

# ဆာလံကျမ်း

နိဒါန်း။

ဆာလံကျမ်းသည်သမ္မာကျမ်းစာ၏သီချင်းစာအုပ်နှင့်ဆုတောင်းစာအုပ်  
ယင်းတို့ကိုခေတ်ကာလအဆက်ဆက်ကပုဂ္ဂိုလ်တို့ရေးသားပြုစုပြီး ကုသရေလလူမျိုးတို့ဝတ်ပြုကိုးကွယ်ရာတွင်အသုံး  
နောက်ဆုံးတွင်သမ္မာကျမ်း၏ကျမ်းတစ်ကျမ်းဖြစ်လာသည်။

ဘုရားသခင်အားဝတ်ပြုကိုးကွယ်ခြင်းနှင့်ဂုဏ်တော်ကို  
ချီးကျူးခြင်းဆိုင်ရာသီချင်းများ၊ ကုမကွယ်ကာကယ်တင်ရန်ဆုတောင်းပ  
တုထနာများ၊ အပြစ်ဖြေလွှတ်ရန်တောင်းလျှောက်ချက်များ၊  
ဘုရားသခင်ချပေးတော်မူသောကောင်းချီးမ

ဂလာများအတွက် ကျေးဇူးတော်ချီးမွမ်းသီချင်းများ၊  
ရန်သူများအားဒဏ်ခတ်တော်မူရန်အသနားခံချက်များစသည်တို့ကို  
လင်္ကာဖြင့်ရေးသားပြုစုသည်။ ဤဆုတောင်းပ တု

ထနာအချို့တို့သည် ရေးသားပြုစုသူ၏အသံနှလုံးထဲ၌ခံစားချက်များကို  
အချို့တို့မူဘုရားသခင်၏လူစုတော်လိုလားချက်များနှင့်ခံစားချက်များက  
သခင်ယေရှုကိုယ်တော်တိုင်ဆာလံကျမ်းကိုအသုံးပြုတော်မူခဲ့သည်။

ဋ ၄ မှ မသစ်ကျမ်းကိုရေးသားပြုစုသူတို့သည်လည်း  
ဆာလံကျမ်းကိုကိုးကား၍အကြောင်းအချက်များကိုတင်ပြသည်။  
ဆာလံကျမ်းကိုဝတ်ပြုကိုးကွယ်ခြင်းဆိုင်ရာအမြတ်တနိုးထားသည့်စာအုပ်  
ခရစ်ယာန်အသင်းတော်တည်ထောင်ချိန်မှစ၍လက်ခံသုံးစွဲခဲ့လေသည်။

**အကြောင်းအရာအကျဉ်းချုပ်**

ဆာလံကျမ်းအခန်းပေါင်း ၁၅၀ ကိုအောက်ပါတဲ့ ၅  
 တဲ့တွင်  
 စုစည်းထားသည်။  
 တဲ့ ၁ ၁-၄၁  
 တဲ့ ၂ ၄၂-၇၂  
 တဲ့ ၃ ၇၃-၈၉  
 တဲ့ ၄ ၉၀-၁၀၆  
 တဲ့ ၅ ၁၀၇-၁၅၀

# အတွဲ ၁

## 1

(ဆာလံ ၁-၄၁)

မင်္ဂလာအစစ်အမှန်

- 1 သူယုတ်မာတို့၏အကြံဉာဏ်ကိုလက်မခံ၊  
 အပြစ်ကူးသူတို့၏စံနမူနာကိုမလိုက်၊  
 ထာဝရဘုရားကိုပစ်ပယ်သူတို့နှင့်လည်း  
 မပေါင်းမဖော်သောသူတို့သည်မင်္ဂလာရှိကြ၏။
- 2 သူတို့သည်ထာဝရဘုရား၏တရားတော်ကိုလိုက်လျှောက်၍  
 နေ့ညမပြတ်လေ့လာဆင်ခြင်မှုဖြင့်ပျော်မွေ့တတ်ကြ၏။
- 3 ထိုသူတို့သည်ချောင်းအနီးတွင်ပေါက်၍လျော်ကန်သင့်မြတ်ချိန်၌  
 အသီးသီးလျက်အရွက်မညှိုးမနွမ်းတတ်သောအပင်များနှင့်တူ၏။  
 သူတို့သည်ပြုလေသမျှအမှုကိစ္စတို့တွင်အောင်မြင်တတ်၏။☆

☆ 1:3 ယော ၁၇:၈။

- 4 သို့ရာတွင်၊ သူ့ယုတ်မာတို့မူကား အဘယ်နည်းနှင့်မျှ ဤသို့မဖြစ်နိုင်။  
သူတို့သည် လေတိုက်ရာတွင် လွင့်ပါသွားတတ်သော ဖွဲ့နှင့် တူကြ၏။
- 5 အပြစ်ကူးသူတို့သည် ဘုရားသခင်  
အပြစ်ဒဏ်စီရင်ခြင်းကို ခံရကြလိမ့်မည်။  
သူတို့သည် ဘုရားသခင်၏ လူစုတော်အပေါင်းအသင်းထဲသို့ မဝင်ရကြ။
- 6 ထာဝရဘုရားသည် သူတော်ကောင်းများကို ပို့ဆောင်စောင့်ထိန်းတော်မူလျက်  
သူ့ယုတ်မာတို့မူကား ဆုံးရှုံးပျက်စီးရကြလိမ့်မည်။

## 2

### ဘုရားသခင် ရွေးချယ်တော်မူသော ဘုရင်

- 1 တိုင်းနိုင်ငံတို့သည် အဘယ်ကြောင့် ဆူပူပုန်ကန်ရန်  
ကြံစည်ကြသနည်း။  
လူတို့သည် အဘယ်ကြောင့် အချည်းနှီး  
လျှို့ဝှက်ကြံစည်ကြသနည်း။
- 2 ထိုသူတို့၏ ဘုရင်တို့သည် ပုန်ကန်ကြ၏။  
သူတို့၏ ဘုရင်တို့သည် ထာဝရဘုရားနှင့်  
ကိုယ်တော်ဘိသိက်ပေးတော်မူသော ဘုရင်အား  
ပုန်ကန်ရန် လျှို့ဝှက်တိုင်ပင်ကြ၏။<sup>☆</sup>
- 3 သူတို့က `ငါတို့သည် သူတို့စိုးမိုးမှုမှ  
လွတ်မြောက်အောင် ဆောင်ရွက်ကြကုန်အံ့။  
သူတို့၏ အချုပ်အနှောင်ကို ပယ်ရှားကြ ကုန်အံ့`  
ဟု ဆိုကြ၏။

☆ 2:2 ထာ ၄:၂၅-၂၆။

4 ကောင်းကင်ဘုံရှိပလ္လင်တော်ပေါ်မှာထာဝရ ဘုရားသည်  
 ပြီးရယ်တော်မူလျက်  
 ထိုသူတို့၏အကြံအစည်ကိုပြန်ရယ်ပြု တော်မူ၏။

5 ထိုနောက်ကိုယ်တော်သည်အမျက်တော်ထွက် လျက်  
 သူတို့အားသတိပေးတော်မူသဖြင့်  
 သူတို့သည်အမျက်တော်အရှိန်ကြောင့်  
 ကြောက်လန့်တုန်လှုပ်ကြကုန်၏။

6 ကိုယ်တော်က“သန့်ရှင်းမြင့်မြတ်သော ဇိအုန်တောင်<sup>1</sup>  
 ပေါ်တွင်  
 ငါရွေးချယ်ထားသောရှင်ဘုရင်ကိုငါကိုယ်တိုင်  
 တင်မြှောက်ပြီ” ဟုမိန့်တော်မူ၏။

7 မင်းကြီးက“ထာဝရဘုရား၏ဗျာဒိတ်တော်ကို  
 ငါကြေငြာမည်။  
 ကိုယ်တော်ကငါ့အား သင်သည်ငါ၏သား ဖြစ်၏။  
 ယနေ့ပင်လျှင်ငါသည်သင်၏အဖဖြစ်လာ ပြီ။<sup>\*</sup>

8 တောင်းလော့။ လူမျိုးတကာတို့ကိုသင့်အား ငါပေးမည်။  
 ကမ္ဘာမြေပြင်တစ်ခုလုံးကိုသင်ပိုင်ဆိုင်ရ လိမ့်မည်။

9 သင်သည်လူမျိုးတကာတို့ကိုသံလုံတံဖြင့်  
 အုပ်စိုးလိမ့်မည်။  
 သူတို့အားမြေအိုးကိုခွဲသကဲ့သို့

---

1 2:6 \* ဇိအုန်တောင်။ မူလတွင်ဒါဝိဒ်၏မြို့။ ထိုနောက်ဗိမာန်  
 တော်တည်ရာတောင်ကိုဆိုလိုသည်။ \* 2:7 တ၊ ၁၃:၃၃။ ဟေဗြဲ  
 ၁:၅၊၅:၅။

အစိတ်စိတ်အမြွှာမြွှာဖြစ်စေလိမ့်မည်' ဟု  
မိန့်တော်မူပါ၏။' ဟူ၍ဆို၏။\*

- 10 အချင်းဘုရင်တို့၊ ပညာသတိရှိကြလော့။  
အချင်းမင်းအပေါင်းတို့၊ သတိမူကြလော့။
- 11 သင်တို့သည်ကြောက်ရွံ့ ရှိသေသောစိတ်နှင့်  
ထာဝရဘုရား၏အမှုတော်ကို ထမ်းရွက်ကြလော့။
- 12 တုန်လှုပ်လျက်ရှေ့တော်တွင် ဦးညွှတ်ပျပ်ဝပ်ကြလော့။  
ယင်းသို့မပြုပါမူ ကိုယ်တော်သည်  
အမျက်တော်ထွက်တော်မူသဖြင့်  
သင်တို့သည် မုချသေကြေပျက်စီးကြလိမ့်မည်။  
ကိုယ်တော်ထံတော်သို့ ချဉ်းကပ်ခိုလှုံသူ  
အပေါင်းတို့သည် မင်္ဂလာရှိကြ၏။

### 3

ကယ်မတော်မူရန်နံနက်ချိန်ဆုတောင်း ပတုထနာ<sup>2</sup>

- 1 ထာဝရဘုရား၊ ကျွန်တော်မျိုးတွင် ရန်သူများစွာရှိပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုးတစ်ဘက်၌ ထကြွသူများကြပါ၏။
- 2 သူတို့က ကိုယ်တော်သည် ကျွန်တော်မျိုးကို  
ကူမတော်မူလိမ့်မည် မဟုတ်ကြောင်း  
ပြောဆိုကြပါ၏။

\* 2:9 ဗျာ၊ ၂:၂၆-၂၇၊ ၁၂:၅၊ ၁၉:၁၅။ 2 3: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။  
ဒါဝိဒ်၏သားတော်အဗရှလုံထံမှထွက်ပြေး သောအခါစပ်ဆိုသောဆာလံ။

3 သို့ရာတွင် အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်သည်ဒိုင်းလွှားသဖွယ်ကျွန်တော်မျိုး အား  
 ဘေးရန်များမှအစဉ်ကွယ်ကာတော်မူပါ၏။

ကိုယ်တော်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားအောင်ပွဲကို  
 ပေးတော်မူလျက်ရဲစွမ်းသတ္တိနှင့်ပြန်လည်  
 ပြည့်ဝစေတော်မူပါ၏။

4 ငါသည်ထာဝရဘုရား၏ထံတော်သို့ကူမ တော်မူရန်  
 ဟစ်အော်တောင်းလျှောက်သည့်အခါ  
 ကိုယ်တော်သည်သန့်ရှင်းမြင့်မြတ်ရာတောင်ပေါ်မှ  
 ငါ၏ဆုတောင်းပတုထနာသံကိုနားညောင်းတော်မူ၏။

5 ထာဝရဘုရားသည်ငါ့ကိုကွယ်ကာ  
 စောင့်ထိန်းတော်မူသောကြောင့်ငါသည်လဲလျောင်း  
 အိပ်ပျော်ခွင့်ကိုရရှိ၏။

6 မိမိပတ်လည်တွင်ဝိုင်းရံလျက်ရှိသော  
 ရန်သူထောင်သောင်းများစွာတို့ကို  
 ငါသည်မကြောက်။

7 အို ထာဝရဘုရား၊ ကြွလာတော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရားသခင်၊ကျွန်တော်မျိုးအား  
 ကယ်တော်မူပါ။

ကိုယ်တော်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူအပေါင်းတို့၏  
 ပါးရိုးကိုရိုက်၍သူတို့၏သွားကိုချိုးတော်မူ၏။

8 ထာဝရဘုရားသည်အောင်ပွဲကိုပေးပိုင်သော  
 အရှင်ဖြစ်တော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်၏လူစုတော်အပေါ်သို့  
 ကောင်းချီးမင်္ဂလာသက်ရောက်ပါစေသော။

### 4

ကူမတော်မူရန်ညနေချိန်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>3</sup>

1 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကျွန်တော်မျိုးကိုကွယ်ကာတော်မူသောအရှင်၊  
 ကျွန်တော်မျိုးခေါ်သောအခါထူးတော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးဒုက္ခရောက်စဉ်အခါ၌ကျွန်တော် မျိုးအား  
 ကူမတော်မူခဲ့ပါ၏။  
 ယခုအခါ၌လည်းကျွန်တော်မျိုးအား သနားတော်မူ၍  
 ကျွန်တော်မျိုး၏ဆုတောင်းပ တု ထနာကို  
 နားညောင်းတော်မူပါ။

2 အချင်းလူတို့၊ သင်တို့သည်အဘယ်ကာလတိုင် အောင်  
 ငါ့အားစော်ကားကြမည်နည်း။  
 အဘယ်ကာလတိုင်အောင်သင်တို့သည်  
 အကျိုးမရှိသည့်အရာကိုနှစ်သက်၍  
 အမှားနောက်သို့လိုက်ကြမည်နည်း။

3 ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏အဖို့အလို့ငှာ

3 4: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

သူတော်ကောင်းအားရွေးချယ်ထားတော်မူသည်ကို  
 သိမှတ်ကြလော့။  
 ငါခေါ်သောအခါကိုယ်တော်ကြားတော်မူ၏။

4 သင်တို့သည်ကြောက်လန့်လျက်အပြစ်ဒုစရိုက်ကို  
 ရှောင်ကြလော့။  
 သင်တို့သည်အိပ်ရာပေါ်တွင်တစ်ကိုယ်တည်း  
 ဆိတ်ငြိမ်စွာ  
 ဤအချက်ကိုနက်နက်နဲနဲစဉ်းစားဆင်ခြင် ကြလော့။

5 ထာဝရဘုရားအားထိုက်လျောက်သည့်  
 ယဇ်များကိုပူဇော်၍ကိုယ်တော်ကို  
 ယုံကြည်ကိုးစားကြလော့။

6 ``အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကောင်းချီးမင်္ဂလာကိုထပ်မံ၍ချပေးတော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့အားကရုဏာစိတ်ဖြင့်  
 ကြည့်တော်မူပါ။'' ဟုလူအများကဆုတောင်း ကြ၏။

7 သို့ရာတွင်ကျွန်တော်မျိုးအားကိုယ်တော်  
 ပေးတော်မူသောဝမ်းမြောက်ခြင်းသည်  
 ဂျုံစပါးနှင့်စပျစ်ရည်ပေါများသူတို့ရရှိသည့်  
 ဝမ်းမြောက်ခြင်းထက်သာလွန်ပါ၏။

8 ကျွန်တော်မျိုးသည်လဲလျောင်းလိုက်သောအခါ  
 ငြိမ်သက်စွာအိပ်ပျော်သွားပါ၏။



အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်သာလျှင်ကျွန်တော်မျိုးအားလုံခြုံစွာ  
 နေနိုင်ခွင့်ကိုပေးတော်မူပါ၏။

### 5

ကွယ်ကာစောင့်ထိန်းတော်မူရန် ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>4</sup>

1 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုး၏မြွက်ဆိုချက်ကိုနားထောင်တော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုး၏မြည်တမ်းသံများကိုကြားတော်မူပါ။

2 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရင်၊ ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရား၊  
 ကူမတော်မူရန်  
 ကျွန်တော်မျိုးဟစ်အော်တောင်းလျှောက်သည်ကို  
 နားထောင်တော်မူပါ။

အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်အထံတော်သို့ဆုတောင်း ပ တု  
 ထနာပြုပါသည်။

3 ကိုယ်တော်သည်နံနက်ချိန်၌ကျွန်တော်မျိုး၏ ပ တု  
 ထနာသံကိုကြားပါ၏။  
 နေထွက်ချိန်၌ကျွန်တော်မျိုးဆုတောင်း၍  
 ကိုယ်တော်၏အဖြေကိုစောင့်မျှော်ပါ၏။

---

<sup>4</sup> 5: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

4 ကိုယ်တော်သည်ဒုစရိုက်ကိုနှစ်သက်တော်မူသော  
ဘုရားမဟုတ်ပါ။

ရှေ့တော်၌ဆိုးယုတ်မှုကိုခွင့်ပြုတော်မမူပါ။

5 မာနကြီးသူတို့သည်ရှေ့တော်သို့မဝင်ရ။  
ကိုယ်တော်သည်ယုတ်မာသူအပေါင်းတို့ကို  
မုန်းတော်မူ၏။

6 ကိုယ်တော်သည်လိမ်လည်သူအပေါင်းတို့ကို  
ဖျက်ဆီးတော်မူ၍အကြမ်းဖက်သူ၊  
ကောက်ကျစ်သူတို့ကိုစက်ဆုပ်ရွံရှာတော်မူ၏။

7 ကျွန်တော်မျိုးအဖို့မှာမူကိုယ်တော်၏ကြီး မားသော  
မေတ္တာတော်ကိုခံစားရသဖြင့်  
အိမ်တော်သို့ဝင်နိုင်ပါ၏။

ကိုယ်တော်၏သန်ရှင်းမြင့်မြတ်သောဗိမာန်တော်တွင်  
ကိုးကွယ်ဝတ်ပြုကာ  
ကိုယ်တော်အားရိုသေလေးမြတ်စွာ  
ဦးညွတ်ရှိခိုးနိုင်ပါ၏။

8 အို ထာဝရဘုရား၊

ကျွန်တော်မျိုးမှာရန်သူများစွာရှိပါ၏။

ကိုယ်တော်၏အလိုတော်အတိုင်းပြုကျင့်ရန်  
ကျွန်တော်မျိုးအားလမ်းပြတော်မူပါ။

ကျွန်တော်မျိုးအားကိုယ်တော်ရှင်

လိုက်လျှောက်စေလိုသည့်လမ်းကို ပြောင့်ဖြူးစေတော်မူပါ။

9 ကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူများစကားကို  
 အဘယ်အခါ၌ယုံကြည်၍မရပါ။  
 သူတို့တွင်ဖျက်ဆီးလိုစိတ်သာလျှင်ရှိပါ၏။  
 သူတို့၏ခံတွင်းသည်ပွင့်လျက်နေသော  
 သင်္ချိုင်းတွင်းနှင့်တူပါ၏။  
 သူတို့၏လျှာသည်လည်းမြောက်ပင့်လိမ့်မည်  
 လှည့်စားတတ်ပါ၏။✧

10 အို ဘုရားသခင်၊  
 သူတို့အားရှုတ်ချလျက်အပြစ်ဒဏ်ပေးတော်မူပါ။  
 သူတို့၏ဆိုးညစ်သောအကြံအစည်များက  
 သူတို့ကိုပင်အကျိုးနည်းစေတော်မူပါ။  
 သူတို့၏များမြောင့်သော  
 အပြစ်များကြောင့်လည်းကောင်း၊ ကိုယ်တော်ကို  
 ပုန်ကန်ကြသည့်အတွက်ကြောင့်လည်းကောင်း  
 သူတို့အားရှေ့တော်မှောက်မှနှင်ထုတ်တော်မူပါ။

11 သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်ရှင်ထံတော်တွင်လုံခြုံစွာ  
 ခိုလှုံကြသောသူအပေါင်းတို့သည်  
 ဝမ်းမြောက်ရွှင်လန်းရကြပါလိမ့်မည်။  
 သူတို့သည်ဝမ်းမြောက်သဖြင့်အစဉ် သီချင်းဆိုကြပါလိမ့်မည်။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်မိမိအားချစ်သူတို့ကို  
 ကွယ်ကာစောင့်ထိန်းတော်မူပါ၏။

---

✧ 5:9 ရော၊ ၃:၁၃။

ကိုယ်တော်ရှင်ကြောင့်သူတို့သည်အကယ်ပင်  
ဝမ်းမြောက်ရကြပါ၏။

12 အို ထာဝရဘုရား၊

ကိုယ်တော်ရှင်သည်မိမိစကားကိုနားထောင်  
သူတို့အားကောင်းချီးပေးတော်မူပါ၏။

ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ဒိုင်းလွှားသဖွယ်  
သူတို့အားကွယ်ကာစောင့်ရှောက်တော်မူပါ၏။

### 6

ဒုက္ခရောက်စဉ်အခါကူမတော်မူရန် ဆုတောင်းပတုထ  
နာ<sup>5</sup>

1 အို ထာဝရဘုရား၊

ကျွန်တော်မျိုးအားအမျက်တော်ထွက်၍  
ဆုံးမတော်မမူပါနှင့်။

အမျက်တော်ထွက်၍အပြစ်ဒဏ်ပေးတော် မမူပါနှင့်။\*

2 ကျွန်တော်မျိုးသည်မောပန်းနွမ်းနယ်လျက်ရှိ  
သည်ဖြစ်၍ ကျွန်တော်မျိုးအားသနားတော်မူပါ။

လုံးဝအင်အားကုန်ခန်းလျက်ရှိသဖြင့်  
ပြန်လည်အင်အားပြည့်စေတော်မူပါ။

3 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးပြင်းပြီစွာ  
ဝေဒနာခံစားလျက်ရှိပါ၏။

အို ထာဝရဘုရား၊

<sup>5</sup> 6: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။ \* 6:1 ဆာ၊ ၃၈:၁။

အဘယ်ကာလကြာမှကျွန်တော်မျိုးအား  
ကူမတော်မူပါမည်နည်း။

4 အို ထာဝရဘုရား၊  
    ကြွလာတော်မူ၍ကျွန်တော်မျိုးအားကယ်တော် မူပါ။  
ကိုယ်တော်၏ကရုဏာတော်နှင့်အညီကျွန်တော် မျိုးအား  
    သေဘေးမှကယ်ဆယ်တော်မူပါ။

5 မရုဏာနိုင်ငံတွင်ကိုယ်တော်အား အောက်မေ့သတိရသူမရှိပါ။  
    ထိုအရပ်တွင်အဘယ်သူမျှကိုယ်တော်အား  
    ထောမနာပြုနိုင်မည်မဟုတ်ပါ။

6                   ကျွန်တော်မျိုးသည်ဝမ်းနည်းကြေကွဲမှုဖြင့်  
    မောပန်းနွမ်းနယ်လျက်ရှိပါ၏။  
    ညတိုင်းပင်လျှင်ငိုယိုရသဖြင့်အိပ်ရာသည်  
    စိုစွတ်လျက်ရှိပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုး၏ခေါင်းအုံးသည်မျက်ရည်  
    စိုရွဲလျက်ရှိပါ၏။

7   ရန်သူများကြောင့်ငိုယိုရသဖြင့်ကျွန်တော်   မျိုး၏  
    မျက်စိများသည်ရောင်လျက်ရှိပါ၏။  
    ကြည့်၍ပင်မမြင်နိုင်ပါ။

8 အကျင့်ဆိုးယုတ်သူတို့ငါ့ထံမှထွက်သွား ကြလော့။

ထာဝရဘုရားသည်ငါ၏ငိုကြွေးသံကို  
ကြားတော်မူ၏။\*

9 ကူမတော်မူရန်ငါတောင်းလျှောက်သံကိုကြား  
တော်မူ၏။

ငါ၏ဆုတောင်းပတုထနာကိုနားညောင်းတော်မူမည်။

10 ငါ၏ရန်သူတို့သည်အရှက်တကွဲ  
အရေးနိမ့်ကြလိမ့်မည်။  
သူတို့သည်တစ်ခဏချင်းတွင်ကစ ညွှန်ကရဲဖြစ်လျက်  
ပြေးရကြလိမ့်မည်။

### 7

တရားမျှတမှုအတွက်ဆုတောင်းပတုထနာ

1 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရားသခင်ထာဝရဘုရား၊ကိုယ်တော်၌ကျွန်တော်မျိုး  
ကျွန်တော်မျိုးအားလိုက်လံဖမ်းဆီးနေသူအပေါင်းတို့၏လက်မှ  
ကျွန်တော်မျိုးအားကယ်တော်မူပါ။

2 ကယ်ဆယ်တော်မူပါလျှင်သူတို့သည်ခြင်္သေ့ကဲ့သို့  
ကျွန်တော်မျိုးအားကယ်မည့်သူမရှိသည့်အရပ်သို့ဆွဲယူကာအပိုင်းပို

3-4 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရားသခင်ထာဝရဘုရား၊  
အကယ်၍ကျွန်တော်မျိုးသည်တစ်စုံတစ်ယောက်ကိုပြစ်မှားမိခဲ့လျှင်  
မိတ်ဆွေကိုသစ္စာဖောက်ခဲ့လျှင်သော်လည်းကောင်း၊  
ရန်သူကိုအကြောင်းမဲ့အကျိုးနည်းစေခဲ့လျှင်သော်လည်းကောင်း

---

\* 6:8 မ၊ ၇:၂၃။ လု၊ ၁၃:၂၇။ 6 7: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။  
ဒါဝိဒသည်ဗယ်မိန်အမျိုးသားကုရှကြောင့်ထာဝရဘုရား၏ရှေ့တော်တွင်ဆိုသောသီချင်း

5 ရန်သူများသည်ကျွန်တော်မျိုးအားလိုက်၍မိကာသတ်ဖြတ်နိုင်လျက်  
ကျွန်တော်မျိုးကိုမြေပေါ်တွင်ပစ်ထားကြပါစေ။

6 အို ထာဝရဘုရား၊ အမျက်တော်ထွက်၍ထတော်မူပါ။  
ကျွန်တော်မျိုးအားရန်ဘက်ပြုသူတို့၏ဒေါသကိုဆီးတားတော်မူပါ။  
နိုးထတော်မူလျက်ကျွန်တော်မျိုးအားကူမတော်မူပါ။

တရားမျှတမှုကိုကိုယ်တော်အလိုရှိတော်မူသည်ဖြစ်၍  
7 လူအပေါင်းတို့ကိုကိုယ်တော်ရှင်၏ပတ်လည်တွင်စုရုံးစေတော်မူပြီးနောက်  
အထက်အရပ်မှသူတို့အားအုပ်စိုးတော်မူပါ။

8 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်လူအပေါင်းတို့ကိုတရားစီရင်တော်မူသောအရှင်  
ကျွန်တော်မျိုးအပြစ်ကင်းသည်ကိုထောက်ထား၍  
ကျွန်တော်မျိုးအားမျက်နှာသာပေး၍တရားစီရင်တော်မူပါ။

9 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ဖြောင့်မတ်တော်မူသောဘုရားဖြစ်တော်မူပါ၏။  
လူတို့၏အကြံအစည်များနှင့်လိုအင်ဆန္ဒများကိုလည်းစစ်ဆေးတော်  
သူယုတ်မာတို့၏ဆိုးညစ်မှုကိုဆီးတားတော်မူလျက်၊  
သူတော်ကောင်းတို့အားကောင်းကျိုးကိုပေးသနားတော်မူပါ။



10 ဘုရားသခင်သည်ငါ့ကိုကွယ်ကာစောင့်ရှောက်တော်မူသောအရှင်ဖြစ်စေ  
ကိုယ်တော်သည်မိမိစကားကိုနားထောင်သူတို့အားကယ်တော်မူ၏။

11 ဘုရားသခင်သည်ဖြောင့်မှန်စွာတရားစီရင်တော်မူသောအရှင်ဖြစ်တော်  
သူယုတ်မာတို့အားအစဉ်အပြစ်ဒဏ်ချမှတ်တော်မူ၏။

12 အကယ်၍လူတို့သည်နောင်တမရကြပါမူ

☆ 7:9 ဗျာ၊၂:၂၃။

ဘုရားသခင်သည်ဌ ဌားတော်ကိုသွေးတော်မူ၍  
လေးတော်ကိုအဆင်သင့်တင်တော်မူလိမ့်မည်။

13 သေစေတတ်သောလက်နက်များကိုကိုင်ဆောင်တော်မူ၍  
မီးလျှံထသည့်မြားတော်ကိုချိန်ရှယ်တော်မူ၏။

14 သူယုတ်မာတို့သည်မကောင်းမှုပြုရန်အဘယ်သို့စဉ်းစားကြံစည်သည်က

15 သို့ရာတွင်သူတို့သည်မြေတွင်းကိုနက်စွာတူး၍  
မိမိတို့တူးသည့်တွင်းများထဲသို့ပင်ကျကြ၏။

16 သို့ဖြစ်၍သူတို့သည်မိမိတို့ပြုသည့်မကောင်းမှုကြောင့်အပြစ်ဒဏ်ခံရကြ  
မိမိတို့ပြုသည့်အကြမ်းဖက်မှုကြောင့်ဒဏ်ရာရကြ၏။

17 ထာဝရဘုရားသည်တရားမျှတတော်မူသည့်အတွက်  
ငါသည်ကိုယ်တော်၏ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းပါမည်။  
အမြင့်မြတ်ဆုံးသောဘုရားဖြစ်တော်မူသော  
ထာဝရဘုရားကိုထောမနာပြု၍သီချင်းဆိုပါမည်။

### 8

ထာဝရဘုရား၏ဘုန်းအသရေတော်နှင့်  
လူ၏ဂုဏ်ဒြပ်<sup>7</sup>

1 အို ကျွန်တော်မျိုးတို့၏ဘုရားရှင်ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ကြီးမြတ်တော်မူပုံကို  
ကမ္ဘာတစ်ပြင်လုံးတွင်တွေ့မြင်ရကြပါ၏။

7 8: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။



ကိုယ်တော်အားထောမနာပြုသည့်သီချင်း သံသည်  
ကောင်းကင်ဘဝဂ်တိုင်အောင်ရောက်ရှိပါ၏။

2 ယင်းသီချင်းကိုကလေးများနှင့်နို့စို့သူငယ် များက  
သီဆိုကြပါ၏။  
ကိုယ်တော်သည်ရန်သူများ၏ဘေးမှ  
ကင်းလွတ်လိုခြံပါ၏။

ကိုယ်တော်အားရန်သူများကိုဆီးတားတော် မူပါ၏။\*

3 ကိုယ်တော်ရှင်ဖန်ဆင်းတော်မူသော  
မိုးကောင်းကင်ကိုလည်းကောင်း၊  
စီမံထားရှိတော်မူသော  
လနှင့်ကြယ်တာရာများကိုလည်းကောင်း  
ကျွန်တော်မျိုးတွေမြင်ရပါ၏။

4 သို့ဖြစ်၍လူသည်အဘယ်သို့သောသူဖြစ်၍  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်သူ့အား အောက်မေ့တော်မူရပါသနည်း။  
လူသားသည်အဘယ်သို့သောသူဖြစ်၍  
ကိုယ်တော်သည်သူ့ကိုကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်  
တော်မူရပါသနည်း။\*

5 သူ့အားကောင်းကင်တမန်တို့ထက်သာ  
နိမ့်ကျစေတော်မူလျက်  
သူ့အားဘုန်းအသရေကိုလည်းကောင်း၊  
ဂုဏ်အသရေကိုလည်းကောင်းချီးမြှင့်တော် မူ၏။

\* 8:2 မ၊ ၂၁:၁၆။ \* 8:4 ယောဘ၊ ၇:၁၇-၁၈။ ဆာ၊ ၁၄၄:၃။ ဟေဗြဲ၊  
၂:၆-၈။

6 သူ့အားကိုယ်တော်ဖန်ဆင်းတော်မူသောအရာ  
 ရှိသမျှတို့ကိုအုပ်စိုးခွင့်ပေးတော်မူ၏။<sup>☆</sup>

7-8 ကိုယ်တော်ဖန်ဆင်းတော်မူသောသိုး၊ နွား၊  
 တောတိရစ္ဆာန်၊ ငှက်၊ ငါးနှင့်  
 ပင်လယ်ရေသတ္တဝါတို့ကိုအုပ်စိုးခွင့်ပေးတော် မူ၏။

9 အို ကျွန်တော်မျိုးတို့၏ဘုရားရှင်ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်ကြီးမြတ်တော်မူပုံကိုကမ္ဘာမြေ  
 တစ်ပြင်လုံးတွင်တွေ့မြင်ရကြပါ၏။

### 9

တရားမျှတမှုအတွက်ဘုရားသခင်၏  
 ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းခြင်း<sup>၆</sup>

1 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်စိတ်နှလုံးအကြွင်းမဲ့  
 ကိုယ်တော်ရှင်အားထောမနာပြုပါမည်။  
 ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူသောအံ့ဩဖွယ်  
 အမှုအရာများကိုဖော်ပြပါမည်။

2 ကိုယ်တော်ရှင်ကိုအမှီပြု၍ဝမ်းမြောက် ရွှင်လန်းစွာ  
 သီချင်းဆိုပါမည်။  
 အနုနု တတန်ခိုးရှင်ဘုရားသခင်၊ ကျွန်တော်မျိုးသည်  
 ကိုယ်တော်ရှင်အားထောမနာသီချင်းဆိုပါမည်။

---

<sup>☆</sup> 8:6 ဘကော၊ ဘဂ္ဂ၊ ၂၇။ ၈၊ ဘ၊ ၂၂။ ဟေဗြဲ၊ ၂:၈။ 8 9: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။  
 ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

3 ကိုယ်တော်ရှင်ကြွလာတော်မူသောအခါ၊  
ကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူများသည်ဆုတ်ခွာ  
ထွက်ပြေးကြပါ၏။

သူတို့သည်လဲကျသေဆုံးကြပါ၏။

4 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ပလ္လင်တော်ပေါ်တွင်စံတော်မူ၍  
ဖြောင့်မှန်စွာတရားစီရင်တော်မူ၏။  
ကျွန်တော်မျိုး၏အကျိုးကိုထောက်လျက်  
တရားစီရင်တော်မူပါပြီ။

5 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ဘုရားမဲ့သူတို့အား  
အပြစ်ဒဏ်စီရင်တော်မူပြီ။  
သူယုတ်မာတို့အားဖျက်ဆီးပစ်တော်မူသဖြင့်  
သူတို့၏အမျိုးသည်တိမ်ကောသွားလိမ့်မည်။

6 ကျွန်တော်မျိုးတို့၏ရန်သူများသည်ထာဝစဉ်  
အရေးရှုံးနိမ့်ကြလေပြီ။  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်သူတို့၏မြို့ကြီးများကို  
ဖြိုဖျက်တော်မူသဖြင့်  
ယင်းတို့အားမေ့လျော့လျက်လုံးဝ ကွယ်ပျောက်သွားလေပြီ။

7 သို့ရာတွင်ထာဝရဘုရားမူကားထာဝရ ဘုရင်  
ဖြစ်တော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်သည်တရားစီရင်ရန်ပလ္လင်တော်ကို  
တည်တော်မူလေပြီ။

8 လောကကိုတရားသဖြင့်အုပ်စိုးတော်မူ၍

လူမျိုးအပေါင်းတို့အားဖြောင့်မှန်စွာ  
တရားစီရင်တော်မူ၏။

9 ထာဝရဘုရားသည်ဖိစီးနှိပ်စက်ခြင်း  
ခံရသူတို့၏ခိုလှုံရာ၊  
ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်ချိန်များ၌ဘေးလွတ်လုံခြုံရာ  
ဖြစ်တော်မူ၏။

10 အို ထာဝရဘုရား၊ ကိုယ်တော်ရှင်ကိုသိကျွမ်းသူတို့သည်  
ကိုယ်တော်ရှင်အားယုံကြည်ကိုးစားကြပါ လိမ့်မည်။  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်အထံတော်သို့ချဉ်းကပ်သူ  
မှန်သမျှကိုစွန့်ပစ်တော်မူပါ။

11 ဇိအုန်မြို့တော်တွင်စိုးစံတော်မူသော  
ထာဝရဘုရားကိုထောမနာသီချင်းဆို ကြလော့။  
ကိုယ်တော်ပြုတော်မူသောအမှုအရာများကို  
လူမျိုးတကာတို့အားဖော်ပြကြလော့။

12 ထာဝရဘုရားသည်ဒုက္ခရောက်သောသူတို့ကို  
သတိရတော်မူ၏။  
သူတို့၏အော်ဟစ်သံကိုမေ့တော်မမူ။  
သူတို့အားမတရားပြုသောသူတို့ကို အပြစ်ဒဏ်ခတ်တော်မူ၏။

13 အို ထာဝရဘုရား၊ ကျွန်တော်မျိုးအားသနားတော်မူပါ။  
ရန်သူများကြောင့်ကျွန်တော်မျိုးအဘယ်မျှ ဆင်းရဲ  
ဒုက္ခခံရကြောင်းကိုရှုမှတ်တော်မူပါ။

အို ထာဝရဘုရား  
ကျွန်တော်မျိုးအားသေဘေးမှကယ်ဆယ်တော် မူပါ။

14 သို့မှသာလျှင်ကျွန်တော်မျိုးသည်  
ယေရုရှလင်မြို့သားတို့၏ရှေ့တွင်ရပ်လျက်  
ကိုယ်တော်၏ဂုဏ်ကျေးဇူးတော်အပေါင်းကို  
ဖော်ပြနိုင်ပါလိမ့်မည်။

ကိုယ်တော်၏ကယ်တင်ခြင်းကျေးဇူးတော် ကြောင့်  
ကျွန်တော်မျိုးရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်ပါမည်။

15 ဘုရားမဲ့သူတို့သည်မိမိတို့တူးသောကျင်း ထဲသို့  
ပြန်၍ကျကြလေပြီ။  
မိမိတို့ထောင်ထားသောကျော့ကွင်းတွင်း၌ ပင်လျှင်  
ပြန်၍မိကြလေပြီ။

16 ထာဝရဘုရားသည်ဖြောင့်မှန်စွာ  
တရားစီရင်တော်မူခြင်းအားဖြင့်မိမိကိုယ် ကို  
ပေါ်လွင်ထင်ရှားစေတော်မူပြီ။

သူယုတ်မာတို့သည်မိမိတို့၏အကျင့်များ အားဖြင့်  
ပြန်၍ကျော့မိကြကုန်၏။

17 ထာဝရဘုရားကိုပစ်ပယ်သူအပေါင်းနှင့်  
သူယုတ်မာတို့သည်သေခြင်းတွင်  
လမ်းဆုံးရကြလိမ့်မည်။

18 ထာဝရဘုရားသည်ချို့တဲ့နွမ်းပါးသူတို့ကို  
အစဉ်အမြဲမေ့လျော့တော်မူလိမ့်မည်မဟုတ်။

ဆင်းရဲသောသူတို့သည်လည်းထာဝစဉ်  
မျှော်လင့်ရာမဲ့ဖြစ်ကြလိမ့်မည်မဟုတ်။

19 အို ထာဝရဘုရား၊ ကြွလာတော်မူပါ။  
ကိုယ်တော်ရှင်အားလူတို့အာခံရန်  
ခွင့်ပြုတော်မမူပါနှင့်။

ဘုရားမဲ့သူတို့အားရှေ့တော်သို့ခေါ်ဆောင်၍  
တရားစီရင်တော်မူပါ။

20 အို ထာဝရဘုရား၊ သူတို့အားကြောက်လန့်စေတော်မူပါ။  
မိမိတို့သည်လူမျှသာဖြစ်ကြောင်းကို  
သိစေတော်မူပါ။

# 10

တရားမျှတမှုအတွက်ဆုတောင်းပတုထနာ

1 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်အဘယ်ကြောင့်အဝေး၌  
နေတော်မူပါသနည်း။

ကျွန်တော်မျိုးတို့ဒုက္ခရောက်ချိန်၌အဘယ် ကြောင့်  
မျက်နှာတော်ကိုလွှဲတော်မူပါသနည်း။

2 သူယုတ်မာတို့သည်မာနထောင်လွှားလျက်  
ဆင်းရဲသူတို့အားနှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းကြ၏။  
မိမိတို့ထောင်ထားသောကျော့ကွင်းများတွင်  
ပြန်၍မိစေတော်မူပါ။

3 သူယုတ်မာသည်မိမိ၏ဆိုးညစ်သော

အလိုဆန္ဒများအကြောင်းကိုကြားဝါတတ်၏။  
 လောဘကြီးသူသည်ထာဝရဘုရားကို  
 ကျိန်ဆဲပစ်ပယ်တတ်၏။

4 သူယုတ်မာသည်ထာဝရဘုရားကိုဂရုမစိုက်တတ်။  
 သူသည်မာနထောင်လွှားလျက်ဘုရားသခင်မရှိဟု  
 အစဉ်ယူဆတတ်၏။

5 သူယုတ်မာသည်ပြုလေသမျှသောအမှုတို့တွင်  
 အောင်မြင်တတ်သဖြင့်  
 ဘုရားသခင်စီရင်ဆုံးဖြတ်တော်မူသောအမှု တို့ကို  
 သိမြင်နားလည်နိုင်စွမ်းမရှိ။  
 ရန်သူများကိုလည်းပြက်ရယ်ပြုတတ်၏။

6 "ငါသည်အဘယ်အခါမျှအရေးရှုံးနိမ့်  
 ရလိမ့်မည်မဟုတ်။  
 အဘယ်အခါမျှဒုက္ခရောက်ရလိမ့်မည် မဟုတ်" ဟု  
 တစ်ကိုယ်တည်းပြောဆိုနေတတ်၏။

7 သူ၏နှုတ်သည်ကျိန်ဆဲခြင်း၊ လိမ်လည်ခြင်း၊  
 ခြိမ်းခြောက်ခြင်းတို့ဖြင့်ပြည့်ဝ၏။  
 မုန်းတီးသောစကား၊ ယုတ်မာသောစကားကို  
 အလျင်အမြန်ပြောဆိုတတ်၏။ ☆

8 သူသည်ရှာများတွင်ပုန်းအောင်းကာ  
 အပြစ်မဲ့သူများကိုသတ်ဖြတ်တတ်၏။

---

☆ 10:7 ရော၊ ၃:၁၄။

ခိုကိုးရာမဲ့သူများကိုချောင်းမြောင်းနေတတ်၏။

9 သူသည်သားကောင်ကိုဖမ်းဆီးရန်သားရဲတွင်း၌  
ချောင်းမြောင်းနေသောခြင်္သေ့ကဲ့သို့ဝပ်၍နေ  
တတ်၏။

သူသည်ဆင်းရဲသူများကိုချောင်းမြောင်း၍  
မိမိပိုက်ကွန်တွင်ဖမ်းဆီးပြီးလျှင်ဆွဲယူ  
သွားတတ်၏။

10 သူ၏ရက်စက်သောခွန်အားဖြင့်ခိုကိုးရာမဲ့ သူတို့ကို  
ပြိုလဲစေ၏။

11 သူယုတ်မာက`ဘုရားသခင်သည်ဤအမှုတွင်  
ဂရုစိုက်တော်မမူ။  
ကိုယ်တော်သည်မျက်စိကိုမှိတ်၍ထားတော် မူပြီ။  
ငါ့ကိုအဘယ်အခါမျှမြင်တော်မူလိမ့်မည် မဟုတ်'  
ဟုတစ်ကိုယ်တည်းပြောဆိုတတ်၏။

12 အို ထာဝရဘုရား၊ ထတော်မူပါ။  
အို ဘုရားသခင်၊ ထိုယုတ်မာသူတို့ကိုဒဏ်ခတ်တော်မူပါ။  
ဆင်းရဲဒုက္ခခံရသူတို့ကိုမေ့လျော့တော်မမူပါနှင့်။

13 သူယုတ်မာသည်အဘယ်သို့လျှင်ထာဝရဘုရားကို  
မထီမဲ့မြင်ပြု၍  
`ကိုယ်တော်သည်ငါ့ကိုအပြစ်ဒဏ်ပေးတော်မူမည်  
မဟုတ်' ဟု  
တစ်ကိုယ်တည်းပြောဆိုနိုင်ပါသနည်း။



14 သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်သည်ဒုက္ခဝေဒနာများကို  
အမှန်ပင်မြင်၍မစရန်အမြဲအသင့် ရှိတော်မူပါ၏။

ခိုးကိုးရာမဲ့သူသည်မိမိကိုယ်ကိုလက်တော်သို့  
အပ်တတ်ပါ၏။  
ကိုယ်တော်သည်ချို့တဲ့နွမ်းပါးသူတို့ကို  
အစဉ်အမြဲကူမတော်မူခဲ့ပါ၏။

15 ယုတ်မာသူနှင့်ဆိုးညစ်သူတို့၏လက်ရုံးကို  
ချိုးတော်မူပါ။

ထိုသူတို့သည်ဒုစရိုက်ကိုမပြုတော့သည့်တိုင် အောင်  
အပြစ်ဒဏ်ခတ်တော်မူပါ။

16 ထာဝရဘုရားသည်ကာလအစဉ်အဆက်  
ဘုရင်ဖြစ်တော်မူ၏။

အခြားသောဘုရားများကိုကိုးကွယ်သူတို့သည်  
ပြည်တော်မှပျောက်ကွယ်သွားကြလိမ့်မည်။

17 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်သည်စိတ်နှိမ့်ချသူတို့၏ဆုတောင်း ပ တု  
ထနာကိုနားညောင်းတော်မူလျက်

သူတို့အားရဲစွမ်းသတ္တိကိုပေးတော်မူလိမ့် မည်။

18 ဖိစီးနှိပ်စက်ခြင်းခံရသူများနှင့် မိဘမဲ့သူများအား  
နောက်တစ်ဖန်မခြောက်မလှန့်နိုင်စိမ့်သောငှာ  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ထိုသူတို့၏ဟစ်အော်သံကို  
ကြားတော်မူ၍

သူတို့၏အကျိုးကိုထောက်လျက်တရားစီရင်  
တော်မူလိမ့်မည်။

# 11

ထာဝရဘုရားကိုယုံကြည်အားကိုးခြင်း<sup>၉</sup>

1-3 ငါသည်ထာဝရဘုရား၏ထံတော်တွင်ခိုလှုံ ပါ၏။

“တိုင်းပြည်ငြိမ်ဝပ်ပိပြားမှုမရှိသောအခါ

သူတော်ကောင်းတို့သည်အဘယ်သို့မျှမတတ် နိုင်။

သူယုတ်မာတို့သည်သူတော်ကောင်းတို့ကို

ချောင်းမြောင်းပစ်ခတ်ရန်လေးကိုတင်၍မြားကို

ချိန်ရွယ်လျက်နေလေပြီ။

ထို့ကြောင့်“တောင်ပေါ်သို့ငှက်ကဲ့သို့ ပျံတက်လော့”

ဟု

ငါ့အားသင်တို့ပြောဆိုကြသည်မှာလွန်စွာ

မိုက်မဲလေစွတကား။

4

ထာဝရဘုရားသည်သန်ရှင်းမြင့်မြတ်သည့်

ဗိမာန်တော်တွင်ကျိန်းဝပ်တော်မူ၏။

ကိုယ်တော်၏ပလ္လင်တော်သည်ကောင်းကင်ဘုံ တွင်

ရှိတော်မူ၏။

ကိုယ်တော်သည်လူ့အပေါင်းတို့အားစစ်ဆေး

ကြည့်ရှုတော်မူ၍

သူတို့ပြုသောအမှုအရာများကိုသိမြင် တော်မူ၏။

9 11: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်သည်။

5 ကိုယ်တော်သည်သူတော်ကောင်းကိုလည်းကောင်း၊  
 သူယုတ်မာကိုလည်းကောင်းစစ်ဆေး  
 ကြည့်ရှုတော်မူ၏။  
 တရားလက်လွတ်ပြုမှုသောသူတို့ကို လွန်စွာမုန်းတော်မူ၏။

6 ကိုယ်တော်သည်သူယုတ်မာတို့အပေါ်သို့  
 မီးကျိုးခဲများကိုလည်းကောင်း၊ ပူလောင်လှသည့်  
 မီးလျှံကိုလည်းကောင်းကျစေတော်မူ၏။  
 သူတို့အားပူလောင်လှသောလေပူဖြင့်  
 အပြစ်ဒဏ်ခတ်တော်မူ၏။

7 ထာဝရဘုရားသည်ဖြောင့်မှန်တော်မူ၍  
 အကျင့်ကောင်းကိုနှစ်သက်တော်မူ၏။  
 အကျင့်ကောင်းကိုပြုသူတို့သည်ကိုယ်တော်၏  
 မျက်နှာတော်ကိုဖူးမြင်ရကြလိမ့်မည်။

# 12

## ကူမတော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>10</sup>

1 အို ထာဝရဘုရား၊ ကျွန်တော်မျိုးတို့အားကူမတော်မူပါ။  
 သူတော်ကောင်းတစ်ယောက်မျှမကျန်မရှိ တော့ပါ။  
 ရိုးသားဖြောင့်မတ်သူများကိုလည်းရှာ၍  
 မတွေ့နိုင်တော့ပါ။

2 လူအပေါင်းတို့သည်အချင်းချင်းလိမ်လည် ပြောဆို၍  
 မြှောက်ပင့်ကာလှည့်စားကြပါ၏။

---

10 12: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

3 အို ထာဝရဘုရား

မြောက်ပင်ပြောဆိုတတ်သည့်လျှာများကို  
ဖြတ်ပစ်တော်မူပါ။

ဝါကြွားတတ်သူတို့၏နှုတ်များကိုလည်း ပိတ်တော်မူ၏။

4 ဝါကြွားတတ်သူတို့က "ငါတို့သည်မိမိတို့၏

စကားအားဖြင့်လိုချင်သည့်အရာကိုရရှိ ကြ၏။

ငါတို့သည်မိမိတို့အလိုဆန္ဒအတိုင်းပြော ဆိုမည်။

အဘယ်သူမျှငါတို့အားဆီးတား၍ရလိမ့်မည် မဟုတ်"

ဟုဆိုကြ၏။

5 ထာဝရဘုရားက

"သို့ရာတွင်ချို့တဲ့နွမ်းပါးသူတို့သည်ဖိစီး

နှိပ်စက်ခြင်းကိုခံရကြသဖြင့်လည်းကောင်း၊

နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲခြင်းခံရကြသူတို့သည် ဝေဒနာနှင့်

ညည်းတွားနေကြသဖြင့်လည်းကောင်း၊

ငါသည်ယခုပင်ကြွလာမည်။

သူတို့လိုလားတောင့်တကြသည့်ဘေးလွတ် လုံခြုံမှုကို

သူတို့အားငါပေးမည်" ဟုမိန့်တော်မူ၏။

6 ထာဝရဘုရား၏ကတိတော်များကို

ယုံကြည်စိတ်ချနိုင်၏။

မီးဖို၌ခုနစ်ကြိမ်ချွတ်ပြီးသောငွေစင်ကဲ့သို့

ယုံကြည်စိတ်ချနိုင်၏။

7 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့အားအစဉ်ပင် ဘေးလွတ်လုံခြုံစွာထားတော်မူပါ။  
 သူယုတ်မာတို့၏လက်မှကွယ်ကာ စောင့်ရှောက်တော်မူပါ။  
 8 သူယုတ်မာတို့သည်နေရာတကာတွင်ရှိ၏။  
 လူအပေါင်းတို့သည်မကောင်းမှုကိုချီးကူးကြ၏။

### 13

ကူမတော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>11</sup>

1 အို ထာဝရဘုရား၊ ကိုယ်တော်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
 အဘယ်ကာလတိုင်အောင်မေ့လျော့၍  
 နေတော်မူပါမည်နည်း။  
 ထာဝစဉ်မေ့လျော့၍နေတော်မူမည်လော။  
 အဘယ်ကာလတိုင်အောင်မျက်နှာတော်ကို  
 လွှဲတော်မူပါမည်နည်း။  
 2 ကျွန်တော်မျိုးသည်အဘယ်ကာလတိုင်အောင်  
 ဒုက္ခခံရပါမည်နည်း။  
 အဘယ်ကာလတိုင်အောင်နေ့ရောညပါ  
 ဝမ်းနည်းကြေကွဲလျက်နေရပါမည်နည်း။  
 ကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူများသည်  
 အဘယ်ကာလတိုင်အောင်ကျွန်တော်မျိုးအပေါ်တွင်  
 အနိုင်ရကြပါမည်နည်း။

3 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရားသခင်ထာဝရဘုရား၊

11 13: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ

ကျွန်တော်မျိုးခေါ်သောအခါကြည့်တော်မူ၍  
ထူးတော်မူပါ။

ကျွန်တော်မျိုးကိုပြန်လည်၍ခွန်အားဖြင့်  
ပြည့်ဝစေတော်မူပါ။  
ကျွန်တော်မျိုးအားသေစေတော်မမူပါနှင့်။

4 ကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူများသည်  
“ငါတို့သူ့ကိုအနိုင်ရပြီ”  
ပြောဆိုနိုင်ခွင့်ကိုပေးတော်မမူပါနှင့်။

ဟူ၍

သူတို့အားကျွန်တော်မျိုး၏ပြုလဲမှုကြောင့်  
ဝမ်းမြောက်နိုင်ခွင့်ကိုပေးတော်မမူပါနှင့်။

5 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသော  
မေတ္တာတော်ကိုအားကိုးပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
ကယ်တော်မူမည်ဖြစ်၍

ကျွန်တော်မျိုးသည်ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်ပါမည်။

6 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
ကျေးဇူးပြုတော်မူသဖြင့်  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်အား ထောမနာသီချင်းဆိုပါမည်။

# 14

လူတို့၏ဆိုးညစ်ယုတ်မာမှု<sup>12</sup>  
(ဆာလံ ၅၃)

1 လူမှိုက်တို့က `ဘုရားမရှိ' ဟုတွေးတော  
 ထင်မှတ်ကြ၏။  
 သူတို့အားလုံးပင်အကျင့်ပျက်ပြား၍  
 စက်ဆုပ်ဖွယ်ကောင်းသောအမှုများကို  
 ပြုကျင့်ကြလေပြီ။  
 အကျင့်ကောင်းကိုပြုသူတစ်ဦးတစ်ယောက်မျှ မရှိ။

2 ထာဝရဘုရားသည်အသိပညာရှိသူများ၊  
 မိမိအားကိုးကွယ်ဝတ်ပြုသူများရှိမရှိကို သိမြင်ရန်  
 ကောင်းကင်ဘုံမှင့်၍လူသားတို့အား ကြည့်တော်မူ၏။  
 3 သို့ရာတွင်လူအပေါင်းတို့သည်လမ်းလွဲ ကြကုန်လေပြီ။  
 သူတို့အားလုံးပင်တညီတညွတ်တည်း  
 ဆိုးညစ်ကြ၏။  
 သူတို့တွင်အကျင့်ကောင်းကိုပြုကျင့်သူမရှိ။  
 တစ်ဦးတစ်ယောက်မျှမရှိ။<sup>☆</sup>

4 ထာဝရဘုရားက  
 `ထိုသူတို့သည်မသိနားမလည်သူများပေလော။  
 ဤသူယုတ်မာများသည်အသိပညာကင်းမဲ့  
 သူများပေလော။

---

12 14: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသည်။ ☆ 14:3 ရော၊  
 ၃:၁၀-၁၂။

သူတို့သည်ငါ၏လူစုတော်ထံမှလူယူ တိုက်ခိုက်၍  
 အသက်မွေးကြကုန်သည်။  
 ငါ၏ထံသို့လည်းဆုတောင်းပ တု ထနာမပြု ကြ''  
 ဟုမိန့်တော်မူ၏။

5 သို့ရာတွင်ဘုရားသခင်သည်ကိုယ်တော်၏ စကားကို  
 နားထောင်သူတို့နှင့်အတူရှိတော်မူသောကြောင့်  
 သူတို့သည်ထိတ်လန့်တုန်လှုပ်ကြရလိမ့်မည်။  
 6 သူယုတ်မာတို့သည်နှိမ့်ချသူ၏အကြံ အစည်ကို  
 ပျက်စေတတ်ကြသော်လည်း  
 ထာဝရဘုရားသည်သူ၏အကွယ်အကာ  
 ဖြစ်တော်မူ၏။

7 ကုသရေလအမျိုးသားတို့ကိုကယ်တင်ခြင်း  
 ကျေးဇူးတော်သည်  
 ဇီအုန်တောင်တော်မှထွက်ပေါ်လာပါစေသော။  
 ထာဝရဘုရားသည်ကုသရေလအမျိုးသား တို့အား  
 တစ်ဖန်ပြန်၍ကောင်းစားလာစေတော်မူသော အခါ၊  
 သူတို့သည်လွန်စွာဝမ်းမြောက်ကြလိမ့်မည်။

# 15

ဘုရားသခင်အလိုတော်နှင့်အညီ ပြုကျင့်တတ်သူ<sup>13</sup>

<sup>1</sup> အို ထာဝရဘုရား၊

<sup>13</sup> 15: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။



အဘယ်သူသည်ကိုယ်တော်၏မိမိတော်သို့  
ဝင်နိုင်ပါမည်နည်း။

အဘယ်သူသည်ကိုယ်တော်၏သန့်ရှင်းမြင့် မြတ်သော  
ဇိအုန်တောင်တော်ပေါ်တွင်  
ကိုးကွယ်ဝတ်ပြုနိုင်ပါမည်နည်း။

2 ခပ်သိမ်းသောအမှုတို့တွင်ဘုရားသခင်၏  
စကားကိုနားထောင်လျက်  
ဖြောင့်မှန်ရာကိုအစဉ်ပြုကျင့်တတ်သူ၊  
ဟုတ်မှန်ရိုးသားစွာပြောဆိုတတ်သူ၊

3 သူတစ်ပါး၏အသရေကိုမဖျက်တတ်သူ ဖြစ်ပါ၏။  
ထိုသူသည်မိမိ၏မိတ်ဆွေများကိုမပြစ်မှားတတ်။  
အိမ်နီးချင်းတို့၏အကြောင်းကိုလည်းမကောင်း သတင်း  
မလွင့်တတ်။

4 သူသည်ဘုရားသခင်ပစ်ပယ်သူတို့ကို စက်ဆုပ်ရွံရှာ၍  
ထာဝရဘုရား၏စကားကိုနားထောင် သူတို့အား  
ဂုဏ်ပြုချီးမြှင့်တတ်၏။

အဘယ်မျှပင်မိမိ၏အကျိုးထိခိုက်နစ်နာ စေကာမူ  
မိမိ၏ကတိများအတိုင်းအစဉ်ပြုတတ်၏။

5 သူသည်အတိုးမယူဘဲမိမိ၏ငွေကို ချေးငှားတတ်၏။  
သူသည်တံစိုးလက်ဆောင်ယူ၍အပြစ်မဲ့ သူတို့  
ထိခိုက်နစ်နာစေရန်သက်သေမခံတတ်။

ဤသို့သောသူသည်အစဉ်အမြဲဘေး  
နေရလိမ့်မည်။

ကင်းလုံခြုံစွာ

# 16

## အနာဂတ်အတွက်ယုံကြည်မျှော်လင့်ချက်<sup>14</sup>

1 အို ဘုရားသခင်၊

ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ထံတော်တွင်  
ခိုလှုံပါ၏။

သို့ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုးအားကွယ်ကာစောင့်ရှောက်  
တော်မူပါ။

2 “ကိုယ်တော်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏အရှင်  
ဖြစ်တော်မူပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးခံစားရသောကောင်းကျိုးချမ်းသာ  
ဟူသမျှသည်

ကိုယ်တော်ပေးသနားတော်မူသောအရာများ ဖြစ်ပါ၏။”  
ဟု

ထာဝရဘုရားအားငါလျှောက်ထား၏။

3 ထာဝရဘုရားကိုသစ္စာစောင့်သောလူစု တော်သည်  
ထူးမြတ်လှပါသည်တကား။

ငါ၏အနှစ်သက်ဆုံးအရာသည်ထိုသူတို့ နှင့်အတူ  
နေထိုင်ခွင့်ပင်ဖြစ်ပါ၏။

14 16: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

4 အခြားဘုရားများအားဆည်းကပ်ကိုးကွယ် ကြသော  
 သူတို့သည်များစွာဆင်းရဲဒုက္ခရောက်ကြရ လိမ့်မည်။  
 ငါသည်သူတို့၏ယဇ်ပူဇော်မှုများတွင်  
 ပါဝင်လိမ့်မည်မဟုတ်။  
 သူတို့၏ဘုရားများကိုလည်းကိုးကွယ် ဆည်းကပ်  
 လိမ့်မည်မဟုတ်။

5 အို ထာဝဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုးမှီခိုရာကိုယ်တော်ရှင်တစ်ပါး သာလျှင်  
 ရှိပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုးလိုသောအရာရှိသမျှတို့ကိုလည်း  
 ကိုယ်တော်ရှင်ပေးတော်မူပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုး၏အနာဂတ်သည်ကိုယ်တော်၏  
 လက်ဝယ်ရှိပါ၏။

6 ကျွန်တော်မျိုးအားကိုယ်တော်ရှင်ပေးတော်မူသော  
 ဆုကျေးဇူးတော်များသည် အံ့ဩဖွယ်ကောင်းလှပါသည်။  
 ယင်းတို့သည်ကောင်းမြတ်လှပါသည်တကား။

7 ထာဝရဘုရားသည်  
 ငါ့ကိုလမ်းပြပို့ဆောင်တော်မူသဖြင့်  
 ငါသည်ကိုယ်တော်အားထောမနာပြု၏။  
 ငါ၏ဩ တံ တ ပုံ ပစ်တံသည် ည ည့်အခါငါ့ကို  
 သတိပေးနှိုးဆော်တတ်၏။

8 ထာဝရဘုရားသည်ငါနှင့်အတူရှိတော် မူသည်ကို ငါအစဉ်သိ၏။

ကိုယ်တော်သည်ငါ၏အနီး၌ရှိတော်မူသဖြင့် အဘယ်အရာမျှငါ့ကိုတုန်လှုပ်စေနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။

9 သို့ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုးသည်ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက် ပါ၏။ ကျွန်တော်မျိုးသည်ဘေးကင်းလုံခြုံလျက်ရှိပါ၏။

10 အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ကိုယ်တော်ရှင်သည် ကျွန်တော်မျိုးအားမရဏာနိုင်ငံသို့လားရန် အခွင့်ပေးတော်မူမည်မဟုတ်သောကြောင့်တည်း။ ကျွန်တော်မျိုးသည်အမှုတော်ကိုသစ္စာရှိစွာ ထမ်းခဲ့ပါ၏။ ကွန်တော်မျိုးအားသေမင်း၏လက်သို့ အပ်တော်မူမည်မဟုတ်ပါ။\*

11 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားအသက်ရှင်ရာ လမ်းကိုပြညွှန်တော်မူလိမ့်မည်။ ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏အနီးတွင် ရှိတော်မူသည်ဖြစ်၍ ကျွန်တော်မျိုးသည်ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်၍ ထာဝစဉ်ပျော်မွေ့လျက်ရှိပါ၏။\*

# 17

## အပြစ်ကင်းသူတစ်ဦး၏ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>15</sup>

\* 16:10 တ၊ ၁၃:၃၅။ \* 16:11 တ၊ ၂:၂၅-၂၈။ 15 17: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆုတောင်းပတ္ထနာ။

1 အို ထာဝရဘုရား၊

တရားမျှတမှုရရန်အတွက်ကျွန်တော်မျိုး  
ပန်ကြားသည်ကိုနားထောင်တော်မူပါ။

ကူမတော်မူရန်ကျွန်တော်မျိုးအော်ဟစ်သံကို  
ဂရုပြုတော်မူပါ။

ကျွန်တော်မျိုးသည်ရိုးဖြောင့်စွာ  
တောင်းလျှောက်သည်ဖြစ်၍

ကျွန်တော်မျိုး၏ဆုတောင်းပ                    တ                    ထနာကို  
နားထောင်တော်မူပါ။

2 ကိုယ်တော်သည်အမှန်တရားကိုသိမြင်တော် မူသဖြင့်

ကျွန်တော်မျိုး၏အကျိုးကိုထောက်၍  
တရားစီရင်တော်မူပါ။

3-4                    ကိုယ်တော်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏စိတ်နှလုံးကို  
သိတော်မူပါ၏။

ညဉ့်အခါ၌ကျွန်တော်မျိုးထံသို့ကြွလာ၍

ကျွန်တော်မျိုး၏စိတ်နှလုံးကိုသေချာစွာ  
စစ်ဆေးကြည့်တော်မူသောအခါ

ဆိုးယုတ်သောအကြံအစည်ကိုတွေ့ရှိတော် မမူပါ။

ကျွန်တော်မျိုးသည်အခြားသူတို့ကဲ့သို့ ညစ်ည မ်းသည့်  
စကားကိုမပြောမဆိုပါ။

ကိုယ်တော်၏ပညတ်တော်ကိုလိုက်လျှောက်ပါ၏။

အဋ္ဌမှမလမ်းစဉ်ကိုမလိုက်မလျှောက်ခဲ့ပါ။

5 ကိုယ်တော်၏လမ်းစဉ်ကိုသာလိုက်လျှောက်ခဲ့ပါ၏။  
ထိုလမ်းစဉ်မှမတိမ်းမစောင်းခဲ့ပါ။

6 အို ဘုရားသခင်၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်နားညောင်းတော်မူ  
တတ်သည်ဖြစ်၍  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်အား ဆုတောင်းပ တု  
ထနာပြုပါ၏။  
သို့ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုးဘက်သို့လှည့်တော်မူ၍  
ကျွန်တော်မျိုး၏ပ တု ထနာစကားများကို  
နားထောင်တော်မူပါ။

7 ကိုယ်တော်၏အံ့ဩဖွယ်မေတ္တာတော်ကို  
ပေါ်လွင်ထင်ရှားစေတော်မူ၍  
ကျွန်တော်မျိုးကိုကယ်တင်တော်မူပါ။

ကိုယ်တော်၏ထံတော်ပါးတွင်ကျွန်တော်မျိုးသည်  
ရန်သူများ၏ဘေးမှကင်းလွတ်လုံခြုံခွင့် ရရှိပါ၏။

8-9 ကိုယ်တော်၏မျက်ဆန်တော်ကဲ့သို့ကျွန်တော်မျိုးကို  
စောင့်ရှောက်တော်မူပါ။  
သူယုတ်မာတို့၏တိုက်ခိုက်မှုမှကျွန်တော်မျိုးကို  
ကိုယ်တော်၏အတောင်တော်ရိပ်အောက်၌  
ဖုံးအုပ်တော်မူပါ။

အသက်အ နှု တရာ ယ်ကိုရှာကြံသောရန်သူများ သည်  
ကျွန်တော်မျိုးကိုဝိုင်းရံလျက်နေကြပါ၏။

10 သူတို့သည်သနားကြင်နာစိတ်ကင်းမဲ့လျက်  
မာန်မာနထောင်လွှား၍ပြောဆိုနေကြပါ၏။

11 သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးသွားလေရာတွင်  
ကျွန်တော်မျိုးအားအလဲထိုးရန် စောင့်မျှော်ဝိုင်းရံလျက်နေကြပါ၏။

12 သူတို့သည်ခြင်္သေ့များကဲ့သို့ကျွန်တော်မျိုးအား  
အပိုင်းပိုင်းဆုတ်ဖြုတ်ကြ၍ကျွန်တော်မျိုးကို  
ချောင်းမြောင်းနေကြပါ၏။

13 အို ထာဝရဘုရား၊ ကြွလာတော်မူပါ။  
ကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူများကိုတွန်းလှန်  
ဖြိုခွင်းတော်မူပါ။

ကိုယ်တော်ဌ ဌားတော်ဖြင့်သူယုတ်မာတို့၏လက်မှ  
ကျွန်တော်မျိုးအားကယ်တော်မူပါ။

14 ဤဘဝတွင်အလိုဆန္ဒရှိသမျှအတိုင်း  
ပြည့်ဝကြသူတို့၏လက်မှကျွန်တော်မျိုးအား  
ကယ်တော်မူပါ။

သူတို့အတွက်ကိုယ်တော်သိုမှီးထားသည့်  
ဆင်းရဲဒုက္ခများအားဖြင့်  
သူတို့အားအပြစ်ဒဏ်စီရင်တော်မူပါ။

ဤဆင်းရဲဒုက္ခများကိုသူတို့၏ သားသမီးများသည်သာမက

သူတို့၏မြေးမြစ်များသည်လည်း  
ခံစားရစေတော်မူပါ။

15 ကျွန်တော်မျိုးသည်အပြစ်မကူးလွန်ခဲ့သဖြင့်  
ကိုယ်တော်ရှင်ကိုဖူးမြင်ရပါလိမ့်မည်။  
ကျွန်တော်မျိုးအိပ်ရာမှနိုးထသောအခါ၌  
ကိုယ်တော်ရှင်ကျွန်တော်မျိုးနှင့်အတူရှိတော်မူသဖြင့်  
ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်ရပါလိမ့်မည်။

### 18

ဒါဝိဒ်မင်း၏အောင်ပွဲသီချင်း<sup>16</sup>

(၂ရာ၊ ၂၂:၁-၅၁။)

1 အို ထာဝရဘုရားသခင်၊  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်အားအလွန်ပင်  
ချစ်ခင်မြတ်နိုးပါ၏။  
ကိုယ်တော်သည်လည်းကျွန်တော်မျိုးအား  
ကာကွယ်တော်မူသောအရှင်ဖြစ်တော်မူပါ၏။

2 ထာဝရဘုရားသည်ငါ့ကိုကွယ်ကာသောအရှင်၊  
ငါ၏ခိုင်ခံ့သောရဲတိုက်ဖြစ်တော်မူ၏။  
ငါ၏ဘုရားသည်ငါ့ကိုကွယ်ကာစောင့်ရှောက်  
တော်မူသဖြင့်ငါသည်ဘေးမဲ့လုံခြုံ၏။

---

16 18: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ထာဝရဘုရား၏အစေခံဒါဝိဒ်သည်ရှေ့လှ  
မှစ၍ရန်သူအပေါင်းတို့လက်မှထာဝရဘုရား  
ကယ်လွတ်သောအခါထာဝရဘုရားအားမြွက် ဆိုသောသီချင်း။



ကိုယ်တော်သည်ဒိုင်းလွှားသဖွယ်ငါ့ကို  
 ကွယ်ကာတော်မူ၏။  
 ငါ၏ဘက်မှခုခံတိုက်ခိုက်တော်မူ၍ငါ့အား  
 ဘေးမဲ့လုံခြုံစွာထားတော်မူ၏။

3 ငါသည်ထာဝရဘုရားအား  
 တောင်းလျှောက်သောအခါကိုယ်တော်သည်  
 ငါ့အားရန်သူများ၏လက်မှကယ်တော်မူ၏။  
 ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။

4 သေမင်း၏နှောင်ကြိုးတို့သည်ငါ့ကိုရစ်ပတ် ပါ၏။  
 ဖျက်ဆီးခြင်းလှိုင်းလုံးများသည်ငါ၏အပေါ် သို့  
 လွှမ်းမိုးကြ၏။

5 သေမင်း၏နှောင်ကြိုးတို့သည်ငါ့ကိုရစ်ပတ် ပါ၏။  
 သင်္ချိုင်းတွင်းသည်ငါ့ကိုဖမ်းရန်ကျော့ကွင်း  
 ထောင်ထား၏။

6 ငါသည်ဒုက္ခရောက်၍ဘုရားသခင်အား  
 လျှောက်ထားပါ၏။  
 ကူမတော်မူရန်ငါ၏ဘုရားအားလျှောက် ထားပါ၏။  
 ကိုယ်တော်သည်ဗိမာန်တော်ထဲမှငါ၏  
 အသံကိုကြားတော်မူ၏။  
 ကူမတော်မူရန်ငါ၏အော်သံကိုကိုယ်တော်  
 ကြားတော်မူ၏။

7 ထိုအခါထာဝရဘုရား၏အမျက်တော် ကြောင့်

ကမ္ဘာပေါ်တွင်သိမ့်သိမ့်တုန်အောင်  
မြေငလျင်လှုပ်လေ၏။

တောင်တို့သည်လည်းအောက်ခြေမှတုန်လှုပ် ကြကုန်၏။

8 ကိုယ်တော်၏နာခေါင်းတော်ထဲမှ မီးခိုးများသည်လည်းကောင်း၊  
ခံတွင်းတော်ထဲမှကျွမ်းလောင်စေတတ်သည့်

မီးလျှံနှင့်မီးကျိုးခဲများသည်လည်းကောင်း ထွက်လေ၏။

9 ကိုယ်တော်သည်မိုးကောင်းကင်ကိုဖွင့်ဟလျက်  
ဆင်းသက်ကြွလာတော်မူ၏။

ခြေဖဝါးတော်အောက်တွင်မဲမှောင်သော  
မိုးတိမ်များရှိ၏။

10 ကိုယ်တော်သည်ခေရုဗိမ်<sup>17</sup> ကိုစီးလျက်၊

လေ၏အဟုန်ဖြင့်လျင်မြန်စွာကြွလာတော်မူ၏။

11 ကိုယ်တော်သည်မိမိကိုယ်ကိုအမှောင်ဖြင့်  
ဖုံးလွှမ်းတော်မူ၏။

ကိုယ်တော်၏ပတ်လည်တွင်ရေဖြင့်ပြည့်လျက်  
ထူထပ်သောမိုးတိမ်များရှိ၏။

12 ကိုယ်တော်၏ရှေ့တော်တွင်မိုးသီးနှင့်မီးလျှံ များသည်  
လျှပ်စစ်ပြက်ရာမှပေါ်ထွက်လာလျက်၊

မဲမှောင်နေသောမိုးတိမ်များကိုထွင်းဖောက်၍  
ကျလာ၏။

13 ကိုယ်တော်သည်ကောင်းကင်မှမိုးချုန်းတော်မူ၏။

---

17 18:10 \* ခေရုဗိမ်။ ဘုရားသခင်၏ဘုန်းအသရေတော်  
ကိုဖော်ပြသောသင်္ကေတဖြစ်၍ဘုရားသခင်ရှိနေကြောင်းအဋ္ဌပ္ပိယ်ရှိသည်။

အမြင့်မြတ်ဆုံးဖြစ်တော်မူသောအရှင်၏  
အသံတော်ထွက်ပေါ်လာ၏။

14 ကိုယ်တော်သည်မြားတော်တို့ကိုပစ်လွှတ်တော် မူလျက်  
ရန်သူများကိုကွဲလွင့်စေတော်မူ၏။  
လျှပ်စစ်ပြက်စေတော်မူလျက်သူတို့အား  
ထွက်ပြေးစေတော်မူ၏။

15 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်သည်ရန်သူတို့အားအမျက် ထွက်လျက်  
ဟိန်းသံဖြင့်ဆုံးမတော်မူလိုက်သောအခါ သမု ဒု  
ဒရာ အောက်ခံမြေသည်လည်းကောင်း၊  
ကမ္ဘာမြေကြီး၏  
အခြေခံအုတ်မြစ်များသည်လည်းကောင်း  
ပွင့်လစ်ပေါ်ထွက်လာကုန်၏။

16 ထာဝရဘုရားသည်ကောင်းကင်ဘုံမှ  
လက်တော်ကိုဆန့်တော်မူပြီးလျှင်  
ငါ့ကိုကိုင်ဆွဲတော်မူ၍ရေနက်ကြီးထဲမှ  
ငါ့ကိုဆယ်တင်တော်မူ၏။

17 ကိုယ်တော်သည်ငါ့ပြိုင်၍မရနိုင်သည့်  
အင်အားကြီးသောရန်သူများ၏လက်မှ  
လည်းကောင်း၊  
ငါ့ကိုမုန်းသောသူအပေါင်းတို့လက်မှလည်းကောင်း  
ငါ့ကိုကယ်တော်မူ၏။



ငါသည်တရားမျှတစွာပြုကျင့်သဖြင့် လည်းကောင်း  
ကိုယ်တော်သည်ငါ့အားကောင်းကျိုးကို  
ပေးသနားတော်မူ၏။

25 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်သည်သစ္စာရှိသူတို့အား  
သစ္စာစောင့်တော်မူ၏။

အပြစ်ဆိုဖွယ်မရှိအောင်ကောင်းမြတ်သူတို့ အား  
အကြွင်းမဲ့ကျေးဇူးပြုတော်မူတတ်ပါ၏။

26 စိတ်နှလုံးဖြူစင်သူတို့အားဖြူစင်သော  
စိတ်သဘောထားကိုလည်းကောင်း၊  
သူယုတ်မာတို့အားရန်လိုသောစိတ်သဘော  
ကိုလည်းကောင်းပြတော်မူပါ၏။

27 ကိုယ်တော်သည်စိတ်နှလုံးနှိမ့်ချသူတို့အား  
ကယ်တော်မူပါ၏။  
သို့ရာတွင်မာနထောင်လွှားသူတို့ကိုမူ  
နှိမ့်ကျစေတော်မူပါ၏။

28 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား အလင်းကို  
ပေးတော်မူပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုး၏မှောင်မိုက်ကိုပျောက်လွင့်  
စေတော်မူပါ၏။

29 ရန်သူများကိုတိုက်ခိုက်ရန်ခွန်အားကို လည်းကောင်း၊

သူတို့၏တပ်များကိုဖြိုခွင်းရန် တန်ခိုးကိုလည်းကောင်း၊  
ကျွန်တော်မျိုးအားပေးတော်မူပါ၏။

30 ဤဘုရားပြုတော်မူသောအမှုတို့သည်  
ပြီးပြည့်စုံလင်ပေ၏။  
ကိုယ်တော်၏စကားတော်တို့သည်လည်း  
ယုံကြည်စိတ်ချထိုက်ပါပေသည်တကား။  
ကိုယ်တော်သည်မိမိထံတွင်ခိုလှုံသူ  
အပေါင်းတို့အတွက်ဒိုင်းလွှားသဖွယ်ဖြစ် တော်မူ၏။

31 ထာဝရဘုရားသည်သာလျှင်ဘုရားဖြစ် တော်မူ၏။  
ဘုရားသခင်သည်သာလျှင်ငါတို့ကွယ်ကာရာ  
ဖြစ်တော်မူ၏။

32 ကိုယ်တော်သည်ငါ့ကိုသန်စွမ်းစေတော်မူသော ဘုရား၊  
ငါလိုက်လျှောက်ရာခရီးလမ်းကိုဘေးမဲ့လုံခြုံ  
စေတော်မူသောဘုရားဖြစ်တော်မူ၏။

33 ကိုယ်တော်သည်ငါ့ခြေကိုသမင်ခြေကဲ့သို့  
မြဲမြံစေတော်မူ၏။  
တောင်များပေါ်တွင်ငါ့ကိုဘေးမဲ့လုံခြုံစွာ  
ထားတော်မူ၏။<sup>☆</sup>

34 အသန်ဆိုးသောလေးကိုတင်နိုင်ရန်ငါ့အား  
စစ်ပွဲအတွက်လေ့ကျင့်ပေးတော်မူ၏။

35 အို ထာဝရဘုရား၊

☆ 18:33 ဟော ၃:၁၉။

ကိုယ်တော်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားကွယ်ကာ  
 စောင့်ရှောက်၍ကယ်တော်မူပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်ကြည့်ရှုပြုစုတော်မူသဖြင့်  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကြီးမြင့်လာရပါ၏။  
 ကိုယ်တော်၏တန်ခိုးတော်အားဖြင့်ဘေးမဲ့ လုံခြုံစွာ  
 နေရပါ၏။

36 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
 အဖမ်းမခံရအောင်ကွယ်ကာတော်မူ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်လည်းအဘယ်အခါ၌မျှ  
 အရေးမရှုံးနိမ့်ခဲ့ပါ။

37 ကျွန်တော်မျိုးသည်ရန်သူများကိုလိုက်လံ  
 ဖမ်းဆီးပါ၏။  
 သူတို့အားနှိမ်နင်းနိုင်သည့်အထိမရပ် မနားပါ။

38 သူတို့အားကျွန်တော်မျိုးထိုးနှက်တိုက်ခိုက်  
 လိုက်သောအခါသူတို့သည်မထနိုင်ကြ တော့ပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုး၏ခြေရင်းတွင်လဲ၍  
 အညံ့ခံကြရပါ၏။

39 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားစစ်ပွဲ ဝင်နိုင်ရန်  
 ခွန်အားကိုပေးတော်မူ၏။  
 ရန်သူများအားအောင်မြင်ခွင့်ကိုလည်း  
 ပေးတော်မူပါ၏။

40 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ထံမှရန်သူ များကို  
 ထွက်ပြေးစေတော်မူပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးသည်လည်းမိမိကိုမုန်းသူတို့အား  
ချေမှုန်းသုတ်သင်ပစ်ပါ၏။

41 သူတို့သည် "ကယ်တော်မူပါ" ဟု  
အော်ဟစ်ကြသော်လည်း၊ သူတို့အား  
အဘယ်သူမျှမကယ်နိုင်ပါ။

သူတို့သည်ထာဝရဘုရားကို  
လျှောက်ထားကြသော်လည်းကိုယ်တော်သည်  
သူတို့အားထူးတော်မမူပါ။

42 လေတိုက်၍လွင့်ပါသွားသောမြေမှုန့်သဖွယ် ဖြစ်စေရန်  
သူတို့အားကျွန်တော်မျိုးချေမှုန်းပါ၏။  
လမ်းများပေါ်မှရွံ့သဖွယ်သူတို့အား  
ကျွန်တော်မျိုးကျော်နင်းပါ၏။

43 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
ပုန်ကန်သူတို့၏ဘေးမှကယ်တော်မူ၍  
လူမျိုးတကာတို့ကိုအုပ်စိုးစေတော်မူပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးသည်မိမိမသိဘူးသောလူ များကို  
ယခုအခါ၌အုပ်စိုးခွင့်ရပါ၏။

44 လူမျိုးခြားတို့သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ရှေ့တွင်  
ဦးညွတ်ပျပ်ဝပ်ကြပါ၏။  
သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုး၏အမိန့်ကို  
ကြားသောအခါနာခံကြပါ၏။



45 သူတို့သည်ရဲစွမ်းသတ္တိမရှိကြတော့ဘဲမိမိ တို့၏  
ရဲတိုက်များမှတုန်လှုပ်လျက်ထွက်လာကြပါ၏။

46 ထာဝရဘုရားသည်အသက်ရှင်တော်မူ၏။  
ငါ့အားကွယ်ကာတော်မူသောအရှင်ကို  
ထောမနာပြုကြလော့။

ငါ့ကိုကယ်တင်တော်မူသောထာဝရဘုရား  
ကြီးမြတ်တော်မူကြောင်းကိုကြွေးကြော် ကြလော့။

47 ကိုယ်တော်သည်ငါ့အားရန်သူများကို  
အောင်မြင်ခွင့်ပေးတော်မူ၏။  
လူမျိုးတကာတို့ကိုငါ၏လက်အောက်သို့  
ရောက်စေတော်မူလျက်၊

48 ရန်သူများ၏လက်မှငါ့ကိုကယ်တော်မူ၏။  
အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားရန်သူ များကို  
အောင်မြင်ရသောအခွင့်ကိုပေးတော်မူ၏။  
အကြမ်းဖက်သူတို့၏ဘေးမှကျွန်တော်မျိုးကို  
ကွယ်ကာတော်မူပါ၏။

49 သို့ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုးသည်လူမျိုးတကာတို့၏  
ရှေ့တွင်ကိုယ်တော်ရှင်အားထောမနာပြုပါမည်။  
ကိုယ်တော်အားထောမနာပြုသော  
သီချင်းကိုဆိုပါမည်။\*

\* 18:49 ရော၊ ၁၅:၉။

50 ဘုရားသခင်သည်မိမိခန့်ထားတော်မူသော  
 ဘုရင်အားအောင်ပွဲကြီးများခံစေတော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်ဘိသိက်ပေးတော်မူသောဒါဝိဒ်မှစ၍  
 သူ၏သားမြေးများအားခိုင်မြဲသောမေတ္တာ တော်ကို  
 ကာလအစဉ်အဆက်ပြတော်မူ၏။

# 19

ဖန်ဆင်းခံအရာများအားဖြင့်တွေ့မြင်ရသည့်  
 ဘုရားသခင်၏ဘုန်းအသရေတော်

- 1 မိုးကောင်းကင်သည်ဘုရားသခင်၏  
 ဘုန်းအသရေတော်ကိုပေါ်လွင်စေ၍ ကိုယ်တော်၏  
 လက်ရာတော်တို့ကိုထင်ရှားစွာဖော်ပြ၏။
- 2 ဤအကြောင်းကိုတစ်နေ့ကိုတစ်နေ့၊ တစ်ညကိုတစ်ည  
 လက်ဆင့်ကမ်းကြေညာကြပေသည်။
- 3 အဘယ်သို့မှနှုတ်ဖြင့်မြွက်မဆို၊ စကားလည်းမပြော၊  
 မည်သည့်အသံကိုမျှမပြုသော်လည်း
- 4 နေနှင့်ညမှထွက်ပေါ်လာသည့်အသံသည်  
 ကမ္ဘာမြေတစ်ပြင်လုံးသို့ပျံ့နှံ့သွားလျက်  
 ယင်းတို့ကြေညာသောစကားသည်  
 ကမ္ဘာမြေကြီးစွန်းတိုင်အောင်ရောက်လေ၏။  
 ဘုရားသခင်သည်နေ၏အတွက်မိုးကောင်း ကင်၌  
 ဗိမာန်တစ်ဆောင်ကိုတည်တော်မူ၏။\*

---

\* 19:4 ရော၊ ၁၀:၁၈။

- 5 မိမိအိပ်ခန်းမှထွက်၍လာသောမ ့် ဂလာ ဆောင်  
 သတို့သားကဲ့သို့လည်းကောင်း၊  
 အပြေးပြိုင်ရန်ဆန္ဒစောလျက်ရှိသည့်  
 အားကစားသမားကဲ့သို့လည်းကောင်း  
 နေသည်ထွက်ပြုလာ၏။
- 6 သူသည်မိုးကောင်းကင်တစ်စွန်းမှအစပြုကာ  
 အခြားတစ်စွန်းသို့လှည့်ပတ်၍သွား၏။  
 သူ၏အပူရှိန်မှကင်းလွတ်သောအရာတစ်ခု မျှမရှိ။

ဘုရားသခင်၏တရားတော်

- 7 ထာဝရဘုရား၏တရားတော်သည်ပြီးပြည့်  
 စုံလင်အောင်ကောင်းမြတ်သည်ဖြစ်၍စိတ်ဝိညာဉ် ကို  
 ပြန်လည်သစ်လွင်လန်းဆန်းစေတတ်၏။  
 ဘုရားသခင်၏သွန်သင်တော်မူချက်တို့သည်  
 အားကိုးအားထားထိုက်သည်ဖြစ်၍  
 မလိမ္မာသူတို့ကိုလိမ္မာစေတတ်၏။
- 8 ထာဝရဘုရား၏နည်းဥပဒေတို့သည်  
 မှန်ကန်သည်ဖြစ်၍လိုက်နာစောင့်ထိန်းသူ တို့၏  
 စိတ်ကိုရွှင်လန်းစေတတ်၏။  
 ကိုယ်တော်၏ပညတ်တော်တို့သည်တရား မျှတသည်  
 ဖြစ်၍စိတ်နှလုံးကိုအသိဉာဏ်ပေးတတ်၏။
- 9 ထာဝရဘုရားကိုကြောက်ရွံ့ရုံသေခြင်းသည်  
 ကောင်းမြတ်သည်ဖြစ်၍ထာဝစဉ်တည်မြဲ လိမ့်မည်။

ထာဝရဘုရား၏စီရင်တော်မူချက်တို့သည်  
 ဖြောင့်မှန်သည်ဖြစ်၍ကာလအစဉ်တရား  
 မျှတပေ၏။

10 ယင်းတို့သည်ရွှေထက်မက၊ အကောင်းဆုံး ရွှေထက်  
 ပိုမိုနှစ်သက်ဖွယ်ဖြစ်၏။  
 ယင်းတို့သည်ပျားရည်ထက်မက၊ အစစ်ဆုံး  
 ပျားရည်ထက်ပို၍ချိုကြ၏။

11 ကိုယ်တော်၏ကျွန်ဖြစ်သူကျွန်တော်မျိုးအား  
 ထိုစီရင်တော်မူချက်များကအသိဉာဏ်ကို ပေးပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ယင်းတို့ကိုလိုက်နာ  
 စောင့်ထိန်းသည်ဖြစ်၍အကျိုးကျေးဇူးများကို  
 ခံယူရရှိပါ၏။

12 အဘယ်သူမျှမိမိ၏အမှားအယွင်းများကို မမြင်နိုင်ပါ။  
 အို ထာဝရဘုရား၊  
 မထင်ရှားသည့်အပြစ်များနှင့်ကျွန်တော်မျိုးအား  
 ကင်းစင်စေတော်မူပါ။

13 တမင်တကာကြံရွယ်ချက်ဖြင့်ပြုသည့်အပြစ်  
 ဒုစရိုက်များနှင့်လည်းကင်းစင်စေတော်မူပါ။  
 ထိုဒုစရိုက်တို့သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
 အစိုးမရပါစေနှင့်။  
 သို့မှသာလျှင်ကျွန်တော်မျိုးသည်  
 အပြစ်ဆိုဖွယ်မရှိဖြစ်လျက်အပြစ် ဒုစရိုက်နှင့်  
 ကင်းစင်ပါလိမ့်မည်။

14 ကျွန်တော်မျိုးခိုလှုံရာဖြစ်တော်မူ၍  
 ကျွန်တော်မျိုးအားရွေးနှုတ်တော်မူသော အရှင်၊  
 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုး၏နှုတ်ထွက်စကားများနှင့်  
 စိတ်နှလုံးအကြံအစည်များသည်ရှေ့တော်  
 နှစ်သက်ဖွယ်ဖြစ်ပါစေသော။

## 20

### အောင်ပွဲရရန်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>18</sup>

1 ဒုက္ခရောက်စဉ်အခါအရှင်မင်းကြီး၏ ပတုထနာကို  
 ထာဝရဘုရားသည်နားညောင်းတော်မူ ပါစေသော။  
 ယာကုပ်ကိုးကွယ်သောဘုရားသခင်သည်  
 အရှင်မင်းကြီးအား  
 ကွယ်ကာစောင့်ထိန်းတော်မူပါစေသော။

2 ကိုယ်တော်သည်အရှင်မင်းကြီးအားဗိမာန် တော်ထဲက  
 အကူအညီပေးတော်မူပါစေသော။  
 ဇိအုန်တောင်တော်ပေါ်မှအထောက်အကူ  
 ပေးတော်မူပါစေသော။

3 ကိုယ်တော်သည်အရှင်မင်းကြီး၏ပူဇော် သကာ  
 ရှိသမျှကိုလက်ခံတော်မူလျက်  
 မီးရှို့ရာယဇ်အပေါင်းကိုလည်းနှစ်သက်  
 တော်မူပါစေသော။

---

18 20: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ

4 အရှင်မင်းကြီး၏လိုအင်ဆန္ဒကိုပြည့်ဝစေ တော်မူ၍  
အကြံအစည်ရှိသမျှတို့ကိုလည်းအောင် မြင်စေရန်  
ကူမတော်မူပါစေသော။

5 ထိုအခါကျွန်တော်မျိုးတို့သည်အရှင်မင်း ကြီး၏  
အောင်ပွဲအတွက် ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်စွာ  
ကြွေးကြော်ကြပါလိမ့်မည်။  
ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုလျက် အရှင်  
မင်းကြီး၏အောင်ပွဲကိုဆင်နွှဲကြပါလိမ့်မည်။  
ဘုရားသခင်သည်အရှင်မင်းကြီးတောင်း လျှောက်  
သမျှကိုပေးသနားတော်မူပါစေသော။

6 ထာဝရဘုရားသည်မိမိဘိသိက်ပေးတော် မူသော  
ဘုရင်အားစစ်ပွဲနိုင်စေတော်မူကြောင်းကို  
ယခုငါသိ၏။  
ကိုယ်တော်သည်မင်းကြီး၏ပန်ကြားချက်ကို သန့်ရှင်း  
မြင့်မြတ်သည့်ကောင်းကင်ဘုံမှကြားတော်မူ၍  
တန်ခိုးတော်ဖြင့်မင်းကြီးအားအောင်ပွဲကြီး များကို  
ပေးတော်မူ၏။

7 အချို့သောသူတို့သည်မိမိတို့၏ စစ်ရထားများကိုလည်းကောင်း၊  
မြင်းများကိုလည်းကောင်းအားကိုးကြ၏။  
သို့ရာတွင်ငါတို့မူကားငါတို့၏ဘုရားသခင်  
ထာဝရဘုရားကိုအားကိုးကြ၏။

8 ထိုသူတို့သည်ခြေချော်၍လဲကြလိမ့်မည်။

ငါတို့မူကားထ၍ကြွကြွခိုင်ရပ်တည်ကြ လိမ့်မည်။

9 အို ထာဝရဘုရား၊ မင်းကြီးအားအောင်ပွဲကိုပေးတော်မူပါ။  
ကျွန်တော်မျိုးတို့ခေါ်သောအခါထူးတော်မူပါ။

### 21

စစ်ပွဲအောင်သည့်အတွက်ထောမနာပြုခြင်း<sup>19</sup>

- 1 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်မင်းကြီးအားခွန်အားစွမ်း ရည်ကို  
ပေးတော်မူသဖြင့်သူသည်ဝမ်းမြောက်ပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်စစ်ပွဲကိုအောင်စေတော်မူ သဖြင့်  
သူသည်အလွန်အားရရွှင်လန်းပါ၏။
- 2 ကိုယ်တော်ရှင်သည်သူလိုလားတောင့်တသည့်  
အရာကိုပေးတော်မူပြီ။  
သူ၏ဆုတောင်းပတုထနာကိုနားညောင်းတော် မူပြီ။
- 3 ကိုယ်တော်ရှင်သည်သူ့အားမွန်မြတ်သော ကောင်းချီးမံ  
ဂလာများကိုချပေးတော်မူပြီ။  
သူ့အားရွှေသရဖူကိုဆောင်းစေတော်မူပြီ။
- 4 သူသည်အသက်ကိုတောင်းခံ၍ကိုယ်တော်ရှင်သည်  
သူ့အားအသက်ကိုပေးတော်မူသည်သာမက  
ရှည်၍မကုန်မဆုံးနိုင်သောအသက်ကို  
ပေးတော်မူပြီ။

19 21: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

5 ကိုယ်တော်ရှင်ကယ်မတော်မူသဖြင့်မင်းကြီးသည်  
 ဘုန်းအသရေထွန်းတောက်ရပါ၏။  
 ကိုယ်တော်သည်သူ့အားကျော်စောက်ကိတ္တိနှင့်  
 ခန့်ညားတင့်တယ်ခြင်းကိုပေးတော်မူပြီ။

6 ကိုယ်တော်ရှင်၏ကောင်းချီးမ ် ဂလာများသည်  
 သူ၏အပေါ်သို့အစဉ်သက်ရောက်လျက် ရှိပါ၏။  
 သူ၏အနီးတွင်ကိုယ်တော်ရှိတော်မူသည် ဖြစ်၍  
 သူသည်ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်ပါ၏။

7 မင်းကြီးသည်အန နှ တတန်ခိုးရှင်ထာဝရဘုရား ကို  
 ယုံကြည်ကိုးစားပါ၏။  
 ထာဝရဘုရား၏ခိုင်မြဲသောမေတု တာကြောင့်  
 သူသည် ဘေးမဲ့လုံခြုံတော်မူပါလိမ့်မည်။

8 မင်းကြီးသည်မိမိ၏ရန်သူအပေါင်းကို  
 ဖမ်းဆီးတော်မူလိမ့်မည်။  
 ကိုယ်တော်အားမှန်းသောသူအပေါင်းတို့ကို  
 လက်ရဖမ်းဆီးတော်မူလိမ့်မည်။

9 ကိုယ်တော်ကြွလာတော်မူသောအခါ  
 အလျှံထလျက်နေသောမီးသဖွယ်  
 သူတို့အားဖျက်ဆီးတော်မူလိမ့်မည်။

ထာဝရဘုရားသည်အမျက်တော်ထွက်၍  
 သူတို့အားဖျက်ဆီးပစ်တော်မူလိမ့်မည်။  
 သူတို့သည်မီးတွင်ကျွမ်းလောင်ကုန်လိမ့်မည်။



10 မင်းကြီးသည်သူတို့၏သားသမီးအပေါင်း ကို  
 သေကြေပျက်စီးစေတော်မူလိမ့်မည်။  
 သူတို့၏အမျိုးအနွယ်အပေါင်းကို  
 သုတ်သင်တော်မူလိမ့်မည်။

11 သူတို့သည်မင်းကြီးကိုလုပ်ကြံရန်မသမာ သော  
 အကြံအစည်များကိုပြုကြ၏။  
 သို့ရာတွင်အောင်မြင်ကြလိမ့်မည်မဟုတ်။

12 မင်းကြီးသည်လေးနှင့်ခွင်းတော်မူလျက် သူတို့အား  
 တပ်ခေါက်၍ထွက်ပြေးစေတော်မူလိမ့်မည်။

13 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်၌မဟာတန်ခိုးတော်ရှိတော်မူ  
 သောကြောင့်  
 ကိုယ်တော်အားကျွန်တော်မျိုးတို့ထောမနာ ပြုကြပါ၏။  
 ကိုယ်တော်၏ဘုန်းအနုဘော်တော်ကို  
 ထောမနာသိချင်းဆိုပါမည်။

# 22

အော်ဟစ်ညည်းညူခြင်းနှင့်ထောမနာ  
 သိချင်းဆိုခြင်း<sup>20</sup>

1 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရား အို ကျွန်တော်မျိုး၏ ဘုရား၊

---

20 22: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

အဘယ်ကြောင့်ကျွန်တော်မျိုးအား

စွန့်ပစ်တော်မူပါသနည်း။

ကယ်မတော်မူရန်ကျွန်တော်မျိုးသည်ဟစ် အော်ပါ၏။

သို့ရာတွင်ယခုတိုင်အောင်ကယ်မတော်မမူပါ။\*

2 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရား၊နေ့အခါ၌ကိုယ်တော် အား

ကျွန်တော်မျိုးခေါ်ပါ၏။

သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်သည်ထူးတော်မမူပါ။

ညဉ့်အခါကျွန်တော်မျိုးခေါ်ပါ၏။

သို့ရာတွင်ကျွန်တော်မျိုးစိတ်သက်သာခွင့်ကို မရပါ။

3 သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်ရှင်သည်ပလ္လင်တော်ပေါ်တွင်

စံတော်မူသောအရှင်၊

ကူသရေလအမျိုးသားတို့ထောမနာပြုခြင်းကို

ခံတော်မူရသောအရှင်ဖြစ်တော်မူပါ၏။

4 ကျွန်တော်မျိုးတို့၏ဘိုးဘေးများသည်ကိုယ်တော်ကို

ကိုးစားခဲ့ကြပါ၏။

ယင်းသို့သူတို့ကိုးစားသည့်အတိုင်း

ကိုယ်တော်သည်လည်းသူတို့အား ကယ်တော်မူခဲ့ပါ၏။

5 သူတို့သည်ကိုယ်တော်၏ထံတော်သို့အော်ဟစ်

တောင်းလျှောက်ကြသဖြင့်

ဘေးဥပဒ်များမှလွတ်မြောက်ခဲ့ကြပါ၏။

သူတို့သည်ကိုယ်တော်ကိုယုံကြည်ကိုးစား ကြသည်

နှင့်အမျှအကျိုးကိုခံစားကြရပါ၏။

\* 22:1 မ၊ ၂၇:၄၆။ မ၊ ၁၅:၃၄။

6 သို့ရာတွင်ကျွန်တော်မျိုးသည်လူမဟုတ်၊  
 ပိုးကောင်မျှသာဖြစ်၍လူတကာတို့ကဲ့ရဲ့ စရာ၊  
 မထီလေးစားပြုစရာဖြစ်ပါ၏။

7 ကျွန်တော်မျိုးအားမြင်သောသူတိုင်း  
 ပြောင်လှောင်ကြပါ၏။

သူတို့သည်လျှာကိုထုတ်လျက်ဦးခေါင်းကို ခါကြပါ၏။☆

8 သူတို့က`သင်သည်ထာဝရဘုရားကိုအားကိုး ဘိ၏။  
 ကိုယ်တော်သည်သင့်ကိုအဘယ်ကြောင့်  
 မကယ်ပါသနည်း။

ထာဝရဘုရားသည်သင့်ကို နှစ်သက်မြတ်နိုးတော်မူလျှင်  
 အဘယ်ကြောင့်သင့်အားကယ်မတော် မမူ  
 ပါသနည်း' ဟုဆိုကြ၏။☆

9 ကျွန်တော်မျိုးအားဘေးဥပဒ်ကင်းရှင်းစွာ  
 အမိဝမ်းမှမွေးဖွားစေတော်မူသောအရှင် ကား  
 ကိုယ်တော်ရှင်ပင်ဖြစ်ပါ၏။

နို့စို့သူငယ်ဖြစ်စဉ်အခါကလည်း  
 ကျွန်တော်မျိုးအားကိုယ်တော်ရှင်သည်  
 ဘေးမဲ့လုံခြုံစွာထားတော်မူခဲ့ပါ၏။

10 ကျွန်တော်မျိုးသည်မွေးဖွားချိန်မှအစ ပြု၍  
 ကိုယ်တော်ရှင်ကိုအားကိုးခဲ့ပါ၏။

☆ 22:7 မ၊ ၂၇:၃၉။ မာ၊ ၁၅:၂၉။ လု၊ ၂၃:၃၅။ ☆ 22:8 မ၊ ၂၇:၄၃။

ထိုအချိန်မှစ၍ကိုယ်တော်ရှင်သည်  
ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရားဖြစ်တော်မူပါ၏။

11 ကျွန်တော်မျိုးနှင့်ဝေးဝေးနေတော်မမူပါနှင့်။  
ကျွန်တော်မျိုးဒုက္ခရောက်ပါတော့မည်။  
ကူမမည့်သူလည်းတစ်ယောက်မျှမရှိပါ။

12 ကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူတို့သည်ဗာရှန်ဒေသမှ  
ကြောက်မက်ဖွယ်ကောင်းသောနွားသိုးများကဲ့သို့  
ကျွန်တော်မျိုးကိုဝိုင်းရံထားကြပါ၏။

13 ခြင်္သေ့များကဲ့သို့ခံတွင်းကိုဟ၍ဟိန်းဟောက် ကာ  
ကျွန်တော်မျိုးကိုကိုက်ဖြတ်မည်ပြုကြ၏။

14 ကျွန်တော်မျိုး၏ခွန်အားသည်မြေကြီးပေါ်တွင်  
ဖိတ်သည့်ရေကဲ့သို့ခန်းခြောက်သွားပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုး၏အရိုးအားလုံးသည်  
အဆစ်ပြုတ်လျက်နေပါ၏။

ရင်တွင်းမှနှလုံးသားသည်အရည်ပျော် သော  
ဖယောင်းကဲ့သို့ဖြစ်၍နေပါ၏။

15 ကျွန်တော်မျိုး၏လည်ချောင်းသည်မြေမှုန့် ကဲ့သို့  
ခြောက်လျက်ကျွန်တော်မျိုး၏လျှာသည်လည်း  
အာခေါင်တွင်ကပ်၍နေပါ၏။

ကိုယ်တော်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားသေစေရန်  
မြေမှုန့်တွင်စွန့်ပစ်ထားတော်မူပါပြီ။

16 လူဆိုးတစ်စုသည်ကျွန်တော်မျိုးကို ဝိုင်းထားကြပါ၏။  
 သူတို့သည်တောခွေးအုပ်ကဲ့သို့ကျွန်တော်မျိုး  
 အနီးသို့ချဉ်းကပ်လာပြီးလျှင်  
 ကျွန်တော်မျိုး၏ခြေလက်များကိုကိုက်ဖြတ် ကြပါ၏။

17 ကျွန်တော်မျိုး၏အရိုးများအားလုံးပင် ပြိုင်းပြိုင်း  
 ပေါ်လာပါ၏။  
 ရန်သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးကိုအားရ ဝမ်းသာစွာ  
 စူးစိုက်၍ကြည့်ကြပါ၏။

