

སྐྱབས་མགོན་ ཡེ་ཤུ་ ཁྲིས་ལ་ ང་ཅག་ལ་
སྐྱོབ་ གནང་བའི་ དབང་ཆ་ ཡོད།

སྣོ་དབྱིན་ བཀ་སྐྱུལ།

Jesus Christ Has Power to Save Us

Sikkimese Bhutia-English Edition



སྐྱབས་མགོན་ ཡེ་ཤུ་ བློ་སེམས་ ང་ཅག་ལོ་
སྐྱོབ་ གནང་བའི་ དབང་ཆ་ ཡོད།

སྨོན་ལཱ་ བཞུགས།

Jesus Christ Has Power to Save Us

Sikkimese Bhutia-English Edition

སྐྱབས་མགོན་ ཡེ་ཤུ་ ཁྲིས་ལོ་ ང་ཅག་ལོ་ ལྷོ་བ་ གནང་བའི་ དབང་ཆ་ ཡོད། ལྷོ་དབྱིན་ ཤན་སྐྱུར།

Jesus Christ Has Power to Save Us

Sikkimese Bhutia-English Edition

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

© SGM 2004, 2016—2nd Edition

www.gsungrab.org

ISBN 978-616-7998-34-3

Published by Central Asia Publishing

Printed in Thailand



དཀར་ཆག།

Content

སྐྱབས་མགོན་ ཡེ་སྲུ་ ཁྲིས་ལོ་ ང་ཅག་ལོ་ སྐྱོབ་ གནང་བའི་ དབང་ཆ་ ཡོད། Jesus Christ Has Power to Save Us	9
སྐྱབས་མགོན་ ཡེ་སྲུ་ཀེས་ གསུང་འཕྱིན་ བཟང་པོ་ བསྐྱམས་ ཕྱོན་བའི་ སྐྱོད། Jesus Brings Good News	9
སྐྱབས་མགོན་ ཡེ་སྲུ་ལོ་ གདོན་འདྲེ་ཙུ་ལོ་ བཏོན་ འདའ་བའི་ དབང་ཆ་ ཡོད་པའི་ སྐྱོད། Jesus Has Power to Drive Out Evil Spirits	11
སྐྱབས་མགོན་ ཡེ་སྲུ་ལོ་ རན་ ཐམས་ཅད་ གྲག་ བཅུག་ཀའི་ དབང་ཆ་ ཡོད་པའི་ སྐྱོད། Jesus Has Power to Heal All Diseases	13
སྐྱབས་མགོན་ ཡེ་སྲུ་ལོ་ སྤྱི་ཀའི་ དགོངས་ཡངས་ གནང་བའི་ དབང་ཆ་ ཡོད་པའི་ སྐྱོད། Jesus Has Power to Forgive Sins	14
སྐྱབས་མགོན་ ཡེ་སྲུ་ལོ་ ལྷང་འཇུབ་ ཞི་བ་ བཟོ་བའི་ དབང་ཆ་ ཡོད་པའི་ སྐྱོད། Jesus Has Power to Calm the Storm	16
སྐྱབས་མགོན་ ཡེ་སྲུ་ལོ་ གཤེན་སུ་ཙུ་ལོ་ གསོན་སུ་ སྐྱོང་བའི་ དབང་ཆ་ ཡོད་པའི་ སྐྱོད། Jesus Has Power to Raise the Dead	18
སྐྱབས་མགོན་ ཡེ་སྲུ་ཀེས་ མའི་ ངན་སེམས་ཀྱི་ སྐྱོར་ གསུངས་པོ། Jesus Speaks About the Evil in Peoples' Hearts	21
སྐྱབས་མགོན་ ཡེ་སྲུ་ འདི་ དཀོན་མཆོག་གི་ སྲས་ ཡིན་བའི་ སྐྱོད། Jesus is God's Son	23

སྐབས་མགོན་ ཡེ་ཤུ་གིས་ གལ་ཆེ་ཤོས་ འདི་ གན་ ཨིན་ སེ་ གསུངས་བའི་ སྐོར།
Jesus Speaks About What is Most Important 24

སྐབས་མགོན་ ཡེ་ཤུ་ལོ་ བཤེ་ཤད་ཀྱི་ བྱས་ལག་ བྱས་བའི་ སྐོར།
The Plot to Seize Jesus 25

སྐབས་མགོན་ ཡེ་ཤུ་ལོ་ དགོང་བའི་ ཉེས་ཁྲིམས་ བཏང་བའི་ སྐོར།
Jesus Was Sentenced to Death 26

སྐབས་མགོན་ ཡེ་ཤུ་ རྒྱང་ཤིང་ རྟེང་ལོ་ དགོང་བའི་ སྐོར།
Jesus Was Crucified 24

སྐབས་མགོན་ ཡེ་ཤུའི་ སྐུ་བུར་ བྱག་ཀྱག་ རང་ལོ་ གཞུག་གའི་ སྐོར།
Jesus' Body Was Put in the Tomb 30

སྐབས་མགོན་ ཡེ་ཤུ་ འདི་ གསོན་བུ་ ཨིན།
Jesus is Alive 31

གསུང་འཕྲིན་ བཟང་པོ་ འདི་ མི་ ཐམས་ཅད་ཀྱི་ དོན་ལོ་ ཨིན།
Good News for Everyone 33

ད་རུང་ གསུང་འཕྲིན་ བཟང་པོ་ གེས་པོ་ བཤད་པོ།
More Good News 35

སྐྱབས་མགོན་ ཡེ་ཤུ་ ཁྲིས་ལོ་ ང་ཅག་ལོ་ སྐྱབ་ གནང་བའི་ དབང་ཆ་ ཡོད།།

Jesus Christ Has Power to Save Us

Mark 1.1

¹ དགོན་མཚོག་གི་ སྐབས་ ཡེ་ཤུ་ ཁྲིས་ཀྱི་* གསུང་
འཕྲིན་ བཟང་བའི་ སྐོར་ལོ་ འགོ་ བརྩམ་གོ་ ཡིན།

¹ The beginning of the good news about God’s Son Jesus Christ*:

* 1.1 ཁྲིས་ ལཔ་མཁའ་ཀྱི་ འོན་དག་ འདི་ ཡ་ཏུ་ད་པོ་ཚུ་གིས་ སྐྱབ་
ཡོད་པའི་ རྒྱལ་པོ་ ཡིན།

* 1.1 The word “Christ” refers to the Messiah, the awaited king of the Jews.

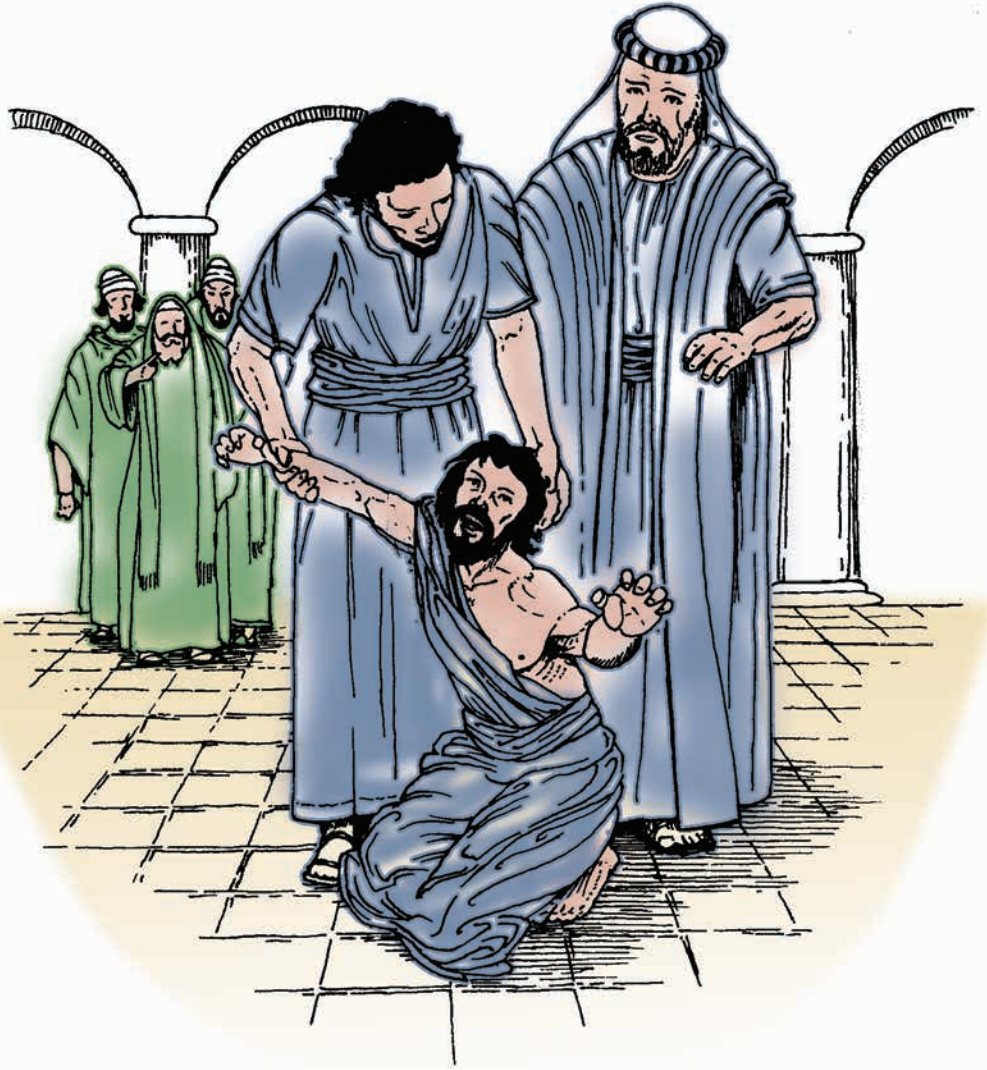
སྐྱབས་མགོན་ ཡེ་ཤུ་གིས་ གསུང་འཕྲིན་ བཟང་བོ་ བསྐྱམས་ ཕྱོད་བའི་ སྐོར།

