Thirtieth Sunday in Ordinary Time

1st READING: ***Exodus 22: 20-26***

ထွက်မြောက်ရာကျမ်း။ ၂၂း ၂၀–၂၆

တပြည်တနိုင်ငံသားဖြစ်သောဧည့်သည်ကိုမနှောင့်ရှက်မညှဉ်းဆဲရ။ သင်တို့သည်အဲဂုတ္တုပြည်၌ဧည့်သည်ဖြစ်ကြဘူးပြီ။ မိဘမရှိသောသူငယ်နှင့်မုတ်ဆိုးမကိုသင်တို့သည်မနှောင့်ရှက်၍။ နှောင့်ရှက်ခြင်းတစုံတခုကိုပြု၍သူတို့သည်ငါ့ါအနည်းငယ်အော်ဟစ်လျှင်၊ ငါသည်ထိုအသံကိုအမှန်ကြား၍၊ ငါအမျက်ပြင်းစွားထွက်လျက်သင်တို့ကိုထားဘေးဖြင့်ကွပ်မျက်မည်။ သင်တို့မယားများသည်လည်းမုတ်ဆိုးမဖြစ်၍၊ သားသမီးများသည်လည်းမိဘမရှိသောသူငယ်ဖြစ်ကြလိမ့်မည်။ ငါ့လူဖြစ်သောဆင်းရဲသားအိမ်နီးချင်းအားသင်သည် ငွေကိုချေးလျှင်၊ အတိုးစားသောသူကဲ့သို့သူ၌မပြု၊ အတိုးကိုမတောင်းရ။ အိမ်နီးချင်းသည်မိမိစောင်ကိုသင်၌ပေါင်ထားလျှင်၊ မိုဃ်းမချုပ်မှီပြန်ပေးရမည်။

ဤသည်ကားဘုရားသခင်၏နှုတ်ကပါဌ်တော်ပေတည်း။

Responsorial Psalm Psalms 18:2-3, 3-4,47,51
ဆာလံကျမ်း   ၁၈း

သံပြိုင်။ အိုသခင်ကိုယ်တော်သည်တပည့်တော်၏ခွန်အားဖြစ်တော်မူ၏ ။ကိုယ်တော်အားတပည့်တော်ချစ်မြတ်နိုးပါ၏ ။
R/ **I love you, Lord, my strength.**

၁။ အိုထာဝရဘုရားတပည့်တော်၏ခွန်အားဖြစ်တော်မူသောကိုယ်တော်ကိုတပည့်တော်ချစ်မြတ်နိုးပါ၏ ။ ကိုယ်တော်သည်တပည့်တော်ကိုကာကွယ်သောကျောက်ဆောင်၊ တပည့်တော်၏ခိုင်ခံ့သောခံတပ်နှင့်တပည့်တော်၏ကယ်တင်ရှင်ဖြစ်တော်မူပါ၏ ။ **သံပြိုင်**။ ။
I love you, O LORD, my strength, O LORD, my rock, my fortress, my deliverer.

၂။တပည့်တော်၏ဘုရားသခင်၊တပည့်တော်၏ကျောက်ဆောင်ဖြစ်တော်မူသောကိုယ်တော်ကိုတပည့်တော်ခိုလှုံအားကိုးပါ၏ ။ကိုယ်တော်သည်တပည့်တော်၏ဒိုင်း၊လွှားတပည့်တော်ကယ်တင်ခြင်း၏ဦးချိုနှင့်တပည့်တော်၏ရဲတိုက်ဖြစ်တော်မူပါ၏ ။ချီးမွမ်းထောမနာပြုထိုက်တော်မူသောထာဝရဘုရား၊ကိုယ်တော်ကိုတပည့်တော်ခေါ်တသောအခါ ကိုယ်တော်သည်တပည့်တော်ကို ရန်သူတို့လက်မှကယ်တင်တော်မူပါ၏ ။ **သံပြိုင်**။
My God, my rock of refuge, my shield, the horn of my salvation, my stronghold! Praised be the LORD, I exclaim, and I am safe from my enemies.

၃။ထာဝရဘုရားသည်အသက်ရှင်တော်မူ၏ ။တပည့်တော်၏ကျောက်ဆောင်တော်သည်ကောင်းချီးမင်္ဂလာရှိပါစေ။တပည့်တော်ကယ်တင်ခြင်း၏ ဘုရားသခင်သည် ချီးမြှောက်ခြင်းခံရပါစေသော်။ ကိုယ်တော် သည် မိမိ ခန့်ထားတော်မူသောဘုရင်အားကြီးမားသောအောင်ပွဲများကိုပေးထားတော်မူသော ဒေးဗစ်နှင့်သူ၏သားမြေးတို့အား ခိုင်မြဲ သော မေတ္တာတော်ကို အစဉ်အမြဲပြတော်မူ၏ ။ ။ **သံပြိုင်**။ ။
The LORD lives and blessed be my rock! Extolled be God my savior. You who gave great victories to your king and showed kindness to your anointed.

