



ཨ་ཁོ་ཁྱེད་ཀྱི་འཕྲིན་ལྷན་པུ་ཁུ་

ཨ་ཁོ་ཁྱེད་ཀྱི་འཕྲིན་ལྷན་པུ་ཁུ་

怎样做个共青团员

共产主义青年团
江西省委办公室 編著

※

青海人民出版社翻譯出版

青海西宁新生印刷厂印刷 青海省新华书店发行

※

开本787×1092毫米 1/32 · 印張 5 $\frac{1}{2}$

1959年12月第1版 1959年12月第1次印刷

印数：1 — 5,100

※

統一書号：MT 3097·182

定 价：（2）0.42元

ནང་དོན་གནད་འཕྲུལ།

དེ་ལ་འདི་ནི་ཆེན་ཉན་ཐོན་རྒྱལ་ཡོངས་འབྲུག་གི་འཛིན་གསལ་ཆེན་པོ་དང་མཉམ་སྦྲེལ་བའི་
 དཔེ་དེ་ལྟར་དང་ན་གཞིན་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ལ་གཞིགས་ནས། འབྲུག་དང་ཕན་ཞིང་ལྷོ་ཨི་
 མོ་ས་ཡུལ་ཆེན་ཐོན་ཐོན་ཞིག་གིས་ཆེ་ཆུང་ལས་ལས་དང་། སྒོ་མཚུང་། འཕྲོ་ཆེ་ལ། འཛོམ་
 བཅས་ཀྱི་ཐད་ནས་འཕྲུག་ལ་ལྟ་། སང་ཉིད་ཐོས་རྒྱལ་ལ་ག་ཞིན་མཛོན་པ་རེ་ལ་
 དང་། མི་དམངས་ལ་སྒོ་དཀར། རིག་གེས་དང་ཕན་ལ། རྒྱལ་སྤྱིམ་ལ་བཅི་སྒྲུང་།
 ལས་ལ་བཅོན་ཞིང་དཔེ་ལྟར་ཆེ་ལ། སང་ཁྱད་པ་ཐོད་ཏུ་འབྲུག་ལ། དཀར་ཆོག་ས་
 ཅི་ལ་ཡང་མི་སྒྲུག་ལ། རྒྱུ་ཆོག་ས་ཤིང་ལྷག་ས་དང་ལྷན་ཁྱད་ཤིང་ལྷག་ས་མཛོན་པ་ལྷན་པ་གྱི་
 ཆེད་ཏུ་འབྲུག་ཆོས་ཀྱི་དུ་རྒྱུ་ཡིན་པ་མོ་ལ་ཞིག་ཏུ་སྒྲུང་པ་ན་མཉམ་སྦྲེལ་པ་གསལ་བ་ལྟར་ལྷན་པ་
 ཡིན།

本書根据江西人民出版社1957年6月第一次印刷版本譯出。

དེ་ལ་འདི་ནི་ཅང་ཞི་མི་དམངས་དཔེ་རྒྱུ་ཁང་གི་1957 ལོ་འོ་ཟླ་6 བའི་པ་ར་ཐོད་ས་

དང་ཐོད་རྒྱུ་ཡིག་གཞིར་བརྒྱུད་ནས་བརྒྱུར་བ་ཡིན།

དཀར་ཆག

མཐུན་ཏུ་པརྫོང་པ་ལི་གཏམ། (1)

1. གུང་ཆེན་ཐོན་ཡོན་ནི་གཏན་མཐུན་མངོན་པར་མཐོ་བ་དང་ལྷན་
པ་ལི་གཏམ་པ་ཆེའི་ལ་ཐབ་མོ་བ་ཞིག་ཡིན་དགོས། (16)

2. གུང་ཆེན་ཐོན་ཡོན་ནི། རྒྱལ་གཅེས་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྒྲིམ་བུ་དམ་པ་
དང་། སྤྱ་བརྟན་ལ་ལྷུང་མེད་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་པ་རིས་མེད་རིང་
ལུགས་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས། (40)

3. གུང་ཆེན་ཐོན་ཡོན་ནི་སྤྱི་ཐེམས་ལས་སྒྲེར་ཐེམས་མེད་པ་ལི་སྒྲུབ་མང་
རིང་ལུགས་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས། (67)