Jesus Brings Good News

Mark 1.14b-15

^{14b} ཡེ་ཤུ་ ག་ལི་ལི་ ཡུལ་ཚོ་ལོ་ ཕྱོད་མེ་ དགོན་མཚོག་
གི་ གསུང་འཕྲིན་ བཟང་བོ་ བཤད་པོ་ གནང་བཞིན་
¹⁵ གསུངས་, “ད་ ཏུས་ཚོད་ འདི་ ཚང་ཚར། དགོན་
མཚོག་གི་ རྒྱལ་མིང་ ཐག་ཉེ་ སླེབས་ ཡོད། སྐྱོད་ངན་
སྤངས་, བཅས་ འགྱུར་མེ་ གསུང་འཕྲིན་ བཟང་བོ་ལོ་
དད་པོ་ བྱས་ཅེ།”

^{14b} Jesus went to the region of Galilee and proclaimed the good news of God. ¹⁵ He said, “Now the time is here. The appearing of the kingdom of God has come near. Repent and believe the good news.”



སྐབས་མགོན་ ཡེ་ཤུ་ལོ་ གདོན་འདྲེ་ཚུ་ལོ་ བདོན་

འདའ་བའི་ དབང་ཆ་ ཡོད་པའི་ སྐྱེས་

Jesus Has Power to Drive Out Evil Spirits

Mark 1.21-28

²¹ འདི་ལས་ ཡེ་ཤུ་ དང་ ཁོང་གི་ སྐོབ་མ་ཚུ་ ཁྲོམ་ ག་
 སྤར་རུ་མ་ལོ་ སྐོབ་ས་ལྟེ་ ངལ་འཚོ་བའི་ ཉེ་མ་ཚེ་ ཡེ་ཤུ་
 ཡ་རུ་ད་པོའི་ ཚོགས་ཁང་ རང་ལོ་ ཕྱོན་སྡེ་ ཚོས་ སྐབ་
 ཤང་ འགོ་ བཅུག་གོ་ སྤང། ²² ཁོང་གི་ སྐབ་སྟོན་ ཐོས་
 ལྟེ་ མི་ཚུ་གིས་ ཉ་ལས་ འདས་པོ་ སྤང། གན་བྱས་ སེ་རེ་
 ཁོང་གིས་ བཀའ་ཁྲིམས་ཀྱི་ སྐོབ་དཔོན་ཚུ་ འདྲུ་ མན་
 བ་ དབང་ཆ་ རྒན་བོ་བྱས་ སྐབ་པོ་ གནང་བཞིན་ ཡོད་
 པོ་ སྤང། ²³ ཨོ་འདིའི་ སྐབས་ གདོན་འདྲེ་ འཇུལ་ ཡོད་
 པའི་ མི་ གཅིག་ ཚོགས་ཁང་ན་ ཡོད་པོ་ སྤང། ²⁴ ལུ་
 སྐད་ རྒྱགས་ཅན་ རྒྱབས་ལྟེ་ ལབ་, “ཀྱེ, བ་ཟ་རྗེད་ཀྱི་
 ཡེ་ཤུ་ རང་ ང་ཅག་ མཉམ་པུ་ གཡོག་ གར་ ཡོད་པོ་?
 རང་གིས་ ང་ཅག་ལོ་ མེད་བ་ བཟོ་བ་ལོ་ ཕྱོན་པོ་ ཉ་?
 རང་ ག་ ཨིན་པོ་ ང་ རོ་ཤེས། རང་ནེ་ དཀོན་མཚོག་
 གི་ སྐྱེས་པུ་ དམ་པོ་ འདི་ ཨིན།” ²⁵ ཨིན་རུང་ ཡེ་ཤུ་
 གིས་ གདོན་འདྲེ་ འདི་ལོ་ “ཁ་བཅུམ་ སྤོང་! མི་ འདིའི་
 གཟུགས་ལས་ སྤྱི་ ཐོན་ཆེ!” སེ་ བཀའ་བཀྲོན་ གནང་སྡེ་
 གསུངས་པོ་དང་ ²⁶ གདོན་འདྲེ་ འདི་གིས་ མི་ འདི་ལོ་
 གཟུང་ནད་ ཐོག་གོ་ འདྲུ་ ས་ཁ་ལོ་ འགྲེལ་ གདབ་སྡེ་
 སྐད་དན་ སྐོམ་པུ་ ཤོར་བཞིན་ མིའི་ གཟུགས་ལས་ སྤྱི་

²¹ Then as soon as they
 came to the city of Caper-
 naum, on the Day of Rest, Je-
 sus went to the Jewish gath-
 ering-house (synagogue)
 and began to teach. ²² When
 people heard his teaching,
 they were amazed, because
 he taught them as one who
 had authority, not as the
 teachers of the law. ²³ Just
 then there was a man in their
 synagogue with an unclean
 spirit. ²⁴ He cried out, “O Je-
 sus of Nazareth, what do You
 have to do with us? Have
 You come to destroy us? I
 know who You are. You are
 the holy man of God!” ²⁵ But
 Jesus rebuked the demon,
 “Be quiet! Come out of the
 man’s body.” ²⁶ The demon
 caused the man to fall on
 the ground like one who has
 epilepsy. Then the demon
 gave a great cry and came
 out of the man’s body. ²⁷ All

ཐོན་པོ་ སྤང། ²⁷ མི་ ཐམས་ཅད་ ཉ་ལས་ འདས་ལྟེ་ ཡ་
 རྩེ་ རྩེ་ རྩེ་ གཅིག་གིས་ གཅིག་ལོ་ དྲི་བོ་ སྤང།, “འདི་ ག་
 རྩེ་ གཅིག་ ཡིན་? འདི་ སྐབ་ལྟོན་ གསར་པོ་ གཅིག་
 ལྷམ་? ཁོང་གིས་ དབང་ཆ་ སློམ་ཕུ་གིས་ གདོན་འདྲེ་ཚུ་
 ལོ་ཡང་ བཀའ་ གནང་ཞི་ གདོན་འདྲེ་ཚུ་གིས་ཡང་ ཁོང་
 གི་ བཀའ་ལོ་ ཉན་མཐན་ སྤང་གོ།” ²⁸ འདེམ་ བྱང་
 ལོང་ མེད་པོ་ ཁོང་གི་ མིང་གཏམ་ འདི་ ག་ལི་ལི་ ཡུལ་
 ཚོ་ ཐམས་ཅད་ན་ བྱབ་པོ་ སྤང།

the people were amazed,
 and they asked each other,
 “What is this? Is this a new
 teaching? He with great au-
 thority commands even the
 demons, and even the de-
 mons obey him.” ²⁸ As soon
 as this had happened, His
 fame spread over the whole
 region of Galilee.

སྐྱབས་མགོན་ ཡེ་སྲུ་ལོ་ རན་ ཐམས་ཅད་ འགྲུ་ བརྟུག་ཀའི་ དབང་ཆ་ ཡོད་པའི་ རྗེས།

Jesus Has Power to Heal All Diseases

Mark 1.32-34

³² འདི་ལས་ ཉེས་ ཤེས་སྟེ་ ཕྱི་མཚམས་ སྐྱབས་ལོ་ མི་
ཚུ་གིས་ རན་པོ་ དང་ གདོན་འདྲེ་ འཇུ་ལ་ ཡོད་པའི་ མི་
ཚུ་ ཡེ་སྲུ་གེ་ སྐྱེ་མཁུན་ལོ་ བྱིན་ བཅར་བོ་ སྣང། ³³ རྗེས་
གྱི་ མི་ ཐམས་ཅད་ རྗེས་མའི་ རྩ་ལ་ འཇོམས་བོ་དང་
³⁴ རོང་གིས་ དཀོན་མཆོག་གི་ དབང་གི་ ཐོག་ལས་
ནད་རིགས་ མན་འདུའུ་ རན་པོ་ གེས་པོ་ འགྲུ་ བརྟུག་
ཀོ་ མི་ཚང་ གདོན་འདྲེ་ གེས་པོ་ལོ་ བཏོན་ འདའ་བོ་
སྣང། ཡེ་སྲུ་གིས་ གདོན་འདྲེ་ འདི་ཚུ་ལོ་ གཏམ་ གན་
འདྲེ་ ལབ་ མ་བརྟུག་ཀོ་ སྣང། གན་བྱས་ ལབ་ནེ་ གདོན་
འདྲེ་ཚུ་གིས་ རོང་ལོ་ ངོ་ཤེས་མཁན་ སྣང།

³² Then in the evening, when the sun had set, people brought to Jesus the sick and demon-possessed. ³³ All the people of the town were gathered at the door, and ³⁴ He by the power of God healed many people with different kinds of diseases, and he also cast out many demons. Jesus did not allow the demons to say anything, because the demons knew Him.



