Seventh Sunday in Ordinary Time

1st READING: *Leviticus 19: 1-2, 17-18*

ဝတ်ပြုရာကျမ်း။ ၁၉ း၁–၂၊ ၁၇–၁၈

တဖန်မောရှေအား ထာဝရဘုရားက၊ သင်သည် ဣသရေလအမျိုးသားပရိသတ်အပေါင်းတို့အား ဆင့်ဆို ရမည်မှာ၊ သင်တို့၏ဘုရားသခင် ငါထာဝရဘုရားသည် သန့်ရှင်းသောကြောင့်၊ သင်တို့လည်းသန့်ရှင်း ခြင်း ရှိကြလော့။ သင်၏ညီအစ် ကိုကို စိတ်အခုအခံမရှိရ။ ကိုယ်နှင့်စပ်ဆိုင်သောသူ၌ ရှိသောအပြစ်ကို တတ်တိုင်းမရှိစေဘဲ၊ သူ့ကိုအမုန်ဆုံးမရမည်။ သင့်အမျိုးသားချင်းသည် သင့်ကိုပြစ်မှားလျှင်၊ ကိုယ်တိုင် အပြစ်ပြန်၍ မတုံ့ရ။ မငြိုးမထားရ။ ကိုယ်နှင့် စပ်ဆိုင်သောသူကို ကိုယ်နှင့်အမျှချစ်ရမည်။ ငါသည် ထာ ဝရဘုရားဖြစ်၏။

Responsorial Psalm Psalm 103: 1-2, 3-4, 8, 10, 12-13

ဆာလံကျမ်း ၁၀၃း း၁–၂၊ ၃–၄၊ ၈၊ ၁၀၊ ၁၂–၁၃

၁–၂။ အိုငါ့ဝိညာဉ်ထာဝရဘုရားအားချီးမွမ်းလော့။ ငါ၏အတွင်း၌ရှိသမျှတို့ ကိုယ်တော်၏သန့်ရှင်းသော နာမတော်ကို ချီးမွမ်းလော့။ အို ငါ့ဝိညာဉ်ထာဝရဘုရား အား ချီးမွမ်းလော့။ ကိုယ်တော်ပေးတော်မူ သော ကျေးဇူးအပေါင်းကို မမေ့လျော့နှင့်။

၃–၄။ကိုယ်တော်သည်သင် ၏အပြစ်ဒုစရိုက်များကို အခွင့်လွှတ်တော်မူ၍သင်၏အနာရောဂါ အားလုံးကို ပျောက်ကင်းစေတော်မူ၏။ ကိုယ်တော်သည်သင်၏အသက်ကိုအသူတစ်ရာနက်သောတွင်းကြီးထဲမှ ကယ်နူတ်တော်မူ၍ ခိုင်မြဲသော မေတ္တာကရုဏာတော်ဖြင့်သင့်ကိုချီးမြှင့်တော်မူပြီ။

၈။ ထာဝရဘုရားသည် သနားကြင်နာတော်မူ သော ကျေးဇူးပြုတော်မူသော စိတ်ရှည်သည်းခံတော်မူ သော၊ မေတ္တာတရားနှင့်ပြည့်ဝတော်မူသောအရှင် ဖြစ် တော်မူ၏။

၁၀။ ကိုယ်တော်သည်ငါတို့ခံထိုက်သည့် အပြစ်ဒဏ်နှင့်အညီစီရင်တော်မမူ။ငါတိုအပြစ်အမှားများနှင့်အညီ ဒဏ်ခတ်တော်မမူ။

၁၂–၁၃။အရှေ့အရပ်သည်အနောက်အရပ်မှဝေးကွာသည်နှင့်အမျှကိုယ်တော်သည်တပည့်တော်တို့၏ပြစ်မှားမှုများကိုငါတို့မှဝေးကွာစေတော်မူ၏။ဖခင်သည်မိမိ၏သားသမီးများအပေါ်သနားကရုဏာသက်ရောက်သကဲ့သို့ကိုယ်တော်သည်မိမိကိုကြောက် ရွံ့သောသူတို့အပေါ် သနား ကရုဏာသက်ရောက်တော်မူ၏။

