



100
1922 - 2022

Neges Heddwach ac Ewyllys Da Peace and Goodwill Message



གནས་གཤིས་ཀྱི་ཇོ་བོ་ལྷན་ཅིག་ཆེ

ཕུ་ཚོ་དང་འཁོར་ལོ་དུམ་ལ་བཞིན་ཡོད།
ང་ཚོའི་འཇིག་རྟེན་ལ་མེ་ཤོར་བ་རེད།
མང་པོའི་དུས་ལ་སྐྱེ་བས་སོང།

ཕུ་ལོག་དང་། མི་སྡེ་དང་། རྟོགས་སྐྱོན་དང་། དུས་ལོངས་དང་།
འདི་ནི་ང་ཚོའི་དོན་དངོས་རེད།

གནས་སྐོབ་དང་འགལ་བ་དང་གནས་སྐོར་བ།
འདི་ནི་ང་ཚོའི་མ་འོངས་པར་ཚོབ་པའི་རེ་བ་ཡིན་ནམ།

ང་ཚོས་ད་དུང་ཉན་དོན་ཅི་ཡིན།
མི་ལ་ལ་དང་། དབང་ཕྱུག་གི་མི་རྣམས་ཀྱི་མི་རྣམས་ལ་བཤད་དམ།

ང་ཚོས་ཐུང་བཞིན་ཡིད་ཆེས་བྱེད་དོན་ཅི་ཡིན།
དེ་ལྟར་བྱས་ན་ང་ཚོས་འགྲོ་ལམ་ཉོ་ཐབས་བཟ།

མང་པོའི་དུས་ལ་སྐྱེ་བས་སོང།
དེ་ནི་འཇུག་པ་གཏོང་བའི་དུས་ལ་སྐྱེ་བས་ཡོད།

ང་ཚོས་འདི་ལྟར་རྒྱན་འཁྲུངས་བྱེད་མི་ཐུབ།
ང་ཚོར་བསམ་འདེམས་ཀྱི་དམིགས་བསམ་དབང་ཆ་ཡོད།
དལ་ལུ་གཏོང་བ་དང་རྒྱུན་སྐོར་ཉེ་ཉུང་དུ་གཏོང་བ།
བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས།
འཛད་སྤྱོད་ཀྱི་ཚད་ལས་བཟལ་བར་བཀག་འགོག་བྱེད།

ཕུ་མཚན་ནི་ང་ཚོ་སྤྱི་བཟུང་སྤོང་མཐན་ཨང་དང་པོར་འཇུག་མི་མྱོད།

འདི་ནི་ང་ཚོའི་དམ་བཅའ་ཡིན།
ང་ཚོའི་འཚོ་བ་སྐྱེ་ལྗངས་བཟུང་བཅོས་བྱ་དགོས།
རྒྱུད་རིམ་ཐུན་པའི་སྒོ་ནས་བཟུང་བཅོས་བྱེད་དགོས་པའི་འབོད་སྐུལ་བཏང་།
གོ་ལ་ཉེ་བའི་རྩོམ་སྐུལ་ཀྱི་མི་སྡེའི་ཚེད་དུ་ཡིན།
མ་འོངས་པའི་ཚེད་དུ་ཡིན།

ང་ཚོས་ཐོག་མར་རང་ཉིད་ནས་མགོ་བཟུངས།
བཟུང་བཅོས་ཚུང་ཚུང་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་
ཀུང་མི་དང་ཆབ་སྲིད་པ་རྣམས་ལ་གཞན་ཉུགས་སྤྲད།
གཞི་ནས་འཇུག་ཚོན་པོ་བྱུང་བ་རེད།

འདི་ནི་ང་ཚོའི་དམ་བཅའ་ཡིན།
ཁྱོད་ཀྱི་ཅི་ཞིག་རེད།

མང་པོའི་དུས་ལ་སྐྱེ་བས་སོང།



Yr Argyfwng Hinsawdd

Mae'r cloc yn ticio
Ac mae'n byd ni ar dân.
Mae'n amser deffro.

Llifogydd, tanau, newyn, a thlodi,
dyma ein realiti ni.

Mudo, gwrthdaro, dadleoli,
ai dyma ein dyfodol ni?
Pam ein bod ni'n dal i wrando
ar bla bla bla'r rhai mewn pŵer?
Pam ein bod ni'n dal i gredu
y gallwn brynu ein ffordd allan?

Mae'n amser deffro.
Mae'n amser addo i newid.

Fedwrn ni ddim cario 'mlaen fel hyn.
Mae gennym ni'r fraint i arafu,
i leihau ein defnydd,
i feddwl.
i stopio'r cynnydd.

Achos nid ni fydd yn dioddef yn gyntaf.
Felly dyma ein haddewid
i newid ein ffordd o fyw
a galw am newid systemig
er mwyn y rheiny yng ngwledydd y De Byd-eang.
Er mwyn dyfodol ein cartref.

Dechreuwn wrth ein traed
gan wneud y pethau bychain
A rhown bwysau ar gwmnïau a gwleidyddion
i wneud y pethau mawr.

Dyma'n haddewid ni.
Beth yw dy addewid di?
Mae'n amser deffro.

ལས་ཀ་ཁང་ཙམ་བྱ་རྒྱུ་དེ་བ་བྱེད།

རང་ཉིད་དང་ཁྱོད་ཀྱི་ལྷོགས་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱོད་ཀྱི་སྐད་ཆའི་ཐོག་ནས་ཆ་འཕེན་སྒྲིག་པ་དང་། ཟླ་ 5 ཚེས་ 18 ཉིན་མཉམ་སྦྱོང་བྱས།
ཟླ་ 5 ཚེས་ 18 ཉིན་ @Urdd ཚན་ཆ་#Heddwach100 ལྷོད་བྱས་པའི་སྐད་ཆ་བཤད་སྤྱད་ནས་འདི་ལྟར་ཁྱོད་ཚོའི་བྱུང་ལབ་ཡིན།

ཁྱོད་ཀྱི་སྐད་ཆ་དང་ལས་པའི་འཕེན་ཡིག་ལ་སྐྱོན་འགོ་བཏོན་པ་སྐྱེ།

ཞིབ་དེ་དང་ཀུན་སྐོར་བཟང་པོའི་འཕེན་ཡིག་གསལ་ཚན་འདི་ @Urdd ལ་གཞིགས་དང་།
འདི་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་སྐད་ཆའི་ཁྱོད་དུ་བཀོལ་སྤྱོད་བྱས་ཚེ། #Heddwach100 ཁྱོད་ཀྱི་སྐད་ཆ་འདི་ནས་ཁྱོད་ཚོའི་བྱུང་ལབ་ཡིན།

ཁྱོད་ཚོས་བྱུང་ལབ་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྷན་སྐྱེ།

@Urdd

Urdd Gobaith Cymru

@urddgobaithcymru

#Heddwach100
heddwch@urdd.org
www.urdd.cymru/heddwach

WOLFESTONE //

དབྱིན་ཇིའི་ལས་འཛོལ་ཟུར་ཚོགས་དང་མེ་མར་མེ་ཡའི་བྱིད་གཞུང་གི་བྱུང་ལབ་སྐོར་