༄། །འཇིག་རྟེན་ཁམས་ བཀོད་པའི་ ལོ་རྒྱུས་ བཞུགས་སོ། །

Famous Stories from Genesis ལྷོ་དབྱིན་ ཤན་སྦྱར། Sikkimese Bhutia- English

༄། །འཇིག་རྟེན་ཁམས་ བཀོད་པའི་ ལོ་རྒྱུས་ བཞུགས་སོ། །

བོད་དབྱིན་ ཤན་སྦྱར།

Famous Stories from Genesis

Sikkimese Bhutia-English

༄། །འཇིག་རྟེན་ཁམས་ བཀོད་པའི་ ལོ་རྒྱུས་ བཞུགས་སོ། །

Famous Stories from Genesis

ལྷོ་དབྱིན་ ཤན་སྦྱར།

Sikkimese Bhutia-English

© 2022 Central Asia Publishing
ISBN 978-616-7998-35-0

Published by Central Asia Publishing
Printed in Thailand

དེབ་ འདི་ སྒྲོག་སྐི་ དོན་ འདི་ཚུ་ ཤེས་ འོང་།

1. དཀོན་མཆོག་གིས་ འཇིག་རྟེན་ འདི་ ག་ལྟི་ བཟོ་བོ་ གནང་བའི་ སྐོར།

2. འཇིག་རྟེན་ཁམས་ བཟོ་བའི་ རྒྱུ་མཚན་ འདི་ གན་ ཨིན་པའི་ སྐོར།

3. དཀོན་མཆོག་གིས་ མི་རིགས་ ག་ལྟི་ བཟོ་བོ་ གནང་བའི་ སྐོར།

4. མི་རིགས་ བཟོ་བའི་ རྒྱུ་མཚན་ འདི་ གན་ ཨིན་པའི་ སྐོར།

5. དོན་ འདི་ཚུ་ གན་ཐུས་ གལ་ཆེ་དྲགས་ ཨིན་པའི་ སྐོར།

In reading this book you will find out:

1. How God made the world.

2. Why God made the world.

3. How God made people.

4. Why God made people.

5. Why these things are so important.

སྔོན་བརྗོད་

Preface

སྔོན་མ་ དུས་ གཅིག་ན་ འགྲུལ་པོ་ གླེན་པོ་ གཅིག་ ཡོད་པོ་ སྲད། ཁུ་ ཡུལ་ ག་ལས་ རང་གི་ འགྲུལ་ རྐྱབས་ཤད་ འགོ་ བཙུག་ཀོ་ ཡང་ནེ་ ལམ་ ག་འདི་ བརྒྱུད་ སྡི་ འགྲུ་ དགོས་ཀམ་ ཡང་ནེ་ ལམ་ཁ་ གནས་ཚང་ ག་ན་ སྡོད་ དགོས་ཀམ་ ཡང་ནེ་ ཡུལ་ ག་ན་ ལྷ་སྐོར་ལོ་ འགྲུ་ དགོས་ཀམ་ ལབ་སྡི་ ག་རེ་ མི་ཤེས་མཁན་ སྲད། ལམ་ཁ་ འཕྲད་མཁན་ འགྲུལ་པོ་ གཞན་ཙོ་ཀིས་ ལམ་ མ་ལེགམ་ ནོར་བའི་ རྫུན་ གཏམ་ གཡོ་རྒྱུ་ཀིས་ ཁུ་ལོ་ མགོ་སྐོར་ བཏང་སྡི་ ཕྱོགས་ ཐམས་ཅད་ན་ སྡུག་ ཀེས་ པོ་ སྐྱོང་ དགོས་པོ་ སྲད། རང་གི་ ཐུགས་བསམ་ན་ འགྲུལ་པོ་ འདི་ ཁུ་རང་གི་ དམིགས་ཡུལ་ན་ སླེབས་ ཚུགས་པོ་ སྙམ? དེང་སང་ མི་ཙོ་ཡང་ ཀེས་པོ་ འདི་ འདྲ་ བའི་ དོན་ མེད་པའི་ མི་ཚེ་ སྐྱེལ་དོ་ ཨིན། ཁོང་ཙོ་ལོ་ འཇིག་རྟེན་ འདི་ བྱུང་བའི་ རྒྱུ་མཚན་ ཡང་ནེ་ མི་ཚེ་ འདི་ལོ་ དམིགས་ཡུལ་ ཡོད་མེད་ རྒྱུས་ ག་རེ་ མེད། འདི་ བྱས་ ཁོང་ཙོ་ཀིས་ རང་གི་ འདོད་པོ་ བཞིན་ མི་ཚེ་ སྐྱེལ་སྡི་ ར་བཟི་པོ་, འཁྲུག་ རྩོད་ བྱས་པོ་, རང་གི་ ཁྱིམ་ནའི་ མི་ཙོ་ལོ་ བརྡུང་པོ་, མི་ གཞན་ལོ་ གཡོ་རྒྱུ་ བྱས་

Once there was a foolish traveler who did not know where his journey began, or what road to take, or where to stay along the way, or what to see. Other travelers he met along the way gave him bad directions and deceived him so that he got into all sorts of trouble. Do you think this traveler ever reached his destination? Many people today live this type of purposeless life. They have no idea why the world exists, whether human life has any purpose. So they live for their own pleasure, getting drunk, fighting, beating their own family members, deceiving others, and dishonoring their parents; in this way they bring much

བོ་ དང་ ཕ་མ་ལོ་ གུས་ཞབས་ མན་བྱས་བའི་ སྤྱོད་པོ་ ངན་པོ་ འདི་ཙུ་ འདེ་མའི་ སྒོ་ལས་ རང་གཞན་ གཉིས་ཀ་ལོ་ སྡུག་ བཏང་བཞིན་ ཡོད། དཀོན་མཆོག་གི་ སྐུ་ མདུན་ མི་ཚེ་ འདི་ འདྲའུ་ སྐྱེལ་མཁན་ འདི་ཙུ་ གསོན་པུ་ ཡོད་རུང་ ཤི་ཤིའུ་ འདྲའུ་ ཨིན། ཨོ་འདེ་ ཨིན་ནེ་ ཚེ་སྲོག་ ངོ་མ་ འདི་ བཟེ་བའི་ དོན་ལོ་ ང་ཅག་ གིས་ གན་ བྱས་ དགོས་ཀམ?

suffering on themselves and others. In God's sight, those who live in this way are dead even while they live. What then, must we do to take hold of real life?

དེབ་ འདི་ན་ ལོ་རྒྱུས་ ཐུང་ཐུང་ ཁ་ཤས་ ཡོད་པོ་ འདི་ཙུ་ འཇིག་རྟེན་ བཀོད་པའི་ སྐོར་, མི་རིགས་ བཟོ་བའི་ སྐོར་, འཇིག་རྟེན་ འདི་ན་ སྡུག་བསྔལ་ འབྱུང་བའི་ སྐོར་ དང་ ང་ཅག་ མི་ཚེ་ འདིའི་ དམིགས་ཡུལ་ན་ ག་ལྟེ་ ཉེན་ཁ་ མེད་པོ་བྱས་ སླེབས་ ཚུགས་པའི་ སྐོར་ སྟོན་ ཡོད། ལོ་རྒྱུས་ འདི་ཙུ་ དཀོན་མཆོག་ གི་ དམ་པོའི་ གསུང་རབ་ཀྱི་ མདོ་ དང་པོ་ ཡང་ནེ་ འགོད་པོ་ ལབ་མཁན་ འདི་ ནང་ལོ་ ཐོབ་ ཚུགས། འོག་ལོ་ བྱིན་ ཡོད་པའི་ རྒྱུ་མཚན་ གསུམ་གྱི་ རྐྱེན་གྱིས་ དཀོན་མཆོག་གི་ བཀའ་ སྒྲོག་མཁན་ཙུ་ལོ་ ཕན་ཐོག་ སྦོམ་པུ་ ཐོབ་ ཚུགས།

This book contains short stories that explain the creation of the world, how people were made, why there is so much trouble in the world, and how we can come safely to the end of our journey through life. These stories are found in a book called Genesis, which is the first book in God's Holy Bible. Reading the Holy Bible can benefit people greatly, for three reasons.

དང་པོ་ འདི་ དཀོན་མཆོག་གི་ བཀའ་ འདི་ བདེན་པོ་ ཨིན། མི་ཀིས་ རྩོམ་ ཡོད་པའི་ བསླབ་བྱ་ མ་ཨིན་པ་ འཇིག་རྟེན་ཁམས་ དང་ འདི་ན་ ཡོད་མཁན་

First, God's word is true. It is not a teaching made up by people, but the word

ཐམས་ཅད་ བཟོ་བོ་ གནང་མཁན་ ཟླ་ན་ མེད་པའི་ དཀོན་མཆོག་གིས་ གསུངས་ བའི་ བཀའ་ ཨིན། གཉིས་པ་ འདི་ དམ་པོའི་ གསུང་རབ་ཀྱིས་ དཀོན་མཆོག་གི་ ཐར་ལམ་ གསལ་དྲགས་བཟོས་ སྟོན་ ཡོད། འདི་ནེ་ ང་ཅག་ གསོན་ཏུང་ ཡང་ནེ་ ཤི་ ཏུང་ ཁོང་ མཉམ་བུ་ ཞི་བདེ་ ནང་ལོ་ དགའ་སྤྲོ་སྟེ་ ཨ་ཏང་ གནས་པའི་ དོན་ལོ་ བྲི་ ཡོད།

of the holy and all-powerful God who made the world and everything in it. Second, the Bible clearly shows God's way of salvation. It was written so that whether we live or die we may live with God in peace and joy forever.

གསུམ་པ་ འདི་ དཀོན་མཆོག་གི་ བཀའ་ལོ་ མི་ཙུ་ སྐྱོབ་པའི་ ནུས་མཐུ་ སྦོམ་བུ་ ཡོད། གན་ ཨིན་ ལབ་ནེ་ འདི་གིས་ གཡོག་ངན་གྱི་ འབྲས་བུ་ ཕུད་ཐར་ ཚུགས། ང་ཅག་གིས་ དཀོན་མཆོག་གིས་ བཀའ་ལོ་ ཉན་སྟེ་ དད་པ་ བཟོས་ནེ་ ང་ ཅག་ དམོདམ་མོའི་ མཐུ་, གདོན་འདྲེ་ཙུ་ ཡང་ནེ་ འཆི་བ་ལོ་ཡང་ འཇུས་ མེན་ དགོས།

Third, God's word has great liberating power, for it can set us completely free from the spiritual consequences of our own bad actions. If he hear and believe God's word, we do not have to fear the power of curses, evil spirits, or even death.

གཙོ་བོ་ ཡེ་ཤུ་གིས་ "ཨུ་སྡུག་ ཡོད་པོ་ཚུ་ དང་ དོས་ ལྗིད་ཅན་གྱིས་ མནན་ ཡོད་པོ་ཚུ་ ཐམས་ཅད་ ངའི་ རྩར་ ཤོག་ཆེ། ངས་ གུ་ཅག་ལོ་ ངལ་འཚོ་ བྱིན་ཤད་ ཨིན། ངའི་ གཉའ་ཤིང་ འདི་ རང་ སྙེང་ཁ་ འབག་སྟེ་ ང་ལས་ སླབ་ཆེ།

As the Lord Jesus said, "Come to me, all you who are weary and burdened, and I will give yourest. Take my yoke upon you and learn from me, for I am gentle and humble in heart, and you will

གན་བྱུས་ སེ་ནེ་ ང་ ཉམས་ཆུང་ དང་ ཞི་དུལ་ཅན་ གཅིག་ ཨིན། ཨོ་འདི་ བྱུས་ ནེ་ གུ་ཅག་ རང་གི་ སེམས་ཉིད་ན་ ངལ་འཚོ་ ཐོབ་ཤད་ ཨིན། གན་བྱུས་ སེ་ནེ་ ངའི་ གཉའ་ཤིང་ འཇམ་དྲགས་ དང་ ངའི་ དོས་ ཡང་དྲགས་ ཨིན་” སེ་ གསུངས།

ལྷོ་སྐད་ ཡང་ན་ དབྱིན་ཇི་ ལོས་ཤད་ཀྱི་ འདོད་པོ་ ཡོད་མཁན་ཚུའི་ དོན་ ལོ་ དེབ་ འདི་ན་ ལྷོ་ཡིག་ དང་ དབྱིན་སྐད་ཚུ་ ཁ་ཐུག་ མདུན་ལོ་ བཞག་ ཡོད། རང་གིས་ འདི་ཁ་ ཡོད་པའི་ གསུང་ འདི་ཚུ་ སྒྲོག་སྟེ་ མི་ གཞན་ཚུ་ལོ་ཡང་ བཤད་ བྱིན་དུས་ དཀོན་མཆོག་གི་ རང་ལོ་ བྱིན་རླབས་ གནང་ བཅུག། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

སྐད་ བསྒྱུར་མཁན་ཚུ

find rest for your souls. For my yoke is easy and my burden is light.”

For those who want to learn Bhutia or English, these two languages are given side by side. May God bless you as you read these stories and share them with others.

The translators

དཀར་ཆག

Contents

འཇིག་རྟེན་ཁམས་ བཟོ་བོ་ གནང་བའི་ སྐོར།	འགོད་པ། 1:1-2:4a	11	The Creation of the World	Gen 1:1-2:4a
ཨེ་དེན་གི་ ལྡུམ་རའི་ སྐོར།	འགོད་པ། 2:7-25	16	The Garden of Eden	Gen 2:7-25
མི་གིས་ དཀོན་མཆོག་གི་ བཀའ་ལོ་ མ་ཉན་པའི་ སྐོར།	འགོད་པ། 3:1-24	19	People Disobey God’s Command	Gen 3:1-24
ཀ་ཡིན་ དང་ ཧ་བྷེལ་གྱི་ སྐོར།	འགོད་པ། 4:1-16	24	The Story of Cain and Abel	Gen 4:1-16
ཆུ་ཧུད་ལས་ ཐར་ཐབས་ཀྱི་ གྲ་སྒྲིགས།	འགོད་པ། 6:5-22	28	Noah Prepares for the Flood	Gen 6:5-22
ཆུ་ཧུད་ སྦོམ་པའི་ སྐོར།	འགོད་པ། 7:1-24	31	The Great Flood	Gen 7:1-24
ཆུ་ཧུད་ ཆད་པའི་ སྐོར།	འགོད་པ། 8:1-22	34	The End of the Flood	Gen 8:1-22

དཀོན་མཆོག་གི་ ཞལ་ཆད།	འགོད་པ། 9:1-17	37	God's Covenant	Gen 9:1-17
བ་བེལ་གྱི་ ཁྱིམ་ མཐོ་དྲགས།	འགོད་པ། 11:1-9	40	The Tower of Babel	Gen 11:1-9
ཡ་ཕྲེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ཨབ་རམ་ལོ་ བོས་པའི་ སྐོར།	འགོད་པ། 12:1-8	43	God Calls Abram	Gen 12:1-8
དཀོན་མཆོག་གིས་ ཨབ་རམ་ལོ་ ཀ་ནཱན་ ཡུལ་ གནང་བའི་ སྐོར།	འགོད་པ། 13:14-18	46	God Gives Abram the Land of Canaan	Gen 13:14-18
ཡ་ཕྲ་ དཀོན་མཆོག་ དང་ ཨབ་རམ་ བར་ན་ ཞལ་ཆད་ དང་པོ།	འགོད་པ། 15:1-6	47	The First Covenant Between God and Abram	Gen 15:1-6
ཡ་ཕྲ་ དཀོན་མཆོག་ དང་ ཨབ་རམ་ བར་ན་ ཞལ་ཆད་ གཉིས་པོ།	འགོད་པ། 17:1-8	48	The Second Covenant Between God and Abram	Gen 17:1-8
དཀོན་མཆོག་གིས་ ཨབ་ར་ཧམ་ལོ་ བུ་ གཅིག་ གནང་བའི་ སྐོར།	འགོད་པ། 21:1-6	49	God Gives Abraham a Son	Gen 21:1-6
དཀོན་མཆོག་གིས་ ཨབ་ར་ཧམ་ལོ་ ཉམས་ཚོད་ བཞེས་པའི་ སྐོར།	འགོད་པ། 22:1-19	50	God Tests Abraham	Gen 22:1-19

འཇིག་རྟེན་ཁམས་ བཟོ་བོ་ གནང་བའི་ སྐོར།

1 [1] འགོ་ དང་པོ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ གནམ་ དང་ ས་ བཟོ་བོ་ གནང་བོ་ སྣད། [2] འཛམ་གླིང་
འདི་ དབྱིབས་མེད་ སྟོང་པུ་ ཡོད་པོ་ སྣད། རྒྱ་མཚོའི་ གཏིང་ སྟེང་ཁ་ ནག་སུག་ སྤྲུར་ ཡོད་པོ་དང
དཀོན་མཆོག་གི་ ཐུགས་ཉིད་ འདི་ ཆུའི་ སྟེང་ལོ་ ལྡིང་ བཞུགས་ ཡོད་པོ་ སྣད། [3] འདི་ལས་ དཀོན་
མཆོག་གིས་ "འོད་ བྱུང་ བཅུག" སེ་ བཀའ་ གནང་བོ་དང་ འོད་ བྱུང་བོ་ སྣད། [4] དཀོན་མཆོག་
གིས་ འོད་ འདི་ ལེགམ་ ཨིན་བོ་ གཟིགས་སྟེ་ འོད་ལོ་ ནག་སུག་ དང་ དབྱེར་ ཕྱེ་བོ་ སྣད། [5] དཀོན་
མཆོག་གིས་ འོད་ལོ་ ཉིན་མོ་ དང་ ནག་སུག་ལོ་ མཚན་མོ་ ལབ་ མིང་ བཏགས་པོ་ སྣད། མཚན་
མོ་ དང་ ཉིན་མོ་ བྱུང་སྟེ་ ཉིམ་ དང་པོ་ ཨིན། [6] འདི་ལས་ དཀོན་མཆོག་གིས་ "ཆུ་ བགོ་བཤའ་
གཉིས་ལོ་ འགྱུར་བའི་ དོན་ལོ་ བར་མཚམས་ བྱུང་ བཅུག" སེ་ གསུངས། [7] དཀོན་མཆོག་གིས་
བར་མཚམས་ བཟོ་སྟེ་ བར་མཚམས་ཀྱི་ འོག་ལོ་ ཡོད་མཁན་ ཆུ་ཚུ་ སྟེང་ལོ་ ཡོད་པའི་ ཆུ་ཚུ་ལས་
དབྱེར་ ཕྱེ་པོ་དང་ ཨོ་འདེ་ར་ བྱུང་། [8] དཀོན་མཆོག་གིས་ བར་མཚམས་ འདིའི་ མིང་ལོ་ གནམ་
མཁའ་ ལབ་སྟེ་ མིང་ བཏགས་པོ་ སྣད། ཡང་ མཚན་མོ་ དང་ ཉིན་མོ་ བྱུང་སྟེ་ ཉིམ་ གཉིས་པོ་
ཨིན། [9] འདི་ལས་ དཀོན་མཆོག་གིས་ གསུངས་, "གནམ་ འོག་ལོ་ ཡོད་མཁན་ ཆུ་ཚུ་ གཅིག་ལོ་
འདུ་སྟེ་ ས་ སྐམ་པུ་ འཐོན་ བཅུག།" འདི་ལས་ ཨོ་འདེ་ར་ བྱུང་བོ་ སྣད། [10] དཀོན་མཆོག་གིས་
ས་ སྐམ་པུ་ལོ་ ས་གཞི་ དང་ འདུ་ ཡོད་པའི་ ཆུ་ཚུ་ལོ་ རྒྱ་མཚོ་ སེ་ མིང་ བཏགས་པོ་ སྣད། དཀོན་

