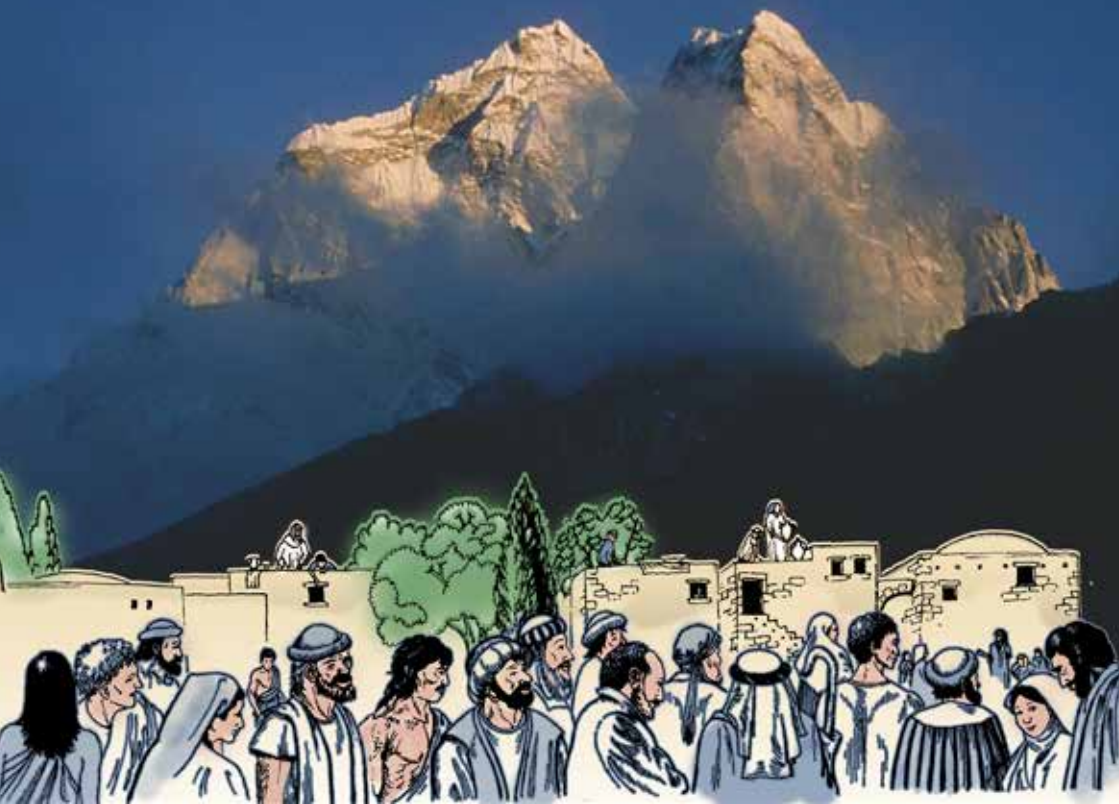


སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ལ་
ང་ཚོ་སློབ་པའི་དབང་ཡིད།

བོད་དབྱིན་མན་སྐྱད།

Jesus Christ Has Power to Save Us

Tibetan-English Edition



སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ལ་ང་ཚོ་སྐྱོབ་པའི་དབང་ཡོད།
བོད་དབྱེན་ཤམ་སྐྱུར།

Jesus Christ Has Power to Save Us

Tibetan-English Edition

(The English translation has been prepared for non-native speakers.)

CTB

© SGM 2004, 2016—2nd Edition

www.gsungrab.org

དཀར་ཆག

Content

སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ལ་ང་ཚོ་སྐྱབ་པའི་དབང་ཡོད།	
Jesus Christ Has Power to Save Us	5
སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་འཕྲིན་བཟང་བསྐྱམ་པེབས་པ།	
Jesus Brings Good News	5
སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ལ་གདོན་འདྲེ་སློང་པའི་རྣམ་མཐུ་ཡོད།	
Jesus Has Power to Drive Out Evil Spirits	7
སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ལ་ནད་ཐམས་ཅད་སེལ་བའི་རྣམ་མཐུ་ཡོད།	
Jesus Has Power to Heal All Diseases	9
སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ལ་སྤྲིག་ཉེས་སེལ་བའི་དབང་ཡོད།	
Jesus Has Power to Forgive Sins	10
སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ལ་རླུང་འཕྲུབ་ཞི་བར་མཛད་པའི་དབང་ཡོད།	
Jesus Has Power to Calm the Storm	12
སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ལ་གཤིན་པོ་རྣམས་གསོན་པོར་སློང་བའི་རྣམ་མཐུ་ཡོད།	
Jesus Has Power to Raise the Dead	14
སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་མའི་ངན་སེམས་ཀྱི་སྐྱོར་གསུངས་པ།	
Jesus Speaks About the Evil in Peoples' Hearts	17
སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་སྲས་ཡིན།	
Jesus is God's Son	19

སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུས་གལ་ཆེ་ཤོས་གང་ཡིན་པའི་སྐོར་གསུངས་པ།
Jesus Speaks About What is Most Important **20**

སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ལ་རྒྱབ་གཏོང་བྱས་པའི་སྐོར།
Jesus Was Betrayed **21**

སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་སྟོག་ཐོག་གཏོང་རྒྱའི་ཁྲིམས་ཐག་བཅད་པའི་སྐོར།
Jesus Was Sentenced to Death **22**

སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་རྒྱང་ཤིང་སྐང་ལ་བསང་པའི་སྐོར།
Jesus Was Crucified **24**

སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུའི་སྐུ་ཕུང་དུར་ཁང་ནང་དུ་བཅུག་པའི་སྐོར།
Jesus' Body Was Put in the Tomb **26**

སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ནི་གསོན་པོ་ཡིན།
Jesus is Alive **27**

མི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱིར་འཕྲིན་བཟང་ཡིན།
Good News for Everyone **29**

སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ལ་ང་ཚོ་སྐྱབ་པའི་ དབང་ཡོད།

Jesus Christ Has Power to Save Us

Mark 1.1

1 དགོན་མཚོག་གི་སྐབས་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀའི་འཕྲིན་བཟང་གི་ཐོག་མ་ནི།

1 The beginning of the good news about God's Son Jesus Christ

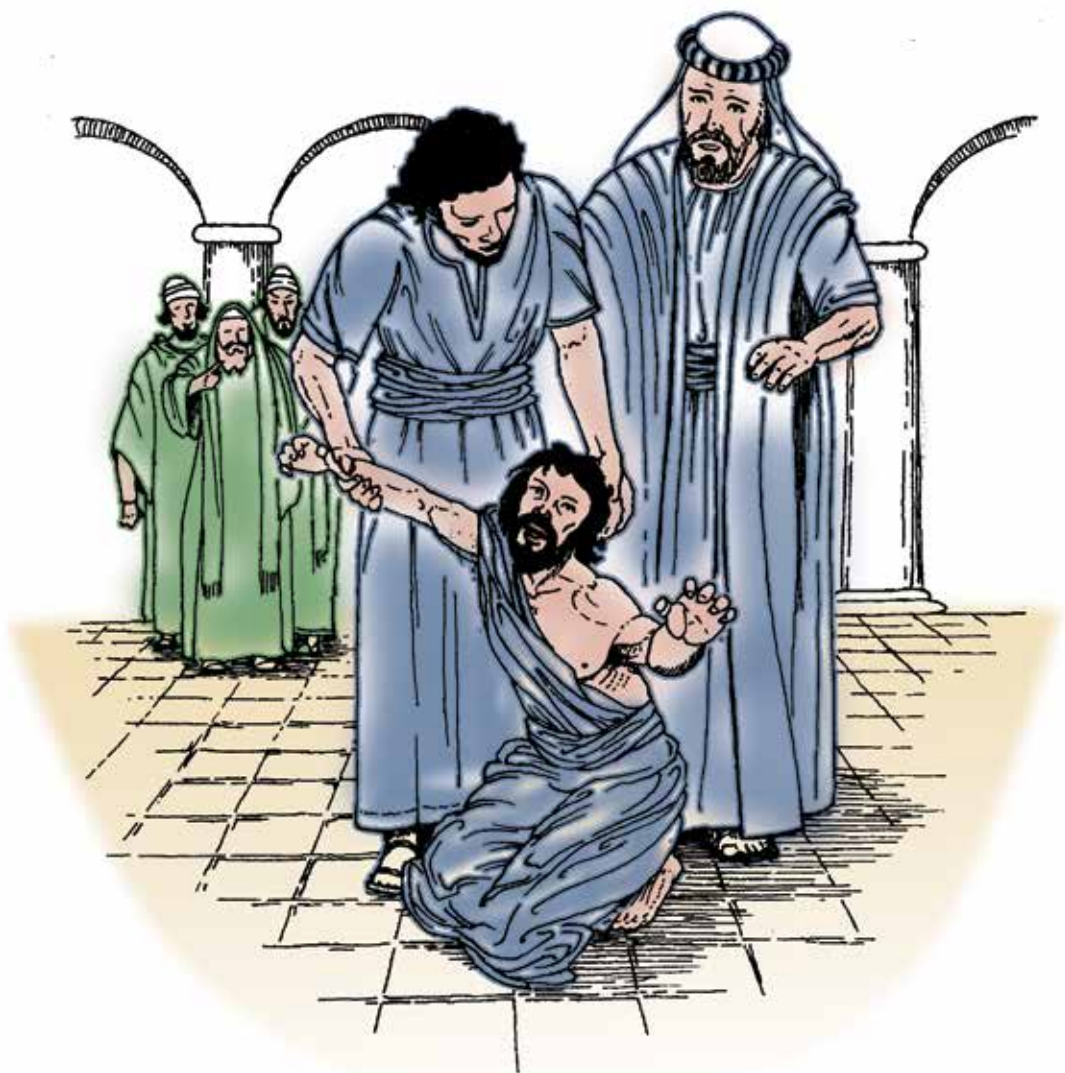
སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུས་འཕྲིན་བཟང་ བསྐྱེད་པའི་པ།

