

༄༅། རྒྱལ་པ་ནས་ཐར་པའི་ལམ།

拯救之道

རིན་མེད།

免 费

བོད་ཀྱི་ཤུན་ལྷོ་

藏汉文对照本

ལྷ་ཡི་བཀའ།

神的道

ལྷ་ཡི་བཀའ་སློག་དང་རྒྱས་པ་ལྡན་ཞིང་། རལ་གྱི་ཁ་གཉིས་ལས་ཚྱོ་བའོ།
ཨེབ་རི་པ་ 4:12

神的道是活泼的，是有功效的，
比一切两刃的剑更快。

希伯来书 4:12

ངའི་ཞལ་ལས་འཇོན་པའི་བཀའ་མཆིད་ཀྱང་འགྱུར་འོང་ཞིང་། ངའི་བྱང་
དུ་སྟོང་པར་འོག་མི་འོང་གི། ངས་ཅི་མཉེས་པ་དག་མཐར་བསྐྱེལ་ཏེ། ངས་
གང་གི་ཕྱིར་མངགས་པའི་དོན་འགྱུར་པར་འགྱུར་རོ།
ཡེ་ཤ་ལྷ་ 55:11

我口所出的话也必如此，决不徒
然返回，却要成就我所喜悦的，
在我发他去成就的事上必然亨
通。

以赛亚书 55:11

ཁྱེད་གྱི་བཀའ་རྣམས་གྲོལ་ན་འོད་ཤར་རོ།
གསུང་མགྱུར་ 119:130

祢的言语一解开就发出亮光。

诗篇 119:130

འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱང་ཚུལ། 世界的来历

ཐོག་མར་སྟོ་ཡིས་ནམ་མཁའ་དང་ས་བོད་དོ།

འགོད་པ་ 1:1

起初，神创造天地。 创世记 1:1

དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་བཀའ་དེས་མཛད། ཁོང་མེད་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་དོ།

ཡོ་ཏ་ནན་ 1:3

万物是藉着祂造的；凡被造的，没有一样不是藉着祂造的。

约翰福音 1:3

མིའི་བྱང་ཚུལ། 人的来历

སྟོ་ཡིས་ཉིད་ཀྱི་དབྱེབས་ལྟར་མི་ནི་བོད་དེ། སྟོ་ཡི་དབྱེབས་ལྟར་མི་ནི་
བོད་དོ། རྩེས་པ་དང་བྱད་མེད་ཁོང་གིས་བོད་དོ། འགོད་པ་ 1:27

神就照着自己的形像造人，乃是照着祂的形像造男造女。

创世记1:27

གཙོ་བོ་སྟོ་ཡིས་མི་ནི་སའི་ཐལ་བ་ནས་བོད་ནས། རྩ་རྩོག་གི་
དབྱགས་ཕུས་པར་མཛད་པས། མི་ནི་རྩོག་དང་ལྡན་པའི་སེམས་ཅན་ཞིག་
བྱུང་བ་ཡིན། དེ་ནས་གཙོ་བོ་སྟོ་ཡིས་ཨེ་དེན་ཡུལ་གྱི་ཤར་ཕྱོགས་སུ་
ཚལ་ཞིག་བཙུགས་ཏེ། དེར་ཁོང་གིས་བོད་པའི་མི་བཙུག་གོ།

འགོད་པ་ 2:7,8

主 神用地上的尘土造人，将生气吹在他鼻孔里，他就成了有灵的活人，名叫亚当。主 神在东方的伊甸立了一个园子，把所造的人安置在那里。 创世记 2:7,8

ཡང་གཙོ་བོ་སྟེ་སྟོ་ཡིས་མི་ནི་བཞེས་ཏེ་ཨེ་དེན་གྱི་ཚལ་དུ་བཅུག་པ་ཡིན།
གང་ལ་ཟེར་ན། ཚལ་འབད་པ་དང་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ནས་གཙོ་བོ་སྟེ་
སྟོ་ཡིས་མི་ལ། ཚལ་གྱི་ཤིང་ཐམས་ཅད་ནས་ཐོས་ལ། བཟང་ངན་རྟོགས་
པའི་ཤིང་འདི་ལས་མ་ཟ། ཅི་ལ་ཟེར་ན། གང་ཞག་ལ་བྱོད་དེ་ལས་ཟ་བ་
དང་ཤི་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བཀའ་གནང་ཞིང་གསུངས་སོ།།

འགོད་པ་ 2:15-17

主 神将那人安置在伊甸园，使
他修理，看守。主 神吩咐他
说：园中各样树上的果子，你可
以随意吃，只是分别善恶树上的
果子，你不可吃，因为你吃的日
子必定死。 创世记 2:15-17

སྤྱི་པའི་བྱུང་ཚུལ། 罪的来历

གཙོ་བོ་སྟེ་སྟོ་ཡིས་མཛད་པའི་ཐང་གི་དུད་འགྲོ་ཐམས་ཅད་ལས་སྤྱལ་
གཡོ་སྤྱུ་ཅན་ཡིན་པས་བྱུང་མེད་ལ་སྤྱས་པ། འོ་ན་སྟོ་ཡིས་ཚལ་གྱི་ཤིང་
ཐམས་ཅད་ལས་མ་ཟ་ཞེས་བཀའ་གནང་ངམ། བྱུང་མེད་ཀྱིས་སྤྱལ་ལ་སྤྱས་
པ། ཚལ་གྱི་ཤིང་གི་འབྲས་བུ་ཟེར། ཚལ་གྱི་གཞུང་ལ་ཡོད་པའི་ཤིང་གཅིག་
གི་འབྲས་བུ་སྟོ་ཡིས་མ་ཟ་མ་རེག་ཅིག་ ཅི་ལ་ཟེར་ན། མི་ཤི་བའི་ཕྱིར་རོ་
ཞེས་བཀའ་གནང་བ་ཡིན། སྤྱལ་གྱིས་བྱུང་མེད་ལ་སྤྱས་པ། བྱོད་ཅི་ནས་
ཀྱང་ཤི་མི་ཡོང་། སྟོ་ཡི་ཐུགས་ལ་དེ་དག་དེ་ལས་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་མིག་བྱེ་

主 神所造的，唯有蛇比田野一
切的活物更狡猾。蛇对女人说：
神岂是真说不许你们吃园中所有
树上的果子么？女人对蛇说：园
中树上的果子，我们可以吃，
唯有园当中那棵树上的果子，
神曾说：你们不可吃，也不可
摸，免得你们死。蛇对女人说：
你们不一定死；因为 神知道，

སྟེ། ལྷ་དང་འདྲ་བར་བྱུང་ནས། བཟང་ངན་གྱིས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་
 དགོངས་སོ། དེར་བྱད་མེད་ཀྱིས་བསྟུན་ཏེ། ཤིང་དེ་ནི་ཟ་ན་ཞིས་པོ་དང་།
 ལྷ་ན་སྟུག་པ་དང་། མཁས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཡིད་དུ་འོང་བ་མཐོང་ནས།
 དེའི་འབྲས་བྱ་སྒངས་ཏེ་ཟོས་པ་དང་། རང་གི་ཁྱོལ་ཡང་བསྟེར་ནས་དེས་
 ཀྱང་ཟོས་སོ།།

འགོད་པ་ 3:1-6

གཙོ་བོ་སྟེ་ལྷ་ཡིས་བྱད་མེད་ལ། ཅིའི་ཕྱིར་ལས་དེ་བྱས་གསུངས་ནས། བྱད་
 མེད་ཀྱིས་ཁྱུས་པ། སྟུལ་གྱིས་བསྟུན་ཏེ་ཟོས་པ་ཡིན། དེ་ནས་གཙོ་བོ་སྟེ་ལྷ་
 ཡིས་སྟུལ་ལ། ཁྱོད་ཀྱིས་ལས་དེ་བྱས་པས། ཀླང་བཞི་པ་ཐམས་ཅད་དང་།
 ཞིང་གི་དུད་འགྲོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ན་སྦྱད་ཡིན་ཏེ། ལྷོ་བས་འགྱུལ་ཞིང་
 རྣམ་འཛོལ་བའི་བར་དུ་ཐལ་བ་ཟ་བར་གྱུར་ཅིག་ཁྱོད་དང་བྱད་མེད་ཀྱི་
 བར་ན་དབྱེན་པ་འབྱུང་བར་བྱ་བ་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་བརྒྱུད་དང་དེའི་བརྒྱུད་
 ཀྱི་བར་ན་དབྱེན་པ་འབྱུང་འཇུག་པར་བྱའོ། ཁོས་ཁྱོད་ཀྱི་མགོ་རྩི་བར་བྱ།
 ཁྱོད་ཀྱིས་ཁོའི་རྟིང་པ་ལ་སོ་གདབ་བོ་ཞེས་བཀའ་གནང་ངོ་། ཁོང་གིས་

