Holy Thursday

1st READING: *Exodus 12:1-8, 11-14*

ထွက်မြောက်ရာကျမ်း၊ ၁၂း၁–၈၊၁၁–၁၄

ထာဝရဘုရားသည် အဲဂုတ္တုပြည်၌ မောရှေနှင့် အာရုန်တို့အား မိန့်တော်မူသည်ကား၊ ဤလသည် သင်တို့၌ လဦးတည်းဟူသော နှစ်စဉ်တွင် ပဌမလဖြစ်ရမည်။ သင်တို့သည် ဣသရေလအမျိုး ပရိသတ်အပေါင်း တို့ကို မှာထားရသော စကားဟူမူကား၊ ဤလဆယ်ရက်နေ့၌ သင်တို့ရှိသမျှသည်၊ မိမိအိမ်ထောင် အသီးအသီး အတိုင်း တအိမ်ထောင်လျှင် သိုးသငယ်တကောင်စီ ယူရမည်။ အိမ်ထောင်ငယ်၍ သိုးသငယ်တကောင်နှင့် အတန်လျှင်၊ နီးစပ်သော အိမ်နီးချင်းနှင့်စပ်ဘက်၍ လူမည်မျှရှိသည်ဟု ရေတွက်ပြီးလျှင်၊ တကောင်ကို စား လောက်သောသူများ ကိုထောက်၍ သိုးသငယ်တကောင်ကိုယူရမည်။ သိုးသငယ်ဖြစ်စေ၊ ဆိတ်သငယ်ဖြစ်စေ၊ သင်တို့ယူသော အကောင်သည် အပြစ်မပါ၊ အခါမလည်သော အထီးဖြစ်ရမည်။ ထိုသိုးသငယ်တို့ကို၊ ထိုလ ဆယ်လေးရက် တိုင်အောင် စောင့်ထားပြီးမှ၊ ညဦးအချိန်၌ ဣသရေလအမျိုးအစည်းအဝေး ပရိသတ်အပေါင်း တို့သည် သတ်ရကြမည်။ သိုးသငယ်၏ အသားကိုစားရသောအိမ်၏ တံခါးထုပ်နှင့် တံခါးတိုင်နှစ်ဘက်၌၊ သိုးသငယ်၏အသွေးကိုယူ၍ ထိုးရမည်။ အသားကိုမီးနှင့်ကင်းပြီးမှ၊ ထိုည၌ခြင်းတွင် တဆေးမပါသောမုန့်၊ ခါးသောဟင်းသီးဟင်းရွက်နှင့် စားရမည်။ အဘယ်သို့ စားရမည်နည်းဟူမူကား၊ ခါးစည်းကိုစည်းလျက်၊ ခြေနင်း ကိုစီးလျက်၊ တောင်ဝေးကိုကိုင်လျက်၊ အလျှင်အမြန် စားရ မည်။ ထာဝရဘုရား၏ ပသခါဖြစ်သတည်း။ အကြောင်းမူကား၊ ယနေ့ည၌တွင် အဲဂုတ္တုပြည်ကိုငါသည် ထုတ်ချင်း ခပ်သွား၍၊ အဲဂုတ္တုပြည်၌ရှိသော လူတို့၏ သားဦးများနှင့် တိရစ္ဆာန်တို့၏ သားဦးများအပေါင်းတို့ကို ဒဏ်ခတ်၍၊ အဲဂုတ္တုပြည်၏ ဘုရားတို့ကို တရားစီရင် မည်။ ငါသည် ထာဝရဘုရားဖြစ်၏။ သိုးသငယ်၏ အသွေးသည် သင်တို့ နေရာအိမ်၌ သင်တို့၏ လက္ခဏာ သက်သေဖြစ်၍၊ ထိုအသွေးကို ငါမြင်သောအခါ၊ သင်တို့ကို ငါလွှန်သွားမည်။ ထိုသို့အဲဂုတ္တုပြည်ကို ငါသည်ဒဏ် ခတ်သောအခါ၊ ဖျက်ဆီးခြင်းဘေးဥပဒ်သည် သင်တို့ကို မသင့်မရောက်ရ။ ဤနေ့ ရက်သည်လည်းသင်တို့ အောက်မေ့စရာဘို့ ဖြစ်၍၊ သင်တို့၏အမျိုးအစဉ်အဆက်မပြတ် ဤနေ့ရက်၌ ထာဝရဘုရား အား ပွဲခံရကြ မည်။ ပညတ်တော်ရှိ သည်ဖြစ်၍၊ ထိုပွဲကို အစဉ်အမြဲခံရကြမည်။

