ဆာလံကျမ်း

1

1 မတရား သောသူတို့၏ တိုက်တွန်း ခြင်းသို့
မ လိုက်၊
2 လူ ဆိုးတို့၏ လမ်း တွင် မ ရပ် မနေ၊ မထီမဲ့မြင် ပြု
သောသူတို့ ၏ အစည်း အဝေး၌ မ ထိုင် ၊ ထာဝရဘုရား
၏ တရား
တော်၌
မွေ့လျော် ၍ ၊ တရား တော်ကို နေ့
ည၌ မပြတ် ဆင်ခြင် အောက်မေ့သောသူသည် မင်္ဂလာ
ရှိ၏။
3 အကြောင်း မူကား၊ ထို
သူသည် မြစ် နား မှာ စိုက် လျက် မိမိ
အချိန် တန်မှ
အသီး ကိုသီး၍ ၊ အရွက် မ ညှိုးနွမ်း တတ်သော အပင်
နှင့် တူ၏။ ပြု လေသမျှ တို့၌
အောင် လိမ့်သတည်း။
4 မတရား သောသူတို့ မူကား
ထို ကဲ့သို့မ ဟုတ်။ လေ
တိုက်၍ လွင့် သောဖွဲ့ နှင့်တူ ကြ၏။

5 ထိုကြောင့် တရား ဆုံးဖြတ်တော်မူရာကာလ၌ ၊ မ
တရား သောသူတို့သည် မ
တည် မနေရကြ။ ဖြောင့်မတ် သောသူတို့ ၏အပေါင်း
အသင်းထဲသို့
လူဆိုး တို့သည် မဝင်ရကြ။
6 အကြောင်း မူကား၊ ဖြောင့်မတ် သောသူတို့၏ လမ်း
ကို ထာဝရဘုရား
သိကျွမ်း တော်မူ၏။ မတရား
သောသူတို့ ၏ လမ်း သည်ဆုံးရှုံး ခြင်းသို့ ရောက်ရလိမ့်
သတည်း။

2

1 လူမျိုး တို့သည် အဘယ်ကြောင့် ရှုန်းရင်းခတ် ပြုကြ
သနည်း။ လူစု
တို့သည် အဘယ်ကြောင့် အချည်းနှီး ကြံစည် ကြ
သနည်း။
2 လောကီ ရှင် ဘုရင်တို့သည် ထ
ကြ၍ ၊ မှူးမတ်အရာရှိတို့လည်း၊ ထာဝရဘုရား
နှင့်
ခရစ်တော် ကို ရန် ဘက်ပြုလျက်၊
3 သူ တို့ချည်နှောင် ခြင်းကို ဖြေ ကြကုန်အုံ့။ ချည်နှောင်
သောကြိုး တို့ကို ပယ် ကြကုန်အုံ့ဟု သင်းဖွဲ့ ကြ၏။
4 ကောင်းကင် ဘုံ၌
ထိုင် တော်မူသောသူသည် ပြုံး ရယ်၍၊ ထာဝရ

ဘုရားသည် သူ
တို့ကို ကဲ့ရဲ့ တော်မူ၏။
5 ထိုအခါ အမျက် တော်ထွက်၍ ၊ သူ တို့ကိုမိန့် တော်မူ
မည်။ ပြင်းစွာ သော အမျက်တော်နှင့်
သူ တို့ကို ပူပန် စေတော်မူမည်။
6 ငါ ၏ ရှင်ဘုရင်ကို သန့်ရှင်း သော ဇိအုန် တောင်
တော်ပေါ်မှာ၊ ငါ့ ကိုယ်တိုင်ဘိသိတ် ပေးပြီဟု မိန့်တော်
မူ မည်။
7 ဗျာဒိတ် တော်အချက်ကို
ငါပြန် ကြားပေအုံ့။ ထာဝရဘုရား
က သင် သည် ငါ့ သား ဖြစ်၏။ ယနေ့
ပင် သင့် ကို ငါဖြစ် ဘွားစေပြီ။
8 ငါ့ ကိုတောင်း လော့။ လူ
အမျိုးမျိုးတို့ကို သင် ၏ အမွေ ဥစ္စာဘို့ ငါပေး မည်။
မြေကြီး စွန်း တိုင်အောင်ပိုင် ထိုက်သော အခွင့်ကိုလည်း
ငါပေးမည်။
9 သင်သည်သူ တို့ကို သံ
လုံတံ နှင့် အုပ်စိုး၍၊ မြေအိုး ကို ခွဲဖျက်သကဲ့သို့
ခွဲဖျက် လိမ့်မည်ဟု ငါ့အားမိန့်တော်မူပြီ။
10 သို့ဖြစ်၍ ရှင် ဘုရင်တို့၊ ပညာ
သတိရှိကြလော့။ လောကီ
မင်း တို့၊ ဆုံးမ ခြင်းကိုခံ ကြလော့။
11 ကြောက်ရွံ့ သောစိတ်နှင့်

ထာဝရ ဘုရား၏ အမှုတော် ကို ထမ်းရွက် ၍ ၊ တုန်လှုပ်ခြင်းနှင့်
ဝမ်းမြောက် ကြလော့။
12 သား တော်ကို နမ်း ကြလော့။ သို့မဟုတ် လျှင် အမျက် တော်ထွက်၍ ၊ သင်တို့သည်လမ်း ၌
ပျက်စီး ခြင်း သို့ ရောက် ကြ လိမ့်မည်။ အမျက် တော်သည် ချက်ခြင်း ထွက် လိမ့်မည်။ သား
တော်ကို ကိုးစား
သောသူအပေါင်း တို့ သည် မင်္ဂလာ ရှိကြ၏။

3

ဒါဝိဒ် သည် သား တော် အဗရှလုံ ရှေ့ မှ ပြေး သောအခါ စပ်ဆို သော ဆာလံ
1 အို ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ၏ရန်သူ တို့သည်၊ အလွန် တိုးပွါး၍၊ အကျွန်ုပ် တဘက် ၌ ထ
သောသူတို့သည် များ ကြပါ၏။
2 သူ သည်ဘုရား သခင်ကို အမှီ ပြု၍ ချမ်းသာ မ ရဟု အကျွန်ုပ် ကို ရည်ဆောင် ၍
ပြော သောသူ အများ ရှိကြပါ၏။
3 သို့သော်လည်း ၊ အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ၏အကွယ် အကာဖြစ်တော်မူ၏။ အကျွန်ုပ်
၏ ဘုန်း လည်းဖြစ်တော်မူ၏။ အကျွန်ုပ် ၏ဦးခေါင်း ကို ချီ ကြွသော သူလည်း ဖြစ်တော်မူ၏။
4 ငါသည် ထာဝရဘုရား

ထံ သို့အသံ ကိုလွှင့်၍ အော်ဟစ် သောအခါ ၊ သန့်ရှင်း
သော တောင် တော်ပေါ်မှာ နားထောင် တော်မူ၏။
5 ထာဝရဘုရား သည် ငါ့ ကိုမစ တော်မူသောကြောင့် ၊
ငါ သည် အိပ် ၍
ပျော် ခြင်းအခွင့်နှင့် နိုး ခြင်း အခွင့်ရှိ၏။
6 ငါ့ ကိုရန်ဘက်ပြု၍ ဝန်းရံ သော သူ
အထောင် အသောင်းကို ငါမ ကြောက် ဘဲနေမည်။
7 အိုထာဝရဘုရား ထ တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား
သခင်၊ အကျွန်ုပ် ကို ကယ်မ တော်မူပါ။ ကိုယ်တော်
သည် အကျွန်ုပ် ၏ ရန်သူ တို့၏ ပါး ရိုးကိုရိုက် ၍၊ မ
တရား
သောသူတို့၏ သွား ကိုချိုး တော်မူ၏။
8 ထာဝရ ဘုရား၏ ကျေးဇူး တော်ကြောင့် ချမ်းသာ
ရပါ၏။ ပေး တော် မူ သော ကောင်း ကြီး မင်္ဂလာ သည်
ကိုယ်တော်၏ လူစု
အပေါ် သို့ သက်ရောက်ပါစေသော။

4

1 အကျွန်ုပ် ကို ဖြောင့်မတ် စေ တော်မူ သော ဘုရား ၊
အကျွန်ုပ် ခေါ် သောအခါ
နားထောင် တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ်
သည်ဆင်းရဲ စဉ်တွင် ကိုယ်တော်သည်
ချမ်းသာပေး တော် မူ ပါ ပြီ။ ယခု လည်း သနား ၍
အကျွန်ုပ် ၏ ပဌနာ

စကား ကို နားထောင် တော်မူပါ။
2 အချင်းလူသားတို့၊ အဘယ် မျှ ကာလ
ပတ်လုံး ငါ ၏ဘုန်း ကို ရှုတ်ချ ကြမည်နည်း။ အဘယ်
မျှကာလပတ်လုံးအနတ္တ ကို နှစ်သက် ၍ မုသာ
ကို လိုက်ရှာ ကြမည် နည်း။
3 ထာဝရဘုရား သည် မိမိ
သန့်ရှင်း သူကို ရွေး ထား တော်မူသည်ကို သိ
မှတ် ကြ လော့။ ငါ ခေါ် ၍ လျှောက် သောအခါ ၊
ထာဝရဘုရား သည် နားထောင် တော်မူလိမ့် မည်။
4 ကြောက်ရွံ့ တုန်လှုပ်၍
ဒုစရိုက် အပြစ်ကို ရှောင်
ကြလော့။ အိပ်ရာ ပေါ်မှာ ကိုယ် စိတ် နှလုံးနှင့်
ဆွေးနွေး စဉ်းစား၍
တိတ်ဆိတ် ခြင်းရှိကြလော့။
5 တရား သဖြင့်ယဇ် ပူဇော်၍
ထာဝရဘုရား ကို
ကိုးစား ကြလော့။
6 ကောင်းမွန် သော အရာကို ငါ တို့အား အဘယ်
သူပြ မည်နည်းဟုမေး
တတ် သော သူ အများ ရှိ ပါသည် ဖြစ်၍၊ အို
ထာဝရဘုရား ၊ မျက်နှာ တော်အလင်း ကို အကျွန်ုပ်
တို့အပေါ်မှာ ပေါ်ထွန်း စေတော်မူပါ။
7 သူ တို့၌ ဆန် စပါး၊ စပျစ်ရည် ပေါ် များ၍ ၊ သူ တို့

ဝမ်းမြောက် ခြင်းရှိသည်ထက်
အကျွန်ုပ် ကိုသာ၍ ဝမ်းမြောက် စေတော်မူ၏။
8 ငြိမ်ဝပ် စွာအိပ် ၍
ပျော် ပါ မည်။ အကြောင်း မူကား၊ အကျွန်ုပ် သည်
လုံခြုံ စွာနေ ရသောအခွင့်ကို ကိုယ်တော်
အရှင် ထာဝရဘုရား
သာလျှင် အခွင့်ပေးတော်မူ၏။

5

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ၏စကား ကို နားထောင်
တော်မူ၍၊ အကျွန်ုပ် မြည်တမ်း ခြင်းကို ဆင်ခြင် တော်
မူပါ။
2 အကျွန်ုပ် ၏ရှင် ဘုရင်၊ အကျွန်ုပ် ၏ဘုရား ၊
အကျွန်ုပ်သည် ကိုယ်တော် ကို
ဆုတောင်း သည်ဖြစ်၍ ၊ အကျွန်ုပ် အော်ဟစ် သော
အသံ ကို
နားထောင် တော်မူပါ။
3 အိုထာဝရဘုရား ၊ နံနက် အခါ အကျွန်ုပ်
စကား သံ ကို ကြား တော် မူ ရ ပါ၏။ နံနက် အခါ
ကိုယ်တော် ကို မျက်မှောက် ပြု၍
မြော်လင့် ပါမည်။
4 ကိုယ်တော် သည် မ
တရားသော အမှုကို နှစ်သက် သော ဘုရား

မ ဟုတ်။ ဆိုး
သောသူကို လက်ခံ တော်မ မူ။
5 မိုက် သောသူသည် အထံတော်သို့
မ ဝင် ရ။ မ
တရားသဖြင့် ပြု သောသူအပေါင်း တို့ကို မုန်း တော်
မူ၏။
6 မုသာ စကားပြော သောသူတို့ကို ဖျက်ဆီး တော်မူ ၏။
လူ
အသက်ကိုသတ်
တတ်သောသူနှင့်
လှည့်စား တတ်သောသူတို့ကို ထာဝရဘုရား
စက်ဆုပ်ရွံရှာ တော်မူ ၏။
7 အကျွန်ုပ် မူကား ၊ များစွာ သော ကျေးဇူး တော်ကို
ခံစားရသဖြင့်၊ အိမ် တော်သို့ရောက် ၍၊ ကိုယ်တော် ကို
ကြောက်ရွံ့ သောစိတ် နှင့် သန့်ရှင်း သော ဗိမာန် တော်
တွင်
ကိုးကွယ် ပါလိမ့်မည်။
8 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ၏ ရန်သူ တို့ကြောင့်
အကျွန်ုပ် ကို တရား
တော် လမ်းထဲ သို့ ပို့ဆောင် တော်မူ ပါ။ ကိုယ်တော်
၏လမ်း ကို အကျွန်ုပ် ရှေ့ မှာ ဖြောင့် စေတော်မူပါ။
9 သူ တို့၏နှုတ် တွင်
သစ္စာ မ ရှိပါ။ သူ

တို့နှလုံး သည် အလွန် ဆိုးဝါး၏။ သူ
တို့၏လည်ချောင်း သည် ဖွင့် ထား သော သင်္ချိုင်း တွင်း
ဖြစ်ပါ၏။ သူ
တို့သည် လျှာ နှင့် ချော့မော့ တတ်ကြ၏။
10 အိုဘုရား သခင်၊ သူ
တို့အပေါ်မှာ အပြစ် ရောက် စေတော်မူပါ။ မိမိ
တို့ အကြံ အ စည် အားဖြင့် လဲ ကြ ပါ စေ သော။
ကိုယ်တော် ကို
ပုန်ကန် သော သူ ဖြစ်၍ ၊ ပြစ်မှားသော အပြစ် များ
သောကြောင့် ၊ သူ တို့ကို နှင်ထုတ် တော်မူ ပါ။
11 ကိုယ်တော် ကို
ကိုးစား သော သူ တို့ မူကား ၊ ဝမ်းမြောက် ကြ ပါ
စေသော။ စောင့်ရှောက်တော်မူခြင်းကို ခံရ၍ ဝမ်းမြောက်
သည်နှင့် ကြွေးကြော်ကြပါစေသော။ နာမ
တော်ကို ချစ် သောသူတို့သည် ကိုယ်တော် ကြောင့်
ဝမ်းသာ ရွှင်လန်းခြင်း ရှိကြပါစေသော။
12 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည် ဖြောင့်မတ်
သောသူကို ကောင်းကြီး ပေး၍
ကျေးဇူး တော်အားဖြင့် ကွယ်ကာ စောင့်မ တော်မူလိမ့်
သတည်း။

6

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ အမျက် တော်ထွက်၍ အကျွန်ုပ်
ကို အပြစ် တင်တော်မ မူပါနှင့်။ ပြင်းစွာအမျက် ထွက်၍

ဆုံးမ တော်မ မူပါနှင့်။
2 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် သည် ခွန်အား နည်း
လှပါ၏။ ကယ်မ သနားတော်မူပါ။ အိုထာဝရဘုရား ၊
အကျွန်ုပ် အရိုး တို့သည် တုန်လှုပ် ကြပါ၏။ ကျန်းမာ
ပကတိ ရှိစေတော်မူပါ။
3 အကျွန်ုပ် စိတ် ဝိညာဉ်သည် အလွန် တုန်လှုပ် ပါ ၏။
အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည် အဘယ် မျှကာလ
ပတ်လုံးနေတော်မူမည်နည်း။
4 အိုထာဝရဘုရား ၊ တဖန်ကြွလာ ၍ အကျွန်ုပ် စိတ်
ဝိညာဉ်ကို ကယ် ယူတော်မူပါ။ ကရုဏာ
တော်နှင့်အညီ အကျွန်ုပ် ကို ကယ်တင် တော်မူပါ။
5 အကြောင်း မူကား၊ သေ
လျက်နေစဉ်တွင် ကိုယ်တော် ကို အောက်မေ့ ခြင်းမ ရှိ
ပါ။ မရဏာ
နိုင်ငံတွင် ကျေးဇူးတော်ကို အဘယ် သူချီးမွမ်း ပါမည်
နည်း။
6 အကျွန်ုပ် သည် ညည်းတွား ၍ ပင်ပန်း လှပါ၏။
အကျွန်ုပ် ခုတင် ကို ကိုယ် မျက်ရည် ၌ တညဉ့် လုံး မျှော
၍ ၊ အိပ်ရာ ကိုလည်း မွန်း စေပါ၏။
7 ဝမ်းနည်း ခြင်းအားဖြင့် မျက်စိ ပျက် ၍၊ ရန်သူ များ
ကြောင့် ပြာမှုန် လျက် ရှိပါ၏။
8 မ တရားသဖြင့်ပြု သောသူအပေါင်း တို့၊ ငါ့ ထံ မှ
ဖယ်သွား ကြ။ ငါ ငိုကြွေး သံ ကို ထာဝရဘုရား

