

༄༅། མི་ཆོ་དང་འབྲེལ་བའི་

དྲིས་ལན་བཀུགས་སོ།།

人生相关问题与回答

བོད་ཀྱི་ཤན་སྒྱུར།

藏汉文对照本

རིན་མེད།

免 费

ངོ་སྟོན། 简介

མི་ཚོའི་སྐོར་འདྲི་བ་གཤམ་ཆེན་མང་པོ་ཡོད། དཔེར་ན་འཇིག་རྟེན་ཁམས་གང་
ནས་བྱུང་བ་དང་། མིའི་རིགས་ཇི་ལྟར་གྲུབ་པ། མིའི་ནམས་ཅིའི་ཕྱིར་སྤྲུག་བསྐྲུལ་སྟུང་བ།
འཆི་བའི་རྗེས་སུ་གང་དུ་འགྱུར། ཞེས་དེང་སང་གི་བོད་པ་ནམས་དྲི་བ་འདི་ཚོའི་ལན་ནི་
དེབ་ཆུང་འདི་ཡི་ཐོག་ནས་ཤེས་ཐུབ།

关于人生，有很多问题难得其解：世界如何开始？人类来自何处？人们为何经受苦难？人死后会怎样？如今，藏人可以通过这本小册子了解这些问题的答案。

1. གྲི་བ། འཇིག་རྟེན་ཁམས་གང་ནས་བྱང་བ་ཡིན།

ལན། ཐོག་མར་སྟོན་ཡིས་ཐམས་ཅད་གསར་དུ་བཀོད་གནང་། ཁོང་གིས་གནམ་ས་གཉིས་དང་། ཉི་ཟླ་མཚན་མོ་དང་ཚེས་མཐོང་ཐུབ་པའི་སྐར་མ་བཅས་མཛད། ཁོང་གིས་བོད་ཡུལ་གྱི་གངས་རི་དང་བྱང་ཐང་། གཙང་པོ་དང་མཚོ། ཉུ་ཁོར་ལུག་གསུམ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱགས་རིགས་དང་སེམས་ཅན་གཞན། བོད་རིགས་ཚུད་པའི་འཛམ་གླིང་གི་མི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བཀོད་པར་མཛད།

2. གྲི་བ། མིའི་རིགས་གང་ནས་བྱང་བ་ཡིན།

ལན། ཐོག་མར་སྟོན་ཡིས་རང་ཉིད་དཔེ་རྩ་བྱས་ཏེ་མི་གཉིས་བཙོ་བར་མཛད། རང་ཉིད་དང་འགྲོགས་པའི་ཆེད་དང་། སྦྱིད་པོ་དང་དམ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཁོང་གིས་སྦྱིས་པ་ཞིག་དང་བྱད་མེད་ཅིག་མཛད། ལྷ་དང་འདྲ་བར་མི་དེ་གཉིས་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་ཐུབ་པའི་སེམས་ཡོད་ཅིང་། མིའི་རིགས་ནི་སྟོན་དང་འབྲེལ་བ་ཡང་དག་པ་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་མཛད། ཁོང་གི་སྦྱན་པར་མི་རྣམས་ནི་གལ་ཆེན་ཡིན།

3. གྲི་བ། གལ་ཏེ་སྟོན་ཡིས་ཐོག་མར་མི་རྣམས་སྦྱིད་པོ་དང་དམ་པར་འགྱུར་བའི་ཆེད་དུ་བཀོད་པར་མཛད་ན། དེང་སང་སྦྱག་བསྐལ་ཡུལ་གྱི་གང་སར་ཡོད་པ་དེ་ཅི་ཡིན།

1. 问：世界是怎样起源的？

答：起初，神创造了一切。祂创造了天空和大地，太阳和月亮以及我们夜晚所见的众星。祂也创造了西藏所有的雪山和北部的平原，其中的河流与湖泊，牦牛与羊群以及其他的动物，祂创造了世上所有的人类，包括藏人。

2. 问：人类来自哪里？

答：起初，神按照自己的形像造了两个人。祂创造了一个男人和一个女人，并与他们有亲密的关系，他们快乐而又圣洁。如同神一样，这两个人拥有思想，能够思考；神创造人类是为了让他们与自己有一个良好的关系。人类在神的眼中极为重要。

