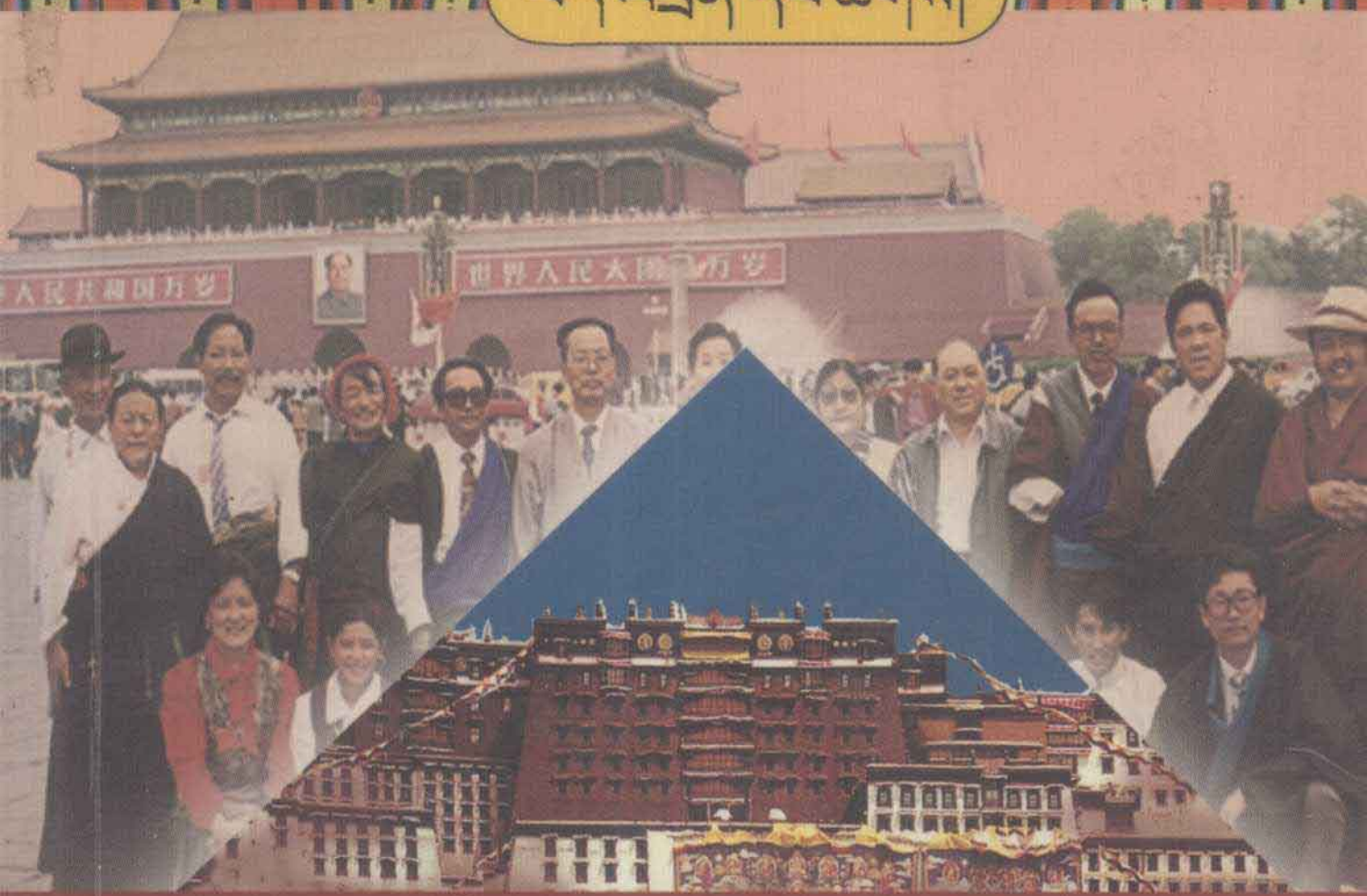
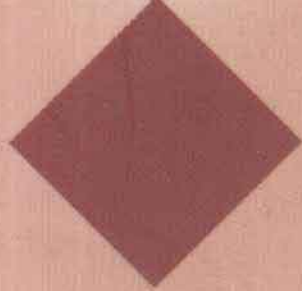