ကြား တော်မူ ၏။
9 ငါ တောင်းပန် ခြင်းကို ထာဝရဘုရား
ကြား တော်မူ ၏။ ငါ ပြုသော ပဌနာ
စကားကို ထာဝရဘုရား
နာယူ တော်မူ၏။
10 ငါ့ ရန်သူ အပေါင်း တို့သည် ရှက်ကြောက် ၍ ဆုံးရှုံး
ခြင်းရှိကြလိမ့်မည်။ ချက်ခြင်း ပြန်သွား ၍ ရှက်ကြောက်
ခြင်းသို့ရောက်ကြလိမ့်မည်။

7

1 ဒါဝိဒ် သည် ဗ်ယာမိန် အမျိုးသား ကုရှ ၏စကား
ကြောင့်
ထာဝရဘုရား ရှေ့ တော်၌ အသံညှိ၍ဆို သော ဆာ
လံ။1အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား
သခင်ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော်
ကို
အကျွန်ုပ် ခိုလှုံ ပါ၏။ အကျွန်ုပ် ကို ညှဉ်းဆဲ သော သူ
အပေါင်း တို့၏လက်မှ
အကျွန်ုပ် ကို နှုတ် ယူ၍
ကယ်တင် တော်မူပါ။
2 သို့မဟုတ် နှုတ် ယူသောသူမ ရှိစဉ်၊ ရန်သူသည်
ခြသေ့် ကဲ့သို့ အကျွန်ုပ် ၏စိတ် ဝိညာဉ်ကို လုယူကိုက်
ဖြတ် ပါလိမ့်မည်။
3 အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား

သခင်ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ်သည် ထိုသို့
ပြု သော်ငင်း၊ အကျွန်ုပ် လက် မှာ
အဓမ္မ အမှုရှိ သော်ငင်း၊
4 အကျွန်ုပ် နှင့် သင့်တင့် သောသူကို အကျွန်ုပ် ပြစ်မှား
၍ ၊ အကြောင်း မရှိဘဲလျက် ရန် ပြုသောသူကို အကျွန်ုပ်
ညှဉ်းဆဲ သော် ငင်း၊ ထိုသို့သော အပြစ်တစုံတခုရှိလျှင်၊
5 ရန်သူ သည် အကျွန်ုပ် ၏ စိတ် ဝိညာဉ်ကိုလိုက် ၍
မှီ ပါစေ။ အကျွန်ုပ် အသက် ကို မြေ ပေါ် မှာနင်း ၍ ၊
အကျွန်ုပ်
အသရေ ကို မြေမှုန့် ၌
နှိမ့်ချ ပါစေ။
6 အိုထာဝရဘုရား ၊ အမျက် တော် ထွက်၍
ထ တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ် ၏ရန်သူ တို့ ပြင်းထန် ခြင်းကို
ဆီးတား
၍ အားထုတ်တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ် အဘို့
နိုး တော်မူ ပါ။ တရား
စီရင် ဆုံးဖြတ်တော်မူပါ။
7 လူမျိုး တို့သည်စည်းဝေး ၍
ကိုယ်တော် ကို ဝန်းရံ ကြလျက် ၊ သူ တို့အဘို့
မြင့် ရာအရပ်သို့
ပြန် ကြွတော်မူပါ။
8 ထာဝရဘုရား သည် လူမျိုး တို့ကို တရား
စီရင် တော် မူ၏။ အို ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ်

ဖြောင့်မတ် ခြင်း ကိုဝင်း၊ စုံလင် ခြင်းကိုဝင်း ထောက်၍
အကျွန်ုပ် အမှုကို စီရင် ဆုံးဖြတ်တော်မူပါ။
9 မတရား သောသူတို့ ၏ အဓမ္မ
အမှုကိုဆုံးရှုံး စေ၍ ၊ တရား သောသူတို့ကိုမြဲမြံ စေ
တော်မူပါ။ တရား
သဖြင့် ပြုတော်မူသောဘုရား ၊ ကိုယ်တော်သည် နှလုံး
နှင့်
ကျောက်ကပ် ကို စစ် တော်မူတတ်ပါ၏။
10 သဘော ဖြောင့် သောသူတို့ကို ကယ်တင် တတ် သော
ဘုရား
သခင်သည် ငါ ၏အကွယ် အကာဖြစ်တော်မူ ၏။
11 ဘုရား သခင်သည် တရား
သဖြင့် စီရင် သော ဘုရား
ဖြစ်၍ ၊ မတရားသောသူကို အစဉ် အမျက် ထွက် တော်
မူ၏။
12 ထိုသူ သည်မ ပြောင်းလဲ လျှင်
ထား တော်ကို သွေး
တော်မူ၏။ လေး
တော်ကိုတင် ၍
ရွယ် တော်မူ၏။
13 သေ စေသော လက်နက် ကိုလည်း
သူ့ အဘို့
ပြင်ဆင် ၍ မြှား တော်တို့ကို

လောင် စေတော်မူ၏။
14 ထိုသူသည် ဒုစရိုက် ဘွား သော ဝေဒနာ
ကို ခံရ၏။ မ
ကောင်းသော အကြံအစည် ကို ပဋ္ဌိသန္ဓေယူ၍ ၊ စိတ်ပျက် ခြင်းကို ဘွားမြင် တတ်၏။
15 တွင်း ကိုလည်း
နက်စွာတူး သဖြင့် ၊ မိမိ တူး သော တွင်း ထဲ သို့ မိမိ
ကျ တတ်၏။
16 မိမိ မ ကောင်းသော အကြံအစည်သည် မိမိ
ခေါင်း ပေါ်မှာ ပြန် ရောက်၍ ၊ မိမိ ကြမ်းတမ်း သော အမှု သည် မိမိ
ခေါင်း ထိပ်ပေါ်မှာ သက် ရောက်တတ်၏။
17 ငါမူကား၊ ထာဝရ
ဘုရား၏ တရား
သောအမှု တော်ကို ချီးမွမ်း ၍ ၊ အမြင့်ဆုံး သော ထာဝရဘုရား ၏ နာမတော် ကို ထောမနာသီချင်း ဆိုပါ
မည်။

8

1 အိုအကျွန်ုပ် တို့၏ ဘုရား
ရှင်ထာဝရဘုရား ၊ နာမ တော် သည် မြေကြီး တပြင်
လုံး ၌

အလွန် ကြီး မြတ် တော် မူ၏။ ဘုန်း အာနုဘော်
တော်သည် မိုဃ်းကောင်းကင် ပေါ် မှာ တည် လျက်ရှိ
ပါ၏။
2 ကိုယ်တော် ၏ရန်သူ တို့ကို ရည်ဆောင်၍ ရန်သူကို
ငင်း၊ အငြိုး ထားသောသူကိုငင်း ၊ တိတ်ဆိတ် စွာနေစေ
ခြင်းငှါ ၊ နို့စို့ သူငယ် တို့၏နှုတ် ထဲ မှအစွမ်း သတ္တိကို
စီရင် တော်မူ၏။
3 လက်ညှိုး တော်အလုပ် တည်းဟူသောကိုယ်တော် ၏
မိုဃ်းကောင်းကင် ကိုငင်း၊ ပြင်ဆင် တော်မူသောလ နှင့်
ကြယ် များကိုငင်း၊ အကျွန်ုပ်ဆင်ခြင် သော်၊
4 လူ သည် အဘယ်သို့ သောသူဖြစ်၍ ၊ ကိုယ်တော်
သည်
အောက်မေ့တော်မူရသနည်း။ လူ
သား သည် အဘယ်သို့ သော သူ ဖြစ်၍အကြည့်အရှု
ကြွလာတော်မူရ သနည်း။ သူ့
ကို ကောင်းကင်တမန်တို့အောက်၌
အနည်းငယ်
နှိမ့် တော်မူပြီ။
5 သူ ၏ခေါင်းကို ဘုန်း အသရေ နှင့်
ပတ်ရစ် တော်မူပြီ။
6 -
7 -
8 ဖန်ဆင်း တော်မူသောအရာများကို
အုပ်စိုး စေ၍၊ သိုး

နှား အစ ရှိသော မြေ တိရစ္ဆာန်
မိုဃ်းကောင်းကင် ၄က် ၊ ပင်လယ် ငါး နှင့် ပင်လယ်
လမ်း ၌သွား တတ်သောတိရစ္ဆာန်မှစ၍၊ ခပ်သိမ်းသော
အရာ တို့ကို သူ
၏ခြေ အောက် ၌ ချထား တော်မူပြီ။
9 အို အကျွန်ုပ် တို့၏ ဘုရားရှင် ထာဝရဘုရား ၊
ကိုယ်တော် ၏နာမ သည် မြေကြီး တပြင်လုံး ၌
အလွန် ကြီးမြတ် တော်မူသတည်း။

9

1 အို ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် သည် စိတ် နှလုံး
အကြွင်းမဲ့ ကိုယ်တော် ကို ချီးမွမ်း ပါမည်။ အံ့ဘွယ် သော
အမှုတော်ရှိသမျှ တို့ကို ပြ ညွှန်ပါမည်။
2 ကိုယ်တော် ကို အမှီပြု ၍
ဝမ်းသာ ရွှင်လန်း ပါမည်။ နာမတော် ကို ထောမနာ
သီချင်း ဆိုပါမည်၊ အမြင့်ဆုံး သောဘုရား။
3 အကြောင်း မူကား၊ အကျွန်ုပ် ၏ရန်သူ တို့သည် ပြန်
ဆုတ် ၍
လဲ ကြပါ၏။ ရှေ့တော် ၌
ပျက်စီး ကြပါ၏။
4 ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ဘက်မှာ တရား
ဆုံးဖြတ် တော်မူ ပြီ။ ပလ္လင် တော်ပေါ် မှာ ထိုင်
၍ဖြောင့်မတ် စွာ စီရင် တော်မူပြီ။
5 တပါး အမျိုးသားတို့ကို ဆုံးမ

တော်မူပြီ။ ဆိုး
သောသူတို့ ကို ဖျက်ဆီး ၍ သူ
တို့ နာမ
ကိုကာလ အစဉ်အဆက် ချေ ဖျောက်တော်မူပြီ။
6 ရန်သူ တို့သည် အကုန် အစင်ပျက်စီး ခြင်းသို့
ရောက်ကြပါပြီ။ မြို့ တို့ကို ဖြိုဖျက် တော်မူ၍ ၊ သူ တို့ အမှတ်
မျှမရှိပျောက် ပါပြီ။
7 ထာဝရဘုရား မူကား ၊ ကာလအစဉ် အဆက် တည် တော်မူ၏။ တရား
ပလ္လင် တော်ကို ပြင်ဆင် ၍၊
8 မြေကြီး သားတို့ကို တရား
သဖြင့်
စီရင် တော်မူ၏။ လူမျိုး တို့အား
ဖြောင့်မတ် စွာသော စီရင် ခြင်းကို ပြုတော်မူ၏။
9 ထာဝရဘုရား သည် ညှဉ်းဆဲ ခြင်းကိုခံရသောသူ တို့ ၏ခိုလှုံ ရာ၊ ဘေး
အန္တရာယ်ရောက် သည် ကာလ
ခိုလှုံ ရာဖြစ်တော်မူ၏။
10 နာမ တော်ကို သိ
သောသူတို့သည် ကိုယ်တော် ကို
ယုံကြည် ကြ ပါ လိမ့်မည်။ အကြောင်း မူကား၊ အို ထာဝရ ဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ကိုရှာ သောသူတို့ ကိုစွန့် ပစ်

တော်မ မူ တတ်ပါ။

11 ဇိအုန် မြို့မှာ ကျိန်းဝပ် တော်မူသောထာဝရဘုရား
ကို ထောမနာသီချင်း ဆိုကြလော့။ အမှု တော်များကို
လူမျိုး တို့အား ဟော ပြောကြလော့။

12 လူအ သက်သတ် ခြင်းအမှုကို စစ် တော်မူ၍ ၊
အသေခံရသောသူ တို့ကို အောက်မေ့ တော်မူ၏။ နှိမ့်ချ
လျက်ရှိသောသူတို့ ၏အော်ဟစ် ခြင်း အသံကိုမေ့လျော့
တော်မ မူတတ်ပါ။

13 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ကို ကယ်မ သနား တော်
မူပါ။ အကျွန်ုပ် ကို မုန်း သောသူတို့၏ ညှဉ်းဆဲ ခြင်းအမှု
ကိုကြည့်ရှု ၍၊ သေမင်း လက် မှ
အကျွန်ုပ် ကို ကယ်နှုတ် တော်မူပါ။

14 သို့ဖြစ်၍ ဂုဏ် ကျေးဇူးတော်အပေါင်း ကို ဇိအုန်
မြို့ တံခါး ဝမှာ
အကျွန်ုပ်ပြ ညွှန်ပါ မည်။ ကယ်တင် တော်မူ ခြင်း
ကျေးဇူးကို အမှီပြု ၍ ဝမ်းမြောက် ပါမည်။

15 တပါးအမျိုးသား တို့သည် ကိုယ်တူး သော တွင်း ထဲ
သို့ ကိုယ်ကျ ကြ၏။ ကိုယ်ဝှက်ထား သော
ကျော့ကွင်း
ထဲ မှာ ကိုယ် ခြေ တို့သည် ကျော့ မိကြ၏။

16 ထာဝရဘုရား သည် တရား
စီရင်ဆုံးဖြတ်တော်မူခြင်း အားဖြင့် ထင်ရှား တော်မူ၏။
မတရား

သောသူသည် မိမိ
လုပ် သော အလုပ် ထဲမှာ ကျော့မိ ခြင်းကိုခံရ၏။
17 မတရား သောသူတို့နှင့် ဘုရား
သခင်ကို မေ့လျော့
သော အမျိုးသား အပေါင်း တို့သည် မရဏာ
နိုင်ငံသို့
နှင် ခြင်းကိုခံရကြလိမ့်မည်။
18 ငတ်မွတ် သောသူတို့ ကို အစဉ် မေ့လျော့ တော် မ
မူ။ ဆင်းရဲ သောသူတို့ သည် မြော်လင့် ၍ မရဘဲ အစဉ်
မ နေရကြ။
19 အိုထာဝရဘုရား ၊ ထ တော်မူပါ။ လူ
မ နိုင် ပါစေနှင့်။ တပါးအမျိုးသား တို့သည် ရှေ့ တော်၌
စစ်ကြော စီရင်ခြင်းကိုခံရကြပါစေသော။
20 အိုထာဝရဘုရား ၊ သူ တို့ကို ချောက် လှန့်တော်မူ ပါ။
သို့ဖြစ်၍မိမိတို့သည် လူ
သက်သက်ဖြစ်သည်ကို လူမျိုး တို့သည် သိ ကြပါ
လိမ့်မည်။

10

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော်သည် အဘယ်ကြောင့်
ဝေးဝေး ရပ် ၍ နေတော်မူသနည်း။ ဘေး
အန္တရာယ် ရောက် သည်ကာလ
အဘယ်ကြောင့်ပုန်းကွယ် ၍ နေတော်မူသနည်း။
2 မတရား သောသူသည် မာန

