

ཁིང་ཕྱེ་དང་འབྲོག་ཁུལ་དུ་སྤྱོད་ཆ་གས་རིང་
ལུགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུའི་སྒྲོབ་གསོ་
གཏོང་བའི་སྒྲོབ་གཞི།

མཚོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྒྲོན་ཁང་།

ཞིང་ཐེ་དང་འབྲོག་ཁུལ་ཏུ་སྤྱི་ཚོགས་རིང་
ལུགས་ཀྱི་བསམ་བློའི་སློབ་གསོ་གཏོང་
བའི་སློབ་གཞི།

མཚོ་ལྷན་མི་རིགས་དཔེ་སྐད་ཁང་།

责任编辑：索南才让

封面设计：仁措吉

书名题字：智 华

农村牧区社会主义思想教育教材

（藏 文）

中共青海省委宣传部编

主编 田源 副主编 赵森民

祁正贤 何峰等翻译

青海民族出版社出版

（西宁市西关大街96号）

青海省新华书店发行 青海民族印刷厂印刷

开本：787×1092毫米 1/32 印张：9.375

1991年12月修订第1版 1991年12月第1次印刷

印 数：0001—6,200

ISBN 7-5420-0252-X/G · 211

定 价：1.20元

登记证号（青）002

པར་གཞི་བསྐྱར་མའི་འགོ་བརྒྱུད།

1990 ལོའི་ལོ་མཇུག་ལ་ང་ཚོས་ས་གནས་སོ་སོའི་.....
གཞི་རིམ་ལས་བྱེད་པ་གསུམ་བུ་བྱེད་པའི་བྱ་བ་གང་ལེགས་.....
ཀྱིས་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་ཚམ་སྒྲིག་མི་རྣམས་འཇུགས་བྱས་ནས་.....
«ཞིང་ཕྱི་དང་འབྲེག་ཁུལ་གྱི་གཞི་རིམ་ལས་བྱེད་པ་གསུམ་བུ་.....
བྱེད་པའི་སྒྲིབ་གཞི» (ཆོད་ལྟའི་དེབ) ཚམ་སྒྲིག་བྱས་པ་ཡིན།
ཆོད་ལྟ་བྱས་པའི་གནས་ཚུལ་ལ་གཞིགས་ན། ཆོད་མར་སྒྲིབ་
གཞི་འདི་འོས་མཐུན་ཞིག་ཡིན་པའི་ལྟ་ཚུལ་ཡོད། ད་ལོ་སྤྱི་
བརྒྱུད་པར་ཞིང་ཆེན་ཏང་ཟུངས་གོམ་གང་མཐུན་སྤྱོད་ཀྱིས་.....
ཞིང་ཕྱི་དང་འབྲེག་ཁུལ་དུ་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་བསམ་.....
པའི་སྒྲིབ་གསོ་གཏོང་བ་ལེགས་པར་སྐྱབ་དགོས་པའི་བརྒྱུད་.....
སྐྱར་བཏང་བ་དེའི་ནང་དུ་ཉེ་ཆར་ལོ་གཉིས་རིང་ལ་སྤྱི་ཚོགས་
རིང་ལུགས་ཀྱི་བསམ་པའི་སྒྲིབ་གསོ་བཏང་བའི་ཁྲའ་གཞིའི་.....
ཚོག་ད་ལོ་ནས་བཟུང་ཉེ་ལོ་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་རང་ཞིང་གི་ཞིང་
ཕྱི་དང་འབྲེག་ཁུལ་དུ་གཏོང་བའི་ཅིང་རྒྱུད་རིམ་ལྡན་པའི་སྤྱོད་.....

ནས་སྤྱི་ཚེགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་བསམ་པའི་སྒྲིབ་གས་གཏོང་བྱ་……
 ཡིན་ཞེས་ཐག་བཅད་ཡོད། ཟེངས་འདིའི་སྒྲིབ་གས་གཏོང་
 པའི་བྱ་འགུལ་ལ་རམ་འདེགས་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་ང་ཚོས་ཞིང་……
 ཆེན་ཏང་ཟུའི་བཀའ་སྒྲིབ་ལྟར་ཟུར་ཡོད་«ཞིང་ཟེ་དང་འབྲེག་
 གཤམ་གྱི་གཞི་རིམ་ལས་བྱེད་པ་གས་སྦྱར་བྱེད་པའི་སྒྲིབ་གཞི»
 (ཆེད་ལྟའི་དེབ) ཞེས་པ་དེར་དག་བཅས་བྱས་ནས་བསྐྱར་དུ་
 པར་སྐྱབ་བཀྲིས་ཤིང་མིང་ལ་«ཞིང་ཟེ་དང་འབྲེག་གཤམ་དུ་སྤྱི་
 ཚེགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་གས་གཏོང་པའི་སྒྲིབ་……
 གཞི»ཟེར། དེ་ས་གནས་སོ་སོས་སྤྱི་ཚེགས་རིང་ལུགས་
 ཀྱི་བསམ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་གས་གཏོང་པའི་བྱ་འགུལ་སྤེལ་བའི་ནང་……
 དུ་བཀོལ་བྱུང་ཕུལ་བ་ཡིན།

