

ལྷོ་མཁའ་



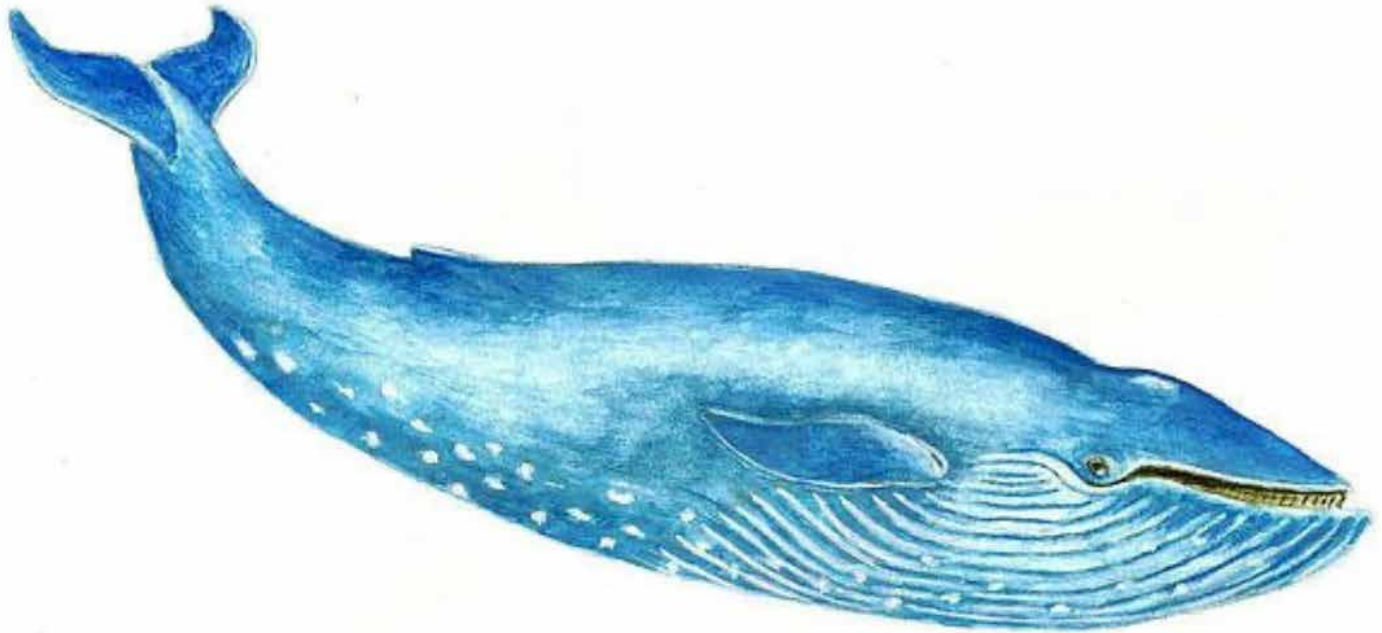
# བྱེས་པའི་དུས་དེབ་འདོན་ཐེངས་བཅུ་པ།

TALI CHILDREN'S MONTHLY MAGAZINE July 2022

ཁྲ་ལི་བོད་ཀྱི་སྐྱུ་རྩལ་དང་རྩལ་རིག་གོང་འཕེལ་ཚོགས་པས་ཀྱང་རྩལ་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བྱེས་པའི་སྐྱེ་སྲུ་རྩལ་ཅན་པའི་གངས་ཅན་བོད་པའི་ས་ཁུལ་རྣམས་ལ་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་སྐད་ཡིག་བྱེས་པའི་གཞུང་གི་ལས་གཞི་ཁག་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་བཞིན་ཡོད། ཁྲ་ལི་ཚོགས་པ་དེ་ནི་ཁེ་ལེ་གཉེར་མིན་ལ། གཞུང་འབྲེལ་མིན་པའི་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཆབ་སྲིད་དམ་ཚཱ་སྲུགས་ཀྱི་ཚོགས་པ་སུ་ཞིག་དང་འབྲེལ་བ་མེད།

The Tibetan Arts and Literature Initiative (TALI) supports projects that promote Tibetan culture and language in Tibetan areas within the People's Republic of China. TALI is a non-profit, non-governmental organization with no political or religious affiliations.