你们吃的日子眼睛就明亮了，你
 们便如 神能知道善恶。于是女
 人见那棵树的果子好作食物，也
 悦人的眼目，且是可喜爱的，能
 使人有智慧，就摘下果子来吃了，
 又给她丈夫，她丈夫也吃了。
 创世记 3:1-6

主 神对女人说：你作的是什
 么事呢？女人说：那蛇引诱我，我
 就吃了。主 神对蛇说：你既作
 了这事，就必受咒诅，比一切的
 牲畜野兽更甚。你必用肚子行
 走，终身吃土。我又要叫你和女
 人彼此为仇；你的后裔和女人的
 后裔也彼此为仇。女人的后裔要
 伤你的头；你要伤他的脚跟。又
 对女人说：我必多多加增你怀胎
 的苦楚；你生产儿女必多受苦

བུད་མེད་ལ། བྱོད་ཀྱི་མངལ་སྐྱུམ་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱལ་མང་དུ་བྱ་རྟེ། སྐྱེ་གཟེར་
 གྱིས་བྱ་བཅའ་བར་འགྱུར། བྱོད་ཀྱིས་བྱོལ་གདུང་བ་དང་། ཁོས་བྱོད་ལ་
 དབང་བུའི་གསུངས་སོ། ཨ་དམ་ལ། བྱོད་ཀྱིས་བྱོལ་མེད་ཁ་ལ་ཉན་ཏེ། ངས་
 ཤིང་ལས་མ་བཟུངས་ཀྱང་ཐོས་པས། བྱོད་ཀྱི་ཕྱིར་ཞིང་དམོད་པར་བྱས་སོ།
 སྐྱུག་བསྐྱལ་ཞིང་ནམ་འཁོ་བའི་བར་དུ་དེ་ལས་ཐོས་ཤིག་ཆོར་མ་དང་
 ལྡང་ཆོར་བྱོད་ཀྱི་ཕྱིར་སྐྱེས་པའི་ཞིང་ལས་སྔོ་ཆོད་ཐོ་ལ། བྱོད་ས་ཅུ་ཕྱིར་
 མ་ལོག་པའི་བར་དུ་གདོང་རྩལ་བར་བཟན་ཐོས་ཤིག་བྱོད་ས་ནས་བཏོན་ཏེ།
 ཐལ་བ་ཡིན་པས་ཐལ་བ་ཅུ་ཕྱིར་སྔོག་པར་འགྱུར་ཅིག་གསུངས་སོ།

འགོད་པ་ 3:13-19

སྐྱུལ་རྒྱན་ནམ་བདུད་དམ་སྒྲ་ཏན་ནམ་འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་སྐྱུ་མ་ལན་
 བྱ་བའི་འབྲུག་ཆེན་པོ་འོ།

མངོན་པ་ 12:9

མི་གཅིག་གི་རྐྱེན་གྱིས་འཇིག་རྟེན་ནང་སྤྲིག་པ་བྱུང་། སྤྲིག་པའི་རྐྱེན་གྱིས་
 འཆི་བའང་བྱུང་བས། དེ་ལྟར་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྤྲིག་པ་བྱས་པས།
 ཐམས་ཅད་ནང་འཆི་བའང་དར་རོ།

རོ་སྒྲ་པ་ 5:12

楚。你必恋慕你丈夫；你丈夫必
 管辖你。又对亚当说：你既听从
 妻子的话，吃了我所吩咐你不可
 吃的那树上的果子，地必为你的
 缘故受咒诅；你必终身劳苦才能
 从地里得吃的。地必给你长出荆
 棘和蒺藜来；你也要吃田间的菜
 蔬。你必汗流满面才得糊口，直
 到你归了土，因为你是从土而出
 的。你本是尘土，仍要归于尘
 土。

创世记 3:13-19

大龙就是那古蛇，名叫魔鬼，又
 叫撒但，是迷惑普天下的。

启示录 12:9

这就如罪是从一人入了世界，死
 又是从罪来的；于是死就临到众
 人，因为众人都犯了罪。

罗马书 5:12

མི་ཐམས་ཅད་ལ་ཐྲིག་པ་ཡོད་དོ། 人都有罪

ངེད་ཐམས་ཅད་ལྷག་ལྷར་གོ་ལ་ཏེ། རེ་རེ་བཞིན་རང་རང་གི་ལམ་དུ་
འབྱུགས་སོ།། ཡེ་ཤ་ཡཱ་ 53:6

མཁས་པ་སྟོན་ཉིད་བཅའ་མཁན་ལ་གཟིགས་ཕྱིར། གཙོ་བོས་གནམ་ནས་
མིའི་བྱ་རྒྱུས་ལ་གཟིགས། དེ་ཀུན་ལམ་སྟོར་སྟོན་ཅིག་གི་བ་ཅན་གྱིས།
ལས་བཟང་བྱེད་མཁན་སུ་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག།

གསུང་མགུར་ 14:2,3

ཇི་སྐད་མདོ་ན། དྲང་པོ་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། མཐུན་པའི་ལམ་ཡང་
མི་ཤེས་སོ། སྟོང་ནང་སྟོ་ཡང་འཇིགས་པ་མེད། ཅས་བྲིས་ཡོད་དོ། མི་
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཐྲིག་པ་བྱས་ནས། སྟོ་ཡི་དཔལ་དང་བྲལ་བའོ།།

རོ་ལྷ་པ་ 3:10,17,18,23

གསུང་རབ་ཀྱིས་ཐྲིག་པའི་ཁོངས་སུ་ཐམས་ཅད་བཅུག་གོ།

ག་ལད་ཡཱ་པ་ 3:22

我们都如羊走迷；各人偏行己路。
以赛亚书 53:6

主从天上垂看世人，要看有明白的没有，有寻求神的没有。他们都偏离正路，一同变为污秽；并没有行善的，连一个也没有。

诗篇 14:2, 3

就如经上所记：没有义人，连一个也没有。平安的路，他们未曾知道；他们眼中不怕神。因为世人都犯了罪，亏缺了神的荣耀。
罗马书 3:10, 17, 18, 23

但圣经把众人都圈在罪里。

加拉太书 3:22

ལྷ་ཡི་བྱམས་པ། 神的爱

ཁོང་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་རྣམས་མི་འཆི་བར་ཆོ་མཐའ་མེད་པ་ཐོབ་པའི་
ཕྱིར། ལྷ་ཡིས་ཉིད་ཀྱི་སྲས་གཅིག་ཕུ་གནང་བ་ཙམ་དུ་འཇིག་རྟེན་ལ་
བྱམས་པར་མཛད་དོ།
ཡོ་ཏ་ནན་ 3:16

ཁོང་གི་སློ་ནས་ང་ཆོ་འཆོ་བའི་དོན་དུ། ལྷ་ཡིས་ཉིད་ཀྱི་སྲས་གཅིག་ཕུ་
འཇིག་རྟེན་ལ་གནང་བ་དེ་ལས། ང་ཆོའི་ཕྱིར་ལྷ་ཡི་བྱམས་པ་མངོན་ནོ།
བྱམས་པ་ནི་ང་ཆོས་ལྷ་ལ་བྱམས་པ་དེ་མིན། ལྷ་ཡིས་ང་ཆོར་བྱམས་ཤིང་
ཉིད་ཀྱི་སྲས་ང་ཆོའི་ཕྱིག་བཤགས་ལ་གནང་བ་དེ་ཡིན་ནོ།
༡ ཡོ་ཏ་ནན་ 4:9,10

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。 约翰福音 3:16

神差祂独生子到世间来，使我们藉着祂得生，神爱我们的心在此就显明了。不是我们爱神，乃是神爱我们，差祂的儿子为我们的罪作了挽回祭，这就是爱了。 约翰一书 4:9, 10

ལྷ་ཡི་སྲས་འཇིག་རྟེན་དུ་བྱོན་ནོ། 神的儿子降世

མྱ་གེ་ཀ་ཡེ་ཤུ་ནི་ཕྱིག་ཅན་རྣམས་སློབ་པའི་དོན་དུ་འཇིག་རྟེན་དུ་བྱོན་
ཞེས་པའི་གཏམ་ནི། བདེན་པ་དང་ཉན་འོས་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ།
༡ ཏི་མ་ཐེ་ཏུ་ 1:15

