

མཉམ་འབྲེལ་རྒྱུ་ཆེན་མོ་གྱི་
འཕེལ་རྒྱས་ལ་འགན་ཁུར་བཤེས་པའི་

1959-1989

གསལ་བསྐྱར་བྱེད་པའི་

གམར་བཟུང་བྱ་བ།

པོ་ཏ་ཏུ་དམངས་གཙོ་བཙུན་བཟུང་བྱ་བ་
མ་ལུ་མ་ལུ་བཟུང་བྱ་བ་ལྟར་བྱེད་པ་ལྟ།

པོ་ཏ་ཏུ་མི་དམངས་དཔལ་ལྷན་ཁང་ནས་བཟུང་བྱ་བ་

པོ་ཏ་ཏུ་མི་ན་ཏུ་དཔལ་ལྷན་ཁང་ནས་བཟུང་བྱ་བ་

མི་ན་ཏུ་བཟུང་བྱེད་པའི་ལྟ་བུ་ནས་བཟུང་བྱ་བ་



དེབ་ཆད། 850 × 1168 1/32 མིག་གཟུང་། 80,000

1989 ལོའི་ལྷ་ 3 པར་བཟུང་བྱེད་པ། 1989 ལོའི་ལྷ་ 8 པར་བཟུང་བྱེད་པ་བྱེད་པ།

ISBN 7—228—00290—5/D·18

ལུ་གཟུང་། 3,000 ལིག་གཟུང་། 1.75

革命回忆录

纪念西藏实行民主改革三十周年

装帧设计：旦朗

责任编辑：次仁顿珠

西藏人民出版社出版

西藏新华书店发行

西藏新华印刷厂印刷

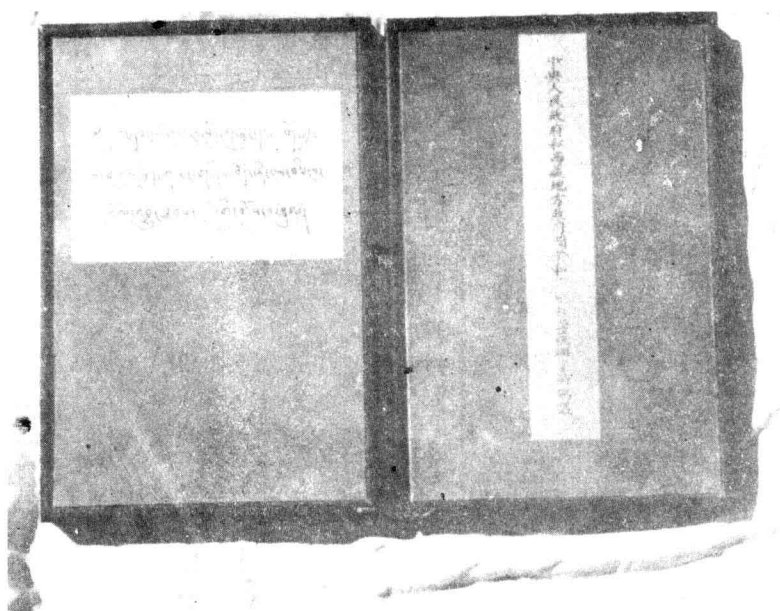
开本：850×1168 1/32 开 印张：8.5 插页：2 字数：80,000

1989年3月第1版 1989年3月第1次印刷

印数：1—3,000

ISBN7—223—00290—5/D·12

藏文(藏) 定价1.75元



བོད་ཀྱི་ཡིག་རིགས་གཉིས་ལས་གྱིས་པའི་བོད་ཞི་བས་བཅོངས་འགྲེལ་

འབྲུང་ཐབས་སྒྲར་གྱི་གྲུས་མཐུན་དོན་ཆན་བཅུ་བདུན་པར་མ།

དཀར་ཆག

བད་པོ་རོ་ལོག་ཟིང་འབྲུག་བསྐངས་པའི་ལྷག་ཉེས།

..... ཁྱེད་ཅིང་པོ། (1)

བོད་ཀྱི་མཐོ་རིམ་ལོག་སྤྱད་ཅུ་ཆོག་པ་ཀྱིས་བསྐངས་པའི་རོ་ལོག་ཟིང་།

འབྲུག་གི་འབྱུང་ཁྱེད་དང་ཅུ་འཕྱོར་མང་པའི་རྒྱུ་རིམ།

..... ལྷ་ཀོང་དབྱུག་། (14)

