



ཀྲུང་གོ་ཀྲུང་ཁྲན་དོན་ཁྲུག་སྤྱི་ཐོག་རྒྱ་ཆོག་སྤྱི་བཞི་

ཡུལ་གྱི་

ཐོག་

མཆོ་ཐོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུང་ཁང་།

ཀྲུང་གོ་ཀྲུང་ཁྲན་རིང་ལུགས་གཞི་ན་ཅུ་
ཆོགས་པའི་ཐྱིག་ཡིག

མཚོ་ལྷན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།

1991 ལོ་བཟའི་ལོ་ལྟར་།

**中国共产主义青年团
章 程**

共青团青海省委组织部翻译

*

责任编辑：李成文

青海民族出版社出版发行

（西宁市西关大街96号）

青海民族印刷厂印刷

开本：787×1092毫米 1/32 印张：1.5

1991年6月第1版 1991年6月第1次印刷

印数：1—20200

ISBN 7-5420-0260-0/G·217

定 价：0.30元

ཁུང་གི་ཁུང་ཁུང་ཕིང་ཁུང་གཞིན་ཅུ་

ཆོག་ལ་པའི་ཁྱིག་ཡིག

ཁུང་གཞིན་ཆོག་ལ་པའི་མཆོ་སྒྲོན་ཁིང་ཆོན་ཁུ་ཡོན་ཅུན་

ཁང་གི་ཆ་འཆོག་ལ་ཕུལ་ཡིས་བཟུང་།

*

དཔེ་ཁྱིག་འགན་ཁུང་པ། འཕྲིན་ལས་རྒྱུ་པ།

མཆོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་ཁྱིན་ཁང་གིས་པར་དུ་བཟུན་ཅིང་བཟུང་།

མཆོ་སྒྲོན་མི་རིགས་པར་ཁང་གིས་དཔར་།

1991 ལོའི་ཟླ 6 པར་པར་གཞི་དང་པོ་བཟུགས།

1991 ལོའི་ཟླ 6 པར་པར་ཐེངས་དང་པོ་དཔར།

དེབ་རེར་སྒྲིང་0.30

ཡུང་གཞོན་ཚལ་པའི་ཕུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་རིམ་པ་མ་སྤྱོད་.....
དང་གཞི་རིམ་ཡུང་གཞོན་ཚལ་པའི་ཀྱི་ཕུ་ཡོན་སྤྱོད་། ཡུང་
གཞོན་ཚལ་པའི་ཚལ་མི་སྤྱོད་ལྷན་ལྷན་པ།

ཁྱེད་ཚོ་བདེ་མོ་ཡིན་ནམ། བོད་ཡིག་གི་«ཡུང་གཞོན་ཚལ་པའི་
མྱིག་ཡིག»པར་རྩ་བ་སྤྱོད་པའི་རྩལ་སྤྱོད་ལས་འདིར་ཐོག་མར་ང་ཚོས་བཟུང་
ཤིས་བདེ་ལེགས་དང་འཚམས་འདྲི་བྱ་བ་ཡིན།

«ཡུང་གཞོན་ཚལ་པའི་མྱིག་ཡིག»ནི་ང་ཚོ་ཡུང་གཞོན་ཚལ་པ་...
པའི་“ཆ་བའི་བྲིམས་ལུགས་”ཡིན་པས། ཡུང་གཞོན་ཚལ་པའི་ཆ་
འཛུགས་རིམ་པ་སྤྱོད་དང་། ཡུང་གཞོན་ཚལ་པའི་ལས་བྱེད་པ་རེ་
རེ། ཡུང་གཞོན་ཚལ་པའི་ཚལ་མི་རེ་རེ་ཆང་མས་གནད་མྱིན་རྩ་
སྤྱོད་སྤྱོད་དང་། གདེང་ཆད་ལེན་པ། གཟུགས་ལྡན་གྱིས་བཅི་སྤྱོད་
བཅས་བྱེད་དཀོས། ཡིན་ན་ཡང་། བོད་རིགས་ས་ཁུལ་གྱི་ཡུང་གཞོན་
ཚལ་པའི་ཆ་འཛུགས་དང་ཐོན་ཡོན་གཞོན་རྩ་ཚོས་ང་ཚོར་རྟག་པར་...
འཕྲིན་ཡིག་བསྐྱར་ནས་བོད་ཡིག་གི་«ཡུང་གཞོན་ཚལ་པའི་མྱིག་ཡིག»
བཟུང་སྤྱོད་ཐེད་ཐེད་གི་ཡོད།

