



ཐོག་འཕྲིད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་།

མི་ཁྱོད་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།

སྒྲིག་བརྒྱན་པར་ལེན་གྱིད་ལྷགས།

ཡང་དུ་ཡིས་བརྒྱལས།

ལྷག་ པ་ ཚེ་ རིང་
ནས་བསྐྱུར།
འཕྲིན་ལས་ཚས་ལྷགས་

སེ་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།

1982 ལོར་ཁྲིང་དུ།

སྒྲིག་བརྒྱན་བར་ལེན་བྱེད་ལུགས།

ཡང་ཏུ་ཡིས་བརྒྱལ་ས།

ལྷག་ བ་ ཆེ་ རིང་

ནས་བརྒྱུར།

འཕྲིན་ལས་ཆོས་གྲགས་

སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་གིས་དཔར་དུ་བརྒྱུན།

དེབ་རེར་གློང་ 0.49

电影是怎样拍成的

杨华 著 拉巴泽仁 赤烈曲扎 译

四川民族出版社出版 (成都盐道街三号)
四川省新华书店发行 四川新华印刷厂印刷

开本 787×1092毫米 1/32 印张 6.875
1982年3月第一版 1982年3月第一次印刷
印数: 1—2,500册

书号: M15140·1 定价: 0.49元

དཀར་ ཆག

དང་པོ། གྲོག་བརྟན་པར་ལེན་བྱེད་སའི་ལས་ཁང་——

གྲོག་བརྟན་བཟོ་བུ།(1)

གྲོག་བརྟན་བཟོ་བུར་ལྟ་སྐོར་བྱེད་པ།(2)

གྲོག་བརྟན་པར་གཞི་ཆ་ཆང་གཅིག་བཟོ་བར་''

མི་ག་ཚད་དང་། འགྲོ་གྲོན་ག་ཚད་དགོས་

སམ།(5)

གྲོག་བརྟན་པར་དུ་ལེན་པའི་བྱ་རིམ།(7)

གཉིས་པ། གྲོག་བརྟན་གྱི་“རྒྱ་ཆ”——གྲོག་བརྟན་''''

འཁྲབ་གཞུང་།(15)

གྲོག་བརྟན་འཁྲབ་གཞུང་ནི་ཇི་ལྟར་བྱས་ནས་''

རྩམ་སྒྲིག་བྱས་པ་རེད་དམ།(16)

བསམ་སྒྲིག་ནང་གི་གནས་ཚུལ་དེ་མིག་གིས་''''

མཐོང་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས།(22)

བརྒྱ་དོན་“གཅིག”དུ་སྒྲུལ་པ་དང་དོན་གཅིག་''

གིས་“བརྒྱ”མཚོན་པ།(26)

གསུམ་པ། མཉམ་སྒྲིབ་གསར་གཏོད་ཀྱི་བཀོད་འདོམས་

པ།——འཁྲབ་སྟོན་བཀོད་འཛིན་པ།(30)

འགྲུལ་སྐྱོད་ཅན་གྱི་རྒྱུ་རྐྱེན།(33)

ལས་སྒྲུབ་པ་མཉམ་པའི་ལས་ལྷན་གྱིས།(44)

བཞི་པ། “མགོ་མེད་མཇུག་མེད”ཀྱི་འཁྲབ་སྟོན་བྱེད་

མཁན་——སྟོན་བརྟན་འཁྲབ་སྟོན་པ།(46)

དྲི་བཀ་ནོར་འཛུལ་གཏན་ནས་མི་ཚོགས་(51)

མདུན་ལ་འཁྲབ་བཞིན་རྒྱུ་ནས་གཞུས་གཏོང་་་་

བ།(52)

“སྒྲིག་གསལ”འཛུལ་བ།(54)

དབྱེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ལ་བ།(56)

གང་འཁྲབ་བ་དེ་འདྲ་པོ་ཡང་བ་རྒྱུ་བྱེད་་་་

དགོས།(59)