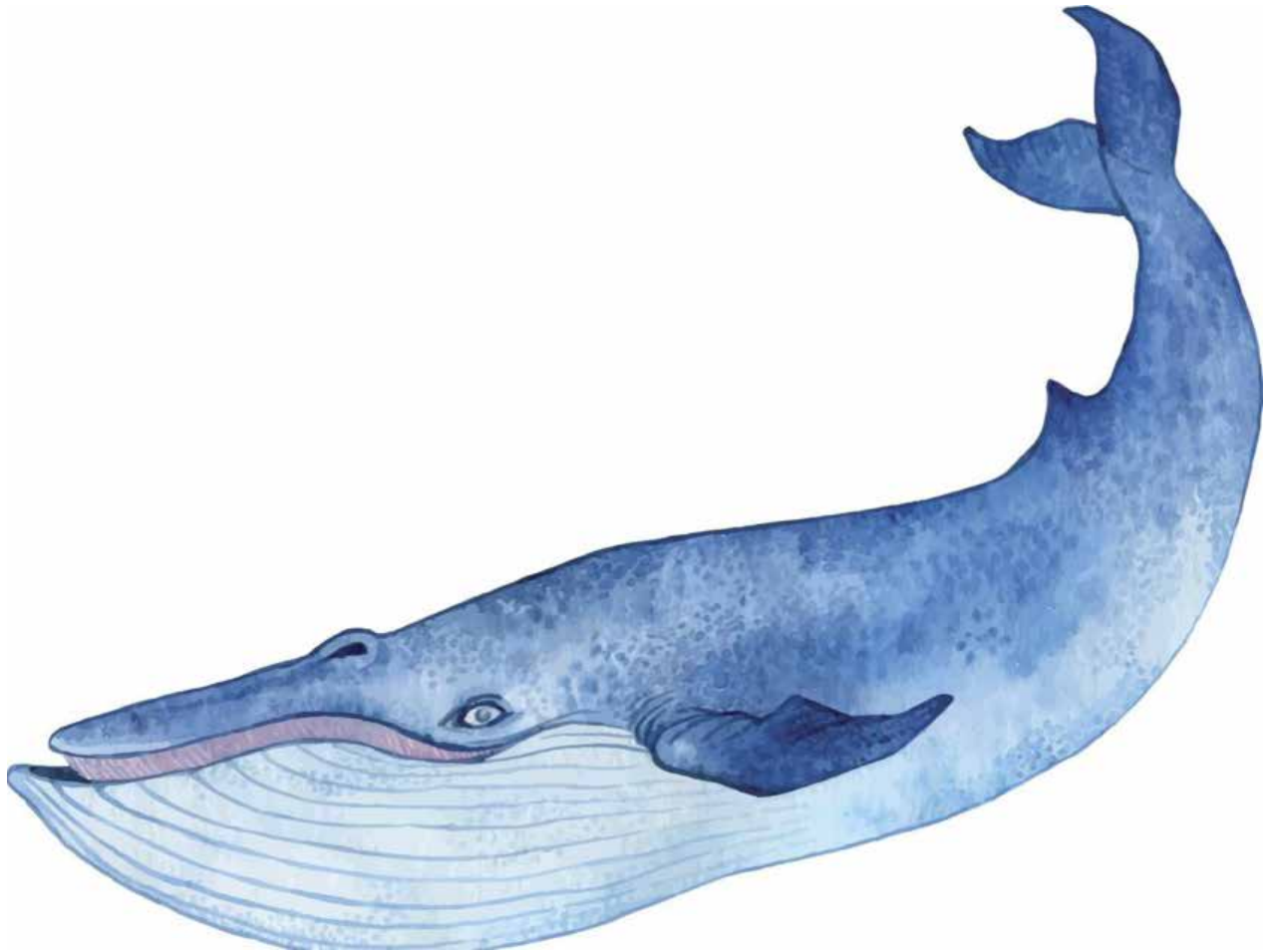
# ན་ཡ་སྡོན་པོ། (Blue Whale)



