

༡༡། །སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་
ང་ཚོར་ཚེ་སློབ་
གསུང་པ་གནང་བ།

JESUS GIVES
US NEW LIFE



བོད་དབྱིན་མན་སྐད་
Tibetan-English

༄༅། །སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་ངའོ་ཚོ་སྟོན་གསར་པ་གནང་བ།

Jesus Gives Us New Life

རྩ་འགྲེལ། བོད་དབྱིན་པའི་སྐད་སྐད་ཀྱི་

Text & Commentary Tibetan-English

༄༅། །འཛམ་གླིང་མཐའ་གཉེན་གསལ་བའི་འོད་སྣང་།

དེང་རབས་ཀྱི་བོད་ཡིག་ 2018 འཛམ་གླིང་གི།

A Radiant Light to the Ends of the Earth

Modern Tibetan © 2018 Central Asia Publishing

Scripture quotations are from The ESV® Bible (The Holy Bible, English Standard Version®),
copyright © 2001 by Crossway, a publishing ministry of Good News Publishers.

Used by permission. All rights reserved.

© 2021

CTB

www.gsungrab.org / contact@gsungrab.org

། རྩོམ་པ་ཡི་བྱས་

ང་ཚོར་ཚེ་སློབ་

གསུང་པ་གནང་བ།

JESUS GIVES
US NEW LIFE

བོད་དབྱིན་མན་སྐད་སྐད་
Tibetan-English





སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་ང་ཚོར་ཚེ་སློག་གསུང་པ་གནང་བ།

དེབ་འདི་སྟོག་ནས་དོན་འདི་རྣམས་ཤེས་པར་འགྱུར།

1. སྟོན་པ་ཡེ་ཤུ་སུ་ཡིན་མིན།
2. སྟོན་པ་ཡེ་ཤུའི་སྟོན་གྲགས་ཚེ་བའི་བཀའ་ཚལ་གྱི་སྐོར།
3. སྟོན་པ་ཡེ་ཤུའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་ལམ་གང་ཡིན་མིན།
4. བོད་པ་རྣམས་ཀྱང་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་རྒྱ་མཚན།
5. སྟོན་པ་ཡེ་ཤུར་དད་པ་དང་རྗེས་སུ་འབྲང་མཁན་དུ་འགྱུར་བའི་ཚུལ།



Jesus Gives Us New Life

In reading this book you will find out:

1. Who Jesus is.
2. What one of Jesus' most famous teachings is all about.
3. What it means to be a follower of Jesus.
4. Why Tibetans are also followers of Jesus.
5. How you can believe in Jesus and follow Him.

ཞིང་གིས་སྟོན་པ་ཡི་ཤུའི་སྐོར་ཐོས་ཚུང་ངམ། ཡི་ཤུའི་ཚོས་ལུགས་དེ་གང་ཡིན་མིན་སྟེ་མ་མམ། སྟོན་
པ་ཡི་ཤུའི་གསུང་སྟོན་གྲགས་ཆེ་ཤོས་ཉེ་མེད་དུ་གསུངས་པའི་བཀའ་ཚོས་ཐོས་པའི་སྐོར་ཞིང་གིས་
ཁོང་མཇལ་བར་འགྱུར། ལུས་མཐུ་དང་ལུན་པའི་གསུང་འདིར་སྟོན་པ་ཡི་ཤུས་རང་ཉིད་གིས་ཡི་ཤུའི་
ཚོས་ལུགས་ཀྱི་སྟོན་འགོ་གསལ་པོར་སྟོན་པར་མཛད། མ་ཟད་དེབ་འདི་གྲོག་པའི་སྐོར་ཞིང་གིས་
ས་ཚུགས་ཀྱི་དུ་མི་རྣམས་ཡི་ཤུ་བར་འགྱུར་བཞིན་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། ཁོང་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་སྐོར་
ནས་ཆོ་གསར་བ་ཞིག་འཐོབ་པའི་ལམ་ཤེས་པར་འགྱུར།

Have you ever heard of the Lord Jesus?
Have you wondered what Christianity
is? In this book you'll encounter the
Lord Jesus through one of his most fa-
mous teachings, called the Sermon on
the Mount. In this powerful discourse,
the Lord Jesus himself clearly explains
the foundations of Christianity. In this
book you'll learn why people all over the
world are following Jesus today, and
how you too can begin a new life
through faith in him.

དཀར་ཆག

12

སྟོན་པ་ཡེ་བུས་རི་སྐྱེང་ལ་གསུངས་
པའི་ཚོས་ཀྱི་ཚུ་ཐིག

15

ཡེ་ལུ་དང་པོ།
སྟོན་པ་ཡེ་བུ་སུ་ཡིན་ནམ།

23

ཡེ་ལུ་གཉིས་པ།
སྟོན་པ་ཡེ་བུས་སེམས་རྒྱུད་དུ་ལ་
པོ་རྣམས་ལ་གསུངས་པ།
(མད་ཐུ། 5:1-3)

31

ལེའུ་གསུམ་པ།

སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་བཀའ་སྐོམ་ཅན་

རྣམས་ལ་གསུངས་པ།

(མད་ཐུ། 5:4-6)

39

ལེའུ་བཞི་པ།

སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་སྡིང་རྗེ་ཅན་རྣམས་

ལ་གསུངས་པ།

(མད་ཐུ། 5:7-9)

47

ལེའུ་ལྔ་པ།

སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་འཚོ་བ་ཚོག་པ་

རྣམས་ལ་གསུངས་པ།

(མད་ཐུ། 5:10-12)

57

ལེའུ་དྲུག་པ།

འཇིག་རྟེན་གྱི་ཚུ།

(མད་ཐུ། 5:13-20)

69

ལེའུ་བདུན་པ།

གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་

དཀའ་བ།

77

ལེའུ་བརྒྱད་པ།

སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་དཀོན་མཆོག་གི་

བཀའ་ཁྲིམས་ལ་ཉན་པའི་སྐོར་

གསུངས་པ།

(མད་ཐུ། 5:21-30)

85

ལེའུ་དགུ་པ།

ཁ་བཤད་དོན་ལ་གནས་པའི་སྐོར།

(མད་ཐུ། 5:31-37)

91

ལེའུ་བརྒྱུ་པ།

སྟོན་པ་ཡེ་ཤུ་དང་ཁྱེད་གྱི་དགའ་བོ་

རྣམས་ཀྱི་སྐོར།

(མད་ཐུ། 5:38-48)

101

ལེའུ་བརྒྱ་གཅིག་པ།

ལུས་མཐུ་དང་ལྡན་པའི་སྟོན་ལམ།

(མད་ཐུ། 6:1-15)

111

ལེའུ་བརྒྱ་གཉིས་པ།

གསལ་བར་གཟིགས་མཁན་གྱི་སྐོར།

(མད་ཐུ། 6:16-18)

119

ལེའུ་བཙུག་སུམ་པ།
རྒྱ་ལོ་ར་ཅི་ལྷར་གསོག་པའི་སྐོར།
(མད་ཐུ། 6:19-23)

141

ལེའུ་བཙུག་པ།
སྐོར་དོག་མོ་བརྒྱད་ནས་འཇུག་པའི་སྐོར།
(མད་ཐུ། 7:12-14)

167

ལེའུ་བཙུག་པ།
སྐོན་པ་ཡེ་ཤུས་གདན་འདྲེན་པའི་སྐོར།

125

ལེའུ་བཙུག་པའི་པ།
མི་ཚོ་ལ་ཅི་ཞིག་འཚོལ་དགོས་པའི་སྐོར།
(མད་ཐུ། 6:24-34)

151

ལེའུ་བཙུག་པའི་པ།
ཤིང་སྡོང་གཉིས་དང་དེའི་འབྲས་ལུའི་སྐོར།
(མད་ཐུ། 7:15-23)

175

ལེའུ་ཉི་ཤུ་པ།
ཚོ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཅི་ལྷར་འཐོབ་པའི་སྐོར།

133

ལེའུ་བཙུག་པ།
དགོན་མཚོག་གིས་གང་བཟང་པོ་ཡིན་པ་གནང་
བའི་སྐོར།
(མད་ཐུ། 7:1-11)

159

ལེའུ་བཙུག་པ།
བྲག་ལ་བརྩེགས་པའི་ཁང་པ་ཞིག་གི་སྐོར།
(མད་ཐུ། 7:24-29)





Table of Contents

31

Chapter Three:
Jesus Speaks to the
Hungry and Thirsty
(Matthew 5:4-6)

12

An Outline of Jesus'
Sermon on the Mount

15

Chapter One:
Who is Jesus?

23

Chapter Two:
Jesus Speaks to the Poor
in Spirit
(Matthew 5:1-3)

39

Chapter Four:
Jesus Speaks to the
Merciful
(Matthew 5:7-9)

47

Chapter Five:
Jesus Speaks to the
Persecuted
(Matthew 5:10-12)

57

Chapter Six:
The Salt of
the Earth
(Matthew 5:13-20)

69

Chapter Seven:
The Difficulty of
Following Jesus

77

Chapter Eight:
Jesus Speaks About
Obeying God's Law
(Matthew 5:21-30)

85

Chapter Nine:
Jesus Speaks About
Doing What We Say
We Will Do
(Matthew 5:31-37)

91

Chapter Ten:
Jesus and Your
Enemies
(Matthew 5:38-48)

101

Chapter Eleven:
How to Pray
with Power
(Matthew 6:1-15)

111

Chapter Twelve:
The One Who Sees in
Secret
(Matthew 6:16-18)

119

Chapter Thirteen:
How to Store Up
Treasure
(Matthew 6:19-23)

125

Chapter Fourteen:
What to
Seek in Life
(Matthew 6:24-34)

133

Chapter Fifteen:
God Gives
Good Things
(Matthew 7:1-11)

141

Chapter Sixteen:
Enter at the
Narrow Gate
(Matthew 7:12-14)

151

Chapter Seventeen:
A Tree
and Its Fruit
(Matthew 7:15-23)

159

Chapter Eighteen:
The House
on the Rock
(Matthew 7:24-29)

167

Chapter Nineteen:
Jesus' Invitation

175

Chapter Twenty:
How to Receive
Eternal Life



སྟོན་པ་ཡི་བྱུང་ལ་སྤྲོད་ལ་གསུངས་པའི་ཚུལ་གྱི་ཚུ་བློན་གྱི་བློན་

1. ཡི་བྱུང་པའི་ཚུལ་བརྒྱུད། (མད་མྱོ། 5:1-16)
 - 1.1 དད་ལྡན་པའི་ཚུལ་བརྒྱུད། (མད་མྱོ། 5:1-12)
 - 1.2 མུ་དང་འོད་གྱི་དཔེ། (མད་མྱོ། 5:13-16)
2. དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པའི་སྟོན། (མད་མྱོ། 5:17-48)
 - 2.1 དཀོན་མཆོག་གི་བྱུངས་དགོངས་སྐྱབ་པའི་ཚེད་དུ་ལེབས་པའི་སྟོན། (མད་མྱོ། 5:17-20)
 - 2.2 དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པའི་དཔེ་རྒྱུག (མད་མྱོ། 5:21-48)
3. དཀོན་མཆོག་ལ་བརྟེན་མཁུན་ལ་སྤྲོད་པའི་སྟོན་གྱི་ལག་ལེན་གྱི་གསང་བ་གསུམ། (མད་མྱོ། 6:1-18)
 - 3.1 དབུལ་པོ་རྣམས་ལ་སྤྲོད་པའི་སྟོན་གྱི་ལག་ལེན་གྱི་གསང་བ་གསུམ། (མད་མྱོ། 6:1-4)
 - 3.2 སྟོན་ལམ་གྱི་སྟོན། (མད་མྱོ། 6:5-15)
 - 3.3 སྐྱུང་གནས་གྱི་སྟོན། (མད་མྱོ། 6:16-18)
4. དཀོན་མཆོག་གི་བྱུངས་དགོངས་ལྟར་མི་ཚོ་སྐྱེལ་བའི་ཚུ་དོན་བརྒྱུད། (མད་མྱོ། 6:19-7:12)



An Outline of Jesus' Sermon on the Mount

1. The Eight Characteristics of Believers (Mt. 5:1-16)
 - 1.1 The Eight Characteristics (Mt. 5:1-12)
 - 1.2 Salt and Light (Mt. 5:13-16)
2. Obeying God's Commands (Mt. 5:17-48)
 - 2.1 Teacher Jesus Came to Do God's Will (Mt. 5:17-20)
 - 2.2 Six Examples of Obedience to God (Mt. 5:21-48)
3. Three Secret Practices of Those Who Love God (Mt. 6:1-18)
 - 3.1 Giving to the Poor (Mt. 6:1-4)
 - 3.2 Prayer (Mt. 6:5-15)
 - 3.3 Fasting (Mt. 6:16-18)
4. Eight Principles of Living According to God's Will (Mt. 6:19-7:12)

- 4.1 གསུང་མི་འདྲ་བ་གསུམ། (མད་གླུ། 6:19-24)
 - བརྒྱལ་མེད་པའི་རྒྱལ་ལོ་འགྲོ་སྐོར། (མད་གླུ། 6:19-21)
 - ལུས་ཀྱི་སྒྲོན་མེའི་སྐོར། (མད་གླུ། 6:22-23)
 - བདག་པོ་གཉིས་ལ་གཡོག་བྱེད་པའི་སྐོར། (མད་གླུ། 6:24)
- 4.2 གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་གསུངས་པའི་བཀའ་རྒྱ་ལྟ། (མད་གླུ། 6:25-7:14)
 - སེམས་ཁྲལ་བྱེད་རྒྱུ་མེད་པའི་སྐོར། (མད་གླུ། 6:25-34)
 - གཞན་རྣམས་ལ་སྒྲོན་འདོགས་བྱེད་རྒྱུ་མེད་པའི་སྐོར། (མད་གླུ། 7:1-6)
 - ལུས་ན་འཕྱོལ་བར་འགྱུར་བའི་སྐོར། (མད་གླུ། 7:7-11)
 - མི་གཞན་ལ་བྱམས་པ་བྱེད་དགོས་པའི་སྐོར། (མད་གླུ། 7:12)
 - སྐོ་དོག་མོ་བརྒྱུད་ནས་འཇུག་དགོས་པའི་སྐོར། (མད་གླུ། 7:13-14)
- 5. མཐའ་མཇུག་གི་བཀའ་ཚེས་གསུམ། (མད་གླུ། 7:15-29)
 - 5.1 ལུང་སྒྲོན་པ་རྣམས་ལ་དོགས་ཚོན་བྱེད་དགོས་པའི་སྐོར། (མད་གླུ། 7:15-20)
 - 5.2 ཡབ་ཀྱི་ཐུགས་དགོངས་སྐྱབ་པའི་སྐོར། (མད་གླུ། 7:21-23)
 - 5.3 རྒྱུང་གཞི་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཀྱི་དཔེ། (མད་གླུ། 7:24-27)
- 6. གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་འདྲི་བའི་གྲོ་སྐོར། (མད་གླུ། 7:28-29)

- 4.1 Three Teachings
(Mt. 6:19-24)
Treasure in Heaven
(Mt. 6:19-21)
The Lamp of the Body
(Mt. 6:22-23)
Serving Two Masters
(Mt. 6:24)
- 4.2 Five Commandments
(Mt. 6:25-7:14)
Don't be Anxious
(Mt. 6:25-34)
Don't Judge Others
(Mt. 7:1-6)
Ask and It Will Be Given
(Mt. 7:7-11)
Treat Others as Yourself
(Mt. 7:12)
Enter by the Narrow Gate
(Mt. 7:13-14)
- 5. **Three Final Teachings (Mt. 7:15-29)**
 - 5.1 Beware of False Teachers
(Mt. 7:15-20)
 - 5.2 Obey God (Mt. 7:21-23)
 - 5.3 The Two Foundations
(Mt. 7:24-27)
- 6. **Jesus' Authority (Mt. 7:28-29)**

1





ལཱུ་དང་པོ།

སྟོན་པ་ཡེ་ཤུ་སུ་ཡིན་ནམ།

1.0 དེང་སང་བོད་པ་མང་པོས་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུའི་སྐོར་གྱི་གཏམ་ཐོས་བཞིན་ཡོད། ཁོ་ཚོའི་ནང་ནས་མི་ཁ་གསུམ་གྱིས་ཁོང་སུ་ཡིན་པ་དང་། ཁོང་གིས་གང་ཞིག་བསྟན་པ་ཤེས་པར་འདོད། གཞན་རྣམས་གྱིས་ཁོང་གི་ཞེ་བ་དེ་དང་དབག་ཏུ་མེད་པའི་ཚེའི་ཕྱག་རྟགས་འཐོབ་པའི་ཚེ་དུ་ཁོང་ལ་དད་པ་བྱེད་པར་ཐག་གཙོད་བྱས་ཟེན། མི་རྣམས་གྱིས་ཅིའི་ཕྱིར་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཤེས་པའི་ཐབས་ལམ་ཡག་ཤོས་ནི་ཁོང་གི་གསུང་ལ་ཉན་པ་དེ་ཡིན། དེ་བའི་དེ་དང་རྣམས་གྱིས་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུའི་གསུང་གི་ནང་ནས་སྟོན་གྲགས་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་སྐོར་སྐོར་རྒྱ་ཡིན། གསུང་དེ་ནི་རི་རྩེ་དུ་གསུངས་པའི་བཀའ་ཚམས་ཞེས་ཟེད།

1.1 རི་རྩེ་དུ་གསུངས་པའི་བཀའ་ཚམས་རྟོགས་པའི་ཚེ་དུ་རྩེ་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུ་དང་ཁོང་གི་མི་རིགས་ཡ་ཏུ་དུ་བ་རྣམས་ཀྱི་སྐོར་ལ་ཏོག་ཙམ་ཤེས་ན་ལེགས། སྟོན་པ་ཡེ་ཤུ་ནི་ལོ་ངོ་2,000 སྟོན་དུ་(ཉན་རྒྱུ་རབས་ཀྱི་དུས་སུ་) ཨེ་ཞེ་ཡུ་སྤྱི་དཀར་གྱི་རུབ་ཕྱོགས་སུ་ཆགས་པའི་ཡི་མི་ར་ཨེ་ལ་ཡུལ་ལ་སྐྱུ་



Chapter One:

Who is Jesus?

1.0 Today, many Tibetans are hearing about Jesus. Some want to know who he was and what he taught. Others have already decided to believe in him so that they may receive his gifts of peace and eternal life. The best way to find out why people believe in Jesus is to listen to his teachings. In this book, we will learn about one of Jesus' most famous teachings. It is called 'the Sermon on the Mount'.

1.1 In order to understand the Sermon on the Mount, we need to know something about Jesus and his people, the Jews. Jesus was born about 2,000 years ago in the land of Israel, in western Asia, during Han dynasty. He was raised in a

ལུངས། ཡི་མི་ར་ཨེལ་བྱང་ཕྱོགས་སུ་ཆགས་པའི་ག་ལིལ་ས་ཕྱོགས་སུ་ན་ཅ་ལེལ་ཞེས་ཟེར་བའི་
གྲོང་ཁྱིམ་དུ་འཚར་ཡོངས་བྱུང། ཁོང་དགུང་ལོ་སུམ་ཅུ་ནས་བཟུངས་ཆ་སོ་སོར་ཤེབས་ཏེ་ཡུལ་མི་
རྣམས་ལ་ཚོས་བསྟན་གནང། ཁོང་གིས་རང་གི་གསུང་ལ་ཉན་མཁན་རྣམས་ཀྱི་དོན་ལ་སེམས་ཁུར་
མཛད་པས་ཁོ་ཚོར་ཡང་ཡང་རོགས་པ་མཛད། མི་རྣམས་ཀྱིས་ནད་དང་ན་ཟུག་སྐྱོ་ཚོགས་ཀྱིས་བཏབ་
པ་ཐམས་ཅད་དང་། གདོན་འདྲེས་བཟུང་བའི་མི། གཟའ་ཕོག་པ། གོམ་བ་སློ་མི་བྱབ་པ་ལ་སོགས་
པ་རྣམས་ཁོང་གི་མདུན་དུ་ཁྲིད་ནས་ཁོང་གིས་དེ་ཚོ་སེལ་བར་མཛད། ཁོང་གིས་སྐྱགས་སམ་ཡང་ན་
ཚོས་ཀྱི་ཚོག་ཅིའང་མེད་པར་རང་གི་བཀའ་ཁོ་ནར་བརྟེན་ཏེ་གདོན་འདྲེ་རྣམས་བསྐྱད་པ་དང་ནད་འདྲ་
མིན་ལམ་སེང་བསལ། ཁོང་གིས་ཚེ་ལས་འདས་པའི་མི་གསུམ་པོ་འཚེབ་ནས་སྤྱར་གསོན་པར་མཛད།
དོ་མཚར་ཆེ་བའི་ཕྱག་ལས་དེ་ཚོ་མཛད་པའི་སློབ་སྟོན་པ་ཡེ་ལུས་ཡ་ཏུ་དུ་བའི་མི་རིགས་ལ་ཁོང་གི་ཁོ་
ཚོའི་ལྷ་གི་ཀ་ཡིན་པར་སྐྱོད་མཛད། (ལྷ་གི་ཀ་འི་དཀོན་མཚོག་གིས་དུས་རབས་མང་པོའི་སློབ་ལ་ཡི་
མི་ར་ཨེལ་ལ་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པའི་སྐབས་མགོན་ཏེ། མི་རྣམས་སྲིག་པ་དང་དོག་དོང་ནས་ཐར་བར་
མཛད་མཁན་ཡིན་) རིང་པོར་མ་ལོན་པར་ཁོང་གི་སྟོན་གྲགས་ཡི་མི་ར་ཨེལ་ཡུལ་གྱི་གང་སར་བྱུང་
པ་མ་ཟད། མི་ཚོགས་ཆེན་པོ་ཞིག་གང་སར་ཤེབས་ན་ཡང་ཁོང་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས།

small village called Nazareth, in the northern province of Galilee. When Jesus was about thirty years of age, he began to travel from place to place, teaching the local people. Jesus cared about those he taught, and he was always ready to help them. People brought to him all those who were suffering from various diseases and pains and, those possessed by demons and, people suffering from epilepsy and, those unable to walk and he healed them. Jesus used no mantras or rituals; he simply commanded sicknesses and demons to leave, and people were made well immediately. Three times he restored life to people who had died. In doing such miracles, Jesus proved to the Jewish people that he was their Messiah (the Saviour God had centuries before promised to Israel, to save people from their sin and shame). It was not long before Jesus' fame spread everywhere, and great crowds followed him wherever he went.

1.2 ལྷོན་པ་ཡེ་བྱའི་གསུང་ལ་ཉན་མཁན་རྣམས་ནི་ཡ་རྩ་དྲུབ་ཡིན། ཡ་རྩ་དྲུབ་རྣམས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་འདི་དང་དེ་རེ་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་བཀོད་པར་མངོན་མཁན་དབང་ཀུན་དང་ལྡན་པའི་དགོན་མཚོག་ལ་དད་པ་བྱས། གནའ་བོའི་དུས་སུ་དགོན་མཚོག་གིས་ལུང་སྟོན་པ་ཞེས་ཟེར་བའི་ཡ་རྩ་དྲུབ་ཁ་ཤས་ལ་གསུངས། དུས་རབས་ཁ་ཤས་ཀྱི་རིང་ལ་ལུང་སྟོན་པ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་དང་ཚོས་ཁྲིམས་ནི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཞེས་ཟེར་བའི་མདོ་ལ་བཀོད། ཡ་རྩ་དྲུབ་རྣམས་ཀྱིས་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཞེས་པ་བསྐྱབས་པས་ཁ་ཤས་དགོན་མཚོག་གི་ཚོས་ཁྲིམས་ལ་མཁས་པའི་མི་རྩ་བྱུང། ལྷ་རྩལ་གྱི་ཟེར་བའི་སྟོགས་ཁག་གཞན་ཞིག་གིས་མི་རྣམས་ལ་ཚོས་ཀྱི་ལུགས་སྲོལ་དང་རྒྱུག་ལམ་སྤྱད་ཞིང་། ཚོས་ཀྱི་ཚོག་བྱེད་པའི་སྟོན་པ་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་དགོས་པར་བསྐྱབས། ལྷ་རྩལ་པ་རྣམས་དང་ཚོས་ཁྲིམས་ལ་མཁས་པའི་མི་ཡིས་སེམས་གཏིང་ནས་མ་ཡིན་པར་རྒྱུག་ལམ་སྤྱད་པ་དང་ཚོས་ཀྱི་ཚོག་བྱེད་པའི་སྟོན་པ་དགོན་མཚོག་ལ་བཀའ་རྟོག་བྱས། འོན་ཀྱང་སྟོན་པ་ཡེ་བྱས་མི་རྣམས་ཀྱིས་བཅོས་མིན་ཏེ་སེམས་གཏིང་ནས་དགོན་མཚོག་ལ་བཀའ་རྟོག་བྱེད་དགོས་པར་གསུངས། དེའི་སྤྱིར་སྟོན་པ་ཡེ་བྱ་དང་ཚོས་ཁྲིམས་ལ་མཁས་པའི་མིའི་བར་ལ་མི་མཐུན་པ་ཞིག་བྱུང།

1.3 ལྷ་རྩལ་པ་དང་ཚོས་ཁྲིམས་ལ་མཁས་པའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་སྟོན་པ་ཡེ་བྱའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པའི་མི་ཚོགས་ཚེན་པོ་མཐོང་ནས་འཇིགས་པར་བྱུང། ཁོ་ཚོའི་བསམ་པར་ཁོང་གིས་ཟེང་འབྲུག་སྟོང་བར་

1.2 The people who heard Jesus' teachings were Jews. The Jews believed in the one all-powerful God who made the world and everything in it. In ancient times, this God spoke to certain Jews called prophets. Over several centuries, the prophets recorded God's teachings and religious laws in a book called the holy Bible. The Jews studied the Bible very carefully, and some of them became experts in God's religious law. Another group of ancient Jews, called the Pharisees, taught the people that they must obey God's law by observing traditional customs, obeying rules, and performing religious rituals. The Pharisees and experts in the religious law did not worship God from their hearts, but only by obeying rules and performing rituals. But Jesus said that people must worship God sincerely, from the heart. So there was a disagreement between Jesus and the experts in the Jewish religious laws.

1.3 When the Pharisees and experts in the religious law saw the large crowds that followed Jesus, they became alarmed. They feared he wanted to lead

འདོད་པས་ཡེ་ཤུ་སྒྲོག་ཏུ་བཟུང་ནས་གསོད་པའི་རུས་ངན་བྱས། རྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་རུས་ངན་དེའི་སྐོར་
 མ་ཕྱེན་པ་མ་ཟད། མི་རྣམས་ཀྱི་སྲིག་པ་དང་བོ་གོངས་ནས་ཐར་བའི་ཆེད་དུ་རང་སྲོག་སུལ་རྒྱ་ཡིན་
 པ་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་སྤྲུལ་སྤེལ་དགོངས་ཡིན་པ་འདྲ་མཁྱེན། སྤྱི་ལོ་33 ལོ་ཙམ་དུ་རྟོན་པ་ཡེ་ཤུ་ཡི་སི་
 ར་ཨེལ་གྱི་རྒྱལ་ས་ཡེ་ཅུའུ་ལེམ་དུ་ཕེབས། ཁོང་གོང་ཁྱེད་ནང་དུ་བྱོན་སྐབས་མི་ཆོགས་ཆེན་པོ་ཞིག་
 ཁོང་གི་མཐའ་བསྐོར་བས་གོང་ཁྱེད་ཡོངས་སུ་དགྲུག་པར་གྱུར། ཉིན་ཁ་གས་རྗེས་སུ་ཡ་ཏུ་དུ་པའི་
 དཔོན་རིགས་ཀྱིས་རྟོན་པ་ཡེ་ཤུ་སྒྲོག་ཏུ་བཟུང་ནས། རྒྱལ་ཆོགས་སུ་བྲིད་དེ་སྐྱོབ་དང་གོན་པོ་རྣམས་
 ཀྱིས་ཁོང་ལ་དཀོན་མཆོག་ལ་སྐྱུར་བ་འདེབས་པའི་ནག་ཉེས་བཅུགས། ཁོ་ཆོས་ཁོང་རྒྱང་གིང་ལ་
 གཟེར་བརྒྱབ་པའི་སྐོར་ནས་གསོད་དགོས་པའི་བྲིམས་ཐག་བཅད། དཔོན་རིགས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བྱས་པའི་
 སྐབས་སུ་རྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་ཁོ་ཆོའི་སྲིག་ཉེས་སེལ་བའི་ཆེད་དུ་དཀོན་མཆོག་ལ་གསོལ་སྐོན་ལྷོས། ཁོང་
 རྒྱལ་བསྐལ་ཆེན་པོ་ཕྱིང་ཡང་། དེའི་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྲིག་ཉེས་ཀྱི་རྐྱེན་ཀྱིས་རྩ་བ་ནས་མ་ཡིན།
 དེ་དཀྱམས་ཀྱིས་བྱས་པའི་སྲིག་ཉེས་ཀྱི་ཆད་པ་ནི་ང་ཆོའི་ཚབ་ལ་ཕྱིང་། དེའི་དེད་རྣམས་ཐར་བར་འགྱུར་
 བ་དང་། དཀོན་མཆོག་དང་འབྲེལ་བ་སྐྱར་གསོ་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན། ཁོང་གོངས་པའི་རྗེས་སུ་ཁོང་
 གི་ཉེག་ནས་རྣམས་ཀྱིས་ཁོང་གི་སྐུ་སུར་ཡེ་ཅུའུ་ལེམ་ཕྱི་རོལ་ཏུ་ཡོད་པའི་དུར་ཁོག་ལ་བཞག། ཁོང་
 གི་དགྲ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་མི་སུས་ཀྱང་དུས་དེ་ནས་བཟུང་ཁོང་མཐོང་བར་མི་འགྱུར་བར་བསམས། འོན་
 ཀྱང་དེ་ནས་སྐོན་དུ་མ་བུང་བའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་བྱུང་།

a revolt against the government, so they made a plot to arrest Jesus secretly and kill him. Jesus knew about this plot. He also knew that it was God's will for him to die in order to save his people from their sin and shame. About AD 33, Jesus went to Jerusalem, Israel's capital city. When he entered the city, a large crowd surrounded him, so that the whole city was stirred up. A few days later, the Jewish authorities secretly arrested Jesus. They brought him to the national council, where the chief priests and elders accused him of blasphemy. They sentenced him to death by being nailed to a cross. As the officials put him to death, Jesus prayed for God to forgive them. He experienced great suffering, but this was not at all because of anything he had done wrong. He suffered God's punishment of the sins we have committed, so that we might be saved and our relationship with God might be restored. After Jesus died, his disciples put his body in a tomb outside the city of Jerusalem. His enemies thought no one would ever see him again. But then something happened that had never happened before.

1.4 རྒྱུ་ཤིང་སྐྱབ་ལ་བསད་པའི་ཉིན་གསུམ་པའི་ཞོགས་པར་སྟོན་པ་ཡི་ཤུའི་ཉེགནས་དྲུམ་ཁང་ལ་
སྟོན་ནས་སྟོང་པ་ཡིན་པར་མཐོང་། དེའི་རྗེས་སུ་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉེགནས་ལ་ཉུང་ཤོས་ལས་
ཐངས་བཅུ་མངོན་པར་གྱུར། ཐངས་གཅིག་ལ་མི་ལྔ་བརྒྱ་ལས་མང་བ་ལ་དུས་གཅིག་ཉུ་མངོན་པར་
གྱུར། དགོན་མཚོག་གིས་ཁོང་འཛིབ་ལས་སྐྱུར་གསོན་དུ་མངོན་པ་ཉེགནས་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་པར་
གྱུར། དེའི་འདས་ལོག་གི་འཛིག་པའི་གཟུགས་ཞིག་དང་ལྡན་པ་མིན། གང་ལགས་ཟེར་ན། གཙོ་
བོ་ཡི་ཤུ་ཤི་མི་སྲིད་པའི་སྐྱུ་གཟུགས་དང་ལྡན་པར་གསོན་པོར་མངོན་པས་སོ། ཉིན་ལ་ཤས་རྗེས་སུ་
ཁོང་གིས་ཉེགནས་མི་རིགས་ཐམས་ཅད་ལ་འཕྲིན་བཟང་དེ་སྟོན་པར་བྱི་རུ་མང་གས། དེ་ནས་དགོན་
མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་ཡར་ལེབས་ནས་ད་ལྟ་ཁོང་གི་མི་རྣམས་དབང་དུ་སྐྱུར་ཞིང་། དགོན་མཚོག་
གི་མདུན་དུ་ཁོ་ཚོའི་དོན་ལ་ལྷ་དོ་མངོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན།

1.5 ཡི་རུ་ཤ་ལེམ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཉེགནས་རྣམས་ཀྱིས་ཨེ་ཤེ་ཡུ་སྲིད་ཐོན་དང་། ཨ་སྟེ་རི་ཀ་སྲིད་ཐོན་
ཀྱི་བྱང་སྟོགས། ཡོ་རོབ་སྲིད་ཐོན་ལ་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུའི་འཕྲིན་བཟང་བསྐྱུགས། སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་
དང་པོར་ཉེགནས་དང་འགྲོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོན་པ་ཡི་ཤུའི་ལོ་རྒྱུས་བཀོད། ཁོང་ཚོའི་ནང་ནས་
མད་ཐུ་ཞེས་ཟེར་བའི་ཁྲལ་སྐྱེད་མཁའ་ཞིག་ཡོད། སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་དང་པོའི་སྐྱེད་ཚུལ་མད་ཐུ་ཡིས་
སྟོན་པ་ཡི་ཤུའི་རྣམ་ཐར་བྲིས། རྣམ་ཐར་དེའི་མད་ཐུ་ཡིས་བྲིས་པའི་འཕྲིན་བཟང་ཞེས་ཟེར་ཞིང་།

1.4 On the morning of the third day after he was put to death, Jesus' disciples went to his tomb and found it to be empty. In the following days, Jesus appeared to his disciples at least ten times. On one occasion he appeared to more than 500 people at once. The disciples realized that God had raised Jesus from the dead. This resurrection was not with the perishable body of a delog, for the Lord Jesus was made alive with a body that could never die again. A few days later Jesus sent out his disciples to go out and preach the good news to people of all nations. He then ascended into heaven, and now rules over his people and intercedes for them before God.

1.5 Beginning from Jerusalem, the disciples preached the good news about the Lord Jesus all over Asia, North Africa, and Europe. During the first century AD, the disciples and their associates wrote down the story of Jesus' life and teachings. One of Jesus' twelve disciples was a tax collector named Matthew. In the latter half of the first century, Matthew wrote a biography of Jesus. This bio-

ཞལ་ཚད་གསར་པའི་མདོ་དང་པོ་ཡིན། (ཞལ་ཚད་གསར་པ་ནི་དགོན་མཚོག་གི་དམ་པའི་གསུང་རབ་
ཀྱི་སྒྲིབ་ཚལ་ན། གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱིས་འདི་སློབ་འདོད་ན། www.gsungrab.org གྲྭ་ཚོགས་ལ་རིན་མེད་
བར་ཕབ་ལེན་ཚོག་) མད་ཐུ་ཡིས་བྲིས་པའི་འཕྲིན་བཟང་གི་ནང་ལ་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུའི་གསུང་ཚེན་པོ་ལྷ་
ཡོད། དེ་ཚོའི་ནང་ནས་དང་པོ་ནི་རི་ཞིག་སྐད་ལ་གསུངས་པས་སྟོན་པ་ཡི་ཤུས་རི་སྟེང་དུ་གསུངས་པའི་
བཀའ་ཚོས་ཞེས་ཟེར། ལེ་འུ་རྗེས་མར་ཁྱེད་ཀྱིས་གསུང་དེ་སློབ་གམ་ཉན་སྲིད།

graphy is called The Gospel According to Matthew, and it is the first book of the New Testament. (The New Testament is the second part of God's holy Bible. If you would like to read it, you can download one for free from www.gsungrab.org.) In it, Matthew recorded five major teachings of the Lord Jesus. The first of these teachings was given on a hill near Israel's Lake Galilee, so it is called 'The Sermon on the Mount'. You can read or listen to this sermon in the next chapter.







ལེའུ་གཉིས་པ།

སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་སེམས་རྒྱད་དབུལ་པོ་རྣམས་ལ་གསུངས་པ།

(མད་སྒྲ། 5:1-3)

2.0 དགོན་མཚོག་གི་དམ་པའི་གསུང་རབ་མ་སྟོག་གོང་ལ་ཡེ་ཤུ་པ་མང་ཆེབས་སྟོན་ལམ་འདེབས་གྱི་ཡོད། ལེའུ་རེ་ལ་ཡོད་པའི་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུའི་གསུང་སྟོན་སྦྱོང་བྱེད་པའི་སྟོན་ལ་སྟོན་ལམ་འདེབས་རྒྱའི་དཔེ་ཞིག་གཤམ་དུ་ཡོད།

🙏 སྟོན་ལམ་འདེབས་རྒྱའི་དཔེ་ཞིག

ནམ་མཁའ་བཞུགས་པའི་དེད་གྱི་ཡལ། བྱེད་གྱི་དམ་པའི་བཀའ་ངེལ་གནང་བ་ཡིན་པས་བྱེད་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྟ། ད་ལྟ་བཀའ་དེ་སྟོན་སྦྱོང་བྱེད་དུས་དེད་རྣམས་ལ་ཤེས་རབ་དང་རྟོགས་པ་གནང་རོགས། བྱེད་གྱི་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་གྱིས་བྱེད་གྱི་བདེན་པ་ངེལ་མཛོན་པར་མཛད་ཅིང་། དེད་རྣམས་ཀྱིས་བྱེད་གྱི་བཀའ་ལ་ཉན་ཐུབ་པའི་ཆེད་དུ་རོགས་པ་གནང་བར་ཤོག ཨ་མེན།



Chapter Two: Jesus Speaks to the Poor in Spirit

(Matthew 5:1-3)

2.0 Most believers pray before reading God's word. Here is a sample prayer that you can pray before studying Jesus' teachings in each chapter.

🙏 An Example Prayer

Heavenly Father, thank you for your Word. Help us to understand your Word today as we study it together. May your Holy Spirit reveal to us your truth and help us obey you. Amen.

2.1 ལྷ་བ།

1 མི་ཚོ་གསལ་གཟིགས་ནས་ཡེ་ཤུ་རི་ཞིག་གི་སྤྲོད་ལ་ཡར་ཕེབས་ཏེ། དེར་བཞུགས་པ་དང་
 ཁོང་གི་ཉེ་གནས་རྣམས་སྐྱེ་མཁུན་དུ་ཡོང་། 2 ཡང་ཁོང་གིས་ཁོ་རྣམས་ལ་ཚོས་བསྟན་ཏེ་
 གསུངས་པ།

2.2 འགྲེལ་བ།

རང་གི་ཉེ་གནས་ལ་ཚོས་སྟོན་པའི་ཚེད་དུ་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུ་ག་ལིལ་མཚོ་འགམ་གྱི་རི་ཞིག་ལ་ཡར་ཕེབས་
 ཞིང་། མི་ཚོ་གསལ་ཁོང་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས། ཁོང་གིས་ཁོ་ཚོར་དགའ་བསུ་མཛད་ན་ཡང་། ཁོང་གི་
 བཀའ་ཚོས་འདི་ནི་ཉེ་གནས་ཁོ་ནར་གསུངས་ཏེ། ཡེ་ཤུ་བ་རྣམས་གྱི་རང་གཤིས་ཇི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་
 དགོས་པའི་སྐོར་གསལ་བཤད་མཛད། ཁོང་གི་གསུང་འདི་གྲོག་པ་དང་ཡང་ན་ཉན་དུས་ང་ཚོ་ལ་རང་
 གཤིས་འདི་ཡོད་མེད་གྱི་སྐོར་བསམ་སྲོ་ཞིབ་སྒྲ་གཏོང་དགོས།

2.1 Scripture Text

- 1 Seeing the crowds, he went up on the mountain, and when he sat down, his disciples came to him.
- 2 And he opened his mouth and taught them, saying:

2.2 Explanation

Jesus went up onto a mountain along the shore of Lake Galilee in order to teach his disciples, and the crowds followed him. Although he welcomed the crowds, this teaching was only for his disciples, explaining to them what kind of character Christians should have. As we read or hear his teaching, we should think carefully about whether we ourselves have such a character.

2.3 ལྷ་བཤམ་

3 གཞོན་པོ་ཡི་ལྷ་སྐྱེས།

“སེམས་རྒྱུད་དཔུལ་རྣམས་བདེ་བ་དང་ལྷན་ཏེ། །

དགོན་མཚོག་རྒྱལ་སྲིད་ཁོང་ཚོའི་ཡིན་པས་སོ། །”

ཞེས་གསུངས།

2.4 འབྲེལ་བ།

གཞོན་པོ་ཡི་ལྷ་སྐྱེས་ཉིད་ཀྱི་ཉེ་གནས་བདེ་བ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་པར་གསུངས། དེའི་དོན་ནི་ཁོ་རྣམས་ལ་
དགོན་མཚོག་དང་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་ཡོད་པ་དེ་ཡིན། དེ་ལྟར་གྱི་འབྲེལ་བ་ནི་ཁོ་ཚོར་ཅི་ལྟར་ཐོབ་བཅ།
དགོན་མཚོག་གི་ཐུགས་རྗེའི་སློབ་སློབ་ཁོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་སྲིག་ཉེས་སྤངས་ནས་སེམས་བརྒྱུད་ཏེ་གཞོ་
བོ་ཡི་ལྷ་སྐྱེས་པ་དང་བཅས། དེམ་ཐག་ཏུ་དགོན་མཚོག་གིས་ཁོ་ཚོའི་སྲིག་པ་སེལ་བར་མཛད་པ་མ་
ཟད། ཁོ་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་བཞུགས། (རྩ་བུ་པ་4:7 དང་ཡོ་ཉ་ནན་14:23) དུས་དེ་ནས་བཟུང་
དགོན་མཚོག་གིས་ཁོ་ཚོར་དམ་པར་མཛད་བཞིན་ཡོད། དམ་པ་དེ་ལ་ཉམས་བརྒྱུད་ཡོད།

2.3 Scripture Text

3 “Blessed are the poor in spirit,
for theirs is the kingdom of
heaven.”

2.4 Explanation

The Lord Jesus said that his disciples are ‘blessed’, which means that they have a right relationship with God. How did they receive such a right relationship with God? By means of God’s grace, they repented of their sins and believed in the Lord Jesus Christ alone. As soon as they believed, God forgave their sins (Romans 4:7) and came to live within them (John 14:23). From that time onward, God was making them holy. That holiness has eight characteristics.

2.5 འགྲེལ་པ།

རྟགས་དང་པོ་ནི་ཁོ་རྣམས་སེམས་རྒྱུད་དཔུལ་པོ་དེ་ཡིན། མི་ཐམས་ཅད་ལ་སྲིག་ཅན་གྱི་རང་གཤིས་
ཡོད། དེའི་དོན་ནི་དཀོན་མཚོག་གམ་མི་གཞན་གྱི་དོན་གཉེས་པ་ལས་ངཚོས་རང་དོན་གཉེས། གང་
འདོད་པ་འཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་ངཚོས་རླུན་གཏམ་བཤད་པ་དང་གཞན་རྣམས་ལ་མགོ་སྐྱོར་གཏོང་། ཁོང་
ཁོ་ལངས་ནས་ནང་མི་དང་ཚུད་གྲེད། རབ་ཟླ་བར་གྱུར་ནས་ལུག་ཚུད་གྲེད། ལོག་གཡེམ་གྲེད།
མི་གཞན་ལ་སྲེད་ཞིང་ཐ་ན་མི་སློག་གཙོད། དེ་བཞིན་གྱི་སྲོད་པ་ནི་སྲིག་ཉེས་ཉེས་ཟེར། སེམས་ཐམས་
ཅད་གཟིགས་མཁན་དཀོན་མཚོག་གིས་ངཚོའི་སྲིག་པའི་ལས་མཁུའ། གང་ལགས་ཤེ་ན། ཁོང་གི་
སྲུབ་ནས་སྲིད་པའི་དོན་མེད། དཀོན་མཚོག་ནི་དྲང་བདེན་ཉིད་ཡིན་པས་སྲིག་ཉེས་ཐམས་ཅད་དང་བུལ་
ཉེ་སྲིག་པ་ལའང་སྲུང་། དེའི་བྱིར་ངཚོའི་སྲིག་ཉེས་ཀྱིས་དཀོན་མཚོག་ལ་ཕོག་ཐུག་གཏོང་། ངཚོའི་
སྲིག་ཉེས་ཀྱིས་ཁོང་དང་འགྲེལ་བ་མི་དག་པར་སྒྱུར་ཉེ། ཁོང་གི་སྲུབ་སྲུར་དོག་འོང་བའི་རྒྱ་རྒྱེན་ཡིན་
ཞིང་། ངཚོ་དཀོན་མཚོག་གི་དྲང་བདེན་པའི་ཆད་པ་ཕོག་པར་འོས་པ་སྒྱུར། སྲིག་པའི་རང་གཤིས་ཀྱི་
རྒྱུན་ཀྱིས་དཔུལ་ཁམས་སུ་མཐའ་མེད་པའི་ཆད་པ་ལས་ངཚོར་ཐར་སྟབས་མེད། དེའི་བྱིར་ཁོང་གི་
སྲུབ་སྲུར་དེད་རྣམས་ཀྱི་ཚོས་ཁྲིམས་དང་འགལ་བ་དང་། སྲིག་ཉེས་ཀྱི་རྒྱུན་ཀྱིས་ངཚོ་འཆིབ་དང་འདྲ་
བ་ཡིན། དོན་དེ་རྣམས་ཤེས་མཁན་ནི་སེམས་རྒྱུད་དཔུལ་པོ་རྣམས་ཡིན།

2.5 Explanation

The first of these eight characteristics is that they are poor in spirit. All people have a sinful nature. This means we naturally seek our own interests before those of God or others. To get what we want, we say things that are not true. We deceive other people. We get angry and argue with our families. We get drunk and fight. We commit sexual immorality. We hate and even kill other people. Actions like this are called 'sin'. God, who knows everyone's heart and mind, knows our sinful actions, for nothing is hidden from his sight. God is completely righteous and hates what is evil, so our sin offends God. Sin ruins our relationship with God, causes us to feel shame in God's sight and makes us worthy of God's righteous punishment. Because of our sinful nature, we have no way to save ourselves from God's eternal punishment in hell. So in God's view, our trespasses and sins cause us to be as good as dead. The person who knows these things is poor in spirit.

2.6 འགྲེལ་བཤུ་བ།

སྒྲོན་པ་ཡི་ལུས་སེམས་རྒྱུད་དབུལ་པོ་ཞིག་གི་སྒྲོང་གྱི་སྐྱུང་ཞིག་གསུངས། འོང་གིས་“ཚོས་སེམས་དང་ལྷན་པའི་སྤྱི་ལུགས་ལྷན་པའི་འཇམ་ལྷན་ལུགས་སྤྱད་མཁན་ཞིག་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་པའི་ཚེ་དུ་མཚོན་པར་ཚེན་མོར་སོང་། ལྷ་སྤྱི་ལ་གཅིག་པོར་ལངས་ཏེ། གྱེད་ཀོན་མཚོག་པ་ལ་བསྐྱུས་རྒྱུག་མཁན་ནམ། སང་པོ་མིན་པའམ། ལོག་གཡེམ་བྱེད་མཁན་མི་གཞན་པ་དང་མི་འདྲ་ཞིང་། འཇམ་སྤྱད་མཁན་འདི་དང་ཡང་མི་འདྲ་བས་བྱེད་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཚེ་ལྷོ། ངས་གཟའ་འཕོར་ཞིག་ལ་སྐྱུང་གནས་ཐངས་གཉིས་སྐྱུང་ཞིང་། ཡོང་འབབ་ཐམས་ཅད་ལས་བཅུ་ཆ་གཅིག་དཀོན་མཚོག་ལ་འབུལ་ཞེས་སྒྲོན་ལམ་བཏབ། འོན་ཀྱང་འཇམ་སྤྱད་མཁན་དེ་ཐག་རིང་པོར་ལངས་ཏེ་དཀོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་ཡར་ལྷ་བར་མི་ཐོང་ཅིང་། བྱང་ལོག་བརྒྱུངས་ཏེ། གྱེད་ཀོན་མཚོག་ང་སྤྱིག་ཅན་ལ་ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་ཞེས་བཤད། ངས་བྱེད་རྣམས་ལ་ཟེར་རྒྱུར། གཞན་དེ་ལས་མི་འདི་ཡང་དག་པར་གྱུར་ནས་བྱིས་དུ་སོང་། གང་ལགས་ཤེ་ན། རང་གིས་རང་ལ་བཀྱུར་གྱི་བྱེད་མཁན་ཐམས་ཅད་དམའ་བར་འགྱུར་ཞིང་། རང་གིས་རང་ལ་དམའ་བར་ཚི་མཁན་ཐམས་ཅད་བཀྱུར་གྱི་འཕྲོ་བར་འགྱུར་”ཞེས་གསུངས།

2.6 Explanation

The Lord Jesus told a story about someone who was poor in spirit. He said, “Two men went up into the temple to pray, one a devout Pharisee and the other a tax collector. The Pharisee, standing by himself, prayed, ‘God, I thank you that I am not like other men, extortioners, unjust, adulterers, or even like this tax collector. I fast twice a week; I give you a tenth of all that I get.’ But the tax collector, standing far off, would not even lift up his eyes to heaven, but beat his breast, saying, ‘God, be merciful to me, a sinner!’ I tell you, this man went down to his house having a right relationship with God, rather than the other. For everyone who exalts himself will be humbled, but the one who humbles himself will be exalted.”

2.7 འགྲེལ་བ།

སྟོན་པ་ཡི་ཤུའི་དུས་སུ་ཁྱེད་མཁའ་རྒྱུ་མ་འདྲ་བ་དང་ལྷན་པ་དང་འདྲ་བ་ཡིན། ཁྱེད་སྟེང་མཁའ་དེ་སློབ་ཉེས་ཅན་ནག་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཁོས་བྱེད་བྱུང་བའི་ལས་བཟང་པོས་རང་གི་སློབ་པ་དང་རོག་འཛིན་ལའང་སེལ་མི་སྲིད་པ་ཤེས་པས་དཀོན་མཆོག་གི་བྱུགས་རྗེ་འཕྲོག་པའི་བྱིར་ནུབ་གྱིས་ཞུས་པ་ལས་ཐབས་ལམ་མེད། འོན་ཀྱང་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུས་མི་དེ་ཡང་དག་པར་གྱུར་ནས་དཀོན་མཆོག་དང་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་ལྷན་པར་བྱིས་དུ་སོང་བར་གསུངས། དེ་ལྟར་གྱི་སེམས་རྒྱུད་དབུལ་པོ་རྣམས་འོ་ན་དཀོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་སྲིད་དུ་འཛུལ་བར་སྲིད། སེམས་རྒྱུད་དབུལ་པོ་དེ་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་རྣམས་གཞི་དང་འདྲ་བ་ཡིན། དེ་མེད་ན། ཡི་ཤུ་པའི་རྟོགས་གཞན་བདུན་ཡོད་པའམ། དཔུལ་ཁམས་སུ་སློབ་ཉེས་ཀྱི་འཆད་པ་ལས་ཐབས་ལམ་འགྱུར་མི་སྲིད།

2.8 རང་དོན་གཙོ་བོ།

སྟོན་པ་ཡི་ཤུའི་ཉེ་གནས་རྣམས་ནི་སེམས་རྒྱུད་དབུལ་པོ་ཡིན།

📖 གྲོགས་པོ་དང་མཉམ་དུ་གཏམ་སྲིད་བྱེད་རྒྱ།

1. སེམས་རྒྱུད་དབུལ་པོ་ཞེས་པའི་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

2.7 Explanation

In the Lord Jesus' day, tax collectors were little different from thieves or robbers. This tax collector knew that he was a great sinner. He knew that all the good works he could ever do would not be enough to take away his sin and shame; all he could do was to plead for God's mercy. And yet the Lord Jesus said that this man went home justified and having a right relationship with God. It is only people like this, who are poor in spirit, who can enter God's kingdom. Such poverty of spirit is the foundation of faith in the Lord Jesus. Without it, we cannot have the other seven characteristics or be saved from the punishment of our sins in hell.

