

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).

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

ལྷ་ཅེས་ གྲུང་ཉེ་ རྩམ་མི་ ཁོ་རང་འི་ མི་ཚེ་ བང་དང་ དགོན་མཚོག་གི་ བཀའ་ དང་ བཀའ་ཁྲིམས་གྲུན་ དྲན་དྲའ་ གྲུབ་ཚུགས་པ་ལོ་ སྤྱི་ཚེ་
 བྲི་ཁན་པོའི་ སལ་པོ་ ཅོས་ཉེ་ ཨིན་ལོག་། དགོན་མཚོག་གི་ བྲུག་ཉིད་འི་ རྩམ་མི་ བང་དང་ གྲུང་ཇ་ ཁྲོད་སུ་ཉེ་ ཁོ་ ཞན་གྲུན་ནི་ མིའ་
 ཅིན་ལའངས་ཅན་ གྲུང་ཁན་པོ་ སྤྲན་ལ་ལོག་། པོ་འབྲེ་ སྤྱིང་རྗེ་ཅན་ དང་ སྤྱིང་ མེས་ཉེ་ ཉང་ཁན་ དགོན་མཚོག་གི་ ཅམས་པ་ དང་
 ཁོ་རང་འི་ རིགས་ དང་ ཁོ་རང་འི་ བཀའ་ཁྲིམས་གྲུན་ ཁའ་ཉན་ཉེ་ མི་ཚེ་ སྤྱད་ཁན་ མི་ ཨིན་ཁན་པོ་ སྤྲན་ལ་ལོག་། མག་པ་ ཤི་ཉེ་ ཅི་ཚང་མ་
 མེད་ཁན་ ཚལ་ཁན་ནི་ སྤྱ་མོ་ རྩམ་ དང་ ལྷ་འོ་མིའ་ པོ་འབྲེ་སི་ སྤྱིང་རྗེ་ སྤྲན་ལ་ ཉལ་བ་ཅན་ དང་ མག་པ་ ཤི་ཁན་ གྲུན་ལ་ ལྷ་ཅེས་
 ཡང་ དགོན་མཚོག་གི་ བཀའ་ཁྲིམས་ བང་ཞིན་ ཁོའི་ ཁག་པོ་ གྲུབ་ཚུགས་ཉེ་ ཁོ་རང་འི་ ཉེན་གྲུང་གྲུན་ནི་ སྤྲོ་སྤྲོག་ ཅོས་ཉེ་ ཁོའི་
 སེམས་ དགོན་མཚོག་གི་ བྲུག་གོངས་ བང་ཞིན་ གྲུལ་ཁན་པོ་ ལན་ མང་པོ་ སྤྱོན་ཚུགས་། པོ་འབྲེ་ དང་ རྩམ་མི་ ཅོ་ཁན་ ལས་གྲུན་
 གྲུང་ཉེ་ ཁོང་གྲུན་ དེན་བ་ ཡ་མ་ དགོན་མཚོག་གི་ གྲུབ་ནི་ གྲུལ་ཁན་ སྤྲན་ལ་ལོག་ བམ་ ཨིས་ར་ཨེལ་པ་ མང་པོའི་ ཉེ་ཅོགས་ མི་ཚེ་
 སྤྱད་ད་ མེད་པེན་།

1

རྣམ་མཁན་ དང་ རྩམ་།

1:1-22

¹ ཨིས་ར་ཨེལ་ལི་ བང་དང་ སྤྱོད་ཁན་ གོ་བྲིད་གྲུན་ནི་ མང་སྤུལ་ལི་ ཏུས་ ལུ་གོ་ རྩུང་, ཡ་རྩུང་འེ་ ཡུལ་རྫོང་སེ་ བེད་ལེ་ཉེམ་པ་
 མི་ཞིག་ ཁོང་རང་འི་ བམ་ དང་ སྤྱི་ཚེ་ ཉེས་གོ་ བྲིད་ཉེ་ མོ་འབྲེ་འི་ ཡུལ་ལ་ རྒྱག་གལ་ རོང་། ² ཉེ་ མི་པོའི་ མིང་ ཨེ་ལི་མེ་ལེག་
 ཨིན་པེན་, ཁོའི་ བམ་ ལྷ་འོ་མི་ ཡང་ མཉམ་ལོན་ དང་ གི་ལི་འོན་ ཁོའི་ སྤྱི་ཚེ་གྲུན་ ཨིན་པེན་། ཁོང་གྲུན་ ཡ་རྩུང་འེ་ ཡུལ་རྫོང་སེ་
 བེད་ལེ་ཉེམ་ནི་ ཨེ་མ་འེད་ མིང་གྲུང་ནི་ ཨིན་པེན་ ཡང་ ཁོང་གྲུན་ མོ་འབྲེ་པ་ རོང་ཉེ་ ཉེ་སུ་ ཚུགས་ཉེ་ རྒྱགས་།

