

ཁ་ཕྱོགས་གསལ་བོར་སྟོན་པའི་
དགོན་མཚོ་གི་ཕྱག་

COPYRIGHT :

The goal of publishing this book is to reach a broad audience. Its contents may be reproduced, provided no alterations are made, it is printed in its original form, and proper credit is given to the publisher. The copyright remains with the publisher.

FORMAT :

Ebook

LANGUAGE :

Tibetan & English

PUBLISHER :

ཉི་མ་མེ་ཏྲོག་³

May God's name be glorified, and
may His will be accomplished through this booklet.

© 2024 ཉི་མ་མེ་ཏྲོག་³

ཁ་ཕྱོགས་གསལ་བོར་སྟོན་པའི་དགོན་མཚོག་གི་ཕྱག་

AUTHOR :

Hudson Taylor

ENGLISH TO CHINESE TRANSLATOR :

ChatGPT

ENGLISH TO CHINESE EDITORS :

Salle À Neige, བཟ་ཤེས་ཚེ་རིང་།

CHINESE TO TIBETAN TRANSLATORS :

བཟ་ཤེས་ཚེ་རིང་། ཉི་མ་དོན་གྲུབ།

DESIGN :

FreeMan

Contents

Day 1	John 6.6
Day 2	Psalms 18.30
Day 3	Luke 22.35
Day 4	Isaiah 58.11
Day 5	Psalms 47.4
Day 6	Matthew 10.30
Day 7	Romans 8.28
Day 8	Deuteronomy 31.6
Day 9	Matthew 20.4
Day 10	Numbers 9.22
Day 11	Matthew 14.28
Day 12	John 14.1
Day 13	Genesis 22.14
Day 14	Job 23.10
Day 15	Isaiah 45.2
Day 16	Psalms 23.3

Day 17	Psalms 23.6
Day 18	Isaiah 40.31
Day 19	Psalms 32.8
Day 20	Psalms 119.71
Day 21	2 Chronicles 20.12
Day 22	Matthew 8.19
Day 23	Psalms 62.5
Day 24	Psalms 78.53
Day 25	Isaiah 52.9,10
Day 26	Ecclesiastes 2.24
Day 27	Galatians 1.4
Day 28	Deuteronomy 8.2
Day 29	Revelation 3.8
Day 30	Psalms 32.8
Day 31	Mark 7.37



Day 1

དཀའ་ངལ་ཇི་མང་དུ་འགོ་ཁོ་ཐག་ཡིན། འོན་ཀྱང་། གཙོ་བོའི་བྱས་པ་ནི་རྫོགས་མཐའ་མེད་
ལ། ཁོང་གིས་ངེད་ཅག་ལ། བག་ལེབ་གང་ནས་ཉོ་དགོས་པ་འཇམ། ཡང་ན་ང་ཚོས་གནད་དོན་
ཇི་ལྟར་ཐག་གཅོད་བྱ་དགོས་ཞེས་བཀའ་འདྲི་སྐབས། དེ་ནི་ངེད་ཅག་ལ་ཉམས་ཚེད་ལེན་
པའི་སྲིད་ཡིན། ཁོང་གིས་དུས་ཉུག་ཏུ་རང་གིས་ཅི་ལྟར་བསྐྱབ་དགོས་པ་མཁྱེན་ཡོད། གལ་
ཏེ་ངེད་ཅག་གིས་ཁོང་གི་གོ་སྐབས་སྐྱབས་པར་སྐྱབ་པ་ཡིན་ན། ཁོང་གིས་ངེད་ཅག་ལ་
འགྲེམ་སྟོན་མཛད་ངེས་ཡིན།

This He said to prove him.

John 6.6

JOHN

Day 2

གཙོ་བོའི་འགྲོ་ལམ་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ངས་ཤེས་ཡོད། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་མིན་ན་ང་ཁོང་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་མི་སྲིད། ཁོང་གིས་ལོ་ལྟར་འཇུག་པ་བཟོ་མི་སྲིད་ལ་གཏུན་ནས་ལོ་ལྟར་འཇུག་པ་བཟོ་འདོད་མི་སྲིད། ད་ལྟའི་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་ཡིན་ཡང་། གལ་ཏེ་ངེད་ཅག་གིས་ལྲུང་བཞིན་བཀའ་དྲིན་ཚོར་བའི་ངང་ནས་ཁོང་གི་འཕྲིན་ལས་དང་ལེན་བྱས་ན། དགའ་སྤྲོད་འདྲ་བའི་དུང་གི་འཕྲིན་ལས་དང་ལེན་བྱས་དུང་ལྟར་བཟོས་ན་སྐོག་གྱུར་དཔོག་དཀའ་བའི་བྱ་དངོས་ཀྱི་རྒྱབ་ཏུ་སློབ་ཤོས་དང་བཅེ་བ་ཟབ་མོ་འདུས་ཡོད་པ་མགྲོགས་པོར་མཐོང་སྟེན་པར་འགྱུར་རོ།

As for God, His way is perfect.

Psalm 18.30

Day 3

གཙོ་བོས་ངེད་ཅག་ལ་རི་ལྷོ་རོགས་པར་མཇུག་པ་མཐོང་བ་མི། དངོས་གནས་ངོ་མཚར་ཆེ་ཞིང་མངོས་སྐྱུག་ལྡན་པ་ཞིག་རེད། ཁོང་གིས་ཞལ་བཞེས་གནང་བ་དེ་གཏུན་ནས་སྤོང་ཟད་དུ་འགྱུར་མི་སྲིད་པ་ངེད་ཅག་གིས་ཤེས་པས། ངེད་ཅག་གི་སེམས་བདེ་ལ་འབབ་པ་དང་། སྤྱོད་ཚོ་ལ་མི་འདང་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དམ་ཞེས་བཀའ་འདྲི་མཇུག་དུས། ངེད་ཅག་གིས་ཀྱང་སྤོན་གྱི་སྤྱགས་སྲས་རྣམས་བཞིན་དུ། གྱུ། གཙོ་བོ་ལགས། ངེད་ཅག་ལ་མི་འདང་བ་ཅི་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་ལན་འདེབས་སྟེན་པ་ཡིན།

When I sent you ... lacked ye nothing? They said, Nothing.