3. 问：如果神起初创造的人类是圣洁的，快乐的，为什么如今到处都是苦难？

答：神如同一位慈爱的父亲。当祂创造第一个男人和女人时，祂赐给他们一个诫命，为要使他们免于死亡。但是，这两个人违背了神的命令，喜爱自己的道路胜过神的道路，从而成为了罪人。从那时开始，所有的人类都有了罪性；从罪中生出苦难与死亡。

4. 问：什么是罪？

答：罪就是违背神的诫命。比如谋杀，奸淫，不尊重父母，胡作非为，拜偶像，行巫术，仇恨，争斗，嫉妒，易怒，羡慕，醉酒，撒谎。行这些事的人无法与神建立良好的关系。

5. 问：所有的人都犯了罪吗？

答：是的，人都有原罪，所以我们都犯了罪。我们每天都因不配的想法、话语或行为得罪神，因此，我们都与神的荣耀隔绝开来。

6. ཇི་ཅུ་སྤྲེག་ཉེས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་དེ་ཅི་ཡིན།

ལན། སྤྲེག་ཉེས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ནི་འཆི་བ་ཡིན། ཡོངས་སུ་
རྫོགས་པའི་དྲང་བ་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་སྤྲེག་ཉེས་ལ་
སྤང་། མཐའ་མའི་ཉིན་མོར་ཁོང་གིས་སྤྲེག་ཉེས་ཅན་
ཐམས་ཅད་ལ་བྲིམས་གཙོད་གཏོང་ངེས་ཡིན།
འཇིགས་སྐྱུ་དང་ལྡན་པའི་སྤྲེག་ཉེས་ཀྱི་ཉེས་ཆད་ནི་
སྤྲེག་དང་བྲལ་ཏེ་དུས་གཏན་དུ་དཔྱལ་ཁམས་སུ་སྤྲུག་
བསྐྱལ་མྱོང་དགོས་པ་དེ་ཡིན། མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་
རྒྱུ་འབྲས་ལྡན་སྤྲེག་ཉེས་ཀྱི་ལས་བྱེད་པས་སྤྲེག་དང་
འབྲེལ་བ་ཡང་དག་པ་མེད། དེའི་ཕྱིར་ང་ཚོར་མའི་
རིགས་དང་སྤྲེག་ཡི་འབྲེལ་བ་གསོ་བར་མཛད་ཐུབ་པའི་
བར་མི་ཞིག་དགོས།

7. ཇི་ཅུ་སྤྲེག་ཉེས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ཐར་བའི་ལམ་ཡོད་ དམ།

ལན། ཡོད། ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ནི་བར་མི་ཡིན་པས། གལ་
ཏེ་ང་ཚོས་སྦྱོང་པ་དན་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་
བསྐྱུར་ཏེ་ཁོང་ལ་དད་པ་བྱས་ན། སྤྲེག་ཉེས་ཀྱི་ཆད་པ་
ལས་ཐར་བར་འགྱུར་བ་མ་ཟད། ལྷ་ཡི་མདུན་དུ་དུས་
གཏན་དུ་བཞུགས་ངེས་ཡིན།

8. ཇི་ཅུ་ ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ནི་མི་ངོ་མ་ཡིན་ནམ།

ལན། ཡིན། ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ནི་སྤྲེག་ཉེས་ཀྱི་ཉེས་ཆད་
ལས་སྦྱོབ་པའི་ཕྱིར་མི་ཡི་རྣམ་པར་འཇིག་རྟེན་འདིར་
སྤྱི་ལོ་ངོ་2000 གྲོན་ནས་སྤྱི་འབྲུངས་པ་ཡིན། ཁོང་
ནི་ཨིས་ར་ཨེལ་ཡུལ་གྱི་བྱང་ཕྱོགས་ག་ལིལ་གྱི་ས་ཆར་

6. 问：罪的结局是什么？

答：罪的结局乃是死。神是全然公义的，祂憎恶罪恶。在末日的那天，祂会审判一切罪人。罪最可怕的惩罚乃是与神隔绝，在地狱里经受永远的苦难。我们都犯了罪，所以与神隔绝。因此，我们需要一位中保来修复人类与神的关系。

