Body and Blood of Christ – Year B

1st READING: *Exodus 24:3-8*

ထွက်မြောက်ရာကျမ်း၊ ၂၄း ၃–၈

မောရှေသည်လည်းလူများတို့ရှိရာသို့လာ၍၊ ထာဝရဘုရား၏စကားတော်အလုံးစုံကို၎င်း၊ စီရင်တော်မူချက်အလုံးစုံကို၎င်းပြန်ကြား၍၊ လူများအပေါင်းကလည်း၊ ထာဝရဘုရားမိန့်တော်မူသမျှအတိုင်း၊ အကျွန်ုပ်တို့ပြုပါမည်ဟု တသံတည်းပြန်ပြောကြ၏။မောရှေသည်ထာဝရဘုရား၏စကားတော်အလုံးစုံ တို့ကိုရေးထားပြီးမှ၊ နံနက်စောစောထ၍၊ တောင်ခြေရင်း၌ယဇ်ပလ္လင်ကို၎င်း၊ဣသရေလအမျိုးတစ် ဆယ်နှစ်မျိုးနှင့်အမျှ ကျောက်တိုင်တစ်ဆယ်နှစ်တိုင် ကို၎င်းတည်လေ၏။ဣသရေလအမျိုးသားလူပျို တို့ကိုစေခိုင်းသည်အတိုင်း၊ သူတို့သည်နွားများကိုယူ၍ ထာဝရဘုရားရှေ့မှာမီးရှို့သောယဇ်၊မိဿဟာ ယယဇ်ကိုပူဇော်ကြ၏။မောရှေသည်လည်း၊ အသွေးတဝက်ကို အင်တုံ၌ထည့်၍၊ တဝက်ကိုယဇ်ပလ္လင် ပေါ်မှာဖြန်းလေ၏။ ပဋိညာဉ်စာကိုလည်းယူ၍၊ပရိသတ်များရှေ့မှာဘတ်ပြီးလျှင်၊သူတို့ကလည်း၊ ထာဝရဘုရားမိန့်တော်မူသမျှအတိုင်းအကျွန်ုပ်တို့ပြုပါမည်၊ နားထောင်ပါမည်ဟုပြောဆိုကြ၏။ မောရှေသည်လည်း၊ အသွေးကိုယူ၍လူများအပေါ်မှာဖြန်းလျက်၊ဤအသွေးကားဤအမှုအရာတို့တွင်သင်တို့၌ထာဝရဘုရားဝန်ခံတော်မူသောပဋိညာဉ်၏အသွေးဖြစ်သည်ဟုပြောဆို၏။

ဤသည်ကားဘုရားသခင်၏နှုတ်ကပါဌ်တော်ပေတည်း။

Responsorial Psalm Ps 116: 12-13, 15-16, 17-18

ဆာလံ ၁၁၆

သံပြိုင်။ ။ ငါသည်ကယ်တင်ခြင်း၏ခွက်ဖလားကိုကိုင်မြှောက်၍၊ထာဝရဘုရား၏နာမတော်ကိုခေါ်တဆု
တောင်းမည်။
R. I will take the cup of salvation, and call on the name of the Lord.

၁။ ငါ၌ထာဝရဘုရားပြုတော်မူသောကျေးဇူးတော်များအတွက်ငါသည်ကိုယ်တော်ကိုမည်သို့ပြန်ဆပ်နိုင်
မည်နည်း။ ငါသည်ကယ်တင်ခြင်း၏ခွက်ဖလားကိုကိုင်မြှောက်၍၊ထာဝရဘုရား၏နာမတော်ကိုခေါ်တဆု
တောင်းမည်။ **(သံပြိုင်)**
How shall I make a return to the LORD for all the good he has done for me? The cup of salvation I will take up, and I will call upon the name of the LORD.

၂။ ထာဝရဘုရားရှေ့တော်၌ကိုယ်တော်၏သန့်ရှင်းသူတို့သေဆုံးခြင်းသည်တန်ဖိုးကြီးမားလှပေ၏။
အိုထာဝရဘုရား၊ တပည့်တော်သည်ကိုယ်တော်၏အစေခံဖြစ်ပါ၏။ တပည့်တော်သည်ကိုယ်တော်၏
အစေခံဖြစ်၍၊ ကိုယ်တော့်အစေခံမမွေးသောသားလည်း ဖြစ်ပါ၏။ ကိုယ်တော်သည်တပည့်တော်ကို
ချည်နှောင်ထားသောအနှောင်အဖွဲ့တို့မှဖြေလွှတ်တော်မူပါပြီ။ **(သံပြိုင်)**
Precious in the eyes of the LORD is the death of his faithful ones. I am your servant, the son of your handmaid; you have loosed my bonds.

