

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives
4.0 International License.

Produced by ladakhible.org
in association with
Central Asian Publishing
and
Wycliffe Bible Translation Organisation

ཉི་མོ་ཐིའ་ པ་ལུ་ལུའི་ ཚག་བྲིས་ ཉང་པོ།

ཉི་མོ་ཐིའ་ པ་ལུ་ལུའི་ ཚག་བྲིས་ ཉང་པོའི་ རྫོང་།

འི་ ཚག་བྲིས་ དང་ ལུན་མའེ་ ཚོས་ཚོགས་སི་ ལུ་སྐྱོང་གུན་ ལུང་ཉེ་, ད་དང་ད་ འི་ ཚག་བྲིས་པོ་ གཙོ་བོ་ ཡེ་ཤུ་ མ་གྲི་ཀའེ་ ལྷུ་ཚབས་ པ་ལུ་ལུའི་ ཐིའ་ རྫོང་ཁན་པོ་ ལུས་ ཚའ་ལོག།

ད་དང་གུན་ལ་ ཚོས་སི་ ཁས་པ་གུན་ ལུང་ཉེ་ འི་ ཚག་བྲིས་པོ་ ཡེ་ཤུ་ རྫོང་ཉེ་ རོན་ཉེ་ ལངས་ཉེ་ ལྷིང་ལེ་, ལོ་ 30-32 ཉེ་ཁོང་ལ་, ཐིའ་ རྫོང་ཁན་པོ་ ལུས་ ཚའ་ལོག།

པ་ལུ་ལུ་ མ་གྲི་ཀའེ་ ཚག་ལས་སི་ ལང་ད་ བེས་ ལུས་པ་ ལྷོད་ ཟ་ལེ་, ཉི་མོ་ཐིའ་ ཨེ་ལེ་སས་སི་ གུལ་སའེ་ ལང་ད་ བོངས། ཉ་ ལམ་ པ་ལུ་ལུའི་ ཨེ་ལེ་སས་ལ་ ལོགས་ཉེ་ ཚའ་ མི་ཉན་ཅེས་པོ་ ཉ་གོང་ལང་ད་, ཁོང་དི་ ཉི་མོ་ཐིའ་ འི་ ལུན་ཚབ་གུན་ལེ་ ཐིའ་ ཚག་བྲིས་ ཐིའ་ རྫོངས།

1. ཉི་མོ་ཐིའ་ ཁོང་དི་ ཉང་ད་ རྫོང་ཁན་ལེ་ ཁས་གུན་ ཨིད་ཏུ་ ལྷུ་ལ་ཅེས།
2. ཉེ་རུ་ ཡོད་ཁན་ལེ་ ཚོས་ཚོགས་སི་ ལང་ད་ ལུས་མའེ་ ལབ་ལ་ ལུང་ཁན་གུན་ལེ་ གུབ་གལ་ ཙོ་ཅེས།
3. ཉི་མོ་ཐིའ་ ཨེ་ལེ་སས་སི་ ཚོས་ཚོགས་པོ་ ཀ་ལུག་གི་ ལུན་ ལུག་ཨིན་ ཉེ་བོའི་ ལབ་ལ།
4. ཨེ་ལེ་སས་སི་ ལང་ད་ ཚོས་ཚོགས་ རྫོང་ཅེས་ དང་ ཁྲིད་ཅེས་སི་ ལང་ད་ དཀོན་མཚོག་གི་ ཚོགས་ལེ་ ལྷོད་པ་ དང་ ལུང་ ཐོབས་ཉེ་ ཡོད་ཁན་ལེ་ མི་དག་ རྫོང་ཅེས།

པ་ལུ་ལུའི་ ཚོགས་ཀྱི་ ལུ་ ལུས།

1:1-11

¹ ང་དང་གུན་ནི་ སྐྱབ་གོན་ དཀོན་མཚོག་ དང་ ང་དང་གུན་ལ་ རེ་མ་ སལ་ཁན་ནི་ མ་གྱི་ཀ་ ཡེ་ལུའི་, ང་ པ་ལུ་ལུ་ མ་གྱི་ཀ་ ཡེ་ལུའི་ སྐྱེ་ཚབས་ལ་ སྐོའ་ རྗེས།

² ངའི་ ཉང་བའི་ བང་ང་ དེན་བའི་ བྱ་ཚ་ ཡིན་ཁན་ནི་ ཉི་མོ་ཐི་ རྩོ་རང་ང་ སྤེལ་ད། དཀོན་མཚོག་ ཡབ་ དང་ ང་དང་གུན་ནི་ གཙོ་བོ་ ཡེ་ལུ་ མ་གྱི་ཀའི་ རྩོ་རང་ང་ ལུག་རྗེ་, སྤྱིང་རྗེ་ དང་, ཞི་དེ་ སལ་ལ་ རྗེས་གིག།

³ ང་ མ་གཏོ་དོ་ནི་ལྷ་ ཚ་ ཟེ་, ངའི་ རྩོ་རང་ང་ ཡེ་ལེ་སལ་སི་ བང་ང་ ལུག་ཅེས་ དང་ དཀོན་མཚོག་གི་ སྐོར་ལ་ ལུས་མ་ ལབ་ཞ་ ཉང་ཁན་གུན་ སྐག་ཅེས་ལ་ མ་སྐན་ཉེ་ སྤོས་པ་ ཉངས་པིན། ⁴ ཡང་ ལུས་མའི་ རུངས་ དང་ རྩོ་རང་གུན་ནི་ ལུར་གྱུད་དི་ ཐོ་རིང་མོ་ གུན་ནི་ སྐོར་ལ་ གྲབས་ ཅོ་ཡིན་ ཉུས་ གོད་ལ་ མི་ཉང་ཅེས་ལ་ བཀའ་ ཉོང་། ཉེ་ ལས་གུན་ནི་ མི་གུན་ལ་ དཀོན་མཚོག་གི་ མིའ་ ཉང་པ་ཅན་ནི་ མི་ཚོ་ཞིག་ ལུད་ཅེས་སི་ བང་ང་ རོགས་ ཅོའ་ མ་ཞོག་, ཡིན་ནའང་ ཉོན་མེད་དི་ རིང་མོ་ ཚ་ལུག་ག་ཞོག།

⁵ ངའི་ ལབ་ཞའི་ མིག་ཞི་བོ་ ཞི་ ཉང་པ་ ཡོད་ཁན་ ཚང་མ་ སྤྱིང་ ཟང་པོ་, སེམས་ ལག་མོ་ དང་ དེན་བའི་ ཉང་པ་ གུན་ནི་ ཡོང་ཁན་ནི་ ཡེ་ལའི་ གངས་ཅེས་པོ་ ཡིན། ⁶ ཡིན་ནའང་ འི་ ལུས་མའི་ འོ་བ་བོན་གུན་ནི་ ཉེ་ ལབ་ཞ་ ཟང་པོ་ ཚང་མ་ལ་ གྲབ་ འོ་གས་ཉེ་ ཉོན་མེད་དི་ གོར་གྲབ་གུན་ནི་ཀ་ གོས་དུར་ ཅོ་རུག། ⁷ ཚོས་བྲིམས་ལ་ ཁས་པའི་ འོ་བ་བོན་གུན་ གྲུར་ཅེས་སི་ དོད་པ་ ཉམ་པོ་, རྩོང་གུན་ནི་ ཉེ་གུན་ ཐེ་ཚོམས་ མེད་པ་ ཤད་ནའང་, རོས་པོའ་ རྩོང་གུན་ནི་ ཤད་ཁན་པོ་ རྩོ་རང་གུན་ལ་ ཉམ་པོའ་ ཡིན་ཞོག།

⁸ ཀལ་ཉེས་ ཚོས་བྲིམས་པོ་ དཀོན་མཚོག་གི་ ཐབས་ བང་ཞིན་ལ་ ཀོལ་ན་, ཟང་པོ་ ཡིན་ཁན་པོ་ ང་དང་གུན་ལ་ གྱུས་ཡིན་ཞོག། ⁹ ཅིའ་ཟེར་ན་ བཀའ་བྲིམས་པོ་ ལས་ ཀྱང་པོ་ ཅོ་ཁན་གུན་ནི་ མིའ་ མ་ཅོའ་ བྲིམས་ མེད་ཁན་, གྲབ་གལ་ ཅོ་ཁན་, དཀོན་མཚོག་གི་ རིགས་སི་ བང་ང་ མ་གྲུལ་ཁན་ དང་ སྤིག་ཅན་ གུན་ མ་ཚད་, ཅའང་ ཉམ་པའའ་ མ་རྩི་ཁན་, ཉམ་པ་ གུན་ ཅོག་པོ་ ཅོ་ཁན་, ཡེ་བ་

