

འབད་མདྲ་ དྲོམ་མཆོག་གིས་ འཛམ་གླིང་ཡོག་ནུམ་པར་དག་པ་བཟོ་
གནང་དུ་ ལཱ་ནང་འབད་མི་ཚུ་ དེ་ཞིབ་འབད་ནི་ཡིན་པས། རྒྱུད་ཀྱི་
འབད་བཅིན་ ཁོ་གིས་ དེ་ཞིབ་འཛམ་གླིང་གི་ གཞུང་ལྷན་ འབད་ནི་
བཟུམ་ཅི་འདུག་? ཟེར་མེམ་ལ་ཀྱི་ལཱ་སྤྲོད་ནུག།

དྲོམ་མཆོག་གི་གསུང་རབ་ལས་བཤད་མི་ནང་ དྲོམ་མཆོག་གིས་
མི་གར་གི་ ལཱ་ནང་པ་དང་བཟང་པོ་གར་ གསུང་རབ་ནང་ལཱ་ འབད་
བཀོད་དོ་ཟེར་བཤད་པ་ཡིན་པས། ཟེར་མེམ་ར་གིས་བཤད་ནུག། ཡོ་ལོ་
རོ་ མཐའ་མཐུག་ལཱ་ གཞུང་ལྷན་གི་ལཱ་ལོ་གི་ལཱ་ བཟོ་ནི་
ཡིན་པས། གར་གིས་ཁོ་མཇལ་ནི་ཡིན་པས། ཁོ་གིས་ ང་བཅས་རེ་རེ་
བཞིན་དུ་ གསུང་རབས་ནང་གཅི་འཕྲི་མེ་ལོ་དག་ འདི་དང་འབྲེལ་ཏེ་
དེ་ཞིབ་མཛེད་གནང་ནི་ཡིན་པས།

མེམ་ལ་འདི་སྤྱོད་བཟུང་ནུག། དེ་འབད་མདྲ་ ང་བཅས་ཀྱི་ལཱ་ནང་པ་
འདི་ལཱ་ གཅི་འབད་དགོ་པ་སྤྱོད་? ཟེར་ མོ་གིས་ཅེ་ནུག།

སའི་ར་ དག་འཁྱུག་སྤྱོད་ཞེ་ན་ཞེ་ན་ལས་ཁོང་ བུ་སྤྱོད་གས་སྤྱོད་
འདི་ འཛོམ་མ་དུ་ འཕྲི་དེ་བཟུང་ཆོན་ དག་ཤོས་ཡིན་པས། གཞུང་ལྷན་
ཀྱི་འདི་ཞིག་པ་གིས་ འབུལ་བ་འབད་བཤགས་དགོ་འབྱུང་ཞེ་ན་ལས་
ལྷག་འདི་སྤྱོད་གས་ལྷན་པ་སྤྱོད་བཞེངས་ནུག། གཞུང་ལྷན་གི་ ང་བཅས་ཀྱི་
ཞིག་པ་ཚུ་ ལས་ལཱ་ཏེ་ ཁོ་ལཱ་དང་པ་བཟུང་བཅིན་ ཁོ་གི་ལཱ་ལྷགས་
ཤོམ་ གྲོས་གཏང་མི་ཆོ་སྤྱོད་འདི་ ལཱ་པ་ཤུགས་ཡོད་པ་ལས་ དེ་གིས་
ང་བཅས་ཀྱི་ལཱ་ནང་ཚུ་ དཔེ་དེ་བཟུང་ལས་ ལས་གནང་ནི་ཡིན་ཟེར་
ཁོ་གིས་ ང་བཅས་ལཱ་ལས་བྱངས་གནང་ཡི།

