

# མཆོད་ལཱ་ཀྱང་གི་ཉ།



མཆོ་མོ།



མཁའ་འགྲོ།

༡༡། སོན་ཅ་ཀྱིས་པའི་དེབ་བླང་ ༩༠ བདེ་དག་ཤིས་རིག་ལས་ཁྲུངས་ཀྱིས་ཀྱིས་བའི་ལྷོག་ཅམ་ཡར་རྒྱས་ལས་གཞིའི་སྐངས་ལུ་བར་སྒྲན་དང་ལཱེམས་སྒྲེལ་ལུས། །

བར་སྐྱོན་བདག་དབང་། ཤེས་རིག་ལས་བྱུངས།

༣༠༡༥ བར་གཞི་དང་པོ།

བར་སྐྱོན་བྱེད་པ། ཤེས་རིག་བར་ཁང་།

Copyright © 2017 Department of Education

All rights reserved

First Edition 2017

**Published by:** Department of Education

Central Tibetan Administration

Gangchen Kyishong, Dharamshala -176215

Distt. Kangra(H.P.) INDIA

**Email:** education@tibet.net

**Printed by:** Sherig Parkhang Trust

**E-mail:** shepardelhi@gmail.com

ཐུ་བྱེད་ལམ་ལྷན་པ། མཁས་དབང་གི་ཕུ་ཀྱ་ལྷན། (Prof. Krishna Kumar)

ལས་ལྷན་ཁག་གི་ཁྲིམས་པ། ལུམ་ཊམས་པ་ལ་ཉི་གྲུ་ (Dr. Latika Gupta)

**अवधः**(अवि)पुस्तकालयकेसमन्वितः।  
 प्रोफ. कृष्णा कुमार (Prof. Krishna Kumar) एवं  
 अशोक वाजपेयी (Ashok Vajpeyi) अपूर्वानन्द (Apoorvanand)

[illegible][illegible][illegible]

དི་མ་འབྲི་མཁན། ཐུབ་བརྟན་སངས་རྒྱལ།

དེའི་གཞུགས་ཁུལ་འགོ་དཔུལ། རྒྱ་ཁྱེད་ལ།

## Disclaimer

This children's story book is made possible by the support of the American people through the United States Agency for International Development (USAID). The contents of this book are the sole responsibility of Department of Education, Central Tibetan Administration and do not necessarily reflect the views of USAID or the United States Government.



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE





༣༡། ཉིན་ཞིག་མཁའ་འགོ་དང་མཚོ་མོ་མཚོའུ་ཞིག་གི་འགམ་དུ་ཕྱིན། མཚོའུ་དེའི་ནང་ཉ་སྟ་ཚོགས་  
 ཡོད་པ་མཐོང་། ཉ་དེ་ཚོ་མཐོང་ནས་ཁོ་གཉིས་དགའ་ཐག་ཚོད་པ་རེད།





ཉ་ཁ་ཤས་ཐལ་མདོག་དང་ཁ་ཤས་ལི་མང་ཡིན་པ་རེད། ཉ་ཁ་ཤས་འོད་ཆེན་ཆེན་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་  
 རེད། ཉ་ཁ་ཤས་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་དང་ཉ་ཁ་ཤས་ཆུང་ཆུང་ཡོད་པ་རེད།



ཉ་ཆུང་ཁ་ཤས་རྫོའི་སྤང་ལ་ངལ་གསོས་ནས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། ཉ་ཁ་ཤས་པར་འབྱུག་ཆུར་འབྱུག་  
 བྱེད་བཞིན་ཡོད། ད་དུང་ཉ་ཁ་ཤས་ཆུའི་སྤང་དུ་འཕར་མཆོང་བྱེད་བཞིན་ཡོད།