ཡ་ ཨ་མ་ སངས་ལོ་ ཡང་ མི་སངས་ལྷན་གྱི་ མིའི་ ཚོས་ཏེ་ ཨིན་ལོག། ¹⁰ བཀའ་བྲིམས་པོ་ ལུས་བྲེལ་ རན་པ་ ཚོ་ལན་, ལུ་ཚེ་ དང་
 ལུ་ཚེའི་ བར་ལ་ ཡ་ ལུ་མོ་ དང་ ལུ་མོའི་ བར་ལ་ ལུས་བྲེལ་ ཚོ་ལན་གྱི་, ཚེ་ཡོག་གི་ མིའི་ མི་གྲུན་ ཚོང་ལན་, ལུན་ཇན་,
 བྲིམས་ལུང་འི་ བར་ལ་ ལྷན་པོ་ ལུན་པ་ ཏང་ལན་ དང་ ལབ་ལ་ ཟུང་པོའི་ གྲུབ་གཤམ་ ཚོ་ལན་གྱི་ མིའི་ ཨིན་ལོག། ¹¹ ལོང་གྲུན་གྱི་
 གྲུབ་གཤམ་ ཚོ་ལན་གྱི་ ལབ་ལ་ ཟུང་པོ་གྲུན་, ཟིང་རྗེད་ཚན་གྱི་ གཤམ་མོའི་ བས་ཚུལ་ལེ་ ལུང་པོ་གྲུན་, ཀའ་པོ་ ཚིན་ལབས་ཚན་གྱི་
 དགོན་མཚོག་གི་ རའེ་ ལག་ག་ ལྷན་ད་ རྗེད་ཏེ་ ཨིན།

དགོན་མཚོག་གི་ ལྷོང་རྗེའི་ མིའི་ ལུག་རྗེ་ཚེ་ ལུས།

1:12-17

¹² མ་ཤི་ཀ་ ཡེ་བྱུ་ ར་དང་གྲུན་གྱི་ གཙོ་བོའི་ རའེ་ ལོང་རང་འི་ ཚག་ལས་གྲུན་ རྗེད་ཚེས་ལ་ ལྷོང་ས་ སལ་ལ་ རྗེད་ས་, ལོང་ར་ རའེ་
 ལུག་རྗེ་ཚེ་ ལུང་ད། ལོང་འི་ རའེ་ ལོ་ལྷོལ་ཚན་གྱི་ མི་ཞིག་ ཕྱིའི་ རྗེད་ཏེ་ ལོང་རང་ར་ ལབས་ཏེ་ ལུ་ཚེས་སི་ མིའི་ ལྷོང་ རྗེད་ས།

¹³ ལན་ རའེ་ དད་ལོག་ ལུ་ལན་, ཏང་པ་ཚན་གྱི་ལ་ བས་ས་ལྷན་ཏེ་ ལོང་སྐྱེལ་ལན་ ཨིན་ཏེ་འང་, དགོན་མཚོག་ག་ རའེ་ཀ་ ལྷོང་རྗེ་
 ལྷོང་ རྗེད་ས་, ཚིང་ཟེར་ན་ ཏེ་གྲུན་ རའེ་ མ་ཤི་ཀ་ ཏང་པ་ མ་ཚོ་ལན་ དང་ དེན་བའེ་ ལབ་ལ་ གྲུན་ མ་ཤེས་ལན་ འེན་གྱི་ ཏུས་ལ་
 ཚོས་ཏེ་ ཨིན་པིན། ¹⁴ འོ་, ར་དང་གྲུན་གྱི་ གཙོ་བོ་, ཚམ་ཤིག་གི་ ལྷོང་ བས་ཏེ་ སལ་ལན་ དང་ ལུག་རྗེ་ཚེ་ལོག་ ལུགས་ཏེ་ མི་རུག།
 ལོང་འི་, རའེ་ མ་ཤི་ཀ་ ཡེ་བྱུ་ལེ་ ལུང་ལན་གྱི་ ཏང་པ་ དང་ ཚེས་པའེ་ ལྷན་ར་ རྗེད་ས།

¹⁵ འི་ ལལ་ཏ་གྲུན་ དེན་པ་ ཨིན་པ་, མི་ཚང་མའེ་ ཏེ་གྲུན་གྱི་ཀ་ ཨིད་ཤེས་ ཚོ་གོས་ཤེས་ ཨིན་ལོག་, “མ་ཤི་ཀ་ ཡེ་བྱུ་ འི་
 རིག་ཏེན་གྱི་ བར་ལ་ ལྷོག་ཚན་གྱི་ ལྷོང་པ་ལ་ ལྷོང་ས།” ཏེ་ ལྷོག་ཚན་གྱི་ ལྷོང་ལེ་ རའེ་ ཚང་མའེ་སང་ ལུ་ཤོག་པོ་ ཨིན་པིན།

¹⁶ ཨིན་ནའང་ མ་ཤི་ཀ་ ཡེ་བྱུའི་ ལོང་རང་འི་ ཟོད་སེམས་ ཚེན་མོའི་ ལྷོ་ཞིག་གི་ ཚུལ་ལ་ རའེ་, ལྷོག་ཚན་ ལུ་ཤོག་པོ་ ཀོལ་ལ་
 རྗེད་ཚེས་སི་ མིའི་ དགོན་མཚོག་གི་ རའེ་ཀ་ ལྷོང་རྗེ་ ལྷོང་ རྗེད་ས། ཏེ་ ལྷོ་བོའི་ ཡེ་བྱུའི་ཀ་ ཏང་པ་ ཚོན་, ཐལ་མེད་པའེ་ མི་ཚེ་
 ཐོབ་ལུབ་ཚེས་པོ་ ལན་མ་གྲུན་ལ་ ཏ་གོ་ལུབ་ཨིན། ¹⁷ ལོང་ ལེ་ ཐལ་མེད་པའེ་ གྲུལ་པོ་, རལ་ མ་རལ་ལན་, མ་ལེ་ མི་གྲོངས་ལན་,
 ཡང་ ལོང་རང་ ཚིག་པོ་ དགོན་མཚོག་ ལུགས་ཏེ་ ཨིན་ལོག། ལོང་ར་ ཕྱི་མ་ དང་ ལྷལ་ གྲུན་, ཏུས་གྲུན་ལེ་གྲུན་ ཐོབ་ཤིག། ཨ་མེན།

ཉི་མོ་ཐིའི་ ལག་གུན།

1:18-20

18 ངའི་ ལུ་ཚ་ ཉི་མོ་ཐི་, རྩོ་རང་དེ་ རྫོང་ལ་ རླུ་ལ་ ལུང་རླུ་བ་ ཤད་ལམ་ བང་ཞིན་, ངའི་ འི་ ལམ་ལག་གུན་ རྩོ་རང་ད་ ཉང་ངད། འི་ ལམ་ལག་གུན་ནི་, རྩོ་རང་ད་ གཙོ་བོ་འི་ མག་ཐབས་སི་ བང་ད་ གུལ་ལའ་ ཐོབ་ཅེས་ལ་ རོགས་ ཐོབ་ཤིག། 19 མ་ཤི་ཀའི་ བང་ད་ རྩོ་རང་དེ་ ཉང་པ་བོ་ རླུ་བོ་ ཐམས་ཉེ་ དུག། ཡང་ རྩོ་རང་དེ་ སེམས་ རོངས་མེད་ བོར་, ཅིང་ཟེར་ན་ མི་ ལ་ཅིག་གི་ འི་ ལམ་ལག་བོ་ ཡངས་པ་, རོང་གུན་ནི་ ཉང་པ་བོ་ བྲིས་ཉོར་ མོང་ཉེ་ ཨིན་ལོག། 20 ཉེ་མི་ན་ཡུས་ དང་ ཨ་ལེག་ཟུན་དེར་ ཉིས་ཀོ་, ཉེ་བོའི་ སྤྲེ་ཞིག་ ཨིན་ལོག། རོང་གུན་ལ་ དཀོན་མཚོག་ག་ དད་ལོག་ མི་ཙོ་ཅེས་པོ་ ཉམོ་ཅེས་སི་ སིའ་, ངའི་ རོང་གུན་ ཚོས་ཚོགས་སི་ སྤོ་ནི་ སིངས་ཉེ་ ཤེ་ཉན་ནི་ ལག་ག་ རླུང་བིན།