བོད་འཕྲིན་དཔེ་ཚགས།



མེས་ཀྱིས་དུ་ལོག་པའི་བོད་རིང་ལུན་ཟླ།



མིང་ཐུག་ལྷན་དཔེ་ཚགས་ཁང་།



མེས་ཀྱལ་དུ་ལག་པའི་བོད་རིང་ལྷན་རྒྱུ།

དུད་ཕོ་ཡིས་བརྒྱུམས།

མི་འགྱུར་གྱིས་བསྐྱུར།

སྤིང་ལྷ་བདེ་སྐྱོར་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་།

主 编：金 晖
副 主 编：郭长建 王庆存
编 委：王纪德 吴 伟 雷 珈
责任编辑：丁达显
封面设计：李建雄
版式设计：陈 彬
电脑制作：辛 亮

图书在版编目（CIP）数据

归国藏胞的工作与生活：藏文 / 胡波著；明久译. — 北京：
五洲传播出版社，1999.2
ISBN 7-80113-508-3
I.归... II.①胡...②明... III.归国华侨—藏族—概况—藏
文 IV.D634.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字（1999）第 05789 号

归国藏胞的工作与生活

胡波 著

* * *

五洲传播出版社出版

地址：北京北三环中路 31 号 邮编：100088

金罗盘(北京)艺术设计 承制

1999 年 11 月第 1 版 1999 年 11 月第 1 次印刷

网址：www.cicc.org.cn

电话：62048174

异 32 开 2 印张 15 千字

印数：1-3000 册

ISBN 7-80113-507-5/C.46

定价：16 元



དཀར་ ཆག

ཕྱི་རྒྱལ་ནས་ལྷག་ཐེབས་པའི་བོད་རིགས་སྤྱན་ཟླ་ ནམས་ཀྱི་ཕྱག་ལས་དང་འཆོ་བའི་སྐྱོར།	2
ཕྱི་རྒྱལ་ལ་ཡོད་པའི་བོད་རིགས་སྤྱན་ཟླ་དང་ཁོང་ ནམས་ཕྱིར་ལྷག་ཐེབས་ཇེས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་སྐྱོར།	4
སྲིད་གཞུང་གིས་ཕྱི་རྒྱལ་ནས་ལྷག་ཐེབས་པའི་བོད་ རིགས་སྤྱན་ཟླ་བཀོད་སྤྱོད་བྱས་པའི་སྐྱོར།	11
ལྷག་ཐེབས་ནས་བདེ་སྲིད་ཀྱི་འཆོ་བར་རོལ་ བཞིན་པའི་བོད་རིགས་སྤྱན་ཟླ།	17
དམངས་ནམས་ཕྱག་པོ་བཟོ་མཁན་གྱི་ཕྱི་ཁྱེ་བྱིད་པ་ཡི་ ཤེས་བསྟན་རྒྱལ།	18
གྲང་དཔོན་བཟང་པོ་བསྟན་འཛིན་དབང་འདུས།	27
འཆོ་བྱེད་མཁས་པ་ཀུན་བཟང་པན་ཐོགས།	33
མི་དམངས་ཀྱི་འཕུས་མི་བྱ་ཤེས་དབང་འདུས།	37
སྲིད་གྲོས་ཚུ་ཡོན་རྒྱལ་མཆན་ཆས་འཕེལ།	44



༡༩॥ བྱི་རྒྱལ་ནས་ལོག་ཐེབས་པའི་བོད་རིགས་
ལྷན་ཁྲུན་ལས་ཀྱི་ཕྱག་ལས་དང་འཆོ་བའི་རྒྱུ།

གྲུང་གོའི་བོད་རང་སྐྱུང་སྒྲུངས་སྟུང་ལྟ་མི་གྲངས་
བསྐྱམས་ཁྲི་244 ཡོད་པའི་ནང་། བོད་རིགས་མི་གྲངས་



དགའ་མྱིད་དུས་ཆེན་གྱི་དཔལ་ལ་རྩལ་བཞིན་པའི་ལྷ་ལྷན་གི་འོད་གླང་།

བྲི་230 ལྷག་ཅམ་ཡོད་པས། མི་གངས་ཡོངས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་
 95 ཟེན་ཡོད། བསྐྱམས་ཕྱིས་བརྒྱབ་པར་གཞིགས་ན།
 ད་དུང་ཐོད་རིགས་སྟུན་ཟླ་བྲི་13 ལྷག་ཅམ་ཞིག་འཇམ་
 གླིང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་30 ཅམ་ལ་འབྲམས་ནས་གནས་ཡོད་
 སྐད་འདུག ཁོ་ཆོ་མང་ཆེ་བ་རྒྱ་གར་དང་། འབྲུག་
 ཡུལ། བལ་ཡུལ་སོགས་ལ་གནས་ཡོད་པ་དང་། ཁག་
 ཅིག་ཨ་མེ་རི་ཁ་དང་། སུའེ་ཅོར། ཁ་ན་ཏ། ལྷར་