ན་ཡ་སྡོན་པོ་ནི་ད་མཁ་སའི་གོ་ལ་དེའི་སྤྱིང་གི་སློབ་ཆུང་ལུས་སྤང་ཆེ་ཤོས་དེ་ཆུ་ལོ་ཡོད།  
 ཁོ་པའི་མགོ་ནས་གཟུགས་པོའི་རྒྱབ་ཀྱི་རྩ་གཤོག་བར་དུ་རིང་ཚད་མི་ཧྲཱ་ (meter) 30  
 ཅམ་ཡོད་པ་དང་། ལུས་པོར་སྤྱིང་ཚད་འོན་ (ton) 150 ལྟག་ཡོད་པས། སྤང་ཆེན་ཁ་གྲངས་  
 35 བསྡོམས་པའི་སྤྱིང་ཚད་དེ་ལས་མང་ཅམ་ཡོད། ན་ཡ་སྡོན་པོ་ནམས་རྒྱུན་དུ་རྒྱ་མཚོའི་ནང་  
 དུ་ཉ་ལྟར་འཚོ་གནས་བྱེད་བཞིན་ཡོད་རུང་། སློབ་ཆུང་ཉའི་རིགས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་ཚུད་ཀྱི་  
 མེད་པར། ང་ཚོ་མིའི་རིགས་ནང་བཞིན་འོ་འཕྱང་སློབ་ཆུང་སློབ་ཆུང་ (mammal) ཀྱི་རིགས་ཤིག་  
 རེད། དེ་བཞིན་ན་ཡ་སྡོན་པོས་རྒྱ་མཚོའི་གཏིང་དུ་འཇུག་ནས་རྒྱ་ཚོད་སྤྱོད་ཀ་ཅམ་ཞིག་རྒྱ་  
 རྒྱུ་བརྒྱབ་པའི་རྩེས་ལ་ཁོ་པའི་མགོ་ཡི་ཐོང་པའི་སྤྱིང་དུ་ཡོད་པའི་ “དབུགས་སྐྱུག་ (blow-  
 holes)” དེ་བརྒྱུད་ནས་རྒྱ་མཚོའི་ངོས་སུ་ཕྱིར་ཐོན་ཏེ་སློབ་པ་ལ་བརྟེན་པའི་དབུགས་འབྱིན་  
 རུབ་ཐེངས་རེར་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།



ན་གྲ་སྒོན་པོའི་ཁ་ལ་སོ་མེད་པར་རུས་པ་མཉེན་པོ་ཁ་སྐྱུའི་སྤ་ཡོལ་འབྲ་བའི་ “རུས་མཉེན་ཁ་ཡོལ་ (baleen plates)” ཞེས་པ་གྲངས་ཚད་ ༥༠༠ ཙམ་ཞིག་ཁའི་ཡ་རྒྱན་ནས་མར་འཇར་ཏེ་སྐྱེས་ཡོད། རྒྱན་དུ་བཟའ་ཆས་བཟའ་བའི་སྐབས་སུ་ན་གྲ་སྒོན་པོས་ཁ་ཆེན་པོ་ཞིག་གྲངས་ནས་མཚོ་འབྲུ་སྤ་ཚུང་ (krill) ཞེས་པ་དེ་དང་མཉམ་དུ་རྒྱ་མཚོའི་ཚུ་རྣམས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁའི་ནང་དུ་སྐྱབས་ཇེས། དེ་ནས་ཁ་བཙུམས་ཏེ་རུས་མཉེན་ཁ་ཡོལ་བརྒྱད་དེ་ཚུ་ཚགས་ཤིག་བརྒྱབ་ནས་མཚོ་ཚུ་རྣམས་ཁའི་སྤེ་རུ་འབྲུད་པ་དང་། མཚོ་འབྲུ་སྤ་ཚུང་དེ་ཚོ་ཁྱུར་མིད་གཏོང་གི་ཡོད། ཉེན་ལྟར་མཚོ་འབྲུ་སྤ་ཚུང་ས་ཡ་ ༣༠ ལྷག་ཙམ་ཞིག་བཟའ་བའོ་ཡོད། ན་གྲ་སྒོན་པོའི་ཆེ་ཚད་ནི་ལོ་ ༡༠ ནས་ ༥༠ བར་ཡིན་རུང་། སྐབས་དེ་ཆེ་ཚད་ལོ་གྲངས་བརྒྱ་ལས་མང་བ་སྒོད་མཁན་ཡང་བྱུང་སྲོད་ཡོད།