2.8 Key Point

The disciples of the Lord Jesus are poor in spirit.

🗨️ Discussion Question

1. What does it mean to be poor in spirit?

🧠 **སློབ་འཛིན་བྱེད་རྒྱ།**

སེམས་རྒྱུད་དབུལ་ནམས་བདེ་བ་དང་ལྡན་ཏེ། །
དགོན་མཚོག་རྒྱལ་སྲིད་ཁོང་ཚོའི་ཡིན་པས་སོ། ། (མད་གླ། 5:3)

🙏 **སེམས་རྒྱུད་དབུལ་པོར་འགྱུར་བའི་བྱིར་སློབ་ལམ།**

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་ལགས། ང་ནི་སེམས་རྒྱུད་དབུལ་པོར་འགྱུར་བའི་བྱིར་དའི་སེམས་ཅི་ལྟར་ཡིན་མིན་
དེ་མངོན་པར་མཛོད། ཨ་མེན།

🧠 **Memory Verse**

Blessed are the poor in spirit, for theirs is the kingdom of heaven. (Matthew 5:3)

🙏 **A Prayer to Become Poor in Spirit**

Lord Jesus, show me what my heart is, that I may be poor in spirit. Amen.





ལེའུ་གསུམ་པ།

སྟོན་པ་ཡེ་བྱུས་བགྲེས་སྒྲོམ་ཅན་རྣམས་ལ་གསུངས་པ།

(མད་སྒྲ། 5:4-6)

3.0 མི་མང་ཆེ་བ་ནི་དབུལ་པོར་འགྱུར་མི་འདོད་ཀྱང་། སྟོན་པ་ཡེ་བྱུས་སེམས་རྒྱུད་དབུལ་པོར་འགྱུར་བ་ནི་བདེ་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་དུ་འགྱུར་སྲིད་པར་ཚོས་བསྟན་གནང་། རྩོགས་མཚུངས་མི་མང་ཆེ་བས་ལྷ་འདོད་བྱེད་པ་དང་། ཡང་ན་མི་གཞན་ལ་སྦྲེམས་རྒྱུ་གཤམ་གྱིས་གཡོག་བྱེད་པ། བགྲེས་སྒྲོམ་ཅན་དུ་འགྱུར་བར་མི་འདོད། ལེའུ་འདིར་སྟོན་པ་ཡེ་བྱུས་དེ་ལྟར་གྱི་ཉམས་སྦྱོར་ནི་དེད་རྣམས་ཀྱི་ཐར་པའི་སྐང་གཞིར་འགྱུར་བ་གསལ་སྟོན་མཛད།



Chapter Three: Jesus Speaks to the Hungry and Thirsty

(Matthew 5:4-6)

3.0 Most people do not want to become poor. Yet the Lord Jesus taught that being poor in spirit can be a blessing. In the same way, most people do not want to mourn, or to humbly serve others, or to be hungry or thirsty. In this chapter, the Lord Jesus will explain how these experiences can be the basis of our salvation.

3.1 ལྷ་བ།

4 གཙོ་བོ་ཡི་ལྷ་ས།

“ལྷ་འབྲུག་ཕན་ཚུན་ལ་བདེ་བ་དང་ལྷན་ཏེ། །
ཁོ་ཚོར་སེམས་གསོ་འཕྲོ་བ་དེས་ཡིན་པས་སོ། །

5 ལྷོམས་རྒྱུད་ལ་ཕན་ཚུན་ལ་བདེ་བ་དང་ལྷན་ཏེ། །
ཁོ་ཚོས་གཞིའི་བདག་པོར་འཇུག་པས་སོ། །

6 བཀྲེས་སྐྱོམ་ཕན་གྱི་ཏྲང་བདེན་མི་དེ་རྣམས། །
བདེ་བ་ཡིན་ཏེ་སྤོ་ཡིད་ཚོམ་པས་སོ། །”
ཞེས་གསུངས།

3.2 འབྲེལ་བ།

ཏྲགས་གཉེས་པ་ནི་ཁོ་རྣམས་ལྷ་འབྲུག་བྱེད་པ་དེ་ཡིན། རང་ཉིད་དང་གཞན་རྣམས་ཀྱི་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་རྒྱུ་
གྱིས་སེམས་རྒྱུད་དབུལ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་ལྷ་འབྲུག་བྱེད། ལྷོན་པ་ཡི་ལྷ་ཉིད་ཀྱིས་ཡ་རྫོང་དུ་བའི་མི་རིགས་ཀྱི་
སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་དོན་ལ་བལྟམས། དེའི་རྗེས་སུ་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་འོངས་མི་ཤུལ་ཟེར་མཁའ་ནི་

3.1 Scripture Text

4 “Blessed are those who mourn,
for they shall be comforted.

5 Blessed are the meek, for they
shall inherit the earth.

6 Blessed are those who hunger
and thirst for righteousness, for
they shall be satisfied.”

3.2 Explanation

The second characteristic is mourning. People who are poor in spirit grieve because of the evil of their own sin, and the sins of others. The Lord Jesus himself wept over the sins of the Jewish people. In later times, there was a member of the Jewish Pharisee party named Saul. Saul

དཀོན་མཚོག་ལ་སྐྱུར་བ་འདེབས་མཁུན་དང། དད་ལྡན་རྣམས་ལ་མཉམ་གཏོད་གཏོང་མཁུན་གྱི་གདུག་
 རྒྱུ་ཆེད་འཛིན་ཞིག་ཡིན། ཉིན་ཞིག་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལོ་ལ་མཛོལ་བར་མཛད། ཁོང་དང་མཛེལ་ནས་ག་
 ལྷལ་ནི་རང་གི་སྤྱོད་ལམ་རབ་པས་དཀོན་མཚོག་གི་ཆད་པ་འོས་པ་ཡིན་པ་དང། ཆད་པ་དེ་ནས་ཐར་
 བའི་ཐབས་ལམ་མེད་པ་ཤེས་པར་གྱུར། དེའི་སྤྱིར་རང་གི་སྤྱིག་པའི་རྒྱུ་གིས་ལྷ་རབ་བྱས། དེའི་སྐོར་
 ཁོང་གིས་ང་ཉམས་ཐག་པ་ཡིན་ཏེ། འཚིབས་དབང་དུ་སྐྱུར་བའི་ལུས་འདི་ལས་ང་ཐར་བར་བྱེད་མཁུན་
 སུ་ཡིན་ཞེས་བྲིས། མ་ཟད་སྐྱུ་ཚབ་ཡ་ཀོབ་གྱིས་སྤྱིག་ཉེས་ཅན་གྱི་མི་ཚོ། རྩོད་ཚོའི་ལག་པ་གཙང་བར་
 བྱོས་ཤིག་ ལྷོ་ཅེ་གཉིས་ཅན་གྱི་མི་རྣམས། རྩོད་ཚོའི་སེམས་གཙང་བར་བྱོས་ཤིག་ ལྷ་རབ་བྱེད་དེ་དུས་
 ཤིང་སྤྱོ་སྤྱིགས་ཐོན་ཞིག་ རྩོད་ཚོའི་གདམ་ཅི་བུ་འབོད་དང། རྩོད་ཚོའི་སྤྱོད་པོ་ནི་ཡིད་འཕམ་པར་སྐྱུར་
 ཞིག་ཅེས་བྲིས། སྤྱིག་པའི་དོན་ལ་ལྷ་རབ་བྱེད་པ་ལས་སྤྱོད་པ་རབ་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱུར་
 བ་རྒྱེད། དེ་ནས་ང་ཚོར་དཀོན་མཚོག་གི་སེམས་གསོ་འཕྱོགས། གང་ལགས་ཤེ་ན། ཁོང་གིས་འདེད་རྣམས་
 ལ་ཐར་པ་དང། སྤྱིག་ཉེས་སེལ་བ། ཁོང་དང་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་གནང་བས་སོ། །

3.3 འགྲེལ་བ།

ཏྲགས་གསུམ་པ་ནི་སྤྱིམས་རྒྱུད་བ་དེ་ཡིན། རྣོན་པ་ཡེ་ཤུའི་གསུང་མ་བྱུང་བའི་དུས་རབས་མང་པོའི་
 རྣོན་དུ་དཀོན་མཚོག་གིས་ཉིད་གྱི་མི་རྣམས་ལ་སྤྱིམས་རྒྱུད་གིས་ལུལ་དབང་བར་འགྱུར། ཞི་བདེ་ཆེན་

was a blasphemer, a persecutor of God’s people, and a violent man. One day the Lord Jesus appeared to him. After meet-
 ing the Lord, Saul realized that his ac-
 tions were evil, that he deserved God’s
 punishment, and that he could not save
 himself from that punishment. So he
 mourned because of his sins. He wrote
 of this experience, “Wretched man that
 I am! Who will deliver me from this
 body of death?” The Apostle James
 wrote, “Cleanse your hands, you sinners,
 and purify your hearts, you double-
 minded. Lament and mourn and weep.
 Let your laughter be turned into mourn-
 ing and your joy into dejection”.
 Mourning for sin produces repentance,
 and when we repent of our sins, we re-
 ceive God’s comfort, for he gives us sal-
 vation, forgiveness of sins, and a right
 relationship with himself.

3.3 Explanation

The third characteristic is meekness.
 Many centuries before Jesus’ teaching,
 God promised his people, “But the meek
 shall inherit the land, and delight them-
 selves in abundant peace” (Psalm 37.11).

བོའི་བར་ནས་དགའ་བར་འགྲུང་ཞེས་ཞལ་ཚད་གནང་། (གསུང་མགྲུང་37:11) རང་གཤིས་ཀྱི་སྣོ་
 བས་ངཚོ་མི་གཞན་རྣམས་ལས་ཡག་པ་ཡིན་པར་སྣང་། ང་རྒྱལ་ཅན་ཡིན། མི་གཞན་གྱི་ཁ་ལ་ཉན་
 བར་མི་འདོད་དེ་གཞན་གྱིས་ངཚོའི་ཁ་ལ་ཉན་པར་དགའ། འོན་ཀྱང་དཀོན་མཚོག་གིས་ངཚོའི་སེམས་
 མཉེན། ཁོང་གིས་ངཚོ་སྲིག་ཉེས་ཀྱི་རྐྱེན་གྱིས་འཕྲོ་བརླག་འགོ་བར་གཟེགས། སྤྲེམས་རྒྱུད་ཡིན་པ་
 བྱི་དཀོན་མཚོག་གིས་དེད་ཀྱི་སེམས་གཟེགས་པ་ལྟར་ངཚོའི་རང་སེམས་ཤེས་པ་དེ་ཡིན། རང་གི་སྲིག་
 པའི་དོན་ལ་སེམས་རྒྱུད་དབུལ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་ལྷ་རབ་བྱེད། ཁོ་ཚོ་ལ་དཀོན་མཚོག་གི་ཐུགས་རྗེ་མི་
 འོས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པས་སྤྲེམས་རྒྱུད་ཡིན། འོན་ཀྱང་སྣོན་པ་ལེ་ཤུས་དེ་ལྟར་གྱི་མི་ས་གཞིའི་བདག་
 བོར་འགྲུང་བར་གསུངས། དེའི་དོན་གང་ཡིན།

3.4 འགྲེལ་བ།

གནའ་བོའི་དུས་སུ་དཀོན་མཚོག་གི་མི་རིགས་ཡེ་ཟེབ་ཡུལ་དུ་བྱབ་གཡོག་བྱས། དཀོན་མཚོག་གིས་
 ཁོ་རྣམས་དེ་ལས་ཐར་ནས་རང་གི་ཡུལ་གནང་བར་ཞལ་གྱིས་བཞེས། དེ་བཞིན་དཀོན་མཚོག་གིས་
 དེད་རྣམས་སྲིག་པའི་བྲག་གཡོག་ལས་ཐར་ནས་སྲིག་པའམ་སྲུག་བསྐྱེད་ཅིང་མེད་པའི་གནམ་ས་
 གསར་པ་ཞིག་གནང་བར་ཞལ་གྱིས་བཞེས། དེའི་དུས་ཀྱི་མཐའ་མར་གཙོ་བོ་ལེ་ཤུས་སྲིག་ཉེས་ཐམས་
 ཅད་ལ་ཁྲིམས་གཙོ་དགའོང་བའི་ཉིན་མོར་འབྱུང་རྒྱུ་ཡིན། སྲིག་ཉེས་སྤངས་ནས་སེམས་བརླུང་བའི་

By nature, we think we are better than others. We are proud. We do not wish to obey others, but want them to obey us. But God knows our thoughts. He sees that we are being ruined by sin. To be meek is to see ourselves the way God sees us. Those who are poor in spirit mourn because of their sin. They are meek because they know that they do not deserve God's mercy. But Jesus says that such people will become the owners of the whole earth. What does this mean?

3.4 Explanation

In ancient times, God's people Israel lived as slaves in the country of Egypt. God promised to deliver them from slavery and give them a land of their own. In the same way, God has promised to deliver us from slavery to sin and give us a new heaven and a new earth, where there will be no sin or suffering. This will happen at the end of time, when the Lord Jesus returns to judge all sin. Those who are meek, who repent of their sin

སྐྱེམས་རྒྱུ་བའི་གཙོ་བོ་ཡི་བྱ་ལ་དང་མཁའ་རྣམས་ལ་ཁོང་གིས་བྱ་དགའ་ཆེན་པོ་གནང་བར་འགྱུར།
 ལྷ་ཚབ་ཡ་ཀོབ་ཀྱིས་བྱིས་བུ་ལྷ་ལ་གཙོ་བོ་དཀོན་མཆོག་གི་སྐྱེན་སྲུང་རང་གིས་རང་ལ་དམའ་ས་བཟུང་
 ཞིང་། ཁོང་གིས་སྤོང་ལ་མཐོ་བར་མཛད་དོ་ཞེས་བྱིས། (ཡ་ཀོབ་4:10) རང་གི་འདོད་པ་ལྷ་ལ་མི་ཚེ་
 སྤྱིལ་བ་དང་། དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལ་མི་ཉན་པ། སྤྱིག་པ་མི་སྤོང་མཁའ་རྣམས་ཁོང་གིས་དཔྱུལ་
 ཁམས་སུ་ཚད་པ་གཏོང་བར་མཛད།

3.5 འབྲེལ་བ།

ཉམས་བཞི་པ་ནི་ཁོ་རྣམས་བྱང་བ་དེའི་ཕྱི་རྩིས་ལྟོགས་ཤིང་སྐྱོམ་པ་དེ་ཡིན། སེམས་རྒྱུད་དཔུལ་པོ་
 རྣམས་ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་དང་ཁོ་ཚོའི་འབྲེལ་བ་ནི་སྤྱིག་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ཡག་པོ་མེད་པ་གྱུར་བར་ཤེས།
 སྤྱིག་ཉེས་ཀྱི་དོན་ལ་དཀོན་མཆོག་གི་སྐྱེན་སྲུང་རོག་འདོད་འབྱུང་བས་ལྷ་རབ་བྱས། དཀོན་མཆོག་གིས་
 ཁོ་ཚོའི་སེམས་གཟིགས་པ་ལྷ་ལ་ཁོ་ཚོའི་རང་སེམས་ཤེས་པས་སེམས་རྒྱུད་དཔུལ་པོ་ཡིན། རེ་བ་བཙོལ་
 ས་གཅིག་པོ་གཙོ་བོ་ཡི་བྱ་ལ་ཤི་ཀ་ལ་དང་བ་བྱེད་པ་དེ་ཡིན་པར་ཤེས། དེའི་ཕྱིར་ཁོ་ཚོ་ནི་དཀོན་མཆོག་
 གི་བཀའ་ལ་ཉན་པ་དང་། སྤྱིག་ཉེས་ཐམས་ཅད་ལས་ཐར་བ། དམ་བར་འགྱུར་འདོད་པ་མ་ཟད།
 དཀོན་མཆོག་དང་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་འདོད་པ་ཞི་བའི་སྐྱོ་བས་ཞི་བ་དེ་དང་། དགའ་སྤོལ། དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚེ་འཐོབ་
 བར་འགྱུར་བའང་འདོད། དེ་ལྟར་གྱི་མི་རྣམས་ལ་བྱིན་རྒྱུ་ས་གཉིས་ཡོད། དང་པོ་ནི་དཀོན་མཆོག་

and who believe in Jesus as the Saviour of the world, he will greatly reward. As the Apostle James wrote, “Humble yourselves in God’s sight, and he will exalt you” (James 4:10). Those who continue to follow their own desires, who disobey God, and who do not repent of their sin, he will punish in hell.

3.5 Explanation

The fourth characteristic is hunger and thirst for righteousness. Those who are poor in spirit know that their relationship with God has been ruined by sin. Their sin makes them ashamed of having disobeyed God, so they mourn. They are meek because they see themselves as God sees them. They know that their only hope of salvation is to believe in the Lord Jesus Christ. For this reason, they want to obey God, to be free from sin, and to be holy; they want to have peace and joy and eternal life through a right relationship with God. Such people have two blessings. The first is that God does not count their sins against them. The second is the gift of hating sin and loving

གིས་ཁོ་ཚོའི་སྲིག་ཉེས་མི་ཕྱི། གཉེས་པ་འི་སྲིག་ཉེས་སློང་ཞིང་དགོན་མཚོག་ལ་བྱུགས་མཉེས་པ་
རྣམས་ལ་དགའ་བ་དེ་ཡིན། ཕྱིན་རྒྱབས་དེ་གཉེས་དང་ལྡན་པ་རྣམས་འི་དགོན་མཚོག་གི་གནང་སྲིབ་
ཉེ་ཐར་པ་ཡིས་སློ་ཡིད་ཚིམ་པར་འགྱུར་ངེས་ཡིན།

3.6 བར་དོན་གཙོ་བོ།

སྟོན་པ་ཡེ་ཤུའི་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་སྲིག་ཉེས་ཀྱི་རྐྱེན་ཀྱིས་ལྷ་འདྲེན་བྱེད་བྱེད། ཁོ་ཚོ་སྦྲེམས་རྒྱུད་ཡིན་ལ།
རང་ཉིད་ཀྱི་སྲིག་ཉེས་ལས་ཐར་ནས་དགོན་མཚོག་དང་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་འཐོབ་པར་འདོད།

the things that please God. The people who have these two blessings will be satisfied with God's gift of salvation.

3.6 Key Point

Jesus' disciples mourn for their sins. They are humble. They want to be free from their sins and have a right relationship with God.

🗨️ གྲོགས་པོ་དང་མཉམ་དུ་གཏམ་སྲིད་བྱེད་ཀྱི།

1. རང་ཉིད་དང་གཞན་རྣམས་ཀྱི་སྲིག་ཉེས་ཀྱི་སྐྱེན་གྱིས་ལྷ་འདྲུང་བའི་དོན་གང་ཡིན་ནམ།
2. སེམས་དུལ་པོ་དང་སྣེམས་ཚུང་དུ་འགྱུར་བའི་ཚེད་དུ་ཅི་བྱེད་དགོས་སམ།
3. དྲང་བདེན་གྱི་སྲིད་སྟོན་གསུང་ལོ་རྒྱུས་པར་འགྱུར་བའི་སྲིད་ཅི་བྱེད་དགོས་སམ།

🧠 སློའ་ཚིན་བྱེད་ཀྱི།

བགྲེས་སྒྲོམ་ཅན་གྱི་དྲང་བདེན་མི་དེ་རྣམས། །
 བདེ་བ་ཡིན་ཏེ་སློའ་ཡིད་ཚེམ་པས་སོ། ། (མད་བྲལ། 5:6)

🙏 ར་ཚོའི་སེམས་གསར་དུ་འགྱུར་བའི་སྒྲོན་ལམ།

གཙོ་བོ་ཡི་ལུ་ལགས། སྲིག་ཉེས་ཀྱི་སྐྱེན་གྱིས་ལྷ་འདྲུང་བའི་མཉམ་སྲུང་བའི་སྐྱེམས་ཚུང་བ།
 དགོན་མཚོག་དང་འབྲེལ་བ་ཡང་དག་པ་འཕྲོག་པར་འདོད་མཉམ་སྲུང་བའི་སྐྱེད་ཀྱིས་བྱེད་
 རྒྱུ་ལས་གནང་བའི་ཞལ་བཅད་གནང་། ར་ཚོས་རྟོགས་དེ་གསུམ་མངོན་པར་བྱེད་པའི་སྲིད་དམ་
 པའི་ལུགས་ཉིད་དགོན་མཚོག་གིས་ར་ཚོའི་སེམས་གསར་དུ་མཚོན་པར་ཤོག དེ་ནི་ཡབ་དགོན་
 མཚོག་གི་གཟི་བརྗིད་འཕེལ་བར་འགྱུར་བའི་ཚེད་དུ་ཡིན། ཨ་མེན།

🗨️ Discussion Questions

1. What does it mean to mourn for our own sins, and those of others?
2. What are some ways you can be meek and humble?
3. How can you hunger and thirst for righteousness?

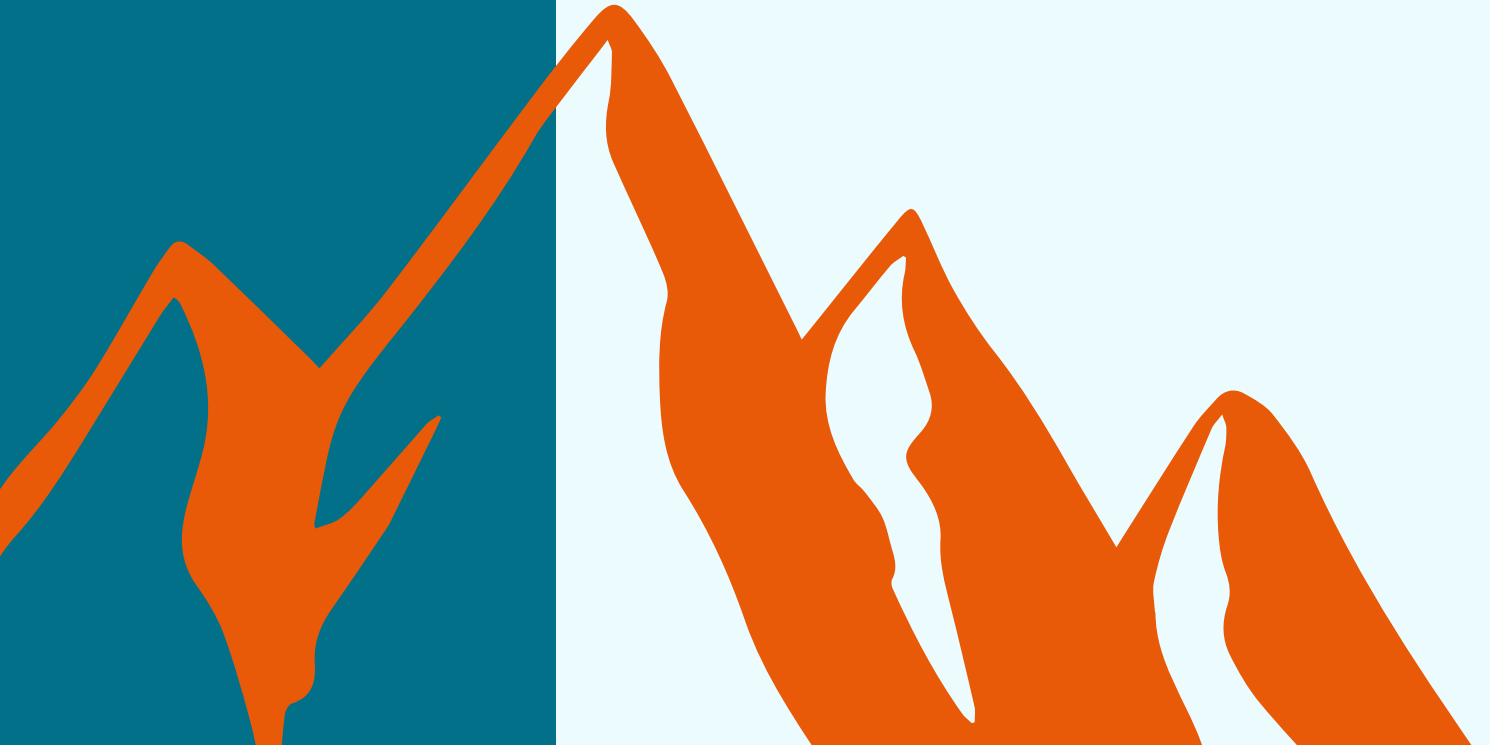
🧠 Memory Verse

Blessed are those who hunger and thirst for righteousness, for they shall be satisfied. (Matthew 5:6)

🙏 A Prayer for the Renewal of Our Hearts

Lord Jesus, you have promised blessing to all who mourn for their sins, who are humble, and who want a right relationship with you. Let God the Holy Spirit renew our hearts, that we may manifest these three marks of your blessing, to the glory of God the Father. Amen.

4





ལེའུ་བཞི་པ།

སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་སྟོན་རྗེ་ཙམ་རྣམས་ལ་གསུངས་པ།

(མད་སྒྲ། 5:7-9)

4.0 རི་སྟེང་དུ་བཀའ་ཚེས་གནང་བའི་གསུང་ལྟར་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ནི་སེམས་
རྒྱད་དབུལ་པོ་དང་། སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་སྐྱེན་གྱིས་ལྷ་རབ་བྱེད་མཁན། སྟེམས་རྒྱུང་བ་མ་ཟད། སྤྲིག་ཉེས་
ལས་ཐར་བར་གྱུར་ནས་དཀོན་མཆོག་དང་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་འཐོབ་འདོད་མཁན་ཡིན་དགོས། འོན་
ཀྱང་མ་ཚང་བ་མེད་པར་འགྱུར་འདོད་ན་ལོ་རྣམས་ལ་རྟོགས་གསུམ་ལས་མང་བ་དགོས། ལེའུ་འདིར་
དེ་ཚོ་གང་ཡིན་པ་ཤེས་པར་འགྱུར།



Chapter Four: Jesus Speaks to the Merciful

(Matthew 5:7-9)

4.0 According to the teaching of the Sermon on the Mount, those who believe in the Lord Jesus are to be poor in spirit, mourn for their sins, and be humble. They want to be freed from their sins and to have a right relationship with God. But if they want to be complete, they will need three more characteristics. In this chapter, we will learn what those are.

4.1 ཕྱི་ལོ་བུ་སྐྱེ་བའི་ལྷན་སྐྱེས་པའི་ལྷན་སྐྱེས་པ།

7 གཞོན་པོ་ཡི་ལྷན་སྐྱེས་པ།

“སྤྱིར་རྗེ་ཙམ་གྱི་མི་རྣམས་འདྲི་བ་སྤྱི། །

ཁོ་ཚོར་སྤྱིར་རྗེ་འཇམ་པར་འབྲོལ་བས་སོ། །

8 ལྷན་མེད་སེམས་པ་བཟང་ཙམ་དག་འདྲི་བ་སྤྱི། །

ཁོ་ཚོས་དགོན་མཚོག་མཇམ་པར་འགྱུར་བས་སོ། །

9 འདུམ་སྐྱིག་མཁའ་རྣམས་འདྲི་བ་དང་ལྷན་ཏེ། །

ཁོ་ཚོར་དགོན་མཚོག་སྐྱེས་ཞེས་འབོད་པས་སོ། །”

ཞེས་གསུངས།

4.2 འབྲེལ་པ།

ཉམས་ལུ་ལ་ལོ་སྤྱིར་རྗེ་དེ་ཡིན། དགོན་མཚོག་གིས་སྤོང་བྱ་རྒྱུ་ལོ་སྤྱིར་རྗེས་ལ་ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་པས་གཞོན་པོ་ཡི་ལྷན་སྐྱེས་པ་དང་མཁའ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་གཞན་ལ་སྤྱིར་རྗེ་བྱེད། ཁོ་ཚོར་ཐོག་ཐུག་གཏོང་མཁའ་ལ་སྤྱིར་རྗེ་བྱེད་ཅིང་། དུས་ལྷན་ལྷན་མོ། དུས་ལོ་རྣམས་ལ་བྱམས་སྤོང་བྱེད། གཞོན་པོ་ཡི་

4.1 Scripture Text

7 “Blessed are the merciful, for they shall receive mercy.

8 Blessed are the pure in heart, for they shall see God.

9 Blessed are the peacemakers, for they shall be called sons of God.”

4.2 Explanation

The fifth characteristic is mercy. Those who believe in the Lord Jesus show mercy to others because God has had mercy on them. They show mercy to those who have offended them, and they take care of the poor, widows, orphans, and those in need. Jesus told a story about mercy. He said,

ལུས་སྒྲིང་རྗེ་འོ་སྒྲོང་གི་སྐྱེད་ཞེས་གསུངས། ཁོང་གིས་“སྒོན་མ་རང་གི་བྲན་གཡོག་རྣམས་དང་རྩིས་
 དག་ལྷུ་འདོད་པའི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་ཡོད། དེ་རྩིས་པའི་ཚོ་ཁོ་ལ་གསེར་གྱི་སྒྲོང་མོ་ས་ཡ་གཅིག་གི་སྤོམ་
 ཡོད་པ་ཞེས་རྒྱལ་པོའི་རྩེ་བུ་ཡི་དེ། ཁོ་ལ་སྤོམ་འཇལ་རྒྱ་མེད་པས། རྒྱལ་པོས་ཁོ་དང་། བཟའ་
 རྒྱ། ལྷན་ལྷན་ ཁོ་ལ་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་སྤོམ་དེ་འཇལ་བའི་སྤྱིར་འཚོང་དགོས་པའི་བཀའ་མངགས།
 དེ་བས་ན་བྲན་གཡོག་དེ་རྒྱལ་པོའི་དྲུང་དུ་བྱུག་འཚལ་དེ་ཁོང་ལ། ང་ལ་བཟོད་པར་མཛོད་ཅིག ངས་
 བྱིད་ལ་སྤོམ་ཐམས་ཅད་འཇལ་ཡོང་ཞེས་སྒྲུས། དེ་བས་རྒྱལ་པོ་སྒྲིང་རྗེ་སྒྲིས་ནས་བྲན་གཡོག་དེ་
 སྒྲོང་གོལ་བཏང་སྟེ་སྤོམ་དེ་བས་ལ། འོན་ཀྱང་བྲན་གཡོག་དེ་སྤྱིར་སོང་ནས་རང་དང་མཉམ་པའི་བྲན་
 གཡོག་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཁོ་ལ་དེའུ་སྒྲོང་བརྒྱའི་སྤོམ་ཡོད་པ་ཞེས་དང་ལྷན་པས། སྒྲི་བཙོན་ཏེ་
 ཁོ་ལ། སྤོམ་འཇལ་ཞེས་ཅེས་སྒྲུས། བྲན་གཡོག་དེས་སྤོམ་མོ་སར་བཙུགས་ནས་ཁོ་ལ། ང་ལ་
 བཟོད་པ་སྒྲོམ་རོགས། ངས་བྱིད་ལ་སྤོམ་འཇལ་ཡོང་ཞེས་བཤད། འོན་ཀྱང་ཁོས་མ་ཉན་པར་སོང་
 བས་སྤོམ་འཇལ་མ་ཚར་བའི་བར་དུ་བྲན་གཡོག་དེ་བཙོན་དུ་བཙུག བྲན་གཡོག་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་
 དེ་མཐོང་ནས་སེམས་ཤིན་ཏུ་འཚུགས་པར་གྱུར་ཏེ། རྒྱལ་པོའི་དྲུང་དུ་སོང་ནས་གནས་ཚུལ་དེ་ཐམས་
 ཅད་བཤད། རྒྱལ་པོས་བྲན་གཡོག་དེ་བོས་ནས་ཁོ་ལ། གཡོག་པོ་རྒྱུ་ལྟོད། བྱིད་ཀྱིས་ང་ལ་ལྷུ་
 བ་ཚེན་པོ་སྤུལ་བས་ངས་ཁྱོད་ཀྱི་སྤོམ་ཐམས་ཅད་བས་ལ། ངས་ཁྱོད་ལ་སྒྲིང་རྗེ་བྱས་པ་ལྟར། ཁྱོད་
 ཀྱིས་ཀྱང་རང་དང་མཉམ་པའི་བྲན་གཡོག་རྣམས་ལ་སྒྲིང་རྗེ་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་སྒྲུས།

“Once there was a king who wished to settle accounts with his servants. When he began to settle, one was brought to him who owed him one million gold coins. And since he could not pay, his master ordered him to be sold, with his wife and children and all that he had, and payment to be made. So the servant fell on his knees, imploring him, ‘Have patience with me, and I will pay you everything.’ And out of pity for him, the master of that servant released him and forgave him the debt. But when that same servant went out, he found one of his fellow servants who owed him a hundred silver coins, and seizing him, he began to choke him, saying, ‘Pay what you owe.’ So his fellow servant fell down and pleaded with him, ‘Have patience with me, and I will pay you.’ He refused and went and put him in prison until he should pay the debt. When his fellow servants saw what had taken place, they were greatly distressed, and they went and reported to their master all that had taken place. Then his master summoned him and said to him, ‘You wicked servant! I forgave you all that debt because you pleaded with me. And should not you have had mercy on your fellow servant, as

ཀླུ་པོ་ཁྲིམ་ནས་བྱ་ལོན་ཐམས་ཅད་འཇལ་མ་ཚར་བའི་བར་མནར་གཅོད་གཏོང་མཁན་རྣམས་ལ་
གཏད་”ཅེས་གསུངས། དུས་ཀྱི་མཐའ་མར་ཁྲིམས་གཅོད་པའི་ཉིན་མོར་དཀོན་མཆོག་ནས་ང་ཚོར་སློང་
རྗེ་འཕྲོད་པར་འདོད་ན། ད་ལྟ་མི་གཞན་ལ་སློང་རྗེ་བྱེད་དགོས།

4.3 འགྲེལ་བཤུ་བ།

རྟོགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ཡི་དད་ལྷན་རྣམས་ལྟ་མེད་སེམས་བཟང་པོ་དེ་ཡིན། ཁོ་ཚོའི་སྲོད་ལམ་དམ་པ་ཡིན།
ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་དཀོན་མཆོག་གི་བྱ་གསུངས་དགོངས་ལྟར་སྐྱབ་པར་འདོད། ཉིན་ཞེས་
ཡ་རླུ་དུ་པའི་ཚོས་ཁྲིམས་ལ་མཁས་པའི་མི་ཞེས་གིས་སྒྲོན་པ་ཡེ་ཤུ་ལ་“བཀའ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནང་ནས་གལ་
ཆེ་བོས་གང་ཡིན་”ཞེས་བཀའ་འདྲི་ཞུས། དེའི་ལན་དུ་ཡེ་ཤུས་“གལ་ཆེ་བོས་དང་པོ་ནི། ཀྱུ། ངའི་
མི་རིགས་ཡི་སི་ར་ཨེལ་ཉོན་ཅིག་གཅོད་པོ་དཀོན་མཆོག་ནི་ང་ཚོའི་གཅོད་པོ་གཅིག་རང་ཡིན། རང་གིས་
གཅོད་པོ་དཀོན་མཆོག་ལ་སྲོ་གཅིག་སེམས་གཅིག་དང་ལྷན་པུ་ཡོད་ཀྱིས་བརྟེ་བར་བྱུངས་ཤིག་”ཅེས་
གསུངས། ལྟ་མེད་སེམས་བཟང་པོ་ཡིན་པ་དེ་ཡིན། རང་ཉིད་སྒྲོས་བཏང་ནས་སྲོ་སེམས་གཅིག་
གིས་གཅོད་པོ་ལ་རྟེན་པའི་སྒྲོ་ནས་དཀོན་མཆོག་གི་སི་རྣམས་ཀྱིས་ཁོང་ལ་བརྟེ། དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་མི་
རྣམས་ནི་བདེ་བར་འགྱུར། ད་ལྟ་དད་པའི་སྒྲོ་ནས་དང་། དུས་ཀྱི་མཐའ་མར་མིག་གིས་མཐོང་བའི་སྒྲོ་
ནས་ཁོ་ཚོ་དཀོན་མཆོག་དང་མཇལ།

I had mercy on you?’ And in anger his master delivered him to the jailers, until he should pay all his debt.” If we wish to have mercy from God in his judgment at the end of time, we must show mercy to others now.

4.3 Explanation

The sixth characteristic is that they are pure in heart. Their behavior is holy. They want to please God in all that they think or do. One day, an expert in the religious law of the Jews asked Jesus, “Which of God’s commandments is the most important of all?” Jesus answered, “The most important is, ‘Hear, O Israel: The Lord our God, the Lord is one. And you shall love the Lord your God with all your heart and with all your soul and with all your mind and with all your strength.’” This is purity of heart. God’s people love him with a pure heart by denying themselves and wholeheartedly depending on the Lord. Those who do so will be blessed. They shall see God by faith now, and by sight at the end of time.

4.4 འབྲེལ་པ།

རྟམས་བདུན་པ་ནི་དགོན་མཚོག་གི་མི་རྣམས་འདུམ་སྒྲིག་བྱེད་མཁན་ཡིན། སྲིག་ཉེས་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་ལ་མོག་བྱུག་གཏོང་ནའང། ཁོང་གིས་རང་ཉིད་དང་སྲིག་ཅན་གྱི་བར་འདུམ་སྒྲིག་མཛད་པའི་ཚེད་དུ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་འཛིག་རྟེན་འདིར་མངགས། དགོན་མཚོག་གིས་དེ་ལྟར་མཛད་པས། ཁོང་གི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་གཞན་དང་འདུམ་སྒྲིག་བྱེད་དགོས། དེའི་བྱིར་མདོ་ལས་མི་ཐམས་ཅད་དང་ཞེ་བདེར་གནས་པ་དང། དམ་པ་རུ་འགྱུར་བའི་ཚེད་དུ་འབད་བརྩོན་གིན་ཏུ་བྱེད་དགོས་ཞེས་བཀོད། འདུམ་སྒྲིག་བྱེད་མཁན་རྣམས་ནི་དགོན་མཚོག་གི་སྲས་ཞེས་འབོད། དེའི་དོན་ནི་ཁོ་ཚོ་དགོན་མཚོག་གི་དམ་པའི་གཤིས་རྒྱུད་ལ་དཔེ་ལྟ་བུ་བྱེད་མཁན་ཡིན།

4.5 རང་དོན་གཙོ་བོ།

སྟོན་པ་ཡེ་ཤུའི་སྟོབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་མི་གཞན་ལ་སྟེང་རྗེ་བྱེད། ཁོ་ཚོས་དགོན་མཚོག་གི་བྱུགས་དགོངས་ལྟར་རྒྱབ་ཅིང། འབྲེལ་བ་རྒྱུད་དུ་གཏོང་མཁན་རྣམས་ལ་མཐུན་པར་བྱེད།

4.4 Explanation

The seventh characteristic is that they are peacemakers. Although sin offends God, he sent the Lord Jesus into this world to make peace between himself and sinners. Since God has done so, his people should also make peace with others. For this reason, it is written in the Scriptures, “Strive for peace with everyone, and for the holiness without which no one will see the Lord.” People who make peace in this way will be called ‘sons of God’, which means they imitate God’s holy character.

4.5 Key Point

Jesus’ disciples show mercy to others. They do God’s will, and make peace with those who are alienated.

☞ གྲོགས་པོ་དང་མཉམ་དུ་གཏམ་སྲིད་བྱེད་ཀྱི།

1. ང་ཚོས་མི་གཞན་ལ་སླིང་རྗེ་ཅིའི་སྲིད་བྱེད་དགོས་སམ།
2. ལྷན་མེད་སེམས་བཟང་པོ་ཡིན་པ་དེ་གང་ཡིན་ནམ།
3. འབྲེལ་བ་རྒྱུ་དུ་གཏོང་མཁན་ཞིག་ལ་ངས་ཅི་ལྟར་མཐུན་པ་བྱེད་དམ།

🧠 གློ་འཛིན་བྱེད་ཀྱི།

སླིང་རྗེ་ཅན་གྱི་མི་རྣམས་པདེ་བ་སྟེ། །

ཁོ་ཚོར་སླིང་རྗེ་དེས་པར་འཕྲོག་པས་སོ། ། (མད་གླུ། 5:7)

🙏 མི་གཞན་ལ་སླིང་རྗེ་བྱེད་མཁན་དུ་འགྱུར་བའི་སློན་ལམ།

གཙོ་བོ་ཡི་ཕུ་ལགས། ཡུ་དགོན་མཚོག་གི་སྡིག་ཉེས་སེལ་བའི་བྱུགས་རྗེ་ཚེན་པོ་དེད་རྣམས་ལ་གཞན་བའི་དོན་ལ་བྱུགས་རྗེ་ཚེ་ལྷ། ང་ཚོའི་ཡུ་བྱུགས་རྗེ་ཅན་ཡིན་པ་ལྟར་ང་ཚོ་འདྲ་སླིང་རྗེ་ཅན་དུ་འགྱུར་བའི་སྲིད་པ་ཚོ་མི་གཞན་རྣམས་ལ་སླིང་རྗེ་བྱེད་མཁན་དུ་སྐྱུར་བར་མཛོད། ཨ་མེན།

☞ Discussion Questions

1. Why should we be merciful to others?
2. What is purity of heart?
3. How can I make peace with someone who is at odds with me?

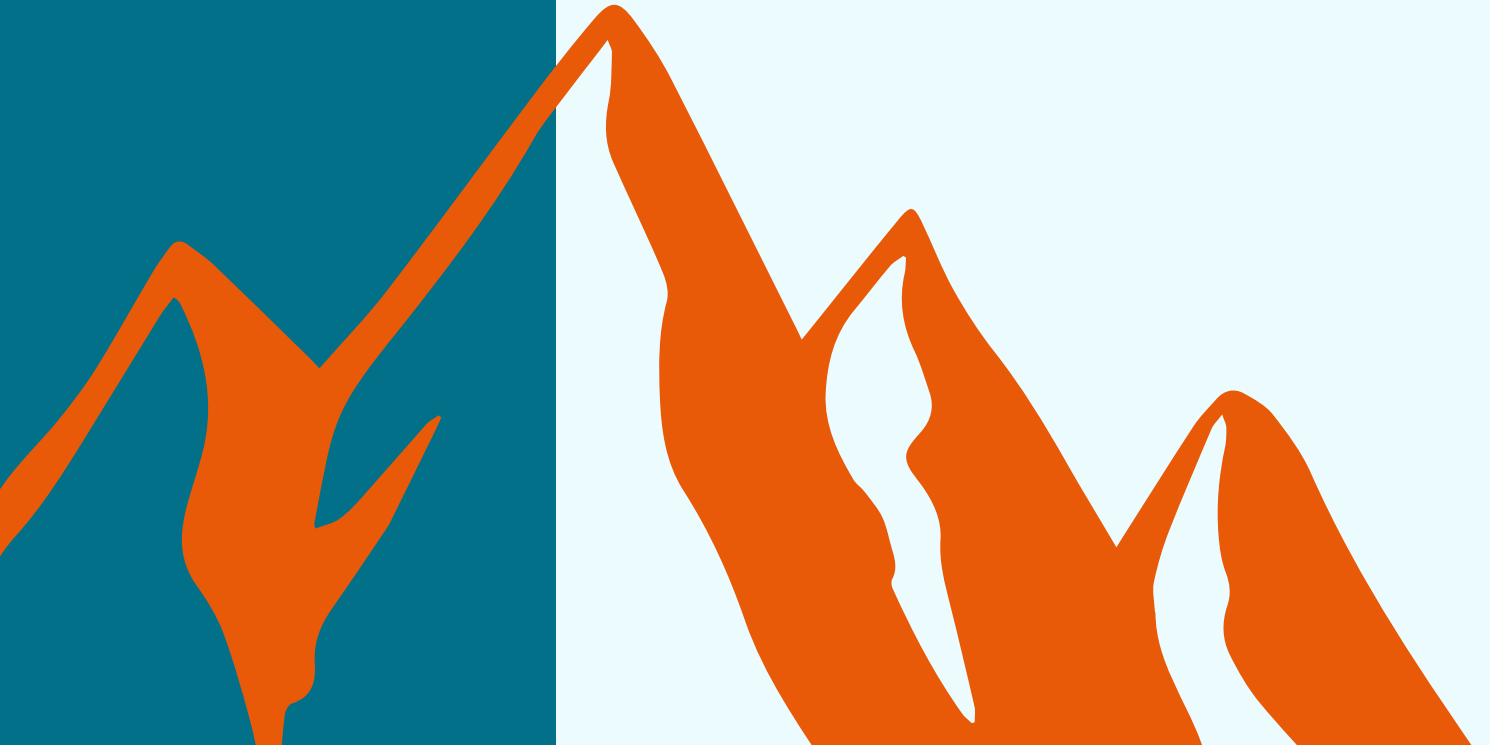
🧠 Memory Verse

Blessed are the merciful, for they shall receive mercy. (Matthew 5:7)

🙏 A Prayer That We May Show God's Grace to Others

Lord Jesus, we thank you for giving us the Father's forgiving grace. Help us to show that grace to others, so that we may be merciful, just as our Father is merciful. Amen.







ལེའུ་ལྷ་པ།

སྟོན་པ་ཡི་ཤུས་འཚོ་བ་ཕོག་པ་རྣམས་ལ་གསུངས་པ།

(མད་མྱ། 5:10-12)

5.0 སྟོན་པ་ཡི་ཤུས་ཉེ་གནས་རྣམས་ལ་སྐྱེད་སྲུང་བའི་ཕྱི་ལོ་ཞི་དཔོན་པོ་ལས་གལ་ཆེབ་མ་
ཡིན་ཞེས་བཤད་པ་དེ་དྲན་པར་གྱིས་ཤིག གལ་སྲིད་འོ་ཚོས་ང་ལ་གནོད་འཚོ་བྱས་ན། བྱིད་ཚོ་ལ་ཡང་
གནོད་འཚོ་བྱེད་པར་འགྱུར་ཞེས་གསུངས། ལེའུ་འདིར་སྟོན་པ་ཡི་ཤུས་གནོད་འཚོ་སྐྱོང་བ་ནི་དགའ་
བར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཚན་དུ་འགྱུར་སྲིད་པ་གསལ་སྟོན་མཛད།



Chapter Five: Jesus Speaks to the Persecuted

(Matthew 5:10-12)

5.0 The Lord Jesus once said to his disciples, “Remember the word that I said to you, ‘A slave is not greater than his master.’ If they persecuted me, they will also persecute you” (John 15:20). In this chapter, Jesus explains how persecution can be a cause for rejoicing.

5.1 ལྷ་བཀའ་

10 གཙོ་བོ་ཡི་ལྷ་སྐྱེས།

“དྲང་བདེན་ཉིད་མྱིར་འཚོ་བ་ཚོགས་པ་རྣམས། །

དགོན་མཚོགས་རྒྱལ་སྤྱི་ལོ་ཚོའི་ཡིན་པས་བདེའོ། །

11 རའི་དོན་དུ་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱེད་ཚོར་དམའ་བེདས་གཏོང་ཞིང་། གཞོན་སྐྱེལ་བ་དང་།

རྩལ་ཤོད་དེ་ཚོགས་རབ་སྐྱོ་ཚོགས་སྐྱེ་བའི་སྐྱབས་སུ་ཁྱེད་རྣམས་བདེ་བ་ཡིན། 12 དགོན་མཚོགས་

གི་ཞིང་ཁམས་སུ་ཁྱེད་ལ་བྱ་དགའ་ཚེན་བོ་ཡོད་པས་དགའ་བ་སྐྱེད་པར་གྱུར་ཅིག གང་ཡིན་

ཟེར་ན། ཁྱེད་ཚོའི་སྐྱོན་ལ་ཡོད་པའི་ལུང་སྐྱོན་པ་ལའང་དེ་ལྟར་གཞོན་བསྐྱེལ་བ་ཡིན་”ཞེས་

གསུངས།

5.2 འགྲེལ་བཤུ་

ཉམས་བརྒྱུད་པ་ལོ་དང་ལྡན་རྣམས་དྲང་བདེན་ཉིད་མྱིར་འཚོ་བ་ཚོགས་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་དགོན་མཚོགས་

གི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ལུས་རག་ཡིད་གསུམ་ཀྱིས་དགོན་མཚོགས་སྤྲུལ་མ་ཉེས་པར་འདོད་ན། མི་གཞན་

ཀྱིས་ཅིའི་མྱིར་བོ་ཚོར་འཚོ་བ་བྱེད། འཇིག་རྟེན་འདིའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་འདོད་ཆགས་བཞིན་དུ་

5.1 Scripture Text

10 “Blessed are those who are persecuted for righteousness’ sake, for theirs is the kingdom of heaven. 11 Blessed are you when others revile you and persecute you and utter all kinds of evil against you falsely on my account.

12 Rejoice and be glad, for your reward is great in heaven, for so they persecuted the prophets who were before you.”

5.2 Explanation

The eighth characteristic is that they are persecuted for righteousness. If God’s people want to please him in all they think or do, why should others persecute them? The people of this world want to live according to their own desires and to lord it over others. They insist that

བྱེད་དེ་གཞན་རྣམས་ལ་དབང་བྱེད་པར་འདོད། མི་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ཁོ་ཚོའི་ཁ་ལ་ཉན་ཏེ་ཁོ་ཚོར་གཡོག་བྱེད་པར་ནན་གྱིས་སྐྱེལ། མི་གཞན་ལ་མགོ་སྐོར་གཏོང་བའམ་རླུ་ཤོད་པ་ལ་སོགས་པའི་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་དང་འགལ་བའི་བྱ་བ་བྱེད་དགོས་པ་འདི་ལྟར་ཉེན་ཉེན་གྱིས་དགོན་མཚོག་གི་མི་རྣམས་ལ་མཚམས་མཚམས་སུ་ལུ་ཚུགས་བྱེད། དགོན་མཚོག་གི་མི་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་གྱི་ལས་ངན་མ་བྱས་ན། འདི་ལྟར་ཉེན་ཉེན་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁོ་ཚོར་དམའ་བེབས་གཏོང་སྟེ་གཞོན་འཚོ་བྱེད། ལྷོན་པ་ཡེ་ཤུས་“གལ་སྲིད་ཁོ་ཚོས་ང་ལ་གཞོན་འཚོ་བྱས་ན། བྱེད་ཚོ་ལ་ཡང་གཞོན་འཚོ་བྱེད་པར་འགྱུར་”ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེ་ལྟར་བྱུང། ལྷོན་པ་ཡེ་ཤུ་འཚིབ་ནས་སྐར་གསོན་དུ་གྱུར་བའི་རྗེས་སུ་ཁོང་གི་ཉེ་གནས་རྣམས་འཕྲིན་བཟང་སྟོག་པའི་ཚེད་དུ་བྱི་རུ་ཕེབས། ཡ་རུ་དུ་པའི་དཔོན་རིགས་ཀྱིས་ཁོ་ཚོ་འདྲིན་བཟུང་བྱས་ནས་རྟ་ལྷག་གིས་བརྟུངས་པ་མ་ཟད། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་མཚན་ཐོག་ནས་ནམ་ཡང་གཏམ་བཟོད་པ་དང་ཚོས་སྟོན་མི་ཚོག་པར་བཀའ་ཡང་བཏང། གྲོས་ཚོགས་ཁང་ནས་ཐོན་སྐབས་ཡེ་ཤུའི་མཚན་གྱི་དོན་ལ་སྐྱེག་བསྐྱེད་དེ་ལྟར་མྱོང་འོས་པར་བརྟེན་པས་ཁོང་རྣམས་ཉུང་དགའ་བར་གྱུར་ཞིང་། ལུ་མཐུད་ནས་ཁོང་གི་བཀའ་ལ་ཉན། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་དེད་རྣམས་དེ་ལྟར་ཁོང་གི་དོན་ལ་སྐྱེག་བསྐྱེད་པའི་མྱོང་བ་དགའ་བར་འགྱུར་དགོས། གང་ཡིན་ཞེ་ན། དགོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་དཀོན་བྱ་དགའ་ཚེན་པོ་ཡོད།

others obey and serve them. Sometimes they demand that God’s people do things that are against God’s law, such as deceiving others or saying things that aren’t true. If God’s people will not do such wicked things, the people of this world will say all kinds of evil things about them and persecute them. As Jesus said, “If they persecuted me, they will persecute you also”, and so it happened. After Jesus’ resurrection, the disciples went out to proclaim the good news of salvation. The Jewish officials arrested the disciples, beat them, and told them not to speak about the Lord Jesus anymore. When the disciples left the court, they rejoiced greatly that they had been counted worthy to suffer for the Lord, and continued to do what he had commanded. The Lord Jesus said that if we are persecuted in this way for his sake, it is a sign that we are obeying God. So we should rejoice because we have a great reward in God’s heaven.