ད་ལྟ། མཚོ་སྔན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་གིས་སྤྱོད་ཆེན་
པོ་བྱས་འདྲ། བོད་ཡིག་གི་«ཡུང་གཞོན་ཚལ་པའི་མྱིག་ཡིག»བསྐྱར་
ནས་པར་རྩ་བ་སྤྱོད་པས། ང་ཚོས་ཞིང་ཆེན་ཡོངས་ཀྱི་གཞི་རིམ་ཡུང་
གཞོན་ཚལ་པའི་ཆ་འཛུགས་དང་། སྤྱོད་ཆེན་ཡུང་གཞོན་ཚལ་པའི་

ཚཱ་གས་མིའི་ཚབ་བྱས་ནས་ཁོ་ཚོར་སྤྱིར་ཐག་པ་ནས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བ་
ཡིན།

ཚང་མས་གནད་སྤྲིན་གྱིས་«གུང་གཞོན་ཚཱ་གས་པའི་སྤྲིག་ཡིག»
སློབ་སྦྱང་བྱས་ཏེ། གུང་གཞོན་ཚཱ་གས་པའི་ཙ་འཇུགས་འདི་ཉར་གིས་
གཞོན་ཅུ་རྣམས་ལ་མཐུན་སྤྲིལ་དང་སློབ་གསུང་བྱེད་པའི་ཉེ་བར་འཇུགས་
སྤྲིན་བྱས་ནས། ཟུ་ཆེའི་གུང་གཞོན་ཚཱ་གས་མི་རྣམས་དཔལ་ཡོན་གཞིས་
འཇུགས་སྤྲིན་བྱེད་པའི་ཁྲིད་ཅུ་མིག་དཔེ་བྱེད་ཅུས་འདོན་པའི་རེ་བ་……
བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།

གུང་གཞོན་ཚཱ་གས་པའི་མཚོ་སྤྲིན་ཁྲིད་ཆེན་

ཟུ་ཡོན་ཉུན་ཁང་གི་ཙ་འཇུགས་ཕུཅ་ནས།

1991 ལོའི་ཟླ 4 ཚེས 18 ལ།

ཡུང་གོ་ཡུང་ཁན་རིང་ལུགས་གཞོན་ལུ་ ཆོགས་པའི་སྒྲིག་ཡིག

(1982 ལའི་ཟླ 12 པའི་ཆེས་ 24 ཉིན་ཡུང་གོ་ཡུང་ཁན་
རིང་ལུགས་གཞོན་ལུ་ཆོགས་པའི་རྒྱལ་ཡོངས་འཐུས་མི་
ཆོགས་ཆེན་ཐེངས་བརྒྱ་གཅིག་པའི་ཐོག་སྒྲིག་
འཆམ་བུང་བ)

སྤྱིའི་ཅ་དོན།

ཡུང་གོ་ཡུང་ཁན་རིང་ལུགས་གཞོན་ལུ་ཆོགས་པ་ནི་ཡུང་གོ་ཡུང་.....
ཁན་ཏང་གིས་འགོ་བཟུང་བའི་སྒྲིག་ཐོན་གཞོན་ལུ་ནམས་ཀྱི་མང་.....
ཆོགས་ཅ་འཇུགས་ཤིག་དང་རྒྱ་ཆེའི་གཞོན་ལུ་ནམས་ཀྱིས་ལག་ལེན་གྱི་..
ནང་ལུ་ཡུང་ཁན་རིང་ལུགས་སྒྲིབ་སྒྱུར་བའི་སྒྲིབ་བྱ་ཞིག་ ཡུང་གོ་
ཡུང་ཁན་ཏང་གི་ལས་རྒྱུས་པ་དང་རྒྱུས་བས་དམག་ཅིག་བཅས་.....
ཡིན།

ཡུང་གོ་ཡུང་ཁན་རིང་ལུགས་གཞོན་ལུ་ཆོགས་པས་སེམས་ཐག་.....
གཙང་བཅད་ཀྱིས་ཡུང་གོ་ཡུང་ཁན་ཏང་གི་ཅ་འཇུགས་ལ་བརྩི་བཀུར་.....

