



ཐང་ཤིང་།



ਸੁੱਕੀ





སྒོན་ཤིང་།



ཐང་ཚུ།



ཤེལ་ཏ།

མིང། **སྒོན་ཤིང་། ལ་ཏན་མིང་།** *Pinus tabulaeformis* **ཤེལ་ཏ། colophonium**

**མིང་གཞན།** ཤེལ་ཏ། སྒོན་མེ་ཤིང་། ཐང་མ་སྒོན་ཤིང་། རན་མུལ། གོར་ཚུན། ར་སྒ། ཐང་ཤིང་།

**མན་ཚུ།** སྒོང་པོ། ཐང་ཚུ། ལོ་མ།

**ཕན་ཡོན། སྒོང་པོ།** རྒྱ་བབ། རྒྱ་མེར་གང་བ། དམུ་ཚུ། པགས་ནད་མ་ཤུ། བད་ཀན་གང་བ། རྒྱང་ནད། རྒྱག་སྐྱམ། སིན་ནད་སོགས་ཕན།

**ཐང་ཚུ།** རུས་པ་གས་ཆག་སྒྲོར་བ། ལྷ་བ་གསོ་བ། ཡན་ལག་གྱི་རྒྱ་མེར་སྐྱེམ་བ།

**ལོ་མ།** ལྷ་ཡི་གཞོན་པ་སྲུང་ཞིང་སྲུ་མཐན་དུ་སྒྲོད་ཚོག། **རོ་རུས་ལྷ་རྩེས། སྒོང་པོ།** རོ་མངར་བསྐྱ་ཚོ། རུས་པ་ཚ་ལ་སྐྱམ། ལྷ་རྩེས་མངར། རོ་བོ། རྡོ་བ། **ཐང་ཚུ།** རོ་མངར་ཁ་བསྐྱ། རུས་པ་ཚ་ལ་སྐྱམ། ལྷ་རྩེས་མངར་བ། རོ་བོ་རྡོ་བ། **ལོ་མ།** རོ་མངར་བ། རུས་པ་ཚ་ལ་སྐྱམ། ལྷ་རྩེས་མངར། རོ་བོ་རྡོ་བ།



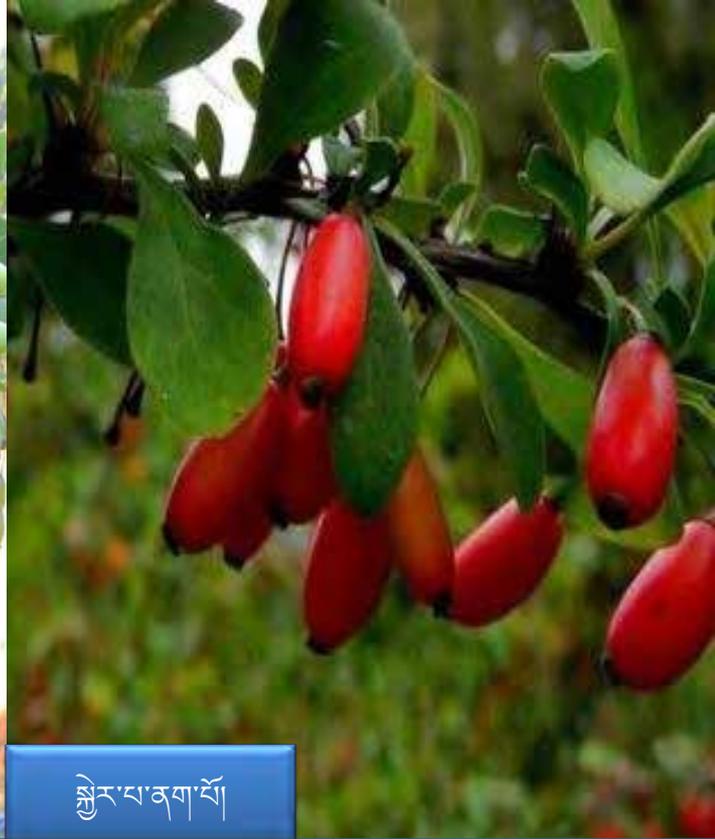
སྐྱེར་པ་དཀར་པོ།



སྐྱེར་པ་ནག་པོ།



སྐྱེར་པ་དཀར་པོ།



སྐྱེར་པ་ནག་པོ།

མིང། **སྐྱེར་པ། ལ་ཏྲན་མིང། Berberis lyceum**

མིང་གཞན། **སྐྱེར་པ། བ་ལ་ཏ་ཀ། ལ་ཏྲན་མིང། རིགས།** **སྐྱེར་པ་དཀར་པོ། སྐྱེར་པ་ནག་པོ། ལ་ཏྲན་མིང། Berberis concinna**