འདྲུམ་གྱི་ལོ་ལྷན་གྱི་ལྷན་པོ་དང་། ཡེ་ཤུ་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྷན་པོ།

	འདྲུམ་གྱི་ལོ་ལྷན་གྱི་ལྷན་པོ།	ཡེ་ཤུ་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྷན་པོ།
1	རང་མཐོང་ཅན།	སེམས་རྒྱུད་དུལ་པོ།
2	སྐྱོད་ལམ་རབ་པ་ལ་དགའ་བ།	སྐྱིད་ཉེས་ཀྱི་སྐྱེད་ཀྱིས་ལྷ་རབ་བྱེད་པ།
3	སྐྱེམས་རྒྱུད་མེད་པ།	སྐྱེམས་རྒྱུད་དང་ལྡན་པ།
4	དགོན་མཚོག་དང་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་མེད་པ།	དགོན་མཚོག་དང་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་འདོད་པ།
5	སྙིང་རྗེ་མེད་པ།	སྙིང་རྗེ་ཅན།
6	སེམས་རབ་པ་ཅན།	སྙད་མེད་སེམས་བཟང་པོ་ཅན།
7	མི་མཐུན་པ་ལ་དགའ་བ།	འདུམ་སྐྱིད་བྱེད་པ།
8	འདྲུམ་ཉེན་པས་ཁོ་ཚོར་བསྐྱོད་བསྐྱེད་བྱེད་པ།	འདྲུམ་ཉེན་པས་ཁོ་ཚོར་གཞོན་སྐྱེལ་བ།

Table 1: Characteristics of the People of This World and of Christians

	Characteristics of the People of This World	Characteristics of Christians
1	Self-important	Poor in spirit
2	Rejoice in sin	Mourn for sin
3	Proud	Humble
4	Bad relationship with God	Desire a right relationship with God
5	Not merciful, lacking compassion	Merciful
6	Evil in heart	Pure in heart
7	Rejoice in discord	Peacemakers
8	Praised by the people of this world	Persecuted by people of this world

5.3 མདོར་བསྟུན།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུས་ཉེགནས་རྣམས་སེམས་རྒྱུད་དབུལ་བོ་ཡིན་དགོས་པར་གསུངས། དེའི་དོན་ནི་ཁོ་ཁོ་རྣམས་སྲིག་ཉེས་ཀྱི་རྒྱུ་ལྷན་དུ་དཀོན་མཚོག་གི་མཐའ་མེད་པའི་ཚད་པ་ལོས་པ་ཡིན་པར་ཤེས། མ་ཟད་རང་གཞན་གཉེས་ཀྱི་སྲིག་ཉེས་ཀྱི་དོན་ལ་སྟོན་པ་ཡི་ཤུས་ཉེགནས་རྣམས་ཀྱིས་ལྷ་རབ་བྱེད། ཁོ་རྣམས་སེམས་རྒྱུད་དབུལ་བོ་ཡིན་ཞིང་། སྲིག་ཉེས་ཀྱི་དོན་ལ་ལྷ་རབ་བྱེད་པས། ཉེགནས་རྣམས་ནི་སྟེམས་རྒྱུད་ཡིན། དཀོན་མཚོག་གིས་ཁོ་ཚོའི་སྤྱོད་པ་བཟོད་པར་མཛད་པས་ཁོ་ཚོས་ཀྱང་མི་གཞན་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལ་གུ་ཡངས་གཏོང། ཁོ་ཚོའི་སྲིག་ཉེས་ཀྱིས་དཀོན་མཚོག་དང་འབྲེལ་བ་འཕྲོ་བརྒྱག་གཏོང་བར་ཤེས་པས་འབྲེལ་བ་དེ་སྐྱར་གསོ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་སྟོགས་ཤིང་སྟོམ། དཀོན་མཚོག་གིས་ཁོ་རྣམས་ལ་ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་པས་ཁོ་ཚོས་མི་གཞན་ལ་སྟོང་རྗེ་བྱེད། དམ་པར་འཇུག་པའི་སྟོན་པ་དཀོན་མཚོག་གི་ཐུགས་དགོངས་སྐྱུབ་པར་འདོད་པས་ལྷ་དམེད་པའི་སེམས་བཟང་བོས་དཀོན་མཚོག་འཚོལ། གཙོ་བོ་ཡི་ཤུས་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྟོག་སྟོས་བཏང་བའི་སྟོན་པ་དཀོན་མཚོག་དང་མིའི་རིགས་འདུམ་སྲིག་བྱས་པ་ཤེས་པས་མི་གཞན་དང་འདུམ་སྲིག་བྱེད། དཀོན་མཚོག་གི་བདེན་པ་བཤད་དེ་ཁོང་གི་བཀའ་བྲིམས་ཉེ་བྱམས་པ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པ་བྱེད་པས་འཇིག་རྟེན་འདིའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁོ་ཚོར་གཞོན་འཚོ་བྱེད། གཙོ་བོ་ཡི་ཤུས་ཉེགནས་འདི་ཚོ་བརྒྱུད་ཡོད་མཁན་ནི་བདེ་བ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས།

5.3 Summary

The Lord Jesus said that his disciples must be poor in spirit; that is, they know that because of sin, they are worthy of God's eternal punishment. Jesus' disciples mourn because of their sin and because of the sins of others. Because they are poor in spirit and mourn for their sins, the disciples are humble. They are patient with the sins of others because they know that God is patient with them. Knowing that their sin ruins their relationship with God, they hunger and thirst for that relationship to be restored. They are merciful to others because they know God has had mercy on them. They seek God with pure hearts because their desire is to please him by becoming holy. They know that the Lord Jesus' sacrifice made peace between God and man, so they make peace between themselves and others. They speak God's truth and behave according to God's law of love, so they are persecuted by the people of this world. Jesus said that his disciples are blessed if they have these eight characteristics.

འཚོ་བ་དངོས་ནང་སྤྱོད་སྤྲངས། ཡེ་ཤུ་པའི་ཉུགས་བརྒྱད།

5.4 གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་དུས་རབས་མང་པོའི་སློབ་ལ་རང་གི་ཉེ་གནས་རྣམས་ལ་གསུངས་པའི་ཚོས་བསྟན་པ་དེ་ཡིན། འོན་ཀྱང་མི་དེ་ཚོ་བཅུ་གཉིས་མ་ཟད། དེང་སང་གི་ཡེ་ཤུ་པ་རྣམས་ཁོང་གི་ཉེ་གནས་ཡང་ཡིན། གནའ་རབས་སུ་ཉེ་གནས་དང་པོ་ལ་གང་གསུངས་པ་དེ་ནི་སློབ་པ་ཡེ་ཤུས་དེང་སང་རྒྱུ་ལའང་གསུང་། བཀའ་ཚོས་དེ་གྲོག་གས་ཉན་པའི་དུས་སུ་དེད་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱལ་དང་རང་འདོད་ཚོ་བོ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲིག་ཉེས་སྤངས་ནས་རང་ལས་གཞན་རྣམས་གལ་ཆེ་བར་རྩིས་དང། ཁོ་ཚོའི་སྤྲིག་བུ་ཡངས་གཏོང་བ། དག་པོ་རྣམས་དང་སྐྱམ་པར་འགྱུར་བ་དེ་ཅི་ལྟར་གྱིད་སྤྲུལ། གལ་ཏེ་རྒྱུ་ལའང་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་མེད་ན་བྱ་བ་དེ་ཚོ་བྱེད་མི་སྲིད། མི་ཁ་ཤས་ཀྱིས་དཀོན་མཚོ་ག་མེད་པར་དེ་ལྟར་མི་ཚོ་སྐྱེལ་ཐབས་བཅུ་ན་ཡང་མ་བྱུང། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ཁོ་ན་རྟགས་འདི་ཚོ་བརྒྱད་ཡོད། ཉུགས་དེ་ནི་རྒྱ་མཚོན་མིན་ཏེ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་ཐུགས་དགོངས་ནི་རང་གི་གསུང་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་དེ་ཡིན། སྤྱོད་པ་རན་པ་སྤོང་བ་དང་ཁོང་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་ནི་རྒྱང་གཞི་དང་འབྲ་བ་ཡིན་ལ། ཉུགས་བརྒྱད་ནི་དེ་ལ་བརྩིགས་པའི་ཁང་བ་དང་འབྲ་བ་ཡིན། གལ་ཏེ་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་དཀོན་མཚོ་ག་གི་དབང་གི་སློབ་ས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་བཀའ་ཉམས་ལེན་བྱས་ན། རྒྱུ་ལའང་དཀོན་མཚོ་ག་ཉེས་པའི་སྤྱོད་ལམ་བྱེད། དེ་ནི་དཀོན་མཚོ་ག་གི་རྒྱལ་གྱི་དུ་འཇུག་པའི་རྒྱུ་ཡིན།

Application: The Eight Characteristics

5.4 These are the things that the Lord Jesus taught his first disciples many centuries ago. But those twelve men are not Jesus' only disciples. All who believe in the Lord Jesus today are also his disciples. What Jesus said in ancient times to his first disciples, he also says to us today. When we read or hear these teachings we may think, "How is it possible to get rid of pride, selfishness, and other sins; to consider others more important than ourselves; to forgive others when they harm us, or to be reconciled to enemies?" If we lack faith in Jesus, doing such things is impossible. Though some have tried to live in this way without God, they did not succeed. Only those who believe in the Lord Jesus have the eight characteristics, because the characteristics are the result and not the cause of faith in him. The Lord Jesus meant for his teachings to be put into practice. Repentance and faith in Jesus is like a foundation, and the eight characteristics are like the building erected on it. If we put Jesus' teachings into practice by means of the power of God the Holy Spirit, we will behave in a way that pleases God. This is the proof that we have entered God's kingdom.

5.5 བཤོམ་གཙོ་བོ།

སྦྱོང་བ་དེ་ལ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱར་ཏེ་གཙོ་བོ་ཡི་བྱུ་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་འོ་ན་རྟགས་
བརྒྱད་ཡོད། རྟགས་དེ་ནི་རྒྱ་མཚན་མིན་ཏེ་གཙོ་བོ་ཡི་བྱུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན།

☞ ལྷོགས་པོ་དང་མཉམ་དུ་གཏམ་སྲིད་བྱེད་ཀྱི།

1. གཙོ་བོ་ཡི་བྱུའི་དོན་དུ་མི་རྣམས་ཀྱིས་ངའོ་དམའ་བེབས་གཏོང་ཞིང། གནོད་སྦྱེལ་བ་དང།
རྒྱན་ཤོད་དེ་ཚིག་དེ་ལ་སྐྱོ་ཚོགས་སྐྱོ་བའི་སྐྱབས་སུ་ངའོ་ཚོས་ཅི་བྱེད་དགོས་སམ།
2. ཡི་བྱུ་པའི་རྟགས་བརྒྱད་དང། དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་ལྷན་དགུ་ལྷན་པའི་འབྲས་བུ་ཅི་ལྟར་
སྦྱེད་དམ། (ག་ལད་ཡུ་བ། 5:22-23 ལ་གཟེགས་)

☞ སློ་འཛིན་བྱེད་ཀྱི།

དང་བདེན་ཉིད་ཕྱིར་འཚོ་བ་ཚོག་བ་རྣམས། །
དཀོན་མཚོག་རྒྱལ་སྲིད་ཁོ་ཚོའི་ཡིན་པས་བདེའོ། ། (མད་གླ། 5:10)

5.5 Key Point

Only those who repent and believe in the Lord Jesus have the eight characteristics. These characteristics are the result and not the cause of faith in the Lord Jesus.

☞ Discussion Questions

1. What should we do when people say evil things about us because we follow Jesus?
2. How are the eight characteristics of a Christian and the ninefold fruit of the Spirit produced? (See Galatians 5:22-23)

☞ Memory Verse

Blessed are those who are persecuted for righteousness' sake, for theirs is the kingdom of heaven. (Matthew 5:10)

🙏 ཉམས་བརྒྱུད་འཕྲོ་བ་པའི་གསོལ་སྨོན།

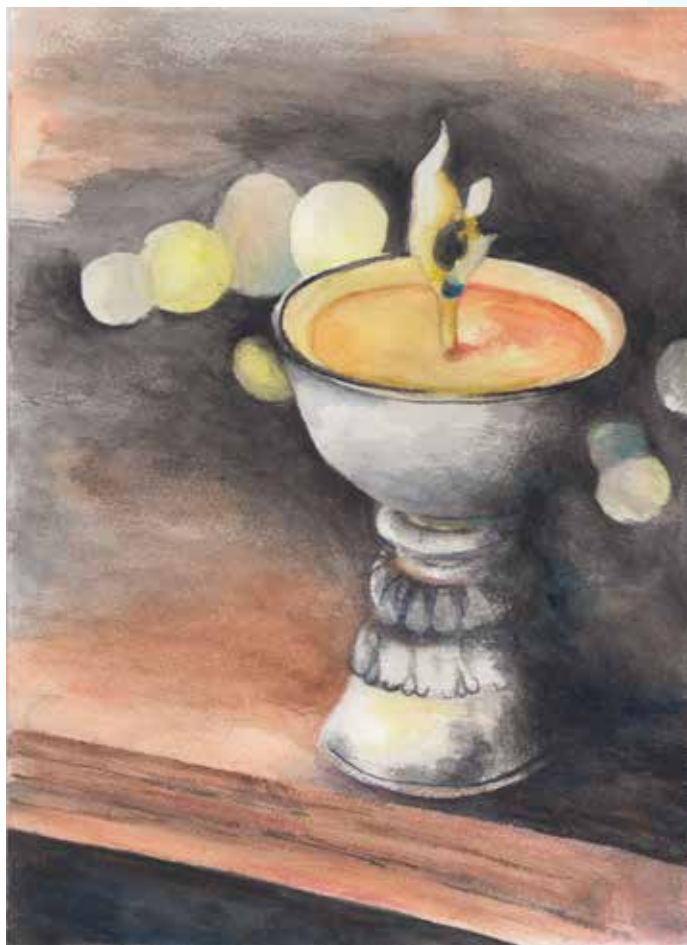
དམ་པའི་གཙོ་བོ་ལགས། བྱིད་ཀྱི་བཀའ་བཞེན་དུ་གལ་ཏེ་དེད་རྣམས་ཀྱིས་ང་ཚོར་སྤྲིག་ཉེས་མེད་
ཅེས་ཟེར་ན། ང་ཚོས་རང་མགོ་རང་གིས་སྒྲོར་ཞིང་བདེན་པ་དེད་རྣམས་ལ་མེད། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་
རང་གི་སྤྲིག་ཉེས་ཁས་བླངས་ན། དཀོན་མཚོ་གཉི་སྟོ་གཏད་ཚོག་པ་དང་ཡང་དག་པ་ཡིན་པས་
སྤྲིག་ཉེས་སེལ་ཞིང་དྲང་བོ་མེད་པའི་དྲི་མ་ལས་ཡོངས་སུ་འདག་པར་མཛད་ཅེས་གསུངས། ང་
ཚོ་སེམས་རྒྱུད་དབུལ་བོ་དང་། ལྷ་རལ་ཅན། ལྷོ་མས་རྒྱུད། དྲང་བདེན་གྱི་ཕྱིར་བཀའ་སྨོན་མ་
ཅན། ལྷོ་རྗེ་ཅན། ལྷ་མེད་སེམས་བཟང་ཅན། འདུམ་སྤྲིག་མཁན། ངང་རྒྱུད་རིང་པོས་
གཞོད་པ་བཟོད་མཁན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དེད་ཀྱི་སྤྲིག་པ་ང་ཚོར་སྟོན་པར་མཛོད། དོན་དེ་རྣམས་
གཙོ་བོ་ཡི་ཕུའི་མཚན་གྱི་སྐོ་ནས་ལུས། །ཨ་མེན།

🙏 A Prayer for the Eight Characteristics

Holy Lord, according to your word, if we say we have no sin, we deceive ourselves, and the truth is not in us. But if we confess our sins, you are faithful and just to forgive us our sins, and to cleanse us from all unrighteousness. Show us our faults, so that we may become poor in spirit, mourn for our sins, be humble, desire a right relationship with you, be merciful to others, become pure in heart, make peace with others, and patiently endure persecution. We ask these things in the name of the Lord Jesus. Amen.



6





ལེའུ་བུ་གྲུག་པ། འཛིག་རྟེན་གྱི་མྱོ།

(མད་མུ། 5:13-20)

6.0 ལེའུ་མེན་མ་ལྟར་མེན་པ་ཡེ་ཤུ་ལ་དང་པ་བྱེད་མཁའ་རྣམས་ལ་རྟགས་བརྒྱད་ཡོད། ཁོང་རྣམས་
 བོ་སེམས་རྒྱུད་དབུལ་པོ་ཡིན་ཞིང། སྤིག་ཉེས་ཀྱི་དོན་ལ་ལྷ་འཕྲུལ་བྱེད་པ། སྦྲེམས་ཚུང་བ། དཀོན་
 མཚོག་དང་འབྲེལ་བ་དེ་སྐྱབ་གསོ་འགྲུལ་བའི་བྱིར་སྤོགས་ཤིང་སྐྱོམ་པ། མི་གཞན་ལ་སྤྱིང་རྗེ་བྱེད་པ།
 དཀོན་མཚོག་གི་ཐུགས་དགོངས་སྐྱབ་པར་འདོད་པ། མི་གཞན་དང་འདུམ་སྦྱིག་བྱེད་པ། གཞོད་འཚོ་
 མྱོང་བ་རྣམས་བཅས་ཡིན། ལེའུ་འདིར་རྟགས་བརྒྱད་མཁའ་རྣམས་ཀྱིས་འཛིག་རྟེན་འདིར་འབྲས་
 འབྲས་སྐྱེད་པ་ཤེས་པར་འགྲུལ།



Chapter Six: The Salt of the Earth

(Matthew 5:13-20)

6.0 In the previous chapters, we learned that those who believe in the Lord Jesus have eight characteristics: they are poor in spirit, they mourn for their sins, they are meek, they want to have a right relationship with God, they show mercy, they are pure in heart, they make peace with others, and because of these things, they are persecuted by the people of this world. In this chapter we will see what effects these eight characteristics have upon this world.

6.1 ཕྱི་ལོ་

13 གཙོ་བོ་ཡི་ཤུས་“ཁྱེད་རྣམས་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཚུ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཚུ་འི་ཕྱོ་བ་ཡལ་ན། དེ་འི་ཕྱོ་བ་སྐྱར་གང་གིས་གསོ་བར་བྱེད་དམ། དེ་ཕན་མེད་དུ་གྱུར་བས་སྲི་ལ་གཡུགས་ནས་མིའི་རྐང་པས་རྩི་བར་འགྱུར། 14 ཁྱེད་ཚོ་འི་འཛིག་རྟེན་གྱི་འོད་ཡིན། རི་ལ་ཚགས་པའི་གོང་ཁྱེད་བཀའ་བམི་སྲིད། 15 མི་སུས་ཀྱང་སྒྲོལ་མེ་ཞེས་སྐར་ནས་བྲེའི་འོག་ཏུ་མི་འཛོག་སྟེགས་ལུའི་སྟེང་དུ་བཞག་ནས་ཁང་པའི་ནང་གི་མི་ཐམས་ཅད་ལ་འོད་སྟོ། 16 དེ་ལྟར་ཁྱེད་ཚོའི་འོད་ཀྱང་མི་རྣམས་ཀྱི་མདུན་དུ་འོད་སྟོ་བར་འཇུག་དགོས། དེ་ནས་ཁྱེད་ཚོས་ཁྱེད་པའི་བྱ་བ་བཟང་པོ་འོ་ཚོས་མཐོང་ནས་ཞིང་ཁམས་སུ་བཞུགས་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་ཡབ་ལ་བརྟེན་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཁྱེད་པར་འགྱུར་” ཞེས་གསུངས།

6.2 འགྲེལ་བཤུ་

ཉེ་གནས་རྣམས་ལ་ཉུགས་བརྒྱད་ཀྱི་ཚོས་བསྟན་གནང་ནས་སྟོན་པ་ཡི་ཤུས་དགོན་མཚོག་གི་ཐུགས་རྩི་འོག་གསུངས། སྟེགས་ཉེས་ཀྱི་རྐྱེན་གྱིས་ང་ཚོ་དགོན་མཚོག་གི་བྱམས་པ་འཕྲོད་འོས་པ་མིན་ཡང་། ཁོང་གིས་ད་དུང་ང་ཚོར་གཞིགས་སྟོང་མངོན། འོས་པ་མིན་པ་རྣམས་ལ་དགོན་མཚོག་གིས་གཞིགས་

6.1 Scripture Text

13 “You are the salt of the earth, but if salt has lost its taste, how shall its saltiness be restored? It is no longer good for anything except to be thrown out and trampled under people’s feet.

14 You are the light of the world. A city set on a hill cannot be hidden. 15 Nor do people light a lamp and put it under a basket, but on a stand, and it gives light to all in the house. 16 In the same way, let your light shine before others, so that they may see your good works and give glory to your Father who is in heaven.”

6.2 Explanation

Having taught his disciples about the eight characteristics, Jesus now spoke about God’s grace. Even though, because of sin, we are unworthy of God’s love for us, God still cares for us. God’s care for those unworthy of his love is known as God’s grace. Grace is a gift of God.

སྐྱོད་མཛད་པ་དེ་ནི་དཀོན་མཚོག་གི་ཕྱགས་མེ་ཞེས་ཟེམ། ཕྱགས་མེ་དེ་དཀོན་མཚོག་གི་གནང་སྦྱིན་
ཡིན། ང་ཚོ་ནི་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལྷ་གི་ཀ་ལ་དང་མཁའ་དུ་འགྱུར་བའི་སྦྱིར་དཀོན་མཚོག་གིས་ཉིད་ཀྱི་ཕྱགས་
མེ་གནང། (ཨེ་པེ་སུ་བ་2:8-9) ཕྱགས་མེ་དེ་མེད་ན་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དང་བ་བྱེད་པ་དང་། ཐར་བར་
འགྱུར་མི་མྱིད། ཕྱགས་མེ་དེས་ང་ཚོའི་སེམས་ལ་དཀོན་མཚོག་གི་ཕྱག་ལས་མཛད་ནས་ཉམས་བརྒྱད་
དང་། རང་གཤིས་གསར་བ་ཞིག་སྐྱེད། རང་གཤིས་གསར་བ་དེ་ནི་འཛིག་རྟེན་འདིའི་མིའི་སྦྱིག་པའི་
རང་གཤིས་དང་ཅུ་བ་ནས་མི་འདྲ་བ་ཡིན། རང་གཤིས་གསར་བའི་སྦྱོར་ནས་དང་ལྷན་ཅུ་མས་ཀྱིས་
དཀོན་མཚོག་གི་གཟི་བ་རྒྱུན་པའི་སྦྱོད་པ་བཟང་བོ་བྱེད། དོན་དེ་གསལ་བོར་སྦྱོན་པའི་ཆེད་དུ་གཙོ་
བོ་ཡེ་ཤུས་ཚུ་ཡི་དཔེ་ཞིག་བཞག་པར་མཛད། དབུས་གཙང་ཡུལ་དུ་ར་ལ་ཚུ་སྒྲུག་པའི་ལུགས་སློལ་
ཡོད། ཚུ་ནི་ར་ལ་ཚུ་ཡི་བྲོ་བ་དང་ལྷན་དུ་སྐྱུར་བ་ལྟར། དཀོན་མཚོག་གི་ཕྱགས་མེ་ཡིས་དང་ལྷན་
ཅུ་མས་ལ་རང་གཤིས་གསར་བ་དང་ལྷན་པར་སྐྱུར། ཚུ་ཡི་བྲོ་བ་ཡལ་མི་མྱིད་པ་ལྟར་དང་ལྷན་པ་དེ་ནི་
པ་ཅུ་མས་ཀྱི་རང་གཤིས་གསར་བ་དེ་མེད་པར་འགྱུར་མི་མྱིད། གང་ལགས་ཤེ་ན། རང་གཤིས་གསར་
བ་དེ་ནི་དཀོན་མཚོག་གི་གནང་སྦྱིན་ཡིན། (རོ་སུ་བ་11:29) ཡེ་ཤུ་བ་རྒྱུན་མ་རྒྱུས་ལ་རང་གཤིས་
གསར་བ་མེད་པས་འཛིག་རྟེན་འདིའི་མི་རྒྱུས་དང་འདྲ་བར་མི་ཚོ་སྐྱེལ། (མད་གླ་13:3-9) དཀོན་
མཚོག་གི་རྒྱལ་སྤྱི་དུ་ཁོ་རྒྱུས་པ་མེད་པ་ཡིན། གང་ཞིག་པོར་མེད་ཡིན་པ་དེ་སྦྱི་ལ་གཡུགས་ནས་
མིའི་རྐང་པས་རྗེ་བར་འགྱུར། རྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་ཉེ་གནས་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱི་འོད་དང་འདྲ་བ་ཡིན་པར་

God gives us his grace so that we may believe in the Lord Jesus Christ (Ephesians 2:8-9). Without such grace, we cannot believe in the Lord Jesus or be saved. Grace works in our hearts to produce the eight characteristics and the new nature. This new nature is completely unlike the sinful nature of the people of this world. By means of the new nature, believers do good works which glorify God. To make this point clear, the Lord Jesus gave the example of salt. In U-Tsang there is the custom of putting salt in tea. As salt gives flavor to tea, so also God's grace gives this new nature to believers. As it is impossible for salt to lose its taste, so also it is impossible for real believers to lose the new nature, for it is the gift of God (Romans 11:29). False believers (Matthew 13:3-9) do not have the new nature, and so they live like the people of this world. They are useless in God's kingdom. What is useless is thrown out into the street and trodden underfoot. Jesus also said that his disciples are like light in the world. By means of light, we can see things. When the disciples live in the way Jesus commands, the people of this world will see the good works produced by their new

གསུངས། འོད་ཀྱི་སྒོ་ནས་མིག་གིས་མཐོང་། ཉེ་གནས་རྣམས་ཀྱིས་གཙོ་བོ་ཡི་ལུང་བཀའ་ལ་ཉན་
ན། རང་གཤིས་གསར་བ་ལས་སྐྱེད་པའི་སྦྱོང་བ་བཟང་བོ་མཐོང་ནས། འཇིག་རྟེན་འདིའི་མི་རྣམས་
ཀྱིས་དགོན་མཚོག་གི་ཐུགས་རྗེ་དང་བཟང་བ་ལ་བསྐྱོད་བསྐྱུགས་བྱེད་པའོ། །

nature, and praise God's grace and goodness.



གཙོ་བོ་ཡི་ལུ་དགོན་མཚོག་གི་ཐུགས་དགོངས་སྐྱབ་པའི་ཚེད་དུ་མེད་པ།

6.3 ལུ་བ།

17 གཙོ་བོ་ཡི་ལུ་སྐྱབ་པ་“ང་ཡོང་བ་ནི་ཚོས་ཁྲིམས་སྐྱབ་ལུང་སྟོན་པའི་བསྟན་པ་མེད་པར་བྱེད་པར་
 མ་སོམས་ཤིག ང་མེད་པར་བྱེད་དུ་མིན་ཏེ་དེ་ཚོ་སྐྱབ་པའི་ཚེད་དུ་ཡོང་བ་ཡིན། 18 ངས་ཁྱེད་
 ཚོ་ལ་བདེན་པར་ཟེར་རྒྱུར། གནམ་ས་གཉིས་མ་འདའ་བའི་བར་དུ་ཚོས་ཁྲིམས་ཀྱི་ཚོག་གས་
 ཡིག་འགྲུ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པར་མི་འགྲུར་གྱི། ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པར་འགྲུར་ངེས་ཡིན།

19 དེའི་སྤྱིར་མི་སྲུ་འདྲ་ཞིག་གིས་བཀའ་ཁྲིམས་འདི་རྣམས་ལས་རྒྱུད་ཤོས་ཤིག་དང། ཡང་
 འགལ་བས་མི་གཞན་རྣམས་ལ་འད་དེ་ལྟར་བྱེད་པར་སློབ་མཁས་ནི་དགོན་མཚོག་གི་རྒྱལ་སྤིང་
 བར་དུ་རྒྱུད་ཤོས་ཟེར་བར་འགྲུར། འོན་ཀྱང་བཀའ་ཁྲིམས་དེ་ཚོ་སྐྱབ་ཞིང་སློབ་མཁས་ནི་དགོན་
 མཚོག་གི་རྒྱལ་སྤིང་བར་དུ་ཚེན་པོ་ཟེར་བར་འགྲུར། 20 ངས་ཁྱེད་ཚོ་ལ་ཟེར་རྒྱུར། གལ་ཏེ་
 ཁྱེད་ཚོས་ཚོས་ཁྲིམས་ལ་མཁས་པའི་མི་དང། ལྷ་རུ་ཤི་བ་རྣམས་ལས་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་
 ཁྲིམས་ལེགས་པར་མ་ཉན་ན། ཁྱེད་ཚོ་དགོན་མཚོག་གི་རྒྱལ་སྤིང་དུ་འཕྲུལ་བར་མི་སྤིང་”ཅེས་
 གསུངས།

Jesus Came to Do God's Will

6.3 Scripture Text

17 “Do not think that I have come to abolish the Law or the Prophets; I have not come to abolish them but to fulfill them.

18 For truly, I say to you, until heaven and earth pass away, not an iota, not a dot, will pass from the Law until all is accomplished.

19 Therefore whoever relaxes one of the least of these commandments and teaches others to do the same will be called least in the kingdom of heaven, but whoever does them and teaches them will be called great in the kingdom of heaven. 20 For I tell you, unless your righteousness exceeds that of the scribes and Pharisees, you will never enter the kingdom of heaven.”

6.4 འགྲེལ་བཤུ་བ།

ཡི་སེ་ར་ཨེ་ལ་བྱང་སྤྱོད་ལ་བརྒྱུད་ནས་ལེབས་ཏེ་སྟོན་པ་ཡི་ཤུས་ནད་རིགས་ཀྱི་སེལ་བར་མཛད་པ་དང་།
གཞོན་པ་འདྲེ་རྣམས་བསྐྱེད། རོ་མཚར་བའི་དོན་བསྐྱེད་པས། མི་རྣམས་ལ་ཚོས་བསྟན་གནང་བས། ཁོང་གི་
རྗེས་སུ་འབྲངས་པའི་མི་ཚོགས་ལ་མཚན་སྟེན། གང་ཡིན་ཞེས། ཚོས་བྲིམས་ལ་མཁས་པའི་མི་དང་
འདྲ་བར་མ་གསུངས་སམ་ཡང་ན་ཁོ་ཚོའི་སྟོན་པ་འདྲེ་མཛད་པས་སོ། དེའི་སྤྱིར་ཡ་རྩ་དུ་བའི་ཚོས་ཀྱི་
དཔོན་པོ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་སྟོན་པ་ཡི་ཤུས་དགོན་མཚོག་གི་ཚོས་བྲིམས་དང་། ཡུང་སྟོན་པའི་བསྟན་པ་སྐྱུར་
འདོད་པར་བསམས། འོན་ཀྱང་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུས་ཚོས་བྲིམས་ཀྱི་དབང་དང་། ཡུང་སྟོན་པའི་བསྟན་པ་མེད་
བར་མཛད་པ་མ་ཡིན་པར་སྐྱུབ་པའི་ཆེད་དུ་འཛིག་རྟེན་ལ་འབྱོན་པར་གསུངས། གཙོ་བོ་ཡི་ཤུས་དགོན་
མཚོག་གིས་རྗེས་ཏེས་ཀྱི་ཆད་པ་ལས་ཐར་བའི་སྐྱབས་མགོན་ཞིག་མངགས་པའི་ཡུང་བསྟན་དེ་བསྐྱེད་པས་
བར་མཛད། གཙོ་བོ་ཡི་ཤུས་ར་ཚོའི་རྗེས་པའི་དོན་ལ་སྟོན་མེད་པའི་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྟོན་སྟོས་བཏང་བའི་
སྟོན་པ་ཁོང་གིས་ཚོས་བྲིམས་ཀྱི་ཚོགས་འདོན་བསྐྱེད་པས་བར་མཛད། མ་ཟད་ཡི་ཤུས་དགོན་མཚོག་གི་ཚོས་
བྲིམས་སྟོན་ཅི་འདྲེ་མེད་པར་སྐྱུབ་པའི་སྟོན་པ་དགོན་མཚོག་གི་ཚོས་བྲིམས་ཀྱི་དོན་བསྐྱེད་པས་བར་མཛད།
ཚོས་བྲིམས་ཀྱི་དཀའ་ལ་སྟོན་མེད་པར་ཉན་ཞིང་། དེའི་དོན་ཡང་དག་པར་བསྟན། དགོན་མཚོག་གི་ཡུང་
སྟོན་པས་གང་ཡུང་བསྟན་པ་དེ་སྐྱུབ་པའི་སྟོན་པ་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུས་འཛིག་རྟེན་གྱི་སྐྱབས་མགོན་ཡིན་པར་
སྟོན་མཛད། དེ་སྐྱུར་ཁོང་གིས་དགོན་མཚོག་གི་ཚོས་བྲིམས་ཀྱི་དོན་ཡོངས་སུ་བསྐྱེད་པས་བར་མཛད།

6.4 Explanation

The Lord Jesus went through northern Israel healing all kinds of diseases, casting out demons, performing miracles, and teaching the people. The crowds who followed him were amazed, for he did not speak or act like the experts in their religious law. For this reason, some of the Jewish religious leaders thought that Jesus wanted to change God's law and the teachings of the prophets. But the Lord Jesus said that he did not come to abolish the authority of the law or the teachings of God's prophets, but to fulfill them. He fulfilled the predictions of the prophets who said that God would send a saviour to save the people from their sins. He fulfilled the purpose of the law's religious rituals by becoming the perfect sacrifice for our sin. And he fulfilled God's laws by obeying them without fault. By fully obeying the law, teaching its true meaning, and doing all the things that God's prophets said he would do, Jesus proved that he was the Saviour of the world. In this way, Jesus fully accomplished the purpose for which God's law had been given.

6.5 འགྲེལ་པ།

སྟོན་པ་ཡི་ཤུ་དུས་རབས་མང་པོ་མ་ལུངས་པའི་སྟོན་ལ་དགོན་མཚོག་གིས་མོ་ཤེ་ཞེས་ཟེར་མཁན་ཡ་རྩ་དུ་པའི་ལུང་སྟོན་པར་གསུངས། ཁོང་གིས་ཡ་རྩ་དུ་པའི་མི་རིགས་ཀྱིས་བཀའ་ལ་ཉན་པའི་ཆེད་དུ་བཀའ་ཁྲིམས་མང་པོ་གནང་། དེ་ཚོའི་ནང་ནས་སྐད་གྲགས་ཆེ་ཤོས་ནི་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ཁྲིམས་བརྩམས། (ཐེགས་པ་20:1-17 དང་། བཀའ་ལུང་5:6-21 ལ་གཟིགས་) དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ཁྲིམས་བརྩམས་འགྲེལ་བཤད་བཞུགས་སོ་ཞེས་ཟེར་བའི་དེབ་ལ་གཟིགས། དེབ་འདི་
www.gsungrab.org བས་ཐབ་ལེན་གནང་བྱེད།

6.5 Explanation

Many centuries before Jesus was born, God spoke to a Jewish prophet called Moses. God gave Moses many religious laws for the Jewish people to obey. The most famous of these laws is the Ten Commandments. (See Leviticus 20:1-17 and Deuteronomy 5:6-21). See Commentary on God's Ten Commandments. Available for download from www.gsungrab.org

རེ་ལུ་མི་ག་གཉིས་པ། དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་བྲིམས་བཟུ།

1	ང་རང་ནི་ཁྱོད་ཚོའི་གཙོ་བོ་དཀོན་མཆོག་ཡིན་ཏེ། ང་རང་མ་གཏོགས་གཞན་གང་ལའང་ཁྱོད་ཚོས་བསྟེན་མི་ཚོག་ལ་དད་པ་འདྲ་བྱེད་མི་ཚོག།
2	ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱེ་འདྲ་དང་། སྤེང་གི་ནམ་མཁའ་ལ། འོག་གི་ས་ལ། ས་འོག་གི་རྩེ་ལ་ཡོད་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་གང་ཡང་མ་བཟོས་ཤིག་དེ་དག་ལ་ཕྱག་ཀྱང་མ་འཚལ་ལ་བསྟེན་བཀའ་ཡང་མ་བྱེད་ཅིག།
3	དོན་མེད་གང་ལྟར་དུ་ཁྱོད་ཚོའི་གཙོ་བོ་དཀོན་མཆོག་གི་མཚན་མ་སྟོན་ཅིག།
4	ངལ་གསོའི་ཉིན་མོ་དྲན་ཉེད་མ་པར་སྤངས་ཤིག། ཉིན་དུག་གི་རིང་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་ཚོག་ཀྱང་། ཉིན་བདུན་པ་ནི་ཁྱོད་ཚོའི་གཙོ་བོ་དཀོན་མཆོག་གི་ངལ་གསོའི་ཉིན་མོ་ཡིན་པས། གང་གིས་ཀྱང་ལས་ཀ་བྱེད་མི་ཚོག།
5	ཁྱོད་ཀྱིས་པ་མ་གཉིས་ལ་བཀའ་སྟོན་བྱེད་ཅིག།
6	ཁྱོད་ཀྱིས་མི་མ་གསོད་ཅིག།
7	འོག་གཡེམ་མ་བྱེད་ཅིག།
8	རྒྱུ་མ་མ་བརྒྱལ་ཤིག།
9	གཞན་ལ་རྩུབ་གྱི་དཔང་པོ་མ་བྱེད་ཅིག།
10	མི་གཞན་གྱི་ཁང་པ་ལ་ཉམ་སེམས་བྱེད་མི་ཚོག་ཅིང་། གཞན་གྱི་རྒྱུང་མ་དང་། གཡོག་པོ། གཡོག་མོ། བ་སྐྱང་དང་། དེ་ལྟར་མི་ལ་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཉམ་སེམས་བྱེད་མི་ཚོག་གོ།



Table 2: The Ten Commandments

1	I am the Lord your God. You shall rely on nor believe in nothing other than me.
2	Do not make idols or any image of anything in the sky above, of anything in the earth below, or anything in the waters under the earth, nor bow down to or worship them.
3	Do not use the name of the Lord your God in vain.
4	Remember the day of rest and keep it holy. You may do work on six days, but the seventh is the Lord your God's day of rest; do not do any work on it.
5	Honor your parents.
6	Do not murder.
7	Do not commit adultery.
8	Do not steal.
9	Do not lie to others.
10	Do not greedily desire another's house, or wife, or male or female servants, cattle, or anything else that he has.

6.6 འབྲེལ་བ།

དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་བྲིམས་བཅུ་དང་། ཡ་ཏུ་དྲུ་པའི་ཚོས་བྲིམས། ལུང་སྟོན་པའི་བསྟན་པ་ནི་ཞལ་
ཆད་རྙིང་པ་ཞེས་ཟེར་བའི་དཔེ་དེ་བ་ཏུ་བཀོད། སྟོན་པ་ཡེ་ཤུའི་དུས་སུ་མི་མང་ཆེ་བས་དེ་བ་དེ་གྲོག་མ་
ཐུབ་པས་ཁོ་རྣམས་ལ་ནང་དོན་སྟོན་པའི་སྤྱི་རྩོམ་བྲིམས་ལ་མཁས་པའི་མི་རྣམས་ལ་རག་ལས།
ཚོས་བྲིམས་ལ་མཁས་པའི་མི་དེ་ཚོས་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་མ་ཟེད། རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་པ་ལས་
ཐུང་བའི་རྒྱིག་ལམ། ཚོས་ཀྱི་ཚོག་ལུགས་སོལ་སྤྲོ་ཚོགས་ཡང་མི་རྣམས་ལ་བསྟན། དགོན་མཚོག་
གིས་དེ་ཚོ་བཀའ་མ་གནང་ཡང་། དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པའི་ཆེད་དུ་དོན་དེ་ཚོས་ངེས་པར་དུ་
བྱེད་དགོས་པར་ཁོ་ཚོས་བསྟན། འོན་ཀྱང་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་རྒྱིག་ལམ་དང་ཚོས་ཀྱི་ཚོག་བྱེད་པའི་སྐོ་
ནས་དགོན་མཚོག་གི་བྱས་མཉེས་པའམ་ཡང་ན་ཁོང་གི་རྒྱལ་སྤིད་དུ་འཇུག་པར་མི་སྤིད་པར་བསྟན། དེ་
ཚོའི་ཚབ་ལ་ང་ཚོས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་དགོས། དད་པ་དེ་ལས་དགོན་མཚོག་དང་འབྲེལ་བ་
ཡག་པོ་འབྱུང། འབྲེལ་བ་དེའི་སྐོ་ནས་དགོན་མཚོག་གི་བྱས་མཉེས་རྗེ་ཡིས་ང་ཚོའི་སེམས་ལ་ཡེ་ཤུ་པའི་
ཏུགས་བརྒྱད་སྟེད། དེ་ལས་རང་གཤིས་གསར་བ་སྟེ་ཞིང་། རང་གཤིས་གསར་བ་དེ་ལས་དགོན་
མཚོག་གི་གཟི་བརྗིད་སྟོན་པའི་སྟོད་ལམ་བཟང་པོ་འབྱུང། དེ་ལྟར་ཉེག་ནས་རྣམས་ཀྱིས་ཚོས་བྲིམས་
ལ་མཁས་པའི་མི་ལས་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་བྲིམས་ལེགས་པར་ཉན་ཐུབ།

6.6 Explanation

The Ten Commandments, the Jewish religious law, and the teachings of the prophets were written down in a book called the Old Testament. In Jesus' day, most people were unable to read this book. So they relied on experts in the religious law to teach it to them. These experts taught the people not only God's law, but also many rules, rituals, and customs of their own. Even though such things were not commanded by God, they told people they must do them in order to obey God. But the Lord Jesus said that it is impossible to please God, or enter his kingdom, by means of rules and rituals. Instead of such things we are to have faith in the Lord Jesus. From that faith comes a right relationship with God. By means of that relationship, God's grace produces the eight characteristics in our hearts. These eight characteristics give us a new nature. From this new nature come good works that glorify God. It is in this way that the disciples can obey God better than the experts in the religious law.

6.7 རང་དོན་གཙོ་བོ།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་ཁོ་ན་ར་དང་པ་ལས་དཀོན་མཆོག་དང་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་འབྱུང་།

☞ གྲོགས་པོ་དང་མཉམ་དུ་གཏམ་སྲིད་བྱེད་ཀྱི།

1. དཀོན་མཆོག་གི་བྱ་བ་རྗེ་དེ་གང་ཡིན་ནམ།
2. མི་རྣམས་ཀྱི་སྲིག་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤིས་དེ་གང་ཡིན་ནམ།
3. དཀོན་མཆོག་གིས་ཡི་ཤུ་པ་རྣམས་ལ་གནང་བའི་རང་གཤིས་གསར་བ་དེ་གང་ཡིན་ནམ།

🧠 སློ་འཛིན་བྱེད་ཀྱི།

ཁྱེད་ཚོ་འཛིན་ཉེན་ཀྱི་འོད་ཡིན། (མད་སྒྲ། 5:14)

🙏 དཀོན་མཆོག་དང་ཡང་དག་པའི་འབྲེལ་བ་ཐོབ་པའི་སློན་ལམ།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་ལགས། ཁྱེད་དང་ཡང་དག་པའི་འབྲེལ་བ་དང་པའི་སློན་ལམ་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཁྱེད་
ཀྱིས་གསུངས་པའི་བཀའ་ངོ་མོའི་སློན་ལམ་གནས་པར་མཛོད། ཨ་མེན།

6.7 Key Point

A right relationship with God comes through faith in the Lord Jesus only.

☞ Discussion Questions

1. What is God's grace?
2. What is man's sinful nature?
3. What is the new nature that God gives to believers?

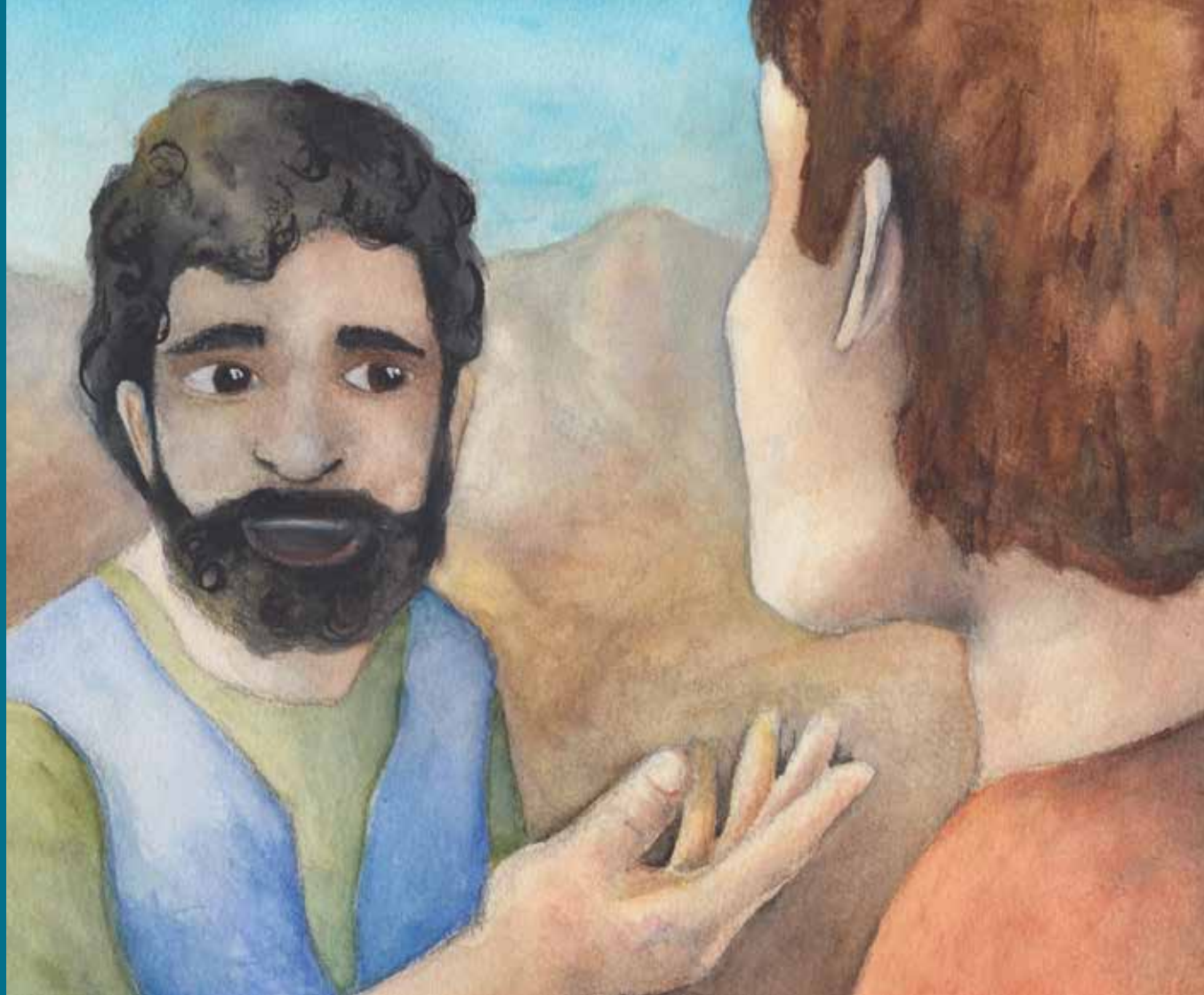
🧠 Memory Verse

You are the light of the world.
(Matthew 5:14)

🙏 A Prayer for a Right Relationship with God

Lord Jesus, let the word you have spoken remain in our hearts, that by faith we may have a right relationship with you. Amen.

7





ཡེ་ཤུ་བདུན་པ།

གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་འི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དགའ་བ།

7.0 སྐབས་འགར་མི་ཚོས་ཡེ་ཤུ་པ་ཡིན་པ་ལས་སྐྱོ་བོ་ཡིན། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཡེ་ཤུ་པ་རྣམས་གནས་སྐོར་བ་མི་དགོས། དགོན་པར་མཚོད་བ་འདུལ་མི་དགོས། དགེ་བ་གསོག་མི་དགོས། ལྷོན་པ་ཡེ་ཤུ་ཉིད་ཀྱིས་གཏམ་དེའི་སྐོར་གང་གསུངས་སམ།

7.1 བཀྲ་ཤིས་ནི་ལྷ་སའི་སློབ་ཤུ་ཚེན་མོའི་སློབ་ཚུལ་གཅིག་ཡིན། ཉིན་ཞིག་ཁོང་ནད་ཀྱིས་བཏབ་ཅིང་། ལྷོན་པ་ཡེ་ཤུ་འི་སྐོར་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་ཚེད་དུ་གྲོགས་པོ་ཞིག་ཁོའི་རྩེ་ལོང་། ཁོས་“གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་བ་བྱེད་ཅིང་ནད་དེ་དྲག་པར་འགྱུར་”ཞེས་ཟེར། གྲོགས་པོ་གཉིས་སློབ་ལམ་བཏབས་ནས་བཀྲ་ཤིས་ནད་ལས་གསོས་པར་གྱུར། དེ་བས་ན་བཀྲ་ཤིས་ནི་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་རྗེས་སུ་འབྲང་མཁན་དུ་འགྱུར་བར་ཐག་གཅོད་བྱས། དད་ལྡན་གཞན་རྣམས་དང་མཉམ་དུ་འདོམས་ཏེ་ཁོ་དང་སློབ་ལམ་བཏབ་ཅིང་། ཁོ་ཚོས་གང་བྱས་པ་ལྟར་བྱས་ཀྱང་། ལྷོད་པ་རབ་པ་སྤངས་ནས་སེམས་མ་བརྒྱུར་རམ།



Chapter Seven: The Difficulty of Following Jesus

7.0 Sometimes people say that being a Christian is easy. They think this way because Christians do not have to go on pilgrimage, give offerings to monasteries, or earn merit. But what does the Lord Jesus himself say about this?