7. 问：有没有逃离神审判的方法？

答：有。耶稣基督就是中保，我们若悔改自己的罪，相信祂，就能脱离罪的惩罚，与神同活。

8. 问：主耶稣是一个真正的人吗？

答：是的。耶稣基督道成肉身，于 2000 年前降生在这个世上，为要救罪人脱离罪的惩罚。祂在以色列北部加利利地区的一个

ཡབ་ཡོ་སེབ་དང་ཡུམ་མིར་ཡམ་གྱི་བྱིས་ཚང་དུ་
 འཛར་ལོངས་བྱུང་ཞིང་། དགྲུང་ལོ་སུམ་ཅུ་ལྷུ་སྐབས་སུ་
 བྱུས་གསོལ་མཁན་ཡོ་ཏ་ནན་ཞེས་ཟེར་བའི་ལུང་སྟོན་
 བ་ཡིས་ཁོང་ལ་ཡོར་དན་གཙང་པོར་བྱུས་གསོལ་
 གནང་། ཆོས་ཀྱི་སློབ་དཔོན་སྟོན་གྲགས་ཆེན་པོ་ཞིག་
 ཏུ་གྱུར་ནས་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀས་ལྷ་དང་། རྩིག་པ། ང་ཆོ་
 རྩིག་པའི་ཉེས་ཆད་ལས་སྦྱོབ་པའི་ཆེད་དུ་གང་ཞིག་
 བྱེད་དགོས་པའི་སྒྲོལ་གསུངས། ཁོང་གིས་ཡབ་ལྷ་ཡིས་
 ཁོང་ལ་གང་ཞིག་མཛད་པ་དང་གསུང་བ་ཁོ་ན་མཛད།
 ལྷ་ཡི་མདུན་ནས་ཡོང་བར་སྟོན་པའི་ཕྱིར་ཁོང་གིས་
 རད་པ་དང་གདོན་འདྲེས་ཟེན་པའི་མི་གསོ་བར་
 མཛད་ཅིང་། གཤེན་པོ་རྣམས་སྤར་གསོན་དུ་སྦྱར་བ་
 ལ་སོགས་པའི་ངོ་མཆར་ཆེ་བའི་མཛད་པ་མང་པོ་
 བསྐྱབས་པའོ།

9. དྲི་བ། ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ཇི་ལྟར་གྲོངས་སམ།

ལན། ཞིས་ར་ཞེལ་ཡུལ་གྱི་དཔོན་རིགས་ཀྱིས་ཁོང་
 གིས་གསུང་དང་ལེན་མ་བྱས་པས་ཁོང་རྒྱང་ཤིང་སྤྱང་
 གཟེར་བརྒྱབ་ནས་གསོད་རྒྱུར་ཐག་གཙོད་བྱས། ཁོང་
 གིས་རྩིག་ཉེས་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་པ་ལས་སྦྱོབ་པའི་ཆེད་དུ་
 རང་ཉིད་རྒྱང་ཤིང་སྤྱང་དུ་གྲོངས་སོ།

10. དྲི་བ། ད་ལྟ་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་གསོན་པོ་ཡིན་ནམ།

ལན། རྒྱང་ཤིང་སྤྱང་ལ་གྲོངས་ནས་ཉི་མ་གསུམ་གྱི་
 རིས་སུ་ལྷ་ཡིས་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་འཆི་བ་ནས་སྤར་གསོན་
 བར་མཛད། དེ་ལྟར་མཛད་པའི་སྒྲོ་ནས་ལྷ་ཡིས་ཉེས་

家庭里长大，养父叫约瑟，母亲叫马利亚。在祂三十岁时，一个名叫约翰的施洗者在约旦河为祂施洗。此后，祂成为了当地一位著名的夫子（老师），专门教导关于神和罪的事情，并教导我们如果要脱离罪的惩罚需要做什么。主耶稣只教导天父让祂教导的话，只行天父让祂去行的事。为了表明自己是从神来的，祂行了许多神迹奇事，例如医治病人和让死人从死里复活。

