

# ཕྱི་ཕྱོད།



དབྱུངས་ཅན།



ཆེ་རིང་།



ཨ་མ།



པ་པ།

༡༧ ། མེན་ཅུའི་མ་པའི་དཔ་མེད་ ༤༠ དེད་པ་ཤེས་རིག་ལས་ཁྱད་སྤྱོད་ཀྱིས་ཀྱིས་པའི་མྱོག་ཅུམ་པར་རྒྱས་ལས་པའི་ཁོངས་སུ་བར་སྒྲུབ་དང་འཕེམ་སྤེལ་ཞུས། །

བར་སྒྲན་བདག་དབང་། ཤེས་རིག་ལས་བྱུངས།

༣༠༡༥ བར་གཞི་དང་པོ།

བར་སྒྲན་བྱེད་པ། ཤེས་རིག་པར་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

**ཁྱེ་ཁུངས་ལ་མཁས་དབང་གིས་ཀྱང་།** (Prof. Krishna Kumar)

ལྷན་འཇུག་ཐབ་འཛིད་པ། འབྲུག་མཁས་པ་ལ་ཉི་ལྷ་བྱུ་། (Dr. Latika Gupta)

[illegible][illegible]

འཕྲི་ལྷན་གྱི། ཀམ་ཀམ་ཀམ་ལྷན་གྱི། བུ་བུ་མཐའ་ལྷན་གྱི། འཕྲི་ལྷན་གྱི།

[illegible]

འི་མ་འབྲི་མཁན། བསྟན་འཛིན་བསྟན་དང།

དེ་ལ་གཞུགས་ཀྱིས་འགོ་དང་། འཁྱེད་པས།

## 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





༄༅། ཉི་མ་གཅིག་ཆེ་རིང་གིས་ཆ་སྐྱམ་གཙང་མ་བཟོ་བཞིན་ཡོད།  
 དབྱངས་ཅན་གྱིས་ཨ་ལད་པད་ཀོ་ཡི་སྒྲ་ཤད་བཞིན་ཡོད།



ཉིན་དེ་སློབ་གྲྭ་གསེང་རེད།

ཕ་མ་གཉིས་ཐབ་ཆང་ནང་ལ་ལས་ཀ་བྱེད་བཞིན་ཡོད།







ཨ་མས་ཐབ་ཚང་གཙང་མ་བཟོ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།  
 བ་པས་སྒོད་ཆས་འཁྱུད་གྱི་ཡོད་པ་རེད།



དབྱངས་ཅན་དང་ཆེ་རིང་གིས་རོགས་པ་བྱེད་འདོད་ལྷུང་བ་རེད།  
 ཞི་མི་ཨ་ཡ་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་ལ་བྱིན་པ་རེད།







དབྱངས་ཅན་གྱིས་ཨ་མ་ལ་གད་རྒྱུ་རོགས་བྱས།  
 ཆེ་རིང་གིས་པ་ཕ་ལ་སྒྲོད་ཆས་འབྲུད་རོགས་བྱས།



ཐབ་ཚང་གཙང་མ་ཞི་དྲག་ཆགས་པ་རེད།  
 དབྱངས་ཅན་དང་ཆེ་རིང་གིས་གྲོད་ཁོག་སྟོགས་ཀྱི་འདུག་ཟེར།