ཞལ་ཆད་བཅད་ནི་ལ་འཕེན་དག་ཤོས།

ཁོང་ ལྷན་མདུ་བཞག་པའི་ཡུལ་སྤྱོད་འཕེན་ཏེ་ ཞབས་ཏེ་གཞུང་གི་ལཱ་ལྷན་པ་

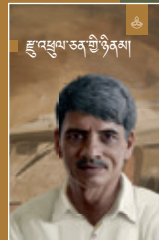
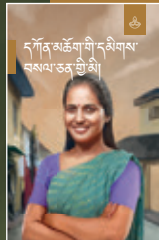
ནང་ལྷོད་ནུག། མེམ་ལ་གིས་སྤྱང་ཀ་ རུ་ཏོ་ཁོག་ཁོ་ཡུལ་སྤྱོད་ རྒྱུ་ལཱ་
དུས་ཚུན་ཀྱི་སྤྱོད་དོན་ལཱ་ ལྷག་སྤྱོད་ས་ལཱ་བཟུང་ནུག། མོ་གིས་དབུལ་
ལྷག་བར་ན་སྤྱོད་མེམ་ཀྱི་ཡུལ་སྤྱོད་གཅིག་ ཆ་དེར་བཟོ་ན་ཏེ་ནང་ན་འབྱོར་
མཐོང་ནུག། འཕྲི་ཡུལ་སྤྱོད་གི་མི་གཞི་ཏེ་གནག་པོ་འདི་ མིག་ཤེལ་གནག་པོ་གི་
གཡིལ་ནི་དཔའ་བཅུམ་སར་མཐོང་ནུག། མེམ་ལ་གི་དོན་ཏིང་འདི་སྤྱོད་ཇེ་
གི་གང་ནུག། རྒྱུག་ཤོག་མི་ཡུལ་སྤྱོད་ མོ་ར་རྒྱང་མ་གཅིག་མེན་འབད་དེ་
སའི་ར་གིས་མཐོང་ནུག། རྒྱུད་ལགས་ཤོམ་ཡོད་ག་? ཡོད། ང་ལྷགས་

ཤོམ་སྤྱོད་རང་ཡོད་ཟེར་མེམ་ལ་གིས་ལཱ་སྤྱོད་ལཱ་ དེ་འབད་མདྲ་ ང་གིས་
གཞུང་ལྷན་ཀྱི་ལཱ་ལོ་དག་པ་ལྷན་སྤྱོད་ ང་བཅས་ཀྱི་དང་དཔེ་ན་འབད་
དགོ་པ་འདུག་ཟེར་ མཚོ་བསམ་གཏང་ནི་འགོ་བཙུགས་དོ། གཞུང་ལྷན་
སྤྱོད་ ཁོ་གིས་མེན་པ་ཚུ་ མེད་པ་གཏང་སྤྱོད་ མི་ལྷགས་ཤོམ་ཚུ་ དུས་
རྒྱུ་བྱུར་ ས་གནས་འཇུག་ཆེ་ཆེ་ནང་འབྱེད་བཅིན་ ང་གིས་ནུམ་ཡང་
གོ་མ་ཚོང་མི་ འབད་དེ་ན་དག་ཤོས་གཅིག་ཡིན་པས།

རྒྱུད་ར་ གཞུང་ལྷན་ཀྱི་ལཱ་ལོ་དག་པ་ལྷན་སྤྱོད་ ལྷན་ཤོམ་ཤོམ་
བཅིན་ ང་བཅས་མཉམ་ འཕྲི་ཡུལ་ལོ་དག་པ་ལྷན་སྤྱོད་ གནས་
ཚུལ་ནང་ལཱ་ འབུལ་བ་མཛེད་གནང་།

Copyright © 2023 by Sharing Hope Publications. “ལཱ་འབད་མི་ཚུ་ ལྷག་པར་བཟུང་ཞེ་ན་ལས་
གནང་བ་མེད་པའི་ཆོང་འབྲེལ་ཀྱི་དོན་ལཱ་མེན་པར་ གཞུང་ལྷན་སྤྱོད་ལཱ་
ཆོང་འབྲེལ་པའི་གསུང་རབ་ New King James Version (རྒྱུ་ཀྱི་དཔེ་སྤྱོད་བར་ཤེན་) འགོ་དང་
པ་ པར་རྒྱུ། པར་དབང་ © ༡༩༩༩ ལཱ་གསུང་རབ་སྤྱོད་ཆོག་པ་རྒྱུ་ལས་ཤོམ་ལཱ་ འདུག་
དབང་ཆ་མཉམ་ཡོད།