18 ကျွန်တော်မျိုး၏အဝတ်များကိုသူတို့သည်  
 အချင်းချင်းခွဲဝေ၍ယူကြပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုး၏ဝတ်လုံကိုမဲချကြပါ၏။\*

19 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုးနှင့်ဝေးဝေးနေတော်မမူပါနှင့်။  
 လျင်မြန်စွာကြွလာ၍ကယ်တော်မူပါ။

20 ငှက်ငှားဘေးမှကျွန်တော်မျိုးအားကယ်တော်မူပါ။  
 ခွေးကဲ့သို့သောသူတို့၏ဘေးမှကျွန်တော် မျိုး၏  
 အသက်ကိုကယ်တော်မူပါ။

21 ခြင်္သေ့ကဲ့သို့ကြမ်းကြုတ်သောသူတို့၏လက်မှ  
 ကျွန်တော်မျိုး၏အသက်ကိုကယ်တော်မူပါ။  
 နွားသိုးရိုင်းကဲ့သို့သောသူတို့၏အရှေ့တွင်  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ခိုကိုးရာမဲ့ဖြစ်၍နေပါ၏။

\* 22:18 မ၊ ၂၇:၃၅။ မ၊ ၅:၂၄။ လု၊ ၂၃:၃၄။ ယော၊ ၁၉:၂၄။

22 ကိုယ်တော်ပြုတော်မူသောအမှုအရာတို့ကို  
ကျွန်တော်မျိုး၏သားချင်းတို့အားပြော  
ကြားပါမည်။<sup>☆</sup>

ထိုသူတို့စဉ်းဝေးရာတွင်ကျွန်တော်မျိုးသည်  
ကိုယ်တော်အားထောမနာပြုပါမည်။

23 ထာဝရဘုရား၏အစေခံတို့၊ကိုယ်တော်ကို  
ထောမနာပြုကြလော့။

ယာကုပ်၏သားမြေးတို့၊ကိုယ်တော်အား  
ဂုဏ်ပြုချီးကူးကြလော့။

ဣသရေလအမျိုးသားတို့၊ကိုယ်တော်အား  
ဝတ်ပြုကိုးကွယ်ကြလော့။

24 ကိုယ်တော်သည်ဆင်းရဲသူတို့အားပစ်ထား တော်မမူပါ။  
သူတို့၏ဆင်းရဲဒုက္ခများကိုလည်း  
လျစ်လျူရှုတော်မမူပါ။

ကိုယ်တော်သည်သူတို့ကိုမျက်နှာတော်လွှဲ တော်မမူပါ။  
ကူမတော်မူရန်သူတို့အော်ဟစ် တောင်းလျှောက်သည်ကိုနားညောင်း

25 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ပြုတော်မူသော  
ကျေးဇူးတော်အတွက်

ကိုယ်တော်အားကိုးကွယ်သူလူပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင်  
ကိုယ်တော်အားထောမနာပြုပါမည်။

ကျွန်တော်မျိုးသည်မိမိကတိသစ္စာပြုခဲ့သည့် အတိုင်း  
ယဇ်ပူဇော်ပါမည်။

<sup>☆</sup> 22:22 ဟေဗြဲ၊ ၂:၁၂။

26 ဆင်းရဲသူတို့သည်ဝစ္စစားရကြပါလိမ့်မည်။  
 ဘုရားသခင်ထံတော်သို့ချဉ်းကပ်ကြသူ တို့သည်  
 ကိုယ်တော်အားထောမနာပြုကြပါလိမ့်မည်။  
 သူတို့သည်ထာဝစဉ်ကောင်းစားကြပါစေ သော။

27 လူမျိုးတကာတို့သည်ထာဝရဘုရားကို  
 သတိရကြလိမ့်မည်။  
 ကမ္ဘာအရပ်ရပ်မှလူမျိုးအပေါင်းတို့သည်  
 စိတ်သဘောပြောင်းလဲ၍ကိုယ်တော်ကို  
 ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ကြလိမ့်မည်။

28 ထာဝရဘုရားသည်ဘုရင်ဖြစ်တော်မူ၏။  
 လူမျိုးတကာတို့ကိုအုပ်စိုးတော်မူ၏။

29 မာနကြီးသူအပေါင်းတို့သည်ကိုယ်တော်အား  
 ဦးညွှတ်ရှိခိုးကြလိမ့်မည်။  
 သေမျိုးဖြစ်သူလူအပေါင်းတို့သည်ရှေ့တော်၌  
 ဦးညွှတ်ရှိခိုးကြလိမ့်မည်။

30 အနာဂတ်လူမျိုးဆက်တို့သည်ကိုယ်တော်၏  
 အမှုတော်ကိုထမ်းဆောင်ကြလိမ့်မည်။  
 ယခုလူမျိုးဆက်တို့သည်လာလတုတုံသော  
 လူမျိုးဆက်အားဘုရားရှင်၏အကြောင်း တော်ကို  
 ပြောကြားကြလိမ့်မည်။

31 “ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏လူစုတော်အား

ကယ်တော်မူခဲ့၏။<sup>1</sup> ဟုလာလ တု တံ့သော  
လူမျိုးဆက်အားပြောကြားကြလိမ့်မည်။

### 23

သိုးထိန်းတော်မြတ်ထာဝရဘုရား<sup>1</sup>

1 ထာဝရဘုရားသည်သိုးထိန်းတော်မြတ်ဖြစ်၍  
ငါ့ကိုစောင့်ထိန်းတော်မူ၏။

ထို့ကြောင့်ငါသည်လိုသမျှကိုရရှိ၏။  
2 ကိုယ်တော်သည်ငါ့အားစိမ်းလန်းသော

စားကျက်များတွင်နားနေစေတော်မူ၏။  
ဆိတ်ငြိမ်ရာမြစ်ချောင်းများသို့ လမ်းပြပို့ဆောင်တော်မူ၏။<sup>\*</sup>

3 ကိုယ်တော်သည်ငါ့ကိုအားသစ်လောင်းတော်မူ၏။  
ကတိတော်ရှိတော်မူသည့်အတိုင်းလမ်းမှန်သို့  
ပို့ဆောင်တော်မူ၏။

4 အို ထာဝရဘုရား၊  
အကယ်၍ကျွန်တော်မျိုးသည်အမှောင်ဆုံး  
ချိုင့်ဝှမ်းကို ဖြတ်၍ပင်သွားရစေကာမူမကြောက်ပါ။  
အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ကိုယ်တော်ရှင်သည်  
ကျွန်တော်မျိုးနှင့်အတူရှိတော်မူသောကြောင့်  
ဖြစ်ပါ၏။

5 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအတွက်

1 23: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။ \* 23:2 ဗျာ၊ ၇:၁၇။



ရန်သူအပေါင်းတို့၏ရှေ့မှောက်တွင်စားပွဲကို  
 တည်ခင်းတော်မူပါ၏။  
 ဧည့်သည်တော်အဖြစ်ကျွန်တော်မျိုး၏ဦးခေါင်းကို  
 ဆီလောင်း၍ကြိုဆိုတော်မူ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုး၏ခွက်ဖလားကိုလည်း  
 ပြည့်လျှံအောင်ဖြည့်တော်မူပါ၏။  
 6 ကန်မုချကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင် ၏  
 ကျေးဇူးနှင့်ကရုဏာတော်ကိုတစ်သက်လုံး ခံစား၍  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏အိမ်တော်မှာအသက်ရှင်သမျှ  
 ကာလပတ်လုံးနေရပါလိမ့်မည်။

# 24

## ကြီးမြတ်သည့်ဘုရင်<sup>2</sup>

1 လောကနှင့်လောကတွင်ရှိသမျှသော  
 အရာတို့ကိုလည်းကောင်း၊  
 ကမ္ဘာမြေကြီးနှင့်ကမ္ဘာမြေကြီးပေါ်တွင်  
 ရှိသမျှသောလူသတ္တဝါတို့ကိုလည်းကောင်း  
 ဘုရားသခင်ပိုင်တော်မူ၏။<sup>\*</sup>  
 2 ကိုယ်တော်သည်ကမ္ဘာမြေကြီးကိုမြေအောက်  
 ရေနက်ရာအရပ်၌အုတ်မြစ်ချတော်မူ၏။  
 နက်ရှိုင်းသောသမုဒ္ဒရာများအထဲတွင်အခြေ စိုက်၍  
 တည်ဆောက်တော်မူ၏။

---

2 24: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။ ☆ 24:1 ဝကော၊  
 ၁၀:၂၆။

3 ထာဝရဘုရား၏တောင်တော်ပေါ်သို့  
 တက်နိုင်မည့်သူကားအဘယ်သူနည်း။<sup>3</sup>  
 ကိုယ်တော်၏သန်ရှင်းမြင့်မြတ်သောဗိမာန်တော်သို့  
 ဝင်နိုင်မည့်သူကားအဘယ်သူနည်း။

4 အကျင့်သီလကောင်း၍စိတ်နှလုံးဖြူစင်လျက်  
 အခြားဘုရားများကိုမကိုးကွယ်သူ၊ လိမ် လည်၍  
 သစ္စာကတိမပျက်တတ်သူဖြစ်ပါ၏။<sup>\*</sup>

5 ထာဝရဘုရားသည်ထိုသူအားကောင်းချီး ပေး၍  
 ကယ်တင်တော်မူလိမ့်မည်။  
 ထိုသူသည်အပြစ်ကင်းသူဖြစ်ကြောင်း  
 ထာဝရဘုရားသည်ကြေညာတော်မူ လိမ့်မည်။

6 ထိုကဲ့သို့သောသူများကားဘုရားသခင်ထံ တော်သို့  
 ချဉ်းကပ်သူများ၊  
 ယာကုပ်၏ဘုရားကိုကိုးကွယ်ဝတ်ပြုကြ  
 သူများပေတည်း။

7 မြို့တံခါးတို့ကိုကျယ်စွာဖွင့်လိုက်ကြ။  
 ရှေးဟောင်းတံခါးတို့ကိုဖွင့်လိုက်ကြ။  
 ကြီးမြတ်တော်မူသောရှင်ဘုရင်ဝင်တော်မူ မည်။

8 ထိုကြီးမြတ်တော်မူသောရှင်ဘုရင်ကား  
 အဘယ်သူနည်း။  
 ထိုအရှင်ကားတန်ခိုးစွမ်းရည်ရှိတော်မူသော  
 ထာဝရဘုရား၊

---

3 24:3 \* ထာဝရဘုရား၏တောင်တော်။  
 ဗိမာန်တော်တည်ဆောက်ရာတောင်တော် ဖြစ်သည်။ ☆ 24:4 မ၊  
 ၅:၈။

စစ်ပွဲတွင်အောင်မြင်တော်မူသော ထာဝရဘုရားပေတည်း။

9 မြို့တံခါးတို့ကိုကျယ်စွာဖွင့်လိုက်ကြ။  
ရှေးဟောင်းတံခါးတို့ကိုဖွင့်လိုက်ကြ။

10 ကြီးမြတ်တော်မူသောရှင်ဘုရင်ဝင်တော် မူမည်။  
ထိုကြီးမြတ်တော်မူသောရှင်ဘုရင်ကား  
အဘယ်သူနည်း။

ကြီးမြတ်တော်မူသောရှင်ဘုရင်ကားစစ်ပွဲ တွင်  
အောင်မြင်တော်မူသောထာဝရဘုရား ပေတည်း။

## 25

လမ်းပြတော်မူရန်နှင့်ကွယ်ကာတော်မူရန် ဆုတောင်းပ  
တုထနာ<sup>4</sup>

1 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ထံတော်သို့  
ဆုတောင်းပတုထနာပြုပါ၏။

2 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရား၊ကျွန်တော်မျိုး သည်  
ကိုယ်တော်ရှင်ကိုကိုးစားပါ၏။  
စစ်အရေးနိမ့်၍အရှက်ရခြင်းမှကျွန်တော် မျိုးအား  
ကယ်တော်မူပါ။

ကျွန်တော်မျိုးအရေးနိမ့်သဖြင့်ရန်သူတို့အား  
နှစ်ထောင်းအားရခွင့်ကိုပေးတော်မမူပါနှင့်။

3 ကိုယ်တော်ရှင်ကိုကိုးစားသူတို့သည် အရေးမနိမ့်ကြပါ။

4 25: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသည်။

ကိုယ်တော်ရှင်အားတော်လှန်ပုန်ကန်ရန်  
ဝန်မလေးသူများသာလျှင်အရေးနိမ့် ကြရပါ၏။

4 အို ထာဝရဘုရား၊

ကိုယ်တော်ရှင်၏နည်းလမ်းတော်တို့ကို  
ကျွန်တော်မျိုးအားသွန်သင်တော်မူပါ။

ယင်းတို့ကိုကျွန်တော်မျိုးအားသိရှိနားလည် စေတော်မူပါ။

5 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား

ကယ်တင်တော်မူသောဘုရားဖြစ်တော်မူသည် ဖြစ်၍  
ကျွန်တော်မျိုးအားကိုယ်တော်ရှင်၏

သမ္မာတရားတော်အတိုင်းပြုမူကျင့်ကြံ တတ်ရန်  
သွန်သင်တော်မူပါ။

ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်ကို  
အစဉ်ကိုးစားလျက်နေပါ၏။

6 အို ထာဝရဘုရား၊

ရှေးကာလမှစ၍ကိုယ်တော်ရှင်ပြတော် မူသည့်  
ကရုဏာတော်နှင့်ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော် တို့ကို

အောက်မေ့သတိရတော်မူပါ။

7 အသက်ပျိုရွယ်စဉ်အခါက

ကျွန်တော်မျိုးကူးလွန်ခဲ့သည့်အပြစ်များနှင့်  
အမှားအယွင်းများကိုဖြေလွှတ်တော်မူပါ။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ခိုင်မြဲသောမေတ္တာရှိတော်မူ၍  
ကောင်းမြတ်တော်မူသည်နှင့်အညီ

ကျွန်တော်မျိုးအားအောက်မေ့သတိရတော်မူပါ။

8 ထာဝရဘုရားသည်ကောင်းမြတ် ဖြောင့်မှန်တော်မူသဖြင့်  
အပြစ်ကူးသူတို့အားလျှောက်လိုက်သင့်သည်  
လမ်းကိုပြည့်စုံတော်မူ၏။

9 စိတ်နှလုံးနှိမ့်ချသူတို့အားလမ်းမှန်သို့  
ပို့ဆောင်တော်မူလျက်  
ကိုယ်တော်၏အလိုတော်ကိုသွန်သင်တော်မူ၏။

10 ပဋိညာဉ်တော်နှင့်ပညတ်တော်တို့ကို  
စောင့်ထိန်းသူအပေါင်းတို့အား  
ကိုယ်တော်သည်မေတ္တာနှင့်လည်းကောင်း၊  
သစ္စာနှင့်လည်းကောင်းလမ်းပြပို့ဆောင်  
တော်မူ၏။

11 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုး၏အပြစ်တို့သည်များလှပါ၏။  
သို့ဖြစ်၍ကိုယ်တော်ရှင်၏ကတိတော်ကို  
တည်စေတော်မူလျက်ကျွန်တော်မျိုး၏  
အပြစ်များကိုဖြေလွှတ်တော်မူပါ။

12 ထာဝရဘုရားကိုကြောက်ရွံ့ရိုသေသောသူ တို့သည်  
မိမိတို့လျှောက်အပ်သည့်လမ်းစဉ်ကို  
ကိုယ်တော်၏ထံမှသင်ယူကြလိမ့်မည်။

13 သူတို့သည်အစဉ်ပင်ကောင်းစားကြလျက်

သူတို့၏သားသမီးများသည်ပြည်တော် ကို  
ပိုင်ရကြလိမ့်မည်။

14 ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏စကားကို  
နားထောင်သူတို့နှင့်မိတ်သဟာယဖွဲ့တော် မူ၏။  
သူတို့အတွက်ကိုယ်တော်၏ပဋိညာဉ်တရား တော်ကို  
တည်မြဲစေတော်မူ၏။

15 ကယ်မတော်မူရန်ငါသည်ထာဝရဘုရားအား  
အခါခပ်သိမ်းမျှော်ကြည့်၏။  
ကိုယ်တော်သည်လည်းငါ့အားဘေးအ နှ တရာ ယံမှ  
ကယ်ဆယ်တော်မူ၏။

16 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုးသည်တစ်ကိုယ်တည်းကျန်ရစ်လျက်  
အားအင်ချိနဲ့၍နေပါ၏။  
သို့ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုးဘက်သို့လှည့်တော်မူ၍  
ကရုဏာတော်ကိုပြတော်မူပါ။

17 ကျွန်တော်မျိုး၏ပူပင်သောကအပေါင်းကို  
ငြိမ်းစေတော်မူလျက်  
ကျွန်တော်မျိုးအားဆင်းရဲဒုက္ခအပေါင်းမှ  
ကယ်တော်မူပါ။

18 ကျွန်တော်မျိုးခံစားရသောဒုက္ခများနှင့်  
ဝေဒနာအပေါင်းကိုအောက်မေ့ဆင်ခြင်တော် မူ၍  
ကျွန်တော်မျိုး၏အပြစ်များကိုဖြေလွှတ် တော်မူပါ။

19 ကျွန်တော်မျိုးတွင်အဘယ်မျှရန်သူများကြောင်းကို  
ကြည့်တော်မူပါ။

သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးအားအဘယ်မျှ  
မုန်းကြောင်းကိုသိမှတ်တော်မူပါ။

20 ကျွန်တော်မျိုးအားကွယ်ကာစောင့်ရှောက်တော်မူပါ။  
ကယ်တော်မူပါ။

ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ထံတော်တွင်  
ခိုလှုံရန်ချဉ်းကပ်ပါ၏။

သို့ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုးအား အရှက်ကွဲစေတော်မမူပါနှင့်။

21 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်ကို  
ကိုးစားသည်ဖြစ်၍  
ကျွန်တော်မျိုး၏သစ္စာသမာဋ္ဌ ငှိရှိမှုသည်  
ကျွန်တော်မျိုးအားစောင့်ထိန်းပါစေသော။

22 အို ဘုရားသခင်၊  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ဣသရေလလူမျိုးအား  
ဆင်းရဲဒုက္ခအပေါင်းမှကယ်တော်မူပါ။

### 26

သူတော်ကောင်းတစ်ယောက်၏ ဆုတောင်းပ တု  
ထနာ<sup>5</sup>

1 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုးသည်မှန်ရာကိုပြုကျင့်၍

<sup>5</sup> 26: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသည်

ကိုယ်တော်အားအကြွင်းမဲ့ကိုးစားသူဖြစ် ပါ၏။  
ထို့ကြောင့်ကျွန်တော်မျိုးမှာအပြစ်မရှိကြောင်း  
ထုတ်ဖော်ကြေညာတော်မူပါ။

2 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုးအားစမ်းသပ်စစ်ဆေးတော်မူပါ။

ကျွန်တော်မျိုး၏အလိုဆန္ဒများနှင့်စိတ်နှလုံး  
အကြံအစည်များကိုစစ်ကြောတော်မူပါ။

3 ကျွန်တော်မျိုးအားကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသော  
မေတ္တာတော်သည်လမ်းပြပါ၏။  
သစ္စာတော်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
အစဉ်ပို့ဆောင်လျက်ရှိပါ၏။

4 ကျွန်တော်မျိုးသည်လျှပ်ပေါ်သူတို့နှင့် မပေါင်းမဖော်ပါ။  
သူတော်ယောင်ဆောင်သူတို့နှင့်လည်းမည်သို့မျှ  
မဆက်ဆံပါ။

5 ဆိုးညစ်သူတို့၏အပေါင်းအသင်းတို့ကို ရှုံ့မုန်း၍  
သူယုတ်မာတို့ကိုရှောင်ရှားပါ၏။

6 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုးမှာအပြစ်မရှိကြောင်းပြသရန်  
ကျွန်တော်မျိုးသည်မိမိ၏လက်ကိုဆေးကြောပြီး နောက်  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ယဇ်ပလ္လင်ကိုလှည့်ပတ်၍  
ဝတ်ပြုကိုးကွယ်ပါ၏။



7 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကျေးဇူးတော်ချီးမွမ်းရာ  
 သီချင်းကိုဆို၍  
 ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူသောအံ့ဩဖွယ်  
 အမှုအရာအပေါင်းတို့ကိုပြောကြားပါ၏။

8 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ဘုန်းအသရေတော်တည်ရာ  
 တည်းဟူသောကိုယ်တော်ရှင်ကိန်းဝပ်တော်မူရာ  
 အိမ်တော်ကိုနှစ်သက်မြတ်နိုးပါ၏။

9 ကျွန်တော်မျိုးအားအပြစ်ကူးသူများနှင့်တကွ  
 ဖျက်ဆီးပစ်တော်မမူပါနှင့်။  
 သူသတ်သမားတို့၏ကံကြမ္မာကို  
 ခံစေတော်မမူပါနှင့်။

10 ထိုသူတို့သည်မကောင်းမှုကိုအခါခပ်သိမ်း  
 ပြုကျင့်လျက်  
 တံစိုးလက်ဆောင်ယူရန်အစဉ်အမြဲ  
 အသင့်ရှိသူများဖြစ်ကြပါ၏။

11 ကျွန်တော်မျိုးမူကားမှန်ရာကိုပြုကျင့်ပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုးအားကရုဏာထားတော်မူ၍  
 ကယ်တော်မူပါ။

12 ငါသည်ဘေးအန္တရာယ်အပေါင်းမှကင်းလွတ်  
 လုံခြုံလျက်ရှိ၏။

လူပရိတ်သတ်အလယ်တွင်ထာဝရဘုရားအား  
ထောမနာပြုပါမည်။

# 27

ထောမနာပြုသည့်ဆုတောင်းပတုထနာ

- 1 ထာဝရဘုရားသည်ငါ၏အလင်း၊  
ငါ၏ကယ်တင်ရှင်ဖြစ်တော်မူ၏။  
ငါသည်အဘယ်သူ့ကိုမျှကြောက်လန့်ရ အံ့နည်း။  
ထာဝရဘုရားသည်ဘေးအ နှံ့ တရာ ယ်အပေါင်းမှ  
ငါ့ကိုကွယ်ကာစောင့်ရှောက်တော်မူ၏။  
ငါသည်ကြောက်လန့်လိမ့်မည်မဟုတ်။
- 2 ဆိုးညစ်သူတို့ငါ့ကိုသတ်ရန်တိုက်ခိုက်ကြသော အခါ  
သူတို့သည်ခြေချော်၍လဲကြ၏။
- 3 စစ်တပ်တစ်တပ်လုံးပင်ငါ့ကိုဝိုင်းရံထားစေကာမူ  
ငါသည်ကြောက်လန့်လိမ့်မည်မဟုတ်။  
အကယ်၍ငါ၏ရန်သူများကပင်လျှင်  
ငါ့ကိုတိုက်ခိုက်စေကာမူငါသည် ထာဝရဘုရားအားကိုးစားမည်။
- 4 ထာဝရဘုရားအားငါတောင်းလျှောက်လို သောဆု၊  
ငါလိုချင်တောင့်တသောဆုတစ်ခုတည်းရှိ၏။  
ထိုဆုကားဘုရားသခင်၏အိမ်တော်တွင်  
တစ်သက်လုံးနေရ၍ကျေးဇူးတော်ကို ချီးမွမ်းအံ့ဩလျက်

ကိုယ်တော်၏လမ်းပြမှုကိုတောင်းခံနိုင်ခွင့်  
ပင်ဖြစ်၏။

5 ဘေးအန္တရာယ်ရောက်သည့်ကာလ  
ငါ့အားကိုယ်တော်ကွယ်ကာစောင့်ရှောက်၍  
ထားတော်မူလိမ့်မည်။

ဗိမာန်တော်တွင်လုံခြုံစွာထားတော်မူလိမ့်မည်။  
ဘေးကင်းစေရန်ကျောက်ဆောင်မြင့်ပေါ်မှာတင်၍  
ထားတော်မူလိမ့်မည်။

6 သို့ဖြစ်၍ငါသည်မိမိအားဝိုင်းရံထားသည့်  
ရန်သူများကိုအောင်မြင်ခွင့်ရလိမ့်မည်။  
ငါသည်ဝမ်းမြောက်ရွှင်လန်းစွာကြွေးကြော် လျက်  
ဗိမာန်တော်တွင်ယဇ်ပူဇော်မည်။

သီချင်းဆိုမည်။ ထာဝရဘုရားအား ထောမနာပြုမည်။

7 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်အားကျွန်တော်မျိုးခေါ်သောအခါ  
ထူးတော်မူပါ။

ကရုဏာထားတော်မူ၍ထူးတော်မူပါ။

8 “ငါ့ထံသို့ချဉ်းကပ်၍ကိုးကွယ်ဝတ်ပြုလော့” ဟု  
ကိုယ်တော်ရှင်မိန့်တော်သည်အတိုင်း

အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုးသည်အထံတော်သို့ချဉ်းကပ် ပါမည်။

9 ကျွန်တော်မျိုးအားမျက်နှာတော်ကိုလွှဲတော် မမူပါနှင့်။  
အမျက်ထွက်တော်မမူပါနှင့်။

ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေခံဖြစ်သူကျွန်တော် မျိုးအား  
ကူမတော်မူသောအရှင်ဖြစ်တော်မူပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုး၏ကယ်တင်ရှင် အို ဘုရားသခင်၊  
ကျွန်တော်မျိုးအားပစ်ထားတော်မမူပါနှင့်။  
စွန့်ပစ်တော်မမူပါနှင့်။

10 ငါ၏မိဘတို့သည်ငါ့အားစွန့်ပစ်စေကာမူ  
ထာဝရဘုရားသည်ငါ့ကိုကြည့်ရှု  
စောင့်ရှောက်တော်မူမည်။

11 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်ပြုစေလိုသောအမှုအရာတို့ကို  
ကျွန်တော်မျိုးအားသွန်သင်တော်မူပါ။  
ကျွန်တော်မျိုးမှာရန်သူများလှပါ၏။  
သို့ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုးအားဘေးမဲ့လုံခြုံရာ လမ်း၌  
ပို့ဆောင်တော်မူပါ။

12 လိမ်လည်ခြိမ်းခြောက်သည့်ရန်သူများ၏လက်တွင်  
ကျွန်တော်မျိုးကိုစွန့်ပစ်၍ထားတော်မမူပါနှင့်။

13 ထာဝရဘုရားပြုတော်မူသောကျေးဇူးတော်ကို  
ငါသည်ဤဘဝတွင်တွေ့မြင်မည်ဟုယုံကြည်၏။

14 ထာဝရဘုရားအားကိုးစားလော့။

စိတ်မပျက်နှင့်၊ ယုံကြည်ခြင်းရှိလော့။  
ထာဝရဘုရားအားကိုးစားလော့။

### 28

ကူမတော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>၆</sup>

1 ကျွန်တော်မျိုး၏ကွယ်ကာရာအရှင်  
အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ထံတော်သို့ကျွန်တော်မျိုး ဟစ်ခေါ်ပါ၏။  
ထူးတော်မူပါ။

ကိုယ်တော်ရှင်ထူးတော်မမူပါလျှင်  
ကျွန်တော်မျိုးသည်သေဇ္ဇာသွားရပါလိမ့်မည်။

2 ကိုယ်တော်ရှင်၏သန်ရှင်းမြင့်မြတ်သောဗိမာန် တော်သို့  
လက်အုပ်ချီလျက် "ကူမတော်မူပါ" ဟု  
ကျွန်တော်မျိုးဟစ်အော်သောအခါ  
နားထောင်တော်မူပါ။

3 မကောင်းမှုပြုသည့်သူယုတ်မာများနှင့်အတူ  
ကျွန်တော်မျိုးအားအပြစ်ဒဏ်စီရင်တော်မမူ ပါနှင့်။  
ထိုသူတို့သည်နှုတ်ချိုသော်လည်းမုန်းစိတ်ရှိ ကြပါ၏။

4 ထိုသူတို့ပြုသောအမှုများနှင့်ကူးလွန်သော  
အပြစ်များအတွက်သူတို့အားအပြစ်ဒဏ်  
ပေးတော်မူပါ။  
သူတို့၏အကျင့်ဆိုးများအတွက် အပြစ်ဒဏ်ခတ်တော်မူပါ။

6 28: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒစပ်ဆိုသည်။

သူတို့အပြစ်နှင့်ထိုက်သင့်သည့်အပြစ်ဒဏ်ကို  
စီရင်တော်မူပါ။<sup>☆</sup>

5 သူတို့သည်ထာဝရဘုရားပြုတော်မူသော  
အမှုတော်တို့ကိုလည်းကောင်း၊ကိုယ်တော်  
ဖန်ဆင်းတော်မူသောအရာများကိုလည်းကောင်း  
ပမာဏမပြုကြပါ။

သို့ဖြစ်၍ကိုယ်တော်သည်သူတို့အား  
အပြစ်ဒဏ်ခတ်တော်မူ၍ထာဝစဉ်ဆုံးပါး  
ပျက်စီးစေတော်မူလိမ့်မည်။

6 ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။  
ကူမတော်မူရန်ငါအော်ဟစ်သည်ကို  
ကိုယ်တော်ကြားတော်မူပြီ။

7 ထာဝရဘုရားသည်ငါ့ကိုကွယ်ကာ  
စောင့်ရှောက်တော်မူ၏။  
ငါသည်ကိုယ်တော်အားကိုးစား၏။  
ကိုယ်တော်သည်ငါ့အားကူမတော်မူသဖြင့်  
ငါသည်ဝမ်းမြောက်လျက်ကိုယ်တော်အား  
ထောမနာသီချင်းများကိုဆို၏။

8 ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏လူစုတော်အား  
ကွယ်ကာစောင့်ရှောက်တော်မူ၏။

---

<sup>☆</sup> 28:4 ဗျာ၊ ၂၂:၁။

မိမိဘိသိက်ပေးတော်မူသောရှင်ဘုရင်အား  
ကွယ်ကာစောင့်ရှောက်၍ကယ်မတော်မူ၏။

9 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်အားကယ်တော်မူပါ။  
ကိုယ်တော်ရှင်ပိုင်တော်မူသောသူတို့အား  
ကောင်းချီးပေးတော်မူပါ။  
သူတို့အားသိုးထိန်းသဖွယ်ထာဝစဉ်ကြည့်ရှု  
စောင့်ရှောက်တော်မူပါ။

### 29

#### မုန်တိုင်းထဲကအသံတော်<sup>7</sup>

1 အို ကောင်းကင်သားတို့၊ထာဝရဘုရားအား  
ထောမနာပြုကြလော့။  
ကိုယ်တော်၏ဘုန်းအသရေတော်နှင့်တန်ခိုး တော်ကို  
ထောမနာပြုကြလော့။

2 ဘုန်းအသရေတော်နှင့်ပြည့်စုံတော်မူသော  
ထာဝရဘုရား၏နာမတော်ကို ထောမနာပြုကြလော့။  
သန်ရှင်းမြင့်မြတ်တော်မူသောအရှင် ကြွလာတော်မူသောအခါ  
ရှေ့တော်၌ဦးညွတ်ပျုပ်ဝပ်ကြလော့။\*

3 ထာဝရဘုရား၏အသံတော်သည်  
ပင်လယ်များပေါ်တွင်ထွက်ပေါ်လာ၏။

<sup>7</sup> 29: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒစပ်ဆိုသောဆာလံ။ ☆ 29:2 ဆာ၊  
၉၆:၇-၉။

ဘုန်းအသရေတော်နှင့်ပြည့်စုံတော်မူသော  
 ထာဝရဘုရားသည်မိုးချုန်းတော်မူ၏။  
 အသံတော်သည်သမုဒ္ဒရာပေါ်တွင်ပဲ့တင်ထပ် လေ၏။  
 4 ထာဝရဘုရား၏အသံတော်သည်ထွက်ပေါ်လာ၏။  
 ထိုအသံတော်သည်ဘုန်းတန်ခိုးအနုဘော် တော်နှင့်  
 ပြည့်စုံ၏။

5 ထာဝရဘုရား၏အသံတော်ကြောင့်  
 အာရဇ်ပင်တို့သည်ကျိုးကျကုန်၏။  
 လေဗန န်တောမှအာရဇ်ပင်တို့ပင်လျှင်  
 ကျိုးကျကုန်၏။

6 ကိုယ်တော်သည်လေဗနန်တောင်တို့ကို  
 နွားသူငယ်များကဲ့သို့ခုန်ပေါက်စေတော် မူ၏။  
 ဟေရမုန်တောင်ကိုလည်းနွားသိုးပျိုကဲ့သို့  
 ခုန်စေတော်မူ၏။

7 ထာဝရဘုရား၏အသံတော်သည်အလင်း ရောင်ကို  
 ပေါ်ထွက်စေတော်မူ၏။

8 ကိုယ်တော်၏အသံတော်သည်တောက နှု တာရကို  
 တုန်လှုပ်စေတော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်သည်ကာဒေရှုတောက နှု တာရကို  
 တုန်လှုပ်စေတော်မူ၏။

9 ထာဝရဘုရား၏အသံတော်သည်  
 ဝက်သစ်ချပင်တို့ကိုတုန်လှုပ်စေတော်မူ၍



သစ်ပင်များမှအရွက်ရှိသမျှကိုကြွေစေ တော်မူ၏။  
 တစ်ချိန်တည်းမှာပင် `ဘုရားသခင်သည်ဘုန်း အသရေ  
 ထွန်းတောက်တော်မူစေသတည်း' ဟု  
 ဗိမာန်တော်တွင်လူအပေါင်းတို့ကြွေးကြော် ကြ၏။

10 ထာဝရဘုရားသည်ရေနက်ရာတို့တွင်စိုးစံ တော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်သည်ထာဝစဉ်ဘုရင်အဖြစ်ဖြင့်  
 စိုးစံတော်မူ၏။

11 ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏လူစုတော်အား  
 စွမ်းအားပေးတော်မူ၏။  
 သူတို့အားငြိမ်းချမ်းသာယာမှုကောင်းချီး မင်္ဂ  
 လာကိုပေးတော်မူ၏။

### 30

ကျေးဇူးတော်ချီးမွမ်းသည့်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>၈</sup>

1 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးကို  
 ကယ်တော်မူသောကြောင့်လည်းကောင်း၊  
 ကျွန်တော်မျိုး၏ဝေဒနာကြောင့်  
 ရန်သူတို့အားနှစ်ထောင်းအားရခွင့်ကို  
 ပေးတော်မမူသောကြောင့်လည်းကောင်း  
 ကိုယ်တော်ရှင်အားကျွန်တော်မျိုးထောမနာ ပြုပါ၏။

---

<sup>၈</sup> 30: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဗိမာန်တော်ကိုဆက်ကပ်သည့်သီချင်းဒါဝိဒ် စပ်ဆိုသောဆာလံ။

2 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရားသခင်၊ ထာဝရဘုရား၊  
 ကယ်မတော်မူရန်ကိုယ်တော်ရှင်၏ထံတော်သို့  
 ကျွန်တော်မျိုးအော်ဟစ်ခဲ့ပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်လည်းကျွန်တော်မျိုး၏  
 ဝေဒနာကိုငြိမ်းစေတော်မူပါ၏။

3 ကျွန်တော်မျိုးအားသေရွာမှပြန်၍  
 ခေါ်ဆောင်တော်မူခဲ့ပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးသည်သင်္ချိုင်းတွင်းသို့ဆင်းလျက်  
 ရှိခဲ့သော်လည်း  
 ကိုယ်တော်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားမသေစေဘဲ  
 အသက်ချမ်းသာပေးတော်မူပါ၏။

4 ကိုယ်တော်အားသစ္စာစောင့်သူတို့၊ ထာဝရ ဘုရားအား  
 ထောမနာသီချင်းဆိုကြလော့။  
 သန့်ရှင်းမြင့်မြတ်တော်မူသောအရှင်ပြု တော်မူသော  
 အမှုတော်ကိုအောက်မေ့သတိရလျက်  
 ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းကြလော့။

5 ကိုယ်တော်အမျက်ထွက်တော်မူသည်မှာ  
 ခဏသာလျှင်ဖြစ်၏။  
 ကျေးဇူးပြုတော်မူသည်ကားတစ်သက်လုံး  
 ဖြစ်သတည်း။

ညဉ့်အခါ၌မျက်ရည်များပင်ကျစေကာမူ

မိုးသောက်ချိန်၌ ကားဝမ်းမြောက်ရွှင်လန်း ခွင့်ကို  
ရရှိတတ်၏။

6 မိမိတွင်လုံခြုံမှုရှိပြီဟုယုံကြည်လျက်  
“ငါသည်အဘယ်အခါ၌မျှအရေးရှုံးနိမ့်  
ရလိမ့်မည်မဟုတ်” ဟု  
ကျွန်တော်မျိုးသည်တစ်ကိုယ်တည်းပြောဆိုခဲ့ ပါ၏။

7 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
ကျေးဇူးပြုတော်မူခဲ့ပါပြီ။  
တောင်ပေါ်ရဲတိုက်ကဲ့သို့ကျွန်တော်မျိုးအား  
လုံခြုံစွာကွယ်ကာတော်မူခဲ့ပါ၏။  
သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး အား  
မျက်နှာတော်ကိုလွှဲ၍နေတော်မူစဉ်က  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ကြောက်လန့်ပါ၏။

8 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ထံတော်သို့  
ဟစ်ခေါ်လျက်

9 “ကျွန်တော်မျိုးသေရခြင်းဖြင့်အဘယ်အကျိုး  
ရှိပါမည်နည်း။  
သင်္ချိုင်းတွင်းသို့ရောက်ရခြင်းဖြင့်အဘယ်အကျိုး  
ဖြစ်ထွန်းပါမည်နည်း။

သူသေတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်အားထောမနာ  
ပြုနိုင်ပါသလော။

သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏သစ္စာတော်ကို  
ဖော်ပြကြေညာနိုင်ကြပါသလော။

10 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုး၏ခေါ်သံကိုနားထောင်တော်မူ၍  
ကျွန်တော်မျိုးအားသနားကြင်နာတော်မူပါ။

အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုးကိုကူမတော်မူပါ။'' ဟူ၍  
တောင်းလျှောက်ခဲ့ပါ၏။

11 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
ဝမ်းနည်းပူဆွေးရာမှကခုန်မြူးတူးစေတော် မူပါပြီ။  
ကျွန်တော်မျိုး၏ဝမ်းနည်းခြင်းလ ကဲ့ ခဏာဖြစ်သည့်  
လျှော်တေကိုချွတ်၍  
ဝမ်းမြောက်ရွှင်လန်းခြင်းလ ကဲ့ ခဏာဖြစ်သည့်  
အဝတ်ကိုဝတ်ဆင်ပေးတော်မူပါပြီ။

12 သို့ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုးသည်ဆိတ်ဆိတ်နေမည်  
မဟုတ်ပါ။  
ကိုယ်တော်ရှင်အားထောမနာသီချင်းဆိုပါမည်။

အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရား  
ဖြစ်တော်မူပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ကျေးဇူး တော်ကို  
အစဉ်အမြဲချီးမွမ်းပါမည်။

### 31

ဘုရားသခင်အားကိုးစားသည့် ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>၅</sup>

<sup>1</sup> အို ထာဝရဘုရား၊

ကျွန်တော်မျိုးသည်အထံတော်သို့ခိုလှုံရန်  
ချဉ်းကပ်ပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးအားအဘယ်အခါ၌မျှ အရေးနိမ့်စေတော်မမူပါနှင့်။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်တရားမျှတတော်မူသော  
ဘုရားဖြစ်တော်မူပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးအားကယ်တော်မူပါ။ ကျွန်တော်မျိုးပန်ကြားလျှောက်ထား

<sup>2</sup> ကျွန်တော်မျိုး၏လျှောက်ထားချက်ကို  
နားထောင်တော်မူပါ။

ယခုပင်ကျွန်တော်မျိုးအားကယ်တော်မူပါ။

ကျွန်တော်မျိုးအားကွယ်ကာရန်ကျွန်တော်မျိုး၏

ခိုလှုံရာကျောက်ဖြစ်တော်မူပါ။

ကယ်မတော်မူရန်ကျွန်တော်မျိုး၏ရဲတိုက်

ဖြစ်တော်မူပါ။

<sup>3</sup> ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ကျောက်နှင့်

ရဲတိုက်ဖြစ်တော်မူပါ၏။

---

<sup>၅</sup> 31: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

ကတိတော်ရှိသည်အတိုင်းကျွန်တော်မျိုးအား  
လမ်းပြပို့ဆောင်တော်မူပါ။

4 ကျွန်တော်မျိုးအတွက်ထောင်ထားသောကျေ့ ကွင်းမှ  
လွတ်မြောက်စေတော်မူပါ။  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ခိုလှုံရာ  
ဖြစ်တော်မူပါ၏။

5 ကျွန်တော်မျိုးသည်မိမိကိုယ်ကိုလက်တော်သို့  
အပ်ပါ၏။  
အို ထာဝရဘုရား၊

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
ကယ်တော်မူပါလိမ့်မည်။  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်သစ္စာစောင့်တော်မူသောဘုရား  
ဖြစ်တော်မူပါ၏။\*

6 ကိုယ်တော်ရှင်သည်မိစ္ဆာဘုရားများကိုကိုးကွယ်  
ဆည်းကပ်သူတို့ကိုမုန်းတော်မူပါ၏။  
သို့ရာတွင်ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
ကိုးစားပါ၏။

7 ကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်ကြောင့်  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ဝမ်းမြောက်ရွှင်လန်းပါ  
လိမ့်မည်။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ဝေဒနာကို  
မြင်တော်မူပါ၏။

---

\* 31:5 လာ၊ ၂၃:၄၆။

ကျွန်တော်မျိုး၏ဒုက္ခကိုသိတော်မူပါ၏။

8 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားရန်သူ များ၏  
လက်တွင်းသို့ကျရောက်စေတော်မမူဘဲ  
လွတ်လပ်စွာသွားလာနိုင်ခွင့်ကိုပေးတော်မူ ပါပြီ။

9 ကျွန်တော်မျိုးသည်ဒုက္ခရောက်လျက်ရှိသဖြင့်  
အို ထာဝရဘုရား၊ ကျွန်တော်မျိုးအားသနားတော်မူပါ။

များစွာငိုကြွေးရသဖြင့်ကျွန်တော်မျိုး၏  
မျက်စိများသည်ကျိန်းစပ်လျက်နေပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုး၏အားအင်သည်လည်း  
လုံးဝကုန်ခန်းလျက်နေပါပြီ။

10 ဝမ်းနည်းကြေကွဲမှုကြောင့်ကျွန်တော်မျိုး  
မောပန်းနွမ်းလျလျက်ရှိပါ၏။  
ငိုယိုမှုကြောင့်ကျွန်တော်မျိုးအသက်တို့ ရပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးသည်မိမိခံရသောဆင်းရဲဒုက္ခ  
အပေါင်းကြောင့်အားအင်ချိန့်လျက်ရှိပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုး၏အရိုးများပင်လျှင်  
ဆွေးမြေ့ကုန်ပါပြီ။

11 ရန်သူအပေါင်းတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
ပြောင်လှောင်ကြပါ၏။  
အထူးသဖြင့်အိမ်နီးချင်းများကမထိမဲ့ မြင်  
ပြုကြပါ၏။

အသိမိတ်ဆွေများသည်ကျွန်တော်မျိုးကို  
 ကြောက်ကြပါ၏။  
 လမ်းတွင်ကျွန်တော်မျိုးကိုတွေ့မြင်သောအခါ  
 ထွက်ပြေးကြပါ၏။

12 ကျွန်တော်မျိုးသေလေပြီကဲ့သို့  
 လူအပေါင်းတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
 မေ့ပျောက်သွားကြပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးသည်စွန့်ပစ်ခြင်းခံရသည့်  
 အိုးကဲ့ကဲ့သို့ဖြစ်ပါ၏။

13 ရန်သူအများသည်တီးတိုးပြောဆိုနေသံကို  
 ကျွန်တော်မျိုးကြားပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုး၏ပတ်လည်တွင်  
 ကြောက်မက်ဖွယ်ရာများနှင့်ပြည့်နှက်နေပါ၏။  
 ရန်သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးအားသတ်ရန်  
 ကြံစည်နေကြပါ၏။

14 သို့ရာတွင် အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်ကို ကိုးစားပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရား  
 ဖြစ်တော်မူပါ၏။

15 ကျွန်တော်မျိုး၏နေရက်ကာလများသည်  
 လက်တော်ထဲ၌ရှိပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုးအားရန်သူများနှင့်



နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲသူတို့၏လက်မှကယ်တော် မူပါ။

16 သနားသောစိတ်နှင့်ကိုယ်တော်၏အစေခံ  
ကျွန်တော်မျိုးအားကြည့်တော်မူပါ။  
ကိုယ်တော်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်နှင့် အညီ  
ကျွန်တော်မျိုးအားကယ်တော်မူပါ။

17 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုးသည်အထံတော်သို့ ဆုတောင်းပ တု  
ထနာပြုပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးအားအရှက်ကွဲစေတော်မမူ ပါနှင့်။  
သူယုတ်မာတို့သည်အရှက်ကွဲရကြပါစေသော။  
သူတို့သည်မရဏာနိုင်ငံတွင်ဆိတ်ဆိတ်  
နေရကြပါစေသော။

18 မာနထောင်လွှားလျက်သူတော်ကောင်းတို့အကြောင်း  
ကဲ့ရဲ့ပြောဆိုတတ်သူလူလိမ်တို့၏  
နှုတ်ကိုပိတ်တော်မူပါ။

19 ကိုယ်တော်ရှင်အားကြောက်ရွံ့ရုံသေကြသူတို့  
၏အတွက်  
သိုမှီးထားတော်မူသောကောင်းသောအရာ များကား  
အလွန်ပင်အံ့ဩဖွယ်ကောင်းလှပါသည်တကား။  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကောင်းမြတ်တော်မူကြောင်း  
ကိုလည်းကောင်း၊  
အထံတော်၌ခိုလှုံကြသူတို့ကို

ကွယ်ကာတော်မူကြောင်းကိုလည်းကောင်း  
လူ့အပေါင်းတို့သိကြပါ၏။

20 လူတို့၏လျှို့ဝှက်ကြံစည်မှုမှ ကင်းလွတ်စေအံ့သောငှာအထံတော်၌  
ခိုလှုံကြသူတို့ကိုကိုယ်တော်ရှင်သည်  
အထံတော်တွင်လုံခြုံစွာဝှက်၍ထားတော်မူ ပါ၏။  
ရန်သူများ၏စော်ကားမှုများမှကင်းလွတ်စေရန်  
သူတို့ကိုလုံခြုံရာအရပ်တွင်ဝှက်၍ ထားတော်မူပါ၏။

21 ထာဝရဘုရားသခင်အားထောမနာပြု ကြလော့။  
ငါ့အားဝိုင်းဝန်းတိုက်ခိုက်ကြချိန်၌  
ကိုယ်တော်ပြတော်မူသောမေတ္တာတော်သည်  
လွန်စွာအံ့ဩဖွယ်ကောင်းလှပါသည်တကား။

22 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ငါ့အားရှေ့တော်မှောက်မှ  
နှင်ထုတ်တော်မူလေပြီဟူ၍  
ငါသည်ကြောက်လန့်စိုးရိမ်မိပါ၏။  
သို့ရာတွင်အထံတော်သို့ကူမတော်မူရန်  
ငါအော်ဟစ်သောအခါ၊ကိုယ်တော်ရှင်သည်  
ငါ၏အော်ဟစ်သံကိုကြားတော်မူ၏။

23 ကိုယ်တော်အားသစ္စာစောင့်သူအပေါင်းတို့၊  
ထာဝရဘုရားကိုချစ်ကြလော့။  
သစ္စာစောင့်သူတို့အားထာဝရဘုရားသည်  
ကွယ်ကာစောင့်ရှောက်တော်မူ၏။

သို့ရာတွင်မာနကြီးသူတို့အားထိုက်သင့်သည့်  
အပြစ်ဒဏ်ကိုပေးတော်မူ၏။

24 ထာဝရဘုရားအားစောင့်မျှော်ကြသူအပေါင်း တို့၊  
ကြံ့ခိုင်မှုရှိ၍ရဲရင့်ကြကုန်လော့။

### 32

အပြစ်ဖော်ပြဝန်ခံခြင်းနှင့် အပြစ်ဖြေလွတ်ခြင်း<sup>10</sup>

- 1 မိမိ၏အပြစ်များမှဖြေလွတ်ခြင်းခံရ၍  
ကူးလွန်မှုများအတွက်လွတ်ငြိမ်းချမ်းသာခွင့်  
ရသောသူသည်မ<sup>၁</sup>ဂလာရှိ၏။
- 2 မကောင်းမှုပြုသူဟုထာဝရဘုရား အပြစ်တင်  
တော်မူခြင်းကိုမခံရဘဲ  
လိမ်လည်လှည့်စားမှုမှန်သမျှနှင့်ကင်းစင်သူသည် မ<sup>၁</sup>  
ဂလာရှိ၏။<sup>☆</sup>
- 3 ကျွန်တော်မျိုးသည်မိမိ၏အပြစ်များကို  
မဖော်ပြ၊ဝန်မခံဘဲနေသောအခါ  
တစ်နေ့လုံးငိုကြွေးရသဖြင့်မောပန်းနွမ်းနယ် ခဲ့ပါ၏။
- 4 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားနေ့ရောညပါ  
အပြစ်ဒဏ်ပေးတော်မူပါ၏။

10 32: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။ ☆ 32:2 ရော၊  
၁၄:၇-၈။

နွေရာသီအပူရှိန်ကြောင့်အစိုဋ္ဌ ဌာ တ်သည်  
 ခန်းခြောက်သွားသကဲ့သို့  
 ကျွန်တော်မျိုး၏အားအင်သည်လည်း  
 လုံးဝခန်းသွားပါ၏။

5 ထိုအခါကျွန်တော်မျိုးသည်မိမိ၏အပြစ် များကို  
 ကိုယ်တော်၏ထံတွင်ဖော်ပြဝန်ခံပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုးပြုမိသည့်အမှားများကို  
 အထံတော်မှဖုံးကွယ်၍မထားပါ။  
 ယင်းတို့ကိုကိုယ်တော်အားဖော်ပြဝန်ခံရန်  
 ကျွန်တော်မျိုးစိတ်ပိုင်းဖြတ်လိုက်ပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ကူးလွန်မှု  
 ရှိသမျှတို့အတွက်အပြစ်ဖြေလွှတ်တော် မူပါ၏။

6 သို့ဖြစ်၍ကိုယ်တော်ရှင်အားသစ္စာစောင့်သူတို့သည်  
 အရေးကြိုသည့်အခါများ၌  
 အထံတော်သို့ဆုတောင်းပ တု ထနာပြုသင့်ကြ  
 ပါသည်။

အဟုန်ပြင်းစွာလွှမ်းမိုး၍လာသောရေသည်  
 သူတို့ထံသို့ရောက်ရှိလိမ့်မည်မဟုတ်ပါ။

7 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးခိုလှုံရာ  
 ဖြစ်တော်မူပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးအားဒုက္ခမှကယ်တော်မူလိမ့်မည်။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးကိုကွယ်ကာ  
 စောင့်ရှောက်တော်မူသဖြင့်  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
 ကယ်တင်ခြင်းကျေးဇူးတော်အကြောင်းကို  
 အသံကျယ်စွာသီချင်းဆိုပါမည်။

8 ထာဝရဘုရားက  
 “ငါသည်သင်လိုက်လျှောက်သင့်သည့်လမ်းကို  
 ပြည့်စုံမည်။

သင့်အားအကြံဉာဏ်ပေး၍ကြည့်ရှုပြုစုမည်။

9 သင်သည်ဇက်နှင့်ဇက်ကြိုးဖြင့်ထိန်းရသော  
 မြင်းသို့မဟုတ်လားကဲ့သို့ဉာဏ်မတုံးနှင့်” ဟု  
 မိန့်တော်မူ၏။

10 သူ့ယုတ်မာတို့သည်ဒုက္ခရောက်ကြရလိမ့်မည်။  
 သို့ရာတွင်ဘုရားသခင်ကိုကိုးစားသူတို့မူကား  
 ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်ဖြင့်ကွယ်ကာခြင်းကို ခံရ၏။

11 အို သူတော်ကောင်းအပေါင်းတို့၊  
 ထာဝရဘုရားပြုတော်မူသောအမှုတော် အတွက်  
 ဝမ်းမြောက်ရွှင်မြူးကြလော့။

ကိုယ်တော်၏စကားကိုနားထောင်သူအပေါင်းတို့၊  
 ရွှင်လန်းစွာကြွေးကြော်ကြလော့။

# 33

## ထောမနာသီချင်း

- 1 အို သူတော်ကောင်းအပေါင်းတို့၊သင်တို့သည်  
 ဘုရားသခင်ပြုတော်မူသောအမှုတော်အတွက်  
 ဝမ်းမြောက်စွာကြွေးကြော်ကြလော့။  
 ကိုယ်တော်၏စကားကိုနားထောင်သူအပေါင်းတို့၊  
 ကိုယ်တော်အားထောမနာပြုကြလော့။
- 2           စောင်းတီး၍ဘုရားသခင်၏ကျေးဇူးတော်ကို  
 ချီးမွမ်းကြလော့။  
 ကြိုးဆယ်ပင်ရှိသောတူရိယာဖြင့်ရှေ့တော်၌  
 သီချင်းဆိုကြလော့။
- 3 ရှေ့တော်၌သီချင်းသစ်ကိုဆိုကြလော့။  
 သာယာစွာစောင်းကိုတီးကြလော့။  
 ဝမ်းမြောက်စွာကြွေးကြော်ကြလော့။
- 4 ထာဝရဘုရား၏နှုတ်ကပတ်တော်သည်မှန်ကန် ပေ၏။  
 ကိုယ်တော်ပြုတော်မူရာအမှုအရာတို့သည်လည်း  
 သစ္စာတရားနှင့်ကိုက်ညီ၏။
- 5           ထာဝရဘုရားသည်ဖြောင့်မတ်မှန်ကန်မှုကို  
 နှစ်သက်တော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်သည်  
 ကမ္ဘာမြေကြီးကိုဖုံးလွှမ်းလျက်ရှိ၏။

6 ထာဝရဘုရားသည်အမိန့်တော်ဖြင့်  
 မိုးကောင်းကင်ကိုလည်းကောင်း၊  
 နှုတ်တော်ထွက်စကားအားဖြင့်

နေ၊ လ၊ ကြယ်တာယာများကိုလည်းကောင်း  
 ဖန်ဆင်းတော်မူ၏။

7 ပင်လယ်ရှိသမျှတို့ကိုတစ်နေရာတည်းတွင်  
 စုဝေးစေတော်မူ၏။

နက်ရှိုင်းသောသမုဒ္ဒရာရေများကို  
 သို့လှောင်ခန်းများတွင်သိမ်းဆည်းထားတော်  
 မူ၏။

8 ကမ္ဘာမြေကြီးသားအပေါင်းတို့၊ ထာဝရဘုရားအား  
 ရိုသေကိုင်းရှိုင်းကြလော့။

ကမ္ဘာပေါ်ရှိလူအပေါင်းတို့၊ ကိုယ်တော်အား  
 ကြောက်ရွံ့ရိုသေကြလော့။

9 ကိုယ်တော်မြွက်ဆိုတော်မူသောအခါ  
 ကမ္ဘာလောကသည်ဖြစ်ပေါ်လာ၏။

ကိုယ်တော်မိန့်တော်မူသောအခါခပ်သိမ်းသော  
 အရာတို့သည်ပေါ်ပေါက်လာကြ၏။

10 ထာဝရဘုရားသည်လူမျိုးတကာတို့၏  
 ရည်မှန်းချက်များကိုပျက်ပြားစေတော်မူ၏။

သူတို့၏အကြံအစည်များကိုလည်း  
 အထမမြောက်စေရန်ဆီးတားတော်မူ၏။

11 သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်၏အကြံအစည်တော်တို့ မူကား  
 အဘယ်ကာလ၌မျှပျက်ပြားလိမ့်မည်မဟုတ်။  
 ကိုယ်တော်၏ရည်မှန်းချက်တို့သည်ထာဝစဉ်  
 အောင်မြင်သတည်း။

12 ထာဝရဘုရားအားဘုရားအဖြစ်နှင့်ကိုးကွယ် သော  
 လူမျိုးသည်မင်္ဂလာရှိ၏။  
 ကိုယ်တော်၏လူစုတော်အဖြစ်ဖြင့်  
 ရွေးချယ်တော်မူခြင်းကိုခံရသောလူတို့သည် မ ့  
 ဂလာရှိကြ၏။

13 ထာဝရဘုရားသည်ကောင်းကင်ဘုံမှ  
 ငုံ့၍ကြည့်တော်မူရာ၊  
 လူသားအပေါင်းကိုမြင်တော်မူ၏။

14 ကိုယ်တော်သည်မိမိစိုးစံတော်မူရာအရပ် မှငုံ့၍  
 ကမ္ဘာမြေကြီးပေါ်ရှိသတ္တဝါအပေါင်းတို့ကို  
 ကြည့်တော်မူ၏။

15 ကိုယ်တော်သည်သူတို့၏စိတ်နှလုံးများကို  
 ဖန်ဆင်းတော်မူသောအရှင်ဖြစ်တော်မူသဖြင့်  
 သူတို့ကြံစည်ပြုကျင့်သမျှသော  
 အမှုအရာများကိုသိတော်မူ၏။

16 ရှင်ဘုရင်မည်သည်မှာမိမိ၏ကြီးမားသော  
 စစ်သည်အလုံးအရင်းကြောင့်စစ်ပွဲတွင်  
 အနိုင်ရသည်မဟုတ်။



- စစ်သားသည်လည်းမိမိ၏ခွန်အားဗလကြောင့်  
 အနိုင်ရသည်မဟုတ်။
- 17 စစ်မြင်းတို့သည်အောင်ပွဲရမှုအတွက်အသုံးမဝင်။  
 သူတို့၏ကြီးမားသောခွန်အားကမကယ်နိုင်။
- 18 ဘုရားသခင်သည်မိမိအားကြောက်ရွံ့ ရိုသေသော၊  
 ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်ကိုကိုးစားသောသူ များအား  
 ကြည့်ရှုစောင့်ထိန်းတော်မူ၏။
- 19 ကိုယ်တော်သည်ထိုသူတို့အားသေဘေးမှ  
 ကယ်တော်မူ၏။  
 အစာငတ်မွတ်ခေါင်းပါးရာကာလများ၌  
 သူတို့အားအသက်ရှင်နိုင်ခွင့်ကိုပေးတော် မူ၏။
- 20 ငါတို့သည်ထာဝရဘုရားကိုစောင့်မျှော်ကြ၏။  
 ကိုယ်တော်သည်ငါတို့အားကူမတော်မူ၍  
 ကွယ်ကာစောင့်ရှောက်တော်မူ၏။
- 21 ငါတို့သည်ကိုယ်တော်ကြောင့်ရွှင်လန်း  
 ဝမ်းမြောက်ကြရ၏။  
 ငါတို့သည်သန့်ရှင်းမြင့်မြတ်တော်မူသော  
 နာမတော်ကိုကိုးစားကြ၏။
- 22 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်အားကျွန်တော်မျိုးတို့  
 စောင့်မျှော်သည်ဖြစ်၍

ကျွန်တော်မျိုးတို့အားခိုင်မြဲသောမေတ္တာ  
ခံစားစေတော်မူပါ။

တော်ကို

### 34

ထာဝရဘုရား၏ကောင်းမြတ်တော်မူခြင်းကို  
ထောမနာပြုခြင်း<sup>11</sup>

1 ငါသည်ထာဝရဘုရား၏ဂုဏ်တော်ကို  
အစဉ်မပြတ်ထောမနာပြုမည်။  
ကိုယ်တော်အားအခါခပ်သိမ်းထောမနာပြုမည်။

2 ငါသည်ကိုယ်တော်ပြုတော်မူသော  
အမှုအရာများအတွက်ကိုယ်တော်အား  
ထောမနာပြုမည်။

အနှိပ်အစက်ခံရသူအပေါင်းတို့သည် ကြားနာ၍  
ဝမ်းမြောက်ကြပါစေသော။

3 ဘုရားသခင်၏ကြီးမြတ်တော်မူပုံကိုငါနှင့် အတူ  
ကြွေးကြော်ကြလော့။  
ငါတို့သည်အတူတကွကိုယ်တော်၏နာမတော် ကို  
ထောမနာပြုကြကုန်အံ့။

4 ငါသည်ထာဝရဘုရားအား  
ဆုတောင်းပ တု ထနာပြုသည့်အခါကိုယ်တော်သည်  
နားညောင်းတော်မူ၏။

11 34: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်သည်အဘိမလက်မင်းရှေ့မှာရှူးသွပ်  
ဟန်ဆောင်သဖြင့်နှင့်ထုတ်ခံရပြီးနောက်စပ် ဆိုသည်။

ကြောက်လန့်ဖွယ်ရာဟူသမျှမှငါ့ကို ကယ်နှုတ်တော်မူ၏။

5 အနှိပ်အစက်ခံရသူတို့သည်ကိုယ်တော်ကို

မျှော်ကြည့်၍ဝမ်းမြောက်ပါ၏။

သူတို့သည်အဘယ်အခါ၌မျှစိတ်ပျက်ကြ

ရလိမ့်မည်မဟုတ်။

6 ခိုကိုးရာမဲ့သူတို့သည်ကိုယ်တော်ကို ခေါ်ကြသောအခါ

ကိုယ်တော်ထူးတော်မူ၍သူတို့အား

ဆင်းရဲဒုက္ခအပေါင်းမှကယ်တော်မူ၏။

7 ထာဝရဘုရားကိုကြောက်ရွံ့ရုံရှိသေသူတို့ အား

ကိုယ်တော်၏ကောင်းကင်တမန်သည်စောင့်ကြပ်

ကြည့်ရှု၍ဘေးအန္တရာယ်မှကယ်ဆယ်တော်မူ၏။

8 ထာဝရဘုရားသည်အဘယ်မျှ

ကောင်းမြတ်တော်မူသည်ကိုသင်ကိုယ်တိုင်

စူးစမ်း၍ကြည့်လော့။

ကိုယ်တော်၏ထံတော်၌လုံခြုံစွာနေခွင့် ရသောသူသည်မ

င်္ဂလာရှိပါ၏။\*

9 ကိုယ်တော်၏လူစုတော်ဝင်အပေါင်းတို့၊

ထာဝရဘုရားအားကြောက်ရွံ့ရုံရှိသေကြ လော့။

ကိုယ်တော်၏စကားကိုနားထောင်သူတို့သည်

ချို့တဲ့မှုရှိကြလိမ့်မည်မဟုတ်။

10 ခြင်္သေ့များပင်လျှင်အစာချို့တဲ့၍ငတ်မွတ်ကြ

လိမ့်မည်။

\* 34:8 ဘပေ၊ ၂:၃။

သို့ရာတွင်ထာဝရဘုရား၏စကားကို  
နားထောင်သူတို့မူကားကောင်းသည့်အရာ  
တစ်စုံတစ်ခုမျှချို့တဲ့ရလိမ့်မည်မဟုတ်။

11 ငယ်ရွယ်သူမိတ်ဆွေတို့၊ ငါ့ထံသို့လာ၍  
ငါ့စကားကိုနားထောင်ကြလော့။  
ထာဝရဘုရားကိုကြောက်ရွံ့ရုံသေတတ်ရန်  
သင်တို့အားငါသင်ကြားပေးမည်။

12 သင်တို့သည်ပျော်ပျော်ပါးပါးနေထိုင်လို ကြပါသလော။  
အသက်ရှည်ခြင်းနှင့်တကွပျော်ရွှင်ခြင်းကို  
လိုလားကြပါသလော။\*

13 လိုလားပါလျှင်ညစ်ည မ်းသည့်စကားနှင့်  
မုသားစကားကိုမပြောကြနှင့်။

14 ဒုစရိုက်ကိုရှောင်၍သုစရိုက်ကိုပြုကြလော့။  
ငြိမ်းချမ်းသာယာမှုကိုရရှိနိုင်ရန်အစွမ်းကုန်  
ကြိုးစားကြလော့။

15 ဘုရားသခင်သည်သူတော်ကောင်းတို့အား  
ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်တော်မူ၍  
သူတို့၏အော်ဟစ်သံများကိုနားညောင်းတော် မူ၏။

16 သို့ရာတွင်ဒုစရိုက်ပြုသူတို့မူကားသေသော အခါ  
မကြာမီပင်သူတို့ကိုလူတို့မေ့ပျောက်သွား စေရန်  
ကိုယ်တော်သည်သူတို့ကိုဆန့်ကျင်ဘက်ပြု တော်မူ၏။

\* 34:12 ဝပေ၊ ၃:၁၀-၁၂။

17 သူတော်ကောင်းတို့သည်ကိုယ်တော်အား  
 ခေါ်ကြသောအခါ  
 ကိုယ်တော်သည်ထူးတော်မှု၍ဆင်းရဲဒုက္ခ အပေါင်းမှ  
 ကယ်ဆယ်တော်မူ၏။

18 ကိုယ်တော်သည်စိတ်ပျက်အားလျော့သူတို့၏  
 အနီးတွင်ရှိတော်မူ၏။  
 မျှော်လင့်စရာလုံးဝမရှိသူတို့အားကယ် တော်မူ၏။

19 သူတော်ကောင်းသည်ဆင်းရဲဒုက္ခများစွာ  
 ရောက်ရတတ်၏။  
 သို့ရာတွင်ထာဝရဘုရားသည်သူ့အား  
 ယင်းဆင်းရဲဒုက္ခအပေါင်းမှကယ်တော်မူ၏။

20 ထာဝရဘုရားသည်သူ၏အသက်ကို  
 ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်တော်မူ၏။  
 သူ၏အရိုးတစ်ချောင်းမျှပင်လျှင်မကျိုး မပဲ့ရ။<sup>☆</sup>

21 သူယုတ်မာတို့သည်မိမိတို့၏အပြစ်ဒုစရိုက် ကြောင့်  
 အသက်ဆုံးကြရလိမ့်မည်။  
 သူတော်ကောင်းကိုမှန်းသောသူတို့သည်  
 အပြစ်ဒဏ်သင့်ကြလိမ့်မည်။

22 ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏လူစုတော်အား  
 ကယ်တော်မူလိမ့်မည်။

---

☆ 34:20 ယော၊ ၁၉:၃၆။

ကိုယ်တော်ထံတော်သို့ခိုလှုံရန်ချဉ်းကပ်သူတို့သည်  
အပြစ်ဒဏ်နှင့်ကင်းလွတ်ကြလိမ့်မည်။

### 35

ကူမတော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>12</sup>

1 အို ထာဝရဘုရား၊

ကျွန်တော်မျိုးအားဆန့်ကျင်ဘက်ပြုသူတို့ကို

ဆန့်ကျင်ဘက်ပြုတော်မူ၍

ကျွန်တော်မျိုးအားတိုက်ခိုက်သူတို့ကို

တိုက်ခိုက်တော်မူပါ။

2 ကိုယ်တော်ရှင်၏ဒိုင်းလွှားကိုကိုင်ဆွဲ၍

ကျွန်တော်မျိုးအားကူမရန်ကြွတော်မူပါ။

3 ကျွန်တော်မျိုးအားလိုက်လံဖမ်းဆီးသူတို့အား

လှံတံတော်နှင့်ရဲတင်းတော်ကိုချိန်ရွယ်၍

ဆီးတားတော်မူပါ။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကယ်တင်တော်မူမည်ဖြစ် ကြောင်း

ကျွန်တော်မျိုးအားမိန့်ကြားတော်မူပါ။

4 ကျွန်တော်မျိုးအားသတ်ရန်ကြိုးစားကြသူတို့သည်

အရေးရှုံးနိမ့်လျက်အရှက်ကွဲရကြပါစေသော။

ကျွန်တော်မျိုးကိုအ နှု တရာ ယ်ပြုရန်ကြံစည်

သူတို့သည် တပ်လှန်၍ကစ

ဦးကရဲဖြစ်ရကြပါစေသော။

12 35: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒစပ်ဆိုသည်

5 ထာဝရဘုရား၏ကောင်းကင်တမန်သည်  
 သူတို့အားလိုက်လံဖမ်းဆီးသဖြင့်  
 သူတို့သည်လေတိုက်ရာတွင်လွင့်ပါသွား တတ်သော  
 ဖွဲ့ကဲ့သို့ဖြစ်ကြပါစေသော။

6 ထာဝရဘုရား၏ကောင်းကင်တမန်သည်  
 သူတို့အားလိုက်လံတိုက်ခိုက်စဉ်  
 သူတို့ပြေးရာလမ်းသည်မှောင်မိုက်၍  
 ခြေချော်ကြရပါစေသော။

7 သူတို့သည်အကြောင်းမဲ့ကျွန်တော်မျိုးအတွက်  
 ကျော့ကွင်းကိုထောင်၍ကျွန်တော်မျိုးကိုဖမ်းရန်  
 တွင်းကိုနက်စွာတူးကြပါ၏။

8 သို့ရာတွင်သူတို့သည်အမှတ်မထင်ပျက်စီး ဆုံးပါး  
 ရကြပါလိမ့်မည်။  
 မိမိတို့ထောင်သည့်ကျော့ကွင်းတွင်ပြန်၍မိလျက်  
 မိမိတို့တူးသောတွင်းထဲသို့ကျ၍ ပျက်စီးဆုံးပါးရကြပါလိမ့်မည်။

9 ထိုအခါငါသည်ထာဝရဘုရားကိုအမှီ ပြု၍  
 ဝမ်းမြောက်လိမ့်မည်။  
 ကိုယ်တော်သည်ငါ့ကိုကယ်တော်မူသဖြင့်  
 ငါသည်ရွှင်လန်းလိမ့်မည်။

10 “ကိုယ်တော်နှင့်အဘယ်သူတူပါသနည်း။  
 အဘယ်သူသည်ကိုယ်တော်ကဲ့သို့အားနွဲ့ သူကို  
 အားကြီးသူ၏ဘေးမှလည်းကောင်း၊

ဆင်းရဲနွမ်းပါးသူကိုဖိစီးနှိပ်စက်တတ်သူ၏  
 ဘေးမှလည်းကောင်း  
 ကွယ်ကာစောင့်ရှောက်ပါသနည်း'' ဟု  
 ထာဝရဘုရားအားခံစားချက်အပြည့် အဝဖြင့်  
 ငါလျှောက်ထားမည်။

11 ဆိုးညစ်သူတို့သည်ငါအဘယ်အခါမျှ  
 မကူးလွန်သည့်ပြစ်မှုများနှင့်ငါ့အား စွပ်စွဲကြ၏။

12 သူတို့သည်ငါ့အားကျေးဇူးကန်းကြ၏။  
 သို့ဖြစ်၍ငါသည်အလွန်စိတ်ပျက်လှ၏။

13 ငါမူကားထိုသူတို့ဖျားနာကြသောအခါ၊  
 ဝမ်းနည်းသည့်အနေဖြင့်နှိမ့်ချဆုတောင်းလျက်  
 လျှော်တေကိုဝတ်၍အစာမစားဘဲနေ၏။

14 ငါသည်မိတ်ဆွေသို့မဟုတ်ညီအစ်ကို၏အတွက်  
 ဆုတောင်းပတုထနာပြုသကဲ့သို့  
 စိတ်အားထက်သန်စွာသူတို့အတွက် ဆုတောင်းပတု  
 ထနာပြု၏။

ငါ၏မိခင်အတွက်ပူဆွေးသကဲ့သို့၊ ဆုတောင်းပ တု  
 ထနာပြု၏။

15 သို့ရာတွင်ငါဒုက္ခရောက်သောအခါ၊ သူတို့အား လုံးပင်  
 ဝမ်းမြောက်ကြလျက်  
 ငါ့ကိုပြောင်လှောင်ရန်ဝိုင်းရံစုရုံးလာကြ၏။



ငါမသိသောသူတို့သည်ငါ့အားရိုက်နှက်ကြ၏။  
မရပ်မစဲဘဲရိုက်နှက်ကြ၏။

16 ငါ့အားနာကြည်းအောင်ပြောင်လှောင်ကြ၏။  
မုန်းမာန်ပွား၍ငါ့ကိုစူးစူးဝါးဝါးကြည့် ကြ၏။

17 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်အဘယ်ကာလတိုင်အောင်  
ကြည့်၍နေတော်မူပါမည်နည်း။  
သူတို့၏တိုက်ခိုက်မှုများမှကျွန်တော်မျိုးအား  
ကယ်နှုတ်တော်မူပါ။  
ဤခြင်္သေ့တို့၏ဘေးမှကျွန်တော်မျိုး၏အသက်ကို  
ကယ်တော်မူပါ။

18 ထိုအခါကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်၏ လူစုတော်  
အစည်းအဝေးတွင်  
ကိုယ်တော်၏ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းပါမည်။  
လူပရိသတ်ကြီး၏ရှေ့တွင်ကိုယ်တော်အား  
ထောမနာပြုပါမည်။

19 ကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူလူလိမ်လူညာများ အား  
ကျွန်တော်မျိုးအရေးရှုံးနိမ့်မှုကိုအကြောင်း ပြုကာ  
နှစ်ထောင်းအားရခွင့်ကိုပေးတော်မမူပါ နှင့်။<sup>☆</sup>  
အကြောင်းမဲ့ကျွန်တော်မျိုးကိုမုန်းသောသူတို့အား

☆ 35:19 ဆာ၊ ၆၉:၄။ ယော၊ ၁၅:၂၅။

ကျွန်တော်မျိုး၏ဝမ်းနည်းမှုကိုအကြောင်းပြု၍  
လှောင်ပြောင်ခွင့်ကိုပေးတော်မမူပါနှင့်။

20 သူတို့သည်ငြိမ်းချမ်းစေမည့်စကားကို မပြောဘဲ  
ငြိမ်းချမ်းရေးလိုလားသူတို့၏အကြောင်းကို  
မဟုတ်မမှန်လုပ်ကြံ၍ပြောဆိုကြပါ၏။

21 သူတို့က`ဟားဟားသင်ပြုသောအမှုကို  
ငါတို့မြင်ကြ၏'' ဟုအော်ဟစ်၍ကျွန်တော် မျိုးအား  
စွပ်စွဲပြောဆိုကြပါ၏။

22 သို့သော်လည်း အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ဤအမှုကိုသိမြင်တော်  
မူပါ၏။  
သို့ဖြစ်၍ အို ထာဝရဘုရား၊  
ဆိတ်ဆိတ်နေတော်မမူပါနှင့်။

ကျွန်တော်မျိုးနှင့်ဝေးဝေးနေတော်မမူပါနှင့်။

23 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရားနိုးထတော်မူ၍  
ကျွန်တော်မျိုးဖြောင့်မှန်ကြောင်းစီရင် ဆုံးဖြတ်တော်မူပါ။

24 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်တရားမျှတတော်မူသောအရှင်  
ဖြစ်တော်မူသည်ဖြစ်၍  
ကျွန်တော်မျိုးတွင်အပြစ်မရှိကြောင်းထုတ်ဖော်  
ကြေညာတော်မူပါ။

ကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူများသည်  
 ကျွန်တော်မျိုးကိုအကြောင်းပြု၍နှစ်ထောင်း  
 အားရခွင့်ကိုရစေတော်မမူပါနှင့်။

25 “ငါတို့အလိုဆန္ဒပြည့်ပြီ၊ သူ့ကိုငါတို့  
 အနိုင်ရပြီ” ဟူ၍သူတို့ပြောဆိုနိုင်ခွင့်ကို  
 ပေးတော်မမူပါနှင့်။

26 ကျွန်တော်မျိုး၏ဒုက္ခကိုအကြောင်းပြုကာ  
 နှစ်ထောင်းအားရသူတို့သည်  
 မရှုမလှအရေးနိမ့်၍ကစ ညွှန်ကရဲ  
 ဖြစ်ကြရပါစေသော။

မိမိတို့ကိုယ်ကိုကျွန်တော်မျိုးထက်သာ သည်ဟု  
 ပြောဆိုသူတို့သည်အရှက်ကွဲ၍ မျက်နှာပျက်ကြရပါစေသော။

27 ကျွန်တော်မျိုးအားလွတ်ငြိမ်းချမ်းသာခွင့် ရစေလိုသော  
 သူတို့သည်ရွင်လန်းဝမ်းမြောက်စွာဖြင့်  
 “ထာဝရဘုရားသည်ကြီးမြတ်တော်မူ၏။

ကိုယ်တော်၏အစေခံကောင်းစားသည်ကို  
 အားရနှစ်သက်တော်မူ၏” ဟုအဖန်တလဲလဲ  
 ကြွေးကြော်ကြပါစေသော။

28 ထိုအခါကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်  
 တရားမျှတတော်မူပုံကိုထုတ်ဖော်ကြေညာ ပါမည်။  
 တစ်နေ့လုံးကိုယ်တော်ရှင်အားထောမနာပြု ပါမည်။

# 36

## လူ၏ယုတ်မာခြင်း<sup>13</sup>

- 1 သူယုတ်မာ၏စိတ်နှလုံးအတွင်း၌  
 အပြစ်ဒုစရိုက်သည်တီးတိုးလို့ဆော်လျက်နေတတ်၏။  
 ထိုသူသည်ဘုရားကိုပစ်ပယ်တတ်၏။  
 ကိုယ်တော်ကိုလည်းမကြောက်မရွံ့တတ်။\*
- 2 မိမိကိုယ်ကိုအထင်ကြီးလှသဖြင့်  
 သူသည်မိမိ၏အပြစ်ကိုထာဝရဘုရား  
 တွေ့ရှိတော်မူလိမ့်မည်မဟုတ်၊  
 မိမိအားအပြစ်ဒဏ်လည်းခတ်တော်မူလိမ့်မည်  
 မဟုတ်ဟုထင်မှတ်တတ်၏။
- 3 သူပြောဆိုသောစကားသည်ညစ်ည      မ်း၍  
 မုသားအတိဖြစ်၏။  
 သူသည်အကျင့်ကောင်းကိုမပြုတော့ပြီ၊  
 ပညာသတိလည်းမရှိတော့ပြီ။
- 4 သူသည်အိပ်ရာပေါ်တွင်လဲလျောင်းစဉ်  
 မကောင်းမှုများကိုကြံစည်တတ်၏။  
 သူပြုကျင့်လေသမျှသည်မကောင်းမှု သာဖြစ်၏။  
 သူသည်ဆိုးညစ်မှုကိုအဘယ်အခါမျှမပစ် ပယ်။  
 ထာဝရဘုရား၏ကောင်းမြတ်တော်မူခြင်း
- 5 အို ထာဝရဘုရား၊

---

13 36: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ထာဝရဘုရား၏အစေခံဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသည်။  
 ☆ 36:1 ရော၊ ၃:၁၈။

ကိုယ်တော်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်သည်  
 ကောင်းကင်သို့တိုင်အောင်လည်းကောင်း၊  
 သစ္စာတော်သည်မိုးတိမ်အထက်သို့ တိုင်အောင်လည်းကောင်းရောက်ပါ၏။

6 ကိုယ်တော်၏တရားမျှတမှုသည်မြင့်မားသော  
 တောင်ရိုးနှင့်တူပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏စီရင်တော်မူချက်တို့သည်  
 ပင်လယ်၏နက်ရှိုင်းရာများနှင့်တူပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်လူနှင့်တိရစ္ဆာန်တို့ကို  
 စောင့်ရှောက်တော်မူပါ၏။

7 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်သည်  
 လွန်စွာမြတ်နိုးဖွယ်ဖြစ်ပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်ကိုယ်တော်၏အတောင် တော်ရိပ်  
 အောက်တွင်ဘေးမဲ့လုံခြုံခွင့်ရရှိကြပါ၏။

8 ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်ပေါများစွာ  
 ချပေးတော်မူသောအစာရေစာကို စားသုံးကြရပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့အား  
 ကိုယ်တော်၏ကောင်းမြတ်တော်မူခြင်းတည်းဟူသော  
 မြစ်ရေမှသောက်သုံးခွင့်ကိုပေးတော်မူပါ။

9 ကိုယ်တော်ရှင်ထံမှသတ္တဝါမှန်သမျှတို့သည်  
 အသက်ကိုရရှိကြပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏အလင်းတော်ကြောင့်  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်အလင်းကိုရရှိကြ ပါ၏။

- 10 ကိုယ်တော်ရှင်ကိုသိကျွမ်းသူတို့အား ဆက်လက်၍  
မေတ္တာထားတော်မူပါ။  
သူတော်ကောင်းတို့အားဆက်လက်၍  
ကျေးဇူးပြုတော်မူပါ။
- 11 မာနကြီးသူတို့အားကျွန်တော်မျိုးကိုတိုက် ခိုက်ခွင့်၊  
သူယုတ်မာတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးကိုနှင်ထုတ်ခွင့်  
မရပါစေနှင့်။
- 12 ဆိုးယုတ်သူတို့လဲရာအရပ်ကိုကြည့်ကြလော့။  
သူတို့သည်မထနိုင်တော့ဘဲထိုနေရာတွင်  
လဲလျက်နေကြ၏။

### 37

#### သူယုတ်မာများနှင့်သူတော်ကောင်းတို့၏ကံကြမ္မာ

- 1 သူယုတ်မာတို့၏အတွက်ကြောင့်စိုးရိမ်ပူပန်မှု မဖြစ်နှင့်။
- 2 သူတို့သည်ခြောက်သွေ့သွားသောမြက်ပင်ကဲ့သို့  
ပျောက်ပျက်ကြကုန်လိမ့်မည်။  
ညှိုးနွမ်းသောအပင်ငယ်များကဲ့သို့  
သေကြေပျက်စီးကြလိမ့်မည်။
- 3 ထာဝရဘုရားကိုကိုးစားလျက်  
အကျင့်ကောင်းကိုပြုကျင့်လော့။  
ပြည်တော်တွင်လုံခြုံစွာနေလော့။
- 4 ထာဝရဘုရား၌မွေ့လျော်ပျော်ပိုက်မှုကို ရှာလော့။

သို့ပြုလျှင်သင်၏အလိုဆန္ဒကိုပြည့်စုံ  
စေတော်မူလိမ့်မည်။

5 သင်သည်မိမိကိုယ်ကိုဘုရားသခင်လက်သို့ အပ်နှံလော့။  
ကိုယ်တော်ကိုကိုးစားလော့။  
သို့ပြုလျှင်ကိုယ်တော်သည်သင့်ကို  
ကူမတော်မူလိမ့်မည်။

6 သင်၏ဖြောင့်မတ်ခြင်းကိုမွန်းတည့်ရောင်ခြည် ကဲ့သို့  
ထွန်းလင်းတောက်ပစေတော်မူလိမ့်မည်။

7 ကိုယ်တော်၏စီရင်တော်မူချက်ကိုသည်းခံ၍  
စောင့်မျှော်လော့။  
ကောင်းစားသူတို့ကြောင့်လည်းကောင်း၊  
အကြံအစည်အောင်မြင်သော  
ဆိုးညစ်သူတို့ကြောင့်လည်းကောင်းပူပင်သောက  
မဖြစ်နှင့်။

8 မစိုးရိမ်နှင့်။ ဒေါသအမျက်မထွက်နှင့်။  
စိုးရိမ် မှုနှင့်ဒေါသအမျက်သည်သင့်အား  
ဆိုးကျိုးသာပေးလိမ့်မည်။

9 ထာဝရဘုရားကိုကိုးစားသောသူတို့ သည်  
ပြည်တော်ကိုပိုင်ရကြလိမ့်မည်။  
သို့ရာတွင်သူယုတ်မာတို့မူကားပြည်နှင့် ဒဏ်ကို  
ခံရကြလိမ့်မည်။

10 ကာလအနည်းငယ်အတွင်း၌သူ့ယုတ်မာ တို့သည်  
 ပျောက်ကွယ်သွားကြလိမ့်မည်။  
 သင်သည်သူတို့ကိုရှာသော်လည်း  
 တွေ့လိမ့်မည်မဟုတ်။

11 သို့ရာတွင်စိတ်နှိမ့်ချသောသူတို့သည်  
 ပြည်တော်ကိုပိုင်ရလျက်ငြိမ်းချမ်းသာယာမှုနှင့်  
 ကြီးပွားတိုးတက်မှုတို့ကိုခံစားကြရ လိမ့်မည်။<sup>☆</sup>

12 သူ့ယုတ်မာသည်သူတော်ကောင်းအား  
 မကောင်းကြံလျက်မုန်းစိတ်နှင့်စူးစူးဝါးဝါး  
 ကြည့်တတ်၏။

13 သို့ရာတွင်ထိုသူသည်မကြာမမြင့်မီဆုံးပါး ပျက်စီး  
 ရတော့မည်ဖြစ်ကြောင်း  
 ထာဝရဘုရားသိတော်မူသဖြင့်သူ့အား ကြည့်၍  
 ပြုံးရယ်တော်မူ၏။

14 သူ့ယုတ်မာတို့သည်ဆင်းရဲနွမ်းပါးသူတို့အား  
 သတ်ဖြတ်ရန်လည်းကောင်း၊ မှန်ရာကိုပြုသူတို့ အား  
 အဆုံးစီရင်ရန်လည်းကောင်း  
 ငှာငှားများကိုဆွဲထုတ်၍လေးများကို တင်ကြ၏။

15 သို့ရာတွင်ထိုသူတို့သည်မိမိ၏ငှာငှားများဖြင့် ပင်လျှင်  
 ထိုးသတ်ခံကြရလိမ့်မည်။

---

☆ 37:11 မ၊ ၅:၅။



သူတို့၏လေးများသည်လည်းကျိုးကုန်ကြ  
လိမ့်မည်။

16 သူတော်ကောင်းတစ်ယောက်၏ဥစ္စာပစ္စည်း  
အနည်းငယ်သည်  
သူယုတ်မာအပေါင်းတို့၏စည်းစိမ်ချမ်းသာ ထက်  
ပို၍တန်ဖိုးရှိ၏။

17 အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ထာဝရဘုရားသည်  
သူယုတ်မာတို့၏စွမ်းရည်ကိုသိမ်းယူ၍  
သူတော်ကောင်းတို့အားကွယ်ကာ  
စောင့်ရှောက်တော်မူမည်ဖြစ်သောကြောင့် တည်း။

18 ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏စကားကို  
နားထောင်သူတို့အားစောင့်ရှောက်တော်မူ၏။  
သူတို့သည်ပြည်တော်ကိုထာဝစဉ်ပိုင်ဆိုင်  
ရကြလိမ့်မည်။

19 ခဲယဉ်းရာကာလများ၌သူတို့သည်  
ဒုက္ခရောက်ကြလိမ့်မည်မဟုတ်။  
အစာငတ်မွတ်ခေါင်းပါးချိန်များ၌အစာ ရေစာ  
လုံလောက်စွာရရှိကြလိမ့်မည်။

20 သူယုတ်မာတို့မူကားသေကြလိမ့်မည်။  
ထာဝရဘုရားအားရန်ဘက်ပြုသူတို့သည်  
တောပန်းများကဲ့သို့ပျောက်ကွယ်ကြလိမ့်မည်။  
မီးခိုးကဲ့သို့လွင့်ပျောက်ကြလိမ့်မည်။

21 သူယုတ်မာသည်ချေးငှားပြီးနောက်  
 ပြန်၍မပေးမဆပ်တတ်။  
 သူတော်ကောင်းမှုကားရက်ရောစွာပေးကမ်း  
 တတ်၏။

22 ထာဝရဘုရားကောင်းချီးပေးတော်မူသော သူတို့သည်  
 ပြည်တော်ကိုပိုင်ရကြလိမ့်မည်။  
 သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်ကျိန်တော်မူခြင်းခံရသော  
 သူတို့မူကားပြည်နှင့်ဒဏ်သင့်ကြလိမ့်မည်။

23 ထာဝရဘုရားသည်လူတို့လိုက်လျှောက်အပ်သည့်  
 လမ်းကိုပြုညွှန်တော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်နှစ်သက်တော်မူသောသူတို့ကို  
 ကွယ်ကာတော်မူ၏။

24 ထာဝရဘုရားသည်သူတို့အား  
 ကူမတော်မူမည်ဖြစ်၍သူတို့သည်လဲ သော်လည်း  
 မထဘဲနေလိမ့်မည်မဟုတ်။

25 ယခုအခါငါသည်အသက်ကြီးရင့်လေပြီ။  
 ငါသည်ကြာရှည်စွာအသက်ရှင်ခဲ့ပါပြီ။  
 သို့ရာတွင်သူတော်ကောင်းအားထာဝရဘုရား  
 စွန့်ပစ်တော်မူသည်ကိုလည်းကောင်း၊

သူ၏သားသမီးတို့တောင်းစားရသည်ကို လည်းကောင်း  
 တစ်ချိန်တစ်ခါမျှငါမတွေ့မမြင်ခဲ့ဘူးပါ။

26 သူသည်အစဉ်ပင်သူတစ်ပါးတို့အားရက်ရောစွာ  
 ပေးကမ်းချေးငှားတတ်၏။  
 သူ၏သားသမီးများသည်လည်းကောင်းချီး မ ့  
 ဂလာကိုခံရကြ၏။

27 ဒုစရိုက်ကိုရှောင်ကြဉ်၍သုစရိုက်ကိုပြုလော့။  
 သို့ပြုလျှင်သင်၏သားမြေးတို့သည်ပြည်တော် တွင်  
 အစဉ်အမြဲနေရလိမ့်မည်။

28 အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ထာဝရဘုရားသည်  
 အမှန်တရားကိုနှစ်သက်တော်မူ၍  
 မိမိအားသစ္စာစောင့်သည့်လူစုတော်ကို  
 စွန့်ပစ်တော်မမူသောကြောင့်ဖြစ်၏။

ကိုယ်တော်သည်သူတို့အားအစဉ်အမြဲ  
 ကာကွယ်စောင့်ရှောက်တော်မူ၏။  
 သို့ရာတွင်သူယုတ်မာတို့၏သားမြေးများမူကား  
 ပြည်နှင့်ဒဏ်သင့်ကြလိမ့်မည်။

29 ဖြောင့်မတ်သောသူတို့သည်ပြည်တော်ကိုပိုင်ဆိုင်၍  
 အစဉ်နေထိုင်ရကြလိမ့်မည်။

30 သူတော်ကောင်းသည်ဉာဏ်ပညာအမြော်အမြင်ရှိသော  
 စကားကိုပြောဆိုတတ်၏။  
 သူသည်အစဉ်ပင်တရားမျှတ၏။

31 သူသည်မိမိဘုရား၏တရားတော်ကို  
 နှလုံးသွင်း၍ထား၏။

အဘယ်အခါ၌မျှထိုတရားတော်မှ သွေဖည်၍မသွားပေ။

32 သူယုတ်မာသည်သူတော်ကောင်းအားချောင်းမြောင်း၍  
သတ်ရန်ကြိုးစားတတ်၏။

33 သို့ရာတွင်ထာဝရဘုရားသည်  
သူတော်ကောင်းအားရန်သူ၏လက်တွင်စွန့်ပစ်၍  
ထားတော်မူလိမ့်မည်မဟုတ်။  
သူသည်တရားရုံးသို့ရောက်၍အစစ်ခံရသော် သူ့အား  
အပြစ်ဒဏ်သင့်စေတော်မူလိမ့်မည်မဟုတ်။

34 ထာဝရဘုရားကိုမျှော်ကိုးလျက်ပညတ်တော် တို့ကို  
စောင့်ထိန်းလော့။  
ကိုယ်တော်သည်သင့်အားပြည်တော်ကို  
ပိုင်ဆိုင်ရသောအခွင့်နှင့်ချီးမြှင့်တော်မူ လိမ့်မည်။  
သင်သည်သူယုတ်မာတို့ပြည်နှင့်ဒဏ်  
သင့်ကြသည်ကိုမြင်ရလိမ့်မည်။

35 ငါသည်ပိုင်စိုးပိုင်နှင်းပြုတတ်သည့်  
သူယုတ်မာတစ်ယောက်ကိုတွေ့မြင်ဖူး၏။  
သူသည်လေဗနု န်တောမှအာရဇ်ပင်ကဲ့သို့  
လူအပေါင်းတို့အပေါ်တွင်လွှမ်းမိုးလျက်နေ၏။

36 သို့ရာတွင်နောက်တစ်ကြိမ်ငါဖြတ်သွားသော အခါ  
သူသည်ထိုအရပ်တွင်မရှိတော့ပြီ။  
သူ့ကိုရှာသော်လည်းမတွေ့မမြင်နိုင်တော့ပေ။

37 သူတော်ကောင်းကိုကြည့်ရှုလော့။  
 ဖြောင့်မတ်သောသူကိုကြည့်ရှုဆင်ခြင်လော့။  
 ငြိမ်းချမ်းမှုကိုလိုလားသူတွင်သားမြေး  
 အဆက်အနွယ်ထွန်းကား၏။

38 သို့ရာတွင်အပြစ်ကူးသူတို့မူကား  
 တစ်ယောက်မကျန်ဆုံးပါးပျက်စီးကြ ကုန်၏။  
 သူတို့၏သားမြေးအဆက်အနွယ်များသည်လည်း  
 သုတ်သင်ဖယ်ရှားခြင်းကိုခံကြရ၏။

39 ထာဝရဘုရားသည်ဖြောင့်မတ်သောသူတို့ကို  
 ကယ်တော်မူ၏။  
 ဒုက္ခရောက်ချိန်များ၌သူတို့အား  
 ကာကွယ်စောင့်ရှောက်တော်မူ၏။

40 ကိုယ်တော်သည်သူတို့အားကူမတော်မူ၏။  
 ကယ်မတော်မူ၏။  
 သူတို့သည်ကိုယ်တော်၏ထံတော်တွင်  
 ခိုလှုံကြသည်ဖြစ်၍ကိုယ်တော်သည်သူတို့အား  
 သူယုတ်မာများ၏လက်မှကယ်တော်မူ၏။

### 38

ဝေဒနာရှင်တစ်ဦး၏ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>14</sup>

<sup>1</sup> အို ထာဝရဘုရား၊

---

14 38: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။ မြည်တမ်းခြင်း။

အမျက်တော်ထွက်၍ ကျွန်တော်မျိုးအား  
အပြစ်ဒဏ်ပေးတော်မမူပါနှင့်။

2 ကိုယ်တော်ရှင်သည် ကျွန်တော်မျိုးအား မြားဖြင့်ပစ်၍  
ဒဏ်ရာရရှိစေတော်မူပါပြီ။  
ကိုယ်တော်ရှင်သည် ကျွန်တော်မျိုးအား ပြိုလဲ  
စေတော်မူပါပြီ။

3 ကိုယ်တော်၏အမျက်တော်ကြောင့် ကျွန်တော်မျိုးသည်  
ဝေဒနာခံလျက်နေရပါ၏။  
မိမိ၏အပြစ်များကြောင့် တစ်ကိုယ်လုံး  
ရောဂါစွဲလျက်နေပါ၏။

4 အပြစ်ဒုစရိုက်ရေလွှမ်းမိုးရာတွင် ကျွန်တော် မျိုးသည်  
နစ်မွန်းလျက်ရှိပါ၏။  
ယင်းတို့သည် လေးလံသော အပြစ်ဝန်ထုပ်ဖြစ်၍  
ကျွန်တော်မျိုးမထမ်းနိုင်ပါ။

5 ကျွန်တော်မျိုး၏ မိုက်မဲမှုကြောင့် ရရှိသော  
အနာများသည် ပုပ်စပ်နံ့စေ့လျက်နေပါ၏။

6 ကျွန်တော်မျိုးသည် မချိမဆန့်ဝေဒနာခံ၍ နေရပါ၏။  
တစ်နေ့လုံး ပင်ပူဆွေးငိုယိုလျက်နေရပါ၏။

7 ကျွန်တော်မျိုးသည် အဖျားအပူရှိန်ပြင်းထန်လျက်  
အသဲအသန်ဖြစ်နေပါ၏။

8 စိစိညက်ညက်ကြေ၍ နန်းနဲ့ခွေယိုင်လျက်ရှိပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးသည်စိတ်ဒုက္ခရောက်၍ဝေဒနာကြောင့်  
ညည်းညူလျက်ရှိပါ၏။

9 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏အလိုဆန္ဒကို  
သိတော်မူပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုး၏ညည်းညူသံကိုကြားတော်မူပါ၏။  
10 ကျွန်တော်မျိုး၏နှလုံးသည်ခုန်၍နေပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးတွင်ခွန်အားမရှိတော့ပါ။  
ကျွန်တော်မျိုး၏မျက်စိများသည်လည်း  
မို့လျက်နေပါ၏။

11 ကျွန်တော်မျိုး၏အနာများကြောင့်မိတ်ဆွေများနှင့်  
အိမ်နီးချင်းများသည်  
ကျွန်တော်မျိုး၏အနီးသို့မကပ်ကြတော့ပါ။

ကျွန်တော်မျိုး၏အိမ်ထောင်စုသားများပင်လျှင်  
ကျွန်တော်မျိုးထံသို့မလာကြပါ။

12 ကျွန်တော်မျိုးအားသတ်ဖြတ်လိုသူတို့သည်  
ကျော့ကွင်းများကိုထောင်ကြပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုးအားဥပဒ်ပြုလိုသူတို့သည်  
ခြိမ်းခြောက်ပြောဆိုကြပါ၏။

သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးအားလုပ်ကြံရန်  
အစဉ်မပြတ်ကြံစည်လျက်နေကြပါ၏။

13 ကျွန်တော်မျိုးသည်နားပင်းသူကဲ့သို့မကြား နိုင်ပါ။  
ဆွံ့အသူကဲ့သို့စကားမပြောနိုင်ပါ။

14 ကျွန်တော်မျိုးသည်နားမကြားသဖြင့်  
စကားပြန်မပြောနိုင်သူကဲ့သို့ဖြစ်ပါ၏။

15 သို့ရာတွင် အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်ကိုကိုးစားပါ၏။  
သို့ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုး၏အရှင်ဘုရားသခင်၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏  
လျှောက်ထားချက်ကိုနားညောင်းတော်မူမည်ဖြစ်ပါ၏။

16 ကျွန်တော်မျိုး၏ဒုက္ခကိုအကြောင်းပြုကာ  
ရန်သူတို့သည်နှစ်ထောင်းအားရခွင့်ကို  
ပေးတော်မမူပါနှင့်။  
သူတို့အားကျွန်တော်မျိုးပြုလဲမှုကိုအကြောင်း ပြုကာ  
ကြွားဝါခွင့်ပေးတော်မမူပါနှင့်။

17 ကျွန်တော်မျိုးသည်ပြုလဲလုပါပြီ။  
ဝေဒနာကိုအစဉ်ခံစားလျက်နေရပါ၏။

18 ကျွန်တော်မျိုးသည်မိမိ၏အပြစ်များကို  
ဖော်ပြဝန်ခံပါ၏။  
ယင်းအပြစ်များကြောင့်စိုးရိမ်ပူပန်ပါ၏။

19 ကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူတို့သည်ကျန်းမာ  
သန်စွမ်းကြပါ၏။



အကြောင်းမဲ့ကျွန်တော်မျိုးအားမုန်းသူတို့သည်  
များပြားကြပါ၏။

20 ကျွန်တော်မျိုးသည်မှန်ရာကိုပြုကျင့်ရန်  
ကြိုးစားသဖြင့်  
အကောင်းကိုအဆိုးအားဖြင့်ပြန်လည်  
ပေးဆပ်တတ်သူတို့သည်  
ကျွန်တော်မျိုးကိုဆန့်ကျင်ဘက်ပြုကြပါ၏။

21 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုးကိုစွန့်ပစ်တော်မမူပါနှင့်။  
ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရား၊ကျွန်တော်မျိုးနှင့်  
ဝေးဝေးနေတော်မမူပါနှင့်။

22 ကျွန်တော်မျိုးကိုကယ်တင်မူသောဘုရားရှင်၊  
ယခုပင်ကျွန်တော်မျိုးကိုကူမတော်မူပါ။

### 39

ဝေဒနာရှင်တစ်ဦး၏ဖော်ပြဝန်ခံချက်<sup>15</sup>

1 “ငါပြုသည့်အမှုအတွက်ငါသတိထားမည်။  
နှုတ်ဖြင့်မျှမပြစ်မှားမိစေရန်ငါသည်သတိ ပြုမည်။  
ဆိုးညစ်သူတို့အနီး၌ရှိစဉ်ငါသည်အဘယ်  
စကားကိုမျှမပြောဘဲနေမည်” ဟုငါဆို၏။

2 ငါသည်စကားတစ်ခွန်းမျှမပြောဘဲ ဆိတ်ဆိတ်နေခဲ့၏။  
အကောင်းကိုပင်မပြော ဆိုခဲ့ပါ။

---

15 39: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသည်။

သို့ရာတွင်ငါ၏ဝေဒနာသည်ပိုမိုဆိုးရွား  
၍သာလာ၏။

3-4 ငါသည်ပူပင်သောကရောက်ခဲ့၏။  
စဉ်းစားလေလေပို၍စိတ်ဒုက္ခရောက်လေလေ  
ဖြစ်ခဲ့၏။

“အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုးသည်အဘယ်မျှအသက်ရှည်ပါ  
မည်နည်း။  
အဘယ်အခါသေရပါမည်နည်း။  
ကျွန်တော်မျိုးအားအနိစ္စတရားကို သိစေတော်မူပါ”  
ဟု  
ကိုယ်တော်အားငါမမေးမလျှောက်ဘဲမနေနိုင်ပါ။

5 ကိုယ်တော်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏အသက်ကို  
လွန်စွာတိုစေတော်မူပါပြီတကား။  
ကိုယ်တော်၏ရှေ့တော်တွင်ကျွန်တော်မျိုး၏  
အသက်တာသည်ဘာမျှမဟုတ်သကဲ့သို့ဖြစ်ပါ၏။  
အကယ်စင်စစ်သက်ရှိလူသတ္တဝါမည်သည်ကား  
ထွက်သက်ဝင်သက်တမျှ။

6 အရိပ်တမျှခဏသာအသက်ရှင်ပါ၏။  
သူပြုသမျှသောအမှုအရာတို့သည်ဘာမျှ  
အကျိုးမရှိ။  
သူသည်စည်းစိမ်ဥစ္စာကိုစုဆောင်းသော်လည်း

အဘယ်အရာကိုအဘယ်သူရရှိလိမ့်မည်ကို သူမသိ။

7 သို့ဖြစ်၍ အို ထာဝရဘုရား၊

ကျွန်တော်မျိုးသည်အဘယ်အရာကို

မျှော်ကိုးနိုင်ပါမည်နည်း။

ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ကိုမျှော်ကိုးပါ၏။

8 ကျွန်တော်မျိုး၏အပြစ်အပေါင်းမှကယ်တော် မူပါ။

ကျွန်တော်မျိုးအားလူမိုက်တို့လှောင်ပြောင်

စေတော်မမူပါနှင့်။

9 ကိုယ်တော်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား

ဤသို့ဝေဒနာခံစေတော်မူသောကြောင့်

ကျွန်တော်မျိုးသည်ဆိတ်ဆိတ်နေပါမည်။

စကားတစ်ခွန်းမျှပြောမည်မဟုတ်ပါ။

10 ထပ်မံ၍ကျွန်တော်မျိုးအား အပြစ်ဒဏ်ပေးတော်မမူပါနှင့်။

ကိုယ်တော်ရှင်ပေးတော်မူသည့်

ဒဏ်ရာဒဏ်ချက်များကြောင့်ကျွန်တော်မျိုး သည်

သေလုပါပြီ။

11 ကိုယ်တော်ရှင်သည်လူအားသူ၏

အပြစ်ဒုစရိုက်အတွက်ဆုံးမ၍အပြစ်ဒဏ်

ပေးတော်မူပါ၏။

သူနှစ်သက်စွဲလန်းသောအရာတို့ကိုပိုးဖလံ ကဲ့သို့

ကိုယ်တော်ဖျက်ဆီးပစ်တော်မူပါ၏။

အကယ်စင်စစ်လူသည်ထွက်သက်ဝင်သက်မျှသာ  
ဖြစ်ပါသည်တကား။

12 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုး၏ဆုတောင်းပ တု ထနာကို  
နားညောင်းတော်မူပါ။  
ကျွန်တော်မျိုး၏ပန်ကြားချက်ကို နားထောင်တော်မူပါ။  
ကျွန်တော်မျိုးငိုယိုသောအခါကူမရန်ကြံ တော်မူပါ။  
ဘိုးဘေးတို့ကဲ့သို့ကျွန်တော်မျိုးသည်  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ဧည့်သည်အဖြစ်နှင့်  
ခဏမျှသာနေရပါ၏။

