟོན།

གཤུམ། ཤད་འཕྲུག་ཁབས་ཁ་སྐོན་དང་བོ་དམ་བྱེད་པ།

སོར་བཞག་གི་ནང་འདྲུག་ཐབས་འགའ་ལས་གཞན། དཀྱུང་རང་འདོད་སྟེབས་ནང་འདྲུག་ཐབས་ནང་སྐྱོད་དང་འདོར་ཆོག་པ་ཡིན།

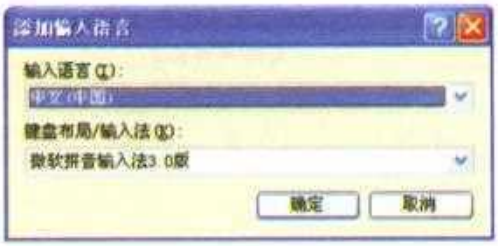
1. ནང་འདྲུག་ཐབས་ལ་སྟོན་བྱེད་པ།

སྐད་བརྡའི་བྱང་སྐོད་སྟེང་གི་མཐེབ་གཅོན “ ” ཡི་འོག་གི “ ” ལ་ཆེག་རྡེབ་ཅིག་བྱས་རྗེས། འཆར་བའི་གདམ་ཐོ་ལས “ 设置(T)... ” ལ་ཆེག་རྡེབ་ཅིག་བྱས་ནས “ 文字服务和输入语言 ” ཞེས་སྒྲིང་སྒྲོམ་དེའི་ལ་འབྱེད་དགོས། དེ་ཡི་དཔེ་རིས6-5ལས་མཚོན་ས་ལྟར་རོ།།



དཔེ་རིས་6-5

“ 文字服务和输入语言 ” གྱི་ཤྲིད་ཚུལ་ནང་གི “ 添加(D)... ” ལ་ཨིག་རྐྱབ་ཚུལ་ཅེ། “ 添加输入语言 ” གྱི་ཤྲིད་ཚུལ་གྱི་ཁ་འབྱེད་དགོས། དེ་ནས “ 键盘布局/输入法(K): ” ཡི་གདམ་ཁང་ལས་ནང་འདྲུག་ཐབས་ཤེག་བདམས་རྗེས། “ 确定 ” ལ་ཨིག་རྐྱབ་ཚུལ་ལས་ཨོག་སྟེ། དེ་ཡི་དཔེ་རིས6-6ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རེ།།



དཔེ་རིས་6-6

ཐོན་ཁུངས།

རིས་རྟགས་ “ ” ལ་ཨིག་རྐྱབ་ཚུལ་ཅེ། གདམ་ཁའི་ཁྲོད་དུ་ཐྲིག་འགོད་ཀྱི་བཀའ་བརྡ་བདམས་ནས། ཁྲོད་ཀྱིས་དོན་ཚིག་རྟོགས་པར་ལྟོས།

2. ནང་འདྲུག་ཐབས་འདོར་ཚུལ།

“ 文字服务和输入语言 ” གྱི་ཤྲིད་ཚུལ་ལས “ 已安装的服务(I) ” ཡི་གཞུང་སྐར་རེའུ་མིག་བཙལ་ཏེ་འདོར་བའི་ནང་འདྲུག་ཐབས་བདམས་རྗེས། “ 删除(R) ” ལ་ཨིག་རྐྱབ་ཚུལ་ལས་ཨོག དེ་ཡི་དཔེ་རིས6-7ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རེ།།



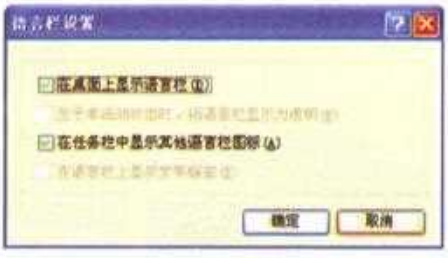
དཔེ་རིས་6-7

མཉམ་འབྲེལ་བྱེད་པ།

ནང་འཇུག་ཐབས་འདོར་དུས། མི་གཞན་པས་ནང་སྒྲིད་བྱས་པའི་ནང་འཇུག་ཐབས་གང་འདོད་དུ་འདོར་མི་རུང་བར་ཤིན་ཏུ་མཉམ་འབྲེལ་བྱེད་དགོས།

3. ནང་འཇུག་ཐབས་ཀྱི་འབྱེལ་ཡོད་སྒྲིག་འགོད།

“ 文字服务和输入语言 ” ཀྱི་སྒེའུ་སྒོས་ནང་གི “ 语言栏(B)... ” ལ་མིག་རྟེད་བྱས་ཚེ། དཔེ་རིས་6-8ལས་མཚོན་པའི་སྒེའུ་སྒོས་འཆར་བ་དང་། དེའི་ནང་དུ་སྣང་བརྙའི་བྱང་སྒོད་ཀྱི་ཆས་ར་སྒྲིག་འགོད་བྱས་ཏེ “ 确定 ” ལ་མིག་རྟེད་ཅིག་བྱས་པས་ཆོག



དཔེ་རིས་6-8

“ 文字服务和输入语言 ” ཀྱི་སྒེའུ་སྒོས་ནང་གི “ 键设置(K)... ” ལ་མིག་རྟེད་ཅིག་བྱས་ཏེ “ 高级键设置 ” ཡི་སྒེའུ་སྒོས་ཀྱི་ལ་ཡུ་རྩེས། དེའི་ནང་དུ་རང་ལྷོད་ཚོམས་ཅན་སྤྱི་ལྡན་པའི་ནང་འཇུག་བྱེད་ཐབས་བརྗེ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེལ་བཀོལ་མཐའ་སྒྲིག་འགོད་བྱས་ཆོག དེ་ཡི་དཔེ་རིས་6-9ལས་མཚོན་ལ་ལྟ་དོ།།

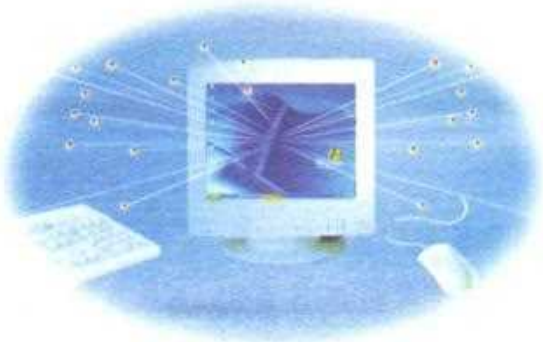


དཔེ་རིས 6-9



མཉམ་ཡས་དང་འཛོམ་རིས།

1. ཡིག་གཟུགས་སྣ་ཚོགས་རང་གི་རྒྱས་འགོད་དུ་ནང་སྒྲིད་བྱས་ནས་རོལ་སྒོང་བྱེད་བཞིན་བསམ་ཚུལ་བཟློ་རེས་བྱེད་དགོས།
2. དེང་སྐབས་བོད་ཡིག་སྒྲིག་གཅོད་བྱེད་བའི་མཉེན་ཆས་གང་དག་ཡོད་པར་རྩད་གཅོད་བྱས།





སྒོ་ཚིག་བཀྲ་ལ།

དཔེ་ཆོམ་ཡིག་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ལ།

ངས E-mail ལ་བརྟེན་ནས《མཐོས་སྐྱ་གི་རྒྱ་ཐང་ནི་བདག་གི་ཤ་ཡུལ་ཡིན》ཞེས་པའི་རྩོམ་ཡིག་འདི་ས་ཚ་གཞན་ཀྱི་ཁྲོགས་པར་བསྐུར་ཏེ། ཁོ་ཚོར་ང་ཚོའི་ཤ་ཡུལ་ལ་སྐར་ལས་རྒྱས་པོན་དུ་འདུག་དགོས། དེ་ནི་ང་ཚོས Word ཡི་ནང་དུ་རྩོམ་ཡིག་གཏགས་ཏེ་དེར་རྒྱན་སྐྱས་པར་བྱའོ།།



ཡག་ཡིག་དངོས་འབེབས།

གཅིག Word རྒྱུག་ཁོངས་ཀྱི་ཁ་འབྱེད་པ།

རེམ་པ་བཞིན “ ” → “ ” → “ Microsoft Word ” བཙས་ལ་ཆེག་རྟེད་རེ་བྱས་ཏེ། དེའི་རིས7-1ལས་མཚོན་པ་ལྟར Word ཡི་རྒྱུག་ཁོངས་ཀྱི་ཁ་འབྱེད་དགོས།





དེའི་རིས 7-1



མཉམ་འཛོག་བྱེད་པ།

དེའི་རིས7-1ནང་དུ “1” དཀྱིལས་ཅན་ཀྱི་རིས་རྟགས་ཤིག་འགྲུལ་བཞིན་པ་དེ་ནི་འོད་རྟགས་ཡིན་ལ། དེས་ཡི་གེ་གཏུག་སའི་མཚོ་འདི་ནས་བརྩམས་ཆོག་པ་མཚོན་པ་ཡིན།

གཉིས། རྒྱུན་ཡིག་གཏུག་ལས།

རྩོལ་ཡིག་གཏུགས་ཐིན་པ་དེའི་རིས7-2ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དེའི་རིས 7-2

ཐབས་ནུས་འཕྲིན་པ།

ཡི་གེ་གཏུག་པའི་སྐབས་སུ། ཚན་པ་ཞིག་གཏུགས་རྗེས། འབེབས་མཐའ་བརྡབས་ནས་ཚན་པ་ཞིག་གི་མཚན་འཛིན་པ་ཡིན། སྐྱག་མཐའ་བརྡབས་ནས་འོད་རྟགས་སྐྱེན་ཏི་ཡི་གེ་གསུབ་པ་ཡིན། མཐའ "Del" བརྡབས་ནས་འོད་རྟགས་གཞུག་གི་ཡི་གེ་གསུབ་པ་ཡིན།

གསུམ། ཡི་གེ་འཚོལ་བ་དང་ཚབ་བརྗེ་བྱེད་ཐུབ།

ཡི་གེ་གཏུག་པའི་སྐབས་སུ་ཡིག་ཧོར་བྱུང་ཚེ། (དཔེར་ན། རྩ་ཐང་ཞི་རྩྭ་ཐང་ལ་ཚའ་བཏེ་བྱེད་པ་ལྟ་བུ) "查找和替换" བཀོལ་ནས་སྒྲུབ་དུ་བཅུག་ཚུགས། དེའི་བཀོལ་ཚུལ་ནི་གཤམ་གསལ་ལྟར།

ཐོག་མར "编辑(E)" → "替换(R)..." ལ་རེས་པ་བཞིན་ཚེག་རྟེད་རེ་བྱས་ན "查找和替换" གྱི་སྒེད་ཐྲོན་བཅར་ཚེ། "查找内容(N):" ནང་དུ "རྩ་ཐང" ཞེས་པའི་ཡི་གེ་གཏུག་དགོས་པ་དང་། "替换为(I):" ཡི་སྒེད་ཐྲོན་ནང་དུ "རྩྭ་ཐང" ཞེས་པ་གཏུགས་རྗེས "全部替换(A)" ལ་ཚེག་རྟེད་བྱེད་དགོས། དེ་ནི་དེའི་རིས7-3 ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།

ཐབས་ནུས་འཕྲིན་པ།

"替换为(I):" དང "全部替换(A)" ཡི་སྒེད་ཐྲོན་ནང་དུ་བོད་ཡིག་གཏུག་ཚེ་ཉེག་དྲའི་ཚབ་ཨང་འབྲུག་མེད། དེས་ཡི་གེ་འཚོལ་བ་དང་ཚབ་བརྗེ་བྱེད་པར་གནོད་པ་མེ་བྱེད།



དཔེ་རིས 7-3

“ 全部替换(A) ” ལ་ཆེག་རྐྱབ་བྱས་ཚེ། དཔེ་རིས7-4ལས་ལྟར་ལྟ་ཞིབ་ཐུབ་པའི་གནས་ཚུལ་འཆར་དེས་ཡིན། དེའི་རྗེས་སུ “ 确定 ” ལ་ཆེག་རྐྱབ་ཅིག་བྱས་པས་ཆོག



དཔེ་རིས 7-4

ཚད་ལྡན་བྱེས།

“ 替换(R) ” དང “ 查找下一处(F) ” ལ་རིམ་པ་བཞིན་ཆེག་རྐྱབ་རེ་བྱས་ཏེ། དེ་བཀྲིས་དང “ 全部替换(A) ” ལ་མིའི་འདྲ་སྟངས་ཚིགས་ཡོད་པར་སྟོན།

བཅུ། ཐུམ་ཡིག་ལ་མཚོན་བཟོ་བྱེད་བ།

ཐུམ་ཡིག་གཏུགས་རྗེས་མཚོན་བཟོ་བྱས་ཚེ་ཐུམ་ཡིག་མཐོ་དམའ་ཡོད་མེད་ལ་དཔྱད་དགོས་པ་དང་། དེའི་རྗེས་སུ་ཚེ་གཡས་ཡན་ཆད་ཀྱི་གདོང་ཁྱེ་ཡི་མཚམས་ཀོང་གྲི་སྟེ་ཞིག་ནས་སྟེ་གཞན་ཞིག་ཏུ་ཐུད་ཚེ། བདམས་པའི་ཚོན་པ་དེའི་ཡི་གེ་ཚོ་དེ་རིས 7-5 ལས་ལྟར་དཀར་པོར་འགྱུར་བ་ཡིན།