2

ཚོས་ ཙོ་ཅེས་སི་ རྫོང་ལ་ ལམ་ལག་

2:1-8

1 ཚང་མའེ་སང་ རླུ་ལ་, མི་ཚང་མའེ་ སིའ་ རོས་ལམ་ ལུ་ཅེས་ལ་ ངའི་ ཉང་པ་ཙན་ ཚང་མ་ལ་ མ་སྲན་ཉེ་ རྫོས་པ་ ཉང་ངད་; རོས་ལམ་མི་ བང་ད་ དཀོན་མཚོག་ག་ རོང་གུན་ལ་ རོགས་ རྩད་ ཟེར་ཅེས་, རོང་གུན་ནི་ ཉོན་ལ་ ལུ་མ་ སུལ་ཅེས་ དང་ སུག་རྩེ་ཚེ་ ལུ་ཅེས་ གུན་ ཡོང་གོས། 2 ཉེ་ན་ ཙོགས་ལ་, དཀོན་མཚོག་གི་ སྤོད་ལམ་ དང་ ཉམ་པའེ་ ལམ་མི་ཀ་ གུལ་ཨིན་ ང་དང་གུན་ ཞི་དེ་ དང་ ལམ་ཟང་དེ་ མི་ཚེ་, སུད་ ཉན་ཅེས་ལ་ གུལ་བོ་ དང་ ཡང་ ཡོད་ལམ་ ཚང་མའེ་ སིའ་ རོས་ལམ་ ལུ་ཤིག། 3 འི་ཙོགས་ལ་ རོས་ལམ་ སུལ་ཅེས་པོ་, གུལ་ལ་ཞིག་ ཨིན་ལོག། ཡང་ ང་དང་གུན་ནི་ རླུང་གོན་ དཀོན་མཚོག་ སུགས་ཐད་དེ་ལོག། 4 མི་ཚང་མ་ རྫོབ་ཅེས་ དང་ དཀོན་མཚོག་གི་ དེན་པ་ ཤེ་ཤེས་པོ་ རོང་དེ་ སུགས་དོད་ ཨིན་ལོག། 5 དཀོན་མཚོག་ ཅིག་ཅིག་ ལུགས་ཉེ་ ཨིན་, ཡང་ དཀོན་མཚོག་ དང་ མི་ཚང་མའེ་ ཡང་ལ་ ཡང་མི་ ཅིག་པོ་ བི་ མ་ཤི་ཀ་ ཡེ་ཤུ་, མི་བོ་ ལུགས་ཉེ་ ཨིན་ལོག། 6 ཚང་མའེ་ སིའ་ ཐབ་ལམ་ ཉོའ་ རྩད་ཅེས་ལ་ རོང་དེ་ རོང་རང་དེ་ མི་ཚོ་བོ་ སུལ་ལ་ རྩདས། འི་བོ་ བི་ དཀོན་མཚོག་གི་ རིག་རྟེན་ནི་ མི་གུན་ལ་

ཚེས་ཚོགས་སའི་ འཕྲོད་ཀྱི་ལྷན་ཚོགས་།

3:1-13

¹ རྩོམ་པོའ་ དེ་ ཞལ་ཉ་གུན་ དེན་པ་ ཡིན་ལོག་།, “ཀལ་ཉེས་ ལུ་ཞིག་ག་ ཚེས་ཚོགས་སའི་ འཕྲོད་ ཚེས་སའི་ དོད་པ་ ཡོད་ན་, ཞོལ་ དོད་པ་ ཡོད་ཁན་ནི་ ལས་པོ་ ཚུ་ལ་ཕན་ ཞིག་ ཡིན་ལོག་།” ² ཚེས་ཚོགས་སའི་ འཕྲོད་ བེ་, ལྷོན་མེད་ཁན་, ཞོ་རང་དེ་ བ་མ་ ཉམ་པོ་ ཡིད་ཤེས་ཕན་, མམ་པ་ཕན་, རང་སེམས་ ལུན་ཉན་ཁན་ དང་ ཚུ་ལ་ཕན་, བས་པ་གུན་ལ་ ཁང་པའེ་ བང་ད་ གཤ་སུས་ ལྷུ་ཁན་, ལཔ་ ཉན་ཚེས་སའི་ ལྷུ་, ³ མངས་ཉེའང་ མང་པོ་ ཆང་ མ་གུང་ཁན་, རོད་པ་ མ་སྐྱལ་ཁན་, ཞན་མ་གུན་ ཉམ་པོ་ བོལ་མོ་, རིང་མོ་ མ་ཉང་ཁན་, ཡང་ བེ་ནེ་ མང་པོའེ་ དོད་པ་ མེད་ཁན་ནི་ མི་ཞིག་ ཡོད་གོས་། ⁴ ཞོལ་ ཞོ་རང་དེ་ བང་ཆངས་ལ་ གོ་བྲིད་ དང་ ལྷ་སྟོག་ གུལ་ལ་ ཚེས་ཉེ་ ཞོལ་ ལུ་གུ་གུན་ ཚུ་ལ་ ཚོ་ཁན་ དང་ ཁང་ཉན་ཁན་ རིག་ ཡོད་གོས་། ⁵ ཀལ་ཉེས་ མི་ཞིག་ག་ ཞོ་རང་དེ་ བང་ཆངས་སའི་ གོ་བྲིད་ དང་ ལྷ་སྟོག་ ཚོ་ མ་ཉན་ན་, ཉེ་ནེ་ ཀལ་ལུག་གི་ ཞོལ་ དཀོན་མཚོག་གི་ ཚེས་ཚོགས་སའི་ གོ་བྲིད་ དང་ ལྷ་སྟོག་ ཚོ་ཉན་ཡིན་?

⁶ འཕྲོད་པོ་, ཉང་པ་ ཚོ་ཁན་ མོ་མ་ཞིག་ ཡོད་ མ་གོས་, ཚེས་ཟེར་ན་ ཞོལ་ བང་ད་ མོ་སོ་ ཡོད་སྲིད་ཚེས་ ཡིན་ལོག་ ཀལ་པོའེ་ ཞོ་, ཤེ་ཉན་ལ་ མོག་ཁན་ནི་ བྲིམས་ཕན་ ཚོགས་སའི་ བང་ད་ གུལ་ལུག་ཡིན་། ⁷ ཞེལ་པ་ མོང་ཉེ་ ཤེ་ཉན་ནི་ ལུས་ངན་ནི་ བང་ད་ མི་གུལ་ཚེས་སའི་ མེའ་, ཞོ་ ཉང་པ་ མེད་ཁན་གུན་ནིའང་ ཚུ་ལ་ ཚོ་ཁན་ནི་ མི་ཞིག་ ཡོད་གོས་།

⁸ ཉན་ན་ ཚོགས་ལ་, ཚེས་ཚོགས་སའི་ ཞབས་ཉོག་པ་ ལྷོའ་ རོད་ཁན་གུན་ནའང་ ཚུ་ལ་ཕན་ ཡོད་གོས་, དུན་ལ་ ཟང་པོ་ གུལ་ནེ་ རན་པ་ ཚོ་ཁན་, ཆང་ མང་པོ་ གུང་ཁན་ ཡང་ བེ་ནེ་ ཐོག་ནེ་ བབས་ཤན་ ཡོད་ མ་གོས་། ⁹ ཞོལ་གུན་ནི་ སེམས་སའི་ བང་ད་ རོངས་ མེད་པ་ ཉང་པའེ་ ཞབས་ཕན་ གང་པོ་གུན་ལ་ ལྷན་པོ་ ཐམས་ཉེ་ དུག་གོས་། ¹⁰ ཞབས་ཉོག་པ་ ཞིག་ ལྷོའེ་ མང་ ལུན་ལ་ ཞོལ་གུན་ནི་ ལྷོད་པ་གུན་ལ་ ཞིབ་སལ་ ཚེས་ཉེ་ ལྷ་གོས་། ཀལ་ཉེས་ ཞོལ་གུན་ ལྷོན་མེད་ཁན་ཞིག་ ཐོང་ན་, ཞོལ་གུན་ལ་ ཞབས་ཉོག་པའེ་ ལྷུལ་ལ་ ཞབས་ཉོག་ ལུ་ལུག་ཤིག་།

¹¹ ཉེན་ན་ ཚོགས་ལ་ ཚོས་ཚོགས་སི་ ཞབས་ཏོག་པ་གུན་ནི་ བ་མ་གུན་ནའང་ ཞན་མའི་ ཕྱི་མ་ ཡོད་ཁན་ནི་ ལྷ་མོ་ རིག་ ཡོད་གོས་ ,
ཡང་ ཞན་མ་གུན་ནི་ ལྷོད་པའི་ ལྷོར་ལ་ ངན་པ་ ཟེར་ མ་གོས་། རོང་གུན་ནི་ རང་སེམས་ རྩུན་ཉེ་ , ཡང་ ལས་ ཚོ་ཁན་ ཚང་མའི་
ནང་ང་ ཨིད་ཤེས་ཅན་ ཡོད་གོས་།