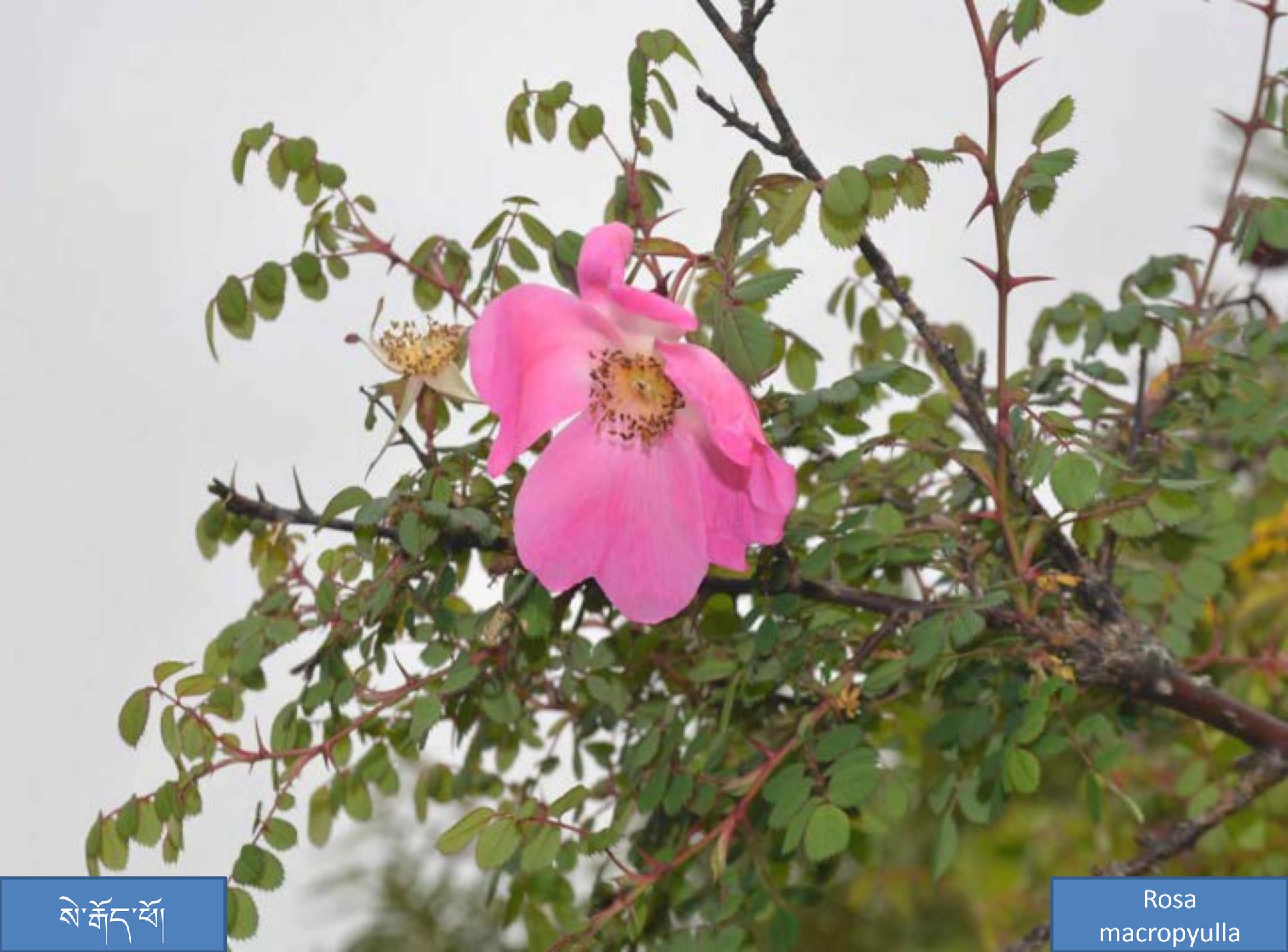
སྐྱེར་པ། བར་ཤུན། ཚ་བ། མེ་ཏོག་ འབྲས་བུ།

ཕན་ཡོན། **བར་ཤུན།** འཕྲུལ་ལྡན་དང་། རྒྱ་མེད། རིམས་ཚད། རྩམ་ཚད། རྒྱ་གཟེར་ཚད་འཇུག། གྲང་བ་དཀར་དམར་འཇོག་པ། གཅིན་ལམ་དུ་ཚ་ཤར་བྱུང་བ། ལྡན་པུ་རྒྱ་ཚུ་ཚད་དམར་བཤུལ་དང་། མིག་སྐྱེ་གཉན་ཚད། མ་དང་པགས་ནད། གྲང་བ་ཚ་འཇོག་སོགས་ལ་ཕན།

**སྐྱེར་དཀར་མེ་ཏོག** ཚ་འཇུག་དང་འཕྲུལ་ཤོར་གཅོད། **སྐྱེར་དཀར་འབྲས་བུ།** གྲང་འཇུག་ཅོད། མ་ལྷ་བ་འཇུག། **སྐྱེར་ནག་འབྲས་བུ།** འཇུག་ཅོད།

**རོ་རྩམ་ལྷ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྡན།** བར་ཤུན། ཚ་བ། རོ་ལ། རྩམ་པ་བསིལ་ལ་སྐྱེས། ལྷ་རྒྱུ་ལ་བ། རོ་བོ་བསིལ། **སྐྱེར་དཀར་མེ་ཏོག** རོ་བསྐྱེས་ལ་ལ། རྩམ་པ་བསིལ། ལྷ་རྒྱུ་ལ་བ། རོ་བོ་བསིལ།

**སྐྱེར་དཀར་འབྲས་བུ།** རོ་སྐྱེས། རྩམ་པ་བསིལ། ལྷ་རྒྱུ་སྐྱེས་བ། རོ་བོ་དྲོད། **སྐྱེར་ནག་འབྲས་བུ།** རོ་སྐྱེས་བསྐྱེས། རྩམ་པ། རྩམ་ལ། ལྷ་རྒྱུ་སྐྱེས། རོ་བོ་དྲོད།



མེ་ཚོང་ཕྱི

Rosa  
macropylla



མེ་ཁོང་མོ།





དན་རྩི



དན་མ།







དོང་ག



གང་ཅུ་དང་འབྲུ།



དོང་ག གང་བྱ འབྲས་བྱ

**མིང།** དོང་ག **ལ་ཏྲན་མིང།** Cassia fistula  
**མིང་གཞན།** ཀཱཱི་ཀ་ར། ཉ་ཤ་ཀ་ར། ཤ་ཐུང་ཀ ཨ་རཏྱ། རྩ་ཇ་བྱིཟ། ལྷོན་ཤིང་གི་རྒྱལ་པོ། **སྐན་བྱ** འབྲ། གང་བྱ།  
**ཕན་ཡོན།** མཚན་དུག མཚན་པའི་ནད་རིགས། བད་ཀན་སྐྱུག་པོ་སེལ། རད་རིགས་དེ་དག་སྐྱོང་བ། སྲིན་ནད། དུག་སེལ་བ། གྲི་མ་འགགས་པ། མཁྲིས་ནད་སོགས་འཇམ་པོར་  
 སྐྱོང་བ། ཡན་ལག་སྐྱངས་པ་འཇོམས།  
**རོ་རྒྱས་བྱུ་རྩེས།** རོ་བསྐྱེལ་སྐྱུར། རྒྱས་པ་ཚ་སྐྱུམ། བྱུ་རྩེས་སྐྱུར་བ། རོ་བོ་བསེལ།