དཔེ་རིས 7-5

མཉམ་བཀོད་ཟིན་བྱ།

རྩོམ་ཡིག་བོ་འདེམ་ན། མཐེབ "Ctrl + A" གཉིས་བརྡབས་ཚོགས་ལ། གདམ་ཐོའི་སྟེང་གི་ མཐེབ " 编辑(E) " → " 全选(L) " གཉིས་བརྡབས་ནའང་ཚོག ཚན་པ་ཞིག་འདེམ་ན། ཙི་གྱའི་གཡོན་མཐེབ་བརྡབས་ཏེ་གདམ་བྱའི་མགོ་གཏན་ལེལ་བྱས་རྗེས། གདམ་བྱའི་ཁག་གི་ མཐུག་བར་རྒྱུད་ནས་འདེམ་དགོས།

ཡི་གེ་བདམས་རྗེས་རྩམ་དབྱིབས་བྱང་སྐྱོད་སྟེང་གི " 宋体 " ཡི་གཞུག་གི་ཟུར་གསྡུམ་ཀློང་དུ " ▾ " ལ་ཚིག་རྐེད་བྱས་ཏེ། ཡིག་གཟུགས་ཤིག་འདེམ་དགོས་པ་དེ་རིས7-6 ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།

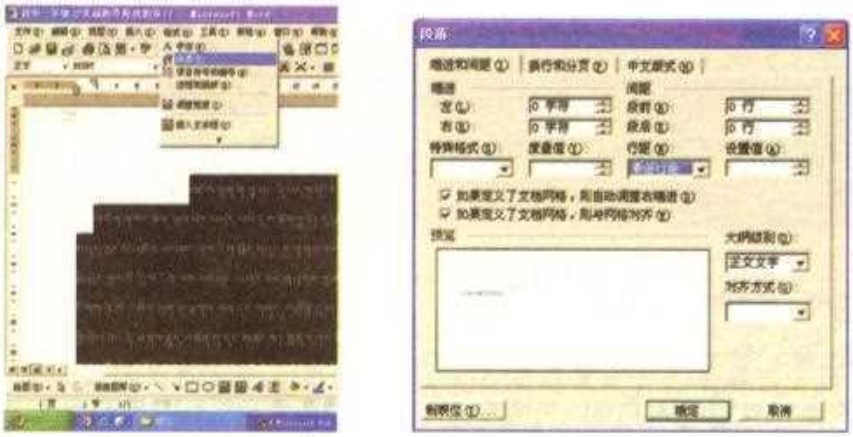


དེ་རིས 7-6

ཚད་ལྡན་བྱེད།

ཞེད་ཀྱིས་ཡི་གེའི་ཚེ་ཆུང་དང་ལ་དོག་སྐྱག་འགོད་ཆོས།

ཤིག་སྒེང་གི་བར་ཐག་སྐྱག་འགོད་བྱེད་ན། དེ་རིས7-7ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རིམ་པ་བཞིན་ " 格式(O) " → " 段落(P) " ཡི་མཐེབ་གནོན་ལ་ཚིག་རྐེད་རེ་བྱས་ཏེ། " 段落 " ཡི་སྒེའུ་ཁུང་གི " 行距(N): " ཡི་གདམ་ཚན་ལས་བར་ཐག་འོས་འཚམ་ཞིག་བདམས་རྗེས། " 确定 " ལ་ཚིག་རྐེད་ཅིག་བྱས་པས་ཆོག



དཔེ་རིས 7-7

྅། སྒྲུ་རུལ་ཡི་གེ་འགོད་ཚུལ།

དང་ལྡན་ཚོས “ཨང་གྲངས་གྱི་རྒྱུ་ཐང ནི་བདག་གི་ཡ་ཡུལ་ཡིན ” ཞེས་པའི་རྗེས་ཀྱི་ལག་ཏུ་དེ་སྐུ་ཤལ་ཡི་གེར་བསྒྲུར་ནས་རྗེ་ཡག་ཏུ་གཏོང་ན། རིམ་པ་བཞིན “ 绘图(R) ” → “ ” ལ་ཚེག་རྐེད་རེ་བྱས་ཏེ “ 阴影设置(S) ” བདམས་རྗེས། ཁྱོད་གཟུགས་སྐྱེས་སྒྲིག་ཡིད་དགོས།



དཔེ་རིས 7-8

“ 阴影设置(S) ” ཡི་ཡོ་བྱད་བྱང་སྣོད་ཀྱི་ནང་དུ་དཔེ་རིས7-9 ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རང་གི་དགོས་མཁོར་གཞིགས་ནས “ ” དང “ ” གཉིས་ལ་ཚེག་རྐེད་རེ་བྱས་ཏེ་ཁྱི་བ་གཟུགས་སྐྱེས་སྒྲིག་བྱས་ཚོག



དཔེ་རིས 7-9

ཚོད་རྟེན་བྱོས།

ཤིབ་གཟུགས་ཀྱི་ཁ་དོག་འགོད་པར་ཚོད་ལྟ་བྱེད་པ་དང་། སྣུམ་རྩལ་ཡི་གེ་དང་གཞུང་དངོས་ཀྱི་ཡི་གེ་གཉིས་སྦྱར་ལས་ལྟག་པའི་སྟེང་སྣུམ་རྩལ་ཡིག་གཟུགས་བརྗེ་དགོས།

ཀུག བཅུགས་ཚོས་ཀོལ་སྦྱོང་བྱེད་པ།

ཡི་གེར་སྣུག་འགོད་བྱས་རྗེས། བརྩལས་ཚོས་ལ་བལྟས་ནས་ཟུན་ལ་བསམ་ཚུལ་བརྗེ་རེས་བྱེད་དགོས། གཞན་ཡིས་བཏོན་པའི་བསམ་འཆར་ལྟར་སྣུག་འགོད་བྱས་ནར་གི་བརྩལས་ཚོས་རེ་ཡག་ཀུ་གཏོང་སྐྱེ་རྗེད་མི་ཟུང་།



མཉམ་ལས་དང་བརྗེ་རེས།

1. ཚོ་ཆུང་འགར་བགོས་ནས་ནང་ཉེད་ཀྱིས Word ལ་བརྗེན་ནས་རྩོམ་ཡིག་འབྲི་བ་དང་། སྣུམ་གྱ་དང་ཤོག་བུར་བརྗེན་ནས་རྩོམ་ཡིག་འབྲི་བ་གཉིས་ལ་ཞུན་པར་ཅི་ཞིག་ཡོད་པ་ཤོད་དུ།

2. ནང་གི་རྩོམ་ཡིག་ལ་སྣུག་འགོད་རེ་ལྟར་བྱས་ན་བཟང་བའི་སྐོར་ལ་བསམ་ཚུལ་བརྗེ་རེས་བྱས་ནས་སྤྲོད་ཚོགས་རྩལས་ཀྱིས་བཏོན་པའི་རེ་འདུན་གཅལ་དུ་འབྲི་དགོས།



སྒོ་ནས་ཚོར་བརྒྱུད་པ།

བོད་ཀྱི་རྒྱུན་གོས།

བོད་རིགས་ཀྱི་རྒྱུན་གོས་ནི་སྐད་མང་ཞིང་ལུང་སྲུམ་ཚོགས་པ་དང་། མི་རིགས་དང་ས་གནས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་མངོན་པར་གསལ་བ་ཡིན། དེ་རིང་ང་ཚོས་བོད་ཀྱི་རྒྱུན་གོས་ལ་རྒྱས་ཤོན་བྱེད་པ་དང་ཆབས་ཅིག་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་དཔེ་རིས་དང་ཡིག་ཐོག་གི་དཔྱད་གཞིའི་རྒྱུ་ཆ་རྣམས་ལེགས་སྒྲིག་བྱས་ཏེ Word ཡི་ཡིག་ཆར་གཏོང་བར་བྱའོ།།







ཡག་ཤེམ་དབོས་འབེབས།

གཅིག དཔྱད་གཞིའི་ཡིག་ཆ་འཚོལ་སྡུད་བྱེད་པ།

ཐབས་སྣ་ཚོགས་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་ཀྱི་རྒྱུན་གོས་སྐོར་གྱི་བར་རིས་དང་ཡིག་ཐོག་གི་དཔྱད་གཞིའི་རྒྱུ་ཆ་འཚོལ་སྡུད་བྱེད་དགོས།

གཉིས། དཔྱད་གཞིའི་རྒྱུ་ཆ་ཡེགས་སྒྲིག་བྱེད་པ།

1. ཡིག་ཐོག་གི་དཔྱད་གཞིའི་རྒྱུ་ཆ་ནང་འདྲུག་བྱེད་པ།

Word ཡི་ནང་དུ་བོད་ཀྱི་རྒྱུན་གོས་མཚམས་སྦྱོར་བྱས་པའི་ཡིག་ཐོག་གི་དཔྱད་གཞིའི་རྒྱུ་ཆ་ཐད་ཀར་ནང་འདྲུག་བྱེད་དགོས། དེ་ཡི་དཔེ་རིས8-1ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དཔེ་རིས 8-1

2. ཡིག་རིས་སྣེད་ཐྲིག་གི་ཐྲིག་འགོད།

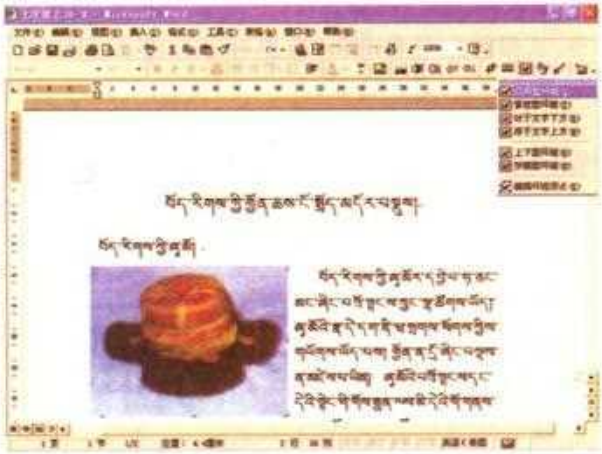
བོད་ཀྱི་རྒྱུན་གོས་ཨཚལས་ཐུམ་བས་བའི་ཡིག་ཐོག་གི་དཔྱད་གཞིའི་རྒྱུ་ཚ་ནང་འདྲུག་པས་རྗེས། “ 插入(I) ” → “ 图片(P) ” → “ 来自文件(F)... ” བཅས་ལ་རིམ་བ་བཞིན་ཚེག་རྗེབ་རེ་བྱས་ཚེ། “ 插入图片 ” ཀྱི་གྲེང་ཐུམ་འཆར་ཡོང། དེ་ནས་རང་ཉིད་ལ་མཁོ་བའི་པར་རིས་འདེམ་དགོས། དེ་ཡི་དཔེ་རིས8-2ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།





དཔེ་རིས 8-2

ཐོག་མར་ལེགས་ཐྲིག་བྱེད་དགོས་པའི་པར་རིས་བདམས་ནས་རིགས་རྣག་ལ “ ” ལ་ཚེག་རྗེབ་བྱས་ཏེ། འཆར་ཡོང་བའི་གདམ་ཁ་ལས “ 四周型环绕(S) ” འདེམ་དགོས། དེ་ཡི་དཔེ་རིས8-3ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དཔེ་རིས 8-3

མཉམ་འཛོག་བྱེད་པ།

པར་རིས་དེ་བདམས་ཚེ། པར་རིས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་བྱང་སྣོད་འཆར་དེས་ཡིན།

པར་རིས་འཛོག་སྐྱངས་ཀྱི་རྣམ་པ་བདམས་རྗེས། པར་རིས་དེ་དྲྭ་ཁས་གནས་ཐོས་ཚམ་འཚམ་ཞིག་ཏུ་བཞག་ཆོག དེ་ནི་དཔེ་རིས8-4ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རེ།།