¹² ཞབས་ཏོག་པ་ རང་ངའི་ བ་མ་ ཉམ་པོ་ ཨིད་ཤེས་ཅན་ ཡོད་གོས་ , ཡང་ རོང་ རོ་རང་ངའི་ ལྷ་གུ་ དང་ ཁང་པའི་ རང་ང་ ལྷག་ཁན་
ཚང་མ་ལ་ གྲུལ་ལ་ ཚོས་ཉེ་ ལྷ་སྟོག་ ཚོ་གོས་། ¹³ གྲུལ་ལ་ ཚོས་ཉེ་ ཞབས་ཏོག་ ལྷ་ཁན་གུན་ལ་ , ཞན་མ་གུན་ནི་ ཀ་ནི་ ཕྱི་མ་ ཐོབས་ཉེ་
མང་ང་ ཉམ་པ་ ཉམ་པོ་ ཞན་མ་གུན་ལ་ མ་ཤི་ཀ་ ཡེ་བྱའི་ ལྷོར་ལ་ འད་ལུབ་ཨིན་།

སང་མའི་ དེན་བ་གུན་།

3:14-16

¹⁴⁻¹⁵ ཞན་ ང་ རྩོ་རང་ ཉམ་པོ་ གྲོགས་པ་ ལྷག་ཅེས་སི་ རེ་མ་ ཚོའད་ , ཨིན་ནའང་ ཀ་ལ་ཉེས་ ངའ་ ཡོད་ཅེས་ལ་ གོ་ར་ན་ , མི་ཞིག་
དགོན་མཚོག་གི་ རང་ཚངས་སི་ ལྷོའ་ ཀ་ལྷུག་གི་ ལྷག་གོ་ཤེས་པོ་ , རྩོ་རང་ང་ གྲུས་ ཚེས་ལ་ འི་ ལབ་ཞ་གུན་ སྲིའད་། ཉེ་
ནང་ཚངས་པོ་ བྱི་ དགོན་མཚོག་ སོན་པའི་ ཚོས་ཚོགས་པོ་ ཨིན་ནོག་ , ཀ་པོ་ དགོན་མཚོག་གི་ བཀའ་ གྲང་པའི་ ཀ་མ་ དང་ མག་ལྷན་
ཨིན་།

¹⁶ ཐེ་ཚོམས་ མེད་པ་ འི་པོ་ བྱི་ , ང་དང་གུན་ནི་ ཉད་པའི་ སང་མ་ ཚེ་ཤོག་པོ་ ཨིན་ནོག་།
མ་ཤི་ཀ་ མིའི་ ཐོབ་སྟེའི་ རང་ང་ ལྷོན་ཉེ་
 ལོང་ དགོན་མཚོག་གི་ ལྷས་ ཨིན་ཁན་པོ་ ཉམ་པའི་ ལྷག་ཉིད་དི་ ལྷན་ཉེ་ ,
 པོ་ཉ་གུན་ནི་ རལ་།
 ཡང་ གྲུལ་ཁམས་གུན་ནི་ རང་ང་ འད་ཉེ་
 རིག་ཉེན་ ཀའ་པའི་ རང་ང་ མི་ མང་པོ་ཞིག་གི་ ལོང་ང་ ཉད་པ་ ཚོས་།
 ཡང་ བམ་ཁའི་ རང་ང་ ཟེར་རྗེད་ ཉམ་པོ་ རྩེར་ར་ རོང་ཉེ་ ཨིན་།

ཟུམ་མའི་ ལོ་བ་བོན་གྲུབ་ནི་ གྲུབ་གལ་ལ་ སྤང་བྱུངས།

4:1-5

¹ ཉམ་པའི་ ཐུག་ཉིད་དེ་ སལ་པོ་ ཅོས་ཏེ་ མོལ་ཏེ་ དུག་, ཐལ་མའི་ ཉུས་ལ་ ཉད་པ་ ཅོ་ལན་ ཁ་ཅིག་གི་ ཁོ་རང་གྲུབ་ནི་ ཉད་པ་
སྤངས་ཏེ་ གོ་བ་སྐྱོར་ ཉང་ལན་ནི་ སེམས་ཉིད་ དང་ རྟུན་དེ་ ལལ་ལ་གྲུབ་ནི་ གྲུབ་ནི་ བྲངས་ཏེ་ ཆེན། ² ཏེ་ ལལ་ལ་གྲུབ་ ཁ་ཆོས་
ཅོ་ལན་ དང་ ཟུབ་ཇན་ གྲུབ་ནི་ ཀའི་ ཡོང་རོགས་, ཀའ་གྲུབ་ནི་ སེམས་པོ་ ་གི་ཏེ་ ཨིན་ པ་སང་, ཁོ་རང་གྲུབ་ནི་ སྤྲིག་པ་གྲུབ་ལ་ སྐྱོན་རྗོད་
ཅོལ་ མ་ལོག།

³ ཁོ་རང་གྲུབ་ནི་ ཉད་པ་ཅན་གྲུབ་ལ་ བག་སྐྱོན་ ཅོ་ཅེས་ དང་ ཁར་རི་ རིགས་ ཁ་ཅིག་ ཟལ་ མི་ཆོགས་ ཟེར་རོགས། ཨིན་ནའང་
དགོན་མཆོག་གི་ དེན་པ་ ་གིས་ཏེ་ ཉད་པ་ ཅོ་ལན་གྲུབ་ལ་ ཁོ་རང་ ཟལ་ཅེས་སེ་ རིགས་ ཆང་མ་ ཐུག་རྗེ་ཆེ་ ཉམ་པོ་, ཟལ་ལ་ ཅོལ་
རྗོད་ཏེ་ ཨིན་ལོག། ⁴ དགོན་མཆོག་གི་ ཅོལ་ རྗོད་ལན་ ཆང་མ་ ཟལ་པོ་ ཨིན་ པ་སང་, ར་དང་གྲུབ་ནི་ ཏེ་གྲུབ་ ཅིག་གའང་ སང་
མ་སང་ར་ ཐུག་རྗེ་ཆེ་ ཉམ་པོ་ ལེན་གོས། ⁵ ཅོལ་ཟེར་ན་ དགོན་མཆོག་གི་ བཀའ་ དང་ ར་དང་གྲུབ་ནི་ ཁོ་རང་ ཐུག་རྗེ་ཆེའི་
མོས་ལམ་མི་ ཞས་ཏེ་ ཏེ་གྲུབ་ ཟུང་མ་ ཅོལ་ རྗོད་ཏེ་ ཨིན་ལོག།

མ་གཤིག་ ཡེ་གུའི་ ཞབས་ཏོག་པ་ ཟལ་པོ་ཞིག་ གྱུར་ཅེས།

4:6-16

⁶ ཏི་མོ་ཐི་ ཀལ་ཏེས་ ཁྱོ་རང་དེ་ སྐྱུན་གྲུབ་ལ་ ཏེ་གྲུབ་ནི་ སྐྱོར་ལ་ ཉ་གོ་ཅུག་ན་, ཁྱོ་རང་ མ་གཤིག་ ཡེ་གུའི་ ཞབས་ཏོག་པ་
ལོས་པ་ཅན་ཞིག་ གྱུར་ཨིན་, ཀའ་པོ་ ཁྱོ་རང་དེ་ མི་ཆེའི་ བང་ར་ ཉད་པའི་ དེན་པ་གྲུབ་ ལོ་བས་ཏེ་, ལལ་ལ་ ཟལ་པོའི་ གྲུབ་ནི་
གྲུལ་ཅེས་པོའི་, ཤེད་ཅན་ གྱུར་ཏེ་ ཨིན། ⁷ རིན་ མེད་ལན་ དང་ དེན་པ་ མན་ལན་ནི་ ཅོས་མའི་ རུངས་གྲུབ་ནི་ སྐྱོར་ལ་ རིང་མོ་
ཉང་ཨིན་, ཁྱོ་རང་དེ་ ཉུས་ ཅོ་ལིག་གའང་ གོད་ལ་ མ་ཉང་ར་, དགོན་མཆོག་གི་ སྐྱོད་ལམ་མི་ བང་ར་ རང་དེ་ མི་ཆེ་ མང་ར་ ཡར་གྲུས་
ཆ་ཅུག་ཨིན་ སྤུ། ⁸ ཁྱོ་རང་ར་ འི་ ཟེར་ལོ་བོ་ གྲུས་ཡོད་ཏེ་ ཨིན་ལོག།