ཅུ་པོ་ཁྱེད་ལྷག་གི་ཐབས་རྒྱུ་འབྱུང་པའི་རྒྱུ་ལྷ།

..... ལྷ་ཅུ་དབྱུག་། (41)

ལྷ་སའི་དམག་འཕེལ་སྐོར་རྒྱུ་དབྱུག་པ། ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ། (60)

རྒྱལ་ཁབ་ལ་རྒྱལ་གཏོང་བྱས་ན་ཕམ་ངེས་ཡིན།

..... ཁྱེད་ཅིང་གིས་ལྷ། (72)

དགའ་ལྷན་དཔོན་པར་དམངས་གཙོའི་བཅས་བརྒྱུར་བྱས་པའི་སྐོར།

..... ལྷ་ལྷ། (99)

ཞུ་ལྷ་དམངས་གཙོའི་བཅས་བརྒྱུར་བྱས་པའི་གནས་རྒྱལ།

..... ལྷ་ཅིང་ཁྱོད། (125)

དམངས་གཙོའི་བཅས་བརྒྱུར་བྱས་རྒྱུ་ཀྱི་ལོང་སྐོར་དང་པོ།

..... ལྷ་ལྷ། (138)

ཐོད་ཏུ་ཟིང་འབྲུག་ཞོད་འཇགས་གཏོང་བར་བསྟོད་པའི་གནས་ཟིན།

..... རྒྱལ་ཡིང་ཉིའི། (147)

ཆབ་མདོར་ཇག་པ་ཅ་གཏོར་བཏང་བའི་སྐར།

..... ཡུ་ཀོང་དབྱུག། (161)

སམ་རྒྱགས་ཆད་པའི་ཉིན་གས་ནང་། ཡན་ཡུང་ཏུ། (174)

རྩ་ཡུལ་ཏུ་རྩ་ལྷག་ཟིང་འབྲུག་ཞོད་འཇགས་གཏོང་བའི་སྐར།

..... ཡུ་ལོ་ཡུུ། (185)

བྱར་བཞོད་ཡིག་རིགས།

ཡུང་ཏུ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱི་ཁབ་ཁབ་གི་

རྒྱལ་རྒྱ། (209)

ཡུང་གོ་མི་དམངས་འཕེལ་འགྲེལ་དམག་ཐོད་དམག་ཁུལ་ཁབ་གི་

རྒྱལ་ཁུལ། (213)

རྩ་ལའི་ཁྲ་མ་མཆོག་དང་། དམག་དཔོན་ཆེན་མོ་ཐན་ཀོན་སན་

ནམ་གཉིས་པན་ཚུན་ཡུག་བྱིས་གཏོང་གནང་མཛད་པའི་

སྐར། (216)

འཕེལ་འགྲེལ་དམག་གིས་རྩ་ལྷག་ཟིང་ཅ་མེད་ཏུ་གཏོང་བའི་

ལས་དོན་ལ་ཐོད་ཡོངས་སེར་སྤྱི་མི་དམངས་ཆང་མས་ཏུ་.....

འཕྲོན་བྱིས་རྩ་ལྷག་རམ་གནང་དགོས།

..... |བཏ་ཆེན་ཨར་ཏེ་ནི།| (226)

ཐོད་ཀྱི་རོ་ལོག་འབྲུག་ཟིང་ཙུ་མེད་དྲུ་བཏང་ནས་ཉིང་འཇགས་སུ་

གནས་པ་བྱེད་ཀྱི།

..... མི་དམངས་ཉིན་རེའི་གསར་འགྱུར་ཁང་གི་དབྱུང་གཏམ། (236)

ཐོད་དྲུ་རོ་ལོག་འབྲུག་ཟིང་བསྐངས་པའི་ལས་དོན་སྐོར་ལ་གིན་ཏུ་

གསར་འགྱུར་ཁང་ནས་བཏང་བའི་བྲལ་བསྐྱགས་བརྟུ་ཡིག་

.....(250)