4. གུང་ཆེན་ཐོན་ཡོན་ནི་གཞུང་དྲང་བདེན་བུལ་གྱིང་ལ་ཚོལ་པ་ཞིག་
ཡིན་ཞིང་། བ་གཞོན་མང་ཆོག་མཐོང་ཏུ་དཔེ་ཚད་ཀྱི་ཕྱིད་ལུས་
འདོན་དགོས། (95)

5. གུང་ཆེན་ཐོན་ཡོན་ནི། འབད་པས་སྒོ་སྤྱོད་དང་། རྒྱག་ཅས་
ཀྱིས་ཡར་སྤེལ། བ་མ་ཡང་རང་ཁྱིངས་མེད་པ། བདེན་
དོན་ལ་ཚོལ་བར་བྱེད་པ་ལི་རྒྱར་བརྩོན་ཅན་ཞིག་ཡིན་དགོས། ... (121)

6. གུང་ཆེན་ཐོན་ཡོན་ནི་གུང་ཁྲན་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཐང་བཞི་སྤང་
བྱེད་པ་ལི་དཔེ་ལོགས་ཅན་ཡིན་དགོས། (145)

མཐུག་ཏུ་པ་ལི་གཏམ། (159)

མདུན་དུ་བརྗོད་པའི་གནས།

1957 ལོའི་ཟླ 5 ཚེས 24 ཉིན།

ཆེན་ཉན་ཐོན་རྒྱལ་ཡོངས་འཕུས་

མིའི་ཆེགས་ཆེན་ཐེངས་གསུམ་པ་ནས་གལ་ཆེ་བའི་གྲོས་ཚོད་ ཅིག་གྲོས་འཆམས་།
བྱུང་། གྲུང་གོའི་དམངས་གཙོའི་རིང་ལུགས་གསར་བའི་ཆེན་ཉན་ཐོན་

ཀྱི་འདོགས་མིང་གྲུང་གོ་གྲུང་ཁྲན་རིང་ལུགས་ཆེན་ཉན་ཐོན་དུ་བཅོས་པར་།
གནན་པའ་བྱས་པ་དེ་ནི། གྲུང་གོའི་ན་གཞོན་འགྲུལ་སྤྱད་ལོ་རྒྱུས་སྤེལ་གི་

ལས་དོན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཆེན་ཉན་ཐོན་ཡོན་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ན་གཞོན་
མང་ཆེགས་ཡོངས་རྒྱུ་གས་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་འཆེ་བའི་ཐོག་གི་དགའ་དོན་ཆེན་པོ་ཞིག་
བྱུང་ཡིན།

ཆོང་མས་ཤེས་གསལ་ལྟར།

གྲུང་གོའི་དམངས་གཙོའི་རིང་ལུགས་

གསར་བའི་ཆེན་ཉན་ཐོན་དེ་ནི 1949 ལོའི་ཟླ 4 པར་དངོས་སུ་ཚུགས་པ་ཡིན་།
ལ། རྒྱལ་པོ་དེའི་ཐོན་ཀྱི་སྤྱི་གཤིག་སྤེལ་དུ་རང་ཉིད་ལ་ལས་འགན་གནན་

ཁེལ་བྱས་པ་འདི་ལྟར། བཅོན་རྒྱལ་རིང་ལུགས་དང་། བཀས་བཞོད་
རྒྱུད་འཛིན་རིང་ལུགས་། དཔོན་ངན་མཚ་རིང་ལུགས་བཅས་གྲུང་གོར་ཡོད་

པའི་དབང་བརྒྱུར་ཅ་བ་ནས་སྤེལ་བ་དང་། རང་ཚུགས་དང་། བིམ་སྤྱན་།
དམངས་གཙོ། རྒྱལ་པོ་འཛུར་མངའ་མངའ་ཆེ་བ། གཅིག་གྱུར་བཅས་ཀྱི་

གྲུང་རྒྱ་མི་དམངས་དམངས་གཙོ་གྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་འཛུགས་སྐྱོན་དང་།
དམངས་གཙོའི་རིང་ལུགས་གསར་བའ་ལ་རྒྱལ་ཁ་མཐིལ་སྤྱན་དུ་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་