基督耶稣降世，为要拯救罪人。这话是可信的，是十分可佩服的。 提摩太前书 1:15

ལྷ་ཤི་ཀ་ཡེ་བྱ། ཁོང་ནི་ལྷ་ཡི་ས་ལྷན་ཡང་། ལྷ་ཉིད་དང་ནི་མཉམ་པ་
 ལྷངས། ཉིད་ཀྱི་གཟི་བརྗིད་དོར་མཛད་དེ། བྱན་གྱི་ས་ནི་ཡོངས་བཞེས་
 བས། མི་པལ་རྣམས་དང་འདྲ་བར་འགྱུར། མི་ཡི་རྣམ་འགྱུར་ལྷན་པས་ན།
 དམན་ས་བབྱང་ཞིང་རྒྱང་ཤིང་ཁར། གྲོངས་པ་ཙམ་དུ་བཀའ་འབངས་
 མཛད།།

སྤེལ་བ་པ་ 2:5-8

འཇིག་རྟེན་ཁོང་གིས་བཀོད་མཛད་ཅིང་། འཇིག་རྟེན་དུ་ནི་བཞུགས་ཡོད་
 ཀྱང་། འཇིག་རྟེན་པ་ཡིས་ངོ་མ་ཤེས།།

ཡོ་ཏ་ནན་ 1:10

基督耶稣，祂本有 神的形像，
 反倒虚己，取了奴仆的形像，成
 为人的样式；既有人的样子，就
 自己卑微，存心顺服，以至于
 死，且死在十字架上。

腓立比书 2:5-8

祂在世界，世界也是藉着祂造的，
 世界却不认识祂。

约翰福音 1:10

ཡེ་བྱ་ལྷ་ཤི་ཀའི་འབྱུངས་པ། 耶稣基督的降生

ཡེ་བྱ་ལྷ་ཤི་ཀ་འབྱུངས་ཚུལ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།དེ་ནི་ལྷ་ཉིད་པ་རྒྱང་
 བས། ར་རྒྱང་མངལ་དང་ལྷན་ཏེ་གས་བལྟམ་འོང་། ཁོང་མཚན་ཨིམ་མ་
 རུ་ཨིལ་འདྲགས་པར་འགྱུར། ཞེས་གཙོ་བོས་གསུངས་པ་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་
 བྱང་ངོ་། ཨིམ་མ་རུ་ཨིལ་ནི། ལྷ་དེད་དང་མཉམ་དུ་བཞུགས་སོ་ཞེས་པའི་
 དོན་ནོ།།

མད་ཟླ་ 1:18,22,23

耶稣基督降生的事记在下面：……这一切的事成就是要应
 验主藉先知所说的话，说：必有
 童女怀孕生子；人要称祂的名为
 以马内利。〔以马内利翻出来就
 是 神与我们同在〕。

马太福音 1:18, 22, 23

སྐྱུ་ཤིག་བལྟམ་འོང་། ཁོང་གི་མཚན་ཡེ་ཤུ་གསོལ་ཞིག་ ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།
ཁོང་གིས་ཉིད་ཀྱི་མི་སྡེ་སྡེ་གི་པ་ལས་ཐར་བར་མཛད་པར་འགྱུར།

མད་མྱ་ 1:21

她将要生一个儿子，你要给祂起名叫耶稣，因祂要将自己的百姓从罪恶里救出来。 马太福音 1:21

གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་འཇིག་རྟེན་ལ་བཞུགས་པའི་དུས་སྟེ། 主耶稣在世上的生活

ན་ལྟ་རེད་པ་ཡེ་ཤུ་དེ་ནི་ལྷ་ཡིས་དམ་པའི་བྱ་གསུངས་ཉིད་དང་མཐུ་ཡིས་
བྱ་གསུངས་ཏེ། ལྷ་ཁོང་དང་འགྲོགས་པས། ཀུན་ཏུ་གསལ་གསུངས་ཤིང་། བདུད་ཀྱིས་
མནན་པ་ཐམས་ཅད་གསོ་ཞིང་ཕྱོགས་ཀུན་ཏུ་བཀའ་དྲིན་མཛད་ཅིང་
ཕེབས་སོ།

མཛད་པ་ 10:38

ཡེ་ཤུ་གོང་ཁྱིམ་དང་ཡུལ་ཚོ་ཐམས་ཅད་ལ་རྒྱ་ཞིང་། དེ་དག་གི་འདུ་ཁང་
ནང་ཚོས་བལྟན། རྒྱལ་སྤྱི་དེ་ཀྱི་ཕྱིན་བཟང་བཤད། ནད་དང་རྒྱད་པ་
ཐམས་ཅད་གསོ་བར་མཛད་དོ།

མད་མྱ་ 9:35

དེར་མི་ཚོགས་རྣམས་བཅར་ནས་ཞ་བོ། ལོང་བ། ལྷགས་པ། འཁོང་པོ་ལ་
སོགས་པ་མང་པོ་བྲིད་དེ་ཞབས་རྩུང་དུ་བཞག་ནས། ཁོང་གིས་དེ་དག་
གསོ་བར་མཛད་དོ།

མད་མྱ་ 15:30

神怎样以圣灵和能力膏拿撒勒人耶稣。祂周流四方，行善事，医好凡被魔鬼压制的人，因为 神与祂同在。 使徒行传 10:38

耶稣走遍各城各乡，在会堂里教训人，宣讲天国的福音，又医治各样的病症。 马太福音 9:35

有许多人到祂那里，带着瘸子、瞎子、哑巴、有残疾的，和好些别的病人，都放在祂脚前；祂就治好了他们。 马太福音 15:30

ཕྱིག་ཉེས་རྣམས་ཀྱི་ཕྱིག་པའི་ཕྱིར་གཙོ་བོ་ཡི་བྱ་གྲོངས་སོ།

主耶稣为罪人的罪受死

མིའི་བྱ་ནི་ཕྱིག་ཅན་ལ་བཏང་དེ་རྒྱུ་ཤིང་ལ་བཏོངས་སོ། ལཱ་ཀྲ 24:7

人子必须被交在罪人手里，钉在十字架上。 路加福音 24:7

ཐོད་པ་ཟེར་བའི་གནས་སུ་བསྐྱབས་ཏེ། ཁོང་རྒྱུ་ཤིང་ལ་བརྒྱུངས་སོ། ཡི་
བྱས། ཡབ་ལགས། འདི་ཚོས་ཅི་བྱེད་མི་ཤེས་པས། བཤགས་པ་མཛོད་
གསུངས་སོ། ལཱ་ཀྲ 23:33,34

到了一个地方，名叫髑髅地，就在那里把耶稣钉在十字架上，耶稣说：父啊！赦免他们；因为他们所做的，他们不晓得。

路加福音 23:33, 34

མིས་དེ་ལ་སྤང་ཅིང་སྤངས་པར་གྱུར་པ། སྐྱེས་བུ་སེམས་སྤྱད་ཅན་དང་།
ན་ཚ་ཅི་ཡིན་བཤེས་པ་ཞིག་སྟེ། དེས་བདེན་དག་པར་ངེད་ཀྱི་ནད་རྣམས་
ཐོགས་ཏེ། ངེད་ཀྱི་སེམས་སྤྱད་གྲགས་བྱེད་ཀྱིས། འོན་ཀྱང་ངེད་ཀྱི་ཉེས་
ཕྱིག་གི་དོན་དུ་དེ་ལ་ཆ་ཁ་ཕྱུང་སྟེ། ངེད་ཀྱི་མི་ཚངས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་དེ་ནི་
བརྗེས་སོ། ངེད་ཀྱི་ཞི་བདེའི་དོན་དུ་དེ་ལ་ཉེས་ཆད་ཕོག་དེའི་བརྒྱུང་ཕོག་
གིས་ངེད་ཀྱི་ནད་སོས་སོ། ངེད་ཐམས་ཅད་ལྷག་ལྷར་གོལ་ཏེ། རེ་རེ་བཞིན་
རང་རང་གི་ལམ་དུ་ཞུགས། ངེད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉེས་པ་གཙོ་བོས་དེ་ལ་
བཀལ། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་གསོན་ཡུལ་ལས་བཅད་དེ་བཏང་བ་དང་། ངའི་

祂被藐视，被人厌弃；多受痛苦，常经忧患。祂诚然担当我们的忧患，背负我们的痛苦；我们却以为祂受责罚，被神击打苦待了。哪知祂为我们的过犯受害，为我们的罪孽压伤。因祂受的刑罚，我们得平安；因祂受的鞭伤，我们得医治。我们都如羊走迷；各人偏行己路；主使我们众人的罪孽都归在祂身上。谁想

