



༄༅། །ཡེ་སྤྱི་ཚེས་ལུགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་སྒྲིབ་བསྟུང།  
महत्त्वपूर्ण ईसाई अभ्यासहरु



༄༅། །ཡེ་སྤྱི་ཚེས་ལུགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་སྒྲིང་བསྟུང།

महत्त्वपूर्ण ईसाई अभ्यासहरु

དབ་དང་ལོ་ / पुस्तक एक

यस श्रृंखलाको पुस्तक दुई

༄༅། །ཡེ་སྤྱི་ཚེས་ལུགས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་གཙོ་བོ་བཞུགས་སོ། །

आधारभूत ईसाई सिद्धान्तहरु

དབ་གཞིས་པ། / पुस्तक दुई



तपाईंले Treasure Chest App मा यी दुई  
पुस्तकहरु र अन्य स्रोतहरु पाउन सक्नुहुन्छः  
[www.terdzod.app](http://www.terdzod.app)

༄༅། །འཇམ་གླིང་མཐའ་གྲུ་གསལ་བའི་འོད་སྣང།

དེང་རབས་ཀྱི་བོད་ཡིག་ 2018 ལའི་བར་གཞི།

A Radiant Light to the Ends of the Earth

Modern Tibetan © 2018 Central Asia Publishing

नेपाली नयाँ संशोधित संस्करण

Nepali New Revised Version © Nepal Bible Society 1997, 2006, 2009, 2012  
NNRV

© 2024 Central Asia Publishing

CTB

[www.gsungrab.org](http://www.gsungrab.org) / [contact@gsungrab.org](mailto:contact@gsungrab.org)

### དཀར་ཚལ།

#### ས་བཅད་དང་པོ། དཀོན་མཆོག་གི་འཕྲིན་བཟང།

1. ང་ཚོ་འགོ་དཔེ་གནང་མཁན་དཀོན་མཆོག་.....	11
2. དཀོན་མཆོག་དང་ཁོང་གི་དམ་པའི་བཀའ།.....	15
3. སྤྲིག་ཉེས་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་གང་ཡིན་མིན་གྱི་སྐོར།.....	19
4. སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དེ་གང་ཡིན་མིན་གྱི་སྐོར།.....	23
5. གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་སུ་ཡིན་པའི་སྐོར།.....	27
6. གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་གང་སྐྱབ་པར་མཛད་པའི་སྐོར།.....	31
7. དཀོན་མཆོག་གི་དྲང་བདེན་གྱི་བྲིམས་གཙོ།.....	36
8. སེམས་བརྒྱུར་ནས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་སྐོར། (དང་པོ་).....	41
9. སེམས་བརྒྱུར་ནས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་སྐོར། (གཉིས་པ་).....	46
10. གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་འགོ་གྲོན་ཅི་པའི་སྐོར།.....	51
11. སློབ་མ་ངོམ་དང་རླུང་མ།.....	56
12. དཀོན་མཆོག་གི་ཐར་ལམ་ཆེན་མོ།.....	61

#### ས་བཅད་གཉིས་པ། དཀོན་མཆོག་གི་མི་རྒྱུས།

13. དད་ལྡན་རྒྱུས་ཀྱི་ལག་ལེན་ལྟ།.....	65
--------------------------------------	----

#### ལག་ལེན་དང་པོ། དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པ།

14. དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལྟིས་མི་ཐམས་ཅད་ལ་ཐན།.....	71
15. དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལ་དབང་ཆལོ།.....	76
16. དཀོན་མཆོག་གི་བདེན་པ་ཤེས་པའི་སྐོར།.....	80
17. དམ་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་ཐན་ཐོགས་བཞི།.....	85

18. དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་སྟངས།..... 89

19. དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལ་ངེ་ལྟར་བྱས་ཏེ་བསམ་ཞིབ་བྱེད་ཚུལ།..... 93

ལག་ལེན་གཉིས་པ། སློན་ལམ་འདེབས་པ།

20. སློན་ལམ་འདེབས་སྟངས།..... 97

ལག་ལེན་གསུམ་པ། ཡེ་བྱུང་ཚེས་ལུགས་ཀྱི་ཚོག་གཉིས།

21. ལྷན་གསོལ་ལེན་པའི་སྐོར།..... 102

22. གཙོ་བོའི་དྲན་རྟེན་གྱི་ཞལ་བཟ་སྦྱོང་པའི་སྐོར།..... 106

ལག་ལེན་བཞི་པ། དད་ལྡན་གྱི་འགོགས་པ།

23. དཀོན་མཆོག་གི་ཚེས་ཚོགས། (དང་པོ་)..... 110

24. དཀོན་མཆོག་གི་ཚེས་ཚོགས། (གཉིས་པ་)..... 114

25. དཀོན་མཆོག་ལ་བསྟོན་བཀུར་བྱེད་པའི་སྐོར།..... 118

ལག་ལེན་ལྔ་པ། མི་གཞན་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་པའི་སྐོར།

26. ལྷ་གི་ཀའི་ཐོག་ནས་སློན་ཞིང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་བ་དང་། མི་གཞན་ལ་  
རོགས་རམ་བྱེད་པའི་སྐོར།..... 122

**ས་བཅད་གསུམ་པ། དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་དཀོན་མཆོག་གི་སྐོར།**

27. དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་མཛད་པ།..... 127

28. དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ། བྱམས་སེམས་དང་དགའ་སྟོ། ..... 132

29. དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ། ཞི་བདེ་དང་བཟོད་སེམས།..... 137

30. དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ།  
དྲིན་གཞོ། སེམས་བཟང་པོ། སློ་གཏད་ཚོག་པ།..... 141

31. དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ། སེམས་དུལ་པོ། རང་ཚོད་ཟིན་པ།..... 146

**ས་བཅད་བཞི་པ། །ཡེ་བྱུ་པའི་རང་གཤིས།**

- 32. །ཡེ་བྱུ་པའི་རང་གཤིས། །དམ་པ་རུ་འགྱུར་བ། (དང་པོ་).....149
- 33. །ཡེ་བྱུ་པའི་རང་གཤིས། །དམ་པ་རུ་འགྱུར་བ། (གཉིས་པ་).....154
- 34. །ཡེ་བྱུ་པའི་རང་གཤིས། །དག་པའི་སྒྲོད་ལམ། .....158
- 35. །ཡེ་བྱུ་པའི་རང་གཤིས། །མི་གཞན་ལ་གྱུ་ཡངས་གཏོང་བ། .....162
- 36. །ཡེ་བྱུ་པའི་རང་གཤིས། །དྲང་བདེན་གྱི་སྐྱོད། .....166
- 37. །ཡེ་བྱུ་པའི་རང་གཤིས། །དད་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་རག་.....170
- 38. །ཡེ་བྱུ་པའི་རང་གཤིས། །སྤེམས་ཚུང་།.....174

**ས་བཅད་ལྔ་པ། །ཡེ་བྱུ་པའི་དག་པོ་གསུམ་ལ་འཛོམས་པའི་སྐྱོད།**

- 39. །འཛིག་རྟེན་འདི་འཛོམས་པའི་སྐྱོད། (དང་པོ་).....178
- 40. །འཛིག་རྟེན་འདི་འཛོམས་པའི་སྐྱོད། (གཉིས་པ་).....183
- 41. །སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤིས་འཛོམས་པའི་སྐྱོད། .....187
- 42. །བདུད་འཛོམས་པའི་སྐྱོད། (དང་པོ་).....191
- 43. །བདུད་འཛོམས་པའི་སྐྱོད། (གཉིས་པ་).....195

**ས་བཅད་དྲུག་པ། །གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་པའི་སྐྱོབ་མ་ལྟར་མི་ཚེ་སྐྱེལ་བ།**

- 44. །དཀོན་མཆོག་གི་དགོངས་པ་ཤེས་པའི་སྐྱོད། .....199
- 45. །གཉེན་སྦྲིག་གི་སྐྱོད། .....203
- 46. །ཡེ་བྱུ་པའི་སྐུ་གྱུ་གསོ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་སྐྱོད། .....207
- 47. །གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་པའི་འཕྲིན་བཟང་སྦྱོག་པའི་སྐྱོད།.....212
- 48. །ལྷ་གི་ཀའི་ཐོག་ནས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་བའི་སྐྱོད། .....216

ས་བཅད་བདུན་པ། དགོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་ང་ཚོར་འཕྲོབ་བའི་བྱ་དགའ།

49. མི་ཚོ་འདི་ལས་འདའ་བའི་སྐོར། .....220

50. དགོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས། .....225

## सामग्री

परिचय..... 10

### खण्ड एक: परमेश्वरको सुसमाचार

पाठ एक: परमेश्वर हाम्रो सृष्टिकर्ता .....	11
पाठ दुई: परमेश्वर र उहाँको पवित्र वचन .....	15
पाठ तीन: पाप भनेको के हो? .....	19
पाठ चार: पापको असरहरू के के हुन? .....	23
पाठ पाँच: प्रभु येशू ख्रीष्ट को हुनुहुन्छ? .....	27
पाठ छ: प्रभु येशू ख्रीष्टको काम .....	31
पाठ सात: परमेश्वरको धार्मिक न्याय .....	36
पाठ आठ: पश्चाताप र विश्वास (१) .....	41
पाठ नौ: पश्चाताप र विश्वास (२) .....	46
पाठ दस: प्रभु येशूमा विश्वास गर्नुको मूल्य गन्नु .....	51
पाठ एघार: साँचो र झूटा चेलाहरू .....	56
पाठ बाह्र: परमेश्वरको महान मुक्तिको बाटो .....	61

### खण्ड दुई: परमेश्वरका मानिसहरू

पाठ तेह्र: विश्वासीहरूको पाँच वटा अभ्यासहरू .....	65
अभ्यास एक: परमेश्वरको वचन पढ्नु	
पाठ चौध: परमेश्वरको वचनले सबैलाई फाइदा पुऱ्याउँछ .....	71
पाठ पन्ध्र: परमेश्वरको वचनमा अधिकार छ .....	76
पाठ सोह्र: परमेश्वरको सत्यता जान्नु .....	80
पाठ सत्रौं: परमेश्वरको वचनका चार वटा फाइदाहरू .....	85
पाठ अठारौं: बाइबल अध्ययन कसरी गर्ने .....	89
पाठ उन्नाइस: परमेश्वरको वचनलाई कसरी मनन गर्ने .....	93
अभ्यास दुई: प्रार्थना	
पाठ बीस: प्रार्थना कसरी गर्ने .....	97

**अभ्यास तीन: संस्कारहरू**

पाठ एककाइस: संस्कारहरू: बप्तिस्मा ..... 102

पाठ बाईस: संस्कारहरू: प्रभु भोज ..... 106

**अभ्यास चार: संगती**

पाठ तेईस: परमेश्वरको मण्डली (१) ..... 110

पाठ चौबीस: परमेश्वरको मण्डली (२) ..... 114

पाठ पच्चीस: आराधना ..... 118

**अभ्यास पाँच: अरुको सेवा गर्ने**

पाठ छब्बीस: ख्रीष्टमा परिपक्व हुने र अरुको सेवा गर्ने ..... 122

**खण्ड तीन: पवित्र आत्मा परमेश्वर**

पाठ सत्ताईस: पवित्र आत्माको काम ..... 127

पाठ अट्टाईस: पवित्र आत्मा परमेश्वरको फल: प्रेम र आनन्द ..... 132

पाठ उनन्तिस: पवित्र आत्मा परमेश्वरको फल: शान्ति र धैर्य ..... 137

पाठ तीस: पवित्र आत्मा परमेश्वरको फल: दया, भलाइ, विश्वासयोग्यता ..... 141

पाठ एकतीस: पवित्र आत्मा परमेश्वरको फल: नम्रता र आत्म-संयम ..... 146

**खण्ड चार: ईसाई चरित्र**

पाठ बत्तीस: ईसाई चरित्र: पवित्रता (१) ..... 149

पाठ तेत्तीस: ईसाई चरित्र: पवित्रता (२) ..... 154

पाठ चौतीस: ईसाई चरित्र: शुद्धता ..... 158

पाठ पैतीस: ईसाई चरित्र: अरुलाई क्षमा गर्नु ..... 162

पाठ छत्तीस: ईसाई चरित्र: इमानदारीता ..... 166

पाठ सैंतीस: ईसाई चरित्र: विश्वासीहरूको बोली ..... 170

पाठ अठ्ठतीस: ईसाई चरित्र: नम्रता ..... 174



**खण्ड पाँच: आत्मिक युद्ध: विश्वासीका तीन शत्रुहरू माथि विजय गर्नु**

पाठ उनचालीस: आत्मिक युद्ध: संसार माथि विजय गर्नु (१) .....	178
पाठ चालीस: आत्मिक युद्ध: संसार माथि विजय गर्नु (२) .....	183
पाठ एकचालीस: आत्मिक युद्ध: पापी स्वभाव माथि विजय गर्नु.....	187
पाठ बयालीस: आत्मिक युद्ध: शैतान माथि विजय गर्नु (१).....	191
पाठ तिर्चालिस: आत्मिक युद्ध: शैतान माथि विजय गर्नु (२) .....	195

**खण्ड छ: प्रभु येशुको चेला भएर जिउनु**

पाठ चौवालीस: परमेश्वरको इच्छा जानु .....	199
पाठ पैतालिस: विवाह .....	203
पाठ छयालीस: ईसाई छोराछोरीहरू हुकाउँनु.....	207
पाठ सट्चालीस: प्रभु येशुको बारेमा अरुलाई बताउँनु .....	212
पाठ अट्चालीस: ईसाई परिपक्वता .....	216

**खण्ड सात: हाम्रो स्वर्गीय इनाम**

पाठ उनन्यचास: यस जीवनबाट बितेर जानु .....	220
पाठ पचास: स्वर्ग .....	225

# ईसाई परिचय

0.1 देव'अदिके'दद'सोमसा'असेवा'वर'अदिके'असक'दोद'पद'ये'सु'प'कृमसा'गु'दिक'दु'सिस'यो'द। दको'क'मके'ग'गि'अदिक'वच'द'वसु'द'सु'द'गु'स'वसा। देस'ग'सु'द'र'व'सु'द'सु'द'गु'द'प'द'द'। सु'द'क'यसा। यो'पु'द'के'स'गु'के'ग'य'सो'ग'स'प'द'ये'सु'प'द'ये'य'ग'ये'क'अ'द'अ'द'अ'ग'स'य'व'प'द'गु'द'। सु'द'क'क'हे'स'म'कृ'म'स'य'ये'सु'म'प'ी'ग'द'सो'ग'व'स'उ'द'म'सु'द'द'अ'द'स'सु'द'ग'स'प'द'अ'गु'द'र'द'द'अ'प'व'व'गु'द'गु'द'। सु'द'क'क'अ'द'क'स'प'ग'ग'स'v'स'ग'उ'द'ये'सु'स'अ'द'गु'द'ग'द'प'व'द'क'प'द'द'सु'द'स'सु'द'य'v'म'च'द'। दो'द'प'द'के'स'के'ग'स'य'र'कृ'स'ग'द'द'वर'से'ग ।

०.१ यो पुस्तक तिब्बती ख्रीष्टियनहरूको लागि हो जो आफ्नो विश्वासमा बढ्न चाहन्छन्। यो परमेश्वरको सुसमाचारबाट सुरु हुन्छ, र त्यसपछि बाइबल अध्ययन, प्रार्थना, र संस्कारहरू जस्ता विभिन्न ईसाई अभ्यासहरूको व्याख्या गर्दछ। पछिका खण्डहरूले ख्रीष्टमा कसरी परिपक्व हुने भनेर छलफल गर्छ। तपाईंले यी पाठहरू सुन्नुहुँदा, प्रभुले तपाईंको विश्वासलाई उत्साहित र बलियो पार्नुभएको होस, र तिब्बती मानिसहरू बिच मण्डली निर्माण भएको होस।

0.2 कुं'स'प'दो'कृ'म'स'v'स'।

०.२ लेखकहरू



གམ། ཡ་སྟེ་དགོན་མཚོག་གམ། དབང་ཀུན་དང་ལྡན་པའི་དགོན་མཚོག་ཅེས་ཟེར། དབང་ཀུན་དང་  
 ལྡན་པའི་དགོན་མཚོག་གཅིག་ལས་དུ་མ་ཡོང་མི་སྲིད་པས། ཡ་སྟེ་དགོན་མཚོག་གཅིག་པོ་ནི་དགོན་མཚོག་  
 བདེན་པ་ཡིན་ནོ། ཁོང་ནི་མིག་གིས་མཐོང་མི་སྲིད་པའི་དགོན་མཚོག་ཡིན་ཡང་། ཅུས་རྟག་ཏུ་གང་སར་  
 བཞུགས། ཁོང་ལ་ཐོག་མཐའ་མེད་པ་ཡིན། ཁོང་ལུ་མཐའ་མེད་པ་དང་། འགྲུར་བ་མེད་པ་འདྲ་ཡིན།  
 ཁོང་ནི་གང་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྲུང་ལྷུངས་ཡིན་པས། འཛིག་རྟེན་ཁམས་ལ་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
 ཁོང་ལ་རྟེན། ང་ཚོས་ཁོང་མཐོང་མི་སྲིད་ཀྱང་། ཁོང་གིས་ང་ཚོ་རྟག་པར་གཟིགས་ཞིང་། ང་ཚོས་གང་སྟོ་  
 བ་དང་སྟོང་བ་གང་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན། ཁོང་གི་སྐྱུན་སྲུང་མ་མཛོན་པ་ཅི་ཡང་མེད་དོ། །

१.३ **व्याख्या:** तिब्बती बौद्ध धर्ममा धेरै बुद्धहरू छन्। भारतमा, हिन्दूहरू छन् जसले भन्छन् परमेश्वरहरू धेरै छन् र मुस्लिमहरू जसले एउटै परमेश्वर छ भन्छन्। चीनमा, कुनै परमेश्वर छैन भन्ने मानिसहरू छन्। तैपनि, ख्रीष्टियनहरू जान्दछन् कि एउटा मात्र उच्च परमेश्वर हुनुहुन्छ। उहाँलाई प्रभु परमेश्वर, यहोवा परमेश्वर र सर्वशक्तिमान परमेश्वर भनिन्छ। एक भन्दा बढी सर्वशक्तिमान परमेश्वर हुन नसक्ने भएकोले, यहोवा परमेश्वर मात्र एक साँचो परमेश्वर हुनुहुन्छ। उहाँलाई देख्न नसकिने भएता पनि उहाँ हरेक समय सबै ठाउँमा हुनुहुन्छ। उहाँको कुनै सुरु वा अन्त्य छैन। उहाँ अनन्त हुनुहुन्छ र कहिल्यै परिवर्तन हुनुहुँदैन। उहाँ सबै कुराहरूको स्रोत हुनुहुन्छ, र संसारमा सबै कुरा यसको अस्तित्वको लागि उहाँमा निर्भर गर्दछ हामीले उहाँलाई देख्न नसकेता पनि उहाँले हामीलाई सधैं देख्नुहुन्छ। हामीले गर्ने र बोल्ने सबै कुरा उहाँलाई थाहा छ, र उहाँबाट केही लुकाउन सकिँदैन।

1.4 ཅུས་ཀྱི་ཐོག་མར་དགོན་མཚོག་གིས་འཛིག་རྟེན་འདི་དང་མིའི་རིགས་གསར་དུ་བཀོད་པར་མཛད། ཁོང་  
 གིས་ང་ཚོ་བཀོད་པ་གནང་བས་ང་ཚོར་གཟིགས་སྟོང་མཛད། དཔེར་ན། དེ་དུས་ཞིང་ལས་བྱེད་ལུ་པའི་  
 ཕྱིར་ཁོང་གིས་ས་རྒྱ་བཟང་པོ་གནང་ཞིང་། དེ་ལ་ཆར་རྒྱུ་འབབས་པར་མཛད། དེ་དུས་ལ་ཕན་པའི་  
 ཕྱིར་ཁོང་གིས་གཡག་དང་ར་ལུག་ལུགས་རིགས་ཀྱིས་ཟ་བའི་རྒྱ། ང་ཚོས་ཟ་བའི་ནས་དང་གོ་བཀོད་པར་  
 མཛད། དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལྟར་གཙོ་བོས་མི་ཐམས་ཅད་ལ་བཟང་པོ་མཛད། ཁོང་གིས་བཀོད་པར་  
 མཛད་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ལུགས་བརྟེ་བར་བཟུང་། དེ་མ་ཟད་ཁོང་གི་བདེན་པ་དང་བཀའ་བྲིམས་དེ་དུས་ལ་  
 ལ་གནང་བའི་སྟོན་སྟེན་དགོན་མཚོག་ཉིད་ཀྱི་བྱམས་པ་སྟོན། གལ་ཏེ་མི་སུ་ཞིག་གིས་བཀའ་བྲིམས་དེ་ཚོས་  
 དེ་དུས་ལ་ཁོང་གི་བྱམས་པ་ཅི་ལྟར་སྟོན་ཞེས་དྲིས་ན། དཔེ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་གསལ་སྟོན་བྱེད་པར་བྱ།  
 ལུལ་ཀུན་དུ་སྐྱུ་སྐྱུ་རྣམས་ཉེན་ཁ་མེད་པར་སྐྱུང་བའི་ཕྱིར་ཕ་མས་སྤྱིག་ལམ་འཇུགས། ཕ་ཞིག་གིས་རང་གི་  
 ལུ་ལ་གཙང་པོའི་འགྲམ་ལ་མ་འགོ་བའི་བཀའ་བཏང་ནས་སུ་དེས་ཕའི་བཀའ་ལ་ཉན་ན་ཉེན་ཁ་མེད། མ་

ཉན་ན་གཙང་པོའི་འགྲམ་ནས་ཚུར་ལྷུང་སྟེ་བྱུང་ནས་ཤི་སྲིད། དེ་བཞིན་དུ་སྤྲིག་ཉེས་ལས་སྐྱོབ་པའི་ཚེད་  
 དུ་དཀོན་མཆོག་གིས་དེད་རྣམས་ལ་བཀའ་བྲིམས་གནང། གལ་སྲིད་བཀའ་དེ་རྣམས་བསྐྱེད་ན་དཀོན་  
 མཆོག་གིས་ང་ཚོར་ཐུགས་རྗེ་དང་བྱིན་རླབས་གནང་བར་འགྱུར། མ་བསྐྱེད་ན་པ་སེམས་བཟང་པོ་ཞིག་  
 གིས་བཀའ་ལ་མ་ཉན་པའི་སྐྱུ་གུ་ལ་གཙུག་པ་ལྷར་དཀོན་མཆོག་གིས་ཀྱང་དེད་རྣམས་ལ་གཙུག་པར་མཛད་  
 དེས་ཡིན། དཀོན་མཆོག་གིས་དེད་རྣམས་བཀོད་པ་དང་བྱུམས་པས་དེ་ལྟར་མཛད་པ་འོས་སོ། །

१.४ सुरुमा, परमेश्वरले संसार र मानिसहरू बनाउनुभयो। किनभने उहाँले हामीलाई बनाउनु भएकाले उहाँ हाम्रो वास्ता गर्नुहुन्छ। उहाँले हामीलाई राम्रो माटो दिनुहुन्छ, र त्यसमा पानी पार्नुहुन्छ ताकि हामीले हाम्रो अन्न उब्जाउन सकौं। हाम्रो खातिर, परमेश्वरले याक र भेडा र बाख्राहरू, गाईवस्तुहरूले खाने घाँस र हामीले खाने जौ र गहुँ बनाउनुभयो। जसरी परमेश्वरको वचनले भन्छ, “परमप्रभु सबैका लागि असल हुनुहुन्छ, र उहाँले बनाउनुभएका सबै कुराहरूमा उहाँको कृपा छ।” उहाँको सत्यता र आज्ञाहरू दिनुभएर परमेश्वरले हामीलाई उहाँको प्रेम देखाउनुहुन्छ। यदि कसैले सोध्यो भने, “परमेश्वरका आज्ञाहरूले हामीप्रति उहाँको प्रेम कसरी देखाउँछ?” एउटा उदाहरणले यो स्पष्ट पार्छ: हरेक देशमा, आमाबाबुले आफ्ना छोराछोरीहरूलाई सुरक्षित राख्नको लागि नियमहरू बनाउँछन्। एउटा बुबाले आफ्नो छोरालाई खोलाको छेउमा नजाऊ भन्नुहुन्छ। छोराले बाबुको आज्ञा पालन गर्यो भने त्यहाँ खतरा हुँदैन। यदि उसले आफ्नो बुबालाई आदर गर्दैन र उहाँको आज्ञा पालन गर्दैन भने, ऊ पानीमा खस्छ र डुब्न सक्छ। त्यसैगरी, परमेश्वरले हामीलाई खराबीबाट बच्न आज्ञाहरू दिनुहुन्छ। यदि हामीले तिनलाई पालन गर्यौं भने, परमेश्वरले हामीलाई अनुग्रह र आशिष् दिनुहुनेछ। यदि हामीले त्यसको आज्ञा पालन गरेनौं भने, प्रेमिलो आमाबाबुले अनाज्ञाकारी छोराछोरीलाई अनुशासन दिनुभएझैं परमेश्वरले हामीलाई अनुशासन दिनुहुनेछ। परमेश्वरले हामीलाई बनाउनु भएको कारण यस्तो गर्ने अधिकार छ र उहाँले हामीलाई प्रेम गर्नुहुन्छ।

1.5 **ནང་དོན་གཙོ་བོ།** དཀོན་མཆོག་གིས་ང་ཚོ་བཀོད་པ་ནས་བསྐྱེད་པའི་གཞིགས་སྐྱོང་གནང་བས་འོང་གི་བཀའ་ལ་རྟོག་པར་ཉན་དགོས།

१.५ **मुख्य कुरा:** हामीले सधैं परमेश्वरको आज्ञा पालन गर्नुपर्छ किनभने उहाँले हामीलाई बनाउनु भयो र हाम्रो वास्ता गर्नुहुन्छ।

1.6 **སྟོའཛིན་བྱེད་སྐྱུ།** དེད་རྣམས་གསོན་ཞིང་བསྐྱོད་པ་དང་འོང་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང། (མཛད་པ་ 17:28)

१.६ **कण्ठ गर्ने पद:** हामी उहाँमा जिउँछौं, र उहाँमा चहलपहल गर्छौं र उहाँमा हाम्रो अस्तित्व छ। (प्रेरित १७:२८)

### 1.7 **द्विसंख्या**

1. द्विंशति श्रुतस्य चर्चोदयस्य अर्थः द्विंशति श्रुतस्य चर्चोदयस्य अर्थः।
2. द्विंशति श्रुतस्य चर्चोदयस्य अर्थः द्विंशति श्रुतस्य चर्चोदयस्य अर्थः।
3. द्विंशति श्रुतस्य चर्चोदयस्य अर्थः द्विंशति श्रुतस्य चर्चोदयस्य अर्थः।

### १.७ प्रश्न र उत्तरहरू:

१. प्र: तपाईंलाई कसले बनायो? उ: परमेश्वरले मलाई बनाउनुभयो।
२. प्र: परमेश्वरले अरु के बनाउनुभयो? उ: परमेश्वरले संसार र यसमा भएका सबै थोक बनाउनुभयो।
३. प्र: हामीले किन परमेश्वरको आज्ञा पालन गर्नुपर्छ? उ: किनभने उहाँले हामीलाई प्रेम गर्नुहुन्छ र हाम्रो वास्ता गर्नुहुन्छ।

1.8 **श्रुतस्य चर्चोदयस्य अर्थः** चर्चोदयस्य अर्थः चर्चोदयस्य अर्थः।

१.८ **प्रार्थना:** हे परमप्रभु हाम्रा परमेश्वर, तपाईं महिमा, आदर र शक्ति प्राप्त गर्न योग्यको हुनुहुन्छ, किनकि तपाईंले स्वर्ग र पृथ्वीमा भएका सबै थोकहरू सृष्टि गर्नुभयो, र तपाईंको इच्छाद्वारा सबै कुराहरू अस्तित्वमा छन्। प्रभु येशूको नाउँमा, तपाईंले हामीलाई दिनुभएको सबैको लागि हामी प्रशंसा र धन्यवाद दिन्छौं। आमेन।

# སློབ་ཚན་གཉིས་པ། དཀོན་མཆོག་དང་ཁོང་གི་དམ་པའི་བཀའ།

## पाठ दुई: परमेश्वर र उहाँको पवित्र वचन

2.1 **རྩ་བ།** གཙོ་བོ་དཀོན་མཆོག་ནི་ངའི་གཙོ་བོ་གཅིག་རང་ཡིན། (མར་གྲུ 12:29)

2.2 **པད:** परमप्रभु हाम्रा परमेश्वर एउटै परमप्रभु हुनुहुन्छ। (मर्कूस १२:२९)

2.2 **ངོ་སྤོང།** དཀོན་མཆོག་གིས་འཛིན་ཏེ་འདི་དང་དེ་ལོ་དཔ་ཐམས་ཅད་གསར་དུ་བཀོད་པ་དང་། ཁོང་གིས་དེ་དམ་པའི་གཞིགས་སྤོང་གནང་བས་དེ་དམ་པའི་གྱིས་ཁོང་གི་བཀའ་ལ་ཉན་རུང་བའི་སློབ་པ་སློབ་ཚན་སློབ་མར་བསྐྱབས་པ་ཡིན། ད་སློབ་ཚན་འདིར་དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལྟར་ངའི་སློབ་པ་དེ་སློབ་སྤོང་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན།

2.2 **པརིཅལ:** अधिल्लो पाठमा हामीले सिक्‍यौं कि परमेश्वरले यो संसार र यसमा भएका सबै थोकहरू सृष्टि गर्नुभयो, उहाँले हाम्रो वास्ता गर्नुहुन्छ, र उहाँको वचनको पालना गर्नुपर्छ। यस पाठमा परमेश्वरको वचनले हामीलाई के सिकाउँछ भन्ने कुरा हामी हेर्नेछौं।

2.3 **འགྲེལ་བ།** ང་མས་སུ་གུ་རྣམས་ལ་གཏམ་བྱེད་པ་ལྟར། དཀོན་མཆོག་གིས་ཀྱང་ཁོང་ཉིད་ཀྱི་དམ་པའི་བཀའ་བརྒྱུད་ནས་ངའི་གསུང་བཞིན་ཡོད། བཀའ་དེ་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཡིན། དེའི་ནང་ལ་བསྟན་པ་རིགས་གཉིས་ཡོད་དེ། གཙོ་བོ་དཀོན་མཆོག་གི་བཤེན་པ་ཡིན་ཞིང་། གཉིས་ནི་ངའི་ཉན་པར་བྱེད་དགོས་པའི་དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་བྲིམས་ཡིན། དཀོན་མཆོག་གི་བཤེན་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱས་ཏེ་ཁོང་གི་བཀའ་བྲིམས་ལ་ཉན་པ་ཡིན་ན་ངའི་སློབ་པ་དེ་ཉན་པ་ལྟར་བྱེད་པ་ཡིན། དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་བཀོད་པའི་དཀོན་མཆོག་གི་བཤེན་པ་དེ་ཅི་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་བཤེན་པ་དེ་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་རང་གཤིས་དང་ཁོང་གིས་བསྐྱབས་པའི་མཛད་པ་དང་གཅིག་མའི་རིགས་ཀྱི་རང་གཤིས་དང་སྤོང་བ་དང་གཉིས། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་རྣམ་ཐར་དང་གསུམ། དཀོན་མཆོག་གི་འཕྲིན་བཟང་དང་བཞི་བཅས་ཡིན། སློབ་ཚན་འདིར་དཀོན་མཆོག་གི་རང་གཤིས་དང་ཁོང་གིས་བསྐྱབས་པའི་མཛད་པ་གསལ་བཤད་བྱེད།

2.3 **ཡུམ་ལཱ།** जसरी आमाबाबुले आफ्ना छोराछोरीसँग कुरा गर्छन्, त्यसरी नै परमेश्वरले पनि पवित्र वचन बाइबल मार्फत हामीसँग बोल्नुहुन्छ। यसमा दुई प्रकारका वचनहरू छन्: परमेश्वरको सत्यता, जुन हामीले विश्वास गर्नुपर्छ; र परमेश्वरका आज्ञाहरू, जुन हामीले पालन गर्नुपर्छ। परमेश्वरको सत्यतामा विश्वास गरेर र आज्ञाहरू पालन गरेर हामी उहाँलाई खुशी पार्ने कुराहरू

गछौं। त्यसोभए, बाइबलमा लेखिएको परमेश्वरको सत्यता के हो? सामान्यतया, यो निम्न चार कुराहरू हो: १) परमेश्वरको चरित्र र काम, २) मानिसको चरित्र र काम, ३) प्रभु येशू ख्रीष्टको जीवन र काम, र ४) परमेश्वरको सुसमाचार। यस पाठले परमेश्वरको चरित्र र कामहरूको व्याख्या गर्नेछ।

2.4 དམ་པའི་གསུང་རབ་ནས་གསལ་བ་ལྟར་ན་དགོན་མཚོག་གཅིག་རང་ཡིན་ཞིང་། ཐོག་མ་ནས་ཡ་མེ་དགོན་མཚོག་གཏན་དུ་གནས་ཡོད། དགོན་མཚོག་ནི་ཡབ་དགོན་མཚོག་དང་། སྲས་དགོན་མཚོག་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་དགོན་མཚོག་བཅས་ཡིན། དུས་ཀྱི་ཐོག་མར་ཡབ་དགོན་མཚོག་ཉིད་ཀྱི་བཀའ་ཁོ་ན་ཡིས་འཛིག་རྟེན་འདི་དང་དེར་གནས་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་མི་སྣ་བ་ལས་གསར་དུ་བཀོད། དེའི་ཕྱིར་ཡོད་དོན་གྱི་ཁོང་ལས་བྱུང་བ་དང་། ལུ་མ་བྱུང་ནས་གནས་རྒྱུ་ཁོང་ལ་རྟེན། དགོན་མཚོག་གིས་གང་བཀོད་པ་ཐམས་ཅད་ཁོང་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགས། དམ་པའི་གསུང་རབ་ལྟར།

ས་གཞི་དང་ནི་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་དང་། །

འཛིག་རྟེན་དང་ནི་གནས་པ་གཙོ་བོའི་ཡིན། །

ཞེས་འཁོད།

སྲས་དགོན་མཚོག་ནི་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ལེ་ག་ཡིན། ཡབ་ཀྱི་བྱམས་པ་དེད་རྣམས་ལ་སྟོན་པར་མཛད་ཅིང་། ང་ཚོའི་སྤྱི་ཉེས་ལས་ཐར་བར་མཛད་པའི་ཆེད་དུ་ཁོང་ནི་འཛིག་རྟེན་འདིར་ཐེབས། དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱིས་ཡབ་དགོན་མཚོག་གི་དགོངས་པ་ང་ཚོའི་སེམས་སུ་སྐྱབ་པར་མཛད། ཁོང་ཚོ་གསུམ་མི་གཅིག་པ་ཡིན་ཡང་། རོ་བོ་གཅིག་ཡིན། མདོར་ན། དགོན་མཚོག་ནི་དེད་རྣམས་ཀྱི་འགོད་པ་བོ་ཡིན་ཞིང་དེད་རྣམས་ལ་བྱམས་པ་གནང་བས་ཁོང་དང་འབྲེལ་བར་གནས། ཁོང་གི་གཟི་བརླིང་འཕེལ་བར་བྱེད་ཅིང་། ཁོང་དང་འགྲོགས་ཏེ་དུས་རྒྱུ་གནས་པ་ནི་དགོན་མཚོག་གིས་དེད་རྣམས་བཀོད་པའི་དམིགས་ལྷུ་ཡིན།

२.४ बाइबलले हामीलाई सिकाउँछ कि त्यहाँ एक मात्र परमेश्वर हुनुहुन्छ, जो समय सुरु हुनुभन्दा पहिले देखि नै अस्तित्वमा हुनुहुनथ्यो। परमेश्वर परमेश्वर पिता हुनुहुन्छ, परमेश्वर पुत्र हुनुहुन्छ, र परमेश्वर पवित्र आत्मा हुनुहुन्छ। शुरुमा परमेश्वर पिताले आफ्नो वचनद्वारा नै सबै थोकलाई शून्यताबाट सृष्टि गर्नुभयो, त्यसैले संसारमा भएको सबैथोक परमेश्वरबाट आएको हो, र यो निरन्तर अस्तित्वका लागि उहाँमाथि भर पर्दछ। परमेश्वरले बनाउनुभएको सबै उहाँकै हो, जस्तै बाइबलले भन्छ, “पृथ्वी परमप्रभुको हो, र यसमा भएका संसार र यसमा बस्ने सबै थोक उहाँकै हो।” पुत्र परमेश्वर प्रभु येशू ख्रीष्ट हुनुहुन्छ; उहाँ हामीलाई पिताको प्रेम देखाउन र हाम्रा पापहरूबाट बचाउन यस संसारमा आउनुभयो। पवित्र आत्मा परमेश्वरले हाम्रो हृदयमा



परमेश्वरको इच्छा पूरा गर्नुहुन्छ। यी तीनै व्यक्ति एकै होइनन्, तरै पनि उहाँहरू प्रत्येकको एउटै स्वभाव छ। किनभने परमेश्वर हाम्रो सृष्टिकर्ता हुनुहुन्छ, र हामीलाई प्रेम गर्नुहुन्छ, त्यसैले हामी उहाँसँग सम्बन्धमा बस्छौं। परमेश्वरले हामीलाई उहाँको महिमा गर्न र उहाँसँग सधैंभरि संगतीमा रहन सृष्टि गर्नुभयो।

2.5 **དམ་པའི་གསུང་བའ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ན་ཡབ་དང་སྲས་དང་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་དགོན་མཚོག་**  
**ཀི་ལྷན་དུ་འཕགས་པའི་དམ་པ་དང་། ངན་པ་ཅི་ཡང་མེད་པ་ཡིན། དགོན་མཚོག་ཀི་དམ་པ་ཡིན་པས་ང་**  
**ཚོ་འང་དམ་པ་འཇུག་པར་དགོངས། ང་ཚོ་ཁོང་དང་འདྲ་བར་སྐྱུར་བ་དང་། ངན་པ་ལས་སྐྱུང་བའི་ཆེད་དུ་**  
**དགོན་མཚོག་ཉིད་ཀྱིས་བཀའ་གནང་། ཁོང་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པའི་སློབས་ང་ཚོ་འང་དམ་པ་འཇུག་ཐུབ།**  
**དེ་ཀི་ང་ཀི་དམ་པ་ཡིན་པས་ཁྱོད་ཚོ་འང་དམ་པར་ངེས་པར་འཇུག་དགོས་ཞེས་པའི་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་**  
**ཡི་དོན་ཡིན། དགོན་མཚོག་གིས་དམ་པར་འཇུག་པའི་ཆེད་དུ་ངེད་རྣམས་ལོས་པར་མཛད། དེ་ལྟར་བྱེད་**  
**པའི་སློབས་ངེད་རྣམས་ཀྱིས་ཁོང་གི་གཟི་བརྗིད་འཕེལ་བར་བྱེད་ཅིང་། ཁོང་གི་བྱིན་རླབས་འཕོབ། དེ་ཀི་**  
**འཛིག་རྟེན་འདི་དང་ཕྱི་མ་གཉིས་ལ་སྐྱིད་པོ་ཡོང་བའི་ལམ་ཁོ་ན་ཡིན་ལོ། །**

२.५ बाइबलले हामीलाई सिकाउँदछ कि पिता, पुत्र, र पवित्र आत्मा परमेश्वर अनन्त पवित्र र खराब रहित हुनुहुन्छ। जसरी परमेश्वर पवित्र हुनुभएझैं, उहाँ हामी पनि पवित्र भएको चाहनुहुन्छ। हामीलाई आफूजस्तै बनाउन र खराबीबाट जोगाउनको लागि, परमेश्वरले हामीलाई वचन दिनुभयो। जब हामी उहाँको वचन पालन गर्छौं, हामी पनि पवित्र हुन्छौं। परमेश्वरको आज्ञाको अर्थ यो हो कि, “तिमीहरू पवित्र हुनुपर्छ, किनभने म पवित्र छु।” परमेश्वरले हामीलाई पवित्र मानिसहरू बन्नलाई बोलाउनुहुन्छ। यसो गरेर, हामी उहाँको महिमा गर्छौं र उहाँको आशिष पाउँछौं, जुन यस संसारमा खुशी हुने एक मात्र उपाय हो।

2.6 **ནང་དོན་གཙོ་བོ། དགོན་མཚོག་ཀི་ཡབ་དགོན་མཚོག་དང་། སྲས་དགོན་མཚོག་ དམ་པའི་ཐུགས་**  
**ཉིད་དགོན་མཚོག་བཅས་ཉེ་གཙོ་བོ་གཙོག་རང་ཡིན།**

२.६ **मुख्य कुरा:** परमेश्वर पिता, परमेश्वर पुत्र, र परमेश्वर पवित्र आत्मा, एक प्रभु हुनुहुन्छ।

2.7 **སློབ་འཛིན་བྱེད་སྐྱེ། དབང་ཀུན་དང་ལྡན་པའི་དགོན་མཚོག་ཀི་དམ་པ། དམ་པ། དམ་པའོ། (མངོན་**  
**པ་ 4:8)**

२.७ **कण्ठ गर्ने पद:** पवित्र, पवित्र, पवित्र परमप्रभु सर्वशक्तिमान् परमेश्वर। (प्रकाश ४:८)

2.8 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་བཀོད་པའི་བསྟན་པ་རིགས་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་ཅི་ཡིན་ནམ། ལན། དཀོན་མཆོག་གི་བདེན་པ་དང་གཅིག་དཀོན་མཆོག་གི་དམ་པའི་ཚོས་བྲིམས་དང་གཉིས་བཅས་ཡིན།
2. དྲི་བ། དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་བཀོད་ཡོད་པའི་བདེན་པ་དེ་ཅི་ཡིན་ནམ། ལན། སྤྱིར་བཏང་བཤད་ན་དེ་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་རང་གཤེས་དང་ཁོང་གིས་བསྐྱབས་པའི་མཛད་པ་དང་གཅིག་མིའི་རིགས་ཀྱི་རང་གཤེས་དང་སྤྱོད་པ་དང་གཉིས། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་རྣམ་ཐར་དང་ཁོང་གིས་བསྐྱབས་པའི་མཛད་པ་དང་གསུམ། དཀོན་མཆོག་གི་འབྲིན་བཟང་དང་བཞི་བཅས་ཡིན།
3. དྲི་བ། དཀོན་མཆོག་གིས་བྱེད་ཅིའི་བྱིར་བཀོད་པར་མཛད་དམ། ལན། དཀོན་མཆོག་གི་གཟི་བརླིང་འཕེལ་བའི་བྱིར་འོ།
4. དྲི་བ། བྱེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་དཀོན་མཆོག་གི་དགོངས་པ་གང་ཡིན་ནམ། ལན། ཁོང་གི་གཟི་བརླིང་འཕེལ་བར་བྱེད་ཅིང་། དགའ་བའི་རང་ནས་ཁོང་དང་དུས་ཏྲག་ཏུ་འགྲོགས་པ་དེ་ཡིན་ལོ།

2.8 **प्रश्न र उत्तरहरू:**

1. प्र: बाइबलमा कुन दुई प्रकारको शिक्षा दिइएको छ? उ: परमेश्वरको सत्यता र परमेश्वरको पवित्र नियम।
2. प्र: बाइबलमा लेखिएको सत्य के हो? उ: यो, सामान्यतया, परमेश्वरको चरित्र र कामहरु, मानिसको चरित्र र कामहरु, प्रभु येशू ख्रीष्टको जीवन र कामहरु, र परमेश्वरको सुसमाचार।
3. प्र: परमेश्वरले तपाईंलाई किन बनाउनुभयो? उ: उहाँको आफ्नै महिमाको लागि।
4. प्र: तपाईंको लागि परमेश्वरको इच्छा के छ? उ: परमेश्वरको महिमा गर्ने र उहाँसँग सधैंभरि आनन्दित हुने।

2.9 **སྟོན་ལམ་འདེབས་རྒྱ།** དམ་པའི་གཙོ་བོ་ལགས། བྱེད་ཀྱི་བཀའ་འདོད་ས་སུ་རྫོགས་པ་ཡིན་པས། དེ་ལས་ངོ་མཚར་བ་རྣམས་མཐོང་བའི་བྱིར་བཏོད་མིག་འབྲེད་པར་མཛོད། །ཨ་མེན།

2.9 **प्रार्थना:** पवित्र प्रभु, तपाईंको वचन सिद्ध छ; हाम्रा आँखा खोलुहोस् ताकि हामी यसमा आश्चर्यका कुराहरु देख्न सकौं। आमेन।

# སློབ་ཚན་གསུམ་པ། སྤྲིག་ཉེས་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་གང་ཡིན།

## पाठ तीन: पाप भनेको के हो?

3.1 **ཕུ་བ།** མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་ལས་བྱས་པས་དགོན་མཚོག་གི་གཟི་བརླིང་དང་རྒྱུང་མེད་དུ་གནས། (རོ་མྲ་བ་ 3:23)

3.2 **པད:** किनकि सबैले पाप गरेका छन्, र परमेश्वरको महिमासम्म पुग्नबाट चुकेका छन्। (रोमी ३:२३)

3.2 **དོ་སྟོན།** སློབ་ཚན་སློབ་མར་དགོན་མཚོག་ནི་ཡབ་དགོན་མཚོག་དང་། སྤྲིག་ཉེས་དམ་པའི་བྱུགས་ཉིད་དགོན་མཚོག་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་གི་དགོངས་པ་ནི་དམིགས་པའི་དང་ནས་ཁོང་དང་དུས་ཉམས་ཏུ་འགྲོགས་པ་དེ་ཡིན་པ་གསལ་བཤད་བྱས། སློབ་ཚན་འདིར་དམིགས་པའི་རིགས་ཀྱི་རང་གཤིས་དང་སྤོང་བའི་སློབ་སློབ་སྤྱིད་རྒྱུ་ཡིན།

3.2 **པརིཅུམ་པ།** अधिल्लो पाठले परमेश्वर पिता, परमेश्वर पुत्र, र परमेश्वर पवित्र आत्मा हुनुहुन्छ भनि र परमेश्वरको इच्छा हामी उहाँसँग सधैंभरि खुसीसाथ बस्ने भनेर व्याख्या गरेको थियो। यस पाठमा हामी मानिसको चरित्र र उसको कामहरू बारे सिक्नेछौं।

3.3 **འགྲེལ་བ།** དམ་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་མདོ་དང་པོ་ལ་བཀོད་པ་ལྟར། དགོན་མཚོག་གིས་དང་ཐོག་སྐྱེས་པ་དང་བུད་མེད་ཀྱི་རང་གཤིས་བཟང་པོ་དང་ལྡན་པར་མཛད། ངན་པ་དང་འཚིབ་ལས་སུང་བའི་བྱིར་དགོན་མཚོག་གིས་ཁོ་གཉིས་ལ་དམིགས་པས་ལ་ཀྱི་བཀའ་རྒྱ་ཞིག་གནང། བཀའ་རྒྱ་དེ་ལ་མ་ཉན་ན་ཁོ་ཚོ་གཉིས་འཚིབ་པར་འགྱུར་ངེས་ཡིན་ཞེས་པའི་ཉེན་བརྟུན་གནང། འོན་ཀྱང་བདུད་ཀྱིས་སྤྲིག་ཉེས་ལ་ཉམས་མི་དེ་གཉིས་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་མི་བརྟེན་པ་དང་དགོན་མཚོག་གི་བྱུགས་སྤོང་དོར་བས། དགོན་མཚོག་གི་བྱུགས་དགོངས་མིན་པར་རང་གི་འདོད་པ་ལྟར་བྱས། དེའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ཁོ་ཚོ་གཉིས་སྤྲིག་ཉེས་ཅན་དུ་གྱུར་བ་མ་ཟད། དུས་དེ་ནས་བཟུང་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་གཤིས་ནི་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་དྲི་མ་དང་ལྡན་པར་གྱུར། དེའི་བྱིར་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་གི་བྱུགས་དགོངས་མི་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་དྲི་མ་དང་ལྡན་པར་གྱུར། དེའི་བྱིར་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་གི་བྱུགས་དགོངས་མི་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་དྲི་མ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་མི་ཚོ་སྐྱེལ་ནས་སྐྱེལ་བཞིན་ཡོད། དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་དོ་སྣང་མི་བྱེད་པར་རང་གི་འདོད་པ་ལྟར་མི་ཚོ་སྐྱེལ་བ་ནི་སྤྲིག་ཉེས་ཞེས་ཟེར། སྤྲིག་ཉེས་བྱེད་སྤྲིག་ཉེས་གཉིས་ཡོད་དེ། དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལྟར་གང་བྱེད་མི་ཚོག་པའི་སྤོང་བ་བྱེད་པའི་སྤོང་བ་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལྟར་བྱེད་པའི་སྤོང་བ་དང་། དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལྟར་བྱེད་དགོས་པའི་སྤོང་བ་མི་བྱེད་པའི་སྤོང་བ་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་འདོར་བའི་སྤྲིག་ཉེས་བྱེད་པ།

དཔེར་ན། སྐྱེ་ལྡན་ལ་བསྐྱེན་བཀུར་བྱེད་པ། ལ་མ་ལ་དམོན་མོ་འདེབས་པ། མི་སློག་གཙོད་པ། ལོག་གཡེམ་བྱེད་པ། མ་བྱིན་བར་ལེན་པ། རླུ་གཏམ་ཤོད་པ། ཉམ་སེམས་བྱེད་པ་བཅས་ནི་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་འགལ་བའི་སློག་ཉེས་ཡིན། མི་གཞན་ལ་གྲུ་ཡངས་མི་གཏོང་བའམ་བྱིམ་མཚོས་ལ་མི་བྱམས་པ་ནི་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་འདོར་བའི་སློག་ཉེས་ཀྱང་ཡིན།

3.3 **व्याख्या:** बाइबलको पहिलो पुस्तकमा उल्लेख गरिएझैं, परमेश्वरले पहिलो पुरुष र स्त्रीलाई असल हुनु सृष्टि गर्नुभयो। तिनीहरूलाई खराबी र मृत्युबाट बचाउनको लागि, परमेश्वरले तिनीहरूलाई एक विशेष आज्ञा दिनुभयो। यदि तिनीहरूले यो आज्ञा पालन गरेनन् भने तिनीहरू मर्नेछन् भनी परमेश्वरले तिनीहरूलाई चेतावनी दिनुभयो। तर, शैतानद्वारा परीक्षामा परि, पहिलो दुई मानिसहरूले परमेश्वरको आज्ञालाई इन्कार गरे र परमेश्वरको प्रेमिलो वास्तालाई अस्वीकार गरे। परमेश्वरलाई खुसी तुल्याउनुको सट्टा तिनीहरूले आफैँलाई खुसी तुल्याउने काम गरे। फलस्वरूप, तिनीहरू पापी भए; र त्यस समय देखि नै, सबै मानिसहरू पापी स्वभावका भएका छन्। हामी सबैले परमेश्वरलाई भन्दा पापमय इच्छामा आफैँलाई खुशी पार्न चाहन्छौं। परमेश्वरलाई इन्कार गरेर आफैँलाई खुसी पार्न जिउँनुलाई ‘पाप’ भनिन्छ। हामीले पाप गर्ने दुई तरिकाहरू छन्: परमेश्वरले हामीलाई नगर्नु भन्नुभएको कुरा गरेर हामीले अपराधका पापहरू गछौं र परमेश्वरले हामीलाई जे गर्नु भन्नुभएको छ, त्यो नगरेर हामी भूलको पापहरू गछौं। उदाहरणका लागि, मूर्तिपूजा गर्नु, आमाबाबुलाई गाली गर्नु, हत्या, व्यभिचार, चोरी, झूट र लोभ अपराधका पापहरू हुन्। अरुलाई क्षमा नगर्नु वा छिमेकीहरूलाई माया नदेखाउनु भूलको पाप हो।

3.4 གོང་དུ་གསལ་བཤད་བྱས་པ་ལྟར་སློག་ཉེས་ཅན་གྱི་རང་གཤེས་ཡོད་པས་དེད་རྣམས་ཀྱིས་སློག་ཉེས་ཀྱི་ལས་བྱེད་བཞིན་ཡོད། སློག་པའི་རང་གཤེས་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་ངཚོས་དགོན་མཚོག་ལ་བརྟེ་བར་འཛིན་བའམ། འོང་གི་བཀའ་སྐྱབ་མི་སློད། དེའི་བྱིར་སློག་ཉེས་ནི་ངཚོའི་དགའ་བོ་དང་འདྲ་བ་ཡིན། དེས་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལ་ངན་རུལ་བྱེད་པ་མ་ཟད། ངཚོ་དང་དེད་རྣམས་ལ་བྱམས་པར་མཛད་མཁན་དགོན་མཚོག་གི་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་མེད་པར་བྱེད། སློག་ཉེས་ནི་ངཚོ་མེད་པ་བྱེད་པའི་བྱིར་བདུད་ཀྱི་མཚོན་ཆ་ཡིན། འོན་ངཚོས་ཅི་བྱེད་དགོས་སམ། སློག་ཉེས་ལས་སྐྱེ་བའི་འགྲོད་པ་ཡིས་སློག་ཉེས་སེལ་མི་སློད། སྐྱོད་པ་ངན་པ་རྣམས་དོར་ནས་སྐྱོད་པ་བཟང་བོ་བྱེད་པ་དེས་ཀྱང་སློག་ཉེས་སེལ་མི་སློད། དགོ་བ་གསོག་པ་ཡིས་སློག་ཉེས་སེལ་མི་སློད། ཚོས་ཀྱི་སྐྱོབ་དཔོན་གྱི་བསྟན་པ་ལ་ཉན་པ་དེས་སློག་ཉེས་སེལ་མི་སློད། ཚོས་ཀྱི་ཚོགས་བྱེད་པ་དེས་སློག་ཉེས་སེལ་མི་སློད། ངཚོས་གང་བྱེད་ཐུབ་དེས་སློག་ཉེས་སེལ་མི་སློད། སློག་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤེས་ལས་ཐར་བར་འགྱུར་མི་སློད་པས་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་གསལ་བ་ལྟར་ངཚོ་ནི་འཚིབ་དང་འདྲ་བ་ཡིན། འཚིབ་རྣམས་ནི་རང་གིས་རང་ལ་རོགས་པ་བྱེད་མི་སློད་པ་ལྟར། དེད་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་

རང་བྱུས་ལ་བརྟེན་ནས་སློབ་ཉེས་ཀྱི་ཚད་པ་ལས་ཐར་བར་འགྱུར་མི་སྲིད། ང་ཚོ་འོ་མཚོ་ལ་བྱུབ་ནས་འཚི་བ་ལ་ཐུག་པ་ཞིག་དང་འདྲ་བ་ཡིན། དཀོན་མཚོ་ཉིད་ཀྱིས་ངེད་ཚུམས་ལ་ཐར་བར་མི་མཛད་ན་འཚི་བའི་ཡིན། གནས་སྟངས་དེ་ལས་ཐར་བར་མཛད་པ་དང་། དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཕྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལས་ལ་ཐར་བར་མི་མཛད་པའི་ཕྱིར་དཀོན་མཚོ་གིས་གང་མཛད་པ་སྟོབ་ཚོན་རྗེས་མ་རྒྱུ་ལ་གསལ་བ་གད་ཉེད།

३.४ माथि व्याख्या गरेझैं, हामी पाप गछौं किनभने हामीमा पापी स्वभाव छ। हाम्रो पापी स्वभावको कारणले गर्दा हामी आफ्नै शक्तिले परमेश्वरलाई प्रेम वा आज्ञापालन गर्न सक्दैनौं। यस कारणले गर्दा, पाप हाम्रो लागि शत्रु जस्तै हो। यसले शरीर, बोली र दिमागलाई भ्रष्ट बनाउँछ र हामीलाई प्रेम गर्ने परमेश्वरसँगको सम्बन्धलाई बिगाछ। हामीलाई नष्ट गर्न यो शैतानको एक हतियार हो। त्यसो भए हामीले के गर्ने? हाम्रा पापहरूको लागि पछुताउनुले मात्र पापलाई हटाउन सक्दैन। नराम्रो कामको सट्टा राम्रो काम गरे पनि त्यसलाई हटाउन सक्दैन। योग्यता हासिल गरे पनि यसलाई हटाउन सक्दैन। मानव धर्म गुरुहरूलाई पछ्याएर तिनीहरूलाई हटाउन सक्दैन। धार्मिक रीतिरिवाजले पनि पापलाई हटाउन सक्दैन। हामीले गर्न सक्ने कुनै पनि कुराले हाम्रा पापहरू हटाउन सक्दैन। किनभने हामी हाम्रो पापी स्वभावबाट पूर्णतया मुक्त हुन असमर्थ छौं, बाइबलले भन्छ हामी मरेका मानिसहरू जस्तै छौं। जसरी मरेका मानिसहरूले आफैंलाई मद्दत गर्न सक्दैनन्, त्यसरी नै हामी पनि पापको परमेश्वरको दण्डबाट आफूलाई बचाउन आफैंले केही गर्न सक्दैनौं। हामी पोखरीमा डुबेको जस्तै हौं; परमेश्वरले हामीलाई बचाउनुभएन भने, हामी अवश्य मर्नेछौं। तलको पाठहरूमा, हामी हेर्नेछौं कि परमेश्वरले हामीलाई यस अवस्थाबाट बचाउन र अनन्तको लागि आशिष् दिनको लागि के गर्नुभयो।

३.५ **बदर्देव་གཙོ་བོ།** སློབ་ཉེས་ཀྱིས་ང་ཚོ་དང་ངེད་ཚུམས་ལ་ཐུགས་པར་མཛད་མཁུན་དཀོན་མཚོ་གི་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་མེད་པར་ཉེད།

३.५ **मुख्य कुरा:** पापले हामीलाई प्रेम गर्ने परमेश्वरसँगको हाम्रो सम्बन्धलाई बिगाछ।

३.६ **སྟོ་འཛིན་ཉེད་སྐྱེ།** ཀྱི་དཀོན་མཚོ་གི་ང་སློབ་ཕན་ལ་ཐུགས་རྗེས་གཟིགས། (ལུ་ཀྱ 18:13)

३.६ **कण्ठ गर्ने पद:** हे परमेश्वर, म पापीमाथि दया गर्नुहोस्। (लूका १८:१३)



# སློབ་ཚན་བཞི་པ། རྗེས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དེ་གང་ཡིན།

## पाठ चारः पापको असरहरू के के हुन?

4.1 **ཅུ་པ།** |འོ་ཚེས་དགོན་མཚོག་ཕྱིས་མེད་དུ་བཏང་བས་དགོན་མཚོག་གིས་འོ་རྒྱམས་ལ་ལོག་ལྟ་འཛིན་བའི་སེམས་དང། མི་རུང་བའི་སློབ་པ་བྱེད་དུ་འཇུག་པར་མཛད། (རོ་མྱ་བ་ 1:28)

४.१ **पदः** यसरी तिनीहरूले परमेश्वरलाई मान्यता दिन नचाहेका हुनाले परमेश्वरले तिनीहरूलाई भ्रष्ट मनका अवस्थामा अनुचित आचरणको निम्ति त्यागिदिनुभयो। (रोमी १:२८)

4.2 **དུམྱོད།** |སློབ་ཚན་སློབ་མར་རྗེས་ཀྱིས་འོ་དགོན་མཚོག་གི་སྤྱགས་དགོངས་མིན་པར་རང་འདོད་པ་ལྟར་མི་ཚོ་སྐྱེལ་བ་དང། རྗེས་ཀྱིས་ངཚོ་དང་དེད་རྒྱམས་ལ་བྱམས་པར་མཛད་མཁམ་དགོན་མཚོག་གི་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་མི་ཡོང་བའི་ལམ་དུ་འབྲིད། མི་ཐམས་ཅད་ལ་རྗེས་ཀྱི་རང་གཤིས་ཡོད་པས་རྗེས་ཀྱིས་ཉེན་ཉེན་ལྟར་བྱེད་བཞིན་ཡོད། |སློབ་ཚན་འདིར་གནས་སྤངས་དེའི་འབྲས་བུ་གསལ་བཤད་བྱེད།

४.२ **परिचयः** अधिल्लो पाठमा, हामीले सिक्यौं कि पाप भनेको परमेश्वरको सट्टा आफैँलाई खुसी पार्न जिउनु हो, र त्यो पापले परमेश्वरसँगको हाम्रो सम्बन्धलाई बिगाछ। हामी सबैले दिनदिनै पाप गछौं, किनकि हामीमा पापी स्वभाव छ। यस पाठमा हामीले यस्तो अवस्थाको असरलाई व्याख्या गर्नेछौं।

4.3 **འབྲེལ་བ།** |མི་རྒྱམས་ཀྱིས་རང་བཞིན་གྱི་སློབ་པ་དགོན་མཚོག་གི་སྤྱགས་དགོངས་མིན་པར་རང་འདོད་པ་ལྟར་བྱེད་པ་དེ་ནི་རྗེས་ཀྱིས་ཞེས་ཟེར། རྗེས་ཀྱི་འབྲས་བུ་རྒྱམས་མི་ཚོ་འདིར་འབྱུང་ལ། ཡང་ཚོ་འདི་ལས་འདས་པའི་རྗེས་སུ་འང་འབྱུང། |མི་ཚོ་འདི་ནང་རྗེས་ཀྱི་འབྲས་བུ་གང་ཡོང་བ་རྒྱམས་ནི་དེ་ལྟར་ཏེ། 1) དགོན་མཚོག་དང་ངཚོའི་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་མེད་པར་བྱེད་ལ། ངཚོ་དགོན་མཚོག་གི་འགལ་ལྷོར་སྐྱུར། 2) རྗེས་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་གི་སྐྱུན་སྲུང་ངཚོ་མི་གཙང་བར་བྱེད་པས་ཁོང་གི་མདུན་དུ་འགོ་བ་རོག་འདྲེད་པར་འགྱུར། 3) རྗེས་ཀྱིས་སློབ་པ་སྐྱུར་བས་དེད་རྒྱམས་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་གི་བཞེད་པ་རྟོགས་མི་བྱུང། དེའི་ཕྱིར་མི་རྒྱམས་བདུད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་ཞིང། ཁོའི་རྩལ་གཏམ་ལ་ཡིད་ཚེས་བྱེད་དེ། རང་གི་སློབ་པ་ཕྱིར་སྤྲོད་བཏགས་ཞིང། མི་གཞན་ལ་སློབ་འདོགས། 4) རྗེས་ཀྱི་རྐྱེན་གྱིས་དགོན་མཚོག་གི་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་མཁུལ་རབ་ལས་ངཚོའི་ཤེས་རབ་ཆེན་མོ་ལྟ་བུ་སྐྱུར་བས་སྐྱེད་མོངས་སུ་འགྱུར། 5) རྗེས་ཀྱིས་དེད་ཀྱི་སེམས་མཁུགས་པོར་སྐྱུར་བས། དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་དོ་སྐྱོང་མི་བྱེད་པར་རྗེས་ཀྱིས་ལས་ཐར་ཐབས་མི་འཚོལ། 6) རྗེས་ཀྱི་རྐྱེན་གྱིས་མི་རྒྱམས་འཚིབ་

འཇགས་གཉིས་མྱོང་སྟེ། མི་ཚེ་འདི་ལས་འདེད་བ་དང་གཅིག་དུམ་ཁམས་སུ་དུས་ཀྱི་གནས་དགོས་པ་དང་གཉིས་ཡིན། དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་དེ་ཉིད་འཆིབ་གཉིས་པ་ཞེས་ཟེར།

**४.३ व्याख्या:** मानिसहरू स्वाभाविक रूपमा परमेश्वरलाई खुशी पार्नुको सट्टा आफ्नै इच्छाहरू पछ्याउँछन्; यसलाई 'पाप' भनिन्छ। पापको परिणाम हुन्छ। ती मध्ये केही यस वर्तमान जीवनमा हुन्छ, र केही हाम्रो मृत्यु पछि हुन्छ। यस जीवनमा, पापको असरहरू यस प्रकारका छन्: १) यसले परमेश्वरसँगको हाम्रो सम्बन्धलाई बिगार्छ र हामीलाई परमेश्वरको शत्रु बनाउँछ। २) पापले हामीलाई परमेश्वरको नजरमा अपवित्र बनाउँदछ त्यसैले हामी उहाँको उपस्थितिमा आउन लाज मान्छौं। ३) पापले हाम्रो दिमागलाई अँध्यारो बनाउँछ। यसले हामीलाई परमेश्वरको सत्यतामा अन्धा बनाउँछ र हामीलाई शैतानको पछि लाग्न र उसको झूटलाई विश्वास गर्न लगाउँछ। हामी आफ्नो गल्तीको लागि बहाना बनाउँछौं र अरुलाई दोष दिन्छौं। ४) पापको कारणले हामी मूर्ख बन्छौं जसले सोचदछ कि हाम्रो समझ परमेश्वरको असीम बुद्धि भन्दा ठूलो छ। ५) पापले हाम्रो हृदयलाई कठोर बनाउँदछ, त्यसैले हामी परमेश्वरको वचनमा ध्यान दिदैनौं वा मुक्तिको बाटो खोज्दैनौं। ६) पापको कारण, मानिसहरूले दुई प्रकारको मृत्युको अनुभव गर्छन्: एक शरीरको मृत्यु, र अर्को सधैँभरि नरकमा, जसलाई बाइबलमा 'दोस्रो मृत्यु' भनिएको छ।

4.4 མ་འོངས་པའི་ཚེ་ལའང་སྤྲི་ག་ཉེས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡོད། ཚེ་འདི་ལས་འདས་པའི་རྗེས་སུ་ང་ཚོ་ལྷ་འཇགས་མི་གཞན་ལམ། ཁྱིལ་སློགས་པའི་སེམས་ཅན་དུ་མི་འགྱུར་གྱི། དུས་ཀྱི་མཐའ་མའི་ཉིན་མོར་གྲིམས་གཅོད་མྱོང་བར་དགོན་མཚོག་གི་མདུན་དུ་འགྲོ་དགོས། ཚེ་འདིར་སྐྱོད་བ་དན་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་མི་བརྒྱུར་མཁན་རྣམས་དགོན་མཚོག་གི་གྲིམས་གཅོད་དང་ཆད་པ་འཕྲོག་ཉེན་ཡོད། ཞོ་ཚེ་འོ་ར་བཟང་པོ་བམས་ཅན་བརྒྱག་པར་འགྱུར། དགོན་མཚོག་གི་དམོད་པ་ཕྲོག་ནས་ཞོང་གི་མདུན་ལ་སྐྱོད་པར་འགྱུར་ཞིང་། དུམ་ཁམས་ནང་དུ་དབྱུག་དེར་གསོད་པར་མི་ཐུབ་པའི་མེ་ལ་སློ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་སྤྱི་ག་བསྒྲུལ་མྱོང་བར་འགྱུར་ངེས་ཡིན། དེའི་སྤྱིར་སྤྲི་ག་ཉེས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི་འཆིབ་ཡིན་པ་ང་ཚོས་ཤེས་སོ། །

४.४ पापले आउँने जीवनमा पनि असर पार्छ। हामी मरेपछि, देवता, मानिस वा जनावर बन्दैनौं। अन्तिम दिनमा, समयको अन्त्यमा, हामी न्यायको लागि परमेश्वरको अघि आउनेछौं। यस जीवनमा आफ्ना पापहरूको पश्चात्ताप नगर्नेहरू सबै परमेश्वरको न्याय र दण्डको लागि उत्तरदायी हुनेछन्। तिनीहरूले आफ्ना सबै असल थोकहरू गुमाउनेछन्। तिनीहरू परमेश्वरद्वारा श्रापित हुनेछ, उहाँको उपस्थितिबाट बाहिर निकालिनेछ र नरकमा फ्याँकिनेछ, जहाँ तिनीहरूले अनन्त आगोमा नसोचेको पीडा भोग्नेछन्। त्यसैले पापको असर मृत्यु हो भन्ने हामी देख्दछौं।



4.5 བསྟན་པ་འདི་ལག་བོ་ཡིན་ཡང། རྗེ་གཉེས་དང་དེའི་འབྲས་ལུ་གང་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས། རྗེ་གཉེས་གང་ཡིན་པ་མི་ཤེས་ན་དེ་རྣམས་རྗེ་གཉེས་ཕན་ཡོན་པ་རྟོགས་མི་སྲིད། ང་ཚོ་རྗེ་གཉེས་ཕན་ཡོན་པ་མི་ཤེས་ན། ང་ཚོས་བྱས་པའི་སྲོད་པ་ངན་པ་རྣམས་སློང་མི་བྱུང། སེམས་མི་བསྐྱུར་ན་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུང་ལ་རྗེ་གཉེས་སེལ་བའི་གསོལ་སློན་ལུ་མི་སྲིད། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུང་དེ་རྣམས་ཀྱི་རྗེ་གཉེས་སེལ་བར་མི་གནང་ན། རྗེ་གཉེས་ཀྱི་མཐའ་མའི་ཉེས་ཆད་ལས་ཐར་མི་སྲིད། དེ་ནས་དུས་ཀྱི་མཐའ་མའི་ཉེས་མོར་ང་ཚོ་དམུལ་ཁམས་སུ་དབྱགས་པར་འགྱུར། ས་ཆ་དེ་ནས་ཐར་མི་སྲིད། འོན་ཀྱང་དགོན་མཚོག་གི་བྲིམས་གཙོ་དང་དམུལ་ཁམས་ལ་འཛིགས་མཁན་རྣམས་ནི་དེ་ཚོ་སློང་མི་དགོས། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུང་རྗེ་གཉེས་ཀྱི་འབྲས་ལུ་ལས་ཐར་པའི་ལམ་ཞིག་མཛད། སློབ་ཚན་རྗེས་མར་ང་ཚོ་དེའི་སྐོར་སློབ་སློང་བྱེད་ཆུ་ཡིན།

४.५ यो एक कठिन शिक्षा भएपनि, हामीले पाप के हो र यसको असरहरू के के हुन भनेर जानुपर्छ। यदि हामीलाई पाप के हो भनि थाहा छैन भने, हामी पापी हौं भनेर बुझ्न सक्दैनौं। हामी सबै पापी छौं भन्ने थाहा छैन भने, हामी पश्चात्ताप गर्न सक्दैनौं। यदि हामीले पश्चात्ताप गरेनौं भने, प्रभु येशूलाई क्षमा माग्नु सक्दैनौं। अनि प्रभु येशूले पाप क्षमा गर्नुभएन भने, हामी पापको अन्तिम दण्डबाट बच्न सक्दैनौं। त्यसपछि अन्तिम दिनमा हामी नरकमा फालिनेछौं, जहाँबाट भाग्नु सक्दैनौं। तर, नर्कदेखि डराउने जो कोही पनि त्यहाँ जानु पर्दैन। प्रभु येशू ख्रीष्टले पापको असरबाट बच्न मुक्तिको बाटो बनाउनुभएको छ। यसबारे हामी अर्को पाठमा सिक्नेछौं।

4.6 **ནང་དོན་གཙོ་བོ།** དམ་པ་ཉིད་དང་ལུན་པའི་དེད་རྣམས་ཀྱི་དགོན་མཚོག་གིས་རྗེ་གཉེས་ལ་སྤང་བས་ཉེས་ཆད་གཏོང་བར་མཛད།

४.६ **मुख्य कुरा:** हाम्रो पवित्र र धर्मो परमेश्वरले पापलाई घृणा र दण्ड दिनुहुन्छ।

4.7 **སློབ་ཚན་བྱེད་ཆུ།** རྗེ་གཉེས་ཀྱི་སློབ་ཚན་འཆིབ་ཡིན། (རོ་མྱ་བ་ 6:23)

४.७ **कण्ठ गर्ने पद:** पापको ज्याला मृत्यु हो। (रोमी ६:२३)

4.8 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། མི་ཚེ་འདིར་སློབ་ཉེས་ཀྱི་འབྲས་བུ་གང་ཡིན་ནམ། ལན། སློབ་ཉེས་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་དང་དེ་ཚོའི་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་མེད་པར་བྱེད་ལ། དེ་ཚོ་མི་གཙང་བར་བྱེད། བདུད་ཀྱི་རླུང་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་མཁུག་གྲོན་པར་སྐྱུར། དེ་ཚོའི་སེམས་མཁྲེགས་པོར་སྐྱུར། འཚིབ་མྱོང་དུ་འཇུག་གོ།
2. དྲི་བ། ཚེ་འདི་ལས་འདས་པའི་རྗེས་སུ་སློབ་ཉེས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དེ་གང་ཡིན་ནམ། ལན། སློབ་ཉེས་སྒྲོང་མ་མྱོང་མཁུག་ཐམས་ཅད་དགོན་མཚོག་གི་དམོན་པ་ལོག་འོས་པ་ཡིན་པས་ཁོང་གི་སྐྱེ་མཇུག་ནས་སྒྲོང་བར་འགྱུར་ལ། དཔུལ་ཁམས་ལ་དབྱུགས་པར་འགྱུར།
3. དྲི་བ། དེད་རྣམས་ཀྱིས་སློབ་ཉེས་ཀྱི་དོ་བོ་རྟོགས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ། ལན། སློབ་ཉེས་ལས་ཐར་བའི་ཕྱིར་སློབ་ཉེས་ཀྱི་དོ་བོ་རྟོགས་དགོས།

4.8 **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: यस जीवनमा हुने पापको परिणामहरू के के हुन? उ: यस जीवनमा, पापले परमेश्वरसँगको हाम्रो सम्बन्धलाई बिगाँछ, यसले उहाँको नजरमा हामीलाई अपवित्र, दिमागलाई भ्रष्ट, परमेश्वरको सत्यतामा अन्धो, मूर्ख, हृदयलाई कठोर र मृत्युको अनुभव गराउँछ।
२. प्र: यस जीवन पछिको पापको परिणामहरू के के हुन? उ: आउने जीवनमा, पश्चात्ताप नगर्ने सबै पापीहरूलाई परमेश्वरद्वारा श्राप दिइनेछ, उहाँको उपस्थितिबाट बाहिर निकालिनेछ, र नरकमा फालिनेछ।
३. प्र: पापको स्वभाव बुझ्नु हाम्रो लागि किन महत्त्वपूर्ण छ? उ: यसबाट बच्नको लागि हामीले यसलाई बुझ्नु जरुरी छ।

4.9 **སློབ་ལས་འདེབས་རྒྱ།** ལྷ་ན་མེད་པའི་དགོན་མཚོག་ལགས། རུས་ཀྱི་མཐའ་མའི་ཉེན་མོར་དེ་ཚོ་གསོན་པོར་ལང་བར་གྱུར་ནས་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚེ་འཕྲོབ་པའི་ཚེད་དུ། ལུན་པའི་ཁྲོད་ཀྱི་སྒྲོད་པ་སྤངས་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཐར་ལས་འཚོལ་བ་གནང་བར་ཤོག ཨ་མེན།

4.9 **प्रार्थना:** सर्वशक्तिमान परमेश्वर, हामीलाई अन्धकारका कामहरू इन्कार गर्न र तपाईंको मुक्तिको मार्ग खोज्न मद्दत गर्नुहोस्, ताकि हामी अन्तिम दिनमा अनन्त जीवनमा उठ्न सकौं। आमेन।

# སློབ་ཚན་ལྔ་པ། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་མྱ་ཤི་ཀ་སུ་ཡིན།

## पाठ पाँच: प्रभु येशू ख्रीष्ट को हुनुहुन्छ?

5.1 **ཅུ་པ།** རེད་རྣམས་ཀྱི་སྐྱོ་ཚེན་གཙོ་བོས་ང་ཚོའི་ཞུ་ཚམ་ཁྱེན། གང་ལགས་ཟེར་ན། ང་ཚོ་དང་འདྲ་བར་རྣམས་པ་ཀུན་ནས་ཉམས་ཚོད་སྤོང་ཡང་། སྲིག་པ་མ་མཛད། (ཡ་ཏུ་དུ་པ་ 4:15)

4.१ **པད:** किनकि हाम्रा प्रधान पूजाहारी हाम्रो दुर्बलतामा हामीसँग सहानुभूति देखाउन नसक्ने हुनुहुन्छ। तर हामीजस्तै उहाँ सबै कुरामा परीक्षित हुनुभयो, र पनि पापरहित हुनुहुन्थ्यो। (हिब्रू ४:१५)

5.2 **ང་སློབ།** སློབ་ཚན་སློབ་མར་སྲིག་ཉེས་དང་དེའི་འབྲས་བུ་ངན་པ་མང་བོའི་སྐྱོར་ལ་བསྐྱབས་ཟེན། སློབ་ཚན་འདྲིར་སྲིག་ཉེས་ཀྱི་ཚད་པ་ལས་ང་ཚོ་ཐར་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དཀོན་མཆོག་གིས་གང་མཛད་པའི་སྐྱོར་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱ་ཡིན།

4.२ **པརིཅཔ:** अधिल्लो पाठमा हामीले पाप र यसका थुप्रै खराब असरहरूबारे सिकेका थियौं। यस पाठमा परमेश्वरले हामीलाई पापको दण्डबाट बचाउन के गर्नुभयो भन्ने कुरा सिकेछौं।

5.3 **འགྲེལ་པ།** ཡབ་དཀོན་མཆོག་ནི་ཕྱགས་རྒྱུད་རིང་པོ་དང་། ཕྱགས་རྗེ་ཅན། བཟང་བོ་ཡིན། ང་ཚོ་ཚང་མ་སྲིག་ཉེས་ཅན་ཡིན་ཡང་། ཁོང་གིས་ང་ཚོ་འཆིབས་པའི་ལམ་ལ་མི་སློང་བར་བྱམས་པའི་སྐྱོ་ནས་ང་ཚོ་ཐར་བར་འགྱུར་བའི་ལམ་ཞིག་མཛད། ཐར་ལམ་དེ་ལ་དཀོན་མཆོག་དང་མིའི་རིགས་ལ་བར་སྐྱམ་བྱེད་མཁན་ཞིག་དགོས། བར་སྐྱམ་བྱེད་མཁན་དེས་ང་ཚོའི་ཚབ་ལ་དཀོན་མཆོག་གི་ཚོས་བྲིམས་ཡང་དག་པར་སྐྱབ་མཁན་ཞིག་ཡིན་དགོས་པས་ཁོང་ནི་དཀོན་མཆོག་དང་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན་དགོས། ཁོང་གིས་སྲིག་ཉེས་ཅི་འདྲ་མེད་པར་དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ཐམས་ཅད་སྐྱབ་དགོས། མ་ཟད་བར་སྐྱམ་བྱེད་མཁན་དེས་དེ་གི་སྲིག་ཉེས་ཀྱི་ཚད་པ་སྤོང་བ་དང་། དཀོན་མཆོག་གི་མཁུན་དུ་རེད་རྣམས་ཀྱི་སྐྱོ་ཚེན་མཛད་པའི་ཚེད་དུ་ཁོང་ནི་རེད་རྣམས་དང་འདྲ་བ་ཡིན་དགོས། འོན་ཀྱང་མི་ལཱ་བོ་ཞིག་ཡིན་མི་སྲིད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། མི་ཐམས་ཅད་ལ་སྲིག་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤིས་ཡོད་པས་སོ། བར་སྐྱམ་མཛད་མཁན་དེ་ལ་དཀོན་མཆོག་གི་ངོ་བོ་དང་མིའི་རིགས་ཀྱི་ངོ་བོ་གཉིས་ཀ་ལྡན་དགོས། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་མྱ་ཤི་ཀ་ནི་བར་སྐྱམ་མཛད་མཁན་ཡང་དག་པ་དེ་ཡིན། ཁོང་ལ་དཀོན་མཆོག་གི་ངོ་བོ་ཡོད་པ་མ་ཟད། སྲིག་ཉེས་མ་གཏོགས་པར་མིའི་རིགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡང་ཡོད་པས། ང་ཚོའི་ཞུ་ཚམ་ཁྱེན།

4.३ **བྲམ་མཁའ།** परमेश्वर पिता धैर्यवान, दयालु, र असल हुनुहुन्छ। हामी सबै पापी भएता पनि, उहाँले हामीलाई मर्नलाई त्याग्नु भएन। प्रेममा उहाँले हामीलाई मुक्ति पाउनको लागि

बाटो बनाउनुभयो। यस तरिकामा परमेश्वर र मानिसको बीचमा शान्ति स्थापना गर्न सक्ने मध्यस्थकर्ताको आवश्यकता थियो। मध्यस्थकर्ता परमेश्वरजस्तै हुनुपर्थ्यो, जसले हाम्रो तर्फबाट परमेश्वरको व्यवस्थालाई पूर्ण रूपमा पालन गर्न सक्थ्यो। परमेश्वर पिताले आज्ञा गर्नुभएको सबै कुरा उहाँले गर्नुपर्थ्यो तर एउटै पाप बिना। मध्यस्थकर्ता हामी जस्तै हुनुपर्थ्यो, ताकि उहाँले हाम्रो पापको दण्ड भोग्नु र परमेश्वरको सामु हाम्रो प्रतिनिधिको रूपमा काम गर्न सकून्। तर त्यो मध्यस्थकर्ता साधारण मानिस हुन सकेन, किनकि हामी सबैमा पापी स्वभाव छ। मध्यस्थकर्तासँग परमेश्वरको स्वभाव र मानव स्वभाव दुवै हुनुपर्थ्यो। त्यो सिद्ध मध्यस्थकर्ता प्रभु येशू ख्रीष्ट नै हुनुहुन्छ। उहाँमा परमेश्वरको जस्तै स्वभाव छ। पाप बाहेक उहाँसँग हामी जस्तै स्वभाव छ, र त्यसैले उहाँ हाम्रा कमजोरीहरूप्रति सहानुभूति देखाउनुहुन्छ।

5.4 དཀོན་མཆོག་གིས་བསྐྱམས་པའི་བར་སྐྱམ་མཛད་མཁུན་དང་། འཛམ་གླིང་གི་སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་མུ་ཤི་ཀ་ནི་ཉན་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་དུས་སུ་ཡི་སི་ར་ཨེལ་ཡུལ་དུ་འབྱུངས། ཚེས་ཀྱི་སློབ་དཔོན་སྟོན་གྲགས་ཚེན་པོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ནས་ཁོང་གིས་དཀོན་མཆོག་གི་སློབ་དང་། རྩིག་པ། དཚོ་རྩིག་པའི་ཉེས་ཚད་ལས་སློབ་པའི་ཚེད་དུ་གང་ཞིག་བྱེད་དགོས་པའི་དོན་ལ་གསུངས། དཀོན་མཆོག་ཡིན་པར་གསལ་པོར་སྟོན་པའི་ཚེད་དུ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་ནད་པ་དང་གདོན་འདྲེས་ཟེན་པའི་མི་གསོ་བར་མཛད་ཅིང་། གཤིན་པོ་རྣམས་སྐྱར་གསོན་པོར་སྐྱར་བ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་མཚར་ཆེ་བའི་མཛད་པ་མང་པོ་བསྐྱབས་པར་མཛད། འོན་ཀྱང་ཡི་སི་ར་ཨེལ་ཡུལ་གྱི་དཔོན་རིགས་ཀྱིས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་སྐྱབས་དོན་བྱས་པས་ཁོང་འཛོན་བཟུང་བྱས། རྒྱལ་ཚོགས་སུ་བྱིད་ནས་སྤྱོད་དང་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཁོང་གིས་དཀོན་མཆོག་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་ནག་ཉེས་བཅུགས། ཁོ་ཚོས་ཁོང་ལ་སྟོན་བྲིམས་གཏོང་འདོད་ཀྱང་། དེའི་དུས་སུ་རོ་མུ་གོང་མའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཚོགས་མཚན་མེད་པར་ཡ་ཏུ་དུ་པའི་དཔོན་རིགས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བྱེད་མི་ཚོག (སྤྱི་ལོ་སྟོན་གྱི་ལོ་63་ལ་རོ་མུ་པའི་དམག་དབུང་གིས་ཡི་སི་ར་ཨེལ་ཡུལ་བཙོམ་) དེའི་དུས་སུ་རོ་མུ་གོང་མའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤྱི་བྱུང་ནི་ཕོན་ཏི་ཡུ་པི་ལ་ཏུ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། ཁོས་སྤྱི་ལོ་26 ལས་36 བར་ཡི་སི་ར་ཨེལ་ཡུལ་ལ་དབང་བསྐྱབ། པི་ལ་ཏུས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་ཉེས་སྟོན་ཅིང་མ་རྟེན་པས་ཁོང་སློབ་གྲོལ་གཏོང་བར་འདོད། འོན་ཀྱང་ཡ་ཏུ་དུ་པའི་དཔོན་རིགས་ཀྱིས་ཁོ་ལ་ངོ་རྒོལ་བྱས། མཐའ་མར་པི་ལ་ཏུས་ཡ་ཏུ་དུ་པའི་དཔོན་རིགས་ཀྱིས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་རྒྱང་ཤིང་རྒྱང་ལ་གཟེར་བརྒྱབ་པའི་སྟོན་ནས་སྟོན་བྲིམས་གཏོང་དུ་བཅུག ཁོང་རྒྱང་ཤིང་རྟེན་ལ་གྲོངས་ནས་སྐྱུ་སྐྱུང་དུར་ཁང་དུ་བཞག ཉིན་གསུམ་གྱི་རྗེས་སུ་སྐྱར་གསོན་པོར་བཞེངས། དེ་ནས་ཉིམ་བཞི་བཅུའི་རིང་ཁོང་གི་ཉེ་གནས་མང་པོ་ལ་མཛོན་པར་གྱུར། མཐའ་མར་ཉེ་གནས་རྣམས་ཀྱི་མཐོང་སར་ཁོང་དཀོན་མཆོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་ཡར་འཕགས། དེའི་རྗེས་སུ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་མུ་ཤི་ཀ་ནི་མའི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱབས་མགོན་ཡིན་པར་སྟོན་བྱེད་པའི་བྱིར་ཁོང་གི་ཉེ་གནས་རྣམས་ཚུགས་བཞི་མཚམས་བརྒྱད་ལ་ཕེབས།

५.४ येशू ख्रीष्ट, परमेश्वरले चुन्नुभएको मध्यस्थकर्ता र संसारको मुक्तिदाता जुन हान राजवंशको समयमा इस्राएलको भूमिमा जन्मिनु भएको थियो। उहाँ एक प्रसिद्ध शिक्षक हुनुभयो जसले परमेश्वर, पाप, र हामीले हाम्रा पापको दण्डबाट मुक्ति पाउन के गर्नुपर्छ भनेर सिकाउनुभयो। उहाँ परमेश्वरबाट आउनुभएको हो भनी स्पष्ट रूपमा देखाउनको लागि, प्रभु येशूले धेरै आश्चर्यकर्म गर्नुभयो, जस्तै बिरामीहरूलाई निको, र मरेका मानिसहरूलाई फेरि जीवित पार्नुभयो। तर इस्राएलका अगुवाहरूले प्रभु येशूको ईर्ष्या गरे र उहाँलाई गिरफ्तार गरे। तिनीहरूले उहाँलाई राष्ट्रिय परिषदमा ल्याए र ईश्वर निन्दाको आरोप लगाए। तिनीहरूले उहाँलाई मृत्युदण्ड दिन चाहन्थे। तर रोमी सरकारको अनुमति बिना तिनीहरूले त्यस समयमा त्यसो गर्न सकेनन्। (रोमीहरूले ईसापूर्व ६३ मा इजरायललाई जितेका थिए।) रोमन शासक पन्तियस पिलातस नामका एक व्यक्ति थिए, जसले इस्वी संवत् २६ देखि ३६ सम्म शासन गरेका थिए। पिलातसले प्रभु येशूलाई कुनै पनि अपराधबाट निर्दोष पाए, र उहाँलाई छोड्न चाहन्थे। तर यहूदी अगुवाहरूले उनको विरोध गरे। अन्तमा उनले यहूदी मानिसका अगुवाहरूलाई येशूलाई यातना दिई क्रूसमा मार्ने अनुमति दिए। उहाँ क्रूसमा मर्नुभयो र उहाँको शरीरलाई चिहानमा राखियो। तीन दिन पछि, उहाँ मृत्युबाट फेरि जीवित हुनुभयो। यसपछि उहाँ चालीस दिनको समयमा सम्म आफ्ना धेरै चेलाहरूकहाँ देखा पर्नुभयो। अन्तमा, उहाँका चेलाहरूले हेर्दा हेर्दै, उहाँ स्वर्गमा उचालिनुभयो। त्यसपछि चेलाहरूले प्रत्येक राष्ट्रहरूमा प्रभु येशू ख्रीष्ट नै मुक्तिदाता हुनुहुन्छ भनी घोषणा गर्दै सबै ठाउँ तिर गए।

5.5 **बन्देवःगर्तेःवे।** गर्तेःवेःयेःसुसःदगैवःसकेवःददःदकेदेःसुदेःवःसुसःगर्तेःसईद।

५.५ **मुख्य कुरा:** प्रभु येशू ख्रीष्टले परमेश्वरसँगको हाम्रो सम्बन्धलाई पुनर्स्थापित गर्नुहुन्छ।

5.6 **सुःसईवःसुदेःसु।** ससःवःवेःगवःसुःसदःससःसुदेःसुःसईद। गदःसैवःवेःव। दकेःससःवसः सुसःवदेःकेदःदुःसैःकसाःग्रेःवदःवसःसकवःसदेःसःगदेःगसःवसःगवःवेःगःगवःसःदेःगःदुःगवःवः सःसैवःवे। (सईदःवः 4:12)

५.६ **कण्ठ गर्ने पद:** अरु कसैमा मुक्ति छैन, किनकि हामीले मुक्ति पाउनलाई स्वर्गमुनि मानिसहरूमा अर्को कुनै नाउँ दिइएको छैन। (प्रेरित ४:१२)

5.7 **द्विसंयत्**

1. द्विसंयत्। गार्जे་བོ་ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀ་ལི་དགོན་མཚོག་གི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་བར་སྐྱམ་མཛད་མཁའ་ཕྱི་འཛིན་ལོན་ལམ། ལན། བོང་ལ་དགོན་མཚོག་གི་ངོ་བོ་དང་མིའི་རིགས་ཀྱི་ངོ་བོ་གཉིས་ཀ་ལྟན་པས་སོ།
2. द्विसंयत्। गार्जे་བོ་ཡེ་ཤུ་འཛིན་རྟེན་འདིར་ལེབས་པའི་རྒྱ་མཚོན་གང་ཡིན་ནམ། ལན། བོང་ཉིད་ཀྱི་མི་རྣམས་སྒྲིག་ཉེས་ལས་ཐར་བར་མཛད་པའི་སྐྱིར་ངོ།

4.७ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: किन प्रभु येशू ख्रीष्ट परमेश्वरको सिद्ध मध्यस्थकर्ता हुनुहुन्छ? उ: किनभने उहाँ परमेश्वर र मानिस दुवै हुनुहुन्छ।
२. प्र: प्रभु येशू यस संसारमा किन आउनुभयो? उ: आफ्नो मानिसहरूलाई तिनीहरूका पापबाट बचाउन।

5.8 **སྐྱོན་ལམ་འདེབས་རྒྱ།** गार्जे་བོ་དགོན་མཚོག་ལགས། བྱིད་ཀྱི་སྐྱེས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀ་ས་ང་ཚོ་ལ་བྱམས་ནས་བོང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་བྲག་གིས་སྒྲིག་ཉེས་ལས་བསྐྱལ་བས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལུ། ང་ཚོས་བྱིད་ལ་དགའ་བ་བཞིན་དུ་སྐྱོད་པ་བྱེད་པར་ཤོག། བྱིད་ལ་དུས་རྒྱུན་དུ་གཟི་བརྗིད་དང་མངའ་ཐང་དང་ལྟན་པར་གྱུར་ཅིག་ཨ་མེན།

4.८ **प्रार्थना:** हे परमेश्वर, हामी तपाईंलाई धन्यवाद दिन्छौं कि तपाईंको पुत्र येशू ख्रीष्टले हामीलाई प्रेम गर्नुभयो र उहाँको रगतद्वारा हामीलाई पापहरूबाट छुटकारा दिनुभयो। तपाईंको इच्छा अनुसार जिउँते हामीलाई मद्दत गर्नुहोस्। र तपाईंलाई नै महिमा र राज्य सदासर्वदा रहोस्। आमेन।

# སློབ་ཚན་དུག་པ། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་ལྷ་ལོ་གས་གང་སྐྱབ་པར་མཛད་པའི་སློབ།

## पाठ छः प्रभु येशू ख्रीष्टको काम

6.1 **ཙུ་བ།** རེད་རྣམས་དགོན་མཚོག་གི་མཛུག་དུ་འབྲིད་པའི་སློབ། ལྷ་ལོ་ག་དྲང་བདེན་གྱིས་དྲང་བདེན་མིན་པའི་སློབ་ཉམས་སེལ་བའི་དོན་དུ་བཟངས་གཅིག་གོངས། (པེ་རྩོད་པོ་ 3:18)

६.१ **पदः** किनभने हामीलाई परमेश्वरकहाँ ल्याउन ख्रीष्ट पनि पापहरुका निम्ति सदाको लागि एक चोटि मर्नुभयो। (१ पत्रुस ३:१८)

6.2 **དུ་བ།** སློབ་ཚན་སློབ་མར་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་ལོ་བར་སྐྱམ་མཛད་མཁུན་ཡོངས་སུ་ཚོགས་པ་ཡིན་ཞིང་། དགོན་མཚོག་དང་ངའི་འབྲེལ་བ་སྐྱར་གསོ་མཛད་པའི་དོན་ལ་བསྐྱབས་ཟེན། རེད་རྣམས་ཀྱི་སློབ་ཉམས་ལས་ཐར་བར་བྱེད་པའི་སློབ་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་རྒྱུ་ཤིང་ཐོག་ལ་གང་མཛད་པ་ནི་སློབ་ཚན་འདིར་སློབ་རྒྱུ་ཡིན།

६.२ **परिचयः** हाम्रो अधिल्लो पाठले प्रभु येशू ख्रीष्ट परमेश्वरको सिद्ध मध्यस्थकर्ता हुनुहुन्छ र उहाँले परमेश्वरसँगको हाम्रो सम्बन्ध पुनर्स्थापित गर्नुभयो भनी व्याख्या गरेको थियो। यस पाठमा, हाम्रा पापहरुबाट बचाउनको लागि उहाँले क्रूसमा के गर्नुभयो भनेर हेर्नेछौं।

6.3 **འབྲེལ་བ།** སློབ་ཉམས་ཀྱི་ཉམས་ཚད་ཐོག་པ་ལས་ཐར་བར་མཛད་པའི་ཚེད་དུ་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་དོན་བཞི་མཛད་ཡོད་པ་རྣམས་ནི། 1) ཁོང་རྒྱུང་ཤིང་སློབ་ལ་གོངས་ནས་ཉེན་གསུམ་རིང་དུར་དུ་བཞུགས་ཏེ་ཉེན་གསུམ་པར་མིའི་ལུས་དང་ལྟན་ཏེ་སྐྱར་སྐྱུ་གསོན་པོར་བཞེངས། ཁོང་ནི་ལྷ་འམ་འདས་ལོག་བྱུང་བ་ཙུ་བ་ནས་མ་ཡིན། དེ་ལས་ལྷོག་སྟེ་འཆིབ་ལྷོང་བའི་དོན་དངོས་ཀྱི་མི་ཞིག་ཡིན། ཁོང་སྐྱར་གསོན་དུ་གྱུར་བའི་སློབ་ནས་རེད་ཀྱིས་དོན་བདུན་ཤེས་ཏེ། ༡ ) ཁོང་གིས་ངའི་ཚབ་ལ་སློབ་ཉམས་ཀྱི་ཉམས་ཚད་སློབ། ༢ ) ཁོང་གིས་འཆིབ་བཅོམ། ༣ ) ངའི་སློབ་པའི་ཚེད་དུ་ཐར་ལམ་ཞིག་མཛད་གནང། ༤ ) ཁོང་གི་སློབ་གསུང་རབ་ལ་བཀོད་པ་ལྟར་ལུང་བཟོན་རྣམས་མཛོན་སུམ་དུ་གྱུབ། ༥ ) དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་བདེན་པ་ཡིན། ༦ ) ཚེ་འདི་ལས་འདའ་བའི་རྗེས་སུ་ཚོ་སྐྱེ་མ་ཞིག་ཡོད་པ་ངས་སོ། ༧ ) དུས་ཀྱི་མཐའ་མའི་ཉེན་མོར་མི་ཐམས་ཅད་སྐྱར་གསོན་པོར་འགྱུར། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་འཆིབ་ནས་སྐྱུ་གསོན་པོར་བཞེངས་པའི་སློབ་ནས་ངའི་དགོན་མཚོག་དང་འབྲེལ་བ་ལོགས་པོ་ཞིག་འཐོབ་སྲིད་པ་མ་ཟད། དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚོ་འཐོབ། དེ་ཡང་སྐྱུ་ཚབ་པེ་རྩོ་ཡིས། རེད་རྣམས་དགོན་མཚོག་གི་མཛུག་དུ་འབྲིད་པའི་སློབ། ལྷ་ལོ་ག་དྲང་བདེན་གྱིས་དྲང་བདེན་མིན་པའི་སློབ་ཉམས་སེལ་བའི་དོན་དུ་བཟངས་གཅིག་གོངས་ཞེས་བ་དང་། ཡང་རེད་རྣམས་སློབ་ཉམས་ཀྱི་ཚན་པེ་ཞིང་། དྲང་བདེན་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་འཚོ་བའི་སློབ། ཁོང་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱུང་