9. 问：主耶稣是怎么死的？

答：以色列的祭司们拒绝祂的教导，决定将祂钉在十字架上处以死刑。为了罪人的罪，祂经受惩罚，死在了十字架上，救罪人脱离了罪的惩罚。

10. 问：耶稣基督今天还活着吗？

答：祂还活着。耶稣基督死在十字架上的第三天，神让祂从死里复活。神这

ཅན་གྱི་ཕྱི་ལོ་ཉེས་སེལ་བའི་དམར་མཚོ་དེ་དང་ལེན་
མཛད་པར་བསྟན། ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ནི་ལྷ་ཡི་ཞིང་ཁམས་
སུ་ཡར་ཕེབས་ནས་ད་ལྟ་ཁོང་གི་མི་རྒྱམས་དབང་དུ་
སྦྱར་ཞིང་། ལྷ་ཡི་མདུན་དུ་ཁོ་ཚོའི་དོན་ལ་བྱུང་
མཛད། དུས་གྱི་མཐའ་མའི་ཉིན་མོར་ལྷ་ཡི་ཞིང་
ཁམས་ནས་ཕྱིར་ལོག་ཕེབས་ནས་ཁོང་གིས་ཤི་གསོན་
གཉིས་ལ་བྲིམས་གཙོད་མཛད་ངེས་ཡིན།

**11. དྲི་བ། ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་གྲོངས་ནས་སྤར་གསོན་
པའི་དོན་ཅི་ཡིན།**

ལན། ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་གྲོངས་ནས་སྤར་གསོན་པ་བརྒྱུད་
ལྷ་ཡིས་ཉེས་ཅན་ཕྱི་ལོ་ཉེས་ཀྱི་ཆད་པ་ལས་ཐར་བའི་
ཐབས་ཤིག་གནང་། ཞལ་ཆད་གསར་པའི་མདོ་ཞིག་
དུ་བཀོད་པ་ལྟར། ལྷ་ཡིས་རང་གི་སྲས་གཅིག་པོ་
གནང་བ་ཙམ་དུ་འཇིག་རྟེན་གྱི་མི་རྒྱམས་ལ་བྱམས་
པར་མཛད་པས། སྲས་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ཚང་མར་
འཇིག་པར་མི་འགྱུར་བར་དཔག་དུ་མེད་པའི་ཆོ་ཐོབ་
ངེས་པའོ་ཞེས་གསུངས། སྦྱོད་པ་ངན་པ་རྒྱམས་སྤངས་
ཤིང་སེམས་བསྐྱར་ནས་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ལ་དད་མཁན་
ཡིད་ཆད་ནི་བདེ་དང་དགའ་སྦྱོའི་ངང་ནས་ཁོང་དང་
མཉམ་དུ་དུས་གཏན་དུ་གསོན་པར་འགྱུར་ངེས་ཡིན།
ཁོང་གི་གསུང་དང་ལེན་མི་བྱེད་མཁན་རྒྱམས་ལྷ་དང་
བལ་ཏེ་དཔྱལ་ཁམས་སུ་ཕྱི་ལོ་ཉེས་ཀྱི་ཆད་པ་ཕོག་ངེས་
ཡིན།

**12. དྲི་བ། ཕྱི་ལོ་ཉེས་ཀྱི་ཉེས་ཆད་ཕོག་པ་ལས་ཐར་
བའི་ཕྱིར་ང་ཚོས་ཅི་བྱེད་དགོས།**

样做，表明祂接受了耶稣基督为罪人的罪所献的祭。随后，主耶稣升天。祂现在掌管祂的百姓，并在神面前为他们代祷。在末日的那一天，祂会从天上再临，审判活人死人。

11. 问：主耶稣的受死与复活有什么意义？

答：通过主耶稣的受死与复活，神为罪人脱离罪的惩罚开通了一条道路。正如新约所记载的：“神爱世人，甚至将祂的独生子赐给他们，叫一切信祂的，不至灭亡，反得永生。”所有从罪中悔改，并相信主耶稣基督的人，都能与祂同享平安喜乐。那些拒绝祂教导的人将与神隔绝，并为自己的罪在地狱里受罚。

12. 问：我们需要做什么才能脱离罪的惩罚？

ལན། ལྷ་ནི་དང་བདེན་གྱི་ཁྲིམས་དཔོན་ཡིན་པས་སྤྲེག་
ཉེས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྲིམས་གཙོང་གཏོང་རྒྱ་ངེས་
ཀྱང་། དེ་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་ནི། དེད་རྣམས་ཀྱིས་
སྦྱོང་བ་དན་བ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་སྦྱར་ལ། ཡེ་
ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ཁོ་ནར་དད་པ་བྱེད་དགོས།