စိတ်ရှိ၍ ၊ ဆင်းရဲ သော သူကိုညှဉ်းဆဲ တတ်ပါ၏။ မိမိ
ပြုသော ပရိယာယ်
အားဖြင့် ထိုသူကို ဘမ်းဆီး တတ်ပါ၏။
3 မတရား သောသူသည် မိမိ
စိတ် အလို ၌
ဝါကြွား
တတ်ပါ၏။ လောဘ
ကြီးသောသူသည် ထာဝရဘုရား
ကို ပယ်၍ မထီမဲ့မြင် ပြုတတ်ပါ၏။
4 မတရား သောသူသည် မာန
ထောင်လွှား သောကြောင့် ၊ မ စဉ်းစား တတ်ပါ။ ဘုရား
သခင်မ ရှိဟု အစဉ်
အောက်မေ့ တတ်ပါ၏။
5 အစဉ် ခိုင်မာစွာ ကျင့်ကြံပြုမူတတ်ပါ၏။ တရား
စီရင် တော်မူ ချက် တို့သည် သူ နှင့် ဝေးမြင့် သည်
ဖြစ်၍ခပ်သိမ်း သော ရန်သူ တို့ကို မထီမဲ့မြင် ပြုတတ်
ပါ၏။
6 ငါသည်အစဉ်မ ရွှေ့ ရ၊ ဆင်းရဲ ခြင်းသို့
မ ရောက်ရ ဟု အောက်မေ့ တတ်ပါ၏။
7 သူ ၏နှုတ် သည် ကျိုန်ဆဲ ခြင်း၊ လှည့်စား ခြင်း၊
ရှုတ်ချ ခြင်းနှင့်
ပြည့်ဝ ပါ၏။ လျှာ အောက် မှာ မကောင်း သောအကြံ
နှင့်
မ တရားသော အမှုရှိပါ၏။

8 ရွာ အနားတွင် ပုန်း နေရာအရပ်မှာ ထိုင် ၍၊ အပြစ် မ
ရှိသောသူကို ဆိတ်ကွယ် ရာအရပ်၌
သတ် တတ် ပါ၏။ ဆင်းရဲ သောသူ ကို
ချောင်းမြောင်း တတ်ပါ၏။
9 ချုံ ထဲ မှာနေသောခြသေ့် ကဲ့ သို့ကွယ် ရာအရပ်၌
ပုန်း ၍နေတတ်ပါ၏။ ဆင်းရဲ သောသူကို ဘမ်းဆီး ခြ
င်းငှါ ပုန်းကွယ် ၍ နေပါ၏။ ဆင်းရဲ သောသူကို ကွန်ရွက်
ထဲ သို့ ဆွဲ ၍ဘမ်းဆီး တတ်ပါ၏။
10 ထိုသို့ ညှဉ်းဆဲ နှိပ်စက် ခြင်းကို ခံရ၍ ၊ ဆင်းရဲ သော
သူအပေါင်းတို့ သည်သူ ၏လက် သို့ ကျ ရောက် တတ်
ကြပါ၏။
11 ထို သူက၊ ဘုရား
သခင်သည် မေ့လျော့ တော်မူ၏။ မျက်နှာ ကို လွှဲ တော်
မူ၏။ မြင် တော်မ မူဟု အောက်မေ့ တတ်ပါ၏။
12 အိုထာဝရဘုရား
ထ တော်မူပါ။ အိုဘုရား
သခင်လက် တော်ကို ချီ တော်မူပါ။ နှိမ့်ချ လျက်ရှိသော
သူတို့ကို မေ့လျော့ တော်မ မူပါနှင့်။
13 မတရား သောသူသည် ဘုရား
သခင်ကို အဘယ်ကြောင့်
မထီမဲ့မြင် ပြုရပါအံ့နည်း။ ကိုယ်တော်သည် စစ် တော်
မ မူဟု အဘယ်ကြောင့်အောက်မေ့ ရပါအံ့နည်း။
14 သို့သော်လည်း

ကိုယ်တော် သည် မြင် တော်မူပြီ။ အကြောင်းမူကား၊ ပင်ပန်း စေခြင်းနှင့်
နှောင့်ရှက် စေခြင်း ကို လက်ဝါး တော်၌
မှတ်သား မည်ဟု ကြည့်ရှု တော်မူတတ်ပါ၏။ ဆင်းရဲ သောသူသည် ကိုယ်တော် ၌
ကိုယ်ကို အပ် တတ်ပါ၏။ ကိုယ်တော် သည် မိဘ
မရှိသောသူ ၏ ခိုလှုံ ရာဖြစ် တော်မူ၏။
15 မတရား သဖြင့် ပြု၍ ဆိုး သောသူ ၏လက်ရုံး ကို ချိုး တော်မူပါ။ သူ
ပြုသော
အဓမ္မအမှုကို အကုန်အစင်စစ် တော်မူပါ။
16 ထာဝရဘုရား သည် ကာလ
အစဉ်အမြဲတည် သော ရှင် ဘုရင်ဖြစ်တော်မူ၍၊ တပါး အမျိုးသား တို့သည် နိုင်ငံ တော်ထဲ က ကွယ်ပျောက် ကြ ပါလိမ့်မည်။
17 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော်သည် နှိမ့်ချ လျက် ရှိ သောသူတို့ ၏တောင့်တ ခြင်း အသံကိုကြား တော်မူ၏။ သူ
တို့၏စိတ် နှလုံးကို တည်ကြည် စေတော်မူ၏။
18 ဆင်းရဲသားကို သူ
၏မြေ မှ
တဖန် မ နှင်ထုတ် မည် အကြောင်း ၊ မိဘ မရှိသော သူ နှင့် ညှဉ်းဆဲ ခံရသောသူတို့ ကို တရား

ပေးခြင်းငှါ နား တော်ကို ဖွင့် တော်မူ၏။

11

1 မတရား သောသူတို့သည် သဘော
ဖြောင့် သောသူတို့ကို
မ ထင်မရှားပစ် အံ့သောငှါ
လေး ကိုတင် ၍၊ လေးညှို့ ပေါ်မှာ
မြှား ကိုပြင် ကြ၏။
2 အမှီတကဲ တို့သည်ပျက် လျှင်
ဖြောင့်မတ် သောသူသည် အဘယ်သို့ ပြု နိုင်သနည်း။
3 ငါ့ ဝိညာဉ် အား
သင် သည် ငှက် ကဲ့သို့ ကိုယ်နေရာတောင် ပေါ်သို့ပြေး
ချေဟု အဘယ်ကြောင့် ပြော ကြသနည်း။ ထာဝရဘုရား
သည် ငါခိုလှုံရာ ဖြစ်တော်မူ၏။
4 ထာဝရဘုရား သည် သန့်ရှင်း သော ဗိမာန်
တော်၌
ရှိတော်မူ၏။ ထာဝရ
ဘုရား၏ ပလ္လင် တော်သည် ကောင်းကင် ပေါ် မှာ
တည်၏။ မျက်စိ တော်သည် ကြည့်ရှု ၍ မျက်ခမ်း
တော်သည် လူ
သား တို့ကို စစ် တော်မူ၏။
5 ထာဝရဘုရား သည် ဖြောင့်မတ် သောသူကို စုံစမ်း
တော်မူ၏။ မတရား
သောသူနှင့်

လုယူ ဖျက်ဆီးလို
သော သူကိုဝိညာဉ် တော်သည် မုန်း တော်မူ၏။
6 မတရား သောသူတို့အပေါ် မှာ တောက်သော မီးခဲ၊
ကန့် နှင့် ရောသောမီးလျှံ ၊ ပူလောင် သော မုန်တိုင်း ကို
သက်ရောက် စေ၍ ၊ သူ တို့သောက် စရာဘို့ စီရင်တော်မူ
မည်။
7 တရား သဖြင့် ပြုတော်မူသောထာဝရဘုရား
သည် တရား
သောအမှုကို နှစ်သက် ၍
သဘော ဖြောင့် သောသူ
ကို မျက်နှာ ပြု တော်မူ၏။

12

1 အို ထာဝရဘုရား ၊ ကယ်တင် တော် မူ ပါ။
သူတော်ကောင်း မျိုးသည် ပြတ် ၍
သစ္စာရှိ သောလူမျိုးသည် လူ
သား တို့တွင်
ကွယ်ပျောက် ပါ၏။
2 အိမ်နီးချင်း တို့သည် တ
ဦးကိုတဦးမုသာ သုံး၍ ချော့မော့ သော နှုတ်ခမ်း ၊ နှစ်
ခွ သောစိတ် နှင့် ပြော တတ် ကြပါ၏။
3 ငါတို့သည် ကိုယ် လျှာ အားဖြင့် နိုင် မည်။ ကိုယ်
နှုတ်ခမ်း သည် ကိုယ်အမှုကိုစောင့်လိမ့်မည်။

4 ငါ တို့၏ သခင် ကား အဘယ်သူ နည်းဟု ပြောဆို
သော သူတို့၏ချော့မော့ သောနှုတ်ခမ်း နှင့် ဝါကြွား သော
လျှာ ရှိသမျှ တို့ကို ထာဝရဘုရား
သည် ဖြတ် တော်မူမည်။
5 ဆင်းရဲ သော သူ သည် ခံ ရ သော ညှဉ်းဆဲ ခြင်း၊
ငတ်မွတ် သောသူ၏ ငိုကြွေး ခြင်းကြောင့်
ယခု ငါထ မည်။ ကဲ့ရဲ့
ခြင်းကိုခံရသောသူ အား
ချမ်းသာ ပေးမည်ဟု ထာဝရဘုရား
မိန့် တော်မူ၏။
6 ထာဝရဘုရား
မိန့် တော်မူချက်တို့သည် သန့်ရှင်း ခြင်းရှိ၍၊ မြေ နှင့်
ကင်းစင် စေခြင်းငှါ၊ မိုက် ၌ ခုနစ် ကြိမ် စစ် သော ငွေ
ကဲ့သို့ဖြစ်ကြ၏။
7 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည် ထိုသူ
တို့ကို ဤလူမျိုး မှ
အစဉ် ကာကွယ် စောင့်မ တော်မူမည်။
8 ဆိုးယုတ် သော သူ တို့သည် ချီးမြှောက် ခြင်း သို့
ရောက်သည် ကာလ ၊ မတရား သောသူတို့သည် အရပ်
ရပ် လှည့် လည်ရသောအခွင့်ရှိကြ၏။

13

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ကို အလျှင်းမမှတ်ဘဲ အ
ဘယ် မျှ ကာလ

ပတ်လုံးမေ့လျော့ တော်မူမည်နည်း။ အဘယ် မျှကာလ
ပတ်လုံးမျက်နှာ တော်ကို ကွယ် ထား တော်မူမည်နည်း။
2 အကျွန်ုပ် သည် အစဉ် ဝမ်းနည်း လျက် ၊ အဘယ်
မျှ ကာလ
ပတ်လုံး တွေးတော သော စိတ် ရှိ ရ ပါ မည် နည်း။
အကျွန်ုပ် ၏ ရန်သူ သည် အဘယ် မျှ ကာလ
ပတ်လုံး အကျွန်ုပ် ကို အုပ်စိုး ရပါမည်နည်း။
3 အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား
သခင်ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် စကားကို မျက်နှာ ပြု၍
နားထောင် တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ် မျက်စိ ကို လင်း စေတော်
မူပါ။ သို့မဟုတ် လျှင် အသေ
အိပ် ပျော်ခြင်းသို့ ရောက်ရပါမည်။
4 အကျွန်ုပ် ၏ရန်သူ က၊ ငါနိုင် ပြီဟုဆို ၍၊ အကျွန်ုပ်
ကို နှောင့်ရှက် သောသူ တို့ သည် အကျွန်ုပ်လှုပ်ရှား
သည် ကို
ဝမ်းမြောက် ကြပါလိမ့်မည်။
5 အကျွန်ုပ် သည် ကရုဏာ
တော်ကို
ယုံကြည် ပါ၏။ ကယ်တင် တော်မူခြင်းအရာ၌
နှလုံး ရွှင်လန်း ပါလိမ့်မည်။
6 အကျွန်ုပ် ၌
ကျေးဇူး ပြုတော်မူသောကြောင့် ထာဝရဘုရား ကို
ထောမနာသီချင်း ဆိုပါမည်။

14

1 ဘုရား သခင်မ ရှိဟု မိုက် သောသူသည် ထင် တတ်
၏။ ထိုသို့သောသူတို့ သည် ဆွေးမြေ့ ယိုယွင်း၍ စက်ဆုပ်
ဘွယ်သော အမှုကို ပြုတတ်ကြ၏။ ကောင်း သောအမှု ကို
ပြု သောသူတ ယောက်မျှမရှိ။
2 နားလည် သောသူ၊ ဘုရား
သခင်ကိုရှာ သော သူတစုံတယောက်ရှိသည် မရှိ သည်
ကို သိ
မြင်ခြင်းငှါ ထာဝရဘုရား သည် ကောင်းကင် ပေါက
လူ သား တို့ကို ငုံ့၍ကြည့်ရှု တော်မူ၏။
3 လူအပေါင်း တို့သည် လမ်း လွဲကြပြီ။ တညီ
တညွတ်တည်း ဆွေးမြေ့ ယိုယွင်းခြင်းရှိကြ၏။ ကောင်း
သောအကျင့် ကို ကျင့်သော သူမ
ရှိ။ တ
ယောက်မျှ မ ရှိ။
4 မှုန့် ကိုစား သကဲ့သို့ငါ ၏လူ တို့ကို ကိုက်စား ၍၊
ထာဝရဘုရား
ကို ပဌနာ
မ ပြုသော အဓမ္မ
လူ အပေါင်း တို့ သည် မ
သိ ဘဲ နေရကြသလော။
5 သို့ ဖြစ်၍အလွန် ကြောက်လန့် ကြ လိမ့်မည်။
အကြောင်း မူကား၊ ဘုရား

သခင်သည် ဖြောင့်မတ် သော လူမျိုး ဘက်၌ ရှိတော်
မူ၏။
6 နှိမ့်ချလျက်ရှိသောသူ သည် ထာဝရဘုရား
ကို ခိုလှုံ သောကြောင့်၊ သင်တို့သည် သူ
၏အကြံ အစည်ကို အရှက်ကွဲ စေတတ်ကြ၏။
7 ဣသရေလ အမျိုးကို ကယ်တင် ခြင်း ကျေးဇူး
တော်သည်၊ ဇိအုန် တောင်ပေါ်မှာ ပေါ်ထွန်း ပါစေသော။
သိမ်း သွားခြင်းကို ခံရသောလူမျိုး တော်ကို တဖန် ထာဝ
ဘုရားသည် ဆောင် ခဲ့တော်မူ သောအခါ၊ ယာကုပ်
သည် ဝမ်းမြောက် ခြင်း၊ ဣသရေလ
သည်လည်း ရွှင်လန်း ခြင်း ရှိလိမ့်မည်။

15

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ တဲ တော်၌
အဘယ်သူ သည် တည်း ရပါမည်နည်း။ သန့်ရှင်း သော
တောင် တော်ပေါ်မှာ အဘယ်သူ သည် နေ ရပါမည်နည်း
ဟူမူကား၊
2 ဖြောင့်မတ် သောအကျင့်၊ တရား
သောအမှုကို ပြု ကျင့်၍ ၊ သစ္စာ စကားကို
စိတ် နှလုံးပါလျက်ပြော ထသော၊
3 သူ တပါး၏အသရေ ကို ပျက်စေ ခြင်းငှါ ပြောဆို
ခြင်း၊ ကိုယ် နှင့်စပ်ဆိုင်သော သူ၏ အကျိုးကို ပြစ်မှား
ခြင်း၊ ကိုယ် နှင့်စပ်ဆိုင်သော သူကိုလည်း ကဲ့ရဲ့ ခြင်းကို
ရှောင်ထ သော၊

4 ဆိုးယုတ် သောသူကို အယုတ် ဟူ၍ ထင် မှတ်လျက်
၊ ထာဝရ ဘုရားအား ကြောက်ရွံ့ သောသူကို ရိုသေ
ထ သော၊ ကိုယ် အကျိုး ပျက် ရ သော်လည်း ကိုယ်
ကျိန်ဆို သော သစ္စာဂတိကိုမ
ဖျက်၊
5 ကိုယ် ငွေ ကို ချေး ၍
အတိုး မ ယူ၊ အပြစ် မရှိသောသူ ၏တဘက် မှ တံစိုး
ကို မ
ခံ ဘဲကျင့် သောသူသည် လှုပ်ရှား
ခြင်းနှင့် အစဉ် အမြဲကင်းလွတ် လိမ့်မည်သတည်း။

16

1 အကျွန်ုပ် ကို စောင့် မတော်မူပါဘုရား။ ကိုယ်တော်
ကို
အကျွန်ုပ်ခိုလှုံ ပါ၏။
2 ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ်၏သခင် ဖြစ်တော်မူသည်
ဟု ထာဝရဘုရား
ကို
အကျွန်ုပ်လျှောက်ဆို ပါပြီ။ ကျေးဇူး တော်မှ တပါး
အခြား သောမင်္ဂလာသည်အကျွန်ုပ်
၌ မ ရှိပါ။
3 ပြည် တော်၌ နေသောသန့်ရှင်း သူနှင့် ထူးဆန်း သော
သူတို့ကိုသာ
နှစ်သက် ပါ၏။