བདུན་ལ་མིང་རྟགས་བཞོད་པ་རེད། གྲོ་མ་མཐུན་དོན་ཆན་བཅུ་བདུན་དེ་ནི་
 མི་རིགས་པན་ཚུན་ཡོངས་སུ་འདྲ་མཉམ་གྱི་མང་གཞིའི་ཐོག་སྤོང་གྲོ་མ་ཞིབ་ལྟར་
 ལེགས་པར་བྱས་རྗེས་མིང་རྟགས་བཞོད་པ་ཞིག་ཡིན། གྲོ་མ་མཐུན་དོན་ཆན་
 བཅུ་བདུན་དེ་ནི་ཐོད་མ་གནས་སྤྱིད་གཞུང་དང་ཐོད་སྤྱིད་མི་དམངས་བཅིངས་ཀྱི་
 འབྲེལ་དམག་ཐུན་མཐུན་གྱིས་བཅིངས་པུང་གཞི་འཛིན་བྱེད་མ་ཞིག་ཡིན་གཤིས།
 སྐབས་དེའི་ཀྲང་དབྱང་མི་དམངས་སྤྱིད་གཞུང་གི་སྤྱི་ཚབ་སྡོ་མཐུན་ཀྲང་ཅིང་ཞུ་
 དང་། ཐོད་དམག་ཁུལ་ཁང་གི་འགན་འཁུར་སྡོ་མཐུན་ཀྲང་གོ་དུ། ཐན་ཀོན་
 སན་བཅས་པས་ཀྲང་དབྱང་གི་བཀའ་སྤྱོད་དང་གྲོ་མ་མཐུན་དོན་ཆན་བཅུ་བདུན་
 གྱི་དཔྱོངས་དོན་གཞིར་བཞག་ཐོག་མི་རིགས་འདྲ་མཉམ་དང་ཆོས་དད་རང་མོས་
 གྱི་སྤྱི་རྒྱུ་ལག་ལེན་མཐར་ཐྱིན་བསྟར་ནས་མི་དམངས་བཅིངས་འབྲེལ་དམག་
 གི་ཕྱི་ཁྱིད་དེ་ཐོད་དབྱང་སྤྱིད་བྱས་པ་དང་མེས་ཀྱུ་ལ་གྱི་མཐུན་མཆེས་པ་བྟན་
 བྱང་བྱས་པ་རེད། མི་དམངས་བཅིངས་འབྲེལ་དམག་གི་གནས་གང་དུ་སྤྱོད་
 པའི་སར་མི་དམངས་ལ་བརྟུང་གཞིག་ཡོད་ནས་མ་བྱུང་བམ་མི་ཆད་འཕུང་ཀྱི་
 འཛིང་པ་ཆོས་རྟོག་ཁྱིམ་ལུང་ཡོང་མེད་པར་ས་གནས་མང་ཆོགས་ལ་ཕན་ཀྱི་
 རིགས་བྱས་སྟབས་ཐོད་རིགས་མི་དམངས་ཆོས་བསྟགས་བརྗོད་བྱེད་ཅིང་“བྱ་
 མི་གསར་པར་”རོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཐོད་སྤྱིད་མི་དམངས་བཅིངས་
 འབྲེལ་དམག་དེ་རྣམས་ཀྱིས་ས་མཐོ་ལྗོངས་སྤྱིད་དཔྱོད་པ་དང་བཟའ་བཅའི་རྒྱུ་
 སྟན་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་སྟགས་གང་ཅིའི་ཆ་སྟོན་གིན་དུ་དམན་པའི་གནས་ཀྱི་
 རུལ་འོག་ཁྲམས་ཐོད་དང་མཚོ་ཐོད་གཞུང་ལམ་བཟོས་ནས་རྒྱགས་ཆས་རང་