སྐྱབས་མགོན་ ཡེ་ཤུ་ལོ་ རྗེས་ཀོངི་ དགོངས་ཡངས་

གནང་བའི་ དབང་ཆ་ ཡོད་པའི་ སྐྱར།

Jesus Has Power to Forgive Sins

Mark 2.1-12

¹ ཉིམ་ གཉིས་ གསུམ་ རྒྱབ་ལོ་ ཡེ་ཤུ་ ལོག་སྟེ་ར་ ཀ་
 ལྷར་རུམ་ ཁྲིམ་ལོ་ རྩོན་བོ་དང་ ཁོང་ བྱིམ་ རྒྱང་ལོ་
 བཞུགས་ ཡོད་པའི་ གཏམ་རྩུ་ མོས་བོ་ཚམ་གྱི་ ² མི་
 ཀེས་པོ་ འཛོམས་སྡེ་ མ་ཤོང་བ་ སྐྱོམ་ རྩུ་ལོ་ཡང་
 རྩོད་ས་ མེད་པོ་ སྤང། ཡེ་ཤུ་ཀེས་ ཁོང་རྩུ་ལོ་ ཆོས་
 བཤད་པོ་ གནང་བཞིན་ ཡོད་པོ་ སྤང། ³ འདི་ལས་ མི་
 བཞི་ཀེས་ མི་ གཟུགས་ ལུ་བོ་ གཅིག་ འབག་སྟེ་ ཁོང་
 རྩུ་ བཅར། ⁴ ཨིན་རུང་ མི་ཆོགས་ ཀེས་པོ་ ཡོད་པའི་
 རྩོན་གྱིས་ ཁོང་རྩུ་ ཡེ་ཤུ་ཀེ་ རྩུ་ལ་ ཐར་ མ་རྩུགས། ཨོ་
 ར་ལས་ ཁོང་རྩུ་ཀེས་ བྱི་མའི་ གུང་ རྩོག་སྟེ་ རྩོད་ལ་
 ལས་ ཡེ་ཤུ་ བཞུགས་ས་ དོང་ རྩོམ་ཕུ་ གཅིག་ བཟོ་
 རྩེ་ རྒྱང་པོ་ འདི་ལོ་ ངལ་ཁྲི་ མཉམ་ཕུ་ འོག་ལོ་ སབ་
 པོ་ སྤང། ⁵ ཡེ་ཤུ་ཀེས་ ཁོང་རྩུའི་ དད་པོ་ གཟིགས་སྟེ་
 རྒྱང་པོ་ འདི་ལོ་ “བུ་, ཆོད་ཀྱི་ རྗེས་ཀོ་ དགོངས་ཡངས་
 གནང་ ཡོད་” ལབ་ གསུངས། ⁶ ཨོ་ན་ རྩོད་ ཡོད་
 མཁན་ བཀའ་ཁྲིམས་ཀྱི་ རྩོབ་དཔོན་ གཉིས་ གསུམ་
 བྱིས་ སེམས་ན་ ⁷ “མི་ འདི་ཀེས་ འདེམ་ ག་སྟེ་ ལབ་
 རྩུགས་པོ་ སྟམ་? འདི་ དཀོན་མཆོག་ལོ་ སྐྱར་སྟེ་ བྱིས་
 པོ་ སྤང། དཀོན་མཆོག་ གཅིག་གྱ་ མན་པོ་ གཞན་ ཀ་
 ཀེས་ཡང་ རྗེས་ཀོ་ དགོངས་ཡངས་ གནང་ མི་རྩུགས་”
 ལབ་སྟེ་ བསམ། ⁸ ཡེ་ཤུ་ཀེས་ ལམ་སང་ རང་གི་ རྩུགས་
 ལོ་ ཁོང་རྩུ་ཀེས་ སེམས་ན་ གན་ མཚོ་བོ་རྩུ་ མཁྱེན་སྟེ་

¹ After a few days, Jesus
 again went to the town of
 Capernaum. As soon as they
 heard that He was staying
 at home, ² so many people
 gathered that they could not
 fit inside. There wasn't empty
 space even by the door.
 Jesus was teaching them.
³ Then four people came to
 Him carrying a paralysed
 man. ⁴ However, because
 of the crowd, they were not
 able to get through to Him.
 Then they took off the roof
 of the house above where
 Jesus was, made a big hole,
 and lowered the sick man
 and bed together. ⁵ Jesus
 saw their faith and said to
 the sick man, “Son, your
 sins have been forgiven.”
⁶ The several teachers of the
 law who were there thought,
⁷ “How does this man dare
 talk like this? He is blas-
 pheming God. No one else
 but God can forgive sins.”
⁸ At once Jesus knew their
 thoughts in His mind, and
 said, “Why do you think in



གསུངས་པོ་ སྤང་, “གུ་ཅའི་ སེམས་ རང་ལོ་ འདེམ་
 གན་བྱས་ མཐོ་བོ་⁹ ལུ་བོ་ འདི་ལོ་ ‘ཚོང་གྱི་ སྤྱི་གོ་
 དགོངས་ཡངས་ གནང་ ཡོད་’ ལཔ་ཤད་ འཇམ་གམ་
 ཡང་ན་ ‘ཚོང་རའི་ ཉལ་ཁྱི་ འབག་ལྷི་ སོང་’ ལཔ་ཤད་
 འཇམ་? ¹⁰ ཨིན་རུང་ མའི་ བྱ་ལོ་ འཇིག་རྟེན་ འདི་
 རང་ལོ་ སྤྱི་གོ་ དགོངས་ཡངས་ གནང་བའི་ དབང་ཆ་
 ཡོད་ ལཔ་ལྷི་ གུ་ཅག་ལོ་ ཉ་གོ་བའི་ དོན་ལོ་...” འདི་
 ལས་ ཁོང་གིས་ ལུ་བོ་ འདི་ལོ་ ¹¹ “ང་ ཚོང་ལོ་ ལཔ་རྟོ་
 ཨིན་, ཡར་ ལོང་ལྷི་ ཚོང་རའི་ ཉལ་ཁྱི་ འབག་ལྷི་ རང་
 གི་ བྱིམ་ན་ སོང་” སེ་ གསུངས། ¹² འདི་ལས་ སྤྱི་ ཡར་
 ལོང་ལྷི་ ལམ་སང་ སྤྱི་འདི་ ཉལ་ཁྱི་ འབག་ལྷི་ ཐམས་
 ཅད་གྱི་ མདུན་ཁ་ལས་ སོང་བོ་ སྤང། ཨོ་ན་ ཡོད་མཁན་
 མི་ཚུ་ ཐམས་ཅད་ ཉ་ལས་ འདས་ལྷི་ དཀོན་མཚོག་ལོ་
 བསྟོན་པོ་ བུལ་ལྷི་ “འདི་ འདྲ་བའི་ གཡོག་ ང་ཅག་
 གིས་ རམ་ལོ་ཡང་ མཐོང་ མ་ལྗོང་” སེ་ བཤད་པོ་ སྤང།

your heart like that?’ ⁹ Is it easier to say to the paralytic, ‘Your sins have been forgiven’ or ‘Get up, take your bed, and go?’ ¹⁰ But this is so that you will know that the Son of Man has the authority on this earth to forgive sins...” Then Jesus said to the paralysed man, ¹¹ “I say to you, get up, take your bed and go home.” ¹² Then the man stood up, immediately took his bed, and went away in front of everyone. All the people there were amazed and praised God, saying, “We have never seen any deeds like this.”

སྐབས་མགོན་ ཡེ་ཤུ་ལོ་ ལྷུང་འཚུབ་ ཞི་བ་ བཅོ་བའི་ དབང་ཆ་ ཡོད་པའི་ སྐོར།

Jesus Has Power to Calm the Storm

Mark 4.35-41

³⁵ ཉེམ་ འདིའི་ ཕྱི་མཚམས་ཁ་ ཡེ་ཤུ་གིས་ སྐོབ་མ་ཚུ་
ལོ་ གསུངས་, “ང་ཅག་ མཚོ་ ཡ་ཁ་ འགྲུ་གོ།” ³⁶ སྐོབ་མ་
ཚུ་ མི་ཚོགས་ལོ་ བཏང་ཟྱེ་ ཡེ་ཤུ་ བཞུགས་སའི་ གུའི་
ནང་ལོ་ འཇུལ་ཟྱེ་ ཁོང་ཚུ་གིས་ ཡེ་ཤུ་ལོ་ ཁོང་ཚུ་ མཉམ་
ཕུ་ བྱིག་གོ་ ཟླད། ཁོང་ཚུ་ མཉམ་ཕུ་ གྲུ་ཚུ་ རང་སོ་ཡང་
ཡོད་པོ་ ཟླད། ³⁷ ཞོ་འདིའི་ སྐབས་ ལྷུང་འཚུབ་ རྣོམ་ཕུ་
ལོང་ལྷེ་ མཚོའི་ བ་ལྷབས་ གུའི་ རང་སོ་ཡང་ འཇུལ་ཟྱེ་
གྲུ་ འདི་ གང་རབ་ བྱུང་པོ་ ཟླད། ³⁸ ཞོ་འདི་ ཏུས་ལོ་
ཡེ་ཤུ་ གུའི་ མཇུག་ན་ རྣོམ་འབོལ་ ལྷེང་ལོ་ གཟེམ་ རྣོང་

³⁵ That day at evening Jes-
sus said to the disciples,
“Let’s go to the other side
of the lake.” ³⁶ The disciples
left the crowd, got into the
boat where Jesus was and
took Jesus along with them.
There were also other boats
with them. ³⁷ At that time,
a big storm arose and the
waves came into the boat so
that it was about to fill with
water. ³⁸ At that time, Jesus