དཔེ་རིས 8-4

ཚོད་ལྟ་བྱེད།

པར་རིས་འཛོག་སྐྱངས་ཀྱི་རྣམ་པ་དེ་དག་གི་ཐུང་པར་ལ་ལྟ་དགོས།

3. པར་རིས་རྩོམ་སྒྲིག་བྱེད་པ།

པར་རིས་ལ་ལ་ཞིག་གི་རྒྱུ་ལུས་དེ་འདྲ་བཟང་རྒྱུ་མེད་པས། དཀར་ཚད་དང་སྐྱར་ཚད་སོགས་ལ་སྟོལ་སྒྲིག་བྱེད་དགོས། དཔལ་ངོ་ཚོས་གཤམ་གྱི་པར་རིས་འདི་འདྲ་གཅོད་ཅིག་བྱེད། ཐོག་མར་རྩོམ་སྒྲིག་བྱེད་དགོས་པའི་པར་རིས་བདམས་ནས་ཡོ་བྱད་བྱང་སྣོད་ནང་གི་འདྲ་རྟོད་ཡོ་བྱད “ ” ལ་ཨེའུ་རྐེབ་ཅིག་བྱས་ཚེ། ཚིག་རྐ་གས་འདི་འདྲའི “ ” དབྱིབས་སུ་འགྱུར་བ་ཡིན། དེ་ནས་ཚོད་འཛིན་གྱི་གནས་བརྒྱད་པོ་གང་རུང་ཞིག་གི་སྟེང་དུ་ཚིག་རྐ་གས་བཞག་སྟེ་བྱ་ཚུགས་ཚེ། པར་རིས་ཀྱི་ཆེ་ཆུང་རང་འདོད་ལྟར་འདྲ་གཅོད་དང་སྟོལ་སྒྲིག་བྱེད་ཐུབ། དེ་ནི་དཔེ་རིས8-5ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རེ།།



དཔེ་རིས 8-5

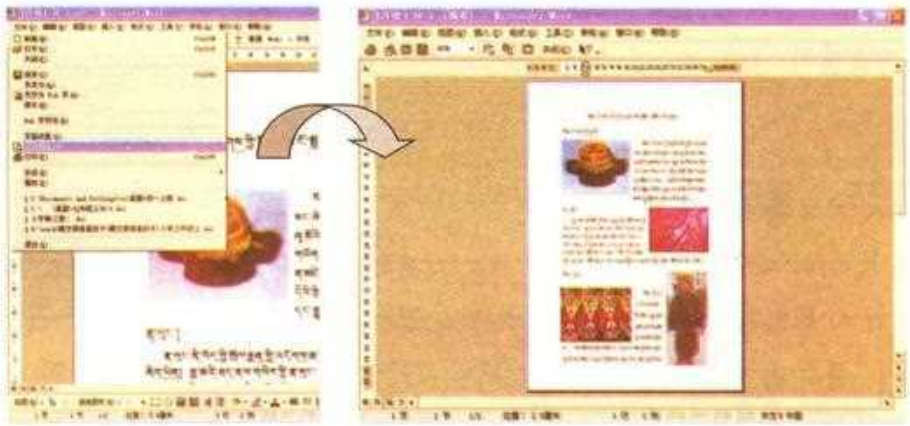
ཚིག་ཟུ་བྱོས།

ཉེག་རྒྱས་དེ་ཚོད་འཛིན་གྱི་གནས་བརྒྱད་པོ་གང་ཟུང་ཞིག་གི་སྟེང་དུ་བཞག་ནས་འགྲུལ་སྤོག་ཅི་ཞིག་འབྱང་བ་ཡིན། པར་རིས་ཡོ་བྱད་བྱང་སྟོང་ནང་གི་མཐེབ་གནོན་གཞན་པ་ཟུམས་ལའང་ཚོད་ལྟ་བྱས་ནས་དེ་དག་ལ་རྒྱས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་པར་ལྟ་དགོས།

གཅིག ཡིག་ཆ་པར་འདེབས་བྱེད་པ།

1. པར་འདེབས་སྟོན་ལྟ།

ཡིག་ཆ་པར་འདེབས་མ་བྱས་བའི་སྔོན་ལ་དེའི་མདུན་འབྲས་ལྗོངས་ལ་ལྟ་འདོད་ན། པར་ཐུམ་སྟོན་ལྟ་བྱས་ཚོགས་པ་སྟེ། “ 文件(F) ” → “ 打印预览(V) ” གཉིས་ལ་རིམ་པ་བཞིན་ཚེག་རྐེད་རེ་བྱས་ཚེ། སྔོན་ལྟའི་སྒེའུ་གཞི་ལས་ཡིག་ཆའི་པར་གཞི་ལ་བལྟས་ཚོགས་ བཟང་ཡིན་དང་འབྲིག་མིན་ལ་བལྟས་ཚར་རྗེས་སྔོན་ལྟའི་སྒེའུ་གཞིའི་སྟེང་གི “ 关闭(C) ” ལ་ཚེག་རྐེད་ཅིག་བྱས་ན་ཕྱིར་ལོག་སྲིད། དེ་ནི་དཔེ་རིས8-6ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དཔེ་རིས 8-6

2. ཡིག་ཆ་པར་འདེབས་བྱེད་པ།

སྔོན་ལྟ་བྱས་རྗེས་པར་འདེབས་བྱས་ཚོག་པ་སྟེ། རིམ་པ་བཞིན་ “ 文件(F) ” → “ 打印(P) ” གཉིས་ལ་ཚེག་རྐེད་རེ་བྱས་ཏེ། “ 打印 ” ཕྱི་སྒེའུ་སྒེའུ་ནང་གི “ 当前页(R) ” དང “ 份数(C): 1 ” གཉིས་བདམས་ཏེ། “ 确定 ” ལ་ཚེག་རྐེད་ཅིག་བྱས་པས་ཚོག་ དེ་ནི་དཔེ་རིས8-7ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དཔེ་རིས 8-7

ཚད་ལྡན་བྱེད།

“ 页码范围(G): ” ནང་དུ་པར་དུ་འདེབས་རྒྱུའི་ཡིག་ཆའི་ཤོག་གངས་འགོད་དགོས་པ་དང་། “ 所选页面 ” ནང་གི་ “ [redacted] ” དང “ [redacted] ” བདམས་ཏེ་པར་འདེབས་ཐུབ་དགོས།



མཉམ་ལས་དང་བརྩེ་རིས།

1. རྐོར་ལག་བགོས་ནས་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་གོས་ཀྱི་ཐོག་ལའི་རྒྱུ་ཆ་འཛོལ་སྡུད་བྱས་རྗེས། བཙན་ཚོན་ལ་བསམ་ཚོལ་བརྗེ་རེས་ཐུབ་དགོས།
2. ཡིག་ཆ་པར་དུ་འདེབས་པར་ཚོད་ལྟ་ཐུབ་དགོས་པར་མ་ཟད། པར་འདེབས་ཁྲིད་ནས་ཐོབ་པའི་ཉམས་སྐྱོང་བཙན་ཚོན་ལ་བཤད་དགོས།



སྒྲིག་ཚོད་དཀྱུ་བ།

མདེལ་ཡུག་ལྡོག་བའི་ལ་ཡུལ།

“བྱེམ་གཟུགས་ཀོ་ལའི་ཡང་རྩེར” གཏགས་པའི་མདོ་དབྱས་ས་མཐོ་ཤི་ས་འོག་རིན་ཆེན་གཏེར་གྱིས་ཕྱག་ལ། ས་སྟེང་ཏང་བཞི་ཕྱགས་ཀྱིས་ལེབས་པ། ཆུ་བོ་དྲངས་ཤིང་གསལ་ལ། རི་བྲག་གཙང་ཞིང་མཐོ་བའི་གནས་ཆུད་དུ་འཕགས་པ་འདི་ཤི་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་འབྲང་གནས་ཡིན། དཔྱད་ཚོས Word བཀོལ་ནས་མཆོ་སྟོན་དུལ་ཕྲིག་གི་བརྙ་ཁྲབ་ཅིག་བཟོས་ཏེ། མི་མང་པོར་མཆོ་སྟོན་ཤི་རྣ་འདུའི་ཉམས་དགའ་བའི་གནས་ཤེག་ཡིན་པ་ཤེས་སུ་འདུག་གོ།



ཡར་ཡེན་དབོར་འབེབས།

གཅིག ཚོག་མའི་རྒྱུ་ཆ་འཚོལ་སྒྲུབ་བྱེད་ལ།

མཆོ་སྟོན་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་མཐོ་སྟོངས་དང་ཁྲད་ཅོར། ཁ་ཟས་བཅས་ཀྱི་བར་རེས་དང་། ཡིག་ཚོག་གི་རྒྱུ་ཆ་སོགས་འཚོལ་སྒྲུབ་བྱེད་དགོས།

གཉིས། བར་ཁྲབ་ཀྱི་ཚེ་ཆུད་སྐྱོག་འགོད་བྱེད་ལ།

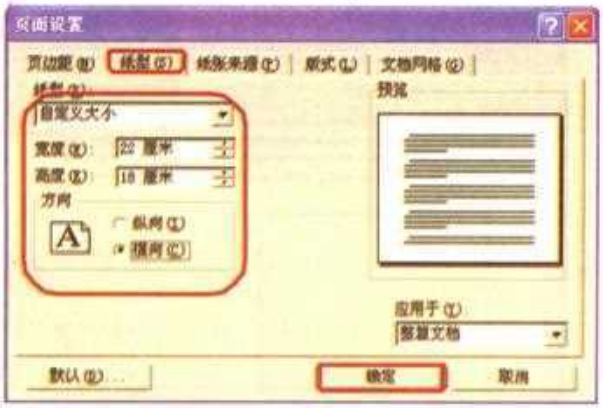
ཆུ་ཆ་གཞིར་བཟུང་ནས་བར་ཁྲབ་ཀྱི་སྐྱོག་སྟངས་དང་ཚེ་ཆུང་དྲས་འགོད་བྱེད་དགོས།

1. དཔེ་རིས9-1ལས་མཚོན་པ་ལྟར། རེམ་པ་བཞིན “文件(F)” → “页面设置(U)” གཏེགས་ལ་ཚིག་རྟེའ་རེ་བྱས་ཏེ། “页面设置” ཡི་གྲེང་སྐྱེལ་འཆར་དུ་འདུག་དགོས།



དཔེ་རིས 9-1

2. “ 纸型(Z) ” ཞེས་འདི་མ་བྱང་སྟེང་གི “ 纸型(R): ” ཞེས་གད་མ་བྱའི་ཁྲོད་ཏུ་མོག་བྱའི་མེ་རྒྱུད “ 自定义大小 ” འདི་མ་དང་། ཞེད་ཚོད་དང་མཐོ་ཚད་རང་གི་འདོད་པ་ལྟར་སྒྲིག་འཁོད་བྱས་རྗེས། “ 方向 ” གི་གད་མ་བྱའི་ཁྲོད་ནས་མོག་བྱའི་ཁ་སྐྱེག་གཏན་ཁེལ་བྱས་ཏེ “ 确定 ” ལ་ཚིག་རྐབ་ཅིག་བྱེད་དགོས། དེ་ནི་དཔེ་རིས9-2ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དཔེ་རིས 9-2

གཉིས། གཞུང་འབྲེས་ཀྱི་ཡི་གེ་ཚད་འཛུགས་བྱེད་པ།

1. ཡི་གེ་གཏུག་པ།

བརྡ་ཁྱབ་ཀྱི་ཚེ་ཁྱད་གཏན་ལེལ་བྱས་རྗེས། ཡི་གེ་གཏུག་ཚེ་མོག་བཙན་ཚོགས་ཚོར

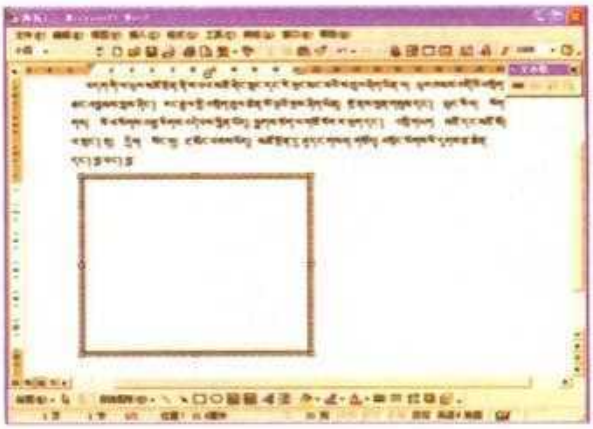
བོད་ཡིག་གི་ནང་འཇུག་ཐབས་བདམས་ཏེ “མཐོ་སྐྱག་ལྷན་པའི་ཡ་ཡུལ” ཞེས་པའི་ཁ་བྱང་གཏགས་ཏེ་འབེབས་མཐའ་ལ་ཚིག་རྐབ་བྱས་རྗེས། གཞུང་དཔོན་ཀྱི་ཡི་གེ་གཏུག་དགོས། དེ་ནི་དཔེ་རིས9-3ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དཔེ་རིས 9-3

2. ཡིག་ཆུང་སྒྲིམ་གཞི་བཀོལ་སྤྱོད་དང་མཉེས་བཟོ་བྱེད་པ།

དཔྱད་ཚོས་ཡིག་ཆུང་སྒྲིམ་གཞི་གཉིས་བཀོལ་ནས་མཚོ་སྨོན་གྱི་མཉེས་ལྟོངས་དང་ལ་ཟས་མཚམས་སྤྱོད་བྱེད། “ 绘图 ” → “ 矩 ” ལ་རེམ་པ་བཞིན་ཚིག་རྩེ་རེ་བྱས་ཏེ། ཚོག་ཏུག་གས་ཆུ་ཐམ་དཀྱིབས་སུ་ཐུབ་རྒེས། རྩོམ་གྲིག་བྱེད་སའི་གནས་སུ་ཚོ་ཤུའི་གཡས་མཐེབ་མནན་ནས་དཀྱུད་ཅིག་ཡིག་ཆུང་སྒྲིམ་གཞི་ཞིག་འགོད་དེས་ཡིན། དེ་ནི་དཔེ་རིས9-4ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དཔེ་རིས 9-4