7.1 Tashi is a university student in Lhasa. One day he became ill, and a friend came to tell him about the Lord Jesus, saying, “Believe in Jesus, and you will be healed”. The two friends prayed together and Tashi recovered from his illness. So Tashi decided to follow Jesus. He met with other believers, he prayed with them, and he did the same things that they did. But Tashi did not repent of his sins or obey Jesus from his heart. He tried to serve

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུའི་བཀའ་ལྷན་སེམས་གཏོང་ནས་མ་ཉན། བཀའ་ཤིས་ཀྱིས་སྤར་ལྷ་རྣམས་ལ་གཡོག་བྱས་
 བ་ལྟར་ད་ལྟ་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་ལ་བསྐྱེན་བཀའ་བྱུང་བ་བས་བྱས། བཀའ་ཤིས་ཀྱི་ནང་མིས་ཁོ་ཡི་ཤུ་བར་གྱུར་
 བ་ཤིས་ནས་མི་དགའ་བར་གྱུར་ཞིང་། ཁོ་ལ་ཡི་ཤུའི་ཚོས་མ་དོར་ན་ཁོ་ཚོའི་ཁང་བར་སྤོང་མི་ཚོག་པར་
 བཤད། དེའི་སྤྱིར་བཀའ་ཤིས་ཡི་ཤུ་བ་ལོག་པར་གྱུར། ཁོ་དང་འདྲ་བར་ཡི་ཤུ་བ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་ཡང་།
 རྗེས་ཉེས་མ་སྤངས་སམ། གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་ལ་བཙོས་མིན་གྱིས་དད་པ་བྱེད་མ་སྤོང་མཁན་མང་བོ་ཡོད།
 དེ་ལྟར་གྱི་མི་ནི་སྤྱི་ཕྱོགས་སུ་ཡི་ཤུ་བ་ཡིན་ཡང་། བར་སྤོགས་སུ་ལྷ་ཚོས་པ་ཡིན། གཙོ་བོའི་དོན་དུ་
 རྗེས་བསྐྱེད་དང་གཞོན་འཚོ་འབྱུང་སྐབས་དད་པ་ཉམས་པར་འགྱུར།

7.2 བཀའ་ཤིས་ལྟར་མི་དེ་མི་མི་ཚོ་སྐྱེལ་སྤངས་ཤིག་འདེམས་དགོས། མི་མང་ཆེ་བས་རང་འདོད་
 བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་འཚོ། རྗེས་ཉེས་སྤོང་བར་མི་འདོད། དཀོན་མཚོག་ལ་དོ་སྣང་མི་བྱེད་པར་རྗེས་ཉེས་
 བྱེད་པའི་སྐོར་ནས་བདུད་ལ་གཡོག་བྱེད། དེ་ལྟར་གྱི་འདོད་ཡོན་ལ་ཆགས་པ་རྣམས་ནི་རྗེས་ཉེས་ཀྱི་མི་
 ཉག་པའི་ལོངས་སྤོང་བྱེད་པར་དང་། འཛིག་རྟེན་འདིའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁོ་ཚོར་བསྤོང་བར་བྱེད། གལ་ཏེ་
 དཀོན་མཚོག་གི་འཕྲིན་བཟང་བོས་ན། ཐེ་ཚོམ་སྐྱེས་ནས་དད་པ་མ་བྱེད་དམ། བཀའ་ཤིས་ལྟར་སྤོང་
 བ་རན་པ་མ་སྤོང་བར་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་ལ་དད་མཁན་ཡིན་མཛད་བྱེད། མི་ཚོས་ལྷ་རྣམས་ལ་གཡོག་བྱེད་
 བ་ལྟར་མི་སུས་ཀྱང་དཀོན་མཚོག་ལ་བསྐྱེན་བཀའ་བྱུང་བའི་སྤྱིར་། སྤྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤོང་ལམ་བཟང་བོ་འཇམ།

Jesus in the same way that he had previ-
 ously served the gods. When Tashi's fam-
 ily saw that he had believed in Jesus, they
 became very unhappy. They told him that
 he must leave this religion or he could no
 longer live with them. So Tashi decided
 not to follow Jesus any longer. There are
 many people like Tashi who say they are
 Christians, but who do not repent of their
 sins or obey Jesus sincerely. Such people
 are Christians on the outside, but pagans
 on the inside. When trouble or persecu-
 tion comes because of the Lord Jesus,
 they fall away.

7.2 Like Tashi, each of us must choose
 the way in which we live. Most people
 live to please themselves. They do not
 want to give up their sins. They pay no
 attention to God, and by sinning they
 serve the devil. Those who live in this self-
 indulgent way experience the temporary
 pleasures of sin and have the praise of the
 people of this world. If they hear the gos-
 pel, they hesitate and do not believe, or
 like Tashi, pretend to believe without re-
 penting of their sin. No one can serve
 God in the same way that people serve
 gods and idols. We cannot receive God's

ཚེས་ཀྱི་ཚོགས་འདུན་ལ་འཇོག་མཚོགས་ཀྱི་བྱིན་རླབས་འཕྲོ་མི་སྲིད། དཀོན་མཚོགས་ལ་འདེད་རྣམས་ཀྱི་
གཏམ་མཐུ། མཚོད་པ། དདུལ་ལ་སོགས་པའི་དགེ་བ་གསོག་པའི་ལས་མི་དགོས། ཁོང་གི་སྤྱད་པ་
ཁོ་ལས་ཐར་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་བཏོན་ཅི་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་ཁོང་གི་བཀའ་ལ་ཉན་དགོས།

7.3 འཇིག་རྟེན་འདིའི་མི་རྣམས་ཀྱི་མི་ཚོ་སྐྱེལ་སྤངས་སྤོང་བ་ཡིན། བདེན་པ་དེ་ཤེས་མཁན་རྣམས་
ཀྱིས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་སྐོན་ནས་ཐར་བར་འགྱུར་བའི་ཚེད་དུ་འབད་བརྩོན་གནང་བྱེད།
ཁོང་གིས་ཁོ་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་རྒྱུད་ཤིང་ལ་སློག་སྤོས་བཏང་གནང་བས། ཁོ་ཚོས་རང་འདོད་ལྟར་མི་ཚོ་
སྐྱེལ་བ་སྤངས་ནས་གཙོ་བོ་སྤྱད་པ་མཉམས་པའི་མི་ཚོ་སྐྱེལ། དེ་ནི་ལས་སྤོ་བའི་ལས་ཁོང་གི་རྗེས་སུ་
འབྲང་བར་དཀའ་བའི་སྐོར་ལ་རེ་ཚོས་བསམ་སྤོ་ཞིབ་སྤོ་གཏོང་དགོས། (ལུ་ཀླ 14:28-33) དེའི་
སྤྱིར་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་གལ་ཏེ་མི་སུ་ཞིག་ང་ཡི་རྗེས་སུ་འབྲང་འདོད་ན། རང་ཉིད་དོར་ནས་རང་གི་རྒྱུད་
ཤིང་འཇུར་ཏེ་ང་ཡི་རྗེས་སུ་འབྲང་དགོས་ཞེས་གསུངས། (མར་ཀླ 8:34) རང་ཉིད་དོར་བའི་དོན་ནི་
ཉིན་ལྟར་སྤོ་བར་བྱེད་པའི་ལག་པ་གཡས་པ་གཙོད་པ་དང་། ཅི་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་སྤོང་བ། བ་མ་
གཉིས་ལས་དཀོན་མཚོགས་ལ་བརྩེ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤོད་ལམ་དེ་ཡིན། (མད་གླ 5:30) ལུ་ཀླ
14:33, 14:26) དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་དུས་སུ་འཇིག་རྟེན་འདིའི་མི་དང་། སྤྱིག་ཉེས་ཀྱི་རང་གཤིས།
བདུན་སྟེང་གསུམ་གྱིས་རེ་ཚོར་སྤོ་བར་འགྱུར་དེས། འོན་ཀྱང་དད་པ་དང་། དམ་པའི་གསུང་རབ་

blessings by good outward behavior, or
by religious rituals. God does not want
our merit-accumulating words, good
works, money, or sacrifices. If we are to
be saved from God's wrath, we must give
up all we have, and obey him.

7.3 This world's way of living is empty.
Those who realize this truth make every
effort to be saved by believing in the
Lord Jesus. He sacrificed himself on the
cross for them, so they give up living for
themselves, and live lives that please the
Lord. This is not easy work, and we
must think carefully about the difficulty
of following him (Luke 14:28-33). This
is why the Lord Jesus said, 'If anyone
wishes to come after me, he must deny
himself, and take up his cross and follow
me' (Mark 8:34). 'Deny himself' means
daily cutting off the right hand that
tempts us (Matthew 5:29-30), giving up
all we have (Luke 14:33), and loving
God more than our parents (Luke
14:26). As we do so, the people of this
world, our own sinful nature, and the
devil are certain to oppose us. But using
the weapons of faith, Bible study, prayer,
and the sacraments, we can overcome

ལ་སྐོབ་སྐོབ་བྱེད་པ། སྐོབ་ལམ། ལྷན་གསོལ། གཙོ་བོའི་དྲན་རྟེན་གྱི་ཞལ་ཟས་ལ་སོགས་པའི་
མཚོན་ཆ་ཐོག་ནས་དེ་ཚོ་ཐམས་ཅད་ལས་རབ་ཏུ་རྒྱལ་ནས་དཀོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་འཇུག་སྲིད།
གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་འཕྲིན་བཟང་མི་གཞན་ལ་སྐོག་དུས་ངེད་ཀྱིས་དེའི་དཀའ་ལས་དང་ཕན་པ་གཉིས་ཀ་
ཁོ་ཚོར་གསལ་བཤད་བྱེད་དགོས།

7.4 འཕྲིན་བཟང་ཐོག་ནས་དཀོན་མཚོག་གིས་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚོ་དང་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་འཆི་བ་
ངེད་རྣམས་ཀྱི་མདུན་དུ་འཇོག་པར་མཛད། སྤྲིག་པའི་རང་གཤིས་དང་བསྐྱབ་པའི་སྦྱོད་པ་བྱས་ན་འཆི་
བར་ངེས། འོན་ཀྱང་དཀོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་ན་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚོ་འཕྲོ་བར་འགྱུར། དེའི་
ཕྱིར་འཚོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རང་ཉིད་དོར་ནས་དཀོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པར་འདེམས་དགོས། དེ
ལྟར་བྱས་ན་དཀོན་མཚོག་གི་བྱུགས་རྗེ་ཡིས་ང་ཚོའི་སེམས་ལ་རྟགས་བརྒྱད་དང་། དམ་པའི་བྱུགས་
ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྦྱེད་པར་མཛད། དེ་ནས་ང་ཚོས་བཙོན་མིན་སེམས་ནས་དཀོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་
ཉན་ཞིང་། དཀོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་བྱ་དགའ་ཆེན་པོ་ཡོད་པར་འགྱུར། དེའི་ཕྱིར་གཙོ་བོ་ཡེ་
ཤུས་དཀོན་མཚོག་གི་རྒྱལ་སྤྲིད་ཅི་ཞིང་ཁམས་སུ་ཡོད་པའི་གཏེར་ཞིག་དང་འདྲ་བ་ཡིན། མི་ཞིག་གིས་
གཏེར་དེ་རྙེད་ནས་ཡང་བསྐྱར་སྤྲོས་པ་དང་། དགའ་བའི་རང་ནས་སོང་ཞིང་། རང་ལ་ཡོད་པ་ཐམས་
ཅད་བཙོན་ནས་ཞིང་ཁ་དེ་ཉོས། ཡང་དཀོན་མཚོག་གི་རྒྱལ་སྤྲིད་ཅི་ལྟར་སྤྲོས་ལེགས་འཚོལ་བའི་

them and enter heaven. When we tell others about the good news of the Lord Jesus, we must explain both the difficul-
ties and the benefits.

7.4 In the gospel, God sets boundless life and eternal death before us. If we live according to our sinful nature, we will die, but if we live in obedience to God, we will live forever. Therefore all of us should choose to deny ourselves and to obey God. If we do so, God's grace works in our hearts to produce the eight characteristics and the fruit of the Spirit. Then we can obey God's commandments sincerely, from our hearts, and have a great reward in heaven. This is why the Lord Jesus said that the kingdom of God is like a treasure hidden in a field, which a man found and hid again, then joyfully went and sold all that he had in order to buy that field. And it is like a merchant in search of fine pearls; finding one of great value, he went away and sold all

ཚོང་དཔོན་ཞིག་དང་འདྲ་བ་ཡིན། སུ་ཉིག་རིན་ཚེན་ཞིག་མཐོང་ནས་མ་རྩེན་ཞིང་རང་ལ་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་བཙོང་ས་ཉེ་ཉོས་ཞེས་གསུངས། ང་ཚོ་སུ་ཉིག་དེ་རྗེས་ནས་དཀོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་དགའ་བར་འགྱུར་བར་ཤོག །

7.5 རང་དོན་གཙོ་བོ།

མི་ཚོས་ལྷ་རྣམས་ལ་གཡོག་བྱེད་པ་ལྟར་མི་སུས་ཀྱང་དཀོན་མཚོག་ལ་བསྟེན་བཀུར་བྱེད་མི་སྲིད། མི་སྲིད་ཀྱི་སྲོད་ལམ་བཟང་བོ་འདུ། ཚོས་ཀྱི་ཚོག་བྱེད་པའི་སྐོར་ནས་དཀོན་མཚོག་གི་བྱིན་རླབས་འཕྲོ་མི་སྲིད། དཀོན་མཚོག་ལ་ང་ཚོའི་གཏམ་མཐུ། མཚོད་པ། དདུལ་ལ་སོགས་པའི་དགོ་བ་གསོག་པའི་ལས་མི་དགོས། མེམས་ཀྱི་གཉིང་ནས་དཀོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་དད་པ་བྱས་ཉེ་སྲོད་པ་རན་བ་རྣམས་སྲུངས་ནས་མེམས་བསྐྱར་བ་ཁོ་ནའི་སྐོར་ནས་དཀོན་མཚོག་ལ་ལེགས་པར་བསྟེན་བཀུར་བྱེད་སྲིད།

📖 གྲོགས་པོ་དང་མཉམ་དུ་གཏམ་སྲིད་བྱེད་ཐུ།

1. མི་ཚོས་ལྷ་རྣམས་ལ་གཡོག་བྱེད་པ་ལྟར་ང་ཚོས་དཀོན་མཚོག་ལ་བསྟེན་བཀུར་བྱེད་སྲིད་དམ།
2. མྲིག་པའི་རང་གཤིས་དང་བསྐྱེད་པའི་སྲོད་པ་བྱས་ན་ཅི་འགྱུར་བར་འགྱུར་རམ། (རོ་སྤ་པ། 8:6 ལ་གཟིགས་)
3. དཀོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་ན་ཅི་འགྱུར་བར་འགྱུར་རམ།

he had and bought it. May all of us find this pearl and rejoice in heaven.

7.5 Key Point

No one can serve God in the same way that people serve gods and idols. We cannot receive God's blessings by good outward behavior, or by doing religious rituals. God does not need our merit-accumulating words, good works, money, or sacrifices. Only by sincerely believing God's word and repenting of our sins can we serve God rightly.

🗨️ Discussion Questions

1. Can we serve God in the same way that people serve gods and idols?
2. If we live according to our sinful nature, what will happen? (See Romans 8:6)
3. If we obey God's word, what will happen?

 **སློལ་ཚེན་བྱེད་གྱུ།**

གལ་ཏེ་མི་སྲུ་ཞེག་ང་ཡི་རྗེས་སྲུ་འབྲང་འདོད་ན། རང་ཉིད་དོར་ནས་རང་གི་རྒྱུང་ཤིང་འཁུང་ཏེ་
ང་ཡི་རྗེས་སྲུ་འབྲང་དགོས། (མར་ཀུ 8:34)

 **སློལ་གཏད་ཚོག་པར་འགྱུར་བའི་སློབ་ལམ།**

གཙོ་བོ་ཡི་ལྷ་ལགས། བྱིད་ཀྱི་རྒྱལ་སྲིད་གང་སར་བྱུང་བའི་ཚེད་དུ། ང་ཚོ་བྱིད་ཀྱི་བཀའ་ལ་བྲིམས་
སྲུང་ཞིང་སློབ་མཁན་དུ་སྐྱུར་བར་མཛད་ད། ཨ་མེན།

 **Memory Verse**

If anyone wants to come after me, he must deny himself and, carrying his cross, follow after me. (Mark 8:34)

 **A Prayer for Faithfulness**

Lord, please cause us to obey your commands and teach them, so that your kingdom will spread everywhere. Amen.







ལེའུ་བརྒྱུད་པ།

སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་བྲིམས་ལ་ཉན་པའི་

སྐོར་གསུངས་པ།

(མད་མྱ། 5:21-30)

8.0 སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་མི་རྒྱལ་གྱི་སེམས་ནི་སྤྱི་ཚུལ་གྱི་སྟོན་ལམ་གྱི་འབྲུང་ལུངས་ཡིན་པ་བསྟན་པར་མངོན།
གཞན་ཡང་། ང་ཚོའི་སེམས་ནི་རྩ་བ་ཡིན་ཞིང་། ང་ཚོའི་སྟོན་ལམ་འབྲས་བུ་དང་འབྲ་བ་ཡིན། དེའི་སྤྱིར་
དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་བྲིམས་ལ་ཉན་པ་ནི་སྤྱི་ཚུལ་གྱི་དོན་མིན་ཏེ་ནང་སེམས་ཀྱི་དོན་ཡིན། ལེའུ་འདིར་
སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་བྲིམས་ཀྱི་ནང་དོན་གསལ་ལོར་སྟོན་པར་མངོན།

8.1 སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་རང་གི་ཉེ་གཞན་རྒྱལ་གྱི་སྐོར་བྲིམས་ལ་མཁས་པའི་མི་རྒྱལ་ལས་དགོན་མཚོག་གི་
བཀའ་ལ་ལེགས་པར་ཉན་དགོས་པ་གསུངས། དེ་ནི་རི་ལྷ་ར་བྱེད་པ་ལོ་རྒྱལ་ལ་སྟོན་པའི་ཆེད་དུ་ལོང་



Chapter Eight: Jesus Speaks About Obeying God's Law

(Matthew 5:21-30)

8.0 The Lord Jesus once said that our heart is the source of our outward behavior (Mark 7:21-23). In other words, the heart is the root, and our behavior is the fruit. This is why obeying God is not just a matter of our outward behavior, but of our minds and hearts. In this chapter, Jesus explains the true meaning of God's commandments.

8.1 Jesus told his disciples that they must obey God's law better than the experts in the religious law. In order to show them how to do this, he gave them six examples

གིས་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་སློན་མེད་པར་སྤང་བའི་དཔེ་དུག་བཞག་པར་མཛད། དཔེ་རེ་རེ་མི་འི་སློག་མ་གཙོ་དུ་གཅིག་ཅེས་ལ་སོགས་པའི་ཚོས་བྲིམས་ལ་མཁས་པའི་མིས་བསྟན་པའི་སློག་ལམ་ཞིག་ཡིན། སློག་ལམ་རེ་རེ་གསུངས་པའི་རྗེས་སུ་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུས་དེའི་ནང་དོན་གསལ་པོར་སློན་པར་མཛད། དེ་ལྟར་མཛད་པའི་སློན་ལས་འོང་གིས་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པ་ནི་སྤྱི་ལ་བྱེད་པ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་མིན་པར་བསྟན། དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་སློང་ཐག་པ་ནས་ཉན་པ་འོ་ན་ཡིས་དགོན་མཚོག་གུགས་མཉེས་པར་བྱེད་ཐུབ།

8.2 ལྟ་བུ།

21 གཙོ་བོ་ཡི་ཤུས་“གནའ་བོའི་དུས་ཀྱི་མི་རྣམས་ལ་མི་འི་སློག་མ་གཙོ་དུ་གཅིག་ཅེས་དང་། མི་འི་སློག་གཙོ་དུ་གཅིག་ཅེས་ལ་བྲིམས་གཙོ་དུ་འཕྲོག་ཉེན་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་བྱེད་རྣམས་ཀྱིས་ཐོས་ཡོད། 22 འོན་ཀྱང་ངས་བྱེད་ཚོལ་ཟེར་རྒྱུར། མི་སུས་ཀྱང་རང་གི་སྐྱུ་རྩེ་ལ་འཁྲུ་མཁན་དེ་རྣམས་ལ་ཡང་བྲིམས་གཙོ་དུ་འཕྲོག་ཉེན་ཡོད་ཅིང་། རང་གི་སྐྱུ་རྩེ་ལ་འཁྲུ་བཞེད་མཁན་ལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་མདུན་དུ་བྲིམས་གཙོ་དུ་འཕྲོག་ཉེན་ཡོད། གཞན་ལ་སྐྱུ་རྩེ་ལ་འཁྲུ་བཞེད་ཅེས་ཟེར་མཁན་ལ་མེ་དང་ལྗན་པའི་དུམ་ལ་འཁྲུ་བཞེད་ལ་འགྲོ་ཉེན་ཡོད། 23 དེའི་སྤྱིར་མཚོན་གྱི་མདུན་དུ་མཚོན་པ་ཞིག་ལུ་ལ་བའི་སྐབས་སུ་དེར་བྱེད་ཀྱི་སྐྱུ་རྩེ་བྱེད་དང་མ་མཐུན་པ་ཞིག་ཡོད་པར་དྲན་ན། 24 བྱེད་ཀྱི་མཚོན་པ་དེ་མཚོན་གྱི་མདུན་དུ་བཞག་ནས་སོང་ལ། སློན་དུ་བྱེད་

of faultless obedience to God’s word. Each example is a rule taught by the experts in the religious law, such as ‘Do not murder’. After stating each rule, the Lord Jesus clearly explains its true meaning. In doing so, he showed that obedience to God’s word is not merely what is done outwardly. Only sincere obedience from the heart can please God.

8.2 Scripture Text

21 “You have heard that it was said to those of old, ‘You shall not murder; and whoever murders will be liable to judgment.’ 22 But I say to you that everyone who is angry with his brother will be liable to judgment; whoever insults his brother will be liable to the council; and whoever says, ‘You fool!’ will be liable to the hell of fire. 23 So if you are offering your gift at the altar and there remember that your brother has something against you, 24 leave your gift there before the altar and go. First be reconciled to

གྱི་སྐྱེན་ལྷན་དང་སྐྱེས་པར་གྱུར་ཅིག དེ་ནས་ཤོག་ལ་ཁྱེད་གྱི་མཚོན་པ་ཤུལ། ²⁵ ཁྱེད་དང་ཁྱེད་
 གྱི་ཁ་གཏད་གཉིས་ཁྲིམས་རང་འགོ་དུས་ལམ་བར་དུ་ཁོ་དང་མཁྱོགས་པོར་མཐུན་འགྲིག་བྱེས་
 ཤིག དེ་མིན་ན་ཁ་གཏད་དེས་ཁྱོད་ཁྲིམས་དཔོན་ལ་གཏོང་བ་དང་། ཁྲིམས་དཔོན་གྱིས་
 བཙོན་སྡུང་པར་གཏད་ནས་ཁྱེད་བཙོན་ཁང་དུ་འཇུག་ཉེན་ཡོད། ²⁶ དེ་ལྟར་ན་ངས་ཁྱེད་ཚོ་ལ་
 བདེན་པར་ཟེར་རྒྱུར། མཐའ་མའི་སྒོར་མོ་གཅིག་དེ་ཡང་འཇུག་མ་ཚར་བའི་བར་དུ་ཁྱོད་དེ་
 ལས་ཐར་མི་རྒྱུད་ཅེས་གསུངས།

your brother, and then come and offer your gift. ²⁵ Come to terms quickly with your accuser while you are going with him to court, lest your accuser hand you over to the judge, and the judge to the guard, and you be put in prison. ²⁶ Truly, I say to you, you will never get out until you have paid the last penny.”

8.3 འགྲེལ་བ། དཔེ་དང་པོ། མིའི་སློག་མ་གཙོད་ཅིག

དཀོན་མཚོག་གི་བཀའ་ཁྲིམས་བཅུ་འདུག་པ་ཞི་མིའི་སློག་མ་གཙོད་ཅིག་ཅེས་པ་དེ་
 ཡིན། ཚོས་ཁྲིམས་ལ་མ་ཁས་པའི་མིས་བསྟན་པ་ལྟར་མིའི་སློག་ནམ་ཡང་མ་གཙོད་མཁན་གྱིས་
 བཀའ་དེ་བསྐྱུངས་ཟིན་ལོ། འོན་ཀྱང་ཚོས་ཁྲིམས་ལ་མ་ཁས་པའི་མི་རྣམས་ལས་སྟོན་པ་ཡེ་ལྷན་
 བཀའ་དེའི་ནང་དོན་ལེགས་པར་མཁྱེན། མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དཀོན་མཚོག་གསལ་མི་གཞན་གྱི་དོན་
 གཉེས་པ་ལས་རང་དོན་གཉེས། མི་གཞན་གྱིས་ཚོལ་བས་གང་འདོད་པ་མི་འཐོབ་སྐྱབས་ཁོང་ཁྱོད་
 སྟོང་། ཚྱོད་སྐྱོང་བྱེད་པ་དང་། དམའ་འབེབས་གཏོང་བ། རྒྱབ་བཤད་རྒྱག་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱོད་
 པ་རན་པའི་སྐོ་ནས་ང་ཚོས་མི་གཞན་ལ་མེད་པ་བྱེད་ཐབས་བྱེད། གཙོ་བོ་ཡེ་ལྷན་དེ་ལྟར་གྱི་སྐྱོད་པ་

8.3 Explanation - The First Example: Do Not Murder

The sixth of God’s ten commandments is, “You shall not murder”. According to the teaching of the experts in the religious law, the person who has not murdered anyone has kept this commandment. But Jesus understood the meaning of this commandment better than the experts in the religious law. All human beings naturally seek their own interests before those of God or other people. When others oppose us and keep us from getting what we want, we become angry. We seek to destroy the other person by means of arguments, slander, or insults. The Lord Jesus said that such behavior is not only sinful, it is

ཅི་སྒྲིག་ཉེས་ཡིན་པ་མ་ཟད། དུམ་ལ་ཁམས་སུ་མཐའ་མེད་པའི་ཉེས་ཆད་གཏོང་འོས་པ་ཡིན་པར་གསུངས། དེའི་སྒྲིག་ཁ་གཏད་པའམ་དགྲ་བོ་ཡིན་ཡང་ངེས་པོ་དང་མི་མཐུན་པ་ཞིག་ཡོད་ན། ང་ཚོས་མཁྲོགས་པོར་སྐྱུམ་པར་བྱེད་དགོས། འཕྲོག་མི་སྲིད་པའི་བཙོན་ཁང་ལ་འཇུག་པ་ལས་ངོག་མོང་བར་འགྲུབ་པ་དེ་ལྟེགས། (མད་སྐྱ 25:41)

8.4 ལྔ་བ།

27 གཙོ་བོ་ཡི་ལྟུང་། “ལོག་གཡེམ་མ་བྱོས་ཤིག་ཅིས་གསུངས་པ་ཁྱེད་རྣམས་ཀྱིས་ཐོས་ཡོད།
 28 འོན་ཀྱང་ངས་ཁྱེད་ཚོ་ལ་ཟེར་རྒྱུར། སྐྱུས་ཀྱང་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་སྲུང་མེད་ཅིག་ལ་བརྟུས་ན་ཡང་རང་གི་སེམས་ལ་ཁོ་མོ་མཉམ་དུ་ལོག་གཡེམ་བྱས་ཟིན་འོ། 29 གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱི་མིག་གཡེམ་པས་ཁྱེད་སྐྱུ་བར་བྱས་ན། མིག་དེ་བཏོན་ནས་དབྱུག་ཅིག་ ལྷས་རྩིལ་པོ་དུམ་ལ་ཁམས་སུ་གཡུག་པ་ལས་ཁྱེད་ཀྱི་ལྷས་ཀྱི་ཡན་ལག་གཅིག་བརྟུག་པ་དེ་ལྟེགས།
 30 ཡང་གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱི་ལག་གཡེམ་པ་ཡིས་ཁྱེད་སྐྱུ་བར་བྱས་ན། ལག་པ་དེ་བཙུང་ནས་དབྱུག་ཅིག་ ལྷས་རྩིལ་པོ་དུམ་ལ་ཁམས་སུ་འགྲོ་བ་ལས་ཁྱེད་ཀྱི་ལྷས་ཀྱི་ཡན་ལག་གཅིག་བརྟུག་པ་དེ་ལྟེགས།” ཞེས་གསུངས།

worthy of eternal punishment in hell. So if even our opponents or enemies have something against us, we must quickly make peace. It is better to be put to shame than to be put into a prison from which no one can ever come out (Matthew 25:41).

8.4 Scripture Text

27 “You have heard that it was said, ‘You shall not commit adultery.’ 28 But I say to you that everyone who looks at a woman with lustful intent has already committed adultery with her in his heart. 29 If your right eye causes you to sin, tear it out and throw it away. For it is better that you lose one of your members than that your whole body be thrown into hell. 30 And if your right hand causes you to sin, cut it off and throw it away. For it is better that you lose one of your members than that your whole body go into hell.”

8.5 འགྲེལ་བཤུས་པ། དཔེ་གཉེས་པ། འོག་གཡེམ་མ་བྱེད་ཅིག

དཀོན་མཚོག་གི་བཀའ་ཁྲིམས་བཅུ་ཡི་ནང་ནས་བཀའ་བདུན་པ་ནི་འོག་གཡེམ་མ་བྱེད་ཅིག་ཅེས་པ་དེ་ཡིན། ཚོས་ཁྲིམས་ལ་མཁུལ་པའི་མིས་བརྟན་པ་ལྟར་མི་གཞན་གྱི་བཟའ་ཚུབ་དང་མི་འདུ་བའི་སྐོར་ནས་བཀའ་དེ་སྤྱང། འོན་ཀྱང་སྟོན་པ་ཡི་ཤུས་སུས་ཀྱང་འདོད་ཆགས་སྐྱེས་ཏེ་བྱུང་མེད་གཅིག་ལ་བལྟས་ན་རང་གི་སེམས་ལ་འོ་མོ་མཉམ་དུ་འོག་གཡེམ་བྱས་ཟིན་ཞེས་གསུངས། དཀོན་མཚོག་གིས་སྤྱི་ཚུལ་གྱི་སྟོན་པ་ཙམ་མིན་ཏེ། ང་ཚོའི་བསམ་པ་དང་འདོད་དོན་རྣམས་ལ་འདག་ཟེགས། འོག་གཡེམ་དང་མིའི་སྐོག་གཙོད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲིག་ཉེས་ལ་སྟོན་འགོག་བྱེད་པའི་ཚེད་དུ་དེའི་རྒྱ་རྒྱུན་ནི་སེམས་གཏིང་ནས་མེད་པ་བཟོ་དགོས། སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་རྩ་བ་བཀོག་ན་དེའི་འབྲས་བུ་སྐྱེ་མི་སྲིད། ཉེག་ནས་ཀྱིས་དངོས་སུ་རང་གི་མིག་འདོན་བའམ་ལག་བཀོད་པ་ནི་སྟོན་པ་ཡི་ཤུས་ཤུགས་དགོངས་རྩ་བ་ནས་མ་ཡིན་ཏེ། དཀོན་མཚོག་གི་རྒྱལ་སྲིད་དུ་འཇུག་པ་ལས་ཐ་ན་མིག་གཡེམ་པའམ་ལག་བཀོད་པ་ནི་གལ་ཆེ་མིན་པར་སྟོན་པའི་སྤྱི་ཚུབ་འོག་གི་ཉེག་ནས་ལ་དེ་ལྟར་གསུངས། འོན་ཀྱང་དེ་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ལ་གནས་ཡོད་པའི་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་རྩ་བ་རི་ལྟར་མེད་པ་བྱེད། དེད་ཀྱིས་སྟོན་པ་རབ་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བརྒྱུར་ཏེ་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་དགོས། དེ་ནས་དཀོན་མཚོག་གི་ཤུགས་རྗེ་ཡིས་དེད་ཀྱི་སེམས་ལ་ཉགས་བརྒྱད་དེ་སྐྱེད། དེ་ལས་རང་གཤིས་གསར་བ་དེ་འབྱུང་ཞིང་། དེའི་སྐོར་ནས་དེད་ཀྱིས་སྐྱིང་ཐག་པ་ནས་དཀོན་མཚོག་གི་བཀའ་སྤྱང།

8.5 Explanation - The Second Example: Do Not Commit Adultery

The seventh of God's ten commandments is, "Do not commit adultery." According to the teaching of the experts in the religious law, one kept this command by not having sex with another man's wife. But Jesus said that the one who looks at a woman with lustful desire has already committed adultery with her in his heart. God sees not only outward actions but also the thoughts and intentions of our hearts. To prevent sins like adultery or murder, the causes of such sins must be destroyed within our hearts. If we dig up the roots of sin, it cannot bear fruit. Jesus did not at all want his disciples to actually take out their eyes or cut off their hands. He said these things to show his disciples that not even a right eye or a right hand is more important than entering God's kingdom. So then, how are we to destroy the root of sin in our hearts? We must repent of our sin and believe in the Lord Jesus. Then God's grace will produce the eight characteristics in our hearts. From this comes the new nature, by which we keep God's commandments with a sincere heart.

8.6 བཤོམ་མཚོག་གི་

དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པ་ནི་ངཚོའི་དད་སེམས་ནས་འབྱུང་།

☞ གྲོགས་པོ་དང་མཉམ་དུ་གཏམ་སྲིད་བྱེད་ཀྱི།

1. མི་གཞན་ཞིག་ངཚོ་དང་མ་མཐུན་པ་ཞིག་ཡོད་ན་ཅི་བྱེད་དགོས་སམ།
2. དེ་དཀྱིལ་སྐྱོ་སེམས་ལ་གནས་ཡོད་པའི་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་རྩ་བ་ཅི་ལྟར་མེད་པ་བྱེད་དམ།

🧠 སློའ་འཛིན་བྱེད་ཀྱི།

སུས་ཀྱང་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་བྱུང་མེད་ཅིག་ལ་བལྟས་ན་ཡང་རང་གི་སེམས་ལ་འོ་མོ་མཉམ་དུ་ལོག་གཡེམ་བྱས་ཟེན་འོ། (མད་བླ་ 5:28)

🙏 དགོན་མཚོག་གི་སྤྲུགས་དགོངས་བཅོས་མིན་སེམས་ནས་སྐྱབ་པའི་སློབ་ལམ།

ཡལ་དགོན་མཚོག་ལགས། སེམས་ཀྱི་གཏིང་ནས་བྱེད་ཀྱི་སྤྲུགས་དགོངས་བཅོས་དུ་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ། དམ་པའི་སྤྲུགས་ཉིད་དགོན་མཚོག་ཀྱི་སྤྲུག་ལས་ཀྱི་སློབ་ནས་ངཚོའི་སེམས་དག་པར་མཛོད། དེ་ནི་བྱེད་ཀྱི་སྤྲུག་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་མཚན་ཀྱི་སློབ་ནས་སློབ་ལམ་ལྟའོ། ཨ་མེན།

8.6 Key Point

Obedience to God’s word comes from our hearts.

🗨️ Discussion Question

1. If someone else has something against us, what should we do?
2. How are we to destroy the root of sin in our hearts?

🧠 Memory Verse

I say to you that everyone who looks at a woman with lust for her has already committed adultery with her in his heart. (Matthew 5:28)

🙏 A prayer for Doing God’s Will Sincerely

Father God, cleanse our hearts by the work of your Holy Spirit, so that we may do your will sincerely, from the heart. We pray this in the name of your Son Jesus. Amen.







ལེའུ་དགུ་པ།
ཁ་བཤད་དོན་ལ་གནས་པའི་སྐོར།
(མད་གླ། 5:31-37)

9.0 དེང་སང་སྐྱེས་པ་དང་བུད་མེད་མང་པོ་ཆང་ས་མི་རྒྱལ་པར་མཉམ་དུ་སྡོད་པ་མ་ཟད། ཆང་ས་རྒྱལ་
ཟིན་པ་མང་པོས་བཟའ་རྒྱ་བཞག ལེའུ་འདིར་སྡོན་པ་ཡེ་ཤུ་སྐོར་འོས་པའི་གནས་སྡེངས་དེའི་སྐོར་
གསུངས། (གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱིས་གཉེན་སྲིད་གི་སྐོར་ལྟག་པར་ཤེས་འདོད་ན། དམ་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་
ཞལ་ཆད་གསུང་པའི་མདོ་བདུན་པ་སྟེ་སྐྱེ་ཚབ་པའུ་ལུ་ཡིས་ཀོ་རི་བུ་གོང་ཁྱེད་ལ་སྡོད་མཁན་རྣམས་
ལ་བྲིས་པའི་འཕྲིན་ཡིག་དང་པོ་ལེའུ་7 ཡང་1-16 དང་། མདོ་བཟུལ་སྟེ་སྐྱེ་ཚབ་པའུ་ལུ་ཡིས་ཨེ་ཐེ་
སུ་གོང་ཁྱེད་ལ་སྡོད་པ་རྣམས་ལ་བྲིས་པའི་འཕྲིན་ཡིག་ལེའུ་5 ཡང་22-33 ལ་གཟིགས།)



Chapter Nine:
Jesus Speaks About
Doing What We Say
We Will Do
(Matthew 5:31-37)

9.0 Today, many couples live together without getting married, and many of those who do get married divorce one another. In this chapter, Jesus speaks about this unfortunate situation. (If you would like to know more about marriage, see the seventh book in the New Testament, which is the Apostle Paul's first letter to the people living in in the city of Corinth, chapter 7, verses 1-16; and the tenth book of the New Testament, which is the Apostle Paul's letter to the people living in the city of Ephesus, chapter 5, verses 22-33.)

9.1 ལུ་བ།

31 གཙོ་བོ་ཡི་ལུས་“རང་གི་བཟའ་ལྷ་བཞག་པ་དེས་ཁོ་མོ་ལ་བཟའ་ཚང་ལ་བུལ་བའི་ཡི་གེ་
སྒྲིང་དགོས་ཞེས་གསུངས་ཡོད། 32 འོན་ཀྱང་རས་ཁྱེད་ཚོ་ལ་ཟེར་རྒྱུར། འོག་གཡེམ་གྱི་རྒྱ་
ཡིས་མ་གཏོགས་པར། རང་གི་བཟའ་ལྷ་བཞག་པ་དེས་ཁོ་མོ་ལ་འོག་གཡེམ་བྱེད་དུ་འཇུག
བཟའ་ཚང་ལ་བུལ་སྟེ་བའི་སྲུང་མེད་གཅིག་བཟའ་ལྷ་ར་ལེན་མཁན་དེས་འོག་གཡེམ་བྱེད་”
ཅེས་གསུངས།

9.2 འགྲེལ་བ། དཔེ་གསུམ་བ། བཟའ་ཚང་ལ་བུལ་བ།

ཚོས་ཁྲིམས་ལ་མཁས་པའི་མིས་བརྟན་པ་ལྟར་བཟའ་ཚང་ལ་བུལ་བའི་ཡི་གེ་བྲིས་ཏེ་རྒྱུང་མ་ལར་བཏང་
ནས་ཁག་ཁག་བྱེད་ཚོགས་ དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་དཔེ་ལས་སྐྱ་བོ་ཡིན། འོན་ཀྱང་སྲུང་མེད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་
ཁྱོ་ག་དང་ལ་བུལ་མ་ཚོགས་ སྐྱེས་པས་རང་གི་བཟའ་ལྷ་གཡུགས་བཞག་ན་ཁོ་མོ་ལ་སྟོང་ལག་སྟོང་དུ་
འགོ་དགོས་བྱུང་བས། ལུ་མཐུང་དེ་མི་ཚོ་སྐྱེལ་བའི་བྱིར་སྐྱེས་པ་གཞན་དང་ཚངས་རྒྱུག་དགོས། དེའི་
བྱིར་རང་གི་རྒྱུང་མ་གཡུགས་བཞག་པ་དེས་ཁོ་མོ་ཚངས་རྒྱུག་དུ་འཇུག་ཅིང་། འོག་གཡེམ་བྱེད་མཁན་
དུ་སྐྱུར། རྟོན་པ་ཡི་ལུས་དེ་ཉི་མེད་ཉེས་ཡིན་པ་གསུངས། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཐོག་མར་དགོན་མཚོགས་

9.1 Scripture Text

31 “It was also said, ‘Whoever divorces his wife, let him give her a certificate of divorce.’ 32 But I say to you that everyone who divorces his wife, except on the ground of sexual immorality, makes her commit adultery, and whoever marries a divorced woman commits adultery.”

9.2 Explanation - The Third Example: Divorce

The experts in the religious law taught that a man could divorce his wife by writing out divorce papers and sending her away. To do so was very easy. A woman was not allowed to divorce her husband. When a man divorced his wife, the woman would go away with nothing. In order to stay alive, she would have to marry another man. So a man who divorced his wife caused her to marry someone else and made her an adulteress. Jesus said this was sin, because in the

གི་མི་རྒྱལ་ས་ནི་ལོ་དང་མོར་བཀོད་པར་མཛད། ཁོང་གིས་ང་ཚོའི་གཟུགས་པོ་བཀོད་པས་དེ་ཚོ་ཁོང་ལ་གཏོགས་པས་བཟའ་ཚང་ཁ་བྲལ་བ་ནི་ཉེས་སྒྲོན་ཡིན། དེ་བས་ན་དགོན་མཚོག་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་ང་ལ་ལྷུང་མ་ལ་བྱམས་པ་བྱེད་དགོས།

9.3 ལྷ་བ།

33 གཙོ་བོ་ཡི་ལྷས་“ཡང་གནའ་བོའི་དུས་ཀྱི་མི་རྒྱལ་ས་ལ་རླུ་གྱི་དམ་བཅའ་མ་འདོག་ཅིག་གཙོ་བོ་དགོན་མཚོག་ལ་དམ་བཅའ་སྐྱབ་པར་བྱོས་ཤིག་ཅིས་གསུངས་པ་བྱེད་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་ཐོས་ཡིད། 34 འོན་ཀྱང་ངས་བྱེད་ཚོལ་ཟེར་རྒྱུར། མཉམ་འཇམ་ཡང་མ་སྐྱེལ་ཞེས་ཞིང་ཁམས་ནི་དགོན་མཚོག་གི་བཞུགས་ཁྲི་ཡིན་པས། དགོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་དཔང་དུ་འདུགས་ཏེ་མཉམ་འཇམ་སྐྱེལ། 35 ས་གཞི་ནི་ཁོང་གི་ཞབས་སྐྱེགས་ཡིན་པས། ས་གཞི་དཔང་དུ་འདུགས་ཏེ་མཉམ་འཇམ་སྐྱེལ། ཡེ་རུ་ཤ་ལེམ་ནི་རྒྱལ་བོ་ཚེན་བོའི་གོང་ཁྲེང་ཡིན་པས་དེ་དཔང་དུ་འདུགས་ཏེ་མཉམ་འཇམ་སྐྱེལ། 36 ཡང་བྱེད་ཀྱིས་ང་ལ་མགོ་དཔང་དུ་འདུགས་ཏེ་མཉམ་འཇམ་སྐྱེལ་བར། 37 ཡིན་ན་ཡིན་དང་མིན་ན་མིན་གྱི་གཏམ་དྲང་བོ་ཤོད་ཅིག དེ་ལས་ལྷག་པ་ཇི་ཡོད་ངན་པ་ལས་འབྱུང་” ཞེས་གསུངས།

beginning, God created people to be male and female. He made our bodies and they belong to him. Because our bodies belong to God, divorce is wrong. Husbands who believe in God should love their wives.

9.3 Scripture Text

33 “Again you have heard that it was said to those of old, ‘You shall not swear falsely, but shall perform to the Lord what you have sworn.’ 34 But I say to you, Do not take an oath at all, either by heaven, for it is the throne of God, 35 or by the earth, for it is his footstool, or by Jerusalem, for it is the city of the great King. 36 And do not take an oath by your head, for you cannot make one hair white or black. 37 Let what you say be simply ‘Yes’ or ‘No’; anything more than this comes from evil.”

9.4 འགྲེལ་པ། དཔེ་བཞེ་པ། མནའ་སྐྱེལ་བའི་སྐོར།

དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ཁྲིམས་བཅུ་ཉེ་བའི་ནང་ནས་བཀའ་དགུ་པ་ནི་རློན་གྱི་དཔང་པོ་མ་བྱེད་ཅིག་ཅིས་དེ་
ཡིན། ཚོས་ཁྲིམས་ལ་མཁས་པའི་མིས་བསྟན་པ་ལྟར། དཔང་པོ་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་མི་
རྣམས་གྱིས་དགོན་མཚོག་གི་མཚན་གྱི་ཐོག་ནས་མནའ་སྐྱེལ་ཚོག་ དཔང་པོ་དེ་རློན་མ་ཡིན་ན་མནའ་
སྐྱེལ་མཁས་གྱིས་དགོན་མཚོག་རང་ཉིད་ལ་འཆད་པར་བྱས། འོན་ཀྱང་རློན་པ་ཡེ་ལུས་མནའ་ནམ་ཡང་
མ་སྐྱེལ་བར་གསུངས། ཉེ་གནས་རྣམས་ནི་སློ་གཏང་ཚོག་པ་ཡིན་དགོས་པས་མནའ་སྐྱེལ་མི་དགོས།
བདེན་པ་ལས་ལྟག་པ་ཇི་ཡོད་དན་པ་ལས་འབྲུང་བས་རེ་ཚོས་བདེན་པ་འོན་པ་སྐྱེ་དགོས།

9.5 རང་དོན་གཙོ་བོ།

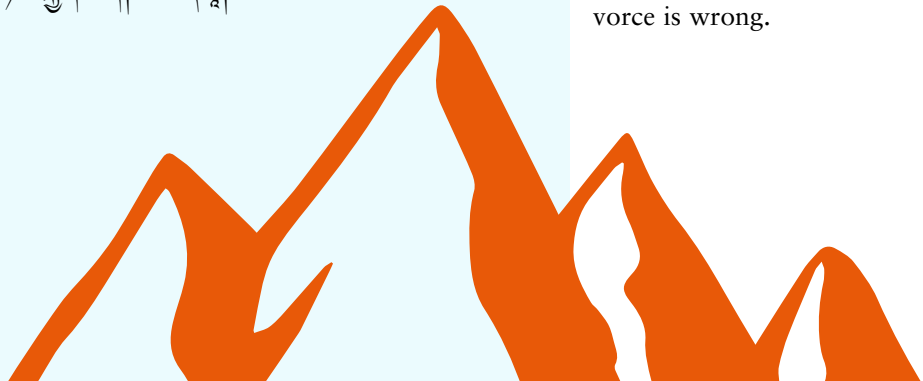
རློན་པ་ཡེ་ལུས་“དགོན་མཚོག་གིས་གང་སྐྱེལ་བར་མཇོང་བ་དེ་མི་སྲས་ཀྱང་འབྲེལ་བར་མི་རུང་པོ་”ཞེས་
གསུངས་པས་བཟའ་ཚང་ཁ་བུལ་བ་ནི་ཉེས་སྐྱོན་ཡིན། (མད་མུ། 19:26)

9.4 Explanation - The Fourth Example: Taking Oaths

The ninth of God’s ten commandments is, “Do not bear false witness”. The experts in the religious law taught that people could take an oath in God’s name so that others would believe that what they said was true. The person taking the oath was asking God to punish him if he were lying. But Jesus said not to swear at all. Since the disciples are to be trustworthy, they had no need to swear oaths. Since whatever is added to the truth comes from the evil one, we should speak only the truth.

9.5 Key Point

The Lord Jesus said, “What God has joined together, let no one separate” (Matthew 19:26). For this reason, divorce is wrong.



🗨️ གྲོགས་པོ་དང་མཉམ་དུ་གཏམ་སྲིད་བྱེད་རྒྱ།

1. བྱེད་ཀྱི་བསམ་པར་བཟའ་ཚང་ཁ་བུལ་བའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ།
2. བཟའ་ཚང་ཁ་བུལ་མི་ཡོང་བའི་སྲིད་གང་བྱེད་དགོས་སམ།
3. བྱེད་ཀྱིས་ནམ་རྒྱུན་དམ་བཅའ་འཛིག་གམ།

🧠 སློའཛིན་བྱེད་རྒྱ།

ཡིན་ན་ཡིན་དང་མིན་ན་མིན་གྱི་གཏམ་དྲང་པོ་ཤོད་ཅིག དེ་ལས་ལྷག་པ་ཇི་ཡོད་ངན་པ་ལས་འབྱུང་། (མད་སྒྲ། 5:37)

🙏 སྐྱིད་པོ་དང་ལྷན་པའི་གཉེན་སྲིག་གི་སློན་ལམ།

ནམ་མཁའ་བཞུགས་མཁན་ཡབ་ལགས། བྱེད་ཀྱིས་ཁྱོད་ལ་རེས་རྒྱུང་མ་ལ་རང་དང་འབྲ་བར་བྱམས་པར་བྱེད་དགོས་ཤིང་། རྒྱུང་མས་རང་གི་ཁྱོད་ལ་གྲུས་བཀུར་བྱེད་དགོས་པའི་བཀའ་གནང་བས། ལྷ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཞི་བདེ་དང་ཕན་ཚུན་སློ་སློའཕྱེད་པར་འབད་ཚོལ་བྱེད་པའི་རོགས་པ་གནང་བར་མཛོད། དེ་ནི་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུའི་མཚན་གྱི་ཐོག་ནས་ལུའོ། ཨ་མེན།

🗨️ Discussion Questions

1. Why do you think people get divorced?
2. What should you do to keep from getting divorced?
3. Do you take oaths often?

🧠 Memory Verse

Let what you say be simply ‘Yes’ or ‘No’; anything more than this comes from evil. (Matthew 5:37)

🙏 A Prayer for a Happy Marriage

Father in heaven, you command that each husband should love his wife as himself, and that each wife should respect her husband. Help spouses to pursue peace and to build one another up in love. We ask this in Jesus’ name. Amen.





ལེའུ་བརྩུ་པ།

སྟོན་པ་ཡེ་ཤུ་དང་བྱེད་ཀྱི་དགུ་བོ་རྣམས་ཀྱི་སྐོར།

(མད་མྱ། 5:38-48)

10.0 བོད་པའི་ཁ་དཔེ་ལྟར་དགུ་ལག་འོག་ཏུ་ཚུད་ན་ལུ་ལས་བྱམས་པ་བྱེད་དགོས་ཞེས་ཟེར། ལེའུ་
འདིར་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་དགུ་བོ་རྣམས་ལ་གང་བྱེད་དགོས་པའི་སྐོར་གསུངས།



Chapter Ten: Jesus and Your Enemies

(Matthew 5:38-48)

10.0 A Tibetan proverb says, “When your enemy surrenders, treat him better than your own son”. In this chapter, Jesus speaks about how to treat our enemies.

10.1 ལྷ་བ།

38 གཙོ་བོ་ཡི་ལྷ་ས་ “མིག་གི་ལན་ལ་མིག་དང་སོ་ཡི་ལན་ལ་སོ་ཞེས་གསུངས་པ་ཁྱེད་རྣམས་
 གྱིས་ཐོས་ཡོད། 39 འོན་ཀྱང་ངས་ཁྱེད་ཚོ་ལ་ཟེར་རྒྱུར། མི་ངན་པ་ལ་མ་ཚོལ་ཞིག་སྲུས་
 ཀྱང་ཁྱེད་ལ་འགྲམ་པ་གཡས་པ་ལ་འགྲམ་ལྷག་བཞུས་ན། དེ་ལ་འགྲམ་པ་གཞན་ཡང་སྟོན།
 40 སྲུ་ཞིག་གིས་ཁྱེད་ཁྱིམ་མ་རང་འཕྲིད་ནས་ནང་གོས་འཁྱེད་འདོད་ན། ཁོ་ལ་སྤྱི་གོས་ཀྱང་
 འཁྱེད་དུ་རྒྱུག་ཅིག། 41 ཡང་སྲུ་ཞིག་གིས་ཁྱེད་ལ་སྤྱི་ལེ་གཅིག་དབང་གིས་འགྲོ་དུ་བཅུག་ན།
 ཁོ་དང་སྤྱི་ལེ་གཉིས་སོང། 42 ཁྱེད་ལ་གང་ཞིག་ལྷུས་མཁན་ལ་སྤྱིན། གཡམ་འདོད་མཁན་
 ལ་རྒྱུད་སྟོན་མ་ཁྱེད་ཅིག་” ཞེས་གསུངས།

10.2 འགྲམ་པ། དཔེ་ལྷ་བ། དག་པོ་ལེན་པ།

གནའ་བོའི་དུས་སུ་མི་གཉིས་འཇུག་རྩིད་ཁྱེད་རྣམས་མི་ཞིག་གི་མིག་དང་། ཡང་ན་སོ་བརྒྱུག་པར་
 སྤོང། བས་རྒྱུན་ལྟར་དག་པོ་ལེན་འདོད་པ་དེ་རྣམས་སྟོན་ཐོག་པའི་མིས་རྣམས་སྟོན་གཏོང་མཁན་ནམ་
 ཁོའི་ནང་མི་གསོད་ཐབས་བྱས། རིང་བོ་མ་ལོན་པར་མི་དེ་ཉིས་ཀྱི་ནང་མི་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་གསོད་
 ཐབས་བྱས། དེའི་སྤྱིར་དཀོན་མཚོན་གི་ཚོས་ཁྱིམ་མ་ལ་མིག་གི་ལན་ལ་མིག་དང་སོ་ཡི་ལན་ལ་སོ་

10.1 Scripture Text

38 “You have heard that it was said, ‘An eye for an eye and a tooth for a tooth.’ 39 But I say to you, Do not resist the one who is evil. But if anyone slaps you on the right cheek, turn to him the other also. 40 And if anyone would sue you and take your tunic, let him have your cloak as well. 41 And if anyone forces you to go one mile, go with him two miles. 42 Give to the one who begs from you, and do not refuse the one who would borrow from you.”