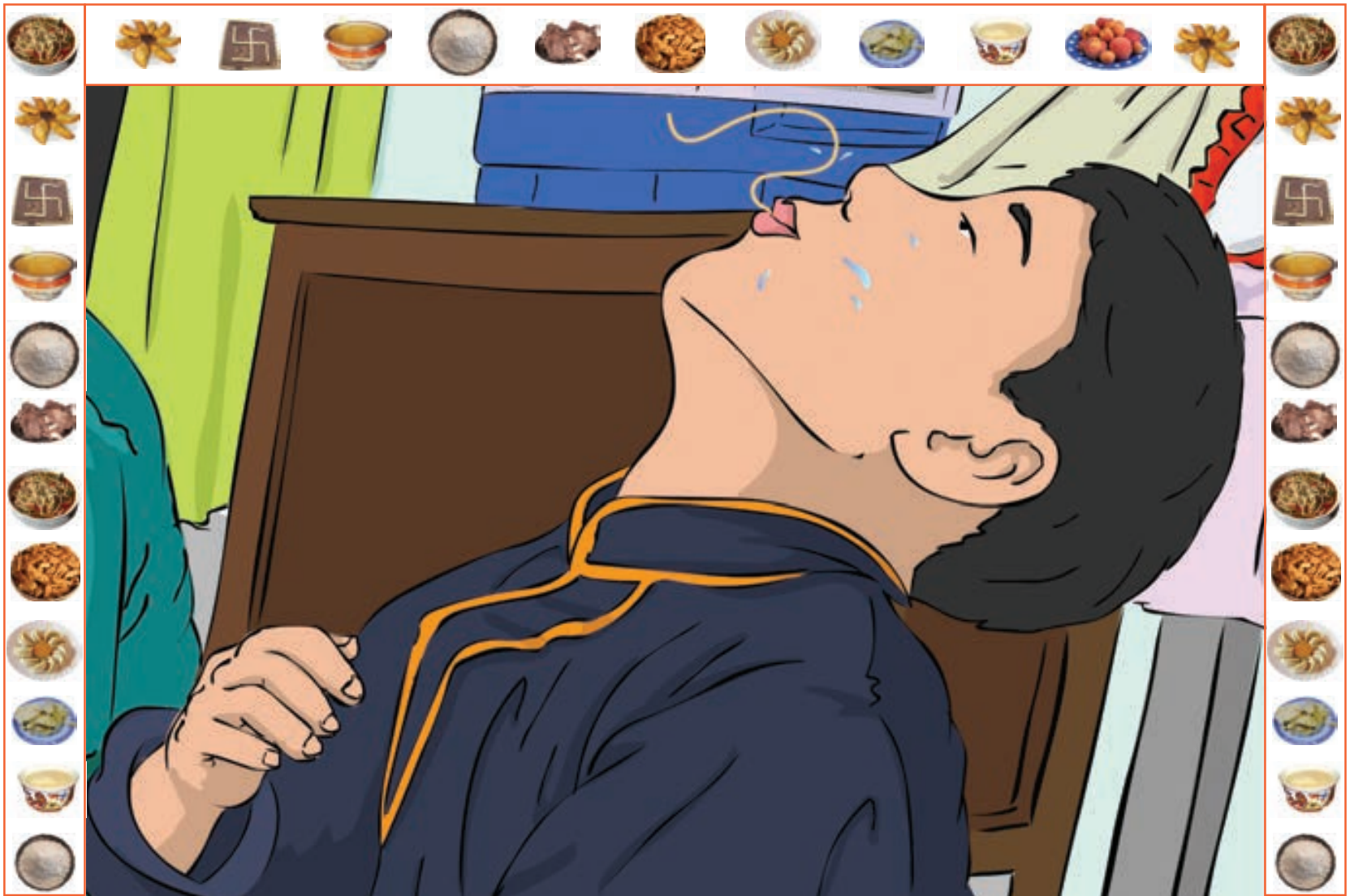
ཨ་མས་ལམ་སང་རྒྱ་བྱག་བསྐྱོལ་བ་རེད།  
 སྤྱ་གུ་གཉིས་ལ་ངི་མ་ཞིམ་པོ་ཁ་བ་རེད།



ཁྱུ་མུག་ནར་ནར་རིང་པོ་ཡོད་པ་རེད།

དབྱངས་ཅན་གྱིས་མུག་པ་རྒྱབ་བརྒྱབ་ནས་འཁྱུངས་པ་རེད།









དབྱངས་ཅན་དང་ཆེ་རིང་གིས་ཁྱ་སེམ་མེར་ཐུག་པ་འཐུངས།  
ཨ་ཡས་ཁོ་གཉིས་ལ་བཞུས་ནས་བསྐྱད་ཡོད།





དབྱངས་ཅན་གྱིས་རྒྱ་ཐུག་ཏོག་ཙམ་ཨ་ཡ་ལ་སྤྲད་པ་རེད།  
 ཞི་མི་ཨ་ཡ་དགའ་པོ་བྱུང་བ་རེད།



དབྱངས་ཅན་གྱིས་རྒྱ་ཐུག་ནང་ཅོང་མང་པོ་མཐོང་བ་རེད།  
མོས་དོ་སྣང་བྱས་ནས་བལྟས་པ་རེད།







དབྱངས་ཅན་གྱིས་ཙོང་དང་ཁོ་མ་ཁོ་ཟུར་ལ་བཏོན་པ་རེད།  
 ཨ་ཡས་དེ་ཆོ་བལྟགས་པ་རེད།



དབྱངས་ཅན་དང་ཆེ་རིང་གིས་སྤྱག་པ་ཕོར་པ་དོ་འཕྱངས་པ་རེད།  
ཁོ་ཆོས་མཁྱོགས་པོ་འཕྱངས་ཆར་བ་རེད།