13 ကျွန်တော်မျိုးသေ၍ပျောက်ကွယ်မသွားမီ  
ရွှင်လန်းမှုအနည်းငယ်ရရှိစေရန်  
ကျွန်တော်မျိုးထံမှမျက်နှာတော်ကိုလွှဲတော်မူပါ။

### 40

#### ထောမနာသီချင်း:16

1 ငါသည်ဘုရားသခင်ကူမတော်မူမည်ကို  
သည်းခံစောင့်မျှော်လျက်နေသောအခါ  
ကိုယ်တော်သည်နားစွင့်တော်မူ၍ငါ၏  
ဟစ်အော်သံကိုကြားတော်မူ၏။  
2 ကိုယ်တော်သည်ကြောက်မက်ဖွယ်ကောင်းသည့်  
တွင်းနှင့် ရွံ့နွံ့ထဲမှငါ့ကိုဆွဲတင်တော်မူ၏။

16 40: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

ထိုနောက်ငါ့အားကျောက်ပေါ်တွင်တင်၍  
ထားတော်မူပြီးလျှင်လုံခြုံမှုကိုပေးတော်မူ၏။

3 ငါတို့၏ဘုရားအားထောမနာပြုရာ  
သီချင်းသစ်ကိုဆိုရန်ကိုယ်တော်သည်ငါ့အား  
သင်ကြားပေးတော်မူ၏။

ယင်းသို့ပြုတော်မူသည်ကိုမြင်ကြရသူ တို့သည်  
ကြောက်ရွံ့ရုံရှိသေကြကုန်လျက်  
ထာဝရဘုရားအားကိုးစားကြလိမ့်မည်။

4 အခြားဘုရားများကိုမဆည်းကပ်၊  
မိစ္ဆာဘုရားများကိုရှိမခိုးဘဲထာဝရဘုရားအား  
ကိုးစားသူသည်မင်္ဂလာရှိ၏။

5 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရားသခင်၊ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအတွက်  
များစွာသောအမှုတို့ကိုပြုတော်မူပါပြီ။  
ကိုယ်တော်ရှင်နှင့်နှိုင်းယှဉ်နိုင်သူတစ်ယောက် မျှမရှိပါ။  
ကိုယ်တော်ရှင်ကျွန်တော်မျိုးတို့အတွက်  
ကြံစည်သောအကြံအစည်တို့သည်  
အံ့ဩဖွယ်ဖြစ်ပါ၏။  
ထိုအမှုအရာတို့သည်များပြားလှသဖြင့်  
ယင်းတို့ကိုမရေမတွက်နိုင်ပါ။

6 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ယဇ်နှင့်ပူဇော်သကာများကို  
အလိုရှိတော်မူပါ။

တိရ ၈ ဆာ န်တစ်ကောင်လုံးမီးရှို့ရာ  
ယဇ်တို့ကိုလည်းကောင်း၊

အပြစ်ဖြေရာယဇ်တို့ကိုလည်းကောင်း  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်တောင်းတော်မမူပါ။  
သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်သည်ကိုယ်တော်အား ကြားရန်  
ကျွန်တော်မျိုးအားနားကိုပေးတော်မူပါပြီ။

7 သို့ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုးပြန်လျှောက်ထားပါ၏။  
“ကျွန်တော်မျိုးအသင့်ရှိပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးအတွက်ကိုယ်တော်ရှင်ပေးတော် မူသော  
ညွှန်ကြားချက်များသည်ပညတ်ကျမ်း၌ပါ  
ရှိပါ၏။

8 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရား၊ကျွန်တော်မျိုးသည်  
ကိုယ်တော်ရှင်၏အလိုတော်ကိုလိုက်နာရန်  
လွန်စွာနှစ်သက်ပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်ကိုစိတ်နှလုံး အတွင်း၌  
မှတ်ကြိုးထားပါ၏။”<sup>☆</sup>

9 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
လူစုတော်ဝင်အပေါင်းတို့စုဝေးရာ၌  
ကျွန်တော်မျိုးတို့အားကိုယ်တော်ရှင်

☆ 40:8 ဟေဗြဲ၊ ၁၀:၅-၇။

ကယ်တော်မူကြောင်းသတင်းကောင်းကို  
ပြောကြားပါ၏။

ဤအကြောင်းကိုကျွန်တော်မျိုးသည်အစဉ် မပြတ်  
ပြောကြားနေမည်ဖြစ်ကြောင်းကိုယ်တော်ရှင်  
သိတော်မူပါ၏။

10 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကယ်တင်ခြင်းသတင်းတော်ကို  
မျှိုသိပ်၍မထားပါ။

ကိုယ်တော်ရှင်၏သစ္စာတော်အကြောင်းနှင့်  
ကူမတော်မူခြင်းအကြောင်းတို့ကို အစဉ်ပင်ဖော်ပြခဲ့ပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်ဝင်အပေါင်းတို့  
စုဝေးရာ၌

ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏သစ္စာတော်  
အကြောင်းနှင့်

ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်အကြောင်းတို့ကို  
မထိမ်မဝှက်ပါ။

11 အို ထာဝရဘုရား၊

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားအစဉ်

သနားကြင်နာတော်မူမည်ကိုကျွန်တော် မျိုးသိပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်၏မေတ္တာတော်နှင့်သစ္စာတော်သည်

ကျွန်တော်မျိုးအားအစဉ်အမြဲစောင့်ထိန်းပါ လိမ့်မည်။

ကူမတော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ  
(ဆာလံ၊ ၇၀)

12 ရေတွက်၍မရနိုင်အောင်များမြှောင်သော  
ဘေးဒုက္ခတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးအားဝိုင်းရံလျက်  
ရှိပါသည်တကား။

ကျွန်တော်မျိုး၏အပြစ်များကကျွန်တော်မျိုးအား  
လိုက်၍မိသဖြင့်ကျွန်တော်မျိုးသည်  
မမြင်နိုင်တော့ပါ။

ယင်းအပြစ်တို့သည်ကျွန်တော်မျိုးဦးခေါင်းမှ  
ဆံပင်ထက်များပြားသည်ဖြစ်၍  
ကျွန်တော်မျိုးသည်စိတ်ပျက်အားလျော့ပါပြီ။

13 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုးအားကယ်တော်မူပါ။  
ယခုပင်ကူမတော်မူပါ။

14 ကျွန်တော်မျိုးအားသတ်ရန်ကြိုးစားကြသူ တို့သည်  
လုံးဝအရေးရှုံးနိမ့်၍ကစဉ့်ကရဲဖြစ်ကြ ပါစေသော။  
ကျွန်တော်မျိုး၏ဒုက္ခများကိုအကြောင်းပြု၍  
ဝမ်းမြောက်ကြသူတို့သည်တပ်လန်၍  
အရှက်ကွဲရကြပါစေသော။

15 ကွန်တော်မျိုးအားပြောင်လှောင်ကြသူတို့သည်  
အရေးရှုံးနိမ့်၍တုန်လှုပ်ချောက်ချားကြပါစေ သော။

16 ကိုယ်တော်ရှင်၏ထံတော်သို့ချဉ်းကပ်ကြသူ  
အပေါင်းတို့သည်ဝမ်းမြောက်ရွှင်လန်းကြပါစေသော။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ကယ်တင်ခြင်းကျေးဇူးအတွက်



ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းကြသူအပေါင်းတို့ သည်  
“ထာဝရဘုရားသည်အလွန်ကြီးမြတ်တော်မူ ပါပေသည်”<sup>1</sup>

အစဉ်မပြတ်ချီးကူးနိုင်ကြပါစေသော။

17 အို ဘုရားရှင်၊

ကျွန်တော်မျိုးသည်အားအင်ချိန့်၍

ခိုကိုးရာမဲ့သူဖြစ်သော်လည်း

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးကို

သတိရတော်မူပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ကယ်တင်ရှင်၊

ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရားသခင်ဖြစ်တော်မူပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးအားကူမတော်မူရန်အလျင် အမြန်  
ကြွတော်မူပါ။

# 41

လူမမာတစ်ဦး၏ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>17</sup>

1 ဆင်းရဲသူတို့အတွက်စိုးရိမ်ကြောင့်ကြသောသူသည် မ<sup>၆</sup>  
ဂလာရှိ၏။

ထိုသူဒုက္ခရောက်သောအခါထာဝရဘုရား

ကူမတော်မူလိမ့်မည်။

2 ထာဝရဘုရားသည်သူ့အား

ကွယ်ကာစောင့်ထိန်းတော်မူ၍သူ၏အသက်ကို

စောင့်ထိန်းတော်မူလိမ့်မည်။

17 41: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

ကိုယ်တော်သည်သူ့အားပြည်တော်တွင်ဝမ်း မြောက်စွာ  
 နေရသောအခွင့်ကိုပေးတော်မူလိမ့်မည်။  
 ရန်သူတို့၏လက်သို့အပ်တော်မူမည်မဟုတ်။

3 သူ့ဖျားနာချိန်၌ကိုယ်တော်သည်ကူမတော်မူ၍  
 သူ့အားပြန်လည်ကျန်းမာစေတော်မူလိမ့်မည်။

4 ``အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်အားပြစ်မှားပါပြီ။  
 ကျွန်တော်မျိုးအားသနားတော်မူ၍ရောဂါကို  
 ပျောက်ကင်းစေတော်မူပါ'' ဟုငါလျှောက်ထား၏။

5 ရန်သူများသည်ငါ၏အကြောင်းမကောင်း ပြောကြ၏။  
 သူတို့က ``ဤသူသည်အဘယ်အခါ၌သေ၍  
 သူ၏နာမည်ကိုလူတို့မေ့ပျောက်သွားမည်နည်း''  
 ဟုမနာလိုစိတ်ဖြင့်ဆိုကြ၏။

6 ငါ့အားလာ၍ကြည့်ကြသူများသည်  
 စိတ်ရိုးသဘောရိုးရှိသူများမဟုတ်။  
 သူတို့သည်ငါ၏အကြောင်းမကောင်းသတင်း များကို  
 ရှာဖွေစုဆောင်းလျက်နေရာအနှံ့အပြားသို့  
 သွား၍ပြောဆိုတတ်ကြ၏။

7 ငါ့ကိုမုန်းသောသူအပေါင်းတို့သည်ငါ့အကြောင်း  
 အချင်းချင်းတီးတိုးပြောဆိုတတ်ကြ၏။

8 သူတို့က ``ဤသူသည်အသဲအသန်ဖျား နာလျက်ရှိ၏။

နောက်တစ်ဖန်အဘယ်အခါ၌မျှအိပ်ရာပေါ်မှ  
ထနိုင်တော့မည်မဟုတ်" ဟုဆိုကြ၏။

9 ငါအချစ်ဆုံး၊ ငါအားအကိုးဆုံး၊ ငါနှင့်ထမင်းလက်ဆုံစားသူ၊  
ငါ၏မိတ်ဆွေကပင်လျှင်ငါ့ကိုခြေဖြင့်  
ကျောက်ကန်လေပြီ။<sup>☆</sup>

10 အို ထာဝရဘုရား၊ ရန်သူတို့ကိုကလွဲစားချေနိုင်ရန်  
ကျွန်တော်မျိုးအားသနားတော်မူ၍  
ပြန်လည်ကျန်းမာစေတော်မူပါ။

11 ရန်သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
အနိုင်ရစေတော်မမူမည်ဖြစ်၍  
ကျွန်တော်မျိုးအားကိုယ်တော်ရှင်  
နှစ်သက်တော်မူကြောင်းကိုကျွန်တော်မျိုး  
သိရပါလိမ့်မည်။

12 ကျွန်တော်မျိုးသည်မှန်ရာကိုပြုကျင့်သူဖြစ် သဖြင့်  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
ကူမတော်မူ၍  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ရှေ့တော်တွင်ထာဝစဉ်နေရခွင့်ကို  
ပေးတော်မူလိမ့်မည်။

13 ဣသရေလအမျိုးသားတို့၏ဘုရားဖြစ်တော် မူသော  
ထာဝရဘုရားကိုထောမနာပြုကြလော့။

☆ 41:9 မ၊ ၂၆:၂၃။ မာ၊ ၁၄:၁၈။ လု၊ ၂၂:၂၁။ ယော၊ ၁၃:၁၈။

ကိုယ်တော်အားယခုမှစ၍ကာလအစဉ် အဆက်  
 ထောမနာပြုကြလော့။  
 အာမင်၊ အာမင်။<sup>☆</sup>

# အတွဲ ၂

## 42

(ဆာလံ၊ ၄၂-၅၂)

ပြည်နှင့်ဒဏ်သင့်သူတစ်ဦး၏ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>18</sup>

<sup>1</sup> အို ဘုရားသခင်၊  
 သမင်ဒရယ်သည်အေးမြသောစမ်းရေကို  
 တောင့်တသကဲ့သို့  
 ကိုယ်တော်ရှင်ကိုကျွန်တော်မျိုးတောင့်တပါ၏။

<sup>2</sup> အသက်ရှင်တော်မူသည့်ဘုရားတည်းဟူသော  
 ကိုယ်တော်ရှင်ကိုကျွန်တော်မျိုးတောင့်တပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်အဘယ်အခါမှ  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ရှေ့တော်မှောက်သို့ချဉ်းကပ်၍  
 ဝတ်ပြုကိုးကွယ်နိုင်ပါမည်နည်း။

<sup>3</sup> ငါသည်နေ့ရောညပါငိုကြွေးရသဖြင့်  
 မျက်ရည်များသည်ငါ၏အစားအစာဖြစ် တော့၏။  
 ရန်သူတို့ကငါ့အား "သင်၏ဘုရားသည်  
 အဘယ်မှာရှိသနည်း" ဟုအစဉ်ပင်  
 မေးလျက်နေကြ၏။

☆ 41:13 ဆာ၊ ၁၀၆:၄၈။ 18 42: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။  
 ကောရ၏သားများစပ်ဆိုသောကဗျာ။

4 ရွှင်လန်းစွာသီချင်းဆိုကာဘုရားသခင် အား  
 ထောမနာပြုလျက်အိမ်တော်သို့သွားသူ  
 လူပရိသတ်အား

ငါသည်ဦးဆောင်ခဲ့ကြောင်းကိုသတိရသော အခါ  
 ငါ၏စိတ်နှလုံးသည်ကြေကွဲပါ၏။

5 ငါသည်အဘယ်ကြောင့်ဤမျှစိတ်ညှိုးငယ် ရသနည်း။  
 အဘယ်ကြောင့်ပူပင်သောကရောက်ရသနည်း။

ငါသည်ဘုရားသခင်အားမျှော်ကိုးလျက် နေပါမည်။  
 ငါ၏ကယ်တင်ရှင်၊ ငါ၏ဘုရားအားတစ်ဖန်  
 ထောမနာပြုပါမည်။

6-7 ယခုပြည်နှင့်ဒဏ်ငါခံနေရချိန်၌ငါ၏  
 စိတ်နှလုံးသည်ကြေကွဲလျက်ရှိ၏။  
 သို့ဖြစ်၍ငါသည်ကိုယ်တော်ကို အောက်မေ့သတိရပါ၏။

ကိုယ်တော်သည်ဟေရုမုန်တောင်နှင့်  
 မိဇရတောင်မှဝမ်းနည်းခြင်းလှိုင်းလုံးများကို  
 စေလွှတ်တော်မူပြီးလျှင်

ယော်ဒန်မြစ်မှရေတံခွန်စီးဆင်းလာသကဲ့သို့  
 အသံဗလံနှင့်ငါ့ကိုလွှမ်းမိုးစေတော်မူပါ၏။

8 နေ့အချိန်၌ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏ ခိုင်မြဲသော  
 မေတ္တာတော်ကိုပြတော်မူပါစေသော။  
 ထိုအခါညအချိန်၌ငါသည်သီချင်းဆိုနိုင်၍

ငါ၏အသက်သခင်ဘုရားသခင်ထံတော်သို့ ဆုတောင်းပ  
တုထနာပြုနိုင်ပါမည်။

9 “ကိုယ်တော်သည်အဘယ်ကြောင့်ကျွန်တော်မျိုးအား  
မေ့လျော့၍နေတော်မူပါသနည်း။  
အဘယ်ကြောင့်ကျွန်တော်မျိုးသည်ရန်သူတို့၏  
ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်မှုဒဏ်ကိုခံလျက် နေရပါမည်နည်း”  
ဟု  
ငါ့ကိုကွယ်ကာသောအရှင်၊ ဘုရားသခင်အား  
ငါလျှောက်ထားပါ၏။

10 ငါ့ရန်သူများက“သင်၏ဘုရားသည်  
အဘယ်မှာနည်း”ဟုငါ့အားအဖန်တလဲလဲ  
မေးမြန်းသဖြင့်  
သူတို့၏စော်ကားမှုကြောင့်ငါသည်အလွန်ပင်  
စိတ်ပျက်အားလျော့ရပါ၏။

11 ငါသည်အဘယ်ကြောင့်ဤမျှစိတ်ညှိုးငယ်ရသနည်း။  
အဘယ်ကြောင့်ပူပင်သောကရောက်ရသနည်း။  
ငါသည်ထာဝရဘုရားအားမျှော်ကိုးပါမည်။  
ငါ၏ကယ်တင်ရှင်၊ ငါ၏ဘုရားသခင်အား  
တစ်ဖန်ထောမနာပြုပါမည်။

**43**

ပြည်နှင့်ဒဏ်သင့်သူတစ်ဦး၏ဆုတောင်းပတုထနာ  
(ဆာလံ၊ ၄၂ ၏အဆက်)

1 အို ဘုရားသခင်၊

ကျွန်တော်မျိုးမှာအပြစ်မရှိကြောင်း  
ထုတ်ဖော်ကြေညာတော်မူပါ။

ဘုရားတရားကင်းမဲ့သူတို့ကိုဆန့်ကျင်လျက်  
ကျွန်တော်မျိုးဘက်မှခုခံကာကွယ်တော်မူပါ။  
လိမ်လည်ဆိုးယုတ်သူတို့၏လက်မှ  
ကျွန်တော်မျိုးအားကယ်တော်မူပါ။

2 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားကွယ်ကာ  
စောင့်ရှောက်တော်မူသောအရှင်ဖြစ်တော်မူပါ၏။  
အဘယ်ကြောင့်ကျွန်တော်မျိုးကို  
စွန့်ပစ်တော်မူပါသနည်း။

ကျွန်တော်မျိုးသည်အဘယ်ကြောင့်ရန်သူများ ၏  
ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်မှုဒဏ်ကိုဆက်လက်၍  
ခံနေရပါသနည်း။

3 ကိုယ်တော်ရှင်၏အလင်းတော်နှင့်  
သစ္စာတရားတော်ကိုစေလွှတ်၍  
ကျွန်တော်မျိုးအားကိုယ်တော်ရှင်၏သန်ရှင်း  
မြင့်မြတ်သည့်ဇီအုန်တောင်<sup>19</sup> သို့လည်းကောင်း၊  
ကိုယ်တော်ကိန်းဝပ်ရာဗိမာန်တော်သို့လည်းကောင်း  
ပြန်၍ပို့ဆောင်စေတော်မူပါ။

---

19 43:3 \* ဇီအုန်တောင်။ သန်ရှင်းမြင့်မြတ်သည့်တောင်တော် ၂:၆ ကို  
ကြည့်ပါ။

4 ထိုအခါ အို ဘုရားသခင်၊ ကျွန်တော်မျိုးသည်  
 ယဇ်ပလ္လင်တော်သို့ချဉ်းကပ်ပါမည်။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်အထံတော်မှရွှင်လန်း  
 ဝမ်းမြောက်ခြင်းကိုခံယူရရှိပါ၏။

အို ဘုရားသခင်၊  
 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရား၊ ကိုယ်တော်အား  
 စောင်းတီးလျက်ချီးမွမ်းထောမနာပြုပါမည်။

5 ငါသည်အဘယ်ကြောင့်ဤမျှစိတ်ညှိုးငယ်ရသနည်း။  
 အဘယ်ကြောင့်စိတ်ဒုက္ခရောက်ရသနည်း။  
 ငါသည်ဘုရားသခင်အားမျှော်ကိုးမည်။  
 ငါ၏ကယ်တင်ရှင်၊ ငါ၏ဘုရားအား  
 တစ်ဖန်ထောမနာပြုမည်။

### 44

ကွယ်ကာစောင့်ရှောက်တော်မူရန် ဆုတောင်းပ တု  
 ထနာ<sup>20</sup>

1 အို ဘုရားသခင်၊ ရှေးကာလကဘိုးဘေးတို့လက်ထက်၌  
 ကိုယ်တော်ပြုတော်မူခဲ့သောအမှုအရာများ  
 အကြောင်းကိုသူတို့ပြောပြသဖြင့်  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့ကိုယ်တိုင်ကြားကြရပါပြီ။

2 ကိုယ်တော်ရှင်ကိုယ်တိုင်အခြားလူမျိုးတို့အား  
 နှင်ထုတ်တော်မူ၍

20 44: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ကောရ၏သားများစပ်ဆိုသောကဗျာ။



ကိုယ်တော်၏လူစုတော်အားထိုသူတို့၏ပြည်တွင်  
နေရာချထားတော်မူကြောင်း၊

လူမျိုးခြားတို့အားအပြစ်ဒဏ်ပေးတော်မူ၍  
ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်အားကြီးပွား  
တိုးတက်စေတော်မူကြောင်းကိုပြောပြပါ၏။

3 ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်သည်ထိုပြည်ကို <sup>၄</sup>  
ဌားလက်နက်ဖြင့်သိမ်းပိုက်နိုင်ကြသည်မဟုတ်ပါ။  
မိမိတို့၏ကိုယ်ပိုင်စွမ်းရည်အားဖြင့်လည်း  
သိမ်းပိုက်နိုင်ကြသည်မဟုတ်ပါ။

ကိုယ်တော်ရှင်၏အစွမ်းတန်ခိုးတော်  
အားဖြင့်လည်းကောင်း၊  
ကိုယ်တော်သည်သူတို့အားချစ်တော်မူသဖြင့်  
သူတို့နှင့်အတူကိုယ်တော်ရှင်ရှိတော်မူခြင်း  
အားဖြင့်လည်းကောင်း  
သူတို့သည်ထိုပြည်ကိုသိမ်းပိုက်နိုင်ကြပါ၏။

4 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရင်၊  
ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရားဖြစ်တော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်အားအောင်ပွဲကို  
ပေးတော်မူပါ၏။

5 ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
တန်ခိုးတော်အားဖြင့်ရန်သူများကို အနိုင်ရကြပါ၏။

6 ကျွန်တော်မျိုးသည်မိမိ၏လေးကိုအားမကိုးပါ။

ကျွန်တော်မျိုး၏ဌာ ဌားသည်လည်းကျွန်တော်မျိုးကို  
မကယ်နိုင်ပါ။

7 သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး တို့အား  
ရန်သူများလက်မှကယ်တော်မူ၍  
ကျွန်တော်မျိုးတို့ကိုမုန်းသူတို့အား  
နှိမ်နင်းတော်မူခဲ့ပါ၏။

8 ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
အစဉ်အမြဲထောမနာပြု၍ကျေးဇူးတော်ကို  
ထာဝစဉ်ချီးမွမ်းပါမည်။

9 သို့ရာတွင်ယခုအခါ၌ကိုယ်တော်သည်  
ကျွန်တော်မျိုးတို့အားပစ်ပယ်တော်မူလျက်  
အရေးရှုံးနိမ့်စေတော်မူပါပြီ။

ကျွန်တော်မျိုးတို့၏စစ်တပ်များနှင့်အတူ  
ချီတက်တော်မမူတော့ပါ။

10 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့အား  
ရန်သူများထံမှထွက်ပြေးစေတော်မူပါ၏။  
သူတို့သည်လည်းကျွန်တော်မျိုးတို့၏  
ပစ္စည်းဥစ္စာများကိုအပိုင်သိမ်းယူကြပါ၏။

11 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားသိုးများ သဖွယ်  
အသတ်ခံစေတော်မူလျက်တစ်ကျွန်းတစ်နိုင်ငံသို့  
ကွဲလွင့်သွားစေတော်မူပါ၏။

12 ကိုယ်တော်ရှင်သည်မိမိ၏လူစုတော်အား  
 အဖိုးအနည်းငယ်ဖြင့်ရောင်းချတော်မူပါ၏။  
 မည်သည့်အမြတ်အစွန်းမျှလည်းရရှိတော်မမူပါ။

13 ကျွန်တော်မျိုးတို့အားကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူသော  
 အမှုကို  
 အိမ်နီးချင်းများသည်မြင်၍ကျွန်တော်မျိုးတို့အား  
 ပြောင်လှောင်၍ပြက်ရယ်ပြုကြပါ၏။

14 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့အား  
 လူမျိုးတကာတို့မထီမဲ့မြင်ပြုစရာ  
 ဖြစ်စေတော်မူပါပြီ။

သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့အားမခိုးမခန့်  
 ဦးခေါင်းညိတ်၍ပြုကြပါ၏။

15-16 ရန်သူများနှင့်လက်စားချေသူတို့မခိုးမခန့်  
 စော်ကားပြောဆိုကြသည့်စကားများကြောင့်  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်အစဉ်အမြဲအသရေ ပျက်၍  
 အရှက်ကွဲလျက်နေပါ၏။

17 ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော် မူသော  
 ပဋိညာဉ်တော်ကိုမချိုးဖောက်ခဲ့ကြပါ။  
 ကိုယ်တော်ရှင်အားလည်းမမေ့လျော့ခဲ့ကြပါ။

သို့ပါလျက်၍ဆင်းရဲဒုက္ခများကိုကျွန်တော် မျိုးတို့  
 ခံကြရပါ၏။

18 ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
သစ္စာမဖောက်ခွဲကြပါ။

ကိုယ်တော်၏အမိန့်တော်များကိုမလွန်ဆန်ခွဲ ကြပါ။

19 သို့ပါလျက်ကိုယ်တော်ရှင်သည်  
ကျွန်တော်မျိုးတို့အားသားရဲများရှိရာ အရပ်တွင်  
ခိုကိုးရာမဲ့ထားတော်မူခဲ့ပါ၏။  
အမှောင်ဆုံးအရပ်တွင်စွန့်ပစ်၍ထားတော် မူခဲ့ပါ၏။

20 အကယ်၍ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်မိမိတို့၏  
ဘုရားအားဝတ်မပြုရှိမခိုးဘဲ  
တစ်ကျွန်းတစ်နိုင်ငံသားတို့၏ဘုရားထံသို့  
ဆုတောင်းပတုထနာပြုကြပါမူ

21 ကေနမုချကိုယ်တော်ရှင်သိတော်မူမည်သာ ဖြစ်ပါ၏။  
အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ကိုယ်တော်ရှင်သည်  
လူတို့၏လျှို့ဝှက်သောအကြံအစည်များကို  
သိတော်မူသောကြောင့်ဖြစ်ပါ၏။

22 သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်ရှင်အားသစ္စာစောင့်သည့်  
အတွက်ကြောင့်  
ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်အခါခပ်သိမ်းသေ ဘေးနှင့်  
ကြုံရကြပါ၏။

သတ်ရန်လျာထားသောသိုးများကဲ့သို့သူတစ်ပါးတို့  
မှတ်ယူခြင်းကိုခံရကြပါ၏။<sup>☆</sup>

☆ 44:22 ရော၊စ:၃၆။

23 အို ထာဝရဘုရား၊ နိုးထတော်မူပါ။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်အဘယ်ကြောင့်ကျိန်းစက်၍  
 နေတော်မူပါသနည်း။ ထတော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့အားထာဝစဉ်ပစ်ပယ်တော်မမူပါနှင့်။

24 ကိုယ်တော်ရှင်သည်အဘယ်ကြောင့်  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့အားမျက်နှာတော်ကို  
 လွှဲတော်မူပါသနည်း။  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့၏ဝေဒနာနှင့်ဆင်းရဲဒုက္ခများကို  
 မေ့တော်မမူပါနှင့်။

25 ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်မြေသို့တိုင်အောင်  
 ချေမှုန်းခြင်းကိုခံကြရပါ၏။  
 အရေးရှုံးနိမ့်ကာမြေမှုန့်တွင်လဲလျက် နေကြရပါ၏။

26 ထတော်မူ၍ကျွန်တော်မျိုးတို့အားကူမ တော်မူပါ။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်ကို  
 ထောက်၍ ကယ်တော်မူပါ။

### 45

မင်းကြီး၏ထိမ်းမြားမင်္ဂလာပွဲသီချင်း<sup>1</sup>

1 မင်းကြီး၏အတွက်ဤသီချင်းကိုငါရေးစပ်နေစဉ်  
 ငါ၏စိတ်နှလုံးသည်မင်္ဂလာစကားများနှင့်  
 ပြည့်လျှံလျက်ရှိပါ၏။

---

1 45: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ကောရ၏သားများစပ်ဆိုသောကဗျာ၊ချစ်သူ  
 သီချင်း။

ငါ၏နှုတ်သည်စာရေးဆရာကောင်းတစ် ယောက်၏  
ကလောင်နှင့်တူပါ၏။

2 အရှင်မင်းကြီးသည်လူတကာတို့ထက် အဆင်းလှပါ၏။  
မွန်မြတ်သောစကားကိုမိန့်မြှောက်တော်မူတတ်ပါ၏။

သို့ဖြစ်၍ဘုရားသခင်၏ကောင်းချီးမ ့ ဂလာကို  
ထာဝစဉ်ခံစားတော်မူရပါ၏။

3 တန်ခိုးကြီးတော်မူသောအရှင်၊ ဌာ တော်ကို  
တပ်ဆင်တော်မူပါ။

အရှင်မင်းကြီးသည်တန်ခိုးတော်၊  
ဘုန်းအသရေတော်နှင့်ပြည့်စုံတော်မူပါ၏။

4 သစ္စာတရားနှင့်တရားမျှတမှုစိုးမိုးရေး အတွက်  
ဘုန်းအသရေတော်နှင့်တကွချီတက်တိုက် ခိုက်၍  
အောင်ပွဲခံတော်မူပါ။

အရှင်မင်းကြီးသည်မိမိ၏စွမ်းရည်အားဖြင့်  
အောင်ပွဲကြီးများကိုခံရပါလိမ့်မည်။

5 မြားတော်တို့သည်ထက်သည်ဖြစ်၍ရန်သူတို့၏  
နှလုံးသားကိုထိုးဖောက်ပါ၏။

လူမျိုးတကာတို့သည်ခြေတော်ရင်း၌လဲကြ ပါ၏။

6 အရှင်မင်းကြီးအားဘုရားသခင်  
ပေးအပ်တော်မူသောရာဇပလ္လင်သည်  
ကာလအစဉ်အဆက်တည်လိမ့်မည်။

အရှင်မင်းကြီးသည်မိမိ၏တိုင်းနိုင်ငံကို  
တရားမျှတစွာအုပ်စိုးတော်မူပါ၏။

7 အမှန်တရားကိုနှစ်သက်၍ ဆိုးညစ်မှုကို  
မုန်းတော်မူပါ၏။

သို့ဖြစ်သောကြောင့်အရှင်မင်းကြီး၏  
ဘုရားတည်းဟူသောဘုရားသခင်သည်

အရှင်မင်းကြီးအားရွေးချယ်တော်မူပြီးလျှင်  
အခြားဘုရင်အပေါင်းတို့ထက်

ချီးမြှောက်၍ဝမ်းမြောက်ခြင်းတည်းဟူသော  
ဆီကိုသွန်းတော်မူပါပြီ။\*

8 အရှင်မင်းကြီး၏ဝတ်လဲတော်တို့သည် မုရန်၊ အကျော်၊  
သစ်ကြပိုးရနံ့တို့ဖြင့်မွှေးကြိုင်လျက်ရှိပါ၏။

ဂီတပညာသည်တို့သည်ဆင်စွယ်နန်းတော်များတွင်  
အရှင်မင်းကြီးအားဖျော်ဖြေကြပါ၏။

9 အရှင်မင်းကြီး၏မောင်းမတော်တို့တွင်  
အပြည်ပြည်မှမင်းသမီးများပါဝင်ပါ၏။

ရာဇပလ္လင်တော်၏လက်ယာဘက်တွင်  
ရွှေစင်ဖြင့်ပြီးသောတန်ဆာများကိုဆင်ယင်ကာ

မိဖုရားကြီးသည်ရှိနေပါ၏။

10 အရှင်မင်းကြီး၏ကြင်ရာတော်လောင်း၊  
နားထောင်ပါလော့။

---

\* 45:7 ဟေဗြဲ၊ ၁:၈-၉။

သင်သည်ကိုယ့်အမျိုးသားများနှင့်ဆွေမျိုးတို့ကို  
မေ့ပစ်ပါလော့။

11 သင်၏လှပသောအဆင်းသည်မင်းကြီးအား  
သင့်ကိုနှစ်သက်စွဲလန်းစေလိမ့်မည်။  
မင်းကြီးသည်သင်၏အရှင်သခင်ဖြစ်သဖြင့်  
သင်သည်သူ၏စကားကိုနားထောင်ရမည်။

12 တုရုပြည်သားတို့သည်သင့်ထံမှမျက်နှာ ရအောင်  
ကြိုးစားကြလိမ့်မည်။  
ချမ်းသာကြွယ်ဝသူတို့သည်သင့်ထံမှ  
မျက်နှာရအောင်ကြိုးစားကြလိမ့်မည်။

13 မင်းသမီးသည်နန်းတွင်းသို့ရောက်လေပြီ။  
သူသည်အလွန်လှပတင့်တယ်ပါသည်တကား။  
သူ၏ဝတ်လဲတော်ကိုရွှေချည်ဖြင့် ရက်လုပ်ထားပေသည်။

14 သူသည်အရောင်အဝါတောက်ပသည့်  
အဝတ်တန်ဆာကိုဝတ်ဆင်ထား၏။  
သူ့ကိုအပျိုရံများလိုက်ပါလျက်မင်းကြီး ထံသို့  
ခေါ်ဆောင်ခဲ့ကြ၏။

အပျိုရံများကိုလည်းမင်းကြီးထံသို့ ခေါ်ဆောင်ခဲ့ကြ၏။

15 သူတို့သည်ဝမ်းမြောက်ပျော်ရွှင်စွာ  
လာရောက်ကြပြီးလျှင်မင်းကြီး၏နန်းတော်သို့  
ဝင်ကြ၏။



16 ကျွန်တော်မျိုး၏အရှင်မင်းမြတ်၊ ဘိုးတော် တို့၏  
 အရှိက်အရာကိုဆက်ခံရန်အတွက်  
 အရှင်မင်းကြီးမှာသားရတနာမြောက်မြားစွာ  
 ထွန်းကားပါလိမ့်မည်။

အရှင်မင်းကြီးသည်သူတို့အားကမ္ဘာအရပ် ရပ်တွင်  
 စိုးမိုးအုပ်ချုပ်မင်းလုပ်စေတော်မူလိမ့်မည်။

17 ကျွန်တော်မျိုး၏သီချင်းသည်အရှင်မင်း ကြီးအား  
 ထာဝစဉ်ထင်ပေါ်ကျော်ကြားစေပါလိမ့်မည်။  
 လူအပေါင်းတို့သည်လည်းအရှင်မင်းကြီးအား  
 ကာလအစဉ်အဆက်ချီးမွမ်းကြပါလိမ့်မည်။

### 46

#### ဘုရားသခင်သည်ငါတို့နှင့်အတူရှိတော်မူ၏<sup>2</sup>

<sup>1</sup> ဘုရားသခင်သည်ငါတို့ခိုလှုံရာ၊ ငါတို့စွမ်းအားဖြစ်တော်မူ၏။  
 ဒုက္ခရောက်ချိန်၌ငါတို့အားကူမရန်အစဉ်ပင်  
 အသင့်ရှိတော်မူ၏။

<sup>2-3</sup> သို့ဖြစ်၍ပထဝီမြေကြီးတုန်လှုပ်လျက်  
 တောင်များသည်နက်ရှိုင်းရာသမု ဒု ဒရာထဲသို့  
 ကျလျှင်သော်လည်းကောင်း၊

ပင်လယ်လှိုင်းတံပိုးထ၍အသံမြည်ဟည်းသဖြင့်  
 တောင်များတုန်လှုပ်သော်လည်းကောင်းငါတို့သည်  
 ကြောက်လန့်လိမ့်မည်မဟုတ်။

---

<sup>2</sup> 46: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ကောရ၏သားများစပ်ဆိုသောသီချင်း။

- 4 ဘုရားသခင်၏မြို့တော်တည်းဟူသော  
 အမြင့်မြတ်ဆုံးဘုရားကိန်းဝပ်တော်မူရာ  
 ဌာနတော်ကိုသာယာရွှင်လန်းစေသော မြစ်ရှိ၏။
- 5 ထိုမြို့တော်သည်ဘုရားသခင်ကိန်းဝပ်တော် မူရာ  
 ဖြစ်သဖြင့်အဘယ်အခါ၌မျှမပျက်စီးရ။  
 နေအရ ဣတက်စအချိန်၌ကိုယ်တော်သည်  
 ကြွလာတော်မူ၍ထိုမြို့ကိုကုမတော်မူ လိမ့်မည်။
- 6 လူမျိုးအပေါင်းတို့သည်ထိတ်လန့်တုန်လှုပ်ကြ၏။  
 ဘုရားသခင်မိန့်မြွက်တော်မူသောအခါ  
 ကမ္ဘာမြေကြီးသည်အရည်ပျော်လေ၏။
- 7 အန နှု တတန်ခိုးရှင်ထာဝရဘုရားသည်  
 ငါတို့နှင့်အတူရှိတော်မူ၏။  
 ယာကုပ်၏ဘုရားသည်ငါတို့ခိုလှုံရာဖြစ် တော်မူ၏။
- 8 လာကြ၊ ထာဝရဘုရားပြုတော်မူသော  
 အမှုတော်တို့ကိုကြည့်ကြလော့။  
 ကမ္ဘာမြေပေါ်တွင်ပြုတော်မူသောအံ့ဩဖွယ်  
 အမှုအရာများကိုကြည့်ကြလော့။
- 9 ကိုယ်တော်သည်ကမ္ဘာတစ်ဝန်းလုံးတွင်  
 တိုက်ခိုက်မှုများကိုငြိမ်းစေတော်မူ၏။  
 လေးတို့ကိုချိုး၍လုံတို့ကိုအပိုင်းပိုင်းဖြတ်ကာ  
 ဒိုင်းတို့ကိုမီးရှို့တော်မူ၏။
- 10 ကိုယ်တော်က` တိုက်ခိုက်မှုကိုရပ်စဲကြလော့။

ငါသည်လူမျိုးတကာတို့တွင်လည်းကောင်း၊  
 ကမ္ဘာတစ်ဝန်းလုံးတွင်လည်းကောင်း  
 ဘုရားဖြစ်တော်မူသည်ကိုသိမှတ်ကြလော့' ဟု  
 မိန့်တော်မူ၏။

11 အနန္တ တတန်ခိုးရှင်ဘုရားသခင်သည်  
 ငါတို့နှင့်အတူရှိတော်မူ၏။  
 ယာကုပ်၏ဘုရားသည်ငါတို့ခိုလှုံရာဖြစ် တော်မူ၏။

### 47

#### တန်ခိုးအကြီးဆုံးဘုရင်<sup>3</sup>

1 လူမျိုးအပေါင်းတို့၊ ရွှင်လန်းစွာလက်ခုပ်တီး ကြလော့။  
 အသံကျယ်စွာသီချင်းဆို၍ထာဝရဘုရား အား  
 ထောမနာပြုကြလော့။

2 အမြင့်မြတ်ဆုံးဖြစ်တော်မူသောထာဝရဘုရား သည်  
 ကြောက်မက်ဖွယ်ကောင်းပေ၏။  
 ကိုယ်တော်သည်ကမ္ဘာတစ်ဝန်းလုံးကို  
 အစိုးရတော်မူသောဘုရင်မင်းမြတ်ဖြစ်တော် မူ၏။

3 ကိုယ်တော်သည်ငါတို့အားလူမျိုးတကာတို့ကို  
 အနိုင်ရစေ၍  
 တိုင်းနိုင်ငံတို့ကိုအုပ်စိုးစေတော်မူ၏။

4 ကိုယ်တော်သည်ငါတို့နေထိုင်ရာပြည်ကို  
 ရွေးချယ်ပေးတော်မူ၏။

---

<sup>3</sup> 47: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ကောရ၏သားများစပ်ဆိုသောဆာလံ။

ထိုပြည်ကားကိုယ်တော်ချစ်မြတ်နိုးတော်မူ သော  
လူစုတော်ပိုင်ဆိုင်၍ဂုဏ်ယူဝါကြွားစရာဖြစ် ပေသည်။

5 ဘုရားသခင်သည်မိမိ၏ရာဇပလ္လင်တော်သို့  
တက်ကြွတော်မူ၏။

ထာဝရဘုရားတက်ကြွတော်မူသောအခါ  
ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်စွာကြွေးကြော်သည့်အသံ များနှင့်  
တံပိုးခရာမှုတ်သံများကိုကြားရကြ၏။

6 ဘုရားသခင်အားထောမနာပြုကြလော့။  
ငါတို့ဘုရင်အားချီးမွမ်းသီချင်းဆိုကြလော့။

7 ဘုရားသခင်သည်ကမ္ဘာတစ်ဝန်းလုံး၏ဘုရင်  
ဖြစ်တော်မူ၏။

သီချင်းများဖြင့်ကိုယ်တော်အားထောမနာပြု ကြလော့။

8 ဘုရားသခင်သည်သန်ရှင်းမြင့်မြတ်သော  
ရာဇပလ္လင်တော်ပေါ်တွင်ထိုင်တော်မူ၏။

တိုင်းနိုင်ငံအပေါင်းကိုအုပ်စိုးတော်မူ၏။

9 တိုင်းနိုင်ငံတို့ကိုအုပ်စိုးသည့်မင်းတို့သည် လာ၍  
အာဗြဟံကိုးကွယ်သောထာဝရဘုရား၏  
လူစုတော်နှင့်အတူစုဝေးကြကုန်၏။

ကိုယ်တော်သည်လောကစစ်တပ်ရှိသမျှတို့ ထက်  
တန်ခိုးကြီးတော်မူ၏။

ကိုယ်တော်သည်တန်ခိုးအကြီးဆုံးဘုရင်  
ဖြစ်တော်မူပါ၏။

# 48

## ထာဝရဘုရား၏မြို့တော်ဇီအုန်<sup>4</sup>

- 1 ထာဝရဘုရားသည်ကြီးမြတ်တော်မူ၍သန်ရှင်း  
မြင့်မြတ်သည့်တောင်တော်<sup>☆</sup> တည်းဟူသော  
ငါတို့ဘုရား၏မြို့တော်တွင်အလွန်  
ထောမနာပြုခြင်းကိုခံထိုက်ပေ၏။
- 2 ဘုရားသခင်၏တောင်တော်ဖြစ်သည့်  
ဇီအုန်တောင်သည်မြင့်မား၍လှပတင့်တယ် ပါ၏။  
မဟာမင်းမြတ်၏မြို့တော်သည်ကမ္ဘာသူ  
ကမ္ဘာသားတို့အားစိတ်ရွှင်လန်းစေပါ၏။<sup>☆</sup>
- 3 ထိုမြို့တော်၏ခံတပ်များအတွင်းအထံ တော်တွင်  
ဘေးမဲ့လုံခြုံမှုရှိကြောင်းကိုဘုရားသခင်  
ပြသတော်မူပြီ။
- 4 ရှင်ဘုရင်တို့သည်စုရုံးလျက်ဇီအုန်တောင်ကို  
တိုက်ခိုက်ရန်ချီတက်လာကြ၏။
- 5 ထိုတောင်ကိုမြင်သောအခါသူတို့သည်  
အံ့ဩထိတ်လန့်၍ထွက်ပြေးကြ၏။
- 6-7 သူတို့သည်သားဖွားချိန်နီးသည့် အမျိုးသမီးကဲ့သို့လည်းကောင်း၊  
ပြင်းထန်သောလေမုန်တိုင်းမိသဖြင့်လူးနေရသော

---

<sup>4</sup> 48: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ကောရု၏သားများစပ်ဆိုသောဆာလံ။  
<sup>☆</sup> 48:1 သန်ရှင်းမြင့်မြတ်သည့်တောင်တော် ၂:၆ ကိုကြည့်ပါ။ <sup>☆</sup> 48:2  
မ၊ ၅:၃၅။

သင်္ဘောကြီးများကဲ့သို့လည်းကောင်း  
ထိတ်လန့်တုန်လှုပ်ကြကုန်၏။

8 ကိုယ်တော်ပြုတော်မူသောအမှုအရာများကို  
ငါတို့ကြားဖူးကြ၏။  
ယင်းသို့ကြားဖူးကြသည့်အတိုင်းအနန္တတန်ခိုးရှင်  
ထာဝရဘုရားတည်းဟူသောငါတို့ဘုရား၏  
မြို့တော်တွင်ယခုငါတို့တွေ့မြင်ကြရလေပြီ။  
ကိုယ်တော်သည်ထိုမြို့တော်ကိုကာလအစဉ်အဆက်  
ဘေးမဲ့လုံခြုံစွာထားတော်မူလိမ့်မည်။

9 အို ဘုရားသခင်၊  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ဗိမာန်တော်အတွင်း၌  
ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်ကိုယ်တော်၏ခိုင်မြဲသော  
မေတ္တာတော်အကြောင်းကိုဆင်ခြင်ကြပါ၏။

10 နေရာတကာတွင်လူအပေါင်းတို့သည်  
ကိုယ်တော်ရှင်အားထောမနာပြုကြပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ဂုဏ်သတင်းသည်  
ကမ္ဘာတစ်ဝန်းလုံးသို့ပျံ့နှံ့နေပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်တရားမျှတစွာ အုပ်စိုးတော်မူပါ၏။

11 ဇိအုန်မြို့သူမြို့သားတို့သည်ဝမ်းမြောက် ကြပါစေ။  
ကိုယ်တော်သည်ဖြောင့်မှန်စွာတရားစီရင်  
တော်မူပါ၏။

ယုဒပြည်မြို့ကြီးများတွင် ရွှင်လန်းမှုရှိ ပါစေ။

12 ဘုရားသခင်၏လူစုတော်ဝင်တို့၊ ဇိအုန်တောင် ကို  
 လှည့်ပတ်၍ပြုအိုးတို့ကိုရေတွက်လော့။

13-14 ထိုမြို့၏တံတိုင်းများကိုမှတ်သား၍ခံတပ် များကို  
 စစ်ဆေးကြည့်ရှုကြလော့။  
 ထိုအခါသင်တို့သည် ။ ဤဘုရားကား  
 ကမ္ဘာအဆက်ဆက်ငါတို့၏ဘုရားဖြစ်တော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်သည်ထာဝစဉ်ငါတို့အား လမ်းပြပို့ဆောင်တော်မူလိမ့်မည်<sup>၁</sup>  
 ဟု  
 နောင်လာနောက်သားတို့အား ပြောကြားနိုင်ကြလိမ့်မည်။

### 49

စည်းစိမ်ချမ်းသာကိုအားကိုးမှုသည်မိုက်မဲခြင်း<sup>5</sup>

1-2 လူအပေါင်းတို့၊ ဤစကားကိုနာယူကြလော့။  
 အယုတ်အမြတ်၊ ဆင်းရဲချမ်းသာမရွေး၊  
 အရပ်တကာရှိလူခပ်သိမ်းတို့နားထောင်ကြလော့။

3 ငါသည်ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာတွေးတောဆင် ခြင်မည်။  
 အသိပညာနှင့်ယှဉ်သောစကားများကို ပြောဆိုမည်။

4 ငါသည်စကားပုံများကိုအာရုံစိုက်၍စဉ်းစားမည်။  
 ယင်းတို့၏အနက်အဋ္ဌ ဌိ ပု ပါ ယ်ကိုစောင်းတီးလျက်  
 ရှင်းလင်းဖော်ပြမည်။

5 ဆိုးယုတ်သည့်ရန်သူတို့သည်ငါ့အား

<sup>5</sup> 49: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ကောရ၏သားများစပ်ဆိုသောဆာလံ။

ဝိုင်းရံထားသဖြင့်ငါသည်ဘေးသင့်၍နေ သော်လည်း  
ကြောက်လန့်လိမ့်မည်မဟုတ်။

6 ထိုသူတို့သည်မိမိတို့၏စည်းစိမ်ဥစ္စာကို  
ယုံကြည်အားကိုးသူများ၊ ချမ်းသာကြွယ်ဝမှုကို  
ကြွားဝါသူများဖြစ်ပေသည်။

7 လူသည်အဘယ်အခါ၌မျှမိမိကိုယ်ကို မကယ်နိုင်၊  
မိမိအသက်၏တန်ဖိုးကိုထာဝရဘုရား အား  
မပေးမဆပ်နိုင်။

8-9 အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်လူ၏အသက်တန်ဖိုးသည်  
ကြီးလွန်းသောကြောင့်ဖြစ်၏။  
သူ့မှာအဘယ်အခါ၌မျှအသက်ဖိုး  
ပေးနိုင်စွမ်းမရှိသဖြင့်

အဘယ်သို့လျှင်ထာဝစဉ်အသက်ရှင်လျက်  
နေနိုင်ပါမည်နည်း။  
အဘယ်သို့လျှင်သင်္ချိုင်းတွင်းသို့မဆင်းဘဲ  
နေနိုင်ပါမည်နည်း။

10 ပညာရှိတို့သည်လည်းကောင်း၊ မိုက်မဲ၍  
အသိဉာဏ်တုံးသူတို့သည်လည်းကောင်း  
သေခြင်းတရားကိုမလွန်ဆန်နိုင်ကြောင်းကို  
မည်သူမဆိုတွေ့မြင်နိုင်ပေသည်။

သူတို့အားလုံးပင်မိမိတို့၏ဥစ္စာပစ္စည်းများကို  
သားမြေးများအတွက်ထားခဲ့ရကြ၏။





တိုးပွားလာသောအခါသင်သည်  
စိတ်မကောင်းမဖြစ်နှင့်။

17 သူသည်သေသောအခါထိုစဉ်းစိမ်ဥစ္စာကို  
ယူ၍မသွားနိုင်။  
ယင်းစဉ်းစိမ်ဥစ္စာသည်သူနှင့်အတူသင်္ချိုင်း တွင်းသို့  
လိုက်ပါသွားနိုင်လိမ့်မည်မဟုတ်။

18 လူသည်မိမိဘဝနှင့်ကျေနပ်၍  
မိမိ၏အောင်မြင်မှုအတွက်အချီးအမွမ်း ခံရစေကာမူ  
19 သေချိန်၌ဘိုးဘေးတို့ရှိရာထာဝစဉ်မှောင် မိုက်လျက်  
နေသည့်အရပ်သို့သွားရမည်။  
20 လူသည်စဉ်းစိမ်ချမ်းသာခံစားရသော်လည်း တိရစ္ဆာန်  
ဆန်များကဲ့သို့ပင်သေရပေလိမ့်မည်။

### 50

မှန်ကန်သည့်ဝတ်ပြုကိုးကွယ်မှု<sup>6</sup>

1 အနန္တတန်ခိုးရှင်ဘုရားသခင်ဖြစ်တော်မူသော  
ထာဝရဘုရားသည်အရှေ့မှအနောက်သို့ တိုင်အောင်  
ကမ္ဘာတစ်ဝန်းလုံးအားမိန့်မြွက်ဆင့်ခေါ်တော်  
မူ၏။  
2 ထာဝရဘုရားသည်အလွန်တရာလှပ တင့်တယ်သည့်  
မြို့တော်တည်းဟူသော  
ဇီအုန်တောင်မှရောင်ခြည်တော်ကိုလွှတ်တော်မူ၏။

<sup>6</sup> 50: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ အာသပ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

3 ငါတို့၏ဘုရားသည်ကြွလာတော်မူ၏။  
 သို့ရာတွင်ဆိတ်ဆိတ်ကြွလာတော်မူသည်မဟုတ်။  
 ရှေ့တော်တွင်မီးတောက်မီးလျှံဟုန်းဟုန်းထလျက်  
 ကိုယ်တော်၏ပတ်လည်တွင်လေပြင်းမုန်တိုင်း  
 တိုက်ခတ်လျက်ရှိ၏။

4 မိမိလူစုတော်အားတရားစီရင်တော်မူ သည်ကို  
 ကြည့်ရှုကြရန်  
 ကိုယ်တော်သည်သက်သေများအဖြစ်  
 မိုးကောင်းကင်နှင့်ကမ္ဘာမြေကြီးကိုဆင့်ခေါ်တော်မူ၏။

5 ကိုယ်တော်က`ယဇ်ပူဇော်ခြင်းအားဖြင့်  
 ငါနှင့်ပဋိညာဉ်ဖွဲ့၍ငါ့အားသစ္စာစောင့်သူ များကို  
 စုဝေးစေကြလော့'' ဟုမိန့်တော်မူ၏။

6 ဘုရားသခင်ကိုယ်တော်တိုင်တရားသူကြီးဖြစ်၍  
 တရားမျှတစွာစီရင်တော်မူမည်ဖြစ်ကြောင်းကို  
 မိုးကောင်းကင်သည်ကြေညာ၏။

7 ကိုယ်တော်က`ငါ၏လူစုတော်ဝင်တို့၊  
 နားထောင်ကြလော့။ ငါမိန့်မြွက်တော်မူမည်။  
 အို ကုသရေလအမျိုးသားတို့၊ငါသည်သင်တို့ကို  
 ဝေဖန်ပြစ်တင်မည်။

ငါသည်ထာဝရဘုရား၊သင်တို့၏ဘုရား ဖြစ်တော်မူ၏။

8 သင်တို့သည်ငါ့အားယဇ်နှင့်မီးရှို့ရာ

ပူဇော်သကာများကိုအစဉ်ဆက်သည့်အတွက်  
ငါသည်သင်တို့အားဝေဖန်ပြစ်တင်မှုမပြုလို။

9 သို့ရာတွင်သင်တို့၏ခြံများမှနှားတို့ကို လည်းကောင်း၊  
သင်တို့၏ဆိတ်အုပ်များမှဆိတ်တို့ကိုလည်း ကောင်း  
ငါမလို။

10 အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ငါသည်တေတိရ စု ဆာ န်  
ရှိသမျှကိုလည်းကောင်း၊  
တောင်ပေါင်းများစွာသောတောင်ကုန်းများရှိ  
တိရစုဆာန်တို့ကိုလည်းကောင်းပိုင်သောကြောင့်ဖြစ်၏။

11 တောငှက်အပေါင်းနှင့်ကွင်းပြင်များမှသက်ရှိ  
သတ္တဝါအပေါင်းတို့ကိုလည်းငါပိုင်၏။

12 “အကယ်၍ငါသည်ဆာမွတ်ခဲမှုသင်တို့ထံမှ  
အစကိုတောင်းမည်မဟုတ်။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ကမ္ဘာမြေကြီးနှင့်ကမ္ဘာပေါ်ရှိ  
အရာဟူသမျှကိုငါပိုင်သောကြောင့်ဖြစ်၏။

13 ငါသည်အမဲသားကိုစားပါသလော။  
ဆိတ်သွေးကိုသောက်ပါသလော။

14 ကျေးဇူးတော်ချီးမွမ်းခြင်းသည်သာ လျှင်  
ဘုရားသခင်အားသင်တို့ပူဇော်ရာ  
ယဇ်ဖြစ်စေကြလော့။

ထို့ပြင်၊ အနု နှု တတန်ခိုးရှင်အားသင်တို့သစ္စာ  
ကတိထားသည့်အတိုင်းပြုကြလော့။

15 ဒုက္ခရောက်ချိန်၌ငါ့အားပ တု ထနာပြုကြလော့။  
 ငါသည်သင်တို့အားကယ်မည်။  
 သင်တို့သည်လည်းငါ့အားထောမနာ  
 ပြုကြလိမ့်မည်'' ဟုမိန့်တော်မူ၏။

16 သို့ရာတွင်ထာဝရဘုရားကသူယုတ်မာ အား  
 ``သင်သည်အဘယ်ကြောင့်ငါ၏ပညတ်တော်တို့ကို  
 ရွတ်ဆိုရပါသနည်း။  
 ငါ၏ပဋိညာဉ်တော်အကြောင်းကိုအဘယ်ကြောင့်  
 ပြောဆိုရပါသနည်း။

17 သင်သည်ငါ့ဆုံးမသွန်သင်သည်ကိုလက်မခံ။  
 ငါ၏ပညတ်တော်တို့ကိုပစ်ပယ်၏။

18 သင်သည်သူ့ခိုးနှင့်တွေ့လျှင်မိတ်ဖွဲ့တတ်၏။  
 သူတစ်ပါး၏အိမ်ရာကိုပြစ်မှားသူတို့နှင့်လည်း  
 ပေါင်းဖော်တတ်၏။

19 ``သင်သည်အစဉ်ပင်ညစ်ည မ်းသည့်စကားကို  
 ပြောဆိုတတ်၏။  
 မုသားကိုသုံးရန်အဘယ်အခါ၌မျှ  
 နှောင့်နှေးသည်မရှိ။

20 မိမိ၏ညီရင်းအစ်ကိုများကိုပင်လျှင်အစဉ်  
 ပြစ်တင်စွပ်စွဲတတ်၏။

21 သင်သည်ဤအမှုတို့ကိုပြုကျင့်သော်လည်း  
 ငါသည်ဆိတ်ဆိတ်နေခဲ့၏။

သို့ဖြစ်၍ငါ့ကိုသင်နှင့်တူသည်ဟုထင်မှတ်ခဲ့၏။  
 သို့ရာတွင်ယခုငါသည်သင့်အားပြောဆို ဆုံးမမည်။  
 သင်၏အပြစ်ကိုပွင့်လင်းစွာသင့်အားဖော်ပြမည်။

22 “ငါ့ကိုမေ့လျော့သူတို့၊ ဤအချက်ကို ဆင်ခြင်ကြလော့။  
 သို့မပြုပါမူငါသည်သင်တို့အားသုတ်သင်  
 ဖျက်ဆီးမည်။  
 သင်တို့အားကယ်မည့်သူလည်းတစ်ဦးတစ်ယောက် မျှ  
 ရှိလိမ့်မည်မဟုတ်။

23 ကျေးဇူးတော်ချီးမွမ်းခြင်းသည်ငါ့အား  
 ဂုဏ်ပြုရာယဇ်ပင်ဖြစ်၏။  
 ငါ့စကားကိုနားထောင်သူအပေါင်းတို့အား  
 ကေန့်အမှန်ငါကယ်မည်” ဟုမိန့်တော်မူ၏။

# 51

အပြစ်ဖြေလွတ်တော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>7</sup>

1 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကိုယ်တော်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်နှင့်အညီ  
 ကျွန်တော်မျိုးအားသနားတော်မူပါ။  
 လွန်စွာသနားကြင်နာတော်မူတတ်သည် နှင့်အညီ  
 ကျွန်တော်မျိုး၏အပြစ်များကိုဖြေလွတ် တော်မူပါ။

---

7 51: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒသည်ဗာသရှေ့ဘနှင့်မှားယွင်း၍  
 ပရောဖက်နာသန်၏ဆုံးမခြင်းကိုခံပြီး နောက်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

2 ကျွန်တော်မျိုး၏ဒုစရိုက်အညစ်အကြေးကို  
 အကုန်အစင်ဆေးကြောတော်မူ၍  
 ကျွန်တော်မျိုးအားအပြစ်မှသန့်စင်စေ တော်မူပါ။

3 ကျွန်တော်မျိုးသည်မိမိ၏အမှားများကို ဝန်ချပါ၏။  
 မိမိ၏အပြစ်များကိုအစဉ်ပင်သတိရပါ၏။

4 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်အားပြစ်မှား ပါပြီ။  
 ကိုယ်တော်ရှင်ကိုသာလျှင်ပြစ်မှားပါပြီ။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ရှေ့တော်၌ဒုစရိုက်ကို ပြုပါပြီ။  
 သို့ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုးအားကိုယ်တော်ရှင်  
 တရားစီရင်တော်မူသည်မှာလျော်ကန်ပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုးအားအပြစ်ဒဏ်ပေးတော်မူ သည်မှာ  
 တရားပါ၏။✧

5 ကျွန်တော်မျိုးသည်မွေးဖွားချိန်မှစ၍ ဆိုးညစ်ခဲ့ပါ၏။  
 မွေးဖွားကတည်းကအပြစ်ရှိပါ၏။

6 ကိုယ်တော်ရှင်သည်သစ္စာတရားကို  
 နှစ်သက်တော်မူသည်ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုး  
 စိတ်နှလုံးကိုဉာဏ်ပညာဖြင့်ပြည့်ဝစေ တော်မူ၏။

7 ကျွန်တော်မျိုး၏အပြစ်ကိုဖယ်ရှားတော်မူပါ။  
 သို့ပြုလျှင်ကျွန်တော်မျိုးသည်သန့်စင်ပါလိမ့်မည်။  
 ကျွန်တော်မျိုးအားဆေးကြောတော်မူပါ။

---

✧ 51:4 ရော၊ ၃:၄။

သို့ပြုလျှင်ကျွန်တော်မျိုးသည်မိုးပွင့်ထက်ပင်  
ပို၍ဖြူပါလိမ့်မည်။

8 ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်သံများကိုကျွန်တော်မျိုးအား  
ကြားခွင့်ပေးတော်မူပါ။  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
စိတ်ပျက်အားလျော့စေတော်မူသော်လည်း  
ကျွန်တော်မျိုးသည်တစ်ဖန်ပြန်၍ရွှင်ပျလာ ပါလိမ့်မည်။

9 ကျွန်တော်မျိုး၏အပြစ်များမှပျက်နှာလွှဲ၍  
ကျွန်တော်မျိုး၏ဒုစရိုက်ရှိသမျှကိုလည်း  
ပပျောက်စေတော်မူပါ။

10 အို ဘုရားသခင်၊  
ကျွန်တော်မျိုး၏စိတ်နှလုံးကိုသန်ရှင်း ဖြူစင်အောင်  
ပြုပြင်တော်မူပါ။  
ကြံ့ခိုင်တည်ကြည်သောစိတ်သဘောသစ်ကို  
ပေးတော်မူပါ။

11 ရှေ့တော်မှောက်မှကျွန်တော်မျိုးအား  
နှင်ထုတ်တော်မမူပါနှင့်။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ဝိညာဉ်တော်ကိုကျွန်တော် မျိုးထံမှ  
ရုပ်သိမ်းတော်မမူပါနှင့်။

12 ကိုယ်တော်ရှင်၏ကယ်တင်ခြင်းကျေးဇူးကြောင့်  
ခံစားရရှိသည့်ဝမ်းမြောက်ခြင်းကို  
ကျွန်တော်မျိုးအားပေးသနားတော်မူပါ။



ကိုယ်တော်ရှင်၏အမိန့်တော်ကိုနာခံတတ်စေ တော်မူပါ။

13 ထိုအခါကျွန်တော်မျိုးသည်အပြစ်ကူးသူ တို့အား  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ပညတ်တော်တို့ကိုသွန်သင်ပါမည်။  
သူတို့သည်လည်းအထံတော်သို့ပြန်လာ  
ကြပါလိမ့်မည်။

14 အို ဘုရားသခင်၊  
ကျွန်တော်မျိုး၏အသက်ကိုချမ်းသာပေး တော်မူပါ။  
ကျွန်တော်မျိုးကိုကယ်တော်မူပါ။  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်  
တရားမျှတတော်မူကြောင်းကိုဝမ်းမြောက်စွာ  
ထုတ်ဖော်ကြေညာပါမည်။

15 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုး၏နှုတ်ကိုဖွင့်တော်မူပါ။  
ဂုဏ်တော်ကိုချီးမွမ်းပါမည်။

16 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ယဇ်ပူဇော်ခြင်းကို  
အလိုရှိတော်မမူပါ။  
သို့မဟုတ်လျှင်ကျွန်တော်မျိုးသည်  
ယဇ်ပူဇော်ပါမည်။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်မီးရှို့ရာပူဇော်သကာ များကို  
နှစ်သက်တော်မမူပါ။

17 အို ဘုရားသခင်၊

ကျွန်တော်မျိုးပူဇော်သောယဇ်သည်နှိမ့်ချသော  
 စိတ်နှလုံးပင်ဖြစ်ပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်နှိမ့်ချ၍နောင်တရသော  
 စိတ်နှလုံးကိုပစ်ပယ်တော်မူမည်မဟုတ်ပါ။

18 အို ဘုရားသခင်၊  
 ဇိအုန်တောင်ကိုသနားတော်မူ၍ကူမတော် မူပါ။  
 ယေရုရှလင်မြို့ရိုးတို့ကိုပြန်လည် တည်ဆောက်တော်မူပါ။  
 19 ထိုအခါကိုယ်တော်ရှင်သည်မှန်ကန်သည့်  
 မီးရှို့ရာပူဇော်သကာများကိုနှစ်သက်  
 လက်ခံတော်မူလိမ့်မည်။  
 နွားလားများကိုလည်းကိုယ်တော်ရှင်၏  
 ယဇ်ပလ္လင်ပေါ်တွင်တင်လှူပူဇော်ကြပါလိမ့်မည်။

### 52

ဘုရားသခင်၏တရားစီရင်တော်မူခြင်းနှင့်  
 ကျေးဇူးတော်

1 တန်ခိုးကြီးသောအချင်းလူ၊ အဘယ်ကြောင့်  
 မိမိ၏ဆိုးညစ်မှုကိုကြွားဝါသနည်း။  
 ဘုရားသခင်၏သစ္စာတော်သည်အစဉ်အမြဲတည်၏။  
 2 သင်သည်သူတစ်ပါးပျက်စီးရာပျက်စီးကြောင်းကို  
 ကြံစည်တတ်၏။

---

8 52: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ အဟိမလက်အိမ်သို့ဒါဝိဒ်ရောက်ကြောင်း  
 ကိုနွဲ့အမျိုးသားဒေါက်သည့်ရှောလုထံ  
 သို့သွားရောက်၍လျှောက်ထားပြီးနောက်ဒါဝိဒ် စပ်ဆိုသောဆာလံ။

သင်၏လျှာသည်သင်တုန်းဥဋ္ဌားကဲ့သို့ထက်မြက်၏။

သင်သည်မဟုတ်မမှန်သည့်စကားကိုအစဉ်ပင်  
လုပ်ကြံပြောဆိုတတ်၏။

3 သင်သည်အကောင်းထက်အဆိုးကိုလည်းကောင်း၊  
သစ္စာစကားထက်မုသားစကားကိုလည်းကောင်း  
ပို၍နှစ်သက်တတ်၏။

4 အချင်းလူလိမ်၊ သင်သည်မိမိ၏နှုတ်အားဖြင့်  
လူတို့အားထိခိုက်နှစ်နာအောင်ပြောဆိုရန်  
နှစ်သက်ပါသည်တကား။

5 သို့ဖြစ်၍ဘုရားသခင်သည်သင့်အားထာဝစဉ်  
ပြုလဲစေတော်မူလိမ့်မည်။  
ကိုယ်တော်သည်သင့်ကိုနေအိမ်မှဆွဲထုတ်  
တော်မူလိမ့်မည်။

သင့်ကိုသက်ရှင်နေသူတို့နေထိုင်ရာလူ့ပြည်မှ  
ဖယ်ရှားတော်မူလိမ့်မည်။

6 သူတော်ကောင်းတို့သည်ဤအခြင်းအရာကို မြင်လျှင်  
ကြောက်လန့်ကြလိမ့်မည်။  
သူတို့သည်သင့်အားကြည့်၍ပြုံးရယ်ကြလျက်

7 “မိမိ၏လိုခြံမှုအတွက်ထာဝရဘုရားကို  
အားကိုးမည့်အစားမိမိ၏စည်းစိမ်ချမ်းသာ ကို  
အားကိုးသူကိုကြည့်ကြလော့။

သူသည်ယုတ်မာမှုအားဖြင့်မိမိ၏လုံခြုံမှုကို  
ရှာသူဖြစ်၏'' ဟုဆိုကြလိမ့်မည်။

8 ငါမူကားထာဝရဘုရား၏အိမ်တော်အနီးတွင်  
ပေါက်သည့်သံလွင်ပင်နှင့်တူ၏။  
ငါသည်ကိုယ်တော်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာကို  
ကာလအစဉ်အမြဲကိုးစား၏။

9 အို ဘုရားသခင်၊  
ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူသောအမှုတော်အတွက်  
ကျွန်တော်မျိုးသည်အစဉ်အမြဲကျေးဇူးတော်ကို  
ချီးမွမ်းပါမည်။  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကောင်းမြတ်တော်မူကြောင်းကို  
ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်ရှေ့တွင်ထုတ်ဖော်  
ကြေညာပါမည်။

### 53

လူတို့၏ဆိုးညစ်ယုတ်မာမှု<sup>၅</sup>  
(ဆာလံ၊ ၁၄။)

1 လူမိုက်တို့က'' ဘုရားမရှိ'' ဟုတွေ့တော  
ထင်မှတ်တတ်ကြ၏။  
သူတို့အားလုံးပင်အကျင့်ပျက်ပြား၍  
စက်ဆုပ်သောအမှုတို့ကိုပြုကြလေပြီ။  
မှန်ရာကိုပြုကျင့်သူတစ်ယောက်မျှမရှိ။

<sup>၅</sup> 53: \* ဟေမြခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောကဗျာ။

2 ဘုရားသခင်သည်အသိပညာရှိသူများ၊ မိမိအား  
 ကိုးကွယ်ဝတ်ပြုသူများရှိမရှိကိုသိမြင် နိုင်ရန်  
 ကောင်းကင်ဘုံမှလူသားတို့အားကြည့်တော် မူ၏။

3 သို့ရာတွင်လူတို့သည်ကိုယ်တော်အား  
 ကျောခိုင်းကြကုန်လေပြီ။  
 သူတို့အားလုံးပင်လျှင်တညီတညွတ်တည်း  
 ဆိုးညစ်ကြ၏။

သူတို့တွင်မှန်ရာကိုပြုကျင့်သူမရှိ။  
 တစ်ဦးတစ်ယောက်မျှမရှိ။\*

4 ဘုရားသခင်က  
 “သူတို့သည်မသိနားမလည်သူများပေလော။  
 ဤသူယုတ်မာများသည်အသိပညာကင်းမဲ့  
 သူများပေလော။  
 သူတို့သည်ငါ၏လူစုတော်ဝင်များထံမှ  
 လူယူတိုက်ခိုက်၍အသက်မွေးကြကုန်၏။  
 ငါ့ထံသို့လည်းဆုတောင်းပ တု ထနာမပြုကြ” ဟု  
 မိန့်တော်မူ၏။

5 သို့ရာတွင်ဘုရားသခင်သည်ကိုယ်တော် လူစုတော်၏  
 ရန်သူများ၏အရိုးများကို  
 ဖရိုဖရဲကွဲလွင့်စေတော်မူမည်ဖြစ်၍သူတို့သည်

---

\* 53:3 ရော၊ ၃:၁၀-၁၂။

တစ်ခါမျှမခံစားခဲ့ဘူးသည့်ကြောက်ခြင်းမျိုး ဖြင့်  
 အလွန်ကြောက်လန့်ကြလိမ့်မည်။  
 ဘုရားသခင်သည်သူတို့ကိုပစ်ပယ်တော်မူ ပြီဖြစ်၍  
 ကုသရေလအမျိုးသားတို့သည်လုံးဝအနိုင်  
 ရကြလိမ့်မည်။

6 ကုသရေလအမျိုးသားတို့ကိုကယ်တင်ခြင်း  
 ကျေးဇူးတော်သည်ဇိအုန်တောင်တော်မှ  
 ထွက်ပေါ်လာစေရန်ငါသည်စိတ်အားထက်သန်စွာ  
 ဆုတောင်းပတုထနာပြုပါ၏။  
 ဘုရားသခင်သည်ကုသရေလအမျိုးသားတို့ အား  
 တစ်ဖန်ပြန်လည်၍ကောင်းစားစေတော်မူသော အခါ  
 သူတို့သည်လွန်စွာဝမ်းမြောက်ကြလိမ့်မည်။

# 54

ရန်သူများမှကွယ်ကာရန်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>10</sup>

1 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏တန်ခိုးတော်အားဖြင့်  
 ကျွန်တော်မျိုးအားကယ်တော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးအားကိုယ်တော်၏အာနုဘော် အားဖြင့်  
 လွတ်မြောက်စေတော်မူပါ။

---

10 54: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဇိဖမှလူတို့သည်ရှောလုထံသွားရောက်  
 ၍ဒါဝိဒ်မိမိတို့နယ်မြေတွင်ပုန်းအောင်းနေ ကြောင်းပြောကြားပြီးနောက်  
 ဒါဝိဒ်စပ်ဆို သောဆာလံ။

2 ဘုရားသခင်၊ ကျွန်တော်မျိုး၏ဆုတောင်း ပတုထနာကို  
ကြားတော်မူပါ။

ကျွန်တော်မျိုးတောင်းလျှောက်သောစကားတို့ကို  
နားထောင်တော်မူပါ။

3 မာန်မာန်ကြီးသူတို့သည် ကျွန်တော်မျိုးအား  
တိုက်ခိုက်ရန်လာကြပါပြီ။

ဘုရားကိုပမာဏမပြုသည့်

ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်သူတို့သည် ကျွန်တော်မျိုး အား  
သတ်ရန်ကြိုးစားကြပါ၏။

4 သို့ရာတွင် ဘုရားသခင်သည် ငါ့ကိုကူမတော် မှုသော  
အရှင်ဖြစ်၏။

ငါ၏ဘက်မှခုခံကာကွယ်တော်မူသော အရှင် ဖြစ်၏။

5 ငါ၏ရန်သူတို့၏ဆိုးညစ်မှုသည် သူတို့အား  
ပြန်လည်၍ ဒဏ်ခတ်စေရန် ဘုရားသခင်  
စီရင်တော်မူပါစေသော။

ကိုယ်တော်သည် သစ္စာစောင့်တော်မူသည်ဖြစ်၍  
သူတို့အား သုတ်သင်ပယ်ရှင်းတော်မူလိမ့် မည်။

6 အို ထာဝရဘုရား၊

ကျွန်တော်မျိုးသည် ကိုယ်တော်ရှင်အား  
ဝမ်းမြောက်စွာ ယဇ်ပူဇော်ပါမည်။

ကိုယ်တော်ရှင်သည် ကောင်းမြတ်တော်မူသည် ဖြစ်၍  
ကျွန်တော်မျိုးသည် ကျေးဇူးတော်ကို ချီးမွမ်း ပါမည်။

7 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားဆင်းရဲ  
 ဒုက္ခအပေါင်းမှကယ်ဆယ်တော်မူပါပြီ။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ရန်သူတို့အရေးရှုံးနိမ့်  
 ကြသည်ကို တွေ့မြင်ရပါပြီ။

### 55

သစ္စာမဲ့မိတ်ဆွေစွန့်ပယ်ခြင်းခံရသူ၏ ဆုတောင်းပတု  
 ထနာ<sup>11</sup>

1 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကျွန်တော်မျိုး၏ဆုတောင်းပ တု  
 ထနာကိုကြားတော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးပန်ကြားသောအခါ မျက်နှာလွဲတော်မမူပါနှင့်။

2 ကျွန်တော်မျိုးတောင်းလျှောက်သည်ကို  
 နားထောင်တော်မူ၍ထူးတော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်စိုးရိမ် မ်ပူပန်မှုများဖြင့်  
 အားအင်ကုန်ခန်းလျက်နေပါ၏။

3 ရန်သူများ၏ခြိမ်းခြောက်မှုကြောင့်ကျွန်တော်မျိုး  
 ကြောက်လန့်ပါ၏။  
 သူယုတ်မာတို့၏နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲမှုကြောင့်  
 ကျွန်တော်မျိုးစိတ်ပျက်အားလျော့ပါ၏။  
 သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးအားဆင်းရဲဒုက္ခ  
 ရောက်စေကြပါ၏။

---

11 55: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။



သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးအားအမျက်ထွက်၍  
မုန်းကြပါ၏။

4 ကျွန်တော်မျိုး၏စိတ်နှလုံးသည်ကြောက်လန့်လျက်  
နေပါ၏။

သေဘေးကိုလွန်စွာထိတ်လန့်လျက်ရှိပါ၏။

5 ကြောက်လန့်တုန်လှုပ်လျက်၊ လွန်စွာတုန်လှုပ်  
ချောက်ချားလျက်ရှိပါ၏။

6 အကယ်၍ချိုးငှက်ကဲ့သို့ငါ့မှာအတောင်များ  
ရှိခဲ့ပါမူငါသည်အဝေးသို့ပျံသွားကာ  
နားနေစရာအရပ်ကိုရှာမည်။

7 ငါသည်အလွန်ဝေးရာအရပ်သို့ပျံသွားလျက် တောကနု  
တာရတွင်နေထိုင်ပါမည်။

8 ငါသည်လျင်မြန်စွာသွား၍လေပြင်းနှင့်  
မိုးသက်မုန်တိုင်းတို့မှအကာအကွယ်ကိုရှာမည်။

9 အို ဘုရားရှင်၊  
ကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူများပြောဆိုသည့်  
စကားများကိုရှုပ်ထွေးစေတော်မူပါ။

မြို့တွင်း၌အကြမ်းဖက်မှုနှင့်လုယက်မှုတို့ကို  
ကျွန်တော်မျိုးမြင်ပါ၏။

10 ထိုသူတို့သည်မြို့ကိုနေ့ညမပြတ်ဝိုင်းရံထား ကြပါ၏။  
မြို့ထဲတွင်ရာဇဝတ်မှု၊ နှောင့်ယှက်မှုများနှင့်  
ပြည့်နှက်လျက်ရှိပါ၏။

11 နေရာတကာတွင်အပျက်အစီးများရှိနေပါ၏။  
 လမ်းများ၌နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲမှု၊ လိမ်လည်  
 လှည့်စားမှုများနှင့်ပြည့်နှက်လျက်ရှိပါ၏။

12 အကယ်၍ငါ့အားပြောင်လှောင်သူသည်  
 ငါ၏ရန်သူဖြစ်ခဲ့သော်ငါသည်သည်းခံနိုင် ပါ၏။  
 ငါ့ကိုအကြောင်းပြု၍ကြားဝါသောရန်ဘက် ဖြစ်ခဲ့သော်  
 ငါသည်သူ့ကိုရှောင်ရှားနိုင်၏။

13 သို့ရာတွင်ယင်းသို့ပြုသူမှာငါ၏အပေါင်းအဖော်၊  
 လုပ်ဖော်ဆောင်ဘက်၊  
 ရင်းနှီးသည့်မိတ်ဆွေဖြစ်သူပင်ဖြစ်ပါသည်တကား။

14 သင်နှင့်ငါသည်ရင်းနှီးစွာဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခဲ့ကြ၏။  
 မိမိတော်တွင်လည်းအတူတူ ကိုးကွယ်ဝတ်ပြုခဲ့ကြ၏။

15 ငါ၏ရန်သူများသည်သေနေ့မစေ့မီ  
 သေရကြပါစေသော။  
 အရှင်လတ်လတ်သေရွာသို့သွားရကြပါစေသော။

သူတို့၏နေအိမ်များသည်ဆိုးညစ်မှုကြီးစိုးရာ  
 ဌာနများဖြစ်ကြ၏။  
 သူတို့၏စိတ်နှလုံးသည်ဆိုးညစ်မှုနှင့်  
 ပြည့်နှက်လျက်ရှိ၏။

16 ငါ့မူကားထာဝရဘုရား၏ထံတော်သို့  
 ကူမတော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာပြု၏။  
 ကိုယ်တော်သည်ငါ့ကိုကယ်တော်မူလိမ့်မည်။

17 ငါ၏ညည်းတွားမြည်တမ်းသံများသည်နံနက်ချိန်၊  
 မွန်းတည့်ချိန်၊ညဉ့် အချိန်တို့၌  
 အထံတော်သို့ရောက်သဖြင့်ကိုယ်တော်သည်  
 ကြားတော်မူလိမ့်မည်။

18 ဤမျှများလှသောရန်သူတို့နှင့်  
 တိုက်ခိုက်ရာစစ်ပွဲများမှငါ့အားဘေးမဲ့လုံခြုံစွာ  
 ပြန်လာစေတော်မူလိမ့်မည်။

19 ရှေးကမ္ဘာအဆက်ဆက်မှစ၍ လူသတ္တဝါအပေါင်းတို့အား  
 ပိုင်သအုပ်စိုးတော်မူသောဘုရားသခင်သည်  
 ငါ၏ပ တှ ထ နာစကားကိုကြား၍ရန်သူတို့အား  
 အရေးရှုံးနိမ့်စေတော်မူလိမ့်မည်။  
 အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်သူတို့သည်စိတ်နှလုံး  
 ပြောင်းလဲမှုမရှိကြ။  
 ကိုယ်တော်ကိုလည်းမကြောက်ရွံ့ကြသောကြောင့်  
 ဖြစ်၏။

20 ငါ၏မိတ်ဆွေဟောင်းသည်မိမိ၏မိတ်ဆွေများကို  
 တိုက်ခိုက်၍မိမိ၏ကတိကိုလည်းဖျက်၏။

21 သူ၏စကားတို့သည်ထောပတ်ထက်ပင်  
 ချောမွတ်သော်လည်း  
 သူ၏စိတ်နှလုံးထဲ၌မူကား မုန်းတီးတတ်သောသဘောရှိ၏။  
 သူ၏စကားတို့သည်ဆီကဲ့သို့ပျော့ပျောင်း သော်လည်း  
 ထက်သောဋ္ဌာားကဲ့သို့ထိခိုက်နာကြင်စေတတ်၏။

22 သင်၏ဝန်ကိုထာဝရဘုရားအားလွှဲအပ်လော့။  
 ကိုယ်တော်သည်သင့်ကိုကွယ်ကာစောင့်ရှောက်  
 တော်မူလိမ့်မည်။  
 သူတော်ကောင်းတို့ကိုအဘယ်အခါ၌  
 အရေးရှုံးနိမ့်စေတော်မူလိမ့်မည်မဟုတ်။

23 သို့ရာတွင် အို ဘုရားသခင်၊ ကိုယ်တော်ရှင်သည်  
 လူသတ်သမားများနှင့်လူလိမ်များအား  
 သူတို့သက်တမ်းထက်ဝက်မကျိုးမီသင်္ချိုင်း တွင်းသို့  
 သက်ဆင်းစေတော်မူမည်။  
 ကျွန်တော်မျိုးမူကားကိုယ်တော်ရှင်ကိုကိုးစား ပါမည်။

### 56

ဘုရားသခင်အားကိုးစားသူ၏ဆုတောင်း ပ တု ထ နာ

12

1 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်တိုက်ခိုက်ခြင်းကိုခံနေရသဖြင့်  
 ကျွန်တော်မျိုးကိုသနားတော်မူပါ။  
 ရန်သူများသည်ကျွန်တော်မျိုးအားနေ့ရှိသမျှ  
 ညှဉ်းဆဲနှိပ်စက်ကြပါ၏။

2 ကျွန်တော်မျိုး၏ရန်ဘက်တို့သည်တစ်နေ့လုံးပင်  
 ကျွန်တော်မျိုးအားတိုက်ခိုက်ကြပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုးအားတိုက်ခိုက်သူတို့များလှပါ၏။

---

12 56: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဂါသသည်ဖိလိစ္စတိုအမျိုးသားတို့လက်တွင်း သို့ရောက်ပြီးနောက်ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

3 အို အနန္တတတန်ခိုးရှင်ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကြောက်လန့်သောအခါ  
 ကိုယ်တော်ရှင်အားကိုးစားပါ၏။

4 ငါသည်ဘုရားသခင်အားကိုးစားသဖြင့်  
 အဘယ်သူ့ကိုမျှကြောက်လန့်မည်မဟုတ်။  
 ကိုယ်တော်၏ကတိတော်အတွက်ကိုယ်တော်အား  
 ထောမနာပြုမည်။  
 လူသည်ငါ့အားအဘယ်သို့ပြုနိုင်မည်နည်း။

5 ငါ၏ရန်သူများသည်ငါ့ကိုတစ်နေ့လုံး  
 ဖော်ကားပြောဆိုကြ၏။  
 ငါ့အားအကျိုးနည်းစေရန်နည်းလမ်းကို  
 အစဉ်ပင်ရှာကြံလျက်နေကြ၏။

6 သူတို့သည်ပုန်းကွယ်ရာအရပ်များတွင် စုရုံးကာ  
 ငါ့ကိုသတ်ဖြတ်နိုင်ရန်ငါပြုသမျှသော  
 အမှုတို့ကိုချောင်းမြောင်း၍ကြည့်ကြ၏။

7 အို ဘုရားသခင်၊  
 သူတို့ပြုသောဒုစရိုက်အတွက် အပြစ်ဒဏ်ခတ်တော်မူပါ။  
 အမျက်တော်ထွက်၍သူတို့အားနှိမ်နင်း တော်မူပါ။

8 ကျွန်တော်မျိုးသည်အတိဒုက္ခရောက်လျက်ရှိ သည်ကို  
 ကိုယ်တော်ရှင်သိတော်မူပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏မျက်ရည်ပေါက်  
 များကိုစာရင်းပြု၍ထားတော်မူပြီ။

ကိုယ်တော်ရှင်၏စာစောင်တွင်စာရင်းပြု၍ထားသည်  
မဟုတ်ပါလော။

9 ကိုယ်တော်ရှင်အားကျွန်တော်မျိုး  
တောင်းလျှောက်သောနေ့၌ရန်သူတို့သည်  
တပ်လန်ကြပါလိမ့်မည်။

ဘုရားသခင်သည်ငါ၏ဘက်တွင်ရှိတော်မူ ကြောင်းကို  
ငါသိ၏။

10 ငါသည်ထာဝရဘုရား၏ကတိတော်များကို  
ချီးမွမ်းပါ၏။

11 ငါသည်ကိုယ်တော်ကိုကိုးစားသဖြင့် အဘယ်သူ့ကိုမျှ  
ကြောက်လန့်မည်မဟုတ်။  
လူသည်ငါ့အားအဘယ်သို့ပြုနိုင်သနည်း။

12 အို ဘုရားသခင်၊  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်အားသစ္စာကတိ  
ပြုခဲ့သည့်အတိုင်းသစ္စာဝတ်ကိုဖြေပါမည်။  
ချီးမွမ်းရာပူဇော်သကာကိုကိုယ်တော်ရှင်အား  
ဆက်သပါမည်။

13 အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ကိုယ်တော်ရှင်သည်  
ကျွန်တော်မျိုးအားသေဘေးမှကယ်ဆယ်တော်မူ၍  
အရေးရှုံးနိမ့်စေတော်မမူခဲ့သောကြောင့်ဖြစ်ပါ၏။  
သို့ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုးသည်

အသက်ရှင်သူတို့၏အလင်းထဲမှာ ဘုရားသခင်၏ရှေ့တော်၌သွားလာပါမည်။

# 57

## ကူမတော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>13</sup>

1 ကျွန်တော်မျိုးသည်ခိုလှုံရန်အထံတော်သို့  
 ချဉ်းကပ်ပါ၏။  
 သို့ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုးအားသနားတော်မူပါ။

အို ဘုရားသခင်၊  
 သနားတော်မူပါ။

မိုးသက်မုန်တိုင်းလွန်သွားသည်အထိ  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
 အတောင်တော်အရိပ်တွင်ခိုလှုံပါ၏။

2 ငါလိုသမျှသောအရာတို့ကိုပေးတော် မူသော၊  
 အမြင့်မြတ်ဆုံးဖြစ်တော်မူသောဘုရားသခင် အား  
 ငါသည်တောင်းလျှောက်ပါ၏။

3 ကိုယ်တော်သည်ကောင်းကင်ဘုံမှထူးတော်မူ၍  
 ငါ့ကိုကယ်တော်မူလိမ့်မည်။  
 ငါ့ကိုညှဉ်းဆဲနှိပ်စက်သူတို့အားနှိမ်နင်း  
 တော်မူလိမ့်မည်။

ဘုရားသခင်သည်မိမိ၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာ တော်နှင့်  
 သစ္စာတော်ကိုငါ့အားပြတော်မူလိမ့်မည်။

---

13 57: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်သည်ဥမင်ရှိရှောလုထံမှထွက်ပြေး  
 ပြီးနောက်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

4 ရန်သူများသည်လူသားကိုစားသည့်ခြင်္သေ့များ သဖွယ်  
 ငါ့ကိုဝိုင်းရံထား၏။  
 သူတို့၏သွားများသည်လှံများ၊ မြားများ နှင့်တူ၏။  
 သူတို့၏လျှာများသည်သန်လျက်ကဲ့သို့ ထက်၏။

5 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ကြီးမြတ်တော်မူပုံကို  
 မိုးကောင်းကင်တွင်လည်းကောင်း၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ဘုန်းအသရေတော်ကို  
 ကမ္ဘာတစ်ဝန်းလုံးတွင်လည်းကောင်းပေါ်လွင်ထင်ရှား  
 စေတော်မူပါ။

6 ရန်သူတို့သည်ငါ့ကိုဖမ်းရန်ကျော့ကွင်းထောင်ကြ၏။  
 ငါသည်ပြင်းစွာစိတ်ဒုက္ခရောက်လျက်ရှိပါ၏။  
 သူတို့သည်ငါ့သွားရာလမ်းတွင်တွင်းကို  
 တူးထားကြပါ၏။  
 သို့ရာတွင်ထိုတွင်းထဲသို့သူတို့ပင်လျှင် ကျကြ၏။

7 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်လုံးဝယုံကြည်စိတ်ချပါပြီ။  
 သို့ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုးသည်သီချင်းဆို၍  
 ကိုယ်တော်ရှင်အားထောမနာပြုပါမည်။

8 အို ငါ့ဝိညာဉ်၊ နိုးထလော့။



ငါ၏စောင်းကြီးစောင်းငယ်တို့၊ နိုးထကြလော့။  
ငါသည်လည်းနေကိုနိုးထစေမည်။

9 အို ဘုရားရှင်၊  
ကျွန်တော်မျိုးသည်လူမျိုးတကာတို့၏အလယ်တွင်  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းပါမည်။  
လူမျိုးအပေါင်းတို့၏အလယ်တွင်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
ထောမနာပြုပါမည်။

10 ကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်သည်  
မိုးကောင်းကင်သို့တိုင်အောင်လည်းကောင်း၊  
ကိုယ်တော်ရှင်၏သစ္စာတော်သည်အာကာသသို့  
တိုင်အောင်လည်းကောင်းရောက်ပါ၏။

11 အို ဘုရားသခင်၊  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ကြီးမြတ်တော်မူပုံကို  
မိုးကောင်းကင်တွင်လည်းကောင်း၊  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ဘုန်းအသရေတော်ကို  
ကမ္ဘာတစ်ဝန်းလုံးတွင်လည်းကောင်း ပေါ်လွင်  
ထင်ရှားစေတော်မူပါ။

# 58

သူယုတ်မာတို့အားအပြစ်ဒဏ်ခတ်တော်မူရန်  
ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>14</sup>

14 58: \* ဟေမြခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

1 အချင်းအာဏာပိုင်တို့၊ သင်တို့သည်တရား သဖြင့်  
 ဆုံးဖြတ်မှုကိုပြုကြသလော။  
 လူအပေါင်းတို့အားတရားမျှတစွာ စီရင်ကြသလော။

2 သင်တို့ကားယင်းသို့မပြု။ မိမိတို့ပြုမည့်  
 ဒုစရိုက်ကိုသာလျှင်စဉ်းစားကြစည်လျက်  
 တိုင်းပြည်တွင်အဋ္ဌ ၅ မှ မအကြမ်းဖက်မှုကို  
 ကူးလွန်ကြ၏။

3 ဒုစရိုက်သမားတို့သည်တစ်သက်လုံးအမှားကို  
 သာလျှင်ပြုတတ်ကြ၏။  
 သူတို့သည်မိမိတို့မွေးကတည်းက  
 မုသားစကားကိုပြောဆိုတတ်ကြ၏။

4-5 သူတို့သည်အဆိပ်ရှိသည့်မြွေများနှင့်တူ ကြ၏။  
 နားပင်းသည့်မြွေဟောက်သည်အလမုဟယ် ဆရာ၏  
 အသံကိုသော်လည်းကောင်း၊ကျင်လည်သော  
 မျက်လှည့်ဆရာ၏မန္တန်ကိုသော်လည်းကောင်း  
 မကြားရ။

သူတို့သည်နားပင်းသည့်မြွေဟောက်နည်းတူ  
 မိမိတို့၏နားများကိုပိတ်ထားကြ၏။

6 အို ဘုရားသခင်၊  
 ဤရက်စက်ကြမ်းကြုတ်သောခြင်္သေ့၏အစွယ်  
 များကို ချိုးတော်မူပါ။

7 သူတို့သည်စီးဆင်းပျောက်ကွယ်သွားတတ်သည့်  
 ရေကဲ့သို့ဖြစ်ကြပါစေသော။  
 လူသွားလမ်းပေါ်မှပေါင်းပင်များကဲ့သို့  
 ကြေမွသွားကြပါစေသော။

8 သူတို့သည်အကျိအချွဲအဖြစ်သို့အရည် ပျော်၍  
 သွားတတ်သည့်ပက်ကျိများကဲ့သို့ဖြစ်ကြပါစေသော။  
 အလင်းရောင်ကိုအဘယ်အခါ၌မျှမမြင်ရသည့်  
 လျှောမွေးကဲ့သို့ဖြစ်ကြပါစေသော။

9 သူတို့သည်မမျှော်လင့်သောအချိန်တွင်ချုံ့ဖုတ် ကဲ့သို့  
 ခုတ်ပစ်ခြင်းကိုခံကြရ၏။  
 ဘုရားသခင်သည်ပြင်းစွာအမျက်ထွက်တော်မူ၍  
 သူတို့အားကွယ်ပျောက်သွားစေတော်မူလိမ့်မည်။

10 သူတော်ကောင်းတို့သည်အပြစ်ကူးသူများ  
 အပြစ်ဒဏ်သင့်ကြသည်ကိုမြင်သောအခါ  
 ဝမ်းမြောက်ကြလိမ့်မည်။

သူတို့သည်သူယုတ်မာတို့၏သွေးအိုင်တွင်  
 ခြေဆေးကြလိမ့်မည်။

11 လူတို့က`သူတော်ကောင်းတို့သည်ဧကန်အမှန်ပင်  
 ကောင်းကျိုးချမ်းသာခံစားကြရ၏။  
 ကမ္ဘာလောကကိုတရားစီရင်တော်မူသောဘုရား  
 ဧကန်အမှန်ရှိတော်မူပေသည်' ဟုဆိုကြလိမ့်မည်။

# 59

ဘေးမဲ့လုံခြုံမှုရရှိရန်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>15</sup>

- 1 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရား၊ ကျွန်တော်မျိုးအား  
ရန်သူတို့၏လက်မှကယ်တော်မူပါ။  
ကျွန်တော်မျိုးအားတိုက်ခိုက်သူတို့၏ဘေးမှ  
ကွယ်ကာစောင့်ရှောက်တော်မူပါ။
- 2 ဒုစရိုက်သမားတို့၏လက်မှကျွန်တော် မျိုးအား  
ကယ်တော်မူပါ။  
လူသတ်သမားတို့၏ဘေးမှကယ်ဆယ်တော်မူပါ။

3-4 ကျွန်တော်မျိုးအားထိုသူတို့တိုက်ခိုက်ရန် စောင့်လျက်  
နေကြသည်ကိုကြည့်တော်မူပါ။  
ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုး အား  
တိုက်ခိုက်ရန်စုရုံးကြပါ၏။

အို ဘုရားသခင်၊  
ထိုသူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးအားတိုက်ခိုက်ရန်  
လျင်မြန်စွာနေရာယူစုရုံးကြသည်မှာ  
ကျွန်တော်မျိုး၏ချွတ်ယွင်းမှုတစ်စုံတစ်ရာ ကြောင့်  
မဟုတ်ပါ။  
ကျွန်တော်မျိုးပြုမိသည့်အပြစ်နှင့်  
မှားယွင်းမှုကြောင့်လည်းမဟုတ်ပါ။

---

<sup>15</sup> 59: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်ကိုသတ်ရန်ရှာလုလှလွှတ်၍သူ့ အိမ်ကိုစောင့်စေပြီးနောက်ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသော ဆာလံ။

5 အို အနန္တတတန်ခိုးရှင်ထာဝရဘုရားသခင်၊  
 နိုးထတော်မူ၍ကျွန်တော်မျိုးအားကူမရန်  
 ကြွတော်မူပါ။  
 ကုသရေလအမျိုးသားတို့၏ဘုရား၊ ကိုယ်တော်တိုင်  
 ရှုကြည့်တော်မူပါ။  
 နိုးထတော်မူ၍ဘုရားမဲ့သူတို့ကို အပြစ်ဒဏ်ခတ်တော်မူပါ။  
 ဆိုးယုတ်၍သစ္စာဖောက်သူတို့အား သနားတော်မမူပါနှင့်။

6 သူတို့သည်မြို့ထဲသို့ညဦးယံ၌  
 ပြန်လာ၍ခွေးများကဲ့သို့မာန်ဖီကာလှည့် လည်  
 သွားလာကြပါ၏။

7 သူတို့စော်ကားပြောဆိုခြိမ်းခြောက်သည်ကို  
 ကြားတော်မူပါ။  
 သူတို့၏လျှာသည်ငှာငှားသဖွယ်ဖြစ်ပါ၏။  
 သို့သော်လည်းသူတို့က `ငါတို့စကားကို အဘယ်သူ  
 ကြားပါမည်နည်း' ဟုဆိုကြပါ၏။

8 သို့ရာတွင် အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်သူတို့ကိုကြည့်၍  
 ပြုံးရယ်တော်မူပါ၏။

ဘုရားမဲ့သူအပေါင်းတို့ကိုပြက်ရယ်ပြု တော်မူပါ၏။  
 9 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်၏တန်ခိုးကို  
 ယုံကြည်ကိုးစားပါ၏။  
 အို ဘုရားသခင်၊

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးခိုလှုံရာ  
ဖြစ်တော်မူပါ၏။

10 ငါ၏ဘုရားသည်ငါ့ကိုချစ်၍ငါ့ထံသို့  
ကြွလာတော်မူလိမ့်မည်။

ငါ၏ရန်သူများအရေးရှုံးနိမ့်ကြသည်ကို ငါ့အား  
တွေ့မြင်ခွင့်ကိုပေးတော်မူလိမ့်မည်။

11 အို ဘုရားသခင်၊ သူတို့အားသတ်တော်မမူပါနှင့်။  
သတ်လျှင်ကျွန်တော်မျိုး၏အမျိုးသားတို့သည်  
သတိမရဘဲမေ့သွားပါလိမ့်မည်။

ကျွန်တော်မျိုးအားကာကွယ်စောင့်ထိန်း  
တော်မူသောအရှင်၊

ကိုယ်တော်ရှင်၏တန်ခိုးတော်အားဖြင့်  
ထိုသူတို့ကိုကစ ဥံ့ကလျားဖြစ်စေတော်မူ၍  
အရေးရှုံးနိမ့်စေတော်မူပါ။

12 သူတို့၏နှုတ်၊ သူတို့ပြောဆိုသမျှသောစကား အားဖြင့်  
အပြစ်ကူးကြပါ၏။  
သူတို့သည်မိမိတို့၏မာန်မာန်ကျော့ကွင်းတွင်ပင်  
မိကြပါစေသော။

သူတို့သည်ကျိန်ဆဲ၍မူသားစကားကို  
ပြောဆိုတတ်ကြသဖြင့်

13 ကိုယ်တော်ရှင်သည်အမျက်တော်ထွက်၍ သူတို့အား  
သုတ်သင်ဖျက်ဆီးပစ်တော်မူပါ။

အကုန်အစင်သုတ်သင်ဖျက်ဆီးပစ်တော်မူပါ။  
 ထိုအခါဘုရားသခင်သည်  
 ကုသရေလအမျိုးသားတို့အားအုပ်စိုးလျက်  
 နေတော်မူကြောင်းကိုလည်းကောင်း၊  
 ကိုယ်တော်၏အာဏာစက်သည်ကမ္ဘာတစ်ပြင်လုံး  
 ပျံ့နှံ့လျက်ရှိတော်မူကြောင်းကိုလည်းကောင်း  
 လူ့အပေါင်းတို့သိကြပါလိမ့်မည်။

- 14 ကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူတို့သည်မြို့ထဲသို့  
 ညဦးယံတွင်ပြန်လာ၍ခွေးများကဲ့သို့  
 မာန်ဖီကာလှည့်လည်ကြပါ၏။
- 15 သူတို့သည်ခွေးများကဲ့သို့လှည့်လည်၍  
 အစားအစာရှာဖွေကြပါ၏။  
 အစားအစာလိုလောက်စွာမရကြပါမူ မာန်ဖီကြပါ၏။
- 16 ကျွန်တော်မျိုးမူကားကိုယ်တော်ရှင်၏ တန်ခိုးတော်  
 အကြောင်းသိချင်းဆိုပါမည်။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်  
 အကြောင်းကို  
 နံနက်တိုင်း ရွှင်လန်းစွာသီချင်းဆိုပါမည်။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးခိုလှုံရာ ရဲတိုက်၊  
 ဒုက္ခရောက်ချိန်၌ကျွန်တော်မျိုးခိုကိုးရာ ဖြစ်တော်မူပါ၏။
- 17 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘက်မှခုခံကာကွယ်တော် မူသော  
 အရှင်၊

ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
 ထောမနာပြုပါမည်။  
 ကျွန်တော်မျိုးခိုလှုံရာကားကျွန်တော်မျိုးကို  
 ချစ်တော်မူသောဘုရားသခင်ပေတည်း။

### 60

ကယ်ဆယ်တော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>16</sup>

- 1 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့အား  
 စွန့်ပစ်တော်မူ၍အရေးရှုံးနိမ့်စေတော်မူပါပြီ။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့အား  
 အမျက်ထွက်တော်မူပါပြီ။  
 သို့ရာတွင်ယခုကျွန်တော်မျိုးတို့ထံသို့  
 ပြန်၍ကြွတော်မူပါ။
- 2 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ပြည်တော်ကိုသိမ့်သိမ့်တုန် စေ၍  
 ကွဲအက်စေတော်မူပါပြီ။  
 ပြည်တော်သည်ပြိုကွဲလျက်ရှိသဖြင့်  
 ကွဲအက်ရာများကိုပြုပြင်တော်မူပါ။
- 3 ကိုယ်တော်ရှင်သည်မိမိ၏လူစုတော်အား  
 အတိဒုက္ခရောက်စေတော်မူပါပြီ။

---

16 60: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်သည်မေသောပေါတာမိနှင့်  
 ဇောတမုလူတို့ကိုတိုက်ခိုက်၍ယွာဘာသည်  
 ပြန်လှည့်၍ဒေသမျိုးသားတစ်သောင်းနှစ်  
 ထောင်တို့ကိုအားချိုင့်တွင်သတ်ပြီးနောက်  
 သွန်သင်ရန်ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။



ကျွန်တော်မျိုးတို့အားသေသောက်ကူး  
သူများသဖွယ်ယိမ်းယိုင်စေတော်မူပါပြီ။

4 ကိုယ်တော်ရှင်အားကြောက်ရွံ့ရုံရှိသေသူတို့ သည်  
အပြစ်ဒဏ်လွတ်မြောက်စေရန်သူတို့အား  
ကိုယ်တော်သတိပေးတော်မူပါပြီ။

5 ကိုယ်တော်ရှင်၏တန်ခိုးတော်အားဖြင့်  
ကျွန်တော်မျိုးတို့အားကယ်တော်မူပါ။  
ချစ်တော်မူသောသူတို့သည်ကယ်ဆယ်ခြင်း  
ခံရကြစေရန်ကျွန်တော်မျိုးတို့၏  
ဆုတောင်းပတုထနာကိုနားညောင်းတော်မူပါ။

6 သန်ရှင်းရာဌာနတော်မှထာဝရဘုရား ကင်္ဂါသည်  
အောင်ပွဲခံ၍ရှေ့ခင်မြို့ကိုပိုင်းခြားမည်။  
သူကုတ်ချိုင့်ဝှမ်းကိုငါ၏လူစုတော်အား  
ခွဲဝေပေးမည်။