³ ཉེ་སུ་ ལྷ་འོ་མི་ མག་པ་ ཨེ་ལི་མེ་ལེག་ ཤི་ ཡང་ ཁོ་ དང་ ཁོའི་ སྤྱི་ཚེ་ ཉེས་གོ་ ལུས་། ⁴ སྤྱི་ཚེ་ ཉེས་གོའི་ མོ་འབྲེ་མ་ སྤྱ་མོ་ ཨོར་པ་ཉ་
 ཉང་ རྩམ་ ཉམ་པོ་ བག་སྤོན་ ཅོས་། ཁོང་གྲུན་ ཉལ་མ་ ལོ་ རྩུ་ ཉེ་སུ་ རྒྱགས་ཉེ་ སྤྱིང་ནི་, ⁵ མཉམ་ལོན་ དང་ གི་ལི་འོན་ ཉེས་གོའང་
 ཤི་, སྤྱི་ཚེ་ ཉེས་གོ་ དང་ མག་པ་ ཤི་པ་ ལྷ་འོ་མི་ ཅིག་པོ་ ལུས་།

⁶ ཉེན་ ཡ་རྟུ་དུའེ་ བང་ང་ ཡ་མའེ་ ཁོང་རང་ངེ་ མི་གུ་ལ་ ཅིན་ལ་བས་ སལ་ཉེ་ ལྷོན་ཐོག་ གུལ་ལ་ སལ་ཁན་བོ་ མོ་འབ་བི་ བང་ང་
རྒྱའོ་མིའེ་ ཚོར་ར་ཅིག་ ཁོ་ དང་ ཁོའེ་ བུ་ཚ་གུ་ནི་ བ་མ་ མོ་འབ་ཞེ་ བིང་ཉེ་ རྒྱའོ་མིའེ་ ཡུལ་ལ་ ཚ་ཅེས་ གུལ་གྲིག་ ཅོས། ⁷ རྒྱའོ་མི་
ཁོ་རང་ངེ་ བུ་ཚ་གུ་ནི་ བ་མ་ ཁྲིད་ཉེ་ ཁོང་གུ་ འུག་ཁན་ནི་ ཡུལ་ཞེ་ བིངས་ཉེ་ ཡ་རྟུ་ ཚོགས་ལ་ ཚ་སའེ་ ལམ་ཞེ་ སོང་།

⁸ ཨིན་ཀའང་ ཁོའེ་ ཁོ་རང་ངེ་ བུ་ཚ་གུ་ནི་ བ་མ་ ཟེརས་, “ཁྱོ་ཞའེ་ འོགས་ཉེ་ ཁྱོ་ཞའེ་ ཨ་མའེ་ ཁང་པ་ སོང་ཤིག། ཁྱོ་ཞའེ་
ངའ་ དང་ ཤི་ཁན་གུ་ལ་ བཀའ་དྲིན་ ལྷན་ པ་སང་ ཡ་མའེ་ ཁྱོ་ཞའེ་ སྲུག་རྗེ་ རོད་ཤིག། ⁹ ཡ་མའེ་ ཁྱོ་ཞའེ་ ཡང་རྒྱུར་ མག་པ་
སལ་ཉེ་ ཁྱོ་ཞའེ་ ཁྱོ་ཞའེ་ ཁང་པའེ་ བང་ང་ སྲུང་རྒྱུབ་ རོད་ཤིག།”

ཉེན་ ཁོའེ་ ཁོང་གུ་ལ་ རུ་ ཟེར་ཉེ་ སྲུག་ ཉངས་ ཡང་ ཁོང་གུ་ སྲན་ཉེ་ རུས། ¹⁰ བུ་མོ་གུ་ནི་ ཟེརས་, “མན། ང་ཞའེ་ ཉེ་རང་
ཉམ་པོ་ ཉེ་རང་ངེ་ མི་གུ་ ཡོད་ས་ ཡོང་ཨིན།”

¹¹ ཨིན་ཀའང་ རྒྱའོ་མིའེ་ ལན་ཉངས་ “ངའེ་ བུ་མོ་གུ་, ཁང་པའེ་ འོགས་ཉེ་ སོང་། ཁྱོ་ཞའེ་ ང་ ཉམ་པོ་ ཅིའེ་ ཚ་ཉིན་རག་?
ཁྱོ་ཞའེ་ བག་རྟོན་ ཅོ་ཉན་ཅེས་ལ་ ཅི་ ང་ ཞན་ཡང་ བུ་ཚ་ རོར་ཨིན་ན་? ¹² མན་ ངའེ་ བུ་མོ་གུ་, ཁྱོ་ཞའེ་ འོགས་ཉེ་ ཁྱོ་ཞའེ་
ཁང་པ་ སོང་, ང་ ཡང་རྒྱུར་ བག་རྟོན་ ཅོ་ཅེས་ལ་ མ་ བྲད་མོ་ སོང་ཉེ་ ཨིན་ལོག། ཀལ་ཉེས་ ཉེ་པོ་ རུངས་ཉེ་ ང་ དི་རིང་ ཚན་ལ་
བ་མ་ ཅོས་ཉེ་ བུ་ཚ་གུ་ རོར་ བའང་, ¹³ ཁྱོ་ཞའེ་ ཁོང་གུ་ ལྷན་ལྷན་ སྲུངས་ཉེ་ འུག་ཨིན་ན་? ཅི་ ཁྱོ་ཞའེ་ ཁོང་གུ་ནི་ མིའེ་ བ་མ་
མ་ཅོང་ འུག་ཨིན་ན་? མན་, མ་ཞེ་ མན། ངའེ་ བུ་མོ་གུ་ འེ་པོ་ ཁྱོ་ཞའེ་གུ་ སང་ ངའེ་ མིའེ་ མང་ང་ རྒྱུ་མོ་ ཨིན་ལོག། ཅིའེ་ཟེར་ན་
ཡ་མའེ་ ངའེ་ སྲུག་རྗེ་ ལྷན་ན་ མ་རོད་ད་ ཨིན་ལོག།”

