WWW.ASKNETWORK.NET

Bhutanese

/ASKing WITH FASTING/

སྐྱང་གནས་བསྐང་སྐྱེ་ཞུ་ནི།

ཁྱོད་སྨོན་ལམ་ཞུམ་དུ... ཁྱོད་སྐྱང་གནས་བསྐངམ་དུ...**མེ་ཐིཏུ་ ৬:৭,৭৬**

ཡེ་ཤུ་གིས་ སྨོན་ལམ་དང་སྐྱང་གནས་འདི་ འཛེལ་བ་ཡོད་པའི་དོན་ཚན་སྟེ་ སྐྱེ་གནང་མ་ཞིན། འཕྲལ་འཕྲལ་ར་ གསུང་རབ་ཀྱིས་ འདི་ཚུ་ མཁས་སྦྱགས་ཀྱི་བྱ་བ་སྟེ་སྐྱེནམ་ཞིན་ **(དཔེར་ན་ མེ་ཐིཏུ་ ৭৩:২৭, མངྒ་པ་ ৭৬:২৪)** །ཚེས་ཀ་ཟེར་མིའི་མཐུད་འཛེལ་ནང་ གཅོ་བོ་གིས་སྐྱེན་གནང་མི་དང་ འཁྲིལ་ཏེ་ ང་བཅས་ཀྱིས་ སྐྱང་གནས་བསྐང་སྟེ་ ཞུམ་ཞིན། ཁོ་གི་བཀའ་ཚུ་ ང་བཅས་ཀྱིས་འབད་དེ་ ཁོ་ལུ་ཐུགས་དགྱེས་བའི་ལུ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ང་བཅས་ཀྱིས་ གཱ་ཞུ་མི་འདི་ཐོབ་ཞིན། **ཡོ་ཏ་རྣན་དང་པ་ ৩:২২**

ང་བཅས་ཀྱིས་ བཞེས་སྐོམ་ཟ་ ཆུ་ཡང་མ་འཐུང་པར་ སྐྱང་གནས་བསྐངམ་དུ་ འདི་གིས་ མཁྱོགས་པར་ ང་བཅས་ཀྱི་ མི་ལུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་འདི་ དྲན་གསོ་འབདཔ་ཞིན། འདི་གིས་སྟེ་ འདི་གིས་ང་བཅས་ལུ་ དཀོན་མཆོག་ལུ་གཏད་ནི་དོན་ལུ་ གྲོགས་རམ་འབདཔ་ཞིན། གསོ་བ་དང་འཁྲིལཔ་དུ་ མི་འདི་ ཆུ་མ་འཐུང་པར་ ཉིནམ་གསུམ་དང་ བཞེས་སྐོམ་ཟ་བར་ ཉིནམ་བཞི་བཅུ་ཆུན་ཆོད་ སྟོད་ནི་མི་འོང་ཟེར་སྐབས་ཞིན། འདི་ཚུ་ གསུང་རབ་དང་འཁྲིལ་བའི་བདེན་པའི་མཚམས་ཚད་ཚུ་ཞིན།

འདི་ནང་གྲངས་སུ་མ་ཚུད་པའི་ གནད་དོན་གསུམ་ཀྱངམ་གཅིག་ཡོད། ཡེ་ཤུ་གི་ཀུན་དབང་དང་ ཕྱན་པའི་སྐྱང་གནས་" དེ་ལས་ ཚེ་ཡི་ཡ་དང་མོ་སྟེས་ཀྱིས་ བཞེས་སྐོམ་ཟ་ཆ་ ཆུ་ཡང་མ་འཐུང་པར་ ཉིནམ་བཞི་བཆུ་ སྐྱང་གནས་བསྐངས་མི་དང་ མོ་སྟེས་ཀྱིས་ ཚར་གཉིས་ སྐྱང་གནས་བསྐང་མི་ཚུ་ ཞིན། སྨོན་ཆེ་ཉོག་ཏོ་སྟེ། ཚེ་ཡི་ཡ་དང་མོ་སྟེས་ ཡེ་ཤུ་གཅིག་ཁར་ སྐུ་གཟུགས་འཐུང་བའི་གཙས་རི་ཀུ་འོངས་ཏེ་ བཀའ་ཁྲིམས་དང་ཡུང་སྐྱེན་པ་ཚུ་གི་ངོ་ཚབ་འབདཝ་ཞིན།