ཤིང་སྤྱིང་ངའི་ཚེས་ཉེས་ཀྱི་ཚད་པ་རང་གི་སྐྱེ་ལུས་ཐོག་མུངས། བོང་གི་སྐྱེས་ཁྱེད་ཉམས་གསོས་པར་  
གྱུར་འོ་ཞེས་བྲིས། གཙོ་བོ་ཡེ་སྤྱི་ཚེས་ཉེས་སྐྱེས་གསོན་པོར་མཛད་པའི་སྐོ་ནས་དཀོན་མཆོག་གིས་དུས་  
གཅིག་ལ་ངའི་ཚེས་ཉེས་ལ་ཚད་པ་བཏང་ཞིང་། ངའི་ཐར་པའི་ལམ་ཞིག་མཛད། དེའི་ཕྱིར་གཙོ་བོ་  
ཡེ་སྤྱི་ཚེས་ཉེས་སྐྱེས་གསོན་པོར་གྱུར་བའི་ཡེ་སྤྱི་ཚེས་ལུགས་ཀྱི་བདེན་པ་གལ་འགངས་ཆེ་ཤོས་ཡིན།

६.३ **व्याख्या:** प्रभु येशूले हाम्रो पापहरूको परमेश्वरको उचित दण्डबाट हामीलाई बचाउनको लागि चार कुराहरू गर्नुभयो: १) उहाँ क्रुसमा मर्नुभयो, तीन दिनसम्म चिहानमा रहनुभयो र तेस्रो दिनमा मानव शरीरमा पुनरुत्थान हुनुभयो। उहाँ अल्हा देवता वा भूत थिएनन्; तर एक वास्तविक मानिस जो मरेका थिए। उहाँको पुनरुत्थानले यो देखायो कि क) उहाँले हाम्रो पापको दण्ड भोग्नुभयो; ख) उहाँले मृत्युमाथि विजय प्राप्त गर्नुभयो; ग) उहाँले हामीलाई मुक्ति पाउने बाटो बनाउनुभएको छ; घ) उहाँको बारेको भविष्यवाणीहरू पूरा भए; ङ) परमेश्वरको वचन सत्य छ; च) मृत्यु पछि जीवन छ; छ) अन्तिम दिनमा सबै मानिसहरू पुनर्जीवित हुनेछन्। येशूको पुनरुत्थानद्वारा हामी परमेश्वरसँग सिदा सम्बन्ध राख्न सक्छौं, र उहाँको उपस्थितिमा सधैंभरि रहन सक्छौं। प्रेरित पत्रसले लेखेझैं, “ख्रीष्टले पनि पापको लागि एक पटक दुःख भोग्नु भयो, धर्मी जन अधर्मीहरूका निम्ति, ताकि उहाँले हामीलाई परमेश्वरकहाँ ल्याउन सकून्।” “हामी पापको लेखि मरेर धार्मिकताको लेखि जिउँ भनी उहाँले क्रुसमा आफ्नै शरीरमा हाम्रा पाप बोक्नुभयो। उहाँकै चोटहरूद्वारा तिमीहरू निको भयौ।” प्रभु येशूको मृत्यु र पुनरुत्थानद्वारा, परमेश्वरले हाम्रो पापको दण्ड दिनुभयो र हामीलाई बचाउनलाई एउटा बाटो बनाउनुभयो। यसकारण, प्रभु येशूको मृत्यु र पुनरुत्थान ईसाईहरूको सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण सत्य हो।

6.4 ཐ་ན་གནའ་རབས་ཀྱི་དུས་སུ་གཙོ་བོ་ཡེ་སྤྱི་ཚེས་ཉེས་སྐྱེས་གསོན་པོར་བཞེངས་མིན་གྱི་སྐྱོར་  
ལ་ཁས་མི་ལེན་མཁུག་ཡང་ཡོད། དེང་སང་ཡང་མི་ཁ་གསུམ་གྱིས་དེ་ལྟར་བཞེང་བཞིན་ཡོད། སྐྱེ་ཚབ་པ་ལུ་  
ལུ་ཡིས་སྐྱེ་གི་སྐྱེས་གསོན་པོར་མ་གྱུར་ན་ཁྱོད་ཚོའི་དད་པ་སྤོང་བ་ཡིན་ལ། ད་དུང་སྤྱིང་ཉེས་ཀྱི་ནང་དུ་  
གནས་ཞེས་གསུངས་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེས་སུ་བོང་འཚེབ་ནས་སྐྱེས་གསོན་པོར་གྱུར་བའི་དབང་ཉམས་  
མང་པོ་ཡོད། དེའི་ལོ་རྒྱུས་ཞལ་ཚད་གསལ་པའི་འཕྲིན་བཟང་བཞི་ལ་བྲིས་ཡོད། དེ་མ་ཟད་ལོ་རྒྱུས་དེ་  
བཞི་བོ་ཉམས་པར་ཚུན་མཐུན་པ་ཡིན། བོང་འཚེབ་ནས་བཞེངས་པའི་རྗེས་སུ་བོང་གི་དུར་ཁང་སྤོང་བར་  
གནས། སྤོན་པ་ཡེ་སྤྱི་ཚེས་ཉེས་ལ་གསོན་པོར་གྱིས་ཡི་སི་ར་ཞེས་ཀྱི་མི་ཉམས་ལ་བོང་གི་སྐྱེ་ལུང་  
མིག་མདུན་དུ་བསྟུན་པ་ཡིན་ན། སྐྱེས་གསོན་པོར་བཞེངས་མེད་པར་སྤོང་བྱས་སུ་བ། ཡིན་ན་ཡང་ཉེས་  
བཞི་བཟུང་འི་དེ་སྤོན་པ་ཡེ་སྤྱི་ཚེས་ཉེས་མང་པོ་ཉེ་གནས་ཉམས་ལ་མཛོན་སུམ་དུ་གྱུར། བོང་གི་སྐྱེ་  
ཚབ་ཚང་མས་བོང་གི་སྐྱེ་ཚོང་དང་། འཚེབ་སྐྱེས་གསོན་པོར་གྱུར་བ་ལ་དབང་པོ་བྱས་ཏེ། བོ་ཚོས་གཙོ་



བོ་ཡེ་བྱུ་དངོས་སུ་ཚིབ་ནས་སྐྱར་གསོན་དུ་སྐྱུར་བ་བསྐྱབས་པས་རོ་མླ་གོང་མའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྲིད་གཞུང་གིས་སྐྱོལ་མང་པོ་བསྟུན།

६.४ प्राचीन समयमा पनि, त्यस्ता मानिसहरु थिए जसले पुनरुत्थान हुँदैन भनी भन्थे। कति मानिसहरुले आज पनि यही भन्छन्। प्रेरित पावलले भनेझैं, “यदि येशू साँच्चै मृत्युबाट बौरी उठ्नु नभएको भए, हाम्रो विश्वास व्यर्थ छ र तिमीहरु अझैसम्म आफ्ना पापमा नै छौ।” तर वास्तवमा, मृत्युपछि येशू फेरि जीवित हुनुभयो भन्ने धेरै सत्य प्रमाणहरु छन्। पुनरुत्थानको कथा सबै चार नयाँ टेस्टामेन्ट गोस्पेलमा रेकर्ड गरिएको छ, र सबै चार खाताहरु सहमत छन्। पुनरुत्थान पछि येशूको चिहान खाली थियो। यदि प्रभु येशूलाई क्रुसमा टाँग्नेहरुले उहाँको शरीर सबैलाई देखाउन सक्ने भएको भए, तिनीहरुले पुनरुत्थान भएको छैन भनि प्रमाणित गर्ने थिए। यसबाट उनीहरुलाई धेरै फाइदा हुने थियो तर उनीहरुले त्यसो गर्न सकेनन्। प्रभु येशू आफ्ना चेलाहरुकहाँ चालीस दिनसम्म हरेक अवसरहरुमा देखा पर्नुभयो। सबै प्रेरितहरुले उहाँको जीवन, मृत्यु र पुनरुत्थानको गवाही दिए। रोमी साम्राज्यको सरकारले पछि धेरैजसो प्रेरितहरुलाई मारे किनभने तिनीहरुले त्यो सत्य हो भनि भनेका थिए।

6.5 2) གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་འཛོམས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ལ་བཞུགས་གནས་གྲ་སྒྲིག་མཛད་ཅིང་། དད་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་ལུ་ངོ་མཛད། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་འཛོམས་ལུགས་སྐྱར་གསོན་དུ་སྐྱུར་བ་དང་། ཞིང་ཁམས་སུ་ཡར་འཕགས་པ་དེས་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་ས་ངོ་མཛོ་ཐར་བར་བྱེད་པའི་དོན་ལ་གང་བསྐྱབས་པ་དགོན་མཚོག་གིས་དང་ལེན་མཛད་པ་ར་སྐྱོད་བྱེད།

3) དགོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་འཕགས་པའི་རྗེས་སུ་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་དགོན་མཚོག་གི་ཕྱག་གཡས་དོས་སུ་བཞུགས། དེས་དོན་བཞི་བསྟན་ཏེ། ཀ ) ཞིང་གི་སྒྲིག་ཉེས་སེལ་བའི་ལས་ཡོངས་སུ་ཚར་བ་ཡིན། ཁ) ཞིང་ནི་དགོན་མཚོག་གི་མདུན་དུ་བཀུར་སྦྱིའི་གནས་སུ་བཞུགས། ག) ཞིང་ལ་དད་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་ལུ་ངོ་མཛད། ང ) ཞིང་ལ་དགོན་མཚོག་གི་དབང་ཚལོད། 4) གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་འཛོམས་ལུགས་ཀྱི་སྲིད་སྐྱོང་ལ། སྐྱར་གསོན་དུ་སྐྱུར་བ། ཞིང་ཁམས་སུ་འཕགས་པ། དགོན་མཚོག་གི་ཕྱག་གཡས་སུ་བཞུགས་པའི་ཞེན་གྱིས་ཡབ་དགོན་མཚོག་གིས་ངོ་མཛོའི་སྒྲིག་ཉེས་སེལ་བྱེད། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་ངོ་མཛོའི་ཚབ་ལ་དང་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིག་ཉེས་ཀྱི་ཉེས་ཚད་སྐྱོད། ཞིང་ནི་དགོན་མཚོག་གི་ཕྱག་སྐྱོ་སེལ་བའི་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐྱོག་སྐྱོས་བཏང་བའི་དམར་མཚོད་ཡིན་པས། ངོ་མཛོའི་སྒྲིག་ཉེས་བསལ་བྱེད་པ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ཚད་པ་ངོ་མཛོའི་ཐོག་མི་འགྱུར། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་ཡིས་དོན་བཞི་པོ་རྣམས་བསྐྱབས་པ་ཡིན་པས་ཡབ་དགོན་མཚོག་གི་སྐྱོན་སྐྱོར་ངོ་མཛོའི་སྒྲིག་ཉེས་མེད་པར་ཅི་གནང། སྐྱོབ་ཚོན་རྗེས་མར་དེའི་སྐྱོར་ལ་ཞིབ་སྐྱོབ་རྒྱ་ཡིན།

६.५ २) प्रभु येशू मृत्युबाट बौरी उठ्नुभएपछि उहाँ स्वर्गमा जानुभयो। स्वर्गमा प्रभु येशूले हाम्रो लागि ठाउँ तयार पाउँ हुनुहुन्छ र विश्वासीहरूको रूपमा हाम्रो लागि मध्यस्थता गर्नुहुन्छ। येशूको पुनरुत्थान र स्वर्गारोहणले हाम्रो मुक्तिको लागि उहाँले गर्नुभएको कामलाई परमेश्वरले स्वीकार गर्नुभयो भनी प्रमाणित गर्छ। ३) स्वर्गमा जानु भएपछि प्रभु येशू परमेश्वरको दाहिने हात तिर बस्नुभयो। यसले यो देखाउँछ कि: क) उहाँको प्रायश्चित्तको काम पूरा भयो; ख) उहाँ आदरको ठाउँमा परमेश्वरको नजिक हुनुहुन्छ; ग) उहाँमा विश्वास गर्ने सबैको तर्फबाट उहाँ परमेश्वरसँग कुरा गर्न सक्नु हुनुहुन्छ; र घ) उहाँसँग परमेश्वरको अधिकार छ। ४) प्रभु येशूको जीवन, मृत्यु, पुनरुत्थान, स्वर्गारोहणले हाम्रा पापहरू क्षमा गर्न परमेश्वर पितालाई सम्भव बनायो। प्रभु येशूले हाम्रो ठाउँमा हाम्रा पापहरूको खातिर दण्ड भोग्नुभयो। उहाँ बलिदान हुनुहुन्थ्यो जसले परमेश्वरको क्रोधलाई हटाउनुभयो, त्यसैले हाम्रा पापहरू हटाइयो र अब हामी त्यसको लागि दण्डित हुनेछैनौं। प्रभु येशुले यी चार कुरा गर्नु भएको कारणले गर्दा हामी परमेश्वरको नजरमा निर्दोष मानिन्छौं। हामी त्यसलाई अर्को पाठमा विस्तृत रूपमा हेर्नेछौं।

6.6 **बन्देक शर्को बौ**। शर्को बौं་ཡེ་བུ་གོ་ངམ་ནས་སྐྱེ་བའོ་ཕོ་བོ་བཞེད་སུ་ཉེ་བའོ་མཆོག་གི་ལུགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་སྤེར་བསྟུང་། (ཤེ་རྩོ་དང་བོ་ 2:24)

६.६ **मुख्य कुरा:** प्रभु येशू मर्नुभयो, मृत्युबाट जीवित हुनुभयो, स्वर्गमा जानुभयो, र परमेश्वरको दाहिने हात तिर बस्नुभयो।

6.7 **बौ बन्देक शेर**। རེད་ཚམས་སྲིག་ཉེས་ཀྱི་ཚན་སེའི་ཁོ་ཙམ་གྱི་དོན་ལ་འཚོ་བའི་ཕྱིར། བོད་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱ་ལོང་སྲིད་ང་ཚོའི་སྲིག་ཉེས་ཀྱི་ཚད་པ་རང་གི་སྐྱེ་ལུས་ཐོག་སྟེངས། བོད་གི་སྐྱེས་ལྱེད་ཚམས་གསོས་པར་གྱུར་ངོ། (ཤེ་རྩོ་དང་བོ་ 2:24)

६.७ **कण्ठ गर्ने पद:** हामी पापका लेखि मरेर धार्मिकताको लेखि जिऔं भनी उहाँले क्रूसमा आफ्नै शरीरमा हाम्रा पाप बोक्नुभयो। उहाँकै चोटहरूद्वारा तिमीहरू निको भयो। (१ पत्रुस २:२४)

6.8 **द्विसंयत्**

1. द्विःव। दःकोःसुदिःकोसःसुगसःग्रेःठसःसःवेःसुदिःसुदः 1) विदः गीसःदःगोःसःकोःसुदिःकोसःसुगसःग्रेःठसःसःवेःसुदिःसुदः 2) विदःगीसःदःकोःसुदिःकोसःसुगसःग्रेःठसःसःवेःसुदिःसुदः 3) विदःसुदिःकोसःसुगसःग्रेःठसःसःवेःसुदिःसुदः 4) दःगोःसःकोःसुदिःकोसःसुगसःग्रेःठसःसःवेःसुदिःसुदः 5) दःगोःसःकोःसुदिःकोसःसुगसःग्रेःठसःसःवेःसुदिःसुदः

2. द्विःव। गःकोःसुदिःकोसःसुगसःग्रेःठसःसःवेःसुदिःसुदः 1) विदः गीसःदःगोःसःकोःसुदिःकोसःसुगसःग्रेःठसःसःवेःसुदिःसुदः 2) विदःगीसःदःकोःसुदिःकोसःसुगसःग्रेःठसःसःवेःसुदिःसुदः 3) विदःसुदिःकोसःसुगसःग्रेःठसःसःवेःसुदिःसुदः 4) दःगोःसःकोःसुदिःकोसःसुगसःग्रेःठसःसःवेःसुदिःसुदः 5) दःगोःसःकोःसुदिःकोसःसुगसःग्रेःठसःसःवेःसुदिःसुदः

६.८ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: प्रभु येशूले हामीलाई पापबाट बचाउन के गर्नुभयो? उ: १) उहाँले सबै कुरामा परमेश्वर पिताको इच्छालाई पूर्ण रूपमा पालन गर्नुभयो। २) उहाँले हाम्रो पापको दण्डको रूपमा दुःख र मृत्यु भोग्नुभयो। ३) उहाँ मृत्युबाट फेरि जीवित हुनुभयो। ४) उहाँ स्वर्गमा जानुभयो जहाँ उहाँले हाम्रो निम्ति मध्यस्थता गर्नुहुन्छ र ५) परमेश्वरले दिनुभएको काम उहाँले पूरा गर्नुभयो। यो पूरा कामले परमेश्वरको लागि हामीलाई बचाउन सम्भव बनायो।

२. प्र: येशू बौरी उठ्नुभयो भनेर हामीले किन विश्वास गर्नुपर्छ? उ: किनभने मृत्युपछि येशू जीवित हुनुभयो भन्ने धेरै सत्य प्रमाणहरू छन्।

6.9 **सुदिःकोसःसुगसःग्रेःठसःसःवेःसुदिःसुदः** सुगसःग्रेःठसःसःवेःसुदिःसुदः 1) विदः गीसःदःगोःसःकोःसुदिःकोसःसुगसःग्रेःठसःसःवेःसुदिःसुदः 2) विदःगीसःदःकोःसुदिःकोसःसुगसःग्रेःठसःसःवेःसुदिःसुदः 3) विदःसुदिःकोसःसुगसःग्रेःठसःसःवेःसुदिःसुदः 4) दःगोःसःकोःसुदिःकोसःसुगसःग्रेःठसःसःवेःसुदिःसुदः 5) दःगोःसःकोःसुदिःकोसःसुगसःग्रेःठसःसःवेःसुदिःसुदः

६.९ **प्रार्थना:** दयालु परमेश्वर, हामी तपाईंको पुत्र येशूको लागि धन्यवाद दिन्छौं, जो हाम्रा पापहरूको लागि मर्नुभयो, हाम्रो न्यायको लागि जीवित हुनुभयो, जो स्वर्गमा उक्लनुभयो, र तपाईंको दाहिने हातमा बस्नुभयो। आमेन।



དགོན་མཚོག་གི་འཕྲིན་བཟང་ལ་མ་ཉན་པས་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱེ་འདོད། དུས་ཀྱི་མཐའ་མའི་ཉིན་མོར་དགོན་མཚོག་གི་ལོ་ཉམས་ཀྱིས་དང་བ་མེད་པའི་མི་ངན་པ་རྣམས་དང་བ་ཡོད་པའི་དྲང་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་དབྱེ་བ་འབྱེད། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱེ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སུ་ནི་ལོ་ཉང་བཅས་གཟི་བརྗེད་དང་ལྡན་པར་འབྱོན་པའི་སྐབས་སུ། རང་གི་གཟི་བརྗེད་ལྡན་པའི་བཞུགས་ཁྲིལ་བཞུགས་པར་འགྱུར་ཞིང་། མི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཁོང་གི་མདུན་དུ་བསྟུང་ནས། ལུག་རྗེ་ཡིས་ར་རྣམས་ལས་ལུག་སོ་སོར་འབྱེད་བ་ལྟར། ཁོང་གིས་དེ་ཚོ་འང་འབྱེད་པར་གྱུར་ནས། ལུག་རྣམས་ཁོང་གི་གཡས་སྟོགས་དང་། ར་རྣམས་ཁོང་གི་གཡོན་སྟོགས་སུ་འཇུག་དེ་ནས་རྒྱལ་པོས་གཡས་སྟོགས་སུ་ཡོད་པ་རྣམས་ལ། ངའི་ཡབ་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་བ་ཁྱོད་རྣམས། ཤོག་ལ། འཛིག་རྟེན་བཞེད་པ་ནས་ཁྱོད་ཚོའི་བྱིར་བཤམས་པའི་རྒྱལ་སྤིང་འཛིན་ཞེས་དེ་ནས་ཁོང་གིས་གཡོན་སྟོགས་སུ་ཡོད་པ་རྣམས་ལ། དམོད་པ་ཤོག་པ་ཁྱོད་ཚོ། ངའི་མདུན་ནས་བདུད་རྒྱལ་དང་ཁོའི་ལོ་ཉམས་ཀྱི་ཚེད་དུ་བཤམས་ཏེ་གསོད་པར་མི་ཐུབ་པའི་མེ་ལ་ལར་རྒྱགས་ཤིག་ཅེས་གསུངས། དེ་ལྟར་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱེ་ལ་དང་བ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚེ་འཕྲོབ་པར་འགྱུར། འོན་ཀྱང་དགོན་མཚོག་གི་འཕྲིན་བཟང་འདོད་མཁན་རྣམས་ནི་མཐའ་མེད་པའི་གཏོར་བཤེག་ལ་འགྲོ་བར་འགྱུར་ངེས་ཡིན། དེར་དཔུལ་ཁམས་སུ་བདུད་དང་མཉམ་དུ་ཁོ་ཚོ་རྒྱན་དུ་གཞན་དགོས།

७.३ **व्याख्या:** प्रभु येशू स्वर्गमा जानु भन्दा पहिले, उहाँले चेलाहरूलाई चारवटा कुरा गर्न भन्नुभयो: १) संसार भरि जाओ; २) सबै देशमा चेलाहरू बनाओ; ३) तिनीहरूलाई पिता र पुत्र र पवित्र आत्माको नाउँमा बप्तिस्मा देओ, र ४) प्रभु येशूले सिकाउनुभएको सबै कुरा आज्ञा पालन गर्न सिकाओ। विगत २,००० वर्षदेखि चेलाहरू र उनीहरूका उत्तराधिकारीहरूले यो गर्दै आइरहेका छन्। कतिले आफ्नो सन्देश सुनेका छन्। यिनीहरूले आफ्नो पापको पश्चात्ताप र प्रभु येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्छन्। अन्य ठाउँहरूमा, मानिसहरूले परमेश्वरको सुसमाचार सुन्दैनन् र प्रभु येशूलाई इन्कार गर्छन्। अन्तिम दिनमा, स्वर्गदूतहरूले अविश्वासी दुष्टहरूलाई धर्मी विश्वासीहरूबाट अलग गर्नेछन्: “जब मानिसको पुत्र आफ्नो महिमामा आउँछ, र सबै स्वर्गदूतहरू उहाँसँगै हुन्छन्, तब उहाँ आफ्नो महिमित सिंहासनमा बस्नुहुनेछ। उहाँको सामु सबै राष्ट्रहरू भेला हुनेछन्, र गोठालोले भेडाहरूलाई बाख्राहरूबाट छुट्याएझैं उहाँले मानिसहरूलाई एक-अर्काबाट अलग गर्नुहुनेछ। अनि उहाँले भेडाहरूलाई आफ्नो दाहिनेपट्टि, तर बाख्राहरूलाई देब्रेपट्टि राख्नुहुनेछ। तब राजाले आफ्नो दाहिनेपट्टि भएकाहरूलाई भन्नेछन्, ‘आओ, मेरा पिताका धन्यका हो! संसारको उत्पत्तिदेखि तिमीहरूका निम्ति तयार गरिएको राज्यलाई अधिकार गर।’ ... तर उहाँले आफ्नो देब्रेपट्टि भएकाहरूलाई भन्नेछन्, ‘श्रापित मानिस हो, मबाट दूर होओ, र दियाबलस र त्यसका दूतहरूका लागि तयार गरिएको अनन्तको आगोमा जाओ।’” यसरी, प्रभु येशूमा विश्वास गर्नेहरूले अनन्त



7.5 **ནང་དོན་གཙོ་བོ།** དགོན་མཚོག་གིས་སྒྲིག་ཉེས་ལ་སྤང་བས་དུས་ཀྱི་མཐའ་མའི་ཉེན་མོར་སྒྲིག་ཉེས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཉེས་ཚད་གཏོང་བར་འགྱུར་ངེས་ཡིན།

७.५ **मुख्य कुरा:** परमेश्वरले पापलाई घृणा गर्नुहुन्छ र अन्तिम दिनमा सबै पापीहरूलाई दण्ड दिनुहुनेछ।

7.6 **སློབ་འཛིན་བྱེད་སྒྲུ།** མི་རྣམས་ཐེངས་གཅིག་འཚིན་པ་དེའི་རྗེས་སུ་དགོན་མཚོག་གི་བྲིམས་གཙོད་པར་ཐག་གཙོད་མཛད། (ཡ་ཏུ་དྲུབ་ 9:27)

७.६ **कण्ठ गर्ने पद:** जसरी मानिसको निम्ती एक पटक मर्नु निश्चित छ, र त्यसपछि इन्साफ, (हिब्रू ९:२७)

## 7.7 ཉིས་ལན།

1. ཉི་བ། དུས་ཀྱི་མཐའ་མའི་ཉེན་མོར་གང་འགྱུར་ཡོང་ངམ། ལན། དགོན་མཚོག་གིས་མི་ཐམས་ཅད་ལ་བྲིམས་གཙོད་མཛད་ངེས་ཡིན།

2. ཉི་བ། སྒྲིག་ཉེས་ཀྱི་ཉེས་ཚད་ལས་ང་ཚོ་ཇི་ལྟར་ཐར་བར་འགྱུར་ངམ། ལན། སློབ་པ་ངན་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱུར་ཏེ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་སློབ་པ་དེ་རྣམས་ཐར་བར་འགྱུར་ངེས་ཡིན།

## ७.७ प्रश्न र उत्तरहरू:

१. प्र: अन्तिम दिनमा के हुनेछ? उ: परमेश्वरले सबैको न्याय गर्नुहुनेछ।

२. प्र: कसरी हामी पापको सजायबाट बचन सक्छौं? उ: हाम्रा पापहरूको पश्चात्ताप गरेर र प्रभु येशू ख्रीष्टमा विश्वास गरेर हामी बचन सक्छौं।

7.8 **སྒྲིབ་ལམ་འདེབས་རྒྱ།** མི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྲིམས་དཔོན་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལུགས། བྱིན་ཀྱི་ཕྱགས་བྲིའི་ཉེན་མོ་ཡོང་བས་བྱིན་ཀྱི་དྲང་བདེན་ཀྱི་བྲིམས་གཙོ་དམངོན་པར་འགྱུར་ངེས་ཡིན། སེམས་མཐུགས་ཤིང་ངན་སྒྲོད་ཀྱི་བསམ་བཤས་སྤངས་བས་ཚད་པ་དྲག་པོ་གསོག་པ་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་བྱེད། འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་ནས་དྲང་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་བྱིར་བཤམས་པའི་རྒྱལ་སྤིད་འཛིན་མཁན་དུ་འགྱུར་བའི་ཚེད་དུ་ང་ཚོས་སྤྲིག་ཉེས་སྤངས་ནས་དམ་པའི་འཕྲིན་བཟང་ལ་དད་པ་བྱེད་པར་ཤོག །ཨ་མེན།

७.८ **प्रार्थना:** प्रभु येशू ख्रीष्ट, हरेक राष्ट्रहरूको न्यायकर्ता, तपाईंको क्रोधको दिन आउँदैछ र तपाईंको धार्मिक न्याय अवश्य प्रकट हुनेछ। हामी स्वीकार गर्छौं कि हाम्रो कठोर र अपश्चात्तापी हृदयले गर्दा आफ्नै लागि क्रोध थुपारिरहेका छौं। हामीलाई हाम्रा पापहरूको पश्चात्ताप गर्न र पवित्र सुसमाचारमा विश्वास गर्न मद्दत गर्नुहोस्, ताकि हामी संसारको जगबाट धर्मीहरूको लागि तयार गरिएको राज्यको उत्तराधिकारी हुन सकौं। आमेन।



# སློབ་ཚན་བརྒྱུད་པ། སེམས་བསྐྱུར་ནས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་ སྐྱོད། (དང་པོ་)

## पाठ आठ: पश्चात्ताप र विश्वास (१)

8.1 **ཕུ་བ།** སློབ་པ་དབྱེ་བ་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱུར་ཏེ་འཕྲིན་བཟང་ལ་དད་པ་བྱིས་ཤིག། (མར་གྱུ་ 1:15)

८.१ **པད:** पश्चात्ताप गर, र सुसमाचारमा विश्वास गर। (मर्कुस १:१५)

8.2 **ངོ་སྤྲོད།** སློབ་ཚན་སློབ་མར་གསལ་བཤད་བྱས་པ་ལྟར་དུས་ཀྱི་མཐའ་མའི་ཉིན་མོར་དགོན་མཚོག་གིས་མི་ཐམས་ཅད་ལ་བྲིམས་གཙོད་མཛད། དགོན་མཚོག་ལ་དོ་སྣང་མི་བྱས་པར་རང་གི་འདོད་པ་བཞིན་མི་ཚོ་བསྐྱུལ་བ་རྣམས་དམུལ་ཁམས་སུ་འགྲོ་དགོས། འོན་ཀྱང་སློབ་པ་དབྱེ་བ་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱུར་ཏེ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་རྣམས་དགོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་འགྲོ་དེའི་ཕྱིར་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་ཉེས་ཚད་ལས་ཐར་བའི་ཚེད་དུ་ང་ཚོས་བྱེད་དགོས་པའི་བྱ་བ་གཉིས་ཡོད་དེ། སློབ་པ་དབྱེ་བ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱུར་བ་དང་གཙོག་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་དང་གཉིས་བཅས་ཡིན། སློབ་ཚན་འདིར་སློབ་པ་དབྱེ་བ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱུར་བ་དེ་གང་ཡིན་པ་དང་། སློབ་ཚན་ཇེས་མར་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་ངེ་ལྟར་དད་པ་བྱེད་པའི་སྐྱོར་གསལ་བཤད་བྱེད་རྒྱ་ཡིན།

८.२ **པརིཅལ:** अधिल्लो पाठमा व्याख्या गरिएझैं, परमेश्वरले अन्तिम दिनमा सबै मानिसहरूको न्याय गर्नुहुनेछ। जसले परमेश्वरलाई ध्यान दिंदैन, तर आफैँलाई खुसी पार्न जिउँछ, तिनीहरू नरकमा जान्छन्। पापबाट पश्चात्ताप गर्नेहरू र प्रभु येशूमा विश्वास गर्नेहरू चाहिँ स्वर्गमा जान्छन्। हामीले सजाय वा पापहरूबाट बच्न हामीले गर्ने पर्ने दुइटा कुराहरू छन्: पश्चात्ताप गर्नु र प्रभु येशूमा विश्वास गर्नु। यस पाठमा हामी पश्चात्तापको बारेमा, र तलका पाठमा, प्रभु येशूमा विश्वास गर्ने बारे सिक्नेछौं।

8.3 **འགྲེལ་བ།** སློབ་པ་སློབ་ཚན་ལ་གསལ་བཤད་བྱས་པ་ལྟར་ང་ཚོ་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤིས་ཡོད་པ་དང་། རྒྱུ་དུས་ནས་བཟུང་ང་ཚོ་སྤྲིག་ཉེས་ལ་གོམས་འདྲི་ཚེན་བོ་ཡོད། འཚར་ལོངས་བྱུང་དུས་མི་གཞན་ལ་སྐྱུར་བ་འདེབས་པ་དང་། རླུང་ཤོད་པ། འདོད་ཆགས་ཀྱི་བསམ་སློབ་གཏོང་བ་ལ་སོགས་པའི་གོམས་གཤིས་དབྱེ་བ་མང་བོ་ཡོད་པར་གྱུར། སྤྲིག་ཉེས་ལ་དགའ་བས་དེའི་ཕྱོགས་རིས་བྱས་ཏེ་དགོན་མཚོག་དང་རྒྱུ་འགལ་ཏུ་འགྱུར། དཔེར་ན་མི་རྣམས་ཀྱི་སློབ་ལམ་གྱི་སྐྱོར་ལ་བསམ་སློབ་བྱེད་པ། དགོན་མཚོག་གམ་མི་གཞན་གྱི་དོན་ལས་རང་ཉིད་འོ་ནའི་དོན་གཉེར་བའི་སློབ་མི་གཞན་རྣམས་ལ་གཞོད་པ་

བྱེད། དང་ཚོ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་ལམ་གྱི་སྐོར་ལ་བསམ་སྒྲོ་ཞིབ་སྒྲུབ་གཏོང་དགོས། དེ་དམའ་སྤྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་  
 དཀོན་མཆོག་གམ་མི་གཞན་གྱི་དོན་གཉེར་བ་ལས་རང་དོན་ལོ་ན་བྱེད་དེ་མི་གཞན་དམའ་སྤྱོད་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་  
 ཀྱི་ཡོད། གལ་ཏེ་དང་ཚོས་མི་གཞན་ནམ་ཡང་ན། དཀོན་མཆོག་གི་དོན་གཉེར་བ་ལས་རང་འདོད་ཚེ་པོ་བྱས་  
 བ། རྗེས་ཉེས་ཅན་སྤྱུག་ཤོས་དང་འདྲ་བ་ཡིན། ཡང་དེ་དམའ་སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་པ་རབ་པ་བྱེད་མཁན་གཞན་  
 དག་ལ་སྤྱོད་འདོགས་བྱེད་ཀྱང་། རང་ཉིད་ཀྱིས་ཁོ་ཚོ་དང་འདྲ་བར་སྤྱོད་པ་བྱས་ན། དང་ཚོ་དཀོན་མཆོག་གི་  
 བྲིམས་གཅོད་ལས་ཐར་སྲིད་སྐྱམ་མམ། གལ་སྲིད་དེ་ལྟར་བྱས་ན་བྱམས་སེམས་དང་ལྡན་པའི་ཡབ་དཀོན་  
 མཆོག་ལ་མཐོང་ཚུང་བྱེད་པ་དང་མཚུངས། ཁ་བཤད་དོན་ལ་མི་གཞན་པའི་སྤྱོད་ལམ་དེས་དམ་པའི་དཀོན་  
 མཆོག་ལ་ཕོག་བྱུགས་གཏོང་ཞིང་། ཁོང་གི་སྤྱོད་སྤྱོད་རང་ཚོ་མི་གཅོད་བར་བྱེད། རྗེས་ཉེས་ཀྱིས་དེ་དམའ་སྤྱོད་  
 དཀོན་མཆོག་གི་འགལ་ལྷོད་འགྱུར་དུ་འཇུག་ དེའི་རྒྱུ་ཀྱིས་དང་ཚོ་དཀོན་མཆོག་གི་བདེན་པ་ཉོགས་མི་བྱུབ་  
 མཁན་དུ་གྱུར་ཞིང་། བདུད་ཀྱི་རླུང་གཏམ་གྱི་དབང་དུ་ཤོར། དེ་དག་དང་ཚོས་ལེགས་པར་ཤེས་ན་འགྲོད་  
 གཏུང་དང་། རོ་གཞོང་། སེམས་སྤྱུག་ཆེན་པོ་སྐྱེ་དེས། རྗེས་ཉེས་ཀྱི་རྒྱུ་ཀྱིས་ལྷ་རབ་བྱེད་ཅིང་། རྗེས་  
 ཉེས་སྤོང་བར་འདོད་མཁན་དུ་འགྱུར། དེའི་ཕྱིར་སྤྱོད་ལམ་རབ་པ་ལེ་ལུར་པོ་ཆེན་པོ་འཇུག་ནས་ཡིད་ཐང་  
 ཆད་པར་འགྱུར་བ་དང་གཅིག་པ་ཡིན།

८.३ अधिल्लो पाठहरूमा व्याख्या गरिएझैं, हामी सबैमा पापमय स्वभाव छ। जब हामी साना  
 केटाकेटी थियौं, हाम्रा आमाबाबुले कसरी गर्ने भनेर सिकाउनु भन्दा पहिले नै, हामीले पाप गर्यौं।  
 जब हामी हुर्कदै गर्यौं, हामीले धेरै पापमय बानीहरू विकास गर्यौं जस्तै अरुको बारेमा नराम्रो  
 बोल्ने, झूट बोल्ने वा कामुक विचारहरू सोच्ने। हामी हाम्रो पापमा संलग्न भयौं, र हामीले  
 परमेश्वरको विरुद्धमा यसैको पक्ष लियौं। उदाहरणका लागि, मानिसहरूको व्यवहारको बारेमा  
 सोच्नुहोस्। जब तिनीहरूले परमेश्वर वा हामी भन्दा आफ्नै स्वार्थ खोज्छ तब हामीलाई हानि  
 पुग्छ। अब हाम्रो आफ्नै व्यवहारको बारेमा ध्यानपूर्वक विचार गर्नुहोस्। हामी पनि परमेश्वरको वा  
 अरुको स्वार्थ भन्दा आफ्नो स्वार्थ खोजेर अरुलाई हानि पुर्‍याउँछौं। यदि हामी परमेश्वर वा अरुको  
 भन्दा आफ्नै स्वार्थ खोज्छौं भने, हामी वास्तवमा त्यही गछौं जुन सबैभन्दा खराब पापीहरूले गर्छन्।  
 यदि हामीले अरु खराब काम गर्नेहरूलाई दोष लगाउँछौं, तर आफै त्यस्तै व्यवहार गर्छौं भने, के  
 हामी परमेश्वरको न्यायबाट बच्न सक्छौं भन्ने सोच्दछौं? यदि हामी त्यसो गर्छौं भने, हामीले प्रेमिलो  
 स्वर्गीय पिताको अनादर र अपमान गर्छौं। यस्तो कपटी व्यवहारले हाम्रो पवित्र परमेश्वरलाई  
 अपमान गर्छ, र उहाँको नजरमा हामीलाई अशुद्ध बनाउँछ। पापले हामीलाई परमेश्वरको शत्रु  
 बनाउँछ। यसको कारणले गर्दा हामी परमेश्वरको सत्यतालाई बुझ्न सक्दैनौं, र हामी शैतानको  
 झूटमा विश्वास गर्छौं। जब हामीले यो सबै बुझ्छौं, तब हामी गहिरो पश्चाताप, लाज र शोक

महसुस गर्छौं। हामी हाम्रो पापको कारण शोक गर्छौं। र यसबाट छुटकारा पाउन चाहन्छौं। यी कारणहरूले गर्दा, पापसँग जिउनु भनेको भारी बोक्नलाई थाकेको जस्तै हो।

8.4 ང་ཚོས་གནས་སྐབས་དེ་ཚམས་རྟོགས་ནས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་སེམས་བསྐྱེད་བའི་སྐོར་གྱི་གསུངས་ཐོས་པར་འགྱུར་བའི་གྲོ་སྒྲིག་ཡིན། ཁོང་གིས་ཁྱིད་ཡིད་ཐང་ཚད་པ་དང་ཁུར་ཚེན་གྱིས་གནོན་པ་ཐམས་ཅད་པའི་རྩར་ཤོག ངས་ཁྱིད་ལ་ངལ་གསོ་སྦྲེར་བར་བྱ། ངའི་གཉའ་ཤིང་འཁུར་ཞིང་། ང་ལས་ཤེས་པར་གྱིས། ང་འི་སེམས་དུལ་ཞིང་སྦྲེམས་ཚུང་ཡིན་པས་ཁྱིད་ཚེད་སེམས་ལ་ངལ་གསོ་འཕྲོ་བ་པར་འགྱུར། དཀོན་མཆོག་དང་འབྲེལ་བ་ཡག་པོར་གདུང་སྟེ། དེ་གྱི་ལས་ངན་བཤད་ནས་ཁས་སྲུངས་ཞིང་ཁོང་ལ་གྱེད་ཀོན་མཆོག་རྒྱུ་ཚབ་ལ་ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་ཞེས་འབོད་སྒྲོ་སྒྲིག་དེ་ཚམས་ཀྱིས་སྦྱོད་པ་ངན་པ་ཚམས་སྐྱངས་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ཏེ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དང་བསྐྱེད་པས། དཀོན་མཆོག་གིས་ངན་སེམས་སྐྱེད་དུ་བཅུག་པས་སྒྲིག་ཉེས་འི་ང་ཚོའི་དག་པོར་འགྱུར། སྒྲིག་ཉེས་ལ་སྤང་ཞིང་ངོ་ཚོལ་བྱེད་དེ་དཀོན་མཆོག་གི་སྦྱོགས་ཤིས་བྱེད། དཀོན་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེའི་ཐོག་ནས་དེ་གྱི་སྒྲིག་པའི་སྦྱོད་ལམ་མེད་པ་བྱེད་པར་འབད་བརྩོན་བྱེད། དེ་ཚམས་ཀྱིས་ཡིད་རྟོན་ནས་དེ་ལྟར་བྱེད་བྱུང། གང་ཡིན་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་རང་གི་སྒྲིག་ཉེས་ཁས་སྲུངས་ན། དཀོན་མཆོག་འི་སྒོ་གཏད་ཚོགས་པ་དང་ཡང་དག་པ་ཡིན་པས་སྒྲིག་ཉེས་སེལ་ཞིང་བྱེད་པོ་མེད་པའི་དྲི་མ་ལས་ཡོངས་སུ་འདག་པར་མཛད་པ་དེ་གྱིས་ཤེས་པས་སོ། །

८.४ जब हामी यो बुझ्छौं, तब हामी पश्चात्तापको बारेमा येशूको शिक्षा सुन्न तयार हुन्छौं। उहाँले भन्नुभयो, “हे सबै थाकेका र बोझले दबिएकाहरू हो, मकहाँ आओ, र म तिमीहरूलाई विश्राम दिनेछु। मेरो जुवा आफूमाथि लेओ, र मसँग सिक; किनभने म विनम्र र कोमल हृदयको छु, अनि तिमीहरूले आफ्ना आत्मामा विश्राम पाउनेछौ।” परमेश्वरसँगको सही सम्बन्धको चाहना गर्दै, हामी हाम्रा पापहरू स्वीकार गर्छौं र उहाँलाई पुकार्छौं, “हे परमेश्वर, म पापीमाथि दया गर्नुहोस्!” जब हामी पश्चात्ताप गर्छौं र प्रभु येशूमा विश्वास गर्छौं, परमेश्वरले हामीलाई पापबाट टाढा राख्नुहुन्छ, जसले गर्दा पाप हाम्रो शत्रु हुन्छ। हामी यसलाई घृणा गर्छौं र यसको विरुद्धमा परमेश्वरको पक्ष लिन्छौं। परमेश्वरको अनुग्रहद्वारा, हामी लगनशीलताका साथ हाम्रो पापी व्यवहारलाई मृत्युमा राख्न खोज्छौं। हामी यो विश्वासपूर्वक गर्न सक्छौं किनभने हामीलाई थाहा छ कि यदि हामीले हाम्रा पापहरू स्वीकार गर्यौं र पश्चात्ताप गर्यौं भने, “हाम्रा पापहरू क्षमा गर्न र सबै अधर्मबाट हामीलाई शुद्ध पार्न उहाँ विश्वासयोग्य र धर्मी हुनुहुन्छ।”

8.5 ང་ཚོས་དོན་དངོས་སུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྒྲིག་ཉེས་སྦྱོང་བ་ཇི་ལྟར་ཤེས། སེམས་བསྐྱེད་བའི་རྟོགས་བཞི་ཡོད་དེ། སྒྲིག་ཉེས་ཚབ་ཡིན་པ་ཤེས་པ་དང་གཙོག་སྒྲིག་ཉེས་ཀྱི་རྐྱེན་གྱིས་སྦྱོ་གདུང་དང་ངོ་གནོད་སྐྱེ་བ་དང་གཉིས། སྒྲིག་ཉེས་འི་དེ་གྱི་དག་པོ་ཡིན་པས་དེ་ལ་སྤང་བ་དང་གསུམ། སྦོན་ལམ་བཏབ་ནས་

རང་གི་སྒྲིག་ཉེས་ཁས་སྒྲུངས་པ་དང་བཞི་བཅས་ཡིན། གལ་ཏེ་སྒྲིག་ཉེས་སེལ་བ་དང་དགོན་མཚོག་གི་  
གནང་སྒྲིབ་ཏེ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚེ་ཐོབ་པར་འདོད་ན། སྨྱོད་པ་ངན་པ་རྣམས་སྒྲུངས་ནས་སེམས་བསྐྱེད་  
དགོས། དེ་ནི་ཡེ་ཤུ་པར་འགྱུར་བའི་ཆེད་དུ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་རིམ་པ་དང་བོ་ཡིན། རིམ་པ་གཉིས་པ་དེ་  
དང་འདྲ་བའི་གལ་ཆེན་ཡིན་ཏེ། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ཁོ་རང་དང་པ་བྱེད་དགོས། དེ་ནི་སྨྱོད་ཚེ་རྗེས་མའི་ནང་  
དོན་གཙོ་བོ་ཡིན།

८.५ हामीले वास्तवमै पापबाट पश्चात्ताप गरेका छौं भनेर कसरी थाहा पाउने? पश्चात्तापको चार  
चिन्हहरू: १) हामीलाई थाहा छ हामी पापी छौं। २) पापको लागि हामीलाई दुः ख र लाज लाग्छ।  
३) हामी हाम्रो पापलाई घृणा गर्छौं, किनभने यो हाम्रो शत्रु हो। ४) हामी प्रार्थना गर्छौं र हाम्रा  
पापहरू परमेश्वर अघि स्वीकार गर्छौं। यदि हामी पापहरूको क्षमा र परमेश्वरसँग अनन्त जीवन  
चाहन्छौं भने, हामीले पश्चात्ताप गर्नेपछि। पश्चात्ताप एक ईसाई हुनुको पहिलो र महत्त्वपूर्ण चरण  
हो। दोस्रो चरण पनि उत्तिकै महत्त्वपूर्ण छ: हामीले प्रभु येशू ख्रीष्टमा मात्र विश्वास गर्नुपर्छ। त्यो  
हाम्रो अर्को पाठको विषय हो।

8.6 **ནང་དོན་གཙོ་བོ།** ཐར་པ་འཕྲོབ་པའི་ཆེད་དུ་ང་ཚོས་སྨྱོད་པ་ངན་པ་རྣམས་སྒྲུངས་ནས་སེམས་བསྐྱེད་  
དགོས།

८.६ **मुख्य कुरा:** हामीले मुक्ति पाउनको लागि पापहरूको पश्चात्ताप गर्नेपर्छ।

8.7 **སྨྱོད་ཚེ་བྱེད་ཀྱི།** ཁྱོད་ཚོས་སྨྱོད་པ་ངན་པ་སྒྲུངས་ནས་སེམས་མ་བསྐྱེད་ན་ཁྱོད་ཚོ་ཐམས་ཅད་དེ་ལྟར་  
དུ་འཛིག་པར་འགྱུར། (ལུ་ཀླ 13:5)

८.७ **कण्ठ गर्ने पद:** तिमीहरूले पश्चात्ताप गरेनौं भने, तिमीहरू सबै त्यसरी नै नाश हुनेछौं। (लूका  
१३:५)

### 8.8 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། སྐྱོད་པ་ངན་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱུར་བ་དེའི་ཡིན་ནམ། ལན། སྐྱོད་པ་ངན་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱུར་བ་དེ་ནི་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་ཕྱོགས་ནས་ཁ་ཕྱོགས་སྤོག་པ་དང་དཀོན་མཚོག་གི་ཕྱོགས་སུ་ཁ་ཚུར་གཏུབ་དེ་ཡིན།
2. དྲི་བ། སྐྱོད་པ་ངན་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱུར་བའི་རྟགས་བཞི་པོ་དེ་རྣམས་གང་ཡིན་ནམ། ལན། དེ་རྣམས་ནི་སྤྲིག་ཉེས་ཅན་ཡིན་པ་ཤེས་པ་དང་གཅིག་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་རྐྱེན་གྱིས་སྐྱོ་གདུང་དང་ངོ་གཞོང་སྐྱེ་བ་དང་གཉིས། སྤྲིག་ཉེས་དེ་རྣམས་ཀྱི་དགྲ་པོ་ཡིན་པས་དེ་ལ་སྤང་བ་དང་གསུམ། སྤོན་ལམ་བཟབ་ནས་རང་གི་སྤྲིག་ཉེས་ཁས་སྤངས་པ་དང་བཞི་བཅས་ཡིན།

### ८.८ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: पश्चात्ताप भनेको के हो? उ: पश्चात्ताप भनेको पापबाट फर्केर परमेश्वर तिर फर्कनु हो।
२. प्र: साँचो पश्चात्तापको चारवटा संकेतहरू के के हुन्? उ: हामीलाई थाहा छ हामी पापी छौं। हामीलाई पापको लागि दुः ख र लाज लाग्छ। हामी हाम्रो पापलाई घृणा गर्छौं, किनभने यो अब हाम्रो शत्रु हो। हामी प्रार्थना गर्छौं र हाम्रा पापहरू परमेश्वरमाथि स्वीकार गर्छौं।

8.9 **སྤོན་ལམ་འདེབས་སུ།** ཡོངས་སུ་དམ་པའི་དཀོན་མཚོག་ལགས། བྱེད་ཀྱི་ཐེབས་ལམ་ཀུན་ནི་དྲང་བདེན་ཉིད་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ཡང་། ང་ཚོས་བྱེད་ལ་སྤྲིག་ཉེས་བྱས་པས་བྱེད་ཀྱི་སྲས་དང་སྲས་མོ་ཞེས་ཟེར་བ་མི་འོས། སྤྲིག་པའི་རྐྱེན་གྱིས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་པ་ཕོག་འོས་པ་ཡིན་པས། བྱེད་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་གྱིས་ང་ཚོ་སྐྱོད་པ་ངན་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱུར་བའི་ཕྱོགས་སུ་འབྲིད་པར་ཤོག དེ་ནི་བྱེད་ཀྱི་གཟི་བརླིང་གི་བསྐྱོད་པའི་དོན་ལ་འཚོ་བའི་ཚེད་དུ་ཡིན། གཙོ་པོ་ཡེ་ཤུའི་མཚན་གྱི་ཐོག་ནས་ལུ། ཨ་མེན།

८.९ **प्रार्थना:** अति पवित्र परमेश्वर, तपाईं आफ्नो सबै मार्गहरूमा धर्मी हुनुहुन्छ, तर हामीले तपाईंको विरुद्धमा पाप गरेका छौं, र तपाईंको छोराछोरीहरू भनिने योग्यका छैनौं। पापको कारणले गर्दा हामी तपाईंको क्रोधको योग्य छौं; तपाईंको कृपाले हामीलाई पश्चात्ताप तिर डोऱ्याउनु, ताकि हामी तपाईंको महिमाको प्रशंसामा जिउन सकौं। प्रभु येशूको नाउँमा। आमेन।

# སློབ་ཚན་དགུ་པ། སེམས་བསྐྱར་ནས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་སྐོར། (གཉིས་པ་)

## पाठ नौ: पश्चात्ताप र विश्वास (२)

9.1 **རྩ་བ།** དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་འཁོར་གི་སྐུ་མུ་གི་ཀའི་མཚན་ལ་དད་པ་བྱེད་དགོས་པ་དེ་ཡིན།  
(ཡེ་ཏུ་ནུ་དང་བོ་ 3:23)

९.१ **པད:** अनि उहाँको आज्ञा यही हो, कि हामीले उहाँका पुत्र येशू ख्रीष्टको नाउँमा विश्वास गर्नुपर्छ। (१ यूहन्ना ३:२३)

9.2 **དོན།** སློབ་ཚན་སློབ་མར་ངའོས་ཡེ་ཤུ་པར་འགྱུར་བའི་ཆེད་དུ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་རིམ་པ་དང་བོ་  
འི་སློབ་པ་རབ་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱར་བ་དེ་ཡིན་པ་བསྟུན་ཟེན། སློབ་ཚན་འདིར་རིམ་པ་  
གཉིས་པ་སྟེ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་སྐོར་སློབ་རྒྱ་ཡིན།

९.२ **པརིཅལ:** अघिल्लो पाठमा हामीले पश्चात्तापको बारेमा सिकेका थियौं, जुन प्रभु येशूमा विश्वास गर्ने पहिलो महत्त्वपूर्ण चरण हो। यस पाठमा हामी दोस्रो चरणको बारेमा सिक्नेछौं: प्रभु येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्ने।

9.3 **འགྲེལ་བ།** གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་དབེ་ཞིག་བསྟན་ནས་འདི་ལྟར་གསུངས། ས་བོན་འདེབས་མཁན་ཞིག་ས་  
བོན་འདེབས་པར་ཞུམ། ས་བོན་གཏོར་བའི་སྐྱབས་སུ། ས་བོན་ཁ་ཤས་ལམ་ཁར་འཕྲོར་བ་དང་། ཁ་  
ཤས་ནི་ས་མང་བོ་མེད་པའི་བྲག་གི་སྟེང་ལ་འཕྲོར། ཁ་ཤས་ཚོར་མའི་ནང་དུ་འཕྲོར། ས་ཆ་རེ་རེས་དགོན་  
མཚོག་གི་འཕྲིན་བཟང་རྟོགས་ཚུལ་ཞིག་མཚོན་པ་དེ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་རིམ་གྱིས་གསལ་བཤད་བྱས། མི་ཁ་  
ཤས་གྱིས་དགོན་མཚོག་གི་འཕྲིན་བཟང་ཕྱོས་ན་ཡང་དེ་མ་རྟོགས། ཁོ་ཚོས་ང་ཡེ་ཤུ་པ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་ཡང་།  
སློབ་པ་རབ་པ་རྣམས་མི་སློང་བ་དང་། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་སྐྱོད་དེ་། མི་འགའ་ཤས་གྱིས་  
དགོན་མཚོག་གི་འཕྲིན་བཟང་ཕྱོས་མ་ཐག་སེམས་དགའ་བའི་ངང་ནས་དང་ལེན་བྱེད་ཀྱང་བཀའ་དེའི་དོན་  
དུ་སྐྱབས་བསྟུན་དང་གཞོན་འཚོ་འབྱུང་མ་ཐག་ཏུ་ཁོ་ཚོའི་དད་པ་ཉམས་པར་འགྱུར། ཡང་མི་རེ་ཞིག་གིས་  
དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ཕྱོས་ཀྱང་། འཕྲིན་རྟོག་འདིའི་འདོད་པར་ཆགས་པས་ཁོ་ཚོའི་དད་པ་མཐའ་ཉེ་དང་  
སེམས་ཉམས་པར་འགྱུར། མི་དེ་ཚོ་ཐམས་ཅད་གྱིས་ང་ཡེ་ཤུ་པ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་ན་ཡང་། ཁོ་ཚོའི་ནང་ནས་  
སུས་ཀྱང་དད་པ་དད་པ་སྐྱོད་བྱས་མེད། འོན་ཀྱང་ས་བོན་ཁ་ཤས་ས་རྒྱ་བཟང་བའི་ནང་དུ་ཟགས་པ་ལྟར།  
དེས་དགོན་མཚོག་གི་འཕྲིན་བཟང་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ངོམ་མཚོན་བཞིན་ཡོད།



र विश्वास गर्छौं तब हामीले यो वरदान पाउँछौं। हामीलाई परमेश्वरसँग सही सम्बन्ध बनाउन प्रेरित गर्ने विश्वासलाई बाइबलमा बप्तिस्मा, ख्रीष्टमा आउनु, ख्रीष्टलाई ग्रहण गर्ने वा ख्रीष्टलाई धारण गर्ने भनेर भनिएको छ। हामीलाई परमेश्वरसँग सही बनाउने विश्वास (जसलाई 'धर्मी ठहराउने विश्वास' पनि भनिन्छ) को तीनवटा विशेषताहरू छन्: १) यो हामीले गर्ने कुनै पनि राम्रो कामबाटको योग्यतामा भर पर्दैन; २) यो मुक्तिको लागि प्रभु येशू ख्रीष्टमा मात्र भर पर्छ; र ३) जोसँग यो छ तिनीहरूले प्रभु येशूलाई आफ्नो मुक्तिदाता हुनु भन्दछन्। धर्मी ठहराउने विश्वासको सानो कुराले पनि हामीलाई बचाउन सक्छ, तर क्षणिक विश्वासको ठूलो कुराले पनि हामीलाई बचाउन सक्दैन।

१.५ दगोवःसकेसःग्रेःदसःपदेःगसुदःववःवस। |वेदःग्रेःसुसःयेःसुःसुःवेःगदेःसकेवःवःददःवःसुदेःउदेः। |वेदःग्रेःसःदःकेवःवगदःवःसुदःदःकेसःगउतगःग्रेःसःगउतगःवःसुसःवःसुदेःदगोवःवःदेःयेवःवेसःवः ददः। |वेदःवःददःवःसुदेःसःववःससःउदः|वेदःग्रेःसकेवःग्रेःवेवःवसःश्वेगःसोवःदवेवःवःदःसुदःवेसः वीस। गउतेःवेःयेःसुःवःददःवःसुसःवसःसःवःदवेवःवःदेःकेदःदुःदःकेसःदगोवःसकेसःग्रेःदवेवःवःवःवेवः वेसःवसःवदेवःवःयेवःवःवेसःवेसःदेःगउतेःवेःयेःसुःवेःवःदेवःदगोवः। |वेदःकेवःददेःकुसःवःसुदेःग्रेःसः दगोवःसकेसःग्रेःदवेवःवःवेवःग्रेःवःदसःठवःववेवःयेदः। दवेवःवःवेवःदेःदगोवःसकेसःवसःदसुदःवेदः। दसःवेःसःवेसःदेदेःवदेवःवःवःवदेवःदसःसुसःवसःवदेवःवःयेवःवःवेसःसुव। गउतेःवेःयेःसुःसः सुदेःवःसुसःवःसःसःदःउदेः। सुदेःवःसःवःवगदःवःदेःसुदःददेवःदेवःवेवःसःवसः|वेदःवःददः वःसुदेःकेवः सुदेःग्रेःकेवःवः|वेदःग्रेःसःदगोवःसकेसःग्रेःकेसःसुसःवःददःवःवःसुसुवःसःवेदः। सुदेः ग्रेःश्वेगःवेसःग्रेःवेसःकेदःसुदेः। गउतेःवेःयेःसुःवेःवःददःवःसुदेःदगोवः। गदःवगसःवेवःव। केसः दवेवःग्रेःवगदःकेसःसः। केसःग्रेःकेवः सु। सकेवःठेदःग्रेःसःश्वेगःवेसःवःसःसुदेः। गउतेःवेः येःसुःवःददःवःसुसःवसःदगोवःसकेसःददःदवेवःवःवगःवेदः। वेःवदे। दगदःसुदेः। ददःगवेसः गसःवःदवेवःवःदःसुदः। |वेदःग्रेःसःददेवःदेवःददः। देदेःदवःव। वसुःवेदःवउसःग्रेःकुवः |वेदःवःवगदःवःदःसुदः। वेवःगुदः|वेदःवःददःवःसुदेःवःदेःसुवःवःदेसःदगोवःवःगउतगःयेदः। दे वेःवेवःकेवःदेसःसःदेःवदःदेवःयेवः।

१.५ यो बाइबलमा लेखिएको छ, “आज्ञा यही हो, कि हामीले उहाँका पुत्र येशू ख्रीष्टको नाउँमा विश्वास गर्नुपर्छ” र “उहाँमा विश्वास गर्ने हरेकले उहाँको नाउँद्वारा पापको क्षमा पाउनेछ।” प्रभु येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्न र मुक्ति प्राप्त गर्नको लागि, हामीले परमेश्वरको सुसमाचार सुन्नुपर्दछ, यो सत्य हो भनेर जान्नु पर्छ र प्रभु येशूमा मात्र भर पर्नुपर्छ। यी पाठहरूमा तपाईंले परमेश्वरको सुसमाचार पढ्दै वा सुन्दै हुनुहुन्छ। तपाईं जान्न सक्नुहुन्छ कि यो सत्य हो किनभने यो परमेश्वरबाट



आएको हो र धेरै साक्षीहरूले यसको सत्यताको गवाही दिएका छन्। तपाईंले प्रभु येशूमा आफ्नो पूर्ण विश्वास राख्न सक्नुहुन्छ, किनकि उहाँले तपाईंलाई प्रेम गर्नुहुन्छ र तपाईंलाई बचाउनको लागि यस संसारमा आउनुभएको हो। तपाईंको सट्टामा, येशूले परमेश्वरको व्यवस्थालाई पूर्ण रूपमा पालन गर्नुभयो, र तपाईंको पापको सजायको अनुभव भोग्नुभयो। उहाँले तपाईंलाई पापबाट बचाउन आवश्यक पर्ने सबै कुराहरू गर्नुभयो। तपाईं उहाँमा मात्र भरोसा गर्न सक्नुहुन्छ, किनकि अरु कुनै धार्मिक गुरु, धार्मिक रिवाज, ईश्वर, वा दर्शनशास्त्रले तपाईंलाई बचाउन सक्दैन। प्रभु येशूमा विश्वास गर्नाले तपाईंलाई परमेश्वरसँगको सही सम्बन्ध, शान्ति, आनन्द र नयाँ स्वभाव दिइनेछ। उहाँले तपाईंलाई यस संसारमा भएका सबै दुष्टता र परीक्षाहरूमाथि विजय दिनुहुनेछ। तर तपाईंले प्रभु येशूमा विश्वास गर्नु अघि, तपाईंले गर्नुपर्ने एउटा अर्को कुरा छ। यो हाम्रो अर्को पाठको विषय हो।

9.6 **बन्देक गतेँ**। **ཐར་པ་འཕྲོབ་པའི་ཆེད་དུ་གཙོ་བོ་ཡེ་སྤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་དགོས།**

९.६ **मुख्य कुरा:** मुक्ति पाउनको लागि हामीले प्रभु येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्नेपर्छ।

9.7 **बन्देक भुने**। **སྤྱོད་པ་ངན་པ་སྦྲངས་ནས་སེམས་བརྒྱུར་ཏེ་འཕྲིན་བཟང་ལ་དད་པ་གྱིས་ཤིག (མར་གཏུ 1:15)**

९.७ **कण्ठ गर्ने पद:** पश्चात्ताप गर, र सुसमाचारमा विश्वास गर। (मर्कूस १:१५)

9.8 **ईसा**।

1. **ईसा**। **མི་རྒྱམས་ཀྱིས་ཐབས་ཤེས་གཉིས་གང་གི་སློབ་སྐྱོང་གཙོ་བོ་ཡེ་སྤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་དམ། ལན།**  
**མི་རྒྱམས་ཀྱིས་གནས་སྐབས་ཀྱི་དད་པ་དང་། ཡང་ན་ཡང་དག་པར་བྱེད་ཐུབ་པའི་དད་པ་ཡིས་གཙོ་བོ་ཡེ་**  
**སྤུ་ལ་དད་པ་བྱེད།**

2. **ईसा**। **གནས་སྐབས་ཀྱི་དད་པ་དེ་གང་ཡིན་ནམ། ལན།** **གནས་སྐབས་ཀྱི་དད་པ་མིའི་སེམས་**  
**ནས་འབྱུང་། དེ་ནི་དུས་རེ་ཞིག་གི་བར་དུ་གནས་ནས་ཉམས་པར་འགྱུར་བས་མི་རྒྱམས་ལ་ཐར་བར་བྱེད་**  
**མི་སྲིད་དོ།**

3. **ईसा**। **ཡང་དག་པར་བྱེད་པའི་དད་པ་དེ་གང་ཡིན་ནམ། ལན།** **དེ་ནི་དགོན་མཚོག་གི་དུས་ཚུན་དུ་**  
**གནས་པའི་གནང་སྲིབ་ཡིན་པས་མི་རྒྱམས་ལ་ཐར་བར་བྱེད་དོ།**

4. སྲི་བ། དགོན་མཚོག་དང་འབྲེལ་བ་ཡང་དག་པ་བྱེད་ཐུབ་པའི་དད་པ་ལ་བྱེད་ཚོས་གསུམ་ཡོད་པ་དེ་གང་ཡིན་ནམ། ལན། དགོ་བའི་རྩ་བར་མཐའ་གཅིག་ཏུ་མི་རྟེན་པ་དང་གཅིག་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལོ་ནར་རྟེན་པ་དང་གཉིས། དེ་ཡིས་དད་ལྡན་རྣམས་ཐར་བར་བྱེད་པ་དང་གསུམ་བཅས་ཡིན།

#### ९.८ प्रश्न र उत्तरहरू:

१. प्र: कुन दुई तरिकामा मानिसहरूले प्रभु येशूमा विश्वास गर्छन्? उ: मानिसहरूले क्षणिक विश्वास वा धर्मी ठहराउने विश्वासमा विश्वास गर्न सक्छन्।

२. प्र: क्षणिक विश्वास भनेको के हो? उ: क्षणिक विश्वास मानिसबाट आउँछ: यो केवल छोटो समयको लागि मात्र रहन्छ र क्षणिक विश्वासले बचाउन सक्दैन।

३. प्र: धर्मी ठहराउने विश्वास भनेको के हो? उ: धर्मी ठहराउने विश्वास भनेको परमेश्वरको वरदान हो; यो सधैं भरि रहन्छ र यो भएकाहरूलाई बचाउन सक्छ।

४. प्र: विश्वासलाई धर्मी ठहराउने तीनवटा विशेषताहरू के के हुन्? उ: यो हामीले गर्ने कुनै पनि राम्रो कामबाटको योग्यतामा भर पर्दैन, यो प्रभु येशू ख्रीष्टमा मात्र भर पर्छ, र यसले विश्वास गर्नेहरूलाई बचाउँछ।

9.9 ལྷོན་ལམ་འདེབས་རྒྱ། ཞིང་ཁམས་སུ་བཞུགས་པའི་ང་ཚོའི་ཡབ་ལགས། བྱེད་ཀྱིས་ང་ཚོ་ལ་ཡེ་ཤུ་སྐྱ་གི་ཀའི་མཚན་ལ་དད་པ་བྱེད་དགོས་པའི་བཀའ་གནང་། གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཁོང་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ཐམས་ཅད་ཁོང་གི་མཚན་གྱི་ཐོག་ནས་སྲིག་པ་དག་པའི་བྱིན་རླབས་འཕོབ། བྱེད་དང་མཉམ་དུ་རྒྱུན་དུ་གནས་པའི་ཆེད་དུ་ངེད་རྣམས་ལ་སྲོད་པ་ངན་པ་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ཏེ་བྱེད་ཀྱི་འཕྲིན་བཟང་ལ་དད་པ་བྱེད་པར་ཤོག །ཨ་མེན།

९.९ **प्रार्थना:** स्वर्गमा हुनुहुने पिता, तपाईंले हामीलाई तपाईंको पुत्र येशू ख्रीष्टको नाउँमा विश्वास गर्न आज्ञा दिनुहुन्छ, किनकि उहाँमा विश्वास गर्ने हरेकले उहाँको नाममा पापहरूको क्षमा पाउँछन्। हामीलाई पश्चात्ताप गर्न र सुसमाचारमा विश्वास गर्न मद्दत गर्नुहोस्, ताकि हामी सधैं तपाईंसँग जिउन सकौं। आमेन।

# སློབ་ཚན་བཅུ་བཅུ་པ། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་འགྲོ་གྲོལ་རྩི་བའི་སློབ།

## पाठ दसः प्रभु येशूमा विश्वास गर्नुको मूल्य गन्तु

10.1 **རྩ་བ།** བྱེད་ཚུལ་ལས་མི་སྲུ་ཞིག་གིས་ཐོག་བརྟེན་ཁང་རྩིག་པར་འདོད་ན། སློབ་ལ་བསྟུང་ནས་དེ་སྐབས་པའི་སྤྱིར་འགྲོ་གྲོལ་མི་རྩི་བའམ། དེ་མིན་ན་མང་གཞི་ཚར་ནས་སྐབས་མི་སྲུ་བས་དེ་མཐོང་མཁམ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཁོ་ལ་འཇུ་དམོང་བྱེད་དེ། མི་དེས་ལས་ཀ་འགོ་འཇུགས་ནའང་སྐབས་པར་མི་སྲུ་བཅུ་བཅུ་པ་ཟེར་བར་འགྱུར། (ལུ་ཀླ 14:28-30)

१०.१ **पदः** तिमिहरुमध्ये कसैले एउटा धरहरा बनाउने इच्छा गर्छ भने, त्यो धरहरा बनाई सिद्धयाउने खर्च आफूसित छ कि छैन भनी के त्यसले पहिले नै बसेर हिसाब लाउँदैन? नत्र भने त्यसले जग बसालेपछि सिद्धयाउन सकेन भने, देखेहरु सबैले यसो भनेर त्यसको गिल्ला गर्न लाग्नेछन्, 'यस मानिसले बनाउन त थाल्यो तर सिद्धयाउन सकेन।' (लूका १४:२८-३०)

10.2 **ངོ་སྟོན།** སློབ་ཚན་སློབ་དུ་གསལ་བཞིན་ཐར་བར་འགྱུར་བའི་ཆེད་དུ་བྱེད་དགོས་པ་གཉིས་ཡོད་དེ། སློབ་པ་རབ་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱར་བ་དང་གཅིག་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་དགོས་པ་དང་གཉིས་བཅས་ཡིན། འོན་ཀྱང་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་དགོས་པ་ལྟར་དེ་སློབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་དད་པ་བྱེད་པའི་འགྲོ་གྲོལ་རྩི་བའི་དགོས་པ་དེ་མི་སློབ་ཚན་འདིར་གསལ་བཤད་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན།

१०.२ **परिचयः** हामीले मुक्ति पाउनको लागि दुईवटा कुराहरु गर्नुपर्छः पश्चात्ताप गर्ने, र प्रभु येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्ने। तर प्रभु येशूले हामीलाई चेताउनी दिनुभयो कि हामीले उहाँलाई पछ्याउने निर्णय गर्नुभन्दा अघि हामीले केही गर्नुपर्छः हामीले मूल्य चुकाउनु पर्छ। यो यस पाठमा व्याख्या गरिनेछ।

10.3 **འགྲོ་ལ་བ།** གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་འགྲོ་གྲོལ་རྩི་བའི་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན། 1) ང་ཚོས་སྤྲིག་ཉེས་དང་གོམས་གཤིས་རབ་པ་སློང་དགོས། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་གལ་ཏེ་བྱེད་ཀྱི་མིག་གཡས་པས་བྱེད་སྲུ་བར་བྱས་ན། མིག་དེ་བཏོན་ནས་དབྱུག་ཅིག་ལུས་ཉིལ་ལོ་དམུལ་ཁམས་སུ་གཡུག་པ་ལས་བྱེད་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་གཅིག་བརྟུག་པ་དེ་ལོགས། ཡང་གལ་ཏེ་བྱེད་ཀྱི་ལག་གཡས་པ་ཡིས་བྱེད་སྲུ་བར་བྱས་ན། ལག་པ་དེ་བཅད་ནས་དབྱུག་ཅིག་ལུས་ཉིལ་ལོ་དམུལ་ཁམས་སུ་འགྲོ་བ་ལས་བྱེད་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་གཅིག་བརྟུག་པ་དེ་ལོགས་ཞེས་གསུངས། རང་གི་ཨ་མ་དང་། ཡང་ན་རང་གི་གཟུགས་ལོ་ལས་དེ་རྣམས་ཀྱི་སྤྲིག་ཉེས་ལ་ཆགས་ནའང་། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་ཆེད་དུ་དེ་དག་འདོར་དགོས། 2) རང་

འདོད་པ་ལྟར་མི་ཚོ་སྐྱེལ་བ་སྐྱོད་དགོས། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུས་གལ་ཏེ་མི་སུ་ཞིག་ང་ཡི་ཇེས་སུ་འབྲང་འདོད་ན།  
 རང་ཉིད་དོར་ནས་རང་གི་རྒྱུང་ཤིང་འཁུར་ཏེ་ང་ཡི་ཇེས་སུ་འབྲང་དགོས་ཞེས་གསུངས། རང་གི་རྒྱུང་ཤིང་  
 འཁུར་བ་ཞེས་ཟེར་བའི་དོན་ནི་རང་འདོད་པ་ལྟར་མི་ཚོ་སྐྱེལ་བ་མ་ཡིན་པར་དཀོན་མཆོག་ལ་ཐུགས་མཉེས་  
 པའི་ཕྱིར་མི་ཚོ་སྐྱེལ་བ་དེ་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱས་ན་འཛིག་ཏེན་འདི་དང་། སྲིག་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤེས། བདུད་  
 བཅས་གསུམ་གྱིས་ངེད་ཚམས་ལ་ངོ་ཚོལ་བྱེད་ཡོང་། ཉེན་ལྟར་ང་ཚོས་ཚོ་གང་དགྲ་བོ་དེ་གསུམ་ལ་འཐབ་  
 དགོས། ང་ཚོ་གཅིག་ལུས་དེ་ལྟར་བྱེད་མི་དགོས། གང་ལགས་ཤེ་ན། རོགས་པ་མཛད་པའི་ཚེད་དུ་དཀོན་  
 མཆོག་ང་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་བཞུགས་པས་སོ། 3) ལྟ་ལ་དད་གུས་གང་བྱེད་པ་དང་། དགེ་བ་གང་བསགས་  
 པ་དེ་སྐྱོད་དགོས། གང་ཡིན་ཟེར་ན། དགེ་བ་དེས་སྲིག་ཉེས་དག་མི་སྲིད། བོད་པའི་རིག་གནས་ལ་རོ་  
 རྒྱུང་ལ་སོགས་པའི་རྟོག་བཟོའི་རྒྱུང་མང་བོ་ཡོད་དེ། རྒྱུང་བོ་དང་དཔུལ་བོ་ཚམས་རྒྱལ་གྲས་སུ་འགྱུར་སྲིད།  
 རང་གི་གོས་བཙོག་པ་ལུད་ནས་ཁོ་ཚོ་ལ་ལོར་བུ་དང་རྒྱལ་བོའི་གོས་སྲིད། དེ་བཞིན་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་ལ་དད་  
 པ་སྐྱེ་བའི་རྒྱབས་སུ་འདོད་ལྟར་འགྱུར། དཀོན་མཆོག་གི་སྐྱེན་སྲུང་ངེད་ཚམས་ཀྱི་བསགས་པའི་དགེ་བ་  
 བེ་གོས་བཙོག་པ་དང་འདྲ་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་ལ་དད་པ་བྱེད་སྐབས་དཀོན་མཆོག་གིས་ངེད་  
 ཚམས་ལ་རྒྱལ་བོའི་གོས་གནང་། གོས་འདི་ནི་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུས་བསགས་པའི་དགེ་བ་ཡང་དག་པ་དེ་ཡིན།  
 4) ལེ་ལོའི་སེམས་སྐྱོད་དགོས། ང་ཚོས་གང་བྱེད་པ་དང་། གང་སྐྱོབ་པ། གང་བསམ་སྐྱོད་གཏོང་བ་དེ་དཀོན་  
 མཆོག་གི་གཟི་བརྗིད་སྟོན་པའི་ཚེད་དུ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལ་གཟབ་ནས་བྱེད་དགོས། 5) འཛིག་ཏེན་  
 འདིའི་འདོད་ཡོན་སྐྱོད་དགོས། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་ལ་དད་པ་བྱས་པ་ནས་བཟུང་ང་ཚོ་འཛིག་ཏེན་འདི་ལ་མི་  
 གཏོགས། འཛིག་ཏེན་འདིའི་མི་དང་མི་འདྲ་བར་སེམས་དང་སྐྱོད་པ་གཅིག་མཚུངས་མི་བྱེད་པའི་རྐྱེན་གྱིས་  
 ཁོ་ཚོས་ང་ཚོར་སྐྱེད་བར་འགྱུར། ང་ཚོ་ནི་རང་གི་རིག་གནས་རྒྱབ་གཏོད་བྱེད་མཁན་ཡིན་པའམ། བྱི་རྒྱལ་  
 གྱི་ཚོས་བྱེད་པ། དཔུལ་འཐོབ་པའི་ཕྱིར་རྒྱལ་འཚོང་བ་ཟེར་བར་འགྱུར། ཁོ་ཚོས་ངེད་ཚམས་ལ་དམོད་པ་  
 རྒྱག་པའམ། ཕྱིས་མེད་གཏོང་བའམ། གཞོད་འཚོ་བྱེད་པའམ། བྱི་ཚང་ནས་སྐྱོད་པའམ། བཙོན་ཁང་  
 དུ་འཇུག་པར་སྲིད། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུའི་དད་ལྡན་ཚམས་ལ་དཀའ་ངལ་དེ་ཐམས་ཅད་བྱུང་ན་ཡང་། ལུ་སུ་སུ་  
 དང་། རོག་ཡུལ། གྱུང་གོ་རྒྱ་གར། བལ་ཡུལ། ཀོ་རི་ཡ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ལ་སྐྱོད་པའི་མི་ས་ཡ་  
 མང་བོས་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་ལ་དད་ལྡན་དུ་འགྱུར་བར་ཐག་གཅོད་བྱས་ཟིན་འོ། །

१०.३ **व्याख्या:** प्रभु येशूमा विश्वास गर्दा तिर्नुपर्ने मूल्य के के हुन? १) हामीले हाम्रा पापहरू र खराब बानीहरू त्याग्नुपर्छ। जसरी प्रभु येशूले भन्नुभयो, “यदि तिम्रो दाहिने आँखाले तिम्रीलाई पाप गर्न लाउँछ भने, त्यसलाई निकालेर फालिदेऊ, किनकि तिम्रो सम्पूर्ण शरीर नरकमा फालिनुभन्दा

बरु तिम्रा अंगहरूमध्ये एउटा गुमाउनु तिम्रो लागि राम्रो हुन्छ। यदि तिम्रो दाहिने हातले तिम्रीलाई पाप गर्न लाउँछ भने, त्यसलाई काटेर फालिदेऊ; किनकि तिम्रो सम्पूर्ण शरीर नरकमा जानुभन्दा बरु तिम्रा अंगहरूमध्ये एउटा गुमाउनु तिम्रो लागि राम्रो हुन्छ।” हामीले आफ्नो आमा वा आफ्नै शरीरलाई भन्दा पनि हाम्रा पापहरूलाई माया गर्न सक्छौं, तर हामीले येशूलाई पछ्याउनको लागि त्यसलाई त्याग्नैपर्छ। २) हामीले आफ्नो इच्छा अनुसारको जीवन जिउँन त्याग्नपर्छ। प्रभु येशूले भन्नुभयो, “कोही मपछि आउने इच्छा गर्छ भने, त्यसले आफूलाई इन्कार गरोस् र दिनहुँ आफ्नो क्रुस बोकेर मेरो पछि लागोस्।” ‘क्रुस बोक्नु’ भन्नाले येशूले यो भन्न खोज्नुभएको थियो कि हामीले अब देखि आफ्नो इच्छा अनुसार जिउने होइन्, तर परमेश्वरले भन्नुभए अनुसार जिउनु पर्छ। जब हामी यसो गर्छौं, यस संसार, शरीर र शैतानद्वारा हामीलाई निरन्तर विरोध गर्नेछन्। हाम्रो सम्पूर्ण जीवन भरि हामीले यी तीन शत्रुहरूको हरेक दिन विरोध गर्नुपर्छ। तर हामीले यो एकलै गर्न आवश्यक छैन, किनकि हामीलाई मद्दत गर्नको लागि परमेश्वर सधैं हुनुहुन्छ। ३) हामीले देवताहरूको सेवा गर्नको लागि गरेको सबै कामहरू र हामीले कमाएको कुनै पनि योग्यताहरू त्याग्न पर्छ, किनभने योग्यताले हाम्रो पाप हटाउन सक्दैन। तिब्बती संस्कृतिमा लाशका कथाहरू जस्ता धेरै दन्त्यकथाहरू छन्, जसमा भिखारी र गरिबहरू राजकुमार बन्छन्; तिनीहरूले आफ्नै फोहोर लुगाहरू फ्याँक्छन् र गहनाहरू र राजाहरूको लुगाहरू दिइन्छ। जब हामी येशूमा विश्वास गर्छौं तब पनि त्यस्तै हुन्छ। परमेश्वरको नजरमा हामीले जम्मा गरेको योग्यता पनि फोहोर लुगाहरू जस्तै हो। तर जब हामी येशूमा विश्वास गर्छौं, परमेश्वरले हामीलाई राजाको लुगा दिनुहुन्छ, जुन प्रभु येशूद्वारा दिइने सिद्ध योग्यता हो। ४) हामीले अलिखपन त्याग्नपर्छ। प्रभु येशूमा विश्वास गर्नेहरू शरीर, बोली र मनमा होसियार हुनुपर्छ ताकि हामी जे गर्छौं वा भन्दछौं वा सोच्दछौं त्यसले परमेश्वरलाई महिमा दिन्छ। ५) हामीले यस संसारको इच्छालाई त्याग्नपर्छ। हामीले प्रभु येशूमा विश्वास गरेदिन देखि, हामी यस संसारका होइनौं। हामी यस संसारका मानिसहरूले जस्तै सोच्ने वा व्यवहार गर्ने गर्दैनौं, र त्यसैले तिनीहरूले हामीलाई घृणा गर्नेछन्। उनीहरूले भन्नेछन् हामी आफ्नै संस्कृतिमाथि विश्वासघात गरिरहेका छौं वा विदेशी धर्म पछ्याइरहेका छौं वा हामीले पैसा कमाउनको लागि आफ्नो देश बेचिरहेका छौं। तिनीहरूले हामीलाई श्राप, अस्वीकार, सताउन, परिवारबाट निकाल्न, वा हामीलाई जेलमा हाल्न सक्छन्। यी सबै कुराहरू प्रभु येशूका चेलाहरू माथि भएका छन्। तापनि, रूस, मंगोलिया, चीन, भारत, नेपाल र कोरिया जस्ता ठाउँहरूमा लाखौं मानिसहरूले येशूलाई पछ्याउने निर्णय गरेका छन्।

10.4 མི་ཚེ་འདིར་ལམ་གཉིས་ལས་མེད། ལམ་གཅིག་ནི་སྤྱི་ཉམས་དང་འཆིབ་ལ་འབྲིད་ཅིང་། ལམ་གཞན་དག་འཕྲོ་དང་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚོལ་འབྲིད། གལ་ཏེ་ངོ་ཚོས་སྤྱི་ཉམས་དང་འཛིག་རྟེན་འདིའི་འདོད་ཡོན་ལ་ཆགས་པ་བདམས་ན། དཔུལ་ཁམས་སུ་དུས་རྟུག་ཏུ་གནས་ཏེ་ཆད་པ་ཕོག་པར་འགྱུར། གལ་ཏེ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱས་ནས་འཛིག་རྟེན་འདིར་མི་ཚོ་དམ་པ་ཞིག་བསྐྱེད་པར་བདམས་ན། དགོན་

मकेगःगीःविदःमससःसुःदुसःदुगःदुःगकसःपदिःपुःदगदःअश्वेव। अकेवदिःशेकःसेःगःदुसःयेदःसेकःसेः  
 वेसःपसःसुवःरेदःसेःअश्वेवःवदःगतेःवेःयेःसुःयःददःपःपुसःवःयेगस। दगोवःमकेगःगीःगसुदःवदःग्रेः  
 मदेःयःवगोदःपःसुवः। दःसुःसदःपदिःशेकःसेःयेःवेःवेसःगसुदःस। गतेःवेःयेःसुसःगकदःवदिःददगःदुः  
 सेदःपदिःकेःदेःसुदःस। सदःपःश्वेवःकसःदगोवःमकेगःगीःमदुवःदुःदुसःसुवःदुःववुगसःपदिःकेदःदुःअद्वेगः  
 हेवःअदिःदिःदेवःसससःउदःश्लेदःस।

१०.४ यस जीवनमा केवल दुई बाटोहरू छन्: पाप र मृत्युतिर डोच्याउने बाटो र आनन्द र अनन्त जीवनतिर डोच्याउने बाटो। यदि हामीले यस संसारको सुख र पापहरू रोज्यौं भने, हामी सधैंको लागि नरकमा हुनेछौं। यदि हामीले प्रभु येशूमा विश्वास गर्ने र यस संसारमा पवित्र जीवन जिउने छनौट गर्यौं भने, हामीले स्वर्ग अनन्त इनाम स्वरूप पाउनेछौं। हामीलाई हाम्रो मृत्युको समय थाहा छैन, त्यसैले ढिलो नगरी येशूमा विश्वास गर्नु उत्तम हुन्छ। बाइबलले भन्छ, “मुक्तिको दिन अहिले हो।” प्रभु येशूले दिनुभएको मुक्तिलाई समालुहोस्। यस संसारमा सबै कुरा त्याग्नुहोस् ताकि तपाईंले मुक्ति पाउनुहुनेछ र परमेश्वरसँग सधैंभरि जिउन सक्नुहुनेछ।

10.5 **बदःदेवःगतेःवेः** देदःकससःग्रेःसःगतेःवेःयेःसुःयःददःपःपुदःपदिःअश्वेःश्वेकःउेःदशेःस।

१०.५ **मुख्य कुरा:** हामीले प्रभु येशूमा विश्वास गर्दा मूल्य चुकाउनुपर्छ।

10.6 **श्लेःअद्वेकःपुदःसु** विदःगीःकेदःदुःसससःउदःवसुगःश्लेदःविदःदेःकेःगदःश्लेःगसःसुःउे। देःकेःसुःसेःगः  
 अश्वेवःपदिःकेदःदुःयेव। (दिःयेवःद्वेःपः 3:8)

१०.६ **कण्ठ गर्ने पद:** ख्रीष्टलाई प्राप्त गर्न सक्नु भनेर उहाँको निम्ति मैले सबै कुराको नोकसानी भोगेको छु, अनि ती सबैलाई फोहोर-मैला तुल्य म गन्दछु। (फिलिप्पी ३:८)

### 10.7 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་སློན་ལ་ངའོས་ཅི་ཞིག་བྱེད་དགོས་སམ། ལན། ངའོས་ཁོང་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་འགོ་གྲོན་ཅི་དགོས་སོ།
2. དྲི་བ། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་འཛོམས་སུ་འབྲང་བའི་ཆེད་དུ་ངའོས་ཅི་སློབ་དགོས་སམ། ལན། ངའོས་ངང་འདོད་པ་ལྟར་མི་ཆོ་སྐྱེལ་བ་སློབ་དགོས་སོ།
3. དྲི་བ། དེད་རྣམས་ཀྱིས་ཅིའི་བྱིར་མ་འགོར་བར་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་དགོས་སམ། ལན། ཆོ་འདི་ལས་འདའ་བའི་ཉིན་མོ་མི་ཤེས་པས་སོ།

### १०.७ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: प्रभु येशूमा विश्वास गर्नुभन्दा अघि हामीले के गर्नुपर्छ? उ: हामीले उहाँमा विश्वास गर्नुको मूल्य चुकाउनुपर्छ।
२. प्र: येशूलाई पछ्याउन हामीले कस्तो कुराहरू त्याग्नुपर्छ? उ: हामीले आफ्नो इच्छा अनुसार जीवन जिउने कुरालाई त्याग्नुपर्छ।
३. प्र: हामीले अहिले किन येशूमा विश्वास गर्नुपर्छ? उ: किनभने हामीले यो जीवन कहिले छोड्छौं थाहा छैन।

10.8 **སློན་ལམ་འདེབས་རྒྱ།** གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལགས། བྱིད་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་འགོ་གྲོན་ཅི་དགོས་པའི་བཀའ་དེད་རྣམས་ལ་གནང། བྱིད་ཀྱི་གནང་སྐྱེན་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཆོ་འཕྲོག་པའི་ཆེད་དུ་འཛིག་ཉེན་འདི་ལ་ཡོད་པའི་གཏེར་ཐམས་ཅད་ལས་བྱིད་ནི་རེན་ཐང་ཆེབ་ཅི་བར་འཇུག། ཨ་མེན།

१०.८ **प्रार्थना:** प्रभु येशू, तपाईंले हामीलाई तपाईंमा विश्वास गर्दा मूल्य चुकाउनुपर्छ भन्नुभएको छ। यस संसार भएका सबै खजानाहरू भन्दा तपाईंलाई मूल्यवान ठान्न हामीलाई मद्दत गर्नुहोस्, ताकि हामीले तपाईंको अनन्त जीवनको वरदान प्राप्त गर्न सकौं। आमेन।





उनका साथीहरूले उनलाई सोधे, “के तिमी ईसाई हौ?” उनले भनिन् हो। अन्त्यमा, एक दिन आयो जब डोल्मा घर फर्किनु पर्यो। उनको परिवारसँग झगडा भएको थियो। उनका आमाबाबुले उनलाई अविश्वासी व्यक्तिसँग विवाह गर्नुपर्छ भन्नुभयो। अन्त्यमा, डोल्माले यो सहन सकेन। उनले येशूलाई छोड्ने निर्णय गरिन्।

11.4 गउँःवोःयेःपुसाःपेसाःरवःउकःगुःसाःलेदःगीःगसुदःबेसाःकसाःकमसःयेकःश्रुदःवसुदःसा। मीः  
मदःवोसाःलेदःगीःगसुदःबेसाःगुदःकमसःयेकःमःश्रुद। गकदःवोदोःदुसाःसुःकेःदोःदूःवेसाःबेसःवदोःकुपःवोः  
वेसाःयेद। लेःकेःमीःदकःवःददःगदुगःकुवःउकःयेकःयद। दगोःकःमकेगःगीःपुदःश्रुवःवःपुसाःगसेःयः  
साःकवःयेःकःकःगुःकेसाःवसुवःवःयःबेसाःवसःदगद। कुपःवोःदकःवःदेसाःकेकःगउँःगःश्रुसाःश्रुदःगुः  
गसेःयःश्रुवःयःकवसाःबोःवदुवःसाःकवःसुःमोःयःमकदःवसुपःवःदेःश्रुवःवदोःकेदःदुःयेःकःकःगसेःदः  
दुःवसुग। पुःदूदःश्रुःसीःगदःमेःवेसाःबेसःसाःकवःगउँःवोःयेःपुसाःवोसाःवःगकदःवदोःकेकःगकसाःवेसाःयेक।  
दक्षिःवःवदःश्रुवःवःददःदोःमकेदःगुःमदःदःवःश्रुवःवदोःदवदःकसेःयःगकद। गउँःवोःयेःपुदिःकेसाःसुः  
दसुदःवसःश्रुदःपुसाःकःयदःसेःकेःदोःकःदोसाःसुःकुमःवेसाःयेक। सेदोःसेसाःकःउदःदकःवःयेकःवसाः  
गउँःवोःयेःपुसाःसेःकेःवदुदःयेकःवेसाःगसुदसा। यदःसाःकवःयुःददःसेदोःवदःवःश्रुःसाःवःदोःगउँःवोःयेः  
पुःयःददःवःश्रुदःसाःकवःबेसाःमदोःगुःयेकःयद। ददःगीःकेकेदःगीःश्रुदःकेसाःकेसाःयःश्रुवःवदःद  
वसाःश्री यदःसेःयेसाःकेःदोःमःवदोःश्रुःश्रुवःउँःगःयेक। श्रुःकवःवदुःपुसाःदगोःकःमकेगःगीःवगदःश्रुवःवदोः  
दुसाःसुःसेसाःयदःयदःबेसा। सेकःगुदःदेःश्रुदःपुसाःवदोःश्रुःमकेकःकेःश्रुवःदःवदःवःदोःयेक। श्रुःकवः  
वदुःपुसाःमःश्री गःवःयेकःवेसाःबेसःवदोःवसुवःगुःश्रुवःमःश्रुवःवदोःकेसाःसेदःसाःकवःकमसाःयःदोःकेःयःपुसाः  
दसेःदेःकमसाःयःवसुसाःकसाःयेःपुःवःश्रुवःमःकेःदगोःकःमकेगःगीःवगदःयःबेसाःवसःदगदः  
साःकवःदद। गउँःवोःयेःपुदिःकेसाःसुःदसुदःसाःकवःयेकःबेसःवःकमसाःकेसाःश्रुवःसाःकवःयदःयेदःश्रीद। पुः  
दूदःश्रुःसीःगदःमेःददःश्रुःश्रुवःसेःयेसाःददःददःवसःवःपुसाःददुसाःयसाःदददःदसेवःवसःश्रुवःकसाःदक्षिः  
वदःयःबेसाःसाःकवःयेक। साःकवःयुःददःसाःवःदोःददःददःवसःवःपुसाःगुःसाःगउँःवोःयेःपुदिःकेसाःसुः  
दसुदःसाःकवःयेकःबेसःकदःसेसाःश्रुःसेःश्रुःयेसाःश्रुदःवसःश्रुद। वःपुसाःगुःसाःश्रुदःश्रुःकमसाःयःगसेःगः  
पुसाःवःश्रुदःदःश्रुःगउँःवोःयेःपुःयःगसेःगःश्रुदःवदोःवसःदकेःय। देःसाःबदःमीःमदःवोसाःगकसाःश्रुवसाः  
गुःददःवःयेसाःगउँःवोःयेःपुःयःददःवःश्रुद। सेदःगीःमीःदेःकमसाःगुःश्रुदःयसाःयःददोःश्रुःमःश्रुसाःश्रीग

११.४ प्रभु येशूले भन्नुभयो बुद्धिमानी व्यक्तिले उहाँको वचन सुन्छन् र पालन गर्छन्। तर धेरैले उहाँको वचन सुन्छन् तर पालन गर्दैनन्। प्राचीन कालमा हेरोद नामका एक राजा थिए। हेरोद एक क्रूर र दुष्ट मानिस थिए तर उनलाई परमेश्वरको अगमवक्ता बप्टिस्मा-दिने यूहन्नाको प्रचार

सुन्न मन पथ्यो। यस दुष्ट राजाले पछि यूहन्नालाई आफ्नो जन्मदिनको पार्टीमा नाच्ने व्यक्तिलाई गरेको प्रतिज्ञा पूरा गर्न मारे। यहूदा इस्करियोत प्रभु येशू आफैले चन्नुभएको चेला थिए। उनलाई आश्चर्यकाम गर्ने शक्ति दिइएको थियो र सुसमाचार घोषणा गर्न पठाइयो। तिनले येशूलाई पछ्याउने बहाना गरे तापनि ऊ वास्तवमै चोर थियो। उसको हृदय यति खराब थियो कि प्रभु येशूले त्यसलाई 'शैतान' भन्नुभयो। हननिया र उनकी पत्नी सफिरा प्रभु येशूमा पहिलो विश्वासीहरू थिए, तर तिनीहरूले आफ्नो व्यापारिक मामिलाको बारेमा मण्डलीलाई झूट बोले र परिणाम स्वरूप तिनीहरूको मृत्यु भयो। फेलिक्स रोमी शासक थिए। प्रेरित पावलले परमेश्वरको वचन प्रचार गर्दा उनले बारम्बार सुने। तर उसले घुस मागेको कारणले मात्र यस्तो गरेको थियो। आफू ईसाई हुँ भनी भन्ने तर मण्डलीमा झूटा शिक्षाहरू प्रचार गर्ने मानिसहरूलाई प्रेरित पावलले विरोध गरे। यी उदाहरणहरूबाट हामी देख्न सक्छौं कि झूटा ख्रीष्टियनहरूले परमेश्वरको वचन सुन्न, येशूलाई पछ्याउन र प्रचार गर्न पनि मन पराउँछन्। कोही, यहूदा र फेलिक्स जस्तै, सुसमाचार सुन्छन् किनभने तिनीहरू सोच्छन् कि उनीहरूले शक्ति वा पैसा पाउनेछन्। अरूहरू, हननिया र सफिरा जस्ता, तिनीहरूले येशूलाई पछ्याउँछन्, तर अझै पनि गोप्य रूपमा लोभ गर्छन्। कोहीले येशूको सेवा गर्न खोज्छन् जस्तो तिनीहरूले कुनै समय देवताहरूको सेवा गरेका थिए। यी बाहेक धेरैले केवल क्षणिक विश्वासका साथ येशूमा विश्वास गर्छन्। यी मध्ये कसैको नक्कल नगर्नुहोस्!