Luke 22.35

詩篇
PSALMS

路加福音
LUKE
加福音

REVELATION 約翰福音傳道書
JOHN 福音傳道書
LUKE 路加福音
ECCLESIASTES 傳道書
DEUTERONOMY 申命記
PSALMS 詩篇
塔加福音

Day 4

ངེད་ཅག་གིས་འགན་ཁུར་དེ་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་རྒྱས་འགོད་པར་སྤྲད་པར་མ་ཟད། ཁོང་གི་
 རོགས་རམ་གྱི་འོག་ནས་ངལ་གསོ་སྦྱིད་པོ་རྟེན་བྱུང་། ངེད་ཅག་གི་འགན་ཁུར་ཉག་ཅིག་ནི་
 ཁོང་གིས་བྲིད་སྟོན་བྱེད་པའི་རྗེས་སུ་འབྲང་རྒྱ་དེ་ཡིན། ངེད་ཅག་གིས་འབས་སྤྱི་ལྷ་མཁན་ནི་
 འཆར་གཞི་འགོད་པ་དང་ལག་ལེན་མཛད་མཁན་གཙོ་བོ་ཡིན་ཏེ། ཁོང་གིས་མཛད་པའི་
 འཕྲིན་ལས་ལ་ནམ་ཡང་འོར་འཁྲུལ་འབྱུང་མི་སྲིད།

The Lord shall guide thee continually.

Isaiah 58.11

以賽亞書
 ISAIAH

Day 5

ཞིབ་ཚགས་གྱིས་འཆར་གཞི་བཟོས་པའི་རྗེས་སུ་འཆར་གཞི་དེ་ལག་བསྟར་བྱེད་པའི་ཚོད་
 སེམས་ཡོད་ལ། ངེད་ཅག་གིས་དགོན་མཚོག་ལ་ང་ཚོར་རོགས་པ་མཛད་ནས་འཆར་གཞི་དེ་
 རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པའི་རེ་བ་ལྷོས། བྱེད་སྤངས་གཞན་ཞིག་ནི་ངེད་ཅག་གིས་དགོན་མཚོག་དང་
 མཉམ་དུ་འགོ་བརྩམས་པ་ཡིན་ཏེ། ངེད་ཅག་གིས་ཁོང་གི་འཆར་གཞི་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ་འདྲི་
 རྒྱུ་བྱས་པར་མ་ཟད། ཁོང་གི་དམིགས་ལྷུལ་མངོན་འགྱུར་བྱེད་པའི་ཚེད་དུ། ངེད་ཅག་གིས་
 རང་ཉིད་ཁོང་ལ་འབྲུལ་བ་ཡིན། བྱེད་སྤངས་འདི་ལྟ་བུའི་སྟོན་ནས་བྱ་བ་རྒྱབ་དུས། ངེད་ཅག་
 དགོན་མཚོག་གིས་བྲིད་སྟོན་མཛད་པ་ནང་ལྟར་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ལས་འགན་ཁུར་ཅི་ཡང་
 མེད་དོ།

He shall choose our inheritance for us.

Psalms 47.4

詩篇
 PSALMS

REVELATION 約翰福音
 JOHN 福音
 傳道書
 LUKE 路加福音
 大福音
 啟示錄
 ECCLESIASTES 傳道書
 DEUTERONOMY 申命記
 PSALMS 詩篇
 塔加福音

Day 6

ལྷན་ཤེས་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཚོས་ཀྱང་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ནི། ཁོང་གིས་བྱ་བ་སྐྱབ་པ་ནི་
 ལུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་མོར་འཁྲུལ་བཅོམ་མི་སྲིད་པ་དང་། ཁོང་གིས་ངེད་ཅག་དང་འབྲེལ་
 བ་ཡོད་པའི་དོན་དག་འཁྲུལ་ཚང་དུ་བསྐྱབ་པར་ཁས་སྐྱབས་པར་མ་ཟད། ཐ་ན་ངེད་ཅག་
 གི་མགོ་འོ་སྐྱ་ཉག་གཅིག་ཀྱང་གྲངས་ཀ་ཞིབ་མོ་སྒྲངས་ཡོད། ངེད་ཅག་གི་གནས་བབ་སྣ་
 ཚོགས་བཅོམ་མཁན་གྱི་ཁོང་ནི་ང་ཚོ་ལས་ང་ཚོའི་ཆེས་དངོས་ཡོད་ཀྱི་ཕན་པ་ཇི་ལྟར་སྐྱུལ་
 འདེད་གཏོང་དགོས་པ་ཤེས་ཁོ་ཐག་ཡིན་ཞིང་། ཇི་ལྟར་བྱས་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ལ་
 གཟི་བརྗེད་ལྡན་དགོས་པ་མཁྱེན་ནོ།

The very hairs of your head are all numbered.

Matthew 10.30

MATTHEW

Day 7

གནས་བབ་བཟང་ངན་གྱི་ཉིན་མོ་གང་ཡིན་རུང་ང་ཚོས་བྱིན་རླབས་ཀྱིས་ཁེངས་པར་ཡིད་
 ཆེས་ཡོད། དད་ལྡན་པས་དགོན་མཚོག་གིས་སྤྲུག་བཟུལ་གྱི་སྐྱེ་མཚན་གསུང་བའི་རྗེས་ད་
 གཞོན་ཡིད་ཚོམ་པར་སྐྱག་མི་དགོས། དད་ལྡན་པས་དགོན་མཚོག་ལ་གཅེས་པའི་མི་རྣམས་ཀྱི་
 དོན་དག་ཐམས་ཅད་ནི། ཕན་ཚན་ལ་ཕན་ཐོགས་པར་བྱེད་པ་ཤེས་སོ།

We know that all things work together for good to them that love God.