ཆུ་ལུ་ ང་བཅས་ཀྱིས་ གཅོ་བོ་ར་ བཞེས་སྐོམ་ཟ་ཆ་ ཆུ་ཡང་མ་འཐུང་པར་སྟོད་ནི་ཏུ་བ་འབདཔ་ཞིན། དེ་འབདཔ་ད་ དཀོན་མཆོག་གིས་ **ཨའི་ཇ་ཡ་ ৭৫** ནང་ སྐྱང་གནས་བསྐངས་མི་བཟུམ་ སྐྱང་གནས་མ་འདུཔ་ཚུ་ལས་ གཅིག་བསྐངས་ཟེར་ ང་བཅས་ལུ་གསུང་གནང་དོ་བོད། དེ་སྟེ་ འབདཝ་བ་ཅིན་ སྔིག་པའི་སྐྱོང་ལམ་ཚུ་ལས་ ཐག་རིང་སར་སྟོད་དེ་ དྲང་བདེན་མེད་པའི་ཕྱགས་ཀྱེན་འདི་ ཚ་མེད་གཏང་མེད་ཀྱི་ཡོད།

མཆོད་ཚོགས་ མི་སྟེ་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ག་ར་གི་དོན་ལུ་ སྐྱང་གནས་བསྐང་སྐྱེ་ ཞུ་དགོ་པའི་དོན་དག་ཚུ།

མཉམ་ཚུང་འགྱུར་ནིའི་དོན་ལུ། ང་གིས་སྐྱང་གནས་བསྐང་ནིའི་དོན་ལུ་ ང་རའི་སེམས་འདི་ མཉམ་ཚུང་བཙོ་ཡི། **མཏུར་མ་ ৬৫:৭০** ང་གིས་སྐྱང་གནས་བསྐང་ནི་ཟེར་ཁྲབ་བསྒྲགས་འབདཔ་ཞིན། དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ང་བཅས་ དཀོན་མཆོག་གི་སྐུ་མདུན་ལུ་ མཉམ་ཚུང་བྱེ་སྟོད་པ་ཞིན། **ཨེཛ་ར་ ৫:২৭**

དམ་པ་འགྱུར་ནིའི་དོན་ལུ། ཁོང་ཡར་ལོང་སྟེ་ ཁོང་རའི་སྤྱིག་པ་ཚུ་ ཁས་ལེན་ཏུགཔ། **ནེ་ཏེ་མ་ཡ་ ৮:৭-২** དེ་ལས་ ཁྱོད་ཀྱི་དྲང་བདེན་འདི་ ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ཁ་ལས་འགྱོ་ལོང་། ཨའི་ཇ་ཡ་ ५५:५

གོ་བཆུག་ནིའི་དོན་ལུ། དེ་ལས་ ང་བཅས་ཀྱིས་སྐྱང་གནས་བསྐངས་ཏེ་ དེའི་སྐོར་ལས་ དཀོན་མཆོག་ལུ་ཞུ་ཡི། དེ་ལས་ ཁོ་གིས་ ང་བཅས་ཀྱི་སྟོན་ལམ་སྤྱན་གསན་གནང་ཡི། **ཨེཛ་ར་ ৫:২২** ཁོང་གིས་སྐྱང་གནས་བསྐངས་ཟེར་ ཁྲབ་བསྒྲགས་འབདཏ་ཞིན། དེ་ལས་ ཁོང་གི་ར་...ཁོང་གིས་འབད་མི་དང་ ཁོང་རའི་ངན་པའི་ལམ་ཚུ་ལས་སེམས་འགྱུར་མི་འདི་ དཀོན་མཆོག་གིས་ གཟེགས་པ་ ཁོ་གིས་སྤྱིང་རྗེ་གཟེགས་ཀྱི་ ཁོ་གིས་ཉེན་བརྡ་མཛད་མི་དང་འཁྲིལ་ཀྱི་ ཁོང་རྩ་མེད་མ་བཏང་པས། **ཡོ་ནཱ་ ৩:৭,৭০**