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

ဆာလံကျမ်း ၁၁၆း **း** ၁၂–၁၃၊ ၁၅–၁၆၊ ၁၇–၁၈

၁၂–၁၃။ ငါ၌ ထာဝရဘုရားပြုတော်မူသောကျေးဇူးတော်များအတွက်ငါသည်ကိုယ်တော်ကိုမည်သို့ပြန်ဆပ်နိုင်မည်နည်း။ ငါသည်ကယ်တင်ခြင်း၏ခွက်ဖလားကိုကိုင်မြှောက်၍၊ ထာဝရဘုရား၏နာမတော်ကိုခေါ်တဆုတောင်းမည်။

၁၅–၁၆။ ထာဝရဘုရားရှေ့တော်၌ကိုယ်တော်၏သန့်ရှင်းသူတို့သေဆုံးခြင်းသည်တန်ဖိုးကြီးမားလှပေ၏။ အိုထာဝရဘုရား၊ တပည့်တော်သည်ကိုယ်တော်၏အစေခံဖြစ်ပါ၏။ တပည့်တော်သည်ကိုယ်တော်၏အစေခံဖြစ်၍၊ ကိုယ်တော့်အစေခံမမွေးသောသားလည်းဖြစ်ပါ၏။ ကိုယ်တော်သည်တပည့်တော်ကိုချည်နှောင်ထားသောအနှောင်အဖွဲ့တို့မှဖြေလွှတ်တော်မူပါပြီ။

၁၇–၁၈။ တပည့်တော်သည်ကိုယ်တော်အားကျေးဇူးတော်ချီးမွမ်းရာယဇ်ကိုဆက်ကပ်ပူဇော်လျက်၊ ကိုယ်တော်၏နာမတော်ကိုခေါ်တဆုတောင်းပါမည်။ ကိုယ်တော်၏လူမျိုးတော်ရှေ့မျက်မှောက်တွင်ငါသည်ထာဝရဘုရားအားကတိသစ္စာပြုမည်။

2nd READING: 1 Corinthians 11:23-26

ကော်ရင့်သုသြဝါဒပထမစာစောင် ၁၁း၂၃–၂၆

ဤကိစ္စအတွက်ငါချီးကျူးလိမ့်မည်မဟုတ်။သင်တို့အားငါပေးမည့်သွန်သင်ချက်ကိုသခင်ဘုရားထံတော်မှ ငါရရှိခဲ့၏။ ရန်သူ့လက်သို့အပ်နှံခြင်းခံရမည့်ညဥ့်၌သခင်ယေရှုသည်မုန့်ကိုယူ၍၊ကျေးဇူးတင်တော်မူပြီး နောက်၊ ဤအရာသည်သင်တို့အဖို့ပေးသောငါ၏ခန္ဓာကိုယ်ဖြစ်၏။ငါ့ကိုအောက်မေ့သတိရကြရန်ဤ အမှုကိုပြုကြလော့။ ထိုနည်းတူညစာစားပြီးနောက်ခွက်တော်ကိုလည်းယူတော်မူ၍မိန့်တော်မူသည်ကား၊ ဤခွက်သည်သင်တို့အတွက်သွန်းလောင်းခံရမည့်ငါ၏အသွေးတော်၌ပဋိညာဉ်အသစ်ဖြစ်၏။ ဤခွက်ကို သောက်သည့်အခါတိုင်းငါ့ကိုအောက်မေ့သတိရခြင်းငှါဤအမှုကိုပြုကြလော့ဟုမိန့်တော်မူ၏။ သင်တို့ သည်ဤမုန့်ကိုစား၍၊ ဤခွက်မှသောက်သည့်အခါတိုင်းသခင်ဘုရားသည်အသေခံတော်မူကြောင်းကို ကိုယ် တော်ကြွ လာတော်မူမည့်အချိန်တိုင်အောင်ကြေငြာကြလော့။