འདྲན་ཡོང་སྐབས་ཁོ་ནར་བཙོན་ནས་“ཐོད་དྲ་དབང་རྒྱུད་ཕྱིད་སྐབས་ས་གནས་”
ལ་བརྟེན་གསལ་བཟོས་ན་མི་འགྲིག་”པའི་གཏན་འཁེབས་མདོན་ཐུག་དོན་.....
འཁྲུལ་བྱས་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ཐོད་ས་གནས་མིད་གཞུང་གི་ཕྱིད་ལྷགས་ལ་
མཚན་ན་བཀའ་ལག་གིས་གང་སར་འགྲོག་ཁྱེན་སྒྲ་ཚལས་བཟོས་ནས་བྱོས་.....
མཐུན་དོན་ཚན་བཅུ་བདུན་ལག་ལེན་བསྟར་བར་གཏོར་བཞིག་གཏོར་གི་ཡོད་པ་
རེད། བྱོས་མཐུན་དོན་ཚན་བཅུ་བདུན་དེའི་ནང་ཐོད་ས་གནས་མིད་གཞུང་ལ་
ལྷག་ཡངས་ཆེན་པོ་བྱས་ཡོད་པ་དཔེར་ན། རྒྱ་ལའི་ཁྱ་མའི་གོ་བོ་ཐོབ་ཐང་
ལ་འཕྱར་བ་མི་ཕྱིད་པ་དང་། བཀའ་ལག་གི་དཔོན་རིགས་ཚོ་སྟར་རྒྱན་བཞིན་
རང་གནས་ལས་འཛིན་ཚོག་པ་སྐབས་མདོར་ན་ཐོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚལས་ལས་ལྷགས་...
གནས་སྐབས་སར་བཞག་བྱ་རྒྱ་ཡིན། སྤྱགས་མཐུངས་ཐོད་ལ་དེས་པར་དྲ་
བསྟར་བཙོས་བྱ་དགོས་པའི་གཏན་འཁེབས་བྱས་ཡོད་ཡོད་ཀྱང་། བསྟར་བཙོས་
རྒྱ་སྟར་བྱ་སྤོམ་ཐད་ཞིབ་ཆ་ཐོད་པའི་མཐོ་རིམ་མི་སྒྲ་དང་རྒྱ་ཆའི་མང་ཚོགས་...
ཆ་བྱས་ཡོང་ཐོག་གཏན་འཁེབས་བྱ་རྒྱ་ཡིན། མིད་རྒྱས་ལྷག་ཡངས་དེ་རྒྱ་བྱ་
ཆེན་ཀྱང་ཞིང་ཁུན་བདག་པོའི་བྱལ་རིམ་པ་ཚས་དྲུང་ཚོག་གིས་མི་ཕྱིད་པ་ནི་
ཁོ་པ་ཆའི་ལོག་རྒྱུད་ཀྱི་བྱལ་རིམ་རྩ་བ་ཐོས་ཐོག་བཅད་པ་ཡིན། དང་ཐོག་མིད་
ཆེན་ལྷ་ཁང་པ་དང་རྫོ་བཟང་བཟུ་གིས་ཀྱིས་ཐབས་བརྒྱ་རྒྱས་རྒྱུད་གི་སྤྱོད་ནས་དོན་
ཚན་བཅུ་བདུན་ལག་ལེན་བསྟར་བར་འགྲོག་ཁྱེན་བཟོས་པ་དང་། སྤྱིག་དྲ་
“མི་དམངས་ཚལས་འདྲུ་”ཟེར་བར་ངན་སྒྲུལ་གྱིས་བྱས་མཐུན་དོན་ཚན་བཅུ་.....
བདུན་ལ་རྩ་སྤྱོད་དང་། བྱང་དབང་མི་དམངས་མིད་གཞུང་གི་སྤྱ་ཆ་པ་ལ་རྩ་

མོལ། མི་དམངས་བཅོངས་འགྲོལ་དམག་ལ་རོ་མོལ་བཅས་བྱེད་པར་བྱལ་
སྤྱར་བྱས། སྐབས་དེར་མོག་དང་རོས་ཀྱི་འཕལ་ཅོད་རྟོག་འཛིང་གིན་དུ་ཆེ།
ར་ཚོས་ཞིང་པར་བྱེད་མེད་ཕྱ་ལྷན་བཏང་ན་ཁོ་ཚོས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ལག་ནས་བྱན་
དངུལ་ཡར་བརྒྱས། ར་ཚོས་སྤྱོད་ལུ་བཅུགས་ན་ཁོ་ཚོས་བཅན་གྱིས་སྤྱོད་
ལུག་ཚོར་ཁ་འདོན་ཚོས་སྤྱོད་བྱེད་བཅུག ར་ཚོས་མང་ཚོགས་ཚོར་སྤྲོད་རིན་
མི་དགོས་པར་ནད་བརྟག་སྤན་བཅོས་བྱས་ན་ཁོ་པ་ཚོས་མང་ཚོགས་ཚོར་མོ་ལྷང་
བརྟག་བྱ་དང་ཞབས་རྟེན་རིམ་གྱི་བྱེད་བཅུག མདོར་ན་ཁོ་པ་ཚོའི་སྤན་ནག་གི་
སྤྱི་ཚོགས་ལམ་ལུགས་དེ་ལ་ཕྱག་སྐྱོང་བར་སྒྲག་ཏེ་མི་དམངས་ལ་ཕན་.....
བསྐྱེད་ཀྱི་བྱ་བ་བཟང་པོ་སྤྱོད་འཇུག་གི་མེད།