ལྔ་པ། སྟོན་བརྟན་པར་ངོས་ཀྱི་མིས་རི་ལྟར་བྱས་་་

ནས་སྐྱུལ་སྐྱོད་བྱེད་ཐུབ་དང་རི་ལྟར་བྱས་་་་

ནས་པར་ལེན་བྱས་པ།(60)

འགལ་སྒྱུད་ཅན་གྱི་མུ་འབྲེལ་རི་མོ་འབྲི་མཁན། (61)

བ་སྒང་གིས་ཅི་ཕུཅུ་སྟེ་སྒངས་འཁོར་འབྲེན་པ། (66)

དྲུག་པ། བྱིད་ཀྱིས་ཡིད་ཆེས་མི་བྱེད་ཀྱི་མིད་ཡིན་

པ།——དམིགས་བསལ་ལག་རྩལ།(69)

གནམ་མཐོངས་ནས་མར་ཟགས་ཀྱང་གོད་ཆགས་མི་

བྱུང་བ།(71)

འཁོར་ལོ་གཉིས་གདོང་ཐུག་བརྒྱབ་པ་དང་།

གནམ་གྱི་ཐོག་ནས་འབར་མདེལ་དབྱགས་.....

པ།(74)

འབར་མདེལ་ཆར་པ་བབ་བབ་དང་མེ་ལྷེ་གང་.....

སར་བྱབ་པ།(78)

མི་འཁོར་མགོ་ཐོག་དུ་བདང་འོང་བ།(80)

འཁོར་ལོ་མིད་པའི་སྒངས་འཁོར་ཐུར་བརྒྱད་བྱེད་

པ།(81)

སྒྲིང་འཕྱོང་དྲག་ཆར་དང་ཁ་བའི་འདབ་མ་.....

འཕྱར་བ།(85)

མིས་སྒྲིན་པར་བཞོན་ནས་གནམ་མཐོངས་ཐུ་འཕྱར་

པ།(89)

མཚོ་ནང་དུ་འཁྲབ་སྟོན་བྱེད་པ།(91)

གཅིག་གཟུགས་གཉིས་བཅོས་ཀྱི་ཐབས།(93)

རྒྱ་མཚོའི་ཐ་སྲབས་ལང་ཡོང་དུ་འཕྱར་པའི་ནམ་
པ།(95)

ཡོ་ཐང་གི་བྱེད་ཀ(97)

བདུན་པ། གཟུགས་བརྟན་པར་དུ་ལེན་སྟབས་མཁས། སྒྲ་
སྐད་ཀྱང་“པར་དུ་ལེན”སྟབས་པ་སྟེ——སྟོག་
བརྟན་ལ་སྒྲ་འཇུག་པ་དེ་ཡིན།(101)

བརྟན་གསལ་ཡོང་དཀར་སྟོག་སྒྲ་སྐད་འདོན་”
ཐབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན།(102)

མཚན་མོར་གངས་ལྗོངས་སུ་གྲག་པའི་བྱུར་པའི་”
སྒྲ་(105)

སྒྲ་མེད་པའི་སྒྲ་གཞས།(106)

བརྒྱད་པ། གསང་བ་སྟོན་མི་ཉན་པའི་“མིག་འཕྲལ་ཡུལ་
ལྗོངས།”(111)

“ནང་ལྗོངས”དང་“བྱི་ལྗོངས།”(113)

“རྒྱན་བརྒྱབས་དངོས་པོ་མཛན་སྟམ་དུ་བྱུར་པ།” (117)

འདམ་ཐང་གིས་ཤིང་གུན་བཟོ་བ། (118)

ནམ་མཁའི་སྒྲིན་དཀར་དེ་གང་ནས་བྱང་བ་རེད་་་

དམ། (120)

ནམ་ཡང་མི་བྱ་བ་པའི་ཟླ་བ། (120)

པང་ལེབ་རྩོལ་སྒྱུར་བ། (121)

ཅ་བ་མེད་པའི་སྒྲི་རྒྱ། (122)

དགུ་བ། མི་གང་ཞིག་ལ་བརྩམས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཡོང་བ་་་་