མན། དབྱི་ཐ་ལི་སྐགས་ལ་གནས་ཡོད།

སྤྱི་ལོ་ 1979 ལོ་ནས་བཟུང་འཁོར་ཞག་དང་།

གནས་བདེ་སྒོ་
མོར་གཟིམ་སྒོར་
གནང་བཞིན་
བའི་བོད་རིགས་
སྤྱན་རྒྱ།



ཡུལ་སྒོར་སྒོ་འཆམ། མཆོད་མཇལ་སྐགས་ལ་ཐེབས་
མཁན་བོད་རིགས་སྤྱན་རྒྱ་ཇེ་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་པ་མ་ཟད།
དངོས་སུ་ལྷག་ཐེབས་ནས་བྱིམ་གཞིས་བཟུང་མཁན་ཡང་མི་
ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད་སྟབས། ཁོང་རྣམ་པའི་ཕྱག་ལས་དང་
འཆོ་བར་སྲིད་གཞུང་ནས་ཕྱགས་འཁུར་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་.....

ཁྱེད་ཀྱི་དང་བལ་པོའི་བར་གྱི་མཇེའ་གྲོགས་ཟམ་པ།



ཡུལ་སྒོར་སྒོ་འཆམ། མཆོད་མཇལ་སྐགས་ལ་ཐེབས་
མཁན་བོད་རིགས་སྤྱན་རྒྱ་ཇེ་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་པ་མ་ཟད།
དངོས་སུ་ལྷག་ཐེབས་ནས་བྱིམ་གཞིས་བཟུང་མཁན་ཡང་མི་
ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད་སྟབས། ཁོང་རྣམ་པའི་ཕྱག་ལས་དང་
འཆོ་བར་སྲིད་གཞུང་ནས་ཕྱགས་འཁུར་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་.....



གནང་ཡོད། སྤྱི་དགུང་གི་རིགས་སྐྱེར་འོག་ཕྱི་རྒྱལ་ནས་
ལྷག་ཕེབས་པའི་བོད་རིགས་སྐུན་ཟླ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱག་ལས་
དང་འཆོ་བར་བཀོད་སྤྱོད་ཡིད་སྤོང་པ་ཞིག་བྱང་བས།
ད་ཆ་ཁོང་རྣམས་བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་འཆོ་བར་རོལ་བཞིན་ཡོད།

ཕྱི་རྒྱལ་ལ་ཡོད་པའི་བོད་རིགས་སྐུན་ཟླ་དང་
ཁོང་རྣམས་ཕྱིར་ལྷག་ཕེབས་རྒྱུ་ཀྱི་
གནས་ཚུལ་སྐོར།

བོད་རིགས་སྐུན་ཟླ་ཕྱི་རྒྱལ་དུ་འགོ་བར་ཕྱིན་མང་
བྱུང་། ཁོང་རྣམས་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་འགོ་བའི་དུས་ཚོད་དང་
ཕེབས་ལྷགས་གཉིས་ལ་བརྟག་ན། དེ་ལས་གནས་ཚུལ་
རིགས་མི་འདྲ་བ་ཁག་གསུམ་སྟེ། སྤྱི་ལོ་1951 ལོར་བོད་
ཞིབས་བཅེངས་འགོལ་མ་བྱང་གོང་ནས་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་ཕེབས་
ཏེ་གཞིས་ཆགས་པའི་རིགས་དང་གཅིག་བོད་རང་སྐྱོང་
མྱེངས་ཀྱི་སྟོན་དང་ཅུབ་སྟེ་ཆང་མ་བལ་ཡུལ་དང་། རྒྱ་གར།