¹⁴ ཡང་རྒྱུར་ ཁོང་གུ་ སྲན་ཉེ་ རུས། ཉེན་ ཨོར་བའའེ་ ཁོ་རང་ངེ་ མག་པའེ་ ཨ་མ་ སྲུག་ ཉངས་ ཡང་ རུ་ ཟེར་ཉེ་ འོགས་ཉེ་ སོང་
ཨིན་ཀའང་ རུས་ རྒྱའོ་མིའེ་ ཐམས་ཉེ་ འུགས།

¹⁵ རྒྱའོ་མིའེ་ ཁོའེ་ ཟེརས་, “ལྷོས་, ཁྱོ་རང་ངེ་ མག་པའེ་ བོའེ་ བ་མ་ ཁོ་རང་ངེ་ མི་གུ་ དང་ ལྷ་ལྷ་མོ་ གུ་ནི་ག་ འོགས་ཉེ་
ཚའེ་ལ་, ཁྱོ་རང་ངའང་ ཁོ་ ཉམ་པོ་ འོགས་ཉེ་ སོང་།”

¹⁶ ཨིན་ཀའང་ རུས་ཐི་ ལན་ཉངས་, “ངའེ་ ཉེ་རང་ བངས་ཉེ་ འོགས་ཉེ་ ཚ་ཅེས་ལ་ འུ་ཅུག་ མ་སལ་། ཉེ་རང་ ཀའ་རུ་ རྒྱུད་ཀའང་ ང་
ཚེན་ ཡང་ ཉེ་རང་ ཀའ་རུ་ འུགས་ཀའང་ ང་ འུག་ཨིན། ཉེ་རང་ངེ་ མི་ ངའེ་ མི་ ཡང་ ཉེ་རང་ངེ་ དཀོན་མཚོག་ ངའེ་ དཀོན་མཚོག་

ཡིན།¹⁷ ཉེ་རང་ ཀ་རུ་ གྲོངས་ན་ ང་ ཉེ་ན་རུ་ འི་ཡིན་ ཡང་ ཉེ་ན་རུ་ སྐབ་ཡིན། འི་ཅེས་ མ་སྟོན་ ཞན་ ཅི་ཞིག་གི་འང་ ང་དང་
ཉེས་ཀོ་ བེ་ན་ ཡ་ཕའེ་ ངའ་ སྐན་ཉེ་ ཆད་པ་ སལ་འིག།”¹⁸ རྩམ་ འོགས་ཉེ་ མ་ཆ་ རངས་ཉེ་ རྒྱག་ཅེས་པོ་ ལྷོ་མེ་ ཉེ་གོ་འུམ་
ཁོའེ་ ཡང་ ཅའང་ མ་ཟེངས།

¹⁹ ཉེ་ནེ་ ཁོང་ ཉེས་ཀོའེ་ བེས་ གོ་རྒྱགས་ཉེ་ བེད་ལེ་ཉེ་མ་ ཆོགས་ལ་ སོང་། ཁོང་གུན་ ཉེ་རུ་ ལེབ་བ་ཅིག་ གྲོང་ཁྱེར་ གང་པོ་
ཁོང་གུན་ འོགས་ཉེ་ ཡོང་ང་ ཐོང་ཉེ་ སྐན་ཉེ་ ཉེ་ལས་ ཡང་ ཟེངས་, “ཅི་ འེ་བོ་ ཉེ་ཉེ་ ལྷོ་མེ་ ཡིན་ལོག་ག་?”

²⁰ ལྷོ་མེ་ ལན་ཉངས་, “ངའ་ ལྷོ་མེ་** མ་ཟེངས་ མ་ར་** ཟེངས་འིག་ ཅིའ་ཟེངས་ གུན་ཕང་ དགོན་མཆོག་གི་ ངའེ་ མི་ཆེའེ་ མ་
སྟོ་མོ་ ཅོང་ཚདས།²¹ ཆ་ ཟེ་ ངའེ་ ལག་ག་ ཅི་ཆད་མ་ ཡོད་པེན་ ཡིན་ནའང་ ཡ་ཕའེ་ ངའ་ འོགས་ཉེ་ ཁང་པའ་ ལག་པ་ སྟོང་པ་
ཁྱོང་ང་ ཚདས། ངའ་ ལྷོ་མེ་ ཅིའ་ ཟེངས་ཡིན་ བམ་ ཡ་ཕའེ་ ངའ་ རྒྱག་ངལ་ སལ་ཉེ་ གུན་ཕང་ དགོན་མཆོག་གི་ ངའ་ རྒྱག་པོ་
རུང་རྒྱག་ག་ ཚདས།”

²² ཉེ་ན་ རྒྱག་གི་ ལྷོ་མེ་ མོ་འབ་ནེ་ འོགས་ཉེ་ ཡོངས་ ཡང་ ཁོ་ ཉམ་པོ་ ཁོ་རང་འི་ ལུ་ཆའེ་ བ་མ་ མོ་འབ་མ་ རྩམ་ ཡོད་པེན།
ཁོང་གུན་ བེད་ལེ་ཉེ་མ་ ལེབ་ ཟེ་ བས་སི་ སྟོན་ཐོག་ ར་ཅེས་ གོ་རྒྱགས་ཉེ་ ཡོད་པེན།