7 ဂိလဒ်ပြည်ကိုငါပိုင်၏။ မနာရှေ့ပြည်ကိုလည်း ငါပိုင်၏။  
ဖေရိ မ်ပြည်သည်ငါ၏မကို ဋ်ဖြစ်၍  
ယုဒပြည်ကားငါ၏ရာဇလုံတံဖြစ်၏။

8 သို့ရာတွင်ငါသည်မောဘပြည်ကိုငါ၏  
ခြေဆေးခွက်အဖြစ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊  
ဒေဒုံပြည်ကိုငါ၏ဖိနပ်ချွတ်အဖြစ်ဖြင့် လည်းကောင်း  
အသုံးပြုမည်။

ဖိလိတုတံပြည်သည်ငါ့ကိုအနိုင်ရ၍အောင်သံ ဖြင့်

ကြွေးကြော်နိုင်မည်ဟုထင်မှတ်သလော'' ဟု  
မိန့်တော်မူ၏။

- 9 အို ဘုရားသခင်၊  
ခိုင်ခံ့လုံခြုံသည့်မြို့တွင်းသို့အဘယ်သူသည်  
ကျွန်တော်မျိုးအားခေါ်ဆောင်သွားပါမည် နည်း။  
အဘယ်သူသည်ကျွန်တော်မျိုးအားဒေသပြည် သို့  
ပို့ဆောင်ပါမည်နည်း။
- 10 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့အား အကယ်ပင်  
စွန့်ပစ်တော်မူပါပြီလော။  
ကျွန်တော်မျိုးတို့၏စစ်တပ်များနှင့်အတူ  
ချီတက်တော်မမူဘဲနေပါမည်လော။
- 11 ရန်သူကိုတိုက်ခိုက်နိုင်ရန်ကျွန်တော်မျိုးတို့အား  
ကူမတော်မူပါ။  
လူသားတို့၏အကူအညီသည်အချည်းနှီး ဖြစ်ပါ၏။
- 12 ငါတို့၏ဘက်တွင်ဘုရားသခင်ရှိတော်မူလျှင်  
ငါတို့သည်အောင်မြင်ကြလိမ့်မည်။  
ကိုယ်တော်သည်ငါတို့၏ရန်သူများကို  
နှိမ်နင်းတော်မူလိမ့်မည်။

# 61

ကွယ်ကာစောင့်ထိန်းတော်မူရန် ဆုတောင်းပ တု ထ  
နာ<sup>17</sup>

17 61: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသည်။

1 အို ဘုရားသခင်၊

ကျွန်တော်မျိုးအော်ဟစ်သံကိုနားထောင်တော် မူပါ။

ကျွန်တော်မျိုး၏ဆုတောင်းပ တု ထနာကို  
နားညောင်းတော်မူပါ။

2 ကျွန်တော်မျိုးသည်အိမ်နှင့်ဝေးကွာလျက်

စိတ်ပျက်အားလျော့လျက်နေသဖြင့်

ကိုယ်တော်ရှင်အားဟစ်ခေါ်ပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးအားဘေးမဲ့လုံခြုံရာသို့ ပို့ဆောင်တော်မူပါ။

3 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ရန်သူတို့၏ဘေးမှ

ကျွန်တော်မျိုးအားကွယ်ကာစောင့်ထိန်း

တော်မူသောအရှင်၊

ကျွန်တော်မျိုးအတွက်ခိုင်ခံ့သောရဲတိုက်

ဖြစ်တော်မူပါ၏။

4 ကျွန်တော်မျိုးအားကိုယ်တော်ရှင်၏တဲတော်တွင်

တစ်သက်လုံးနေခွင့်ကိုပေးတော်မူပါ။

ကိုယ်တော်၏အတောင်တော်အရိပ်အောက်တွင်

ဘေးမဲ့လုံခြုံစွာခိုလှုံခွင့်ကိုပေးတော်မူပါ။

5 အို ဘုရားသခင်၊

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးပြုသည့်

ကတိသစ္စာကိုကြားတော်မူပါပြီ။

ကိုယ်တော်၏ဂုဏ်တော်ကိုချီးကျူးကြသူ	တို့အား
ပေးတော်မူသည့်ပြည်တော်နှင့်	
ကောင်းကျိုးချမ်းသာကိုကျွန်တော်မျိုး	အား
ပေးတော်မူပါပြီ။	

6 မင်းကြီးအားသက်တော်ရာကျော်ရှည်စေ တော်မူပါ။  
 ကာလအစဉ်အဆက်သက်တော်ရှည်စေတော် မူပါ။

7 အို ဘုရားသခင်၊  
 သူသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ရှေ့တော်တွင်ထားစဉ်  
 အုပ်စိုးစေတော်မူပါ။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်နှင့်  
 သစ္စာတော်အားဖြင့်  
 သူ့အားကာကွယ်စောင့်ထိန်းတော်မူပါ။

8 သို့ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုးသည်မိမိ၏  
 ကတိသစ္စာဝတ်ကိုနေ့စဉ်ဖြေလျက်  
 ကိုယ်တော်ရှင်အားအစဉ်အမြဲ ထောမနာသီချင်းဆိုပါမည်။

## 62

ထာဝရဘုရားကာကွယ်တော်မူမည်ကို  
 ယုံကြည်စိတ်ချခြင်း<sup>18</sup>

1 ငါ့ကိုဘုရားသခင်ကယ်တင်ရန်ငါသည် စိတ်ရှည်စွာ  
 စောင့်မျှော်လျက်နေပါ၏။

---

18 62: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

၂ ငါသည်ကိုယ်တော်ကိုသာလျှင်မှီခိုပါ၏။  
 ကိုယ်တော်သာလျှင်ငါ၏ခိုလှုံရာကျောက်တောင်၊  
 ငါ့ကိုကယ်တင်သောအရှင်ဖြစ်တော်မူပါ၏။  
 ကိုယ်တော်သည်ငါ၏ရဲတိုက်သဖွယ်ဖြစ်တော် မူ၏။  
 ငါသည်အဘယ်အခါ၌မျှအရေးရှုံးနိမ့် ရလိမ့်မည်မဟုတ်။

၃ သင်တို့အပေါင်းသည်ယိမ်းယိုင်လျက်ရှိသော နံရံနှင့်  
 ပြိုကျပျက်စီးလျက်ရှိသောခြံဝင်းကဲ့သို့  
 အင်အားမရှိသည့်လူတစ်ယောက်အား အဘယ်မျှ  
 ကြာအောင်တိုက်ခိုက်ကြပါမည်နည်း။

၄ သင်တို့သည်သူ့အားဂုဏ်မြင့်ရာမှဆွဲချရန် ကိုသာ  
 ကြံစည်ကြ၏။  
 သင်တို့သည်လိမ်လည်ပြောဆိုရန်နှစ်သက် ကြ၏။  
 သူ့အားနှုတ်ဖြင့်ကောင်းချီးပေးလျက်၊  
 စိတ်ထဲတွင်မူကားကျိန်ဆဲကြ၏။

၅ ငါသည်ဘုရားသခင်ကိုသာလျှင်မှီခိုပါ၏။  
 ကိုယ်တော်အားမျှော်ကိုးပါ၏။

၆ ကိုယ်တော်သာလျှင်ငါ၏ခိုလှုံရာကျောက် တောင်၊  
 ငါ့ကိုကယ်တင်သောအရှင်ဖြစ်တော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်သည်ငါ၏ရဲတိုက်သဖွယ်ဖြစ်တော် မူ၏။  
 ငါသည်အဘယ်အခါ၌မျှအရေးရှုံးနိမ့် ရလိမ့်မည်မဟုတ်။

၇ ငါ၏ကယ်တင်ခြင်းနှင့်ဂုဏ်အသရေသည်  
 ဘုရားသခင်အပေါ်တွင်တည်ပါ၏။

ကိုယ်တော်သာတန်ခိုးကြီးသည့်ကာကွယ်သော  
ကျောက်တောင်ဖြစ်တော်မူ၏။

ငါ့ခိုလှုံရာကားဘုရားသခင်ပေတည်း။

8      အချင်းလူတို့ဘုရားသခင်အားအစဉ်      အမြဲ  
         ကိုးစားကြလော့။  
         သင်တို့၏ဒုက္ခအပေါင်းကိုကိုယ်တော်အား  
         ဖော်ပြကြလော့။

ကိုယ်တော်သည်ငါတို့ခိုလှုံရာဖြစ်တော်မူ၏။

9      လူသားတို့သည်ထွက်သက်ဝင်သက်လေမျှသာ  
         ဖြစ်ပေသည်။  
         လူတို့သည်ယုတ်မြတ်မဟူအန    တု    တမျှ    သာဖြစ်  
         ကြ၏။

သူတို့အားချိန်ခွင်တွင်ချိန်စက်၍ကြည့်      ကြလော့။  
         သူတို့သည်အချိန်မစီး။  
         ထွက်သက်ဝင်သက်လေထက်ပင်ပေါ့ကြ၏။

10 အကြမ်းဖက်မှုကိုအားမကိုးကြနှင့်။  
         လုယက်မှုဖြင့်အကျိုးခံစားရလိမ့်မည်ဟု  
         မမျှော်လင့်ကြနှင့်။  
         သင်တို့၏စည်းစိမ်ဥစ္စာများသည်  
         တိုးပွားလာစေကာမူယင်းတို့ကိုအားမကိုး    ကြနှင့်။

11-12                   ဘုရားသခင်၌တန်ခိုးရှိတော်မူကြောင်း  
                           ကိုလည်းကောင်း  
                           ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ခိုင်မြဲကြောင်း  
                           ကိုလည်းကောင်း  
 တစ်ကြိမ်မကကိုယ်တော်မိန့်တော်မူသည်ကို  
                           ငါကြားခဲ့ရလေပြီ။  
                           အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်ကိုယ်တော်တိုင်ပင်လူ့အပေါင်း တို့အား  
                           အကျင့်အလျောက်ကောင်းကျိုးဆိုးကျိုးကို  
                           ချပေးတော်မူပါ၏။\*

# 63

## ဘုရားသခင်အားတမ်းတခြင်း<sup>19</sup>

<sup>1</sup> အို ဘုရားသခင်၊  
                           ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏  
                           ဘုရားဖြစ်တော်မူ၍  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်အားတမ်းတပါ၏။  
                           ကျွန်တော်မျိုးသည်စိတ်ရောကိုယ်ပါ  
                           ကိုယ်တော်ရှင်ကိုစောင့်မျှော်တသပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုး၏ဝိညာဉ်သည်ရေမရှိသည့်

---

\* 62:11-12   ယောဘ၊ ၃၄:၁၁။   ယော၊ ၁၇:၁၀။   မ၊ ၁၆:၂၇။  
 ရော၊ ၂:၆။   ဗျာ၊ ၂:၂၃။                   19 63:                   \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။  
 ဒါဝိဒသည်ယုဒပြည်သံကန္တာရ၌ရှိနေစဉ် စပ်ဆိုသောဆာလံ။

မြေဆီလွှာကဲ့သို့ခြောက်သွေ့နှွမ်းရိလျက်  
ကိုယ်တော်ရှင်အားတောင့်တပါ၏။

2 သန့်ရှင်းရာဌာနတွင်ကိုယ်တော်ရှင်အားဖူး မြော်ခွင့်ကို  
ကျွန်တော်မျိုးအားပေးတော်မူပါ။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏တန်ခိုးတော်နှင့်

ဘုန်းအသရေတော်ကိုဖူးမြော်ခွင့်ပေးတော်မူပါ။

3 ကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်သည်  
အသက်ထက်ကောင်းမြတ်ပါ၏။  
သို့ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
ထောမနာပြုပါမည်။

4 ကျွန်တော်မျိုးသည်အသက်ရှင်သမျှကာလ ပတ်လုံး  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်း ပါမည်။  
လက်အုပ်ချီ၍ကိုယ်တော်ရှင်၏ထံတော်သို့  
ဆုတောင်းပတုထနာပြုပါမည်။

5 ကျွန်တော်မျိုး၏ဝိညာဉ်သည်ချိုမြိန်သည့်အစာကို  
စားသုံးရသူကဲ့သို့ကျေနပ်ရောင့်ရဲလျက်နေ  
ပါမည်။  
ကိုယ်တော်ရှင်အားဝမ်းမြောက်စွာထောမနာ  
သီချင်းဆိုပါမည်။

6 ကျွန်တော်မျိုးသည်အိပ်ရာပေါ်တွင်  
လဲလျောင်းလျက်နေစဉ်  
ကိုယ်တော်ရှင်အားအောက်မေ့သတိရပါ၏။



တစ်ည ညှို့လုံးကိုယ်တော်ရှင်၏အကြောင်းကို  
စဉ်းစားဆင်ခြင်လျက်နေပါ၏။

7 အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ကိုယ်တော်ရှင်သည်  
ကျွန်တော်မျိုးအားအစဉ်အမြဲကူမ  
တော်မူသောကြောင့်ဖြစ်ပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
အတောင်တော်အရိပ်အောက်၌ခိုလှုံလျက်  
ဝမ်းမြောက်စွာသီချင်းဆိုပါ၏။

8 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်အားမှီတွယ် ပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏လက်ရုံးတော်သည်လည်း  
ကျွန်တော်မျိုးအားဘေးမဲ့လုံခြုံစွာထား တော်မူပါ၏။

9 ကျွန်တော်မျိုးအားသတ်ရန်ကြိုးစားကြသူ တို့သည်  
မရဏာနိုင်ငံသို့သက်ဆင်းကြရပါလိမ့် မည်။

10 သူတို့သည်စစ်ပွဲတွင်ကျဆုံးကြရ၍ သူတို့၏  
ရုပ်အလောင်းများကိုဝံပုလွေတို့ စားကြပါလိမ့်မည်။

11 ဘုရားသခင်သည်မင်းကြီးအားအောင်ပွဲ  
ပေးတော်မူသဖြင့်

မင်းကြီးသည်ဝမ်းမြောက်ပါလိမ့်မည်။  
ထာဝရဘုရား၏နာမတော်အားဖြင့်

သစ္စာကတိပြုသူအပေါင်းတို့သည်ကိုယ်တော် အား  
ထောမနာပြုကြလိမ့်မည်။

သို့ရာတွင်မုသားကိုသုံးသောသူတို့၏  
နှုတ်များမှုကားပိတ်လျက်နေရလိမ့်မည်။

# 64

ကွယ်ကာတော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>20</sup>

1 အို ဘုရားသခင်၊ ကျွန်တော်မျိုးသည်ဒုက္ခရောက်လျက်ရှိပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုး၏ဆုတောင်းပ တု ထနာကို  
နားညောင်းတော်မူပါ။

ကျွန်တော်မျိုးသည်ရန်သူများကိုကြောက်လန့်၍  
နေပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုး၏အသက်ကိုကယ်တော်မူပါ။

2 သူယုတ်မာတို့၏လျှို့ဝှက်ကြံစည်မှုများ  
မှလည်းကောင်း၊

ဆိုးညစ်သူလူစုလူဝေးတို့၏ဘေးမှလည်း ကောင်း  
ကွယ်ကာတော်မူပါ။

3 သူတို့သည်မိမိတို့၏လျှာကိုငှားသဖွယ် သွေးကြပါ၏။  
သနားကြင်နာခြင်းကင်းမဲ့သောစကား များဖြစ်သော

မြားများကိုချိန်ရွယ်ကြ၏။

4 သူတို့သည်အရှက်ကင်းမဲ့စွာမိမိတို့၏  
မုသားစကားများကိုလျင်မြန်စွာပျံ့နှံ့စေ ကြ၏။

သူတို့သည်စက်ဆုတ်ဖွယ်ကောင်းသော  
ဂုံးချောစကားများပြောဆိုကာ

20 64: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

သူတော်ကောင်းတို့၏အသရေကိုဖျက်ကြ၏။

5 သူတို့သည်ဆိုးညစ်သည့်အမှုများကိုကြံစည် ရာတွင်  
အချင်းချင်းအားပေးကြ၏။

သူတို့သည်ထောင်ချောက်များထားရန်နေရာကို  
တိုင်ပင်ပြီးနောက်

“ဤထောင်ချောက်များကိုအဘယ်သူမျှတွေ့မြင်  
နိုင်လိမ့်မည်မဟုတ်” ဟုဆိုကြ၏။

6 သူတို့သည်ဆိုးညစ်သည့်အမှုများကိုကြံစည် ပြီးလျှင်  
“လွန်စွာပါးနပ်လိမ္မာသည့်အမှုကိုငါတို့ကြံစည်၍  
ပြီးလေပြီ” ဟုဆိုကြ၏။

လူ၏စိတ်နှလုံးနှင့်အကြံအစည်ကိုသိရှိရန်  
လွန်စွာပင်ခက်ခဲနက်နဲလှပါသည်တကား။

7 သို့ရာတွင်ဘုရားသခင်သည်ထိုသူတို့အား  
မြားတော်ဖြင့်ပစ်တော်မူ၍ချက်ချင်းပင်  
ဒဏ်ရာရစေတော်မူ၏။

8 သူတို့ပြောဆိုသည့်စကားများကြောင့်ပင်လျှင်  
ကိုယ်တော်သည်သူတို့အားသေကြေပျက်စီး  
စေတော်မူလိမ့်မည်။

သူတို့ကိုတွေ့မြင်သူအပေါင်းတို့သည်  
ဦးခေါင်းကိုခါကြလိမ့်မည်။

9 ထိုသူအပေါင်းတို့သည်ကြောက်လန့်လျက်  
ဘုရားသခင်စီရင်တော်မူသောအမှုကို ဆင်ခြင်ကာ

ကိုယ်တော်ပြုတော်မူသောအမှုတော်များ အကြောင်းကို  
ပြောကြားကြလိမ့်မည်။

10 ထာဝရဘုရားပြုတော်မူသောအမှုတော်ကြောင့်  
သူတော်ကောင်းအပေါင်းတို့သည်ရွှင်လန်း  
ဝမ်းမြောက်ကြလိမ့်မည်။

သူတို့သည်ထာဝရဘုရား၏ထံတော်တွင်  
ခိုလှုံကြလိမ့်မည်။

စိတ်နှလုံးဖြူစင်ဖြောင့်မတ်သူအပေါင်းတို့သည်  
ကိုယ်တော်အားထောမနာပြုကြလိမ့်မည်။

### 65

#### ထောမနာပြုခြင်းနှင့်ကျေးဇူးတော်ချီးမွမ်းခြင်း<sup>1</sup>

1-3 အို ဘုရားသခင်၊

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ဆုတောင်းပ တု ထ နာများကို  
နားညောင်းတော်မူတတ်သဖြင့်

ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်ဇိအုန်တောင်တော် ပေါ်တွင်  
ကိုယ်တော်ရှင်အားထောမနာပြုထိုက်ပါ၏။

မိမိတို့ပြုခဲ့သည့်ကတိသစ္စာဝတ်ကိုဖြေ ထိုက်ပါ၏။  
လူအပေါင်းတို့သည်မိမိတို့၏အပြစ်များ အတွက်  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ထံတော်သို့ချဉ်းကပ်ကြပါလိမ့်မည်။

ကျွန်တော်မျိုးတို့၏မှားယွင်းချက်များသည်  
အလွန်ပင်များသော်လည်း

1 65: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံသီချင်း။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့အား  
အပြစ်ဖြေလွှတ်တော်မူပါ၏။

4 ဗိမာန်တော်၌နေ၍အထံတော်သို့ချဉ်းကပ် စေရန်  
ကိုယ်တော်ရှင်ရွေးချယ်သောသူများသည် မ ့  
ဂလာရှိပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏အိမ်တော်မှ  
ကောင်းမြတ်သောအရာများ၊သန်ရှင်းမြင့်မြတ်သည့်  
ဗိမာန်တော်မှကောင်းချီးမ ့ ့ ဂလာများကိုခံစား ရရှိ  
ကြသဖြင့်ရောင့်ရဲကြပါလိမ့်မည်။

5 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့၏  
ဆုတောင်းပ တု ထနာကိုနားညောင်းတော်မူ၍  
အောင်ပွဲကိုခံစေတော်မူပါ၏။

အံ့ဩဖွယ်အမှုတို့ကိုပြုတော်မူလျက်  
ကျွန်တော်မျိုးတို့အားကယ်တော်မူပါ၏။  
ကမ္ဘာတစ်ဝန်းလုံးနှင့်ပင်လယ်ရပ်ဝေးတွင်  
ရှိကြကုန်သောသူအပေါင်းတို့သည်ကိုယ်တော် ရှင်အား  
ကိုးစားကြပါ၏။

6 ကိုယ်တော်ရှင်သည်တန်ခိုးတော်အားဖြင့်  
တောင်များကိုနေရာချထားတော်မူလျက်  
တန်ခိုးအာနုဘော်တော်ကိုပြတော်မူပါ၏။

7 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ပင်လယ်ရေမြည်ဟည်းသံနှင့်  
လှိုင်းလုံးသံတို့ကိုငြိမ်သက်စေတော်မူပါ၏။

လူတို့ရုန်းရင်းဆန်ခတ်သံများကိုလည်း  
ငြိမ်သက်စေတော်မူပါ၏။

8 ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူသော  
နိမိတ်လက္ခဏာများကြောင့်ကမ္ဘာမြေတစ်ဝန်းလုံးရှိ  
လူတို့သည်ကြောက်လန့်ကြပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူသည့်အမှုအရာများကြောင့်  
ကမ္ဘာမြေကြီးတစ်စွန်းမှတစ်စွန်းသို့တိုင်အောင်  
ရွင်လန်းဝမ်းမြောက်သည့်ကြွေးကြော်သံများ  
ထွက်ပေါ်လာပါ၏။

9 ကိုယ်တော်ရှင်သည်မိုးရေကို ချပေးတော်မူခြင်းအားဖြင့်ကမ္ဘာမြေကြီးက  
ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်လျက်နေတော်မူကြောင်းကို  
ဖော်ပြတော်မူပါ၏။

ကမ္ဘာမြေကြီးကိုမြေဩဇာထက်သန်စေတော် မူပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်မြစ်ချောင်းတို့ကိုရေနှင့်  
ပြည့်စေတော်မူပါ၏။

ကမ္ဘာမြေကြီးတွင်ကောက်ပဲသီးနှံများကို  
ဖြစ်ပွားစေတော်မူပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်စီရင်တော်မူပုံမှာဤသို့တည်း။

10 ကိုယ်တော်ရှင်သည်မိုးကိုရွာစေတော်မူလျက်  
ထွန်ယက်ထားသည့်လယ်ယာများကိုစိုစွတ်  
စေတော်မူပါ၏။

ထိုနောက်မိုးရေဖြင့်မြေဆီလွှာကို

ပျော့စေတော်မူပြီးလျှင်ပျိုးပင်ငယ်များကို  
ပေါက်စေတော်မူပါ၏။

11 ကိုယ်တော်ရှင်ကောင်းမြတ်တော်မူခြင်းကြောင့်  
ရိတ်သိမ်းရသည့်အသီးအနှံများကား  
များပြားလှပါသည်တကား။

ကိုယ်တော်ရှင်ကြွရောက်တော်မူရာအရပ် တိုင်း၌  
ပေါများကြွယ်ဝမှုရှိပါသည်တကား။

12 စားကျက်တို့တွင်သိုးအုပ် ဆိတ်အုပ်များရှိပါ၏။  
တောင်ကုန်းတို့သည်သာယာရွှင်လန်းလျက်ရှိပါ၏။

13 ကွင်းပြင်တို့သည်သိုးများနှင့်ပြည့်နှက်လျက်ရှိပါ၏။  
ချိုင့်ဝှမ်းတို့သည်ဂျုံပင်များနှင့်ဖုံးလွှမ်းလျက်ရှိပါ၏။  
အရာခပ်သိမ်းတို့သည်ရွှင်လန်းစွာအော်ဟစ်၍  
သီချင်းဆိုလျက်ရှိကြပါ၏။

### 66

ထောမနာသီချင်းနှင့်ကျေးဇူးတော်ချီးမွမ်းခြင်း<sup>2</sup>

1 လူအပေါင်းတို့၊ ထာဝရဘုရားအားဝမ်းမြောက်စွာ  
အော်ဟစ်၍ထောမနာပြုကြလော့။

2 ဘုန်းအသရေရှိတော်မူသောနာမတော် အကြောင်းကို  
သီချင်းဆိုကြလော့။  
ကိုယ်တော်၏ဘုန်းအသရေတော်ကို  
ထောမနာပြုကြလော့။

2 66: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ သီချင်း။

3                   “ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူသောအမှုတို့သည်  
 အလွန်အံ့ဩဖွယ်ကောင်းလှပါသည်တကား။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏တန်ခိုးတော်သည်  
 ကြီးမားလှသည်ဖြစ်၍ရန်သူတို့သည်ရှေ့တော်တွင်  
 ကြောက်ရွံ့ဝပ်တွားကြပါ၏။

4                   ကမ္ဘာမြေကြီးပေါ်ရှိလူအပေါင်းတို့သည်  
 ကိုယ်တော်ရှင်ကိုရှိခိုးဝတ်ပြုကြပါ၏။  
 သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်အားထောမနာပြု  
 ကြပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်၏နာမတော်အား  
 ထောမနာသီချင်းဆိုကြပါ၏။”                   ဟု  
 ဘုရားသခင်အားလျှောက်ထားကြလော့။

5 ဘုရားသခင်ပြုတော်မူသောအမှုအရာများ၊  
 လူတို့တွင်ကိုယ်တော်ပြုတော်မူသောအံ့ဩ ဖွယ်ရာ  
 အမှုများကိုလာ၍ကြည့်ကြလော့။

6                   ကိုယ်တော်သည်ပင်လယ်ကိုကုန်းမြေအဖြစ်သို့  
 ပြောင်းလဲစေတော်မူသဖြင့်  
 ငါတို့ဘိုးဘေးများသည်မြစ်ကို ခြေလျင်ဖြတ်ကူးခဲ့ကြ၏။  
 ထိုအခါကိုယ်တော်ပြုတော်မူသော

အမှုအရာအတွက်ငါတို့သည် ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်ခဲ့ကြ၏။<sup>☆</sup>  
 7                   ကိုယ်တော်သည်ဘုန်းအနုဘော်တော်အားဖြင့်  
 အစဉ်အမြဲအုပ်စိုးတော်မူ၍

<sup>☆</sup> 66:6 ထွ၊ ၁၄:၂၁။ ယောရှု၊ ၃:၁၄-၁၇။



လူမျိုးတကာတို့၏ခြေလှမ်းကိုကြည့်လျက်  
နေတော်မူ၏။

အဘယ်သူမျှကိုယ်တော်အားမပုန်ကန်ပါစေနှင့်။

8 လူမျိုးအပေါင်းတို့၊ ငါတို့၏ဘုရားအား  
ထောမနာပြုကြလော့။

သင်တို့၏ထောမနာသံကိုကြားပါစေ။

9 ကိုယ်တော်သည်ငါတို့အားမသေစေဘဲ  
အသက်ချမ်းသာပေးတော်မူခဲ့ပါ၏။  
ငါတို့အားပြုလဲစေတော်မူခဲ့ပါ။

10 အို ဘုရားသခင်၊

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့အား  
စစ်ဆေးတော်မူပါပြီ။

ငွေကိုမီးဖြင့်ချွတ်သကဲ့သို့ကျွန်တော်မျိုး တို့အား  
စစ်ဆေးတော်မူပါပြီ။

11 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့အား  
ထောင်ချောက်တွင်ကျစေတော်မူ၍  
လေးလံသောဝန်ကိုထမ်းစေတော်မူပါ၏။

12 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ရန်သူတို့အားကျွန်တော်မျိုး တို့ကို  
ကျော်နင်းခွင့်ပေးတော်မူပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်မီးဘေးရေဘေးတို့နှင့်  
ကြုံတွေ့ရပါ၏။

သို့ရာတွင်ယခုအခါ၌ကိုယ်တော်ရှင်သည်

ကျွန်တော်မျိုးတို့အားဘေးမဲ့လုံခြုံရာသို့  
ပို့ဆောင်တော်မူပါပြီ။

13 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏အိမ်တော် သို့  
မီးရှို့ရာပူဇော်သကာကိုယူဆောင်လာပါမည်။  
ကိုယ်တော်ရှင်အားကျွန်တော်မျိုးပြုခဲ့သည့်  
ကတိသစ္စာဝတ်ကိုဖြေပါမည်။

14 ကျွန်တော်မျိုးဒုက္ခရောက်စဉ်အခါက၊  
ကတိသစ္စာထားခဲ့သည့်အတိုင်းကိုယ်တော် ရှင်အား  
ဆက်သပါမည်။

15 ကျွန်တော်မျိုးသည်ယဇ်ပလ္လင်ပေါ်တွင်မီးရှို့ပူဇော်ရန်  
သိုးကိုဆက်သပါမည်။  
ကျွန်တော်မျိုးသည်နွားနှင့်ဆိတ်များကို  
ယဇ်ပူဇော်ပါမည်။

မီးရှို့ရာယဇ်များမှမီးခိုးသည်ကောင်းကင်သို့  
တက်ပါလိမ့်မည်။

16 ဘုရားသခင်အားကြောက်ရွံ့ရုံသေသူအပေါင်းတို့၊  
လာ၍နားထောင်ကြလော့။  
ကိုယ်တော်သည်ငါ့အတွက်အဘယ်သို့  
ကျေးဇူးပြုတော်မူကြောင်းကိုငါပြောမည်။

17 ကူမတော်မူရန်ကိုယ်တော်၏ထံတော်သို့  
ငါအော်ဟစ်ခဲ့ပြီ။  
ကိုယ်တော်အားသီချင်းများဖြင့်ထောမနာပြုခဲ့ပြီ။

- 18 အကယ်၍ ငါသည် မိမိ၏ အပြစ်များကို  
လျစ်လျူရှု၍ နေခဲ့ပါမူ၊  
ထာဝရဘုရားသည် ငါ၏ ဆုတောင်းပ တု ထနာကို  
နားညောင်းတော်မူမည် မဟုတ်ပါ။
- 19 သို့ရာတွင် ဘုရားသခင်သည် ငါ၏ လျှောက်ထားချက်ကို  
အမှန်ပင် ကြားတော်မူလေပြီ။  
ငါ၏ ဆုတောင်းပ တု ထနာကို နားညောင်းတော်မူလေပြီ။
- 20 ဘုရားသခင်သည် ငါ၏ ဆုတောင်းပ တု ထနာကို  
ပယ်တော်မမူသဖြင့် လည်းကောင်း၊ ငါ့ထံမှ ခိုင်မြဲသော  
မေတ္တာတော်ကို ရုပ်သိမ်းတော်မမူသဖြင့် လည်းကောင်း  
ငါသည် ကိုယ်တော်အား ချီးမွမ်းထောမနာ ပြုပါ၏။

# 67

## ကျေးဇူးတော်ချီးမွမ်းသီချင်း<sup>3</sup>

- 1 အို ဘုရားသခင်၊  
ကျွန်တော်မျိုးတို့ကို သနားတော်မူ၍  
ကောင်းချီးပေးတော်မူပါ။  
ကရုဏာစိတ်နှင့် ကျွန်တော်မျိုးတို့အား ကြည့်တော်မူပါ။
- 2 သို့မှသာ လျှင်ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသားအပေါင်း တို့သည်  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ အလိုတော်ကို သိရှိကြပါလိမ့်မည်။

<sup>3</sup> 67: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ သီချင်း။

လူမျိုးအပေါင်းတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
ကယ်တင်ခြင်းကျေးဇူးတော်ကိုသိကြပါ  
လိမ့်မည်။

3 အို ဘုရားသခင်၊  
လူမျိုးအပေါင်းတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
ထောမနာပြုကြပါစေသော။  
လူမျိုးအပေါင်းတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
ထောမနာပြုကြပါစေသော။

4 ကိုယ်တော်ရှင်သည်လူတို့အားဖြောင့်မှန်စွာ  
တရားစီရင်တော်မူ၍  
လူမျိုးတကာတို့အားလမ်းပြပို့ဆောင်တော် မူသဖြင့်  
သူတို့သည်ဝမ်းမြောက်ရွှင်လန်းစွာ သီချင်းဆိုကြပါစေသော။

5 အို ဘုရားသခင်၊  
လူမျိုးတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
ထောမနာပြုကြပါစေသော။  
လူမျိုးအပေါင်းတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
ထောမနာပြုပါစေသော။

6 မြေကြီးသည်အသီးအနှံများကိုဖြစ်ပွားစေပြီ။  
ငါတို့၏ဘုရားသည်ငါတို့အား ကောင်းချီးပေးတော်မူပြီ။

7 ဘုရားသခင်သည်ငါတို့အားကောင်းချီး ပေးတော်မူပြီ။

ကမ္ဘာအရပ်ရပ်ရှိလူအပေါင်းတို့သည်ကိုယ်တော်ကို  
ကြောက်ရွံ့ရုံသေကြပါစေသော။

### 68

#### အောင်ပွဲခံအမျိုးသားသီချင်း<sup>4</sup>

- 1           ဘုရားသခင်သည်ထတော်မူ၍ကိုယ်တော်၏  
          ရန်သူများကိုကွဲလွင့်စေတော်မူ၏။  
          ကိုယ်တော်ကိုမုန်းသောသူတို့သည်အရေးနိမ့်၍  
          ထွက်ပြေးကြ၏။
- 2           ကိုယ်တော်သည်သူတို့အားလေတွင်လွင့်ပါ သွားသော  
          မီးခိုးကဲ့သို့လွင့်စင်သွားစေတော်မူ၏။  
          ဖယောင်းသည်မီးရှေ့တွင်အရည်ပျော်သကဲ့သို့  
လူယုတ်မာတို့သည်ဘုရားသခင်၏ရှေ့တွင်  
          သေကျေပျက်စီးကြ၏။
- 3           သူတော်ကောင်းတို့မူကားကိုယ်တော်၏ရှေ့တော်တွင်  
          ဝမ်းမြောက်ရွှင်လန်းကြ၏။  
          သူတို့သည်အလွန်ပင်ပျော်ရွှင်ကြ၍  
          ဝမ်းမြောက်စွာကြွေးကြော်ကြ၏။
- 4           ဘုရားသခင်အားသီချင်းဆိုကြလော့။  
          ကိုယ်တော်၏နာမတော်အားထောမနာ  
          သီချင်းဆိုကြလော့။

<sup>4</sup> 68: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံသီချင်း။

မိုးတိမ်ကိုစီးတော်မူသောအရှင်၏အတွက်  
 လမ်းခရီးကိုပြင်ဆင်ကြလော့။  
 ထိုအရှင်၏နာမတော်ကားထာဝရဘုရား  
 ဖြစ်သတည်း။  
 ကိုယ်တော်၏ရှေ့တော်တွင်ဝမ်းမြောက်ကြလော့။

5 သန်ရှင်းမြင့်မြတ်သည့်ဗိမာန်တော်တွင်  
 ကိန်းဝပ်တော်မူသောဘုရားသခင်သည်  
 မိဘမဲ့သူများကိုစောင့်ရှောက်၍မုဆိုးမ များကို  
 ကာကွယ်တော်မူ၏။

6 ကိုယ်တော်သည်အဖော်မဲ့သူတို့အားအိမ် ထောင်နှင့်  
 နေထိုင်ခွင့်ကိုပေးတော်မူ၍  
 အကျဉ်းခံရသူတို့ကိုအနှောင်အဖွဲ့မှ  
 လွတ်မြောက်စေတော်မူ၏။  
 သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်အားပုန်ကန်ကြသူတို့ သည်ကား  
 သွေ့ခြောက်သည့်အရပ်တွင်နေထိုင်ကြရလိမ့်မည်။

7 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်မိမိ၏လူစုတော်အား  
 လမ်းပြပို့ဆောင်ကာတောက နှု တာရကိုဖြတ်၍  
 ချီတက်တော်မူသောအခါ၌

8 မြေကြီးသည်တုန်လှုပ်၍မိုးကောင်းကင်မှ မိုးရွာပါ၏။  
 အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်  
 သိနာတောင်၏ဘုရားတည်းဟူသော

ကူသရေလအမျိုးသားတို့၏ဘုရားသည်  
ကြွလာတော်မူသောကြောင့်ဖြစ်ပါ၏။\*

9 ကိုယ်တော်ရှင်သည်မိုးကိုသည်းထန်စွာရွာစေ သဖြင့်  
ပင်ပန်းနွမ်းနယ်လျက်နေသည့်ပြည်တော်ကို  
ပြန်လည်၍လန်းဆန်းစေတော်မူပါ၏။

10 ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်သည်ထိုအရပ်တွင်  
နေထိုင်ကြ၏။  
ဆင်းရဲနွမ်းပါးသူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
ကောင်းမြတ်တော်မူခြင်းကြောင့်ဖူလုံလျက်ရှိ ကြပါ၏။

11-12 ဘုရားရှင်အမိန့်တော်ရှိ၍အမျိုးသမီး  
အမြောက်အမြားသည်  
“ရှင်ဘုရင်များနှင့်သူတို့၏စစ်သည်ဗိုလ်ခြေ  
တို့သည် ဆုတ်ပြေးကြလေပြီ”  
ဟုသတင်းလွှင့်ကြ၏။

အမျိုးသမီးတို့သည်မိမိတို့အိမ်များတွင်  
လက်ရပစ္စည်းများကိုခွဲဝေကြ၏။

13 ယင်းပစ္စည်းများမှာရွှေရောင်ပြောင်လက်သော  
အမွှေးအတောင်များရှိသည့်  
ငွေဖြင့်ဖုံးအုပ်သောချိုးငှက်ရုပ်များဖြစ်သည်။  
(သင်တို့အချို့သည်စစ်ပွဲဝင်သောနေ့တွင်  
အဘယ်ကြောင့်သိုးခြံများ၌နေခဲ့သနည်း။)

\* 68:8 ထု၊ ၁၉:၁၈။

14           အနန္တ တတန်ခိုးရှင်ဘုရားသခင်သည်  
                   ဇာလမုန်တောင်ပေါ်တွင်ဘုရင်မင်းတို့ကို  
                   ကွဲလွင့်စေတော်မူသောအခါထိုတောင်ပေါ်တွင်  
                   မိုးပွင့်များကျစေတော်မူ၏။

15   ဗာရှန်တောင်သည်လွန်စွာကြီးမားလှပါပေသည်။  
                   တောင်ထိပ်များစွာရှိသည့်တောင်ဖြစ်ပါသည်  
                   တကား။

16           ကြီးမားသည့်တောင်ထိပ်များမှသင်သည်  
                   အဘယ်ကြောင့်ဘုရားသခင်ကိန်းဝပ်တော် မူရန်  
                   ရွေးချယ်ထားသည့်တောင်တော်ကိုမထီလေးစား  
                   စိတ်ဖြင့်ကြည့်ပါသနည်း။

                  ထာဝရဘုရားသည်ထိုတောင်ပေါ်တွင်ထာဝစဉ်  
                   ကိန်းဝပ်တော်မူမည်။

17           ထာဝရဘုရားသည်အင်အားကြီးမားသည့်  
                   စစ်ရထားထောင်ပေါင်းများစွာနှင့်  
                   သိနာတောင်မှသန်ရှင်းမြင့်မြတ်သည့် အရပ်သို့  
                   ကြွလာတော်မူ၏။

18           ကိုယ်တော်သည်သို့ပန်းများကိုခေါ်ဆောင်၍  
                   မြင့်သောအရပ်သို့တက်ကြွတော်မူ၏။  
                   ကိုယ်တော်သည်ပုန်ကန်သူတို့၏ထံမှ  
                   လက်ဆောင်ပဏ္ဏာများကိုခံယူတော်မူ၏။



ထာဝရအရှင်ဘုရားသခင်သည်ထိုအရပ် တွင်  
ကိန်းဝပ်တော်မူမည်။✠

19 ငါတို့၏ဝန်ထုပ်များကိုနေ့စဉ်နေ့တိုင်း  
သယ်ဆောင်တော်မူသောထာဝရဘုရားအား  
ထောမနာပြုကြလော့။  
ကိုယ်တော်သည်ငါတို့ကိုကယ်တော်မူသော  
ဘုရားဖြစ်တော်မူ၏။

20 ငါတို့၏ဘုရားသည်ကယ်တော်မူသောဘုရား  
ဖြစ်တော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်ကားထာဝရဘုရား၊  
ငါတို့အားသေဘေးမှကယ်ဆယ်တော်မူသော  
ငါတို့၏ဘုရားရှင်ဖြစ်တော်မူ၏။

21 ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏ရန်သူများနှင့်  
အပြစ်ပြုမြဲပြုနေသူများ၏ဦးခေါင်းကို  
ကေန်အမှန်ခတ်ဖြတ်တော်မူလိမ့်မည်။

22-23 ဘုရားသခင်က`သင်တို့သည်ရန်သူများ၏  
သွေးအိုင်တွင်လျှောက်သွားနိုင်ကြစေရန်နှင့်  
သင်တို့၏ခွေးများသည်သူတို့၏သွေးကို  
အလိုရှိသမျှလျက်သောက်နိုင်ကြစေရန်  
သူတို့အားဗာရှန်ပြည်မှငါပြန်လည်ခေါ်ဆောင် ခဲ့မည်။

✠ 68:18 ဧ၊ ၄:၈။

သမုဒ္ဒ ၃ ဒရာရေနက်ကြီးထဲမှပြန်လည်ခေါ်ဆောင်  
ခဲ့မည်'' ဟုမိန့်တော်မူ၏။

24 အို ဘုရားသခင်၊ ကိုယ်တော်ရှင်အောင်စစ်ချီတော်မူခြင်း၊  
ကျွန်တော်မျိုး၏အရှင်ဘုရားသခင်သည်  
သန်ရှင်းရာဌာနတော်သို့ကြွဝင်တော်မူခြင်းကို  
လူပေါင်းတို့တွေ့မြင်ကြပါ၏။

25 သီချင်းသီဆိုသူများသည်ရှေ့မှလိုက်၍  
တူရိယာတီးမှုတ်သူများကနောက်မှလိုက်  
ကြပါ၏။

ပတ်သာတီးမှုတ်သူအမျိုးသမီးငယ်များကမူ  
အလယ်မှလိုက်ပါကြပါ၏။

26 ကိုယ်တော်၏လူစုတော်အစည်းအဝေးတွင်  
ဘုရားသခင်အားထောမနာပြုလော့။  
ယာကုပ်၏သားမြေးအပေါင်းတို့၊ ထာဝရ  
ဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။

27 ချီတက်လာသောထိုလူစုထဲတွင်ဦးစွာ  
အငယ်ဆုံးဖြစ်သောဗီယာမိန်အနွယ်ဝင်များ၊  
ထိုနောက်ယုဒခေါင်းဆောင်များနှင့်အနွယ် ဝင်များ၊  
သူတို့နောက်မှဗုလုန်နှင့်နဿလီ ခေါင်းဆောင်များနှင့်အနွယ်ဝင်များလျှောက်  
ကြ၏။

28-29 အို ဘုရားသခင်၊  
ရှင်ဘုရင်များကိုယ်တော်ထံလက်ဆောင်များ

ဆက်သရာယေရုရှင်လင်မြို့ရှိဗိမာန်တော်မှ  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့အတွက်အသုံးပြုတော်မူ ခဲ့သော  
 တန်ခိုးတော်ကိုပြတော်မူပါ။

30 ကူတောမှသားရဲတိရစ္ဆာန်ဖြစ်သည့်အီဂျစ် ပြည်ကို  
 ဆုံးမတော်မူပါ။

နွားလားဥသဘများနှင့်နောက်လိုက်  
 နွားပျိုများတည်းဟူသောလူမျိုးများ သည်  
 ကိုယ်တော်ရှင်အားဦးညွတ်ပျပ်ဝပ်၍ လက်ဆောင်  
 ပဏ္ဏာဆက်သလာသည်တိုင်အောင်သူတို့အား  
 ဆုံးမတော်မူပါ။

စစ်တိုက်ရန်နှစ်သက်သောလူမျိုးတို့ကိုကွဲလွင့်  
 စေတော်မူပါ။<sup>5</sup>

31 အီဂျစ်ပြည်မှသံတမန်များသည်အထံ တော်သို့  
 လာကြပါလိမ့်မည်။

ဆူဒန်ပြည်သားတို့သည်လက်အုပ်ချီ၍  
 ဘုရားသခင်ထံတော်သို့ဆုတောင်းပ တု ထ နာ  
 ပြုကြပါလိမ့်မည်။

32-33 လောကနိုင်ငံအပေါင်းတို့၊ ဘုရားသခင်အား  
 သီချင်းဆို၍ချီးမွမ်းကြလော့။

ရှေးမဆွကတည်ရှိနေသည့်မိုးကောင်းကင်တွင်  
 ကြွမြန်းတော်မူသောဘုရားရှင်အား

<sup>5</sup> 68:30 \* အခန်းငယ် ၃၀။ ဟေဗြဲမူတွင်အဋ္ဌပ္ပိယ်မရှင်းပါ။

ထောမနာသီချင်းဆိုကြလော့။  
ကျယ်စွာမိန့်မြှောက်တော်မူသောအသံကို  
နားထောင်ကြလော့။

34                   ဘုရားသခင်၏တန်ခိုးတော်ကိုထုတ်ဖော်  
                          ကြေညာကြလော့။  
                          ကိုယ်တော်၏ဂုဏ်ကျက်သရေတော်သည်  
                          ဣသရေလအမျိုးသားတို့အပေါ်တွင်လွှမ်းမိုး၍  
                          ကိုယ်တော်၏ဘုန်းအာနုဘော်တော်သည်  
                          မိုးကောင်းကင်၌ထင်ရှားလျက်ရှိ၏။

35                   သန်ရှင်းရာဌာနတော်မှကြွလာတော်မူသော  
                          ဣသရေလအမျိုးသားတို့၏ဘုရားသခင် သည်  
                          ရှိသေကြောက်ရွံ့ဖွယ်ဖြစ်ပါသည်တကား။  
                          ကိုယ်တော်သည်မိမိ၏လူစုတော်အားတန်ခိုးနှင့်  
                          စွမ်းရည်ကိုပေးတော်မူ၏။

ဘုရားသခင်အားထောမနာပြုကြလော့။

### 69

ကူမတော်မူရန်အော်ဟစ်တောင်းလျှောက်ခြင်း<sup>6</sup>

<sup>1</sup> အို ဘုရားသခင်၊ ကျွန်တော်မျိုးအားကယ်တော်မူပါ။  
                          ရေသည်ကျွန်တော်မျိုး၏လည်မျိုတိုင်အောင်  
                          ရောက်လျက်နေပါပြီ။

---

<sup>6</sup> 69: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသည်။

2 ကျွန်တော်မျိုးသည်နက်လှသော ရွံ့ထဲတွင်ကျုံ့နေပါပြီ။  
 ခြေနှင်းစရာမြေမာမရှိပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ရေနက်ထဲသို့ရောက်လျက်  
 ရှိပါ၏။

လှိုင်းလုံးများသည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
 လွှမ်းမိုးကြပါတော့မည်။

3 ကူမတော်မူရန်အော်ဟစ်ရသဖြင့်ကျွန်တော်မျိုးသည်  
 မောပန်းနွမ်းနယ်လျက်ရှိပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုး၏လည်ချောင်းသည်နာလျက်နေပါပြီ။

ကိုယ်တော်ရှင်ကူမတော်မူရန်  
 မျှော်ကြည့်ရဖန်များသဖြင့်မျက်စိများသည်  
 ညောင်းလျက်နေပါပြီ။

4 ကျွန်တော်မျိုးအားအကြောင်းမဲ့မုန်းသော  
 သူတို့၏အရေအတွက်သည်ကျွန်တော်မျိုး  
 ဦးခေါင်းမှဆံပင်ထက်ပို၍များပါ၏။  
 လိမ်လည်ပြောဆို၍ကျွန်တော်မျိုးအား  
 ရန်ဘက်ပြုသူတို့သည်ခွန်အားကြီးကြပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုးအားသတ်ဖြတ်လိုကြပါ၏။  
 သူတို့အားကျွန်တော်မျိုးမခိုးမယူသည့်  
 ပစ္စည်းဥစ္စာများကိုပြန်၍ပေးရပါ၏။\*

5 အို ဘုရားသခင်၊

---

\* 69:4 ဆာ၊ ၃၅:၁၉။ ယော၊ ၁၅:၂၅။

ကျွန်တော်မျိုး၏အပြစ်များကိုကိုယ်တော် ထံတော်မှ  
ဖုံးကွယ်၍မရပါ။

ကျွန်တော်မျိုးအဘယ်မျှမိုက်မဲသည်ကို  
ကိုယ်တော်ရှင်သိတော်မူပါ၏။

6 အနန္တ တတန်ခိုးရှင် အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်အားယုံကြည်ကိုးစားသူတို့သည်  
ကျွန်တော်မျိုး၏အတွက်ကြောင့်အရှက်မကွဲ  
ကြရပါစေနှင့်။

အို ကူသရေလအမျိုးသားတို့၏ဘုရားသခင်၊  
ကိုယ်တော်ရှင်အားဝတ်ပြုကိုးကွယ်သူတို့သည်  
ကျွန်တော်မျိုး၏အတွက်ကြောင့်  
ဂုဏ်အသရေမပျက်ရကြပါစေနှင့်။

7 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏အတွက်  
စော်ကားခြင်းကိုခံရပါ၏။ အလွန်အရှက်ကွဲရပါ၏။

8 ကျွန်တော်မျိုးသည်မိမိ၏ညီအစ်ကိုတို့တွင်  
သူစိမ်းတစ်ရံဆံကဲ့သို့လည်းကောင်း၊  
မိသားစုတွင်လည်းတစ်ကျွန်းတစ်နိုင်ငံသား  
ကဲ့သို့လည်းကောင်းဖြစ်၍နေပါ၏။

9 ကိုယ်တော်ရှင်၏ဗိမာန်တော်ကိုစွဲလမ်းမှုသည်  
ကျွန်တော်မျိုး၏စိတ်အတွင်း၌မီးကဲ့သို့  
ဟုန်းဟုန်းတောက်လောင်လျက်ရှိပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်အားစော်ကားပြောဆိုသော

စကားများသည်ကျွန်တော်မျိုးအားစော်ကား  
ပြောဆိုသောစကားများဖြစ်ပါ၏။<sup>☆</sup>

10 ကျွန်တော်မျိုးသည်အစာရှောင်ခြင်းအားဖြင့်  
မိမိကိုယ်ကိုနှိမ့်ချသောအခါလူတို့သည်  
ကျွန်တော်မျိုးအားစော်ကားကြပါ၏။

11 ကျွန်တော်မျိုးသည်လျှော်တေကိုဝတ်သော အခါ  
သူတို့သည်ပြောင်လှောင်ကြပါ၏။

12 သူတို့သည်လမ်းများတွင်ကျွန်တော်မျိုးအကြောင်းကို  
ပြောဆိုကြပါ၏။  
သေသောက်ကြူးသူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုး  
အကြောင်းကိုတေးဖွဲ့၍ဆိုကြပါ၏။

13 သို့ရာတွင်ကျွန်တော်မျိုးအဖို့မှာမူ အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်ထံတော်သို့ဆုတောင်းပ တ  
ထနာပြုပါမည်။

ကိုယ်တော်ရှင်၏မဟာမေတ္တာတော်ကို  
ထောက်၍လည်းကောင်း၊  
ကယ်တော်မူမည်ဟုကိုယ်တော်ရှင်ထားတော်မူသည့်  
ကတိတော်ကိုထောက်၍လည်းကောင်း  
တောင်းလျှောက်ထားချက်ကိုနားညောင်းတော်မူပါ။  
အို ဘုရားသခင်၊

<sup>☆</sup> 69:9 ယော၊ ၂:၁၇။ ရော၊ ၁၅:၃။

အလိုတော်ရှိချိန်၌ကျွန်တော်မျိုး၏ ဆုတောင်းပ တု ထ  
နာကိုဖြေကြားတော်မူပါ။

14 ရွံ့နွံတွင်မကျွံမနစ်စေရန်ကျွန်တော်မျိုးအား  
ကယ်တော်မူပါ။

ရန်သူများ၏ဘေးမှလည်းကောင်း၊  
ရေနက်ရာမှလည်းကောင်းကယ်ဆယ်တော်မူပါ။

15 ကျွန်တော်မျိုးအားရေလွှမ်းမိုးစေတော်မမူပါနှင့်။  
ရေနက်ရာတွင်နစ်မြုပ်စေတော်မမူပါနှင့်။  
သင်္ချိုင်းတွင်းသို့သက်ဆင်းစေတော်မမူ ပါနှင့်။

16 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်သည်  
ကောင်းမြတ်သည်ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုး၏  
ပန်ကြားခြင်းကိုနားညောင်းတော်မူပါ။  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်လွန်စွာသနားကြင်နာ  
တော်မူတတ်သည်ဖြစ်၍  
ကျွန်တော်မျိုးအားလှည့်၍ကြည့်တော်မူပါ။

17 ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေခံအားမျက်နှာတော်ကို  
လွှဲတော်မမူပါနှင့်။  
ကျွန်တော်မျိုးသည်အတိဒုက္ခရောက်လျက် ရှိပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုး၏ပန်ကြားချက်ကိုယခုပင်  
နားညောင်းတော်မူပါ။

18 ကြွလာတော်မူ၍ကျွန်တော်မျိုးကိုကယ်တော် မူပါ။



ရန်သူများ၏လက်မှကယ်ဆယ်တော်မူပါ။

- 19 ကျွန်တော်မျိုးသည်အဘယ်မျှအစော်ကား ခံရ၍  
 အဘယ်မျှအရှက်ကွဲအသရေပျက်ရသည်ကို  
 ကိုယ်တော်ရှင်သိတော်မူပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူ အပေါင်းကို  
 မြင်တော်မူပါ၏။
- 20 အစော်ကားခံရသဖြင့်ကျွန်တော်မျိုးသည် စိတ်နှလုံး  
 ကြေကွဲ၍စိတ်ပျက်အားလျော့လျက်နေပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကြင်နာမှုကိုတောင့်တသော အခါ  
 သနားမည့်သူကိုမတွေ့ရပါ။  
 စိတ်သက်သာမှုကိုတောင့်တသောအခါ  
 စိတ်သက်သာစေမည့်သူမရှိပါ။
- 21 ကျွန်တော်မျိုးဆာလောင်မွတ်သိပ်သောအခါ  
 ရန်သူတို့သည်အဆိပ်ကိုကျွေးကြပါ၏။  
 ရေငတ်သောအခါပုန်းရည်ကိုတိုက်ကြ ပါ၏။\*
- 22 သူတို့၏စားသောက်ပွဲများသည်သူတို့  
 ပျက်စီးရာပျက်စီးကြောင်းဖြစ်ပါစေသော။  
 သူတို့ကျင်းပသည့်ငှု ဌ မှ မပွဲများသည်လည်း  
 သူတို့ပြိုလဲကြောင်းဖြစ်ပါစေသော။
- 23 သူတို့သည်မမြင်နိုင်ကြစေရန်သူတို့၏ မျက်စိကို  
 ကွယ်စေတော်မူပါ။

☆ 69:21 မ၊ ၂၇:၄၈။ မာ၊ ၁၅:၃၆။ လု၊ ၂၃:၂၆။ ယော၊ ၁၉:၂၈-၂၉။

သူတို့၏ခါးများကိုလည်းအစဉ်အမြဲ  
ချိန့်စေတော်မူပါ။\*

24 ကိုယ်တော်ရှင်၏အမျက်တော်ကိုသူတို့ အပေါ်သို့  
သွန်းလောင်းတော်မူ၍အမျက်တော်အဟုန်သည်  
သူတို့အားမိစေတော်မူပါ။

25 သူတို့၏တံစခန်းများသည်လူသူဆိတ်ညံရာ  
အရပ်များအဖြစ်ဖြင့်ကျန်ရစ်ပါစေသော။  
သူတို့၏တံများအတွင်း၌လူတစ်ဦးတစ်ယောက် မျှ  
အသက်ရှင်လျက်ကျန်ရစ်စေတော်မမူပါ နှင့်။\*

26 ထိုသူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်ဒဏ်ခတ်ခဲ့သောသူ တို့ကို  
နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲကြပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်ထိခိုက်ဒဏ်ရာရစေခဲ့သော သူတို့  
ခံရသည့်ဝေဒနာအကြောင်းကိုပြောဆို ကြပါ၏။

27 သူတို့၏အပြစ်ရှိသမျှကိုစာရင်းပြု၍  
မှတ်သားထားတော်မူပါ။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ကယ်တင်ခြင်းကျေးဇူးတော် ကို  
သူတို့အားခံစားခွင့်ပေးတော်မမူပါနှင့်။

28 သူတို့၏နာမည်များသည်အသက်ရှင်သူများ  
စာရင်းစာစောင်မှပယ်ဖျက်ခြင်းခံရပါစေသော။  
သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်တွင်  
စာရင်းမဝင်သူများဖြစ်ကြပါစေ သော။ \*

☆ 69:23 ရော၊ ၁၁:၉-၁၀။ ☆ 69:25 တ၊ ၁:၂၀။ ☆ 69:28 ထွ၊ ၃၂:၃၂။  
ဗျ၊ ၃:၅၊ ၁၃:၈၊ ၁၇:၈။

- 29 သို့ရာတွင်ကျွန်တော်မျိုးသည်နာကျင်၍  
စိတ်ပျက်အားလျော့လျက်ရှိပါ၏။  
အို ဘုရားသခင်၊ ကျွန်တော်မျိုးအားချီပင့်၍ကယ်တော်မူပါ။
- 30 ကျွန်တော်မျိုးသည်သီချင်းအားဖြင့်ဘုရားသခင်အား  
ထောမနာပြုပါမည်။  
ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းခြင်းအားဖြင့်  
ကိုယ်တော်၏ကြီးမြတ်တော်မူပုံကိုထုတ် ဖော်  
ကြေညာပါမည်။
- 31 ယင်းသို့ပြုသည်ကိုထာဝရဘုရားသည်  
နွားပူဇော်သကာထက်ပို၍နှစ်သက်တော် မူလိမ့်မည်။  
ထွားကြို င်းသန်မာသောနွားလားကိုပူဇော် သည်ထက်  
ပို၍နှစ်သက်တော်မူလိမ့်မည်။
- 32 ဤအချင်းအရာကိုမြင်သောအခါညှဉ်းဆဲ  
ခံရသူတို့သည်ဝမ်းမြောက်ကြလိမ့်မည်။  
ဘုရားသခင်ကိုဝတ်ပြုကိုးကွယ်သူတို့သည်  
အားတက်ကြလိမ့်မည်။
- 33 ထာဝရဘုရားသည်ချို့တဲ့နွမ်းပါးသူတို့၏ ဆုတောင်းပ  
တုထနာကိုနားညောင်းတော်မူ၏။  
အကျဉ်းခံနေရသောမိမိ၏လူစုတော် အား  
မေ့လျော့တော်မမူပါ။
- 34 ကောင်းကင်နှင့်မြေကြီး၊ ပင်လယ်နှင့်ပင်လယ်ရှိ  
သတ္တဝါအပေါင်းတို့၊

ဘုရားသခင်အားထောမနာပြုကြလော့။  
 35 ကိုယ်တော်သည်ဇိအုန်တောင်ကိုကယ်ဆယ်တော် မူ၍  
 ယုဒမြို့တို့ကိုပြန်၍တည်တော်မူလိမ့်မည်။  
 ကိုယ်တော်၏လူစုတော်သည်ထိုမြို့များတွင်  
 နေထိုင်ကြလျက်တိုင်းပြည်ကိုပိုင်ဆိုင်ကြ လိမ့်မည်။  
 36 ကိုယ်တော်အစေခံများ၏သားမြေးတို့သည်  
 တိုင်းပြည်ကိုအမွေခံရလိမ့်မည်။  
 ကိုယ်တော်အားချစ်သောသူတို့သည်ထိုပြည်တွင်  
 နေထိုင်ကြရလိမ့်မည်။

### 70

ကူမတော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>7</sup>  
 (ဆာလံ၊ ၄၀:၁၃-၁၇)

1 အို ဘုရားသခင်၊ ကျွန်တော်မျိုးအားကယ်တော်မူပါ။  
 အို ထာဝရဘုရား၊ ယခုပင်ကျွန်တော်အားကူမတော်မူပါ။  
 2 ကျွန်တော်မျိုးအားသတ်ရန်ကြိုးစားသူတို့သည်  
 အရေးရှုံးနိမ့်၍ကစဉ့်ကရဲဖြစ်ကြပါစေ သော။  
 ကျွန်တော်မျိုး၏ဆင်းရဲဒုက္ခများကိုအကြောင်းပြု၍  
 ဝမ်းမြောက်ကြသူတို့သည်တပ်လန်၍ကွဲကြ ပါစေသော။  
 3 ကျွန်တော်မျိုးအားပြောင်လှောင်ကြသူတို့သည်  
 အရေးရှုံးနိမ့်သည့်အတွက်  
 အလွန်ကြောက်လန့်ကြပါစေသော။

<sup>7</sup> 70: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒစပ်ဆိုသောဆာလံ။ ဝမ်းနည်းမြည်  
 တမ်းခြင်း။

4 ကိုယ်တော်ရှင်၏ထံတော်သို့ချဉ်းကပ်သူ  
 အပေါင်းတို့သည်ဝမ်းမြောက်ရွှင်လန်းကြပါ  
 စေသော။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ကယ်တင်ခြင်းကျေးဇူးတော် အတွက်  
 ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းကြသူအပေါင်းတို့ သည်  
 “ဘုရားသခင်သည်အလွန်ကြီးမြတ်တော်မူ  
 ပါပေသည်” ဟုအစဉ်မပြတ်ချီးကူး ကြပါစေသော။

5 ကျွန်တော်မျိုးသည်အားအင်ချိနဲ့လျက်  
 ဆင်းရဲ၍နေပါ၏။  
 အို ဘုရားသခင်၊ ကျွန်တော်မျိုးထံသို့လျင်မြန်စွာကြွလာ  
 တော်မူပါ။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
 ကယ်တင်တော်မူသောအရှင်၊ ကျွန်တော်မျိုး၏  
 ထာဝရဘုရားဖြစ်တော်မူ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုးအားကူမရန်အလျင်အမြန် ကြွတော်မူပါ။

# 71

အသက်ကြီးသူ၏ဆုတောင်းပတုထနာ

1 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်ထံခိုလှုံရန်ကျွန်တော်မျိုးချဉ်းကပ် ပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုးအားအဘယ်အခါ၌မျှ အရေးရှုံးနိမ့်စေတော်မမူပါနှင့်။  
 2 ကိုယ်တော်ရှင်သည်တရားမျှတတော်မူသည် နှင့်အညီ၊

ကျွန်တော်မျိုးအားကူမတော်မူပါ။  
ကယ်ဆယ်တော်မူပါ။

ကျွန်တော်မျိုး၏ပန်ကြားချက်ကိုနားညောင်း  
ကယ်တော်မူပါ။

3 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးခိုလှုံရာ  
ကျောက်တောင်ဖြစ်တော်မူပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုးအားကာကွယ်ရန်အတွက်ခိုင်ခံ့ သည့်  
ရဲတိုက်ဖြစ်တော်မူပါ။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးခိုလှုံသော၊  
ကျွန်တော်မျိုးကိုကာကွယ်သောအရှင်  
ဖြစ်တော်မူပါ၏။

4 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရား၊ ကျွန်တော်မျိုးအား  
သူယုတ်မာတို့၏ဘေးမှကယ်တော်မူပါ။  
ရက်စက်ဆိုးညစ်သူတို့၏လက်မှကယ်တော် မူပါ။

5 အို အရှင်ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်ကိုမျှော်ကိုး ပါ၏။  
ငယ်ရွယ်စဉ်အခါမှစ၍ကိုယ်တော်ရှင်အား ကိုးစားခဲ့ပါ၏။

6 ကျွန်တော်မျိုးသည်တစ်သက်လုံးကိုယ်တော်ရှင် ကို  
မှီခိုခဲ့ပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုးမွေးဖွားချိန်မှစ၍  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
ကာကွယ်စောင့်ရှောက်တော်မူခဲ့ပါပြီ။

ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်ကိုအစဉ် မပြတ်  
ထောမနာပြုပါမည်။

7 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏အတွက်  
ခိုင်ခံ့သည့် ခိုလှုံရာဖြစ်တော်မူသဖြင့်  
ကျွန်တော်မျိုးသည်လူတို့ရှေ့တွင်စံနမူနာ ဖြစ်ပါ၏။

8 တစ်နေ့လုံးကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင် အား  
ထောမနာပြု၍  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ဘုန်းအသရေတော်ကို  
ထုတ်ဖော်ကြေညာပါ၏။

9 ယခုအခါ၌ကျွန်တော်မျိုးသည်အိုမင်းသော ကြောင့်  
ကျွန်တော်မျိုးအားပစ်ပယ်တော်မမူပါနှင့်။

ယခုအခါမစွမ်းမသန်သောကြောင့် ကျွန်တော်မျိုးအားစွန့်ပစ်တော်မမူပါနှင့်။

10 ကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူများသည်ကျွန်တော် မျိုးအား  
သတ်လိုကြသဖြင့်ဆွေးနွေးကြံစည်ကြ ပါ၏။

11 “သူ၏ဘုရားသည်သူ့ကိုစွန့်ပစ်လေပြီ။  
သူ့အားကယ်ဆယ်မည့်သူတစ်စုံတစ်ယောက်မျှ  
မရှိတော့သဖြင့်

သူ့ကိုလိုက်ဖမ်းကြကုန်အံ့” ဟုသူတို့ဆို ကြပါ၏။

12 အို ဘုရားသခင်၊ ဝေးဝေးနေတော်မမူပါနှင့်။  
ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရားသခင်၊ ကျွန်တော်မျိုး အား  
ကူမရန်အလျင်အမြန်ကြွတော်မူပါ။

13 ကျွန်တော်မျိုးကိုတိုက်ခိုက်ကြသူတို့သည်  
 အရေးရှုံးနိမ့်၍ပျက်စီးဆုံးပါးကြပါစေသော။  
 ကျွန်တော်မျိုးထိခိုက်ဒဏ်ရာရအောင်  
 ကြိုးစားကြသူတို့သည်  
 အရှက်ကွဲ၍အသရေပျက်ကြပါစေသော။

14 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်အားအစဉ်ပင်  
 စောင့်မျှော်ပါမည်။  
 ကိုယ်တော်ရှင်အားအဖန်ဖန်အခါခါ  
 ထောမနာပြုပါမည်။

15 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်  
 ကောင်းမြတ်တော်မူပုံကိုပြောကြားပါမည်။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ကယ်တင်ခြင်းကျေးဇူးသည်  
 ကျွန်တော်မျိုးနားလည်နိုင်သည်ထက်ပို၍  
 နက်နဲပါ၏။

သို့ရာတွင်ထိုကျေးဇူးတော်အကြောင်းကို  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်တစ်နေ့လုံးပြောကြားပါမည်။

16 အရှင်ထာဝရဘုရား၏တန်ခိုးတော်ကို အမှီပြု၍  
 ကျွန်တော်မျိုးသွားလာပါမည်။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၊ ကိုယ်တော်ရှင်သာလျှင်  
 ကောင်းမြတ်တော်မူကြောင်းကို  
 ကျွန်တော်မျိုးထုတ်ဖော်ကြေညာပါမည်။



17 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားငယ် ရွယ်စဉ်  
 အခါမှစ၍သွန်သင်တော်မူခဲ့သည်ဖြစ်ရာ၊  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော် မူသော  
 အံ့ဩဖွယ်ရာအမှုတို့ကိုယနေ့တိုင်အောင်  
 ပြောကြားလျက်ရှိပါ၏။

18 ယခုအခါ၌ကျွန်တော်မျိုးသည်အသက် ကြီး၍  
 ဆံပင်ဖြူလျက်နေပါပြီ။  
 အို ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရား၊ ကျွန်တော်မျိုးကိုစွန့်ပစ်တော်မမူပါနှင့်။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်နှောင်လာလ တု တံ့သော  
 သားစဉ်မြေးဆက်အပေါင်းတို့အား  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ဘုန်းတန်ခိုးအာနုဘော် တော်  
 အကြောင်းကိုထုတ်ဖော်ကြေညာလျက်ရှိနေစဉ်  
 ကျွန်တော်မျိုးနှင့်အတူရှိတော်မူပါ။

19 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားမျှတမှုသည်  
 မိုးကောင်းကင်တိုင်အောင်ရောက်ရှိပါ၏။  
 အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ကိုယ်တော်ရှင်သည်  
 ကြီးမြတ်သည့်အမှုအရာများကိုပြုတော် မူပြီ  
 ဖြစ်သောကြောင့်တည်း။

ကိုယ်တော်ရှင်နှင့်တူသူတစ်စုံတစ်ယောက်မျှ မရှိပါ။

20 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား

များပြားဆိုးရွားသောဘေးဒုက္ခများနှင့်  
 တွေ့ကြုံစေတော်မူသော်လည်း  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားပြန်၍  
 အားအင်ပြည့်ဝစေတော်မူလျက်သေဘေးမှ  
 ကယ်တော်မူပါလိမ့်မည်။

21 ကျွန်တော်မျိုးအားယခင်အခါကထက်  
 ပိုမိုကြီးမြင့်စေတော်မူ၍နှစ်သိမ့်မှုကို  
 ပေးတော်မူပါလိမ့်မည်။ တစ်ဖန်

22 ကျွန်တော်မျိုးသည်အမှန်ပင်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
 စောင်းတီး၍ထောမနာပြုပါမည်။  
 အို ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရားသခင်၊  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏သစ္စာတော်  
 အကြောင်းကိုထောမနာပြုပါမည်။  
 ဣသရေလအမျိုးသားတို့၏သန်ရှင်း  
 တော်မူသောအရှင်ဖြစ်တော်မူသည့်  
 ကိုယ်တော်ရှင်အားစောင်းတီး၍ ဣဋ္ဌဌမှမသီချင်း များဖြင့်  
 ချီးမွမ်းပါမည်။ မြင့်မြတ်

23 ကိုယ်တော်ရှင်အတွက်စောင်းကိုတီးစဉ်  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ဝမ်းမြောက်စွာ  
 သီချင်းဆိုပါမည်။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
 ကယ်တော်မူသည်ဖြစ်၍

ကျွန်တော်မျိုးသည်စိတ်ရောကိုယ်ပါ  
သီချင်းဆိုပါမည်။

24 ကျွန်တော်မျိုးအားအကျိုးယုတ်စေရန်  
ရှာကြံသူတို့သည်အရေးရှုံးနိမ့်၍အသရေပျက်  
ရကြပြီဖြစ်သောကြောင့်  
ကိုယ်တော်ရှင်ဖြောင့်မတ်တော်မူခြင်း  
တရားအကြောင်းကိုတစ်နေ့လုံးပြောကြား ပါမည်။

# 72

ရှင်ဘုရင်အတွက်ဆုတောင်းပတုထနာဓိ

1-2 အို ဘုရားသခင်၊  
ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်နှင့်အညီ စီရင်ဆုံးဖြတ်  
နိုင်ရန်မင်းကြီးအားသွန်သင်တော်မူပါ။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်အားတရားမျှတစွာ  
အုပ်ချုပ်နိုင်စေရန်လည်းကောင်း၊  
ဆင်းရဲသောသူတို့ကိုတရားတော်နှင့်အညီ  
အုပ်စိုးနိုင်စေရန်လည်းကောင်း  
ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားမျှတမှုအတိုင်း  
စီရင်နိုင်ခွင့်ကိုမင်းကြီးအားပေးတော် မူပါ။  
3 တိုင်းပြည်တွင်သာယာဝပြော၍တရား မျှတမှု  
စိုးမိုးခြင်းရှိပါစေသော။

8 72: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ရှောလမုန်စပ်ဆိုသည်။

4 မင်းကြီးသည်ဆင်းရဲသူတို့အားမျှတစွာ  
တရားစီရင်ဆုံးဖြတ်ပါစေသော။

ချို့တဲ့နွမ်းပါးသူတို့အားကူမတော်မူပါ စေသော။

ဖိစီးနှိပ်စက်သူတို့အားနှိမ်နင်းတော်မူပါ စေသော။

5 နေသည်ထွန်းလင်းလျက်၊ လသည်အလင်းရောင်  
ပေးလျက်နေသမျှကာလပတ်လုံး

ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်သည်

ကိုယ်တော်ရှင်အားကာလအစဉ်အဆက်

ကြောက်ရွံ့ရိုသေကြပါစေသော။

6 မင်းကြီးသည်လယ်ယာများအပေါ်သို့ ရွာချသည့်  
မိုးကဲ့သို့လည်းကောင်း၊

မြေပြင်ပေါ်သို့ကျရောက်လာသည့်မိုးပေါက် များ  
ကဲ့သို့လည်းကောင်းဖြစ်ပါစေသော။

7 မင်းကြီး၏လက်ထက်၌တရားမျှတမှု စိုးမိုးပါစေသော။

လသည်အလင်းရောင်ပေးလျက်နေသမျှ

ကာလပတ်လုံးသာယာပြောမှုရှိပါ စေသော။

8 မင်းကြီးသည်ပင်လယ်တစ်ပြင်မှတစ်ပြင်  
တိုင်အောင်လည်းကောင်း၊

ဥဇရတ်မြစ်မှမြေကြီးစွန်းတိုင်အောင် လည်းကောင်း  
အုပ်စိုးလိမ့်မည်။<sup>☆</sup>

☆ 72:8 အ၊ ၉:၁၀။

9 သဲက နှု တာရရှိလူမျိုးအပေါင်းတို့သည် မင်းကြီး၏  
 ရှေ့တော်၌ဦးညွှတ်ကြပါလိမ့်မည်။  
 မင်းကြီး၏ရန်သူများသည်ခြေတော်ရင်းတွင်  
 ပျပ်ဝပ်ကြပါလိမ့်မည်။

10 စပိန်ပြည်နှင့်ကျွန်းများမှရှင်ဘုရင်တို့သည်  
 အခွန်ဆက်သကြပါလိမ့်မည်။  
 အာရေဗျပြည်နှင့်အဲသရောပိပြည်မှ  
 ရှင်ဘုရင်များသည်လက်ဆောင်ပဏ္ဏာများကို  
 ယူဆောင်လာကြပါလိမ့်မည်။

11 ဘုရင်အပေါင်းတို့သည်မင်းကြီး၏ရှေ့တော်တွင်  
 ပျပ်ဝပ်ကြပါလိမ့်မည်။  
 လူမျိုးတကာတို့သည်လည်းမင်းကြီး၏ အစေကို  
 ခံကြပါလိမ့်မည်။

12 မင်းကြီးသည်မိမိအားဟစ်ခေါ်ကြသည့်  
 ဆင်းရဲသူတို့အားလည်းကောင်း၊  
 ချို့တဲ့နွမ်းပါး၍ခိုကိုးရာမဲ့သူတို့  
 အားလည်းကောင်းကယ်ဆယ်တော်မူ၏။

13 ချို့တဲ့ဆင်းရဲသူတို့ကိုသနားတော်မူ၍ သူတို့၏  
 အသက်ကိုကယ်တော်မူ၏။

14 သူတို့၏အသက်သည်မင်းကြီး၏ရှေ့တော်တွင်  
 အဖိုးထိုက်သည်အလျောက်ဖိစီးနှိပ်စက်မှုနှင့်  
 အကြမ်းဖက်မှုများမှသူတို့ကိုကယ်ဆယ် တော်မူ၏။

15 မင်းကြီးသည်သက်တော်ရှည်ပါစေသော။  
 အာရေဗျပြည်မှရွှေများကိုလက်ဆောင်ပဏ္ဏာ  
 အဖြစ်ရရှိပါစေသော။

လူတို့သည်မင်းကြီး၏အတွက်အစဉ်ဆုတောင်း ပ တု  
 ထနာများပြုကြပါစေသော။  
 ဘုရားသခင်သည်မင်းကြီးအားအစဉ်အမြဲ  
 ကောင်းချီးပေးတော်မူပါစေသော။

16 တိုင်းပြည်အတွင်း၌စားနပ်ရိက္ခာပေါများပါ စေသော။  
 လေဗနု န်တောင်တွင်သစ်တောများဖြင့်  
 ဖုံးအုပ်လျက်ရှိသကဲ့သို့  
 တောင်ကုန်းများသည်ကောက်ပဲသီးနှံများ ဖြင့်  
 ဖုံးအုပ်လျက်ရှိပါစေသော။  
 မြို့ကြီးများရှိလူဦးရေသည်ကွင်းပြင်ရှိ  
 မြက်ကဲ့သို့ထူထပ်ပေါများပါစေသော။

17 မင်းကြီး၏နာမတော်သည်တည်မြဲပါ စေသော။  
 ဂုဏ်သတင်းတော်သည်နေကဲ့သို့အစဉ်အမြဲ  
 တည်နေပါစေသော။

ဘုရားသခင်သည်မင်းကြီးအားကောင်းချီး ပေးတော်မူ  
 သကဲ့သို့လူမျိုးတကာတို့သည်  
 မိမိတို့အားလည်းကောင်း၊ကောင်းချီးပေးတော် မူရန်  
 ဘုရားသခင်ထံတောင်းလျှောက်ကြပါစေသော။

18 ကုသရေလအမျိုးသားတို့၏ဘုရားတည်း ဟူသော  
 ထာဝရဘုရားကိုထောမနာပြုကြလော့။  
 ကိုယ်တော်သာလျှင်ဤသို့အံ့ဩဖွယ်ကောင်းသည့်  
 အမှုတို့ကိုပြုတော်မူ၏။

19 ဘုန်းကြီးသောနာမတော်ကိုအစဉ်အမြဲ  
 ထောမနာပြုကြလော့။  
 ကမ္ဘာမြေကြီးတစ်ပြင်လုံး၌ဘုန်းတော်နှင့်  
 ပြည့်ပါစေသော။  
 အာမင်။ အာမင်။

20 ဤတွင်ယေရှု၏သားဒါဝိဒ်၏ဆုတောင်းပတု ထ နာ  
 များပြီးဆုံး၏။

## အတွဲ ၃

### 73

(ဆာလံ၊ ၇၃-၈၉)

ဘုရားသခင်၏တရားမျှတမှု<sup>၉</sup>

1 ဘုရားသခင်သည်စိတ်နှလုံးဖြူစင်သန်ရှင်း သူများ  
 ဖြစ်သည့်ကုသရေလအမျိုးသားတို့အား အမှန်ပင်  
 ကျေးဇူးပြုတော်မူ၏။

2-3 သို့ရာတွင်သူယုတ်မာတို့ကောင်းစားသည်ကို  
 မြင်ရသောအခါ

---

<sup>9</sup> 73: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ အာသပ်စပ်ဆိုသည်။

မောက်မာသူတို့ကိုမရှုလိုစိတ်ရှိသဖြင့်ငါ သည်  
 ခလုတ်တိုက်၍လဲလှပါပြီ။  
 ငါ၏ခြေတို့သည်လည်းတိမ်းချော်လှပြီ။

4 ထိုသူတို့သည်ဝေဒနာမခံစားရကြ။  
 ကျန်းမာသန်စွမ်းသူများဖြစ်ကြ၏။

5 သူတို့သည်အခြားသူများကဲ့သို့ဝေဒနာ မခံရကြ။  
 အခြားသူများကဲ့သို့ဒုက္ခမရောက်ရကြ။

6 သို့ဖြစ်၍သူတို့သည်မာန်မာန်ကိုလည်ဆွဲ  
 တန်ဆာကဲ့သို့လည်းကောင်း၊  
 အကြမ်းဖက်မှုကိုဝတ်လုံကဲ့သို့လည်း ကောင်း  
 ဝတ်ဆင်ကြ၏။

7 သူတို့၏စိတ်နှလုံးမှမကောင်းမှုများကို ထုတ်ဖော်၍  
 သူတို့၏စိတ်သည်ယုတ်မာသည့်အကြံအစည်  
 များကိုတွေ့တောလျက်နေကြ၏။

8 သူတို့သည်သူတစ်ပါးတို့အားပြက်ရယ် ပြုကာ ညစ်ည  
 မ်းသည့်အရာများကိုပြောဆိုကြ၏။  
 မောက်မာလျက်သူတစ်ပါးတို့အားနှိပ်စက်  
 ညှဉ်းဆဲရန်ကြံစည်ကြ၏။

9 သူတို့သည်ကောင်းကင်ဘုံ၌ရှိတော်မူသော ဘုရား  
 သခင်အားစော်ကားသည့်စကားကိုပြောဆိုလျက်၊  
 ကမ္ဘာပေါ်ရှိလူတို့အားမောက်မာစွာအမိန့်ပေး ကြ၏။

10 ထိုကြောင့်ဘုရားသခင်၏လူစုတော်ပင်လျှင်



သူတို့ဘက်သို့ပါလျက်သူတို့ပြောသမျှသော  
စကားကိုယုံကြလေသည်။<sup>☆</sup>

11 သူတို့က`ဘုရားသခင်သည်သိတော်မူလိမ့်မည်  
မဟုတ်။

အမြင့်မြတ်ဆုံးအရှင်သည်တွေ့မြင်တော်မူ လိမ့်မည်  
မဟုတ်' ဟုဆိုတတ်ကြ၏။

12 ဤကားသူယုတ်မာတို့ပြုကြပုံပင်ဖြစ်ပေသည်။  
သို့သော်သူတို့သည်ကောင်းစား၍အစဉ်ပင်  
စည်းစိမ်ချမ်းသာတိုးလျက်နေကြ၏။

13 သို့ဖြစ်၍ငါသည်မိမိစိတ်နှလုံးကို  
ဖြူစင်သန့်ရှင်းစေလျက်အပြစ်မပြုဘဲနေ သည်မှာ  
အချည်းနှီးပေလော။

14 အို ဘုရားသခင်၊  
ကိုယ်တော်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားတစ်နေ့လုံး  
ဒုက္ခရောက်စေတော်မူပါပြီ။  
ကိုယ်တော်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားနံနက်တိုင်း  
ဒဏ်ခတ်တော်မူပါပြီ။

15 ကျွန်တော်မျိုးသည်ဤနည်းအတိုင်းပြောဆို ခဲ့လျှင်  
ကိုယ်တော်၏လူစုတော်ကိုကိုယ်စားပြု၍  
ပြောဆိုသည်မဟုတ်ပါ။

☆ 73:10 ဟေဗြဲမူတွင်မရှင်းပါ။

16 သို့ဖြစ်၍ ကျွန်တော်မျိုးသည် ဤအခြင်းအရာကို  
သိရှိနားလည်ရန် ကြိုးစား၍ စဉ်းစားဆင်ခြင်  
ပါ၏။

သို့ရာတွင် ယင်းကိုနားလည်နိုင်ရန် လွန်စွာ  
ခက်ခဲပါ၏။

17 ကျွန်တော်မျိုးသည် ကိုယ်တော်၏ ဗိမာန်တော် ထဲသို့  
ရောက်ရှိသည့် အခါ ကျမှသာ လျှင်  
သူ့ယုတ်မာတို့ အဘယ်သို့ နှိုးချုပ်ရကြ မည်ကို  
သိရှိနားလည်လာပါ၏။

18 ကိုယ်တော်ရှင်သည် သူတို့အား ခြေချော်တတ်သည့်  
နေရာများတွင် ခြေချော်စေတော်မူ၍  
ဆုံးပါးပျက်စီးစေတော်မူပါမည်။

19 သူတို့သည် ချက်ချင်းပင် သေကြေပျက်စီး ကြပါ၏။  
သူတို့၏ နောက်ဆုံးဖြစ်အင်သည် ကြောက်မက်ဖွယ်  
ကောင်းလှပါ၏။

20 အို ထာဝရဘုရား၊  
သူတို့သည် နံနက်ချိန်၌ ပျောက်ကွယ် သွားသည့်  
အိပ်မက်နှင့် တူပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်နိုးထတော်မူသော အခါ သူတို့သည်  
ပျောက်ကွယ်သွားကြပါ၏။

21 ကျွန်တော်မျိုးသည် ဝမ်းနည်းကြေကွဲ၍  
စိတ်နာကြည်းသော အခါ

22 တိရုတ္တန်ကဲ့သို့မိုက်မဲသဖြင့်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
ရှေ့တော်၌အသိပညာမရှိပါ။

23 သို့သော်လည်းကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော် ရှင်၏  
ထံတော်ပါးတွင်အစဉ်အမြဲနေပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်လည်းကျွန်တော်မျိုး၏  
လက်ကိုဆွဲကိုင်ထားတော်မူပါ၏။

24 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားအကြံပေး၍  
လမ်းပြတော်မူပြီးလျှင်နောက်ဆုံး၌  
ကျွန်တော်မျိုးအားချီးမြှင့်ရန်လက်ခံတော်မူ လိမ့်မည်။

25 ကျွန်တော်မျိုးမှာကိုယ်တော်ရှင်မှလွဲ၍  
ကောင်းကင်ဘုံတွင်အဘယ်သူရှိပါသနည်း။  
ကိုယ်တော်ရှင်ကျွန်တော်မျိုးနှင့်ရှိတော်မူလျှင်  
ကမ္ဘာမြေပေါ်၌အဘယ်အရာကိုလိုပါတော့ မည်နည်း။

26 ကျွန်တော်မျိုး၏ကိုယ်စိတ်သည်အင်အား  
ချိနဲ့လာပါလိမ့်မည်။  
သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏  
စွမ်းအားဖြစ်တော်မူပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်မှတစ်ပါး  
မည်သူ့ကိုမျှမလိုပါ။

27 ကိုယ်တော်ရှင်အားစွန့်ပစ်ကြသူတို့သည်  
အကယ်စင်စစ် သေကျေပျက်စီးရကြပါလိမ့်မည်။  
ကိုယ်တော်ရှင်အားသစ္စာဖောက်သူတို့ကို

ကိုယ်တော်ရှင်သည်သုတ်သင်ဖျက်ဆီးတော်မူလိမ့်မည်။  
 28 သို့သော်လည်းကျွန်တော်မျိုးအဖို့မှာမူဘုရားသခင်၏  
 အပါးတော်တွင်နေရခြင်း၊  
 အရှင်ဘုရား၏ထံတော်၌ခိုလှုံရခြင်းနှင့်  
 ကိုယ်တော်ပြုတော်မူသောအမှုတော်အပေါင်းကို  
 ထုတ်ဖော်ကြေညာရခြင်းတို့သည်လွန်စွာမြတ် နိုးဖွယ်  
 ဖြစ်ပါသည်တကား။

### 74

အမျိုးသားလွတ်မြောက်ရေးအတွက် ဆုတောင်းပတု  
 ထနာ<sup>10</sup>

1 အို ဘုရားသခင်၊ ကိုယ်တော်ရှင်သည်အဘယ်ကြောင့်  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့အားဤသို့စွန့်ပစ်၍  
 ထားတော်မူပါသနည်း။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်မိမိ၏လူစုတော်အား အစဉ်အမြဲ  
 အမျက်ထွက်၍နေတော်မူပါမည်လော။  
 2 ရှေးအခါကရွေးကောက်တော်မူခဲ့သည့် လူစုတော်၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်အဖြစ်ဖြင့်  
 ကျွန်ဘဝမှရွေးနုတ်ဝယ်ယူတော်မူခဲ့သည့်  
 လူစုတော်ကိုသတိရတော်မူပါ။  
 ယခင်ကကိုယ်တော်ရှင်ကိန်းဝပ်တော်မူခဲ့ရာ  
 ဇီအုန်တောင်ကိုသတိရတော်မူပါ။

---

10 74: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ အာသပ်စပ်ဆိုသောကဗျာ။

3 ကျွန်တော်မျိုးတို့၏ရန်သူများသည်  
 ဗိမာန်တော်အတွင်းမှရှိသမျှသောအရာ တို့ကို  
 ဖျက်ဆီးပစ်ကြပါပြီ။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကြွလာတော်မူ၍လုံးဝ  
 ပျက်စီးနေသည့်အရာများကိုကြည့်ရှုတော် မူပါ။

4 ကိုယ်တော်ရှင်၏ရန်သူတို့သည်ဗိမာန်တော်ထဲ၌  
 အောင်သံကြွေးကြော်ကြပါပြီ။

ဗိမာန်တော်တွင်အောင်လံများကိုစိုက်ထူကြ ပါပြီ။

5 သစ်ခုတ်သမားများသည်ပုဆိ န်ဖြင့်သစ်ပင်များကို  
 ခုတ်လှဲသကဲ့သို့\*  
 6 သူတို့သည်ဗိမာန်တော်သစ်သားပန်းပုလက်ရာ များကို  
 ပုဆိန်တင်းပုတ်များဖြင့်ရိုက်ချိုးပစ်ကြပါ၏။

7 သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ဗိမာန်တော်ကို  
 မီးရှို့ကြပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်အားကိုးကွယ်ဝတ်ပြုရာဌာနတော်ကို  
 ဖြိုဖျက်၍ညစ်ညမ်းစေကြပါ၏။

8 သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့အားနာလန်မထူနိုင်အောင်  
 ချေမှုန်းလိုကြပါ၏။  
 တိုင်းပြည်တွင်ရှိသမျှသောဝတ်ပြုကိုးကွယ်ရာ  
 ဌာနတို့ကိုမီးရှို့ပစ်ကြပါ၏။

9 ကျွန်တော်မျိုးတို့၏ဘာသာတရားဆိုင်ရာ  
 အမှတ်အသားများအားလုံးပင်မရှိတော့ပါ။

\* 74:5 ဟေဗြဲမူတွင် မရှင်းပါ။

ပရောဖက်များလည်းမရှိတော့ပါ။

အဘယ်မျှကြာအောင်ဤသို့ဖြစ်နေမည်ကို  
အဘယ်သူမျှမသိပါ။

10 အို ဘုရားသခင်၊ ရန်သူများသည်အဘယ်ကာလတိုင်အောင်  
ကိုယ်တော်ရှင်အားပြောင်လှောင်လျက်  
နေကြပါမည်နည်း။

သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏နာမတော်ကို      အစဉ်အမြဲ  
စော်ကားကြပါမည်လော။

11 အဘယ်ကြောင့်ကိုယ်တော်ရှင်သည်  
ကျွန်တော်မျိုးတို့အားကူမရန် ငြင်းဆန်တော်မူပါသနည်း။  
အဘယ်ကြောင့်လက်ပိုက်၍နေတော်မူပါ သနည်း။

12 သို့သော် အို ဘုရားသခင်၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်အစမူလကတည်းကပင်လျှင်  
ကျွန်တော်မျိုးတို့၏ဘုရင်ဖြစ်တော်မူပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့ကို  
အကြိမ်ပေါင်းများစွာကယ်တော်မူခဲ့ပါပြီ။

13                      ကိုယ်တော်ရှင်သည်မဟာတန်ခိုးတော်ဖြင့်  
ပင်လယ်ကိုနှစ်ခြမ်းကွဲစေ၍  
ရေသူရဲတို့၏ဦးခေါင်းများကိုခွဲတော်မူ ပါ၏။\*

☆ 74:13 ထွ၊ ၁၄:၂၁။

- 14 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ရေနဂါးကြီးလေဝိသန်<sup>11</sup> ၏  
ဦးခေါင်းများကိုချေမှုန်းတော်မူ၍  
အသေကောင်ကိုတောကနုတာရရှိသားရဲ့ တိရစ္ဆာ  
န်တို့အားစားရန်ပေးအပ်တော်မူ ပါ၏။\*
- 15 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ချောင်းရေနှင့်စမ်းရေကို  
ပေါက်စေတော်မူ၍  
မြစ်ကြီးများကိုခန်းခြောက်စေတော်မူပါ၏။
- 16 နေနှင့်ညကိုဖန်ဆင်းတော်မူ၍နေနှင့်လကို  
နေရာချတော်မူပါ၏။
- 17 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကမ္ဘာမြေကြီး၏နယ် နိမိတ်ကို  
သတ်မှတ်တော်မူ၍နေ့ဥတုနှင့်ဆောင်းဥတုကို  
ဖန်ဆင်းတော်မူပါ၏။
- 18 သို့ရာတွင် အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ရန်သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင် အား  
ပြက်ရယ်ပြုကြသည်ကိုလည်းကောင်း၊  
သူတို့သည်ဘုရားမဲ့၍ကိုယ်တော်ရှင်အား မထီမဲ့မြင်  
ပြုကြသည်ကိုလည်းကောင်းသတိရတော်မူပါ။
- 19 ကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုကိုးရာမဲ့သည့်လူစုတော်အား  
ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်သောရန်သူများ၏ လက်တွင်  
စွန့်ပစ်ထားတော်မမူပါနှင့်။

---

11 74:14 \* ရေနဂါးကြီးလေဝိသန်။  
အဏ္ဏာရီသတ္တဝါတစ်ကောင်ဟုယူဆကြ သည်။  
ရှုပ်ထွေးခြင်းနှင့်မကောင်းမှုကိုသရုပ် ဆောင်သည်။ ☆ 74:14 ယောဘ၊  
၄၁:၁။ ဆာ၊ ၁၀၄:၂၆။ ဟေရှာ၊ ၂၇:၁။

နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲခြင်းခံနေရသောကိုယ်တော် ရှင်၏

လူစုတော်အားမေ့လျော့တော်မမူပါနှင့်။

20 ကျွန်တော်မျိုးတို့နှင့်ကိုယ်တော်ရှင်ပြုထားသည့်

ပဋိညာဉ်တော်ကိုသတိရတော်မူပါ။

တိုင်းပြည်ရှိမှောင်ကျရာအရပ်တိုင်းတွင်

အကြမ်းဖက်မှုရှိပါ၏။

21 ဖိစီးနှိပ်စက်ခြင်းခံရသူတို့အားအရှက်ကွဲ

စေတော်မမူပါနှင့်။

ယင်းဆင်းရဲသူများသည်ကိုယ်တော်ရှင်အား

ထောမနာပြုကြပါစေသော။

22 အို ဘုရားသခင်၊

ထတော်မူ၍ကိုယ်တော်ရှင်၏အာဏာကို

တည်စေတော်မူပါ။

ဘုရားမဲ့သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်အားတစ်နေ့လုံး

ပြက်ရယ်ပြုကြသည်ကိုသတိရတော်မူပါ။

23 ကိုယ်တော်ရှင်၏ရန်သူတို့အမျက်ထွက်၍ဟစ်

အော်သံ၊

ကိုယ်တော်ရှင်အားရန်ဘက်ပြုသူတို့၏အစဉ်မပြတ်

အော်သံတို့ကိုမေ့လျော့တော်မမူပါနှင့်။

# 75

## တရားစီရင်တော်မူသောဘုရားသခင်<sup>12</sup>

12 75: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ အာသပ်စပ်ဆိုသောဆာလံ၊သီချင်း။



1 ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
 ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းကြပါ၏။  
 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
 ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းကြပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်အဘယ်မျှကြီးမြတ်တော်မူ  
 သည်ကိုထုတ်ဖော်ကြေညာ၍  
 ပြုတော်မူသောအံ့ဩဖွယ်ရာများအကြောင်း ကို  
 ပြောကြားကြပါ၏။

2 ဘုရားသခင်က`တရားစီရင်မည့်အချိန်ကို  
 ငါသတ်မှတ်ထားလေပြီ။  
 ငါသည်ဖြောင့်မှန်စွာတရားစီရင်မည်။

3 ကမ္ဘာမြေကြီးနှင့်တကွသက်ရှိသတ္တဝါ အပေါင်းတို့သည်  
 တုန်လှုပ်ကြစေကာမူ  
 ငါသည်ကမ္ဘာမြေကြီး၏အခြေခံအုတ်မြစ်တို့ကို  
 တည်တံ့ခိုင်မြဲစေမည်။

4 ငါ့ဤသို့အမိန့်ရှိ၏။ သူယုတ်မာတို့အားမကြွားမဝါကြနှင့်။

5 မာန်မာနမထောင်လွှားကြနှင့်။

6 တရားစီရင်သောသူသည်အရှေ့အရပ်သို့မဟုတ်  
 အနောက်အရပ်မှသော်လည်းကောင်း၊  
 တောင်အရပ်သို့မဟုတ်မြောက်အရပ်မှ  
 သော်လည်းကောင်းပေါ်ထွက်လာသည်မဟုတ်။

7 တရားစီရင်တော်မူသောအရှင်ကားဘုရားသခင်ပင်  
ဖြစ်ပေသည်။

ကိုယ်တော်သည်အချို့သောသူတို့ကိုအပြစ်ဒဏ်  
စီရင်တော်မူလျက်  
အချို့တို့ကိုလွတ်ငြိမ်းချမ်းသာစေတော်မူ၏။

8 ထာဝရဘုရားသည်အမျက်တော်တည်းဟူသော  
အလွန်ပြင်းသည့်စပျစ်ရည်ထည့်ထားသော  
ခွက်ဖလားကိုလက်တော်တွင်ကိုင်ထားတော်မူ၏။

ထိုစပျစ်ရည်ကိုကိုယ်တော်လောင်းချ တော်မူသောအခါ  
သူယုတ်မာအပေါင်းတို့သည်သောက်ကြကုန်၏။  
သူတို့သည်တစ်စက်မျှမကျန်အောင်သောက် ကြကုန်၏။

9 သို့ရာတွင်ငါ့မူကားယာကုပ်၏  
ဘုရားအကြောင်းတော်ကိုအစဉ်မပြတ်  
ပြောကြားပါမည်။

ကိုယ်တော်အားထောမနာသီချင်းဆိုမည်။

10 ကိုယ်တော်သည်သူယုတ်မာတို့၏တန်ခိုး အာဏာကို  
ချိုးနှိမ်တော်မူမည်။  
သူတော်ကောင်းတို့၏တန်ခိုးအာဏာကိုမူကား  
တိုးတက်စေတော်မူလိမ့်မည်။

# 76

## အောင်ပွဲရဘုရားသခင်<sup>13</sup>

13 76: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ အာသပ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

- 1 ယုဒပြည်တွင်ဘုရားသခင်ကိုသိကြ၏။  
 ကူသရေလပြည်တွင်ကိုယ်တော်၏နာမတော်သည်  
 ကြီးမြတ်တော်မူ၏။
- 2 ကိုယ်တော်၏အိမ်တော်သည်ယေရုရှလင်မြို့တွင်  
 ရှိပေသည်။  
 ကိုယ်တော်သည်ဒီအုန်တောင်ပေါ်တွင်  
 ကိန်းဝပ်တော်မူ၏။
- 3 ထိုအရပ်တွင်ကိုယ်တော်သည်ရန်သူတို့၏  
 မြား၊ ဒိုင်လွှား၊ ငှက်၊ ဌားနှင့်လက်နက်ရှိသမျှတို့ကို  
 ချိုးဖျက်တော်မူ၏။
- 4 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကိုယ်တော်သည်လွန်စွာဘုန်းတန်ခိုးကြီး  
 ပါသည်တကား။  
 ရန်သူတို့ကိုနှိမ်နင်းရာတောင်ရိုးများမှ  
 ကိုယ်တော်ပြန်လည်ကြွလာတော်မူသည်မှာ  
 ဂုဏ်ကျက်သရေရှိလှပါသည်တကား။
- 5 ရန်သူတို့၏ရဲရင့်သည့်စစ်သည်များသည်  
 မိမိတို့၌ရှိသည့်ပစ္စည်းဥစ္စာများကို  
 ဆုံးရှုံးရကြလျက်ယခုအခါ သေဆုံးကြလေကုန်ပြီ။  
 သူတို့၏စွမ်းအားနှင့်ကျွမ်းကျင်မှုတို့သည်  
 အချည်းနှီးသာဖြစ်ခဲ့သည်။
- 6 အို ယာကုပ်၏ဘုရားသခင်၊

ကိုယ်တော်ရှင်ခြိမ်းခြောက်တော်မူလိုက်သော အခါ၊  
မြင်းများနှင့်မြင်းစီးသူရဲတို့သည်လဲကျ သေဆုံးကြပါ၏။

7 သို့ရာတွင် အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်အားလူ့အပေါင်းတို့သည်  
ကြောက်လန့်ကြပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်အမျက်ထွက်တော်မူသောအခါ  
အဘယ်သူသည်ရှေ့တော်တွင် ရပ်တည်နိုင်ပါမည်နည်း။

8-9 ကိုယ်တော်ရှင်သည်မိမိ၏စီရင်ချက်ကို  
ကောင်းကင်ဘုံမှကြေညာတော်မူပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကမ္ဘာပေါ်ရှိဖိနှိပ်ညှဉ်းပန်းခြင်း  
ခံရကြသူတို့အားကယ်တော်မူရန်အတွက်  
ထ၍စီရင်ချက်ချမှတ်တော်မူသောအခါ၊ ကမ္ဘာသည်  
ကြောက်လန့်၍ဆိတ်ဆိတ်နေကြပါ၏။

10 လူတို့၏ဒေါသသည်ကိုယ်တော်ရှင်အားပို၍  
ထောမနာပြုခြင်းအကျိုးကိုဖြစ်ပေါ်စေပါ လိမ့်မည်။  
စစ်ပွဲတွင်မသေဘဲအသက်ရှင်ကျန်ရစ်သူတို့သည်  
ကိုယ်တော်၏ပွဲတော်များကိုစောင့်ထိန်း  
ကြပါလိမ့်မည်။

11 သင်တို့၏ဘုရားသခင်ထာဝရဘုရားအား  
ထားရှိခဲ့သည့်ကတိသစ္စာဝတ်ကိုဖြေကြလော့။  
နီးနားဝန်းကျင်ရှိလူမျိုးတကာတို့၊

ကိုယ်တော်၏ထံတော်သို့လက်ဆောင်ပဏ္ဏာများကို  
 ယူဆောင်ခဲ့ကြလော့။  
 ဘုရားသခင်သည်မိမိအားလူတို့  
 ကြောက်လန့်စေတော်မူ၏။

12 ကိုယ်တော်သည်မာန်မာနကြီးသူမင်းသား တို့၏  
 စိတ်ကိုနှိမ်ချတော်မူလျက်ဘုန်းကြီးသည်  
 ဘုရင်တို့အားထိတ်လန့်တုန်လှုပ်စေတော်မူ၏။

# 77

ပူပင်သောကရောက်ချိန်၌ စိတ်သက်သာရာရမှု<sup>14</sup>

1 ငါသည်ဘုရားသခင်ထံတော်သို့ကျယ်စွာ အော်ဟစ်၏။  
 ငါသည်ကျယ်စွာအော်ဟစ်သဖြင့်  
 ကိုယ်တော်ကြားတော်မူ၏။

2 ဒုက္ခရောက်ချိန်၌ငါသည်ထာဝရဘုရား ထံတော်သို့  
 ဆုတောင်းပတုထနာပြု၏။  
 တစ်ညလုံးလက်အုပ်ချီ၍ဆုတောင်းပတုထနာပြု၏။  
 သို့ရာတွင်စိတ်သက်သာရာမရနိုင်ပါ။

3 ငါသည်ဘုရားသခင်အကြောင်းကိုအောက်မေ့  
 ဆင်ခြင်သောအခါသက်ပြင်းချရ၏။  
 လေးနက်စွာတွေးတောသောအခါငါသည်  
 စိတ်ပျက်အားငယ်ရ၏။

---

14 77: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ အာသပ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

4 ကိုယ်တော်သည်ငါ့အားတစ်ညလုံးအိပ်ပျော်ခွင့်ကို ပေးတော်မမူပါ။

ငါသည်ပူပင်သောကရောက်ရလွန်းသဖြင့် စကားပင်မပြောနိုင်ပါ။

5 ငါသည်ကုန်လွန်သွားသည့်နေ့ရက်များအကြောင်း ကို စဉ်းစား၍လွန်လေပြီးသည့်နှစ်များကို အောက်မေ့သတိရပါ၏။

6 တစ်ညလုံးငါသည်ဆင်ခြင်စဉ်းစားလျက်နေစဉ်၊

7 ဤသို့မိမိကိုယ်ကိုမေး၏။

“ဘုရားရှင်သည်ငါတို့ကိုအစဉ်အမြဲ စွန့်ပစ်တော်မူမည်လော။

ကိုယ်တော်သည်ငါတို့အားအဘယ်အခါ၌မှ ပြန်၍နှစ်သက်တော်မမူတော့ပြီလော။

8 ကိုယ်တော်သည်ငါတို့ကိုချစ်တော်မမူတော့ ပြီလော။ ကတိတော်သည်လည်းပျက်လေပြီလော။

9 ဘုရားသခင်သည်သနားကြင်နာရန် မေ့လျော့တော်မူပြီလော။

ကရုဏာတော်အစားအမျက်တော်ကို ပြတော်မူပြီလော။”