“ཕུལ་ཡངས་ ཕྱིས་ཏེ་ ཟུགས་པོའ་ ཡར་གྲུས་ ཙོ་ཙེས་པོའེ་
 ཡན་ཐོགས་ ཙོ་པེག་ ཡོད་ཏེ་ ཡིན་ནོག་།
 ཡིན་ནའང་ ཏེ་སང་ མང་ང་ ཡན་ཐོགས་ བེ་
 དགོན་མཚོག་གི་ སྤོད་ལམ་མི་ བང་ང་ ཡར་གྲུས་ ཙོ་ཙེས་པོ་ ཡིན་ནོག་།
 ཙོ་ཟེར་ན་ ཏེ་པོའེ་ ད་དང་གྲུབ་ལ་ འེ་ མི་ཚེ་ དང་
 ཤི་ཏེ་ སྤྱིང་ནེ་ ཐོབ་ཙེས་ཙན་ནེ་ མི་ཚེ་ ཉེས་གོའེ་ སེའ་
 ཡན་ཐོགས་ ཙོ་ཙེས་།”

⁹ ཏེ་ ཟེར་པོ་པོ་ ཡིད་ཤེས་ཙན་ ཡིན་ནོག་, ཡང་ ཚང་མའེ་ ཐེ་ཚོམས་ མེད་ད་, ཏད་པ་ ཙོ་གོ་ཤེས་ ཡིན་ནོག་། ¹⁰ ཏེ་ན་པོའེ་སེའ་
 ད་དང་གྲུབ་ནེ་ ཙོ་ཙེས་ ཙོ་ཙེས་ཏེ་ བར་དོ་ སྤྱིང་ར་ནོག་, ཙོ་ཟེར་ན་ ད་དང་གྲུབ་ནེ་ རེ་ལྷ་པོ་ བེ་, སོན་པོ་ དགོན་མཚོག་གི་ བང་ང་
 ཡོད་ཏེ་ ཡིན་ནོག་, ཀ་པོ་ མི་ཚང་མ་ དང་ མེག་སལ་ལེ་ ཏད་པ་ཙན་གྲུབ་ སྤྱོད་ཁབ་པོ་ ལྷགས་ཏེ་ ཡིན་།

¹¹ ཁོང་གྲུབ་ལ་ འེ་ ལབ་ལ་གྲུབ་ ཡོལ་, ཡང་ ཏེ་གྲུབ་ནེ་ག་ ལག་ལེན་ ཙོ་ཙེས་སེ་ བཀའ་ ཏོང་། ¹² རྩོ་རང་, ཏད་པ་ཙན་གྲུབ་ནེ་
 སེའ་ སྤེར་ ཏང་ཙེས་, མི་ཚེ་ སྤྱིང་ཙེས་, ཙམས་པ་ ཙོ་ཙེས་, ཏད་པ་ ཡང་ ཕར་མའེ་ ཐོག་ནེ་ སྤེ་ཞིག་ག་ སྤྱིང་། ཀ་ལ་ཏེས་ ཏེ་ཟུག་
 ཙོ་ན་ ཁོང་གྲུབ་ནེ་ ལུ་ལུ་ ཡིན་ནོག་ སམས་ཏེ་ ཁོ་རང་ ཕེ་ལྷ་ ཙོ་ཙེས་སེ་ བང་ང་ ཐེ་ཚོམས་ མི་ཙོ་། ¹³ ང་ ཡོང་ཡོང་ ཚག་པ་,
 རྩོ་རང་འི་ ཏུས་ མང་ཚེང་ ཚོས་ཚོགས་སེ་ ཏུན་ལ་ ཏམ་པའེ་ སྤྱིང་ར་ལས་ སེལ་ཙེས་ ཡང་ ཚོས་ཤད་ཙེས་ དང་ དགོན་མཚོག་གི་
 དེན་པའེ་ སྤོད་ལ་ ལབ་ཙེས་སེ་ བང་ང་ སྤྱིང་།

¹⁴ རྩོ་རང་ དགོན་མཚོག་གི་ སལ་ཁབ་ནེ་ ལུད་པོ་ གོད་ལ་ ཚ་ མ་ལུག་, ཀ་པོ་ རྩོ་རང་ ཚོས་ཚོགས་སེ་ ལུ་སྤོད་གྲུབ་ནེ་
 རྩོ་རང་འི་ག་ ཁོང་རང་གྲུབ་ནེ་ ཚག་གྲུབ་ པོར་ཏེ་, རྩོ་རང་འི་ སྤོད་ལ་ ལུང་སྤྱིང་གྲུབ་ སལ་ ཟེ་ ཐོབ་། ¹⁵ ངའེ་ ལབ་ལ་གྲུབ་ལ་
 སྤྱིང་ པོར་ཏེ་, སྤྱིང་ གང་པོ་ ཉམ་པོ་ ལག་ལེན་ ཙོ་ས་, ཏེ་ནེ་ མི་ཚང་མའེ་ རྩོ་རང་ སམས་ཉིད་དེ་ ཐོག་ནེ་ ཡར་གྲུས་ ཚལ་ཁབ་པོ་,
 ཐོང་ སྤབ་ཡིན་། ¹⁶ རྩོ་རང་འི་ མི་ཚེ་ སྤྱིང་ཙེས་ ཡང་ རྩོ་རང་འི་ ལབ་ལ་གྲུབ་ལ་ སྤྱིང་ཙན་ ཙོ་ས་, ཏུས་གྲུབ་ ཏེ་ཙོགས་ ཙོ་ཡིན་

དུག་ཤིག་། ཀལ་ཉེས་ ཉེ་ཟུག་ ཙོན་, རང་ཇི་ མི་ཚོ་ དང་ རྩོ་རང་ཇི་ ལབ་ལ་ ཉན་ལན་གྲུན་ནི་ མི་ཚོའང་ སྐྱབ་ཨིན།

5

གད་མི་ དང་ ཨ་ནེ་མ་རང་མོ་ གྲུན་ནི་ སྐྱར་ལ་ ལབ་ལ།

5:1-16

¹ མི་ ཚེ་མི་ཞིག་ག་ ཁའ་སྐྱེས་ཉེ་ སྤེར་ མ་ཉང་ང་, ཁོའང་ རང་ཇི་ ཨ་བ་ ཙོགས་ སམས་ཉེ་ དེན་བའེ་ ལམ་མི་ཀ་ གྲུལ་ཅེས་ལ་
སྐྱོས་པ་ ཉོང་, ཡང་ ལུ་ལུ་གྲུན་ལ་ རང་ཇི་ རོ་ ཙོགས་ སོམ། ² ཉེན་ན་ ཙོགས་ལ་ གུ་མོ་ ཚེ་མི་གྲུན་ལ་ རྩོ་རང་ཇི་ ཨ་མ་ ཡང་ གུ་མོ་
ན་ཚུང་གྲུན་ལ་ སམས་ ཟུང་མ་ ཉམ་པོ་ རང་ཇི་ སྤིང་མོ་ ཙོགས་ སོམ།

³ ཨ་ནེ་མ་རང་མོ་ ལྷ་སྟོག་ ཙོ་ལན་ མེད་ལན་གྲུན་ལ་, ལྷ་སྟོག་ ཙོས་ཉེ་ ཕྱི་མ་ ཉོང་། ⁴ ཨིན་ནའང་ ཀལ་ཉེས་ ཉེ་
ཨ་ནེ་མ་རང་མོ་བོའང་ སྤུ་གུ, ཡ་ ཚའོ་, ཚའོ་ ཡོད་ན་, ཁོང་གྲུན་ནི་ རང་ཇི་ བང་མི་གྲུན་ལ་ ལྷ་སྟོག་ ཙོས་ཉེ་ གོ་མ་ ཁོ་རང་གྲུན་ནི་
ཉང་པ་བོ་ ལག་ལེན་ནི་ བང་ང་ རྩོང་ གོ་ཤེས་ ཨིན་ནོག་། པ་མ་ ཨ་བི་ དང་ མེ་མེ་ གྲུན་ལ་ ལྷ་སྟོག་ ཙོས་ཉེ་ ཁོང་གྲུན་ནི་ གྲིན་ལན་
ལོག་ལན་གྲུན་ནི་ ལས་པོའང་ དཀོན་མཚོག་ སྤུགས་དད་ད་ རོད་ད་ལོག་།