Romans 8.28

ROMANS

REVELATION
 約翰福音
 JOHN 福音
 傳道書
 LUKE
 路加福音
 ECCLESIASTES
 傳道書
 DEUTERONOMY
 申命記
 PSALMS
 詩篇
 塔加福音

Day 8

ངེད་ཅག་གིས་ཁོང་གི་བཀའ་ལ་ཡིད་ཆེས་ན། ངེད་ཅག་གིས་ཁོང་ལ་མཚོན་ན་ཉ་ཅང་ལས་
 སྐྱབ་པའི་བྱ་བ་སྐྱབ་པ་ནི་ང་ཚོའི་ལོ་རྒྱུ་ལ་ཡིན་ནམ། ངའི་སེམས་དགའ་སྤྱོད་འདྲ་ནས་
 མིན་ཟེར་རོ། ངེད་ཅག་གིས་ཁོང་ལ་རྒྱས་ལོན་བྱས་པ་ཉ་ཅང་ཉུང་ཡང་། དེ་ལས་གཤམ་ཆེ་བ་
 ནི་ཁོང་གི་བཀའ་ལ་ཡིན་པ་དུ། ཁོང་གིས་ཕངས་སེམས་མེད་པར་རང་གི་སྲས་དང་དངོས་པོ་
 ཐམས་ཅད་ངེད་ཅག་ལ་རིན་མེད་དུ་གནང་ངོ་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན།

The Lord thy God ... He will not fail thee.

Deuteronomy 31.6

Day 9

ཁོང་གི་དགོངས་པ་དེ་ཆེས་སྲུན་ནག་དང་ཆེས་རབ་རིབ་དུ་མངོན་པའི་སྐབས་སུ། ཡང་ན་
 ཁོང་གི་དགོངས་པ་དེ་ངེད་ཅག་གི་བསམ་ཚུལ། རེ་འདུན་དང་ཚོགས་ཚོགས་ཡིན་དུས་སུ། ལྷ་
 འགྲིག་པར་རྩེ་བ་ནས་དོགས་པ་སྐྱེ་མི་དགོས། ངེད་ཅག་གི་བསམ་ཚུལ་དང་རེ་འདུན་ནོར་
 འཇུག་བྱུང་བ་ཁོ་ཐག་ཡིན། ཁོང་གིས་ངེད་ཅག་གི་ཆེད་དུ་གཏན་འཁེབས་མཛད་པའི་འཆར་
 གཞི་ནི་སྲུན་སྲུམ་ཚོགས་པའི་འཆར་གཞི་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་ནོར་འཇུག་འབྱུང་མི་མྱོང་།

馬太福音

Whatever is right, i will give you.

Matthew 20.4

申命記
DEUTERONOMY

REVELATION
JOHN 福音
傳道書
LUKE
大福音
啟示錄
ECCLESIASTES
馬太福音
MATTHEW
PSALMS
塔加福音

Day 10

ངས་བསམ་ན་ངེད་ཅག་གིས་རང་ལ་བརྟེན་ནས་ནམ་ཞིག་ལ་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས་པར་
 གཏན་འཁེལ་བྱེད་པ་ནི་སློ་རིག་ལྡན་པ་ཞིག་མིན། ངེད་ཅག་གིས་རབ་ཡིན་ན་གཙོ་བོ་ལ་
 སྐྱུ་ན་བཟང་ངོ། ཅི་ཙམ་སྐྱུ་དགོས་ཅུང་ཁོང་གིས་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་པའི་དུས་ཚོད་ལྟར་
 བྱ་དགོས། དུས་དེ་སླེབས་སྐབས། ངེད་ཅག་གིས་ཅི་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་ཁོང་གིས་མངོན་པར་
 མཇེད་ངེས་ཡིན། བྱོད་ཚོས་དད་སེམས་ལ་བརྟེན་ནས་སློད་དགོས་ནའང་། རང་གི་མདུན་གྱི་
 འགོ་ལམ་ནི་དུས་རྟག་ཏུ་ཐོགས་མེད་བདེ་བའོད་ཡིན་པར་རེ་བ་མ་འཚེང་།

When it (the cloud) was taken up, they journeyed.

Numbers 9.22

NUMBERS

民數記

Day 11

མིང་སྟོན་དེ་བས་མང་བ་ཞིག་འཚོལ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ། བྱོད་ཀྱིས་ཤེས་ཟིན་པའི་མིང་
 སྟོན་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱོད་པའི་གལ་ཚེན་རང་བཞིན་དེ་བརྗེད་ག་ལ་ཅུང་། གལ་ཏེ་བྱོད་
 ཀྱིས་རང་ཉིད་ལ་བྱ་བ་ཞིག་བསྐྱབ་ཏུ་འབོད་པ་གཏོང་བར་བསམ་ན། བྱོད་ཀྱིས་དེ་ཇི་ལྟར་
 འབྱུང་བའམ། ཡང་ན་ནམ་ཞིག་ལ་འབྱུང་བར་སེམས་བྲལ་བྱེད་མི་དགོས། ཁོང་གིས་དོན་
 དག་ཐམས་ཅད་ཇི་གསལ་དུ་གཏོང་ངེས་ཡིན། རྒྱང་དང་ཅ་རྒྱུ་ལ་འཕྲད་ན་ཡང་དད་
 པའི་སློ་ནས་མགོ་བོ་ཡར་བཀྲུགས་ཏེ་ཡེ་ཤུ་ལ་རྒྱང་ལྷ་བྱས་ཤིང་། ལུ་མཐུད་དུ་ཅ་རྒྱུ་མོད་
 དུ་མདུན་སྐྱོད་བྱེད་དགོས།

Bid me come unto Thee on the water.