ཡོད་པོ་ སྒྲུབ། སློབ་མ་ཚུ་གིས་ ཁོང་ལོ་ སློང་ཕྱི་ ལྷུས་
 “སློབ་དཔོན་ལགས་། ང་ཅག་ ཤི་རབ་ ཡོད་པོ་ རང་
 ལོ་ ཟུགས་སྒྲུབ་ མེད་པོ?” ³⁹ ཁོང་ ཡར་ བཞུངས་ལྷི་
 རྒྱང་མ་ལོ་ བཀའ་བཀྲོན་ གནང་ཕྱི་ ཅ་རྒྱབས་ལོ་ “ཞི་
 བར་ རྒྱུར་ཆེ! ལྷུ་ལིམ་ སློང!” ལབ་ལྷི་ བཀའ་ གནང་
 བོ་དང་ རྒྱང་འཕྲོབ་ འདི་ འཛོམས་ལྷི་ མཚོ་ འདི་ ཞི་
 བདེ་ སློམ་ཕུ་ རྒྱུར། ⁴⁰ འདི་ལས་ ཁོང་གིས་ སློབ་མ་ཚུ་
 ལོ་ གསུངས་། “གྲུ་ཅག་ གན་ལྲོས་ འཇུས་པོ? གྲུ་ཅག་
 ལོ་ ད་རུང་ཡང་ དད་པོ་ མེད་བ་ ཉ?” ⁴¹ ཁོང་ཚུ་ ལེབ་
 འཇུས་ལྷི་ གཅིག་གིས་ གཅིག་ལོ་ “འདི་ ཀ་ ཡིན་ནམ?
 རྒྱང་ དང་ ཅ་རྒྱབས་ཀྱིས་ཡང་ ཁོང་གི་ བཀའ་ལོ་ ཉན་
 མཐན་ སྒྲུབ་ཤོ!” སེ་ གསུངས།

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



སྐྱབས་མགོན་ ཡེ་སྤུ་ལོ་ གཤེན་སྤུ་ཚུ་ལོ་ གསོན་སྤུ་ སྣོང་བའི་ དབང་ཆ་ ཡོད་པའི་ སྐྱོད།

Jesus Has Power to Raise the Dead

Mark 5.21-24a, 35b-42

²¹ འདི་ལས་ ཡེ་སྤུ་ གྲུའི་ རང་ལོ་ འརྱལ་ཕྱི་ ལོག་ཕྱི་
ར་ མཚོའི་ བཀའ་ རྩོན་ཕྱི་ མཚོའི་ ཚལ་ཁ་ལོ་ བཞུགས་
བོ་དང་ མི་ཚུ་ གེས་པོ་ རོང་གི་ སྐྱ་མདུན་ལོ་ འཛོམས་
བོ་ སྤང། ²² དུས་ཚོད་ ཨོ་འདིའི་ སྐབས་ ས་ཆ་ ཨོ་
འདིའི་ ཡ་རུ་ད་བའི་ ཚོགས་ཁང་གི་ ཡའི་རྒྱས་ ལབ་
མཁན་ དཔོན་པོ་ གཅིག་ རོང་ཕྱི་ ཡེ་སྤུ་ལོ་ མཇལ་ཕྱི་
ཕྱག་ འཚལ་བཞིན་ སྣོང་ ཐག་གོ་ལས་ ²³ “ངའི་ བུ་
ཚུང་ཚུང་ འདི་ ཤི་རབ་ ཡོད། ལུ་ རང་ལས་ དྲག་ཉི་
གསོན་བའི་ དོན་ལོ་ རང་ རྩོན་ཕྱི་ སྤུའི་ གཟུགས་ སྣོང་
ལོ་ ཕྱག་ བཞག་གོ་ གནང་ན་” སེ་ ལུ་བ་ སུལ་བོ་ སྤང།
^{24a} ཡེ་སྤུ་ རོང་ མཉམ་སྤུ་ རྩོན་བོ་ སྤང།

^{35b} དཔོན་པོའི་ བྱིས་ན་ལས་ མི་ཚུ་ རོང་ཕྱི་ “ཚོད་ཀྱི་
བུ་ ཤི་ཚར། སྣོང་དཔོན་ལོ་ གན་བྱས་ ད་རུང་ སྦྱིད་
སྦྱག་ སུལ་ཤད?” སེ་ ལབ། ³⁶ ཡེ་སྤུ་ རོང་ཚུའི་ གཏམ་
འདི་ལོ་ ཁ་ཡ་ མ་གནང་བ་ དཔོན་པོ་ འདི་ལོ་ “མན་
འརྱས་ཚེ་ དད་བོ་ བྱས་ཚེ་” སེ་ གསུངས། ³⁷ འདི་ལས་
རོང་གི་ པེ་རྩོ་, ཡ་གོ་བ་ དང་ ཡ་གོ་བ་ཀྱི་ སྤུན་ལོ་ ཡོ་ཏ་
རྒྱན་ མན་བོ་ གཞན་ གཤེན་ཡང་ རོང་ མཉམ་སྤུ་ རོང་
མ་བཞུག་གོ་ སྤང། ³⁸ རོང་ཚུ་ དཔོན་པོའི་ བྱིས་ན་ རྩོན་

²¹ Then Jesus again got into a boat and crossed the lake. When he was on the shore, many people gathered before Him. ²² At that time, a man called Jairus, who was an official of the Jewish gathering-house in that place, came. He met Jesus, and bowing before him, begged Him earnestly, ²³ “My little daughter is about to die. Come to my house and lay Your hands upon her body, that she may recover and live.” ^{24a} Jesus went with him.

^{35b} Men came from the house of the official, and said to him, “Your daughter has already died. Why trouble the Teacher any more?” ³⁶ Jesus paid no attention to what they said. He said to the official, “Don’t be afraid—have faith.” ³⁷ Then He let no one go with Him, except Peter and James and John the brother of James.



སྐབས་ མི་ ཀེས་པོ་ ལེབ་ འུར་ རྒྱབས་སྟེ་ ལྷ་པོ་ ལྟོས་
ཏུ་བཞུགས་ ཡོད་པོ་ གཟེགས་སྟེ་ ³⁹ཡེ་ཤུ་ བྱིམ་ན་ འཇུ་ལ་
ཟླ་ ཁོང་ཚུ་ལོ་ གསུངས་, “གུ་ཅག་ ག་མའི་ དོན་ལོ་
སྐད་ ཤོར་སྟེ་ ལྷ་པོ་ ལྟོས་དོ? ལུམ་ འདི་ ཤི་བོ་ མཚུ་
མིག་ལུག་ རྫོང་ ཡོད།” ⁴⁰དེ་ཟང་ ཁོང་ཚུ་ཀེས་ ཡེ་ཤུ་
ལོ་ ལལ་དགོད་ ལྟོས་བོ་ སྐད། ཁོང་གིས་ ཁོང་ཚུ་ ཐམས་
ཅད་ལོ་ ལྷེ་ བཏོན་ འདའ་སྟེ་ ལུ་མའི་ པམ་ གཉིས་
དང་ སློབ་མ་ཚུ་ མཉམ་ལུ་ ལུམ་ འདི་ བཞག་ ཡོད་ས་
ལྷོན་བོ་ སྐད། ⁴¹འདི་ལས་ ཡེ་ཤུ་ཀེས་ ལུ་མའི་ ལག་ཀོ་
ལོ་ བཤེ་སྟེ་ “ད་ལི་ཐ་ ལུམ་” ལེ་ གསུངས། འདིའི་ དོན་
དག་ འདི་ “ལུམ་ རྒྱང་རྒྱང་, རྫོང་ ཡར་ ལོང་ཆེ” ལེ་
ཨིན། ⁴²ལུམ་ འདི་ ལམ་སང་ ཡར་ ལོང་སྟེ་ གོམ་བོ་
རྒྱབས་བོ་ སྐད། (ལུམ་ འདི་ ལོ་ བཅུ་གཉིས་རྫོང་ ཨིན་
བོ་ སྐད།) འདི་ལས་ མི་ཚུ་ ཐམས་ཅད་ ཡ་མཚན་ སློམ་
ལུ་ རྐྱེ་བོ་ སྐད།

³⁸ When they arrived at the official's house, Jesus saw that many people were making a great noise and crying and wailing. ³⁹ Jesus went inside the house and said to them, “Why are you crying out and wailing? This girl is not dead but is sleeping.” ⁴⁰ But they laughed at Jesus. Jesus drove them all outside and went with the girl's parents and the disciples to the place where the girl was. ⁴¹ Then Jesus took the girl by the hand and said, “Talitha Kum.” The meaning of it is, “Little girl, get up!” ⁴² Immediately the girl got up and walked. (The girl was about twelve years old.) Then all the people were greatly amazed.

