

བྱ་ཕོ་དང་བྱ་སྐྱུག

Copyright © 2010

ISBN: 978-81-87859-72-7

Story by: Samling Tsering Lhamo

Edited by: Sangye Tandar Naga

Layout & designed by: Lobsang Gonpo

Illustration by : Tenzin Sherab (Class IV) &

Pema Tsetan (Class VI)

of Mewoen Tsuglag Petoen School

Published by:

Sambhota Tibetan Schools Society,

Session Road, Dharamsala -176215

Distt: Kangra (H.P.), INDIA

Phone: 01892-228877 / 226877

Email: stsa1999@yahoo.co.in

www.sambhota.org



མ་མོ་དང་ལྷན་ལྷན་།

༄། གནའ་སྡེ་མོ་ཞིག་ལ་མ་མོ་ཞིག་གིས་ཁོའི་གྲོགས་པོ་ལྷན་
ལྷན་ལ་བསྟན་གྱིག་སྤོང་དགོས་སྟེ་ནས་རང་གི་གྲོགས་པོ་ཞལ་
ལག་ལ་གདན་ཞུ་བྱས། ལྷན་ལྷན་གིས་དེར་ཁས་ལེན་བྱས་པ་དང་
མ་མོ་ནི་ཁོག་འཇུག་ཤོད། ཉིན་གྲང་དེར་ལྷན་ལྷན་མ་མོའི་བྱིས་
དུ་སློབས་དུས་མ་མོས་སྡེར་མ་ཁ་གཡེར་ཞིག་གི་ནང་ཉ་ཤའི་ལྷ་
བ་སླགས་ནས་གཤམས། ལྷན་ལྷན་གིས་རང་གི་མཚུ་ཉོ་རིང་པོ་
དེས་སྡེར་མའི་ནང་གི་ཉ་ཤའི་ལྷ་བ་འཇུང་ཐབས་བྲལ། འོན་ཀྱང་
མ་མོས་ཞིམ་མདོག་ཁ་པོས་སྡེ་ལྷག་བརྒྱབས་ནས་ལྷག་པས་ལྷན་
ལྷན་གི་སེམས་དགའ་པོ་ཚྱོན་ནས་མ་གྲུང་། འོན་ཀྱང་མི་དགའ་
བའི་རྣམ་པ་དེ་ཕྱིར་མི་མདོན་པར་མ་མོར་སླགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་པ་
དང་ཕྱི་ཉིན་མ་མོ་ཡང་རང་བྱིས་དུ་ཞལ་ལག་མཚོད་པར་གདན་



ལྷ་བྱས། མ་མོ་ལྷང་ལྷང་གི་བྱིམ་དུ་སློབས་དུས་ལྷང་ལྷང་གིས་ཤ་
ལུ་ཞིམ་པོ་ཞིག་བུམ་པ་མཚུ་རིང་ཞིག་གི་ནང་དུ་གཤམས། ལྷང་
ལྷང་གི་མཚུ་ཉོ་རིང་པོ་དེས་ལྷ་ལུའི་ནང་གི་ཤ་ལྷ་དེ་ཞིམ་མདོག་
ལ་པོས་ལོངས་སྤོད་བྱས། འོན་ཀྱང་མ་མོས་རང་གི་ལ་དེ་ལྷ་ལུའི་
ནང་མ་མཐར་སྐབས་བུམ་པའི་བྱི་ལ་ལྷེ་ལྷག་རྒྱག་རྒྱ་ཅམ་ལས་
མ་བྱུང་བས་ཁོང་ཁྲོ་ཆེན་པོ་ལངས། འོན་ཀྱང་ལྷང་ལྷང་གིས་ཞི་
འཇམ་ཐོག་རང་གིས་གཞན་ལ་གང་སྤྲད་པ་ཇི་བཞིན་རང་ལའང་
ཐོབ་གྱི་རེད་ཅེས་བཤད།