11.5 ཡེ་སྤྱི་ལ་བའེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་གི་འཕྲིན་བཟང་རྟོགས། དཀོན་མཆོག་དང་། མི་རྣམས་ཀྱི་སེམས། སྤྱི་ཉེས། ཐར་པ་བཅས་རྟོགས། གཙོ་བོ་ཡེ་སྤྱི་ཡིས་ཁོ་རྣམས་ཀྱི་དོན་ལ་གང་མཛད་པ་ཤེས་པ་མ་ཟད། མི་གཞན་ལ་གསལ་སྟོན་བྱེད་བྱུང། ཁོ་རྣམས་ཁྱེད་གསོལ་ལེན་ཞིང་རྒྱུན་དུ་གཙོ་བོའི་དབང་ཉེན་གྱི་ཞལ་བས་སྟོན། ཉེན་ལྟར་ཁོ་ཚོས་དམ་པའི་གསུང་རབ་གྲོག་སྟོན་ལམ་འདེབས། སྟོན་པ་རབ་པ་རྣམས་དཀོན་མཆོག་ལ་ཁས་ལེན་བྱེད། སྟོན་ཞིང་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་སྤྱི་ལ་རྣམས་རང་གི་འདོད་པ་ལྟར་མི་ཚོ་མི་སྐྱེལ་གྱིས། དོན་ཐམས་ཅད་ལ་དཀོན་མཆོག་གསུགས་མཉེས་པའི་ཆེད་དུ་སེམས་ཀྱི་གཏིང་ནས་དཀོན་མཆོག་ལ་དམ་འཛིན་བྱེད། རང་གི་སྤྱི་ཉེས་ལ་སྤང་བ་ཡང་། ཁྱིམ་མཚོས་ལ་བྱམས་ཞིང་གུ་ཡངས་གཏོང། སྟོན་ཚན་རྗེས་མ་རྣམས་ལ་དོན་དེ་ཚོ་གསལ་བཤད་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན། ང་ཚོའི་དད་པའི་ཆེད་དུ་མང་གཞི་བརྟན་པོ་ཅི་ལྟར་བཟོ་བ་དང་། གཙོ་བོ་ཡེ་སྤྱི་དང་འདྲ་བར་རིམ་བཞིན་དུ་འགྱུར་བའི་སྟོན་སྟོན་པར་བྱ།

११.५ साँचो ख्रीष्टियनहरूले परमेश्वरको सुसमाचार बुझ्छन्। तिनीहरूलाई परमेश्वर, मानिस, पाप र मुक्तिको बारेमा थाहा छ। येशूले तिनीहरूको लागि के गर्नुभयो भनेर तिनीहरूले बुझ्छन्, र अरूलाई बुझाउन पनि सक्छन्। तिनीहरूले बप्तिस्मा र प्रभुको भोज लिन्छन्। प्रत्येक दिन तिनीहरू बाइबल पढ्छन्, प्रार्थना गर्छन् र परमेश्वर अघि आफ्ना पापहरू स्वीकार गर्छन्। परिपक्व

ख्रीष्टियनहरू आफ्नो इच्छाअनुसार जीवन बिताउँदैनन्, तर सबै कुरामा परमेश्वरलाई खुसी पार्न खोज्दै सम्पूर्ण हृदयले परमेश्वरप्रति समर्पित हुन्छन्। तिनीहरू आफ्नै पापलाई घृणा गर्छन् तर आफ्ना छिमेकीहरूलाई माया र क्षमा गर्छन्। तलको पाठहरूमा हामी यी सबै कुराहरूको बारेमा सिक्नेछौं। हामीले हाम्रो विश्वासको लागि राम्रो जग कसरी राख्ने र कसरी प्रभु येशू जस्तै बन्ने भन्ने कुरा सिक्नेछौं।

11.6 **कुरा ५:१-१०** येषु संदंष्ट्राः येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः

११.६ **मुख्य कुरा:** ख्रीष्टियनहरूले परमेश्वरको सुसमाचार बुझ्नुपर्छ र अन्तसम्म दृढ रहनुपर्छ।

11.7 **सं. ५:१-१०** येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः

११.७ **कण्ठ गर्ने पद:** तिमीहरू मेरो वचनमा रह्यौ भने तिमीहरू साँच्चै मेरा चेला हो। (यूहन्ना ८:३१)

11.8 **दिशः**

1. **दिशः** येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः

2. **दिशः** येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः येषु ईर्ष्यायाः कारणेण भवति संदंष्ट्राः

११.८ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: जसले प्रभु येशूलाई पछ्याउँछु भनि भन्छन् के ति सबै साँचो ख्रीष्टियनहरू हुन्? उ: “प्रभु येशूले भन्नुभयो, ‘मलाई ‘प्रभु, प्रभु’ भन्ने सबैले स्वर्गको राज्यमा प्रवेश गर्नेछैनन्। स्वर्गमा हुनुहुने मेरो पिताको इच्छा पालना गर्ने मानिस मात्र परमेश्वरको राज्यमा प्रवेश गर्नेछ।’ ”

२. प्र: त्यसोभए हामी साँच्चै प्रभु येशूका चेलाहरू हौं भनेर हामीले कसरी थाहा पाउने? उ: साँचो चेलाहरूले परमेश्वरको वचन पालन गर्छन।

11.9 **སྣོན་ལམ་འདེབས་རྒྱ།** དབང་ཀུན་དང་ལྡན་པའི་དཀོན་མཆོག་ལགས། ཟྱེད་ཀྱིས་སེམས་ཚང་མ་ལ་  
ཞེས་དཔྱོད་མཛད་ཅིང་། ཀུན་སྣོང་རེ་རེ་མཁུཅ། ཟྱེད་ཀི་དཀོན་མཆོག་དངོས་དང་། ཡེ་སྤྱི་ལྷ་ཤི་ཀ་གཙོ་  
བོ་ཡིན་པ་ང་ཚོས་ཤེས་པའི་ཕྱིར། ཟྱེད་ཀྱི་བཀའ་ལ་སྣོང་ཐག་པ་ནས་ཉན་པ་གནང་བར་ཤོག །ཨ་མེན།

११.९ **प्रार्थना:** सर्वशक्तिमान परमेश्वर, तपाईंले सबै हृदयको खोज्नुहुन्छ र हरेक मनसाय बुझ्नुहुन्छ। हामीलाई तपाईंको वचन इमानदारीसाथ पालन गर्न मद्दत गर्नुहोस्, ताकि हामी तपाईंलाई साँचो परमेश्वर र येशू ख्रीष्टलाई प्रभुको रूपमा चिन्न सकौं। आमेन।

# སྒྲིབ་ཚན་བཅུག་ཉེས་པ། དཀོན་མཆོག་གི་ཐར་ལམ་ཚེན་མོ།

## पाठ बाह्यः परमेश्वरको महान मुक्तिको बाटो

12.1 **ཚུ་བ།** ཁོང་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁའ་ཐམས་ཅད་ཁོང་གི་མཚན་གྱི་ཕྱོག་ནས་སྤྲིག་སེལ་འཕྲོད་པར་འགྱུར།  
(མཛད་པ་ 10:43)

१२.१ **पदः** उहाँमाथि विश्वास गर्ने प्रत्येकले उहाँको नाउँद्वारा पाप-क्षमा पाउँछ। (प्रेरित १०:४३)

12.2 **རྫོམ་པ།** མི་ཁ་གསུང་གིས་རང་མགོ་རང་གིས་བསྐྱོར་བས་ཡེ་སྤྱི་བ་རྒྱུན་མར་འགྱུར་བ་དང་། གཞན་  
རྣམས་ཀྱིས་སྤྲིབ་ཐག་པ་ནས་འཕྲིན་བཟང་ལ་ཉན་པས་ཡེ་སྤྱི་བ་བདེན་པར་འགྱུར་བར་སྒྲིབ་ཚན་སྒྲོན་དུ་  
བསྐྱབས་བྱེད། དེ་བདེན་པ་ཡིན་ན། ང་ཡེ་སྤྱི་བ་བདེན་པ་ཡིན་མིན་ཅི་ལྟར་ཤེས་སམ།

१२.२ **परिचयः** अघिल्लो पाठमा हामीले सिक्थौं कि केही मानिसहरूले आफैलाई धोका दिन्छन् र झूटा विश्वासी बन्छन् जब कि अरुहरू ईमानदारीपूर्वक सुसमाचारमा विश्वास गर्छन् र साँचो ख्रीष्टियन बन्छन्। यदि यसो हो भने, म एक साँचो ख्रीष्टियन हुँ भनेर कसरी थाहा पाउन सक्छु?

12.3 **འགྲེལ་པ།** སྤྲིབ་ཐག་པ་ནས་གཙོ་བོ་ཡེ་སྤྱི་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁའ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱབས་འགར་ང་ཡེ་སྤྱི་བ་  
ངོ་མ་ཡིན་མིན་སྟམ། ཡེ་སྤྱི་བ་ངོ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་པའི་ལམ་གསུམ་ཡོད་དེ། 1) ཡེ་སྤྱི་བ་བདེན་པ་རྣམས་  
ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་གི་ཞལ་ཚད་ལ་ཡིད་ཚེས་བྱེད། ཡབ་དཀོན་མཆོག་གིས་དད་ལྡན་ཐམས་ཅད་ཐར་བར་  
མཛད་པའི་ཞལ་ཚད་གནང་ཞིང་། ཁོང་གི་བཀའ་རྒྱུ་བདེན་པའོ། སྤྲིབ་དཀོན་མཆོག་གཙོ་བོ་ཡེ་སྤྱི་བ་  
ཤི་ག་ཡིས་སྐྱོམ་པ་ཐམས་ཅད་དང་། ཡིད་ཐང་ཚད་པ་དང་ཁུར་ཚེན་གྱིས་གཞོན་པ་ཐམས་ཅད། ཁོང་གི་  
མཚན་བརྗོད་མཁའ་ཐམས་ཅད་ལ་ཁོང་གི་མཛུན་དུ་གདན་འདྲེན་གནང་ཞིང་། ཁོ་རྣམས་ལ་ཐར་པ་གནང་  
བའི་ཞལ་ཚད་མཛད། དམ་པའི་བྱུགས་ཉིད་དཀོན་མཆོག་གིས་ང་ཚོའི་སེམས་དང་འགྲོགས་ཉེ་དེད་རྣམས་  
དཀོན་མཆོག་གི་སྤྲིབ་དང་སྤྲིབ་མོ་ཡིན་པར་བདེན་དཔང་མཛད། 2) ཡེ་སྤྱི་བ་བདེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་དཀོན་  
མཆོག་གི་བྱུགས་རྗེ་ལ་ཉེན། དཀོན་མཆོག་གི་བྱུགས་རྗེ་ལུ་མཐའ་མེད་པ་ཡིན་ལ། སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་ཚད་པ་  
ལས་ཐར་བར་བྱེད་པ་ནི་ཁོང་གི་མཛད་པ་ཡིན་པས། དེད་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲིག་ཉེས་རི་ལྟར་ངན་པའམ་མང་བོ་  
བྱེད་ཀྱང་། ཁོང་གིས་དེ་ཚོ་ཐམས་ཅད་སེལ་བར་མཛད། གཙོ་བོ་ཡེ་སྤྱི་བ་ཡབ་ཀྱིས་ང་ལ་གནང་བ་ཐམས་  
ཅད་ངའི་རྩལ་ཡོང་ངེས་ཡིན། སུ་ངའི་རྩལ་ཡོང་ན་ཡང་དེ་ངས་ནམ་ཡང་བསྐྱད་པར་མི་བྱ་ཞེས་གསུངས།  
3) ཡེ་སྤྱི་བ་བདེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་མི་ཚེའི་སྐྱོར་བས་མ་སྐྱོ་ཞིབ་ཕྱ་གཏོང་། ཐར་བར་གྱུར་བ་རྣམས་

ལ་བྱེད་ཚེས་གསུམ་ཡོད་དེ། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱེ་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་དང་གཙོ་བོ་འོང་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པ་དང་གཉིས། གཙོ་བོ་གིས་གཙོ་བོ་ལ་བྱམས་པ་བྱེད་པ་དང་གསུམ་བཅས་ཡིན། གལ་ཏེ་བྱེད་ཚེས་དེ་གསུམ་ཡོད་ན་ཐར་པ་འཕྲོད་མཁུ་ལོན་པར་ཤེས་བྱེད།

१२.३ **व्याख्या:** कहिलेकाहीं ख्रिष्टियनहरू जसले पापहरूबाट इमानदारीपूर्वक पश्चात्ताप गरेका छन् र प्रभु येशूमा विश्वास गरेका छन् कि तिनीहरू साँचो विश्वासी हुन् कि भनेर सोच्छन्। हामी साँच्चो ख्रीष्टियन हौं भनेर थाहा पाउन सक्ने तीनवटा तरिकाहरू छन्: १) साँचो ख्रीष्टियनले परमेश्वरको प्रतिज्ञाहरूमा विश्वास गर्छन्। परमेश्वर पिताले विश्वास गर्ने सबैलाई बचाउने प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ, र उहाँको वचन सधैं सत्य हुन्छ। पुत्र परमेश्वर, प्रभु येशू ख्रीष्टले जो तिर्खाएका, जो थाकेका र बोझले दबिएकाहरू सबैलाई बोलाउनु हुन्छ, र उहाँको नाम पुकार्ने सबैलाई उहाँकहाँ आउने र बचाउने प्रतिज्ञा गर्नुहुन्छ। पवित्र आत्मा परमेश्वरले पनि हामी परमेश्वरका सन्तान हौं भनेर भन्दछन्। २) साँचो ख्रीष्टियनहरू परमेश्वरको कृपामा भर पर्छन्। उहाँले हाम्रा सबै पापहरू क्षमा गर्नुहुनेछ, चाहे तिनीहरू धेरै वा जति नै खराब भए पनि, किनभने परमेश्वरको कृपा असीम छ र पापीहरूलाई बचाउनु उहाँको काम हो। प्रभु येशू आफैले भन्दछन्, “पिताले मलाई दिनुहुने सबै मकहाँ आउनेछ, र मकहाँ आउनेलाई कुनै रीतिले म त्याग्नेछैनँ।” ३) साँचो ख्रीष्टियनहरूले आफ्नो जीवनलाई होसियार साथ हेर्छन्। मुक्ति पाएकाहरूमा तीनवटा गुणहरू हुन्छन्: क) तिनीहरूले प्रभु येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्छन्; ख) तिनीहरूले उहाँका आज्ञाहरू पालन गर्छन्, र ग) तिनीहरू एक-अर्कालाई माया गर्छन्। यदि हामीसँग यी तीन गुणहरू छन् भने, हामी जान्दछौं कि हामी बचाइएका छौं।

12.4 གཙོ་བོ་ཡེ་བྱེ་ལ་དད་པ་སྐྱེ་བའི་སྐྱབས་སུ་དཀོན་མཚོག་གིས་ང་ཚོ་སྤྲིག་ཉེས་དང་འཚིབ་འཛིན་པ་ལས་སྐྱོལ་བར་མཛད། དམ་པའི་བྱུགས་ཉིད་ཀྱིས་ང་ཚོའི་དོན་ལ་ལྷ་ངོ་མཛད། གང་ཞེས་གིས་དཀོན་མཚོག་གི་བྱམས་པ་ལས་ང་ཚོ་སྐྱལ་མི་བྱེད། ང་ཚོ་མིན་ཏེ་དཀོན་མཚོག་ཉིད་ཀྱིས་དེད་ལྷམས་ཐར་བར་མཛད་པས་ཐར་པ་དེ་བརྒྱུག་པའི་སྐྱོར་སེམས་ཁྲལ་བྱེད་མི་དགོས། གནས་སྐྱབས་ཀྱི་དད་པ་དང་ལྷན་པ་ལྷམས་ཀྱིས་དད་པ་དོར་ན་ཡང་། དཀོན་མཚོག་གིས་ཉིད་ཀྱི་སྤྱུན་སྲུང་ཡང་དག་པར་བྱེད་པའི་དད་པ་དང་ལྷན་པ་ཐམས་ཅད་ཐར་བར་མཛད། གང་ལགས་ཟེར་ན། དཀོན་མཚོག་ནི་འོ་ལྷམས་ལྷམ་པར་དག་པར་མཛད་མཁུ་ལོན། འོང་གིས་དེད་ལྷམས་ཀྱི་སྤྲིག་ཉེས་དང་སྐྱོད་པ་ངན་པ་ནམ་ཡང་མི་བརྟེ། འོང་གི་ང་ཚོའི་ཞན་ཆ་ལས་ཆེབས་ཉམས་ཚོད་དང་བསྐྱེད་འབྱུང་སྐྱབས་ང་ཚོ་སྐྱུང་མཁུ་ལོན། དེའི་སྤྱིར་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱེ་ལ་ངས་བྱོད་དང་ནམ་ཡང་མི་བྱེད། གཏན་ནས་སྐྱོར་བར་མི་བྱེད་ཞེས་པ་དང་། ངས་དེ་ཚོར་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚེ་སྐྱེན་ཞིང་དེ་ཚོ་ལྷམ་ཡང་འཛིག་པར་མི་འགྱུར། སུས་ཀྱང་ངའི་ལག་ནས་འཕྲོག་མི་སྤྲིད་ཅེས་གསུངས་པ་མ་ཟད། སྐྱོ

ཚབ་པ་ལུ་ལུས་ཁྱེད་ཚོའི་ཁྱོད་དུ་བྱ་བ་བཟང་བོ་འགོ་འཇུགས་མཁན་དགོན་མཚོག་གིས་ལྷ་ཤི་ཀ་ཡེ་གྲུ་སྐྱེར་  
 འབྱོན་པའི་ཉེན་མོའི་བར་དུ་སྐྱབ་པར་ཡང་མཛད་རྒྱུ་ཡིན་པ་དེ་དར་ཡིད་ཆེས་ཡོད་ཅེས་བྲིས། དེའི་ཕྱིར་སྐྱེ  
 ཚབ་པ་ལུ་ལུ་ལྷ་ར་ང་ཚོ་འདྲི་དྲོན་དང་ལྷན་པ་ཡིན་དགོས།

१२.४ जब हामी विश्वासी हुन्छौं, परमेश्वरले हामीलाई पाप र मृत्युको शक्तिबाट छुटकारा दिनुहुन्छ। पवित्र आत्माले हाम्रो लागि परमेश्वर पितासँग प्रार्थना गर्नुहुन्छ। प्रभु येशू ख्रीष्ट हाम्रो लागि मध्यस्थता गर्दै परमेश्वरको दाहिने हातमा आदरको स्थानमा विराजमान हुनुहुन्छ। कुनै पनि कुराले हामीलाई परमेश्वरको प्रेमबाट अलग गर्न सक्दैन। हामी आफैले नभई हामीलाई बचाउने परमेश्वर नै हुनुहुन्छ, त्यसैले हामीले हाम्रो मुक्ति गुमाउने बारे चिन्ता गर्नुपर्दैन। क्षणिक विश्वास भएका कोही-कोही टाढा भए तापनि धर्मो ठहराउने विश्वास भएका सबैलाई परमेश्वरले बचाउनुहुनेछ, किनकि तिनीहरूलाई धर्मो ठहराउने परमेश्वर नै हुनुहुन्छ। उहाँले हाम्रा पापहरू सम्झनु हुन्। उहाँ हाम्रा कमजोरीहरूभन्दा महान् हुनुहुन्छ, र उहाँले हामीलाई परीक्षा र जाचँबाट सुरक्षित राख्नुहुन्छ। यसकारण, प्रभु येशू ख्रीष्टले भन्नुभयो, “म तँलाई कहिल्यै छोड्ने, अनि तँलाई त्याग्नेछैन,” र “तिनीहरूलाई म अनन्त जीवन दिन्छु, र तिनीहरू कहिल्यै नष्ट हुनेछैनन्। कसैले तिनीहरूलाई मेरो हातबाट खोसी लैजान्नेछैन।” जसरी प्रेरित पावलले भनेका छन्, “मलाई यो दृढ विश्वास छु, जसले तिमीहरूमा एउटा असल काम सुरु गर्नुभयो, उहाँले नै येशू ख्रीष्टको दिनमा त्यो पूरा गर्नुहुनेछ।” यसकारण, हामी पनि, प्रेरित पावल जस्तै दृढ हुनुपर्छ।

12.5 **ནང་དོན་གཙོ་བོ།** དགོན་མཚོག་གིས་དེད་རྒྱམས་ཀྱི་སྒྲིག་ཉེས་ཐམས་ཅད་ལས་ཐར་བར་མཛད།

१२.५ **मुख्य कुरा:** परमेश्वरले हाम्रो सबै पापबाट हामीलाई बचाउनुहुन्छ।

12.6 **སློབ་འདོན་བྱེད་རྒྱུ།** ཡབ་ཀྱིས་ང་ལ་གནང་བ་ཐམས་ཅད་དེ་རྩེ་ལྷོ་ལ་ཡོད་པའི་ཡིན། སུ་དེ་རྩེ་ལྷོ་ལ་  
 བ་ཡང་དེ་དམ་ཅམ་ཡང་བསྐྱད་པར་མི་བྱ། (ཡོ་རྩ་བ་ 6:37)

१२.६ **कण्ठ गर्ने पद:** पिताले मलाई दिनुहुने सबै मकहाँ आउनेछन्, र मकहाँ आउनेलाई कुनै रीतिले म त्याग्नेछैन। (यूहन्ना ६:३७)

12.7 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། ང་ཚོར་ཐར་པ་ཐོབ་ཟིན་པའི་དཔང་རྟགས་གསུམ་གང་ཡིན་ནམ། ལན། ང་ཚོས་དཀོན་མཆོག་གི་ཞུལ་ཆད་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ་དང་གཅིག་ཁོང་གི་སྤྱད་པ་ལ་ཉན་པ་དང་གཉིས། ཁོང་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པ་དང་གསུམ་བཅས་ཡིན།
2. དྲི་བ། སྤྱོད་པ་ངན་པ་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱུར་ཏེ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲིག་ཉེས་དཀོན་མཆོག་གིས་ཡོངས་སུ་སེལ་བར་མཛད་དམ། ལན། ལགས་སོ། དཀོན་མཆོག་གིས་སེལ་བར་མཛད་དོ།
3. དྲི་བ། དད་ལྡན་བདེན་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱུང་ཚོས་གསུམ་གང་ཡིན་ནམ། ལན། དད་ལྡན་བདེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་དང་གཅིག་ཁོང་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པ་དང་གཉིས། གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བྱམས་པ་བྱེད་པ་དང་གསུམ་བཅས་ཡིན།

१२.७ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: हामीले मुक्ति पाएका तीनवटा चिन्हहरू के के हुन्? उ: हामी परमेश्वरको प्रतिज्ञाहरूमा विश्वास गर्छौं, हामी उहाँको कृपामा भरोसा गर्छौं, र उहाँका आज्ञाहरू पालन गर्छौं।
२. प्र: के परमेश्वरले पश्चात्ताप गर्ने र प्रभु येशूमा विश्वास गर्ने सबैका पापहरू पूर्ण रूपमा क्षमा गर्नुहुन्छ? उ: सक्छ।
३. प्र: साँचो विश्वासीको तीन चिन्हहरू के के हुन्? उ: साँचो ख्रीष्टियनहरूले प्रभु येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्छन्, उहाँका आज्ञाहरू पालन गर्छन् र एकअर्कालाई प्रेम गर्छन्।

12.8 **སྤྲིག་ལམ་འདེབས་རྒྱ།** གཙོ་བོ་དཀོན་མཆོག་ལགས། བྱེད་ཀྱི་མུ་མཐའ་མེད་པའི་སྤྱད་པ་ལྟེ་ནས་བྱེད་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲིག་ཉེས་སེལ་བར་ང་ཚོས་སྤྱད་པ་ལྟེ་ཆེ་བུ། ང་ཚོའི་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་ཉན་པ་དང་གཉིས་ལ་ཉན་པ་དང་གསུམ་བཅས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ་ལྟེ་ཆེ་བུ། ཨ་མེན།

१२.८ **प्रार्थना:** हे प्रभु, हामी तपाईंलाई धन्यवाद दिन्छौं कि तपाईंको असीम कृपाबाट, तपाईंमा विश्वास गर्ने सबैका पापहरू क्षमा गर्नुहुन्छ। कृपया हाम्रा प्रभु येशू ख्रीष्टद्वारा हामीलाई तपाईंको सिद्ध क्षमा दिनुहोस्। आमेन।



# ས་བཅད་གཉིས་པ། དགོན་མཚོག་གི་མི་རྒྱུས།

## खण्ड दुई: परमेश्वरका मानिसहरू

### སློབ་ཚན་བརྒྱུགས་པ། དད་ལྡན་རྒྱུས་ཀྱི་ལག་ལེན་ལྟ།

### पाठ तेह: विश्वासीहरूको पाँच वटा अभ्यासहरू

13.1 **ཅུ་བ།** ཡང་ལོ་རྒྱུས་ལ་སློབ་ཚན་གྱི་ཚུལ་བཞུགས་པ་དང་། དད་ལྡན་དང་འགྲོགས་པ། བག་ལེབ་བགོས་པ། སློབ་ལམ་འདེབས་པར་བརྩོན་སེམས་ཡོད། (མཛད་པ་ 2:42)

१३.१ **पद:** तिनीहरू प्रेरितहरूका शिक्षा, सङ्गति र रोटी भाँच र प्रार्थनामा भक्तिसाथ लागि रहन्थे। (प्रेरित २:४२)

13.2 **ས་བཅད་གཉིས་པའི་དོ་སློབ།** སློབ་ཚན་འདི་རྒྱུས་ཀྱི་ས་བཅད་དང་པོར་ང་ཚོས་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་འཛོམས་བཟང་ལ་བསྐྱར་སློབ་བྱས། ས་བཅད་གཉིས་པ་འདིར་གནའ་བོའི་དུས་ཀྱི་ཚུལ་ཚོགས་ཀྱི་ལག་ལེན་ལྟ་བུ་བགོ་སྐྱེད་བྱས་ནས། ལག་ལེན་དེ་རྒྱུས་དེ་རིང་ཡང་ཅིའི་སྤྱིར་གལ་ཆེན་ཡིན་པར་གསལ་བཤད་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན། སློབ་ཚན་འདིར་ལག་ལེན་ལྟ་ཡོད་དེ། དགོན་མཚོག་གི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་སློབ་སློབ་བྱེད་པ་དང་། སློབ་ལམ་འདེབས་པ། གཙོ་བོའི་དྲན་རྟེན་གྱི་ཞལ་བཟས་སློབ་པ། ཚུལ་ཚོགས་དང་མཉམ་དུ་འདུ་བ། མི་གཞན་ལ་རོགས་བྱེད་པ་བཅས་དོ་སློབ་བྱེད། སློབ་ཚན་རྗེས་མར་དེ་རྒྱུས་ཀྱིས་ལག་ལེན་རེ་བཞིན་ཞེས་ཏུ་གསལ་བཤད་བྱེད།

१३.२ **खण्ड दुईको परिचय:** यी पाठहरूको पहिलो खण्डमा हामीले प्रभु येशूको सुसमाचारको बारेमा हेर्यौं। यस दोस्रो खण्डमा, हामी प्राचीन मण्डलीका पाँच अभ्यासहरूबारे छलफल गर्नेछौं, र यी अभ्यासहरू आज पनि किन महत्त्वपूर्ण छन् भनी व्याख्या गर्नेछौं। यस पाठमा हामी पाँच अभ्यासहरूको परिचय दिनेछौं: बाइबल अध्ययन, प्रार्थना, प्रभुको भोज, विश्वासीहरूसँगको सङ्गति, र अरुको सेवा गर्ने। तलका पाठहरूमा हामी प्रत्येक अभ्यासलाई विस्तृत रूपमा व्याख्या गर्नेछौं।

13.3 **འགྲོགས་པ།** གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་སློབ་ཚན་འདི་དང་པོའི་རྗེས་སུ་ཡུན་རིང་པོ་མ་ལོན་པར་ཡི་སྲི་ར་ཞེས་ཀྱི་རྒྱལ་ས་ཡེ་རུ་ཤ་ལེམ་ལ་དུས་ཆེན་གལ་ཆེན་བོ་ཞེས་བྱུང། དགོན་མཚོག་ལ་བཀུར་སྐྱོད་པའི་ཆེད་དུ་མི་རིགས་འདྲ་མིན་ནས་མི་ཚོགས་སློབ་སྐྱོད་མང་པོ་འདོམས། དུས་དེར་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་འཛོམས་པའི་ཉེ་གནས་པའི་ཉེ་ཡིས་

མི་ཚོགས་ཀྱི་མདུན་དུ་དཀོན་མཆོག་གི་འཕྲིན་བཟང་བསྐྱབས། དེ་ཐོས་ནས་མི་རྣམས་ཀྱིས་ང་ཚོས་ཅི་བྱ་  
 ཞེས་སྒྲུས་ནས། དེ་ཉེས་ཁོ་ཚོར་སྲོད་པ་ངན་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་སྦྱར་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་སྡིག་ཉེས་སེལ་  
 བའི་བྱིར་རེ་རེས་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུང་གི་ཀའི་མཚན་གྱི་ཐོག་ནས་བྱས་གསོལ་ལོངས་ཤིག་དང་། ཁྱེད་རྣམས་  
 ལ་དཀོན་མཆོག་གི་གནང་སྦྱོར་ཉེ་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་འཕྲོ་བ་པར་འགྱུར། གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཞལ་ཆད་འདི་  
 བེ་ཁྱེད་དང་། ཁྱེད་ཀྱི་བུ་རྒྱུད། ཐག་རིང་དུ་སྡོད་པའི་མི་ཐམས་ཅད་དེ། ང་ཚོའི་གཙོ་བོ་དཀོན་མཆོག་གིས་  
 རང་ལ་འབོད་གནང་བའི་མི་སྲུ་ལ་ཡང་གནང་བ་ཡིན་ཞེས་གསུངས། དེ་ནས་ཁོང་གིས་གསུངས་པའི་བཀའ་  
 དང་ལེན་བྱེད་མཐའ་རྣམས་ཀྱིས་བྱས་གསོལ་བྱངས་ཤིང་། ཉེན་མོ་དེར་མི་གསུམ་སྟོང་ཙམ་ཁོ་ཚོའི་གྲལ་  
 དུ་ལྷགས། ཡང་དད་ལྡན་པ་གསར་པ་ལ་སྐྱེ་ཚབ་ཀྱིས་ཚོས་བསྟན་པ་དང་། དད་ལྡན་དང་འགྲོགས་པ།  
 བག་ལེབ་བགོས་པ། སློན་ལམ་འདེབས་པར་བརྩོན་སེམས་ཡོད། དཀོན་མཆོག་གིས་སྐྱེ་ཚབ་རྣམས་  
 བརྒྱད་ནས་ཉུགས་དང་ངོ་མཚར་བའི་དོན་མང་པོ་བསྟན་པས། མི་ཐམས་ཅད་འཛིགས་ཉེ་དཀོན་མཆོག་ལ་  
 བཀའ་སྟོན་བྱས། ཡང་དད་ལྡན་ཐམས་ཅད་འགྲོགས་ཉེ་འདྲེས་ཡོད་ཚད་ཐུན་མོང་དུ་བྱས། འོ་རྗེས་དང་  
 ས་ཞིང་བཙོངས་ནས་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ལ་དགོས་པ་བཞིན་དུ་བགོ་བཤའ་བརྒྱབ། ཉེན་རེར་ཁོ་རྣམས་  
 མཚོད་ཁང་གི་བྱམས་རར་འཛོམས། བྱིས་ཚང་ནང་བག་ལེབ་བགོས་པ་དང་། སེམས་དགའ་ཞིང་དྲིན་  
 གཟེངས་སེམས་ཀྱིས་མཉམ་དུ་བསྟེན། དཀོན་མཆོག་ལ་བསྟོད་པ་སུལ་ཞིང་། མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཁོ་རྣམས་  
 ལ་མོས་མཐུན་བྱས། གཙོ་བོས་ཉེན་རེ་བཞིན་ཐར་བར་གྱུར་བ་རྣམས་ཁོ་ཚོའི་གྲལ་དུ་ལྷགས་པར་མཛད།

१३.३ **व्याख्या:** येशूको मृत्यु भएको धेरै समय नबित्दै यरूशलेममा एउटा महत्त्वपूर्ण चाड थियो। विभिन्न राष्ट्रहरूका हजारौं मानिसहरू परमेश्वरको आराधना गर्न भेला भए। प्रभु येशूका चेला पत्रुस भीडको अगाडि उभिए र उनीहरूको बीच परमेश्वरको सुसमाचार घोषणा गरे। जब मानिसहरूले यो सुने तिनीहरूले भने, “हामीले के गर्ने?” र पत्रुसले तिनीहरूलाई भने, “पश्चात्ताप गर, र तिमीहरूका पाप-क्षमाको निम्ति येशू ख्रीष्टको नाउँमा तिमीहरू प्रत्येकले बप्तिस्मा लेऊ, र तिमीहरूले पवित्र आत्माको वरदान पाउनेछौ। किनकि प्रतिज्ञा तिमीहरूका निम्ति, तिमीहरूका सन्तानको निम्ति, र टाढा-टाढामा रहेका सबैका निम्ति हो, प्रत्येक जसलाई प्रभु हाम्रा परमेश्वरले बोलाउनुहुन्छ।” तब जस-जसले उनको कुरा ग्रहण गरे तिनीहरूले बप्तिस्मा लिए, र त्यसै दिन प्रायः तीन हजार मानिसहरू विश्वासीहरूको संख्यामा थपिए। नयाँ विश्वासीहरू तिनीहरू प्रेरितहरूका शिक्षा र सङ्गतिमा, रोटी भाँच्न र प्रार्थनामा भक्तिसाथ लागि रहन्थे। हरेकको हृदयमा भय उत्पन्न भयो, र प्रेरितहरूद्वारा धेरै अचम्मका काम र चिन्हहरू भए। विश्वास गर्नेहरू जति सबै एकसाथ बस्थे र तिनीहरूका सबै थोक साझा थिए। तिनीहरूले आफ्ना सम्पत्ति र मालमत्ता बेचिकन जस-जसलाई जे-जे कुराको खाँचो पर्थ्यो सबैलाई ती बाँडिदिन्थे। तिनीहरू एकै मनका भई मन्दिरमा





भनिन्छ। माथि भनिएको पाँचवटा अभ्यासहरूद्वारा हामीमा पवित्र आत्मा परमेश्वरले जसै काम गर्नुहुन्छ हामी पवित्र हुन्छौं। पवित्र आत्माले हाम्रो हृदयमा के गर्नुहुन्छ त्यसबाट हामी येशूजस्तै बन्छौं। अरुको लागि राम्रो उदाहरण बन्दै, हामी उहाँले जस्तै सोच्ने र व्यवहार गर्ने गर्छौं। यसरी, पवित्रताले हामीलाई मात्र नभई, सम्पूर्ण समाजलाई फाइदा गर्छ। अर्को पाठहरूमा, हामी यी पाँच अभ्यासहरूको बारेमा थप सिक्नेछौं।

13.6 **बन्देबन्धनको** |ཡེ་སྤྱི་ཚེས་ལུགས་ཀྱི་སྤོམ་མཚོན་གི་བཀའ་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པ་དང་། སློབ་ལམ་འདེབས་པ། གཙོ་བོའི་དྲན་རྟེན་གྱི་ལལ་ཟས་སྦྱོང་པ། ཚེས་ཚེགས་དང་མཉམ་དུ་འདུ་བ། མི་གཞན་ལ་རོགས་བྱེད་དགོས་པ་བཅས་ཡིན།

१३.६ **मुख्य कुरा:** ख्रीष्टियनहरूले परमेश्वरको वचन अध्ययन गर्ने, प्रार्थना गर्ने, प्रभु भोज गर्ने, सङ्गति गर्ने, र अरुको सेवा गर्छन्।

13.7 **नैतिकता** |བསྟན་པ་དེར་གནས་ན་ཡབ་སྐུ་གཉིས་དང་འགྲོགས། (ཡེ་རྟ་ཀྱི་གཉིས་པ་ 1:9)

१३.७ **कण्ठ गर्ने पद:** सिद्धान्तमा स्थिर रहनेसँग पिता र पुत्र दुवै हुनुहुन्छ। (२ यूहन्ना १:९)



# སློབ་ཚན་བཅུ་བཞི་པ། དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ཡིས་མི་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན།

## पाठ चौधः परमेश्वरको वचनले सबैलाई फाइदा पुऱ्याउँछ

14.1 **ཅུ་པ།** དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ཐོས་ནས་ཁ་ལ་ཉན་པ་རྣམས་བདེའོ། (ལུ་ཀྱ 11:28)

१४.१ **पदः** बरु तिनीहरू धन्य हुनु, जसले परमेश्वरको वचन सुन्छन् र पालन गर्छन्। (लूका ११:२८)

14.2 **ངོ་སློབ།** སློབ་ཚན་སློབ་མར་ཡེ་ཤུ་པ་རྣམས་ཀྱི་ལག་ལེན་ལྟ་སྟེ། དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པ་དང་། སློབ་ལམ་འདེབས་པ། གཙོ་བོའི་དྲན་རྟེན་གྱི་ཞལ་ཟུངས་སྦྱོང་བ། ཚོས་ཚོགས་དང་མཉམ་དུ་འདུས་པ། མི་གཞན་ལ་རོགས་བྱས་པ་བཅས་བསྐྱབས་ཟེན། སློབ་ཚན་འདིར་ང་ཚོས་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ནས་འཚོ་བ་དངོས་ནང་ཉི་ལྟར་སྦྱོང་བའི་སློབ་སྦྱོང་བྱ་ཡིན།

१४.२ **परिचयः** अधिल्लो पाठमा ख्रीष्टियनहरूको पाँच अभ्यासहरू बारे सिकेका थियोः परमेश्वरको वचन अध्ययन गर्ने, प्रार्थना गर्ने, प्रभुको भोज लिने, अन्य विश्वासीहरूसँग सङ्गति गर्ने र अरुको सेवा गर्ने। यस पाठमा हामी बाइबल अध्ययन र यसबाट सिकेका कुरालाई कसरी व्यवहारमा उतार्ने भन्ने बारे सिक्नेछौं।

14.3 **འགྲེལ་པ།** དམ་པའི་གསུང་རབ་མིའི་རིགས་ལ་གནང་བའི་སློབ་སྦྱོང་དཀོན་མཆོག་གིས་ང་ཚོ་ལ་བྱམས་སྦྱོང་མཛད་པ་བསྟན་པར་མཛད། དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལེན་ཡེ་ཤུ་པ་ཁོ་རང་མ་ཡིན་གྱི། བའ་པའི་ཚོས་ལུགས་པ་དང་། ཉིན་རུ་ཚོས་ལུགས་པ། དབྱི་སི་ལན་ཚོས་ལུགས་པ། ལྷ་མེད་སྐྱབ་པོ་རྣམས་ལ་ཕན་པའི་ཆེད་དུ་འདེབས་གནང་བ་ཡིན། དཀོན་མཆོག་གི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལེ་སྟེན་པ་དང་བུད་མེད། ལྷ་སྐྱབ་ལྷུག་པོ་དང་དབུལ་པོ། ཞིང་པ་དང་འབྲོག་པ། གཉེན་སྲིག་བྱེད་ཡོད་མཁན་དང་མེད་མཁན། སློབ་སྦྱོང་ཡོད་མཁན་དང་མེད་མཁན་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ་གནང་བ་ཡིན། ལྷ་ཞིག་གིས་གསུང་རབ་དེ་གྲོག་འདོད་ན་རིན་མེད་གྱི་ངང་ནས་དཔེ་གྲོག་བྱེད་ཐུབ། (དཔེར་ན་ [www.gsungrab.org](http://www.gsungrab.org) དྲ་ཚོགས་ནས་ཕབ་ལེན་གནང་ན་ཚོགས་) གསུང་རབ་དེ་བོད་ཡིག་དང་། རྒྱ་ཡིག་ བོད་རྒྱ་ཤར་སྦྱར། བོད་དབྱིན་ཤར་སྦྱར་ལ་སོགས་ནས་དཔེ་གྲོག་བྱེད་ཐུབ། ལྷ་ཞིག་གིས་དེ་ལ་ཉན་འདོད་ན་ཕབ་ལེན་བྱེད་ཐུབ། མི་ཚང་མས་བསྐྱབས་ཏེ་ཉ་གོ་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་གནང་བས། རྒྱ་དེ་གསུང་གཞན་ཤེས་མཁན་ནམ། ཡང་ན་མཁས་པ་ཡིན་མི་དགོས། ཐར་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་གང་ཤེས་དགོས་པ་ཐམས་ཅད་དམ་པའི་གསུང་རབ་ནང་ལ་བཀོད་ཡོད།

१४.३ **व्याख्याः** परमेश्वरले हामीलाई उहाँको पवित्र बाइबल दिनुभएर मानिसहरूको वास्ता गर्नुहुन्छ भनि देखाउनुहुन्छ। परमेश्वरको वचन ख्रिष्टियनहरूको लागि मात्र होइनन्। यो बौद्ध, हिन्दू,

मुस्लिम र नास्तिकहरूको लागि पनि हो। बाइबल पुरुष, महिला र बालबालिका, धनी र गरिब, किसान र घुमन्ते, विवाहित र अविवाहित, शिक्षित र अशिक्षित सबैको लागि हो। बाइबल पढ्न चाहने जो कोहीले पनि सित्तैमा एउटा प्रतिलिपि प्राप्त गर्न सक्छन् (उदाहरणका लागि, www.gsungrab.org बाट डाउनलोड गरेर)। यो तिब्बती, चिनियाँ, र तिब्बती-चिनियाँ, र तिब्बती-अंग्रेजी दुई-भाषा संस्करणहरूमा उपलब्ध छ। सुन्न चाहने जो कोहीले पनि यसलाई डाउनलोड गर्न सक्नुहुन्छ। यो सबैले पढ्न र सजिलै बुझ्न सक्ने भाषामा लेखिएको छ। एक विशेषज्ञ हुन वा अर्कै भाषा जान्नु आवश्यक छैन। यसमा, मुक्ति पाउनको लागि हामीले जान्ने पर्ने सबै कुरा स्पष्ट रूपमा व्याख्या गरिएको छ।

14.4 ཡེ་ཤུ་པ་རྒྱམས་ཀྱིས་ཉིན་ལྟར་དམ་པའི་གསུང་རབ་གྲོག་གམ་ཉན་དགོས། དེའི་རྒྱུ་མཚན་ནི

- 1) དགོན་མཚོག་གིས་ང་ཚོ་ལ་ཡན་པ་དང་སློབ་སྟོན་པའི་ཆེད་དུ་ཁོང་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་དམ་པའི་གསུང་རབ་བརྒྱུད་ནས་མངོན་པར་མཛད། དེ་བས་ན་ང་ཚོས་རྩུབ་བཏོན་གྱིས་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་དགོས། དམ་པའི་གསུང་རབ་ནི་དགོན་མཚོག་གི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མཛོད་ཁང་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ཤེས་རབ་མཚོག་ཏུ་གྱུར་བ་ཡིན། བོད་དེ་ལས་ཇི་ཙམ་འདོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ལེན་པར་ཚོག།
- 2) ཁོང་གི་བདེན་པ་དེ་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་སྟོན་པའི་ཕྱིར་དགོན་མཚོག་གིས་ལུང་སྟོན་པ་དང་། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་པ་རྒྱུ་ཚབ། འཕྲིན་བཟང་སློག་མཁམ། སློབ་སྦྱོང་བྱེད་མཁམ་ལ་སོགས་པའི་མི་སྣ་ཚོས་ཚོགས་ལ་གནང་། བདེན་པ་དེ་གསུང་རབ་ལ་བཀོད་ཡོད། གལ་སྲིད་དགོན་མཚོག་གིས་ཚོས་ཚོགས་ལ་དེ་ལྟར་གྱི་སློབ་དཔོན་གནང་བ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་དེ་རྒྱམས་སློབ་དགོས།
- 3) ཞིང་པས་ཞིང་ལས་དང་འབྲོག་པས་འབྲོག་ལས་ཤེས་དགོས་པ་ལྟར། ཡེ་ཤུ་པས་ཀྱང་དགོན་མཚོག་གི་བདེན་པ་ཤེས་དགོས། དགོན་མཚོག་གི་ཐར་པའི་སྐྱོར་དང་། དད་པ་འཕེལ་བའི་སྐྱོར་ཤེས་དགོས། ང་ཚོ་ཚོ་ཡེ་ཤུ་པ་ཡིན་པས་དེ་ནི་དེ་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་འགན་ཡིན།
- 4) དགོན་མཚོག་ནི་ང་ཚོའི་ཡབ་ཡུམ་པས་ང་ཚོ་ཁོང་གི་སྲས་དང་སྲས་མོ་ཡིན། དགོན་མཚོག་གི་ནང་མིའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པར་འབོད་པ་ཡིན། མི་མང་པོས་རང་གི་ཕ་རོལ་ཤེས་ཀྱང་། ཁོང་གི་སྲས་དང་སྲས་མོས་ཁོང་རོལ་ཤེས་པ་དེ་དགོན་མཚོག་གི་དགོངས་པ་ཡིན།
- 5) འཛིག་རྟེན་འདི་ལ་གནས་པའི་དུས་སྐབས་སུ་མེད་ཅིང་། རིང་པོ་མ་ལོན་པར་ང་ཚོ་ཐམས་ཅད་བྲིམས་གཙོད་མེད་པར་དགོན་མཚོག་གི་བཞུགས་བྱིའི་དུང་དུ་འགྲོ་དགོས། ཉིན་མོ་དེར་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་ཁོ་ན་ཡིས་དེ་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་བྱེད་བྱུང་། དེའི་ཕྱིར་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་བསྐྱབས་ནས་ཉམས་ལེན་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཕྱི་ཕྱི་ཕྱི་ཕྱི་གྱིས་བཏོན་སེམས་བྱེད་དགོས།

१४.४ ख्रीष्टियनहरूले निम्न कारण हरेक दिन बाइबल पढ्नु वा सुन्नु पर्छ: १) बाइबलमा, परमेश्वरले हामीलाई असल गर्न र सिकाउनको लागि उहाँको सत्यता प्रकट गर्नुहुन्छ। उहाँले त्यसो



गर्नुभएको हुनाले हामीले उहाँको वचनलाई लगनशील भई अध्ययन गर्नुपर्छ। बाइबल परमेश्वरको बारेमा ज्ञानको भण्डार हो। यसमा सबैभन्दा बढी र सबैभन्दा राम्रो ज्ञान जो कोहीले पाउन सक्छ। यो खजाना जो कोहीले आफ्नो इच्छा अनुसार जति नि लिन सक्छ। २) परमेश्वरले मण्डलीका अगमवक्ताहरू, प्रेरितहरू, शिक्षकहरू र प्रचारकहरूलाई उहाँको सत्यता हामीलाई सिकाउन दिनुभएको छ। यी सत्यताहरू बाइबलमा लेखिएका छन्। यदि परमेश्वरले हामीलाई यस्ता शिक्षक दिनुभएको छ भने हामीले तिनीहरूबाट सिक्नुपर्छ। ३) जसरी एक किसानले खेती गर्ने तरिका जान्नुपर्छ, र घुमन्तेले जनावरहरूको हेरचाह कसरी गर्ने भनेर जान्नुपर्छ, त्यसरी नै ख्रीष्टियनहरूले परमेश्वरको सत्यता जान्नुपर्छ। हामीले कसरी मुक्ति पाउने, र हाम्रो विश्वासमा कसरी परिपक्व हुने भनेर जान्नुपर्छ। यो ख्रीष्टियनको रूपमा हाम्रो काम हो। ४) परमेश्वर हाम्रो पिता हुनुहुन्छ, र हामी उहाँका सन्तान हौं। हामीलाई परमेश्वरको परिवारको सदस्य हुन बोलाइएको छ। धेरै मानिसहरूलाई आफ्नो पिता को हो भनेर थाहा नभए तापनि, परमेश्वर आफ्ना छोराछोरीहरूले उहाँलाई चिनेको चाहनुहुन्छ। ५) हाम्रो मानव जीवन छोटो छ र हामी चाँडै नै परमेश्वरको न्यायको अगाडि खडा हुनुपर्दछ। ख्रीष्टमा भएको विश्वासले मात्र त्यस दिन हामीलाई बचाउन सक्छ, त्यसैले हामीले परमेश्वरको वचन सिक्न र यसलाई व्यवहारमा उतार्न सक्दो प्रयास गर्नुपर्छ।

14.5 གསུང་རབ་བཟླ་གས་ནས་ངེད་ཚམས་ཀྱི་དད་པ་འཕེལ་བྱུང། ང་ཚོས་དཀོན་མཆོག་ལ་ཅི་ལྟར་གཟེས་པར་འཛིན་པ་དང། བདེན་རླུང་གི་དབྱེ་བ་འབྱེད་པ། དཀོན་མཆོག་གི་ཆབས་འཛིན་ཤེན་འདི་ལ་ལྟ་བ་བཅས་ཤེས་པར་འགྱུར། དཀོན་མཆོག་གི་ཚོས་ཚོགས་ལ་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་ཅི་ལྟར་སློབ་སློབ་འབྱེད་པ་དང། དཀོན་མཆོག་གི་འཕྲིན་བཟང་ཅི་ལྟར་གསལ་སྟོན་བྱེད་པ་སློབ། བསྐྱེད་འབྱུང་དུས་སམ། མཐར་གཅོད་མྱོང་སྐབས་སེམས་ཅི་ལྟར་བརྟན་པོར་གནས་པའི་སློབ་སློབ། གལ་ཏེ་ངེད་ཚམས་ཀྱིས་དད་པ་ཡིས་གསུང་རབ་སྟོན་པ་འཕམ་ཉན་ན། དེ་ལ་དབང་ཆེན་པོ་ཡོད། འོན་ཀྱང་གདོན་འདྲེ་ལས་སྐྱུང་བ་དང། ཡང་ན་མཐུ་རྒྱལ་པ། ལམ་འགྲོ་གསོག་པར་སློངས་དད་ཀྱིས་བེད་སྤྱོད་བྱས་ན་དེ་ལ་དབང་མེད། དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་མཐུན་ཁོ་ནར་ཁོང་གིས་སྐྱུང་བ་དང་ཐར་བ་སློང་བར་འགྱུར།

१४.५ जब हामी बाइबल पढ्छौं, हामी विश्वासमा बढ्छौं। हामीले कसरी परमेश्वरलाई प्रेम गर्ने, गल्तीबाट सत्य छुट्याउने, र संसारलाई परमेश्वरले जस्तै हेर्ने तरिकाहरू सिक्छौं। हामीले परमेश्वरको मण्डलीमा अरु विश्वासीहरूलाई कसरी बलियो पार्ने भनेर सिक्छौं। हामी आफ्नो विश्वासलाई अरु मानिसहरूसँग कसरी बाँड्ने भनेर सिक्छौं। परीक्षामा पर्दा वा सतावट हुँदा हामी कसरी आफ्नो विश्वासमा दृढ रहने भनेर सिक्छौं। जब हामी विश्वासका साथ बाइबल पढ्छौं वा सुन्छौं, र यसका आज्ञाहरू पालन गर्छौं, यसमा ठूलो शक्ति हुन्छ। तर यदि हामीले यसलाई अन्धविश्वासको रूपमा प्रयोग गर्ने, हामीलाई दुष्ट आत्माहरूबाट बचाउन, जादू, वा जोखना हेर्ने



14.9 **སྒོ་ལམ་འདེབས་སུ།** བསྐྱོད་པ་ཐམས་ཅད་འོས་པའི་གཙོ་བོ་ལགས། བྱེད་ཀྱིས་མདོ་ལ་གང་བྲིས་པ་ཐམས་ཅད་དེད་རྒྱམས་ལ་སྒོ་བ་སྒོ་བ་ཀྱི་དོན་དུ་བྲིས་སུ་བཅུག། བྱེད་ཀྱི་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱི་དབང་གི་སྒོ་ནས་དེའི་བདེན་པ་ང་ཚོས་རྟག་ཏུ་འཇུག་པར་མཛོད། ཨ་མེན།

१४.९ **प्रार्थना:** हे परमप्रभु, जो सबै प्रशंसाको योग्य हुनुहुन्छ, तपाईंले धर्मशास्त्रमा लेखिएका सबै कुरा हाम्रो निर्देशनको लागि बनाउनुभयो। तपाईंको पवित्र आत्माको शक्तिद्वारा, हामीलाई यसको सत्यता बुझ्न दिनुहोस्। आमेन।

# སྤྱི་བ་ཚོས་བཅོམ་ལྷོད། དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལ་དབང་ཆ་ཡོད།

## पाठ पन्ध्र: परमेश्वरको वचनमा अधिकार छ

15.1 **ཅུ་བ།** དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལེ་གསོན་ལྷགས་ལྷན་ཞིང་རྣམས་མཐུ་དང་ལྷན་བ། རལ་གྱི་ཁ་གཉིས་མ་ཀུན་ལས་ཀྱང་རྗེ་བ་ཡིན་པས། སྤོ་དང་སེམས་དང། ཚིགས་དང་རྐང་མར་གཉིས་ཀུན་ལ་འཇུ་ལ་ཞིང་འབྱེད་པ་མ་ཟེད། བསམ་པ་དང་འདོད་དོན་རྣམས་འོས་མིན་ཐག་གཅོད་བྱེད། (ཡ་ཏུ་དྲ་བ་ 4:12)

१५.१ **पदः** किनकि परमेश्वरको वचन जीवित र क्रियाशील हुन्छ, र कुनै पनि दुईधारे तरवारभन्दा बढी धारिलो हुन्छ। यसले प्राण र आत्मालाई त्यसका जोनी-जोनी र हाडको गुदीसम्मलाई भाग-भाग पारुञ्जेल वारवार छेड्ने र हृदयका विचार र इच्छा जाँच गर्न सक्ने हुन्छ। (हिब्रू ४:१२)

15.2 **དེ་སྤྱི་བ།** དཀོན་མཆོག་གིས་རང་གི་བཀའ་བརྒྱུད་ནས་བདེན་པ་མཚོན་པར་མཛད་ཀྱང། མི་རྣམས་ལ་སྤྱི་བ་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤེས་ཡོད་པས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཁོང་གི་བདེན་པ་མི་ཉོག་ས། མི་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ཐ་ན་ཚོས་རླུན་མ་སྟོན། དེ་ལྟར་ཀྱི་མི་རྣམས་ཚོས་སྟོན་པའི་ཆེད་དུ་ང་ཚོའི་རྩལ་ཡོང་ན་ང་ཚོས་ཅི་བྱེད་དགོས་སམ། བདེན་པ་གང་ཡིན་པ་ཅི་ལྟར་ཤེས་སམ།

१५.२ **परिचयः** परमेश्वरले आफ्नो वचनद्वारा आफ्नो सत्य प्रकट गर्नुहुन्छ, तर मानिसहरू पापी स्वभाव भएकाले सबैले परमेश्वरको सत्य बुझ्दैनन्। कतिपय मानिसहरूले गलत कुराहरू पनि सिकाउँछन्। जब हामीकहाँ यस्ता मान्छे आउँछन्, हामीले के गर्नुपर्छ? सत्य के हो भनेर हामीले कसरी थाहा पाउने?

15.3 **འགྲེལ་བ།** མི་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ཡེ་སྤྱི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་གྱིས། མིའི་སེམས་ནས་འབྱུང་བའི་ཚོས་ལྷགས་སམ། ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་དབེ་ཆ། མཚན་ཉིད་རིག་པས་ཀྱང་ཐར་ལམ་སྟོན་པ་དང། ཚོས་ལྷགས་ཐམས་ཅད་འེ་རི་རྩེ་ལ་འབྲིད་པའི་ལམ་མི་གཅིག་པ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་ཟེད། བརྟན་པ་རླུན་མ་དེ་ལྟར་མི་ཚོས་རང་རང་གི་མོས་པ་བཞིན་ལམ་འདྲ་མིན་དུ་སྟེགས། བྱས་ན། དཀོན་མཆོག་གི་གསུང་རབ་འོ་ཚོས་ལྷགས་གཞན་རྣམས་ཀྱི་གསུང་རབ་དང་འདྲ་བ་མིན་པ་དེད་རྣམས་ཀྱིས་ཅི་ལྟར་ཤེས། ཐབས་ལམ་ལྟ་ཡོད་དེ། 1) ལུང་སྟོན་པ་དང་སྤྱི་བ་བརྒྱུད་ནས་གསུངས་ཏེ་དཀོན་མཆོག་ཉིད་ཀྱིས་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཁོང་གི་བཀའ་ལེ་བར་གསུངས། དཀོན་མཆོག་གི་བདེན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་ལུངས་ཡིན་པས་དེ་ལ་ཡིད་བརྟོན་ནས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་བྱེད། 2) སྤྱི་བ་མཐོན་གཅོད་པའི་ཡེ་སྤྱི་བ་གི་ཡིས་དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་བདེན་པ་ཡིན་པར་བརྟན་པར་མཛད། 3) སྤོ་བ་མེད་པའི་དཀོན་མཆོག་གིས་

མ་འོངས་པའི་དུས་སུ་གང་འབྱུང་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན། ལུང་སྟོན་པ་རྣམས་ལ་གསུང་ནས་ལོ་བརྒྱ་  
 གྲག་མང་པོའི་རྗེས་སུ་འོང་གིས་གང་གསུངས་པ་དེ་བསྐྱབས། 4) འབྲི་མཁན་བཞི་བཅུ་ཙམ་གྱིས་གསུང་  
 རབ་གྱི་མདོ་ལོ་ངོ་ 1,500 ཙམ་གྱི་རིང་དུ་བྲིས་ཀྱང་། དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་ནང་དོན་གཅིག་རང་ཡོད་དེ།  
 དགོན་མཚོག་གིས་མེད་རིགས་ལ་བྱམས་པས་སྲིག་ཉེས་དང་འཚིབ་ལས་ཐར་པའི་ལམ་གཅིག་མཛད་པ་དེ་  
 ཡིན། 5) དམ་པའི་གསུང་རབ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ལ་དོན་དངོས་སུ་བྱུང་བའི་དོན་ལ་བརྟེན། དཔེར་ན་གཙོ་བོ་ཡེ་  
 བྱེད་ལུགས་ལ་ཚོས་བསྟན་གནང་བ་དང་། ཡེ་བྱེད་ལུགས་ཀྱི་སྐོར་མ་ཡི་སི་ར་ཞེས་ཀྱི་རྒྱལ་ས་ཡིན་ལ་  
 ད་ལྟོ་རྒྱལ་ས་ཡིན། རྒྱ་ཚབ་པ་ལུ་ལུ་དུ་མེ་སེག་གོང་ཁྱེད་ལ་ཐེབས། དེ་ནི་དེང་དུས་ཀྱི་སི་རི་ཡུ་རྒྱལ་  
 ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་ས་ཡིན། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱེད་ཚ་ལེ་གོང་ཁྱེད་ལ་འཚར་འོངས་བྱུང་། དེང་སང་གནས་སྐོར་  
 བ་སྟོང་གྲག་མང་པོ་དེར་འགོ་བཞིན་ཡོད། གནའ་རྗེས་རྟོག་ཞིབ་རིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་གསུང་རབ་ཀྱི་གོང་  
 ཁྱེད་གཞན་རྣམས་ཀྱི་གནའ་བུལ་རྟེན། དེ་ལྟར་གྱི་དཔང་རྟགས་ཀྱི་སྐོར་གྱིས་གསུང་རབ་བདེན་པ་ཡིན་  
 པ་རྒྱུ་དེ་དུང་བྱུང་བས་ང་ཚོས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཚོགས། གལ་ཏེ་དམ་པའི་གསུང་རབ་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཤེས་  
 བ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་ཚོས་ལོག་སྟོན་པའི་སྟོན་དཔོན་རྣམས་ལ་མི་ཉན་ཞིང་། ཁོ་ཚོའི་བསྟན་པ་དང་  
 ལེན་མི་བྱེད།

१५.३ **व्याख्या:** केही मानिसहरू भन्छन् कि बाइबल बाहेक, मानव धर्म, पवित्र पुस्तकहरू, वा दर्शनशास्त्रले पनि मुक्तिको बाटो देखाउँछन् र सबै धर्महरू एउटै पहाडको चुचुरोमा जाने बाटोहरू जस्तै छन्। यो गलत सिकाइका अनुसार, मानिसहरूले आफूलाई मनपर्ने धर्मको पालना गर्नुपर्छ। त्यसोभए बाइबल अन्य धर्मका पुस्तकहरू जस्तै होइन भनेर हामी विश्वासीहरूले कसरी थाहा पाउने? हामीले यो जान्न सक्ने पाँच तरिकाहरू छन्: १) परमेश्वर आफैले, उहाँका अगमवक्ताहरू र प्रेरितहरू बाट बोल्दै, बाइबल उहाँको वचन हो भनी बताउनुहुन्छ। हामी निर्धक्क भई यो विश्वास गर्न सक्छौं, किनकि सबै सत्यको स्रोत परमेश्वर हुनुहुन्छ। २) मुक्तिदाता, प्रभु येशू ख्रीष्टले परमेश्वरको वचन सत्य हो भनी सिकाउनुभयो। ३) भविष्यमा हुने सबै कुराहरू परमेश्वरलाई थाहा छ। धेरै पटक उहाँले आफ्ना अगमवक्ताहरूसँग बोल्नुभयो, र उहाँले भन्नुभएको कुरा सयौं वर्षपछि ठीक समयमा पूरा भयो। ४) बाइबल ४० भन्दा बढी लेखकहरू द्वारा लगभग १,५०० वर्षमा लेखिएको भए तापनि, यसमा केवल एउटा सन्देश छ: परमेश्वरले मानिसलाई प्रेम गर्नुहुन्छ र हामीलाई पाप र मृत्युबाट छुटकारा दिने बाटो बनाउनुभएको छ। ५) बाइबल इतिहासमा भएका घटनाहरूमा आधारित छ। उदाहरणका लागि, प्रभु येशूले यरूशलेममा सिकाउनुभयो, जुन आज पनि इजरायलको राजधानी शहर हो। प्रेरित पावल दमस्कस (आधुनिक सिरियाको राजधानी)मा गए। प्रभु येशू नासरतमा हुर्कनुभयो; आज हजारौं मानिसहरू त्यहाँ हेर्न जान्छन्। बाइबलमा उल्लेख

गरिएका अन्य सहरका भग्नावशेषहरू पुरातत्वविद्हरूले फेला पारेका छन्। त्यस्ता प्रमाणहरूको कारणले गर्दा हामीले बाइबल सत्य हो भनी भरोसा गर्न सक्छौं। यदि हामीलाई बाइबल सत्य हो भनी थाह छ भने, हामी झूटा शिक्षाका शिक्षकहरूको कुरा सुन्ने छैनौं र तिनीहरूले भनेको कुरालाई अस्वीकार गर्नेछौं।

15.4 **སྐྱེ་ལའི་དུས་རབས་དང་པོའི་དུས་དཀྱིལ་ཙམ་དུ་སྐྱེ་ཚབ་པ་ལུ་ལུ་དང་འགྲོགས་པ་རྣམས་དགོན་མཚོག་གི་འཕྲིན་བཟང་སྒྲོག་པའི་ཆེད་དུ་ཡུལ་འདྲ་མིན་ལ་ལེབས། སུ་རེ་ཡུ་ཞེས་ཟེར་བའི་གྲོང་ཁྱེར་ལ་སླེབས་ནས་ཁོང་ཚོས་དེར་སློབ་མཁན་རྣམས་ལ་དགོན་མཚོག་གི་འཕྲིན་བཟང་གསལ་བཤད་བྱས། བཀའ་དེ་བློས་ནས་དོན་དེ་རྣམས་བདེན་པ་ཡིན་མིན་ཤེས་པའི་སྲིད་སུ་རེ་ཡུ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཉེན་ལྡོག་གསུང་བའ་འཚོལ་ཞིབ་བྱས། དེང་སང་ཚོས་བསྟན་ལ་ཉན་པའི་དུས་སུ་དེད་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སུ་རེ་ཡུ་པས་བྱས་པ་ལྟར་བྱེད་དགོས། དམ་པའི་གསུང་བའ་དང་མཐུན་པའི་བསྟན་པ་དང་ལེན་བྱེད་ཚོག་ དོན་ཀྱང་དམ་པའི་གསུང་བའ་དང་མི་མཐུན་པ། ཡང་ན་དཔེ་ཆ་གཞན་ནས་བྱུང་བ་དང་ཚོས་དང་ལེན་བྱེད་མི་ཚོག**

१५.४ पहिलो शताब्दीको मध्यमा, प्रेरित पावल र तिनका साथीहरू परमेश्वरको सुसमाचार प्रचार गर्न गए। जब तिनीहरू बेरिया भन्ने सहरमा आए, तिनीहरूले त्यहाँ बस्ने मानिसहरूलाई परमेश्वरको सुसमाचार सुनाए। मानिसहरूले सुने, अनि हरेक दिन बाइबल अध्ययन गर्थे कि यी कुराहरू सत्य हो कि होइन भनेर। जब हामी आजका शिक्षाहरू सुन्छौं, हामीले बेरियनहरूले गरे जस्तै गर्नुपर्छ। यदि शिक्षाहरू बाइबलसँग सहमत छन् भने, हामी तिनीहरूलाई सत्यको रूपमा स्वीकार गर्न सक्छौं। यदि तिनीहरू बाइबलसँग सहमत छैनन्, वा यदि तिनीहरू कुनै अन्य पुस्तकबाट आएका छन् भने, हामीले तिनीहरूलाई स्वीकार गर्नु हुँदैन।

15.5 **ནང་དོན་གཙོ་བོ།** དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་དབང་ཆཡོད་པས་དེ་ལ་ཡིད་ཚོན་ནས་དད་པ་བྱེད།

१५.५ **मुख्य कुरा:** हामी निर्धक्क भई परमेश्वरको वचनमा विश्वास गर्न सक्छौं किनभने यसमा अधिकार छ।

15.6 **སློབ་འདོན་བྱེད་ཐུ།** ཟེད་ཀྱི་བཀའ་འདོན་པ་ཉིད་ཡིན་ལོ། (ཡོ་ཉ་ནན་ 17:17)

१५.६ **कण्ठ गर्ने पद:** तपाईंको वचन सत्य हो। (यूहन्ना १७:१७)

15.7 **द्विसंयत्**

1. द्विसंयत् दगोक्་མཚོག་གི་བཀའ་བཏུང་པ་ཡིན་པ་ངེས་ཀྱིས་ཅི་ལྟར་ཤེས་སམ། ལན། ཡབ་དགོན་མཚོག་དང་། སྐུ་དགོན་མཚོག་དམ་པའི་བྱུགས་ཉིད་གསུམ་གྱིས་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་བཏུང་པ་ཡིན་པར་དབང་པོ་མཛད།
2. द्विसंयत् བཀའ་ཚེས་གསར་པ་ཐོས་ནས་ང་ཚོས་གང་བྱེད་དགོས་སམ། ལན། སུ་རེ་ལྟ་བུ་ཡིས་བྱས་པ་ལྟར་བསྟན་པ་དེ་བཏུང་པ་ཡིན་མིན་ཤེས་པའི་བྱིར་གསུང་རབ་འཚོལ་ཞིབ་བྱེད་དགོས།
3. द्विसंयत् བཀའ་ཚེས་གསར་པ་དེ་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་དང་མི་མཐུན་ན་ཅི་བྱེད་དགོས་སམ། ལན། བསྟན་པ་དེ་ལ་དང་ལེན་བྱེད་མི་ཚོག

१५.७ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: परमेश्वरको वचन सत्य हो भनेर हामीले कसरी थाहा पाउने? उ: पिता परमेश्वर, पुत्र परमेश्वर र वित्र आत्मा परमेश्वरले बाइबल सत्य हो भनी गवाही दिनुहुन्छ।
२. प्र: हामीले नयाँ शिक्षा सुन्दा के गर्नुपर्छ? उ: हामीले बाइबललाई बेरियनहरूले जस्तै अध्ययन गर्नुपर्छ, सिकाउने कुरा सत्य हो भने हेर्न।
३. प्र: यदि नयाँ शिक्षा परमेश्वरको वचनसँग सहमत छैन भने के गर्नुपर्छ? उ: हामीले यसलाई अस्वीकार गर्नुपर्छ।

15.8 **སྒྲིབ་ལམ་འདེབས་རྒྱ།** དམ་པའི་ཡབ་དགོན་མཚོག་ལགས། བྱེད་ཀྱི་བཀའ་བཏུང་པའོ། བྱེད་རང་བཏུང་པའི་དགོན་མཚོག་ཁོ་ན་དང་། བྱེད་ཀྱི་མངགས་པ་ཡེ་བྱེད་ཀྱི་ལོ་ལོ་ཤེས་པའི་བྱིར་བྱེད་ཀྱི་བཀའ་ང་ཚོའི་སེམས་ལ་དབང་རྒྱུར་དུ་འཇུག་པར་མཛད། ཨ་མེན།

१५.८ **प्रार्थना:** पवित्र पिता परमेश्वर, तपाईंको वचन सत्य हो। तपाईंको वचनले हाम्रो हृदयमा राज्य गरोस्, ताकि हामीले तपाईंलाई, एकमात्र साँचो परमेश्वर र तपाईंले पठाउनुभएको येशू ख्रीष्टलाई चिन्न सकौं। आमेन।

# སྟོབ་ཚབ་བཅུ་དྲུག་པ། དགོན་མཚོག་གི་བདེན་པ་ཤེས་པའི་སྐོར།

## पाठ सोहः परमेश्वरको सत्यता जानु

16.1 **ཙུ་བ།** བམ་མཁའ་རྣམས་ཀྱིས་ཡ་མེ་དགོན་མཚོག་གི་དཔལ་ལེ་མཛོན་པར་བྱེད། བམ་མཁའའི་དབྱིངས་ཀྱིས་ཁོང་གི་འཕྲིན་ལས་སྟོན་ལོ། (གསུང་མགུར་ 19:1)

१६.१ **पदः** आकाशले परमेश्वरका महिमाको वर्णन गर्छ; र तारा-मण्डलले उहाँका हातको सीपको घोषणा गर्छ। (भजनसंग्रह १९:१)

16.2 **དོན།** དགོན་མཚོག་གིས་ལམ་གཉིས་ཀྱི་སྐོ་ནས་རང་གི་ངོ་བོ་མཛོན་པར་མཛད། ཁོང་གིས་གང་བཀོད་པར་མཛད་པ་དང་གཅིག་ཁོང་གིས་གསུང་རབ་ལ་གང་གསུངས་པ་དང་གཉིས་བཅས་ཡིན། (ལམ་དེ་གཉིས་ནི་བཀོད་པའི་སྐོ་ནས་མཛོན་པ་དང་། དམིགས་གསལ་གྱི་སྐོ་ནས་མཛོན་པ་ཡིན།) དད་སེམས་བརྟན་པོར་འགྱུར་བའི་ཆེད་དུ་ཡེ་ཤུ་བ་རྣམས་ལ་མང་གཞི་བརྟན་པོ་བཟོ་བྱིང་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་སྟོབ་དགོས། དགོན་མཚོག་ནི་དེད་རྣམས་ཀྱི་ཡབ་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་དམ་པ་ཡིན་པ་དང་། དེད་རྣམས་བྱང་བ་མེད་པའི་སྤྲིག་ཉེས་ཅན་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས། སྟོབ་པ་རན་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བརྟུང་བ་དང་། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་འགྲོ་བུ་ཚེ་ལྟར་ཅི་དགོས་པ་ཤེས་དགོས། ངཚོ་ཐར་བར་གྱུར་བ་དང་། དགོན་མཚོག་གི་ནང་མིའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ། དམ་པར་འགྱུར་བ་བཅས་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་ངེས་པ་རྟེན་དགོས། དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་གྲོག་གམ་ཉན་པའི་སྐོ་ནས་ངཚོའི་དོན་དེ་རྣམས་ཤེས། སྟོབ་ཚབ་འདིར་དེད་རྣམས་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་གི་བདེན་པ་ཤེས་པའི་སྐོར་སྟོབ་རྒྱ་ཡིན།

१६.२ **परिचयः** परमेश्वरले आफ्नो बारेमा सत्य दुई तरिकामा प्रकट गर्नुहुन्छ: उहाँले के बनाउनु भएको छ र उहाँले बाइबलमा के भन्नुभएको छ। (यी दुई तरिकालाई साधारण र विशेष प्रकाश भनिन्छ।) ख्रीष्टियनहरूको विश्वास बलियो हुनका लागि दृढ आधारको रूपमा बाइबलको आवश्यकता पर्दछ। हामीले परमेश्वरलाई हाम्रा पवित्र पिताको रूपमा चिन्नुपर्छ, हामी खाँचोमा परेका पापीहरूको रूपमा। हामीले कसरी पश्चात्ताप गर्ने र येशूमा विश्वास गर्ने मूल्य कसरी चुकाउने भनेर जान्नुपर्छ। हामीले मुक्ति पाएका छौं, हामी परमेश्वरको परिवारका सदस्यहरू हौं, र हामी पवित्र बनिरहेका छौं भन्ने कुरामा हामी निश्चित हुनुपर्दछ। हामीले यी कुराहरू परमेश्वरको वचन पढेर वा सुनेर जान्दछौं। यस पाठमा, हामी परमेश्वरको सत्यता बारे जान्न सिक्नेछौं।

16.3 **འགྲེལ་བ།** འོད་ལ་སྟོན་མཁའ་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཡུལ་དེའི་རི་མཐོ་བོ་དང་། མཛོས་སྟུག་ལྟན་པའི་མཚོ། ལྷ་ཐང་། གཙང་པོ་ཆེན་པོ་རྣམས་མཐོང་ལྟོང་། གནམ་མཚོ་དང་། ཡང་ན་ཇོ་མོ་གླང་མ་ལ་ལྟས་



ནས་དེ་ཚོའི་འགོད་པ་གནང་མཁན་དགོན་མཚོག་ལ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་བྱས་མཐུ་དང། ལྷ་བ་མེད་པའི་ངོ་བོ་  
 ཤེས་ཐུབ། མ་ཟད་མི་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྐྱོར་བསམ་སྟོབས་ལྟར་ནས་དགོན་མཚོག་གི་ངོ་བོ་ཤེས་ཐུབ། མི་  
 རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མི་རྣམས་ཀྱིས་སྦྱོར་ལམ་ཁ་ཤས་བཟང་བོ་དང་ཁ་ཤས་རན་པ་ཡིན་པར་ཤེས། དེའི་  
 རྒྱ་མཚོན་ཞེ་དགོན་མཚོག་གིས་མིའི་རིགས་རང་གི་དཔེ་རུ་མཛད་ཏེ་བཀོད་པ་ཡིན་པས་སོ། དཔེ་དེ་གཉིས་  
 ལ་བལྟས་ནས་དགོན་མཚོག་གིས་གང་བཀོད་པར་མཛད་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱོབ་སྐྱོར་རང་གི་ངོ་བོ་མཛོན་པར་མཛད་  
 པ་ཤེས་པར་འགྲུར། དེ་ལྟར་ཡིན་ན། མི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཁོང་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་བསྐྱེད་བཀུར་མི་བྱེད་  
 དམ། ས་བཅད་དང་པོར་གསལ་ལ་བཤད་བྱས་པ་ལྟར། མིའི་རིགས་ལ་སྤྲིག་ཉེས་ཅན་གྱི་རང་གཤིས་ཡོད།  
 དེའི་རྐྱེན་གྱིས་མི་རྣམས་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་གི་སྐྱོར་ཤེས་ཀྱང་དགོན་མཚོག་ཡིན་པ་ལ་འབྲུལ་འོས་པའི་  
 བཀུར་སྤྱི་དང་བཀུར་བྱིན་མ་ལུས། དེའི་ཕྱིར་མི་སོ་སོས་ལྷ་མང་བོ་ཡོད་ཅེས་ཟེར་མཁན་དང། ལྷ་མེད་སྟོབས་  
 བ་པོ། ལྷ་རྒྱུན་མར་བཀུར་སྤྱི་བྱེད་མཁན་ཡིན། རང་གི་རིག་པའི་སྐྱོབ་སྐྱོར་མི་རྣམས་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་  
 གི་ཞིང་ཁམས་སུ་འགོ་བའི་ལམ་རྟེན་མི་སྤྱི། ལམ་དེ་རྟེན་པའི་ཕྱིར་དགོན་མཚོག་ཉིད་ཀྱིས་ངེད་རྣམས་ལ་  
 སྐྱོབ་པར་མཛད་དགོས།

१६.३ **व्याख्या:** तिब्बतमा बस्ने सबैले त्यहाँका अग्ला हिउँका पहाडहरू, सुन्दर तालहरू, घाँसे मैदानहरू र ठूला नदीहरू देखेका छन्। जब हामीले नाम त्शो वा जोमोलाङ्मालाई हेर्‍यौं तब हामी स्पष्ट रूपमा देख्न सक्छौं कि तिनीहरूलाई बनाउनुहुने परमेश्वरसँग असीमित शक्ति र उत्तम स्वभाव छ। मानिसहरूको बारेमा सोचेर पनि हामी परमेश्वरको स्वभावलाई देख्न सक्छौं। हरेक देशमा, मानिसहरूलाई थाहा छ कि त्यहाँ केहि कार्यहरू छन् जुन राम्रो छन् र केहि कार्यहरू खराब छन्। यो यसकारण हो किनभने परमेश्वरले मानिसहरूलाई उहाँको स्वरूपमा बनाउनुभयो। यी दुई उदाहरणहरूबाट, हामी देख्न सक्छौं कि परमेश्वरले उहाँको सृष्टिद्वारा उहाँको स्वभाव हामीलाई प्रकट गर्नुहुन्छ। त्यसोभए किन सबै राष्ट्रहरूले उहाँको आराधना गर्दैनन्? खण्ड एकमा व्याख्या गरिएझैं, मानिसको स्वभाव पापमय हुन्छ; मानिसहरूलाई परमेश्वरको बारेमा थाहा भए तापनि तिनीहरूले उहाँलाई परमेश्वर वा धन्यवादका रूपमा आदर गर्दैनन्। यसैले कोही परमेश्वर छैन भन्छन्, कोही भन्छन् धेरै देवताहरू छन्, अनि कसैले झूटा देवताहरूको पूजा गर्छन्। मानव ज्ञानले स्वर्गको बाटो भेट्टाउन सक्दैन। यदि हामीले स्वर्गको बाटो खोज्ने हो भने, परमेश्वरले हामीलाई यो देखाउनु हुन्छ।

16.4 གནང་བའི་དུས་སུ་དགོན་མཚོག་གིས་ལུང་སྐྱོབ་པ་ཞེས་ཟེར་བའི་མི་ཁ་ཤས་ལ་གསུངས། དགོན་  
 མཚོག་གིས་གང་མཛད་པ་དང་གང་གསུངས་པ་ནི་ལུང་སྐྱོབ་པ་ཞེ་རྣམས་ཀྱིས་མདོ་ལ་བྲིས། མདོ་དེ་རྣམས་  
 དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་བསྟུན། དམ་པའི་གསུང་རབ་ནི་དུས་རབས་བཙོལ་པའི་རིང་དུ་བྲིས། (དེ་ནི་སྤྱི་

योःसुदःग्रेःयोः 1450- सुदुःयोः 90 वरःवस। एदःसुदःवसःग्रेःदुसःकसःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःसुदः  
 यिः) दःग्रेःकसःसुदःवसःयोःसुदःवसःग्रेःदुसःकसःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःसुदः  
 सःदः। वदःकःवःदःयेःसःवःदःसुदःदःदःकसःग्रेःसःसुदःवसःवदःवःकसःदःग्रेःकसःसुदः  
 गदःदःसुदःसुदःवसःग्रेःदुसःकसःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःसुदः  
 वःदःग्रेःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःकसःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःसुदः  
 गदःवदःग्रेःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःकसःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःसुदः

१६.४ प्राचीन समयमा, परमेश्वरले अगमवक्ता भनिने केही मानिसहरूसँग बोल्नुभयो। यी अगमवक्ताहरूले परमेश्वरले भन्नुभएको र गर्नुभएका कुराहरू धर्मशास्त्रमा लेखे। अगमवक्ताहरूका लेखहरू बाइबलमा सङ्कलन गरिएका थिए। बाइबल लगभग १५ शताब्दीको अवधिमा (लगभग १४५० ईसा पूर्व देखि ईस्वी ९०, अर्थात्, शांग देखि हान राजवंश सम्म) को अवधि मा लेखिएको थियो। बाइबलमा, परमेश्वरले मानव बुद्धिभन्दा बाहिरका घेरै सत्यहरू प्रकट गर्नुहुन्छ। यो सत्य जान्न को लागी, हामी परमेश्वरको आशीर्वाद माग्छौं, र विश्वासका साथ बाइबलका शिक्षाहरू पढ्छौं वा सुन्छौं। त्यसैले सारांशमा, हामी देख्छौं कि परमेश्वरले हामीलाई दुई तरिकामा उहाँको स्वभाव प्रकट गर्नुहुन्छ: उहाँले के सृष्टि गर्नुभयो र के उहाँले बाइबलमा भन्नुभएको छ।

16.5 दःग्रेःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःकसःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःसुदः  
 सुदःवसःग्रेःदुसःकसःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःसुदः  
 वःदःग्रेःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःकसःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःसुदः  
 सःदःग्रेःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःकसःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःसुदः  
 योःसुदःग्रेःयोः सुदुःयोः 90 वरःवस। एदःसुदःवसःग्रेःदुसःकसःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःसुदः  
 यिः) दःग्रेःकसःसुदःवसःयोःसुदःवसःग्रेःदुसःकसःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःसुदः  
 सःदः। वदःकःवःदःयेःसःवःदःसुदःदःदःकसःग्रेःसःसुदःवसःवदःवःकसःदःग्रेःकसःसुदः  
 गदःदःसुदःसुदःवसःग्रेःदुसःकसःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःसुदः  
 वःदःग्रेःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःकसःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःसुदः  
 गदःवदःग्रेःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःकसःकसःसुदःवसःग्रेःदुसःसुदः

དེ་ན་མས་ལ་ཅི་ལྟར་ཡན་པ་ཚོགས་མི་བྱུང། གལ་སྲིད་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པར་ཁོང་གི་ལྷག་  
ལས་གཅིག་པོ་ཤེས་ན་ང་ཚོར་མི་ཡན། དེའི་ཕྱིར་ང་ཚོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་ལོ་རྒྱུས་དང་ཁོང་  
གིས་མཛད་ཟིན་པའི་མཛད་པ་གཉིས་ཀ་ཚོགས་དགོས།

१६.५ परमेश्वरले हामीलाई दिएको सन्देशलाई सुसमाचार भनिन्छ। सुसमाचारका दुई भागहरू छन्: १) प्रभु येशूको जीवन कथा, र २) उहाँले हामीलाई बचाउन पूरा गर्नुभएको काम। प्रभु येशूको जीवन कथा नयाँ नियमका चार सुसमाचारहरूमा रेकर्ड गरिएको छ: मत्ती, मर्कूस, लूका, र यूहन्ना। उहाँले हामीलाई बचाउन गर्नुभएको काम नयाँ नियमका पत्रहरूमा रेकर्ड गरिएको छ। त्यो काम गर्नको लागि, येशूले पूर्ण रूपमा परमेश्वरको आज्ञा पालन गर्नुभयो, हाम्रो बदलामा क्रुसमा आफ्नो जीवन बलिदान गर्नुभयो, फेरि जीवित हुनुभयो, र स्वर्गमा उक्लनुभयो, जहाँ उहाँले हाम्रो लागि मध्यस्थता गर्दै हुनुहुन्छ। यसरी, परमेश्वरले येशूलाई दिनुभएको जिम्मेवारीहरू सबै पूर्ण रूपमा पूरा गर्नुभयो। उहाँ अगमवक्ता हुनुहुन्छ जसले हामीलाई परमेश्वरको वचन घोषणा गर्नुहुन्छ, हाम्रो लागि मध्यस्थता गर्ने पुजारी, र राजा जसले हामीलाई शासन गर्छन्। हामीले येशूको जीवन कथा र उहाँले हामीलाई बचाउन गर्नुभएको काम दुवैलाई बुझ्नुपर्छ। यदि हामी येशूको जीवन कथा मात्र जान्दछौं भने, उहाँको कामले हामीलाई कसरी फाइदा गर्छ भनेर हामीले बुझ्न सक्दैनौं। यदि हामीलाई येशूले पूरा गर्नुभएको कामको बारेमा मात्र थाहा छ भने, हामीले उहाँसँग सम्बन्ध नराखेसम्म यसले हामीलाई मद्दत गर्दैन। यसैले हामी सबैले येशूको जीवन र उहाँले पूरा गर्नुभएको काम दुवैलाई बुझ्नुपर्छ।

16.6 **ནང་དོན་གཙོ་བོ།** དགོན་མཚོག་གིས་ལམ་གཉིས་ཀྱི་སློབ་སླུང་རང་གི་ངོ་མཛོན་པར་མཛད། ཁོང་  
གིས་གང་བཀོད་པར་མཛད་པ་དང་གཅིག་ ཁོང་གིས་གསུང་རབ་ལ་གང་གསུངས་པ་དང་གཉིས་བཅས་  
ཡིན། ལམ་དེ་གཉིས་ནི་བཀོད་པའི་སློབ་སླུང་མཛོན་པ་དང་། དམིགས་གསལ་གྱི་སློབ་སླུང་མཛོན་པ་ལོ།

१६.६ **मुख्य कुरा:** परमेश्वरले आफ्नो स्वभावलाई दुई तरिकामा प्रकट गर्नुहुन्छ: उहाँले के बनाउनु भएको छ र उहाँले बाइबलमा के भन्नुभएको छ। यी दुई तरिकालाई साधारण र विशेष प्रकाश भनिन्छ।

16.7 **སློབ་མཛོན་ལྟེང་ལྟ།** བདེན་པ་ཉིད་ཅི་ཡིན་ཤེས་པའི་སློབ་སླུང་ལྟེང་ཚོ་སློབ་པར་འགྱུར། (ཡོ་ཏུ་བློ་ 8:32)

१६.७ **कण्ठ गर्ने पद:** तब तिमीहरूले सत्य के हो जान्नेछौं, र सत्यले तिमीहरूलाई स्वतन्त्र तुल्याउनेछ। (यूहन्ना ८:३२)

16.8 **दिसःयव।**

1. दिसःयव। दगोवःसकेगःगिसःउःसुरःसदःगिःसेवेःसदेवःपसःसदेदःदस। यव। सिदःगिसःगदःवगोदः  
पसःसदेदःपःददःगदःगसुदसःपदेःसुवःवसःदगोवःसकेगःगिसःसदःगिःसेवेःसदेवःपसःसदेदः।
2. दिसःयव। देसुवःवसदःगिःकससःगठिसःदेउःसिवःवस। यव। गउःसेःसुरेःसुदःससःददःदेसुवः  
यसःदेसिव।
3. दिसःयव। देदःसुससःगिसःकससःदेगठिसःउःसुरःसुगसःदगोसःसस। यव। कससःगठिसःसे  
सःसुगसःवःदकेःससःपसःसुगसःसिःसिद।

१६.८ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्रः परमेश्वरले आफ्नो स्वभाव हामीलाई कसरी प्रकट गर्नुहुन्छ? उः उहाँद्वारा के बनाउनुभयो र उहाँद्वारा के भन्नुभयो।
२. प्रः सुसमाचारका दुई भागहरू के हुन्? उः प्रभु येशूको जीवन र काम।
३. प्रः हामीले किन दुवै भागहरू थाहा पाउनुपर्छ? उः यो ज्ञान बिना हामी बचाउन सक्दैनौं।

16.9 **सुवःयसःदेवसःसु।** सुवःसदेदःपदेःदगोवःसकेगःसुगस। वसःससदःसुससःगिसःसुरेदःग्रेःदसयः  
वेःसदेवःपसःसुरेद। वसःससदेःदसुरेदसःगिसःसुरेदःग्रेःदेसुवःयसःसुव। दकेदेददःपःददःवगदःयःसुवः  
पदेःसुवःवसःसुरेदःग्रेःसकेवःवेःसिदेःसिगसःसससःउदःग्रेःवदःवसःगसिःवसुदेददःसुवःपसःसुगसःपदेःसुरेः  
सुरेदःग्रेःदसःपदेःवगदःवसुदःवसःदेदःसुससःयःवदेवःपःसदेवःपसःसदेदः। सःसेव।

१६.९ **प्रार्थना:** हे परमेश्वर सबै भन्दा माथि, स्वर्गले तपाईंको महिमा घोषणा गर्दछ, र आकाशले तपाईंको हातको कामको घोषणा गर्दछ। कृपापूर्वक तपाईंको पवित्र वचनद्वारा हामीलाई सत्य प्रकट गर्नुहोस्, ताकि हाम्रो विश्वास र आज्ञाकारिताद्वारा तपाईंको नाउँ सबै राष्ट्रहरूमा महिमित होस्। आमेन।

# स्त्रोवःकवःवसुवदुवःव। दसःपदेःगसुदःववःग्रेःसवःसेगसःववि।

## पाठ सत्राँ: परमेश्वरको वचनका चार वटा फाइदाहरु

17.1 **कुःव।** गसुदःववःसससःउदवेःदगेवःसकेगःगीःसुगसःठेदःससःसुदःवस। स्त्रोवःस्त्रोवःवःदवः। स्त्रोवःस्त्रोवःव। योःवसुदःग्रेदःव। दःवदेवःठेदःग्रेःसुगसःसुःउदेवःवःवउसःसकेगःदुःसव। (सिःसोः सेःगठेसःवः 3:16-17)

१७.१ **पदः** सम्पूर्ण पवित्र-शास्त्र परमेश्वरको प्रेरणाबाट भएको हो, र यो सिकाउनलाई, अर्ती दिनलाई, सच्याउनलाई, धार्मिकतामा तालीम दिनलाई लाभदायक हुन्छ, ताकि परमेश्वरको जन हरेक सुकर्ममा पूर्ण रूपले सुसज्जित भई सिद्ध भएको होस्। (२ तिमोथी ३:१६-१७)

17.2 **दःस्त्रेद।** स्त्रोवःकवःस्त्रोवःसःदगेवःसकेगःगीःसःसःगठेसःग्रेःस्त्रोवःसःदःगीःदेःवेःसदेवःवःसःसःदः। सिदःगीःसःगदःवगेदःवःसःसःदःवःदःवःउतेग। सिदःगीःसःगसुदःववःसःगदःगसुदःसःवःदःवःगठेसःसिःवः। दःकेसःवसुवसःसिःव। स्त्रोवःकवःउदेःदःहेसःसःगठेसःसःदेःदःसःग्रेःदःसःपदेःगसुदःववःसः। स्त्रोवःस्त्रोवःउतेःसुःग्रेदःपदेःस्त्रोवःस्त्रोवःसुःसिःव।

१७.२ **परिचयः** अघिल्लो पाठमा, हामीले सिकेका थियौं कि परमेश्वरले आफूले बनाउनु भएको र उहाँले भन्नुभएको कुराद्वारा आफ्नो बारेमा सत्य प्रकट गर्नुहुन्छ। यस निम्न पाठमा, हामी बाइबल अध्ययनको बारेमा सिक्नेछौं।

17.3 **उसुवेःवःव।** दगेवःसकेगःगीःदःसःपदेःगसुदःववःकेःसिदेःसिगसःगदःविगःसःगदःवदेःग्रेःसुवःसःकेःसेसःग्रेःसःसिःवःसिःव। देःसुगेगःगसःठेवःवसःउतेःसुःसःव। दःग्रेःठेःगवःसःसिःसःसेःसःसेःसःसिःवःपदेः उद्वेवःसिःगःगठेसःवःसःसुःकवःवःसुःसुःसिःवःदेःसःसःवःवःवः। सिदःगीःसःगसुदःववःसससःउदवेः दगेवःसकेगःगीःसुगसःठेदःससःसुदःवस। स्त्रोवःस्त्रोवःवःदवः। स्त्रोवःस्त्रोवःव। योःवसुदःग्रेदःव। दःवदेवःठेदःग्रेःसुगसःसुःउदेवःवःवउसःसकेगःदुःसवःवेसःसिःव। देःववेवःदुःदगेवःसकेगःगीःवगःदः सुःसःकवःवःवेदेःसेःगःवःसःकेःवःगदः। 1) स्त्रोवःस्त्रोवःव। दगेवःसकेगःगीःसःसिःसससःउदःसःवः उसुवःठेःवदेवःवःहेःगसःवःदःगेदःस। गःसःसिःदःसःवःउसुवःउदेःवः। गःसःसःगःसःसःसुःग्रेदः दःगेःस। १) दःसःपदेःगसुदःववःसःवःवगेदःपदेःदगेवःसकेगःगीःउद्वेवःवःसःदःसुगेगःगसःठेवःदःगेःस। २) देदेःदेवःठेःगेःवःसःसुःसःसिःवः ३) सुदेःवःदःवःवःदःसःसःवःसःगःउतेःवेःसुःसःसःदःवःसुःसः। ग्रेदःवेःसुःसःसःसिःवःवःदःसःपदेःगसुदःववःग्रेःवदेवःवःहेःगसःदःगेःस। दगेवःसकेगःगीःदःवःसिःसः



यदि तपाईं एक ख्रीष्टियन हुनुहुन्छ भने, तपाईंले परमेश्वर र उहाँको चरित्र र इच्छाको बारेमा जान्न आवश्यक छ, मानिसको पापी स्वभावको बारेमा, ख्रीष्ट र उहाँको अनुग्रहको बारेमा, विश्वासको जीवनको बारेमा, र आउने संसारको बारेमा। हामी यी कुराहरू बाइबल पढेर वा सुनेर जान्दछौं। तर हामी यी सत्यहरू जान्न भन्दा बढी गर्छौं, हामीले तिनीहरूलाई दैनिक जीवनमा पालना गर्नुपर्छ। २) हप्काउनु: हाम्रो हृदय दुष्ट छ र प्राय हामीलाई धोका दिन्छ। तर परमेश्वरले उहाँको वचनको सत्यताद्वारा हाम्रो हृदयको छललाई जित्नुहुन्छ। उहाँले हामीलाई हाम्रो पाप देखाउनुहुन्छ, ताकि हामी त्यसबाट पश्चात्ताप गरौं र निको हुन सकौं। ३) सच्याउने: परमेश्वरको वचनले हाम्रा गल्तीहरूलाई सच्याउछ ताकि हामी प्रभुमा परिपक्व हुन सकौं। ४) धार्मिकतामा तालिम: प्रभु येशूमा विश्वास गर्ने सबैको नयाँ जन्म भएको छ। जन्मले जहिले पनि वृद्धि वा विकासको नेतृत्व गर्दछ। बच्चा जन्मे पछि, तिनीहरूलाई हुर्काउन आमाको दूध चाहिन्छ। नत्रता तिनीहरू बिरामी हुन सक्छन्। त्यसै गरी, विश्वासमा बढ्नको लागि ख्रीष्टियनहरूलाई परमेश्वरको वचन चाहिन्छ। प्रेरित पत्रसले भने, “नवजात शिशुहरू जस्तै, शुद्ध आत्मिक दूधको तृष्णा गर, ताकि त्यसद्वारा तिमीहरू मुक्तिमा बढ्न सक।” हामी सबैले हरेक दिन परमेश्वरको वचन पढ्नुपर्छ। जब हामी परमेश्वरको पवित्र आत्माको निर्देशनमा मण्डलीमा यसको सत्यतालाई अभ्यास गर्छौं, हामी परिपक्व बन्छौं र प्रभुको लागि असल फल फलाउँछौं। यस्तो व्यक्ति हरेक असल कामको लागि योग्य हुन्छ। हाम्रो अर्को पाठमा, हामी कसरी परमेश्वरको वचन पढ्न वा सुन्न सिक्नेछौं।

17.4 **बदःदेवःगर्तेःवो** ददःसोसःसःदयेवःवदेःकेदःदुःदेदःऋसःग्रेःदःगोवःसःकेवःगीःवगादःवःश्लेवः  
श्लेदःश्लेदःदःगोवः

१७.४ **मुख्य कुरा:** हाम्रो विश्वास बढ्नको लागि हामीले परमेश्वरको वचन अध्ययन गर्छौं।

17.5 **श्लेःदःदेवःश्लेदःश्लु** श्लेदःग्रेःवगादःवेःदःयिःश्लेःदःश्लेदःसःकेःगे। दःवःवःसःश्लेवःसःसवःयदःदेवःवेः  
देःदःयिःवः (गःसुदःसःगुरः 119:105)