⁵ ཉ་ བང་ཚངས་ མེད་པ་ ཙོག་པོ་ ལུས་ལན་ནི་ གུ་མོ་, ཁོ་རང་ཇི་ རེ་མ་ དཀོན་མཚོག་གི་ བང་ང་ བོར་ཉེ་, ཉེན་ཚན་ མེད་པ་ རོགས་
ཙོའང་ རོད་ ཟེར་ཉེ་ མོས་ལམ་ ལྷུ་ལན་བོ་ བོ་ རོས་མའེ་ ཨ་ནེ་མ་རང་མོ་ ཨིན་ནོག་། ⁶ ཨིན་ནའང་ རང་དོད་ གྲུབ་ཅུག་ཅེས་སི་ བང་ང་
མི་ཚོ་ སྤུང་ལན་ནི་ ཨ་ནེ་མ་རང་མོ་གྲུན་ སོན་ཉེའང་ ཡོད་ཉེའང་, སམས་ཉིད་དི་ ཐོག་ནི་ ཤི་ཉེ་ ཨིན་ནོག་། ⁷ སུ་ཞིག་གིའང་
ཉང་པ་ཙན་གྲུན་ནི་ གྲུབ་གལ་ལ་ སྐྱོན་ ཀལ་ མི་ཉན་ཅེས་སི་ མེའང་, ཉེ་ ལབ་ལ་གྲུན་ ཉོང་།

⁸ ཨིན་ནའང་ རང་ཇི་ ཉེན་གྲུང་གྲུན་ལ་, མིག་སལ་ལི་ ཁོ་རང་གྲུན་ནི་ བང་མི་གྲུན་ལ་ ལྷ་སྟོག་ མ་ཙོ་ལན་གྲུན་ནི་ ཁོ་རང་ཇི་ ཉང་པ་
ཡངས་ཉེ་ ཨིན་ནོག་། ཉེ་ཙོགས་སི་ མི་གྲུན་, ཉང་པ་ མེད་ལན་ནི་ སང་ གུའང་ ཨིན་ནོག་།

⁹ རོགས་ ཙོ་གོ་ཤེས་སི་ ཐོའེ་ བང་ང་ མིང་ ཅུགས་ཉེ་ ཡོད་ལན་ནི་ ཨ་ནེ་མ་རང་མོ་བོ་: ཁོ་རང་ཇི་ མག་པ་ ཉམ་པོ་ ཨིད་ཤེས་ཙན་,
ཁོའེ་ ལོ་ སྤུག་ཅུ་ ཡ་ མང་ང་, ¹⁰ ལས་ ཟེར་བོ་གྲུན་ནི་ ལས་ཉེ་ མིང་ཙན་, སྤེར་ན་ སྤུ་གུ་གྲུན་ གྲུལ་ལ་ ཙོས་ཉེ་ ལུན་ཅུག་ལན་,

ཤེས་པ་གྲུབ་ལ་ གལ་སྲིད་ ལྷན་པ་ཚན་གྲུབ་ལ་ དམ་མོ་ ཉམ་པོ་ ཞབས་ཏོག་ ལྷན་པ་, རྟུག་པ་ལ་ བར་པ་ ཡོད་ལན་གྲུབ་ལ་
རོགས་ ཚོ་ལན་, ཡང་ ལས་ ཟང་པོའི་ རིགས་ ཚང་མ་ ཚོ་ཅེས་ལ་ གྲལ་གྲིག་ རྟུག་ལན་། ཉེ་ རྫོང་པ་ ཚང་མ་ ཁོའི་ བར་པ་ ཡོད་གོས་།

¹¹ ཨིན་ནའང་ མིང་ཐོའི་ བར་པ་ ཨ་ཞེ་མ་རང་མོ་ བ་རླུང་གྲུབ་ ཡོང་ མ་གོས་, ཅིའ་ཟེར་ན་ ཁོང་གྲུབ་ནི་ ཟུགས་པོའི་ ཉོད་པའི་
ཡང་རྒྱུར་ བག་རྫོན་ ཚོ་ཉིན་གྲོས་ པ་སང་ མ་ཤི་ཀའ་ ཞབས་ཏོག་ ལྷ་ཅེས་སི་ ཁ་ཚད་དེ་ བར་པ་ རྣམ་སྤྱིལ་ རྫོང་ང་ལོག་། ¹² ཉེ་ནི་
ཁོང་གྲུབ་ནི་ རྣམ་ལ་ ཁ་ཚད་ ཚོས་ལན་པོ་ ཅགས་པ་ ཁོ་རང་གྲུབ་ནི་ཀ་ བྲིམས་ཅད་ རྫོང་ང་ལོག་། ¹³ ཡང་ ཀལ་ཉེས་ ཁོང་གྲུབ་
མིང་ཐོའི་ བར་པ་ ཡོད་ན་, ཁོང་གྲུབ་ ལས་མི་ལམ་ གྱུར་ཉེ་ ཁང་པ་ ཅིག་ནི་ ཅིག་གི་ བར་པ་ སླེར་མེན་ ཉང་ཨིན་, ཁོ་རང་གྲུབ་ནི་
རྟུག་གྲུབ་ ཡུང་ཨིན་, ཞན་མ་ མི་གྲུབ་ནི་ ལས་སི་ བར་པ་ ཐེས་སྟོག་, ཡང་ ཉང་གོས་ མེད་ལན་ནི་ སླེར་ རིག་གའང་ ཉང་ཨིན་།
¹⁴ སོང་པ་སང་ ཉེ་ ཨ་ཞེ་མ་རང་མོ་ བ་རླུང་གྲུབ་ལ་ ཡང་རྒྱུར་ བག་མ་ ཚོས་ཉེ་ རྟུག་ རོར་ཅུག་ཅེས་, ཡང་ ཁོ་རང་གྲུབ་ནི་ ཁང་པའི་
སྟོ་སྟོག་ ཚོ་ཅེས་ལ་ ངའི་ ཁ་དང་ ཉང་ངད་། ཉེ་ནི་ གྲའོའི་, ཁོང་གྲུབ་ནི་ གྲལ་གལ་ལ་ ཅི་ཞིག་གའང་ ཟེར་ མི་ཉན་། ¹⁵ ཅིའ་ཟེར་ན་
ཨ་ཞེ་མ་རང་མོ་ བ་རླུང་ ཁ་ཅིག་ ད་ཀོན་མཚོག་ག་ གྲལ་ གྱུར་ ཚར་ཉེ་ ཤེ་ཉན་ནི་ གྲལ་ནི་ གྲལ་རྟུག་།

¹⁶ ཀལ་ཉེས་ གུ་མོ་ ཉང་པ་ཚན་ཞིག་ག་, ཨ་ཞེ་མ་རང་མོ་ ཉེན་གྲུང་ རིག་ ཡོད་ན་, ཁོའི་ ཁོང་གྲུབ་ལ་ རྟོ་སྟོག་ ཚོ་གོས་, ཡང་ ཉེ་
ལག་པོ་ ཚོས་ཚོགས་སི་ཀ་ ཀལ་ མ་གོས་། ཉེ་ནི་ ཚོས་ཚོགས་སི་ རོས་པོའི་ ལྷའ་ལན་ མེད་ལན་ནི་ ཨ་ཞེ་མ་རང་མོ་གྲུབ་ལ་ རྟོ་སྟོག་
ཚོ་ཉན་ཨིན་།

ཚོས་ཚོགས་སི་ རྟོ་སྟོང་གྲུབ་ནི་ རྫོང་།

5:17-6:2

¹⁷ ཚོས་ཚོགས་སི་ ལས་ ཚོ་ལན་ནི་ རྟོ་སྟོང་གྲུབ་ལ་ ཅི་ལ་ དང་ རོགས་ ཚོ་གོ་ཤེས་ ཨིན་ལོག་, མིག་སལ་ལི་ ཚོས་ཤད་ཅེས་ དང་
ལབ་ལ་ ཉང་ཅེས་སི་ བར་པ་ ཚོན་གྲུས་ སྲན་ཉེ་ ཚོ་ལན་གྲུབ་ལ་། ¹⁸ ཅིའ་ཟེར་ན་ སྲུང་རབས་སི་ བར་པ་ “འོ་རང་གྲུབ་ནི་ ཡུལ་ཐག་ག་

སྐྱོང་ཁན་ནི་ ལང་ཏོང་ ཟེང་ཅེས་ནི་ ཁའ་ ཀག་ མ་གོས་”†† ཡང་ “ལས་ ཚོ་ཁན་གྲུན་ལ་ ཐོགས་སེ་ འོས་པ་ ཨིན་ལོག་”## མོལ་ཏེ་
དུག།

19 འཕྲོད་ཞིག་གི་ གྲུབ་གལ་ལ་ སྐྱོན་རྐྱེན་ ཅོང་དན་, ཁོང་གྲུན་ལ་ ཏེ་ཏེ་ཚོག་པ་ མ་ཉན་, བམ་ཚོག་པ་ སྤང་པོ་ ཉེས་ ཡ་ སུམ་མི་
ཏེ་པོའི་ སྐྱོང་ལ་ ཉན་ཉན་ མི་ཚོ། 20 སྤྲིག་པ་ ཚོ་ཁན་ནི་ འཕྲོད་ཁྲུན་ལ་ ཚོས་ཚོགས་ གང་པོའི་ དུན་ལ་ ཁའ་སྐྱེ་གོས་; འི་པོ་
ཞན་མ་གྲུན་ལའང་ ལྷ་མ་ཞག་ ཚེན་མོ་ཞིག་ གྱུར་ཨིན།