སྟེ——མངོས་འཛིན་བྱས་པ། (124)

མིག་ཀྱང་རི་ལྟར་བྱས་ཏེ་ལྟང་བ་རེད་དམ། (127)

མགོ་སྒྲིས་ཁ་སྒྲི་སྒྲི་ར་བཟོ་བ། (128)

མགོ་དམར་གང་འདྲ་བྱས་ནས་བྱང་བ་རེད་དམ། (129)

ཁ་ནང་གི་ས་རི་ལྟར་བྱས་ནས་མེད་པ་བཟོ་བ་

རེད་ཟེར་ན། (129)

བཅུ་བ། རྒྱུན་ཆས་འདྲ་མིན་འབྲེམ་སྟོན་ཆོགས་ར།

..... (131)

རྒྱུན་ཆས་རྣམས་གང་ནས་བྱང་བ་རེད་དམ། (132)

རྒྱུན་ཆས་ཆ་ཆང་གཅིག་བཟོ་བའི་གནས་ཚུལ། (134)

གསང་པའི་ཐབས་ཤིས་ལྟན་བྱ།(137)

བཙུ་གཅིག “འཁྲུའ་ཆས” ཟེར་བ་ཅི་རེད།

..... (139)

བྱས་ཇིས་ཆེན་པོ་བཙུ།(140)

རྒྱན་མས་རོ་མར་བཙི་བ།(145)

ཉིན་ཁ་མེད་པ་གཙ་དོན་དུ་འཇིན་པ།(146)

“ཁི”ནས་གསོན་པ།(147)

བཙུ་གཉིས། ཇིས་ཅའི་སྒྱུ་རྩལ་——འབྲེག་མཐུད། (149)

རོ་མཆར་ཆེ་པའི་མཐུད་སྒྱུར།(151)

བྱ་མ་ཞིག་གིས་སྒྱར་ཡིག་བྲིས་པའི་གནས་ཚུལ། (155)

བཙུ་གསུམ། རང་གཟུགས་མངོན་པ་——པར་བཤུ་.....

འདྲེབས།(159)

མི་མངོན་པའི་རང་གཟུགས་དེ་མངོན་པར་བྱེད་.....

པའི་“ཁའི་བེ”།(159)

སྒྲིག་བརྟན་གཅིག་ལྟལ་སྒྲིགས་ཀྱན་དུ་སྟོན་ཐུབ་པ་

གང་ཡིན།(164)

སྒྲིག་བརྟན་སྟོན་མཆུག་སྒྲིལ་བ་དང་སྟོན་འགོ་.....

འཇུགས་པ། (166)

བཅུ་བཞི། འགྲུལ་སྐྱོད་བྱ་གེས་པའི་རི་མོ་——རི་མོ་འོ་.....

སྐྱོག་བརྟན། (172)

ཁྱི་དང་བྱི་ལ་རྒྱང་རྒྱང་གི་སྐྱོད་། (172)

རི་དྲགས་དང་སྐྱོགས་སྐྱོག་པ། (173)

རི་མོ་མི་འདྲ་བ་ཁྱི་དྲག་བདུན་ཙམ། (174)

རི་མོ་ནི་ཇི་ལྟར་བྱས་ཏེ་འགྲུལ་བ་རེད་དམ། (178)

ཁྱི་དང་བྱི་ལ་རྒྱང་རྒྱང་གིས་མི་སྐད་ཤོད་གེས་པ། (178)

བཙུ་ལ། ཤིང་གི་མིས་འཁྲབ་སྟོན་བྱེད་པ་——ཤིང་.....

བརྟོགས་འདྲ་གཞུགས་སྐྱོག་བརྟན། (180)

ཤིང་བརྟོགས་འདྲ་གཞུགས་གང་འདྲ་བྱས་ནས་.....