13. དྲི་བ། བསོད་ནམས་གསོག་པའི་སྒོ་ནས་ང་ཚོ་
ཐར་བར་འགྱུར་སྲིད་དམ།
ལན། མི་སྲིད་དེ། ལྷ་དཔེ་མི་སྲིད་པའི་དམ་པ་དང་
དང་བདེན་ཡིན་ལ། ང་ཚོ་སྤྲེག་ཅན་ཡིན་པས་དེད་
རྣམས་ཀྱིས་གསོག་ཐུབ་པའི་བསོད་ནམས་ནི་ལྷ་ཡི་
སྦྱན་ལྗེར་མི་འདང་ངོ་།

14. དྲི་བ། གལ་ཏེ་དེད་རྣམས་ཀྱིས་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་མ་
ཟད། སངས་རྒྱས་དང་ལྷ་རྣམས་ལ་དད་པ་བྱས་ན་ཐར་
བར་འགྱུར་སྲིད་དམ།
ལན། མི་སྲིད་དེ། ཁོང་ཁོ་ནར་སྤྲེག་ཉེས་ལས་ཐར་བར་
མཛད་པའི་དབང་ཆ་ཡོད་པས་ང་ཚོས་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་
ཁོ་ནར་དད་པ་བྱེད་དགོས།

15. དྲི་བ། ཆོ་འདི་ལས་འདའ་བའི་སྐབས་སུ་གང་
འབྱུང་ངམ།
ལན། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་རྣམས་ཆོ་འདི་ལས་
འདའ་བའི་སྐབས་སུ་གཟུགས་པོ་ནི་ཐལ་བར་འགྱུར་
ནའང་། སེམས་དགའ་སྦྱོང་དང་ཞི་བདེའི་ངང་ནས་ལྷ་
ཡི་མདུན་དུ་སྦྱར་བར་འགོ། དུས་ཀྱི་མཐའ་མའི་ཉིན་

答：尽管神是公义的审判者，必须审判所有的罪人，但仍有一条道路可以得救：悔改自己的罪，单单相信主耶稣。

13. 问：积德可以使我们的得救吗？

答：不能。因为神全然圣洁，而我们满有罪孽。我们所积累的公德在神的眼中远远不够。

14. 问：如果我们不仅仅相信耶稣基督，还相信活佛或神明，我们也能得救吗？

答：不能，我们必须单单相信耶稣基督，因为只有祂才有能力救我们脱离罪恶。

15. 问：人死时会发生什么事情？

答：相信主耶稣的人死后，尽管他们的肉体归于尘土，但他们的灵魂会平安喜乐地去到神那里。在末日里，他们的肉体还会再

མོར་གཟུགས་པོ་སྤར་གསོན་པར་མཛད་ངེས་ཡིན་
 བོང་། དུས་གཏན་དུ་ལྷ་དང་མཉམ་དུ་བཞུགས་པར་
 འགྱུར། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་དང་ལེན་མི་བྱེད་མཁན་རྣམས་
 རི་ཤི་ནས་དཔྱུལ་ཁམས་སུ་འཕངས་ནས་དེར་དུས་
 གཏན་དུ་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཆོང་དགོས།

16. དྲི་བ། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་ཇི་ལྟར་དད་པ་བྱས་ནས་
ཐར་པ་འཐོབ་བམ།

ལན། བྱེད་དགོས་པ་བཞི་སྟེ།
 དང་ཐོག་རང་ཉིད་སྤྲིག་ཉེས་ཅན་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་
 བྱེད་དགོས། སྤྲིག་པའི་རང་གཤིས་མི་ཀུན་ལ་ཡོད་པས།
 སྤྲིག་མེད་ཀྱི་མི་འབྱུང་མི་སྟོང་། དེའི་ཕྱིར་ཉིན་ལྟར་ང་
 ཚོས་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་ལས་བྱེད་ཅིང་། དེའི་འབྲས་བུ་ནི་
 འཆི་བ་ཡིན། འཆི་བ་དེ་ནི་ཆོ་འདི་ལས་འདའ་བ་མ་
 ཟད། ལྷ་དང་བྲལ་ཏེ་དཔྱུལ་ཁམས་དུས་གཏན་དུ་སྤོང་
 དགོས་པ་དེའང་ཡིན།