ན་ཐོས་ལའི་སྟངས་
གི་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱག་
ཁང་།



གྲང་གོ་དང་བལ་པོའི་འབྲེལ་མཆམས་ན་མཆིས་པའི་འགྲམ་གྲང་བརྒལ།



བ་རྟོར། འབྲུག་ཡུལ། འབྲས་ལྗོངས་ལ་སྐགས་པའི་
 རྒྱལ་ཁབ་ཁག་དང་ཡོངས་སུ་འབྲེལ་ནས་ཡོད་པ་དང་གང་
 གི་མཐའ་མཆམས་ཀྱི་རིང་ཆད་སྤྱི་ལེ་4000 མ་ཟིན་ཅམ་
 ཡོད་པ་མ་ཟད། ལྗོངས་
 ཡོངས་ཀྱི་ལྗོངས་ཁག་73
 རྒྱུ་མཐའ་མཆམས་ལྗོངས་
 22དང་ཕྱི་ཕྱོགས་ལ་སྐོ་མ་
 འབྲེད་སའི་འགག་སྐོ་20
 དང་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་འགྲོ་སའི་
 ལམ་ཁ་བསྐྱམས་བརྒྱལ་ཉེ་
 བ་ཡོད། གནའ་སྤྱི་མའི་
 དུས་ནས་བརྒྱུད། བོད་
 པ་ནམས་བྱིམ་མཆིས་རྒྱལ་



གནའ་བོའི་གྲང་བརྒལ་འགྲམ།

མཁའ་འགྲུ་ལྗོངས་ཀྱི་ལྗོངས་ཁག་ལ་སྐོ་མ་འབྲེད་སའི་འགག་སྐོ་20དང་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་འགྲོ་སའི་ལམ་ཁ་བསྐྱམས་བརྒྱལ་ཉེ་བ་ཡོད།



ཁབ་བར་ཚོང་འགྲུལ་དང་མཉེན་སྲིག་བྱེད་པའི་གོམས་
གཤེས་ཡོད་པས། ལམ་ཁ་དེ་རིགས་ཀྱིས་བོད་རིགས་དང་
བྱིམ་མཚེས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མི་དམངས་ན་མས་པན་ཚུན་མཇེལ་
མཐུན་དང་འགྲོ་འདྲེས་བྱེད་པར་རུས་པ་ཆེན་པོ་སློན་ཡོད།
སྤྱི་ལོ་1959 ལོར་བོད་ཀྱི་མཐོ་རིམ་མི་དྲན་འགའ་རེས་
བསྐྱེད་པའི་བྱིང་འབྲུག་པམ་པའི་རྒྱུ། སྐབས་དེའི་
བོད་དམག་དང་མཐོ་རིམ་མི་དྲན་ཁག་གཅིག་གྲུང་དབྱང་
སྤྱི་དགུང་ལ་ཞིད་ནས་ཏུ་ལའི་སྤྱོ་མ་དང་མཉམ་དུ་རྒྱ་གར་



རྒྱལ་ཁོངས་སུ་
ཅོར་ནས་ཡོན་
པའི་བོད་རིག་
སྤྱན་རྒྱས་པེ་ཅིན་
ལ་གཟིམ་སྒྲོར་
གནང་བཞིན་པ།

ལ་བྱོས་ཐུན་པའི་རིགས་དང་གཉིས། ཐུ་རྒྱལ་ལ་ཡོད་པའི་
བོད་རིགས་སྤྱན་རྒྱའི་ནང་། མི་དེ་རིགས་ཀྱི་གྲངས་
འབོར་མང་ཤོས་ཡིན། གྲུང་གོར་བསྐྱར་བཅོས་སྒྲོ་འབྱེད་
བྱས་པའི་རྒྱུ། བྱིམས་མཐུན་གྱི་འགྲོ་ལྷགས་འགྲིམས་
ནས་ཐུ་རྒྱལ་ལ་བྱོན་ཏེ་བྱིམ་གཞིས་ཆགས་པའི་རིགས་དང་
གསུམ་བཅས་སོ།