འགྲུལ་བ་རེད་དམ། (181)

ཤིང་བརྟོགས་འདྲ་གཞུགས་ཀྱིས་དུ་བ་དང་བགད་པ་

ནི་གང་འདྲ་བྱས་པ་རེད་དམ། (182)

བཅུ་དྲུག བྱི་རྒྱལ་བྱི་འཁྲབ་སྟོན་པས་ཀྱང་ཤོད་སྐད་ཆ་

ཤོད་པ་——སྐད་བསྐྱར་པའི་སྐྱོག་བརྟན། (185)

ཁྱི་སྐད་ཀྱི་སྐྱོར་བྱེད་ལུགས། (186)

ལྷ་མོས་པ་ལས་མི་མི་མཐོང་བའི་འཁྲབ་སྟོན་པ། (189)

བཅུ་བདུན། ཤེས་རིག་གི་བང་མཛོད་——ཆན་རིག་སྒྲིབ་”

གསའི་སྒྲིག་བརྟན།(190)

སྒྲ་མང་དགུ་འཛོམས་ཀྱི་སྒྲིག་བརྟན།(191)

རྒྱང་གཏམ་མེད་པའི་འཁྲབ་གཞུང་།(195)

འདབ་ཆགས་དང་གཅན་གཟན་གྱིས་འཁྲབ་སྟོན་པ་

ཐེད་པ།(196)

དུས་ཚད་སྐར་ཆ་བཅུ་རེར་མེ་རྟོག་རེ་བཞུད་པ། (199)

ནང་ཁྲིལ་ཞིབ་རྟོགས་དང་། ལེ་སྟང་མིག་གིས་

ཚོད་པ།(201)

བཙོ་བརྟན། འགྲུལ་སྐྱོད་ཆགས་པར་——ཟིན་བཞོད་སྒྲིག་

བརྟན།(203)

མེ་རྟོག་མཉམ་བཞུད་ནྟམ་པར་བཟུང་(207)

དང་པོ། གྲོག་བརྟན་པར་ལེན་བྱེད་སའི་

ལས་ཁང་—གྲོག་བརྟན་བཟོ་བྲ

བཅིངས་བཀོལ་ཐོབ་རྗེས་རང་བྱུང་གྲོག་ཕྱགས་འབྲུལ་ཆས་་་་
གོང་དུ་འཕེལ་བར་བརྟན་གྲོག་བརྟན་ནི་དཔེ་དེབ་དང་སྐད་མེད་རྒྱུང་་་
འཕྲིན་ང་བ་ཁྱོད་ཁྱིམ་ནས་ཁྱོད་གསེབ་དང་། བཟོ་བྲ། དམག་ཕྱེ་
སྐྱེས་ཕྱུལ་ལུང་ས་སྐྱེས་ཀུན་དུ་བྱུང་བ་དང་། ཉི་དུས་ལོ་གསེང་
གྲོག་སྐུལ་འབྲུལ་བརྟན་གྱི་བྱ་གཞིག་གོང་འཕེལ་བྱུང་སྐབས་ལྟར་སྐབ་་་
ཁྱི་རྒྱུང་མང་པོས་གྲོག་སྐུལ་འབྲུལ་བརྟན་འཁོར་ལོའི་འོད་བཀྲའི་གཤམ་་་
རོས་ནས་གྲོག་བརྟན་མཐོང་བྱུང་བས་གྲོག་བརྟན་འབྲེམས་སྐུལ་གྱི་བྱ་བ་
བྱེད་བྱུང་སྟེ་སྟེང་།

དེས་ན་ཉིན་ལྟར་ལྟར་སྐབ་ཁྱི་རྒྱུང་མང་པོ་རང་ཉིད་གནས་སའི་
ཁྱོད་ཁྱིམ་རམ་ཁྱོད་ཆོ། ཐ་ན་རང་ཁྱིམ་ནས་མ་བྲུལ་བར་ཆུ་ཆོད་
གཅིག་གཉིས་ནང་ས་སྐྱེས་གང་ས་གང་ལ་ལྟ་སྟོན་བྱེད་བྱུང་བ་་་་་་་་་་
དང་། གྲོག་བརྟན་ནང་གི་གཙ་ཆའི་འཁྲབ་སྟོན་པ་ཕོ་མོ་ཆོ་དང་མཉམ་
དུ་རང་བྱུང་ཁམས་འདུལ་བ་དང་། གནའ་ཕོའི་ལོ་རྒྱུས་དུས་རབས་
ཕུ་སྐབས་ལ། ཡང་ན་འཛམ་གླིང་གི་འབྱུང་འབྱུར་ནས་པ་མཐོང་བྱུང་།