འབངས་ཀྱི་ཉེས་ཐྲིང་གིས་རྒྱུ་བྱས་ཏེ། དེ་ལ་བརྟུང་བརྟུང་ཕོག་པའི་སྐར་
 དུ། རུས་མཉམ་གྱི་མི་སྲུང་བསམ་མཐོ་བཏང་བ་ཡིན། དེས་དབང་ཤེད་
 ཅིའང་མ་བྱས་ཏེ། ཁ་ནང་གཡོ་སྐྱེ་ཅིའང་མེད་ནའང་། དེའི་དུར་ཁུང་
 ཆོས་མེད་མེད་ཁྲོད་དུ་བྱས་ཏེ། ཆོ་འདས་པའི་འོག་དུ་ཕྱག་པོའི་ཁྲོད་དུ་
 འདྲེས་སོ། གང་ལ་ཞེ་ན། དེས་རང་གི་སེམས་འཆི་བ་ལ་ཐུག་པའི་བར་
 ཡང་ཕོས་ནས། ཉེས་པ་ཅན་གྱི་ཁྲོད་དུ་བཅུས་མོད། དེས་མི་མང་པོའི་ཐྲིང་
 པ་ཐོགས་ནས། ཐྲིང་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ངོ་ཆེན་བྱས་སོ། ། ཡེ་ཤ་ཡཱ་ 53:3-12

祂受鞭打、从活人之地被剪除，
 是因我百姓的罪过呢？祂虽然未
 行强暴，口中也没有诡诈，人还
 使祂与恶人同埋；谁知死的时候
 与财主同葬。因为祂将命倾倒，
 以致于死；祂也被列在罪犯之
 中。祂却担当多人的罪，又为罪
 犯代求。

以赛亚书 53:3-12

གསུང་རབ་ན་གསུངས་པ་བཞིན་ང་ཚོའི་ཐྲིང་པའི་བྱིར་སྐྱ་ཤི་ཀ་གྲོངས་
 སོ། ། ༡ ཀོ་རིན་ལུ་པ་ 15:3

基督照圣经所说，为我们的罪死
 了。

哥林多前书 15:3

ཡེ་ཤུས། ལུག་རྩི་བཟང་པོ་དེ་ང་ཡིན། ལུག་གི་དོན་དུ་རང་སྟོག་གཏོང་།
 ལུག་ར་འདི་ལ་མི་གཏོགས་པའི། ལུག་གཞན་རྣམས་ཀྱང་ང་ལ་ཡོད། དེ་
 དག་རྣམས་ཀྱང་ངས་འབྲིད་དགོས། དེ་ཆོས་ང་ཡི་སྐད་ལ་ཉན། རྩི་གཅིག་
 ཁུ་གཅིག་འགྱུར་བར་འགྱུར། ཡོ་ཏ་ནན་ 10:7,11,16

耶稣说：我是好牧人；好牧人为
 羊舍命。我另外有羊，不是这圈
 里的；我必须领他们来，他们也
 要听我的声音，并且要合成一
 群，归一个牧人了。

约翰福音 10:7, 11, 16

གཙོ་བོ་ཡི་བྱ་གསེན་པོར་བཞེངས་དང་ནམ་མཁའ་རུ་འཕགས། 主耶稣的复活与升天

འདི་ལྟར་གྱིས་འདུག་སྟེ། ལྷ་ཤི་ཀ་སྟུག་བསྐྱེད་ཐུང་ནས། ཞག་གསུམ་པ་ལ་
གཤིན་པོའི་ཁྲོད་ནས་བཞེངས་པར་འགྱུར། མི་བརྒྱུད་ཐམས་ཅད་ལ་ཁོང་
གི་མཚན་གྱི་སྟོན་པ་ཡིན་པའི། འགྲོད་ཚངས་དང་། རྩིག་པ་སེལ་བའི་ཆོས་
འཆད་འོང་ངོ་།།

ལྷ་ཀྱ 24:46,47

ལྷ་ཡིས་ཞག་གསུམ་པ་ལ་ཁོང་སྟུ་གསེན་པོར་བསྐྱེངས་ནས་མངོན་པར་
མཛད་དོ། ཐམས་ཅད་ལ་མངོན་པར་མ་མཛད་པར། ང་ཆོ་ལྷ་ཡིས་སྟུར་
འདམས་པའི་དཔང་པོ་ཡིན་པ་ལ་ཁོང་མངོན་པར་མཛད་དོ།།

མཛད་པ་ 10:40,41

སྟུག་བསྐྱེད་བཞེས་པའི་འོག་ཏུ་ཉིད་སྟུ་གསེན་པོ་ཡིན་པའི་མངོན་ཏུགས་
མང་པོ་བསྟན་ཅིང་། ཞག་བཞི་བརྒྱའི་བར་ཏུ་དེ་ཆོར་ཉིད་ཀྱི་སྟུ་བསྟན་ཏེ།
ལྷ་ཡི་རྒྱལ་སྤྱིད་ཀྱི་སྟོར་གསུང་སྟེང་མཛད་དོ།དེ་ཆོས་མཐོང་སར་
ཡར་འཕགས་ཏེ་སྤྱོན་ཞིག་གིས་དེ་ཆོའི་མིག་གི་མདུན་ནས་ཡར་གདན་
བྱངས་སོ།།

མཛད་པ་ 1:3,9

照经上所写的，基督必受害，第
三日从死里复活，并且人要奉祂
的名传悔改、赦罪的道，直传到
万邦。

路加福音 24:46, 47

第三日，神叫祂复活，显现出
来；不是显现给众人看，乃是显
现给 神预先所拣选为祂作见证
的人看。

使徒行传 10:40, 41

祂受害之后，用许多的凭据将自
己活活的显给使徒看，四十天之
久向他们显现，讲说 神国的
事。……他们正看的时候，祂就
被取上升，有一朵云彩把祂接
去，便看不见祂了。

徒 1:3, 9

མ་ཤི་ཀ་མི་རུ་སྤྲུལ་པ་ཡིན། ཐུགས་ཉིད་གྱིས་རྣམ་དག་བསྟན་པ་ཡིན། ཕོ་
ཉ་ཚེས་ཁོང་ནི་མངལ་བ་ཡིན། མི་སྡེ་ལ་བཀའ་ཚུལ་བཤད་པ་ཡིན། འཇིག་
རྟེན་པས་ཁོང་ལ་དད་པ་ཡིན། གཟི་བརྗེད་ནང་ཡར་ལ་འཕགས་པ་ཡིན།

༡ ཉི་མོ་ཐེང་ 3:16

འོན་ཀྱང་མ་ཤི་ཀ་ནི་གཤེན་པོ་ལས་བདེན་པར་བཞེངས་ཏེ་བཞེངས་པའི་
དང་པོ་འོ། མི་གཅིག་གི་རྟེན་གྱིས་འཆི་བ་བྱུང་བས། མི་གཅིག་གི་རྟེན་
གྱིས་གཤེན་པོ་ལས་ལང་བའང་བྱུང་ངོ་། ཨ་དམ་ལ་བརྟེན་པ་ཐམས་ཅད་
འཆི་བ་ལྟར། མ་ཤི་ཀ་ལ་བརྟེན་པ་ཐམས་ཅན་གསོན་འོང་།

༡ ཀོ་རིན་ཐུབ་ 15:20-22

神在肉身显现，被圣灵称义，被
天使看见，被传于外邦，被世人
信服，被接在荣耀里。

提摩太前书 3:16

但基督已经从死里复活，成为睡
了之人初熟的果子。死既是因一
人而来，死人复活也是因一人而
来。在亚当里众人都死了；照
样，在基督里众人也都要复活。

哥林多前书 15:20-22

སྟོལ་ཐར་པའི་ལམ། 神的拯救之道

ང་ཐར་བའི་ཕྱིར་ཅི་བྱ་དགོས་ཞུས་སོ། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱས་ཤིག་
དང་། བྱོད་དང་བྱོད་ཀྱི་བྱིམ་ཚང་ཐར་བར་འགྱུར་གསུངས་སོ།

མཛད་པ་ 16:30,31

དེའི་ཕྱིར་སྡིག་པ་སེལ་བའི་དོན་དུ་འགྲོད་ཚངས་བྱེད་ཅིང་སེམས་སྦྱར་
ཅིག།

མཛད་པ་ 3:19

我当怎样行才可以得救？当信主
耶稣，你和你一家都必得救。

使徒行传 16:30, 31

所以，你们当悔改归正，使你们
的罪得以涂抹。 使徒行传 3:19

བྱེད་ཐམས་ཅད་སེམས་སྦྱར་ལ། རྩེག་པ་འདག་པའི་བྱེད་ཡེ་ཤུ་མ་གཤི་གའི་
མཚན་བརྗོད་ཅིང་བྱས་གསོལ་ལོང་ཞིག་དང་། གནང་བྱིན་དུ་དམ་པའི་
ཐུགས་ཉིད་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ།།