བོད་ཞི་བས་བཅེངས་འགྲོལ་བྱུང་ནས་ད་བར་ལ་དུས་



རྒྱལ་ནང་གི་གྲོགས་པོ་སྤྱན་མཆེད་རྣམས་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་འཁོར་
 ཞག་ལ་ཕེབས་ནས་ཁོང་རྣམ་པར་འདི་གའི་གནས་ཚུལ་ངོ་
 སློང་བྱས་སྟབས། བོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་རིམ་པས་ཤེས་
 ཉིགས་བྱུང་ནས། ཁོ་ཚོའི་ནང་གི་མི་ལ་ལ་ཐེ་ཚཱ་དང་
 དགའ་སློ་སྤེལ་མར་འགྱུར་བའི་སློ་དང་བཅས་པར་ཕ་ཡུལ་
 ལ་ལོག་ཕེབས་པ་རེད། སྐབས་དེར་ཁོང་རྣམ་པའི་སེམས་
 པར་གཅིག་ནས་རང་གི་ཕ་ཡུལ་ལ་ཡང་སློང་འགྱུར་བ་ཅི་
 འདྲ་བྱུང་མིན་ལྟ་

བསམས་པ་དང་།
 གཉིས་ནས་སྤྲོད་
 གཞུང་ནས་ཁས་
 ལེན་བྱས་པ་དེ་
 ཡང་སློང་བདེན་
 པ་ ཡིན་ མིན་
 བརྟག་ བསམས་
 པ་ རེད། ལྷ་
 དེར་འཁོར་ཞག་
 ལ་ཕེབས་མཁན་



ཕྱིར་ལོག་པའི་བོད་རིགས་སྤྱན་ཟུའི་ལྟ་སྟོར་
 ཚོགས་པས་ཕེ་ཅིན་གྱི་གནས་ཆེན་དྲི་བསྟང་རྣམ་
 འབྲུལ་རི་བོའི་མཆོད་རྟེན་ནང་བཞུགས་པའི་
 སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་ཆེམས་ལ་མཇལ་ཁ་ཞུ་
 བཞིན་པ།

མི62 ཡོད་པའི་ནང་ལྷ་རྒྱས་ཀྱིས་རྟེན་པས་རྒྱལ་ནང་དུ་
 བཅོན་ཉར་བྱས་པའི་མི་གཅིག་ཀྱང་མེད། དེ་ལས་ལྷག་
 ཉེ་ཁོང་རྣམ་པར་སྤྲོད་གཞུང་རིམ་པ་ཁག་དང་སྤྱན་མཆེད་
 རྣམས་ཀྱིས་སྒྲེ་ལེན་དང་རོགས་པ་གང་ཡོང་ཞུས་པ་རེད།

ལྷ་རྒྱས་ཀྱིས་རྟེན་པས་རྒྱལ་ནང་དུ་
 བཅོན་ཉར་བྱས་པའི་མི་གཅིག་ཀྱང་མེད།



ཟྱིལ་1980 ལྷ་མོ་ཁྱེ་རྒྱལ་ལ་ཡོད་པའི་བོད་རིགས་སྤུན་ཟླ་
 རྒྱལ་ནང་དུ་འཁོར་ཞག་ལ་ཕེབས་མཁན་མི་གྲངས་277
 བར་འཕར་བ་རེད། དེ་རྗེས་ཀྱི་ལོ་འགའི་ནང་། རྒྱལ་
 རང་དུ་འཁོར་ཞག་དང་། ཡུལ་སྐོར་སྤྱོད་འཆམ། མཆོད་
 མཇུག་། དངོས་སུ་ལྷག་ཕེབས་རྒྱ་བཅས་ཀྱི་རེ་བ་འདོན་
 མཁན་ཇི་མང་དུ་སྤང་བ་རེད། ཟྱིལ་1983 ལྷ་མོ་འཁོར་
 ཞག་ལ་ཕེབས་མཁན་མི་གྲངས་957 ཟིན་ཞིང་། ཟྱིལ་



ཟྱིལ་ལྷག་བོད་རིགས་སྤུན་ཟླའི་ལྷ་སྐོར་ཆོགས་པས་ཐེན་
 ཅིན་གྲོང་ཁྱེར་དུ་གཟིགས་སྐོར་གནང་བཞིན་པ།

1987 ལྷ་མོ་འཁོར་ཞག་ལ་ཕེབས་མཁན་མི་གྲངས་995
 ཟིན་ཡོད། ལོ་དེ་གཉིས་ཀྱི་རིང་ལ་འཁོར་ཞག་ལ་ཕེབས་
 མཁན་མི་གྲངས་མང་ཤོས་བྱུང་བ་རེད། ཟྱིལ་1986 ལོ་
 དང་1987 ལོ་གཉིས་པོ་ནི་བོད་རང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱིད་