གཉིས་པ་ནི་སྦྱོང་པ་ངན་པར་འགྱོད་བཤགས་དང་དེ་
 རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་སྦྱར་དགོས། སྤྲིག་ཉེས་སྤོང་
 བ་དེ་བཅོས་མིན་ཡིན་དགོས། སྦྱོང་པ་ངན་པ་རྣམས་
 མ་སྤངས་ན། མཐའ་མའི་ཉིན་མོར་ལྷ་ཡིས་ང་ཚོ་ལ་
 བྲིམས་གཙོད་མཛད་པར་འགྱུར་བ་མ་ཟད། དཔྱུལ་
 ཁམས་སུ་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་ཉེས་ཆད་ཀྱང་སྦྱོང་བར་འགྱུར་
 ངེས་ཡིན།

གསུམ་པ་ནི་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ཁོ་ནར་དད་པ་བྱེད་དགོས།
 སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་ཉེས་ཆད་ཚབ་དུ་སྦྱོང་བའི་ཕྱིར་གཙོ་བོ་
 ཡེ་ཤུ་ནི་རྒྱུད་ཤིང་སྤང་ལ་གྲོངས། ལྷ་ཡི་སྦྱན་ཐུར་རྣམ་
 པར་དག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཁོང་འཆི་བ་ནས་སྤར་

次复活，从此与神同住。
 那些拒绝主耶稣的人，则
 会被扔到地狱里，在那里
 永远受苦。

**16. 问：人要怎样才能相
 信主耶稣并得救？**

答：需要做四件事。
 首先，承认你是个罪人。
 因为每个人都有犯罪的本
 性，都有罪。我们每天都
 犯罪，这个代价就是死
 亡。这种死亡不仅仅是肉
 体的消逝，还是与神隔
 绝，永远待在地狱里。

第二，要从罪中悔改。我
 们必须诚心地悔改。若不
 悔改，神会在末日审判我
 们，我们将会在地狱里为
 我们的罪受罚。

第三，要单单相信主耶
 稣。祂为罪人的罪死在了
 十字架上、复活，使罪人
 能与神和好。没有其他人
 为罪人的罪经受刑法，所

གསོན་པར་གྱུར། མེད་ཉེས་ཀྱི་ཆད་པ་མྱོང་བའི་ཕྱིར་
གཞན་སྤྱུང་མ་གྱི་བས། མི་གཞན་དང་། ཡང་ན་སྣ་
རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཚོ་ཐར་བར་འགྱུར་མི་མིན།

བཞི་པ་ནི་སྣ་ལ་སློན་ལམ་འདེབས་དགོས། སྣ་ཡི་དམ་
པའི་གསུང་རབ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། གལ་ཏེ་བྱེད་
ཀྱིས་ཁ་ཡིས་ཡེ་ཤུ་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་ཁས་ལེན་བྱས་ཤིང་།
སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་སྣ་ཡིས་ཁོང་འཆི་བ་ནས་སྤར་གསོན་
པར་མཇུག་པ་དེ་ལ་དད་པ་བྱས་ན། བྱེད་ངེས་པར་
ཐར་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས།

17. དྲི་བ། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱས་ནས་ཐར་བ་
ཐོབ་པའི་རྗེས་སུ་ཅི་བྱེད་དགོས།

ལན། བྱིས་པ་འཚར་ལོངས་བྱེད་པ་ལྟར། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་
ལ་ཐོག་མར་དད་པ་རྣམས་ཐར་བའི་ཐོག་ནས་སློན་
ཞིང་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པར་འགྱུར་དགོས། དད་མཁན་
རྣམས་ནི་རང་འདོད་པ་ལྟར་མི་ཆོ་མི་སྦྱེལ་ཏེ། སྣ་ཡི་
དགོངས་པ་ལྟར་མི་ཆོ་སྦྱེལ་དགོས། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་
རང་གིས་གཙོ་བོ་སྣ་ལ་སློ་གཅིག་སེམས་གཅིག་དང་
ཡིད་གཅིག་གིས་བརྩེ་བར་བྱུངས་ཤིག་འདི་ནི་བཀའ་
བྱ་གལ་ཆེ་ཤོས་དང་དང་པོ་དེ་ཡིན། གཉིས་པ་དེ་དང་
འདྲ་བ་ཡིན། དེ་ནི་བྱིས་མཆོས་ལ་རང་དང་འདྲ་བར་
བརྩེ་བར་བྱུངས་ཞེས་གསུངས། དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་
ཐབས་ཤེས་ལྟེ། སྣ་ཡི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཉིན་
ལྟར་སློག་པའམ་ཉིན་པ་དང་གཅིག་ཉིན་ལྟར་སྣ་ཁོ་
ནར་བསྟེན་བཀྱར་བྱེད་པ་དང་གཉིས། དད་ལྔན་
གཞན་རྣམས་དང་མཉམ་དུ་འཛོམ་པ་དང་གསུམ། སྣ་