2

རྩམ་ལ་ བོ་འབ་ རྒྱག།

2:1-23

¹ ཉེ་ བེད་ལེ་ཉེ་མ་མི་ བང་ང་ རྒྱག་པོ་ ཅི་ཕ་ཅན་ བོ་འབ་ ཟེངས་ལན་ མི་ཞིག་ ཡོད་པེན་, ཁོ་ ལྷོ་མེའི་ མག་པ་ ཡི་ལེ་མེ་ལེག་གི་
ཉེན་གྲུང་ ཡིན་པེན།² ཞག་འིག་ མོ་འབ་པ་ རྩམ་ཐི་ ལྷོ་མེའི་ ཟེངས་, “ཀའ་གིན་ སྐན་ཉེ་ རྒྱ་རྒྱག་ལན་ནི་ མི་ ཞིང་འི་ག་, ལུས་ཉེ་

★ 1:20 ཡིབ་རི་པའེ་ སྐད་དེ་ བང་ང་ ལྷོ་མེ་ ཉོན་ནི་ སྐྱིད་པོ་ ཡིན་ལོག།

★ 1:20 ཡིབ་རི་པའེ་ སྐད་དེ་ བང་ང་ མ་རའེ་ ཉོན་ནི་ རྒྱག་པོ་ ཡིན་ལོག།

13 ཁོའི་ ལན་ཉངས་, “སྟོན་བོ་ལེ་, ཉེ་མང་ངའི་ ཚོགས་སྐྱོར་ ང་ ཉམ་པོ་ ཉ་རུང་ངའང་ ལུས་ཤིག་། ངའ་ ཉེ་མང་ངའི་ ལས་ ཚོ་ཁན་ མན་ནའང་ ཉེ་མང་ངའི་ ངའ་ ཉམ་པོ་ སྐྱེ་ ཟང་པོ་ ཉངས་ཉེ་ ང་ ཞི་དེ་ སལས་།”

14 ཁང་རྗེ་ ཟུང་ཅེས་སྲི་ ཉུས་ ལེག་པ་ཅིག་ བོ་འབྲེལ་ སུག་ལ་ བོད་ཉེ་ ཟེངས་, “འི་རུ་ ཡོང་ ཡང་ ཉ་གི་ ལེན་ཉེ་ ལུན་ཚང་ ལྷུང་མོའི་ བང་ང་ ལྷགས་ཉེ་ ཟོ།”

ཉེ་ཞེ་ ཁོ་ ལྟོན་ཐོག་ རོ་ཁན་གུན་ ཉམ་པོ་ ཉུགས་ ཡང་ བོ་འབྲེལ་ ཁོའི་ རོ་ཁན་ནི་ ལྷུ་ ཟུང་ལ་ ཉངས་། ཁོ་ ཟུང་ ཉན་ཁན་བོ་ ཟོས་ ཡང་ ལག་མ་ ལུས་ཁན་བོ་ ཐེན་ཉེ་ བོངས་། 15 སུག་ ལྟོན་ཐོག་ ཉུང་ལ་ ཚུང་ཅིག་ བོ་འབྲེལ་ ཁོའི་ མི་གུན་ལ་ ཟེངས་, “ཁོའི་ ལྟོན་ཐོག་ ར་ཁན་ནི་ ཉུན་ཞེ་ ཉུན་འང་ ཁོའི་ ཅའང་ མ་ཟེང་ཤིག་། 16 མ་ཚད་ ལུ་མས་ཁན་ནི་ ལྟོན་ཐོག་གི་ བང་ཞེ་ ལག་རིག་ བིངས་ཉེ་ ཁོའི་ ཉུ་ཅེས་ལ་ བོང་ཤིག་, ཁོའི་ ཁང་ མ་ ལྷུང་ ཉེ་ ཚང་མ་ ཉུ་ཅུག་།”

17 ཉེ་བོའི་མིང་ སུག་ཐི་ ཉེ་རུ་ སེ་ཉོག་ ཚོག་པ་ ལྟོན་ཐོག་ ཉུས་ ཡང་ ལྷུ་ བིང་ཅེས་ལ་ ཉེ་གུན་ རུང་ང་ཅིག་ ཉ་ལམ་ གི་ལོ་ ཅུག་ཤིག་གི་ ལྷུ་ བིང་། 18 ཉེ་བོ་ ལྷུང་ཉེ་ ཁོ་ ལྷོང་ལྷུང་ལ་ ལོགས་ཉེ་ སོང་ ཡང་ ཁོའི་ མག་པའེ་ ལ་མའང་ ལྷན་ས་། རོ་ཁན་ནི་ ལྷུ་ ཟོས་ཉེ་ ལུས་ཁན་ ཐེན་ཉེ་ བོང་ཁན་བོ་ སུག་ཐི་ ཁོའི་ མག་པའེ་ ལ་མའང་ ཉངས་།

19 ལྷེ་མིའི་ ཁོའི་ ཉེས་, “དེ་རིང་ ལྷོང་ངའི་ ལྟོན་ཐོག་ ལུས་ཁན་ ལུའི་ ཞིང་ངའི་ ཉུས་པེན་? ལྷོང་ངའི་ ག་རུ་ ལས་ ཚོས་པེན་? ལྷོང་ངའི་ ག་ཤིན་ ལྷན་ཁན་ མི་བོའི་ ཡ་ལའེ་ ཅིན་ལའས་ སལ་ལ་ རོང་ཤིག་།”