ཟེངས་འདིར་དག་བཅས་བྱེད་སྐབས་ཀྱང་དབྱང་དང་……
 ཞིང་ཆེན་ཏང་ཟུའི་ཞིང་ཟེ་དང་འབྲེག་གཤམ་དུ་སྤྱི་ཚེགས་རིང་……
 ལུགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་གས་གཏོང་པའི་བརྗོད་སྐབས་ནང་……
 གཏན་འཁེལ་བྱས་པའི་བསམ་སྒྲིབ་མཛུབ་སྟོན་དང་ལས་……
 འགན། བདེན་དོན་ལྟར་དུ་ཀྱང་དབྱང་དང་ཞིང་ཆེན་ཏང་ཟུའི་
 བཀའ་སྒྲིབ་གསར་པའི་དོན་སྤྱིར་ཁ་ཤས་གཞིར་བཟུང་ཞིང་……
 ཟུར་ཡོད་གས་སྦྱར་སྒྲིབ་གཞི་བཀོལ་དུས་ས་གནས་སོ་སོ་ནས་

བརྟན་པའི་བསམ་འཆར་དང་སྒྲིག་གཞིར་བྱས་ཏེ་དང་བསྟུ་.....
ལེན་བྱས་ནས་དག་བཅས་དང་ཁ་གསལ་དགོས་ངེས་ཤིག་བྱས་
ཡོད།

སློབ་གཞི་འདིར་དག་བཅས་བྱེད་པའི་བྱ་བར་དཀའ་.....
ཁག་ངེས་ཅན་ཞིག་ཡོད། ཟུ་མཆན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། གཅིག་
ན་ཞིང་རྗེ་དང་འབྲེག་བྱུལ། ས་གནས་སོ་སོའི་གནས་ཚུལ་ལ་
བྱད་པར་བྱང་ཅམ་ཆེ་ལ་སྤྱི་ཆོག་ས་རིང་ལྷག་ས་ཀྱི་བསམ་སློབ་...
སློབ་གསོ་གཏོང་བའི་འཕེལ་རིམ་ཡང་གཅིག་མཚུངས་མིན།
གཉིས་ན་ཁྱར་ཡོད་སློབ་གཞི་དེ་གཙ་བོ་གཞི་རིམ་ལས་བྱེད་པ་...
གསོ་སྦྱང་བྱེད་པར་མཁོ་སྦྱང་བྱས་པ་ཡིན་ལ། ཞོར་ནས་ད་བྱང་
རྒྱུ་དང་ཞང་གི་ལས་བྱེད་པ་དང་གཞི་རིམ་ལ་སོང་ནས་སྤྱི་.....
ཆོག་ས་རིང་ལྷག་ས་ཀྱི་བསམ་སློབ་སློབ་གསོ་གཏོང་བའི་བྱ་བ་...
སྤྱི་མཁའ་ཆོའི་དགོས་མཁོར་ཡང་ལྟ་རྟོག་བྱེད་དགོས་པའི་.....
ཐོག་ང་ཆོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆུ་ཚད་ཀྱང་དམའ་བས་སྤྱི་གསལ་ཡོངས་...
ཀྱི་རེ་བ་སྒྲོང་ཟུ་དཀའ་མོ་ཞིག་རེད། དེའི་བྱིར་ས་གནས་སོ་
སོས་སློབ་གཞི་འདི་སྦྱང་བྱས་རང་ལུལ་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དངོས་...
དང་བྱང་འཕེལ་བྱས་ནས་ངེས་པར་བྱ་མཁོ་བའི་ནང་དོན་ཁ་...
གསལ་བྱེད་དགོས་པར་མ་ཟད། ལུལ་དེའི་མང་ར་ཆོག་ས་

གྱི་དང་ལེན་གྱི་རྒྱས་པ་དང་མཐུན་པའི་གསོན་ཉམས་ལྡན་.....
 པའི་དཔེ་དོན་དང་གོ་བ་དེ་པའི་སྐད་ཆ་བཅད་སྟུང་ནས་སྒྲིབ་.....
 གཞི་འདིར་དག་བཙས་བྱས་ཐོག་རང་ཉིད་གྱིས་རྩོམ་འབྲས་ག
 པ་ན་མས་ལ་སྒྲིག་སྦྱར་འབྲེལ་བ་ཤད་བྱེད་པའི་སྒྲིབ་གཞི་ཙམ་....
 རྒྱུག་བྱེད་དགོས།