ཏེ་སྤྱོད་དེ་བཟུག་ནི།



“འབྲེལ་ཆས་ཐོག་ལས་ QR འདི་
འཛམ་གླིང་ལྷག་ཞེ་ན་ལས་ འདི་ལས་
ལྷག་པར་འབད་ལྷན་ཤོམ་ནི།”



ང་གི་ན་ལྷག་འདི་ལཱ་
དང་བཅེན།



ཕྱི་མལ་ལ་དེ་ མོ་གིས་དོན་རྟེན་དེ་ག་དེ་ག་གཏང་ཡིན་ ཉལ་
ཁྱིམ་གྱི་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་གཏེན་ལམ་འཛུགས་པ་གཞན་
གཅིག་ ལ་རྟེན་ལྟ་དག་པ་ཅིག་གི་རྒྱུ་ལས་ར་ མོ་
ལོ་ ༡༢ གྲེས་དཔེ་དང་ བྱུང་གཅིག་གི་མོ་ལྟ་ ཁེ་ལམ་ལམ་མོ་འབད་མི་
འདི་ གཏེན་ལམ་ནང་ཆོར་ཤུགས་འཛུགས་དབྱེ་གཅིག་གི་ དཔྱད་ཤེས་མཐོང་
དོ་ཡིན་པས།

མིམ་ལ་གི་ འཕྱི་གི་ཉེན་མ་འདི་ བཟླ་དཔེ་ལུ་མཐོང་གས་པས། མོ་ར་དོ་
ཆ་ ཁམས་ལོག་ལྟེ་ མོ་གི་འབག་མི་ན་ལྷག་གི་ལྷིད་འབག་སྤྱད་མི་འདི་
གལ་ཡང་མ་སྤྱབ་པས། མིམ་ལ་ གཏུག་ལག་སྤྱབ་ལྟ་ནང་འཛུགས་ཏེ་
འབད་བུར་ གཏེན་ལམ་འཛུགས་འདི་ འཕྱོ་མཐུད་དེ་རང་མཐོང་དོ་ཡོད་པ་
མས། མོ་གི་འཕྱི་བྱུང་འདི་མ་དག་འཕམ་བསྐྱེད་དེ་ཡོད་མི་འདི་ ཁོ་ར་འོས་
འབབ་ལྟ་པའི་ ཉེས་ཁྲིམས་འཐོབ་བཟུགས་ཟེ་ རེ་འདོད་བསྐྱེད་ཀྱི།

དྲི་བ་ལཱ་ལག་ཚུ།

མིམ་ལ་གི་བཞོན་བསམ་འདི་ འཕྱི་དྲི་བ་འདི་གིས་ ལཱ་ལག་གཏང་
ཀྱི། མོ་གི་བཅོན་གཡེམ་པ་འདི་ལྟ་ ལས་ཀྱི་འབྲས་ཀྱི་དང་བཞོན་ཐོབ་
གཞི་ལྟ་ ཁོ་འདི་མོ་རའི་ཁྲོམ་ལྟེ་ལས་ཡོངས་ལྟེ་གས་ཅན་གྱི་ ཆོས་པ་གཅིག་
ཡིན་པས། ཁོ་གིས་མི་ཚུ་འདི་དོན་ལྟ་ ལཱ་ལགས་ཤོམ་འབད་ ལོག་ཅིག་ར་
ལྟོ་བསྐྱེད་དང་དགོན་མཆོག་ལྟ་དང་གས་ ཡང་དག་པ་བསྐྱེད་པ་ལྟེ་སྤྱོད་དོ་
ཡོད་པ་མས། ལས་ཅན་པ་གཅིག་འབད་མི་གི་ ཁོ་རའི་ ལཱ་ལགས་ཤོམ་
ག་ར་དང་མཉམ་ འཕྲན་ཆུ་འབད་ཚུགས་ག་? མོ་གིས་ལས་ཀྱི་འབྲས་ག་
དེ་ལྟེ་ ལཱ་འབད་མཉམ་ཉེན་ ཉལ་དགོ་བས། དེ་འབད་མཇུག་ ཁོ་གི་ལཱ་
ཅན་པ་འདི་གིས་ མོ་ལྟ་ལྟ་པར་བཞོན་ལྟེ་མོ་གིས་ཤོམ་ཀྱི། མིམ་
ལ་གིས་མོ་རའི་ན་ལྷག་འདི་བཟླ་དཔེ་ལུ་མཐོང་གས་པས།