ཀ་མིང་མོ།



མེལ་བ་མོ།



ཀ་པེད།



བེལ་བ།

མིང་། ཀ་པེད། ལ་ཏན་མིང། **Lagenaria siceraria** བེལ་བ་མོ། **Aegle marmelos**  
 མིང་གཞན། ཀ་པེད། ལ་ཏ་ཀ ར་སྒྲི་ཅི། འཁྲུ་གཅོད་གཅོ་བོ། ཆག་ཚང་ཀྱ་བ། **བེལ་བ།** བིཟ། དཔལ་འབྲས། དཔལ་གྱི་འབྲས་ཅན། རྟི་ལ། ལྷ་ལྷ་ར། ལྷ་རི་པ་ལ། འབྲུ། གསེར་ལ་ལུང་བ། མིང་གཞན། ཀྱ་བའི་ས་བོན།  
 ལྷན་རྒྱ། འབྲས་བུ། ས་བོན། སན་ཡོན། ཀ་པེད། འཁྲུ་ནད་ཚ་གྲང་མེད་པ་གཅོད། ལྷག་པར་རྒྱ་ལོང་གི་ཚ་འཁྲུ་གཅོད། མ་དང་སྒོ་ནད་སེལ། **བེལ་བ།** འཁྲུ་བ་གསར་རྙིང་མེད་པ་གཅོད། མ་དང་སྒོ་ནད་སེལ། ལྷག་པར་བཀྲ་ཤིས་པའི་རྩལ་སྲུ་སྒྲོད། གསེར་ལ་ལུང་བ། འཁྲུ་བ་གཅོད། རད་རླུགས་རུས།



ཉོང་ལེན་མཚོག



ཉང་ལེན་དམན་པོ།



**མིང།** རྩོད་ལེན། **ལ་ཏན་མིང།** རྩོད་ལེན་མཚོག། *Picrorhiza kurroa* **རྩོད་ལེན་དམན་པ་ལོ།** *Lagotis ramalana batalin* **མོ།** *Lagotis yunnannensis* w.sm  
**མིང་གཞན།** བདུང་ཚེ་ཀ་ལྷེ་ཏ། མ་མོ་ཀ་ལ། བྱ་ཆན་སུག་པ། ལའི་ལྷེར་མོ། སྤྱ་ཚེ་ཤེལ། གཡའ་ར་རུག་མ། ག་སུར་གཟིལ་གཞོན། རྒྱང་སུ་མདེའུ་འབྲིན། སྤྱན་ཆན་ང་གཡོག  
**སྐྱེ་བ།** ཚ་བ། དེང་རྒྱལ་ལོ་ལྗོངས་མེ་འབྲས་ཆ་ཚང་།  
**ཕན་ཡོན།** **རྩོད་ལེན་མཚོག།** ཚད་པའི་ནད་རིགས་ཀྱན་སེལ། ལྷག་སྐྱེལ། ཁོང་ནད་འབྱུ། རྒྱང་པར་འབྱུགས་ཚད། དོན་ཚད། ལྷག་མཁྱིས་རྒྱས་པའི་ཚ་བ། སྤང་ཐབས། ལྷོག་པ། གཟེར་ཐུང་། དུག་  
ནད་སེལ། བྱིས་པའི་འབྱུ་ལ་མཚོག **རྩོད་ལེན་དམན་པ།** གོང་མཚུངས་ཁར་རིམས་དང་། དུག་རྒྱང་ནད་བརྗོད་རེངས་སེལ།  
**རོ་རུས་ལྷུ་རྗེས།** **མཚོག།** རོ་ཁ་བསྐ རུས་པ་བསེལ་ཡང་རྩུབ། ལྷུ་རྗེས་ཁ། རོ་བོ་བསེལ། **དམན་པ།** རོ་ཁ། རུས་པ་སྐྱ་བསེལ་རྩུབ། ལྷུ་རྗེས་ཁ། རོ་བོ་བསེལ།



ལྷང་ཚེ་དོ་ལོ།



ལྷན་ཅིང་བ།



མྱེང་མེ་འབྱུར་བཀ་མཁ།



མང་ཚིང་བོ།



ལྷག་ཚིང་བོ།



མང་ཚིང་འབྱུར་བག་ཅན།

མིང། **མང་ཚིང་བོ། ལ་ཏན་མིང།** *Prerocephalus hookeri* **མིང་གཞན།** ཆེག་ཕུབ་དཀར་བོ། ཨ་མགོ་བེར་ག ཨ་མགོ་བེར་གྱོན། བེ་གུ་ཚུང། རྟུ་ཚུང། ཀུན་བྱེད་རྒྱལ་བོ། བོ་བོ་མགོ་གཏུ། ཐེའུ་རང་མགོ་ཐོག་དཀར་མགོ་དགུ་དཔེ་དཀར། ཚི་མགོ་དོག་བདུང་ཚི་འཆི་སོས། ལྷ་བའི་བཅུད། བེ་དོ། དོ་བོ་མ། ལྷ་མོ་བེར་ག་དཔའ་བོ་དོ་རྗེ། སྤུང་མོ་མདེའུ་འབྱེན། མི་ཤན་མགོ་  
**ལྷག་ཚིང་བོ།** *Prerocephalus bretschnideri pritz* **མང་ཚིང་འབྱུར་བག་ཅན།** ལྷུ་བུ་ཏུ་ཏུ་སོགས་ཟེར། **པན་ཡོན།** ཆམ་རིམས། ཚང་རིམས། དུག་ཚང། སྤོང་ཚང། འགག་ཚང། ཚ་བའི་ནད་རིགས་གསར་རྟིང། དྲེག་གུམ་བུ། འགག་འབྲུགས། རྒྱ་གཟེར། མ་དན། གཉན་ཚང། མེན་བུའི་ནད། འུང་པར་སྐང་པའི་ནད་སེལ། **རོ་རུས་ལྷ་རྗེས།** རོ་ལ། རུས་པ་ཡང་རྒྱབ་བསེལ་རྒྱལ། ལྷ་རྗེས་ལ། རོ་བོ་བསེལ།









མིང་། རེ་སྐོན་ཚི་དམར། ལ་ཏན་མིང། *Corydalis hendersonii* hemsl ཚི་སྐྱ། *Prerocephalus bretschnideri* pritz ཚི་དམར་ཟིལ་པ་ཅན།  
*Dipsacus chinensis* batal  
 མིང་གཞན། ཚི་དམར་རྐང་གཅིག་ཤུག་རོན་རྐང་དམར། ཚི་དམར་ཟིལ་པ། ཟླ་བའི་དུག་རྒྱ་རེ་མཐོན་པོ། ཚི་མིན་ཚིའི་མིང་ཅན། ཚི་དམར་རེ་སྐོན། ཚངས་པ་ཟངས་རྐང་།  
 སྐན་རྒྱ། ཚ་སྤོང་ལོ་མེ་འབྲས་ཉིལ་པོ།  
 པན་ཡོན། བྲག་སྐྱེ། འདུས་ནད་སྐྱུག་པོ། ཚ་ཚད། བྲག་ཚད། འབྲུགས་ཚད། དོན་ཚད་རྣམས་སེལ།  
 རོ་རུས་བྱ་རྩེས། རོ་ཁ་བ། རུས་པ་བསེལ། བྱ་རྩེས་ཁ་བ། རོ་བོ་བསེལ་བ།



