Fourth Sunday of Advent YEAR C

1st READING: *Mi 5:1-4*

မိက္ခာအနာဂတ္တိကျမ်း ၅း ၁–၄

အိုဗက်လင်ဖေရတ်မြို့၊အစိုးရသောယုဒမြို့တို့တွင်သင်သည်မြို့ငယ်မြို့ယုတ်ဖြစ်သော်လည်း၊ဣသရေလအမျိုးကိုအုပ်စိုးရသောသခင်သည် ငါ့အဘို့သင်၏အထဲမှာ ပေါ်ထွန်းလတံ့။ ထိုသခင်သည် ရှေးကပ်ကမ္ဘာမှစ၍ ပေါ်ထွန်းသောသခင်ဖြစ်၏။ သို့ဖြစ်၍၊ သားဘွားခြင်းဝေဒနာကိုခံရသောမိန်းမသည်မဘွားမီတိုင်အောင်ငင်းငင်း၊ဣသရေလအမျိုးသားတို့နှင့်တကွကျန်ကြွင်းသောညီအစ်ကိုတို့သည်မပြောင်းလဲမီတိုင်အောင်ငင်း၊ သူတို့ကိုစွန့်ပစ်တော်မူလိမ့်မည်။ထိုသခင်သည်ရပ်၍ထာဝရဘုရား၏အစွမ်းသတ္တိနှင့်ငင်း၊ မိမိဘုရားသခင်ထာဝရဘုရား၏နာမတော်တန်ခိုးအာနုဘော်နှင့်ငင်း၊ မိမိသိုးစုကိုကျွေးမွေးလိမ့်မည်။သူတို့သည်လည်း တည်ကြလိမ့်မည်။ အကြောင်းမူကား၊ ထိုသခင်သည် မြေကြီးစွန်းတိုင်အောင် အစိုးရ၍၊ ရန်ငြိမ်းခြင်းအကြောင်းဖြစ်တော်မူလိမ့်မည်။

ဤသည်ကားဘုရားသခင်၏နှုတ်ကပါဌ်တော်ပေတည်း။

Responsorial Psalm 80: 2-3,15-16, 18-19

ဆာလံကျမ်း ၈၀

သံပြိုင်။ ။ အိုဘုရားသခင်တပည့်တော်တို့အားပြန်လည်ထူထောင်ပေးတော်မူပါ။ တပည့်တော်တို့သည်ကယ်တင်ခြင်းခံရအံ့သောငှါကိုယ်တော်၏မျက်နှာတော်ကိုတပည့်တော်တို့အပေါ်ထွန်းတောက်စေတော်မူပါ။

၁။ အိုအစ္စရေးလ်လူမျိုး၏သိုးထိန်းတော်၊ တပည့်တော်တို့ကိုနားညောင်းတော်မူပါ။ ခေရုဘိန်တို့အလယ်တွင်ပလ္လင်ထက်၌စံပယ်တော်မူသောအရှင်ကိုယ်တော်၏အလင်းတော်ကိုဖေရိမ်၊ဘင်ဂျမင်နှင့်မနေ့ာရှေတို့၏ရှေ့တွင်ထွန်းတောက်စေတော်မူပါ။ ကိုယ်တော်၏ခွန်အားတန်ခိုးကိုလှုံ့ဆော်တော်မူ၍တပည့်တော်တို့ကိုလာရောက်ကယ်တင်တော်မူပါ။ **(သံပြိုင်။ ။)**

၂။ အထက်ကောင်းကင်မှအောက်သို့ငုံ့ကြည့်၍ရှုမြင်တော်မူပါ။ ဤစပျစ်နွယ်ကိုစောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်းတော်မူပါ။ ညာလက်ရုံးတော်ဖြင့်စိုက်ပျိုးထားသောအမြစ်၊ကိုယ်တော်အတွက်၊ကိုယ်တော်ကိုယ်တိုင်ပျိုးထောင်ထားသောသားကိုထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်တော်မူပါ။ **(သံပြိုင်။ ။)**

၃။ ကိုယ်တော်၏လက်ျာဘက်တွင်ရှိသောလူကိုယ်တော်တိုင်ပျိုးထောင်ခဲ့သောလူသား၏အပေါ်တွင်ကိုယ်တော်လက်တော်ကိုတင်တော်မူပါ။ ထိုအခါတပည့်တော်တို့သည်ကိုယ်တော်ထံပါးမှကျောခိုင်းသွားကြမည်မဟုတ်ပါ။ တပည့်တော်တို့အားပြန်လည်သက်ဝင်စေတော်မူပါ။ တပည့်တော်တို့သည်လည်းကိုယ်တော်၏နာမတော်ကိုခေါ်တကြပါလိမ့်မည်။
(သံပြိုင်။ ။)