# ཁ་བ་སྣོང་ལྷགས།



ཁ་བ་སྣོང་ལྷགས་ནི་བོད་ཀྱི་ན་གཞིན་ཚུལ་པ་  
 མོ་ཞིག་དང་། བོད་པའི་བྱིས་སྐྱུང་འབྲི་མཁན་  
 ཞིག་ཀྱང་རེད། ཁོང་ནི་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་  
 མདོ་སྐད་མཚོ་སྡོན་པོའི་སྡེ་རྒྱུད་ཀྱི་ཟླ་ཚང་  
 ཞེས་པར་སྐྱེ་ལོ་ ༡༩༧༩ ལོར་སྐྱེས། ཁོང་གི་  
 མིང་དངོས་ལ་ “སྣོང་ལྷགས་འབྲུམ་” ཟེར་བྱི་  
 ཡོད་ཀྱང་། བོད་ཡིག་ཐོག་ཏུ་འབྲི་ཚུལ་བྱེད་  
 པའི་སྐབས་སུ་སྐྱུག་མིང་ (pen name) ལྟ་

བྱུང་ “ཁ་བ་སྣོང་ལྷགས་” ཞེས་བོད་སྐྱོད་བྱས་ཡོད།

སྐྱེ་ལོ་ ༢༠༡༣ ལོར་རྒྱལ་བྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་ཐོན་པའི་རྗེས་ལ་བོད་ནང་གི་ལོ་ལྷང་  
 བྱིས་པ་ཚོར་ཆེད་དུ་དམིགས་བཅའི་བྱིས་དེབ་དཔེ་སྐྱུན་གྱི་ལས་གཞི་སྤེལ་མཁན་ “ཨ་རུ་དཔེ་  
 ཚོགས་” ཞེས་པར་ལས་ཀ་བྱས་ཡོད། ཁོང་གིས་གསར་ཚུལ་བྱས་པའི་བྱིས་སྐྱུང་ “འབྲུམ་  
 ལྷགས་” ཞེས་པ་དེར་གཞི་བཟུངས་བྱས་པའི་སྐབས་སུ་ཡོད་པའི་བོད་སྐྱུག་ཚོས་དགའ་མོས་བྱེད་བཞིན་  
 ཡོད་པ་རེད། ལྷགས་མ་ལེགས་པ་ཞིག་ལ། སྐྱེ་ལོ་ ༢༠༡༥ ལོའི་ཟླ་བ་ ༤ ཚེས་ ༢༤ ཉིན་ཁ་  
 བ་སྣོང་ལྷགས་ལགས་ནས་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་མཚོ་ཆེན་བཞིའི་གས་གྱི་ “ཁྱི་ལོར་རྒྱལ་མོའམ་  
 མཚོ་སྡོན་པོ་” འཕོད་པའི་མཚོ་ཆེན་དེའི་ནང་གི་གསེར་ཉ་དེ་ཚོར་གང་བྱུང་གིས་ཉ་འཛིན་  
 བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་བཀག་འགོག་བྱས་ཏེ། རང་བྱུང་ཁམས་དང་བྱིས་འཚོའི་སློབ་ཆགས་  
 རིགས་ལ་སྐྱུང་སྐྱོབ་བྱེད་པའི་ལས་འགུལ་སྤེལ་སྐབས་འདས་གོངས་བྱིན་ཡོད་པ་རེད།