၃။ တပည့်တော်သည်ကိုယ်တော်အားကျေးဇူးတော်ချီးမွမ်းရာယဇ်ကိုဆက်ကပ်ပူဇော်လျက်၊ကိုယ်တော်၏
နာမတော်ကိုခေါ်တဆုတောင်းပါမည်။ ကိုယ်တော်၏လူမျိုးတော်ရှေ့မျက်မှောက်တွင်ငါသည်ထာဝရ
ဘုရားအားကတိသစ္စာပြုမည်။ **(သံပြိုင်)**
To you will I offer sacrifice of thanksgiving, and I will call upon the name of the LORD. My vows to the LORD I will pay in the presence of all his people.

2nd READING: *Heb 9:11-15*

ဟီဘရူးဩဝါဒစာ ၉းၥၥ–ၥ၅

ယခုအခါတွင်ခရစ်တော်သည်ကောင်းမြတ်သည့်အရာတို့နှင့်စပ်လျဉ်းသောယဇ်ပုရောဟိတ်ရဟန်းချုပ်အဖြစ
ကြွလာတော်မူလေပြီ။ ကိုယ်တော်သည်ပို၍သန့်ရှင်းမြင့်မြတ်ပြည့်စုံသောတဲတော်တွင်အမှုတော်ဆောင်ရွက်
ခဲ့လေ၏။ ထိုတဲတော်ကားလူတို့လက်ဖြင့်တည်ဆောက်ထားခြင်းမဟုတ်၊အဓိပ္ပါယ်မှာထိုတဲတော်သည် ဖန်
ဆင်းခံအရာများနှင့်လည်းမသကဆိုင်ဟုဆိုလိုသည်။ ကိုယ်တော်သည်အလွန်သန့်ရှင်းရာဌာနတဲတော် သို
တစကြိမ်တည်းသာအပြီးဝင်တော်မူသောအခါ၊ ယဇ်ပူဇော်ရန်ဆိတ်သွေး၊နွားသွေးတို့နှင့်ဝင်တော်မူ သည်မ
ဟုတ်။ မိမိ၏သွေးတော်နှင့်ဝင်တော်မူ၍ငါတို့အားထာဝရကယ်တင်ခြင်းကျေးဇူးကရရှိစေတော်မူ၏။ မိမိအ
ပြစ်ဖြင့်ညစ်ညမ်းနေသောသူတို့အပေါ် ပက်ဖြန်းသောနွားသွေး၊ ဆိတ်သွေး၊နွားမကလေး၏ပြာတို့ သည်လူ့
ခန္ဓာကိုယ်၏အပြင်ပကို သန့်ရှင်းမွန်မြတ်စေနိုင်စွမ်းရှိလျှင်၊ခရစ်တော်၏သွေးတော်သည်ထိုအရာ တို့ထက်
မည်မျှသာ၍သန့်ရှင်းမွန်မြတ်နိုင်စွမ်းရှိလိမ့်မည်နည်း။ခရစ်တော်သည်ထာဝရဝိညာဉ်တော်အားဖြင့်မိမိကိုယ်
ကိုအပြစ်အနာအဆာကင်းသည့်ယဇ်ကောင်အဖြစ်ဖြင့်ဘုရားသခင်အားတင်ပူဇော်တော်မူခဲ့သည်။ငါတို့သည်
အသက်ရှင်တော်မူသောဘုရားအားဝတ်ပြုအစေခံနိုင်ရန်ခရစ်တော်သည်အကျုးမဲ့သည့်ဒုစရိုက်အကျင့်များမှ
ငါတို့၏ ဩတ္တပ္ပစိတ်ကိုသန့်စင်ပေးတော်မူ၏။ ထို့ကြောင့် ဘုရားသခင်ခေါ်တော်မူသောသူတို့သည်ကိုယ်
တော်ကတိထားတော်မူသော ထာဝရအမွေတော်ကို ခံစားနိုင်ကြရနခရစ်တော်သည်ပဋိညာဉ်တရားသစ်တွင
ကြားဝင်ဖြန်ဖြေသူဖြစ်တော်မူ၏။ပထမပဋိညာဉ်လက်အောက်၌လူတို့ကျူးလွန်ခဲ့သည့်အပြစ်များကိုဖြေလွှ
တ်ပေးရန်ခရစ်တော်သည်အသေခံတော်မူခဲ့လေသည်။