Matthew 14.28

馬太福音
 MATTHEW

REVELATION 約翰福音
 JOHN 福音
 傳道書
 LUKE 路加福音
 LUKE
 啟示錄
 ECCLESIASTES
 傳道書
 DEUTERONOMY
 PSALMS
 塔加福音

Day 12

སྤྱོད་ཚོས་སེམས་སྐྱུག་མ་བྱེད། ད་ལྟའི་བར་དུ་ང་ལ་མཐོ་སྤྱོད་དང་། སྤྱང་སྤྱོད་མཚན་པ་
 དང་། སྤྱིད་སྤྱོད་མཚན་པའི་ཁོང་གིས་ལྟར་བཞིན་བདག་གི་སེམས་ལ་བདེ་འཇགས་ཀྱིས་
 ཁེངས་པ་དེ་སྤྱང་འཛིན་མཚན་པ་མ་ཟད། དོན་ཐམས་ཅད་འོས་འཚམས་ཀྱིས་བསྐྱབ་ཅིང་།
 ཁོང་ལ་ཡོངས་སུ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་སྐྱབ་པ་ནི་ཇི་འདྲའི་དོན་དག་གོ་བ་ལྟན་པ་ཞིག་རེད་ཨང་།

Let not your heart be troubled.

John 14.1

約翰福音 JOHN

Day 13

ཁོང་གིས་ཇི་ལྟར་བྱས་ནས་སྐབས་འགར་བྱེད་སྤངས་འདི་དང་། སྐབས་འགར་བྱེད་སྤངས་
 དེ་འདྲ་སྤྱད་ནས་ང་ཚོར་མཐོ་བའི་གཞིགས་སྤྱོད་ཞིབ་ཚགས་འདོན་སྤྱོད་མཚན་པ་མཚོང་
 བ་ནི་བདེ་སྤྱོད་ཅིག་མ་ཡིན་ནམ། སྐབས་འགར་གནས་འདི་ནས་མང་ཚམ་སྤྱོད་པ་དང་བྱིམ་
 བས་ཉུང་ཚམ་སྤྱད་ཅིང་། ཡང་སྐབས་འགར་བྱིམ་ནས་མང་ཚམ་སྤྱོད་པ་དང་གནས་འདི་
 བས་ཉུང་ཚམ་སྤྱད་དོ། གང་ལྟར་ཡང་། ཐམས་ཅད་ལ་ཁོང་གིས་བྱིན་ལྷབས་ཀྱིས་ཁེངས་
 བྱིང་། ཁོང་གི་བྱམས་བརྩེའི་ཕྱག་རྒྱ་ཡོད་པའི་ངེད་ཅག་ནི་ཅི་འདྲའི་བདེ་སྤྱོད་ཅིག་རེད་
 ཨང་།

The Lord will provide.

Genesis 22.14

創世記 GENESIS

REVELATION 約翰福音 傳道書
 LUKE 路加福音
 ECCLESIASTES 傳道書
 DEUTERONOMY 申命記
 PSALMS 詩篇
 塔加福音

Day 14

མེས་ཞིང་ལྗང་བའི་རྩ་ཐང་དུ་འཆམ་འཆམ་བྱེད་པ་ནི་ཅི་འདྲའི་དོན་དག་སྐྱིད་པོ་ཞིག་ཡིན་
 པར་མ་ཟད། དེ་བཞིན་དུ་ཚུ་ཕྱན་བསེལ་མོས་ཀྱང་མི་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་བདེ་ལ་འགོད།
 འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་ལྷག་རྗེ་བཟང་པོས་ནམ་རྒྱུན་དུ་ཁོ་བོའི་ལྷག་ཁྱུ་དེད་ནས་འགྲོ་སའི་
 ས་ཆ་ཡིན། ཁོང་གི་དད་ལྷན་པ་ལ་ཕྱགས་རྗེ་དང་སྦྱོད་བཟང་ཡོད། ཡིན་ནའང་། འདི་དག་ནི་
 ཉ་ཅང་གཟབ་ནན་གྱི་ཁོར་ལྷག་ནས་གསོ་སྦྱོང་དགོས་པར་མ་ཟད། རྗེས་འབྲང་བ་དོ་མ་རེ་
 རེས་ཉམས་ཚོད་སྐྱངས་པའི་རྗེས་སུ་ད་བཟོད་གཙོ་བོ་དང་འདྲ་བར་ཕྱུན་སུམ་ཚོགས་པར་
 སོན་པ་དང་བཙོ་སྤངས་བྱས་པའི་གསེར་བཞིན་དུ་འོད་འཚོར་འཚོར་བྱེད།

When He hath tried me, I shall come forth as gold.

Job 23.10

Day 15

འདི་ནི་གཙོ་བོས་ང་ལ་གནང་བའི་སྐུལ་ལྷག་གི་བཀའ་ཡིན་ཏེ། ང་རང་ཚོད་ཀྱི་སྦྱོར་དུ་སོང་
 བས་ས་གཤིས་ཉེན་ཁ་ཅན་རྣམས་བདེ་ཐང་དུ་སྐྱུར་ངེས་ཡིན། བཀའ་འདི་ང་ལ་མཚོན་ན།
 ངའི་སེམས་ཉིད་ཀྱི་ཚེད་དུ་བཤམས་པའི་གསོལ་སྦྱོན་དང་། ངས་ལྷས་སུ་རྒྱུང་བ་རི་བཞིན་
 དུ། ད་ཉྱ་དང་། ཡང་ན་འདས་ཟེན་པ་གང་ཡིན་རྒྱུང་སེལ་ཐབས་དཀའ་བའི་དཀའ་ངལ་སྣ་
 ཚོགས་ལ་འཕྲད་པའི་དུས་སུ། ཁོང་གི་བཀའ་ནི་དུས་ཉྱག་ཏུ་དེ་འདྲའི་རྩ་ཚེན་ཞིག་དང་
 གསར་བ་ཞིག་རེད།

I will ... make the crooked places straight.