4 အခြား သောလမ်းသို့ လိုက်ပြေးသောသူ တို့ သည်
များစွာ သော ဆင်းရဲ ဒုက္ခကို ခံရကြလိမ့်မည်။ ငါသည်
သူ
တို့သွန်းလောင်း ရာ ပူဇော် သက္ကာအသွေး ကို
မလှူ မ
ဆက်လို။ သူ
တို့ဘုရား၏နာမ ကို မ
မြွက် လို။
5 ထာဝရဘုရား သည် ငါ အမွေ ခံရာအဘို့ ၊ ငါ
စားသောက် ရာအဘို့ ဖြစ်တော်မူ၏။ ကိုယ်တော် သည်
အကျွန်ုပ် အမွေ အနှစ်ကို စောင့်ရှောက် တော်မူ၏။
6 ငါ ပိုင်ထိုက်သောနယ် နိမိတ်သည် သာယာ
သော အရပ်တွင် ကျ ၍ ၊ ကောင်းမွန် သော အမွေ ကို
ငါ ခံရပြီ။
7 ငါ့ ကို ပြုစုတော်မူသောထာဝရဘုရား ကို ကောင်းကြီး
ပေးမည်။ ညဉ့် အချိန်ဌပင် ငါ့ နှလုံး သည် ငါ့ ကို နှိုးဆော်
တတ်၏။
8 ငါသည် ထာဝရဘုရား
ကို အစဉ် မပြတ်မျက်မှောက်
ပြု ၏။ အကြောင်း မူကား၊ ငါ လက်ျာ ဘက်ဌ
တည်ရှိတော်မူသည်ဖြစ်၍၊ ငါသည်လှုပ်ရှား ခြင်း မ
ရှိရ။ ထိုကြောင့်ငါ့ စိတ် နှလုံးသည် သာယာ ခြင်း၊
9 ငါ့ဝိညာဉ်သည်လည်း ရွှင်လန်း ခြင်းရှိ၏။ ထို
မှတပါး၊ ငါ့ အသား သည် မြော်လင့် လျက်

ကျိန်းဝပ် လိမ့်မည်။
10 အကြောင်း မူကား၊ ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ် ၏
ဝိညာဉ် ကို မရဏာ
နိုင်ငံ၌
ပစ် ထားတော်မ မူ။ ကိုယ်တော် ၏ သန့်ရှင်း သောသူ
အား
လည်း ပုပ်စပ် ခြင်းကို ရှိ စေတော်မ မူဘဲလျက်၊
11 အသက် ရှင်ခြင်း လမ်း ကို ပြ ညွှန်တော်မူလိမ့် မည်။
အထံ
တော်၌
စုံလင် သော ဝမ်းမြောက် ခြင်းအခွင့် နှင့် လက်ျာ တော်
နား မှာ အစဉ် အမြဲပျော်မွေ့ ခြင်းအခွင့် ရှိပါ၏။

17

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ တရား သော ဘက်မှာ နေ၍
အကျွန်ုပ် အော်ဟစ် ခြင်းကို မှတ် တော်မူပါ။ မ
လှည့်စား တတ်သော နှုတ် နှင့် ဆုတောင်းသော ပဌနာ
စကားကို နားထောင် တော်မူပါ။
2 ကိုယ်တော် တိုင်အကျွန်ုပ် ကို စီရင် ၍ ဖြောင့်မတ်
သောအရာကို ထောက်ရှု တော်မူပါ။
3 အကျွန်ုပ် နှလုံး ကို စစ်ဆေး တော်မူပါ။ ညဉ့် အခါ
အကျွန်ုပ် ကို အကြည့်အရှု ကြွလာတော်မူပါ။ အကျွန်ုပ်
ကို စစ်ကြော သောအခါ အဘယ်အပြစ် ကိုမျှ တွေ့ တော်
မ မူ ရာ။ အကျွန်ုပ်အကြံ အစည်သည် အကျွန်ုပ် စကား
နှင့် မ ခြားမနားပါ။

4 လူ ပြု တတ်သော အမှုများမှာ ၊ ဖျက်ဆီး တတ် သော
သူ ၏လမ်း တို့ကို နှုတ်ကပတ် တော်အားဖြင့် အကျွန်ုပ်
ရှောင် ပါပြီ။
5 လမ်း ခရီးတော်၌ အကျွန်ုပ် သွား စဉ်တွင်ခြေ မ ချော်
စေခြင်းငှါ ထောက်မ တော်မူပါ။
6 အိုဘုရား သခင်၊ ကိုယ်တော် သည် နားထောင် တော်
မူတတ်သောကြောင့် အကျွန်ုပ် သည် တောင်း လျှောက်
ပါ၏။ နား
တော်ကို လှည့်၍ အကျွန်ုပ် စကား ကို နာယူ တော်မူပါ။
7 ကိုယ်တော် ကို ခိုလှုံ သောသူတို့ကို သူပုန် တို့လက်
မှ ၊ လက်ျာ လက်တော်အားဖြင့် ကယ်နှုတ် တော်မူသော
ဘုရား၊ ထူးဆန်း သော မေတ္တာ ကျေးဇူးတော်ကို ပြတော်
မူ ပါ။
8 -
9 အကျွန်ုပ် ကို ညှဉ်းဆဲ သော လူဆိုး တည်းဟူသော
အကျွန်ုပ် ကို ဝိုင်း ၍သတ် လိုသော ရန်သူ တို့ လက်မှ
အကျွန်ုပ် ကို လွှတ်စေခြင်းငှါ ၊ မျက် ဆန် ကဲ့သို့ အကျွန်ုပ်
ကို စောင့် မတော်မူပါ။ အတောင် တော်အရိပ် ထဲ မှာ ဖုံး
အုပ်တော်မူပါ။
10 သူ တို့သည် မိမိ
တို့ဆူ၀ ခြင်းကို ကိုးစား၍ ထောင်လွှား စော်ကားစွာ
ပြောဆို ကြပါ၏။
11 အကျွန်ုပ် တို့ သွား သောလမ်းကို ယခု

ဝိုင်း မိကြ ပါပြီ။ အကျွန်ုပ် တို့ကို မြေ ပေါ်မှာ လဲ ခြင်း
ငှါ မျက်စိ နှင့် ရွယ် ကြပါ၏။
12 ဘမ်းမိသောအကောင်ကို စား
ချင်အားကြီး သော ခြသေ့် ကဲ့သို့ ၎င်း၊ ဆိတ်ကွယ် ရာ
အရပ်၌ ချောင်း၍ နေ
သောခြသေ့် ပျိုကဲ့သို့ ၎င်း ဖြစ်ကြပါ၏။
13 အိုထာဝရဘုရား ၊ ထ တော်မူပါ။ သူ
တို့ကို ဆီးတား
၍ လဲ ချတော်မူပါ။ မတရား
သောသူတို့လက်မှ အကျွန်ုပ် အသက် ကို ထား
တော်ဖြင့် ကယ် လွှတ်တော်မူပါ။
14 အိုထာဝရဘုရား ၊ လောကီ သား ဖြစ်သော ထိုလူ တို့
လက်မှ အကျွန်ုပ်အသက် ကို လက် တော်ဖြင့် ကယ်လွှတ်
တော်မူပါ။ ထိုသူ
တို့သည် ယခုဘဝမှာ မိမိတို့အဘို့
ကိုခံရကြပါ၏။ သူ
တို့အလို ကို ဘဏ္ဍာတော်နှင့် ပြည့်စုံ စေ တော်မူ၏။ သူ
တို့သားသမီး တို့သည်လည်း ကြွယ်ဝ ၍ ၊ မြေး မြစ်
စသည်တို့၌ မိမိ တို့ဥစ္စာ ကို ချန် ထားကြပါ၏။
15 အကျွန်ုပ် မူကား ဖြောင့်မတ် ၍ မျက်နှာ တော်ကို
ဖူးမြင် ရပါလိမ့်မည်။ နိုး
သောအခါ ပုံသဏ္ဌာန် တော် အားဖြင့် အကျွန်ုပ်အလို
ပြည့်စုံရပါလိမ့်မည်။

18

ထာဝရဘုရား ၏ကျွန်ဒါဝိဒ် သည် ရှောလု မင်းမှစ၍ရန်သူ
အပေါင်း တို့လက် မှ ကယ်လွှတ် တော်မူခြင်းကျေးဇူးကို
ခံရသောအခါ ၊ ထာဝရဘုရား ရှေ့ တော်၌မြွက်ဆို သော
သီချင်း စကား ဟူမူကား။

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ၏ ခွန်အား ဗလ တည်း
ဟူသောကိုယ်တော် ကို အကျွန်ုပ်ချစ် ပါ၏။
2 ထာဝရဘုရား သည် ငါ ၏ကျောက် ၊ ငါ ၏မြို့ရိုး ၊ ငါ့
ကိုကယ် လွှတ်သောသခင်၊ ငါ ၏ဘုရား ၊ ငါကိုးစား သော
အစွမ်း သတ္တိ၊ ငါ ၏ အကွယ် အကာ၊ ငါ့ ကိုကယ်တင်
သော ဦးချို ၊ ငါ ၏ရဲတိုက် ဖြစ်တော်မူ၏။
3 ချီးမွမ်း အပ်သော ထာဝရဘုရား
ကို ငါတောင်း
လျှောက်၍
ရန်သူ တို့ လက်မှ ကယ်တင် ခြင်းသို့ ရောက်၏။
4 သေ ခြင်းကြိုး တို့သည် ငါ့ ကိုဝိုင်း မိ၍ ၊ ဖျက်ဆီး
တတ်သော ရေစီး
ခြင်းကြောင့် ငါ ကြောက်လန့် ရ၏။
5 မရဏာ နိုင်ငံ၏ ကြိုး တို့သည်ဝိုင်း ၍၊ သေမင်း ၏
ကျော့ကွင်း သည် ငါ့ ကိုကျော့မိ လျက် ရှိ၏။
6 ထိုသို့ငါ သည် ဆင်းရဲ ငြိုငြင်သောအခါ
ထာဝရဘုရား
ကို ခေါ် ၍ ၊ ငါ ၏ဘုရား သခင်ကို

အော်ဟစ် လေ၏။ ခေါ်သောအသံ ကို ဗိမာန် တော်ထဲ
မှာကြား တော်မူ၍ ၊ အော်ဟစ်သောအသံသည် နား
တော်ထဲ သို့ ဝင် လေ၏။
7 ထိုအခါ
အမျက် တော်ထွက်သောအားဖြင့် မြေကြီး တုန်လှုပ် ၍
၊ တောင် အမြစ် တို့သည် တရွေ့ရွေ့လှုပ်ရှား ကြ၏။
8 နှာခေါင်း တော်ထဲ က မီးခိုး
ထွက် ၍ ၊ နှုတ် တော် ထဲ
က မီး
လောင်သောအားဖြင့်၊ မီးခဲ
တောက် လေ၏။
9 မိုယ်းကောင်းကင် ကိုညွှတ် သဖြင့်
ဆင်းသက် တော်မူ၍ ၊ ခြေဘဝါး တော်အောက် ၌
မှောင်မိုက် ဖြစ်လေ ၏။
10 ခေရုဗိမ် ကိုစီး လျက်
ပျံ တော်မူ၏။ လေ
၏ အတောင် တို့အပေါ်မှာလျင် စွာ ပျံတော်မူ၏။
11 မှောင်မိုက် ထဲမှာ ပုန်း ကွယ်တော်မူ၍၊ တခဲနက်
သော ရေ နှင့် ထူထပ်သော မိုယ်း တိမ် တို့သည်
ကိုယ်တော် ကို ကာရံ လျက်ရှိကြ၏။
12 ရှေ့ တော်၌ ရောင်ခြည် ကြောင့် တိမ် ထပ်တို့သည်
မိုယ်းသီး နှင့်
မီးခဲ ပါလျက် လွင့် ကြ၏။

13 ထာဝရဘုရား သည်လည်း၊ ကောင်းကင် ပေါ်မှာ မိုး
ယ်းချုန်း ၍ ၊ အမြင့်ဆုံး သော ဘုရား
သည် အသံ
တော်ကို လွှင့် တော်မူ၏။
14 လေးမြှား တော်တို့ကိုပစ် ၍
လျှပ်စစ် ပြက်စေ သဖြင့် ၊ ရန်သူ တို့ကို အရပ်ရပ်သို့ခွဲ
၍
ရှုံး စေတော်မူ၏။
15 ထိုအခါ
အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည် အပြစ်တင် ၍
နှာခေါင်း တော်ထဲက အသက် ရှူ တော်မူသောအားဖြင့်
၊ သမုဒ္ဒရာ အောက် ပြင်နှင့်
လောက တိုက် မြစ် တို့သည်ပွင့် လစ် ထင် ပေါ်လျက်ရှိ
ကြ၏။
16 ထာဝရဘုရားသည် အထက် အရပ်က
လက် တော်ကို ဆန့် ၍၊ တခဲ
နက်သောရေ ထဲ က ငါ့ ကို ဆယ် ယူ တော်မူ၏။
17 ငါ့ ကိုမုန်း သောသူတည်းဟူသောငါပြိုင်၍မနိုင် နိုင်
အောင် ခွန်အား ကြီးသော ရန်သူ တို့လက်မှ
ငါ့ ကို ကယ် လွှတ်တော်မူ၏။
18 ဘေးဥပဒ် ရောက်သောကာလ ၌
သူတို့သည် ဆီးတား
သော်လည်း ၊ ထာဝရဘုရား သည်ငါ မှီခို ရာ ဖြစ်၍၊

19 ငါ့ ကိုကျယ်ဝန်း ရာအရပ်သို့
ပို့ဆောင် တော်မူ၏။ ငါ့ ကို နှစ်သက် သောကြောင့်
ကယ် လွှတ်တော်မူ၏။
20 ငါ ဖြောင့်မတ် ခြင်း ရှိ သည် အလျောက် ၊
ထာဝရဘုရား
သည် အကျိုး ကိုပေး ၍၊ ငါ့ လက် စင်ကြယ် ခြင်း၏
အကျိုး ကို စီရင်တော်မူ၏။
21 အကြောင်း မူကား၊ ငါသည်ထာဝရဘုရား ၏ လမ်း
တော်သို့ အစဉ်လိုက်၏။ ငါ ၏ဘုရား သခင့်ထံ မှ ပြစ်မှား
၍ မ သွား။
22 စီရင် တော်မူချက်ရှိသမျှ ကို
ငါ သည် မျက်မှောက် ပြု၏။ အထုံး
အဖွဲ့တော်တို့ကို မ
ပယ်၊
23 ရှေ့ တော်မှာ ဖြောင့်မတ် ၍ ၊ ကိုယ် ဒုစရိုက် ကို
ကြဉ်ရှောင် ၏။
24 ထို ကြောင့် ရှေ့ တော် မှာ ထင်ရှား သော ငါ
၏ ဖြောင့်မတ် ခြင်း၊ လက် စင်ကြယ် ခြင်းရှိသည်နှင့်
အလျောက် ထာဝရဘုရား သည် ငါ ၌
အကျိုး ကိုပေး တော်မူပြီ။
25 သနား တတ်သောသူအား
ကိုယ်တော်သည် သနား
ခြင်းသဘောကိုဎင်း၊ ဖြောင့်မတ် သောသူ အား
ဖြောင့်မတ် ခြင်း သဘောကိုဎင်း၊

26 သန့်ရှင်း သောသူအား
သန့်ရှင်း ခြင်းသဘောကိုဝင်း ၊ ဆန့်ကျင် သောသူအား
ဆန့်ကျင် သောသဘော ကိုဝင်းပြတော်မူ၏။
27 နှိမ့်ချ လျက်ရှိသော သူ တို့ကို ကိုယ်တော် သည်
ကယ်တင် ၍ ၊ ထောင်လွှား သော မျက်နှာ ကိုမူကား
ရှုတ်ချ တော်မူ၏။
28 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ၏
မီးခွက် ကို ထွန်း ၍၊ အကျွန်ုပ် ၏ဘုရား သခင်သည်
အကျွန်ုပ် ၏မှောင်မိုက် ကို လင်း စေတော်မူ၏။
29 အကျွန်ုပ်သည် ကိုယ်တော် ကို အမှီပြု ၍ ၊ တပ်ကို
ဖျက် ပါပြီ။ အကျွန်ုပ် ၏ဘုရား သခင်ကို အမှီပြု လျက်
မြို့ရိုး ကို ကျော် ၍ ဝင်ပါပြီ။
30 ဘုရား သခင်စီရင်တော်မူသောအမှု သည် စုံလင် ၏။
ထာဝရဘုရား
၏သစ္စာ တော်သည် အစစ် ခံ၍ တည်၏။ ခိုလှုံ သော
သူအပေါင်း တို့၏ အကွယ် အကာဖြစ်တော်မူ၏။
31 ထာဝရဘုရား မှ တပါး အဘယ် ဘုရား သခင်ရှိ
သနည်း။ ငါ တို့ ဘုရား
သခင်မှတပါး အဘယ် မည်သော ကျောက် ရှိသနည်း။
32 ထိုဘုရား သခင်သည် ငါ့ ကိုခွန်အား ခါးပန်းနှင့်
စည်း ၍ ငါ သွားရာ လမ်း ကို ဖြောင့် စေ တော်မူ၏။
33 ငါ့ ခြေ ကို သမင်ခြေ ကဲ့သို့ လျင်မြန် စေ၍ ၊ ငါ ၏
မြင့် ရာအရပ်ပေါ်မှာ ငါ့ ကိုတင် ထားတော်မူ၏။

