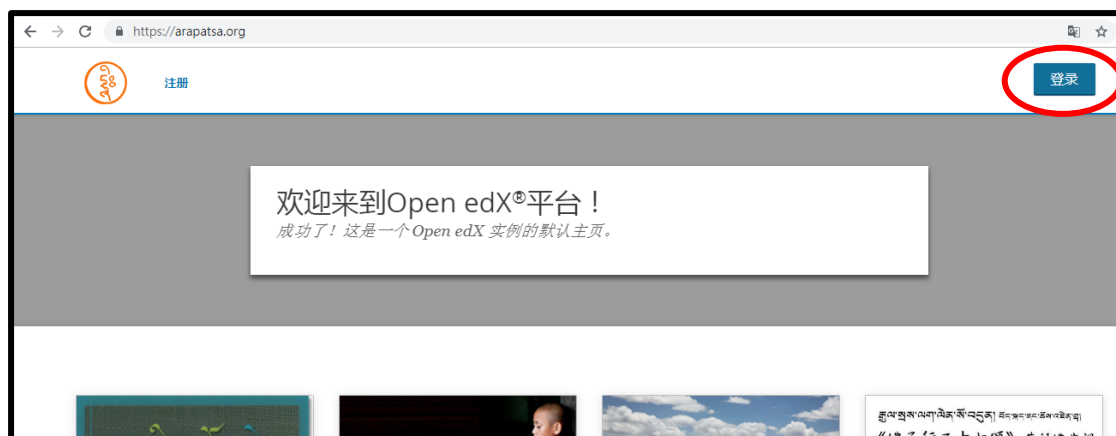
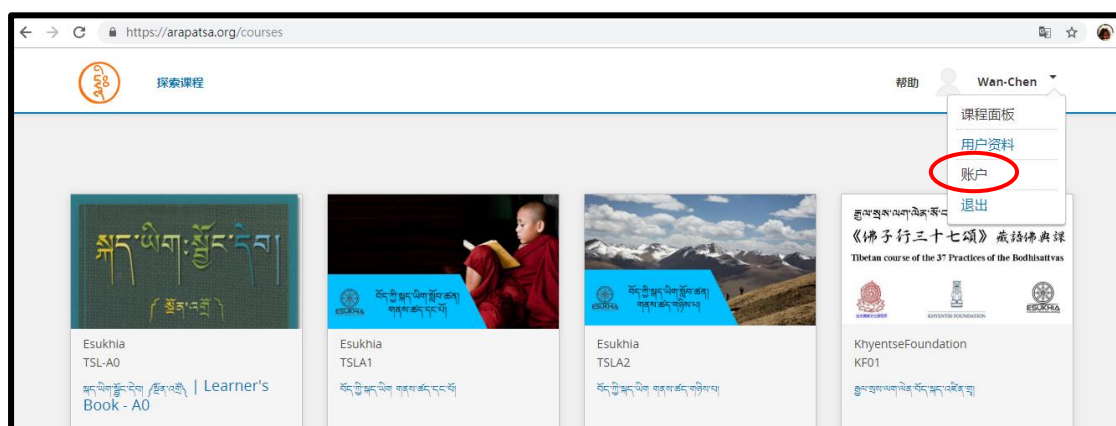