ཉེ་ཞེ་ སུག་ཐི་ ཁོའི་ མག་པའེ་ ལ་མའང་ ཁོའི་ ལྟོན་ཐོག་ ཉུ་ཁན་ དག་པོའི་ ལྷོང་ལ་ བདས་, “དེ་རིང་ ངའེ་ ལས་ ཚོ་ཁན་ དག་པོའི་ མིང་ང་ བོ་འབྲེལ་ ཟེང་ཉུག་།”

20 ལྷེ་མིའི་ ཁོའི་ ལྷུ་ཚའེ་ བ་མ་ ཟེངས་, “ཡ་ལའེ་ ཁོའི་ ཅིན་ལའས་ སལ་ཤིག་། ཁོའི་ ང་དང་ སོན་ཉེའི་ ཡོད་ཁན་ དང་ ཤིག་ཁན་ ཚང་མའང་ ལུག་རྗེ་ ལྷན་ཉེ་ ལོན་ལོག་། ཉེ་ མི་བོ་ གགས་པོའི་ ཉུས་ལ་ ང་དང་ངའི་ བང་ཚངས་ལ་ ལྷ་ལྷོག་ ཚོ་ཁན་ ང་དང་ངའི་ ཉེན་གྲུང་ ཉེ་མོ་ཞིག་ ལོན་ལོག་།”

21 ཉེ་ཞེ་ སུག་ཐི་ ཟེངས་, “ཁོང་ངའི་ ངའ་ ཟེང་ང་རག་, ‘ངའེ་ ལྟོན་ཐོག་ ཚང་མ་ ར་ ཚང་ཚང་ ལྷོང་ངའི་ ལྟོན་ཐོག་ རོ་ཁན་གུན་ ཉམ་པོ་ ཉུག་།”

ཞིག་གི་ རྟུན་མེད་ལ་ བོ་འབྲུ་མི་ ཉིད་ཚད་ ཡང་ བྱ་མོ་ཞིག་ ཁོའི་ རྟུན་ལ་ ཉིད་ལོགས་ཏེ་ ཡོད་ཁམ་བོ་ བོད་ཏེ་ ཉལ་སྟེ།
9 ཁོའི་ རྟུན་, “ཉེ་རང་ ཟུ་ ཞིན།”

ཁོའི་ ཡན་ཉངས་, “ང་ ཉེ་རང་འི་ ཞབ་ཤི་ རྟུན་ ཞིན། ཉེ་རང་ ངའི་ མག་པའི་ ཉེན་གྲུང་ ཉེ་མོ་ ཡང་ གཤམ་པའི་ རྟུན་ལ་ ང་ཞའི་
ནང་ཚངས་ལ་ ལྷ་སྟོན་ ཚོ་ཁན་ ཞིན་ པ་སང་ ཉེ་རང་འི་ མལ་ཚ་ རྒྱངས་ཏེ་ ངའི་ གཤམ་བ་ རྟོད།**”

10 བོ་འབྲུ་མི་ ཟེའས་, “ངའི་ བྱ་མོ་, ཡ་མའི་ རྟོ་རང་ང་ ཕྱི་ལ་བས་ སལ་ཤིག། རྟོ་རང་འི་ བ་མ་ ཚོ་ཕྱི་ལ་ རྟུན་པོ་ ཡ་
ཉལ་བ་ཕན་ ལུ་བུ་ བུ་ཚ་ མ་ ཕྱི་ལ་ ང་ ཡོད་ས་ ཡོད་ས་ཏེ་ རྟོ་རང་འི་ ལྷན་ཞི་ སང་ དག་ས་ མང་ང་ རང་འི་ རང་ཚངས་སི་ སིའི་
དད་ ལྷན་ཏེ་ ཞིན་ཞོག། 11 ཏ་ ཚོར་ མ་ཚོར་ ངའི་ བྱ་མོ་, རྟོ་རང་འི་ ཟེའ་ཁན་ ཚང་མ་ ངའི་ ཚོ་ཞིན། རྟོ་རང་ ལྷོད་ལམ་
ཟང་བོ་ཕན་ཞི་ བྱ་མོ་ ཞིན་ཁན་བོ་ གྲོང་ཁྲེང་འི་ མི་ ཚང་མ་ རྟུན་ ཞིན་ཞོག། 12 ང་ རྟོ་རང་འི་ མག་པའི་ ཉེན་གྲུང་ ཉེ་མོ་
ཞིན་ཁན་བོ་ གྲུང་བོ་ ཞིན་ཞོག། ཞིན་ནའང་ ངའི་ སང་ མང་ང་ རྟོ་རང་ང་ ཉེ་མོ་ ཉེན་གྲུང་ ཞན་ མི་ཞིག་ ཡོད། 13 དི་རིང་ ཚན་བོ་
འི་རུ་ དུག་ ཡང་ ང་མོ་ ངའི་ ཁོའི་ ལྷོ་ར་ ཉངས་ཏེ་ དྲི་ཞིན་ གཤམ་ཏེས་ ཁོའི་ རྟོ་རང་ང་ ལྷ་སྟོན་ ཚོ་ཕྱི་ལ་ ཞིན་པོ་ ཡན་ལ་ རྟུན་ལ་
རྟུན་ ཞིན་ནའང་ ཁོ་ ཉེ་བོ་ ཚོའི་ ཐད་ད་ མེད་ན་ ཉེ་བོ་ ཡ་མ་ མོན་པའི་ ཚན་ཞི་ རང་ང་ ངའི་ ཉེ་ ཞིན་པོ་ ཡན་ཞིན། ཏ་ ང་མོ་
ཚོག་པ་ འི་རུ་ ཉིད་ལོགས་ཏེ་ དུག།”