21 ང་ པ་འཕྲུའི་ ཏེ་མོ་ཐི་ རྩོ་རང་ང་ དགོན་མཚོག་, མ་ཤི་ཀ་ ཡེ་ལུ་ དང་ དགོན་མཚོག་གི་ ལྷ་མ་མ་ རྩད་ཁན་ནི་ ཐོ་ཉ་གྲུན་ནི་
དུན་ལ་ འི་ ལའ་ཞ་གྲུན་ལ་ ཁའ་ ཉན་ཏེ་ སུ་ཞིག་གའང་ ཚོག་རིས་ མ་ཚོའང་, ལག་ལེན་ ཅོ་ཅེས་ལ་ བཀའ་ ཉང་ངད།

22 ཚོས་ཚོགས་སེ་ འཕྲོད་ ལྷ་མ་ཅེས་སེ་ བང་ང་ བང་གྲུགས་ མ་ཉང་, ཀལ་ཉེས་ ཉང་ན་ ཏེ་ཞེ་ ཁོའི་ སྤྲིག་པའི་ བང་ང་
རྩོ་རང་ངའང་ དེས་ཨིན། རྩོ་རང་ རང་དང་རང་ ཅུང་མ་ བོར།

23 རྩུ་ རྩུང་ སྤང་ཨིན་ མི་དུག་, རྩོ་རང་འི་ སྲོད་པའི་ བན་ཐོགས་སེ་ སིའི་ སྐྱུན་ཚང་ ཉུ་དུན་ རིག་གའང་ སུང་, ཅིའི་ཟེང་ན་
རྩོ་རང་ང་ ཟུ་མོ་ ཡོང་ཨིན་ དུག་དུག།

24 མི་ ཁ་ཅིག་གི་ སྤྲིག་པ་གྲུན་ སལ་པོ་ ཐོང་ང་ལོག་, ཁོང་གྲུན་ནི་ སྤྲིག་པ་གྲུན་ དགོན་མཚོག་གི་ འཕྲེམས་ཅད་ རྩད་སའི་ བས་ས་
ཁོང་གྲུན་ནི་ སང་ སྐྱུན་ལ་ ལའ་ཨིན། ཨིན་ནའང་ ཞན་གྲུན་ནི་ སྤྲིག་པ་གྲུན་ ཉིང་ཞེ་ མ་ཞེ་ མི་སྡོན། 25 ཏེན་ན་ ཚོགས་ལ་ མི་
ཁ་ཅིག་གི་ ལས་ ཟང་པོ་གྲུན་ སལ་པོ་ ཅོས་ཏེ་ ཐོང་དུག། ཨིན་ནའང་ ཀལ་ཉེས་ སང་མའི་ བང་ང་ ལས་ ཟང་པོ་ ཅོ་ན་, འི་གྲུན་
ཏུས་གྲུན་ནི་ སིའི་ སྤྲིག་ཏེ་ བོར་ མི་ཉན།

6

† 5:18 བཀའ་འཁེལ་ས་ ཉེས་པ་ 25:4

‡ 5:18 ལུ་ཀ་ 10:7

¹ དཀོན་མཚོག་གི་ ཚན་ དང་ ཁོང་འི་ ལབ་ཞ་གུན་ལ་ བྲེལ་བ་ མི་ཁྱོད་ཅེས་སུ་ སྡེ་, ཉང་པ་ཅན་ ཚེ་ཡོག་ ཚང་མའེ་ ཁོ་རང་གུན་ནི་
 སློན་བོ་གུན་ལ་ གྲུལ་ལ་ ཅོས་ཏེ་ ཕྱི་མ་ ཅོ་གོ་ཤེས་ ཡིན་ལོག་། ² ཀལ་ཏེས་ ཁོང་གུན་ནི་ སློན་བོ་གུན་ ཉང་པ་ཅན་ རིག་ ཡིན་ན་,
 ཏེ་བོ་ ཕྱི་མ་ ཉུང་ན་ ཅོ་ཅེས་སུ་ གྲུ་ཞིག་ ཡོང་ མ་གོས་། ཡིན་ནའང་ ཏེ་ ཚེ་ཡོག་གུན་ནི་ ལས་ མང་ང་ གྲུལ་ལ་ ཅོ་གོ་ཤེས་ ཡིན་ལོག་,
 ཅིའ་ཟེར་ན་ ཁོང་གུན་ནི་ ཕྱོན་གྲུས་སུ་ སན་ཐོགས་པོ་ ཁོ་རང་གུན་ནི་ ཡ་ཤ་ ཅོ་ཁན་ ཉང་པ་ ཡོད་ཁན་གུན་ལ་ ཐོབ་ཏེ་ ཡིན་ལོག་།
 ཏི་མོ་ཐི་, ཉང་པ་ཅན་གུན་ལ་ ཏེ་ ལབ་ཞ་གུན་ ལབས་ཏེ་ ཁའ་ ཉན་ཅེས་ལ་ སློས་པ་ ཏོང་།

ཟུས་མའེ་ ལབ་ཞ་ དང་ དེན་བའེ་ གྲུ་ཞོར་།

6:3-10

³ མི་ ཁ་ཅིག་གི་ ང་ཏེ་ ལབ་ཞ་གུན་ལ་ གྲུབ་གལ་ ཅོ་སྤྱད་ཅེས་ ཡིན་ལོག་། ཡིན་ནའང་ འི་གུན་ གཙུ་བོ་ ཡེ་གུ་ མ་གྱི་ཀའེ་ ལབ་ཞ་
 ཟང་བོ་གུན་ ཡིན་ལོག་, ཀའ་བའེ་ ང་དང་གུན་ལ་ དཀོན་མཚོག་གི་ ལམ་མི་ བང་ང་ ལྷན་ ལུག་གུ་ལོག་། ⁴ ཏེ་ཅོགས་སུ་ མི་གུན་
 བོ་སོ་ཅན་ དང་ ཉམ་གོ་ཁན་ གུན་ ཡིན་ལོག་། ཁོང་གུན་ནི་ སན་མི་ཐོགས་སུ་ འོབས་པའེ་, ཁོང་གུན་ནི་ སླེ་རའེ་ ཏོན་ཏག་གི་ཀ་
 རིང་མོ་ དང་ ཐུབ་བའོག་, ཏེ་བའེ་ ཚིགས་ཅེས་, བོ་སྤྱད་ཅེས་, ཞན་མའེ་ སྤྱོད་པའེ་ སྐོར་ལ་ ངན་པ་ ཟེར་ཅེས་, ཡང་ ཞན་མའེ་
 སྐོར་ལ་ སམ་བ་ ངན་པ་ གུན་ ལྷན་ ལུག་གུ་ལོག་། ⁵ ཏེ་གུན་ནི་ ཏུས་གུན་ མི་གུན་ནི་ སྤོའ་ རིང་མོ་ ཆའ་ ལུག་གུ་ལོག་། ཁོང་གུན་ལ་
 དེན་པ་ དང་ ཟུན་བའེ་ བྲུད་ མ་ཤེས་པ་, དེན་པ་ ཚོགས་ལ་ རང་འི་ གྲུབ་གྲུང་ཏེ་ ཡིན་ལོག་། ཁོང་གུན་ནི་ ཁོ་རང་གུན་ ལུག་པོ་
 གྲུང་ཅེས་སུ་ སྡེའ་ དཀོན་མཚོག་གི་ ལམ་མི་ཀ་ གྲུལ་ཟུན་ ཉང་ང་ལོག་།

⁶ སེམས་སུ་ བང་ང་ ཞི་དེ་ དང་ དཀོན་མཚོག་གི་ ལམ་མི་ཀ་ གྲུལ་ཅེས་སུ་ རོད་པ་ ཡོད་ཅེས་པོ་ ཁོ་རང་, ཅིན་ལབས་ ཚེན་མོ་ཞིག་
 ཡིན་ལོག་། ⁷ ཅིའ་ཟེར་ན་ ང་དང་འི་ འི་ རིག་ཏེན་ནི་ བང་ང་ ཅའང་ བྲུང་ཏེ་ མ་ཁྱོདས་, ཡང་ འི་ཀའེ་ ཅའང་ བྲུང་ཏེ་ ཆའ་ མི་ཉན་།

⁸ ཏེ་བའེ་ཕིའ་ ང་དང་གུན་ལ་ ཟ་གུ་ དང་ གོན་གུ་ ཡོད་ན་ ཏེན་ན་བོའ་ ཚིམས་ གོ་ཤེས་ ཡིན་ལོག་།