ལྷན་ཐོག་ མར་ཁེ་སི་ལེ་ཉིན་རིང་ལྷགས་དང་མཛེ་ཙུང་དགོངས་པ་
 དེ་བྱ་སྤྱད་ཀྱི་ལྷགས་སྟོན་ཏུ་བྱེད་རྒྱ་རྒྱན་འབྱོངས་དང་། སྤྱི་ཚཱགས་རིང་
 ལྷགས་ཀྱི་འགོ་ལམ་རྒྱན་འབྱོངས། མི་དམངས་དམངས་གཙུག་རྒྱུད་
 དབང་སྐར་འཛིན་སྤྱད་སྤྱད་། རྒྱལ་ཡོངས་མི་རིགས་ཁག་གི་གཞིན་ཏུ་
 རྣམས་ལ་མཐུན་སྤྱི་ལ་བཅས་བྱས་ནས་རིམ་བཞིན་བསྐོ་ལས་དང་། ཞིང་
 ལས། རྒྱལ་སྤྱད་། ཚོན་རིག་ལག་ཙལ་བཅས་དེང་རབས་ཅན་ཏུ་
 འཐུར་བ་བྱས་ཏེ་རང་རྒྱལ་འདི་ཉིད་དཔལ་ཡོན་རབ་ཏུ་རྒྱས་པ་དང་.....
 དམངས་གཙུག་རབ་ཏུ་དར་བའི་སྤྱི་ཚཱགས་རིང་ལྷགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་...
 ཏུ་འཛུགས་སྤྱད་བྱེད་རྒྱུ་ཆེད་དང་། མཐར་ཐུག་ཏུ་བྱུང་ཁྲན་རིང་
 ལྷགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚཱགས་ལམ་ལྷགས་མཛོན་ཏུ་འཐུར་བ་བྱེད་རྒྱུ་ཆེད་ཏུ་.....
 འབད་བཙོན་བྱེད་དགོས།

བྱང་གོ་བྱང་ཁྲན་རིང་ལྷགས་གཞིན་ཏུ་ཚོགས་པ་ནི་བྱང་གོ་བྱང་...
 ཁྲན་ཏང་དང་སློ་མཐུན་མཛེ་ཙུང་ལྷགས་འབྱོར་མེད་གྲལ་རིམ་གྱི་.....
 གསར་བཞེ་པ་རྒྱན་རབས་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱགས་སྤྱར་གནང་འག་འཕེལ་.....
 རྒྱས་དང་རྒྱ་སྤྱད་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་ཏུ་
 གསར་བཞེའི་འཐབ་ཚད་ཀྱི་མཐུན་གྲལ་ཏུ་ལངས་ནས་ཏང་ལ་འབྱོར་.....
 མེད་གྲལ་རིམ་གྱི་འཐབ་འཛིང་པ་སྤུལ་བྱུང་ཅན་འཐོར་ཆེན་བསྐྱལ་ཡོད།
 དེར་ལོ་རྒྱས་གཟི་བཞིན་ལྷན་པ་ཞིག་ཡོད། བྱང་གཞིན་ཚོགས་པས་
 གསར་བཞེ་པ་རྒྱན་རབས་རྣམས་ཀྱིས་གསར་ཏུ་བརྟོད་པའི་བྱ་གཞག་གི་
 རྒྱན་མཐུན་ནས་སྤྱི་ལ་རྒྱན་དང་སྤྱད་རྒྱལ་བཟང་པོ་དར་སྤེལ་གཏོང་.....

དགོས།

ཡུང་གོ་ཡུང་ཁྲན་རིང་ལུགས་གཞོན་ཅུ་ཚྭ་གས་པའི་གཞི་རྩའི་ལས་
འགན་ནི་ཡུང་ཁྲན་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྒྲིང་སྟོབས་ཀྱིས་གཞོན་ཅུ་རྣམས་ལ་
སློབ་གསོ་གཏོང་རྒྱ་དང་། གཞོན་ཅུ་རྣམས་ལ་རོགས་རམ་བྱས་ནས་
མར་ཁེ་སི་ལེ་ཉིན་རིང་ལུགས་དང་། མའོ་ཙེ་རུང་དགོངས་པ། དེང་
རབས་ཀྱི་ཚན་རིག་དང་རིག་གནས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་བཅས་ཀྱིས་རང་ཉིད་
ལ་དྲག་ཆས་སྒྲས་སུ་འཇུག་རྒྱ། གཞོན་ཅུ་རྣམས་ལ་སྤྱི་ཚྭ་གས་རིང་ལུགས་
ཀྱི་དེང་རབས་ཅན་ཅུ་འབྱུར་བ་བྱེད་པའི་ལག་ལེན་ནང་རང་ཉིད་
ལུགས་བསམ་ཡོད་པ་དང་། སྦྱོང་བ་བྟེན་ལ། རིག་གནས་ཤེས་
པ། སྤྱི་གཤིས་སྤྱང་བ་བཅས་ཀྱི་ཡུང་ཁྲན་རིང་ལུགས་ལྟ་གཞག་གི་
རྒྱན་འཛིན་པ་ཞིག་ཅུ་འབྱུར་བའི་སྦྱང་རྟེན་བྱེད་རྒྱའི་ཁྱེད་ཀྱི་སྦྱོན་བྱེད་རྒྱ་
བཅས་ཡིན།