14 ཉེ་བོ་ རྟུན་ བོ་འབྲུ་མི་ རྟུན་ལ་ ང་མོ་ ཚོག་པ་ ཉལ་ཏེ་ དུགས་ ཞིན་ནའང་ བས་ ལངས་ཏེ་ མི་རོ་ཤེས་སི་སང་ ལྷན་ལ་
ཁོ་ ལངས་ཏེ་ མོང་ ཕྱི་ལ་ཟེའ་བ་ བོ་འབྲུ་མི་ ཟེའ་ཏེ་ ཞིན་པོ་ན་ “འི་ ཡུལ་ཐག་ག་ བྱ་མོ་ ཡོད་ཁན་བོ་ ལྷུང་ རྟུན་ ཚ་མ་གོས།”

15 བོ་འབྲུ་མི་ ཁོའི་ ཟེའས་, “རྟོ་རང་ ཞོན་ཁན་ཞི་ ཕ་ཟེའ་བོ་ རྟོ་རང་ཏེ་ ལུ་མ།” ཁོའི་ ཉེ་ རང་ང་ གི་ལོ་ 24 བས་ ཡུགས་ ཡང་
བྱ་མོའི་ རྟུན་ལ་ གཤམ་། ཉེ་བོ་ བོ་འབྲུ་ གྲོང་ཁྲེང་ལ་ ལོགས་ཏེ་ མོང་།

16 རྟུན་ ལོགས་ཏེ་ རྟོ་རང་འི་ མག་པའི་ ཡ་མ་ ཡོད་ས་ ཡེབ་བ་ཕྱིག་ ལྷོ་མིའི་ ཁོའི་ རྟུན་, “ཕེ་ མོང་, ངའི་ བྱ་མོ།”
བོ་འབྲུ་མི་ ཁོའི་ ཟེའ་ཁན་ ཚང་མ་ རྟུན་མི་ ལྷོ་མིའི་ ཐད་ས་ 17 ཡང་ ཟེའས་, “རྟོ་རང་འི་ མག་པའི་ ཡ་མ་ ཡོད་ས་ ལག་སྟོང་ང་

✦ 3:9 ཞིབ་འཇུག་པའི་ སིའི་ འི་ ཚོག་གི་ ཉོན་ ཞིད་མང་ རྒྱང་ཕྱི་ལ་ ལུ་མ་ ལུ་མ་ཏེ་ ཞིན་ཞོག།

མ་ཚའ་། ཟེང་ཨིན་ ཁོང་དེ་ ངའ་ བས་ ཀའ་ལོ་ 24 ཉངས།”

¹⁸ ཉེ་ཞེ་ ལྷོ་མིའི་ ཁོང་ ཟེངས་, “ངའེ་ ལུ་མོ་, ཟོང་པ་ ཉམ་པོ་ ཅི་ ཆ་རུག་ ལྷོ་ས། འི་ བས་ལུག་པོ་ དེ་རིང་ སེལ་ཉེ་ མན་ཞེ་ ཁོ་
ངལ་ མི་ཚོ།”

4

བོ་འབྲེ་སི་ རུག་ ཉམ་པོ་ བ་མ་ ཅོས།

4:1-12

¹ བོ་འབྲེ་ གོང་ཁྱེར་དེ་ གུས་སྐོངེ་ག་ སོང་ཉེ་ རུགས། རུག་ལ་ ཤད་ཁབ་ནི་ ལྷོ་མིའི་ མག་པའེ་ ཉེན་གྲུང་ ཉེ་མོ་ ཉེ་རུ་ ཡོང་ང་ཅིག་
བོ་འབྲེ་སི་ ཁོང་ ཟེངས་, “འི་ག་ ཡོངས་ཉེ་ སའེ་ག་ རུག་, ང་ ཁྱོ་རང་ ཉམ་པོ་ སྐེ་ར་ ཉང་གོ་ཤེས་ ཡོང།” ཁོང་གུན་ སའེ་ག་ རུགས།

² ཉེ་ཞེ་ བོ་འབྲེ་སི་ གོང་ཁྱེར་དེ་ ལུ་སྐྱོང་ ལུ་ ཁོའེ་ ལུ་མ་ སུལ་ཉེ་ ཡོང་ཁབ་གུན་ལ་ སའེ་ག་ ལུགས་ ཟེངས་ ཡང་ ཁོང་གུན་ རུགས།