དཔེ་དེབ་འདིའི་རྒྱུག་མཐན་གཙུག་གཞིན་གཉིས་ཀས་.....
 ཐེངས་འདིའི་དག་བཙས་བྱེད་པའི་ལས་འགན་འཁུར་བ་ཡིན་
 ལ་སྒྲིག་མཐུན་སྒྲིལ་ཉུ་གྱི་དག་བཙས་བྱེད་པའི་བྱ་བ་ཁ་ཤས་ནང་
 ལ་ཞུགས་ཡོད། ཞིང་ཆེན་ཏང་ཟུང་གི་དྲུག་ཅུ་མ་ཞིབ་འཇུག་
 ཁང་དང་ཞིང་ཆེན་སྒྲུགས་ལས་སྒྲིག་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་སྒྲིག་མཐུན་....
 གྱིས་དག་བཙས་བྱེད་པའི་བྱ་བར་རོགས་སྦྱར་གནང་བར་ང་....
 ཆོས་སྒྲིང་ཐག་པ་ནས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བ།

རྒྱུག་མཐན་ནས།

1991 ལོ་ལྔ 9 པའི་ཆེས་5 ལ།

དཀར་ཆག

པར་གཞི་བསྐྱར་མའི་འགོ་བརྒྱད། (1)

ལས་བྱེད་པ་གསེས་བྱེད་པའི་བྱ་བ་ལེགས་པོར་བསྐྱབས་
 ཉི་གཞི་རིམ་ཙུང་འཇུགས་ཁྱོད་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱས་པ་མཐོར་འདེགས་
 བྱེད་དགོས།

(སྒྲིང་གཞི།) (1)

སྒྲིང་ཆུང་དང་པོ།

སྒྲིཾྀགས་རིང་ལྷགས་ཁོ་ནས་ཀྱང་གོ་སྒྲིང་བྱལ་པ་དང་

སྒྲིཾྀགས་རིང་ལྷགས་ཁོ་ནས་ཀྱང་གོ་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་

གཏོར་བྱལ་པ། (1) .

དང་པོ། ཀྱང་གོ་སྒྲིཾྀགས་རིང་ལྷགས་ཀྱི་ལམ་དུ་འགྲོ་བ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་

བདམས་པ་ལྟོག་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་རེད། (2)

གཉིས་པ། སྒྲིཾྀགས་རིང་ལྷགས་ཀྱིས་ཀྱང་གོ་རྟོ་མེད་པའི་བྱེད་འཕགས་

རང་བཞིན་དང་སྒྲིང་ཆུང་ཆེན་གྱི་སྒྲིཾྀའཕེལ་རྒྱས་པ་བརྟན་པ་

རེད། (10)

གསུམ་པ། མོ་བརྟན་འཇུར་མེད་ཀྱིས་ཀྱང་གོ་བྱེད་ཆོས་ལུན་པའི་སྒྲིཾྀགས་

རིང་ལྷགས་ཀྱི་ལམ་ལ་འགྲོ་བ་ནི་ཀྱང་གོ་སྒྲིང་ལུང་མངའ་མང་

ལུན་པ་ཞིག་ཏུ་འཕེལ་བར་ངེས་པར་དུ་བརྟུན་དགོས་པའི་ལམ་

ཞིག་རེད། (31)

སྒྲིབ་ཚན་གཉིས་མ།

དཔལ་འབྱུང་འཇུགས་སྐྱོན་ཉེ་བར་བཟུང་ནས་ཞིང་ཉེ་
དང་འབྲོག་ཁུལ་གྱི་སྒྲིཛ་གས་ཐོན་སྐྱོད་རུས་བྱགས་
སྒྲིབས་ཆེན་གྱིས་སྒྲིལ་དཀོས། (57)

དང་པོ། སྒྲིཛ་གས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱོད་རུས་བྱགས་སྒྲིལ་བ་ནི་སྒྲིཛ་གས་རིང་
ལྷགས་དམར་རིམ་རུས་སྐབས་ཀྱི་ཆ་བའི་ལས་འགན་ཡིན། (57)

གཉིས་པ། འབྲུ་རིགས་དང་སྐྱུགས་ལས་ཐོན་སྐྱོད་ལེགས་སྒྲིབ་བྱས་ནས་
ཞིང་ཉེ་དང་འབྲོག་ཁུལ་གྱི་དུ་འཕེལ་བར་མང་གཞི་གདིང་
དཀོས། (61)

གསུམ་པ། རྒྱ་དངོས་གཞིར་བཟུང་ནས་ཞང་དང་ཁྱོད་རལ་ཁི་ལས་བརྟན་
སྒྲིབ་དང་འཕེལ་རྒྱས་སྒྲིབ་པ་ཏང་ནས་སྒྲིལ་བ་དག་གཉིས་སྒྲིལ་
དཀོས། (79)