ཡུང་གོ་ཡུང་ཁྲན་རིང་ལུགས་གཞོན་ཅུ་ཚྭ་གས་པས་ངེས་པར་དུ་
བསམ་སྒྲིལ་ཆེན་མོ་ཀྱི་ལུ་བར་ལུགས་སྟོན་བརྒྱབ་ནས་དུས་རྒྱུན་དུ་
གཞོན་ཅུ་རྣམས་ལ་མར་ཁེ་སི་རིང་ལུགས་ཀྱི་རྩ་བར་གྱུར་པའི་རྩ་བའི་
རིགས་པའི་སློབ་གསོ་དང་། ལུགས་བསམ་ཀྱི་སློབ་གསོ། སྦྱོང་བ་བྟེན་
གི་སློབ་གསོ། སྤྱི་གཤིས་ཀྱི་སློབ་གསོ། གསར་བརྗེའི་སྒྲིལ་རྒྱན་ཀྱི་
སློབ་གསོ་བཅས་བྱས་ཏེ་ཁོ་ཚོར་རིམ་བཞིན་ཡུང་ཁྲན་རིང་ལུགས་ཀྱི་
འཛིན་ཉིན་ལྟ་རྒྱུ་འཇུགས་རྒྱའི་རོགས་རམ་དང་། མ་ཅུ་རིང་ལུགས་ཀྱི་
ཅུལ་སྤངས་ཀྱི་བསམ་སྒྲིལ་དང་། བཀས་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་ཀྱི་འཕྲོས་ལུས་

བྱེད་པ་ན་མས་ལ་རང་རྟོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་གུང་གཞོན་ཆོགས་པའི་སྒྲིག་.....
ཁྱིམ་ལ་བཅི་སྤང་དང་། གུང་གཞོན་ཆོགས་པའི་སྒྲོ་ཆོད་ལག་ལེན།
སྒྲོན་བརྗོད་དང་རང་སྒྲོན་རང་བརྗོད་བྱེད་རྒྱ་བྱུང་སྤྱེལ། རང་མས་
རིང་ལུགས་དང་སྤྱི་གཞུང་མེད་པའི་རིང་ལུགས་ལ་ངོ་སྤྱོད་བཅས་བྱེད་
རྒྱུའི་སྒྲོ་བ་གསེ་གཏོང་དགོས།

གུང་གོ་གུང་ཁན་རིང་ལུགས་གཞོན་ཅུ་ཆོགས་པས་རྒྱལ་གཅེས་.....
རིང་ལུགས་ཀྱི་དར་ཆ་མཐོན་པོར་བསྐྱེད་ས་ནས་རྒྱལ་ཡོངས་མི་རིགས་...
ཁག་གི་གཞོན་ཅུའི་བར་ཀྱི་མཛའ་བཅེ་དང་མཐུན་སྤྱིལ་སེམས་ཐག་.....
གཙང་བཅད་ཀྱིས་སྤང་སྤྱོད་དང་འཕེལ་རྒྱས་ཡོང་བ་བྱེད་པ་དང་།
ཐའེ་ཕན་ཀྱི་གཞོན་ཅུ་སྤྱོད་ཆེ་དང་། ཞང་ཀང་དང་ཡའོ་མོན་ཀྱི་གཞོན་
ཅུ་སྤྱོད་ཆེ། སྤྱི་རྒྱལ་དུ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་སྤྱོད་རང་མའི་གཞོན་ཅུ་སྤྱོད་ཆེ་
བཅས་དང་མཐུན་སྤྱིལ་བྱེད་རྒྱུར་ལུགས་སྒྲོན་བརྒྱུ་ནས་སྤྱོད་མོང་ཅུ་སྤྱི་
ཆོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་མས་རྒྱལ་དར་རྒྱས་དང་། རྟོགས་འཕྱར། གཅིག་
གུར་བཅས་ཡོང་བར་སྤྱེལ་སྤྱེལ་བྱེད་དགོས།

གུང་གོ་གུང་ཁན་རིང་ལུགས་གཞོན་ཅུ་ཆོགས་པས་འཕྱར་མེད་.....
གལ་རིམ་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱིའི་རིང་ལུགས་རྒྱུ་འཕྱོངས་བྱས་ནས་འཛམ་སྤྱིང་.....
རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་གུང་ཁན་རིང་ལུགས་ཀྱི་གཞོན་ཅུའི་ཆ་འཕྱུགས་དང་།
དེ་མིན་ཞི་བདེར་དགའ་ཞིང་དྲང་བདེན་འཛིན་པའི་གཞོན་ཅུའི་ཆ་.....
འཕྱུགས་མཐའ་དག་དང་མཐུན་སྤྱིལ་བྱེད་རྒྱུར་ལུགས་སྒྲོན་བརྒྱུ་སྤྱོད་མོག་
འཛམ་སྤྱིང་ཡོངས་ཀྱི་གཞུང་གཞོན་མཐུང་མཁན་མི་རིགས་དང་། གཞུང་