³ བོ་འབྲེ་སི་ ལྷོ་མིའི་ མག་པའེ་ ཉེན་གྲུང་ ཉེ་མོ་པོའ་ ཟེངས་, “མོ་འབ་ཞེ་ འོགས་ཉེ་ ཡོང་ཁབ་ནི་ ལྷོ་མིའི་ ང་དང་དེ་ ཉེན་གྲུང་
ཨེ་ལི་མེ་ལེག་གི་ ས་ཀྱང་པོ་ ཅོང་རུག། ⁴ ངའེ་ ཉེ་པོའེ་ སྐོར་ལ་ ཤད་ཉེ་ ཁྱོ་རང་ང་ ཉེ་པོ་ ཉོ་ཅེས་སི་ སྐབས་ ཉང་ཨིན་ སམ་
གལ་ཉེས་ ཁྱོ་རང་ ཐད་དད་ན་ འི་ ལུ་སྐྱོང་གུན་ནི་ རུན་ལ་ ཉེ་པོ་ ཉོ་གོས་ ཨིན་ནའང་ ཐད་ད་ མེད་ན་ དགས་ ངའ་ ཟེང་ ཅིའ་ཟེང་ན་
ཁྱོ་རང་དེ་ སྐྱིང་ཞེ་ ཉེ་པོ་ ཉོ་ཅེས་སི་ ཁག་ ང་ མོག་ག་ཞོག།”

མི་པོའེ་ ལན་ཉངས་, “ངའེ་ ཉེ་པོ་ ཉོ་ཨིན།” ⁵ ཉེ་ཞེ་ བོ་འབྲེ་སི་ ཁོང་ ཟེངས་, “ཁྱོ་རང་དེ་ ལྷོ་མི་ ཀའ་ཞེ་ ས་ཀྱང་ ཉོ་ན་, མག་པ་
གོངས་ཁབ་ མོ་འབ་མ་ རུག་ ཉམ་པོའང་ ཁྱོ་རང་དེ་ བ་མ་ ཅོ་གོས་ ཅིའ་ཟེང་ན་ ཤི་ཁབ་ནི་ ས་ཀྱང་ དང་ མིར་གྲུང་ ལུས་ཤེས་ལ་ ཁོང་
སུ་གུ་ རོར་གོས།”

⁶ ཉེ་པོ་ ཚོར་ང་ཅིག་ ཉེན་གྲུང་ ལུ་ཚའེ་ ཟེངས་, “ཉེ་རུག་ ཨིན་ན་ ངའེ་ ཉེ་ ས་ཀྱང་པོ་ མི་ ཉོ་ ཅིའ་ཟེང་ན་ ཉེ་པོ་ ངའེ་
སུ་གུ་གུན་ལ་ རོར་སྐལ་ལ་ ཐོབ་ཅེས་ མེ་རག། ཉེ་རང་དེ་ ས་ཀྱང་པོ་ ཉོའ་ རོང་, ཉེ་པོ་ ངའེ་ མི་ཉོ།”

⁷ ཉེ་ ཉེ་ ལུས་ལ་ ས་ཀྱང་ ཉོ་ཅེས་ ཡ་ ཅོང་ཅེས་ སྐྱབ་པོ་ ཅོ་ཅེས་ལ་, ཅིག་པོའེ་ ཞན་ ཅིག་པོའེ་ རང་དེ་ པ་ལུ་ སུང་ཉེ་

ཉང་དང་པིན། ཉེན་ན་ ཟུག་གི་ ཨིས་ར་ཨེལ་ལི་ བང་ང་ ཁྲིམས་ བང་ཞིན་ ཚོང་ལེན་གུན་ ཐག་ ཅད་དང་པིན།།

⁸ ཉེ་བོའི་མིའ་ ཉེན་གྱང་ ཉེ་མོ་བོའི་ ཁོ་རང་དེ་ པ་ལུ་ སྤྱད་ཉེ་ བོ་འབྲེལ་ ཉངས་ ཡང་ ཟེམས་, “ཉེ་རང་དེ་ ས་གྲུང་བོ་ ཉོའ་ རྩོད་།”

⁹ ཉེ་ནེ་ བོ་འབྲེལ་སི་ ཉེ་རུ་ ཡོད་ཁན་ འུ་རྫོང་གུན་ དང་ མི་གུན་ལ་ ཟེམས་, “དི་རིང་ ཨེ་ལི་མེ་ལེག་, ཀི་ལི་འོན་ དང་ མཉའོན་ གུན་ནི་ ཨིན་ཁན་ ཅི་ཚང་མ་ ལྷོ་མེའི་ ཀ་ནེ་ དའེ་ ཉོས་ཁན་ནི་ སྤང་བོ་ རྩོ་ཞ་གུན་ ཨིན། ¹⁰ ཤི་ཁན་ནི་ ས་གྲུང་ དང་ མིར་གྱུད་ ལུས་ཤེས་ ཡང་ ཁོའི་ སྤུ་གུ་གུན་ལ་ ཁོའི་ སྤུ་ལོར་ ལོར་སྐལ་ལ་ ཐོབ་ཅེས་སི་ མིའ་ མོ་འབ་མ་ མཉའོན་ ཀྲོངས་ཁན་ནི་ བ་མ་ སུག་ ཉམ་པོ་ དའེ་ བག་རྫོན་ ཅོད། འི་བོའི་ སྤང་བོ་ དི་རིང་ རྩོ་ཞའ་ ཚང་མ་ ཨིན་ལོག།”