ཀྱ་ཆེའི་བོད་རིགས་རལ་རྩལ་མི་དམངས་རྣམས་ལ་མཐུན་སྤྱོད་བྱ་བྱིར་ར་
ཚོས་ཁོ་བརྟུད་རིང་རྒྱུགས་བྱས་པ་དང་ཁོ་བརྟུད་རྒྱུག་པོ་དང་སྒྲག་བྱས།
དེ་བཞིན་མང་ཚོགས་ཚོས་ཀྱང་ཁོ་བརྟུད་རིང་ལྟ་ཞིབ་བྱས་པ་དང་ཁོ་བརྟུད་.....
རིང་བཟང་རན་འབྱེད་སྤྱར་བྱས་པའི་མཐུན་མར་མང་ཚོགས་ཚོར་བདེན་དོན་.....
ཞིག་རྟེན་པ་ནི། ལྷང་ཁན་དང་དང་མི་དམངས་བཅོངས་འགྲོལ་དམག་ནི་
དངོས་འབྲེལ་མི་དམངས་ཀྱི་མགོན་སྤྱབས་ཡིན་པ་དང་། མངའ་བདག་ཆེན་པོ་
གཙུམ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་མགོ་ཤོག་དུ་གཞོན་མཁན་རི་བོ་ཆེན་པོ་གཙུམ་ཡིན་གཤིས་
རང་ཉིད་ལ་བཅོངས་འགྲོལ་མཐུན་སྤྱོད་པ་ཤོད་དགོས་ན་རིམ་པར་དུ་བཀས་.....
བཞོད་རྒྱུ་འཛིན་ཞིང་བྲན་ལམ་ལུགས་དེ་བརྒྱུར་བཅོས་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་
མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་སད་རིམ་བཞིན་ཞིང་བྲན་བརྟག་པོ་དང་རས་

གྲག་རྒྱུ་ཆེར་མོང་། མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཚོའི་འགྲོག་སྐོལ་གྱི་ཐེམས་ཤུགས་
 གནོན་འཛགས་ཤིང་མིག་བཅུམ་ཉེ་གཤང་དུ་མཆོངས་པ་ལྟ་བུས་གསར་བརྗེར་
 རྒྱུ་གྱི་དྲག་པོའི་རྒྱུ་མེད་ཐིང་འཁྲུག་དེ་བསྐྱངས་པ་རེད། དེ་རྒྱུ་ལྟ་བུ་
 1956 ལོར་ཁོ་པ་ཚོས་ཆབ་མདོ་ས་ཁུལ་གྱི་ཡུལ་ལྗང་ཁག་གཅིག་ལ་དྲག་པོའི་
 རྒྱུ་མེད་ཐིང་འཁྲུག་བསྐྱངས། དེ་ཕྱིར་གསར་བརྗེར་རྒྱུ་གྱི་ཐིང་ཤུགས་
 བརྗེས་ཤིང་“མི་དམངས་ཚོགས་འདུའི་འཕུས་མི”ཟེར་བའི་མི་རྣམས་འགྲའ་ཞིག་ལ་
 བརྟེན་ནས་གང་སར་རྟ་སྐྱུལ་གྱིས་“ཆུ་བཞི་སྐར་དུག”ཟུག་འཛུགས་བྱས་པ་
 དང་། མང་ཚོགས་ཚོའི་ས་ནས་ཞལ་འདེབས་བསྐྱུས་ཏེ་གཤེས་ཁྲི་བཞེངས།
 དེ་ནི་རྒྱུ་མེད་ཐིང་འཁྲུག་སྐྱུལ་སྐྱོད་བྱེད་པའི་རྟ་གསུམ་མཆན་ཡིན། བོད་ས་གནས་
 སྤྱི་གཞུང་ནང་དུ་ཡིབ་བསྐྱད་པའི་བཅན་ཆུལ་རིང་ལུགས་པ་དང་ཁ་འབྲལ་རིང་
 ལུགས་པ་ཚོས་སྐོག་དུ་“མི་དམངས་ཚོགས་འདུ”ཟེར་བ་དང་རྟ་འབྲལ་བྱས་
 པ་དང་། ཁོ་པ་ཚོའི་ཁྱབ་སྐྱོར་འག་“མི་དམངས་ཚོགས་འདུ”ཟེར་བས་
 མས་ཆུལ་ལ་ཁྱབ་གཏོད་ཀྱི་གཏམ་བཤད་དང་། གནས་ཆུལ་རོ་ས་གསལ་
 རྟགས་མ་ཡུང་བའི་མང་ཚོགས་ནམས་སྐྱུལ་སྐྱོད་གིས་རམ་སྟན་ཁོམ་སྐོར་བྱས་ཏེ་
 “བོད་རང་བཅན་ཡིན”ཞེས་པའི་སྐོར་གྱི་འབོད་ཆིག་སྐྱབ་བཅུག་པ།
 ཆུལ་གཅེས་ཡར་ཐོན་མི་སྤྱིར་འཛིགས་སྐྱུལ་བྱེད་པ། སྐེད་གིས་དམར་པོ་
 བཏགས་པའི་སྐོབ་ལྷ་རྒྱུང་འཁྲིའི་སྐོབ་ལྷ་གྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟོ་འདེད་གཏོང་བ། འགྲུམ་
 འཁྲལ་གཏོར་བཞིག་དང་སྐོག་གིང་གཙོད་པ་སྐོགས་རེ་ཞིག་རན་ཤེད་ཏམ་ཁྲིར་
 གྱིས་ཉིས་སྐྱོད་ཆུལ་མན་བྱས་པར་རྒྱ་ཆེའི་བོད་རིགས་ངལ་རྩོལ་མི་དམངས་.....