1. 注册后，登入。



2. 若要使用中文接口，请在第一次登入后，选择「账户」。



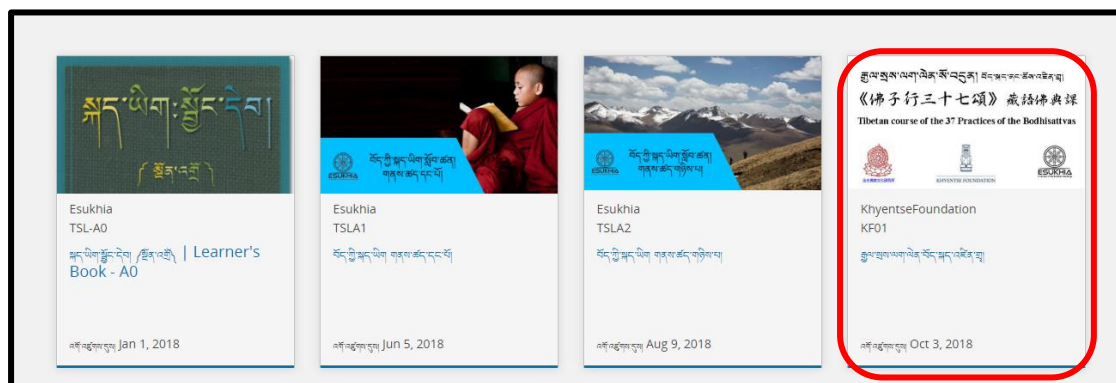
3. 语言项目选择「中文（简体）」。



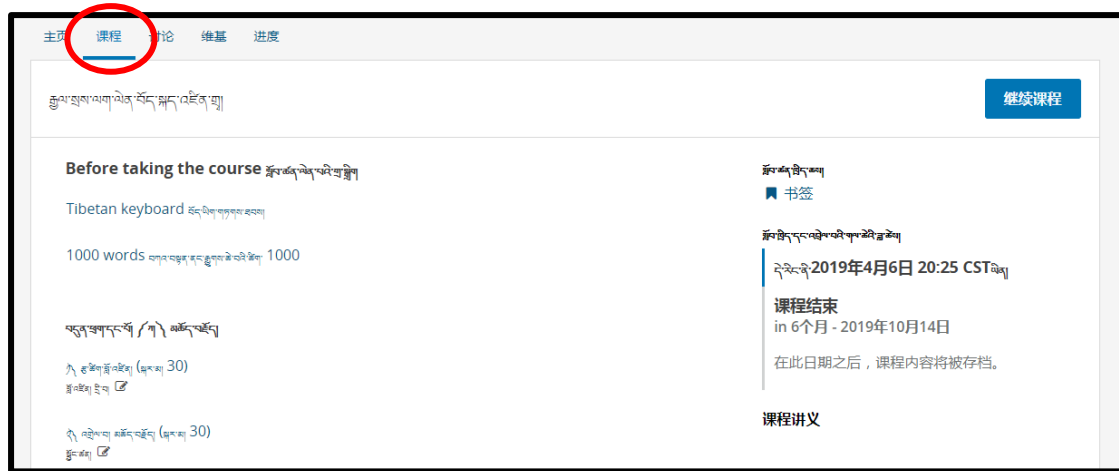
4. 之后，點選左上方「探索課程」，返回課程頁面。



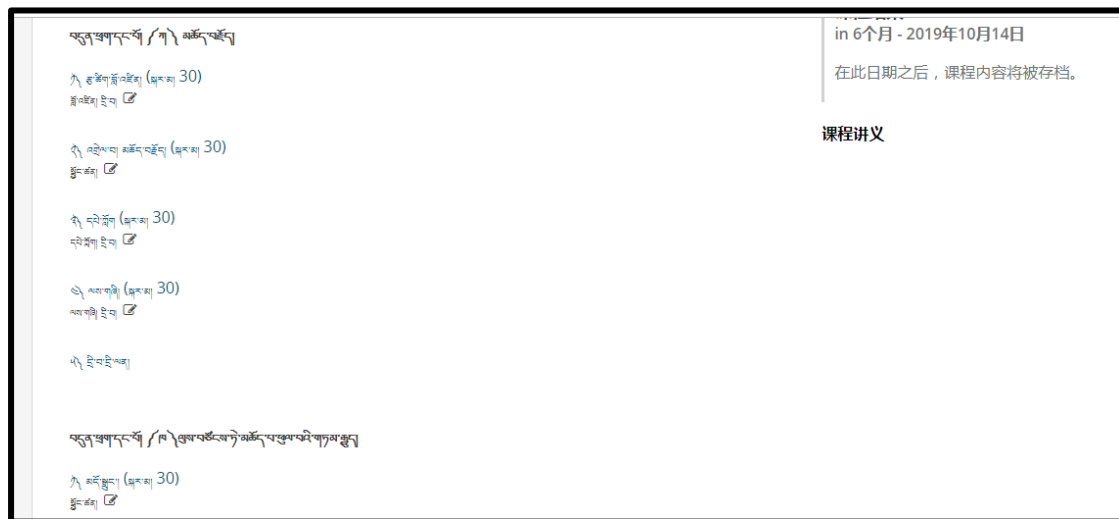
5. 點選「《佛子行三十七頌》藏語佛典課」的图片后，再點選「查看課程」。



6. 之后，点选「课程」。



7. 「课程」内容依周数排序，第一周为「书首礼赞」、第二周为「立誓造论」、第三周为第一偈。



8. 前八周是每周教授一个偈颂，第九周开始则是每周教授两个偈颂。一个偈颂内有许多细项，皆可一一点入进入学习。

བདུན་པ་ལ་དང་པོ་། ཀ། མཚོན་བཞོན་།

ཉེ་ ཅེས་གསུངས་། (གླེང་མཁུ་ 30)
 མཚོན་ ཅི་བ།

ཉེ་ འགྲེལ་བ། མཚོན་བཞོན་། (གླེང་མཁུ་ 30)
 ལྷོང་ཚན་།

ཉེ་ དཔེ་ལྷོག་། (གླེང་མཁུ་ 30)
 དཔེ་ལྷོག་ ཅི་བ།

ཉེ་ ལམ་གཟི། (གླེང་མཁུ་ 30)
 ལམ་གཟི་ ཅི་བ།

ཉེ་ སྤི་བ་སྤི་ལན།

བདུན་པ་ལ་དང་པོ་། ཀ། ལྷོ་བཅོམ་ཏེ་མཚོན་བཞོན་ལ་ལྷོ་བཅོམ་ཏེ་གླེང་མཁུ་།

ཉེ་ མདོ་ལྷོང་། (གླེང་མཁུ་ 30)
 ལྷོང་ཚན་།

9. 课程内容，以下列图示为例。主要分三：「书面解释」、「作答练习」和「影音解释」。

主页 课程 讨论 维基 进度

课程 > བདུན་པ་ལ་དང་པོ་། ཀ། མཚོན་བཞོན་ > ཉེ་ འགྲེལ་བ་མཚོན་བཞོན་ (གླེང་མཁུ་ 30) > ཉེ་ འགྲེལ་བ་མཚོན་བཞོན་

< 上一个 | 下一个 >

如何下载声音档

课程中的偈颂发音练习与偈颂内容简介两部份都有声音档可供学员下载，以便在不上线时，也能练习发音和听力。

一、 偈颂的声音档分为念诵版与唱诵版。