¹¹ ཉེ་ནེ་ གུས་རྫོའི་ དུབ་ལ་ ཡོད་ཁན་ནི་ འུ་རྫོང་གུན་ དང་ མི་ཚང་མའི་ ལན་ཉངས་, “ང་ཞ་གུན་ སྤང་བོ་ ཨིན། ཡ་མའེ་ ཉེ་རང་དེ་ ཁང་པའ་ ཡོང་ཁན་ནི་ སུ་མོ་བོ་ རེ་ཅལ་ དང་ ལི་ཡ་ ཅོགས་ རྩོད་ཤིག་, ཁོང་གུན་ སྤྱད་ཉེ་ ཨིས་ར་ཨེལ་ལི་ མིར་གྱུད་ ཚང་མ་ རུངས་ཉེ་ ཨིན་ལོག། ཨེལ་ར་ཐཉ་ མི་རིགས་སི་ བང་ང་ ཉེ་རང་ ཅི་ས་ཐོག་ནེ་ རྩུག་པོ་ སྤྱད་ཉེ་ བེད་ལེ་ཉེ་མ་མི་ བང་ང་ མིར་ཅན་ སྤྱད་ཤིག། ¹² ཡང་ འི་ བ་རུང་ སྤྱད་ཉེ་ ཡ་མའེ་ ཉེ་རང་དང་ སུར་གྱུད་ སལ་ཁན་གུན་, ཉ་མར་ལ་ རྫྱེལ་ན་ ཡ་རུ་དུའེ་ སུ་ཚ་ པེ་རེ་ཟ་ ཅོགས་ ཡོང་ཤིག།”

དུ་བེད་དེ་ བ་མེས་པོ་གུན།

4:13-22

¹³ ཉེ་ནེ་ བོ་འབྲེལ་སི་ སུག་ ཁོ་རང་དེ་ ཁང་པའ་ རྩེམས་ ཡང་ ཁོ་ ཁོའི་ བ་མ་ སྤྱད། ཁོང་ ཉེས་ཀོ་ རོམས་ཉེ་ ཡ་མའེ་ སུག་ རྫྱེལ་མ་ཞིག་ སྤྱད་ལུག་ག་ རྩོདས་ ཡང་ ཁོའ་ སུ་ཚ་ཞིག་ རོར། ¹⁴ ཉེ་ནེ་ སྤོང་འབྲེལ་དེ་ སུ་མོ་གུན་ནི་ ལྷོ་མེའི་ ཟེམས་, “ཡ་མའེ་ རྫོང་པ། ཁོང་དེ་ རྩོ་རང་དང་ སྤྱད་ཟེན་ རྫོང་པ་ཁན་ སུ་ཚ་ཞིག་ སལ་ལ་ རྩོད་ཉེ་ ཨིན་ལོག། ཨིས་ར་ཨེལ་ལི་ བང་ང་ ཁོ་ མིར་ཅན་ སྤྱད་ཤིག། ¹⁵ ཁོའི་ ཉེ་རང་དེ་ མི་ཚོ་ ཐོས་ཉེ་ སྤྱད་པོའི་ ཉུས་ལ་ ཉེ་རང་དང་ ལྷ་རྫོག་ ཅོ་ཨིན་ ཅིའ་ཟེར་ན་ སུ་ཚ་ རུན་ནི་ སང་ མང་ད་ ཉེ་རང་དང་ ཅེས་པ་ ཅོ་ཁན་ ཉེ་རང་དེ་ སུ་ཚའི་ བ་མའེ་ ཉེ་ སུ་ཚ་ རོར་ཉེ་ ཨིན་ལོག།”

¹⁶ ཉེ་ནེ་ ལྷོ་མེའི་ སྤུ་གུ་བོ་ པང་དང་ སྤྱད་ཉེ་ ཁོའ་ ལྷ་རྫོག་ ཅོས། ¹⁷ རྩུམ་ཚོས་པའེ་ སུ་མོ་གུན་ནི་ ཟེམས་, “ཉ་ འི་ སུ་ཚ་ ལྷོ་མེ་ ཚོའོ་ ཨིན་ལོག།” ཡང་ ཁོང་གུན་ནི་ ཉེ་ སྤུ་གུ་བོའི་ མིར་ད་ ཨོ་བེད་ ཉུགས། ཁོང་ ཡེ་ཤེའེ་ ཨེ་བ་ སྤྱད་ ཡང་ ཡེ་ཤེའེ་ *དུ་བེད་དེ་

ཨ་བ་ ཡིན་ནོག་།

18 བེ་འཇ་སི་ འུར་གྱུད་གུན་ནི་ རྩོ་ འི་བོ་ ཡིན་།

བེ་འཇ་ རྟེ་ཚ་ཚོན་ རི་ ཨ་བ་,

19 རྟེ་ཚ་ཚོན་ རམ་མི་ ཨ་བ་,

རམ་ ཨམ་མི་ན་དབ་བི་ ཨ་བ་,

20 ཨམ་མི་ན་དབ་ རན་ཤོན་ནི་ ཨ་བ་,

རན་ཤོན་ རལ་མོན་ནི་ ཨ་བ་,

21 རལ་མོན་ བོ་འཇ་སི་ ཨ་བ་,

བོ་འཇ་ ཨོ་བེད་དི་ ཨ་བ་,

22 ཨོ་བེད་ ཡེ་ཤེ་ ཨ་བ་,

ཡེ་ཤེ་ རྒྱ་བེད་དི་ ཨ་བ་ ཡིན་པེན་།