Jesus Brings Good News

Mark 1.14b-15

14b ཡེ་ཤུ་གྱ་ལིལ་ཡུལ་དུ་ཕེབས་ནས་དགོན་མཚོག་གི་འཕྲིན་བཟང་བྱུང་བསྐྱེད་མཛད། 15 རེང་གིས་“ད་དུས་ལ་བབས་འདུག དགོན་མཚོག་གི་རྒྱལ་སྲིད་ཐོན་ལ་ཉེ་བར་སླེབས་པས། བྱེད་ཚོས་སྦྱོད་པ་ངན་པ་མྱངས་ནས་སེམས་བརྐྱུར་ཉེ་འཕྲིན་བཟང་ལ་དད་པ་གྲིས་ཤིག་” ཅེས་གསུངས།

14b Jesus went to Galilee and proclaimed the good news of God. 15 He said, ‘Now the time is here. The appearing of the kingdom of God having come near, repent and believe the good news’.



སྐབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ལ་གདོན་འདྲེ་སྤོང་པའི་

ལུས་མཐུ་ཡོད།

Jesus Has Power to Drive Out Evil Spirits

Mark 1.21-28

21 དེ་ནས་ཁོང་ཚོ་གོང་ཁྱེར་གྱི་ཕར་ན་རྩུམ་དུ་བྱོན་
 རས་ངལ་གསོའི་ཉིན་མོ་སྐབས་མ་ཐག་ཡེ་ཤུ་ཡུ་རུ་དུ་
 པའི་འདུ་ཁང་དུ་ཕེབས་ཏེ། ཚོས་བསྟན་གནང་བ་རེད།
 22 ཁོང་གིས་དེ་ཚོར་ཚོས་སྟོན་སྤངས་ནི་ཡུ་རུ་དུ་པའི་
 ཚོས་ཁྱིམ་ལ་མཁས་པའི་མི་རྣམས་དང་མི་འདྲ་སྟེ།
 དབང་ལྡན་ཞིག་གིས་གསུངས་པ་དང་འདྲ་བར་འདུག་
 པས། དེ་ཐོས་པ་ཐམས་ཅད་ཡ་མཚན་ཆེན་པོར་གྱུར།
 23 དེའི་སྐབས་གདོན་འདྲེས་ཟེན་པའི་མི་ཞིག་འདུ་ཁང་
 རང་ལ་ཡོད་པ་དང་། 24 དེས་སྐད་ཆེན་པོས་“གྲུ། ལྷ་
 ཙ་རེལ་པ་ཡེ་ཤུ། ང་ཚོ་ཁྱེད་དང་འབྲེལ་བ་གང་ཡོད།
 ཁྱེད་གྱིས་ང་ཚོ་མེད་པ་བཟོ་བར་ཕེབས་སམ། ཁྱེད་སུ་
 ཡིན་པ་ངས་ཤེས་གྱི་ཡོད། ཁྱེད་ནི་དགོན་མཚན་གི་
 སྐྱེས་བུ་དམ་པ་དེ་ཡིན”ཞེས་བཤད། 25 འོན་ཀྱང་ཡེ་
 ཤུས་གདོན་འདྲེ་དེར་བཀའ་གནང་ནས་“ཁ་རོག་སྤོང།
 མི་དེའི་ལུས་ནས་ཐོན་ཅིག”ཅེས་གསུངས་པ་དང་།
 26 མི་དེ་གཟུང་པོག་པ་སྟར་ས་ལ་འབྲེལ་ནས་ཁོས་
 སྐད་ངན་ཆེན་པོ་བཏོན་ཞིང་གདོན་འདྲེ་དེ་མི་དེའི་
 ལུས་ནས་བྱིར་ཐོན། 27 མི་ཐམས་ཅད་ཉ་ལས་ཏེ་ཕན་

21 Then as soon as they
 came to the city of Caper-
 naum, on the Day of Rest,
 Jesus went to the meeting-
 house and preached. 22 His
 way of teaching religion to
 them was unlike that of those
 skilled in the Jewish religious
 law. Because He spoke as one
 with authority, all those who
 heard it were greatly amazed.
 23 Just then there was a man
 in their synagogue with an un-
 clean spirit; 24 and he cried
 out, ‘O Jesus of Nazareth,
 what do You have to do with
 us? Have You come to destroy
 us? I know who You are. You
 are the holy man of God!’
 25 But Jesus rebuked the de-
 mon, ‘Be quiet! Come out of
 the man’s body’, and 26 the
 man fell to the ground like one
 who has epilepsy. He gave a
 great cry, and the demon came
 out of the man’s body. 27 All

ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་སྐད་ཆ་དྲིས་པར་“འདི་ཅི་
ཡིན། འདི་བསྟན་པ་གསར་བ་ཡིན་ནམ། ཁོང་གིས་
དབང་ཆ་ཆེན་པོས་གདོན་འདྲེ་ལ་ཡང་བཀའ་གནང་སྟེ།
གདོན་འདྲེས་ཀྱང་ཁོང་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པར་བྱེད་”
ཅེས་བཤད། 28 དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཁོང་གི་སྟན་གྲགས་གྲ་
ལེལ་གྱི་ས་རྩོགས་གང་སར་བྱབ་པ་རེད།

the people were amazed, and they asked each other, ‘What is this? Is this a new teaching? He with great authority commands even the demons, and even the demons obey him.’ 28 As soon as this had happened, His fame spread everywhere throughout the district of Galilee.

སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ལ་ནད་ཐམས་ཅད་སེལ་བའི་

རུས་མཐུ་ཡོད།

Jesus Has Power to Heal All Diseases

Mark 1.32-34

32 དེ་ནས་ཉི་མ་བཟུང་དེ་ས་མ་རུབ་ཙམ་ལ། མི་ཚོས་
 རད་པ་དང་གདོན་འདྲེས་ཟེན་པའི་མི་ཡེ་ཤུའི་རུང་རུ་
 བྲིད་ཡོད། 33 གོང་ཕྱིར་གྱི་མི་ཐམས་ཅད་སློའི་འགམ་
 རུ་འཛོམས་པ་དང་། 34 ཡེ་ཤུས་དགོན་མཚོག་གི་དབང་
 གི་སློན་ནས་ནད་རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་སེལ་གནང་བ་
 མ་ཟད། གདོན་འདྲེ་མང་པོ་བསྐྱད་དེ། གདོན་དེ་ཚོ་
 སྐད་ཆ་ལ་བ་རུ་མ་བཟུག། གང་ཡིན་ཟེར་ན། གདོན་
 འདྲེས་ཁོང་ངོ་ཤེས་གྱི་ཡོད་པས་རེད།

32 Then when the sun set
 but it was not yet night, peo-
 ple brought to Jesus the sick
 and demon-possessed. 33 All
 the people of the town were
 gathered at the door, and
 34 He by the power of God not
 only healed many people with
 different kinds of diseases, He
 also cast out many demons.
 Jesus did not allow them to
 say anything, because the
 demons knew Him.



སྐབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ལ་སྲིད་ཉེས་སེལ་བའི་

དབང་ཡོད།

Jesus Has Power to Forgive Sins

Mark 2.1-12

1 དེ་ནས་ཉེ་མ་འགའ་ཤས་ཕྱིན་པའི་རྗེས་ལ་ཡེ་ཤུ་
 ཡང་བསྐྱར་གོང་ཁྱེར་གྱི་པར་ན་རྩུམ་ལ་ཕེབས་ནས་
 ཁོང་ཁང་པའི་ནང་དུ་བཞུགས་ཡོད་པའི་གཏམ་གྲགས་
 པ་ཚམ་གྱིས། 2-3 མི་མང་པོ་སློང་འགམ་དུ་འཛོམས་
 ཉེ་ས་ཆ་སྟོང་པའང་མེད། ཁོང་གིས་དགོན་མཚོག་
 གི་བཀའ་བསྐྱགས་གནང་སྐབས་མི་འགའ་ཤས་ཡོད་
 ཞིང་། དེའི་ནང་ནས་མི་བཞི་ཡིས་གོམ་པ་སྟོ་མི་སྐབ་
 པའི་ནད་པ་གཅིག་ཁྱུར་ནས་ཁོང་གི་དུང་དུ་འོངས།
 4 འོན་ཀྱང་མི་ཚོགས་མང་བས་དེ་ཚོ་ཁོང་གི་དུང་དུ་མ་
 ཐར་ལྟ་བུ། ཁང་པའི་ཐོག་ཁ་བཤུས་ཉེ་ཡེ་ཤུ་བཞུགས་
 སའི་སྐང་ལ་མི་ཁྱེད་ཆེན་པོ་ཞིག་སྐྱབ་ནས་ནད་པ་དང་
 ཉལ་བའི་མཉམ་དུ་མར་ཕབ་པ་རེད། 5 ཡེ་ཤུ་ཁོ་ཚོའི་
 དད་པའི་སེམས་མཐུན་ནས་ནད་པ་དེ་ལ་“བྱ། ཁྱེད་ཀྱི་
 སྲིད་ཉེས་བསལ་བྱེད་པ་ཡིན་”ཞེས་གསུངས། 6 དེར་
 ཡོད་པའི་ཚོས་བྲིམས་ལ་མཁས་པའི་མི་འགའ་ཞིག་གི་
 བསམ་པ་ལ། 7 མི་འདིས་འདི་ལྟར་བཤད་པ་གང་ཡིན་
 བཅ། དེས་དགོན་མཚོག་ལ་སྐར་བ་འདེབས་པ་རང་
 རེད། དགོན་མཚོག་གཅིག་པོས་མ་གཏོགས་གཞན་

1 Then after a few days had passed, Jesus again went to the town of Capernaum. As soon as it was reported that He was staying at home, 2-3 many people gathered at the door and there was not even an empty place. Then He proclaimed God’s word. At that time several people came; four of them came to Him carrying a man unable to walk. 4 However, because of the crowd they were not able to get through to Him, so they took off the roof of the house above where Jesus was, made a big hole, and lowered the sick man and bed together. 5 Jesus saw their attitude of faith and said to the sick man, ‘Son, your sins have been forgiven.’ 6 The several experts in the religious law who were there thought, 7 ‘How does this man dare talk



ལུས་ལྷིག་ཉེས་སེལ་ཐུབ་ཅེས་བསམ། 8 དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཡི་
 སྤུང་ལྷགས་ལ་ཁོ་ཚོའི་བསམ་པ་མཁྱེན་ནས་འདི་ལྟར་
 གསུངས་“ཁྱོད་ཚོས་བསམ་སྟོབ་འདི་ལྟར་གཏོང་དགོས་
 པའི་སྐྱམ་ཚུ་གང་ཡིན། 9 རན་པ་དེར་ཁྱོད་ཀྱི་ལྷིག་
 ཉེས་བསལ་ཟེན་ཟེར་བ་ལས་སྐྱ་བོ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་
 ལོངས་ལ་ཉལ་བྱི་བྱེར་ནས་སོང་ཞིག་ཟེར་བ་ལས་སྐྱ་
 བོ་ཡིན། 10 འོན་ཀྱང་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤུ་ལ་འཇིག་རྟེན་
 འདིའི་སྟངས་ལྷིག་ཉེས་སེལ་བའི་དབང་ཡོད་པ་ཁྱོད་ཚོས་
 ཤེས་པའི་ཕྱིར་ལོ།” ཡེ་ཤུས་ནད་པ་དེ་ལ་ 11 “ངས་ཁྱོད་
 ལ་ཟེར་རྒྱུར། ལོངས་ལ་ཉལ་བྱི་བྱེར་ནས་ནད་ལ་ལོག་
 ཅིག”ཅེས་གསུངས། 12 མི་དེས་ལམ་སངས་ཡར་ལངས་
 ལྷག་ཉལ་བྱི་བྱེར་ཏེ་མི་ཚང་མའི་མདུན་ནས་ལོག་ཕྱིན་
 པས། ཐམས་ཅད་ཡ་མཚན་ཆེན་པོ་སྐྱེས་ནས་དཀོན་
 མཚན་ལ་བསྟོད་པ་ལུས་ཏེ་“འདི་ལྟ་བུའི་མཛད་པ་ང་
 ཚོས་གཏན་ནས་མཐོང་མ་ཅོང་”ཞེས་བཤད་དོ།

like this? This is nothing but blasphemy. Who other than God alone can forgive sins?
 8 At once Jesus knew their thoughts in His mind, and said, ‘What is the reason you are thinking like this?’ 9 Is it easier to say to the sick man, ‘Your sins have been forgiven’ or ‘Get up, take your bed, and go?’ 10 But this is so that you will know that the One called the Son of Mankind has the authority on this earth to forgive sins - Then Jesus said to the sick man, 11 ‘I say to you, get up, take your bed and go back home.’ 12 The man stood up at once, took his bed, and went back home in front of everyone. All the people were amazed and gave praise to God, saying ‘We have never seen any deeds like this’.

སྐབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ལ་རྒྱང་འཇུབ་ཞི་བར་མཇུག་པའི་

དབང་ཡོད།

Jesus Has Power to Calm the Storm

Mark 4:35-41

35 དེ་ནས་ཉིན་དེའི་དགོང་མོར་ཡེ་ཤུས་ཉེ་གནས་
ཚོར་“ང་ཚོ་མཚའི་ཕ་རོལ་ལ་འགོའོ”ཞེས་གསུངས།
36 ཉེ་གནས་ཚོ་མི་ཚོགས་དང་ཁ་བྲལ་ཏེ་ཡེ་ཤུ་བཞུགས་
སའི་གྲུའི་ནང་འཇུབ་ནས་ཁོ་ཚོ་ཁོང་དང་མཉམ་དུ་
ཕྱིན་པ་རེད། ཁོང་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་གྲུ་གཞན་ཡང་
ཡོད། 37 དེའི་སྐབས་རྒྱང་འཇུབ་ཆེན་པོ་ལངས་ཏེ་ས་
ཆའས་གྲུའི་ནང་འཇུབ་ནས་གྲུ་ཚུས་ཁེངས་གྲུབས་བྱས།
38 དེ་དུས་ཡེ་ཤུ་གྲུའི་མཇུག་ཏུ་སྐྱས་འབོལ་གྱི་སྤྲིང་ལ་

35 Then that day at evening
Jesus said to the disciples,
'Let's go across to the other
side'. 36 Having left the crowd
and got into the boat in which
Jesus was, the disciples went
with Him. There were also
other boats with them. 37 At
that time, a big storm arose
and the waves came into the
boat so that it was about to
fill with water. 38 At that time



གཟིམས་ཡོད་པས་ཉེ་གནས་ཚོས་ཁོང་མནལ་སང་དེ་
 “སྟོན་པ་ལགས། ང་ཚོ་འཆི་བ་ལ་སྲུག་པར་བྱེད་ཀྱིས་
 སྲུགས་སྤང་མི་མཛད་དམ”ཞེས་ཞུས། 39 ཁོང་མནལ་
 སང་དེ་ཡར་བཞེངས་ནས། ལྷུང་ལ་བཀའ་བཏུན་
 མཛད་ཅིང་ན་རྒྱབས་ལ་“ཞི་བར་གྱུར་ལ་ཁ་རོག་སྤོང་
 ཅིག”ཅེས་བཀའ་གནང་བས། ལྷུང་འཇགས་ནས་མཚོ་
 ཡོངས་སུ་ཞི་བར་གྱུར། 40 དེ་ནས་ཁོང་གིས་ཉེ་གནས་
 ཚོར་ “ཁྱོད་ཚོ་ཞེད་དགོས་དོན་གང་ཡིན། ཁྱོད་རང་
 ཚོ་ད་དུང་ཡིད་ཆེས་མེད་དམ”ཞེས་གསུངས། 41 ཁོ་
 ཚོ་ཤིན་ཏུ་འཇིགས་ནས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ “འདི་སུ་
 ཡིན་ནམ། ལྷུང་དང་ན་རྒྱབས་ཀྱིས་ཀྱང་ཁོང་གི་བཀའ་
 ལ་ཉན་པར་བྱེད་” ཅེས་ཟེར་རོ།

Jesus was in the stern of the boat sleeping on a pillow. The disciples woke Him up, saying ‘Great Teacher, don’t you care that we are about to meet death?’ 39 He awoke and stood up. He rebuked the wind and commanded the waves, ‘Be peaceful and quiet!’. The wind calmed and the lake became completely peaceful. 40 Then He said to the disciples, ‘Why were you afraid? Do you still have no faith?’ 41 They were very afraid and said to each other ‘Who is this? Even the wind and the waves obey Him.’



སྐབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ལ་གཤེན་པོ་རྣམས་གསོན་པོར་ སྤོང་བའི་རྣམ་མཁུ་ཡོད།

Jesus Has Power to Raise the Dead

Mark 5:21-24a, 35-42

21 དེ་ནས་ཡེ་ཤུ་གཤེན་པོ་ལ་བཞུགས་ཏེ་ཡང་བསྐྱར་
མཚོའི་ཕར་ཕྱོགས་སུ་ཕེབས་པ་དང་མི་ཚོགས་མང་པོ་
ཁོང་གི་དྲུང་དུ་འདུས། ཁོང་མཚོའི་འགམ་དུ་བཞུགས་
པ་རེད། 22 སྐབས་དེར་ས་ཆ་དེ་ལ་ཡུ་ལུ་དུ་པའི་འདུ་
ཁང་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་དཔོན་པོའི་མིང་ལ་ཡུ་ཨིར་ཟེར་
བ་ཞིག་འོངས་ནས། ཡེ་ཤུ་མཇལ་བ་དང་ཁོང་གི་ཞབས་
ལ་གཏུག་སྟེ། ལུ་བ་ཚེན་པོ་སྤུལ་ནས་ 23 “ངའི་བུ་མོ་
ཚུང་ཚུང་དེ་གི་གཤམས་འདུག བྱེད་རང་ངའི་ནང་ལ་
ཕེབས་ནས་ཁོ་མོ་ནད་ལས་ཐར་ཏེ་གསོན་པའི་བྱིར།
བྱེད་ཀྱིས་ཁོ་མོའི་ལུས་སྟེང་ལ་སྤྱད་འཇོག་པར་མཛོད་
དང་”ཅེས་ཞུས་པས། 24a ཡེ་ཤུ་ཁོང་དང་མཉམ་དུ་
ཕེབས་པ་རེད།

35 ཁོང་གིས་དེ་ལྟར་གསུང་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ། ཡུ་
ལུ་དུ་པའི་འདུ་ཁང་གི་དཔོན་པོའི་བྱིས་ནས་མི་འགའ་
ཤས་ཡོང་སྟེ། དེར་ “བྱེད་རང་གི་བུ་མོ་གི་ཚར་སོང་
བས་སྟོན་པ་ལ་འོ་བརྒལ་ཞུས་བྱས་ག་རེ་བྱེད་”ཅེས་ཟེར།
36 ཡེ་ཤུས་ཁོ་ཚོའི་སྐད་ཆར་ཁ་ལ་མ་གཞན་བར་དཔོན་
པོ་ལ་ “ཞིད་སྤང་མ་བྱེད། དད་པ་རང་གིས་ཤིག་”ཅེས་

21 Then Jesus again crossed the lake and went to the other side. A great crowd gathered before Him. He was by the shore. 22 Then a man called Jairus, who was an official of the Jewish gathering-house (synagogue) in that place, came. He met Jesus, and touching His feet, begged Him earnestly, 23 ‘My little daughter is about to die. Come to my house and lay Your hands upon her body that she may recover and live.’ 24a Jesus went with him.

35 Some men came from the house of the synagogue official, and said to him, ‘Your daughter has already died, so why trouble the Teacher?’ 36 Jesus paid no attention to what they said. He said to the official, ‘Don’t be afraid - just believe.’ 37 Then He let no one go with Him, except Peter and



གསུངས། 37 དེ་ནས་ཁོང་གིས་བྱོ་དང་ཡུ་ཀོབ། ཡུ་
 ཀོབ་ཀྱི་སྐུན་ཡོ་ཏུ་ནན་མ་གཏོགས་གཞན་སྤྱི་ཡང་ཁོང་
 དང་མཉམ་དུ་ཡོང་མ་བཅུག། 38 ཁོང་ཚོ་དཔོན་པོའི་
 རང་ལ་ཕེབས་སྐབས། མི་མང་པོ་ཅ་ཅོད་དང་བྱ་ཞིང་སྒྲེ་
 རྒྱགས་འདོན་པ་གཟིགས་ནས། 39 ཡེ་ཤུ་ནང་དུ་འཇུག་
 ཏེ་ཁོ་ཚོར་གསུངས་པར་ “སྤྱོད་ཚོ་ཅ་ཅོད་དང་བྱ་བའི་
 དོན་གང་ཡིན། སུ་མོ་འདི་ཤི་མེད་པར་གཉིད་ལྷག་
 འདུག།” ཅེས་གསུངས་པས། 40 དེ་ཚོས་ཁོང་ལ་ལྗེལ་
 དགོད་བྱས། ཡེ་ཤུས་ཁོ་ཚོ་སྤྱིར་བཏོན་ནས་སུ་མོའི་པ་
 མ་གཉིས་དང་ཉེ་གནས་རྣམས་མཉམ་དུ་སུ་མོའི་སར་
 ཕེབས་ནས། 41 སུ་མོའི་ལག་པ་ནས་བརྐང་སྡེ་ “ཏུ་ལི་
 ལྷ་ཀུ་མི” ཞེས་པའི་དོན་ནི་སུ་མོ་རྒྱང་རྒྱང་ལོངས་ཤིག་
 ཅེས་བཀའ་གནང་བས། 42 སུ་མོ་དེ་ལོ་བཅུ་གཉིས་
 ལངས་ནས་གོམ་པ་བརྒྱབ། (སུ་མོ་དེ་ལོ་བཅུ་གཉིས་
 ཡིན་) འདིས་མི་ཚང་མ་ཡ་མཚན་ཚན་པོ་སྐྱེས་པ་རེད།

James and John the brother of James. 38 When they arrived at the leader’s house, Jesus saw that a crowd was making a great noise and crying and wailing. 39 Jesus went inside and said to them, ‘Why this great noise and wailing? This girl is not dead but is sleeping.’ 40 They laughed at Him, and Jesus put them outside and went with her parents and the disciples to the place where the girl was, and 41 He took the girl by the hand and said, ‘Talitha Kumi’ which means, ‘Little girl, get up!’, so 42 the girl got up immediately and walked. (The girl was twelve years old.) This amazed everyone.

སྐབས་མགོན་ཡེ་ཤུས་མིའི་ངན་སེམས་ཀྱི་སྐོར་

གསུངས་པ།

Jesus Speaks About the Evil in Peoples' Hearts

Mark 7.14-15, 17-23

14 དེ་ནས་ཡང་ཡེ་ཤུས་མི་ཚོགས་རང་གི་དྲུང་དུ་བོས་ནས་ “སྤྱོད་ཚོ་ཚང་མ་ང་ལ་མཉམ་ནས་ཉ་གོ་བར་གྱིས་ཤིག། 15 རྩེ་ནས་ཁོག་པའི་ནང་ལྷགས་པ་དེས་མི་མི་གཙང་བར་བྱེད་མི་ཐུབ། ཡིན་ན་ཡང་མིའི་ཡིད་ནང་ནས་ཕྱིར་གང་འཕྱོར་བ་དེས་མི་མི་གཙང་བར་བྱེད་” ཅེས་གསུངས།

17 དེ་ནས་ཁོང་མི་ཚོགས་དང་ཁ་བྲལ་ནས་ཁང་པའི་ནང་དུ་འཇུག། དེ་དུས་ཉེ་གནས་རྣམས་ཀྱིས་དཔེ་དེའི་དོན་བཀའ་འདྲི་ལྟས་པས། 18 ཁོང་གིས་ “སྤྱོད་ཚོས་དེའི་སྐོར་ཡང་ཤེས་ཀྱི་མེད་དམ། རྩེ་རོལ་ནས་ནང་དུ་འཇུག་བའི་ཟས་དེས་མི་མི་གཙང་བར་བྱེད་མི་ཐུབ་པ་དེ་སྤྱོད་ཚོས་ཉ་མི་གོའམ། 19 གང་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ནི་མིའི་སེམས་ཀྱི་ནང་དུ་མི་འགོ་བར་གྲོད་པའི་ནང་དུ་འགོ་དེ་ནས་ཕྱིར་འཕྱོར་”ཞེས་གསུངས། (ཡེ་ཤུས་གསུངས་པའི་དོན་དེ་ནི་ཟས་ཐམས་ཅད་གཙང་མ་ཡིན་པར་བསྟན་) 20 ཁོང་གིས་ད་དུང་གསུངས་པར་ “མིའི་ཡིད་ནང་ནས་ག་རེ་འཕྱོར་བ་དེས་མི་མི་གཙང་

14 Then Jesus called the crowd before Him again and said, ‘All of you listen to me and understand. 15 That which goes into the body from outside is not able to make a man unclean. But what comes out from man’s heart, that is what makes a man unclean.’