10.2 Explanation - The Fifth Example: Revenge

In ancient times, when two people had a fight, the eye or tooth of one of them might be lost. Usually, the injured person wanted revenge and tried to kill his enemy or members of his family. Soon both families were trying to kill one another. For this reason, it was written in

ཞེས་མྱིས་ཡོད། གལ་ཏེ་འབྲུག་ཚོ་ད་བྱེད་མཁའ་མིག་གཅིག་བརླགས་ན། ཁོས་ཁ་གཏད་པའི་མིག་གཅིག་པ་ལས་དག་ཤིང་ལེན་མ་ཚོག་ འོན་ཀྱང་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུས་ཉེགནས་ཀྱིས་ཁྱིམ་མཚོས་ལ་རང་དང་འདྲ་བར་བརྟེ་དགོས་པ་མ་ཟད། མི་ངན་པ་ལ་མ་རྟོལ་བར་གསུངས། མི་ངན་པ་དེ་ཚོས་ཉེགནས་རྣམས་ཀྱི་འགམ་པ་ལ་འགམ་ལྷག་བཞུས་སམ། ཁྱིམ་རང་འབྲིད། ལས་ཀ་བྱེད་དུ་བརྟུག་ན་ཡང་ཁོ་ཚོས་རྟོལ་མི་ཚོག་ བརླན་པ་དེ་ལག་པོ་ཡིན་པས་ཉེགནས་རྣམས་ཀྱིས་ཁས་ལེན་གྲུབ་པ་དགའ་བ་མཁྱེན་པས། རྟོན་པ་ཡི་ཤུས་ལྷག་པར་གསལ་བཤད་མཛད།

God's law, 'An eye for an eye and a tooth for a tooth.' This meant that if one lost an eye in a fight, he could take no more revenge than his opponent's eye. But the Lord Jesus said that the disciples must love their neighbors as themselves, and must not resist evil people. Even if wicked people slap them on the face, or take them to court, or force them to work, they are not to resist. Knowing that this teaching is hard to accept, Jesus went on to explain it further.

10.3 ལྷ་བཀའ།

43 གཙོ་བོ་ཡི་ལྷ་སྐྱོ་“ཁྱིམ་མཚོན་ལ་བྱམས་ཤིང་དག་བོ་ལ་སྤང་ཞེས་གསུངས་པ་ཁྱེད་རྣམས་
གྱིས་ཐོས་ཡོད། 44 འོན་ཀྱང་ངས་ཁྱེད་ཚོ་ལ་ཟེར་རྒྱུར། ཁྱེད་གྱི་དག་བོ་རྣམས་ལ་བྱམས་པ་
གྱིས་ཤིག ཁྱེད་ལ་གཞོན་འཚོ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་གསོལ་སློན་འདེབས་ཤིག
45 དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁྱེད་ཚོ་ཞིང་ཁམས་སུ་བཞུགས་པའི་ཁྱེད་གྱི་ཡབ་ཀྱི་སྲས་སུ་འགྱུར། གང་
ཡིན་ཟེར་ན། ཁོང་གིས་མི་ངན་པ་དང་བཟང་བོ་གཉིས་ཀར་རང་གི་ཉིམ་ཤར་དུ་འཇུག་ཅིང་།
རང་གཤིས་དྲང་བོ་དང་དྲང་བོ་མིན་པ་གཉིས་ཀར་ཆར་པ་འབེབས་པར་མཛད་པས་སོ།
46 ཡང་ཁྱེད་ལ་བྱམས་པ་བྱེད་མཁན་ལ་བྱམས་ན་ཁྱེད་ལ་བྱ་དགའ་གང་འཕྱོལ་ཡོང། ལྷ་ལ་
སྤྲུང་མཁན་གྱིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་མི་བྱེད་དམ། 47 ཁྱེད་གྱི་སྤྱན་ལྷོ་ཁོ་ནར་འཚོམས་འདྲི་ལྷུས་ན།
མི་གཞན་ལས་ལྷག་པར་གང་བྱེད། ཡ་རུ་དུ་བ་མིན་པ་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་མི་བྱེད་དམ།
48 དེའི་སྤྱིར་ཞིང་ཁམས་སུ་བཞུགས་ཏེ་ཁྱེད་གྱི་ཡབ་མ་ཚང་བ་མེད་པ་ཡིན་པ་ལྟར། ཁྱེད་ཀྱང་
མ་ཚང་བ་མེད་པ་ཡིན་པར་དགོས་སོ”ཞེས་གསུངས།

10.3 Scripture Text

43 “You have heard that it was said, ‘You shall love your neighbor and hate your enemy.’ 44 But I say to you, Love your enemies and pray for those who persecute you, 45 so that you may be sons of your Father who is in heaven. For he makes his sun rise on the evil and on the good, and sends rain on the just and on the unjust. 46 For if you love those who love you, what reward do you have? Do not even the tax collectors do the same? 47 And if you greet only your brothers, what more are you doing than others? Do not even the Gentiles do the same? 48 You therefore must be perfect, as your heavenly Father is perfect.”

10.4 འགྲུབ་པ། དཔེ་དྲུག་པ། དགྲ་པོ་རྣམས་ལ་བྱམས་པའི་སྐོར།

དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་འདུན་དུ་ཁྱིམ་མཚོན་ལ་རང་དང་འདྲ་བར་བརྟེ་བར་ཟུངས་ཤིག་ཅེས་བྲིས་ཀྱང་།
 དགོན་མཚོག་གིས་དགྲ་པོ་ལ་སྤང་ཞེས་ནས་ཡང་མ་གསུངས། དགྲ་པོ་རྣམས་ལ་མི་བརྟེ་བ་དེ་ནི་ཚོས་
 ཁྱིམ་ལ་མཁས་པའི་མི་རྣམས་ཀྱི་ལུགས་སྲོལ་ཡིན། ཁོ་ཚོས་ཚོས་བསྟན་པ་ལྟར་ཡ་ཏུ་དྲུབ་རྣམས་
 ཀྱིས་ཡ་ཏུ་དྲུབ་མེན་པ་རྣམས་ལ་སེམས་ཁུར་བྱེད་མི་དགོས། འོན་ཀྱང་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་བསྟན་པ་དེ་
 དང་ལེན་མ་མཛད། ཁོང་གི་གསུངས་པ་ལྟར་མི་བཟང་ངན་གཉིས་ཀྱིས་ཞིང་ལས་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དགོན་
 མཚོག་གིས་ཁོ་རྣམས་ལ་ཉེ་མའི་འོད་དང་ཆར་ཚུའི་བྱིན་རླབས་གནང་། གལ་ཏེ་དགོན་མཚོག་གིས་དེ་
 ལྟར་མཛད་ན་ཉེ་གནས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་ཐམས་ཅད་ལ་བྱམས་པ་བྱེད་དགོས། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་“བྱེད་ཀྱི་
 ཡབ་ཤུགས་རྗེ་ཅན་ཡིན་པ་ལྟར་བྱེད་ཀྱང་སྟོན་རྗེ་ཅན་དུ་འགྱུར་དགོས་”ཞེས་གསུངས། དེའི་ཕྱིར་ཉེ་
 གནས་རྣམས་ཀྱིས་དགྲ་པོའི་དོན་དུ་གསོལ་སྟོན་འདེབས་པ་དང་། ཁོ་ཚོར་རོགས་པ་བྱེད་པ་བཅས་
 འཚོམས་འདྲི་ལུ་དགོས། དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་དད་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་རང་དོན་མི་འཚོལ་བར་དགོན་མཚོག་
 ལ་དཔེ་ལྟས་ནས་ཁོང་གི་ཤུགས་དགོངས་སྐྱབ། དེ་ལྟར་ཁོ་ཚོ་དགོན་མཚོག་གི་སྲས་དང་སྲས་མོར་
 འགྱུར་ལ། དགོན་མཚོག་ནི་ཁོ་ཚོའི་ནམ་མཁའ་བཞུགས་པའི་ཡབ་ཡིན། མི་ཐམས་ཅད་ལ་བྱམས་
 པ་བྱེད་མཁའ་ཉེ་གནས་རྣམས་ནི་མ་ཚང་བ་མེད་པ་ཡིན་པ་མ་ཟད། སྟོན་ཞིང་ཡོངས་སུ་སྟོན་གས་པར་
 གྱུར་བྱེད་འོ། །

10.4 Explanation - The Sixth Example: Loving Enemies

Although it was written in God’s word, ‘You shall love your neighbor’, God never said, ‘You shall hate your enemy.’ Not showing love to enemies was part of the tradition of the experts in the religious law. They taught that Jewish people did not have to care about people who were not Jewish. But Jesus rejected such teaching. He said that God gives all people, both good and evil, the blessings of sunlight and rain so that they can produce food. If God acts in this way, then the disciples too should show love to everyone. As Jesus said, ‘Be merciful, even as your Father is merciful’. So the disciples must pray for their enemies, help them, and greet them. Believers who act in this way no longer seek their own interest, but imitate God and do his will. In this way they become God’s children, and God is their Father in heaven. Disciples who love everyone lack nothing and are mature and complete.

རེ་ལུ་མིག་གསུམ་པ། དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་བློན་སྐྱེད་བའི་དཔེ་དྲུག

1	ཁ་གཏད་རྣམས་དང་མཚྭོགས་པོར་མཐུན་འགྲིག་བྱེད། (མད་གླུ་ 5:21-26)
2	བསྐྱེད་བྱི་བསམ་པ་དོར། (མད་གླུ་ 5:27-30)
3	བཟའ་ཚང་ཁ་བྲལ་བར་མི་བྱེད། (མད་གླུ་ 5:31-32)
4	མནལ་མི་སྐྱེལ། (མད་གླུ་ 5:33-37)
5	དག་པོ་ལེན་པ་དང་། མི་ངན་པ་རྣམས་ལ་མི་རྒྱོད། (མད་གླུ་ 5:38-42)
6	དག་པོ་རྣམས་ལ་བྱམས། (མད་གླུ་ 5:43-48)

འཚོ་བ་དངོས་ནང་སྐྱོད་སྤངས། རེད་རྣམས་ལ་དཀོན་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེ་དགོས་པའི་སྐྱོར་།
 10.5 དཔེ་འདི་ཚོ་དྲུག་གི་ཐོག་ནས་རེད་བྱིས་དཀོན་མཆོག་གི་དམ་པ་རྟོགས་སྲིད། ཁོང་གི་དམ་པའི་
 བཀའ་ལྟར་ངཚོས་མི་མཐུན་པ་འཛོམ་པ་དང་། ལོག་གཤེམ་གྱི་བསམ་པ་སྐྱོང་བ། གཉེན་སྲིག་ལ་ཆེ
 མཐོང་བྱེད་པ། བདེན་པ་ཁོ་ནར་སྐྱེ་བ། དག་པོ་མ་ལེན་པ། དག་པོ་རྣམས་ལ་བྱམས་པ་བྱེད་དགོས།
 དཀོན་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེ་དང་བྲལ་བར་མི་སྐྱེས་ཀྱང་དེ་ལྟར་སྐྱོད་པ་བྱེད་མི་སྲིད། གང་ལགས་ཟེར་ན།
 ང་ཚོ་མི་རེ་རེ་གི་ཉེས་ཅན་གྱི་རང་གཤིས་ཡོད་པས་སོ། ངན་པ་སྐྱོང་ཞིང་དཀོན་མཆོག་ལ་བརྟེ་བའི་

Table 3: Six Examples of Obedience to God

1	Quickly making peace with opponents (Mt. 5:21-26)
2	Avoiding temptations (Mt. 5:27-30)
3	Not becoming divorced. (Mt. 5:31-32)
4	Not taking oaths (Mt. 5:33-37)
5	Not taking revenge and not resisting those who do evil to us (Mt. 5:38-42)
6	Loving enemies (Mt. 5:43-48)

Application: Our Need for God's Grace

10.5 In these six examples, we can see God's holiness. According to God's holy commands we are to avoid disputes, keep our thoughts pure, honor marriage, speak only the truth, not take revenge, and show love to our enemies. Without God's grace, no one can behave in this way, for we each have a sinful nature. We need a new nature which hates evil

རང་གཤམ་གསར་བ་ཞིག་དགོས། རང་གཤམ་གསར་བ་དེ་ནི་ཕྱི་ཚུལ་གྱི་སྲོད་ལམ་མིན་ཏེ་ནང་སེམས་
 གྱི་དོན་ཡིན། དེ་ནི་མི་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ལ་དམ་པའི་བྱུགས་ཉིད་དཀོན་མཚོག་གིས་གང་མཛད་པའི་
 དོན་ཡིན། གལ་ཏེ་ངོ་ཚོ་ལ་རང་གཤམ་གསར་བ་ལས་སྐྱེ་བའི་རྟགས་བརྒྱད་གནང་བའི་སྒྲོ་ནས་དཀོན་
 མཚོག་གིས་ངོ་ཚོའི་སེམས་དག་པར་མཛད་ན། ཕྱི་སྲོགས་ཀྱི་སྲོད་ལམ་ཡང་དམ་པར་འགྱུར། འོན་
 རང་གཤམ་གསར་བ་དེ་ཅི་ལྟར་འཐོབ་ཀྱིད་དམ། 1) རང་ཉིད་སྲིག་ཉེས་ཅན་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས།
 སྲིག་ཅན་གྱི་རང་གཤམ་རྙིང་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ངེད་རྣམས་དཀོན་མཚོག་དང་རྒྱུད་རིང་དུ་གནས། སྲོད་པ་
 ངན་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་ལ་བརྒྱུ་རྩ་དཔུལ་ཁམས་སུ་མཐའ་མེད་པའི་ཆད་པ་ཐོག་ཡོང། དེའི་
 ཕྱིར་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་མི་རྣམས་ཀྱི་སྲིག་ཉེས་ལས་ཐར་པའི་ཆེད་ཁོང་གི་སྐྱེ་བྱེད་སྲོས་པ་ཉར་བ་དེ་དགོས།
 2) དོན་དེ་དངོས་སུ་ཤེས་པ་ཡིན་ན་ཐར་པ་འཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་ལམ་སངས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་མཐུན་དུ་
 འགྲོ་རྒྱུ་ཡིན། ཁོང་གིས་ངོ་ཚོར་དཀོན་མཚོག་གི་བྱུགས་རྗེ་གནང། བྱུགས་རྗེ་དེའི་སྒྲོ་ནས་ངོ་ཚོས་
 འདོད་ཆགས་དང་ལྷན་པའི་སྲིག་པའི་རང་གཤམ་རྙིང་པ་མེད་པ་བཟོ་བ་དང། རང་གཤམ་གསར་བ་
 དང་དེ་ལས་སྐྱེ་བའི་རྟགས་བརྒྱད་འཐོབ། དེ་ལྟར་སྒྲོན་པ་ཡེ་ཤུས་ཉེ་གནས་རྣམས་ལ་བཀའ་གནང་བ་
 ལྟར་ངེད་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སྲོད་པར་བྱེད།

and loves God. This new nature is not a matter of outward behavior, but a matter of the heart and mind. It is what God the Holy Spirit does in people's hearts. If God makes our hearts clean by giving us the eight characteristics that come from the new nature, our outward behavior will also be holy. How, then, is it possible to receive this new nature? 1) We must realize that we are sinners. Because of our old sinful human nature, we remain far away from God. If we do not repent of our sins, we will experience eternal punishment in hell. For this reason, we all need Jesus' atoning sacrifice that saves us from sin. 2) If we really understand this, then we will immediately flee to Jesus for salvation. He gives us God's grace. By means of that grace we kill the old sinful nature, and receive the new nature and the eight characteristics which come from it. In this way we too behave in the way that Jesus commanded his disciples.

10.6 རང་དོན་གཙོ་བོ།

ངཚོ་ལ་ངན་པ་སློང་བའི་རང་གཤིས་དང་དཀོན་མཚོག་ལ་བརྩེ་བའི་རང་གཤིས་གསར་པ་ཞིག་དགོས།

☞ གྲོགས་པོ་དང་མཉམ་དུ་གཏམ་སྲིད་བྱེད་རྒྱ།

1. རྩེད་ཀྱིས་དག་ཤིང་ལེན་མྱོང་ངམ། ཡང་ན་དག་ཤིང་ལེན་པར་འདོད་མྱོང་ངམ།
2. དག་ཤིང་ལེན་པའི་ཚེད་དུ་དཀོན་མཚོག་གིས་ཇི་ལྟར་གསུངས་སམ།
3. སྐབས་འགར་སླིང་གྲོགས་ལའང་བྱམས་པ་བྱེད་པ་ནི་ལག་པོ་ཡིན། འོན་ཏེ་དཀོན་མཚོག་གིས་རྩེད་ཀྱི་དག་པོ་རྣམས་ལ་བྱམས་པར་བྱེད་པའི་ལམ་ཅི་ལྟར་བརྟན་ནམ།
4. དག་པོ་རྣམས་ལ་བྱམས་པ་ཅི་ལྟར་བྱེད་དགོས་སམ།

🧠 སློའ་འཛིན་བྱེད་རྒྱ།

རྩེད་ཀྱི་དག་པོ་རྣམས་ལ་བྱམས་པ་གྱིས་ཤིག རྩེད་ལ་གཞོད་འཚོ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་གསོལ་སློན་འདེབས་ཤིག (མད་སྟེན། 5:44)

10.6 Key Point

We need a new nature that rejects evil and loves God.

🗨️ Discussion Questions

1. Have you ever taken revenge against someone or wanted to take revenge?
2. What has God said about how not to take revenge?
3. It can be difficult sometimes to show love even to our close friends. How has God shown you the way to love your enemies?
4. What are some ways that you should love your enemies?

🧠 Memory Verse

Love your enemies and pray for those who persecute you. (Matthew 5:44)

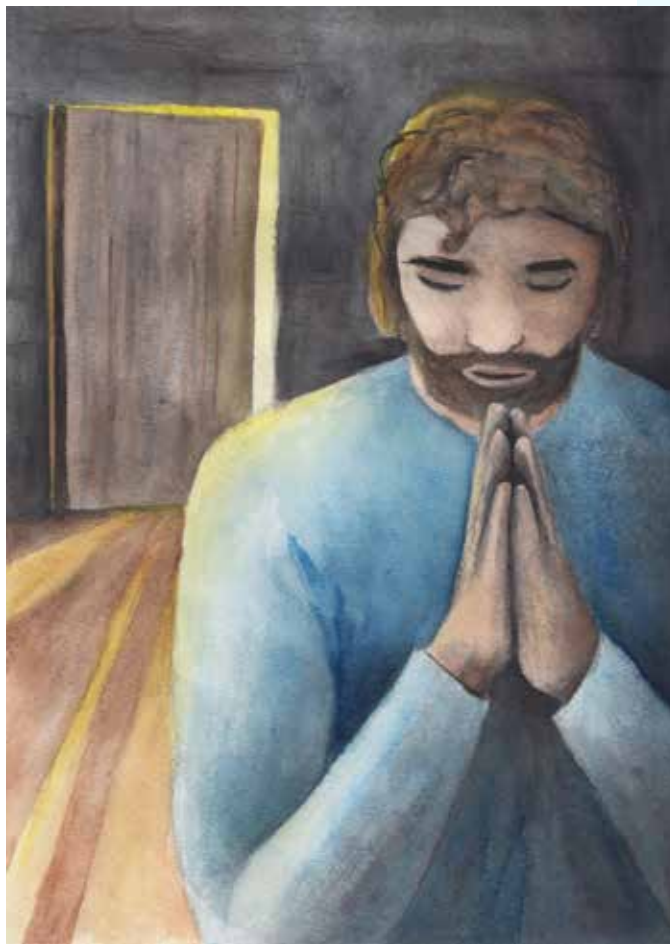
🙏 རང་གཤིས་གསར་བ་འཕྲོད་པའི་སློན་ལམ།

ཡོངས་སུ་དམ་པའི་གཙོ་བོ་ལགས། བྱིས་ཏྲགས་བརྒྱད་དང་དཔེ་དྲུག་ང་ལ་མཚོན་པར་
མཛད། ངའི་སྤྲིག་པའི་རྒྱུ་བྱིས་ང་བྱིས་ཏྲ་དང་རྒྱུ་རྗེ་དུ་གནས། ང་ལྷོ་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་ཉེས་ཆད་
གཏོང་བ་ལས་ཐར་བར་འགྲུང་བའི་ཆེད་དུ་བྱིས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་གནང་རོགས། བྱིས་ཀྱི་མཚན་ལ་
བཀུར་སྟེ་བྱིས་པའི་སྤྱིར་ང་ལ་རང་གཤིས་གསར་བ་དང་ཏྲགས་བརྒྱད་གནང་བར་མཛོད།
ཨ་མེན།

🙏 **A Prayer for the New Nature**

Most holy Lord, you have shown me the eight characteristics and the six examples. Because of my sin, I remain far from you. Give me your grace so that I may be saved from the punishment for sins. Grant me the new nature and the eight characteristics so that I may glorify your name. Amen.







ལེའུ་བཙུ་གཙུག་པ།

བུས་མཐུ་དང་ལུན་པའི་སྒྲོན་ལམ།

(མད་གྲ། 6:1-15)

11.0 བོད་ལ་གང་སར་འགྲོ་ན་འདྲ་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་བཞིན་པའི་མི་མང་པོ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། བོད་པ་རྣམས་ནི་ཚོས་སེམས་དང་ལུན་པ་ཡིན་ཞིང་རྒྱུ་དུ་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་པས་སོ། ལེའུ་འདིར་སྒྲོན་པ་ཡི་ཤུས་སྲོལ་མེད་པའི་དཀོན་མཆོག་ལ་ཅི་ལྟར་སྒྲོན་ལམ་ལུ་བའི་སྒྲོར་གསུངས།



Chapter Eleven: How to Pray with Power

(Matthew 6:1-15)

11.0 Wherever you go in Tibet, you see people praying, for Tibetan people are very religious and pray often. In this chapter, the Lord Jesus teaches us how to pray to God.

11.1 ལྷ་བ།

1 གཙོ་པོ་ཡི་ལུས་“ཁྱེད་ཚོས་མི་གཞན་གྱིས་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ལོ་ཚོའི་མཐུན་དུ་ལས་བཟང་པོ་
ཁྱེད་པར་དོགས་ཚོན་གྱིས་ཤིག དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཞིང་ཁམས་སུ་བཞུགས་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་ཡབ་གྱིས་
ཁྱེད་ལ་བྱ་དགའ་མི་གནང་། 2 དེའི་ཕྱིར་ཁྱེད་ཚོས་དབུལ་པོ་རྣམས་ལ་སྒྲིབ་པ་གཏོང་བའི་
སྐབས་སུ་དུང་ཚེན་གཏོང་དུ་མ་འཇུག་ཅིག ཁ་བཤད་དོན་ལ་མི་གནས་པ་རྣམས་གྱིས་མི་
རྣམས་ཀྱི་བསྟོད་པ་འཕྲོད་པའི་ཚེད་དུ་གཞུང་ལམ་དང་འདུ་ཁང་ལ་དེ་ལྟར་བྱེད། ངས་ཁྱེད་ཚོ་
ལ་བདེན་པར་ཟེར་རྒྱུ་ལོ་ཚོར་བྱ་དགའ་ཕོབ་ཚར་རོ། 3 འོན་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱིས་དབུལ་པོ་རྣམས་
ལ་སྒྲིབ་པ་གཏོང་བའི་སྐབས་སུ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡག་པ་གཡས་པས་གང་བྱེད་པ་དེ་ཡག་པ་གཡོན་པས་
ཀྱང་ཤེས་པར་མ་འཇུག་ཅིག 4 དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁྱེད་ཀྱིས་སྒྲིབ་པ་ལེ་གསང་བའི་ཕོག་ནས་ཡིན་
པ་དང་། ཁྱེད་ཀྱི་ཡབ་གསང་བ་གཟིགས་མཁན་གྱིས་ཁྱེད་ལ་བྱ་དགའ་གནང་ངེས་ཡིན་”ཞེས་
གསུངས།

11.1 Scripture Text

- 1 “Beware of practicing your righteousness before other people in order to be seen by them, for then you will have no reward from your Father who is in heaven. 2 Thus, when you give to the needy, sound no trumpet before you, as the hypocrites do in the synagogues and in the streets, that they may be praised by others. Truly, I say to you, they have received their reward. 3 But when you give to the needy, do not let your left hand know what your right hand is doing, 4 so that your giving may be in secret. And your Father who sees in secret will reward you.”

11.2 འགྲེལ་བ། ལག་ལེན་དང་པོ། དབུལ་པོ་རྣམས་ལ་སྦྱིན་པ་གཏོང་བ།

རང་གི་དང་བ་མཚོན་པའི་ཆེད་དུ་གནའ་བོའི་ཡ་རྩ་དུ་བ་རྣམས་ལ་ལག་ལེན་གསུམ་ཡོད། དབུལ་པོ་
རྣམས་ལ་སྦྱིན་པ་གཏོང་བ་དང་གཅིག་དགོན་མཚོག་ལ་སྦྱོན་ལམ་འདེབས་པ་དང་གཉིས། རྒྱུང་
གནས་སྐྱུང་བ་དང་གསུམ་བཅས་ཡིན། གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ཁོ་ཚོར་བསྟོད་པ་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་མི་ཁ་
གས་ཀྱིས་ལག་ལེན་དེ་ཚོ་གསུམ་མི་དམངས་ཀྱི་མདུན་དུ་བྱས། གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱོད་ལ་དོ་སྣང་
བྱེད་པའི་ཕྱིར་སྦྱིན་པ་གཏོང་དུས་དུང་ཆེན་གཏོང་བ་དེ་ནི་ཁ་བཤད་དོན་ལ་མི་གནས་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱ་བ་
ཡིན། དེ་ལྟར་གྱི་མི་རྣམས་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་ནས་འབྲུང་བའི་བསྟོད་པ་ལས་མི་རྣམས་ནས་འབྲུང་
བའི་བསྟོད་པར་དགའ། དེའི་ཕྱིར་དད་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་གསང་བའི་ཕྱོག་ནས་སྦྱིན་པ་གཏོང་དགོས།
དེར་གསང་བ་གཟིགས་མཁན་ཡབ་དགོན་མཚོག་གིས་གཟིགས་ནས་བྱ་དགའ་གནང་ངེས་ཡིན།

11.2 Explanation - The First Practice: Giving to the Needy

The Jewish people of ancient times did three things to show their faith in God: giving to those in need, praying to God, and fasting. Some people did these three practices in public so others would praise them. To blow a trumpet while giving alms so that people will pay attention to you is the act of hypocrites. Such people love praise from people more than praise from God. So believers are to give alms in secret; there the Father who sees in secret will reward them.

11.3 ལྷ་བཀའ་

5 གཙོ་པོ་ཡི་ལུས་“ཡང་ཁྱེད་ཚོས་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་པའི་སྐབས་སུ་ཁ་བཤད་དོན་ལ་མི་གནས་པ་རྣམས་ཀྱི་དཔེ་ལྟར་མ་བྱེད་ཅིག མི་རྣམས་ཀྱིས་མཐོང་བའི་ཆེད་དུ་ཁོ་ཚོས་འདུ་ཁང་དང་མདོ་ཁར་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་པར་དགའ། རས་ཁྱེད་ཚོ་ལ་བདེན་པར་ཟེར་རྒྱུ་ཁོ་ཚོར་རང་གི་བྱ་དགའ་ཐོབ་ཚར་རོ། 6 དེ་ལས་ལྷོག་སྟེ་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་པའི་སྐབས་སུ་ཁང་པའི་སྐྱུག་ནང་དུ་སོང་ལ་སྒྲོ་བརྒྱབ་ནས་གསང་བར་བཞུགས་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་ཡབ་ལ་སྒྲོན་ལམ་འདེབས། དེ་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡབ་གསང་བ་གཟིགས་མཁན་གྱིས་ཁྱེད་ལ་བྱ་དགའ་གནང་རེས་ཡིན། 7 ཡང་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་པའི་སྐབས་སུ་ཡ་རྩ་དྲུ་པ་མིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བྱེད་པ་ལྟར་དོན་མེད་པའི་གཏམ་མ་ཤོད་ཅིག ཁོ་ཚོས་ཚིག་མང་བས་སྒྲོན་ལམ་གསན་པར་འགྱུར་སྟེ། 8 དེའི་ཕྱིར་ཁོ་ཚོར་མིག་དཔེ་མ་བྱེད་ཅིག གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཁྱེད་ཚོས་མ་ལྟོས་པའི་སྒྲོན་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡབ་ཀྱིས་ཁྱེད་ལ་གང་དགོས་པ་མཁྱེན་པས་སོ་”ཞེས་གསུངས།

11.3 Scripture Text

5 “And when you pray, you must not be like the hypocrites. For they love to stand and pray in the synagogues and at the street corners, that they may be seen by others. Truly, I say to you, they have received their reward. 6 But when you pray, go into your room and shut the door and pray to your Father who is in secret. And your Father who sees in secret will reward you. 7 And when you pray, do not heap up empty phrases as the Gentiles do, for they think that they will be heard for their many words. 8 Do not be like them, for your Father knows what you need before you ask him.”

11.4 འགྲེལ་བ། ལག་ལེན་གཉིས་པ། ལྷོན་ལམ་འདེབས་པ།

རི་ལྷ་རྩེ་གནས་རྣམས་ཀྱིས་དབུལ་པོ་རྣམས་ལ་གསང་བའི་ངང་ནས་སྒྲིབ་པ་གཏོང་བ་ལྟར། དཀོན་མཆོག་ལ་གསང་བའི་ངང་ནས་སྒྲིབ་ལམ་འདེབས་དགོས། ལྷོན་པ་ཡེ་ཤུས་མི་གཞན་གྱིས་མཐོང་བའི་ཆེད་དུ་སྒྲིབ་ལམ་འདེབས་མཁན་ནི་ཁ་བཤད་དོན་ལ་མི་གནས་པ་ཡིན། གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཁོ་ཚོས་དཀོན་མཆོག་མིན་ཏེ་མི་རྣམས་ནས་བསྟོད་པ་འཚོལ། ལྷོན་པ་ཡེ་ཤུའི་དུས་སུ་ལྷ་ཚོས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཚིག་མང་བརྗོད་པ་འདུག། འདོན་སྒྲགས་བེད་སྤྱོད་བྱས་ན་སྒྲིབ་ལམ་གསན་པར་འགྱུར་སྟེ། འོན་ཀྱང་དཀོན་མཆོག་ནི་མི་ཐམས་ཅད་གཟིགས་མཁན་ཡིན་པས་ཉེ་གནས་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲིབ་ལམ་དེ་ལྟར་འདེབས་མི་ཚོག་ངཚོས་མ་ལྷན་པའི་སྒྲིབ་ལ་ཁོང་གིས་ངཚོར་གང་དགོས་པ་མཁྱེན། ཡུ་གུ་ཡིས་ངང་གི་མ་མ་ལ་ལུ་བ་ལྟར་ངཚོས་དད་པའི་སྒྲོ་ནས་དཀོན་མཆོག་ལ་གསོལ་སྒྲིབ་ལུ་དགོས། གང་ལགས་ཟེར་ན། ཁོང་གིས་ངཚོའི་ལུ་བ་དང་བསམ་པ་ཐམས་ཅད་དེབས་ལྷག་པར་མཛད་ཐུབ་པོ། །

11.4 Explanation - The Second Practice: Prayer

Just as the disciples are to give to the poor in secret, so also they are to pray in secret. Jesus said that those who pray in order to be seen by others are hypocrites, because they seek praise from people and not from God. In the time of Jesus, the pagans thought that if they used many words or mantras, their gods would listen to them. But the disciples are not to pray like that, because God knows everyone's thoughts. He knows what we need before we ask. We are to pray in faith, in the same way as a child makes requests of his parents, for he is able to do far more than we can ask or think.

11.5 ལྷ་བཀའ་

9 གཙོ་བོ་ཡི་ལྷ་སྐུ་“དེ་བཅས་ན་ཁྱེད་ཀྱིས་འདི་ལྷ་རྩོམ་ལམ་ལྷ་སྐུ་ཤོག

ནམ་མཁའ་བཞུགས་པའི་དེད་ཀྱི་ཡབ། །

ཁྱེད་མཚན་དམ་པར་སྐྱབ་བར་ཤོག །

10 ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱི་ལོང་བར་ཤོག །

ཁྱེད་ཀྱི་དགོངས་པ་ནམ་མཁའ་ལ། །

རྒྱབ་ལྷུང་ས་ལའང་རྒྱབ་པར་ཤོག །

11 དེད་ཀྱི་ཉིན་ཞག་དེའི་ལ་ཟས། །

དེ་དེ་ཡང་ནི་གནད་བར་མཛོད། །

12 དེད་ཚོས་གཞན་གྱི་ཉེས་པ་དག །

གྲུ་ཡངས་གཏོང་བ་རི་བཞིན་དུ། །

དེད་ཀྱི་སྤྲིག་བྱུང་སེལ་བར་མཛོད། །

13 ཉམས་ཚད་ནང་དུ་མ་ལའི་དེད་པར། །

ངན་པ་ལས་དེད་ཐར་བར་མཛོད། །

11.5 Scripture Text

9 “Pray then like this:

Our Father in heaven, hallowed be your name.

10 Your kingdom come, your will be done on earth as it is in heaven.

11 Give us this day our daily bread,

12 and forgive us our debts, as we also have forgiven our debtors.

13 And lead us not into temptation, but deliver us from evil.

14 For if you forgive others their trespasses, your heavenly Father will also forgive you, ¹⁵ but if you do not forgive others their trespasses, neither will your Father forgive your trespasses.”

14 གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཚོས་མི་གཞན་ལ་གྲུ་ཡངས་བཏང་ན། ཞིང་ཁམས་སུ་བཞུགས་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་
 ཡབ་ཀྱིས་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲིག་ཉེས་སེལ་བར་འགྱུར་ངེས་ཡིན། 15 འོན་ཀྱང་གཞན་ལ་གྲུ་ཡངས་
 མ་བཏང་ན། ཁྱེད་ཀྱི་ཡབ་ཀྱིས་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲིག་ཉེས་སེལ་བར་མི་འགྱུར་”ཞེས་གསུངས།

11.6 འགྲེལ་བཤུ་བ།

ཡེ་ཤུ་པའི་ལུགས་སློལ་ལྟར་སྒྲོན་ལམ་འདི་ནི་གཙོ་བོའི་སྒྲོན་ལམ་ཞེས་ཟེར། དེ་ལ་གཤམ་གྱི་ལུ་བ་བདུན་
 ལ་དབྱེ་ཡོད། 1) དཀོན་མཚོག་ནི་པ་སེམས་བཟང་པོ་ཞིག་དང་འདྲ་བ་ཡིན་པ་མ་ཟད། དཔེ་མི་སྲིད་
 པའི་དམ་པ་དང་དྲང་བདེན་ཡིན། ཁོང་ལ་མི་རྣམས་སུ་ཚད་མེད་པའི་བྱིན་རླབས་གནང་བའི་དབང་དང་།
 དམུལ་ཁམས་སུ་གཡུག་པའི་རྣམས་མཐུ་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་མི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཁོང་ལ་དད་ཅིང་གུས་
 པས་བསྐྱེན་བཀུར་བྱེད་དགོས། དེ་ནི་ཁོང་གི་མཚན་དམ་པར་སྤྱད་པའི་དོན་ཡིན། 2) ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་
 སྲིད་འོང་བར་ཤོག་ཅེས་པའི་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་མཁུག་གིས་དཀོན་མཚོག་ཁོའི་སེམས་ནང་དུ་གདན་
 དྲངས་ནས་དབང་དུ་སྐྱུར་བའི་ལུ་བ་འབུལ་བ་མ་ཟད། དཀོན་མཚོག་གིས་མི་རིགས་ཐམས་ཅད་ལ་
 ཐར་པའི་བྱིན་རླབས་གནང་བར་ལུས། 3) དཀོན་མཚོག་གི་དགོངས་པ་སྐྱབ་མཁུག་རྣམས་ལ་དགའ་
 སྒྲོ་དང་ཞིབ་དེ་འཕྲོད། དཀོན་མཚོག་གི་དགོངས་པ་མ་བསྐྱབས་ན། སྤྱིང་གིས་ལུག་ཟ་བ་ལྟར་སྒྲིག་
 པས་ང་ཚོ་མེད་པར་བྱེད། 4) ཉིན་ཞག་རེའི་ཁོ་ཟས་ནི་ང་ཚོའི་དགོས་པ་མཚོན། པ་སེམས་བཟང་པོ་

11.6 Explanation

This prayer is traditionally known as the Lord’s Prayer. It has the following seven requests: 1) God is not only like a kindly father, but also infinitely holy and righteous. He has the power to give people limitless blessing, and the power to throw them into hell. So people of every nation should worship him with faith and respect. This is what it means to keep his name holy. 2) The one who prays, “Your kingdom come”, invites God to come and rule in his heart, and asks that he would give the blessing of salvation to people of every nation. 3) Those who do God’s will receive his joy and peace. If we do not do God’s will, sin will destroy us like a wolf devouring a sheep. 4) ‘Our daily bread’ symbolizes our needs. As a good father knows his children’s needs before they ask him, so

ཞེས་གིས་རང་གི་སྤྱི་གྲུ་རྒྱལ་མ་ལུས་པའི་སྒོར་ལ་གང་དགོས་པ་ཤེས་པ་ལྟར། ཡབ་དགོན་མཚོག་གིས་རང་གི་སྤྱི་གྲུ་ལ་མོང་གང་དགོས་པ་མཁུམ། ཞོ་ཚོའི་སྒོར་ལ་མ་གསལ་ནས་མཁོ་འདོན་གནང་།

5) སྤྱི་གྲུ་ཉེས་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་དང་ཚོའི་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་མེད་པར་སྒྱུར། དེའི་སྤྱི་རང་ཚོས་ཉེ་ལྟར་དགོན་མཚོག་ལ་སྤྱི་གྲུ་སེལ་བའི་གསོལ་སྒོར་ལུ་དགོས་པ་མ་ཟད། མི་གཞན་གྱི་སྤྱི་གྲུ་ལ་ཡང་གྲུ་ཡངས་གཏོང་དགོས།

6) ལུ་བ་དུག་པར་རང་ཚོས་བསྐྱུ་བྱིད་ནས་སྤྱི་ཞེད་ལ་པ་ལས་ཐར་བར་མཛད་པར་འགྱུར་བའི་ལུ་བ་སྤུལ།

7) ལུ་བ་བདུན་པར་རྒྱལ་སྤྱི་དུས་པའི་དོན་ནི་དགོན་མཚོག་གིས་རེད་རྒྱལ་གྱི་སེམས་ལ་དབང་མཛད་པ་དེ་ཡིན། དབང་ཞེས་པའི་དོན་ནི་དགོན་མཚོག་ལ་དབང་ཀུན་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཞིང་། གཟེ་བུ་དུས་པའི་དོན་ནི་དགོན་མཚོག་གི་སྒྲོན་གྲགས་འཛིག་ཅེན་ཡོངས་སུ་ལྲབ་པ་དེ་ཡིན། ཨ་མེན་ནི་ཡ་རྩ་དུ་པའི་སྐད་ལ་བདེན་པའི་ཞེས་ཟེར། (གལ་ཏེ་ཕྱིད་ཀྱིས་གཙོ་བོའི་སྒོར་ལ་མ་གྱི་སྒོར་ལྟག་པར་ཤེས་འདོད་ན། www.gsungrab.org དྲ་ཚོགས་ལ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་སྒོར་ལ་མ་གྱི་འབྲེལ་བཤད་བཞུགས་སོ་ཞེས་པའི་རྒྱ་ཆ་ལ་ལེན་ཚོག་)

11.7 རང་དོན་གཙོ་བོ།

སྤྱི་གྲུ་རྒྱལ་གྱིས་ཉེན་རེ་བཞིན་རང་གི་པ་མ་ལ་ལུ་བ་ལྟར་རང་ཚོས་དད་པའི་སྒོར་ལུ་དགོན་མཚོག་ལ་ཉེན་ལྟར་སྒོར་ལ་མ་འདེབས་དགོས།

our heavenly Father knows the needs of his children. He hears their prayer and provides for their needs. 5) Sin ruins our relationship with God. For this reason we should ask for forgiveness of our sins every day, and we should forgive the sins of others. 6) In the sixth request, we ask to be protected from temptation and saved from what is evil. 7) In the seventh request, the word “kingdom” means that God rules in our hearts. The word “power” reminds us that God is the One who has all power. The word “glory” reminds us that God’s name will become known to all people everywhere. The word “amen” means “it is true” in the language of the Jews. (If you would like to know more about the Lord’s Prayer, you can download the resource ‘A Commentary on the Lord’s Prayer’ from the www.gsungrab.org web site.)

11.7 Key Point

Just as children make daily requests of their parents, so we should pray to God each day.

☞ གྲོགས་པོ་དང་མཉམ་དུ་གཏམ་སྲིད་བྱེད་ཆུ།

1. དབུལ་པོ་རྒྱམས་ལ་རོགས་བྱེད་པའི་སྲིད་ཐབས་ལམ་གང་དང་གང་ཡོད་དམ།
2. མི་གཞན་གྱི་ངོ་བསྟོན་འཕྲོད་སྲིད་པ་གང་བྱེད་གྱི་ཡོད་དམ།
3. དགོན་མཚོག་ལུགས་མཉམ་པའི་ཚེད་དུ་སྲིད་པ་ཅི་བྱེད་དགོས་སམ།

🧠 སློའཛིན་བྱེད་ཆུ།

ཁྱེད་ཚོས་མི་གཞན་གྱིས་མཐོང་བའི་སྲིད་པོ་ཚོའི་མདུན་དུ་ལས་བཟང་པོ་བྱེད་པར་དོགས་ཚོན་གྱིས་
 བྱིན་ཏེ་ལྷ་འབྲས་ན་ཞེང་ལམས་སུ་བཞུགས་པའི་ཁྱེད་གྱི་ཡབ་ཀྱིས་ཁྱེད་ལ་བྱ་དགའ་མི་གནང་།
 (མད་ཐུ། 6:1)

🙏 རྒྱན་ཚད་མེད་པར་སློན་ལམ་འདེབས་དགོས་པའི་སྐོར།

གཙོ་བོ་དགོན་མཚོག་ལགས། ང་ཚོས་སློན་ལམ་རི་ལྷ་འདེབས་དགོས་པ་མི་ཤེས་ཀྱང་། ཁྱེད་
 གྱི་སྲས་དང་དམ་པའི་ལུགས་ཉིད་ཀྱིས་ང་ཚོའི་དོན་ལ་རྟལ་པར་ལུ་ངོ་མཛད་པས་ལུགས་རྗེ་ཆེ་ལྟ།
 ང་ཚོས་ཀྱང་རང་གཞན་གཉིས་ཀྱི་དོན་དུ་རྒྱན་ཚད་མེད་པར་སློན་ལམ་འདེབས་མཁན་དུ་སྐྱུར་བར་
 མཛོད། ཨ་མེན།

☞ Discussion Questions

1. What are some ways you can help poor people?
2. What are some ways that you try to seek the praise of others?
3. How are you to behave in order to please God?

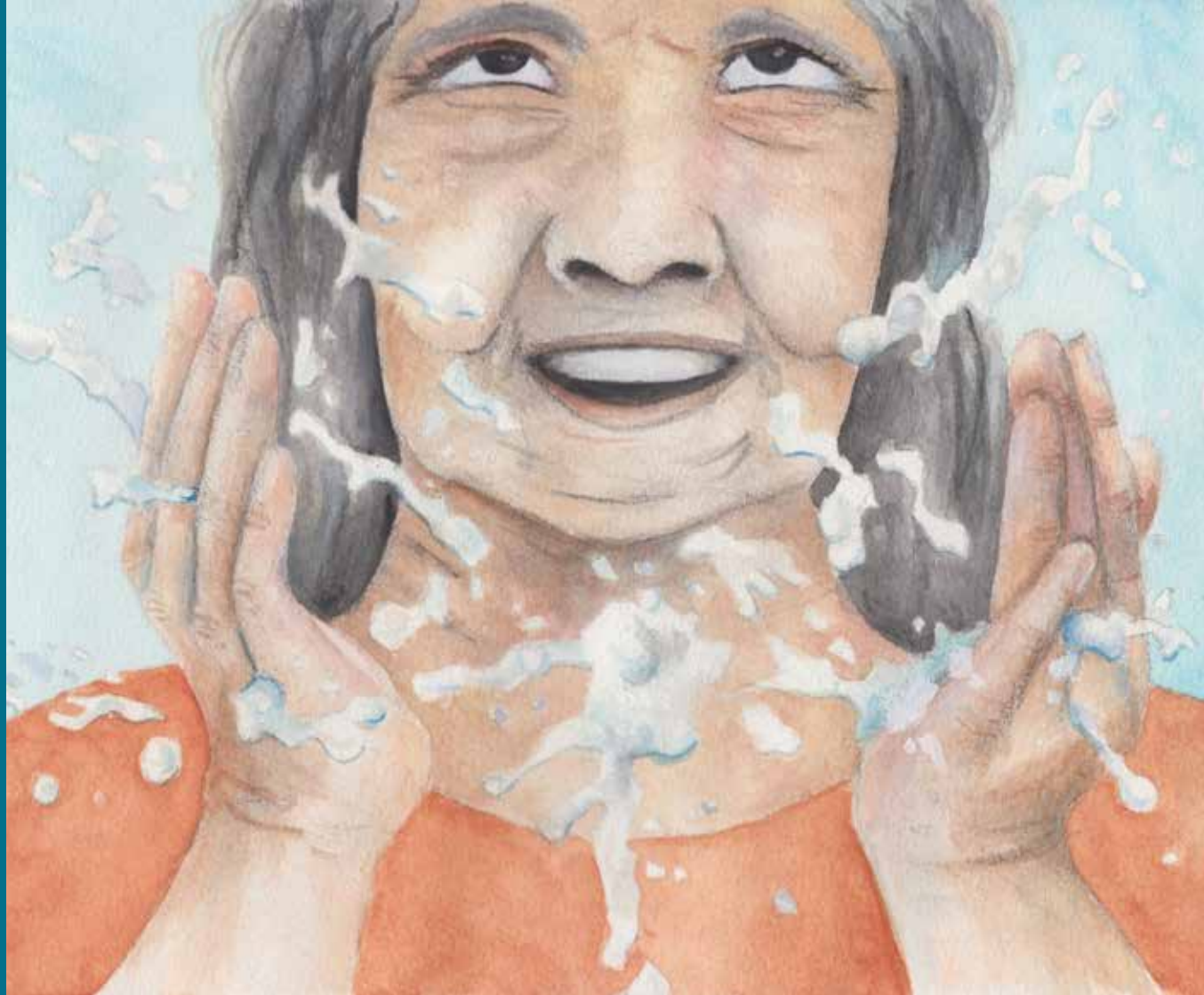
🧠 Memory Verse

Beware of practicing your righteousness before other people in order to be seen by them, for then you will have no reward from your Father who is in heaven. (Matthew 6:1)

🙏 Pray without Ceasing

Lord God, we thank you that even though we don't know how we should pray, your Son and your Holy Spirit always intercede for us. Grant that we too may pray without ceasing, both for ourselves and others. Amen.

12





ལེའུ་བཙུ་གཉིས་པ། གསང་བར་གཟིགས་མཁན་གྱི་སྐོར།

(མད་ཐུ། 6:16-18)

12.0 མི་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ནི་བྱོན་པ་གཏིང་རིང་པོ་ཞིག་དང་འདྲ་བ་ཡིན། དེའི་སྐྱེ་སྐྱོགས་མཐོང་ནའང་
དེའི་གཏིང་མཐའ་སྐྱེ་བ་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ང་ཚོའི་བྱི་ཚུལ་གྱི་སྐྱོད་ལམ་མཐོང་ཡང་།
ནང་སེམས་ཀྱི་ཀླན་སྐོང་དཀོན་མཆོག་མ་གཏོགས་སུས་ཀྱང་མཐོང་མི་སྲིད། ལེའུ་འདིར་སྐོན་པ་ཡེ་
གུས་ང་ཚོའི་ཀླན་སྐོང་གི་སྐོར་གསུངས།



Chapter Twelve: The One Who Sees in Secret

(Matthew 6:16-18)

12.0 The human heart is like a deep well; its outward appearance is plain, but its bottom is hidden. Likewise, everyone can see our outward behavior, but no one except God can see the motivation of our heart. In this chapter, Jesus speaks about our motivations.

12.1 རྩོམ་པ།

16 གཙོ་བོ་ཡི་ཤུས་པ་“ཁྱེད་ཚོས་སྐྱུང་གནས་སྐྱུང་བའི་ཚེ་ཁ་བཤད་དོན་ལ་མི་གནས་པ་རྣམས་
 གྱིས་ཁྱེད་པ་ལྟར་རྣམས་འཇུག་མ་སྟོན་ཅིག མི་གཞན་ལ་སྐྱུང་གནས་སྐྱུང་བཞིན་པར་སྟོན་པའི་
 སྤྱིང་ཁོ་ཚོས་རང་གི་དོག་དོང་ནག་པོ་བཟོ། རས་ཁྱེད་ཚོ་ལ་བདེན་པར་ཟེར་རྒྱུར་ཁོ་ཚོར་རང་གི་
 བྱ་དགའ་ཚོར་ཚར་དོ། 17 འོན་ཀྱང་སྐྱུང་གནས་སྐྱུང་བའི་ཚེ་རང་གི་མགོ་ལ་སྐྱུམ་འཇུག་ཅིང་
 དོག་དོང་བྱས། 18 དེ་ནས་མི་རྣམས་གྱིས་ཁྱེད་སྐྱུང་གནས་སྐྱུང་བཞིན་པར་མི་མཐོང་ཡང་།
 གསང་བར་བཞུགས་པའི་ཡབ་གྱིས་གཟིགས་ཤིང་། གསང་བ་གཟིགས་མཁན་ཡབ་གྱིས་ཁྱེད་
 ལ་བྱ་དགའ་གནང་ངེས་ཡིན་” ཞེས་གསུངས།

12.2 འབྲེལ་པ། ལག་ལེན་གསུམ་པ། སྐྱུང་གནས་སྐྱུང་བ།

ཉེ་གནས་རྣམས་གྱིས་གསང་བའི་ངང་ནས་སྐྱིབ་པ་གཏོང་བ་དང་སྟོན་ལམ་འདེབས་དགོས་པ་ལྟར་
 སྐྱུང་གནས་ཡང་གསང་བར་སྐྱུང་དགོས། གནང་བའི་དུས་སུ་མི་ཁ་གསལ་གྱིས་སྐྱུང་གནས་སྐྱུང་བཞིན་
 ཡོད་པ་སྟོན་པའི་ཚེ་དུ་རང་གི་དོག་དོང་ནག་པོ་བཟོས། སྟོན་པ་ཡི་ཤུས་དེ་ལྟར་གྱི་མི་རྣམས་ཁ་བཤད་
 དོན་ལ་མི་གནས་པ་ཡིན་པར་གསུངས། གང་ཡིན་ཟེར་ན། དཀོན་མཆོག་དང་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་བྱེད་

12.1 Scripture Text

16 “And when you fast, do not look gloomy like the hypocrites, for they disfigure their faces that their fasting may be seen by others. Truly, I say to you, they have received their reward. 17 But when you fast, anoint your head and wash your face, 18 that your fasting may not be seen by others but by your Father who is in secret. And your Father who sees in secret will reward you.”