འབད་ཚེལ་བྱེད་རྒྱ་བཅས་འགོད་ཡོད། དེའི་དེའི་ཆེགས་ཆེན་གྱི་རྗེས་སུ།

ནས་ཁྱིཾགས་ཀྱི་འཕགས་དང་གྲ་ཁུན་ཀྱི་འཕགས་ཀྱི་དམིགས་འཕེན་ཆུབ་སྟེ།
པོ་ཆེར་མཐུན་ནས་མཐུན་པ་མྱོད་ཆུ་བཅས་འཕུང་བར་ཕྱོད་ནས་དཔག་ཐུབ་ཀྱི་
རེད།

ཡིན་ན་ཡང་། མི་འགའ་ཞིག་གིས་ཐོན་ཀྱི་འདོགས་མི་འགས་ཀྱི་བཅོས་
པ་དེས་ཏུ་ཅང་ལེགས་པ་ལོ་རྟགས་བྱང་ཞིག་པ་རྗེས་པ་ཁོ་ནར་ལྟ་བུ་དེ་ནི་ཡང་།
དག་པ་མེན་པ་ཞིན་ཏུ་གསལ། གྲུ་ཆེན་ཐོན་ཡོན་ལེ་ལེ་ནས་དེས་པར་དང་ལེ་
ཅུ་འཆུགས་ཀྱི་མི་ལ་ཡུ་དགོ་གྲུ་ཁུན་ཀྱི་འཕགས་ཆེན་ཉན་ཐོན་ཞེས་གསུང་
བཅོས་པ་དེས་ཏུ་ཅང་ཆེ་པ་ལོ་རྟགས་འདོད་པ་ཁོ་དང་ཏུ་ཆུང་དགོས།

ཐོག་མར། ཐོན་མི་འགས་ཀྱི་བཅོས་པ་དེས་པོ་རྒྱས་གསུང་བའི་དུས་
ཆུབ་སྟེ། ཏང་དབང་ཆུལ་ཁབ་ཀྱིས་ཆེན་ཉན་ཐོན་པ་ལྟག་པར་ཆེ་པ་ལོ་ལེ་
དང་ཆུང་བྱ་བཅོན་པ་དང་། རྒྱལ་ཡོངས་ན་གཞོན་ནུམས་ནས་ལྟག་པར་
མཆོག་ཏུ་ཡུར་བའི་ལས་འགན་དང་ལྟག་པར་གཟི་བཞིན་ཆེ་པ་ལོ་ལེ་འགན་
འཁུར་ཆུ་བྱས་ཀྱིས་བསྟན་པ་རེད། ཆོང་མས་ཡིད་ལ་དྲན་ཡོད་པ་ལྟར་ 1955
ལོ་ལྷོ་ 9 པར། རྒྱལ་ཡོངས་ན་གཞོན་ཁྱིཾགས་ཀྱི་འཕགས་འཆུགས་ཐུན་
ཏུར་བཅོན་ཅན་ཁྱིཾགས་ཆེན་ཉིད་ཏུ། རྒྱུ་མཐུན་ཏིང་ལའོ་མིན་ནས་ཏང་
གྲུ་དབང་གི་ཆོང་བྱས་ཏེ་མཆོད་ཐོན་མཛད་པ་ལ། ཁོང་གིས་“གྲུ་དགོ་
ན་གཞོན་ཀྱིས་དེས་པར་ཁྱིཾགས་ཀྱི་འཕགས་ཁྱིཾགས་ཆོགས་གྲུབ་པ་མིག་གིས་
དེས་ཀྱི་མཐོང་ཐུབ་པར་ཤ་ཤད། དེ་ཏུ་ཁྱིཾགས་ཀྱི་འཕགས་ཁྱིཾགས་
དེ་ལྟ་ལྟག་གིས་གྲུ་ཁུན་ཀྱི་འཕགས་ཁྱིཾགས་ལྟ་བུ་འདྲེད་བྱེད་དགོས་”
པ་ཡིན། ལོ་ལྷོ་ཆེད་ཀྱི་དེ་ལ་གྲུ་དགོ་མི་དམངས་ནས་བཅོན་ལེན་བྱས་པ་ལོ་
རྒྱལ་ཆེ་པ་ལོ་གནན་ཀྱི་འདུན་མ་དེ། ཁྱོད་ཆོན་གཞོན་པ་ལོ་དཔས་འདི་

[illegible]