རྣམས་ཁོང་ནང་དུ་ཁོ་པའི་མེ་མེ་འབར་ཡང་ཁ་ནང་ནས་དུ་བ་འདོན་མི་བྱས།
 རྒྱལ་གཅིག་ཡང་ཐོན་མི་སྒྲ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་བརྟམ་བཅོས་སྒྲུག་ཁྲར་བཅོད་
 གྲགས་བུལ་བའི་རྣམ་འགྱུར་བརྟམ། མི་དམངས་བཅོངས་འགྲོལ་དམག་དང་
 ལས་ཕྱད་པ་ཚོས་ཁོ་མཁས་མནན་ཏེ་བརྟམ་འཁྲར་བཅོད་བཟན་གྱིས་དང་གི་སྲིད་
 རྒྱུ་ལག་བརྟམ་འཚལ་མེད་ཕྱད་པ་དང་རང་རང་གི་འགན་བབ་ལས་གནས་.....
 བརྟན་པོར་སྤང་ཞིང་མས་རྒྱལ་གཅིག་གྱུར་དང་མི་རིགས་མཐུན་སྦྲིལ་སྤང་སྤྱོད་
 བྱས།

དང་གིས་བོད་ལ་གིན་དུ་སྒྲུག་ཡངས་ཀྱི་སྲིད་རྒྱུ་བཟུང་ཡང་མི་ངན་.....
 ཉུང་གས་ཀྱིས་ད་དུང་མ་རངས་པར་རོལ་ག་ཟིང་འཁྲུག་སྤྱོད་ཅིས་ཕྱད་པའི་.....
 གནས་རྒྱལ་ཆབས་ཆེར་གྱུར་ཀྱང་དང་གིས་སྤར་ཟུས་བཞིན་རང་རྒྱུད་རིང་པོས་...
 བོད་ས་གནས་སྲིད་གཞུང་གི་དཔོན་རིགས་ཆེར་གོ་བསྐྱོན་སྤོབ་གས་བཏང་ནས་ཁོ་
 པ་ཚོས་མེ་པ་རྒྱལ་གཅིག་གྱུར་དང་མི་རིགས་མཐུན་སྦྲིལ་སྤང་སྤྱོད་གཙོ་བབྱང་...
 བྱ་རྒྱུར་རེ་སྒྲུག་བྱས་པ་དང་ཕྱོགས་མཆུངས་མི་དམངས་བཅོངས་འགྲོལ་དམག་...
 གིས་མེ་མདའ་དང་པོ་མི་རྒྱག་རྒྱུ་ལྱུ་དམ་དག་ནན་པོ་བྱས། འོན་ཀྱང་སྤོ་རིག་
 འཚལ་བའི་ཞིང་བུན་བདག་པོའི་གྲལ་རིམ་པ་ཏམ་སྒྲིམ་ཅན་ཆོས་དུས་བབ་.....
 གནས་རྒྱལ་ལ་བསམ་ཅིས་ཆོད་དཔག་ཕྱད་སྤངས་ནོར་ཞིང་། ཁོ་པ་ཚོའི་བསམ་
 པར་མི་རིགས་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དར་ཆ་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཆེན་པོར་དུས་མི་...
 དམངས་རྣམས་རང་ཁྱགས་ཀྱིས་འདུལ་ཡོང་སྒྲུམ་སྒྲེ་སྤར་བས་ཁྱགས་དག་ཆེན་...
 པོས་མང་ཆོགས་གཤོ་སྤུལ་བྱས་ནས་རོལ་ག་ཟིང་སྤྱོད་གི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་དུ་བཏང་.....