2nd READING: *Heb 10:5-10*

ဟီဘရူးသြဝါဒစာ ၁၀း ၅–၁၀

ထို့ကြောင့်ခရစ်တော်သည်လောကသို့ကြွလာတော်မူသောအခါ၊အိုဘုရားသခင်ကိုယ်တော်သည်ယဇ်ကောင်နှင့်ပူဇော်သက္ကာကိုအလိုတော်မရှိသည်ဖြစ်၍ကျွန်ုပ်အတွက်ကိုယ်ခန္ဓာကိုပြင်ဆင်ထားတော်မူပြီ။မီးရှို့ရာယဇ်နှင့်အပြစ်ဖြေရာယဇ်တို့ကိုကိုယ်တော်နှစ်သက်တော်မမူ။ သို့ဖြစ်၍ကျမ်းစာတော်တွင်ကျွန်ုပ်၏အကြောင်းကိုရေးသားဖော်ပြထားသည်နှင့်အညီ၊ အိုသခင်၊ ကိုယ်တော်၏အလိုတော်ကိုဆောင်ရွက်ရန်အကျွန်ုပ်ရောက်ရှိလာပါပြီဖြစ်ကြောင်း၊ကျွန်ုပ်ဝန်ခံပါ၏ဟုဖော်ပြထား၏။ ပညတ်တရားတော်အတိုင်းလိုက်နာရသောဝတ်ပြုနည်းများကိုရည်ညွှန်းလျက်၊ ခရစ်တော်က၊ မီးရှို့ရာယဇ်၊အပြစ်ဖြေရာယဇ်အစရှိသောယဇ်များနှင့်ပူဇော်သက္ကာများတို့ကိုကိုယ်တော်အလိုမရှိ၊နှစ်သက်တော်မမူဟုဆို၏။ ဤအရာတို့သည်ပညတ်ဥပဒေအတိုင်းပူဇော်ခြင်းဖြစ်၏။ထို့နောက်တဖန်၊ကိုယ်တော်ကအိုသခင်အကျွန်ုပ်သည်ကိုယ်တော်၏အလိုတော်ကိုဆောင်ရွက်ရန်ရောက်ရှိလာပါပြီဟုဆိုလေ၏။ ထို့ကြောင့်ဘုရားသခင်သည်ယခင်ကပူဇော်ခြင်းဖြစ်သည့်ပထမဝတ်ပြုမှုကိုပယ်၍ခရစ်တော်၏ပူဇော်ခြင်းဖြစ်သောဒုတိယဝတ်ပြုခြင်းကိုတည်စေတော်မူသည်။အလိုတော်နှင့်အညီ၊ခရစ်တော်သည်မိမိကိုယ်ကိုတစ်ကြိမ်တည်း အပြီးအပိုင်ပူဇော်တော်မူခြင်းအားဖြင့်၊ ငါတို့သည်သန့်ရှင်းစင်ကြယ်လာကြ၏။

ဤသည်ကားဘုရားသခင်၏နှုတ်ကပါဌ်တော်ပေတည်း။

GOSPEL: Lk 1: 39-45

ရှင်လုကာဧဝံဂေလိကျမ်း ၁း၃၉–၄၅

ထို့နေ့ရက်သို့၌မာရိယာသည်တောင်ကုန်းအရပ်ရှိ၊ ဂျုဒမြို့တစ်မြို့သို့အလျင်အမြန်ထ၍သွားလေ၏။ သူမသည်ဇာခရိယ၏ အိမ်သို့ဝင်ပြီးလျှင်ဧလိဇဘက်ကိုနှုတ်ဆက်လေ၏။ဧလိဇဘက်သည်နှုတ်ဆက်သံကိုကြားသောအခါသူမ၏ဝမ်းတွင်းရှိသားငယ်သည်ခုန်မြူးလေ၏။ ဧလိဇဘက်သည်လည်းသန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်နှင့်ပြည့်ဝလျက်ကျယ်သောအသံဖြင့်ကြွေးကြော်သည်မှာသင်သည်မိန်းမတို့တွင်မင်္ဂလာရှိသူဖြစ်၏။ သင်၏ဝမ်းတွင်းမှအသီးတော်သည်မင်္ဂလာရှိ၏။ ကျွန်မသခင်၏မယ်တော်သည်ကျွန်မထံသို့ကြွလာသောကျေးဇူးတော်ကိုကျွန်မသည်အဘယ်ကြောင့်ခံထိုက်ပါသနည်း။ အကြောင်းမူကား၊ သင်၏နှုတ်ဆက်စကားသံသည်ကျွန်မ၏နားသို့ရောက်သည်နှင့်ကျွန်မဝမ်းတွင်းမှသားငယ်သည်ဝမ်းမြောက်ခြင်းဖြင့်ခုန်မြူးလေပြီ။ သူမအားထာဝရဘုရားမိန့်တော်မူသောစကားသည်ပြည့်စုံလိမ့်မည်ဟုယုံကြည်သောသူသည်မင်္ဂလာရှိ၏ဟုဆိုလေ၏။

ဤသည်ကားဘုရားသခင်၏နှုတ်ကပါဌ်တော်ပေတည်း။