१७.५ **कण्ठ गर्ने पद:** तपाईंका वचन मेरा गोडाका निम्ति बत्ती, र मेरो बाटोको निम्ति उज्यालो हो। (भजनसंग्रह ११९:१०५)

17.6 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། དཀོན་མཆོག་གིས་ངེད་ཚུམས་ལ་རང་གི་བཀའ་ཅིའི་སྤྱིར་གནང་བ་ཡིན་ནམ། ལན། དཀོན་མཆོག་རང་ཉིད་ཀྱི་སློབ་བཤེན་བ་སློབ་པའི་སྤྱིར་དོ།
2. དྲི་བ། དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་ཕན་ཐོགས་བཞི་དེ་གང་ཡིན་ནམ། ལན། དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་འོས་སློབ་སྦྱོན་པ་དང་། སློབ་སྦྱོན་པ། ཡོ་བསྐང་བྱེད་པ། དྲང་བཤེན་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་འདྲེན་པ་བཅས་ཡིན་ལ་མཆོག་ཏུ་ཕན།

१७.६ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: परमेश्वरले हामीलाई आफ्नो वचन किन दिनुभएको छ? उ: हामीलाई आफ्नो बारेमा सत्य सिकाउन।
२. प्र: परमेश्वरको वचन अध्ययन गर्नुका चारवटा फाइदाहरू के हुन्? उ: परमेश्वरको वचन सिकाउन,अती दिन, सच्याउन र धार्मिकतामा तालिम दिनको लागि उपयोगी छ।

17.7 **སློབ་ལམ་འདེབས་སྐུ།** གཙོ་བོ་ང་ཚོའི་དཀོན་མཆོག་ལགས། བྱེད་ཅི་བཤེན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་ཡིན། ང་ཚོ་ཐར་པའི་ཐོག་ནས་འཚར་ལོངས་འབྲུང་བའི་ཚེད་དུ་བྱེད་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་པའི་སྣང་མེད་པའི་འོ་མ་ལ་གཏུང་བ་གནང་བར་མཛོད། ཤེས་རབ་དང་རྩོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཡེ་ཤུ་མྱ་གེ་ཀའི་བཀའ་ངེད་ཚུམས་ལ་དབག་ཏུ་མེད་པར་བཞུགས་པའི་སྤྱིར། བྱེད་ཀྱི་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱིས་ང་ཚོ་ལ་བཤེན་པ་ཐམས་ཅད་སློབ་པར་ཤོག ཨ་མེན།

१७.७ **प्रार्थना:** प्रभु हाम्रा परमेश्वर, तपाईं सबै सत्यको मुहान हुनुहुन्छ। नयाँ जन्मेका बालकहरूजस्तै शुद्ध आत्मिक दूधको तृष्णा गर, र त्यसबाट तिमीहरू आफ्नो मुक्तिमा बढ्दै जान सक्नेछौ तपाईंको पवित्र आत्माले हामी सबैलाई सत्यता सिकाउनुहोस्, ताकि ख्रीष्टको वचन हामीमा सबै बुद्धि र समझमा प्रशस्त रूपमा बास गरोस्। आमेन।



# སློབ་ཚན་བཅོ་བརྒྱད་པ། དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་སྒྲུབ་ས།

## पाठ अठारौं: बाइबल अध्ययन कसरी गर्ने

18.1 **ཕུ་བ།** བཀའ་བྲིམས་ཀྱི་མདོ་འདི་ཉེད་ཀྱི་དག་དང་མི་འབྲལ་བར་དེའི་ནང་ན་བྲིས་པ་ཐམས་ཅད་བཞིན་དུ་སློབ་དུ་ཚོན་བྱེད་ཅིང་ཉིན་མཚན་མེད་པར་བསམ་ཞིབ་བྱོས་ཤིག དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཉེད་ཀྱི་ལས་དོན་ཅི་སྐྱབ་པ་ཐམས་ཅད་ལེགས་པར་འགྲུབ་ངེས་སོ། (ཡེ་ཤུ་ཨ་ 1:8)

१८.१ **पद:** व्यवस्थाको यो पुस्तक तेरो ओठबाट नहटोस्, तर त्यसमाथि तैले दिनरात ध्यान गर्नु अनि त्यसमा लेखिएका सबै कुरा होशियारीसाथ पालन गर्नु, र तेरा सबै मार्गहरूमा तैले उन्नति गर्नेछस् र सफलता पाउनेछस्। (यहोशू १:८)

18.2 **དོ་སློབ།** སློབ་ཚན་སློབ་མར་དམ་པའི་གསུང་རབ་ནི་སློབ་སྦྱོན་པ་དང་། སློབ་སྦྱོན་པ། ཡོ་བསྐྱེད་བྱེད་པ། དང་བཅས་ཉིད་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་གི་འདུན་པའི་ཕྱིར་མཚོན་ཏུ་ཕན་པར་བསྐྱབས་ཟེན། སློབ་ཚན་འདིར་དགོན་མཚོན་གི་བཀའ་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་སྒྲུབ་གསལ་བཤད་བྱེད་རྒྱ་ཡིན།

१८.२ **परिचय:** हाम्रो अघिल्लो पाठमा, परमेश्वरको वचन सिकाउन, अतीं दिन, सच्याउन र तालिम दिनको लागि उपयोगी छ भनेर हामीले सिक्यौं। यस पाठमा, हामी परमेश्वरको वचन कसरी अध्ययन गर्ने भनेर व्याख्या गर्नेछौं।

18.3 **འགྲེལ་པ།** བོད་ལ་རྩམ་པ་དང་། ཐུག་པ། མོག་མོག ཤ་བག་ལེབ་ལ་སོགས་པའི་བཟའ་ཆས་ཞིས་ལོ་སྦྱ་ཚོགས་ཡོད། མི་ཚང་མས་ཟ་བ་ལ་དགལ། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་ཁ་ལག་མ་བཟས་ན་ཤུགས་ཞན་པར་གྱུར་ནས་ནད་ཀྱིས་འདེབས་སྲིད། རྩམ་པ་ནི་ང་ཚོའི་ལུས་ལ་ཕན་པའི་བཟའ་ཆས་ཡིན་པ་ལྟར། དགོན་མཚོན་གི་བཀའ་ནི་དེད་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ལ་ཕན་པའི་བཟའ་ཆས་དང་འདྲ་བ་ཡིན། དེ་ལ་ཉིན་ལྟར་མ་སློག་པ་དང་མ་ཉན་ན། དད་སེམས་ཉམས་སུ་འགྱུར། མི་སུ་ཞིག་གིས་ཇི་ལྟར་ཟས་ཟ་བར་བྱིར་འགྲུངས་བྱེད་པར་མི་དགལ་བ་བཞིན། དེ་ལྟར་དད་སྣན་པ་སུ་ཞིག་གིས་དགོན་མཚོན་གི་བཀའ་སློག་པ་བྱིར་འགྲུངས་བྱེད་པར་མི་དགལ། དེ་ལྟར་དམ་པའི་གསུང་རབ་སློག་པ་དང་ཉན་པར་འགོ་རྩུགས། དེ་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་དུས་ཚོད་ཅིག་འདེམས་ལ། ས་ཚའི་གཤོམ། བོད་རྒྱ་གཉིས་ཀྱི་ཡིག་སྐྱར་ཐོག་ནས་ [www.gsungrab.org](http://www.gsungrab.org) དྲ་ཚོགས་ནས་རིན་མེད་པར་ཕབ་ལེན་གནང་ན་ཚོགས།

१८.३ **व्याख्या:** तिब्बतमा त्साम्पा, ठग पा, मोमोस र शग पालेब जस्ता धेरै प्रकारका स्वादिष्ट खाना पाइन्छन्। खान सबैलाई मन पर्छ; यदि हामीले खाएनौं भने हामी चाँडै कमजोर वा बिरामी

हुन सक्छौं। जसरी चम्पा हाप्रो शरीरको लागि खाना हो, त्यसरी नै परमेश्वरको वचन हाप्रो आत्माको लागि खाना हो। यदि हामीले यसलाई हरेक दिन पढेनौं वा सुनेनौं भने, हाप्रो विश्वास कमजोर हुनेछ। जसरी खाना खाने भोजन रोक्न कसैलाई पनि मन पर्दैन, कुनै पनि विश्वासीले परमेश्वरको वचन पढ्न वा सुन्न छोड्नु हुँदैन। आजबाट नै बाइबल पढ्न वा सुन्न सुरु गर्नुहोस्। नियमित समय बनाउनुहोस् र त्यसो गर्नको लागि ठाउँ तयार गर्नुहोस्। तपाईंले [www.gsungrab.org](http://www.gsungrab.org) तिब्बती वा चिनियाँ भाषामा निःशुल्क प्रतिलिपि डाउनलोड गर्न सक्नुहुन्छ।

18.4 དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་ཆགས་གཙོ་བོ་གསར་རྗེས་ཡོད། ཞལ་ཆད་རྗེས་པར་མདོ་སྐྱེ་བུ་སོ་དགུ་ཡོད་པ་དང་ཞལ་ཆད་གསར་པ་ལ་མདོ་ཉི་ཤུ་རྩ་བདུན་ཡོད། དམ་པའི་གསུང་རབ་ཆེན་པོ་མདོ་དྲུག་བརྒྱུ་ལོད། དམ་པའི་གསུང་རབ་སྐོག་པའམ་ཉན་མ་མུང་ན། ཞལ་ཆད་གསར་པའི་མདོ་དང་བོ་བཞི་སྟེ་མད་སྒྲ། མར་ཀུ་ལུ་ཀུ་ཡོ་རྟ་ནན་གྱི་ནང་ནས་གཅིག་འདེམས། འཕྲིན་བཟང་དེ་ཚོ་བཞི་བསྐྱེད་པའི་ཞལ་ཆད་གསར་པ་ཆེན་པོ་སྐོག་སྐོག་དུས་ཚེད་ཀྱིས་མདོ་རེ་རེ་ལ་ལེའུ་ཡོད་པ་དང་ལེའུ་རེ་རེ་ལ་ཨང་གྲངས་ཡོད་པར་གཟིགས། གསུང་རབ་ཀྱི་ཨང་གྲངས་འཚོལ་བར་རིམ་པ་གསུམ་ཡོད། དང་བོ་མདོ། དེ་ནས་ལེའུ་དེ་ནས་ཨང་གྲངས་འཚོལ་རྒྱ། དཔེར་ན་ཡོ་རྟ་ནན་ལེའུ་གསུམ་པ་ཨང་བརྒྱུ་དྲུག་འཚོལ་བར་ཞལ་ཆད་གསར་པ་ལ་གཟིགས་ནས་ཡོ་རྟ་ནན་གྱིས་བྲིས་པའི་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་རྗེས་ནས་ལེའུ་གསུམ་པར་གཟིགས་པ་དང་ཨང་བརྒྱུ་དྲུག་པར་འཚོལ། དེ་ལྟར་བྲིས་ན་གསུང་རབ་ཀྱི་ཨང་གྲངས་གང་རུང་ཞིག་རྗེས་སྐྱེད།

१८.४ बाइबलमा दुई मुख्य भागहरू छन्: पुरानो नियम र नयाँ नियम। पुरानो नियममा ३९ पुस्तकहरू छन्, र नयाँ नियममा २७ पुस्तकहरू छन्, सम्पूर्ण बाइबलमा कुल ६६ पुस्तकहरू छन्। यदि तपाईंले पहिले बाइबल पढ्नुभएको वा सुनेको छैन भने, नयाँ नियमको पहिलो पुस्तकहरू मध्ये एउटा छान्नुहोस्: मत्ती, मर्कूस, लूका वा यूहन्ना। तपाईंले चारवटा सुसमाचार पढिसकेपछि, सम्पूर्ण नयाँ नियम पढ्न वा सुन्न प्रयास गर्नुहोस्। तपाईंले पढ्दा, तपाईंले देख्नुहुनेछ कि प्रत्येक पुस्तकमा अध्यायहरू छन् र प्रत्येक अध्याय पदहरूमा बाँडिएको छ। पद पत्ता लगाउने तीन चरणहरू छन्: पहिले पुस्तक खोज्नुहोस्, त्यसपछि पुस्तकको अध्याय भेटाउनुहोस्, त्यसपछि पद संख्या भेटाउनुहोस्। उदाहरणको लागि, यूहन्ना ३:१६ को लागि, नयाँ नियममा पल्टाउनुहोस् र यूहन्नाको सुसमाचार भेटाउनुहोस्, त्यसपछि अध्याय ३ मा, जानुहोस् त्यसपछि पद १६ लाई हेर्नुहोस्। तपाईंले यसरी बाइबलमा कुनै पनि पदलाई भेटाउन सक्नुहुन्छ।

18.5 དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་སྐོག་པའམ་ཉན་པའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་ཡོད་པ་འདི་ལྟར་ཡིན། 1) མར་ཀུ་ཡིས་བྲིས་པའི་འཕྲིན་བཟང་ལེའུ་དང་བོ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་དང་ལེའུ་ཞིག་འདེམས། 2) ལྷོན་ལམ་འདེམས་ཏེ་དཀོན་མཆོག་གིས་ལོ་རྒྱུས་སམ་བསྟན་པའི་དོན་གཙོ་བོ་ཚེད་ལ་གསལ་བོར་སྟོན་པར་བྱ། ཚེད་

ཀྱིས་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་སམ་བསྟན་པ་ནི་དང་པ་དང་སྟེམས་ཚུང་ངང་ནས་གྲོགས། 3) རྟོགས་པར་  
 དཀའ་བའི་ཚོགས་ཁག་ལས་ལོངས་ལུགས་ལྟར་རབ་ཀྱི་ཚོགས་འགྲེལ་ལ་གཟེགས། 4) ཟླེད་ཀྱིས་གྲོགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་  
 སམ་བསྟན་པ་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་སྐབས་ལྟར་བྱེད། དོན་ཚུལ་རྟོགས་པའི་ཚེད་དུ་ལོ་རྒྱུས་སམ་བསྟན་པའི་  
 གོང་དང་གཤམ་དུ་བྲིས་པ་དེ་གྲོགས། ལོ་རྒྱུས་ཡིན་ན་དེའི་ནང་གང་བྱུང་བའི་སྐྱོར་སེམས། གཙོ་བོ་ཡེ་བུའམ་  
 སྐྱེ་ཚབ་ཀྱི་ནང་ནས་གཅིག་གི་གསུང་ཞིག་ཡིན་ན་དེའི་སྐྱོར་བསམ་ཞིབ་བྱས་ནས་དང་ལྡན་གཞན་དག་དང་  
 དེའི་སྐྱོར་གཏམ་གྱིང་བྱེད། 5) ཟླེད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་དོན་གྱི་སྐྱོར་སེམས། དམ་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་  
 ཐོག་མར་ཐོས་མཁན་གྱི་ཆུང་དེའི་སྒྲིབ་དོན་གང་ཡིན་པར་སེམས། དེང་དུས་ཀྱི་ཐོས་མཁན་གྱི་ཆུང་  
 ལོ་རྒྱུས་སམ་བསྟན་པའི་སྒྲིབ་དོན་གང་ཡིན་པར་སེམས། 6) ཟླེད་ཀྱིས་གང་བསྐྱེད་པའམ་ཐོས་པ་དེ་སློབ་  
 འཛིན་བྱེད་པ་དང་ཡང་ན་དེབ་ནང་ལ་འབྲི་བའི་སྐྱོ་ནས་དེའི་ནང་དོན་གཙོ་བོ་དྲན་པར་བྱེད། བསམ་ཞིབ་  
 ཟླེད་པ་དང་སློབ་འཛིན་བྱེད་པའི་སྐྱོ་ནས་དཀོན་མཚོགས་གི་བཀའ་ངེའི་སེམས་ལ་གཞན། 7) མཐའ་མཇུག་  
 ཏུ་དཀོན་མཚོགས་གི་བཀའ་ལ་ཉན་ཞིང་། འཚོ་བ་དངོས་ནང་ཉམས་ལེན་བྱེད།

१८.५ परमेश्वरको वचन पढन वा सुन्ने एउटा तरिका यो हो: १) एउटा पुस्तक र एउटा अध्याय  
 छान्नुहोस्, जस्तै मर्कूसको सुसमाचार, अध्याय एक। २) प्रार्थना गर्नुहोस् र कथा वा सिकाईको अर्थ  
 स्पष्ट पार्न तपाईंले परमेश्वरसँग सोध्नुहोस्। आफूले अध्ययन गरिरहनुभएको कथा वा सिकाइलाई  
 नम्रता र विश्वासका साथ पढ्नुहोस् वा सुन्नुहोस्। ३) यदि त्यहाँ बुझ्नलाई गाह्रो शब्दहरू  
 छन् भने, तपाईंको बाइबलको शब्दावलीमा तिनीहरूलाई हेर्नुहोस्। ४) तपाईंले पढिरहनुभएको  
 कथालाई ध्यानपूर्वक र खुला दिमागले जाँच्नुहोस्। कथा वा सिकाउने अघि र पछि के लेखिएको  
 छ पढ्नुहोस् ताकि तपाईंले सम्पूर्ण अर्थ बुझ्नुहुन्छ। यदि तपाईंको पाठ कथा हो भने, कथामा  
 के भयो भनेर सोच्नुहोस्। यदि तपाईंको पाठ प्रभु येशू वा प्रेरितहरू मध्ये एकको शिक्षा हो भने,  
 तपाईंले पढ्नुभएको कुरालाई राम्ररी सोच्नुहोस्, र यसबारे अन्य विश्वासीहरूसँग कुरा गर्नुहोस्।  
 ५) तपाईंले पढेको कुराहरूको अर्थलाई विचार गर्नुहोस्। तपाईंलाई के लाग्छ कथा वा सिकाईले  
 यो पहिलो पटक सुनेका मानिसहरूलाई के भन्न खोजेको हो? आजका मानिसहरूलाई कथा वा  
 सिकाईको अर्थ के लाग्छ? ६) आफ्नो पाठ कण्ठ गरेर वा नोटबुकमा लेखेर तपाईंले सिकेका  
 कुराहरू सम्झनुहोस्। ध्यान र सम्झनाले हामीलाई हाम्रो हृदयमा परमेश्वरको वचन जम्मा गर्न  
 अनुमति दिन्छ। ७) अन्तमा, परमेश्वरको वचन पालन गर्नुहोस् र यसलाई आफ्नो दैनिक जीवनको  
 व्यवहारमा राख्नुहोस्।

18.6 **ནང་དོན་གཙོ་བོ།** དེད་རྒྱུས་ཀྱིས་ཉན་ལྟར་སློབ་ལན་འདེབས་པ་དང་། དམ་པའི་གསུང་རབ་གྲོགས་  
 པའམ་ཉན་དགོས།

१८.६ **मुख्य कुरा:** हामीले हरेक दिन बाइबल पढ्नुपर्छ वा सुन्नुपर्छ।

18.7 **སློབ་འཛིན་བྱེད་སྐབས།** རྩེད་དང་ལག་ལ་བའི་སྤྲིག་ཉམས་མི་བྱེད་པའི་བྱིར་ངའི་སེམས་ལ་བྱེད་ཀྱི་བཀའ་བཞག་ཡོད། (གསུང་མགུར་ 119:11)

१८.७ **कण्ठ गर्ने पद:** तपाईंको विरुद्धमा पाप नगरुं भनेर, तपाईंको वचन मैले मेरो हृदयमा सुरक्षित राखेको छु। (भजनसंग्रह ११९:११)

## 18.8 **ངོ་མཁར།**

1. ངོ་བ། ང་ཚོས་དམ་པའི་གསུང་རབ་ནམ་རྒྱུན་ལྟར་སློབ་པའམ་ཉན་དགོས་སམ། ལན། ང་ཚོས་ཉེན་ལྟར་དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས།

2. ངོ་བ། གལ་ཏེ་དམ་པའི་གསུང་རབ་སློབ་པའམ་ཉན་མ་ཚོར་མ་མོད་གང་ནས་འགོ་ཚུགས་སམ། ལན། ང་ཚོས་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་བཞི་སྟེ། མད་སྒྲ། མར་ཀུ། ལུ་ཀུ། ཡོ་ཉ་ནམ་གྱིས་བྲིས་པའི་འཕྲིན་བཟང་ནས་འགོ་ཚུགས་དགོས།

## १८.८ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: के हामीले नियमित रूपमा बाइबल पढ्नुपर्छ वा सुन्नुपर्छ? उ: हामी हरेक दिन यसरी नै गर्नुपर्छ।

२. प्र: यदि हामीले पहिले बाइबल पढेका वा सुनेका छैनौं भने, हामीले कहाँबाट सुरु गर्ने? उ: हामीले चारवटा सुसमाचारहरू, मत्ती, मर्कूस, लुका, वा यूहन्ना मध्ये एउटाबाट सुरु गर्नुपर्छ।

18.9 **སློབ་ལམ་འདེབས་སྐབས།** གཙོ་བོ་དགོན་མཚོག་ལགས། ང་ཚོའི་སློབ་སློབ་བྱེད་བྱིར་བྱེད་ཀྱི་བཀའ་ང་ཚོར་གནང་བར་མཛད། དེ་དུམས་ཀྱི་སྐབས་མགོན་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ལོ་ཀའི་ཐོག་ནས་བྱེད་ཀྱིས་གནང་བའི་ཐར་པ་འཕྲོབ་པའི་བྱིར། རྩེད་ཀྱི་བཀའ་ཐོས་ནས་བསམ་ཞིབ་བྱེད་པ་གནང་བར་ཤོག ཨ་མེན།

१८.९ **प्रार्थना:** हे परमेश्वर, तपाईंले आफ्नो वचन हाम्रो सिकाइको लागि लेख्नुभयो। तपाईंको वचन सुनौं र मनन गरौं, ताकि तपाईंले हाम्रा मुक्तिदाता प्रभु येशू ख्रीष्टद्वारा प्रदान गर्नुभएको मुक्ति प्राप्त गर्न सकौं। आमेन।

# སློབ་ཚན་བཅུ་དགུ་པ།

## དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལ་ཇི་ལྟར་བྱས་ཏེ་བསམ་ཞིབ་བྱེད།

### पाठ उन्नाइसः परमेश्वरको वचनलाई कसरी मनन गर्ने

19.1 **ཅུ་པ།** དེ་རིང་ངས་ཁྱེད་ལ་སྐྱེལ་བ་རྣམས་སྐྱོང་དུ་བྱུང་ལ། ཁྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་བུ་རྣམས་ལ་འབད་བརྩོན་གྱིས་དེ་ཚོ་སློབ་ཅིག་ཡང་ཁྱེད་ཁང་པ་རུ་སློབ་པ་དང་། ལམ་ལ་འགོ་བ་དང་། ཉལ་བ་དང་། ལང་བའི་ཚོ་དེའི་སློབ་གཏམ་བྱོས། (བཀའ་ལུང་ 6:6-7)

१९.१ **पदः** मैले आज तिमीहरूलाई सुनाएका आज्ञाहरू आफ्नो मनमा राख। ती तिमीहरूले आफ्ना छोराछोरीहरूलाई होशियारीसाथ सिकाओ। घरमा बस्दा, बाटोमा हिँड्दा, ढल्केर सुत्दा र उठ्दा तिनको चर्चा गर। (व्यवस्था ६:६-७)

19.2 **དེ་ལྟེན།** སློབ་ཚན་སློབ་མར་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་སྟངས་གསལ་བཤད་བྱས། སློབ་ཚན་འདིར་དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་དོན་ལ་བསམ་ཞིབ་བྱེད་སྟངས་སློབ་རྒྱ་ཡིན།

१९.२ **परिचयः** अधिल्लो पाठमा हामीले बाइबल कसरी अध्ययन गर्ने भनेर सिकेका थियौं। यस पाठमा, हामी परमेश्वरको वचनलाई कसरी मनन गर्ने भनेर सिकेछौं।

19.3 **འགྲེལ་པ།** དཀོན་མཆོག་གི་དམ་པའི་གསུང་རབ་གྲོག་པའམ་ཉན་ནས་ཁོང་གི་བདེན་པ་སློབ། འོན་ཀྱང་དཀོན་མཆོག་གི་བདེན་པ་ཤེས་པ་ཁོ་ན་ཡིས་ང་ཚོ་ཐར་བར་བྱེད་མི་མྱོད། སྐྱེའོ་ཡ་གོ་བ་ཀྱིས་ཁྱོད་ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་གཅིག་རང་ཡིན་པར་དད་པ་བྱེད། དེ་ལེགས་སོ། གདོན་འདྲེས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱེད་དེ་འཛིགས་ནས་འདར་ཞེས་བྱིས། དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ཤེས་ནས་དེའི་དོན་ལ་བསམ་ཞིབ་བྱེད་ཅིང་། འཚོ་བ་དངོས་ནང་ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་ཚེ་དུ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་དུས་ཚོད་དང་ས་ཆ་ཞིག་འདེམས་དགོས། དེ་ནས་གསུང་རབ་ནས་ལོ་རྒྱུས་སམ་བསྟན་པ་ཞིག་འདེམས། དཀོན་མཆོག་གིས་དེ་རྣམས་ལ་ཁོང་གི་བདེན་པ་མངོན་པར་མངོན་པའི་སློབ་ལམ་ལུས་ནས་གསུང་རབ་གྲོག་པ་ང་ཚོས་གང་བསྐྱུགས་པའི་སློབ་ལ་བསམ་ཞིབ་བྱེད། གསུང་རབ་ཀྱི་མདོ་གཞན་རྣམས་ནས་དེ་དང་འདྲ་བའི་ལོ་རྒྱུས་སམ་བསྟན་པ་བྲན་པར་བྱེད་ཅིང་། དོན་དེ་ཐམས་ཅད་ལ་བསམ་ཞིབ་བྱེད། དེ་ནས་ང་ཚོས་གང་བསྐྱུགས་པ་དེ་འཚོ་བ་དངོས་ནང་ཉམས་ལེན་བྱེད་པར་བསམ་སློབ་གཏོང། དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་རོགས་རམ་བརྒྱུད་ནས་དཀོན་མཆོག་གིས་དེ་རྣམས་ལ་གང་གསུངས་པ་ལྟར་བྱེད་དགོས།

१९.३ **व्याख्या:** जब हामी बाइबल पढ्छौं वा सुन्छौं, हामी परमेश्वरको सत्यता सिक्छौं। तरैपनि, केवल परमेश्वरको सत्यता जान्नुले हामीलाई बचाउन सक्दैन। जसरी प्रेरित याकूबले यस्तो लेखे: “परमेश्वर एक हुनुहुन्छ भनी तिमीहरू विश्वास गर्छौं। तिमीले राम्रो गर्छौं; भूतहरूले पनि विश्वास गर्छन्, र काँप्छन्।” हामीले परमेश्वरको वचनलाई मात्र थाहा पाउनु हुँदैन, हामीले यसको बारेमा होसियारीसाथ सोच्नुपर्छ र यसलाई हाम्रो दैनिक जीवनमा व्यवहारमा उतार्नुपर्दछ। यो गर्नको लागि, हामी अध्ययन गर्न समय र स्थान छनोट गर्दछौं। त्यसपछि हामी बाइबलबाट एउटा कथा वा शिक्षा छनोट गर्दछौं। प्रार्थना गरिसकेपछि र परमेश्वरलाई उहाँको सत्यता हामीलाई प्रकट गरिदिनुहोस भनी सोधेपछि, हामी बाइबल पढ्छौं। हामीले पढेका कुरामा हामी सोच्छौं। हामी बाइबलका अन्य पुस्तकहरूबाट यस्तै कथाहरू वा शिक्षाहरू सम्झन्छौं, र यी सबै कुराहरू राम्ररी सोच्छौं। हामीले सिकेका कुराहरू दैनिक जीवनमा कसरी पालना गर्ने भनेर हामी सोच्दछौं। पवित्र आत्माको सहायताद्वारा, परमेश्वरले हामीलाई भन्नुभएको अनुसार गर्छौं।

19.4 དབེར་ན་བསམ་ཞིབ་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་ཞོགས་པར་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེའི་ས་ཆ་ནི་ཐག་ཉེ་བའི་སྤྱི་སྤྱིར་ ཡིན་ལུ་བྱེད། དེར་བསྐྱབས་ནས་མི་མང་པོ་མེད་པའི་ས་ཆ་ཞིག་བདེམས་ནས་དེར་ཞིབ་རྒྱོད། འཛིག་ རྟེན་འདི་དང་སྐྱེར་གྱི་རྣམས་ཏེ་ལ་བསམ་སྒོ་མི་གཏོང་བར་དགོན་མཚོག་གིས་དེད་རྣམས་ལ་བསྐྱབ་བྱ་མཛད་ པར་སྒྲོན་ལམ་ལུ། དེ་ནས་གསུང་རབ་ནས་ལོ་རྒྱུས་སམ་བསྟན་པ་ཞིག་གྲོག་པའམ་ཉན། དབེར་ན་ལུ་ གཞུ་ཡིས་བྲིས་པའི་འཛིན་བཟང་ལེའུ་ 11 ཡང་ 28 ལ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ཐོས་ནས་ ཁ་ལ་ཉན་པ་རྣམས་བདེ་བ་ཡིན་པར་གསུངས། གསུང་པ་དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་པ་གཉིས་ཡོད་དེ། དགོན་ མཚོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པ་དང་གཙོག་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་དང་གཉིས་བཅས་ཡིན། དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ ལ་ཉན་པ་ལས་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ཐོས་པ་ལས་སྤྱོད་པའི་ལམ་གསུང་རབ་ཀྱིས་ཁོང་གི་བཀའ་ལ་ཉན་ དགོས་པ་ངོ་ཚོར་ཡང་ཡང་སྤྱོད། གསུང་རབ་ཀྱི་མདོ་གཞན་རྣམས་ནས་དེ་དང་འདྲ་བའི་ལོ་རྒྱུས་སམ་བསྟན་ པ་བྲན་པར་བྱེད། དབེར་ན་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་དབེ་ཞིག་ལྟར་ཁོང་གིས་གསུངས་པའི་བཀའ་ཐོས་ནས་ཉམས་ ལེན་བྱེད་མཁན་ནི་རང་གི་ཁང་པ་བྲག་ལ་བརྟེན་པའི་ཤེས་རབ་ཅན་དང་འདྲ་བ་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་གིས་ གསུངས་པའི་བཀའ་ཐོས་ནས་ཉམས་ལེན་མི་བྱེད་མཁན་ནི་རང་གི་ཁང་པ་བྱེ་མའི་སྤྱིར་དུ་བརྟེན་པའི་ ལྷན་པོ་དང་འདྲ་བ་ཡིན། ཁོང་གིས་ང་ལ་གཙོ་བོ་ལགས། གཙོ་བོ་ལགས་ཞེས་ནས་ངའི་ཁ་ལ་མི་ ཉན་པ་དེ་ཅི་ཡིན་ཞེས་གསུངས། མ་ཟད་སྤྱོད་པ་ཡོད་ཀྱིས་རང་གིས་རང་ལ་མགོ་སྐོར་གཏོང་བའི་བཀའ་ ཐོས་མཁན་འབང་ཞིག་ཏུ་མི་འགྱུར་བར། བཀའ་སྐྱབ་མཁན་དུ་འགྱུར་ཞིག་ཅེས་བྲིས། དེའི་སྤྱིར་ངོ་ཚོ་ནི་ དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ཐོས་ནས་ཉམས་ལེན་མི་བྱེད་པའི་ལྷན་པོ་ཞིག་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་དགོན་མཚོག་གི་ བཀའ་ཐོས་ནས་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་ཤེས་རབ་ཅན་ཡིན་སྟེ། བདུན་ཕྱག་སྒྲོན་མར་དེད་རྣམས་ཀྱིས་

གང་བྱས་པ་བསམ་ཞིབ་གཏོང་སྟེ། ངས་དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལ་རྟོག་པར་ཉན་ནམ། ཁྱིམ་མཆོས་ལ་  
 རང་དང་འདྲ་བར་བརྟེ། རྟོག་པར་བདེན་པ་བཤད། མི་གཞན་ལ་དམའ་འབེབས་བཏང་མྱོང་སྟེ། དེ་  
 ལྟར་དེད་ཚམས་ཀྱིས་རང་གི་སེམས་ལ་ལྟ་ཚོད་ཞིབ་ཐུ་བྱེད། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལ་མ་  
 ཉན་ན་དཀོན་མཆོག་ལ་ཁས་སྐྱོངས་ཞིང་། སྤྲིན་ཉེས་སེལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་མཚན་གྱི་  
 ཐོག་ནས་སློབ་ལམ་ལུ། མདོར་བསྐྱེས་ན་ང་ཚོས་དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་གྲོག་པའམ་ཉན་ནས་དེའི་དོན་ལ་  
 བསམ་ཞིབ་བྱེད་ཅིང་། འཚོ་བ་དངོས་ནང་ཅི་ལྟར་ཉམས་ལེན་བྱེད་པའི་སྐོར་བསམ་སྟོ་གཏོང།

१९.४ उदाहरणका लागि, मानौं कि ध्यान गर्ने हाम्रो समय बिहान हो, र ध्यानको लागि हाम्रो ठाउँ नजिकैको सार्वजनिक पार्क हो। जब हामी पुग्छौं, जहाँ धेरै मानिसहरू नभएको ठाउँमा हामी शान्तसँग बस्छौं। हामी संसार र हाम्रा समस्याहरूको बारेमा सोच छोड्छौं। हामी प्रार्थना गर्छौं कि परमेश्वरले हामीलाई सिकाउनुहुनेछ। त्यसपछि हामी कथा वा सिकाइ पढ्छौं वा सुन्छौं। उदाहरणको रूपमा, लुका ११:२८ मा प्रभु येशूले भन्नुभयो, “बरु तिनीहरू धन्य हुन्, जसले परमेश्वरको वचन सुन्छन् र पालन गर्छन्।” यहाँ येशूले हामीलाई दुईवटा कुरा गर्न भन्नुहुन्छ: क) परमेश्वरले के भन्नुहुन्छ सुनुहोस्, र ख) गर्नुहोस्। आज्ञापालन गर्नु भन्दा सुन्न सजिलो भएकोले, परमेश्वरको वचनले हामीलाई आज्ञा पालन गर्न बारम्बार सम्झाउँछ। हामी बाइबलका अन्य पुस्तकहरूबाट यस्तै कथाहरू वा शिक्षाहरू सम्झन्छौं। हामीलाई याद छ कि प्रभु येशूले एउटा दृष्टान्त बताउनुभएको थियो, जसले मेरा यी वचन सुन्छ र पालन गर्छ, त्यसको तुलना एउटा बुद्धिमान मानिससँग गरिन्छ, जसले आफ्नो घर चट्टानमाथि बनायो, जसले मेरा यी वचन सुनेर पनि पालन गर्दैन, त्यसको तुलना एउटा मूर्ख मानिससँग गरिन्छ, जसले आफ्नो घर बालुवामा बनायो। प्रभु येशूले पनि सोध्नुभयो, “मैले भनेको कुरा गर्दैनौं भने किन मलाई प्रभु, प्रभु भन्दछौं?” त्यसै गरी प्रेरित याकूबले पनि लेखे, “वचन पालन गर्ने होओ, र सुन्ने मात्र भएर आफैलाई धोका नदेओ।” त्यसोभए हामी सोच्छौं, “के म एक मूर्ख हुँ जसले परमेश्वरको वचनलाई व्यवहारमा नलिइकन सुन्छ मात्र, वा म एक बुद्धिमान मानिस हुँ जसले परमेश्वरको वचन सुन्छ र व्यवहारमा उतार्छ?” हामीले गत हप्तामा के गर्यौं र हामीले के भन्यौं भन्ने बारे सोचौं। के हामीले परमेश्वरको वचन पालन गर्यौं? के हामीले आफ्नो छिमेकीलाई प्रेम देखायौं? के हामीले सत्य बोल्यौं? के हामीले कसैको बारेमा नराम्रो बोल्यौं? यसरी हामी हाम्रो हृदयलाई राम्ररी जाँच्छौं। यदि हामीले परमेश्वरको आज्ञा पालन गरेका छैनौं भने, हामी उहाँ अघि यो स्वीकार गर्छौं, र येशूको नाममा क्षमा माग्छौं। हामी परमेश्वरलाई हाम्रो हृदय परिवर्तन गर्नको लागि उहाँको अनुग्रह माग्छौं ताकि हामी उहाँको वचन पालन गर्न सकौं। समग्रमा, हामी परमेश्वरको वचन पढ्छौं वा सुन्छौं, यसलाई ध्यानपूर्वक सोच्दछौं, र व्यवहारमा उतार्छौं।

19.5 **बन्देकःगर्भोः** दःकेसःश्रुदःश्रुदःदगोवःसकेसःगीःवगदःदेवःयःवससःवेवःश्रुदःदगोस।

१९.५ **मुख्य कुरा:** हामीले हरेक दिन परमेश्वरको वचन मनन गर्नुपर्छ।

19.6 **श्रुदःवेवःश्रुदःश्रु** देवःकुससःग्रेसःससःयेवःश्रुदःपदेःश्रुःकेवःददःश्रुःकेवःगर्भोःवेःसुःदेःयःवससः  
श्रुःवेवःश्रुःगर्भोः। (यःश्रुःदुःवः 3:1)

१९.६ **कण्ठ गर्ने पद:** हामीले दृढ स्वीकार गरेका प्रेरित तथा प्रधान पूजाहारी येशूलाई विचार गर। (हिब्रू ३:१)

### 19.7 **द्विसःयव।**

1. द्विःव। दगोवःसकेसःगीःवगदःदेवःयःदःकेसःवससःवेवःउःश्रुदःदग। यव। दगोवःसकेसः  
गीःवगदःगोवःपदसःश्रुदःवसःदेदेःदेवःयःवससःवेवःश्रुदःदेःकेवःददःश्रुःकेवःगर्भोःवेःसुःदेःयःवससः  
वसःदेःश्रुदः।

2. द्विःव। दःकेसःगःदुसःदेःश्रुदःदगोवःसस। यव। श्रुदःश्रुदःदःकेसःगःसुदःदवःवगुगसःवसः  
देदेःदेवःश्रुःश्रुदःवससःवेवःश्रुदःउः। श्रुदःयसःददेवसःदगोस।

### १९.७ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्रः हामी कसरी परमेश्वरको वचन मनन गर्छौं? उः हामी परमेश्वरको वचन पढेर वा सुनेर, त्यसलाई ध्यानपूर्वक सोचेर, र दैनिक जीवनको व्यवहारमा प्रयोग गरेर गर्छौं।

२. प्रः हामीले यो कहिले गर्नुपर्छ? उः हामीले हरेक दिन बाइबल पढ्नु, मनन गर्नु र प्रार्थना गर्नुपर्छ।

19.8 **श्रुदःयसःददेवसःश्रु** यवःदगोवःसकेसःयसस। श्रुदःश्रुःससःगर्भोःवेःसुःदुःश्रुःगीःगदःसुगसःहेः  
ददःवेसःपदेःवदःश्रुदःपदःदश्रुदःपदेःकेदःदुःदःकेदःश्रुःश्रुःदश्रुदःपदःसकेदः। श्रुदःश्रुःवगदःयःदगदः  
वदःश्रुदःदेःश्रुदःसकेवःशेदःपदःदेदेःदेवःयःवससःवेवःश्रुदःपदेःश्रुदः। श्रुदःश्रुःदसःपदेःसुगसःश्रुदः  
केदःददेवसःपदःसकेदः। यःशेव।

१९.८ **प्रार्थना:** हे पिता परमेश्वर, हाम्रो मन खोल्नुहोस्, ताकि हामी तपाईंको पुत्र, प्रभु येशू ख्रीष्टको अनुग्रह र ज्ञानमा बढ्न सकौं। तपाईंको पवित्र आत्मा हामीमाथि आउन दिनुहोस्, ताकि हामी तपाईंको वचनमा रमाउन सकौं र दिनरात त्यसमा मनन गर्न सकौं। आमेन।



# स्त्रोवःकवःठेःसुःवा। स्त्रोवःयमःअदेवसःसुदस।

## पाठ बीसः प्रार्थना कसरी गर्ने

20.1 **कुःवा।** द्वादःसुवःवःविगःगिःस्त्रोवःयमःयःवुःवःसुवःसुवःवःअदेवदःसुगसःकेवःवोःयेद। (यःगोवः 5:16)

२०.१ **पदः** धार्मिक मानिसको प्रार्थना शक्तिशाली र प्रभावशाली हुन्छ। (याकूब ५:१६)

20.2 **दःस्त्रोवः** योःसुःवःअदेवःसुगःग्रेःवदःवसःस्त्रोवःयमःवेःगयःकेवःवोःविगःयि। मीःमदःवोःवसमः वःस्त्रोवःयमःवेःसुगसःअदेवःवःददःअदःवःयि। देवःगुदःस्त्रोवःयमःवेःदगोवःमकेवःददःवगःअमोःयः गवदःवःसुवःयिःवःयोःसुःवःकुमसःग्रेःसःसेस। देवःदमःदुःस्त्रोवःयमःग्रेःदिसःसुःयेदउदः। स्त्रोवः कवःअदेवःदेःकुमसःगदःयिःवःवःदकेसःदेःग्रेःसःगसःयःवःवदःग्रेःदःसुःयि।

२०.२ **परिचयः** प्रार्थना ख्रीष्टियन अभ्यासहरु मध्ये सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण छ। धेरै मानिसहरुले प्रार्थना भनेको मन्त्रहरु पढ्नु जस्तै हो भनी सोच्छन्, तर ख्रीष्टियनहरुलाई थाहा छ कि प्रार्थना भनेको परमेश्वरसँग कुराकानी गर्नु जस्तै हो। वास्तवमा, त्यहाँ पाँच प्रकारका प्रार्थनाहरु छन्, र यस पाठमा हामी ती के के हुन् भनेर व्याख्या गर्नेछौं।

20.3 **अश्रोवःवा।** गसुदःमवःगोवःवःददःस्त्रोवःयमःअदेवसःवःवेःदगोवःमकेवःददःवगःअमोःयःगवदः वःवदःवःविगःयि। दगोवःमकेवःगिसःदमःवःअदःगसुदःमवःग्रेःस्त्रोवःसःददःसुवःकुमसःयःगसुदःविदः। ददःसुवःकुमसःग्रेःस्त्रोवःयमःअदेवसःवःअदेवःस्त्रोवःसःदगोवःमकेवःयःसुः। योःसुःवःअदःसुदःवःअदःसुवः सुःदःकेसःदगोवःमकेवःयःप्रःवःवःगवदःवःअदःस्त्रोवःयमःवुः। देवःसःवःसुदःठेवःसुवःयमःअदेवसः वःअदेवःगोमसःगःसिःसुवःयि। स्त्रोवःयमःयःदुःगःदुःगवःसःवेःदमःवःसुःअदःवःअदःगःवुदःयमःविगः यि। देवःअदःसुवःठेवःअदःददः। स्त्रोवःठेवःग्रेःमदःगःसिःसुः। वदुदःवःउसःदेवःकुमसःग्रेःदःग्रेःवोःगसुमः यःकेवःवःअदःमकेवःकयःवोःसःयि। ददःसुवःवःविगःगिसःस्त्रोवःयमःददःस्त्रोवःठेवःगःठेवःवोःसोमसः गःउसःयःमःठमःदुःस्त्रोवःमिःसिः। स्त्रोवःयमःग्रेःस्त्रोवःठेवःस्त्रोवःवःअदःसुदःवःददः। यदःवःस्त्रोवःठेवः ग्रेःस्त्रोवःयमःअदःगोवःवःअदःसुदःउसःग्रेःसुः।

२०.३ **व्याख्याः** प्रार्थना गर्नु र बाइबल पढ्नु भनेको परमेश्वरसँग कुरा गर्नु जस्तै हो। परमेश्वर विश्वासीहरूसँग बाइबल मार्फत कुरा गर्नुहुन्छ, र विश्वासीहरु प्रार्थनाद्वारा परमेश्वरसँग कुरा गर्छन्। जब हामी पहिलो पटक ख्रीष्टियन बन्छौं तब हामीलाई मुक्ति दिनुहोस भनि परमेश्वरसँग

प्रार्थना गछौं। त्यस पछि, हामी हरेक दिन प्रार्थना गर्ने बानी बसाल्छौं। निरन्तर प्रार्थना पवित्रताको मुख्य बाटो हो। यो हाम्रा तीन शत्रुहरूको विरुद्धको लागि सबैभन्दा उत्तम हतियार हो: यो संसार, पापी स्वभाव र शैतान। जसरी एक विश्वासीले लेखेका थिए, “प्रार्थना र पाप एउटै हृदयमा सँगै बस्न सक्दैनन्। या त प्रार्थनाले पापलाई नष्ट गर्नेछ, वा पापले प्रार्थनालाई निसास्नेछ।”

20.4 གཙོ་བོ་ཡེ་བྱེ་སྐྱོན་ལམ་འདེབས་མཁན་རྣམས་ལ་རིན་ཐང་ཆེ་བའི་ཞལ་ཆད་གནང་། ཁོང་གིས་  
ལུས་ན་གནང་བར་འགྱུར། བཅའ་ན་རྟེན་པར་འགྱུར། སློབ་དུངས་ན་འབྱེད་པར་འགྱུར། གང་ལགས་  
ཟེར་ན། ལུ་མཁན་ཐམས་ཅད་ལ་འཕྲོ་བ་པ་དང་། འཚོ་ལ་མཁན་ཐམས་ཅད་ལ་རྟེན། སློབ་དུང་མཁན་  
ཐམས་ཅད་ལ་སློབ་འབྱེད་པར་འགྱུར་བས་སོ་ཞེས་པ་དང་། ཡབ་ཀྱི་གཟི་བརྗིད་ཀྱི་སྐྱེས་བུ་རྒྱུད་ནས་མཛོད་  
པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། བྱེད་ཚེས་ངའི་མིང་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ཞིག་ལུས་ཀྱང་ངས་དེ་བཞིན་དུ་སྐྱབ་པར་བྱ་  
ཞེས་གསུངས། ཁོང་དང་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་གཉིས་ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་གི་ཞིང་ཁམས་ལ་དེད་རྣམས་ཀྱི་  
དོན་ལ་ལུ་འོ་མཛད་པས་དེ་བཞིན་པ་ཡིན་པར་ཤེས། གལ་སྲིད་ང་ཚོས་སེམས་དྲང་བོ་དང་། དཀོན་མཆོག་  
གི་དགོངས་པ་བཞིན་དུ། དང་པ་དང་། རྟེན་སྦྲུང་། མཐར་ཕྱིན་པ་བྱེད་དེ་སློན་ལམ་བཏབ་ན་དཀོན་  
མཆོག་གིས་དེད་རྣམས་ཀྱི་སློན་ལམ་གསན་པར་ཤེས། འོན་ཀྱང་གལ་ཏེ་ང་ཚོས་ཀུན་སློང་ངན་པོས་སམ།  
མི་རྣམས་ཀྱིས་མཐོང་བའི་ཆེད་དུ་འམ། མི་གཞན་ལ་གུ་ཡང་མ་བཏང་བར་རམ། དེད་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་  
སུ་སྒྲིག་ཉེས་ལ་ཆགས་པ་འམ། དཀོན་མཆོག་གི་དགོངས་པ་བཞིན་དུ་མ་ཡིན་ཏེ་རང་གི་འདོད་པ་ལྟར་སློན་  
ལམ་ལུས་ན། ཁོང་གིས་ང་ཚོའི་སློན་ལམ་མི་གསན།

२०.४ प्रभु येशूले प्रार्थना गर्नेहरूलाई बहुमूल्य प्रतिज्ञाहरू गर्नुहुन्छ। उहाँले भन्नुभयो, ‘माग त तिमीहरूलाई दिइनेछ, खोज त तिमीहरूले भेट्नुपर्नेछौं, ढकढक्याओ त तिमीहरूका निम्ति उधारिनेछ। किनकि जसले माग्छ, त्यसले पाउँछ, जसले खोज्छ, त्यसले भेट्नुपर्नेछ, जसले ढकढक्याउँछ, त्यसको निम्ति ढोका उधारिनेछ’ र ‘तिमीहरूले मेरो नाउँमा जेसुकै मागे तापनि पुत्रमा पिताको महिमा होस् भनेर म त्यो गर्नेछु।’ हामी जान्दछौं यो सत्य हो किनभने उहाँ र पवित्र आत्मा दुबै स्वर्गमा हाम्रो लागि मध्यस्थता गर्दै हुनुहुन्छ। यदि हामी इमानदार हृदयले, परमेश्वरको इच्छा अनुसार, विश्वास नम्रता र दृढताका साथ प्रार्थना गछौं भने, हामीलाई थाहा छ कि परमेश्वरले सुन्नुहुन्छ। तर यदि हामी दुष्ट विचारले प्रार्थना गछौं, वा अरुले हामीलाई देखून् भनेर प्रार्थना गछौं, वा अरुलाई क्षमा नगरी प्रार्थना गछौं, वा हाम्रो हृदयमा पापमै रहिरहन्छौं, वा यदि हामीले स्वार्थपूर्वक परमेश्वरको इच्छा विपरित कुराहरू माग्छौं भने, परमेश्वरले हाम्रो प्रार्थना सुन्नुहुनेछैन।

20.5 འོ་ན། ང་ཚོས་སློན་ལམ་ཇི་ལྟར་འདེབས། གསུང་རབ་གྲོག་པ་དང་སློན་ལམ་འདེབས་པ་ནི་དཀོན་  
མཆོག་དང་བཀའ་མོལ་གནང་བ་ནང་བཞིན་ཡོད་པར་དྲན་པར་བྱེད། དཔེར་ན་བྱེད་ཀྱི་སེམས་ལ་གཙོ་བོ་

དགོན་མཚོག་ལགས། བྱེད་ཀྱི་བདེན་པ་དང་ལ་སྟོན་པར་མཛོད་ཅེས་པའི་སྟོན་ལམ་ལུ་ཚོག་ དེ་ནས་གོ་  
 རིན་ལུ་བ་དང་པོ་ 13:4 བྱམས་པ་ནི་བཟོད་པ་དང་བཀའ་དྲིན་ལྡན་པ་ཡིན་ཞེས་ལ་སོགས་པའི་བསྟན་  
 པ་ཞིག་གྲོག་ དེའི་སྟོན་ལ་བསམ་ཞིབ་བྱས་ནས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལགས། བྱེད་ནི་རྟག་པར་བཟོད་པ་ཚེན་  
 པོ་དང་བཀའ་དྲིན་ཅན་ཡིན། བྱེད་དང་འདྲ་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར་ངས་མི་གཞན་ལ་བཟོད་སྟོན་དང་དྲིན་བྱེད་  
 པ་གཞན་བར་ཤོག་ཅེས་སྟོན་ལམ་འདེབས་ཚོག་ དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱིས་སྟོན་ལམ་བརྒྱུད་ནས་དགོན་མཚོག་ལ་  
 གཏམ་བཤད་ཅིང་། ཁོང་གིས་གསུང་རབ་བརྒྱུད་ནས་བྱེད་ལ་གསུངས། ང་ཚོའི་སེམས་ཀྱི་ནང་ན་དགོན་  
 མཚོག་ལ་གཏམ་ཤོད་པའི་སྟོན་སྟོན་ལམ་འདེབས་སྲིད། སྟོན་ལམ་འདེབས་སྟངས་སྟོབ་པའི་ཐབས་  
 ལམ་ཀྱི་ནང་ནས་ཡག་ཤོས་ནི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་བཀོད་པའི་སྟོན་ལམ་གྲོག་པའམ་ཉན་པ་དེ་ཡིན།  
 དཔེར་ན་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་རང་གི་ཉེག་ནས་རྣམས་ལ་བསྐྱབས་པའི་སྟོན་ལམ་(དེ་ནི་གཙོ་བོའི་སྟོན་ལམ་ཡང་  
 ཟེར། མད་ལྷ་ 6:9-13 ལ་གཟེགས་) ཡང་ན། སྐྱེ་ཚབ་པའུ་ལུའི་སྟོན་ལམ་ནང་ནས་ཞིག་(དཔེར་ན།  
 ཨེ་ཤེ་སུ་བ་ 3:16-19 ཡང་ན། ཀོ་ལོ་སུ་བ་ 1:9-12 ལ་གཟེགས་) མ་ཟང་ཡེ་ཤུ་བ་གཞན་རྣམས་དང་  
 མཉམ་དུ་སྟོན་ལམ་བཏབ་ནས་སྟོན་ལམ་འདེབས་སྟངས་སྟོབ་སྲིད། དད་ལྡན་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་བྲིས་  
 པའི་སྟོན་ལམ་དང་། ཡང་ན་སྟོབ་ཚན་འདི་རྣམས་ལ་བཀོད་པའི་སྟོན་ལམ་ཀྱི་དཔེ་ལ་ལྟ་ཚོག་ སྤྱིར་བཏང་  
 བཤད་ན་སྟོན་ལམ་འདེབས་རིགས་ལྡེ་ཡོད་དེ། དགོན་མཚོག་ལ་བསྟོད་པ་ལུ་བ་དང་། བྱམས་ཇེ་ཚེ  
 ལུ་བ། རང་གི་ལས་ངན་ཁས་སྐྱབས་པ། མི་གཞན་གྱི་དོན་ལ་ལུ་ངོ་བྱེད་པ། རང་གི་དོན་ལ་གསོལ་བ་  
 འདེབས་པ་བཅས་ཡིན། རང་གི་དོན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སྐབས་དེད་རྣམས་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་གིས་  
 ཁོང་གི་མི་རྣམས་ལ་ཞུ་བ་ཀྱིས་བཞེས་པའི་བྱིན་རླབས་འཕྲོག་པའི་ཚེད་དུ་ཁོ་ནར་ལུ། འདོད་པ་ཚ་པོས་  
 ལུས་ན་དགོན་མཚོག་གིས་གསལ་བར་མི་མཛོད།

२०.५ त्यसोभए हामीले कसरी प्रार्थना गर्ने त? याद गर्नुहोस् कि प्रार्थना भनेको परमेश्वरसँग कुरा गर्नु हो। उदाहरणको लागि, तपाईं आफ्नो हृदयमा प्रार्थना गर्न सक्नुहुन्छ, “हे प्रभु, मलाई तपाईंको सत्यता देखाउनुहोस्।” त्यसपछि १ कोरिन्थी १३:४ मा भएको एउटा वचन पढ्नुहोस् - “प्रेम सहनशील हुन्छ र दयालु हुन्छ।” यसबारे राम्ररी विचार गरेपछि, हामी प्रार्थना गर्न सक्छौं, “प्रभु येशू, तपाईं सधैं सहनशील र दयालु हुनुहुन्छ। अरूसँग सहनशील र दयालु भएर मलाई तपाईं जस्तै बन्न मद्दत गर्नुहोस्।” यसरी तपाईंले प्रार्थनाद्वारा परमेश्वरसँग बोल्नुभएको छ, र उहाँले बाइबलद्वारा तपाईंसँग कुरा गर्नुभएको छ। हाम्रो हृदयमा परमेश्वरसँग कुरा गरेर हामी आफै प्रार्थना गर्न सक्छौं प्रार्थना गर्न सिकने सबैभन्दा राम्रो तरिकाहरू मध्ये बाइबलमा भएको प्रार्थना पढेर हो। उदाहरणका लागि, हामी प्रभु येशूले आफ्ना चेलाहरूलाई सिकाउनुभएको

प्रार्थना (जसलाई प्रभुको प्रार्थना पनि भनिन्छ, मत्ती ६:९-१३ हेर्नुहोस्) वा प्रेरित पावलको प्रार्थना (उदाहरणका लागि, एफिसी ३:१६-१९ वा कलस्सी १:९-१२) प्रयोग गर्न सक्छौं। हामी अरु ख्रीष्टियनहरूसित प्रार्थना गरेर पनि प्रार्थना गर्न सिक्न सक्छौं। हामी अरु विश्वासीहरूले लेखेका प्रार्थनाहरू पढ्न सक्छौं। अथवा हामी यी पाठहरूमा नमुना प्रार्थनाहरू हेर्न सक्छौं। सामान्यतया, त्यहाँ पाँच प्रकारका प्रार्थनाहरू छन्: परमेश्वरको प्रशंसा गर्दै, उहाँलाई धन्यवाद दिँदै, आफ्ना पापहरू स्वीकार गर्दै, अरुको लागि मध्यस्थता गर्दै, र आफूलाई आशिष माग्दै। आफ्नो लागि माग्दा, हामी केवल ती आशिषहरू मात्र माग्छौं जुन परमेश्वरले आफ्ना मानिसहरूलाई प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ। यदि हामीले स्वार्थी भएर माग्यो भने, परमेश्वरले सुन्नुहुनेछैन।

20.6 गेः वेः योः सुगसाः दगोवः ऋक्खेसाः देः खीः वेसाः वः सुदः सुवः यसाः अदेवसाः खीः क्खेसाः वः गसुदसा। सुवः यसाः वेः सुगसाः अदेवः वः ददः कुः वः वसाः खीः अद। योः सुदः सुवः यसाः वेः दगोः वः खीः गसोवः वसाः सुवः यसाः वेः वः गउवः यः सुदसाः गः गसोवः सुवः अदेवसाः खीः सुद। सुवः यसाः देः वेः वेसाः ग्रेः गददः वसाः सुदः वेद। देवः ददः सुवः यसाः वेः क्खेसाः वेसाः दगोवः ऋक्खेसाः यः वगदः देवः केददः गसोवः सुवः वे। ददः सुवः वः ऋसाः ग्रेसाः वेसाः वेः वदसा। गसुदः वः ग्रेसाः यसाः सुवः यसाः अदेवसा। वसुदः देवः सुदः वः ददः। वेदः ग्रेसाः अदेवसाः वः। दगदः वः सुदः वः सुवसाः सुसुवः यसाः वदवः वः वेसा। वेः वेदः सुसाः गसोवः वेवः सुवसाः सुवः यसाः अदेवसाः दगोवः। देवेः सुवः क्खेसाः वेसाः वेसाः यसाः वेदः वेदः सुदः सुवः वेवः।

२०.६ प्रभु येशूले भन्नुभयो कि हामीले परमेश्वरलाई नचिन्ने व्यक्तिहरूले जस्तै प्रार्थना गर्नु हुँदैन। प्रार्थना मन्त्र होइन। ख्रीष्टियन प्रार्थनाले गुण थुपाउँदैन, त्यसैले एउटै प्रार्थना दिनमा धेरै पटक दोहोर्याउनु पर्दैन। साँचो प्रार्थना हृदयाबाट आउँछ। साँचो प्रार्थनाले परमेश्वरलाई प्रशंसा, धन्यवाद र बिन्ती गर्न अर्थपूर्ण शब्दहरू प्रयोग गर्छ। धेरै विश्वासीहरूले बाइबल पढ्दा वा सुन्दा, तिनीहरू परीक्षामा पर्दा, बिरामी हुँदा वा कठिन परिस्थितिहरूको सामना गर्दा पनि तिनीहरूको खानाको लागि धन्यवाद दिन प्रार्थना गर्छन्। अवश्य, विश्वासीहरूले बप्तिस्मा लिँदा पनि प्रार्थना गर्नुपर्छ, जुन हामी अर्को पाठमा छलफल गर्नेछौं।

20.7 वेदः देवः गेः वेः सुवः यसाः वेः दगोवः ऋक्खेसाः ददः वगदः वेवः गददः वः देवेवः।

२०.७ **मुख्य कुरा:** प्रार्थना भनेको परमेश्वरसँग कुरा गर्नु हो।

20.8 सुवः अदेवः सुदः सुवः सुवः क्खेसाः वेसाः वेसाः। (वेसाः वेवेः वेवेः वः ददः वेवेः 5:17)

२०.८ **कण्ठ गर्ने पद:** निरन्तर प्रार्थना गरिरहो। (१ थेसलोनिकि ५:१७)

20.9 **द्विसःयव।**

1. द्विःव। श्लोकःयमःलेसःत्रेःवःदेउःयिःवःवम। यव। श्लोकःयमःवेःदगोःवःमकेःवःदःवगःवःमेःवः  
ववःवःदेयिःव।
2. द्विःव। वःउःवेःयेःपुसःठेःववःवःकःमःसःयःश्लोकःयमःदःदेःवःसःवःमःउःपुःरःश्लोकःवःमःमःदःदःवम। यव।  
वेःदःवःसःवेःकःमःसःयःवःउःवेःदःश्लोकःयमःश्लोकःवःमःमःदःदःवम।
3. द्विःव। श्लोकःयमःदःवःसःयःदःउःयिःवःवम। यव। दगोःवःमकेःवःयःवःश्लोकःवःदःदःवःवःउःवः  
मकेःवःयःवगःवःद्विःकःकेःवःवःदःवःवःठेःस। दगोःवःमकेःवःयःदःकेःसःयःसःदःवःमःसःयेःवःवःदःवः  
मिःवःवःवःग्रेःदोःवःयःवःवःदःवःवः। श्लोकःग्रेःदोःवःयःश्लोकःयमःवःवःदःवःयःवः

२०.९ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्रः प्रार्थना भनेको के हो? उः प्रार्थना भनेको परमेश्वरसँग कुरा गर्नु हो।
२. प्रः प्रभु येशूले आफ्ना चेलाहरूलाई प्रार्थना गर्न कसरी सिकाउनुभयो? अः उहाँले तिनीहरूलाई  
प्रभुको प्रार्थना दिनुभयो।
३. प्रः पाँच प्रकारको प्रार्थनाहरू कुन-कुन हो? उः परमेश्वरको प्रशंसा गर्नु, परमेश्वरलाई धन्यवाद  
दिनु, आफ्ना पापहरू परमेश्वरमा स्वीकार गर्नु, अरुको लागि प्रार्थना गर्नु, र आफ्नो लागि प्रार्थना  
गर्नु।

20.10 **श्लोकःयमःदःदेःवःसःयः** वःमःमःवःवःवःवःयःवःदःकेःदःयःवःयःवःस। वेःवःमःदःठेःवःवःकःमःसः  
यःश्लोकःयमःदःदेःवःसःवःश्लोकःयमःमःवःवःवःवःवःग्रेःवःसःयेःपुःदःवः। केःवःवःसःश्लोकःवःमःमिःवःवःवः  
दःकेःदःदोःवःयःवःवःदःमःदःवःमःवःदःमःयःवःवःवःवःठेःदःवःकःमःसःयःवःवःवःवःवःवःवःवःवःवः  
यःयेःवःसःवःवःश्लोकःवःदःवः। वःवःवःवःकेःवःवः। मःदःवःयःसःदःवःमःसःवःवः। मःदःवःवःवःवः  
ग्रेःदोःवःयःवःवःवःवःवःदःकेःदःवःश्लोकःयमःदःदेःवःसःवःश्लोकःयमःमःदःदःवम। वःमेःव।

२०.१० **प्रार्थना:** स्वर्गमा बस्नुहुने पिता, हामी तपाईंको पुत्र येशूको लागि धन्यवाद दिन्छौं, जसले  
आफ्ना चेलाहरूलाई प्रार्थना गर्न सिकाउनुभयो; र तपाईंको पवित्र आत्माको लागि, जसले  
शब्दहरूमा व्यक्त गर्न नसकिने सुस्केरामा हाम्रो लागि मध्यस्थता गर्नुहुन्छ। हामीलाई प्रार्थना गर्न  
सिकाउनुहोस्; कि हामीले सहि तरिकाले तपाईंको प्रशंसा गर्न, धन्यवाद दिन, आफ्ना पापहरू  
स्वीकार गर्न, र आफ्नो र अरुको लागि बिन्ती गर्न सकौं। आमेन।



ཀྱི་སྡིག་ཉེས་སེལ། ལྷུས་གསོལ་ལེན་པའི་ཐོག་ནས་དང་ལྷན་གསལ་པ་ཡིས་སྟོན་པ་དཔ་པ་རྣམས་སྦངས་  
 བས་སེམས་བསྐྱར་ཏེ་ཡང་བསྐྱར་སྟེས་སྟོང་བ་དང་། དཀོན་མཚོག་གི་ཁོངས་སུ་ཚུད་པར་མི་ཐམས་ཅད་ལ་  
 ལྟོན། ལྷུས་གསོལ་ནི་དཀོན་མཚོག་གི་རིན་གྱིས་ལྷུས་པའི་ཞལ་ཚད་ཀྱི་ཏྲགས་ཤིག་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་ལྷུས་  
 གསོལ་ལེན་པའི་དཔལ་མ་རེ་རེས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ཁོ་རང་དང་པ་བྱེད་མཁའ་ཡིན་པར་ཤོད་བྱུང་དགོས། དེད་  
 རྣམས་ལ་ཐར་པ་འཕྱོང་པའི་ཆེད་དུ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་ཐམས་ཅད་མཛད་པ་ཡིན་པས། ལྷུས་གསོལ་ནི་ཐེངས་  
 གཅིག་ལས་མང་པ་ལེན་མི་རུང་། འཕྲིན་བཟང་གི་བསྟན་པ་ཐོས་པའི་ཕྱིར་དང་ལྷན་པ་གསལ་པ་རྣམས་  
 ཚོས་ཚོགས་དང་འདྲེད་དགོས། དེ་ནས་ཚོས་ཚོགས་འདྲེས་ནས་ཡེ་ཤུ་པ་གསལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལྷུས་གསོལ་  
 ལེན། ཚོས་ཚོགས་མི་གཅིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལྷུས་གསོལ་བྱེད་སྦངས་འདྲེ་མིན་བེད་སྟོན་བྱེད། ཁ་ཤས་  
 ཀྱིས་ལྷུས་གསོལ་ལེན་མཁའ་རྒྱུ་བའི་བྱེད་འདྲེས། ཁ་ཤས་ཀྱིས་ལྷུས་གསོལ་ལེན་མཁའ་ལ་རྒྱུ་གྱུ་  
 ཁ་ཤས་ཀྱིས་རྒྱལ་ལྷོ་ལྷུས་གསོལ་ལེན་མཁའ་ལ་གཏོང་། གང་ལྟར་ལྷུས་གསོལ་ནི་ཡང་དཀོན་མཚོག་དང་།  
 སྲས་དཀོན་མཚོག་དང་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་དཀོན་མཚོག་བཅས་ཀྱི་མཚན་ཐོག་ནས་གནང་དགོས། ལྷུས་  
 གསོལ་བྱས་པའི་རྗེས་སུ་ཚོས་ཚོགས་མང་ཆེ་བས་ལྷུས་གསོལ་ལེན་མཁའ་རྣམས་ལ་སྟོན་ལས་མང་པའི་  
 སྟོང་བདར་སྟོན། ཚོས་ཚོགས་ཁ་ཤས་ཀྱིས་དང་ལྷན་པའི་པ་མེས་ཀྱི་བྱིས་པ་དང་སྐྱུ་གུ་ལ་ལྷུས་གསོལ་  
 བྱེད། དེ་ལྟར་བྱུང་ན་འཚར་ལོངས་འབྱུང་དུས་སུ་གུ་ཁོ་རྣམས་ལ་སྟོང་བདར་ཐེབས། སྟོན་ཚན་རྗེས་མར་  
 གཙོ་བོའི་དྲན་རྟེན་གྱི་ཞལ་བས་གསལ་བ་ཤད་བྱེད།

२१.३ **व्याख्या:** बप्तिस्मा ख्रीष्टियन जीवनको शुरुवात हो। हामी ख्रीष्टियनहरू हुनु अघि, हामी आफ्नै इच्छा अनुसार जीवन बिताउँथ्यौं। तर एक दिन परमेश्वरको पवित्र आत्मा हाम्रो हृदयमा प्रवेश गर्नुभयो। हामीले प्रभु येशूमा विश्वास गर्यौं र नयाँ जन्म लियौं। परमेश्वरले हाम्रो हृदय र हाम्रो जीवनशैली यसरी परिवर्तन गर्नुभयो कि हामीले नयाँ जीवन पायौं। यो नयाँ जीवनको चिन्ह बप्तिस्मा हो। बप्तिस्मा भनेको पानी प्रयोग गर्ने धार्मिक संस्कार हो। जसरी पानीले फोहोर धुन्छ, त्यसरी नै येशूको मृत्युले हाम्रा पापहरू हटाइदिन्छ। बप्तिस्माले सबैलाई यो देखाउँछ कि नयाँ विश्वासीहरूले आफ्ना पापहरूबाट पश्चात्ताप गरेका छन्, अनि नयाँ गरि जन्मेका छन् र परमेश्वरका जनहरूका भएका छन्। बप्तिस्मा परमेश्वरको उद्धारको प्रतिज्ञाको चिन्ह हो। यसकारण, बप्तिस्मा लिने सबै व्यक्तिहरूले उद्धारको लागि ख्रीष्टमा मात्र विश्वास गर्नु भनी भन्न सक्नुपर्छ। प्रभु येशूले हाम्रो उद्धारका लागि आवश्यक पर्ने सबै कुरा गर्नुभएको हुनाले, बप्तिस्मा एक पटक मात्र दिइन्छ। नयाँ विश्वासीहरूले परमेश्वरको सुसमाचारको बारेमा शिक्षा पाउन मण्डलीमा जानुपर्छ। त्यसपछि जब मण्डली एकसाथ भेला हुन्छ, नयाँ विश्वासीहरूले बप्तिस्मा लिन्छन्। मण्डलीहरूले विभिन्न तरिकाले बप्तिस्मा दिने गर्छन्। कसै-कसैले नयाँ विश्वासीहरूलाई

पानीमा डुबाउँछन्, जबकि अरुले उनीहरूमाथि पानी खन्याउछन् वा छर्कन्। जे जस्तो होस्, बप्तिस्मा पिता, पुत्र र पवित्र आत्माको नाममा दिनुपर्छ। बप्तिस्मा पछि, धेरैजसो मण्डलीहरूले बप्तिस्मा लिएकाहरूलाई थप तालिम दिन्छन्। त्यस्ता मण्डलीहरू पनि छन् जसले विश्वासी आमाबाबुका शिशुहरू र बच्चाहरूलाई बप्तिस्मा दिन्छन्। यस्तो अवस्थामा, छोराछोरी ठूलो हुँदा ख्रीष्टियन शिक्षा प्राप्त गर्दछ। हाम्रो अर्को पाठमा, हामी प्रभुको भोजको बारेमा सिक्नेछौं।

21.4 **बदर्देवगर्तेवो** | ལྷུས་གསོལ་ནི་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུང་ལ་པའི་སྐོན་པ་ཚེ་རི་སྤྱི་གཉེས་སེལ་བར་སྐོན་པའི་ཚོག་ཞིག་ཡིན།

२१.४ **मुख्य कुरा:** बप्तिस्माले यो देखाउँछ कि प्रभु येशूको मृत्युले हाम्रा पापहरू हटाउँछ।

21.5 **སྐོན་པ་ཚེ་རི་སྤྱི་གཉེས་སེལ་བར་སྐོན་པའི་ཚོག་ཞིག་ཡིན།** (ཨེ་པེ་སུ་པ་ 4:5)

२१.५ **कण्ठ गर्ने पद:** एउटै प्रभु, एउटै विश्वास र एउटै बप्तिस्मा। (एफिसी ४:५)

21.6 **द्विसंख्या**

1. སྤྱི་བ། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་ལྷན་པ་ལ་ཚེས་ཀྱི་ཚོག་གཉེས་གང་གནང་ངམ། ལན། ཁོང་གིས་ལྷུས་གསོལ་དང་གཙོ་བོའི་ཞལ་བས་ལྷན་པ་གནང་བུང་ངོ།

2. སྤྱི་བ། ལྷུས་གསོལ་གྱིས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་ལ་ཚེ་རི་དོན་ལ་གང་མཛད་པ་ཇི་ལྟར་སྐོན་པམ། ལན། ལྷུས་གསོལ་གྱི་ཚུལ་ས་ཚེ་རི་སྤྱི་གཉེས་སེལ་བ་མཚོན་ནོ།

२१.६ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: प्रभु येशूले हामीलाई कुन दुई संस्कारहरू दिनुभयो? अ: उहाँले हामीलाई बप्तिस्मा र प्रभु भोज दिनुभयो।

२. प्र: प्रभु येशूले हाम्रो लागि के गर्नुभयो भनि बप्तिस्माले कसरी देखाउँछ? उ: पानीको बप्तिस्माले हाम्रो पापहरू हटाएको भन्ने देखाउँदछ।



21.7 **སྐྱོན་ལམ་འདེབས་རྒྱ།** བམ་མཁའ་བཞུགས་པའི་ཡབ་ལགས། བྱེད་ཀྱི་མུ་མཐའ་མེད་པའི་ཕྱགས་  
 རྗེའི་དོན་ལ་ཕྱགས་རྗེ་ཚེལ། ཕྱགས་རྗེ་དེའི་སྐོ་བས་བྱེད་ཀྱིས་ང་ལ་སྤྲིག་ཉེས་སྐོང་བ་དང་། འཕྲིན་བཟང་  
 ལ་དང་བ་བྱེད་པ། བྱུས་གསོལ་ལེན་པར་བོས་བ་ཡིན། སེམས་བསྐྱེད་བ་དང་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚེའི་  
 གནང་སྐྱོན་ང་ལ་གནང་བས་ཕྱགས་རྗེ་ཚེལའོ། ཨ་མེན།

२१.७ **प्रार्थना:** स्वर्गीय पिता, तपाईंको अपार अनुग्रहको लागि धन्यवाद। अनुग्रहद्वारा तपाईंले मलाई पापको पश्चात्ताप गर्न, तपाईंको सुसमाचारमा विश्वास गर्न र बप्तिस्मा लिन बोलाउनुभएको छ। मलाई पश्चात्ताप र नयाँ जीवनको वरदान दिनुभएकोमा धन्यवाद। आमेन।



གཤམ་བཟས་ཤིང་། བྲག་ཡང་མ་བཏུངས་ན། ཁྱོད་ཚོར་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚེ་མེད་དོ། ངའི་ག་ཟ་ཞིང་  
ངའི་བྲག་འཕུང་མཁའ་ལ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚེ་ཡོད་དེ། ཏུས་ཀྱི་ཐ་མའི་ཉེན་ལ་ངས་ཁོ་ཚོ་གཤམ་བཟོ་བའི་ཁྱོད་  
ནས་སློང་བར་བྱ་ཞེས་གསུངས། དེ་བས་ན་བག་ལེབ་དང་རྒྱུན་ཚང་གཉིས་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་གི་ཕྱགས་  
ཁྲོ་ལས་ཐར་བར་བྱེད་པའི་སློག་སློས་བཏང་བའི་དམར་མཚོད་མཚོན། རང་ཉིད་ཀྱི་སློག་སློས་བཏང་བའི་  
དམར་མཚོད་དེའི་སློ་ནས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་ང་ཚོའི་སྤྲིག་ཉེས་སེལ་ལོ། །

२२.३ **व्याख्या:** प्रभु भोज प्रभु येशूले हामीलाई दिनुभएको अभ्यास हो, जहाँ रोटी र दाखमघले उहाँको मृत्यु र पुनरुत्थानलाई जनाउँदछ। जुन रात उहाँ पक्राउ पर्नुभयो, त्यो रात प्रभु येशूले रोटी लिनुभयो, र धन्यवाद दिनुभएपछि उहाँले त्यो भाँचुभयो, र भन्नुभयो, ‘यो तिमीहरूका निम्ति मेरो शरीर हो; यो मेरो सम्झनाको निम्ति गर।’ त्यसै गरी खाएपछि उहाँले कचौरा लिएर यसो भन्नुभयो, ‘यो कचौरा मेरो रगतमा भएको नयाँ करार हो; जहिले-जहिले तिमीहरू यो पिउँछौ, मेरो सम्झनामा यो अक्सर गर।’ भाँचिएको रोटीले प्रभु येशूको शरीरलाई जनाउँछ, जुन भाँचिएको थियो र मारिएको थियो। दाखमघले उहाँको रगतलाई जनाउँछ, जुन हाम्रो मुक्तिको लागि बगाइएको थियो। यसैकारण प्रभु येशूले भन्नुभयो, “साँच्चै, म तिमीहरूलाई भन्दछु, तिमीहरूले मानिसको पुत्रको देह खाएनौ, र उसको रगत पिएनौ भने, तिमीहरूमा जीवन हुँदैन। मेरो देह खाने र मेरो रगत पिउनेसित अनन्त जीवन छ, र अन्त्यको दिनमा म त्यसलाई जीवित पार्नेछु।” त्यसैले रोटी र दाखमघले प्रायश्चितको बलिदानलाई जनाउँदछ जसद्वारा प्रभु येशूले हामीलाई हाम्रा पापहरूबाट बचाउनुभयो।

22.4 ལྷ་ཚབ་པའུ་ལུས་ཁྱེད་ཚོས་ག་ཏུས་བག་ལེབ་དེ་ཟ་ཞིང་ཕོར་བ་དེ་ལས་འཕུང་སྐབས་ཁོང་སྐར་མ་  
ཕེབས་པའི་བར་དུ་གཙོ་བོ་གྲོངས་པ་སློག་གོ་ཞེས་བྲིས། གཙོ་བོའི་དྲན་རྟེན་གྱི་ཞལ་ཟས་སློང་སྐབས་  
གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་ཉིད་ཀྱི་མི་ཉམས་ལ་གནང་བའི་ཐར་པ་ཡི་བགོ་སྐལ་ཞིག་ཡོད་པར་སློག་ མ་ཟད་ང་ཚོ་འཛིག་  
རྟེན་འདི་ལ་ཡོད་པའི་ཡེ་ཤུ་པ་གཞན་དག་ཉམས་དང་གཅིག་ཡིན་པར་སློག་ ང་ཚོ་གཅིག་དང་གཅིག་ལྟན་དུ་  
འགྲོགས་ཏེ། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་སྐུ་བྲག་གིས་ང་ཚོའི་སྤྲིག་ཉེས་ཐམས་ཅད་འདག་པར་མཛོད་པ་དང་། དེ་དུ་  
སྤྲིག་ཉེས་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་སེལ་བར་མཛོད་པའི་ཚེ་དུ་གྲོངས་པར་དྲན། གཙོ་བོའི་དྲན་རྟེན་གྱི་ཞལ་  
ཟས་དེས་དགོན་མཚོག་གི་ཕྱགས་པ་ཇི་ཙམ་ཡོད་པ་དེ་དུ་ཉམས་ལ་ཚོག་མེད་པར་བསྐྱེད།

२२.४ प्रेरित पावलले भने, “किनभने जहिले-जहिले तिमीहरू यो रोटी खान्छौ र यस कचौराबाट पिउँछौ, उहाँ नआउञ्जेल तिमीहरू प्रभुका मृत्युको घोषणा गर्दछौ।” जब हामी प्रभु भोज लिन्छौं, प्रभु येशूले उहाँका जनहरूलाई दिनुभएको मुक्तिमा हाम्रो पनि भाग छ भनी हामी घोषणा गर्छौं। संसार भरि भएका अरु सबै विश्वासीहरूसँग हामी एक हौं भनि घोषणा गर्छौं। एक अर्कासगँको





# श्लोचःकवःठेवःगसुमःव। दगोवःमकेगःगीःकेसाःकेगसा। (ददःवो)

## पाठ तेईसः परमेश्वरको मण्डली (१)

23.1 **कुःव।** दगोवःमकेगःगीःदगोदसाःवःववेकःदुःभुदेःमःसकःसमसाःउदःवेःदःदेःसुवःददःश्लेदःमो। मः  
सुमःयीव। (मःगु 3:35)

२३.१ **पदः** किनकि जसले परमेश्वरको इच्छा पालन गर्छ त्यो नै मेरो भाइ र मेरी बहिनी र मेरी  
आमा हुन्। (मर्कुस ३:३५)

23.2 **दःश्लेदः।** येःसुःवःसमसाःउदःग्रेःदमःवःदेःगसुदःदवःगोवःवःददःठव। गदःवेसाःवःदेःश्लेदःवसाः  
वेवःभुदे। श्लेवःवमःददेवसा। सुसाःगःसोःवःयेव। गःउःवोःयेःदुवःहेवःग्रेःवःवःवसाःश्लेदः। ददःसुवः  
गःवकःकुमसाःददःदःश्लेदःगसा। ददःसुवःसमसाःउदःग्रेःदोवःदेःकुमसाःभुदेःवसाःवदःमिःददःदःवःवःयीव।  
श्लोचःकवःददःदःहेसाःमःवःदेःकुमसाःग्रेःदगोवःमकेगःगीःवदःमिःश्लेःकेसाःकेगसाःग्रेःश्लेदःवःश्लेदः  
भुदेःकुःयीव।

२३.२ **परिचयः** सबै ख्रिष्टियनहरूले बाइबल पढ्छन् वा सुन्छन्, आफूले सुनेका कुराहरूमा मनन  
गर्छन्, प्रार्थना गर्छन्, बप्तिस्मा लिन्छन्, प्रभु भोज खान्छन् र अरु विश्वासीहरूसँग सङ्गति गर्छन्।  
तिनीहरू सबैले उस्ता उस्तै कुरा गर्ने भएकाले, तिनीहरू एक परिवार जस्तै छन्। यसमा र तलको  
पाठमा हामी परमेश्वरको परिवार, मण्डलीको बारेमा छलफल गर्नेछौं।

23.3 **दःश्लेदःवः।** गःउःवोःयेःसुःवःददःवःभुदेःश्लेदःवसाःदगोवःमकेगःगीःवदःमिःवःकुदः। वेदःवेःदेःग्रेःवःवः  
यीवःव। दःकेःवेदःगीःसुसाःददःसुसाःमोःयीव। गःउःवोःयेःसुसाःदगोवःमकेगःगीःदगोदसाःवःववेकःदुःभुदेः  
मःसकःसमसाःउदःवेःदःदेःसुवःददःश्लेदःमो। मःसुमःयीवःवमःगसुदःसा। दगोवःमकेगःगीःवदःमिःसमसाः  
उदःग्रेःदःवःदगोवःमकेगःददःसुसाःदगोवःमकेगःवःवःश्लेवःवःगुदःभुदे। ददःसुवःसमसाःउदःग्रेःदःश्लेदः  
कवःग्रेःगसुदःसाःवःयीदःकेसाःभुदेःउदः। गःउःवोःयेःसुदेःवेसाःवसाःगःउःवःददःगःउःवःसुवःदुःदःश्लेदःगसा।  
ददःसुवःसमसाःउदःग्रेःदगोवःमकेगःवःगःउःवःवदःदःवेःवेदः। मिःगःवकःकुमसाःवःभुमसा। गःवः  
श्लेदःयेःसुःवमःश्लेदःवःदेःश्लेदःग्रेःदःमःगीःवदःमिःसाःदःकेःवःश्लेदःवःवदः। दःदुदःदगोवःमकेगःगीःवदःमिः  
कुदः। दगोवःमकेगःददःवेदःगीःवदःमिःसाःदःकेःवःभुमसाःश्लेदःमदःदः।

२३.३ **व्याख्याः** जब हामी प्रभु येशूमा विश्वास गर्छौं, हामी परमेश्वरको परिवारको भाग बन्छौं।  
उहाँ हाम्रो पिता हुनुहुन्छ, र हामी उहाँका सन्तान हौं। प्रभु येशूले भन्नुभयो कि जसले परमेश्वरको



उहाँसँग सहि सम्बन्ध दिनुहुन्छ, उहाँको नजरमा हामीलाई निर्दोष ठान्नुहुन्छ, हामीलाई उहाँको सन्तानको रूपमा स्वीकार गर्नुहुन्छ। यी वरदानहरू यस जीवनमा पूर्ण र सिद्ध छन्। परमेश्वरको नजरमा एक विश्वासी अर्को भन्दा बढी धर्मो हुन सक्दैन। परमेश्वरले हामीलाई दिनुभएको दोस्रो वरदानलाई पवित्रीकरण भनिन्छ। पवित्रीकरण भनेको हामी प्रभु येशू जस्तै बन्ने तरिका हो। परमेश्वरले सधैं धर्मो ठहराउने र विश्वासलाई पवित्र पार्ने दुई वरदानहरू एकसाथ दिनुहुन्छ। परमेश्वरले हामीलाई दिनुभएको आज्ञा पालन गरेर हामी पवित्र हुन्छौं। हामीलाई पवित्र बनाउन प्रभु येशू यस संसारमा आउनु भएकोले हामी पवित्र भएका छौं। पवित्रता नै हामी नयाँ गरी जन्मेको प्रमाण हो। यो बिना हामीले प्रभुलाई देख्न सक्दैनौं।

23.5 **གཙོ་བོ་ཡེ་སྤྱི་ལ་དང་བ་བྱེད་པ་དང་།** དམ་པར་འགྱུར་བ་གཉིས་ནི་དགོན་མཚོག་གི་གནང་སྦྱིན་ཡིན་ཡང་། དེ་གཉིས་གཅིག་པ་མ་ཡིན། ཡང་བསྐྱུར་སྦྱེ་བ་ནི་ངོ་ཚོར་གནང་བའི་གནང་སྦྱིན་ཡིན། དེ་ལ་འོས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ལས་བཟང་ལོ་བྱེད་མི་སྲིད། དམ་པར་འགྱུར་བ་ནི་དགོན་མཚོག་གི་གནང་སྦྱིན་ཡང་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་འཕྲོབ་པའི་ཆེད་དུ་དེད་རྒྱམས་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་ནས་དཀའ་ལས་རྒྱལ་དགོས། ལས་ཀ་དེ་ལ་འོགས་པ་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་དགོན་མཚོག་གིས་དེད་རྒྱམས་ལ་དམ་པའི་སྤྱུགས་ཉིད་གནང་། དམ་པའི་སྤྱུགས་ཉིད་ངོ་ཚོར་སེམས་ལ་བཞུགས་ནས་དེད་ཀྱི་དོན་ལ་ལུ་ངོ་མཛད། དགོན་མཚོག་སྤྱུགས་མཉེས་པའི་མི་ཚོ་སྦྱེལ་དུ་འཇུག་པར་མཛད། དད་ལྡན་གཞན་རྒྱམས་ཀྱིས་ཀྱང་ངོ་ཚོར་འོགས་པ་བྱེད། ཚོས་ཚོགས་ཡིན་པའི་དགོན་མཚོག་གི་ནང་མིའི་དམིགས་ལུལ་ནི་གཙོ་བོའི་ནང་ནས་ངོ་ཚོར་དམ་པར་འགྱུར་དུ་འཇུག་པ་དེ་ཡིན།

२३.५ प्रभु येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्नु र पवित्र हुनु दुवै परमेश्वरका वरदानहरू हुन्। तर यी दुई वरदान उस्तै होइनन्। विश्वासद्वारा फेरि जन्मनु भनेको हामीले प्राप्त गर्ने वरदान हो। यसको योग्य बन्न हामीले कुनै असल काम गर्न सक्दैनौं। पवित्र बन्नु पनि परमेश्वरको वरदान हो, तर यसको लागि परमेश्वरको वचन पालन गर्न र कडा परिश्रम गर्न आवश्यक छ। यो काममा मद्दत गर्नको लागि परमेश्वरले हामीलाई पवित्र आत्मा दिनुहुन्छ। उहाँ हामीमा वास गर्नुहुन्छ, हाम्रो लागि मध्यस्थता गर्नुहुन्छ, र परमेश्वरलाई मनपर्ने जीवन बिताउनलाई हाम्रो लागि सजिलो बनाउनुहुन्छ। अरु विश्वासीहरूले पनि हामीलाई यो काममा गर्न मद्दत गर्छन्। परमेश्वरको परिवार, मण्डलीको मुख्य उद्देश्यहरू मध्ये एक हामीलाई पवित्र बन्न मद्दत गर्नु हो।

23.6 **ནང་དོན་གཙོ་བོ།** དད་ལྡན་ཐམས་ཅད་ནི་ཚོས་ཚོགས་ཡིན་པའི་དགོན་མཚོག་གི་ནང་མིའི་འོངས་སུ་གཏོགས།

२३.६ **मुख्य कुरा:** सबै विश्वासीहरू परमेश्वरको परिवार, मण्डलीका हुन्।



23.7 **སྒྲོ་འཛིན་བྱེད་སྐྱོང་།** འོན་ཀྱང་ཁོང་བསུས་ནས་ཁོང་གི་མཚན་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ཐམས་ཅད་ལ་ཁོང་གིས་དགོན་མཚོག་གི་སྐྱས་དང་སྐྱས་མོར་འགྱུར་བའི་དབང་ཆ་གནང་། (ཡེ་ཏཱ་བཙུན་ 1:12)

२३.७ **कण्ठ गर्ने पदः** तर जतिले उहाँलाई ग्रहण गरे र उहाँको नाउँमाथि विश्वास गरे, उहाँले तिनीहरूलाई परमेश्वरका सन्तान हुने अधिकार दिनुभयो। (यूहन्ना १:१२)

23.8 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། དགོན་མཚོག་གི་ནང་མི་ཟེར་བ་དེ་གང་ཡིན་ནམ། ལན། དགོན་མཚོག་གི་ནང་མི་ནི་ཚོས་ཚོགས་ཡིན།
2. དྲི་བ། དགོན་མཚོག་གིས་དད་ལྡན་ཐམས་ཅད་ལ་གནང་བའི་གནང་སྐྱོན་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་གང་ཡིན་ནམ། ལན། ཐར་བར་འགྱུར་བའི་ཆེད་དུ་དད་པ་དང་གཅིག་དམ་པ་རུ་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་དམ་པར་འཇེལ་བ་དང་གཉིས་ཡིན།

२३.८ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: परमेश्वरको परिवार के हो? अ: परमेश्वरको परिवार भनेको मण्डली हो।
२. प्र: परमेश्वरले सबै विश्वासीहरूलाई कुन दुईवटा वरदानहरू दिनुहुन्छ? उ: परमेश्वरले हामीलाई विश्वास दिनुहुन्छ ताकि हामीले मुक्ति पाउन सकौं, र पवित्रता दिनुहुन्छ ताकि हामी पवित्र बन्न सकौं।

23.9 **སྒྲོ་བའི་ལམ་འདེབས་སྐྱོང་།** བམ་མཁན་བཞུགས་པའི་ང་ཚོའི་ཡབ་ལགས། བྱེད་ཀྱིས་ང་ཚོར་གནང་བའི་བྱམས་པའི་སྒྲོ་བའི་ལམ་འདེབས་ལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱས་དང་སྐྱས་མོ་ཟེར་བས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྟ། བྱེད་ཀྱི་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ང་ཚོས་ཨ་ཙཱ་ཡེ་ཡབ་ཅེས་འཕོད། བྱེད་ཀྱི་སྐྱས་དང་སྐྱས་མོ་ཡིན་པས་བྱེད་ལ་མཇུག་པའི་ཆེད་དུ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་དམ་པ་ང་ཚོར་གནང་བར་ལྟ། ཨ་མེན།

२३.९ **प्रार्थना:** स्वर्गमा बस्नुहुने पिता, यति महान् प्रेम हामीलाई दिनुभएकोमा तपाईंलाई धन्यवाद दिन्छौं, कि हामी तपाईंका सन्तानहरू भनिएका छौं। तपाईंको पवित्र आत्माको वरदानद्वारा, “अब्बा! पिता” भनी पुकारौं। तपाईंको सन्तानको रूपमा, हामीलाई पवित्रता दिनुहोस् भनि बिन्ति गछौं जुन बिना कसैले पनि तपाईंलाई देख्न सक्दैन। आमेन।

# སློབ་ཚན་ཉེར་བཞི་པ། དགོན་མཚོག་གི་ཚོས་ཚོགས། (གཉིས་པ་)

## पाठ चौबीसः परमेश्वरको मण्डली (२)

24.1 **ཅུ་པ།** བྲག་དེའི་སྤྱིང་ལ་ངའི་ཚོས་ཚོགས་ཚུལ་པར་བྱ། གཤེན་པོའི་ཁམས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤོང་རྣམས་ཀྱང་  
དེ་ལས་མི་རྒྱལ་ལོ། (མད་མྱ་ 16:18)

२४.१ **पदः** म मेरो मण्डली यस चट्टानमाथि स्थापित गर्नेछु, र नरकका ढोकाहरू त्यसमाथि विजयी हुनेछैनन्। (मत्ती १६:१८)

24.2 **དོན།** སློབ་ཚན་སློབ་མ་དང་སློབ་ཚན་འདིར་དགོན་མཚོག་གི་ནང་མི་སྡེ་ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་སློབ་བསྐྱོད་  
སྤོང་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

२४.२ **परिचयः** यसैमा र अघिल्लो पाठमा हामी परमेश्वरको परिवार, मण्डलीको बारेमा छलफल गर्दैछौं।

24.3 **འགྲེལ་པ།** སློབ་ཚན་སློབ་མ་ལ་གསལ་བཤད་བྱས་པ་ལྟར་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དང་བ་བྱེད་སྐབས་དགོན་  
མཚོག་གི་ནང་མིར་ཚུད་པར་འགྱུར། དགོན་མཚོག་གི་ནང་མིར་ཚུད་པའི་མི་རེ་རེས་ཡབ་དགོན་མཚོག་ལ་  
གཙུག་པོར་འཛིན། དགོན་མཚོག་གི་ནང་མིར་ཚུད་པ་མི་རེ་རེས་སྲས་དགོན་མཚོག་ལ་དང་བ་བྱེད་པའི་  
སློབ་སྐབས་ཐར་བར་གྱུར། དགོན་མཚོག་གི་ནང་མིར་ཚུད་པ་མི་རེ་རེ་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་དགོན་མཚོག་གི་  
སློབ་སྐབས་འཁྲིད། དད་ལྡན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་གི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད། དད་  
ལྡན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་ལ་སློབ་ལམ་འདེབས། དད་ལྡན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གཙོ་བོའི་དྲན་རྟེན་  
ཀྱི་ཞལ་བཟུང་སྦྱོང་དུས་བག་ལེབ་གཅིག་བྲ། དད་ལྡན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་ལ་གཙུག་པོར་འཛིན་  
ཞིང་སྤྲིན་ཉེས་ལ་སྤང། ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་དབུ་འཁྲིད་པ་ཞི་སྲས་དགོན་མཚོག་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་ཡིན།  
ཁོང་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པའི་རུས་མཐུ་ནི་དད་ལྡན་རྣམས་དམ་པར་མཛོད་མཁན་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ལས་  
འགྱུར། ཚོས་ཚོགས་ནི་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་བཞུགས་གནས་དགོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་དང་འཛིན་རྟེན་འདི་  
གཉིས་ལ་ཡོད། འཛིན་རྟེན་འདིའི་དད་ལྡན་པས་སྤྲིན་ཉེས་ལ་རྒྱལ་དགོས་ཀྱང་། ཞིང་ཁམས་སུ་བཞུགས་  
པ་རྣམས་ཡང་དག་པར་གྱུར་ཟེན་པས་ཞི་བདེར་བཞུགས། འཛིན་རྟེན་འདི་ལ་ཡོད་པ་རྣམས་དད་པའི་སློབ་  
ནས་མི་ཚོ་སྤོང་ཞིང་། ཞིང་ཁམས་སུ་བཞུགས་པ་རྣམས་དགོན་མཚོག་མཛུལ། འཛིན་རྟེན་ལ་ཡོད་པའི་  
དད་ལྡན་རྣམས་ནི་གྲངས་ཉུང་ལ། ཞིང་ཁམས་སུ་བཞུགས་པའི་དད་ལྡན་རྣམས་གྲངས་ལས་འདས་པ་  
ཡིན། ཆམས་གཉིས་པོ་ནི་དགོན་མཚོག་གི་ཕྱགས་བྱོ་སྤོང་སྤྲིན་ཉེས་ཀྱི་ཉེས་ཆད་གཏོང་བ་ལས་ཐར་བར་

འགྲུང་ཟེན་ནོ། དཀོན་མཆོག་གི་ནང་མི་ནི་འཇིག་རྟེན་འདི་ལ་ཡོད་པའི་བྱིས་ཚང་གི་ནང་ནས་སྐྱེད་ཤོས་  
ཡིན། སུ་ཞིག་དཀོན་མཆོག་གི་སྲས་དང། ཡང་ན་སྲས་མོར་འགྲུང་འདོད་པ་ནི་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་  
བྱེད་པའི་སློབ་སྦྱོར་ལུགས་ཚོགས་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དཀོན་མཆོག་གི་ཚོས་ཚོགས་ནི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་  
ཐམས་ཅད་ལ་གནས་ཡོད།