གཞོན་སྒྱུང་མཁན་མི་དམངས། གཞོན་ཅུ་བཅས་ཀྱི་དྲང་བདེན་འཐབ་
 ཚད་ལ་རྒྱབ་སྒྱུར་བྱས་ནས་བྱུན་མོང་ཏུ་བཅན་རྒྱལ་རིང་ལུགས་དང་།
 བཅན་དབང་རིང་ལུགས། མི་སེར་སྒྲེལ་བའི་རིང་ལུགས་བཅས་ལ་རྩ་
 རྒྱལ་བྱས་ནས་འཛམ་གླིང་གི་ཞི་བདེ་སྤྱང་སྒྱུང་དང་མིའི་རིགས་ཡར་.....
 རྒྱས་ཡོང་བར་སྤུལ་སྒྲེལ་བྱེད་དགོས།

ཤུང་གོ་སྤྱང་ཁྲན་རིང་ལུགས་གཞོན་ཅུ་ཚྭ་གས་པའི་སྤྱང་དབྱང་ལྷ་
 ཡོན་ལྷན་ཁང་གིས་ཏང་གི་སྤྱང་དབྱང་ལྷ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་འགོ་བྟེན་.....
 དང་ལེན་ལྷ་དགོས་པ་དང་། ཤུང་གཞོན་ཚྭ་གས་པའི་ས་གནས་ཀྱི་ཆ་
 འཛུགས་ཀྱིས་རང་དང་རིམ་པ་མཉམ་པའི་ཏང་གི་ལྷ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་
 འགོ་བྟེན་དང་ལེན་ལྷ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་སྤྱང་གཞོན་ཚྭ་གས་པའི་.....
 གོང་རིམ་ཆ་འཛུགས་ཀྱི་འགོ་བྟེན་དང་ལེན་ལྷ་དགོས།

ལེའུ་དང་པོ། རོན་ཡོན།

རོན་ཆན་དང་པོ། ལ་འཁོར་མོ་བཅུ་བཞི་ཡན་ཆད་ནས་ཉི་ཤུ་
 ཙ་བརྒྱད་མན་ཆད་བར་ཀྱི་སྤྱང་གོའི་གཞོན་ཅུའི་ནང་ནས་སྤྱང་གཞོན་.....
 ཚྭ་གས་པའི་སྤྱི་ག་ཡིག་ཁས་ལེན་པ་དང་། ཤུང་གཞོན་ཚྭ་གས་པའི་ཆ་
 འཛུགས་ཤིག་གི་ནང་ལ་ལུགས་ཤིང་དེའི་ནང་ཏུ་ཏུར་བཅོན་གྱིས་བྱ་བ་
 ལྟུབ་པ། ཤུང་གཞོན་ཚྭ་གས་པའི་སྤྱི་ཚད་ལག་ལེན་བསྟར་བ། ཏུས་
 རོག་ཏུ་སྤྱང་གཞོན་ཚྭ་གས་པའི་སྤྱི་ནད་ལུ་འཁུལ་བ་བཅས་བྱེད་འདོད་

ཡོད་མཁུ་ཞིག་ཡིན་ཅིན་ཡུང་གོ་ཡུང་ཁུན་ཤིང་ལྷགས་གཞོན་ཏུ་ཆོགས་
པའི་ནང་ཏུ་གཞུག་སྒྲུབ་ཏེ་འདུག་ལྟ་ཆོག

ཐོན་ཡོན་ཞིག་ལ་འཁོར་མོ་ཉེར་བརྒྱད་ཡོན་རྟེན་གཡ་ཉེ་གྲང་.....
གཞོན་ཆོག་ལ་པའི་ནང་དུ་ལས་འགན་ཁྱར་མེད་ན། གྲང་གཞོན་ཆོག་ལ་
པ་དང་ཁ་འབྲལ་རྒྱ་དེ་འགྲོ་བྱུག་ལ་ལྷུང་བྱེད་དཔོན།

ཐོན་ཡོན་ཞིག་གྱུར་ཁྲུང་ནང་ནང་ཏུ་བྱུགས་ནས་ཏང་ཡོན་དངོས་
གཞི་ཞིག་ཏུ་གྱུར་པའི་རྗེས་སུ་གལ་སྲིད་གྱུར་གཞོན་མོགས་པའི་ནང་.....
ལས་འགན་ཁུར་མེད་ན། གྱུར་གཞོན་མོགས་པའི་ནང་ཏུ་རང་སྐར་
འདྲིལ་སྐྱུ་མིན།