ཡིག་ཆུང་སྒྲིམ་གཞིའི་ནང་དུ་ཟ་ཐས་མཚམས་སྤྱོད་བྱས་པའི་ཡི་གེ་གཏན་གས་རྒྱེས། ཟ་ཐས་ཀྱི་པར་རིས་བར་འདེབ་བྱེད་དགོས། དེ་ནས “ 四周型环绕(S) ” བདམས་ཏེ་པར་རིས་གནས་ངོས་འཚམ་ཞིག་ཏུ་འགོད་དགོས། དེ་ནི་དཔེ་རིས9-5ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དཔེ་རིས 9-5

མཉེས་བཟོ་བྱེད་དགོས་པའི་ཡིག་ཆུང་སྒྲིམ་གཞི་བདམས་རྒེས། “ 格式(O) ” → “ 文本框(X) ” གཉིས་ལ་རེམ་པ་བཞིན་ཚིག་རྩེ་རེ་བྱེད་དགོས། དེ་ནི་དཔེ་རིས9-6ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དཔེ་རིས 9-6

“ 设置文本框格式 ” ཡི་སྟེང་སྒོས་ནང་གི “ 颜色和线条 ” ཞེས་པའི་གདམ་ཁྲའ་ཐུབ་ཀྱི་ “ 填充 ” ཡི་ནང་ནས་རྒྱབ་རིས་ཀྱི་ཁ་དོག་འདེམ་དགོས་པ་དང་། དེའི་རྗེས་ལུ “ 线条 ” ཡི་ནང་དུ་མཐའ་ཐིག་གི་ཁ་དོག་དང་། ཐིག་དབྱིབས། སྒྲོམ་ཕྱོགས་བདམས་རྗེས། “ 确定 ” ལ་ཨིག་རྐབ་ཅིག་བྱས་པས་ཚོགས་དེ་ནི་དཔེ་རིས9-7ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རེ།།



དཔེ་རིས 9-7

ཚིག་ལྡུ་བྱེད།

ཡིག་རིས་སྣེ་བ་འགོད་བྱས་ནས་མཚོ་སྣོན་གྱི་ཁ་ཟས་ཤིག་མཚམས་སྦྱོར་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ཡིག་རྒྱབ་སྒྲོམ་གཞི་མཐོས་བཙོ་བྱས་ཏེ་བརྒྱབ་འདེའི་པར་ངོས་སྣར་ལས་མཐོས་པ་ཞིག་ཏུ་གཏོང་དགོས།

བ། ཤོག་བིས་ཀྱི་མཐའ་སྣོན་གཞི་བཀོད་བྱེད་པ།

བརྙན་ཤེལ་བཟོས་ཚར་མོད། འོན་ཀྱང་དེ་འདྲའི་ཡག་པོ་ཞིག་མིན་པས། ང་ཚོས་སྣུམ་ཤལ་མཐའ་སྣོན་ཤིས་བརྙན་ལ་མཛེས་བཟོ་ཞེད། “ 格式(O) ” → “ 边框和底纹(B)... ” གཉིས་ལ་རེམ་པ་བཞིན་ཚིག་རྟེའ་རེ་བྱས་ཏེ། “ 边框和底纹 ” ཀྱི་སྒེའུ་སྣེལ་འཆར་ཤུལ་འཕྲིག་དགོས། དེ་ཡི་དཔེ་རིས9-8ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དཔེ་རིས 9-8

“ 页面边框(P) ” གི་གདམ་བྱང་སྒེའུ་གི “ 艺术型(R): ” ཀྱི་ནང་ནས་མཐའ་སྣོན་ཤི་རིས་དབྱིབས་ཤེག་འདེམས་དགོས་པ་དང་། “ 宽度(W): ” ཡི་གདམ་བྱའི་ཁྲོད་ནས་དེའི་ཞེད་ཚོད་སྒེལ་སྤྲིག་བྱས་རྗེས། “ 确定 ” ལ་ཚིག་རྟེའ་ཅིག་བྱེད་དགོས། དེ་ཡི་དཔེ་རིས9-9ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དཔེ་རིས 9-9

ཇ། བརྒྱས་ཚོས་ལ་རོལ་སྤྱོད་བྱེད་པ།

བརྙན་ཤེལ་བཟོས་ཚར་རྗེས། པར་གཞི་ལ་སྐོན་ལྡུ་བྱས་པ་བརྒྱུད་ནས་བརྒལས་ཚོས་ཕོངས་ཀྱི་མཐའ་འཁོར་ལ་ལྡུ་དགོས། དེ་ཡི་དཔེ་རིས9-10ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དཔེ་རིས 9-10



མཉམ་འཚས་དང་བརྩི་རིས།

1. སྒོ་བ་ཁོ་གས་ཐན་ཚྭེན་བར་བསམ་ཚུལ་བརྩེ་རེས་བྱས་ནས། ངེ་ལྡེར་བྱས་ན་བརྟུབ་པ་མཐོས་ཤིང་གཞན་ཡིད་འགྱག་པ་ཞེག་ཏུ་གཏོང་ཐུབ་པ་ཞོད།
2. སྐོར་ལག་བགོས་ནས་རང་གི་ས་ཡུལ་གྱི་རང་བྱུང་མཐོས་སྐོར་སྐྱེ་འདྲ་བར་འཚོལ་སྡུད་བྱས་ཏེ། མཚམས་སྐོར་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་དཔྱད་གཞིའི་ཡིག་ཆ་རེ་བཟོ་དགོས།



འཚོལ་ཀློག་རྒྱུ་ཐེག

1. སྒོ་བ་ཀུར་འབྱེལ་བ་ཡོད་པའི་བར་རེས་དང་ཡིག་ཆོག་གི་དཔྱད་གཞིའི་རྒྱུ་ཚ་འཚོལ་སྡུད་ཁེད་དགོས།
2. སྒོ་བ་ཁོ་གས་དང་མཉམ་འབྱེལ་བྱས་ནས་རང་གི་སྒོ་བ་ཀུར་མཚམས་སྐོར་ཁེད་པའི་བརྩི་ཚེ་ཡིག་བཟོ་དགོས།



ཨཕྲིན་རྒྱ་སྐྱེད་པ།

དབྱིག་ཡིག་གི་རྩོམ་འབྲི་བཅི་ཡག་ངོ་ཤས་ལ་རྩུད་རྩུད།

Word ལས་སྡུར་ཞིང་སྦྱབས་བདེའི་ངང་ནས་རྒྱ་ཡིག་གི་ཡི་གེ་རྣམ་སྒྲིག་བྱེད་ཐུབ་པར་མ་ཟད། དབྱིན་ཡིག་ཀྱང་རྣམ་སྒྲིག་བྱེད་ཐུབ།

སྒྲིབ་ཏོགས་མང་ཆེ་བར་མཚོན་ན། སྐབས་འགར་རང་གིས་བྱིས་པའི་དབྱིན་ཡིག་ལ་ཞིབ་བཟེར་ཐེངས་མང་བས་ཀྱང་། དབྱིན་ཡིག་གི་དབྱངས་གསལ་དང་བརྗོད་སྡུད་ཀྱི་ཐད་དུ་ཧོར་འཐུལ་འཐུང་སྲིད། Word ཡི་དབྱངས་གསལ་ཡི་གེ་དང་བརྗོད་ལ་ཞིབ་བཟེར་བྱེད་པའི་བྱེད་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་ཧོར་ཐེངས་ཤིན་པ་དེ་དག་འཚོལ་བ་དང་དག་བཅོས་བྱས་ནས་སྦྱབས་བདེ་ཡིན། རོན་དངོས་སུ Word ཡིས་ཡི་གེ་ནང་འདྲུག་བྱེད་པ་དང་མཉམ་དུ་དབྱངས་གསལ་ཡི་གེར་ཞིབ་བཟེར་བྱས་ཐིན་པ་ཡིན། Word ཡིས་དབྱངས་གསལ་ཡི་གེ་ཧོར་ཐེངས་ཤིན་པའི་ཚེ་ཁ་འཕྲོག་ཐེག་དམར་པོ་ཞིག་རྒྱག་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་ལྟ་ཡི་གེ་གཏན་སྐབས་ཀྱི་ཧོར་འཐུལ་ཡིན་པ་རྟོགས་ཚེ། སྡུར་དུ་བཅོས་ཚོག་ལ། གལ་ཏེ་ཡང་དག་པའི་དབྱངས་གསལ་ཡི་གེ་མེ་ཤེས་ན། ཐེག་རིས་དམར་པོའི་ཐེག་གི་སྟེང་གི་མེང་ཚོག་གི་སྟེང་དུ་ཙོ་གུའི་གཡས་མཐའ་ཀྱིས་ཚིག་རྣ་ཅི་བྱས་ན། དེ་རིས9-11 ལས་མཚོན་པ་ལྟར་སྡུར་སྒྲིང་གདམ་ཐོ་ཞིག་འཆར་ཞིང་། དེ་ནས་གདམ་ཐོའི་སྟེང་གི “ 拼写(S)... ” ལ་ཚིག་རྣ་ཅི་བྱས་ཏེ་ཡང་དག་པའི་མེང་དང་ཚིག་འཆར་བར་བྱས་ནས་དེ་ལས་བདམས་ཚོག



དེ་རིས 9-11

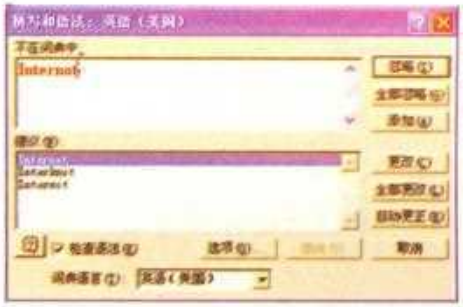
དེར་ཐུབ་ནས་བཤད་ན། གལ་ ཏེ་རྒྱ་ཡིག་གི “姓名” ཞེས་པའི་མེང་ཚིག་དེ་ཧོར་མེད་ཀྱང Word ཡི་དབྱིན་ཡིག་ཚིག་མཐོད་ནང་དུ་རྒྱ་ཡིག་གི་སྒྲ་སྒྲོར་དེ་མེད་ཚེ།

གདམ་ཚིའི་ཤུལ་དགོ “ 全部忽略(I) ” ལ་མིག་རྟེའ་ཅིག་བྱས་ཏེ། Word ལ་རྗེས་ཡོག་ཐས་སྐུ་མིའ་མོ་གའི་འདོར་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་དུ་མ་བཏུག་གྱང་མོག

གལ་ཏེ་སྔོལ་ཡིག་གི་བརྡ་སྟོང་ལ་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་དགོས་ཚེ། ཞིབ་བཤེར་མ་བྱས་པའི་རྟེན་ལ “ 拼写和语法 ” ཡི་གདམ་བུ་སྐྱེག་འགོད་བྱེད་དགོས་ཏེ། “ 工具(T) ” དང “ 选项(O) ” གཉིས་ལ་མིག་རྟེའ་རེ་བྱས་ཏེ “ 选项 ” གི་སྟེང་སྟོལ་ཡིག་ལ་འབྱེད་དགོས་པ་དང་། “ 拼写和语法 ” ལ་མིག་རྟེའ་ཅིག་བྱས་ཏེ་དེའི་རེས9-12ལྟར་གདམ་བུ་སྐྱེག་འགོད་བྱེད་དགོས། དེའི་རྗེས་སུ “ 语法 ” གདམ་བུའི་ནང་དུ “ ☑ 随拼写检查语法(H) ” བདམས་རྗེས། “ 确定 ” ལ་མིག་རྟེའ་བྱེད་དགོས།