ཞིང་། དེ་ལྟར་སྟོལ་ཁ་ཁྲུལ་ནི་དྲག་པོའི་རྩོམ་གྱི་འཁྲུག་པའི་དྲིན་གཞིར་
 ལྷུང་དྲེ་མིང་སྤྲོང་པ་ལྟ་བུའི་ཉི་འགྲམ་སྟེ་སྤྲོ་སྤྲོང་གི་གྲོ་འཛིན་འཕྲུག་པཅོམ་.....
 བུས་ཀྱང་ས་གནས་ཤིང་གཞུང་གིས་འདྲི་ཅད་ཅུལ་ཡང་མི་བྱེད་པ་ལ་ཟད་དུ་དྲང་
 དགོན་སྟེ་ཁག་ནང་བརྟན་སྤྲང་དུ་ལག་འཁུགས་སུ་བཅུག ལྷུང་པ་དེའི་དྲུས་སུ་
 བོད་ལ་གནས་ཤིང་གཞུང་ནི་བཅའ་ཁྲིལ་རིང་ལུགས་དང་ཁ་འབྲལ་རིང་ལུགས་...
 པས་ཡངས་སུ་དབང་སྤྲོམ་བུས། ཁོ་པ་ཚས་ད་དེ་དན་རྒྱལ་དན་འཁྲུལ་བྱུང་རྩ་
 ལྷུམ་སྟེ་དན་ཤིང་ཉམ་སྤོམ་དེ་པས་ཆེ་རུ་སྤྲང་། དེ་རིམ་ཟླ་བ་གསུམ་པའི་ཆོས་
 བར་དུ་ས་གནས་ཁག་གི་རྩོམ་གྱི་འཁྲུག་པའི་འགོ་གཙོ་ནམས་དང་སྟེ་སྟེ་.....
 ལོག་སྤྲོད་ཞིང་བཅ་བདག་པོ་ཆོ་ནོར་བྱ་སྤྲོད་གར་མཉམ་འཛུམས་ཀྱིས་རྩོམ་.....
 མིང་འཁྲུག་གི་བཀའ་བཀོད་ཁང་བཅུགས་ཐོག་སྤྲུགས་ཡངས་སུ་མིང་འཁྲུག་.....
 སྤྲོད་རྒྱུའི་དར་ཆ་བསྤྲོངས་དྲེ་གསར་བཞེད་མི་དམངས་ལ་དབྱང་སྟོལ་བུས་པ་.....
 རེད།

རྩོམ་གྱི་འཁྲུག་དེའི་ནང་མི་དམངས་ལ་སྟོབ་གས་སྤྲོད་བདར་བྱུང་བ་
 དང་མཐོ་རིམ་མི་སྣ་ཚོར་ཆོད་རྟེན་ཆོད་འགམ་བྱུང་། ལྷུང་པ་དེར་ཐོ་ཆོམ་གཡོ་
 འགྲུལ་ཆེ་ཞིང་ཆབ་སྤྲིད་ལྟ་བུ་གསལ་བོ་མེད་པའི་མཐོ་རིམ་མི་སྣ་ཁག་གཅིག་.....
 རྩོད་བྱ་སྤྲོད་གར་སྤྲོད་རྩོམ་གྱི་འཁྲུག་པར་བྱུང་སྤྲོད་བྱ་རྒྱུའི་ནམ་འཁྲུང་...
 བརྟན། རྒྱལ་གཅིས་ཡར་ཐོན་མི་སྣ་ཁག་གཅིག་བོད་དམག་ཁྲུལ་ཁང་དང་བོད་
 རང་སྤྲོད་སྤྲོངས་གསུམ་ལྟ་ཡོན་ལྟན་ཁང་དུ་ཡོང་བ་དེ་ནམས་ནི་རྩོམ་གྱི་འཁྲུག་.....
 འཁྲུག་ལ་རྩོམ་དང་གསར་བཞེད་མི་དམངས་ཀྱི་སྤྲུགས་སུ་ལངས་པའི་དྲུགས་