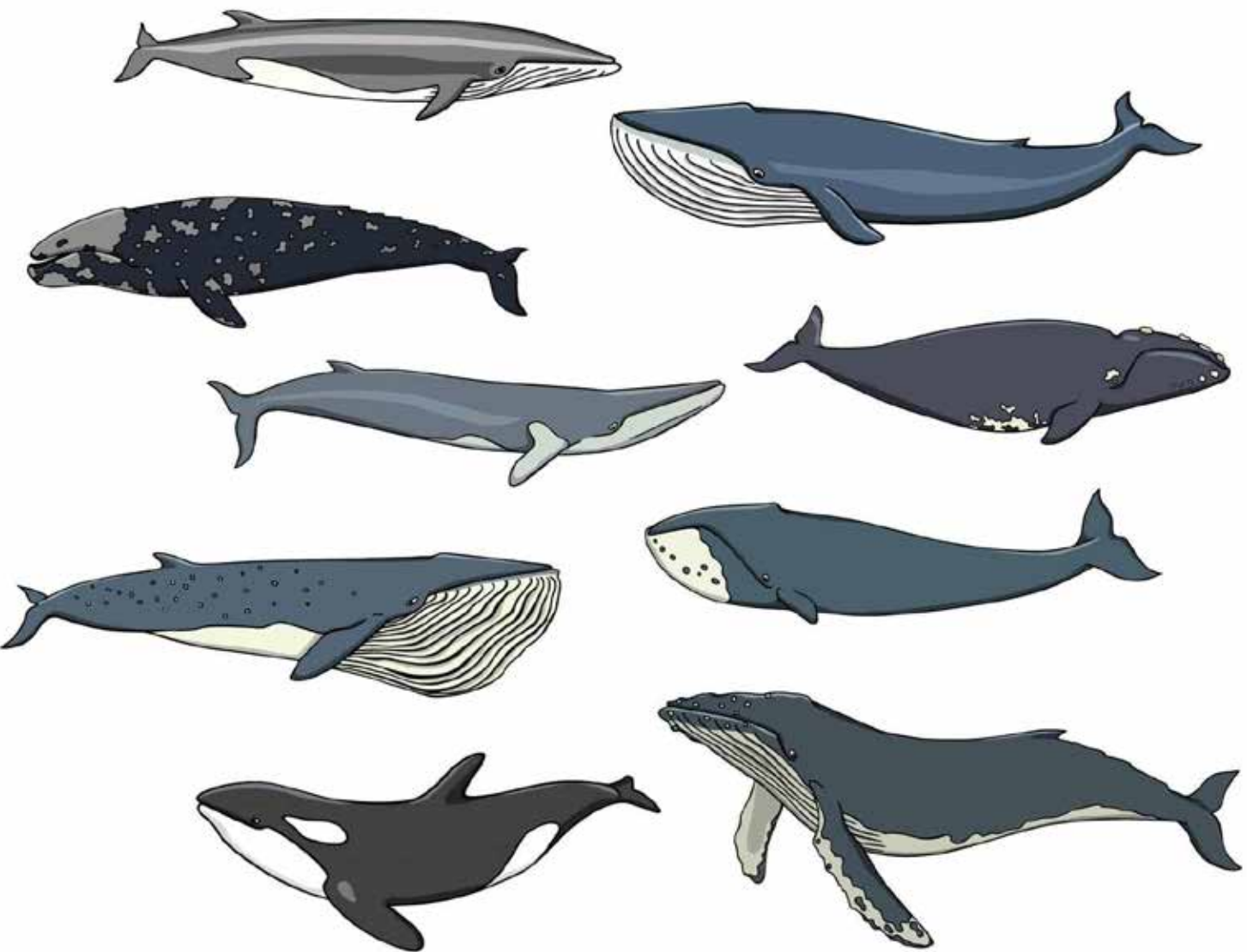
ཏྲོ་ལོ་ལྷ་ག་གསུམ་དེ་ཡི་རྒྱན།  
གྲོ་ནས་སྲན་གསུམ་འོང་ཁའི་རྒྱན།

བྱིས་པའི་ཤེས་བྱའི་བྲེགས་མ།

སློབ་ཆགས་ན་གྲའི་རིགས་ནི་གདོད་མའི་འོ་འཕྱང་སློབ་ཆགས་ནང་གི་མིག་པ་ཆ་ཅན་ (cloven hoofed) རིགས་ཀྱི་སློབ་ཆགས་ནས་རིམ་བཞིན་ལྷ་ག་འཕྱར་བྱུང་ཡོད། ན་གྲའི་མི་ཚེ་ཆ་ཚང་ནི་རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་ཉ་ལྟར་འཚོ་གནས་བྱས་ཏེ་སྡོད་དགོས་ཡོད་ཀྱང་། ལྷ་ག་པོའི་བྱུངས་ཁྲག་རྒྱུས་ཆ་པོ་ཡིན་པ་དང་། སློ་བའི་དབང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་དབྱུགས་འབྱིན་རྒྱུ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།



སློབ་ཆགས་ན་གཉི་ནང་ནས་ན་ག་སློབ་པོ་དེ་དག་ལྷུས་ལྷུང་ཆེ་ལོས་ཡིན་པ་མ་ཟད། སློབ་ཆགས་ཚང་མའི་ཁྲིད་གྱི་ལྷུས་ལྷུང་ཆེ་ལོས་དེ་ཡང་ཆགས་ཡོད། ན་ག་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་སྟེ། སོ་ཅན་རིགས་གྱི་ན་ག་ (tooted whales) དང་སོ་མེད་རིགས་གྱི་ན་ག་ (baleen whales) བཅས་གཉིས་ཡོད། སོ་ཅན་རིགས་གྱི་ན་ག་ལ་སྟེ་བྲག་གི་རིགས་ ༢༥ ཙམ་དང་། སོ་མེད་རིགས་གྱི་ན་ག་ལ་སྟེ་བྲག་གི་རིགས་ ༡༥ ཙམ་ཞིག་དཔྱེ་བ་སྟེ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།



