



# སྐྱ་ཁེ་མ་ཡི་གཞས།

✎ Ursula Nafula

✎ Peris Wachuka

📖 འདབ་བྱུག Dabtruk, ཕྱེད་རིག་ཞེད་ Patrick Dowd, རྒྱ་ཚང་བསོད་ནམས་རིན་ཆེན། Chusang Sonam Rinchen

💬 Tibetan

📊 Level 3





སྤྲུལ་མ་ནི་ཁོ་རང་གི་པ་མ་གཉིས་དང་། ལོ་བཞི་ལ་སོན་པའི་ཅུ་མེའི་མཉམ་དུ་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་ཚོ་མི་ཚང་ཕུག་  
པོ་ཞིག་གི་ས་ཐོག་ན་སྤོང་གྱི་ཡོད་ལ། ཁོང་ཚང་གི་སྤྱི་ལ་བྱ་རྒྱུ་ཆུང་ཆུང་དེ་ནི་ཤིང་སྤོང་བཟང་ཕྱེད་ཞིག་གི་མཐའ་རུ་  
ཡོད་པ་རེད།



སྤྲུལ་མ་ལོ་གསུམ་ཡིན་དུས་ཁོ་རང་ན་ནས་མིག་ལོང་བར་གྱུར་པ་རེད། ཡིན་ནའང་། སྤྲུལ་མ་ནི་བྱ་འཇོན་ཐང་  
ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་རེད།



སྤྱི་མཐུན་ལོ་རྒྱུས་ལ་སོན་པའི་བྱ་གཞན་པ་དག་གིས་སྦྱབ་མི་ཐུབ་པ་ནམས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན། ཁོ་རང་  
གྲོང་གསེབ་དེའི་མི་ཁག་པ་ཚོའི་མཉམ་དུ་བསྐྱད་དེ་དོན་དག་གལ་ཆེན་པོའི་རིགས་ལ་གྲོས་མོལ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་  
ཡོད་པ་རེད།



སྤྲུལ་མ་ཡི་ཕ་མ་གཉིས་ཀྱིས་མི་ཚང་ཕྱག་པོ་དེ་ཚང་དུ་ལས་ཀ་ལས་ཀྱིན་ཡོད་ལ། ཁོང་གཉིས་ནངས་སྤྲུལ་མ་  
ལས་ཀར་བྱིན་ཏེ། དགོང་མོ་འཕྱི་བོ་མ་གཏོགས་བྱིར་ནང་ལ་འབྱོར་གྱི་མེད། དེར་བརྟེན་སྤྲུལ་མ་ནི་ཁོ་རང་གི་ལུ་  
མོ་ཚུང་ཚུང་དེའི་མཉམ་དུ་སྤོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད།



སྤྲུལ་མ་ནི་གཞས་གཏོང་བར་དགའ་མཁན་ཞིག་ཡིན་ལ། ཉིན་ཞིག་ཁོ་རང་གི་ཨ་མས་ཁོ་ལ། “སྤྲུལ་མ། བྱིས་གཞས་འདི་དག་གང་ནས་སྐྱུངས་པ་ཡིན།” ཞེས་དྲིས་པ་རེད།



སྒྲུབ་མ་ཡིས། “ཨ་མ་ལགས། འདི་དག་རང་བཞིན་གྱིས་ཤེས་པ་ཡིན། ངས་གཞས་དེ་དག་ང་རང་གི་སྒྲུབ་པའི་  
ནང་ནས་ཐོས་ཀྱི་འདུག དེ་བས་ངས་སྒྲུབ་པ་ཡིན།” ཅེས་བཤད་པ་རེད།



སྤྲུལ་མ་ཡིས་ཁོ་རང་གི་བྱ་མོ་རྒྱུ་རྒྱུ་དེ་ལ་གཞས་གཏོང་རྒྱུ་དགའ་བོ་ཡོད་ལ། ལྷག་པར་དུ་མོ་རང་གོད་ཁོག་  
 ལྷོག་གི་ཡོད་དུས་གཞས་གཏོང་གི་ཡོད། ཁོ་རང་གི་བྱ་མོས་སྤྲུལ་མ་ཡི་གཞས་ཡག་ཤོས་དག་ལ་ཉན་རྒྱུ་དགའ་  
 བོ་ཡོད་ལ། ཁོ་རང་གིས་གཞས་གཏོང་སྐབས། མོས་གཞས་གདངས་དང་མཉམ་དུ་ལུས་པོ་ལྷེམ་ལྷེམ་གྱིས་ཉན་གྱི་  
 ཡོད།





“ཁྱེད་ཀྱིས་གཞས་དེ་ཡང་བསྐྱར་མགོ་ནས་སྒངས་ན་འགྲིག་གི་རེད་དམ།” ཁོའི་ཁུ་མོས་དེ་ལྟར་ཁྱ་བ་འཐེན་ལ།  
སྒྲ་ཁེ་མ་ཡིས་ཁུ་མོའི་རེ་བ་ལྟར་དུ་གཞས་དེ་དག་ཡང་དང་བསྐྱར་དུ་ལེན་གྱི་ཡོད།