Isaiah 45.2

JOB
 約伯記

以賽亞書

REVELATION 約翰福音傳道書
 LUKE 路加福音
 ECCLESIASTES 傳道書
 DEUTERONOMY 申命記
 PSALMS 詩篇
 塔加福音

Day 16

ཚོག་དུམ་དེས་སྒྲིབ་པ་དང་མཚུབ་སྟོན་ལ་མཚོན་ན། ཡང་དག་པའི་ལམ་གྱི་ཕྱོགས་སུ་བེད་
 སྟོན་བྱེད་པ་མཚོན་ནོ། ཁོང་ལ་ཞབས་ཕྱི་ལྷ་སྐྱབ་པའི་ལམ་བར་དུ་རང་ཉིད་ཀྱིས་འོར་འཇུག་
 བཞོ་སྐྱ་བ་དང་གཞོན་ཤུགས་འོག་ཐང་ཆད་པའི་མི་དེ་དག་ལ་མཚོན་ནས་བཤད་ན། འདི་
 ལས་མི་རྣམས་ལ་སྐུལ་མ་ཐེབས་སུ་འཇུག་པའི་ཁག་ཐེག་ཅི་ཡང་མེད།

He leadeth me in the paths of
 righteousness for His Name's sake.

Psalm 23.3

Day 17

ངེད་ཅག་གིས་རང་ཉིད་ནི་གཙོ་བོ་ལ་གཏོགས་པ་ཤེས་པས་རྒྱུན་གྱིས་གདུག་རྩལ་གང་
 ལའང་མི་འཇིགས་པར་སེམས་བདེ་བའི་ངང་ཁོང་གི་བེད་སྟོན་ལ་རྗེས་འབྲང་བ་ཡིན། ཁོང་
 གི་འཁར་བ་དང་དབྱུགས་པ་ནི་ངེད་ཅག་གི་སེམས་གསོ་དང་རྒྱབ་རྟེན་ཡིན་པར་མ་ཟད།
 དག་པོ་རྣམས་ཀྱི་མདུན་དུ་ཁོང་གིས་ང་ཚོའི་ཆེད་དུ་རྒྱལ་བོ་ཚང་གི་གསོལ་སྟོན་བཤམས་པ་
 ཡིན། ངེད་ཅག་གི་མི་ཚོ་གང་པོ་འདི་ལྟ་བུའི་གཟིགས་སྐྱོང་གི་འོག་ནས་སྐྱེལ་ཞིང་། མཇུག་
 མཐར་ང་ཚོ་རྣམས་ཡང་གཙོ་བོའི་གཞིས་བྱིམ་དུ་གནས་ལྡོད་བྱེད་ངེས་ཡིན།

Surely goodness and mercy
 shall follow me all the days of my life.

Psalm 23.6

詩
 篇
 PSALMS

詩
 篇
 PSALMS

REVELATION 約翰福音
 JOHN 福音
 傳道書
 LUKE 路加福音
 LUKE 路加福音
 ECCLESIASTES 傳道書
 ECCLESIASTES 傳道書
 DEUTERONOMY 申命記
 DEUTERONOMY 申命記
 PSALMS 詩篇
 PSALMS 詩篇
 塔加福音

Day 18

གཙོ་བོས་ངེད་ཅག་ལ་རོགས་སྐྱོར་ཡོད་ཚད་གནང་བར་སྒོམ། ངེད་ཅག་གི་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་
 དགོས་པ་ཞིག་ལ་ཁོང་གི་མཚན་སྟན་གྱི་ཆེད་དུ་ངེད་ཅག་གིས་ཁོང་ལ་སྐྱུག་བཟང་པའི་
 སྐབས་སུ། ཁོང་གིས་ང་ཚོའི་སྟོབས་ཤུགས་གསར་བསྐྱར་མཛད་ནས་གནས་མཇལ་གྱི་ཡུལ་
 སྐོར་ཉིལ་བའི་ཁྲོད་དུ་འོར་འཁྲུལ་མེད་པའི་མཚུབ་སྟོན་གྱིས་ངེད་ཅག་ལ་སྡེ་བྲིད་མཛད་
 དགོས། དེ་ནས་ཁོང་གིས་ངེད་ཅག་གི་ཁྲོད་དུ་རང་གི་གཟི་བརྗིད་མངོན་པའི་རྗེས་སུ།
 མཚུག་མཐར་ངེད་ཅག་བདེ་འཇགས་ཀྱི་ངང་ནས་ཁོང་གི་གཟི་བརྗིད་ནང་དུ་སྟོན།

They that wait upon the Lord shall renew their strength.

Isaiah 40.31

Day 19

སྦྱིར་བཏང་དུ་ངེད་ཅག་གིས་དུར་བཙོན་གྱིས་ཆེས་བཟང་བའི་འཆར་གཞི་བཙོས་པར་མ་
 ཟད། སྟོབས་ཤུགས་ཡོད་དགུས་དེ་ལེགས་པོར་སྐྱབ་པ་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ། གལ་ཏེ་ངེད་ཅག་
 གིས་ཁོང་ལ་ཞབས་ཕྱི་ཐེངས་རེར་ཁོང་གིས་ང་ཚོ་ལ་རི་ལྷོ་བྱེད་དགོས་པ་བྲིད་སྟོན་མཛད་
 ཅིང་། འགན་འཁུལ་ཁོང་ལ་སྤྲད་ན། ང་ཚོས་སེམས་ཁྲལ་དང་སེམས་ཚེགས་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་ཐང་
 ཚད་མི་སྟོན། ཐམས་ཅད་ཁོང་གི་དགོངས་པ་ནང་ལྷུང་ཁོང་གི་དམིགས་ཡུལ་འགྲུབ་པར་
 བྱེད།

I will instruct thee ... in the way which thou shalt go.

Psalms 32.8

以賽亞書
 ISAIAH

詩篇
 PSALMS

REVELATION 約翰福音傳道書
 LUKE 路加福音
 ECCLESIASTES 傳道書
 DEUTERONOMY 申命記
 PSALMS 詩篇
 塔加福音

Day 20

སྐབས་འགར་ངེད་ཅག་གི་དགོན་མཚོག་གིས་བསམ་གཟུངས་ནས་རང་གི་འབངས་མི་རྣམས་
 དཀའ་ངལ་ལ་འཕྲད་དུ་བཅུག། འདི་ངེད་ཅག་ལ་ལྷར་བས་ཁོང་ཉིད་ལྷོ་ཤེས་སུ་འཇུག་པའི་
 ཕྱིར་ཡིན་ལ། དེ་ལས་ཐབས་ཤེས་གཞན་ཅི་ཡང་མེད། དེ་ནས་དགོན་མཚོག་གིས་ངེད་ཅག་
 ལ་མངོན་པར་མཛད་པ་ནི་དཀའ་སྲུག་གང་ཞིག་གི་ཁྲོད་དུ་འང་ཁོང་ནི་རོགས་རམ་བྱེད་
 མཁན་ཁོ་ན་ཡིན་པར་མ་ཟད། ཐེངས་རེ་རེ་ནི་ཁོང་གི་གཞུང་དུ་གསར་དུ་མངོན་པ་རེད།
 ཁོང་གི་འབངས་མི་རྣམས་དགའ་བར་བྱེད་དུ་བཅུག།

It is good for me that i have been afflicted.