བྱ་ཕོ་དང་བྱ་སྐྱེག

། །ཀའ་ལྷ་མོའི་དུས་མི་ཚང་ཞིག་ལ་བྱ་ཕོ་གཉིས་ཡོད་
པ་རེད། འོན་ཀྱང་ཁོང་གཉིས་ནི་ཕན་ཚུན་གཉིས་ཀས་གཅིག་
འོག་གཅིག་གིས་བསྐྱེ་མི་ཐུབ་པར་དབྱ་ཁ་གཏད་དུ་ལངས་ནས་
བསྐྱེ་ཡོད། ཉིན་ཞིག་ཁོང་གཉིས་འཁྲུག་འཛིང་ལངས་ཏེ་མཚུ་
ཏོ་རྒྱག་རེས་དང་སྒྲེར་ཤད་རྒྱག་རེས་བྱས། ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ད་
རེས་སུ་སློབས་ཤུགས་ཆེ་བ་ཡོད་མིན་རྒྱལ་པམ་ཐག་གཅོད་བྱེད་
འདོད་བྱུང་ནས་སུ་མཐུད་ནས་འཁྲུག་འཛིང་བྱས་པས་མཐར་
པམ་ཉེས་བྱུང་བའི་བྱ་ཕོ་དེ་ས་ཆ་ལྷག་སློག་ཅིག་ཏུ་བློས་བྱིན་
རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པའི་བྱ་ཕོ་དེ་བྱ་མོ་ཚོ་ཡོད་སའི་བྱ་ཚང་གི་ཐོག་ཁར་
བྱིན་ཏེ་སློབས་སེམས་ཆེན་པོའི་ངང་གཤོག་པ་རྩབ་རྩབ་ལན་
འགའ་བྱས། ཁོའི་སེམས་ལ་རང་ཉིད་ནི་སློབས་ཤུགས་ཆེ་ཤོས་དང་



གཞན་སྐྱེས་ཀྱང་འགྲན་ཟླ་བྱེད་ཐུབ་མཁན་མེད་སྐྱེས། འོན་ཀྱང་
 ཁོའི་སྐྱད་མེད་མཐོན་པོའི་བྱ་སྐྱད་དེ་ཉེ་འཁོར་གྱི་མཁའ་དབྱིངས་
 སུ་འཕུར་ཞིང་བྱེད་བཞིན་པའི་བྱ་སྐྱད་ཞིག་གིས་གོ་ནས་སློབ་བྱུང་
 ལ་ཐུར་དུ་སློག་ནས་འཕུར་ཡོང་སྟེ་བྱ་སོ་དེ་སྟེར་མོས་འཛིན་པ་
 དང་རང་གི་བྱ་ཚང་ཕྱོགས་སུ་འཕུར་བྱིན་ནས་ལ་ཟས་ཞིམ་པོ་
 ཞིག་ལོངས་སློབ་བྱས། ས་ཁྲུག་ཅིག་ཏུ་ཡིབ་བསྐྱད་པའི་བྱ་སོ་
 དེས་གནས་ཚུལ་དེ་ཚོ་ཚང་མ་མཐོང་སྟེ་དགའ་ཐག་ཚོད་པ་རེད་
 དེ་རྗེས་ཁོས་ས་ཁྲུག་ནས་མར་འདོན་ཏེ་བྱ་སོ་ལྷུ་དེའི་འགོ་འཛིན་
 བྱས།



གཞུང་གི་རྒྱལ་ཁབ།

། ཉིན་ཞིག་སུ་གང་ལའང་ཞེད་སྣང་མེད་མཁན་ཤ་
 སྐྱང་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་ཉིན་ཞིག་སེང་གེ་གཏུམ་པོ་ཞིག་གི་སྐྱང་
 ལ་སོ་བརྒྱབ་པར་བྱིན་པ་དང་ཁོའི་མགོའི་སྟེང་སིང་སིང་ཞེས་
 སྐྱད་བརྒྱབ་ནས་སེང་གེ་དེ་ཉ་ཅང་བསུན་སོ་བྱུང་བ་རེད། སེང་
 གེས་ངར་སྐྱད་རྒྱག་བཞིན་ཤ་སྐྱང་རྩོར་སོ་ཚྱོད་པར་རྒྱགས་ཞེས་
 བཤད། འོན་ཀྱང་ཤ་སྐྱང་ཁོས་སེང་གེ་ཆེན་པོ་ཡི་གཟུགས་པོར་
 སོ་བརྒྱབས་པ་དང་ཉ་ཅང་གི་བསུན་པོ་བཟོས་པས་མ་ཚད་ད་
 དུང་བྱེད་ཀྱི་བསམ་པར་བྱེད་སེམས་ཅན་ཆེན་པོ་ཡིན་ཅང་ང་
 བྱེད་ལ་ཞེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་བསམ་བྱུང་ངམ། ང་ནི་གཟུགས་པོ་
 རྒྱང་ཡང་སེམས་ཅན་སུ་གཅིག་ལའང་ཞེད་སྟོང་མེད། ཅེས་ཤོད་
 བཞིན་སེང་གེའི་སྐྱ་ཁྲུག་ལ་མདུང་བཙུགས། སེང་གེ་དེ་ཚོ་ཐག་