དང་བཞོན་འཛུགས་ལྟེ།

མིམ་ལ་གི་ཆ་རྟགས་ སའི་ར་ཟེར་མི་འདི་གིས་ སྟགས་རམ་དགོ་པའི་
ཡམ་སྤེལ་ལས་ཁྲུང་ནང་ སྤྱོད་བཟར་འབད་སྤྱད་འབད་ཀྱི། ཉེན་མ་
གཅིག་འབད་མཇུག་ སའི་ར་གིས་ མོ་ར་ རྟགས་མེད་མི་དང་ རྟེན་ཆོབ་
འབད་མའི་ཡམ་སྤེལ་ དེ་ལས་ དབང་བཅོལ་གི་ཁྱེན་ལྷུང་མི་ཚུ་ལྟ་ ཆ་
རྟགས་འབད་སའི་ལྟེ་བ་ འདི་ནང་ལཱ་ཤོག་ཟེར་འདོན་ཀྱི། མིམ་ལ་འདི་
མོ་གི་གསང་བ་རྒྱུ་མི་མི་འདི་ ག་གིས་ཡང་མ་ཤོས་ག་མཉོ་ གཡང་ཟེ་
འདི་ཆ་ལྟ་ཡང་རྟག། དེ་འབད་མཇུག་ སའི་ར་འདི་བྱམས་བཅུ་ཅན་ཡོད་པ་
ལས་ མིམ་ལ་འབྱོ་ནེ་ལྟེ་ཐག་ཆོད་ཀྱི། ཁོ་དང་འབྲེལ་དུ་ སའི་ར་གིས་
འདས་པའི་ཞག་དག་པ་གཅིག་ནང་ལྟ་ མཐོང་ཡོད་པའི་ཡམ་སྤེལ་ལྟ་
ཅིག་ མཐོང་ཡོད་པའི་སྤོར་ལས་སྤེལ་ཀྱི།

ལྟོད་ཀྱི་མི་ཆོན་ རྒྱུ་མཚུ་གིས་ཡམ་སྤེལ་ ལོག་སྤྱོད་འབད་ས་མཐོང་
ཡིག་? མིམ་ལ་གིས་རོ་ཆ་ལྟེ་རང་འདི་ཀྱི།

འབྲལ་འབྲལ་མཐོང་ཡི་ ཟེར་སའི་ར་གིས་ལན་སྤེལ་ཀྱི། འདི་གཞུམ་
མེད་མེད་སྤོ་མི་མི་ཅི་ཡིན་པས། མི་གཅིག་གི་ཆོས་པ་དད་པ་ཅན་ཡིན་
ཟེར་སྤེལ་ཅམ་ཅིག་གི་ དགོན་མཆོག་དང་གཅིག་ཁར་ མཐུད་འབྲལ་
འབད་འབད་མཉམ་འདི་བཞོན་།.....