10 ထို့နောက် “ဘုရားသခင်၌တန်ခိုးမရှိတော့ သဖြင့် ငါ့အတွက်အနာကြည်းဆုံးဖြစ်သည်” ဟု ငါပြောဆိုနေမိ၏။ ✧

11 အို ထာဝရဘုရား၊

✧ 77:10 ဟေဗြဲမူတွင်မရှင်းပါ။

ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူသော  
 ထူးမြတ်သည့်အမှုအရာတို့ကိုအောက်မေ့ သတိရပါမည်။  
 အတိတ်ကာလ၌ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူခဲ့သော  
 အံ့ဩဖွယ်ရာတို့ကိုပြန်လည်သတိရပါမည်။

12 ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူခဲ့သမျှသောအမှုတို့ကို  
 စဉ်းစားပါမည်။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ကြီးမြတ်သည့်အမှုတော်တို့ကို  
 ဆင်ခြင်ပါမည်။

13 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူသမျှတို့သည်  
 မြင့်မြတ်ပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်ကဲ့သို့အဘယ်ဘုရားမျှမကြီး မြတ်ပါ။

14 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ထူးဆန်းသော  
 နိမိတ်လ ကဲ့ ခဏာများကိုပြုတော်မူသော  
 ဘုရားဖြစ်ပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်မိမိ၏ဘုန်းတန်ခိုးတော် တို့ကို  
 လူမျိုးတကာတို့အားပြုတော်မူခဲ့ပါ၏။

15 ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်တည်းဟူသော  
 ယာကုပ်နှင့်ယောသပ်တို့၏အမျိုးအနွယ်များကို  
 တန်ခိုးတော်အားဖြင့်ကယ်တော်မူပါ၏။

16 အို ဘုရားသခင်၊

ရေတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်ကိုမြင်သောအခါ  
ကြောက်ရွံ့ကြပါ၏။

ပင်လယ်ရေနက်ရာအရပ်တို့သည်လည်း  
တုန်လှုပ်ကြပါ၏။

17 မိုးတိမ်တို့သည်မိုးကိုရွာသွန်းပေးပါ၏။  
ကောင်းကင်ပြင်တွင်မိုးကြိုးပစ်လျက်  
အရပ်လေးမျက်နှာတွင်လျှပ်စစ်များလက်ပါ၏။

18 ကိုယ်တော်ရှင်၏မိုးကြိုးသံသည်မြည်ဟည်း  
ထွက်ပေါ်လာလျက်  
လျှပ်ပန်းလျှပ်နွယ်တို့သည်လည်းကမ္ဘာ  
တစ်ဝန်းလုံးကိုလင်းစေပါ၏။

မြေကြီးသည်ထိတ်လန့်တုန်လှုပ်ပါ၏။

19 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ပင်လယ်ပြင်တွင်  
လျှောက်သွားတော်မူ၍နက်ရှိုင်းသော သမုဒ္ဒရာကို  
ဖြတ်ကျော်တော်မူပါ၏။

သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်ရှင်၏ခြေတော်ရာများ ကိုမူ  
မတွေ့မမြင်နိုင်ပါ။

20 ကိုယ်တော်ရှင်သည်မောရှေနှင့်အာရု န်တို့၏  
ကွပ်ကဲမှုဖြင့်  
မိမိ၏လူစုတော်အားသိုးထိန်းသဖွယ်  
ပို့ဆောင်တော်မူပါ၏။



# 78

ဘုရားသခင်နှင့်ကိုယ်တော်၏လူစုတော်<sup>15</sup>

1 ငါ၏အမျိုးသားတို့၊ ငါ၏သွန်သင်ချက်ကို  
နားထောင်ကြလော့။

ငါပြောသည့်စကားကိုအာရုံစိုက်ကြလော့။

2 ဘိုးဘေးတို့ပြောကြားခဲ့သဖြင့်ငါတို့  
ကြားသိရသည်

3 အတိတ်ကာလမှလျှို့ဝှက် နက်နဲသောအရာများအကြောင်းကို  
သင်တို့အားငါစကားပုံများဖြင့်ရှင်း ပြမည်။\*

4 ယင်းတို့ကိုငါတို့သည်သားမြေးများထံမှ  
ထိမ်ဝှက်၍ထားမည်မဟုတ်။

ထာဝရဘုရား၏တန်ခိုးတော်နှင့်ကြီးမြတ်သော

အမှုတော်ကိုလည်းကောင်း၊ ကိုယ်တော်ပြုတော်မူသော

အံ့ဩဖွယ်ရာအမှုတို့ကိုလည်းကောင်း

နောက်လူမျိုးဆက်အားဖော်ပြမည်။

5 ကိုယ်တော်သည်ကူသရေလအမျိုးသားတို့အား  
ဥပဒေများကိုလည်းကောင်း၊

ယာကုပ်အမျိုးအနွယ်တို့အားပညတ်တော်

များကိုလည်းကောင်းပေးအပ်တော်မူခဲ့၏။

ပညတ်တော်များကိုသားမြေးတို့အား

တစ်ဆင့်သွန်သင်ပေးနိုင်ကြရန်

<sup>15</sup> 78: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ အာသပ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။ ☆ 78:3 မ၊  
၁၃:၃၅။

ကိုယ်တော်သည်ငါတို့ဘိုးဘေးတို့အား  
မှာကြားဆင့်ဆိုတော်မူ၏။

6 ဤသို့ပြုတော်မူခြင်းမှာ၊ နောက်လူမျိုးဆက် သည်  
ပညတ်တော်တို့ကိုသိရှိနားလည်လျက်  
မိမိတို့၏သားမြေးတို့အားတစ်ဆင့်ပြန်၍  
သွန်သင်ပေးနိုင်ကြစေရန်ဖြစ်၏။

7 ဤနည်းအားဖြင့်ယင်းသားမြေးတို့သည်  
ဘုရားသခင်ကိုကိုးစားလာကာ  
ကိုယ်တော်ပြုသောအမှုအရာတို့ကို  
မမေ့မလျော့ဘဲပညတ်တော်တို့ကိုအစဉ်  
စောင့်ထိန်းကြပေလိမ့်မည်။

8 သူတို့သည်ဘုရားစကားကိုနားမထောင်ဘဲ  
ပုန်ကန်တတ်သောဘိုးဘေးတို့ကဲ့သို့မဖြစ် တော့ပေ။  
ထိုဘိုးဘေးတို့ကားအဘယ်အခါကမျှ  
ဘုရားသခင်ကိုစွဲမြဲစွာကိုးစားမှုမရှိ ခဲ့ကြ။  
ကိုယ်တော်၏အပေါ်၌လည်းအစဉ်အမြဲ သစ္စာမစောင့်ကြ။

9 လေးမြားကိုကိုင်စွဲတိုက်ခိုက်ကြသော  
ဖေရီ မ်အမျိုးသားတို့သည်စစ်ပွဲဝင်ရသောနေ့၌  
ထွက်ပြေးကြကုန်၏။

10 သူတို့သည်ဘုရားသခင်နှင့်မိမိတို့ပြုထားသည့်  
ပဋိညာဉ်ကိုမစောင့်ထိန်းကြ။

ကိုယ်တော်ရှင်၏ပညတ်တော်ကိုလိုက်နာရန်  
ငြင်းဆန်ကြ၏။

11 သူတို့သည်ကိုယ်တော်ပြုတော်မူသော  
အမှုအရာများကိုလည်းကောင်း၊  
ကိုယ်တော်ပြုတော်မူသောထူးဆန်းသည့်  
နိမိတ်လ ကု ခဏာများကိုလည်းကောင်းမေ့လျော့  
ကြလေကုန်ပြီ။

12 အီဂျစ်ပြည်ဇေနလွင်ပြင်တွင်သူတို့၏  
ဘိုးဘေးတို့၏မျက်မှောက်၌  
ထာဝရဘုရားသည်ထူးဆန်းသည့်နိမိတ် လ ကု  
ခဏာများကိုပြုတော်မူ၏။\*

13 ကိုယ်တော်သည်ပင်လယ်ကိုနှစ်ခြမ်းကွဲစေ၍  
ရေကိုစုပုံစေပြီးလျှင်သူတို့အား ဖြတ်ကူးစေတော်မူ၏။\*

14 နေအချိန်၌ကိုယ်တော်သည်မိုးတိမ်တိုက်  
အားဖြင့်လည်းကောင်း၊  
တစ်ညပတ်လုံးမီးအလင်းရောင်  
အားဖြင့်လည်းကောင်းသူတို့အားလမ်းပြ  
ပို့ဆောင်တော်မူ၏။\*

15 ကိုယ်တော်သည်တောကနုတာရတွင်  
ကျောက်ဆောင်ကိုခွဲ၍နက်ရှို င်းရာမှရေကို  
ထိုသူတို့အားတိုက်တော်မူ၏။

16 ကိုယ်တော်သည်ကျောက်ဆောင်မှ

\* 78:12 ထွ၊ ၇:၈-၁၂:၃၂။ \* 78:13 ထွ၊ ၁၄:၂၁-၂၂။ \* 78:14 ထွ၊ ၁၃:၂၁-၂၂။

စမ်းရေထွက်စေလျက်မြစ်သဖွယ်  
စီးဆင်းစေတော်မူ၏။\*

17 သို့ရာတွင်သူတို့သည်ဘုရားသခင်အား  
ပြစ်မှားမြဲပြစ်မှားလျက်  
အမြင့်မြတ်ဆုံးဖြစ်တော်မူသောအရှင်ကို သဲက နှ  
တာရတွင်ပုန်ကန်ကြ၏။

18 သူတို့သည်စားလိုသည့်အစားအစာကို  
တောင်းဆိုခြင်းအားဖြင့်တမင်သက်သက်  
ဘုရားသခင်အားသွေးစမ်းကြ၏။\*

19 “ဘုရားသခင်သည်တောက နှ တာရတွင်ငါတို့အား  
အစားအစာကိုပေးနိုင်ပါမည်လော။

20 ကျောက်ဆောင်ကိုကိုယ်တော်ရိုက်လိုက်သော အခါ  
အရှိန်ပြင်းသည့်ချောင်းသဖွယ်ရေထွက်လာ သည်မှာ  
မှန်ပါ၏။

သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်သည်ငါတို့အားအစားအစာကို  
ကျွေးနိုင်ပါမည်လော။

မိမိ၏လူစုတော်အားအမဲသားကိုပေးနိုင်  
ပါမည်လော” ဟုဆို၍

ဘုရားသခင်အားမကျေနပ်သည့်စကားကို ပြောဆိုကြ၏။

21-22 ထိုသူတို့၏စကားကိုကြားတော်မူသောအခါ

\* 78:16 ထွ၊ ၁၇:၁-၇။ တော၊ ၂၀:၂-၁၃။ \* 78:18 ထွ၊ ၁၆:၂-၁၅။  
တော၊ ၁၁:၄-၂၃၊ ၃၁-၃၅။

ထာဝရဘုရားသည်အမျက်ထွက်တော်မူ၍  
 မိမိလူစုတော်အားမီးဘေးသင့်စေတော်မူ၏။  
 သူတို့သည်ကိုယ်တော်ကိုအားမကိုး။  
 ကိုယ်တော်ကယ်တော်မူမည်ကိုလည်းမယုံ  
 ကြည်ကြ။  
 အမျက်တော်သည်ပိုမိုပြင်းထန်လာ၏။  
 23 သို့သော်လည်းကိုယ်တော်သည်အထက်  
 ကောင်းကင်အားမိန့်မြွက်တော်မူ၏။  
 ကောင်းကင်တံခါးများအားဖွင့်ရန်  
 အမိန့်ပေးတော်မူ၏။  
 24 ကိုယ်တော်သည်သူတို့စားရန်မ နှံ နှံမှန်မှီးရွာစေ  
 တော်မူ၏။  
 သူတို့စားသုံးရန်ကောင်းကင်မှဆန်စပါးကို  
 ချပေးတော်မူ၏။  
 25 ထို့ကြောင့်သူတို့သည်ကောင်းကင်တမန်တို့၏  
 အစားအစာကိုစားကြရ၏။  
 ဘုရားသခင်သည်သူတို့အားအဝကျွေးတော်မူ၏။  
 26 ထို့အပြင်ကိုယ်တော်သည်  
 အရှေ့လေကိုတိုက်စေပြီးနောက်တန်ခိုးတော်အားဖြင့်  
 တောင်လေကိုလှုပ်ရှားစေတော်မူ၏။  
 27 ထိုနောက်ပင်လယ်ကမ်းခြေသဲလုံးနှင့်အမျှ  
 များပြားသောငှက်တို့ကို

☆ 78:24 ယော၊ ၆:၃၁။

မိမိ၏လူစုတော်အားချပေးတော်မူ၏။

28 ယင်းငှက်တို့သည်တပ်စခန်းအလယ်တဲရုင်များ  
ပတ်လည်တွင်ကျကြ၏။

29 သို့ဖြစ်၍လူတို့သည်ကျေနပ်အောင်စားရကြ၏။  
ဘုရားသခင်သည်လည်းသူတို့စားလိုသော  
အစားအစာကိုကျွေးတော်မူ၏။

30 သို့ရာတွင်သူတို့သည်ရောင့်ရဲမှုမရနိုင်။

31 ဘုရားသခင်သည်သူတို့အား  
အမျက်ထွက်တော်မူသဖြင့်အသန်စွမ်းဆုံး  
လက်ရွေးစင်ကူသရေလလူငယ်လူရွယ် များကို  
သေဒဏ်သင့်စေတော်မူ၏။

32 ဤအဖြစ်အပျက်အပေါင်းနှင့်တွေ့ကြုံရသော်လည်း  
လူတို့သည်အပြစ်ကူးမြဲကူးလျက်နေကြ၏။  
ကိုယ်တော်သည်ထူးဆန်းသော

နိမိတ်လ ကု ခဏာများကိုပြတော်မူသော်လည်း  
သူတို့သည်ကိုယ်တော်ကိုမကိုးစားကြ။

33 သို့ဖြစ်၍ကိုယ်တော်သည်သူတို့အား  
ထွက်သက်ဝင်သက်တမျှတစ်ခဏချင်း၌  
အသက်ဆုံးရှုံးစေတော်မူ၏။

သူတို့၏ဘဝကိုရှုတ်တရက်ကျရောက်သည့် ဘေးအန္တရာယ်  
တရားကြောင့်နိဂုံးချုပ်စေတော်မူ၏။

34 သို့ရာတွင်ထိုသူအချို့တို့ကိုကိုယ်တော်  
 သေစေတော်မူသော်လည်း  
 ကြွင်းကျန်သောသူတို့မူကားအထံတော်သို့  
 ပြန်လာကြ၏။

သူတို့သည်နောင်တရလျက်စိတ်အားထက် သန်စွာ  
 ဆုတောင်းပတုထနာပြုကြကုန်၏။

35 ဘုရားသခင်သည်မိမိတို့အား ကွယ်ကာစောင့်ရှောက်တော်မူသော  
 ကျောက်တောင်သဖွယ်ဖြစ်ကြောင်းကိုလည်းကောင်း၊  
 အမြင့်မြတ်ဆုံးဖြစ်တော်မူသောအရှင်သည်  
 မိမိတို့အားကူမရန်ကြွလာတော်မူကြောင်း  
 ကိုလည်းကောင်းသူတို့သည်သတိရကြကုန်၏။

36 သို့ရာတွင်သူတို့သည်ကိုယ်တော်အားနှုတ်ဖြင့်  
 မြှောက်ပင့်ပြောဆို၍  
 လျှာဖြင့်လိမ်လည်လျှောက်ထားကြ၏။

37 သူတို့သည်ကိုယ်တော်အားသစ္စာမစောင့်ကြ။  
 ကိုယ်တော်နှင့်ပြုထားသည့်ပဋိညာဉ်ကိုလည်း  
 မစောင့်မထိန်း။<sup>☆</sup>

38 သို့သော်လည်းဘုရားသခင်သည်မိမိ၏လူစုအား  
 ကရုဏာထားတော်မူ၏။  
 သူတို့၏အပြစ်များကိုဖြေလွှတ်တော်မူ၍  
 သူတို့အားဆုံးပါးပျက်စီးစေတော်မမူ။

---

☆ 78:37 တာ၊ ၈:၂၁။

ကိုယ်တော်သည်ကြိမ်ဖန်များစွာမိမိ၏ဒေါသကို  
 ချုပ်တည်းတော်မူ၍  
 သူတို့ပေါ်တွင်အမျက်မထွက်ဘဲနေတော် မူ၏။  
 39 ထိုသူတို့ကားလူသားများသာဖြစ်ကြောင်း၊  
 အနီးမှဖြတ်၍တိုက်ကာ  
 ပျောက်ကွယ်သွားတတ်သောလေကဲ့သို့  
 ဖြစ်ကြောင်းကိုသတိရတော်မူ၏။

40 သူတို့သည်တောက နှု တာရတွင်ကြိမ်ဖန်များစွာ  
 ကိုယ်တော်အားပုန်ကန်ခဲ့ကြ၏။  
 ကြိမ်ဖန်များစွာကိုယ်တော်အားစိတ်မချမ်းမသာ  
 ဖြစ်စေခဲ့ကြပါသည်တကား။

41 သူတို့သည်အဖန်တလဲလဲဘုရားသခင်အား  
 သွေးစမ်းလျက်ကုသရေလအမျိုးသားတို့၏  
 သန်ရှင်းမြင့်မြတ်တော်မူသော  
 ဘုရား၏အမျက်တော်ကိုလှုံ့ဆော်ကြ၏။

42-43 သူတို့သည်ကိုယ်တော်၌မဟာတန်ခိုးတော်  
 ရှိတော်မူကြောင်းကိုလည်းကောင်း  
 မိမိတို့အားရန်သူတို့လက်မှ  
 ကိုယ်တော်ကယ်တော်မူခဲ့သောအချိန်  
 ကာလကိုလည်းကောင်း၊  
 အီဂျစ်ပြည်ဇေနလွင်ပြင်တွင်အံ့ဩဖွယ်  
 အမှုအရာများနှင့်



ထူးဆန်းသောနိမိတ်လ ကု ခဏာများကိုပြ တော်မူ  
ခဲကြောင်းကိုလည်းကောင်းသတိမရကြ။

44 အီဂျစ်ပြည်သူပြည်သားတို့မသောက်မသုံး  
နိုင်ကြစေရန်  
ချောင်းများမြစ်များမှရေတို့ကိုကိုယ်တော် သည်  
သွေးအဖြစ်သို့ပြောင်းလဲစေတော်မူ၏။\*

45 ကိုယ်တော်သည်သူတို့အားအတိဒုက္ခပေးသည့်  
ယင်ရဲများကိုလည်းကောင်း၊  
သူတို့၏လယ်ယာများကိုဖျက်ဆီးကြသည့်  
ဖားများကိုလည်းကောင်းသူတို့ထံသို့စေ လွှတ်တော်မူ၏။

46 သူတို့၏ကောက်ပဲသီးနှံများကိုစားပစ်ရန်နှင့်  
လယ်ယာများကိုဖျက်ဆီးပစ်ရန်နှံ့ကောင်များကို  
စေလွှတ်တော်မူ၏။\*

47 သူတို့၏စပျစ်နွယ်များကိုမိုးသီးအားဖြင့်  
လည်းကောင်း၊  
သဖ န်းပင်များကိုဆီးနှင်းခဲအားဖြင့်လည်းကောင်း  
ဖျက်ဆီးပစ်တော်မူ၏။

48 သူတို့၏ကျွဲနွားတိရ စု ဆာ န်များကို  
မိုးသီးအားဖြင့်လည်းကောင်း၊  
သိုးအုပ်ဆိတ်အုပ်များကိုမိုးကြိုး  
အားဖြင့်လည်းကောင်းဖျက်ဆီးပစ်တော်မူ၏။\*

\* 78:44 ထွ၊ ၇:၁၇-၂၁။ \* 78:45 ထွ၊ ၈:၂၀-၂၄၊ ၈:၁-၆။ \* 78:46 ထွ၊ ၁၀:၁၂-၁၅။ \* 78:48 ထွ၊ ၉:၂၂-၂၅။

49 ကိုယ်တော်သည်သူတို့အားပြင်းထန်သော  
အမျက်တော်ထွက်တော်မူ၏။

အမျက်တော်သည်သေမင်း၏တမန်များသဖွယ်  
သူတို့အားဒဏ်ခတ်တော်မူ၏။

50 ကိုယ်တော်သည်အမျက်တော်ကိုချုပ်တည်းတော်မမူ။  
ထိုသူတို့၏အသက်ကိုလည်းချမ်းသာပေး တော်မမူ။

သူတို့အားကပ်ရောဂါအားဖြင့်သေကြေပျက်စီး  
စေတော်မူ၏။

51 ကိုယ်တော်သည်အီဂျစ်ပြည်ရှိအိမ်ထောင်စုအပေါင်းမှ  
သားဦးတို့ကိုသေစေတော်မူ၏။☆

52 ထိုနောက်ကိုယ်တော်သည်မိမိ၏လူစုတော်ကို  
သိုးထိန်းသဖွယ်ရှေ့ဆောင်ကာတောက နှံ တာရကို  
ဖြတ်၍ပို့ဆောင်တော်မူ၏။☆

53 ကိုယ်တော်သည်သူတို့အားဘေးမဲ့လုံခြုံစွာ  
ပို့ဆောင်တော်မူသည်ဖြစ်၍သူတို့သည်  
မကြောက်မလန့်ကြ။

သို့ရာတွင်ပင်လယ်ရေသည်သူတို့၏ရန်သူများကို  
လွှမ်းမိုးလေ၏။☆

54 ကိုယ်တော်သည်သူတို့အားမိမိ၏သန်ရှင်း  
မြင့်မြတ်သည့်ပြည်တော်သို့လည်းကောင်း၊  
ကိုယ်တော်တိုင်သိမ်းပိုက်တော်မူခဲ့သည့်

☆ 78:51 ထွ၊ ၁၂:၂၉။ ☆ 78:52 ထွ၊ ၁၃:၁၇-၂၂။ ☆ 78:53 ထွ၊ ၁၄:၂၆-၂၈။

တောင်တော်သို့လည်းကောင်းပို့ဆောင်တော် မူ၏။<sup>☆</sup>

55 မိမိ၏လူစုတော်ရှေ့သို့ချီတက်လာကြသောအခါ  
ချဉ်းနင်းဝင်ရောက်မည့်ပြည်၌နေထိုင်ကြသူတို့ကို  
နှင်ထုတ်တော်မူ၏။

ဣသရေလအနွယ်တို့အားထိုပြည်ကိုခွဲဝေ သတ်မှတ်  
ပေးတော်မူပြီးလျှင်  
ထိုအရပ်အသီးသီးတွင်အတည်တကျ  
နေထိုင်စေတော်မူ၏။<sup>☆</sup>

56 သို့ရာတွင်သူတို့သည်အန နှု တတန်ခိုးရှင်  
ဘုရားသခင်အားပုန်ကန်၍သွေးစမ်းကြ၏။  
သူတို့သည်ကိုယ်တော်၏ပညတ်တော်တို့ကို  
မစောင့်မထိန်းကြ။<sup>☆</sup>

57 မိမိတို့ဘိုးဘေးများနည်းတူသစ္စာဖောက်၍  
ပုန်ကန်ကြ၏။  
သူတို့ကားလေးမှပစ်ထုတ်လိုက်သည့်  
လိမ်ကောက်နေသောမြားသဖွယ်စိတ်မချရ  
သူများဖြစ်၏။

58 သူတို့သည်မိစ္ဆာနတ်ဘုရားတို့ကိုဝတ်ပြု ကိုးကွယ်ရာ  
ဌာနများထားရှိခြင်းအားဖြင့်ကိုယ်တော်အား  
အမျက်ထွက်စေကြ၏။  
ရုပ်တုများအားဖြင့်ကိုယ်တော်အား ဒေါသထွက်စေကြ၏။

☆ 78:54 ထွ၊ ၁၅:၁၇။ ယောရှု၊ ၃:၁၄-၁၇။ ☆ 78:55 ယောရှု၊ ၁၁:၁၆-၂၃။  
☆ 78:56 သူကြီး၊ ၂:၁၁-၁၅။

59 မိမိ၏လူစုတော်ယင်းသို့ပြုကြသည်ကို  
 တွေ့မြင်တော်မူသောအခါ  
 ကိုယ်တော်သည်အမျက်ထွက်လျက်သူတို့အား  
 လုံးလုံးစွန့်ပစ်တော်မူ၏။

60 ငါတို့တွင်ကိန်းဝပ်တော်မူရာရှိလောမြို့ရှိ တဲတော်ကို  
 ကိုယ်တော်သည်စွန့်ပစ်တော်မူ၏။\*

61 တန်ခိုးတော်နှင့်ဘုန်းအသရေတော်အထိမ်း အမှတ်  
 ဖြစ်သောပဋိညာဉ်သေတ္တာတော်ကိုလည်း  
 ရန်သူတို့အားသိမ်းယူခွင့်ပြုတော်မူ၏။\*

62 ကိုယ်တော်သည်မိမိ၏လူစုတော်အား  
 အမျက်ထွက်တော်မူသဖြင့်  
 သူတို့ကိုသတ်ဖြတ်ရန်ရန်သူတို့အား အခွင့်  
 ပေးတော်မူ၏။

63 ငယ်ရွယ်သူအမျိုးသားတို့သည်စစ်ပွဲတွင်  
 ကျဆုံးကုန်သဖြင့်ငယ်ရွယ်သူ  
 အမျိုးသမီးတို့နှင့်လက်ထပ်ထိမ်းမြားမည့်သူ  
 တစ်စုံတစ်ယောက်မျှမရှိတော့ပေ။

64 ယဇ်ပုရောဟိတ်တို့သည်ငှာ ဌားဘေးဖြင့်  
 သေဆုံးသွားကြကုန်၏။

သူတို့၏မုဆိုးမများသည်ငိုကြွေးမြည်တမ်းခွင့် မရကြ။

---

\* 78:60 ယောရှူ ၁၈:၁။ ယော ၇:၁၂-၁၄၊ ၂၆:၆။ \* 78:61 ၁ရာ၊ ၄:၄-၂၂။

65 နောက်ဆုံး၌ထာဝရဘုရားသည်အိပ်ရာမှ  
 နိုးထသူကဲ့သို့လည်းကောင်း  
 စပျစ်ရည်အရှိန်ဖြင့်စိတ်တက်ကြွလာသော  
 သူရဲကဲ့သို့လည်းကောင်းနိုးထတော်မူ၏။

66 မိမိ၏ရန်သူများကိုထာဝစဉ်အရှက်ကွဲ  
 အရေးရှုံးနိမ့်စေတော်မူ၏။

67 သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်သည်ယောသပ်၏သားမြေး တို့ကို  
 ပစ်ပယ်တော်မူ၏။  
 ဖေရိမ်အမျိုးအနွယ်ကိုရွေးချယ်တော်မမူ။

68 သူတို့ကိုရွေးချယ်မည့်အစား၊ ယုဒ  
 အမျိုးအနွယ်ကိုလည်းကောင်း၊  
 ကိုယ်တော်လွန်စွာချစ်မြတ်နိုးသည့်  
 ဇိအုန်တောင်တော်ကိုလည်းကောင်း ရွေးချယ်တော်မူ၏။

69 ထိုတောင်တော်ပေါ်တွင်ကောင်းကင်ဘုံရှိအိမ်တော်နှင့်  
 တူသောဗိမာန်တော်ကိုတည်ဆောက်တော်မူ၏။  
 ထိုဗိမာန်တော်ကိုကမ္ဘာမြေကြီးကဲ့သို့  
 ကာလခပ်သိမ်းတည်တံ့ခိုင်မြဲစေတော်မူ၏။

70-71 ကိုယ်တော်သည်မိမိ၏အစေခံဒါဝိ ဒ်ကို  
 ရွေးချယ်တော်မူ၏။

သိုးများကိုထိန်းကျောင်းရာမှသူ့ကိုခေါ်ယူ တော်မူ၍  
 ဣသရေလအမျိုးသားတို့၏ဘုရင်၊

ဘုရားသခင်လူစုတော်ကိုစောင့်ထိန်းသော  
သိုးထိန်းအဖြစ်ခန့်ထားတော်မူ၏။\*

72 ဒါဝိ ဒ်မင်းသည်သိုးထိန်းအဖြစ်နှင့်ထိုသူတို့အား  
ကိုယ်ကျိုးစွန့်ကာစောင့်ရှောက်ကြည့်ရှု၍  
လိမ္မာကျွမ်းကျင်စွာရှေ့ဆောင်လမ်းပြလေသည်။

### 79

အမျိုးသားလွတ်မြောက်ရေးအတွက် ဆုတောင်းပတု  
ထနာ<sup>16</sup>

1 အို ဘုရားသခင်၊  
ပြည်တော်ထဲသို့ဘုရားမဲ့သူတို့ချဉ်းနင်း  
ဝင်ရောက်ကြပါပြီ။  
သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏သန်ရှင်းမြင့်မြတ်သည့်  
ဗိမာန်တော်ကိုညစ်ညမ်းစေကြပါပြီ။  
ယေရုရှလင်မြို့ကိုလည်းဖြိုဖျက်လိုက်ကြ ပါပြီ။\*

2 သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်လူစုတော်၏  
အလောင်းများကိုငှက်စာဖြစ်စေရန်လည်းကောင်း၊  
ကိုယ်တော်ရှင်အစေခံတို့၏အလောင်းများကို  
သားရဲတိရစ္ဆာန်စာဖြစ်စေရန်လည်းကောင်း  
ပစ်ထားကြပါပြီ။

\* 78:70-71 ခရာ၊ ၁၆:၁၁-၁၂။ ခရာ၊ ၇:၈။ ၅ရာ၊ ၁၇:၇။ 16 79: \*  
ဟေမြဲခေါင်းစဉ်။ အာသပ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။ \* 79:1 ၄ရာ၊ ၂၅:၈-၁၀။  
၆ရာ၊ ၃၆:၁၇-၁၉။ ယေ၊ ၅၂:၁၂-၁၄။

3 သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်လူစု၏သွေးကို ရေကဲ့သို့  
ယုံစီးစေကြပါ၏။

သွေးချောင်းသည်ယေရှုရှလင်မြို့ကိုဖြတ်၍  
စီးဆင်းလျက်ရှိပါ၏။

အလောင်းများကိုသင်္ဂြိုဟ်မည့်သူတစ်စုံ တစ်ယောက်မျှ  
မကျန်တော့ပါ။

4 ပတ်လည်ရှိတိုင်းနိုင်ငံတို့သည်ကျွန်တော်မျိုး  
တို့အား ပြက်ရယ်ပြုကြပါ၏။  
ကဲ့ရဲ့ပြောင်လှောင်ကြပါ၏။

5 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့အားထာဝစဉ်  
အမျက်ထွက်လျက်နေတော်မူပါမည်လော။  
အမျက်တော်သည်မပြေဘဲမီးကဲ့သို့တောက်လောင်  
နေပါမည်လော။

6 ကိုယ်တော်ရှင်အားရှိမခိုး၊ဝတ်မပြုသည့်  
လူမျိုးတို့အားလည်းကောင်း၊ကိုယ်တော်ရှင်ထံ  
ဆုတောင်းပ တု ထနာမတောင်းမလျှောက်  
သူတို့အားလည်းကောင်းအမျက်ထွက်တော်မူပါ။

7 ထိုသူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်ကို  
သတ်ဖြတ်ကြပါပြီ။  
ပြည်တော်ကိုလည်းယိုယွင်းပျက်စီးစေကြပါပြီ။

8 ဘိုးဘေးတို့၏အပြစ်များအတွက်

ကျွန်တော်မျိုးတို့အားဒဏ်ခတ်တော်မမူပါနှင့်။  
 ယခုကျွန်တော်မျိုးတို့ကိုသနားတော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်မျှော်လင့်ရာမဲ့လျက်  
 ရှိကြပါ၏။

9 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့ကိုကူမတော်မူပါ။  
 ကယ်မတော်မူပါ။

ကိုယ်တော်ရှင်၏နာမတော်ကိုထောက်၍  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့ကိုကယ်ဆယ်တော်မူ၍  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့၏အပြစ်များကို ဖြေလွှတ်တော်မူပါ။

10 “သင်တို့၏ဘုရားသည်အဘယ်မှာနည်း” ဟု  
 လူမျိုးတကာတို့သည်အဘယ်ကြောင့်  
 မေးရကြပါမည်နည်း။

ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေခံတို့၏သွေးကိုသွန်သည့်  
 လူမျိုးတို့အားအပြစ်ဒဏ်ခတ်တော်မူသည်ကို  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့မြင်ရကြပါစေသော။

11 အကျဉ်းသားတို့၏ညည်းညူသံများကို  
 နားထောင်တော်မူ၍သေဒဏ်သင့်သူတို့အား  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏မဟာတန်ခိုးတော်ဖြင့်  
 လွတ်မြောက်စေတော်မူပါ။

12 အို ထာဝရဘုရား၊ ကိုယ်တော်ရှင်အားစော်ကားပြောဆို  
 ကြသည့်



တိုင်းနိုင်ငံတို့သည်ခုနစ်ဆမျှပို၍  
 အစော်ကားခံစေတော်မူပါ။

13 ထိုအခါသိုးစုတော်တည်းဟူသောကိုယ်တော်ရှင်၏  
 လူစုတော်ဖြစ်သည့်ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်  
 ကျေးဇူးတော်ကိုအစဉ်မပြတ်ချီးမွမ်းကြ ပါမည်။  
 သားစဉ်မြေးဆက်ဂုဏ်တော်ကိုချီးကူးကြ ပါမည်။

### 80

နိုင်ငံကိုပြန်လည်ထူထောင်ရေးအတွက် ဆုတောင်းပ  
 တုထနာ<sup>17</sup>

1 က္လသရေလအမျိုးသားတို့၏သိုးထိန်းတော် ကြီး၊  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့၏ပန်ကြားချက်ကို  
 နားထောင်တော်မူပါ။

သိုးစုတော်ကိုရှေ့ဆောင်လမ်းပြတော်မူသော အရှင်၊  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့လျှောက်ထားချက်ကို  
 နားညောင်းတော်မူပါ။

ခေရုဗိမ်ရုပ်အထက်စံတော်မူသောအရှင်၊<sup>☆</sup>

2 ဖေရိ မ်၊ ဗ ။ ယာမိန်နှင့်မနာရှေ့အမျိုးအနွယ် တို့အား  
 ပေါ်လွင်ထင်ရှား၍  
 တန်ခိုးတော်ကိုပြတော်မူပြီးလျှင်ကြွလာ တော်မူ၍  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့အားကယ်တော်မူပါ။

17 80: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ အာသပ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။ သက်သေခံ  
 ချက်။ ☆ 80:1 ထွ၊ ၂၅:၂၂။

3 အို ဘုရားသခင်၊ ကျွန်တော်မျိုးတို့အားပြန်လာစေတော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့အားကရုဏာတော်ကို ပြတော်မူပါ။  
 သို့ပြုတော်မူလျှင်ကျွန်တော်မျိုးတို့သည် ကယ်တင်ခြင်း  
 ခံရကြပါလိမ့်မည်။

4 အန နှု တတန်ခိုးရှင်ဘုရားသခင်ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်အဘယ်မျှကာလပတ်လုံး  
 မိမိ၏လူစုတော်ပြုသည့်ဆုတောင်းပ တု ထ နာ  
 များကို အမျက်ထွက်၍နေတော်မူပါမည်နည်း။

5 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့အား ဝမ်းနည်းမှု  
 တည်းဟူသောအစားအစာကိုကျွေး၍  
 မျက်ရည်တည်းဟူသောရေကိုကြီးမားသည့်  
 ခွက်ဖလားဖြင့်တိုက်တော်မူပါပြီ။

6 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့၏တိုင်းပြည်ကို  
 အိမ်နီးချင်းနိုင်ငံတို့၏စစ်မြေပြင်  
 ဖြစ်စေတော်မူပါ၏။

ရန်သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့အား ဖော်ကားကြပါ၏။

7 အန နှု တတန်ခိုးရှင်ဘုရားသခင်၊ ကျွန်တော်မျိုးတို့အား  
 ပြန်လာစေတော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့အားကရုဏာတော်ကိုပြတော် မူပါ။  
 သို့ပြုတော်မူလျှင်ကျွန်တော်မျိုးတို့သည် ကယ်တင်ခြင်း  
 ခံရကြပါမည်။

8 ကိုယ်တော်ရှင်သည်အီဂျစ်ပြည်မှစပျစ်ပင်ကို  
 ယူဆောင်တော်မူခဲ့၍  
 အခြားအမျိုးသားတို့ကိုနှင်ထုတ်တော်မူ ပြီးလျှင်  
 သူတို့၏ပြည်တွင်ထိုစပျစ်ပင်ကိုစိုက်ပျိုး တော်မူပါ၏။

9 ကိုယ်တော်ရှင်သည်စပျစ်ပင်ပေါက်နိုင်ရန်မြေကို  
 ရှင်းလင်းပြုပြင်တော်မူပါ၏။  
 ထိုအပင်သည်နက်စွာအမြစ်စွဲလျက်တစ်ပြည် လုံးကို  
 လွှမ်းမိုးပါ၏။

10 ယင်းသည်တောင်ကုန်းများကိုမိမိ၏  
 အရိပ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊  
 ကြီးမားသည့်အာရဇ်ပင်များကိုမိမိ၏အကိုင်း  
 အခက်များဖြင့်လည်းကောင်းဖုံးလွှမ်းစေပါ၏။

11 ယင်း၏အခက်အလက်တို့သည်မြေထဲပင်လယ်  
 သို့တိုင်အောင်လည်းကောင်း၊  
 ဥဖရတ်မြစ်သို့တိုင်အောင်လည်းကောင်း  
 ရောက်ရှိကြပါ၏။

12 ထိုအပင်ကိုကာရံထားသည့်ခြံစည်းရိုးများကို  
 အဘယ်ကြောင့်ကိုယ်တော်ရှင်သည်  
 ချိုးဖျက်တော်မူပါသနည်း။

ယခုအခါအနီးမှဖြတ်သန်းသွားလာ  
 သူတိုင်းပင်လျှင်စပျစ်သီးများကိုခိုးယူ နိုင်ပါ၏။

13 ထိုအပင်ကိုတောဝက်များသည်ကျော်နင်း ကြ၍  
 တောတိရစ္ဆာန်များသည်ကိုက်စားကြပါ၏။

14 အနန္တတန်ခိုးရှင်ဘုရားသခင်၊ ကျွန်တော်မျိုးတို့ထံ  
တစ်ဖန်ကြွတော်မူပါ။

ကောင်းကင်ဘုံမှင့်၍ကြည့်တော်မူပါ။

ကြွလာတော်မူ၍ကိုယ်တော်၏လူစုတော်ကို  
ကယ်တော်မူပါ။

15 ကြွလာတော်မူ၍ကိုယ်တော်ရှင်ကိုယ်တော်တိုင်  
စိုက်ပျိုးပြီးလျှင်

အလွန်သန်မာထွေးကြုံ င်းအောင်ပြုစုထားသည့်  
စပျစ်ပင်ပျိုကိုကယ်တော်မူပါ။

16 ကျွန်တော်မျိုးတို့၏ရန်သူများသည်ထိုအပင်ကို  
မီးရှို့ခတ်လှဲကြပါပြီ။

ထိုသူတို့ကိုအမျက်တော်နှင့်ကြည့်တော်မူ၍  
သုတ်သင်ဖျက်ဆီးတော်မူပါ။

17 ကိုယ်တော်ရှင်ရွေးချယ်တော်မူသောလူစု၊  
အင်အားကြီးမားအောင်

ကိုယ်တော်ရှင်ပြုစုတော်မူသည့်လူမျိုးကို  
ကာကွယ်စောင့်ရှောက်တော်မူပါ။

18 ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်အဘယ်အခါ၌မျှ  
ကိုယ်တော်ရှင်အားကျောခိုင်းကြတော့မည်

မဟုတ်ပါ။

ကျွန်တော်မျိုးတို့အားအသက်ရှင်စေတော်မူလျှင်

ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
ထောမနာပြုပါမည်။

19 အန နှု တတန်ခိုးရှင်ဘုရားသခင်ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုးတို့အားပြန်လာစေတော်မူပါ။  
ကျွန်တော်မျိုးတို့အားကရုဏာတော်ကို ပြတော်မူပါ။  
သို့ပြုတော်မူလျှင်ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်  
ကယ်တင်ခြင်းခံရကြပါမည်။

# 81

## ပွဲသဘင်သီချင်း18

1 ငါတို့ဘက်မှကာကွယ်တော်မူသောအရှင်  
တည်းဟူသောဘုရားသခင်အား  
ဝမ်းမြောက်စွာသီချင်းဆိုကြလော့။  
ယာကုပ်၏ဘုရားအားထောမနာသီချင်းဆို ကြလော့။  
2 သီဆိုတီးမှုတ်မှုကိုအစပြုကြလော့။ စောင်း ကြီး  
စောင်းငယ်တို့ကိုသာယာစွာတီးကြလော့။  
3 လဆန်းနေ့နှင့်လပြည့်နေ့တွင်ပွဲသဘင်  
ကျင်းပရန်အတွက်တံပိုးခရာမှုတ်ကြ လော့။ ✨  
4 ဤသို့ပွဲသဘင်ကျင်းပရန်ကူသရေလ  
အမျိုးသားတို့၌ဥပဒေရှိပေသည်။  
ယာကုပ်၏ဘုရားသခင်ပေးတော်မူသော  
အမိန့်တော်လည်းဖြစ်ပေသည်။

18 81: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ အာသပ်စပ်ဆိုသည်။ ✨ 81:3 တော၊  
၁၀:၁၀။

5 ကိုယ်တော်သည်အီဂျစ်ပြည်ကိုတိုက်ခိုက်တော် မူစဉ်က  
ယင်းအမိန့်ကိုကူသရေလအမျိုးသားတို့အား  
ပေးတော်မူ၏။

မသိမကျွမ်းသောအသံကိုငါကြားရ၏။

6 ထိုအသံက`သင်တို့၏ပခုံးထက်မှလေးလံ သော  
ဝန်ထုပ်ကိုငါယူပစ်လျက်  
သင်တို့အုတ်သယ်သည့်ခြင်းတောင်းများကို  
ချထားစေ၏။

7 သင်တို့သည်ဒုက္ခရောက်စဉ်အခါ၌  
ငါ့ကိုအော်ဟစ်သောအခါ  
ငါသည်သင်တို့အားကယ်ခဲ့၏။

မိုးသက်မုန်တိုင်းအတွင်းမမြင်နိုင်သောအရပ် မှနေ၍  
သင်တို့အားငါဖြေကြားခဲ့၏။  
မေရိဘစမ်းရေအနီးတွင်သင်တို့အားငါ  
သွေးစမ်းခဲ့၏။\*

8 ငါ၏လူစုတော်တို့၊ ငါသတိပေးသည်ကို  
နားထောင်စေချင်စမ်းပါဘိ။  
ကူသရေလအမျိုးသားတို့၊ သင်တို့သည်ငါ့ စကားကို  
နားထောင်ကြလော့။

9 သင်တို့သည်အခြားသောဘုရားကိုအဘယ် အခါ၌မျှ  
မကိုးကွယ်ရ။\*

\* 81:7 ထွ၊ ၁၇:၇။ ထော၊ ၂၀:၁၃။ \* 81:9 ထွ၊ ၂၀:၂-၃။ တရား၊ ၅:၆-၇။

10 ငါသည်သင်တို့ကိုအီဂျစ်ပြည်မှထုတ်ဆောင် ခဲ့သော  
 သင်တို့၏ဘုရားသခင်ထာဝရဘုရားဖြစ်၏။  
 သင်တို့ခံတွင်းကိုဖွင့်ဟကြလော့။  
 ငါသည်သင်တို့အားကျွေးမွေးမည်။

11 သို့ရာတွင်ငါ၏လူစုတော်ကားငါ့စကားကို  
 နားမထောင်ကြ။

ဣသရေလအမျိုးသားတို့သည်ငါ့အမိန့်ကို မနာခံကြ။

12 သို့ဖြစ်၍ငါသည်သူတို့အားခေါင်းမာမြဲမာ စေရန်နှင့်  
 သူတို့အလိုအတိုင်းပြုကျင့်စေရန်အခွင့်ပေး၏။

13 ငါ၏လူစုတော်သည်ငါ့စကားကို  
 နားထောင်စေချင်စမ်းပါဘိ။  
 ငါ့အမိန့်ကိုနာခံစေချင်စမ်းပါဘိ။

14 သို့ဖြစ်လျှင်ငါသည်သူတို့၏ရန်သူများကို  
 အလျင်အမြန်အရေးရှုံးနိမ့်စေမည်။  
 သူတို့၏ရန်ဘက်အားလုံးကိုနှိမ်နင်းမည်။

15 ငါ့ကိုမုန်းသောသူတို့သည်ငါ့ရှေ့၌  
 ကြောက်ရွံ့ပျပ်ဝပ်ကြလိမ့်မည်။  
 သူတို့သည်ထာဝရအပြစ်ဒဏ်ခံရကြ လိမ့်မည်။

16 ငါသည်သင်တို့အားအကောင်းဆုံးဂျုံဆန်ကို  
 ကျွေးမွေး၍  
 တောပျားရည်ကိုသုံးဆောင်စေမည်'' ဟုဆို၏။

# 82

ဘုရင်တကာတို့၏ဘုရင်ဖြစ်တော်မူသော  
ဘုရားသခင်<sup>19</sup>

1 ဘုရားသခင်သည်ကောင်းကင်တွင်ကျင်းပ သည့်  
ကောင်စီအစည်းအဝေး၌နေရာယူတော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်သည်ဘုရားတို့၏အစည်းဝေး၌  
စီရင်ဆုံးဖြတ်တော်မူသည်မှာ

2 “သင်တို့သည်မတရားသဖြင့်စီရင်ဆုံးဖြတ် မှုကို  
မပြုကြတော့နှင့်။  
သူယုတ်မာတို့၏မျက်နှာကိုထောက်၍  
တရားစီရင်မှုကိုမကျင့်သုံးကြတော့နှင့်။

3 ဆင်းရဲသူနှင့်မိဘမဲ့သူတို့၏ရပိုင်ခွင့် များကို  
ကွယ်ကာစောင့်ရှောက်ရကြမည်။  
ချို့တဲ့နွမ်းပါးသူနှင့်ခိုကိုးရာမဲ့သူတို့အတွက်  
တရားမျှတစွာတရားစီရင်ရကြမည်။

4 သူတို့အားမတရားသောသူတို့၏လက်မှ  
ကယ်ဆယ်ရကြမည်။

5 “သင်တို့သည်အသိဉာဏ်ကင်းမဲ့လျက်လွန်စွာပင်  
မိုက်မဲကြပါသည်တကား။  
သင်တို့သည်လုံးဝအကျင့်ပျက်ကြပြီ။  
တရားမျှတမှုသည်ကမ္ဘာလောကမှ ကွယ်ပျောက်သွားလေပြီ။

<sup>19</sup> 82: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ အာသပ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။



6 သင်တို့သည်ဘုရားများဖြစ်ကြောင်း၊  
 အမြင့်မြတ်ဆုံးဖြစ်တော်မူသောဘုရား၏ သားများ  
 ဖြစ်ကြောင်းကိုငါဖော်ပြခဲ့၏။<sup>☆</sup>

7 သို့ရာတွင်သင်တို့သည်လူသာမန်များနည်းတူ  
 သေရကြမည်။  
 မင်းသားတို့နည်းတူအသက်ကုန်ဆုံးရကြမည်။''

8 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကြွလာတော်မူ၍ကမ္ဘာလောကကိုအုပ်စိုးတော် မူပါ။  
 လူမျိုးတကာတို့ကိုကိုယ်တော်ရှင်ပိုင်တော် မူပါ၏။

### 83

ကုသရေလအမျိုးသားတို့၏ရန်သူများ  
 အရေးရှုံးနိမ့်ကြစေရန်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>20</sup>

1 အို ဘုရားသခင်၊ ဆိတ်ဆိတ်နေတော်မမူပါနှင့်။  
 ငြိမ်သက်စွာနေတော်မမူပါနှင့်။ ဆိတ်ငြိမ်စွာနေတော်မမူပါနှင့်။

2 ကိုယ်တော်ရှင်၏ရန်သူတို့သည်သောင်း ကျန်း  
 ထကြွလျက်နေကြပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်ကိုမုန်းသောသူတို့သည်  
 တော်လှန်ပုန်ကန်လျက်နေကြပါ၏။

3 သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်အား  
 တိုက်ခိုက်ရန်လျှို့ဝှက်ကြံစည်လျက်နေကြ ပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်ကွယ်ကာထားတော်မူသော

☆ 82:6 ယော၊ ၁၀:၃၄။ 20 83: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။  
 အာသပ်စပ်ဆိုသောဆာလံသီချင်း။

သူတို့အားဆန့်ကျင်ရန်တိုင်ပင်လျက်နေ ကြပါ၏။

4 သူတို့က "လာကြ၊ ကူသရေလမျိုးရိုးသည်  
ထာဝစဉ်တိမ်ကော၍သွားစေရန်သူတို့ လူမျိုးကို  
သုတ်သင်ချေမှုန်းကြကုန်အံ့" ဟုဆိုကြ၏။

5 သူတို့သည်တညီတညွတ်တည်း တိုင်ပင်ကြံစည်ကြပြီးနောက်  
ကိုယ်တော်ရှင်အားဆန့်ကျင်ဘက်ပြု၍  
မဟာမိတ်အဖွဲ့ကိုဖွဲ့စည်းလိုက်ကြပါ၏။

6 ထိုမဟာမိတ်အဖွဲ့တွင်ဇဒို၊ ကူရှမေလ၊ မောဘ၊  
ဟာဂရအမျိုးသားများ၊

7 ဂေဗလ၊ အ မှ မုန်၊ အာမလက်၊ ဖိလိ တု တိအမျိုးသား  
များနှင့် တုရုမြို့သားများပါဝင်ကြ၏။

8 အာရှရိအမျိုးသားများသည်လည်းလောတ၏  
သားမြေးများဖြစ်သောအ မှ မုန်နှင့်မောဘဘက်မှ  
မဟာမိတ်အဖြစ်ဖြင့်ပါဝင်ကြပါ၏။

9-10 အ ့ ဒေါရအရပ်တွင်မိဒျ န်အမျိုးသား  
တို့သည်လည်းကောင်း၊

ခိရှ န်မြစ်အနီး၌သိရမင်းနှင့်ယာဘိ န်မင်း  
တို့သည်လည်းကောင်းစစ်ပွဲရှုံးသဖြင့်

သူတို့၏အလောင်းများသည်စစ်တလင်း ပေါ်၌  
ပုပ်ပျက်သွားစေသကဲ့သို့

ဤမဟာမိတ်အဖွဲ့အားလည်းအလား တူ  
ကံကြမ္မာနှင့်တွေ့ကြုံစေတော်မူပါ။\*

11 သြရဘမင်းနှင့်ဇောမင်းတို့ကို ကိုယ်တော်ရှင်  
ပြုသကဲ့သို့  
သူတို့၏ခေါင်းဆောင်များအားပြုတော်မူပါ။

ဇောမင်းနှင့်ဇာလမု နှဲ့ နမင်းတို့အားအရေးရှုံးနိမ့်  
စေတော်မူသကဲ့သို့  
သူတို့၏မင်းရှိသမျှအားလည်းအရေးရှုံးနိမ့်  
စေတော်မူပါ။\*

12 ဇောမင်းနှင့်ဇာလမု နှဲ့ နမင်းတို့က`ငါတို့သည်  
ဘုရားသခင်ပိုင်တော်မူသောပြည်ကို  
သိမ်းယူကြကုန်အံ့' ဟုဆိုကြပါ၏။

13 အို ဘုရားသခင်၊  
သူတို့အားလေဗွေ၌ပါသွားသော  
မြေမှုန့်ကဲ့သို့လည်းကောင်း၊

လေတိုက်ရာလွင့်ပါသွားတတ်သည့် ဖွဲ့ကဲ့သို့လည်းကောင်းဖြစ်စေတော်မူ

14 သစ်တောကိုကျွမ်းလောင်စေသည့်  
မီးကဲ့သို့လည်းကောင်း၊  
တောင်ကုန်းများကိုကျွမ်းလောင်စေသည့်  
မီးတောက်မီးလျှံကဲ့သို့လည်းကောင်း

\* 83:9-10 သူကြီး၊ ၇:၁-၂၃၊ ၄:၆-၂၂။ \* 83:11 သူကြီး၊ ၇:၂၅၊ ၈:၁၂။

15 ကိုယ်တော်ရှင်၏မိုးသက်မှန်တိုင်းအားဖြင့်  
 သူတို့အားလိုက်လံတိုက်ခိုက်တော်မူပါ။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏လေပြင်းအားဖြင့်သူတို့ကို  
 ကြောက်လန့်စေတော်မူပါ။

16 အို ထာဝရဘုရား၊  
 သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏တန်ခိုးတော်  
 ကြီးမားကြောင်းကိုဝန်ခံကြစေရန်မျက်နှာကို  
 ရှက်စေတော်မူပါ။

17 သူတို့သည်အစဉ်အမြဲအရေးရှုံးနိမ့်လျက်  
 ထိတ်လန့်ကြပါစေသော။  
 သူတို့သည်လုံးဝဂုဏ်အသရေပျက်လျက်  
 သေကျေကြပါစေသော။

18 သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်တစ်ပါးတည်းသာလျှင်  
 ထာဝရဘုရားဖြစ်တော်မူ၍  
 ကမ္ဘာတစ်ဝန်းလုံးတွင်ဘုရင်တကာတို့၏ဘုရင်  
 ဖြစ်တော်မူကြောင်းကိုသိရှိကြပါစေသော။

# 84

## ဘုရားသခင်၏အိမ်တော်ကိုတသခြင်း<sup>1</sup>

<sup>1</sup> အနန္တတတန်ခိုးရှင်ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ဗိမာန် တော်ကို  
 အလွန်နှစ်သက်မြတ်နိုးလျက်

---

<sup>1</sup> 84: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ အာသပ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

2 ထိုအရပ်တွင်လွန်စွာနေလိုလှပါသည်။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ထာဝရဘုရား၏ဗိမာန်တော်  
 တံတိုင်းများကိုတသပါ၏။

အသက်ရှင်တော်မူသောဘုရားသခင်အား  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်စိတ်ရောကိုယ်ပါဝမ်း မြောက်စွာ  
 ထောမနာသီချင်းဆိုပါ၏။

3 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရင်၊ ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရား  
 ဖြစ်တော်မူသောအနန္တတတန်ခိုးရှင်ထာဝရဘုရား၊  
 စာငှက်များနှင့်ဇရက်များပင်လျှင်မိမိတို့၏  
 အသိုက်အအုံများကို

ကိုယ်တော်ရှင်၏ယဇ်ပလ္လင်အနီးတွင်ဆောက် လုပ်၍  
 သားငယ်များကိုထားကြပါ၏။

4 ကိုယ်တော်ရှင်အားအစဉ်မပြတ်ထောမနာ ပြုလျက်  
 ဗိမာန်တော်တွင်နေကြသူတို့သည်အလွန်ပင် မ ။  
 ဂလာရှိပါသည်တကား။

5 ကိုယ်တော်ရှင်၏ထံတော်မှခွန်အားစွမ်းရည်ကို  
 ခံယူရရှိသောသူတို့သည်မ ။ ဂလာရှိကြပါ၏။  
 သူတို့သည်ဇိအုန်တောင်တော်သို့ခရီးပြုရန်  
 စိတ်ထက်သန်ကြပါ၏။

6 ထိုသူတို့သည်ခြောက်သွေ့နေသည့်ဗာကာ ချိုင့်ဝှမ်းကို  
 ဖြတ်သန်းသွားစဉ်ရေများပေါက်၍လာပါ၏။  
 မိုးဦးရွာသဖြင့်အိုင်များထွန်း၍လာပါ၏။

7 ထိုသူတို့သည်ခရီးပြုရင်းခွန်အားတိုး၍ လာကြပါ၏။  
 ဇိအုန်တောင်တော်ပေါ်တွင်ဘုရားတကာ တို့၏  
 ဘုရားကိုဖူးမြင်ရကြပါလိမ့်မည်။

8 အနန္တတတန်ခိုးရှင်ဘုရားသခင်ထာဝရ ဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုး၏ဆုတောင်းပ တု ထ နာကို  
 နားညောင်းတော်မူပါ။

အို ယာကုပ်၏ဘုရားသခင်၊ နားထောင်တော်မူပါ။

9 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်ရွေးချယ်ထားတော်မူသော  
 ဘုရင်တည်းဟူသောကျွန်တော်မျိုးတို့ ၏ဘုရင်ကို  
 ကောင်းချီးပေးတော်မူပါ။

10 ကိုယ်တော်ရှင်၏မိမိမာန်တော်တွင်တစ်ရက်မျှ  
 နေရခြင်းသည်  
 အခြားသောအရပ်တွင်ရက်ပေါင်းတစ်ထောင်  
 နေရခြင်းထက်သာ၍မြတ်ပါ၏။

ဘုရားသခင်၏အိမ်တော်တံခါးစောင့်ဖြစ်ရ ခြင်းသည်  
 သူယုတ်မာတို့၏အိမ်တွင်နေရခြင်းထက်  
 သာ၍မြတ်ပါ၏။

11 ထာဝရဘုရားသည်ငါတို့အား  
 ကွယ်ကာတော်မူသောအရှင်၊ ဘုန်းကြီးတော် မူသော  
 ဘုရင်ဖြစ်တော်မူ၏။

ကိုယ်တော်သည်ငါတို့အားသနားကြင်နာ၍  
 ချီးမြှင့်တော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်သည်မှန်ရာကိုပြုကျင့်သူတို့အား  
 ကောင်းမြတ်သည့်အရာများကိုပေးရန်ငြင်း တော်မမူ။  
 12 အနန္တတတန်ခိုးရှင်ဘုရားသခင်၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်ကိုကိုးစားသူတို့သည်  
 အလွန်မင်္ဂလာရှိပါသည်တကား။

# 85

နိုင်ငံ၏အကျိုးစီးပွားအတွက်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>2</sup>

- 1 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်မိမိ၏ပြည်တော်ကို  
 သနားတော်မူပါပြီ။  
 ကုသရေလအမျိုးသားတို့အားတစ်ဖန်  
 ပြန်လည်ချမ်းသာကြွယ်ဝစေတော်မူပါပြီ။
- 2 ကိုယ်တော်သည်မိမိလူစုတော်၏အပြစ် များကို  
 ဖြေလွှတ်တော်မူ၍သူတို့၏အမှားများကို  
 ခွင့်လွှတ်တော်မူပါပြီ။
- 3 သူတို့အားအမျက်ထွက်တော်မမူတော့ဘဲ  
 ကိုယ်တော်၏ပြင်းထန်သောအမျက်ပြေတော်  
 မူပါပြီ။

---

2 85: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ကောရ၏သားများစပ်ဆိုသောဆာလံ။

- 4 ကျွန်တော်မျိုးတို့၏ကယ်တင်ရှင်ဘုရားသခင်၊  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့အားပြန်လာစေတော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့အားမနှစ်သက်မှုရှိတော် မမူပါနှင့်။
- 5 ကိုယ်တော်ရှင်သည်အစဉ်အမြဲအမျက်ထွက်၍  
 နေတော်မူပါမည်လော။  
 အမျက်တော်သည်အဘယ်အခါ၌မျှ  
 ပြေတော်မမူတော့ပြီလော။
- 6 ကျွန်တော်မျိုးတို့ကိုအားသစ်လောင်းတော် မူပါ။  
 သို့ပြုတော်မူပါလျှင်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
 လူစုတော်ဖြစ်သောကျွန်တော်မျိုးတို့သည်  
 ကိုယ်တော်ရှင်အားထောမနာပြုကြပါမည်။
- 7 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်ကို  
 ပြတော်မူ၍ကျွန်တော်မျိုးတို့အား ကယ်တင်တော်မူပါ။
- 8 ငါသည်ထာဝရအရှင်ဘုရားသခင်  
 မိန့်တော်မူသည်ကိုနားထောင်လျက်နေ၏။  
 ငါတို့သည်မိုက်မဲသောလမ်းစဉ်ကိုစွန့်ပစ်ပါလျှင်  
 ကိုယ်တော်သည်မိမိ၏လူစုတော်တည်းဟူသော  
 ငါတို့အားငြိမ်းချမ်းသာယာမှုကိုပေးတော် မူမည်ဟု  
 ကတိပြုတော်မူပါ၏။
- 9 ကိုယ်တော်သည်မိမိအားကြောက်ရွံ့ရုံရှိသေသော



သူတို့ကိုကယ်တော်မူရန်အမှန်ပင်  
 အသင့်ရှိတော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်၏ဘုန်းအသရေတော်သည်လည်း  
 ငါတို့ပြည်တွင်ကျိန်းဝပ်လျက်နေလိမ့်မည်။

10 မေတ္တာနှင့်သစ္စာသည်ဆုံမိကြလိမ့်မည်။  
 တရားမျှတမှုနှင့်ငြိမ်းချမ်းသာယာမှုသည်  
 ဖက်ယမ်းကြလိမ့်မည်။

11 လူတို့သစ္စာစောင့်မှုသည်ကမ္ဘာလောကမှ  
 ပေါ်ထွက်လာ၍  
 ဘုရားသခင်၏တရားမျှတမှုသည်  
 ကောင်းကင်ဘုံမှင့်ကြည့်လိမ့်မည်။

12 ထာဝရဘုရားသည်ငါတို့အား ကြွယ်ဝချမ်းသာစေတော်မူလိမ့်မည်။  
 ငါတို့၏ပြည်သည်လည်းကောက်ပဲသီးနှံ  
 များစွာထွက်လိမ့်မည်။

13 တရားမျှတမှုသည်ထာဝရဘုရား၏  
 ရှေ့တော်ပြေးဖြစ်၍ကြွလာတော်မူရာလမ်း ခရီးကို  
 ကြိုတင်ပြင်ဆင်ပေးလိမ့်မည်။

# 86

ကူမတော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>3</sup>  
 1 ကျွန်တော်မျိုးသည်အင်အားချိန့်လျက်ခိုကိုးရာမဲ့  
 ဖြစ်၍နေပါ၏။

---

<sup>3</sup> 86: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်၏ဆုတောင်းပတ္ထနာ။

ထို့ကြောင့် အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုးလျှောက်ထားသည်ကိုနားထောင်တော် မူ၍  
 ဖြေကြားတော်မူပါ။

2 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
 သစ္စာစောင့်သည်ဖြစ်၍  
 ကျွန်တော်မျိုးအားသေဘေးမှကယ်တော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်အားကိုး စားသော  
 အစေခံဖြစ်သောကြောင့်  
 ကျွန်တော်မျိုးအားကယ်တော်မူပါ။

3 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရား  
 ဖြစ်တော်မူပါ၏။  
 သို့ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုးအားသနားတော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်အထံတော်သို့တစ်နေ့လုံး ဆုတောင်းပ  
 တုထနာပြုပါ၏။

4 အို ဘုရားရှင်၊  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်၏ထံသို့  
 ဆုတောင်းသည်ဖြစ်၍ကိုယ်တော်ရှင်အစေ ခံအား  
 ဝမ်းမြောက်စေတော်မူပါ။

5 ကိုယ်တော်ရှင်၌ကျွန်တော်မျိုးတို့အပေါ်  
 ကောင်းမြတ်သောသဘော၊ အပြစ်လွတ်တတ်သော  
 သဘောရှိတော်မူပါ၏။  
 အထံတော်သို့ဆုတောင်းပတုထနာပြုသူ အပေါင်းတို့

အပေါ်ထားတော်မူသည့်ခိုင်မြဲသော  
မေတ္တာတော်သည်ကြွယ်ဝပါ၏။

6 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုး၏ဆုတောင်းပ တု ထနာကို  
နားထောင်တော်မူပါ။

ကူမတော်မူရန်ကျွန်တော်မျိုးအော်ဟစ်သံများကို  
ကြားတော်မူပါ။

7 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ဆုတောင်း ပ တု  
ထနာကိုနားညောင်းတော်မူသည်ဖြစ်၍  
ဒုက္ခရောက်ချိန်များ၌ကျွန်တော်မျိုးသည်  
ကိုယ်တော်ကိုခေါ်ပါ၏။

8 အို ဘုရားရှင်၊ ကိုယ်တော်ရှင်ကဲ့သို့သောဘုရားမရှိပါ။  
ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူသကဲ့သို့  
အဘယ်ဘုရားမျှမပြုခဲ့ပါ။

9 ကိုယ်တော်ရှင်ဖန်ဆင်းတော်မူသော  
လူမျိုးအပေါင်းတို့သည်လာ၍ရှေ့တော်တွင်  
ဦးညွတ်ပျပ်ဝပ်ကြပါလိမ့်မည်။

ကိုယ်တော်ရှင်ကြီးမြတ်တော်မူပုံကို ထောမနာပြုကြပါလိမ့်မည်။<sup>☆</sup>

10 ကိုယ်တော်သည်တန်ခိုးကြီးတော်မူ၍  
အံ့ဩဖွယ်အမှုတို့ကိုပြုတော်မူပါ၏။  
ကိုယ်တော်သာလျှင်ဘုရားဖြစ်တော်မူပါ၏။

☆ 86:9 ဗျာ၊ ၁၅:၄။

11 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုးအားကိုယ်တော်ရှင်ပြုစေ တော်မူ  
 လိုသည့်အတိုင်းညွှန်ကြားတော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်သစ္စာနှင့်လိုက်နာဆောင် ရွက်ပါမည်။  
 ကိုယ်တော်ရှင်အမှုတော်ကိုမမှိတ်မသုန်  
 ဆောင်ရွက်နိုင်ရန်သွန်သင်တော်မူပါ။

12 အို ဘုရားရှင်၊  
 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်အားကျွန်တော်မျိုးသည်  
 စိတ်နှလုံးအကြွင်းမဲ့ထောမနာပြုပါမည်။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ကြီးမြတ် ပုံကို  
 အစဉ်အမြဲထုတ်ဖော်ကြေညာပါမည်။

13 ကျွန်တော်မျိုးအပေါ်၌ကိုယ်တော်ရှင်  
 ထားတော်မူသောခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်သည်  
 ကြီးမားလှပါသည်တကား။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားမရဏာ နိုင်ငံမှ  
 ကယ်နှုတ်တော်မူပါပြီ။

14 အို ဘုရားသခင်၊  
 မာန်မာန်ကြီးသူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
 တိုက်ခိုက်လျက်နေကြပါ၏။  
 ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်သူလူတစ်စုသည် ကျွန်တော်မျိုးကို  
 သတ်ရန်ကြိုးစားလျက်နေကြပါ၏။  
 သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်အားပမာဏမပြုကြပါ။

15 အို ဘုရားရှင်၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ချစ်ခင်ကြင်နာတတ်သောဘုရား  
 ဖြစ်တော်မူပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်အစဉ်အမြဲစိတ်ရှည်  
 သည်းခံတော်မူပါ၏။  
 အစဉ်သနားလျက်သစ္စာရှိတော်မူပါ၏။

16 ကျွန်တော်မျိုးထံကြွတော်မူ၍ကျွန်တော်မျိုး အား  
 သနားတော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်မိမိ၏မိခင်နည်းတူ  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေကိုခံပါသဖြင့်  
 ကျွန်တော်မျိုးအားခွန်အားစွမ်းရည်ကို  
 ပေးတော်မူပြီးလျှင်ကယ်တော်မူပါ။

17 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
 ကျေးဇူးပြုတော်မူကြောင်းကိုသက်သေပြ တော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးအားကိုယ်တော်ရှင်နှစ်သိမ့် မှုနှင့်  
 ကူညီမစမူပေးတော်မူသည်ကို  
 ကျွန်တော်မျိုးကိုမုန်းသောသူတို့သည်  
 မြင်ကြသောအခါအရှက်ရကြပါ လိမ့်မည်။

87

ယေရုရှလင်မြို့ကိုထောမနာပြုခြင်း<sup>4</sup>

<sup>4</sup> 87: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ကောရ၏သားများစပ်ဆိုသောဆာလံသီချင်း။

1 ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏မြို့တော်ကို  
 သန့်ရှင်းမြင့်မြတ်သည့်တောင်<sup>5</sup> ပေါ်တွင်  
 တည်ဆောက်တော်မူ၏။

2 ကိုယ်တော်သည်ယေရုရှလင်မြို့ကြီးကို  
 ကုသရေလနိုင်ငံရှိအခြားမြို့အပေါင်းတို့ထက်  
 ပို၍နှစ်သက်မြတ်နိုးတော်မူ၏။

3 အို ဘုရားသခင်၏မြို့တော်၊  
 သင်၏အကြောင်းကိုယ်တော်ယခုမိန့်တော် မူသော  
 အံ့ဩဖွယ်ရာများကိုနားထောင်လော့။

4 ကိုယ်တော်မိန့်တော်မူသည်မှာ  
 ``ငါ၏စကားကိုနားထောင်သည့်နိုင်ငံများ  
 စာရင်းကိုယူသောအခါအီဂျစ်ပြည်နှင့် ဗာဗုလု  
 န်ပြည်ကိုငါထည့်သွင်းမည်။  
 ဖိလိတုတံပြည်၊တုရုပြည်နှင့်ဆူဒန်ပြည်မှ  
 လူတို့သည်လည်းယေရုရှလင်မြို့သားများ  
 စာရင်းတွင်ငါဖော်ပြမည်။''

5 ဇိအုန်တောင်အားလူမျိုးအပေါင်းတို့ဖွားမြင်ရာ  
 မိခင်ဟူ၍လည်းကောင်း၊  
 အမြင့်မြတ်ဆုံးဖြစ်တော်မူသောဘုရားသည်  
 ထိုတောင်ကိုခိုင်ခံ့စေတော်မူလိမ့်မည်  
 ဟူ၍လည်းကောင်းလူတို့ပြောဆိုကြ လိမ့်မည်။

---

5 87:1 \* သန့်ရှင်းမြင့်မြတ်သည့်တောင်။ ၂:၆ ကိုကြည့်ပါ။

6 ထာဝရဘုရားသည်လူမျိုးတို့ကိုစာရင်း  
 ပြုစုတော်မူလိမ့်မည်။  
 ယင်းစာရင်းတွင်ပါရှိသောသူအပေါင်း တို့ကို  
 ယေရုရှလင်မြို့သားများအဖြစ်ဖြင့်ထည့်သွင်း  
 ရေးမှတ်တော်မူလိမ့်မည်။

7 ထိုသူအပေါင်းတို့သည်ကခုန်လျက် "ဇိအုန်တောင်သည်  
 ငါတို့ခံစားရသောကောင်းချီးမင်္ဂလာအပေါင်း  
 စီးဆင်းရာဖြစ်ပေသည်" ဟုသီဆိုကြ၏။

### 88

#### ကူမတော်မူရန်အော်ဟစ်တောင်းလျှောက်ခြင်း<sup>6</sup>

1 ကျွန်တော်မျိုးကိုကယ်တင်တော်မူသော  
 ထာဝရအရှင်ဘုရားသခင်၊  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်နေ့အချိန်၌ဟစ်အော်၍  
 ညအချိန်၌ကိုယ်တော်ရှင်၏ထံတော်သို့ ချဉ်းကပ်ပါ၏။

2 ကျွန်တော်မျိုး၏ဆုတောင်းပ တု ထနာကို  
 နားညောင်းတော်မူပါ။  
 ကူမတော်မူရန်ကျွန်တော်မျိုးအော်ဟစ်သံကို  
 နားထောင်တော်မူပါ။

3 ကျွန်တော်မျိုးသည်ဒုက္ခရောက်ရဖန်များလှ သဖြင့်  
 သေလုပါပြီ။

---

6 88: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ကောရ၏သားများစပ်ဆိုသောဆာလံသီချင်း။

4 ကျွန်တော်မျိုးသည်သေအံ့ဆဲဆဲဖြစ်လျက်  
 နေသူတစ်ယောက်ဖြစ်ပါ၏။  
 အားအင်လည်းကုန်ခန်းပါပြီ။

5 ကျွန်တော်မျိုးသည်သူသေကဲ့သို့ဖြစ်ပါ၏။  
 အသတ်ခံရ၍သင်္ချိုင်းတွင်းထဲသို့ရောက်ရှိနေသည့်  
 သူသေကဲ့သို့ဖြစ်ပါ၏။

ကိုယ်တော်လုံးဝသတိမရသောသူ၊ ကိုယ်တော် မစရန်  
 မဖြစ်နိုင်သောသူကဲ့သို့ဖြစ်ပါ၏။

6 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား အမှောင်ဆုံး၊  
 အနက်ဆုံးသောတွင်းတည်းဟူသောနက်ရှိုင်းရာ  
 သင်္ချိုင်းတွင်းထဲသို့ပစ်ချတော်မူပါပြီ။

7 အမျက်တော်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားဖိလျက် ရှိပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်အမျက်တော်၏  
 လှိုင်းတံပိုးအောက်တွင်ပိပြား၍နေပါ၏။

8 ကျွန်တော်မျိုးအားမိတ်ဆွေများစွန့်ပစ်စေတော် မူပါပြီ။  
 ထိုသူတို့၏ရှေ့တွင်ကျွန်တော်မျိုးအား  
 စက်ဆုပ်ရွံရှာဖွယ်ဖြစ်စေတော်မူပါပြီ။

ကျွန်တော်မျိုးသည်ပိတ်မိနေသဖြင့် မလွတ်မြောက်နိုင်တော့ပါ။

9 ကျွန်တော်မျိုးခံရသောဒုက္ခကြောင့်မျက်စိများသည်  
 ပြာဝေလျက်ရှိပါ၏။  
 အို ထာဝရဘုရား၊



ကျွန်တော်မျိုးသည်နေ့စဉ်နေ့တိုင်းကိုယ်တော်ရှင်  
 အားခေါ်ပါ၏။  
 လက်အုပ်ချီ၍ကိုယ်တော်ထံဆုတောင်းပ တု ထ  
 နာပြုပါ၏။

10 ကိုယ်တော်ရှင်သည်သူ့သေတို့အတွက်ထူးဆန်းသော  
 နိမိတ်လက္ခဏာများကိုပြတော်မူပါသလော။  
 သူတို့သည်သေရာမှထ၍ကိုယ်တော်ရှင်အား  
 ထောမနာပြုပါသလော။

11 ကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်  
 အကြောင်းကို သင်္ချိုင်းတွင်း၌လည်းကောင်း၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏သစ္စာတော်အကြောင်းကို  
 ပျက်စီးရာဌာန၌လည်းကောင်း  
 ထုတ်ဖော်ပြောဆိုခြင်းရှိပါသလော။

12 ကိုယ်တော်ရှင်၏ထူးဆန်းသောနိမိတ်လ ကု ခဏာ  
 များကို ထိုမှောင်မှိုက်ရာအရပ်၌လည်းကောင်း၊  
 ကိုယ်တော်၏ကောင်းမြတ်တော်မူခြင်းကို  
 မေ့လျော့ရာအရပ်၌လည်းကောင်းသိမြင်ခြင်း  
 ရှိပါသလော။

13 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကူမတော်မူရန်ကိုယ်တော်အားဟစ်ခေါ်ပါ၏။

14 အို ထာဝရဘုရား၊

အဘယ်ကြောင့်ကျွန်တော်မျိုးထံမှမျက်နှာတော်ကို  
လွှဲတော်မူပါသနည်း။

15 ကျွန်တော်မျိုးသည်ငယ်စဉ်ကတည်းကဝေဒနာ  
ခံရလျက်သေလုနီးပါးဖြစ်ခဲ့ပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်ပေးတော်မူသော

အပြစ်ဒဏ်ကြီးလေးမှုကြောင့်ကျွန်တော်မျိုးသည်  
မောပန်းနွမ်းနယ်ပါ၏။

16 ကိုယ်တော်ရှင်၏ပြင်းထန်သောအမျက်တော်သည်  
ကျွန်တော်မျိုးအားပြုလဲစေပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ကြောက်မက်ဖွယ်သော

တိုက်ခိုက်မှုများသည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
ချေမှုန်းစေပါ၏။

17 ယင်းတို့သည်မြစ်ရေလျှံသကဲ့သို့တစ်နေ့လုံး  
ကျွန်တော်မျိုးအားဝိုင်းရံလျက်ရှိပါ၏။  
အဘက်ဘက်မှနေ၍ကျွန်တော်မျိုးအနီးသို့  
ချဉ်းကပ်လာကြပါ၏။

18 အရင်းနှီးဆုံးသောမိတ်ဆွေများအားပင် လျှင်  
ကျွန်တော်မျိုးကိုစွန့်ပစ်စေတော်မူပါပြီ။  
ကျွန်တော်မျိုးမှာမိတ်ဆွေဖွဲ့ရန်မှောင်မိုက်သာလျှင်  
ကျန်ရှိပါတော့၏။

# 89

နိုင်ငံဘေးနှင့်တွေ့ကြုံချိန်သီဆိုသည့်သီချင်း<sup>7</sup>

<sup>1</sup> အို ထာဝရဘုရား၊

ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသော  
မေတ္တာတော်အကြောင်းကိုအစဉ်သီချင်းဆို ပါမည်။  
အခါခပ်သိမ်းကိုယ်တော်ရှင်၏သစ္စာတော်ကို  
ထုတ်ဖော်ကြေညာပါမည်။

<sup>2</sup> ကိုယ်တော်ရှင်၏မေတ္တာတော်သည်ကာလအစဉ်  
တည်တော်မူ၍  
သစ္စာတော်သည်လည်းမိုးကောင်းကင်ကဲ့သို့  
ခိုင်မြဲတော်မူကြောင်းကျွန်တော်မျိုးသိပါ၏။

<sup>3-4</sup> ကိုယ်တော်ရှင်က`ငါ့ရှေးကောက်သူနှင့်ငါသည်  
ပဋိညာဉ်ပြုပြီ။  
ငါ၏အစေခံဒါဝိ            ဒ်အား`သင်၏သားမြေးသည်  
ရှင်ဘုရင်အရာကိုအမြဲရလိမ့်မည်။  
သင်၏မင်းမျိုးမင်းနွယ်သည်အဆက်မပြတ်  
ဖြစ်လိမ့်မည်' ဟု  
ငါကတိပေးပြီ'' ဟူ၍မိန့်တော်မူပါ၏။\*

<sup>5</sup> ကောင်းကင်တို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူသော  
အံ့ဩဖွယ်ရာများအကြောင်းကိုသီချင်းဆို ကြပါ၏။  
အို ထာဝရဘုရား၊

<sup>7</sup> 89: \* ခေါင်းစဉ်။ ၃ရာ၊ ၄:၃၁။    ☆ 89:3-4 ၂ရာ၊ ၇:၁၂-၁၆။ ၅ရာ၊  
၁၇:၁၁-၁၄။ ဆာ၊ ၁၃၂:၁၁။ တ၊ ၂:၃၀။

သန့်ရှင်းသူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏သစ္စာတော်  
အကြောင်းကိုသီချင်းဆိုကြပါ၏။

6 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကောင်းကင်ဘုံတွင်ကိုယ်တော်ရှင်နှင့်အဘယ် သူ  
တူပါသနည်း။

အဘယ်ကောင်းကင်သားသည်ကိုယ်တော်ကို  
တုပြိုင်နိုင်ပါသနည်း။

7 ကိုယ်တော်ရှင်သည်သန့်ရှင်းသူတို့၏ကောင်စီတွင်  
ရုံသေလေးမြတ်ခြင်းကိုခံရပါ၏။  
သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်အားလွန်စွာ  
ကြောက်ရွံ့ရုံသေကြပါ၏။

8 အနန္တတန်ခိုးရှင်ထာဝရဘုရားသခင်၊  
ကိုယ်တော်ရှင်ကဲ့သို့တန်ခိုးကြီးမားသူ မရှိပါ။

အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ခပ်သိမ်းသောအမှုတို့တွင်  
သစ္စာရှိတော်မူပါ၏။

9 ကိုယ်တော်ရှင်သည်လှိုင်းကြီးသည့်ပင်လယ်ကို  
အစိုးရတော်မူ၍  
ပြင်းထန်သောလှိုင်းတံပိုးတို့ကိုငြိမ်းစေတော်မူပါ။

10 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ရာခပ်7 ကို  
ချေမှုန်းသတ်ဖြတ်ပစ်တော်မူပါ၏။

---

7 89:10 \* ရာခပ်။ ဒဏ္ဍာရီရေးနဂါး။ ရှုပ်ထွေးခြင်းနှင့်မကောင်းမှု  
ကိုသရုပ်ဆောင်သည်။

တန်ခိုးတော်ဖြင့်ကိုယ်တော်ရှင်၏ရန်သူတို့ကို  
နှိမ်နင်းတော်မူပါ၏။

11 ကမ္ဘာမြေကြီးကိုလည်းကောင်း၊ မိုးကောင်းကင်  
ကိုလည်းကောင်းပိုင်တော်မူပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကမ္ဘာနှင့်ကမ္ဘာပေါ်တွင်  
ရှိသမျှသောအရာတို့ကိုဖန်ဆင်းတော်မူပါ၏။

12 ကိုယ်တော်ရှင်သည်မြောက်မျက်နှာနှင့်  
တောင်မျက်နှာကိုဖန်ဆင်းတော်မူပါ၏။  
တာဗော်တောင်နှင့်ဟေရမုန်တောင်တို့သည်  
ကိုယ်တော်ရှင်အားရွှင်လန်းစွာထောမနာ ပြုကြပါ၏။

13 ကိုယ်တော်ရှင်သည်လွန်စွာတန်ခိုးကြီးတော်မူ  
ပါသည်တကား။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ခွန်အားတော်သည်ကြီးမား  
လှပါသည်တကား။

14 ကိုယ်တော်ရှင်၏နိုင်ငံတော်သည်အမှန်တရားနှင့်  
တရားမျှတမှုအပေါ်တွင်အခြေခံပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူသမျှသော  
အမှုအရာတို့တွင်မေတ္တာတော်နှင့်သစ္စာတော်  
ပေါ်လွင်ထင်ရှားပါ၏။

15 သီချင်းဆို၍ကိုယ်တော်ရှင်အားကိုးကွယ် ဝတ်ပြုသော၊  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ကရုဏာတော်အလင်းတွင်

ကျင်လည်သောသူတို့သည်အလွန်မင်္ဂလာ  
ရှိပါသည်တကား။

16 သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်ကိုအကြောင်းပြု၍  
တစ်နေ့လုံးဝမ်းမြောက်ရွှင်မြူးလျက်နေကြပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကောင်းမြတ်တော်မူသဖြင့်  
သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်အားထောမနာပြုကြပါ၏။

17 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့အား  
အောင်ပွဲကြီးများခံစေတော်မူပါ၏။  
မေတ္တာရှိတော်မူသဖြင့်ကျွန်တော်မျိုးတို့အား  
အနိုင်ရစေတော်မူပါ၏။

18 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့အား  
ကွယ်ကာသောသူကိုရှေးချယ်ပေးတော် မူပါ၏။  
ဣသရေလအမျိုးသားတို့၏သန်ရှင်း မြင့်မြတ်  
တော်မူသောဘုရားသခင်၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့အတွက်  
ရှင်ဘုရင်ကိုခန့်ထားပေးတော်မူပါ၏။

ဒါဝိဒအားဘုရားသခင်ပေးတော်မူသောကတိတော်

19 လွန်လေပြီးသောအခါ၌ကိုယ်တော်ရှင်သည်  
သစ္စာရှိသူအစေခံများအား  
ဗျာဒိတ်ရူပါရုံတွင်`ထင်ရှားကျော်စောသူ  
စစ်သူရဲအားငါသည်ကူမတော်မူပြီ။

လူတို့အထဲမှရွေးချယ်ထားသူအားရာဇ ပလ္လင်ကို  
ငါအပ်နှင်းပြီ။

20 ငါ၏အစေခံဒါဝိ ဒ်ကိုဆီတော်ဖြင့်ဘိသိက် ပေး၍  
ဘုရင်အဖြစ်ငါခန့်ထားပြီ။<sup>☆</sup>

21 သူသည်ငါ့ထံမှခွန်အားကိုအစဉ်အမြဲ ရရှိမည်။  
ငါ၏တန်ခိုးအားဖြင့်သူ့အားစွမ်းသန် စေမည်။

22 သူ၏ရန်သူတို့သည်သူ့အပေါ်တွင်အဘယ် အခါ၌မျှ  
အနိုင်ရကြလိမ့်မည်မဟုတ်။  
သူ့ယုတ်မာတို့သည်သူ့ကိုနှိမ်နင်းနိုင်  
လိမ့်မည်မဟုတ်။

23 ငါသည်သူ၏ရန်သူများကိုချေမှုန်းပစ်မည်။  
သူ့ကိုမုန်းသောသူအပေါင်းတို့အား  
သုတ်သင်ပစ်မည်။

24 ငါသည်သူ့အားအစဉ်ချစ်မြတ်နိုး၍သစ္စာ စောင့်မည်။  
သူ့အားအစဉ်အောင်ပွဲခံစေမည်။

25 ငါသည်သူ၏တိုင်းနိုင်ငံကိုမြေထဲပင်လယ်မှ  
ဥပရတ်မြစ်တိုင်အောင်ကျယ်ပြန့်စေမည်။

26 သူသည်ငါ့အား ကိုယ်တော်ရှင်သည်  
ကျွန်တော်မျိုး၏အဖ၊ ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုးခိုလှုံရာ၊ ကျွန်တော်မျိုး၏ကယ်တင်ရှင်  
ဖြစ်တော်မူပါ၏' ဟူ၍လျှောက်ထားလိမ့်မည်။

☆ 89:20 ၁ရာ၊ ၁၃:၁၄။ တ၊ ၁၃:၂၂။ ၁ရာ၊ ၁၆:၁၂။

27                    ငါသည်သူ့အားငါ၏သားဦးဖြစ်စေမည်။  
ဘုန်းအကြီးဆုံးသောဘုရင်ဖြစ်စေမည်။\*

28                    ငါသည်သူ့အားထားရှိသည့်ကတိသစ္စာကို  
အစဉ်တည်စေမည်။  
ငါနှင့်သူပြုသောပဋိညာဉ်ကိုခိုင်မြဲစေမည်။

29                    သူ၏တိုင်းနိုင်ငံသည်မိုးကောင်းကင်ကဲ့သို့  
တည်မြဲလိမ့်မည်။  
သူ၏သားမြေးများသည်အခါခပ်သိမ်းဘုရင်  
ဖြစ်ကြလိမ့်မည်။

30 ``သို့ရာတွင်အကယ်၍သူ၏သားမြေးတို့သည်  
ငါ့တရားတော်ကိုပစ်ပယ်ကာငါ၏နည်း      ဥပဒေကို  
မကျင့်သုံးလျှင်သော်လည်းကောင်း၊

31 ငါ၏ညွှန်ကြားချက်များကိုလျစ်လျူရှု၍  
ငါ၏ပညတ်တို့ကိုမစောင့်မထိန်းလျှင်  
သော်လည်းကောင်း

32                    ငါသည်သူတို့ပြုသည့်ဒုစရိုက်များအတွက်  
အပြစ်ပေးမည်။  
သူတို့၏အမှားများအတွက်ဒဏ်ခတ်မည်။

33 သို့သော်ငါသည်ဒါဝိဒ်ကိုချစ်မြဲချစ်မည်။  
သူ့အားငါထားသည့်ကတိတော်ကိုလည်း  
ဖျက်မည်မဟုတ်။

---

\* 89:27 မျာ၊ ၁:၅။



34 ငါသည်သူနှင့်ပြုခဲ့သည့်ပဋိညာဉ်ကို  
 ပျက်ပြယ်စေမည်မဟုတ်။  
 သူ့အားပေးခဲ့သောကတိတော်တစ်ခုကိုမျှ  
 ရုပ်သိမ်းမည်မဟုတ်။

35 `ငါသည်အဘယ်အခါ၌မျှဒါဝိ ဒ်အား လှည့်စား၍  
 မိန့်ဆိုမည်မဟုတ်ဟူ၍  
 သန့်ရှင်းမြင့်မြတ်သည့်ငါ့နာမကိုတိုင်တည်၍  
 တစ်ခါတည်းအပြီးအပိုင်ကတိပေးပြီ။

36 ဒါဝိဒ်၏မျိုးရိုးအဘယ်အခါ၌မျှမတိမ်ကောရ။  
 နေသည်ထွန်းလင်းလျက်နေသမျှကာလပတ်လုံး  
 ငါသည်သူ၏ရာဇပလ္လင်ကိုတည်မြဲစေမည်။

37 သူ၏နိုင်ငံသည်မိုးကောင်းကင်တွင်တည်မြဲသော  
 သက်သေဖြစ်သည့်လက်ကဲ့သို့  
 အစဉ်အမြဲတည်လျက်နေလိမ့်မည်' ဟု  
 မိန့်တော်မူ၏။

မင်းကြီးအရေးရှုံးနိမ့်သည့်အတွက်  
 ငိုကြွေးမြည်တမ်းခြင်း

38 သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်ရှင်သည်  
 မိမိဘိသိက်ပေးတော်မူသောဘုရင်ကို  
 အမျက်ထွက်တော်မူပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်သူ့အားစွန့်ပစ်တော်မူပါပြီ။  
 သူ့အားပစ်ပယ်တော်မူပါပြီ။

39 ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေခံနှင့်ပြုတော်မူခဲ့သော  
ပဋိညာဉ်တော်ကိုလည်းပယ်ဖျက်တော်မူပါပြီ။

သူ၏သရဖူကိုမြေသို့ချတော်မူပါပြီ။

40 သူ၏မြို့တော်တံတိုင်းများကိုချိုးဖျက်တော်မူ၍  
သူ၏ခံတပ်များကိုဖြိုဖျက်တော်မူပါပြီ။

41 သူ၏အနီးမှဖြတ်သန်းသွားလာကြသူ အပေါင်းသည်  
သူ၏ဥစ္စာပစ္စည်းများကိုခိုးယူကြပါ၏။

အိမ်နီးချင်းအပေါင်းတို့သည်ပြောင်လှောင် ကြပါ၏။

42 ကိုယ်တော်ရှင်သည်သူ၏ရန်သူတို့အားအောင်ပွဲကို  
ခံစေတော်မူပါပြီ။

သူတို့အားလုံးကိုဝမ်းမြောက်ရွှင်လန်းစေတော် မူပါပြီ။

43 ကိုယ်တော်ရှင်သည်သူ၏ဋ္ဌဌားတို့ကိုတုံးစေတော် မူ၍  
သူ့အားစစ်ပွဲတွင်အရေးရှုံးနိမ့်စေတော်မူ ပါပြီ။

44 ကိုယ်တော်ရှင်သည်သူ၏လှံတံတော်ကို  
ယူသိမ်းတော်မူ၍

သူ၏ရာဇပလ္လင်တော်ကိုမြေသို့ လဲကျစေတော်မူပါပြီ။

45 ကိုယ်တော်ရှင်သည်သူ့အားအချိန်မကျမီ  
အိုစေတော်မူ၍အရှက်တကွဲဖြစ်စေတော်မူပါပြီ။

လွတ်မြောက်ရန်ဆုတောင်းပတုထနာ

46 အို ထာဝရဘုရား၊

ကိုယ်တော်ရှင်သည်မျက်နှာတော်ကိုအစဉ်ပင်

ဖုံးကွယ်၍ထားတော်မူပါမည်လော။

ကိုယ်တော်ရှင်၏အမျက်တော်သည်အဘယ်မျှ  
ကြာအောင်မီးကဲ့သို့တောက်လောင်၍  
နေတော်မူပါမည်နည်း။

47 ကျွန်တော်မျိုး၏အသက်သည်အဘယ်မျှတိုကြောင်း  
အောက်မေ့သတိရတော်မူပါ။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်သေမျိုးဖြစ်သော  
ကျွန်တော်မျိုးအပေါင်းတို့အားဖန်ဆင်းထား

တော်မူသည်ကိုအောက်မေ့သတိရတော်မူပါ။

48 အဘယ်သူသည်မသေဘဲအစဉ်အသက်ရှင်၍  
နေနိုင်ပါမည်နည်း။

လူသည်မိမိကိုယ်ကိုအဘယ်သို့လျှင်  
သင်္ချိုင်းတွင်းသို့မရောက်အောင်တားဆီးနိုင် ပါမည်နည်း။

49 အို ဘုရားသခင်၊

ယခင်ကဖော်ပြခဲ့သောကိုယ်တော်ရှင်၏  
မေတ္တာတော်ကားအဘယ်မှာနည်း။

ဒါဝိ ဒ်အားကိုယ်တော်ရှင်ထားတော်မူသော  
ကတိတော်များကားအဘယ်မှာနည်း။

50 ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေခံကျွန်တော်မျိုးသည်  
အဘယ်သို့ အစော်ကားခံရသည်ကိုလည်းကောင်း၊

ဘုရားမဲ့သူတို့၏ကျိန်ဆဲခြင်းများကို  
အဘယ်သို့ကျွန်တော်မျိုးခံရသည်ကို လည်းကောင်း

မေ့တော်မမူပါနှင့်။

51 အို ထာဝရဘုရား၊ ကိုယ်တော်ရှင်ရွေးချယ်သောဘုရင်ကို  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ရန်သူတို့သည်စော်ကားကြ  
 ပါသည်တကား။

သူတို့သည်သူ့အားသွားလေရာရာတွင် စော်ကားကြပါ၏။

52 ထာဝရဘုရားအားကာလအစဉ်အဆက်  
 ထောမနာပြုကြကုန်လော့။  
 အာမင်၊ အာမင်။

## အတွဲ ၄

### 90

(ဆာလံ ၉၀-၁၀၆)

ဘုရားသခင်နှင့်လူ<sup>၅</sup>

1 အို ဘုရားရှင်၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကာလအစဉ်အဆက်  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့၏ခိုလှုံရာဖြစ်တော်မူပါ၏။

2 တောင်များကိုဖြစ်ပေါ်စေတော်မမူမီနှင့်  
 ကမ္ဘာလောကကိုဖန်ဆင်းတော်မမူမီ  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်အစမရှိသောဘုရားသခင်  
 ဖြစ်တော်မူပါ၏။

အဆုံးမရှိသောဘုရားသခင်လည်းဖြစ်တော် မူပါ၏။

3 ကိုယ်တော်ရှင်သည်အမိန့်ပေး၍လူသားတို့အား

---

<sup>၅</sup> 90: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဘုရားသခင်၏အစေခံမောရှေပြုသော ပတ္တနာ။

မြေမှုန့်အဖြစ်သို့ပြန်လည်ပြောင်းလဲစေတော်  
မူပါ၏။

4 ကိုယ်တော်ရှင်၏အဖို့အနှစ်တစ်ထောင်သည်  
တစ်နေ့ကဲ့သို့ဖြစ်ပါ၏။  
ကုန်လွန်ပြီးသည့်ယမန်နေ့ကဲ့သို့လည်းကောင်း၊  
တိုတောင်းသောည ဌ်ယံတစ်ယံကဲ့သို့လည်းကောင်း  
ဖြစ်ပါ၏။<sup>☆</sup>

5-6 ကိုယ်တော်ရှင်သည်လူသားတို့အားလျင်မြန်စွာ  
ပျောက်ကွယ်သွားစေတော်မူပါ၏။  
သူတို့သည်အိပ်မက်သကဲ့သို့တစ်ခဏမျှသာ  
နေကြရပါ၏။

နံနက်ချိန်၌ကြီးပွားပွင့်လန်း၍ညနေချိန်၌  
ညှိုးနွမ်းခြောက်သွေ့သွားတတ်သောမြက်ပင်ကဲ့သို့  
ပျောက်ကွယ်သွားတတ်ကြပါ၏။

7 ကိုယ်တော်ရှင်၏အမျက်တော်ကြောင့်  
ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်ပျက်စီးကြပါ၏။  
အမျက်တော်အရှိန်ကြောင့်ကြောက်လန့်  
တုန်လှုပ်ကြပါ၏။

8 ကျွန်တော်မျိုးတို့၏အပြစ်များကိုရှေ့တော်၌  
ချထားတော်မူပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုးတို့လျှို့ဝှက်ကူးလွန်သည့်

<sup>☆</sup> 90:4 ၂ပေ၊ ၃:၈။

ဒုစရိုက်များကိုကိုယ်တော်မြင်သာသည့် နေရာ၌  
ချထားတော်မူပါ၏။

9 ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်အမျက်တော်ကိုခံရ သောကြောင့်  
အသက်တို့ကြရပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးတို့၏အသက်သည်တီးတိုး ပြောသည့်  
လေသံကဲ့သို့ပျောက်ကွယ်တတ်ပါ၏။

10 ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်အနှစ်ခုနှစ်ဆယ်မျှသာ  
ရှည်ကြပါ၏။

အကယ်၍အားအင်ပြည့်ဖြိုးသူများဖြစ်ကြပါမူ  
အနှစ်ရှစ်ဆယ်နေကြရပါ၏။

သို့ရာတွင်ထိုနှစ်ကာလများအတွင်း

ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်ပူပင်သောကနှင့်  
ဆင်းရဲဒုက္ခကိုသာလျှင်ခံစားကြရပါ၏။

မကြာမီကွယ်လွန်သဖြင့်ကျွန်တော်မျိုးတို့  
ကွယ်ပျောက်ကြရပါ၏။

11 အဘယ်သူသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏အမျက်တော် အရှိန်  
အပြည့်အဝကိုခံဖူးပါသနည်း။

ကိုယ်တော်ရှင်၏အမျက်တော်သည်မည်မျှ  
ကြောက်လန့်ဖွယ်ကောင်းကြောင်းကို

အဘယ်သူသည်သိရှိပါသနည်း။

12 ကျွန်တော်မျိုးတို့အားမိမိတို့အသက်မည်မျှ  
တို့တောင်းကြောင်းကိုသိရှိနိုင်ရန်သွန်သင်တော်မူပါ။

သို့မှသာလျှင်ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်ဉာဏ်ပညာ  
ရရှိလာကြပါလိမ့်မည်။

13 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်အဘယ်မျှကြာအောင်  
အမျက်တော်မပြောဘဲနေတော်မူပါမည်နည်း။

ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေခံတို့အားသနား တော်မူပါ။

14 ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်တစ်သက်လုံးသီချင်းဆိုလျက်  
ဝမ်းမြောက်နိုင်ကြစေရန်  
နံနက်တိုင်းကျွန်တော်မျိုးတို့အားကိုယ်တော်၏  
ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်ကိုခံစားစေတော်မူပါ။

15 ဒုက္ခရောက်စဉ်အခါကကိုယ်တော်သည်  
ကျွန်တော်မျိုးတို့အားခံစေသောစိတ်ဆင်းရဲမှု  
ပမာဏအတိုင်း

ယခုအခါ၌ကျွန်တော်မျိုးတို့အားဝမ်းမြောက်  
ရွှင်လန်းမှုကိုခံစားစေတော်မူပါ။

16 ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေခံဖြစ်သော  
ကျွန်တော်မျိုးတို့အားကိုယ်တော်ပြုတော်မူသော  
အံ့ဩဖွယ်ရာအမှုတော်တို့ကိုတွေ့မြင်ခွင့် ပေးတော်မူပါ။  
ကျွန်တော်မျိုးတို့၏သားမြေးများအား  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ဘုန်းအသရေနှင့်တန်ခိုး  
အာနုဘော်တော်ကိုတွေ့မြင်ခွင့်ပေးတော်မူပါ။

17 ကျွန်တော်မျိုးတို့၏ဘုရားဖြစ်တော်မူသော  
 ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ကောင်းချီး  
 မင်္ဂလာကိုခံစားကြရပါစေသော။

ပြုလေသမျှသောအမှုတို့တွင်လည်း ကျွန်တော်မျိုးတို့အားအောင်မြင်ခွင့်

# 91

## ငါတို့ကိုကွယ်ကာသောဘုရားသခင်

1 ထာဝရဘုရားထံတော်သို့ခိုလှုံရန် ချဉ်းကပ်သူသည်လည်းကောင်း၊

အနန္တ တတန်ခိုးရှင်၏ကွယ်ကာစောင့်ထိန်းမှုကို  
 ခံယူသူသည်လည်းကောင်း၊

2 “ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ကွယ်ကာရာ၊

ကျွန်တော်မျိုးခိုလှုံရာရဲတိုက်ဖြစ်တော်မူပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရား

ဖြစ်တော်မူ၍ကျွန်တော်မျိုးသည်

ကိုယ်တော်ရှင်ကိုကိုးစားပါ၏။” ဟူ၍

ထာဝရဘုရားအားလျှောက်ထားနိုင်လိမ့်မည်။

3 ကိုယ်တော်သည်မမြင်နိုင်သော

ဘေးဥပဒ်များမှလည်းကောင်း၊

သေစေတတ်သောအနာရောဂါများမှ လည်းကောင်း

သင့်ကိုကင်းလွတ်စေတော်မူလိမ့်မည်။

4 ကိုယ်တော်သည်မိမိ၏အတောင်တော်ဖြင့်

သင့်ကိုဖုံးအုပ်တော်မူလိမ့်မည်။



သင်သည်ကိုယ်တော်၏ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ခြင်းကို  
ခံရ၍ဘေးမဲ့လုံခြုံလျက်နေလိမ့်မည်။

ကိုယ်တော်၏သစ္စာတော်သည်သင့်ကိုစောင့်ထိန်း  
ကွယ်ကာရာဒိုင်းလွှားဖြစ်လိမ့်မည်။

5 ည ည့်အခါတွေ့ရတတ်သောဘေးဥပဒ်များ  
ကိုသော်လည်းကောင်း၊  
နေ့အချိန်ပေါ်ပေါက်တတ်သည့်အန္တရာယ်များ  
ကိုသော်လည်းကောင်း၊

6 မှောင်မိုက်တွင်ကျရောက်တတ်သည့်ကပ်ရောဂါများ  
ကိုသော်လည်းကောင်း၊  
နေ့လည်ချိန်၌သေစေတတ်သည့်ဘေးဥပဒ်များ  
ကိုသော်လည်းကောင်း၊

ကြောက်လန့်ရလိမ့်မည်မဟုတ်။

7 သင်၏အနီးတွင်လူတစ်ထောင်၊  
သင်၏ပတ်လည်တွင်လူတစ်သောင်း  
ကျဆုံးသော်လည်းသင်၌အထိအခိုက် မရှိရ။

8 သူယုတ်မာတို့အဘယ်သို့အပြစ်ဒဏ်သင့်ကြ သည်ကို  
သင်သည်ဒိဋ္ဌမြင်ရလိမ့်မည်။

9 သင်သည်ထာဝရဘုရားအားသင့်ကိုကွယ်ကာသော  
အရှင်အဖြစ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊  
အမြင့်မြတ်ဆုံးဖြစ်တော်မူသောဘုရားအား

သင်ခိုလှုံသောအရှင်အဖြစ်ဖြင့်လည်းကောင်း  
လက်ခံသည်ဖြစ်၍

10 သင်သည်ဘေးဒုက္ခနှင့်တွေ့ကြုံရလိမ့်မည်မဟုတ်၊  
သင်၏အိမ်အနီးသို့လည်းအဘယ်ဘေးဥပဒ်မျှ  
ချဉ်းကပ်ရလိမ့်မည်မဟုတ်။

11 သွားလေရာရာ၌သင့်ကိုစောင့်ရှောက်စေရန်  
ဘုရားသခင်သည်မိမိ၏ကောင်းကင်တမန် များကို  
တာဝန်ပေးအပ်တော်မူလိမ့်မည်။\*

12 သူတို့သည်သင်၏ခြေကိုကျောက်နှင့်  
မထိမခိုက်စေရန်မိမိတို့၏လက်ဖြင့်သင့်အား  
ချီပင့်ကြလိမ့်မည်။\*

13 သင်သည်ခြင်္သေ့နှင့်မြွေကြောက်မက်ဖွယ်ကောင်းသည့်  
ခြင်္သေ့နှင့်မြွေဆိုးတို့ကိုခြေဖြင့်နင်းရလိမ့် မည်။\*