34 ငါ့ လက် ကို စစ်မှု ၌ လေ့ကျက်စေခြင်းငှါ သွန်သင်
တော်မူ၍ ၊ ကြေးဝါ လေး ကို ငါ့ လက်ရုံး နှင့် ငါတင်
နိုင်၏။
35 ကိုယ်တော် သည် ကယ်တင် တော်မူခြင်း ဒိုင်း
လွှားကို အပ် ၍ ၊ လက်ျာ လက်တော်အားဖြင့် မစ
တော်မူ ၏။ သည်းခံ တော်မူခြင်းအားဖြင့် အကျွန်ုပ် သည်
ချီးမြှောက် ခြင်းသို့ ရောက်ပါ။
36 အကျွန်ုပ် သွားသောလမ်း ကို ရှင်းလင်း ၍ ခြေ
မ ချော် စေခြင်းငှါ ပြုတော်မူသောအားဖြင့်၊
37 အကျွန်ုပ် သည် ရန်သူ တို့ကို လိုက် ၍ မှီ သဖြင့် ၊
သူ တို့ကို မ
ပယ်ရှင်း မှီတိုင်အောင်မ ပြန် ပါ။
38 သူ တို့သည် အကျွန်ုပ် ခြေ အောက် မှာ လဲ
လျက် ရှိ၍ မ
ထ နိုင်အောင် အကျွန်ုပ်သည် နှိပ် နင်းပါ၏။
39 အကြောင်းမူကား၊ စစ်တိုက် စေခြင်းငှါ ကိုယ်တော်
သည် အကျွန်ုပ် ကို ခွန်အား ခါးပန်းနှင့်စည်း ၍၊
အကျွန်ုပ် တဘက်၌ ထ
သောသူတို့ကို အကျွန်ုပ် အောက် မှာ လဲ့ တော်မူ၏။
40 အကျွန်ုပ် ကို မုန်း သောရန်သူတို့၏ လည်ပင်း ကို
အကျွန်ုပ် ၌
အပ်၍၊ ဖျက်ဆီး ရသောအခွင့်ကိုပေး တော်မူ ၏။

41 သူတို့သည် အော်ဟစ် ကြသောအခါ ၊ ကယ်တင်
သောသူ မရှိ။ ထာဝရဘုရား
ကို အော်ဟစ်သော်လည်း ထူး တော်မ မူ။
42 ထိုအခါအကျွန်ုပ်သည် သူ
တို့ကို လေတိုက် သော မြေမှုန့် ကိုကဲ့သို့ ၊ ညက်ညက်
ချေပြီးမှ ၊ လမ်း ၌အမှိုက် ကို ကဲ့သို့
သွန်ပစ် လေ၏။
43 လူစု တို့သည် ဆိုင်ပြိုင် တိုက်လှန်ခြင်းမှ
အကျွန်ုပ်
ကို ကယ်လွတ် ၍၊ တပါးအမျိုးသား တို့၏ အကဲအမှူး
အရာ
၌ ခန့်ထား တော်မူသောအားဖြင့်၊ အကျွန်ုပ်မ သိ ဘူး
သော လူစု
သည်အကျွန်ုပ်ထံ၌ ကျွန်ခံ ပါ၏။
44 အကျွန်ုပ် စကား သံကို
ကြား သည်ခဏခြင်းတွင် နားထောင် ပါ၏။ တပါး
အမျိုးသား တို့သည် အကျွန်ုပ် ကို
တောင်းပန် ကြပါ၏။
45 ညှိုးနွမ်း သည်ဖြစ်၍ ခိုလှုံ ရာအရပ်ထဲ က တုန်လှုပ်
လျက် ထွက်ကြပါ၏။
46 ထာဝရဘုရား သည် အသက် ရှင်တော်မူသည် ဖြစ်၍
၊ ငါ ၏ကျောက် ၌
မင်္ဂလာ ရှိပါစေသတည်း။ ငါ့ ကို ကယ်တင် တော်မူ

သောဘုရား သခင်၌ ချီးမြှောက် ခြင်း ရှိပါစေသတည်း။
47 ငါ့ ဘက်၌
တရားသဖြင့်စီရင်၍၊ လူစုတို့ကို ငါ့ အောက် မှာ နှိမ့်ချ
သောသူ ကား
ဘုရား သခင်ပေတည်း။
48 ရန်သူ တို့လက်မှ
ငါ့ ကို ကယ် လွှတ်တော်မူ၏။ အကျွန်ုပ် တဘက်၌ ထ
သောသူတို့အပေါ် သို့ ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ် ကို
မြှောက် တင်၍၊ လုယူ
ဖျက်ဆီးတတ် သောသူ
၏လက်မှ
ကယ် လွှတ်တော်မူ၏။
49 ထိုကြောင့် အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ်သည် တပါး
အမျိုးသား တို့တွင်
ကျေးဇူး တော်ကို ချီးမွမ်း၍ ၊ နာမတော် ကို ထောမနာ
သီချင်း ဆိုပါမည်။
50 ဘုရားသခင်သည် မိမိခန့်ထားသော မင်းကြီး ကို
အထူး
သဖြင့်ကယ် လွှတ်တော်မူ၏။ ဘိသိက် တော်ကို ခံရ
သောဒါဝိဒ် မှစ၍ အမျိုး အနွယ်အား
ကာလအစဉ်
အဆက် ကရုဏာ
ကျေးဇူးကို

ပြု တော်မူ၏။။

19

1 မိုဃ်းကောင်းကင် သည် ဘုရား
သခင်၏ ဘုန်း
အသရေတော်ကို ကြား ပြော၍ ၊ မိုဃ်း မျက်နှာကြက်
သည် လက် တော်နှင့်လုပ်သောအရာများကိုပြ သ၏။။
2 တနေ့ ကို တနေ့ မြွက်ဆို ၍ ၊ တညဉ့် ကို
တညဉ့်
သွန်သင် ၏။။
3 နှုတ် မြွက်ခြင်း၊ စကား
ပြောခြင်းမ ရှိ၊ သူ
တို့ နှုတ်ထွက် သံကို မ
ကြား ရသော်လည်း၊
4 သူ တို့၏အသံ သည် မြေ တပြင်လုံး ၌
နှံ့ပြား ၍ ၊ သူ တို့၏စကား သည် မြေကြီး စွန်း
တိုင်အောင် ရောက် လေ၏။။
5 မိုဃ်းကောင်းကင်တွင် နေ
ဗိမာန် ကို ထား
တော်မူသဖြင့် ၊ နေ သည် အိပ်ခန်း ထဲ ကထွက် လာ
သောမင်္ဂလာဆောင်
လုလင်ကဲ့သို့ ဖြစ်၍ ၊ ခွန်အား ကြီးသောသူကဲ့သို့ မိမိ
သွား ရာလမ်းသို့
လိုက်ပြေး မည်ဟု ဝမ်းမြောက် လျက်၊

6 မိုဃ်းကောင်းကင် တစွန်း မှ ထွက် လာ၍ ၊ တစွန်း
တိုင်အောင် လှည့် ပတ်သောအားဖြင့်၊ သူ
၏အပူ အရှိန်မှ
ကွယ် လွတ်သောအရာ တစုံတခုမျှမ ရှိ။
7 ထာဝရဘုရား ၏ တရား
တော်သည် စုံလင် သည် ဖြစ်၍စိတ် ဝိညာဉ်ကို ပြုပြင်
တတ်၏။ ထာဝရဘုရား
၏ သက်သေခံ တော်မူချက်သည် ဟုတ်မှန် သည်
ဖြစ်၍မ လိမ္မာသောသူတို့ ကို လိမ္မာ စေတတ်၏။
8 ထာဝရဘုရား ၏ နည်း ဥပဒေသတို့သည် ဖြောင့်မတ်
သည် ဖြစ်၍စိတ် နှလုံး ကို ရွှင်လန်း စေ တတ်၏။
ထာဝရဘုရား
၏ ပညတ် တော်သည် စင်ကြယ် သည်ဖြစ်၍၊ မျက်စိ
ကို ရှင်းလင်း စေတတ်၏။
9 ထာဝရဘုရား ကို ကြောက်ရွံ့ ခြင်းသဘော သည်
သန့်ရှင်း သည် ဖြစ်၍၊ ကာလ
အစဉ်အမြဲတည် ၏။ ထာဝရဘုရား
၏စီရင် တော်မူချက်တို့သည် သစ္စာ
တရားနှင့်ညီ၍၊ တညီ
တညွတ်တည်းဖြောင့်မတ် ကြ၏။
10 ရွှေ ထက် မက၊ များစွာ သောရွှေစင် ထက်
နှစ်သက် ဘွယ်ဖြစ်၍ ၊ ပျားရည် ထက် မက၊ ပျား လပို့
ထက် ချို ကြ၏။

11 တရား တော်အားဖြင့် ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် သည်
သတိရ၍၊ တရား
စောင့် ခြင်းအကျိုး သည် ကြီး လှပါ၏။
12 မိမိမှားယွင်း ခြင်းကို အဘယ်သူ သည် နားလည် နိုင်
သနည်း။ မ
ထင်ရှားသော ဒုစရိုက်အပြစ်နှင့်
အကျွန်ုပ်
ကို ကင်းစင် စေ၍၊
13 ရဲရင့် သော ဒုစရိုက်ကို လည်း
ကိုယ်တော် ၏ ကျွန်
သည် မ
ပြု ရမည်အကြောင်း ဆီးတား တော် မူ ပါ။ ဒုစရိုက်
အပြစ်သည် အကျွန်ုပ် ကို အစိုး
မ ရပါစေနှင့်။ ထိုသို့
သော အားဖြင့်အကျွန်ုပ်သည်ဖြောင့်မတ် ခြင်းရှိ၍ ၊
ကြီးစွာ သောပြစ် မှားခြင်းနှင့်
ကင်းလွတ် ပါလိမ့်မည်။
14 အကျွန်ုပ် ပြော သောစကား နှင့် စိတ် နှလုံး၏ အကြံ
အစည်သည် ရှေ့ တော်၌ နှစ်သက် ဖွယ် ဖြစ် ပါစေသော။
အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ၏ ကျောက် ၊ အကျွန်ုပ် ကို
ရွေးနှုတ် တော်မူသောဘုရား။

20

1 ဘေး အန္တရာယ်ရောက်သောကာလ ၌ ၊ ထာဝရဘုရား
သည် ကိုယ်တော် စကားကို နားထောင် ၍၊ ယာကုပ်
၏ဘုရား သခင်နာမ တော်သည် ချီးမြှောက် တော်မူပါ
စေသော။
2 သန့်ရှင်း ရာဌာနတော်ထဲ က ကူညီ
၍၊ ဇိအုန်
တောင်ပေါ်က
ထောက် ပင့်တော်မူပါစေသော။
3 ကိုယ်တော် ၏ ပူဇော် သက္ကာ အလုံးစုံ တို့ကို
အောက်မေ့ ၍ ၊ မီးရှို့ သောယဇ်ကို လက်ခံ တော်မူပါ
စေသော။
4 ကိုယ်တော် ၏ စိတ် အလိုရှိသည်အတိုင်း
ပေး
သနား၍ ၊ အကြံ အစည်တော်ရှိသမျှ တို့ကို ပြည့်စုံ စေ
ခြင်းငှါ ပြုတော်မူပါစေသော။
5 ကိုယ်တော် ၏ကယ်တင် ခြင်းကြောင့်
အကျွန်ုပ်တို့သည် ဝမ်းမြောက် ၍၊ အကျွန်ုပ်တို့ ဘုရား
သခင်၏ အခွင့် နှင့်
အလံ ကို ထူကြလိမ့်မည်။ ထာဝရဘုရား
သည် ကိုယ်တော် ဆုတောင်း သမျှအတိုင်း ကျေးဇူး ပြု
တော်မူပါစေသော။
6 ထာဝရဘုရား ပေးတော်မူ၍ ဘိသိက် ခံသောသူအား၊
ကယ်တင် တော်မူကြောင်း ကိုဝင်း၊ လက်ျာ လက်တော်
ကယ်တင် ခြင်းအစွမ်း နှင့်

ထိုသူ ၏စကားကိုသန့်ရှင်း သော ကောင်းကင် ပေါ်မှာ
နားထောင် တော်မူကြောင်းကိုဝင်း ယခု
ငါသိ ၏။
7 အချို့သောသူတို့သည် ရထား
ကို ၎င်း ၊ အချို့တို့သည် မြင်း ကို ၎င်း၊ ချီးမွမ်းတတ်
ကြ၏။ ငါ တို့မူကား ၊ ငါ တို့ဘုရား သခင်တည်းဟူသော
ထာဝရဘုရား ၏နာမတော် ကို ချီးမွမ်း ကြလိမ့်မည်။
8 သူ တို့သည်နှိမ့်ချ ၍
လဲ လျက်ရှိကြ၏။ ငါ တို့မူကား ၊ ထ ၍
မတ်တတ် နေကြ၏။ အိုထာဝရ ဘုရား ၊ မင်းကြီး ကို
ကယ်တင် တော်မူပါ။
9 အကျွန်ုပ် တို့ခေါ်သောအခါ
နားထောင် တော်မူပါ။

21

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ မင်းကြီး သည် ကိုယ်တော်
၏အစွမ်း သတ္တိကြောင့်
ဝမ်းမြောက် ၍ ၊ ကယ်တင် တော်မူခြင်း အားဖြင့်
အလွန် ရွှင်လန်း ပါ၏။
2 သူ ၏နှုတ် နှင့်
ဆုတောင်း သည်ကို ငြင်းပယ် တော်မ မူ။ သူ
၏စိတ် အလို ရှိသည်အတိုင်း ပေး သနားတော်မူပြီ။
3 ကောင်းမြတ် သော မင်္ဂလာ တို့ကို အဦး
ပြု၍

ပေး တော်မူပြီ။ ရွှေစင် သရဖူ ကို သူ
၏ခေါင်း ပေါ်မှာ တင် တော်မူပြီ။
4 သူ သည် အသက် ကို ဆုတောင်း၍၊ ကိုယ်တော်သည် အသက်မက၊ ထာဝရ
အသက် ကို ပေး သနားတော်မူပြီ။
5 ကယ်တင် တော်မူခြင်းအားဖြင့် သူ သည် ဘုန်း ကြီး
၍၊ လက်တော်မှ ဂုဏ် အသရေနှင့်
တန်ခိုး အာနုဘော်ကိုခံရ ပါ၏။
6 ကိုယ်တော် သည် သူ့
ကိုထာဝရ မင်္ဂလာ အရာ၌
ခန့်ထား၍ ၊ မျက်နှာ တော်အားဖြင့် အလွန် ဝမ်းမြောက်
စေ တော်မူ၏။
7 အကြောင်း မူကား၊ မင်းကြီး သည် ထာဝရဘုရား
ကို ကိုးစား၍ ၊ အမြင့်ဆုံး သောဘုရား၏ကရုဏာ
တော်ကြောင့်
တည်ကြည် တတ်ပါ၏။
8 ကိုယ်တော် ၏လက် သည် ရန်သူ အပေါင်း တို့ကို
တွေ့၍ ၊ ကိုယ်တော် ကိုမုန်း သောသူတို့ကို လက်ျာ လက်
တော်သည် တွေ့ တော်မူမည်။
9 အမျက် တော်ထွက်သောကာလ ၌
သူ တို့ကို မီးဖို
ကဲ့သို့ ဖြစ် စေတော်မူမည်။ ထာဝရဘုရား
သည် အမျက် တော် အားဖြင့် သူ တို့ကို မျိုတော်မူ၍