17 Then He left the crowd and went inside the house. At that time, the disciples asked Him the meaning of the parable. 18 He said, ‘Don’t you also understand it? Don’t you know that the food which comes into the body from outside cannot make a man unclean? 19 The reason is that it enters not man’s mind but his stomach, and then goes out.’ (The meaning of what Jesus said is that all foods are clean.) 20 He said further, ‘What comes out of man’s heart makes him un-

བར་བྱེད། 21 རྒྱ་མཚན་ནི། མིའི་ཡིད་ནང་ནས་བསམ་
 བ་ངན་བ་དང་། འདོད་ལོག་སྦྱོད་པ། རྒྱ་བ། མི་སློག་
 གཙུང་བ། 22 ལོག་གཡེམ། ལེར་སྒྲ། གཞོད་སེམས།
 མགོ་སྐྱོར། འདོད་ཆགས། ལྷག་དོག དམའ་འབེབས་
 གཏོང་བ། ང་རྒྱལ། དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་དོར་བ་
 ལོགས། 23 ངན་བ་དེ་ཚོ་ཐམས་ཅད་མིའི་ནང་ནས་
 རྩེར་འཛོལ་ཏེ་མི་མི་གཙང་བར་བྱེད་”ཅེས་གསུངས་སོ།།

clean. 21 The reason is that
 from man's heart come evil
 thoughts, lustful behavior,
 theft, murder, 22 adultery,
 greed, ill will, deceit, lust,
 jealousy, slander, pride, folly,
 etc. 23 All this evil comes from
 inside man and makes him be-
 come unclean.'



སྐབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ནི་དགོན་མཚོག་གི་སྲས་ཡིན།

Jesus is God's Son

Mark 9.2-8

2 ཉི་མ་དྲུག་གི་རྗེས་ལ་ཡེ་ཤུ་སྤུ་རྩོད་དང་ཡུ་གོ་བ་
 ཡོ་ཏུ་ན་ན་གསུམ་ཁྲིད་ནས་དབེན་པའི་ཡུལ་རི་མཚོ་
 བོ་ཞིག་ལ་ཕེབས། དེ་ནས་ཁོང་ཚོའི་མདུན་དུ་ཁོང་
 གི་སྐྱའི་རྣམ་པ་གྱུར་ཅིང་། 3 ཁོང་གི་ན་བཟའ་འོད་
 འཕྲོ་བའི་ཚོན་མདོག་ཏུ་ཅང་དཀར་བ། འཇིག་རྟེན་
 འདིའི་སྟེང་སྲུས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བཟོ་མི་ཐུབ་པའི་དཀར་
 བོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར། 4 དེའི་སྐབས་ལ་ཁོང་ཚོའི་མདུན་དུ་
 ལུང་སྟོན་པ་ཞེ་ལི་ཡཱ་དང་མོ་ཤེ་གཉིས་མདོན་གྲུམ་དུ་
 རྩོན་ནས་ཡེ་ཤུ་དང་བཀའ་ཚོལ་གནང་། 5 ཤུ་རྩོས་ཡེ་
 ཤུ་ལ་“རྩལ་བྱ། ང་ཚོ་འདིར་བསྐྱེད་ན་ལེགས། ང་ཚོས་
 བཀའ་བསྐྱེད་ས་གསུམ་བཟོ་བར་བྱ། རྩེད་ལ་གཅིག་དང་མོ་
 ཤེ་ལ་གཅིག་ ཞེ་ལི་ཡཱ་ལ་གཅིག་བཅས་ཡིན་”ཞེས་ཞུས།
 6 ཤུ་རྩོས་ཇི་ལྟར་ལྟོ་དགོས་མིན་མ་ཤེས། གང་ཡིན་ཟེར་
 བ། ཁོ་ཚོ་ཏུ་ཅང་སྐྱེད་པས་སོ། 7 དེ་ནས་སྤྲིན་པ་ཞིག་
 ཡོང་ནས་ཁོང་ཚོ་བསྐྱིབས་པ་དང་། སྤྲིན་པ་ནས་གསུང་
 ཞིག་བྱུང་སྟེ་“འདི་ནི་ངའི་གཅེས་པའི་སྲས་ཡིན། ཁོང་
 ལ་ཉོན་ཅིག་”ཅེས་གསུངས། 8 ཁོ་ཚོས་དུས་དེ་ཉིད་དུ་
 བར་ཚུར་བལྟས་པས་ཡེ་ཤུ་གཅིག་ཤུ་མ་གཏོགས་གཞན་
 སུ་ཡང་མ་མཐོང་བ་རེད།

2 Six days later Jesus took Peter, James, and John up to a high mountain in a lonely place. Then in front of them the appearance of His body was changed. 3 His clothing became shining extremely white in color - a white that no launderer on this earth could make. 4 At that time, before them appeared the prophets Elijah and Moses, talking with Jesus. 5 Peter said to Jesus, ‘Teacher, it is good that we are here. Let us make three staying-places, one for You, one for Moses, and one for Elijah.’ 6 Peter did not know what to say, because they were very afraid. 7 Then a cloud came and overshadowed them. From the cloud a voice came, saying ‘This is my dear Son. Listen to Him.’ 8 At that very time, they looked around and saw no one else but Jesus.

སྐབས་མགོན་ཡེ་ཤུས་གལ་ཆེ་ཤོས་གང་ཡིན་པའི་སྐོར་

གསུངས་པ།

Jesus Speaks About What is Most Important

Mark 12.28b-30

28b ཚོས་སྤྱིམས་ལ་མཁས་པའི་མི་ཞིག་འོངས་ནས་
 ཡེ་ཤུ་ལ་“བཀའ་སྤྱིམས་ཀྱི་ནང་ནས་གལ་ཆེ་ཤོས་གང་
 ཡིན་”ཞེས་བཀའ་འདྲི་ཞུས། 29 དེའི་ལན་དུ་ཡེ་ཤུས་
 “གལ་ཆེ་ཤོས་དང་པོ་ནི། ཀྱེ། ངའི་མི་རིགས་ཡི་སི་ར་
 ཞེས་ཉོན་ཅིག་གཙོ་བོ་དཀོན་མཆོག་ནི་ང་ཚོའི་གཙོ་བོ་
 གཅིག་རང་ཡིན། 30 རང་གིས་གཙོ་བོ་དཀོན་མཆོག་ལ་
 རྒྱུ་གཅིག་སེམས་གཅིག་དང་རྣམས་པ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་བརྩེ་
 བར་བྱུང་ཞིག་ 31 གཉིས་པ་ནི། རྐྱེད་རང་གིས་བྱིམ་
 མཚོས་ལ་རང་དང་འདྲ་བར་བརྩེ་བར་བྱུང་ཞིག་ འདི་
 གཉིས་ལས་གལ་ཆེ་བའི་བཀའ་སྤྱིམས་གཞན་མེད་”
 ཅེས་གསུངས་སོ།།

28b A man skilled in the
 Jewish religious law came and
 asked Jesus, ‘Which is the
 most important of the com-
 mandments?’ 29 In reply Jesus
 said, ‘The first most important
 is ‘Hear, O My people Israel.
 The Lord God, our Lord is just
 one. 30 You shall love the Lord
 your God with one heart, one
 mind, and with all your ability.
 31 The second is, ‘Love your
 neighbor as you love yourself.
 There are no commandments
 greater in importance than
 these two.’



སྐབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ལ་རྒྱབ་གཏོང་བྱས་པའི་སྐོར།

Jesus Was Betrayed

Mark 14.10-11, 44-46

10 ཡེ་ཤུའི་ཉེ་གནས་བརྒྱུ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་ཡུ་ཏཱ་
 དབྱི་སི་ཀར་རེ་ཞེས་པ་དེས། ཡུ་ཏཱ་ཏཱ་པའི་སྐྱ་ཆེན་
 རྣམས་ཀྱི་རྩེ་སོང་ནས་ཡེ་ཤུ་ལོ་ཚོའི་ལག་ཏུ་སྦྱོང་རྒྱུ་
 བྱས་པ་རེད། 11 ལོ་ཚོས་ཡུ་ཏཱ་དབྱི་སི་ཀར་རེའི་སྐད་
 ཆ་འདི་ཐོས་ནས་ཏཱ་ཅང་དགའ་བོ་བྱུང་སྟེ་ལོ་ལ་དུལ་
 སྦྱོང་རྒྱུའི་ཁས་ལེན་བྱས། དེ་ནས་བཟུང་ཡུ་ཏཱ་ཏཱ་ཡེ་ཤུ་
 ལོ་ཚོའི་ལག་ཏུ་སྦྱོང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བཅུ་ལ།

44 ཡེ་ཤུ་ལ་རྒྱབ་གཏོང་བྱེད་མཁན་དེས་སྦྱོན་ནས་ལོ་
 ཚོར་གསང་བརྟེན་གྱི་སྒྲིག་བྱས་ཏེ་“ངས་སུ་ལ་འོ་བྱས་པ་
 དེ་ལོང་རང་རེད། ལྷོང་ཚོས་ལོང་དམ་པོར་ཟེན་ནས་

10 Among Jesus’ twelve
 disciples was one called Ju-
 das Iscariot, who went to the
 chief Jewish priests in order
 to give Jesus into their hands.
 11 When they heard this that
 Judas said, they were very
 glad and promised to give him
 money. From that time, Judas
 looked for an opportunity to
 give Jesus into their hands.