བའི་ཆེད་ཀྱི་འབད་ཆོས་མེད་དེ་གོ་མ་པ་ཚུ་གསུམ་གྱིས་བསམ་ན་ཡིན། མོ་ལ་གསུམ་
 རིང་ལ། རང་ཅེ་ན་གཞོན་ར་པས་འདིས་ཏང་གིས་མཛའ་གཟུགས་གྱིས་སྒོ་བ་
 ཁྱིད་མཛའ་བར་བརྟེན། གསུམ་པ་ཆེ་ལོ་ཚུ་བ་པར་པ་ཚུ་བ་པའི་སྒྲུབ་ས། རྒྱུ་
 ཆོག་ས་ཤིང་ལུ་གསུམ་གྱི་རང་ཆོག་ས་རང་བཞིན་ཉིན་ཅེ་ལས་ཉིན་ཅེ་ར་ཆེ་མཐོང་།
 བརྟེན་ས་ཏེ། བ་གཞོན་ཆེས་མང་པ་ཆོང་མས་ཏང་ལ་གཞོན་མངོན་པར་ཆེ་བ་
 དང་། མེས་ཚུ་ལ་དང་ཚུ་ཆོག་ས་ཤིང་ལུ་གསུམ་བཅས་ལ་དེ་བཞིན་གཞོན་མངོན་
 བར་ཆེ་བ་བརྟེན། བལ་ཆོས་ཀྱི་ཁྱིད་ཀྱི་དཔལ་མཛའ་ས་ཀྱི་ར་བཅོན་དང་།
 མོ་བ་ཚུ་དཀྱིལ་ཁྱིད་ཀྱི་མོ་ཁོག་ཚུ་ཆེར་བཟུང་དེ་ལྷུང་ལེན་ཁྱིད་ལ། ཆབ་ཁྱིད་ཁྱིད་
 ཀྱི་ཡར་ཐོན་ལ་ཅེ་འདྲུན་བརྟེན་ལ། རྒྱ་བཟུང་ཤིང་ལུ་གསུམ་གྱི་ཚུ་དཔལ་ཚུ་དག་
 རྒྱ་བཟུང་ཆད་མེད་པར་ཆེར་ཁྱིད་ཡོད་པའི་སྒྲུབ་ས། མི་དམངས་མང་ཆོག་ས་
 ཀྱི་བཟོད་ར་དང་མི་རང་འཕྱོང་ལུ་པ་ཚུ་བ་པའི་དང་། “དངོས་དོན་བསྐྱེད་
 བྱིས་མི་ལང་པས་རྒྱ་དགོ་གསུམ་པའི་ན་གཞོན་ནི་མཉུན་ཀྱི་མེད་པ་དང་།
 གསོན་ཉམས་ཡར་ལ་ཁྱིད་ལ། རྒྱུ་ཆོག་ས་ཤིང་ལུ་གསུམ་ལ་ལྷག་པས་མཛའ་མེད་
 བ་འཆད་ལ། མོང་ནས་མོང་ཀྱི་འབད་ཆོས་ཀྱི་བསམ་པ་ཆོང་དུ་ག་དང་ལུན་ལ་
 བཅས་གསལ་བར་མཆོན་ཡོད་པས། བ་གཞོན་ནི་རང་ཆོས་ཅེ་ཆོས་དང་རང་
 རང་ཆོས་ཅེ་རང་ས་པ་ཡིན་པ་ལ་རང་ཆོས་ཅེ་ཆོས་སྤྱོད་པ་ཡང་མེད་” (རྟེན་འཁེལ་)
 མེན་གྱིས་“ཚུ་ལ་ཡོངས་ན་གཞོན་ཚུ་ཆོག་ས་ཤིང་ལུ་གསུམ་འཛུགས་སྤྱན་རྒྱུར་བཅོན་
 ཅན་གྱི་ཆོག་ས་ཆེན་” ཁྱིད་ཀྱི་གནད་པའི་གཏམ་བཤད་ལས་བརྒྱུ་ཅེས་ཅི་རྒྱུད་
 རེར་བ་དེ་ནི་རང་ཅེ་ལོ་ཏང་གིས་ཐལ་མེན་པའི་དུས་རྒྱུ་ལས་དེ་ལོ་ནང་གི་རྒྱ་དགོ་
 བ་གཞོན་གྱི་བསམ་པའི་བཞིན་རས་ལ་ཚུ་ལོ་ནི་མང་བཅས་པ་མཛའ་པ་རང་།
 ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་། རང་ཆོན་གཞོན་གྱི་བསམ་པ་ཐོག་ཏུ། གནད་དོན་