སློབ་ཆགས་ན་ཀྱའི་རིགས་ཀྱི་ཚན་རིག་གི་མིང་དེ་དག་ཐོག་མར་སྟེ་རེག་(Greeks) སྐད་  
 ཀྱི་ “ཚུ་མཚོའི་སློབ་པོ་” ཞེས་པའི་ཐ་སྟོན་དེ་ནས་འབྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཤོད་སློབ་ཡོད་པ་དེ་  
 དང་འབྲ་བར། སྐབས་རེ་བོད་ཀྱི་སྐད་དུ་སློབ་ཆགས་དེར་ “ཚུ་སློབ་” ཞེས་ཚུ་བོའི་ནང་གི་  
 སློབ་པོ་ཞིག་དུ་བརྗེ་བའི་མིང་གཞན་ཞིག་ཀྱང་འབོད་སློབ་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་། བོད་ཡིག་གི་  
 ཐ་སྟོན་ “ན་ཀྱ” ཞེས་པ་དེ་དག་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་དཔེ་ཆ་ཁག་གི་ནང་དུ་མཐོང་རྒྱ་  
 ཡོད་པས། དེ་སྲིད་རྒྱ་གར་གྱི་ལེགས་སྦྱར་སྐད་ནས་བོད་སྐད་དུ་ཟུར་ཆགས་པ་ཞིག་མིན་ནམ་  
 ལྟོ།

ཐ་སྟོན་དོ་སྟོན།

- ཁ་རས་ཨང་ཉྱལ་ས་ N95 ——— N95 Masks
- བུས་སྦྱར་སྦྱོན་ཁབ། ——— Booster Vaccine
- ཏོག་ནད་ཟུར་བརྟག ——— Rapid Antigen Test



# བྱ་མོ་མདོག་ཉེས་སེམས་བབང་ཅན་ “སྡེ་སྡོམ་རྒྱ”

ལེ་ཨ་ལོ་རྫོག་གུར་རི་ནའེ་ཡིས་བརྩམས།

གིན་ཅི་རྩེ་རན་སི་སེ་ཆེ་ནའེ་ཡིས་རི་མོ་བྲིས། དཀོན་མཆོག་སྤྱིད་ནས་བོད་སྐད་བྲིས།

བྱ་མོ་སྡེ་སྡོམ་རྒྱ་སྤྱོད་པའི་སྐབས་སུ། ཁོང་མོ་ནི་སྤྱིང་རྗེ་པོ་ཁྱོད་ནས་མེད་པའི་བྱིས་པ་ཞིག་རེད།  
སྡེ་སྡོམ་རྒྱ་ནི་མངོས་པའི་བྱ་ཚུང་མ་ཞིག་ཡིན་པ་མཐོང་མཁན་ཁོང་མོའི་ཨ་མ་ལགས་གཅིག་དུ་  
མ་གཏོགས་མེད། ཡིན་ནའང་། ཁོང་མོ་རང་ལོ་བཅུ་གཉིས་ལ་སོན་པའི་སྐབས་དེར་ཨ་མ་  
ལགས་ཆེ་ལས་འདས།