ཉན་ནིའི་དོན་ལུ། ང་ གཅོ་བོ་དཀོན་མཆོག་གི་སྐུ་མདུན་ལུ་བཅར་ཀྱི་སྐྱང་གནས་བསྐངས་ སྨོན་ལམ་ཞུ་ དེ་ལས་ ཕདཔ་ཅིའི་གོ་ལ་གྱོན་ཀྱི་ ཐལཔ་དབྱར་སྟེ་ཞུ་ཡི་ ... ད་ ང་གིས་ཁྱོད་ལུ་ ཤེས་རྟོགས་དང་ གོ་བ་ཚུ་ ཅིན་ནི་ཞིན། **ད་ནི་ཨེལ་ ৩:৭,৭০**

སྒྲུང་གནས་མ་འདྲཔ་ཚུ།

སྒྲུང་གནས་ ཆ་ཚང་། ཞེས་ཐར་གྱིས་ བཞེས་སྒོ་མ་ཐ་ རྒྱ་ཡང་མ་འཐུང་ཡར་ ཉིན་མ་གསུམ་ སྒྲུང་གནས་བསྡུར་ནུག་ (གཟུགས་ཀྱིས་ བཟོད་ཚུགས་པའི་ཚད་མཐོ་ཤོས་)། ཉིན་མ་གསུམ་ ཡང་ན་ ཞག་གསུམ་ཚུན་ཚོད་ བཞེས་སྒོ་མ་ཐ་ རྒྱ་ཡང་མ་འཐུང་། ང་དང་རེའི་གཡོགས་ཚུ་ ཁྱོད་ བཟུམ་སྟེ་ར་ སྒྲུང་གནས་བསྡུར་ནི་ཨིན། **ཨེས་ཐར་ ༩:༡༥** ཞེས་ཐར་ཀྱི་འབྲས་བུ་འདི་ མི་གར་གི་ཐར་བ་ཨིན་མས། པཏྲུལ་ཀྱིས་ཡང་ ཉིན་མ་གསུམ་ཀྱི་སྒྲུང་གནས་བསྡུར་ནུག། ཉིན་མ་གསུམ་ ཚུན་ཚོད་ ཁོ་ མིག་ཏོ་ཞར་ཁ་སྟེ་སྡོད་དེ་ ག་ནི་ཡང་ མ་ཐ་ མ་འཐུང་པར་སྡོད་ནུག། **མཛད་པ་ ཨ:ཨ** ཨ་ནྡི་འདི་ དགོན་མཆོག་གི་ཚོས་བཤད་ཀྱི་དོན་ལུ་ ག་སྤྱིག་འབད་འབདཁ་ཨིན་མས།

བཞེས་སྒོ་ཀྱངམ་གཅིག་ མ་ཐ་བར་སྡོད་ནི། ཨ་ནྡི་འདི་ གསུང་རབ་དང་འཁིལ་བའི་སྒྲུང་གནས་ཀྱི་རྒྱབ་རྟེན་ཚུ་ཨིན། དཔེར་ན་ **ཨེཕ་ར་ ༥:༡, ༡༠:༥**, ནི་ཏེ་ཏ་ཀི་མི་སེར་ཚུ་— **ཡོ་ན་ ༣:༡-ཨ**, ཨེ་ན་ — **ལུ་ཀ་ ཨ:༣ལ**, ཨན་ཏྲི་ཡོཀ་ཀི་མཆོད་ཁང་– **མཛད་པ་ ༡༣:ཨ-༣**, etc.