२४.३ **व्याख्या:** अघिल्लो पाठमा व्याख्या गरिएझैं, जब हामी प्रभु येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्छौं, हामी परमेश्वरको परिवारको सदस्य बन्छौं। परमेश्वरको परिवारमा सबैले परमेश्वर पितालाई प्रेम गर्छन्। परमेश्वरको परिवारमा सबैले परमेश्वरको पुत्रमा विश्वास गरेर मुक्ति पाएका छन्। परमेश्वरको परिवारमा भएका सबैजनालाई पवित्र आत्मा परमेश्वरले डोर्याउनुहुन्छ। सबै विश्वासीहरूले परमेश्वरको वचन, बाइबल अध्ययन गर्छन्; सबैले परमेश्वरलाई प्रार्थना गर्छन्, र प्रभु भोजमा सबैले एउटै रोटी पाउँछन्। सबैले परमेश्वरलाई प्रेम र पापलाई घृणा गर्छन्। मण्डलीको शिर परमेश्वर पुत्र, प्रभु येशू ख्रीष्ट हुनुहुन्छ। उहाँको आज्ञापालन गर्ने शक्ति पवित्र आत्मा परमेश्वरबाट आउँछ, जसले विश्वासीहरूलाई पवित्र बनाउँछ। मण्डली प्रभुसँग स्वर्गमा र पृथ्वीमा रहेको छ। पृथ्वीमा विश्वासीहरू पाप विरुद्ध संघर्ष गर्छन्; स्वर्गमा भएकाहरू सिद्ध हुन्छन् र शान्तिमा बस्छन्; पृथ्वीमा भएकाहरू विश्वासद्वारा जिउँछन्; स्वर्गमा भएकाहरूले परमेश्वरलाई देख्छन्। पृथ्वीमा भएकाहरू थोरै छन्; स्वर्गमा भएकाहरू गन्न पनि सकिदैन। परमेश्वरको परिवारका दुवै भागहरू परमेश्वरको क्रोधबाट (अर्थात, तिनीहरूको पापको दण्डबाट) सधैंको लागि सुरक्षित छन्। परमेश्वरको परिवार संसारको सबैभन्दा खुशी परिवार हो, र परमेश्वरको सन्तान बन्न चाहने जो कोहीले पनि प्रभु येशू ख्रीष्टमा विश्वास गरेर आउन सक्छन्, किनकि परमेश्वरको मण्डली हरेक राष्ट्र र जातिका मानिसहरू बीच रहेको छ।

24.4 འཇིག་རྟེན་འདིར་ཚོས་ཚོགས་བདེན་པ་དང་ཚོས་ཚོགས་རྫུན་མ་གཉིས་ཡོད། ཚོས་ཚོགས་བདེན་པ་  
རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་རྟེན་པའི་བསྟུང་པ་དང། དཀོན་མཆོག་ལ་བསྟེན་བཀུར་བྱེད་  
པ། སློབ་ལམ་འདེབས་པ། དད་ལྡན་དང་འགྲོགས་པ་ཡོད་པས། དད་སེམས་དང་བྱམས་སེམས་འཕེལ་  
བ། དབུལ་བོ་རྣམས་ལ་བྱམས་སྐྱོད་བྱེད་པ། དཀོན་མཆོག་གི་འཕྲིན་བཟང་སློབ་པ་གསུམ་ཡོད། དད་  
ལྡན་གསར་པ་རྣམས་ལྷན་གསོལ་ལེན་ཞིང། དད་ལྡན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གཙོ་བོའི་དྲན་རྟེན་གྱི་ལལ་ཟས་  
སྐྱོད། ཚོས་ཚོགས་བདེན་པ་རྣམས་ལ་ཚོས་འབྲིང་མཁན་དང་དབུལ་བོ་རྣམས་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་མཁན་  
ཡོད། ཚོས་ཚོགས་བདེན་པ་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་སྤྱི་དུ་ལྷུང་ཡིན་པ་སྟོན་པའི་དཔེ་ཞིག་ཡིན། ཚོས་  
ཚོགས་བདེན་པ་མང་བོ་ཡོད་ཀྱང། ཚོས་ཚོགས་རྫུན་མ་འདྲ་ཡོད། དེ་ཚོའི་བསྟུང་བྱ་ནི་གསུང་རབ་ལས་  
མ་འགྲུང་བར་མིའི་སེམས་ནས་འགྲུང་བས་བསྟུང་བྱ་རྫུན་མ་སྟོན་མཁན་ཡིན། བསྟུང་བྱ་རྫུན་མ་དེ་ལ་ཡིད་

केसाःपुदेःपदेःश्लेःवसाःमीःसुदःप्रमःमीःश्रीद। केसाःकेसाःहुवःसाःपःवेदसाःसुःगर्देसाःपःकुसाःग्रेःसाःपेः  
पुःश्लेःपेःगःसाःपेः  
वदेवःपः  
कुसाःग्रेःदसाःपःपेदःदुःश्लेःपःपःददःगर्देसा। मीःगववःपःपेसाःपसाःपुदेःपःददःगर्देसाःवउसाःपेव।  
श्लेःपःकेसाःपसाःपेःकेसाःपसाःपेः

२४.४ यस संसारमा साँचो मण्डलीहरू र झूटा मण्डलीहरू छन्। साँचो मण्डलीहरूमा बाइबलबाट नियमित वचन, साप्ताहिक प्रार्थना र आराधना, र विश्वासीहरूबीचको सङ्गति हुन्छ। त्यहाँ विश्वास र प्रेममा वृद्धि, गरिबहरूको वास्ता, र परमेश्वरको सुसमाचारको घोषणा हुन्छ। नयाँ विश्वासीहरूले बप्टिस्मा लिन्छन्, र सबै विश्वासीहरूले प्रभु भोज पाउँछन्। साँचो मण्डलीहरूमा अगुवाहरू र खाँचोमा परेका मानिसहरूको सेवा गर्नेहरू हुन्छन्। मण्डली एउटा नमुना हो जसले संसारलाई परमेश्वरको राज्य कस्तो छ भनि देखाउँछ। जबकि त्यहाँ धेरै साँचो मण्डलीहरू, र झूटा मण्डलीहरू पनि छन्। तिनीहरूको शिक्षा बाइबलबाट आउँदैन, तर मानिसहरूबाट आएका हुन्, र तिनै झूटा शिक्षाहरू हुन्। त्यस्ता झूटा शिक्षाहरू पछ्याउने मानिसहरूलाई यसले बचाउन सक्दैनन्। झूटा मण्डलीहरूमा, मानिसहरूले ख्रीष्टको सट्टा अगुवाहरूको सेवा गर्छन्। पृथ्वीमा परमेश्वरको मण्डलीका तीन उद्देश्यहरू छन्: परमेश्वरको आराधना गर्ने, विश्वासीहरूलाई पवित्रतामा बढ्न मद्दत गर्ने, र अरुको सेवा गर्ने। तलका पाठहरूमा हामी यी प्रत्येकलाई पालैपालो हेर्नेछौं।

24.5 **वदःदेवःगर्देःपेः** केसाःकेसाःवदेवःपःपःवेदसाःसुःगर्देसाःपःकुसाःग्रेःसाःदगोवःमकेसाःपःवश्लेवः  
वगुदःपुदेःउदेः। दसाःपःपेदःदुःपेसाःपसाःपुदेः। मीःगववःपःपेसाःपसाःपुदेः।

२४.५ **मुख्य कुरा:** जो साँचो मण्डलीहरूका हुन् उनीहरूले परमेश्वरको आराधना गर्छन्, पवित्रतामा बढ्छन् र अरुको सेवा गर्छन्।

24.6 **श्लेःपेःपेःपेःपेः** श्लेःपेः  
(गःपदःपुःपः 3:26)

२४.६ **कण्ठ गर्ने पद:** किनकि विश्वासद्वारा तिमीहरू सबै ख्रीष्ट येशूमा परमेश्वरका सन्तान हो।  
(गलाती ३:२६)

24.7 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། དཀོན་མཆོག་གི་ཚོས་ཚོགས་གང་དུ་ཡོད་དམ། ལན། དཀོན་མཆོག་གི་ཚོས་ཚོགས་ནི་ས་ཚག་ཉིས་སུ་ཡོད་དེ། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་བཞུགས་གནས་དཀོན་མཆོག་གི་ཞིང་ཁམས་དང་། འཛིག་རྟེན་འདིར་ཡོད།
2. དྲི་བ། དཀོན་མཆོག་གི་ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་གང་ཡིན་ནམ། ལན། དམིགས་ལུལ་གསུམ་ཡོད་དེ། དཀོན་མཆོག་ལ་བསྐྱེད་བཀུར་བྱེད་པ་དང་གཅིག་དང་ལྡན་ལྡན་གྱི་དམ་བ་གོང་དུ་སླེལ་བ་དང་གཉིས། མི་གཞན་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་པ་དང་གསུམ་བཅས་ཡིན།
3. དྲི་བ། ཚོས་ཚོགས་བདེན་པ་དང་རླུང་མ་ཅི་ལྟར་དབྱེ་བ་འབྱེད་དམ། ལན། བདེན་པའི་ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་ནི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་འབྱུང་། རླུང་མའི་ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་ནི་གསུང་རབ་ལས་མ་ཡིན་གྱིས། མིའི་བསམ་བ་ནས་འབྱུང་།

२४.७ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: परमेश्वरको मण्डली कहाँ छ? उ: मण्डली प्रभुसँग स्वर्गमा र पृथ्वीमा छ।
२. प्र: परमेश्वरको मण्डलीको उद्देश्य के हो? उ: मण्डली परमेश्वरको आराधना गर्न, विश्वासीहरूलाई पवित्रतामा बढ्न मद्दत गर्न र अरुको सेवा गर्नको लागि हो।
३. प्र: साँचो मण्डलीहरू र झूटा मण्डलीहरू कसरी एकअर्काबाट फरक छन्? उ: साँचो मण्डलीको शिक्षाहरू बाइबलबाट आउँछन्। झूटो मण्डलीहरूको शिक्षा बाइबलबाट होइनन्, तर मानिसहरूबाट आएको हो।

24.8 **སློབ་ལམ་འདེབས་སྐུ།** ཀྱི་གཙོ་བོ་ལགས། བྱིད་ཀྱི་ཚོས་ཚོགས་ནི་མྱ་གེ་ག་ཡིན་པའི་བྲག་ལ་བཀོད་པ་དང་། བྱིད་ཀྱི་སྐུ་བྲག་གིས་རིན་གྱིས་སྐྱེས། བྱིད་ཀྱི་བཀའ་ལ་ཉན་ཏེ་དམ་པའི་བྲག་ཉིད་ཀྱི་བདེ་བའི་ནང་ལ་གནས་ཏེ་འཚོ་བ་དེ་གནང་བར་ཤོག། རེད་རྣམས་མི་མང་བོ་ཡོད་ཀྱང་མྱ་གེ་གའི་ནང་དུ་ལུས་གཅིག་སེམས་གཅིག་གིས་ལན་ཚུན་ཡན་ལག་ཏུ་སྐྱེར་བར་མཛོད། ཨ་མེན།

२४.८ **प्रार्थना:** हे प्रभु, तपाईंको मण्डली चट्टानमा स्थापित छ, र तपाईंको रगतद्वारा छुटकारा पाएको छ। हामी तपाईंको वचनको आज्ञाकारिता र पवित्र आत्माको सान्त्वनामा जिउँन सकौं। हामीलाई ख्रीष्टमा एउटै शरीर बन्न र व्यक्तिगत रूपमा एक अर्काको सदस्यहरू बनाउनुहोस्। आमेन।

# སྐྱོབ་ཚབ་ཉེར་ལྔ་པ། དགོན་མཚོག་ལ་བསྐྱེན་བཀུར་བྱེད་པའི་སྐོར།

## पाठ पच्चीसः आराधना

25.1 **ཙུ་བ།** གཙོ་བོ་དགོན་མཚོག་ལ་བསྐྱེན་བཀུར་བྱེད་པ་དང་ཁོང་ལོ་ནར་ཞབས་སྟེ་བྱེད། (ལུ་གླ 4:8)

२५.१ **पदः** तैले परमप्रभु, आफ्ना परमेश्वरलाई दण्डवत् गर्नु, र उहाँको मात्र सेवा गर्नु। (लूका ४:८)

25.2 **ངོ་སྤྲོད།** དགོན་མཚོག་གི་ཚོས་ཚོགས་ལ་དམིགས་ཡུལ་གསུམ་ཡོད་དེ། དགོན་མཚོག་ལ་བསྐྱེན་བཀུར་བྱེད་པ་དང་གཅིག་དང་ལྡན་ཉམས་ཀྱི་དམ་པ་གོང་དུ་སྟེལ་བ་དང་གཉིས། མི་གཞན་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་པ་དང་གསུམ་ཡིན་པ་སྐྱོབ་ཚབ་སྐྱོན་མར་བསྐྱབས་ཟེལ། སྐྱོབ་ཚབ་འདིར་དགོན་མཚོག་ལ་བསྐྱེན་བཀུར་བྱེད་པའི་སྐོར་བཞོ་སྟེང་བྱེད་རྒྱ་ཡིན།

२५.२ **परिचयः** अघिल्लो पाठमा हामीले सिकेका थियौं कि मण्डलीको तीनवटा उद्देश्यहरू हुन्छन्: परमेश्वरको आराधना गर्ने, विश्वासीहरूलाई पवित्रतामा बढ्न मद्दत गर्ने, र अरुको सेवा गर्ने। यस पाठमा हामी आराधनाको बारेमा छलफल गर्नेछौं।

25.3 **འགྲེལ་པ།** ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་དང་བོ་ནི་དགོན་མཚོག་ལ་བསྐྱེན་བཀུར་བྱེད་པ་དེ་ཡིན། དགོན་མཚོག་ལ་བསྐྱེན་བཀུར་བྱེད་པ་ནི་ཁོང་ལ་བསྟོན་པར་བྱེད་པའམ་གཟི་བརྗིད་དང་ལྡན་པར་བྱེད་པའོ། དགོན་མཚོག་ལ་གཟི་བརྗིད་དང་ལྡན་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་རྒྱེན་གསུམ་ཡོད་དེ། 1) རྒྱགས་རྗེའི་རང་ནས་ཁོང་གིས་ང་ཚོ་ཡོད་པར་གནས་ཤིང་། མི་ཚོ་དང་། གཟུགས་པོའི་བདེ་ཐང་། ཟས། ཡོད་དོ་ཅོག་གནང་བྱུང་། 2) རང་གི་གཟི་བརྗིད་འཕེལ་བའི་སྤྱིར་དགོན་མཚོག་གིས་འཛིག་རྟེན་འདི་དང་དེར་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་གསར་དུ་བཀོད་པར་མཛད། 3) མི་རྣམས་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་གི་གཟི་བརྗིད་མཐོང་ནས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་དུ་འགྱུར་བར་འདོད། འོན་ཀྱང་ང་ཚོས་དགོན་མཚོག་ལ་ཅི་ལྟར་གཟི་བརྗིད་དང་ལྡན་པར་བྱེད། ཐབས་ལམ་འདྲ་མིན་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་ཁོང་གི་འཕྲིན་བཟང་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ་དང་། རང་བསྟོན་འཚོལ་བ་ལས་དགོན་མཚོག་གི་བསྟོན་པ་འཚོལ་བ། ཁོང་གི་དགོངས་པ་བསྐྱབས་ནས་ཚོག་ཤེས་བྱེད་པ། སྐྱེམས་རྒྱུང་གི་རང་ནས་རང་གི་སྤྲིག་ཉེས་ཁས་ལེན་བྱེད་པ། ཁོང་གི་དོན་ལ་དམ་པའི་རྒྱགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྦྱེད་པ། དམ་པ་བྱེད་པ། ཁོང་གི་བཀའ་ལ་ཉན་ཏེ་མི་ཚོ་སྦྱེལ་བ། ཁོང་གི་འཕྲིན་བཟང་སྦྱོག་པ། ཁོང་གི་དོན་ལ་སྦྱོག་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོད་པའི་སྐོར་ནས་ང་ཚོས་དགོན་མཚོག་ལ་གཟི་བརྗིད་དང་ལྡན་པར་བྱེད།

२५.३ **व्याख्या:** मण्डलीको पहिलो उद्देश्य परमेश्वरको आराधना गर्नु हो। परमेश्वरको आराधना गर्नु भनेको उहाँको प्रशंसा वा महिमा गर्नु हो। हामी परमेश्वरको महिमा गर्छौं किनभने: क) उहाँको स्वतन्त्र अनुग्रहबाट उहाँले हामीलाई हाम्रो अस्तित्व, जीवन, स्वास्थ्य, भोजन र सबै थोक दिनुहुन्छ; ख) परमेश्वरले यो संसार र यसमा भएका सबै थोक आफ्नो महिमाको लागि बनाउनुभएको हो; ग) जब मानिसहरूले परमेश्वरको महिमा देख्छन्, तब तिनीहरूले प्रभु येशूमा विश्वास गर्न खोज्छन्। त्यसोभए, हामीले कसरी परमेश्वरको महिमा गर्छौं? त्यहाँ धेरै तरिकाहरू छन्। हामी उहाँको सुसमाचारमा विश्वास गरेर, आफ्नो भन्दा पहिला उहाँको महिमा खोजेर, उहाँको इच्छा पूरा गर्दा सन्तुष्ट भएर, नम्र भई आफ्ना पापहरू स्वीकार गरेर, उहाँको निम्ति फल फलाएर, पवित्र भएर, उहाँका आज्ञाहरू पालन गरेर, उहाँको सुसमाचारको घोषणा गरेर, र उहाँको निम्ति दुःख भोगेर हामी परमेश्वरको महिमा गर्छौं।

25.4 देवःकुससःग्रेसःसिःदसदसःग्रेःमदुवःदुःददःचुमःदुःदगोवःसकेगःवःवःस्त्रेवःवःगुरःददःवःस्त्रेदःवःग्रेदः  
दगोसा। सिःसिगसःसिःदुःवदिःददःवुवःकुससःवःदगोवःसकेगःवःवःस्त्रेवःवःगुरःग्रेदःवःवःसःसदःवोःयेदः  
गुरदः। केसःकेगसःवदेवःवःकुससःग्रेसःदसःवदिःगसुदःदवःवःसःदुदःवदिःकुःदेवःभुरःदगोवःसकेगः  
वःवःस्त्रेवःवःगुरःग्रेदः। कुःदेवःदेवि। 1) ददःवुवःकुससःग्रेसःदेसःदकेससःददःगोःसिःवःदुवःवदिःस्त्रेवःसः  
दगोवःसकेगःवःवःस्त्रेवःवःगुरःग्रेदः। (गोःसिःसुःवःददःवोः 14:40) 2) दगोवःसकेगःवःवःस्त्रेदःवःगुरःग्रेदः।  
(जेःसेःसुःवः 5:19 ददः। गोःयेःसुःवः 3:16) 3) दगोवःसकेगःविःदसःवदिःगसुदःदवःग्रेवः। (सिःसोः  
वेःददःवोः 4:13) 4) दगोवःसकेगःवःस्त्रेवःवःसःददेवसा। (सिःसोःवेःददःवोः 2:1-2) 5) देवःवःवःवः  
विःकेसःवःस्त्रेवःवःदुवः। (सिःसोःवेःगदिसःवः 4:2) 6) केसःग्रेःकेगःगदिसःद्रेःसुसःगसोवःददःगउँःवोदिः  
दवःदेवःग्रेःवःवःवःवःगुरःभुरःसुदः। कुःदेवःदुगःवोःदेकेःस्त्रेवःवःगुरःवःवःददःवुवःकुससःवेःदगोवः  
सकेगःददःवेदःविःवःगःदयेःस्त्रेवःवःयेगसःवोःवःवेसःसःवःददः। गउँःवोःयेःसुःददःददेवःवःवःवःवोःददः  
वुवःवः। दसःवःसुःदगुरःवः। दकेदिःसिःकेःवःस्त्रेवःवःगःवःकेःवेसःवेःदगोवःसकेगःवःवःस्त्रेवःवःगुरःग्रेदः  
वःदेवेवः। देदिःसुदेवःयेःसुःवःकुससःग्रेसःगउँःदरेःकेसःकेगसःसुःवेःवःवःवःवेवःग्रेसः। देवःभुरः  
स्त्रेवःकेदःवःददःदगोवःसकेगःवःवःस्त्रेवःवःगुरःग्रेदःदगोसा।

२५.४ सार्वजनिक र निजी दुवै ठाउँहरूमा हामीले परमेश्वरको आराधना र महिमा गर्नुपर्छ। विभिन्न राष्ट्रहरूका विश्वासीहरूले विभिन्न तरिकामा परमेश्वरको आराधना गरे तापनि साँचो मण्डलीहरूले बाइबलीय सिद्धान्तहरू अनुसार परमेश्वरको आराधना गर्छन्। सिद्धान्तहरू यसप्रकार छन्: १) विश्वासीहरूले शिष्टतापूर्वक र सुव्यवस्थित ढङ्गले परमेश्वरलाई आराधना गर्छन् (१ कोरिन्थी १४:४०); २) तिनीहरूले परमेश्वरलाई प्रशंसा गर्छन् (एफिसी ५:१९; कलस्सी ३:१६); ३) तिनीहरूले

बाइबल पढ्छन् (१ तिमोथी ४:१३); ४) त्यहाँ प्रार्थना छ (१ तिमोथी २:१-२); ५) तिनीहरूले वचन सुन्छन्। (२ तिमोथी ४:२); ६) बप्तिस्मा र प्रभु भोज दुईवटा संस्कारको सधैं प्रयोग हुन्छ। जहाँ यी कुराहरू व्यवहारमा लागू हुन्छन्, विश्वासीहरूले परमेश्वर र उहाँको वचनको बारेमा सिक्नेछन्, अनि प्रभु येशूसँग घनिष्ठ सम्बन्ध राख्नेछन् र पवित्र बन्नेछन्। हाम्रो जीवनको सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण काम भनेको परमेश्वरको आराधना गर्नु हो। यसकारण, ख्रीष्टियनहरूले आइतवार मण्डलीमा मात्र नभई हरेक दिन आफ्नो घरमा पनि परमेश्वरको आराधना गर्छन्।

25.5 दगोवःसकेसःगीःवगःसिखसःवसुदेःवदःवसःवविःवःवेःदवःगसोःवदेःठेवःखेःवुवःठेःदसःवदः सुदसःशेगःउेसःवःदेःयेव। देवःदेवःशसःदुःवगोदःवदेःसुवसःसुःदगोवःसकेसःगीःशेःवदुवःवः देदःखेगसःवसःवःग्रेःठेवःखेःवुवःग्रेःसःवसुवस। देदेःसुदेःठेवःवदुवःवःवःदकेसःवदःखेःददःवउसः वदःसुवःग्रेःवसःगःदसःसुवेःसुवेःसोवसःववगःसुदेःददःसुवःगःववःकुसःददःदसुवःवसःदगोवःसकेसःवः वसुवेःवगुःवःग्रेःवः। वेदःगीःदसःवदेःगसुदःवदःवःठेवःवेदः। वेदःवःवसुवेःददुदसःदसुवःवःददः सुवेःवसःददेवस। गउेगःगीःगउेगःवःगःववःकुसःसुःवसःवउदःवेःग्रेःवदःसुवः। गउेःवेःयेः सुःदकेवःवसःसुवःगसोवःवेःगुःवःवःवसःवउदःदगोवःसकेसःगीःदवःगसोःवदेःठेवःखेःवेःगउेःठेवः येव। दवःगसोःवदेःठेवःखेःदगोवःसकेसःगीःदकेःवःगवदःवदेःग्रेःसुवसःशेगःयेव। ठेवःखेःदेदः वसःगःखेःग्रेःवदेःवेःवदःवःदवेःवःवदेःसुदेःदकेसःवसःगःखेःग्रेःवदःवदः। दगोःवःखेःगसोवःवः देयेव। ठेवःगववःवःदगोवःसकेसःवःवसुवेःवगुःवःग्रेःवदःवदः। वेदःगीःवगःसुवेःवदसःठेवःवः देयेवसःसो। देःसुवःगुवःवःयेःसुःसुःवेःगदेःवेःवःसुवेःवेदःयेदसःसुःखेःगसःवदःगुःवःवसःखेःगववः कुसःवःवेःगसःवसःग्रेःवःववःदुःदसुवः। देवेःसुवेःकेवःखेःसःखेःवदःवेवःगउेःवेःयेव।

२५.५ परमेश्वरको दस आज्ञाहरू मध्ये चौथो भनेको विश्रामको दिनलाई सम्झनु र यसलाई पवित्र राख्नु हो। सृष्टिमा, परमेश्वरले सातौं दिनलाई आशिष दिनुभयो र यसलाई विशेष दिन बनाउनुभयो। त्यसैले विश्रामको दिनमा विश्वासीहरू र तिनीहरूका परिवारहरूले आफ्नो दैनिक काम वा अध्ययनलाई अलग राख्छन् र अरु विश्वासीहरूसँग परमेश्वरको आराधना गर्न, उहाँको वचन सुन्न, गाउन, प्रार्थना गर्न र एकअर्कालाई असल काम गर्न उत्साह दिन भेला हुन्छन्। प्रभु येशूको पुनरुत्थानदेखि नै परमेश्वरको विश्रामको दिन आइतबार हो। परमेश्वरको विश्रामको दिन परमेश्वरले हामीलाई दिनुभएको आशिष हो। हामीले मुक्ति पाउनको लागि योग्यता वा काम गर्दैनौं भनेर देखाउनको लागि यसलाई मान्छौं। अरु दिनहरूमा पनि परमेश्वरको आराधना गर्न र वचन पढ्न वा सुन्नलाई समय निकाल्नु हाम्रो हुन्छ। यसले हामीलाई ख्रीष्टमा परिपक्व हुन र अरुको सेवा गर्न मद्दत गर्नेछ, जुन हाम्रो अर्को पाठको मुख्य विषय हो।



25.6 **ནང་དོན་གཙོ་བོ།** ང་ཚོས་དཀོན་མཆོག་ལ་བསྐྱེན་བཀུར་བྱེད་ཅིང་། ཁོང་གི་ངལ་གསོ་བའི་ཉེན་མོ་  
སྤང་།

२५.६ **मुख्य कुरा:** हामी परमेश्वरलाई आराधना गर्छौं र विश्रामको दिन पालन गर्छौं।

25.7 **སྐྱོ་འཛིན་བྱེད་མུ།** དཀོན་མཆོག་ལེ་སྲུགས་ཉིད་ཡིན་པས། ཁོང་ལ་བསྐྱེན་བཀུར་བྱེད་མཁུ་རྒྱལ་ས་  
ཀྱིས་དམ་པའི་སྲུགས་ཉིད་དང་བདེན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱོ་ནས་བསྐྱེན་བཀུར་བྱེད་དགོས། (ཡེ་ཉ་ནན་ 4:24)

२५.७ **कण्ठ गर्ने पद:** परमेश्वर आत्मा हुनुहुन्छ, र उहाँका आराधकहरूले आत्मा र सत्यतामा  
आराधना गर्नुपर्छ। (यूहन्ना ४:२४)

### 25.8 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། ང་ཚོས་དཀོན་མཆོག་གི་གཟི་བརྗིད་ལྟར་སྐྱོན་ནམ། ལན། ཁོང་ལ་བརྟེ་ཞིང་ཁོང་གི་  
དགོངས་པ་སྐྱབ་པའི་སྐྱོ་ནས་ང་ཚོས་དཀོན་མཆོག་གི་གཟི་བརྗིད་སྐྱོན།

2. དྲི་བ། དཀོན་མཆོག་གི་ངལ་གསོ་བའི་ཉེན་མོ་ང་ཚོས་ཅི་བྱེད་དགོས་སམ། ལན། དང་ལྷན་གཞན་  
རྒྱལ་ས་དང་མཉམ་དུ་འགྲོགས་ཏེ་དཀོན་མཆོག་ལ་བསྐྱེན་བཀུར་བྱེད་དགོས།

### २५.८ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: हामी कसरी परमेश्वरको महिमा गर्न सक्छौं? उ: उहाँलाई प्रेम गरेर र उहाँको आज्ञा पालन  
गरेर हामी परमेश्वरको महिमा गर्छौं।

२. प्र: परमेश्वरको विश्रामको दिनमा हामीले के गर्नुपर्छ? उ: हामीले अरु विश्वासीहरूसँगको  
संगतिमा परमेश्वरको आराधना गर्नुपर्छ।

25.9 **སྐྱོན་ལམ་འདེབས་མུ།** གཙོ་བོ་དཀོན་མཆོག་ལགས། ཁྱེད་ལ་བསྐྱེན་བཀུར་བྱེད་དུས་ཁྱེད་ཀྱི་བཀའ་  
ཡི་བདེན་པ་དང་། ཁྱེད་ཀྱི་དམ་པའི་སྲུགས་ཉིད་ཀྱི་ལུ་ངོ་མཛད་པ་ལ་རྟེན་དུ་འཇུག་པར་ཤོག། ཁྱེད་ལ་  
བཀུར་སྐྱོད་དང་། གཟི་བརྗིད། ཤེས་རབ། སྲུགས་རྗེ། དཔལ་ཡོན། མངའ་དབང་། མཐུ་སྐྱོབས།  
རི་སྐྱོད་བསྐྱེད་པ་བཟུའི་བར་དུ་བརྟན། ཨ་མེན།

२५.९ **प्रार्थना:** हे प्रभु परमेश्वर, जसै हामीले तपाईंको आराधना गर्दा तपाईंको वचनको सत्यता  
र तपाईंको आत्माको मध्यस्थतामा भर पर्न मद्दत गर्नुहोस्। तपाईंलाई आशिष, महिमा, बुद्धि,  
धन्यवाद, सम्मान, शक्ति र बल, सदासर्वदा रहिरहोस्। आमेन।

# स्त्रोवःकवःभेदःदुगःव। योःसुःसुःसिःगदिःबेगःवसःस्त्रिदःवेदःयेदःसःसुःहेःगसः वमःदसुदःवःदद। सिःगवकःवःरेगसःवमःबुदःवदिःस्त्रोवः

## पाठ छब्बीसः ख्रीष्टमा परिपक्व हुने र अरुको सेवा गर्ने

26.1 **कुःव।** देवसःव। भिदःकेसःगर्जेःवेःसुःसिःगयेःसुःददःयेवःगुसःवसःसुःसिःगवःसुःमिःकेःस्त्रोवःद्रे।  
वेदःसिःवदःवःकुःवःवःकुःगसःसिःद। सुःसिःगयेःवःदःदःगवेदःबेगःकेःगःस्त्रेःभेदःसुःदःवःसुःवसःवःसुःद  
ददःवःवःवःदःवःगवसः। वगदःद्विःकेःवेःवदिःसोमसःदेःवसःमदःदुःदःवेः। (गोःवेःसुःवः 2:6-7)

२६.१ **पदः** यसकारण जसरी ख्रीष्टलाई तिमीहरुले ग्रहण गर्नु, त्यसरी नै उहाँमा जीवन बिताओ।  
धन्यवाद दिनमा प्रशस्त हुँदै, तिमीहरुलाई शिक्षा दिएबमोजिम उहाँमा जरा गाडिएका र निर्माण  
भएका र विश्वासमा दहिला भएका होओ (कलस्सी २:६-७)

26.2 **देःस्त्रोवः।** दगोःवःमकेःगःसिःकेःसःकेःगसःवःदःसिःगसःसुःवःगःसुःमःयेदःदे। दगोःवःमकेःगःवःवःस्त्रोवः  
वगुदःबुदःवःददःगउेग ददःसुःवःकुःमसःग्रेःदमःवःगोदःदुःस्त्रोवःवःददःगउेसः। सिःगवकःवःरेगसः  
वमःबुदःवःददःगःसुःमःवउसःयेव। स्त्रोवःकवःभेदःददःददःसुःवःकुःमसःग्रेःदमःवःगोदःदुःस्त्रोवःवःददः। सिः  
गवकःवःरेगसःबुदःवदिःस्त्रोवःवग्रेःस्त्रोवःबुदःसुःयेव।

२६.२ **परिचयः** परमेश्वरको मण्डलीको तीन उद्देश्यहरु रहेको हुन्छः परमेश्वरको आराधना  
गर्ने, विश्वासीहरुलाई पवित्रतामा बढ्न मद्दत गर्ने, र अरुको सेवा गर्ने। यस पाठमा हामी  
विश्वासीहरुलाई पवित्रतामा बढ्न, र अरुको सेवा गर्नमा मद्दत गर्ने कुराहरुमा छलफल गर्नेछौं।

26.3 **दःवेःवःवः।** केसःकेःगसःग्रेःदःसिःगसःसुःवःददःवेःकेःदगोःवःमकेःगःवःवःस्त्रोवःवगुदःबुदःवःदेःयेव।  
केसःकेःगसःग्रेःदःसिःगसःसुःवःगःउेसःवःकेःददःसुःवःकुःमसःग्रेःदमःवःगोदःदुःस्त्रोवःवःदेःयेव। ददःसुःवः  
गवकःकुःमसःवःगःद्रेदःयेवःबुदःवदिःस्त्रोवःवसःदमःवःसुःदसुःमः। दवेःवःकेसःकेःगसःग्रेःदःवेःदःवेःवः  
कुःमसःग्रेःसःदःकेःवःकेसःवःसुःवःवःददः। गउेःवेदःदुःवःहेवःग्रेःवेःवःवःगःवेःवः। दमःवःसुःदसुःमः  
वमःसुःवःवदिःस्त्रोवःवसःदःकेःवःस्त्रोवः। दःकेःयेःसुःसुःसिःगदिःबेगःवसःस्त्रिदःवेदःयेदःसःसुःहेःगसःवमःदसुःद  
वःददः। वसःवःवेदःवेःगुवःबुदःसुवःवदिःसुःमःवेःकेसःदेःकुःमसःवःगवदःवदिःस्त्रोवःस्त्रोवःस्त्रोवःवःददः।  
वसुवःवः। वमःस्त्रोवःवउसःददःयेवःबुदः। दगोःवःमकेःगःसिःकेःसःकेःगसःवःगवदःयेदःवःदे। सुगसः  
हे। स्त्रिदःहे। सुःवेःमः। सुमसःवः। वेदःसिःवगदिःवदेवःवःवःवेःगसःवःसिःगवकःददःवग्रेःवःवेदः

सुगःपदिरःस्रिःकसाःसिगःदयेःस्रिःकदगोसा | देःस्रुःदःकेःगतिगःददःगतिगःस्रुःदुःदश्रोसःविदः | केसाः  
केसाःस्यदःदगःपदःगतिगःदुःदश्रुः

२६.३ **व्याख्या:** मण्डलीको पहिलो उद्देश्य भनेको परमेश्वरको आराधना गर्नु हो। मण्डलीको दोस्रो उद्देश्य विश्वासीहरूलाई पवित्रतामा बढ्न मद्दत गर्नु हो। अरु विश्वासीहरूलाई दिएर र पाएर हामी पवित्र बन्छौं। मण्डलीका अगुवाहरूले हामीलाई प्रचार गरी, प्रभु भोज दिई र पवित्रतामा बढ्नको लागि हामीलाई उत्साह दिन्छन्। हामीले उत्साह, आदेश र निर्देशन पाउँछौं जुन उनीहरूले हामीलाई दिन्छन्, ताकि हामी ख्रीष्टमा परिपक्व हुन सकौं र असल कामहरू गर्न योग्य हुन सकौं। परमेश्वरले हामीलाई जे दिनुभएको छ त्यसलाई बाँडि हामीले अरुका अघि उदाहरण बन्नुपर्छः क्षमा, दया, सम्पत्ति, प्रेम, उहाँको वचनबाट सत्य, आदि। यसरी, हामी एक अर्कासँग सङ्गति राखौं र मण्डली पूर्ण रूपमा एक हुन्छ।

26.4 केसाःकेसाःग्रेःदसिगसाःस्युःसःसुसुमःपःविःसिःगःकःसःसैगसाःसमःसुदःपःदेःसिःक | (देःविःदःदःस्रुःकः  
कसाःग्रेःस्यगःसैकःसुःपःददःसिःक | स्रिःवःकःकःसुःसुसुमःपदःसगिगसाः) सिःगःकःसःसैगसाःसमःसुदः  
पदिरःसुिःदगोःकःसकेःसगिगसाःदःकेःसःगःकःसुिःकःसिःसुःदःपःगःकःदः | स्रुःकःवःपैःस्रुःसःसुदःकेःदःसःकसाःसिःसैः  
सैःसःदःगोःकःसकेःसःसगःकःसुिःकःविःगःसैवःसैवःसःसः | दगोःकःसकेःसगिःसुगसाःहेःस्रुःकेसाःग्रेःसगिःसैः  
पःसःसःसःसःसुःदःसैःसःगतिगःसिगःसगतिगःसःसैगसाःसुदःसैःसःसुिःसः | सुदःपःस्रुःकःपः | सिःगःकःसः  
सैगसाःसुदःपः | केसाःस्रुःकःपः | सिःगःकःसःस्रुःसुःससःसुिःसःसः | दसुःसःसैःकसाःसःसुिःकःपःसगिःसैः  
सर्गोःसर्दःकःपः | सःसःसःसुदःपःसःसैःसःसुदःसैःदगोःकःसकेःसगिःगःकःसुिःकःसुःसैःसःसुदःसैःसुःदः  
गःकःसःसैगसाःसुदःपदिरःसःसःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैः  
कसाःसःसःसुदःपःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैः  
समःसुदःपः | सैःदःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैः  
सुदःपः | सुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैः  
सुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैः  
सुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैः  
सुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैः  
सुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैः  
सुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैः  
सुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैः  
सुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैः  
सुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैः  
सुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैःसुदःसैः

२६.४ मण्डलीको तेस्रो उद्देश्य (२ विश्वासीहरूको पाँचौं अभ्यास; पाठ १३ हेर्नुहोस) अरुको सेवा गर्नु हो। परमेश्वरले हामी प्रत्येकलाई केही आत्मिक वरदानहरू दिनुहुन्छ ताकि हामी यो गर्न सक्षम हुनेछौं। प्रेरित पत्रसले लेखे, “जसरी प्रत्येकले वरदान पाएको छ, यसलाई एकअर्काको

सेवा गर्न प्रयोग गर्नुहोस्।” त्यहाँ धेरै आत्मिक वरदानहरू छन्, जसमा भविष्यवाणी, सेवा गर्ने, सिकाउने, अरुलाई प्रोत्साहन दिने, दिनु, अगुवापन गर्ने, कृपाका काम गर्ने र अरुहरू पनि समावेश छन्। हामीले अरुको सेवा गर्न सक्ने धेरै तरिकाहरू पनि छन्। हामी तिनीहरूको लागि प्रार्थना गर्न सक्छौं। हामी बिरामी भएका व्यक्तिहरूलाई भेट्न सक्छौं। हामी परदेशीहरूलाई स्वागत गर्न सक्छौं। हामीले गरिबलाई सहयोग गर्न सक्छौं। हामी निरुत्साहित भएकाहरूलाई प्रोत्साहन दिन सक्छौं। हामी अविश्वासीहरूलाई प्रभु येशूको बारेमा बताउन सक्छौं, भोकाहरूलाई खुवाउन सक्छौं, अभाव भएकाहरूलाई लुगा दिन सक्छौं, र अरुलाई परमेश्वरको सत्यता बुझाउन सक्छौं। परमेश्वरका वरदानहरूबाट आउने असल कामहरू गर्नु भनेको हाम्रो मुक्तिको प्रमाण हो, हाम्रो ख्रीष्टियान जीवनमा वृद्धिको माध्यम, र अरुलाई आशिष् दिने तरिका हुन। यस्ता सबै राम्रा कामहरूले परमेश्वरको महिमा गर्छन्।

26.5 मीःकृमसाःयःरेगसाःरमःशुदेःपदेःयमःगःभवःवेःश्रीवःपःगःरुदेःवःदेःयीव। गःउतेःवेःयेःसुःयःददःपः  
शुदेःपदेःश्रीवःयःदःकेदेःवदःकसाःमीःमदःवेःविगःशुःवेःरःयःकःगसाःमःभवःयीव। दःकेसाःदःसुःयःउतेःसुवःश्रीसाः  
वःसगसा। देवःगुदःगःउतेःवेःयेःसुःयःददःपःशुसाःपदेःरेसाःसुःदःगोवःमःकेगःगीसाःवेदःददःशुःवेःरःगःरीसाः  
गःदेःगःयीगःशुदेःमीःश्रीदःपदःदेदःकृमसाःयःमःदेवःपदःमःददः। देदेःशुःश्रीवःवेःदःगोवःमःकेगःगीसाःदःकेदःयदः  
पःसःमसाःउदःवःगोदःपदःमःददः। वेदःगीसाःदेदःकृमसाःयःगःरुदःपदेःशुःवेःरःश्रीःगःरीसाःपःवेःवःयीव। येः  
सुःयःयेमःयःयदःपदेःकेसाःकेगसाःयःददःशुवःकृमसाःश्रीःवदःकसाःदःसुःयःवेःगःउतेगःगुदःमेदः। श्रुःमःकेवः  
वेःसाःवेदःदमःभवःपःयदःपदेःमीःसःमसाःउदःश्रीसाःदेःकेःवःउतेदसाःकसाःदःसुःयःवेदःपःददः। ददःशुवःगःभवः  
यःभवःपदेःश्रीःशुःकेवःकृमसाःश्रीःभवसाःश्रीःदुदःदुःवःभवः। देवसाःवेदःकेसाःमीःदेःदेःयःदःगोसाःपःवःवेवः  
दुःवःगोःवःपदःवःशुवः। गःउतेःवेःयेःसुसाःरदःयःमेदःगुदःउतेःयदःपःसःमसाःउदःसुयःपदेःसुगसाःमेःदःसुयः  
वेःवःश्रीदःपदःमःददः। श्रुःकेवःपदःसुःसुसाःकेसाःदःसुयःवेदसाःयीवःयदःगःरुदःवेदःकेवःवेःशुसाःपदेःकेसाः  
केगसाःयःवःश्रीदः। दःगःउतेःश्रीःश्रीवःपःगःरुदःमःभवःयःदःगोवःमःकेगःसुगसाःमःरीसा। गःउतेःवेःयेःसुसाःमीः  
गःभवःयःश्रीवःददःश्रीदःयःगःभवःपदःदःशुःरः। वेःगदःयसाःमदः। मःकेवःकसाःशुगसाःपदःश्रीदःश्रीःसुःवः  
यःगःरुदःवेदःश्रीसाःशुगःपदःदःशुः। श्रुदःगदःगीसाःददःयःपःदेःददःगीसाःश्रीदःयःयदःददःयःपदःदःशुःरः  
वेसाःगःसुदसा। श्रुःकेवःपदःसुःसुसाःसाःवेवःशुदःदुदःदेवसाःमःभवःयःवेःदःगःशुदःदुदःसुदः। साःवेवःमदः  
वेःददःवसाःमःभवःयःवेःदःगःमदःवेःदःसुदःवेसाःगःसुदसाःसे। ।

२६.५ हामीले सेवा गर्ने अर्को तरिका भनेको दिनु हो। हामी विश्वासीहरू हुनु अघि, हामी मध्ये धेरैजना धन को प्रेमी थियौं। हामीले सकेसम्म सबै प्राप्त गर्ने प्रयास गर्थ्यौं। तर जब हामीले प्रभु येशूमा विश्वास गर्थ्यौं, परमेश्वरले हामीलाई देखाउनुभयो कि हामी परमेश्वर र धन दुवैको सेवा

गर्न सक्दैनौं। यसको कारण यो हो कि परमेश्वरले हाम्रो अधिकारमा भएका सबै थोक सृष्टि गर्नुभयो। उहाँले हामीलाई सुम्पनुभएको कुराका हामी केवल भण्डारी हौं। यरूशलेमको प्राचीन मण्डलीमा विश्वासीहरूमध्ये कोही पनि गरिब थिएनन्, किनकि जमिन वा घरहरूका मालिकहरू सबैले तिनीहरूलाई बेच्थे र बिक्रीबाट प्राप्त आम्दानी ल्याएर प्रेरितहरूको खुट्टामा राख्थे, र तिनीहरूको आवश्यकता अनुसार प्रत्येकलाई वितरण गर्थे। प्रभु येशूले गरिब विधवाको प्रशंसा गर्नुभयो उसले आफूसँग भएका सबै चीजहरू दिएकी थिईन्। प्रेरित पावलले ती मण्डलीहरूको प्रशंसा गरे जसले गरिब भए पनि उदारतापूर्वक दिए। खुसीसाथ दिनुहुनेसँग परमेश्वर प्रसन्न हुन्छन्। जसरी प्रभु येशूले भन्नुभयो, “देऊ, र यो तिमीहरूलाई दिइनेछ। मानिसहरूले प्रशस्त परिमाणमा खाँदीखाँदी बेसरी हल्लाएर, पोखिने गरी तिमीहरूको पोल्तामा राखिदिनेछन्; किनकि जुन नापले तिमीहरू दिन्छौ, त्यही नापमा तिमीहरूले पनि फिर्ता पाउनेछौ।” वा प्रेरित पावलले भनेझैं, “जसले थोरै छर्छ त्यसले थोरै कटनी गर्नेछ, र प्रशस्त मात्रामा छर्नेले प्रशस्तै कटनी गर्नेछ।”

26.6 **बन्दिबन्दि** | ཡེ་སྤྱི་ཚེས་ལྷན་གྱི་ཉམས་ལེན་སྒྲིབ་བསྟུན་ལེན་པ་ལྟུང་བའི་དེད་ཆུང་སྤྱི་ཚེས་ལྷན་གྱི་ཉམས་ལེན་སྒྲིབ་བསྟུན་ལེན་པ།

२६.६ **मुख्य कुरा:** हाम्रो लागि परमेश्वरको इच्छा हामी ख्रीष्टमा परिपक्व बन्नु हो।

26.7 **बन्दिबन्दि** | རྒྱུ་ཚོ་སེམས་ཉིད་སྒྲིབ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ང་ཚོས་གསོལ་བ་འདེབས། (ཀོ་རེན་མུ་པ་གཉིས་པ་ 13:9)

२६.७ **कण्ठ गर्ने पद:** तिमीहरूका प्रगतिको निम्ति नै हामी प्रार्थना गर्छौं। (२ कोरिन्थी १३:९)



# ས་བཙུན་གསུམ་པ། དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་དཀོན་མཆོག་གི་སྐྱོང་།

## खण्ड तीन: पवित्र आत्मा परमेश्वर

### སྐྱོབ་ཚབ་ཉེར་བདུན་པ། དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་མཛད་པ།

### पाठ सत्ताईस: पवित्र आत्माको काम

27.1 **ཕུ་བ།** ངའི་ཡབ་ཀྱིས་ངའི་མིང་ཐོག་ནས་མངག་རྒྱ་ཡིན་ཞིང་རོགས་པ་གནང་མཁན་དཀོན་མཆོག་གི་  
དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱིས་ཁྱེད་ཚོར་དོན་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་ཅིང་ངས་བཤད་པ་ཐམས་ཅད་དྲན་སྐྱེལ་གནང་  
ཡོང། (ཡེ་ཉ་ནུ་ 14:26)

२७.१ **पद:** तर सल्लाहकार, अर्थात् पवित्र आत्मा, जसलाई पिताले मेरो नाउँमा पठाउनुहुनेछ, उहाँले तिमीहरूलाई सबै कुरा सिकाउनुहुनेछ, र मैले तिमीहरूलाई भनेका सबै कुरा तिमीहरूलाई याद दिलाउनुहुनेछ। (यूहन्ना १४:२६)

27.2 **ས་བཙུན་གསུམ་པའི་དོ་སྐྱོད།** སྐྱོབ་ཚབ་འདི་རྣམས་ཀྱི་ས་བཙུན་དང་པོར་ངེད་རྣམས་ཀྱིས་གཙོ་བོ་ཡེ་  
ཤུའི་འཕྲིན་བཟང་དང་། ས་བཙུན་གཉིས་པར་གནང་དུས་ཀྱི་ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་ལག་ལེན་ལྟ་ལ་སྐྱོབ་སྐྱོང་  
བྱས་ཟིན། ད་ས་བཙུན་གསུམ་པ་འདིར་ངེད་རྣམས་ཀྱིས་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་དཀོན་མཆོག་གི་མཛད་པ་  
དང་དེའི་འབྲས་བུ་གསལ་བཤད་བྱེད་རྒྱ་ཡིན།

२७.२ **खण्ड तीनको परिचय:** यी पाठहरूको पहिलो खण्डमा हामीले प्रभु येशूको सुसमाचारको बारेमा हेर्यौं। दोस्रो खण्डमा, हामीले प्राचीन मण्डलीमा ख्रिष्टियनहरूको पाँच अभ्यासहरूबारे छलफल गर्यौं। अब यो तेस्रो खण्डमा हामी परमेश्वरको पवित्र आत्माको काम र फलको बारेमा सिक्नेछौं।

27.3 **འགྲེལ་པ།** གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་ལྷགས་པ་ནི་རང་འདོད་པ་བཞིན་དུ་རྒྱག་པ་དང་དེའི་སྐྱོབ་ཀྱིས་ཐོས་  
ཀྱང་། དེ་ག་ནས་བྱུང་དང་གང་དུ་འགྲོ་མི་ཤེས། དཀོན་མཆོག་གི་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ནས་སྐྱེས་པ་ཐམས་  
ཅད་ནི་དེ་བཞིན་ཡིན་ཞེས་གསུངས། ང་ཚོས་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་དཀོན་མཆོག་མཐོང་མི་བྱུང་ཀྱང་། ཁོང་  
གིས་ངེད་རྣམས་ལ་མཛད་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་སྐྱོབ་ཚབ་ལ་བཞུགས་པར་ཤེས་བྱུང། 1) དམ་  
པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱིས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་རུས་པ་གནང། དད་པ་བྱས་པའི་སྐྱོབ་ལ་ང་ཚོ་ཐམས་  
ཅད་ནི་རང་ཉིད་ལ་རོགས་པ་བྱེད་མི་སྲིད་པའི་འཚིབ་དང་འདྲ་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་དཀོན་

མཚོག་གིས་དང་པའི་གནང་སྒྲིབ་དེ་རྣམས་ལ་གནང་བས་ཡེ་བྱུང་གི་ཀའི་ཐོག་ནས་གསོན་པོར་འགྱུར།  
 དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱིས་ངའི་སེམས་དང་འགོགས་ཏེ་དེ་རྣམས་དཀོན་མཚོག་གི་སྐྱེས་དང་སྐྱེས་མོ་ཡིན་  
 པར་བདེན་དཔང་མཛད་པའི་རྒྱུ་གྱིས་དེ་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཤེས། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུང་ལ་དང་པ་བྱེད་པ་ནི་དམ་  
 པའི་ཐུགས་ཉིད་ངའི་སེམས་ལ་བཞུགས་པའི་དཔང་རྟགས་ཞིག་ཡིན། 2) དེ་དང་འདྲ་བར་དམ་པའི་  
 ཐུགས་ཉིད་ཀྱིས་ངའི་སྐྱེས་ཉེས་ཀྱི་སྒྲོལ་གསལ་པོར་སྒྲོལ་པར་མཛད། གལ་ཏེ་ངའི་སྐྱེས་ཉེས་ལྟར་དཀོན་  
 མཚོག་ལ་སྐྱེས་ཉེས་ཁས་སྐྱེས་ན། དེ་འདྲ་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ངའི་སེམས་ལ་བཞུགས་པའི་དཔང་རྟགས་ཡིན།  
 3) དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེས་ཉེས་ལ་སྐྱེས་ཉེས་ལྟར་དམ་པར་འཚོལ་བར་དེ་རྣམས་ལ་སྒྲོབ་སྒྲོབ་མཛད།  
 ཁོང་གིས་དཀོན་མཚོག་གང་ཞིག་ཐུགས་མཉེས་པའི་སྐྱོར་སྐྱོར་གཅིག་ཏུ་སེམས་པར་འཇུག་ཅིང་། དཀོན་  
 མཚོག་གི་བྲིམས་ལ་དགའ་བར་བྱེད་པར་སྐྱུར། 4) དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་དཀོན་མཚོག་གིས་ངའི་གསོད་  
 འདོད་པའི་དགའ་བོ་གསུམ་སྟེ། འཛིག་རྟེན་འདི་དང་། སྐྱེས་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤིས། བདུད་བཅས་ལ་ཚོལ་  
 བར་མཛད། 5) དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱིས་ངའི་དོན་ལ་ལུ་ངོ་མཛད་པས་ངའི་སྐྱོན་ལམ་འདེབས་པའི་  
 རོགས་པ་གནང། 6) དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་ཕྱག་ལས་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ནི་ངའི་དཀོན་མཚོག་གི་བདེན་  
 པ་རྟོགས་མཁན་དུ་སྐྱུར་བ་དེ་ཡིན། 7) སྐྱོབ་ཚན་སྐྱོན་མར་གསལ་བཤད་བྱས་པ་ལྟར། དེ་རྣམས་ཀྱིས་  
 མི་གཞན་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་པའི་སྤོང་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱིས་དེ་རྣམས་ལ་སྒྲིབ་པ་སྐྱོ་ཚོགས་གནང།  
 མདོར་བསྟུན་ན་གལ་ཏེ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུང་ལ་དང་པ་བྱས་ཞིང་། དཀོན་མཚོག་ལ་སྐྱེས་ཉེས་  
 ཁས་སྐྱེས་པ་དང་། སྐྱེས་ཉེས་ལ་སྐྱེས་ཉེས་དམ་པ་བཅས་ལ། སྐྱེས་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤིས་ལ་བརྟུན་  
 བ། ཉེས་ལྟར་སྐྱོན་ལམ་བཟུང་བ། དཀོན་མཚོག་གི་བཀའ་རྟོགས་པ། མི་གཞན་ལ་རོགས་རམ་བྱས་  
 བ། དེས་ཡེ་བྱུང་ལ་ཡིན་པ་མ་ཟད། དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་དཀོན་མཚོག་ངའི་སེམས་ལ་བཞུགས་པའི་  
 དཔང་རྟགས་ལེགས་པོ་ཡིན།

२७.३ **व्याख्या:** प्रभु येशूले भन्नुभयो, “हावा जहाँ मन लाग्छ चल्छ र त्यसको आवाज सुन्छौ, तर कहाँबाट आउँछ र कहाँ गइरहेको छ थाहा हुँदैन; आत्माबाट जन्मेका सबैजना त्यस्तै हुन्छ।” यद्यपि हामी परमेश्वरको पवित्र आत्मालाई देख्न सक्दैनौं, हामी जान्न सक्छौं कि उहाँले गर्नुहुने कामको माध्यमबाट उहाँ हामीमा रहनुहुन्छ। १) पवित्र आत्माले हामीलाई प्रभु येशूमा विश्वास दिनुहुन्छ। हामीले विश्वास गर्नु अघि, हामी सबै स्वभावैले मरेका मानिसहरू जस्तै थियौं, आफूलाई बचाउनको लागि केही गर्न असक्षम थियौं। तर जब परमेश्वरको पवित्र आत्माले हामीलाई विश्वासको वरदान दिनुभयो, तब हामी ख्रीष्टमा जीवित भयौं। हामी यो जान्दछौं किनभने उहाँले हामीलाई गवाही दिनुहुन्छ कि हामी परमेश्वरका सन्तान हौं। प्रभु येशूमा विश्वास गर्नु भनेको



परमेश्वरको पवित्र आत्मा हामीमा वास गर्नुहुन्छ भन्ने प्रमाण हो। २) त्यसै गरी, परमेश्वरको पवित्र आत्माले हामीलाई पापको दोषी ठहराउनुहुन्छ। यदि हामीले हरेक दिन परमेश्वरलाई हाम्रा पापहरू स्वीकार गर्छौं भने, यो प्रमाण हो कि परमेश्वरको पवित्र आत्मा हामीमा बस्दै हुनुहुन्छ। ३) परमेश्वरको पवित्र आत्माले हामीलाई पापलाई घृणा गर्न र पवित्रता खोज्न सिकाउनुहुन्छ। उहाँले हामीलाई परमेश्वरलाई खुसी पार्ने कुरामा मन लगाउन र परमेश्वरको व्यवस्थामा रमाउन प्रेरित गर्नुहुन्छ। ४) परमेश्वर पवित्र आत्माले हाम्रा तीन घातक शत्रुहरूको विरोध गर्नुहुन्छ: संसार, पापी स्वभाव र शैतान। ५) परमेश्वरको पवित्र आत्माले हामीलाई प्रार्थना गर्न मद्दत गर्नुहुन्छ, किनभने उहाँले परमेश्वरको इच्छा अनुसार हाम्रो लागि मध्यस्थता गर्नुहुन्छ। ६) परमेश्वरको पवित्र आत्माको एउटा महत्त्वपूर्ण काम हामीलाई परमेश्वरको सत्यता बुझाउनु हो। ७) परमेश्वरको पवित्र आत्माले हामीलाई अरुको सेवा गर्नको लागि वरदानहरू दिनुहुन्छ, जुन अघिल्लो पाठमा व्याख्या गरिएको थियो। त्यसैले सारांशमा, यदि हामी प्रभु येशूमा विश्वास गर्छौं, परमेश्वरमा हाम्रा पापहरू स्वीकार गर्छौं, पापलाई घृणा गर्छौं र पवित्रता खोज्छौं, हाम्रो पापी स्वभावलाई जित्न संघर्ष गर्छौं, दैनिक प्रार्थना गर्छौं, परमेश्वरको वचन बुझ्छौं, र अरुको सेवा गर्नमा हाम्रा वरदानहरू प्रयोग गर्छौं, यो धेरै राम्रो प्रमाण हो कि हामी ख्रीष्टियन हौं, र परमेश्वरको पवित्र आत्मा हामीमा बास गर्नुहुन्छ।

27.4 དོན་དེ་རྣམས་འི་དམ་པའི་སྤྱུགས་ཉིད་ཀྱི་སྤྱུག་ལས་ཀྱི་དཔང་རྟགས་གཅིག་པོ་མ་ཡིན། དཀོན་མཆོག་ཉིད་ཀྱི་རྣམས་མཐུན་སྒྲོལ་སྤྱོད་དམ་པའི་སྤྱུགས་ཉིད་ཀྱིས་དང་ལྡན་གྱི་སེམས་ལ་འབྲས་བུ་རྟག་པར་སྐྱེད་ཏུ་འཇུག་སྐྱེད་པའི་ལུས་གསུངས་པ་ལྟར་འབྲས་བུ་དེ་ལྟར་དགུ་ཡིན་ཏེ། རྣམས་སེམས་དང་། དག་འཇོམས་ལྟེན་པའི་བཞུགས་པ། དྲིན་གཞོན། སེམས་བཟང་པོ། སློབ་གཏོང་ཚོགས་པ། སེམས་དུལ་པོ། རང་ཚོ་དེ་ལྟར་པ་བཅས་ཡིན། གཙོ་བོ་ཡི་ལུ་ལ་དང་པ་བྱེད་མཁན་རེ་རེ་བྱེད་ཚོས་དེ་དགུ་ཡོད་པར་དཀོན་མཆོག་གི་དགོངས་པ་ཡིན་ཡང་། མི་ཚོ་འདིར་དེ་ཚོ་ཚམས་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་མི་ཡོང་། གལ་ཏེ་འབྲས་བུ་དེ་ལྟར་སྐྱེད་གཏོང་བར་སློབ་གཏོང་ཏུ་བསམས་ན། དེ་དུས་ཀྱིས་དམ་པའི་སྤྱུགས་ཉིད་ཀྱི་སྤྱུག་ལས་དང་མཐུན་པའི་ལས་ཀ་བྱེད། དེ་ལྟར་སློབ་ཚན་རྗེས་མ་རྣམས་ལ་རིམ་བཞིན་དུ་གསལ་བཤད་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན།

२७.४ यद्यपि, यी कुराहरू हामीमा परमेश्वरको कामको मात्र प्रमाण होइनन्। आफ्नो अनौठो शक्तिको माध्यमबाट, परमेश्वरको पवित्र आत्माले सधैं विश्वासीहरूको जीवनमा निश्चित अरु नतिजाहरू फलाउनु हुन्छ। प्रेरित पावल भन्छन् कि यो फल नौ गुणा छ: प्रेम, आनन्द, शान्ति, धैर्य, दया, भलाइ, विश्वासयोग्यता, कोमलता, आत्म-संयम। परमेश्वर प्रत्येक विश्वासीमा यी गुणहरू भएको चाहनुहुन्छ, यद्यपि यस जीवनमा हामी तिनीहरूलाई पूर्ण रूपमा पाउनेछैनौं। जब हामीले यो फलको विकास गर्न हाम्रो मन स्थापित गर्छौं, हामी परमेश्वरको आत्मासँग मिलेर काम गरिरहेका छौं। यो हाम्रो अर्को पाठमा व्याख्या गरिनेछ।

27.5 **ནང་དོན་གཅོད་པོ།** ང་ཚོ་དམ་པར་སྐྱུར་བའི་ཕྱིར་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ནི་ང་ཚོའི་སེམས་ལ་བཞུགས་ནས་ཕྱག་ལས་མཛད།

२७.५ **मुख्य कुरा:** पवित्र आत्मा परमेश्वर हामीमा रहनुहुन्छ र हामीलाई पवित्र बनाउने काम गर्नुहुन्छ।

27.6 **སློབ་འཛིན་བྱེད་སྐྱེ།** ཕྱགས་ཉིད་ཀྱིས་ང་ཚོའི་སེམས་དང་འགྲོགས་ཏེ་ངེད་ཚུམས་དགོན་མཚོག་གི་སྐྱེས་དང་སྐྱེས་མོ་ཡིན་པར་བདེན་དཔང་མཛད། (རོ་མྱ་བ་ 8:16)

२७.६ **कण्ठ गर्ने पद:** हामी परमेश्वरका सन्तान हौं भनि पवित्र आत्माले हाम्रो आत्मासँग गवाही दिनुभएको हो। (रोमी ८:१६)

27.7 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། ང་ཚོའི་སེམས་ལ་དགོན་མཚོག་གི་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱི་ཕྱག་ལས་དེ་གང་ཡིན་ནམ། ལན། ཁྱེད་གིས་ང་ཚོར་དད་པ་གནང་བ་དང་། སྤྲིན་ཉེས་ཀྱི་སྐྱོན་གསལ་པོར་སློབ་པར་མཛད། སྤྲིན་ཉེས་ལ་སྤང་ཞིང་དམ་པར་འགྱུར་དགོས་པར་སློབ། ང་ཚོའི་དག་པོ་གསུམ་ལ་རྒྱུ་བར་མཛད། ང་ཚོའི་དོན་ལ་ལུ་ངོ་མཛད། དགོན་མཚོག་གི་བདེན་པ་རྟོགས་པར་གནང་། མི་གཞན་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་པའི་གནང་སྐྱེན་གནང་།

2. དྲི་བ། ང་ཚོའི་སེམས་ནང་ལ་ཁྱེད་བཞུགས་པ་ཅི་ལྟར་ཤེས་སམ། ལན། ཁྱེད་གིས་ང་ཚོའི་སེམས་ལ་སྐྱེད་པའི་འབྲས་བུའི་སློབ་ནས་དེ་ལྟར་ཤེས།

२७.७ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: पवित्र आत्मा परमेश्वरको काम के के हुन? उ: उहाँले हामीलाई विश्वास दिनुहुन्छ, हामीलाई पापको दोषी ठहराउनुहुन्छ, हामीलाई पापलाई घृणा गर्न र पवित्रता खोज्न सिकाउनुहुन्छ, हाम्रा शत्रुहरू संसार, पापी स्वभाव, र शैतानको विरोध गर्छ, हाम्रो लागि मध्यस्थता गर्नुहुन्छ, हामीलाई परमेश्वरको सत्यको समझ दिनुहुन्छ, र हामीलाई अरुको सेवा गर्नको लागि वरदान दिन्छ।

२. प्र: उहाँ हामीमा हुनुहुन्छ भनेर हामीले कसरी थाहा पाउने? उ: उहाँले हाम्रो हृदयमा फल फलाउनुहुन्छ।

27.8 **སྒྲོན་ལམ་འདེབས་རྒྱ།** ཡབ་ལགས། ཟླེད་ཀྱི་དམ་པའི་བྱུགས་ཉིད་ཀྱིས་ང་ཚོའི་སེམས་ལ་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པ་དང་། ང་ཚོ་སྒྱུད་པ་བཟང་པོ་ཀྱང་བྱེད་བྱུང་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དམ་པའི་བྱུགས་ཉིད་བྱུགས་མཉེས་པ་རྣམས་ལ་ང་ཚོ་སློབ་གཅིག་ཏུ་སེམས་པར་བྱེད་དུ་འཇུག། དེ་ནི་ཟླེད་ཀྱི་སྲས་གཙོ་བོ་ཡེ་སྤྱི་མཚན་ཀྱི་ཕྱོག་ནས་ལྷ། ཨ་མེན།

२७.८ **प्रार्थना:** पिता, तपाईंको पवित्र आत्मालाई खुशी पार्ने कुराहरूमा हाम्रो मन लगाउन मद्दत गर्नुहोस्; कि उहाँले हाम्रो हृदयमा फल फलाउनुहुनेछ, र हामी हरेक असल कामको लागि योग्य हुन सकौं। हामी तपाईंको पुत्र प्रभु येशूको नाउँमा मागौं आमेन।

# སློབ་ཚན་ཉེར་བརྒྱད་པ། དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ། བྱམས་སེམས་དང་དགའ་སློབ།

## पाठ अट्टाइसः पवित्र आत्मा परमेश्वरको फलः प्रेम र आनन्द

28.1 **ཚུ་བ།** དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི་བྱམས་སེམས་དང་། དགའ་སློབ། ཞི་བདེ། བཟོད་པ། དྲིན་གཞོ། སེམས་བཟང་པོ། སློག་ཏུ་ཚོག་པ། སེམས་དུལ་པོ། རང་ཚོ་ད་ཅིང་ལོ་ལོ་ལོ། (ག་ལང་ཡུ་པ་ 5:22-23)

२८.१ **पदः** तर आत्माको फलचाहिँ प्रेम, आनन्द, शान्ति, धैर्य, दया, भलाइ, विश्वासयोग्यता, नम्रता र संयम हुन्। (गलाती ५:२२-२३)

28.2 **ངོ་སློབ།** ས་བཅད་འདིར་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་དཀོན་མཚོག་དང་ཁོང་གི་མཛད་པའི་སློབ་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་བཞིན་ཡོད། སློབ་ཚན་འདིར་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྟེ། བྱམས་སེམས་དང་དགའ་སློབ་འདི་སློབ་བཞོ་སྟེ་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན།

२८.२ **परिचयः** यस खण्डमा हामी पवित्र आत्मा परमेश्वर र उहाँको कामको बारेमा अध्ययन गर्दैछौं। यस पाठमा हामी प्रेम र आनन्दलाई आत्माको फलको रूपमा छलफल गर्नेछौं।

28.3 **འགྲེལ་བ།** དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་ཐུག་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི་བྱམས་སེམས་ཡིན། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་ངས་ཁྱོད་རྣམས་ལ་བཀའ་གསུང་པ་ཞིག་སྟེ། དེ་ནི་ཁྱོད་ཚོས་ཡན་ཚུན་བྱམས་པོ་བྱོས་ཤིག་ངས་ཁྱོད་རྣམས་ལ་བྱམས་པ་ལྟར་ཁྱོད་རྣམས་ཀྱང་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བྱམས་པར་བྱུངས་ཤིག། ཁྱོད་རྣམས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བྱམས་པར་བྱུང་ན་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཁྱོད་ངའི་ཉེ་གནས་ཡིན་པ་ཤེས་པར་འགྱུར་ཞེས་གསུངས། རང་ཚོས་གང་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་བྱམས་པའི་སློབ་སྦྱོང་དགོས། གང་ཡིན་ཟེར་ན། བྱམས་པ་ནི་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི་བྱམས་སེམས་མཚོག་པས་སོ། དེའི་ཕྱིར་ངེད་རྣམས་ཀྱིས་དང་ལྷན་གཞན་རྣམས་དང་། དད་པ་མེད་པ། ཐ་ན་དགྲ་བོ་རྣམས་ལ་འདྲ་བྱམས་པ་བྱེད་དགོས།

२८.३ **व्याख्याः** प्रेम पवित्र आत्मा परमेश्वरको कामको पहिलो फल हो। प्रभु येशूले भन्नुभयो, “एउटा नयाँ आज्ञा म तिमीहरूलाई दिन्छु, कि तिमीहरूले एक-अर्कालाई प्रेम गर, जसरी मैले तिमीहरूलाई प्रेम गरेको छु, तिमीहरूले पनि एक-अर्कालाई प्रेम गर। यदि तिमीहरूमा एक-अर्का प्रति प्रेम छ भने, यसबाट सबै मानिसहरूले जान्छन् कि तिमीहरू मेरा चेलाहरू हो।” हामीले गर्ने सबै कामहरू प्रेममा गर्नु पर्छ किनभने आत्माको कामको नतिजाहरू मध्ये प्रेम सबैभन्दा ठूलो





२८.६ **मुख्य कुरा:** पवित्र आत्मा परमेश्वरले हाम्रो हृदयमा प्रेम र आनन्द फलाउने काम गर्नुहुन्छ।

28.7 **སློབ་འདོན་བྱེད་སྐབས།** གང་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་བྱམས་པའི་སློབ་སྐྱོབ་སྐབས་ཤིག (ཀོ་རི་ཀ་ཐུ་བ་དང་པོ་  
16:14)

२८.७ **कण्ठ गर्ने पद:** जे गछौं ती सबै प्रेममा गरिएको होउन्। (१ कोरिन्थी १६:१४)

### 28.8 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། ང་ཚོ་ཀི་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་སློབ་མ་ཡིན་པར་མི་གཞན་ལྟམས་ཀྱིས་ཅི་ལྟར་ཤེས་སམ། ལན། ང་  
ཚོས་གཟིག་གིས་གཟིག་ལ་བྱམས་པའི་སློབ་སྐྱོབ་དེ་ལྟར་ཤེས།
2. དྲི་བ། ང་ཚོས་མི་གཞན་ལ་བྱམས་པ་བྱེད་པ་དེ་ཅི་ལྟར་ཤེས་སམ། ལན། མིག་གིས་མཐོང་བུ་བ་  
པའི་སློབ་ལམ་གྱི་སློབ་སྐྱོབ་བས་མཛོལ་བར་བྱེད་པས་སོ།
3. དྲི་བ། རྒྱལ་བསྐྱེད་ལྟམས་ཅི་ལྟར་དགའ་བར་བྱེད་དམ། ལན། ང་ཚོས་སློབ་པ་ངན་པ་ལྟམས་  
སྐྱངས་ནས་སྤྲིག་ཉེས་ཁས་སྐྱངས་པ་དང་། དཀོན་མཆོག་གི་བྱམས་སློབ་ལ་ཉེན་ཉེ་ཐར་པ་ལ་ཡིད་ཉེན་  
ནས་རེ་བ་འཆང་།

### २८.८ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: हामी प्रभु येशूका चेलाहरू हौं भनेर मानिसहरूलाई कसरी थाहा हुन्छ? उ: हामी एक  
अर्कालाई माया गछौं भन्ने वास्तविकद्वारा।
२. प्र: हामी अरुलाई माया गछौं भनेर कसरी थाहा पाउने? उ: किनभने प्रेम देखिने कामहरूमा  
प्रकट हुन्छ।
३. प्र: कठिन परिस्थितिमा पनि हामी कसरी आनन्दित हुन सक्छौं? उ: हामी पाप स्वीकार गछौं र  
त्यागछौं, हाम्रो परमेश्वरको हेरचाहमा भरोसा राख्छौं, र हाम्रो मुक्तिमा आशा राख्छौं।

28.9 **སྒྲོན་ལམ་འདེབས་རྒྱ།** གཙོ་བོ་ལགས། བྱམས་པ་མེད་པར་ངེད་ཀྱི་སྒྲོན་པ་བཟང་པོ་རྣམས་དོན་མེད་པ་ཡིན་པར་གསུངས་པས། བྱེད་ལ་ལེགས་པོར་བསྐྱེན་བཀུར་བྱེད་ཅིང། ཡབ་ལ་གཟེ་བརྗེད་དང་ལྷན་པར་བྱེད་པའི་སྒྲོན་པ་བཟང་པོ་བྱེད་པའི་ཚེད་དུ་བྱེད་ཀྱི་དམ་པའི་བྱུགས་ཉིད་ང་ཚོའི་སེམས་སུ་ཕྱག་ལས་མཛད་པར་ཤོག །ཨ་མེན།

२८.९ **प्रार्थना:** हे प्रभु, तपाईंले हामीलाई सिकाउनुभएको छ कि प्रेम बिना, हाम्रा कामहरूको कुनै मूल्य छैन। तपाईंको पवित्र आत्माले हाम्रो हृदयमा काम गरोस्, ताकि हामी तपाईंलाई उचित रूपमा आराधना गर्न सकौं, र पितालाई महिमा दिने असल कामहरू गर्न सकौं। आमेन।



# སློབ་ཚན་ཉེར་དགུ་པ། དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ། ཞི་བདེ་དང་བཟོད་སེམས།

## पाठ उनन्तिसः पवित्र आत्मा परमेश्वरको फलः शान्ति र धैर्य

29.1 **ཕུ་བ།** དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཞི་བུམས་སེམས་དང། དགའ་སྟོ། ཞི་བདེ། བཟོད་པ། དྲིན་གཞོ། སེམས་བཟང་པོ། སློ་གཏད་ཚོག་པ། སེམས་དུལ་པོ། རང་ཚོ་ད་ཟིན་པ་ཡིན། (ག་ལད་ཡུ་བ་ 5:22-23)

२९.१ **पदः** तर आत्माको फलचाहिँ प्रेम, आनन्द, शान्ति, धैर्य, दया, भलाइ, विश्वासयोग्यता, नम्रता र संयम हुन्। (गलाती ५:२२-२३)

29.2 **ངོ་སྟོན།** ས་བཅད་འདིར་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་དཀོན་མཚོག་དང་ཁོང་གི་མཛད་པའི་སྐོར་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་བཞིན་ཡོད། སློབ་ཚན་འདིར་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྟེ། ཞི་བདེ་དང་བཟོད་སེམས་ཀྱི་སྐོར་བཞོ་སྟེད་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན།

२८.२ **परिचयः** हाम्रा पाठहरूको यस खण्डमा हामी पवित्र आत्मा परमेश्वर र उहाँको कामको बारेमा अध्ययन गर्दछौं। यस पाठमा हामी शान्ति र धैर्यलाई आत्माको फलको रूपमा छलफल गर्नेछौं।

29.3 **འགྲེལ་བ།** དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་ཐུག་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུའི་ནང་ནས་གསུམ་པ་ཞི་བདེ་ཡིན། དམ་པའི་གསུང་རབ་བཞིན་དུ་ཞི་བདེ་ལ་རིགས་གསུམ་ཡོད། 1) དཀོན་མཚོག་དང་འདུམ་པ་ལས་འབྱུང་བའི་ཞི་བདེ། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་མ་བྱས་པའི་སློབ་ལ་ངེད་རྣམས་ཀྱི་སློག་ཉེས་ཀྱི་རྒྱུ་ཀྱིས་དཀོན་མཚོག་གི་དག་བོ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ང་ཚོར་ཡང་དག་པའི་བར་སྐྱུམ་མཛད་མཁན་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་ང་ཚོ་དཀོན་མཚོག་དང་བསྐྱུམས་པར་མཛད། དེའི་སྦྱིར་ང་ཚོ་ཞི་དཀོན་མཚོག་དང་བསྐྱུམས་པ་ཡིན་པས་ཞི་བདེ་ཡོད། 2) མི་གཞན་དང་ཞི་བདེ། ལྷ་བ་མི་མཐུན་པ་བྱུང་ན་ཡང་དད་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་ཕན་ཚུན་དང་ལེན་བྱེད་ཅིང་། ཞི་བདེ་ཡིས་མཉམ་དུ་བཞུགས། ང་ཚོས་ཡེ་ཤུ་པ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཞི་བདེ་འབད་བརྩོན་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་སྦྱིར་ང་ཚོས་མི་མཐུན་པའི་སྐྱུན་ལྷ་རྣམས་བར་སྐྱུམ་བྱེད་པ་དང་། མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཁག་འཛེམ། གཙོག་གིས་གཙོག་ལ་དགོངས་དག་ལུ། རང་སློབ་ཀྱི་གཏམ་མི་ཤོད་པར་དཀོན་མཚོག་བདེན་པ་མཛོན་པར་མཛད་པར་རྟེན། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་གསུང་ལྟར་སྐྱུན་ལྷའི་ཉེས་སྐྱོན་ཡོ་བསྐྱེད། རྒྱབ་བཤད་མི་རྒྱལ། མི་སྐུ་ལ་ཡང་དམའ་འབེབས་མི་གཏོང། 3) ང་ཚོའི་སེམས་ལ་གནས་པའི་ཞི་བདེ། གཙོ་བོ་

ཡེ་ཤུ་ཉེག་ནས་རྣམས་ལ་ངས་ཁྱེད་ཚོ་ཞི་བདེ་གནས་པར་བྱེད། ངའི་ཞི་བདེ་ཁྱེད་ཚོར་སྒྲིབ། ངས་ཞི་བདེ་སྒྲིབ་ཚུལ་ཞི་འཇིག་རྟེན་གྱིས་ཞི་བདེ་སྟེར་ཚུལ་དང་མི་འདྲ་བས། ཁྱེད་ཚོའི་སེམས་མ་འཇུགས་ཤིང་མ་འཇིགས་ཤིག་ཅེས་གསུངས། ཞི་བདེ་དེ་དགོན་མཚོག་གི་བྱམས་སྐྱོང་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་། ཞི་བདེ་ཡིས་གང་བའི་མི་ཚོ་ཡིས་འཕྲིན་བཟང་གི་བདེན་པ་ལ་བདེན་དཔང་བྱེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་མེད་ན་འཇིག་རྟེན་འདིར་ཞི་བདེ་ངོ་མ་འཕྲོབ་མི་སྲིད།

२९.३ **व्याख्या:** शान्ति पवित्र आत्मा परमेश्वरको कामको तेस्रो फल हो। बाइबलले तीन प्रकारको शान्तिको बारेमा बताउँछ: १) पहिलो शान्ति जुन परमेश्वरसँगको मेलमिलापबाट आउँछ। हामीले प्रभु येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्नु अघि, हाम्रो पापको कारणले गर्दा हामी परमेश्वरका शत्रु थियौं। तर हाम्रो पूर्ण मध्यस्थकर्ता, प्रभु येशू ख्रीष्टले परमेश्वर र हामी बीचमा शान्ति स्थापना गर्नुभयो। यस कारणले गर्दा हामी परमेश्वरसँग मेलमिलापमा छौं र शान्ति पाएका छौं। २) दोस्रो भनेको अरुसँगको शान्ति हो। विश्वासीहरूले एकअर्कालाई स्वीकार गर्दा एकअर्कासँगमा शान्ति हुन्छ र तिनीहरू असहमत हुँदा पनि शान्तिमा बस्छन्। हामीले विश्वासीहरू बीच शान्तिको लागि काम गर्नुपर्छ। हामी यो तब गछौं जब हामी: क) असहमत विश्वासीहरूलाई मेलमिलाप गछौं; ख) विभाजन र असहमतिबाट जोगिन; ग) एक अर्कासँग माफी माग्नु; घ) आफ्नो रक्षा नगर्नुहोस् तर सत्य प्रकट गर्न परमेश्वरमा भर पर्नुहोस्; ङ) प्रभुको आज्ञा अनुसार अरुको गल्ती सुधारनुहोस्; र च) व्यर्थको बकबक र खराब बोल्ने पापहरूबाट टाढा रहनुहोस्। ३) तेस्रो प्रकारको शान्ति भनेको हाम्रो मनमा शान्ति हो। प्रभु येशूले आफ्ना चेलाहरूलाई भन्नुभयो, “म तिमीहरूसँग शान्ति छोड्छु; मेरो शान्ति म तिमीहरूलाई दिन्छु; मैले तिमीलाई दिएको संसारले दिएको जस्तो होइन। तिमीहरूको हृदय विचलित नहोस्, न त डरलाग्दो होस्।” यस प्रकारको शान्ति तब आउँछ जब हामी परमेश्वरको हेरचाहमा भरोसा गछौं। शान्तिले भरिएको जीवनले सुसमाचारको सत्यताको गवाही दिन्छ, किनकि यदि हामी प्रभु येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्दैनौं भने, यस संसारमा वास्तविक शान्ति पाउन असम्भव छ।

29.4 དམ་པའི་ཤུགས་ཉིད་ཀྱི་ལྷན་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུའི་ནང་ནས་བཞི་བ་ཞི་བཟོད་པ་དེ་ཡིན། དམ་པའི་གསུང་རབ་ལྟར་ན་བཟོད་པ་ཞི་ངོ་ཚོལ་ལམ་སྐྱབས་བསྐྱེད་ལུགས་ལྟར་སེམས་ཡོད་པའི་བྱམས་པ་དེ་ཡིན། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་མི་ཚོགས་དང་། རང་གི་ཉེག་ནས། དབྱ་བོ་རྣམས་ལ་བཟོད་པར་མཛད། ཁོ་ཚོས་ཁོང་ལ་ཡང་ཡང་འཇུག་ཀྱིན་སྐྱོང་བའད། ཁོང་གི་ཤུགས་ཁོ་ལངས་ཚུལ་དཀའ་བས། ཁོང་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱེད་བྱུང། དད་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་སུན་སྣང་ངམ་ཁོང་ཁོ་མི་སྐྱེ་བར་མི་གཞན་ལ་བཟོད་པ་སྐྱོམ་ཞིང་གུ་ཡངས་གཏོང་དགོས། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་ཀྱིན་གྱིས་གཞོན་འཚོ་ཕྱོང་།

སྐབས། ལམོན་འཛོམས་མི་འཆང་བར་གཞོན་འཆོ་བྱེད་མཁན་ལ་གྲུ་ཡངས་གཏོང་། དགྲ་ཤ་མི་ལེན་བར་  
མུ་མཐུན་ནས་བྱ་བ་བཟང་པོ་སྐྱབ། མ་ཟད་དཀོན་མཆོག་ལ་གསོལ་སློབ་བྱེད་ནས་ཁོང་ནས་ལན་འཐོབ་  
པའི་ཆེད་དུ་བཟོད་སེམས་དགོས། ང་ཚོས་སློབ་པ་རན་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱུར་བའི་སྐབས་སུ་  
དཀོན་མཆོག་གིས་ཐུགས་ངང་རྒྱུད་རིང་པོས་བསྐྱུགས་ཞིང་། ད་ལྟའང་ང་ཚོ་སེམས་ཉིད་སློབ་པར་འགྱུར་བའི་  
ཕྱིར་ཁོང་གིས་ཐུགས་ངང་རྒྱུད་རིང་པོས་སྐྱུག་པར་མཛད། གཙོ་བོས་ཁོ་རྣམས་ལ་གཙུན་དུ་ཚོས་སེམས་  
དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ངང་རྒྱུད་རིང་པོས་སྐྱུག་དཀོན་མཆོག་ཉིད་ཐུགས་ངང་རྒྱུད་རིང་པོ་ཡིན་ལ། དཀོན་  
མཆོག་གིས་དོན་ཐམས་ཅད་མཉམ་དུ་མཛད་དེ་ཁོང་ལ་བརྟེ་ཞིང་ཁོང་གི་དགོངས་པ་ལྟར་བོས་པ་རྣམས་ལ་  
ཕན་པའི་ཆེད་དུ་མཛད་པར་དྲན་པ་ནི་བཟོད་སེམས་གོང་དུ་སླེལ་བའི་ཐབས་ལམ་ཡིན།

२९.४ धैर्यता पवित्र आत्मा परमेश्वरको कामको चौथो फल हो। बाइबलमा, धैर्य भनेको विरोध वा पीडा सहन सक्ने क्षमता हो। प्रभु येशू आफ्ना चेलाहरू, शत्रुहरू र भीडहरूसँग धेरै धैर्यवान हुनुहुन्थ्यो। बारम्बार रिस उठाउँदा पनि उहाँ 'रिसाउनमा ढिला' हुनुहुन्थ्यो। विश्वासीहरूले पनि त्यसैगरि धैर्य गर्नुपर्छ। हामीले अरूको गल्ती सहनु पर्छ र रिस वा क्रोध नगरी उनीहरूप्रति सहनशीलता देखाउनुपर्छ। हामीले सतावट गर्नेको विरुद्धमा रिस राख्नुको सट्टा बरु तिनीहरूलाई क्षमा दिनुपर्छ। हामीले बदला लिने होइन, तर असल काममा लागि रहनुपर्छ। परमेश्वरले हाम्रो प्रार्थनाको जवाफ दिनुहुन्छ भनेर पर्खिरहँदा हामीलाई धैर्यता पनि चाहिन्छ। हामीले पश्चात्ताप गर्न र प्रभु येशूमा विश्वास गर्नको लागि परमेश्वरले धैर्यताका साथ पर्खनुभयो र उहाँ अझै पनि हामी आत्मिक रूपमा परिपक्व हुन पर्खनुहुन्छ। उहाँले तिनीहरूलाई अनुशासन गर्दा पनि, ईश्वरीय मानिसहरूले धैर्यपूर्वक परमेश्वरको प्रतीक्षा गर्छन्। धैर्यता वृद्धि गर्ने तरिका भनेको याद गर्नु हो कि परमेश्वर धैर्य हुनुहुन्छ र उहाँले हाम्रो भलाइको लागि सबै कुरा नियन्त्रण गर्नुहुन्छ।

29.5 **बदर्देव गच्छे वी** | दམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་དཀོན་མཆོག་གིས་ཞི་བདེ་དང་བཟོད་སེམས་ང་ཚོའི་སེམས་  
ལ་སྐྱེད་དུ་འཇུག་པར་མཛད།

२९.५ **मुख्य कुरा:** पवित्र आत्मा परमेश्वरले हाम्रो हृदयमा शान्ति र धैर्य उत्पन्न गर्न काम गर्नुहुन्छ।

29.6 **སློབ་འཛོམས་བྱེད་སྐྱུ** | དེའི་ཕྱིར་དཀོན་མཆོག་གི་སྐུན་སྦྲར་དང་པའི་སློབ་ནས་རྣམ་པར་དག་པར་བརྟེན་པར་  
གྱུར་བས། དེ་རྣམས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀ་བརྒྱུད་ནས་དཀོན་མཆོག་དང་བསྐྱུམས་པ་ཡིན། (རོ་ལྷ་  
བ་ 5:1)

२९.६ **कण्ठ गर्ने पद:** यसैकारण विश्वासद्वारा धर्मी ठहरिएर हाम्रा प्रभु येशू ख्रीष्टद्वारा परमेश्वरसँग हाम्रो मिलाप भएको छ। (रोमी ५:१)

29.7 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། དམ་པའི་གསུང་རབ་ལྟར་ན་ཞི་བདེ་ལ་རིགས་གསུམ་ཡོད་པ་དེ་ཚོ་གང་ཡིན་ནམ། ལན། དཀོན་མཆོག་གིས་གནང་བའི་ཞི་བདེ་དང་གཅིག་མེད་གནས་ལྟར་དང་ཞི་བདེ་དང་གཉིས། ང་ཚོའི་སེམས་ལ་གནས་པའི་ཞི་བདེ་དང་གསུམ་བཅས་ཡིན།
2. དྲི་བ། བཟོད་སེམས་ཀྱི་གནང་སྲིབ་ང་ཚོས་ཅི་ལྟར་ཡར་སྐྱེད་གཏོང་ངམ། ལན། དཀོན་མཆོག་གི་ཐུགས་རྒྱུད་རིང་པོ་ཡིན་ལ། ཁོང་གིས་དེ་དུས་ལ་ཡན་པའི་ཆེད་དུ་དོན་བམས་ཅད་མཉམ་དུ་མཛོད་པར་བྱས་པ་དགོས།

२९.७ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: बाइबलले तीन प्रकारको शान्तिको बारेमा बताउँछ। तिनीहरू के के हुन? उ: परमेश्वरसँगको मेलमिलापबाट आउने शान्ति, अरूसँग शान्ति, र हामी भित्र शान्ति।
२. प्र: हामीले धैर्यताको अनुग्रह कसरी वृद्धि गर्न सक्छौं? उ: हामी सम्झन्छौं कि परमेश्वर धेरै धैर्यवान हुनुहुन्छ, र हाम्रो भलाइको लागि सबै कुराहरूको नियन्त्रण गर्नुहुन्छ।

29.8 **སྲོབ་ལམ་འདེབས་རྒྱ།** ཞི་བདེ་གནང་མཁན་དཀོན་མཆོག་ལགས། ཁྱེད་ཀྱི་ཐུགས་དགོངས་སྐྱེབ་པའི་ཆེད་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་ཞི་བདེ་དང་བཟོད་སེམས་དེ་ཀྱི་ནང་ལ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་མཛོད། དེ་ནི་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀའི་མཚན་ཐོག་ནས་ལྷ། ཁོང་ལ་རྟུ་གཟེ་བརྗེད་དང་ལྟན་པར་འགྱུར་བར་ཤོག། ཨ་མེན།

२९.८ **प्रार्थना:** शान्तिका परमेश्वर, हामीलाई तपाईंको शान्ति र धैर्यले भरिदिनुहोस्, ताकि हामी तपाईंको इच्छा पूरा गर्न सकौं। हामी यो प्रभु येशू ख्रीष्टको नाउँमा माग्छौं, जसको महिमा सदासर्वदा रहोस्। आमेन।

# श्लोकःकवःसुमःसुद। दमःपदेःसुगसःठेदःग्रेःअवसःसु। द्वेकःगर्वे। सेमसःवचदःदो। श्लोःगणदःकेगःप।

## पाठ तीसः पवित्र आत्मा परमेश्वरको फलः दया, भलाइ, विश्वासयोग्यता

30.1 **कुःप।** दमःपदेःसुगसःठेदःग्रेःअवसःसु।केःप्रुमसःसेमसःदद। दगःअःश्लो। वेःपदे। वचदः  
प। द्वेकःगर्वे। सेमसःवचदःदो। श्लोःगणदःकेगःप। सेमसःदुःपे। रदःकेदःवेकःपःयेक। (गः  
एदःएःपः 5:22-23)

३०.१ **पदः** तर पवित्र आत्माको फलचाहिँ प्रेम, आनन्द, शान्ति, धैर्य, दया, भलाइ, विश्वस्तता, नम्रता, र संयम हुन्। (गलाती ५:२२-२३)

30.2 **दःश्लोद।** सःवउदःअदेःदमःपदेःसुगसःठेदःग्रेःअवसःसु।केःप्रुमसःसेमसःदद। दगःअःश्लो। वेःपदे। वचदः  
प। द्वेकःगर्वे। सेमसःवचदःदो। श्लोःगणदःकेगःप। सेमसःदुःपे। रदःकेदःवेकःपःयेक। (गः  
एदःएःपः 5:22-23)

३०.२ **परिचयः** हाम्रा पाठहरुको यस खण्डमा हामी पवित्र आत्मा परमेश्वर र उहाँको कामको बारेमा अध्ययन गर्दछौं। यस पाठमा हामी दया, भलाइ र विश्वासयोग्यतालाई आत्माको फलको रूपमा छलफल गर्नेछौं।

30.3 **अश्लोःपः** दमःपदेःसुगसःठेदःग्रेःअवसःसु।केःप्रुमसःसेमसःदद। दगःअःश्लो। वेःपदे। वचदः  
प। द्वेकःगर्वे। सेमसःवचदःदो। श्लोःगणदःकेगःप। सेमसःदुःपे। रदःकेदःवेकःपःयेक। (गः  
एदःएःपः 5:22-23)

ལས་བཟང་པོ་སྐྱབ་དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་སྟོན་པ་བཟང་པོ་བྱེད་པ་ནི་དགོན་མཚོག་ལ་གཟི་བརྗིད་དང་  
ལྷན་པར་བྱེད་པའི་གོམས་གཤིས་སུ་འགྱུར།

३०.३ **व्याख्या:** दया पवित्र आत्मा परमेश्वरको कामको पाँचौं फल हो। तिनीहरूको खुशीको लागि आफ्नो इच्छाबाट अरुलाई मद्दत गर्नु नै वास्तवमा दया हो। आफ्नो भन्दा अरुको बारेमा सोच्ने हो। परमेश्वर पिता सधैं दयालु हुनुहुन्छ, दुष्टहरूसँग पनि हुनुहुन्छ। परमेश्वरको दयाले पापीहरूलाई पश्चात्तापमा डोऱ्याउनु हुन्छ। प्रभु येशू गरिब, बिरामी र भोकाएकाहरूप्रति दयालु हुनुहुन्थ्यो। प्रेम जस्तै, दया पनि हाम्रो लागि स्वभाविक होइन, त्यसैले हामीले यसलाई वृद्धि गर्न खोज्नुपर्छ। त्यसो गर्ने एउटा तरिका भनेको हामीप्रति परमेश्वरको दयाको बारेमा सोच्नु हो। उदाहरणका लागि, हामी यसबारे सोच्न सक्छौं: यदि म प्रभु येशू भएको भए अर्को व्यक्तिको लागि के गर्ने थिएँ? यदि उहाँ प्रभु येशू हुनुहुन्थ्यो भने म अर्को व्यक्तिको लागि के गर्ने थिएँ? हामीले वास्तवमा अरुको लागि दयालु कुराहरू गर्नुपर्छ; तब असल कामहरू गर्ने बानी हुनेछ जसले परमेश्वरको महिमा गर्नेछ।

30.4 དམ་པའི་ཐུགས་ཉེད་ཀྱི་ཐུག་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུའི་ནང་ནས་དུག་པ་ནི་སེམས་བཟང་པོ་ཡིན། མི་  
སེམས་བཟང་པོ་ཞིག་གིས་སེམས་བཟང་པོ་ལས་འབྲུང་བའི་སྟོན་པ་བྱེད། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ཐུགས་རྗེ་ཚེན་  
པོ་སྐྱེས་ནས་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ་མྱོང་བ་རྣམས་ལ་དོན་དངོས་སུ་རོགས་པར་མཛད། ཁོང་གི་ཡབ་ཀྱི་དགོངས་པ་  
སྐྱབ་པའི་སློབ་ནས་ཐུགས་བཟང་པོ་ཡིན་པར་བསྟན་པར་མཛད། དེང་དུས་ཀྱི་དད་ལྡན་རྣམས་ལ་འད་དེ་ལྟར་  
བྱེད། དེ་ད་རྣམས་ཀྱིས་བྱེད་པའི་ལས་བཟང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ངཚོ་ཐར་བར་བྱེད་མི་སྲིད། དེ་ལས་སྣོག་ཏེ་  
ལས་བཟང་པོ་བྱེད་པའི་ཚེད་དུ་ངཚོ་ཐར་བར་གྱུར། མི་གཞན་ལ་ལས་བཟང་པོ་བྱེད་པའི་ངང་ནས་དགོན་  
མཚོག་གི་སྐྱེ་མཁུན་ཁོ་ཚོར་མཛོད་པར་བྱེད། དེའི་ཕྱིར་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ངཚོས་བྱེད་པའི་བྱ་བ་བཟང་པོ་མི་  
ཚོས་མཐོང་ནས་ཞིང་ཁམས་སུ་བཞུགས་པའི་ཡབ་ལ་བསྟོན་བསྐྱུགས་བྱེད་པར་འགྱུར་བར་ཞེས་གསུངས།  
སྟོན་པ་བཟང་པོ་བྱས་ནས་ངཚོ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་དང་འདྲ་བར་འཛིག་རྟེན་གྱི་འོད་ལྟར་འགྱུར།

३०.४ भलाइ पवित्र आत्मा परमेश्वरको कामको छैटौं फल हो। भलाइ भएको व्यक्तिले दयाबाट आउने कामहरू गर्छन्। प्रभु येशूले असल काम गर्न लाग्नुभयो। उहाँले दुःखको लागि दया मात्र महसुस गर्नुभएन, उहाँले वास्तवमा तिनीहरूलाई मद्दत गर्नुभयो। परमेश्वर पिताको इच्छा पूरा गरेर उहाँले आफ्नो भलाइ देखाउनुभयो। आज विश्वासीहरूमा पनि त्यस्तै छ। हामी असल काम गरेर मुक्ति पाउन सक्दैनौं; बरु असल काम गर्नको लागि हामीले मुक्ति पाएका छौं। जब हामी अरुप्रति अनुग्रहमा व्यवहार गर्छौं, हाम्रो व्यवहारले उनीहरूलाई परमेश्वरको उपस्थिति प्रकट गर्दछ। यसैले प्रभु येशूले भन्नुभयो कि मानिसहरूले हामीले गर्ने असल कार्यहरू देख्नेछन् र

स्वर्गमा हाम्रा पिताको प्रशंसा गर्नेछन्। जब हामी असल काम गर्छौं, हामी येशूजस्तै, संसारको ज्योति बन्छौं।