14 ဘုရားသခင်က  
“ငါ့ကိုချစ်သောသူတို့အားငါကယ်မည်။  
ငါသည်ထာဝရဘုရားဖြစ်တော်မူကြောင်း ဝန်ခံသော  
သူတို့အားငါကွယ်ကာစောင့်ရှောက်မည်။

15 သူတို့သည်ငါ့ကိုခေါ်သောအခါငါထူးမည်။  
သူတို့ဒုက္ခရောက်သောအခါသူတို့နှင့်အတူ ငါရှိမည်။  
ငါသည်သူတို့အားကယ်ဆယ်၍ချီးမြှင့်မည်။

☆ 91:11 မ၊ ၄:၆။ လု၊ ၄:၁၀။ ☆ 91:12 မ၊ ၄:၆။ လု၊ ၄:၁၁။ ☆ 91:13  
လု၊ ၁၀:၁၉။

16 သူတို့အားအသက်ရှည်စေ၍ကယ်တင်ခြင်း  
ကျေးဇူးကိုခံစားစေမည်'' ဟုမိန့်တော်မူ၏။

# 92

## ထောမနာသီချင်း:10

1 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ကျေးဇူးတော်ကို  
ချီးမွမ်းရခြင်းသည်လည်းကောင်း၊  
အမြင့်မြတ်ဆုံးဖြစ်တော်မူသောဘုရားသခင်၊  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ဂုဏ်တော်ကိုထောမနာ သီချင်း  
ကူးအေးရခြင်းသည်လည်းကောင်း၊

2-3 ချိုသာနာပျော်ဖွယ်သောစောင်းသံနှင့်တကွ  
ကြိုးတပ်တူရိယာသံတို့ဖြင့်  
နံနက်တိုင်းကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသော  
မေတ္တာတော်ကိုဖော်ကူး၍  
ညဉ့်တိုင်းကိုယ်တော်ရှင်၏သစ္စာတော်ကို  
ထုတ်ဖော်ကြေညာရခြင်းသည်လည်းကောင်း  
လျှောက်ပတ်လှပါ၏။

4 အို ထာဝရဘုရား၊ ကိုယ်တော်ရှင်၏အံ့ဩဖွယ်ကောင်းသော  
အမှုတော်များသည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
ဝမ်းမြောက်ရွှင်လန်းစေပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူသောအမှုတော်များကြောင့်

10 92: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဥပုသ်နေ့အတွက်သီချင်း။

ကျွန်တော်မျိုးသည်ဝမ်းမြောက်စွာသီချင်းဆိုပါ၏။

5 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူသောအမှုတော်တို့သည်  
ကြီးမြတ်လှပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်၏အကြံအစည်တော်သည်လည်း  
နက်နဲလှပါ၏။

6 လူ့မိုက်တို့မသိနိုင်သောအရာ၊ အသိဉာဏ်တိုး သူတို့  
နားမလည်နိုင်သောအရာတစ်ခုရှိပါ၏။

7 ထိုအရာကား၊သူယုတ်မာတို့သည်ပေါင်းပင်များ သဖွယ်  
ကြီးပွားတိုးတက်၍  
မကောင်းမှုပြုသူတို့သည်ကောင်းစားကြသော်လည်း  
ထိုသူတို့သည်လုံးဝသုတ်သင်ပယ်ရှင်းခြင်းကို  
ခံကြရမည်ဖြစ်၏။

8 အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ထာဝရဘုရား  
ဖြစ်တော်မူသောကိုယ်တော်ရှင်သည်  
ထာဝစဉ်အချုပ်အခြာအာဏာပိုင်  
ဖြစ်တော်မူသောကြောင့်တည်း။

9 ကိုယ်တော်ရှင်၏ရန်သူတို့သည်သေကြေပျက်စီး  
ရကြမည်ကိုလည်းကောင်း၊  
သူယုတ်မာအပေါင်းတို့သည်  
အရေးရှုံးနိမ့်ရကြမည်ကိုလည်းကောင်း  
ကျွန်တော်မျိုးတို့သိပါ၏။

10 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
 နွားလားရိုင်းကဲ့သို့သန်စွမ်းစေတော်မူပါပြီ။  
 ကျွန်တော်မျိုးအားရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်ခြင်း  
 ကောင်းချီးမင်္ဂလာကိုပေးတော်မူပါပြီ။

11 ရန်သူတို့အရေးရှုံးနိမ့်ကြသည်ကိုကျွန်တော်မျိုး  
 မြင်ရပါပြီ။  
 သူယုတ်မာတို့ငိုကြွေးသံကိုကြားရပါပြီ။

12 သူတော်ကောင်းတို့သည်စွန်ပလွံပင်များကဲ့သို့  
 စိမ်းလန်းစိုပြေလျက်ရှိလိမ့်မည်။  
 သူတို့သည်လေဗနုန်တောင်မှအာရဇ်ပင်များ ကဲ့သို့  
 ကြီးပွားတိုးတက်ကြလိမ့်မည်။

13-14 သူတို့သည်ထာဝရဘုရား၏အိမ်တော်တွင်စိုက်ပျိုး၍  
 ငါတို့ဘုရားသခင်၏မိမိမာန်တော်တွင်စိမ်းလန်း  
 စိုပြေလျက်နေသည့်သစ်ပင်များနှင့်တူကြ၏။  
 ထိုသစ်ပင်တို့သည်အသက်အိုချိန်၌ပင်လျှင်  
 အသီးများသီး၍အစဉ်အမြဲစိမ်းလန်း  
 သန်မာလျက်ရှိကြ၏။

15 ဤကားထာဝရဘုရားသည်တရား  
 မျှတတော်မူကြောင်းကိုလည်းကောင်း  
 ငါ့ကိုကွယ်ကာသောအရှင်သည်ကောင်းမြတ်  
 စုံလင်တော်မူကြောင်းကိုလည်းကောင်း  
 ဖော်ပြလိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။

# 93

ဘုရင်ဖြစ်တော်မူသောဘုရားသခင်

1 ထာဝရဘုရားသည်ဘုရင်ဖြစ်တော်မူ၏။

ကိုယ်တော်သည်ဘုန်းအသရေတော်ကို  
ဝတ်ဆင်တော်မူ၍

တန်ခိုးအာနုဘော်တော်ကိုခါးပန်းစည်းတော်မူ၏။

ကိုယ်တော်သည်ကမ္ဘာမြေကြီးကိုခိုင်မြဲစွာ

တည်စေတော်မူသည်ဖြစ်၍ယင်းကိုလှုပ်ရှား၍ မရနိုင်ရာ။

2 အို ထာဝရဘုရား၊

ကိုယ်တော်ရှင်၏ရာဇပလ္လင်တော်သည်အစအဦးမှ  
စ၍တည်တံ့ခိုင်မြဲပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကပ်ကာလမပေါ်မီကပင်လျှင်  
ရှိနေတော်မူပါ၏။

3 အို ထာဝရဘုရား၊ သမုဒ္ဒဒရာသည်အသံကိုဟစ်၍အော်ပါ၏။

သမုဒ္ဒဒရာလှိုင်းတံပိုးသံသည်မြည်ဟည်းပါ၏။

4 ထာဝရဘုရားသည်သမုဒ္ဒဒရာ မြည်ဟည်းသံထက်လည်းကောင်း၊

ပင်လယ်လှိုင်းတံပိုးများထက်လည်းကောင်းသာ၍  
တန်ခိုးကြီးပြီးလျှင်

အချုပ်အခြာအာဏာတော်ဖြင့်ကောင်းကင်ဘုံတွင်  
စိုးစံတော်မူ၏။

5 အို ထာဝရဘုရား၊

ကိုယ်တော်၏ပညတ်တော်တို့သည်ထာဝစဉ်  
 တည်ပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ဗိမာန်တော်သည်လည်းအစဉ် အမြဲ  
 သန်ရှင်းမြင့်မြတ်တော်မူပါ၏။

### 94

လူအပေါင်းတို့အားတရားစီရင်တော်မူသော  
 ဘုရားသခင်

- 1 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်အပြစ်ပေးပိုင်တော်မူသော  
 ဘုရားဖြစ်တော်မူပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏အမျက်တော်ကိုပေါ်လွင်ထင်ရှား  
 စေတော်မူပါ။
- 2 ကိုယ်တော်ရှင်သည်လူအပေါင်းတို့အား  
 တရားစီရင်တော်မူသောအရှင်ဖြစ်တော် မူပါ၏။  
 ထတော်မူ၍မာနကြီးသူတို့အားထိုက်လျောက်သည့်  
 အပြစ်ဒဏ်ကိုပေးတော်မူပါ။
- 3 သူယုတ်မာတို့သည်အဘယ်မျှကြာအောင်  
 ဝမ်းမြောက်ကြပါဦးမည်နည်း။  
 အို ထာဝရဘုရား၊ အဘယ်မျှကြာပါဦးမည်နည်း။
- 4 ပြစ်မှုကူးလွန်သူတို့သည်အဘယ်မျှကြာအောင်  
 မာန်မာနထောင်လွှား၍  
 မိမိတို့၏ပြစ်မှုများအကြောင်းကိုကြွားဝါလျက်  
 နေကြပါဦးမည်နည်း။

- 5 အို ထာဝရဘုရား၊  
 သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်ကို  
 နှိပ်ကွပ်ကြပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ပိုင်တော်မူသောလူတို့အား  
 ဖိစီးနှိပ်စက်ကြပါ၏။
- 6 သူတို့သည်မုဆိုးမများနှင့်မိဘမဲ့ သူတို့အား  
 သတ်ဖြတ်ကြပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့ပြည်တွင်နေထိုင်ကြသော  
 ဧည့်သည်တို့ကိုသတ်ကြပါ၏။
- 7 သူတို့က "ထာဝရဘုရားသည်ငါတို့ကို မြင်တော်မမူ။  
 ကုသရေလအမျိုးသားတို့၏ဘုရားသခင် သည်  
 ရှုမြင်တော်မမူ" ဟုဆိုကြ၏။
- 8 ငါ၏လူစုတော်တို့၊သင်တို့သည်အဘယ် သို့လျှင်  
 ဤမျှအသိဉာဏ်တိုးလျက်မိုက်မဲ၍  
 နေနိုင်ကြပါသနည်း။  
 အဘယ်အခါကျမှတတ်သိလိမ္မာ၍ လာကြပါမည်နည်း။
- 9 ငါတို့၏နားများကိုဖန်ဆင်းတော်မူသော အရှင်သည်  
 မြင်တော်မူနိုင်သည်မဟုတ်လော။
- 10 လူမျိုးတကာတို့ကိုဆုံးမသောအရှင်သည်  
 သူတို့အားအပြစ်ပေးတော်မူမည်မဟုတ် ပါလော။  
 လူအပေါင်းတို့ကိုအသိပညာသွန်သင်သော  
 အရှင်သည်အသိပညာရှိတော်မူသည်  
 မဟုတ်ပါလော။



11 ထိုသူတို့၏အကြံအစည်များကို ထာဝရဘုရားသိတော်မူ၏။  
 သူတို့စဉ်းစားဆင်ခြင်မှုများသည်  
 အချဉ်းနှီးဖြစ်ကြောင်းကိုယ်တော်သိတော်  
 မူ၏။<sup>☆</sup>

12 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်၏ဆိုးမသွန်သင်မှုကိုခံရသော သူ၊  
 တရားတော်နှင့်ဆိုင်၍ကိုယ်တော်၏သွန်သင် မှုကို  
 ခံရသောသူသည်မင်္ဂလာရှိပါ၏။

13 ထိုသူအားသူယုတ်မာတို့ကျစေရန် တွင်းတူး၍  
 မပြီးစီးမီဆိုးရွားသည့်အချိန်ကာလမှ  
 လွတ်ငြိမ်းခွင့်ကိုကိုယ်တော်ပေးတော်မူပါ၏။

14 ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏လူစုတော်အား  
 ပစ်ထားတော်မူလိမ့်မည်မဟုတ်။  
 ကိုယ်တော်ပိုင်တော်မူသောလူတို့ကို  
 စွန့်ပယ်တော်မူလိမ့်မည်မဟုတ်။

15 တရားရိုးများ၌တရားမျှတစွာစီရင်မှု  
 တစ်ဖန်ရှိလိမ့်မည်။  
 သူတော်ကောင်းအပေါင်းတို့သည်လည်း  
 ယင်းတရားမျှတစွာစီရင်မှုကို ထောက်ခံကြလိမ့်မည်။

16 အဘယ်သူသည်ငါ့ဘက်မှာရှိ၍သူယုတ်မာ တို့အား  
 ဆန့်ကျင်ပါသနည်း။

---

☆ 94:11 ဝကော၊ ၃:၂၀။

အဘယ်သူသည်ငါ့တစ်ဘက်ရှိမကောင်းမှု  
ပြုသူတို့အားဆန့်ကျင်ပါသနည်း။

17 အကယ်၍ထာဝရဘုရားသာလျှင်ငါ့အား  
ကူမတော်မမူခဲ့သော်  
ငါသည်ဆိတ်ညံ့ရာအရပ်သို့အလျင်အမြန်  
ရောက်ရမည်သာဖြစ်ပေသည်။

18 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ခြေချော်၍လဲပြီဟု  
ထင်ရသောအခါ  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်သည်  
ကျွန်တော်မျိုးအားချီပင့်ထားတော်မူပါ၏။

19 ကျွန်တော်မျိုးသည်စိုးရိမ်ပူပန်လျက်  
သောကရောက်သောအခါကိုယ်တော်ရှင် သည်  
ကျွန်တော်မျိုးအားစိတ်သက်သာခွင့်ကိုပေး၍  
ဝမ်းမြောက်စေတော်မူပါ၏။

20 ကိုယ်တော်ရှင်သည်မတရားသောအမှုကို  
တရားဝင်ဖြစ်အောင်ပြုလုပ်တတ်သည့်  
အဂတိလိုက်စားသူတရားသူကြီးများနှင့်  
မည်သို့မျှမသက်ဆိုင်ပါ။

21 သူတို့သည်သူတော်ကောင်းတို့ကိုသေကြောင်း  
ကြံစည်ကြပါ၏။  
အပြစ်မဲ့သူတို့ကိုသေဒဏ်စီရင်ကြပါ၏။

22 သို့ရာတွင်ထာဝရဘုရားသည်ငါ့ကို  
 ကွယ်ကာတော်မူ၏။  
 ငါ၏ဘုရားသခင်သည်ငါ့ခိုလှုံရာဖြစ် တော်မူ၏။

23 ကိုယ်တော်သည်ထိုသူတို့၏ယုတ်မာမှုများ အတွက်  
 အပြစ်ဒဏ်ပေးတော်မူလိမ့်မည်။  
 သူတို့၏အပြစ်များအတွက်သူတို့အား  
 သုတ်သင်ဖျက်ဆီးတော်မူလိမ့်မည်။

ငါတို့၏ဘုရားသခင်ထာဝရဘုရားသည်  
 သူတို့အားသုတ်သင်ဖျက်ဆီးတော်မူလိမ့်မည်။

# 95

## ထောမနာသီချင်း

1 လာကြ၊ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြု ကြကုန်အံ့။  
 ငါတို့ခိုလှုံရာဘုရားသခင်၏ဂုဏ်တော်ကို  
 ဝမ်းမြောက်စွာသီချင်းဆိုကြကုန်အံ့။

2 ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းလျက်ရှေ့တော်သို့  
 ဝင်ကြကုန်အံ့။  
 ဝမ်းမြောက်စွာထောမနာသီချင်းများကို  
 ဆိုကြကုန်အံ့။

3 အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ထာဝရဘုရားသည်  
 တန်ခိုးကြီးတော်မူသောဘုရား၊  
 ဘုရားတကာတို့ထက်တန်ခိုးကြီးသည့်ဘုရင်  
 ဖြစ်တော်မူသောကြောင့်ဖြစ်၏။

4 ကိုယ်တော်သည်အနက်ဆုံးသောမြေကြီး နက်ရှို  
 င်းရာများမှ  
 အမြင့်ဆုံးသောတောင်ထိပ်များတိုင်အောင်  
 ကမ္ဘာလောကတစ်ခုလုံးကိုအစိုးရတော်မူ၏။

5 ကိုယ်တော်သည်မိမိဖန်ဆင်းတော်မူသော  
 ပင်လယ်ကိုလည်းကောင်း၊  
 မိမိလက်တော်ဖြင့်ပြုပြင်တော်မူသည့်ကုန်းမြေ  
 ကိုလည်းကောင်းအစိုးရတော်မူ၏။

6 လာကြ၊ ကိုယ်တော်အားဦးညွတ်ပျပ်ဝပ်၍  
 ရှိခိုးကြကုန်အံ့။  
 ငါတို့အားဖန်ဆင်းတော်မူသောထာဝရ ဘုရား၏  
 ရှေ့တော်တွင်ဒူးထောက်ကြကုန်အံ့။

7 ကိုယ်တော်သည်ငါတို့၏ဘုရားဖြစ်တော်မူ၏။  
 ငါတို့သည်ကိုယ်တော်  
 စောင့်ရှောက်တော်မူသောသူများ၊ ကိုယ်တော်  
 ကျွေးမွေးတော်မူသောသိုးစုဖြစ်ကြ၏။

ကိုယ်တော်မိန့်တော်မူသောစကားကို ယနေ့နားထောင်ကြလော့။

8 ကိုယ်တော်ကမောရိဘအရပ်တွင်ရောက်ရှိ နေသော  
 သင်တို့ဘိုးဘေးများကဲ့သို့သင်တို့သည်  
 ခေါင်းမမာကြနှင့်။

တောက နှု တာရရှိမသာအရပ်တွင်ရောက်ရှိနေသော  
ဘိုးဘေးများကဲ့သို့ခေါင်းမမာကြနှင့်။\*  
9 ထိုသူတို့သည်မိမိတို့၏အတွက်ငါပြုသည့်  
အမှုကိုတွေ့မြင်ကြပြီးဖြစ်သော်လည်း  
ထိုအရပ်တွင်ငါ့ကိုသွေးစမ်းကြ၏။ \*

10 ငါသည်အနှစ်လေးဆယ်တိုင်တိုင်ထိုသူတို့အား  
အမျက်ထွက်ခဲ့၏။  
“သူတို့သည်လွန်စွာသစ္စာဖောက်သူများပါ တကား။  
ငါ၏ပညတ်တို့ကိုလိုက်နာရန်ငြင်းဆန်သူများ ပါတကား”  
ဟုငါဆို၏။

11 ငါသည်သူတို့အားအမျက်ထွက်သဖြင့်“သင်တို့  
စိတ်အေးချမ်းသာစွာနေထိုင်ရမည့်ပြည်ကို  
သင်တို့သည်အဘယ်အခါ၌မျှမဝင်ရကြ”  
ဟုကျိန်ဆို၏။\*

# 96

ဘုရင်တကာတို့၏ဘုရင်ဖြစ်တော်မူသော  
ဘုရားသခင်  
(၅ရာ၊ ၁၆:၂၃-၃၃)

1 သီချင်းသစ်ကိုဆို၍ထာဝရဘုရား၏  
ဂုဏ်တော်ကိုချီးကျူးကြလော့။

---

\* 95:8 ဟေဗြဲ၊ ၃:၁၅၊ ၄-၇။ \* 95:9 ထွ၊ ၁၇:၁-၇။ တော၊ ၂၀:၂-၃။  
\* 95:11 တော၊ ၁၄:၂၀-၂၃။ တရား၊ ၁:၃၄-၃၆။ ဟေဗြဲ၊ ၄:၃၊ ၅။ တရား၊  
၁၂:၉-၁၀။

ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသားအပေါင်းတို့၊ သီချင်းဆို၍  
ထာဝရဘုရား၏ဂုဏ်တော်ကိုချီးမွမ်း ကြလော့။

2 သီချင်းဆို၍ထာဝရဘုရား၏ဂုဏ်တော်ကို  
ချီးမွမ်းကြလော့။  
ကိုယ်တော်အားထောမနာပြုကြလော့။

ကိုယ်တော်သည်ငါတို့အား  
ကယ်တော်မူကြောင်းသတင်းကောင်းကို  
နေ့စဉ်နေ့တိုင်းပြောကြားကြလော့။

3 လူမျိုးတကာတို့အားကိုယ်တော်၏  
ဘုန်းအသရေတော်ကိုလည်းကောင်း၊  
လူအပေါင်းတို့အားကိုယ်တော်၏

အံ့ဩဖွယ်ကောင်းသောအမှုတော်တို့ကို လည်းကောင်း  
ထုတ်ဖော်ကြေညာကြလော့။

4 ထာဝရဘုရားသည်ကြီးမြတ်တော်မူသည် ဖြစ်၍  
အလွန်ပင်ထောမနာပြုခြင်းကိုခံထိုက်တော် မူ၏။  
ကိုယ်တော်သည်ဘုရားတကာတို့ထက်  
ကြောက်ရွံ့ရှိသေခြင်းကိုခံထိုက်တော်မူ၏။

5 အခြားလူမျိုးအပေါင်းတို့၏ဘုရားများသည်  
ရုပ်တုများသာဖြစ်ကြ၏။  
ထာဝရဘုရားမူကားမိုးကောင်းကင်ကို  
ဖန်ဆင်းတော်မူ၏။

6                   ဘုန်းတော်နှင့်ဂုဏ်တော်သည်ကိုယ်တော်ကို  
                       ခြံရံလျက်ရှိ၏။  
 တန်ခိုးတော်နှင့်ဂုဏ်ကြက်သရေတော်သည်  
                       ဗိမာန်တော်၌တည်လျက်ရှိ၏။

7   ကမ္ဘာမြေပေါ်ရှိလူအပေါင်းတို့၊ ထာဝရ   ဘုရားကို  
                       ထောမနာပြုကြလော့။  
 ကိုယ်တော်၏ဘုန်းအသရေတော်နှင့်တန်ခိုး  
                       အာနုဘော်တော်ကိုထောမနာပြုကြလော့။

8                   ထာဝရဘုရား၏ဘုန်းကြီးသောနာမတော်ကို  
                       ထောမနာပြုကြလော့။  
 ပူဇော်သကာကိုယူဆောင်၍ကိုယ်တော်၏  
                       ဗိမာန်တော်ထဲသို့ဝင်ကြလော့။

9                   သန့်ရှင်းမြင့်မြတ်တော်မူသောအရှင်ကြွလာ  
                       တော်မူသောအခါဦးညွတ်ပျပ်ဝပ်ကြလော့။  
 ကမ္ဘာမြေကြီးသားအပေါင်းတို့၊           ကိုယ်တော်၏  
                       ရှေ့တော်၌ကြောက်လန့်တုန်လှုပ်ကြလော့။\*

10 ``ထာဝရဘုရားသည်ရှင်ဘုရင်ဖြစ်တော်မူ၏။  
                       ကိုယ်တော်သည်ကမ္ဘာမြေကြီးကိုခိုင်မြဲစွာ  
                       တည်စေတော်မူသည်ဖြစ်၍လှုပ်ရှား၍မရ နိုင်ရာ။  
 ကိုယ်တော်သည်လူအပေါင်းတို့ကိုဖြောင့်မှန်စွာ  
                       တရားစီရင်တော်မူလိမ့်မည်'' ဟူ၍  
                       လူမျိုးတကာတို့အားပြောကြားကြလော့။

---

\* 96:9 ဆာ၊ ၂၉:၁-၂။

- 11      အချင်းကုန်းမြေနှင့်ကောင်းကင်တို့၊   ရွှင်လန်း  
          ဝမ်းမြောက်ကြလော့။  
          အချင်းပင်လယ်နှင့်ပင်လယ်ထဲရှိ  
သတ္တဝါအပေါင်းတို့၊အသံကျယ်စွာ ကြွေးကြော်ကြလော့။
- 12      အချင်းလယ်ပြင်နှင့်လယ်ပြင်တွင်ရှိသမျှ   သော  
          အရာတို့၊ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်ကြလော့။  
          တော၌ရှိသောသစ်ပင်တို့သည်ရွှင်လန်း  
          ဝမ်းမြောက်စွာကြွေးကြော်ကြလိမ့်မည်။
- 13                   အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ကိုယ်တော်သည်  
          ကမ္ဘာမြေကြီးကိုအုပ်စိုးရန်  
          ကြွလာတော်မူပြီဖြစ်သောကြောင့်တည်း။  
ကိုယ်တော်သည်ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသားတို့အား  
          တရားမျှတစွာအုပ်စိုးတော်မူလိမ့်မည်။

# 97

တန်ခိုးအကြီးဆုံးဘုရင်ဖြစ်တော်မူသော ဘုရားသခင်

- 1    ထာဝရဘုရားသည်ဘုရင်ဖြစ်တော်မူ၏။  
          အချင်းကမ္ဘာမြေကြီး၊ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်လော့။  
          ပင်လယ်များတွင်ရှိသည့်ကျွန်းအပေါင်းတို့၊  
          ဝမ်းမြောက်ရွှင်မြူးကြလော့။
- 2                   မိုးတိမ်များနှင့်မှောင်မိုက်တို့သည်ကိုယ်တော်ကို  
          ဝိုင်းရံလျက်ရှိ၏။



ကိုယ်တော်၏အုပ်စိုးခြင်းသည်အမှန်တရားနှင့်  
တရားမျှတမှုအပေါ်တွင်အခြေခံ၏။

3 မီးလျှံသည်ရှေ့တော်မှသွား၍ကိုယ်တော်၏  
ပတ်လည်ရှိရန်သူတို့ကိုကျွမ်းလောင်စေ၏။

4 ကိုယ်တော်၏လျှပ်စစ်လျှပ်နွယ်တို့သည်  
ကမ္ဘာလောကကိုလင်းစေကြ၏။  
ထိုအချင်းအရာကိုမြင်သောအခါ  
ကမ္ဘာမြေကြီးသည်တုန်လှုပ်လေ၏။

5 ကမ္ဘာမြေကြီးကိုအစိုးရသော  
အရှင်တည်းဟူသောထာဝရဘုရား ၏ရှေ့  
တော်၌တောင်တို့သည်ဖယောင်းကဲ့သို့  
အရည်ပျော်ကြကုန်၏။

6 မိုးကောင်းကင်သည်ကိုယ်တော်  
ဖြောင့်မှန်တော်မူကြောင်းကိုထုတ်ဖော်ကြေညာ၍  
လူအပေါင်းတို့သည်ကိုယ်တော်၏ဘုန်း  
အသရေတော်ကိုမြင်ကြရ၏။

7 ရှုပ်တုများကိုရှိခိုးဝတ်ပြုသူအပေါင်းတို့သည်  
အရှက်ရကြ၏။  
ဘုရားရှိသမျှတို့သည်လည်းကိုယ်တော်၏  
ရှေ့တော်၌ဦးညွှတ်ပျုပ်ဝပ်ကြ၏။

8 အို ထာဝရဘုရား၊

ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားစီရင်တော်မူချက်  
များကြောင့်

ဇိအုန်မြို့၊ သူမြို့သားတို့သည် ရွှင်လန်း  
ဝမ်းမြောက်ကြပါ၏။

ယုဒမြို့တို့သည်လည်းအားရရွှင်မြူးကြပါ၏။

9 အနန္တတတန်ခိုးရှင်ထာဝရဘုရား၊ ကိုယ်တော် ရှင်သည်  
ကမ္ဘာမြေတစ်ပြင်လုံးကိုအစိုးရတော်မူသော  
အရှင်ဖြစ်တော်မူပါ၏။

ဘုရားရှိသမျှတို့ထက်အလွန်ကြီးမြတ်တော် မူပါ၏။

10 ထာဝရဘုရားသည်မကောင်းမှုကို  
မုန်းသောသူတို့အားချစ်တော်မူ၏။  
မိမိလူစုတော်၏စည်းစိမ်ကိုကာကွယ်  
စောင့်ရှောက်တော်မူ၏။

ကိုယ်တော်သည်သူတို့အားသူယုတ်မာတို့ ၏လက်မှ  
ကယ်ဆယ်တော်မူ၏။

11 သူတော်ကောင်းတို့အပေါ်သို့ရွှင်လန်း  
ဝမ်းမြောက်ခြင်းသည်လည်းကောင်း၊  
သဘောဖြောင့်သူတို့အပေါ်သို့  
ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်ခြင်းသည်လည်းကောင်း  
သက်ရောက်၏။

12 အို သူတော်ကောင်းအပေါင်းတို့၊  
ထာဝရဘုရားပြုတော်မူသောအမှုတော် ကြောင့်  
ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်ကြလော့။

သန်ရှင်းမြင့်မြတ်တော်မူသောဘုရား ပြုတော်မူခဲ့သည့်  
အမှုတော်ကိုအောက်မေ့သတိရလျက်  
ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းကြလော့။

### 98

ကမ္ဘာလောကကိုအစိုးရတော်မူသော ဘုရားသခင်<sup>11</sup>

1 ထာဝရဘုရားအားသီချင်းသစ်ကိုဆို၍  
ဂုဏ်တော်ကိုချီးမွမ်းကြလော့။  
ကိုယ်တော်သည်အံ့ဩဖွယ်ရာအမှုတော်တို့ကို  
ပြုတော်မူပြီ။

ကိုယ်တော်သည်မိမိ၏တန်ခိုးတော်ဖြင့် လည်းကောင်း၊  
ခွန်အားစွမ်းရည်တော်ဖြင့်လည်းကောင်း  
အောင်ပွဲကိုရတော်မူပြီ။

2 ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏အောင်ပွဲကို ကြေညာတော်မူ၍  
ကယ်တင်နိုင်သောတန်ခိုးတော်ကို  
လူမျိုးတကာတို့အားဖော်ပြတော်မူ၏။

3 ကိုယ်တော်သည်မိမိ၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်နှင့်  
သစ္စာတော်နှင့်အညီ  
ဣသရေလအမျိုးသားတို့အားထားတော်မူသော  
ကတိတော်ကိုတည်စေတော်မူ၏။

အရပ်တကာရှိလူအပေါင်းတို့သည်ငါတို့ ဘုရား၏  
အောင်ပွဲကိုတွေ့မြင်ကြရလေပြီ။

11 98: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဆာလံ။

4 ကမ္ဘာမြေကြီးသားအပေါင်းတို့၊ ဝမ်းမြောက်စွာ  
သီချင်းဆို၍

ထာဝရဘုရား၏ဂုဏ်တော်ကိုချီးမွမ်းကြလော့။

သီချင်းများကိုဆို၍ဝမ်းမြောက်စွာကြွေး ကြော်လျက်  
ကိုယ်တော်အားထောမနာပြုကြလော့။

5 ထောမနာသီချင်းကိုဆိုကာထာဝရဘုရား၏  
ဂုဏ်တော်ကိုချီးမွမ်းကြလော့။

စောင်းများကိုတီး၍ဂုဏ်တော်ကိုချီးမွမ်းကြလော့။

6 တံပိုးခရာနှင့်နှံတို့ကိုမှုတ်၍ငါတို့ဘုရင်  
ထာဝရဘုရား၏ရှေ့တော်၌ဝမ်းမြောက်စွာ  
ကြွေးကြော်ကြလော့။

7 အချင်းပင်လယ်နှင့်ပင်လယ်ရှိသတ္တဝါအပေါင်း တို့၊  
အသံကျယ်စွာကြွေးကြော်ကြလော့။

အချင်းကုန်းမြေနှင့်ကုန်းမြေပေါ်တွင်  
အသက်ရှင်သူအပေါင်းတို့သီချင်းဆိုကြ လော့။

8-9 အချင်းမြစ်တို့၊လက်ခုပ်တီးကြလော့။

အချင်းတောင်များတို့၊ထာဝရဘုရားသည်

ကမ္ဘာလောကကိုအုပ်စိုးရန်ကြွလာတော်မူ ပြီဖြစ်၍  
တစ်ပြိုင်နက်ရှေ့တော်တွင်ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်စွာ  
သီချင်းဆိုကြလော့။

ကိုယ်တော်သည်ကမ္ဘာပေါ်ရှိလူအပေါင်းတို့အား  
တရားမျှတစွာအုပ်စိုးတော်မူလိမ့်မည်။

# 99

ဘုရင်တကာတို့၏ဘုရင်ဖြစ်တော်မူသော  
ဘုရားသခင်

1 ထာဝရဘုရားသည်ဘုရင်ဖြစ်တော်မူ၏။  
လူတို့သည်ကြောက်လန့်တုန်လှုပ်ကြကုန်၏။  
ကိုယ်တော်သည်ခေရုမိ မိတို့အထက်စံတော် မူ၏။  
ကမ္ဘာမြေကြီးသည်တုန်လှုပ်လေ၏။☆

2 ဇိအုန်တောင်ပေါ်မှာထာဝရဘုရားသည်  
တန်ခိုးကြီးတော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်သည်လူမျိုးတကာတို့ကို  
အစိုးရတော်မူ၏။

3 လူအပေါင်းတို့သည်ကိုယ်တော်၏  
ကြီးမြတ်ကြောက်ရွံ့ဖွယ်ကောင်းသောနာမ တော်ကို  
ထောမနာပြုကြလိမ့်မည်။  
ကိုယ်တော်သည်သန့်ရှင်းမြင့်မြတ်တော်မူ၏။

4 တန်ခိုးကြီးတော်မူသောဘုရင်မင်းမြတ်၊  
ကိုယ်တော်သည်အမှန်တရားကို  
မြတ်နိုးနှစ်သက်တော်မူပါ၏။  
ကိုယ်တော်သည်ကူသရေလနိုင်ငံတွင်  
တရားမျှတမှုစိုးမိုးစေတော်မူပါပြီ။  
အမှန်တရားနှင့်တရားမျှတမှုကို  
တည်မြဲစေတော်မူပါပြီ။

☆ 99:1 ထွ၊ ၂၅:၂၂။

5                    ငါတို့၏ဘုရားသခင်ထာဝရဘုရားအား  
                       ထောမနာပြုကြလော့။  
                       ကိုယ်တော်၏ရာဇပလ္လင်တော်ရှေ့၌  
                       ပျပ်ဝပ်ကိုးကွယ်ကြလော့။  
 ကိုယ်တော်သည်သန့်ရှင်းမြင့်မြတ်တော် မူ၏။

6                    မောရှေနှင့်အာရု        န်တို့သည်ကိုယ်တော်၏  
                       ယဇ်ပုရောဟိတ်များဖြစ်ကြ၏။  
                       ရှုမွေလသည်လည်းကိုယ်တော်အားဆုတောင်း ပ တု  
                       ထနာပြုသူတစ်ဦးဖြစ်ပေသည်။  
 သူတို့သည်ထာဝရဘုရားအား  
                       ဆုတောင်းပတုထနာပြုသောအခါကိုယ်တော် သည်  
                       နားညောင်းတော်မူ၏။

7                    သူတို့အားကိုယ်တော်သည်မိုးတိမ်တိုက်ထဲက  
                       မိန့်မှာတော်မူ၏။  
                       သူတို့သည်လည်းကိုယ်တော်ပေးတော်မူသော  
 တရားတော်နှင့်ပညတ်တော်တို့ကို လိုက်နာစောင့်ထိန်းကြ၏။\*

8                    အို ကျွန်တော်မျိုးတို့၏ဘုရားသခင်ထာဝရ ဘုရား၊  
                       ကိုယ်တော်ရှင်သည်မိမိ၏လူစုတော်ခေါ်သော အခါ  
                       ထူးတော်မူပါ၏။  
 ထိုသူတို့ပြုသည့်အပြစ်များအတွက် ဒဏ်ခတ်တော်မူသော်လည်း  
                       သူတို့၏အပြစ်များကိုဖြေလွှတ်တော်မူသော  
                       ဘုရားဖြစ်တော်မူပါ၏။

---

\* 99:7 ထွ၊ ၃၃:၉။

9                                    ငါတို့၏ဘုရားသခင်ထာဝရဘုရားအား  
                                      ထောမနာပြုကြလော့။  
                                      သန့်ရှင်းမြင့်မြတ်သည့်တောင်တော်ပေါ်တွင်  
                                      ကိုးကွယ်ဝတ်ပြုကြလော့။  
 ငါတို့၏ဘုရားသခင်ထာဝရဘုရားသည်  
                                      သန့်ရှင်းမြင့်မြတ်တော်မူ၏။

# 100

## ထောမနာသီချင်း:12

1 အို ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသားအပေါင်းတို့၊  
                                      သီချင်းဆိုလျက်ထာဝရဘုရား၏ဂုဏ်တော်            ကို  
                                      ချီးမွမ်းကြလော့။

2                                    ထာဝရဘုရားအားရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်စွာ  
                                      ကိုးကွယ်ဝတ်ပြုကြလော့။  
                                      ဝမ်းမြောက်ဖွယ်ရာသီချင်းများဆိုလျက်  
                                      ရှေ့တော်သို့ဝင်ကြလော့။

3                                    ထာဝရဘုရားသည်ဘုရားဖြစ်တော်မူသည်ဟု  
                                      ဝန်ခံကြလော့။  
                                      ကိုယ်တော်သည်ငါတို့အားဖန်ဆင်းတော်မူ၍  
                                      ငါတို့၏အရှင်ဖြစ်တော်မူ၏။  
 ငါတို့သည်ကိုယ်တော်၏လူစုတော်ဖြစ်ကြ၏။  
                                      ကိုယ်တော်စောင့်ထိန်းတော်မူသည့်သိုးစုဖြစ် ကြ၏။

---

12 100: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ကျေးဇူးတော်ချီးမွမ်းသောဆာလံ။

4 ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းလျက်တံခါးတော် တွင်းသို့  
ဝင်ကြလော့။

ထောမနာပြုလျက်တံတိုင်းတော်တွင်းသို့ဝင်ကြလော့။  
ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်း၍ကိုယ်တော်အား  
ထောမနာပြုကြလော့။

5 ထာဝရဘုရားသည်ကောင်းမြတ်တော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်

ထာဝစဉ်တည်မြဲ၍သစ္စာတော်သည် ကာလအစဉ်အဆက်တည်သတည်း။

# 101

## ဘုရင်၏ကတိသစ္စာတော်<sup>13</sup>

1 အို ထာဝရဘုရား၊

ကျွန်တော်မျိုးသည်သစ္စာစောင့်သိခြင်းနှင့်  
တရားမျှတခြင်းအကြောင်းကိုသီချင်းဆိုပါမည်။  
ရှေ့တော်၌သီချင်းဆိုပါမည်။

2 ကျွန်တော်မျိုးသည်အပြစ်ဆိုဖွယ်မရှိအောင်  
ကျင့်ကြံပါမည်။

ကိုယ်တော်သည်အဘယ်အခါမှကျွန်တော်မျိုး ထံသို့  
ကြွလာတော်မူပါမည်နည်း။

☆ 100:5 ၅ရာ၊ ၁၆:၃၄။ ၆ရာ၊ ၅:၃၊ ၇:၃။ ဇေ၊ ၃:၁၁။ ဆာ၊ ၁၀၆:၁၊  
၁၀၇:၁၊ ၁၁၈:၁၊ ၁၃၆:၁။ ယော၊ ၃၃:၁။ 13 101: \* ဟေမြခေါင်းစဉ်။  
ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။



ကျွန်တော်မျိုးသည်မိမိ၏အိမ်တွင်ဖြူစင်သည့်  
 စိတ်သဘောထားဖြင့်ကျင့်ကြံပြုမူပါမည်။

3 မကောင်းမှုကိုအဘယ်အခါ၌မျှသည်းခံမည် မဟုတ်ပါ။  
 ဘုရားသခင်အားကျောခိုင်းသူတို့၏  
 အပြုအမူတို့ကိုမုန်း၍  
 ထိုအပြုအမူတို့နှင့်အဘယ်သို့မျှပတ်သက် မည်  
 မဟုတ်ပါ။

4 ငါသည်လိမ်လည်ကောက်ကျစ်မည်မဟုတ်ပါ။  
 မကောင်းမှုပြုသူတို့နှင့်ပေါင်းဖော်မည်မဟုတ်ပါ။

5 သူတစ်ပါးအကြောင်းမကောင်းသတင်း  
 တီးတိုးလွင့်တတ်သူကိုဖယ်ရှားပစ်ပါမည်။  
 မာန်မာနထောင်လွှားလျက်စိတ်နေမြင့်သူကို  
 သည်းခံမည်မဟုတ်ပါ။

6 ငါသည်ထာဝရဘုရားအားသစ္စာစောင့်သူတို့ကို  
 နှစ်သက်ပါမည်။  
 သူတို့အားငါ၏နန်းတော်တွင်နေခွင့်ပြုပါမည်။  
 လိမ်လည်ကောက်ကျစ်မှုကင်းရှင်းသူတို့အား  
 ငါ၏အမှုတို့ကိုထမ်းဆောင်စေပါမည်။

7 လိမ်လည်ပြောဆိုတတ်သူသည်ငါ၏နန်းတော်တွင်  
 နေရမည်မဟုတ်ပါ။  
 သူတော်ယောင်ဆောင်တတ်သူသည်  
 ငါ၏ရှေ့မှောက်တွင်နေရမည်မဟုတ်ပါ။

8 ငါတို့တိုင်းနိုင်ငံတွင်ရှိသမျှသောသူယုတ်မာ တို့ကို  
 ငါသည်နေ့စဉ်နေ့တိုင်းသုတ်သင်ပစ်ပါမည်။  
 ဆိုးညစ်သူအပေါင်းတို့အားထာဝရဘုရား၏  
 မြို့တော်မှနှင်ထုတ်ပါမည်။

# 102

ဒုက္ခရောက်သူလူငယ်တစ်ဦး၏ ဆုတောင်းပ တု ထ  
 နာ<sup>14</sup>

1 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုး၏ဆုတောင်းပ တု ထနာကို  
 နားထောင်တော်မူပါ။

ကယ်မတော်မူရန်ကျွန်တော်မျိုးအော်ဟစ်သံကို  
 ကြားတော်မူပါ။

2 ကျွန်တော်မျိုးဒုက္ခရောက်ချိန်၌မျက်နှာတော်ကို  
 လွှဲတော်မမူပါနှင့်။  
 ကျွန်တော်မျိုးခေါ်သောအခါနားထောင်တော်မူ၍  
 လျင်မြန်စွာထူးတော်မူပါ။

3 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘဝအသက်တာသည်  
 မီးခိုးကဲ့သို့လွင့်ပျောက်လျက်  
 ကျွန်တော်မျိုး၏ကိုယ်ခန္ဓာသည်  
 မီးကဲ့သို့လောင်ကျွမ်းလျက်နေပါ၏။

---

14 102: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ မောပန်း၍ဝေဒနာခံရသည်  
 ထာဝရဘုရားအားမြည်တမ်း၍ပြု သောပတ္တနာ။

4 ကျွန်တော်မျိုးသည်မြက်ပင်ကဲ့သို့အထိအခိုက်  
ခံရ၍ညှိုးနွမ်းလျက်ရှိပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုးမှာအစားစားချင်စိတ်မရှိ တော့ပါ။

5 ကျွန်တော်မျိုးသည်အသံကျယ်စွာညည်းညူ ရပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုးမှာအရိုးနှင့်အရေသာလျှင်  
ရှိပါတော့သည်။

6 ကျွန်တော်မျိုးသည်တောက နဲ့ တာရရှိ  
တောငှက်ကဲ့သို့လည်းကောင်း၊  
ယိုယွင်းပျက်စီးနေသောအဆောက်အအုံရှိ  
ဇီးကွက်ကဲ့သို့လည်းကောင်းဖြစ်ပါ၏။

7 ကျွန်တော်မျိုးသည်အိပ်၍မပျော်နိုင်ဘဲ ဖြစ်နေပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုးသည်အိမ်မိုးပေါ်တွင်တစ်ကောင်တည်း  
နားနေရသောငှက်နှင့်တူပါ၏။

8 ကျွန်တော်မျိုးအားရန်သူများသည်တစ်နေ့လုံး  
စော်ကားကြပါ၏။  
သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးကိုပုံခိုင်း၍  
ကျိန်ဆဲကြပါ၏။

9-10 ကိုယ်တော်ရှင်၏ပြင်းထန်သောအမျက်တော် ကြောင့်  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ပြာကိုအစားအစာ အဖြစ်ဖြင့်  
စားရပါ၏။

စပျစ်ရည်ကိုလည်းမျက်ရည်နှင့်ရော၍သောက် ရပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
ချီးမြှောက်တော်မူပြီးမှပစ်ချတော်မူပါ၏။

11 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘဝအသက်တာသည်ည နေချိန်၌  
ကျရောက်သည့်အရိပ်ကဲ့သို့ဖြစ်ပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုးသည်မြက်ကဲ့သို့ခြောက်သွေ့  
သွားပါ၏။

12 သို့ရာတွင် အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ထာဝရဘုရင်ဖြစ် တော်မူပါ၏။  
နာမတော်သည်ကာလအစဉ်အဆက်တည်လိမ့်မည်။

13 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ထတော်မူ၍ဇိအုန်မြို့ကို  
သနားတော်မူလိမ့်မည်။  
ထိုမြို့ကိုသနားတော်မူရန်အချိန်သည်  
ကျရောက်လာပါပြီ။

ယခုအချိန်သည်သင့်တော်သည့်အချိန်ပင် ဖြစ်ပါ၏။

14 ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေခံတို့သည်ဇိအုန်မြို့  
ပျက်စီးသွားပြီဖြစ်သော်လည်း  
ထိုမြို့ကိုနှစ်သက်မြတ်နိုးလျက်ပင်  
ရှိနေကြပါသေး၏။

ဇိအုန်မြို့ယိုယွင်းလျက်နေသော်လည်း  
ထိုမြို့ကိုသနားကြပါသေး၏။

15 လူမျိုးအပေါင်းတို့သည်ထာဝရဘုရားကို  
ကြောက်ရွံ့ရိုသေကြလိမ့်မည်။

လောကဘုရင်အပေါင်းတို့သည်ကိုယ်တော်၏  
တန်ခိုးတော်ကိုကြောက်ရွံ့ရုံသေကြလိမ့်မည်။

16 ထာဝရဘုရားသည်ဇိအုန်မြို့ကိုပြန်လည်  
တည်ထောင်တော်မူသောအခါ  
မိမိ၏ဘုန်းအသရေတော်ကိုပေါ်လွင်  
ထင်ရှားစေတော်မူလိမ့်မည်။

17 ကိုယ်တော်သည်မိမိစွန့်ပစ်ထားသည့်လူစု တော်၏  
လျှောက်ထားချက်ကိုကြားတော်မူ၍  
သူတို့၏ဆုတောင်းပ တု ထ နာကို  
နားညောင်းတော်မူလိမ့်မည်။

18 ထာဝရဘုရားပြုတော်မူသောအမှုအရာ တို့ကို  
နောင်လာနောက်သားတို့အတွက်  
ရေးမှတ်ထားကြလော့။

သို့မှသာလျှင်သူတို့သည်ကိုယ်တော်အား  
ထောမနာပြုကြလိမ့်မည်။

19-20 အကျဉ်းခံနေရသူများ၏ညည်းတွားသံများကို  
နားထောင်တော်မူရန်လည်းကောင်း၊  
သေဒဏ်စီရင်ခြင်းခံရသူတို့အားလွတ်ငြိမ်းခွင့်  
ပေးတော်မူရန်လည်းကောင်း

ထာဝရဘုရားသည်သန်ရှင်းမြင့်မြတ်သည့်  
အထက်ဘုံမှင့်၍ကြည့်တော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်သည်ကောင်းကင်ဘုံမှင့်၍  
ကမ္ဘာကိုစစ်ဆေးကြည့်ရှုတော်မူ၏။

21-22 သို့ဖြစ်၍အတိုင်းတိုင်းအပြည်ပြည်မှ  
 လူမျိုးတကာတို့သည်  
 စုရုံးလာကြပြီးလျှင်ထာဝရဘုရားအား  
 ကိုးကွယ်ဝတ်ပြုကြသောအခါအိအုန်တောင် ပေါ်၌  
 ကိုယ်တော်၏နာမတော်ကိုကြေညာကြလိမ့်မည်။  
 ယေရုရှလင်မြို့တွင်ကိုယ်တော်၏ဂုဏ်တော်ကို  
 ချီးမွမ်းကြလိမ့်မည်။

23 ငါငယ်စဉ်အခါကပင်လျှင်ထာဝရဘုရားသည်  
 ငါ့ကိုအားအင်ချိနဲ့စေတော်မူ၍ငါ၏အသက် ကို  
 တိုစေတော်မူပါပြီ။

24 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကျွန်တော်မျိုးမအိုမီကျွန်တော်မျိုး၏  
 အသက်ကိုရုပ်သိမ်းတော်မမူပါနှင့်။

အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်အစဉ်အမြဲ အသက်ရှင်တော်မူပါ၏။

25 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ရှေးအခါကကမ္ဘာမြေ ကြီးကို  
 တည်စေတော်မူပြီးလျှင်လက်တော်ဖြင့်  
 မိုးကောင်းကင်ကိုဖန်ဆင်းတော်မူပါ၏။

26 ထိုအရာအားလုံးသည်ကွယ်ပျောက်သွား  
 ကြမည်ဖြစ်သော်လည်း  
 ကိုယ်တော်ရှင်မူကားရှိနေတော်မူမည်ဖြစ်ပါ၏။

ထိုအရာအပေါင်းတို့သည်အဝတ်အထည်များ ကဲ့သို့  
 ဟောင်းနွမ်းသွားကြပါလိမ့်မည်။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်အဝတ်လဲသကဲ့သို့  
 လဲတော်မူသဖြင့်  
 ထိုအရာတို့သည်ပြောင်းလဲကွယ်ပျောက်  
 သွားကြပါလိမ့်မည်။

27 သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်ရှင်မူကားအဘယ်အခါ ၌မျှ  
 ပြောင်းလဲတော်မမူပါ။  
 အသက်တော်သည်လည်းအဘယ်အခါ၌မျှ  
 ကုန်ဆုံးတော်မူလိမ့်မည်မဟုတ်ပါ။\*

28 ကျွန်တော်မျိုးတို့၏သားမြေးများသည်  
 ဘေးမဲ့လုံခြုံစွာနေရပါလိမ့်မည်။  
 သူတို့၏အမျိုးအနွယ်များသည်လည်း  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ထံတော်၌လုံခြုံစွာခိုလှုံ ရပါလိမ့်မည်။

# 103

## ဘုရားသခင်၏မေတ္တာတော်<sup>15</sup>

1 အို ငါ့ဝိညာဉ်၊ ထာဝရဘုရားအားထောမနာ ပြုလော့။  
 ငါ၏ကိုယ်စိတ်နှလုံးတို့၊ ကိုယ်တော်၏  
 သန်ရှင်းမြင့်မြတ်သောနာမတော်အား  
 ထောမနာပြုကြလော့။

2 အို ငါ့ဝိညာဉ်၊ ထာဝရဘုရားအားထောမနာ ပြုလော့။

\* 102:27 ဟေဗြဲ၊ ၁:၁၀-၁၂။ 15 103: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။  
 ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသည်။

- 3 ကျေးဇူးတော်အပေါင်းကိုမမေ့မလျော့နှင့်။  
 ကိုယ်တော်သည်ငါ၏အပြစ်ရှိသမျှတို့ကို  
 ဖြေလွှတ်တော်မူ၍  
 ငါ၏အနာရောဂါရှိသမျှတို့ကိုလည်း  
 ပျောက်ကင်းစေတော်မူ၏။
- 4 ကိုယ်တော်သည်ငါ့အားသေဘေးမှကယ်တော်မူ၍  
 မေတ္တာတော်နှင့်ကရုဏာတော်တို့ဖြင့်  
 ရစ်ပတ်တော်မူ၏။
- 5 ကိုယ်တော်သည်ငါ့အားကောင်းချီးပေးတော်မူ သဖြင့်  
 ငါသည်လင်းယုန်ငှက်ကဲ့သို့နုပျိုသန်စွမ်း  
 လျက်ရှိ၏။
- 6 ထာဝရဘုရားသည်  
 ဖိစီးနှိပ်စက်ခြင်းခံရသူတို့ဘက်မှနေ၍  
 တရားစီရင်တော်မူသဖြင့်  
 သူတို့၏ရပိုင်ခွင့်များကိုပေးတော်မူ၏။
- 7 ကိုယ်တော်သည်မိမိ၏အကြံအစည်တော် များကို  
 မောရှေအားဖော်ပြတော်မူ၍  
 အံ့ဩဖွယ်သောအမှုတော်တို့ကိုကူသရေလ  
 အမျိုးသားတို့အားမြင်စေတော်မူ၏။
- 8 ထာဝရဘုရားသည်ချစ်ခင်ကြင်နာတော်မူ၍  
 စိတ်ရှည်သည်းခံတော်မူလျက်  
 ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်နှင့်ပြည့်ဝတော်မူ၏။\*

☆ 103:8 ယာ၊ ၅:၁၁။



- 9 ကိုယ်တော်သည်အစဉ်မပြတ်ပြစ်တင်၍နေတော် မမူ။  
အစဉ်အမြဲအမျက်ထွက်တော်မမူ။
- 10 ငါတို့အားခံထိုက်သည့်အပြစ်ဒဏ်ကိုခံစေ တော်မမူ။  
ငါတို့၌အပြစ်များနှင့်အမှားများရှိသည့် အတိုင်း  
အပြစ်ပေးတော်မမူ။
- 11 ကမ္ဘာမြေပြင်အထက်ရှိမိုးကောင်းကင်သည်  
မြင့်မားသည်နှင့်အမျှ  
ကိုယ်တော်ကိုကြောက်ရွံ့သူတို့အတွက်ထားရှိသော  
မေတ္တာတော်သည်ကြီးမားတော်မူ၏။
- 12 အရှေ့မျက်နှာစွန်းသည်အနောက်မျက်နှာ စွန်းနှင့်  
ဝေးကွာသကဲ့သို့  
ကိုယ်တော်သည်ငါတို့အားငါတို့အပြစ်များနှင့်  
ဝေးကွာစေတော်မူ၏။
- 13 ဖခင်သည်သားသမီးတို့အားသနား ကြင်နာသကဲ့သို့  
ထာဝရဘုရားသည်မိမိအားကြောက်ရွံ့ရုံသေ  
သူတို့အားသနားကြင်နာတော်မူ၏။
- 14 ငါတို့ကိုယ်ခန္ဓာကိုမည်ကဲ့သို့  
တည်ဆောက်ထားသည်ကိုကိုယ်တော် သိတော်မူ၏။  
ငါတို့သည်မြေမှုန့်ဖြစ်ကြောင်းကိုသတိရ တော်မူ၏။
- 15 ငါတို့၏ဘဝအသက်တာသည်မြက်ပင်နှင့် တူ၏။  
ငါတို့သည်တောပန်းကဲ့သို့ကြီးထွား  
ပွင့်လန်းလျက်နေကြ၏။

16 လေတိုက်သောအခါပန်းပွင့်သည်  
 ကြွေပျောက်၍သွားသဖြင့်  
 ယင်းကိုနောက်တစ်ဖန်မတွေ့မမြင်ရတော့ပေ။

17-18 သို့ရာတွင်ထာဝရဘုရားကိုကြောက်ရွံ့  
 ရှိသေကြသူတို့အတွက်  
 ကိုယ်တော်ထားရှိတော်မူသောမေတ္တာတော်မူကား  
 ထာဝစဉ်ခိုင်မြဲပေသည်။

ပဋိညာဉ်တော်ကိုစောင့်ထိန်း၍ပညတ်တော်တို့ကို  
 သစ္စာနှင့်လိုက်နာကျင့်သုံးကြသူတို့အပေါ်သို့  
 ကိုယ်တော်၏ကျေးဇူးကရုဏာတော်သည်  
 သားစဉ်မြေးဆက်သက်ရောက်သတည်း။

19 ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏ရာဇပလ္လင်တော်ကို  
 ကောင်းကင်ဘုံတွင်ထားရှိတော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်သည်စကြဝဠာကိုအစိုးရတော်မူ၏။

20 တန်ခိုးစွမ်းရည်ကြီးမား၍ကိုယ်တော်၏  
 အမိန့်တော်များကိုလိုက်နာလျက်  
 ကိုယ်တော်၏စကားကိုနားထောင်သော  
 ကောင်းကင်တမန်တို့၊

ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။

21 ကိုယ်တော်၏အလိုတော်အတိုင်း  
 လုပ်ဆောင်သူအစေခံများဖြစ်သော

ကောင်းကင်အာဏာပိုင်အပေါင်းတို့၊  
 ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။  
 22 ထာဝရဘုရားအုပ်စိုးတော်မူရာအရပ်ရှိ  
 ဖန်ဆင်းခြင်းခံရသောသတ္တဝါအပေါင်းတို့၊  
 ကိုယ်တော်အားထောမနာပြုကြလော့။  
 အို ငါ့ဝိညာဉ်၊ထာဝရဘုရားအားထောမနာ ပြုလော့။

# 104

ဖန်ဆင်းတော်မူရှင်အားထောမနာပြုခြင်း

1 အို ငါ့ဝိညာဉ်၊ထာဝရဘုရားအားထောမနာ ပြုလော့။  
 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရားသခင်ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်အလွန်ကြီးမြတ်တော်မူ ပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်တန်ခိုးတော်နှင့်  
 ဘုန်းအသရေတော်တို့ဖြင့်တန်ဆာဆင်လျက်  
 ရှိတော်မူပါ၏။  
 2 ကိုယ်တော်ရှင်သည်မိမိကိုယ်ကိုအလင်းရောင်ဖြင့်  
 လွှမ်းခြုံတော်မူပါ၏။  
 မိုးကောင်းကင်ကိုတဲရှင်သဖွယ်ဖြန့်တော်မူ၍  
 3 မိုးမျက်နှာကျက်ရှိရေပြင်အထက်တွင်အိမ်တော်ကို  
 တည်တော်မူပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်မိုးတိမ်တို့ကိုရထားသဖွယ်၊  
 လေကိုအတောင်များသဖွယ်စီးတော်မူ၏။



10 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ချိုင့်ဝှမ်းများတွင်စမ်းချောင်း  
 တို့ကို  
 ပေါ်ပေါက်စေတော်မူ၍တောများအကြားတွင်  
 မြစ်များစီးဆင်းစေတော်မူပါ၏။

11 ထိုမြစ်များသည်တောတိရ ဓု ဆာ န်တို့အား  
 သောက်ရေကိုပေးပါ၏။  
 မြည်းရိုင်းတို့ကိုလည်းရေငတ်ပြေစေ ပါ၏။

12 အနီးအနားရှိသစ်ပင်များပေါ်တွင်ငှက် တို့သည်  
 အသိုက်လုပ်လျက်သာယာစွာအော်မြည် ကြပါ၏။

13 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကောင်းကင်မှတောင်များ ပေါ်သို့  
 မိုးရွာကျစေတော်မူသဖြင့်  
 ကမ္ဘာမြေကြီးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ကောင်းချီး မ်  
 ဂလာများကိုပြည့်ဝစွာခံစားရပါ၏။

14 ကိုယ်တော်သည်တောတိရ ဓု ဆာ န်များစားဖို့  
 မြက်များကိုလည်းကောင်း၊  
 လူတို့သုံးဖို့ကောက်ပင်များကိုလည်း ကောင်း  
 ပေါက်စေတော်မူပါ၏။

သို့ဖြစ်၍လူသည်သီးနှံပင်များကိုစိုက်ပျိုး နိုင်လျက်  
 15 မိမိအားစိတ်ကိုပျော် ရွှင်စေရန် စပျစ်ရည်ကိုလည်းကောင်း၊  
 လန်းဆန်းစေရန်သံလွင်ဆီကိုလည်းကောင်း၊  
 ခွန်အားဖြစ်စေရန်အစားအစာကိုလည်းကောင်း  
 ရရှိနိုင်ပါ၏။

16 ထာဝရဘုရားစိုက်တော်မူသောကိုယ်တော်၏  
သစ်ပင်များဖြစ်သည့်လေဗနု န်တောမှ  
အာရဇ်ပင်တို့သည်မိုးရေများစွာရရှိကြပါသည်။

17 ထိုအရပ်တွင်ငှက်တို့သည်အသိုက်များ  
ပြုလုပ်ကြပါ၏။  
တောင်နိုးတို့သည်ထင်းရှူးပင်များတွင်  
အသိုက်များပြုလုပ်ကြပါ၏။

18 တောဆိတ်တို့သည်တောင်မြင့်များပေါ်တွင်  
နေကြပါ၏။  
ခွေးတူဝက်တူတို့သည်  
ကျောက်တောင်စောင်းများတွင်ခိုအောင်း ကြပါ၏။

19 ကိုယ်တော်ရှင်သည်အချိန်ကာလကို  
သတ်မှတ်ရန်အတွက်လကိုဖန်ဆင်းတော်မူပါ၏။  
နေသည်မိမိဝင်ရမည့်အချိန်ကိုသိပါ၏။

20 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ညဉ့်ကိုဖန်ဆင်းတော်မူသဖြင့်  
မှောက်မှိုက်ချိန်တွင်တောတိရ ဖု ဆာ န်အပေါင်းတို့  
ထွက်လာကြပါ၏။

21 ခြင်္သေ့ပျိုတို့သည်အစာရှာနေစဉ်ဟောက်ကြပါ၏။  
သူတို့သည်ထာဝရဘုရားချပေးတော်မူသော  
အစာကိုရှာကြ၍

22 နေထွက်လာသောအခါမိမိတို့၏  
သားရဲတွင်းများသို့ပြန်၍ခိုအောင်းကြပါ၏။

23 ထိုအခါလူတို့သည်မိမိတို့အလုပ်များကို  
လုပ်ကိုင်ရန်ထွက်လာကာဉာဏ်နေချမ်းတိုင်အောင်  
အလုပ်လုပ်ကြပါ၏။

24 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်ဖန်ဆင်းတော်မူသောအရာတို့သည်  
များလှပါ၏။

ဉာဏ်ပညာတော်ဖြင့်ထိုအရာအပေါင်းတို့ကို  
ဖန်ဆင်းတော်မူပါ၏။

ကမ္ဘာမြေကြီးသည်ကိုယ်တော်ရှင်  
ဖန်ဆင်းတော်မူသောသတ္တဝါများနှင့် ပြည့်လျက်ရှိပါ၏။

25 မရေမတွက်နိုင်သောသတ္တဝါကြီးငယ်တို့ နေထိုင်ရာ  
အပြောကျယ်သည့်သမုဒ္ဒရာကြီးရှိပါ၏။

26 သမုဒ္ဒရာထဲတွင်သင်္ဘောများရွက်လွင့်ကြပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်ဖန်ဆင်းတော်မူသည့်ရေသတ္တဝါ ကြီး  
လဝိသန်သည်လည်းခုန်ပေါက်မြူးတူး ပါ၏။\*

27 ထိုတိရစ္ဆာန်များအားလုံးတို့သည်အချိန်တန်လျှင်  
အစာရရှိရန်ကိုယ်တော်ရှင်ကိုအားကိုးကြပါ၏။

28 ကိုယ်တော်ရှင်သည်သူတို့အားကျွေးမွေးတော် မူသဖြင့်  
သူတို့သည်စားရကြပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်အစာကိုချပေးတော်မူသဖြင့်  
သူတို့သည်ကျေနပ်ရောင့်ရဲရကြပါ၏။

\* 104:26 ယောဘ၊ ၄၁:၁။ ဆာ၊ ၇၄:၁၄။ ဟေရှာ၊ ၂၇:၁။

29 ကိုယ်တော်ရှင်သည်သူတို့ထံမှ  
 မျက်နှာတော်ကိုလွှဲတော်မူသောအခါ  
 သူတို့သည်ကြောက်လန့်ကြပါ၏။  
 ကိုယ်တော်သည်သူတို့၏အသက်ကို ရုပ်သိမ်းတော်မူသောအခါ  
 သူတို့သည်သေ၍မြေမှုန့်အဖြစ်သို့ပြန်လည်  
 ရောက်ရှိသွားရကြပါ၏။

30 သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်ရှင်သည်သူတို့အထဲသို့  
 ထွက်သက်ဝင်သက်ကိုသွင်းတော်မူသောအခါ  
 သူတို့သည်ဖန်ဆင်းခြင်းခံရကြပါ၏။  
 ကိုယ်တော်သည်ကမ္ဘာလောကကြီးကို  
 အသစ်တစ်ဖန်ရှင်သန်စေပါ၏။

31 ထာဝရဘုရား၏ဘုန်းအသရေတော်သည်  
 ထာဝစဉ်ထွန်းတောက်တော်မူပါစေသော။  
 ထာဝရဘုရားသည်မိမိဖန်ဆင်းတော်မူသော  
 အရာများအတွက်  
 ဝမ်းမြောက်တော်မူပါစေသော။

32 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကမ္ဘာမြေကြီးကိုကြည့် တော်မူ  
 သောအခါကမ္ဘာမြေကြီးသည်တုန်လှုပ်ရ၏။  
 တောင်တို့ကိုတို့ထိတော်မူသောအခါတောင် များမှ  
 မီးခိုးထွက်ရ၏။

33 ငါသည်တစ်သက်လုံးသီချင်းဆို၍ထာဝရဘုရား၏  
 ဂုဏ်တော်ကိုချီးမွမ်းပါမည်။



အသက်ရှင်သမျှကာလပတ်လုံးငါ၏ဘုရားအား  
ထောမနာသီချင်းဆိုပါမည်။

34 ကိုယ်တော်သည်ငါ့ကိုဝမ်းမြောက်စေတော်မူသည်  
ဖြစ်၍  
ငါဆိုသောသီချင်းကိုကိုယ်တော်နှစ်သက်  
တော်မူပါစေသော။

35 အပြစ်ကူးသူတို့သည်ကမ္ဘာမြေပေါ်မှ  
သုတ်သင်ပယ်ရှင်းခြင်းကိုခံရကြပါစေသော။  
သူယုတ်မာတို့သည်ကွယ်ပျောက်ကြပါစေသော။

အို ငါ့ဝိညာဉ်၊  
ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုလော့။  
ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုလော့။

### 105

ဘုရားသခင်နှင့်ကိုယ်တော်၏လူစုတော်  
(၅ ရာ၊ ၁၆:၈-၂၂)

1 ထာဝရဘုရား၏ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်း ကြလော့။  
ကိုယ်တော်သည်ကြီးမြတ်တော်မူကြောင်းကို  
ထုတ်ဖော်ကြေညာကြလော့။

ကိုယ်တော်ပြုတော်မူသောအမှုတော်တို့ကို  
လူမျိုးတကာတို့အားပြောကြားကြလော့။

2 သီချင်းဆို၍ထာဝရဘုရား၏ဂုဏ်တော်ကို  
ချီးမွမ်းကြလော့။

ကိုယ်တော်ပြုတော်မူသောအံ့ဩဖွယ်ရာ  
အပေါင်းတို့ကိုဖော်ပြကြလော့။

3 ငါတို့အားကိုယ်တော်ပိုင်တော်မူသည်ဖြစ်၍  
ဝမ်းမြောက်ကြလော့။  
ထာဝရဘုရားအား

ကိုးကွယ်ဝတ်ပြုသူအပေါင်းတို့၊ ဝမ်းမြောက်ရွှင်မြူးကြလော့။

4 အကူအညီတောင်းခံရန်ထာဝရဘုရား၏  
ထံတော်သို့ချဉ်းကပ်ကြလော့။  
ရှေ့တော်မှောက်တွင်အစဉ်အမြဲနေကြလော့။

5-6 ကိုယ်တော်၏အစေခံအာဗြဟံ၏အမျိုး အနွယ်တို့၊  
ကိုယ်တော်ရွေးကောက်တော်မူသောယာကုပ်၏  
သားမြေးတို့၊

သင်တို့သည်ကိုယ်တော်ပြုတော်မူသည့်  
အံ့ဩဖွယ်ကောင်းသောနိမိတ်လ ကု ခဏာတို့  
ကိုလည်းကောင်း၊

ကိုယ်တော်ချမှတ်တော်မူသောတရားစီရင်ချက်  
တို့ကိုလည်းကောင်းအောက်မေ့သတိရကြလော့။

7 ထာဝရဘုရားသည်ငါတို့၏ဘုရားဖြစ်တော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်၏အမိန့်တော်တို့သည်  
တစ်ကမ္ဘာလုံးအတွက်ဖြစ်၏။

8 ကိုယ်တော်သည်မိမိ၏ပဋိညာဉ်တော်ကို ထာဝစဉ်  
ခိုင်မြဲစေတော်မူလိမ့်မည်။

ကတိတော်များကိုလူမျိုးဆက်တစ်ထောင်  
တိုင်အောင်တည်စေတော်မူလိမ့်မည်။

9 အာဗြဟံနှင့်ပြုတော်မူသောပဋိညာဉ်တော်နှင့်  
ကူဇာ က်အားပေးတော်မူသောကတိတော်ကို  
တည်စေတော်မူလိမ့်မည်။\*

10-11 ``သင့်အားခါနာန်ပြည်ကိုငါပေးမည်။  
သင်သည်ထိုပြည်ကိုအပိုင်ရလိမ့်မည်'' ဟူ၍  
ထာဝရဘုရားသည်ယာကုပ်နှင့် ပဋိညာဉ်ပြုတော်မူ၏။  
ဤပဋိညာဉ်သည်ထာဝစဉ်တည်လိမ့်မည်။\*

12 ဘုရားသခင်၏လူစုတော်သည်  
အရေအတွက်အားဖြင့်နည်းပါး၍ခါနာ န်ပြည်တွင်  
သူ့စိမ်းတစ်ရံဆံများဖြစ်ကြ၏။

13 သူတို့သည်တစ်နိုင်ငံမှတစ်နိုင်ငံသို့လည်းကောင်း၊  
တစ်ရပ်မှတစ်ရပ်သို့လည်းကောင်းလှည့်လည်  
သွားလာကြ၏။

14 သို့ရာတွင်ဘုရားသခင်သည်သူတို့အား  
ဖိစီးနှိပ်စက်ရန်အဘယ်သူ့ကိုမျှခွင့်ပြုတော်မမူ။  
သူတို့ကိုကာကွယ်စောင့်ရှောက်တော်မူ၏။

15 ကိုယ်တော်က``ငါရွေးချယ်ထားသည့်အစေခံတို့ကို  
မထိမခိုက်ကြနှင့်။  
ငါ၏ပရောဖက်တို့အားလက်ဖျားနှင့်ပင်

\* 105:9 တာ၊ ၁၂:၇၊ ၁၇:၈၊ ၂၆:၃။ \* 105:10-11 ကာ၊ ၂၈:၁၃။

မတို့ကြနှင့်။<sup>\*</sup> ဟုရှင်ဘုရင်တို့အား သတိပေးတော်မူ၏။<sup>\*</sup>

16 ကိုယ်တော်သည်သူတို့ပြည်၌ငတ်မွတ်ခေါင်းပါး ခြင်း  
ဘေးဆိုက်ရောက်စေတော်မူသဖြင့်  
စားနပ်ရိက္ခာပြတ်လပ်သွားသောအခါ<sup>\*</sup>

17 ကျွန်အဖြစ်အရောင်းခံရသူယောသပ်အား  
သူတို့၏ရှေ့မှစေလွှတ်တော်မူပေသည်။<sup>\*</sup>

18-19 ယောသပ်ကြိုတင်ဟောကြားသည့်အတိုင်း  
ဖြစ်ပျက်၍မလာမီ

ယောသပ်သည်ခြေကျင်းအခတ်ခံရ၏။  
သူ၏လည်တွင်လည်းသံလည်ပတ်အတပ်ခံရ၏။  
သူ့အားဖြင့်ထာဝရဘုရားမိန့်တော်မူသော  
ဗျာဒိတ်စကားအတိုင်းဖြစ်ပျက်လာ၏။<sup>\*</sup>

20 ထိုအခါအီဂျစ်ဘုရင်သည်ယောသပ်အား  
အကျဉ်းထောင်မှလွှတ်စေတော်မူ၏။  
လူမျိုးတကာတို့၏ဘုရင်သည်ယောသပ် အား  
လွှတ်မြောက်စေတော်မူ၏။<sup>\*</sup>

21 မင်းကြီးသည်သူ့အားတိုင်းပြည်အုပ်ချုပ်ရေး  
တာဝန်ကိုအပ်နှင်းတော်မူ၍  
တစ်နိုင်ငံလုံး၏ဘုရင်ခံအဖြစ်ဖြင့်  
ခန့်ထားတော်မူ၏။<sup>\*</sup>

<sup>\*</sup> 105:15 က၊ ၂၀:၃-၇။ <sup>\*</sup> 105:16 က၊ ၄၁:၅၃-၅၇။ <sup>\*</sup> 105:17 က၊  
၃၇:၂၈၊ ၄၅:၅။ <sup>\*</sup> 105:18-19 က၊ ၃၉:၂၀-၄၀:၂၃။ <sup>\*</sup> 105:20 က၊  
၄၁:၁၄။ <sup>\*</sup> 105:21 က၊ ၄၁:၃၉-၄၁။

22 သူသည်မင်းကြီးခန့်ထားသည့်အရာရှိ များအား  
 အမိန့်ပေးပိုင်ခွင့်ကိုလည်းကောင်း၊  
 မှူးမတ်တို့အားဆင့်ဆိုညွှန်ကြားပိုင်ခွင့်  
 ကိုလည်းကောင်းရလေ၏။

23 ထိုအခါယာကုပ်သည်အီဂျစ်ပြည်သို့ရောက် ရှိလာ၍  
 ထိုပြည်၌အခြေစိုက်နေထိုင်လေ၏။\*

24 ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏လူစုတော်အား  
 သားသမီးများစွာထွန်းကားလာစေတော်မူသဖြင့်  
 ရန်သူတို့ထက်ပို၍အင်အားကြီးမားစေတော်မူ၏။

25 ကိုယ်တော်သည်အီဂျစ်အမျိုးသားတို့၏စိတ်ကို  
 ပြောင်းလဲစေသဖြင့်  
 သူတို့သည်ကိုယ်တော်၏လူစုတော်အားမုန်း၍  
 လိမ်လည်လှည့်ဖျားကြ၏။\*

26 ထိုနောက်ကိုယ်တော်သည်မိမိ၏အစေခံမောရှေနှင့်  
 ကိုယ်တော်ရွေးချယ်တော်မူသူအာရု န်ကို  
 စေလွှတ်တော်မူ၏။\*

27 သူတို့သည်အီဂျစ်ပြည်တွင်အံ့ဖွယ်သောတန်ခိုး နှင့်  
 ထူးဆန်းသောနိမိတ်လက္ခဏာများကိုပြုကြ၏။

28 ကိုယ်တော်သည်တစ်ပြည်လုံးတွင်အမှောင်  
 ကျစေတော်မူ၏။

---

\* 105:23 က၊ ၄၆:၆၊ ၄၇:၁၁။ \* 105:25 ထု၊ ၁:၇-၁၄။ \* 105:26 ထု၊ ၃:၁-၄:၁၇။

သို့သော်လည်းအီဂျစ်အမျိုးသားတို့သည်  
ကိုယ်တော်၏အမိန့်တော်ကိုနားမထောင်ကြ။<sup>☆</sup>

29 ကိုယ်တော်သည်သူတို့၏မြစ်များကိုသွေး အတိ  
ဖြစ်စေတော်မူ၍

ငါးရှိသမျှတို့ကိုသေစေတော်မူ၏။<sup>☆</sup>

30 ဘုရင့်နန်းတော်အပါအဝင်သူတို့၏ပြည်သည်  
ဖားများနှင့်ပြည့်လေ၏။<sup>☆</sup>

31 ထာဝရဘုရားအမိန့်ပေးတော်မူသောအခါ

ငှက်နှင့်ယင်ရဲတို့သည်တစ်ပြည်လုံးသို့  
အုပ်လိုက်ရောက်ရှိလာကြကုန်၏။<sup>☆</sup>

32 ကိုယ်တော်သည်ထိုပြည်တွင်မိုးအစား

မိုးသီးကိုရွာစေတော်မူ၍  
လျှပ်ပန်းလျှပ်နွယ်များကိုဖြစ်ပွားစေတော်မူ၏။

33 ထိုသူတို့၏စပျစ်ပင်နှင့်သင်္ဘောသဖ န်းပင်တို့ကို  
ဖျက်ဆီးပစ်တော်မူ၍

တစ်ပြည်လုံးရှိသစ်ပင်များကိုကျိုးကျ  
စေတော်မူ၏။<sup>☆</sup>

34 ကိုယ်တော်အမိန့်ပေးတော်မူသောအခါ

သန်းပေါင်းများစွာမရေမတွက်နိုင်သော  
နှံကောင်တို့သည်ရောက်ရှိလာကြ၍

☆ 105:28 ထွ၊ ၁၀:၂၁-၂၃။ ☆ 105:29 ထွ၊ ၇:၁၇-၂၁။ ☆ 105:30 ထွ၊ ၈:၁-၆။ ☆ 105:31 ထွ၊ ၈:၂၀-၂၄၊ ၈:၁၆-၁၇။ ☆ 105:33 ထွ၊ ၉:၂၂-၂၅။

35 တိုင်းပြည်တွင်ရှိသမျှသောအပင်ငယ်တို့ကို  
စားကြကုန်၏။

အသီးအနှံရှိသမျှတို့ကိုကိုက်စားကြ ကုန်၏။<sup>☆</sup>

36 ကိုယ်တော်သည်အီဂျစ်ပြည်ရှိအိမ်ထောင်စု အပေါင်းမှ  
သားဦးတို့ကိုသေဒဏ်ခတ်တော်မူ၏။<sup>☆</sup>

37 ထိုနောက်ကူသရေလအမျိုးသားတို့အား  
ထုတ်ဆောင်သွားတော်မူ၏။

သူတို့သည်ရွှေငွေများကိုသယ်ယူခဲ့ကြ၏။

သူတို့အားလုံးပင်ကျန်းမာသန်စွမ်းသူများ ဖြစ်ကြ၏။

38 အီဂျစ်အမျိုးသားတို့သည်သူတို့ကိုကြောက် သဖြင့်  
သူတို့ထွက်ခွာသွားကြသောအခါ

ဝမ်းမြောက်ကြကုန်၏။<sup>☆</sup>

39 ဘုရားသခင်သည်မိမိ၏လူစုတော်အပေါ်သို့  
မိုးတိမ်ရိပ်ကျစေတော်မူ၍

ညဉ့်အခါအလင်းရစေရန်မီးကိုပေးတော် မူ၏။<sup>☆</sup>

40 သူတို့တောင်းခံသဖြင့်ကိုယ်တော်သည်ငုံးများကို  
စေလွှတ်ပေးတော်မူ၏။

သူတို့ရောင့်ရဲစွာစားနိုင်ကြစေရန်ကောင်းကင်မှ

အစားအစာကိုချပေးတော်မူ၏။<sup>☆</sup>

41 ကိုယ်တော်သည်ကျောက်ဆောင်ကိုခွဲတော်မူသောအခါ

☆ 105:35 ထွ၊ ၁၀:၁၂-၁၅။ ☆ 105:36 ထွ၊ ၁၂:၂၉။ ☆ 105:38 ထွ၊  
၁၂:၃၃-၃၆။ ☆ 105:39 ထွ၊ ၁၃:၂၁-၂၂။ ☆ 105:40 ထွ၊ ၁၆:၂-၁၅။

ရေသည်ပန်း၍ထွက်လာကာသဲက နှံ တာရတွင်  
မြစ်သဖွယ်စီး၍သွား၏။\*

42 ကိုယ်တော်သည်မိမိ၏အစေခံအာဗြဟံအား  
ပေးတော်မူခဲ့သောကတိတော်ကိုသတိရတော်မူ၏။

43 သို့ဖြစ်၍ကိုယ်တော်သည်မိမိ၏လူစုတော်ကို  
ထုတ်ဆောင်တော်မူ၏။  
သူတို့သည်လည်းသီချင်းဆိုလျက်ဝမ်းမြောက်စွာ  
ကြွေးကြော်ကြကုန်၏။

44 ကိုယ်တော်သည်သူတို့အားအခြားလူမျိုးတို့၏  
ပြည်များကိုပေးအပ်တော်မူသဖြင့်  
သူတို့သည်ထိုသူတို့၏လယ်ယာများကို  
သိမ်းပိုက်ကြရ၏။\*

45 ဤသို့ပြုတော်မူခြင်းမှာကိုယ်တော်၏လူစုတော် သည်  
ကိုယ်တော်ပေးအပ်ထားတော်မူသည့်  
ပညတ်များကိုစောင့်ထိန်း၍အမိန့်တော်များကို  
လိုက်နာကြစေရန်ဖြစ်၏။

ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။

# 106

ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏လူစုတော်အပေါ်  
ကောင်းမြတ်တော်မူခြင်း

\* 105:41 ထွ၊ ၁၇:၁-၇။ တော၊ ၂၀:၂-၃။ \* 105:44 ယောရှု၊  
၁၁:၁၆-၂၃။



1 ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။  
 ကိုယ်တော်သည်ကောင်းမြတ်တော်မူသည်ဖြစ်၍  
 ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းကြလော့။  
 ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝရတည် ၏။ ☆

2 အဘယ်သူသည်ကိုယ်တော်၏အံ့ဩဖွယ်ကောင်း သော  
 အမှုတော်အပေါင်းတို့ကိုဖော်ပြနိုင်ပါသနည်း။  
 အဘယ်သူသည်ကိုယ်တော်၏ဂုဏ်တော်ရှိ သမျှကို  
 ဖော်ကူးနိုင်ပါသနည်း။

3 တရားမျှတစွာပြုမူ၍အမှန်တရားကို အစဉ်  
 ကျင့်သုံးသူတို့သည်မင်္ဂလာရှိကြ၏။

4 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်အား  
 ကူမတော်မူသောအခါ  
 ကျွန်တော်မျိုးကိုလည်းသတိရတော်မူပါ။  
 သူတို့အားကယ်တော်မူသောအခါ  
 ကျွန်တော်မျိုးကိုလည်းကယ်တော်မူပါ။

5 ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်ကောင်းစားသည်ကို  
 ကျွန်တော်မျိုးမြင်ပါရစေ။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ပြည်တော်သားများ  
 ဝမ်းမြောက်ရာ၌လည်းကောင်း၊  
 ကိုယ်တော်ပိုင်တော်မူသောသူတို့ရွှင်လန်းအား ရစွာ

---

☆ 106:1 ၅ရာ၊ ၁၆:၃၄၊ ၆ရာ၊ ၅:၁၃၊ ၇:၃။ ၉၊ ၃:၁၁။ ဆာ၊ ၁၀၀:၅၊ ၁၀၇:၁၊ ၁၁၈:၁၊ ၁၃၆:၁၊ ၂၃:၁၁။

ဂုဏ်ယူဝါကြွားရာ၌လည်းကောင်းကျွန်တော်မျိုး  
ပါဝင်ပါရစေ။

6 ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်ဘိုးဘေးများနည်းတူ  
အပြစ်ကူးကြပါပြီ။ ယုတ်မာဆိုးညစ်ကြ ပါပြီ။

7 ကျွန်တော်မျိုးတို့၏ဘိုးဘေးများသည်အီရုစံ ပြည်၌  
ဘုရားသခင်ပြုတော်မူသောအံ့ဩဖွယ်ရာ  
အမှုတော်ကိုနားမလည်ကြပါ။

သူတို့အားကြိမ်ဖန်များစွာပြတော်မူသော  
မေတ္တာတော်ကိုမေ့လျော့ကြပါ၏။  
ထိုနောက်ပင်လယ်နီအနီးတွင်အနန္တတ တန်ခိုးရှင်ကို  
ပုန်ကန်ကြပါ၏။<sup>☆</sup>

8 သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်သည်မိမိ၏ မဟာတန်ခိုးတော်ကိုပြရန်  
ကတိတော်ရှိသည်အတိုင်းသူတို့အား  
ကယ်တော်မူပါ၏။

9 ကိုယ်တော်သည်ပင်လယ်နီကိုအမိန့်ပေးတော် မူလျှင်  
ယင်းသည်ခန်းခြောက်၍သွား၏။  
ထိုနောက်မိမိ၏လူစုတော်အားခန်းခြောက်သော  
ပင်လယ်ကိုဖြတ်စေရန်ပို့ဆောင်တော်မူ၏။

10 ကိုယ်တော်သည်သူတို့ကိုမုန်းသောသူတို့၏လက်မှ  
ကယ်တော်မူ၏။  
သူတို့၏ရန်သူများလက်မှကယ်ဆယ်တော်မူ၏။

<sup>☆</sup> 106:7 ထွ၊ ၁၄:၁၀-၁၂။

- 11 သူတို့၏ရန်သူများသည်ရေနစ်၍သေကြကုန်၏။  
တစ်စုံတစ်ယောက်မျှအသက်ရှင်၍မကျန်ခဲ့။
- 12 ထိုအခါကိုယ်တော်၏လူစုတော်သည်ကတိတော်ကို  
ယုံကြည်ကြလျက်  
ကိုယ်တော်အားထောမနာသီချင်းဆို ကြ၏။<sup>☆☆</sup>
- 13 သို့ရာတွင်သူတို့သည်ကိုယ်တော်ပြုတော်မူသည့်  
အမှုတော်ကိုလျင်မြန်စွာမေ့ပျောက်လိုက်ပြီးလျှင်  
ကိုယ်တော်၏လမ်းညွှန်တော်မူချက်ကိုမခံယူဘဲ  
ပြုမူကျင့်ကြံကြ၏။
- 14 သူတို့သည်တောက နှံ တာရ၌အာသာရမ္မက်  
ဖြစ်ပေါ်လာသည့်အလျောက်  
ဘုရားသခင်အားသွေးစမ်းကြ၏။
- 15 သို့ဖြစ်၍ကိုယ်တော်သည်သူတို့တောင်းခံသည့်  
အရာကိုချပေးတော်မူသော်လည်း  
သူတို့အားရောဂါဆိုးစွဲကပ်စေတော် မူ၏။<sup>☆</sup>
- 16 သဲကနုတာရတွင်သူတို့သည်မောရှေအားလည်းကောင်း၊  
ဘုရားသခင်၏သန့်ရှင်းမြင့်မြတ်သည့်အစေခံ အာရ  
န်အားလည်းကောင်းငြူစူကြ၏။
- 17 ထိုအခါမြေကြီးသည်အက်ကွဲ၍ ဒါသန်ကိုလည်းကောင်း၊  
အဘီရ်နှင့်အိမ်ထောင်စုသားတို့ကိုလည်းကောင်း  
မျိုလေ၏။

---

☆ 106:12 ထွ၊ ၁၄:၂၁-၃၁။ ☆ 106:12 ထွ၊ ၁၅:၁-၂၁။ ☆ 106:15 တော၊ ၁၁:၄-၃၄။

18 မီးလျှံသည်သူတို့၏နောက်လိုက်သူယုတ်မာတို့  
အပေါ်သို့ကျ၍ကျွမ်းလောင်စေ၏။✠

19 သူတို့သည်သိနာတောင်အနီးတွင်  
ရွှေဖြင့်နွားသငယ်ရုပ်ကိုသွန်းလုပ်ကြပြီး နောက်  
ရိုခိုးကြ၏။

20 သူတို့သည်ဘုရားသခင်၏ဘုန်းအသရေ တော်ကို  
မြက်စားတိရစ္ဆာန်ရုပ်နှင့်အစားထိုးကြကုန်၏။

21 အီဂျစ်ပြည်တွင်အံ့ဩဖွယ်ကောင်းသော  
အမှုတော်များဖြင့်  
မိမိတို့အားကယ်တော်မူခဲ့သောဘုရားသခင်ကို  
မေ့လျော့ကြ၏။

22 ထိုပြည်တွင်ကိုယ်တော်ပြုတော်မူသော  
အမှုတော်တို့သည်  
အံ့ဩဖွယ်ကောင်းလှပါသည်တကား။

ပင်လယ်အနီးတွင်ပြုတော်မူသောအမှု တော်တို့သည်  
အံ့ဖွယ်သူရဲဖြစ်လှပါသည်တကား။

23 ဘုရားသခင်သည်မိမိ၏လူစုတော်အား  
သုတ်သင်ဖျက်ဆီးတော်မူမည်ဟုမိန့်တော်မူ  
သောအခါ  
ကိုယ်တော်ရွေးချယ်တော်မူသည့်အစေခံ မောရှေသည်  
ဆီးတားသဖြင့်

✠ 106:18 တော၊ ၁၆:၁-၃၅။

အမျက်တော်ထွက်၍ ထိုသူတို့အား သုတ်သင်  
ဖျက်ဆီးတော်မမူ။<sup>☆</sup>

24 ထိုနောက်သူတို့သည် သာယာသောပြည်သို့ ဝင်ရန်  
ငြင်းဆန်ကြသည်။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သူတို့သည် ဘုရားသခင်၏  
ကတိတော်ကို မယုံကြသောကြောင့် ဖြစ်၏။

25 သူတို့သည် မိမိတို့၏ တံများတွင် နေ၍ ညည်းညူကြ၏။  
ထာဝရဘုရား၏ စကားတော်ကို နားမထောင်ကြ။

26-27 သို့ဖြစ်၍ ကိုယ်တော်သည် သူတို့အား တောကန်  
တာရတွင် သေစေမည် ဖြစ်ကြောင်း ကိုလည်းကောင်း၊  
သူတို့၏ သားမြေးများအား ဘုရားမဲ့သူတို့ ထံတွင်  
ကွဲလွင့်စေလျက် တိုင်းတစ်ပါးတွင်  
သေစေမည် ဖြစ်ကြောင်း ကိုလည်းကောင်း ကြပ်တည်းစွာ  
သတိပေးတော်မူ၏။<sup>☆☆</sup>

28 ထိုနောက် ဘုရားသခင်၏ လူစုတော်သည်  
ဗာလဘုရားကို ပေဂုရုအရပ်တွင် ရှိခိုး ဝတ်ပြု၍  
သက်မဲ့ဘုရားများကို ပူဇော်သည့် ယဇ်ကောင်သားကို  
စားကြ၏။

29 သူတို့သည် ယင်းသို့ ပြုမူခြင်းအားဖြင့်  
ထာဝရဘုရား၏ အမျက်တော်ကို

☆ 106:23 ထွ၊ ၃၂:၁-၁၄။ ☆ 106:26-27 တော၊ ၁၄:၁-၃၅။

☆ 106:26-27 ဝတ်၊ ၂၆:၃၃။

လှိုဆော်ပေးကြရာသူတို့တွင်ရောဂါဆိုး  
ကပ်ရောက်လေ၏။

30 သို့ရာတွင်ဖိနဟတ်သည်ထ၍  
အပြစ်ရှိသူတို့ကိုဒဏ်စီရင်လိုက်သဖြင့်  
ကပ်ရောဂါသည်ငြိမ်းလေ၏။

31 ဖိနဟတ်ပြုခဲ့သည့်ကျေးဇူးကိုယနေ့တိုင်အောင်  
လူတို့သတိရကြကုန်၏။  
နောင်ကာလအစဉ်မပြတ်လည်း  
သတိရကြပေလိမ့်မည်။\*

32 သူတို့သည်မေရိဘစမ်းချောင်းအနီးတွင်  
ထာဝရဘုရားအားအမျက်ထွက်စေကြ၏။  
သူတို့အတွက်ကြောင့်မောရှေသည်ဒုက္ခရောက် ရ၏။

33 သူတို့သည်မောရှေအားလွန်စွာ  
စိတ်နာကြည်းစေသဖြင့်သူမစဉ်းစား  
မဆင်ခြင်ဘဲစကားပြောမိ၏။\*

34 သူတို့သည်ခါနာန်အမျိုးသားတို့အား  
သုတ်သင်ပစ်ရန်ထာဝရဘုရားစေခိုင်း  
တော်မူသည့်အတိုင်းမပြုမလုပ်ကြဘဲ

35 ထိုသူတို့နှင့်ထိမ်းမြားမ ့ ဂလာပြုလျက်သူတို့၏  
ဋ္ဌလေ့ထုံးစံများကိုလိုက်နာကျင့်သုံးကြ၏။

\* 106:31 တော၊ ၂၅:၁-၁၃။ \* 106:33 တော၊ ၂၀:၂-၁၃။

- 36 ဘုရားသခင်၏လူစုတော်သည်ရုပ်တုများကို  
ရှိခိုးကြသဖြင့်ပျက်စီးဆုံးရှုံးရ ကြ၏။<sup>☆</sup>
- 37 သူတို့သည်မိမိတို့၏သားသမီးများကို  
ယဇ်ကောင်များအဖြစ်ဖြင့်ခါနာ န်ရုပ်တုတို့အား  
ပူဇော်ကြ၏။<sup>☆</sup>
- 38 သူတို့သည်မိမိတို့၏အပြစ်မဲ့သူ  
သားသမီးအရင်းအချာများကိုသတ် ဖြတ်ကာ  
ခါနာ န်ရုပ်တုများအားပူဇော်ကြရာတိုင်းပြည်ကို ညစ်ည  
မ်းစေကြ၏။<sup>☆</sup>
- 39 ယင်းသို့သတ်ဖြတ်မှုများဖြင့်မိမိတို့ကိုယ်ကို ညစ်ည  
မ်းစေကြ၏။  
ယင်းသို့ပြုမှုကြခြင်းအားဖြင့်ဘုရားသခင် ကိုလည်း  
သစ္စာဖောက်ကြ၏။
- 40 သို့ဖြစ်၍ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏လူစု တော်အား  
အမျက်ထွက်တော်မူ၏။  
သူတို့အားစက်ဆုပ်ရွံရှာတော်မူ၏။
- 41 ကိုယ်တော်သည်သူတို့အားအခြားလူမျိုးတို့၏  
လက်တွင်စွန့်ပစ်၍ထားတော်မူသဖြင့်  
ရန်သူများသည်သူတို့ကိုအစိုးရကြကုန်၏။
- 42 သူတို့သည်ရန်သူများ၏ဖိစီးနှိပ်စက်မှုကို  
ခံရကြကာလက်အောက်ခံများဖြစ်လာရ ကြ၏။

---

☆ 106:36 သူကြီး၊ ၂:၁-၃၊ ၃:၅-၆။ ☆ 106:37 ၄ရာ၊ ၁၇:၁၇။  
☆ 106:38 ထော၊ ၃၅:၃၃။

- 43 ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏လူစုတော်အား  
 ကြိမ်ဖန်များစွာကယ်ဆယ်တော်မူခဲ့သော်လည်း  
 သူတို့သည်ကိုယ်တော်အားပုန်ကန်မြဲ ပုန်ကန်ကြသဖြင့်  
 အပြစ်နွံတွင်ပို၍သာနစ်ကြကုန်၏။
- 44 သို့ရာတွင်သူတို့ဟစ်အော်ကြသောအခါ  
 ထာဝရဘုရားကြားတော်မူ၍သူတို့၏  
 ဆင်းရဲဒုက္ခကြောင့်သူတို့ကိုသနားတော်မူ၏။
- 45 ကိုယ်တော်သည်သူတို့၏အကျိုးကိုထောက်၍  
 ပဋိညာဉ်တော်ကိုသတိရတော်မူ၏။  
 မေတ္တာတော်သည်ကြီးမားတော်မူသည်                    ဖြစ်၍  
 အမျက်ပြေတော်မူ၏။
- 46 သူတို့အားဖမ်းဆီးချုပ်နှောင်ထားကြသူတို့၏  
 စိတ်နှလုံးတွင်သနားတတ်သောသဘောကို  
 သွင်းပေးတော်မူ၏။\*
- 47 ကျွန်တော်မျိုးတို့၏ဘုရားသခင်ထာဝရ                    ဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့အားကယ်မူပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏သန်ရှင်းမြင့်မြတ်သည့်နာမ  
 တော်ကို ထောမနာပြုနိုင်ကြစေရန်လည်းကောင်း၊  
 ကိုယ်တော်၏ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းနိုင်  
 ကြစေရန်လည်းကောင်း

\* 106:46 သူကြီး၊ ၂:၁၄-၁၈။



ကျွန်တော်မျိုးတို့အားလူမျိုးတကာတို့ အထဲမှ  
ပြန်လည်ခေါ်ဆောင်တော်မူပါ။

48 က္လသရေလအမျိုးသားတို့၏ဘုရားသခင်  
ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြ လော့။  
ကိုယ်တော်အားယခုမှစ၍ကမ္ဘာအဆက်ဆက်  
ထောမနာပြုကြလော့။  
လူ့အပေါင်းတို့သည်အာမင်ဟုဆိုကြစေ။

ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြ လော့။ ☆

# အတွဲ ၅

## 107

(ဆာလံ၊ ၁၀၇-၁၅၀)

ဘုရားသခင်၏ကောင်းမြတ်တော်မူခြင်းကို  
ထောမနာပြုခြင်း

1 “ထာဝရဘုရားသည်ကောင်းမြတ်တော်မူသည် ဖြစ်၍  
ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းကြလော့။  
ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ် တည်၏”  
ဟု☆

2-3 ရန်သူတို့လက်မှကယ်ဆယ်တော်မူ၍  
အရှေ့အနောက်တောင်မြောက်ရှိတိုင်းတစ်ပါးမှ  
ပြန်ခေါ်ဆောင်တော်မူခြင်းကို

☆ 106:48 ၅ရာ၊ ၁၆:၃၅-၃၆။ ☆ 107:1 ၅ရာ၊ ၁၆:၃၄။ ၆ရာ၊ ၅:၁၃၊ ၇:၃။  
၇:၃၊ ၁၀:၅။ ဆာ၊ ၁၀၀:၅။ ၁၀၆:၁။ ၁၀၈:၁။ ၁၃၆:၁။ ယေ၊ ၃၃:၁။

ခံရသောသူတို့သည်ချီးမွမ်းကြစေ။

4 လူအချို့တို့သည်လမ်းမရှိသည့်သဲက နှု တာရ တွင်  
လှည့်လည်လျက်နေခဲ့ကြ၏။  
သူတို့သည်မိမိတို့နေထိုင်စရာမြို့သို့သွားရာ  
လမ်းကိုရှာ၍မတွေ့ကြ။

5 သူတို့သည်အစာငတ်ရေငတ်ကြလျက်  
စိတ်ပျက်အားလျော့ကြ၏။

6 သူတို့သည်ဒုက္ခရောက်ကြသဖြင့် ထာဝရဘုရားထံအော်ဟစ်ကြရာ  
ကိုယ်တော်သည်သူတို့အားဒုက္ခမှကယ်တော် မူ၏။

7 ကိုယ်တော်သည်သူတို့နေထိုင်ရန်မြို့သို့လမ်း ပြောင့်ဖြင့်  
ပို့ဆောင်တော်မူ၏။

8 သူတို့သည်ထာဝရဘုရား၏ခိုင်မြဲသော  
မေတ္တာတော်အတွက်လည်းကောင်း၊  
မိမိတို့အားပြုတော်မူသောအံ့ဩဖွယ်ရာများ  
အတွက်လည်းကောင်း

ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းထောမနာပြုရ ကြပေမည်။

9 ကိုယ်တော်သည်ရေငတ်သူတို့အား  
ရေငတ်ပြေစေတော်မူ၏။  
ဆာလောင်မွတ်သိပ်သူတို့အားကောင်းသော  
အရာများနှင့်ဝစေတော်မူ၏။

10 အချို့သောသူတို့သည်မှောင်မိုက်အတိဖုံးလွှမ်းရာ

- အရပ်၌နေထိုင်ရလျက်သံကြိုးဖြင့်  
 ချည်နှောင်ခြင်းခံရလျက်ဒုက္ခခံရကြ၏။
- 11 အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်သူတို့သည်ဘုရားသခင်၏  
 အမိန့်တော်ကိုဖီဆန်၍  
 အနန္တတတန်ခိုးရှင်၏ညွှန်ကြားချက်များကို  
 ပစ်ပယ်ကြသောကြောင့်ဖြစ်၏။
- 12 သူတို့သည်ပင်ပန်းစွာအလုပ်လုပ်ရကြသဖြင့်  
 အားအင်ကုန်ခန်းရကြ၏။  
 လဲကျသော်လည်းသူတို့အားထူမမည့်သူ  
 တစ်စုံတစ်ယောက်မျှမရှိ။
- 13 သူတို့သည်ဒုက္ခရောက်ကြသဖြင့်ထာဝရ ဘုရားထံ  
 အော်ဟစ်ကြရာ  
 ကိုယ်တော်သည်သူတို့အားဒုက္ခမှကယ်တော်မူ၏။
- 14 ကိုယ်တော်သည်သူတို့အားမောင်မိုက်အတိ ဖုံးလွှမ်းရာ  
 အရပ်မှထုတ်ဆောင်တော်မူ၍  
 သူတို့အားချည်နှောင်ထားသည့်သံကြိုး များကို  
 အပိုင်းပိုင်းဖြတ်တော်မူ၏။
- 15 သူတို့သည်ထာဝရဘုရား၏ခိုင်မြဲသော  
 မေတ္တာတော်အတွက်လည်းကောင်း၊မိမိတို့အား  
 ပြုတော်မူသောအံ့ဩဖွယ်ရာများအတွက် လည်းကောင်း  
 ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းရပေမည်။
- 16 ကိုယ်တော်သည်ကြေးတံခါးများကိုချိုး၍  
 သံကန်လန်များကိုအပိုင်းပိုင်းဖြတ်တော်မူ၏။

17 အချို့သောသူတို့သည်မိမိတို့၏အပြစ်များ ကြောင့်  
 ဖျားနာရကြ၏။  
 မိမိတို့၏ဒုစရိုက်များကြောင့်ဆင်းရဲဒုက္ခ  
 ရောက်ရကြ၏။

18 သူတို့သည်အစားအစာကိုပင်ကြည့်ချင်စိတ်  
 မရှိတော့ဘဲ  
 သေမင်း၏တံခါးဝအနီးသို့ရောက်ရကြ၏။

19 ထိုအခါသူတို့သည်ဒုက္ခရောက်ကြသဖြင့်  
 ထာဝရဘုရားထံအော်ဟစ်ကြရာ  
 ကိုယ်တော်သည်သူတို့အားဒုက္ခမှကယ်တော်မူ၏။

20 ကိုယ်တော်သည်အမိန့်တော်ပေး၍သူတို့အား  
 ရောဂါပျောက်ကင်းစေတော်မူပြီးလျှင်  
 သင်္ချိုင်းတွင်းမှကယ်တော်မူ၏။

21 သူတို့သည်ထာဝရဘုရား၏ခိုင်မြဲသော  
 မေတ္တာတော်အတွက်လည်းကောင်း၊

မိမိတို့အားပြုတော်မူသောအံ့ဩဖွယ် ရာများ  
 အတွက်လည်းကောင်း  
 ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းကြရပေမည်။

22 သူတို့သည်ယဇ်ပူဇော်သကာဖြင့်ကိုယ်တော်၏  
 ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းကြရပေမည်။  
 ဝမ်းမြောက်စွာသီချင်းဆိုလျက်  
 ကိုယ်တော်ပြုတော်မူသောအမှုတော်တို့ကို  
 ဖော်ပြရကြပေမည်။

- 23 လူအချို့တို့သည်သမုဒဒရာတွင်သင်္ဘောလွှင့်၍  
 ကူးသန်းသွားလာလျက်အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း  
 ရှာကြ၏။
- 24 သူတို့သည်ထာဝရဘုရားပြုတော်မူသော  
 အမှုတော်များ၊ ပင်လယ်တွင်ပြုတော်မူသော  
 အံ့ဩဖွယ်ရာများကိုမြင်တွေ့ရကြ၏။
- 25 ကိုယ်တော်အမိန့်ပေးတော်မူသောအခါ  
 လေပြင်းမုန်တိုင်းကျရောက်လာ၍  
 လှိုင်းတံပိုးများထလေ၏။
- 26 သင်္ဘောများသည်လေထဲသို့မြောက်၍သွားကြ  
 ပြီးနောက် ရေထဲသို့ထိုးဆင်းသွားကြ၏။  
 ယင်းသို့သေဘေးနှင့်တွေ့ကြုံရကြသဖြင့်  
 လူတို့သည်ထိတ်လန့်တုန်လှုပ်ကြကုန်၏။
- 27 သူတို့သည်အရက်မူးသူများကဲ့သို့ယိမ်းယိုင်  
 လဲကျကြကုန်၏။  
 သူတို့၏ကျွမ်းကျင်မှုသည်အချည်းနှီးပင်ဖြစ်၏။
- 28 ထိုအခါသူတို့သည်ဒုက္ခရောက်ကြသဖြင့်  
 ထာဝရဘုရားထံအော်ဟစ်ကြရာ  
 ကိုယ်တော်သည်သူတို့အားဒုက္ခမှကယ်တော် မူ၏။
- 29 ကိုယ်တော်သည်လေမုန်တိုင်းကိုရပ်စဲစေတော် မူသဖြင့်  
 လှိုင်းတံပိုးတို့သည်ငြိမ်သက်လေ၏။
- 30 ယင်းသို့လေငြိမ်သဖြင့်သူတို့သည်  
 ဝမ်းမြောက်ကြကုန်၏။