The Creation of the World

1 [1] In the beginning, God created the heav-
ens and the earth.[2] The earth was without
shape and empty. Darkness covered the depths
of the seas, and the Spirit of God was hover-
ing over the waters. [3] Then God commanded,
"Let there be light," and there was light.
[4] God saw that the light was good and sepa-
rated the light from darkness. [5] God called the
light "day" and the darkness "night". Evening
and morning came. That was the first day.
[6] Then God said, "Let there be a space to di-
vide the waters into two parts." [7] By making
the space, God divided the waters below the
space from the waters above it. And it hap-
pened so. [8] God called the space "sky". Again
evening and morning came. That was the sec-
ond day. [9] Then God said, "Let the waters
below the sky be gathered together, and let
dry ground appear." Then it happened so.
[10] God called the dry ground "earth" and the
gathered waters "sea". God saw that it was

མཆོག་གིས་ འདི་ ལེགམ ཨིན་པོ་ གཟིགས་པོ་ སྦད། 11 འདི་ལས་ དཀོན་མཆོག་གིས་ "ས་གཞི་
ནང་ལས་ སྔོ་ཤིང་ སྐྱེ་ བཅུག། ས་ཧོན་ ཡོད་མཁན་ སྔོ་ཚོད་ དང་ ས་ཧོན་ ཡོད་མཁན་ རྡོག་མ་
བཏགས་མཁན་ ཤིང་སྡོང་ སོ་སོའི་ རིགས་ ནང་ལྟར་ སྐྱེ་ བཅུག" སེ་ གསུངས་པོ་དང་ ཨོ་འདི་
ར་ བྱུང་པོ་ སྦད། 12 སྔོ་ཤིང་ ས་གཞི་ལས་ སྐྱེ་སྐྱི་ ས་ཧོན་ འཐོན་མཁན་ སྔོ་ཚོད་ དང་ རྡོག་མ་
བཏགས་མཁན་ ཤིང་སྡོང་ སོ་སོའི་ རིགས་ འདྲཝ་ སྐྱེ་པོ་དང་ དཀོན་མཆོག་གིས་ འདི་ལོ་ ལེགམ
ཨིན་པོ་ གཟིགས་པོ་ སྦད། 13 ཡང་ མཚན་མོ་ དང་ ཉིན་མོ་ བྱུང་སྟེ་ ཉིམ་ གསུམ་པོ་ ཨིན།
14-15 འདི་ལས་ དཀོན་མཆོག་གིས་ "གནམ་མཁའི་ བར་མཚམས་ན་ ཉིན་མཚན་ དབྱེར་ ཕྱེ་བའི་
ཧོན་ལོ་ དང་། དུས་ཚོད་, ཉིམ་ དང་ ལོ་འཁོར་ ལ་སོགས་པ་ རྩི་བའི་ རྟགས་མཚན་ བྱུང་བའི་
ཧོན་ལོ་ དང་། གནམ་མཁའ་ལས་ འཛམ་གླིང་ སྣང་ལོ་ འོད་ བྱིན་བའི་ ཧོན་ལོ་ འོད་ཚུ་ བྱུང་
བཅུག" སེ་ གསུངས་པོ་དང་ ཨོ་འདི་ར་ བྱུང་པོ་ སྦད། 16 དཀོན་མཆོག་གིས་ འོད་ཆེན་ གཉིས་
བཟོ་པོ་ གནང་སྟེ་ ཉིམ་ལོ་ དབང་ཆ་ བྱུས་བའི་ ཧོན་ལོ་ འོད་ སྦོམ་བུ་ དང་ མཚན་ལོ་ དབང་ཆ་
བྱུས་བའི་ ཧོན་ལོ་ འོད་ ཆུང་བོ་ བཟོ་པོ་ མི་ཚད་ སྐར་མ་ཚུ་ཡང་ བཟོ་པོ་ གནང་པོ་ སྦད།
17-18 དཀོན་མཆོག་གིས་ འདི་ཚུ་ལོ་ འཛམ་གླིང་ལོ་ འོད་ ཤར་བའི་ ཧོན་ལོ་, ཉིམ་ དང་ མཚན་
ལོ་ དབང་ཆ་ བྱུས་བའི་ ཧོན་ལོ་ དང་ འོད་ འདི་ ནག་ནུག་ལས་ དབྱེར་ ཕྱེ་བའི་ ཧོན་ལོ་ གནམ་
མཁའི་ བར་མཚམས་ལོ་ བཞག་ཀོ་ གནང་པོ་ སྦད། དཀོན་མཆོག་གིས་ འདི་ ལེགམ ཨིན་པོ་
གཟིགས་པོ་ སྦད། 19 ཡང་ མཚན་མོ་ དང་ ཉིན་མོ་ བྱུང་སྟེ་ ཉིམ་ བཞི་པོ་ ཨིན། 20 འདི་ལས་
དཀོན་མཆོག་གིས་ གསུངས་, "ཆུའི་ ནང་ལོ་ སྲོག་ཆགས་ཀྱི་ རིགས་ཚུ་ སྐྱེ་སྐྱི་ ཆུ་ གང་ བཅུག།

good. 11 Then God said, "Let plants grow out
of the earth. Let there be seed-bearing plants
and trees that grow fruit with seed in it, each
according to its kind." And it happened so.
12 Plants grew out of the earth. When seed-
bearing plants and fruit-bearing trees grew up
according to their own kinds, God saw that it
was good. 13 Then evening and morning
came. That was the third day. 14-15 God said,
"Let there be lights in the space of the sky in
order to separate night and day. Let them be
signs to mark times, days and years, and let
them give light on earth." And it happened so.
16 God made two great lights. The larger light
he made to rule over the day and the smaller
light to rule over the night. He also made the
stars. 17-18 God put them in the space of the
sky to shine light on the earth, to rule over the
day and night, and to separate light from
darkness. God saw that it was good. 19 And
evening and morning came. That was the
fourth day. 20 Then God said, "Let living
things grow in the waters and fill them. Let
birds fly in the space of the sky." 21 So God

གནམ་མཁའི་ བར་མཚམས་ན་ བྱེ་ཙུང་ཙུ་ ཕུར་ བཙུག།” 21 ཨོ་འདི་ར་བྱས་ དཀོན་མཆོག་གིས་
རྒྱ་མཚོའི་ སེམས་ཅན་ སྦོམ་པུ་ དང་ ཆུ་ ནང་གི་ སྲོག་ཆགས་ སོ་སའི་ རིགས་ འདྲའུ་ དང་ གནམ་
མཁའི་ སྟེང་ཁའི་ བྱ་ བྱེ་ཙུང་ སོ་སོའི་ རིགས་ འདྲའུ་ བཟོ་བོ་ གནང་བོ་ སྣད། དཀོན་མཆོག་གིས་
འདི་ ལེགམ ཡིན་བོ་ གཟིགས་པོ་ སྣད། 22 དཀོན་མཆོག་གིས་ འདི་ཙུ་ལོ་ བྱིན་རླབས་ གནང་སྟེ་
“རིགས་རྒྱུད་ དང་ ལྡན་སྟེ་ རྒྱ་ཆེ་དྲགས་ འཕེལ་བཞིན་ རྒྱ་མཚོ་ཙུ་ གང་ཆེ། བྱ་ བྱེ་ཙུང་ཙུ་ཡང་
འཕེལ་སྟེ་ འགྱུ་ བཙུག།” སེ་ གསུངས། 23 ཡང་ མཚན་མོ་ དང་ ཉིན་མོ་ བྱུང་སྟེ་ ཉིམ་ ལྔ་པོ་ ཡིན།
24 འདི་ལས་ དཀོན་མཆོག་གིས་ “སྲོག་ཆགས་ སོ་སོའི་ རིགས་ འདྲའུ་ ས་ལོ་ བྱུང་ བཙུག། སྒོ་
ཕྱུགས་ རིགས་ དང་ སྲོག་ཆགས་ འབུ་ དང་ རི་དྭགས་ སེམས་ཅན་ སོ་སོའི་ རིགས་ འདྲའུ་ བྱུང་
བཙུག།” སེ་ གསུངས་པོ་དང་ ཨོ་འདི་ར་ བྱུང་བོ་ སྣད། 25 དཀོན་མཆོག་གིས་ རི་དྭགས་ སེམས་
ཅན་ སོ་སོའི་ རིགས་ འདྲའུ་, སྒོ་ཕྱུགས་ སོ་སོའི་ རིགས་ འདྲའུ་ དང་ སྲོག་ཆགས་ འབུ་ སོ་སོའི་
རིགས་ འདྲའུ་ བཟོ་བོ་དང་ འདི་ ལེགམ ཡིན་བོ་ གཟིགས་པོ་ སྣད། 26 ཡང་ དཀོན་མཆོག་གིས་
“རྒྱ་མཚོའི་ ཉ་ཙུ་, གནམ་མཁའི་ བྱ་ བྱེ་ཙུང་ཙུ་, ས་ལོ་ ཡོད་མཁན་ སྒོ་ཕྱུགས་ཙུ་, སྲོག་ཆགས་
འབུ་ དང་ འཛམ་གླིང་ ཐམས་ཅད་ལོ་ དབང་ཆ་ བྱས་བའི་ དོན་ལོ་ ང་ཅག་ རང་གི་ དཔེ་ འདྲའུ་
མི་ བཟོ་གེ།” སེ་ གསུངས། 27 དཀོན་མཆོག་གིས་ རང་ དང་ འདྲའུ་ མི་ལོ་ བཟོ་བོ་ གནང་བོ་ སྣད།
རང་གི་ དཔེ་ འདྲའུ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ཁོང་ཙུ་ལོ་ ཕོ་ དང་ མོ་ གཉིས་ བཟོ་བོ་ གནང་བོ་ སྣད།
28 ཡང་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ཁོང་ཙུ་ལོ་ བྱིན་རླབས་ གནང་སྟེ་ གསུངས་, “ཀྱུ་ཅག་ རིགས་རྒྱུད་
དང་ ལྡན་སྟེ་ རྒྱ་ཆེ་དྲགས་ འཕེལ་བཞིན་ འཛམ་གླིང་ གང་སྟེ་ འདི་ལོ་ བདག་འཛིན་ རྒྱབས། རྒྱ་

made the great sea animals and living crea-
tures in the water according to their kinds,
and birds of the sky according to their kinds.
God saw that it was good. 22 God blessed
them and said, “Be fruitful and multiply, and
fill the seas. And let birds multiply.” 23 And
evening and morning came. That was the fifth
day. 24 Then God said, “Let there be living
creatures according to their kinds on earth.
Let there be livestock, insects and worms, and
wild animals according to their kinds.” And
it happened so. 25 God made wild animals ac-
cording to their kinds, livestock according to
their kinds, and insects and worms according
to their kinds. And God saw that it was good.
26 And God said, “Let us make human beings
in our image so that they may rule over the
fish of the sea, birds of the sky, livestock on
the ground, insects and worms, and all the
earth.” 27 God made human beings in his own
likeness. In his own image God made them,
man and woman. 28 Then God blessed them
and said, “Be fruitful and multiply. Fill the
earth and bring it under your control. Rule
over the fish of the sea, birds of the sky and

མཚོའི་ ཉ་ དང་ གནམ་མཁའི་ བྱ་ བྱི་ཙུང་ དང་ ས་ལོ་ ཡོད་མཁན་ སྲོག་ཆགས་ ཐམས་ཅད་ལོ་
དབང་ཆ་ ཐྲུས་ཆེ།” 29 ད་རུང་ དཀོན་མཆོག་གིས་ གསུངས་, “ལྟ་ཆེ་, ངས་ འཛམ་གླིང་ ཡོང་
རྫོགས་ལོ་ ཡོད་མཁན་ ས་ཉོན་ སྐྱེ་བའི་ སྔོ་ཚོད་ ཐམས་ཅད་ དང་ ས་ཉོན་ ཡོད་མཁན་ འབྲས་
བུ་ བཏགས་མཁན་ ཤིང་སྡོང་ ཐམས་ཅད་ ཀུ་ཅའི་ ཟམ་གྱི་ དོན་ལོ་ བྱིན་དོ་ ཡིན། 30 ཡང་ སའི་
དུད་འགྲོ་ དང་ གནམ་མཁའི་ བྱ་ བྱི་ཙུང་ དང་ སྲོག་ཆགས་ འབུ་ སེམས་ཅན་ཙུ་ ཐམས་ཅད་ -
དབུགས་ ཡོད་མཁན་ ཐམས་ཅད་ - དོན་ལོ་ སྔོ་ཚོད་ཀྱི་ རིགས་ ཐམས་ཅད་ ངས་ ཁོང་ཙུ་ལོ་ ཟམ་
གྱི་ དོན་ལོ་ བྱིན་དོ་ ཡིན། འདི་ལས་ ཨོ་འདི་ར་ བྱུང་བོ་ སྣད། 31 དཀོན་མཆོག་གིས་ གན་ བཟོ་
ཡོད་པོ་ཙུ་ ཐམས་ཅད་ལོ་ གཟིགས་པོ་དང་ འདི་ ལེབ་ ལེགས་ ཡིན་བོ་ སྣད། ཡང་ མཚན་མོ་ དང་
ཉིན་མོ་ བྱུང་སྟེ་ ཉིམ་ དྲུག་ཀོ་ ཡིན། '

all living creatures on the ground.” 29 Again
God said, “Look, I am giving you every seed-bearing plant throughout the earth and trees
that grow fruit with seed in it. They will be
yours for food. 30 And to the wild animals,
birds of the sky, insects and worms, and
birds—everything that has breath—I am giving every green plant for food. Then it happened so. 31 God looked at everything he had
made, and it was very good. And evening and
morning came. That was the sixth day.

2

[1]དཀོན་མཆོག་གིས་ ཨོ་འདི་ར་ གནམ་, ས་ དང་ འདི་ན་ ཡོད་མཁན་ ཐམས་ཅད་ བཟོ་
པོ་ གནང་ སྒྲོང་པོ་ སྣད། [2]དཀོན་མཆོག་གིས་ བཟོ་ ཡོད་པའི་ ཕྱག་ལས་ ཐམས་ཅད་ སྒྲོང་ཚར་
བའི་ རྒྱབ་ལས་ ཉིམ་ བདུན་པོ་ལོ་ ངལ་འཚོ་ གནང་སྐྱི་ བཞུགས་པོ་ སྣད། [3]དཀོན་མཆོག་གིས་
ཉིམ་ བདུན་པོ་ འདི་ལོ་ ཉིམ་ གཞན་ དང་ མན་འདྲའུ་ ཉིམ་ དམ་པོ་ ཨིན་ ལབ་སྟེ་ བྱིན་གྱིས་
རླབས་པོ་ གནང་པོ་ སྣད། གན་བྱུ་སེ་ནེ་ ཉིམ་ ཨོ་འདི་ལོ་ ཁོང་གིས་ བཟོ་པོ་ གནང་པའི་ ཕྱག་
ལས་ ཐམས་ཅད་ སྒྲོང་སྐྱི་ ངལ་འཚོ་ གནང་སྐྱི་ བཞུགས་པོ་ སྣད། [4]འདི་ནེ་ གནམ་ དང་ ས་
བཟོ་པོ་ གནང་བའི་ ལོ་རྒྱུས་ ཨིན།

ཨེ་དེན་གྱི་ ལྡུམ་རའི་ སྐོར།

[7]འདི་ལས་ ཡ་ཞེ་* དཀོན་མཆོག་གིས་ སའི་ སྙིང་ཁའི་ ཐེའུ་ལས་ མི་ བཟོ་པོ་ གནང་སྐྱི་ སྲོག་གི་
དབུགས་ འདི་ མི་ འདིའི་ སྣ་ཁུང་ན་ ཕུ་ བཏབ་སྟེ་ མི་ འདི་ སྲོག་ དང་ ལྡན་པོ་ གཅིག་ བྱུང་།
[8]ཡ་ཞེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ཤར་ཕྱོགས་ལོ་ ཨེ་དེན་ ལབ་མཁན་ ཡུལ་ལོ་ ལྡུམ་ར་ གཅིག་ བཟོ་པོ་
གནང་སྐྱི་ ཁོང་གིས་ བཟོ་པོ་ གནང་མཁན་ མི་ འདི་ལོ་ ལྡུམ་ར་ འདི་ན་ བཞག། [9]འདི་ལས་ ལྡུམ་
ར་ འདི་ན་ ཡ་ཞེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ས་ལས་ ཤིང་སྡོང་ ལྟ་བའི་ སྣང་ མཛེས་དྭགས་ དང་ ཟ་
བའི་ སྣང་ ཞིམ་དྭགས་ རིགས་ སྣ་ཚོགས་ སྐྱེ་ བཅུག་སྟེ་ ལྡུམ་ར་ འདིའི་ སྦུ་ན་ སྲོག་ བྱིན་མཁན་

* 2.7 ཡ་ཞེ་ ལབ་མཁན་ དཀོན་མཆོག་གི་ མཚན་ ཨིན། འདིའི་ དོན་དག་ འདི་ “ང་ ང་རང་ ཨིན་” སེ་ ཨིན།

2

[1]So God completed making the heavens
and the earth and everything in them. [2]After
having completed all his work, God rested on
the seventh day. [3]God blessed the seventh day
and declared it holy, different from other days,
because on that day he rested after finishing
his work of creation. [4]This is the story about
the creation of the heavens and earth.