འདི་སྤེལ་ རྒྱུ་མཚུ་དོ་གིས་ ད་བཅས་ཀྱི་དུས་ལྟ་ ཆོས་ལྟ་གི་
འཛུམ་གྱིར་འདི་ ཤུགས་འབད་རང་ དཔྱད་ཅན་གཅིག་ལྟ་འབྱུར་
འོང་ཟེར་གསུངས་ཡི། ད་བཅས་ལྟ་ དཔྱད་ཅན་གྱི་ཆོས་ལྟ་གས་
ལས་འཐོན་ཏེ་ འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་དོ་ དགོན་མཆོག་མཉམ་མཐུད་
འབྲལ་འབད་དགོ། ཁོ་གིས་ད་བཅས་ལྟ་ དོན་རྟེན་གཅིང་དོག་ཏེ་ཕྱིན་ནི་
དང་ ད་བཅས་ཀྱི་ལཱ་དཔྱད་ལྟ་ བཤགས་པ་གནང་འོང་། དེ་ལས་ ད་
བཅས་ལྟ་དགོན་མཆོག་གིས་ དཔྱད་ཅན་གྱི་མོ་མེད་པ་ལྟེ་ འཛུམ་

ལོ་དོ་ མཐའ་མཇུག་ལྟ་ གཏོ་བོ་ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀ་འདི་ ས་སྤྱུག་ནང་འབྱོན་ནི་ཡིན་པས། གར་གིས་ཁོ་ མཇུག་ནི་ཡིན་པས།

གྲིང་ལོག་འདི་ ས་གནས་ཡང་དག་པ་ བཞོན་དུ་ མཐོང་མི་གི་གལ་
ཁལ་ལ་གཅིག་འོང་།

དེ་ སྤྱོ་བཅོལ་གྱི་རྟེན་གྱི་འོང་ནི་བཟུམ་འདུ། ལྟོད་ཀྱི་སྤེལ་འདི་
གཞི་ལྟ་? ད་གིས་ གཏོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལྟེ་མཇུག་པ་ཡིན། ཁོ་འདི་ སྤྱོ་བ་
དཔོན་ཆེན་པོ་གཅིག་ཡིན་མཁོད་ ཁོ་འདི་ དགོན་མཆོག་གི་སྤྱུ་སྤྱེ་
ཡང་ཡིན། ལྟོད་ཀྱིས་ ཁོ་གི་སྤོར་ལས་ཤོས་ག་? ད་གིས་ཁོ་གི་སྤོར་པར་
ཁོ་མ་ལ་ནང་ལས་ཡར་མཐོང་དོ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་མཇུག་ ད་གིས་
ཁོ་འདི་སྤོར་ལས་གཞུམ་མེད་མེད་གཅིག་མི་ཤོས། ཁོ་གིས་ གཞན་ག་ཅི་
རང་སྤེལ་ཅི་ལཱ་འདི་ལཱ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ སའི་ར་གིས་ད་བཅས་ནང་
ན་འཛུགས་གི་ དེ་ལས་ ད་གིས་ལྟོད་ལྟ་ལཱ་སྤེལ་གི་ཟེར་སྤེལ་ཀྱི།

ཆོས་དང་འབྲལ་བའི་རྟེན་ལྟ་

མིམ་ལ་དང་སའི་ར་ བསྐྱེད་ཅན་འཛུགས་ཏེ་ སྤྱོད་ལྟེ་གཅིག་ཁར་ཐོབ་ཀྱི།
ཡེ་ཤུ་གིས་ ཆོས་དང་འབྲལ་བའི་རྟེན་ལྟ་འདི་གི་ གཏོ་དེ་ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱོ་བ་
འབྲས་སྤོར་ལས་ ཡེ་ཤུ་གསུངས་ནི་ཡོད་ ཟེར་སའི་ར་གིས་སྤེལ་ཀྱི། མོ་
གིས་དུལ་ལྟ་ལྟ་ནང་ལས་ ཡེ་ཤུ་འདི་དཔེ་ཆུང་ལྟ་གཅིག་བཞོན་ཏེ་
སྤྱུག་ལྟེ་འབྱེ་ཀྱི། ལྟ་ལྟ་ལྟེ་གཏོ་སྤེལ་ཀྱི་གལ་ མོ་གིས་ ཐད་ཀར་
སྤྱོད་ཏེ་ མིམ་ལ་གིས་སྤེལ་ཀྱི།