གྱི་ལྗེ་དཀར་ལོ།



ཀྱི་མེ་ནག་པོ།



**མིང།** གྱི་ལྗེ་དཀར་པོ། **ལ་ཏཱ་མིང།** *Gentiana straminea mixim*      **གྱི་ལྗེ་ནག་པོ།** *Gentiana waltonii burk*  
**མིང་གཞན།** ཏ་ཡ་མ། ཏ་ཡ་ལྷ་མ། སློབ་བྱེད། བིལྷ་ཀྲ་ཉ། ཀྲ་ཀ་རྒྱ་བྱ་དཀར་ཅན། ཤ་ལང་བ། ཤ་ལང་འབངས། བོང་རྩ་བ། སྐྱུ་དཀར། གཞོན་སྐྱེན་ལྗེ། ཤེལ་ཐང་དཀར་པོ། ལ་ཤུམ་དཀར་པོ། བྱི་དཀར་དུང་གི་ཐག་པ་ཅན། བྱི་ལྗེ། **གྱི་ལྗེ་ནག་པོར།** རྩ་མ། སློབ་བྱེད། ཤེལ་ཏང་ནག་པོ། ལྷུང་དུག་ནག་པོ།  
**སྐྱེ་རྒྱུ།** མེ་ཏོག ཡན་ཡོན། **གྱི་ལྗེ་དཀར་པོ།** སྣོད་ཚོད། མཁྲིས་ཚོད། དུག་ཚོད། ལྷག་གཙོད། ཡན་ལག་སོགས་སྐྱངས་པ་འཛོམས། ཅ་ཚད་ཚོམ། མངོ་ནད། སློ་རྩག་འདྲེན་པ། བཟེགས་ཐལ་གྱིས་རྐྱང་གིས་འབོག་པ་དང་འཐེབས་པ་སེལ། ཅ་ལེའི་ཁར་ཚ་བ་སེལ། མཁྲིས་པ་སྣོད་ལྷུང་འབྲུ། **གྱི་ལྗེ་ནག་པོ།** ཡན་ལག་སོགས་གཉན་གྱིས་སྐྱངས་པ་དང་ལྗེ་སྐྱངས་འཛོམས། ལྷུ་སེར་སེལ། ཐག་པས་གྲེ་འགགས་སེལ། གཉན་ནད། རློགས་ཚོད། ལྷུག་པས་ལྷུ་སེར། ལྷུ་བྲ། བགས་ནད་ལ་ཡན།  
**རོ་རྩས་ལྷུ་རྩེས།** **གྱི་ལྗེ་དཀར་པོ།** རོ་ཁ་བ། རྩས་པ་བསེལ་རྩུབ། ལྷུ་རྩེས་ཁ། རོ་བོ་བསེལ། **གྱི་ལྗེ་ནག་པོ།** རོ་ཁ་བ། རྩས་པ་བསེལ། ལྷུ་རྩེས་ཁ། རོ་བོ་བསེལ།



ଅଁଳା



མིང། ཐིལ་ལྷ། ལ་ཏན་མིང། *Dracocephalum tanguticum maxim*

མིང་གཞན། ལྷ་མོ་གུར་གུམ། བཅུན་མོ་གུར་གུམ། འཛིབ་ཚེ། འཛིབ་བྲ། བ་བ་རེ་ཀོན། ད་ན་ཏིག། ཏིང་ལེ་བྱིན། བོད་ཀྱི་གུར་གུམ། གཡུ་རྫོག་འཁན་བྲ། ཚིའུ་ཇི་ཆེན། དར་ཚོན་འཕྱར་བ། རྟེའུ་རྫོག་བ། རྟེའུ་རྫོག་བ། ཚེའུ་བ། མཆིན་སྐྱན་ཚེའུ། གཡུ་ལོ་དར་ཡ་ཀན། མ་རི་ཚོ། འཁན་བྲ་ལོ་སྟོན། ཀུན་འཛོམས་ག་བྲར།

སྐྱར་རྒྱ། ལོ་སྟོང་མེ་འབྲས་ཡོངས། **ཕན་ཡོན།** རོ་བ་དང། རྫོ་བ། མཆིན་ཚད་སེལ། ལྷག་གཙོད། མ་འབྲུབ། རྒྱ་སེར་སྐྱེལ། བད་ཀན་སྐྱེལ་བོ། ཚ་བས་རྒྱ་བསགས། རིམས་ནད་སེལ།