30.5 दस'पदे'सुगस'रुदे'ग्रे'सुग'सस'ग्रे'असस'सुदे'वद'वस'वदुव'प'वे'रु'गद'केग'प'यीव। रू'गद'केग'प'रुसस'ग्रे'स'गद'व'पद'प'रु'र'रु'व। द'गो'व'स'केग'वे'सुगस'गद'केग'प'यीव। ग'उ'वे'ये'सु'द'र'रु'केव'प'दु'सु'ग'रु'स'ग'सुगस'गद'केग'प'यीव। रू'गद'केग'प'रुसस'ग्रे'स'रु'व'स'वे'द। वे'के'वे'द'वे'द'द'। ये'के'स'ग्रे'दे'स'प'। सु'ग'व'स'स'के'व। रू'स'व'ग'प'के'ग'प'यीव। ग'उ'वे'ये'सु'स'ग'सु'द'स'प'दे'ग'ये'ग'वे'ग'सु'स'ग्रे'द'वे'प'व'द'ग'वे'स'ग'ये'g'वे'रु'गद'केग'p'g'रु'स'p'v'रु'द'p'स'। रू'गद'केग'p'रु'स'g'रे'g'उ'वे'द'। वे'द'ग'ी'व'ग'p'। दे'स'व'व'द'। के'स'के'ग'स'। द'गो'व'स'के'g'गी'स'वे'के'p'g'व'द'p'दे'p'स'p'द'उ'स'p'v'रु'गद'केग'p'यीव। सु'द'रु'व'p'स'वे'द'। रू'के'v'p'दु'सु'। वे'द'g'ी'p'स'वे'g'स'g'े'स'g'े'। गे'v'v'p'। गे'वे'स'g'े'। री'गी'गु' स'p'v'। रू'गद'केग'p'यीव'p'स'v'रु'द'p'स'।

३०.५ विश्वासयोग्यता पवित्र आत्मा परमेश्वरको कामको सातौं फल हो। विश्वासयोग्य मानिसहरूले जे भन्छन् त्यही गर्छन्। परमेश्वर विश्वासयोग्य हुनुहुन्छ। प्रभु येशू र प्रेरित पावल विश्वासयोग्य थिए। विश्वासयोग्य मानिसहरूले जे भन्छन् त्यही गर्छन्। उनीहरू झुट बोल्दैनन्। उनीहरू इमान्दार, विश्वासयोग्य, सत्य र भरपर्दो छन्। प्रभु येशूको तीन सेवकहरूको दृष्टान्तमा, मालिकले दुई विश्वासयोग्य सेवकहरूको प्रशंसा गरे। विश्वासी मानिसहरू, प्रभुको वचनमा विश्वासयोग्य, सुसमाचार, मण्डली र परमेश्वरले दिनुभएको कामप्रति विश्वासयोग्य हुन्छन्। अगमवक्ता मोशा, प्रेरित पावल, तिनका सहयोगी तिमोथी, इपाफ्रास, ओनेसिमस, टाइकिकस र सिल्भानसको प्रशंसा गरिएको थियो किनभने तिनीहरू विश्वासयोग्य थिए।

30.6 **वद'दे'व'ग'उ'वे'** दस'पदे'सुगस'रुदे'द'गो'व'स'के'g'गी'स'रु'व'g'वे'। स'स'स'v'v'द'वे'। रू'गद'के'g'के'g'p'v'के'दे'स'स's'p'वे'द'दु'दे'स'p'v's'।

३०.६ **मुख्य कुरा:** पवित्र आत्मा परमेश्वरले हाम्रो हृदयमा दया, भलाइ र विश्वासयोग्यता फलाउने काम गर्नुहुन्छ।

30.7 **रू'दे'के'ग्रे'द'रु'** ग'p'रे'ग्रे'दे'ग्रे'स'द'ग'वे'रु'स'p'v'स'p'दे'। v'v'd'वे'ग्रे'। रू'v'p'p'वे'p'दे'वे'v'वे'द'p'v's'g'ग'व'v'p'v'g'p'v'। ग्रे'दे'ग्रे'g'द'ग'p'के'v'वे'यी'v'p'v's'। ग्रे'के'रू'v'v'वे'd'p'दे'द'गो'v'स'के'g'गी'स'p'यी'v'p'v'दे'g'p'। ग'd'p'g's'v'v'v'। वे'द'g'ी's'रु'v'p'v'वे'g'p'v'v'p'v'v'। d'v'p'v'v'v'p'v'। (सु'गु 6:35)

३०.७ **कण्ठ गर्ने पद:** आफ्ना शत्रुहरूलाई प्रेम गर, तिनीहरूको भलाई गर। फेरि पाउने आशा नराखी ऋण देओ, र तिमीहरूको इनाम ठूलो हुनेछ, अनि तिमी सर्वोच्चका सन्तान ठहरिनेछौ, किनकि उहाँ बैगुनी र स्वार्थीमाथि कृपालु हुनुहुन्छ। (लूका ६:३५)

### 30.8 **दिस'ལམ།**

1. དྲི་བ། དྲིན་དེ་གང་ཡིན་ནམ། ལམ། དྲིན་ཅི་མི་གཞན་སྐྱེད་པོར་འགྱུར་བའི་འདོད་པ་ལས་འགྱུར་བའི་མོགས་པ་བྱེད་པའི་སྡིང་བ་དེ་ཡིན།
2. དྲི་བ། ང་ཚོས་བྱེད་པའི་ལས་བཟང་པོ་རྣམས་ཅི་ལྟར་འཛིན་ཏེ་འདོད་དང་འདྲ་བ་ཡིན་ནམ། ལམ། མི་རྣམས་ཀྱིས་དེ་མཐོང་ནས་ཡང་དགོན་མཚོག་ལ་བསྡོད་བསྐྱབས་བྱེད།
3. དྲི་བ། ང་ཚོ་སློབ་གཏུང་ཚོག་པ་ཅི་ལྟར་འགྱུར་རམ། ལམ། ང་ཚོས་གང་བཤད་པ་ལྟར་ཡང་སྐྱབས་པའི་སློབ་སློབ་གཏུང་ཚོག་པར་འགྱུར།

### ३०.८ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: दया के हो? उ: दया भनेको उनीहरूको खुशीको लागि आफ्नो इच्छाबाट सहयोग गर्ने काम हो।
२. प्र: हाम्रा असल कामहरू कसरी संसारको लागि प्रकाश जस्तै छन्? उ: मानिसहरूले तिनीहरूलाई देख्छन् र परमेश्वर पिताको प्रशंसा गर्छन्।
३. प्र: हामी कसरी विश्वासयोग्य बन्न सक्छौं? उ: हामीले जे कुरा सधैं गर्नेछौं भनि भन्छौं त्यहि गरेर हामी विश्वासयोग्य हुन्छौं।



30.9 **སྐྱོན་ལམ་འདེབས་རྒྱ།** ཡབ་དགོན་མཚོག་ལགས། བྱེད་ཀྱིས་མི་ངན་པ་དང་བཟང་པོ་གཉིས་ཀར་  
 རང་གི་ཉེ་མ་གསུམ་འཇུག་ཅིང་། རང་གཤེས་དྲང་པོ་དང་དྲང་པོ་མིན་པ་གཉིས་ཀར་ཆར་པ་འབེབས་པར་  
 མཛོད། བྱེད་ཀྱི་ཚོས་ཚོགས་ཡར་སྐྱེད་པར་འགྱུར་ལ། བྱེད་ཀྱི་མཚན་ས་གཞི་ཐམས་ཅད་ལ་བཀུར་སྟེ་བྱེད་  
 པའི་ཕྱིར། དག་པོ་རྣམས་ལ་བྱམས་ཤིང་། བཟང་པོ་བྱེད། སྐྱོན་པ་ལེན་པའི་རེ་བ་མེད་པར་མི་གཞན་  
 ལ་གཡར་བ་ང་ཚོ་ལ་གནང་བར་མཛོད། ཨ་མེན།

३०.९ **प्रार्थना:** हे परमेश्वर पिता, तपाईंले दुष्ट र असल दुवैमा घाम उदाउनुहुन्छ, र न्यायी र  
 अन्यायीमाथि वर्षा पार्नुहुन्छ। हामीलाई हाम्रा शत्रुहरूलाई प्रेम गर्न, र असल गर्न, र बदलामा  
 केही आशा नगरी उधारो दिन दिनुहोस्, ताकि तपाईंको मण्डली बनोस् र तपाईंको नाम सारा  
 पृथ्वीमा महिमित होस्। आमेन।

# སློབ་ཚན་སོ་གཅིག་པ། དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ། སེམས་དུལ་པོ། རང་ཚོད་ཟེན་པ།

## पाठ एकतीसः पवित्र आत्मा परमेश्वरको फलः नम्रता र आत्म- संयम

31.1 **ཚུ་བ།** དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལེ་བྱམས་སེམས་དང། དགའ་སྟོ། ཞི་བདེ། བཟོད་པ། དྲིན་གཟོ། སེམས་བཟང་པོ། སློ་གཏད་ཚོག་པ། སེམས་དུལ་པོ། རང་ཚོད་ཟེན་པ་ཡིན། (ག་ལད་ཡུ་པ་ 5:22-23)

३१.१ **पदः** तर पवित्र आत्माको फलचाहिँ प्रेम, आनन्द, शान्ति, धैर्य, दया, भलाइ, विश्वस्तता, नम्रता, संयम हुन्। (गलाती ५:२२-२३)

31.2 **ངོ་སྟོན།** ས་བཅད་འདིར་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་དཀོན་མཚོག་དང་ཁོང་གི་ཕྱག་ལས་ཀྱི་སྐྱོར་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་བཞིན་ཡོད། སློབ་ཚན་འདིར་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྟེ། སེམས་དུལ་པོ། རང་ཚོད་ཟེན་པའི་སྐྱོར་བའི་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱ་ཡིན།

२८.२ **परिचयः** हाम्रा पाठहरूको यस खण्डमा हामी पवित्र आत्मा परमेश्वर र उहाँको कामको बारेमा अध्ययन गर्दछौं। हामी यस पाठमा नम्रता र आत्म-संयमलाई आत्माको फलको रूपमा छलफल गर्नेछौं।

31.3 **འགྲེལ་པ།** དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་ཕྱག་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུའི་རང་ནས་བརྒྱུད་པ་ནི་སེམས་དུལ་པོ་ཡིན། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱེད་སེམས་དུལ་ཞིང་སྟེམས་རྒྱུད་ཡིན། མི་ཞིག་གིས་དཀོན་མཚོག་གི་བཀའ་དང་འགའ་ན། དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་འཇམ་པའི་ངང་ནས་ཁོ་སྤྱོད་གསོ་བྱེད་དགོས། དེ་རྣམས་ཀྱིས་འཕྲིན་བཟང་ལ་རྒྱུ་ལ་མཁན་རྣམས་ལ་སེམས་དུལ་པོའི་ངང་ནས་ཡོ་བསྟར་བྱེད་དགོས། རང་ཚོ་ལ་ཡོད་པའི་ཐར་པའི་རེ་བ་དེའི་རྒྱ་མཚན་སྐྱོར་འདྲི་མཁན་ལ་སེམས་དུལ་བ་དང་གུས་པའི་ངང་ནས་ལན་འདེབས་དགོས། མ་ཟང་རང་ཚོས་མི་ཐམས་ཅད་ལ་ཡ་རབས་བྱེད་དགོས། སེམས་དུལ་པོ་ཅན་གྱིས་ཉིད་ཀྱི་སྟེ་འདུལ་ཞིང་ཁོང་ཁྱོད་ལངས་དགའ་བ་ཡིན། སེམས་དུལ་པོ་ནི་སྟེམས་རྒྱུད་ནས་འབྱུང་། དཀོན་མཚོག་གིས་ཕྱགས་བཟོད་པ་དང་བཀའ་དྲིན་གྱི་སྐྱོ་ནས་དེ་རྣམས་ལ་སྦྱོད་པར་མཛད་པ་དེ་དག་སེམས་འདུལ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བྱ།



प्रभुको आज्ञा पालन गर्नेछौं। हामी के हेर्छौं, के सुन्छौं, हामी कहाँ जान्छौं, र हामी के गर्छौं ताकि हामी परीक्षा नपरो भन्ने कुरामा हामी सचेत छौं।

31.5 **ནང་དོན་གཙོ་བོ།** དམ་པའི་ལུགས་ཉིད་དཀོན་མཚོག་གིས་སེམས་དུལ་བོ། རང་ཚོད་ཟེན་པ་རང་ཚོའི་སེམས་ལ་སྐྱེད་དུ་འཇུག་པར་མཛད།

३१.५ **मुख्य कुरा:** पवित्र आत्मा परमेश्वरले हाम्रो हृदयमा नम्रता र आत्म-संयम फलाउने काम गर्नुहुन्छ।

31.6 **སློབ་འཛིན་བྱེད་སྐྱུ།** གལ་ཏེ་མི་སུ་ཞིག་ང་ཡི་རྗེས་སུ་འབྲང་འདོད་ན། རང་ཉིད་དོར་ནས་རང་གི་རྒྱུར་ཤིང་ཉེན་ལྟར་འཇུག་ཏེ་ང་ཡི་རྗེས་སུ་འབྲང་དགོས། (ལུ་ཀྱ 9:23)

३१.६ **कण्ठ गर्ने पद:** कोही मपछि आउने इच्छा गर्छ भने त्यसले आफूलाई इन्कार गरोस्, र दिनहुँ आफ्नो क्रुस बोकेर मेरो पछि लागोस्। (लूका ९:२३)

### 31.7 **द्बिसंयव**

1. དྲི་བ། མི་ཞིག་གིས་དཀོན་མཚོག་གི་བཀའ་དང་འགལ་ན་རང་ཚོས་ཅི་ལྟར་ཁོ་སྤོང་གསོ་བྱེད་དགོས་སམ། ལན། རང་ཚོས་འཇམ་པོའི་རང་ནས་ཁོ་སྤོང་གསོ་བྱེད་དགོས།

2. དྲི་བ། རང་ཚོ་ལ་རང་ཚོད་ཟེན་པ་ཅིའི་ཕྱིར་དགོས་པ་ཡིན་ནམ། ལན། རང་གི་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་སྐྱེ་ཞིང་འདྲེན་ཏེ་བསྐྱེད་མེད་པས་རང་ཚོད་ཟེན་དགོས།

### ३१.७ **प्रश्न र उत्तरहरु:**

१. प्र: यदि कसैले पाप गर्छ भने, हामीले तिनीहरूलाई कसरी पुनर्स्थापित गर्ने? उ: हामीले तिनीहरूलाई नम्रताका साथ पुनर्स्थापित गर्नेछौं।

२. प्र: हामीलाई किन आत्म-संयम चाहिन्छ? उ: किनभने हामी हाम्रा पापपूर्ण इच्छाहरूद्वारा परीक्षामा परेका छौं।

31.8 **སློབ་འཛིན་འདེབས་སྐྱུ།** ཡབ་དཀོན་མཚོག་ལགས། བྱིད་ཀྱི་སྲས་ཀྱི་རྒྱུར་ཤིང་ཉེན་ལྟར་འཇུག་པར་ཤོག དང། བྱིད་ཀྱི་དམ་པའི་ལུགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་སུ་ཡིས་གང་བར་འཇུག་པར་ཤོག ཨ་མེན།

३१.८ **प्रार्थना:** हे परमेश्वर पिता, हामी दिनहुँ तपाईंको पुत्रको क्रुस उठाऔं, र तपाईंको पवित्र आत्माको फलले भरिपूर्ण बनें। आमेन।

# ས་བཅད་བཞི་པ། ཡེ་བྱུ་པའི་རང་གཤིས།

## खण्ड चारः ईसाई चरित्र

### སློབ་ཚན་སོ་གཉིས་པ།

### ཡེ་བྱུ་པའི་རང་གཤིས། དམ་པ་རུ་འགྱུར་བ། (དང་པོ་)

### पाठ बत्तीसः ईसाई चरित्रः पवित्रता (१)

32.1 **ཅུ་པ།** རྗེ་ག་པའི་རང་གཤིས་ཀྱིས་དམ་པའི་ཐུགས་ཉེད་ལ་རྒྱུ་ལྡན་ཞེས་དམ་པའི་ཐུགས་ཉེད་ཀྱིས་རྗེ་ག་པའི་རང་གཤིས་ལ་ཡང་རྒྱུ་ལྡན་ཏེ། བྱེད་ཚོས་རང་གི་འདོད་པ་ལྟར་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དེ་གཉིས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་རྒྱུ་ལྡན། (ག་ལད་ཡུ་པ་ 5:17)

३२.१ **पदः** किनकि पापमय स्वभावका लालसा पवित्र आत्माको विरुद्ध हुन्छन्, अनि पवित्र आत्माको इच्छा पापमय स्वभावको विरुद्ध। तिमी जे गर्न चाहन्छौ त्यसबाट तिमीहरूलाई रोक्नका निम्ति यीचाहिँ एक-अर्काको विरुद्धमा हुन्छन्। (गलाती ५:१७)

32.2 **ས་བཅད་བཞི་པའི་དོ་སློབ།** སློབ་ཚན་འདི་རྣམས་ཀྱི་ས་བཅད་དང་པོར་ང་ཚོས་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་པའི་འཕྲིན་བཟང་དང་། ས་བཅད་གཉིས་པར་ཡེ་བྱུ་པའི་ལག་ལེན་ལྟ། ས་བཅད་གསུམ་པར་དམ་པའི་ཐུགས་ཉེད་དཀོན་མཆོག་གི་ཐུག་ལས་དང་འབྲས་བུའི་སློབ་བསྐྱབས་བློ་བཟོ། ས་བཅད་བཞི་པ་འདིར་ཡེ་བྱུ་པའི་རང་གཤིས་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན། སློབ་ཚན་འདི་དང་སློབ་ཚན་ཇེས་མའི་ནང་དོན་འདི་དམ་པ་རུ་འགྱུར་བ་དེ་ཡིན།

३२.२ **खण्ड चारको परिचयः** यी पाठहरूको पहिलो खण्डमा हामीले प्रभु येशूको सुसमाचारको बारेमा सिक्‍यौं; दोस्रो खण्डमा, ख्रीष्टियनको पाँच अभ्यासहरूको बारेमा; र तेस्रोमा, परमेश्वर पवित्र आत्माको काम र फलको बारेमा। यस चौथो खण्डमा हामी ईसाई चरित्रको अध्ययन गर्नेछौं। यो र निम्नलिखित पाठ पवित्रताको बारेमा हो।

32.3 **འགྲེལ་པ།** མི་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་དཀོན་མཆོག་ཕྱིས་མེད་དུ་གཏོང་ནས་རང་འདོད་པ་ལྟར་མི་ཚོ་སྦྱེལ། དེ་ནི་དེད་རྣམས་ཀྱི་རྗེ་ག་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤིས་ཞེས་བྲམ། དེས་ཉེན་ལྟར་དེད་རྣམས་ལ་རང་འདོད་པ་ལྟར་སྦྱོང་བ་བྱས་ན་ལེགས་པོ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་གཏམ་ཤོད། མ་ཟད་འཛིག་རྟེན་འདི་ཡིས་ཉེན་ལྟར་ང་ཚོར་

འདོད་ཡོན་ལ་ཆགས་པ་ནས་སྒྲིང་བོ་འགྱུར་ཞེས་ཟེར་བ་དང། དེ་ནི་ཕྱི་ཚུང་ཟེར་ལས་མེད། སྒྲིང་ལམ་དེ་ནི་  
 རན་པ་རང་མ་ཡིན། མི་གཞན་གྱིས་དེ་ལྟར་བྱེད་ཅེས་པ་ལ་སོགས་པའི་རྩོན་གཏམ་ཤོད། བདུད་གྱིས་ཀྱང་  
 ཉེན་ལྟར་རྒྱུ་ལ་སྒྲིག་ཉེས་ཀྱི་རྒྱུ་གྱིས་ཤི་མི་ཡོང་ཞེས་ཟེར་བའི་རྩོན་གཏམ་ཤོད། འཇིག་རྟེན་འདི་དང།  
 སྒྲིག་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤིས། བདུད་བཅས་རྒྱུ་འདི་དག་པོ་གསུམ་གྱིས་སྒྲིག་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤིས་ཀྱི་འདོད་པ་  
 ལྟར་སྒྲིང་བ་བྱེད་པར་སྐྱེལ། དེའི་ཕྱིར་སྐྱེའོ་ཆ་བའི་ཕུ་ལུས་སྒྲིག་པའི་རང་གཤིས་དང་བསྐྱེད་པའི་སྒྲིང་བ་བྱས་  
 བ་འཛེབ་རེས། འོན་ཀྱང་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་སྒྲིག་པའི་སྒྲིང་བ་མེད་པར་བྱས་ན་གསོན་པོར་  
 འགྱུར་ཞེས་བྲིས། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་སྐྱེས་སྐྱབས་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་དཀོན་མཆོག་རྒྱུ་འཛོམས་  
 ལ་ལུགས། ཁོང་གི་ཕྱག་ལས་ནི་སྒྲིག་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤིས་རྣེས་པ་དེ་མེད་པར་མཛད་ནས་དེའི་ཆ་བའི་རང་  
 གཤིས་གསར་བ་ཞིག་གནང་བ་དེ་ཡིན། རང་གཤིས་གསར་བ་དེས་དེད་རྒྱམས་ལ་རང་ཉིད་དོར་ནས་དཀོན་  
 མཆོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་དགོས་པར་སྐྱེལ། དེའི་ཕྱིར་སྒྲིག་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤིས་རྣེས་པས་དམ་པའི་ཕྱགས་  
 ཉིད་ལས་བྱུང་བའི་རང་གཤིས་གསར་བ་ལ་སྐྱོལ་ཞིང། དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ལས་བྱུང་བའི་རང་གཤིས་  
 གསར་བས་སྒྲིག་ཉེས་པའི་རང་གཤིས་རྣེས་པ་ལ་ཡང་སྐྱོལ། ཡེ་ཤུ་པ་ཐམས་ཅད་ཉེན་ལྟར་འབྲུབ་ཕྱོད་དེ་  
 མྱོད། གལ་ཏེ་དེད་རྒྱམས་ཀྱིས་རང་ཕྱགས་ལ་བརྟེན་ནས་དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་ཐབས་བྱས་ན།  
 ཡང་ཡང་འབམ་པར་འགྱུར་རེས་ཡིན། འོན་ཀྱང་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་དཀོན་མཆོག་གི་དབང་ལ་བརྟེན་  
 བས་དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་ཐབས་བྱས་ན་རྒྱལ་བར་འགྱུར་རེས་ཡིན། དཀོན་མཆོག་གི་དམ་པའི་  
 ཕྱགས་ཉིད་ཀྱིས་དེད་རྒྱམས་སྒྲིག་ཉེས་ལ་སྐྱར་ཞིང་དཀོན་མཆོག་ལ་གཅེས་པར་འཛོམ་དུ་འཇུག་ དེ་ནི་དམ་  
 པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱུ་འཛོམས་ལ་མཛད་པའི་ཕྱག་ལས་ཀྱི་དབང་རྟགས་ཡིན།

३२.३ **व्याख्या:** हामी मानिसहरू स्वभाविक रूपमा आफ्नो इच्छा अनुसार जिउने गर्छौं, र परमेश्वरलाई ध्यान दिंदैनौं। यसैलाई हाम्रो पापी स्वभाव भनिन्छ। हाम्रो पापी स्वभावले हरेक दिन हामीलाई झुक्याउँछ, यसो भन्दै, “आफ्नो इच्छा अनुसार बाँच्नु ठिक छ।” यति मात्र होइन, यो संसार हामीलाई हरेक दिन झूटो बोल्छ, “आनन्दको लागि बाँच्नु छ र तिमीलाई सुख छ”, “यो त थोरै मात्र हो”, “यो त साँच्चिकै खराब छैन”, वा “अरुले गरिरहेका छन्” भनेर। शैतानले पनि हामीसँग हरेक दिन झूट बोल्छ, “तिम्रो पापको फलस्वरूप तिमी मर्नेछैनौं।” हाम्रा तीन शत्रुहरू संसार, पापीमय स्वभाव र शैतानले सधैं हामीले पापी स्वभाव इच्छा अनुसार काम गरेको चाहन्छन्। यस कारणले गर्दा प्रेरित पावलले लेखे, “यदि तिमी पापी स्वभाव अनुसार जिउयौ भने, तिमी मर्नेछौ, तर यदि पवित्र आत्माद्वारा पापमय व्यवहारलाई नष्ट गर्यौ भने, तिमी बाँचेछौ।” जब हामी प्रभु येशूमा विश्वास गर्छौं, परमेश्वरको पवित्र आत्मा हाम्रो हृदयमा प्रवेश

गर्नुहुन्छ। हाम्रो पुरानो पापमय स्वभावलाई नष्ट गर्ने र त्यसको स्थानमा हामीलाई नयाँ स्वभाव दिनु उहाँको काम हो। हाम्रो नयाँ स्वभावले हामी आफूलाई इन्कार गर्न र परमेश्वरको आज्ञा पालन गर्न बताउँछ। त्यसैले पुरानो पापमय स्वभावले पवित्र आत्माबाट आएको नयाँ स्वभावको विरोध गर्छ, र पवित्र आत्माबाट आएको नयाँ स्वभावले पुरानो पापमय स्वभावको विरोध गर्दछ। सबै ख्रिष्टियनहरूले यो विरोधलाई हरेकदिन अनुभव गर्छन्। यदि हामीले आफ्नै शक्तिमा भर परेर परमेश्वरको आज्ञा पालन गर्ने प्रयास गर्यौं भने, हामी बारम्बार असफल हुनेछौं। यदि हामीले परमेश्वर पवित्र आत्माको शक्तिमा भर परेर परमेश्वरको आज्ञापालन गर्ने प्रयास गर्यौं भने, हामी विजयी हुनेछौं। हामीलाई परमेश्वरको पवित्र आत्माले पापलाई घृणा गर्न र परमेश्वरलाई प्रेम गर्न प्रेरित गर्नुहुन्छ। यो हामीमा उहाँको कामको प्रमाण हो।

32.4 དམ་པ་སུའུ་འགྱུར་བ་ཞེས་པའི་དོན་ཅི་ཡིན། དམ་པ་སུའུ་འགྱུར་བ་ནི་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་མུ་ཤི་ཀ་དང་འདྲ་བར་  
འུལ་བ་དེ་ཡིན། དཔེར་ན་ཁོང་དང་འདྲ་བར་དེད་རྣམས་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་ལ་གཙུག་པོ་ལ་འཛིན་ཞིང་མི་  
གཞན་རྣམས་ལ་བྱམས་པ་བྱེད་དགོས། ཁོང་དང་འདྲ་བར་ངཚོས་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལེན་ནས་ཁོང་  
གི་བཀའ་བྲིམས་ལ་ཉན་དགོས། ཁོང་དང་འདྲ་བར་ངཚོ་ནི་བཟོད་པ་དང་། བཀའ་དྲིན། ལྷེམས་ཚུང་  
དང་ལྡན་པ་ཡིན་དགོས། ཁོང་དང་འདྲ་བར་ངཚོ་ནི་ཕྱག་དོག་མེད་པ། རང་བཟོད་མེད་པ། ང་རྒྱལ་མེད་  
པ། མ་རབས་མེད་པ། རང་དོན་མི་འཚོལ་བ། ལུག་སྒྲུང་མི་སྐྱེ་བ་ཡིན་དགོས། དེ་ལྟར་ཡེ་ཤུ་པ་རྣམས་  
ཀྱིས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་རང་གཤེན་དང་ལྡན་པར་འུལ་བར་འཚོལ། དེ་ལྟར་དམ་པ་སུའུ་འགྱུར་བ་ནི་མེད་དུ་  
མི་སུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་མེད་པར་མི་སུས་ཀྱང་གཙོ་བོ་མཇུག་པར་མི་སྲིད། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་སྐྱེས་  
སྐབས་དགོན་མཚོག་གིས་ཕྱགས་ཇེ་ཁོ་ན་ཡིས་ངཚོ་ཐར་བར་མཇུག། དེ་ནི་དེད་ཀྱི་བྱས་པའི་ལས་བཟང་  
བོ་ལ་ཅུ་བ་ནས་མི་བརྟེན་པར། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་སྤྲིག་ཉེས་སེལ་བའི་གྲོངས་པར་བརྟེན། ཐར་པ་ནི་དགོན་  
མཚོག་གི་གནང་སྦྱིན་ཡིན། དེ་འཕྲོབ་པའི་ཆེད་དུ་དགོ་བའི་ལས་བྱེད་མི་སུང། འོན་ཀྱང་དམ་པ་སུའུ་འགྱུར་  
བ་ནི་དགོན་མཚོག་གི་སྦྱོར་སྲུང་ཡང་དག་པར་ཅི་བ་དང་མི་འདྲ་བ་ཡིན། དམ་པ་སུའུ་འགྱུར་བའི་ཆེད་དུ་དེད་  
རྣམས་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་ནས་དཀའ་ལས་རྒྱག་དགོས། དེད་རྣམས་ཀྱིས་མི་གཞན་ལ་  
བྱམས་པ་བྱེད་པ་དང་། ལས་བཟང་བོ་བྱེད་པ། དགོན་མཚོག་ཕྱགས་མཉེས་པ། མི་ཐམས་ཅད་དང་ནི་  
བདེར་གནས་པ། མི་གཞན་ལ་བཟོད་པ་སྐྱོམ་པ། དགོན་མཚོག་གི་གནང་སྦྱིན་ཡར་སྐྱེད་གཏོང་བ་ལ་  
སོགས་པའི་ལས་ཀ་བྱེད་དགོས། དེ་ནི་སྐྱེ་ཚབ་པའུ་ལུས་དེད་རྣམས་སྦྱག་བསྐྱེད་མང་བོ་མྱོང་བའི་སྐོ་ནས་  
དགོན་མཚོག་གི་རྒྱལ་སྲིད་དུ་འཇུག་པར་དགོས་ཞེས་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཞིག་ཡིན། སྐོ་བ་ཚན་ཇེས་  
མར་དམ་པ་སུའུ་འགྱུར་བའི་སྐོར་ལུ་མཐུང་སྐོབ་རྒྱུ་ཡིན།

३२.४ पवित्र बन्नुको अर्थ के हो? पवित्र बन्नु भनेको प्रभु येशू ख्रीष्ट जस्तै बन्नु हो। उहाँ जस्तै, हामीले पनि परमेश्वर र अरुलाई प्रेम गर्नुपर्छ। उहाँले जस्तै हामीले पनि परमेश्वरको वचन जान्नुपर्छ र पालन गर्नुपर्छ। उहाँ जस्तै, हामी धैर्य, दयालु र नम्र हुनुपर्छ। उहाँजस्तै हामी ईर्ष्या, घमण्ड, घमण्ड, असभ्यता, स्वार्थ खोज्ने वा दिक्कपन बिना हुनुपर्छ। ख्रीष्टियनले प्रभु येशूको चरित्र पाउन खोज्छन्। यसरी पवित्र हुन आवश्यक छ; पवित्रता बिना कसैले प्रभुलाई देख्नेछैन। जब हामीले प्रभु येशूमा पहिलो पटक विश्वास गर्यौं, परमेश्वरले हामीलाई उहाँको अनुग्रहद्वारा बचाउनुभयो। यो हामीले गरेका कुनै पनि असल कामहरूमा निर्भर थिएन, तर प्रभु येशूको प्रायश्चित्त मृत्युमा। मुक्ति हामीले परमेश्वरबाट पाएको वरदान हो; यसलाई प्राप्त गर्न हामीले असल काम गर्नुपर्दैन। तर पवित्र हुनु (वा 'पवित्र') भनेको धर्मि ठहरिनु जस्तो होइन; यसको लागि आज्ञाकारी र कडा परिश्रम चाहिन्छ। हामीले अरुलाई प्रेम गर्नुपर्छ, असल कामहरू गर्नुपर्छ, परमेश्वरलाई खुशी पार्नु पर्छ, अरुसँग शान्तिमा बस्नु पर्छ, अरुसँग धैर्य गर्नु पर्छ, र परमेश्वरको वरदानहरूलाई वृद्धि गर्नुपर्छ। प्रेरित पावलले “परमेश्वरको राज्यमा प्रवेश गर्न हामीले धेरै कठिनाइहरू पार गर्नुपर्छ” भन्नुको एउटा कारण हो। हामी हाम्रो अर्को पाठमा पवित्रताको बारेमा थप कुराहरू सिक्नेछौं।

32.5 **बन्ने** **पवित्र** **बन्नु** **का** **अर्थ** **के** **हो** **?** **पवित्र** **बन्नु** **भनेको** **प्रभु** **येशू** **ख्रीष्ट** **जस्तै** **बन्नु** **हो**। **उहाँ** **जस्तै**, **हामी** **ले** **पनि** **परमेश्वर** **र** **अरुलाई** **प्रेम** **गर्नुपर्छ**। **उहाँले** **जस्तै** **हामी** **ले** **पनि** **परमेश्वरको** **वचन** **जान्नुपर्छ** **र** **पालन** **गर्नुपर्छ**। **उहाँ** **जस्तै**, **हामी** **धैर्य**, **दयालु** **र** **नम्र** **हुनुपर्छ**। **उहाँजस्तै** **हामी** **ईर्ष्या**, **घमण्ड**, **घमण्ड**, **असभ्यता**, **स्वार्थ** **खोज्ने** **वा** **दिक्कपन** **बिना** **हुनुपर्छ**। **ख्रीष्टियनले** **प्रभु** **येशूको** **चरित्र** **पाउन** **खोज्छन्**। **यसरी** **पवित्र** **हुन** **आवश्यक** **छ**; **पवित्रता** **बिना** **कसैले** **प्रभुलाई** **देख्नेछैन**। **जब** **हामीले** **प्रभु** **येशूमा** **पहिलो** **पटक** **विश्वास** **गर्यौं**, **परमेश्वरले** **हामीलाई** **उहाँको** **अनुग्रहद्वारा** **बचाउनुभयो**। **यो** **हामीले** **गरेका** **कुनै** **पनि** **असल** **कामहरूमा** **निर्भर** **थिएन**, **तर** **प्रभु** **येशूको** **प्रायश्चित्त** **मृत्युमा**। **मुक्ति** **हामीले** **परमेश्वरबाट** **पाएको** **वरदान** **हो**; **यसलाई** **प्राप्त** **गर्न** **हामीले** **असल** **काम** **गर्नुपर्दैन**। **तर** **पवित्र** **हुनु** **(वा** **'पवित्र')** **भनेको** **धर्मि** **ठहरिनु** **जस्तो** **होइन**; **यसको** **लागि** **आज्ञाकारी** **र** **कडा** **परिश्रम** **चाहिन्छ**। **हामीले** **अरुलाई** **प्रेम** **गर्नुपर्छ**, **असल** **कामहरू** **गर्नुपर्छ**, **परमेश्वरलाई** **खुशी** **पार्नु** **पर्छ**, **अरुसँग** **शान्तिमा** **बस्नु** **पर्छ**, **अरुसँग** **धैर्य** **गर्नु** **पर्छ**, **र** **परमेश्वरको** **वरदानहरूलाई** **वृद्धि** **गर्नुपर्छ**। **प्रेरित** **पावलले** **“परमेश्वरको** **राज्यमा** **प्रवेश** **गर्न** **हामीले** **धेरै** **कठिनाइहरू** **पार** **गर्नुपर्छ”** **भन्नुको** **एउटा** **कारण** **हो**। **हामी** **हाम्रो** **अर्को** **पाठमा** **पवित्रताको** **बारेमा** **थप** **कुराहरू** **सिक्नेछौं**।

३२.५ **मुख्य कुरा:** हाम्रो पुरानो पापी स्वभाव र आत्माले दिएको नयाँ स्वभावमा एकअर्कासँग लडाइँ हुन्छ।

32.6 **बन्ने** **पवित्र** **बन्नु** **का** **अर्थ** **के** **हो** **?** **पवित्र** **बन्नु** **भनेको** **प्रभु** **येशू** **ख्रीष्ट** **जस्तै** **बन्नु** **हो**। **उहाँ** **जस्तै**, **हामी** **ले** **पनि** **परमेश्वर** **र** **अरुलाई** **प्रेम** **गर्नुपर्छ**। **उहाँले** **जस्तै** **हामी** **ले** **पनि** **परमेश्वरको** **वचन** **जान्नुपर्छ** **र** **पालन** **गर्नुपर्छ**। **उहाँ** **जस्तै**, **हामी** **धैर्य**, **दयालु** **र** **नम्र** **हुनुपर्छ**। **उहाँजस्तै** **हामी** **ईर्ष्या**, **घमण्ड**, **घमण्ड**, **असभ्यता**, **स्वार्थ** **खोज्ने** **वा** **दिक्कपन** **बिना** **हुनुपर्छ**। **ख्रीष्टियनले** **प्रभु** **येशूको** **चरित्र** **पाउन** **खोज्छन्**। **यसरी** **पवित्र** **हुन** **आवश्यक** **छ**; **पवित्रता** **बिना** **कसैले** **प्रभुलाई** **देख्नेछैन**। **जब** **हामीले** **प्रभु** **येशूमा** **पहिलो** **पटक** **विश्वास** **गर्यौं**, **परमेश्वरले** **हामीलाई** **उहाँको** **अनुग्रहद्वारा** **बचाउनुभयो**। **यो** **हामीले** **गरेका** **कुनै** **पनि** **असल** **कामहरूमा** **निर्भर** **थिएन**, **तर** **प्रभु** **येशूको** **प्रायश्चित्त** **मृत्युमा**। **मुक्ति** **हामीले** **परमेश्वरबाट** **पाएको** **वरदान** **हो**; **यसलाई** **प्राप्त** **गर्न** **हामीले** **असल** **काम** **गर्नुपर्दैन**। **तर** **पवित्र** **हुनु** **(वा** **'पवित्र')** **भनेको** **धर्मि** **ठहरिनु** **जस्तो** **होइन**; **यसको** **लागि** **आज्ञाकारी** **र** **कडा** **परिश्रम** **चाहिन्छ**। **हामीले** **अरुलाई** **प्रेम** **गर्नुपर्छ**, **असल** **कामहरू** **गर्नुपर्छ**, **परमेश्वरलाई** **खुशी** **पार्नु** **पर्छ**, **अरुसँग** **शान्तिमा** **बस्नु** **पर्छ**, **अरुसँग** **धैर्य** **गर्नु** **पर्छ**, **र** **परमेश्वरको** **वरदानहरूलाई** **वृद्धि** **गर्नुपर्छ**। **प्रेरित** **पावलले** **“परमेश्वरको** **राज्यमा** **प्रवेश** **गर्न** **हामीले** **धेरै** **कठिनाइहरू** **पार** **गर्नुपर्छ”** **भन्नुको** **एउटा** **कारण** **हो**। **हामी** **हाम्रो** **अर्को** **पाठमा** **पवित्रताको** **बारेमा** **थप** **कुराहरू** **सिक्नेछौं**।

३२.६ **कण्ठ गर्ने पद:** तिमीहरू पवित्र होओ, किनभने म पवित्र छु। (१ पत्रुस १:१६)



32.7 **དྲི་བ།**

- 1. དྲི་བ། རྩིག་ཉེས་གྱི་རང་གཤིས་དེ་ཅི་ཡིན་ནམ། ལན། དགོན་མཚོག་རྩིས་མེད་དུ་གཏོང་ནས་རང་འདོད་པ་ལྟར་མི་ཚོ་སྐྱེ་ལ་བ་དེ་ཡིན།
- 2. དྲི་བ། རང་གཤིས་གསར་བ་དེ་ཅི་ཡིན་ནམ། ལན། དེ་ཞེ་དམ་པའི་སྐྱགས་ཉིད་དགོན་མཚོག་གི་གནང་སྐྱོན་ཡིན། དེའི་བརྒྱུད་ནས་རའོ་དམ་པར་སུ་འགྱུར་བར་འདོད།

३२.७ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

- १. प्र: हाम्रो पापी स्वभाव भनेको के हो? उ: आफ्नो इच्छा अनुसार जिउने र परमेश्वरको कुरालाई ध्यान नदिने।
- २. प्र: हाम्रो नयाँ स्वभाव भनेको के हो? उ: यो पवित्र आत्माको वरदान हो; जसद्वारा हामी पवित्र बन्न चाहन्छौं।

32.8 **སྒྲིབ་ལམ་འདེབས་སུ།** སྐྱགས་བཟང་པོ་དང་སྐྱགས་རྗེ་དང་ལྡན་པའི་དགོན་མཚོག་ལགས། རྩིག་ཉེས་གྱིས་རའོ་མི་རྟག་པའི་ལུས་ལ་དབང་མི་བསྐྱུར་བའི་ཆེད་དུ་རའོ་མི་རྩིག་ཉེས་གྱི་རང་གཤིས་ལ་གཏོགས་པ་དེ་གསོད་བར་མཛོད། གཙོ་བོས་ཁོང་ལ་བཅུ་བར་འཛིན་མཁུ་རྣམས་ལ་དཔག་མེད་ཆེ་ཡི་ཚོད་བན་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པ་དེ་འཕྲོང་བའི་བྱིས་ཉེན་ལྟར་བྱེད་དང་འབྲ་བ་འགྱུར་བ་གནང་བར་མཛོད། ཨ་མེན།

३२.८ **प्रार्थना:** हे सबै भलाइ र अनुग्रहका परमेश्वर, हाम्रो पापी स्वभावको कुरालाई मार्नुहोस्, ताकि पापले हाम्रो मरणशील शरीरमा राज्य नहोस्। हामीलाई दिनहुँ तपाईं जस्तै बन्न मद्दत गर्नुहोस्, ताकि हामीले जीवनको मुकुट प्राप्त गर्न सकौं जुन तपाईंले तपाईंलाई माया गर्नेहरूलाई प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ। आमेन।

### སློབ་ཚན་སོ་གསུམ་པ།

## ཡེ་བྱུ་པའི་རང་གཤེན། དམ་པ་རྩལ་གྱི་རང་གཤེན། (གཉིས་པ་)

### पाठ तेत्तीसः ईसाई चरित्रः पवित्रता (२)

33.1 **ཕུ་བ།** རྒྱུ་ཚོ་བོས་གནང་མཁུ་འཁོར་དམ་པ་ཡིན་པས་སློབ་ལམ་ཚང་མ་དམ་པར་བྱོས་ཤིག། (མེ་ཉོ་  
དང་བོ་ 1:15)

३३.१ **पदः** तर तिमीहरूलाई बोलाउनुहुने जस्तो पवित्र हुनुहुन्छ, तिमीहरू आफै पनि जीवनका सबै  
रहनसहनमा पवित्र होओ। (१ पत्रुस १:१५)

33.2 **རྩལ་གྱི་རང་གཤེན།** སློབ་ཚན་སློབ་མ་དང་སློབ་ཚན་འདི་ལ་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་དང་། རོང་གིས་ངེད་རྣམས་  
ལ་གནང་བའི་རང་གཤེན་གསར་པ་གསལ་བཤད་བྱེད། སློབ་ཚན་གྱི་རང་གཤེན་རྒྱུ་ལ་དང་རང་གཤེན་  
གསར་པ་ཡིས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་སྐྱོལ། སློབ་ཚན་གྱི་རང་གཤེན་རྒྱུ་ལ་འཛོམས་པའི་ཆེད་དུ་དམ་  
པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱི་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་དམ་པ་རྩལ་གྱི་རང་གཤེན་ལ་བཤད་བཅོམ་བྱེད་དགོས། སློབ་ཚན་འདིར་  
དམ་པ་རྩལ་གྱི་རང་གཤེན་ལ་འཛོམས་པའི་ཆེད་དུ་བཤད་བཅོམ་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན།

३३.२ **परिचयः** अघिल्लो पाठ र यस पाठमा हामीले पवित्र आत्मा र उहाँले हामीलाई दिनुभएको  
नयाँ स्वभावको व्याख्या गर्दैछौं। पुरानो, पापपूर्ण स्वभाव र नयाँ स्वभाव एकअर्कासँग लडाइँमा  
छन्। हाम्रो पुरानो पापी स्वभावलाई जित्नको लागि, हामीले पवित्र आत्मा परमेश्वरको शक्तिमा  
भर पर्दै पवित्र बन्ने प्रयास गर्नुपर्छ। यस पाठमा हामी पवित्र हुने केही तरिकाहरू बताउँछौं।

33.3 **འགྲེལ་བ།** རང་གི་རྣམས་པ་ཡིས་སློབ་ཚན་གྱི་རང་གཤེན་བཅོམ་མི་ཐུབ་ན། དམ་པ་རྩལ་གྱི་རང་གཤེན་  
བཅོམ་ལ་སློབ། ཐབས་ལམ་མི་འདྲ་བ་ཡིད་དེ། 1) དགོན་མཚོག་གིས་རྒྱུ་ཚོ་དམ་པ་རྩལ་གྱི་རང་གཤེན་  
སློབ་ལྟ། དགོན་མཚོག་གིས་མོང་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པར་དགའ་བ་དང་། སློབ་ཚན་ལ་སླང་བ་རྒྱུ་ལ་  
གནང་བར་འགྱུར་ངེས་ཡིན། དཔེར་ན། གཙོ་བོ་ལགས། ང་དམ་པ་རྩལ་གྱི་རང་གཤེན་ལ་འདོད། གང་བྱེད་  
དགོས་པ་ང་ལ་སློབ་པར་མཛོད་དང་། རྒྱུ་ཚོ་ཀྱི་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱི་ཐོག་ནས་དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་དབང་  
ང་ལ་གནང་བར་ཤོག་ཅེས་སློབ་ལམ་ལྟུ་ཚོག། 2) སློབ་ལམ་བཏབ་ནས་འཆར་གཞི་དང་ལྷན་ཏེ་ཉིན་ལྟར་  
དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལྟོག་པའམ་ཉན། གང་ཐོས་པའི་སློབ་ལ་བསམ་ཞིབ་བྱེད་ཅིང་། སློབ་འཛིན་བྱེད།  
དཔེར་ན། བྱམས་པ་ནི་བཟོད་པ་དང་བཀའ་དྲིན་ལྷན་པ་ཡིན་ཞེས་པའི་བརྟན་པ་དེ་ཐོས་ནས་འདི་ལྟར་  
སེམས། བཀའ་དེ་ལྟར་དམ་པ་རྩལ་གྱི་རང་གཤེན་ལ་འཛོམས་པའི་ཆེད་དུ་དགོན་མཚོག་གི་ཚད་དེ་གང་ཡིན། ངའི་མི་ཚོ་ལ་

ཚད་དེ་ལོན་ནམ། བཀའ་དེ་ལྟར་སྐྱབ་པའི་ཚེད་དུ་ངས་གང་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་སྐྱོབ་སྐྱོང་ཉིན་ལྟར་བྱེད་  
 དགོས། 3) དཀོན་མཚོག་ལ་གཅེས་པར་འཛིན་ཞིང་། མི་གཞན་རྣམས་ལ་བྱམས་པ་བྱེད། དཀོན་མཚོག་  
 བྱགས་མཉེས་པ་ལས་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱིས་རང་འདོད་པ་ལྟར་བྱེད། བྱམས་པ་ཡིས་རང་ཉིད་ལས་དཀོན་མཚོག་  
 བྱགས་མཉེས། དེ་བས་ན་དཀོན་མཚོག་ལ་གཅེས་པར་འཛིན་ཞིང་མི་གཞན་ལ་བྱམས་པ་བྱེད་པ་ཡིས་སྤྲིག་  
 ཉེས་ཅུ་བཀོག་གཏོང་། 4) དམ་པའི་བྱགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལྟར་དགུ་འཚོལ། བྱམས་སེམས་ཀྱིས་  
 འདོད་པ་ཚ་པོར་རྒྱུ་ལ། དགའ་སྤྱོད་ཡིས་རེ་བ་ཟད་པར་རྒྱུ་ལ། ཞི་བདེ་དང་བཟོད་པ་ཡིས་སེམས་ལུགས་  
 པར་རྒྱུ་ལ། དྲིན་གཞོ་དང་། སེམས་བཟང་པོ། སྤྱོད་གཏང་ཚོག་པ། སེམས་དུལ་པོ། རང་ཚོད་ཟིན་པ་  
 ཡིས་དཀོན་མཚོག་གི་བྱམས་པ་མི་གཞན་ལ་སྟོན། 5) བསྐྱུ་བྱིད་ནས་འབྲོས། བསྐྱུ་བྱིད་ནི་ཅུ་བ་ཡིན་  
 ལ། སྤྲིག་ཉེས་དེའི་འབྲས་བུ་ཡིན། ཅུ་བ་མེད་པར་བཟོས་ན། ཅི་ཤིང་ཤི་ནས་ངན་པའི་འབྲས་བུ་སྐྱེད་  
 མི་སྲིད། དེད་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ལ་བསྐྱུ་བྱིད་ཀྱི་ཅུ་བ་གང་ཞིག་ཡོད་ན། སྤྲིག་ཉེས་མི་སྐྱེ་བའི་ཚེད་དུ་མེད་  
 པར་བྱེད་དགོས། རྒྱ་ཚབ་པའུ་ལུས་མི་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱོད་བའི་བསྐྱུ་བྱིད་ལས་ཁྱེད་ཚོ་ལ་མ་ཕྱོད། དཀོན་  
 མཚོག་ནི་བྱགས་གཏང་ཚོག་པ་ཡིན་ཞིང་། ཁྱེད་ཚོར་བཟོད་མི་བྱུང་བའི་བསྐྱུ་བྱིད་ཕྱོད་དུ་མི་འཇུག་ ཁྱེད་  
 ཚོས་བཟོད་བྱུང་བའི་ཚེད་དུ་བསྐྱུ་བྱིད་ཕྱོད་སྐབས་ཁོང་གིས་དེ་ལས་ཐར་པའི་ལམ་སྟོན་པར་མཛད་ཅེས་བྲིས།  
 6) གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་འགྲོངས་པའི་དོན་ལ་བསམ་གཞིགས་བྱེད། རང་ཚོ་སྤྲིག་ཉེས་ལས་ཐར་བའི་ཚེད་དུ་ཁོང་  
 རྒྱུད་ཤིང་ལ་གྲོངས། ལུ་མཐུད་ནས་སྤྲིག་ཉེས་སྐྱོད་པ་ཅི་ལྟར་སྲིད། 7) བདུད་ཀྱི་རྩུབ་གཏམ་ལ་ཡིད་མ་  
 ཚེས། སྤྲིག་ཉེས་མཁྱོགས་པོར་རམ་ཡང་ན་རང་གི་བྱགས་ལ་བརྟེན་ནས་འཛོམས་མི་སྲིད། ལས་བཟང་  
 པོ་བྱེད་པའི་སྐོ་ནས་སྤྲིག་ཉེས་སེལ་བྱུང་བར་མ་སོམས། ཡང་ཡང་འབྱུང་བའི་སྤྲིག་ཉེས་དང་། མི་གཞན་  
 ཀྱིས་མཐོང་མི་བྱུང་བའི་སྤྲིག་ཉེས་ལ་དོགས་ཚོན་གྱིས་ཤིག་ རོཚ་བའི་རྐྱེན་གྱིས་མ་ཡིན་པར་དཀོན་མཚོག་  
 གིས་སྤྲིག་ཉེས་ལ་སྤང་བས་རང་ཚོས་ཀྱང་སྤྲིག་ཉེས་ལ་སྤང། སྤྲིག་ཉེས་དང་འཛིང་བ་དེ་ཡིད་ཐང་མ་ཚད་ཅིག་  
 འོན་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱིས་སྤྲིག་པའི་བྱ་བ་བྱས་ན་དཀོན་མཚོག་གི་དུང་དུ་རང་ཚོ་ལ་ལུ་བ་སྐྱུ་ལ་མཁུ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་  
 ཡོད་པར་དྲན་ནས་དཀོན་མཚོག་ལ་སྤྲིག་པ་སེལ་བའི་གསོལ་སྐོན་ལུས། དཀོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་ཡུན་  
 རིང་པོར་ཉན་པའི་སྐོ་ནས་དམ་པ་སུ་འགྱུར་བས། ལུ་མཐུད་ནས་དམ་པ་སུ་འགྱུར་བར་འབད་བཙོན་བྱེད།  
 མཐའ་མར་དཀོན་མཚོག་གིས་ཁྱེད་ལ་རྒྱལ་བ་གནང་ངེས་ཡིན།

३३.३ **व्याख्या:** यदि हामी आफ्नै शक्तिले हाम्रो पापमय स्वभावलाई जित्न सक्दैनौं भने, हामी कसरी पवित्र हुने? त्यहाँ धेरै तरिकाहरू छन्: १) प्रार्थना गर्नुहोस् र पवित्रताको लागि परमेश्वरसँग माग्नुहोस्। उहाँले तपाईंलाई उहाँको वचन पालन गर्ने प्रेम दिनुहुनेछ र तपाईंको हृदयमा भएको

पापलाई घृणा गर्न दिनुहुनेछ। तपाईंले प्रार्थना गर्न सक्नुहुन्छ, “प्रभु, म पवित्र हुन चाहन्छु। मैले के गर्नु पर्ने सिकाउनुहोस्, र तपाईंको पवित्र आत्माद्वारा मलाई यो गर्नको लागि अनुग्रह र शक्ति दिनुहोस्।” २) योजना प्रयोग गरी प्रार्थना गर्नुहोस्, र दैनिक परमेश्वरको वचनलाई पढ्नुहोस् वा सुन्नुहोस्। तपाईंले सुनेको कुरालाई ध्यानपूर्वक सोच्नुहोस्, र यसलाई याद गर्नुहोस्। उदाहरणको लागि, तपाईंले “प्रेम धैर्य छ; प्रेम दयालु छ।” जस्तो पाठ पढ्न वा सुन्न सक्नुहुन्छ। आफैलाई सोध्नुहोस्: क) यो पदले पवित्र जीवनको लागि परमेश्वरको स्तरको बारेमा के सिकाउँछ? ख) के मेरो जीवनले यो स्तर पूरा गर्छ? ग) यो शिक्षा पालन गर्न मैले के गर्नुपर्छ? यस प्रकारको अध्ययन हाम्रो दैनिक जीवनको एक भाग बन्नुपर्दछ। ३) परमेश्वर र अरुलाई प्रेम गर्नुहोस्। पापले परमेश्वरलाई भन्दा आफैलाई खुशी तुल्याउँछ। प्रेमले आफैलाई भन्दा परमेश्वरलाई प्रसन्न तुल्याउँछ। त्यसैले परमेश्वर र अरुलाई प्रेम गर्नुले पापलाई जराबाट उखेल्छ। ४) पवित्र आत्मा परमेश्वरको नौ गुणा फल खोज्नुहोस्। प्रेमले स्वार्थको विरोध गर्दछ, आनन्दले निराशाको विरोध गर्दछ, शान्ति र धैर्यले विचलित हृदयको विरोध गर्दछ। दया, भलाइ, विश्वासयोग्यता, नम्रता र आत्म-संयमले अरुलाई परमेश्वरको प्रेम देखाउँछ। ५) परीक्षाबाट भाग्नुहोस्। परीक्षा बिरुवाको जरा जस्तै हो, अनि यसको फल चाहि दुष्टता हो। यदि हामीले जरालाई नष्ट गर्यौं भने, बोट मर्छ र यसले पापको खराब फल फलाउन सक्दैन। यदि हाम्रो मनमा परीक्षाको जरा छ भने, हामीले यसलाई नष्ट गर्नुपर्छ ताकि पापको फल नहोस्। प्रेरित पावलले लेखेझैं, “परमेश्वर विश्वासयोग्य हुनुहुन्छ र उहाँले तपाईंलाई सहन नै नसकिने गरी परीक्षाको अनुभव गर्न दिनुहुन्न। ताकि तिमिले सहन सक्छौं, परीक्षाको समयमा उहाँले यसबाट उम्कने बाटो देखाउनेछ।” ६) ख्रीष्टको मृत्युको बारेमा ध्यान दिएर सोच्नुहोस्। उहाँ तपाईंहरूलाई पापबाट बचाउन मर्नुभयो; तपाईं यसलाई कसरी निरन्तरता दिन सक्नुहुन्छ? ७) शैतानको झूट विश्वास नगर्नुहोस्: पापलाई छिट्टै वा आफ्नै प्रयासले हटाउन सकिँदैन। असल काम गरेर पाप मेटाउन सकिन्छ भनी नसम्झिनुहोस्। बारम्बार हुने पापहरू र अरु कसैले देख्न नसक्ने पापहरूबाट होसियार रहनुहोस्। पापलाई घृणा गर्नुहोस् किनभने परमेश्वरले यसलाई घृणा गर्नुहुन्छ, न कि यसले हामीलाई लाज दिन्छ। पापको विरुद्धमा लड्दा नथक्नुहोस्। यदि तपाईंले पाप गर्नुभयो भने, सम्झनुहोस् कि परमेश्वर पिता, प्रभु येशू हाम्रो पक्षमा हुनुहुन्छ, र परमेश्वरसँग क्षमा माग्नुहोस्। समयसँगै परमेश्वरको वचन पालन गरेर हामी पवित्र बन्छौं, त्यसैले पवित्रताको लागि प्रयास गरिरहनुहोस्। अन्तमा, परमेश्वरले तपाईंलाई विजय दिनुहुनेछ।

33.4 **बन्दिबगर्छेवा** | **नेव** | **दुव** | **दगेव** | **खकेव** | **गी** | **दगाव** | **व** | **नेव** | **दरे** | **नेव** | **दखा** | **द** | **सुदुव** |

३३.४ **मुख्य कुरा:** हामीले दैनिक परमेश्वरको वचन पालन गरेर पवित्र बन्छौं।



# སློབ་ཚན་སྐོར་བཞི་པ། ཡེ་བྱུ་པའི་རང་གཤེགས། དག་པའི་སློབ་ལམ།

## पाठ चौतीसः ईसाई चरित्रः शुद्धता

34.1 **ཕུ་བ།** འོག་གཡེམ་འཛོམས་ཤིག མི་རྣམས་ཀྱིས་བྱེད་པའི་སློབ་ཉེས་གཞན་ཐམས་ཅད་ལུས་ཀྱི་ཕྱི་ལ་ཡིན་ཡང་། འོག་གཡེམ་བྱེད་མཁན་གྱིས་རང་གི་ལུས་ལ་སློབ་ཉེས་བྱེད། (ཀོ་རིན་སུ་པ་དང་པོ་ 6:18)

३४.१ **पदः** व्यभिचारदेखि अलग बस। अरु जुनसुकै पाप जो मानिसले गर्दछ, त्यो शरीरबाट बाहिर हुन्छ, तर व्यभिचार गर्ने मानिसले आफ्नै शरीरको विरुद्धमा पाप गर्दछ। (१ कोरिन्थी ६:१८)

34.2 **ངོ་སློབ།** སློབ་ཚན་སློབ་མར་དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལ་ཡུན་རིང་པོར་ཉན་པའི་སློབ་ནས་དེ་རྣམས་དམ་པ་རུ་འགྱུར་བ་བསྐྱབས་ཟེན། སློབ་ཚན་འདིར་གཉེན་སྲིག་དང་། དག་པའི་སློབ་ལམ་གྱི་སློབ་སློབ་རྒྱུ་ཡིན།

३४.२ **परिचयः** अघिल्लो पाठमा हामीले सिकेका थियौं कि समयसँगै परमेश्वरको वचन पालन गरेर हामी पवित्र बन्छौं। यस पाठमा हामी विवाह र शुद्धताको बारेमा सिक्नेछौं।

34.3 **འགྲེལ་བ།** གནའ་པོའི་དུས་སུ་རྒྱལ་པོ་དུ་བེད་ནི་ཡི་སི་ར་ཨེལ་ཡུལ་གྱི་དབང་བསྐྱུར་མཁན་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཆེ་ཤོས་ཡིན། ཁོང་གིས་ཡི་སི་ར་ཨེལ་གྱི་དགྲ་པོ་བཙུགས་ནས་ཡུལ་ཆེ་རུ་བཏང་། ཁོང་གིས་ཡེ་སུལ་ལེམ་གྲོང་ཁྱེར་ནི་ཡི་སི་ར་ཨེལ་གྱི་རྒྱལ་སར་བཅུག རིང་པོ་མ་འོན་པར་ཡི་སི་ར་ཨེལ་ཡུལ་གྱི་དབང་བསྐྱུར་མཁན་སློབ་མ་རྣམས་ལས་དཔེ་ལྷུག་པོ་དང་དབང་ལུན་ཞིག་ཏུ་གྱུར། འོན་ཀྱང་ཉེན་ཞིག་རྒྱལ་པོ་དུ་བེད་ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་དོར། ཁོང་གིས་དམག་མི་ཞིག་གི་བཟའ་ཚུལ་དང་འོག་གཡེམ་བྱས་ནས་ཁོ་མོའི་ཁྱོ་བོ་བསད་དུ་བཅུག སློབ་ཉེས་དེ་ནི་རྒྱལ་པོ་དུ་བེད་དང་ཁོང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ལ་ཆག་སློབ་ཆེན་པོར་གྱུར། དཀོན་མཆོག་གིས་རྒྱལ་པོ་དུ་བེད་ལ་བཀའ་བཀྲོལ་གནང་། དམག་མིའི་བཟའ་ཚུལ་ལ་སླེས་པའི་སུ་དེ་ནི་དུ་བེད་ཀྱི་སུ་གཞན་ཞིག་གིས་སླུབ་རྒྱའི་བཟའ་ཚུལ་བཙུན་གཡེམ་བྱས། སུ་གཞན་ཞིག་གིས་རང་གི་སླུབ་བསད། ཡི་སི་ར་ཨེལ་ཡུལ་ལ་ནང་འགྲུག་དང་གསར་བརྗེ་བྱང་། མཐའ་མར་རྒྱལ་པོ་དུ་བེད་རང་གི་རྒྱལ་ས་ནས་བྲོས་དགོས་བྱུང་། འོག་གཡེམ་ནས་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་འབྱུང་།

३४.३ **व्याख्याः** प्राचीनकालमा, राजा दाऊद इजरायलका सबैभन्दा महान् शासकहरूमध्येका थिए। उनले इजरायलका शत्रुहरूलाई जित्यो, आफ्नो क्षेत्र विस्तार गर्यो र यरूशलेमलाई देशको राजधानी बनायो। उनी इस्राएलका अघिल्लो शासकभन्दा धेरै धनी र शक्तिशाली बनेको धेरै समय भएको थिएन। तर एक दिन उसले परमेश्वरलाई बिर्सियो। उसले आफ्नो एक सिपाहीकी पत्नीसँग व्यभिचार गर्‍यो, र त्यसपछि महिलाको श्रीमानलाई मार्यो। यो पाप दाऊद र उनको



सम्बन्ध राख्नुपर्छ, अरु कोहीसँग होइन। हाम्रा शरीरहरू ख्रीष्टका हुन्, र वेश्याको शरीरसँग मिल्न सक्दैनन्। परमेश्वरले विवाहलाई पवित्र बनाउनु भएकोले गर्दा, हामी शुद्धताको उदाहरण बन्नु पर्दछ। ईसाइ पुरुषहरूले महिलाहरूप्रति पूर्ण पवित्रताका साथ व्यवहार गर्नुपर्छ। वास्तवमा, अपवित्रता हामी माझ उल्लेख गर्नलाई पनि छैन किनभने ‘परमेश्वरले हामीलाई अपवित्र बन्न बोलाउनुभएको होइन, तर पवित्र बन्न’। हामीले व्यभिचार र अनैतिक काम गर्ने व्यक्तिहरूको संगत गर्नु हुँदैन जो व्यक्ति आफैलाई ख्रिष्टियन भन्छन्। बरु, हामी व्यभिचार र अनैतिकताबाट भाग्नुपर्छ किनभने यो पापपूर्ण स्वभावको कामहरू मध्ये जुन एक हो। प्रभु येशूले सिकाउनुभएको जसले कुनै स्त्रीलाई कामुकता नियतले हेर्छ उसले पहिले नै आफ्नो हृदयमा उनीसँग व्यभिचार गरेको छ, हामीले व्यभिचार पापहरू चित्रण गर्ने पुस्तकहरू वा चित्रहरू वा वेब साइटहरूमा हेर्नु हुँदैन। व्यभिचार अविश्वासीहरूद्वारा गरिन्छ जसले कामवासनाको आनन्द लिन्छ र उत्सुकता र लोभका साथ हरेक प्रकारको अशुद्धताको अभ्यास गर्दछ। यसरी जिउनेहरूले आफ्नो इच्छालाई पछ्याइरहेका छन्, परमेश्वरको इच्छालाई होइन। व्यभिचार र अनैतिकता काम गर्ने सबैलाई परमेश्वरले अनुशासनमा राख्नुहुनेछ। यस्ता मानिसहरूले आफ्नो पापको पश्चात्ताप नगरेसम्म परमेश्वरको राज्यमा प्रवेश गर्न सक्दैनन्। तरैपनि, परमेश्वरले ती व्यक्तिहरूको पाप क्षमा गर्नुहुन्छ जसले पहिले नै व्यभिचार र अनैतिकता गरेका छन्, तर जसले आफ्ना पापहरूबाट पश्चात्ताप गरेका छन् र प्रभु येशूमा विश्वास गरेका छन्। प्रेरित पावलले लेखेझैं, “यदि कसैले यी कुराहरूबाट आफूलाई शुद्ध पार्छ भने, ऊ आदरको भाँडो हुनेछ, पवित्र, मालिकको लागि उपयोगी, हरेक असल कामको लागि तयार हुनेछ।”

34.5 **बन्धनबाट मुक्ति**। **ལེ་ཤུ་ལོ་མོ་ས་ལུགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་སྤྱི་བསྟོན།**

३४.५ **मुख्य कुरा:** विवाह परमेश्वरको वरदान भएकोले गर्दा हामीले अनैतिक काम गर्नु हुँदैन।

34.6 **སྤོ་འཛིན་གྱི་ལྷན།** ལེ་ཤུ་ལོ་མོ་ས་ལུགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་སྤྱི་བསྟོན། དེ་ལྟར་གྱི་ལུགས་རང་གི་སྤོ་འཛིན་གྱི་ལྷན། (ལེ་ཤུ་ལོ་མོ་ས་ལུགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་སྤྱི་བསྟོན། 6:32)

३४.६ **कण्ठ गर्ने पद:** तर व्यभिचार गर्ने मानिस विनासमयको हुन्छ, यस्तो काम गर्नेले आफूमाथि बरबादी ल्याउँछ। (हितोपदेश ६:३२)



34.7 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གཉེན་སྲིག་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་གྲུས་བཀུར་བྱེད་དགོས་སམ། ལན། དགོན་མཚོག་གིས་གཉེན་སྲིག་གསར་དུ་བཀོད་བར་མཛད་བས་སོ།
2. དྲི་བ། ང་ཚོའི་གཟུགས་པོ་ནི་སུ་ལ་གཏོགས་སམ། ལན། ང་ཚོའི་འགོད་པ་པོ་དགོན་མཚོག་ལ་གཏོགས་བས། ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་དེ་ངན་པ་ལ་གཡོག་བྱེད་པའི་ལག་ཆ་ལྟར་བེད་སྟོན་བྱེད་མི་རུང་ངོ།

३४.७ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: विवाहलाई सबैले किन आदर गर्नुपर्छ? उ: किनभने परमेश्वरले विवाह सृष्टि गर्नुभयो।
२. प्र: हाम्रो शरीर कसको हो? उ: उहाँ हाम्रा सृष्टिकर्ता परमेश्वर हुन्, त्यसैले हाम्रो शरीरलाई दुष्टको सेवा गर्नको लागि सामग्रीको रूपमा प्रयोग गर्नु दिनु हुँदैन।

34.8 **སློབ་ལམ་འདེབས་སུ།** ཐམས་ཅད་གཟིགས་མཁན་དགོན་མཚོག་ལགས། བྱེད་ཀྱིས་ང་ཚོའི་སེམས་མཁྱེན། སྐས་པའི་དོན་རྣམས་མི་མངོན་པ་ཅི་ཡང་མེད་ལ། གསང་བའི་དོན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མི་མངོན་པ་ཅི་ཡང་མེད་བས། བྱེད་ལ་གཅེས་བར་འཛིན་པ་དང་། ལེགས་པར་བསྟེན་བཀུར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་བྱེད་ཀྱི་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་ཕྱག་ལས་ཀྱི་སློབས་ང་ཚོའི་སེམས་དག་པར་མཛོད། དེ་ནི་ང་ཚོས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལྷ་མི་ཀའི་མཚན་ཀྱི་སློབས་ལུ། ཨ་མེན།

३४.८ **प्रार्थना:** हे परमेश्वर जो सबै कुरा जान्नुहुन्छ, तपाईंले हाम्रो हृदय जान्नुहुन्छ। त्यहाँ केहि लुकेको छैन जुन प्रकट पनि हुनेछैन, र केहि पनि गोप्य छैन जुन थाहा छैन। तपाईंको पवित्र आत्माको कामद्वारा हाम्रो हृदयलाई शुद्ध पार्नुहोस्, ताकि हामी तपाईंलाई प्रेम गर्न सकौं र तपाईंको आराधना गर्न सकौं। यो हामी हाम्रा प्रभु येशू ख्रीष्टद्वारा सोध्छौं। आमेन।

# སློབ་ཚན་སྟོན་པ། ཡེ་བྱེད་པའི་རང་གཤེས། མི་གཞན་ལ་གུ་ཡངས་གཏོང་བ།

## पाठ पैंतीस: ईसाई चरित्र: अरुलाई क्षमा गर्नु

35.1 **ཕུ་བ།** དཀོན་མཆོག་གིས་མ་ལོ་ཀའི་སློབ་སྐྱོད་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བསྟུང་བ་ལ་ཟུང་བ་ལ། གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བཟང་པོ་བྱེད་ཅིང་། གཞན་ལ་གཅིག་པར་འཛིན་ནས་ཡན་ཚུན་གུ་ཡངས་གཏོང་ཞེས། (ཨེ་ཤེ་སུ་བ་ 4:32)

३५.१ **पद:** जसरी परमेश्वरले ख्रीष्टमा तिमीहरूलाई क्षमा गर्नुभयो, त्यसरी नै एउटाले अर्कालाई क्षमा गरेर तिमीहरू एक-अर्काप्रति कोमल मनका र दयालु होओ। (एफिसी ४:३२)

35.2 **དོན་ཀྱི་སློབ་ཚན་སྟོན་པ།** སློབ་ཚན་སྟོན་པ་གཉེན་སྲིད་དང་། དག་པའི་སློབ་ལམ་གྱི་སློབ་བསྟུང་བ་ལ་ཟུང་བ། སློབ་ཚན་འདིར་མི་གཞན་ལ་གུ་ཡངས་གཏོང་བའི་སློབ་སློབ་རྒྱ་ཡིན།

३५.२ **परिचय:** हाम्रो अघिल्लो पाठमा हामीले विवाह र शुद्धताको बारेमा सिकेका थियौं। यस पाठमा हामी अरुलाई क्षमा गर्ने बारे सिक्नेछौं।

35.3 **འགྲེལ་བ།** ང་ཚོ་ལི་འཛིན་ཏེ་དེ་དུང་བ་ཞེས་ལ་སློབ་མཁུ་ཡིན། སྐབས་འགར་མི་གཞན་གྱིས་ང་ཚོར་གཞོན་པ་བྱེད། སྐབས་འགར་ང་ཚོས་མི་གཞན་ལ་གཞོན་པ་བྱེད། ང་ཚོ་དང་ལྷན་ཡིན་པས་མི་གཞན་གྱིས་ང་ཚོར་གཞོན་པ་བྱས་ན། ང་ཚོས་ཁོ་ཚོར་གུ་ཡངས་གཏོང་དགོས། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱེད་དཀོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་རང་གི་བྱ་བ་གཤེས་ནས་དང་ཅིས་དག་ལུ་འདོད་པའི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་དང་འདྲ་བ་ཡིན། དེ་ཅིས་པའི་ཚོ་ཁོ་ལ་གསེར་གྱི་སློབ་མོ་ས་ཡ་གཅིག་གི་སུ་ལོན་ཡོད་པ་ཞེས་རྒྱལ་པོའི་རྩ་བ་བྱེད་དེ། ཁོ་ལ་སུ་ལོན་འཇུག་རྒྱུ་མེད་པས། རྒྱལ་པོས་ཁོ་དང་། བཟང་ལྷན། སུ་གུ་ཁོ་ལ་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་སུ་ལོན་དེ་འཇུག་པའི་སྤྱིར་འཚོང་དགོས་པའི་བཀའ་མངགས། དེ་བས་ན་བྱ་བ་གཤེས་དེ་རྒྱལ་པོའི་དུང་དུ་སྐྱབ་འཚུལ་དེ་ཁོང་ལ། ང་ལ་བཟོད་པར་མཛོད་ཅིག་ངས་བྱེད་ལ་སུ་ལོན་ཐམས་ཅད་འཇུག་ཡོང་ཞེས་སྐྱབ། དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་ཏེ་སྐྱབ་ནས་བྱ་བ་གཤེས་དེ་སློབ་གྲོལ་བཏང་སྟེ་སུ་ལོན་དེ་བས་ལ། ལོན་ཀྱང་བྱ་བ་གཤེས་དེ་སྤྱིར་སོང་ནས་རང་དང་མཉམ་པའི་བྱ་བ་གཤེས་ནས་ཀྱི་ནང་ནས་ཁོ་ལ་དཔུལ་སློབ་བརྒྱ་ཡི་སུ་ལོན་ཡོད་པ་ཞེས་དང་ཐུག་པས། སྐྱེ་བའི་ཏེ་ཁོ་ལ། སུ་ལོན་འཇོལ་ཞེས་སྐྱབ། བྱ་བ་གཤེས་དེས་སུ་མོ་སར་བཏུགས་ནས་ཁོ་ལ། ང་ལ་བཟོད་པ་སློབ་མོ་གསེས། ངས་བྱེད་ལ་སུ་ལོན་འཇུག་ཡོང་ཞེས་བཤད། ལོན་

ཀྱུང་བོས་མ་ཉན་པར་སོང་ནས་སུ་ལོན་འཇལ་མ་ཚར་བའི་བར་དུ་བྱབ་གཞིག་དེ་བཙོན་དུ་བཅུག། བྱབ་གཞིག་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་དེ་མཐོང་ནས་སེམས་ཤིན་ཏུ་འཇུགས་པར་གྱུར་ཏེ། རྒྱལ་པོའི་དུང་དུ་སོང་ནས་གནས་ཚུལ་དེ་ཐམས་ཅད་བཤད། རྒྱལ་པོས་བྱབ་གཞིག་དེ་བོས་ནས་ཁོ་ལ། གཞིག་པོ་ངའ་པ་ཁྱོད། ཁྱོད་ཀྱིས་ང་ལ་ལུ་བ་ཆེན་པོ་སྤུལ་བས་ངས་ཁྱོད་ཀྱི་སུ་ལོན་ཐམས་ཅད་བསལ། ངས་ཁྱོད་ལ་སྐྱོད་རྗེ་བྱས་པ་ལྟར། ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་རང་དང་མཉམ་པའི་བྱབ་གཞིག་རྣམས་ལ་སྐྱོད་རྗེ་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཡིན་པམ་ཞེས་སྒྲིག། རྒྱལ་པོ་བོས་ནས་སུ་ལོན་ཐམས་ཅད་འཇལ་མ་ཚར་བའི་བར་མནར་གཅོད་གཏོང་མཁན་རྣམས་ལ་གཏད། གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཚོ་མི་རེ་རེས་སེམས་གཏོང་ནས་རང་གི་སྐྱབ་སྤྲེལ་གྱི་ཡངས་མ་བཏང་ན། འཛིན་པམས་སུ་བཞུགས་པའི་ངའི་ཡབ་ཀྱིས་ཀྱང་ཁྱོད་ཚོར་དེ་ལྟར་མཛད་དེས་ཡིན་ཞེས་གསུངས།

३५.३ **व्याख्या:** हामी दुष्ट संसारमा बस्छौं। कहिलेकाहीं अरुले हामीलाई चोट पुर्याउछ। कहिलेकाहीं हामी अरुलाई चोट पुर्याउंछौं। जब अरुले हामीलाई चोट पुऱ्याउंछन्, विश्वासीको भएकोले हामीले तिनीहरूलाई पूर्ण रूपमा क्षमा दिनुपर्छ। प्रभु येशूले भन्नुभयो, “स्वर्गको राज्य एक राजासित तुलना गर्न सकिन्छ जसले आफ्ना दासहरूसित खाता बसाल्न चाहन्थे। जब तिनले हिसाब लिन लागे, दश लाख सुनको सिक्का ऋण लिने एक जना तिनीकहाँ ल्याइयो। तर त्यस मानिसले तिर्न नसक्दा त्यसका मालिकले त्यसलाई र त्यसको पत्नी र छोराछोरी र त्यसको सबै थोक बेची ऋण चुकाउने हुकुम दिए। तब त्यस नोकरले घुँडा टेकि तिनका पाउमा परेर भन्न लाग्यो, ‘ममाथि धैर्य गर्नुहोस्, र म तपाईंको सबै ऋण चुकाउनेछु।’ तब त्यस नोकरका मालिकले टिठ्यएर त्यसलाई छोडिदिए र त्यसको ऋण माफी गरिदिए। तर त्यस नोकरले निस्केर जाँदा आफ्नो सँगी नोकरहरूमध्ये एक जनालाई भेट्यो, जो त्यसको एक सय चाँदीको सिक्काको ऋणी थियो। उसलाई घाँटीमा समातेर त्यसले भन्यो, ‘तेरो ऋण तिरिहाल्।’ त्यसको सँगी नोकरले घोटो परेर त्यसलाई बिन्ती गर्यो, ‘ममाथि धैर्य गर, म तिमीलाई सबै तिरिदिनेछु।’ तर त्यसले मानेन र गएर ऋण नतिरुन्जेलसम्म उसलाई झ्यालखानामा हालिदियो। त्यसका सँगी नोकरहरूले यी सब देखे र तिनीहरू अति दुःखित भए। तिनीहरूले गएर यी सब घटना आफ्ना मालिकलाई बताइदिए। तब मालिकले त्यस नोकरलाई आफूकहाँ बोलाएर भने, ‘ए दुष्ट नोकर! तैले मसँग बिन्ती गरिस र मैले तँलाई तेरो ऋण माफी गरिदिँ। मैले तँमाथि दया गरेझैं तैले पनि तेरो सँगी नोकरमाथि दया गर्नुपर्नेथिएन?’ तब त्यसका मालिकले रिसाएर त्यसलाई सबै ऋण नतिरुन्जेल दण्ड दिनेहरूका हातमा सुम्पिदिए। तिमीहरूले आफ्नो भाइलाई आफ्नो हृदयदेखि क्षमा गरेनौं भने, स्वर्गमा हुनुहुने मेरा पिताले पनि तिमीहरूसँग त्यसै गर्नुहुनेछ।”

35.4 མི་གཞན་ལ་གྱི་ཡངས་གཏོང་བ་དང་། ང་ཚོ་ལ་གྱི་ཡངས་གཏོང་བར་སྐྱོད་བ་བྱི་དཀའ་ལས་ཡིན། འོན་ཏེ་དམ་དུ་གལ་ཏེ་ང་ཚོས་རང་གི་ལུས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ལྟར་བྱེད་མི་སྲིད། མི་གཞན་ལ་གྱི་ཡངས་གཏོང་།

དགོས་པ་དང་། གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་གུ་ཡངས་གཏོང་དགོས་པའི་བཀའ་གནང་བའི་སྐོ་ནས་གཙོ་བོ་ཡེ་  
 ཤུས་དེད་རྣམས་ནི་ཁོང་ལ་རྟེན་དགོས་པར་སྐྱེད། ཁོང་གི་དབང་གཅིག་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་དེད་རྣམས་ཀྱིས་  
 མི་གཞན་ལ་གུ་ཡངས་གཏོང་བྱུང། དེའི་ཕྱིར་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་གུ་ཡངས་གཏོང་བ་དེས་དགོན་མཚོག་  
 གི་ཕྱགས་རྗེ་དེད་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ལ་ཡོད་པ་མི་ཐམས་ཅད་ལ་སྟོན། གལ་ཏེ་མི་གཞན་ལ་གུ་ཡངས་གཏོང་  
 དགོས་བྱུང་ན། དེའི་སྐོར་སྐོར་ལམ་འདེབས། དགོན་མཚོག་གིས་བྱེད་ལ་གང་བྱེད་དགོས་པར་མངོན་པར་  
 མཛད་པར་ལུ། དགོན་མཚོག་གིས་བྱེད་ལ་དགུ་ཤ་ལེན་པའི་འདོད་པ་སྤོང་དགོས་པའམ། མི་དེའི་དོན་  
 ལ་སྐོར་ལམ་འདེབས་པ། མི་དེ་ལ་བྱ་བ་བཟང་པོ་བྱེད་དགོས་པར་གསུང་སྟེ། མི་དེ་ལ་གུ་ཡངས་བཏང་  
 བས་དགོན་མཚོག་གིས་བྱེད་གཉིས་ལ་འདུམ་པར་མཛད་པའི་སྐོར་ལམ་ཞིག་ལུ། དད་ལྡན་གཞན་རྣམས་  
 ཀྱིས་དེ་ལྟར་རོགས་པ་བྱེད་བྱུང།

३५.४ अरुलाई क्षमा दिनु र हामीलाई क्षमा दिनहोस भनि तिनीहरूलाई सोध्नु धेरै गाह्रो हुन सक्छ।  
 वास्तवमा, यदि हामी आफ्नै बलमा भर गछौं भने, यो असम्भव छ। हामीलाई एकअर्कालाई क्षमा  
 गर्न आज्ञा दिँदै, प्रभु येशूले हामीलाई उहाँमा पूर्ण रूपमा निर्भर बनाउनुभयो। उहाँको शक्तिमा  
 भर परेर मात्र हामीले अरुलाई क्षमा गर्न सक्छौं। यसकारण, एकअर्कालाई क्षमा गर्नुले सबैलाई  
 देखाउँछ कि परमेश्वरकोको अनुग्रह हामीमाथि छ। यदि तपाईंलाई कसैलाई क्षमा गर्न आवश्यक  
 छ भने, यसको बारेमा प्रार्थना गर्नुहोस्। के गर्ने हो भनेर देखाउनको लागि परमेश्वरलाई सोध्नुहोस्।  
 परमेश्वरले तपाईंलाई बदला लिने इच्छा त्याग्न वा त्यो व्यक्तिको लागि प्रार्थना गर्न वा तिनीहरूको  
 लागि केही राम्रो गर्न भन्न सक्नुहुन्छ। जब तपाईंले त्यो व्यक्तिलाई माफ गर्नुभयो, तपाईं दुवैलाई  
 मिलाउनको लागि परमेश्वरसँग सोध्नुहोस्। यो गर्न अरु विश्वासीहरूले तपाईंलाई सहयोग गर्न  
 सक्छन्।

35.5 **ནང་དོན་གཙོ་བོ།** དགོན་མཚོག་གིས་ཕྱགས་རྗེའི་དང་ནས་ང་ཚོའི་སྤྱིག་ཉེས་སེལ་བས། ང་ཚོས་ཀྱང་  
 མི་གཞན་ལ་གུ་ཡངས་གཏོང་དགོས།

३५.५ **मुख्य कुरा:** किनभने परमेश्वरले दयालु भई हाम्रा पापहरू क्षमा गर्नुहुन्छ, हामीले अरुको  
 पापहरू क्षमा गछौं।

35.6 **སྐོ་འདོན་བྱེད་སྐྱེ།** གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བཟོད་པ་སྐོམ་ནས། གཅིག་གིས་གཞན་ལ་སྐོར་བཟོད་  
 བ། གཙོ་བོས་བྱེད་ལ་སྤྱིག་ཉེས་སེལ་བ་ལྟར་བྱེད་ཚོས་ཀྱང་ཕན་ཚུན་ལ་གུ་ཡངས་གཏོང་དགོས། (ཀོ་  
 འོ་སྐྱ་བ་ 3:13)



# སློབ་ཚན་མོ་དྲུག་པ། ཡེ་བྱེད་པའི་རང་གཤེས། དྲང་བདེན་གྱི་སློབ།

## पाठ छत्तीस: ईसाई चरित्र: इमानदारीता

36.1 **ཅུ་པ།** ཡིན་ན་ཡིན་དང་མིན་ན་མིན་གྱི་གཏམ་དྲང་བོ་ཤོད་ཅིག དེ་ལས་ལྷག་པ་ཇི་ཡོད་ངན་པ་ལས་འགྲུང། (མད་མུ་ 5:37)

३६.१ **पद:** तिमीहरूले भनेको वचनचाहिँ 'हो' भने 'हो,' 'होइन' भने 'होइन' मात्र होस्। यीभन्दा बढीचाहिँ दुष्टताबाट आउँदछ। (मत्ती ५:३७)

36.2 **དོན།** དཀོན་མཆོག་གིས་ལུགས་རྗེའི་རང་ནས་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཉེས་སེལ་བས། རེད་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་གཞན་ལ་གུ་ཡངས་གཏོང་དགོས་པ་སློབ་ཚན་སློབ་མར་བསྐྱབས་ཟེན། སློབ་ཚན་འདིར་དང་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་རླུ་གཏམ་སྤངས་ནས་བདེན་གཏམ་ཁོ་ན་ཤོད་དགོས་པ་གསལ་བཤད་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན།

३६.२ **परिचय:** अधिल्लो पाठमा, हामीले सिकेका थियौं कि हामीले अरुको पाप क्षमा गर्छौं किनभने परमेश्वरले हाम्रा पापहरू दयालु भई क्षमा गर्नुहुन्छ। यस पाठमा, हामी विश्वासीहरूले झूट बोल्नु हुँदैन, तर सत्य मात्र बोल्नु पर्छ र अरुसँग इमानदारीपूर्वक व्यवहार गर्नुपर्छ भनेर व्याख्या गर्नेछौं।

36.3 **འགྲེལ་པ།** དཀོན་མཆོག་ནི་བདེན་པ་ཉིད་ཀྱི་དཀོན་མཆོག་ཡིན། ལུང་སྟོན་པ་མོ་ཤེ་ཡིས་ཁོང་ནི་བྲག་ལྷར་བརྟན་ཞིང་ཁོང་གི་འཕྲིན་ལས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་། ཁོང་གི་ཐེབས་ལམ་ཐམས་ཅད་ཚོས་བྲིམས་བཞིན། དཀོན་མཆོག་གཏམ་དུ་འགྲུང་བ་མེད་ཅིང་སྤྱི་ཉེས་ཉིད་དང་བྲལ་བ་མ་ཟད་ལུགས་རྒྱུད་དྲང་བ་དང་མི་ནོར་བ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་བྲིས། དཀོན་མཆོག་དྲང་བདེན་ཡིན་པས་བདེན་པ་རྟག་པར་གསུང་ལ་རླུ་གཏམ་མི་སྤྱིད། ཁོང་ནི་བདེན་པ་ཉིད་ཀྱི་དཀོན་མཆོག་ཡིན་པས་ང་ཚོ་ཁོང་གི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་བདེན་པ་ཁོ་ན་ཤོད་དགོས། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱེད་ཡིན་ན་ཡིན་དང་མིན་ན་མིན་གྱི་གཏམ་དྲང་བོ་ཤོད་ཅིག དེ་ལས་ལྷག་པ་ཇི་ཡོད་ངན་པ་ལས་འགྲུང་ཞེས་གསུངས། སློབ་པ་ལུ་ལུས་ཐབ་རྩུབ་ལ་རླུ་གཏམ་མ་ཤོད་ཅིག་ཅིས་དང་། བྱམས་སེམས་ཀྱི་སློབ་སློབ་བདེན་གཏམ་སྤྲོ་ཞེས་བྲིས། དཀོན་མཆོག་གིས་རླུ་གཏམ་ལ་སྤང་བར་མཛད་པས་དང་ལྡན་པས་རླུ་གཏམ་མི་ཤོད་དམ། ལུང་བཤད་མི་བྱེད། མགོ་སློབ་མི་གཏོང། རོ་བོ་སྟོན་མི་བྱེད། སྤང་བ་མི་གཏོང། རྒྱབ་བཤད་མི་རྒྱག། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱེད་རླུ་གཏམ་ཤོད་མཁུ་དང་གཡོ་སྐྱེ་བྱེད་མཁུ་ཞི་རླུ་གཏམ་ཤོད་མཁུ་དང་རླུ་གཏམ་གྱི་པ་ཡང་ཡིན་པའི་བདུད་སྤྲོ་ཏན་གྱི་སྐྱེ་བུ་ཡིན་པར་གསུངས། དུས་ཀྱི་མཐའ་མའི་ཉིན་མོར་འགྲུང་བའི་ཞལ་ཆད་ལ་ཁོ་ཚོ་དཀོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་སྤྱི་དུ་འཇུག་མི་སྤྱིད་པས།



३६.४ सत्य बोल्नेहरू व्यापारमा इमानदार हुन्छन्। प्रभु येशूले घरको मालिकको बारेमा एउटा कथा सुनाउनुभयो। मालिक यात्रामा निस्कनु अघि, उनले आफ्ना नोकरहरूको जिम्मामा एक जना दासलाई नियुक्त गरे। तर दासले सोचे, “मेरा मालिक आउन ढिलाउनुहुनेछ,” भनेर कमारा र कमारीहरूलाई पिट्न लाग्यो, र त्यो खान, पिउन र माल्न लाग्यो। तर मालिक एक दिन दासले आशा नगरेको समयमा फर्किए। उसले त्यो दुष्ट दासलाई दण्ड दियो र उसलाई अविश्वासीहरूसँग छोडिदिए। यो बेइमान दासले आफ्नो मालिकको सम्पत्ति चोर्यो। मानिसले लापरवाही, छल, हिंसा, चोरी, आफूले वाचा गरेअनुसार नगर्ने वा ऋण तिर्न नसकेर अरुको सम्पत्ति हडप्न सक्छन्। व्यापारमा अरुलाई धोका दिने, बेइमानी गर्ने वा झूट बोल्ने धेरै परीक्षाहरू छन्, तर विश्वासीहरू व्यापारमा इमानदार हुनुपर्छ। हामीले घुस लिने वा दिने होइन। हामीले आफ्नो फाइदाको लागि अरुको सम्पत्तिलाई व्यवस्थापन गर्न वा अरुको सम्पत्ति बर्बाद गर्न होइन। अरु कसैले हामीलाई नदेखे तापनि हामी परमेश्वरले भन्नुभएबमोजिम बाँच्नु पर्छ। व्यक्तिगत हाम्रो व्यवहार र सार्वजनिक रूपमा हाम्रो व्यवहार उस्तै छ। हामी जे भन्छौं त्यो गछौं, यो महँगो वा गाह्रो हुँदा पनि।

36.5 **बदर्देक'गर्जे'सो** | द'गो'क'ख'के'ग'वे'व'दे'क'द'ने'द'ग'ने'ग'ने'द'गो'क'ख'के'ग'ये'क'द'स'द'के'स'व'दे'क'ग'द'स'से'द।

३६.५ **मुख्य कुरा:** किनकि परमेश्वर सत्यको परमेश्वर हुनुहुन्छ, हामी सत्य बोल्छौं।

36.6 **सो'द'दे'क'ग'ने'द'सु** | द'क'कु'क'द'स'हु'क'ग'द'स'ख'से'द'उ'द'ग' (गो'ये'सू'द' ३:९)

३६.६ **कण्ठ गर्ने पद:** एउटाले अर्कालाई नढाँट। (कलस्सी ३:९)

36.7 **दिस'य'व**

1. दिस'व | द'द'स'क'क'ख'के'ग'ने'स'v'दे'क'ग'द'स'ख'से'द'उ'द'ग'ने'द'गो'क'ख'के'ग'वे'व'दे'क'द'ने'द'ग'ने'द'गो'क'ख'के'ग'ये'क'द'स'से'द।

2. दिस'व | ग'द'द'दे'क'क'ख'के'ग'ने'स'हु'क'ग'द'स'v'दे'क'ग'द'स'ख'से'द'उ'द'ग'ने'द'गो'क'ख'के'ग'वे'v'दे'क'ग'द'ने'द'ग'ने'द'गो'क'ख'के'ग'ये'क'द'स'से'द। सु'दिस'सु'सु'ये'क'क'ख'के'ग'ने'स'।

३६.७ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: विश्वासीहरूले किन सत्य मात्र बोल्नुपर्छ? उ: किनभने परमेश्वर सत्यको परमेश्वर हुनुहुन्छ।

२. प्र: प्रभु येशूका अनुसार, यदि हामीले झूट बोल्छौं र अरुलाई धोका दियो भने, हामी कसका सन्तान हौं? उ: शैतानको।



36.8 **སློབ་ལམ་འདེབས་རྒྱ།** ཡབ་དགོན་མཚོག་ལགས། བྱིད་ནི་རང་གཤིས་དྲང་པོ་ཡིན་ལ། བྱིད་ཀྱི་  
མེབས་ལམ་ཡང་དག་པའོ། བྱིད་ཀྱི་མཚོན་ནི་གནམ་ས་གཉིས་ལ་གཟེ་བརྗེད་དང་ལྷན་པར་འགྱུར་བའི་  
ཕྱིར། བྱིད་ཀྱི་སྲས་དང་སྲས་མོ་ང་ཚོར་རང་གཤིས་དྲང་པོ་དང་ལྷན་པར་མཛོད། ཨ་མེན།

३६.८ **प्रार्थना:** हे पिता परमेश्वर, तपाईं एक धर्मी परमेश्वर हुनुहुन्छ जसको मार्ग ठिक छ।  
हामीलाई आफ्ना सन्तान जस्तै धर्मी बनाउनुहोस्, ताकि तपाईंको नाउँ पृथ्वी र स्वर्गमा महिमित  
होस्। आमेन।

# སློབ་ཚན་སོ་བདུན་པ། ཡེ་བྱའི་རང་གཤིས། དད་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་ངག་ पाठ सैंतीस: ईसाई चरित्र: विश्वासीहरुको बोली

37.1 **ཅུ་བ།** གལ་ཏེ་སྤྱི་ཡོད་སློབ་ལ་གཅེས་པ་དང། །  
བདེ་སྤྱི་དམྱོགས་ལྡན་དུས་ཤིག་མཐོང་འདོད་ན། །  
ཚོག་ཅུ་བ་གཡོ་སྤྱོད་འདྲ་གཏམ་མ་སྤྱོད་ཞེས། །

(པེ་ཏོ་དང་པོ་ 3:10)

३७.१ **པད:** “जसले जीवनलाई प्रेम गर्छ, र असल दिनहरू देख्ने इच्छा गर्दछ, त्यसले आफ्नो जिब्रोलाई खराबीबाट र आफ्ना ओठलाई छली कुरा बोल्नबाट अलग राखोस्।” (१ पत्रुस ३:१०)

37.2 **དམྱོད།** ཁ་ཚེས་ལུས།  
དབྱར་ཁ་ལྷུགས་དང་དགུན་ཁ་རྩ་ལ་ལྷོས། །  
དབྱར་དགུན་མེད་པ་དམར་པོའི་ཕྱེ་ལ་ལྷོས། །

ཞེས་བྲིས། སློབ་ཚན་འདིར་དགོན་མཚོག་གི་གནང་སྤྱི་ཏེ་ངག་གི་སློབ་སློབ་རྒྱ་ཡིན།

३७.२ **པརིཅུམ:** तिब्बती ऋषि खाचे फालुले एक पटक लेखेका थिए, “गर्मीमा फलामका भाँडाहरू र जाडोमा माटाका भाँडाहरू हेर; गर्मी र जाडोमा आफ्नो जिब्रोलाई हेर।” यस पाठमा हामी परमेश्वरको बोलीको वरदान प्रयोग गर्ने बारे सिक्नेछौं।

37.3 **འགྲེལ་པ།** མི་གཞན་གྱི་གཏམ་ཐོས་ན་རྩུབ་གཏམ་དང། རང་བསྟོན་བྱེད་པའི་གཏམ། རྒྱུ་བཤད་  
བཅས་ཐོས་པར་འགྱུར། གང་ལགས་ཤེ་ན། མི་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱུ་ལྟར་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་སྤྱོད་ར་གཏོང་  
བ་དང། སེམས་ལྷུགས་ཉམས་པར་བྱེད་པ། རྒྱུ་འདོགས་བྱེད་པ། དམའ་འབེབས་གཏོང་བ། ཚུན་  
སྤྱོད་བཞེད་ཡོད། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱས་གལ་ཏེ་ངཚོས་དེ་ལྟར་སྤྱོད་ན། འཛིན་གཙོ་བོ་ཚུ་བར་འགྱུར་ངེས་  
ཡིན། ཁོང་གིས་ཇི་ལྟར་བྱེད་ཀྱིས་མི་གཞན་ལ་སྤྱོད་འདོགས་བྱས་པ། དེ་ལྟར་བྱེད་ལ་ཡང་འཛིན་གཙོ་བོ་  
འགྱུར་བར་འགྱུར། སྤྱོད་གང་གིས་འཇམ་བ་དེ་རང་གིས་བྱེད་ལ་ཡང་འཇམ་བར་འགྱུར། གཞན་གྱི་མིག་  
ལ་ཡོད་པའི་ཤིང་རྒྱལ་མཐོང་ཡང། རང་གི་མིག་ལ་ཡོད་པའི་གདུང་མ་མི་མཐོང་བ་དེ་ཅི་ཡིན། ཡང་ན་  
བྱེད་ཀྱིས་རང་གི་མིག་ལ་ཡོད་པའི་གདུང་མ་མི་མཐོང་བར། མི་གཞན་ལ་བྱེད་ཀྱི་མིག་ལ་ཡོད་པའི་ཤིང་

