



བྱིས་པ་བོད་ལྗུག

✎ Lindiwe Matshikiza

✎ Meghan Judge

✎ འདབ་བྱུག Dabtruk, ཡུའ་རིག་ལྗོངས་ Patrick Dowd, ལུ་ཚང་བསོད་ནམས་རིན་ཆེན།
Chusang Sonam Rinchen

|| 3

💬 བོད་སྐད་



ཐག་རིང་པོ་ན་གཟུགས་བརྟན་ཁྱད་མཚར་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་ལ། དེ་དང་པོ་
མཐོང་མཁན་ནི་སུ་མོ་ཚུང་ཚུང་ཞིག་རེད།



གཟུགས་བརྟན་དེ་ཐག་ཉེ་བོར་བསྐྱབས་པ་དང་། ལུ་མོ་རྒྱང་རྒྱང་དེས་གཟུགས་
བརྟན་དེ་ནི་ཁོག་ལ་ཕྱུ་གུ་ཁྱུར་བའི་ལུད་མེད་ཅིག་ཡིན་པ་ཤེས་པ་རེད།



བྱ་མོ་རྒྱུང་རྒྱུང་དེ་རྒྱུང་ཙམ་ངོ་གཞོངས་པ་རེད། ཡིན་ནའང་། མོས་སློ་ཁོག་ཆེན་
པོའི་ངང་ནས་བྱུང་མེད་དེའི་འབྲིས་ལ་ཕྱིན་པ་རེད། སྐབས་དེར་མོའི་གྲོགས་པོ་
ཚོས། “བྱུང་མེད་འདི་ང་ཚོའི་མཉམ་དུ་འབྲིད་དགོས། ང་ཚོས་ཨ་མ་དང་ཕུ་གུ་
གཉིས་ཀར་རོགས་པ་བྱེད་དགོས།” ཅེས་ཐག་བཅད་པ་རེད།



ཡུན་རིང་པོ་མ་ཕྱིན་པར་ཨ་མའི་ཁོག་ནས་ལུ་གུ་དེ་སྐྱེས་མགོ་བརྩམས་སྐབས་
ཁོང་ཚོས། “བྱགས་རྒྱུ་བས།” “ཉལ་ཆས་ཁྱིམ་ཤོག” “རྩ་གང་ན་ཡོད།” “བྱགས་
རྒྱུ་བས།” ཅེས་སྐད་བརྒྱབ།



ཕུ་གུ་དེ་སྐྱེས་མ་ཐག་ མི་ཚང་མ་ཏེ་ལས་ནས། གནམ་ལ་མཚོང་བཞིན་ཕྱི་རུར་
བྱེད་ཞོར། “བོང་ཕུག་ཅིག་ཨེ་” ཅེས་བཤད།



མི་ཚང་མས་ཚོད་པ་བྱེད་རྒྱུ་མགོ་བཙུགས། སྐབས་དེར་མི་འགའ་གས་ཀྱིས་
བཤད་རྒྱུར། “ང་ཚོས་བྱུང་མེད་དེ་དང་ཕྱུ་གུ་གཉིས་ཀར་རོགས་པ་བྱེད་དགོས་
ཅེས་བཤད་པ་རེད། ད་ནི་ང་ཚོས་རོགས་པ་ག་རེ་བྱེད་དགོས་པ་འདི་རེད།” ཅེས་
དང་། ཡང་མི་ཁ་ཤས་ཀྱིས། “ཡིན་ནའང་། ཁོང་གཉིས་ཀས་ང་ཚོར་བཀྲ་མ་ཤིས་
པ་སྤྱིར་ཡོང་གི་རེད།” ཅེས་བཤད།



དེ་ནས་བྱུང་མེད་དེར་རོགས་པ་བྱེད་མཁན་མེད་པར་གཅིག་པོར་ལྷག་པ་དང་།
མོས་རང་གི་ཕུ་གུ་བྱུང་མཚར་པོ་འདི་ལ་ཅི་ཞིག་བྱེད་དགོས་ན་བསམ་པ་དང་།
ད་ནི་ག་རེ་བྱེད་དགོས་པ་ཡང་མ་ཤེས་པ་རེད།



མཐའ་མ་དེར། མོའི་སེམས་ལ་སྐུ་གུ་དེ་ཡག་པོ་ཡོད་ན་འདྲ། མེད་ན་འདྲ། མོ་
རང་གི་སྐུ་གུ་ནི་རེད། མོ་རང་སྐུ་གུ་དེའི་ཨ་མ་ངོ་མ་ཡིན་པ་ངོས་ལེན་བྱས་པ་
རེད།