ཁོ་ཆོ་གྲོད་ཁོག་བད་དེ་རྒྱགས་པ་རེད།

མཐའ་མ་དབྱངས་ཅན་དང་ཆོ་རིང་ཨ་ཡ་གསུམ་ག་གཉིད་ཤོར་བ་རེད།



## དགེ་ཚུན་རྒྱལ་པར་རི་རྒྱལ།

- ※ སོན་ཅ་གྱིས་པའི་དེབ་ཐེང་འདི་ཉིད་བསྐྱབ་གཞི་ཅ་འཛིན་གྱི་དགོངས་དོན་ལྟར་གཏན་ལ་པབ་པའི་སློབ་དེབ་མིན།
- ※ སྤྱིར་གྱིས་པའི་འབྲི་སློག་ཡར་རྒྱས་དང་། གྱེ་བྲག་ཏུ་གང་སློག་པ་དེའི་གོ་དོན་གསལ་པོ་རྟོགས་ནས་སློག་པའི་རྒྱས་པ་གོང་མཐོར་སྤེལ་རྒྱར་གཞིགས་འདེགས་གྱི་རྒྱ་ཆ་ཞིག་ཡིན།
- ※ དེབ་འདི་དག་འཛིན་ཁང་ནང་དུ་སློབ་སྦྱོལ་ཆོར་དུས་ཆོད་དང་འདུན་པ་ནམ་ཡོད་གྱི་སྐབས་སུ་རང་མོས་ལྟར་ལེན་པ་དང་ལྟ་སློག་གྱེད་སྦྱོར་སར་འབྲེལ་ས་འཛིག་གྱེད་དགོས།
- ※ དེམ་པ་དང་པོ་ནས་འགོ་འཛུགས་གྱིས་གཉིས་པ་དང་། གཉིས་པ་ནས་གསུམ་པ། གསུམ་པ་ནས་བཞི་པ་བར་ཐེམ་སྐྱས་དེམ་འཛིགས་གྱི་ཚུལ་དུ་བསྐྱུག་རྒྱུའི་ཆེད་དམིགས་པ་ཡིན་རུང་། སྤུ་གྱུ་རང་ངོས་ནས་གང་ལྟ་འདོད་དང་སློག་འདོད་གྱེད་པ་དེར་རམ་འདེགས་གྱེད་པ་ལས་གོ་དེམ་ལྟར་སློག་རྒྱ་གལ་ཆེ་བ་མ་ཡིན།
- ※ འཛིན་གྲུའི་དུས་ཆོད་རེའུ་མིག་བཀོད་སྤྲིག་སྐབས། དེབ་ཐེང་འདི་སློག་རྒྱུའི་དུས་ཆོད་འདང་ངེས་འཛིག་དགོས།
- ※ མདོར་ན། དོན་གྱེད་རྒྱས་པ་དངོས་པོའི་མཆོད་ཉིད་ཡིན་པ་ལྟར། དཔེ་དེབ་འདི་དག་སྤུ་གྱུའི་འདོད་མོས་བཞིན་བེད་སྤྱོད་བཏང་ནས་རྩིང་རྒྱལ་དང་རལ་ཐོར་དུ་གྱུར་ན་ལེགས་གསོལ་ཐོབ་རྒྱུ་ལས། ལོ་མང་པོའི་རྗེས་སུ་འང་དེབ་རེ་རེ་བཞིན་གྲ་མ་ཉམས་གྲུ་མ་ཞིག་པར་ཤེལ་ཁ་ཅན་གྱི་བང་ཁྱིའི་ནང་ལྟ་སྤྱོད་སྤྱིག་གཞིམ་བྱས་ཏེ་འཛིག་མི་རུང་བ་སློབ་ངེས་དགོས་གལ་བཅས།



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

- ※ དེབ་ཕྱེང་འདི་བསྐྲགས་མེས། བྱིས་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་འབད་བཙོན་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷོག་ཅལ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བྱུང།
- ※ བྱིས་པ་དང་དེབ་ཀྱི་འབྲེལ་བ་རྩེ་ཐབ་ཏུ་བཏང་སྟེ། དཔེ་དེབ་ལྷོག་རྒྱའི་གོམ་གཤིས་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་སྤྱ་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་ནི་བྱིས་ལྷོག་རྒྱུར་སྤྱལ་མ་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན།
- ※ རིམ་བ་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ཙམ་མ་ཟད། རིམ་བ་མེས་མ་རྣམས་སྤྱང་ཆེག་དང་བརྗོད་དོན་མང་པོ་བསྐྱར་སྒྲིམ་ཡང་སྒྲིམ་བྱས་པར་པན་ཐོགས་ངེས་ཅན་ཞིག་ཡོད། དགེ་ཆན་དང་པ་མ་སོགས་ཀྱི་རོགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱ་གཉིས་ཐོག་མར་ཤེས་པའི་ཆེག་དེ་སྤྱར་ཡང་མཐོང་མ་ཐག ཆེག་དེ་ལྷོག་ཐུབ་པ་དང་དེའི་དོན་གོ་ཐུབ་པའི་དགའ་ཆོར་དང་སྟོབས་པ་སྟོད་བྱུང།
- ※ འོན་ཀྱང་བྱིས་པས་བསྐྲགས་ཐེན་པའི་ཉིན་དེ་ནས་དེབ་ཕྱེང་འདིའི་དགོས་དོན་དང་བེད་སྤྱོད་རྫོགས་པ་ལྟར་མ་ཡིན་པར། བྱིས་པས་སྤྱང་ཡོད་པ་དང་འབྲི་བ། དཔེ་རིས་ནང་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་གཞན་དོ་སྟོད་པ། རི་མོ་བ་ལྷ་རྒྱ་སོགས་བྱེད་སྟོལ་པོར་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བྱུང་བ་བྱ་རྒྱ་གལ་ཆེ་བས། སྟོབ་གྲ་སོ་སོའི་འགན་འཛིན་དང་འབྲེལ་ཡོད་དགེ་ཆན་ཆོས་ཐུགས་ངེས་ཡོང་བ་འཆཛ།