**རོ་ལུས་ལྷ་རྒྱེས།** རོ་མངར་ལ། ལུས་པ་བསེལ། ལྷ་རྒྱེས་མངར། རོ་བོ་བསེལ།



གསེར་གཡའ་ཀྱི་མ།



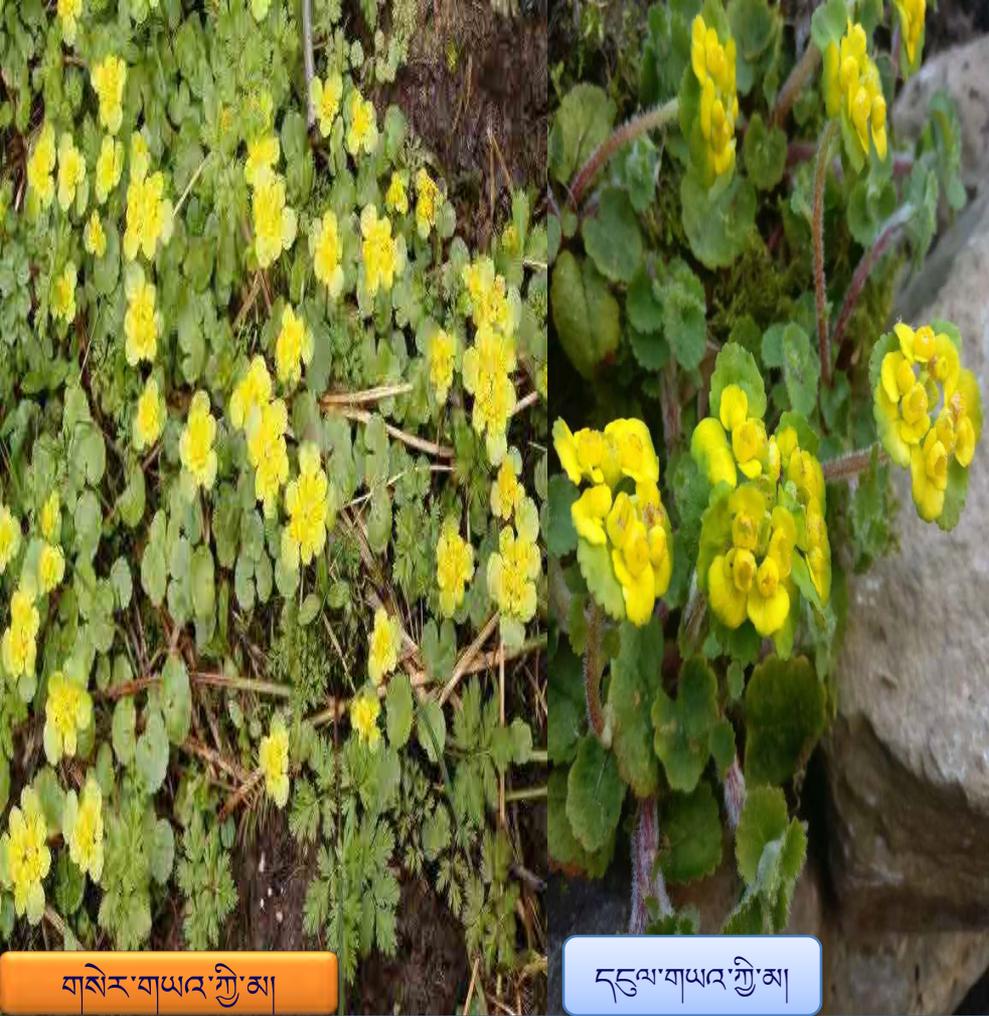
དུལ་གཡའ་གྱི་མ།



ཟངས་གཡའ་ཀྱི་མ།



ལྷགས་གཡང་གྱི་མ།



གསེར་གཡའ་གྲི་མ།

དངུལ་གཡའ་གྲི་མ།



ཟངས་གཡའ་གྲི་མ།



སྤྲུགས་གཡའ་གྲི་མ།

མིང། གཡའ་གྲི་མ། ལ་ཉན་མིང། **Chrysosplenium carnosum** གསེར་གྲི། **Chrysosplenium griffithii hook** དངུལ་གྲི། **chrysosplenium davidianum hook** ཟངས་གྲི། **chrysosplenium nepalense hook** སྤྲུགས་གྲི། **chrysosplenium nudicaule hook**

**མིང་གཞན།** རྒྱལ་པོ་ལྷ་བསེལ། གངས་གྲི་སྤྲོ་མོ། གཡའི་བརྩུང། བྲག་དར་ཡ་ཀན། བདུད་ཚི་རབ་བསེལ། མཁྲིས་སྤྲན་ལྷ་མེད། མཁྲིས་པའི་སྤྲན་མཚོག་རིགས། རྒྱལ་པོ་གཡའ་གྲི་མ། བརྩན་མོ་གཡའ་གྲི་མ། གསེར་གཡའ་གྲི་མ། དངུལ་གཡའ་གྲི་མ། ཟངས་གཡའ་གྲི་མ། སྤྲུགས་གཡའ་གྲི་མ།

**སྤྲན་རྒྱ།** ལོ་མ། སྤྲོ་མེ་འབྲས་ཚང་མ་སྤྲོད་པའི་ཕྱག་སྤོལ་འདུག **ཕན་ལོན།** མཁྲིས་ནད་མཁྲིས་ཚད་ཞི་ཞིང་སྤྲོད་ལ་སྤྲུགས། **རོ་རུས་ལྷ་རྒྱུས།** རོ་ལ། རུས་པ་བསེལ་རྩལ་སྐམ། ལྷ་རྒྱུས་ལ། རོ་བོ་བསེལ། (ཐམས་ཅད་མཚུངས།)



གཤོང་ལྗང་།

*Gentiniana urnula*  
H. Smith



མིང། གང་གྲ་ཚུང། ལ་ཉན་མིང། *Delphinium brunonianum*

མིང་གཞན། རྒྱལ་མཚན་ག་གྲ་ཚུང། གངས་ལས་སྐྱེས་པའི་ཨ་རྟི་ཁ། དཀར་པོ་ཆེག་ཐུབ། ལ་ནས་འོང་བའི་དར་ཡ་ཀམ། གོང་མོ་བཅད་སྐྱོར། གང་ཚུང།

སྐན་རྒྱ། མེ་ཏོག་ཡིན་ཀྱང་རྩ་ལོ་སྤོང་བོ་ཡང་ཕྱག་ལེན་གནང། བན་ཡོན། དུག་སེལ། ཚད་འཁྱུང་དང། བད་ཀན་སྐྱུག་པོ་ཁྲག་སྐྱུག་གཅོད། ཚ་བ་ནད་རིགས་དང་ཁྲག་ཚད་ལ་མཚོག་ཏུ་ཕན། ཚ་བས་སྐྱངས་པ། མ་ཚད། སྐྱོ་ཚད། ཆམ་རིམས་སེལ། རོ་རུས་ལྷ་རྗེས། རོ་ཁ་བ། རུས་བསེལ་རྩལ་སྐྱམ། ལྷ་རྗེས་ཁ་བ། རོ་བོ་བསེལ།







བྱ་ཚོད་སྟོན།

བྱ་ཚོད་སྟོན་ལྗང་།

མིང་། བྱ་ཚོད་སྟོན། ལ་ཏན་མིང་། *Delphinium brunonianum* བྱ་ཚོད་སྟོན་ལྗང་། *Delphinium chrysoctrichum*

མིང་གཞན། བདུང་ཚེ་ཚེག་ཐུབ། སྲིན་བྱ་མགོ་ཅན། སྟོ་མ་གེ་ཏ། སྟོ་ཤིག་གསོད། སྟོ་ཚེ་དྲི་ཅན། ཚོད་སྟོན། ལྷུ་སྟོ་ཚེ།