⁹ ལུག་པོ་ གྲུར་ར་ ཐད་ཁན་གུན་ ཚོད་ལྷའེ་ བང་ང་ གྲུལ་ཏེ་, ཏོན་མེད་ དང་ རོད་སྐྱུལ་ཁན་ནི་ རོད་པ་ གུན་ནི་ བང་ང་ ཁད་དེ་ལོག་,
 ཀའ་བའེ་ ཁོང་གུན་ ཞིག་ཏེ་ མེད་ཁན་ ཆ་ལུག་གུ་ལོག་། ¹⁰ ཅིའ་ཟེར་ན་ རོར་འི་ རོད་པ་ བེ་ ངན་པའེ་ རིགས་ ཚང་མའེ་ ཕྱའ་མ་

ཡིན་ལོག་། ཡང་ རོར་དོད་ སྐན་ཏེ་ ཡོད་ཁན་ ཁ་ཅིག་ ཉང་པའེ་ ཀའེ་ མ་ ཐག་ཤིང་ ལུང་ཏེ་ སོང་ཏེ་ ཁོ་རང་གུན་ནི་ སྡེའ་ མང་ང་

རྟུག་ངལ་གྲུན་ རྩུངས་ རྩུགས་ཏེ་ ཨིན་ལོག་།

པ་ལུ་ལུའི་ སློང་རྟུག་གི་ ལབ་ལ་གྲུན་།

6:11-21

11 ཏི་མོ་ཐི་, རྩོ་རང་ དགོན་མཚོག་གི་ ཞབས་ཏོག་ ལྷ་ཁབ་ནི་ མི་ཞིག་ ཨིན་ པ་སང་, ཏེ་ རན་པའི་ ལས་ ཚང་མའི་ ཀའི་ ཤོར་ཏེ་
 སོང་། ཨིན་ནའང་ གྲང་པོ་, དགོན་མཚོག་གི་ ལམ་མི་ཀ་ གྲུལ་ཅེས་, ཨིད་ཤེས་, ཅེས་པ་, ཏད་པའི་ བང་ར་ སྟན་པོ་ རྟུག་ཅེས་ དང་
 པས་མོ་ མི་ཚོ་ཞིག་གི་ སློང་རང་ནི་ བང་ཏོང་། 12 རང་རི་ ཏད་པ་ སྟོབ་ཅེས་སི་ སིལ་ གྲུལ་ལ་ ཅོས་ཏེ་ ལོ་ལ། དགོན་མཚོག་གི་ རྩོ་རང་
 བོད་ད་ རྩོ་ལའན་ནི་ ཐལ་མེད་པའི་ མི་ཚོ་བོལ་ སྟན་ཏེ་ ཐལས་ཏེ་ རྟུག་, ཀ་པོ་ རྩོ་རང་རི་ ཡེ་གུའི་ བང་ར་ ཨིད་ཤེས་ ཅོ་ལའན་ནི་ སྟན་པོ་
 ཏད་པ་ཅན་ མང་པོའི་ རྟུན་ལ་ ཏངས། 13 ཡང་ ཚང་མ་ལ་ སྟོག་ སལ་ལའན་ནི་ དགོན་མཚོག་ དང་ བོན་ཏིའུ་ སི་ལ་ཏུའི་ རྟུན་ལ་
 སྟན་པོ་ ཟང་པོ་ སལ་ལའན་ནི་ མ་ཤི་ཀ་ ཡེ་གུ་ ཉིས་ཀོའི་ སྟན་རྟུན་ལ་ རའི་ རྩོ་རང་ར་ འི་ བཀའ་ ཏད་རད། 14 ར་དང་རི་ གཙོ་བོ་
 ཡེ་གུ་ མ་ཤི་ཀ་ ལོགས་ཏེ་ ཐེབས་ཐེབས་ ཚག་པ་ རྩོ་རང་རི་ རོང་རི་ བཀའ་ ཐེ་ཚོམས་ མེད་པ་ སྟུང་། 15 ཏ་ ཏེན་ན་ ལྷ་མ་
 རྩོ་ལའན་ནི་ ཏུས་པོའི་ཀ་ དགོན་མཚོག་, གྲུལ་པོ་གྲུན་ནི་ གྲུལ་པོ་ དང་ གཙོ་བོ་གྲུན་ནི་ གཙོ་བོ་, ཅིན་ལབས་ཅན་ནི་ གྲུན་མང་
 ཅིག་པོའི་, མ་ཤི་ཀ་ བས་ལའན་ནི་ སྟོན་ རྩུག་གི་ རྩོ་ཨིན། 16 དགོན་མཚོག་ ཅིག་པོ་ བེ་ མ་ནི་ མི་གྲོངས་, སྟུང་ ཚ་ མི་ཉན་ཅེས་སི་
 རོད་དི་ བང་ར་ རོང་ ལྷགས་ཨིན་, རོང་ སུ་ཞིག་གིའང་ མ་ནི་ མ་ཇལ་གྲུག་ ཡ་ ཇལ་ མི་གྲུབ། ཚང་མའི་ རོང་ར་ ཕི་མ་ ཅོ་ཤིག་,
 ཡང་ རོང་རི་ མང་གྲུན་ ཏུས་གྲུན་ ལུས་ཤིག། ཨ་མེན།

17 འི་ རིག་རྟེན་ནི་ བང་ར་ ཡོད་ལའན་ནི་ ལྷག་པོ་གྲུན་ལ་ རོང་ར་གྲུན་ནི་ ལོར་གྲུན་ནི་ཀ་ པོ་སོ་ དང་ ཨིད་ཤེས་ མ་ཙོ་ ཟེར་ཏེ་ ལོབ་,
 ཀ་པོ་ ལ་མོ་ ཉམ་པོ་ མེད་ལན་ ཚལ་ ཉན་ན་ལོག། ར་དང་རི་ སྟོན་པོའི་ སིལ་ སྟོས་དོམ་གྲུན་ སྟོང་ ཐེས་ཏེ་ སལ་ལ་ རྩོ་ལའན་ནི་
 དགོན་མཚོག་གི་ བང་ར་ རོང་གྲུན་ནི་ ཨིད་ཤེས་ ཡོང་གོས། 18 རོང་གྲུན་ནི་ བེ་ནི་གྲུན་ ལས་ ཟང་པོའི་ བང་ར་ སྟུག་ཅེས་, ལས་
 ཟང་པོའི་ བང་ར་ ལྷག་པོ་ གྲུང་ཅེས་, སྟོས་དོམ་ ཡོད་ལའན་གྲུན་ནི་ སིལ་ སྟོང་ ཐེས་ཏེ་ ཏད་ཅེས་, ཏུས་གྲུན་ ཞན་མ་ ཉམ་པོ་
 བགོ་ཅེས་སི་ བང་ར་ གྲུལ་གྲིག་ རྟུག་ཅེས་ལ་ ཟེར། 19 ཏེ་རྩུག་ ཅོ་ཅེས་པོའི་, རོང་གྲུན་ནི་ ཡོང་ཅེས་ཅན་ནི་ ཏུས་སི་ སིལ་
 རོང་ར་གྲུན་ལ་ བས་ལའན་ བང་ར་ མག་ལྷན་ སྟན་པོ་ ཅོགས་ལ་ བང་རྩོད་ སགས་ཏེ་ བོར་ཨིན་, ཏེ་ནི་ རོང་གྲུན་ནི་ དེན་པའི་

ངོས་མའེ་ མི་ཚོ་བོ་ བམས་ སྲུབ་ཨིན།

²⁰ ཉི་མོ་ཐི་, དགོན་མཚོག་གི་ རྩོ་རང་ངི་ ལག་ག་ ལྷད་ད་ རྩོ་ལམ་གྱུན་ལ་ གྲུལ་ལ་ ཅོས་ཉེ་ སྲུང་སྐྱོབ་ ཅོས། དན་པའེ་

སྤེར་གྱུན་ནི་ བང་ང་ དེས་ མ་དེས་, ཀ་བོའ་ མི་ ལ་ཅིག་གི་ རོར་ཉེ་ ཡོན་ཉན་ ཟེར་རད།

²¹ འེ་ཅོགས་སི་ མམ་བ་ མེད་ལན་ནི་ གྲུབས་གྱུན་ནི་ གྲུབ་ནི་ གྲུལ་ཉེ་ མི་ ལ་ཅིག་ དེན་པའེ་ ཉད་པའེ་ ཀ་ནི་ ཐག་རིང་ང་ རོར་ཉེ་

ཨིན་ནོག།

དགོན་མཚོག་གི་ སྲུག་རྩེ་ རྩོ་ལྷ་གྱུན་ལ་ མལ་ལ་ རྩོ་ཤིག།