The Garden of Eden

[7]Then the Lord God made man from the dust
of the ground. He breathed the breath of life
into his nostrils, and so the man became a
living being. [8]The Lord God made a garden
in the east in a place called Eden and placed
the man he had made in the garden. [9]Then
the Lord God made different kinds of trees
grow out of the ground—trees that were
pleasant to the sight and delicious for eating.
In the middle of the garden he placed the tree
that gives life and also the tree of telling the
difference between good and evil. [10]A river

ཞིང་ དང་ བཟང་ངན་ དབྱེར་ ཕྱོ་མཁན་ ཞིང་ཡང་ སྐྱེ་ བཙུག་ཀོ་ གནང་བོ་ སྣད། 10 ཨེ་དེན་
ལབ་མཁན་ ཡུལ་ལས་ ཆུ་ གཅིག་ ལྡུམ་ར་ ནང་ལས་ རྒྱུགས་སྟེ་ འདི་ལོ་ ཆུ་ སྣང་སྟེ་ ཕྱོ་ལོག་
འཐོན་སྟེ་ གཙང་ཆུ་ བཞི་ལོ་ འགྱུར། 11 གཙང་པོ་ དང་པའི་ མིང་ལོ་ པི་ཤོན་ སེ་ ལབ། འདི་ནེ་
ཧ་བི་ལ་ ལབ་མཁན་ གསེར་ ཡོད་མཁན་ ཡུལ་གྱི་ མཐའ་ལས་ རྒྱུགས། 12 ས་ཆ་ ཨོ་འདི་ན་ གསེར་
གཙངམ་ སྣ་སྲི་ མེད་མཁན་ དང་ ལེབ་ དཀོན་པའི་ དྲིམ་ ཞིམ་པུའི་ ཆུ་ དང་ གཟི་རྡོ་ཡང་ ཐོབ་
བཞིན་ ཡོད། 13 གཙང་ཆུ་ གཉིས་པའི་ མིང་ གི་ཧོན་ ཨིན། འདི་ནེ་ ཀུ་ཤ་ ལབ་མཁན་ ཡུལ་གྱི་
མཐའ་ལས་ རྒྱུགས། 14 གཙང་ཆུ་ གསུམ་པའི་ མིང་ ཊའི་གྲིས་ ཨིན། འདི་ནེ་ ཨ་སུར་ ལབ་མཁན་
ས་ཆའི་ ཤར་ཕྱོགས་ལོ་ རྒྱུགས། གཙང་ཆུ་ བཞི་པའི་ མིང་ལོ་ ཡུ་ཕེ་རེ་ཊེས་ ལབ། 15 ཨེ་དེན་གྱི་
ལྡུམ་ར་ན་ ཞིང་གཡོག་ རྐྱབས་ཤད་ དང་ འདིའི་ ལྟ་མཐོང་ བྱས་ཤད་ དོན་ལོ་ ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་
མཆོག་གིས་ མི་ འདི་ལོ་ ཨོ་ཁ་ བཞག་ཀོ་ གནང་བོ་ སྣད། 16 ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ མི་ འདི་
ལོ་ "ལྡུམ་རའི་ ཤིང་སྡོང་གི་ འབྲས་བུ་ ཐམས་ཅད་ ཆོད་ཀྱིས་ ཟ་ ཆོག་ ཨིན། 17 ཨིན་རུང་ བཟང་
ངན་ དབྱེར་ ཕྱོ་བའི་ ཤིང་གི་ འབྲས་བུ་ འདི་ ཟ་ མི་ཆོག། གལ་སྲིད་ འདི་ ཟ་ནེ་ ཉིམ་ ཨོ་འདི་
ཚེ་ ཆོད་ མནེ་ཤུ་ར་ ཤི་ཤད་ ཨིན་" སེ་ བཀའ་ གནང་བོ་ སྣད། 18 འདི་ལས་ ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་
གིས་ "མི་ འདི་ གཅིག་ གཅིག་ཀུ་ སྡོད་ནེ་ མི་ལེགས་པད། ངས་ ཁུ་ དང་ མཐུན་པའི་ རོགས་རམ་
བྱས་མཁན་ གཅིག་ བཟོ་ཤད་ ཨིན་" སེ་ གསུངས། 19 ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ས་ སྙིང་གི་ ཐེའུ་
ལས་ དུད་འགྲོ་ ཐམས་ཅད་ དང་ གནམ་མཁའི་ བྱ་ བྱི་ཙུང་ ཐམས་ཅད་ བཟོ་བོ་ གནང་བོ་ སྣད།
འདི་རྩོ་ ཐམས་ཅད་ཀྱི་ མིང་ ག་ལྟེ་ བཏགས་ འོང་གམ་ ལབ་སྟེ་ མི་ རྒྱར་ ཁྱིག་ སོང་བོ་དང་ མི་

flowed from the land of Eden through the garden and watered it. Outside the garden the river divided into four rivers.
11 The name of
the first river is Pishon. It flows around the land of Havilah, where there is gold.
12 In that
land, pure gold, very rare perfume and onyx stone are found.
13 The name of the second
river is Gihon. It flows around the land of Cush.
14 The name of the third river is Tigris.
It flows east of the land of Assyria. The fourth river is called Euphrates.
15 The Lord God
placed the man in the garden of Eden to farm its land and to take care of it.
16 The Lord
God commanded the man, "You may eat fruit from any tree in the garden.
17 But you must
not eat the fruit from the tree of telling the difference between good and evil. If you eat it, you will surely die on that day.
18 Then the
Lord God said, "It is not good for the man to be alone. I will make a helper that is suitable for him."
19 The Lord God made from the
ground all wild animals and all birds of the sky. He brought them to the man to see what names he would give them. And the name the man gave each living thing became its name.

འདི་གིས་ འདི་ཚུ་ལོ་ མིང་ བཏགས་པོ་ ནང་ལྟར་ སྲོག་ཆགས་ རེ་རེ་ལོ་ མིང་ ཨོ་འདི་ར་ བྱུང་།
20 མི་ འདི་གིས་ སྒོ་ཕྱུགས་, བྱ་ བྱི་ཙུང་ དང་ དུད་འགྲོའི་ རིགས་ ཐམས་ཅད་ཀྱི་ མིང་ བཏགས།
ཨིན་རུང་ ཁོ་ལོ་ མཐུན་པའི་ རོགས་རམ་ ཕྱིས་མཁན་ གཅིག་ མ་ཐོབ། 21 འདིའི་ དོན་ལོ་ ཡ་ཧྭེ་
དཀོན་མཆོག་གིས་ མི་ འདི་ མིག་ ལེབ་ ཁུག་ བཙུག་སྟེ་ ཁུ་ མིག་ཁུག་སྐབས་ དཀོན་མཆོག་གིས་
ཁུའི་ རྩིབས་ལོག་ གཅིག་ སྟོན་སྟེ་ ཤ་ཁུལ་ འདི་ན་ ཤ་གིས་ བཀང་། 22 ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་
རྩིབས་ལོག་ འདི་ལོ་ བུམ་ གཅིག་ བཟོ་སྟེ་ མི་ འདི་ རྩར་ ཁྲིག་ སོང་པོ་དང་ 23 མི་ འདིས་ ལབ་,

"འདི་ ངའི་ རུས་ཏོག་ ནང་གི་ རུས་ཏོག་ ཨིན།
ཤ་ འདི་ ངའི་ ཤ་ ནང་ལས་ འཐོན་པོ་ ཨིན།
ད་ མུའི་ མིང་ལོ་ བུམ་ ལབ་ བཏགས་ དགོས་པད།
གན་ཕྱིས་ ལབ་ནི་ མུ་ འདི་ བུ་ལས་ བཏོན།"

24 ཨོ་འདི་ཕྱིས་ བུ་ འདི་ རང་གི་ ཕ་མ་ལོ་ བཏང་སྟེ་ རང་གི་ མོ་བུད་ མཉམ་པུ་ འདུས་སྟེ་ སྡོད་
འོང་། ཨོ་འདི་ཕྱིས་ ཁོང་ གཉིས་ ཤ་རུས་ གཅིག་ལོ་ འགྱུར། 25 ཕོ་རྒྱུག་ འདི་ དང་ ཁུའི་ མོ་བུད་
གཉིས་ཀ་ འགྱེ་རེམ་ ཡོད་རུང་ ཁོང་ཚུ་ ངོ་ཚ་བོ་ མེད་པོ་ སྣད།

20 The man gave names to all livestock, birds and wild animals. But no suitable helper was found for him. 21 Therefore the Lord God caused the man to fall into a deep sleep, and when he was asleep, God took out one of his ribs and filled the place with flesh. 22 The Lord God made a woman from the rib and brought her to the man. 23 The man said,

"This one is bone from my bone. This flesh came from my flesh. Now she shall be called a woman, because she was taken out of man."

24 That is why a man leaves his father and mother and is joined to his wife. So the two of them become one. 25 Although the man and his wife were both naked, they felt no shame.

མི་ཀིས་ དཀོན་མཆོག་གི་ བཀའ་ལོ་ མ་ཉན་པའི་ སྐོར།

3
1 ད་ ཡ་ལྷེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ བཟོ་བོ་ གནང་མཁན་ སྲོག་ཆགས་ ཐམས་ཅད་ལས་ གཡོ་
སྒྱུ་ཅན་ སྦྲུཨུ་ འདི་ ཨིན་པོ་ སྨད། སྦྲུཨུ་ འདི་ཀྱིས་ བུམ་ འདི་ལོ་ ལབ་, "དཀོན་མཆོག་གིས་ གྲུ་
ཅག་ལོ་ ལྷུམ་རའི་ ཤིང་ ག་འདི་ལས་ འབྲས་བུ་ མ་ཟ་ ལབ་སྟེ་ གནེ་ཨུ་ གསུངས་པོ་ ཨ?"
2 འདིའི་ ལན་ལོ་ བུམ་ འདི་གིས་ སྦྲུཨུ་ལོ་ ལབ་, "ལྷུམ་རའི་ ནང་གི་ ཤིང་སྡོང་གི་ འབྲས་བུ་ཚུ་
ང་ཅག་གིས་ ཟ་ ཆོག་ ཨིན། 3 ཨིན་རུང་ དཀོན་མཆོག་གིས་ 'གྲུ་ཅག་ ལྷུམ་རའི་ སྦུ་ ནང་གི་ ཤིང་
གི་ འབྲས་བུ་ འདི་ ཟ་ མི་ཆོག། གན་ཕྱུས་ སེ་ནེ་ གྲུ་ཅག་ འདི་ ཟ་ནེ་ ཡང་ནེ་ ལག་གོས་ འདོ་ནེ་
གྲུ་ཅག་ ཤི་ཤད་ ཨིན་' ལབ་སྟེ་ གསུངས་ ཡོད།" 4 སྦྲུཨུ་གིས་ བུམ་ལོ་ ལབ་, "གྲུ་ཅག་ མནེ་ཨུ་
ར་ མི་ཤི། 5 གན་ཕྱུས་ སེ་ནེ་ གྲུ་ཅག་ ཤིང་འབྲས་ འདི་ལས་ ཟ་ནེ་ ཤེས་རབ་ ཐོབ་སྟེ་ དཀོན་མཆོག་
དང་ འདྲཝ་ བཟང་ངན་ ཤེས་པོ་ འགྱུར་ཤད་ ཨིན་ ལབ་སྟེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ མཁྱེན།" 6 འདི་
ལས་ བུམ་གྱིས་ ཤིང་སྡོང་གི་ འབྲས་བུ་ འདི་ལོ་ ལྟ་སྟེ་ འབྲས་བུ་ འདི་ ཟ་བའི་ དོན་ལོ་ ལེགམ,
ལྟ་བའི་ དོན་ལོ་ མཛེས་དྲགས་ དང་ ཤེས་རབ་ ཐོབ་པའི་ དོན་ལོ་ ཡིད་ ཤོར་པོ་ ཨིན་པོ་ མཐོང་
སྟེ་ ཨུ་ཀིས་ འབྲས་བུ་ འདི་ གཏོག་སྟེ་ ཟ་པོ་ མི་ཚད་ ཨུ་ མཉམ་བུ་ ཡོད་མཁན་ རང་གི་ ཕོ་རྒྱག་
ལོ་ བྱིན་པོ་དང་ ཁུ་ཀིས་ཡང་ ཟ་པོ་ སྨད། 7 ཨོ་འདི་ སྐད་ ཁོང་ གཉིས་ལོ་ ཤེས་རབ་ ཐོབ་སྟེ་ རང་
འགྲེ་རིམ་ ཡོད་པོ་ ཧ་གོ་སྟེ་ ཀ་སྦུང་ ཤིང་གི་ འདབ་མ་ གཙེམ་སྟེ་ གོས་ལག་ བཟོ་སྟེ་ གྱོན། 8 ཕྱི་
མཚམས་ བསིལ་དྲགས་ ཡོད་སྐབས་ ལྷུམ་ར་ན་ ཡ་ལྷེ་ དཀོན་མཆོག་ བྱོན་པའི་ སྐད་ ཐོས་སྟེ་ མི་

Man Disobeys God

3
1 Now serpent was the most crafty of all
the animals the Lord God had made. The ser-
pent said to the woman, "Did God really say
to you that you should not eat fruit from any
tree of the garden?" 2 The woman answered
the serpent, "We may eat fruit from the trees
in the garden. 3 But God has said, 'You must
not eat fruit from the tree in the middle of the
garden, for if you eat it or touch it with your
hand, you will die.'" 4 The serpent said to the
woman, "You will certainly not die. 5 For
God knows that if you eat that fruit, you will
receive knowledge and will come to know
good and evil like God." 6 Then the woman
saw that the fruit of the tree was good to eat,
beautiful to look at and desirable for gaining
knowledge. She took some of the fruit and ate
it. She also gave some to her husband, who
was with her, and he ate it too. 7 Then the two
of them received knowledge, and they realized
they were naked. So they sewed together fig
leaves and made clothes for themselves. 8 In
the cool of the evening, the man and his wife

འདི་ དང་ ཁུའི་ མོ་བུད་ ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གི་ སྐུ་མདུན་ལས་ བྲོས་སྟེ་ ལྡུམ་རའི་ ཤིང་སྡུའི་ སྦུ་
ན་ སྦ་པོ་ སྦད། 9 ཡིན་ཙང་ ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ མི་ འདི་ལོ་ བོས་སྟེ་ "ཚོད་ ག་ ཡོད་པོ?"
ལབ་སྟེ་ བཀའ་དྲི་ གནང་། 10 ཁུ་གིས་ ལན་ལོ་ "རང་ བྲོན་བའི་ སྐད་ ཐོས་པའི་ སྐབས་ ང་ འཛུམ་
སྟེ་ སྦ་པོ་ ཡིན། གན་བྱུས་ ལབ་ནེ་ ང་ འགྲེ་རེམ་ ཡོད་" ལབ་སྟེ་ ཞུས། 11 "ཚོད་ འགྲེ་རེམ་ འདུག་
ལབ་སྟེ་ ཀ་གིས་ ལབ་པོ? ཚོས་ཀྱིས་ ཟ་ མི་ཚོག་ཀོའི་ ཤིང་འབྲས་ འདི་ ཟ་པོ་ ཉ?" ལབ་སྟེ་ དཀོན་
མཆོག་གིས་ བཀའ་དྲི་ གནང་པོ་དང་ 12 ཁུ་གིས་ "རང་གིས་ ང་ལོ་ གནང་མཁན་ འབྱོ་རོགས་
བུམ་གྱིས་ ང་ལོ་ བྱིན་སྟེ་ ངས་ ཟ་པོ་ ཡིན་" ལབ་སྟེ་ ཞུས། 13 འདི་ལས་ ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་
བུམ་ འདི་ལོ་ "ཚོད་ཀྱིས་ བྱུས་བའི་ གཡོག་ འདི་ ག་ཧྲེམ་ གཅིག་ འབོ?" ལབ་སྟེ་ གསུངས་པོ་
དང་ བུམ་གྱིས་ "སྦྲུའུ་གིས་ ང་ལོ་ མགོ་སྐོར་ བཏང་སྟེ་ ངས་ ཤིང་འབྲས་ འདི་ ཟ་པོ་ ཡིན་" ལབ་
ཞུས། 14 ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ སྦྲུའུ་ལོ་ "ཚོད་ཀྱིས་ གཡོག་ངན་ འདི་ བྱུས་བའི་ རྐྱེན་གྱིས་ སྒོ་
ཕྱུགས་ དང་ རི་དྭགས་ སེམས་ཅན་ ཐམས་ཅད་ཀྱི་ ནང་ལས་ ཚོད་ལོ་ གཅིག་ཀུ་ དམོད་མ་ ཐོག་
ཀོ་ ཡིན། ད་ལས་ ཕ་ཧྲེ་ ཚོད་ རང་གི་ གསུབ་པོས་ དྲུད་སྟེ་ འགྲུ་ དགོས་པོ་ མི་ཚད་ ཚོད་ཀྱི་ ཚེ་
གཅིག་ སའི་ ཐེའུ་ ཟ་ དགོས། 15 ངས་ ཚོད་ དང་ བུམ་ གཉིས་ཀྱི་ བར་ན་, ཚོད་ཀྱིས་ རྒྱུད་པོ་
དང་ མུའི་ རྒྱུད་པོའི་ བར་ན་ ཕ་སྡེ་ ཚུ་སྡེ་ འཁོན་ བཟོ་ཤད་ ཡིན། ཁོང་གིས་ ཚོད་ཀྱི་ མགོ་ བཅག་
ཤད་ ཡིན། ཡང་ ཚོད་ཀྱིས་ ཁོང་གི་ ཀང་རྟིང་ སྟེང་ལོ་ སྐྱོག་ཤད་ ཡིན་" སེ་ གསུངས། 16 ཡ་ཧྭེ་
དཀོན་མཆོག་གིས་ བུམ་ འདི་ལོ་ "ངས་ ཚོད་ཀྱི་ སྐྱེ་ཟུག་ འདི་ ལེབ་ ཕར་ བསྡུག་ཤད་ ཡིན། ཚོད་
ཀྱིས་ ལེབ་ ཟུག་ མྱོང་སྟེ་ ཨོ་ཉེ་ སྐྱེ་ འོང་། ཡིན་ཙང་ ཚོད་ཀྱི་ འདོད་པོ་ འདི་ པོ་རྒྱུག་ མཉམ་བུ

heard the sound of the Lord God walking in the garden. They fled from the Lord God and hid among the trees of the garden.
9 But the Lord God called to the man and asked him, "Where are you?"
10 He answered, "When I heard the sound of your walking, I was afraid and hid, because I was naked."
11 God asked, "Who told you that you were naked? Did you eat the fruit which was not allowed to be eaten?"
12 He said, "The woman whom you gave me as a companion gave it to me, and I ate."
13 Then the Lord God said to the woman, "What is this that you have done?" The woman said, "The serpent deceived me, and I ate the fruit."
14 The Lord God said to the serpent, "Because you have done this evil deed, you alone are cursed among all livestock and wild animals. From now on, you have to crawl on your belly and eat all your life the dust of the ground."
15 I will put enmity between you and the woman, and between your offspring and her offspring. He will break your head, and you will strike his heel."
16 The Lord God said to the woman, "I will greatly increase your pain in childbearing. You will be in great pain when you give birth.

ལོ་ ཆགས་པོ་དང་ ཁྲུ་གིས་ ཆོད་ལོ་ དབང་ཆ་ བྱས་ འོང་” སེ་ གསུངས། 17ཡང་ དཀོན་མཆོག་
གིས་ མི་ འདི་ལོ་ “ཆོད་ཀྱིས་ རང་གི་ མོ་བུད་ཀྱི་ ཁ་ལོ་ ཉན་སྟེ་ ངས་ ཟ་ མི་ཆོག་ ལབ་མཁན་
འབྲས་བུ་ལས་ ཆོད་ཀྱིས་ ཟ་པོ་ སྨད། འདི་བྱས་ ཆོད་ཀྱི་ རྐྱེན་གྱིས་ ས་གཞི་ འདི་ སྟེང་ལོ་ དམོད་མ་
ཕོག་ཀོ་ ཡིན། འདི་ལས་ ཆོད་ རང་གི་ ཚེ་ གཅིག་ ཞིང་གཡོག་ དཀའ་ལས་ རྒྱབས་སྟེ་ ཟ་ དགོས།
18ས་ཞིང་ལས་ ཆོད་ལོ་ ཚེར་མ་ དང་ ཡུར་མ་ སྐྱེ་ འོང་། ས་ཞིང་ལས་ སྐྱེ་བའི་ སྔོ་ཚོད་ཙུ་ ཆོད་
ཀྱིས་ ཟ་ དགོས། 19ཆོད་ནི་ ཐའུ་ལས་ བཟོ་ ཡོད་པའི་ རྐྱེན་གྱིས་ ཆོད་ ཐའུ་ན་ མ་ལོག་ ཟང་སྟེ་
ས་ལས་ འབྲས་བུ་ ཐོབ་པའི་ དོན་ལོ་ ཚད་པོ་ བཏོན་སྟེ་ དཀའ་ལས་ རྒྱབས་ དགོས། ཆོད་ནི་ ཐའུ་
ལས་ བཟོ་ ཡོད་པོ་དང་ ཆོད་ ཐའུ་ ནང་ལོ་ ལོག་ཤད་ ཡིན་” སེ་ གསུངས། 20ཨ་དམ་གྱིས་ ཁྲུ་
རའི་ མོ་བུད་ཀྱི་ མིང་ལོ་ ཧ་ཝ་* ལབ་སྟེ་ བཏགས། གན་བྱས་ སེ་ནེ་ སྨུ་ནེ་ མི་ ཐམས་ཅད་ཀྱི་ ཨམ་
ཡིན་པོ་ སྨད། 21ཡ་ལྷེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ཨ་དམ་ དང་ ཁྲུའི་ མོ་བུད་ལོ་ སེམས་ཅན་གྱི་ སྐོམ་
ཕྲུའི་ གོས་ལག་ བཟོ་པོ་ གནང་སྟེ་ ཁོང་ཙུ་ལོ་ གཡོགས་ བྱིན་པོ་ སྨད། 22འདི་ལས་ ཡ་ལྷེ་ དཀོན་
མཆོག་གིས་ “ལྟ་ཆེ་, མི་ འདི་ བཟང་ངན་ ཤེས་སྟེ་ ང་ཅག་ འདྲའུ་ འཁོན་ཚར། ད་ ཁྲུ་གིས་ སྲོག་
དང་ ལྡན་པའི་ ཤིང་གི་ འབྲས་བུ་ གཏོག་སྟེ་ ཟ་ མི་ཆོག། འདི་ མན་ནེ་ ཁྲུ་ འདི་ ཟ་སྟེ་ མཐའ་
མེད་པའི་ མི་ཚེ་ ཐོབ་ འོང་” སེ་ གསུངས། 23འདིའི་ རྐྱེན་གྱིས་ ཡ་ལྷེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ས་ལས་
བཟོ་པོ་ གནང་བའི་ མི་ འདི་ལོ་ ཞིང་གཡོག་ རྒྱབས་ཤད་ དོན་ལོ་ ཨེ་དེན་གྱི་ ལྡུམ་ར་ལས་ ཕྱི་
ལོག་ བཏོན་པོ་ གནང་པོ་ སྨད། 24དཀོན་མཆོག་གིས་ མི་ འདི་ལོ་ ཕྱི་ བཏོན་ འདད་སྟེ་ ལྡུམ་ར་
ནང་གི་ སྲོག་ དང་ ལྡན་པའི་ ཤིང་ འདི་ རྩར་ འགྲོ་བའི་ ལམ་ལོ་ བཀག་གོའི་ དོན་ལོ་ ལྡུམ་རའི་

* 3.20 ཧ་ཝ་ ལབ་མཁན་ དོན་དག་ འདི་ “གསོན་བུ་” སེ་ ཡིན།

However, your desire will be for your husband, and he will rule over you.”
17 And the Lord God said to the man, “You listened to your wife and ate fruit that I had forbidden you to eat. Therefore a curse has fallen on the ground. By toiling hard in farming all your life you will have to eat from it.”
18 Thorns and weeds will grow for you from the ground. You will have to eat plants that grow from the ground.
19 Because you were made out of dust, you will have to sweat and toil for the produce of the land until you return to dust. You were made from the dust, and to dust you will return.”
20 Adam named his wife Eve,*[a] because she was the mother of all humans.
21 The Lord God made clothes out of animal skins for Adam and Eve to wear.
22 Then the Lord God said, “Look, the man has come to know good and evil and become like us. Now he must not eat fruit from the tree of life. Otherwise, by eating it he will receive endless life.”
23 Therefore the Lord God drove the man he had made from the ground out of the garden of Eden to farm the land.
24 After he

* 3.20 The Hebrew word for Eve, Hawwa, resembles the word “life.”