བཞི་པ། ཆོང་ཐོག་སྐྱོན་འཁོར་ལྷག་པར་རུར་པོ་ཡང་བ་བྱས་ནས་ཞིང་ཉེ་
དང་འབྲོག་ཁུལ་གྱི་དཔལ་འབྱུང་འཇུགས་སྐྱོན་ལ་ཞབས་
འདེགས་ཞུ་དཀོས། (89)

ལྔ་པ། ཆོན་ཆལ་གྱི་འཇུ་ཤེས་ཆེ་དྲག་རུ་བཏང་ཉེ་ཐོན་སྐྱོད་ཀྱི་གཏིང་
ཐབས་དང་རྒྱ་ཆེ་སར་སྒྲོད་དཀོས། (98)

སྒྲིབ་ཚན་གསུམ་པ།

ཞིང་ཉེ་དང་འབྲོག་ཁུལ་གྱི་བཙས་སྐྱུར་ཐབས་སྒྲིལ་བྱེད་པ་
དང་། རིས་པ་གཉིས་ལྡན་གྱི་བདག་གཉིས་ཀྱིས་གཞི་
གཏན་འཇགས་དང་འབྲུས་ཆང་རུ་བཏང་ནས། སྒྲིབ་

ཚཱགས་ཅན་གྱི་ཞབས་འདེགས་མ་ལག་ལྷགས་ཆེར་གཏོང་
མ་བཅས་བྱེད་དཀོས། (106)

དང་པོ། ཉང་གི་ཞིང་ལྗེ་དང་འབྲུག་ཁུལ་སྐོར་གྱི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་དྲུག་
གཏན་འཇགས་དང་འབྲུག་ཆང་རུ་གཏོང་བ་ནི་ཞིང་ལྗེ་དང་
འབྲུག་ཁུལ་གྱི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཚཱགས་གཏན་འཇགས་བྱེད་
པའི་གནད་འགག་ཡིན། (107)

གཉིས་པ། ཞིང་ལྗེ་དང་འབྲུག་ཁུལ་གྱི་བཙན་རྒྱལ་ཐབ་སྤེལ་གཏོང་དཀོས་
པ་དང་། སྤེལ་བ་བྱེད་པའི་བདག་གཉེར་སྤྱིག་གཞི་འབྲུག་
ཆང་རུ་གཏོང་དཀོས། (121)

གསུམ་པ། ཞིང་ལྗེ་དང་འབྲུག་ཁུལ་གྱི་སྤྱི་ཚཱགས་ཅན་གྱི་ཞབས་འདེགས་མ་
ལག་འབྲུག་ཆང་དང་ལྷགས་ཆེར་བཏང་ནས། མོན་སྐྱེད་གྱི་ཕ་
སྤྱི་བར་གསུམ་ལ་ཞབས་འདེགས་ལྷ་བ་ལེགས་སྐྱབ་ནན་ཏན་བྱེད་
དཀོས། (133)

སྤྱི་ཚཱགས་ཅན་གྱི་བཞུགས་པ།

སྤྱི་ཚཱགས་རིང་ལྷགས་ཀྱི་བསམ་སྤྱོད་སྤྱི་བཞུགས་ཡོངས་
ཁུལ་དང་གཏོང་ཐབ་རུ་བཏང་ཉེ། ཞིང་ལྗེ་དང་འབྲུག་ཁུལ་
རུ་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་སྤེལ་བར་ལྷགས་སྐྱབ་བྱེད་
དཀོས། (144)

དང་པོ། ལྷ་གཅེས་རིང་ལྷགས་དང་སྤྱི་ཚཱགས་རིང་ལྷགས་ ལྷ་མོང་
རིང་ལྷགས་བཅས་སྐོར་གྱི་སྤྱི་བཞུགས་བཏང་ཉེ། ཞིང་པ་དང་འབྲུག་
པ་ཆའི་བསམ་སྤྱོད་གྲོགས་མཐོར་འདེགས་བྱེད་དཀོས། (144)

གཉིས་པ། ཉང་གི་མི་རིགས་མིན་རྒྱལ་སྤོང་གི་སྤོང་གསོ་ཡང་བརྒྱུར་བརྟུང་།
 མི་རིགས་མཐུན་སྦྲིལ་ལ་ཕྱགས་ཕྱོན་དང་། རྒྱ་ཆོགས་རིང་ཕྱགས་
 རྒྱ་མི་རིགས་འབྲེལ་བ་གསར་བ་དར་སྤེལ་བྱེད་དགོས། (152)

གསུམ་པ། རྒྱ་ཡོངས་ནས་ཉང་གི་ཆོས་ཕྱགས་དད་མོས་རང་དབང་ཡིན་
 པའི་མིན་རྒྱལ་ལག་ལེན་མཐར་ཕྱིན་དང་། ཆོས་ཕྱགས་བྱེད་མི་
 རོ་དམ་བྱེད་པར་ཕྱགས་ཕྱོན་བྱེད་དགོས། (161)