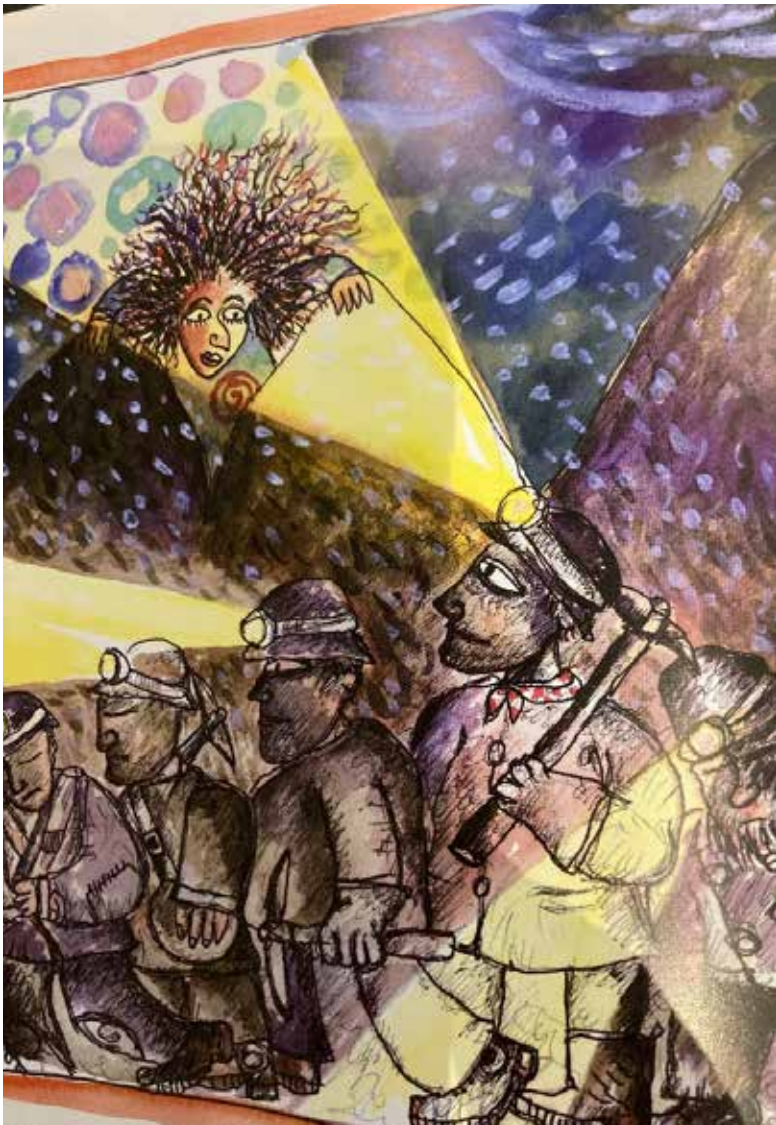
ཉིན་ཞིག་ཁོང་མོས་ཞིང་རྒྱུ་ལོང་དུ་ཡོད་པའི་ཁྱི་དང་ཞི་མི། བག་སྐྱུག་བོང་ལྷ། ལུག་ལྷ་སྐྱུག་  
 དེ་ལོ། བ་སྐྱུག་ས། རྟ། རུས་སྐྱུག་བཅས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁྱིམ་དུ་ཉར་ནས་མཉམ་དུ་འཚོ་བ་བསྐྱུལ།  
 དེའི་རྗེས་ཅམ་ལ་ཅི་ཅིའི་གྲོགས་པོ་ལྷུ་ཞིག་ཀྱང་ཁྱིམ་དུ་སློབ་སྦྱོང་། ཁོང་མོས་ཉིན་ལྟར་སློབ་ཆགས་  
 ཀྱི་མགྲོན་པོ་ཚང་མར་བཟའ་འཐུང་ཐད་སྟོན་གང་ལེགས་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས། སློབ་  
 ཆགས་རྣམས་ཀྱིས་ཁོང་མོ་དང་མཉམ་དུ་འཚོ་བ་སྐྱུལ་སྐྱུ་བྱུང་བར་དགའ་ཚོར་ཆེན་པོ་སྐྱེས།  
 ཁོང་མོས་ཀྱང་རང་ཉིད་ནི་གྲོགས་མེད་ཁེར་སྐྱུང་ཞིག་ཡིན་པ་ཚོར་ཀྱི་མེད།





བྱུང་མེད་ཅིག་ཏུ་ནར་སོན་པའི་སླེ་སྐྱ་རྒྱ་ལ་སྐྱོན་  
 སྐྱེས་ཀྱི་མཐུ་རུས་གསུམ་ཡོད་པ་སྟེ། འཇམ་ཞིང་  
 སྐྱོན་པའི་སྐྱད་གདངས་དང་། བྱམས་བརྗེ་ཆེ་བའི་  
 སེམས། དེ་བཞིན་སྤྲུགས་མ་བཞོན་ཏེ་ནམ་མཁམ་  
 འཕྱར་ཐུབ་པ་བཅས་རེད། མི་རྣམས་ཀྱིས་སླེ་སྐྱ་  
 ལ་དོ་སྐྱོང་མེད་ཀྱང་། ཁོང་མོས་བྱིས་ཚང་རེ་རེ་ནང་  
 གི་ནང་མི་ཚོའི་གནས་སྤངས་གསལ་པོ་ཞེས་ཀྱི་  
 ཡོད། སྤྲུག་པར་དུ་ཁོང་མོས་གྲོང་ཚོའི་ནང་གི་བྱིས་  
 པ་རྣམས་ལ་དགའ་པོ་ཞེ་བྲག་ཡོད་པ་རེད།