44 The one who betrayed Je-
 sus previously had arranged
 a signal with them – ‘The One
 I kiss is really He. Bind Him

མིང་ཅིག་”ཅེས་བཤད་ཡོད། 45 ཡུ་རུ་སྐྱེ་བས་མ་ཐག་ཏུ་
 ཡེ་ཤུའི་རྩུང་དུ་ཡོང་ནས་“རུབ་བི”ཞེས་འགྲམ་བར་འོ་
 བྱས། 46 དེ་ནས་ཁོ་ཚོས་ཡེ་ཤུའི་ལུས་ནས་ཟེན་ཏེ་ཁོང་
 འཛིན་བཟུང་བྱས་པ་རེད།

firmly and take Him away.’
 45 As soon as Judas arrived,
 he went to Jesus and said,
 ‘Teacher’ and kissed him on
 the cheek. 46 Then they laid
 hands upon Jesus and arrest-
 ed Him.

སྐུ་བས་མགོན་ཡེ་ཤུ་སྲོག་ཐོག་གཏོང་རྒྱུའི་བྲིམས་ཐག་ བཅད་པའི་སྐོར།

Jesus Was Sentenced to Death

Mark 15.6-15



6 དུས་ཚེན་དེར་སྤྱི་ཁྱབ་པུ་ལ་ཏུས་མི་ཚོགས་ཀྱི་
 འདོད་པ་ལྟར་བཙོན་པ་རེ་སློད་གྲོལ་གཏོང་བའི་ལུགས་
 སྲོལ་ཡོད། 7 མི་མང་ལ་པུར་ཨབ་པུ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་
 བ་དེ་ཟིང་འཁྲུག་སྐབས་མི་བསད་སྟེང་བའི་བཙོན་
 བ་གཞན་དང་མཉམ་དུ་བཙོན་ཁང་ནང་ཡོད། 8 མི་

6 At the festival Governor Pi-
 late had the custom of releas-
 ing a prisoner according to the
 wishes of the crowd. 7 There
 was a man named Barabbas
 who was in jail with other pris-
 oners who had killed people

ཚོགས་ཀྱིས་བྱི་ལ་རྒྱའི་རྩེ་འཛོམས་ནས་སྡོན་མའི་
 ལྷགས་སོལ་ལྟར་གནང་རོགས་ཞེས་བྱས། 9 བྱི་ལ་རྒྱས་
 “ཁྱོད་ཚོ་ལ་ཡུ་རུ་དུ་པའི་རྒྱལ་པོ་སློད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་
 དམ་”ཞེས་སྐད་ཆ་དྲིས། 10 དེ་ནི་བྱི་ལ་རྒྱས་ཡུ་རུ་དུ་
 པའི་སླ་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་ཡེ་ཤུ་ལ་ཕྱག་དོག་བྱས་ནས་
 ཁོང་ལ་ཚེས་སྤྲད་པ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པས་རེད། 11 འོན་
 ཀྱང་སླ་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་པུར་ཨབ་པུ་སློད་པའི་ཆེད་
 དུ་མི་ཚོགས་ལ་ངན་བསྐྱལ་བྱས། 12 བྱི་ལ་རྒྱས་ཡང་
 བསྐྱར་ཁོ་ཚོར་“བྱས་ན་ཁྱོད་ཚོས་ཡུ་རུ་དུ་པའི་རྒྱལ་པོ་
 ཟེར་བ་དེར་ངས་གང་འདྲ་བྱེད་དགོས་སམ་”ཞེས་དྲིས་
 པས། 13 ཁོ་ཚོས་སྐད་ཆེན་པོས་“རྒྱུང་ཤིང་སྐང་ལ་སོད་
 ཅིག”ཅེས་བཤད། 14 བྱི་ལ་རྒྱས་“རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན།
 ཁོང་གིས་ལས་ངན་ག་རེ་བྱས་ཡོད་”ཅེས་དྲིས། འོན་
 ཀྱང་མི་ཚོགས་ཀྱིས་སྐད་ཤུགས་དེ་བས་ཆེན་པོས་“རྒྱུང་
 ཤིང་སྐང་ལ་སོད་ཅིག”ཅེས་བཤད། 15 བྱི་ལ་རྒྱས་མི་
 ཚོགས་ཀྱི་འདོད་པ་བསྟོང་བྱིར་པུར་ཨབ་པུ་སློད་པ་
 དང་། ཡེ་ཤུ་རྟ་ལྷག་གིས་བརྒྱུང་བུ་བལྟག་ནས་རྒྱུང་
 ཤིང་སྐང་ལ་གསོད་པའི་ཕྱིར་དམག་མི་ཚོར་ཚེས་སྤྲད་
 རོ།

at the time of the uprising.
 8 The crowds gathered before Pilate and asked him to do as he had customarily done before. 9 Pilate asked, ‘Should I release to you the King of the Jews?’ 10 This was because Pilate knew that the Jewish chief priests, out of envy, had handed Jesus over to him. 11 However, the chief priests incited the crowd to free Barabbas. 12 Pilate again asked them, ‘Well then, what do you want me to do with the One who is called King of the Jews?’ 13 They shouted, ‘Kill Him on the cross!’ 14 Pilate asked, ‘Why? What evil has He done?’ But the crowds shouted even louder, ‘Kill Him on the cross!’ 15 In order to fulfill the wishes of the crowd, Pilate released Barabbas and caused Jesus to be whipped and handed over to the soldiers to be killed on the cross.

སྐབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་རྒྱུང་གིང་སྐང་ལ་བསང་བའི་སྐོར།

Jesus Was Crucified

Mark 15.25-26, 33-39

25 ཁོ་ཚོས་ཡེ་ཤུ་རྒྱུང་གིང་སྐང་ལ་གཟེར་བརྒྱབ་ནས་
བཀལ་བའི་དུས་ཚོད་ནི་ཞོགས་པའི་ཚུ་ཚོད་དགུ་པར་
ཡིན། 26 ཁོང་གི་ཉེས་ཚེག་ལ་ཡུ་རུ་དུ་བའི་རྒྱལ་བོ་ཞེས་
བྲིས་ཡོད།

33 ཉིན་གུང་ལ་སློབས་དུས་སྐབས་ལྷང་བ་དེ་
ཡོངས་སུ་འཐིབས་ཏེ་ཚུ་ཚོད་གསུམ་པའི་བར་དུ་ལྷས།

34 ཚུ་ཚོད་གསུམ་པར་ཡེ་ཤུས་གསུང་ཆེན་པོས་“ཞེ་ལོ་
ཞེ་ལོ་ཞེ། ལུ་མ་ཤ་བག་ཐ་ནི་”ཞེས་པའི་དོན་དག་
ནི་“ངའི་དཀོན་མཚོག་ ངའི་དཀོན་མཚོག་ བྱེད་ཀྱིས་
ང་དོར་དགོས་དོན་ཅི་ཡིན་”ཞེས་བའོ། 35 ཉེ་འགམ་

ལ་ཡོད་པའི་མི་ཁ་ཤས་ཀྱིས་དེ་ཐོས་ནས་“ཉོན་ཅིག་
ཁོང་གིས་ལྷང་སྟོན་པ་ཞེ་ལི་ཡུ་འབོད་ཀྱི་འདུག་”ཅེས་
བཤད། 36 མི་ཞིག་གིས་ཕར་ཕྱིན་ཏེ་རྒྱན་ཆང་སྐྱར་མོའི་

ནང་སྤིང་བལ་སྤངས་ནས་དབྱུག་པའི་ཚེར་བཀོན་ཏེ་
ཡེ་ཤུ་ལ་འཐུང་དུ་བརྟུག་ནས་“སྐྱུག་ཅིག་ ཞེ་ལི་ཡུ་ས་
ཁོང་མར་ཕབ་ཆེད་ཕེབས་མ་ཕེབས་བལྟའོ”ཞེས་བཤད།