སྐན་རྒྱ། ཅ་ལོ་མེ་འབྲས། བན་ཡོན། མདེའུ་དང་། བྱ་རོ། ཤ་མ། ལུག་རྩ་ནམས་ཕྱིར་འབྱེན། མ་ཚད་དང་ལྷུ་སེར་སྟེམ། མོ་ནད་མངལ་ཚབས་སེལ། རོ་རུས་ལུ་རྗེས། རོ་ལ། ལུས་པ་རྩལ་རྩ་གཡོ་བསེལ། ལུ་རྗེས། ལ་བ། ངོ་བོ་བསེལ།



ཡུ་མོ་མདེལ་འབྱེན། *Paraquiligia microphylla* (Royle)  
Drumm et Hutch



**མིང།** ཡུ་མོ་མདེའུ་འབྲིན། **ལ་ཏན་མིང།** *Paraquiligia microphylla* (Royle) Drumm et Hutch

**མིང་གཞན།** མེན་པོ་དུལ་དུལ། བྲག་སྐྱེས་ག་བྱར། ཡུ་མོ་བ། མགོ་ཚག་རྩ་འཛོན། ཐང་དཀར་བཅད་འབྱོར། རྒྱལ་པོ་སྐྱེ་སྐྱན། སིན་པོ་བྲག་ལ་མདའ་རྒྱལ། ཟག་ལྷུ་མེན་པོ། བྲག་སྐྱན་ཨུ་མི། རོ་མཚར་ཅན།

**སྐྱེ་རྒྱུ།** རྩ་ལོ་མེ་འབྲས། **ཕན་ཡོན།** མདེའུ་དང་། བྱ་རོ། ཤ་མ། ཟུག་རྩ་ནམས་ཕྱིར་འབྲིན། མ་ཚད་དང་རྩ་སེར་སྐྱེས། མོ་ནད་མངལ་ཚབས་སེལ།

**རོ་རྒྱས་བྱ་རྒྱུ།** རོ་ལ། རྒྱས་པ་རྩལ་རྩོ་གཡོ་བསེལ། བྱ་རྒྱུས། ལ་བ། རོ་བོ་བསེལ།



ཉ་ལྷགས་ནག་པོ།





ཉ་ལྷགས་དཀར་པོ།



ཏྲ་ཕགས་ནག་པོ།



ཏྲ་ཕགས་དཀར་པོ།

མིང། ཏྲ་ཕགས། ལ་ཏན་མིང། *Phlomis rotata* ཏྲ་ཕགས་དཀར་པོ། *Oreosolen wattii hook*  
མིང་གཞན། འཛིབ་བྱ་མེ། ཏྲ་བྲེག་པ། ཏྲ་སྐྱམ། བདུད་ཚི་ཇ་ཁྱག། སྐྱུང་གི་ལྷམ་ཀྲ། བ་ལ་རུ་རུ། འབྲོག་མོ་རྒྱབ་ཕྱིས། མི་རྒན་བང་ཀོ། མེ་ཏྲོག་ཐེང་བ། ཚ་སྐྱུང་ཚོན་པོ། འོ་འཛིབ། ཏྲ་རུ་བ་ལ། ཏྲུ་བ་ལ། ཏྲུ་བ་རི་ཀོན། སྐན་རྒྱ། ཚ་ལོ་མེ་འབྲས། བན་ལོན། ལྷ་བ་འཛིན། རྒྱ་ལེར་འབྲེན། ཅུས་ཆག་སྐྱོད། རྒྱུང་ནད་དང་ཤ་དུག་ལ་དཀར་པོ་དགོས། རོ་རུས་བྱུ་རྗེས། དཀར་པོ། རོ་མངར་ལ། རུས་པ། བསིལ་འཇམ། བྱུ་རྗེས་མངར་བ། རག་པོ། རོ་མངར་ལ། རུས་པ་བསིལ་སྐྱམ། བྱུ་རྗེས་མངར།



ཨ་ཇི་པ་མཚོག



ཨ་རྟེ་པ་དམན་པ།





ཨ་ཏྲི་ཤ་མཚོག་



ཨ་ཏྲི་ཤ་དམན་པ།

**མིང།** ཨ་ཏྲི་ཤ། **ལ་ཏྲན་མིང།** **མཚོག་** fritillaria delavayi French

**མིང་གཞན།** དཀར་པོ་ཚེག་ལུབ། ལྷ་བདུང་ནག་པོ། གངས་ཀྱི་སྒོམ་ཚེ། དུག་མེད། བདུང་ཅི་ནད་འཛོམས། འོ་མ་འཛིན་པ། གཡའ་གྲོ། ལུ་གུ་སྦིང་། ཨ་ཏྲི་ཅི། དམན་པ།  
fritillaria cirrhosa d.don

**སྐྱེས་སྤོངས།** ཅ་བ་ལོ་མ་འབྲས་བུ། **ཕན་ཡོན།** མགོ་བོ་རུས་གས་ཚག་ རུས་ཚད། དུག་ནད་སེལ། རུས་པ་གས་ཚག་ལ་མཚོག་ཏུ་ཕན། ལྷ་མཚོན་གཅོད། ཅ་བ་དུག་ལ་བཟང་། ལོ་  
མས་ཚུ་སེལ་སེལ། འབྲས་བུས་མགོ་ནད་སེལ། སྦྱོངས་ཚད་ལ་མཚོག་ཏུ་བསྐྱེད། སྦྱོ་ནད་ལུས་སྦྱོབས་ཉམས་པ་གསོ། ཚམ་ཚད་གེ་བར་བབས་པ། དབུགས་མི་བདེ་བ། བྲག་ལུ་  
བ་ཤིན་ཏུ་ཕན། དམན་པ་རུས་པ་ཚེ་བར་སྤང་། **རོ་རུས་ལྷ་རྩེས།** རོ་མངར་ལ། རུས་པ་བསེལ། ལྷ་རྩེས་བསེལ།