མཛད་པ་ 2:38

རྩེག་པ་མཐོལ་ན། ཁོང་འགྱུར་མེད་དང་དྲང་པོ་ལགས་པས། ང་ཚོའི་རྩེག་
པ་སེལ་ཞིང་མི་རིགས་པ་ཐམས་ཅད་འདག་པར་མཛད་དོ།།

༡ ཡོ་ཏ་ནན་ 1:9

གལ་ཏེ་ཡེ་ཤུ་གཙོ་བོ་ལགས་སོ་ཞེས་ཁ་ནས་དཔང་བོ་བྱེད་ཅིང་། ལྷ་ཡིས་
ཁོང་གཤིན་པོའི་བྲོད་ནས་བསྐྱངས་པ་ལ་སྙིང་ནས་དད་པ་བྱེད་ན་ཐར་
བར་འགྱུར་རོ། སྙིང་ནས་དད་པ་བྱེད་པ་ལ་ཐུགས་རྗེའི་ཞལ་ཆེ་ཐོབ། ཁ་
ནས་དཔང་བོ་བྱེད་པ་ལ་ཐར་པ་ཐོབ་བོ།།

རོ་མ་པ་ 10:9,10

དད་པའི་སློ་ནས་བྱེད་ཆོ་ཐུགས་རྗེ་ཡིས་ཐར་ཏེ། བྱེད་ཆོ་རང་ལས་མ་ཡིན་
གྱི། ལྷ་ཡི་གནང་བྱིན་ལོ།།

ཞེ་ཤེ་ཐུ་པ་ 2:8

གཙོ་བོའི་མཚན་བརྗོད་པ་དེ་ཐར་བར་འགྱུར་རོ།།

རོ་མ་པ་ 10:13

ཡབ་ཀྱིས་ང་ལ་གནང་བ་ཐམས་ཅད་ངའི་རྩུ་འོང་སྟེ། ངས་འདོན་པར་
མི་བྱུངོ།།

ཡོ་ཏ་ནན་ 6:37

你们各人要悔改，奉耶稣基督的
名受洗，叫你们的罪得赦，就必
领受所赐的圣灵。使徒行传 2:38

我们若认自己的罪，神是信实
的，是公义的，必要赦免我们的
罪，洗净我们一切的不义。

约翰一书 1:9

你若口里认耶稣为主，心里信
神叫祂从死里复活，就必得救。
因为人心里相信，就可以称义；
口里承认，就可以得救。

罗马书 10:9, 10

你们得救是本乎恩，也因着信；
这并不是出于自己，乃是 神所
赐的。

以弗所书 2:8

因为凡求告主名的，就必得救。

罗马书 10:13

到我这里来的，我总不丢弃他。

约翰福音 6:37

བྱིད་གཅིག་པོ་བདེན་པའི་སྣ་ལགས་པ་དང་། བྱིད་ཀྱིས་མངགས་པའི་ཡེ་
ཤུ་སྟེ་གཞི་རྩ་འཕྲོད་པ་ནི། ཚེ་མཐའ་མེད་པའོ།། ཨོ་ཏ་ནན་ 17:3

认识祢独一的真神，并且认识祢
所差来的耶稣基督，这就是永生。
约翰福音 17:3

གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་སྐུ་བྲག་གིས་སྤྲོད་ཉེས་ནམས་ཀྱི་སྐྱེས་བར་མཛད་དོ། 主耶稣的宝血救赎罪人

སྤར་ཐག་རིང་དུ་ཡོད་པ་བྱིད་ཚོ་ད་ལྟ་སྟེ་གཞི་རྩ་ཡེ་ཤུའི་ངང་ན། སྟེ་གཞི་
ཀའི་སྐུ་བྲག་གི་སྟོན་སྐྱོད་བྱིད་ཚོ་ཐག་ཉེ་བར་གྱུར་དོ།། ཨོ་ཏ་ནན་ 2:13

你们从前远离 神的人，如今却
在基督耶稣里，靠着祂的血，已
经得亲近了。 以弗所书 2:13

ཁོང་གི་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤུའི་སྐུ་བྲག་གིས་ང་ཚོའི་སྤྲོད་པ་ཐམས་ཅད་འདག་པར་
མཛད་དོ།། ཨོ་ཏ་ནན་ 1:7

祂儿子耶稣的血也洗净我们一切
的罪。 约翰一书 1:7

ཁོང་གི་ནང་དུ་སྣ་ཉིད་ཀྱི། རབ་དུ་ཚང་བར་བཞུགས་པ་དང་། བརྒྱུད་སྤྲོད་
པའི་སྐུ་བྲག་གི་ཐབས་ཀྱིས། ཁོང་རྒྱུད་གནས་སར་ཡོད་ཐམས་ཅད། ཉིད་
དང་སྐྱེས་པར་རབ་དུ་དགེས།། ཀློང་སྟེ་ཐ་ 1:19,20

父喜欢叫一切的丰盛在祂里面居
住。既然藉着祂在十字架上所流
的血成就了和平，便藉着祂叫万
有，无论是地上的、天上的，都
与自己和好了。歌罗西书 1:19, 20
知道你们得赎，不是凭着能坏的
金银等物，乃是凭着基督的宝
血。 彼得前书 1:18, 19

བྱིད་ནམས་མི་རྟག་པའི་གསེར་རམ་དངུལ་གྱི་རིན་གྱིས་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་
གྱིས། སྟེ་གཞི་ཀའི་སྐུ་བྲག་རིན་པོ་ཆེས་སྐྱེས་པ་བྱིད་ཚོས་ཤེས་སོ།།
ཨོ་ཏ་ནན་ 1:18,19

ཁོང་གི་ཡེ་ཤེས་དང་རྟོགས་པས། ང་ཚོར་ལན་མང་གནང་བ་ཡི། དཔག་ཏུ་
མེད་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཡི། སྙིང་གི་སྒྲུབ་པ་གི་སྒོ་ནས། ཁོང་རྒྱུད་ངེད་ལ་ཐར་
པ་དང་། ཉེས་སྒྲོན་རྣམས་ཀྱི་ཕྱིག་སེལ་བྱོལ། ཞེ་ཅེ་སྟེ་པ་ 1:7

我们藉这爱子的血得蒙救赎，过
犯得以赦免，乃是照祂丰富的恩
典。
以弗所书 1:7

གང་ལ་ཞེ་ན། ཤའི་སྟོག་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད་དེ། ཁྱེད་ནི་སྟོག་དོད་ཏུ་བྱེད་པའི་
རྩིས་ཡིན་པས། ལེ་ཁྱེ་ 17:11

因血里有生命，所以能赎罪。
利未记 17:11

ལྷ་ཤི་ཀའི་ནང་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་གསར་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། རྟེན་པ་
རྣམས་མེད་པར་གྱུར་ཏེ། གསར་པ་རྣམས་བྱུང་ངོ་། ཏེ་ཀོ་རིན་ཐུ་པ་ 5:17

若有人在基督里，他就是新造的
人，旧事已过，都变成新的了。
哥林多后书 5:17

དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད། 圣灵

ངས་ཡབ་ལ་ཁྱེས་ནས། བྱིད་དང་མཉམ་རྒྱུན་ཏུ་བཞུགས་པའི་སྟོངས་
གྲོགས་གཞན་ཞིག་གནང་འོང་། ཁོང་བདེན་པའི་ཐུགས་ཉིད་དེ་ཡིན་ཏེ།
འཇིག་རྟེན་པས་མི་མཐོང་ཞིང་མི་ཤེས་པས་སྤང་བར་མི་བྱབ་ཀྱང་། ཁོང་
བྱིད་མཉམ་མ་ཟད་བྱིད་ནང་བཞུགས་པས། བྱིད་ཀྱིས་ཁོང་ཤེས་སོ། ཡོ་ཏཱ་ནན་ 14:16,17

我要求父，父就另外赐给你们一
位保惠师，叫祂永远与你们同
在，就是真理的圣灵，乃世人不
能接受的；因为不见祂，也不认
识祂。你们却认识祂，因祂常与
你们同在，也要在你们里面。
约翰福音 14:16, 17