ཤར་ཕྱོགས་ལོ་ ཀེ་རུབ་* ལབ་མཁན་ སྲུང་མོ་ཚུ་ དང་ ཕྱོགས་ བཞི་ལོ་ འཁོར་བའི་ མེ་ འབར་བའི་ གྲི་རིང་ གཅིག་ བཞག་ཀོ་ གནང་པོ་ སྲིད།

drove the man out, God placed on the east side of the garden guardians called Cherubim and a flaming sword which turned to four directions to block the way to the tree of life.

* 3.24 ཀེ་རུབ་ ལབ་མཁན་ འདི་ གཟོག་གི་ ཡོད་མཁན་ ཞིང་ཁམས་ཀྱི་ སྲོག་ཅན་ གཅིག་ ཨིན།

ཀ་ཡིན་ དང་ ཧ་བྷེལ་གྱི་ སྐོར།

4
1 ཨ་དམ་ དང་ ཁུའི་ མོ་བུད་ ཧ་ཝ་ ལུས་འབྲེལ་ བྱས་སྟེ་* མོ་ བུ་ཆེམ་ ཆགས་སྟེ་ བུ་
གཅིག་ སྐྱེ། མུ་གེས་ ལབ་, "ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གི་ བྱིན་རླབས་ཀྱིས་ ང་ལོ་ བུ་ གཅིག་ ཐོབ་པོ་
ཨིན།" མུ་གེས་ བུ་ འདིའི་ མིང་ལོ་ ཀ་ཡིན་ ལབ་ བཏགས། 2 འདི་ལས་ ད་རུང་ མུ་ལོ་ བུ་ ཆུང་
པོ་ ཧ་བྷེལ་ ལབ་མཁན་ སྐྱེ་པོ་ སྲད། ཧ་བྷེལ་ འདི་ ལུག་རྫི་ རྒྱབས་མཁན་ དང་ ཀ་ཡིན་ འདི་ ཞིང་
གཡོག་ བྱས་མཁན་ བྱུང་པོ་ སྲད། 3 འདི་ལས་ ཉིམ་ གཅིག་ ཀ་ཡིན་གྱིས་ ཞིང་གི་ འབྲས་བུ་ལས་
ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་ལོ་ མཆོད་པོ་ གཅིག་ ཕུལ་པོ་ སྲད། 4 ཧ་བྷེལ་གྱིས་ འགོ་ དང་པོ་ སྐྱེ་ ཡོད་
པའི་ ལུག་ཕྲུའི་ ཚོ་ལུ་ ལེགས་ཤོས་ འདི་ དཀོན་མཆོག་ལོ་ མཆོད་པོ་ ཕུལ་པོ་དང་ ཁུའི་ མཆོད་
པོ་ འདི་ལོ་ དཀོན་མཆོག་ ཐུགས་ དགྱེས་པོ་ སྲད། 5 ཨིན་ཙང་ ཀ་ཡིན་གྱི་ མཆོད་པོ་ལོ་ དཀོན་
མཆོག་ ཐུགས་ མན་དགྱེས་པོ་དང་ ཀ་ཡིན་ ལེབ་ ཁྲོས་སྟེ་ གདོང་ ནག་ཀུ་ བྱུང་པོ་ སྲད། 6 ཡ་ཧྭེ་
དཀོན་མཆོག་གིས་ ཀ་ཡིན་ལོ་ "ཚོད་ གན་བྱས་ ཁྲོས་སྟེ་ གདོང་ ནག་ཀུ་ འཐོན་པོ? 7 གལ་སྲིད་
ཚོད་ཀྱིས་ སྤྱོད་པོ་ བཟང་པོ་ བྱས་པ་ཅེ་ན་ ངས་ ཚོད་ལོ་ གན་བྱས་ ཁས་ མི་ལེན་པོ? ཨིན་ཙང་
གལ་སྲིད་ ཚོད་ཀྱིས་ སྤྱོད་པོ་ བཟང་པོ་ མན་བྱས་ནེ་ སྡིག་ཀོ་ འདི་ སྒོ་མའི་ མདུན་ལོ་ ཚ་སྒུགས་
རྒྱབས་སྟེ་ སྡོད་ཏོ་ ཨིན། འདིས་ ཚོད་ སྟེང་ལོ་ དབང་ བྱས་ཤད་ འདོད་པོ་ བྱས་ཙང་ ཚོད་ཀྱིས་

* 4.1 ཆགས་སྟེ་ ཡང་ནེ་ སྦྲུག་སྟེ།

Story of Cain And Abel

4
1 Adam and Eve had bodily union, and
she conceived and gave birth to a son. She
said, "Through God's blessing, I have gotten
a son." She named the son Cain. 2 Then again
she gave birth to her younger son, Abel. Abel
became a shepherd, and Cain a farmer. 3 Then
one day, Cain brought to the Lord God an
offering of his farm produce. 4 When Abel
brought an offering to God—the best fat portions from the firstborn lambs of his flock—
God was pleased with his offering. 5 But when
God was not pleased with Cain's offering, his
face grew dark with rage. 6 The Lord said to
Cain, "Why did your face grow dark with
rage? 7 If you do what is right, will I not accept you? But if you do not do what is right, sin is waiting at your door to grab you. Although it desires to control you, you must
rule over it." 8 Then Cain said to Abel, "Let's

འདི་ལོ་ རང་གི་ དབང་ལོ་ བཞག་ དགོས་” སེ་ གསུངས། 8 འདི་ལས་ ཀ་ཡིན་གྱིས་ རང་གི་ སྤུན་
ལོ་ ཏ་བྷེལ་ལོ་ “ང་ཅག་ ཞིང་ན་ འགྲོ་གེ་” སེ་ ལབ་སྟེ་ ཞིང་ ནང་ལོ་ ཀ་ཡིན་གྱིས་ ཁུའི་ སྤུན་ལོ་
ཏ་བྷེལ་ལོ་ རྡུང་སྡེ་ བསད་པོ་ སྲིད། 9 འདིའི་ རྒྱབ་ལོ་ ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ཀ་ཡིན་ལོ་ “ཚོད་
ཀྱི་ སྤུན་ལོ་ ཏ་བྷེལ་ ག་ན་ ཡོད་པོ?” ལབ་སྟེ་ བཀའ་དྲི་ གནང་པོ་དང་ འདིའི་ ལན་ལོ་ ཁུས་ “ང་
མི་ཤེས། ང་ ངའི་ སྤུན་ལོའི་ འགྲོག་ཀོ་ ཉ?” སེ་ ལབ། 10 འདི་ལས་ ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་
“ཚོད་ཀྱིས་ འདེམ་ གན་ བྱས་པོ? ཚོད་ཀྱི་ སྤུན་ལོའི་ ཁྲག་གིས་ ས་ལས་ ང་ལོ་ བོས་བཞིན་ ཡོད།
11 ཨོ་འདི་བྱས་ ཚོད་ལོ་ དམོདམ་ ཕོག་སྟེ་ ད་ལས་ ཕ་སྟེ་ ཚོད་ཀྱིས་ ཞིང་གཡོག་ རྒྱབས་ མི་ཆོག།
གན་བྱས་ སེ་ནེ་ ཚོད་ཀྱིས་ བསད་མཁན་ སྤུན་ལོའི་ ཁྲག་ འདི་ སའི་ ནང་ལོ་ ཐིམ་ ཡོད་པོ་ སྲིད།
12 ཚོད་ཀྱིས་ ས་ལས་ འབྲས་བུ་ ཐོབ་ཐབས་ བྱས་རུང་ འབྲས་བུ་ མི་སྐྱེ། ཚོད་ནེ་ ཁྱིམ་མེད་ འཛམ་
གླིང་ ནང་ལོ་ འཁྱམ་སྡེ་ སྡོད་ དགོས་” སེ་ གསུངས། 13 འདི་ལས་ ཀ་ཡིན་གྱིས་ ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་
མཆོག་ལོ་ “ང་ ཆད་པོ་ འདེམ་ འབབ་ མི་ཐུགས། 14 གཟིགས་ཆེ། རང་གིས་ ད་རིང་ ང་ལོ་ རང་
གི་ སྐུ་མདུན་ དང་ ས་ཞིང་ལས་ བཏོན་ འདའ་པོ་དང་ ང་ནེ་ ཁྱིམ་མེད་ འཛམ་གླིང་ན་ འཁྱམ་
བའི་ སྐང་ ཀ་གེས་ཡང་ ང་ལོ་ འཕྱད་པ་ཅེ་ནེ་ བསད་ འོང་” སེ་ ལབ། 15 ཨིན་རུང་ ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་
མཆོག་གིས་ “ཨོ་འདེམ་ མན། གལ་སྲིད་ གཞན་གྱིས་ ཚོད་ལོ་ བསད་ནེ་ སྲོག་གཅོད་མཁན་ འདི་
ལོ་ ཆད་པོ་ ལན་ བདུན་ཟང་ ཕོག་ འོང་” སེ་ གསུངས། ཨོ་འདི་བྱས་ ཀ་ཡིན་ལོ་ མི་ གཞན་གྱིས་
མ་བསད་པའི་ དོན་ལོ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ཁུ་ལོ་ མཚན་རྟགས་ གཅིག་ རྒྱབས་པོ་ གནང་པོ་ སྲིད།

go to the field.” In the field, Cain hit his broth-
er and killed him. 9 After that, the Lord asked
Cain, “Where is your brother Abel?” Cain
answered, “I don’t know. Am I my brother’s
keeper?” 10 Then the Lord said, “What have
you done? Your brother’s blood is calling to
me from the ground. 11 Therefore a curse has
fallen on you, and from now on you are not
allowed to farm the land, because the blood
of your brother whom you killed has been ab-
sorbed by the ground. 12 Even if you try to
work the ground, it will not produce its crops
for you. You must be a homeless wanderer on
the earth.” 13 Then Cain said to the Lord, “I
cannot bear such a punishment. 14 Look, to-
day you are driving me away from your pres-
ence and the land. When I wander homeless
on the earth, anyone who meets me will kill
me.” 15 But the Lord said, “Not so. If anyone
kills you, the killer will be punished seven-
fold.” Therefore God put a sign on Cain so
that other people would not kill him. 16 Then

16 འདི་ལས་ ཀ་ཡིན་ དཀོན་མཆོག་གིས་ སྐུ་མདུན་ལས་ ཕྱི་ འཐོན་ སོང་སྟེ་ ཨེ་དེན་གྱི་ ཤར་
ཕྱོགས་ལོ་ ཡོད་པའི་ ནོད་* ལབ་མཁན་ ས་ཆ་ན་ ཞིས་ཆགས་ སྡོད་པོ་ སྦད།

Cain went away from the presence of God and settled in a place called Nod,* east of Eden.

* 4.16 ནོད་ ལབ་མཁན་ དོན་དག་ འདི་ ”འཁྱམ་སའི་ ཡུལ།”

* 4.16 Nod means “land of wandering.”

6

ཆུ་རུད་ལས་ ཐར་ཐབས་ཀྱི་ གྲ་སྒྲིགས།

5 ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས འཛམ་གླིང་གི་ མི་ཚོ་ ལེབ་ སྤྱོད་ངན་ ཡོད་པོ་ དང་ འདི་ཚོའི་ བསམ་
པོ་ ཐམས་ཅད་ ཨ་ཏང་ར་ ངན་པོ་ གཅིག་ཀུ་ ཡོད་པོ་ གཟིགས་སྟེ་ 6 ཁོང་གིས་ མི་ལོ་ བཟོ་བའི་
རྐྱེན་གྱིས་ འགྱོད་པོ་ སྐྱེ་སྟེ་ སེམས་ སྐྱོ་སྟེ་ གསུངས་, 7 "མི་ དང་ དུད་འགྲོ་ སྲོག་ཆགས་ འབུ་ དང་
གནམ་མཁའི་ བྱ་ བྱི་ཙུང་ཚོ་ ཐམས་ཅད་ ངས་ བཟོ་བའི་ དོན་ལོ་ ད་ ངའི་ སེམས་ ལེབ་ འགྱོད་
པོ་ སྐྱེ་དོ་ ཨིན། འདི་ཐུས་ ངས་ འདི་ཚོ་ ཐམས་ཅད་ འཛམ་གླིང་ ནང་ལས་ མེདཔ་ བཟོ་ཤད་
ཨིན།" 8 ཨིན་རུང་ ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ནོ་ཨ་ལོ་ ཐུགས་ དགྱེས་པོ་ སྨད། 9 འདི་ ནོ་ཨ་གི་
ལོ་རྒྱུས་ ཨིན། ནོ་ཨ་ འདི་ མི་ སེམས་ དྲང་པུ་ གཅིག་ ཨིན་པོ་ མི་ཚད་ ཨོ་འདི་ དུས་ན་ ཡོད་
མཁན་ མི་ཚུའི་ ནང་ལས་ ཁུ་ གཅིག་ཀུ་ སྐྱོན་མེད་ ཨིན་པོ་ སྨད། ཁུ་ དཀོན་མཆོག་ མཉམ་པུ་
མཐུན་སྟེ་ འགྲུ་བཞིན་ ཡོད་པོ་ སྨད། 10 ནོ་ཨ་ལོ་ བུ་ གསུམ་ ཡོད་པོ་ སྨད། ཁོང་ཚུའི་ མིང་ལོ་
ཤེམ་, ཧམ་ དང་ ཡ་ཕེད་ ལབ། 11 ཨོ་འདི་ སྐབས་ དཀོན་མཆོག་གིས་ མི་རིགས་ ཐམས་ཅད་ ལྷད་
སྐྱོན་ དང་ འཇིང་འཁྲུག་གིས་ གང་ ཡོད་པོ་ གཟིགས་པོ་ སྨད། 12 ཡང་ འཛམ་གླིང་ ཡོངས་རྫོགས་
ངན་པ་ཀིས་ གང་ ཡོད་པོ་དང་ མི་རིགས་ཀྱིས་ སྤྱོད་ངན་ ཐུས་ ཡོད་པོ་ དཀོན་མཆོག་གིས་
གཟིགས་སྟེ་ 13 ཁོང་གིས་ ནོ་ཨ་ལོ་ གསུངས་, "མི་རིགས་ཀྱིས་ ཐུས་བའི་ གཡོག་ངན་གྱི་ སྒོ་ལས་
གནོད་སྐྱོན་ ག་ན་ག་ས་ལོ་ ཁྱབ་ ཡོད། འདི་ཐུས་ ལྟ་ཆེ་, ངས་ མི་རིགས་ཚོ་ འཛམ་གླིང་ མཉམ་

6

Preparing Rescue From the Flood

5 The Lord saw that people on earth were very
wicked and all their thoughts were only evil
all the time. 6 He regretted that he had made
human beings. With grief in His heart, He
said, 7 "I am now very sorry that I made hu-
man beings, land animals, insects and worms,
and birds of the sky. Therefore I will destroy
them all from the earth." 8 But the Lord was
pleased with Noah. 9 This is the story of
Noah. Noah was a righteous man, and among
the people of his time, only he was without
blame. He walked in fellowship with God.
10 Noah had three sons. Their names were
Shem, Ham and Japhet. 11 At that time, God
saw that all people were filled with corruption
and violence. 12 God also saw that evil had
filled the whole earth and that the behavior of
mankind was evil. 13 So He said to Noah,
"Because of the evil deeds of mankind, disas-
ter has spread everywhere. Therefore, behold,
I have decided to totally destroy mankind