ལྷང་རྒྱན་དཀར་ལོ།



མང་རྒྱུ་ཚོལ་པ།



མཱང་རྒྱན་ནག་པོ།



སྣང་རྒྱན་དཀར་པོ།



སྣང་རྒྱན་ཚོན་པོ།



སྣང་རྒྱན་ནག་པོ།

མིང། **སྣང་རྒྱན་དཀར་པོར།** **ལ་ཏན་མིང།** **དཀར་པོ།** *Gentiana algita* **ཚོན་པོ།** *Gentiana sino ornate* **ནག་པོ།** *Gentiana veitchiorum*  
**མིང་གཞན།** ཏ་པ་ནི། ཀུན་ཏུ་གསལ། ལྷོ་ལྷོ་དཀར་པོ། སུང་ལོ་དཀར་པོ། བྱ་བ་མཚུག་གཞོན། ལྷོ་རྒྱ་མེ་ཏོག་བ་ལང་ཟས། གཞན་གྱིས་མི་ཐུབ། གཞན་ལས་རྒྱལ། རི་བོའི་ཚ་རྒྱ།  
 སྣང་རྒྱན་གཡུ་ལོ། **སྣན་རྒྱ།** མེ་ཏོག་ཕྱག་རྒྱན་འགར་ལོ་སྣང་མེ་འབྲས་ཡོངས་རྫོགས། **ཕན་ཡོན།** **དཀར་པོ་དང་ལྷོ་པོ།** སུག་གེ་བའི་ཚང་པ་དང་འགགས་པ། ཚ་བའི་ནང་  
 རིགས། ལྷོ་ཚང། ཚང་རིམས་སེལ། **ཚོན་པོ།** སུག་གེ་བའི་ཚང་པ་དང་འགགས་པ། ཚ་བའི་ནང་རིགས། ལྷོ་ཚང། འགགས་པ། ལྷོ་པ་སེལ། **ནག་པོ།** འབྲུམ་ནང། པགས་པའི་ཚ་  
 བ་སེལ། རོ་རུས་ལྷུ་རྗེས། **དཀར་པོ་གཉིས།** རོ་ཁ་བསྐྱར་རུས་པ་བསེལ། ལྷུ་རྗེས་ཁ་བ། རོ་བོ་བསེལ། **ནག་པོ།** རོ་ཁ་བསྐྱར་རུས་པ་བསེལ། ལྷུ་རྗེས་ཁ་བ།

ཨ་བྲག་ཚོར་སྣོན་གྲོང་པ།





ཚོར་སྣོན་གཡུང་བ།



ཚོར་ཚོན་གཡུང་བ།



ཚོར་ཚོན་གཡུང་བ།



སྐྱུག་རྒྱུང་མདན་ཡོན།

**མིང། ཨ་བྲག་ཚོར་ཚོན། ལ་ཏན་མིང། Meconopsis horridula**

**མིང་གཞན།** ཚོན་པོ་དར་ཡ་ཀམ། རྩ་འབྲེན་རྒྱལ་མོ། ཚོན་པོ་བདེ་སྦྱིད། ཟུག་རྩ་འདྲེན་བྱེད། ཚོར་མ་དར་བདུམ། མདའ་ལྷ་ཅན། ཨ་ཙ་རའི་རྗེག་འབྲས། ཨ་བྲག་ཚོར་ཚོན།  
བདུད་ཚི་དོ་བོ། དྲིང་མོང་ལྷ་བ། **སྐན་རྒྱ།** མེ་དོག **ཕན་ཡོན།** རུས་པ་གས་ཆག་དང་། རྒྱུང་པར་མགོ་བོའི་རུས་ཆག་སྦྱོར། ལྷ་བ་འདེགས། ཟླ་རིགས་གསོ། པགས་རལ་བ་དང་།  
རྩ་ཚད་མཐུད། རུས་ཚད་སེལ། རྩ་སེར་འདྲེན། རོ་སྟོང་དང་རྩེབས་ལོགས་གཟེར་བ་འཛོམས། **རོ་རུས་ལྷ་རྗེས།** རོ་ལ། རུས་པ་བསིལ་རྗེ། ལྷ་རྗེ་ལ་བ། རོ་བོ་བསིལ།



ལུག་ཅ་རྒྱལ་པོ།



2018.08.14 01:08

ལྷག་ཅུ་དམར་པོ།

ལྷག་ཅུ་སེར་པོ།





2018.08.15 22:13

ལྷག་ཅུ་དཀར་ལོ།





**མིང།** སེ་བའི་མེ་ཏོག ལ་ཏན་མིང། *Rosa omeiensis* Rolfe  
**མིང་གཞན།** མཁྲིས་སེལ། པ་ཚུ་རྩི་ཀ། ལྷག་མོ་གཟིག་ཀ་ན་ཀ། **ཕྱན་རྒྱ།** མེ་ཏོག་དང་འབྲས་བུ། **ཕན་ཡོན།** མཁྲིས་པ་སེལ། མཁྲིས་ནད་མགོ་གཟེར་འཛོམས། རླང་ཁ་གཞོན།  
རིམས་ནད་ཞི། བད་མཁྲིས་ལྡན་པ་འཛོམས། ཚ་སྐྱབས་ཀྱི་ནད་ནམས་སྤྱད། རློ་ནད་སེལ། **འབྲས་བུ།** མིག་ནད་སེལ། **རོ་ལུས་ལྷ་རྩེས།** **མེ་ཏོག** རོ་མངར་སྐྱར་ལ། ལུས་པ་སྐྱེ་  
བསེལ་འཇམ། ལྷ་རྩེས་མངར། རོ་བོ་བསེལ། **འབྲས་བུ།** རོ་མངར། ལུས་པ་སྐྱེ་བསེལ་འཇམ། ལྷ་རྩེས་མངར། རོ་བོ་བསེལ།



མེ་བའི་མེ་ཏྲོག

Rosa rugosa alba



མེ་བའི་འབྲས་བུ།



**མིང་།** སེ་བའི་མེ་ཉོག་ **ལ་ཉིན་མིང་།** *Rosa omeiensis* Rolfe **མིང་གཞན།** མཁྲིས་སེལ། པར་རྟེན་གྱི་སྟག་མོ་གཟིག་ཀ་ན་ཀ་ **ཕྱན་རྒྱ།** མེ་ཉོག་དང་འབྲས་བུ།  
**ཕན་ཡོན།** **མེ་ཉོག་** མཁྲིས་པ་སེལ། མཁྲིས་ནད་མགོ་གཟེར་འཛོམས། ལྷུང་ཁ་གཞོན། དེམས་ནད་ལི། བད་མཁྲིས་ལྡན་པ་འཛོམས། ཅ་སྐྱབས་ཀྱི་ནད་ནམས་སྲུང། རྩོ་ནད་སེལ།  
**འབྲས་བུ།** མིག་ནད་སེལ། རྩོ་བས་སྦྱང། ཚད་རིམས་གསར་རྙིང་སེལ། **རོ་རྒྱས་ལྷ་རྩེས།** **མེ་ཉོག་** རོ་མངར་སྐྱར་ཁ། ལུས་པ་ཕྱི་བསེལ་འཇམ། ལྷ་རྩེས་མངར། རོ་བོ་བསེལ། **འབྲས་བུ།** **རོ་མངར་སྐྱར།**  
རྒྱ་རྩེས་མངར། རོ་བོ་རྩུང་བསེལ།