ཡབ་ཀྱིས་ངའི་ཚབ་ཏུ་སྦྱུལ་འོང་བའི་སྟོངས་གྲོགས་ཐུགས་ཉིད་དམ་པ་
ལགས་པ་དེས། བྱིད་ལ་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་ཅིང་། ངས་བཤད་པ་ཐམས་
ཅད་དཔྱད་སྒྲུལ་བྱེད་འོང་ངོ་།། ཡ་ཏ་ནན་ 14:26

སྟོལ་བའི་ཉིན་མའི་ཕྱིར་བྱིད་ལྟ་ཡི་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱས་
བཏབ་ཡོད་པས། ཐུགས་ཉིད་སྟོབས་མ་བྱེད་ཅིག། ཞེས་ཐུ་བ་ 4:30

ཐུགས་ཉིད་དང་བསྐྱུན་ཏེ་འགྲུལ་ཞིང་། བདག་འཛིན་གྱི་འདོད་པ་མ་
སྐྱབ་ཅིག། ག་ལད་ཡུ་བ་ 5:16

ལྟ་ཡི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱིས་བྲིད་ཚད་ལྟ་ཡི་སྐས་ཡིན་ནོ།། རོ་མ་པ་ 8:14

ཐུགས་ཉིད་ཀྱིས་བཟེ་བར་གྱུར་ཅིག། ཞེས་ཐུ་བ་ 5:18

ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི། དམས་པ་དང་། དགའ་སྟོན་དང་། ཞི་བདེ་དང་།
ཐེག་པ་དང་། སྦྱིང་རྗེ་དང་། བཟང་པོ་དང་། བྱི་ཐག་རིང་བ་དང་། དུལ་
པོ་དང་། བཅུན་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་དང་མི་མཐུན་པའི་བཀའ་བྲིམས་མེད།།
ག་ལད་ཡུ་བ་ 5:22,23

但保惠师，就是父因我的名所要
差来的圣灵，祂要将一切的事指
教你们。 约翰福音 14:26

不要叫 神的圣灵担忧；你们原
是受了祂的印记，等候得赎的日
子来到。 以弗所书 4:30

你们当顺着圣灵而行，就不放纵
肉体的情欲了。 加拉太书 5:16

因为凡被 神的灵引导的，都是
神的儿子。 罗马书 8:14

要被圣灵充满。 以弗所书 5:18

圣灵所结的果子，就是仁爱、喜
乐、和平、忍耐、恩慈、良善、
信实、温柔、节制。这样的事没
有律法禁止。 加拉太书 5:22, 23

ནུམ་པར་དག་པར་འགྱུར་བ། 成圣

ཁྱེད་ཚོས་དམ་པར་འགྱུར་བ་ལྟ་ཡི་བྱགས་དགོངས་ཡིན་པས།

༡ ཐེ་ས་ལ་ནི་གེ་བ་ 4:3

བདེན་པའི་ངང་ནས་དེ་ཚོ་དམ་པར་མཛོད་ཅིག་ཁྱེད་ཀྱི་བཀའ་བདེན་
པའོ།

ཡོ་ཏ་ནན་ 17:17

དམ་པ་མཛོད་མཁན་དང་དམ་པར་འགྱུར་བ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བྱུངས་
གཅིག་ལས་ཡིན་པས། དེ་ནུམས་ལ་སྤྱན་ཞེས་གསུང་བ་ལ་ངོ་ཚ་མི་མཛོད་
དོ།

ཨིབ་རི་བ་ 2:11

དེ་བཞིན་དུ་ཁྱེད་ཀྱང་སྤྱི་གཞི་ཡི་གྲུ་འཇམ་ན་སྤྱི་གཞི་ལ་སྤྱི་གཞི་ལ་མཁན་
དང་། སྤྱི་ལ་སྤྱི་གཞི་གསོན་པ་ཡིན་པར་ཕྱིས་ཤིག།

རོ་ལྷ་བ་ 6:11

ད་ལྟ་སྤྱི་གཞི་པའི་དབང་ལས་བསྐྱལ་ནས། སྤྱི་ཡི་གཞི་གཞི་པ་ཡིན་ཏེ། དམ་པར་
འགྱུར་བའི་འབྲས་བྱ་ཐོབ། དེའི་མཐའ་མ་ཚོ་མཐའ་མེད་པའོ།

རོ་ལྷ་བ་ 6:22

神的旨意就是要你们成为圣洁。

帖撒罗尼迦前书 4:3

求祢用真理使他们成圣；祢的道
就是真理。

约翰福音 17:17

因那使人成圣的和那些得以成圣
的，都是出于一。所以，祂称他
们为弟兄也不以为耻。

希伯来书 2:11

这样，你们向罪也当看自己是死
的；向 神在基督耶稣里，却当
看自己是活的。

罗马书 6:11

但现今，你们既从罪里得了释
放，作了 神的奴仆，就有成圣
的果子，那结局就是永生。

罗马书 6:22

ཞི་བདེའི་སྒྲིག་གིས་བྱེད་ཡོངས་སུ་དམ་པ་མཛད་པར་ཤོག་ཅིག ང་
ཚོའི་གཙུག་ལོ་ཡེ་ཤུ་སྒྲིག་གི་ཀ་འབྱོན་པའི་ཚེ། བྱེད་གྱི་ལུས་དང་སྒྲིག་དང་
མཉམ་དུ་ལུས་སྒྲིག་སེམས་གསུམ་སྦྱོར་མེད་སྤང་བར་ཤོག་ཅིག བྱེད་ལ་
བོས་པ་ཁོང་ནི་བསྐྱེད་མེད་ལགས་པས། སྦྱོབ་པར་འགྱུར་རོ།

༡ བེ་ས་ལ་ནི་གེ་བ་ 5:23,24

愿赐平安的 神亲自使你们全然成圣！又愿你们的灵与魂与身子得蒙保守，在我主耶稣基督降临的时候，完全无可指摘！那召你们的本是信实的，祂必成就这事。 帖撒罗尼迦前书 5:23, 24

སྦྱོར་ལམ། 祷告

བྱེད་ནམས་ཀྱིས་བདག་གི་མིང་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་གང་ཞིག་ཞུས་ཀྱང་
ཡབ་ལས་སྐྱེས་ཀྱི་སྒྲིག་ནས་དཔལ་འབྱུང་བའི་དོན་དུ། བྱེད་ཀྱིས་ངའི་མིང་
བརྗོད་ཅིང་ཞུ་བ་དེ་ངས་སྦྱོབ་འོང་། ཡཱ་ཏྲ་ནན་ 14:13,14

བྱེད་ངའི་ནང་དུ་གནས་ཏེ། ངའི་བཀའ་བྱེད་ཀྱི་ནང་དུ་གནས་ན། ཅི་
འདོད་པ་ཞུས་ཤིག་དང་འགྲུབ་པར་འགྱུར་རོ། ཡཱ་ཏྲ་ནན་ 15:7

ད་བྱེད་ཀྱི་དགའ་སྦྱོར་ལུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཞུས་ཤིག་དང་། ཐོབ་པར་
འགྱུར་རོ། ཡཱ་ཏྲ་ནན་ 16:24

你们奉我的名无论求什么，我必成就，叫父因儿子得荣耀。你们若奉我的名求什么，我必成就。

约翰福音 14:13, 14

你们若常在我里面，我的话也常在你们里面，凡你们所愿意的，祈求，就给你们成就。 约 15:7

你们求，就必得着，叫你们的喜乐可以满足。 约翰福音 16:24

སྒྲོན་ལམ་ནང་ཅིའི་ཕྱིར་བྱ་ནའང་། ཐོབ་ཟེན་པ་ལ་དད་པ་བྱོས་ཤིག
འཐོབ་པར་འགྱུར་རོ།། མར་ཀྱ 11:24

རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོན་ལ། གསོལ་བ་སྒྲོན་ལམ་ཐོབ་ཅིག
དམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་ཉིན་མཚན་མེད་པར་བརྩོན་པས་གསོལ་བ་
ཐོབ་ཅིག། ཞེ་མེ་སྤྱ་པ་ 6:18

རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་སྒྲོན་ལམ་ཐོབ་ཅིག། ༡ བེ་ས་ལོ་ནི་ཀེ་པ་ 5:17

凡你们祷告祈求的，无论是什么，只要信是得着的，就必得着。
马可福音 11:24

靠着圣灵，随时多方祷告祈求；并要在此警醒不倦，为众圣徒祈求。
以弗所书 6:18

不住的祷告。帖撒罗尼迦前书 5:17

ལས་དང་སྤྱུག་བསྔལ། 侍工与受苦

ཡེ་ཤུས། ངའི་རྒྱུ་ལྷན་ལྷན་ལ་འདོད་པ་དེས། བདག་འཛིན་སྤྱོད་ལ།
རང་གི་རྒྱུ་ཤིང་འཁྱུར་ཞིང་ངའི་བྱ་བ་ཞིན་འབྱོངས།། མད་མུ་ 16:24