12.2 Explanation - The Third Practice: Fasting

Just as the disciples are to give alms and pray in secret, so also they are to fast in secret. In ancient times, some people would change their appearance when they fasted to show others that they were fasting. Jesus called such people hypocrites because they wanted praise from people rather than a good relationship

པ་ལས་མི་རྣམས་ཀྱི་བསྟོད་པར་དགའ་བས་སོ། དེའི་སྤྱིར་དཀོན་གསལ་བའི་དང་ནས་སྤྱད་གནས་
སྤྱད་དགོས། དེ་ལྟར་གསལ་བ་གཟིགས་མཁན་དཀོན་མཆོག་གིས་དཀོན་གྲུ་དགའ་གནང་ངེས་ཡིན།

འཕྲུལ་བའི་བཞེ་བ། དཀོན་མཆོག་ལ་བརྟེ་མཁན་རྣམས་ཀྱི་ལག་ལེན་གསལ་བ་གསུམ།

1	དབུལ་བོ་རྣམས་ལ་སྦྱིན་པ་གཏོང་བ། (མད་གླུ་ 6:1-4)
2	སློན་ལམ་འདེབས་པ། (མད་གླུ་ 6:5-15)
3	སྤྱད་གནས་སྤྱད་བ། (མད་གླུ་ 6:16-18)

འཚོ་བ་དངོས་ནང་སྤྱོད་སྤྱངས། ཀུན་སྣོང་བཟང་པོ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་སྐྱོད་པ།

12.3 སློན་པ་ཡི་ཤུས་ལ་ཏུ་དུ་པའི་མི་རིགས་ཀྱི་སྐྱོད་པ་“མི་རྒྱུད་འདི་ཡིས་དག་ནས་ང་བཀུར་ཡང་། ཁོ་
ཚོའི་སེམས་ནི་ང་དང་ཡོངས་སུ་བྲལ་པ།”ཞེས་གསུངས། (མད་གླུ་ 15:8) མི་མང་པོས་མི་གཞན་གྱི་
སྤྱད་ཐོར་དང་ཉེད་ཚོས་སེམས་དང་ལྡན་པ་ཡིན་པར་སློན་པའི་སྤྱིར་སྦྱིན་པ་གཏོང་བ་དང་། སློན་ལམ་
འདེབས་པ། ཚོས་ཀྱི་ཚོགས་བྱེད་པ་བཅས་ནི་སྤྱོད་པའི་བྱ་བ་ཡིན། གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་འགྲོངས་ནས་ལོ་ལ་
ཤས་རྗེས་སུ་ཡི་ཤུ་འགྲོངས་ཏུ་ཨ་ནན་ཡུ་ཟེར་བའི་སྤྱོད་པ་ཞིག་དང་མོའི་བཟང་ལྷ་སའི་མི་རྒྱུ་
ཡོད། ཞིང་ཁ་ཞིག་བཙོངས་ནས་ཨ་ནན་ཡུ་ཟེར་སའི་མི་རྒྱུ་འོང་ཆེན་ཤིག་དང་གི་དོན་ལ་བཞག་

with God. For this reason, we are to fast in secret, so that God who sees in secret will reward us.

Table 4: The Three Secret Practices of Those Who Love God

1	Giving (Mt. 6:1-4)
2	Prayer (Mt. 6:5-15)
3	Fasting (Mt. 6:16-18)

Application: The Need for Pure Motives

12.3 The Lord Jesus once said about the Jewish people, “This people honors me with their lips, but their heart is far from me” (Matthew 15:8). Many people give money, or pray, or do religious rituals so that other people will think they are devout. This is quite foolish. A few years after the Lord Jesus died, there lived in the city of Jerusalem a man named Ananias and his wife Sapphira. Ananias sold a piece of property, and with his

ནས་ས་རིན་ལྷག་མ་སྐྱེ་ཚབ་རྣམས་ཀྱི་ཞབས་ལ་བཞག་པ་དེ་ས་བ་མི་རྒྱུས་ཀྱང་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། ཡང་སྐྱེ་ཚབ་པེ་ཏོས་“ཨ་ནན་ཡུ། བདུད་སྐྱ་ཉན་གྱིས་ཚོད་ཀྱི་སེམས་ཁྱབ་ནས་དཀོན་མཚོག་གི་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ལ་རྒྱན་བཤད་དེ། སའི་རིན་གོང་ཚགས་ཤིག་རང་ལ་བཞག་པ་དེ་ཅི་ཡིན། ཞིང་ཁ་དེ་མ་བཙོངས་པའི་རྒྱན་དུ་ཚོད་རང་གི་མ་ཡིན་ནམ། ཡང་བཙོངས་པའི་རྗེས་སུ་སའི་རིན་གོང་ཚོད་ལ་དབང་བ་མ་ཡིན་ནམ། བསམ་པ་འདི་ཚོད་ཀྱི་སེམས་ལ་སྐྱེས་པ་དེ་ཅི་ལྟར་གྲིད། ཚོད་ཀྱིས་མི་རྣམས་ལ་མ་བཤད་ཀྱི། དཀོན་མཚོག་ལ་རྒྱན་བཤད་”ཅེས་གསུངས། གཏམ་དེ་གོ་མ་ཐག་ཨ་ནན་ཡུ་ས་ལ་འགྲེལ་ནས་ཤི་འོ། དེའི་རྒྱུ་རྐྱེས་པ་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་འཛིགས། གཞོན་ལུ་རྣམས་ཀྱིས་ཁོའི་ལུང་པོ་རས་ཀྱིས་བཏུམས་ནས་ཕྱི་རོལ་ཏུ་འཇུག་ཏེ་དུ་དུ་བཅུག། དེ་ནས་ཚུ་ཚོད་གསུམ་ཙམ་གྱི་རྗེས་སུ་ཁོ་ལ་ཅི་ལུང་བ་མི་ཤེས་པར་ཁོའི་བཟའ་ལྷ་ཡོང་ཞིང་། སྐྱེ་ཚབ་པེ་ཏོས་ཁོ་མོར་“རང་ལ་ཤོད་དང། ཚོད་གཉིས་ཀྱིས་ས་ཞིང་བཙོངས་ནས་རིན་གོང་འདི་ཙམ་ཐོབ་བམ་”ཞེས་གསུངས་པས་ཁོ་མོས་“ལགས་ཡིན། རིན་གོང་དེ་ཙམ་ཡིན་”ཞེས་སྐྱས་པ་དང་། སྐྱེ་ཚབ་པེ་ཏོས་ཁོ་མོར་“དཀོན་མཚོག་གི་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ལ་ཉམས་ཚོད་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཚོད་གཉིས་ཀྱིས་མོས་མཐུན་བྱས་པ་དེ་ཅི་ཡིན། ལྷོས་ཤིག་ཚོད་ཀྱི་ཚོ་བོའི་ལུང་པོ་དུ་དུ་འཇུག་མཁན་སྐོ་ལ་འདུག། ཁོ་ཚོས་ཚོད་ཀྱི་ལུང་པོ་ཕྱི་རོལ་ཏུ་འཇུག་ངེས་ཡིན་”ཞེས་གསུངས་མ་ཐག་ཁོང་གི་ཞབས་ཀྱི་དུ་དུ་འགྲེལ་ནས་ཁོ་མོ་ཤི་འོ། གཞོན་ལུ་རྣམས་ནང་ལ་ཡོང་ནས་ཁོ་མོ་ཤི་བར་མཐོང་བས། ཁོ་མོའི་ལུང་པོ་ཕྱིར་འཇུག་བ་དང་། ཚོ་བོའི་དུ་ར་སའི་ཉེ་འགྲམ་ལ་

wife's knowledge he kept back for himself some of the proceeds and brought only a part of it to offer to God. But the Lord Jesus' disciple Peter said, "Ananias, why has Satan filled your heart to lie to the Holy Spirit and to keep back for yourself part of the proceeds of the land? While it remained unsold, did it not remain your own? And after it was sold, was it not at your disposal? Why is it that you have contrived this deed in your heart? You have not lied to men but to God." When Ananias heard these words, he fell down and breathed his last. And great fear came upon all who heard of it. The young men rose and wrapped him up and carried him out and buried him. After an interval of about three hours his wife came in, not knowing what had happened. And Peter said to her, "Tell me whether you sold the land for so much." And she said, "Yes, for so much." But Peter said to her, "How is it that you have agreed together to test the Spirit of the Lord? Behold, the feet of those who have buried your husband are at the door, and they will carry you out." Immediately she fell down at his feet and breathed her last. When the young men

དུར་དུ་བཅུག ཨ་ནལ་ཡུ་དང་སའ་མི་རྩ་གཉིས་ཀས་དཀོན་མཚོག་གི་བསྐྱོད་པ་མི་འཚོལ་བར་མི་རྣམས་
གྱི་བསྐྱོད་པ་བཅུལ།

12.4 དཀོན་མཚོག་གི་སྐྱབས་སྐྱོར་དང་ཚོའི་ཀུན་སྐྱོད་ཉུང་གལ་ཚེན་པོ་ཡིན། མི་རྣམས་གྱིས་ང་ཚོར་
བསྐྱོད་པའི་བྱིར་དགོ་བའི་ལས་བྱེད་པ་དེ་ཕྱིག་ཉེས་ཡིན། མི་གཞན་གྱིས་དཀོན་མཚོག་ལ་བསྐྱོད་པ་
བྱེད་པའི་བྱིར་དགོ་བའི་ལས་བྱེད་པ་དེ་འོས་སོ། འོན་ཀྱང་རང་གི་སེམས་ལ་ཀུན་སྐྱོད་ཡག་པོ་ཡོད་མེད་
ཤེས་པ་དེ་འག་པོ་ཡིན། ལུང་སྟོན་པ་ཡེ་རེམ་ཡུ་ཡིས་སེམས་ནི་ཅི་ཐམས་ཅད་ལས་གཡོ་སྐྱུ་ཅན་དང་།
ཚོད་མེད་བསྟན་པ་འཛིག་པར་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པས་སུས་དེ་ཚོགས་པར་བུས་ཞེས་བྲིས། དེའི་བྱིར་དཀོན་
མཚོག་གིས་ང་ཚོ་ལ་ཉིད་གྱི་སེམས་ལ་གང་ཡོད་པ་སྟོན་པར་མཛད་པའི་ཚེད་དུ་སྟོན་ལམ་ལུ་དགོས། དེ
ནས་ང་ཚོས་ངན་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་ཀུན་སྐྱོད་བཟང་པོས་ཁོང་ལ་ཞབས་ཕྱི་ལུ་ལོ། །

12.5 རང་དོན་གཙོ་བོ།

ང་ཚོའི་སེམས་ལ་གང་ཡོད་པ་སྟོན་པར་མཛད་པའི་ཚེད་དུ་དཀོན་མཚོག་ལ་སྟོན་ལམ་ལུ་དགོས།

came in they found her dead, and they carried her out and buried her beside her husband. Ananias and Sapphira were not seeking praise from God, but from men.

12.4 In God’s sight, our motives are very important. Doing good works so that people will praise us is sin. Doing good works so that people will praise God is right. But it is not easy to see the motives in our own hearts. As the prophet Jeremiah said, “The heart is deceitful above all things, and desperately sick; who can understand it?” So we must pray and ask God to show us what is in our own hearts. Then we can get rid of evil and serve him with good motives.

12.5 Key Point

We should ask God to show us what is in our own hearts.

🗨️ གོགས་པོ་དང་མཉམ་དུ་གཏམ་སྲིད་བྱེད་ཀྱི།

1. རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་ལ་གང་ཡོད་པ་ཅི་ལྟར་ཤེས་སམ།
2. ཀུན་མཁྱེན་དགོན་མཚོག་གིས་ནང་སེམས་ཀྱི་ཀུན་སྲོད་གཟིགས་པས་ངཚོས་སྲོད་ལམ་གང་བྱེད་དགོས་སམ།

🧠 སློའཛིན་བྱེད་ཀྱི།

གསང་བ་གཟིགས་མཁན་ཡབ་ཀྱིས་ཁྱེད་ལ་བྱ་དགའ་གནང་ངེས་ཡིན། (མད་སྒྲུབ་ 6:18)

🙏 ཀུན་སྲོད་བཟང་པོ་འཕྲོད་པའི་སློན་ལམ།

ནམ་མཁར་བཞུགས་པའི་ཡབ་ལགས། ཁྱེད་ཅི་དེད་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་གསང་བའི་ཀུན་སྲོད་གཟིགས་མཁན་ཡིན། ཁྱེད་ཀྱི་གཟི་བརྗིད་འཕེལ་བའི་ཆེད་དུ་ངཚོས་གསང་བར་སློན་པ་གཏོང་བ་དང་། སློན་ལམ་འདེབས་པ། རྒྱུད་གནས་སྲུང་དུས་ངཚོར་ཀུན་སྲོད་བཟང་པོ་གནང་བར་མཛོད། དགོན་མཚོག་ཀུན་མཁྱེན་ཁྱེད་གཅིག་པོར་གཏམ་དུ་གཟི་བརྗིད་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཅིག ཨ་མེན།

🗨️ Discussion Questions

1. How can we know what is in our own hearts?
2. Since God sees the motives of our hearts, how should we behave?

🧠 Memory Verse

Your Father who sees in secret will reward you. (Matthew 6:18)

🙏 A Prayer for Right Motives

Father in heaven, you are the God who sees the secret motives of our hearts. So that you may be glorified, give us right motives as we give, pray, and fast in secret. To you, the only all-knowing God, be glory forever. Amen.







ལེའུ་བརྩུ་གསུམ་པ།

རྒྱ་ལོ་འུ་ལྷ་མ་གསོག་པའི་རྣོང་།

(མད་གླ། 6:19-23)

13.0 ཁ་དཔེ་ལྷ་མ་གསོག་དུལ་གསོག་པ་ལས་ཡོན་ཏན་གསོག་པ་དགའ་ཞེས་ཟེད། དུལ་གསོག་པ་ལས་མི་ཚོ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་པས་སྟོན་པ་ཡེ་ལྷ་མ་རྒྱ་ལོ་འུ་བདེན་པ་ལྷ་མ་གསོག་པའི་རྣོང་གསལ་སྟོན་མངོད།

13.1 གཙོ་བོ་ཡེ་ལྷ་མ་དགོན་མཚོག་གི་ཐུགས་དགོངས་ལྷ་མ་མི་ཚོ་སྐྱེ་ལ་བའི་རྩ་དོན་བརྒྱད་པ་ཚོར་གནང། དེ་ཚོ་ནི་དགོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་ལོ་འུ་གསོག་པ་དང་གཙུག་པོ་ལྷ་མ་གསོག་པ་དང་གཙུག་པོ་ཡོད་དགོས་པ་དང་གཉིས། (མད་གླ། 6:19-21) མིག་བཟང་བོ་ཡོད་དགོས་པ་དང་གཉིས། (མད་གླ། 6:22-23) ལོ་འུ་ལྷ་མ་དགོན་མཚོག་གཙུག་པོ་ལྷ་མ་གསོག་པ་དང་གསུམ། (མད་གླ། 6:24) སེམས་ཁྲལ་མི་བྱེད་པར་དགོན་མཚོག་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ་དང་བཞི། (མད་གླ། 6:25-34) མི་གཞན་ལ་སྟོན་འདོགས་མ་བྱེད་པ་དང་ལྔ། (མད་གླ། 7:1-6) དགོན་མཚོག་གི་གནང་སྦྱོར་འཚོལ་བ་དང་དུལ། (མད་གླ། 7:7-11) མི་གཞན་



Chapter Thirteen: How to Store Up Treasure

(Matthew 6:19-23)

13.0 A Tibetan proverb says, “It is better to build up good qualities than to accumulate money”. There is more to life than money; for this reason the Lord Jesus explained how to accumulate true wealth.

13.1 The Lord Jesus gave us eight principles by which to live in accordance with God’s will. They are: 1) Store up treasure in heaven (Matthew 6:19-21); 2) Have good spiritual sight (Matthew 6:22-23); 3) Serve God rather than money (Matthew 6:24); 4) Trust in God’s provision without worrying (Matthew 6:25-34); 5) Do not find fault with others (Matthew 7:1-6); 6) Seek God’s gifts (Matthew 7:7-11); 7)

གྱིས་ཇི་ལྟར་བྱེད་ཚེ་རྒྱལ་བ་དག་ལ་བ་བཞིན། དེ་ལྟར་གཞན་ལ་བྱེད་པ་དང་བདུན། (མད་སྒྲུ 7:12)
 མྱོད་ག་མོ་བརྒྱད་ནས་འཇུག་པ་དང་བརྒྱད་བཅས་ཡིན། (མད་སྒྲུ 7:13-14) འདི་ཚོ་བརྒྱད་ནས་
 ཅུ་དོན་བཞི་ལེ་ལུ་འདིར་དང་། ལྷག་མ་རྣམས་ལེ་ལུ་རྗེས་མར་གསལ་བ་བཤད་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན།

13.2 ལྷ་བ།

¹⁹ གཙོ་བོ་ཡི་ལྷས་“ལྷག་པ་དང་བཅའ་ཡིས་ཟ་ཞིང་། ཁང་པར་འཇུག་ནས་རླུང་མས་རླུང་
 འཇིག་རྟེན་འདི་ལ་འོར་མ་གསོག་པར། ²⁰ ལྷག་པ་དང་བཅའ་ཡིས་མི་ཟ་ཞིང་། ཁང་པར་
 འཇུག་ནས་རླུང་མས་མི་རླུང་དཀོན་མཆོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་འོར་གསོག་ ²¹ གང་ལགས་
 ཟེར་ན། གང་ལྟེད་ཀྱི་རྒྱ་ལོར་ཡོད་ས་དེར་ལྟེད་ཀྱི་སེམས་ཀྱང་ཡོད”ཅེས་གསུངས།

13.3 འབྲེལ་བ། ལྷ་དོན་དང་བོ། དཀོན་མཆོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་འོར་གསོག་པ།
 འཇིག་རྟེན་འདི་འི་མི་རྣམས་ཀྱིས་འོར་གསོག་པའི་ཕྱིར་འབད་བརྩོན་གིན་ཏུ་བྱེད། འོན་ཀྱང་རྒྱ་ལོར་ལ་
 བརྟེན་ན་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཡོད། རླུང་མ་དང་རླུང་པ་ལས་འཇོག་གིན། འཇོ་བརླག་ཏུ་འགྱུར་རམ་མེད་
 པར་བྱེད་གིན། དེའི་ཕྱིར་དཀོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་གྱི་འཚོལ་བ་ལས་འོར་རྗེས་ལ་ཆགས་པ་ནི་སྲུང་བོའི་
 བྱ་བ་ཡིན། རྒྱ་ཚབ་པ་ལུ་ལུས་སུ་ག་པོར་འགྱུར་འདོད་པ་རྣམས་ནི་བསྐྱེད་བྱེད་དང་། སྲུང་ཞིང་གོད་

Treat others as you wish to be treated (Matthew 7:12); and 8) Enter by the narrow gate (Matthew 7:13-14). Four of these eight principles are explained in this chapter, and the rest in the next chapter.

13.2 Scripture Text

¹⁹ “Do not lay up for yourselves treasures on earth, where moth and rust destroy and where thieves break in and steal, ²⁰ but lay up for yourselves treasures in heaven, where neither moth nor rust destroys and where thieves do not break in and steal. ²¹ For where your treasure is, there your heart will be also.”

13.3 Explanation - Principle 1: Store Up Treasure in Heaven

In this world people make every effort to accumulate money. But relying on wealth has many dangers. Thieves and robbers can take it away; it can be spoiled or destroyed. For this reason, it is foolish to set our hearts on wealth rather than seeking

པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་དོད་རྟོག་ལ་ལྷུང་། འདོད་ཆགས་དེ་ཚོ་འོས་ལྡན་གྱི་རྣམས་ལ་སྤོངས་ལུང་བ་དང་འཇིག་པར་
 འགྱུར། རྒྱལ་ལོ་ལ་ཆགས་པ་དེ་དཔེ་བ་ལ་སྤོངས་ལུང་ཆོག་ཀྱི་འགྲུང་རྩ་ཡིན། དེ་ལ་ཆགས་པས་མི་ལ་ཤས་
 དང་པ་ལོག་ལས་རང་ཉིད་ལ་རྒྱུ་དཔེ་མང་པོ་འབྲུང་མྱོང་ཞེས་གྲིས། (ཐི་མོ་ཐེ་དང་པོ་ 6:9-10) མ་
 ཟད་ཁོང་གིས་ཚོས་ཆོག་ཀྱི་དཔོན་པོ་ཞིག་ལ་བཏང་བའི་འཕྲིན་ཡིག་གཅིག་ལ་འཇིག་རྟེན་འདི་ལྷན་
 པོ་རྣམས་ཀྱིས་ང་རྒྱལ་མི་བྱེད་ཅིང་། མི་རྟག་པའི་རྒྱལ་ལོ་ལ་རྟོག་མི་བྱེད་པར། ང་ཚོས་ལོངས་སུ་
 སྦྱོང་བའི་སྤྱི་ལོ་ཐམས་ཅད་གནང་མཁུ་དཀོན་མཚོག་ལ་སྤོངས་ལུང་བྱེད་པར་སྒྲུལ། ཁོ་ཚོ་བྱ་བ་བཟང་
 པོ་བྱེད་པ་དང་། དོན་བཟང་པོ་སྦྱབ་པ། གཏོང་ཕོད་ཆེ་བ་དང་། སྦྱིན་པ་ལ་དགའ་བར་ཡང་སྒྲུལ། དེ་
 ལྟར་བྱས་ན་ཚོ་སྟོན་པོ་མ་འཛིན་པའི་ཆེད་དུ་ཁོ་ཚོས་སྤངས་གཞི་བཟང་པོ་ཞིག་རང་གི་དུས་སྤྱི་མའི་སྤྱི་
 འདོད་རྒྱུ་ལྷན་བྱེད་ཅེས་གྲིས། (ཐི་མོ་ཐེ་དང་པོ་ 6:17-19) སྦྱོན་པ་ཡེ་ལུས་ཟས་མི་རྟག་པ་དེ་
 ལ་འབད་རྩལ་མ་བྱེད་ཀྱིས། དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚོ་གནང་བའི་ཟས་དེ་ལ་འབད་རྩལ་གྱིས་ཤིག་ཅེས་
 གསུངས། (ཡོ་རྟ་འཛུགས་ 6:27) གཙོ་པོ་ཡེ་ལུ་འདོད་པའི་ལ་ཉན་པ་དང་། དད་པ་ལས་སྦྱེ་བའི་ལས་
 བཟང་པོ་བྱེད་པའི་སྦྱོན་ལས་ལེན་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱལ་ལོ་ལ་སྤོངས་ལུང་མི་སྲིད་པས་དཀོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་
 རོར་གསོག་པ་བྱུངོ། །

God's kingdom. The Apostle Paul wrote, "Those who want to get rich fall into temptation and are trapped by many senseless and harmful desires that plunge people into ruin and destruction. For the love of money is a root of all kinds of evil, and in their eagerness to be rich some have wandered away from the faith and pierced themselves with many pains" (1 Timothy 6:9-10). And he wrote in a letter to a church leader, "Command those who are rich in this present world not to be arrogant nor to put their hope in wealth, which is so uncertain, but to put their hope in God, who richly provides us with everything for our enjoyment. Command them to do good, to be rich in good deeds, and to be generous and willing to share. In this way they will lay up treasure for themselves as a firm foundation for the coming age, so that they may take hold of the life that is truly life" (1 Timothy 6:17-19). Jesus said, "Do not strive for the food that does not last - strive for the food that gives boundless life" (John 6:27). By obeying the Lord Jesus and doing the good works that come from faith, we store up treasure in heaven, where no one can steal our wealth.

13.4 ལྔ་བ།

22 གཙོ་བོ་ཡི་ལྷན་“མིག་ནི་ལུས་ཀྱི་སྒྲོན་མེ་ལྟར་ཡིན། མིག་བཟང་བོ་ཡོད་ན་ལུས་ཤིང་པོ་
 འོད་གྱིས་གང། 23 འོན་ཀྱང་མིག་བཟང་བོ་མེད་ན་ལུས་ཤིང་པོ་སྐྱེ་ནག་གིས་གང། གལ་
 ཉེ་བྱེད་ཀྱི་སེམས་ནང་ལ་འོད་དེ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ན་སྐྱེ་བ་དེ་ཅི་ལྟར་ཆེ”ཞེས་གསུངས།

13.5 འགྲེལ་བ། ལྔ་དོན་གཉིས་པ། མིག་བཟང་བོ་ཡོད་དགོས།

ཉི་མའི་འོད་མིག་ཟུང་བརྒྱད་ནས་ལུས་སུ་འཇུག་པ་ལྟར། དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ཡིན་པའི་འོད་ཀྱང་
 ང་ཚོའི་སེམས་བརྒྱད་ནས་ནང་དུ་འཇུག། དཀོན་མཆོག་ལ་སློ་ཅེ་གཅིག་གིས་འཇུག་པའི་སེམས་ནི་
 སེམས་བཟང་བོ་ཞིག་ཡིན། སེམས་བཟང་བོ་ཡོད་ན་རང་གཤིས་གསར་བ་བཞིན་དུ་མི་ཚོ་སྐྱེ་ཉེ་
 དཀོན་མཆོག་མཐུག་མཉེས་པའི་སྤོད་པ་བྱེད་ཐུབ། དེ་ནས་ལུས་ཤིང་པོ་འོད་གྱིས་གང། འོན་ཀྱང་
 སེམས་བཟང་བོ་མེད་ན་སྤིག་པའི་རང་གཤིས་བཞིན་དུ་མི་ཚོ་སྐྱེ་ཉེ་དཀོན་མཆོག་ཐུགས་མཉེས་པའི་
 སྤོད་པ་བྱེད་མི་ཐུབ། དེ་ནས་ལུས་ཤིང་པོ་སྐྱེ་ནག་གིས་གང། དེའི་རྐྱེན་གྱིས་ང་ཚོའི་ནང་ན་ཡོད་པའི་
 འོད་ནི་སྐྱེ་ནག་ཡིན་མེད་བསམ་སློབ་ཞིབ་ཏུ་གཏོང་དགོས།

13.4 Scripture Text

22 “The eye is the lamp of the body.
 So, if your eye is healthy, your
 whole body will be full of light,
 23 but if your eye is bad, your
 whole body will be full of darkness.
 If then the light in you is darkness,
 how great is the darkness!”

13.5 Explanation - Principle 2: Have Good Spiritual Vision

Just as the light of the sun enters the body through the eyes, the light of God’s word enters us through the mind. The mind which is set on God is a good mind. If our mind is good, we live life according to the new nature, and we act in ways that please God and our whole body will be full of light. But if our mind is bad, we live life according to the sinful nature, and we act in ways that cannot please God; then our whole body will be full of darkness. So we should consider carefully whether or not the light in us is darkness.

13.6 རང་དོན་གཙོ་བོ།

སྤྱོད་པོས་འཛིག་རྟེན་འདིར་རྒྱ་ལོ་རྒྱུ་ལ་མ་གསོག་གེས་རབ་ཅན་གྱིས་དཀོན་མཆོག་གི་ཞིང་ཁམས་
སྤྱོད་པོ་བདེན་པ་གསོག་

🗨️ གྲོགས་པོ་དང་མཉམ་དུ་གཏམ་སྲིད་བྱེད་རྒྱ།

1. དཀོན་མཆོག་གི་ཞིང་ཁམས་སྤྱོད་པོ་གསོག་ཅེས་པའི་དོན་གང་ཡིན་ནམ།
2. རྒྱ་ལོ་རྒྱུ་ལ་མ་གསོག་པ་ལས་དཀོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་སྲིད་ལ་འབད་བརྩོན་བྱེད་པ་དེ་ཅིའི་སྲིད་གལ་
ཆེན་ཡིན་ནམ།

🧠 སློའཛིན་བྱེད་རྒྱ།

དཀོན་མཆོག་གི་ཞིང་ཁམས་སྤྱོད་པོ་གསོག་ (མད་གླ། 6:20)

🙏 རྒྱ་ལོ་རྒྱུ་ལ་མ་གསོག་པའི་ཐབས་ལམ།

ནམ་མཁའ་བཞུགས་པའི་ཡབ་ལགས། རྒྱེད་ནི་རྒྱ་ལོ་རྒྱུ་ལ་མ་གསོག་པའི་ཐབས་ཅན་གྱི་འབྲུང་ཁུངས་དང་བདག་
པོ་ཡིན། རྒྱེད་གྱི་ཞིང་ཁམས་སྤྱོད་པོ་གསོག་པའི་སྲིད་འཛོམས་བཟང་པོ་བྱེད་པ་
དང་། དོན་བཟང་པོ་སྐྱབ་པ། གཏོང་མོང་ཆེད་དང་། སྤྱོད་པ་ལ་དགའ་མཁའ་དུ་སྐྱུ་རྩེད་མཛོད། ཨ་མེན།

13.6 Key Point

The fool stores up treasure on earth, the wise man in heaven.

🗨️ Discussion Questions

1. What does it mean to “lay up treasure in heaven”?
2. Why is it important to seek God more than seeking money?

🧠 Memory Verse

Lay up for yourselves treasures in heaven. (Matthew 6:20)

🙏 A Prayer for How to Store Up True Wealth

Father in heaven, you are the source and the owner of all true wealth. Help us to do good, to be rich in good deeds, and to be generous and willing to share, so that we may have an eternal treasure in heaven. Amen.





ལེའུ་བཙུ་བཞི་པ།
 མི་ཚོ་ལ་ཅི་ཞིག་འཚོལ་དགོས་པའི་སྐོར།
 (མད་མྱ། 6:24-34)

14.0 ལེའུ་འདིར་རྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་རྒྱ་ལོར་བདེན་པའི་སྐོར་མུ་མཐུད་ནས་གསུངས།

14.1 ལྷ་བ།

24 གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་“སུ་ཞིག་གིས་བདག་པོ་གཉིས་ལ་གཡོག་བྱེད་མི་སྲིད། གང་ལགས་ཤེ་
 བ། ཁོས་གཅིག་ལ་སྣང་ཞིང་གཅིག་ལ་གཅེས་པའམ། གཅིག་ལ་མོས་ཤིང་གཅིག་ལ་སྤྲོད་
 པར་བྱེད། བྱེད་ཚོས་དགོན་མཚོག་དང་རྒྱ་ལོར་གཉིས་ཀའི་གཡོག་བྱེད་མི་སྲིད་”ཅེས་གསུངས།



Chapter Fourteen:
 What to
 Seek in Life
 (Matthew 6:24-34)

14.0 In this chapter, Jesus continues to teach us about true wealth.

14.1 Scripture Text

24 “No one can serve two masters, for either he will hate the one and love the other, or he will be devoted to the one and despise the other. You cannot serve God and money.”

14.2 འགྲེལ་བཤུ་ ཟུ་དོན་གསུམ་པ། རོང་མིན་ཏེ་དཀོན་མཆོག་གཅིག་པོར་འབས་སྲི་ལུ་བ།
 གནའ་བོའི་དུས་སུ་མི་རྣམས་ལ་བྲན་གཡོག་ཡོད། བདག་པོ་རྣམས་ལ་བྲན་གཡོག་དབང་སྐྱུར་བའི་
 དབང་ཆ་ཀུན་ཡོད་པས་བྲན་གཡོག་གཅིག་གིས་དུས་གཅིག་ལ་བདག་པོ་གཉིས་ལ་གཡོག་བྱེད་མི་སྲིད་
 ཅིང་། བྲན་གཡོག་གཅིག་ལ་བདག་པོ་གཉིས་ཡོད་མི་སྲིད། དེ་བཞིན་དུ་ང་ཚོས་དཀོན་མཆོག་ལ་སློ་
 གཅིག་སེམས་གཅིག་དང་ལུས་པ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་བརྗེ་བར་འཛོལ་ཞེས། དུས་གཅིག་ལ་དཔུལ་ལམ། འབ་
 བ། འཛིག་རྟེན་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཆགས་མི་སྲིད། སྐྱུ་ཚབ་ཡོ་ཉ་ནན་གྱིས་འཛིག་རྟེན་འདི་ལམ་འདིའི་
 རང་ན་གང་ཡོད་པར་མ་ཆགས་ཤིག གལ་ཏེ་སུ་ཞིག་གིས་འཛིག་རྟེན་འདི་ལ་ཆགས་ན་ཡབ་དཀོན་
 མཆོག་ལ་བརྗེ་བ་དེ་ལོ་ལ་མེད་ཅེས་བྲིས། དེའི་སྤྱིར་ལམ་གཉིས་ཁོ་ན་ཡོད། དབག་ཏུ་མེད་པའི་ཚོ་ལ་
 འཕྲིད་པའི་སྐོ་དོག་མོ་བརྒྱད་ནས་མ་ལྷགས་ན། འཛིག་པར་འཕྲིད་པའི་སྐོ་ཞེང་ཅན་བརྒྱད་ནས་འཇུག
 དཀོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་སྲིད་དུ་མ་ལྷགས་ན། བདུད་སྐྱ་ཉན་གྱི་རྒྱལ་སྲིད་དུ་འཇུག སློ་ཅེ་གཉིས་ཅན་
 གྱི་ནང་བཞེན་མ་ཡིན་པར་ང་ཚོས་ལམ་གཅིག་འདེམས་དགོས།

**14.2 Explanation - Principle 3:
 Seek God Rather than Money**

In ancient times, people had slaves. Since the masters had complete authority over the slaves, no slave could serve two masters at the same time, and a slave could not have two masters. In the same way, we cannot love God with all of our being and at the same time love money or the things of this world. As the Apostle John wrote, “Don’t be attached to this world or whatever is in it. If anyone is attached to this world, the love of God the Father is not in him”. So there are only two paths. If we don’t enter by the narrow gate that leads to eternal life, we enter by the wide gate that leads to destruction. If we do not enter God’s kingdom, we enter Satan’s kingdom. We must choose one path and not be like the double-minded.

14.3 ལྔ་བ།

25 གཙོ་བོ་ཡི་ལྟུང་། “དེའི་ཕྱིར་ངས་ཁྱེད་རྣམས་ལ་ཟེར་རྒྱུར། ཚེ་སློག་གི་སྱིར་ཟེས་གང་ཞིག་
ཟ་རྒྱུ་དང་འཐུང་རྒྱུ། ལྟུང་གི་སྱིར་གོས་གང་ཞིག་སྐྱོན་པ་སེམས་ཁྲལ་མ་བྱོས་ཤིག གང་
ལགས་ཤེ་ན། ཚེ་སློག་དང་ལྟུང་པོ་གཉིས་ཟེས་དང་སྐྱོན་ཆས་ལས་ལྷག་པ་མེད་དམ།

26 བམ་མཁའའི་བྱ་བྱིའུ་ལ་སྟོན་ཤིག དེ་ཚོས་ས་པོ་མ་མི་འདེབས་ལ། ལོ་ཉོག་མི་རྟེན། མཚོན་
ཁང་ལ་མི་གསོག་ཀྱང། ཞིང་ཁམས་སུ་བཞུགས་པའི་བྱེད་ཀྱི་ཡབ་ཀྱིས་དེ་ཚོར་ཟས་གནང།
བྱེད་ཚོ་དེ་རྣམས་ལས་གལ་ཆེ་བ་མ་ཡིན་ཅམ། 27 བྱེད་ཚོ་འོ་ན་དང་བམ་སུ་ཞིག་གིས་སེམས་
ཁྲལ་བྱེད་པའི་ངང་བས་མི་ཚོ་འདི་ཚུ་ཚོད་གཅིག་ཙམ་གྱི་རིང་དུ་གཏོང་བྱུང་བམ།

28 ཡང་སྐྱོན་ཆས་ཀྱི་སྱིར་ཅི་ལ་སེམས་ཁྲལ་བྱེད། ལྷ་མོ་ཐང་སྟེང་གི་སྟག་གཟིག་མེ་ཉོག་རི་ལྟར་
སྐྱེ་བར་སྟོན་ཤིག དེ་ཚོས་ལས་ཀའི་བྱེད་ལ་བལ་ཡང་མི་འབལ། 29 ངས་བྱེད་ཚོ་ལ་ཟེར་
རྒྱུར། ལྷ་མོ་པོ་སོ་ལོ་སོ་བཞི་བཞི་བཞི་དེ་ཚོ་པོ་དང་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང། ཞོང་གི་རྒྱུན་གོས་
དེ་ཚོ་འོ་ན་གཅིག་ལ་འང་འགྲུབ་མི་བྱུང། 30 གལ་ཏེ་དགོན་མཚོག་གིས་ཞིང་སྟེང་གི་ལྷ་དེ་
རིང་སྐྱེ་སྟེ་སང་ཉིན་ཐབ་ལ་འཕེན་རྒྱ་ཡིན་པར་དེ་ལྟར་གཡོག་པར་མཛད་ན། ཞོང་གིས་དེ་བས་
ཀྱང་བྱོད་དང་རྒྱུང་བ་རྣམས་ལ་གཡོག་པ་གནང་བར་མི་བྱུང་མ། 31 དེའི་ཕྱིར་ང་ཚོས་ཅི་ཟ།

14.3 Scripture Text

25 “Therefore I tell you, do not be anxious about your life, what you will eat or what you will drink, nor about your body, what you will put on. Is not life more than food, and the body more than clothing?
26 Look at the birds of the air: they neither sow nor reap nor gather into barns, and yet your heavenly Father feeds them. Are you not of more value than they? 27 And which of you by being anxious can add a single hour to his span of life?
28 And why are you anxious about clothing? Consider the lilies of the field, how they grow: they neither toil nor spin, 29 yet I tell you, even Solomon in all his glory was not arrayed like one of these. 30 But if God so clothes the grass of the field, which today is alive and tomorrow is thrown into the oven, will he not much more clothe you, O you of little faith? 31 Therefore do not be anxious, saying, ‘What

ཅི་འགྲུབ། ཅི་གྲོན་ཞེས་ཟེར་ཏེ་སེམས་ཁྲལ་མ་བྱེད་ཅིག ³² ཡ་རླུ་དྲུབ་མིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་
 ཚོ་ཚང་མ་འཚོ་ལ། ཞིང་ཁམས་སུ་བཞུགས་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་ཡབ་ཀྱིས་ཁྱོད་ཚོ་ལ་དེ་ཐམས་ཅད་
 དགོས་པ་མ་བྱེན། ³³ ཐོག་མར་དགོན་མཚོག་གི་རྒྱལ་སྲིད་དང་ཁོང་གི་དྲང་བདེན་ལ་འབད་
 བརྩོན་བྱོས། དེ་ནས་དེ་ཚོ་ཐམས་ཅད་ཁྱེད་ཚོ་ལ་གནང་བར་འགྲུབ། ³⁴ དེའི་སྤྱིར་སང་ཉིན་
 ཀྱི་དོན་ལ་སེམས་ཁྲལ་མ་བྱེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། སང་ཉིན་ལ་སང་ཉིན་གྱི་སེམས་ཁྲལ་ཡོད།
 ཉིན་རེར་རྙོག་དྲ་རེས་ཚོག་གོ་”ཞེས་གསུངས།

shall we eat?’ or ‘What shall we
 drink?’ or ‘What shall we wear?’
³² For the Gentiles seek after all
 these things, and your heavenly
 Father knows that you need them
 all. ³³ But seek first the kingdom
 of God and his righteousness,
 and all these things will be added
 to you. ³⁴ Therefore do not be
 anxious about tomorrow, for
 tomorrow will be anxious for
 itself. Sufficient for the day is its
 own trouble.”

14.4 འགྲེལ་བ། ལྷ་དོན་བཞི་ལ། སེམས་ཁྲལ་མི་བྱེད་པར་དགོན་མཚོག་ལ་ཡིད་ ཚེས་བྱེད།

དགོན་མཚོག་གིས་བྱ་བྱིའུ་ལ་ཟས་གནང་ཞིང་། ལྷ་ཐང་མེ་ཏོག་གིས་རྒྱུན་པར་མཛད། བྱ་བྱིའུ་དང་
 མེ་ཏོག་དུས་ཐུང་ཐུག་ནས་ཀྱང་དགོན་མཚོག་གིས་དེ་ཚོར་གང་དགོས་པ་གནང་། མི་རྣམས་ནི་བྱ་བྱིའུ་
 དང་ལྷ་ལས་གལ་ཆེ་བས་དགོན་མཚོག་གིས་དེ་ཚོར་སྤྱོད་བར་མཛད་ན། ད་ཚོ་ལ་འདྲུམས་སྤྱོད་མཛད་
 རེས་ཡིན། དེའི་དོན་ནི་ད་ཚོས་ལས་ཀ་བྱེད་མི་དགོས་པ་ལྷ་བ་ནས་མ་ཡིན་ཏེ། དགོན་མཚོག་གིས་
 ད་ཚོར་ཟས་དང་གོས་འཕྲོ་བ་པའི་རྒྱ་ཆ་གནང་རེས་ཡིན། དེའི་སྤྱིར་དཚོས་སེམས་ཁྲལ་མི་བྱེད་པར་
 དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པར་སློ་གཅིག་ཏུ་སེམས་དགོས། དེ་ནི་ངེད་ཀྱི་ཉིན་རེའི་ཟས་ཀྱི་དོན་

14.4 Explanation - Principle 4: Trust in God's Provision

God provides food for the birds and
 adorns the grass with flowers. The birds
 and the grass remain only a short time,
 yet God gives them what they need. People
 are more important than birds or grass,
 so if God takes care of the birds and the
 grass, he will also take care of us. This
 does not at all mean that we do not need
 to work; it means God will provide the
 resources we need in order to get food
 and clothes. So we are not to worry,
 but to set our minds

དུ་ལྷ་པའི་སློབ་ལ་དགོན་མཚོག་གི་མཚན་དམ་པར་སྤྱད་བ་དང། རྒྱལ་སྤྱི་དེའོང་བ། ཐུགས་དགོངས་
རྒྱལ་པའི་དོན་ལ་སློབ་ལམ་ལྷ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡིན། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་བ་བྱེད་པའི་སློབ་ནས་
དགོན་མཚོག་གི་རྒྱལ་སྤྱི་དུ་འཇུག་པ་ནི་མི་ཚེའི་དོན་གལ་ཆེ་ཤོས་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱས་ན་སང་ཉིན་གྱི་
སློབ་སེམས་ཁྲལ་བྱེད་མི་དགོས། གང་ལགས་ཤེ་ན། དགོན་མཚོག་གིས་དོན་ཐམས་ཅད་མཉམ་དུ་
མཛད་དེ་ཁོང་ལ་བརྩེ་ཞིང་ཁོང་གི་དགོངས་པ་ལྟར་བོས་པ་རྣམས་ལ་ཐབ་པའི་བྱིང་རོ། །

14.5 རང་དོན་གཙོ་བོ།

གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་བ་བྱེད་པའི་སློབ་ནས་དགོན་མཚོག་གི་རྒྱལ་སྤྱི་དུ་འཇུག་པ་ནི་མི་ཚེའི་དོན་གལ་ཆེ་
ཤོས་ཡིན།

📖 ཐོགས་པོ་དང་མཉམ་དུ་གཏམ་སྲིད་བྱེད་རྒྱ།

1. དགོན་མཚོག་གིས་ང་ཚོར་ཉིན་ལྟར་གང་དགོས་པ་གནང་བ་ནི་ང་ཚོས་ཅི་ལྟར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་དམ།
2. མི་འཚོ་འདིའི་ནང་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་གང་ཡིན་ནམ།

🧠 སློའཛིན་བྱེད་རྒྱ།

བྱེད་ཆོས་དགོན་མཚོག་དང་རྒྱལ་ལོ་རྣམས་ཀའི་གཡོག་བྱེད་མི་སྤྱི། (མད་སྤྱ། 6:24)

on obeying God. This is the reason we are to pray for the honor of God’s name, the coming of his kingdom, and the doing of his will before we ask God for our daily food. The most important thing in human life is to enter God’s kingdom by faith in the Lord Jesus. If we do this, there is no reason to worry about tomorrow, for God causes all things to work together for our good (Romans 8:28).

14.5 Key Point

The most important thing in human life is to enter God’s kingdom by faith in the Lord Jesus.

🗨️ Discussion Questions

1. How can we trust in God to provide for our daily needs?
2. What is the most important thing in life?

🧠 Memory Verse

You cannot serve God and money. (Matthew 6:24)

🙏 སེམས་ཁྲལ་ལས་ཐར་བའི་སྒོམ་ལམ།

གྱེ་གཙོ་བོ་དགོན་མཚོག་ལགས། ང་ཚོས་དོན་མང་པོའི་ཚེད་དུ་སེམས་ཁྲལ་དང་སེམས་འབྲུག་
པར་བྱེད་མཁན་ཡིན་པ་ཁས་ལེན་བྱེད། མཐོ་ཚས་ཐམས་ཅད་དེད་ནམས་ལ་གནང་བར་འགྱུར་
བའི་ཕྱིར་ང་ཚོས་ཐོག་མར་ཁྱེད་གྱི་རྒྱལ་སྲིད་དང་དྲང་བདེན་ལ་འབད་བརྩོན་བྱེད་མཁན་དུ་སྐྱེར་
བར་མཛོད། དེ་ནི་ང་ཚོས་ལོངས་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་གནང་མཁན་ཁྱེད་ལ་བསྐྱོད་པའི་
ཚེད་དུ་ཡིན། །ཨ་མེན།

🙏 **A Prayer for Freedom from Worry**

O Lord God, we confess that we are worried and distracted by many things. Help us to seek first your kingdom and its righteousness, so that we may be given all we need; to the praise of you who gives us all things to enjoy. Amen.







ལེའུ་བཙེ་ལྷ་པ།

དགོན་མཚོག་གིས་གང་བཟང་པོ་ཡིན་པ་གནང་བའི་རྣོད།

(མད་གྲ། 7:1-11)

15.0 མི་རྣམས་ཀྱི་རྒྱན་གཏན་གྱི་གཏམ་ལ་ཉན་ན། “ཁོས་ང་ལ་རླུན་གཏམ་བཤད་”ཅེས་དང། ཡང་ན་“མོས་ངའི་དངུལ་རྒྱས་”ཞེས་པའི་གཏམ་ཐོས་རྒྱལོད། འོན་ཀྱང་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུའི་གསུང་བཞེན་ དུ་གལ་ཏེ་ངཚོས་མི་གཞན་ལ་སྟོན་འདོགས་བྱས་ན། དགོན་མཚོག་གིས་ངཚོ་ལ་འདྲིམས་གཙོད་ མཛད། དཀྱིང་གིས་དེད་རྣམས་ལ་ཚོས་བསྟན་གནང་བའི་དུས་སུ་ཉོན་ཞིག



Chapter Fifteen: God Gives Good Things

(Matthew 7:1-11)

15.0 If we listen to people’s everyday conversation, we often hear them saying things like, “He lied to me,” or “She stole my money”. However, the Lord Jesus teaches that if we find fault with others, God may find fault with us. Listen as he teaches us . . .

15.1 ལྷ་བ།

1 གཙོ་བོ་ཡི་ལྷ་སྐྱོན་འདོགས་མ་བྱོས་དང། བྲིམས་གཙོད་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར།
2 གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཇི་ལྟར་བྱེད་ཀྱིས་མི་གཞན་ལ་སྐྱོན་འདོགས་བྱས་པ། དེ་ལྟར་བྱེད་ལ་
ཡང་བྲིམས་གཙོད་འབྱུང་བར་འགྱུར། ལྷོད་གང་གིས་འཇམ་བ་དེ་རང་གིས་བྱེད་ལ་ཡང་འཇམ་
བར་འགྱུར། 3 གཞན་གྱི་མིག་ལ་ཡོད་པའི་ཤིང་རྩལ་མཐོང་ཡང། རང་གི་མིག་ལ་ཡོད་པའི་
གདུང་མ་མི་མཐོང་བ་དེ་ཅི་ཡིན། 4 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་རྩལ་འདོན་བར་བྱ་ཞེས་ཅི་ལྟར་ཟེར།
5 ཁ་བཤད་དོན་ལ་མི་གནས་པ་ལྟོད། ལྷོན་ལ་རང་གི་མིག་ལ་ཡོད་པའི་གདུང་མ་ཐོན་ཅིག
དེ་ནས་གཞན་གྱི་མིག་ནས་ཤིང་རྩལ་འདོན་པའི་ཆེད་དུ་གསལ་པོར་མཐོང།
6 གང་ཞེས་དམ་པ་ཡིན་པ་དེ་བྱི་ལ་མ་སྟེར། དེས་ཁ་རྩུར་སྟོན་ནས་བྱེད་ལ་གྲོལ། བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་
ཉིག་རྩམས་པས་པའི་མདུན་དུ་མ་དབྱུག་ཅིག དེ་མིན་པས་པའི་རྒྱུ་ལ་བརྒྱུ་བར་འགྱུར་”
ཞེས་གསུངས།

15.1 Scripture Text

1 “Judge not, that you be not judged. 2 For with the judgment you pronounce you will be judged, and with the measure you use it will be measured to you. 3 Why do you see the speck that is in your brother’s eye, but do not notice the log that is in your own eye? 4 Or how can you say to your brother, ‘Let me take the speck out of your eye,’ when there is the log in your own eye? 5 You hypocrite, first take the log out of your own eye, and then you will see clearly to take the speck out of your brother’s eye. 6 Do not give dogs what is holy, and do not throw your pearls before pigs, lest they trample them underfoot and turn to attack you.”

15.2 འགྲུབ་པ། ཕྱི་ལོ་ལྟ་བུ་ལ། མི་གཞན་ལ་སློབ་འདོགས་མ་བྱེད།

གལ་ཏེ་དེད་རྒྱུ་མས་ཀྱིས་མི་གཞན་ལ་སློབ་འདོགས་བྱས་ན། དཀོན་མཆོག་གིས་མི་ཐམས་ཅད་ལ་
 བློ་མས་གཙོད་མཛད་པའི་ཉེན་མོར་ངའོ་ལའང་བློ་མས་གཙོད་མཛད། སྐྱེ་ཚེ་བ་པུ་ལུས་མི་གཞན་གྱི་
 གཡོག་པོར་སློབ་འདོགས་བྱེད་མཁན་བྱོད་སུ་ཡིན། ཁོའི་བདག་པོ་ནི་ཁོ་ལ་གདེང་འཛོག་འཐོབ་པམ་
 མི་འཐོབ་པར་ཐག་གཙོད་བྱེད་མཁན་ཡིན་ཞེས་བྲིས། དཀོན་མཆོག་གིས་ང་ལྟེ་བུ་གསུམ་མེད་འོ་ལྟོ་ནས་
 ང་ཚོའི་ཕྱི་ཉེས་སེལ་བས་དེ་གིས་ཀྱང་གཞན་གྱི་ཉེས་སློབ་ལ་གུ་ཡངས་གཏོང་དགོས། གལ་སྲིད་
 ང་ཚོས་ང་གི་ཉེས་སློབ་གསལ་བོར་ཤེས་ན་མི་གཞན་ལ་རྐྱེད་མེད་ཀྱི་ཉེད། གལ་ཏེ་ང་ཚོ་ནི་མི་དྲག་པོ་ཡིན་
 བས་གཞན་གྱི་སློབ་འདོགས་བྱས་ན། དཀོན་མཆོག་གི་བུ་གསུམ་མེད་འོ་ལྟོ་མཁན་མིན་ཏེ་ཁོང་དང་འབྲེལ་
 བ་ཡག་པོ་མེད་པ་ཡིན་པར་མཚོན། མི་མེ་མེ་སློབ་མང་བོ་ཡོད་པས་མི་གཞན་ལ་སློབ་འདོགས་བྱེད་
 མཁན་དུ་འགྱུར་བ་འོས་པ་མིན། གལ་སྲིད་སློབ་མང་བོ་ཡོད་པ་རྒྱུ་མི་གཞན་ལ་སློབ་འདོགས་
 བྱས་ན་ཁ་བཤད་དོན་ལ་མི་གཞན་པའི་ལས་ཀ་བྱེད།

15.3 འགྲུབ་པ།

མི་གཞན་ལ་སློབ་འདོགས་བྱེད་མི་ཚོག་ཀྱང་། ཁོ་ཚོའི་སློབ་དོན་ལ་མི་བྱེད་པའང་མི་རུང་། མི་ཁ་གསལ་
 ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་ལ་སྲུང་ཞིང་ཁོང་གི་བུ་གསུམ་མེད་རྩིས་མེད་གཏོང་། ཁོ་ཚོས་དཀོན་མཆོག་གི་མི་རྒྱུས་

15.2 Explanation - Principle 5: Do Not Judge Others

If we find fault with others, God will find fault with us on the day when he judges all people. As the Apostle Paul wrote, “Who are you to find fault with someone else’s servant? His master is the one who decides if he is approved or not.” Since God graciously forgives our sins, we should forgive the sins of others. If we are aware of our own faults, we will treat others with compassion. If we are harsh and judgmental to others, it shows we have never received God’s grace, and that our relationship with him is not what it should be. Since everyone has many faults of their own, no one is qualified to condemn anyone else. If those who have many faults of their own find fault with others, they are acting like hypocrites.