དོན་ཆན་གཉིས་པ། མོན་ཡོན་གྱིས་ངེས་པར་རྟུག་ཤམ་གསལ་
གྱི་འོས་འགན་རྣམས་རྒྱལ་དཔོས།

(1) འབད་བཙོན་ཆེན་པོས་མར་ཁེ་སི་ལེ་ཉིན་རིང་ལྷགས་.....
 དར་མཐོ་ཙུང་དགོངས་པ་སློབ་སྦྱང་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ཆན་རིག་
 དང་། རིག་གནས། བྱེད་སྒོ་བཅས་སློབ་སྦྱང་བྱེད་དགོས།

(2) ཏང་གི་ལམ་ཕྱགས་དང་། བྱང་ཕྱགས། སྤྱང་རྒྱས་
བཅས་ཀྱི་ལ་བསྐྱགས་དང་ལག་ལེན་བྱང་དགོས་པ་དང་། བྱང་གཞོན་
ཆོགས་པའི་ཆ་འཇུགས་ཀྱིས་སྤྱང་པའི་ལས་འགན་ནམས་རྒྱར་བཙོན་.....
ཀྱིས་འབྲུབ་པ་བྱང་དགོས་པ། སྤྱང་སྤྱང་དང་། ངལ་ཚལ། བྱ་བ།
སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་བྱང་སྤོ་གཞན་དག་བཅས་ཀྱི་ནང་རྒྱ་མིག་དཔེའི་རྒྱས་པ་.....
འདྲོན་དགོས།

(3) རང་རྩོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཁྱད་གཞན་ཆོགས་པའི་སྒྲིག་ཁྲིམས་
 དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བཅའ་ཁྲིམས་བཅི་སྟུང་དང་། ཁྱད་ཁྲན་རིང་ལུགས་
 ཀྱི་ཀུན་སྟུང་དང་སྒྲོལ་བཟང་དར་སྒེལ། རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་དམངས་ཀྱི་
 ཁེ་ཕན་སྟུང་སྟུང་། ལྷག་བསམ་ནམ་དག་གིས་མི་བཟང་སྟུང་བཟང་ལ་
 རྒྱབ་སྟུང་། མི་དན་སྟུང་དན་ལ་འཐབ་ཚད་བྱེད་མད་པ་བཅས་བྱེད་
 དགོས།

(4) གསར་བཟའི་དོགས་སྒོན་རྒྱན་འཁྱེདས་བྱས་ཐོག་མེས་
 རྒྱལ་སྟུང་སྟུང་བྱེད་པའི་ལས་འགན་རྒྱ་ར་བཙོན་ཆེན་པོས་སྟབ་དགོས།

(5) མང་ཆོགས་དང་འབྲེལ་འདྲིས་དམ་ཟབ་དང་། མང་
 ཆོགས་ལ་ཁེངས་སྟུང་གིས་སྟོབ་སྟུང་། ལྷག་བསམ་ནམ་དག་གིས་གཞན་
 རུ་ནམས་ཡར་རྒྱས་ཡོང་བའི་རོགས་རམ། རུས་ཐོག་རུ་གཞན་རུ་
 རམས་ཀྱི་བསམ་འཆར་དང་རེ་འདུན་གོང་ཁྱབ་བཅས་བྱེད་དགོས།

(6) རྒྱན་བརྗོད་དང་རང་རྒྱན་རང་བརྗོད་བྱེད་རྒྱ་བྱ་བ་སྒེལ་...
 གཏོང་དགོས་པ་དང་། བདེན་དོན་རྒྱན་འཁྱེདས་དང་ནོར་འཁྲལ་ཡོ་
 བསྐྱང་བྱེད་དགོས།

དོན་ཆན་གསུམ་ལ། ཐོན་ཡོན་ལ་གཤམ་གསལ་ཀྱི་ཁེ་དབང་...
 ཡངས་ལྷ་སྟུང་རྒྱ་ཡོད།

(1) ཁྱད་གཞན་ཆོགས་པའི་ནང་འདེམས་བྱེད་ཀྱི་དབང་ཆ་...
 དང་། གདམ་བྱའི་དབང་ཆ། བརྟན་ཐག་གཙོད་པའི་དབང་ཆ་
 བཅས་ཡོད།