པུ་ ཁེ་ལེ་ མེདཔ་ བཟོ་ཤད་ ཐག་བཅོད་ བྱུས་ ཡོད། 14 ཆོད་ རང་གི་ དོན་ལུ་ ཁྱིམ་མིག་ ཡོད་པའི་
ཤིང་གི་ གྲུ་ སྦོམ་པུ་ གཅིག་ བཟོ་སྟེ་ ཕྱི་ དང་ ནང་ གཉིས་ག་ སྣུམ་ནག་གིས་ སྦྱར་ཆི། 15 བཟོ་
སྐྲངས་ འདི་ གྲུའི་ རིང་ཚད་ འདི་ མི་ཊར་ བརྒྱ་ དང་ སུམ་ཅུ, ཞེང་ཚད་ མི་ཊར་ ཉི་ཤུ་ རྩ་གཉིས་
དང་ མཐོ་ཚད་ མི་ཊར་ བཅུ་གསུམ་ ཡོད་པ་ གཅིག་ བཟོ་ཆི། 16 ཡང་ གྲུ་ལུ་ སྟེང་ཁ་ གྱང་ བཀབ་
སྟེ་ གྱང་ དང་ རྩིག་གོའི་ བར་ལུ་ མི་ཊར་ ཕྱེད་ཀ་ སྟོང་བུ་ བཞག། གྲུའི་ ནང་ཤ་ ཐོག་ བརྩེགས་
སྟེ་ སྟེང་ འོག་ བར་ གསུམ་ བཟོ་སྟེ་ གྲུའི་ ཟུར་ཁ་ སྒོ་ གཅིག་ བཟོ། 17 ལྟ་ཆི་, འཛམ་གླིང་ན་
སྲོག་གི་ དབུགས་ ཡོད་མཁན་ སེམས་ཅན་ ཐམས་ཅད་ལུ་ མེདཔ་ བཟོ་བའི་ དོན་ལུ་ ངས་ ཆུ་ཏུད་
སྦོམ་པུ་ གཅིག་ བཏང་ཤད་ ཨིན། འཛམ་གླིང་ན་ ཡོད་མཁན་ ཐམས་ཅད་ མེདཔ་ འཐོན་ཤད་
ཨིན་། 18 ཨིན་རུང་ ཆོད་ མཉམ་པུ་ ངས་ ཁ་ཆད་ གཅིག་ བཟོ་ཤད་ ཨིན། ཆོད་ དང་ ཆོད་ཀྱི་ མོ་
བྱད་ དང་ ཆོད་ཀྱི་ བུ་ གསུམ་ དང་ འདི་ཚུའི་ མནའམ་ཚུ་ གྲུའི་ ནང་ལུ་ འཛུལ་ བཅུག་ཆི།
19 ཡང་ སྲོག་ཆགས་ཀྱི་ རིགས་ ཐམས་ཅད་ ནང་ལས་ ཕོ་ མོ་ ཆ་ གཅིག་ ཏ་གསོནམ་ བཞག་གོའི་
དོན་ལུ་ ཆོད་ མཉམ་པུ་ གྲུ་ན་ ཁྱིག་ཆི། 20 བྱ་ བྱི་ཙུང་གི་ རིགས་ ཐམས་ཅད་, དུད་འགྲོ་གི་ རིགས་
ཐམས་ཅད་ དང་ སྲོགས་ཆགས་ འབུ་གི་ རིགས་ ཐམས་ཅད་ ནང་ལས་ ཆ་ རེ་རེ་ ཏ་གསོནམ་
བཞག་གོའི་ དོན་ལུ་ ཆོད་ རྩར་ འོང་ཤད་ ཨིན། 21 ཡང་ འདི་ཚུའི་ དོན་ལུ་ ཟམ་ སྣ་ཚོགས་ དང་
གྱུ་ཅའི་ དོན་ལུ་ཡང་ ཟས་གོས་ཚུ་ བསགས་སྟེ་ འབག་ཆི།” 22 དཀོན་མཆོག་གིས་ བཀའ་ གནང་
བོ་ ནང་ལྟར་ ནོ་ཨ་ཀིས་ སྒྲུབ་པོ་ སྦད།

along with the earth.
14 Build for yourself a big wooden boat with rooms in it, and cover it inside and out with tar.
15 Make the structure of the boat 130 meters long, 22 meters wide, and 13 meters high.
16 And make a roof for the boat, leaving half a meter of empty space between the roof and the wall. Make three decks inside the boat—a bottom, middle, and upper deck—and make a door in the side.
17 Behold, I will send a great flood to destroy all living beings with the breath of life on the earth. All that is on earth will be destroyed.
18 But I will make a covenant with you. Enter the boat—you and your wife, and your three sons and their wives.
19 And bring one pair of every kind of living thing—male and female—into the boat to keep them alive with you.
20 Two of every kind of bird, every kind of big land animal and every kind of insect and worm will come to you to be kept alive.
21 Also gather and bring different kinds of food for the animals and also for yourselves.”
22 Noah did just as God had commanded him.

ཆུ་ལུད་ སློམ་པའི་ སྐོར།

7 [1] འདི་ལས་ ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ནོ་ཨ་ལོ་ "ཚོད་ དང་ ཚོད་ཀྱི་ ཁྱིམ་མའི་ མི་ཚོ་ གྲུ་
ན་ འཛུལ་ཅིག གན་བྱུས་ སེ་ནེ་ མི་རབས་ འདི་ན་ ཚོད་ གཅིག་ཀུ་ ངའི་ མདུན་ཁ་ སེམས་ དྲང་པུ་
ཨིན་པོ་ ང་གིས་ མཐོང་ ཡོད། [2-3] སྲོགས་ཆགས་ ཐམས་ཅད་ དང་ བྱ་ བྱི་ཙུང་ཙུའི་ རིགས་ ཐམས་
ཅད་ཀྱི་ རིགས་རྒྱུད་ ས་གཞིའི་ སྟེང་ལོ་ གསོས་པའི་ དོན་ལོ་ དཀོན་མཆོག་གི་ མཆོད་པོ་ འོས་
པའི་ སྲོག་ཆགས་ གཙང་མོའི་ རིགས་ ཐམས་ཅད་ལས་ ཕོ་ མོ་ ཆ་ བདུན་, དཀོན་མཆོག་གི་ མཆོད་
པོ་ལོ་ མི་འོས་པའི་ སྲོག་ཆགས་ཀྱི་ མ་གཙང་པོའི་ རིགས་ཙུ་ལས་ ཕོ་ མོ་ ཆ་ གཅིག་ དང་ བྱ་ བྱི་
ཙུང་ཙུའི་ རིགས་ཙུ་ལས་ ཕོ་ མོ་ ཆ་ བདུན་ ཁྱིག་ཅིག [4] ད་ལས་ ཞག་ བདུན་གྱི་ རྒྱབ་ལས་ ཉིན་
མཚན་ བཞི་བཅུ་ ཟང་སྟེ་ ཆརབ་ དང་ ཆུ་ལུད་ སློམ་པུ་ གཅིག་ རྐྱབས་ བཙུག་ཤད་ ཨིན། ངས་
སའི་ སྟེང་ལོ་ བཟོ་ ཡོད་པའི་ སེམས་ཅན་ ཐམས་ཅད་ མེདཔ་ བཟོ་ཤད་ ཨིན་" སེ་ གསུངས། [5] ཡ་
ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ བཀའ་ གནང་པོ་ ནང་ལྟར་ ནོ་ཨ་གིས་ སྒྲུབ་པོ་ སྦད། [6] ཆརབ་ དང་ ཆུ་
ལུད་ རྐྱབས་པའི་ སྐབས་ ནོ་ཨ་ ལོ་ དྲུག་བརྒྱ་ ལང་ ཡོད་པོ་ སྦད། [7] ཆུ་ལུད་ལས་ ཐར་བའི་ དོན་
ལོ་ ནོ་ཨ་ དང་ ཁུའི་ མོ་བུད་ འདི་ལས་ ཁུའི་ བུ་ གསུམ་ དང་ ཁོང་ཙུའི་ མོ་བུད་ཙུ་ གྲུའི་ ནང་
ལོ་ འཛུལ། [8-9] དཀོན་མཆོག་གིས་ བཀའ་ གནང་པོ་ ནང་ལྟར་ སེམས་ཅན་ཙུའི་ ནང་ལས་ རིགས་
གཙངམ་ དང་ མ་གཙང་པོ་, བྱ་ བྱི་ཙུང་, དུད་འགྲོ་ དང་ སྲོག་ཆགས་ འབུ་གི་ རིགས་ ཐམས་
ཅད་ལས་ ཕོ་ མོ་ རེ་རེ་བྱུས་ ནོ་ཨ་ མཉམ་པུ་ གྲུ་ན་ སོང་། [10] འདི་ལས་ ཞག་ བདུན་གྱི་ རྒྱབ་ལོ་

The Great Flood

7 [1] Then the Lord said to Noah, "Go into
the boat, you and the people of your house-
hold, because I have seen that you alone are
righteous before me in this generation." [2-3] In
order to keep all kinds of animals and birds
alive on the earth, bring in seven pairs of all
clean animals that are worthy to be offered to
God, male and female, and one pair of un-
clean animal that are not worthy to be offered
to God, male and female, and seven pairs of
birds, male and female. [4] Seven days from
now, I will make it rain and flood greatly for
forty days and nights. I will destroy all the
animals I have made on the earth. [5] Noah did
as the Lord commanded him. [6] When the rain
and flood came, Noah was 600 years old.
[7] Noah, his wife and his three sons with their
wives went into the boat to escape the flood.
[8-9] Just as God had commanded, pairs of clean
and unclean animals, birds, big land animals,
and insects and worms of all kinds went in
pairs into the boat with Noah. [10] Then after
seven days a great flood came. [11] On the day

ཆུ་རུད་ སྦོམ་པུ་ གཅིག་ འཛམ་གླིང་ སྟེང་ལ་ བྱུང་བ་ སྲིད། 11 ནོ་ཨ་ དགུང་ལོ་ དྲུག་བརྒྱ་ ལང་
བའི་ ལོའི་ ཟླ་བ་ གཉིས་པའི་ ཚེས་ བཅུ་བདུན་གྱི་ ཉིམ་ འདི་ན་ རྒྱ་མཚོ་ སྦོམ་པུའི་ གཏིང་གི་
ཆུ་མིག་ ཐམས་ཅད་ འཐོན་པོ་དང་ གནམ་མཁའི་ ཆུའི་ སྒོམ་ཙུ་ཡང་ ཕྱེ། 12 འདི་ལས་ ཉིན་མཚན་
བཞི་བཅུ་ ཟང་སྟེ་ ཆརཔ་ ཤུགས་ཅན་ རྐྱབས་པོ་ སྲིད། 13 ཆརཔ་ རྐྱབས་ཤད་ འགོ་ བཙུགས་ཀོའི་
ཉིམ་ཚེ་ ནོ་ཨ་, ཁུའི་ མོ་བྱུད་ དང་ ཁུའི་ བུ་ གསུམ་ ཤེམ་, ཧམ་ དང་ ཡ་ཕེད་ ཁོང་ཙུའི་ མོ་བྱུད་
ཙུ་ མཉམ་པུ་ གྲུའི་ ནང་ལ་ སོང་། 14 ཁོང་ཙུ་ མཉམ་པུ་ རི་དྭགས་ སེམས་ཅན་, སྒོ་ཕྱུགས་, སྲོག་
ཆགས་ འབུ་, ས་ལ་ དྲུད་སྟེ་ འགྲུ་མཁན་ སེམས་ཅན་, བྱ་ བྱི་ཙུང་ དང་ གཤོག་ཀོ་ ཡོད་མཁན་
སེམས་ཅན་ ཐམས་ཅད་ཀྱི་ སོ་སོའི་ རིགས་ཙུ་ གྲུའི་ ནང་ལ་ སོང་། 15 སྲོག་གི་ དབུགས་ ཡོད་
མཁན་ སེམས་ཅན་ རིགས་ ཐམས་ཅད་ལས་ ཕོ་ མོ་ རེ་རེ་ ནོ་ཨ་ རྩར་ སླེབས་སྟེ་ གྲུའི་ ནང་ལ་
སོང་། 16 འདི་ཙུ་ ཐམས་ཅད་ དཀོན་མཆོག་གི་ བཀའ་བཞིན་ གྲུའི་ ནང་ལ་ སོང་བའི་ རྒྱབ་ལས་
ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ གྲུའི་ སྒོམ་ བཅད་པོ་ གནང་བོ་ སྲིད། 17 ཡང་ ཉིམ་ བཞི་བཅུ་ ཟང་སྟེ་
ཆུ་རུད་ སྦོམ་པུ་ རྐྱབས་པའི་ རྐྱེན་གྱིས་ ཆུ་ ཕར་སྟེ་ གཏིང་རིང་ཀུ་ བྱུང་སྟེ་ གྲུ་ འདི་ ས་གཞི་ལས་
ཡ་སྟེ་ སྟེང་ལ་ སེང་། 18 ཆུ་ ལེབ་ ཕར་སྟེ་ ཆུ་ མཐོ་བཞིན་ མཐོ་བཞིན་ སོང་སྟེ་ གྲུ་ འདི་ ཆུའི་
སྟེང་ལ་ སྟེང་པོ་ སྲིད། 19 ཡང་ ཆུ་ འདི་ ལེབ་ གཏིང་རིང་ཀུ་ དང་ རྒྱ་ཆེ་དྲགས་ འཐོན་སྟེ་ གནམ་
མཁའི་ འོག་ལ་ ཡོད་མཁན་ རི་ མཐོ་དྲགས་ཙུ་ ཐམས་ཅད་ ཆུའི་ འོག་ལ་ ནུབ་པོ་ སྲིད། 20 ཆུ་
འདི་ རིའི་ རྩེ་མོ་ལས་ ཁྲུ་ བཅོ་ལྔ་ཚོད་ མཐོ་དྲགས་ སླེབས་པོ་ སྲིད། 21 ཡང་ ས་གཞི་ན་ ཡོད་
མཁན་ དུད་འགྲོ་ ཐམས་ཅད་, བྱ་ བྱི་ཙུང་, སྒོ་ཕྱུགས་, རི་དྭགས་ སེམས་ཅན་, སྲོག་ཆགས་ འབུ་

when Noah was 600 years, two months and
seventeen days old, the springs in the depths
of the seas and the doors in the skies were
opened. 12 Then it rained heavily for forty
days and nights. 13 On the day when it began
to rain, Noah, his wife and his son Shem,
Ham and Japhet with their wives went into
the boat. 14 With them into the boat came
wild and domestic animals, insects and
worms, birds and all winged animals according
to their kinds. 15 All kinds of animals that
have the breath of life came to Noah in
pairs—male and female—and went inside the
boat. 16 After they all had gone inside the boat
according to God’s command, the Lord closed
the door of the boat. 17 Then because there
was a great flood for forty days, the waters
increased and became deep, so that the boat
was lifted up above the earth. 18 As the water
increased and became higher and higher, the
boat floated upon the water. 19 The waters
became very deep and massive, and all the
high mountains under the skies were covered
in water. 20 The water rose about seven meters
above mountain peaks. 21 So all the beasts,
birds, domestic and wild animals, insects and

དང་ མི་ ཐམས་ཅད་ ཆུ་ འདི་ ནང་ལ་ ཤི་པོ་ སྣད། 22 ས་གཞི་ སྐེང་ལ་ དབུགས་ ཡོད་མཁན་
སྲོག་ཆགས་ ཐམས་ཅད་ ཤི་པོ་ སྣད། 23 ས་གཞི་ སྐེང་ལ་ སྲོག་ ཡོད་མཁན་ མི་རིགས་, དུད་འགྲོ་
དང་ བྱ་ བྱི་ཙུང་ ལ་སོགས་པ་ ཐམས་ཅད་ ཡ་ལྷེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ མེདཔ་ བཟོ་པོ་ གནང་པོ་
སྣད། ཨིན་ཏུང་ གྲུའི་ ནང་ལ་ ནོ་ཨ་ དང་ ཁྱུ་ མཉམ་པུ་ ཡོད་མཁན་ ཐམས་ཅད་ གསོས་པོ་ སྣད།
24 ཡང་ ཉིམ་ བརྒྱ་ དང་ ལྔ་བཅུ་ ཟང་སྐྱེ་ ཆུ་ ཕར་སྤྲི་ སྡོད་ ཡོད་པོ་ སྣད།

worms, and human beings died in the waters.
22 Every breathing thing on dry land died.
23 The Lord destroyed all that has life on dry ground—humans, wild animals, birds, etc. But Noah and those who were with him in the boat stayed alive.
24 And the flood-waters remained for 150 days.

ཆུ་རུད་ ཆད་པའི་ སྐོར།

8 1 ཨིན་ཏུང་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ད་ཏུང་ ནོ་ཨ་ དང་ ཁུ་ མཉམ་དུ་ གྲུའི་ ནང་ལོ་ ཡོད་
མཁན་ སེམས་ཅན་ ཐམས་ཅད་ལོ་ ཐུགས་བསམ་ བཞེས་པོ་ གནང་སྟེ་ ཆུའི་ སྟེང་ལོ་ རླུང་ གཅིག་
རྒྱབས་ བཙུག་ཀོ་དང་ ཆུ་ འདི་ དམའ་བཞིན་ དམའ་བཞིན་ སོང་པོ་ མི་ཚད་ 2 རྒྱ་མཚོ་ སྦོམ་
ཕུའི་ གཏིང་གི་ ཆུ་མིག་ དང་ གནམ་མཁའི་ ཆུ་སྒོམ་ བསུབ་སྟེ་ ཆརབ་ རྒྱབས་ཤད་ བཀག་ཀོ་
སྣད། 3 ཉིམ་ བརྒྱ་ དང་ ལྔ་བཅུའི་ བར་ ནང་ཤ་ ཆུ་ འདི་ ཉུང་བཞིན་ སོང་པོ་ སྣད། 4 ཟླ་བོ་
བདུན་པོའི་ ཚེས་ བཅུ་བདུན་གྱི་ ཉིམ་ལོ་ གྲུ་ འདི་ ཨ་ར་རྣད་ ལབ་མཁན་ ཡུལ་གྱི་ རི་རྒྱུད་ སྟེང་
ལོ་ ཆགས་པོ་ སྣད། 5 ཆུ་ འདི་ དམའ་བཞིན་ འགྱུ་ ཡོད་པོ་དང་ ཟླ་བོ་ བཅུ་པོའི་ ཉིམ་ དང་པོའི་
ཚེས་ རིའི་ རྩེ་ཧྲུ་ཙུ་ མཐོང་ ཚུགས་པོ་ སྣད། 6 ཉིམ་ བཞི་བཅུའི་ རྒྱབ་ལས་ ནོ་ཨ་ གྲུ་ན་ བཟོ་ ཡོད་
པའི་ སྒེ་དཀར་ ཕྱེ་སྟེ་ 7 ཨོས་ལག་ གཅིག་ ཕུད་སྟེ་ བཏང་བོ་དང་ ཆུ་ འདི་ མ་ཁོམས་ ཟང་སྟེ་
ཨོས་ལག་ འདི་ ཕ་སྟེ་ ཚུ་སྟེ་ ཕུར་ སྐོར་པོ་ སྣད། 8 འདི་ལས་ ནོ་ཨ་གིས་ ཆུ་ཙུ་ ཁོམས་ ཡོད་ཀམ་
སེ་ ཧ་གོ་བའི་ དོན་ལོ་ ཕུབ་ཏུས་ གཅིག་ བཏང་བོ་ སྣད། 9 དེ་ཟང་ ས་གཞི་ ཐམས་ཅད་ལོ་ ད་
ཏུང་ཡང་ ཆུ་ ཡོད་པའི་ རྐྱེན་གྱིས་ སྡོད་ས་ མེད་པ་ ཕུབ་ཏུས་ འདི་ གྲུ་ན་ ལོག་ འོང་བོ་དང་ ནོ་
ཨ་གིས་ ལག་ཀོ་ བརྐྱངས་སྟེ་ ཕུབ་ཏུས་ལོ་ བཤེ་སྟེ་ གྲུ་ན་ བཞག། 10 ཉིམ་ བདུན་ རྒྱབ་ལས་ ཁུ་
གིས་ ལོག་སྟེ་ར་ ཕུབ་ཏུས་ འདི་ བཏང་བོ་ སྣད། 11 ཕུབ་ཏུས་ འདི་ ཕྱི་མཚམས་ ལོག་ འོང་བའི་
སྐང་ མཆུ་ཏོ་ན་ ཨོ་ལིབ་ ཤིང་གི་ འདབ་མ་ སྔོན་པུ་ གཅིག་ འབག་ འོང་བོ་ སྣད། འདི་ མཐོང་

The End of the Flood

8 1 But God again remembered Noah and
all the animals that were with him in the boat,
and caused a wind to blow over the waters, so
the waters began to recede. 2 The springs in
the depths of the great seas and the flood-
gates of the sky were also closed, and it
stopped raining. 3 For 150 days the waters
decreased. 4 On the seventeenth day of the
seventh month, the boat came to rest in the
mountains of a place called Ararat. 5 As the
waters kept on coming down, on the first day
of the tenth month mountain peaks become
visible. 6 After forty days Noah opened the
window that had been built into the boat,
7 and sent out a raven. The raven kept on fly-
ing to and fro until the water had dried up.
8 Then Noah sent out a dove to see whether
the waters had dried up. 9 But because water
still covered all the ground, the dove did not
find a resting place. When the dove returned
to the boat, Noah stretched out his hand,
caught the dove and put it inside the boat.
10 After seven days, he sent out the dove
again. 11 When the dove came back in the