དེའི་རེས 9-12



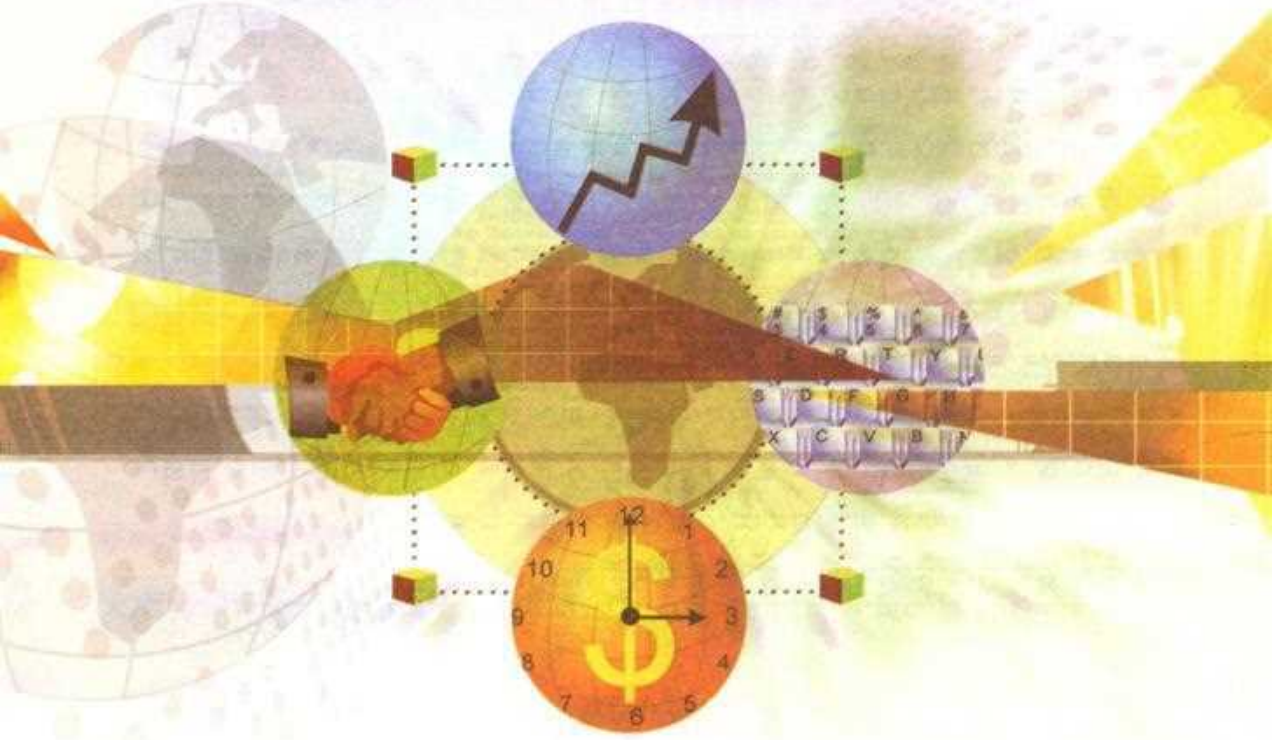
དེའི་རེས 9-13

བརྡ་ཚིད་ལ་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་དུས། “ 常用 ” ཡི་བྱང་བྱང་སྟེང་ནང་གི “ ✎ ” ལ་མིག་རྟེའ་བྱེད་བའམ་ཡང་ན “ F7 ” ཅིག་བརྡབས་ཚེ། Word ཡིས་བརྡ་ཚིད་ལ་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་བའི་མཐོ་རིམ་བཏང་ཡིན། ཨེར་འཕྲལ་ཡོད་ནས་དེའི་རེས9-13ལྟར “ 拼写和语法: ” ཡི་སྟེང་ཚིག་ཡིག་འཆར་ཡོད་ལ། སྟེང་ཚིག་གི་ནང་དུ་བརྡ་ཚིད་ཨེར་བའི་ཁག་དེ་ལྟར་མདོར་ཕྱུང་ཡོད་ཀྱང་། སྐབས་དེར་གནས་ཚུལ་དངོས་གཞིར་བཟུང་ནས་བརྡ་ཚིད་ཨེར་ཐོད་མེད་ལ་བརྡར་ཤ་གནོད་རིང་། “ 建议(S): ” ཡི་གཞུང་ལྟར་རེའུ་མིག་གི་ནང་དུ་འོས་ཤེད་འཆམ་བའི་ཨེར་བཅོས་ཀྱི་ཁྲོས་གཞི་བདམས་རྗེས། “ 更改(C) ” ལ་མིག་རྟེའ་བྱེད་དགོས། གལ་ཏེ་ཨེར་བ་མེད་ཚེ། “ 忽略(I) ” དང་ཡང་ན “ 全部忽略(G) ” ལ་མིག་རྟེའ་བྱས་ཏེ་ཚིག་དེའི་ཞིབ་བཤེར་ལས་བརྒལ་དུ་འཇུག་དགོས། གལ་ཏེ་མུ་མཐུད་དུ་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་མི་དགོས་ན། “ 取消 ” ལ་མིག་རྟེའ་ཅིག་བྱས་ཏེ་སྟེང་ཚིག་ཡིག་ལ་རྒྱག་དགོས།



སྒེ་ཚན་བཞི་པ།

ང་ཚོས་རྒྱས་འགྲེམ་བཀོལ་ནས་ཡིག་ཆ་དང་རིས་དཔྱིབས་སོགས་ཆ་འཕྲིན་སྐྱིག་གཅོད་བྱེད་ཚེག་པར་མ་ཟད། ད་དུང PowerPoint ཞེས་པའི་མཉེན་ཆས་གསར་བ་བཀོལ་ནས་ཏ་ཅང་མཐོས་པའི་གསལ་སྟོན་ཡིག་རིས་སྐྱིག་བཟོ་བྱས་ཚེག རྒྱ་ཚན་འདིར་ང་ཚོས་ལག་ལེན་དཔོན་བརྒྱུད་ནས PowerPoint ཞེས་པ་འདི་བཀོལ་སྟྲུད་ཀྱི་ཐབས་ལོང་དུ་ཆུད་པར་བྱའོ།།





སྒོ་བ་ཚོད་བཟུང་བ།

མདེལ་སྒྲིག་ལྟོག་བའི་མཚོ་སྟྲོག་པོ།

མཚོ་སྟོན་པོ་ནི་རང་རྒྱལ་གྱི་ཆེས་ཆེ་བའི་མཚོ་ཞིག་ཡིན་ལ། མིང་དུ་གྲགས་པའི་བྱ་སྐིང་ཡང་འདི་ན་མཆིས། ས་རེའི་དཔྱིད་ཀྱི་དཔལ་ཡོ་སྤྱིབས་པ་ནས་སྟོན་ཟླ་ར་བའི་བར་དུ་གནས་འདི་ནི་འདབ་ཆགས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད། དཔལ་ཆས PowerPoint བཀོལ་ནས་གསལ་སྟོན་ཡིག་རིས་ཞིག་བཟོ་བའི་ཁར་འགྱལ་རེས་བཀོད་པ་ཨེ་རྣམས་ལ་སྦར་ལས་ལྟག་པའི་སྐོ་ནས་མཐོ་སྟྲག་ལྟེ་བའི་མཚོ་སྟོན་ཀྱི་འགྲེམ་སྟོན་ཞིག་བྱེད་བསམ་པ་ཡིན།



ཨག་ཨེཏ་ཀཅོས་འབེབས།

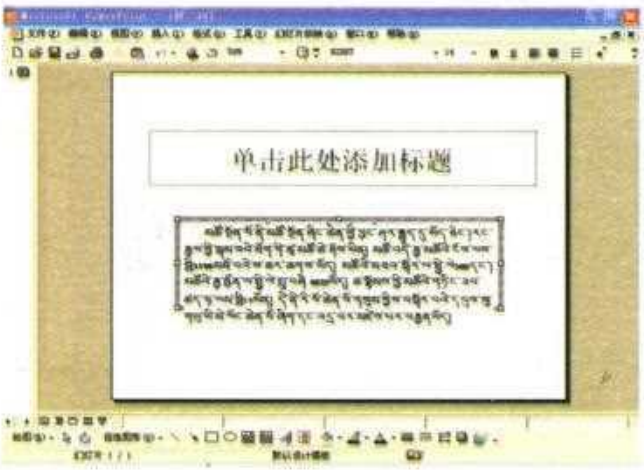
གཅིག ཡི་ཀེ་འགོག་སྟུཚམ་ཤེམ་ཀུ་འཇུག་པ།

1. PowerPoint ཡི་ཁ་འབྱེད་པ།

PowerPoint ཡི་ཁ་འབྱེད་ཚུལ་དང Word ཡི་ཁ་འབྱེད་ཚུལ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན།

2. འབྱེལ་ཡོད་ཀྱི་ཡི་གེ་གཏགས་པ།

ཁ་བྱང་གི་སྒྲིན་བརྟན་ནང་དུ་མཚོ་སྟོན་པོ་མཚམས་སྒྲིར་བྱེད་པའི་ཡི་གེ་གཏགས་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་དཔེ་རིས10-1ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དཔེ་རིས 10-1

3. ཡི་གེ་སྒྲིག་འགོད་བྱེད་པ།

ཡི་གེ་འདི་ཚུད་ཟད་ཆེ་བས་ད་ཆོས་ཡི་གེའི་ཆེ་ཚུད་དང་ལ་དོག་སྣོལ་སྒྲིག་ཅིག་བྱེད། ཁོག་མར་Word ལས་ཡི་གེ་འདེམ་ཚུལ་ལྟར་བཟོ་བཅོས་བྱེད་དགོས་པའི་ཡི་གེ་དེ་འདེམ་དགོས་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་ཡིག་གཟུགས་དང་ཡིག་ཚད་ཁས་འཆམ་འདེམ་དགོས། དེ་ཚེ་དེའི་རིས10-2ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རེ།།



དེའི་རིས 10-2

ཡིག་གཟུགས་ཀྱི་ལ་དོག་བསྒྱར་འདོད་ན་ཡིག་ཆའི་ཚོན་པ་བདམས་རྗེས། “ 绘图(R) ▾ ” → “ ▲ ▾ ” → ▾ བཅས་ལ་རིམ་པ་བཞིན་ཚེག་རྗེབ་རེ་བྱས་ཏེ་ཁྱོར་འབབ་པའི་ལ་དོག་ལ་ཚེག་རྗེབ་ཅིག་བྱེད་དགོས། དེ་ཚེ་དེའི་རིས10-3ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རེ།།

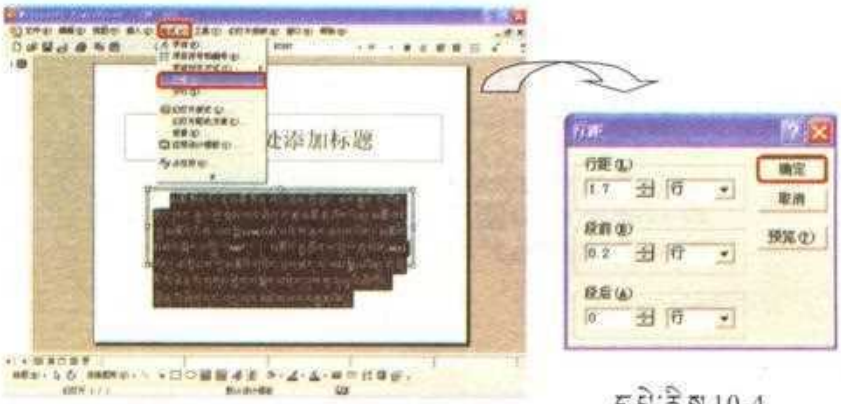


དེའི་རིས 10-3

ཚད་ལྡན་བྱེད་ས།

གལ་ཏེ་དེ་རྣ་སྒོར་འབབ་པའི་ཁ་དོག་ཚེག་མེད་ན། “ **其他颜色** ” ལ་ཨིག་རྐྱབ་ཚེག་བྱས་ནས་རང་གི་སྒོར་འབབ་པའི་ཁ་དོག་སྒྲིག་འགོད་བྱེད་དགོས།

“ **格式(O)** ” ཡི་གདམ་ཐོའི་ནང་གི “ **行距(S)** ” ལ་ཨིག་རྐྱབ་ཚེག་བྱས་ཚེ། འཆར་ངོད་བའི “ **行距** ” ཡི་སྐྱེད་སྒོལ་ཀྱི་ནང་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་བར་ཐག་བསྒྲུར་རྩེས། “ **确定** ” ལ་ཨིག་རྐྱབ་ཚེག་བྱེད་དགོས། དེ་ཡི་དཔེ་རིས10-4ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།

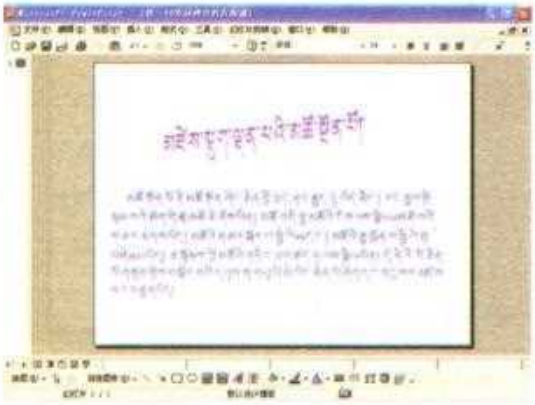


དཔེ་རིས 10-4

ཀུན་ས། སྒྲུབ་ཐབས་ཡི་ཀེ་བཅོད་སྒྲིག་ས།

1. སྒྲུབ་ཐབས་ཡི་གེ་བར་འདྲུག་བྱེད་པ།

དཔེ་ལྟ “ མཐོས་ཆུག་ལྟེན་པའི་མཚོ་ཁྲོན་པོ ” ཞེས་པའི་སྒྲུབ་ཐབས་ཡི་གེ་ཁྲིད་བཅས་ཀྱི་ཁ་བྱང་བྱས་ཏེ་བར་འདྲུག་བྱེད་དགོས། དེ་ཡི་དཔེ་རིས10-5ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།