བྱིད་ཚོ་རྒྱུ་དུ་ལོངས་སྤྱོད་ཐུན་སྤྱོད་ཚོགས་ཤིང་། ལས་བཟང་པོ་ཀུན་གྱི་
ཕྱིར་མང་དུ་གཏོང་བར། ལྷ་ཡིས་བྱིད་ཚོའི་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱས་པར་མཇུག་
ནས་སོ།། ༡ ཀོ་རིན་ལུ་པ་ 9:8

འགྱུར་མེད་བརྟན་པོར་སྤྱོད་ཅིག བྱིད་ཚོའི་ལས་གཙོ་བོའི་དུང་དུ་དོན་

耶稣说：若有人要跟从我，就当舍己，背起他的十字架来跟从我。
马太福音 16:24

神能将各样的恩惠多多的加给你们，使你们凡事常常充足，能多行各样善事。
哥林多后书 9:8

你们务要坚固，不可摇动，常常

མེད་མེན་པར་ཤེས་བཞིན། རྒྱུན་དུ་གཙོ་བོའི་ལས་ནང་སྟག་པར་བཙོན་
ཞིག། ༡ ཀོརིན་ཐུ་པ་ 15:58

བྱེད་ཚར་སྐྱ་ཤི་ཀའི་བྱིར་དུ་ཁོང་ལ་དད་པ་འབའ་ཞིག་མ་བཟད་པར། ཁོང་
གི་བྱིར་དུ་སྟག་བསྐལ་སྟངས་བའང་གནང་བ་ཡིན།། ཐེ་ལེབ་ཅི་པ་ 1:29

དང་བ་ཉིད་ཀྱི་དོན་དུ་འཆོ་བ་སྦྱང་ནའང་བྱེད་ཚོ་བདེའོ། དེ་རྣམས་ལ་མི་
འཇིགས་ཤིང་མ་ཆ་བས་ཤིག། ༡ པེ་རྟོ་ 3:14

སྟ་ཡི་གཟེ་བརྗིད་ཀྱི་སྟགས་ཉིད་བྱེད་ཐོག་ཡོད་པས། སྐྱ་ཤི་ཀའི་མཆོན་ཀྱི་
རྒྱུན་གྱིས་བྱེད་ལ་སྦྱང་ན། བྱེད་བདེའོ།། ༡ པེ་རྟོ་ 4:14

竭力多做主工；因为知道，你们的
劳苦在主里面不是徒然的。

哥林多前书 15:58

因为你们蒙恩，不但得以信服基
督，并要为祂受苦。腓立比书 1:29

你们就是为义受苦，也是有福
的。不要怕人的威吓，也不要惊
慌。

彼得前书 3:14

你们若为基督的名受辱骂，便是
有福的；因为 神荣耀的灵常住
在你们身上。

彼得前书 4:14

སྐུ་འདྲ་ཡོད་པ་མི་རུང་ངོ་། མཐོག་མའི་ལུང་། 不可拜偶像

བྱེད་ཅག་གི་སྟ་སྟེ་གཙོ་བོ་ནི་ང་ཡིན། ང་མ་གཏོགས་པར་གཞན་སྟ་བྱེད་
ལ་ཡོད་པར་མི་རུང་ངོ་། སྐུ་འདྲ་དང་། རྗེད་གི་ནམ་མཁའ་འཇམ་ འོག་གི་
སའཇམ། ས་འོག་གི་ཁྱུ་ལ་ཡོད་པའི་སེམས་ཅན་ཞིག་གི་གཟུགས་བརྟན་
གང་ཡང་བྱེད་ལ་མ་བྱེད། དེ་ལ་སྟག་མ་འཆོལ། དེ་དག་ལ་བསྟོན་བཀུར་

我是主你的 神，除了我以外，
你不可有别的神。不可为自己雕
刻偶像，也不可做什么形像仿佛
上天、下地，和地底下、水中的
百物。不可跪拜那些像，也不可

ཡང་མ་བྱེད་ཅིག་གང་ལ་ཟེར་ན། ང་གཙོ་བོ་བྱོད་ཀྱི་ལྷ་ནི་འབྲེན་ཅན་
ཞིག་ཡིན་ནོ། འཐེགས་པ་ 20:2-5

མི་སྡེ་རྣམས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་འདྲ་སྒྱེ་ འོན་ཀྱང་གཙོ་བོས་རྣམ་མཁའ་
རྣམས་བཀོད་དོ། གསུང་མགུར་ 96:5

སྐུ་འདྲ་ལ་ཕུལ་བའི་ཞལ་བས་སྒྲོར། ལྷ་གཅིག་རང་ལས་གཞན་མེད་པར།
འཇིག་རྟེན་ནང་སྐུ་འདྲ་མེད་པར་ང་ཚོས་ཤེས་སོ། ། ཀོ་རིན་ལུ་པ་ 8:4

ང་ཚོར་འཇིག་རྟེན་སྤེལ་བའི་འབྱུང་གནས་དང་། ང་ཚོའི་འགྲོ་ས་འབའ་
ཞིག་ལགས་པའི་ཡབ་ལྷ་གཅིག་རང་ཡོད། འཇིག་རྟེན་ཡོངས་ཀྱི་མཇུག་པོ་
དང་། ང་ཚོའི་མཇུག་པོ་འབའ་ཞིག་ལགས་པའི་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་
ཡོད་དོ། ། ཀོ་རིན་ལུ་པ་ 8:6

ཡེ་ཤུས་ཁོ་ལ། བདུད་བྱོད་པར་སོང་། མདོ་ན་རང་གི་ལྷ་སྡེ་གཙོ་བོ་ལ་བྱུག་
འཆལ་ཞིང་། ཁོང་གཅིག་ཕུ་ལ་བསྟེན་བཀུར་བྱས་ཤིག་ཅེས་བྲིས་ཡོད་
གསུངས་སོ། ། མད་ཟླ་ 4:10

侍奉它，因为我 - 主，你的
神是忌邪的神。出埃及记 20:2-5

外邦的神都属虚无；惟独主创造
诸天。 诗篇 96:5

我们知道偶像在世上算不得什
么，也知道 神只有一位，再没
有别的神。 哥林多前书 8:4

然而我们只有一位 神，就是
父，万物都本于祂；我们也归于
祂；并有一位主，就是耶稣基
督。万物都是藉着祂有的；我们
也是藉着祂有的。哥林多前书 8:6

耶稣说：撒但，退去吧！因为经
上記着说：当拜主你的 神，单
要侍奉祂。 马太福音 4:10

དེའི་ཕྱིར་ལོག་གཡེམ་དང་། མི་གཙང་བ་དང་། ཆགས་པ་དང་། འདྲོད་པ་
དང་། རྒྱ་ལ་བསྐྱེད་པ་དང་། འདྲ་བའི་བརྒྱབ་སེམས་ལ་སོགས་
པའི་རང་ནང་གནས་པའི་འཛིག་རྟེན་པའི་གཤེས་ལྷགས་སོད་ཅིག་དེ་
ཆོའི་རྒྱུ་གྱིས་སྟོང་ལྷོ་ཕྱགས་སྟོང་འབབ་བོ།

གོ་ལ་སྟེན་པ་ 3:5,6

所以，要治死你们在地上的肢体，就如淫乱、污秽、邪情、恶欲，和贪婪。贪婪就与拜偶像一样。因这些事，神的忿怒必临到那悖逆之子。 歌罗西书 3:5, 6

སྟོང་ལྷོ་ཕྱགས་སྟོང་། 拒绝 神救恩的后果

འདི་ལྟ་བུའི་ཐར་པ་ཆེན་པོར་བྱེད་པའི་འདེབས་ན་ང་ཆོ་འཕྲི་ལྟར་ཐར།
ཞིབ་རིལ་ 2:3

ཕྱགས་ལ་དད་པར་ཆོ་མཐའ་མེད་པ་ཡོད། ཕྱགས་ལ་མི་ཉན་པ་དེས་དེ་མི་
མཐོང་། སྟོང་ལྷོ་ཕྱགས་སྟོང་དེའི་ཁར་གནས་པར་འགྱུར། ཡོ་ཏ་ནན་ 3:36