སྐབས་མགོན་ ཡེ་ཤུ་གིས་ མིའི་ རན་སེམས་ཀྱི་ རྗེས་ གསུངས་པོ།

Jesus Speaks About the Evil in Peoples' Hearts

Mark 7.14-15, 17-23

¹⁴ འདི་ལས་ ཡེ་ཤུ་གིས་ ད་རུང་ མི་ཚོགས་ རང་གི་
མདུན་ཁ་ བོས་སྟེ་ “གུ་ཅག་ ཐམས་ཅད་ ངའི་ གཏམ་
འདི་ ཉན་སྟེ་ ཉ་གོ་བོ་ འུས་ཆེ། ¹⁵ ཕྱི་ལས་ གསུབ་པོ་
ནང་ལོ་ འཇུལ་བོ་གིས་ མི་ མ་གཙང་བོ་ བཟོ་ མི་ཚུགས།
དེ་ཟང་ མིའི་ སེམས་ རང་ཤ་ལས་ ཕྱི་ལོག་ གན་ ཐོན་
བོ་ འདི་གིས་ མི་ལོ་ མ་གཙང་བོ་ བཟོ་ཤང་ ཨིན་”
ཞེ་ གསུངས། ¹⁷ འདི་ལས་ ཁོང་ མི་ཚོགས་ མཉམ་པུ་
གྲེས་སྟེ་ བྱིས་ གཅིག་ རང་ལོ་ ཕྱོན་བོ་ སྤང། ཨོ་འདིའི་
སྐབས་ རྗེས་ཚུ་གིས་ དཔེ་གཏམ་ འདིའི་ རྗེས་ལོ་
བཀའ་བྲི་ ལྷ་བོ་དང་ ¹⁸ ཡེ་ཤུ་གིས་ གསུངས་, “གུ་ཅག་
འདིའི་ རྗེས་ལོ་ ཉ་མ་གོ་བོ་ ཉ་? ཕྱི་ལོག་ལས་ རང་ཤ་
འཇུལ་མཐའ་ ཟམ་ འདི་གིས་ མི་ལོ་ མ་གཙང་བོ་ བཟོ་
མི་ཚུགས་པོ་ འདི་ གུ་ཅག་ ཉ་མ་གོ་བོ་ ཉ་? ¹⁹ གན་འུས་
ལབ་ནེ་ འདི་ནེ་ མིའི་ སེམས་ཀྱི་ རང་ལོ་ མན་འཇུལ་
བ་ གསུབ་པོ་ རང་ལོ་ འཇུལ་སྟེ་ ཕྱི་ལོག་ ཐོན་ འོང་།”
(འདེ་ར་ གསུངས་བཞིན་ ཡེ་ཤུ་གིས་ ཟམ་ ཐམས་
ཅད་ གཙང་བོ་ ཨིན་ ལབ་སྟེ་ རྗེས་བོ་ སྤང།) ²⁰ ད་
རུང་ ཁོང་གིས་ “མི་གི་ སེམས་ རང་ལས་ གན་ ཐོན་
ཡོང་བོ་ འདི་ཚུ་གིས་ མི་ལོ་ མ་གཙང་མ་ བཟོ་ཤང་ ཨིན།

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

¹⁷ Then He left the crowd and went inside a house. At that time, the disciples asked Him about the parable. ¹⁸ Jesus said, “Don’t you understand it? Don’t you know that the food which enters in from outside cannot make a man unclean? ¹⁹ The reason is that it enters not man’s heart but his stomach, and then goes out.” (By saying this, Jesus taught that all foods are clean.) ²⁰ He said further, “The things that come out of man’s heart make him unclean. ²¹ The

²¹ ལྷ་མཚན་ འདི་ མིའི་ སེམས་ རྣང་ལས་ བསམ་བོ་
 ངན་བའི་ རིགས་ཚུ་ལས་ འདོད་ལོག་ བྱས་ཤང་, ལྷ་མ་
 ལྷ་བས་ཤང་, མི་ རྒྱུ་གཙོང་ཤང་, ²² རང་གི་ བཟའ་རྒྱ་
 མན་བ་ གཞན་ མཉམ་པུ་ ལུས་འབྲེལ་ བྱས་ཤང་, སེར་
 ལྷ་, ངན་སེམས་, མགོ་སྐྱེར་, འདོད་ཆགས་, དཔྱད་དོག་,
 ལྷ་རྩི་ ལྷ་བས་ཤང་, ང་ལྷ་, ལྷ་སེམས་ཚུ་ ²³ ངན་
 བོ་ བསམ་ཅང་ འདི་ མིའི་ རྣང་ལས་ ལྷ་ལོག་ ཐོན་
 རྩི་ མི་ལོ་ མ་གཙང་བོ་ བཟོ་ཤང་ ཨིན་” སེ་ གསུངས།

reason is that from inside
 man's heart come evil
 thoughts such as lust, theft,
 murder, ²² adultery, greed,
 ill will, deceit, lust, jealousy,
 slander, pride, folly, etc.
²³ All this evil comes from
 inside man and makes him
 unclean.”



སྐྱབས་མཐོན་ ཡེ་ཤུ་ འདི་ དགོན་མཚོག་གི་ སྲས་ ཡིན་པའི་ སྐོར།

Jesus is God's Son

Mark 9.2-8

² ཉིན་ རྒྱུ་ རྒྱུ་ལོ་ ཡེ་ཤུ་གིས་ པེ་རྟོ་, ཡ་ཀོ་བ་
 དང་ ཡེ་ཏཱ་རྒྱན་ གསུམ་ གཅིག་ཀྱི་ སྐོར་གྱི་ བྱིག་སྟེ་
 རི་ མཐོ་དྲགས་ གཅིག་ན་ ཐྱོན་བོ་ སྣང་། འདི་ལས་
 ཁོང་ཚུའི་ མདུན་ཁ་ ཡེ་ཤུ་གི་ སྐྱ་གཟུགས་ཀྱི་ རྣམ་པོ་
 འགྱུར་བོ་ སྣང་། ³ ཁོང་གི་ གོས་ལག་ འདི་ འོད་ཚེས་
 ཚེས་ མདོག་ ལེབ་ དཀར་བོ་ འཛམ་སྐྱིང་ འདིའི་ གོས་
 ལག་ ལྷུས་མཁམ་ ཀ་གིས་ཡང་ འདི་ འདུའུ་ བཟོ་ མི་
 ཚུགས་པའི་ དཀར་བོ་ གཅིག་ལོ་ འགྱུར། ⁴ ཨོ་འདིའི་
 སྐྱབས་ལོ་ ཁོང་ཚུའི་ མདུན་ལོ་ ལུང་སྟོན་བོ་ ཨེ་ལི་
 ཡ་ དང་ མོ་སྟེས་ མངོན་སུམ་ ཐྱོན་ཟྱེ་ ཡེ་ཤུ་ མཉམ་
 སུ་ བཀའ་ཚོལ་ གནང་བོ་ སྣང་། ⁵ པེ་རྟོ་གིས་ ཡེ་ཤུ་ལོ་
 “སྟོན་དཔོན་ལགས་, ང་ཅག་ འདི་ཁ་ སྟོན་ནེ་ ལེགས་
 བད། ང་ཅག་གིས་ བཀྲུགས་ས་ གསུམ་ བཟོ་གོ། རང་ལོ་
 གཅིག་, མོ་སྟེས་ལོ་ གཅིག་ དང་ ཨེ་ལི་ཡ་ལོ་ གཅིག་”
 སེ་ ལུས། ⁶ ལྷ་གིས་ གན་ ལབ་ཤང་ ཏཱ་མ་ལོ། གན་ཐུས་
 སེ་ནེ་ ཁོང་ཚུ་ ལེབ་ འཇུས་བོ་ སྣང་། ⁷ འདི་ལས་ རྒྱང་
 བོ་ གཅིག་ འོང་ཟྱེ་ ཁོང་ཚུ་ལོ་ སྐྱར་བོ་ སྣང་། རྒྱང་བའི་
 རང་ལས་ གསུངས་སྐྱང་ གཅིག་ ལྱང་ཟྱེ་ “འདི་ནེ་ ངའི་
 གཅེས་པའི་ སྲས་ ཡིན། ཁོང་ལོ་ ཉན་ཆེ་” སེ་ གསུངས།
⁸ ཏཱ་རྟོ་ཁ་ ཁོང་ཚུ་ བར་ཚུར་ ལྷ་བའི་ སྐྱང་ ཡེ་ཤུ་
 གཅིག་ཀྱི་ མན་བོ་ གཞན་ ཀ་ཡང་ མ་མཐོང་བོ་ སྣང་།

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

སྐྱབས་མགོན་ ཡེ་ཤུ་གེས་ གལ་ཆེ་ཤོས་ འདི་ གན་
ཨིན་ སེ་ གསུངས་བའི་ སྐོར།

Jesus Speaks About What is Most Important

Mark 12.28b-31

^{28b} བཀའ་བྲིམས་ཀྱི་ སློབ་དཔོན་ གཅིག་ འོང་མྱེ་ ཡེ་
ཤུ་ལོ་ “བཀའ་བྲིམས་ ཐམས་ཅད་ལས་ གལ་ཆེ་ཤོས་
འདི་ ག་འདི་ སྟམ་?” སེ་ དྲི། ²⁹ འདིའི་ ལན་ལོ་ ཡེ་
ཤུ་གེས་ “གལ་ཆེ་ཤོས་ དང་པོ་ འདི་, ‘ཀྱེ་, ངའི་ མི་
རིགས་ ཨྱིས་ར་ཨེལ་, ཉན་ཆེ། ང་ཅའི་ གཙོ་བོ་ དཀོན་
མཚོག་ འདི་ གཙོ་བོ་ གཅིག་རང་ ཨིན། ³⁰ རང་གི་ གཙོ་
བོ་ དཀོན་མཚོག་ལོ་ སྟོ་ ཐམས་ཅད་, སྙིང་ ཐམས་ཅད་,
སྟོག་ ཐམས་ཅད་ དང་ སློབས་ལྷན་ ཐམས་ཅད་ཀྱིས་
བྱམས་པོ་ བྱས་ཆེ། ³¹ གཉིས་པོ་ འདི་ནེ་ ‘ཚོད་ རང་གི་
བྱིས་མཚོས་ལོ་ རང་ དང་ འདྲུ་ བྱམས་པོ་ བྱས་ཆེ།
འདི་ གཉིས་ལས་ གལ་ཆེ་ཤོས་ བཀའ་བྲིམས་ གཞན་
མེད་” སེ་ གསུངས།

^{28b} A teacher of the law
came and asked Jesus,
“Which is the most impor-
tant of the commandments?”
²⁹ In reply Jesus said, “The
first and most important is
‘Hear, O My people Israel.
The Lord our God is the one
and only Lord. ³⁰ You shall
love the Lord your God with
all your mind, all your heart,
all your soul, and all your
strength.’ ³¹ The second is,
‘Love your neighbor as you
love yourself.’ There are no
commandments greater in
importance than these two.”