GOSPEL: ***John 13:1-15***

ရှင်ယောဟန်ဧဝံဂေလိကျမ်း **၁၃း ၁–၁၅**

ပါစကားပွဲတော်မတိုင်မီ၌သခင်ယေရှုးသည်ဤကမ္ဘာလောကမှထွက်ခွာ၍ခမည်းတော်ထံသို့ကြွသွားရမည်ဖြစ်သောမိမိ၏အချိန်နာရီကျရောက်လာကြောင်းကိုသိတော်မူသောအခါ၊ ဤလောကရှိမိမိတပည့်တို့ကိုချစ်တော်မူသည့်အလျောက်သူတို့အားသက်ဆုံးတိုင်ချစ်တော်မူ၏။နတ်ဆိုးသည်ကိုယ်တော်ကိုအပ်နှံမည့်အကြံအစည်ကိုစီမုန်၏သားဂျုဒအိစကာယုဒ်၏နှလုံးတွင်ထည့်သွင်းထားပြီးဖြစ်၏။ ညစာစားနေကြစဉ်သခင်ယေရှုးသည်မိမိလက်ထဲသို့ခပ်သိမ်းသောအရာကိုခမည်းတော်ပေးအပ်ထားတော်မူသည်ကိုလည်းကောင်း၊ မိမိသည်ဘုရားသခင်ထံမှကြွလာ၍ဘုရားသခင်ထံသို့ပြန်တော့မည်ကိုလည်းကောင်းသိတော်မူပြီးဖြစ်၏။ ကိုယ်တော်သည်အပေါ်ဝတ်လုံတော်ကိုချွတ်ပြီးလျှင်ပုဝါကိုယူ၍ခါးတွင်စည်းတော်မူ၏။ ထို့နောက်ဇလုံတစ်ခုတွင်ရေထည့်၍တပည့်တော်တို့၏ခြေတို့ကိုဆေးကြောပြီးလျှင်၊ခါးတွင်စည်းထားသောပုဝါဖြင့်သုတ်တော်မူ၏။ စီမုန်ပေတရုထံသို့ရောက်သောအခါပေတရုကသခင်ဘုရား ကိုယ်တော်သည်တပည့်တော်၏ခြေတို့ကိုဆေးတော်မူမည်လောဟုမေးလျှောက်လေ၏။ သခင်ယေရှုးကငါပြုသောအမှုကိုယခုသင်နားမလည်သော်လည်းနောင်တွင်သင်နားလည်လိမ့်မည်ဟုဖြေကြားတော်မူ၏။ ပေတရုကကိုယ်တော်သည်တပည့်တော်၏ခြေကိုမည်သည့်အခါမျှမဆေးရဟုလျှောက်ထားလေ၏။ သခင်ယေရှုးကလည်း၊သင့်ခြေကိုငါမဆေးရလျှင်သင်သည်ငါနှင့်မသက်ဆိုင်တော့ပြီဟုမိန့်တော်မူ၏။ ထိုအခါစီမုန်ပေတရုက သခင်ဘုရား၊ တပည့်တော်၏ခြေကိုသာမဟုတ်၊ တပည့်တော်၏လက်နှင့်ဦးခေါင်းကိုလည်းဆေးတော်မူပါဟုကိုယ်တော်အားလျှောက်ထားလေ၏။ သခင်ယေရှုးကရေချိုးပြီးသောသူသည်တစ်ကိုယ်လုံးစင်ကြယ်ပြီးဖြစ်၍သူ၏ခြေများမှတစ်ပါးအခြားဆေးကြောရန်မလိုတော့ပြီ။ သင်တို့သည်လည်းစင်ကြယ်ကြ၏။ သို့ရာတွင်သင်တို့အားလုံးစင်ကြယ်သည်မဟုတ်ဟုမိန့်တော်မူ၏။ အကြောင်းမူကားကိုယ်တော်သည်မိမိကိုအပ်နှံမည့်သူသည်မည်သူဖြစ်ကြောင်းသိတော်မူ၏။ ထို့ကြောင့်ပင်သင်တို့အားလုံးစင်ကြယ်ကြသည်မဟုတ်ဟုမိန့်တော်မူခြင်းဖြစ်၏ကိုယ်တော်သည်သူတို့၏ခြေကိုဆေးပြီးသောအခါမိမိ၏ဝတ်လုံတော်ကိုဝတ်ဆင်ပြီးလျှင်မိမိနေရာတွင်ပြန်ထိုင်တော်မူပြီးသူတို့အားမိန့်တော်မူသည်ကား၊သင်တို့အားငါပြုခဲ့သည့်အမှုကိုသင်တို့သိကြသလော။သင်တို့သည်ငါ့ကိုဆရာဟူ၍လည်းကောင်း၊သခင်ဟူ၍လည်းကောင်းခေါ်ကြ၏။ငါသည်လည်းထိုသို့ဖြစ်သောကြောင့်သင်တို့ဆိုသည့်အတိုင်းမှန်ပေ၏။သင်တို့၏သခင်နှင့်ဆရာဖြစ်သောငါသည်သင်တို့၏ခြေများကိုဆေးလျှင် သင်တို့သည်လည်းအချင်းချင်း တစ်ဦး၏ခြေကိုတစ်ဦးဆေးကြရမည်။ အကြောင်းမူကား သင်တို့သည်ငါပြုသကဲ့သို့သင်တို့သည်လည်းပြုစေခြင်းငှါစံနမူနာကောင်းကိုသင်တို့အားငါပြခဲ့ပြီ။