ད་ནི་བོང་ཕྱག་དེར་འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་མ་སོང་བར། འདི་ལྟར་རྒྱང་རྒྱང་བྱས་
བསྐྱད་པ་ཡིན་ན་གཅིག་བྱས་ན་སློབ་ཡོད་ཀྱི་མ་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་། བོང་ཕྱག་
དེ་ཆེན་ས་ཆེ་སྟེ་སོང་སྟེ་མཐའ་མར་ཨ་མ་དེའི་རྒྱབ་ལ་འཁྱུར་ས་མི་འགོ་བར་
ཆགས་པ་རེད། ཁོ་རང་གིས་ཐབས་ཤེས་ག་རེ་འཐེན་པ་ཡིན་ནའང་། ཁོ་རང་མི་
དང་གཅིག་པ་གཅིག་རྒྱང་ཞིག་ཆགས་མ་ཐུབ། ཁོ་རང་གི་ཨ་མ་དེ་ནམ་རྒྱུན་
ཐང་ཆད་ནས་སྟུན་པོ་ཡོང་གི་ཡོད་ལ། མཚམས་རེར་མོས་བོང་ཕྱག་དེ་ལ་བོང་
བྱ་གཞན་པ་དེ་ཚོས་ལས་ཀ་ག་རེ་ལས་པ་དེ་ལས་བརྒྱག་པ་རེད།



བོང་ཕུག་དེས་ག་རེ་བྱེད་དགོས་མ་གཤམ། ཁོ་རང་ཁོང་ཁྱོ་ལངས་པ་རེད། ཁོས་
འདི་བྱེད་མ་ཐུབ། དེའང་བྱེད་མ་ཐུབ། ཁོ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཆགས་མ་ཐུབ། གཞན་
པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཀྱང་ཆགས་མ་ཐུབ། ཁོ་རང་ཅད་དེ་ཁོང་ཁྱོ་ལངས་ཏེ། ཉི་མ་
གཅིག་ལ་ཁོས་སོ་སོའི་ཨ་མ་ལ་དོག་རྒྱག་གཞུས་ནས་སར་རྫོག་པ་རེད།



ལ་མར་དོག་རྒྱག་གཞུག་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ བོང་ཕྱུག་དོ་ཚ་ནས་ཁོ་རང་ཕྱོག་སའི་ས་ཆ་
ཐག་རིང་ཞིག་ལ་བྱོས་སོང་བ་རེད།



ཁོ་རང་བྲོས་བྲོས་ནས་ངལ་གསོ་བྱེད་སྐབས། དགོང་མོ་ནག་ཁུང་ཆགས་བསྐྱད་
ཡོད་ལ། བོང་ལྷུག་དེས་ད་ནི་གང་ལ་འགྲོ་དགོས་པ་མ་ཤེས་པ་རེད། “བོང་……
བོང་……” ཁོ་རང་གིས་ཐུན་ནག་ནང་ལ་སྐད་ཆེན་པོ་མ་བརྒྱབ་པར་མིག་ཚུ་
བཏོན་པ་རེད། “བོང་བོང་……” ནག་ཁུང་ནང་ནས་ཁོ་རང་གི་སྐད་ཕྱིར་བྲོས་ཡོང་
བ་རེད། ད་ནི་ཁོ་རང་གཅིག་པོ་ལྷག་པ་རེད། ཁོ་རང་རིལ་རིལ་འདྲ་ཞིག་བྱས་
ནས་གཉིད་ཁུག་གཉིད་ཁུག་སྡོད་སྐབས་མི་ལམ་ཞེད་སྤང་ཚ་བོ་མིས་པ་རེད།



བོད་ལྷན་དེ་གཉིད་སད་དུས་མི་ཆ་མེད་ཅིག་ཁོ་རང་གི་འགྲམ་ན་ལངས་ཏེ། ཁོ་
ལ་བཟླས་བསྟན་ཡོད་ལ། ཁོ་རང་གིས་སྤྱིར་གན་པོ་དེའི་མིག་གི་ནང་ལ་ལྟ་
སྐབས་སློབ་དེ་བོ་དང་ཏོག་ཙམ་སྦྱིད་པོ་འདྲ་ཞིག་ཚོར་པ་རེད།