ကိုယ်တော်သည်သူတို့သွားလိုရာသင်္ဘောဆိပ်မြို့သို့  
ဘေးမဲ့လုံခြုံစွာပို့ဆောင်တော်မူ၏။

31 သူတို့သည်ထာဝရဘုရား၏ခိုင်မြဲသော  
မေတ္တာတော်အတွက်လည်းကောင်း၊  
မိမိတို့အတွက်ပြုတော်မူသော

အံ့ဩဖွယ်ရာများအတွက်လည်းကောင်း  
ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းကြရပေမည်။

32 သူတို့သည်ကိုယ်တော်ကြီးမြတ်တော်မူပုံကို လူတို့  
စုဝေးရာအရပ်၌ထုတ်ဖော်ကြေညာကြရပေမည်။  
ခေါင်းဆောင်များအစည်းအဝေး၌ကိုယ်တော်ကို  
ထောမနာပြုကြရပေမည်။

33 ထာဝရဘုရားသည်မြစ်များကိုလုံးဝ  
ခန်းခြောက်စေတော်မူ၏။  
စမ်းချောင်းများကိုလည်းဆိုပိတ်၍ထားတော်မူ၏။

34 ပြည်သူတို့၏ယုတ်မာမှုကြောင့်ကိုယ်တော်သည်  
မြေကောင်းမြေသန့်ကို  
အသုံးမဝင်သည့်ဆားမြေအဖြစ်သို့  
ပြောင်းလဲစေတော်မူ၏။

35 ကိုယ်တော်သည်သဲက နှု တာရများကိုရေအိုင်များ  
အဖြစ်သို့လည်းကောင်း၊  
ခြောက်သွေ့သည့်ဒေသများကိုစမ်းရေပေါက်  
အဖြစ်သို့လည်းကောင်းပြောင်းလဲစေတော်မူ၏။

36 ထိုဒေသတွင်အစာငတ်မွတ်သူတို့အား  
 နေထိုင်ခွင့်ပေးတော်မူ၏။  
 သူတို့သည်လည်းမိမိတို့နေထိုင်ရန်မြို့ကို  
 တည်ကြ၏။

37 သူတို့သည်လယ်ယာလုပ်ကိုင်ကာစပျစ်ပင် များကို  
 စိုက်ပျိုးကြ၏။  
 ယင်းတို့သည်များစွာသောအသီးအနှံ  
 တို့ကိုဆောင်ကုန်၏။

38 ကိုယ်တော်သည်မိမိလူစုတော်ကို  
 ကောင်းချီးပေးတော်မူသဖြင့်သူတို့သည်  
 သားသမီးများစွာရရှိကြ၏။

ကိုယ်တော်သည်သူတို့၏နွားအုပ်များကိုလည်း  
 မယုတ်မလျော့စေရန်စောင့်ရှောက်တော်မူ၏။

39 ဘုရားသခင်၏လူစုတော်သည်ရက်စက်စွာ  
 ဖိစီးနှိပ်စက်မှုနှင့်ဆင်းရဲဒုက္ခများကြောင့်  
 အရေးရှုံးနိမ့်ကာအရှက်တကွဲဖြစ်ရကြ သောအခါ

40 ကိုယ်တော်သည်ယင်းသို့ဖိစီးနှိပ်စက်သူများအား  
 စက်ဆုပ်ရွံရှာ၍  
 လမ်းမရှိသည့်သဲက နှံ တာရတွင်လှည့်လည်  
 သွားလာစေတော်မူ၏။

41 သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်သည်ချို့တဲ့နွမ်းပါးသူ တို့ကို  
 ဆင်းရဲဒုက္ခမှကယ်ဆယ်တော်မူ၍

သူတို့၏အိမ်ထောင်စုများကိုသိုးအုပ်များ သဖွယ်  
တိုးပွားစေတော်မူ၏။

42 သူတော်ကောင်းတို့သည်ဤအခြင်းအရာကို  
မြင်၍ဝမ်းမြောက်ကုန်၏။  
သူယုတ်မာအပေါင်းတို့သည်ကားနှုတ်ပိတ်၍  
နေရကြ၏။

43 အသိပညာရှိသူတို့သည်ဤအမှုအရာ တို့ကို  
နှလုံးသွင်း၍  
ထာဝရဘုရား၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်  
အကြောင်းကိုစဉ်းစားဆင်ခြင်ကြစေ။

### 108

ရန်သူတို့နှင့်တိုက်ခိုက်ရာတွင်ကူမတော်မူရန်  
ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>16</sup>

(ဆာလံ၊ ၅၇:၇-၁၁၊ ၆၀:၅-၁၂)

<sup>1</sup> အို ဘုရားသခင်၊  
ကျွန်တော်မျိုးသည်လုံးဝယုံကြည်စိတ်ချ ပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုးသည်သီချင်းဆို၍ကိုယ်တော်ရှင် အား  
ထောမနာပြုပါမည်။ အို ငါ့ဝိညာဉ်၊ နိုးထလော့။  
<sup>2</sup> ငါ၏စောင်းကြိုးစောင်းငယ်တို့၊ နိုးထကြလော့။  
ငါသည်နေကိုနိုးထစေမည်။

<sup>3</sup> အို ထာဝရဘုရား၊

---

<sup>16</sup> 108: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံသီချင်း။



လူမျိုးတကာတို့အလယ်တွင်ကျွန်တော်မျိုး သည်  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းပါမည်။  
 လူမျိုးအပေါင်းတို့အလယ်တွင်ကိုယ်တော်ရှင် အား  
 ထောမနာပြုပါမည်။

4 ကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်သည်  
 မိုးကောင်းကင်အထက်သို့လည်းကောင်း၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏သစ္စာတော်သည်ကောင်းကင်  
 တိုင်အောင်လည်းကောင်းရောက်ရှိပါ၏။

5 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ကြီးမြတ်သောဂုဏ်တော်ကို  
 မိုးကောင်းကင်၌လည်းကောင်း၊ ဘုန်းအသရေ တော်ကို  
 ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းလုံးတွင်လည်းကောင်းပြတော်မူပါ။

6 ကိုယ်တော်ရှင်ချစ်တော်မူသောလူစုတော်သည်  
 အသက်ချမ်းသာကြစေရန်  
 ဘုန်းအာနုဘော်တော်ဖြင့်ကျွန်တော်မျိုးတို့ကို  
 ကယ်တော်မူပါ။

ကျွန်တော်မျိုး၏ဆုတောင်းပ တု ထနာကို  
 နားညောင်းတော်မူပါ။

7 ဗိမာန်တော်တွင်ဘုရားသခင်က  
 ``ငါသည်အောင်ပွဲခံ၍ရှေ့ခင်မြို့ကိုပိုင်း ခြားမည်။  
 သုကုတ်ချိုင့်ဝှမ်းကိုလည်းငါ၏လူစုတော် အား  
 ခွဲဝေပေးမည်။

8 ဂိလဒ်ပြည်ကို ငါပိုင်၏။ မနာရှေပြည်ကို လည်း  
ငါပိုင်၏။

ဖေရီ မပြည်သည် ငါ၏ သံခမောက် ဖြစ်၍  
ယုဒပြည်သည် ငါ၏ ရာဇလုံတံ ဖြစ်၏။

9 သို့ရာတွင် ငါသည် မောဘပြည်ကို ငါ၏  
ခြေဆေးအိုးအဖြစ် ဖြင့်လည်းကောင်း၊

ဒေဒဲပြည်ကို ငါပိုင်ကြောင်း

ငါ့ဖိနပ်တင်ရာအဖြစ် ဖြင့်လည်းကောင်း အသုံးပြုမည်။  
ဖိလိတုတံပြည်ပေါ်၌ အောင်ပွဲခံ၍ ကြွေးကြော် မည်''  
ဟု မိန့်တော်မူပေသည်။

10 ဘုရားသခင်၊ ခံတပ်တည်ဆောက်ထားသည့်  
မြို့အတွင်းသို့ အဘယ်သူသည် ကျွန်တော် မျိုးအား  
ပို့ဆောင်ပါမည်နည်း။

အဘယ်သူသည် ကျွန်တော်မျိုးအား ခေဒံ ပြည်သို့  
ပို့ဆောင်ပါမည်နည်း။

11 ကိုယ်တော်ရှင်သည် ကျွန်တော်မျိုးအား အကယ်ပင်  
စွန့်ပစ်တော်မူပါပြီလော။

ကျွန်တော်မျိုး၏ တပ်များနှင့် အတူ ချီတက်  
တော်မမူတော့ပြီလော။

12 လူတို့၏ အကူအညီသည် အချည်းနှီးပင်  
ဖြစ်သောကြောင့် ရန်သူများကို တိုက်ခိုက်နိုင်ရန်  
ကျွန်တော်မျိုးအား ကူမတော်မူပါ။

13 ဘုရားသခင်သည်ငါတို့ဘက်၌ရှိတော် မူလျှင်  
 ငါတို့သည်အနိုင်ရကြလိမ့်မည်။  
 ကိုယ်တော်သည်ငါတို့၏ရန်သူများကို  
 အရေးရှုံးနိမ့်စေတော်မူလိမ့်မည်။

### 109

ဒုက္ခရောက်သူတစ်ဦး၏ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>17</sup>

- 1 အို ဘုရားသခင်၊  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
 ထောမနာပြုပါ၏။ ဆိတ်ဆိတ်နေတော် မမူပါနှင့်။
- 2 သူယုတ်မာများနှင့်လူလိမ်များသည်ကျွန်တော် မျိုးကို  
 တိုက်ခိုက်ကြပါ၏။  
 သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုး၏အကြောင်း  
 မုသားစကားပြောကြပါ၏။
- 3 သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးအားအကြောင်းမဲ့  
 တိုက်ခိုက်၍ကျွန်တော်မျိုး၏အကြောင်း  
 ဆိုးရွားသောသတင်းများကိုလွှင့်ကြပါ၏။
- 4 ကျွန်တော်မျိုးသည်သူတို့အားမေတ္တာပြလျက်  
 သူတို့အတွက်ဆုတောင်းပတုထနာပြုသော်လည်း  
 သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးအားရန်ဘက်ပြု ကြပါ၏။
- 5 သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးပြုသည့်ကျေးဇူးကို  
 ဆိုးညစ်မှုဖြင့်လည်းကောင်း၊ကျွန်တော်မျိုး၏

17 109: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

မေတ္တာကိုမုန်းတီးခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း  
ပြန်လည်ပေးဆပ်ကြပါ၏။

6 ကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူအားတရားစီရင်ရန်  
အဂတိလိုက်စားသောတရားသူကြီးကို  
ခန့်ထားရွေးချယ်ပေးတော်မူပါ။

သူ၏ရန်သူတစ်ယောက်ကပင်လျှင်သူ့အား  
ပြစ်တင်စွပ်စွဲစေတော်မူပါ။

7 သူ့အားစစ်ဆေး၍ပြစ်မှုထင်ရှားပါစေသော။  
သူ၏ဆုတောင်းပ တု ထနာသည်ပင်လျှင်  
ပြစ်မှုကူးရာရောက်ပါစေသော။

8 သူ၏အသက်သည်မကြာမီကုန်ဆုံးလျက်  
သူ၏ရာထူးကိုအခြားသူတစ်ဦးရရှိ ပါစေသော။\*

9 သူ၏သားသမီးများသည်မိဘမဲ့များဖြစ် ကြလျက်  
သူ၏ဇနီးသည်မုဆိုးမဖြစ်ပါစေသော။

10 သူ၏သားသမီးတို့သည်အိမ်ရာမဲ့သူတောင်း စားများ  
ဖြစ်ကြ၍  
မိမိတို့နေထိုင်ရာအိမ်ပျက်များမှနှင်ထုတ် ခြင်းကို  
ခံရကြပါစေသော။

11 ကြွေးရှင်တို့သည်သူ၏ဥစ္စာပစ္စည်းရှိသမျှတို့ကို  
သိမ်းယူကြလျက်သူစိမ်းတစ်ရံဆံတို့သည်  
သူလုပ်ကိုင်၍ရသမျှသောအကျိုးခံစား  
ရကြပါစေသော။

\* 109:8 တ၊ ၁:၂၀။

12 အဘယ်အခါ၌မျှသို့အားသနားကြင်နာ မည်သူ၊  
သူ၏ဘသက်ဆိုးများကိုကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်  
မည်သူ မရှိပါစေနှင့်။

13 သူ၏အမျိုးတိမ်ကောပါစေသော။  
သူ၏နာမည်သည်နောက်မျိုးဆက်၌ပင်လျှင်  
ပျောက်ကွယ်သွားပါစေသော။

14 သူ၏ဘိုးဘေးတို့ပြုခဲ့သည့်မကောင်းမှု များကို  
ထာဝရဘုရားသည်သတိရတော်မူပါစေသော။  
သူ၏မိခင်ကူးလွန်ခဲ့သည့်အပြစ်များကိုလည်း  
ဖြေလွှတ်တော်မမူပါနှင့်။

15 ထာဝရဘုရားသည်သူတို့၏အပြစ်တို့ကို  
သတိရတော်မူပါစေသော။  
သို့ရာတွင်သူတို့၏နာမည်သည်လောကမှ  
လုံးဝပျောက်ကွယ်သွားပါစေသော။

16 ထိုသူသည်အဘယ်အခါ၌မျှသနား ကြင်နာရန်  
စိတ်မကူးခဲ့။  
ဆင်းရဲသူ၊ ချို့တဲ့နွမ်းပါးသူနှင့်ခိုကိုးရာမဲ့  
သူတို့အားညှဉ်းဆဲနှိပ်စက်သတ်ဖြတ်ခဲ့၏။

17 သူသည်ကျိန်ဆဲရန်နှစ်သက်သည်ဖြစ်၍  
သူကိုယ်တိုင်ကျိန်ဆဲခြင်းကိုခံရပါစေ သော။  
သူသည်သူတစ်ပါးအားကောင်းချီးမင်္ဂလာပေးရန်  
အလိုမရှိသည်ဖြစ်၍

မည်သူကမျှသူ့အားကောင်းချီးမင်္ဂလာ မပေးပါစေနှင့်။

18 ကျိန်ဆဲမှုသည်သူ၏အတွက်ခါးဝတ်

ပုဆိုးသဖွယ်ဖြစ်၏။

သူ၏ကျိန်ဆဲချက်များသည်ရေကဲ့သို့

သူ၏ကိုယ်ခန္ဓာထဲသို့လည်းကောင်း၊ ဆီကဲ့သို့ သူ၏

အရိုးများထဲသို့လည်းကောင်းစိမ့်ဝင်ပါ စေသော။

19 ယင်းကျိန်ဆဲချက်တို့သည်အထည်အဝတ်ကဲ့သို့

သူ့ကိုဖုံးလွှမ်း၍ခါးပတ်သဖွယ်သူ့ကိုအစဉ် အမြဲ

ပတ်၍ထားပါစေသော။

20 အို ထာဝရဘုရား၊ ကျွန်တော်မျိုး၏အကြောင်းဆိုးရွားသည့်

သတင်းကိုလွှင့်သူကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူတို့ အား

ဤနည်းအတိုင်းအပြစ်ပေးတော်မူပါ။

21 သို့ရာတွင် အို ထာဝရဘုရား၊

ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရားသခင်၊

ကိုယ်တော်ရှင်ကတိတော်ရှိသည်အတိုင်း

ကျွန်တော်မျိုးအားကူမတော်မူပါ။

ကိုယ်တော်ရှင်၏မေတ္တာတော်ကိုထောက်၍

ကျွန်တော်မျိုးအားကယ်ဆယ်တော်မူပါ။

22 ကျွန်တော်မျိုးသည်ဆင်းရဲချို့တဲ့နွမ်းပါး ပါ၏။

အသည်းနှလုံးထဲတွင်နာကြည်းလျက်ရှိပါ၏။

23 ကျွန်တော်မျိုးသည် ညနေချိန်အရိပ်ကဲ့သို့

ပျောက်ကွယ်ရန်နီးပါပြီ။

ပိုးကောင်ကဲ့သို့လေတိုက်၍လွင့်သွားပါ၏။  
 24           အစားအစာချို့တဲ့မှုကြောင့်ကျွန်တော်မျိုး၏  
               ဒူးတို့သည်ချည့်နဲ့လျက်ရှိပါ၏။  
               ကျွန်တော်မျိုး၏ကိုယ်ခန္ဓာသည်  
               အရိုးနှင့်အရေသာရှိပါ၏။  
 25           လူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးကိုမြင်သောအခါ  
               ပြက်ရယ်ပြုကြပါ၏။ ဦးခေါင်းကိုခါကြ ပါ၏။\*  
 26           ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရားသခင်ထာဝရဘုရား၊  
               ကျွန်တော်မျိုးအားကူမတော်မူပါ။  
               ကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်ကို  
               ထောက်၍ကျွန်တော်မျိုးအားကယ်တော် မူပါ။  
 27           ကျွန်တော်မျိုးအားကယ်တော်မူသောသူသည်  
               ကိုယ်တော်ရှင်ပင်ဖြစ်တော်မူကြောင်းကို  
               ရန်သူတို့အားသိစေတော်မူပါ။  
 28           သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
               ကျိန်ဆဲကြသော်လည်းကိုယ်တော်ရှင်           မူကား  
               ကောင်းချီးပေးတော်မူပါမည်။  
               ကျွန်တော်မျိုးအားနှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲသော           သူတို့သည်  
               အရေးရှုံးနိမ့်ကြပါစေသော။  
               ကိုယ်တော်ရှင်၏           အစေခံကျွန်တော်မျိုးမူကား  
               ဝမ်းမြောက်ရပါစေသော။

\* 109:25 မ၊ ၂၇:၃၉။ ဗ၊ ၁၅:၂၉။

29 ကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူများသည်ဂုဏ်အသရေ  
 ပျက်ရကြပါစေသော။  
 သူတို့သည်အရှက်နှင့်မိမိတို့ကိုယ်ကို  
 ဝတ်လုံသဖွယ်ဖုံးလွှမ်းရကြပါစေသော။

30 ငါသည်အသံကျယ်စွာထာဝရဘုရား၏  
 ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းပါမည်။  
 ပရိသတ်တို့အလယ်တွင်ကိုယ်တော်အား  
 ထောမနာပြုပါမည်။

31 အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ကိုယ်တော်သည်  
 ဆင်းရဲသူကိုကာကွယ်၍  
 သူ့အားသေဒဏ်စီရင်ကြသောသူတို့ ၎င်း၏လက်မှ  
 ကယ်တော်မူသောကြောင့်ဖြစ်၏။

# 110

ထာဝရဘုရားနှင့်ကိုယ်တော် ရွေးချယ်တော်မူသောဘုရင်<sup>18</sup>

<sup>1</sup> ထာဝရဘုရားက  
 ``ငါသည်သင်၏ရန်သူများကိုသင်၏  
 ခြေတင်ခုံဖြစ်စေမည်။  
 ယင်းသို့မဖြစ်မီကာလငါ၏လက်ယာဘက် တွင်  
 ထိုင်နေလော့'' ဟု  
 ငါ၏အရှင်မင်းမြတ်အားမိန့်တော်မူ၏။<sup>✠✠</sup>

<sup>18</sup> 110: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။ ✠ 110:1 မ၊  
 ၂၂:၄၄။ မ၊ ၁၂:၃၆။ လု၊ ၂၀:၄၂-၄၃။ တ၊ ၂:၃၄-၃၅။ ၁ကော၊ ၁၅:၂၅။ ဧ၊  
 ၁:၂၀-၂၂။ ကော၊ ၃:၁။ ✠ 110:1 ဟေဗြဲ၊ ၁:၁၃၊ ၈:၁၊ ၁၀:၁၂-၁၃။



2 ထာဝရဘုရားသည်အရှင်၏ရာဇအာဏာ ကို  
ဇိအုန်မြို့မှနေရာအနှံ့အပြားသို့တိုင်အောင်  
တည်စေတော်မူလိမ့်မည်။

ကိုယ်တော်ကအရှင်အား ``သင်၏ရန်သူတို့ကို  
အုပ်စိုးလော့'' ဟုမိန့်တော်မူ၏။

3 ရန်သူတို့အားအရှင်မင်းကြီးတိုက်ခိုက် တော်မူသောနေ့၌  
အရှင်၏ပြည်သားတို့သည်အလိုအလျောက်  
ကိုယ်တော်နှင့်လိုက်ပါချီတက်ကြပါလိမ့်မည်။

နံနက်ချိန်၌ကျသည့်ဆီးနှင်းကဲ့သို့သန်စွမ်း သော  
လူငယ်လူရွယ်အမြောက်အမြားသည်  
အရှင်မင်းကြီးရှိရာသန်ရှင်းမြင့်မြတ်သည့်  
တောင်ပေါ်သို့ရောက်ရှိကြပါလိမ့်မည်။\*

4 ``သင်သည်ယဇ်ပုရောဟိတ်မင်းမေလခိ ဇေဒက်နည်းတူ  
ထာဝရယဇ်ပုရောဟိတ်ဖြစ်လိမ့်မည်'' ဟု  
ထာဝရဘုရားသခင်သည်ကျိန်ဆို  
ကတိပေးတော်မူသည်ဖြစ်ရာ  
ထိုကတိတော်ကိုပြန်လည်ရုပ်သိမ်းတော်မူ လိမ့်မည်  
မဟုတ်ပါ။\*

5 ဘုရားရှင်သည်အရှင်မင်းကြီး၏လက်ယာ ဘက်တွင်  
ရှိတော်မူပါ၏။

\* 110:3 အခန်းငယ် ၃ ဟေဗြဲမူတွင်မရှင်းပါ။ \* 110:4 ဟေဗြဲ၊ ၅:၆၊  
၆:၂၀၊ ၇:၁၇-၂၁။

အမျက်ထွက်တော်မူရာနေ့ရက်၌ကိုယ်တော် သည်  
 ဘုရင်အပေါင်းတို့ကိုနှိမ်နင်းတော်မူလိမ့်မည်။  
 6 လူမျိုးတကာတို့ကိုတရားစီရင်တော်မူ ရာတွင်  
 စစ်တလင်းကိုလူသေကောင်များနှင့်  
 ပြည့်နှက်စေတော်မူလိမ့်မည်။  
 ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းလုံးရှိဘုရင်တို့ကို နှိမ်နင်းတော်မူလိမ့်မည်။  
 7 မင်းကြီးသည်လမ်းအနီးရှိစမ်းချောင်းမှ  
 ရေကိုသောက်လျက်အားအင်ပြည့်တင်းလာကာ  
 အောင်ပွဲကိုခံတော်မူလိမ့်မည်။

# 111

## ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုခြင်း

1 ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုလော့။  
 ငါသည်ထာဝရဘုရား၏လူစုတော်  
 အစည်းအဝေးတွင်ကိုယ်တော်၏ကျေးဇူး တော်ကို  
 စိတ်နှလုံးအကြွင်းမဲ့ချီးမွမ်းမည်။  
 2 ထာဝရဘုရားပြုတော်မူသောအမှုအရာ တို့သည်  
 အံ့ဩဖွယ်ကောင်းလှပါသည်တကား။  
 ထိုအမှုအရာများကိုနှစ်သက်သူအပေါင်း တို့သည်  
 ယင်းတို့ကိုလေ့လာတတ်ကြ၏။  
 3 ကိုယ်တော်ပြုသမျှသောအမှုတော်တို့သည်  
 ဂုဏ်အသရေနှင့်ပြည့်စုံပါပေသည်။  
 ကိုယ်တော်၏ဖြောင့်မတ်ခြင်းတရားသည်  
 ထာဝစဉ်တည်ပါ၏။

4 ပြုတော်မူသောအံ့ဩဖွယ်အမှုအရာတို့ကို  
 မမေ့လျော့စေရန်စီရင်တော်မူပြီ။  
 ကိုယ်တော်သည်သနားကြင်နာတော်မူ၍  
 ကရုဏာတော်နှင့်ပြည့်ဝတော်မူ၏။

5 ကိုယ်တော်ကိုကြောက်ရွံ့ရိုသေသူတို့အား  
 ကျွေးမွေးတော်မူ၏။  
 မိမိပဋိညာဉ်တော်ကိုအဘယ်အခါ၌မျှ  
 မေ့လျော့တော်မမူ။

6 ကိုယ်တော်သည်အခြားလူမျိုးတို့၏နယ်မြေ များကို  
 မိမိ၏လူစုတော်အားပေးတော်မူခြင်း အားဖြင့်  
 တန်ခိုးတော်ကိုပြတော်မူလေပြီ။

7 ကိုယ်တော်ပြုလေသမျှသောအမှုတို့သည်  
 သစ္စာနှင့်လည်းကောင်း၊  
 တရားမျှတမှုနှင့်လည်းကောင်းညီပါ၏။  
 ကိုယ်တော်၏ပညတ်တော်မှန်သမျှသည်  
 ယုံကြည်အားထားထိုက်ပါပေသည်။

8 ထိုပညတ်တော်တို့သည်ထာဝစဉ်တည်ပါ၏။  
 ယင်းတို့ကိုသစ္စာတရားနှင့်လည်းကောင်း၊  
 ဖြောင့်မတ်ခြင်းတရားနှင့်လည်းကောင်း  
 စီရင်ထားတော်မူပြီ။

9 ကိုယ်တော်သည်မိမိ၏လူစုတော်အား  
 လွတ်မြောက်စေတော်မူပြီးလျှင်

သူတို့နှင့်ထာဝရပဋိညာဉ်ပြုတော် မူ၏။  
 ကိုယ်တော်သည်သန်ရှင်းမြင့်မြတ်တော်မူ၍  
 တန်ခိုးကြီးတော်မူပါသည်တကား။  
 10 ထာဝရဘုရားကိုကြောက်ရွံ့ရုံရှိသေတတ်သော  
 သဘောသည်ပညာ၏အချုပ်အခြာဖြစ်၏။  
 ပညတ်တော်ကိုစောင့်ထိန်းသူအပေါင်းတို့အား  
 မှန်ကန်စွာဆုံးဖြတ်နိုင်ခွင့်ကိုကိုယ်တော်ပေး တော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်အားထာဝစဉ်ထောမနာပြုကြ  
 ပါစေသတည်း။☆

# 112

သူတော်ကောင်းသည်မင်္ဂလာရှိခြင်း

1 ထာဝရဘုရားကိုထောမနာပြုကြလော့။

ထာဝရဘုရားကိုကြောက်ရွံ့ရုံရှိသေ၍  
 ပညတ်တော်တို့ကိုစောင့်ထိန်းရန် အထူးနှစ်သက်သူသည်မ  
 င်္ဂလာရှိ၏။

2 ထိုသူ၏သားသမီးတို့သည်တိုင်းပြည်တွင်  
 တန်ခိုးအာဏာရှိကြလိမ့်မည်။  
 သူ၏သားမြေးတို့သည်ကောင်းချီး  
 ခံစားရကြလိမ့်မည်။

3 သူ၏အိမ်ထောင်စုသားတို့သည်ချမ်းသာ  
 ကြွယ်ဝလိမ့်မည်။

☆ 111:10 ယောဘ၊ ၂၈:၂၈။ သု၊ ၁:၇၊ ၉:၁၀။

သူသည်အစဉ်အမြဲကောင်းစားလိမ့်မည်။

4 သနားကြင်နာတတ်၍ကရုဏာနှင့်ပြည့်ဝ လျက်  
တရားမျှတသောသူတော်ကောင်းတို့အတွက်  
အမှောင်ထဲ၌အလင်းရောင်ပေါ်ထွန်းတတ်၏။

5 ရက်ရောစွာချေးငှားတတ်သောမိမိအလုပ် တွင်  
ရိုးသားစွာပြုမူတတ်သောသူသည်မင်္ဂလာ ရှိ၏။

6 သူတော်ကောင်းသည်အဘယ်အခါ၌မျှ  
ဆိုးရှုံးရလိမ့်မည်မဟုတ်။  
လူတို့သည်သူ့အားအဘယ်အခါ၌မျှ  
မေ့လျော့ကြလိမ့်မည်မဟုတ်။

7 သို့ဖြစ်၍သူသည်သတင်းဆိုးကိုကြားရန် မကြောက်ရ။  
သူသည်ထာဝရဘုရားကိုယုံကြည်  
ကိုးစားသူဖြစ်သဖြင့်သူ၏စိတ်နှလုံး သည်  
တည်ကြည်ခိုင်မြဲပေသည်။

8 သူသည်စိုးရိမ်ပူပန်မှုနှင့်သော်လည်းကောင်း၊  
ကြောက်လန့်မှုနှင့်သော်လည်းကောင်းကင်း၏။  
မိမိ၏ရန်သူများအရေးရှုံးနိမ့်သည်ကိုမူချ  
တွေ့မြင်ရလိမ့်မည်။

9 သူသည်ချို့တဲ့နွမ်းပါးသူတို့ကိုရက်ရောစွာ  
ပေးကမ်းတတ်၏။  
သူသည်အစဉ်သနားကြင်နာတတ်၏။

သူသည်တန်ခိုးကြီး၍ရိုသေလေးစားမှုကို ခံရလိမ့်မည်။<sup>☆</sup>

<sup>10</sup> သူယုတ်မာတို့သည်ဤအခြင်းအရာကို  
မြင်သောအခါဒေါသထွက်၍အံသွားခဲ ကြိတ်လျက်  
ပျောက်ကွယ်သွားကြလိမ့်မည်။  
သူတို့၏အလိုဆန္ဒသည်ပျက်ပြားရလိမ့်မည်။

# 113

ထာဝရဘုရား၏ကောင်းမြတ်တော်မှုခြင်းအား  
ထောမနာပြုခြင်း

<sup>1</sup> ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။

အချင်းထာဝရဘုရား၏အစေခံတို့၊  
ကိုယ်တော်၏နာမတော်အားထောမနာ ပြုကြလော့။

<sup>2</sup> ကိုယ်တော်၏နာမတော်အားယခုမှစ၍  
ကာလအစဉ်အဆက်ထောမနာပြုကြ ပါစေသော။

<sup>3</sup> နေထွက်ရာအရပ်မှနေဝင်ရာအရပ်သို့ တိုင်အောင်  
ထာဝရဘုရား၏နာမတော်အားထောမနာ ပြုကြ  
ပါစေသတည်း။

<sup>4</sup> ထာဝရဘုရားသည်လူမျိုးတကာတို့ကို  
အစိုးရတော်မှု၏။  
ကိုယ်တော်၏ဘုန်းအသရေတော်သည်  
မိုးကောင်းကင်အထက်ထွန်းတောက်တော်မှု၏။

---

<sup>☆</sup> 112:9 ၊ကော၊ ၉:၉။

- 5 ငါတို့၏ဘုရားသခင်ထာဝရဘုရားနှင့်  
နှိုင်းယှဉ်နိုင်သူတစ်စုံတစ်ယောက်မျှမရှိ။  
ကိုယ်တော်သည်အထက်ဘဝဂ်တွင်စံနေ တော်မူ၏။
- 6 သို့ရာတွင်မိုးကောင်းကင်နှင့်ကမ္ဘာမြေကြီးကို  
ငဲ့ကြည့်တော်မူ၏။
- 7 ဆင်းရဲသူတို့ကိုမြေမှုန့်ထဲကချီးမြှင့်၍  
နွမ်းပါးသူတို့ကိုအမှိုက်ပုံထဲက ချီးမြှောက်တော်မူ၏။
- 8 ထိုနောက်မင်းသားများဖြစ်ကြသော၊ကိုယ် တော်၏  
လူစုတော်ကိုအုပ်စိုးသောမင်းသားများနှင့် အတူ  
သွားလာပေါင်းဖော်ခွင့်ကိုပေးတော်မူ၏။
- 9 ကိုယ်တော်သည်မြို့သောအိမ်ရှင်မအား  
ချီးမြှင့်တော်မူရာသားသမီးရစေ၍  
ဝမ်းမြောက်စေတော်မူ၏။

ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။

# 114

ပသခါပွဲတော်သီချင်း

- 1 ယာကုပ်၏သားမြေးကူသရေလအမျိုးသား တို့သည်  
နိုင်ငံရပ်ခြားအီဂျစ်ပြည်မှထွက်သွားကြ သောအခါ၊\*
- 2 ယုဒအမျိုးသားတို့သည်ထာဝရဘုရား၏  
သန့်ရှင်းမြင့်မြတ်သောလူစုတော်ဖြစ်လာကြ၏။

☆ 114:1 ထွ၊ ၁၂:၅၁။

ဣသရေလအမျိုးသားတို့သည်ကိုယ်တော်  
ပိုင်တော်မူသောလူစုတော်ဖြစ်လာကြ၏။

3 ပင်လယ်နီသည်မြင်၍ထွက်ပြေးလေ၏။  
ယော်ဒန်မြစ်သည်မစီးတော့ဘဲရပ်တန့် သွား၏။\*

4 တောင်ကြီးတို့သည်ဆိတ်များကဲ့သို့လည်းကောင်း၊  
တောင်ငယ်တို့သည်သိုးများကဲ့သို့လည်းကောင်း  
ခုန်ပေါက်ကြ၏။

5 အချင်းပင်လယ်၊ သင်သည်အဘယ်ကြောင့်  
ထွက်ပြေးပါသနည်း။  
အချင်းယော်ဒန်မြစ်၊ သင်သည်အဘယ်ကြောင့်  
မစီးဘဲရပ်တန့်ပါသနည်း။

6 တောင်ကြီးတို့၊ သင်တို့သည်အဘယ်ကြောင့်  
ဆိတ်များကဲ့သို့ခုန်ပေါက်ကြပါသနည်း။  
တောင်ငယ်တို့၊ သင်တို့သည်အဘယ်ကြောင့်  
သိုးသငယ်များကဲ့သို့ခုန်ပေါက်ကြပါ သနည်း။

7 အချင်းမြေကြီး၊ ယာကုပ်၏ဘုရား၊  
ထာဝရဘုရားကြွလာတော်မူချိန်၌ ရှေ့တော်တွင်  
တုန်လှုပ်လျက်နေလော့။

8 ကိုယ်တော်သည်ကျောက်တောင်ကိုရေအိုင်၊  
ကျောက်ဆောင်ကိုစမ်းချောင်းဖြစ်စေတော်

\* 114:3 ထွ၊ ၁၄:၂၁။ ယောရှု၊ ၃:၁၆။



မူ၏။<sup>☆</sup>

# 115

တစ်ဆူတည်းစစ်မှန်သောဘုရား

- 1 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်နှင့်  
 သစ္စာတော်ကြောင့်ကိုယ်တော်တစ်ပါးတည်း ဌိသာလျှင်  
 ဘုန်းအသရေရှိတော်မူပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုးတို့၌ဘုန်းအသရေမရှိပါ။
- 2 “သင်တို့၏ဘုရားသည်အဘယ်မှာရှိသနည်း!” ဟု  
 လူမျိုးတကာတို့သည်အဘယ်ကြောင့်ငါတို့အား  
 မေးရကြပါသနည်း။
- 3 ငါတို့ဘုရားသည်ကောင်းကင်ဘုံတွင်ရှိတော်မူ၍  
 အလိုတော်အရခပ်သိမ်းသောအမှုတို့ကို  
 ပြုတော်မူ၏။
- 4 သူတို့ဘုရားများကားရွှေငွေဖြင့်ပြီး၍ လူ့လက်ဖြင့်  
 ပြုလုပ်သောဘုရားများဖြစ်ကြ၏။
- 5 ယင်းတို့သည်နှုတ်များပါရှိလျက်နှင့်စကား မပြောနိုင်။  
 မျက်စိများပါရှိလျက်နှင့်မမြင်နိုင်။
- 6 နားများပါရှိလျက်နှင့်မကြားနိုင်။  
 နှာခေါင်းများရှိပါလျက်နှင့်အနံ့မရနိုင်။

<sup>☆</sup> 114:8 ထွ၊ ၁၇:၁-၇။ တော၊ ၂၀:၂-၁၃။

7 လက်များပါရှိလျက်နှင့်မထိမတွေ့နိုင်။  
 ခြေများရှိပါလျက်နှင့်လမ်းမလျှောက်နိုင်။  
 သူတို့သည်အသံတစ်စုံတစ်ခုကိုမျှ မပြုနိုင်။  
 8 ထိုရုပ်တုတို့ကိုပြုလုပ်သူများနှင့်ကိုးစား သူတို့သည်  
 မိမိတို့ပြုလုပ်သည့်ရုပ်တုများကဲ့သို့  
 ဖြစ်ကြပါစေသော။<sup>☆</sup>

9 ကူသရေလအမျိုးသားတို့၊ ထာဝရဘုရား ကို  
 ကိုးစားကြလော့။

ကိုယ်တော်သည်သင်တို့ကိုကူမတော်မူ၍  
 ကာကွယ်စောင့်ရှောက်တော်မူ၏။

10 အချင်းဘုရားသခင်၏ယဇ်ပုရောဟိတ် တို့၊  
 ထာဝရဘုရားကိုကိုးစားကြလော့။

ကိုယ်တော်သည်သင်တို့ကိုကူမတော်မူ၍  
 ကာကွယ်စောင့်ရှောက်တော်မူ၏။

11 ထာဝရဘုရားကိုကြောက်ရွံ့ရုံရှိသေသူ အပေါင်းတို့၊  
 ကိုယ်တော်ကိုကိုးစားကြလော့။

ကိုယ်တော်သည်သင်တို့ကိုကူမတော်မူ၍  
 ကာကွယ်စောင့်ရှောက်တော်မူ၏။

12 ထာဝရဘုရားသည်ငါတို့ကိုသတိရတော် မူ၍  
 ကောင်းချီးပေးတော်မူလိမ့်မည်။

ကိုယ်တော်သည်ကူသရေလအမျိုးသားတို့  
 ကိုလည်းကောင်း၊ဘုရားသခင်၏

☆ 115:8 ဆာ၊ ၁၃၅:၁၅-၁၈။ ဗျာ၊ ၉:၂၀။

ယဇ်ပုရောဟိတ်အပေါင်းတို့ကိုလည်း ကောင်း  
ကောင်းချီးပေးတော်မူလိမ့်မည်။

13 ကိုယ်တော်သည်မိမိအားကြောက်ရွံ့ရုံသေသူ  
အပေါင်းတို့အားယုတ်မြတ်မရွေးကောင်းချီး  
ပေးတော်မူလိမ့်မည်။✠

14 ထာဝရဘုရားသည်သင်တို့နှင့်  
သင်တို့၏သားမြေးတို့အားသားသမီးများကို  
ပေးတော်မူပါစေသော။

15 ကောင်းကင်နှင့်ကမ္ဘာမြေကြီးကိုဖန်ဆင်းတော် မူသော  
ထာဝရဘုရားသည်သင်တို့အားကောင်းချီးပေး  
တော်မူပါစေသော။

16 ကောင်းကင်ကိုထာဝရဘုရားတစ်ပါးတည်း သာလျှင်  
ပိုင်တော်မူ၏။  
ကမ္ဘာမြေကြီးကိုမူကားလူသားတို့အား  
ပေးတော်မူ၏။

17 သေလွန်ကြသူ၊ဆိတ်ငြိမ်ရာသို့  
သက်ဆင်းကြသူများသည်ထာဝရဘုရားကို  
ထောမနာမပြုကြ။

18 သို့ရာတွင်အသက်ရှင်နေသူငါတို့မူကား  
ယခုမှစ၍အစဉ်အဆက်ကိုယ်တော်၏  
ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းကြပါမည်။

✠ 115:13 မျာ၊ ၁၁:၁၈၊ ၁၉:၅။

ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။

# 116

သေဘေးမှလွတ်မြောက်သူကထာဝရ  
ဘုရားအားထောမနာပြုခြင်း

- 1 ထာဝရဘုရားသည်ငါ၏ပန်ကြား  
လျှောက်ထားချက်ကိုကြားတော်မူသည်ဖြစ်၍  
ငါသည်ကိုယ်တော်ကိုချစ်မြတ်နိုး၏။  
ကိုယ်တော်သည်ငါ၏ဆုတောင်းပ တု ထ နာကို  
နားထောင်တော်မူ၏။
- 2 ငါလျှောက်ထားသည့်အခါတိုင်းကိုယ်တော်  
နားထောင်တော်မူ၏။
- 3 သေမင်း၏ကျော့ကွင်းသည်ငါ့ကိုဖမ်းမိလျက် နေ၏။  
သေဘေးသည်ငါ့ကိုဝိုင်းရံလျက်နေ၏။  
ငါသည်ကြောက်လန့်၍စိုးရိမ်ပူပန်ရ၏။
- 4 ထိုအခါ အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်အားကျွန်တော်မျိုးတောင်းပန် ပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုးကိုကယ်တော်မူပါ' ဟု  
ထာဝရဘုရား၏ထံတော်သို့ငါဆုတောင်း ပ တု  
ထနာပြု၏။
- 5 ထာဝရဘုရားသည်သနားကြင်နာတော်မူ၍  
ကျေးဇူးပြုတော်မူတတ်၏။

ငါတို့၏ဘုရားသခင်သည်ကရုဏာတော်ရှင်  
ဖြစ်တော်မူ၏။

6 ထာဝရဘုရားသည်ခိုကိုးရာမဲ့သူတို့ကို  
ကာကွယ်စောင့်ရှောက်တော်မူ၏။  
ငါဘေးဥပဒ်ရောက်သောအခါငါ့ကို ကယ်တော်မူ၏။

7 အို ငါ့စိတ်နှလုံး၊ထာဝရဘုရားသည်  
ငါ့အားကျေးဇူးပြုတော်မူပြီဖြစ်၍  
ယုံကြည်စိတ်ချစွာနေလော့။

8 ထာဝရဘုရားသည်ငါ့အသက်ကို သေဘေးမှလည်းကောင်း၊  
ငါ့မျက်စိကိုမျက်ရည်ကျခြင်းမှလည်း ကောင်း၊  
ငါ၏ခြေကိုချော်လဲခြင်းမှလည်းကောင်း ကယ်တော်မူပြီ။

9 သို့ဖြစ်၍ငါသည်အသက်ရှင်သူ လူသားတို့၏ဘောင်တွင်  
ဘုရားသခင်၏မျက်မှောက်တော်၌  
သက်ရှင်လှုပ်ရှားလျက်နေရ၏။

10-11 ငါသည်ကြောက်လန့်သဖြင့်“ငါ့မှာယုံကြည် နိုင်သူ  
တစ်ယောက်မျှမရှိ” ဟူ၍လည်းကောင်း  
“ငါသည်စိတ်ဒုက္ခကြီးစွာရောက်ပါပြီ”  
ဟူ၍လည်းကောင်းဆိုစဉ်၌ပင်လျှင်  
ထာဝရဘုရားကိုယုံကြည်မြဲယုံကြည် လျက်နေပါ၏။\*

12 ထာဝရဘုရားငါ့အားပြုတော်မူသော

\* 116:10-11 ၂ကော၊ ၄:၁၃။

ကျေးဇူးများအတွက်ငါသည်ကိုယ်တော်အား  
အဘယ်အရာကိုပူဇော်ရပါမည်နည်း။

13 ငါ့ကိုကယ်တော်မူသည့်အတွက်  
ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းရန်ငါသည်  
ထာဝရဘုရားအားစပျစ်ရည်ကို ပူဇော်မည်။

14 ငါသည်ကိုယ်တော်အားသစ္စာကတိပြုခဲ့ သည့်အတိုင်း  
ကိုယ်တော်၏လူစုတော်စုဝေးရာတွင်  
မိမိ၏သစ္စာဝတ်ကိုဖြေပါမည်။

15 ထာဝရဘုရား၏လူစုတော်အနက်တစ်စုံ တစ်ယောက်  
သေဆုံးသွားလျှင်  
ကိုယ်တော်အတွက်ကြီးမားသောဆုံးရှုံးမှု  
ဖြစ်ပါသည်တကား။

16 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေခံ  
ဖြစ်ပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုး၏မိခင်နည်းတူကျွန်တော်မျိုး သည်  
ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေကိုခံပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားသေ ဘေးမှ  
ကယ်တော်မူပါပြီ။

17 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းရာယဇ်ကိုပူဇော် ပါမည်။  
အထံတော်သို့ဆုတောင်းပတုထနာပြုပါမည်။

18-19 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
 သစ္စာကတိပြုခဲ့သည့်အတိုင်း  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်ဝင်တို့ စုဝေးရာ  
 ယေရုရှလင်မြို့ရှိကိုယ်တော်ရှင်၏ဗိမာန် တော်၌  
 သစ္စာဝတ်ကိုဖြေပါမည်။

ထာဝရဘုရားကိုထောမနာပြုကြလော့။

### 117

ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုခြင်း

1 နိုင်ငံတကာတို့၊ ထာဝရဘုရားအား  
 ထောမနာပြုကြလော့။  
 လူမျိုးအပေါင်းတို့၊ ကိုယ်တော်အား  
 ထောမနာပြုကြလော့။<sup>☆</sup>

2 ငါတို့အတွက်ထားရှိသောမေတ္တာတော်သည်  
 ကြီးမားတော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်၏သစ္စာတော်သည်လည်း  
 ထာဝစဉ်တည်တော်မူ၏။

ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။

### 118

အောင်ပွဲအတွက်ကျေးဇူးတော်ချီးမွမ်းသည့်  
 ဆုတောင်းပတုထနာ

---

<sup>☆</sup> 117:1 ရော၊ ၁၅:၁၁။

1 ထာဝရဘုရားသည်ကောင်းမြတ်တော်မူ၍  
မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်တည်တော်မူသဖြင့်  
ကိုယ်တော်၏ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းကြ လော့။

☆

2 “ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်  
ထာဝစဉ်တည်ပါ၏” ဟုကုသရေလ  
အမျိုးသားတို့ဝန်ခံကြစေ။

3 “ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
တည်တော်မူပါ၏” ဟုဘုရားသခင်၏  
ယဇ်ပုရောဟိတ်တို့ဝန်ခံကြစေ။

4 “ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
တည်တော်မူပါ၏” ဟု  
ကိုယ်တော်ကိုကြောက်ရွံ့ရုံသေသူအပေါင်းတို့  
ဝန်ခံကြစေ။

5 ငါသည်အလွန်ဒုက္ခရောက်သဖြင့်ထာဝရ ဘုရားအား ပ  
တုထနာပြုပါ၏။  
ကိုယ်တော်သည်လည်းထူးတော်မူ၍  
ငါ့ကိုလွတ်မြောက်စေတော်မူ၏။

6 ထာဝရဘုရားသည်ငါနှင့်အတူ ရှိတော်မူသည်ဖြစ်၍  
ငါသည်ကြောက်လန့်လိမ့်မည်မဟုတ်။ လူသည်  
ငါ့ကိုအဘယ်သို့ပြုနိုင်ပါသနည်း။☆

☆ 118:1 ၅ရာ၊ ၁၆:၃၄၊ ၆ရာ၊ ၅:၁၃၊ ၇:၃၊ ၉၊ ၃:၁၁။ ဆာ၊ ၁၀၀:၅၊ ၁၀၆:၁၊  
၁၀၇:၁၊ ၁၃၆:၁။ ယေ၊ ၃၃:၁၁။ ☆ 118:6 ဟေဗြဲ၊ ၁၃:၆။



7 ငါ့ကိုကူမတော်မူသောအရှင်သည်  
 ထာဝရဘုရားဖြစ်တော်မူသဖြင့်  
 ငါသည်ရန်သူများအရေးရှုံးနိမ့်ကြ သည်ကို  
 မြင်ရလိမ့်မည်။

8 လူကိုအားကိုးသည်ထက်ထာဝရဘုရားကို  
 အားကိုးခြင်းကပို၍ကောင်း၏။

9 လူ့ခေါင်းဆောင်တို့ကိုကိုးစားသည်ထက်  
 ထာဝရဘုရားကိုကိုးစားခြင်းကပို၍ ကောင်း၏။

10 ငါ၏ပတ်လည်တွင်ရန်သူအများပင်ရှိသော် လည်း  
 ငါသည်ထာဝရဘုရား၏တန်ခိုးတော် အားဖြင့်  
 သူတို့ကိုသုတ်သင်ဖျက်ဆီးပစ်၏။

11 သူတို့သည်အဘက်ဘက်မှငါ့ကိုဝိုင်းရံလျက်  
 နေကြသော်လည်း  
 ငါသည်ထာဝရဘုရား၏တန်ခိုးတော် အားဖြင့်  
 သူတို့ကိုသုတ်သင်ဖျက်ဆီးပစ်၏။

12 သူတို့သည်ပျားများကဲ့သို့ငါ့ထံသို့ ဝိုင်းအုံ၍  
 လာကြသော်လည်း  
 ဆူးချုံ့ကိုလောင်သောမီးကဲ့သို့လျင်မြန်စွာ  
 ချုပ်ငြိမ်း၍သွားကြ၏။

ငါသည်ထာဝရဘုရား၏တန်ခိုးတော်အားဖြင့်  
 သူတို့ကိုသုတ်သင်ဖျက်ဆီးပစ်လိုက်၏။

13 ငါသည်ပြင်းထန်စွာတိုက်ခိုက်ခြင်းကိုခံရ၍  
အရေးရှုံးနိမ့်နေသော်လည်း  
ထာဝရဘုရားသည်ငါ့ကိုကူမတော်မူ၏။

14 ထာဝရဘုရားသည်ငါ့အားတန်ခိုးစွမ်းရည်  
ကြီးမားစေတော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်သည်ငါ့ကိုကယ်တင်တော်မူ ပြီ။<sup>☆</sup>

15-16 “ထာဝရဘုရားသည်မဟာတန်ခိုးတော် အားဖြင့်  
အံ့ဩဖွယ်ကောင်းသောအမှုတို့ကိုပြု တော်မူလေပြီ။  
ကြီးမားသည့်တန်ခိုးတော်ကြောင့်ငါတို့သည်  
အောင်ပွဲကိုရရှိလေပြီ” ဟုဘုရားသခင်၏  
လူစုတော်သည်

မိမိတို့တဲများမှဝမ်းမြောက်စွာအောင်သံပေး၍  
ကြွေးကြော်ကြသည်ကိုနားထောင်ကြလော့။

17 ငါသည်မသေသေးဘဲအသက်ရှင်၍ထာဝရ ဘုရား  
ပြုတော်မူသောအမှုတော်ကိုဖော်ပြမည်။

18 ကိုယ်တော်သည်ငါ့ကိုကြပ်တည်းစွာ  
ဆုံးမတော်မူသော်လည်းသေမင်း၏လက်သို့  
အပ်တော်မမူ။

19 ငါ၏အတွက်မိမိမာန်တော်တံခါးတို့ကိုဖွင့် လိုက်ကြ။  
ငါသည်ဝင်၍ထာဝရဘုရားအားထောမနာ ပြုမည်။

☆ 118:14 ထွ၊ ၁၅:၂။ ဟေရှာ၊ ၁၂:၂။

20 ဤတံခါးသည်ထာဝရဘုရား၏တံခါးဖြစ်၍  
သူတော်ကောင်းတို့သာလျှင်ဝင်ရကြ၏။

21 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်သည်ကျွန်တော်မျိုးလျှောက်ထား  
ချက်ကို ကြားတော်မူ၍  
ကျွန်တော်မျိုးအားအောင်ပွဲကိုပေးတော်မူ သဖြင့်  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်အားထောမနာ  
ပြုပါ၏။

22 တိုက်ကိုတည်ဆောက်သူတို့ပစ်ပယ်ထားသော  
ကျောက်သည်အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်သော  
ထောင့်ချုပ်ကျောက်ဖြစ်လာရ၏။<sup>☆</sup>

23 ဤအမှုကားဘုရားသခင်ပြုတော်မူသော အမှုဖြစ်၏။  
ငါတို့မျက်မှောက်၌အံ့ဩဖွယ် ကောင်းလှပါသည်တကား။<sup>☆</sup>

24 ဤနေ့ရက်သည်ထာဝရဘုရားအောင်ပွဲ  
ခံတော်မူသောနေ့ရက်ဖြစ်၍  
ငါတို့သည်ဝမ်းမြောက်ရွှင်လန်းစွာကျင်းပ  
ကြကုန်အံ့။

25 အို ထာဝရဘုရား၊ ကျွန်တော်မျိုးတို့အားကယ်တော်မူပါ။  
ကျွန်တော်မျိုးတို့အားကယ်တော်မူပါ။

<sup>☆</sup> 118:22 လူ၊ ၂၀:၁၇။ တ၊ ၄:၁၁။ ၁ပေ၊ ၂:၇။ <sup>☆</sup> 118:23 မ၊ ၂၁:၄၂။  
မာ၊ ၁၂:၁၀-၁၁။

အို ထာဝရဘုရား၊ ကျွန်တော်မျိုးအားအောင်မြင်ခွင့်ကိုပေးတော်  
မူပါ။<sup>☆</sup>

26 ထာဝရဘုရား၏အခွင့်နှင့်ကြွလာသောသူအား  
ဘုရားသခင်ကောင်းချီးပေးတော်မူပါစေသော။  
ငါတို့သည်ထာဝရဘုရား၏အိမ်တော်မှနေ၍  
ကိုယ်တော်ကိုကောင်းချီးပေးပါ၏။<sup>☆</sup>

27 ထာဝရဘုရားသည်ဘုရားဖြစ်တော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်သည်ငါတို့အားကျေးဇူးပြုတော်မူပြီ။  
သင်တို့သည်သစ်ခက်များကိုင်၍၊  
ပွဲသဘင်ကိုအစပြုကာယဇ်ပလ္လင်ကိုလှည့်၍  
ချီတက်ကြလော့။

28 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရားသခင်  
ဖြစ်တော်မူ၍  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းပါမည်။  
ကိုယ်တော်ရှင်ကြီးမြတ်တော်မူကြောင်းကို  
ထုတ်ဖော်ကြညာပါမည်။

29 ထာဝရဘုရားသည်ကောင်းမြတ်တော်မူ၍

---

<sup>☆</sup> 118:25 မ၊ ၂၁:၉။ မ၊ ၁၁:၉။ ယော၊ ၁၂:၁၃။ <sup>☆</sup> 118:26 မ၊ ၂၁:၉၊  
၂၃:၃၉။ မ၊ ၁၁:၉။ လု၊ ၁၃:၃၅၊ ၁၉:၃၈။ ယော၊ ၁၂:၁၃။

မေတ္တာတော်သည်လည်းထာဝစဉ်  
 တည်တော်မူသဖြင့်  
 ကိုယ်တော်၏ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်း ကြလော့။

# 119

## ထာဝရဘုရား၏ပညတ်တော်

- 1 ထာဝရဘုရား၏တရားတော်ကိုလိုက်လျှောက် လက်  
 အပြစ်ဆိုဖွယ်မရှိအောင်သက်ရှင်လှုပ်ရှား  
 သူတို့သည်မင်္ဂလာရှိကြ၏။
- 2 သွန်သင်တော်မူခက်တို့ကိုလိုက်နာ၍  
 ကိုယ်တော်၏စကားတော်ကိုစိတ်နှလုံး အကြွင်းမဲ့  
 ခံယူသူတို့သည်မင်္ဂလာရှိကြ၏။
- 3 ထိုသူတို့သည်ဒုစရိုက်ကိုမပြုမကင့်ဘဲ  
 ထာဝရဘုရား၏တရားလမ်းအတိုင်း  
 လိုက်လျှောက်တတ်ကြ၏။
- 4 အို ထာဝရဘုရား"  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်မိမိ၏ပညတ်တော်တို့ကို  
 ကွန်တော်မျိုးတို့အားပေးအပ်တော်မူလက်  
 ယင်းတို့ကိုတစ်သဝေမတိမ်းလိုက်နာကြ ရန်  
 မှာကြားတော်မူပါပြီ။
- 5 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
 ည"န်ကြားခက်တို့ကိုတစ်သဝေမတိမ်း လိုက်နာရန်  
 ဆန္ဒပြင်းပြပါ၏။

- 6 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏အမိန့်တော်  
ရှိသမှကိုအလေးဂရုပြုပါလှင်  
အရှက်တကွဲအကျိုးနည်းရလိမ့်မည်မဟုတ်ပါ။
- 7 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ဖြောင့်မှန် သည့်  
စီရင်တော်မူခက်မားကိုခံယူမှတ်သားကာ  
ဖြူစင်သည့်စိတ်နှလုံးဖြင့်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
ထောမနာပြုပါမည်။
- 8 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ပညတ် တော်မား  
အတိုင်းလိုက်နာဆောင်ရွက်ပါမည်။  
ကွန်တော်မျိုးအားအဘယ်အခါ၌မှ  
စွန့်ပစ်တော်မမူပါနှင့်။

ထာဝရဘုရား၏ပညတ်တော်ကိုစောင့်ထိန်းခြင်း

- 9 လူငယ်လူရွယ်သည်အဘယ်သို့အားဖြင့်  
ဖြောင့်မတ်စွာကင်းကြံပြုမှုနိုင်ပါသနည်း။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ပညတ်တော်တို့ကို  
စောင့်ထိန်းခြင်းအားဖြင့်ဖြောင့်မတ်စွာ က  
င့်ကြံပြုမှုနိုင်ပါ၏။
- 10 ကွန်တော်မျိုးသည်စိတ်နှလုံးအကြွင်းမဲ့ ကိုယ်တော်၏  
အစေကိုခံနိုင်ရန်ကြိုးစားပါမည်။  
ကွန်တော်မျိုးအားကိုယ်တော်ရှင်၏  
ပညတ်တော်တို့မှသွေဖည်၍မသွားပါစေနှင့်။
- 11 ကိုယ်တော်ရှင်အားမပြစ်မှားစေရန်

ကွန်တော်မျိုးသည်မိမိ၏စိတ်နှလုံးထဲတွင်  
ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်ကိုသို့ထားပါ၏။

12 အို ထာဝရဘုရား"

ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
ထောမနာပြုပါ၏။

ကွန်တော်မျိုးအားကိုယ်တော်ရှင်၏  
နည်းလမ်းတော်များကိုသွန်သင်တော်မူပါ။

13 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်ပေးအပ်တော် မူသော  
ပညတ်တော်အပေါင်းကိုအသံကယ်စွာ  
ရွတ်ဆိုပါမည်။

14 ကွန်တော်မျိုးသည်စည်းစိမ်ဥစ္စာမားထက်  
ကိုယ်တော်ရှင်ဆုံးမသွန်သင်တော်မူခက်တို့ကို  
ပို၍နှစ်သက်ပါ၏။

15 ကိုယ်တော်ရှင်၏ဥပဒေသတော်တို့ကို ဆင်ခြင်လက်  
နည်းလမ်းတော်တို့ကိုအစဉ်အာရုံစိုက်ပါ၏။

16 ကိုယ်တော်ရှင်၏အထုံးအဖွဲ့တော်တို့ကို နှစ်သက်ပါ၏။  
အမိန့်တော်တို့ကိုမေ့လော့မည်မဟုတ်ပါ။

ပညတ်တော်ကိုစောင့်ထိန်းသူသည်မိဂလာရှိခြင်း

17 ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေခံဖြစ်သူကွန်တော်မျိုးအား  
ကေးဇူးပြုတော်မူပါ။

သို့မှသာလှင်ကွန်တော်မျိုးသည်အသက်ရှင်လက်  
ကိုယ်တော်ရှင်၏သွန်သင်ခက်တို့ကို လိုက်နာနိုင်ပါမည်။

18 ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်မှအံ့ဩဖွယ်ရာများကို

တေ"မြင်နိုင်ရန်ကွန်တော်မျိုး၏မက်စိတို့ကို  
ဖွင့်တော်မူပါ။

19 ကွန်တော်မျိုးသည်ဤကမ္ဘာမြေပေ"တွင်  
ခေတ္တခဏမှသာနေရပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ပညတ်တော်တို့ကို  
ကွန်တော်မျိုးထံမှဝှက်ထားတော်မမူပါ နှင့်။

20 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
စီရင်ဆုံးဖြတ်ခက်တို့ကိုအခါခပ်သိမ်း  
စိတ်စွဲလမ်းတောင့်တလက်ရှိပါ၏။

21 ကိုယ်တော်ရှင်သည်မာန်မာန်ကြီးသူတို့ကို  
ကြပ်တည်းစွာဆိုဆုံးမတော်မူပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ပညတ်တော်မားမှ  
သွေဖည်သွားကြသူတို့သည်အမင်္ဂလာရှိကြ၏။

22 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ပညတ်တော် တို့ကို  
စောင့်ထိန်းသည်ဖြစ်၍  
ကွန်တော်မျိုးအားထိုသူတို့၏စော်ကားမှုနှင့်  
မထိမဲ့မြင်ပြုမှုတို့မှကင်းလွတ်စေတော်မူပါ။

23 အာဏာပိုင်တို့သည်ကွန်တော်မျိုးအား  
ဆန့်ကင်ဘက်ပြု၍တိုင်ပင်ကြံစည်လက် နေကြ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေခံဖြစ်သူကွန်တော်မျိုး မူကား  
ကိုယ်တော်ရှင်၏အထုံးအဖွဲ့တော်တို့ကို  
ဆင်ခြင်လေ့လာပါမည်။



24 ကိုယ်တော်ရှင်၏ဆုံးမသွန်သင်တော်မူခက် တို့သည်  
 ကွန်တော်မျိုးအားစိတ်ရင်လန်းစေပါ၏။  
 ယင်းတို့သည်ကွန်တော်မျိုးအားလမ်းညွှန် ကြပါ၏။

ပညတ်တော်ကိုလိုက်နာရန်ခမှတ်သည့်သန့်နီဋ္ဌဌာန်

25 အရေးရှုံးနိမ့်၍ကွန်တော်မျိုးသည်  
 မြေမှုန်၌လဲလက်ရှိသဖြင့်  
 ကတိတော်ရှိသည်အတိုင်းအသက်ရှင်စေတော် မူပါ။

26 ကွန်တော်မျိုးသည်မိမိပြုမိသမှသော  
 အပြစ်တို့ကိုဖော်ပြဝန်ခံသည်ဖြစ်၍  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကွန်တော်မျိုး၏ပန်ကြား ခက်ကို  
 နားညောင်းတော်မူပါ၏။

ကွန်တော်မျိုးအားကိုယ်တော်ရှင်၏ နည်းလမ်းတော်တို့ကိုသွန်သင်တော်မူပါ။

27 ကိုယ်တော်ရှင်၏ပညတ်တော်တို့ကိုနားလည် နိုင်ရန်  
 ကွန်တော်မျိုးအားကူမတော်မူပါ။  
 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
 အံ့ဩဖွယ်ကောင်းသည့်သွန်သင်ခက်<sup>18</sup> တို့ကို  
 ဆင်ခြင်ပါမည်။

28 ကွန်တော်မျိုးသည်ဝမ်းနည်းကြေကွဲမှု  
 ခံစားလက်ရှိပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်ကတိတော်ရှိသည်အတိုင်း  
 ကွန်တော်မျိုးအားခွန်အားပေးတော်မူပါ။

18 119:27 \* သွန်သင်ခက်။ သို့မဟုတ် အမှုတော်။

29 ကွန်တော်မျိုးသည်လမ်းလွဲ၍မသွားစေရန်  
ကူမတော်မူပါ။

ကရုဏာတော်ကိုထောက်၍ကွန်တော်မျိုးအား  
တရားတော်ကိုသွန်သင်တော်မူပါ။

30 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏စကား တော်ကို  
နားထောင်ရန်ရွေးခယ်ပါပြီ။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏စီရင်ဆုံးဖြတ်ခက်တို့ကို  
အာရုံစိုက်ပါပြီ။

31 အို ထာဝရဘုရား"  
ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
ဩဝါဒမားကိုလိုက်နာပါပြီ။  
ကွန်တော်မျိုးအားအရှက်ကွဲစေတော်မမူပါနှင့်။

32 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကွန်တော်မျိုးအားအသိဉာဏ်  
ပိုမိုပွင့်လင်းစေတော်မူမည်ဖြစ်၍  
ကွန်တော်မျိုးသည်အမိန့်တော်တို့ကို  
စိတ်အားထက်သန်စွာလိုက်နာပါမည်။

အသိဉာဏ်ပွင့်လင်းစေရန်ဆုတောင်းပတုထနာ

33 အို ထာဝရဘုရား"  
ကွန်တော်မျိုးအားအထုံးအဖွဲ့တော်တို့၏ အနက်အဋ္ဌ  
ဌိပ္ပပါယ်ကိုသွန်သင်တော်မူပါ။  
ကွန်တော်မျိုးသည်ယင်းတို့ကိုအမြဲတစေ  
လိုက်လျှောက်ပါမည်။

34 ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်ကိုရှင်းလင်း  
ဖော်ပြတော်မူပါ။

ယင်းကိုကွန်တော်မျိုးသည်လိုက်နာပါမည်။  
စိတ်နှလုံးအကြွင်းမဲ့စောင့်ထိန်းပါမည်။

35 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
ပညတ်တော်မားကိုနှစ်သက်သည်ဖြစ်၍  
ပညတ်တော်မားကိုစောင့်ထိန်းနိုင်ရန်  
ကွန်တော်မျိုးအားကူမတော်မူပါ။

36 စည်းစိမ်ဥစ္စာခမ်းသာကြွယ်ဝလိုစိတ်အစား  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ဆုံးမသွန်သင်ခက်တို့ကို  
လိုက်နာစိတ်ကွန်တော်မျိုးအားပေးတော်မူပါ။

37 အကျိုးမရှိသည့်အရာမားကိုအာရုံပြုမှုနှင့်  
ကင်းဝေးစေတော်မူ၍  
ကွန်တော်မျိုးအားကိုယ်တော်ရှင်၏  
ကတိတော်အတိုင်းကေးဇူးပြုတော်မူပါ။

38 ကိုယ်တော်ရှင်ကိုကြောက်ရွံ့ရုံရှိသောသူတို့အား  
ထားတော်မူသည့်ကတိတော်ကိုကိုယ်တော်ရှင်၏  
အစေခံကွန်တော်မျိုးအားခံစားစေတော်မူပါ။

39 ကွန်တော်မျိုးကြောက်လန့်သည့်စော်ကားမှုမားမှ  
ကယ်တော်မူပါ။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏စီရင်ဆုံးဖြတ်တော်မူခက်တို့သည်  
အံ့ဩဖွယ်ကောင်းလှပါသည်တကား။

40 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ပညတ် တော်တို့ကို  
 အလွန်စောင့်ထိန်းလိုပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်တရားမှတော်မူသည် ဖြစ်၍  
 ကွန်တော်မျိုးအားအသက်ရှင်စေတော်မူပါ။

ထာဝရဘုရား၏ပညတ်တော်ကိုကိုးစားခြင်း

41 အို ထာဝရဘုရား"  
 ကွန်တော်မျိုးအားကိုယ်တော်ရှင်အဘယ်မှ  
 ခပ်တော်မူကြောင်းကိုပြတော်မူပါ။

ကိုယ်တော်ရှင်၏ကတိတော်အတိုင်း  
 ကွန်တော်မျိုးအားကယ်တော်မူပါ။

42 ထိုအခါကွန်တော်မျိုးသည်မိမိအားစော်ကား  
 သူတို့ကိုပြန်လည်ခေပနိုင်ပါလိမ့်မည်။  
 အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ကွန်တော်မျိုးသည်  
 နှုတ်ကပတ်တော်ကိုကိုးစားသောကြောင့်  
 ဖြစ်ပါ၏။

43 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
 စီရင်ဆုံးဖြတ်ခက်တို့ကိုစောင့်မှော်သည်ဖြစ်၍  
 အခါခပ်သိမ်းသစ္စာစကားကိုပြောဆိုနိုင်ရန်  
 ကွန်တော်မျိုးအားကူမတော်မူပါ။

44 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏တရား တော်ကို  
 အစဉ်အမြဲလိုက်နာပါမည်။  
 ကာလအစဉ်အဆက်လိုက်နာပါမည်။

45 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ဩဝါဒ မားကို  
 ကြိုးစား၍လိုက်နာသဖြင့်  
 လွတ်လပ်မှုအပြည့်အဝဖြင့်သွားလာနေထိုင်  
 ရပါလိမ့်မည်။

46 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
 ဆုံးမသွန်သင်ခက်မားကိုဘုရင်တို့ရှေ့တွင်  
 ဖော်ပြကြေညာပါမည်။

ကွန်တော်မျိုးသည်အရှက်တကွဲဖြစ်ရလိမ့်မည် မဟုတ်ပါ။

47 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ပညတ်တော် တို့ကို  
 နှစ်သက်မြတ်နိုးသည်ဖြစ်၍ယင်းတို့ကိုလိုက်နာ  
 စောင့်ထိန်းရာတွင်ရင်လန်းအားရမှုရှိပါ၏။

48 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
 ပညတ်တော်တို့ကိုလေးစားမြတ်နိုးပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏အထုံးအဖွဲ့တော်တို့ကို  
 ဆင်ခြင်ပါမည်။

ထာဝရဘုရား၏ပညတ်တော်ကို ယုံကြည်စိတ်ချခြင်း

49 ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေခံဖြစ်သူကွန်တော် မျိုးအား  
 ထားတော်မူသောကတိတော်ကိုသတိရတော်မူပါ။  
 ယင်းကတိတော်သည်ကွန်တော်မျိုးအား  
 မှော်လင့်ခက်ကိုပေးပါပြီ။

50 ကိုယ်တော်ရှင်၏ကတိတော်သည်ကွန်တော်မျိုးအား  
 အသက်ရှင်စေတော်မူသည်ဖြစ်၍  
 ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်စဉ်အခါ၌ပင်လှင်

ကွန်တော်မျိုးသည်စိတ်သက်သာမှုကိုရရှိပါ၏။

51 မာန်မာန်ကြီးသူတို့သည်ကွန်တော်မျိုးကို အစဉ်ပင်  
ကဲ့ရဲ့ကြသော်လည်း  
ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်မှ  
သွေဖည်၍မသွားပါ။

52 အတိတ်ကာလကကိုယ်တော်ရှင်ပေးတော်မူ ခဲ့သော  
စီရင်ဆုံးဖြတ်ခက်မားကိုသတိရပါ၏။  
အို ထာဝရဘုရား"

ယင်းတို့သည်ကွန်တော်မျိုးအားစိတ်သက်သာစေပါ၏။

53 ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်ကိုသူယုတ်မာတို့  
စွန့်ပယ်ကြသည်ကိုမြင်သောအခါ  
ကွန်တော်မျိုးသည်အမက်ထွက်ပါ၏။

54 ကွန်တော်မျိုးသည်ဤလောက၌ခေတ္တမှ  
အသက်ရှင်နေရခိန်၌  
ကိုယ်တော်ရှင်၏အထုံးအဖွဲ့တော်မားအကြောင်းကို  
သီခင်းစပ်၍ဆိုပါ၏။

55 အို ထာဝရဘုရား"  
ည ဌ်အခါ၌ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်ကို  
သတိရလက်

ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်ကိုဆင်ခြင်စဉ်းစား ပါ၏။

56 ကိုယ်တော်ရှင်၏ပညတ်တော်တို့ကို  
စောင့်ထိန်းရခြင်းသည်ကွန်တော်မျိုးအား  
ဝမ်းမြောက်စေပါ၏။

ထာဝရဘုရား၏ပညတ်တော်ကို စွဲလမ်းသည့်စိတ်

57 အို ထာဝရဘုရား"

ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်ကိုသာလှင်  
တောင့်တပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်၏ပညတ်တော်တို့ကို လိုက်နာရန်ကတိပြုပါ၏။

58 ကိုယ်တော်ရှင်ကတိရှိတော်မူသည်အတိုင်း

ကွန်တော်မျိုးအားသနားတော်မူပါရန်  
စိတ်ရောကိုယ်ပါတောင်းလှောက်ပါ၏။

59

ကွန်တော်မျိုးသည်မိမိ၏နေထိုင်ပုံကို  
ပြန်လည်ဆင်ခြင်သုံးသပ်ပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်ပေးတော်မူသော

ဆုံးမသွန်သင်ခက်မားအတိုင်းလိုက်နာရန် ကတိပြုပါ၏။

60 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ပညတ်တော် တို့ကို

မဆိုင်းမတွဘဲလိုက်နာစောင့်ထိန်းပါမည်။

61

သူယုတ်မာတို့သည်ကွန်တော်မျိုးအတွက်  
ကော့ကွင်းကိုထောင်ထားကြသော်လည်း  
ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော် ကို  
မမွေ့မလော့ပါ။

62

ကွန်တော်မျိုးသည်သန်းခေါင်ယံတွင်နိုးထလက်  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ဖြောင့်မှန်တော်မူသည့်  
စီရင်ဆုံးဖြတ်ခက်မားအတွက်ကိုယ်တော် ရှင်အား  
ထောမနာပြုပါ၏။

63 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေကို  
 ခံသူအပေါင်းနှင့်  
 ဥပဒေသတော်တို့ကိုက                    င်သုံးစောင့်ထိန်းသူ  
 အပေါင်းတို့၏မိတ်ဆွေဖြစ်ပါ၏။

64 အို ထာဝရဘုရား"  
 ကမ္ဘာမြေကြီးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသော  
 မေတ္တာတော်နှင့်ပြည့်ဝပါ၏။

ကွန်တော်မျိုးအားကိုယ်တော်ရှင်၏ ပညတ်တော်တို့ကိုသွန်သင်တော်မူပါ

ထာဝရဘုရား၏ပညတ်တော်တန်ဖိုးရှိခြင်း

65 အို ထာဝရဘုရား"  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကတိတည်တော်မူ၍  
 ကိုယ်တော်၏အစေခံဖြစ်သူကွန်တော်မျိုးအား  
 ကေးဇူးပြုတော်မူပါ၏။

66 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ပညတ်တော် တို့ကို  
 ကိုးစားသည်ဖြစ်၍  
 ကွန်တော်မျိုးအားဉာဏ်ပညာနှင့်အသိပညာကို  
 ပေးတော်မူပါ။

67 ကိုယ်တော်ရှင်ဒဏ်ခတ်တော်မမူမီအခါက  
 ကွန်တော်မျိုးသည်လမ်းလွဲသော်လည်း  
 ယခုမှာမူနှုတ်ကပတ်တော်အတိုင်းပြုကင့်ပါ၏။

68 ကိုယ်တော်ရှင်သည်လွန်စွာကောင်းမြတ်၍  
 သနားကြင်နာတော်မူပါ၏။



ကွန်တော်မျိုးအားအထုံးအဖွဲ့တော်တို့ကို  
သွန်သင်တော်မူပါ။

69 မာန်မာနကြီးသူတို့သည်ကွန်တော်မျိုး၏  
အကြောင်းကိုလိမ်လည်၍ပြောဆိုကြပါ၏။  
ကွန်တော်မျိုးမူကားဥပဒေတို့ကို အစွမ်းကုန်  
လိုက်နာပါ၏။

70 ထိုသူတို့သည်အသိဉာဏ်ရှိသူမားမဟုတ်ပါ။  
ကွန်တော်မျိုးမူကားကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်ကို  
နှစ်သက်ပါ၏။

71 ဒဏ်ခတ်တော်မူခြင်းကိုခံရသည်မှာကွန်တော် မျိုး  
အတွက်ကောင်းပါ၏။  
အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ယင်းသို့ခံရခြင်းအားဖြင့်  
ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
အထုံးအဖွဲ့တော်တို့ကိုသိရှိနားလည်၍  
လာသောကြောင့်ဖြစ်ပါ၏။

72 ကိုယ်တော်ရှင်ပေးတော်မူသောတရားတော်သည်  
ကွန်တော်မျိုးအတွက်လောကဇေ"ငွေ  
ရှိသမှထက်ပို၍အဖိုးထိုက်ပါ၏။

ထာဝရဘုရား၏ပညတ်တော်သည်  
တရားမှတော်မူခြင်း

73 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကွန်တော်မျိုးကိုဖန်ဆင်းတော်မူ၍  
ဘေးမဲ့လုံခြုံစွာထားတော်မူပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်၏ပညတ်တော်တို့ကိုသိရှိ  
 နားလည်နိုင်ရန်  
 ကွန်တော်မျိုးအားအသိဉာဏ်ကိုပေးတော်မူပါ။  
 74 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ကတိတော်ကို  
 အားကိုးသည်ဖြစ်၍  
 ကိုယ်တော်ရှင်အားကြောက်ရွံ့ရုံရှိသောသူတို့သည်  
 ကွန်တော်မျိုးကိုမြင်၍ဝမ်းမြောက်ကြပါလိမ့်မည်။  
 75 အို ထာဝရဘုရား"  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏စီရင်ဆုံးဖြတ်တော်မူခက် တို့သည်  
 တရားမှတော်မူကြောင်းကိုလည်းကောင်း"  
 သစ္စာတော်နှင့်အညီကွန်တော်မျိုးအား  
 ဒဏ်ခတ်တော်မူကြောင်းကိုလည်းကောင်း  
 ကွန်တော်မျိုးသိပါ၏။  
 76 ကတိတော်ရှိသည်အတိုင်းကိုယ်တော်ရှင်၏  
 ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်သည်  
 ကိုယ်တော်အစေခံဖြစ်သူကွန်တော်မျိုးအား  
 စိတ်သက်သာမှုကိုပေးတော်မူပါစေသော။  
 77 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏တရား တော်ကို  
 နှစ်သက်မြတ်နိုးသည်ဖြစ်၍  
 ကွန်တော်မျိုးအားသနားတော်မူပါ။  
 သို့ပြုလှင်ကွန်တော်မျိုးအသက်ရှင်ရပါ လိမ့်မည်။  
 78 မာန်မာနကြီးသူတို့သည်ကွန်တော်မျိုးအား လိမ်လည်  
 စွပ်စွဲကြသည့်အတွက်အရှက်ရကြပါစေသော။

ကွန်တော်မျိုးအဖို့မှာမူကိုယ်တော်ရှင်၏  
ဥပဒေသတော်တို့ကိုဆင်ခြင်ပါမည်။

79 ကိုယ်တော်ရှင်ကိုကြောက်ရွံ့ရုံသေသောသူ"  
ကိုယ်တော်၏ဆုံးမသွန်သင်တော်မူခက်တို့ကို  
သိသောသူတို့သည်

ကွန်တော်မျိုး၏ထံသို့လာကြပါစေသော။

80 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ပညတ်တော် တို့ကို  
တစ်သဝေမတိမ်းလိုက်လှောက်သဖြင့်  
အရေးရှုံးနိမ့်၍အရှက်ကွဲမှုနှင့် ကင်းလွတ်ပါစေသော။

ကယ်နှုတ်တော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ

81 အို ထာဝရဘုရား"  
ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်ကယ်တော်  
မူမည်ကို စောင့်ဆိုင်းရ၍အားအင်ကုန်ခန်းလက်ရှိပါ၏။

ကွန်တော်မျိုးသည်နှုတ်ကပတ်တော်ကို ကိုးစားပါ၏။

82 "ကွန်တော်မျိုးအားအဘယ်သောအခါ၌  
ကူမတော်မူပါမည်နည်း" ဟုမေးလှောက်ကာ  
ကိုယ်တော်ရှင်ကတိထားတော်မူသည်ကို  
စောင့်မှော်နေရသည်မှာကွန်တော်မျိုး၏  
မက်စိမ်းသည်ညောင်းညာလက်နေပါ၏။

83 ကွန်တော်မျိုးသည်စွန့်ပစ်ထားသည့်သားရေ ဘူးကဲ့သို့  
အသုံးမဝင်တော့ပါ။  
သို့သော်လည်းအထုံးအဖွဲ့တော်တို့ကို မမေ့မလော့ပါ။

84 ကွန်တော်မျိုးသည်အဘယ်မှကြာအောင်  
ဆိုင်းငံ့ရပါဦးမည်နည်း။

ကွန်တော်မျိုးအားညှဉ်းဆဲနှိပ်စက်သူတို့ကို  
အဘယ်အခါမှဒဏ်ခတ်တော်မူပါမည်နည်း။

85 ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်ကိုမလိုက်နာကြသော  
မာန်မာန်ကြီးသူတို့သည်ကွန်တော်မျိုးအား  
ထောင်ဖမ်းရန်တွင်းမားကိုတူးကြပါပြီ။

86 ပညတ်တော်ရှိသမှတို့သည်စိတ်ခယုံကြည်ရပါ၏။  
လူတို့သည်မှသားပြောဆိုလက်ကွန်တော်မျိုးအား  
နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲကြပါ၏။

ကွန်တော်မျိုးအားကူမတော်မူပါ။

87 သူတို့သည်ကွန်တော်မျိုးအားသတ်ရန်ကြိုးစားရာတွင်  
အောင်မြင်လုနီးသော်လည်း  
ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
ဥပဒေသတော်တို့ကိုလစ်လူမရှုပါ။

88 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ပညတ်တော်တို့ကို  
လိုက်နာနိုင်ရန်  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်ကြောင့်  
ကွန်တော်မျိုးအားကေးဇူးပြုတော်မူပါ။

ထာဝရဘုရား၏ပညတ်တော်ကိုယုံကြည် ကိုးစားခြင်း

89 အို ထာဝရဘုရား"  
နှုတ်ကပတ်တော်သည်ကောင်းကင်ဘုံ၌  
ထာဝစဉ်တည်ရှိပါ၏။

- 90 သစ္စာတော်သည်ကာလအစဉ်အဆက်တည်ပါ၏။  
 ကမ္ဘာမြေကြီးသည်ကိုယ်တော်ရှင်နေရာခထား  
 တော်မူသည့်အတိုင်းတည်လက်ရှိပါ၏။
- 91 ခပ်သိမ်းသောအရာတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
 အစေခံမားဖြစ်သဖြင့်  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏အမိန့်တော်အရယနေ့တိုင်အောင်  
 တည်လက်ရှိကြပါ၏။
- 92 အကယ်၍ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်သည်  
 ကွန်တော်မျိုးအတွက်ရင်လန်းအားရဖွယ်  
 မဖြစ်ပါမူ  
 ကွန်တော်မျိုးသည်မိမိခံရသည့်  
 ဆင်းရဲဒုက္ခကြောင့်ပင်လှင်သေမည်ဖြစ်ပါ၏။
- 93 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ဥပဒေသတော်မားအားဖြင့်  
 ကွန်တော်မျိုးအားအသက်ရှင်စေတော်မူသည် ဖြစ်၍  
 ကွန်တော်မျိုးသည်ယင်းတို့ကိုအဘယ်အခါ ခွဲမှ  
 လစ်လူရှုလိမ့်မည်မဟုတ်ပါ။
- 94 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကွန်တော်မျိုးကိုပိုင်တော် မူပါ၏။  
 သို့ဖြစ်၍ကယ်တော်မူပါ။  
 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ဥပဒေသ တော်  
 တို့ကိုကြိုးစား၍စောင့်ထိန်းပါ၏။
- 95 သူယုတ်မာတို့သည်ကွန်တော်မျိုးကိုသတ်ရန်  
 စောင့်လက်နေကြသော်လည်း

ကွန်တော်မျိုးသည်ပညတ်တော်တို့ကို  
အောက်မေ့ဆင်ခြင်ပါမည်။

96 ကိုယ်တော်ရှင်၏ပညတ်တော်မှတစ်ပါး  
အဘယ်အရာမှပြီးပြည့်စုံလင်ခြင်း  
မရှိကြောင်းကိုကွန်တော်မျိုးသိမြင်လာ ပါ၏။

ထာဝရဘုရား၏ပညတ်တော်ကို နှစ်သက်မြတ်နိုးခြင်း

97 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏တရား တော်ကို  
အလွန်နှစ်သက်မြတ်နိုးပါ၏။

ထိုတရားတော်အကြောင်းကိုကွန်တော်မျိုးသည်  
တစ်နေ့လုံးအောက်မေ့ဆင်ခြင်လက်နေပါ၏။

98 ကိုယ်တော်ရှင်၏ပညတ်တော်သည်  
ကွန်တော်မျိုးနှင့်အတူအစဉ်ရှိတော်မူပါ၏။

ပညတ်တော်အားဖြင့်ကွန်တော်မျိုးသည်  
ရန်သူမားထက်ပညာသာပါ၏။

99 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်ပေးတော် မူသော  
ဆုံးမသွန်သင်ခက်မားကိုအောက်မေ့

ဆင်ခြင်သည်ဖြစ်၍

ကွန်တော်မျိုး၏ဆရာအပေါင်းတို့ထက်ပိုမို  
သိရှိနားလည်ပါ၏။

100 ကိုယ်တော်ရှင်၏ဥပဒေသတော်တို့ကို  
လိုက်နာသည်ဖြစ်၍အသက်ကြီးသူမားထက်

ပို၍ပညာဉာဏ်ရှိပါ၏။

101 ကိုယ်တော်ရှင်၏နှုတ်ကပတ်တော်အတိုင်း

လိုက်နာလိုသည်ဖြစ်၍အက င်ဆိုးဟူသမှုကို  
ရှောင်ပါ၏။

102 ကွန်တော်မျိုးအားသွန်သင်တော်မူသူမှာ  
ကိုယ်တော်ရှင်ဖြစ်တော်မူသဖြင့်  
ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်  
ခမှတ်တော်မူသည့်စီရင်ဆုံးဖြတ်ခက်မားမှ  
သေ့ဖည်၍မသွားပါ။

103 ဆုံးမသွန်သင်တော်မူခက်တို့သည်ကွန်တော်မျိုး၏  
ခံတွင်း၌လွန်စွာချိုပါ၏။  
ဟားရည်ထက်ပင်ချိုပါ၏။

104 ကွန်တော်မျိုးသည်ပညတ်တော်မားမှ  
ဉာဏ်ပညာကိုရရှိသဖြင့်အက င်ဆိုး  
ဟူသမှုကိုမုန်းပါ၏။

ထာဝရဘုရား၏ပညတ်တော်မှအလင်းရောင်

105 နှုတ်ကပတ်တော်သည်မီးခွက်ဖြစ်၍ကွန်တော်မျိုး  
သွားရာလမ်းကိုလင်းစေပါ၏။

106 ပြောင့်မှန်စွာစီရင်ဆုံးဖြတ်တော်မူခက်တို့ကို  
လိုက်နာပါမည်ဟုကွန်တော်မျိုး  
ကိန်ဆိုခဲ့သည့်အတိုင်းပြုပါမည်။

107 အို ထာဝရဘုရား"  
ကွန်တော်မျိုးသည်အလွန်ပင်ဒုက္ခဝေဒနာ  
ခံစားနေရပါ၏။

ကတိတော်အတိုင်းကွန်တော်မျိုးအား  
အသက်ရှင်စေတော်မူပါ။

108 အို ထာဝရဘုရား"  
ကွန်တော်မျိုးကေးဇူးတော်ခီးမွမ်းသည့် ဆုတောင်းပ  
တုထနာကိုလက်ခံတော်မူ၍  
စီရင်တော်မူခက်တို့ကိုကွန်တော်မျိုးအား  
သွန်သင်တော်မူပါ။

109 ကွန်တော်မျိုးသည်နေ့စဉ်နှင့်အမှ အသက်အနုတရာ  
ယ်နှင့်တေ"ကြုံနေရပါ၏။  
သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်ကို  
မမေ့မလော့ပါ။

110 သူယုတ်မာတို့သည်ကွန်တော်မျိုးအတွက်  
ကော့ကွင်းကိုထောင်ကြပါ၏။  
သို့သော်လည်းကွန်တော်မျိုးသည်  
အထုံးအဖွဲ့တော်တို့မှသွေဖည်၍မသွား ပါ။

111 ပညတ်တော်တို့သည်ကွန်တော်မျိုး၏  
ထာဝရပိုင်ဆိုင်ရာဖြစ်၍ကွန်တော်မျိုးအား  
ရင်လန်းဝမ်းမြောက်စေပါ၏။

112 ကွန်တော်မျိုးသည်သေသည့်တိုင်အောင်  
ပညတ်တော်တို့ကိုစောင့်ထိန်းရန်သ နှ နိဗ္ဗ ဌာန်  
ပြုပါပြီ။

ထာဝရဘုရား၏ပညတ်တော်မှ ရရှိသည့်လုံခြုံမှု



113 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏အပေ"ဌ်  
 ဒွိဟသဘောရှိသူတို့ကိုမုန်းပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်ကိုမူကား  
 နှစ်သက်မြတ်နိုးပါ၏။

114 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကွန်တော်မျိုး၏ကွယ်ကာရာနှင့်  
 ခိုလှုံရာဖြစ်တော်မူပါ၏။  
 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ကတိတော်ကို  
 စောင့်မှော်လက်နေပါ၏။

115 အခင်းအပြစ်ကူးသူတို့"ငါ့ထံမှသွား ကြလော့။  
 ငါ၏ဘုရားသခင်ပညတ်တော်တို့ကို  
 ငါစောင့်ထိန်းမည်။

116 ကိုယ်တော်ရှင်ကတိတော်ရှိသည်အတိုင်း  
 ကွန်တော်မျိုးကိုခွန်အားပေးတော်မူပါ။  
 သို့ပြုလှင်ကွန်တော်မျိုးသည်အသက်ရှင်  
 ရပါလိမ့်မည်။

ကွန်တော်မျိုး၏မှော်လင့်ခက်ကိုပက်ပြယ်  
 စေတော်မမူပါနှင့်။

117 ဘေးမဲ့လုံခြုံမှုရရှိစေရန်ကွန်တော်မျိုးအား  
 ထူပင့်တော်မူပါ။  
 ကွန်တော်မျိုးသည်အထိုးအဖွဲ့တော်တို့ကို  
 အစဉ်အမြဲဂရုစိုက်ပါမည်။

118 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ပညတ်တော်တို့ကိုချိုးဖောက်သူ  
 အပေါင်းတို့အားပစ်ပယ်တော်မူပါ၏။

ထိုသူတို့၏လိမ်လည်လှည့်စားသည့်အကြံအစည်  
မားသည်အခင်းနှီးဖြစ်ပါ၏။

119 ကိုယ်တော်ရှင်၏ရှေ့တော်တွင်  
သူယုတ်မာအပေါင်းတို့သည်အမှု က်သရိုက် ကဲ့သို့  
ဖြစ်ပါ၏။

သို့ဖြစ်၍ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်  
ပေးတော်မူသောဆိုးမသွန်သင်ခက်တို့ကို  
နှစ်သက်မြတ်နိုးပါ၏။

120 ကိုယ်တော်ရှင်ကိုကြောက်ရွံ့သဖြင့်ကွန်တော်  
မျိုးသည် ကြက်သီးမွေးညင်းထပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏စီရင်တော်မူခက်တို့ကြောင့်  
ကွန်တော်မျိုးကြောက်ပါ၏။

ထာဝရဘုရား၏ပညတ်တော်ကိုနာခံ  
လိုက်လှောက်ခြင်း

121 ကွန်တော်မျိုးသည်ကောင်းရာမှန်ရာကိုပြုပါပြီ။  
ကွန်တော်မျိုးအားရန်သူမား၏လက်တွင်  
စွန့်ပစ်၍ထားတော်မမူပါနှင့်။

122 ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေခံအား  
ကူမတော်မူမည်ဟူသောကတိတော်ကို  
ပေးတော်မူပါ။

ကွန်တော်မျိုးကိုဖိနှိပ်ရန်မာန်မာန်ကြီး သူတို့အား  
ခွင့်ပြုတော်မမူပါနှင့်။

123 ကိုယ်တော်၏ကုမတော်မူခြင်း"ကတိထားတော်  
မူသော ကယ်နှုတ်ခြင်းကိုစောင့်မှော်ရသည်မှာ  
ကွန်တော်မျိုး၏မက်စိညောင်းညာလက်နေပါ၏။

124 ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်ရှိသည့်အတိုင်း  
ကွန်တော်မျိုးအားကေးဇူးပြုတော်မူ၍  
အထုံးအဖွဲ့တော်တို့ကိုသွန်သင်တော်မူပါ။

125 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေခံ  
ဖြစ်သဖြင့် သွန်သင်တော်မူခက်တို့ကို  
နားလည်နိုင်ရန်ကွန်တော်မျိုးအားအသိဉာဏ်  
ပေးတော်မူပါ။

126 အို ထာဝရဘုရား"  
လူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်ကို  
ချိုးဖောက်ကြသည်ဖြစ်၍  
ကိုယ်တော်ရှင်အရေးယူတော်မူရန်အခိ န်သည်  
ယခုကရောက်ပါပြီ။

127 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
ပညတ်တော်တို့ကိုရေ"ထက်မကရေ"စင်ထက်  
ပို၍နှစ်သက်မြတ်နိုးပါ၏။

128 သို့ဖြစ်၍ကွန်တော်မျိုးသည်ဥပဒေသတော်  
ရှိသမှတို့ကိုစောင့်ထိန်း၍  
လမ်းမှားရှိသမှတို့ကိုမုန်းပါ၏။

ထာဝရဘုရား၏ပညတ်တော်ကိုလိုက်နာရန်  
ဆန္ဒရှိခြင်း

129 ကိုယ်တော်ရှင်၏ဆုံးမသွန်သင်ခက်တို့သည်  
 အံ့ဩဖွယ်ကောင်းပါ၏။  
 ယင်းတို့ကိုကွန်တော်မျိုးသည်အစွမ်းရှိသမှုနှင့်  
 လိုက်နာပါ၏။

130 ကိုယ်တော်ရှင်၏နှုတ်ကပတ်တော်ကို  
 ရှင်းလင်းဖော်ပြမှုသည်အလင်းကိုပေး၍  
 ပညာမဲ့သူတို့ကိုပညာရရှိစေပါ၏။

131 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
 ပညတ်တော်တို့ကိုခုံမင်တောင့်တလှသည် ဖြစ်၍  
 မောဟိုက်နေပါ၏။

132 ကိုယ်တော်ရှင်အားခစ်သောသူတို့ကို  
 သနားတော်မူသည့်နည်းတူ  
 ကွန်တော်မျိုးအားရှုကြည့်၍သနားတော် မူပါ။

133 ကတိတော်ရှိသည့်အတိုင်းကွန်တော်မျိုး  
 မလဲစိမ့်သောငှာစောင့်ထိန်းတော်မူပါ။  
 အပြစ်ဒုစရိုက်သည်ကွန်တော်မျိုးအား  
 အစိုးမရပါစေနှင့်။

134 ကွန်တော်မျိုးသည်ဥပဒေသတော်တို့ကို  
 စောင့်ထိန်းနိုင်ရန်  
 ကွန်တော်မျိုးအားဖိစီးနှိပ်စက်သူတို့၏ လက်မှ  
 ကယ်တော်မူပါ။

135 မက်နှာတော်၏အလင်းကွန်တော်မျိုးအပေ"  
 ထွန်းလင်းစေ၍

ကွန်တော်မျိုးအားပညတ်တော်တို့ကို  
သွန်သင်တော်မူပါ။

136 လူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်ကို  
မလိုက်နာကြသဖြင့်  
ကွန်တော်မျိုး၏မက်ရည်မားသည်မြစ်ရေ ကဲ့သို့  
စီးဆင်းလက်ရှိပါ၏။

ထာဝရဘုရား၏ပညတ်တော်သည်  
တရားမှတော်မူခြင်း

137 အို ထာဝရဘုရား" ကိုယ်တော်ရှင်သည်တရားမှတော်မူပါ၏။  
ပညတ်တော်တို့သည်လည်းတရားမှတော်ပါ၏။

138 ကိုယ်တော်ရှင်ပေးတော်မူသော  
နည်းဥပဒေသတော်တို့သည်လုံးဝ  
တရားမှတော်၍မှန်ကန်ပါ၏။

139 ကွန်တော်မျိုး၏ရန်သူမားသည်နှုတ်ကပတ် တော်ကို  
ပမာဏမပြုကြသဖြင့်  
ကွန်တော်မျိုး၏အမက်ဒေါသသည်မီးလှံသဖွယ်  
တောက်လောင်လက်ရှိပါ၏။

140 ကိုယ်တော်ရှင်၏ကတိတော်သည်လွန်စွာ  
စိတ်ခရပါ၏။

ကွန်တော်မျိုးသည်ကတိတော်ကိုလွန်စွာ  
နှစ်သက်မြတ်နိုးပါ၏။

141 ကွန်တော်မျိုးသည်သိမ်ငယ်၍မထီလေးစား  
ပြုခြင်းကိုခံရသူဖြစ်ပါ၏။

သို့သော်လည်းဥပဒေသတော်တို့ကို မမေ့မလော့ပါ။  
 142 ကိုယ်တော်ရှင်၏ဖြောင့်မတ်ခြင်းတရားသည်  
 ထာဝစဉ်တည်ပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်သည်အစဉ်  
 မှန်ကန်ပါ၏။

143 ကွန်တော်မျိုးသည်ပူပင်သောကရောက်လက် ရှိပါ၏။  
 သို့ရာတွင်ပညတ်တော်မားကကွန်တော် မျိုးအား  
 စိတ်ရင်လန်းမှုကိုပေးပါ၏။

144 ကိုယ်တော်ရှင်ပေးတော်မူသော  
 ဆုံးမသွန်သင်ခက်တို့သည်  
 အစဉ်အမြဲဖြောင့်မှန်ပါ၏။  
 ကွန်တော်မျိုးအား  
 အသိပညာကိုပေးတော်မူပါ။  
 သို့ပြုတော်မူလှင်  
 ကွန်တော်မျိုးသည်  
 အသက်ရှင်ရပါလိမ့်မည်။

ကယ်နုတ်တော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ

145 ကွန်တော်မျိုးသည်စိတ်ရောကိုယ်ပါပ တု  
 ထနာပြုပါ၏။  
 အို ထာဝရဘုရား"  
 ကွန်တော်မျိုးအားထူးတော်မူပါ။  
 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
 အထိုးအဖွဲ့တော်တို့ကို

လိုက်နာပါမည်။

146 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်ကိုဟစ်ခေါ်ပါ၏။

ကွန်တော်မျိုးအားကယ်တော်မူပါ။

ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏

ပညတ်တော်တို့ကိုစောင့်ထိန်းပါမည်။

147 ကူမတော်မူရန်ကွန်တော်မျိုးသည်နေမထွက်မီ

ကိုယ်တော်ရှင်ကိုဟစ်ခေါ်ပါ၏။

ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏

ကတိတော်တို့ကိုမှော်ကိုးပါ၏။

148 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏

ဆုံးမသွန်သင်ခက်တို့ကိုအောက်မေ့ဆင်ခြင်ရန်

တစ်ညည့်လုံးမအိပ်ဘဲလဲလောင်းလက်နေပါ၏။

149 အို ထာဝရဘုရား"

ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်ခိုင်မြဲသည်ဖြစ်၍

ကွန်တော်မျိုး၏ပတုထနာကိုနားညောင်းတော်မူပါ။

ကရုဏာထားတော်မူ၍

ကွန်တော်မျိုးအား

အသက်ရှင်စေတော်မူပါ။

150 ကွန်တော်မျိုးအားရက်စက်စွာ

ညဉ်းပန်းနှိပ်စက်သူမားသည်အနီးသို့

ခဉ်းကပ်၍လာနေကြပါ၏။

သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်ကို

မလိုက်မလျှောက်ကြသူမားဖြစ်ပါ၏။

151 သို့ရာတွင် အို ထာဝရဘုရား"  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကွန်တော်မျိုး၏အနီးတွင်  
ရှိတော်မူပါ၏။

ပညတ်တော်ရှိသမှတို့သည်မှန်ကန်ပါ၏။

152 ငယ်စဉ်အခါကပင်လှင်ကွန်တော်မျိုးသည်  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ဆုံးမသွန်သင်ခက်မားကို  
သိခဲ့ပါ၏။

ယင်းတို့ကိုကိုယ်တော်ရှင်သည်ထာဝစဉ်  
တည်မြဲစေပါ၏။

ကယ်တင်တော်မူရန်ပန်ကြားခက်

153 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်ကို  
မမေ့မလော့ပါ။

သို့ဖြစ်၍ကွန်တော်မျိုး၏ဒုက္ခကိုရှုမှတ်လက်  
ကယ်တော်မူပါ။

154 ကွန်တော်မျိုး၏အမှုတွင်ကွန်တော်မျိုး၏ဘက်မှ  
ခေပတော်မူ၍

ကွန်တော်မျိုးအားလွတ်ငြိမ်းခမ်းသာခွင့်  
ရစေတော်မူပါ။

ကိုယ်တော်ရှင်ကတိတော်ရှိသည်အတိုင်း  
ကွန်တော်မျိုးအားကယ်တော်မူပါ။

155 သူယုတ်မာတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
ပညတ်တော်တို့ကိုမလိုက်နာကြသဖြင့်  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်သူတို့အားကယ်တော်မူလိမ့်မည်



မဟုတ်ပါ။

156 သို့ရာတွင် အို ထာဝရဘုရား"

ကိုယ်တော်ရှင်၏ကရုဏာတော်သည်

ကြီးမားတော်မူသည်ဖြစ်ရာ

ကရုဏာထားတော်မူ၍ကွန်တော်မျိုးအား

ကယ်တော်မူပါ။

157 ကွန်တော်မျိုးအားရန်ဘက်ပြုသူနှင့်ဖိနှိပ်ညှဉ်းဆဲသူ

အမားပင်ရှိပါ၏။

သို့ရာတွင်ကွန်တော်မျိုးသည်ပညတ်တော်တို့ကို

လိုက်နာရန်မပက်ကွက်ပါ။

158 သူတို့သည်ဥပဒေသတော်တို့ကို

မစောင့်ထိန်းကြပါ။

သို့ဖြစ်၍ထိုသစ္စာဖောက်တို့ကိုမြင်သောအခါ

ကွန်တော်မျိုးသည်နှလုံးနာပါ၏။

159 အို ထာဝရဘုရား"

ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏

ပညတ်တော်တို့ကို အဘယ်မှနှစ်သက်မြတ်နိုးသည်ကို

သိမှတ်တော်မူပါ။

ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်မပြောင်းလဲသောကြောင့်

ကွန်တော်မျိုးအားကယ်တော်မူပါ။

160 ကိုယ်တော်ရှင်တရားတော်၏အခက်အခဲမှာ

သစ္စာတရားပင်ဖြစ်ပါ၏။

ဖြောင့်မှန်သောစီရင်တော်မူခက်အပေါင်းတို့သည်

ထာဝစဉ်တည်ပါ၏။

ထာဝရဘုရား၏ပညတ်တော်ကိုစိတ်စွဲလမ်းခြင်း

161 တန်ခိုးအာဏာရှိသူတို့သည်ကွန်တော်မျိုးအား  
မတရားနှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲကြပါ၏။

သို့ရာတွင်ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
တရားတော်ကိုရှိသေလေးစားပါ၏။

162 ကိုယ်တော်ရှင်၏ကတိတော်မားကြောင့်  
ကွန်တော်မျိုးသည်လွန်စွာပေးပါ၏။

မားစွာသောလက်ရပစ္စည်းတို့ကို  
တေ"ရှိရသူကဲ့သို့ပေးပါ၏။

163 ကွန်တော်မျိုးသည်မုသားမှန်သမုကို  
မှန်းတီးစက်ဆုပ်ပါ၏။

သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်ကို  
နှစ်သက်မြတ်နိုးပါ၏။

164 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ဖြောင့်မှန်သော  
တရားစီရင်တော်မူခက်မားအတွက်နေ့စဉ်

ခုနစ်ကြိမ်ကေးဇူးတော်ကိုခီးမွမ်းပါ၏။

165 ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်ကိုနှစ်သက်  
မြတ်နိုးသူမားသည်

ကြီးစွာသောစိတ်ခမ်းသာမှုကိုရရှိကြပါ၏။

အဘယ်အရာမှသူတို့အားပြုလဲစေနိုင်လိမ့်မည်  
မဟုတ်ပါ။

166 အို ထာဝရဘုရား"

ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်  
ကယ်တော်မူမည်ကိုစောင့်မှော်ကာကိုယ်တော်ရှင်၏  
ပညတ်တော်မားကိုစောင့်ထိန်းပါ၏။

167 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်ပေးတော်မူသည့်  
ဆုံးမသွန်သင်ခက်တို့ကိုလိုက်နာပါ၏။

ယင်းတို့ကိုကွန်တော်မျိုးသည်အလွန်  
နှစ်သက်မြတ်နိုးပါ၏။

168 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
ဥပဒေသတော်မားနှင့်ပညတ်တော်မားကို  
လိုက်နာပါ၏။