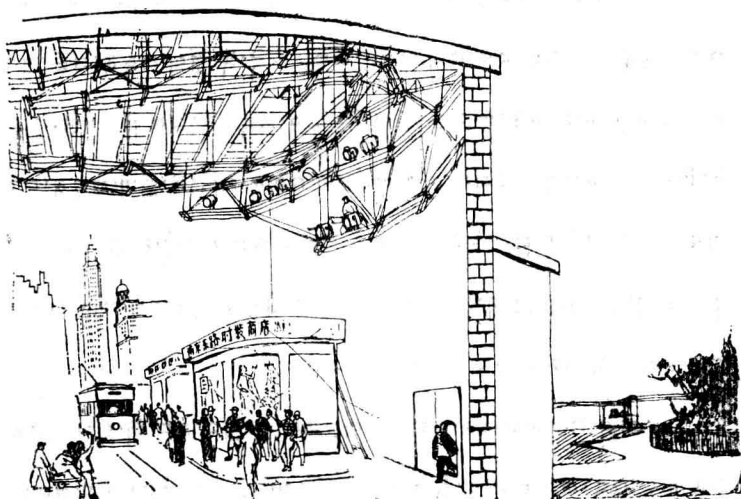
མི་རྒྱལ་གྱི་མཐོང་ཐུབ་པའི་སྒྲིག་བརྒྱན་པར་གཞི་ཆ་ཆང་ཞིག་
 བཟོ་བར་ཡང་སྤྲོད་དུས་ཚོད་ཇི་ཙམ་དང་མི་ཤུགས་ཇི་ཙམ་དགོས་པ་...
 དང་། བྱ་རིམ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞིག་བརྒྱན་དགོས་སམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་དངོས་
 འབྲེལ་ཡ་མཆན་སྒྲིག་ཡིད་འགྲུགས་པའི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་ལ་ལྟར་སྟངས་...
 བ་སྤྱོད་མང་པོས་རྟོགས་འདོད་པའི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན།

སྒྲིག་བརྒྱན་པར་གཞི་ཆ་ཆང་ཞིག་བཟོ་བར་སྒྲུ་རུལ་འདྲ་མིན་གྱི་
 རྩ་སྒྲིག་མི་སྣ་དང་ཆན་རིག་ལག་རུལ་མི་སྣ་དགོས་པ་ལྟར། ད་དུང་
 དྲང་རབས་ཅན་གྱི་འབྲེལ་ཆས་མང་པོ་དགོས་གྱི་རེད། ད་ལྟ་ང་ཚོ་
 སྒྲིག་བརྒྱན་བཟོ་བྱ་ཁང་ཞིག་ལ་ལྟ་སྒྲིག་ལ་ཕེབས་དང་།

སྒྲིག་བརྒྱན་བཟོ་བྱར་ལྟ་སྒྲིག་གེ་ལམ་

སྒྲིག་བརྒྱན་བཟོ་བྱར་སྤྲོད་ཆེས་མིག་ལམ་དུ་མངོན་གསལ་དོད་
 མོས་མིག་ནི་སྒྲིག་ཡུལ་ནས་ཆལ་གྱི་གསེབ་དུ་ཡོད་པའི་སྒྲིག་བརྒྱན་པར་...
 ལེན་བྱེད་སའི་ཁང་ཆེན་སྤྱིགས་སུ་ཆགས་པ་དེ་ཚོ་ཡིན། དེ་ཚོ་ནི་ཁང་
 གྱི་ཆེ་ལ་སྒྲིག་དཔང་མཐོ་ཞིང་གནམ་གྲུ་བབ་ཐང་གི་གནམ་གྲུ་འཇུག་...
 ཁང་ལྟ་བུ་ཡོད། ཁང་པ་དེ་ཚོ་ནི་ནང་སྒྲིག་གཞུང་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་ཨ་
 རྒྱུ་མིག་བཟོ་སྒྲིག་བྱེད་ཐུབ། དཔེར་ན་ཆོན་ཅན་སྒྲིག་བཞུགས་འོག་
 གི་སྤྱོད་མཁུ་ཅས་པའི་སྒྲིག་བརྒྱན་ནང་སྒྲིག་སྒྲུལ་འཁོར་ལོ་ཡར་གཏོང་...