བོད་ལྷུག་དེ་ཅན་པོ་དེའི་མཉམ་དུ་བསྐྱད་ཅིང་། ཅན་པོ་དེས་ཁོ་རང་ལ་མི་ཚོ་
སྐྱེལ་སྤངས་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་འདྲ་མི་འདྲ་བསྐྱབས་ལ། བོད་ལྷུག་གིས་ཁར་ཉན་པོ་
བྱས་ནས་སློབ་སློང་བྱས་པ་རེད། ཅན་པོ་དེས་ཀྱང་བོད་ལྷུག་གི་འགྲམ་ནས་ག་
རེ་ཡིན་ནའང་སྐྱངས་པ་རེད། ཁོ་རང་གཉིས་ཀྱིས་ཕན་ཚུན་ལ་རོགས་པ་ཡག་
པོ་བྱས་ཤིང་མཉམ་དུ་གད་མོ་བགད་པ་རེད།



ཞོགས་པ་ཞིག་ལ་གན་པོ་དེས་བོང་ཕྱག་ལ། ཁོ་རང་རི་བོ་མཐོན་པོ་ཞིག་ཡོད་
པ་དེའི་ཚེ་བར་དུ་ལམ་རྒྱུ་རོགས་ཞེས་ལབ་པ་རེད།



རི་བོ་མཐོན་པོ་དེའི་ཚེ་མོ་དགུང་ལ་ཟུག་བསྐྱད་ཡོད་ལ། ཁོ་རང་གཉིས་ཡར་རི་
ཚེར་བསྐྱབས་རྗེས་སྤྱོན་པའི་ནང་ནས་གཉིད་ལ་ཤོར་བ་རེད། བོང་ཕྱུག་གི་མི་
ལམ་ནང་ལ་ཁོའི་ཨ་མ་ན་ནས་ཁོ་རང་སྐད་གཏོང་གི་ཡོད་པ་གོ་བ་དང་། ཁོ་
གཉིད་སད་དུས་.....



ལྷོན་པ་དེ་དང་ཁོའི་བྲོགས་པོ་གན་པོ་གཉིས་ཀ་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་གྱུར་བ་
རྟེན།



མཐའ་མ་དེར་བོང་ཕྱག་གིས་ཁོ་རང་གིས་ག་རེ་བྱེད་དགོས་པ་ཤེས་པ་རེད།



བོད་ལྷུག་གིས་ཁོ་རང་གི་ཨ་མ་བཙུན་ལ་སྐྱབས། ཨ་མ་གཅིག་པོ་ཁེར་རྒྱུ་ལ་
སྡོད་ཅིང་། མོ་རང་གི་སྐུ་གུ་བརྒྱུ་སོང་བ་དེར་སེམས་སྐྱུག་བྱས་ནས་བསྐྱོད་
ཡོད་པ་མཐོང་། བོད་ལྷུག་དང་ཁོ་རང་གི་ཨ་མ་གཉིས་ཀས་ཕན་ཚུན་ལ་བལྟས་
ནས་ལྷན་རིང་པོར་བསྐྱོད་པ་དང་། དེ་ནས་ཁོང་གཉིས་འཐམ་པ་རེད།



དེ་ནས་བཟུང་བོད་ལྷན་ཁྱུང་ཁྱུང་དེ་ཁོ་རང་གི་ཨ་མའི་མཉམ་དུ་ཆེན་པོ་
ཆགས་ཤིང་། ཁོང་གཉིས་ཀས་ཕན་ཚུན་ལ་རྒྱས་ལོན་ལེགས་པོ་བྱེད་བཞིན་
འཚོ་བ་སྦྱིད་པོ་ཞིག་རོལ་བ་རེད། ག་ལེར་བྱས་ནས་ཁོ་གཉིས་ཀའི་མཐའ་
ལའོར་དེ་ལ་བྱིམ་ཚང་གཞན་པ་མང་པོ་གཞིས་ཆགས་ཏེ། སྐད་ཆ་བཤད་
རོགས་དང་རྩེད་མོ་རྩེས་རོགས་ཡང་མང་པོ་ཡོད་ནས་འཚོ་བ་སྦྱིད་པོ་ཆགས་པ་
རེད།




Global Storybooks

globalstorybooks.net

བྱིས་པ་བོད་ཕྱུག

 Lindiwe Matshikiza

 Meghan Judge

 འདབ་བྱུག Dabtruk, སྤེན་རིག་ཞེན་ Patrick Dowd, རྒྱ་ཚང་བསོད་ནམས་རིན་ཆེན། Chusang Sonam Rinchen