སྒྲུང་གནས་ཟུར་ཅམ་: ཨ་ནྡི་འདི་ གནས་མེད་ས་མེད་ དོན་དག་ཡོད་པའི་སྒྲུང་གནས་ཨིན། གཅིག་ཟེར་བ་ཅིན་ འདི་གིས་ཉིན་བཤུར་ཀྱི་མི་ཚེ་ལུ་ ཤུགས་ཆུབ་འབྱུང་མི་དགོ། ད་ནི་ཨེལ་ཀྱིས་ བདུན་ཕྲག་གསུམ་ཚུན་ཚོད་ སྒྲུང་གནས་ཟུར་ཅམ་བསྡུངས་ནུག། ང་གིས་བཞེས་སྒོ་ ལེགས་ཤོས་མ་ཐ་ ཤ་མ་ཐ་ ཚང་མ་འཐུང་། དེ་ལས་ བདུན་ཕྲག་གསུམ་ཚུན་ཚོད་ གཟུགས་ཁར་ གནི་མ་དབུར། **ད་ནི་ཨེལ་ ༡༠:ཨ**

སྒྲུང་གནས་སྡུང་ནིའི་ཉེ་མ།

སྒྲུང་གནས་ཀྱི་ཐུངས་ཉིད་ཀྱི་དནིགས་ཡུལ་ལུ་བཟུམ་སྟེ་ བསལ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་སྡོད།

དུས་ཡུན་ག་དེམ་ཅིག་ སྡོད་ནི་ཨིན་ན་ གཅོ་བོ་ལུ་ཞུ་ (ཉི་འཚུལ་ལས་ཉི་འཚུལ་ཚུན་ཚོད།) ཉིན་མ་གཅིག་ གསུམ་ བཅུ་ཐམ་ ཁལ་གཅིག་གཅིག་དང་ བཞི་བཅུ་ གར་གསུང་རབ་ནང་ ཏྲིན་ཉེ་ཡོད།)། དུས་ཡུན་རིངམོ་སྟེ་ སྒྲུང་གནས་བསྡུང་དགོ་པ་ཅིན་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ སྒོ་ཁྱིག་འབད། དེ་ལས་ ཤེས་རབས་ཅན་སྟེ་ སྒྲུང་གནས་འདི་ མཐུག་བསྡུ།

གཅིག་གིས་བཟུམ་ཀྱི་སྒྲུང་གནས་བསྡུང་ནི་ཨིན་ན་ སྒོ་ནོ་ལས་ནང་ཞུ
(སྒྲུང་གནས་ཚ་ཚུ། སྒྲུང་གནས་ཟུར་ཅམ་ ཡང་ན་ སོ་སོ།)

ཁྱོད་ཀྱི་དམིགས་དོན་འདི་ གཅངམ་མཇད་གནང་ཟེར་ གཅོ་བོ་ལུ་ཞུ།
དེ་ལས་ ཁྱོད་རའི་སེམས་འདི་ མཉམ་ཚུང་བཟོ།

འདི་གཞན་ཚུ་དང་གཅིག་ བསྡུང་ནིའི་སྒྲུང་གནས་ཨིན་ **(དཔེར་ན་ ཇོ་ཀ་ར་ཡ་ ༧:༤)** ཡང་ན་ རང་ཀྱང་གི་ཨིན་ན་ ཐག་གཅད་དགོ། **(མཛད་པ་ ༡༦:ཨ)**།

ཁྱོད་ར་ གཞན་ལུ་ དྲངས་གསལ་སྒེ་སྡོད།
གཟུགས་ནང་ དཀའ་ངལ་རེ་ཡོད་པ་ཅིན་ དུང་འཚོ་ལུ་སྐྱོན་བཏྲ་དགོ།

ང་བཅས་ལུ་བྱམས་པ་མཛད་དེ་ ཁོ་གི་སྐུ་ཁྲག་གིས་
ང་བཅས་ཀྱི་སྡིག་པ་ལས་ཐར་པ་གནང་མི།
ཁོ་རང་གི་ཡབ་དགོན་མཆོག་གི་དོན་ལུ་
ང་བཅས་ལུ་རྒྱལ་སྲིད་དང་བླམ་སྒེ་མཛད་གནང་མི་ཡེ་ཤུ་ཁིརྡིས་ལུ་
དུས་རྟག་བུ་ར་ གཟི་བརྗིད་དང་དབང་ཚད་གུ་ར་
ཁོ་གི་ཨིན་ནོ་ ཨ་སྒེན།

མཐོང་སྣང་ལེའུ་ ༧:༤-༨