2nd READING: ***1 Thessalonians 1:5c-10***

သက်ဆာလောနိက္ခသဝါဒစာပထမစောင   ၁း ၅–၁၀

ငါတို့သည်သင်တို့နှင့်အတူရှိစဉ်အခါ၊ သင်တို့အကျိုးအတွက် ငါတို့အဘယ်သို့ပြုမူနေထိုင်ခဲ့ကြသည်ကို သင်တို့အသိပင်ဖြစ်၏။ သင်တို့သည် ငါတို့နှင့်ဘုရားသခင်၏ပုံစံတော်ကို စံနမူထား၍လိုက်ကျင့်ကြ၏။ သင်တို့သည်များစွာသောဆင်းရဲဒုက္ခရောက်ရကြသော်လည်း၊ မွန်မြတ်သောဝိညာဉ်တော်မှ ရရှိသောဝမ်းမြောက်ခြင်းဖြင့်ဧဝံဂေလိတရားတော်ကိုခံယူကြ၏။ ထို့ကြောင့်သင်တို့သည်မာစီဒိုနိယာနှင့်အခါယာပြည်ရှိယုံကြည်သူအပေါင်းတို့အတွက်စံနမူနာဖြစ်လေသည်။အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ဘုရားသခင်၏နှုတ်က ပတ်တရားတော်သည်မာစီဒိုနိယာပြည်၊အခါယာပြည်တို့တွင်ပျံ့နှံ့သွားသည်သာမက၊ဘုရားသခင်အား သင်တိုယုံကြည်သည့်သတင်းသည်ဒေသအနှံ့အပြားကျော်ကြားသွားသဖြင့်ငါတို့ထပ်လောင်းပြောဆိုရန် မလိုတော့ချေ။သင်တို့ထံငါတို့လာရောက်အမှုထမ်းစဉ်အခါကသင်တို့သည်အဘယ်သို့လက်ခံကြိုဆိုကြ ကြောင်းကိုလည်းကောင်းရုပ်တုများကိုစွန့်ပယ်၍စစ်မှန်သောဘုရားသခင်ကိုအမှုထမ်းရန်သင်တို့အ ဘယ်သို့ချဉ်းကပ်လာကြကြောင်းကိုလည်းကောင်း၊ထိုသူအပေါင်းတို့ပြောဆိုကြ၏။ကျရောက်မည့်အ မျက်တော်မှငါတို့ကိုကယ်နှုတ်သောယေရှုးသခင်၊သေခြင်းမှဘုရားသခင်ရှင်ပြန်ထမြောက်စေတော်မူသောကိုယ်တော်၏သားတော်ကောင်းကင်မှကြွလာတော်မူမည်ကိုသင်တို့စောင့်မျှော်နေကြသောကြောင့်လည်း ဖြစ်ပေသည်။

ဤသည်ကားဘုရားသခင်၏နှုတ်ကပါဌ်တော်ပေတည်း။

GOSPEL: ***Matthew 22:34-40***

ရှင်မာတေဦးဧဝံဂေလိကျမ်း ၂၂း ၃၄–၄၀

ဇဒ္ဒုဇေဦးတို့မချေပနိုင်အောင် ဤသို့သခင်ယေရှုဖြေကြားတော်မူသည်ကို ဖာရိဇေဦးတို့ကြားလျှင်အထံတော်သို့စုဝေးလာကြ၏ သူတို့တွင်ကျမ်းတတ်ဆရာတစ်ဦးက ကောက်ကျစ်စွာ စမ်းသပ်လို၍ဆရာသခင်တရားကျမ်း၌အဘယ်ပညတ်သည်အကြီးမြတ်ဆုံးနည်းဟုမေးလျှောက်လေ၏။ကိုယ်တော်ကလည်း သင်၏အရှင်၊ဘုရားသခင်ကိုသင်၏နှလုံးအကြွင်းမဲ့၊စိတ်အားရှိသမျှ၊ဉာဏ်စွမ်းရှိသမျှနှင့်ချစ်လော့။ဤသည်ကားအကြီးဆုံးနှင့်ပထမပညတ်ဖြစ်၏။ဒုတိယသည်ကား၊ပထမပညတ်နည်းတူဖြစ်၏။သင်နှင့်နီးစပ်သောသူကိုသင့်ကိုယ်ကိုသင်ချစ်သကဲ့သို့ချစ်လော့။တရားကျမ်းနှင့်ပရောဖက်ကျမ်းရှိသမျှတို့သည်ဤပညတ်နှစ်ပါးအပေါ်တွင်အခြေခံသည်ဟုမိန့်တော်မူ၏။

ဤသည်ကားဘုရားသခင်၏နှုတ်ကပါဌ်တော်ပေတည်း။