འོང་བའི་ཕྱགས་སྟོང་ལས་སྟོང་ཆོ་འཕྲི་ལྟར་པ་ཕྱགས་བསྟན། ལྷ་ཀླ 3:7

འདི་ནི་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་སྐལ་བར་འགྱུར་ཞིང་། ང་དེ་རྣམས་ཀྱི་སྟོང་
དེ་རྣམས་ངའི་ཕྱགས་སྟོང་འགྱུར་བར་འགྱུར། འོན་ཀྱང་སྟོང་ཆུང་ཅུང་དང་།
དད་མེད་དང་། དམེ་བ་དང་། མི་བསད་དང་། གཡེམ་པོ་དང་། ཕྱགས་པ་

我们若忽略这么大的救恩，怎能逃罪呢？ 希伯来书 2:3

信子的人有永生；不信子的人得不着永生，神的震怒常在他身上。 约翰福音 3:36

谁指示你们逃避将来的忿怒呢？

路加福音 3:7

得胜的，必承受这些为业：我要作他的 神，他要作我的儿子。唯有胆怯的、不信的、可憎的、杀人的、淫乱的、行邪术的、拜

དང་། སྐྱེ་འདྲ་ལ་རྟེན་མཁན་དང་། རྩོན་སྤྱོད་མཁན་ནམས་ཀྱི་སྐལ་བ་ནི་
འཆི་བ་གཉིས་པ་ཡིན་པའི་མེ་དང་མུ་བེའི་མཆོའི་ནང་ཡོད་དོ།

མངོན་པ་ 21:7,8

偶像的，和一切说谎话的，他们的份就在烧着硫磺的火湖里；这是第二次的死。 启示录 21:7, 8

བདུད་དང་ངན་པ་ལས་བསྐྱལ་བ། 脱离魔鬼与邪恶

ཞི་བདེ་གནང་བའི་སྙིང་ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ལྟ་བུ་བདུད་ལྟར་དུ་རྩི་བར་
འགྱུར་རོ།

རྩི་བར་ 16:20

ཁོང་གིས་ང་ཚོ་མུན་པའི་དབང་ལས་བསྐྱལ་ཏེ། རྩིག་པ་སེལ་བའི་ཐར་
ལམ་གནང་བའི་ཉིད་ཀྱི་གཅེས་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁྱེད་ནང་བཅུག་པར་
མཇེད་དོ།

གོ་ལོ་སྤྱོད་ 1:12,13

སྙིང་སྤྱོད་ཀྱི་ལས་ཆར་གཅོད་པའི་བྱིར་རོ།
༡ ཡོ་ཏུ་ནན་ 3:8

སྤྱོད་ཀྱི་ཀུན་ནི་ང་ཚོའི་ཡབ་སྙིང་ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་དགོངས་དང་བསྐྱུན་ཏེ། ང་ཚོ་
སྤྱོད་ཀྱི་དུས་ངན་པ་འདི་ལས་སྐྱལ་བའི་བྱིར་དུ་ང་ཚོའི་རྩིག་པའི་མཐོལ་
བཤགས་ལ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་དོ། ཨ་མེན།

ག་ལད་ཡུ་བ་ 1:3-5

赐平安的 神快要将撒但践踏在你们脚下。 罗马书 16:20

感谢父，祂救了我们脱离黑暗的权势，把我们迁到祂爱子的国里。 歌罗西书 1:12, 13

神的儿子显现出来，为要除灭魔鬼的作为。 约翰一书 3:8

基督照我们父 神的旨意，为我们的罪舍己，要救我们脱离这罪恶的世代。但愿荣耀归于 神，直到永永远远。阿们！ 加 1:3-5

བདུད་ཀྱི་བྱུས་པོར་བརྟན་པོར་གནས་ཐུབ་པའི་ཕྱིར་སྤྲི་ཡི་གོ་ཆ་ཚང་མ་
བྱོན་ཅིག།

ཞེ་པེ་སྤྲི་བ་ 6:11

གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་རྒྱུད་ནས་ང་ཚོར་རྒྱལ་ཁ་གནང་བའི་སྤྲི་ལ་གཏང་
རག་འབུལ་ལོ།

༡ ཀོ་རིན་སྤྲི་བ་ 15:57

要穿戴 神所赐的全副军装，就
能抵挡魔鬼的诡计。以弗所书 6:11

感谢 神，使我们藉着我们的主
耶稣基督得胜。哥林多前书 15:57

གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ཕྱིར་བྱོན་པར་འགྱུར། 主耶稣的再来

ང་ཡོད་སར་བྱེད་ཀྱང་བསྐྱབས་པའི་ཕྱིར། ང་ལོག་འོང་སྟེ་བྱེད་ངའི་རྩར་
འབྲིང་འོང་།

ཡོ་ཏ་ནན་ 14:3

བྱེད་ཀྱི་མདུན་ནས་ནམ་མཁའ་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤུ་དེ་ཉིད། ནམ་མཁའ་
གཤེགས་པ་མཐོང་བ་དང་འདྲ་བར་ཕྱིར་འབྱོན་པར་འགྱུར་རོ།

མཇེད་པ་ 1:11

འུར་སྐྱ་དང་། ཕོ་ཉ་མཆོག་གི་སྐད་དང་། ལྷ་ཡི་དུང་སྐད་སྐྱ་དང་བཅས་
སྤྲི་གཙོ་བོ་ཉིད་ནམ་མཁའ་ནས་འབྱོན་དུས། དང་པོར་སྤྲི་ཤི་ཀའི་ནང་དུ་
གྲོངས་པ་རྣམས་ལང་བར་འགྱུར། དེ་ནས་ང་ཚོ་གསོན་པོར་ལྷས་པ་རྣམས་
སྤྲིན་གྱི་ནང་དེ་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་བར་སྤྲོང་ལ་གཙོ་བོ་མཇེད་པའི་ཕྱིར་འདྲེན་

我必再来接你们到我那里去，我
在那里，叫你们也在那里。

约翰福音 14:3

这离开你们被接升天的耶稣，你
们见祂怎样往天上去，祂还要怎
样来。

使徒行传 1:11

因为主必亲自从天降临，有呼叫
的声音和天使长的声音，又有
神的号吹响；那在基督里死了的
人必先复活。以后我们这活着还
存留的人必和他们一同被提到云

པར་འགྱུར་ཏེ། གཏན་དུ་གཙོ་བོ་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་གནས་པར་འགྱུར་རོ།
༡ བེ་ས་ལ་ནི་གེ་པ་ 4:16,17

ཁོང་མདོན་པའི་ཆོན་ཁོང་ཇི་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་མཇལ་བས་ང་ཆོའང་
ཁོང་དང་འདྲ་བར་འགྱུར་བ་ང་ཆོས་ཤེས་སོ།། ༡ ཡོ་ཏྲ་ནན་ 3:2

དེའི་ཕྱིར་བྱེད་ཀྱི་གཙོ་བོ་ནམ་འབྱོན་པ་མི་ཤེས་པས། བྱ་ར་བྱོས་ཤིག་དེའི་
ཕྱིར་བྱེད་ཀྱིས་མི་བསམ་པའི་དུས་ཚོད་ལ་མིའི་བྱ་འབྱོན་པས། གཅང་བྱོས་
ཤིག། མད་མེ 24:42,44

ང་ལྟར་དུ་འབྱོན་འོང་། རེ་རེའི་ལས་དང་བསྐྱུན་ཏེ་ལན་འཇལ་བའི་ཕྱིར་
རྒྱུ་པ་འབྱེར་འོང་ངོ་།། མདོན་པ་ 22:12

ཨ་མེན། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་བྱོན་ཞིག། མདོན་པ་ 22:20

里，在空中与主相遇。这样，我们就要和主永远同在。

帖撒罗尼迦前书 4:16, 17

我们知道，主若显现，我们必要像祂、因为必得见祂的真体。

约翰一书 3:2

所以，你们要警醒，因为不知道你们的主是哪一天来到。所以，你们也要预备，因为你们想不到的时候，人子就来了。

马太福音 24:42, 44

看哪，我必快来！赏罚在我，要照各人所行的报应他。 启 22:12

阿们！主耶稣啊，我愿祢来！

启示录 22:20

ཆེག་འདི་ 《དམ་པའི་གསུང་རབ་》 ནས་བཤུས་པ་ཡིན་པས། འདི་ལྟར་ཤེས་འདོད་ན། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་རྗེས་འབྲང་པ་རྣམས་
ལ་འདྲིས་དང་ཁོང་གིས་བྲིད་ལ་སེམས་དགའ་ཞིང་བཤད་པར་བྱའོ།། ལ་བྱང་། :- info.cn@heshallcome.com

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། བཤུས་པ་



藏汉对照圣经下载

[TIB-TOV] The Way of Salvation