- 9 -

དགའ་ཁག་ཆེ་པའི་མི་རྒྱུ་ལས་འགན་སྒྲུབ་མགོ་རྒྱུ་རྟེ། ཉམ་དང་ཆུ་མཐུ
 ཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་མཁོ་མགོ་མི་རྒྱུ་ཞིང་དཔལ་མི་ལྷན་པར་གསར་བཞེས་གནས་ཀྱི་
 འདུན་མ་མཛོད་པར་འཇུག་པའི་ཆེད་ཏུ་འཇུག་ཆེད་བརྒྱུ་འཛིན་ཐུག། གསར་
 དེར་གྱུ་འཛིན་ཐོན་ཡོན་གྱི་མཐོ་མག་བད་ཀྱིས་བཅད་དེ་ཉམ་གྱི་ཡང་དག་པའི་
 གསར་བཞེས་ལས་ཐོག་གསུམ་གྱི་ཐོག་གསུམ་འབྲེང་རྟེ། ཁྱིམ་ཏུ་ལུག་གཡས་ཆུང་
 མགོ་འདྲགས་ཤིང་ལུགས་ལ་གཙང་ཅིས་ཐུང་པའི་འཇུག་ཆེད་ཁྱིམ་ཏུ་བཅོན་
 ཏུ་ལུགས་ཤིང་། རང་ཉིད་ཀྱི་ཐོན་ཡོན་དང་ན་གཞོན་ནམས་བསྐྱེད་སྒྲོལ་བུས་
 ཉི་དཔལ་ཆུ་མཐུ་གྱིས་ཉམ་གསུམ་ཅང་ཞི་དང་། ཏུ་ནན། ཏུ་ཡེ། ཀོང་ཏུང་
 བཅས་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་སྐད་ཀྱིས་ཐུག་ཀི་འཛུགས་ཐུག་པའི་དྲག་
 ཆས་ཀྱི་དྲག་འགྲུལ་ཏུ་ལུགས་པ་རེད། དེའི་རྒྱུ་ལྟ། གསར་བཞེས་གཞི་
 སྐད་གསར་འཛུགས་དང་མ་བརྒྱུ་ཏུ་གཏོང་བ་དང་། དམར་དཔག་གོང་མེལ་
 དང་ཆུ་ཆེར་བསྐྱེད་པའི་འཇུག་ཆེད་ཁྱིམ་ཏུ་གྱུ་འཛིན་ཐོན་ཡོན་གྱིས་གོང་དང་།
 མཚུངས་པར་གཞི་བཞེད་དང་ཐུན་པའི་འབད་འབྱུངས་ཐུག་ཏེ། སྐད་གསར་
 གང་མང་གི་གྱུ་འཛིན་ཐོན་ཆེ་འཛུགས་ཀྱིས་ཤོག་ཁ་དང་ལུམ་ཆོ་མེལ་པོའི་ཐོན་
 ཡོན་དང་། ལེན་དང་ཐོན་སྐར་མེལ་པོའི་ཏཱ་ལེ་ལན་ཏོ་སྐྱོ་ཏོ་སྐྱོ་ཏོ་ཐོན་ནམས་
 བསྐྱེད་སྒྲོལ་བུས་ཉི་དཔལ་དཔག་ཏུ་ལུགས། དེའི་ཆུམ་གྱིས། བཟོ་ཞིང་དམར་
 དཔག་ཁྱིམ་ཏུ་ཆུ་གསུམ་ཐུབ་མཁན་ཁག་མང་ཆེ་བ་ཞིན་གཞོན་ཡིན། 1933 ལོར།
 གྱུ་འཛིན་ཐོན་གྱུ་དང་ཐུང་ནས་ཉམ་གསུམ་བཅོན་པའི་“ལུགས་ལྟ་ཐུའི་དམར་”
 དཔག་སྐད་གཅིག་གསར་ཏུ་འཛུགས་སྐྱེའི་”གསུང་བསྐྱེད་དང་ཏུ་སྒྲུབ་ཆེད།
 ལུགས་ཁབ་ཡོངས་ལ་མཚན་སྒྲན་ཐུབ་པའི་“ཏཱ་ལེ་གྱུ་འཛུགས་མཚན་སྐྱེའི་”ཞེས་པ་
 གསར་ཏུ་གཏོང་དེ་བཙུགས་པ་རེད། བ་གཞོན་འཕོར་གྲངས་ཁྲི་སྟག་