སྟེ་ ནོ་ཨ་ ཆུ་ འདི་ དམའ་བཞིན་ སོང་ ཡོད་པ་ ཤེས་པོ་ སྲིད། [12] འདི་ལས་ ཁྱུ་ ཉིམ་ བདུན་ ཟང་
སྟེ་ སྒུགས་སྟེ་ ལོག་སྟེ་ར་ ཕྱིབ་ཏུས་ འདི་ལོ་ བཏང་བོ་དང་ འདི་ ཁྱུའི་ རྩར་ ལོག་ མ་འོང་། [13] ནོ་
ཨ་ དགུང་ལོ་ དྲུག་བརྒྱ་གཅིག་ ལང་བའི་ ལོའི་ ཟླ་བོ་ དང་པོའི་ ཚེས་ གཅིག་ཀྱི་ ཉིམ་ ཆུ་ཚུ་ ས་
གཞི་ལས་ ཁོམས་ ཡོད་པ་ སྲིད། ནོ་ཨ་གིས་ གྲུའི་ གུང་ སྟོག་སྟེ་ ས་ འདི་ སྐམ་པུ་ འཐོན་བཞིན་
ཡོད་པ་ མཐོང་བོ་ སྲིད། [14] ཟླ་བོ་ གཉིས་པོའི་ ཚེས་ ཉེ་ཤུ་ རྩ་བདུན་གྱི་ ཉིམ་ ཟང་སྟེ་ ས་ འདི་
ཁེ་ལེ་ སྐམ་པུ་ འཐོན་བོ་ སྲིད། [15] འདི་ལས་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ནོ་ཨ་ལོ་ གསུངས་, [16] "ད་ ཚོད་,
ཚོད་རའི་ མོ་བུད་, ཚོད་ཀྱི་ བུ་ གསུམ་ དང་ ཕོང་ཚུའི་ མོ་བུད་ཚུ་ གྲུ་ལས་ འཐོན་ཆེ། [17] ཡང་
གུ་ཅག་ཚུ་ མཉམ་པུ་ ཡོད་མཁན་ དུད་འགྲོ་, བྱ་བྱི་ཙུང་ དང་ སྲོག་ཆགས་ འབུ་ ཐམས་ཅད་ གྲུ་
ལས་ པང་ཁ་ ཁྲིག་ཆེ། འདི་ཚུ་ རེ་རྒྱུད་ དང་ ལྡན་པོ་ འགྱུར་སྟེ་ གེས་པོ་ འཕེལ་བཞིན་ ས་གཞི་
གང་ བཙུག།" [18] ཨོ་ན་ལས་ ནོ་ཨ་, ཁྱུའི་ མོ་བུད་, ཁྱུའི་ བུ་ གསུམ་ དང་ ཕོང་ཚུའི་ མོ་བུད་ཚུ་
གྲུ་ལས་ པང་ཁ་ འཐོན་བོ་ མི་ཚད་ [19] དུད་འགྲོ་ ཐམས་ཅད་, སྲོག་ཆགས་ འབུ་, བྱ་ བྱི་ཙུང་,
སེམས་ཅན་ ཐམས་ཅད་ཡང་ རང་རང་ སོ་སོའི་ རིགས་ ནང་ལྟར་ གྲུ་ལས་ པང་ཁ་ འཐོན།
[20] འདི་ལས་ ནོ་ཨ་ ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་ལོ་ མཆོད་ཁྲི་ གཅིག་ བཟོ་སྟེ་ དུད་འགྲོ་ དང་ བྱ་ བྱི་
ཙུང་གི་ རིགས་ གཙངམ་ ཐམས་ཅད་ལས་ ཁ་ཤས་ འབག་ འོང་སྟེ་ བསད་སྟེ་ མཆོད་ཁྲི་ སྟེང་ཁ་
སྲེག་སྟེ་ མཆོད་པ་ ཕུལ། [21] ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ མཆོད་པོའི་ དྲི་ཞིམ་ སྣུམ་སྟེ་ རང་གི་ ཐུགས་
ལོ་ དགོངས་, "མི་ ཆུང་དུས་ལས་ ཁྱུའི་ སེམས་པོ་ ངན་པོ་ ཨིན་བོ་ ངས་ ཤེས། དེ་ཟང་ ད་ལས་
ཕ་ལྷེ་ མིའི་ སེམས་པོ་ ངན་པོ་ ཨིན་རུང་ ངས་ མིའི་ རྐྱེན་གྱིས་ ས་བཞི་ འདི་ལོ་ ད་རུང་ དམོདམ་

evening, it brought in its beak a fresh leaf
from an olive tree. Seeing it, Noah knew that
the water had receded. [12] Then he waited for
seven days and again sent out the dove. It did
not return to him. [13] On the first day of the
tenth month of Noah's six hundred and first
year, the waters had dried up from the land.
Noah removed the roof of the boat and saw
that the ground was becoming dry. [14] By the
twenty-seventh day of the second month, the
ground was completely dry. [15] Then God said
to Noah, [16] "Now go out of the boat, you and
your wife, and your sons and their wives.
[17] And bring out of the boat all the big land
animals, birds and insects and worms. Let
them breed, increase in number and fill the
earth." [18] Then Noah, his wife, his three sons
and their wives came out of the boat, [19] and
all the animals, big land animals, insects and
worms, and birds also came out of the boat,
one kind after another. [20] Then Noah built an
altar to the Lord and, bringing some of all
kinds of the clean animals and birds, he sacrificed them as burnt offerings on the altar.
[21] When the Lord smelled the sweet aroma,
he thought in his mind, "I know that man's

མི་བཏབ། ད་སྔོ་ བྱས་ ཡོད་བའི་ འདྲའུ་ ད་ལས་ ཕ་ལྷེ་ ངས་ སེམས་ཅན་ ཐམས་ཅད་ མེདབ་ མིན་བཟོ། [22] འཇིག་རྟེན་ མན་རྫོགས་ ཟང་ལྷེ་ སོན་ བཏབ་ཤད་ དང་ ལོ་ཏོག་ འདུ་ཤད་, གྲང་ བསིལ་ དང་ ཚ་བོ་, འབྱུ་ཁ་ དང་ སེར་ཀ་, ཉིམ་ དང་ མཚན་ ནམ་ལོ་ཡང་ མི་བཀག།”

thoughts are evil from his childhood. But from now on, although man’s thoughts are evil, I will not again curse the earth because of man. I will not destroy all living things, as I did now. [22] Until the world ends, sowing of seed and gathering of harvest, cold and heat, summer and winter, will never cease.”

དཀོན་མཆོག་གི་ ཞལ་ཆད།

9 [1]ཡང་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ནོ་ཨ་ དང་ ཁུའི་ བུ་ཚུ་ལོ་ བྱིན་རླབས་ གནང་སྟེ་ “གུ་ཅག་
རིགས་རྒྱུད་ དང་ ལྡན་སྟེ་ རྒྱ་ཆེ་དྲགས་ འཕེལ་བཞིན་ འཛམ་གླིང་ གང་ཆེ། [2]སེམས་ཅན་ ཆེ་ཆུང་,
བྱ་ བྱི་ཙུང་, སྲོག་ཆགས་ འབུ་ དང་ ཉའི་ རིགས་ ཐམས་ཅད་ གུ་ཅག་ལོ་ འཇིགས་ འོང་། ངས་ འདི་
ཙུ་ལོ་ གུ་ཅའི་ དབང་ འོག་ལོ་ བཞག་ ཡོད། [3]སྔོན་ལས་ ངས་ གུ་ཅག་ལོ་ སྔོ་ཚོད་ བྱིན་ ཡོད་པོ་
འདྲའུ་ ད་སྟོ་ ས་ལོ་ འགྲུ་མཁན་ སྲོག་ཆགས་ ཐམས་ཅད་ གུ་ཅག་ལོ་ ཟ་མའི་ དོན་ལོ་ བྱིན་ ཡོད།
འདི་ཙུ་ ཐམས་ཅད་ གུ་ཅག་ལོ་ ཟ་མའི་ དོན་ལོ་ བྱིན་ ཡོད། [4]ཨིན་རུང་ ཁྲག་ ཡོད་པའི་ ཤ་ མན་
ཟ། གན་བྱུས་ སེ་ནེ་ སྲོག་ ཁྲག་གི་ ནང་ལོ་ ཡོད་པོ་ ཨིན། [5]གལ་སྲིད་ མི་ གཅིག་གིས་ མི་ གཞན་
ལོ་ བསད་ནེ་ ངས་ ཁུ་ལོ་ ཆད་པོ་ བྱིན་ཤད་ ཨིན། དུད་འགྲོ་གིས་ མི་ བསད་ནེ་ འདི་ལོ་ཡང་
བསད་ དགོས། [6]མི་ འདི་ དཀོན་མཆོག་གིས་ རང་གི་ དཔེ་ འདྲའུ་ བཟོ་ ཡོད་པའི་ རྐྱེན་གྱིས་ མི་
ལོ་ བསད་མཁན་ མི་ འདི་ མི་ གཞན་གྱིས་ བསད་ དགོས། [7]གུ་ཅའི་ བུ་གཞིས་ ཀེས་པོ་ སྐྱེ་བཞིན་
རིགས་རྒྱུད་ དང་ ལྡན་སྟེ་ ས་ལོ་ འཕེལ་བར་ འགྱུར་ཆེ་” སེ་ གསུངས། [8]ཡང་ དཀོན་མཆོག་གིས་
ནོ་ཨ་ དང་ ཁོང་གི་ བུ་ཙུ་ལོ་ [9-10]“ལྟ་ཆེ་, ངས་ ཆོད་ དང་ ཆོད་ཀྱི་ བུ་རྒྱུད་ དང་ ཆོད་ མཉམ་
ཕྱུ་ གྲུའི་ ནང་ལས་ འཐོན་ ཡོད་པའི་ སྲོག་ཆགས་ ཐམས་ཅད་, བྱ་ བྱི་ཙུང་, སྒོ་ཕྱུགས་ དང་ རི་
དྭགས་ སེམས་ཅན་ཙུ་, འཛམ་གླིང་ན་ ཡོད་མཁན་ སེམས་ཅན་ ཐམས་ཅད་ མཉམ་ཕྱུ་ ཁ་ཆད་
བཟོ་དོ་ ཨིན། [11]ད་ལས་ ཕ་ལྟེ་ ཆུ་རུད་ སྦོམ་ཕྱུ་གིས་ སེམས་ཅན་ ཐམས་ཅད་ མེདཔ་ མིན་བཟོ།

God’s Covenant

9 [1]And God blessed Noah and his sons,
saying, “Be fruitful and multiply. Fill the
earth. [2]All big and small animals, birds, in-
sects and worms, and all the fish will fear you.
I have placed them in your power. [3]As I ear-
lier gave you green plants for food, I have now
given you for food all the living creatures that
move on the ground. [4]But do not eat meat
that still has blood in it. For life is in the
blood. [5]If a person kills another one, I will
punish him. If an animal kills a man, the ani-
mal, too, must be killed. [6]Because human be-
ings were made in God’s image, the one who
kills a man has to be killed by another man.
[7]May you have many children. Be fruitful and
multiply on the earth.” [8]And God said to
Noah and his sons, [9-10]“Behold, I will make
a covenant with you and your descendants,
and with all the living creatures that came out
of the boat with you—birds, livestock and
wild animals—all the living beings on the
earth. [11]From now on, a great flood will not
destroy all living creatures. Neither will the

ས་གཞི་ཡང་ ཆུ་རུད་ཀྱིས་ མེདབ་ མིན་བཟོ། འདི་ནི་ ངས་ ཁྱུ་ཅག་ མཉམ་དུ་ བཟོ་བའི་ ཁ་ཆད་
ཨིན་” སེ་ གསུངས། 12 ཡང་ དཀོན་མཆོག་གིས་ “ཆོད་ དང་ ཆོད་ མཉམ་དུ་ ཡོད་མཁན་ སེམས་
ཅན་ ཐམས་ཅད་ དང་ མ་འོངས་པའི་ རིགས་རྒྱུད་ ཐམས་ཅད་ མཉམ་དུ་ ཁ་ཆད་ བྱུས་ ཡོད་
པའི་ རྟགས་མཚན་ འདི་ འདི་ ཨིན། 13 གནམ་མཁའི་ ཧུང་པོ་ན་ ངས་ འཇའ་ གཅིག་ ཟུག་གོ་
འདི་ནི་ འཛམ་གླིང་ དང་ ངའི་ བར་ན་ ཁ་ཆད་ བཟོ་བའི་ རྟགས་མཚན་ ཨིན། 14 ངས་ གནམ་
མཁའི་ སྟེང་ལོ་ ཧུང་པོ་ ཞུབ་དུས་ ཧུང་པོ་ན་ འཇའ་ མཐོང་སྐབས་ 15 ཁྱུ་ཅག་ དང་ སེམས་ཅན་
ཐམས་ཅད་ ཆུ་རུད་ཀྱིས་ མེདབ་ མིན་བཟོ་ཤད་ཀྱི་ ཁ་ཆད་ བཟོ་བོ་ འདི་ ངས་ དྲན་ཚུན་ བྱུས་
ཤད་ ཨིན། 16 ཧུང་པོའི་ ནང་ལོ་ ཡོད་མཁན་ འཇའ་ལོ་ ལྟ་སྟེ་ ང་ དཀོན་མཆོག་ དང་ འཛམ་
གླིང་ལོ་ ཡོད་མཁན་ སེམས་ཅན་ ཐམས་ཅད་ མཉམ་དུ་ གཏན་གནས་ཀྱི་ ཁ་ཆད་ འདི་ དྲན་ཚུན་
བྱུས་ཤད་ ཨིན་” སེ་ གསུངས། 17 དཀོན་མཆོག་གིས་ ནོ་ཨ་ལོ་ “འདི་ནི་ མི་རིགས་ དང་ སེམས་
ཅན་ ཐམས་ཅད་ ང་ མཉམ་དུ་ བཟོ་ ཡོད་པའི་ ཁ་ཆད་ཀྱི་ རྟགས་མཚན་ ཨིན་” སེ་ གསུངས།

earth be destroyed by a flood. This is my cov-
enant with you.” 12 Again God said, “This is
the sign of the covenant made with you and
all the animals with you, and with all future
generations. 13 The sign of the covenant be-
tween the earth and me is the rainbow that
pierces the clouds of the sky. 14 When I cover
the sky with clouds and the rainbow is seen
in the clouds, 15 I will remember the covenant
I made with you and all living beings—I will
not destroy all life by a flood. 16 I will look at
the rainbow in the sky and remember the eter-
nal covenant between God and all living be-
ings on earth.” 17 God said to Noah, “This is
the sign of the covenant I have made with
humankind and animals.”

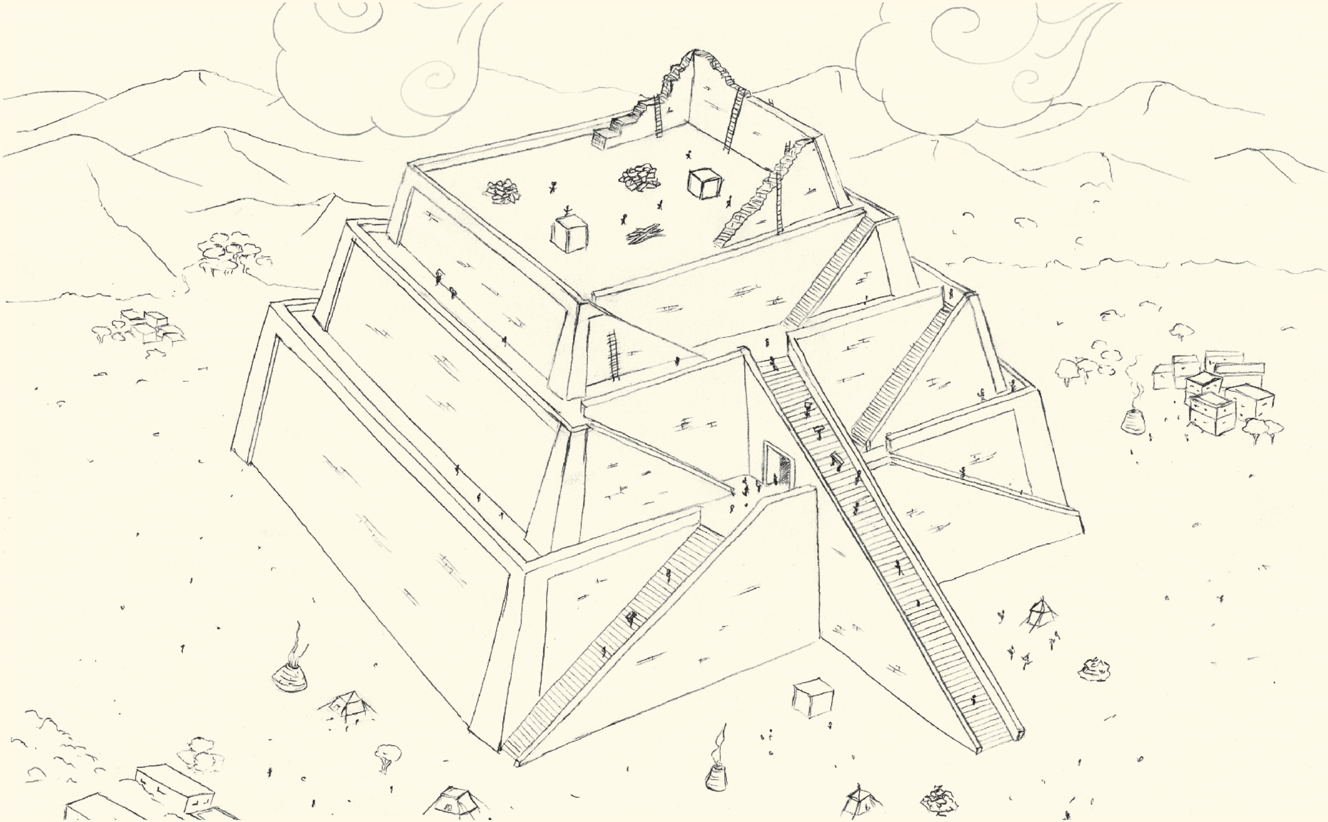
བ་བེལ་གྱི་ ཁྱིམ་ མཐོ་དྲགས།

11 [1]ཡང་ མི་ ཐམས་ཅད་ལོ་ སྐད་རིགས་ གཅིག་ དང་ གཏམ་ གཅིག་ ཡོད་པོ་ སྦད།
[2]ཁོང་ཙུ་ ཤར་ཕྱོགས་ལོ་ སོང་སྐབས་ ཤི་ནེ་ཨར་ ལབ་མཁན་ ཡུལ་གྱི་ ཐང་ གཅིག་ལོ་ སླེབས་སྟེ་
ཨོ་ཁ་ གཞིས་ཆགས་ སྡོད་པོ་ སྦད། [3]ཡང་ ཁོང་ཙུ་ གཅིག་གི་ གཅིག་ལོ་ "ད་ ང་ཅག་ སའི་ འདམ་
པ་ སྟིག་སྟེ་ ས་པག་ བཟོ་སྟེ་ མེ་ན་ སྲེག་ དགོས།" སེ་ ལབ། ཨོ་འདི་ར་ བྱས་སྟེ་ ཁོང་ཙུ་ཀྱིས་ རྡོའི་
ཚབ་མ་ལོ་ ས་པག་ དང་ སྦུར་རྗེས་ཀྱི་* ཚབ་མ་ལོ་ སྣུམ་ནག་ བེད་སྤྱོད་ བྱས་པོ་ སྦད། [4]ཁོང་ཙུ་
ཀིས་ ལབ་, "ང་ཅའི་ མིང་གཏམ་ བཞག་ དགོས་པའི་ དོན་ལོ་ དང་ ང་ཅག་ འཛམ་གླིང་ ཡོངས་
རྫོགས་ལོ་ གཏོར་ མིན་དགོས་པའི་ དོན་ལོ་ ད་ ང་ཅག་ རང་གི་ དོན་ལོ་ ཁྲོམ་ གཅིག་ དང་ འདི་
ན་ ཁྱིམ་ མཐོ་དྲགས་ གནམ་ལོ་ ཐུག་མཁན་ གཅིག་ བཟོ་གེ།" [5]འདི་ལས་ ཡ་ལྷེ་ དཀོན་མཆོག་
གིས་ མིའི་ བུ་ཙུ་ཀིས་ བཟོ་ ཡོད་པའི་ ཁྲོམ་ དང་ ཁྱིམ་ མཐོ་དྲགས་ལོ་ གཟིགས་པ་ མར་ བྱོན་སྟེ་
[6]གསུངས་, "ཁོང་ཙུ་ སྐད་རིགས་ གཅིག་ དང་ མི་རིགས་ གཅིག་ ཨིན་བའི་ རྐྱེན་གྱིས་ འདི་ འདྲ་
བོའི་ གཡོག་ འགོ་ བཙུགས་ཀོ་ སྦད། ད་ལས་ ཕ་ལྟེ་ ཁོང་ཙུ་ཀིས་ གན་ འདོད་པོ་ཙུ་ སྒྲུབ་ མ་ཚུགས་
པོ་ གན་ཡང་ མེད། [7]ད་ ཁོང་ཙུ་ཀི་ སྐད་རིགས་ འདི་ ཕ་སྟེ་ ཚུ་སྟེ་ གོ་ མ་ཚུགས་པའི་ དོན་ལོ་
ང་ཅག་ མར་ བབས་སྟེ་ སྐད་རིགས་ འདི་ལོ་ དཀྲུག་གེ།" [8]ཡ་ལྷེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ཁོང་ཙུ་ལོ་
ས་ཆ་ འདི་ལས་ འཛམ་གླིང་ ཡོངས་རྫོགས་ལོ་ གཏོར་བོ་དང་ ཁོང་ཙུ་ཀིས་ ཁྲོམ་ བཟོ་ཤད་ བཏང་