15.3 Explanation

Even though we are not to condemn others, we are not to ignore their faults either. Some people hate God and have contempt for his mercy. They seek to harm God’s people and those who

དང་ཁོང་གི་འཕྲིན་བཟང་རྒྱུ་ལ་མཁན་རྣམས་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པར་འཚོལ། རྫོན་པ་ཡེ་ཤུས་དེ་ལྟར་གྱི་
 མི་རྣམས་ནི་རིག་པ་མེད་པའི་བྱི་དང་ཕག་པ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་པར་གསུངས། གང་ཞིག་དམ་པ་ཡིན་པ་
 དང་། ལུ་ཉིག་ནི་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་གསུངས་པའི་བདེན་པ་མཚོན། བདེན་པ་དེ་རྣམས་བྱི་དང་ཕག་པ་
 ལ་སློབ་རྫོན་བྱེད་མི་རུང། རྫོན་པ་ཡེ་ཤུས་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱལ་པོ་ཉེ་འདྲེ་དྲེ་དང་སྤྱི་བྱེད་པའི་ལ་ཏུ་ལ་སོགས་
 པའི་དགོན་མཚོག་སྤང་མཁན་ལ་གསུངས་མ་དགོངས།

15.4 ཕྱི་བཤེན་

7 གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་“ལུས་ན་གནང་བར་འགྱུར། བཅོམ་ན་རྙེད་པར་འགྱུར། རྫོག་བརྟུངས་ན་
 འབྱེད་པར་འགྱུར།” 8 གང་ལགས་ཟེར་ན། ལུ་མཁན་ཐམས་ཅད་ལ་འབྲོབ་པ་དང་། འཚོལ་
 མཁན་ཐམས་ཅད་ལ་རྙེད། རྫོག་བརྟུངས་མཁན་ཅད་ལ་རྫོག་འབྱེད་པར་འགྱུར་བས་སོ།
 9 དཔེར་ན་བྱེད་ཚོ་ལས་སུ་ཞིག་གིས་སུ་ལ་བག་ལེབ་དགོས་ཞེས་ལུས་ན་ཁོ་ལ་དོ་སྤྲེར་བར་
 བྱུང་མ། 10 ཡང་ན་ཉེ་འདྲེ་དགོས་ཞེས་ལུས་ན་ཁོ་ལ་སྐྱུ་ལ་སྤྲེར་བར་བྱུང་མ། 11 རྫོག་ཚོ་རྣམས་
 ཡིན་ཡང་འབྱེད་ཀྱི་སུ་གྱུ་རྣམས་ལ་ལག་རྟགས་བཟང་པོ་སྤྲོད་པར་ཤེས་ན། ཞིང་ཁམས་སུ་
 བཞུགས་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡབ་ཀྱིས་ཁོང་ལ་གསོལ་འདེབས་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་གང་བཟང་པོ་ཡིན་
 པ་དེ་བས་གྲུང་གནང་བར་འགྱུར་”ཞེས་གསུངས།

proclaim God’s good news of salvation. Jesus said that such people are like senseless dogs and pigs. Holy things and pearls represent the truth that Jesus taught. It is not appropriate to teach such truths to dogs and pigs. Jesus himself did not speak to those who hated God, such as King Herod and Pilate.

15.4 Scripture Text

7 “Ask, and it will be given to you; seek, and you will find; knock, and it will be opened to you.
 8 For everyone who asks receives, and the one who seeks finds, and to the one who knocks it will be opened. 9 Or which one of you, if his son asks him for bread, will give him a stone?
 10 Or if he asks for a fish, will give him a serpent? 11 If you then, who are evil, know how to give good gifts to your children, how much more will your Father who is in heaven give good things to those who ask him!”

15.5 འགྲེལ་བ། ཕྱི་དོན་དུག་པ། དཀོན་མཆོག་གི་གནང་སྲིན་འཚོལ་བ།

སྲིག་པ་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ཏེ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལྷ་གི་ཀ་ལ་དང་མ་འབྲུག་རྣམས་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་སྲས་དང་སྲས་མོར་འགྱུར། ཁོང་གི་སྲས་དང་སྲས་མོ་ཡིན་པས་ཁོང་ལ་ལྷ་བ་འཕུལ་ཚོགས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་“གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཚོ་ངའི་ནང་ན་གནས་པ་དང་། ངས་བཤད་པའི་བཀའ་ཡང་ཁྱེད་ཀྱི་ནང་དུ་གནས་བ། ཁྱེད་ཀྱིས་གང་འདོད་པ་དེ་ལྷུས་ནས་འགྲུབ་པར་འགྱུར་”ཞེས་གསུངས། དེའི་དོན་ནི་ང་ཚོ་སེམས་ཉིད་སྲིན་པར་འགྱུར་བའི་ཆེད་དུ་གང་དགོས་པ་ཐམས་ཅད་གནང་ངེས་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཁོང་གིས་ངེད་རྣམས་ལ་དཀོན་མཆོག་དང་རྒྱུད་རྩེད་དུ་གཏོང་བ་རྣམས་མི་གནང་། སྐྱེ་ཚེ་ཡ་ཀོང་གིས་བྲིས་པ་ལྟར། ཁྱེད་ཚོས་གསོལ་བ་འདེབས་ཀྱང་མི་འཐོབ། གང་ཡིན་ཟེར་ན། གང་འཐོབ་པ་དེ་རང་གི་འདོད་པ་ལྟར་སྲོད་པའི་བྱིར་དང་ཀྱུན་སྲོད་རབ་པའི་སྐོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པས་སོ་ཞེས་བྲིས། ཀྱུན་སྲོད་བཟང་བོས་ང་ཚོས་དཀོན་མཆོག་ལ་ལྷ་བ་འཕུལ་དགོས། དེ་ནས་ང་ཚོ་རྣམ་པ་ཀྱུན་ནས་སེམས་ཉིད་སྲིན་པར་འགྱུར་རོ། །

15.6 རང་དོན་གཙོ་བོ།

ཀྱུན་སྲོད་བཟང་བོའི་ངང་ནས་ང་ཚོས་དཀོན་མཆོག་ལ་ལྷ་བ་འཕུལ་དགོས།

15.5 Explanation - Principle 6: Seek God's Gifts

People who repent of their sin and believe in the Lord Jesus Christ become God's sons and daughters. Because we are his children, we can make requests of him. As the Lord Jesus said, “If you remain in me, and my word remains in you, ask whatever you want, and it will be done.” By this, the Lord means that whatever we need to become mature in our faith will certainly be given. But God will not give us things that will separate us from him. As the Apostle James wrote, “You ask and do not receive, because you ask with wrong motives, so that you may spend it on your pleasures”. When we pray, we must ask God with right motives. Then we will become spiritually mature and complete in every way.

15.6 Key Point

We must pray to God with right motives.

☞ གོགས་པོ་དང་མཉམ་དུ་གཏམ་སྲིད་བྱེད་ཀྱི།

1. མི་གཞན་ལ་སློན་འདོགས་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཅི་བྱེད་དགོས་སམ།
2. ང་ཚོས་གསོལ་བ་འདེབས་ཀྱང་མི་འཕྲོད་པའི་རྒྱ་མཚན་རྣམས་གང་ཡིན་ནམ།

🧠 གློ་འཛིན་བྱེད་ཀྱི།

སློན་འདོགས་མ་བྱོས་དང། བྲིམས་གཙོད་འབྲུང་བར་མི་འགྱུར། (མད་གླུ་ 7:1)

🙏 དཀོན་མཆོག་གི་ཐུགས་དགོངས་ལྟར་སློན་ལམ་ལུ་བའི་སྐོར།

མི་ཐམས་ཅད་ལ་ལྷག་པར་གནང་མཁའ་ཡབ་དཀོན་མཆོག་ལགས། བྱིད་ལ་གསོལ་འདེབས་བྱེད་མཁའ་རྣམས་ལ་གང་བཟང་པོ་ཡིན་པ་གནང་བས་ང་ཚོས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྷོད་ཀྱི་ཐུགས་དགོངས་ལྟར་སློན་ལམ་ལུ་མཁའ་བུ་སྐུར་བར་མངོད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། གཙོ་བོ་ཡི་ལུང་མཚན་གྱི་ཐོག་ནས་གང་ལུ་བ་དེ་འགྲུབ་པར་འགྱུར་བ་ང་ཚོས་ཤེས་སོ། ཨ་མེན།

☞ Discussion Questions

1. How can we avoid judging other people?
2. What are some reasons we might pray but not receive what we ask for?

🧠 Memory Verse

Judge not, that you be not judged.
(Matthew 7:1)

🙏 Praying According to God's Will

Father God, who gives generously to all people, thank you that you give good things to those who ask you. Help us to pray for those things which are according to your will, for we know that whatever we ask in the name of the Lord Jesus will be done for us. Amen.



16





ལེའུ་བཙུ་བྱུག་པ། སྒོ་དོག་མོ་བརྒྱུད་ནས་འཇུག་པའི་སྒོར།

(མད་མུ། 7:12-14)

16.0 ལེའུ་འདིར་སྒོན་པ་ཡི་ལྷན་ལམ་གཉིས་ཀྱི་སྒོར་གསུངས། ལམ་ཡངས་པོ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་དེར་མི་མང་པོ་འཇིག་པར་འགོ ལམ་དོག་མོ་ཞིག་ཡང་ཡོད་ཅིང་དེར་མི་ཉུང་བུཅམ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚེ་ལ་འགོ རྩེད་འགྲུལ་བཞིན་པའི་ལམ་གང་ཡིན་ནམ།

16.1 ལྷ་བ།

¹² གཙོ་བོ་ཡི་ལྷན་“མི་གཞན་གྱིས་ངི་ལྷ་ར་ལྷོད་ཚོར་བྱས་ན་དགའ་བ་བཞིན། དེ་ལྷ་ར་གཞན་ལ་བྱོས་ཤིག དེ་ནི་ཚོས་ཁྱིམ་ས་དང་ལུང་སྒོན་པའི་བརྟན་པའི་དོན་མདོར་བསྐྱས་ཡིན་ནོ” ཞེས་གསུངས།



Chapter Sixteen: Enter at the Narrow Gate

(Matthew 7:12-14)

16.0 In this lesson, Jesus speaks about two paths. There is a broad path on which many people go to destruction. There is also a narrow path on which only a few travel to eternal life. On which path are you going?

16.1 Scripture Text

¹² “So whatever you wish that others would do to you, do also to them, for this is the Law and the Prophets.”

16.2 འགྲེལ་བཤུན། ཕྱི་དོན་བདུན་པ། མི་གཞན་གྱིས་ངི་ལྟར་བྱེད་ཚེ་རྒྱུས་ན་དགའ་བ་བཞིན། དེ་ལྟར་གཞན་ལ་བྱེད་དགོས།

བཀའ་རྒྱུ་འདིའི་དོན་ནི་རང་གིས་བྱིམ་མཚེས་ལ་རང་དང་འདྲ་བར་བརྟེན་བར་འཛིན་དགོས་པའི་བཀའ་ཁྲིམས་ཀྱི་དོན་དང་གཅིག་པའོ། དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་ལམ་གཅིག་རང་ཡིན། རྗེས་ཉེས་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱུར་ཏེ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་དེ་ཡིན། དེ་ནས་ཁོང་གིས་དེད་རྣམས་ལ་ཁོང་གི་ཐུགས་རྗེ་གནང། ཐུགས་རྗེ་དེ་ལས་ཡེ་ཤུ་པའི་རྟགས་བརྒྱད་དང་རང་གཤིས་གསལ་བ་སྟེ། རྟགས་བརྒྱད་དང་རང་གཤིས་གསལ་བ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིས་དཀོན་མཚོག་དང་བྱིམ་མཚེས་ལ་བརྟེན་མིན།

16.3 ཕྱི་བཤུན།

13 གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་“སློང་དོག་མོ་བརྒྱད་ནས་འཇུག་གང་ཡིན་ཞེ་ན། འཇིག་པར་འབྱིད་པའི་སློང་ཞེང་ཅན་དང་ལམ་ཡངས་པོ་ཡོད་པས་མི་མང་པོ་དེར་འགྲོ། 14 དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚོ་ལ་འབྱིད་པའི་སློང་ཞེང་ག་ཚུང་ཞེང་ལམ་ཡང་དོག་མོ་ཡོད་པས་མི་ཉུང་བུ་ཅུ་མ་ལ་ལམ་དེ་རྟེན་” ཅེས་གསུངས།

16.2 Explanation - Principle 7: Treat Others as You Wish to Be Treated

The meaning of this command is the same as his command to love our neighbors as ourselves. There is only one way to do this. It is to repent of sin and believe in the Lord Jesus. When we do so, he will give us his grace. His grace produces the eight characteristics and the new nature. Only by means of having the eight characteristics and the new nature is it possible to love God and others.

16.3 Scripture Text

13 “Enter by the narrow gate. For the gate is wide and the way is easy that leads to destruction, and those who enter by it are many.
14 For the gate is narrow and the way is hard that leads to life, and those who find it are few.”

16.4 འགྲེལ་པ། ཕྱི་དོན་བརྒྱུད་པ། སློབ་པོ་མོ་བརྒྱུད་ནས་འཇུག

མི་ཚོ་འདིར་ལམ་གཉིས་ལས་མེད། མི་རེ་རེས་ལམ་ཞིག་འདེམས་དགོས། གཙོ་བོ་ཡི་ལུ་ལ་དང་པ་བྱེད་པའི་ལམ་ལ་སློབ་པོ་མོ་ཞིག་ཡོད། ང་ཚོའི་སྤྲིག་པ་ནས་ཐར་བར་བྱེད་པའི་ཚེད་དུ་ཁོང་ཁོ་ནར་འགྲོངས་པས་ལམ་དེ་དོག་མོ་ཡིན། ཁོང་གིས་གསུངས་པ་ལྟར་“ང་ནི་ལམ་དང་། བདེན་པ་ཉིད། དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚོའང་ཡིན། ང་མ་བརྒྱུད་པར་སུ་ཡང་ཡབ་ཀྱི་དུང་དུ་འགྲོ་བའི་ལམ་མེད་དོ”ཞེས་གསུངས། མ་ཟད་ཁོང་གིས་“གལ་ཏེ་མི་སུ་ཞིག་གིས་ང་ཡི་རྗེས་སུ་འབྲང་འདོད་ན། རང་ཉིད་སློབ་པ་འཁྲུང་ནས་རང་གི་རྒྱུད་ཤིང་འཇུག་ཏེ་ང་ཡི་རྗེས་སུ་འབྲང་དགོས། གང་ལགས་ཟེར་ན། མི་སུས་ཀྱང་རང་གི་སློབ་པར་བར་བྱེད་འདོད་པ་དེས་བརྟུག་པར་འགྱུར། མི་སུས་ཀྱང་རང་གི་དོན་དུ་རང་གི་སློབ་གཏོང་པ་དེས་རྙེད་པར་འགྱུར་དེས་ཡིན་”ཞེས་གསུངས་པས་ལམ་དེ་ནི་ལག་པོ་ཡིན། འཇིག་རྟེན་འདིའི་མི་རྣམས་དང་། སྤྲིག་ཉེས་ཅན་གྱི་རང་གཤིས་རྙེད་པ། བདུད་བཅས་ཀྱིས་ལམ་འདི་ལ་འགྲོ་མཁན་རྣམས་ལ་སྐོལ་བས་སློབ་པོ་མོ་བརྒྱུད་ནས་འགྲོ་མཁན་ཉུང་དུ་ཡོད། འོན་ཀྱང་ལམ་འདི་ནི་ཞི་བདེ་དང་། དག་འཇོ། དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚོ་བཅས་ལ་འགྲོ་བའི་ལམ་ཡིན། གལ་ཏེ་སློབ་པ་རབ་པ་རྣམས་སྤངས་ཏེ་སེམས་བརྟུར་ནས་གཙོ་བོ་ཡི་ལུ་ལ་དང་པ་བྱེད་པ་བྱས་པ་ཡིན་ན་ལམ་དེ་ལ་འགྲོ་མཁན་ཡིན། དཀོན་མཆོག་ལ་དོ་སྣང་མི་བྱེད་པ་དང་ཁོང་གི་འཇིག་བཟང་དང་ལེན་མི་བྱེད་པའི་མི་ཐམས་ཅད་ནི་སློབ་ཞེང་ཅན་གྱི་ལམ་ལ་འགྲོ་མཁན་ཡིན། ཚོས་གང་ལ་ཡང་ཡིད་བྱེད་པ་དང་། ཚོས་མེད་པ་རྣམས་ལམ་འདིར་འགྲོ་བས་སློབ་ཞེང་ཅན་ཡིན། རང་གི་འདོད་

16.4 Explanation - Principle 8: Enter by the Narrow Gate

There are only two paths in life. Every person must choose which one he will take. The path of faith in the Lord Jesus has a narrow gate. The gate is narrow because only Jesus died in order to save us from our sins. As he said, “I am the way, and the truth, and the life. No one comes to the Father except through me.” The way is hard because Jesus said, “If anyone would come after me, let him deny himself and take up his cross and follow me. For whoever would save his life will lose it, but whoever loses his life for my sake will find it” (Matthew 16:24-25). The people of this world, the old sinful nature, and the devil oppose all who go this way, so those who go through the narrow gate are few. But this is the way that leads to peace, joy, and eternal life with God. If we have repented of sin, and believed in the Lord Jesus Christ alone, then we are on this path. All those who pay no attention to God and who reject his gospel are on the path with the wide gate. The gate is wide because one can believe in any religion or no religion, or follow any teacher but Jesus. This path is easy to travel,

པ་ལྟར་མི་ཚོ་སྐྱེལ་བས་དེ་ནི་ལམ་བདེ་པོ་ཞིག་ཡིན། འཇིག་རྟེན་འདིའི་མི་རྣམས་དང་། སྲིག་ཉེས་ཅན་གྱི་རང་གཤིས་རྙིང་བ་དང་ལྡན་པ། བདུད་བཅས་ཀྱིས་ལམ་འདི་ལ་འགོ་མཁན་རྣམས་ལ་བསྟོད་པ་བྱེད། འོན་ཀྱང་ལམ་དེ་ནི་དམུལ་ཁམས་སུ་འབྱིད་པའི་ལམ་ཡིན། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་འཇིག་རྟེན་འདིའི་མི་དང་འདྲ་བར་སེམས་སམ་སྟོད་པ་བྱས་ན། ལམ་འདིར་འགོ་མཁན་ཡིན།

འཇུག་ལཱ་པ། དཀོན་མཆོག་གི་ཕྱགས་དགོངས་ལྟར་མི་ཚོ་སྐྱེལ་བའི་ཅུ་དོན་བརྒྱད།

1	དཀོན་མཆོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་ནོར་གསོག་པ། (མད་གླུ་ 6:19-21, 13:44, 19:21)
2	དཀོན་མཆོག་ལ་སྒོ་ཅེ་གཅིག་གིས་འཇུག་པའི་སེམས་ཡོད་དགོས་པ། (མད་གླུ་ 6:22-23)
3	རྒྱ་ནོར་མིན་པར་དཀོན་མཆོག་གཅིག་པོར་ཞབས་ཤི་ལུ་བ། (མད་གླུ་ 6:24)
4	སེམས་བྱལ་མི་བྱེད་པར་དཀོན་མཆོག་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ། (མད་གླུ་ 6:25-34)
5	མི་གཞན་ལ་སྟོན་འདོགས་མ་བྱེད་པ། (མད་གླུ་ 7:1-6)
6	དཀོན་མཆོག་གི་གནང་སྲིན་འཚོལ་བ། (མད་གླུ་ 7:7-11)
7	མི་གཞན་གྱིས་བྱེད་ཚོར་ཇི་ལྟར་བྱས་ན་དགའ་བ་བཞིན། དེ་ལྟར་གཞན་ལ་བྱེད་པ། (མད་གླུ་ 7:12)
8	སློབ་དོན་མོ་བརྒྱད་ནས་འཇུག་པ། (མད་གླུ་ 7:13-14)

and many go on it because one can do as one pleases. The people of this world, the sinful nature, and the devil will praise those who go that way. But this road leads to hell. If we think and act in the same way as the people in this world, then we are on this path.

Table 5: Eight Principles of Living According to God's Will

1	Store up treasure in heaven (Mt. 6:19-21, 13:44, 19:21; Lk. 12:21)
2	Serve God with a whole heart (Mt. 6:22-23)
3	Serve God rather than money (Mt. 6:24)
4	Trust in God's provision (Mt. 6:25-34)
5	Do not find fault with others (Mt. 7:1-6)
6	Seek God's gifts (Mt. 7:7-11)
7	Treat others as you wish to be treated (Mt. 7:12)
8	Enter by the narrow gate (Mt. 7:13-14)

འཚོ་བ་དངོས་ནང་སྤྱོད་སྤྲུང་སྤྲོད། ལུས་ན་གནང་བར་འགྱུར་བའི་སྐོར་ལ།

16.5 གཙོ་བོ་ཡེ་ལུས་“ལུས་ན་གནང་བར་འགྱུར། བཅོམ་ན་རྙེད་པར་འགྱུར། སྐོར་བརྟུངས་ན་འབྱེད་པར་འགྱུར། གང་ལགས་ཟེར་ན། ལུ་མཁའ་ཐམས་ཅད་ལ་འཕྲོད་པ་དང། འཚོ་ལ་མཁའ་ཐམས་ཅད་ལ་རྙེད། སྐོར་བརྟུངས་མཁའ་ཐམས་ཅད་ལ་སྐོར་འབྱེད་པར་འགྱུར་བས་སོ”ཞེས་གསུངས། དགོན་མཚོག་གི་རྒྱལ་མི་དེ་དུ་འཇུག་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཁོང་གི་ཉེ་གནས་སུ་འགྱུར་བར་དཀའ་བའི་སྐོར་བསམ་སྲོ་ཞིབ་སྒྲ་གཏོང་དགོས། ཁོང་གིས་“སུ་ཡང་ངའི་རྩེ་རྩོད་པ་དང། ང་ལས་པུང་མ། མ། བཟའ་རྒྱ། ལྷ་གུ་མིང་སྲིང་དང། ཐ་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒོག་ལས་ཀྱང་གཅུས་པར་བཟུང་ན། དེ་ངའི་ཉེ་གནས་ཡིན་པར་མི་སྲིད། སུས་ཀྱང་རང་གི་རྒྱུང་གིང་མ་ལུར་བར་ང་ཡི་རྗེས་སུ་འབྲང་མཁའ་དེ་ངའི་ཉེ་གནས་ཡིན་པར་མི་སྲིད། དཔེར་ན། རྩེད་རྣམས་ལས་མི་སུ་ཞིག་གིས་ཐོག་བརྟེན་གསུམ་ཁང་རྩེག་པར་འདོད་ན། སྐོར་ལ་བསྐྱད་ནས་དེ་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་འགོ་ཤོན་མི་རྩི་བཤམ། དེ་མིན་ན་རྩེད་གཞི་ཚར་ནས་སྐྱབ་མི་ཐུབ་པས་དེ་མཐོང་མཁའ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཁོ་ལ་འབྱུ་དམོན་བྱེད་དེ། མི་དེས་ལས་ཀ་འགོ་འཇུག་ས་ན་འབྱུང་བར་མི་ཐུབ་ཅེས་ཟེར་བར་འགྱུར། ཡང་ན་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ལ་དམག་མི་ཁྲི་གཅིག་ཡོད་དེ་དམག་མི་ཁྲི་གཉིས་ཡོད་པའི་རྒྱལ་པོ་གཞན་པར་དམག་འདྲེན་ན། སར་སྐོལ་བྱེད་མཁའ་ལས་རྒྱལ་པོ་འཕྲོད་མི་ཐུབ་པ་ཁོས་ཐོག་མར་བསྐྱད་ནས་རྩི་ཤམ། དེ་ལྟར་མིན་ན། སར་སྐོལ་བྱེད་མཁའ་དེ་དུང་ཐག་རིང་བོ་ཡོད་པའི་ཚོ་ཞེ་མཐུན་ལུ་བའི་ཕྱིར་ཁོས་སོ་ཉ་འགའ་གཏོང་། དེའི་ཕྱིར་ཁྱེད་ཚོའི་ནང་

Application: Ask, and it Will Be Given

16.5 The Lord Jesus said, “Ask, and it will be given to you; seek, and you will find; knock, and it will be opened to you. For everyone who asks receives, and the one who seeks finds, and to the one who knocks it will be opened” (Matthew 7:7). Those who wish to enter God’s kingdom should carefully consider the difficulty of becoming his disciples. As he said, “If anyone comes to me and does not hate his own father and mother and wife and children and brothers and sisters, yes, and even his own life, he cannot be my disciple. Whoever does not bear his own cross and come after me cannot be my disciple. For which of you, desiring to build a tower, does not first sit down and count the cost, whether he has enough to complete it? Otherwise, when he has laid a foundation and is not able to finish, all who see it begin to mock him, saying, ‘This man began to build and was not able to finish.’ Or what king, going out to encounter another king in war, will not sit down first and deliberate whether he is able with ten thousand to meet him who comes against him with twenty thousand? And if not,

ནས་མི་སུ་ཞིག་གིས་ཅི་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་མི་སྲུངས་ན་ངའི་ཉེ་གནས་ཡིན་པར་མི་སྲིད་”ཅེས་གསུངས།
 དེའི་དོན་ནི་རང་ཉིད་དང་། ཡང་ན་ལྷ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་ཁོང་ལ་དད་པ་བྱེད་མི་སྲིད་པ་དེ་ཡིན།
 དཀོན་མཚོག་ལོ་ན་ཡིད་ཆེས་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁོང་གི་ལྷགས་རྗེ་འཕྲོད་ངེས་སོ། །

16.6 གཙོ་བོ་ཡི་ལྷས་སྲོད་པ་རབ་པ་རྣམས་སྲུངས་ནས་སེམས་བརྒྱུར་པ་ཐམས་ཅད་ནི་དཀོན་མཚོག་གི་རྒྱལ་སྲིད་ལ་དགའ་བསུ་མཛད། ཁོང་གིས་“བྱེད་ཚོའི་ནང་ནས་སུ་ཞིག་ལ་ལྷག་བརྒྱ་ཡོད་པ་ལས་ལྷག་གཅིག་བརྒྱགས་ན། དགུ་བརྒྱ་གོ་དགུ་པོ་རྩ་ཐང་ལ་བཞག་ནས་བརྒྱག་པ་དེ་མ་རྙེད་པའི་བར་དུ་མི་འཚོ་ལ་ལམ། ལྷག་བརྒྱག་པ་དེ་རྙེད་རྗེས་དགའ་བའི་རང་ནས་རང་གི་དབུང་པར་འཁུར་བ་དང་། བར་ལ་སླེབས་རྗེས་གོགས་པོ་དང་བྱིམ་མཚོས་པོས་ནས་ཁོ་ཚོར་དང་མཉམ་དུ་དགའ་སྲོའི་གྱིས་དང་། གང་ལགས་ཟེར་ན། ངའི་ལྷག་བརྒྱག་པ་དེ་རྙེད་པའི་བྱིར་མོ་ཞེས་ཟེར། ངས་བྱེད་རྣམས་ལ་ཟེར་རྒྱུར། དེ་ལྟར་སེམས་བརྒྱུར་བར་མི་དགོས་པའི་མི་སེམས་དྲང་པོ་དགུ་བརྒྱ་གོ་དགུ་པོ་ལས་སྲོད་པ་རབ་པ་རྣམས་སྲུངས་ནས་སེམས་བརྒྱུར་པའི་རྒྱིག་ཅན་གཅིག་གི་དོན་དུ་དཀོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་ལྷག་པར་དགའ་བར་འགྱུར། ཡང་ན་བུད་མེད་སུ་ཞིག་ལ་དུལ་ཏམ་ཀ་བརྒྱ་ཡོད་པ་ལས་གཅིག་བརྒྱགས་ན། བརྒྱག་པ་དེ་མ་རྙེད་པའི་བར་དུ་མར་མེ་སྲར་ནས་ཁང་པ་གད་བརྒྱབ་སྟེ་གཟབ་བྱ་ཆེན་པོས་མི་འཚོ་ལ་ལམ། བརྒྱག་པ་དེ་རྙེད་ནས་གོགས་མོ་དང་བྱིམ་མཚོས་པོས་ནས་ཁོ་ཚོར་དང་མཉམ་དུ་

while the other is yet a great way off, he sends a delegation and asks for terms of peace. So therefore, any one of you who does not renounce all that he has cannot be my disciple”. In saying this, Jesus meant that we cannot follow him and also depend on ourselves or the gods. We must trust in God alone. When we do, we are sure to receive his grace.

16.6 The Lord Jesus welcomes into the kingdom of God all who repent and believe. He said, “What man of you, having a hundred sheep, if he has lost one of them, does not leave the ninety-nine in the open country, and go after the one that is lost, until he finds it? And when he has found it, he lays it on his shoulders, rejoicing. And when he comes home, he calls together his friends and his neighbors, saying to them, ‘Rejoice with me, for I have found my sheep that was lost.’ Just so, I tell you, there will be more joy in heaven over one sinner who repents than over ninety-nine righteous persons who need no repentance. Or what woman, having ten silver coins, if she loses one coin, does not light a lamp and sweep the house and seek diligently until she finds

དགའ་སྐྱོ་གྱིས་དང། གང་ལགས་ཟེར་ན། འའི་དེ་ལྟལ་འམ་ཀ་བརྟམ་པ་དེ་རྗེད་པའི་སྐྱིད་འོ་ཞེས་ཟེར།
 དམ་ཁྱེད་ཚོར་ཟེར་རྒྱུར། དེ་ལྟར་སྤྱིག་ཅན་གཅིག་གིས་སྐྱོད་པ་རན་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བརྟམ་
 བས་དཀོན་མཚོག་གི་མོ་ཉ་རྣམས་ཀྱི་མདུན་དུ་དགའ་སྐྱོ་ཡོད་”ཅེས་གསུངས།

16.7 རང་དོན་གཙོ་བོ།

སྐྱོ་དོན་མོ་བརྒྱད་ནས་འཇུག་ཅིག

འདྲ་གྲོགས་པོ་དང་མཉམ་དུ་གཏམ་སྤེང་བྱེད་རྒྱ།

1. མི་གཞན་གྱིས་ང་ཚོར་རི་ལྟར་བྱས་ན་དགའ་བ་བཞིན། དེ་ལྟར་གཞན་ལ་བྱེད་པའི་སྐྱིད་འོ་
 ཚོས་ཅི་བྱེད་དགོས་སམ།
2. འཕྲིན་བཟང་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་ནི་སྐྱོ་དོན་མོ་བརྒྱད་ནས་འཇུག་པ་དང་འབྲ་བ་ཡིན་པར་སྟོན་
 པ་ཡི་ཤུས་ཅིའི་སྐྱིད་གསུངས་སམ།
3. ལམ་ཡངས་པོར་འགོ་མའན་རྣམས་ལ་འབྲས་བུ་གང་འབྱུང་ངམ།

it? And when she has found it, she calls together her friends and neighbors, saying, ‘Rejoice with me, for I have found the coin that I had lost.’ Just so, I tell you, there is joy before the angels of God over one sinner who repents”.

16.7 Key Point

Enter by the narrow gate.

Discussion Questions

1. How can we treat others in the same way we want to be treated?
2. Why did Jesus describe faith in him as like a narrow gate?
3. What will happen to those people on the broad road?

སློའཇིའལ་བྱེད་གྱུ།

“སློའཇིའལ་མོ་བརྒྱུད་ནས་འཇུག་གང་ཡིན་ཞེ་ན། འཇིག་པར་འབྱིད་པའི་སློའཇིའལ་ཞེང་ཅན་དང་ལམ་ཡངས་པོ་ཡོད་པས་མི་མང་པོ་དེར་འགོ” (མད་གླ། 7:13)

དམ་པར་འགྱུར་བྱིང་སློབ་ལམ།

གཙོ་བོ་ལགས། ང་ཚོའི་ལྷས་སེམས་གཉིས་ལ་མི་གཙང་བར་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ལས་དག་པར་མཛོད། བྱིད་ཀྱི་དམ་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱལ་བ་འཕྲོག་པ་དང་། ང་ཚོར་ཕན་པའི་ཆེད་དུ་ང་ཚོ་གཙུག་པར་མཛོད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། དམ་པ་མེད་ན་མི་སྐྱས་ཀྱང་བྱིད་མངའ་བར་མི་སྲིད། བྱིད་ཀྱི་མཚན་གྱི་ཕྱོག་ནས། ཨ་མེན།

Memory Verse

“Enter by the narrow gate; for the gate is wide and the road is easy that leads to destruction, and there are many who go through it.” (Matthew 7:13)

A Prayer for Holiness

Lord, cleanse us from everything that makes us unclean. Discipline us for our good, so that we may share in your holiness, for without holiness no one will see you. Amen.







ལེའུ་བཙུ་བདུན་པ།

ཤིང་སྣོང་གཉིས་དང་དེའི་འབྲས་བུའི་སྐྱོད།

(མད་མུ། 7:15-23)

17.0 མི་ཁ་གསུམ་གྱིས་ཕྱི་ཚུལ་བཅོས་མའི་ཚུལ་ཁོ་ན་ཡིས་དགོན་མཚོག་ལ་ཞབས་ཉི་བྱེད། མི་གཞན་རྣམས་གྱིས་བཅོས་མེན་སྣོང་ནས་དགོན་མཚོག་ལ་ཞབས་ཉི་བྱེད། ལེའུ་འདིར་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་ཚོས་སེམས་བདེན་རླུག་གཉིས་ཅི་ལྟར་དབྱེ་འབྱེད་བྱེད་པའི་སྐོར་གསུངས།

17.1 རི་སྟེང་ལ་བཀའ་ཚོས་གནང་བའི་མཚུག་ཏུ་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་ཉིད་གྱི་ཉེ་གནས་རྣམས་ལ་བཀའ་རྒྱ་གསུམ་གནང་སྟེ། བསྐྱབ་བྱ་རླུག་མ་སྟོན་པའི་ཚོས་ཤོད་མཁའ་རྣམས་སུ་འཛོམ་དགོས་པ་དང་གཅིག་དགོན་མཚོག་གི་ཐུགས་དགོངས་སྐྱབ་དགོས་པ་དང་གཉིས། ཟུང་གཞི་བརྟན་པོར་རྩིག་དགོས་པ་དང་གསུམ་བཅས་ཡིན།



Chapter Seventeen:

A Tree and Its Fruit

(Matthew 7:15-23)

17.0 Some people serve God falsely, for outward show. Others serve God sincerely, from the heart. In this lesson, the Lord Jesus speaks about how to tell these two apart.

17.1 Three Final Teachings: At the end of the sermon on the mount, Jesus gave his disciples three commandments: 1) avoid teachers of false doctrines; 2) do God's will; and 3) build on a firm foundation.

17.2 ལྷ་བཀའ་

15 གཙོ་བོ་ཡི་ལྷ་སྐྱོན་པ་ལྷུན་མ་རྣམས་ལ་དོགས་ཚོན་གྱིས་ཤིག ལྷ་གི་པགས་པ་
 གྱོན་ཏེ་ཁྱེད་ཚོའི་རྩལ་ཡོང་ཡང་། དངོས་གནས་ཁོ་རྣམས་སྲུང་གི་དྲག་པོ་ཡིན། 16 དེ་ཚོའི་
 འབྲས་ལྷུན་པ་དོ་ཤེས། ཚོང་ཤིང་ནས་རྒྱུ་འབྲུམ་དང་། ཡང་ན་སེ་བའི་མེ་ཏོག་ནས་བསེ་
 ཡལ་འཕྲོག་སྲིད་དམ། 17 དེ་བཞིན་དུ་ཤིང་སྤོང་བཟང་པོ་རེ་རེ་ལས་འབྲས་ལྷུན་པ་བཟང་པོ་སྐྱེ་
 ཞིང་། ཤིང་སྤོང་ངན་པ་ལས་འབྲས་ལྷུན་པ་སྐྱེ། 18 ཤིང་སྤོང་བཟང་པོ་ལས་འབྲས་ལྷུན་པ་
 བ་དང་། ཤིང་སྤོང་ངན་པ་ལས་འབྲས་ལྷུན་པ་བཟང་པོ་སྐྱེ་མི་སྲིད། 19 འབྲས་ལྷུན་པ་བཟང་པོ་མ་སྐྱེ་
 བའི་ཤིང་སྤོང་རེ་རེ་བཞིན་བཅད་ནས་མེ་ལ་གཡུག་པར་འགྱུར། 20 དེའི་སྐྱིད་ཁོ་ཚོའི་འབྲས་
 ལྷུ་ལ་བལྟས་ནས་ཁྱེད་ཚོས་ཤེས་འོང་”ཞེས་གསུངས།

17.2 Scripture Text

15 “Beware of false prophets, who come to you in sheep’s clothing but inwardly are ravenous wolves. 16 You will recognize them by their fruits. Are grapes gathered from thornbushes, or figs from thistles? 17 So, every healthy tree bears good fruit, but the diseased tree bears bad fruit. 18 A healthy tree cannot bear bad fruit, nor can a diseased tree bear good fruit. 19 Every tree that does not bear good fruit is cut down and thrown into the fire. 20 Thus you will recognize them by their fruits.”

17.3 འབྲེལ་པ། བཀའ་རྒྱ་དང་བོ། ལྷུན་པ་ལྷུན་མ་རྣམས་ལ་འདྲེལ་ཤིག
 འདྲིལ་རྟེན་འདིར་ཚོས་ཤོད་མཁའ་མང་བོ་ཡོད། ཁོ་ཚོའི་བང་ནས་ཁ་གསུང་གིས་དཀོན་མཚོག་གི་བདེན་
 པ་སྤོང་སྤོང་གེད་ཀྱང་། ཁ་གསུང་གིས་བདུད་ཀྱི་ལྷུན་མ་སྤོང་། གང་བདེན་ལྷུན་ཡིན་པ་དེ་བུ་བུ་
 ལྷུངས་དེ་གང་འདྲ་ཡིན་ནམ། ཐབས་ལམ་གཉིས་ཡོད། དང་བོ་ནི་དཀོན་མཚོག་གི་བདེན་པ་སྤོང་གི་

17.3 Explanation - The First Command: Avoid False Prophets
 There are many teachers of religion in this world. Some of them teach God’s truth, and some teach the devil’s lies. How are we to tell them apart? There are two methods. First, those who correctly teach God’s truth live holy lives;

མེད་པར་སློབ་སློབ་བྱེད་མཁུ་རྣམས་ཀྱིས་མི་ཚོ་དམ་པ་སྐྱེལ། ཁོ་རྣམས་འབྲས་ལུ་བཟང་པོ་སྐྱེད་པའི་
ཤིང་སྤོང་བཟང་པོ་དང་འདྲ་བ་ཡིན། གཉིས་པ་ནི་ཁོ་ཚོའི་བསྟན་པ་དགོན་མཚོག་གི་དམ་པའི་གསུང་
རབ་དང་མཐུན་ནོ། ཁོ་རྣམས་ནི་དགོན་མཚོག་གི་རྒྱལ་སྤྱི་དཔེ་དཔེ་སྐྱེ་བོ་ཚེན་པོ་ཟེར་བར་འགྱུར།
བདུད་ཀྱི་རླུང་མ་སློབ་སློབ་བྱེད་མཁུ་རྣམས་མི་ཚོ་དམ་པ་མི་སྐྱེལ་ཏེ། འབྲས་ལུ་རབ་པ་སྐྱེད་པའི་ཤིང་
སྤོང་རབ་པ་དང་འདྲ་བ་ཡིན། ཁོ་ཚོའི་བསྟན་པ་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་མི་མཐུན།
འཛིན་རྟེན་འདི་དང་། སྤྱི་ཉེས་ཅན་གྱི་རང་གཤིས། བདུད་བཅས་དང་འདྲ་བར་ཁོ་ཚོ་ཡེ་ཤུ་བ་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་དགྲ་པོ་ཡིན། གང་ལགས་ཟེར་ན། ཁོ་ཚོས་མི་རྣམས་དཔྱལ་ཁམས་སུ་འཛིན་པར་འགོ་བའི་
ལམ་ཡངས་པོར་འཁྲིད་པས་སོ། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་“ལོང་བས་ལོང་བ་ཁྲིད་ན་གཉིས་ཀ་ས་དོང་ལ་ལྷུང་
ཡོང་”ཞེས་གསུངས། དགོན་མཚོག་གི་དམ་པའི་གསུང་རབ་གྲོག་པ་དང་། སློབ་ལམ་གྱི་སློབ་ནས་དེ
རྣམས་བདེ་བར་སྐྱེད། བསྟན་པ་གང་ཡང་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་མ་བྱུང་ན་ང་ཚོས་དེ་དང་ལེན་བྱེད་
མི་རུང།

they are like good trees that bear good fruit. Second, their teaching agrees with the Bible. Such teachers will be called great in God's kingdom. Those who teach false doctrines do not live holy lives; they are like bad trees that bear bad fruit. Their teaching does not come from the Bible. Like this world, our sinful nature, and the devil, teachers of false doctrines are the enemies of all Christians, for their teachings lead people on the broad way to hell. As the Lord Jesus said, "If the blind lead the blind, both will fall into a pit". But we can be kept safe from false teaching through prayer and reading the Bible. If any teaching is not in the Bible, we should reject it.

17.4 ལྔ་བ།

21 གཙོ་བོ་ཡི་ཤུས་“ང་ལ། གཙོ་བོ་ལགས། གཙོ་བོ་ལགས་ཞེས་ཟེར་མཁན་ཐམས་ཅད་
 དཀོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་སྤྱི་དུ་འཇུག་མི་ཡོང་། ཞིང་ཁམས་སུ་བཞུགས་པའི་ངའི་ཡབ་ཀྱི་
 ཐུགས་དགོངས་རྒྱུ་བ་མཁན་ནི་དེའི་ནང་དུ་འཇུག་པར་འགྱུར། 22 ཉིན་མོ་དེར་མི་མང་པོས།
 གཙོ་བོ་ལགས། གཙོ་བོ་ལགས། ང་ཚོས་ཁྱེད་ཀྱི་མཚན་གྱི་སློབ་ཀྱི་ལུང་བརྟན་མེད་པ་དང་།
 ཁྱེད་ཀྱི་མཚན་གྱི་སློབ་ཀྱི་ལུང་གོ་བ་འདྲེ་མ་བརྟན་པ། ཁྱེད་ཀྱི་མཚན་གྱི་སློབ་ཀྱི་ལུང་གོ་བ་འདྲེ་
 ལས་མང་པོ་མ་བྱས་སམ་ཞེས་ང་ལ་ཟེར་བར་འགྱུར། 23 དེ་ནས་ངས་ཁོ་ཚོར། ངས་ཁྱེད་
 རྣམས་ནས་ཡང་ངོམ་གེས་པས། ངན་པ་བྱེད་མཁན་ཁྱེད་ཚོ་ངའི་ཕྱི་ནས་ཡང་རྒྱལ་ས་ཞེས་སྒྲ་
 བར་འགྱུར་”ཞེས་གསུངས།

17.5 འགྲེལ་པ། བཀའ་རྒྱ་གཉིས་པ། དཀོན་མཆོག་གི་ཐུགས་དགོངས་རྒྱུ་བ་ཅིག
 དུས་ཀྱི་མཐའ་མའི་ཉིན་མོར་མི་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྲིམས་གཙོ་བོ་མཛད་པའི་ཆེད་དུ་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་འཇིག་རྟེན་
 འདིར་འབྱོར་བར་འགྱུར། ཉིན་དེར་སློང་པ་ངན་པ་རྣམས་སྤངས་ཏེ་སེམས་བསྐྱུར་ནས་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་
 ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ནི་ཁོ་ཚོའི་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་ཆད་པ་ལས་ཐར་བར་འགྱུར། འོན་ཀྱང་དཀོན་

17.4 Scripture Text

21 “Not everyone who says to me, ‘Lord, Lord,’ will enter the kingdom of heaven, but the one who does the will of my Father who is in heaven. 22 On that day many will say to me, ‘Lord, Lord, did we not prophesy in your name, and cast out demons in your name, and do many mighty works in your name?’ 23 And then will I declare to them, ‘I never knew you; depart from me, you workers of lawlessness.’ ”

17.5 Explanation - The Second Command: Do God's Will

At the end of time, the Lord Jesus will return to this earth in order to judge all people. On that day, those who have repented of their sin and believed in the Lord Jesus will be saved from the punishment of their sins. But those who have

མཚོག་ལ་དོ་སྣང་མ་བྱས་པར་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་འཕྲིན་བཟང་ལ་རྒྱལ་མཁན་རྣམས་ཚད་པ་གཙོད་པར་
འགྱུར། ཁོ་ཚོའི་ནང་ནས་ཁ་གསུངས་ཀྱིས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་མཚན་ཐོག་ནས་ལས་བཟང་བོ་བྱས་ཞེས་ཟེར་
ཡང་། དངོས་གནས་བྱས་ན་གང་འདོད་པ་རྣམས་འཕྲོ་བ་པའི་ཕྱིར་ཁོང་གི་མཚན་སྲགས་ལྟར་སྤོད།
གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་ཞབས་སྲི་བྱེད་པར་བཤད་ནས་རང་འདོད་པ་བཞིན་བྱ་བྱས། ཁོང་དང་འབྲེལ་བ་ཡག་
པོ་མེད་པས་ཁོང་གིས་ཁོ་རྣམས་ལ་“ངས་ཁྱོད་རྣམས་ནམ་ཡང་ངོམ་ཤེས་”ཞེས་གསུངས། དེ་ནས་ཁོ་
ཚོ་ཁོང་གི་རྩ་ནས་པར་འགོ་དགོས་པ་འབྲུང་བར་འགྱུར་རོ། །

paid no attention to God, and who op-
posed the gospel of the Lord Jesus will
be condemned. Some of them will say
they did good works in Jesus’ name, but
actually they just used Jesus’ name as a
mantra to get the things they wanted.
They claimed to serve him, but in reality
they were serving themselves. They had
no real relationship with the Lord Jesus,
so he will say to them, “I never knew
you”. For this reason they will have to
depart from him.



17.6 རང་དོན་གཙོ་བོ།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུས་“ང་ལ། གཙོ་བོ་ལགས། གཙོ་བོ་ལགས་ཞེས་ཟེར་མཁན་ཐམས་ཅད་དཀོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་སྤྱི་དུ་འཇུག་མི་ཡོང་”ཞེས་གསུངས།

☞ གྲོགས་པོ་དང་མཉམ་དུ་གཏམ་སྲིང་བྱེད་ཀྱི།

1. ཚོས་ལོག་པ་སྟོན་མཁན་འཕྲད་ཚུངས་ལ། འདི་ཚོ་བདེན་ཚུན་དབྱེ་བ་ཇི་ལྟར་འབྱེད་ཐུབ་བམ།
2. བྱིད་ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་གི་དགོངས་པ་ངེས་པར་དུ་སྤྱད་བཞེན་པ་གང་འདྲ་ཤེས་ཐུབ་བམ།

🧠 སློའ་འཛིན་བྱེད་ཀྱི།

ལོ་ཚོའི་འབྲས་བུ་ལ་བལྟས་ནས་བྱེད་ཚོས་ཤེས་འོང། (མད་བླ། 7:20)

🙏 གཙོ་བོ་ཡི་ཤུའི་ཉེ་གནས་ངོ་མར་འགྱུར་བའི་སྟོན་ལམ།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་ལགས། དམ་པའི་ཤུགས་ཉིད་དཀོན་མཆོག་ང་ཚོའི་སེམས་ལ་བཞུགས་པའི་ཚེད་དུ་མངགས་པར་མཛོད། དེ་ནི་བྱིད་ཀྱི་ཉེ་གནས་ངོ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཡལ་དཀོན་མཆོག་གི་གཟི་བརྗིད་མངོན་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་དོ། ཨ་མེན།

17.6 Key Point

The Lord Jesus said, “Not everyone who says to me, ‘Lord, Lord,’ will enter the kingdom of heaven.”

☞ Discussion Questions

1. Have you met false teachers? How can we distinguish between true and false ones?
2. How can you be sure that you are doing God’s will?

🧠 Memory Verse

You will recognize them by their fruits. (Matthew 7:20)

🙏 A Prayer to Become Jesus’ True Disciples

Lord Jesus, send God the Holy Spirit to live in our hearts, that we may be your true disciples, to the glory of God the Father. Amen.



18





ལེའུ་བཙོ་བརྒྱད་པ།

བྲག་ལ་བརྩིགས་པའི་ཁང་པ་ཞིག་གི་སྐོར།

(མད་མུ། 7:24-29)

18.0 བྱེད་ཀྱིས་ཁང་པ་ཞིག་བརྩིགས་ཐོང་ངམ། གལ་ཏེ་བྱེད་ཀྱིས་བརྩིགས་ཐོང་ན་ཁང་པའི་མའ་གཞི་
 བེ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་ཤེས། ལེའུ་འདིར་སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་མའ་གཞི་རིགས་གཉིས་ཀྱི་སྐོར་
 གསུངས། མའ་གཞི་དེ་གཉིས་ལས་བྱེད་ཀྱིས་གང་ཞིག་གི་སྟེང་ལ་རྩིག་གམ།



Chapter Eighteen:

The House on the Rock

(Matthew 7:24-29)

18.0 Have you ever built a house? If you have, you know that the foundation of the house is very important. In this chapter, the Lord Jesus speaks about two kinds of foundations. On which of the two are you building?