၊ မီး သည်လည်း လောင် စားပါလိမ့်မည်။
10 သူ တို့အမျိုး အနွယ်ကို မြေကြီး မှ
ပယ်ရှင်း ၍ ၊ သား စဉ်မြေးဆက်တို့ကို လူမျိုး ထဲက
ဖျက်ဆီးတော်မူမည်။
11 အကြောင်း မူကား၊ ကိုယ်တော် တဘက် ၌ မကောင်း
သော အကြံကိုကြံစည် ၍၊ မကောင်းသောပရိယာယ် ကို
ပြု ကြပါပြီ။ သို့ရာတွင်အကြံမ ထ မြောက်ကြပါ။
12 ထိုကြောင့်
သူ တို့မျက်နှာ တဘက် ၌ လေး
မြှားတို့ ကိုရွယ် ၍၊ သူ
တို့ကျော ကို လှည့် စေတော်မူမည်။
13 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည် အစွမ်း တန်ခိုး
တော်အားဖြင့်
ချီးမြှောက် ခြင်း ရှိ တော် မူ စေသတည်း။ အကျွန်ုပ်
တို့သည် တန်ခိုး တော်ကို ထောမနာ
သီချင်းဆို ကြပါမည်။

22

1 အကျွန်ုပ် ဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ဘုရား ၊ အဘယ်ကြောင့်
အကျွန်ုပ် ကို စွန့်ပစ် တော်မူသနည်း။ အကျွန်ုပ် ကို မ
ကယ်တင် ဘဲ အကျွန်ုပ် အော်ဟစ် သော စကား
ကို နား မထောင်ဘဲ အဘယ်ကြောင့်အဝေး မှာနေတော်
မူသနည်း။

2 အကျွန်ုပ် ဘုရား ၊ နေ့ အခါ အကျွန်ုပ် အော်ဟစ်
သော်လည်း ၊ ကိုယ်တော်သည် နား
မ ထောင် ပါ။ ညဉ့် အခါ အော်ဟစ် သော်လည်း
သက်သာ ခြင်းသို့ မ ရောက်ပါ။
3 ကိုယ်တော် မူကား ၊ ဣသရေလ အမျိုးသား တို့
ချီးမွမ်း ရာ၌ ကျိန်းဝပ် လျက် သန့်ရှင်း ခြင်းရှိတော်မူ၏။
4 အကျွန်ုပ် တို့ဘိုးဘေး တို့သည် ကိုယ်တော် ကို
ကိုးစား ကြပါ၏။ ကိုးစား
ကြသည်တွင် ၊ ကိုယ်တော်သည် ကယ်တင် တော်မူ၏။
5 သူတို့သည် ကိုယ်တော် ကို
အော်ဟစ် ၍
ကယ်တင်
ခြင်းသို့ ရောက်ပါ၏။ ကိုယ်တော် ကို
ကိုးစား ၍
ရှက်ကြောက် ခြင်းနှင့် ကင်းလွတ် ကြပါ၏။
6 အကျွန်ုပ် မူကား ၊ လူ မ ဟုတ်၊ ပိုး
ကောင်မျှသာ ဖြစ်ပါ၏။ လူ
များ ကဲ့ရဲ့
စရာ၊ လူစို
အရှက် ခွဲစရာဘို့ ဖြစ်ပါ၏။
7 အကျွန်ုပ် ကိုမြင် သမျှ သောသူတို့သည် ပြက်ယယ်
ပြုခြင်း၊ နှုတ်ခမ်း ဖြဲ ခြင်း၊ ခေါင်း ညိတ် ခြင်းကို ပြုကြ
ပါ၏။
8 သူသည် ထာဝရဘုရား

ကို
ကိုးစား ပြီ၊ သူ့
ကို နှုတ် တော်မူပါလေစေ။ သူ
၌ အလို ရှိလျှင် ယခု
ပင် ကယ်တင် တော်မူပါလေစေဟု ဆိုကြပါ၏။
9 သို့သော်လည်း ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ကို အမိ
ဝမ်း ထဲ က ဆွဲယူ ၍၊ နို့စို့သည်ကာလ၌ စိုးရိမ်ခြင်း
အကြောင်းကို ပယ်ရှင်းတော်မူ၏။
10 အကျွန်ုပ်သည် ဘွား ကတည်း ကပင် လက် တော်
သို့
ရောက် ပါ၏။ အမိ
ဝမ်း ထဲ မှစ၍ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ဘုရား သခင်
ဖြစ်တော်မူပါပြီ။
11 အကျွန်ုပ် နှင့် ဝေး ဝေးနေတော်မ မူပါနှင့်။ ဘေး
အန္တရာယ် ရောက်လုနီး ပါပြီ။ မစ
သောသူမ ရှိပါ။
12 နွားလား ဥသဘ တို့သည် အကျွန်ုပ် ကို ဝိုင်း ၍၊
အားကြီး သော ဗာရှန် ဥသဘတို့သည် ဝန်းရံ လျက် နေ
ကြ ပါ၏။
13 ကိုက် ဖြတ်၍
ဟောက် တတ်သော ခြသေ့် ကဲ့သို့အကျွန်ုပ် ကို ပစပ်
ဟ ကြပါ၏။
14 အကျွန်ုပ်သည် ရေ

ကဲ့သို့ သွန် ခြင်းကို ခံရ၍ ၊ အရိုး အဆစ်ရှိသမျှ
တို့သည် ပြုတ် ကြပါ၏။ အကျွန်ုပ် နှလုံး
သည် ဘယောင်း ကဲ့သို့ ဖြစ်၍ ၊ ရင် ထဲမှာ
အရည် ကျိုုလျက် ရှိပါ၏။
15 အကျွန်ုပ် ခွန်အား သည် အိုး
ခြမ်းကဲ့သို့ ခန်းခြောက်
၍ ၊ လျှာ လည်း ပါး ရိုးခ္ဍ ကပ် လျက်ရှိပါ၏။ အကျွန်ုပ်
ကို သေ
မြေ တိုင်အောင်ချ တော်မူပါပြီ။
16 ခွေး တို့သည် အကျွန်ုပ် ကိုဝိုင်း လျက်၊ စုဝေး
သော လူဆိုး
တို့သည် ဝန်းရံ လျက်နေ၍ ၊ အကျွန်ုပ် ၏ လက်
ခြေ တို့ကို ထိုးဖောက် ကြပါပြီ။
17 ကိုယ် အရိုး ရှိသမျှ တို့ကို အကျွန်ုပ်ရေတွက် နိုင်
ပါ၏။ သူ
တို့သည် အကျွန်ုပ် ကိုကြည့် မြင်၍ အား ရလျက် နေ
ကြပါ၏။
18 အကျွန်ုပ် အဝတ် ကို အချင်းချင်း ဝေဖန် ၍ ၊
အကျွန်ုပ် အင်္ကျီ ကို စာရေးတံ
ချ ကြပါ၏။
19 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ်နှင့်ဝေး ဝေးနေတော် မ
မူပါနှင့်။ အကျွန်ုပ် ခွန်အား ဗလ၊ အကျွန်ုပ် ကို မစ
ခြင်းဌါအလျင်အမြန်ကြွလာ တော်မူပါ။

20 အကျွန်ုပ် အသက် ကို ထား
ဘေးမှ ၎င်း၊ အကျွန်ုပ်
အချစ် ဆုံးကို ခွေး လက် မှ ၎င်း ကယ် လွတ်တော်မူ
ပါ။
21 ခြသေ့် ခံတွင်း မှ
အကျွန်ုပ် ကိုကယ် တင်၍ ၊ ကြီ
ဦးချို ထဲ မှာ အကျွန်ုပ် ခေါ်သောအသံကို နားထောင်
တော်မူ ပါ။
22 အကျွန်ုပ် သည် သိတင်း တော်ကို ညီအစ် ကိုတို့ အား
ကြား ပြောပါမည်။ ပရိသတ် အလယ် မှာ ကိုယ်တော်
ကို ချီးမွမ်း ပါမည်။
23 ထာဝရဘုရား ကို ကြောက်ရွံ့ သော အချင်းတို့၊
ချီးမွမ်း ခြင်းကို ပြုကြလော့။ ယာကုပ် အမျိုး အပေါင်း
တို့၊ ဂုဏ် ကျေးဇူးတော်ကို ဘော်ပြကြပါလော့။ ဣသရေ
လ
အမျိုး အပေါင်း တို့၊ ကိုယ်တော် ကို ကြောက်ရွံ့ ကြ
လော့။
24 အကြောင်း မူကား၊ နှိမ့်ချ လျက် ရှိ သော သူ၏
နှိမ့်ချ သောအဖြစ်ကို မထီမဲ့မြင် ပြုတော်မူသည်မဟုတ်။
မျက်နှာ တော်ကိုမ လွှဲ ၊ အော်ဟစ် သောအခါ
နားထောင် တော်မူပြီ။
25 အကျွန်ုပ်သည် မဟာ
ပရိသတ် အလယ် မှာ ကိုယ်တော် ကို ချီးမွမ်း ၍ ၊
ကိုယ်တော် ကို ကြောက်ရွံ့ သောသူတို့ ရှေ့ မှာ၊ သစ္စာ

ဂတိထားသည်အတိုင်း သစ္စာ ဝတ်ကို ဖြေပါမည်။
26 နှိမ့်ချ လျက်ရှိသောသူတို့ သည် ဝ
စွာစား ရကြ လိမ့်မည်။ ထာဝရဘုရား
ကိုရှာ သောသူတို့သည် ချီးမွမ်း ကြလိမ့်မည်။ သင် တို့
စိတ် နှလုံးသည် အစဉ် အမြဲအား ဖြည့်ရလိမ့်မည်။
27 မြေကြီး စွန်း ရှိသမျှ တို့သည် သတိရ
၍ ၊ ထာဝရဘုရား
ထံ တော်သို့ ပြောင်း လဲကြလိမ့်မည်။ လူ
အမျိုး အနွယ် အပေါင်း တို့သည် ရှေ့ တော်၌ ကိုးကွယ်
ကြလိမ့်မည်။
28 အကြောင်း မူကား၊ ထာဝရဘုရား
သည် စိုးစံ
ပိုင်တော်မူ၏။ လူမျိုး တို့ကို မင်း ပြုတော်မူ၏။
29 မြေကြီး ပေါ်မှာ ကြွယ်ဝ သောသူအပေါင်း တို့ သည်
စား
၍ ကိုးကွယ် ကြလိမ့်မည်။ ကိုယ် အသက် ကိုမ စောင့်
နိုင်။ မြေမှုန့် သို့ဆင်း ရသောသူအပေါင်း တို့သည်
လည်း၊ ရှေ့ တော်၌ ညွတ် ပြတ်ဝပ်တွားကြလိမ့်မည်။
30 သူ တို့အမျိုး အနွယ်သည်လည်း ဝတ် တော်ကို ပြု
သဖြင့်၊ လူအစဉ် အဆက်တို့သည် ထာဝရ
ဘုရား၏ သိတင်းတော်ကို ကြား ရကြလိမ့်မည်။
31 ဤသို့ စီရင် တော်မူပြီးမှသူတို့သည်ပေါ် လာ၍ ၊
တရား သောအမှုတော်ကိုဘွား သောလူမျိုး အား
ဘော်ပြ ရကြလိမ့်မည်။

23

1 ထာဝရဘုရား သည် ငါ ၏ သိုးထိန်းဖြစ်တော်မူ ၏။
ငါသည် ဆင်းရဲ မ ခံရ။
2 စိမ်းလန်း သော ကျက်စား ရာအရပ်၌
ငါ့ ကို အိပ် စေတော်မူ၏။ သာယာ
သောမြစ် နား သို့ လမ်းပြ တော်မူ၏။
3 ငါ့ ဝိညာဉ် ကိုအားဖြည့် ၍၊ နာမတော် အဘို့
အလိုဌာ တရား
လမ်း ထဲ ၌သွေးဆောင် တော်မူ၏။
4 အကယ်၍ သေမင်း ၏အရိပ်လွှမ်းမိုးသော ချိုင့်
ထဲသို့
ရှောက်သွား ရသော်လည်း ဘေး အန္တရာယ်ကို မ
ကြောက် ပါ။ အကြောင်း မူကား၊ ကိုယ်တော် သည်
အကျွန်ုပ် နှင့်အတူ ရှိတော်မူသည်ဖြစ်၍၊ လှံတံ တော်နှင့်
တောင်ဝေး တော်သည် အကျွန်ုပ် ကို ချမ်းသာ စေ
ပါ၏။
5 အကျွန်ုပ် ၏ ရန်သူ တို့ရှေ့ မှာ အကျွန်ုပ် အဘို့ စားပွဲ
ကိုခင်း တော်မူ၏။ အကျွန်ုပ် ခေါင်း ကိုဆီ နှင့်
လိမ်း
တော်မူ၏။ အကျွန်ုပ် ခွက် ဖလားသည် လျှံ လျက်ရှိ
ပါ၏။
6 အကယ် စင်စစ် အကျွန်ုပ် သည် ကျေးဇူး နှင့်
ကရုဏာ ကို တသက်လုံး ခံစား ၍ ၊ ထာဝရဘုရား ၏
အိမ် တော်မှာ

အစဉ် အမြဲနေ ရပါလိမ့်မည်။

24

1 ထာဝရဘုရား သည် မြေကြီး နှင့်
မြေကြီး တန်ဆာ ကိုဌင်း၊ လောက
ဓါတ်နှင့် လောက သားတို့ကိုဌင်း ပိုင်တော်မူ၏။
2 အကြောင်း မူကား၊ ထို
နေရာကို သမုဒ္ဒရာ
ပေါ်
မှာတည် ၍ ၊ ရေ များပေါ်မှာ မြဲမြံ စေတော်မူပြီ။
3 ထာဝရဘုရား ၏ တောင် တော်ပေါ် သို့ အဘယ်သူ
သည် တက် ရမည်နည်း။ သန့်ရှင်း ရာဌာန တော်၌
အဘယ်သူ
သည် ရပ် နေရမည်နည်းဟူမူကား၊
4 သန့်ရှင်း သောလက် နှင့်
ဖြူစင် သောနှလုံး ရှိသောသူ ၊ မုသာ ကိုမ မှီ ဝဲ မ
ဆည်းကပ်၊ မ
မှန်သောကျိန်ဆို ခြင်းကို မပြုသောသူသည်၊
5 ထာဝရ ဘုရား၏ လက်တော်မှ
ကောင်းကြီး မင်္ဂလာကိုဌင်း ၊ ကယ်တင် တော်မူသော
ဘုရား သခင်၏ လက်တော်မှ
ဖြောင့်မတ် ခြင်းတရားကိုဌင်းခံရ လိမ့်မည်။
6 ထို သူသည် ထာဝရ

ဘုရားကို ရှာ သောအမျိုး ၊ မျက်နှာ တော်ကို ရှာ သော
ယာကုပ် အမျိုးဖြစ်သတည်း။
7 အချင်းတံခါးတို့၊ တံခါး မုတ် ကို ကြွ လိုက် ကြ။
အချင်းထာဝရ တံခါး တို့၊ ကိုယ် ကို ကြွ လိုက် ကြ။
ဘုန်းကြီး သောရှင်ဘုရင်
ဝင် တော်မူမည်။
8 ဘုန်းကြီး သောရှင်ဘုရင် ကား
အဘယ် သူနည်း။ အစွမ်း တန်ခိုးနှင့်
ပြည့်စုံ တော်မူသောထာဝရဘုရား ၊ စစ်တိုက် ခြင်းဌါ
တန်ခိုး ကြီးတော်မူသောထာဝရဘုရား ပေတည်း။
9 အချင်းတံခါးတို့၊ တံခါး မုတ် ကို ကြွ လိုက် ကြ။
အချင်းထာဝရ တံခါး တို့၊ ကိုယ် ကို ကြွ လိုက် ကြ။
ဘုန်းကြီး သောရှင်ဘုရင် ဝင် တော်မူမည်။
10 ဘုန်းကြီး သောရှင်ဘုရင် ကား
အ ဘယ် သူ နည်း။ ကောင်းကင် ဗိုလ်ခြေ အရှင်
ထာဝရဘုရား ပေတည်း။ ထိုဘုရား
သည် ဘုန်းကြီး သောရှင် ဘုရင် ဖြစ်တော်မူသတည်း။

25

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ကို
အကျွန်ုပ်
တသ လျက်နေပါ၏။
2 အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား
သခင်၊ ကိုယ်တော် ကို