ལྷག་མིག





མེ་རྟོག་ལྷན་མིག



2018.08.14 01:45

ལྷག་མིག་རྒྱ་བའི་སྤྱན་ཅན།



དཔང་ལྷུང་མེག



མེ་ཏོག་ལྷག་མིག



དབང་ལྷག་མིག



**མིང། མེ་ཏོག་ལྷག་མིག ལ་ཏིན་མིང། Aster himalaicus Clarke**

མིང་གཞན། རྒྱལ་བའི་སྤུན་ཅན། ལོ་སྤང། སློལ་སློན་སློང་འཁོར། སློབས་བཟང་མིག འདབ་སློན་སློང་ལྷན། ལྷོ་ལ་ལྷུ་ལྷུ། སློན་པོ་དངུལ་མདོག མེ་ཏོག་ལྷུ་ལྷུ། རལ་གྲིའི་འཁོར་ལོ། ལྷག་མིག་སློན་པོ། ལྷུ་སྤྲེལ་མའི་མིག ཨ་བྲག་སློན་པོ། ལྷུ་ལྷུ་ལ་རལ་གྲི་མ། ལྷུ་ལྷུ་ལ་རལ་གྲིའི་འཁོར་ལོ། **སྤུན་ལྷུ། ལྷག་མིག་མེ་ཏོག** བན་ཡོན། དུག་དང་རིམས་ཚད་སེལ། དུག་བྲས་པས་ཤུ་བ། རེངས་འཁུམས་བསྐྱེད་ས། **རྒྱལ་བའི་སྤུན་ཅན། ལོང་མཚུངས་ཁར།** རྣག་ཁྲག་སྐྱེམ། སློ་བ་དང་མཚེན་ཚད་སེལ། **དབང་ལྷག་མིག** ལོང་མཚུངས་སྤོང་གདོན་ཚད་སེལ་བར་བཟང། **ལྷག་ལྷུང།** རིམས་འད་དང། དུག་སྤུག་པོ། ཚ་ཚད། གདོན་འད། མ་རིགས་སེལ། **རོ་རུས་ལྷུ་ཇེས། ལྷག་མིག་རིགས་གསུམ།** རོ་ལ། རུས་པ་བསེལ། ལྷུ་ཇེས་ལ། རོ་བོ་བསེལ། **ལྷག་ལྷུང།** རོ་ལ་མངར། རུས་པ་བསེལ། ལྷུ་ཇེས་ལ། རོ་བོ་བསེལ།



ཕྱོགས་

Xanthoria fallax arn





གཡུ



མིང་། གཡུ། ལ་ཏན་མིང་། Turuoise  
 མིང་གཞན། རྩོམ་ཀླུ་ལོ། ལོ་རྒྱུ་ལོ། རིན་པོ་མེད་ཀླུ་ལོ། ལྷན་རྒྱ་ལེགས་གསལ། **པན་ཡོན།** རྩལ་དང་། མཚན་ཚད། མིག་ནད་སེལ། རོ་རྩལ་ལྷུ་རྩེས། རོ་བསྐྱ་མངས། རྩལ་པ་བསེལ། ལྷུ་རྩེས་ཁ་བ། རོ་བོ་བསེལ། **རིགས།** རྩལ་ལྷུ་བཞི། རོད་གཡུ་གཡུ་རྩིང་གསུམ། རྩལ་དཀར། རྩལ་དམར། གཡུ་སྤྱང་། བར་གཡུ་གཉིས། འོ་ཁ་ཅན་གཡུ་སྤོན། བར་དམར། གཡུ་གསར་གསུམ། རྩལ་ལྷུ་ འབྲུམ་ཅན་གཡུ་རོ། རྩལ་སེ།



ସମାପ୍ତ



**མིང།** བྲག་ལྷན། **ལ་ཏན་མིང།** Troglodytes  
**མིང་གཞན།** ལམས་ལྗེ་བཅུད་སྐྱེན། ལྲག་དར་ཡ་ཀན། ལྲག་འདྲ། མཆེན་མཁྲིས་ནད་སེལ། མཆེན་སྐྱེན་མི། བྲག་གི་ལྲག་བྲག་གི་ཅུ་རྟེ་ར། བྲག་གི་རྒྱ། བྲག་གི་བདུད་མི། འབྲུང་བའི་ལྲག་རིན་ཆེན་བཅུད། ཤི་ལ་རྩོད་དུར། ས་སྤེང་ནད་འཛོམས། སྤིང་བའི་ལམས་དམར། སྤིང་བའི་བྱང་སེམས་དམར་བོ། ཨ་ག་ཡ། ཨ་བ། ཨ་སྤི་རི། ཨྱ་མའི་མངལ་ལྲག་དར་ཡ་ཀན། **སྐྱེན་ལྷན།** བྲག་ལྷན་ལྷན།  
**ཕན་ལོན།** ཚད་བའི་ནད་རིགས་དང་། ལྲུང་བར་ཕོ་མཆེན་མཁྲིས་ཚད་སེལ་བའི་མཚོག་མཆེན་ནད་རྟིང་པ། ལྷ་སྤི་སེལ། ལྷ་ཚད། ལྷ་ག་བོ། དྲིག་ནད། མིག་ནད། ལུས་སྤོབས་ཉམས་པ་གསོ།  
**གསེར་ལྷན།** ཚོ་རིང་གསོས། ལྷ་མཁྲིས་སེལ། **དུལ་ལྷན།** མཛོ་ནད་འཛོམས། ལྷ་སེར་སེལ། **ཟངས་ལྷན།** ལྷ་ག་ལྷན། བད་མཁྲིས་སེལ། **སྐྱེན་ལྷན།** མཆེན་ནད་སེལ། བད་ཀན་སེལ། **ལ་ཏན་ལྷན།** ལོང་དང་མཚུངས་ཀྱང་ལུས་པ་དམར། རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ། ༡༡༥ ལྷ་མཐར་ལོད་པར་བཞེད། རོ་ལུས་ལྷ་རྩེས། རོ་མངར་ལ། ལུས་པ་བསེལ་འཇམ་རྩོ། ལྷ་རྩེས་མངར། རོ་བོ་བསེལ།