སྐྱབས་མགོན་ ཡེ་སྤུ་ལོ་ བཤེ་ཤང་གི་ བྱུས་ལག་ བྱས་བའི་ སློང།

Jesus Was Betrayed

Mark 14.10-11, 44-46

¹⁰ ཡེ་སྤུ་གི་ སློབ་མ་ བཅུ་གཉིས་ རང་ལས་ ལྷ་དུས་
 ཞུས་ཀ་རི་ཨོང་ ལབ་མཁན་ འདི་ ཡེ་སྤུ་ལོ་ ཡ་རྩ་ད་
 བའི་ ལྷ་ཆེན་ཅུའི་ ལག་ཀ་ལོ་ གཏང་ཤང་ དོན་ལོ་
 ཁོང་ཅུའི་ ཅར་ སོང་བོ་ སྤང། ¹¹ ཁོང་ཅུ་གིས་ ལྷ་དུས་
 གི་ གཏམ་ འདི་ ཐོས་ཤིང་ ལེབ་ དགའ་སྟོོ་ ལྷུང་སྟེ་ ལྷ་
 ལོ་ དུལ་ བྱོན་ཤང་གི་ ལས་ལན་ བྱས། འདི་ལས་ བ་
 རྟེ་ ལྷ་དུས་ ཡེ་སྤུ་ལོ་ ཁོང་ཅུའི་ ལག་ཀ་ལོ་ གཏང་ཤང་
 གི་ གོ་སྐབས་ འཚོལ་བཞིན་ ཡོད་བོ་ སྤང། ⁴⁴ ཡེ་སྤུ་ལོ་
 དགའ་ཅུའི་ ལག་ཀ་ གཏང་མཁན་ འདི་གིས་ རྩོན་ལས་
 རང་ ཁོང་ཅུ་ལོ་ གསང་བར་ བྱོན་ཤང་ ག་སྟོགས་ བྱས་
 རྟེ་ “ང་ ཀ་ལོ་ འུ་སྤྱར་བོ་ འདི་ ལྷ་རང་ ཨིན། ལྷ་ཅག་
 གིས་ ལྷ་ལོ་ བཤེ་སྟེ་ ལྷུང་སྟོབ་ བྱས་སྟེ་ ལྷིག་ སོང་” སེ་

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

⁴⁴ The one who gave Jesus into his enemies’ hands had previously arranged a secret sign for them, saying, “He is the one I kiss. Seize Him

བཤད་པོ་ སྤང།⁴⁵ ཡུ་རུས་ སློབས་ལོང་ མེད་པོ་ ཡེ་ཤུའི་
 རྒྱ་མདུན་ལོ་ མོང་ཞི་ “སློབ་དཔོན་ལགས་” སེ་ ལབ་ཉི་
 ལོང་ལོ་ འུ་རྒྱུ་པོ་ སྤང།⁴⁶ འདི་ལས་ ལོང་ཚུ་གེས་ ཡེ་
 ཤུ་ལོ་ ལག་ཀོ་ རྒྱབས་ཉི་ བཤེ་པོ་ སྤང།

and take Him away under guard.”⁴⁵ As soon as Judas arrived, he went to Jesus and said, “Teacher,” and kissed him.⁴⁶ Then they laid hands upon Jesus and seized Him.

རྒྱབས་མགོན་ ཡེ་ཤུ་ལོ་ དགོང་བའི་ ཉེས་བྲིམས་ བཏང་བའི་ སློང།

Jesus Was Sentenced to Death

Mark 15:6-15

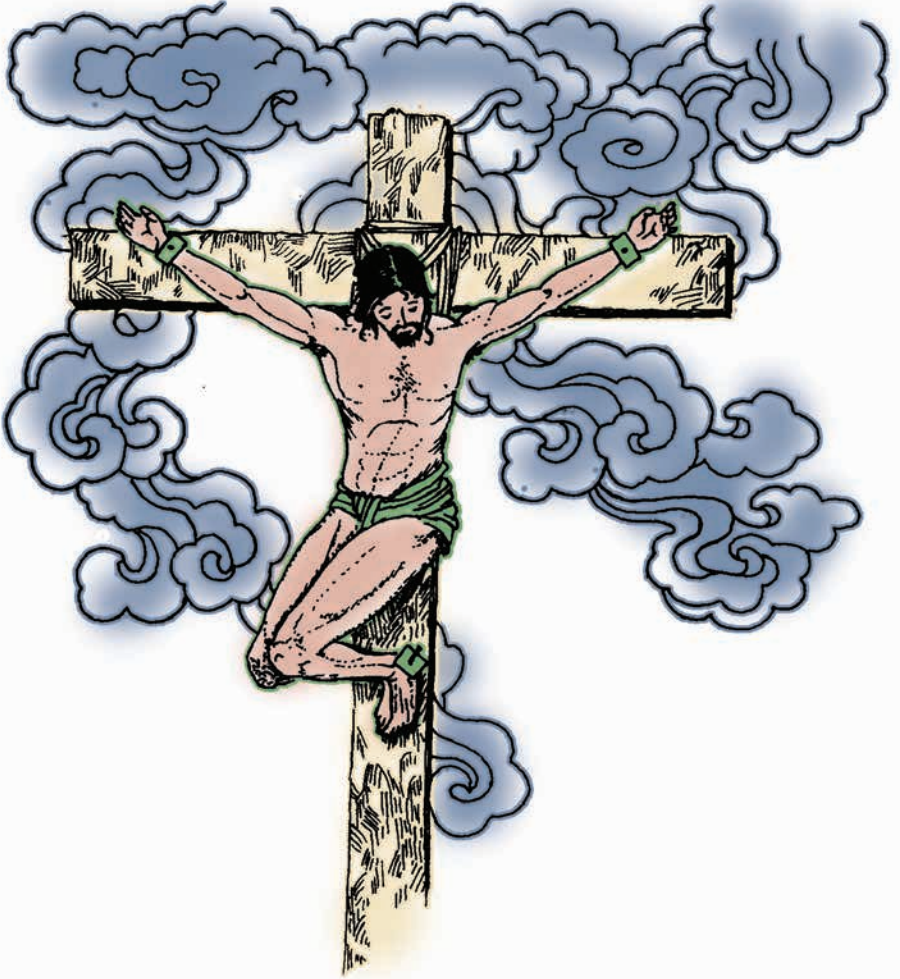


⁶ དུས་ཚེན་ ཨོ་འདིའི་ རྣམས་ རྩི་ཁྱབ་ བི་ལ་རུས་ཀྱི་
 མི་ཚོགས་ཀྱི་ འདོད་པོ་ ཅང་རྣམ་ བཅོན་པོ་ གཅིག་
 རློས་ བཏང་བའི་ ལུགས་སློལ་ ཡོད་པོ་ སྤང།⁷ ཨོ་འདིའི་
 རྣམས་ བ་རབ་བུས་ ལབ་མཁམན་ མི་ གཅིག་ ཟིང་འཁྲུག་
 ཐོན་རྣམས་ མི་བསང་ རྩོང་མཁམན་ བཅོན་པོ་ གཞན་

⁶ At the festival Governor Pilate had the custom of releasing a prisoner according to the wishes of the crowd.
⁷ At that time, there was a man named Barabbas who was in jail with other pris-