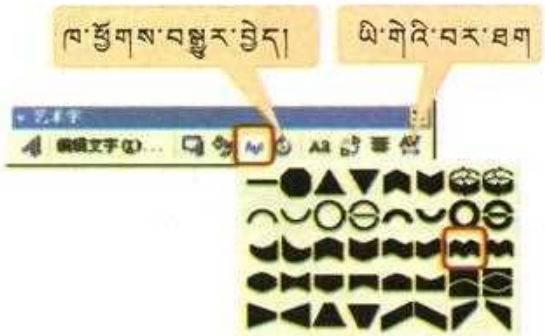


དཔེ་རིས 10-5

2. སྒྲུ་རྩལ་ཡི་གེ་སྒྲིག་འགོད་བྱེད་པ།

གལ་ཏེ་སྒྲུ་རྩལ་ཡི་གེ་དང་ནང་དོན་གཉིས་ལྡན་དུ་སྐྱར་བ་དེ་འདྲའི་འོས་ཤེང་འཚམས་པ་ཞིག་མིན་ན། ང་ཚོས་དེའི་དྲྭའས་དང་ལ་དོག་བརྗེས་ཆོག་སྟེ།

ཐོག་མར་སྒྲུ་རྩལ་ཡི་གེར་ཆེག་རྐབ་ཅིག་བྱས་ཚེ། “ 艺术字 ” ཡི་ཡོ་བྱད་འཆར་ཞིང་། དེའི་ནང་གི “ Aa ” ལ་ཆེག་རྐབ་བྱས་ཏེ་དེ་ཡི་རིས10-6ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རྣམ་པ་འོས་འཚམ་ཞིག་འདེམ་དགོས། དེའི་རྗེས་སུ “ ” ལ་ཆེག་རྐབ་ཅིག་བྱས་ཚེ། སྒྲུ་རྩལ་ཡི་གེའི་ལ་དོག་བསྒྱུར་ཐུབ།



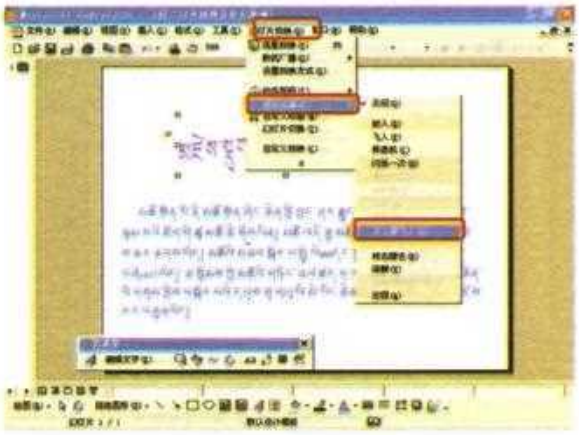
དེའི་རིས 10-6

ཚོད་ལྟའི་བྱ་ས།

སྒྲུ་རྩལ་ཡི་གེ་ལ་ཕྱོགས་བསྒྱུར་བ་དང་ཡི་གེའི་བར་ཐག་སྒྲིག་འགོད་བྱེད་དགོས།

གཉིས། འཁྱམ་རིས་ཀྱི་རྣམ་པ་འགོད་སྟངས།

དཔྱད་ཚོས་སྒོན་བཀྲོལ་ལ་འགྱུལ་རིས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཞིག་སྒོལ་པར་བྱ། རྩོལ་ལ་སྒོལ་བྱའི་པའི་ཡི་གེ་དེ་འདེམ་དགོས་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་རིམ་པ་བཞིན “ 幻灯片放映(S) ” → “ 预设动画(P) ” → “ 从上部飞入(F) ” བཅས་ལ་ཆེག་རྐབ་རེ་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟ་དེ་རིས10-7ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



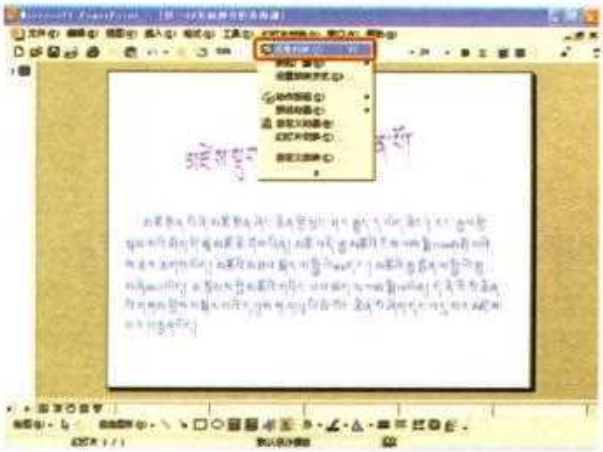
དེའི་རིས 10-7

ཚིག་ལྡེ་བྱེས།

གཞུང་དངོས་ལ་འགྲུལ་རིས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཟོ་དགོས་པ་དང་། མཐུག་མཐར་གསོག་ཉར་ཕྱེད་རྒྱུ་རྩིད་མི་རུང་།

བཅུ། སྒྲིག་བཀོད་ལ་རོལ་སྤྱོད་བྱེད་ལ།

དཔལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་བཟོས་པའི་སྒྲོན་བཀོད་ལ་ལྟ་བར་བྱ་སྟེ། དཔལ་རིས10-8ལས་མཚོན་པ་ལྟར “ 幻灯片放映(S) ” → “ 观看放映(V) ” གཉིས་ལ་རིམ་པ་བཞིན་ཆེག་རྐེད་རེ་བྱས་པས་ཆོག



མཁས་དགའ་ཞིར་བྱ།

ཁོང་ཀྱིས་འགྲུལ་རིས་ཀྱི་མཐའ་འཁོར་ལ་སྐྱོང་རོལ་བྱེད་ནས་ཐད་ཀར་ “F5” ཡི་མཐེབ་ལ་ཆིག་རྐེད་ཅིག་བྱས་པས་ཆོག

དཔལ་རིས 10-8



མཉམ་ལས་དང་བརྩེ་རིས།

1. དཔྱད་གཞིའི་ཡི་གེ་སོགས་ལ་བརྗེན་ནས་མཚོ་སྐྱེན་པོར་རྒྱས་ལོན་བཟང་པོ་བྱེད་དགོས།
2. སྐུབ་ཁྲིགས་རྣམས་མཉམ་འབྱེལ་བྱས་ནས་བོད་ཀྱི་ཁྲད་ཆོས་ལྟེན་པའི་ཁ་ཐས་ཀྱི་སྐོར་མཚམས་སྦྱོར་བྱེད་པའི་གསལ་སྟོན་ཡིག་རིས་ཤེག་སྒྲིག་བཟོ་བྱེད་དགོས།



ཤོག་ཚོམ་བཀྲ་ཀཱིག་པ།

མཐོ་ཤོམ་ཀྱི་མཇེས་ཤོག་ཀེས་ཀྱི་བཤུས།

མཐོ་ཤོམ་གྱི་རང་བྱུང་ཚོར་ཡུག་མཇོས་ཤེད་མི་ཚོས་རེག་ཐབས་ཀྱི་སྒོང་བཀོད་མང་ཡོད། དཔལ་ཆེན་ཚོས PowerPoint བཀོལ་ནས་མཐོ་ཤོམ་གྱི་མཇོས་སྒོང་ཁག་བཟོས་ཤིག་བཏུས་ཡོག་བཀོད་ཀྱི་ཡོད། ཁོར་ཡུག་ཚོར་ཤེས་རྟོགས་ཐུག་དང་ཐོན་ཀྱི་ཤུབ་རིས་ཀྱི་ཤུབ་ཏུ་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། ཁོར་དུ་བར་རིས་རྩོལ་ཐུག་དང་ཐོན་ནོ་ཀྱི་ཤུབ་ཏུ་ཡོད་འགོད་ཐུབ་ལ་ཤུས་ལོན་བར་བྱའོ།།



འཕགས་ཡིན་དའི་ཚོར་འབེབས།

ཀཱིག ཚོག་ཐའི་ཤུ་ཚ་འཚོར་ཐུད་ཀྱེད་པ།

མཐོ་ཤོམ་དང་ཐོད་ཀྱི་དཔྱད་གཞིའི་ཡི་གེ་དང་བར་རིས་ཀྱི་ཤུ་ཆ་འཚོལ་ཐུད་བྱས་ཏེ་ཐོན་བཅོན་ཀྱི་ནང་དོན་ཐུན་ཤུལ་ཚོགས་བར་གཏོང་དགོས།

ཀཱིས། བར་ཁིར་ཐྱོག་འཀོད་ཀྱེད་ཤུབས།

1. བར་རིས་བར་འཇུག་བྱེད་པ།

ཤོག་ལ་གསལ་ཤོག་ཡིག་རིས་ཀྱི་ཁ་ཐེལ་ཁེལ། རིམ་པ་བཞིན་ “ 插入(I) ” → “ 图片(P) ” → “ 来自文件(F) ” བཅས་ལ་ཚིག་རྐེབ་རེ་ཀྱེད་དགོས། དེ་ཡིད་དཔེ་རིས་11-1ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དཔེ་རིས་11-1

དེ་ནས་འཆར་ཡོང་བའི་ “ 插入图片 ” ཀྱི་ཤོག་ངོས་ནས་ཀ་བར་འདྲུག་ཏེད་དགོས་པའི་བར་སེས་འདེམས་པ་དང་། དེའི་རྗེས་ལྟ་ “ 插入(S) ” ལ་ཨིག་རྐེ་ཙི་ཏེད་དགོས། དེ་ཡི་དཔེ་རིས11-2ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དཔེ་རིས 11-2

2. བར་སེས་ཐྱི་གཏོད་བྱེད་པ།

བར་སེས་བར་འདྲུག་བྱས་རྗེས་རང་གི་དགོས་མཁོ་ལྟར་བར་སེས་ལྡོག་ཐྱི་གཏོང་ཆོག དེའི་ནང་། བར་སེས་ཀྱི་ཁ་དོག་ཆུད་ཟད་ཚེ་དེའི་དཀར་ཚད་ལྡོག་ཐྱི་གཏོང་ཆོག་པ་ལྟ་བུ། བར་སེས་བདམས་རྗེས་བར་སེས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་བྱང་ལྡོད་འཆར་ཡོང་ལ། དེའི “ ” ལ་ཨིག་རྐེ་བྱས་ཏེ་བར་སེས་ཀྱི་ཁ་དོག་ཏེ་གནས་ཀ་བཏང་ཆོག དེ་ནི་དཔེ་རིས11-3 ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།

ཐོད་ལྟ་བྱེད་

ཡོ་བྱད་བྱང་ལྡོད་ལྟེང་གི་མཐེབ་གནོན་གཞན་དག་ལ་ནུས་པ་ཅི་ཞེག་ཡོད་པར་ལྟོས།



དཔེ་རིས 11-3

ཀ.ཐུམ། སྒྲིག་བཅུད་བར་འདྲུག་བྱེད་སྟངས་དང་འདོམ་ཚབས།

1. སྒྲོན་བརྙན་བར་འདྲུག་བྱེད་སྟངས།

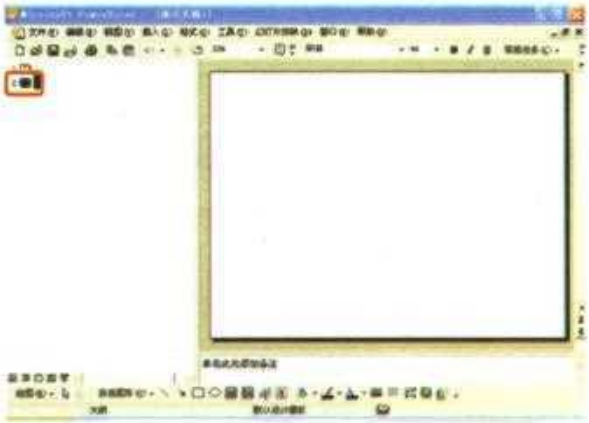
གལ་ཏེ་བར་མིས་གཅིག་དང་ཡང་ན་མང་པོ་ཞིག་བར་འདྲུག་བྱེད་བསམ་མོ། “ 插入(I) ” → “ 新建幻灯片(N) ” གཤིས་ལ་ཚིག་རྐངས་རེ་བྱས་པས་ཚོག དེ་ལྟ་དེའི་རིས11-4ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དེའི་རིས 11-4

2. སྒྲོན་བརྙན་འདོར་ཐབས།

གལ་ཏེ་སྒྲོན་བརྙན་འདོར་འདོད་ཚེ། གཡས་ཀྱི་སྐེའུ་ཟུང་ནང་ཀ་སྒྲོན་བརྙན་དེར་ཚེག་རྐངས་ཙིག་བྱེད་པ་དང་། དེའི་རྗེས་སུ་མཐའ་གཤོང་སྟེ་“ Delete ” ལ་ཚེག་རྐངས་ཙིག་བྱས་པས་ཚོག དེ་ལྟ་དེའི་རིས11-5ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དེའི་རིས 11-5