Psalm 119.71

Day 21

གལ་ཏེ་དགོན་མཚོག་གིས་ང་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོའི་གནས་སུ་སྤྱང་དུ་བཅུག་པ་ཡིན་ན།
 ཁོང་གིས་ང་ལ་ཁྲིད་སློན་མི་མཛད་དམ། དཀའ་ངལ་ཏེ་ཅང་ཆེ་བའི་སྐབས་སུ། ཁོང་གིས་ང་
 ལ་ལྷར་ལས་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་གནང་བར་མི་བྱེད་དམ། གཞོན་ཤུགས་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་ཐེབས་
 པ་དང་ཉམས་ཚོད་ལེན་པའི་དུས་སུ། ཁོང་གིས་ང་ལ་ལྷར་བས་སློ་བཏྲན་འགྱུར་མེད་དུ་
 གཏོང་མི་སྲིད་དམ། ངས་ཁོང་གི་རོགས་རམ་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་མ་འདང་བའི་རྒྱུན་གྲིས་ཉེན་ཁ་
 སེལ་ཐབས་མེད་པར་སེམས་བྲལ་བྱེད་རྒྱུ་མེད། ཁོང་གིས་འདོན་སྲོད་མཛད་པའི་རོགས་
 སྐྱོར་ཡོད་ཚད་ནི་ང་ལ་དབང་སྟེ། དེ་ནི་ང་ཁོང་ལ་དབང་བ་དང་ཁོང་ང་དང་མཉམ་དུ་
 བཞུགས་ཤིང་། ང་ཁོང་ལ་བཏེན་ནས་གནས་པའི་ཕྱིར་ཡིན།

Neither know we what to do: but our eyes are upon Thee.

2 Chronicles 20.12

詩篇
PSALMS

歷代志下
2 CHRONICLES

REVELATION 約翰福音傳道書
LUKE 路加福音
ECCLESIASTES 傳道書
DEUTERONOMY 申命記
PSALMS 詩篇
塔加福音

Day 22

དོན་དག་སྐྱབ་སྐྱའང་དཀའ་ཡང་རུང་བདེ་འཇགས་དང་ཉེན་ཁ་གང་ཡིན་ཡང་། མི་གཞན་
 བ་འཐད་ཀྱང་མ་འཐད་ཀྱང་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ངེད་ཅག་གི་འགན་ཁུར་ལ་ཕྱགས་
 རྒྱན་ཐེབས་མི་སྲིད། གལ་ཏེ་ངེད་ཅག་ཉེན་ཁ་ཏུ་ཅང་ཚབས་ཚེན་ལ་འཕྲད་ཀྱུར་ན། དཀོན་
 མཚོག་གིས་ངེད་ཅག་ལ་ཕྱགས་རྗེ་གནང་བ་ཡིད་ཆེས་ཡོད། ངེད་ཅག་གིས་ཁོང་ལ་ཡིད་
 ཆེས་བྱེད་པ་ནི་རྗེ་འདྲའི་ལྷག་བསམ་དང་གཉིང་ཟབ་པ་ཞིག་ཡིན་པ་གསལ་བཤད་བྱེད་
 ལུགས། ངེད་ཅག་གིས་ལས་འགན་ལ་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་བྱེད་པ་བརྒྱུད་ནས་ངེད་ཅག་ནི་
 ལུགས་རྗེ་བཟང་པོ་དེའི་རྗེས་འབྲངས་པ་ངོ་མ་ཡིན་ཞིང་འཆི་བར་ཕྱག་ཀྱང་བྲོས་བྱོལ་བྱེད་མི་
 སྲིད་པར་བདེན་དཔང་བྱེད་པ་ཡིན།

I will follow Thee whithersoever Thou goest.

Matthew 8.19

馬太福音

MATTHEW

Day 23

དཀོན་མཚོག་གི་བྱ་དང་བྱ་མོ་མང་ཆེ་བར་མཚོན་ན། རམ་ཞིག་ལ་རྟོགས་སད་བྱུང་བའི་
 སྐབས་ཤིག་ཡོད་སྲིད། ཉམས་ཚད་ག་འདྲ་ཞིག་དང་ཡང་ན་ནད་ཕོག་པ། ཡང་ན་གཉེན་ཉེ་
 ཤོར་བའི་བརྒྱུད་རིམ་ཐེངས་གཅིག་གིས་ངེད་ཅག་ལ་ཏུ་ལས་པའི་ངོས་འཛིན་ཐེབས་པ་པ་
 བོ། གཅིག་བྱས་ན་ཤེས་མེད་ཚོར་མེད་ཀྱི་ཁྲོད་ནས་ངེད་ཅག་གི་སེམས་ཉིད་ཀྱིས་དཀོན་
 མཚོག་གི་ཁྲིད་ལྟོན་ཁོ་ན་ལ་སྐྱབ་མེད། ཅ་ལག་གམ་ཁོར་ཡུག་ལ་བརྟེན་ན་ཡང་། དངོས་
 གནས་དཀོན་མཚོག་ནི་ངེད་ཅག་གི་ཆེས་མཐར་ཕྱག་གི་སྐྱབས་རེ་ས་ཡིན་མི་འོས། དེ་ལས་
 ལྷོག་ཤི། དཀའ་ངལ་ཆེ་ཆུང་གང་ཞིག་ལ་ཕྱག་ཀྱང་། ངེད་ཅག་གིས་ཐོག་མར་ཁོང་ལ་རོགས་
 སྐྱར་འཚོལ་དགོས།

My soul, wait thou only upon God.