དུས་རྒྱུན་ནས་ཁོང་མོས་བྱིས་པ་དེ་ཚོར་  
 བསྟེན་རྒྱུའི་ལག་ཏུ་གསུམ་རྩེ་བ་རྣམས་ས་ཆ་ག་  
 ས་ག་ལ་སྤྲུས་ཀྱི་ཡོད། སྐབས་ཤིག་ལ། ཁོང་  
 མོས་ལག་ཏུ་གསུམ་རྩེ་བ་བསྐྱུལ་ནས་འཕྱར་  
 ཡོང་བའི་སྐབས་དེར། གཏེར་ཁ་སྡོག་མཁན་  
 མང་པོ་ཞིག་གཏེར་རིའི་ས་ཁུང་གི་ནང་ནས་  
 ཐོན་ཡོང་བེད། མི་དེ་ཚོའི་ཁོད་ནས་སྐྱེས་པ་  
 རྗེས་ཉམས་སྐྱོན་པ་ཞིག་གིས་ཁོང་མོར་འཇུ་མ་  
 བྱུལ་ཅོམ་བྱས་པ་མཐོང་། སླེ་སྐྱ་རྒྱ་ནི་སྐྱེས་པ་  
 དེར་ཡིད་སེམས་ཤོར་ནས་ཁོ་པར་“གཏེར་ཁ་  
 སྡོག་མཁན་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྲུས་”ཞེས་པའི་མིང་  
 བཏགས།





ཟླ་བ་ཁ་ཤས་ཀྱི་རྗེས་སུ། ཁོང་ཚོས་གཏེར་རི་དེ་དང་ས་ཐག་ཉེ་བའི་ས་ཁུལ་ཞིག་ལ་འཕྱུར་  
 བྱས་འགྲོ་སྐབས། གཏེར་ཁ་སྡོག་མཁན་གྱི་མི་དེ་རྣམས་ལ་རོགས་རམ་དགོས་པའི་དྲུ་འབོད་  
 གྲེད་བཞིན་ཡོད་པ་སྟེ་སྟོན་ལྟ་བུ་སྟེ། གཏེར་ཁ་སྡོག་བཏོན་གྲེད་སའི་ས་སྟུག་བརྗེས་ཏེ་མི་དེ་  
 ཚོ་ས་འོག་དྲུ་ལུས་ཡོད། གཏེར་ཁ་སྡོག་མཁན་དེའི་ཁྲོད་དྲུ་ཁོང་ཚོས་ལག་རྟགས་སྟེར་སའི་  
 བྱིས་པ་དེ་ཚོའི་ཨ་མ་དང་གཅེན་པོ་རྣམས་ཡོད་སྲིད་པ་བསམ་སྟོན་འཁོར་བ་མ་ཟད། ཁོང་ཚོའི་  
 “གཏེར་ཁ་སྡོག་མཁན་གྱི་རྒྱལ་སྲས་” དེ་ཡང་ས་བརྗེས་ཀྱི་འོག་དྲུ་ལུས་ཡོད་སྲིད་བསམས།

སྟེ་སྟོན་ལྟ་བུ་སྟེ། གཏེར་  
 ཁ་སྡོག་མཁན་གྱི་ལས་མི་ ༥༧  
 ཡོད་པ་གཅིག་གི་རྗེས་ལ་གཅིག་  
 གྲུས་ནས་སྡོག་བསྐྱབས། ལས་མི་  
 དེ་ཚོའི་ཁྲོད་དྲུ་ “གཏེར་ཁ་སྡོག་  
 མཁན་གྱི་རྒྱལ་སྲས་” ཡུང་ཚུང་  
 ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་། སྟེ་སྟོན་ལྟ་  
 བརྗེས་འོག་ཡོད་པའི་གཏེར་ཁ་  
 སྡོག་མཁན་ཚོའི་ཚེ་སྡོག་སྡོབ་  
 ཚེད་ངལ་དུབ་ཆེ་ཐག་ཚོད་ནས་  
 དཀ་པ་ཐོར་བ་རེད།