ཚོད་པ་དང་ཁོང་ཁྲོ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ལངས་ནས་རང་གི་ལྗེར་མོ་
དེ་ཐུགས་གྱིས་བཞུས་པས་རང་གི་སྣ་ལ་ན་ལུག་བཏང་བ་ལས་
གཞན་གང་ཡང་མ་བྱུང་། ཤ་སྐྱང་དེས་སྦྲ་མཐུད་དེ་སེང་གེའི་སྣ་
སྟེང་ཏུ་མདུང་བཅུགས་པས་སེང་གེའི་ངོ་གདོང་ལ་སྐྱར་ཡང་ན་
ལུག་བཏང་། དེ་རྗེས་སེང་གེ་དེས་ཤ་སྐྱང་ལ་ཕར་ཚོལ་མ་བྱས་
པར་སྣང་མེད་ཏུ་མི་བཞག་ཀ་མེད་བྱུང་བས་ཤ་སྐྱང་གི་སེམས་ལ་
ནགས་ཚལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལས་ང་རང་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་སོང་བས་མ་ནས་
དགའ་ཐག་ཚོད་པ་དང་སེམས་ཅན་ཚང་མར་གཏམ་སྟན་དེ་ཤོད་
དགོས་བསམ་ནས་འཕྱར་སྐབས། ལྗོམ་ཐག་གི་ཏྲ་བའི་ནང་ཚུད་
པས་ཡང་བའི་ཤ་སྐྱང་དེ་སེང་གེ་ལས་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་ཀྱང་ལྗོམ་ཐག་
གི་ཁ་ཟས་སུ་གྱུར་པ་རེད།

ཤ་པོ་དང་ཁོའི་རྩ་ཚི།

། །གནའ་སྲ་མོ་ཤ་པོ་ཞིག་ཁ་སྐོམ་ནས་ཚུ་འཚོལ་དུ་ཡོང་།
 ཁོས་ཚུ་རྗེད་ཞིག་མཐོང་ནས་ཚུ་རྒྱག་ཚད་ཅིག་བཏུང་ཚར་རྗེས་
 ཁོ་པའི་གཟུགས་བརྟན་དེ་ཚུའི་ནང་ནས་མཐོང་། ཁོས་རང་ཉིད་
 གྱི་རྩ་ཚི་དེ་མཐོང་དུས་ཉ་ཅང་དགའ་པོ་བྱུང་བ་དང་ཡང་རང་
 ཉིད་གྱི་མདོག་ཉེས་པའི་རྐང་པ་ཕྱ་པོ་དེ་མཐོང་དུས་སེམས་ནང་
 དགའ་པོ་གཏན་ནས་མ་བྱུང་། ཁོ་ལོག་འགྲོ་བའི་ལམ་བར་དུ་རྗོན་
 པ་ཁ་ཤས་གྱིས་ཁོ་གསོད་པར་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ཤེས། ཤ་པོ་ཞེད་
 ཐག་ཚོད་ནས་རང་གི་ཚེ་སློག་ཐར་རྒྱུའི་ཚེད་གང་མགྲོགས་བྲོས་
 ཕྱིན་པ་དང་ཚང་ཚོང་སྐྱུག་པོས་ཁེངས་པའི་ནགས་ཚལ་ཞིག་
 ཏུ་སླེབས་དུས་ཁོའི་རྩ་ཚི་དེ་གིང་སྡོང་གི་ཡལ་ག་ཞིག་ཏུ་འཁོན་
 ཁོས་ཐབས་ཤེས་གང་དྲག་བྱས་ཀྱང་རྩ་ཚི་ཕྱིར་འཐེན་མ་ཐུབ་པའི་



སྒང་དེར་རྡོ་པ་ཉེ་སར་སྐྱབས་སྐྱབས། ཤ་ལོ་དེ་རེ་ཐག་ཚོད་
བཞིན་སེམས་སྐྱོ་མདོག་ཁ་པོས་རྡོ་པ་ཚོར་ལྟ་དུས་རྡོ་པ་ཚོས་
ཁོ་ལ་སྐྱེས་ཀྱང་སྦྱིང་རྗེ་བྱེད་མཁན་མ་བྱུང་། རྡོ་པ་ཞིག་གིས་
ཁོའི་ལུས་སྦྱང་དུ་མདའ་མོ་ཞིག་པངས་པས་ཁོ་པ་ན་རྒྱག་ཆེན་པོ་
བྱུང་ཞིང་གི་ཁར་། ངའི་མདོག་ཉེས་པའི་རྐང་པ་སྤྲོ་མོ་དེས་སྐྱོག་
ཐར་ཐབས་སུ་གང་མཚོགས་བྲོས་བྱུབ་ཀྱང་ངའི་ཡིད་དུ་འོང་བའི་
རྩ་ཚོ་དེས་ངའི་ཚོ་སྐོག་གཙོད་པའི་རྒྱ་རུ་བྱིན་སོང་སྐྱེམ་ཞིང་ཚོ་
ལས་འདས་སོ།།