(2) གུང་གཞོན་ཚོགས་པའི་ཤྱོས་ཚོགས་ཐོག་དང་གུང་གཞོན་
ཚོགས་པའི་ཚོགས་པར་དང་རུས་དེབ་ཐོག་གུང་གཞོན་ཚོགས་པའི་བྱ་བ་
དང་གཞོན་ལུ་ནམས་ཀྱིས་སེམས་ཁུར་བྱེད་པའི་གནད་དོན་སྐོར་ཤྱོས་
བསྐྱར་བྱེད་པར་གཞུག་ཚོག

(3) གུང་གཞོན་ཚོགས་པའི་འགོ་ཁྲིད་ལས་ཁུངས་དང་གུང་
གཞོན་ཚོགས་པའི་ལས་བྱེད་མི་སྤྱར་ལྟ་སྤྱལ་དང་སྦྱོན་བརྒྱན་བྱེད་ཚོག

(4) གུང་གཞོན་ཚོགས་པའི་ཤྱོས་ཚད་ལ་གལ་སྲིད་བསམ་.....
འཆར་མི་མཐུན་པ་ཡོད་ན། སེམས་ཐག་གཅང་བཅད་ཀྱིས་ཤྱོས་ཚད་
ལག་ལེན་བྱེད་པའི་ཆ་ཁྱེན་འག་རང་གི་བསམ་འཆར་དེ་སོར་ཉར་བྱས་
ཚོག་པར་མ་ཟད། གུང་གཞོན་ཚོགས་པའི་གོང་རིམ་ཙུ་འཇུགས་ལའང་
ཁྱ་ཚོག

(5) གུང་གཞོན་ཚོགས་པའི་ཙུ་འཇུགས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ལ་ཆད་
པ་གཅོད་རྒྱུ་སྐོར་ཤྱོས་བསྐྱར་བྱེད་པའི་ཤྱོས་ཚོགས་ལ་ཞུགས་ཚོག་པར་
མ་ཟད། རང་ཉིད་ཀྱི་དོན་རུ་དག་སེལ་གྱང་བྱེད་ཚོག

(6) གུང་གཞོན་ཚོགས་པའི་ཙུ་འཇུགས་རིམ་པ་གང་དང་གང་
ཞིག་དང་ཐ་ན་གྱང་དབྱང་ལྷུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་ལ་བསམ་འཆར་གསལ་.....
འདོན་དང་། གསལ་བསྐྱགས། ཞུ་གཞུག་ སྦྱོང་གཞུག་བཅས་བྱེད་
ཚོག་པར་མ་ཟད། འབྲེལ་ཡོད་ཙུ་འཇུགས་ལ་འགན་ཁུར་བའི་ཐོག་
ནས་བྱིས་ལན་འདེབས་དགོས་པའི་སྲང་བྱའང་འདོན་ཚོག

ཐོན་ཡོན་ཀྱིས་གཟབ་ནན་གྱི་སྐོ་ནས་རང་གི་དབང་ཆ་སྦྱོང་དགོས་

ཤིང་། བྱང་གཞིན་ཚེགས་པའི་ཆ་འཇུགས་རིམ་པ་གང་ཞིག་དང་མི་
མེར་སྲུ་ཞིག་ལའང་མོན་ཡོན་གྱི་དབང་ཆ་འཇུག་པའི་དབང་ཆ་མེད།

དེ་ན་ཆུ་བཞི་པ། མོ་ན་ཡོ་ན་འཕྱེ་ལྷོ་སྤྲུང་གི་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
གཟུང་གཟུང་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་

(1) ལྷ་གཞན་ཆོག་པའི་ནང་གཞུག་ཆུང་དེ་པ་ཞུ་མཁན་གཞན་ཅུ་དེ་ཆོག་པའི་གཞིས་ཀྱིས་ད་ཆུང་ཆུང་དཔེ།

(2) རོ་སྤྱོད་ཁྱེད་མཁན་གྱིས་འགན་ཁུར་བའི་ཚོག་ནས་རོ་.....
 སྤྱོད་ལྷ་སྤྱོད་མི་དེ་ལ་གྱུར་གཞོན་ཚོ་གསུམ་པའི་ཐྱིག་ཕིག་གསལ་བ་བཤད་ཁྱེད་.....
 དགོས་པ་དང་། གྱུར་གཞོན་ཚོ་གསུམ་པའི་ཅ་འཁྱུགས་ལ་རོ་སྤྱོད་ལྷ་སྤྱོད་.....
 མི་དེའི་བསམ་མེད་དང་། སྤྱོད་ཚུལ། ཡོ་སྤྱོད་པཅས་གསལ་བ་བཤད་ཁྱེད་.....
 དགོས།