37 ཡེ་ཤུས་གསུངས་ཆེན་པོ་ཞིག་བསྐྱོན་ནས་སྐྱ་ཚེ་ལས་
འདས་སོ། 38 དེའི་སྐབས་མཚོད་ཁང་ཆེན་མོའི་ནང་
གི་ཡོལ་བ་དེ་སྟེང་ནས་འོག་བར་དུ་མ་བྱ་གཞིས་སུ་རལ།

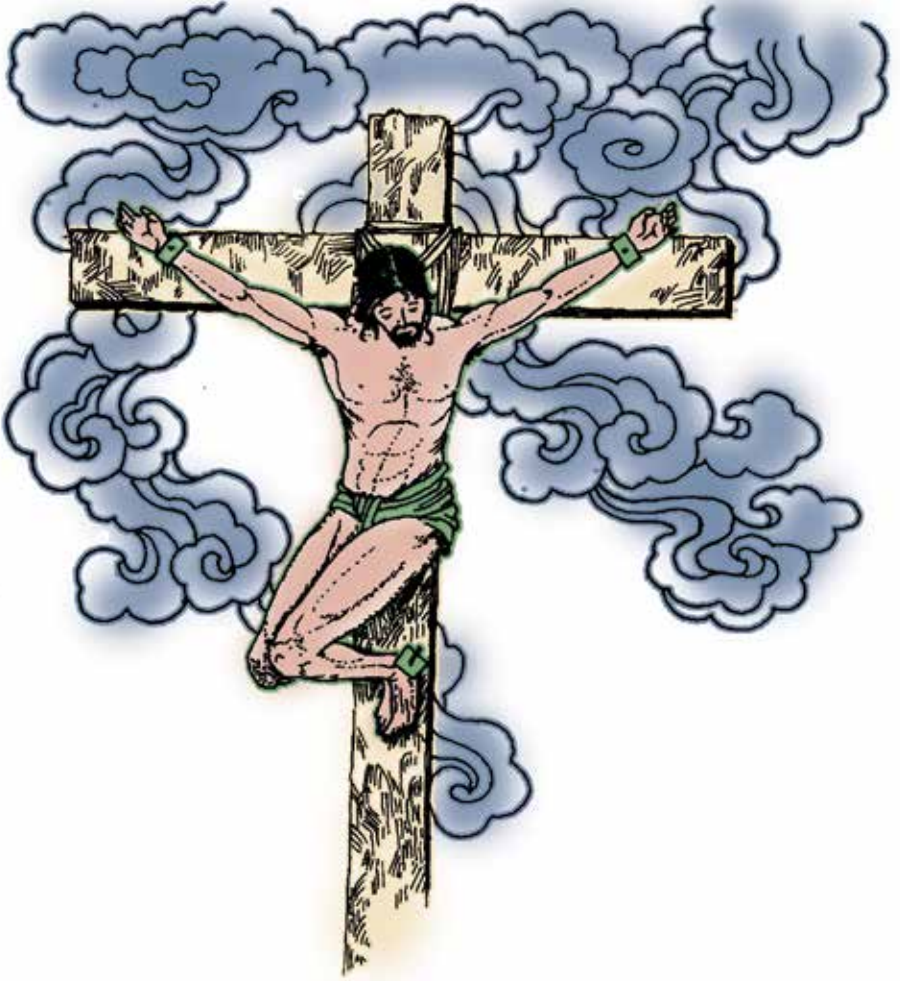
25 The time that they nailed Jesus to the cross was nine o'clock in the morning.
26 The legal charge was written: ‘King of the Jews’.

33 When it was noon, darkness obscured the whole district, remaining until three o'clock.

34 At three o'clock Jesus said in a loud voice, ‘Eloi, Eloi, Lama Shabagthani’, which means, ‘My God, my God, why have You abandoned Me?’

35 Several people nearby heard this and said, ‘Listen, He is calling the prophet Elijah!’ 36 One person went and soaked a cloth in sour wine and put it on the end of a stick to allow Jesus to drink; saying, ‘Wait and see if Elijah comes to take Him down.’

37 Jesus gave a loud cry and died. 38 At that time, the curtain in the Temple was torn in two pieces from top to bottom. 39 The centurion who was standing facing Jesus



39 རྒྱུང་གིང་མདུན་དུ་ཡེ་ཤུ་དང་ཁ་ཟུག་ལངས་བཞུང་
ཡོད་པའི་བརྒྱ་དཔོན་ཞིག་གིས་ཡེ་ཤུ་དེ་ལྟར་གྲོངས་
པ་མཐོང་ནས་“ཁོང་དགོན་མཚོག་གི་སྲས་ཡིན་པ་དེ་
བདེན་པ་རང་རེད་”ཅེས་བཤད་དོ།

in front of the cross, seeing Je-
sus die in this manner, said, ‘It
is certainly true that He was
the Son of God’.



སྐབས་མགོན་ཡེ་ཤུའི་སྐུ་ཕུང་དུར་ཁང་ནང་དུ་བཅུག་ པའི་སྐོར།

Jesus' Body Was Put in the Tomb

Mark 15.42-46

42-43 ས་མ་རུབ་ཙམ་ལ་གོང་ཁྱེར་ཨྲི་ཏཱ་རི་མ་གླའི་མི་
མིང་ལ་ཡུ་ཤེབ་ཟེར་བ་ཞིག་སྐྱབས། ཁོང་ནི་མིས་གྲུས་
བཀའ་བྱེད་པའི་ཡུ་ཏུ་དུ་པའི་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་ཁོངས་
མི་ཞིག་རེད་ལ་དཀོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་སྲིད་སྐྱབས་མཁན་
ཞིག་ཀྱང་རེད། ཉིན་དེ་ནི་ག་སྐྱེག་གི་ཉིན་མོ་ཡིན་ཞིང་
ངལ་གསོའི་ཉིན་མོའི་ཉིན་ཚོན་མ་དེ་སོང་བས། ཡུ་ཤེབ་
ཀྱིས་སློ་ཁོག་ཆེན་པོའི་ངང་ནས་བྱི་ལ་ཏུའི་སར་བྱིན་
ཏེ་ཡེ་ཤུའི་སྐུ་ཕུང་གནང་རོགས་ཞུས། 44 བྱི་ལ་ཏུས་
ཡེ་ཤུ་གོངས་ཚར་བ་ཐོས་རྗེས་ཡ་མཚན་སྐྱེས་ནས་བརྒྱ་
དཔོན་སྐད་བཏང་སྟེ་ཁོང་གོངས་ནས་དུས་ཚོད་རིང་པོ་

42-43 Before it became dark,
a man from the town of Ari-
mathea called Joseph came.
He was a respected member
of the Jewish council who was
also waiting for the Kingdom
of God. That day was the
Day of Preparation, and since
it was (also) the day before
the Day of Rest, Joseph with
great courage went before
Pilate and asked for the body
of Jesus. 44 Hearing that Je-
sus was already dead, Pilate
was surprised, and called

ཕྱིན་ཡོད་མེད་སྐད་ཆ་དྲིས། 45 བརྒྱ་དཔོན་ནས་ཡེ་ཤུ་
 གོངས་པའི་གནས་ཚུལ་ངོ་མ་ཤེས་རྗེས་ཡེ་ཤུའི་སྐུ་ཕུང་
 ཡོ་སེབ་ལ་སྦྱོད་རྒྱུའི་ཚོག་མཚན་གནང་། 46 ཡོ་སེབ་
 གྱིས་རས་སྤུས་ལེགས་ཤིག་ཉེས་ཏེ་ཡེ་ཤུའི་སྐུ་ཕུང་མར་
 བབ་པ་དང་དེར་རས་གྱིས་བསྐྱིལ་ནས་བྲག་ལ་བཀོས་
 པའི་དུར་ཁང་ཞིག་གི་ནང་ལ་བཞག་ དེ་ནས་དོ་ཚཱ་
 བོ་ཞིག་བསྐྱིལ་ཏེ་དུར་ཁང་གི་ཁ་བཀག་པ་རེད།

the centurion to ask if a long
 time had elapsed since His
 death. 45 After learning from
 the centurion the news/cir-
 cumstances of Jesus’ death,
 he gave permission for Jesus’
 body to be given to Joseph.
 46 Joseph bought a piece
 of good quality cloth called
 linen, took down Jesus’ body,
 wrapped it with the cloth,
 and put it in a tomb that had
 been carved from the rock.
 Then he rolled a large stone
 and blocked up the opening
 of the tomb.