* 11.3 ཨར་འདམ་

Tower of Babel

11 [1]And all people had the same lan-
guage and a common speech. [2]When they
went to the east, they arrived to a plain in a
land called Shinear and settled there. [3]And
they said to each other, "We must make bricks
from clay and burn them." So they used bricks
instead of stone and tar instead of cement.
[4]They said, "Let us build for ourselves a city
and in it a building so high it reaches heaven.
That way we will make a name for ourselves
and we will not have to be scattered all over
the earth." [5]Then the Lord came down to
look at the city and the high building that men
had made. [6]He said, "Because they have the
same language and are one people, they began
a work like this. From now on, nothing they
desire to do will be impossible for them.
[7]Now let us go down and confuse their lan-
guage, so that they will not understand each
other." [8]The Lord God scattered them from
that place all over the earth, and they stopped



བོ་ སྦད། 9 འདི་བྱས་ ཁྲོམ་ འདི་ མིང་ལོ་ བ་བེལ་* ལབ་སྟེ་ བཏགས། གན་བྱས་ སེ་ནེ་ ཨོ་ཁ་ ཡ་
ལྷེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ མི་ཙུ་གི་ སྐད་རིགས་ དཀྲུག་སྟེ་ མི་རིགས་ཙུ་ལོ་ འཛམ་གླིང་ ཡོངས་རྫོགས་
ལོ་ གཏོར་ གནང་བོ་ སྦད།

building the city.
9 That is why the city was called Babel, because there the Lord confused people's languages and scattered mankind all over the earth.

* 11.9 བ་བེལ་ ལབ་མཁན་ དོན་དག་ འདི་ མགོ་ ཐོམ་ཤད་ སེ་ ཡིན།

ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ཨབ་རམ་ལོ་ བོས་པའི་ སྐོར།

12 [1]ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ཨབ་རམ་ལོ་ “ད་ ཆོད་ རང་གི་ ཕ་ཡུལ་, ཉེའུ་གཉེན་ཚན་
དང་ ཕའི་ ཁྱིམ་ སྤྱངས་སྟེ་ ངས་ ཆོད་ལོ་ སྟོན་བའི་ ཡུལ་ལོ་ སོང་ཆེ། [2]ངས་ ཆོད་ ཐོག་ལས་ རྒྱལ་
ཁབ་ སྤོམ་པུ་ འགྱུར་ བཅུག་ཤད་ ཨིན། ངས་ ཆོད་ལོ་ བྱིན་གྱིས་ རླབས་སྟེ་ ཆོད་ལོ་ མིང་གཏམ་
སྤོམ་པུ་ འགྱུར་ བཅུག་ཤད་ ཨིན། ཆོད་ཡང་ མི་ གཞན་གྱི་ དོན་ལོ་ བྱིན་རླབས་ལོ་ འགྱུར་ འོང་།
[3]མི་ ཀ་གིས་ ཆོད་ལོ་ བྱིན་རླབས་ བྱིན་པོ་ ངས་ ཁུ་ལོ་ བྱིན་གྱིས་ རླབས་ཤད་ ཨིན། ཡང་ མི་ ཀ་
གིས་ ཆོད་ལོ་ དམོདམ་ བདབ་པོ་ ངས་ ཁུ་ལོ་ དམོདམ་ བཏབ་ཤད་ ཨིན། ཡང་ ཆོད་ལས་ བརྒྱུད་
སྟེ་ འཛམ་གླིང་གི་ མི་རིགས་ ཐམས་ཅད་ བྱིན་རླབས་ ཐོབ་ཤད་ ཨིན་” སེ་ གསུངས། [4-5]ཨབ་
རམ་ དགུང་ལོ་ བདུན་བཅུ་ དོན་ལྔ་ ལངས་སྐབས་ ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ བཀའ་ གནང་བོ་
ལྟར་ ཨབ་རམ་གྱིས་ ཁུའི་ མོ་བུད་ ས་ར་ཡི་, ཁུའི་ སྤུན་ལོའི་ བུ་ ལོཊ་ དང་ ཁྲོམ་ ཧ་རན་ལོ་ ཡོད་
མཁན་ གཡོག་ཀུ་ཙུ་ ཁྱིག་སྟེ་ རང་གི་ རྒྱུ་ནོར་ ཐམས་ཅད་ འབག་སྟེ་ ཧ་རན་ ཁྲོམ་ལས་ འཐོན་
སྟེ་ ཀ་ནཱན་ ལབ་མཁན་ ཡུལ་ཕྱོགས་ལོ་ སོང་། ཀ་ནཱན་ ཡུལ་ལོ་ སླེབས་སྐབས་ [6]ཁོང་ཙུ་ ཡུལ་ འདི་
ལས་ བརྒྱུད་སྟེ་ འགྲུ་བའི་ སྐང་ ཤེ་ཀེམ་ལོ་ མོ་རེ་ ལབ་མཁན་ ཡུལ་གྱི་ ཤིང་ སྤོམ་པུ་* ཡོད་ས་

* 12.6 ཤིང་ སྤོམ་པུ་ འདི་ ཀ་ནཱན་པོ་ཙུ་གིས་ བཀྲ་ཤིས་པོ་ ཅེ་པོ་ སྦད།

God Calls Abram

12 [1]The Lord said to Abram, “Now
leave your native country, your relatives and
your father’s household, and go to the land I
will show you. [2]I will cause you to become a
great nation. I will bless you and make your
name great. You will also be a blessing for
others. [3]I will bless those who bless you, and
I will curse those who curse you. And through
you all the peoples of the world will be
blessed.” [4-5]At the age of seventy-five,
Abraham did according to God’s command.
He took his wife Sarai, his brother’s son Lot
and the servants he had in the city of Haran—
along with all his possessions—and left Haran
to go to a land called Canaan. When they
arrived in Canaan, [6]they traveled through the
land until they arrived to the great (oak) tree
of Moreh in Shechem. (At that time,
Canaanites were living in the land.) [7]Then the

སླེབས་པོ་ སྨད། (ཨོ་འདི་ སྐབས་ ཀ་ནཱན་པོ་ཙུ་ ཡུལ་ ཨོ་འདི་ན་ སྡོད་དོ་ སྨད།) 7 འདི་ལས་ ཡ་
ལྷེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ཨབ་རམ་ རྩར་ དངོས་སུ་ བྱོན་སྡེ་ “ངས་ ཚོད་ཀྱི་ བུ་རྒྱུད་ཙུ་ལོ་ ཡུལ་ འདི་
བྱིན་ཤད་ ཨིན་” སེ་ གསུངས། ཨབ་རམ་གྱིས་ ས་ཆ་ ཨོ་འདི་ན་ དངོས་སུ་ བྱོན་མཁན་ ཡ་ལྷེ་
དཀོན་མཆོག་ལོ་ མཆོད་ཁྲི་ གཅིག་ བཟོ་པོ་ སྨད། 8 འདི་ལས་ ཨབ་རམ་ ཁྲོམ་ བེད་ཨེལ་གྱི་ ཤར་
ཕྱོགས་ལོ་ ཡོད་པའི་ རི་ཐོག་ལོ་ སོང་སྟེ་ བེད་ཨེལ་གྱི་ ཤར་ཕྱོགས་ དང་ ཨ་ཨི་ ལབ་མཁན་ ཁྲོམ་
གྱི་ ནུབ་ཕྱོགས་ལོ་ ཡོད་པའི་ ས་གནས་ གཅིག་ན་ གུར་ ཕུབ་སྟེ་ ཨོ་ཁ་ཡང་ ཁུ་གིས་ མཆོད་ཁྲི་
གཅིག་ བཟོ་སྟེ་ ཡ་ལྷེ་ དཀོན་མཆོག་ལོ་ གསོལ་བ་ བཏབ་པོ་ སྨད།

Lord appeared to Abram and said, “I will give this land to your descendants.” Abram built an altar in that place to the Lord, who had appeared to him.
8 Then Abram went on to the hills east of the city of Bethel and pitched his tent in a place east of Bethel and west of Ai. There, too, he built an altar and prayed to the Lord.

13

དཀོན་མཆོག་གིས་ ཨབ་རམ་ལོ་ ཀ་ནཱན་ ཡུལ་ གནང་བའི་ སྐོར།

14 ལོཊ་ ཨབ་རམ་ དང་ གྱེས་པའི་ རྒྱབ་ལོ་ ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ཨབ་རམ་ལོ་ "ཚོད་ ལོང་
སྡོད་ས་ལས་ ཤར་, ལྷོ་, ནུབ་, བྱང་ཕྱོགས་ལོ་ ལྟ་ཆེ། 15 ཚོད་ཀྱིས་ མཐོང་བའི་ ཡུལ་ ཐམས་ཅད་
འདི་ ངས་ ཚོད་ དང་ ཚོད་ཀྱི་ བུ་རྒྱུད་ཙོ་ལོ་ བྱིན་ཤད་ ཡིན། འདི་ཙོ་ གཏན་ཀྱང་ ཁུ་ཙའི་ ཡིན།
16 ཚོད་ཀྱི་ བུ་རྒྱུད་ཀྱི་ གྲངས་ཁ་ ཀ་གིས་ཡང་ རྐྱབས་ མི་ཚུགས། གན་བྱུས་ ས་ཞེ་ ངས་ ཚོད་ཀྱི་
བུ་རྒྱུད་ འདི་ སའི་ ཐེའུ་ འདྲའུ་ འཕེལ་སྒྲི་ འགྱུ་ བཅུག་ཤད་ ཡིན། 17 ད་ ལོང་སྟི་ ཡུལ་ ཐམས་
ཅད་ལས་ བརྒྱུད་སྟི་ སྐོར་ རྐྱབས་ཆེ། གན་བྱུས་ ས་ཞེ་ ངས་ ཚོད་ལོ་ ཡུལ་ འདི་ཙོ་ ཐམས་ཅད་
བྱིན་ཤད་ ཡིན་" སེ་ གསུངས། 18 འདི་ལས་ ཨབ་རམ་གྱིས་ གུར་ སྒྲོ་སྟི་ ཧེབ་རྣོན་ ལབ་མཁན་
ཡུལ་ལོ་ སོང་སྒྲི་ མམ་རེ་ཀི་ ཤིང་ སྡོམ་པུ་ཙོ་ རྩར་ གུར་ ཕུབ་སྟི་ སྡོད་སྟི་ ས་ཆ་ ཨོ་ཁ་ ཡ་ཧྭེ་
དཀོན་མཆོག་ལོ་ མཆོད་ཁྲི་ གཅིག་ བཟོ་བོ་ སྦད།

13

God Gives the Land of Canaan to Abram

14 After Lot had separated from Abram, the
Lord said to Abram, "Look to the north and
south, east and west, from the place where
you stand. 15 I will give all the land you see to
you and your descendants. They are yours
permanently. 16 No one will be able to count
the number of your descendants. For I will
cause your descendants to become as numer-
ous as the dust of the earth. 17 Now rise and
walk through all the land, because all these
places I will give to you." 18 Then Abram
moved his camp to a place called Hebron and,
pitching his tent near the great (oak) trees of
Mamre, lived there. There he built another
altar to the Lord.

ཡ་ཧྭ་ དཀོན་མཆོག་ དང་ ཨབ་རམ་ བར་ན་ ཞལ་ཆད་ དང་པོ།

15

[1] འདིའི་ ཀྱུབ་ལོ་ ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ཨབ་རམ་ལོ་ མཐོང་སྣང་ན་ གསུངས་,
"ཨབ་རམ་, མན་འཇུས་ཆེ། ང་ ཆོད་ཀྱི་ སྲུང་སྐྱོབ་ ཐུས་མཁན་ ཕུབ་ ཨིན་པོ་ མི་ཚད་ ཆོད་ལོ་ བྱ་
དགའ་ ལེབ་ སྨོམ་བུ་ གཅིག་ བྱིན་ཤད་ ཨིན།" [2] དེ་ཟང་ ཨབ་རམ་གྱིས་ ལབ་, "ཀྱེ་ གཙོ་བོ་ དཀོན་
མཆོག་ ཡ་ཧྭེ་ལགས། ང་ལོ་ བུ་གཞིས་ གཅིག་ཡང་ མེད་པའི་ རྐྱེན་གྱིས་ རང་གི་ བྱ་དགའ་ འདི་
ང་ལོ་ ཕན་ མི་ཏོག། ཁྱིམ་ ད་མེ་སེག་གི་ ཨེ་ལི་ཨེ་ཟེར་ ལབ་མཁན་ འདི་ ངའི་ ཕ་གཞིས་ འཛིན་
མཁན་ གཅིག་ཀུ་ ཨིན། [3] རང་གིས་ ང་ལོ་ བུ་གཞིས་ མ་གནང་བའི་ རྐྱེན་གྱིས་ ངའི་ ཁྱིམ་ཚང་ན་
སྐྱེ་ ཡོད་པའི་ གཡོག་ཀུ་ཙུ་ ནང་ལས་ གཅིག་གིས་ ཀྱུབ་ལོ་ ངའི་ ཕ་གཞིས་ བཟུང་མཁན་ གཅིག་
བྱུང་ འོང་།" [4] དེ་ཟང་ ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ད་རུང་ ཨབ་རམ་ལོ་ "ཨེ་ལི་ཨེ་ཟེར་ ལབ་མཁན་
མི་ འདི་ ཆོད་ཀྱི་ ཕ་གཞིས་ འཛིན་མཁན་ མི་འཐོན། ཆོད་རང་གི་ བུ་ གཅིག་ ཕ་གཞིས་ འཛིན་
མཁན་ འཐོན་ཤད་ ཨིན་" སེ་ གསུངས་པོ་ སྨད། [5] འདི་ལས་ ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ཁུ་ལོ་
པང་ཁ་ ཁྱིག་ བཙོན་སྟེ་ "གནམ་མཁའ་ལོ་ ལྟ་ཆེ། སྐར་མ་ཙུ་ གྱངས་ཁ་ རྐྱབས་ ཚུགས་ནེ་ རྐྱབས་ཆེ།
ཆོད་ཀྱི་ བུ་རྒྱུད་ཡང་ སྐར་མ་ འདྲཝ་ ཀེས་པོ་ བྱུང་ཤད་ ཨིན་" སེ་ གསུངས། [6] ཨབ་རམ་གྱིས་ ཡ་
ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་ལོ་ དད་པོ་ ཐུས་བའི་ རྐྱེན་གྱིས་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ཁུ་ལོ་ རྣམ་པར་ དག་ཀོའི་
མི་ གཅིག་ལོ་ རྩི་བོ་ གནང་བོ་ སྨད།

The First Covenant Between God and Abram

15

[1] Afterwards the Lord spoke to Abram
in a vision, "Do not be afraid, Abram. I am
your shield of protection, and I will reward
you greatly." [2] But Abram said, "O Lord God,
since I don't have any children, your reward
will not help me. No one other than Eliezer
from Damascus will inherit my wealth.
[3] Because you have not given me children, one
of the servants born in my household will later
be my heir." [4] But the Lord again said to
Abram, "Eliezer will not become your heir.
Your own son will be your heir." [5] Then the
Lord took him outside and said, "Look at the
sky. Count the stars, if you can. Your descen-
dants will be as many as the stars." [6] Because
Abram believed the Lord, the Lord considered
him a righteous person.

ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་ དང་ ཨབ་རམ་ བར་ན་ ཞལ་ཆད་ གཉིས་པ།

17 [1]ཨབ་རམ་ དགུང་ལོ་ དགུ་བཅུ་ གོ་དགུ་ ལངས་སྐབས་ ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་ ཁུའི་
མདུན་ལོ་ དངོས་སུ་ ཐོན་སྟེ་ "ང་ནི་ ཀུན་དབང་ དཀོན་མཆོག་ ཨིན། ངའི་ མདུན་ལོ་ འགྲུ་སྟེ་
སྐྱོན་ མེད་པོ་བྱས་ སྡོད་ཅིག [2]ངས་ ཚོད་ མཉམ་བུ་ ཁ་ཆད་ བྱས་སྟེ་ ཚོད་ཀྱི་ བུ་རྒྱུད་ ཀེས་པོ་ དར་
བཅུག་ཤད་ ཨིན་" སེ་ གསུངས། [3]ཨབ་རམ་གྱིས་ ཕྱག་འཚལ་པོ་དང་ དཀོན་མཆོག་གིས་ [4]"ལྟ་
ཅེ་, ངས་ ཚོད་ལོ་ མི་རིགས་ ཀེས་པའི་ ཡབ་ བཟོ་ཤད་ ཨིན། འདི་ནི་ ང་ དང་ ཚོད་ མཉམ་བུ་
བྱས་ ཡོད་པའི་ ཁ་ཆད་ ཨིན། [5]ད་ལས་ ཕ་ལྟེ་ ཚོད་ལོ་ ཨབ་རམ་ མི་ལབ། ཚོད་ཀྱི་ མིང་ ཨབ་ར་
ཧམ་* སེ་ ལབ། གན་བྱས་ སེ་ན་ ངས་ ཚོད་ལོ་ མི་རིགས་ ཀེས་པའི་ ཡབ་ བཟོ་ཤད་ ཨིན། [6]ངས་
ཚོད་ཀྱི་ བུ་རྒྱུད་ཙུ་ ལེབ་ ཀེས་པོ་ འཕེལ་ བཅུག་སྟེ་ འདི་ཙུ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ དང་ རྒྱལ་པོ་ ཀེས་
པོ་ འཐོན་ཤད་ ཨིན། [7]ཡང་ ངས་ གཏན་གནས་ཀྱི་ ཁ་ཆད་ འདི་ ཚོད་ དང་ ཚོད་ཀྱི་ མ་འོངས་
པའི་ བུ་རྒྱུད་ ཐམས་ཅད་ མཉམ་བུ་ སྲུང་ཤད་ ཨིན། ང་ ཚོད་ དང་ ཚོད་ཀྱི་ བུ་རྒྱུད་ ཐམས་ཅད་
ཀྱི་ དཀོན་མཆོག་ ཆྱུང་ཤད་ ཨིན། [8]ངས་ ཚོད་ ཕྱི་རྒྱལ་པོ་ འདྲ་ཙུ་ སྡོད་བཞིན་ ཡོད་པའི་ ས་ཆ་
ཀ་ནཱན་ ཡུལ་ ཡོངས་རྫོགས་ འདི་ ཚོད་ དང་ ཚོད་ཀྱི་ བུ་རྒྱུད་ཙུ་ལོ་ གཏན་གནས་ཀྱི་ དོན་ལོ་
བྱིན་སྟེ་ ང་ ཚོད་ཀྱི་ བུ་རྒྱུད་ཙུའི་ དཀོན་མཆོག་ཡང་ ཆྱུང་ཤད་ ཨིན་" སེ་ གསུངས།

* 17.5 ཨབ་ར་ཧམ་ ལབ་མཁན་གྱི་ དོན་དག་ འདི་ "མི་ ཀེས་པའི་ ཕ་" སེ་ ཨིན།

The Second Covenant Between God and Abram

17 [1]When Abram was ninety-nine years
old, the Lord appeared to him and said, "I am
God Almighty. Walk before me and live a
blameless life. [2]I will make a covenant with
you and greatly increase the number of your
descendants." [3]Abram fell face down, and
God said, [4]"Behold, I will make you the fa-
ther of many nations. That is the covenant I
make with you. [5]From now on, you will not
be called Abram. You will be called
Abraham,* because I will make you the father
of many nations. [6]I will greatly increase the
number of your descendants, and many na-
tions and kings will arise from them. [7]And I
will keep this eternal covenant with you and
all your future descendants. I will be your
God and the God of all your descendants.
[8]The whole land of Canaan, where you now
live like a foreigner, I will give as an everlast-
ing possession to you and your descendants. I
will also be the God of your descendants."

* 17.5 The meaning of Abraham is "father of many."

དཀོན་མཆོག་གིས་ ཨབ་ར་ཧམ་ལོ་ བུ་ གཅིག་ གནང་བའི་ སྐོར།

21 [1] ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ རང་གིས་ གསུངས་པོ་ ནང་ལྟར་ ཨབ་ར་ཧམ་གྱི་ མོ་བུད་
ས་རཱ་ལོ་ ཐུགས་རྗེ་ གཟིགས་པོ་ སྣད། [2] ཨབ་ར་ཧམ་ ལོ་ རྒས་དུས་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ཁྲུ་ལོ་ སྔོན་
ལས་ གསུངས་པའི་ དུས་ཚོད་ན་ ས་རཱ་ བུ་ཚེམས་ འཐོན་སྟི་ སྦུ་ལས་ བུ་ གཅིག་ སྐྱེ། [3] ཨབ་ར་ཧམ་
གྱིས་ བུ་ འདི་ མིང་ལོ་ ཨི་སྣག་ ལབ་ བཏགས། [4] ཡང་ དཀོན་མཆོག་གྱིས་ བཀའ་ གནང་བོ་ལྟར་
ཨི་སྣག་ ཉིམ་ བརྒྱད་ ལང་སྐབས་ ཨབ་ར་ཧམ་གྱིས་ ཁྲུ་ལོ་ མདུན་ལྤགས་* བཏོག་ཀོ་ སྣད། [5] ཨི་
སྣག་ སྐྱེ་སྐབས་ ཨབ་ར་ཧམ་ དགུང་ལོ་ བརྒྱ་ ལངས་ཚར་ ཡོད་པོ་ སྣད། [6] ས་རཱ་གིས་ ལབ་, "དཀོན་
མཆོག་གིས་ ང་ལོ་ དགའ་བའི་ རྒྱུ་མཚན་ བཟོ་པོ་ གནང་ ཡོད། འདི་ ཐོས་མཁན་ ཐམས་ཅད་ ང་
མཉམ་པུ་ དགའ་ འོང་།" **

* 21.4 བུའི་ མདུན་ལྤགས་ གཏོག་ཤད་ འདི་ དཀོན་མཆོག་གིས་ གནང་བའི་ ཞལ་ཆད་ སྲུང་བའི་ རྟགས་ གཅིག་ ཨིན།
**21.6 ཨི་སྣག་ ལབ་མཁན་ མིང་གི་ དོན་དག་ འདི་ "ཁྲུ་ དགའ་དོ་ སྣད་" སེ་ ཨིན།

God Gives Abraham a Son

21 [1] The Lord was gracious to Abraham's
wife Sarah, just as He had promised. [2] Sarah
became pregnant and bore a son in Abraham's
old age, at the time God had previously told.
[3] Abraham gave the son the name Isaac. [4] And
according to God's command, Abraham cir-
cumcised* him when he was eight days old.
[5] When Isaac was born, Abraham was 100
years old. [6] Sarah said, "God has given me a
reason to laugh. All who hear about this will
laugh with me." **

* 21.4 Circumcision done on boys was a sign of keeping God's covenant.
**21.6 The meaning of the name Isaac is "he laughs."

དཀོན་མཆོག་གིས་ ཨབ་ར་ཧམ་ལོ་ ཉམས་ཚོད་ བཞེས་པའི་ སྐོར།

22 1 འདིའི་ ཐམས་ཅད་ཀྱི་ རྒྱབ་ལོ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ཨབ་ར་ཧམ་ལོ་ ཉམས་ཚོད་ བཞེས་
པའི་ དོན་ལོ་ ཁུ་ལོ་ "ཨབ་ར་ཧམ་" སེ་ གསུངས་པོ་དང་ ཁུ་གིས་ "ང་ འདི་ཁ་ར་ ཡོད་" སེ་ ཞུས།
2 དཀོན་མཆོག་གིས་ ཁུ་ལོ་ "ད་ ཚོད་ཀྱིས་ རང་གི་ གཅེས་པའི་ བུ་ གཅིག་ གཅིག་ཀུ་ ཨི་སྣག་
འདི་ ཁྲིག་སྟེ་ མོ་རི་ཡ་ ལབ་མཁན་ ཡུལ་ལོ་ སོང་སྟེ་ ངས་ ཚོད་ལོ་ སྟོན་བའི་ རི་ གཅིག་ལོ་ ཁུ་
ལོ་ མཆོད་པའི་ དོན་ལོ་ གསོན་སྲེག་ ཕུལ་ཆེ་" སེ་ བཀའ་ གནང་པོ་ སྦད། 3 ཨོ་འདི་ ཐོ་རངས་
ཉིམ་ ཨབ་ར་ཧམ་ དྲོ་པ་ དྲོ་ལས་ ལོང་སྟེ་ གསོན་སྲེག་གི་ ཤིང་ གཏོག་སྟེ་ འདི་ལས་ བོང་བུ་ གཅིག་
ལོ་ སྒ་ རྒྱབས་སྟེ་ གཡོག་ཀུ་ གཉིས་ དང་ བུ་ ཨི་སྣག་ ཁྲིག་སྟེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ སྟོན་ གནང་
བའི་ ས་གནས་ལོ་ འཐོན། 4 ཉིམ་ གསུམ་པོའི་ ཉིམ་ཆེ་ ཨབ་ར་ཧམ་གྱིས་ ས་གནས་ འདི་ ཐག་
རིང་ལས་ མཐོང་པོ་ སྦད། 5 འདི་ལས་ ཨབ་ར་ཧམ་གྱིས་ གཡོག་ཀུ་ཚུ་ལོ་ "ཁྱུ་ཅག་ བོང་བུ་ མཉམ་
བུ་ འདི་ཁ་ སྡོད་ཆེ། ང་ དང་ བུ་ ས་ཆ་ ཨོ་ཁ་ སོང་སྟེ་ ཕྱག་མཆོད་ ཕུལ་སྟེ་ ཁྱུ་ཅའི་ རྩར་ ལོག་
འོང་ཤད་ ཨིན་" སེ་ བཤད། 6 གསོན་སྲེག་གི་ ཤིང་ འདི་ ཨི་སྣག་ལོ་ འབབ་ བཅུག་སྟེ་ ཨབ་ར་
ཧམ་གྱིས་ མེ་མདག་ དང་ གྱི་ཙུང་ གཅིག་ འབག་སྟེ་ ཁོང་ གཉིས་ མཉམ་བུ་ འགྱུ་དུས་ 7 ཨི་སྣག་
གིས་ ཨབ་ར་ཧམ་ལོ་ "པ་ལགས་" སེ་ ལབ་པོ་དང་ ལན་ལོ་ ཨབ་ར་ཧམ་གྱིས་ "གན་ ཨིན་ ངའི་

God tests Abraham

22 1 After these things, God said to
Abraham in order to test him, "Abraham."
And he said, "I am here." 2 God commanded
him, "Now take your only son Isaac and go
to the land of Moriah, and sacrifice him as a
burnt offering on a hill that I will show you."
3 The next day, Abraham got up early and
chopped firewood for the burnt offering. Then
he saddled a donkey, took along two servants
and his son Isaac, and set out for the place
that God had shown him. 4 On the third day,
he saw that place from far away. 5 Then
Abraham said to the servants, "Stay here with
the donkey. The boy and I will go over there
and worship. Then we will come back to
you." 6 Abraham made Isaac carry the wood
for the burnt offering, and he himself carried
burning coals and a knife. As they went on
together, 7 Isaac said to Abraham, "Father."
Abraham said, "What is it, my son? I am

བུ? ང་ འདི་ཁ་ར་ ཡོད་” སེ་ ལབ། ཨི་སྣག་གིས་ “མེ་ཤིང་ དང་ མེ་མདག་ ཡོད་རུང་ སྦྱིན་སྲེག་
གི་ དོན་ལོ་ ལུག་གུ་ ག་ན་ ཡོད?” སེ་ དྲི་བའི་ ལན་ལོ་ 8 ཨབ་ར་ཧམ་གྱིས་ “དཀོན་མཆོག་ རང་
གིས་ར་ ང་ཚག་ལོ་ ལུག་གུ་ གཅིག་ གནང་ འོང་” སེ་ ལབ། འདི་ལས་ ཁོང་ གཉིས་ མཉམ་པུ་ར་
སོང་། 9 དཀོན་མཆོག་གིས་ སྟོན་པོ་ གནང་བའི་ ས་གནས་ལོ་ སླེབས་སྐབས་ ཨབ་ར་ཧམ་གྱིས་ ཨོ་
ཁ་ མཆོད་ཁྲི་ གཅིག་ བཟོ་སྟེ་ འདིའི་ སྟེང་ལོ་ མེ་ཤིང་ སྒྲིགས་སྟེ་ རང་གི་ བུ་ ཨི་སྣག་ལོ་ བསྡམ་
སྟེ་ མེ་ཤིང་ སྟེང་ལོ་ བཞག། 10 འདི་ལས་ ཨབ་ར་ཧམ་གྱིས་ བུ་ བསད་པའི་ དོན་ལོ་ གྲི་ཅུང་ འདི་
ལག་ཀར་ ལེན། 11 དེ་ཟང་ ཡ་ཞེ་ དཀོན་མཆོག་གི་ ཕོ་ཉ་ གཅིག་གིས་ དཀོན་མཆོག་གི་ ཞིང་
ཁམས་ལས་ “ཨབ་ར་ཧམ་, ཨབ་ར་ཧམ!” སེ་ བོས་པོ་དང་ ཁུ་གིས་ “ལགས་ཨིན་ལགས། ང་ འདི་
ཁ་ར་ ཡོད་” སེ་ ཞུས། 12 ཕོ་ཉ་ཀིས་ གསུངས་, “ཚོད་ཀྱི་ ལག་ཀོས་ བུ་ལོ་ མན་འདོ། བུ་ འདི་ལོ་
གནོད་པོ་ ག་རེ་ མན་བྱས། ད་སྟོ་ ཚོད་ཀྱིས་ རང་གི་ བུ་ གཅིག་ གཅིག་ཀུ་ལོ་ཡང་ རང་གི་ དོན་
ལོ་ མ་ཕངས་པ་ ང་ལོ་ ཕུལ་བའི་ རྐྱེན་གྱིས་ ད་ ཚོད་ཀྱིས་ དཀོན་མཆོག་ལོ་ གུས་བཀུར་ བྱས་པོ་
འདི་ ང་ཀིས་ ཧ་གོ་ཞེ།” 13 འདི་ལས་ ཨབ་ར་ཧམ་གྱིས་ ཡ་སྟེ་ ལྟ་བའི་ སྐད་ ལུག་ཕོ་ གཅིག་གི་
ར་ཅོ་ འདི་ ཚེརམ་ ཏུག་དྲུགས་ གཅིག་གི་ ནང་ལོ་ འཁྲིལ་ སྡོད་ ཡོད་པོ་ མཐོང་། ཁུ་ཀིས་ ལུག་
ཕོ་ འདི་ལོ་ ཁྲིག་ འོང་སྟེ་ བུའི་ ཚབ་མ་ལོ་ བསད་སྟེ་ སྦྱིན་སྲེག་གི་ མཆོད་པོ་ ཕུལ་བོ་ སྣད། 14 ཡང་
ཨབ་ར་ཧམ་གྱིས་ ས་གནས་ འདིའི་ མིང་ལོ་ “ཡ་ཞེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ སྦྱོར་ གནང་ འོང་” ལབ་
བཏགས། ཨོ་འདི་བྱས་ ད་སྟོ་ ཟང་ལྟེ་ མི་ཚུ་ཀིས་ “ཡ་ཞེ་ དཀོན་མཆོག་གི་ རི་སྒང་ལོ་ ཁོང་གིས་
སྦྱོར་ གནང་ འོང་” སེ་ ལབ། 15 ཡ་ཞེ་ དཀོན་མཆོག་གིས་ ཕོ་ཉ་ འདི་ཀིས་ ཞིང་ཁམས་ལས་ ཨབ་

here.” Isaac said, “We have firewood and
burning coals, but where is the lamb for the
burnt offering?” Abraham answered, 8 “God
Himself will provide the lamb for us.” Then
the two of them went on together. 9 When
they arrived in the place that God had shown,
Abraham built an altar there and arranged the
firewood on it. He tied his son Isaac and
placed him on the firewood. 10 Then he took
a knife in his hand in order to kill the boy.
11 But the Angel of the Lord called out from
heaven, “Abraham! Abraham!” He said, “Yes,
I’m here.” 12 The angel said, “Do not lay your
hand on the boy. Do not hurt the boy in any
way. Because you didn’t hold on to even your
only son but offered him to me, I now know
that you revere God.” 13 When Abraham then
looked up, he saw a ram caught in the thicket
by its horns. He took the ram and sacrificed
it as a burnt offering instead of his son. 14 And
Abraham called that place “The Lord Will
Provide.” That is why to this day people say,
“On the mountain of the Lord, He will pro-
vide.” 15 The Angel of the Lord called
Abraham from heaven again, 16 “I, the Lord,

ར་ཧམ་ལོ་ ལོག་སྟེ་ར་ ཐོས་སྟེ་ 16 "ངས་ ཡ་ཧྭེ་ དཀོན་མཆོག་ རང་ཉིད་གིས་ ངའི་ མིང་ ཐོག་
ལས་ དམ་བཅའ་ བྱས་ བཞག་སྟེ་ ཚོད་ རང་གི་ བུ་ གཅིག་ གཅིག་ཀུ་ལོ་ཡང་ མ་ཕངས་པའི་ རྐྱེན་
གྱིས་ 17 ངས་ ཚོད་ལོ་ མཉེ་མུ་ར་ བྱིན་གྱིས་ རླབས་སྟེ་ ཚོད་ཀྱི་ བུ་རྒྱུད་ཚུ་ གནམ་མཁའ་ ཡོད་
པའི་ སྐར་མ་ དང་ རྒྱ་མཚོའི་ ཚེལ་ཁ་ ཡོད་མཁན་ བྱེམ་ འདྲྭ་ འཕེལ་ བཅུག་ཤད་ ཡིན། ཚོད་
ཀྱི་ བུ་རྒྱུད་ཚུ་གིས་ དགྲ་ཚུའི་ ཁྲོམ་ཚུ་ ཁོང་ཚུའི་ དབང་ འོག་ལོ་ བཙུག་ འོང་། 18 ཚོད་ཀྱིས་ ངའི་
བཀའ་ལོ་ ཉན་པའི་ རྐྱེན་གྱིས་ ཚོད་ཀྱི་ བུ་རྒྱུད་ལས་ འཛམ་གླིང་གི་ མི་རིགས་ ཐམས་ཅད་ལོ་
བྱིན་རླབས་ ཐོབ་ འོང་" སེ་ གསུངས། 19 འདི་ལས་ ཨབ་ར་ཧམ་ གཡོག་ཀུ་ གཉིས་ཀྱི་ རྟར་ ལོག་
སོང་སྟེ་ ཁོང་ཚུ་ མཉམ་བུ་ རང་གི་ སྡོད་ས་ བེར་ཤེ་པ་ལོ་ ལོག་སྟེ་ ཨོ་ན་ར་ བཞུགས་པོ་ སྡད།

myself swear by my own name that because you didn't hold on to your son,
17 I will surely bless you and make your descendants as numerous as the stars in the sky and sand on the seashore. Your descendants will take possession of the cities of their enemies.
18 Because you obeyed me, all the peoples of the earth will be blessed through your offspring."
19 Then Abraham returned to the two servants and went with them back to his dwelling place in Beersheba and lived there.

ད་ཅུང་ གསུང་འཕྲིན་ བཟང་པོ་ གེས་པོ་ བཤད་པོ།

More Good News

གོང་ལོ་ བཤད་ ཡོད་མཁན་ ལོ་རྒྱུས་ འདི་ཚུ་ ཐམས་ཅད་ འགོད་པ་ ལབ་མཁན་ དམ་པོའི་ གསུང་རབ་ཀྱི་ དེབ་ ནང་ལས་ བསྡུས་པོ་ གཅིག་ ཨིན། དམ་པོའི་ གསུང་རབ་ འདི་ མི་ ཐམས་ཅད་ཀྱི་ དོན་ལོ་ གནང་ ཡོད་པའི་ དཀོན་མཆོག་གི་ བཀའ་ འདི་ ཨིན། འཇིག་རྟེན་ དང་ མི་རིགས་ བཟོ་པོ་ གནང་མཁན་ དཀོན་མཆོག་གི་ སྐོར་ལོ་ ད་ཅུང་ ཧ་གོ་བའི་ འདོད་པོ་ ཡོད་ནེ་ འོག་ལོ་ བྲིན་ ཡོད་པའི་ ཝེབ་སིད་ (website) ནང་ལོ་ འཛུལ་སྒོ་ གཟིགས་པོ་ གནང་། དཀོན་མཆོག་ལས་ རང་ལོ་ བྱིན་རླབས་ ཐོབ་ བཅུག།

The stories told above have been collected from the Gospel written by Mark. The Gospel of Mark is part of the Holy Scriptures. The Holy Scriptures are God’s Word given for all people.

If you want to find out more about the good news, please enter the websites given below.

www.bhutiabible.com
www.tbworld.net/sikkimese

CENTRAL
ASIA
PUBLISHING

ISBN 978-616-7998-35-0
9 786167 998350