མཚན་གཅིག་ལ། ཁོང་གི་ཕ་མ་གཉིས་ལས་ཀ་ནས་ཕྱིར་ལོག་ཡོང་དུས་སྐད་ཆ་ཞེ་དྲག་མེད་པར་བསྐད་པ་རེད།  
སྤྱི་ཁྱེ་མ་ཡིས་དེ་མ་ཐག་དོན་དག་ཅིག་འགྲིག་མེད་པ་ཚོར་ཞིང་།



“ཨ་མ་ལགས། ཕྲ་ལགས། དོན་དག་མ་ལགྲིག་པ་ག་རེ་བྱང་སོང་།” ཞེས་དྲིས། སྤྱི་ཁོ་མ་ཡིས་མི་ཚང་ཕུག་པོ་དེའི་  
བུ་བོར་བརྒྱག་ལ་ཕྱིན་པ་དང་བྱིས་བདག་དེ་སྤྱག་བསྐྱེད་གི་ནང་དུ་སྤྱག་ཡོད་པ་ཤེས་པ་རེད།



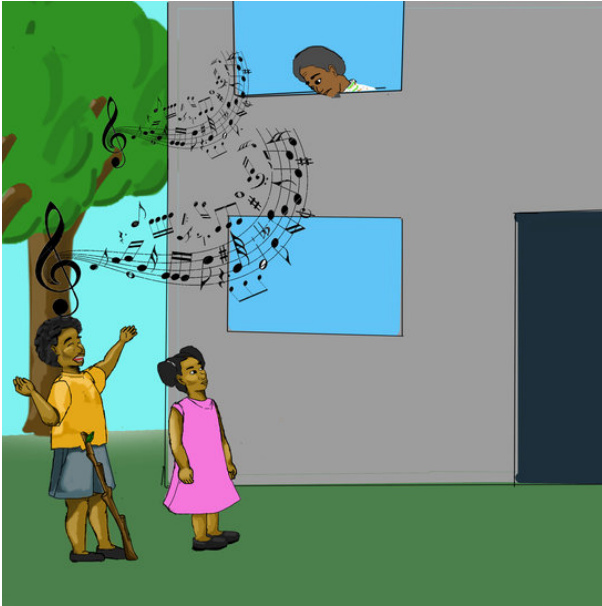
“ངས་ཁོང་ལ་གཞས་གཏོང་ཆོག་གཅིག་བྱས་ན་ཁོང་སྐྱིད་པོ་ཡོང་སྲིད་གི་རེད།” སྤྲེའུ་མ་ཡིས་དེ་ལྟར་ཁོང་གི་ཕ་  
མ་གཉིས་ལ་བཤད། ཡིན་ནའང་ཁོང་གི་ཕ་མ་གཉིས་ཀྱིས་ཉན་འཇོག་མ་བྱས་པ་རེད། “ཁོང་ཏུ་ཅང་ལྷག་པོ་རེད།  
ཁྱོད་རང་ནི་བྱ་རྒྱུ་ལོང་བ་ཞིག་རེད། ཁྱོད་ཀྱིས་བསམ་ན་ཁྱོད་ཀྱི་གཞས་དེ་དག་གིས་ཁོང་སྐྱིད་པོ་ཡོང་བ་བཟོ་  
བྱ་བ་ཀྱི་རེད་དམ།”



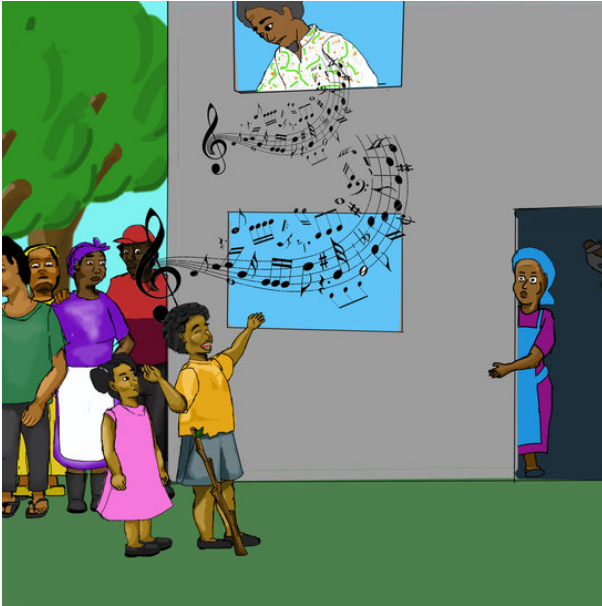
ཡིན་ནའང་། སྤྲ་ཁེ་མ་ཡིས་ཁོ་རང་གི་རེ་བ་མཚམས་འཇོག་བྱས་ཡོད་པ་མ་རེད། ཁོ་རང་གི་ཁུ་མོ་ཆུང་ཆུང་དེས་  
 ཁོ་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱས་པ་རེད། ཁུ་མོས་པ་མ་གཉིས་ལ། “སྤྲ་ཁེ་མ་ཡི་གཞས་དེ་ཚོས་ང་རང་གྲོད་ཁོག་ལྟོག་དུས་  
 སེམས་གསོ་གནང་ཐུབ་ཀྱི་འདུག་ ཁོང་གི་གཞས་ཀྱིས་ཕྱག་པོ་དེ་ལའང་སེམས་གསོ་བྱེད་ཐུབ་སྟེད་པ་རེད།” ཅེས་  
 བཤད།