ལྟོད་ རྟེན་མ་བཞོན་མི་དང་ ཉེས་ཅན་དང་ཚུལ་མིན་འབད་མི་ཚུ་ལྟ་ རྟུག་
བསྐྱལ་ སྤྱོ་ཤུགས་ཅན་གྱི་ཡམ་སྤེལ་མོ་རའོ་མོ་གི་ལྱིམ་ལྟ་བཙམ་མི་དང་
ཡིན་རྟེན་བཟུམ་ལྟེ་ སྤྱོ་ལམ་རིང་མ་སྤེལ་བཟུམ་མི་ལྟ་བུ་བཞོན་ ལྟོད་ལྟ་
ཉེས་ཁྲིམས་སྤོམ་ཐོབ་འོང་། (གསུང་རབ་ མད་བཟུམ་ ༣༣,༣༤)།

རྟུག་མ་བཞོན་མི་དང་ ཉེས་ཅན་ལྟོད་ཀྱི་གཞི་ལྟ་ ཟེར་མོ་གིས་འདི་ཀྱི།
ཁོ་དང་ལྟོད་ གཏོ་བོ་ཡེ་ཤུ་འདི་དུས་ལྟ་ རྒྱུ་མ་བཟུམ་གཅིག་འབད་སྤྱོད་
ཀྱི། དེ་འབད་མཇུག་ ཁོ་དང་ལྟོད་ དཔྱད་ཅན་ཤུགས་འབད་རང་ འབད་
མི་ཅིག་ཡིན་པས་ཟེར་སའི་ར་གིས་བཤད་པ་རྒྱུ་ལྟ་ མིམ་ལ་ མགུ་རྟེ་
གཡོ་འདི་ར་ འཕྱོ་མཐུད་དེ་ལྟེ་བཟུགས།

ལྟོད་ རྟེན་མ་བཞོན་མི་དང་ ཉེས་ཅན་དང་ཚུལ་མིན་འབད་མི་ཚུ་ལྟ་ རྟུག་
བསྐྱལ་ ལྟོད་ཀྱིས་ སྤོར་པར་དང་ཐལ་ལྟ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ ལྱིམ་ལྟ་ཡོད་
བུར་ ཅན་ཅན་འཕྱོག་བཙམ་དང་ རང་འདོད་ཀྱིས་གང་འདི་འདུ། ཉེས་
ཅན་མི་གཏོ་ཞར་མཚུ་ ཉེ་མཁོར་པ་དང་ཐལ་ལྟ་ནང་ དག་ཚུགས་པ་
འབད་བཞོན་ཅིན་ ལྱིམ་གི་ཡང་དག་འོང་། (མད་བཟུམ་ ༣༣,༣༤,༣༥)།

འབྱུར་མེད་ཀྱི་ལྟ་ཞིབ།

འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་དོ་གིས་ ད་བཅས་ལྟ་ གཞུབ་གཞུབ་འབད་
ཟེར་གསུང་འདི་ཡོད། གཅི་ཟེར་བཅོན་ ཆོས་དང་འབྲལ་བའི་རྟེན་
མ་བཞོན་མི་འདི་ལྟ་ དཔྱོད་པ་ ད་བཅས་སྤྱུག་ལྟ་ཡོད་ཟེར་ཡིན་པས་
ཟེར་སའི་ར་གིས་སྤེལ་ཀྱི། དགོན་མཆོག་གི་དཔེ་དེ་བཟུམ་ལས་ བཤད་
མི་ནང་ འཛུམ་གྱིར་དང་ ཆོས་ཀྱི་ལམ་ལྟ་གས་ཡང་ ད་བཅས་ཀྱི་དུས་
ལྟ་ གཞུམ་མེད་མེད་ དཔྱད་འབྱུར་འོང་ཟེར་ཡིན་པས། དེ་