下载方法：

1. 请将鼠标的光标移至下图红色的位置，然后按下鼠标左键。

ལཱ་ ལྷ་ཚེག་གི་མཚན་བརྗོད་ཀྱི་སྒྲ

[Bookmark this page](#)

འདོན་ཏེ།



མགུར་ཏྲ་དང་པོ།



2. 便会出现「下载」字样。请在「下载」处按下鼠标左键，档案便开始下载。

ལཱ་ ཚུ་ཚོག་གི་མཚོན་བཅོམ་གྱི་སྒྲ

[Bookmark this page](#)

འདོན་ཏ།



མགུར་ཏ་དང་པོ།



二、 偈颂内容简介

下载方法：

1. 请将鼠标的光标移至下图红色的位置，然后按下鼠标左键。

ཀཱཱ་ འགྲེལ་བཤད། སྒྲ་དང་ཡི་གེ

[Bookmark this page](#)



ཚོས་ཐམས་ཅད་འགྲོ་ལོང་མེད་པ་ནི་སྤོང་བ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཡིན། དོན་དེ་མངོན་སུམ་ཏུ་གསལ་བོར་གཟེགས་ཡོད་ན་ཡང་། འགྲོ་བ་ལེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྷག་བཤམ་ལས་སྤོང་བས་པའི་དོན་ཏུ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བཅོམ་པ་གནང་མཁན། རང་གི་སྐྱེ་མ་མཚོག་དང་། འཕགས་པ་རྒྱན་རས་གཟེགས་གཉིས་ལ། དུས་རྟག་ཏུ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱིས་ཕྱག་འཚལ་ལོ། ཞེས་པའོ། ། འདི་ནི་མཚོན་བཅོམ་ཡིན། མཚོན་བཅོམ་ཅེས་པ་ནི། སྐད་ཆ་དང་ཚོག་སྐྱན་མའི་སྒྲོ་ནས་བསྟོད་པ་བྱས་པ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། དེ་ནི་མཚོན་བཅོམ་འབྲུལ་སྤྱོད་ཞིག་གསུམ་གྱི་འཚལ་སྤྱོད་ཡིན་ནོ། །