အကျွန်ုပ်ခိုလှုံ သည်ဖြစ်၍၊ ရှက်ကြောက် ခြင်းသို့ မ
ရောက် ပါ စေ နှင့်။ အကျွန်ုပ် ၏ ရန်သူ တို့သည်
အကျွန်ုပ် ကို အောင် ၍ အောင် ပွဲကိုမ ခံပါစေနှင့်။
3 အကယ် စင်စစ်ကိုယ်တော် ကို မြော်လင့် သောသူတို့
သည် ရှက်ကြောက် ခြင်းသို့ မ
ရောက်ရကြပါ။ အကြောင်း မရှိဘဲ သစ္စာ
ကိုဖျက်သောသူတို့ သည် ရှက်ကြောက် ခြင်းသို့ ရောက်
ရကြပါလိမ့်မည်။
4 အို ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ၏လမ်း တို့ ကို
အကျွန်ုပ် အား ပြည့်ဆန် ၍၊ ခရီး
တော်တို့ကို သွန်သင် တော်မူ ပါ။
5 ကိုယ်တော် ၏ သမ္မာ
တရားကို ပြ ၍ ၊ အကျွန်ုပ် ကို သွန်သင် တော်မူ
ပါ။ အကြောင်း မူကား၊ ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ကို
ကယ်တင် သော ဘုရား
သခင်ဖြစ်တော်မူ၏။ ကိုယ်တော် ကို အစဉ် မြော်လင့်
လျက် နေပါ၏။
6 အို ထာဝရဘုရား ၊ ရှေး ကာလမှ စ၍ ၊ ပြတော်မူ
သောကရုဏာ နှင့်
မေတ္တာ သဘောကို အောက်မေ့ တော်မူ ပါ။
7 အကျွန်ုပ် သည် အသက်အရွယ်ငယ် စဉ်၊ ပြစ်မှား
မိ သော အပြစ် တို့ ကို အောက်မေ့ တော် မ မူ ပါ နှင့်။
ကောင်းမြတ်

တော်မူသည်ဖြစ်၍ ၊ ကရုဏာ တော်ရှိသည်အတိုင်း ၊
အကျွန်ုပ် ကို အောက်မေ့ တော်မူပါထာဝရဘုရား။
8 ထာဝရဘုရား သည် ကောင်း သော သဘော၊
ဖြောင့်မတ် သောသဘောနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသည်ဖြစ်၍၊
အပြစ် ရှိသောသူတို့ကို လမ်း ပြ တော်မူ၏။
9 နှိမ့်ချ လျက်ရှိသောသူတို့ ကို တရား
လမ်း၌
သွေးဆောင် တော်မူ၏။ နှိမ့်ချ လျက်ရှိသောသူတို့အား ခရီး
တော်တို့ကို သွန်သင် တော်မူ၏။
10 ထာဝရဘုရား ၏ လမ်း ခရီး ရှိ သမျှ တို့သည်
ပဋိညာဉ် တရားတော်နှင့်
သက်သေ ခံတော်မူချက်တို့ကို စောင့်ရှောက် သောသူ
တို့ အား ကရုဏာ
နှင့်
သစ္စာ ဖြစ်ကြ သတည်း။
11 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် အပြစ် များ လှ
သောကြောင့်
နာမတော် ကိုထောက် ၍ ချမ်းသာ ပေးတော်မူပါ။
12 အကြင်သူ သည် ထာဝရဘုရား ကို ကြောက်ရွံ့
တတ်၏။ ထိုသူ
အား
နှစ်သက် ဘွယ်သောလမ်း ကို ပြ ညွှန် တော်မူမည်။

13 ထိုသူ သည် ကိုယ်တိုင် ကောင်းမွန် စွာ ကျိန်းဝပ် ၍
၊ သူ ၏အမျိုး အနွယ်သည်လည်း
ပြည် တော်ကို အမွေ ခံရလိမ့်မည်။
14 ထာဝရဘုရား ကို ကြောက်ရွံ့ သော သူ တို့သည်
ကိုယ်တော် မြတ်နှင့်
မိသဟာယဖွဲ့ရသောအခွင့်နှင့် ပဋိညာဉ် တရားတော်ကို
သိ ရသော အခွင့်ရှိကြ၏။
15 အကျွန်ုပ် သည် ထာဝရဘုရား
ကို အစဉ် မြော်လင့်
လျက် နေပါ၏။ အကြောင်း မူကား၊ အကျွန်ုပ် ၏ခြေ
ကို ကျော့ကွင်း ထဲ က နှုတ် ယူတော်မူမည်။
16 အကျွန်ုပ် သည် တ
ယောက်တည်းကျန်ကြွင်း၍
နှိမ့်ချ ခြင်းကို ခံရသောကြောင့် ၊ အကျွန်ုပ် ကို
မျက်နှာ ပြု၍
ကယ် မသနားတော်မူပါ။
17 အကျွန်ုပ်
စိတ် နှလုံးဆင်းရဲ သည်ကို ချမ်းသာ ပေး၍၊ အမှု များ
ထဲက ကယ်နှုတ် တော်မူပါ။
18 အကျွန်ုပ် နှိမ့်ချ ခြင်းနှင့်
ပူပန် ခြင်းကို ကြည့်ရှု ၍ ၊ အကျွန်ုပ် အပြစ် ရှိသမျှ တို့
ကို လွှတ် တော်မူပါ။
19 အကျွန်ုပ် ၏ ရန်သူ တို့သည် များပြား ကြောင်း နှင့်

အကျွန်ုပ် ကို ပြင်းစွာ မုန်း ထားကြောင်းကို ဆင်ခြင်
တော်မူ ပါ။
20 အကျွန်ုပ် အသက် ကိုစောင့်ရှောက် ၍ ၊ အကျွန်ုပ်
ကို ကယ်တင် တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ်သည် ကိုယ်တော် ကို
ခိုလှုံ ပါသည်ဖြစ်၍ ၊ ရှက်ကြောက် ခြင်းသို့ မ ရောက်
ပါစေနှင့်။
21 ကိုယ်တော် ကိုမြော်လင့် လျက် နေပါသည်ဖြစ်၍ ၊
အပြစ် ကင်းခြင်းနှင့်
သဘော ဖြောင့်ခြင်းသည် အကျွန်ုပ် ကို စောင့်ရှောက်
ပါစေသော။
22 အိုဘုရား သခင်၊ ဣသရေလ
အမျိုးကို ခပ်သိမ်း သော ဒုက္ခ
အထဲ က ရွေးနှုတ် တော်မူပါ။

26

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် သည် ဖြောင့်မတ် ခြင်း
လမ်းသို့ လိုက် သောကြောင့် ၊ အကျွန်ုပ် ဘက်၌ တရား
စီရင် တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ်သည် ထာဝရဘုရား
ကို ခိုလှုံ ၍ ၊ ရွေ့လျား ခြင်းနှင့် ကင်းလွတ် ပါလိမ့်မည်။
2 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ကို စစ်ဆေး စုံစမ်း၍ ၊
နှလုံး
ကျောက်ကပ်ကို ဆေးကြော တော်မူပါ။
3 အကျွန်ုပ် သည် မေတ္တာ

ကျေးဇူးတော်ကို မျက်မှောက်
ပြု၍ ၊ သစ္စာတရား တော်နှင့်အညီ ကျင့် ပါ၏။
4 လျှပ်ပေါ်သော လူ
တို့နှင့်အတူ မ ထိုင် ပါ။ လျှို့ဝှက် သော လူစုထဲ
သို့ မ
ဝင် ပါ။
5 မ တရားသောသူတို့၏ စည်းဝေး ခြင်းကို မုန်း ပါ ၏။
ဆိုးသွမ်း သောသူတို့ နှင့်အတူ မ ထိုင် ပါ။
6 ကျေးဇူး တော်ကို ချီးမြှောက် သောအသံ နှင့်
မြွက်ဆို၍၊
7 အံ့သြ ဘွယ်သောအမှုတော်အလုံးစုံ တို့ကို ကြား
ပြောခြင်းငှါ ၊ အကျွန်ုပ် သည် ကိုယ်လက် ကို အပြစ်
ကင်းခြင်းနှင့်ဆေး ၍ ၊ ယဇ် ပလ္လင်တော်ကို ဝန်းရံ
လျက်
နေပါသည်၊ ထာဝရဘုရား ။
8 အို ထာဝရဘုရား ၊ အိမ် တော်သည် အိမ် တော်
တည်ရာကိုဝင်း ၊ ဘုန်း တော်ထင်ရှားသော အရပ် ဌာန ကို
ဝင်း အကျွန်ုပ်နှစ်သက် ပါ၏။
9 ပြစ်မှား သောသူတို့နှင့်အတူ အကျွန်ုပ် ၏ ဝိညာဉ်
ကိုဝင်း ၊ လူအသက် ကိုသတ်သောသူတို့ နှင့်အတူ
အကျွန်ုပ်
အသက် ကိုဝင်းချုပ် ထားတော်မ မူပါနှင့်။
10 သူ တို့လက် သည် မ

ကောင်းသောအကြံအစည်၌ ကျင်လည်၍ ၊ သူ တို့လ
က်ချာ လက်သည်လည်း တံစိုး
နှင့် ပြည့် ဝပါ၏။
11 အကျွန်ုပ် မူကား ၊ ဖြောင့်မတ် ခြင်း လမ်းသို့
လိုက်
ပါ၏။ အကျွန်ုပ် ကို ရွေးနှုတ် ၍
ကယ် မသနားတော်မူပါ။
12 အကျွန်ုပ် သည် ညီညွတ် သောအရပ်၌
နေရာ
ကျ၍၊ ပရိသတ် အလယ် မှာ ထာဝရဘုရား
ကို ကောင်းကြီး ပေးပါမည်။

27

1 ထာဝရဘုရား သည် ငါ ၏အလင်း ၊ ငါ့ ကို ကယ်တင်
သော အရှင်ဖြစ်တော်မူ၏။ ငါသည် အဘယ်
သူကို ကြောက် ရအံ့နည်း။ ထာဝရဘုရား
သည် ငါ ၏ အသက် ခိုလှုံ ရာဖြစ်တော်မူ၏။ ငါသည်
အဘယ် သူကိုမျှ ကြောက်လန့် ရအံ့နည်း။
2 ငါ့ ကိုအငြိုး ထားသော ရန်သူ လူဆိုးတို့သည် ငါ့
အသား ကို ကိုက်စား မည်ဟု
လာ ကြသောအခါ ၊ ခြေ တိုက်မိ ၍
လဲ ကြ၏။
3 ငါ တဘက် ၌ တပ်ချ ကြသော်လည်း ၊ ငါ့ နှလုံး

မ ကြောက် တတ်။ စစ်ချီ ၍လာကြသော်လည်း ၊ ထို
အမှုတွင်
ပင် တည်ကြည် သောစိတ် ရှိလိမ့်မည်။
4 ထာဝရဘုရား ၏ တင့်တယ် ခြင်း အသရေတော် ကို
ဖူးမြင် ၍ ၊ ဗိမာန် တော်၌
မွေ့လျော် ခြင်း အလိုဌ၊ ထာဝရဘုရား
၏ အိမ် တော်မှာ
တသက်လုံး နေ ရမည် အကြောင်းတည်းဟူသောအခွင့်
တခု ကို ထာဝရဘုရား
၌
ငါဆုတောင်း ပြီ။ ထို
အခွင့်ကို ရှာ ရဦးမည်။
5 အကြောင်း မူကား၊ ဘေး
အန္တရာယ်ရောက်သည့် ကာလ ၊ တဲ တော်တွင်
ငါ့ ကို ကွယ်ကာ တော်မူမည်။ ဗိမာန်
တော်အတွင်း အရပ်၌ ၊ ငါ့ ကို ဝှက် ထားတော်မူမည်။
ကျောက် ပေါ်မှာလည်း ငါ့ ကိုတင် ထားတော်မူမည်။
6 ယခု ပင် ငါ့ ပတ်လည် ၌ရှိသောရန်သူ တို့၏ အပေါ်
သို့ ငါ့ ၏ဦးခေါင်း ကို ချီးမြှောက် တော်မူ၏။ ထိုကြောင့်
ဗိမာန် တော်မှာ
တံပိုး မှုတ်ခြင်းနှင့်တကွယဇ်
ပူဇော်ပါမည်။ သီချင်း ဆိုပါမည်။ ထာဝရဘုရား
ကို

ထောမနာသီချင်း ဆိုပါမည်။
7 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် အော်ဟစ်သော အသံ
ကိုနား ထောင်တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ် ကို သနား
၍
ထူး တော်မူပါ။
8 ငါ ၏မျက်နှာ ကို ရှာ ကြလော့ဟူသောအမိန့်
တော်ကို ရှေ့တော်၌
အကျွန်ုပ် သည် သတိ
ပြုလျက်၊ အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ၏ မျက်နှာ
ကို ရှာ ပါမည်။
9 အကျွန်ုပ် ကို မျက်နှာ လွှဲ တော်မ မူပါနှင့်။
အမျက်ထွက်
၍
ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် ကိုပယ် တော်မ မူပါနှင့်။ အကျွန်ုပ်
ကို ကယ်တင် တော်မူသော ဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည်
အကျွန်ုပ် ကို မစ
တော်မူဘူးသည်ဖြစ် ၍ ၊ အကျွန်ုပ် ကို စွန့်ပစ် တော်မ
မူပါနှင့်။
10 ကိုယ် မိဘ တို့သည် အကျွန်ုပ် ကိုစွန့် သော်လည်း ၊
ထာဝရဘုရား သည် အကျွန်ုပ် ကို ချီ ယူတော်မူမည်။
11 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ၏လမ်း ကို အကျွန်ုပ်
အား ပြသ သွန်သင်တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ် ၏ ရန်သူ တို့

ကြောင့် ဖြောင့် သောလမ်း ထဲ ၌အကျွန်ုပ် ကို ပို့ဆောင်
တော်မူပါ။
12 မ မှန်သောသက်သေ ကို ခံသောသူတို့နှင့်
ညှဉ်းဆဲခြင်းငှါ၊ ပြင်းစွာ အသက်ရှူ သောသူတို့ သည်
အကျွန်ုပ်
တဘက် ၌ ထ
ကြသည်ဖြစ်၍ ၊ ရန်သူ တို့အလို သို့ အကျွန်ုပ်
ကို
အပ်နှံ တော်မ မူပါနှင့်။
13 အကယ်စင်စစ်အသက် ရှင်သောသူတို့၏ နေရာ
တွင် ၊ ထာဝရဘုရား ၏ ကျေးဇူး တော်ကို ငါ တွေ့ မြင်
ပြီဟု ယုံမှတ်စွဲလမ်းခြင်းရှိ၏။
14 ထာဝရဘုရား ကို မြော်လင့် လော့။ အား
ယူ၍
ရဲရင့် သော စိတ် နှလုံးရှိလော့။ ထာဝရဘုရား
ကို မြော်လင့် လျက်နေလော့။

28

1 အကျွန်ုပ် ၏ ကျောက် ဖြစ်တော်မူသောထာဝရဘုရား
၊ ကိုယ်တော် ကို
အကျွန်ုပ်အော်ဟစ် ပါ၏။ မ
ထူးဘဲ နေတော်မ မူပါနှင့်။ မ
ထူးဘဲနေတော်မူလျှင် ၊ အကျွန်ုပ် သည် သင်္ချိုင်းတွင်း
ထဲသို့

ဆင်း သောသူ ကဲ့သို့ ဖြစ်ရပါမည်။
2 အကျွန်ုပ် သည် သန့်ရှင်း သောဗျာဒိတ် ဌာနတော်သို့
လက် ကိုချီ ၍၊ ကိုယ်တော် ကို
အော်ဟစ် သောအခါ ၊ အကျွန်ုပ် တောင်း လျှောက်
သော အသံ
ကို နားထောင် တော်မူပါ။
3 အိမ်နီးချင်း ၏ အကျိုးကိုဖျက်ဆီး လို သော စိတ်
နှလုံးရှိသည်နှင့် ၊ လောက ဝတ်စကားကို ပြော တတ်
သောသူတည်းဟူသောဆိုးယုတ် သောအမှု၊ မတရား
သောအမှုကို ပြု တတ်သောသူတို့နှင့်အတူ အကျွန်ုပ်
ကို သွေးဆောင် တော်မ မူပါနှင့်။
4 သူ တို့ကျင့် သောအကျင့် ဓလေ့ဆိုးယုတ် သည် နှင့်
အညီ ၊ အကျိုး အပြစ်ကို
ဆပ်ပေး တော်မူပါ။ သူ
တို့ ပြုမူ သည် အတိုင်း ဆပ်ပေး ၍ ၊ အပြစ် နှင့်
အလျောက် စီရင် တော်မူပါ။
5 သူ တို့သည် ထာဝရဘုရား
၏အမှုတော် ကိုဂဏန်း၊ လက် တော်နှင့်ပြုပြင် တော်မူရာ
ကိုဂဏန်း မ
မှတ် ကြသောကြောင့် ၊ တည်ဆောက် တော်မ မူ၊
ဖြိုဖျက် တော်မူမည်။
6 ထာဝရဘုရား သည် မင်္ဂလာ ရှိတော်မူစေသတည်း။
7 ငါ တောင်း လျှောက်သောအသံ ကို နားထောင် တော်