མོ་ མཉམ་པུ་ བཙུག་ཁང་ན་ ཡོད་པོ་ སྤང། ⁸ མི་ཚོགས་སྐྱོ་
 ལྷོ་ བི་ལ་རྒྱལ་རྒྱུ་ འཛོམས་སྤེ་ སྤོན་མེདི་ ལྷགས་སྤོལ་
 ལྷང་སྤྱད་ གནང་པོ་ གནང་ སེ་ ལྷས་པོ་ སྤང། ⁹ བི་ལ་
 རྒྱལ་གྱིས་ དྲི་པོ་ སྤང་། “ངས་ ལྷ་ཙམི་ དོན་ལོ་ ཡ་ལྷུ་
 ད་པོ་ཚུའི་ རྒྱལ་པོ་ལོ་ བཏང་ག?” ¹⁰ འདི་ནེ་ བི་ལ་
 རྒྱལ་ ཡ་ལྷུ་ད་པོ་ཚུའི་ ལྷ་ཚེན་ཚུ་གིས་ ཡེ་ལྷུ་ལོ་ སྤྱག་
 དོག་ འུས་སྤེ་ ལྷ་ལོ་ ཚེ་ བཏང་པོ་ འདི་ སྤོས་ ཡོད་
 པོ་ སྤང། ¹¹ དེ་ཟང་ ལྷ་ཚེན་ཚུ་གིས་ ཡེ་ལྷུ་ མན་བ་ བ་
 རབ་བྲས་ལོ་ བཏང་ན་ སེ་ ལྷ་བའི་ དོན་ལོ་ མི་ཚོགས་
 ལོ་ ངན་སྤྱལ་ འུས་པོ་ སྤང། ¹² བི་ལ་རྒྱལ་གྱིས་ ད་ལྷུང་
 ལོང་ཚུ་ལོ་ དྲི་། “དེ་ནས་ ལྷ་ཙག་གིས་ ཡ་ལྷུ་ད་པོ་ཚུའི་
 རྒྱལ་པོ་ སེ་ ལལ་མཁན་ འདི་ལོ་ ང་གིས་ གན་ འུས་
 དགོས་ཀམ?” ¹³ ལན་ལོ་ ལོང་ཚུ་གིས་ “ལོང་ལོ་ རྒྱང་
 སྤོང་ ལྷེང་ལོ་ བསང་ཚེ” ལབ་ སྤང་ སྤོལ་པུ་ སྤོར། ¹⁴ བི་
 ལ་རྒྱལ་གྱིས་ “གན་ འུས་སྤེ་? ལོང་གིས་ གཤམ་ངན་
 གན་ འུས་ ཡོད?” སེ་ དྲི། དེ་ཟང་ མི་ཚུ་གིས་ སྤང་
 ད་ལྷུང་ ལྷགས་ཙན་ བཏོན་སྤེ་ ལབ་། “ལོང་ལོ་ རྒྱང་
 སྤོང་ ལྷེང་ལོ་ བསང་ཚེ” ¹⁵ བི་ལ་རྒྱལ་གྱིས་ མི་ཚོགས་
 གྱི་ འདོད་པོ་ གང་པའི་ དོན་ལོ་ བ་རབ་བྲས་ལོ་ ལོས་
 བཏང་སྤེ་ ཡེ་ལྷུ་ལོ་ རྟེ་སྤྱག་གིས་ རྒྱང་ བཙུག་སྤེ་ རྒྱང་
 སྤོང་ ལྷེང་ལོ་ བསང་པའི་ དོན་ལོ་ དམག་མི་ཚུ་ལོ་ ཚེ་
 གཏང་པོ་ སྤང།

oners who had killed people at the time of the uprising.
⁸ The crowds gathered before Pilate and requested, “Please do for us according to your previous custom.”
⁹ Pilate asked, “Should I release to you the King of the Jews?”
¹⁰ This was because Pilate knew that the Jewish chief priests had handed Jesus over to him out of envy.
¹¹ However, the chief priests incited the crowd to ask for Barabbas to be freed instead of Jesus.
¹² Pilate again asked them, “Then, what should I do with the One whom you call the King of the Jews?”
¹³ They answered shouting in a loud voice, “Kill Him on the cross!”
¹⁴ Pilate asked, “Why? What evil has He done?” But the people shouted even louder, “Kill Him on the cross!”
¹⁵ In order to fulfill the wishes of the crowd, Pilate released Barabbas and caused Jesus to be whipped and handed over to the soldiers to be killed on the cross.



རྗེ་ མཉམས་ལོ་ ཡེ་ཤུ་ དང་ ལ་ཐུག་ ལོང་ རྗེ་ ཡོད་
 མཉམས་ དམག་མིའི་ བརྒྱ་དཔོན་ གཅིག་གིས་ ཡེ་ཤུ་ ཞོ་
 འདེབ་བྱས་ རྗེ་ལ་ ཡོད་པོ་ མཐོང་སྟེ་ “ལོང་ དཀོན་
 མཚོག་གི་ རྣམས་ ཞིན་པོ་ འདི་ བདེན་པོ་རང་ རྣམས་”
 སེ་ ལབ།

was standing facing Jesus in
 front of the cross, seeing Je-
 sus die in this manner, said,
 “It is certainly true that He
 was the Son of God.”



སྐྱེས་མཐོན་ ཡེ་ཤུའི་ སྐུ་ཕུར་ འཁོར་གྲུབ་ རང་ལོ་ གཞུག་གོའི་ སྐོར།

Jesus' Body Was Put in the Tomb

Mark 15.42-46

⁴² ཨོ་འདི་ ཉིམ་ འདི་ (ངལ་འཚོ་བའི་ ཉིན་མའི་
ཚེན་ལོ་) ག་སྐྱེགས་ཀྱི་ ཉིམ་ ཨིན་པོ་ སྤང། བྱི་མཚམས་
སྐྱེས་པ་དུས་ ⁴³ ཨ་རི་མ་ཐེ་ཡ་ ཁྲོམ་གྱི་ ཡོ་སེབ་ ལབ་
མཁན་ མི་ གཅིག་ སྤོང་སྤོང་བས་ སྤོམ་པུ་ བསྐྱེད་ཉི་
པི་ལ་རྒྱས་རྩེར་ སོང་ཞི་ ཡེ་ཤུ་གི་ སྐུ་ཕུར་ གནང་ན་
ལེ་ བྱས་པོ་ སྤང། ཡོ་སེབ་ འདི་ མི་ ཐམས་ཅད་ཀྱིས་
ཤུས་བཀུར་ འཁོར་མཁན་ ཡ་རུ་ད་པོའི་ ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་
འཕུས་མི་ ཨིན་པོ་ མི་ཚང་ དགོན་མཚོག་གི་ རྒྱལ་སྤོང་
སྤྱུག་ སྤོང་ ཡོང་མཁན་ གཅིག་ ཨིན་པོ་ སྤང། ⁴⁴ པི་ལ་
རྒྱས་ ཡེ་ཤུ་ སྤོངས་ཚར་པོ་ ཐོས་པའི་ སྤང་ ཡ་མཚན་
སྤྱི་ཉི་ བརྒྱ་དཔོན་ལོ་ པོས་སྤི་ ཡེ་ཤུ་ མཐོ་ལུ་ར་ སྤོངས་

⁴² That day was the Day of Preparation before the Day of Rest. When evening came, ⁴³ a man named Joseph from the town of Arimathea went with great courage to Pilate and asked for Jesus' body. Joseph was respected by all and was a member of the Jewish council. He was also one who waited for the kingdom of God. ⁴⁴ When Pilate heard that Jesus had already died, he was surprised, and called the centurion to ask whether Jesus had really

བོ་ ཨིན་ནམ་ ལབ་སྟེ་ དྲི་བོ་དང་ ⁴⁵ བརྒྱ་དཔོན་ ཚུ་
 ལས་ ཡེ་ཤུ་ རྒྱུངས་ཚར་བའི་ གནས་ཚུལ་ ཉ་གོ་སྟེ་ བི་
 ལ་རྒྱས་ཀྱིས་ ཁོང་གི་ སྐུ་ཕུར་ ཡོ་སེབ་ལོ་ གཏང་ ཚོག་
 ཀོའི་ བཀའ་ཁྲོལ་ གནང་བོ་ སྤང། ⁴⁶ ཡོ་སེབ་ཀྱིས་ མི་
 རེན་ ལབ་མཁའན་ གོས་ལག་ བོང་ཚེན་ གཅིག་ ཉེ་སྟེ་
 ཡེ་ཤུ་གི་ སྐུ་ཕུར་ མར་ བབ་སྟེ་ འདི་ལོ་ རས་ཀྱིས་ རྗེལ་
 རྗེ་ རྒྱག་ན་ རྟོ་ ཡོད་པའི་ དུར་ཁང་ གཅིག་ན་ བཞག།
 འདི་ལས་ རྗོ་ རྗོ་སྐུ་ གཅིག་ ལ་ལོག་ རྒྱབས་སྟེ་ དུར་
 ཁང་གི་ ཁའི་ རྗེང་ལོ་ བཀའ་ བཞག་གོ་ སྤང།

died. ⁴⁵ After learning from the centurion the news of Jesus' death, he gave permission for His body to be given to Joseph. ⁴⁶ Joseph bought a piece of good quality cloth (linen), took down Jesus' body, wrapped it with the cloth, and put it in a tomb that had been carved from the rock. Then he rolled a large stone and blocked up the opening of the tomb.