2. 便会出现「下载」字样。请在「下载」处按下鼠标左键，档案便开始下载。

ཀུ་ འགྲེལ་བཤད། ཟླ་དང་ཡི་གེ

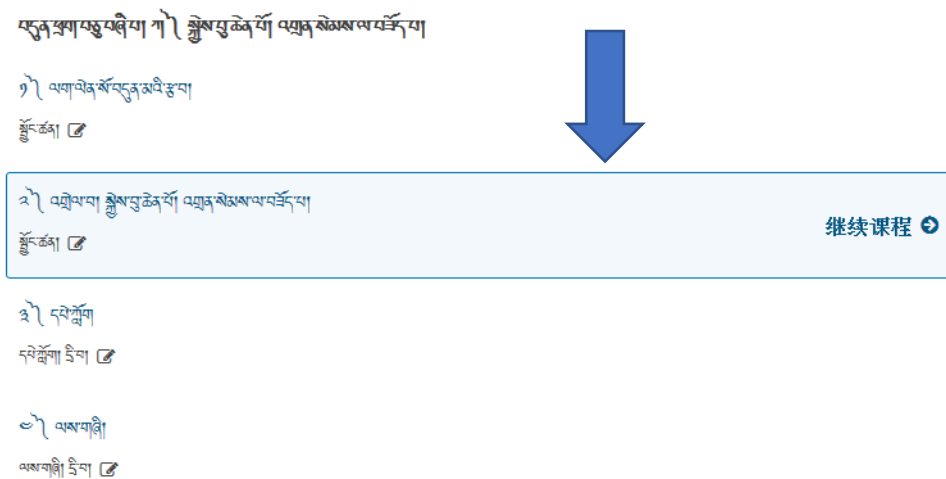
[Bookmark this page](#)



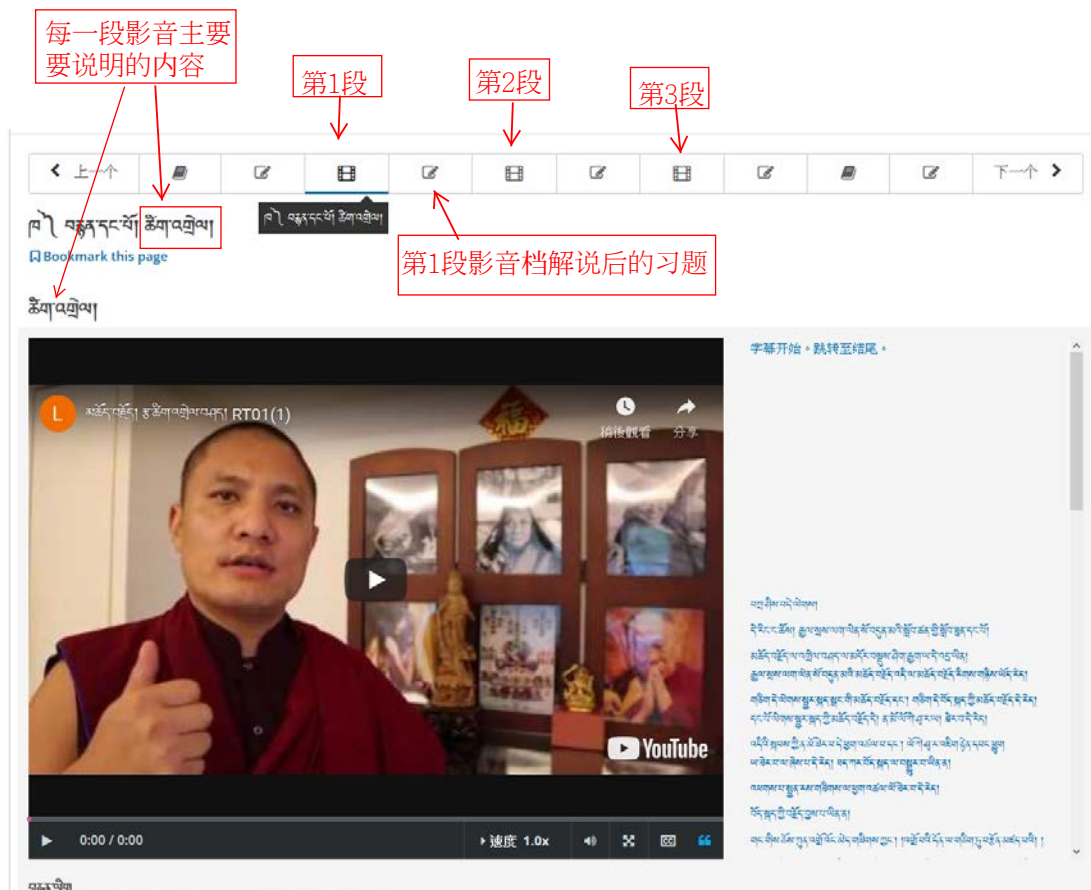
ཚོས་ ཐམས་ཅད་འགོ་འོང་མེད་པ་ནི་རྒྱུ་དང་ཉེ་ཤིང་གི་དོན་ཡིན། དོན་དེ་མངོན་སུམ་དུ་གསལ་བོར་གཟིགས་ཡོད་ན་ཡང་། འགོ་བ་མམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྷན་བཟུལ་ལས་རྒྱབས་པའི་དོན་དུ་མཐའ་གཅིག་དུ་བཅོམ་པ་གནང་མཁན། རང་གི་ལྷན་མ་མཚོག་དང་། འཕགས་པ་ལྷན་རས་གཟིགས་གཉིས་ལ། དུས་རྟག་དུ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱིས་ལྷན་འཚུབ་ལོ། ཞེས་པའོ། ། འདི་ནི་མཚོད་བརྗོད་ཡིན། མཚོད་བརྗོད་ཅེས་པ་ནི། རྒྱུ་ཚད་དང་ཚོག་སྟན་མའི་སློན་པ་བརྗོད་པ་བྱས་པ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། དེ་ནི་མཚོད་པ་འབྲུལ་ཚུལ་ཞིག་གསུལ་འཚུལ་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །

如何开启影音档

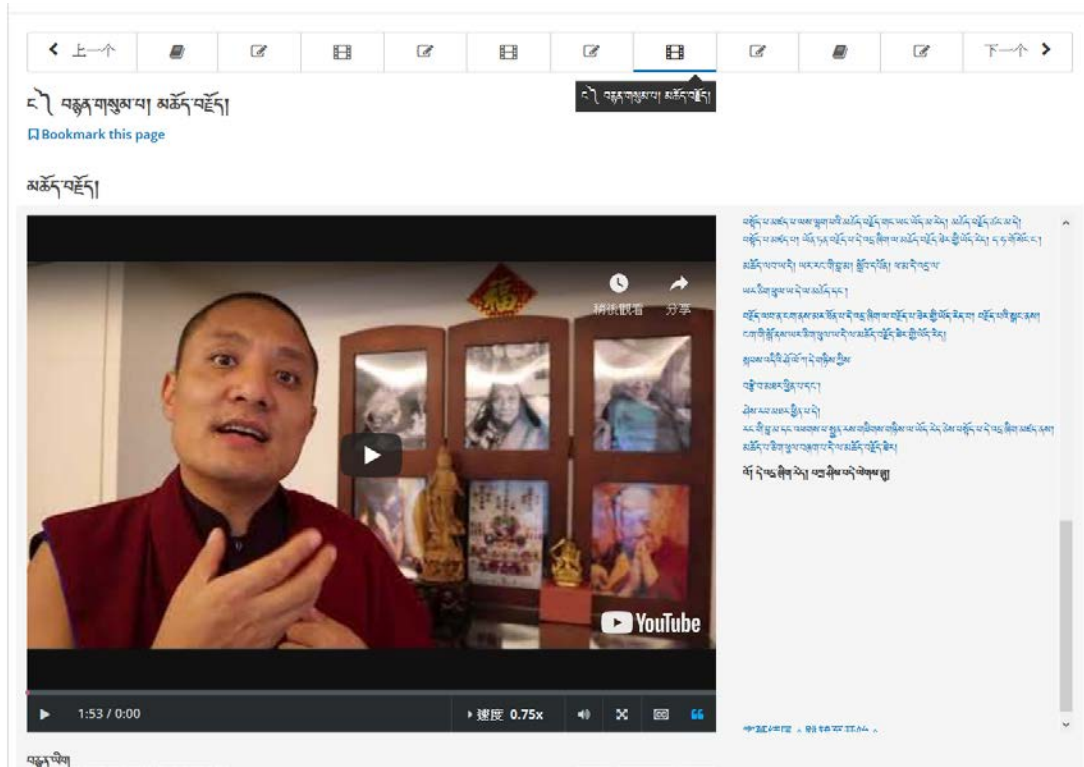
1. 课程中的每一课几乎至少都包含有四部分，声音档与影音档在第二部分，如下图所示的位置。