བཞི་པ། བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་སྤེལ་བར་ཕྱགས་བཅུན་ནས། རྒྱ་ཆོགས་
 རིང་ཕྱགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུ་ཡིས་ཞིང་མེ་དང་འབྲག་ཁྲལ་གྱི་བསམ་
 སྒྲའི་བྱལ་ཁོངས་འཛིན་དགོས། (174)

ལྔ་པ། བྱིས་ལ་ཕྱགས་སྤོང་གསོ་ལ་ཕྱགས་ཕྱོན་བྱས་ནས་རྒྱ་ཆོགས་བདེ་
 འཇུག་སྤྱོད་པ་བཟུས་བདག་སྤྱོད་ལེགས་པར་བྱེད་དགོས། (184)

སྤོང་ཆོན་ལྔ་པ།

ཉང་གི་ཕུའུ་སྤྱོད་གིང་ཡིན་པའི་གཞི་རིམ་ཙུ་འཇུགས་ཀྱི་
 འཇུགས་སྒྲུན་ལ་ཕྱགས་ཕྱོན་བྱས་ཐོག་རྩོད་འབྲོག་མང་
 ཆོགས་ལ་མཐུན་སྦྲིལ་དང་འགོ་བྱིད་བྱས་ཏེ་སྤྱན་མོང་
 ཕྱག་འཇུར་གྱི་ལམ་རྒྱ་འགོ་དགོས། (190)

དང་པོ། གཞི་རིམ་ཙུ་འཇུགས་ཀྱི་འཇུགས་སྒྲུན་ཕྱགས་ཆེ་ཅུ་གཏོང་དགོས་
 པའི་གལ་འགངས་ཆེ་བའི་རང་བཞིན་དང་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུག་གི་
 རང་བཞིན་ངོས་འཛིན་གང་ལེགས་བྱེད་དགོས། (191)

གཉིས་པ། བསམ་པའི་འཇུགས་སྒྲུན་ལ་ཕྱགས་ཕྱོན་བྱེད་པ་གི་ཞིང་མེ་དང་
 འབྲོག་ཁྲལ་གྱི་གཞི་རིམ་ཉང་ལ་འཇུགས་སྒྲུན་བྱེད་པའི་ལས་འགན་

གཙ་པ་ཡིན། (195)

གཞུག་པ། ཏང་གི་ཕུའུ་ཤོག་ཤིང་བྱས་ནས་ཐེ་བ་རིམ་པའི་ཆ་འཇུགས་
འཇུགས་སྒྲན་ལ་བྱགས་ཞོན་བྱེད་དགོས། (204)

བཞི་བ། ཞིང་པ་དང་འབྲོག་པའི་ནང་ནས་ཏང་ཡོན་སྒྲེལ་བའི་བྱ་བར་
གཙོགས་འཛིན་དང་ལེགས་སྒྱུ་བ་བྱས་ཏེ། ཞིང་ཐེ་དང་འབྲོག་
སྒྲེལ་གྱི་ཏང་གི་དཔུང་ཁག་ཀྱི་སྒྲིབ་གཏོང་དགོས། (223)

ལྔ་བ། ཏང་གི་ཕུའུ་ཡི་འཐབ་འཛིང་བཅན་ཇིང་གི་རྒྱས་པ་དང་བྱང་ཁན་
ཏང་ཡོན་གྱི་གདོང་ལེན་མིག་དཔའི་རྒྱས་པ་འདོན་སྒྲེལ་གང་
ལེགས་བྱས་ཏེ་མང་ཆོགས་ཁྲིད་ནས་སྒྲན་མང་མཉམ་སྤྱད་གི་
ལམ་དུ་འགྲོ་དགོས། (228)

དྲུག་པ། མང་ཆོགས་ཉུ་ཚུལ་བྱགས་ཆེར་གཏོང་དགོས་ཤིང་། མང་ཆོགས་
ལམ་སྒྲེགས་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་ཐབས་ཤེས་དགོས། (237)

བྷ་བ་བཞུག་པ། སྤྱད་པས་ལས་སྒོར་གྱི་རྒྱན་ཤེས་སྒྲན་བྱ་དང་ནོར་
ལྷག་རྒྱན་མ་ཐོང་ནད་གྱི་འགོག་བཅོས། (242)

མཇུག་བྱང་། (274)