མཁའ་འགོ་དང་མཆོ་མོས་མཆོའུ་ཡི་འགམ་དུ་ལྷམ་ཐུང་། ཁོ་གཉིས་རྒྱུ་ནང་དུ་འཇུལ་བ་རེད།  
 ཁོ་གཉིས་ཀྱིས་ཤེལ་དམ་ནང་ཉ་འཇུ་རྒྱུ་ཐབས་ཤེས་བྱས།





ཁོ་གཉིས་ཀྱི་ཤེལ་དམ་ནང་ལ་ཉ་གཉིས་འཇུལ་བ་རེད། མཆོའུའི་འགམ་དུ་ཁོ་གཉིས་ཀྱིས་ས་དོང་ཞིག་བྱས།  
 ས་དོང་དེའི་ནང་ཤེལ་དམ་དེ་བཞག་པ་རེད།





མཚོ་མོས་ཉ་གཉིས་བསྐྱངས་ནས་བསྐྱད་པ་རེད། མཁའ་འགྲོས་ཉ་གཉིས་ལ་ཁ་ལག་ལེན་དུ་ཕྱིན།  
 སྒོ་བྱར་དུ་སྐྱང་སྐྱང་གསུམ་ས་དོང་གི་འགྲམ་ལ་ཡོང་བ་རེད།







མཚོ་མོས་ཁྱུང་ཁྱུང་གིས་ཉ་བུ་ཡོང་བསམ་ནས་སེམས་སྤྲལ་བྱས། མཁའ་འགྲོས་ཤིང་འབྲས་བྱིར་ནས་  
མགྲོགས་པོ་ལོག་སླེབས། མོས་ཁྱུང་ཁྱུང་ལ་ཤིང་འབྲས་སྤྲད་ནས་ཉ་མི་བཟའ་བའི་ཐབས་ཤེས་བྱས།



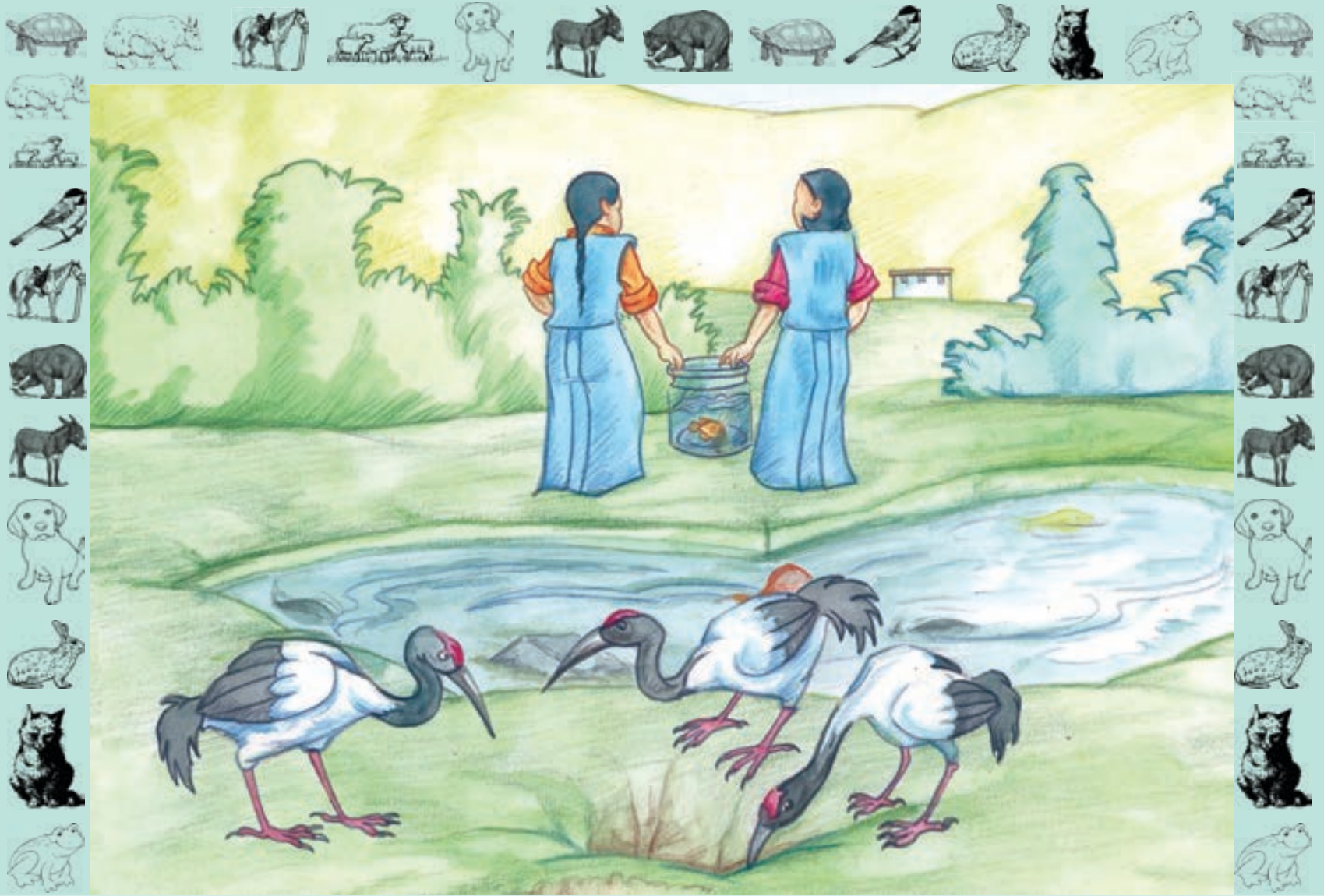
མཁའ་འགྲོམ་གིང་འབྲས་སྐྱད་པ་ནམས་སྐྱང་སྐྱང་གིས་བཟས། སྐྱང་སྐྱང་ཡང་བསྐྱར་ས་དོང་འགམ་  
ལ་སླེབས། མཁའ་འགྲོ་དང་མཚོ་མོ་ཞེད་ཐག་ཚད་པ་རེད།