རྒྱལ་འདོན་པར་བྱ་ཞེས་ཅི་ལྟར་བཟེང་། ཁ་བཤད་དོན་ལ་མི་གནས་པ་ཞེས། སློན་ལ་རང་གི་མིག་ལ་ཡོད་  
པའི་གཏུང་མ་ཐོན་ཅིག དེ་ནས་གཞན་གྱི་མིག་ནས་ཤིང་རྒྱལ་འདོན་པའི་ཆེད་དུ་གསལ་ལོ་ར་མཐོང་ཞེས་  
གསུངས། ང་ཚོ་རེ་རེ་སློན་མང་པོ་ཡོད་པས་སུ་ཞིག་གིས་མི་གཞན་ལ་སློན་འདོགས་བྱེད་འོས་པ་མིན།

३७.३ **व्याख्या:** यदि तपाईंले आफ्नो वरपरका मानिसहरूको बोली सुन्नुभयो भने, तपाईंले उनीहरूलाई झूट, घमण्ड र गफ गरेकोको सुन्नुहुनेछ, किनभने मानिसहरूले अक्सर एकअर्कालाई गाली, निरुत्साहित, दोषारोपण, आलोचना र झगडा गर्ने गर्छन्। प्रभु येशूले भन्नुभयो कि यदि हामी यसरी बोल्छौं भने, त्यसो गरेकोमा हाम्रो न्याय गरिनेछ। “किनकि तपाईंले गरेको न्यायले तपाईंलाई नै न्याय गरिनेछ र तपाईंले जुन नापमा दिनु हुन्छ त्यही नाप तपाईंले पाउनुहुनेछ। तिमी आफ्नो छिमेकीको आँखामा भएको छेस्को किन देख्छौ, तर आफ्नै आँखामा भएको मुडो किन देख्दैनौ? अथवा तिम्रो आफ्नै आँखामा मुडा छँदा तिमिले आफ्नो छिमेकीलाई कसरी ‘मलाई तिम्रो आँखाबाट मुडा निकाल्नु देउ’ भन्न सक्छौ? ए कपटी हो, पहिले आफ्नो आँखाबाट मुडा निकाल, अनि छिमेकीको आँखामा भएको छेस्का निकाल्नुलाई तिमिले स्पष्ट देख्नेछौ।” हामी मध्ये कोही पनि अरुको गल्ती खोज्न योग्यको छैनौं, किनकि हामी आफैमा धेरै गल्तीहरू छन्।

37.4 མི་གཞན་ལ་བཤད་པའི་གཏུང་ལས་གཞོན་པ་ཆེན་པོ་འབྱུང་གིས། སློཾ་ཚབ་ཡ་གོ་བ་ཀྱིས་ལྷེ་ནི་ལུས་  
ཀྱི་ཡན་ལག་ཚུང་ཚུང་ཞིག་ཡིན་ཡང་དོན་ཆེན་གྱི་སློཾ་ལུང་གོ་བ་བྱེད། མེ་ཚུང་དུ་ཞིག་གིས་ཅི་ལྟར་ཆེ་བའི་  
ཤིང་ནགས་སྒྲིག་ཡང་ལྷེ་ནི་མེ་སྟེ། ང་ཚོའི་ཡན་ལག་གི་ནང་ནས་ལྷེ་དེས་དྲང་བོ་མེད་པའི་འཛིག་རྟེན་  
མཚོན། དེས་ལུས་ཉི་ལ་པོ་མི་གཙང་བར་བྱེད་ཅིང་། མི་ཚོའི་འཕོ་ར་ཆེན་པོ་བཟང་པོ་དང་། དཔུལ་ཁམས་  
ཀྱིས་མེ་ཡིན་པའི་ལྷེ་སྟེང་པོ། མིའི་རིགས་ཀྱིས་གཙན་གཙན་དང་། བྱ་བྱིས་ལྷོ་བསྟོད། ལྷེ་མཚོའི་  
སློག་ཆགས་རིགས་ཀྱི་འདུལ་བར་བྱེད་ཅིང་། བཏུལ་བྱེད་ཀྱང་། སུས་ཀྱང་ལྷེ་འདུལ་མི་ཐུབ། དེ་ནི་  
མི་བརྟན་པ་དང་རབ་པ་ཡིན་ཏེ། སློག་ལེན་དུག་ལུ་ཡིས་གང་ཞེས་གསུངས། སློག་ཉེས་ལྷན་པའི་གཏུང་  
ནི་སློག་ཉེས་ལྷན་པའི་སེམས་ཀྱི་དབང་རྟེན་ཡིན། དེ་ནི་གཙོ་བོ་ཡེ་ལུས་སེམས་ནང་གང་ཞེས་ཡོད་པ་  
དེ་ཁ་ཡིས་བཟོད་ཅེས་གསུངས་པའི་དོན་ཡིན།

३७.४ हामीले अरुलाई के भन्छौं त्यस कुराले तिनिहरूलाई ठूलो हानि पुऱ्याउन सक्छ। प्रेरित याकूब भने, “त्यस्तै जिब्रो पनि एउटा सानो अङ्ग भएर ठूला-ठूला कुराको अभिमान गर्दछ। एउटा सानो आगोको झिल्लाले ठूलो वन पनि स्वाहा पार्दछ। जिब्रो पनि एउटा आगो नै हो। अधर्मको एउटा दुनियाँ नै हो। यसले सारा शरीरलाई दूषित पार्दछ, र जीवनको सारा क्रममा, नै आगो सल्काइदिन्छ, र नरकको आगोमा त्यो जल्छ! हरेक किसिमका पशुपक्षी, घस्रने जन्तु र समुद्रका जीवजन्तुलाई तह लगाउन सकिन्छ, र मानिस जातिबाट नै तह लगाइएको छ, तर जिब्रोलाई कुनै

मानिसले तह लाउन सक्दैन घातक विषले भरिएको यो चञ्चल दुष्ट हो।: पापपूर्ण बोली नै पापी हृदयको प्रमाण हो। प्रभु येशूले भन्नुको अर्थ यही हो, “मुखले त्यही बोल्छ, जसबाट मन भरिन्छ।”

37.5 यिःसुदःयिःगःरुमःग्रेःसःदःगोःवःसःकिसःयुःगःसःदःसुःदःवःदःवः। खिःगःवःकःयःसुःसुःसुःरुःद्रुःदःवः। गुःयुःदःसः  
गःरुःदःवः। दःगोःदःसःदःगःरुःवः। गःरुःवःयिःसुदःरुःमःसःदःसुःदःसुःदःगःसुः। दःकिसःयुःगःरुःमःवेःदःगः  
रुःसुःवःदःदःसुःवःदःगोःसः। सुःकिसःयुःगःरुःमःगःरुःवःसुःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमः  
यिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदः

गःयःरुःसुःयुःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमः।

वःदःसुःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमः।

किसःयुःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमः।

उसःवःसुःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमः  
गोःसःखिःसःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमः  
यिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदः  
सुःकिसःयुःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमःसुःदःसुःदःगःरुःमः  
यिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदः  
यिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदःयिःसुदः

३७.५ ख्रीष्टियनहरूको हैसियतमा, हाम्रो बोलीलाई परमेश्वरको प्रशंसा गर्न, अरुलाई हुर्काउन, क्षमा दिन, माफी मान्ने र प्रभु येशूको बारेमा अरुलाई बताउन हामीले प्रयोग गर्नुपर्छ। हाम्रो बोली सधैं दयालु हुनुपर्दछ, जस्तै प्रेरित पावलले भने, “तिमीहरूको मुखबाट कुनै खराब कुरा ननिस्कोस्, तर आवश्यकता अनुसार निर्माणको लागि के उपयोगी छ, ताकि तपाईंका वचनहरूले सुन्नेहरूलाई अनुग्रह प्रदान गरुस्।” प्रेरित पत्रसले भने कि विश्वासीहरूले “आफ्ना जिब्रोलाई खराबीबाट र तिनीहरूका ओठहरूलाई छली बोल्नबाट जोगाउनुपर्छ।” यो सिद्धान्त धेरै महत्त्वपूर्ण छ, किनकि समयको अन्त्यमा जब परमेश्वरले सबै मानिसहरूको न्याय गर्नुहुन्छ, हामीले भनेको प्रत्येक व्यर्थ वचनको हिसाब दिनु पर्छ। यदि हामीले परमेश्वरको इच्छा अनुसार बोल्ने हो भने, हामीलाई पवित्र आत्मा परमेश्वरबाट शक्ति चाहिन्छ। जसरी पापपूर्ण शब्दहरू पापी हृदयहरू भएको प्रमाण हुन्, त्यसरी नै हाम्रा दयालु शब्दहरू पनि हाम्रो हृदयमा भएको अनुग्रहको प्रमाण हुन्।

37.6 **ནང་དོན་གཙོ་བོ།** ང་ཚོའི་གཏམ་གྱི་དམིགས་ལུལ་ནི་དགོན་མཚོག་ལ་བསྟོད་པ་དང་མི་གཞན་ལ་སློ་སློ་འབྱེད་པ་དེ་ཡིན།

३७.६ **मुख्य कुरा:** हामी परमेश्वरको प्रशंसा गर्न र अरुलाई प्रोत्साहन दिन बोलौं।

37.7 **སློ་འཛིན་བྱེད་སྐྱུ།** ངས་ཁྱེད་ཚོར་ཟེར་རྒྱུར། བྲིམས་གཙོད་ཀྱི་ཉེན་མོར་མི་ཚོས་སྐྱེས་པའི་ཚོག་ངན་ཅེ་ཅེའི་དོན་ལ་དགོན་མཚོག་ལ་རྩིས་འབུལ་ལུ་དགོས། (མད་མུ་ 12:36)

३७.७ **कण्ठ गर्ने पद:** म तिमीहरूलाई भन्दछु, हरेक व्यर्थको कुरा जो मानिसहरू बोल्दछन्, न्यायको दिनमा तिनीहरूले त्यसको लेखा दिनुपर्नेछ। (मत्ती १२:३६)

37.8 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། རང་གི་ལྗེ་ལ་ཚོད་འཛིན་པ་ནི་ཅིའི་ཕྱིར་གལ་ཆེན་ཡིན་ནམ། ལན། ང་ཚོས་ཕན་མེད་པའི་ཚོག་ཅེ་ཅེའི་དོན་ལ་དགོན་མཚོག་ལ་རྩིས་འབུལ་ལུ་དགོས་པས་སོ།
2. དྲི་བ། དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལྟར་ང་ཚོས་ཅི་ལྟར་གཏམ་བཟོ་དགོས་སམ། ལན། དགོན་མཚོག་ལ་བསྟོད་པ་དང་མི་གཞན་ལ་སློ་སློ་བས་སླེལ་བའི་ཕྱིར་གཏམ་བཟོ་དགོས།

३७.८ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: हाम्रो बोली नियन्त्रण गर्नु किन महत्त्वपूर्ण छ? उ: किनभने हामीले भनेको प्रत्येक व्यर्थ शब्दको हामीले परमेश्वरलाई लेखा दिनुपर्छ।
२. प्र: हामी कुन तरिकामा बोलेको परमेश्वरले चाहनुहुन्छ? उ: हामीले परमेश्वरको महिमा गर्ने र अरुलाई प्रोत्साहन दिने तरिकामा बोल्नुपर्छ।

37.9 **སློན་ལམ་འདབས་སྐྱུ།** སློན་མེད་པའི་དགོན་མཚོག་ལགས། ཁྱེད་ཀྱི་དཔེ་སུབས་ཏེ་ང་ཚོ་ངག་དང་ལྷན་པ་ཡིན་པར་མཛད་པས། མི་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱགས་རྗེ་འཕྲོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཉན་མཁན་རྣམས་ལ་ཕན་པའི་གཏམ་ཁོ་ན་ཤོད་ཐུབ་པ་དང་ཚོར་གནང་བར་ཤོག ཨ་མེན།

३७.९ **प्रार्थना:** सर्वशक्तिमान परमेश्वर, तपाईंले हामीलाई बोलीको वरदान पाउनको लागि आफ्नो स्वरूपमा बनाउनुभयो। हामीलाई अरुको मद्दत गर्नक लागि उपयोगी कुरा मात्र भन्न लगाउनुहोस्, ताकि हाम्रो बोलीले सुन्नेहरूलाई तपाईंको अनुग्रह प्रदान गरोस्। आमेन।

# སློབ་ཚན་སོ་བརྒྱད་པ། ཡེ་བྱེད་པའི་རང་གཤེས། སྟེམས་ཚུང།

## पाठ अठ्ठीसः ईसाई चरित्रः नम्रता

38.1 **ཚུ་བ།** བྱེད་ཚོ་ཐམས་ཅད་སྟེམས་ཚུང་གི་ཐོག་ནས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་རོགས་བྱེད་དགོས། གང་ཡིན་ཞེ་ན།

དཀོན་མཆོག་གིས་ཤིང་རྒྱལ་ཙན་ལ་རྒྱོལ། །

སྟེམས་ཚུང་རྣམས་ལ་སྲུགས་ཇི་གནང་བར་མཛད། །

(པེ་རྟོ་དང་པོ་ 5:5)

३८.१ **པད:** एक-अर्काको अधीनमा रहेर तिमीहरू सबैले नम्रताको वस्त्र धारण गर। किनभने, “परमेश्वरले अहङ्कारीहरूको विरोध गर्नुहुन्छ, तर नम्रहरूलाई अनुग्रह गर्नुहुन्छ।” (१ पत्रुस ५:५)

38.2 **དོ་སྟོན།** སློབ་ཚན་སྟོན་མ་ཡེ་བྱེད་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་ལྗེ་ལ་ཁ་ལོ་སྦྱར་དགོས་པ་བསྟན་བས་ཟེ་ན། སློབ་ཚན་འདིར་དཀོན་མཆོག་གི་གནང་སྲིབ་སྟེམས་ཚུང་གི་སྐོར་སློབ་རྒྱ་ཡིན།

३८.२ **པརིཅལ:** अधिल्लो पाठ मा हामीले सिक्यौं कि ख्रीष्टियनहरूले आफ्नो बोलीलाई नियन्त्रण गर्नुपर्छ। यस पाठमा हामी नम्रताको अनुग्रहको बारेमा सिक्नेछौं।

38.3 **འགྲེལ་པ།** ཉིན་ཞིག་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱེད་པ་སྟོན་ལ་གདན་འདྲེན་བྱས། མགོན་པོ་རྣམས་གྲལ་མགོའི་གལ་ཆེས་ར་བདམས་པར་གཟིགས་ནས་ཁོང་གིས་ཁོ་ཚོར་དཔེའི་སྐོར་གསུངས་ཏེ། སུ་ཞིག་གིས་ཁྱོད་བག་སྟོན་དུ་མགོན་ལ་བོས་སྐབས་གྲལ་མགོའི་གལ་ཆེས་ར་མ་སྟོན། གང་ལགས་ཟེར་ན། སྦྱོར་བདག་གིས་ཁྱོད་ལས་གལ་ཆེབ་ཞིག་བོས་ཡོད་ན། ཁྱོད་གཉིས་བག་སྟོན་ལ་འབོད་མཁན་ཡོད་ནས་ཁྱོད་ལ། བྱེད་ཀྱི་བཞུགས་ས་མི་འདི་ལ་གནང་རོགས་ཞེས་བཤད་དེ་དོ་ཚུང་བའི་རང་ནས་ཁྱོད་གྲལ་མཐུག་ཏུ་འགོ་དགོས། འོན་ཀྱང་སྟོན་ལ་བོས་སྐབས་སུ་གྲལ་མཐུག་ཏུ་སོང། དེ་ནས་ཁྱོད་བག་སྟོན་ལ་འབོད་མཁན་ཡོད་ནས། གོགས་པོ། གྲལ་མགོའི་གལ་ཆེས་ར་བཞུགས་རོགས་གནང་ཞེས་སྒྲིབ་ནས་ཚང་མའི་མདུན་དུ་ཁྱོད་བཀུར་སྟེ་འཕྲོབ་པར་འགྱུར། དེ་བས་རང་གིས་རང་ལ་བཀུར་སྟེ་བྱེད་མཁན་ཐམས་ཅད་དམའ་བར་འགྱུར་ཞིང། རང་གིས་རང་ལ་དམའ་བར་གཏོང་མཁན་ཐམས་ཅད་བཀུར་སྟེ་འཕྲོབ་པར་འགྱུར་ཞེས་གསུངས།

३८.३ **བཤམས།** प्रभु येशूलाई एक पटक भोजमा निम्तो दिइएको थियो। जब उहाँले देख्नु भयो कि अतिथिहरूले सम्मानको ठाउँहरू कसरी छान्दो, त्यसैले तिनीहरूलाई एउटा दृष्टान्त भन्नुभयो।

“विवाहको भोजमा तिमिले कसैको निम्तो पायौ भने आदरका स्थानमा नबस, तिमिभन्दा बढी प्रतिष्ठित व्यक्तिले त्यहाँ निम्तो पाएका होलान्, तिमिलाई र तिनलाई निम्तो दिने मेजमानले आएर तिमिलाई भन्नेछ, ‘यिनलाई बस्ने ठाउँ देऊ,’ र तिमिचाहिँ लज्जित भएर सबैभन्दा तल्लो स्थानमा बस्नुपर्नेछ। तर जब तिमिले निम्तो पाउँछौ, गएर तल्लो ठाउँमा बस, र मेजमानले आएर तिमिलाई भन्नेछ, ‘ए मित्र, माथि गएर बस्नोस्।’ त्यस बेला तिमिसँग खान बस्नेहरूका सामुने तिम्रो इज्जत हुनेछ। किनकि हरेक जसले आफूलाई उच्च तुल्याउँछ, त्यो होच्याइनेछ, र आफूलाई होच्याउनेचाहिँ उच्च पारिनेछ।”

#### 38.4 दसःपदेःशसुदःपदःपसा।

दगोवःशकेसाःशिसःवेःदःकुपःउवःपःकेसा।

श्लेसाःकुदःकुसाःपःसुगसाःहेःशकःपदःसईद।।

उसाःशिसःपसाःश्लेसाःकुदःपेवःदगोसा। शसुदःपदःग्रेःपेसाःपददःग्रेःशदोःपसा। दःकुपःउवःग्रेःश्लेदः  
 पसाःउदःपःदगोवःशकेसाःवेवःपःपेसा कदःपःसेदःपदःशदोःपेःश्लेदःपेसाःशिसःपेसाःशेसाः  
 कुसाःपःशुदःपसाःदसाःपसाःपददः। श्लेसाःकुदःकुसाःग्रेसाःदगोवःशकेसाःशेःशुवःशुदःपदःपेसाःपेसाः  
 कुःकुवःसेदःपःपेसा। ददःपःशेसाःपेसाःग्रेःददःशेसाःपेसाःपददः। पदःकेसाःपसाःपददःपेसाःउदः  
 वेःदगोवःशकेसाःशेःशुवःशुदःपेसाःउवःग्रेःशेसाःकुपःददःपदःपेसाःपेसाःपेसाःपददःपेसा। पदःकुसाःग्रेसाःदःकुपः  
 कदःपदःपेसा। ददःपसाःशकःकुसाःशेसाःकदःपेसाःपेसा। पदःपददःपेसाःपेसाःपेसाःपददः। दगोवः  
 शकेसाःशेःदगोवःपसाःपसाःपेसाः। शदोःपेसाःदगोवःशकेसाःशेःशुवःशुदःपदःपेसाःपदःपसाःपददःपेसा।

३८.४ परमेश्वरले घमण्डीहरूको विरोध गर्नुहुन्छ तर नम्रहरूलाई अनुग्रह दिनुहुन्छ भनी बाइबलले हामीलाई बताउँदछ, त्यसैले हामी नम्र हुनुपर्छ। जसरी बाइबलको हितोपदेशको पुस्तकमा लेखिएको छ, “हृदयमा घमण्ड गर्ने हरेक मानिस परमप्रभुको लागि घृणित हुन्छ। यो निश्चय छ, तिनीहरू दण्डरहित रहनेछैनन्।” प्रभु येशूले मानिस बन्न आफैलाई नम्र बनाउनुभयो। नम्र मानिसहरूलाई थाहा छ कि तिनीहरूसँग परमेश्वरको सामु घमण्ड गर्ने केही छैन। तिनीहरू जान्दछन् कि तिनीहरूको पापी स्वभाव छ, र तिनीहरूका सबै असल कामहरू परमेश्वरको नजरमा ‘फोहोर लुगाहरू’ जस्तै छन्। उनीहरूले घमण्डलाई त्याग्छन् र अरूलाई आफूभन्दा राम्रो ठान्छन्। तिनीहरूले सुधारलाई स्वीकार्छन्, परमेश्वरको इच्छालाई पालन गर्छन्, र सबैभन्दा तल्लो स्थान लिन्छन्।

38.5 ང་རྒྱལ་དང་རང་འདོད་པ་བཞིན་མི་ཚོ་སྐྱེལ་བ་ནི་སེམས་ནས་གཡུག་དགོས་པའི་གད་སྐྱོགས་ལྟར་ཡིན།  
 འོ་ན་དེད་རྒྱམས་ཀྱིས་དེ་ཅི་ལྟར་བྱེད། རིམ་པ་གསུམ་ཡོད་དེ། 1) དཀོན་མཆོག་གི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་  
 དམ་པར་བསམ་ཞིབ་བྱེད་པ། 2) གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུང་དཔེ་ལ་བསམ་ཞིབ་བྱེད་པ། 3) རང་གི་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་  
 རང་གཤིས་ལ་བསམ་ཞིབ་བྱེད་པ། དཀོན་མཆོག་ནས་མ་ཐོབ་པ་ང་ཚོ་ལ་ཅི་འདྲ་མེད་པས། ལུང་ཤོབ་ཀྱི་  
 རྒྱ་རྒྱུན་མེད། གལ་ཏེ་དེད་རྒྱམས་ཀྱིས་དོན་དེའི་སྐོར་ལ་བསམ་སློབ་ཞིབ་ཐུབ་པ་ཉེ་བུ་ན། སྤེམས་ཚུང་ཡིན་  
 པར་འགྲུར། བཀ་ཚུན་ལ་སེམས་ཁུར་བྱེད་པ་དང་། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུང་དེད་རྒྱམས་ལ་ཞབས་བྱི་བྱེད་པ་ལྟར་  
 གཞན་རྒྱམས་ལ་ཞབས་བྱི་བྱེད་ཅིང་། རང་ལས་གཞན་དག་ལ་བཀུར་སྤྲི་བྱེད་པའི་སྐོར་ནས་ང་ཚོས་སྤེམས་  
 ཚུང་སྟོན། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུང་སྤེམས་ཚུང་རྒྱམས་ལ་བྱིན་ལྟེན་ཆེན་པོ་ཞེས་ཀྱིས་བཞེས། བོད་གིས།

སྤེམས་ཚུང་བ་རྒྱམས་བདེ་བ་དང་ལྡན་ཏེ། །  
 བོ་ཚོས་གཞིའི་བདག་པོར་འགྲུར་བས་སོ། །

ཞེས་གསུངས།

३८.५ घमण्ड र स्वार्थी र फोहोर जस्तै हुन्, जसलाई हामीले हाम्रो दिमागबाट निकाल्नुपर्छ।  
 त्यसोभए हामीले त्यो कसरी गर्ने त? त्यहाँ तीन चरणहरू छन्: १) परमेश्वरको सिद्ध पवित्रता  
 बारे राम्ररी सोचुहोस्। २) प्रभु येशूको उदाहरण हेर्नुहोस्। ३) हाम्रो आफ्नै पापी स्वभावको  
 बारेमा राम्ररी सोचुहोस्। हामीसँग कुनै पनि कुरा छैन जुन हामीले परमेश्वरबाट पाएका छैनौं र  
 हामीसँग घमण्ड गर्ने कुनै कारण पनि छैन। यदि हामीले यी कुराहरूलाई राम्ररी सोच्यौं भने हामी  
 नम्र हुनेछौं। हामी एकअर्काको वास्ता गरेर, प्रभु येशूले हामीलाई सेवा गर्नुभएझैं एकअर्काको  
 सेवा गरेर र एकअर्कालाई आफूभन्दा माथि आदर गरेर हामी नम्रता देखाउँछौं। प्रभु येशूले नम्र  
 मानिसहरूलाई ठूलो आशिषको प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ। उहाँले भन्नुभयो, “धन्य नम्रहरू, किनकि  
 तिनीहरूले पृथ्वीको अधिकार पाउँनेछन्।”

38.6 **ནང་དོན་གཙོ་བོ།** གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུང་སྤེམས་ཚུང་ཡིན་པས་ང་ཚོ་ཡང་སྤེམས་ཚུང་དུ་འགྲུར་རུང་།

३८.६ **मुख्य कुरा:** किनभने प्रभु येशू नम्र हुनुहुन्थ्यो, त्यसैले हामी पनि नम्र हुनुपर्छ।

38.7 **སློབ་འདོན་བྱེད་རྒྱུ།** བྱ་བ་གང་ལ་ཡང་འགྲན་སེམས་སམ། ང་རྒྱལ་ཅི་འདྲ་མི་བྱེད་པར་དམའ་ས་བརྒྱུང་  
 སྟེ་རང་ལས་གཞན་རྒྱམས་གལ་ཆེ་བར་རྩིས། (མི་ལེབ་ལྷོ་བ་ 2:3)

३८.७ **कण्ठ गर्ने पद:** स्वार्थ वा अहङ्कार केही नगर, तर नम्रतामा एउटाले अर्कालाई आफूभन्दा  
 श्रेष्ठ ठान। (फिलिप्पी २:३)



38.8 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ཅི་ལྟར་སྐྱེས་ལེན་ལུང་བ་ཞིག་ཡིན་ནམ། ལན། རང་གི་གཟི་བརྟེན་མངའ་བའ་  
དོར་ནས་ཁོང་གིས་བྲན་གཡོག་ཞིག་གི་དོ་བོ་སྤངས་པར་མཛད་དོ།
2. དྲི་བ། ང་ཚོས་སྐྱེས་ལེན་ལུང་ཅི་ལྟར་སྐྱོན་ནམ། ལན། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་དེད་ཚམས་ལ་ཞབས་སྟེ་བྱེད་  
བ་ལྟར་དེད་ཚམས་ཀྱིས་ཀྱང་གཞན་ཚམས་ལ་ཞབས་སྟེ་བྱེད་ཅིང་། རང་ལས་གཞན་དག་ལ་བཀུར་སྟེ་བྱེད་  
པའི་སྐོར་སྐྱེས་ལེན་ལུང་སྐོན།

38.8 **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: प्रभु येशू कुन कुरामा नम्र हुनुहुन्थ्यो? उ: उहाँले आफ्नो महिमा र प्रभुत्वलाई त्यागेर सेवकको रूप धारण गर्नुभयो।
२. प्र: हामी कसरी नम्रता देखाउँछौं? उ: प्रभु येशूले हाम्रो सेवा गरेझैं हामीले एकअर्काको सेवा गरेर, र एकअर्कालाई आफूभन्दा माथि आदर गरेर।

38.9 **སྐྱོན་ལམ་འདེབས་སྐྱུ།** ཡབ་དཀོན་མཆོག་དང་མཉམ་དུ་ཞིང་ཁམས་ལ་དུས་རྒྱུན་དུ་དབང་བསྐྱུར་  
མཁན་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལགས། བྱེད་ཀྱིས་གཟི་བརྟེན་མངའ་བའ་ཡོངས་སུ་དོར་ནས་བྲན་གཡོག་ཞིག་གི་  
དོ་བོ་སྤངས། ང་ཚོས་བྱེད་དང་མི་གཞན་ལ་ཞབས་སྟེ་བྱེད་པའི་སྐྱེད། བྱེད་ཀྱི་སྐྱེས་ལེན་ལ་དབེ་ལྟ་བུ་བྱེད་  
པར་ཤོག ཨ་མེན།

38.9 **प्रार्थना:** प्रभु येशू, जसले स्वर्गमा सधैंभरि परमेश्वर पितासँग राज्य गर्नुहुन्छ, तपाईंले आफ्नो महिमा र प्रभुत्वलाई त्यागेर सेवकको रूप धारण गर्नुभयो। हामीलाई तपाईंको नम्रताको उदाहरण पछ्याउन मद्दत गर्नुहोस्, ताकि हामी तपाईंको र अरुको सेवा गर्न सकौं। आमेन।

# ས་བཅད་ལྔ་པ། ཡེ་བྱུ་པའི་དགྲ་བོ་གསུམ་ལ་འཛོམས་པའི་སྒྲོམ། खण्ड पाँच: आत्मिक युद्ध: विश्वासीका तीन शत्रुहरू माथि विजय गर्नु

## སྒྲོབ་ཚབ་སོ་དགུ་པ། འཛིག་རྟེན་འདི་འཛོམས་པའི་སྒྲོམ། (དང་པོ་)

### पाठ उनन्चालीस: आत्मिक युद्ध: संसार माथि विजय गर्नु (१)

39.1 **ཅུ་པ།** ང་ཚོས་མི་རྒྱུས་ལ་མི་འཐབ་ཀྱི། མཐུ་ལྷན་དང། དབང་ཅན། འཛིག་རྟེན་འདི་འཛོམས་པའི་དབང་སྐྱེད་པ། ཞིང་ཁམས་ཀྱི་ངན་དབང་ཅན་རྒྱུས་ལ་འཐབ། (ཨེ་ཤེ་སུ་པ་ 6:12)

३९.१ **पद:** किनकि हामीहरूको युद्ध शरीर र रगतको विरुद्ध होइन, तर प्रधानताहरूका विरुद्ध, शक्तिहरूका विरुद्ध, वर्तमान अन्धकारका सांसारिक शासकहरूका विरुद्ध र स्वर्गीय स्थानहरूमा भएका दुष्ट्याइँका आत्मिक सेनाहरूका विरुद्ध हो। (एफिसी ६:१२)

39.2 **ས་བཅད་ལྔ་པའི་དོ་སྒྲོམ།** སྒྲོབ་ཚབ་འདི་རྒྱུས་ཀྱི་ས་བཅད་དང་པོ་ར་དཀོན་མཚོག་གི་འཕྲིན་བཟང་དང། ས་བཅད་གཉིས་པར་དཀོན་མཚོག་གི་ཚོས་ཚོགས། ས་བཅད་གསུམ་པར་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་ཕྱག་ལས་དང་འབྲས་བུ། ས་བཅད་བཞི་པར་ཡེ་བྱུ་པའི་རང་གཤིས་བཅས་ལ་སྒྲོབ་སྒྲོམ་བྱས་ཟེན། ད་ས་བཅད་ལྔ་པ་འདིར་ཡེ་བྱུ་པའི་དགྲ་བོ་གསུམ་ལ་འཛོམས་པའི་སྒྲོམ་སྒྲོབ་སྒྲོམ་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན། དགྲ་བོ་དེ་གསུམ་ཅི་འཛིག་རྟེན་འདི་དང། སྒྲིག་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤིས། བདུད་སྣ་ཉན་བཅས་ཡིན། སྒྲོབ་ཚབ་འདི་དང་སྒྲོབ་ཚབ་རྗེས་མའི་ནང་དོན་ཅི་འཛིག་རྟེན་འདི་འཛོམས་པ་དེ་ཡིན།

३२.२ **खण्ड पाँचको परिचय:** यी पाठहरूको पहिलो खण्डमा, हामीले सुसमाचारको बारेमा। दोस्रोमा, परमेश्वरको मण्डलीको बारेमा। तेस्रोमा, पवित्र आत्माको काम र फलको बारेमा। र चौथोमा, ईसाई चरित्रको बारेमा सिकेका थियौं। यस पाँचौं खण्डमा, हामी ईसाईका तीन शत्रुहरू: यो संसार, पापी स्वभाव र शैतानमाथि विजय हासिल गर्ने बारे सिक्नेछौं। यो पाठ र अर्को पाठ संसारलाई जित्नेको बारेमा रहेको छ।

39.3 **འགྲེལ་པ།** ཡེ་བྱུ་པ་རེ་རེས་ངན་པ་ལ་འཐབ་དགོས། དམག་འཐབ་འདིར་ང་ཚོ་ལ་མཛོམས་པའི་གསུམ་གསུམ་ཡོད་དེ། མི་ཐམས་ཅད་ཐར་བར་འགྱུར་བ་དགོངས་མཁན་ཡབ་དཀོན་མཚོག་དང། རང་གི་སྒྲོག་



कामुकता, अभिलाषा, मद्यपान, व्यभिचार र मूर्तिपूजामा संलग्न हुन मन पराउँछन्। तिनीहरू छक्क पछि कि ख्रिष्टियनहरूले तिनीहरूसँगै यस्ता खराब कामहरू गर्दैनन्, र त्यसैले तिनीहरूले विश्वासीहरूलाई अपमान र घृणा गर्छन्। यस संसारका मानिसहरू र इच्छाहरूले सधैं हामीलाई मुक्तिको मार्गबाट टाढा लैजान खोजिरहेका छन्। तर यो बितेर जाने संसारको माया भनेको परमेश्वर पितासँगको शत्रुता हो। यसले विश्वासीहरू र मण्डलीलाई नष्ट गर्छ, र हामीलाई प्रभुको लागि फलहीन बनाउँछ। यसकारण, प्रेरित यूहन्नाले यस्तो लेखे, “संसारलाई वा संसारमा भएका कुनै पनि थोकलाई प्रेम नगर। यदि कुनै मानिसले संसारलाई प्रेम गर्दछ भने पिताको प्रेम त्यसमा हुँदैन। किनकि संसारमा भएका सबै थोक, अर्थात् शरीरको अभिलाषा, आँखाको अभिलाषा, जीवनको शेखी पिताबाट आएका होइनन्, तर संसारबाट आएका हुन्।”

39.5 རེད་རྒྱུ་སྒྲིག་འཛིན་ཆེན་གྱི་བསྐྱེད་པ་བཅོམ་ན་དེས་རེད་ལ་འཇོམས་བར་འགྱུར། འཛིན་ཆེན་འདིའི་བྱེད་ལུགས་མི་བྱེད་བར་རང་ཉིད་ལ་འཛིན་ཆེན་གྱི་མི་གཙང་བ་མ་འགོ་བར་སྤྱང་དགོས། འཛིན་ཆེན་འདི་དང་དེའི་འདོད་ཆགས་ལ་ཚོལ་དགོས། གང་ལགས་ཟེར་ན། གལ་ཏེ་འཛིན་ཆེན་གྱི་གྲོགས་པོར་འགྱུར་འདོད་ན་དགོན་མཚོག་གི་དགུ་བོར་འགྱུར་བས་སོ། དེའི་སྦྱིར་འཛིན་ཆེན་གྲུ་ལ་ནས་འཕྲོག་དགོས། འཛིན་ཆེན་འདིའི་ལེགས་ཉེས་གྱི་བསམ་ཚུལ་དོ་སྣང་མི་བྱེད་བར་བསྐྱེད་འགྱུར་སར་འཇོམ། འཛིན་ཆེན་འདིའི་མི་རྒྱུ་སྒྲིག་གྱི་སྡོད་བུ་ལྟར་མི་བྱེད་དེ་གཙོ་བོ་དང་ཁོང་གི་བཀའ་དོར་བའི་རྒྱུར་བམ་ཡང་མི་ཟེ། གལ་ཏེ་གཙོ་བོ་ཡེ་སྐུ་ལ་དང་བུ་སྐྱེས་ན་འཛིན་ཆེན་འདི་འཇོམས་མཁན་དུ་འགྱུར་བ་དེས་གཏན་གྱིས་ཤེས་བ་ཡིན།

३९.५ विश्वासीहरू जस्तै हामीले संसारलाई जित्ने पछि, नभए यसले हामीलाई जित्नेछ। हामी यस संसारको अनुसार हुने होइन तर यसबाट आफूलाई दाग लाग्नबाट टाढा राख्ने हो। हामीले संसारको प्रेम र यसमा भएका कुराहरूको विरोध गर्नुपर्छ, किनकि यदि हामी यस संसारसँग साथी हुन चाहन्छौं भने हामी परमेश्वरको शत्रुहरू बन्छौं। हामी संसारबाट निस्किएर यसबाट अलग रहनुपर्छ। हामी सही र गलत के हो भन्ने संसारका विचारहरू पछ्याउँदैनौं। हामीले परीक्षाको ठाउँहरूबाट टाढा रहन्छौं। हामी यस संसारका मानिसहरूले जस्तो व्यवहार गर्दैनौं, र हामी प्रभुदेखि कहिल्यै लज्जित हुनेछैनौं। हामी ढुक्क हुन सक्छौं कि यदि हामीले प्रभु येशूमा भरोसा राख्यौं भने, हामीले संसारलाई जित्नेछौं।

39.6 བར་དོན་གཙོ་བོ། ཡེ་སྐུ་པ་རེ་རེར་མཇུག་འགྲོགས་གསུམ་དང་དགུ་བོ་གསུམ་ཡོད།

३९.६ **मुख्य कुरा:** हरेक ख्रिष्टियनसँग तीन साथीहरू र तीन शत्रुहरू छन्।

39.7 **སྒྲོ་འཛིན་ཕྱིན་རྒྱུ།** གཅེས་པའི་སྐྱེན་རྒྱ་ནམས། བྱིན་ཚོ་གནས་གཡར་བ་དང་ངོ་མི་ཤེས་པ་ལྟར་འཛིན་རྟེན་འདིར་སྒྲོད་པས། ངས་བྱིན་ཚོའི་སེམས་ཉིད་ལ་རྟོལ་བའི་འདོད་ཆགས་སྒྲོང་བར་སྐྱེལ། (ལེ་ཏོ་དང་པོ་ 2:11)

३९.७ **कण्ठ गर्ने पद:** प्रिय हो, म तिमीहरूलाई आग्रहपूर्वक बिन्ती गर्दछु, कि विदेशी र प्रवासीहरू हौ भनी जानेर तिमीहरूका आत्माको विरुद्धमा लडाइँ गर्ने शारीरिक अभिलाषाहरूबाट अलग रहो। (१ पत्रुस २:११)

### 39.8 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། ང་ཚོའི་མཛེས་གོ་གས་གསུམ་ཡོད་པ་དེ་སུ་ཡིན་ནམ། ལན། ཁོང་ཚོ་གསུམ་ནི་ཡབ་དང་སྲས། དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་དཀོན་མཚོག་ཡིན་ནོ།
2. དྲི་བ། ང་ཚོའི་དགྲ་པོ་གསུམ་ནི་སུ་ཡིན་ནམ། ལན། འཛིན་རྟེན་འདི་དང་། སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤིས། བདུད་སྣ་ཏན་བཅས་པ་ཚོའི་དགྲ་པོ་གསུམ་ཡིན།
3. དྲི་བ། འཛིན་རྟེན་འདིའི་འདོད་ཆགས་ཅི་ལྟར་འཛོམས་སམ། ལན། དཀོན་མཚོག་གི་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་ཁོང་གི་བཀའ་ལ་ཉན་ཏེ་འཛིན་རྟེན་འདི་འཛོམས་བྱེད།

### ३९.८ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: हाम्रा तीन साथीहरू को हुन्? उ: पिता परमेश्वर, पुत्र परमेश्वर र पवित्र आत्मा परमेश्वर हुनुहुन्छ।
२. प्र: हाम्रा तीन शत्रु को हुन्? उ: संसार, हाम्रो पापी स्वभाव अनि शैतान।
३. प्र: हामीले संसारको दुष्ट इच्छालाई कसरी जित्ने? उ: परमेश्वरको शक्तिमा भरोसा गरेर र उहाँको वचन पालन गरेर।

39.9 **སློབ་ལམ་འདེབས་སྐུ།** གཙོ་བོ་ལགས། འཛིག་རྟེན་འདི་ལམ་འདིའི་ནང་ན་གང་ཡོད་པར་མ་ཆགས་  
 པ་དེད་རྣམས་ལ་གནང་བར་ཤོག། ང་ཚོའི་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་མུ་ཤི་ཀ་མ་འཕྱོག་པའི་བར་དུ་ལུས་སེམས་དང་  
 སེམས་ཉིད་སློབ་མེད་དུ་སྟུང་བའི་ཆེད་དུ། ཡབ་སྲས་དམ་པའི་བྱུགས་ཉིད་ཀྱི་དབང་གི་སློབས་འཛིག་རྟེན་  
 འདི་དང་། རྗེས་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤིས། བདུད་བཅས་ང་ཚོའི་དགྲ་བོ་གསུམ་རྒྱུ་འོག་ཏུ་རྗེས། ཨ་མེན།

३९.९ **प्रार्थना:** हे प्रभु, हामीलाई यो संसार वा यसमा भएका थोकहरूलाई प्रेम गर्न नदिनुहोस्।  
 पिता, पुत्र र पवित्र आत्मा परमेश्वरको शक्तिले, हाम्रा शत्रुहरू संसार, पापी स्वभाव र शैतानलाई  
 खुट्टामुनि कुल्चिनुहोस् ताकि हामी हाम्रा प्रभु येशू ख्रीष्टको आगमनमा निष्कलंक र निर्दोष रहन  
 सकौं। आमेन।

# སློབ་ཚན་བཞི་བཅུ་པ། འཛིག་རྟེན་འདི་འཛོམས་པའི་སློབ། (གཉིས་པ་)

## पाठ चालीस: आत्मिक युद्ध: संसार माथि विजय गर्नु (२)

40.1 **ཕུ་བ།** རོན་དམ་དུ་མྱ་ཤི་ཀ་ཡེ་བྱུ་འཛོམས་ལུགས་ཚོས་དང་མཐུན་པའི་མི་ཚོ་སྐྱེལ་བར་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་གཞོན་འཚོ་སྤྱོད་བར་འགྱུར་རོ། (ཐི་མོ་ཐེ་གཉིས་པ་ 3:12)

४०.१ **पद:** ख्रीष्ट येशूमा भक्तिसाथ जीवन बिताउन इच्छा गर्नेहरू सबै जना सतावटमा पर्ने नै छन्। (२ तिमोथी ३:१२)

40.2 **དོ་སློབ།** ས་བཅུད་འདིར་ཡེ་བྱུ་པའི་དགུ་པོ་གསུམ་སྟེ་འཛིག་རྟེན་འདི་དང། སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་རང་གཤིས། བདུད་སྣ་ཉལ་ལ་འཛོམས་པའི་སློབ་སློབ་སྤྱོད་བྱེད་བཞིན་ཡོད། སློབ་ཚན་སློབ་མ་དང་སློབ་ཚན་འདི་འདྲ་དོན་འཛིག་རྟེན་འདི་འཛོམས་པ་དེ་ཡིན།

४०.२ **परिचय:** यस खण्डमा हामी ख्रीश्चियनको तीन शत्रुहरू: यो संसार, पापी स्वभाव र शैतानमाथि विजय हासिल गर्ने बारे सिकिरहेका छौं। यो र अघिल्लो पाठ संसारलाई जित्ने बारेमा रहेको छ।

40.3 **འགྲེལ་བ།** གནའ་བོའི་དུས་སུ་ཀླ་ཡིན་དང་ཉ་བེལ་ཞེས་ཟེར་བའི་སྐུན་ལྷ་གཉིས་ཡོད། ཉ་བེལ་གྱིས་ལུག་རྗེ་བྱས་པ་དང། ཀླ་ཡིན་གྱིས་ཞིང་ལས་བྱས། ཉེན་ཞེས་ལ་ཀླ་ཡིན་གྱིས་ཞིང་གི་འབྲས་བུ་ནས་དགོན་མཚོག་ལ་མཚོན་པ་ཞེས་སྟེ། ཉ་བེལ་གྱིས་སློབ་སྐྱེས་ལུག་གི་ཚེ་ལུས་དགོན་མཚོག་ལ་མཚོན་པ་སྟེ། ཁོ་དང་ཁོའི་མཚོན་པ་ལ་དགོན་མཚོག་བྱས་པ་དེ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཀླ་ཡིན་གྱི་མཚོན་པ་ལ་དགོན་མཚོག་བྱས་པ་མ་དེ་ཡིན། སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་ཀླ་ཡིན་གྱིས་རང་གི་གཞུང་པོ་ཉ་བེལ་ལ་ང་ཚོ་ས་ཞིང་ལ་འགྲོ་ཞེས་བཤད་དེ། ཞིང་ཁར་ཀླ་ཡིན་གྱིས་ཁོའི་གཞུང་པོ་ཉ་བེལ་བརྟུངས་ནས་བསད། གནའ་བོའི་དུས་ནས་བཟུང་འཛིག་རྟེན་འདི་འདྲ་རྣམས་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་བྱས་པ་མཉེས་པར་འདོད་པ་རྣམས་ལ་སྤང་ནས་གཞོན་འཚོ་བཏང། འཛིག་རྟེན་པས་ཁོ་རྣམས་ལ་འབྲུ་དམོན་བྱས་པ་དང། ཉ་ལྷུག་གིས་བརྟུངས་པ། ལྷུགས་ཐག་གིས་བཅིངས་ནས་བཙོན་དུ་བཅུག་པ། རྩོམ་བཏང་ནས་བསད་པ། མོག་ལེ་ཡིས་བསད་པ། རལ་གྱི་ཡིས་བསད་པ། དཔུལ་ཞིང་མཁར་གཙོན་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་བྱས་པོ་སྟོང། ཁོ་ཚོ་འབྲོག་སྟོང་དང། རི་དང། བྲག་སྐྱུག་ས་དོང་རྣམས་ལ་བསྟན་དུ་བཅུག་པ། ཐ་ན་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་དེ་ལྟར་གྱི་གཞོན་འཚོ་སྤྱོད།

४०.३ **व्याख्या:** प्राचीनकालमा, कयिन र हाबिल नामका दुई दाजुभाइहरू थिए। हाबिल एक गोठालो र कयिन एक किसान थिए। एक दिन, कयिनले परमप्रभुकहाँ भूमिको उब्जनीबाट केही





40.5 རོན་དེ་རྒྱམས་ཀྱི་སྐོར་བསམ་ཞིབ་བྱེད་པ་ནི་མ་འོངས་པའི་སྐྱུག་བསྟུན་གྱི་དོན་ལ་ངའོ་གྲ་སྒྲིག་བྱེད།  
 ངའོ་ཡེ་བྱུ་པ་ཡིན་པས་གཞན་རྒྱམས་ཀྱིས་འཛོམས་བཟུང་བྱས་ནས་བཙུག་ལང་དུ་འཇུག་སྐབས། སྐོན་ལམ་  
 དང་། དཀོན་མཆོག་གི་ཞལ་ཆད། དཀོན་མཆོག་གི་འབྲིན་བཟང་བཟེད་པའི་ཆེད་དུ་བདུད་སྣ་ཉན་གྱིས་  
 ངའོའི་སེམས་དགྲུག་གལ་ཏེ་འཛིགས་པས་ངའོའི་དད་པ་བཙུགས་ན། ངའོའི་སྐྱོད་པས་འབྲིན་བཟང་  
 ལ་སྐོད་པར་བྱེད་ལ་ཡེ་བྱུ་པ་གཞན་རྒྱམས་ཀྱི་དད་པ་ཉམས་སུ་འཇུག་སྒྲིབ། དེ་ནས་ངའོའི་སྐྱུག་བསྟུན་  
 ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་ལ་བཀུར་སྟེ་བྱེད་མི་སྒྲིབ། ཉེན་ལ་འབྱུང་སྐབས་གཟུགས་པོ་གསོད་པ་ལས་ཅི་ཡང་  
 བྱེད་མི་སྲུབ་པ་རྒྱམས་ལ་མི་འཛིགས་པར་དཀོན་མཆོག་ལ་རང་ཉིད་བཙུགས་པ་དགོས། དཀོན་མཆོག་ལ་མ་  
 བརྟེན་ན་ངའོས་སྐྱུ་ཚབ་པེ་ཏོ་ལྟར་གཙོ་བོ་སུ་ཡིན་མི་ཤེས་ཞེས་ཟེར་སྒྲིབ། མི་གཞན་རྒྱམས་ཀྱིས་དད་པའི་  
 རྒྱུན་གྱིས་ངེད་རྒྱམས་ལ་གཞོན་འཛོམས་གཏོང་སྐབས། ངའོས་འདི་ལྟར་བྱེད་དགོས་ཏེ། 1) གནས་སྟངས་དེ་  
 དཀོན་མཆོག་གི་ཕྱོགས་ལ་འབྲུལ། 2) དཀོན་མཆོག་གིས་ངས་ཁྱོད་དང་བཅས་ཡང་མི་བྲལ་ཞིང་། གཏན་  
 བས་སྐོར་བར་མི་བྱ་ཞེས་པའི་ཞལ་ཆད་གསུངས་པར་བྱ། གསུང་རབ་ཀྱི་མདོ་ལ་བཀོད་པ་ལྟར། དཀོན་  
 མཆོག་ངའོ་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་པས་ངའོ་མི་འཛིགས། མི་རྒྱམས་ཀྱིས་འདི་ལ་ཅི་ཞིག་བྱེད་སྲུབ་པམ་ཞེས་བྲིས།  
 3) དཀོན་མཆོག་གིས་ངེད་རྒྱམས་ལ་གཟིགས་སྐོར་མཛད་པར་བྱ། ཁོང་གིས་དོན་ཐམས་ཅད་མཉམ་དུ་  
 མཛད་དེ་ཁོང་ལ་བརྟེན་ཞིང་ཁོང་གི་དགོངས་པ་ལྟར་བོས་པ་རྒྱམས་ལ་ཕན་པའི་ཆེད་དུ་མཛད། དོན་དེ་གསུམ་  
 བྲན་ན་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་འཛོམས་ཀྱི་དོན་ལ་སྐྱུག་བསྟུན་ལ་ཁྱོད་འོས་པར་བརྟེན་པས་ངའོ་དགའ་བར་འགྱུར་སྒྲིབ།

४०.५ यी कुराहरूको बारेमा सोच्दा हामी आउन सक्ने कष्टका लागि तयार हुन्छौं। जब हामीलाई समातिन्छ वा हामी ख्रिष्टियन भएकाले सताइन्छौं, शैतानले हामीलाई चिन्तित गराउने प्रयास गर्नेछ ताकि हामीले प्रार्थना, परमेश्वरका प्रतिज्ञाहरू र सुसमाचार बिर्सन सकौं। यदि डरले हामीमाथि विजय हासिल गर्छ भने, हाम्रो व्यवहारले सुसमाचारको अपमान गर्न सक्छ, वा अन्य विश्वासीहरूको विश्वासलाई कमजोर बनाउन सक्छ, र हामीले परमेश्वरलाई आदर गर्ने तरिकामा कष्ट भोग्न सक्नेछौं। जब खतरामा हुन्छ, हाम्रो शरीरलाई मार्ने तर त्यस पछि अरु केही पनि गर्न नसक्नेहरूसँग डराउनु हुँदैन, तर आफूलाई परमेश्वरमा समर्पण गर्नुहोस्। यदि हामी परमेश्वरमा भर पर्न असफल भयौं भने, हामीले प्रेरित पत्रसले जस्तै प्रभुलाई इन्कार गर्न सक्छौं। सतावटको सामना गर्दा हामीले: १) परिस्थितिलाई परमेश्वरमा सुम्पिनुपर्छ। २) याद गर्नुहोस् कि प्रभु येशू ख्रीष्टले हामीलाई कहिल्यै छोड्नु वा त्याग्नु हुनेछैन। धर्मशास्त्रले भन्छ, “परमप्रभु मेरो साथमा हुनुहुन्छ, म भयभीत हुँदिनँ, मानिसले मलाई के गर्न सक्छ र?” ३) याद गर्नुहोस् कि परमेश्वरले हाम्रो वास्ता गर्नुहुन्छ। उहाँलाई प्रेम गर्नेहरू र उहाँको उद्देश्यअनुसार बोलाइएकाहरूका लागि उहाँले सबै कुराहरू सँगै काम गर्न लगाउनुहुन्छ। यदि हामीले यी तीन कुरालाई याद गर्यौं भने, हामी खुशी हुन सक्छौं कि परमेश्वरले हामीलाई प्रभुको खातिर दुःख भोग्न योग्य ठान्नुहुन्छ।

40.6 **बदःदेवःगर्भः**। अद्विगःहेवःअदिदेःखिःकससःग्रेःसःगर्भःवेःयोःसुदिःददःसुवःकससःयःगर्भःदःअकेः  
गर्भः।

४०.६ **मुख्य कुरा:** यस संसारका मानिसहरूले विश्वासीहरूलाई सताउनेछन्।

40.7 **स्त्रिःअद्विःग्रेः**। अदिःखिःदःगिःदेवःदुःखिःसससःउदःग्रेःसःस्रेःकेःयःसुदःवःदु। अदेवःगुदःकेःदिः  
ससदःससुगःवःदुःवःवेःदःवःस्त्रिःसःसःसवःदेःयःसःवःवःअद्वेःवःदेःसःयिःव। (मःगु 13:13)

४०.७ **कण्ठ गर्ने पद:** अनि मेरो नाउँको खातिर तिमीहरू सबैबाट घृणित हुनेछौ। तर जो अन्त्यसम्म  
स्थिर रहन्छ त्यसैको उद्धार हुनेछ। (मर्कुस १३:१३)

### 40.8 **द्विःसःयः**

1. द्विःव। अकेःअद्विःवःसुदःदःसःगर्भःदःअकेःस्रेःसुदःसःवःदुदःसुःदुवःग्रेःसःगदःस्रेःदःस। यःव। सिःसः  
अकेःअद्विःगःसःवःअगुदःदुःअद्विःगःदःदिःसःवःसःयःसःविःगःअकेःय।

2. द्विःव। अदेवःअकेःसःउःस्रेःदःगोःसःसःस। यःव। दःगोःवःअकेःगःगिःगःविःगःसःस्रेःदःयःदःदःदिःग्रेःस्रेः  
अकेःयःदःगोःसः।

### ४०.८ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्रः जब हामी समातिन्छौं वा सताइन्छौं तब शैतानले के गर्नेछ? उः उसले हामीलाई डराउने  
बाटोहरू खोज्नेछ।

२. प्रः त्यसो भए हामीले के गर्नुपर्छ? उः हामीले आफूलाई परमेश्वरको वास्तामा सुम्पनुपर्छ।

40.9 **स्त्रिःयःअद्वेःवः**। सुःवःअद्वेःवःदःदःवःसुदःसःसःसवःदःगोःवःअकेःगःयःगःस। स्रेःदःग्रेःसःसःगर्भः  
वेःयोःसुदःसुःदिःगःदःकेःयःसःसवःकससःग्रेःअद्विःगःसःसुदःयःगःविःगःस। स्रेःदःग्रेःवःवःसःस्रेःदःकेःसःस्रेःस्रेःवःसः  
केवःवेःसःस्रेःदःग्रेःवःगःअद्विःगःवःसःअद्वेःदः। यःदःवःदःगःसोःवःसःअद्वेःदःदःदिःकेःदःदुःस्रेःदःग्रेःसुगःस्रेःदःसःदिः।  
स्रेःदःग्रेःवःवःसःस्रेःदःसःवःयोःसुदःअकेःवःग्रेःस्रेःगःवःसःदःदःअकेःदःदःदिःदेवःसुदःवःसःवेःगः। यःखेव।

४०.९ **प्रार्थना:** सार्वभौम परमेश्वर, तपाईंको पुत्र येशू ख्रीष्टको विरोध गर्नेहरूको धम्कीलाई  
विचार गर्नुहोस्। तपाईंको सेवकहरूलाई तपाईंको वचन सम्पूर्ण साहसका साथ बोल्न दिनुहोस्।  
निको पार्न, र तपाईंको पवित्र सेवक येशूको नाउँद्वारा चिन्हहरू र आश्चर्यकर्महरू गर्न आफ्नो  
हात फैलाउनुहोस्। आमेन।

# स्वैवःकवःवेःगउेगःव। स्वैगःठेसःग्रेःरदःगःवेसःअद्वैसःसःदेःस्वैरः।

## पाठ एकचालीसः आत्मिक युद्धः पापी स्वभाव माथि विजय गर्नु

41.1 **कुःवः।** देःवसःकःदसःवःसदःवेःसुदेःअदेःदःसःदेःकेःदःकःसःदःदेःअद्वैसःसुःअदेःदःवःदेःगःकःसःसुःगःसः  
हेगःसः। (रोःसुःवः 7:21)

४१.१ **पदः।** यसरी एउटा नियमले काम गरेको म पाउँछु। जब म भलो गर्न चाहन्छु, तब दुष्टतालाई मेरो नजिकै उपस्थित पाउँछु। (रोमी ७:२१)

41.2 **देःस्वैरः।** स्वैवःकवःस्वैवःसःगःठेसःग्रेःवदःदेःवःवेःअद्वैगःहेवःअदेःअद्वैसःसःदेःसैवः। देःस्वैवःकवः  
अदेःदःस्वैगःठेसःग्रेःरदःगःवेसःअद्वैसःसःसुदःसःगःसःवःवःसदःसुदेःसुःसैवः।

४१.२ **परिचयः।** हाम्रा अधिल्ला दुई पाठहरुमा, हामीले यस संसारलाई जित्ने कुरा सिकेका छौं। अब यस पाठमा हामी पापी स्वभावका विरुद्धको संघर्षको बारेमा व्याख्या गर्नेछौं।

41.3 **असैवःसः।** खेःसःसःसःउदःवःस्वैगःठेसःग्रेःरदःगःवेसःसैवः। स्वैगःठेसःसुदेःदुःअद्वैगःसःदेःसुःरः  
रदःगःवेसःदेःसःसःवःसःवःसःअद्वैसःसैवःअद्वैसःसैवःअद्वैसःसैवःअद्वैसःसैवःअद्वैसःसैवःअद्वैसःसैवः  
गःवःकेवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवः  
स्वैगःठेसःसुदेःकेवःउेसःसैवः। देःसःगःवःदेःकेवःअदेःदःकेवःसःसुदःसःसैवःसैवःसैवःसैवः  
ठेसःअदःवःसुदःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवः  
सुदःसःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवः  
केवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवः  
केवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवः  
केवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवः  
केवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवःसैवः

४१.३ **व्याख्याः।** सबै मानिसमा पापी स्वभाव हुन्छ। यो पापी स्वभावले हामीलाई धोका दिने र हामीलाई पाप गराउन लगाउने धेरै तरिकाहरु दिन्छन्। यसले हामीलाई भन्छ “पाप महत्त्वपूर्ण छैन”, वा “परमेश्वरले तपाईंलाई क्षमा गर्नुहुनेछ, ताकि तपाईं भय रहित पाप गर्न सक्नुहुन्छ।” यो हाम्रो लागि झूट हो कि हामी केवल एक पापले कामुक इच्छाहरु पूरा गर्न सक्छौं र फेरि पाप

गर्दैनौं। पापी स्वभावले हामीलाई अल्छी बनाउदछ ताकि हामी परमेश्वरको वचन पढ्न वा सुन्न वा प्रार्थना गर्न र अन्य विश्वासीहरुसँग भेट्ने चाहाना हुदैन। पापमय इच्छाहरु छली हुन्छन् किनभने ति हामीले थाहा हुनुभन्दा पहिले नै उनीहरु आउछ। पापी इच्छाहरुलाई मौका दिंदा मात्र तिनीहरु बलियो हुन्छ। तिनीहरु बगैँचामा सामाजस्तै छन्। तिनीहरु स्वभाविक रूपमा कहिल्यै मर्दैनन्, तर निरन्तर उखेलनुपर्छ र नष्ट गर्नुपर्छ। यदि हामी होशियार भएन भने, पापी स्वभाव बलियो हुँदै जान्छ र हामीलाई नष्ट गर्नेछ।

41.4 ॡददेःकगसःददःशैगःउकःगुःॡददेःवःकेदःवःवडेःवःवःवःसुःवैःखःयेकः। दःकेःमेःरेःरेःकःउरेःवःवःदःशैगःठेःसःयेःदःउदः। शैगःगःवःवःवःवःदःकःगःदःदःदःदःदःदःकःगःगुःसःदेःकेःगःसदेःदःगःसः। दःगेःवःखःकेःगःगैःसुःकःसुःरःशैगःठेःसःकुःदःवेःसःवेःवेःदःगैःदुःदःवःदेःवःदःदःदःदःदःदःदःदःदःदःदःदः। वुःसःवःशैगःठेःसःउकःगुःॡददेःवःकेदःवःवडेःवःवःदःकेःसःउदःगुःदःदःगःसः। सुःकेःवःवःवुःवःवःवःगःवःठेःदःसःवःदःसुःगःसःठेःदःगुःसुःवेःवःशैगःवःदःसुःदःवःकेदःवःवुःसःवःगःसःवेःवेःदःअःसुःरःवःवःवैःसः। शैगःवःदःसुःदःवःकेदःवःवुःदःवःदःदःदःदःदःदःदःदःदःदःदःदःदः। दःखःवःदःसुःगःसःठेःदःदःगेःवःखःकेःगःगैःदःकेःवेःमेःकेःवःॡवःसःसुःवःवःदःगुःसुःदःदुःॡदुःगःवःदःदेःवःॡवःवेःदःदःखःठेःसःगुःॡददेःकगसःददःशैगःठेःसःगुःॡददेःवःवडेःवःवःदःकेःवःवःवःदःकेःसःउदःगुःदःदःगःसः। ॡवःसःसुःदेःसःदेःदःकःगःगुःॡददेःकगसःददःशैगःठेःसःगुःॡददेःवःवडेःवःवःदःकेःवःवःवःदःकेःसःउदःगुःदःदःगःसः।

४१.४ पापमय इच्छाहरु मारु सजिलो काम होइन। हामी सबैका केही पापहरु छन्, र ति मार्नेपर्छ, चाहे यसको लागि हामीले एक आँखा वा हात गुमाउनु परे तापनि। हामीले याद गर्नुपर्छ कि परमेश्वरको दृष्टिकोणबाट, सानातिना पापले पनि उहाँको धार्मिकमा दण्ड पाउँछ। त्यसोभए हामीले यी पापमय इच्छाहरुलाई मार्न के गर्नुपर्छ? प्रेरित पावलले भने कि यदि पवित्र आत्माद्वारा शरीरका कार्यहरु तिमीहरुले निर्मूल पायौ भने, तिमीहरु जिउनेछौ। पापी स्वभावका कामलाई मार्ने, हामीले सधैं आफ्नो मनमा प्रभु येशू ख्रीष्ट जस्तै बन्ने निश्चित गर्नुपर्छ। हामी पवित्र आत्मा परमेश्वरसँग मिल्छौं किनकि उहाँले हाम्रो हृदयमा आफ्नो नौ गुणा फल फलाउनुहुन्छ। यो फलले हाम्रो पापमय इच्छाको विरोध गर्दछ, तिनीहरुलाई कमजोर र नष्ट गर्दछ।

41.5 शैगःठेःसःगुःदःदःगःवेःसःॡदःखःसःवःदःशुःदःदःकेःसःगःगःसःगःसःवःवुःदःगुःदःदःगःसः। 1) दःकेःसःदःदःगेःवःसःखःवःदःदःगःसःदःगःसः। शैगःउकःगुःवःसःखःवःवःसःशैगःउकःगुःसुःदःवःसुः। गःउदःवेःयेःसुःदःेःगःसुःदःवुःरःवःखैःशैगःगःउदःवःदःदःॡवःगःवःयेःसःॡवःसःगेःसःvःदःदेःगुःवेःसःसःॡवःॡवः। देःवःदःदेःसःसुःसुःदःवःदःदःॡवःॡवः। दःगेःवःखःकेःगःगैःगुःvःखःठेःवःॡवःॡवःदःकेःवेःवेःसःसःॡवःठुःगःवैःगःसः। गःवःशैदःदःकेःवेःवेःsःsःॡवःशैगःठेःसःउकःगुःवःसःखःvःgःउरेःvःॡवःगेःsःदेःगःवैःगःसः

ནས་བྲིམས་གཙོ་བོ་མཛད་པའི་ཡིན། 2) སྤྲིན་ཉེས་ཀྱི་བསམ་པ་སྐྱེ་མ་ཐག་ཏུ་ལམ་སངས་དེ་འགོ་ག་ དེ་ལྟར་  
མ་བྱས་ན་ལུགས་ཆེ་བར་འགྱུར། བྱེད་ཀྱི་སེམས་ལ་གནས་སུ་མ་བཅུག་པར་དེ་ཚོ་སྐྱེས་དུས་ནས་ཡང་ཡང་  
ཚོལ་ནས་གསོད། སྤྲིན་ཉེས་ཀྱི་བསམ་པ་འཛོམས་པའི་ཆེད་དུ་འདི་ལྟར་བྱེད་དེ། ༡ ) ལོགས་པར་ལངས་  
ནས་དཀོན་མཆོག་དང་། བདེན་པ་གང་ཡིན་པ་ལ་བསམ་སློབ་གཏོང་། ༢ ) དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་སློབ་  
འཛོམ་དང་དེའི་དོན་ལ་བསམ་ཞིབ་བྱེད། ༣ ) བྱེད་ཀྱིས་གང་ལྟ་བུ་དང་གྲོགས་པ་དེ་དོགས་ཚོན་གྱིས་ཤིག  
ང ) བྱེད་ཀྱི་སེམས་ལ་བསམ་པ་ངན་པ་མི་སྐྱེ་བའི་སློན་ལམ་འདེབས། ༥ ) དགོང་མོར་ཐང་ཆད་པར་  
གྱུར་ནས་བསྐྱེད་པའི་བདེ་བས་དོགས་ཚོན་གྱིས་ཤིག ༦ ) ཁ་དབེ་ལྟར། ལས་མེད་པའི་ལག་པ་ནི་  
བདུད་ཀྱི་བཟོ་ཁང་ཡིན་ཞེས་པའི་གཏམ་དབེ་བདེན་པ་ཡིན་པས་ལས་མེད་ལ་འཛོམ། ༧ ) སྤྲིན་ཉེས་ཀྱི་  
རང་གཤིས་འཛོམས་པར་འདོད་མཐའ་གཞན་རྣམས་དང་འགྲོགས། 3) དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་དབང་ལ་  
ཉེན། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་སྤྲིན་ཉེས་གང་ཞིག་ཡང་ཡང་བྱས་ནས་གོམས་གཤིས་ངན་པར་གྱུར་ན། སྤྲིན་ཉེས་  
དེ་ལ་འཛོམས་པའི་ཆེད་དུ་རང་ལུགས་ལ་བརྟེན་མི་རུང་། དེའི་ཚབ་ལ་གསོལ་སློབ་བཏབ་ནས་དམ་པའི་  
ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་སྤྲིན་པ་འཛོམས་པའི་དབང་ལ་ཉེན་དགོས། ང་ཚོ་མི་ཚོ་འདིར་སྤྲིན་ཉེས་མེད་པར་འགྱུར་  
མི་སྤོང་གུང་། དཀོན་མཆོག་གི་སྤྲིན་ཉེས་སེལ་བའི་ཐུགས་རྗེ་ལ་ཉམ་པར་ཉེན་ཚོགས།

४१.५ पापी स्वभावलाई जिलको लागि हामीले निम्न कुराहरू गर्नुपर्छ: १) हामीले आफ्नै विचारहरू बुझ्नुपर्छ। पापपूर्ण विचारहरूले पापमय कार्यहरू निम्त्याउँछ। प्रभु येशूले सिकाउनुभयो कि यदि हत्या वा व्यभिचार जस्ता पापहरूको विचार हाम्रो हृदयमा छ भने, तिनीहरू वास्तविक काम गरे जस्तै हुन्। परमेश्वर सबै कुरा जान्नुहुन्छ र सधैं हाम्रो हृदयलाई हेर्नुहुन्छ। यदि हामीले आफ्नो हृदयमा पापपूर्ण विचारहरू राख्छौं भने, परमेश्वरले त्यो जान्नुहुन्छ, र हामीलाई न्याय गर्नुहुनेछ। २) जब पापपूर्ण विचारहरू उत्पन्न हुन्छन्, तिनीहरूलाई हिंसात्मक हुनबाट रोक्नुहोस्। तिनीहरूलाई तपाईंको मनमा रहन नदिनुहोस्, तर तिनीहरू प्रत्येक पटक उत्पन्न हुदा तिनीहरूलाई निरन्तर आक्रमण गर्नुहोस्, र तिनीहरूलाई मार्नुहोस्। यदि हामीले त्यसो गरेनौं भने, तिनीहरू बलियो हुनेछन्। पापीमय विचारहरूलाई जिलको लागि: क) बिहान उठ्ने समयदेखि, परमेश्वरको र असल कुराहरूको बारेमा सोच्नुहोस्; ख) परमेश्वरको वचन याद गर्नुहोस् र त्यसमा मनन गर्नुहोस्; ग) तपाईंले के देख्नुहुन्छ, सुन्नुहुन्छ र पढ्नुहुन्छ होसियार हुनुहोस्; घ) प्रार्थना गर्नुहोस् कि तपाईंको मनमा खराब विचारहरू नउठ्नुहोस्; ङ) साँझ र आरामको समयमा सतर्क रहनुहोस्, जब पापको प्रलोभन उत्पन्न हुने सम्भावना हुन्छ; च) अल्छीबाट टाढा रहनुहोस्, किनकि 'अल्छी हातहरू शैतानको काम गर्ने ठाँउ हुन्।' छ) अन्य विश्वासीहरूसँग संगतिमा जानुहोस् जसले पापी स्वभावलाई जित्ने काम गरिरहेका छन्। ३) पवित्र आत्मा परमेश्वरको शक्तिमा भर पर्नुहोस्। यदि





त्यो यहूदाको हृदयमा प्रवेश गर्नुभयो, जसले प्रभु येशू र हननियाको हृदयलाई विश्वासघात गरे, जसले परमेश्वरलाई झूटो बोल्यो। शैतानका दुष्ट आत्माहरु मानिसहरुमा प्रवेश गर्न सक्छन् र तिनीहरुलाई ठूलो दुःख दिन सक्छ।

42.4 सूःकवःवेःदःरःसुदःदःकेवःपःदेःसेदःगोःसुःरःगदःसःरःसुःरःवःसःवःसुःदःकेःकेःवेःवेःगःदःकेःदःसुः  
गीःसःदःकेःसेदःपःरःसुदःदुःदःकेःदःवःसः। वेःदःकेःदःपःदेःसुःदःदःसुःकःकःसःश्रीःसःदःकेःदःकेःवःकःसः  
दोःगःसःकेःवःसुदःदःगोःसः। सुःकःवःपःदुःसुःसःवःदुःदःपःगोःसुःवःसःसःसुःदःउःगःउःसःदःदः। दःकःपःदेःकेःकेःकेःदः  
पःदःकेःदःसुदःसुवःपःदःदः। सःमःसःउदःवःसुःवःसःकःदःवःसःवःहःकःवेःदःगःकःसःपःदेःसुःदः। दःगोःकःसःकेःगःगीः  
गोःकःकःदःसःशुःकःउःगः वःहःकःवेःदःगःकःसःवेःदः। केःदःपःदःपःदेःवःपःकेःदःश्रीःसुःदःसःगःसःवःउदःसःदः। दःदः  
वःकेःदःश्रीःसुःदःसुवःशुःकः। वेःपःदेःदेःदःसुःवःवःवःदःपःसःदःसुःदःवःदेःश्रीःसुःदःगीःसुःसःसःदःपःदःशुःकः। दःकेः  
सःमःसःउदःदःदःवःउःसःपःदःदःपःदेःसुःवःपःदःदःदःश्रीःसुःदःसःगःसःवेःदःसुःवःपःदेःकेः  
सुःदःपःदःपःदेःसःदःसःउदःगःसोःदःसुःवः। यःदःसःगोःपःदःपःदःपःदेःसुःगःसःशुःकःदःदः। दःगोःकःसःकेःगः  
गीःवःगःदःपःदःपःदःदःसःपःदेःसुःगःसःकेःदःश्रीःसःपःश्रीःपःसुःदःवेःगः वःदुःदःश्रीःगःपःसःवःसःपःदःकेःदःश्रीः  
वेःदःगःकःसःसुवःपःदेःकेःदःदुःदःगोःकःसःकेःगःगीःगोःकःकःदःसःशुःकःउःगः दःसःपःदेःसुःगःसःकेःदःश्रीःसुःदःवःसःहःगः  
दुःगःसोःपःवःदःदःसुःवःपःदःदःवःसःवेःदः। सुःदःगःसःपःदःगःकःसःदःश्रीःसुःदःसःकेःदःपःदःदःसुःवःसःमःसःउदः  
श्रीःकेःदःदुःसुःवःपःदःदःसुःवःश्रीःसः। दःदेःसुःदःवःदुःदःसुःकःवःपःदःकेःदःदःसुःसःसःवःसःवेःदःगोःकःसःकेःगः  
दःदःकेःदःवःगःकःसःपःदःपःदः। दःगोःकःसःकेःगःगीःवःदेःवःपःवेःसःपःदःदः। दःदःपःदेःसुःवःसःदःगोःकःसःकेःगः  
गीःसुःवःसुःदःपःदःदःगःपःदःउःेःवः। दःसःपःदेःसुःगःसःकेःदःश्रीःदःवःदःपःदःदःश्रीःसुःवःपःदःदःसुःवःपःदः  
दःदेःवःसःपःदेःसुःवःसःदःकेःदःदःश्रीःसुःदः। वःदुःदःपःदःदःवेःकःदुःकेःदःवःवेःदःसुःसःपःदःदःश्रीःसुःदः। दःपःवःदः  
दःकेःदःवःदुःदःपःसःसःसःदःसुःवःदःदःसुःवः। गःदःपःदःगःसःवेःदःवः। गःउःवेःपःदःसुःदःकेःदःपःदःश्रीःसुःदः  
वेःवःदुःदःश्रीःसुःवःपःदःदःसुःवःसःदःकेःदःदुःदःपःदःदःश्रीःसुःदः। सुःकःवःपःदुःसुःसःदःवेःदःसःपःदःवेःपःदः  
गःकःवःदःदःगोःकःसःकेःगःगीःसःउदःश्रीःवःवःसःदःश्रीःसुःदःसुःकःवःदःदःश्रीःसुःदःपःदःदःश्रीःसुःदः

४२.४ शैतान सिंहझैँ कसलाई भेट्टाऊँ र खाइहाँलू भनी गर्जने सिंहझैँ खोजिहिँड्छ। त्यसले हामीलाई धेरै प्रकारले परीक्षामा पार्न र नाश गर्न खोज्नुहुन्छ। यस कारणले गर्दा, विश्वासीहरुले त्यसको विरोध गर्ने र आत्म-संयमका साथ सतर्क रहनुपर्छ। प्रेरित पावलले भनेझैँ, “शैतानलाई मौका नदिनुहोस्” र “यसैकारण परमेश्वरका सारा हातहतियार उठाओ, र यसरी खराब दिनको सामना गर्न सक, र सबै काम गरेर खड़ा हुन सक्ने होओ। यसकारण आफ्ना कम्मर सत्यले कसेर, धार्मिकताको छाती-पाता लाएर खड़ा होओ, र खुट्टामा मिलापको सुसमाचारका जुता लाएर तयार



होओ। साथै विश्वासको ढाल उठाओ, जसबाट तिमीहरू दुष्टका सबै अग्निबाण निभाउन सक्नेछौ। मुक्तिको टोप लगाओ, र पवित्र आत्माको तरवार लेओ, जोचाहिँ परमेश्वरको वचन हो। सारा प्रार्थना र निवेदनसाथ सब समय पवित्र आत्मामा प्रार्थना गर। यस उद्देश्यले लगनशील र सतर्क भएर सबै सन्तहरूका निम्ति प्रार्थना गरिरहो।” त्यसैले शैतानको विरोध गर्ने र त्यसलाई जित्ने तरिका भनेको परमेश्वरको नजिक रहनु हो। हामीले यो परमेश्वरको सत्यतालाई थाहा पाएर, विश्वासद्वारा परमेश्वरको दृष्टिमा धर्मो ठहरिएर, परमेश्वर पवित्र आत्माको शक्तिमा भर परि र निरन्तर प्रार्थना गरेर गछौं। यदि हामीले यसरी शैतानको विरोध गर्यौं भने, त्यो हामीबाट भाग्नेछ। त्यति मात्र होइन, तर अन्तमा हामीले त्यसमाथि अन्तिम विजय पाउनेछौं, किनभने शैतानको कामहरू नष्ट गर्न प्रभु येशू प्रकट हुनुभयो। प्रेरित पावलले लेखेझैं, “शान्तिका परमेश्वरले चाँडै नै शैतानलाई तिमीहरूका खुट्टामुनि कुल्चनुहुनेछ।”

42.5 **बन्देक शक्ति**। **वदुन** वे द के र द श्र वे यि व य। **वि** स द के र वे द व सु द व र अ दे द।

४२.५ **मुख्य कुरा:** शैतान हाम्रो शत्रु हो, र त्यसले हामीलाई नष्ट गर्न खोज्छ।

42.6 **श्लो** अ दे व सु द कु। **वदुन** य के य व र सु द उ द। **वि** अ वे स व र अ सु र। (य को व 4:7)

४२.६ **कण्ठ गर्ने पद:** दियाबलसको विरोध गर, र त्यो तिमीहरूबाट भाग्नेछ। (याकूब ४:७)

42.7 **द्विस** य व।

1. द्वि व। **वदुन** स्र उ व सु यि व व य। **य व।** स्र उ व वे व सु द्वि द सु स व स द के र वे द व र व वे अ दे द।  
स व व द श्र वे यि व।

2. द्वि व। **द के र वि** अ उ र सु र के य द वे स स य। **य व।** अ द्वि व व व द वे यि वे क र्त्तु। **व दे व व र्दे द**  
**द द।** **द व व र्दे द।** **वे** व दे र अ द्वि व व व द य स अ सु द व र श्र श्लि व द द। **द द व।** **व र व।** **द वे व**  
**स के र वे** यि व ग र व उ स श्लि व द वे स।

४२.७ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: शैतान को हो? उ: शैतान हाम्रो शत्रु हो जसले हामीलाई परीक्षामा पार्न र नाश गर्न खोज्छ।
२. प्र: हामीले त्यसलाई कसरी विरोध गर्ने? उ: हामीले सत्य, धार्मिकता, शान्तिको सुसमाचारबाट आउने तयारी, विश्वास, मुक्ति र परमेश्वरको वचनको सुसमाचारको कवच लगाउनु पर्छ।

42.8 **སྣོན་ལམ་འདེབས་རྒྱ།** བདུད་ཀྱི་བྱ་བ་མེད་པར་མཛད་མཁམ་གཙོ་བོ་ཡེ་སྤྱི་ལུགས། དད་པ་བརྟན་  
བོར་གནས་པའི་ཚེད་དུ་བྱེད་ཀྱི་གོ་ཚང་ཚོ་ལ་གནང་ཞིང་། སྣ་ཉན་ངཚོ་ནས་འབྲོས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་  
ཁོ་ལ་འཛོམས་པའི་དབང་གནང་བར་མཛོད། དེ་ནི་བྱེད་ཀྱི་གཟི་བརྗིད་དང་ལྡན་པའི་ལུགས་ཇེ་ལ་བསྣོད་  
པའི་ཚེད་དུ་ཡིན། ཨ་མེན།

४२.८ **प्रार्थना:** प्रभु येशू, शैतानको कामहरू नाश गर्नको लागि, हामीलाई तपाईंको हतियार दिनुहोस्, हामी विश्वासमा दृढ रहन सकौं। र शैतानको विरोध गर्न हामीलाई अनुग्रह दिनुहोस्, ताकि ऊ हामीबाट भागोस्, तपाईंको महिमाको प्रशंसा होस। आमेन।

# སློབ་ཚན་ཞེ་གསུམ་པ། བདུད་འཛོམས་པའི་སློབ། (གཉིས་པ་)

## पाठ तिर्चालिसः आत्मिक युद्धः शैतान माथि विजय गर्नु (२)

43.1 **ཙུ་བ།** འཛིག་རྟེན་ལ་ཡོད་པ་དེ་ལས་ཁྱོད་ཚོའི་ནང་ལ་བཞུགས་མཁན་དེ་ཚོའོ། (ཡེ་ཉ་ནུ་དང་བོ་ 4:4)

४३.१ **पदः** किनभने जो तिमीहरूमा हुनुहुन्छ, उहाँ संसारमा हुनेभन्दा महान् हुनुहुन्छ। (१ यूहन्ना ४:४)

43.2 **དོ་སློབ།** ས་བཅད་འདིར་ཡེ་ཤུ་པའི་དགའ་བོ་གསུམ་སྟེ་འཛིག་རྟེན་འདི་དང་། སླིག་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤིས། བདུད་སྐྱེ་ཉམ་ལ་འཛོམས་པའི་སློབ་སློབ་སློབ་བྱེད་བཞིན་ཡོད། སློབ་ཚན་སློབ་མ་དང་སློབ་ཚན་འདིའི་ནང་ དོན་ནི་བདུད་འཛོམས་པ་དེ་ཡིན།

४३.२ **परिचयः** यस खण्डमा हामी ईसाईका तीन शत्रुहरू: यो संसार, पापी स्वभाव र शैतानमाथि विजय हासिल गर्ने बारे सिकिरहेका छौं। अघिल्लो पाठ र यो पाठ शैतानमाथि विजय हुने बारेमा हो।

43.3 **འགྲེལ་པ།** མི་མང་པོ་ཞིག་རོ་ལངས་དང་གདོན་འདྲེ་ལ་སོགས་པའི་འཛིགས་སྐྱག་ཚེ་བའི་མིལ་མ་དུ་ མཐོང་བ་རྣམས་ལ་འཛིགས། བད་ཕོག་སྐབས་གདོན་འདྲེ་འམ་ཡུལ་ལྟ་ལ་ཕོག་གཏུག་བཏང་བར་སྐྱམ། ཡུལ་གཞན་དུ་འགོ་བའི་སྐབས་སུ་བཀྲ་མི་ཤིས་པ་ལ་འཛིགས་པ་སྐྱེས་པས། ཁོ་རྣམས་སུང་བའི་ཚེད་དུ་ ལྟ་དང་། མཐུ་སྐྱགས། མོ་རྒྱག་པ་སོགས་ལ་རྟེན། ཁོ་ཚོས་མ་འོངས་པ་ལ་ཁ་ལོ་སྐྱུར་བར་བསམ་ནས་ ཞི་བདེ་བར་འགོ་ སྐབས་འགར་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་མེད་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་བུས་མཐུ་ཡི་ སློབ་ཐོས་ནས་ཁོང་ལ་དད་པ་མི་བྱེད་པར་ཁོང་གི་མཚན་གྱི་སློབ་ནས་གདོན་འདྲེ་སློབ་པར་འཚོལ། དབར་ བ་གནའ་བོའི་དུས་སུ་ཨེ་ལེ་སུ་གོང་ཁྱེར་ལ་ཡེ་ཤུ་པ་མིན་པའི་འགྲུལ་པ་གདོན་འདྲེ་སློབ་མཁན་ཁའི་གཤིས་ གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་མཚན་བརྗོད་ནས་གདོན་འདྲེས་ཟིན་པའི་མི་རྣམས་ལ་ཡེ་ཤུའི་ཐོག་ནས་ངས་ཁྱོད་ལ་བཀོད་ པ་གཏོང་ཞེས་ཟེར། དེ་ལྟར་བྱེད་མཁན་གྱི་ནང་དུ་སི་རྟེན་ཞེས་བྱ་བ་ཡ་རྩ་དུ་པའི་སྤྱི་ཚེན་ཅིག་གི་སུ་བདུན་ བོ་ཡོད། གདོན་འདྲེ་དེས་ངས་ཡེ་ཤུ་རོ་ཤེས། འོན་ཀྱང་ཁྱོད་རྣམས་སུ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་བས། གདོན་འདྲེས་ ཟིན་པའི་མི་དེས་ཁོ་ཚོའི་སྤྱིང་ལ་མཚོངས་ནས་བཙོམས་པས་ཁོ་ཚོ་རྒྱལ་ཞིང་ཁོ་ཚོ་རྣམས་ནས་གཙུག་ལྷན་ཁང་ པ་ནས་བྱོས། ཨེ་ལེ་སུ་གོང་ཁྱེར་ལ་སློབ་མཁན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དེའི་སློབ་ཤེས་ནས་འཛིགས་པས་གཙོ་བོ་ ཡེ་ཤུའི་མཚན་ལ་བརྟོད་པ་རེད། ཡང་དད་པར་གྱུར་བ་རྣམས་ལས་མང་པོ་དེར་ཡོད་སྟེ་རང་གི་ལས་ངན་

वसुदःवसःससःसुदसःवःदद। सुगसःसुगःसःसवःकुमसःससःसदःयेःवेगःशैसःरदःशैःदयेःककुमसः  
 गउगःदुःवसुसःवसःसैःकदःसदःसदुवःदुःवसुगसः। दयेःकदेःकुमसःश्रैःरेवःसदःकुःदुसःददुसःश्रैःतसः  
 गःश्रैःसुःसैव। देःसुदःगउःदोःदगैवःसकैगःशैःवगःदःदःवेदःसुसःवःसुदःरे। ।

४३.३ **व्याख्या:** धेरै मानिसहरू भुत र दुष्ट आत्माहरू जस्ता कुराहरूदेखि डराउँछन् जुन उनीहरूले डरलाग्दो सपनाहरू देख्छन्। जब तिनीहरू बिरामी हुन्छन्, तिनीहरू आश्चर्यचकित हुन्छन् कि तिनीहरूले आत्मालाई अपमान गरेका छन्। जब तिनीहरू यात्रामा जान्छन्, तिनीहरू खराब भाग्यबाट डराउँछन्, त्यसैले तिनीहरू आफ्नो सुरक्षा गर्न आत्मा, जादू, वा भविष्यवाणीमा भर पर्छन्। तिनीहरूले राम्रो महसुस गर्छन् किनभने तिनीहरू विचार कि तिनीहरूले भविष्यलाई नियन्त्रण गर्न सक्छन्। कहिलेकाहीं, जब अविश्वासीहरूले देख्छन् कि येशू सबै आत्माहरू भन्दा शक्तिशाली हुनुहुन्छ, तिनीहरूले उहाँमा विश्वास नगरी उहाँको नाम प्रयोग गर्ने कोसिस गर्छन्। उदाहरणका लागि, प्राचीन सहर एफिससमा, त्यहाँ टुनामुना गर्ने कोही अविश्वासी थियो जसले प्रभु येशूको नाम प्रयोग गरेर दुष्ट आत्मा भएकाहरूमाथि “म तँलाई येशूको नाममा आज्ञा गर्दछु।” भने। स्केभा नाउँ गरेका यहूदी प्रधान पूजाहारीका सात जना पुत्रहरूले यसो गरिरहेका थिए। तर दुष्ट आत्माले जवाफ दिएर तिनीहरूलाई भन्यो, “येशूलाई म चिन्छु, तर तिमि को होँ?” तब दुष्ट आत्मा भएको मानिस तिनीहरूमाथि हामफाले, ती सबैलाई नियन्त्रणमा लियो, र तिनीहरूलाई यसरी जित्यो कि तिनीहरू नाङ्गै र घाइते भएर त्यस घरबाट भागे। जब यो कुरा एफिससका सबै बासिन्दाहरूलाई थाहा भयो, सबै छक्क परे। र प्रभु येशूको नाउँको प्रशंसा गरियो। साथै विश्वासी बनेका धेरैले आफ्ना अभ्यासहरू स्वीकार गरे र खुलासा गरे। टुनामुना अभ्यास गर्नेहरू मध्ये धेरैले आफ्ना पुस्तकहरू जम्मा गरे र सार्वजनिक रूपमा जलाइदिए; यी किताबहरूको मूल्य गणना गर्दा पचास हजार चाँदीको सिक्का आएको पाइयो। यसरी प्रभुको वचन बलियो र प्रबल हुँदै गयो।

४३.४ गउःदोःयेःसुःसुःगदोवःसुःकदःसदःसुःदःवदःरुसःससुःसैवःदःसः। येःसुःवःकुमसःगदोवःसुःदद।  
 रेःसदःसः। रेःवेगःसुगःकःवदःसैःसःदुःगदःससुःदःवःकुमसःसःरेःवेगःसैःदःशैःसः। गदोवःसुःसः  
 गउःदोःयेःसुःसुःसैवःवःवेसःसःसैवःसःरेःवेगःसः। वगःदःगदःवःउःसःश्रैःसैवःशैःदेःकेःसदःसदः  
 वसुदःवःसःदद। दवदःदेःरेःगवःसःसःगदःवःसःसैःकुमसःश्रैःसुदःगदोवःसुःददःवसुदः। सुःकःवःसैः  
 रुःवःश्रैःसःददःसुःकुमसःसः। रेःवेगःसैवःसःसैवःदःसःसुःदःकेःरेःसैःसःवदःसःवःसुगःसःसवः  
 देःकेःसःसैवःसैःसः। गउःदोःयेःसुःसुःगदोवःसुःकुमसःश्रैःसुःसुःकःसुःगःदोःगदोवःदुःसैःसुः  
 देःरेःसुःदःकेःसःसुःसुगःसःसैःसुःगःदःसैःसुःदः। ददःसःगवःसःसुःवःदगैवःसकैगःशैःसुः  
 सुःसःसःसैवःदेःकुमसःसुःगःसुःवःसैवः। गःसःदेःदःकुमसःश्रैःसुःदगैवःसकैगःशैःवगःदःवसुदःसःवः।

བདུན་ལ་ཚོལ་བར་བྱེད་ཅིང་། ཁོ་འབྲོས་པར་འགྱུར། དེ་མ་ཟད་ཡེ་སྤྱི་བ་རྣམས་ཀྱིས་མ་འོངས་པར་གང་  
 ཡང་འབྱུང་བ་རྣམས་ལ་འཛིགས་མི་དགོས། དཀོན་མཆོག་གིས་དོན་ཐམས་ཅད་མཉམ་དུ་མཛད་དེ་ཁོང་  
 ལ་བརྟེ་ཞིང་ཁོང་གི་དགོངས་པ་ལྟར་བོས་པ་རྣམས་ལ་ཕན་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན། ཉམས་ཚེད་སྣ་ཚོ་གས་མྱོང་  
 སྐབས་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཀྱིས་གཙོ་བོས་གཞུག་པར་སྒྲུབ་མེད་མི་བྱེད་ཅིང་། བཀའ་བརྒྱུན་མཛད་དུས་  
 ཡིད་ཐང་མ་ཆད་ཅིག དེ་ནི་གཙོ་བོས་བྱམས་པར་གཞུག་པ་དང་། ལུ་རུ་ཚི་བ་རྣམས་ལ་གཞུག་པས་སོ་  
 ཞེས་བྲིས་པ་དྲན་དགོས།

४३.४ ख्रिष्टियनहरू दुष्ट आत्माहरू, भुतहरू, वा आफ्ना डर लाग्दो सपनाहरू देख्ने कुराहरूबाट डराउनु पर्दैन, किनकि प्रभु येशूसँग सबै दुष्ट आत्माहरूमाथि विजय हुने शक्ति छ। उहाँ को हुनुहुन्छ भनी तिनीहरू जान्दछन् र उहाँसँग डराउँछन्। धेरै पटक उहाँले उनीहरूलाई बोलेर मात्रै निकाल्नुभयो। येशूले आफ्ना चेलाहरूलाई दुष्ट आत्माहरू निकाल्ने शक्ति दिनुभयो र तिनीहरूले त्यसै गरे। प्रेरित यूहन्नाले विश्वासीहरूलाई लेखे, “किनभने जो तिमीहरूमा हुनुहुन्छ, उहाँ संसारमा हुनेभन्दा महान् हुनुहुन्छ।” प्रभु येशूले दुष्ट आत्माहरूलाई ख्रिष्टियनहरूलाई सताउन अनुमति दिनुहुनेछैन। हामीले भविष्यवाणी वा टुनामुनामा भर पर्नु पर्दैन; वास्तवमा, त्यस्ता अभ्यासहरू परमेश्वरको दृष्टिमा घृणित छन्। यदि हामीले आफूलाई परमेश्वरमा समर्पण गर्यौं भने, हामी शैतानको विरोध गर्न सक्छौं र त्यो हामीबाट भाग्नेछ। त्यति मात्र होइन, तर भविष्यमा आउने कुराहरूदेखि ख्रिष्टियनहरू डराउनुपर्दैन। उहाँलाई प्रेम गर्नेहरू र उहाँको उद्देश्यअनुसार बोलाइएकाहरूको भलाइको लागि परमेश्वरले सबै कुराहरू मिलेर काम गर्न लगाउनुहुन्छ। जब हामी विभिन्न परीक्षाहरू सामना गछौं, बाइबलले हामीलाई के सिकाउँछ भन्ने कुरा सम्झनुपर्छ, “परमप्रभुको अनुशासनलाई बेवास्ता नगर्नुहोस् र हप्काउँदा थाक्नुहोस्; किनकि परमप्रभुले प्रेम गर्नेहरूलाई अनुशासन दिनुहुन्छ, र उहाँले आफ्ना पुत्रहरू सोच्ने लाई तालिम दिनुहुन्छ।”

43.5 **ནང་དོན་གཙོ་བོ།** གཙོ་བོ་ཡེ་སྤྱི་ལ་དབང་ཀུན་དང་ལྷན་པས་ཡེ་སྤྱི་བ་རྣམས་ཀྱིས་གདོན་འདྲེ་དང་།  
 ཡང་ན་མ་འོངས་པར་གང་འབྱུང་བ་ལ་འཛིགས་མི་དགོས།

४३.५ **मुख्य कुरा:** विश्वासीहरू दुष्ट आत्माहरूसँग वा भविष्यमा के हुनेछ भनेर डराउनु हुँदैन, किनकि येशूसँग सबै कुराको अधिकार छ।

43.6 **སྤྱི་འཛིན་བྱེད་སྒྲུ།** གཙོ་བོ་ཡེ་སྤྱི་ཁོ་ཚོའི་རྩེ་ལེབས་ནས་དཀོན་མཆོག་གི་ཞིང་ཁམས་དང་འཛིག་རྟེན་  
 ཀྱི་དབང་ཆ་ཀུན་དང་ལ་གཏད་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས། (མད་སྟོ 28:18)

४३.६ **कण्ठ गर्ने पद:** तब येशू तिनीहरूकहाँ आएर भन्नुभयो, “स्वर्ग र पृथ्वीमा समस्त अधिकार मलाई दिइएको छ।” (मती २८:१८)

43.7 **द्विसःयव।**

1. द्विःव। योःसुदःवःकृमसःग्रेःसःगद्वेवःअद्रेःवःअद्वेगसःसुदःदमा। यव। यवसःखेव। गदःयवःचेरः  
व। गउँःदोःयोःसुदःसुःश्रीःगःवःदवदःकृगुवःयदःवसःसो।
2. द्विःव। योःसुदःवःकृमसःग्रेःसःखःद्रेःवःदःगदःअद्वुदःवःवःअद्वेगसःदशेःसःसमा। यव। यवसः  
खेव। गदःयवसःचेरःव। दशेःवःखेवःश्रीःदःकेःवःयवःदःद्वेःदुःद्वेःवःसमसःउदःखःश्रमःदुःखदः  
वसःसो।

४३.७ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्रः के ख्रीष्टियनहरू दुष्ट आत्माहरूबाट डराउनुपर्छ? उः पर्दैन, किनकि प्रभु येशूसँग सबैकुराको अधिकार छ।
२. प्रः के ख्रीष्टियनहरू भविष्यमा के हुनेछ भनेर डराउनुपर्छ? उः पर्दैन, किनभने परमेश्वरले हाम्रो भलाइको लागि सबै कुराहरू सँगै गर्न लगाउनुहुन्छ।

43.8 **श्लोकःयवःअदेवसःसु।** दःकेःवःयवःदःद्वेःदुःद्वेःवःसमसःउदःखःश्रमःदुःखदःवःयवःगउँःदोः  
यवसः। अद्वेगःश्रुदःअद्वेःदः। श्रुदःश्रुदःग्रेःदःगःश्रीः। वदुदःवउसःयवःसुदःवःगदः। दः  
केःद्वेःअद्वेगसःवःश्रुदःश्रुदःउदः। दःकेःद्वेःश्रुदःवःयदःसःसुद्वेःगसःवःखदः। गउँःदोःयोःसुदःखेवः  
ग्रेःश्रीःवःवःसु। ७।खेव।