以，依靠其他人或神明不能使我们得救。

第四，要向神祷告。正如圣经所说，“你若口里认耶稣为主，心里信神叫祂从死里复活，就必得救。”

17. 问：既然我已经相信主耶稣并且得救，那我应当做什么？

答：婴儿需要长大，主耶稣的新信徒们也要在信仰上成长、完全。信徒们必须依神的旨意而活，而不能活在自己的欲望之中。主耶稣说：“你要尽心、尽性、尽意爱主你的神。这是第一条也是最大的戒命。第二条乃是这样：你要爱邻如己。”这样做的方式有五种：1）每天阅读圣经或聆听圣经的教诲；2）敬拜神，向祂祷告；3）与其他信徒聚在一起；4）爱他人，并服侍他们；5）告诉他人关

དང་མི་གཞན་ལ་བཅིངས་པ་འཛིན་པ་དང་བཞི། གཙོ་
བོ་ཡེ་ཤུའི་སྐོར་མི་གཞན་རྣམས་ལ་དབང་བོ་བྱེད་པ་
དང་ལྔའོ།

18. དྲི་བ། དམ་པའི་གསུང་རབ་ཅེས་པ་དེ་ཅི་ཡིན།
ལན། དམ་པའི་གསུང་རབ་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་གནང་
བའི་སྟོན་ལོ་བཀའ་ཡིན། དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་ཞལ་
ཆད་རྟེན་པ་དང་ཞལ་ཆད་གསར་པ་ཟེར་བའི་ཆ་ཤས་
གཙོ་བོ་གཉིས་ཡོད་ལ། དེ་ཚོ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་བཀོད་
པའི་ཚུན་གྱི་དུས་རབས་མང་པོའི་ནང་བྱིས་ཡོད་པ་
ཞིག་ཡིན། ཞལ་ཆད་རྟེན་པ་ནི་ལོ་ངོ་2500-
3000 ཚུན་དང་། ཞལ་ཆད་གསར་པ་དུས་རབས་
དང་པོའི་སྐབས་སུ་བྱིས། དེ་ནི་ཀྲང་གོའི་ཉན་རྒྱལ་
རབས་ཀྱི་དུས་སུ་ཡིན། ཞལ་ཆད་རྟེན་པ་ནི་ལོ་རྒྱུ་
པ་མི་རིགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་འཁོད་ཡོད། ཞལ་ཆད་གསར་
པ་ལ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་རྣམ་ཐར་དང་། ཁོང་གི་ཆོས་
ཆོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་འཁོད་ཡོད། གསུང་རབ་ནང་སྟོན་
བདེན་པའི་བཀའ་དང་། ཐར་པའི་ལམ། དྲང་པོའི་
ཁྲིམས་སོགས་སྤྱི་ཅན་ཐར་བྱབ་པའི་དགའ་སྟོན་
འཕྲིན་བཟང་བཀོད་ཡོད། མདོར་ན། སྟོན་སྐོར་གང་
ཤེས་དགོས་པ་ཐམས་ཅད་དམ་པའི་གསུང་རབ་ནང་
བཀོད་ཡོད།

于主耶稣的故事。

18. 问：圣经是什么？

答：圣经是神对人类所说的话语。共分为两个部分：旧约和新约。它们早在有关于西藏历史的记录之前就已写成。旧约写于2500-3000 年前，新约写于公元一世纪左右，大约在中国的汉朝时期。旧约记录的是犹太人历史。新约记载的则是主耶稣及其教会。整本圣经包含了神真实的话语，救恩之路，公义的律法以及罪人得救赎的福音。总而言之，我们所有想要知道关于神的问题都在圣经之中。

亲爱的读者, 请阅读《圣经》, 倾听里面神的声音。若有需要, 我们非常乐意免费邮寄一本《圣经》给你或者其它为基督徒们提供的各种语言的免费文献。热心欢迎来寻求与沟通神的救赎之道的慕道朋友和得救之人! 电子邮箱: info.cn@heshallcome.com

དམ་པའི་གསུང་རབ། ཕབ་ལེན།



藏汉对照圣经下载