སྒྲིབ་ཆན་དང་གོ།

སྒྲི་ཚྭ་ས་རིང་ལྷག་ས་ཁོ་ན་ས་གྲང་གོ་

སྒྲིབ་སྒྲིབ་པ་དང་སྒྲི་ཚྭ་ས་རིང་

ལྷག་ས་ཁོ་ན་ས་གྲང་གོ་འཕེལ་

ཐུས་སུ་གཏོང་སྒྲིབ།

སྒྲི་མ་སྒྲིབ་ཅང་ཅེ་མིན་གྱིས་གྲང་གོ་གྲང་ཁན་ཏང་དཔུ་བཞིས་ནས་
ཡོ་རོ་བདུན་ཅུ་འཁོར་བར་རྟེན་འབྲེལ་བྱ་བའི་ཚྭ་ས་ཆེན་མོ་ག་བཞུན་...
དོན། “མ་ཚ་རིང་ལྷག་ས་གྱི་འགྲོ་ལམ་དང་འབྱོར་ལྷན་གྲལ་རིམ་སྒྲི་
མ་སྒྲིབ་ཐུལ་ཁབ་གྱི་འཆར་གཞི་དེ་གྲང་གོ་ར་མཐོན་ཏུ་འགྱུར་བ་བྱེད་མི་...
སྒྲིབ།” ཅེས་གསུངས་པ་དང་། “གྲང་གོ་གྲང་ཁན་ཏང་གི་འགྲོ་
ཁྲིད་ཁོ་ནའི་འོག་ཏུ་སྒྲི་ཚྭ་ས་རིང་ལྷག་ས་གྱི་ལམ་ལ་སོང་ན་ཐུལ་ཁབ་...
གཞི་ནས་སྒྲིབ་ས་འབྱོར་ལྷན་པ་ཞིག་ཡོང་སྒྲིབ་པ་དང་། མི་རིགས་གཞི་
ནས་དར་ཐུས་འགྲོ་སྒྲིབ་པ། མི་དམངས་གཞི་ནས་སྒྲིབ་པོར་འགྱུར་
སྒྲིབ་” ཅེས་གསུངས་ཡོད། དེ་ནི་རང་རེའི་ཏང་གིས་ཨ་100ཉག་

རིང་གི་ལྷན་པོ་མི་དཔངས་གསར་པ་རྒྱུ་འབྲེལ་ལྷན་པོ་ཉམས་ཚུར་སྤྱི་.....
 དང་ལྷན་པོ་ཀླུ་ལ་ཁལ་པ་ཚུགས་ནས་མ་40ལྷན་རིང་གི་སྤྱི་ཚུགས་.....
 རིང་ལུགས་ཀྱི་གསར་པ་རྒྱུ་དང་འཛུགས་སྤྱོད་ཀྱི་མ་ཚུགས་ཉམས་ཚུར་དེ་.....
 དག་ཚུགས་སྤེལ་བྱས་ནས་མོ་པ་པའི་མ་པའི་སྤེལ་ཆེན་ཅན་གཡ་ཆེ་པ་.....
 ཞིག་རེད།

དང་པོ། གུང་གོ་སྤྱི་ཚལ་ས་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ཏུ་
འགྲོ་བ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱིས་སྒྲིག་ཏུ་མེད་པའི་
བདམས་པ་ཞིག་རེད།

རང་པོའི་ཡུང་ལོ་ནི་རྒྱལ་ཡོན་རིང་པོའི་ལོ་རྒྱུས་དང་འོད་སྤྲོད་.....
 འབར་བའི་རིག་གནས་ལྡན་ལ་གནང་སྒྲུབ་དཔལ་ཡོན་དར་བའི་རྒྱལ་
 ཁབ་ཅིག་རེད། དེས་མིའི་རིགས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་དར་བ་དང་འཛམ་
 སྐྱིད་ཡར་རྒྱས་ཡོང་བར་བྱས་ཤིང་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་བཞག་ཡོད། 1840
 ལོར་བཅོད་རྒྱལ་རིང་ལྷགས་ཀྱི་མེ་མདའ་དང་མེ་སྒྲོགས་ཀྱིས་ཡུང་གོའི་.....
 རང་ཡུང་རང་བཀག་གི་རྒྱ་སྒྲིལ་བ་རེད། དེ་ནས་བརྒྱུད་ཡུང་གོ་འདི་
 རང་སྒྲོགས་ཀྱི་བཀག་བཀོད་རྒྱུད་འཛིན་རྒྱལ་ཁབ་ནས་རིམ་བཞིན་རྒྱ་.....
 བཀག་བཀོད་རྒྱུད་འཛིན་སྤྱིད་ཅམ་དང་མི་སེར་སྤེལ་ཡུལ་སྤྱིད་ཅམ་ཀྱི་.....
 རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་རྒྱ་ཡུར།

ཀྱུང་ལོ་བཀའ་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་ཐུང་ཅམ་དང་མི་མེད་ཐེལ་ཡུལ་

ཐུང་ཅམ་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་ཡུར་རྒྱུ་ཤིང་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ཚོགས་ཀྱིས་ཁོ་པ་དང་...
དེ་མིན་ཀྱིས་ཁོ་པ་རི་བཞིན་མ་ཅུ་རིང་ལུགས་སྤེལ་བའི་ལམ་ལ་མ་ཞུགས་
པ་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། གཙུང་པོ་ཚོགས་གསུམ་གྱི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པ་གཤམ་
གསལ།