ཉིན་རྗེས་མ་དེར། སྤྲ་ཁེ་མ་ཡིས་ཁོ་རང་གི་ཁུ་མོ་ཚུང་ཚུང་དེ་ལ་ཁོ་རང་མི་ཚང་ཕུག་པོ་དེ་ཚང་ལ་འབྲིད་རོགས་  
ཞེས་བཤད་པ་རེད།



ཁོ་རང་མི་ཚང་དེའི་ཁང་བའི་སྒེའུ་ཁུང་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་གཤམ་ལ་ལངས་བསྐྱད་དེ། གཞས་སྒྲན་ཤོས་ཤིག་སྒྲངས་  
པ་རེད། དུན་རིང་མ་འགོར་བར་མི་ཕུག་པོ་དེའི་མགོ་སྒེའུ་ཁུང་ནང་ནས་ག་ལེར་ཕྱི་ལ་བཏོན་ནས་ཉན་པ་རེད།



བྱིས་ཚང་དེར་ལས་ཀ་ལས་བཞིན་པའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ལས་མཚམས་བཞག་ཅིང་། སྤྱི་ཁོ་མ་ཡི་གཞས་ལ་ཉན་པ་  
 རེད། ཁོང་ཚོའི་ནང་གི་མི་གཅིག་གིས། “མི་སྤྱི་གཅིག་གིས་ཀྱང་དཔོན་པོ་ཁོང་ལ་སེམས་གསོ་གནང་བྱུང་གི་ཡོད་  
 པ་མ་རེད། བྱ་རྒྱུ་ལོང་བ་འདི་ཡི་སེམས་ལ་ཁོ་རང་གིས་སེམས་གསོ་བྱེད་བྱུང་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནམ།” ཞེས་  
 བཤད་པ་རེད།





སྤྲེལ་མ་ཡིས་གཞས་བཏང་ཚར་རྗེས་ཕྱིར་ནང་ལ་ལོག་ཅིས་བྱས་པ་རེད། སྐབས་དེར་མི་ཕྱག་པོ་དེ་ཕྱི་ལ་རྒྱག་  
ཡོང་ནས། “སྐྱུ་མཁུའོ། ད་དུང་གཞས་ཤིག་གཏོང་རོགས།” ཞེས་བཤད་པ་རེད།



སྐབས་མཚམས་ཏག་ཏག་དེར་མི་གཉིས་ཀྱིས་འགྲོགས་ཁྱིམ་གྱི་ཞིག་གི་སྒྲིང་ལ་མི་ཞིག་བཞག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་ལ།  
རྗེས་ལ་ཤེས་དུས། མི་དེ་གཉིས་ཀྱིས་ཕྱག་པོའི་བུ་ལ་མི་གཞན་པས་ཉེས་རྒྱུ་བཏང་སྟེ་ལམ་གྱི་ཟུར་ལ་གཡུག་  
བཞག་པ་རྟེན་ནས་བྱིར་ཡོང་བ་རེད།



མི་ཕྱག་པོ་དེ་ནི་ཁོ་རང་གི་བྱ་ལ་བསྐྱར་དུ་ཐུག་པར་དགའ་སློ་ཆེན་པོ་སྐྱེས་ཤིང་། སྤྱི་ཁོ་མ་ལ་སེམས་གསོའི་  
གཞས་ལྷངས་པར་རྒྱ་པ་སྤྲད་པ་མ་ཟད། ཁོང་གིས་རང་གི་བྱ་དང་སྤྱི་ཁོ་མ་གཉིས་སྤྲོ་ཁང་དུ་བྲིད་ཅིང་། དུས་དེ་  
ནས་བརྒྱུད་སྤྱི་ཁོ་མ་ཡི་མིག་དྲག་སྐྱེད་བྱུང་སྟེ་སྤྲོ་ཡང་མཐོང་ཐུབ་པར་གྱུར་པ་རེད།



# Storybooks Himalaya

[global-asp.github.io/storybooks-himalaya](https://global-asp.github.io/storybooks-himalaya)

སྐྱོ་ཁོ་མ་ཡི་གཞས།

Written by: Ursula Nafula

Illustrated by: Peris Wachuka

Translated by: འདབ་བྱུག་ Dabtruk, ལྷ་རྩེ་གློ་ཁྱེད་ Patrick Dowd, རྩ་ཚང་བསོད་ནམས་རིན་ཆེན་ Chusang Sonam Rinchen

This story originates from the African Storybook ([africanstorybook.org](https://africanstorybook.org)) and is brought to you by [Storybooks Himalaya](#) in an effort to provide children's stories in Himalaya's many languages.



This work is licensed under a Creative Commons  
[Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).