(3) གུང་གཞོན་ཚོགས་པའི་ནང་གཞུག་སྤྱིའི་དེ་བུ་མཁན་གསུང་།
 གཞོན་ལུས་ཀྱི་སྤུ་སྤུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་ལ་དེ་བུ་དཔྱོད་པ་དང་། གུང་གཞོན་ཚོགས་པའི་ནང་གཞུག་སྤྱིའི་དེ་འདྲ་བུ་ཡིག་འབྲི་དཔྱོད་མིང་།
 ཀྱི་སྤུ་ཚོགས་ཆེན་གྱིས་ཤོས་བཟུང་བའི་ནས་ཤོས་འཆམ་གུང་བ་དང་།
 མོང་རིམ་སྤུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་ཚོག་མཆན་ཐོབ་རྗེས་གཞི་ནས་ཐོན་ཡོན་གསུང་།
 གུང་གཞོན་ཚོགས་པའི་ནང་ཞུགས་པའི་ཚོག་མཆན་འཐོབ་པའི་མཁན་གསུང་།
 གུང་གཞོན་ལུ་དེ་གི་སྤུ་ཚོགས་ཆེན་ཐོག་ཤོས་འཆམ་གུང་བའི་ཉིན་གསུང་།
 དེ་ནས་བཟུང་གུང་གཞོན་ཚོགས་པའི་སྤྱི་དུག་ལྷན་ལ་ཡོན་པའི་མཁན་གསུང་།

དེ་ཆེན་ལྷ་པ། སྒོ་ལོ་གསར་བས་དེས་པར་ཏུ་གུར་གཞོན་

ཚེགས་པའི་དར་ཆའི་འོག་གུང་གཞོན་ཚེགས་པའི་ནང་གཞུག་པའི་དམ་
 བཅའ་འཛིན་དགོས། དམ་བཅའི་ཚིག་གསལ་རྒྱ་གསལ་སྟེ། ང་ནི་རང་
 ཚོས་ཀྱིས་གུང་གོ་གུང་ཁྲན་རིང་ལུགས་གཞོན་ལྟ་ཚེགས་པའི་ནང་ཞུགས་
 ཏེ་མེམས་ཐག་བཅད་བཅད་ཀྱིས་གུང་གོ་གུང་ཁྲན་ཏང་གི་འགོ་བྟེན་ལ་.....
 བཙེ་བཀྱར་དང་། གུང་གཞོན་ཚེགས་པའི་སྒྲིག་ཡིག་ལ་བཙེ་སྟུང་།
 གུང་གཞོན་ཚེགས་པའི་ཤོས་ཚད་ལག་ལེན། ཐོན་ཡོན་གྱི་འཇམ་འགན་
 གྲུབ་པ། གུང་གཞོན་ཚེགས་པའི་སྒྲིག་ཁྲིམས་ནན་སྟུང་། འབད་
 བཙེན་གྱིས་སྟོབ་སྟུང་། ཏུར་བཙེན་གྱིས་བྱ་བ་གྲུབ་པ། དཀའ་བ་
 རྟོན་ལ་སྟུང་པ། བདེ་བ་རྗེས་སྟོར་ལ་བ་བཅས་བྱས་ཏེ་གུང་ཁྲན་རིང་
 ལུགས་ཀྱི་བྱ་གཞག་གི་དོན་རྒྱུ་འབད་འཐབ་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་པ་དེ་.....
 ཡིན།

དོན་ཚན་བྲག་པ། ཐོན་ཡོན་ཞིག་གཞི་རིམ་གྱི་ཙ་འཇུགས་
 ཞིག་ནས་གཞི་རིམ་གྱི་ཙ་འཇུགས་གཞན་ཞིག་རྒྱ་སྡོད་སྐབས་ངེས་པར་རྒྱ་
 ཏུས་ཐོག་ཙ་འཇུགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་སྟོན་དགོས།

དོན་ཚན་བཟུན་པ། རང་དཔེ་གཞན་སྟོན་གྱིས་ཐོན་ཡོན་གྱི་
 འཇམ་འགན་གྲུབ་མཁན་དང་མེས་ཀྱལ་འཇུགས་སྟོན་དང་མེས་ཀྱལ་སྟུང་
 སྟུང་གི་བྱ་གཞག་ནང་རྒྱ་བྱས་རྗེས་གཟེངས་སྟེ་ཐོན་པ་བཞག་ཡོད་.....
 མཁན་གྱི་ཐོན་ཡོན་ལ་གུང་གཞོན་ཚེགས་པའི་ཙ་འཇུགས་ཀྱིས་གཟེངས་
 བཟོད་བྱེད་དགོས།

གཟེངས་བཟོད་བྱེད་སྟངས་ནི་གཟི་བརྗེད་ལྟར་པའི་ཐོ་འགོད་རྒྱ་