བཅི། སྒྲིག་བཅུད་ཀྱི་ཁ་ཐུབ་སྒྲིག་བཟོ་བའི་ཁང་གཅས་སྒྲིབ་ཐུབ།

སྒྲོན་བརྙན་ལ་ལ་བྱང་འགོད་ན “སྒྲོན་བརྙན་ཀྱི་མཐོང་རིས” ནང་ནས་སྒྲིག་བཟོ་

ཡིད་ཚོག་ལ་སྐྱེ། རྐྱེན་ལ་ལ་བྱང་གི་སྒྲིན་བཀྲིན་ཞིག་སྒྲིག་བཏོ་ཡིད་དགོས་པ་དང་། དེ་འདྲི་རྗེས་ཤུ “ ” ལ་ཚིག་རེའབ་ཚིག་བྱས་ཏེ་ལ་བྱང་སྒྲིན་བཀྲིན་དེ་ རྒྱད་ནས་སྒྲིན་བཀྲིན་དང་པོའི་མདུན་དུ་བཞག་པས་ཚོག དེ་ནི་དེའི་རིས 11-6 ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



དེའི་རིས 11-6

སྐོར་ལྡེའུ་སྐུ།

“ཕྱིར་བཏང་གི་མཛོད་རིས” དང “མ་དེའིའི་མཛོད་རིས། ” “སྒྲིན་བཀྲིན་ཡིག་མཛོད་རིས” བཅས་ལ་མི་འདྲ་ས་ཚེ་ཞིག་ཡོད། མཐའ་གཙོན་རྗེས་མ་དེར་ཚེག་རེའབ་ཚིག་བྱས་ཏེ་ དེར་ཆུས་པ་ཚེ་ ཞིག་ཡོད་པར་ལྟ་དགོས།

ལྔ། སྒྲིན་བཀྲིན་བཟོ་ཐབས་ཀྱི་ཁྱབ་སྤེལ་བགོད་སྐབས།

དང་ལྡ་ངོས་སྒྲིན་བཀྲིན་ལ་འཁྲིལ་རེས་ཀྱི་ཆ་ཤས་པ་བསྡུན་ཏེ་ སྟར་ལས་མཐོ་སྐྱེས་པར་བྱེད། ཐོག་མར་དེའི་རིས 11-7 ལས་མཚོན་པ་ལྟར “ 幻灯片放映 ” → “ 幻灯片切换 ” གཉིས་ལ་ཚིག་རེའབ་རེ་ བྱེད་དགོས།



དེའི་རིས 11-7

དེའི་རྗེས་སུ་དེ་རིས11-8ལས་མཚོན་པ་ལྟར་འཆར་ཡོང་བའི “ 幻灯片切换 ” ཕྱི་སྐེའུ་ཁྲབ་ནང་གི “ 效果(E) ” ལས་འཆར་ཚུལ་གྱི་རྣམ་པ་ཞིག་འདེམ་པ་དང་། “ 换页方式 ” ལས “ 单击鼠标换页(O) ” འདེམ་དགོས།



དེའི་རིས 11-8

ཚིག་སྒྲུབ།

ཁྱོད་ཀྱིས་འགྲུལ་རིས་ཀྱི་འགྲོས་ཚད “ 中速(M) ” དང་། འགྲུལ་རིས་ཀྱི་སོག་རོས་བཏེའི་བའི་ཤུལ་ལ “ 每隔(C) ” ཅན་གྱི་རང་འགྲུལ་བཏེའི་སྒོར་འདེམ་དགོས་པར་མ་ཟད། འགྲུལ་རིས་ལ་སྐྱེལ་སྡོད་དགོས།

བསམ་སྤྲོད་བྱེད།

“ 全部应用(T) ” དང “ 应用(A) ” གཉིས་ལ་མི་འདྲ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད།



མཉམ་ལས་དང་བརྩེ་རུས།

1. སློབ་གྲྭས་བར་བསམ་ཚུལ་བརྩེ་རུས་བྱས་ཏེ་འཚོལ་བསྡུ་བྱས་བའི་དཔྱད་གཞི་ལེ་ཚུ་ཚར་ཤུ་དགོས།
2. ཆོག་དཔྱད་བྱས་པ་བརྒྱུད་ནས་མཚོ་སྟོན་གྱི་མདོས་སྡུད་ཐག་རྒྱས་ཅན་ལ་རྒྱས་ཏེན་བྱས་ཏེ། རང་ཉིད་ཀྱི་མཐོང་རྒྱུ་ཤེས་པ་དང་གསལ་སྟོན་ཡིག་རིས་ཀྱི་ནང་དོན་ཤུན་སྡུམ་མཚོགས་པར་གཏོང་དགོས།



སྒོར་ཚིག་བཀྲ་གཡོས་པ།

ཁྱིམ་མོའི་མཁའ་ཡིག་སྒོག་ཀྲལ་བར་དེབ།

འདུ་བར་འཛོག་ཡུན་རིང་ནས་ངོ་ཤེག་འགྱུར་འཕྲོ་བས། དེ་ཏི་ལྟར་བྱས་ནས་གསོག་ཉར་བྱས་ན་ཤེག་མི་ཐུབ་པས་ཡུན་རིང་ལ་ཉར་ཚགས་བྱེད་ཐུབ་ཅེ་ན། རྒྱས་འཛོར་ཡོད་ཚེ་གནད་དོན་དེ་ལས་སྐྱ་མོའི་རྒྱུ་ནས་མངོན་འགྱུར་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན། བཤར་ཐབ་འཕྲལ་ཆས་བཀོལ་ནས་འདུ་བར་རྒྱས་བཤར་ཐབ་བྱས་ཏེ་སྒོག་ཀྲལ་བར་དེབ་ཅིག་བཟོས་པས་ཚེགས་ལ། དེ་ལྟར་བྱས་ཚེ་ཤོག་ནས་ཡང་ཡི་འགྱུར་བར་མ་ཟད། ད་དུང་དེར་འགྲལ་རིས་དང་ཐུན་མོང་འདྲ་བ་ཀྱང་བསྣན་ཚོག



ལག་ཤེས་དབྱིས་འབེབས།

ཀ་ཅིག རྒྱ་ཆ་ཀུ་སྒྲིག་ཉེར་པ།

བཤར་ཐབ་འཕྲལ་ཆས་ཀྱིས་འདུ་བར་དེ་བར་རིས་སུ་བསྣར་ཏེ་རྩིས་འགོར་གྱི་ནང་དུ་འཛོག་པ་དང་། ཡང་ན་གྲངས་འགྱུར་བར་ལེན་འཕྲལ་ཆས་ཀྱིས་ཐད་ཀར་བར་ཐྲངས་ནས་རྩིས་འགོར་དུ་བཞག་ཀྱང་ཚོག

ཀ་ཅིག བར་དེབ་སྒྲིག་བཟོ་ཉེར་པ།

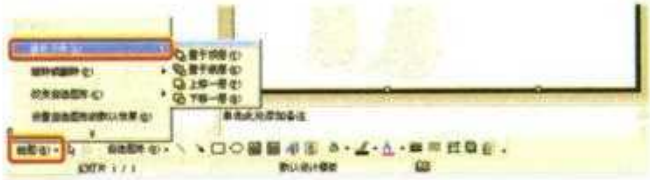
1. བར་དེབ་ཀྱི་རྒྱབ་ཤོག་བཟོ་སྟངས།

བར་དེབ་ཡག་པོ་ཞིག་བཟོ་ན་མཐུན་ཤོག་ཀྱང་ཡག་དགོས་པ་སྟེས་མ་དགོས། དཔེ་རིས12-1ལས་མཚོན་པའི་མཐུན་ཤོག་གི་རིས་ལྟ་བུ་ཤིག་རྒྱབ་ཀྱི་གཏབ་རིས་ལ་བརྩེན་ནས་བཟོས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟ་བས་རིས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་བྱང་སྟེང་སྟེང་ནས་ལས་སྐྱ་མོའི་སྟེ་ནས་ལེགས་འགྱུབ་ཐུབ་ཐུབ་པ་དང་། དཀའ་རྙོག་ཀྱི་མཐུད་སྟེན་འོག་ཏུ་ཚད་མས་ཀྱང་བཟོ་ཤེས་པེན།



དཔེ་རིས 12-1

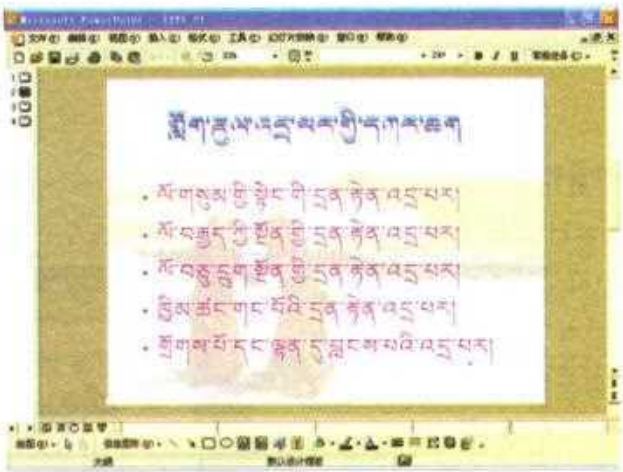
གལ་ཏེ་བྱ་ཡུལ་མང་པོ་ཡོད་ཚེ། དེའི་རིས12-2ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རིམ་པ་བཞིན་བརྒྱབ་ནས་དེ་དག་གི་སྟེང་ཕྱི་ཁོ་རིམ་སྒྲིག་ཚོག་པ་སྟེ། ཐོག་མར་སྟོམ་སྒྲིག་བྱ་ཡུལ་ལ་ཆིག་རྐབ་ཅིག་བྱས་རྗེས་རིས་འབྲི་ཡོ་བྱད་བྱང་སྟོད་ནང་གི “ 绘图(R) ▾ ” → “ 叠放次序(R) ” གཉིས་ལ་ཆིག་རྐབ་རེ་བྱས་ཏེ། འཆར་ཡོང་བའི་རིམ་པ་འོག་མའི་གདམ་ཐོ་ལས་དེ་དག་གི་ཁོ་རིམ་སྟོམ་སྒྲིག་བྱས་ཆོག་གོ



དེའི་རིས 12-2

2. པར་དེབ་ཀྱི་དཀར་ཆག་སྒྲིག་བཟོ་བྱེད་པ།

རྗེས་སྡེགས་སུ་པར་དེབ་ལ་ལྟ་བདེ་བའི་ཚེད་དུ། པར་དེབ་ལ་དཀར་ཆག་འགོད་དགོས་ཏེ། ཐོག་མར་སྒོན་བརྟན་གསར་བ་ཞིག་བར་འཇུག་བྱས་ཏེ “ 请选取自动版式(A): ” བྱང་སྟོད་སྟེང་གི “ ” འདེམ་དགོས། དེའི་རྗེས་སུ་པར་རིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་དགོས། དེའི་རིས12-3ལས་མཚོན་པའི་དཀར་ཆག་ནི་ཚོད་ལྟར་དབྱེ་བ་སྤྱི་ཞིག་ཡིན།



དེའི་རིས 12-3

3. པར་དེབ་ཀྱི་ནང་དོན་སྒྲིག་འགོད་བྱེད་པ།

མདུན་ཤོག་དང་དཀར་ཆག་ཚང་མ་བཟོས་ཚར་བས། དཔལ་པར་དེབ་ལ་ནང་དོན་འགོད་པར་བྱ། སྟོན་ལ་སྒྲིན་བརྟན་གསར་བ་ཞིག་བར་འཇུག་བྱས་རྗེས་དེ་གཟོད་རང་ཉིད་ཀྱི་འདུ་པར་བར་འཇུག་བྱེད་པ་དང་། དེའི་འགྲམ་དུ་འདུ་པར་དེ་མཚམས་སྒྲིན་བྱེད་པའི་ཡི་གེ་འབྲི་དགོས། དེ་ནི་དེའི་རིས12-4ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རོ།།