Psalm 62.5

詩篇 PSALMS

REVELATION 約翰福音 JOHN 福音 傳道書
 LUKE 路加福音
 ECCLESIASTES 傳道書
 DEUTERONOMY 申命記
 PSALMS 詩篇
 塔加福音

Day 24

རེད་ཅག་གི་མདུན་དུ་དཀའ་ངལ་གྱིས་ཁེངས་ཡོད་པ་དང་། མདུན་གྱི་འགོ་ལམ་ཡང་
 གཏན་ནས་མཐོང་མི་ཐུབ་མོད། འོན་ཀྱང་། རེད་ཅག་ལ་ཁྲིད་ལྷོན་མཛད་པ་དང་། རེད་
 ཅག་ལ་མཁོ་བ་ཡོད་ཚད་མཁོ་སྤོང་མཛད་པའི་དགོན་མཚོག་གིས་དེ་ཐམས་ཅད་གསལ་
 བོར་གཟིགས་པ་རེད་ཅག་གིས་ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་ཚོག་ རེད་ཅག་སློབ་ཉན་འགྱུར་མེད་གྱིས་
 མདུན་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་དགོས། རེད་ཅག་གིས་དོན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གྲོང་གུང་དེ་པལ་བར་
 བཅིས། འདི་ལྟར་བྱས་ན་ད་གཟོད་རེད་ཅག་གིས་ལྷ་ཤི་ཀ་དང་མཉམ་འབྲེལ་བྱས་ནས།
 ཁོང་དང་གཞི་གཅིག་ཏུ་གྱུར་ཐུབ་པོ།

He led them on safely, so that they feared not.

Psalm 78.53

Day 25

གལ་ཏེ་དགོན་མཚོག་གི་ཐུགས་དགོངས་གྱིས་རེད་ཅག་གི་བྱ་བ་དེ་ང་ཚོ་རང་གིས་ཀྱང་
 བཀལ་མི་ཐུབ་པའི་གནས་སུ་བསྐྱུལ་ན་ཡང་། རེད་ཅག་གིས་བརྒྱུད་རིམ་འདིའི་རྒྱུན་གྱིས་
 ཁོང་ལ་བཀའ་དྲིན་དང་བསྐྱོད་བཞུགས་འབྲུལ་མི་འོས་སམ། ཁོང་གིས་སྤྲོས་གསལ་མཛད་
 པའི་དམ་པའི་དབྱུང་བ་དེ་ཐ་མར་མངོན་དུ་འགྱུར་བའི་རྒྱུན་གྱིས། འོད་གྱིས་གང་བའི་དང་
 རྣམ་པ་རྣམས་གྱིས་མ་ཚད། ཤ་ཁྲག་གི་ལུས་པོ་འདི་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཀྱང་དགོན་མཚོག་གི་
 གཟི་བཞིན་མངོན་པ་མཐོང་ཐུབ་པར་འགྱུར་རོ།

Break forth into joy ...
The Lord hath made bare His holy Arm.

Isaiah 52.9,10

詩篇
PSALMS

以賽亞書
ISAIAH

REVELATION 約翰福音傳道書
JOB 約伯傳
LUKE 路加福音
ECCLESIASTES 傳道書
DEUTERONOMY 申命記
PSALMS 詩篇
塔加福音

Day 26

ངེད་ཚོའི་ཡོད་ཚད་དང་ཐ་ན་འཕྲད་པའི་ཉམས་ཚུང་མཐའ་དག་ནི་ནམ་མཁའི་ཞིང་
 ཁམས་སུ་བཞུགས་པའི་ཡབ་ཀྱིས་བཀོད་སྲིག་ཡིན། ངས་ལྲར་བས་ཚོར་བྱུང་བ་ནི་མི་དང་
 ཡང་ན་བྱ་དངོས་འབྲེལ་འདྲིས་བྱེད་པ་དེ་ནི་པལ་བ་ཙམ་ཡིན། དེ་ལས་ཀྱང་གལ་ཆེ་བ་ནི་
 ངེད་ཅག་གིས་ཁོང་དང་སྲེལ་རེས་བྱེད་པ་དེ་ཡིན། འདི་ཉུ་བྱ་སྲེལ་རེས་ཀྱིས་ང་ཚོ་ལ་སྟོབས་
 སྤུངས་བསྐྱུལ་ཞིང་། ལྷག་བཟུལ་བཟོད་དུ་བཅུག་པར་མ་ཟད། ང་ཚོ་ལ་ལྲར་བས་ཀྱང་བྱ་བ་
 ལྷུང་བར་རྒྱན་འགྲོངས་བྱེད་དུ་བཅུག།

This I saw: that it was from the hand of God.

Ecclesiastes 2.24

Day 27

རྣམས་ཆེན་གྱི་དམིགས་ལུལ་འདི་ནི་བདུད་སྤུ་ཐན་གྱིས་དཀོན་མཆོག་གིས་གསར་གཏོད་
 མཛད་པའི་མཛེས་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་གཏོར་བརླག་བྱས་པའི་རྗེས་ནས་ད་གཞིང་
 བཀོད་པ་ཞིག་མ་ཡིན། གནའ་ལྷ་མོ་ནས་ནམ་མཁའི་ཞིང་ཁམས་སུ་བཞུགས་པའི་ཡབ་ལ་
 རོར་བུ་ཞིག་ཡོད་དེ། ཁོང་གིས་ཉ་ཅང་གཅེས་པའི་སྲས་ཡིན། ཁོང་གི་སྲས་དེའི་སྟོར་ལ།
 གཙོ་བོ་དཀོན་མཆོག་གིས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་གསར་གཏོད་མཛད་པའི་ཚོན་དུ་ང་རང་
 ཡོད་དོ་ཞེས་བྲིས་ཡོད།

Who gave Himself for our sins.