མཁའ་འགྲོས་ཁྱེད་ཀྱི་སྐྱེས་པ་རེད། ཁྱེད་ཀྱི་སྐྱེས་པ་མཁའ་འགྲོས་པ་རེད།  
ཁྱེད་ཀྱི་སྐྱེས་པ་སྐྱེས་པ་མཁའ་འགྲོས་པ་རེད།



མཁའ་འགྲོ་དང་མཚོ་མོས་ཉ་གཉིས་ནང་དུ་འབྱེར་རྒྱུར་ཐག་བཅད། ཁོ་གཉིས་ཀྱིས་ཉ་དེ་གཉིས་  
ནང་དུ་བྱིས། སྤང་སྤང་ནམས་ད་དུང་ས་དོང་ནང་བལྟས་བསྟན།







མཁའ་འགྲོ་དང་མཚོ་མོ་གཉིས་ནང་དུ་སླེབས། ཁོ་གཉིས་གྲིས་གཞོང་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ནང་ཚུ་  
 ལྷགས། མཚོ་མོས་ཉ་དེ་གཉིས་གཞོང་པའི་ནང་དུ་ལྷགས།



མཁའ་འགོ་དང་མཆོ་མོས་ཉ་གཉིས་ལ་ཁ་བས་སྒྲ་ཆོགས་སྒྲ། ཉ་གཉིས་ཀྱིས་མ་བབས་པ་རེད།  
མཁའ་འགོ་དང་མཆོ་མོ་སེམས་ཁྲལ་བྱུང་བ་རེད།







མཁའ་འགྲོ་དང་མཚོ་མོས་ཉ་གཉིས་ཀྱིས་ཁ་བས་བ་རོགས་བྱས་ན་བསམ། ཉ་གཉིས་ཀྱིས་ད་དུང་ཁ་  
བས་མ་བབས་པ་རེད། མཁའ་འགྲོ་དང་མཚོ་མོ་སྐར་ལས་སེམས་ཁྲལ་ཆེ་བ་བྱུང་།