དང་པོ་ནི་བཀའ་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་རིང་ལུགས་པ་རྣམས་ལམ་.....
དེར་ཞུགས་མི་འདོད་པ་རེད། གྲུང་ཁོའི་བཀའ་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་གྱི་
ཚོགས་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཏ་ཅང་རིང་ཉི་ལོ་2000ལྷག་སོང་བ་རེད། དེ་ཕྱི་
སྤྱིང་བཀའ་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་གྱི་ཚོགས་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལས་ཕལ་ཆེར་ལོ་.....
1000མང་བ་རེད། གྲུང་ཁོའི་བཀའ་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་
འབྲེལ་བ་ནི་འཛམ་སྤྱིང་ཐོག་འཕེལ་རྒྱས་ཆེར་ལོན་པ་དང་ཆེས་ཆ་ཆང་...
བ་ཞིག་རེད་ཟེར་ཆོག བཀའ་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྒྲིབས་
ལུགས་ཏ་ཅང་ཆེ་བ་ཞིག་རེད། ཉེ་རབས་སུ་གྲུང་ཁོ་མི་ལེར་སྤེལ་ལུས་
ཐུང་ཅམ་དང་བཀའ་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་ཐུང་ཅམ་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་ཡུར་...
པའི་རྒྱུ་འདང་བཀའ་བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་འབྲེལ་བ་དེས་.....
གཙུང་པོ་འི་གྱི་ཁོ་གནས་ཐིན་ཡོད། གྲུང་ཁོའི་རང་ཉིད་ཀྱི་བཟུ་གཞིག་
དང་དབང་རྒྱུར་བྱེད་དབང་རྒྱུར་བའི་ཆེད་དུ། གྲུང་ཁོའི་བཀའ་
བཀོད་རྒྱུ་འཛིན་གྱི་ཞིང་བདག་གྲུང་ཁོའི་རང་དེའི་ཆབ་སྲིད་ཐོག་གི་...
ཆབ་བྱེད་མཁན་གྱིས་མ་ཅུ་རིང་ལུགས་སྤེལ་མི་འདོད་པ་དང་རང་ཉིད་...
ཀྱི་བཟུ་གཞིག་དང་དབང་རྒྱུར་བྱེད་དབང་དམིགས་བསལ་ཅན་དེ་.....
འབྱུང་ལྡན་གྲུང་ཁོའི་ལོ་རྒྱུས་མི་འདོད་པ་དེ་ཆེན་གོང་མའི་སྲིད་གཞུང་...

གིས་བཅན་ཀླུ་རིང་ལུགས་དང་རན་འབྲེལ་གྱིས་ཐའེ་མིན་ཐེན་གྱི་.....
ལས་འབྲེལ་དང་ས་ཁྱི་ཁོའི་ལུགས་ལྷུར་ལ་དྲག་གནོན་དང་གཉོར་བཞིག་
བྱས་པ་ལས་ར་ཐོད་བྱས་ཡོད།

གཉིས་པ་ནི་བཅན་ཀླུ་རིང་ལུགས་གྱིས་ལམ་དེར་འགྲོ་ཅ་མི་.....
འཇུག་པ་རེད། རྫོ་མ་ཐུན་མའོ་ཅེ་རྒྱུ་གིས་ཐོན་ན་གསལ་ཐོར་བཞུན་
པ་ཉི། བཅན་ཀླུ་རིང་ལུགས་གྱིས་ཀྱང་གོར་བཅན་འཇུ་ལ་བྱེད་པའི་
དམིགས་ལུལ་ནི། བཀས་བཀོད་རྒྱུད་འཛིན་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཀྱང་གོ་དེ་
ཁོ་ཚོའི་མི་ལེར་སྤེལ་ལུལ་དང་། ཚོར་ཐོག་བཅོང་ལུལ་དང་རལ་ཚལ་
པ་སྤྲ་ཆ་ཚུར་ཚུར་ན་མས་སྤྲ་ལུལ། རྒྱ་ཆ་དང་ཐོན་ཁུངས་འཕྲོག་ལུལ་
བཅས་ཀྱི་བཞུར་འདོད་པ་མ་གཉོགས་མ་ཅ་རིང་ལུགས་ལ་ལྷུར་འདོད་.....
པ་གཏན་ནས་མིན་ཞེས་ཟེར། རོན་འདིའི་ཐོག་ནས་བཤད་ན། ཀྱང་
གྱི་ཉེ་རབས་ལ་རྒྱས་ནི་དོན་ཀྱི་བཅན་ཀླུ་རིང་ལུགས་གྱིས་.....
ཀྱང་གོར་བཅན་འཇུ་ལ་དང་། ཀྱང་གོའི་རང་བཅན་ལ་དོ་སྐྱོལ། ཀྱང་
གོས་རང་བཅན་རང་བདག་གིས་མ་ཅ་རིང་ལུགས་སྤེལ་བར་དོ་སྐྱོལ་.....
བཅས་བྱས་པའི་ལ་རྒྱས་ཞིག་རེད།