2nd READING: 1 Corinthians 3:16-23

ကော်ရင့်သုဩဝါဒပထမစာစောင် ၃း၁၆–၂၃

သင်တို့သည် ဘုရားသခင်၏ဗိမာန်တော်ဖြစ်ကြ၍၊ဘုရားသခင်၏ ဝိညာဉ်တော်သည် သင်တို့အတွင်း၌ စံပယ်တော် မူသည်ကိုသင်တို့မသိကြသလော။တစ်စုံတစ်ယောက်သည် ဘုရားသခင်၏ ဗိမာန်တော်ကို ဖျက်ဆီးအံ့။ ထိုသူကို ဘုရားသခင် ဖျက်ဆီးတော်မူလိမ့်မည်။ အကြောင်းမူကား ဘုရားသခင်၏ ဗိမာန်တော်သည် သန့်ရှင်းမွန်မြတ်၏။ထိုဗိမာန်တော်သည် သင်တို့ပင်ဖြစ်သတည်း။မည်သူမျှ မိမိကိုယ် ကိုမလှည့်စားစေနှင့်။ သင်တို့တွင်တစ်စုံတစ်ယောက်သည်မိမိကိုယ်ကို၌ခေတ်ကာလတွင် ဉာဏ်ပညာရှိသူ ဟုထင်အံ့၊ထိုသူ သည်ဉာဏ်ပညာရှိသူဖြစ်လာရန်အတွက်မိုက်မဲသူဖြစ် ပါစေ။အကြောင်းမူကား၍ကမ္ဘာလောက၏ဉာဏ်ပညာသည် ဘုရားသခင်အတွက် မိုက်မဲခြင်းသာဖြစ် သည်။အကြောင်းမူကား ကျမ်းစာတွင်ရေးထားသည်မှာ၊ကိုယ်တော်သည်ဉာဏ်ပညာရှိသူတို့အားသူတို့၏ပရိယာယ်ကျော့ကွင်းတွင်ဖမ်းမိလေပြီ။ တဖန် ရေးထားသည်မှာ ဉာဏ်ပညာရှိသူ တို့၏ အကြံအစည်တို့သည်အချီးနှီးဖြစ်ကြောင်းကို သခင်ဘုရားသိတော်မူသည်ဟူ၍တည်း။သို့ဖြစ်၍၊မည်သူမျှလူပုဂ္ဂိုလ်တို့အတွက်မကြွားဝါစေနှင့်။ အကြောင်းမူကားခပ်သိမ်းသောအရာတို့သည် သင်တို့နှင့်သက်ဆိုင်ကြသည်။ ပေါလုဖြစ်စေ၊ အပိုလိုဖြစ်စေ၊ စေဖဖြစ်စေ၊ကမ္ဘာလောကဖြစ်စေ၊အသက်ရှင်ခြင်းဖြစ်စေ၊ သေခြင်းဖြစ်စေ၊ ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်စေ၊ အနာဂတ်ဖြစ်စေ၊ အားလုံးတို့သည် သင်တို့နှင့် သက်ဆိုင်ကြသည်။ သင်တို့သည်ခရစ်တော်နှင့်သက်ဆိုင်ပြီး၊ ခရစ်တော်သည် ဘုရားသခင်နှင့် သက်ဆိုင်လေသတည်း။

GOSPEL: ***Matthew 5:38-48***

ရှင်မာတေဦး ဧဝံဂေလိကျမ်း **၅း ၃၈–၄၈**

မျက်စိအစား မျက်စိ၊သွားအစားသွားဟူသောပညတ် စကားရှိသည်ကို သင်တို့ကြားသိကြရပြီ။ ငါမူကား သင်တို့အားဆိုသည်မှာ သင်တို့ကိုထိခိုက်စော်ကား သူအားမခုခံကြနှင့်၊သင်၏လက်ယာဖက်ပါးကိုရိုက်ပုတ်သောသူအား ကျန်ပါးတစ်ဖက်ကိုလည်းလှည့်၍ ပေးဦးလော့။သင်၏အင်္ကျီကို ရယူလို၍ သင့်ကိုတရားစွဲသော သူအားသင်၏ဝတ်လုံကိုလည်းယူစေ လော့။ တစ်စုံတစ်ယောက်သည်သင့်ကို အနိုင်အထက်ပြု၍ ခရီးတစ်မိုင်သွားစေလျှင်ထိုသူနှင့်အတူနှစ်မိုင်သွားဦး လော့။ သင့်ထံတောင်းခံသောသူအား ပေးလော့၊ သင့်ထံမှချေးငှားလိုသောသူကိုလည်းမငြင်းပယ်လေနှင့်။ သင်နှင့်နီးစပ်သောသူကို ချစ်လော့၊သင်၏ရန်သူကိုမုန်းလော့ဟူသော ပညတ်စကားရှိသည်ကိုသင်တို့ ကြားသိကြပြီ။ ငါမူကားသင်တို့အားဆိုသည်မှာသင်တို့၏ရန်သူတို့ကို ချစ်ကြလော့၊ သင်တို့ကို နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲသောသူတို့အဖို့မေတ္တာပို့ကြလော့။သို့မှသာ သင်တို့သည်ကောင်းသူ၊ဆိုးသူတို့အပေါ်၌မိမိ၏နေကိုထွက်စေတော်မူ၍ဖြောင့်မတ်သူ၊မဖြောင့်မတ်သူတို့အပေါ်၌ မိုးကိုရွာစေတော်မူသောကောင်း ကင်ဘုံ၌ရှိတော်မူသည့်သင်တို့အဘ၏သားများဖြစ် ကြလိမ့်မည်။ အကြောင်းမူကားသင်တို့သည်မိမိတို့အားချစ်သောသူများကိုသာချစ်ခင်ကြပါမူအဘယ်အကျိုးခံစားရမည်နည်း၊ အခွန်ခံသောသူများပင်လျှင်ဤသို့ပြုကြသည် မဟုတ်လော့။သင်တို့၏ညီအစ်ကိုများကိုသာသင်တို့နှုတ်ဆက်ကြလျှင်သင်တို့သည်မည်သည့်ထူးခြား ချက်ကို ပြုသနည်း။ ထို့ကြောင့် ကောင်းကင်ဘုံ၌ရှိတော်မူသောသင်တို့၏အဖသည်ကောင်းမြတ်ပြည့် စုံတော်မူသည့်နည်းတူ သင်တို့သည်လည်း ကောင်းမြတ် ပြည့်စုံခြင်း ရှိကြလော့။