མཁའ་འགྲོ་དང་མཚོ་མོས་ཉ་གཉིས་ལ་ཡུན་རིང་བལྟས་ནས་བསྟན། ཉ་གཉིས་ཀྱིས་ད་དུང་གང་  
 ཡང་མ་བཟས་པ་རེད། ཉ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་འགྲུལ་སྒྲོད་ཀྱང་མ་བརྒྱབ་པ་རེད།







ཉ་གཉིས་པོ་གཞིང་པའི་ནང་སྐྱིད་པོ་མེད་པ་རེད། བྱ་མོ་གཉིས་ཀྱིས་ཉ་དེ་གཉིས་མཆོད་ཡི་ནང་དུ་སྒྲོད།  
 ཉ་གཉིས་ཀ་རྒྱལ་བརྒྱབ་ནས་ཕྱིན་པ་རེད།

## དགོ་མཉམ་རྒྱལ་པར་རེ་སྒྲུལ།

- ※ སོན་ཅ་བྱིས་པའི་དེབ་ཐོང་འདི་ཉིད་བསྐྱབ་གཞི་ཅ་འཛིན་གྱི་དགོངས་དོན་ལྟར་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་སློབ་དེབ་མིན།
- ※ སྒྲིབ་བྱིས་པའི་འབྲི་སློག་ཡར་རྒྱས་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་གང་སློག་པ་དེའི་གོ་དོན་གསལ་པོ་རྟོགས་ནས་སློག་པའི་རྣམས་པ་གོང་མཐོར་སྒྲེལ་རྒྱུར་གཞོགས་འདེགས་གྱི་རྒྱ་ཆ་ཞིག་ཡིན།
- ※ དེབ་འདི་དག་འཛིན་ཁང་ནང་དུ་སློབ་སྒྲུག་ཆོར་དུས་ཆོད་དང་འདུན་པ་ནམ་ཡོད་གྱི་སྐབས་སུ་རང་མོས་ལྟར་ལེན་པ་དང་ལྟ་སློག་བྱེད་ཐུབ་སར་འབྲེམས་འཛིག་བྱེད་དགོས།
- ※ རིམ་པ་དང་པོ་ནས་འགོ་འཛུགས་གྱིས་གཉིས་པ་དང་། གཉིས་པ་ནས་གསུམ་པ། གསུམ་པ་ནས་བཞི་པ་བར་ཐེམ་སྐྱས་རིམ་འཛེགས་གྱི་ཚུལ་དུ་བསྐྱབ་སྒྲུའི་ཆེད་དམིགས་པ་ཡིན་རུང་། སྒྲ་གུ་རང་ངོས་ནས་གང་ལྟ་འདོད་དང་སློག་འདོད་བྱེད་པ་དེར་རམ་འདེགས་བྱེད་པ་ལས་གོ་རིམ་ལྟར་སློག་རྒྱ་གལ་ཆེ་བ་མ་ཡིན།
- ※ འཛིན་གྲུའི་དུས་ཆོད་རེའུ་མིག་བཀོད་སླིག་སྐབས། དེབ་ཐོང་འདི་སློག་རྒྱུའི་དུས་ཆོད་འདང་ངེས་འཛིག་དགོས།
- ※ མདོར་ན། དོན་བྱེད་རྣམས་པ་དངོས་པོའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པ་ལྟར། དཔེ་དེབ་འདི་དག་སྒྲ་གུའི་འདོད་མོས་བཞིན་བེད་སྤྱོད་བཏང་ནས་རྟོག་རྒྱལ་དང་རལ་ཐོར་དུ་གྱུར་ན་ལེགས་གསོལ་ཐོབ་རྒྱལ་ས། ལོ་མང་པོའི་རྗེས་སུ་འང་དེབ་རེ་རེ་བཞིན་གྲ་མ་ཉམས་གྲུ་མ་ཞིག་པར་ཤེལ་ཁ་ཅན་གྱི་བང་ཁྲིའི་ནང་ལྟ་སྒྲུ་ལྟར་སླིག་གསོལ་བྱས་ཏེ་འཛིག་མི་རུང་བ་སློང་ངེས་དགོས་གལ་བཅས།