རྒྱབས་མགོན་ ཡེ་ཤུ་ འདི་ གསོན་ཕུ་ ཨིན།

Jesus is Alive

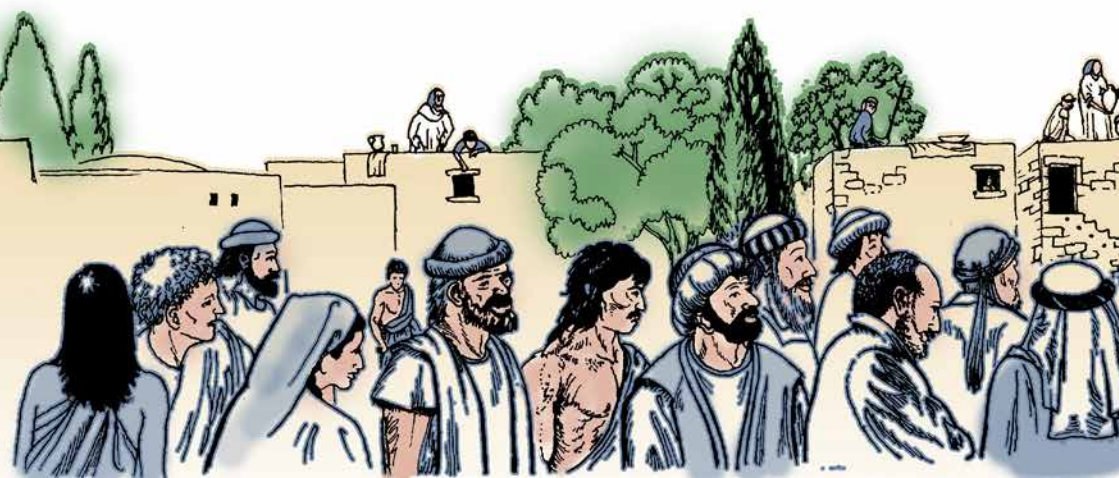
Mark 16.1-7

¹ ངལ་འཚོ་བའི་ ཉིན་ རྗོགས་པའི་ རྒྱབ་ལོ་ རྒྱང་
 གསེབ་ མག་དུལ་གྱི་ མིར་ཡམ་, ཡ་གོབ་གྱི་ ཨམ་ རྗོར་
 ཡམ་ དང་ སོ་ལོ་མེ་ ཡེ་ཤུ་གི་ སྐུ་ཕུར་ལོ་ རྗོགས་ཤང་
 གྱི་ དོན་ལོ་ དུར་ ཞེས་ཕུའི་ རྗོགས་ ཉེ་སྟེ་ ² བདུན་
 རྒྱག་གི་ ཉིན་ དང་བོའི་ དྲོ་པ་ རྗོགས་ ཁོང་ཚུ་ དུར་
 ཁང་ན་ སོང་བོ་ སྤང། ³ ཁོང་ཚུ་ གཅིག་གིས་ གཅིག་ལོ་
 ལབ་, “ང་ཅའི་ དོན་ལོ་ དུར་ཁང་གི་ རྗོ་ལེབ་ འདི་ ཀ་
 ཀིས་ ལ་ལོག་ རྒྱབས་ རྗོན་ འོང་གམ?” ⁴ ཁོང་ཚུ་ ཡ་

¹ After the Day of Rest had ended, Mary Magdalene, James' mother Mary, and Salome bought sweet-smelling ointments to anoint Jesus' body. ² Early in the morning of the first day of the week, they went to the tomb. ³ They said to each other, “Who will roll away the stone of the tomb for us?” ⁴ When

རྗེ་ རྗེ་བའི་ ཏུས་ རྩོལ་བ་ རྗེ་མ་ཕུ་ འདི་ རྗེ་ལོ་ལས་
 ཡ་རྗེ་ རྗེ་ལ་ ཡོད་པོ་ རྩོད་ཚུ་གིས་ མཐོང་། ⁵ ཏུར་ཁང་
 རྩད་ལོ་ འཇུལ་སྐབས་ གོས་ལག་ དཀར་པོ་ རྒྱུན་ ཡོད་
 པའི་ མི་ གཞོན་དར་ གཅིག་ གཡས་ཕྱོགས་ལོ་ རྗེ་
 ཡོད་པོ་ མཐོང་རྗེ་ རྩོད་ཚུ་ ལེབ་ ཡ་མཚན་ རྗེ་བོ་ རྗེ་
⁶ མི་ གཞོན་པོ་ འདི་ རྩོད་ཚུ་ལོ་ ལབ་, “ཡ་མཚན་ རྗེ་
 མིན་དགོས། རྒྱ་ཅག་གིས་ འཚོལ་བཞིན་ ཡོད་པའི་ ར་
 ཟ་རྗེ་གི་ ཡེ་ཤུ་ རྒྱུང་གིང་ རྗེ་ལོ་ བསང་ ཡོད་པོ་
 འདི་ རྩོད་ རྒྱ་གསོན་ལྗེ་ བཞངས་ལྗེ་ འདི་ཁ་ མེད། རྗེ་
 མེ་, རྒྱ་ཕུར་ བཞག་སའི་ ས་ཆ་ འདི་ རྗེ་། ⁷ རྒྱ་ཅག་
 རོང་ལྗེ་ རྩོད་གི་ རྗེ་བམ་ཚུ་ དང་ བ་རྩོལ་ འདི་ ལབ་,
 ‘ཡེ་ཤུ་ རྒྱ་ཅའི་ རྗེ་ལོ་ ག་ལི་ལི་ ཡུལ་ཚོ་ལོ་ རྒྱུན་གྲང་
 མིན། རྩོད་གིས་ རྗེ་ལས་ གསུངས་པོ་ རྩད་བཞིན་ རྒྱ་
 ཅག་ རྩོད་ལོ་ མོ་ཁ་ མཇལ་ འོང་།”

they looked up they saw that
 the large stone had already
 been rolled away. ⁵ When
 they went into the tomb,
 they saw a young man wear-
 ing white clothes sitting on
 the right side, and they were
 frightened. ⁶ The young man
 said to them, “There is no
 need to be astonished. Je-
 sus of Nazareth, whom you
 seek, who was killed on the
 cross, has been raised alive
 and is not here. Look, this
 is the place where his body
 was laid. ⁷ Go and tell His
 disciples and Peter, ‘Jesus
 is going before you into the
 region of Galilee as He told
 you before. There you will
 meet Him.’”



གསུང་འཕྲིན་ བཟང་པོ་ འདི་ མི་ ཐམས་ཅད་ཀྱི་ ངོན་ལོ་ ཡིན།

Good News for Everyone

Mark 16.15-16, 19-20

¹⁵ འདི་ལས་ ཡེ་ཤུ་གིས་ སློབ་མ་ཚུ་ལོ་ གསུངས་, “གུ་
 ཅག་ འཛོམ་སྤྲིང་ ཐམས་ཅད་ན་ སོང་ཟྱེ་ མི་ ཐམས་
 ཅད་ལོ་ གསུང་འཕྲིན་ བཟང་པོ་ འདི་ འབྲུབ་སྐྱབས་ འུས་
 ཟེ། ¹⁶ དད་པོ་ འུས་སྟེ་ འབྲུབ་གསོལ་ ལེན་མཁན་ལོ་ ཐར་
 པོ་ ཐོབ་ཤད་ ཡིན། དེ་ཟང་ དད་པོ་ མིན་འུས་མཁན་ལོ་
 ཆད་པོ་ ཐོག་ཤད་ ཡིན།” ¹⁹ འདི་ལས་ གཙོ་པོ་ ཡེ་ཤུ་
 འོང་ཚུ་ མཉམ་པུ་ བཀའ་མོལ་ གནང་ རྒྱུང་ཚར་བའི་
 རྒྱབ་ལོ་ དཀོན་མཆོག་གི་ ཞིང་ཁམས་ལོ་ ཡར་ སང་སྟེ་
 དཀོན་མཆོག་གི་ རྒྱག་ གཡས་པོའི་ ངོས་ལོ་ བཞུགས།
²⁰ སློབ་མ་ཚུ་ ག་ན་གས་ སོང་ཟྱེ་ དཀོན་མཆོག་གི་
 བཀའ་ འབྲུབ་སྐྱབས་ འུས་པོ་དང་ གཙོ་པོ་གིས་ འོང་ཚུ་
 མཉམ་པུ་ རྒྱག་ལས་ གནང་ཟྱེ་ ངོ་མཚར་བའི་ རྟགས་
 མཚན་ རྟོན་བའི་ སློབ་ལས་ གསུང་འཕྲིན་ བཟང་པོ་ འདི་
 བདེན་པོ་ ཡིན་ སེ་ ར་སློང་ འུས་པོ་ ཡིན།

¹⁵ Then Jesus said to the disciples, “Go into all the world and announce the good news to everyone. ¹⁶ Whoever believes and receives baptism will be saved, but the one who does not believe will be punished.” ¹⁹ Then, after the Lord Jesus had finished talking with them, He was taken up to God’s heaven and sat at the right hand of God. ²⁰ Whenever the disciples went they proclaimed God’s Word and the Lord worked with them and by showing wonderful signs proved that the good news was true.



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

More Good News

གོང་ལོ་བཤད་ཡོད་མཁན་ལོ་རྒྱུས་འདི་ཚུ་ཐམས་ཅད་ལྷན་ཁྲིམས་གི་ཡོད་པའི་གསུང་འཕྲིན་བཟང་པོ་ལོ་ལས་བསྐྱུས་པོ་གཅིག་ཨིན། ལྷན་ཁྲིམས་གི་ཡོད་པའི་གསུང་འཕྲིན་བཟང་པོ་འདི་དམ་པོའི་གསུང་རབ་ནང་གི་ཆ་ཤས་གཅིག་ཨིན། དམ་པོའི་གསུང་རབ་འདི་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་ལོ་གནང་ཡོད་པའི་དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་འདི་ཨིན།

གསུང་འཕྲིན་བཟང་པོའི་སྐོར་ལོ་ད་རུང་ཉ་གོ་བའི་འདོད་པོ་ཡོད་ནེ་འོག་ལོ་བྱིན་ཡོད་པའི་མེབ་སེའ་ (website) ནང་ལོ་འཇུག་མེ་གཟེགས་པོ་གནང་།

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

རང་གིས་ ཡེ་སུ་ བྲིས་ཀྱི་ ལྷོར་ལོ་ མཐུན་ ཚུགས་པོ་དང་
དགོན་མཚོག་ལས་ རང་ལོ་ བྱིན་རྒྱབས་ ཐོབ་ བརྟུག།

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



CENTRAL
ASIA
PUBLISHING