སྐུ་བས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ནི་གསོན་པོ་ཡིན།

Jesus is Alive

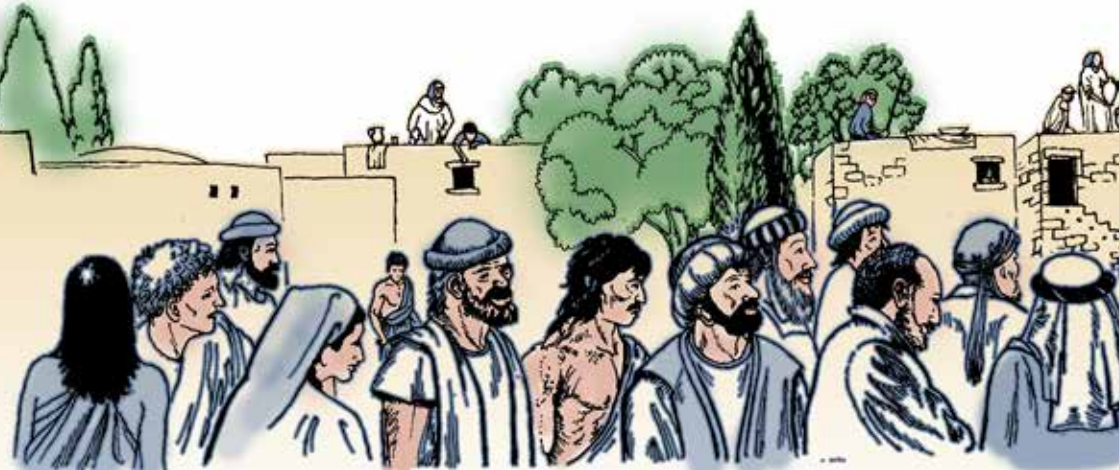
Mark 16.1-7

1 ངལ་གསོའི་ཉིན་མོ་རྗེས་རྗེས་གོང་ཁྱེད་མུག་དལ་
 རས་ཡིན་པའི་མེ་ཡམ་དང་ཡུ་ཀོབ་གྱི་ཨ་མ་མེ་ཡམ་
 སུ་ལོ་མེ་བཅས་གྱིས་ཡེ་ཤུའི་སྐུ་ཕུང་ལ་འབྲུག་ཆེད་གྱི་
 དྲི་ཞིམ་འབྲུག་རྗེས་ཉེས་ནས། 2 བདུན་ཕྱག་གཅིག་
 གི་ཉིན་དང་པོའི་ཞོགས་པ་ཉི་མ་ཤར་ཚམ་ལ་ཁོང་ཚོ་
 དུར་ཁང་ལ་ཕྱིན། 3 ཁོང་ཚོས་པན་ཚུན་“སྤུས་ང་ཚོར་
 དུར་ཁང་གི་ཁའི་དོ་དེ་བསྐྱིལ་ནས་པར་བྱེ་ཡོང་”ཞེས་

1 After the day of rest, Mary
 Magdalene and James’ moth-
 er Mary, and Salome bought
 sweet-smelling ointments to
 anoint Jesus’ body. 2 On the
 morning of the first day of the
 week when the sun had risen,
 they went to the tomb. 3 They
 said to each other, ‘Who will
 roll away the door-stone for

རྒྱ་ཆ་བཤད། 4 ཁོང་ཚོས་ཡར་ལྷ་དུས་དོ་ཉ་ཅང་
 ཚེན་པོ་དེ་བསྐྱེལ་ཚར་ཡོད་པ་མཐོང་། 5 དུར་ཁང་གི་
 རང་ལ་འཇུག་སྐབས་གཞོན་ནུ་གོས་དཀར་པོ་གྲོན་པ་
 ཞིག་གཡམས་ཚྭ་གས་སུ་བཞུགས་ཡོད་པ་མཐོང་བས་ཁོང་
 ཚོ་འཇིགས་པ་རེད། 6 གཞོན་ནུ་དེས་ཁོང་ཚོར་“ཞེད་
 མི་དགོས། བྱེད་ཚོས་འཚོལ་བའི་རྒྱ་ཚ་རེལ་བ་ཡི་ཤུ་
 རྒྱུ་ཤིང་སྟེང་བཀལ་བ་ཁོང་སྐྱ་གསོན་པོར་བཞེངས་སུ་
 འགྱུར་ཉེ་འདིར་མེད། ལྷོས་དང་། སྐྱ་ཕུང་བཞག་སའི་
 ས་ཆ་འདི་རེད། 7 བྱེད་ཚོ་ཕྱིན་ནས་ཁོང་གི་ཉེ་གནས་
 པོ་ཉོ་དང་བཅས་པ་ལ་འདི་ལྟར་ཤོད། ཡི་ཤུས་བྱེད་
 ཚོའི་ཚུན་ལ་གྱུ་ལིལ་ཡུལ་དུ་བེབས་ནས་ཟུར་གསུངས་
 པ་བཞིན་དེར་ཁོང་མཇལ་ཡོང་”ཞེས་བཤད་དོ།

us?’ 4 When they looked up
 they saw that the very large
 stone had already been rolled
 away. 5 When they went into
 the tomb, they saw a youth
 wearing white clothes sitting
 on the right side, and they
 were frightened. 6 The youth
 said to them, ‘There is no need
 to be afraid. Jesus of Nazareth,
 whom you seek, who was
 hung on the cross, has been
 raised alive and is not here.
 Look, this is the place where
 his body was laid.’ 7 Go and
 tell His disciples Peter and the
 others, ‘Jesus is going before
 you into the land of Galilee as
 He told you before. There you
 will meet Him.’



མི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱིར་འཕྲིན་བཟང་ཡིན།

Good News for Everyone

Mark 16.15-16, 19-20

15 ཡེ་ཤུས་ཉེ་གནས་རྣམས་ལ་“བྱིང་ཚོས་འཇིག་རྟེན་
ཀུན་དུ་ཕྱིན་ནས་མི་ཐམས་ཅད་ལ་འཕྲིན་བཟང་བྱུང་
བསྐྱབས་གྱིས་ཤིག། 16 སུ་ཡང་དད་པ་བྱས་ནས་བྱས་
གསོལ་ཐོབ་པ་དེ་ཐར་བར་འགྱུར། སུ་ཡང་དད་པ་མི་
བྱེད་པ་དེ་ལ་ཚད་པ་གཙོད་པར་འགྱུར།

19 དེ་ལྟར་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་ལོང་ཚོར་བཀའ་མོལ་
གནང་ཚར་རྗེས། ད་ཀོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་
བཞེངས་པར་གྱུར་ཏེ་ད་ཀོན་མཚོག་གི་ཕྱག་གཡམས་ངོས་
སུ་བཞུགས། 20 ཉེ་གནས་རྣམས་གང་སར་ཕྱིན་ནས་
ད་ཀོན་མཚོག་གི་བཀའ་བྱུང་བསྐྱབས་བྱས། གཙོ་བོས་
ལོང་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲིན་ལས་མཛད་ཅིང་ངོ་མཚར་
བའི་རྟགས་མཚན་བཟོན་པའི་སྐོ་ནས་འཕྲིན་བཟང་དེ་
བདེན་པ་ཡིན་པར་ར་སྤྲོད་གནང་ངོ་།།

15 Jesus said to the disciples ‘Go into all the world and an-
nounce the good news to ev-
eryone. 16 Whoever believes
and receives baptism, that
one will be delivered. Who-
ever does not believe, that
one will be punished.

19 In this way, after the
Lord Jesus had finished talk-
ing with them, He was taken
up to God’s heaven and sat
at the right hand of God.
20 Wherever the disciples
went they proclaimed God’s
Word. The Lord did good
works with them and by show-
ing wonderous signs proved
that the good news was true.



ད་དུང་གཏམ་བཟང་ཞིག་བཤད་པ།

More Good News

གོང་དུ་བཤད་པ་ཚང་མ་མར་ཀུས་བྲིས་པའི་འཕྲིན་
བཟང་ནས་བསྐྱུས་པ་ཞིག་ཡིན།

མར་ཀུས་བྲིས་པའི་འཕྲིན་བཟང་འདི་དམ་པའི་
གསུང་རབ་ནང་གི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། དམ་པའི་
གསུང་རབ་དེ་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ཡིན་ལ་དེ་ནི་མི་
ཐམས་ཅད་ལ་གནང་བའི་བཀའ་ཞིག་རེད།

དམ་པའི་གསུང་རབ་ནི་www.gsungrab.org ཏེ་
ཚོགས་ནས་ཕབ་ལེན་གནང་ན་ཚོགས།

Everything said in this book
is taken from the Gospel of
Mark.

The Gospel of Mark is a part
of the Holy Bible, God's Word
which is given to all people.

You can download a Bible
from the website:
www.gsungrab.org



www.gsungrab.org

སྐྱེ་ཉིད་ཀྱིས་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀའི་སྐོར་དེ་བས་གཏིང་གཟབ་མཐུན་པ་དང་
སྟོབས་བསྐྱེད། དཀོན་མཆོག་གིས་ཁྱེད་ལ་བྱིན་རླབས་གནང་བར་ཤོག།

**May God bless you as you discover more about Jesus
Christ.**