གུ་འུ་རེ་ན་སྒྲ་
གཞོན་པ་མཐུ་
སྒྲ་བས་རྒྱ་ར་
རྒྱ་སྒྲ་ལྷ་ལ་
སྒྲ་སྒྲ་པ་སྒྲ་
པ་ལྷ་སྒྲ་

དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། བྱི་རྒྱལ་ནས་ལོག་ཕེབས་པའི་བོད་
 རིགས་སྤུན་ཟླ་བའོད་སྤྱིག་བྱ་རྒྱུའི་ལས་ཀར་གྱང་གོའི་སྤྱད་
 གཞུང་གིས་སྤྱི་བར་གསུམ་དུ་བཙུ་མཐོང་ཆེན་པོ་གནང་
 ཡོད། བྱི་རྒྱལ་ནས་ཕེབས་པའི་བོད་རིགས་སྤུན་ཟླར་སྡེ་
 ལེན་བྱེད་པའི་ལས་ཀ་ལོགས་པར་སྐབ་ཆེད། སྤྱི་ལོ་1980
 ལོར་བོད་རང་སྐྱོང་སྡེ་ཁོར་མངས་སྤྱད་གཞུང་གིས་བྱི་
 རྒྱལ་ནས་ལོག་ཕེབས་པའི་བོད་རིགས་སྤུན་ཟླར་སྡེ་ལེན་བྱ་
 མཁན་ཡུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་བཙུགས་པ་མ་ཟད། དེའི་མངའ་
 རོག་ལ་ལས་ཤག་ཁང་བཙུགས་ཏེ། བྱི་རྒྱལ་ནས་རྒྱལ་
 བོད་དུ་འཁོར་ཞག་དང་། ཡུལ་སྐོར་སྤྱོད་འཆམ། མཆོད་
 མཇལ་སོགས་ལ་ཕེབས་མཁན་བོད་རིགས་སྤུན་ཟླ་ནམས་
 བའོད་སྤྱིག་བྱ་རྒྱུའི་བྱ་གས་འགན་བཞེས་བཞིན་ཡོད། ད་
 ལྟ་ལྟ་ས་གྲོང་བྱིར་དང་། ལྟོ་ཁ། གཞིས་ཀ་རྩེ། ཉིང་
 བྱི། རྒྱ་རྒྱ། མངའ་རིས། ཆབ་མདོ་སོགས་སྤུང་
 དེ་འབྲེལ་གྱི་དོན་གཙོད་ལས་ཁུངས་དང་ཞབས་ཞུའི་ལས་
 ཁུངས་བཙུགས་ཡོད།



པའང་མེད་པའི་སྤྱན་རླབས་ལ་ས་ཆ་ཡུལ་ནས་ཁང་པ་
 རྒྱག་རྟགས་བྱས། སྤྱན་མཆེད་དང་ནང་མི་བྱ་སྤྱག་ཡོད་
 ཅུང་། ཁོ་ཆོ་བཞུགས་སའི་ཁང་པ་ཡག་པོ་མེད་ཆོ།
 རང་འགྲུལ་ངང་ཁང་པར་བཟོ་བཅས་བྱ་རྟགས་མཛད།

2. ཁོང་ནམ་པ་ཕྱི་རྒྱལ་དུ་འདུག་རིང་གི་དཔལ་
 འབྱོར་གྱི་ཡོང་འབབ་དང་ཚུར་ལོག་རྗེས་ཀྱི་བྱིམ་ཆང་གི་
 དཔལ་འབྱོར་གྱི་གནས་ཚུལ་མི་འདྲ་བར་གཞིགས་ནས་ཁོང་



ཕྱི་རྒྱལ་ལ་བཞུགས་པའི་སྤྱི་རྒྱ་རྟོ་པོ་ཆེ་མེས་རྒྱལ་
 ལ་གཞིས་འཁོར་འཆམས་འདྲིར་བཅར་པ།

ནམ་པའི་འཆོ་བར་རྟགས་དངུལ་སྤྱན་པ། དེ་ཡང་འདི་
 ཉི་ཉི། ཤིན་ཏུ་སྤྱི་བའི་བྱིམ་ཆང་ལ་རྟགས་དངུལ་མང་
 ཅམ་སྤྲོད་པ་དང་། དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཆ་རྒྱུན་ཅུང་ལོགས་
 པའི་བྱིམ་ཆང་ལ་རྟགས་དངུལ་ཉུང་ཅམ་སྤྲོད་པ། རང་