ကွန်တော်မျိုးပြုသမှုသောအမှုတို့ကို  
ကိုယ်တော်ရှင်မြင်တော်မူပါ၏။

ကူမတော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ

169 အို ထာဝရဘုရား"

ကူမတော်မူရန်  
ကွန်တော်မျိုး၏အော်ဟစ်တောင်းလျှောက်သံသည်  
နားတော်သို့ရောက်ပါစေသော။

ကတိတော်ရှိသည့်အတိုင်းကွန်တော်မျိုးအား  
အသိဉာဏ်ကိုပေးတော်မူပါ။

170 ကွန်တော်မျိုး၏ဆုတောင်းပတုထနာကို  
ကြားတော်မူ၍

ကတိတော်အတိုင်းကွန်တော်မျိုးအား  
ကယ်တော်မူပါ။

171 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကွန်တော်မျိုးအားပညတ်တော်ကို  
 သွန်သင်တော်မူသဖြင့်  
 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်အားအစဉ်အမြဲ  
 ထောမနာပြုပါမည်။

172 ကိုယ်တော်ရှင်ပေးတော်မူသောဆုံးမ  
 သွန်သင်ခက်မားသည်တရားမှတသည်ဖြစ်၍  
 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
 တရားတော်အကြောင်းကို  
 သီခင်းဆိုပါမည်။

173 ကွန်တော်မျိုးသည်ဥပဒေသတော်တို့ကို  
 စောင့်ထိန်းသည်ဖြစ်၍  
 ကွန်တော်မျိုးအားကူမရန်  
 အစဉ်အသင့်ရှိတော်မူပါ။

174 အို ထာဝရဘုရား"  
 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
 ကယ်တင်တော်မူခြင်းကေးဇူးကို  
 တောင့်တပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏တရားတော်သည်  
 ကွန်တော်မျိုးအားဟော်ရင်စေပါ၏။

175 ကိုယ်တော်ရှင်ကိုထောမနာပြုနိုင်ရန်  
 ကွန်တော်မျိုးအား  
 အသက်ရှင်စေတော်မူပါ။  
 စီရင်ဆုံးဖြတ်တော်မူခက်မားသည်

ကွန်တော်မျိုးအား  
 ကူမတော်မူပါစေသော။  
 176 ကွန်တော်မျိုးသည်ဟောက်သွားသောသိုးကဲ့သို့  
 လမ်းမှားလက်ရှိပါ၏။  
 သို့ဖြစ်၍ကြွတော်မူလက်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
 အစေခံကွန်တော်မျိုးအား  
 ရှာတော်မူပါ။  
 ကွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
 ပညတ်တော်တို့ကိုမမေ့မလော့ပါ။

# 120

ကူမတော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ  
 1 ငါသည်ဒုက္ခရောက်စဉ်အခါထာဝရဘုရား ကို  
 ဟစ်ခေါ်ပါ၏။  
 ကိုယ်တော်သည်လည်းထူးတော်မူပါ၏။  
 2 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုးအားလိမ်လည်တတ်သူများ နှင့်  
 လှည့်စားတတ်သူများ၏လက်မှကယ်တော် မူပါ။  
 3 အချင်းလိမ်လည်တတ်သူတို့၊  
 သင်တို့အားဘုရားသခင်သည်အဘယ်သို့  
 စီရင်တော်မူလိမ့်မည်နည်း။  
 သင်တို့အားကိုယ်တော်သည်အဘယ်သို့  
 ဒဏ်ခတ်တော်မူလိမ့်မည်နည်း။

4 စစ်သည်တို့၏ထက်မြက်သောမြားဖြင့်လည်း ကောင်း၊  
ရဲရဲတောက်ပူလောင်သည့်မီးခဲဖြင့်လည်းကောင်း  
ဒဏ်ခတ်တော်မူလိမ့်မည်။

5 သင်တို့နှင့်ငါနေရသည်မှာမေ့ရက်ပြည်၌  
နေထိုင်ရသကဲ့သို့လည်းကောင်း၊  
ကေဒါ<sup>19</sup> အမျိုးသားများနှင့်အတူ  
နေထိုင်ရသကဲ့သို့လည်းကောင်းဆိုရွာပါ၏။

6 ငါသည်ငြိမ်းချမ်းရေးကိုမှန်းသောသူတို့နှင့်  
နေရသည်မှာကြာမြင့်လွန်းလေပြီ။

7 ငါသည်ငြိမ်းချမ်းရေးအကြောင်းပြောဆို သောအခါ  
သူတို့ကစစ်တိုက်ရန်ပြောဆိုကြ၏။

# 121

ကွယ်ကာစောင့်ရှောက်တော်မူသောထာဝရဘုရား

1 ငါသည်တောင်ရိုးများသို့မျှော်ကြည့်၏။

အဘယ်မှကူညီမစေမှုကိုငါရပါမည်နည်း။

2 ကောင်းကင်နှင့်ကမ္ဘာမြေကြီးကိုဖန်ဆင်းတော် မူသော  
ထာဝရဘုရား၏ထံတော်မှရပါလိမ့်မည်။

3 ကိုယ်တော်သည်သင့်အားခြေချော်၍  
လဲစေတော်မူလိမ့်မည်မဟုတ်။

---

19 120:5 \* မေ့ရက် ကေဒါ။ ကွာဝေးသောဒေသနှစ်ခု။ ၎င်းဒေသများ တွင်နေထိုင်သူတို့သည်လူရိုင်းများဟုယူ ဆသည်။

သင့်ကိုကွယ်ကာစောင့်ရှောက်တော်မူသော  
အရှင်သည်အိပ်တော်မမူ။

4 ကုသရေလအမျိုးသားတို့ကိုကွယ်ကာ  
စောင့်ရှောက်တော်မူသောအရှင်သည်  
အဘယ်အခါ၌မျှငိုက်မျှ ညှိုးအိပ်စက်ခြင်း  
ရှိတော်မမူ။

5 ထာဝရဘုရားသည်သင့်ကိုစောင့်ကြပ်တော် မူလိမ့်မည်။  
ကိုယ်တော်သည်သင်၏အနီးတွင်ရှိသောသင့်ကို  
ကွယ်ကာရာအရိပ်ဖြစ်တော်မူ၏။

6 နေသည်နေ့အခါ၌လည်းကောင်း၊  
လသည်ည ညှိုးအခါ၌လည်းကောင်း  
သင့်ကိုဥပဒ်ပေးလိမ့်မည်မဟုတ်။

7 ထာဝရဘုရားသည်ဘေးအန္တရာယ်အပေါင်း တို့မှ  
သင့်ကိုကွယ်ကာတော်မူလိမ့်မည်။  
သင့်ကိုဘေးမဲ့လုံခြုံစွာထားတော်မူလိမ့်မည်။

8 ကိုယ်တော်သည်ယခုမှစ၍ကာလအစဉ်မပြတ်  
သင်သွားလာလေရာတို့၌သင့်အား  
ကွယ်ကာစောင့်ရှောက်တော်မူလိမ့်မည်။

# 122

ယေရုရှလင်မြို့ကိုချီးမွမ်းခန်း<sup>1</sup>

1 122: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသည်။

1 သူတို့က "ထာဝရဘုရား၏အိမ်တော်သို့  
ငါတို့သွားကြကုန်အံ့" ဟုဆိုသောအခါ  
ငါသည် ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်ပါ၏။

2 ယခုအခါငါတို့သည် ယေရုရှလင်မြို့  
တံခါးအတွင်းရပ်လျက်ရှိနေကြပါ၏။

3 ယေရုရှလင်မြို့သည် တင့်တယ်လျောက်ပတ်စွာ  
ပြန်လည်တည်ဆောက်ထားသောမြို့ဖြစ်ပေ၏။

4 ဤမြို့သည် ဘုရားသခင်အိမ်တော်ရှိသည့် အတိုင်း  
ကိုယ်တော်၏ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းရန်  
ဣသရေလအနွယ်တို့စုရုံးရာအရပ် ဖြစ်၏။

5 ဤမြို့သည် ဣသရေလဘုရင်တို့နန်းစိုက်၍  
ပြည်သူတို့အားတရားစီရင်ရာဌာနဖြစ်၏။

6-7 "သင့်ကိုချစ်မြတ်နိုးသူတို့သည် ကောင်းစား  
ကြပါစေသော။

သင်၏မြို့ရိုးများအတွင်း၌ ငြိမ်းချမ်းသာယာ မှုရှိ၍  
သင်၏နန်းတော်များအတွင်း၌ ဘေးမဲ့လုံခြုံမှု  
ရှိပါစေသော" ဟု  
ယေရုရှလင်မြို့၏ငြိမ်းချမ်းသာယာရေးအတွက်  
ဆုတောင်းပတုထနာပြုကြလော့။

8 ငါသည် ဆွေမျိုးများနှင့် မိတ်ဆွေများကို  
ထောက်ထား၍ ယေရုရှလင်မြို့အား



“သင်၌ငြိမ်းချမ်းသာယာခြင်းရှိပါစေသော” ဟု  
မြွက်ဆိုပါ၏။

9 ငါတို့ဘုရားသခင်ထာဝရဘုရား၏  
အိမ်တော်ကိုထောက်ထား၍  
သင်၏စည်ပင်သာယာမှုအတွက် ဆုတောင်းပ တု  
ထနာပြုပါ၏။

### 123

သနားတော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ

- 1 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်စိုးစံတော်မူရာကောင်းကင်ဘုံသို့  
ကျွန်တော်မျိုးမျှော်ကြည့်ပါ၏။
- 2 အစေခံသည်မိမိ၏သခင်ကိုလည်းကောင်း၊  
အစေခံမသည်မိမိသခင်မကိုလည်းကောင်း  
မှီခိုအားထားသကဲ့သို့  
ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်မိမိတို့၏ဘုရားသခင်  
ထာဝရဘုရား၏ကရုဏာတော်ကို  
မခံစားရမချင်းကိုယ်တော်ရှင်အား  
မျှော်ကြည့်လျက်နေပါမည်။
- 3 ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်လွန်မင်းစွာမထီမဲ့မြင်  
ပြုခြင်းကိုခံကြရပါပြီ။  
သို့ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုးတို့အားသနားတော်မူပါ။  
အို ထာဝရဘုရား၊ ကျွန်တော်မျိုးတို့အားသနားတော်မူပါ။

4 ကျွန်တော်မျိုးတို့သည်ချမ်းသာကြွယ်ဝ သူတို့၏  
 ပြောင်လှောင်ခြင်းကိုလည်းကောင်း၊  
 မာန်မာနကြီးသူတို့၏မထီမဲ့မြင်ပြုခြင်း  
 ကိုလည်းကောင်းခံရကြသည်မှာကြာပါပြီ။

# 124

လူတော်ကိုကွယ်ကာတော်မူသော ဘုရားသခင်<sup>2</sup>

- 1 အကယ်၍ထာဝရဘုရားသာ  
 ငါတို့ဘက်၌ရှိတော်မမူခဲ့လျှင်အဘယ်သို့  
 ဖြစ်ပါလိမ့်မည်နည်း။  
 အို ကုသရေလအမျိုးသားတို့၊ဖြေကြားကြလော့။
- 2 ငါတို့အားရန်သူများတိုက်ခိုက်ကြစဉ်အခါက  
 ထာဝရဘုရားသာငါတို့ဘက်၌ရှိတော် မမူခဲ့လျှင်
- 3 သူတို့သည်ဒေါသအမျက်ချောင်းချောင်းထွက်၍  
 ငါတို့အားအရှင်လတ်လတ်ဝါးမျိုလိုက်ကြ လိမ့်မည်။
- 4 ထိုနောက်ငါတို့သည်ရေစီးရာသို့မျောပါသွား၍  
 ရေသည်ငါတို့ကိုလွှမ်းမိုးလိမ့်မည်။
- 5 ငါတို့သည်အဟုန်ပြင်းသည့်ရေစီးချောင်းတွင်  
 နစ်မြုပ်သွားကြလိမ့်မည်။
- 6 ငါတို့ကိုရန်သူများအုပ်ဖမ်းကိုက်စားသည့်  
 အစာဖြစ်ခွင့်ပေးတော်မမူသောထာဝရဘုရား၏  
 ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းကြကုန်စို့။

---

2 124: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသည်။

- 7 ငါတို့သည်မုဆိုး၏ကျော့ကွင်းမှလွတ်မြောက် လာသော  
 ငှက်ကဲ့သို့သေဘေးမှလွတ်မြောက်ကြလေပြီ။  
 ကျော့ကွင်းပြတ်၍ငါတို့လွတ်မြောက်ရကြ၏။
- 8 ငါတို့သည်ကူညီမစမူကိုကောင်းကင်နှင့်  
 ကမ္ဘာမြေကြီးကိုဖန်ဆင်းတော်မူသော  
 ထာဝရဘုရား၏ထံတော်မှရရှိကြ သတည်း။

# 125

## ဘုရားသခင်၏လူစုအတွက်ဘေးမဲ့လုံခြုံမှု

- 1 ထာဝရဘုရားကိုယုံကြည်ကိုးစားသူတို့သည်  
 မရွေ့မရှား၊ အစဉ်ခိုင်ခံ့တည်မြဲသော  
 ဇီအုန်တောင်ကဲ့သို့ဖြစ်ကြ၏။
- 2 တောင်ရိုးတို့သည်ယေရုရှလင်မြို့ကိုဝန်းရံလျက်  
 နေသကဲ့သို့ထာဝရဘုရားသည်  
 ယခုမှစ၍ကာလအစဉ်အဆက်မိမိ၏  
 လူစုတော်ကိုဝန်းရံလျက်နေတော်မူ၏။
- 3 သူယုတ်မာတို့သည်ဖြောင့်မတ်သောသူတို့၏ ပြည်ကို  
 အစဉ်အမြဲအုပ်စိုးရလိမ့်မည်မဟုတ်။  
 အကယ်၍ယင်းသို့အုပ်စိုးရကြပါမူ၊  
 ဖြောင့်မတ်သောသူတို့ကိုယ်တိုင်ပင်လျှင်  
 မကောင်းမှုကိုပြုကောင်းပြုကြပေလိမ့်မည်။
- 4 အို ထာဝရဘုရား၊

ဖြောင့်မတ်သူ၊ ကိုယ်တော်ရှင်၏အမိန့်ကိုနာခံ  
သူများအားကျေးဇူးပြုတော်မူပါ။

5 သို့ရာတွင်မကောင်းမှုပြုသူတို့အားအပြစ်ဒဏ်  
စီရင်တော်မူသောအခါ  
နည်းလမ်းတော်ကိုစွန့်သူတို့ကိုလည်း  
အပြစ်ဒဏ်စီရင်တော်မူပါ။

ဣသရေလအမျိုးသားတို့သည်ငြိမ်းချမ်း  
သာယာမှုကိုခံစားရကြပါစေသော။

# 126

ကယ်နုတ်တော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ

1 ငါတို့အားဖိအုန်မြို့သို့  
ထာဝရဘုရားပြန်လည်ခေါ်ဆောင်သည်မှာ  
အိပ်မက်ကဲ့သို့ဖြစ်ပါ၏။

2 ငါတို့သည်များစွာရယ်မောကြရလျက်  
ပျော်ရွှင်စွာသီချင်းဆိုကြရ၏။  
ထိုအခါအခြားလူမျိုးတို့က

“ထာဝရဘုရားသည်ဤသူတို့အတွက်  
ကြီးမြတ်သောအမှုတို့ကိုပြုတော်မူပါသည် တကား”  
ဟုဆိုကြ၏။

3 ကိုယ်တော်သည်အမှန်ပင်ငါတို့အတွက်  
ကြီးမြတ်သောအမှုကိုပြုတော်မူပြီ။

ငါတို့သည်အလွန်ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်ခဲ့  
ပါသည်တကား။



4 အို ထာဝရဘုရား၊  
မိုးရေသည်ခြောက်သွေ့သည့်ချောင်းများကို  
ရေဖြင့်တစ်ဖန်ပြည့်စေသကဲ့သို့  
ကျွန်တော်မျိုးတို့ကိုတစ်ဖန်ကြီးပွားတိုးတက်  
စေတော်မူပါ။

5 မျက်ရည်ကျလျက်စိုက်ပျိုးကြရသူတို့အား  
ဝမ်းမြောက်စွာသီးနှံများရိတ်သိမ်းရသော  
အခွင့်ကိုပေးတော်မူပါ။

6 မျက်ရည်ကျလျက်မျိုးစေ့များကို  
ယူဆောင်သွားကြသူတို့သည်  
သီးနှံများကိုသယ်ဆောင်ကာဝမ်းမြောက်စွာ  
သီချင်းဆို၍ပြန်လာကြလိမ့်မည်။

# 127

ဘုရားသခင်၏ကောင်းမြတ်တော်မူခြင်းကို  
ထောမနာပြုခြင်း<sup>3</sup>

1 အကယ်၍ထာဝရဘုရားသည်အိမ်ကို  
ဆောက်တော်မမူလျှင်ဆောက်လုပ်သူတို့၏  
လုပ်ဆောင်ချက်သည်အချည်းနှီးဖြစ်၏။

<sup>3</sup> 127: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ရှောလမုန်စပ်ဆိုသည်။

ထာဝရဘုရားသည်မြို့ကိုစောင့်တော်မမူ လျှင်  
ကင်းစောင့်တို့၏စောင့်ကြပ်မှုသည်အချည်းနှီးဖြစ်၏။

2 အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှုအတွက် နံနက်စောစောထ၍  
ည ည နက်သည်တိုင်အောင်ပင်ပန်းစွာအလုပ်  
လုပ်ရခြင်းသည်အချည်းနှီးဖြစ်၏။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ထာဝရဘုရားသည်  
မိမိချစ်တော်မူသောသူတို့အိပ်စက်နေစဉ်  
သူတို့လိုအပ်သောအရာများကို ပေးသနားတော်မူသောကြောင့်ဖြစ်၏။

3 သားသမီးများသည်ထာဝရဘုရားပေး သော  
ဆုလာဘ်များဖြစ်ကြ၏။  
သူတို့သည်ကောင်းချီးမင်္ဂလာအစစ်အမှန်  
ဖြစ်ကြ၏။

4 အသက်ပျိုရွယ်စဉ်အခါရသော  
သားသမီးများသည်စစ်သူရဲ၏လက်တွင်ရှိသော  
မြားများနှင့်တူကြ၏။

5 ဤသို့သောမြားမြောက်မြားစွာရှိသူသည် မင်္ဂလာရှိ၏။  
သူသည်ရန်သူများနှင့်တရားရုံးတွင်  
ရင်ဆိုင်သောအခါအရေးရှုံးနိမ့်လိမ့်မည် မဟုတ်။

# 128

ထာဝရဘုရား၏စကားတော်ကို နားထောင်ခြင်း၏အကျိုး

1 ထာဝရဘုရားကိုကြောက်ရွံ့ရှိသေ၍  
ကိုယ်တော်၏နည်းလမ်းတော်များနှင့်အညီ  
ကျင့်ကြံပြုမူသူများသည်မင်္ဂလာရှိကြ၏။

2 သင်သည်မိမိလက်ဖြင့်လုပ်ဆောင်၍စားဝတ် နေရေး  
 ဖူလိုအောင်ရရှိလိမ့်မည်။  
 သင်သည်ရွှင်လန်း၍ကောင်းစားလိမ့်မည်။

3 အိမ်တွင်း၌သင်၏ဇနီးသည်အသီးနှင့်ပြည့်သော  
 စပျစ်ပင်ကဲ့သို့လည်းကောင်း၊  
 စားပွဲပတ်လည်ရှိသင်၏သားများသည်လည်း  
 စိုက်ပျိုးထားသောသံလွင်ပင်ပျိုများ  
 ကဲ့သို့လည်းကောင်းဖြစ်လိမ့်မည်။

4 ထာဝရဘုရား၏စကားတော်ကို  
 နားထောင်သောသူသည်ဤနည်းအတိုင်း အမှန်ပင်  
 ကောင်းချီးမင်္ဂလာခံစားရလိမ့်မည်။

5 ဇိအုန်တောင်တော်ပေါ်မှထာဝရဘုရားသည်  
 သင့်ကိုကောင်းချီးမင်္ဂလာပေးတော်မူပါစေသော။  
 သင်သည်အသက်ရှင်သမျှကာလပတ်လုံး  
 ယေရုရှလင်မြို့၏ဝပြောစည်ပင်နေသည်ကို  
 တွေ့မြင်ရပါစေသော။

6 သင်သည်မြေးများရရှိလာသည်တိုင်အောင်  
 အသက်ရှည်ပါစေသော။  
 ဣသရေလအမျိုးသားတို့သည်ငြိမ်းချမ်း  
 သာယာမှုကိုခံစားရကြပါစေသော။

# 129

ဣသရေလအမျိုးသားတို့၏ရန်သူများ  
အရေးရှုံးနိမ့်ကြစေရန်ဆုတောင်းပတုထနာ

1 ဣသရေလ၊သင်ငယ်စဉ်အခါမှစ၍ ရန်သူများသည်  
သင့်ကိုအဘယ်သို့ရက်စက်စွာညှဉ်းဆဲ  
နှိပ်စက်ကြကြောင်းကိုငါတို့အားဖော်ပြလော့။

2 “ငယ်စဉ်အခါမှအစပြု၍ငါ့အားရန်သူတို့သည်  
ရက်စက်စွာညှဉ်းဆဲခဲ့ကြလေပြီ။  
သို့ရာတွင်သူတို့သည်ငါ့အပေါ်တွင် အနိုင်မရခဲ့ကြ။

3 သူတို့သည်ငါ၏ကျောကုန်းကိုပြင်းထန်သည့်  
ဒဏ်ရာများရစေသဖြင့်ထွန်ကြောင်းများရှိသည့်  
လယ်ကွက်သဖွယ်ဖြစ်စေကြ၏။

4 သို့ရာတွင်ဖြောင့်မတ်တော်မူသောအရှင်  
ထာဝရဘုရားသည်ငါ့ကိုကျွန်ဘဝမှ  
လွတ်မြောက်စေတော်မူလေပြီ။”

5 ဇိအုန်မြို့ကိုမုန်းသောသူအပေါင်းတို့သည်  
အရေးရှုံးနိမ့်လျက်တပ်လန်ကြပါစေသော။

6 သူတို့သည်အိမ်ခေါင်မိုးပေါ်တွင်ပေါက်၍  
မကြီးထွားမိခြောက်သွေ့သွားသည့်  
မြက်ပင်များကဲ့သို့ဖြစ်ပါစေသော။

7 ထိုမြက်တို့ကိုအဘယ်သူမျှစုသိမ်းသယ်ယူမှုကို  
ပြုလိမ့်မည်မဟုတ်။



8                   `ထာဝရဘုရားသည်သင်တို့ကိုကောင်းချီး  
 ပေးတော်မူပါစေသော။  
 ထာဝရဘုရား၏နာမတော်ကိုအမှီပြု၍  
 ငါတို့သည်သင်တို့အားကောင်းချီးပေး ပါ၏။' ဟူ၍  
 အနီးမှဖြတ်သန်းသွားလာသူတို့ကသူတို့အား  
 ပြောဆိုကြလိမ့်မည်မဟုတ်။

### 130

#### ကူမတော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ

- 1 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်စိတ်နှလုံးကြေကွဲရာမှ  
 ကိုယ်တော်ရှင်အားဟစ်ခေါ်ပါ၏။
- 2 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုးအော်ဟစ်သံကိုကြားတော်မူပါ။  
 ကူမတော်မူရန်ကျွန်တော်မျိုးတောင်းလျှောက်       သံကို  
 နားထောင်တော်မူပါ။
- 3       အကယ်၍ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့၏  
 အပြစ်များကိုရေးမှတ်ထားမည်ဆိုပါက  
 အဘယ်သူသည်အပြစ်ဒဏ်စီရင်တော်မူခြင်းနှင့်  
 ကင်းလွတ်နိုင်ပါမည်နည်း။
- 4       သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့၏  
 အပြစ်များကိုဖြေလွတ်တော်မူပါ၏။



ကျွန်တော်မျိုးသည်ကြီးကျယ်လှသည့်  
 အမှုများတွင်သော်လည်းကောင်း၊  
 မိမိသိရှိနားလည်ရန်ခက်ခဲလှသော  
 အကြောင်းအရာများတွင်သော်လည်းကောင်း  
 စိတ်မဝင်စားတော့ပါ။

2 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကျေနပ်ရောင့်ရဲလျက်  
 မိမိစိတ်ကိုငြိမ်းအေးစေပါပြီ။  
 ကလေးငယ်သည်မိခင်၏ရင်ခွင်၌  
 ငြိမ်သက်စွာအိပ်နေသကဲ့သို့  
 ကျွန်တော်မျိုး၏စိတ်နှလုံးသည်လည်း  
 ငြိမ်သက်လျက်ရှိပါပြီ။

3 အို ဣသရေလ၊ ယခုမှအစပြု၍  
 ကာလအစဉ်အဆက်ထာဝရဘုရားကို ကိုးစားလော့။

# 132

## ဗိမာန်တော်ကိုချီးမွမ်းခန်း

1 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ဒါဝိ ဒ်မင်းနှင့်သူခံခဲ့ရသမျှသောဆင်းရဲ  
 ဒုက္ခတို့ကိုသတိရတော်မူပါ။

2-5 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ဒါဝိ ဒ်က`ကျွန်တော်မျိုးသည်ထာဝရဘုရား  
 ကိန်းဝပ်တော်မူရန်ဌာနတော်ကိုလည်းကောင်း၊

ယာကုပ်ကိုးကွယ်သောတန်ခိုးကြီးသည်  
 ဘုရားသခင်အတွက်အိမ်တော်ကိုလည်း ကောင်း  
 ဆောက်လုပ်၍မပြီးသေးသမျှကာလပတ်လုံး  
 နားနေအိပ်စက်မှုကိုပြုမည်မဟုတ်ပါ။  
 အိမ်ကိုလည်းမပြန်။ အိပ်ရာထဲသို့လည်း ဝင်မည်မဟုတ်။"  
 ဟု  
 ယာကုပ်ကိုးကွယ်သောတန်ခိုးကြီးသည်  
 ဘုရားသခင်အားပြုသောသစ္စာကတိကို  
 သတိရတော်မူ၏။

6 မက်လင်မြို့တွင်ပဋိညာဉ်သေတ္တာတော် အကြောင်းကို  
 ငါတို့ကြားသိကြ၍ယင်းသေတ္တာတော်ကို ယာရို  
 မ်ကွင်း၌တွေ့ရှိရကြ၏။

7 "ငါတို့သည်ထာဝရဘုရား၏အိမ်တော်သို့  
 သွားကြကုန်အံ့။  
 ပလ္လင်တော်ရှေ့တွင်ကိုယ်တော်ကိုဝတ်ပြု  
 ကိုးကွယ်ကြကုန်အံ့" ဟုငါတို့ဆိုကြ၏။

8 အို ထာဝရဘုရား၊ တန်ခိုးတော်၏အမှတ်လ ကု  
 ခဏာဖြစ်သည့်  
 ပဋိညာဉ်သေတ္တာတော်နှင့်အတူဗိမာန်တော်သို့  
 ကြွလာတော်မူ၏။

9 ကိုယ်တော်ရှင်၏ယဇ်ပုရောဟိတ်တို့သည် မှန်ကန်ရာကို  
 အမြဲပြုကျင့်နိုင်ကြပါစေသော။

ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်သည်ဝမ်းမြောက်  
ရွှင်လန်းစွာကြွေးကြော်ကြပါစေသော။

10 အို ထာဝရဘုရား၊

ကိုယ်တော်၏အစေခံဒါဝိ ဒ်အားပေးတော်မူသည့်  
ကတိတော်ကိုထောက်၍

ကိုယ်တော်ရွေးချယ်တော်မူသည့်ဘုရင်ကို  
ပစ်ပယ်တော်မမူပါနှင့်။\*

11-12 ကိုယ်တော်ရှင်က`ငါသည်သင်၏သားတစ်ဦးဦးကို  
ဘုရင်အရာ၌ခန့်ထားမည်။

သူသည်သင်၏အရိုက်အရာကိုဆက်ခံရလိမ့်မည်။

အကယ်၍သင်၏သားတို့သည်ငါ၏ပဋိညာဉ်တော်ကို  
စောင့်ထိန်း၍ငါပေးသည့်ဩဝါဒများကို  
လိုက်နာကျင့်သုံးကြပါမူ၊

သူ၏သားတို့သည်လည်းသင်၏အရိုက်အရာကို  
ဆက်ခံကာဘုရင်များအဖြစ်ဖြင့်

အစဉ်အမြဲအုပ်စိုးရကြလိမ့်မည်" ဟု

ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေခံဒါဝိ ဒ်အားကျိန်ဆို  
ကတိပြုတော်မူခဲ့ပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ယင်းကတိတော်ကိုပြန်လည်  
ရုပ်သိမ်းတော်မူမည်မဟုတ်ပါ။\*

13 ထာဝရဘုရားသည်ဒီအုန်မြို့ကိုရွေးချယ် တော်မူပြီ။

\* 132:10 ဇရာ၊ ၆:၄၁-၄၂။ \* 132:11-12 ၂ရာ၊ ၇:၁၂-၁၆။ ၅ရာ၊  
၁၇:၁၁-၁၄။ ဆာ၊ ၈၉:၃-၄။ တ၊ ၂:၃၀။

ကိုယ်တော်သည်ထိုမြို့တွင်ကျိန်းဝပ်တော်မူရန်  
အလိုတော်ရှိသည်။

14 “ဤမြို့တွင်ထာဝစဉ်ငါ့ကိုန်းဝပ်တော်မူမည်။  
ဤမြို့တွင်ငါ့စိုးစံရန်အလိုရှိတော်မူသည်။

15 ငါသည်ဇိအုန်မြို့ကိုလိုလေသေးမရှိအောင်  
အစာရေစာပေါများသောမြို့ဖြစ်စေမည်။

ဤမြို့မှဆင်းရဲသူတို့အားဝအောင်ကျွေးမွေး မည်။

16 ဤမြို့မှယဇ်ပုရောဟိတ်တို့ဆောင်ရွက်လေသမျှ တို့ကို  
ကောင်းချီးပေးမည်။

မြို့သူမြို့သားတို့သည်လည်းသီချင်းဆိုလျက်  
ဝမ်းမြောက်ရွှင်လန်းစွာကြွေးကြော်ကြလိမ့်မည်။

17 ငါသည်ဤမြို့တွင်ဒါဝိ ဒ်ဇာသားမြေးတစ်ဦးကို  
ကြီးမြတ်သည့်ဘုရင်အဖြစ်ဖြင့်ခန့်ထားမည်။

ဤမြို့တွင်ငါ့ရွေးချယ်သည့်ဘုရင်၏အာဏာ  
စက်ကို တည်စေမည်။\*

18 သူ၏ရန်သူတို့ကိုအရှက်ကွဲစေမည်။  
သူ၏နိုင်ငံမူကားစည်ပင်သာယာဖွံ့ဖြိုး  
တိုးတက်လိမ့်မည်” ဟုမိန့်တော်မူ၏။

### 133

ညီအစ်ကိုချင်းထားရှိသည့်မေတ္တာကို ချီးမွမ်းခန်း<sup>5</sup>

1 ဘုရားသခင်၏လူစုတော်သည်

☆ 132:17 ဂုရာ၊ ၁၁:၃၆။ 5 133: \* ဟေမြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသည်။

စိတ်သဘောညီညွတ်လျက်နေထိုင်ကြသည်မှာ  
 အလွန်ကောင်းမွန်၍ တင့်တယ်လှပါသည်တကား။

2 ယင်းသို့နေထိုင်မှုသည် အာရုဏ်၏ဦးခေါင်းမှ  
 သူ၏မှတ်ဆိတ်နှင့်ဝတ်လုံအင်္ကျီလည်ခွံသို့  
 တိုင်အောင် စီးကျလာသည့်အဖိုးတန်ဘိသိက်ဆီကဲ့သို့ဖြစ်၏။

3 ဟေရုမုန်တောင်ပေါ်သို့ကျသောနှင်းသည် ဇိအုန်  
 တောင်ကုန်းများပေါ်သို့ကျသကဲ့သို့ဖြစ်၏။  
 ထိုအရပ်ကား ထာဝစဉ်အသက်ရှင်ခွင့်  
 တည်းဟူသောကောင်းချီးမ                    ။                    ဂလာကို  
 ထာဝရဘုရားပေးတော်မူရာအရပ်ဖြစ် သတည်း။

# 134

ဘုရားသခင်ကိုထောမနာပြုကြရန်ခေါ်ဖိတ်ခြင်း

1 ကိုယ်တော်၏အစေခံသူ၊ ဗိမာန်တော်တွင်ည ည့် အခါ  
 အမှုတော်ဆောင်သူအပေါင်းတို့၊  
 လာ၍ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။

2 လက်အုပ်ချီ၍ဗိမာန်တော်ထဲ၌ဆုတောင်း ပ တု  
 ထနာပြုကြလော့။  
 ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။

3 ကောင်းကင်နှင့်ကမ္ဘာမြေကြီးကိုဖန်ဆင်းတော် မူသော  
 ထာဝရဘုရားသည် ဇိအုန်တောင်တော်ပေါ်မှ  
 သင်တို့ကိုကောင်းချီးပေးတော်မူပါစေသော။

# 135

ထောမနာသီချင်း

- 1-2 ထာဝရဘုရားကိုထောမနာပြုကြလော့။  
 ထာဝရဘုရား၏အစေခံသူ၊ ထာဝရ ဘုရား၏  
 အိမ်တော်တည်းဟူသော  
 ငါတို့ဘုရား၏ဗိမာန်တော်တွင်ရပ်နေသူတို့  
 နာမတော်အားထောမနာပြုကြလော့။
- 3 ထာဝရဘုရားသည်ကောင်းမြတ်တော်မူသည် ဖြစ်၍  
 ကိုယ်တော်အားထောမနာပြုကြလော့။  
 ကိုယ်တော်သည်သနားကြင်နာတော်မူသည် ဖြစ်၍  
 နာမတော်အားထောမနာသီချင်းဆိုကြလော့။
- 4 ကိုယ်တော်သည်ယာကုပ်အားမိမိအဖို့လည်း ကောင်း၊  
 ကုသရေလအမျိုးသားတို့အားမိမိ၏ ပိုင်ရာတော်  
 ဖြစ်စေရန်လည်းကောင်းရွေးချယ်တော်မူ၏။
- 5 ငါတို့၏ထာဝရဘုရားသည်ကြီးမြတ်  
 တော်မူကြောင်းကိုငါသိ၏။  
 ကိုယ်တော်သည်ဘုရားရှိသမျှတို့ထက်  
 ကြီးမြတ်တော်မူ၏။
- 6 ကိုယ်တော်သည်ကောင်းကင်နှင့်ကမ္ဘာ  
 မြေကြီးပေါ်၌လည်းကောင်း၊  
 ပင်လယ်နှင့်ပင်လယ်အောက်နက်ရှိ င်းရာ  
 အရပ်တို့၌လည်းကောင်း



အလိုတော်အရခပ်သိမ်းသောအမှုတို့ကို ပြုတော်မူ၏။

7 ကမ္ဘာမြေကြီးစွန်းမှမိုးတိမ်တို့ကိုတက်စေ တော်မူ၍  
မိုးသက်မှန်တိုင်းများအတွက်လျှပ်စစ်လျှပ်  
နွယ်တို့ကို ဖန်ဆင်းတော်မူ၏။

လေကိုလည်းမိမိ၏လှောင်တိုက်တော်ထဲက  
ထုတ်ဆောင်လာတော်မူ၏။

8 အီဂျစ်ပြည်တွင်လူနှင့်တိရစ္ဆာန်သားဦးရှိ သမျှကို  
သေဒဏ်ခတ်တော်မူ၏။

9 ထိုပြည်တွင်ဖာရောဘုရင်နှင့်  
သူ၏အမှုထမ်းအပေါင်းတို့ကိုဒဏ်ခတ်တော် မူရန်  
ကိုယ်တော်သည်ထူးဆန်းသောနိမိတ်လက္ခဏာ များနှင့်  
အံ့ဩဖွယ်အမှုတို့ကိုပြုတော်မူ၏။

10 များစွာသောတိုင်းနိုင်ငံတို့ကို  
ပြိုပျက်စေတော်မူ၍ဘုန်းကြီးသော  
ဘုရင်တို့ကိုကွပ်မျက်တော်မူ၏။

11 အာမောရိဘုရင်ရှိဟုန်မင်း၊ဗာရှန်ဘုရင်  
ဩဃမင်းနှင့်ခါနာ န်နိုင်ငံမှဘုရင်အပေါင်း တို့ကို  
ကွပ်မျက်တော်မူ၏။

12 သူတို့၏နယ်မြေများကိုမိမိ၏လူစုတော်အား  
ပေးတော်မူ၏။  
ထိုနယ်မြေများကိုကူသရေလအမျိုးသား တို့အား  
ပေးတော်မူ၏။

- 13 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ဘုရားဖြစ်တော်မူကြောင်းကို  
 လူတို့သည်အခါခပ်သိမ်းကြားသိကြပါ လိမ့်မည်။  
 ကိုယ်တော်၏နာမတော်သည်ကာလအစဉ် အဆက်  
 ကျော်ကြားပါလိမ့်မည်။
- 14 ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏လူစုတော်အား  
 ကွယ်ကာတော်မူလိမ့်မည်။  
 မိမိ၏အစေခံတို့အားကရုဏာ ထားတော်မူလိမ့်မည်။
- 15 လူမျိုးတကာတို့ကိုးကွယ်ကြသည့်ရုပ်တု များသည်  
 ရွှေငွေဖြင့်ပြီးကြ၏။  
 ယင်းတို့သည်လူတို့လက်ဖြင့်ပြုလုပ်သော  
 အရာများဖြစ်ပေသည်။
- 16 ထိုရုပ်တုတို့သည်နှုတ်များရှိပါလျက် စကားမပြောနိုင်၊  
 မျက်စိများရှိပါလျက်မမြင်နိုင်။
- 17 သူတို့သည်နားများရှိပါလျက်မကြားနိုင်။  
 သူတို့၏ခံတွင်း၌လည်းထွက်သက်ဝင်သက်မရှိ။
- 18 ရုပ်တုများကိုပြုလုပ်သူတို့နှင့်ရုပ်တုကို  
 ကိုးစားသူအပေါင်းတို့သည်မိမိတို့ပြု လုပ်သည့်  
 ရုပ်တုများကဲ့သို့ဖြစ်ကြပါစေသော။<sup>☆</sup>
- 19 အို ဣသရေလအမျိုးသားတို့၊ ထာဝရ ဘုရားအား  
 ထောမနာပြုကြလော့။

☆ 135:18 ဆာ၊ ၁၁၅:၄-၈။ ဗျာ၊ ၉:၂၀။

ဘုရားသခင်၏ယဇ်ပုရောဟိတ်တို့၊ ကိုယ်တော် အား  
ထောမနာပြုကြလော့။

20 လေဝိအနွယ်ဝင်တို့၊ ထာဝရဘုရားအား  
ထောမနာပြုကြလော့။

ကိုယ်တော်ကိုကြောက်ရွံ့ရုံသေသူအပေါင်းတို့၊  
ကိုယ်တော်အားထောမနာပြုကြလော့။

21 ဇိအုန်တောင်တော်ပေါ်တွင်လည်းကောင်း၊  
ကိုယ်တော်ကိန်းဝပ်တော်မူရာ  
ယေရုရှလင်မြို့တွင်လည်းကောင်းကိုယ်တော် အား  
ထောမနာပြုကြလော့။

ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။

### 136

ကျေးဇူးတော်ချီးမွမ်းသီချင်း

1 ထာဝရဘုရားသည်ကောင်းမြတ်တော်မူ၍  
ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
တည်တော်မူသဖြင့်

ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းကြလော့။\*

2 ဘုရားရှိသမျှတို့ထက်ကြီးမြတ်တော်မူသော  
အရှင်၏ကျေးဇူးကိုချီးမွမ်းကြလော့။

☆ 136:1 ၅ရာ၊ ၁၆:၃၄။ ၆ရာ၊ ၅:၁၃၊ ၇:၃။ ၇ ဇ၊ ၃:၁၁။ ဆာ၊ ၁၀၀:၅၊ ၁၀၆:၁၊ ၁၀၇:၁၊ ၁၁၈:၁။ ယေ၊ ၃၃:၁၁။

ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
တည်တော်မူသတည်း။

3 အရှင်သခင်ရှိသမျှတို့ထက်  
တန်ခိုးကြီးတော်မူသောအရှင်၏  
ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းကြလော့။

ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
တည်တော်မူသတည်း။

4 ကိုယ်တော်တစ်ပါးတည်းသာလျှင်အလွန် ထူးဆန်းသော  
နိမိတ်လက္ခဏာတို့ကိုပြတော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
တည်တော်မူသတည်း။

5 ကိုယ်တော်သည်ဉာဏ်ပညာတော်အားဖြင့်  
မိုးကောင်းကင်ကိုဖန်ဆင်းတော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
တည်တော်မူသတည်း။\*

6 ကိုယ်တော်သည်ကမ္ဘာမြေကြီးကိုသမုဒ္ဒရာ ပေါ်တွင်  
တည်ဆောက်တော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
တည်တော်မူသတည်း။\*

7 ကိုယ်တော်သည်နေနှင့်လကိုဖန်ဆင်းတော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
တည်တော်မူသတည်း။

\* 136:5 က၊ ၁:၁။ \* 136:6 က၊ ၁:၂။



ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
တည်တော်မူသတည်း။

13 ကိုယ်တော်သည်ပင်လယ်နီကိုနှစ်ပိုင်းကွဲစေ တော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
တည်တော်မူသတည်း။

14 ကိုယ်တော်သည်မိမိ၏လူစုတော်အားထိုပင်လယ်ကို  
ဖြတ်၍ခေါ်ဆောင်သွားတော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
တည်တော်မူသတည်း။

15 ကိုယ်တော်သည်ဖာရောဘုရင်နှင့်သူ၏တပ်မတော်ကို  
ရေနစ်သေဆုံးစေတော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
တည်တော်မူသတည်း။\*

16 ကိုယ်တော်သည်မိမိ၏လူစုတော်အား တောက နှ  
တာရကိုဖြတ်၍လမ်းပြပို့ဆောင်တော် မူ၏။  
ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
တည်တော်မူသတည်း။

17 ကိုယ်တော်သည်ဘုန်းကြီးသောဘုရင်တို့ကို  
ကွပ်မျက်တော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
တည်တော်မူသတည်း။

\* 136:15 ထွ၊ ၁၄:၂၁-၂၉။

18 ကိုယ်တော်သည်ကျော်စောသောဘုရင်တို့ကို  
 ကွပ်မျက်တော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
 တည်တော်မူသတည်း။

19 အာမေရိပြည်ဘုရင်ရှိဟုန်မင်းကို ကွပ်မျက်တော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
 တည်တော်မူသတည်း။<sup>☆</sup>

20 ဗာရှ န်ပြည်ဘုရင်ဩဃမင်းကိုလည်း  
 ကွပ်မျက်တော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
 တည်တော်မူသတည်း။<sup>☆</sup>

21 ကိုယ်တော်သည်သူတို့၏ပြည်နယ်များကို  
 မိမိ၏လူစုတော်အားပေးတော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
 တည်တော်မူသတည်း။

22 ထိုပြည်နယ်များကိုကိုယ်တော်သည်မိမိ၏  
 အစေခံကူသရေလအားပေးတော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
 တည်တော်မူသတည်း။

23 ငါတို့အရေးရှုံးနိမ့်ကြသောအခါကိုယ်တော်သည်  
 ငါတို့အားမေ့လျော့တော်မမူ။

---

☆ 136:19 တော၊ ၂၁:၃၁-၃၅။ ☆ 136:20 တော၊ ၂၁:၃၁-၃၅။

ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
 တည်တော်မူသတည်း။  
 24 ကိုယ်တော်သည်ငါတို့အားရန်သူတို့၏လက်မှ  
 လွတ်မြောက်စေတော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
 တည်တော်မူသတည်း။  
 25 ကိုယ်တော်သည်ခပ်သိမ်းသောသတ္တဝါတို့အား  
 အစားအစာများကိုပေးတော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
 တည်တော်မူသတည်း။  
 26 ကောင်းကင်ဘုံရှင်ဘုရားသခင်၏ကျေးဇူး တော်ကို  
 ချီးမွမ်းကြလော့။  
 ကိုယ်တော်၏မေတ္တာတော်သည်ထာဝစဉ်  
 တည်တော်မူသတည်း။

# 137

တိုင်းတစ်ပါးတွင်နေရချိန်၌ကူသရေလ  
 အမျိုးသားတို့ညည်းတွားမြည်တမ်းခြင်း  
 1 ဇိအုန်မြို့ကိုသတိရသောအခါ  
 ငါတို့သည်ဗာဗုလုံပြည်မြစ်ချောင်းများ  
 အနီးတွင်ထိုင်၍ငိုကြွေးကြ၏။  
 2 အနီးအနားရှိမိုးမခပင်များတွင်ငါတို့၏  
 စောင်းများကိုချိတ်ဆွဲထားကြ၏။



3 ငါတို့ကိုဖမ်းသွားကြသူများက `ငါတို့အား  
 ဖျော်ဖြေရန်ဇီအုန်မြို့အကြောင်း သီချင်းဆိုပြပါ''  
 ဟုငါတို့အားခိုင်းကြ၏။

4 ထာဝရဘုရားသခင်၏ဂုဏ်တော်ချီးမွမ်း သီချင်းကို  
 ငါတို့သည်အဘယ်သို့လျှင်နိုင်ငံရပ်ခြား၌  
 ဆိုနိုင်ကြပါမည်နည်း။

5 အို ယေရုရှလင်မြို့၊ သင့်ကိုငါမေ့လျော့ပါလျှင်  
 ငါသည်စောင်းကိုနောက်တစ်ဖန်အဘယ်အခါ ၌မျှ  
 မတီးနိုင်ဘဲနေပါစေသော။

6 ငါသည်သင့်ကိုသတိမရလျှင်သော်လည်းကောင်း၊  
 သင့်ကိုငါအားဝမ်းမြောက်ရွှင်လန်းဆုံးဖြစ်စေသည့်  
 မြို့အဖြစ်ဖြင့်  
 အမြတ်တနိုးမထားလျှင်သော်လည်းကောင်း  
 ငါသည်နောက်တစ်ဖန်အဘယ်အခါ၌မျှ  
 သီချင်းမဆိုနိုင်ဘဲနေပါစေသော။

7 အို ထာဝရဘုရား၊ ယေရုရှလင်မြို့ကိုသိမ်းယူချိန်၌  
 ဧဒုံအမျိုးသားတို့ပြုသည့်အမှုကို သတိရတော်မူပါ။  
 `ဤမြို့ကိုမြေပြင်နှင့်တပြေးညီအောင်  
 ဖြိုဖျက်ကြလော့'' ဟုထိုသူတို့ပြောဆိုခဲ့ကြသော  
 စကားကိုသတိရတော်မူပါ။

8-9 အို ဗာဗုလု န်မြို့၊ သင်သည်ဖြိုဖျက်ခြင်းခံရ  
 ပေလိမ့်မည်။

ငါတို့ကိုသင်ပြုကျင့်ခဲ့သည့်အမှုအတွက်  
 သင့်အားလက်စားချေသူ၊  
 သင်၏နို့စို့ကလေးတို့ကိုကိုင်၍ကျောက်ပေါ်တွင်  
 ဆောင့်သတ်သူသည်မင်္ဂလာရှိ၏။<sup>☆</sup>

# 138

ကျေးဇူးတော်ချီးမွမ်းသည့်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>၆</sup>

- 1 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်စိတ်နှလုံးအကြွင်းမဲ့  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်းပါ၏။  
 ဘုရားများရှေ့တွင်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
 ထောမနာသီချင်းဆိုပါ၏။
- 2 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏မြင့်မြတ်  
 သန်ရှင်းသောဗိမာန်တော်ကိုမျက်နှာမူလျက်  
 ဦးညွှတ်ပျပ်ဝပ်ကာကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသော  
 မေတ္တာတော်နှင့်သစ္စာတော်ကြောင့်နာမတော်ကို  
 ထောမနာပြုပါ၏။  
 အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
 နာမတော်နှင့်ကတိတော်တို့သည်  
 အထွတ်အမြတ်ဆုံးဖြစ်ကြောင်းပြသ တော်မူပြီ။
- 3 ကိုယ်တော်ရှင်အားကျွန်တော်မျိုးဟစ်ခေါ်သော အခါ

---

☆ 137:8-9 ဗျာ၊ ၁၈:၆။ 6 138: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသည်။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ထူးတော်မူ၍ကျွန်တော်မျိုးအား  
အားသစ်လောင်းတော်မူပါ၏။

4 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကမ္ဘာမြေကြီးပေါ်ရှိဘုရင်အပေါင်းတို့သည်  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ကတိတော်များကိုကြား သိရသဖြင့်  
ကိုယ်တော်ရှင်အားထောမနာပြုကြပါလိမ့်မည်။

5 သူတို့သည်ကိုယ်တော်ပြုတော်မူသောအမှုတော်  
အကြောင်းကိုလည်းကောင်း၊  
ကိုယ်တော်၏ကြီးမြတ်သောဘုန်းအသရေတော်  
အကြောင်းကိုလည်းကောင်း  
သိချင်းဆိုကြပါလိမ့်မည်။

6 ကိုယ်တော်သည်လွန်စွာကြီးမြတ်တော်မူသော်လည်း  
နိမ့်ကျသူတို့အားကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်တော်မူ၏။  
မာန်မာန်ကြီးသူတို့ကိုမူကားအဝေးက သိတော်မူ၏။

7 ဒုက္ခများပတ်လည်ဝိုင်းလျက်နေချိန်၌ပင်လျှင်  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏အသက်ကို  
ကာကွယ်တော်မူပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူတို့၏  
အမျက်ကိုဆီးတားတော်မူလျက်  
တန်ခိုးတော်အားဖြင့်ကျွန်တော်မျိုးကို  
ကယ်တော်မူပါ၏။

8 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား

ကတိထားတော်မူသည့်အတိုင်းပြုတော်မူ  
ပါလိမ့်မည်။

အို ထာဝရဘုရား၊

ကိုယ်တော်ရှင်၏မေတ္တာတော်သည်  
ထာဝစဉ်တည်တော်မူပါ၏။

အစပြုတော်မူသောအမှုတော်ကို ပြီးစီးစေတော်မူပါ။

### 139

ဘုရားသခင်၏အကြွင်းမဲ့သိမြင်တော်မူပုံနှင့်  
ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်တော်မူပုံ<sup>7</sup>

<sup>1</sup> အို ထာဝရဘုရား၊ ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား  
စစ်ဆေးကြည့်ရှုတော်မူပြီးဖြစ်၍ကျွန်တော် မျိုး၏  
အကြောင်းကိုသိတော်မူပါ၏။

<sup>2</sup> ကျွန်တော်မျိုးပြုသမျှသောအမှုတို့ကို သိတော်မူပါ၏။  
အဝေးကကျွန်တော်မျိုး၏အကြံအစည်  
ရှိသမျှကိုသိမြင်တော်မူပါ၏။

<sup>3</sup> ကျွန်တော်မျိုးသည်အလုပ်လုပ်လျက်နေသည် ဖြစ်စေ၊  
နားလျက်နေသည်ဖြစ်စေ  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးကို  
မြင်တော်မူပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးပြုသမျှသောအမှုတို့ကို သိတော်မူပါ၏။

<sup>4</sup> ကျွန်တော်မျိုးနှုတ်ကိုမဖွင့်မီ၌ပင်လျှင်

<sup>7</sup> 139: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးပြောဆိုမည့်  
စကားတို့ကိုသိရှိပြီးဖြစ်ပါ၏။

5 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ရှေ့နောက်တွင်  
စောင့်ကြပ်လျက်နေတော်မူပါ၏။  
တန်ခိုးတော်ဖြင့်ကျွန်တော်မျိုးကိုကွယ်ကာ  
စောင့်ထိန်းတော်မူပါ၏။

6 ကျွန်တော်မျိုး၏အကြောင်းကိုကိုယ်တော်ရှင်  
သိတော်မူပုံမှာအံ့ဩဖွယ်ဖြစ်ပါ၏။  
ထိုသို့သောအသိဉာဏ်သည်ကျွန်တော်မျိုး  
နားမလည်နိုင်အောင်နက်နဲလှပါ၏။

7 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်နှင့်ကင်းဝေးစေရန်  
အဘယ်အရပ်သို့သွားနိုင်ပါမည်နည်း။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏မျက်မှောက်တော်မှကင်းလွတ်  
စေရန် အဘယ်အရပ်သို့ထွက်ခွာနိုင်ပါမည်နည်း။

8 အကယ်၍ကျွန်တော်မျိုးသည်  
ကောင်းကင်သို့တက်လျှင်ထိုအရပ်တွင်  
ကိုယ်တော်ရှင်ရှိတော်မူပါ၏။  
အကယ်၍ကျွန်တော်မျိုးသည်မရဏာ နိုင်ငံတွင်  
လဲလျောင်းလျှင်  
ထိုအရပ်တွင်ကိုယ်တော်ရှင်ရှိတော်မူပါ၏။

9 အကယ်၍ကျွန်တော်မျိုးသည်နေထွက်ရာ အရပ်သို့  
ပျံသွားလျှင်လည်းကောင်း၊

နေဝင်ရာအရပ်တွင်နေထိုင်လျှင်လည်းကောင်း

10 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးကိုရှေ့ဆောင်  
လမ်းပြတော်မူရန်ထိုအရပ်တွင်ရှိနေတော် မူမည်။  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးကိုကူမတော် မူရန်  
ထိုအရပ်တွင်ရှိနေတော်မူမည်။

11 အကယ်၍ကျွန်တော်မျိုးသည်မိမိအား ဖုံးလွှမ်းရန်  
မှောင်မိုက်ကိုလည်းကောင်း၊  
မိမိ၏ပတ်လည်ရှိအလင်းကိုည ဌ်အဖြစ်သို့  
ပြောင်းလဲစေရန်လည်းကောင်းစေခိုင်းလျှင်

12 ကိုယ်တော်၏အတွက်မှောင်မိုက်သည်ပင်လျှင်  
အမှောင်မဟုတ်ပါ။

ညဉ့်သည်လည်းနေ့ကဲ့သို့ထွန်းလင်းပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်၏အဖို့မှာမှောင်မိုက်နှင့်အလင်းသည်  
အတူတူပင်ဖြစ်ပါ၏။

13 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ကိုယ်ခန္ဓာ  
အစိတ်အပိုင်းရှိသမျှတို့ကို  
ဖန်ဆင်းတော်မူပြီးလျှင်ယင်းတို့ကိုကျွန်တော်မျိုး  
မိခင်၏ဝမ်းတွင်း၌ဆက်စပ်စေတော်မူ၏။

14 ကိုယ်တော်သည်ကြောက်ရွံ့ဖွယ်ကောင်းသောအရှင်  
ဖြစ်တော်မူသဖြင့်  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
ထောမနာပြုပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူသမျှသောအမှု အရာတို့သည်  
ထူးဆန်းအံ့ဩဖွယ်ကောင်းကြောင်းကျွန်တော်မျိုး  
အသေအချာသိပါ၏။

15 ကျွန်တော်မျိုးသည်မိခင်၏ဝမ်းတွင်လျှို့ဝှက်စွာ  
ကြီးထွားလာချိန်၊  
ကျွန်တော်မျိုး၏အရိုးတို့သည်ဖြစ်ပေါ်လာလျက်  
တစ်ခုနှင့်တစ်ခုသေချာစွာဆက်စပ်ကြချိန်တို့၌  
ကိုယ်တော်သည်ကျွန်တော်မျိုးကိုသိမြင်တော် မူပါ၏။

16 ကျွန်တော်မျိုးမမွေးမဖွားမီကပင်လျှင်  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးကို  
သိမြင်တော်မူပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးအတွက်အသက်ရှင်ရန်  
လျာထားတော်မူသောနေ့ရက်အရေအတွက် တို့ကို  
ကျွန်တော်မျိုးမမွေးမဖွားမီကပင်လျှင်  
ကိုယ်တော်ရှင်၏စာစောင်တော်တွင် ရေးမှတ်ထားတော်မူပြီးဖြစ်ပါ၏။

17 အို ဘုရားသခင်၊  
ကိုယ်တော်ရှင်၏အကြံအစည်တော်တို့သည်  
ကျွန်တော်မျိုးအတွက်ခက်ခဲနက်နဲလှပါ၏။

ယင်းတို့သည်များပြားလှပါသည်တကား။

18 ထိုအကြံအစည်တော်တို့ကိုကျွန်တော်မျိုး  
ရေတွက်ရမည်ဆိုသော်  
ယင်းတို့သည်သဲလုံးများထက်များပါလိမ့်မည်။

အိပ်ရာမှနိုးထသောအခါ၌ကျွန်တော်မျိုးသည်  
ကိုယ်တော်ရှင်နှင့်အတူရှိနေဦးမည်။

19 အို ဘုရားသခင်၊  
သူ့ယုတ်မာတို့အားကိုယ်တော်ရှင်  
ကွပ်မျက်တော်မူပါစေသော။

အကြမ်းဖက်သမားတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးထံမှ  
ထွက်သွားစေတော်မူပါ။

20 သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏အကြောင်းတော်ကို  
ယုတ်မာစွာပြောဆိုကြပါ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏နာမတော်ကိုပုတ်ခတ်  
ပြောဆိုကြပါ၏။

21 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်ကိုပုန်ကန်သူတို့အား  
ကျွန်တော်မျိုးလွန်စွာစက်ဆုပ်ပါ၏။

22 ကျွန်တော်မျိုးသည်သူတို့ကိုစိတ်နှလုံး အကြွင်းမဲ့  
မုန်းပါ၏။  
သူတို့အားကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူများကဲ့သို့  
မှတ်ပါ၏။

23 အို ဘုရားသခင်၊  
ကျွန်တော်မျိုးကိုစစ်ဆေးတော်မူ၍ကျွန်တော်မျိုး၏  
စိတ်နှလုံးကိုသိမှတ်တော်မူပါ။



ကျွန်တော်မျိုးကိုစစ်ကြောတော်မူ၍ ကျွန်တော်မျိုး၏  
 အကြံအစည်များကိုသိမှတ်တော်မူပါ။  
 24 ကျွန်တော်မျိုးသည် ဆိုးသွမ်းသောလမ်းသို့  
 လိုက်သည်မလိုက်သည်ကိုစစ်ဆေးတော်မူ၍  
 ထာဝရလမ်းထဲသို့ပို့ဆောင်တော်မူပါ။

# 140

ကွယ်ကာစောင့်ထိန်းတော်မူရန် ဆုတောင်းပတုထနာဓိ

1 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ဆိုးညစ်သူတို့လက်မှ ကျွန်တော်မျိုးအား  
 ကယ်တော်မူပါ။  
 အကြမ်းဖက်သမားတို့၏ဘေးမှ လုံခြုံစွာထားတော်မူပါ။  
 2 သူတို့သည် အစဉ်ပင်မကောင်းမှုပြုရန်  
 ကြံစည်လျက် အစဉ်ပင်ခိုက်ရန်ဖြစ်ပွား စေရန်  
 လှုံ့ဆော်ပေးကြပါ၏။  
 3 သူတို့၏လျှာသည် အဆိပ်ပြင်းသောမြွေနှင့်တူ၍  
 သူတို့၏စကားသည် မြွေဟောက်၏  
 အဆိပ်နှင့်တူပါ၏။<sup>☆</sup>  
 4 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုးအား သူယုတ်မာတို့၏ဘေးမှ  
 ကွယ်ကာစောင့်ထိန်းတော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးပြုလဲပျက်စီးစေရန်ကြံစည်သူ

---

8 140: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။ ☆ 140:3 ရော၊ ၃:၁၃။

အကြမ်းဖက်သမားတို့၏ဘေးမှလုံခြုံစွာ  
ထားတော်မူပါ။

5 မာန်မာနကြီးသူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးအတွက်  
ထောင်ချောက်ကိုထောင်ထားကြပါပြီ။  
သူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုးအားဖမ်းရန်  
လမ်းတွင်ပိုက်ကွန်ကိုဖြန့်၍ကျော့ကွင်းကို  
ထောင်ထားကြပါပြီ။

6 “ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏  
ဘုရားဖြစ်တော်မူ၏” ဟုထာဝရဘုရားအား  
လျှောက်ထား၏။

အို ထာဝရဘုရား  
ကူမတော်မူရန်ကျွန်တော်မျိုးအော်ဟစ်သံကို  
ကြားတော်မူပါ၏။

7 အို ဘုရားရှင်ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုး၏စွမ်းအားကြီးသောကယ်တင်ရှင်၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားစစ်ပွဲတွင်  
ကွယ်ကာစောင့်ထိန်းတော်မူပါပြီ။

8 အို ထာဝရဘုရား၊  
သူယုတ်မာ၏အလိုဆန္ဒကို ပြည့်စုံစေတော်မမူပါနှင့်။  
သူတို့၏ဆိုးယုတ်သောအကြံအစည်များကို  
အောင်မြင်ခွင့်ပေးတော်မမူပါနှင့်။

9 ကျွန်တော်မျိုး၏ရန်သူများအားအောင်ပွဲခံခွင့်  
ပေးတော်မမူပါနှင့်။

- ကျွန်တော်မျိုးအားခြိမ်းခြောက်ပြောဆိုသမျှ တို့ကို  
 သူတို့ခံကြရပါစေသော။
- 10 မီးကျိုးခဲများသည်သူတို့၏ဦးခေါင်းပေါ်သို့  
 ကျကြပါစေသော။
- သူတို့သည်တွင်းထဲသို့ကျပြီးလျှင်  
 အဘယ်အခါ၌မျှပြန်၍မတက်နိုင်ပါစေနှင့်။
- 11 သူတစ်ပါးတို့အားလိမ်လည်စွပ်စွဲကြ သူတို့သည်  
 မအောင်မြင်ပါစေနှင့်။
- မကောင်းမှုသည်အကြမ်းဖက်သမားတို့အား  
 အမီလိုက်၍သုတ်သင်ဖျက်ဆီးပါစေသော။
- 12 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ဆင်းရဲသူတို့၏အကျိုးနှင့်  
 ချို့တဲ့နွမ်းပါးသူတို့၏အခွင့်အရေးများကို  
 ကွယ်ကာတော်မူကြောင်းကျွန်တော်မျိုးသိပါ၏။
- 13 သူတော်ကောင်းတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်အား အမှန်ပင်  
 ထောမနာပြုကြပါလိမ့်မည်။  
 သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ရှေ့တော်မှောက်တွင်  
 နေရကြပါလိမ့်မည်။

# 141

ညဉ့်ဦးယံဆုတောင်းပတုထနာ<sup>၅</sup>

- 1 အို ထာဝရဘုရား၊

---

<sup>၅</sup> 141: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

ကိုယ်တော်ရှင်အားကျွန်တော်မျိုးဟစ်ခေါ်ပါ၏။  
 ယခုပင်ကျွန်တော်မျိုးအားကူမတော်မူပါ။  
 ကိုယ်တော်ရှင်အားကျွန်တော်မျိုးဟစ်ခေါ်သော အခါ  
 နားထောင်တော်မူပါ။

2 ကျွန်တော်မျိုး၏ဆုတောင်းပတုထနာကိုမီးရှို့ ပူဇော်ရာ  
 နံ့သာပေါင်းကဲ့သို့လည်းကောင်း၊  
 ကျွန်တော်မျိုးလက်အုပ်ချီခြင်းကိုည ညှို့ဦး ပူဇော်ရာ  
 ယဇ်ကဲ့သို့လည်းကောင်းလက်ခံတော်မူပါ။<sup>☆</sup>

3 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုး၏ခံတွင်းအတွက်  
 အစောင့်အကြပ်ကိုလည်းကောင်း၊  
 ကျွန်တော်မျိုး၏နှုတ်ဝတွင်ကင်းစောင့်  
 ကိုလည်းကောင်းထားရှိတော်မူပါ။

4 မကောင်းမှုကိုသော်လည်းကောင်း၊  
 ဆိုးညစ်သူတို့နှင့်အတူ  
 ယုတ်မာမှုများကိုသော်လည်းကောင်း  
 ပြုကျင့်လိုသောစိတ်ဆန္ဒနှင့်ကျွန်တော်မျိုးအား  
 ကင်းဝေးစေတော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ထိုသူတို့၏စားသောက်ပွဲ များကို  
 အစဉ်အမြဲရှောင်ရှားနိုင်ပါစေသော။

5 သူတော်ကောင်းသည်ကျွန်တော်မျိုးအား

---

☆ 141:2 မျာ၊ ၅:၈။

သနားကြင်နာစွာဒဏ်ပေးခြင်းပြောဆို  
 ဆုံးမခြင်းကိုပြုပေလိမ့်မည်။  
 သို့ရာတွင်သူယုတ်မာတို့၏ချီးမြှင့်ဂုဏ်ပြု ခြင်းကို  
 ခံယူလိမ့်မည်မဟုတ်ပါ။  
 အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ထိုသူတို့အပြစ်  
 ဒုစရိုက်နှင့်ပတ်သက်၍  
 ကျွန်တော်မျိုးအစဉ်ပတုထ နာပြုလျက်နေသော ကြောင့်  
 ဖြစ်ပါ၏။

6 သူတို့ကိုအစိုးရသောမင်းတို့သည်  
 ချောက်ကမ်းပါးပေါ်မှပစ်ချခြင်းကို  
 ခံရကြသောအခါ  
 လူတို့သည်ကျွန်တော်မျိုး၏စကားများ  
 မှန်ကန်ကြောင်းကိုဝန်ခံကြပါလိမ့်မည်။

7 ထိုမင်းတို့၏အရိုးများသည်အစိတ်စိတ် အမြွှာမြွှာ  
 ခွဲစိတ်ဖြတ်တောက်ခြင်းခံရသောထင်းကဲ့သို့  
 သင်္ချိုင်းတွင်းဝ၌ပြန်ကြဲ၍နေလိမ့်မည်။<sup>☆</sup>

8 သို့ရာတွင် အို ဘုရားရှင်ထာဝရဘုရား၊  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်ကို  
 ကိုးစားမြဲကိုးစားပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ထံတော်တွင်  
 ခိုလှုံပါ၏။

---

☆ 141:7 ဟေဗြဲစာမူတွင် အဋ္ဌိပ္ပိယမရှင်းပါ။

- ကျွန်တော်မျိုး၏အသက်ကိုကွယ်ကာတော်မူပါ။
- 9 ကျွန်တော်မျိုးအတွက်ထိုသူတို့ထောင်ထားသော  
ထောင်ချောက်မှလည်းကောင်း၊  
မကောင်းမှုပြုသူတို့၏ကျော့ကွင်းမှလည်းကောင်း  
ကွယ်ကာတော်မူပါ။
- 10 ကျွန်တော်မျိုးသည်ဘေးမဲ့လုံခြုံစွာထောင်ချောက်ကို  
ကျော်သွားနိုင်ပါစေသော။  
သူယုတ်မာတို့မူကားမိမိတို့ထောင်ထားသော  
ထောင်ချောက်ထဲသို့ကျကြပါစေသော။

# 142

## ကူမတော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>10</sup>

- 1 ကူမတော်မူရန်ငါသည်ထာဝရဘုရားအား  
ဟစ်ခေါ်ပါ၏။  
ကိုယ်တော်၏ထံတော်တွင်အသနားခံပါ၏။
- 2 ငါသည်မိမိအခက်အခဲရှိသမျှကို ကိုယ်တော်အားဖော်ပြပါ၏။  
ဒုက္ခရှိသမျှကိုကိုယ်တော်အားလျှောက်ထား ပါ၏။
- 3 ငါသည်လက်လျှော့စိတ်ပျက်သောအခါ၌  
ငါသွားရာလမ်းကိုကိုယ်တော်သိတော်မူပါ၏။  
ငါလျှောက်ရာလမ်းတွင်ရန်သူတို့သည်ငါ၏ အတွက်  
ထောင်ချောက်ကိုထောင်ထားကြ၏။

---

10 142: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒသည်ဂူထဲတွင်ရောက်ရှိနေစဉ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။

4 ငါ၏အနီးသို့ကြည့်လိုက်သောအခါကူမ မည့်သူ  
 တစ်စုံတစ်ယောက်မျှမရှိ။  
 ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မည့်သူတစ်ယောက်မျှမရှိ။  
 အဘယ်သူမျှငါ့ကိုဂရုမစိုက်။

5 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကူမတော်မူရန်ကျွန်တော်မျိုးသည်  
 အထံတော်သို့ဟစ်အော်ပါ၏။

အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအားကွယ်ကာ  
 စောင့်ရှောက်တော်မူသောအရှင်ဖြစ်တော်မူပါ၏။  
 ဤဘဝတွင်ကိုယ်တော်ရှင်တစ်ပါးတည်းသာ လျှင်  
 ကျွန်တော်မျိုးတောင့်တပါ၏။

6 ကူမတော်မူရန်ကျွန်တော်မျိုးအော်ဟစ်သံကို  
 နားထောင်တော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်အလွန်စိတ်ပျက်  
 အားလျော့လျက်ရှိပါ၏။  
 ကျွန်တော်မျိုးထက်များစွာခွန်အားကြီးမား သော  
 ရန်သူများ၏လက်မှကျွန်တော်မျိုးအား  
 ကယ်တော်မူပါ။

7 ကျွန်တော်မျိုးအားဆင်းရဲဒုက္ခထဲမှလွတ်မြောက်  
 စေတော်မူပါ။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုးအား

ယင်းသို့ကျေးဇူးပြုတော်မူသောကြောင့်  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏  
လူစုတော်အလယ်တွင်  
ကိုယ်တော်ရှင်အားထောမနာပြုပါမည်။

**143**

ကူမတော်မူရန်ဆုတောင်းပတုထနာ<sup>11</sup>

- 1 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကျွန်တော်မျိုး၏ဆုတောင်းပ တု ထနာကို  
ကြားတော်မူပါ။  
ဖြောင့်မတ်တော်မူသည်ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုး  
အသနားခံသည်ကိုနားထောင်တော်မူပါ။  
သစ္စာစောင့်တော်မူသည်ဖြစ်၍  
ကျွန်တော်မျိုး၏ပန်ကြားလျှောက်ထားသည်ကို  
နားညောင်းတော်မူပါ။
- 2 ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေခံကျွန်တော်မျိုးနှင့်  
တရားဆိုင်တော်မမူပါနှင့်။  
ရှေ့တော်တွင်အပြစ်ကင်းသူတစ်ဦးတစ်ယောက်မျှ  
မရှိပါ။☆
- 3 ရန်သူသည်ကျွန်တော်မျိုးအားလိုက်လံ၍မီပါပြီ။  
ကျွန်တော်မျိုးအားလုံးဝအရေးရှုံးနိမ့်စေပါပြီ။

**11 143:** \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောဆာလံ။ ☆ **143:2** ရော၊  
၃:၂၀။ ဂလာ၊ ၂:၁၆။



သူသည်ကျွန်တော်မျိုးကိုမှောင်သောအရပ်တွင်  
 ချုပ်နှောင်ထားပြီဖြစ်၍  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ရှေးလွန်လေပြီးသော အခါက  
 သေလွန်ခဲ့သူကဲ့သို့ဖြစ်ပါ၏။

4 သို့ဖြစ်၍ကျွန်တော်မျိုးသည်လက်လျှော့၍  
 အရှုံးပေးရန်အသင့်ရှိပါပြီ။  
 အလွန်စိတ်ပျက်အားလျော့လျက်နေပါ၏။

5 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကုန်လွန်ခဲ့သည့်နေ့ရက်တို့ကို  
 အောက်မေ့သတိရပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူခဲ့သောအမှုအရာ  
 ရှိသမျှတို့ကိုဆင်ခြင်ပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏လက်ရာတော်တို့ကိုစဉ်းစားပါ၏။

6 ကျွန်တော်မျိုးသည်လက်အုပ်ချီ၍ကိုယ်တော်ရှင်၏  
 ထံတော်သို့ဆုတောင်းပတုထနာပြုပါ၏။  
 ရေငတ်သောမြေကဲ့သို့ကျွန်တော်မျိုး၏  
 ဝိညာဉ်သည် ကိုယ်တော်ရှင်ကိုတောင့်တပါ၏။

7 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ယခုပင်လျှင်ကျွန်တော်မျိုးပန်ကြား  
 လျှောက်ထားချက်ကိုနားညောင်းတော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်လုံးဝမျှော်လင့်ရာမဲ့လျက် နေပါပြီ။  
 ကျွန်တော်မျိုးအားမျက်နှာလွှဲတော်မမူပါနှင့်။

ယင်းသို့ပြုတော်မူပါလျှင်ကျွန်တော်မျိုးသည်  
မရဏာနိုင်ငံသို့သွားရသူကဲ့သို့ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။

8 နံနက်ချိန်တိုင်း၌ကျွန်တော်မျိုးအား  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်ကို  
သတိရစေတော်မူပါ။

ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်ကိုကိုးစားပါ၏။  
ကျွန်တော်မျိုးလျှောက်သင့်သည့်လမ်းကို  
ပြညွှန်တော်မူပါ။

9 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ကိုခိုလှုံရန်ကျွန်တော်မျိုးသည်  
အထံတော်သို့ချဉ်းကပ်ပါ၏။

ကျွန်တော်မျိုးအားရန်သူများ၏လက်မှ ကယ်တော်မူပါ။

10 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရား  
ဖြစ်တော်မူပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်၏အလိုတော်အတိုင်းဆောင်ရွက်ရန်  
ကျွန်တော်မျိုးအားသွန်သင်တော်မူပါ။

ကျွန်တော်မျိုးအားကျေးဇူးပြုတော်မူ၍  
ဘေးမဲ့လုံခြုံရာလမ်းကိုညွှန်ပြတော်မူပါ။

11 အို ထာဝရဘုရား၊  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်ကတိတော်ရှိသည်အတိုင်း  
ကျွန်တော်မျိုးအားကယ်ဆယ်တော်မူပါ။

ကောင်းမြတ်တော်မူသည်နှင့်အညီကျွန်တော် မျိုးအား  
 ဆင်းရဲဒုက္ခများမှကယ်တော်မူပါ။

12 ကျွန်တော်မျိုးအပေါ်၌ထားရှိသောမေတ္တာ တော်ကို  
 ထောက်၍ရန်သူများအားကွပ်မျက်တော်မူပါ။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေခံ  
 ဖြစ်သဖြင့်  
 ကျွန်တော်မျိုးကိုဖိနှိပ်ညှဉ်းဆဲသူအပေါင်း တို့ကို  
 သုတ်သင်တော်မူပါ။

# 144

စစ်ပွဲနိုင်သည့်အတွက်ဘုရားသခင်  
 ကျေးဇူးတော်ကိုရှင်ဘုရင်ကချီးမွမ်းခြင်း

1 ငါ့ကျောက်တောင်ဖြစ်တော်မူသောအရှင်ထာဝရ  
 ဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။  
 ကိုယ်တော်သည်ငါ့ကိုတိုက်ပွဲဝင်ရန်အတွက်  
 လှေကျင့်ပေးတော်မူ၏။

စစ်ဆင်မှုကိုသွန်သင်ပေးတော်မူ၏။

2 ကိုယ်တော်သည်ငါ့ကိုကွယ်ကာရာငါ့ခံတပ်၊  
 ငါ့ရဲတိုက်၊ ငါ၏ကယ်တင်ရှင်၊ ငါကိုးစားရာ  
 ဦးလွှားဖြစ်တော်မူ၏။

ကိုယ်တော်သည်လူမျိုးတကာတို့ကိုငါ၏  
 လက်အောက်သို့ရောက်စေတော်မူ၏။

3 အို ထာဝရဘုရား၊ လူသည်အဘယ်သို့သောသူဖြစ်၍

ကိုယ်တော်ရှင်သည်သူ့ကိုပမာဏ  
ပြုတော်မူရပါသနည်း။

သာမန်လူသားသည်အဘယ်သို့သောသူဖြစ်၍  
ကိုယ်တော်ရှင်သည်သူ့ကိုဂရုပြုတော်မူ ရပါသနည်း။

4 လူသည်ထွက်သက်ဝင်သက်လေနှင့်တူပါ၏။  
သူ၏အသက်တာသည်လွန်သွားတတ်သော  
အရိပ်နှင့်တူပါ၏။<sup>☆</sup>

5 အို ထာဝရဘုရား၊  
မိုးကောင်းကင်ကိုကွေးညွတ်စေ၍ဆင်းသက်  
ကြွလာတော်မူပါ။

တောင်ရိုးများကိုတို့ထိတော်မူပါ။ ယင်းတို့မှမီးခိုးထွက်ပါလိမ့်မည်။

6 လျှပ်စစ်ပြက်တော်မူ၍ကိုယ်တော်၏ရန်သူ တို့ကို ကစ  
ဥှ်ကရဲဖြစ်စေတော်မူပါ။  
ကိုယ်တော်ရှင်၏လေးတော်တို့ကိုပစ်တော်မူ၍  
သူတို့အားထွက်ပြေးစေတော်မူပါ။

7 အထက်ဘုံမှလက်တော်ကိုဆန့်တော်မူ၍  
ကျွန်တော်မျိုးအားရေနက်ရာမှဆွဲတင်  
ကယ်ဆယ်တော်မူပါ။  
တိုင်းတစ်ပါးသားတို့၏လက်မှကယ်တော်မူပါ။

8 ထိုသူတို့သည်အဘယ်အခါ၌မျှမှန်သော စကားကို  
မပြောတတ်ကြပါ။

<sup>☆</sup> 144:4 ယောဘ၊ ၇:၁၇-၁၈။ ဆာ၊ ၈:၄။

ကျမ်းကျိန်၍ပြောဆိုရာ၌ပင်လျှင်  
လိမ်လည်တတ်ကြပါ၏။

9 အို ဘုရားသခင်၊  
ကျွန်တော်မျိုးသည်သီချင်းသစ်ကိုဆို၍  
ကိုယ်တော်ရှင်၏ဂုဏ်တော်ကိုချီးမွမ်းပါမည်။

စောင်းကိုတီး၍သီချင်းဆိုကာဂုဏ်တော်ကို  
ချီးမွမ်းပါမည်။

10 ကိုယ်တော်ရှင်သည်ဘုရင်တို့အားစစ်ပွဲအောင်ခွင့်ကို  
ပေးတော်မူပါ၏။

ကိုယ်တော်ရှင်၏အစေခံဒါဝိ ဒ်ကို  
ကယ်ဆယ်တော်မူပါ၏။

11 ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်သောရန်သူများ၏လက်မှ  
ကျွန်တော်မျိုးအားကယ်တော်မူပါ။  
တိုင်းတစ်ပါးသားတို့၏လက်မှကယ်ဆယ်တော်  
မူပါ။

ထိုသူတို့သည်အဘယ်အခါ၌မျှမှန်သော  
စကားကိုမပြောတတ်ကြပါ။

ကျမ်းကျိန်၍ပြောဆိုရာ၌ပင်လျှင်  
လိမ်လည်တတ်ကြပါ၏။

12 ကျွန်တော်မျိုးတို့၏သားများသည်အသက်  
ပျိုရွယ်ချိန်၌သန်မာကြီးထွားလာသော  
အပင်ငယ်များကဲ့သို့ဖြစ်ပါစေသော။

ကျွန်တော်မျိုးတို့၏သမီးများသည်နန်းတော်  
ထောင့်များတွင်အလှစိုက်ထူထားသော  
ခန့်ညားသည့်ကျောက်တိုင်များကဲ့သို့ဖြစ်ပါ  
စေသော။

13 ကျွန်တော်မျိုးတို့၏ကျီများသည်အသီးအနှံ  
အမျိုးမျိုးဖြင့်ပြည့်လျက်ရှိပါစေသော။  
ကွင်းပြင်များရှိသိုးများသည်ထောင်ပေါင်း  
များစွာသောသိုးငယ်တို့ကိုမွေးဖွားကြ ပါစေသော။

14 ကျွန်တော်မျိုးတို့၏နွားများသည်လည်းဇီးမလျှော၊  
မသေမပျောက်ဘဲများစွာတိုးပွားကြပါစေသော။  
ကျွန်တော်မျိုးတို့၏လမ်းများသည်  
ဒုက္ခရောက်သူတို့၏အော်ဟစ်ညည်းတွားသံများနှင့်  
ကင်းဝေးပါစေသော။

15 ဤသို့သောအခြေအနေ၌ရှိသည့်နိုင်ငံသည်  
မင်္ဂလာရှိပါ၏။  
ထာဝရဘုရားကိုဘုရားအဖြစ်ကိုးကွယ်သော  
လူမျိုးသည်မင်္ဂလာရှိပါ၏။

# 145

## ထောမနာသီချင်း:12

1 ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရား၊ကျွန်တော်မျိုး၏ဘုရင်၊

---

12 145: \* ဟေဗြဲခေါင်းစဉ်။ ဒါဝိဒ်စပ်ဆိုသောထောမနာသီချင်း။

ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်  
ကြီးမြတ်တော်မူပုံကိုထုတ်ဖော်ကြေညာပါမည်။

ကိုယ်တော်ရှင်၏ကျေးဇူးတော်ကိုကာလအစဉ် အဆက်  
ချီးမွမ်းပါမည်။

2 နေ့စဉ်နေ့တိုင်းကိုယ်တော်ရှင်၏ကျေးဇူးတော်ကို  
ချီးမွမ်းပါမည်။

ကာလအစဉ်အဆက်ကိုယ်တော်ရှင်အား  
ထောမနာပြုပါမည်။

3 ထာဝရဘုရားသည်ကြီးမြတ်တော်မူ၍  
ထောမနာပြုခြင်းကိုအလွန်ခံထိုက်တော်မူ၏။  
ကြီးမြတ်တော်မူပုံကိုဆင်ခြင်တိုင်းထွာ၍ မရနိုင်။

4 ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူသောအမှုတော်ကို  
လူတို့သည်သားစဉ်မြေးဆက်ထောမနာပြု  
ပါလိမ့်မည်။

သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏အံ့ဩဖွယ်ကောင်းသော  
မဟာအမှုတော်တို့ကိုထုတ်ဖော်ကြေညာ  
ကြပါလိမ့်မည်။

5 သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ဘုန်းအသရေ တော်နှင့်  
အာနုဘော်တော်ကိုပြောကြားကြပါလိမ့်မည်။  
ကျွန်တော်မျိုးသည်ကိုယ်တော်ရှင်ပြုတော်မူသော  
အံ့ဩဖွယ်အမှုတော်တို့ကိုစဉ်းစားဆင်ခြင် ပါမည်။

6 လူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏အံ့ဩဖွယ်ကောင်းသော  
 မဟာအမှုတော်တို့ကိုကြားပြောကြပါလိမ့်မည်။  
 ကျွန်တော်မျိုးသည်လည်းကိုယ်တော်ရှင်၏  
 ကြီးမြတ်တော်မူပုံကိုထုတ်ဖော်ကြေညာပါမည်။

7 သူတို့သည်ကိုယ်တော်ကောင်းမြတ်တော်မူကြောင်းကို  
 မြက်ဆို၍ကိုယ်တော်ကောင်းမြတ်တော်မူကြောင်း  
 သီချင်းဆိုကြပါလိမ့်မည်။

8 ထာဝရဘုရားသည်ချစ်တတ်သောသဘော၊  
 သည်းခံတတ်သောသဘောရှိတော်မူ၍  
 ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်နှင့်ကြွယ်ဝတော် မူ၏။

9 ကိုယ်တော်သည်လူတိုင်းကိုကျေးဇူးပြုတော် မူ၍  
 မိမိဖန်ဆင်းတော်မူသမျှသောသတ္တဝါတို့ အား  
 ကရုဏာထားတော်မူ၏။

10 အို ထာဝရဘုရား၊  
 ကိုယ်တော်ရှင်ဖန်ဆင်းတော်မူသမျှသော  
 သတ္တဝါတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်အားထောမနာ  
 ပြုကြပါလိမ့်မည်။  
 ကိုယ်တော်ရှင်၏လူစုတော်သည်ကျေးဇူး တော်ကို  
 ချီးမွမ်းကြပါလိမ့်မည်။

11 သူတို့သည်ကိုယ်တော်ရှင်၏ဘုန်းအသရေ တော်နှင့်  
 အာနုဘော်တော်အကြောင်းကိုပြောကြား  
 ပါလိမ့်မည်။



12 ဤနည်းအားဖြင့်လူ့အပေါင်းတို့သည်ကိုယ်တော် ရှင်၏  
 မဟာအမှုတော်တို့ကိုလည်းကောင်း၊  
 နိုင်ငံတော်၏ဘုန်းအသရေတော်ကိုလည်း ကောင်း  
 သိရှိကြပါလိမ့်မည်။

13 ကိုယ်တော်ရှင်၏နိုင်ငံတော်သည်နိစ္စထာဝရ  
 တည်တော်မူပါ၏။  
 ကိုယ်တော်ရှင်သည်လည်းထာဝရဘုရင်  
 ဖြစ်တော်မူပါ၏။

ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏ကတိတော်တို့ကို  
 တည်စေတော်မူ၍  
 ပြုတော်မူသမျှသောအမှုတို့တွင်မေတ္တာတော်ကို  
 ဖော်ပြတော်မူ၏။

14 ကိုယ်တော်သည်ဒုက္ခရောက်သူအပေါင်းကို  
 ကူမတော်မူ၏။  
 လဲကျနေသူအပေါင်းကိုကူမတော်မူ၏။

15 သက်ရှိသတ္တဝါအပေါင်းတို့သည်ကိုယ်တော်ကို  
 မျှော်ကြည့်ကြ၏။  
 ကိုယ်တော်သည်သူတို့ကိုအချိန်တန်လျှင်  
 ကျွေးမွေးတော်မူ၏။

16 ကိုယ်တော်သည်သူတို့၏လိုအင်များကို လုံလောက်စွာ  
 ဖြည့်တင်းပေးကာသူတို့ကိုရောင့်ရဲစေတော်မူ၏။

17 ထာဝရဘုရားသည်ပြုလေသမျှသော  
အမှုတို့တွင်ဖြောင့်မတ်ခြင်းနှင့်ကရုဏာ တော်ကို  
ဖော်ပြတော်မူ၏။

18 ကိုယ်တော်သည်မိမိအားစိတ်ရောကိုယ်ပါ  
ပ တု ထနာပြုကြသူအပေါင်းတို့၏အနီးတွင်  
ရှိတော်မူ၏။

19 ကိုယ်တော်သည်မိမိအား  
ကြောက်ရွံ့ရှိသေသူအပေါင်းတို့၏လိုအင် များကို  
ဖြည့်တင်းပေးတော်မူ၏။

သူတို့၏ဟစ်အော်သံကိုကြားတော်မူ၍  
သူတို့အားကယ်တော်မူ၏။

20 ကိုယ်တော်သည်မိမိအားချစ်သောသူအပေါင်း တို့ကို  
ကာကွယ်စောင့်ရှောက်တော်မူ၏။  
သူယုတ်မာအပေါင်းတို့ကိုမူကား  
သုတ်သင်တော်မူလိမ့်မည်။

21 ငါသည်ထာဝရဘုရားအားအစဉ်အမြဲ  
ထောမနာပြုမည်။  
သတ္တဝါအပေါင်းတို့သည်ကိုယ်တော်၏  
သန့်ရှင်းမြင့်မြတ်သည့်နာမတော်အား ကာလ  
အစဉ်အဆက်ထောမနာပြုကြပါစေ။

# 146

ကယ်တင်ရှင်ဘုရားသခင်အားထောမနာပြုခြင်း

1 ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုလော့။

- အို ငါ့ဝိညာဉ်၊ ထာဝရဘုရားအားထောမနာ ပြုလော့။
- 2 ငါသည်အသက်ရှင်သမျှကာလပတ်လုံး  
 ကိုယ်တော်အားထောမနာပြုမည်။  
 တစ်သက်ပတ်လုံးငါ၏ဘုရားအားထောမနာ  
 သီချင်းဆိုမည်။
- 3 လူတို့၏ခေါင်းဆောင်များကိုမကိုးစားကြနှင့်။  
 အဘယ်လူသားမျှသင်တို့ကိုမကယ်တင်နိုင်။
- 4 သူတို့သည်သေသောအခါမြေသို့ပြန်ကြရ၍  
 သူတို့၏အကြံအစည်ပျက်ပြားရကြ၏။
- 5 ယာကုပ်၏ဘုရားသခင်ကူမတော်မူခြင်းကို ခံရသောသူ၊  
 မိမိ၏ဘုရားသခင်ထာဝရဘုရားကို  
 အားကိုးသောသူသည်မင်္ဂလာရှိ၏။
- 6 ကိုယ်တော်သည်ကောင်းကင်၊ ကမ္ဘာမြေကြီး  
 ပင်လယ်နှင့်တကွယင်းတို့တွင်ရှိသမျှသော  
 အရာတို့ကိုဖန်ဆင်းတော်မူ၏။  
 ကိုယ်တော်သည်သစ္စာတော်ကိုအစဉ်အမြဲ  
 စောင့်တော်မူ၏။<sup>☆</sup>
- 7 ကိုယ်တော်သည်ဖိနှိပ်ညှဉ်းဆဲခြင်းခံရသူ တို့အား  
 မျက်နှာသာပေး၍စီရင်ချက်ချမှတ်တော်မူလျက်  
 ငတ်မွတ်သူတို့ကိုကျွေးမွေးတော်မူ၏။

☆ 146:6 တ၊ ၄:၂၄၊ ၁၄:၁၅။

ထာဝရဘုရားသည်အကျဉ်းကျနေသူတို့အား  
လွတ်မြောက်စေတော်မူ၍

8 မျက်မမြင်တို့အားမျက်စိမြင်စေတော်မူ၏။  
လဲကျနေသူအပေါင်းတို့ကိုကူမတော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်သည်ဖြောင့်မတ်သောသူတို့ကို  
ချစ်တော်မူ၏။

9 ကိုယ်တော်သည်ကူသရေလပြည်တွင်နေ ထိုင်သော  
တိုင်းတစ်ပါးသားတို့အား  
ကွယ်ကာစောင့်ရှောက်တော်မူ၍မုဆိုးမနှင့်  
မိဘမဲ့သူတို့ကိုကူမတော်မူ၏။

သို့ရာတွင်သူယုတ်မာတို့ကိုမူပျက်စီးဆုံးရှုံး စေတော်မူ၏။

10 ထာဝရဘုရားသည်ထာဝစဉ်ဘုရင်  
ဖြစ်တော်မူလိမ့်မည်။  
အို ဇီအုန်မြို့၊ သင်၏ဘုရားသည်ကာလ  
အစဉ်အဆက်စိုးစံတော်မူလိမ့်သတည်း။

ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။

# 147

အနန္တတတန်ခိုးရှင်ဘုရားသခင်အား ထောမနာပြုခြင်း

1 ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။

ငါတို့၏ဘုရားအားထောမနာ သီချင်းဆိုခြင်းသည်မွန်မြတ်ပါပေသည့်

ကိုယ်တော်ကိုထောမနာပြုရခြင်းသည်  
မှန်ကန်လျောက်ပတ်ဖွယ်ကောင်းပါပေသည်။

2 ထာဝရဘုရားသည်ယေရုရှလင်မြို့ကို  
ပြန်လည်ထူထောင်လျက်တိုင်းတစ်ပါးတွင်  
နေကြရသူ

ဣသရေလအမျိုးသားတို့အားပြန်လည်  
ခေါ်ဆောင်လာတော်မူ၏။

3 စိတ်နှလုံးကြေကွဲသူတို့ကိုနှစ်သိမ့်စေတော် မူ၍  
သူတို့၏ဒဏ်ရာဒဏ်ချက်များကိုပတ်စည်း  
တော်မူ၏။

4 ကိုယ်တော်သည်ကြယ်တာရာများ၏အရေ အတွက်ကို  
သတ်မှတ်တော်မူ၍ကြယ်တစ်လုံးစီကိုနာမည်  
မှည့်ခေါ်တော်မူ၏။

5 ငါတို့၏ဘုရားရှင်သည်ကြီးမြတ်တော်မူ၍  
တန်ခိုးနှင့်ပြည့်စုံတော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်၏ဉာဏ်ပညာတော်ကိုတိုင်းထွာ၍  
မရနိုင်ပါ။

6 ကိုယ်တော်သည်နိမ့်ကျသူတို့ကိုထူပင့်တော် မူ၍  
ယုတ်မာသူတို့ကိုမြေသို့တိုင်အောင်လဲကျ  
စေတော်မူ၏။

7 ထောမနာသီချင်းများကိုဆို၍ထာဝရ ဘုရား၏  
ဂုဏ်တော်ကိုချီးမွမ်းကြလော့။

စောင်းကိုတီး၍ဂီတသံဖြင့်ငါတို့ဘုရား အား  
ဂုဏ်တော်ကိုချီးမွမ်းကြလော့။

8 ကိုယ်တော်သည်ကောင်းကင်ပြင်ကိုမိုးတိမ် များဖြင့်  
ဖုံးလွှမ်းတော်မူ၏။  
ကမ္ဘာမြေကြီးပေါ်သို့မိုးရွာစေတော်မူ၍  
တောင်ကုန်းများတွင်မြက်များကိုပေါက်စေ တော်မူ၏။

9 ကိုယ်တော်သည်တိရစ္ဆာန်များအား  
အစာရေစာကိုပေးတော်မူ၏။  
ကျီးသားငယ်တို့အော်သောအခါ  
ကျွေးမွေးတော်မူ၏။

10 ကိုယ်တော်သည်ခွန်အားကြီးမားသောမြင်းတို့  
ကိုသော်လည်းကောင်း၊  
ရဲစွမ်းသတ္တိရှိသောစစ်သည်တို့ကိုလည်းကောင်း  
နှစ်သက်တော်မူသည်မဟုတ်။

11 သို့ရာတွင်မိမိအားကြောက်ရွံ့ရုံသေသူများ၊  
ခိုင်မြဲသောမေတ္တာတော်ကိုကိုးစားသူများ ကို  
နှစ်သက်တော်မူပေသည်။

12 အို ယေရုရှလင်မြို့၊ ထာဝရဘုရားအား  
ထောမနာပြုလော့။  
အို ဇိအုန်မြို့၊ သင်၏ဘုရားကိုထောမနာပြု လော့။

13 ကိုယ်တော်သည်သင်၏မြို့တံခါးကိုခိုင်ခံ့ စေတော်မူ၍

သင်၏မြို့သူမြို့သားတို့ကိုကောင်းချီးပေး  
တော်မူ၏။

14 ကိုယ်တော်သည်သင်၏မြို့တံခါးကိုဘေးမဲ့  
လုံခြုံစွာထားတော်မူ၍  
သင့်အားအကောင်းဆုံးသောဂျုဆန်ဖြင့်  
ရောင့်ရဲစေတော်မူ၏။

15 ကိုယ်တော်သည်ကမ္ဘာမြေကြီးအား  
အမိန့်ပေးတော်မူ၏။  
ထိုအမိန့်တော်အတိုင်းလျင်မြန်စွာဖြစ် ပျက်လာ၏။

16 ကိုယ်တော်သည်သိုးမွေးသဖွယ်ထူထပ်သော  
မိုးပွင့်များကိုကျစေတော်မူ၍  
ပြာမှုန့်သဖွယ်ဆီးနှင်းခဲများကိုကြဲချ တော်မူ၏။

17 ကိုယ်တော်သည်မိုးသီးများကိုမုန်ကျိုး  
မုန်ပဲ့များသဖွယ်ကျစေတော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်ရှင်စေလွှတ်တော်မူလိုက်သည့် အအေးဋ္ဌ  
ဌာတ်ကိုအဘယ်သူမျှမခံ နိုင်ပေ။

18 ထိုနောက်ကိုယ်တော်သည်အမိန့်ပေးတော်မူသဖြင့်  
ရေခဲသည်အရည်ပျော်လေ၏။  
လေကိုတိုက်စေတော်မူသဖြင့် ရေသည်စီးဆင်းလေ၏။

19 ကိုယ်တော်သည်နှုတ်ကပတ်တော်ကိုမိမိ  
လူတို့အားလည်းကောင်း၊

အထုံးအဖွဲ့တော်နှင့်ပညတ်တော်များကို  
ကူသရေလအားလည်းကောင်းပေးအပ်တော်  
မူ၏။

20 ကိုယ်တော်သည်အခြားလူမျိုးတို့အတွက်  
ဤသို့ပြုတော်မမူ။  
သူတို့သည်ကိုယ်တော်၏ပညတ်တော်များကို  
မသိရကြ။

ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။

# 148

ဘုရားသခင်အားထောမနာပြုရန်  
စကြဝဠာအားဖိတ်ခေါ်ခြင်း

1 ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။  
အထက်ဘဝဂ်ဝယ်နေထိုင်သူတို့၊ ကောင်းကင် ဘုံမှ  
ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။

2 ကောင်းကင်တမန်အပေါင်းတို့၊  
ကောင်းကင်ဗိုလ်ခြေအပေါင်းတို့၊ ကိုယ်တော်အား  
ထောမနာပြုကြလော့။

3 နေနှင့်လတို့၊ကိုယ်တော်အားထောမနာပြု ကြလော့။  
ထွန်းတောက်သောကြယ်တာရာတို့၊ကိုယ်တော် အား  
ထောမနာပြုကြလော့။



4 ကောင်းကင်ဘဝဂ်နှင့်ကောင်းကင်အထက်ရှိ ရေများ<sup>10</sup>

တို့၊

ကိုယ်တော်အားထောမနာပြုကြလော့။

5 ထိုအရာရှိသမျှတို့သည်ထာဝရ ဘုရား၏

နာမတော်အားထောမနာပြုကြစေ။

ကိုယ်တော်သည်အမိန့်ပေးတော်မူ၍ယင်း တို့ကို

ဖန်ဆင်းတော်မူ၏။

6 ကိုယ်တော်၏အမိန့်တော်အရယင်းတို့သည်

မိမိတို့သက်ဆိုင်ရာနေရာများတွင်အစဉ် အမြဲ

တည်နေကြ၏။

ယင်းတို့သည်အမိန့်တော်ကိုမလွန်ဆန်နိုင်ကြ။

7-8 မြေနဂါးများနှင့်ရေနက်ရာအရပ်အပေါင်းတို့၊

လျှပ်စစ်လျှပ်နွယ်နှင့်မိုးသီးတို့၊

မိုးပွင့်နှင့်မိုးတိမ်တို့၊ ကိုယ်တော်၏အမိန့်တော်ကို

နာခံသည့်လေပြင်းမုန်တိုင်းတို့၊

ကမ္ဘာမြေကြီးမှနေ၍ထာဝရဘုရားအား

ထောမနာပြုကြလော့။

9-10 တောင်ကုန်းများနှင့်တောင်ရိုးတို့၊သစ်သီးပင် များနှင့်

သစ်တောတို့တိရ ၎င်း ဆာ န်ယဉ်နှင့်တိရ ၎င်း ဆာ

န်ရိုင်းတို့၊

10 148:4 \* ကောင်းကင်အထက်ရှိရေများ။ ကာ:၁၆-၇။ ကိုကြည့်ပါ။

တွားတတ်သောသတ္တဝါနှင့်ငှက်တို့၊ ကိုယ်တော် အား  
ထောမနာပြုကြလော့။

11-12 ဘုရင်များနှင့်လူမျိုးအပေါင်းတို့၊  
မင်းညီမင်းသားများနှင့်အုပ်ချုပ်သူအပေါင်း တို့၊  
ပျိုရွယ်သူအမျိုးသားနှင့်အမျိုးသမီးတို့၊  
လူအိုနှင့်ကလေးသူငယ်တို့၊ ကိုယ်တော်အား  
ထောမနာပြုကြလော့။

13 ယင်းတို့သည်ထာဝရဘုရား၏နာမတော် အား  
ထောမနာပြုကြစေ။  
ကိုယ်တော်၏နာမတော်သည်နာမရှိသမျှထက်  
ကြီးမြတ်တော်မူ၏။  
ကိုယ်တော်၏ဘုန်းအသရေတော်သည်  
ကမ္ဘာမြေကြီးနှင့်ကောင်းကင်အထက် ဌ်ရှိ၏။

14 ကိုယ်တော်သည်မိမိ၏လူစုတော်၊  
မိမိချစ်မြတ်နိုးတော်မူလှသည့်ကုသရေလ  
အမျိုးသားတို့အား  
ခွန်အားကြီးမားစေတော်မူသဖြင့်ထိုသူ တို့သည်  
ကိုယ်တော်အားထောမနာပြုကြ၏။

ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။

- 1 ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြ လော့။  
 ထာဝရဘုရားသခင်၏ရှေ့တော်၌  
 သီချင်းသစ်ကိုဆိုကြလော့။  
 ကိုယ်တော်အားသစ္စာစောင့်သူတို့စုဝေး ရာတွင်  
 ကိုယ်တော်အားထောမနာပြုကြလော့။
- 2 ဣသရေလအမျိုးသားတို့၊  
 သင်တို့ကိုဖန်ဆင်းတော်မူသောအရှင်ကို  
 အကြောင်းပြု၍ဝမ်းမြောက်ကြလော့။
- 3 ဇိအုန်မြို့သူမြို့သားတို့၊ သင်တို့၏ဘုရင်ကို  
 အကြောင်းပြု၍ရွှင်မြူးကြလော့။  
 ကခုန်လျက်ကိုယ်တော်၏နာမတော်အား  
 ထောမနာပြုကြလော့။  
 ပတ်သာနှင့်စောင်းများကိုတီး၍ကိုယ်တော်အား  
 ထောမနာပြုကြလော့။
- 4 ထာဝရဘုရားသည်မိမိ၏လူစုတော်အား  
 နှစ်သက်တော်မူ၏။  
 နိမ့်ကျသူတို့အားအောင်ပွဲခံစေခြင်းအားဖြင့်  
 ချီးမြှင့်တော်မူ၏။
- 5 ထာဝရဘုရား၏လူစုတော်သည်စစ်ပွဲနိုင် သဖြင့်  
 ရွှင်မြူးကြစေ။  
 အိပ်စက်ရာပေါ်မှာဝမ်းမြောက်စွာသီချင်းဆိုကြစေ။
- 6-9 တိုင်းနိုင်ငံအပေါင်းကိုနှိမ်နင်း၍  
 လူမျိုးတကာတို့အားဒဏ်ခတ်ကြရန်လည်းကောင်း၊

သူတို့၏ဘုရင်များအားသံကြိုးဖြင့်ချည်နှောင်ကာ  
 သူတို့၏ခေါင်းဆောင်များကိုသံခြေကျင်း  
 ခတ်ကြရန်လည်းကောင်း၊  
 ဘုရားသခင်၏အမိန့်တော်အရတိုင်းနိုင်ငံတို့ကို  
 ဒဏ်ခတ်ရန်လည်းကောင်း  
 ဘုရားသခင်၏လူစုတော်သည်ထက်မြက်သော  
 သံလျက်ကိုလက်တွင်ကိုင်ထားကြစေ။  
 ဤကားဘုရားသခင်လူစုတော်၏ အောင်ပွဲပင်ဖြစ်သတည်း။  
 ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။

# 150

## ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့

- 1 ထာဝရဘုရားအားထောမနာပြုကြလော့။  
 ဗိမာန်တော်တွင်ဘုရားသခင်အား  
 ထောမနာပြုကြလော့။  
 ကောင်းကင်ထက်တွင်ကိုယ်တော်၏တန်ခိုးတော်အား  
 ထောမနာပြုကြလော့။
- 2 ကိုယ်တော်ပြုတော်မူသည့်မဟာ  
 အမှုတော်များအတွက်ကိုယ်တော်အား  
 ထောမနာပြုကြလော့။  
 အလွန်ကြီးမြတ်တော်မူသည်ဖြစ်၍ ထောမနာပြုကြလော့။



cdxciv

**Common Language Bible**  
**Burmese: Common Language Bible Bible without**  
**Deuterocanon**

Public Domain

Language: Myanmar language (Burmese)

Translation by: Bible Society of Myanmar

**Burmese Common Language Bible**

This translation is published by the Bible Society of Myanmar.

If you are interested in obtaining a printed copy, please contact the Bible Society of Myanmar at <https://bsmyanmar.org/>.

© 2005 Bible Society of Myanmar

2014-03-30

---

PDF generated using Haiola and XeLaTeX on 21 Feb 2024 from source files dated 1 Jul 2021

de6d28cc-10f3-5485-8960-5628a6c52793