४३.८ **प्रार्थनाः** प्रभु, जसले हाम्रो भलाइको लागि सबै कुराहरू सँगै गर्न लगाउनुहुन्छ, हामीलाई संसार, पापी स्वभाव र शैतानमाथि विजय दिनुहोस्। हाम्रो डरलाई हटाउनुहोस्, र हाम्रो प्रेमलाई सिद्ध गर्नुहोस्। प्रभु येशूको नाउँमा माग्छौं, आमेन।

# ས་བཅད་དྲུག་པ། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུང་སློབ་མ་ལྟར་མི་ཚོ་སྐྱེལ་བ།

## खण्ड छः प्रभु येशुको चेला भएर जिउनु

### སློབ་ཚན་ཞེ་བཞི་པ། དགོན་མཚོག་གི་དགོངས་པ་ཤེས་པའི་སྐྱོར།

### पाठ चौवालीसः परमेश्वरको इच्छा जानु

44.1 **ཙ་བ།** ལྷུན་བོ་མི་བྱེད་པར་གཙོ་བོའི་ལུགས་དགོངས་གང་ཡིན་པ་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག (ཨེ་ཤེ་སུ་བ་ 5:17)

४४.१ **पदः** यसैकारण मूर्ख नहोओ, तर प्रभुको इच्छा के छ, सो बुझ। (एफिसी ५:१७)

44.2 **ས་བཅད་དྲུག་པའི་དོ་སློབ།** སློབ་ཚན་འདི་རྣམས་ཀྱི་ས་བཅད་དང་བོར་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུང་འཕྲིན་བཟང་དང་། ས་བཅད་གཉིས་པར་དགོན་མཚོག་གི་ཚོས་ཚོགས། ས་བཅད་གསུམ་པར་དམ་པའི་ལུགས་ཉིད་ཀྱི་ལུག་ལས་དང་འབྲས་བུ། ས་བཅད་བཞི་པར་ཡེ་བྱུང་པའི་རང་གཤིས། ས་བཅད་ལྔ་པར་ཡེ་བྱུང་པའི་དགྲ་བོ་གསུམ་ལ་འཛོམས་པའི་སྐྱོར་སློབ་སྦྱོང་བྱས། ད་ས་བཅད་དྲུག་པ་འདིར་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུང་སློབ་མ་ལྟར་མི་ཚོ་སྐྱེལ་བའི་སྐྱོར་བའོ་སྐྱེད་བྱེད། སློབ་ཚན་འདིར་དགོན་མཚོག་གི་དགོངས་པ་ཅི་ལྟར་ཤེས་པའི་སྐྱོར་སློབ་རྒྱ་ཡིན།

४४.२ **खण्ड छ को परिचयः** यी पाठहरूको पहिलो खण्डमा हामीले प्रभु येशूको सुसमाचारको बारेमा सिकेका थियौं। दोस्रो, परमेश्वरको मण्डलीको बारेमा। तेस्रो, पवित्र आत्माको काम र फलको बारेमा। र चौथो, ईसाइ चरित्रको बारेमा, पाँचौं, ईसाईका तीन शत्रुहरूमाथि विजय हासिल गर्ने बारे। अब यस छैठौं खण्डमा हामी प्रभु येशूको चेलाको रूपमा जीवन बिताउने बारे छलफल गर्नेछौं। यस पाठमा हामी परमेश्वरको इच्छालाई कसरी जान्न सकिन्छ भन्ने बारे सिक्नेछौं।

44.3 **འགྲེལ་བ།** བཀྲ་ཤིས་ལྟ་སར་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་ཡེ་བྱུང་བཞིག་ཡིན། ཉིན་ཞིག་ཁོང་གིས་ད་ལྟ་འཕྲོབ་པའི་སྐྱེལ་ཚུལ་ལྟར་གཉིས་སྟེར་པའི་ལས་ཀ་ཞིག་གཞིས་ཀ་རྩེར་ཡོད་པའི་སྐྱོར་ཐོས། སྐྱེལ་ཚུལ་དེ་འཕྲོབ་པར་འདོད་ན་ཡང་། བང་མི་དང་ཚོས་ཚོགས་ལྟ་སར་ཡོད། ཁོང་གིས་ལས་ཀ་གསར་བ་དེ་ལེན་པའི་ཚེད་དུ་གཞིས་ཀ་རྩེར་སྦྱོང་གནས་སློབ་འཇམ། ཡང་ན་ལྟ་སར་གནས་དགོས་སམ། བཀྲ་ཤིས་ལྟ་ར་ཚོ་ཚང་མར་ཐག་གཙོད་བྱེད་རྒྱུའི་བྱ་བ་མང་བོ་འབྲད་སྲིད། དཔེར་ན། ད་ལྟུང་གཞན་དུ་འགྲུལ་ལམ་

མི་འགྲུལ། ས་ཚག་ཞན་ལ་གནས་སློབ་རུང་ངམ་མི་རུང་། དེ་ལྟར་ལུ་མོ་ཚང་ས་རྒྱལ་པར་འགྱུར་རམ་  
 མི་འགྲུལ། དམ་ལས་ཀ་གང་ཞེས་བྱེད་དམ་མི་བྱེད། དེ་ལྟར་གྱི་ཐག་གཅོད་བྱེད་སྐབས་དཀོན་མཚོག་  
 གི་དགོངས་པ་གང་ཡིན་པ་དཔྱད་ཅི་ལྟར་ཤེས། དཀོན་མཚོག་གི་དགོངས་པ་རྟོགས་པའི་ཆེད་དུ་གཤམ་  
 གསལ་གྱི་རིམ་པ་བཞི་ཡོད་དེ། 1) དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་གྲོག་པའམ་ཉན་ནས་སློབ་ལམ་འདེབས་པའི་  
 སློབ་ས་དཀོན་མཚོག་དང་འགྲོགས་པར་འཛིན། དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་དཀོན་མཚོག་གིས་དཔྱད་གང་  
 བྱེད་དགོས་པའི་སློབ་བཀའ་རྒྱ་མང་པོ་གནང་བྱུང་། དཔེར་ན། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུང་འདུན་མས་ལ་གཅིག་གིས་  
 གཅིག་ལ་བྱམས་པ་བྱེད་དགོས་པའི་བཀའ་རྒྱ་གནང་བས། བྱམས་པ་མེད་པའི་སློབ་པ་མི་བྱེད། དཀོན་  
 མཚོག་གིས་སྤྲིག་ཉེས་ལ་སྤང་བས་འདུན་མས་ཀྱིས་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་སློབ་པ་མི་བྱེད། དེ་མ་ཟད་དཀོན་མཚོག་  
 གིས་གསུང་རབ་བརྒྱུད་ནས་ཉེག་ནས་དང་། སྐྱེ་ཚབ། དད་ལྡན་ལལ་པའི་དཔེའི་སློབ་ས་འདུན་མས་ལ་  
 སློབ་པར་མཛད། དཔེ་དེ་ཚོའི་ཐོག་ནས་དཔྱད་ཅི་ཡོད་པའི་དགོངས་པ་ཤེས་ཚོག་ དེའི་སློབ་པ་དམ་པའི་  
 གསུང་རབ་ཉན་ལྟར་གྲོག་པའམ་ཉན་ནས། དེའི་དོན་ལ་བསམ་ཞིབ་བྱེད་དེ། དམ་པའི་ཐུགས་ཉེད་དཀོན་  
 མཚོག་གིས་དཀོན་མཚོག་གི་དགོངས་པ་སློབ་པའི་སློབ་གསོལ་སློབ་ལུ་དགོས། དཔྱད་ཅི་ཡོད་པའི་  
 དཀོན་མཚོག་གི་བཀའ་དང་མཚུངས་པར་དགོས། 2) ཐག་གཅོད་ལེགས་པོ་བྱེད་པའི་སློབ་པའི་འདུན་མས་  
 ལ་ཤེས་རབ་དགོས། སྐྱེ་ཚབ་ཡ་གོ་བ་ཀྱིས་བྱེད་ཚེའི་ནང་ནས་སུ་ཞེས་ལ་ཤེས་རབ་མ་ཚང་ན། སློབ་  
 འདོགས་ཅི་ཡང་མི་མཛད་པར་ཐམས་ཅད་ལ་ལྷག་པར་གནང་མཁན་དཀོན་མཚོག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་  
 ཤིང་། གནང་བར་འགྱུར་ཞེས་བྲིས། དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པའི་སློབ་ལམ་གྱི་དཔེ་  
 མང་པོ་སློབ། དེ་མ་ཟད་སེམས་ཉིད་སློབ་པར་གྱུར་བའི་ཡེ་བྱུང་འདུན་མས་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱ་བསྐྱེད་ས་ན་ལེགས།  
 3) དཔྱད་ཅི་སེམས་དང་མི་མཐུན་ནའམ། དཀོན་མཚོག་གི་དགོངས་པ་ལྟར་བྱས་ནས་གང་འགྱུར་རྒྱ་ཡིན་  
 པ་མི་ཤེས་ཀྱང་། དཔྱད་ཅི་དཀོན་མཚོག་གི་དགོངས་པ་ལྟར་སློབ་དགོས། 4) དཀོན་མཚོག་གི་དགོངས་  
 པ་འཚོལ་བའི་ལམ་གཞན་ནི་དྲི་བ་འདྲི་བ་དེ་ཡིན། ཀ ) དཔྱད་ཅི་ཐོག་མར་དཀོན་མཚོག་གི་རྒྱལ་སྤྱི་  
 དང་ཁོང་གི་དྲང་བདེན་ལ་འབད་བརྩོན་བྱེད་པའམ། ཡང་ན་དཔྱད་ཅི་བསམ་པ་ལས་ཁོང་གི་དགོངས་པ་ཆེ  
 བ་ཡིན་པར་ཕྱིའམ། ཁ ) བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པའི་སློབ་པ་དེས་དཔྱད་ཅི་དཀོན་མཚོག་གཅིག་པར་འཛིན་པ་དང་།  
 ཡང་ན་མི་གཞན་ལ་བྱམས་པ་བྱེད་དུ་འཇུག་གམ། སློབ་པ་དེས་དཀོན་མཚོག་དང་ཉེབ་པ་ཡོད་དུ་འཇུག་  
 གམ། ག ) སློབ་པ་དེའི་སློབ་ས་མི་གཞན་གྱིས་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུང་སློབ་ས་པར་འགྱུར་རམ། ད ) སློབ་པ་  
 དེའི་སློབ་ས་དཔྱད་ཅི་ཡོད་པ་རུ་འགྱུར་རམ། ཅ ) སློབ་པ་དེའི་སློབ་ས་གཙོ་བོ་སྐབས་མགོན་ཡེ་བྱུང་གི་ཀའི་  
 ཐུགས་རྗེ་དང་རྟོགས་པའི་ནང་དཔྱད་ཅི་རྒྱལ་པར་འགྱུར་རམ། ཆ ) སློབ་པ་དེས་མི་གཞན་ལ་རོགས་པ་བྱེད་



དམ། ६ ) ལྷོད་པ་དེས་ང་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤིས་ཀྱི་བཙོན་པར་སྐྱུར་རམ། ७ ) ལྷོད་པ་དེས་དཀོན་མཚོག་གི་གཟེ་བརྗེད་འཕེལ་བར་བྱེད་དམ། ८ ) ལྷོད་པ་དེ་བརྗེད་འོས་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ། གལ་སྲིད་ང་ཚོས་དམ་པའི་གསུང་རབ་གྲོག་པ་དང་། ལྷོན་ལམ་འདེབས་པ། ཤེས་རབ་གནང་མཁན་དཀོན་མཚོག་ལ་ལུ་བ། གནས་སྤངས་ཀྱི་སྐྱོར་བསམ་ཞིབ་བཅས་བཏང་བ་ན། དཀོན་མཚོག་གིས་རང་གི་དགོངས་པ་དེ་དྲུགས་ལ་མངོན་པར་མངོན་དེས་ཡིན།

४४.३ **व्याख्या:** टाशी ल्हासामा काम गर्ने एक विश्वासी हुन्। एक दिन उसले सिगात्सेमा एउटा जागिर छ जसले अहिले पाएको भन्दा दोब्बर तलब दिने भन्नेकुरा सुन्यो। उसले धेरै तलब कमाउन चाहन्छ, तर उनको परिवार र उनको मण्डली ल्हासामा छन्; उसलाई के गर्ने पक्का छैन। उसले नयाँ जागिर गर्न सिगात्से जाने हो कि ल्हासामै बस्ने? टाशी जस्तै, हामी सबैले निर्णय गर्नुपर्छ। म यात्रामा जानुपर्छ कि पर्दैन? के म अर्को ठाउँमा जानु पर्छ? के मेरो छोराले बिहे गर्नुपर्छ? के मैले निश्चित काम गर्नुपर्छ? जब हामीले यस्ता प्रश्नहरूको बारेमा निर्णय गर्नुपर्छ, परमेश्वरले हामीले के गरून् भन्ने चाहनुहुन्छ भनेर हामीले कसरी थाहा पाउने? हाम्रो लागि परमेश्वरको इच्छा थाहा पाउन हामीले गर्न सक्ने चारवटा कुराहरू यहाँ छन्: १) प्रार्थना र बाइबल पढ्दै वा सुन्दै परमेश्वरसँगको सङ्गति जारी राख्नुहोस्। यसमा, हामीले के गर्नुपर्छ भनेर परमेश्वरले हामीलाई आज्ञाहरू दिनुहुन्छ। उदाहरणका लागि, प्रभु येशूले हामीलाई एकअर्कालाई प्रेम गर्न आज्ञा दिनुहुन्छ, त्यसैले हामीले प्रेम नदेखाउने व्यवहार गर्दैनौं। परमेश्वरले पापलाई घृणा गर्नुहुन्छ, त्यसैले हामी पापमय व्यवहार गर्दैनौं। त्यति मात्र होइन, परमेश्वरले हामीलाई चेलाहरू, प्रेरितहरू र साधारण विश्वासीहरूको उदाहरणद्वारा सिकाउनुहुन्छ। त्यस्ता उदाहरणहरूद्वारा हामीले हाम्रो जीवनको लागि उहाँको इच्छा थाहा पाउन सक्छौं। त्यसैले दिनहुँ परमेश्वरको वचन पढ्नुहोस् वा सुन्नुहोस्। होसियार भएर सोच्नुहोस्। तपाईंलाई परमेश्वरको इच्छा देखाउनको लागि पवित्र आत्मा परमेश्वरसँग सोध्नुहोस्। हामी जे गछौं त्यो परमेश्वरको वचन अनुसार हुनुपर्छ। २) असल निर्णय गर्न हामीलाई बुद्धि चाहिन्छ। प्रेरित याकूबले लेखे, तर यदि तिमीहरूमध्ये कसैलाई बुद्धिको अभाव छ भने उदार-चित्तसँग नझर्की दिनुहुने परमेश्वरलाई त्यसले मागोस्, र त्यसलाई त्यो दिइनेछ। बाइबलले हामीलाई बुद्धिमानी चालचलनका थुप्रै उदाहरणहरू दिन्छ। परिपक्व विश्वासीहरूलाई सल्लाहको लागि सोध्नु पनि बुद्धिमानी नै हो। ३) हामीले चाहेको कुरा नभए पनि वा नतिजाको रूपमा के हुन्छ भन्ने हामीलाई थाहा नभए पनि, हामी परमेश्वरको इच्छा पूरा गर्न चाहन्छौं। ४) परमेश्वरको मार्गदर्शन खोज्ने अर्को तरिका प्रश्नहरू सोध्नु हो: क) के हामी परमेश्वरको राज्यलाई पहिले खोज्दैछौं र उहाँको इच्छालाई आफ्नो भन्दा अगाडि राख्दैछौं? ख) के यसले हामीलाई परमेश्वर र अरूलाई अझ बढी प्रेम गर्न मद्दत गर्छ? के यसले हामीलाई परमेश्वरको नजिक जान मद्दत गर्छ? ग) के यस कारणले प्रभु येशूको बारेमा अरूले सुन्नेछन्?

घ) के यसले हामीलाई पवित्र बनाउँछ? ड) के यसले हामीलाई प्रभुको अनुग्रह र ज्ञानमा बढ्न मद्दत गर्नेछ? च) के यसले अरुलाई मद्दत गर्छ? छ) के यसले मलाई पापको बन्दी बनाउँछ? झ) के यस कामले परमेश्वरको महिमालाई बढावा दिनेछ? ज) के यो काम प्रशंसाको योग्य छ? यदि हामीले बाइबल पढ्यौं, प्रार्थना गर्नु, परमेश्वरसँग बुद्धि माग्यौं र परिस्थितिलाई राम्ररी सोच्यौं भने परमेश्वरले पक्कै पनि हामीलाई उहाँको इच्छा देखाउनुहुनेछ।

44.4 **ནང་དོན་གཙོ་བོ།** དགོན་མཚོག་གི་དགོངས་པ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དང་ལྷན་རྒྱུ་ལྷན་གྱིས་དམ་པའི་གསུང་རབ་སྐོག་པ་དང་། ཤེས་རབ་གནང་མཁན་དགོན་མཚོག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

४४.४ **मुख्य कुरा:** परमेश्वरको इच्छा जान्न, विश्वासीहरूले बाइबल पढ्छन्, र परमेश्वरलाई बुद्धिका लागि मागें।

44.5 **སྒྲོ་འདོན་བྱེད་སྐུ།** བྱེད་ཚེད་ནང་ནས་སུ་ཞིག་ལ་ཤེས་རབ་མ་ཚང་ན། སྒྲོན་འདོགས་ཅི་ཡང་མི་མཛད་པར་ཐམས་ཅད་ལ་ལྷན་པར་གནང་མཁན་དགོན་མཚོག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་ཤིང་། གནང་བར་འགྱུར། (ཡ་གོ་བ་ 1:5)

४४.५ **कण्ठ गर्ने पद:** तर यदि तिमीहरूमध्ये कसैलाई बुद्धिको अभाव छ भने उदार-चित्तसँग नझर्की दिनुहुने परमेश्वरलाई त्यसले मागोस्, र त्यसलाई त्यो दिइनेछ। (याकूब १:५)

44.6 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། ཐག་གཙོད་བྱེད་དགོས་པའི་སྐབས་ལ་ང་ཚོས་ཅི་བྱེད་དགོས་སམ། ལན། ང་ཚོས་དམ་པའི་གསུང་རབ་སྐོག་པ་དང་། ཤེས་རབ་གནང་མཁན་དགོན་མཚོག་ལ་གསོལ་སྒྲོན་ལུ། ཡེ་བྱེད་ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་བསྐྱེད་བྱ་འཚོལ་དགོས།

४४.६ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: हामीले निर्णय गर्नुपर्दा के गर्नुपर्छ? उ: हामीले बाइबल पढ्ने, हामीलाई बुद्धि दिनुहुने परमेश्वरलाई प्रार्थना गर्ने र बुद्धिमान् ख्रीष्टियनहरूबाट सल्लाह लिनुपर्छ।

44.7 **སྒྲོན་ལམ་འདེབས་སྐུ།** གཙོ་བོ་ལགས། སྒྲིག་ཉེས་སེལ་བ་དང་། དམ་པ་སུ་འགྱུར་བ་རྣམས་ཀྱི་ཁྱོད་ལ་གནས་ཤིག་ཐོབ་པའི་ཚེད་དུ། ང་ཚོ་ལ་ཤེས་རབ་དང་། བྱེད་གྱི་དགོངས་པའི་རྟོགས་པ་གནང་བར་མཛོད། ཨ་མེན།

४४.७ **प्रार्थना:** प्रभु, हामीलाई बुद्धि र तपाईंको इच्छाको समझ दिनुहोस्, ताकि हामीले हाम्रा पापहरूको क्षमा पाउन सकौं र पवित्र बनाइएकाहरूमध्ये एउटा स्थान पाउन सकौं। आमेन।

# स्त्रोवःकवःवेःपुःव। गदेकःसुगःश्रीः

## पाठ पैतालिसः विवाह

45.1 **कुःव।** येगःगयेमःश्रीःयसःमदःवेःबेकःपदिःश्रीकःश्रीसःसुसःवःदेमःवत्रःवःमेःदद। सुदःमेदः  
देमःसुःगःदेःयेदःदगोःस। (गोःदेकःसुःवःददःवेः 7:2)

४५.१ **पदः** तर व्यभिचारसम्बन्धी परीक्षा अनेक भएका हुनाले हरेक मानिसको आफ्नै पत्नी होस्, र हरेक स्त्रीको पनि आफ्नै पति होस्। (१ कोरिन्थी ७:२)

45.2 **दःसुदः** स्त्रोवःकवःसुवःमःयःदगोःवःमकेगःश्रीःदगोःदसःवःउःपुःमःयेसःपदिःवसःयसःमिःअदःवः  
वसुवसःवेव। स्त्रोवःकवःअदिःमःगदेकःसुगःश्रीःश्रीःदगोःवःमकेगःश्रीःदगोःदसःवःगदःयिःवःवःवोःसुदः  
प्रेदःकुःयिःव।

४५.२ **परिचयः** अघिल्लो पाठमा हाम्रो जीवनको लागि परमेश्वरको इच्छा जान्ने धेरै तरिकाहरू सिक्थौं। यस पाठमा हामी विवाहको लागि परमेश्वरको इच्छाबारे छलफल गर्नेछौं।

45.3 **अश्रीःवःव।** येःसुःवःकुसःश्रीःमदःदेदःदस। सुःसुदिःगदेकःसुगःश्रीःश्रीःयःवसःमःवेःपुःदः  
दगोःस। सुःकवःवदुःयुसःयेःसुःवःकुसःश्रीःयेःसुःवःमिःवःवःकुसःयःगदेकःसुगःप्रेदःमिःकेगःवः  
विस। गयःदेःयेःसुःवःविगःगिसःयेःसुःवःमिःवःवःददःगदेकःसुगःपुसःव। येःसुःवःमिःवःवःयेःसुःवः  
अशुःमःश्रीदःगुदः। सयःकेदःयेःसुःवःमिःवःयःयेःसुःवदिःददःवःकसःसुःअदुःग देःयसःयेःसुःवसःश्रीगः  
पदिःसुःगसःसुःसुःमःवदस। सुःगःवसुःयःकेवःवेःअदुःमःश्रीदः। गदेकःसुगःप्रेदःकुःयिःवःवउदःवःविगः  
गिसःगउःवेःयेःसुःयःददःवःमिःप्रेदःवःवगःगउःदःपुसःवेवःव। येःसुःवःवेःवेःददःगदेकःसुगःप्रेदःमिः  
केगः गउःवेःयेःसुःयःददःवःमिःप्रेदःवःददःगदेकःसुगःप्रेदःवःवेःमदःगिःश्रीःयःमदःअवगःगिःदेःकेवःवेः  
विगःवउगःसःवसःमकेःयःमकेःवःददःमकुःदस। गयःदेःवत्रःमिःयसःमिःविगःयेःसुःवमःशुःमःवेदःमिः  
गवकःश्रीसःददःवःमःपुसःव। सुःकवःवदुःयुदिःगसुदःपुःमःवेःकुसःमःकसःदुःसुदःदगोःस। देःपुःमःयेः  
सुःवःयिःवःपदिःवत्रःवःयिसःयेःसुःवःमिःवःपदिःवत्रःवःददःवेःकेदिःसुःशुःकुसःयःददःवमःअशुःमःवदिः  
पुःमःअदसःवेःसुःयःश्रीदः। मिःसुःविगःददःगदेकःसुगःप्रेदःवःवगःगउःदःप्रेदःपदिःकेदःदुःयेःसुःवःकुसः  
श्रीसःश्रीःउःउःयःदेकःमिःकेगः वत्रःवःसुदःवःवेःयेःसुःवःयिःवःदगोःसःवःददः। येःसुःवःगवकःकुसः  
श्रीसःवगुःमःश्रीःप्रेदःवेःसःवःपुःमःउःउःमःवददः। दसःवःसुःअशुःमःअदिःदःवःविगःयिःवःदगोःस। सुवःयसः  
वउवःवःदगोःवःमकेगःगिसःदेःपुःमःश्रीःमिःदेःकुसःयःसुवःवमःमदःदः।

४५.३ **व्याख्या:** ख्रीष्टियनहरूले आफ्नो वा आफ्ना छोराछोरीको विवाहको बारेमा धेरै राम्ररी सोच्नुपर्छ। प्रेरित पावलले हामीलाई सिकाउँछन् कि विश्वासीहरूले अविश्वासीहरूसँग विवाह गर्नु हुँदैन। जब एक ख्रीष्टियनले अख्रीष्टियनसँग विवाह गर्छ, अख्रीष्टियन विश्वासी बन्न सक्छ, तर प्रायजसो अख्रीष्टियनले ख्रीष्टियनको विश्वासलाई भ्रष्ट पार्नेछन्। यसले गर्दा त्याग्ने वा ठूलो दुखको कारण हुनेछ। यदि कसैसँग मगनी भएको व्यक्तिले येशूमा विश्वास नगर्ने निर्णय गरेको छ भने, ख्रीष्टियनले त्यो व्यक्तिसँग विवाह गर्नु हुँदैन। अविश्वासीसँग विवाह गर्नु भनेको आफ्नै घाँटीमा जाँतो बाँधेर समुद्रमा हामफाल्नु जस्तै हो। यदि एक पति वा पत्नी विश्वासी बन्छन् तर तिनीहरूको जीवनसाथी बन्दैनन् भने, प्रेरित पावलले उनीहरू सँगै रहनुपर्छ भनेर सिकाउँछन्। यसरी विश्वासी पति वा पत्नीले अविश्वासी र तिनीहरूका छोराछोरीहरूलाई ख्रीष्टमा विश्वास गर्न बिस्तारै उत्साह दिन सक्छन्। ख्रीष्टियनहरूले कसलाई विवाह गर्ने भन्ने कुराको निर्णय गर्न ज्योतिषशास्त्र प्रयोग गर्नु हुँदैन। उचित जीवनसाथी एक विश्वासी हुनुपर्छ, जो अरु विश्वासीसँग राम्रोसँग बोल्छन्, र जो पवित्रतामा बढ्न चाहन्छ। हामी प्रार्थना गर्छौं भने परमेश्वरले हामीलाई यस्तो व्यक्ति देखाउनुहुनेछ।

45.4 གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་གསུང་ལྟར་ན་དགོན་མཚོག་གིས་བཟའ་མི་སླེལ་བར་མཛད་པས་སོ་སོ་བ་མིན་ཏེ་གཅིག་རང་ཡིན་པས་བཟའ་ཚང་ཁ་བྲལ་བའམ་ལོག་གཡེམ་བྱེད་མི་ཚོག་སྐྱེ་ཚབ་པའུ་ལུས་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཤི་ཀལ་གུས་བཀུར་བྱེད་པས་བཟའ་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཕན་ཚུན་ཁ་ལ་ཉན་དགོས་པར་གསུངས། ཁོང་གིས་ཚུང་མ་རྣམས། བྱེད་ཚོས་གཙོ་བོའི་བཀའ་ལ་ཉན་པ་ལྟར་ཁྱོ་གའི་ཁ་ལའང་ཉན། གང་ལགས་ཟེར་ན། ལྷ་ཤི་ཀལ་ཀི་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་ལུས་ཡིན་པའི་ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་དབུ་དང་སྐྱབས་མགོན་ཡིན་པ་ལྟར། ཁྱོ་གའང་ཚུང་མའི་མགོ་ཡིན། ཚོས་ཚོགས་ལྷ་ཤི་ཀལ་ཀི་དབང་འོག་ཏུ་ཡོད་པ་ལྟར། ཚུང་མ་རྣམས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱོ་གའི་དབང་འོག་ཏུ་གནས་དགོས། ཁྱོ་ག་རྣམས། ཚུང་མ་ལ་བྱམས་པར་གྱིས་ཤིག་གང་ཡིན་ཟེར་ན། ལྷ་ཤི་ཀལ་ཀུང་ཚོས་ཚོགས་ལ་བྱམས་ཤིང་། དེའི་དོན་ལ་རང་གི་སློག་སློས་བཏང་། དེའི་ཚོས་ཚོགས་དམ་པར་མཛད་པའི་ཚེད་དུ། བཀའ་དང་ཚུལ་སྐྱེས་སྐྱེས་ནས་གཙང་བར་མཛད་དེ། ཁོང་ཉིད་ཀྱི་དོན་དུ་དྲི་མའམ། གཉེར་མ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་སློབ་ཚུལ་མེད་པར། གཟེ་བཟློང་ཅན་དང་། དམ་པ། སློབ་མེད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ལྟར་ཁྱོ་ག་རྣམས་ཀྱིས་ཀུང་ཁོ་ཚོའི་ཚུང་མ་རྣམས་རང་གི་ལུས་ལྟར་བྱམས་པ་བྱེད་དགོས། ཚུང་མ་ལ་བྱམས་པ་བྱེད་མཁན་གྱིས་རང་ལ་བྱམས་སོ། མི་སུས་ཀུང་རང་གི་ལུས་ལ་ནམ་ཡང་མ་སྤང་བར། དེ་ལ་བས་སྟེར་ཞིང་གསོ་བ་ལྟར། དེ་བཞིན་དུ་ལྷ་ཤི་ཀལ་ཡིས་རང་གི་སྐྱེ་ལུས་ཡིན་པའི་ཚོས་ཚོགས་ལ་བྱམས་སྐྱོང་མཛད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ང་ཚོ་འོ་ཁོང་གི་སྐྱེ་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། དེའི་རྐྱེན་གྱིས་སྐྱེས་པས་རང་གི་ཕ་མ་བཞག་ནས་རང་གི་བཟའ་བླ་དང་མཉམ་དུ་

འདུས་ཤིང་། ཁོ་གཉིས་ཤ་རུས་གཅིག་ཏུ་གྱུར་ནས་སོ་སོ་བ་མིན་ཏེ་གཅིག་རང་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྲིས། ཡེ་སྤྱི་  
 བའི་གཉེན་སྲིག་ལ་བཟང་མི་གཉིས་ཀྱིས་དད་སེམས་འབེལ་བར་འཚོལ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་བྱམས་པ་དང་  
 གཅིག་མཐུན་པ་འབེལ། དེའི་སྤྱིར་དཀོན་མཚོན་གི་བཀའ་ལས། ལུང་མ་རྟེན་པ་འཛིན་བཟང་པོ་རྟེན་པ་  
 རྟེ། གཙོ་བོ་ནས་བཀའ་རྒྱན་རྟེན་ཅེས་བྲིས།

४५.४ प्रभु येशूले सिकाउनुभयो कि विवाहित जोडीहरू एक हुन जसलाई परमेश्वरले सँगै जोड्नुभएको छ त्यसैले विवाहित जोडीहरूले सम्बन्धविच्छेद वा व्यभिचार गर्न हुँदैन। प्रेरित पावलले सिकाएका थिए कि विवाह गर्नेहरूले ख्रीष्टको लागि एकअर्काको अधीनमा बस्नुपर्छ। उनले लेखे, “पत्नी हो, प्रभुको अधीनमा रहेजस्तै आ-आफ्ना पतिको अधीनमा बस। किनकि पति पत्नीको शिर हो, जसरी ख्रीष्ट मण्डलीको शिर हुनुहुन्छ, जुन मण्डली उहाँको शरीर हो, र उहाँ स्वयम् त्यसको मुक्तिदाता हुनुहुन्छ। जसरी मण्डली ख्रीष्टको अधीनमा छ, त्यसरी नै पत्नीहरू पनि हरेक कुरामा पतिहरूका अधीनमा रहून्। पति हो, आफ्ना पत्नीहरूलाई प्रेम गर, जसरी ख्रीष्टले पनि मण्डलीलाई प्रेम गर्नुभयो, र त्यसको निम्ति आफूलाई अर्पण गर्नुभयो, यस हेतुले कि उहाँले त्यसलाई पानीले धोएर वचनद्वारा पवित्र पार्न सकून्, र उहाँले दाग वा चाउरी नभएको, अथवा यस्ता कुनै कुरा नभएको तेजस्वी मण्डली आफैकहाँ प्रस्तुत गर्न सकून्, र त्योचाहिँ पवित्र र निष्कोट होस्। त्यसरी नै पतिहरूले पनि आ-आफ्ना पत्नीलाई आफ्नै शरीरलाई झैं प्रेम गर्नुपर्छ। आफ्नी पत्नीलाई प्रेम गर्नेले आफैलाई प्रेम गर्छ। किनकि कुनै मानिसले कहिल्यै आफ्नो शरीरलाई घृणा गर्दैन, तर त्यसको कदर गरेर पालनपोषण गर्दछ, जसरी ख्रीष्टले पनि आफ्नो मण्डलीको निम्ति गर्नुहुन्छ, किनभने हामी उहाँका शरीरको अङ्ग हौं। यसकारण मानिसले आफ्ना आमा-बुबालाई छोडेर आफ्नी पत्नीसँग मिलिरहन्छ, र ती दुवै एउटै शरीर हुनेछन्।” ख्रीष्टियन विवाहमा, पति र पत्नी दुवै आफ्नो विश्वासमा बढ्न खोज्छन्। जसरी तिनीहरूले आफ्नो विश्वास सँगै अभ्यास गर्दा, तिनीहरू प्रेम र एकतामा बढ्छन्। यसकारण परमेश्वरको वचनले भन्छ, “पत्नी पाउनेले असल कुरा पाउँछ, र त्यसले परमप्रभुबाट निगाह प्राप्त गर्छ।”

45.5 **बदर्देव་གཙོ་བོ།** གཉེན་སྲིག་བྱེད་པའི་སྲོལ་ལ་ཡེ་སྤྱི་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྲོལ་ལམ་བཏབ་ནས་བསམ་  
 སྲོ་ཞིབ་པར་གཏོང་དགོས།

४५.५ **मुख्य कुरा:** विश्वासीहरूले विवाह गर्नु अघि राप्ररी सोचु र प्रार्थना गर्नुपर्छ।

45.6 **སྲོ་འཛིན་བྱེད་སྐྱེ།** དེའི་སྐོབ་ཀྱིས་སྲེས་པས་རང་གི་ལ་མ་བཞག་ནས་རང་གི་བཟང་ལྷན་དང་མཉམ་  
 དུ་འདུས་ཤིང་། ཁོ་གཉིས་ཤ་རུས་གཅིག་ཏུ་གྱུར་ནས་སོ་སོ་བ་མིན་ཏེ་གཅིག་རང་ཡིན་ལོ། (ཞེ་མེ་སྤྱི་  
 བ་ 5:31)

४५.६ **कण्ठ गर्ने पद:** “यसकारण मानिसले आफ्ना आमा-बुबालाई छोडेर आफ्नी पत्नीसँग मिलिरहन्छ, र ती दुवै एउटै शरीर हुनेछन्।” (एफिसी ५:३१)

### 45.7 **द्बिष'ལན།**

1. དྲི་བ། ཡེ་སྤྱི་བས་སུ་ཞིག་དང་གཉེན་སྲིད་བྱེད་ཚོག་གམ། ལན། ཡེ་སྤྱི་བས་ལྷ་ཤི་ཀ་པ་གཞན་ཞིག་ལོ་ན་དང་གཉེན་སྲིད་བྱེད་ཚོག
2. དྲི་བ། བཟའ་མིས་སྤྱོད་པ་ཅི་ལྟར་བྱེད་དམ། ལན། ལྷ་ཤི་ཀ་ལ་གུས་བརྟུང་བྱེད་པས་ཡན་ཚུན་ལ་ལ་ཉན་དགོས།

### ४५.७ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: ख्रीष्टियनले कोसँग विवाह गर्नुपर्छ? उ: ख्रीष्टियनहरूले विश्वासीसँग मात्र विवाह गर्नुपर्छ।
२. प्र: पति र पत्नीहरूले कस्तो व्यवहार गर्नुपर्छ? उ: तिनीहरू ख्रीष्टको लागि एकअर्काको अधीनमा बस्नुपर्छ।

45.8 **སློབ་ལམ་འདེབས་སུ།** ལྷ་ན་མེད་པའི་དཀོན་མཚོག་ལགས། ཐོག་མར་བྱེད་ཀྱིས་མི་འི་ཕོ་མོ་གཉིས་བཀོད་པར་མཛད། སྐྱེས་པས་རང་གི་ཕ་མ་བཞག་ནས་རང་གི་བཟའ་ལྔ་དང་མཉམ་དུ་འདུས་ཤིང་། ལོ་གཉིས་ཤིང་ལ་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་ལྷ་ལྟར་བའི་བཀའ་གནང་བས། བཟའ་མི་རྣམས་བྱམས་པ་དང་གཉིས་མཐུན་པའི་རང་ནས་མི་ཚོ་སྐྱེལ་བར་གནང་། ཨ་མེན།

४५.८ **प्रार्थना:** परमेश्वर जो सबै भन्दा उच्चमा हुनुहुन्छ, सुरुमा तपाईंले हामीलाई नर र नारीको रूपमा सृष्टि गर्नुभयो। जसरी तपाईंले आज्ञा गर्नुभएझैं मानिसले आफ्नो बुबा र आमालाई छोडेर आफ्नी पत्नीसँग मिलेछ, र ती दुई एउटै शरीर हुनेछन्। त्यसैले पति र पत्नीहरू प्रेम र एकतामा सँगै बस्नलाई दिनुहोस्। आमेन।

# श्रवःकवःवेःदुगःवा। योःसुःपदिःसुःगुःगसःश्रुदःप्रेदःपदिःश्रुद।

## पाठ छयालीसः ईसाई छोराछोरीहरु हुकाउनु

46.1 **कुःवा**। कवःकदःददिःवेःप्रेदःदद। प्रेदःश्रीःसुःकुद। वगःदिदःदुःश्रुदःपदिःशिःवमसःउददे। दः  
कदिःगउःवेःदगोवःमकेगःगीसःददःयःदवेदःगकदःपदिःशिःसुःयःयदःगकदःवःयीव। (मदःदःपः 2:39)

४६.१ **पदः** किनकि प्रतिज्ञा तिमीहरुका निम्ति, तिमीहरुका सन्तानको निम्ति र टाढा-टाढामा रहेका सबैका निम्ति हो, प्रत्येक जसलाई प्रभु हाम्रा परमेश्वरले बोलाउनुहुन्छ। (प्रेरित २:३९)

46.2 **दःश्रुद**। श्रवःकवःश्रुवःमदःदकेसःगशेवःश्रीगःगीःश्रुदःवसुवसःवेव। श्रुदःगशेवःश्रीगःपुसःवसः  
सुःगुःश्री। योःसुःपदिःसुःगुःकमसःवेःदगोवःमकेगःगीःश्रुवःश्रुदःदमःपःदुःकेःवकेव। गउःवेःयोःसुःश्रीदः  
श्रीसःगुदःसुःगुःकुदःदुवसुस। श्वेदःगीःदश्रुवःववेदःवेःददःमःददःसुःगुःगशेवःश्रीःदेवःदुःयीवःपस। श्रवः  
कवःददिःयोःसुःपदिःसुःगुःगसःश्रुदःप्रेदःपदिःदेवःयःदगोवःमकेगःगीःदगोदःसःपःउःयीवःगसःयःवपदः  
प्रेदःकुःयीव।

४६.२ **परिचयः** अघिल्लो पाठमा हामीले विवाहका लागि परमेश्वरको इच्छाबारे सिकेका थियौं। विवाहपछि सन्तान जन्मिन्छन्। विश्वासीहरुका सन्तानहरु परमेश्वरको नजरमा पवित्र छन्। प्रभु येशू आफैले तिनीहरुलाई स्वागत गर्नुभयो। उहाँको सुसमाचार वयस्क र छोराछोरीहरु दुवैको लागि भएको हुनाले, यस पाठमा हामी ख्रीष्टियन छोराछोरी हुकाउनको लागि परमेश्वरको इच्छाको बारेमा छलफल गर्नेछौं।

46.3 **दश्रुवःवा**। श्रिःमःददःश्रुवःवःगशेवःवेःश्रुःसःश्रुदःपदिःयोःसुःपदिःयीव। योःगउःगःगीःश्रुवःयःगशेवः  
श्रीगःपुसःवेद। दःश्रुःश्रुवःवःमदःयःददःश्रुवःपदःश्रुद। श्वेदःगशेवःयोःसुःपदिःयःमःयीवःपसःदगोवःमकेगः  
सुगसःमशेवःपदिःकेदःदुःसुःगुःउःश्रुदःगसःश्रुदःप्रेद। ददःवेःवेः। ददःश्रुवःपदिःयःमःसःसुःगुःदिवःयः  
गसःयःश्रुवःददेवसःदगोस। सुःगुःदेःश्रुवःपदिःश्रुवःयःश्रिःमःददःश्रुवःवःगशेवःगसःश्रिःमःश्रुदःवेदिवःयः  
गसःयःश्रुवःश्रु। गदःयीवःवेःव। दकेदिवःसुःगुःमःदगोदःपदिःश्रुवःयःदगोवःमकेगःगीसःश्वेदःकेदःमःप्रेवः  
पसःशे। सुःवगःश्रीसःश्रुवःवसःश्रिःमःददःश्रुवःवःगशेवःश्रीसःश्वेदिवःयःश्रुःमःसुदःवसःश्रुवःयमःददेवस।  
वगःश्रीसःदकेदःवेदःसःश्रुदःदुसःश्वेदिवःयःमःसःश्वेदिवःश्रुवःयमःउःश्रुदःददेवसःपःदद। गउःवेःयोःसुःदिः  
श्रुवःयमःश्रुवः। गशेवःपःवेः। ददःश्रुवःपदिःयःमःसःसुःगुःकमसःयःदमःपदिःगसुदःदवःश्रुवः। दगोवः  
मकेगःगीसःश्रीदःश्रीःशिःकमसःयःवगःदःश्रिःमःसःवदुःगकदःपदिःश्रुवःसःश्रुःश्वेदःगीसःदसःदेःदिदःप्रेदःयःश्रुवः







कुराहरू बताउँछन्: शरीरको अभिलाषा, आँखाको अभिलाषा र शेखी। 'शरीरको अभिलाषा' मा खराब साथीहरूकोसँग संगत गर्ने, लागूपदार्थको प्रयोग, रक्सी खाने, व्यभिचार र अनैतिकता जस्ता व्यवहारहरू पर्दछन्। 'आँखाको अभिलाषा' भन्नाले वेब साइटहरू वा तस्वीरहरू हेर्नु हो जसले कामवासनालाई चित्रण गर्दछ वा प्रोत्साहित गर्दछ र अन्य कुराहरूमा जुन शैतानले मानिसहरूलाई पापको परिक्षामा पार्नलाई स्रोत रूपमा प्रयोग गर्दछ। 'जीवनको शेखी' भनेको आफैँलाई खुशी पार्न जिउनु वा पैसा वा भौतिक कुराहरू कसरी जम्मा गर्ने भनेर सोच्नु मात्र हो। यी तीन चीजहरू, शरीरको अभिलाषा, आँखाको अभिलाषा र शेखी, शैतानले धेरैलाई विनाशतर्फ डोर्‍याउने हतियारहरू हुन्। यसकारण, ख्रीष्टियन आमाबाबुले आफ्ना छोराछोरीहरूलाई त्यसबारे चेतावनी दिनै पर्छ। समग्रमा, ख्रीष्टियन आमाबाबुले आफ्ना छोराछोरीहरूलाई प्रभु येशूको जीवन र उहाँको कामको बारेमा सिकाउनुपर्छ, ख्रीष्टियन व्यवहारको नमूना बन्नुपर्छ र तिनीहरूलाई संसार र शैतानबाट जोगाउनु पर्छ।

46.5 **बन्दिबन्दि** | ཡེ་ཤུའི་ཚོས་ལུགས་རང་གི་སྐུ་གུ་རྣམས་ལ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་རྣམ་ཐར་དང་ཁོང་གིས་བསྐྱབས་པའི་མཛོད་པ་སློབ་པ་དང་། ཁོ་རྣམས་ལ་དམ་པའི་གསུང་རབ་དང་མཐུན་པའི་སློབ་ལམ་གྱི་དཔེ་ཞིག་རྟོག་ལེན་ཞེས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བསྐྱེད་པ་ལས་སྦྱང་དགོས།

४६.५ **मुख्य कुरा:** ख्रीष्टियन आमाबाबुले आफ्ना छोराछोरीहरूलाई प्रभु येशूको जीवन र उहाँको कामको बारेमा सिकाउनुपर्छ, ख्रीष्टियन व्यवहारको नमूना बन्नुपर्छ र तिनीहरूलाई संसार र शैतानबाट जोगाउनु पर्छ।

46.6 **बन्दिबन्दि** | ཡང་ཁྱེད་ལ་རྣམས་། རང་གི་སྐུ་གུ་ལ་ཁོང་ཁོ་མ་སློབ་བར་། གཙོ་བོའི་སློབ་རྟོག་དང་སློབ་ལམ་གྱིས་གསོ་སློབ་བྱེད་ཅིག་ (ཞེ་མེ་སྐུ་བ་ 6:4)

४६.६ **कण्ठ गर्ने पद:** बुबा हो, आफ्ना छोरा-छोरीलाई रीस नउठाओ, तर तिनीहरूलाई प्रभुको अनुशासन र शिक्षामा हुर्काओ। (एफिसी ६:४)

46.7 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། ཡེ་ཤུ་པ་མ་མའི་འགན་ལེན་གང་ཡིན་ནམ། ལན། ཁོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་སྤུ་གུ་ལ་གཙོ་བོའི་སློབ་སྟོན་དང་སྒྲིག་ལམ་གྱིས་གསོ་སྦྱོང་བྱེད་པ་དེ་ཡིན།
2. དྲི་བ། དེ་མི་ཅི་ལྟར་བྱེད་དམ། ལན། སྤུ་གུ་རྣམས་ལ་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་རྒྱུ་བརྩོན་གྱིས་སློབ་པ་དང། ལས་བཟང་གི་དབེ་རུ་བྱེད་པའི་སློབ་སྟོན་དེ་ལྟར་བྱེད།

४६.७ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: ख्रीष्टियन आमाबाबुको कर्तव्य के हुन? उ: तिनीहरूले आफ्ना छोराछोरीहरूलाई प्रभुको अनुशासन र निर्देशनमा हुर्काउनु हो।
२. प्र: यो कसरी गरिन्छ? उ: आफ्ना छोराछोरीहरूलाई लगनशीलताका साथ परमेश्वरको वचन सिकाएर, र राम्रो उदाहरण बनेर।

46.8 **སློབ་ལམ་འདེབས་སྒྲུ།** སྤྱི་གཉེས་ལས་སློབ་པའི་ཚེད་དུ་བྱེད་ཀྱི་སྲས་ཡེ་ཤུ་དང། ཐར་ལམ་སློབ་པའི་བྱིར་བྱེད་ཀྱི་དམ་པའི་ལུགས་ཉིད་མངགས་མཁུ་ཡབ་དགོན་མཚོག་ལགས། ང་ཚོའི་སྤུ་གུ་ལ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་སློབ་སྟོན་དང་སྒྲིག་ལམ་གྱིས་གསོ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་བྱིར་བྱེད་ལོ་རྒྱུས་ལ་གནང་རོགས། ཨ་མེན།

४६.८ **प्रार्थना:** हे हाम्रा परमेश्वर पिता, जसले हाम्रो पापहरूबाट बचाउन आफ्नो पुत्र येशूलाई, र तपाईंको आत्मालाई हाम्रो मुक्तिको मार्गमा निर्देशन गर्नको लागि पठाउनुभयो, हाम्रा छोराछोरीहरूलाई प्रभुको अनुशासन र निर्देशनमा हुर्काउन हामीलाई सहयोग गर्नुहोस्। आमेन।

# स्त्रोवःकवःलेःवदुवःप। गउँःवोःयेःसुदिःदक्षिःवःवदःस्त्रोवःपदिःस्त्रोवः पाठ सट्चालीसः प्रभु येशूको बारेमा अरुलाई बताउनु

47.1 **कुःप।** सोदःया। मीःरेगसःप्रमसःउदःस्त्रोवःमःदःहृग। यवःददःश्रस। दमःपदिःसुगसःदेदःग्रेः  
मःकवःग्रेःबेगःवसःलेःकेःसुसःगःसोःयःपुँसःया। दसःब्रिदःकेःवःगःदःवःस्त्रोवःपःप्रमसःउदःसुदःदःगोःसः  
पःदःस्त्रोवःपःपेग। ठेवःदःद। दःवेःवःमःयःदःब्रिदःकेःदःमःठमःदुःगःवःस। दुःसःग्रेःमःप्रःदःमःदिःवःमःदुःदः  
यिदःदो। (मःदःसु 28:19-20)

४७.१ **पदः** यसकारण जाओ, र सबै देशका जातिहरूलाई चेला बनाओ, पिता र पुत्र र पवित्र  
आत्माको नाउँमा तिनीहरूलाई बप्तिस्मा देओ, मैले तिमीहरूलाई आज्ञा गरेका सबै कुरा पालन गर्न  
तिनीहरूलाई सिकाओ। हेर, म युगको अन्त्यसम्म सधैं तिमीहरूका साथमा छु। (मती २८:१९-२०)

47.2 **दःस्त्रोवःप।** स्त्रोवःकवःस्त्रोवःमःयःदःकेःदिःसुःसुःगःसोःस्त्रोवःउँःदःपुँदःपदिःस्त्रोवःवःसुवःसःत्रेव। स्त्रोवःकवः  
ददिःदःदक्षिःवःवदःस्त्रोवःपदिःस्त्रोवःगःसःयःवःपदःपुँदःसुःयिःव।

४७.२ **परिचयः** अघिल्लो पाठमा हामीले छोराछोरीलाई हुर्काउने बारे सिकेका थियौं। यस पाठमा  
हामी अरुलाई प्रभु येशूको बारेमा बताउन सिक्नेछौं।

47.3 **दःश्रोवःप।** गउँःवोःयेःसुसःसोदःया। मीःरेगसःप्रमसःउदःस्त्रोवःमःदःहृग। यवःददःश्रस। दमः  
पदिःसुगसःदेदःग्रेःमःकवःग्रेःबेगःवसःलेःकेःसुसःगःसोःयःपुँसःया। दसःब्रिदःकेःवःगःदःवःस्त्रोवःपः  
प्रमसःउदःसुदःदःगोःसःपःदःस्त्रोवःपःपेगःउँःसःगःसुदःस। वःगःदःदेःसुदःवःदिःयःमःगःठेःसःयिदःदे। ददःवोः  
वेःपुँमसःपदिःस्त्रोवःवःसःमिःगःवःवःयःरेगसःपुँदःपःददःगःउँःग। वःदःमिःददःग्रेःगःसःवोःकुँमसःयःगउँःवोःयेः  
सुदिःदक्षिःवःवदःग्रेःगःठमःवेँदःपःददःगःठेःसःयिःव। 1) गउँःवोःयेःसुसःदःकेःसःपुँदःपदिःपुँवःवःवदःवोःमिः  
कुँमसःग्रेःसःमःवेँदःवःसःवेँदःपःमःसःसुःवःवःगःसःपदिःयःवःयःवःस्त्रोवःवःसुगसःपुँदःपःदःगःसुदःस।  
पुँमसःपदिःस्त्रोवःवःसःमिःगःवःवःयःरेगसःपुँदःपःदेःसःदक्षिःवःवदःवःदेःवःयिःवःपःदःस्त्रोवः। गःयःठेःदःकेःदिः  
पुँवःवःवदःवोःदिःस्त्रोवःवःसःमिःकुँमसःग्रेःसःगउँःवोःयेःसुःमःवेँदःसुवःव। दःकेःसःवेँदःग्रेःस्त्रोवःगःदःवःपदःपदिः  
गःठमःयःयिदःकेःसःपुँद। 2) यःमःगःठेःसःपःवेःवःदःमिःददःग्रेःगःसःवोःकुँमसःगउँःवोःयेःसुदिःस्त्रोवःगःठमः  
वेँदःपःदेःयिःव। गःयःठेःगउँःवोःयेःसुदिःदक्षिःवःवदःयःठेःवःवःसःसोःमःसःवःसुमःव। केःसःकेःगःसःग्रेःसःवेँ  
कुँमसःसुसःगःसोःयःयेःवःपदिःकेःदःदुःग्रेःस्त्रोवःपुँदःसुदः। गःयःठेःदक्षिःवःवदःयःमिःठेःवःव। वःवेँदःपःस्त्रोवः  
वःसःवेँकुँमसःयःरेगसःपुँदःपदिःस्त्रोवःपदिःस्त्रोवःवःदःगोःवःमःकेःगःग्रेःपुँमसःपःस्त्रोवःदःगोःसः। देःकुँमसःग्रेः

क्षेदःयसःसर्षदःवसःदुसःअणःदःविषःगीःहेसःसुःदःदःपःरःअशुःरःक्षेद। गार्तेःदोःयोःसुदोःअक्षेवःवःत्रदःगः  
 दुसःक्षेदःवःअदःवःदुदःसुःदुःदःश्रीःदःदःकःसःसःयःसुःगःदोःगःदोःदःसःयिःव। मेसःसःगःदोःगःसःगुःसःवःसः  
 दःदःपःमेदःपःकःसःसःश्रीःसोःसःसःक्षेदःसःपःरःशुःदःसःवःसःअःकेःय। मेसःदःदःअःकःकःसःसःवःदःसिःदःवःदःकःसः  
 क्षेदःक्षेदःदुःअःदुःग। देःह्रःसःशुःदःवःकेःसःकेःगःसःवेःदःदःअःकःपःदःदेःदःवःदःसिःगःसःपःरःअःशुःरः। वःदुःदःसुः  
 दःदःश्रीःसःसिःगःअःकःश्रीःदःदःअःकःकःसःसःयःदःमेदःपःकृःगःदुःअःदुःगःक्षेद। देःह्रःसःशुःदःवःदःगोःकःसःकेःगःगीः  
 वुःसःसःसुःवेःदःमेदःपःगःदःअःदःविषःयःसःगुःदःअःकःगःपःरःदुःकेःवःयिःकःपःरःदुःवःदःगोःसः। गःदःह्रःसःक्षेवःयःसः  
 अःदेःवःसःपःदःदः। गार्तेःदोःयोःसुःयःसिःगःदःपःदःदःवःसःसःविःवःशुःदःपः। दःगोःकःसःकेःगःयःमेःसःपःदःगःदः  
 कृःदोःगःसोःयःवःअःदेःवःसःपःरःक्षेवःवःसःदःदःकःसःसःश्रीःसःपःरःअःदःदःकःसःसःअःकेःसःसःसुःवः। दःगोःकःसःकेःगःगीः  
 वुःसःसःसुःयःवःअःकेःवःवःसःदःदःकःसःसुःदःवःविःकःयिःदःपःयिःकःपःरःदुःवःपःरःशुःदःउःग

४७.३ **व्याख्या:** प्रभु येशूले हामीलाई जाओ, र सबै देशका जातिहरूलाई चेला बनाओ, पिता र पुत्र र पवित्र आत्माको नाउँमा तिनीहरूलाई बप्तिस्मा देओ, र मैले तिमीहरूलाई आज्ञा गरेका सबै कुरा पालन गर्न तिनीहरूलाई सिकाओ भनी आज्ञा दिनुहुन्छ। यो आज्ञालाई पालन गर्ने दुई तरिकाहरू छन्: प्रेममा अरुको सेवा गर्ने, र प्रभु येशूको बारेमा साथीहरू र परिवारका सदस्यहरूलाई भन्ने। १) प्रभु येशूले भन्नुभयो कि जब हामी असल काम गर्छौं, अरुले देख्नेछन् र परमेश्वरको महिमा गर्नेछन्। प्रेममा अरुको सेवा गर्दा सुसमाचार सत्य हो भनी देखिन्छ। यदि तिनीहरूले हाम्रा असल कामहरूद्वारा प्रभु येशूलाई देख्न सक्छन् भने, उहाँको बारेमा हामीले भनेको कुरामा तिनीहरूले विश्वास गर्नेछन्। दोस्रो तरिका भनेको परमेश्वरले हाम्रो लागि गर्नुभएको कुराहरू हाम्रो परिवारका सदस्यहरू र साथीहरूलाई बताउनु हो। यदि तिनीहरूले सुसमाचार सुन्छन् र आफ्ना पापहरूको पश्चात्ताप गर्छन् भने, मण्डलीले तिनीहरूलाई बप्तिस्मा दिनको लागि तयार गर्नुपर्छ। यदि तिनीहरूले सुसमाचार सुनेनन् भने, हामीले धैर्यधारण गर्नुपर्छ र सेवाका कामहरूद्वारा तिनीहरूलाई परमेश्वरको प्रेम देखाउनुपर्छ। जब तिनीहरूले हाम्रो जीवन शैली देख्छन् तिनीहरूले केही समय पछि विश्वास गर्न सक्छन्। जब सुसमाचार प्रचार गरिन्छ, शैतानले हाम्रो लागि समस्या खडा गर्नेछ। त्यसले हस्तक्षेप गर्नेछ र अविश्वासीहरूको मनलाई अन्धो पार्ने प्रयास गर्नेछ। त्यसले विश्वासीहरूलाई उनीहरूको परिवारहरूबाट निकाल्न सक्छ, त्यस्तो अवस्थामा मण्डली तिनीहरूको नयाँ परिवार बन्छ। त्यसले अरुलाई उनीहरूमाथि श्राप लगाउन सक्छ, यस्तो अवस्थामा उनीहरूले सम्झनुपर्छ कि परमेश्वरको शक्ति कुनै पनि श्रापभन्दा असीमित रूपमा बलियो छ। जस्तो सुकै होस्, हामीले प्रार्थना गरेर, प्रभु येशूलाई उदाहरणको रूपमा लिएर, र परमेश्वरसँग बुद्धि मागेर यस्ता कठिनाइहरू पार गर्न सक्छौं। सम्झनुहोस् कि हामी परमेश्वरको शक्तिद्वारा बचाइएका छौं।

47.4 དཀོན་མཆོག་གི་ཐར་ལམ་མི་ཐམས་ཅད་ལ་མངོན་པར་འགྱུར་བའི་ཚེད་དུ་ཚོས་ཚོགས་ཀྱིས་མི་རིགས་ཐམས་ཅད་སློབ་མར་འཇུག་དགོས། དེ་ལྟར་སྐྱབ་པའི་ཚེད་དུ་ཚོས་ཚོགས་རེ་རེས་མི་རྣམས་ལ་དོན་གཉིས་སློབ་དགོས་ཏེ། གཙོ་བོ་ཡེ་སྤྱི་རྣམ་ཐར་དང་གཅིག་ཁོང་གིས་ང་ཚོར་ཐར་བར་མངོན་པའི་ཚེད་དུ་ཁོང་གིས་གང་བསྐྱབས་པ་དང་གཉིས་ཡིན། དེ་ནས་དད་ལྡན་རེ་རེས་གཙོ་བོ་ཡེ་སྤྱི་སློབ་མི་གཞན་དང་གཏམ་གླེང་བྱེད་བྱུང། ཚོས་ཚོགས་ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་ལ་འཕྲིན་བཟང་སློབ་བྱུང་བ་རྣམས་གཏོང་བར་ལུས་དགོས། དཀོན་མཆོག་གིས་ལུ་བ་དེ་གསལ་ནས་ལན་འདེབས་སྐབས་ཚོས་ཚོགས་ཀྱིས་ཁོང་གིས་མངགས་པའི་མི་རྣམས་ལ་སློབ་བཟང་བྱས་ནས་ཉེ་འཁོར་གྱི་ས་ཚད་འཛམ་གླིང་མཐའ་གྲུ་གཉིས་ལ་མངགས་དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་ན། མི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མི་རྣམས་ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་གི་གཟི་བརྗིད་འཕེལ་བར་བྱེད།

४७.४ मण्डलीले सबै देशका जातिहरूलाई चेला बनाउनु हो ताकि परमेश्वरको मुक्तिको मार्ग सबैलाई प्रकट गर्न सकोस्। यसो गर्नको लागि, हरेक मण्डलीले मानिसहरूलाई दुईवटा कुराहरू सिकाउनुपर्दछ: क) प्रभु येशूको जीवन कथा, र ख) उहाँले हामीलाई बचाउन गर्नुभएको काम। यसरी हरेक विश्वासीले येशूको बारेमा केही भन्न सक्नेछन्। यो सुसमाचार घोषणा गर्न सक्ने खेतालाहरूको लागि मण्डलीले प्रार्थना गर्नुपर्छ। जब परमेश्वरले यो प्रार्थना सुन्नुहुन्छ र जवाफ दिनुहुन्छ, परमेश्वरले पठाउनुहुनेहरूलाई मण्डलीले तालिम दिनुपर्छ र तिनीहरूलाई नजिकैको ठाउँ र पृथ्वीको पल्लो छेउसम्म पठाउनुपर्छ। तिनीहरूले यसो गर्दा, हरेक देशका मानिसहरूले परमेश्वरको महिमा गर्नेछन्।

47.5 **ནང་དོན་གཙོ་བོ།** དད་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་གཙོ་བོ་ཡེ་སྤྱི་འཕྲིན་བཟང་སློབ་དགོས།

४७.५ **मुख्य कुरा:** विश्वासीहरूले प्रभु येशूको सुसमाचारको घोषणा गर्नुपर्छ।

47.6 **སློབ་འཛིན་བྱེད་སྐབས།** སློབ་ཐོག་རྗེས་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་ལུང་དུ་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་ལོ་ཉོག་གི་བདག་པོར་སློབ་ཐོག་སྤྱད་མཁན་རྣམས་རང་གི་ས་ཁོང་ལ་མངགས་པར་ལུས་ཤིག། (ལུ་ཀླ 10:2)

४७.६ **कण्ठ गर्ने पद:** फसल त प्रशस्त छ, तर खेतालाहरू थोरै छन्। यसकारण फसलका प्रभुलाई प्रार्थना गर, र उहाँले आफ्नो फसलमा खेतालाहरू पठाइदेऊन्। (लूका १०:२)

47.7 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། ང་ཚོས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་འཕྲིན་བཟང་ཅི་ལྟར་སྐྱོག་གསལ། ལན། ང་ཚོས་བྱ་བ་གང་བྱེད་པ་དང་། གཏམ་གང་འཆད་པའི་སྐོ་ནས་དེ་ལྟར་བྱེད།
2. དྲི་བ། མི་རྒྱམས་ཀྱིས་འཕྲིན་བཟང་གི་སྐོར་ལ་མ་ཉན་ན་ཅི་བྱེད་དགོས་སམ། ལན། བཟོད་པ་སྐོམ་ནས་རོགས་བྱེད་པའི་ལས་ཀྱི་སྐོ་ནས་དགོན་མཚོག་གི་བྱམས་པ་ཁོ་ཚོར་སྐྱོན་དགོས།

४७.७ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: हामी कसरी प्रभु येशूको सुसमाचारको घोषणा गर्छौं? उ: हामी जे गर्छौं र जे भन्छौं त्यसबाट।
२. प्र: मानिसहरूले सुसमाचार सुनेनन् भने हामीले के गर्नुपर्छ? उ: हामीले धैर्यधारण गर्नुपर्छ र सेवाका कामहरूद्वारा तिनीहरूलाई परमेश्वरको प्रेम देखाउनुपर्छ।

47.8 **སྐོན་ལམ་འདེབས་རྒྱ།** ལོ་ཉོག་གི་བདག་པོ་དགོན་མཚོག་ལགས། བྱེད་ཀྱི་མཚན་མི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་གཟི་བརྗིད་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་བྱེད་ཀྱི་ས་ཁིང་ལ་སྐོན་ཐོག་སྟུང་མཁའ་རྒྱམས་འབོད་པར་མཛོད། ཨ་མེན།

४७.८ **प्रार्थना:** हे फसलका परमेश्वर, हामी बिन्ती गर्छौं कि तपाईंले आफ्नो फसलमा खेतालाहरूलाई पठाउनुहोस्, ताकि तपाईंको नाउँ सबै राष्ट्रहरूमा महिमित होस्। आमेन।

# སློབ་ཚན་ཞེ་བརྒྱད་པ། ཡེ་བྱུང་མྱ་ཤེ་ཀའི་ཕྱོག་ནས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་ འགྱུར་བའི་སློབ།

## पाठ अटचालीस: ईसाई परिपक्वता

48.1 **ཙུ་བ།** མི་ཐམས་ཅད་མྱ་ཤེ་ཀའི་ཕྱོག་ནས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གྱུར་ཅིང་དགོན་མཚོག་གི་མདུན་དུ་སྐྱེལ་བའི་ཕྱིར། ཤེས་རབ་ཀུན་གྱིས་མི་རེ་རེར་ཁ་ཏུ་བྱེད་ཅིང་སློབ་སྟེ་ང་ཚོས་མྱ་ཤེ་ཀའི་སློབ་སློག་ (གོ་ལོ་སླུ་བ་ 1:28)

४८.१ **पदः** प्रत्येक मानिसलाई चेटाउनी दिंदै, र प्रत्येक मानिसलाई सारा बुद्धिमा सिकाउँदै हामी उहाँलाई घोषणा गर्दछौं, यस हेतुले कि प्रत्येक मानिसलाई ख्रीष्टमा परिपक्व बनाई प्रस्तुत गर्न सकौं। (कलस्सी १:२८)

48.2 **དོན་རྒྱུད།** སློབ་ཚན་སློབ་མ་ལ་གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུང་འཕྲིན་བཟང་སློག་པའི་སློབ་བསྐྱབས་ཟེན། འཕྲིན་བཟང་དེ་ཕྱོགས་ཏེ་དང་བ་བྱས་ནས་མྱ་ཤེ་ཀའི་ཕྱོག་ནས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་བའི་དགོན་མཚོག་གི་དགོངས་པ་ཡིན། དེའི་སློབ་ཚན་འདིར་གསལ་བཤད་བྱེད་རྒྱ་ཡིན།

४८.२ **परिचयः** अधिल्लो पाठमा हामीले सिक्थ्यौं कि हामीले अरुलाई प्रभु येशूको बारेमा बताउनुपर्छ। हामीले सुसमाचार सुनेपछि र विश्वास गरेपछि, परमेश्वरले हामीलाई ख्रीष्टमा परिपक्व भएको चाहनुहुन्छ, जुन यस पाठको विषय हो।

48.3 **འགྲེལ་བ།** གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུང་ཞིང་བ་ཞིག་གིས་ཞིང་ལ་ས་བོན་གཏོར་མཁན་གྱི་དབེ་ཞིག་བསྟན། ཞིང་བ་དེ་མཚན་མོར་གཉིད་ཉལ་ཞིང་ཉེན་མོར་ཡར་ལངས། ཁོས་གང་ཡིན་མི་ཤེས་པར་ས་བོན་རིམ་བཞིན་སྐྱེས་ནས་མྱ་གུ་འཕུས། དེ་ནས་སྟེ་མ་ཕོགས་པ། མཚུག་མཐར་སྟེ་མ་ལས་འཕུ་རྩོག་སྟེན། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུང་ལ་དང་བ་བྱེད་པའི་སློབ་ནས་ཡང་བསྐྱར་སྐྱེ་བའི་མི་འི་ས་བོན་དེ་དང་འདྲ་བ་ཡིན། དགོན་མཚོག་གིས་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་ས་བོན་ང་ཚོའི་སེམས་ལ་བཏབ་ནས་ཚེ་སློག་གསར་བ་སྐྱེ་ཞིང་། གཙོ་བོའི་ཕྱོག་ནས་ཡར་སྐྱེད། འཕུ་རྩོག་སྟེན་པའི་ཕྱིར་ས་བོན་ལ་ཉིམ་འའོད་དང་། ཚར་མུ། ལུང་བཅས་དགོས། དེ་ལྟར་མྱ་ཤེ་ཀའི་ཕྱོག་ནས་སློབ་ཞིང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་བའི་ཚེ་དུ་དང་ལུན་གསར་བ་རྒྱམས་ལ་དམ་པའི་གསུང་རབ་གྲོག་པ་དང་། སློབ་ལམ། ཚོས་ཚོགས་དང་འགྲོགས་པ་བཅས་དགོས།

४८.३ **व्याख्या:** प्रभु येशूले खेतमा बीउ छर्ने किसानको बारेमा एउटा कथा बताउनुभयो। किसान राती ओछ्यानमा गए र बिहान उठे। उसलाई थाहै नपाई कसरी बोट निस्कियो त्यसमा दाना लागे,



र घेरै दिनपछि अन्न फलायो। प्रभु येशू ख्रीष्टमा विश्वास गरेर फेरि जन्मेका मानिसहरू त्यो बीउ जस्तै हुन्। परमेश्वरले हाम्रो हृदयमा पवित्र आत्माको बीउ छर्नुहुन्छ, अनि नयाँ जीवन देखा पर्दछ, र हामी प्रभुमा बढ्छौं। बढ्न र पाक्नको लागि, बीउलाई घाम, पानी र मल चाहिन्छ। त्यसैगरी, नयाँ विश्वासीहरूलाई परिपक्व बन्नको लागि बाइबल अध्ययन, प्रार्थना र मण्डलीको सङ्गति चाहिन्छ।

48.4 ས་བོན་འདེབས་པའི་སྐབས་སུ་ཞིང་པས་ས་བོན་དེ་སྐྱེས་ལེགས་པོ་ཡིན་པར་ཡིད་ཆེས་ངེས་པ་མེད། འོན་ཀྱང་ལྷ་གྲུ་ལུ་འབྲས་ནས་ཚེ་ཤིང་དེས་འབྲས་སུ་སྐྱེད་པ་མཐོང་ནས་སྐྱེས་ལེགས་པོ་ཡིན་པར་ཡིད་ཆེས་ངེས་པ་རྟོན་པར་འགྱུར། དེ་ལྟར་འཕྲིན་བཟང་སྒོལ་པའི་སྐབས་སུ་ཐོས་པ་རྣམས་ནི་ཡེ་བྱུ་པ་གྱུར་བ་ཡིན་མིན་ང་ཚོས་མི་ཤེས། འོན་ཀྱང་གལ་ཏེ་ང་ཚོས་ཁོ་ཚོ་ཡེ་བྱུ་ལྷ་ཤི་ཀའི་ཐོག་ནས་སྐྱེ་བ་དང་ཡོངས་སུ་ཚོགས་པར་འགྱུར་བ་ཞིན་པ་མཐོང་ན། ཁོ་ཚོའི་དད་པ་ངོམ་ཡིན་པར་ཤེས། དད་པ་ངོམ་ལ་དབང་ཏུ་གསུངས་འདྲ་མིན་ཡོད་དེ། 1) དམ་པའི་གསུང་རབ་ཉིན་ལྟར་བསྐྱབས་ནས་སློབ་ལམ་འདེབས་པ། 2) བྱུས་གསོལ་མྱོང་ནས་གཙོ་བོའི་དྲན་རྟེན་གྱི་ཞལ་བཟང་རྒྱུ་དུ་སྐྱོད་པ། 3) ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་དད་ལྡན་གཞན་རྣམས་དང་འགྲོགས་པ། 4) དཀོན་མཚོག་ཐུགས་མཉེས་པ་དང་། ཁོང་དང་འགྲོགས་པ། ཁོང་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པར་འདོད་པ། 5) མི་གཞན་ལ་ཚོགས་བྱེད་ཅིང་། གཙོ་བོ་ཡེ་བྱུ་འཛོམས་ལོ་རྣམས་དང་བསྐྱོད་བྱེད་པ། 6) མི་གཞན་གྱིས་བྱམས་པ་མི་བྱེད་པར་ཁོ་ཚོར་བྱམས་པ་བྱེད་པ། 7) དཀོན་མཚོག་གིས་གནང་བའི་གནང་སྐྱེན་མི་འདྲ་བ་དང་བསྐྱེན་ཏེ་ལས་བཟང་བོ་བྱེད་པ། 8) ཉམས་ཚེད་སྣ་ཚོགས་མྱོང་སྐབས་དཀོན་མཚོག་ལ་སློབ་གཏད་བྱེད་པ། 9) དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་སུ་འཚོལ་བ། 10) དད་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་དགྲ་བོ་གསུམ་གང་ཡིན་ཤེས་པ་དང་། དེ་ཚོར་ཅི་ལྟར་སྐྱོལ་བར་ཤེས་པ། 11) དཀོན་མཚོག་གི་དཔོངས་པ་ཅི་ལྟར་འཚོལ་བར་ཤེས་པ། 12) འོག་གཡེམ་འཛེམས་པ་བཅས་ཡིན། དེ་ལྟར་གྱི་སྐྱོད་ལམ་ནི་དད་པ་ངོམ་འི་དབང་ཏུ་གསུངས་ཡིན།

४८.४ जब किसानले बीउ छर्छ, उसलाई त्यो बीउ राम्रो छ कि छैन भनेर पक्का थाहा हुँदैन। तर जब उसले बीउ निस्केर बोटले फल फलाइरहेको देख्छ, उसलाई पक्का थाहा हुन्छ कि उसको बीउ राम्रो छ। त्यसैगरी, सुसमाचार प्रचार गर्दा, सुन्नेहरू ख्रीष्टियन भएका छन् वा छैनन् भन्ने हामीलाई थाहा हुँदैन। तर यदि हामीले तिनीहरूलाई ख्रीष्टमा बढ्दै र परिपक्व भएको देख्यौं भने, हामी जान्दछौं कि तिनीहरूसँग साँचो विश्वास छ। त्यस्ता साँचो विश्वासका विभिन्न चिन्हहरू छन्, जसमा: १) दैनिक बाइबल पढ्नु र प्रार्थना गर्नु। २) बपतिस्मा लिनु र निरन्तर रूपमा प्रभु भोज खानु। ३) मण्डलीमा अरु विश्वासीहरूसँग सङ्गति गर्नु। ४) उहाँसँग रहनलाई, परमेश्वरलाई खुशी पार्ने र आज्ञा पालन गर्न चाहनु। ५) अरुलाई सेवा गर्ने र येशुको बारेमा अरुलाई बताउने

६) अरुले हामीलाई प्रेम नगरे तापनि हामीले प्रेम गर्ने। ७) असल कामहरू गर्नलाई हाम्रो आत्मिक वरदानहरू प्रयोग गर्ने। ८) विभिन्न अवस्थाहरूमा परमेश्वरमा भरोसा राख्ने। ९) पवित्र आत्माद्वारा फल फलाउन खोज्नु। १०) विश्वासीहरूको तीन शत्रु र त्यसलाई कसरी इन्कार गर्ने भन्ने बारे जान्नु। ११) हाम्रो जीवनको लागि परमेश्वरको इच्छा कसरी पत्ता लगाउने भनेर जान्नु र १२) व्यभिचार पापबाट टाढा रहनु। यस्ता चिन्हहरू साँचो विश्वासको प्रमाणहरू हुन्।

48.5 **ནང་དོན་གཅོད་པོ།** ལྷ་ཤི་ཀའི་ཐོག་ནས་སློབ་ཞིང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་བར་ཁོང་གི་བཀའ་ལ་  
ཉན།

४८.५ **मुख्य कुरा:** उहाँको आज्ञा पालन गरेर हामी ख्रीष्टमा परिपक्व हुन्छौं।

48.6 **སློབ་ཞིང་གྱེད་སྐྱེ།** རེད་རྣམས་སློབ་ཞིང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་དགོས། (ཡ་རྩ་དྲུ་བ་ 6:1)

४८.६ **कण्ठ गर्ने पद:** यसकारण ख्रीष्टसम्बन्धी प्राथमिक सिद्धान्तहरूलाई छोडेर हामी परिपक्वतातर्फ बढौं। (हिब्रू ६:१)

48.7 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། ལྷ་ཤི་ཀའི་ཐོག་ནས་སློབ་ཞིང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་བའི་ཆེད་དུ་ང་ཚོས་ཅི་གྱེད་དགོས་  
སམ། ལན། ཁོང་གི་བཀའ་ལ་ཉན་བའི་སློབ་པ་དེ་ལྟར་གྱེད་དགོས།

2. དྲི་བ། སློབ་ཞིང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་ཡོད་མེད་ང་ཚོས་ཅི་ལྟར་ཤེས་སམ། ལན། གོང་ལ་  
བཤད་བའི་རྟགས་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་སློབ་པ་སློབ་ཞིང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་ཡོད་མེད་ཤེས་ཐུབ།

४८.७ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: हामी ख्रीष्टमा कसरी परिपक्व हुन्छौं? उ: उहाँको आज्ञापालन गरेर हामी परिपक्व बन्छौं।

२. प्र: हामी अझै परिपक्व हुँदैछौं भनेर कसरी थाहा पाउने? उ: माथि लेखिएको बाह्यटा चिन्हहरूद्वारा।

48.8 **སློབ་ལམ་འདེབས་རྒྱ།** ང་ཚོའི་འགོད་པ་གནང་མཁུགས་དགོན་མཚོག་ལགས། བྱེད་ཀྱིས་ཚོ་གསར་དུ་བཀོད་པར་མཛད་ནས་འབྲས་བུ་སྐྱེད་དུ་འཇུག་པའི་བཀའ་གནང་བ་ལྟར། ང་ཚོས་ཀྱང་བྱེད་ཀྱི་དོན་ལ་འོས་བའི་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པར་མཛོད། དེ་ནི་མཐར་ལོ་ཐམས་ཅད་དད་པ་དང། དགོན་མཚོག་གི་སྲས་ཀྱི་རྟོགས་པ་ལ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། སློབ་ཞིང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ལ། ལྷ་ཤི་ཀའི་སྲ་བ་མཐོ་བའི་ཚད་དང་ལྷན་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། ཨ་མེན།

४८.८ **प्रार्थना:** हे हाम्रा सृष्टिकर्ता परमेश्वर, जसरी तपाईंले जीवन सृष्टि गर्नुभयो र फल फलाउनलाई आदेश दिनुभयो, त्यसरी नै हामीलाई पनि तपाईंको लागि योग्य फल फलाउन दिनुहोस्। ताकि हामी सबै विश्वासको एकतामा र परमेश्वरको पुत्रको ज्ञानमा, परिपक्वतामा, ख्रीष्टको पूर्ण कदको नापमा आउन सकौं। आमेन।

# ས་བཅད་བདུན་པ། དཀོན་མཆོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་ང་ཚོར་འཕྲོབ་པའི་ བྱ་དགའ།

## खण्ड सातः हाम्रो स्वर्गीय इनाम

### སློབ་ཚན་ཞེ་དགུ་པ། མི་ཚོའི་ལས་འདེལ་བའི་སྐྱོད།

### पाठ उनन्पचासः यस जीवनबाट बितेर जानु

49.1 **ཅུ་པ།** ངས་ཁྱོད་ལ་བདེན་པར་ཟེར་རྒྱུར། ཉེན་མོ་འདི་རང་ལ་ཁྱོད་ང་དང་མཉམ་དུ་དཀོན་མཆོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ། (ལུ་ཀླ 23:43)

४९.१ **पदः** “साँच्चै म तिमीलाई भन्दछु, आजै तिमी मसित स्वर्गलोकमा हुनेछौ।” (लूका २३:४३)

49.2 **ས་བཅད་བདུན་པའི་དོ་སློང།** སློབ་ཚན་འདི་རྣམས་ཀྱི་ས་བཅད་དང་པོར་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་འཕྲིན་བཟང་དང་། ས་བཅད་གཉིས་པར་དཀོན་མཆོག་གི་ཚོས་ཚོགས། ས་བཅད་གསུམ་པར་དམ་པའི་ཐུགས་ཉེད་ཀྱི་ཕྱག་ལས་དང་འབྲས་བུ། ས་བཅད་བཞི་པར་ཡེ་ཤུ་པའི་རང་གཤིས། ས་བཅད་ལྔ་པར་ཡེ་ཤུ་པའི་དགའ་བོ་གསུམ་ལ་འཛོམས་པའི་སྐྱོར་སློབ་སློང་བྱས་ཟེན། ས་བཅད་དུག་པར་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་སློབ་མ་ལྟར་མི་ཚོ་སྐྱེལ་བའི་སྐྱོར་བསྐྱེད་པ་ཡིན། ད་ས་བཅད་མཐའ་མ་འདིར་དཀོན་མཆོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་ང་ཚོར་འཕྲོབ་པའི་བྱ་དགའི་སྐྱོར་སློབ་རྒྱ་ཡིན།

४९.२ **खण्ड सातको परिचयः** यी पाठहरूको पहिलो खण्डमा हामीले प्रभु येशूको सुसमाचारको बारेमा सिकेका थियौं। दोस्रो, परमेश्वरको मण्डलीको बारेमा। तेस्रो, पवित्र आत्माको काम र फलको बारेमा। चौथो, ईसाई चरित्रको बारेमा। पाँचौं, ख्रिष्टियनका तीन शत्रुहरूमाथि विजय हासिल गर्ने बारे। र छैटौं, प्रभु येशूको चेला बनेर जिउने। यस अन्तिम खण्डमा हाम्रो इनाम स्वर्गको बारेमा जान्नेछौं।

49.3 **འགྲེལ་པ།** གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་རྒྱུ་ཤིང་ལ་སྐྱེས་པ་སྤྱི་ལ་སློང་དུས་མི་མང་པོས་བལྟས་བཞིན་ཡོད། མཚོན་དཔེར། རྒྱ་པོ། དམག་མི། བུ་མེད་ལ་སོགས་པའི་མི་ཉེ་འགྲམ་དུ་ལངས་པ་མ་ཟད། ཁོང་དང་མཉམ་དུ་རྒྱུ་ཤིང་ལ་གཟེར་བརྒྱབ་པའི་རྒྱ་པ་གཉིས་ཡང་ས་ཚདེར་ཡོད། མི་གཞན་ཚོའི་ལས་འདེལ་བ་མཐོང་བ་དེས་ང་ཚོའང་ཚོའི་ལས་འདེལ་བར་འགྱུར་ངེས་ཡིན་པ་དྲན་པར་བྱེད། (འོན་ཀྱང་དེའི་སློབ་ལ་གཙོ་བོ་







49.7 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། ཡེ་ཤུ་པ་རྣམས་ཀྱིས་འཛིན་ལ་འཛིགས་དགོས་སམ། ལན། ལགས་མིན། གང་ལགས་ཤེ་ན། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་ངའོ་ལ་བྱམས་ཞིང་གཏན་ནས་སློང་བར་མི་གནང་བའི་ཞལ་ཆད་གནང་བས་སོ།
2. དྲི་བ། གལ་ཏེ་འཛིན་ལ་འཛིགས་པ་ཡོད་ན་ཅི་བྱེད་དགོས་སམ། ལན། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་སུ་ཡང་ང་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་དེ་ཤི་ཡང་གསོན་པར་འགྱུར་ལ། སུ་ཡང་ང་ལ་བརྟེན་ནས་གསོན་ཞིང་ང་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་དེ་འཛི་མི་སྲིད་ཅེས་གསུངས་པའི་ཞལ་ཆད་བྲན་དགོས།

४९.७ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: के ख्रीष्टियनहरू मृत्युदेखि डराउनु हुन्छ? उ: हुदैन, किनभने प्रभु येशूले हामीलाई प्रेम गर्नुहुन्छ र हामीलाई कहिल्यै नत्याग्ने प्रतिज्ञा गर्नुहुन्छ।
२. प्र: यदि हामी मृत्युदेखि डराउँछौं भने हामीले के गर्नुपर्छ? उ: हामीले प्रभुको प्रतिज्ञालाई सम्झनुपर्छ कि उहाँमा विश्वास गर्नेहरू मरे तापनि बाँच्नेछन्, र उहाँमा जिउने र विश्वास गर्नेहरू कहिल्यै मर्नेछैनन्।

49.8 **སློབ་ལམ་འདེབས་རྒྱ།** གཙོ་བོ་དགོན་མཚོག་ལགས། དེ་རྣམས་ལ་ཤེས་རབ་དང་ལྷན་པའི་སེམས་འཕྲོག་པའི་ཕྱིར་ངའོ་རང་གི་ཉིན་མོ་ལེགས་པོར་ཅི་གྲངས་སློབ་པར་མཛོད། ཨ་མེན།

४९.८ **प्रार्थना:** हे प्रभु परमेश्वर, हामीलाई हाम्रा दिनहरू ठीकसँग गन्न सिकाउनुहोस्, ताकि हामीले बुद्धिको हृदय प्राप्त गर्न सकौं। आमेन।



# སློབ་ཚན་ལྔ་བརྒྱུད། དགོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས།

## पाठ पचासः स्वर्ग

50.1 **ཙུ་བ།** ང་སོང་ནས་ཁྱེད་ཚོའི་དོན་དུ་གནས་ཤིང་གླིང་གི་ལྷན་པུས་རྗེས། ང་ཕྱིར་ལོག་སྟེ་ཁྱེད་ཚོ་ངའི་ཙུ་བ་འདྲེན་བར་བྱ། དེ་ནས་ང་རང་གང་དུ་ཡོད་པ་དེར་ཁྱེད་ཚོ་འདྲ་ཡོད་པར་འགྱུར། (ཡོ་རྟ་ནུ་ 14:3)

५०.१ **पदः** अनि गएर मैले तिमीहरूका निम्ति ठाउँ तयार पारेपछि म फेरि आउनेछु, र तिमीहरूलाई मकहाँ लैजानेछु, र जहाँ म छु, त्यहाँ तिमीहरू पनि हुनेछौ। (यूहन्ना १४:३)

50.2 **དུས་ཚོད།** ང་ཚོ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ཚོ་འདི་ལས་འདེམ་ཐག་ཏུ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་སྐྱེ་མའུ་དུ་ཡོད་པར་འགྱུར་ངེས་པ་དེ་སློབ་ཚན་སྟོན་མ་ལ་བསྐྱབས་ཟེན། ད་སློབ་ཚན་མཐའ་མ་འདིར་དགོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་ཀྱི་སྐོར་སློབ་རྒྱ་ཡིན།

५०.२ **परिचयः** अघिल्लो पाठमा हामीले सिकेका थियौं कि हामी यस जीवनबाट बिदा हुने बित्तिकै प्रभु येशूको साथमा हुनेछौं। अब यो अन्तिम पाठमा हामी स्वर्गको बारेमा सिक्नेछौं।

50.3 **འགྲེལ་བ།** དགོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་ནི་ཡབ་དང་སྲས། དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་དང་། དགོན་མཚོག་གི་ཕོ་ཉ། ཚོ་འདི་ལས་འདེམ་པའི་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དང་མཁན་བཅས་ཀྱི་བཞུགས་གནས་ཡིན། ང་ཚོའི་དོན་དུ་གནས་དེ་གླིང་གི་མཛད་པའི་ཚེད་དུ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་དེར་ལེབས། གནས་དེར་ང་ཚོས་འོ་གསོག་དགོས་པ་དང་། དུས་གཏན་དུ་བཞུགས་པར་བྱ། དགོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་ནི་བྱམས་པ་དང་ལྷན་པའི་བཞུགས་གནས་ཡིན་པས་དེར་སླིག་པ་དང་མི་མཐུན་པ་ཅིའང་མེད། བདེན་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། བཀུར་སྟེ་གང་ཡིན་པ། གྲང་བོ་གང་ཡིན་པ། དག་པ་གང་ཡིན་པ། ཡིད་དུ་འོང་བ་གང་ཡིན་པ། ལྷན་པ་དང་། བཟང་བོ་གང་ཡིན་པ། བསྟོད་འོས་པ་བཅས་པའི་དོན་དེ་ཚང་མ་དེར་ཡོད། དེ་རྣམས་ནི་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་དང་མཚུངས་པར་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གྱུར་ནས་ཁོང་ཅི་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་མཐོང་བར་འགྱུར། ཞིང་ཁམས་སུ་ང་ཚོ་རྒྱལ་ཁབ་དང་། ཚོ་བ། མི་རིགས། རྣམས་ལ་ཐུག་ཐུག་ཐུག་པའི་དང་ལྷན་དང་མཉམ་དུ་དགའ་བའི་ངང་ནས་འགྲོགས། དེར་ང་ཚོས་དགོན་མཚོག་ལ་བསྟོད་ཅིང་གཟི་བརྗིད་དང་ལྷན་པར་བྱེད་དེ། ཁོང་གིས་དེ་རྣམས་གསལ་དུ་བཀོད་པའི་དོན་སྐྱེད་པར་འགྱུར།

५०.३ **व्याख्याः** स्वर्ग त्यो ठाउँ हो जहाँ परमेश्वर पिता, पुत्र, र पवित्र आत्मा, स्वर्गदूतहरू र विश्वासीहरू जो यस जीवनबाट बितिसकेकाहरूसँग वास गर्नुहुन्छ। येशू हाम्रो लागि ठाउँ तयार गर्न त्यहाँ जानुभएको छ। यो त्यो ठाउँ हो जहाँ हामीले धन जम्मा गर्ने र जहाँ हामी सधैंभरि

बाँच्नेछौं। स्वर्ग प्रेमको संसार हो, जहाँ कुनै पाप वा कलह छैन। जे सत्य, सम्मानजनक, ठीक, शुद्ध, आकर्षक, राम्रो प्रतिष्ठा, असल र प्रशंसा योग्य छ त्यो त्यहाँ हुनेछ। हामी प्रभु येशू जस्तै सिद्ध हुनेछौं र उहाँ जस्तो हुनुहुन्छ त्यस्तै देख्नेछौं। हामी हरेक भाषा र राष्ट्रका विश्वासीहरूसँगको सङ्गतिमा आनन्द भई खुशी हुनेछौं। उहाँले हामीलाई बनाउनु भएको उद्देश्यलाई पूरा गर्दै, हामी स्वर्गमा परमेश्वरको प्रशंसा र महिमा गर्नेछौं।

50.4 དེ་བས་ན་གཙོ་བོ་ཡེ་སྤྱི་བཀའ་ལ་ཉན་པ་ཡིན་པའི་སྒྲོ་དོག་མོ་བརྒྱད་ནས་འཇུག་པར་འབད་བཅུན་བྱེད་དགོས། སླིག་ཉེས་སྤངས་ནས་གཙོ་བོ་ཡེ་སྤྱི་རྒྱལ་སྤྱི་དུ་འབད་བཅུན་བྱེད། འཛིག་རྟེན་འདི་ལམ་དེའི་ནང་ན་གང་ཡོད་པར་མ་ཆགས། གཙོ་བོ་ཡེ་སྤྱི་དོན་ལ་སྲུག་བསྐྱེད་ལ་ལྷོད། བཟོད་པའི་སྒྲོ་ནས་ང་ཚོའི་མདུན་ལ་ཡོད་པའི་རྒྱག་ལམ་སྟེང་རྒྱགས། དེ་ན་མས་ཀྱི་དང་པའི་འགོད་པ་བོ་དང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་མཛོད་མཁའ་ལེ་སྤྱི་ཚེས་སུ་བཞུགས་ཀྱིས་ལྷོ་སྤྱི་ལ་དེའི་འཇུ་དམོན་ཅིས་མེད་དུ་བཏང་ནས་རྒྱང་གི་སྲུག་བསྐྱེད་པ་བཟོད་ཅིང་དགོན་མཚོག་གི་བཞུགས་ཁྲིའི་གཡས་སུ་བཞུགས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ནམ་པར་དག་པ་མཚོན་པའི་ཅོད་བཞུང་ཚོའི་དོན་དུ་བཞུགས་ཡོད། དེ་ནི་ཉེན་མོ་དེར་བྱང་བའི་ཀྱི་བྲིམས་གཙོད་མཛོད་མཁའ་གཙོ་བོས་དེ་ན་མས་ལ་གནང་བར་འགྱུར་རོ། །

५०.४ यस्तो भएको हुनाले, हामीले प्रभु येशूको आज्ञाकारिताको साँघुरो ढोकाबाट स्वर्गमा प्रवेश गर्ने प्रयास गर्नुपर्छ। पापको पश्चात्ताप र प्रभु येशू र उहाँको राज्य खोजी गर्नुहोस्। संसारलाई वा संसारमा भएका कुनै पनि थोकलाई प्रेम नगर, येशूको खातिर कष्ट सहन्छौं र हाम्रा सामुन्ने राखिदिएको दौड धैर्यसाथ दौडौं, हाम्रा विश्वास सुरु गर्नुहुने र पूरा गर्नुहुने येशूलाई हेरौं, जसले उहाँको सामुन्ने राखिदिएका आनन्दको निम्ति अपमानलाई केहीजस्तो नठानी क्रूसको कष्ट भोग्नुभयो, र परमेश्वरको सिंहासनको दाहिनेपट्टि विराजमान हुनुहुन्छ। अब हाम्रा निम्ति धार्मिकताको मुकुट राखिनेछ, जो धार्मिकताका न्यायाधीश प्रभुले त्यस दिन हामीलाई दिनुहुनेछ।

50.5 བཞུན་དོན་གཙོ་བོ། གཙོ་བོ་ཡེ་སྤྱི་དེ་ན་མས་ཀྱི་དོན་ལ་ཞིང་ཁམས་ཀྱི་གནས་ཞིག་གྲ་སླིག་མཛོད།

५०.५ **मुख्य कुरा:** प्रभु येशूले हाम्रो लागि स्वर्गमा ठाउँ तयार गर्नुभएको छ।

50.6 སྒྲོ་འཛིན་བྱེད་རྒྱ། སྒྲོ་དོག་མོ་བརྒྱད་ནས་འཇུག (མད་བླ་ 7:13)

५०.६ **कण्ठ गर्ने पद:** साँघुरो ढोकाबाट मित्र पस। (मती ७:१३)

50.7 **དྲིས་ལན།**

1. དྲི་བ། མི་ཐམས་ཅད་དགོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་ཞུགས་སམ། ལན། ལགས་མིན། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་བ་བྱེད་མཁན་མ་གཏོགས་མི་གཞན་སུའང་དགོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་ཞུགས་མི་སྲིད།
2. དྲི་བ། དགོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་ཞུགས་པའི་ཕྱིར་ང་ཚོས་ཅི་བྱེད་དགོས་སམ། ལན། སྤྱོད་བ་ངན་བ་རྣམས་སྦངས་ནས་སེམས་བསྐྱུར་ཏེ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལྷ་གི་ཀའི་འཕྲིན་བཟང་ལ་དད་བ་བྱེད་དགོས།

५०.७ **प्रश्न र उत्तरहरू:**

१. प्र: के सबैजना स्वर्ग जान्छन्? उ: जादैनन्, प्रभु येशू ख्रीष्टमा विश्वास गर्नेहरू मात्र स्वर्गमा प्रवेश गर्नेछन्।
२. प्र: स्वर्ग जान मैले के गर्नुपर्छ? उ: पापको पश्चात्ताप र प्रभु येशू ख्रीष्टको सुसमाचारमा विश्वास गर्नुपर्छ।

50.8 **སློབ་ལམ་འདེབས་རྒྱ།** བམ་མཁའ་བ་ཞུགས་པའི་ང་ཚོའི་ཡབ་ལགས། བྱེད་ཀྱི་གནང་སྲིབ་ཏེ་སློབ་ཉེས་སྦངས་ནས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་བ་བྱེད་བ་གནང་བར་མཛོད། ཁོང་གིས་ང་ཚོ་ལམ་ལོར་བ་ལས་སློབ་ཐུབ་བ་དང་། སློབ་མེད་ཅིང་དགའ་དགའ་སློ་སློའི་ངང་ནས་བྱེད་ཀྱི་སྲིབ་སྦྲར་གནས་ཐུབ། བྱེད་ལ་གཟི་བརྗེད་དང་། རྩམ་བརྗེད། མངའ་ཐང་། དབང་བཅས་དུས་རབས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སློབ་དང་། ད་ལྟོ་རྒྱུན་ནས་རྒྱུན་དུ་ལྷན་བར་གྱུར་ཅིག ཨ་མེན།

५०.८ **प्रार्थना:** हे स्वर्गमा बस्नुहुने पिता, हामीलाई प्रभु येशू ख्रीष्टमा विश्वास र पश्चात्तापको वरदान दिनुहोस्। जसले हामीलाई ठेस लाग्नबाट जोगाउन र तपाईंको उपस्थितिमा ठूलो आनन्दका साथ हामीलाई निर्दोष प्रस्तुत गर्न सक्नुहुन्छ। तपाईंलाई नै सबै महिमा, प्रभुत्व, पराक्रम र अधिकार युग-युग पहिलेदेखि आज र सदासर्वदा भइरहोस्। आमेन।

# हाम्रा एपहरु प्रयोग गरी हेर्नुहोस्!



gsungrab  
Tibetan Bible



drilen  
Tibetan Q&A



chenmo  
Tibetan Catechism



तपाईंले एप स्टोर वा हाम्रो वेबसाइटमा पाउन सक्नुहुन्छः  
[www.gsungrab.org](http://www.gsungrab.org)