18.1 ལྷ་བ།

24 གཙོ་བོ་ཡི་ལྷ་སྐྱོན་“དེའི་བྱིར་ངས་སྒྲིམ་པའི་ཚོག་ཐོས་ཏེ་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་ཐམས་ཅད་
 བྱི་རང་གི་ཁང་པ་བྲག་ལ་བརྩིགས་པའི་ཤེས་རབ་ཅན་དང་འདྲ་བ་ཡིན། 25 ཁང་པ་དེ་བྲག་
 གི་སྐྱེད་དུ་ཚིགས་པས། ཚར་པ་བབས་ནས་རྒྱལ་གྱི་ལྷ་བྱུང་ཞིང་། ལྷ་གས་པ་དྲག་པོ་བརྒྱབ་ནས་
 ཁང་པ་དེར་ཕོག་གྱུང་མ་དེི་བ། 26 ངས་སྒྲིམ་པའི་ཚོག་ཐོས་ཏེ་ཉམས་ལེན་མ་བྱེད་མཁན་
 ཐམས་ཅད་བྱི་རང་གི་ཁང་པ་བྱེ་མའི་སྐྱེད་དུ་བརྩིགས་པའི་སྒྲིབ་པོ་དང་འདྲ་བ་ཡིན། 27 ཚར་
 པ་བབས་ནས་རྒྱལ་གྱི་ལྷ་བྱུང་ཞིང་། ལྷ་གས་པ་དྲག་པོ་བརྒྱབ་ནས་ཁང་པ་དེར་ཕོག་སྐྱེད་ཅིང་
 ཡོངས་སུ་བཞིག་པར་གྱུར་”ཞེས་གསུངས།

18.2 འབྲེལ་པ། བཀའ་རྒྱ་གསུམ་པ། མུང་གཞི་བརྟན་པོར་རྩིགས་ཤིག

ཤེས་རབ་ཅན་གྱིས་སྐྱོན་པ་ཡི་ལྷ་འོམས་བསྟན་པ་ཐོས་ནས་ཉམས་ལེན་བྱེད། ཁོས་གཙོ་བོ་ཡི་ལྷ་ལ་
 དད་པ་བྱེད་ཅིང་། དཀོན་མཚོག་ལ་གཟུངས་པར་འདོད། བྱིས་མཚོས་ལ་བྱུངས། དཀོན་མཚོག་གི་
 ཞིང་ཁམས་སུ་ལོ་རྒྱུས་ལ་འཕྲོད་པའི་འཕྲིན་བཟང་གི་དོན་དུ་སྒྲིག་བསྐྱེད་དང་གཞོན་འཛོེ་འབྱུང་སྐབས་ཁོ་ཀི་
 སེམས་བརྟན་པོར་གནས། དཀོན་མཚོག་གིས་མི་ཐམས་ཅད་ལ་བྱིས་མཚོས་གཙོ་བོ་མཛད་པའི་དུས་ཀྱི་

18.1 Scripture Text

24 “Everyone then who hears these words of mine and does them will be like a wise man who built his house on the rock. 25 And the rain fell, and the floods came, and the winds blew and beat on that house, but it did not fall, because it had been founded on the rock. 26 And everyone who hears these words of mine and does not do them will be like a foolish man who built his house on the sand. 27 And the rain fell, and the floods came, and the winds blew and beat against that house, and it fell, and great was the fall of it.”

18.2 Explanation - The Third Command: Build on a Firm Foundation

The wise person hears Jesus’ teaching and puts it into practice. He believes in the Lord Jesus, loves God and his neighbor, and stores up treasure in heaven. Even when trouble or persecution comes on account of the faith, this person

མཐའ་མའི་ཉིན་མོར་མི་དེ་ནི་དགོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་དགའ་བསུ་གནང་བར་འགྱུར། ལྷན་པོས་
 ལྷོན་པ་ཡི་ཤུའི་ཚོས་བསྟན་པ་ཐོས་ནས་བཟང་པོ་ཡིན་པ་བསམས་ན་ཡང་ཉམས་ལེན་མི་བྱེད། རང་
 གི་འདོད་པ་ཁོ་ནར་དོ་སྣང་བྱེད། དགོན་མཚོག་ནི་གལ་ཆེན་པོ་མིན་པར་བསམས་ནས་རང་གིས་རང་
 ལ་མགོ་སྐོར་གཏོང་། དགོན་མཚོག་གིས་མི་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྲིམས་གཙོད་མཛད་པའི་དུས་ཀྱི་མཐའ་
 མའི་ཉིན་མོར་ཁོ་ནི་དམུལ་ཁམས་སུ་དུས་རྟག་རྟ་གནས་པར་ངེས་སོ། །

18.3 ལྷ་བ།

28 ཡི་ཤུས་བཀའ་དེ་གསུངས་ཚར་རྗེས། ཁོང་གིས་གསུངས་པ་དེ་ལ་མི་ཚོགས་རྣམས་ཡ་
 མཚན་ཆེན་པོ་སྤྲེས། 29 ལྷ་མཚན་ནི་ཡ་རུ་དུ་པའི་ཚོས་ཁྲིམས་ལ་མཁས་པའི་མི་རྣམས་དང་
 མི་འབྲས་སྟེ། དབང་ལྡན་ཞིག་གིས་གསུངས་པ་དང་འབྲས་བུ་ཁོ་ཚོར་ཚོས་བསྟན་གནང་བའི་
 ལྷིར་པོ། །

stands firm. At the last day when God judges all people, this person will be welcomed into heaven. The foolish person hears Jesus' teaching and approves of it, but does not put it into practice. He pays attention only to his own desires. He deceives himself, thinking that God isn't important. At the last day when God judges all people, this person will be condemned to remain forever in hell.

18.3 Scripture Text

28 And when Jesus finished these sayings, the crowds were astonished at his teaching, 29 for he was teaching them as one who had authority, and not as their scribes.

18.4 འགྲེལ་བ།

སྟོན་པ་ཡི་ཤུའི་གསུང་ནི་རང་གི་དབང་ལོན་རྟེན་པས་མི་ཚོགས་ལ་མཚན་ཚེན་པོ་སྟེན། ཁོང་གིས་དགོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་དང་། ཡང་ན་དམུལ་ཁམས་ལ་འགོ་མཁན་སུ་ཡིན་མིན་ཐག་གཙོད་མཛད་པའི་དབང་ཚལོད་པ་གསུངས། དགོན་མཚོག་གི་དགོངས་པ་མཁུལ་པ་ཡིན་པར་གསུངས། ཁོང་གིས་མི་རྒྱུས་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་གསང་བ་མངོན་པར་མཛད། ཁོང་གི་བཀའ་ཚོས་བདེན་པ་ཡིན་པར་སྟོན་པའི་ཚད་དུ་ངོ་མཚར་བའི་དོན་མང་པོ་མཛད། ཐབས་ལམ་དེ་ཚོ་འོ་སྟོན་སྟོན་པ་ཡི་ཤུས་འཛིག་རྟེན་འདིར་དབང་ཀུན་དང་ལྷན་པའི་དགོན་མཚོག་ཡང་དག་པར་མཚོན་མཁན་གྱི་སྲས་ཡིན་པ་ར་སྟོན་མཛད།

འཚོ་བ་དངོས་ནང་སྟོན་སྟངས། བཀའ་སྒྲུབ་མཁན་དུ་འགྱུར་དགོས།

18.5 རི་སྟེང་ལ་བཀའ་ཚོས་གནང་བ་འདིར་སྟོན་པ་ཡི་ཤུས་རང་གི་ཉེ་གནས་ནི་སེམས་རྒྱུད་དཔུལ་པོ་དང་གཅིག་སྟེན་ཉེས་ཀྱི་ཉེས་ཀྱིས་སྤང་བ་བྱེད་མཁན་དང་གཉེས། སྟེམས་རྒྱུད་དང་གསུམ། བདེན་ཉིད་ཀྱི་བྱིར་བཀའ་སྒྲིམ་ཅན་དང་བཞི། སྟོང་རྗེ་ཅན་དང་ལྷ། ལྷ་དམེད་སེམས་བཟང་ཅན་དང་དུག་འདུམ་སྒྲིག་བྱེད་མཁན་དང་བཅུ། བདེན་ཉིད་ཀྱི་བྱིར་གཞོད་འཚོ་སྟོན་སྟངས་དང་བརྒྱད་ཡིན་པར་འགྱུར་དགོས་གསུངས། གལ་ཏེ་ཁོང་གི་ཉེ་གནས་ལ་ཉེ་གས་བརྒྱད་དེ་ཚོ་ཡོད་ན་འཛིག་རྟེན་གྱི་འོད་དང་འདྲ་བ་ཡིན་པར་འགྱུར། དགོན་མཚོག་གི་ཚོས་ཁྲིམས་དང་ལུང་སྟོན་པའི་བསྟན་པ་སྒྲུབ་

18.4 Explanation

The crowds who heard Jesus' teaching were astonished, because Jesus' teaching was based only on his own authority. He said he had power to decide who enters heaven or hell. He said he knew God's will. He revealed the secrets of the human heart. He did many miracles to show that his teaching is true. In such ways, Jesus proved that he is God's Son, who perfectly represents Almighty God in this world.

Application: Be Doers of the Word

18.5 In the Sermon on the Mount, the Lord Jesus told his disciples that they must be poor in spirit, meek, mourn for their sins, hunger and thirst for righteousness, show mercy, be pure in heart, make peace with others, and be ready to experience persecution. If his disciples have these eight characteristics, then they will be like light for the world. The Lord Jesus came to this world to fulfill God's law and the teachings of the prophets. He gave them six examples of the behavior that pleases God. He told them to

བའི་ཚེ་དངུ་གཙོ་པོ་ཡེ་ཤུ་འཇིག་རྟེན་འདིར་ལེབས། ཉེ་གནས་རྣམས་ལ་དགོན་མཚོག་ཐུགས་མཉེས་
 བའི་སྒྲོན་ལམ་གྱི་དཔེ་དྲུག་བཞག་པར་མཛད། དགོན་མཚོག་གི་བྱ་དགའ་འཕྱོང་བའི་ཚེ་དངུ་ཉེ་གནས་
 རྣམས་ཀྱིས་གསང་བའི་ཐོག་ནས་སྨིན་བ་གཏོང་བ་དང་། སྒྲོན་ལམ་འདེབས་པ། སྐྱུང་གནས་བཅས་
 སྐྱུང་དགོས། ཁོ་ཚོས་དགོན་མཚོག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ་འོང་གསོག་མཁན་དང་གཅིག་ དགོན་མཚོག་
 ལ་སྒྲོ་རྩེ་གཅིག་གིས་འཇུག་པའི་སེམས་ཡོད་མཁན་དང་གཉིས། འོར་མིན་ཏེ་དགོན་མཚོག་གཅིག་
 བོར་ཞབས་སྤྱི་ལུས་དགོས་པ་དང་གསུམ། སེམས་བྱལ་མི་བྱེད་པར་དགོན་མཚོག་ལ་ཡིད་ཚེས་བྱེད་
 དགོས་པ་དང་བཞི། མི་གཞན་ལ་སྒྲོན་འདོགས་མི་བྱེད་པ་དང་ལྔ། དགོན་མཚོག་གི་གནད་སྨིན་འཚོ་ལ་
 བ་དང་དྲུག མི་གཞན་ལ་རང་དང་འདྲ་བར་བརྩེ་མཁན་དང་བདུན། སྒྲོ་དོག་མོ་བརྒྱད་ནས་འཇུག་
 བ་དང་བརྒྱད་འགྲུར་དགོས། ཁོ་ཚོས་ཚོས་སྒྲོན་པ་རྩུབ་མ་རྣམས་འདོམས་ནས་དགོན་མཚོག་གི་ཐུགས་
 དགོངས་སྐྱུབ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁོ་ཚོ་འོ་མང་གཞི་བཟོན་བོར་རྩེག་པའི་ཤེས་རབ་ཅན་དང་འདྲ་བར་
 འགྲུར་རོ། །

18.6 ཡེ་ཤུ་པ་ཁ་ཅིག་གིས་བཀའ་ཚོས་དེ་ཚོ་སྒྲན་པོ་ཡིན་པར་བསམས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་མི་བྱེད། སྐུ་
 ཚད་ཡ་གོ་བ་ཀྱིས་རང་གིས་རང་ལ་མགོ་སྒྲོང་གཏོང་བའི་བཀའ་ཐོས་མཁན་འབང་ཞིག་ཏུ་མི་འགྲུར་
 བར། བཀའ་སྐྱབ་མཁན་དུ་འགྲུར་ཞིག་ བཀའ་ཐོས་ནས་མི་སྐྱབ་མཁན་ནི་མི་འོང་ལ་བལྟས་ནས་

give, pray, and fast in secret, so as to receive God's reward. The disciples are to store up treasure in heaven, fix their minds on God, and serve God alone. They are not to be anxious or to judge others, but to depend on God's provision, treat others as themselves, and enter by the narrow gate. They are to avoid teachers of false doctrines, and live their lives according to God's commandments. If they do these things, they will be like the wise man who built on solid foundations.

18.6 It is easy for Christians to think that this is fine teaching, but not put it into practice. As the Apostle James wrote, “. . . be doers of the word, and not hearers only, deceiving yourselves. For if anyone is a hearer of the word and

རང་གི་གདོང་པ་མཐོང་མཁམ་ལྟར་ཡིན། གང་ལགས་ཤེ་ན། རང་ལ་བལྟས་ཏེ་མེ་མོང་དང་ཁ་བྲལ་
རྗེས་འཕྲལ་དུ་ཅི་ལྟར་ཡོད་པ་བརྗེད། འོན་ཀྱང་ཡང་དག་པ་དང་རྗིག་ཉེས་དང་འཚིབ་ལས་ཐར་བའི་
བཀའ་ཁྲིམས་ལ་ནན་གྱིས་བལྟས་ནས། བརྗོན་འགྲུས་བྱེད་མཁམ་ནི་བཀའ་ཐོས་ནས་བརྗེད་པ་མིན་
ཏེ་བཀའ་རྒྱབ་ནས་ལག་ལེན་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ཁོའི་བྱ་བ་ལ་བྱིན་གྱིས་བརླབས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་
ཁྲིམ། དཀོན་མཚོག་གི་ཐུགས་རྗེ་མེད་པར་མི་སུ་ཞིག་གིས་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུའི་བཀའ་ཉམས་ལེན་བྱེད་མི་
ཤིང། དཀོན་མཚོག་གི་ཐུགས་རྗེའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོ་ལ་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུའི་དང་པ་འཕྲོབ། དཀོན་མཚོག་
གི་ཐུགས་རྗེ་ཡིས་ངེད་ཀྱི་སེམས་ལ་རང་གཤིས་གསར་པ་དང་རྟགས་བརྒྱད་སྟེང། དེའི་ཐོག་ནས་ངེད་
གྱིས་བཙོན་མིན་སེམས་ཀྱི་གཏིང་ནས་དཀོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་ཏེ་ཁོང་གི་གནང་སྦྱིན་དཔག་ཏུ་
མེད་པའི་ཚོ་འཕྲོབ་ཤིང། གལ་ཏེ་བྱེད་གྱིས་དོན་འདི་རྣམས་རི་ལྟར་བྱེད་འདོད་ན་ལེའུ་རྗེས་མར་
གཟིགས་དང།

18.7 རང་དོན་གཙོ་བོ།

སྦོན་པ་ཡི་ཤུའི་བཀའ་རྒྱབ་པའི་སྦོལ་ནས་སྤང་གཞི་བརྟན་པོར་རྩིགས་ཤིག

not a doer, he is like a man who looks intently at his natural face in a mirror. For he looks at himself and goes away and at once forgets what he was like. But the one who looks into the perfect law, the law of liberty, and perseveres, being no hearer who forgets but a doer who acts, he will be blessed in his doing”. Without God’s grace, no one can put the words of the Lord Jesus into practice. It is God’s grace which gives us the faith to believe in the Lord Jesus. It is God’s grace that produces in our hearts the eight characteristics and the new nature. By it we can obey God sincerely, from our hearts, and to receive his gift of eternal life. If you would like to know how to do these things, please see the next chapter.

18.7 Key Point
Build on a firm foundation; do what the Lord Jesus requires.

🗨️ གོ་གསུང་པོ་དང་མཉམ་དུ་གཏམ་སྲིད་བྱེད་ཀྱི།

1. དད་པའི་སྒྲུབ་གཞི་བརྟན་པོ་ཞིག་ཅི་ལྟར་འདིང་ངམ།
2. དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་སླུབ་མཁན་ཞེས་ཟེར་བའི་དོན་ཅི་ཡིན་ནམ།

🧠 སློའ་འཛིན་བྱེད་ཀྱི།

རང་གིས་རང་ལ་མགོ་སློར་གཏོང་བའི་བཀའ་ཐོས་མཁན་འབའ་ཞིག་ཏུ་མི་འགྱུར་བར། བཀའ་སླུབ་མཁན་དུ་འགྱུར་ཞིག། (ཡ་ཀོབ། 1:22)

🙏 དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་བྱུང་བའི་སློན་ལམ།

གཙོ་བོ་ལགས། བྱེད་ཀྱི་དོན་ལ་འབྲས་བུ་སློན་པ་དང། བྱ་བ་ལ་བྱིན་གྱིས་བརླབས་པར་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་བྱེད་ཀྱི་བཀའ་ཐོས་པ་མ་ཟད་སླུབ་པའི་ཆེད་དུ་ང་ཚོར་རོགས་པ་གནང། ཨ་མེན།

🗨️ Discussion Questions

1. How can you build a firm foundation of faith?
2. What does it mean to be a doer of God's word?

🧠 Memory Verse

But be doers of the word, and not merely hearers who deceive themselves. (James 1:22)

🙏 A Prayer for Obedience

Lord, help us not only to hear your word, but to do it, so that we may be able to bear fruit for you and will be blessed in what we do. Amen.





ལེའུ་བཙུང་གྲག་པ།

སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་གདན་འདྲེན་པའི་སྐོར།

19.0 ལོ་ངོ་ཉེས་སྟོང་གི་སྟོན་པ་ལ་རིའི་ལོགས་སུ་བསྐྱད་པའི་མི་ཚོགས་དང་འབྲ་བར་བྱེད་ཀྱིས་སྟོན་པ་
 ཡེ་ཤུས་ཀྱི་གསུང་ཐོས་པ་ཡིན། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་མི་ཤེ་ཤེ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚོ་ལ་འབྲིད་པའི་སྐོ་ཞེད་ག་
 རྒྱུད་དང་། ཡང་ན་འཛིག་པར་འབྲིད་པའི་སྐོ་ཞེད་ཅན་བརྒྱུད་ནས་འགོ་དགོས་པ་གསུངས་ཡོད། བྱིས་
 བྱིས་གང་ཞིག་འདེམས་སམ། སྟོན་པ་ཡེ་ཤུས་མི་ཤེ་ཤེ་བཟིམས་གཙོད་མཛད་པའི་དུས་ཀྱི་མཐའ་མའི་
 ཉིན་མོའི་སྐོར་གསུངས། ཁོང་གིས་བྱེད་ལ་ངའི་ཡབ་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་པ་བྱོད་ཚོ། ཤོག་ལ།
 འཛིག་རྟེན་བཞོད་པ་ནས་བྱོད་ཚོའི་བྱིར་བཤམས་པའི་རྒྱལ་སྤྱི་འཛིན་ཞིག་གས། རན་པ་བྱེད་མཁན་
 བྱོད་ཚོ་ངའི་རྩ་ནས་ཡར་རྒྱགས་ཞེས་གསུང་བར་འགྲུར་རམ། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་བྲག་གི་སྟེང་དུ་བརྟེན་
 པའི་ཁང་བ་དང་། བྱེ་མའི་སྟེང་དུ་བརྟེན་པའི་ཁང་བའི་སྐོར་གསུངས། བྱེད་ཀྱིས་བྲག་གི་སྟེང་ངམ་
 ཡང་ན་བྱེ་མའི་སྟེང་དུ་རྟེན་གྱི་ཡོད་དམ།



Chapter Nineteen: Jesus' Invitation

19.0 Like the crowd on the hillside two thousand years ago, you have now heard or read the teachings of Jesus. The Lord Jesus has said that everyone must pass through either the narrow gate that leads to life, or though the wide gate that leads to destruction. Which one will you choose? The Lord Jesus spoke about the day at the end of time when he will judge everyone. Will he say to you, “You who are blessed by my Father, come and, take the kingdom that was prepared for you”; or will he say to you, “Depart from me, you evildoers”? (Matthew 7:23). You have heard Jesus speak of the house built on rock and the house built on sand. Are you building on the rock or on the sand?

19.1 མི་ཁ་གསུམ་གྱིས་ལྷ་སྐྱེ་རྣམས་ལ་བསྐྱེན་བཀུར་བྱེད་པའི་སྐོར་ནས་ཁང་པ་རྩིག་འདོད་མཁའ་ཡིན། ཁོ་ཚོས་ཚོས་གྱི་ཚོག་ཡིས་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ལ་བྲན་གཡོག་རྒྱག་ འོན་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་འདིའི་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་གྱིས་དེད་རྣམས་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་སྲིད་པ་མ་ཟད། དེ་ཚོར་ཚོགས་འཛོལ་ནས་བྲན་གཡོག་རྒྱག་པ་ནི་རིན་གོང་ཚེན་པོ་ཡིན། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལྷ་ཐམས་ཅད་ལས་དབང་ཆེན་ཡིན། གང་ལགས་ཤེ་ན། ཁོང་ནི་དབང་ཀུན་དང་ལྷན་པའི་དཀོན་མཚོག་གི་སྲས་ཡིན། ཁོང་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁའ་ཐམས་ཅད་སྲུང་བས་ལྷ་དང་དམོན་པ་ཡིས་ཁོ་ཚོ་གཞོན་པ་བྱེད་མི་སྲིད། མི་གཞན་གྱིས་དགོ་བ་གསོག་པའི་སྐོར་ནས་ཁང་པ་རྩིག་པར་འདོད། འོན་ཀྱང་དཀོན་མཚོག་ནི་ལྷ་དུ་འཕགས་པའི་དམ་པ་ཡིན་ཞིང་། དེད་རྣམས་སྲིག་ཅན་ཡིན། ཐར་པ་འཕྱོང་འོས་པར་འགྱུར་བའི་ཆེད་དུ་བསྐྱེད་པ་བསྐྱེད་ལེན་ཀྱང་རྩོས་གསོག་ཐུབ་པའི་དགོ་བ་མི་འདང་། མི་གཞན་རྣམས་གྱིས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་དང་ལྷ་ཚོགས་གཉིས་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་སྐོར་ནས་ཁང་པ་རྩིག་པར་འདོད་ཀྱང་། དེ་མི་སྲིད། གང་ལགས་ཟེར་ན། རྩོས་བདག་པོ་གཉིས་ལ་གཡོག་བྱེད་མི་སྲིད། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་གཅིག་པོར་སྲིག་ཉེས་ལས་ཐར་བར་མཛད་པའི་ལུས་མཐུ་ཡོད། ཁོང་གིས་གསུངས་པ་ལྟར་“རང་གི་གཙོ་བོ་དཀོན་མཚོག་ལ་བསྐྱེན་བཀུར་བྱེད་པ་དང་ཁོང་ཁོར་ཞབས་ཕྱི་བྱེད་དགོས་”ཞེས་གསུངས། དཀོན་མཚོག་གི་རྒྱལ་སྲིད་དུ་འཇུག་པའི་ལམ་གཅིག་པོ་ནི་སྦྱོང་བ་དན་པ་རྣམས་སྲུང་ས་ནས་སེམས་བརྒྱར་ཉེ་ཁོང་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་དེ་ཡིན། ལམ་གཞན་ཅི་ཡང་མེད། ཁོང་མ་གཏོགས་དེད་རྣམས་དང་དཀོན་མཚོག་གི་འབྲེལ་བ་སྐྱེད་གསོ་མཛད་མཁའ་སྲུང་མེད་དོ། །

19.1 Some people want to build their house by worshipping the gods. They serve them with expensive rituals. But gods and spirits can harm us, and serving them with rituals costs a lot of money. The Lord Jesus is more powerful than all gods, for he is the Son of Almighty God. He protects all who trust in him, so that curses and spirits cannot harm them. Some people want to build their house by accumulating merit. But God is infinitely holy and we are sinful. Even in one hundred thousand lifetimes we cannot accumulate enough merit to be worthy of receiving salvation. Others try to build their house by believing in Jesus and also in the gods, but this is impossible, because we cannot serve two masters. Only the Lord Jesus has the power to save us from sin. As he said, “Worship the Lord your God, and serve him only”. The only way to enter God’s kingdom is to repent of our sins and believe in the Lord Jesus Christ. Only he can restore our relationship with God.

19.2 གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་སྒོ་ནས་མི་སུ་ཞིག་གིས་ཀྱང་སྤོང་པ་ངན་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བརྒྱུར་ཏེ་དཀོན་མཆོག་གི་སྤྱིན་པ་སྟེ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚོ་འཕྲོ་བ་ཤིང། མི་སྲོག་གཙོད་པའམ། རྒྱ་མའམ། དབང་བོ་སྤོང་ཅན་ལམ། ལྷགས་རིགས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་བཟོ་མཁན་ལམ། ཉ་པའམ། སྤང་ཚོང་མའམ། ཤན་པ་བཅས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་སྒོ་ནས་ཐར་ཚོག་ ཡོན་ཏན་ཡོད་པ་དང་མེད་པའམ། ལྷག་པོ་དང་དབུལ་པོའམ། བོད། རྒྱ་གར། སོག་པོ། གྲུང་གོ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་མི་རྣམས་ཀྱིས་སྤོང་པ་ངན་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་ན་ཚོག་ གང་ལགས་ཟེར་ན། དཀོན་མཆོག་གིས་མི་ཐམས་ཅད་ཐར་བར་འགྱུར་ཏེ་བདེན་པ་རྟོགས་པར་དགོངས། དད་པ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་དགའ་ངལ་འབྱུང་གིང། ཁོ་ཚོའི་ནང་མི་སེམས་འབྲུགས་པར་རམ་མི་དགའ་བར་འགྱུར་རམ། ཁོ་ཚོའི་ནང་རམ་ལས་ཀ་བྱེད་ས་ནས་སྤོང་པའམ། ཐར་འཛིན་བཟུང་བྱེད་པར་འགྱུར་གིང། འོན་ཀྱང་དེ་ལྟར་གྱི་སྤྱུག་བསམ་ལྟོང་བ་རྣམས་ནི་གཅིག་པོར་མི་ལུས། ཁོ་རྣམས་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་ཤིང་དུ་ཞུགས་པས་སྤོང་ཅན་མེད་པའི་དཀོན་མཆོག་གི་ནང་མི་ཡིན། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་“ངས་བྱེད་ཚོར་བདེན་པར་ཟེར་རྒྱུར། མི་སུ་ཞིག་གིས་དཀོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་ཤིང་གི་དོན་དུ་རང་གི་ཁྱིམ་ཚང་ངམ། བཟའ་རྒྱུའམ། སྤུན་ལམ། བུ་མའམ། ལུ་སྤྱུག་བཅས་བཞག་ན། མི་དེ་ལ་ཚོ་འདིར་ལྷ་བ་འགྱུར་གྱིས་མང་བོ་འཕྲོ་བ་པར་འགྱུར་ལ། མ་འོངས་པར་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚོ་འཕྲོ་བ་པར་ངེས་”ཞེས་གསུངས། (ལུ་གླ་ 18:29-30) དད་ལྡན་ཅེ་ཅེ་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་གྲས་སམ་གྲས་མོ་ཡིན། དཀོན་མཆོག་གིས་ཁོ་

19.2 Anyone can repent of their sins and receive God's gift of eternal life through faith in the Lord Jesus Christ. People who are murderers or thieves or handicapped or blacksmiths or fishermen or prostitutes or butchers can be saved through faith in the Lord Jesus. People who are educated or uneducated, rich or poor, Tibetan, Indian, Mongolian, or Chinese can repent of their sins and believe in the Lord Jesus, for God desires everyone to be saved and to come to the knowledge of the truth. Those who believe may meet with trouble. Their family may be upset or unhappy. They may be driven out of their home. They may lose their job or even be arrested. But believers who experience these things are not alone. They have entered God's kingdom, and they are members of the family of Almighty God. As the Lord Jesus said, "Truly, I say to you, there is no one who has left house or wife or brothers or parents or children, for the sake of the kingdom of God, who will not receive many times more in this time, and in the age to come eternal life" (Luke 18:29-30). Everyone who believes is God's son or daughter. He takes away their shame and

ཚོའི་དོག་འདོད་སེལ་ནས་ཁོ་ཚོར་བཀུར་སྟེ་མཛད། (ཡོ་ཏྲ་ཞུ་བ་12:26) དད་ལྷན་གཞན་རྣམས་དང་
བཅས་པར་ཁོང་གིས་ཁོ་ཚོར་དགེ་སྙིང་གི་ཚོས་ཚོགས་ལ་དགའ་བསུ་མཛད། ཡེ་ཤུ་པའི་ནང་མི་རྣམས་ཀྱིས་
ཡེ་ཤུ་པ་དང་དཀོན་མཆོག་གི་ནང་མི་ཅི་ལྟར་ཡིན་པ་མཐོང་ནས་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་མཁའ་བ་དུ་འགྱུར་
བར་སྲིད།

19.3 ཐར་པ་ཐོབ་ནས་དཀོན་མཆོག་དང་འབྲེལ་བ་ཡག་པོར་འགྱུར་བའི་སྦྱིར་ངཚོས་བྱེད་དགོས་པ་
ལྔ་ཡོད། དང་ཐོག་རང་ཉིད་སྲིག་ཉེས་ཅན་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་བྱེད་དགོས། མི་ཐམས་ཅད་ལ་སྲིག་
པའི་རང་གཤིས་ཡོད་པས། སྲིག་ཉེས་མེད་པ་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་མི་སྲིད། རེད་རྣམས་ཀྱིས་ཉིན་ལྟར་
སྲིག་ཉེས་བྱེད་ཅིང་། དེས་ཡོངས་སུ་དམ་པའི་དཀོན་མཆོག་ལ་ཕོག་ཐུག་གཏོང་བས་ངཚོ་དང་དཀོན་
མཆོག་གི་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་མེད་པར་གྱུར། དེའི་འབྲས་བུ་ནི་དོག་འདོད་དང་འཆིབ་ཡིན། འཆིབ་དེ་ནི་
ཚོ་འདི་ལས་འདའ་བ་མ་ཟད། དཀོན་མཆོག་དང་བཟུང་ཉེ་དཔུལ་ཁམས་སུ་དུས་གཏན་དུ་སྡོད་དགོས་
པ་དེའང་ཡིན། གཉེས་པ་ནི་སྡོད་པ་རབ་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བརྒྱུར་དགོས། གལ་ཏེ་ངཚོས་
དཀོན་མཆོག་ལ་མ་བརྟེ་ཞིང་སྲིག་ཉེས་མ་སྤངས་ན་ཐར་པར་འགྱུར་མི་སྲིད། གསུམ་པ་ནི་གཙོ་བོ་ཡེ་
ཤུའི་ཉེ་གནས་སུ་འགྱུར་བའི་དཀའ་ངལ་གྱི་སྐོར་བསམ་སྡོམ་ཞིབ་མ་གཏོང་དགོས། རེད་རྣམས་ལ་ཐར་
པར་མཛད་པའི་ཆེད་དུ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་རྒྱུང་གི་དགེ་སྙིང་གི་སྲོག་ལ་རང་གི་སྲོག་སྡོས་བཏང་། དེའི་སྦྱིར་གཙོ་

gives them honor (John 12:26). He wel-
comes them into his church together
with others who have believed. When
believer's families see what God's family
is like, they may want to believe in the
Lord Jesus, too.

19.3 In order to be saved and to have a
right relationship with God, there are
five things we must do: 1) First, we must
admit that we are sinners. Since everyone
has a sinful nature, it is not possible for
anyone to be without sin. We sin each
day, and our sin offends a holy God; as
a result our relationship with God is ru-
ined. The result of this is shame and
death. That death is not only passing
away from this life, but also having to
remain apart from God forever in hell.
2) Second, we must sincerely repent of
our sin. If we do not love God and hate
sin, we cannot be saved. 3) Thirdly, we
must carefully consider the difficulty of
following the Lord Jesus. On the cross,
the Lord Jesus gave his life to save us.
This is why the Lord Jesus said that we
cannot be his disciples unless we deal

བོ་ཡེ་ཤུ་ས་གལ་ཏེ་བསྐྱེ་བ་སྤངས་པ་དང་། ང་ཚོར་གང་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ཏེ། བ་མ་ལས་
 དཀོན་མཚོག་ལྷག་པར་གཅེས་པ་དང་། རྩོམ་གྱི་བཀའ་ལ་ཉན་པའི་སྤྱིར་རང་འདོད་མ་སྤངས་ན་ཁོང་
 གི་ཉེ་གནས་སུ་འགྱུར་མི་སྲིད་པར་གསུངས། (མད་ཐུ། 5:29-30 ལུ་ཀླ 9:23, 14:26, 14:33
 ལ་གཟེགས་) མ་ཟད་ང་ཚོས་ཉེན་ལྷན་མི་ཚོའི་མཐའ་མའི་བར་དུ་དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས། (ལུ་ཀླ 9:23)
 བཞི་པ་ནི་ཡེ་ཤུ་ཁོ་ནར་དད་པ་བྱེད་དགོས། རྗེས་ཉེས་ཀྱི་ཉེས་ཚད་ང་ཚོའི་ཚབ་ཏུ་ཚུང་བའི་སྤྱིར་གཙོ་
 བོ་ཡེ་ཤུ་ནི་རྒྱུ་ཤིང་སྤངས་པ་གོངས། ང་ཚོ་དཀོན་མཚོག་གི་སྐུ་སྲུང་རྣམ་པར་དག་པར་འགྱུར་བའི་
 སྤྱིར་ཁོང་འཆིབ་ནས་སྤྱད་གསོན་པར་གྱུར། ང་ཚོའི་རྗེས་ཉེས་ཀྱི་ཚད་པ་ཚུང་བའི་སྤྱིར་གཞན་སུའང་
 མ་ཤི་བས། མི་གཞན་དང་། ཡང་ན་ལྷ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཚོ་ཐར་བར་འགྱུར་མི་སྲིད། ལྷ་པ་
 བོ་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་སློབ་ལམ་འདེབས་དགོས། དཀོན་མཚོག་གི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་གསུངས་
 པ་ལྟར། གལ་ཏེ་ཚེད་ཀྱིས་ཁ་ཡིས་ཡེ་ཤུ་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་ཁས་ལེན་བྱས་ཤིང་། སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་
 དཀོན་མཚོག་གིས་ཁོང་འཆིབ་ནས་སྤྱད་གསོན་པར་མཛད་པ་དེ་ལ་དད་པ་བྱས་ན། ཚེད་དེས་པར་ཐར་
 བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས། ང་ཚོས་མ་འོངས་པའི་སྐོར་མི་ཤེས་པས་ད་ལྟ་རང་དེ་ལྟར་བྱས་ན་ལེགས།

mercilessly with temptation (Matthew 5:29-30), forsake all we have (Luke 14:33), love God more than our parents (Luke 14:26), and give up our own desires in order to obey him (Luke 9:23). And we must do these things daily (Luke 9:23) for the rest of our lives. 4) Fourthly, we must believe in the Lord Jesus alone. He died on the cross to pay the penalty for our sins. He was raised to life to make us right with God. Since no one else died to suffer the penalty for our sins, it is not possible to be saved by depending on anyone or anything else. 5) We must pray to Jesus. As it says in the Bible, "If you confess with your mouth Jesus as Lord, and believe in your heart that God raised Him from the dead, you will be saved." Since we do not know the future, it is best to do this now.

རེ་བྱ་མེད་ཀྱི་ལུག་པ། ཡེ་ཤུ་ར་དང་པའི་ལམ་ལུ།

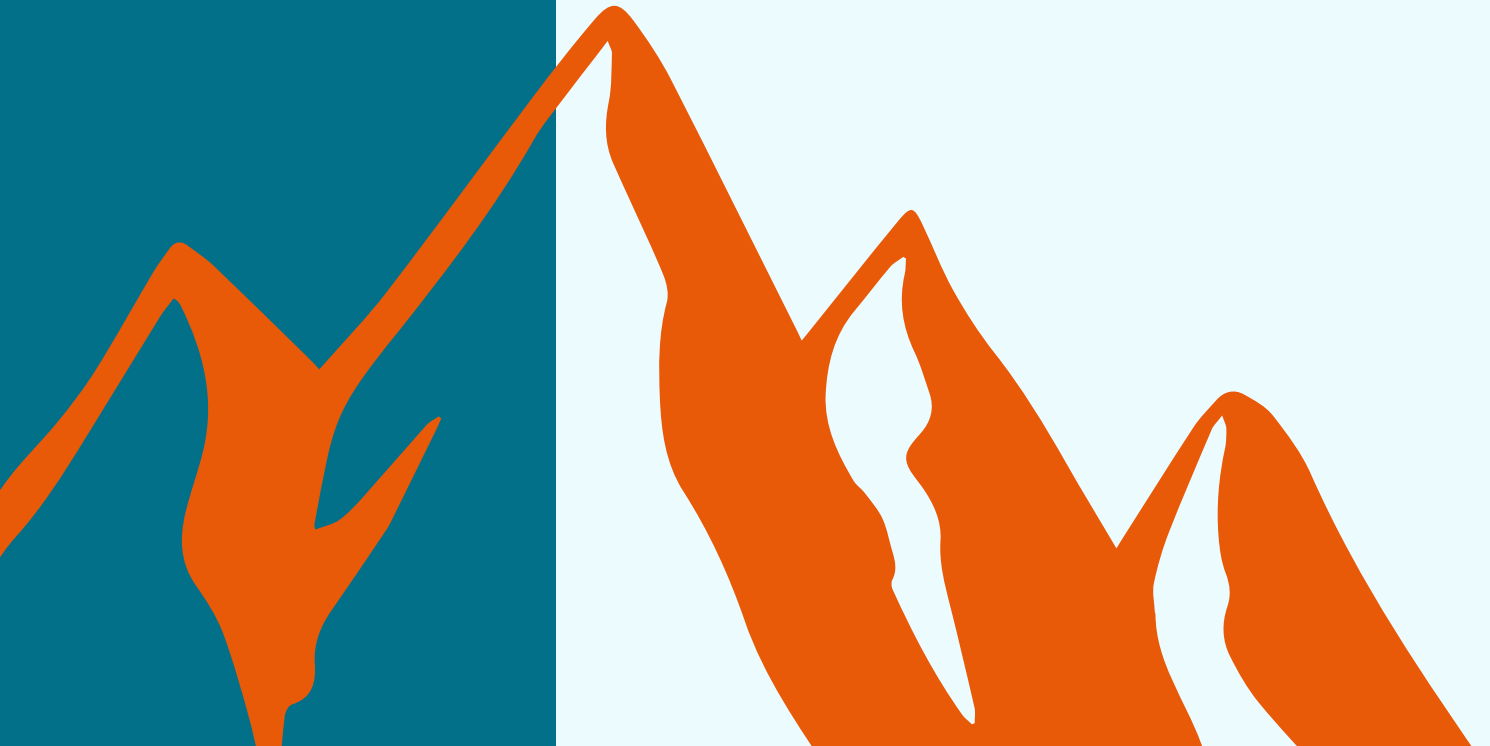
- རྗེ་གཉེས་ཁས་ལེན་བྱེད་པ།
- རྗེ་དྲུང་བཟང་སྤངས་ནས་སེམས་པ་སྦྱར་བ།
- ཡེ་ཤུ་ར་དང་པར་དཀའ་བའི་སྐོར་ལ་བསམ་སྡོམ་ཞིབ་མྱ་གཏོང་བ།
- ཡེ་ཤུ་ལོ་ནར་དང་བ།
- ཡེ་ཤུ་སྡོམ་ལམ་འདེབས་པ།

Table 6: How to Believe in Jesus

- Admit that you are a sinner.
- Repent.
- Consider carefully the cost of following Jesus.
- Believe only in Jesus.
- Pray to Jesus to save you.



20





ལེའུ་ཉི་ཤུ་པ།

ཚོ་དཔག་རྒྱ་མེད་པ་ཅི་ལྟར་འཕྲོབ་པའི་སྐོར།

20.0 གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ནས་ཐར་པ་འཕྲོབ་པའི་ཚེད་དུ་སྒྲོན་ལམ་རི་ལྟར་འདེབས་སམ། འདི་ལྟར་སྒྲོན་ལམ་ལུས་དང།

20.1 གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལགས། ངས་སྐྱོན་མེད་པའི་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལ་མ་ཉན་པས་ཁྱེད་དང་མི་གཞན་ལ་སྤྲིག་ཉེས་ཀྱི་ལས་བྱས་པ་དེ་ལས་ལེན་བྱེད། དངས་སྒྲོད་པ་ངན་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སེམས་བསྐྱར་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་ཁོ་རང་བརྟེན་ནས་ཁྱེད་ལ་དད་པ་བྱེད། སེམས་ཀྱི་སྐྱོ་སྤྲེ་སྤྲེ་ཁྱེད་རང་ནང་ལ་གདན་འདྲེན་ལྟ། དེ་ནས་བཟུང་ཁྱེད་ནི་ངའི་སྐྱབས་མགོན་ཡིན་ཞིང། ངས་ཁྱེད་ལ་ཞབས་ཀྱི་ལྟ། ཁྱེད་ཀྱི་ངོ་མཚར་ཚེ་བའི་ཐར་པ་ང་ལ་གནང་བའི་དོན་དུ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྟོ། །



Chapter Twenty: How to Receive Eternal Life

20.0 How do I pray to receive the salvation of the Lord Jesus? Pray like this:

20.1 “Lord Jesus, I admit that I have disobeyed God’s word and sinned against you and others. Now I repent and believe in you, trusting in your grace alone. Opening the door of my heart, I invite you in. From now on you are my Saviour and I will serve you. Thank you for giving me your wonderful salvation.”

20.2 བྱེད་ཀྱིས་སློན་ལམ་འདི་སེམས་གཏིང་ནས་བཏབ་པ་ཡིན་ན། བྱེད་དགོས་པ་ཁ་ཤས་ཡོད། བྱིས་པ་འཚར་ཡོངས་བྱུང་ནས་དར་མ་འགྱུར་བ་ལྟར། ཡེ་ཤུ་ལ་ཐོག་མར་དད་མཁན་རྣམས་ཐར་པའི་ཐོག་ནས་སློན་ཞིང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་དགོས། དད་མཁན་རྣམས་ནི་རང་འདོད་པ་ལྟར་མི་ཚོ་མི་སྐྱེལ་ཏེ། དཀོན་མཆོག་གི་དགོངས་པ་ལྟར་མི་ཚོ་སྐྱེལ་དགོས། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུས་རང་གིས་གཙོ་བོ་དཀོན་མཆོག་ལ་སློ་གཅིག་སེམས་གཅིག་དང་ཡིད་གཅིག་གིས་བརྩེ་བར་བྱུངས་ཤིག འདི་ནི་བཀའ་རྒྱ་གལ་ཆེ་བོས་དང་དང་པོ་དེ་ཡིན། གཉིས་པ་དེ་དང་འདྲ་བ་ཡིན། དེ་ནི་བྱིས་མཚོས་ལ་རང་དང་འདྲ་བར་བརྩེ་བར་བྱུངས་ཞེས་གསུངས། དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་ལྟ་སྟེ། དཀོན་མཆོག་གི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཉིན་ལྟར་སློག་པའམ་ཉིན་པ་དང་གཅིག་ཉིན་ལྟར་དཀོན་མཆོག་ཁོ་རང་བསྐྱེན་བཀུར་བྱེད་པ་དང་གཉིས། དད་ལྡན་གཞན་རྣམས་དང་མཉམ་དུ་འཛོམ་པ་དང་གསུམ། དཀོན་མཆོག་དང་མི་གཞན་ལ་བརྩེ་བར་འཛིན་པ་དང་བཞི། གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་སྐོར་མི་གཞན་རྣམས་ལ་དཔང་པོ་བྱེད་པ་དང་ལྟ་བུས་ཡིན། བྱེད་ལ་རོགས་པ་བྱེད་པའི་སྦྱིར་ www.gsungrab.org གྲྀ་ཚོགས་ནས་རྒྱ་ཚམས་པོ་མཁ་ལེན་གནང་ན་ཚོག

20.2 If you have sincerely prayed this prayer, there are some things you must do. Just as infants grow up to become adults, so new believers in Jesus need to become mature and complete in their faith. Believers must no longer live according to their own desires, but live according to God's will. The Lord Jesus said, "You shall love the Lord your God with all your heart, and with all your soul, and with all your mind. This is the greatest and first commandment. And the second is like it: 'You shall love your neighbor as yourself.'" Five ways to do this are: 1) Read the Bible or listen to it daily; 2) Worship God and pray to him; 3) Meet with other believers; 4) Love and serve others; and 5) Tell others about the Lord Jesus. There are many resources available on the gsungrab.org web site to help you.

རེ་བུ་མི་ལ་བརྟུན་པ། གཙོ་བོ་ཡི་ཤུར་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་ལམ་གྱི།

- དམ་པའི་གསུང་རབ་ཉིན་ལྟར་སྒོམ་པའམ་ཉན་པ།
- ཉིན་ལྟར་དགོན་མཚོག་ཁོ་ནར་བསྟེན་བཀའ་བྱེད་པ།
- དང་ཕྱན་གཞན་རྣམས་དང་མཉམ་དུ་འཛོམས་པ།
- དགོན་མཚོག་དང་མི་གཞན་ལ་བརྟེན་བར་འཛིན་པ།
- ཡེ་ཤུའི་སྐོར་ལ་མི་གཞན་རྣམས་ལ་དཔང་བོ་བྱེད་པ།

20.3 གཙོ་བོ་ཡི་ཤུར་ས་འོག་འདེབས་པའི་དཔེ་ལྟར་མི་ཁ་ཤས་ཀྱིས་དགོན་མཚོག་གི་འཕྲིན་བཟང་དགའ་བའི་ངང་ནས་དང་ལེན་བྱེད་ཀྱང་། རང་གི་སེམས་ནང་ལ་རྩ་བ་གཉིང་རིང་པོ་ཚུགས་མེད་པས་དུས་ལྷན་དུ་ལ་གནས་ཀྱང་དད་པ་ལོག་པར་འགྱུར། མི་གཞན་གྱིས་དགོན་མཚོག་གི་བཀའ་འབྲུག་ཀྱང་། འཚོ་བའི་སྐོར་གྱི་སེམས་ཁྲུལ་དང་རྒྱུ་ལོར་གྱི་བསྐྱེད་ཀྱིས་བཀའ་མཉམ་ནས་འབྲས་ལུ་སྐྱེ་མི་བྱུང་བར་གསུངས། ང་ཚོ་འདི་དེ་ལྟར་གྱི་དད་པ་ཉམས་པའི་ནང་ནས་གཅིག་མ་ཡིན་པའི་ལྟར་ཤེས། ཐབས་ལམ་གཉིས་ཡོད། དང་པོ་འདི་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཐབས་པ་དགོན་མཚོག་གི་ཞལ་ཆད་ཁོ་ནར་རྟེན་ཞིང་། ཞལ་ཆད་དེ་ཚོ་དུས་རྒྱུན་དུ་བདེན་པའོ། གཉིས་པ་འདི་དགོན་མཚོག་གི་ཐུགས་རྗེ་ཡིས་རྟགས་བརྒྱད་ལ་སོགས་

Table 7: How to Follow Jesus Christ

- Read and obey the Bible everyday.
- Worship only God everyday.
- Meet together with other believers.
- Love God and others.
- Tell others about Jesus.

20.3 In the Parable of the Sower, the Lord Jesus taught us that some people hear the gospel joyfully, but because they have no firm root, they believe for a while and then lose their faith. Others fall away because the worries and problems of this world oppress the word and it doesn't bear fruit. How then can we know that we are not one of these people whose faith will fail? First, we must remember that our salvation depends only on God's promises, and that his promises are always true. Second, we must remember that God's grace always produces fruit, such as the eight characteristics. When we and others see such

པའི་འབྲས་བུ་རྟོག་པར་སྐྱོད། འབྲས་བུ་དེ་སློན་ན་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚོ་ལ་འགོ་བའི་ལམ་ལ་འགོ་
མཁུན་ཡིན་པར་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་ངེས་པ་རྙེད།

🙏 དཀོན་མཆོག་གིས་ངེད་རྣམས་ཐར་བར་མཛོད་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་ངེས་པ་རྙེད་པའི་
སློན་ལམ།

གཙོ་བོ་ལགས། བྱེད་ཀྱིས་སུ་པའི་རྩལ་ཡོད་ན་ཡང་དེ་ངས་ནམ་ཡང་བསྐྱད་པར་མི་བྱ་ཞེས་
གསུངས། ང་ཚོ་མི་བྱེད་ཀྱི་ཞལ་ཆད་ལ་རྟེན་མཁུན་ཡིན། ང་ཚོའི་སྲིག་ཉེས་སེལ་ཟེན་པ་ཡིན་
ཞིང་། ད་ནས་བརྒྱུད་ཡོ་བྱ་ལྷ་ཤི་ཀའི་ནང་ན་གནས་པས་ང་ཚོ་ལ་ཆད་པ་ཅི་འང་མེད་པའི་ངེས་
ཤེས་གནང་བར་མཛོད། ང་ཚོ་བྱེད་ཀྱི་མི་ཡིན་པ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་བྱེད་ཀྱི་དམ་པའི་བྱུགས་ཉིད་ཀྱི་
འབྲས་བུ་ང་ཚོའི་མི་ཚོ་ལ་སློན་པར་མཛོད། ཨ་མེན།

fruit in our lives, we can be sure that we are on the way that leads to eternal life.

🙏 **A Prayer for Assurance of Salvation**

Lord, you have said that whoever comes to you will by no means be cast out. We rely on your promises. Make us to know that our sins have been forgiven and that there is now no condemnation for us who are in Christ Jesus. Give us the fruit of your Holy Spirit in our lives so that we may know we are your people. Amen.

གལ་སྲིད་དེ་ལས་ཞིབ་པར་གྲེས་འདོད་ན་རྒྱ་ཆ་འདི་རྣམས་ལ་ག་ཟེགས་རོགས་གནང་།

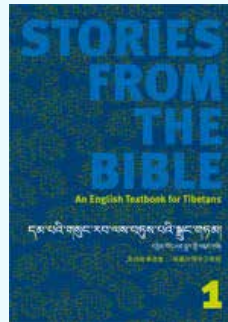
- གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུའི་སློན་ལམ་གྱི་འགྲེལ་བཤད་བཞུགས་སོ།།
- སྐུ་ཚབ་རྣམས་ཀྱི་དམ་ཚིག་གི་འགྲེལ་བཤད་བཞུགས་སོ།།
- དཀོན་མཚོག་གི་བཀའ་བྲིམས་བཅུ་ཉེ་འགྲེལ་བཤད་བཞུགས་སོ།།

<https://www.gsungrab.org/bo/resources/>



- དབྱིན་ཐོད་ཤན་སྐུར་གྱི་བསྐབ་གཞི། དེབ་དང་པོ།
- དབྱིན་ཐོད་ཤན་སྐུར་གྱི་བསྐབ་གཞི། དེབ་གཉིས་པ།

<https://www.gsungrab.org/bo/language/>



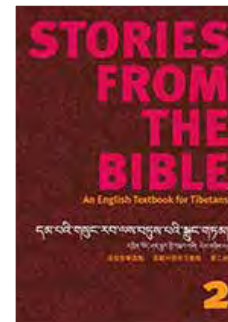
If you would like to study further, please see these resources:

- Commentary on the Lord's Prayer
- Commentary on the Apostles' Creed
- Commentary on God's Ten Commandments

<https://www.gsungrab.org/en/resources/>

- English Textbook Book One
- English Textbook Book Two

<https://www.gsungrab.org/en/language/>

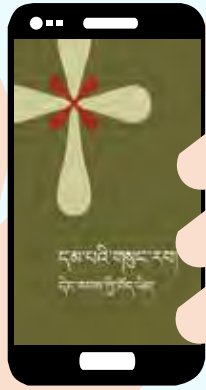


བཀོལ་སློབ་མཉེན་ཆས་དེ་ཚོ་བོད་སློབ་གནང་རོགས།

Try our Apps

ཁྱེད་ཀྱི་བཀོལ་སློབ་མཉེན་ཆས་ལ་ལེན་
གནང་སའམ་ཡང་ན་དེ་ཚོའི་དྲ་ཚོགས་
www.gsungrab.org ལ་གཟིགས་རོགས།

Find them on your App store or
on our website: www.gsungrab.org



Tibetan Bible
藏文圣经



Tibetan Q&A
藏语问答



Tibetan Catechism
西藏基督教教理问答