རྒྱ་གར་གྱི་ཕ་མི་ཡང་ཉེ་ནས་ཅི་ཞིག་ལམ་དང་། 《ཉམ་ཀ་མ་
 ལིང་།》ཞེས་པའི་སྒྲིག་བརྒྱུ་ན་དེའི་ནང་གི་དེ་མེད་ཐུག་ཕྱག་ནི་པར་ལེན་...
 བྱེད་སའི་ཁང་ཆེན་ནང་དུ་བཟོ་སྒྲིག་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན། པར་ལེན་བྱེད་
 སའི་ཁང་སྒྲིག་དུ་ཐུགས་བཞེས་སྒྲིག་བཟུ་མང་པོ་བསྐར་ཡོད། གལ་
 ཉི་དེ་ན་མས་སྐར་ན་ཉི་འོད་བཟང་པོའི་དཀར་ཆ་དང་ཁྱད་ཅིང་། (གཤམ་
 གསལ་པར་དེས་1 པ།)



པར་དེས་1 པ། པར་ལེན་བྱེད་སའི་ཁང་ཆེན་ནང་བཟོ་སྒྲིག་བྱས་པའི་སྒྲིག་ལམ།

པར་ལེན་བྱེད་སའི་ཁང་ཆེན་གྱི་མཐའ་བཞེས་འཁྲུག་གོ་སྐད་དང་ཡོ་
 བྱད། ལུ་སྒྲིངས་སྒྲིག་ཆས་འཛུགས་འཁྲུག་གོ་སྐད་ཁང་དང་...

“འཁྲབ་སྟོན་ཡོ་བྱད་ཁང་།” “ཡུལ་སྡེ་དང་ས་སྐྱིག་ཆས་ཁང་”བཅས་ཡོད་
པ་མ་ཟད། ད་དུང་འཁྲབ་སྟོན་པ་ཚོ་འཛེས་འཛུགས་བྱེད་སའི་“མཛེས་”
འཛུགས་ཁང་”ཡང་ཡོད།

དེ་གཞན་གཅིག་འབྲེལ་གྱི་སྟོན་ཅིག་ཅན་གྱི་ཁང་བཟང་འགའ་...
གཞི་ཡོད་པ་དེའི་ནང་བརྟན་དབྱིབས་གསལ་བྱེད་འཕུལ་འཁོར་དང་།
བརྟན་དབྱིབས་སྤྲིགས་ཆགས་འཕུལ་འཁོར། བར་འདེབས་འཕུལ་འཁོར།
གཤེར་སྐྱམ་འཕུལ་འཁོར་སྟགས་ཞིབ་འབྱེད་སྟེ་མང་གི་འཕུལ་ཆས་རང་
འགུལ་ཅན་དང་བྱེད་རང་འགུལ་ཅན་ཡོད། དེ་ནི་སྟོན་བརྟན་བཟོ་བྱའི་
ལག་ཅུལ་གྱི་ལས་བཟོ་ཁང་ཆེ་ཤོས་དེ་“བཟུ་འདེབས་ལས་ཁང་”ཞེས་པ་
དེ་ཡིན། “བཟུ་འདེབས་ལས་ཁང་”གི་འགན་འཁུལ་ནི་སྟོན་བརྟན་པར་
ལེན་པས་པར་ལེན་བྱས་ཟིན་པའི་པར་རིས་འཁོད་པའི་སྟེན་ཤོག་དང་།
སྟེ་འཇུག་པས་སྟེ་བཅུགས་ཟིན་པའི་སྟེ་ལྷན་སྟེན་ཤོག་ན་མས་འཁྲུ་བཟུ་...
བྱས་ནས་སྟོན་བརྟན་པར་གཞིར་སྟུར་དགོས།