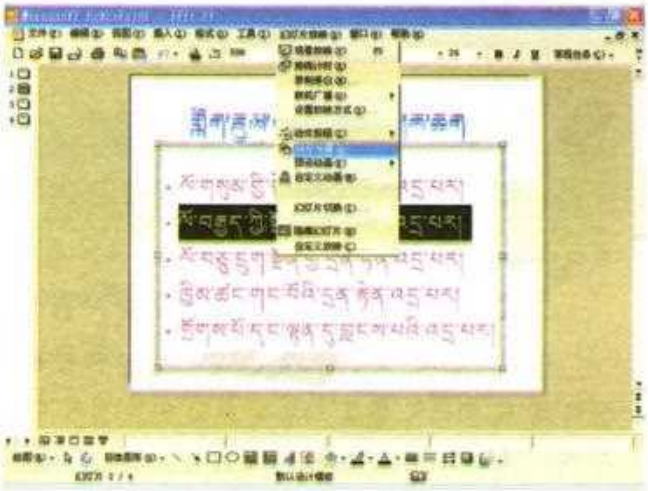
དཔེ་རིས12-4

སྒོ་ལྡེ་བྱེད།

འདྲ་བར་གཞན་དག་ཀྱང་སྒྲིག་བཟོ་བྱེད་དགོས།

གཅིག ཚད་བཙམ་ལ་སྒྲིལ་མཉམ་བྱེད་སྒྲུལ།

དང་ལྡེ་ད་ཚོས་དཀར་ཆག་དང་དེའི་ནང་དོན་གཉིས་པན་ཚུན་སྒྲིལ་བར་བྱ། དཔེ་རིས12-5ལས་མཚོན་པ་ལྡེར་སྟོན་ལ་དཀར་ཆག་གི་ཤོག་ངོས་འཆར་དུ་བཀུག་སྟེ་ལས “ཨ་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་སྟོན་ཏྲན་ཁེན་འདུ་བར” ཞེས་པའི་ཡི་གེ་བདམས་རྗེས། “幻灯片放映(S)” ཀྱི་གདམ་ཁའི་ནང་གི “动作设置(A)” ལ་ཚིག་རྟེད་ཅིག་བྱེད་དགོས།



དཔེ་རིས 12-5

དེ་ནས་འཆར་ཡོང་བའི “动作设置” ཡི་སྟེང་སྒྲིལ་ནང་གི “超级链接到(H):” ཡི་གདམ་ཚན་བདམས་ཏེ། འོག་གི་ཟུར་གསྡུམ་རྟགས “▼” དེར་ཚིག་རྟེད་ཅིག་བྱས་རྗེས། དེར་འཆར་བའི “幻灯片...” འདེམ་དགོས། དེ་ཡི་དཔེ་རིས12-6ལས་མཚོན་པ་ལྡེར་རོ།།



དཔེ་རིས 12-6

འཆར་ཡོང་བའི་ “ 超级链接到幻灯片 ” གྲལ་ཐེལ་ཞུང་དུ་ “ 幻灯片 4 ” བདམས་ཏེས། “ 确定 ” ལ་ཚིག་རྐེའི་ཅིག་ཆྱད་དགོས། དེ་ཡིས་དཔེ་རིས12-7ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རེ།། ཐེལ་ཞུང་གི་འདབས་སྟེགས་ཀྱི་གཡོན་ཟུར་དུ་དུད་ཐུགས་བཀྲན་དེའི་ནང་དོན་ལ་ཤོད་ལྟ་བྱས་ཚོག



དཔེ་རིས 12-7

ཚོད་ལྟ་བྱེད།

ནང་དོན་གཞན་དག་ཀྱང་སྒེལ་མཐུད་བྱེད་དགོས།

བཅུ། འགྲུལ་སྐབས་མཚན་གཅོད་ཀྱི་བཀོལ་སྤྱོད།

དཀར་ཆག་ཡོད་ན་འདྲ་བར་ལ་ལྟ་བར་སྟབས་ཤིན་ཏུ་བདེ། ཡིན་ནའང་རྒྱ་ཡས་ན་དག་ཐོད་ཚེན་བཀྲན་ཞིག་ལས་བྱིར་དཀར་ཆག་གི་སྟེང་དུ་ལྷུར་སྟོག་བྱེད་ཐུབ་ཅེ་ན། གཤམ་དུ་ཚོས་དེའི་ཐེག་བཤོད་ལ་ལྟ་བར་བྱའོ།།

ཐོག་མར་ཚོན་བཀྲན་ཞིག་བདམས་ནས “ 幻灯片放映 ” → “ 动作按钮 ” གཡེས་ལ་ཚིག་རྐེབ་རེ་བྱེད་པ་དང་། དེའི་རྗེས་སུ་མཐེབ་གཙོན “ ” འདེམ་དགོས། དེ་ཡིས་དཔེ་རིས12-8ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རེ།།

མཐེབ་གཙོན་འགོད་སའི་གནས་ལ་ཚིག་རྐེབ་ཅིག་བྱས་ཚོ། འགོད་བྱའི་མཐེབ་གཙོན་དེ་གནས་དེར་འགོད་ཐུབ་པ་ཡིན། དེའི་མཚུངས་སུ “ 动作设置 ” ཡི་སྒེད་ཚོས་འཆར་ཞིང་། “ 幻灯片2 ” བདམས་ནས་སྒེག་འགོད་བྱས་རྗེས། དཀར་ཆག་ངོས་

ཤུལ་ཁྲོག་བར་སྒྲིལ་མཁྲད་བྱས་པ་ཡིན། དེ་ནི་དཔེ་རིས12-9ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རེ།།



དཔེ་རིས 12-8



དཔེ་རིས 12-9

ཚིག་ཟླུམ་བྱེད།

སྒྲིན་བཅོན་གཞན་དག་གྱང་འོས་འཚམ་སྒྲིས་སྒྲིལ་མཁྲད་བྱེད་དགོས།

མཐུག་ཏུ་སྒྲིན་བཅོན་དེ་འགྱལ་རིས་ཀྱི་ཆ་མར་བར་གཏོང་སྐུ་རྐེད་ཡི་ཟུང་།



མཉམ་ལས་ཀུ་བ་བཟོ་རེས།

1. སྒྲིབ་ཁྱག་ས་ཐལ་ཚུན་ལ་ཉམས་སྡོང་བཟོ་རེས་བྱས་ཏེ། སྒོག་ཏུལ་འབྲ་བར་ཐུགས་བཞི་བཟོ་ཡི་བར་ཐབས་གཞན་པ་ཚེ་ཞིག་ཡོད་པར་སྟོན།
2. སྒྲིབ་ཁྱག་འགའ་རེ་ཚུང་གཙིག་བྱས་ཏེ། བཤར་ཐབ་འགྲུལ་ཆས་ཀྱི་འབྲ་བར་ཡོས་འཁོར་དུ་བཤར་ཐབ་བྱེད་དགོས།



སྒྲིབ་ཚོག་བཀྲ་གཞུམ་ལ།

གསོག་ཉམས་ལྡན་པའི་གཏམ་བཤད་མཁན།

སྒྲིབ་གྲས་མི་འགྱངས་པར “ཁོར་ཡུག་སྐྱང་སྒྲིང” སྐོར་གྱི་གཏམ་བཤད་བྱ་འགྱུལ་ཞིག་བྱེལ་སྐྲུ་ཡིན་པས། ངས་ཀྱང་གསལ་སྟོན་ཡིག་རིས་ཤེག་བཟོ་འགོད་བྱས་ཡོད། དལ་གསལ་སྟོན་ཡིག་རིས་འདིར་རོལ་དབྱངས་ཞིག་སྒྲིང་དགོས་ལ། ཞོར་དུ་རང་འགུལ་གྱིས་གཏོང་བའི་དུས་ཚོད་དེ་གཏན་ཁེལ་གྱི་དུས་ཚོད་ལས་བརྒལ་ཡོད་མེད་ལ་ལྟ་བར་བྱའོ།།



ཡག་ཤེན་དབྱིས་འབེབས།

གཅིག སྒྲིག་བཟོས་ཡ་རྒྱུ་སྒྲིབས་རིམ་གཏན་སྒྲིག་སྟངས།

རྒྱབ་སྟོངས་རེལ་ཚེ་ཁྱེན་བཟོན་དང་མཉམ་དུ་བཏང་ནས་རྩོམ་གྱི་བརྗོད་གཞིར་བཟུར་རྒྱག་ཐུབ་པ་དང་། གསོན་ཉམས་ལྟེན་པའི་ཉམས་སྐང་ཐོག་པར་ཐེབ་པ་ལ་ཐེབས། དལ་ང་ཚོས་སྒྲིག་བཟོས་ལ་རྒྱབ་སྟོངས་རེལ་དབྱངས་ཞིག་སྒྲིང་བར་བྱ། དེའི་ཐེ་ཁག་གི་སྒྲབ་སྟངས་ཀྱི་གཤམ་གསལ་ལྟར་རེ།།

ཐོག་མར་བཟོས་ཐེབ་པའི་གསལ་སྟོན་ཡིག་རིས་ཀྱི་ལ་འཐེད་དགོས་ལ། དེ་ནས་རིམ་པ་བཞིན “ 插入(I) ” → “ 影片和声音(V) ” → “ 文件中的声音(I) ” བཅས་ལ་ཚིག་རེའ་རེ་ཐེད་དགོས། དེ་ཀྱི་དཔེ་རིས13-1ལས་མཚོན་པ་ལྟར་རེ།།



དཔེ་རིས13-1

BIAN WEI HUI

རྩོམ་སྒྲིག་ཁྱབ་ཡོན་ལྷན་ཚོགས།

གཙོ་སྒྲིག་པ། ཀོས་ཁྲི།

གཙོ་སྒྲིག་གཞོན་པ། ལེང་ཐོ། སྐར་མ་བཀྲ་ཤིས།

རྩོམ་སྒྲིག་པ། ཁང་ཡན། སྐལ་བཟང་ཚེ་རིང་། ལིག་ཏེན་ཅེ། ཀུང་ཤུན་ལྗང་། ཀུང་སྐུན་ཏིན། ཀུང་ཡ་ཉེ། བསོད་ནམས་དོན་གྲུབ། ཤུཊུ་སྟེ། ཀྱིན་ཡ་སྟེ། ཀོ་ཚོན་རོན། ཧོང་ཞིན།

ཡིག་སྒྲུབ་བ། བསོན་ནམས་དོན་གྲུབ། སྐལ་བཟང་ཚེ་རིང་། སྐལ་སྐྱེན། མཁའ་མོ་རྒྱལ། འབྲག་བྱམས་ཚེ་རིང་། བན་དེ་བཀྲ་ཤིས། ཀྱོ་ཁོ་ཆིང་།

ཞུ་ཚེན་པ། སྐར་མ་བཀྲ་ཤིས། བསོད་ནམས་དོན་གྲུབ། སྐལ་བཟང་ཚེ་རིང་། ཐོན་ཐར་རྒྱལ། སྐྱག་ལྷ།

དཔེ་ཆའི་མིང་། ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ། （ལོ་རིམ་བདུན་པའི་སྐྱོང་ཆ）

སྐྱེག་མཆན། 《ཆ་འཕྲིན་ལག་རྩལ》གྱི་སློབ་དེབ་རྩོམ་སྐྲིག་ཚན་རྩུང་།

སྒར་མཁན། མཚོ་སྐྱན་མི་རིགས་སློབ་གཞི་རྩོམ་སྒར་ལྷེ་གནས།

པར་སྐྲུན། ཞི་ཨན་འཕྲིམ་འགྲུལ་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མཐའ་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

འཕྲིམ་སྤེལ། མཚོ་སྐྱན་ཞིང་ཆེན་ཞིན་ཀུ་འཕྲིམ་སྤེལ་（ཚོགས་ཁག）ཚད་ཡོད་ཀུང་ཐེ།

སྐད་གནས། ཞི་ཨན་ཀྲོང་ཁྲེར་ཞིན་ཆེན་སྐྱོ་ལམ་ཨང10པ་（སྒཀས་ཨང710049）

ཁ་པར། （029）82668315 （སྤྱི་ཁྱབ་རྩོམ་སྐྲིག་ཁང）

པར་ཁང་། ཧྥན་ཞི་ཞིན་ཧྥེན་དཔར་ལས་ཚད་ཡོད་འགན་འཁྲི་ཀུང་ཐེ།

པར་ཚད། 787mm×1092mm 1/16 དེབ་ཚད། 6.75 ཡིག་གྲངས་ཁྲི 8.8

པར་ཟེངས། 2007ལོའི་ཟླ7པའི་པར་གཞི་གཉིས་པ། 2018ལོའི་ཟླ7པའི་པར་ཟེངས་གཉིས་པ།

དཔེ་རྟགས། ISBN 978-7-5605-2200-5

དཔེ་རིན། སྐོར། 8.5

གལ་ཏེ་དཔེ་ཆར་རྩུ་སྐྱས་ཀྱི་གནད་དོན་ཡོད་ན། ཧྥན་ཞི་ཞིན་ཧྥེན་དཔར་ལས་ཚད་ཡོད་འགན་འཁྲི་ཀུང་ཐེ་ཞུ་བརྗེས་ཆོག

སྐད་གནས། ཧྥན་ཞི་སྒོང་ཁྲེར་ཧྥས་ཨན་ལམ་ཨང168པ།

སྒྲིག་ཨང་། 710053 ཁ་པར། (029) 82609700

པར་འབབ་འདི་གར་ཡོད་བས། པར་ཡིག་ཅུས་ཅ་ཁྲིམས་ཆད་ཡོག

责任编辑：尕 洛　任 振 国
封面设计：尕 洛　索南当周

信息技术



International Technology

ISBN 978-7-5605-2200-5
9 787560 522005
01>
定价：8.50 元