## སྐྱེ་ཆ་བྱིས་པའི་དེབ་ཕྱེང་གི་དགོས་དམིགས།

- ※ དེབ་ཕྱེང་འདི་བསྐྲགས་རྗེས། བྱིས་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་འབད་བཙོན་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷོག་ཅེས་ཡང་རྒྱས་གཏོང་བྱེད།
- ※ བྱིས་པ་དང་དེབ་ཀྱི་འབྲེལ་བ་རྗེ་ཟབ་དུ་བཏང་སྟེ། དཔེ་དེབ་ལྷོག་རྒྱུའི་གོམ་གཤེས་འཇགས་པར་བྱ་རྒྱ།
- ※ སྐྱེ་ཆ་བྱིས་པའི་དེབ་ཕྱེང་གི་ནང་དོན་རྣམས་ཉིན་རེའི་འཆོ་བ་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་ནས། བྱིས་སྤྱང་ལྷོག་རྒྱུར་དགའ་མོས་ཡོང་ཐབས་བྱས་ཡོད།
- ※ མི་སྣ་གཙོ་བོར་བྱ་བྱ་གཉིས་རེ་འཛོག་དོན་ནི། ལྷོག་པ་པོ་བྱིས་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་གནས་སྐབས་དང་མཐུན་པའི་སྤྱང་མང་པོའི་ནང་། རང་གི་མི་ཆེའི་གཞུགས་བརྟན་མཐོང་བྱུང་བས། སྤྱང་འདི་དག་དོན་ནས་བྱིས་ལྷོག་རྒྱུར་སྤྱལ་མ་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན།
- ※ དེམ་པ་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ཅམ་མ་ཟད། དེམ་པ་རྗེས་མ་རྣམས་སྤྱང་ཆེག་དང་བརྗོད་དོན་མང་པོ་བསྐྱར་སྒྲོས་ཡང་སྒྲོས་བྱས་པར་པན་ཐོགས་ངེས་ཅན་ཞིག་ཡོད། དགོ་ཞན་དང་པ་མ་སོགས་ཀྱི་དོགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱུ་གུས་ཐོག་མར་ཤེས་པའི་ཆེག་དེ་སྤྱང་ཡང་མཐོང་མ་ཐག ཆེག་དེ་ལྷོག་བྱུང་བ་དང་དེའི་དོན་གོ་བྱུང་བའི་དགའ་ཆོར་དང་སྟོབས་པ་སྟོད་བྱེད།
- ※ འོན་ཀྱང་བྱིས་པས་བསྐྲགས་ཐེན་པའི་ཉིན་དེ་ནས་དེབ་ཕྱེང་འདིའི་དགོས་དོན་དང་བཅད་སྟོད་རྗེས་པ་སྣང་མ་ཡིན་པར། བྱིས་པས་སྤྱང་ཤོད་པ་དང་འབྲི་བ། དཔེ་དེམ་ནང་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་གཞན་དོ་སྟོད་པ། དེ་མོ་བཤུ་རྒྱ་སོགས་བྱེད་སྟོ་མང་པོར་བཅད་སྟོད་གཏོང་བྱེད་པ་བྱ་རྒྱ་གལ་ཆེ་བས། སྟོབ་བྱ་སོ་སོའི་འགན་འཛིན་དང་འབྲེལ་ཡོད་དགོ་ཞན་ཆོས་སྤྲུགས་ངེས་ཡོང་བ་འཆཛ།