ဤသည်ကားဘုရားသခင်၏နှုတ်ကပါဌ်တော်ပေတည်း။

GOSPEL: *Mark 14:12-16, 22-26*

ရှင်မာကုဧဝံဂေလိကျမ်း ၁၄း ၁၂–၁၆၊ ၂၂–၂၆

တဆေးမဲ့မုန့်ပွဲတော်ပထမနေ့ဖြစ်သော ပါစကားသိုးငယ်ကိုသတ်၍၊ ပူဇော်ရသောနေ့၌ တပည့်တော်တို့က ပါစကားပွဲညစာ သုံးဆောင်ရန် မည်သည့်နေရာတွင ပြင်ဆင်စေလိုတော်မူသနည်းဟုကိုယ်တော်အားမေးလျှောက်ကြ၏။ ကိုယ်တော်သည် တပည့်တော်နှစ်ပါးကို စေလွှတ်၍ သူတို့အားမိန့်တော်မူသည်မှာသင်တို့ သည်မြို့တွင်းသို့သွားကြလျှင ရေအိုးသယ်ဆောင်လာသောသူတစ်ဦးသည သင်တို့ကိုတွေ့ဆုံခရီးဦးကြိုပြုလိမ့်မည်။ ထိုသူ၏နောက်သို့လိုက်သွားကြလော့။ သူဝင်သောအိမ်သို့ဝင်၍အိမ်ရှင်အားငါနှင့်ငါ၏တပည့်များပါစကားညစာစားရမည့်အခန်းသည်အဘယ်မှာနည်းဟုဆရာသခင်အမိန့်ရှိကြောင်းပြောကြလော့။ ထိုအခါသူသည် အဆင်သင့်ပြင်ဆင်ခင်းကျင်းထားသော ညစာခန်းမကြီးကိုသင်တို့အားပြလိမ့်မည်။ ထိုနေရာ ၌ ငါတို့အတက်ပြင်ဆင်ကြလော့ဟုမိန့်တော်မူ၏။တပည့်တော်တို့သည်လည်းထွက်သွားကြ၍၊မြို့တွင်းသို့ဝင်သောအခါမိမိတို့အားကိုယ်တော်မှာထားသည့်အတိုင်းတွေ့ကြသဖြင့်ပါစကားပွဲကိုပြင်ဆင်ကြ၏။ သူတို့သည်ညစာစားနေကြစဉ်သခင်ယေရှုသည်ပေါင်မုန့်ကိုယူတော်မူ၍ကောင်းကြီးပေးတော်မူပြီးမှဖဲ့တော်မူ၍၊ မိမိတပည့်တော်တို့အားပေးလျက်ဤအရာသည်ငါ၏ကိုယ်ဖြစ်၏။ ယူ၍စားကြလောဟု မိန့်တော်မူ၏။ ကိုယ်တော်သည်စပျစ်ရည်ခွက်ကိုလည်းယူတော်မူ၍ကျေးဇူးတင်တော်မူပြီး၊ တပည့်တော်တို့အားပေးတော်မူလျှင်သူတို့အားလုံးသည်ထိခွက်မှသောက်ကြ၏။ ကိုယ်တော်ကလည်းဤသည်ကားလူအားလုံးတို့အတွက်အပြစ်ဖြေလွှတ်ခြင်းငှာသွန်းလောင်းခံရမည့်ပဋိညာဉ်သစ်နှင့်ဆိုင်ရာငါ၏သွေးဖြစ်၏။ သင်တို့အားငါအမှန်ဆိုသည်ကား၊ ဘုရားသခင်၏နိုင်ငံတော်၌စပျစ်ရည်သစ်ကိုသောက်သည့်နေ့တိုင်အောင်ငါသည်စပျစ်ရည်ကိုနောက်တစ်ဖန်သောက်လိမ့်မည်မဟုတ်ဟုမိန့်တော်မူ၏။ ထို့နောက်သူတို့သည်ဓမ္မသီချင်းကိုသီဆိုချီးမွမ်းလျက်သံလွင်တောင်ပေါ်သို့ထွက်ခွာသွားကြ၏။

ဤသည်ကားဘုရားသခင်၏နှုတ်ကပါဌ်တော်ပေတည်း။