Galatians 1.4

傳道書
ECCLESIASTES

加拉太書
GALATIANS

REVELATION 約翰福音傳道書
JOHN 福音傳道書
LUKE 路加福音
ECCLESIASTES 傳道書
DEUTERONOMY 申命記
PSALMS 詩篇
塔加福音

Day 28

མི་རྣམས་ཀྱིས་བདེ་སྐྱིད་གང་ཞིག་ལ་གོ་འཛིན་བྱུང་སོང་། དེ་དག་གིས་མ་གཞི་ནས་ལྷགས་
དང་ཟངས་ཀྱི་རི་སྐང་རྣམས་བཀོལ་སྤྱོད་ཚོགས་ལ། འོ་མ་དང་སྤང་རྩིས་གང་བའི་ལུང་པ་
རྣམས་ལོངས་སྤྱོད་བྱེད་ཚོགས། འོན་ཀྱང་། ཁོ་ཚོ་རེ་ཐག་ཆད་པའི་ངང་དམིགས་ཡུལ་ཅི་ཡང་
མེད་པར་མི་མེད་དབེན་སྤོང་དུ་པར་འགོ་ཚུར་འོང་བྱས་པ་དང་། ངལ་དུབ་ཀྱིས་མནར་
ནས་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་ཀྱིས་ཚོ་སློག་ཤོར་ཞིང་། མཚུག་མཐར་ཡུལ་དེ་ནི་དེ་དག་གི་
དུར་སར་འགྱུར་རོ། ཁོ་ཚོའི་འཕྲད་པ་དེས་ང་ཚོ་ལ་གཏིང་ཟབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ཐོབ་པར་
བརྟུག་འོན་ཀྱང་། དཀོན་མཚོག་གིས་ང་ཚོ་སྐྱོབ་པར་འདོད་ཡོད།

The Lord thy God led thee these forty years
in the wilderness to humble thee.

Deuteronomy 8.2

申命記

DEUTERONOMY

Day 29

ངས་ཚོར་བ་ལ་གཙོ་བོས་ང་ལ། གལ་ཏེ་ངས་སློ་སྤྲོད་ཤིག་བྱས་ནས་སོང་ཅིག་སྐྱེས་ན་ཁྱོད་
འགོ་ཨེ་མེད། ཁྱོད་ཀྱིས་མདུན་གྱི་ལམ་གསལ་པོར་མི་མཐོང་ཡང་། ཁྱོད་མདུན་སྤྱོད་ས་སུ་
སྤྱོད་ཐུབ་བམ། ཁྱོད་ཀྱིས་ང་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཐུབ་བམ། ངས་ཁྱོད་ཀྱི་མགོའི་སྐྱ་ཉག་རེ་རེ་
ཡང་བརྩིས་སྤྱོད། བྱེད་མང་པོ་ལས་ཁྱོད་ལྷག་པར་རིན་ཐང་ཆེའོ་ཞེས་གསུངས། ངས་སུན་
སྤང་མེད་པའི་སློ་ནས་ཁོང་གིས་ཁྱོད་ལ་བསྐྱུག་ནས་བཟུང་དོ།

Behold, I have set before thee an open door.

Revelation 3.8

啟示錄
REVELATION

REVELATION
JOHN 福音
傳道書
LUKE
LUKE
大福音
啟示錄
ECCLESIASTES
塔加福音
DEUTERONOMY
PSALMS

Day 30

ངས་ཁྱོད་ལ་ཁྲིད་སྟོན་བྱེད། ཁྱོད་འགོ་དགོས་པའི་ལམ་བཟོན་པའི་དམ་བཅའ་འདི་ལྟ་བུའི་
 རྒྱན་གྱིས་ངེད་ཅག་ལ་སྐུལ་སྒྲུབ་མང་པོ་ཐེབས་ཤིང་མདུན་དུ་བསྐྱོད་པའི་ཚུལ་བ་བྱུང་།
 དགོན་མཚོག་གིས་དུས་ནམ་ཞིག་དང་བྱེད་ཐབས་གང་ཞིག་བཀོལ་ནས་གནས་གང་ཞིག་ཏུ་
 འཕྲིན་ལས་གསར་བ་ཞིག་མགོ་བརྩམ་རྒྱ་ཡིན་ནའང་། ཐལ་ཚོད་བ་ནི་མདུན་ཕྱོགས་སུ་
 བསྐྱོད་པའི་ལམ་དུ་ངེད་ཅག་ལ་མཁོ་བའི་འོད་དང་ཁྲིད་སྟོན་འཐོབ་པ་ཡིན། ང་ཚོ་གཏན་
 ཅན་སློ་པམ་བར་མི་འགྱུར་རོ།

I will instruct thee and
 teach thee in the way which thou shalt go.

Psalm 32.8

Day 31

གཞུང་ལུགས་ཀྱི་སྡེང་ནས་ང་ཚོས་རྟོགས་ཐོབ། ཁོང་གི་འཕྲིན་ལས་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་
 ལེགས་པོར་མཛད་པ་ཤེས་ཡོད་པས། དགོན་མཚོག་གིས་གསར་གཏོད་མཛད་པའི་འཇིག་
 རྟེན་གྱི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྐྱོ་སྤང་གི་ནང་དུ་སྤུང་བའི་དུས་སུ། དད་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱི་
 སེམས་ཉིད་ནི་སྤར་བཞིན་དགའ་སྡོམ་འཇུག་པའི་བཀོད་སྲིད་དང་ལེན་བྱེད། འདི་ནི་
 དད་སེམས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁ་ཅམ་མ་ཟད། དེ་ལས་ཀྱང་སྤྲོ་བ་མེད་པའི་གཟི་བརྟེན་དེ་དགོན་
 མཚོག་ལ་དབང་བ་ཡིན།

He hath done all things well.

Mark 7.37

詩篇
 PSALMS

馬可福音
 MARK

REVELATION 約翰福音傳道書
 LUKE 路加福音
 ECCLESIASTES 傳道書
 DEUTERONOMY 申命記
 PSALMS 詩篇
 塔加福音