གསུམ་པ་ནི་མི་རིགས་འཕྱར་ལྡན་གྲལ་རིམ་གྱིས་ལམ་དེར་འགྲོ་.....
འདོད་ཀྱང་འགྲོ་མ་ཐུབ་པ་རེད། ཀྱང་གྱི་འཕྱར་ལྡན་གྲལ་རིམ་ཆེན་
པོ་ཉི་ཤེར་ཉེན་ཚོར་བ་འཕྱར་ལྡན་གྲལ་རིམ་གྱིས་བཅན་ཀླུ་རིང་.....
ལུགས་ལ་རྒྱབ་ཉེན་མཐར་ཐུན་བྱས་ཐོག་བཀས་བཀོད་རྒྱུད་འཛིན་གྱི་.....
ཉོ་བས་ལུགས་དང་རན་འབྲེལ་ཡང་བྱས་པ་རེད། མི་རིགས་འཕྱར་ལྡན་

གྲལ་རིམ་ནི་མི་གངས་ཁྱུང་ཞིང་སྟོབས་ལྷགས་ཞན་ལ་འོས་མེད་འགྲིག་....
 ཐབས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡང་ལྡན་པས། བཅན་རྒྱལ་རིང་ལྷགས་དང་
 བཀའ་བཀོད་རྒྱུད་འཛིན་རིང་ལྷགས་ཀྱི་གཞུང་གནོན་ཉེས་བཅེགས་.....
 འོག་ཏུ་དེས་ཡུང་གོར་འཕྱོར་ལྡན་གྲལ་རིམ་ཀྱི་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་...
 འཇུགས་པའི་རེ་འདོད་མཛོན་འཁུར་བྱེད་དཀའ་བ་རེད། འཕྱར་ལྡན་
 གྲལ་རིམ་ཀྱི་ལེགས་ཐུགས་པས་འགོ་ཁྲིད་བྱས་པའི་ས་ཁྱི་ལོའི་ལྷགས་.....
 རྒྱར་ནི་ཉི་མ་བརྒྱ་ཐམ་པའི་ནང་ནས་ཐམ་པ་དང་། ཡུང་ཡུང་ལྡན་
 གྱིས་གཙོ་བྱས་པའི་འཕྱར་ལྡན་གྲལ་རིམ་ཀྱི་གསར་བརྗེ་པས་ལམ་དེ་.....
 ཚད་གཙོད་པའི་ཆེད་དུ་འབད་བཙོན་ཆེན་པོ་བྱས་ནས་ཁྱུང་ལྷན་ཆེན་...
 པོ་ཁྱུང་བ་རེད། ལྷགས་པག་ལོའི་གསར་བརྗེའི་ཁྱབ་འབྲས་ཆེས་ཆེ་བ་
 ནི་ཆེན་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་སྤྱི་གཞུང་ཙུ་གཏོར་བཏང་ནས་ཡུང་གོར་སྤྱི་.....
 ཆོགས་སྤྱིང་ལོ2000ལྷག་གནས་པའི་བཀའ་བཀོད་རྒྱུད་འཛིན་ཀྱི་གོར་
 མས་སྤྱིད་དབང་སྒྲེར་གཙོད་བྱེད་པའི་ལམ་ལྷགས་ཀྱི་འཇུག་བསྟན་ཏེ།
 ཡུང་གོར་ལོ་རྒྱུས་སྤྱིང་འཕྱར་ལྡན་གྲལ་རིམ་ཀྱི་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་དང་...
 པོ་བཙུགས་པ་དེ་རེད། འོན་ཀྱང་དགེ་མཚན་ཀྱི་ཡུན་མི་རིང་བ་སྟེ།
 ལྷགས་པག་ལོའི་གསར་བརྗེའི་ཁྱབ་འབྲས་དེ་བཅན་རྒྱལ་རིང་ལྷགས་.....
 དང་བཀའ་བཀོད་རྒྱུད་འཛིན་རིང་ལྷགས་ཀྱི་སྟོབས་ལྷགས་གཉིས་ཀ་.....
 དང་རན་འབྲེལ་བྱས་པའི་ལེ་དབྱང་དམག་ཤེད་ཅན་ལོན་མི་ཁེས་.....
 མཁྱེགས་པོར་གཡོ་འཕྲོག་བྱས་པ་རེད།

ཡུང་གོར་མི་མེར་སྐུལ་ལྷལ་བྱེད་ཙམ་དང་བཀའ་བཀོད་རྒྱུད་.....