“བཟུ་འདེབས་ལས་ཁང་”གི་གཞིགས་སྟེ་ཁྲོད་ནང་གི་སྟོན་བརྟན་
སྟོན་ཁང་འདྲ་བའི་ཁང་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་“སྟེ་སྟུར་ཁང་”ཞེས་ཟེར།
དེའི་ནང་བརྟན་གསལ་ཡོལ་དཀར་དང་། རྩལ་འཁོལ་སྟེགས་བྱ་ཡོད་
ལ། སྟོན་བརྟན་སྟོན་བྱེད་འཕུལ་ཆས་ཀྱང་ཡོད། སྟོན་བརྟན་གྱི་པར་
གཞི་བཟོས་ཆར་རྩལ་ཁང་པ་འདིའི་ནང་རྩལ་དབྱངས་ཆགས་པས་རྩལ་

དབང་ས་འཁོལ་གཏོང་བྱས་ནས་སྤྱོད་ཤིག་ཐོག་བཞོད་དེ་པར་གཞི་དང་...
ཐེབ་སྤྱོད་བྱ་བྱུང་བྱུང་བ་ལས་བཤམས།

སྤྱོད་བརྟན་བརྩོ་བྱའི་ནང་སྤྱོད་གར་ཁང་ཞིག་ཡོད། དེ་ནི་རྒྱན་
ལྷན་གྱི་སྤྱོད་གར་དེ་ཙམ་དང་ཁྱད་ཅི་མེད། མི་འདྲ་བ་ནི་འདྲིས་ལྟར་མའི་
ལག་འཛིན་འཛོང་ཁང་མེད། འདྲི་ནི་སྤྱོད་བརྟན་འཁྲབ་མཁན་དང་
འཁྲབ་སྟན་བཞོད་འཁྲིད་པ་ཙམ་སྤྱོད་བརྟན་པར་ལེན་མ་བྱས་གོང་འཁྲབ་
སྤྱོད་བྱ་བྱུང་ཞིག་ཡིན་པས། བྱི་རོལ་གྱི་ལྟར་མ་བ་སྤྱེ་ལེན་བྱེད་ཀྱི་མེད།
གལ་ཏེ་གོ་སྐབས་བྱུང་ནས་ལྟ་སྐོར་བྱུང་ན་བྱིས་འདྲི་ནས་རིང་.....
མིན་ཐོན་པའི་སྤྱོད་བརྟན་གསར་པ་ཞིག་གི་ནང་དོན་རགས་ཅམ་མཐོང་
བྱུང་གྱི་རེད།

སྤྱོད་བརྟན་པར་གཞི་ཆ་ཆང་གཅིག་བརྩོ་བར་...
མི་ག་ཆེད་དང་། འབྲུ་བྱུང་ག་ཆེད་དགོས་སམ།

འོ་ན་གཏམ་རྒྱུད་སྤྱོད་བརྟན་ཞིག་གི་པར་ལེན་ལས་ཀ་རི་ལྟར་...
བྱེད་དགོས་སམ་ཞེ་ན། འདྲིས་སྤྱོད་ལ་ང་ཚོས་བྱ་བའི་བརྒྱུད་རིམ་
རགས་ཅམ་ཞིག་རོ་སྤྱོད་བྱ་བྱུང་ཡིན།

འཁྲབ་གཞུང་ཙམ་པ་པོས་བརྩམས་པའི་“སྤྱོད་བརྟན་རིག་ཙམ་”
འཁྲབ་གཞུང་”དེ་སྤྱོད་བརྟན་བརྩོ་བྱའི་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཐེ་ཆན་གྱི་ཆག་...
མཆན་བྱུང་རྗེས་འཁྲབ་སྟན་བཞོད་ཁྲིད་པར་སྤྱོད་དགོས། (སྐབས་