མཚན་གསལ་པོར་ཐོན། འདིར་དམིགས་བསལ་གསལ་བཤད་དགོས་པ་ནི་ང་
 ཐོད་ངག་དབང་འཛིགས་མེད་དང་འཕགས་པ་ལྟ་དགེ་ལེགས་རྣམ་རྒྱལ་ལྟན་.....
 གཉིས་ནི་ཐོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཡར་ཐོན་པའི་གྲས་གིག་ཡིན། རྒྱ་མཐུན་ང་ཐོད་ལ་
 མཚན་ན། རྒྱ་མཐུན་དོན་ཚན་བཅུ་བདུན་ལ་མིང་རྟགས་འགོད་མཁན་ཐོད་ས་
 གནས་སྤྱད་གཞུང་གི་རྒྱ་ཆ་པ་ཚོའི་དབྱ་འཛིན་ཡིན་པར་མ་ཟད་སེམས་ཐག་གཙང་
 བཅད་ཀྱིས་དོན་ཚན་བཅུ་བདུན་མཐར་ཐུན་ལག་བརྟར་གནང་མཁན་ཡང་ཡིན།
 ཐོད་ས་གནས་སྤྱད་གཞུང་གི་ནང་དུ་ང་ཐོད་ཀྱིས་གཙོ་ཐོར་བྱས་པའི་ཡར་ཐོན་གྱི་
 རྒྱལ་ཁྲིམས་ཀྱི་དེ་ནི་ང་ཚོས་ཡིད་ཆེས་སྤོས་འགལ་ཚག་པ་ཡིན། ང་ཐོད་དང་
 འཕགས་པ་ལྟ་སོགས་ནི་བཅུ་གོ་ལ་རྒྱལ་གཅེས་ཀྱི་འཐབ་ཕྱགས་གཅིག་ལྟར་ལ་
 རྒྱ་བརྟན་འཕྲུལ་མེད་གནང་མཁན་ཡིན་ཞིང་མེས་རྒྱལ་གཅིག་ལྟར་དང་མི་རིགས་
 མཐུན་སྤྱི་ལ་ལྟར་སྤྱོད་བྱ་སྤྱོད་ཁོང་རྣམ་པས་གལ་ཆེན་ལ་འདོན་སྤེལ་གནང་
 ཡོད། ཁོང་རྣམ་པས་རོ་ལོག་ཟིང་འཁྲུག་སྤྱོད་བར་སེམས་ཐག་གཙང་བཅད་
 ཀྱིས་རོ་ཁོ་ལ་གནང་བ་དང་། ཟིང་འཁྲུག་ལངས་རྗེས་དང་དང་མི་དམངས་ཀྱི་
 ཕྱགས་སུ་ལངས་རྒྱུ་གནང་བ་བཅས་ལ་བརྟེན། བཅུ་རྒྱལ་རིང་ལུགས་དང་
 ཁ་འབལ་རིང་ལུགས་པ་ཚོས་མིག་ནང་གི་བྲ་མ་དང་སྤྱིང་ནང་གི་ཆོར་མ་ལྟ་བུའི་
 འཁོན་སྤང་བྱས། ལྟ་སར་དྲག་པོའི་རོ་ལོག་ཟིང་འཁྲུག་དངོས་སུ་མ་ལངས་གོང་
 འཕེལ་པ་ལྟའི་མཁན་རྒྱུ་དྲག་རྒྱུ་དང་དྲག་ནས་བསད་ཐོག་ཕྱང་པོ་འདྲུད་བཞིན་
 ཁྲོམ་སྤྱོད་བྱས་པའི་གནག་སེམས་གདུག་རྒྱུ་ཆེ་བའི་བྱེད་སྤྱོད་དེ་ནས་ཞིང་.....
 ཐུན་བདག་པོའི་གལ་རིམ་གྱི་ངན་གཤིས་གསལ་རྗེས་དུ་ཐོན། རྒྱ་གས་པོའི་