2. 每一课至少有两段的影音档，但有些是有三段的影音的。而在每一段影音的解说之后都有习题作业。



字幕未播放时是蓝色字，但在播放时，老师正在解说的句子变成黑色，使学习者知道现在已讲到哪一个部分了。



字幕1

字幕2：也可以点按此处产生字幕，如下图。

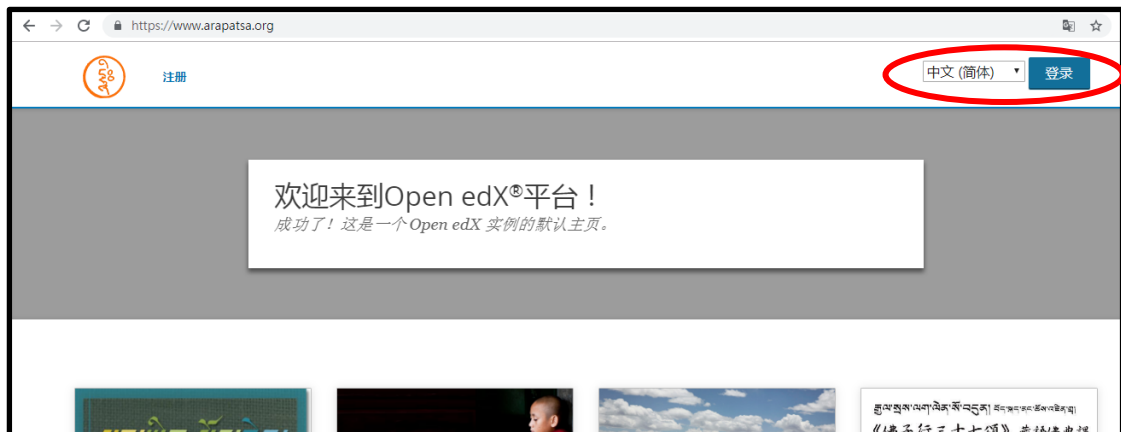
གཤེན་ཆོས་ལོ་འགྲེལ་བཤད།(བརྒྱན)

བརྒྱན།



字幕2：

1. 请使用网址：www.arapatsa.org，注册后，选择「中文（简体）」，并登入。



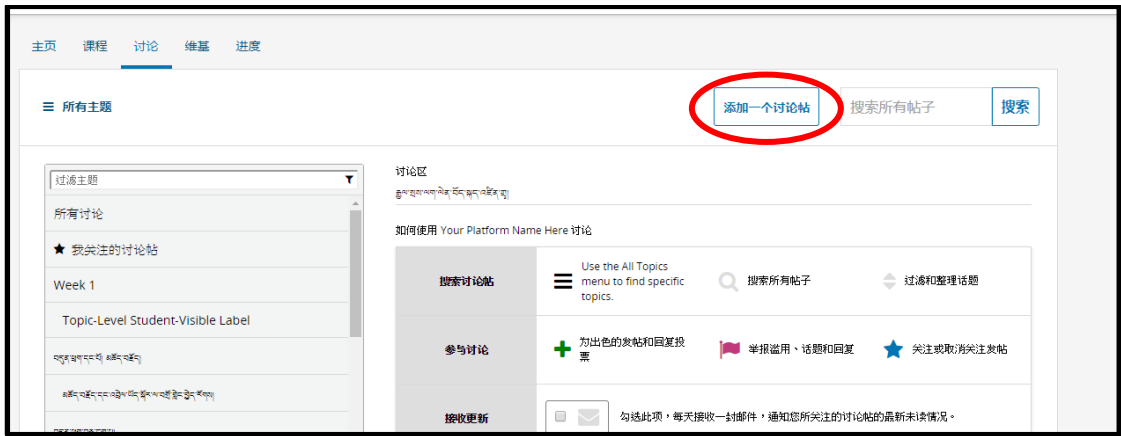
2. 点选「《佛子行三十七颂》藏语佛典课」的图片，或点选「查看课程」。



3. 之后，点选「讨论」。



4. 点选「添加一个讨论帖」。



5. 先点选要问「问题」或「讨论」，之后依序填写「Topic area」、「标题」和「Your question or idea」。

「Your question or idea」里可写下问题，例如：

① ཚུན་ལགས། A.+ཚུན་མཚན་ཉིད་ག་རེ་རེད། (老师，A的定义是什么?)

② ཚུན་ལགས། A.+B.+ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་པེད་པས། (老师，A和B不一样吗?)

③ ཚུན་ལགས། A.+ལལ་ན། (老师，A是什么?)

④ ཚུན་ལགས། A.+ཚུན་ལ་གསལ་བོར་གསུང་རོགས་གནང། (老师，关于A请您清楚说明一下。)