မူပြီ။ ထာဝရဘုရား
သည် ငါ ၏ခွန်အား ဗလ၊ ငါ ၏ အကွယ် အကာဖြစ်
တော်မူ၏။ ငါ့ နှလုံး သည် ထို
ဘုရားကို ကိုးစား
၍ ၊ ငါ့ကို စောင့်မ တော်မူသောကြောင့် ၊ ငါ့ နှလုံး
သည် ရွှင်လန်း လျက်ရှိ၏။ သီချင်း ဆိုလျက် ဂုဏ်
တော်ကို ငါချီးမွမ်း မည်။
8 ထာဝရဘုရား သည် မိမိ
လူစု၏ ခွန်အား ဗလ ဖြစ်တော်မူ၏။ အထံတော်၌ ဘိ
သိတ် ခံသောသူ ၏ ကယ်တင် ခြင်းအကြောင်းကို ခိုင်ခံ့
မြဲမြံစေတော်မူ၏။
9 ကိုယ်တော် ၏လူစု ကို ကယ်တင် ၍ ၊ အမွေ တော်
ကို ကောင်းကြီး မင်္ဂလာပေးတော်မူပါ။ သူ
တို့ကိုအုပ်ထိန်း ၍ ၊ ထာဝရ ချီးမြှောက် ခြင်းရှိစေတော်
မူပါ။

29

1 အိုဘုရား သခင်သား တို့၊ ထာဝရဘုရား
သည် ဘုန်း တန်ခိုး ကြီးတော်မူသည်ဟု ဝန်ခံ ကြလော့။
2 ထာဝရဘုရား ၏ နာမတော် သည် ဘုန်းကြီး တော်မူ
သည်ဟု ဝန်ခံ လျက် ၊ သန့်ရှင်း သောတန်ဆာ ကို ဆင်၍
၊ ထာဝရဘုရား ကို ကိုးကွယ် ကြလော့။
3 ထာဝရ ဘုရား၏ အသံ
တော်သည် သမုဒ္ဒရာ

ပေါ်မှာ ရှိတော်မူ၏။ ဘုန်းကြီး တော်မူသောဘုရား
သခင် သည် မိုးယံးချုန်း တော်မူ၏။ ထာဝရဘုရား
သည် များစွာ သောရေ ပေါ်မှာ ရှိတော်မူ၏။
4 ထာဝရဘုရား ၏ အသံ
တော်သည် တန်ခိုး နှင့် ပြည့်စုံတော်မူ၏။ ထာဝရဘုရား
၏ အသံ
တော်သည် ဘုန်း အာနုဘော်နှင့် ပြည့်စုံတော်မူ၏။
5 ထာဝရဘုရား ၏ အသံ
တော်သည် အာရဇ ပင် တို့ကို ချိုး တော်မူ၏။
အကယ်စင်စစ် ထာဝရဘုရား သည် လေဗနုန် အာရဇ
တောကို ချိုး တော်မူ၏။
6 တောကို နွား သငယ်ကဲ့သို့ ၎င်း ၊ လေဗနုန် တော နှင့်
စိရုန် တောကို ကြီ သငယ် ကဲ့သို့ ၎င်း ခုန် စေတော်မူ၏။
7 ထာဝရဘုရား ၏ အသံ
တော်သည် မီး
လျှံ ကို ခွဲ တော်မူ၏။
8 ထာဝရဘုရား ၏ အသံ
တော်သည် တော
ကို ချောက် ချားတော်မူ၏။ ထာဝရဘုရား
သည် ကာဒေရှ တော ကို ချောက်ချား တော်မူ၏။
9 ထာဝရဘုရား ၏ အသံ
တော်သည် သမင် ဒရယ် မတို့ကို မွေးဘွား စေတော်
မူ၏။ တော

တန်ဆာတို့ကိုလည်း
ပယ်ရှင်း တော်မူ၏။ ဗိမာန် တော်၌
ခပ်သိမ်း သောသူ တို့ သည် ဘုန်းတော် ကို ဘော် ပြကြ
စေ။
10 ထာဝရဘုရား သည် မိုးယံ သက်မုန်တိုင်းပေါ် မှာ
ထိုင် တော် မူ၏။ အကယ်စင်စစ် ထာဝရဘုရား သည်
အစဉ် အမြဲရှင် ဘုရင်အရာနှင့်
ထိုင် တော်မူ၏။
11 ထာဝရဘုရား သည် မိမိ
လူစု ကို
ခိုင်ခံ့ စေတော်မူမည်။ ထာဝရဘုရား
သည် မိမိ
လူစု အား ငြိမ်သက် ခြင်း ကောင်းကြီး မင်္ဂလာကို ပေး
တော်မူမည်။

30

ဒါ ဝိ ဒ် သည် အိမ် တော် ကို သန့်ရှင်း စေသော အခါ၊
အသံညှိ၍ဆို သောဆာလံ။

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ကို အကျွန်ုပ် ချီးမွမ်း
ပါမည်။ အကျွန်ုပ် ကိုဆယ်နှုတ် တော်မူ၏။ ရန်သူ တို့
သည် အကျွန်ုပ် အကြောင်း ကြောင့်၊ ဝမ်းမြောက် ရသော
အခွင့်ကိုပေး တော်မ မူ။
2 အိုအကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား

သခင်ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ်သည် ကိုယ်တော် ကို
အော်ဟစ် ၍ ၊ ကိုယ်တော်သည် ချမ်းသာ ပေးတော်မူ၏။
3 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ် ၏
ဝိညာဉ် ကို မရဏာ
နိုင်ငံထဲက
နှုတ် ယူတော်မူပြီ။ သင်္ချိုင်း တွင်း ထဲသို့
မဆင်း စေဘဲ၊ အကျွန်ုပ် ကို အသက် ချမ်းသာပေး
တော်မူပြီ။
4 ထာဝရဘုရား ၏ သန့်ရှင်း သူ တို့၊ ထာဝရ
ဘုရား ကို ထောမနာသီချင်း ဆိုကြလော့။ သန့်ရှင်း
သောနာမ
တော်ကို
ချီးမွမ်း ကြလော့။
5 အမျက် တော်သည် ခဏ
ထွက်၏။ ကျေးဇူး တော်မူကား၊ တသက်လုံး တည်၏။
ညဦး
ယံ၌
ငိုကြွေး ခြင်းသည် လာ၍တည်းခို ၏။ နံနက် ယံ၌ ကား
၊ သီချင်း ဆိုရသော အခွင့် ရှိ၏။
6 ငါသည် လှုပ်ရှား ခြင်းနှင့် အစဉ် ကင်းလွတ် လိမ့်မည်
ဟု ကောင်းစား စဉ်အခါ အကျွန်ုပ်အောက်မေ့ ပါ၏။
7 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကျေးဇူး တော် အားဖြင့် သာ
အကျွန်ုပ် ၏တောင် သည် ခိုင်ခံ မြဲမြံပါ၏။ မျက်နှာ လွှဲ

တော်မူ သောအခါ ဆင်းရဲ ခြင်းသို့ ရောက် ပါ၏။
8 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် သည် အသက် ဆုံး၍၊
9 သင်္ချိုင်း တွင်းထဲ သို့ဆင်း လျှင်
အဘယ် အကျိုး ရှိပါ အံ့နည်း။
10 မြေမှုန့် သည် ကိုယ်တော် ကို ချီးမွမ်း ပါမည် လော။ သစ္စာ
တော်ကို ဘော် ပြပါမည်လော။ အိုထာဝရ ဘုရား ၊ နားထောင် ၍
ကယ် မသနားတော်မူပါ။ အိုထာဝရ ဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ကိုစောင့်မ တော်မူပါဟု ကိုယ်တော် ကို
အကျွန်ုပ်အော်ဟစ် ၍ ၊ ထာဝရ ဘုရားကို
တောင်း လျှောက်ပါ၏။
11 ထိုအခါ အကျွန်ုပ်
ညည်းတွား မြည်တမ်းခြင်းကို ကခုန် ခြင်းဖြစ်စေ တော်မူ၏။ အကျွန်ုပ် ဝတ်သော လျှော်တေ အဝတ်ကိုချွတ် ၍ ၊ ဝမ်းမြောက် ခြင်း ခါးပန်းနှင့် စည်း တော်မူ၏။
12 သို့ဖြစ်၍ အကျွန်ုပ်၏ဝိညာဉ် သည် တိတ်ဆိတ် စွာမ
နေ။ ကိုယ်တော် ကို သီချင်း ဆိုပါမည်။ အိုအကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား
သခင်ထာဝရဘုရား ၊ ကျေးဇူးတော် ကို အစဉ် အမြဲ ချီးမွမ်း ပါမည်။

31

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ကို

အကျွန်ုပ်ခိုလှုံ ပါ ၏။ ရှက်ကြောက် ခြင်းနှင့် အစဉ်
ကင်းလွတ် ပါစေသော။ တရား
တော်နှင့်အညီ အကျွန်ုပ် ကို ကယ်နှုတ် တော်မူပါ။
2 အကျွန်ုပ် ဘက်သို့
နား တော်ကို လှည့် ၍ အလျင် အမြန်ကယ်နှုတ် တော်
မူပါ။ ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ၌
ခိုင်ခံ့ သောကျောက် ၊ အကျွန်ုပ် လုံခြုံ ရာ
ရဲတိုက် ဖြစ် တော်မူပါ။
3 အကယ် စင်စစ်အကျွန်ုပ် ၏ကျောက် ၊ အကျွန်ုပ် ၏
ရဲတိုက် ကား ၊ ကိုယ်တော် ပေတည်း။ နာမတော် အဘို့
အလို့ငှါ အကျွန်ုပ် ကို လမ်းပြ ၍
သွန်သင် ပဲ့ပြင်တော်မူပါ။
4 ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ခိုလှုံ ရာဖြစ်တော်မူ၏။
ထိုကြောင့် အကျွန်ုပ် အဘို့
ဝှက်ထား သော ကျော့ကွင်း ထဲ က အကျွန်ုပ် ကို နှုတ်
ယူတော်မူပါ။
5 သစ္စာ စောင့်တော်မူသောဘုရား သခင်ထာဝရဘုရား
၊ ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ် ကို ရွေးနှုတ် တော်မူသည်
ဖြစ်၍၊ အကျွန်ုပ် ၏ဝိညာဉ် ကို ကိုယ်တော် လက် ၌
အပ် ပါ၏။
6 မုသာ အနတ္တ ကို ဆည်းကပ် သောသူတို့ကို အကျွန်ုပ်
သည်မုန်း ၍ ၊ ထာဝရဘုရား ကို
ခိုလှုံ ပါ၏။

7 ကရုဏာ တော်ကြောင့်
ဝမ်းသာ ရွှင်လန်း ခြင်း ရှိပါလိမ့်မည်။ ကိုယ်တော်
သည် အကျွန်ုပ် ဆင်းရဲ ခြင်းကို ကြည့်ရှု ၍ ၊ အကျွန်ုပ်
၏ ဝိညာဉ် တွေ့သောအမှုကို
သိ မှတ် တော်မူ၏။
8 အကျွန်ုပ် ကို ရန်သူ လက် သို့ မ အပ် ဘဲ ကျယ်ဝန်း
သောအရပ်၌
နေရာ ချတော်မူ၏။
9 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ၌
အမှု ရောက်ပါပြီ။ ထိုကြောင့် အကျွန်ုပ် ကို သနား
တော်မူပါ။ ပူပန် ခြင်းအားဖြင့် အကျွန်ုပ် မျက်စိ ၊ စိတ်
နှလုံး၊ ဝမ်း တို့သည် ပျက် ကြပါပြီ။
10 အကျွန်ုပ် သည် ပူပန် ခြင်းရှိ၍ ၊ အသက် ကာလ ကို
လွန် စေရပါ၏။ နှစ်စဉ် အတိုင်း
ညည်းတွား လျက် နေရပါ၏။ ကိုယ် အပြစ် ကြောင့်
အကျွန်ုပ် အား လျော့ ၍ ၊ ရန်သူများကြောင့် အရိုး
တို့သည် ဆွေးမြေ့ ကြပါ၏။
11 အိမ်နီးချင်း တို့သည် အကျွန်ုပ် ကို အထူး
သဖြင့် ကဲ့ရဲ့ ကြ ပါ၏။ အကျွမ်း ဝင်သော သူများ
တို့သည်လည်း
ရွံ့ ကြပါ၏။ အိမ် ပြင်မှာ အကျွန်ုပ် ကို တွေ့ မြင်သော
သူတို့ သည် ရှောင်၍ ပြေး ကြပါ၏။
12 မ အောက်မေ့သော အသေ

ကောင်းကဲ့ သို့၊ အကျွန်ုပ်ကို မေ့လျော့ကြပါ၏။ အိုး
ခြမ်း ကဲ့ သို့အကျွန်ုပ် ဖြစ် ပါ၏။
13 လူများ
ကဲ့ရဲ့ ပြစ်တင်ခြင်းကို ကြား ရပါ၏။ ပတ်ဝန်းကျင် အရပ်တို့၌
ကြောက်မက် ဘွယ်သောအကြောင်း ရှိပါ၏။ လူ
များတို့သည် အချင်းချင်း သင်း ဖွဲ့လျက် ၊ အကျွန်ုပ် အသက် ကိုသတ်
မည်အကြောင်း ကြံစည် ကြပါ ၏။
14 သို့သော်လည်း ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ကို
အကျွန်ုပ် ကိုးစား ပါ၏။ ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား
သခင်ဖြစ်တော်မူသည်ဟု အကျွန်ုပ် လျှောက်ဆို ပါ၏။
15 အကျွန်ုပ် ၌ဖြစ် လေသမျှသော အမှုအရာတို့ကို
ကိုယ်တော် စီရင် ပိုင်တော်မူ၏။ ရန်သူ တို့နှင့်
ညှဉ်းဆဲ တတ် သောသူတို့ လက် မှ အကျွန်ုပ် ကို
ကယ်နှုတ် တော်မူပါ။
16 မျက်နှာ တော်၏ အလင်းကိုကိုယ်တော် ၏ ကျွန်
အပေါ် ၌ ထွန်းလင်း စေတော်မူပါ။ ကရုဏာ
တော်ကြောင့် ၊ အကျွန်ုပ် ကိုကယ်တင် တော်မူပါ။
17 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ်သည် ကိုယ်တော် ကို
ဆုတောင်း ပဌနာပြုပါသည်ဖြစ်၍ ၊ ရှက်ကြောက် ခြင်း
မ ရှိ ပါစေနှင့်။ လူဆိုး

တို့မူကား၊ အရှက် ကွဲလျက်မရဏာ နိုင်ငံ၌
တိတ်ဆိတ် စွာနေကြပါစေသော။
18 မာန ထောင်လွှားခြင်း၊ မထီမဲ့မြင် ပြုခြင်းနှင့်တကွ
၊ ဖြောင့်မတ် သောသူတဘက် ၌ စော်ကား သော စကား
ကိုပြော ၍ ၊ မုသာ ၌ကျင်လည်သော နှုတ် တို့သည်
တိတ်ဆိတ် စွာနေကြပါစေသော။
19 ကိုယ်တော် ကို ကြောက်ရွံ့ သောသူတို့ အဘို့
သို့ ထားတော်မူ၍ ၊ လူ သား တို့ရှေ့ မှာ ကိုယ်တော် ကို
ခိုလှုံ
သောသူတို့ အဘို့
ပြုပြင် တော်မူသောဆု ကျေးဇူးတော် သည် အလွန်
ကြီးလှပါ၏။
20 လူ တို့ပြုတတ်သောပရိယာယ်နှင့် ကင်းလွတ်စေ ခြ
င်းငှါ၊ ကျိန်းဝပ် တော်မူရာအတွင်း အရပ်၌
ထိုသူ တို့ကို ဝှက်ထား တော်မူ၏။ ရန်တွေ့ ခြင်း အသံ
ကို
ကွယ်ကာလျက်၊ တဲ
တော်တွင် သူ တို့ကို စောင့်မ တော်မူ၏။
21 ထာဝရဘုရား ၌ မင်္ဂလာ ဖြစ် စေသတည်း။
အကြောင်း မူကား၊ ခိုင်ခံ့ သောမြို့ ၌
အံ့ဘွယ်သောမေတ္တာ
ကရုဏာတော်ကို အကျွန်ုပ် အား
ထင်ရှား ပြတော်မူပြီ။

22 အကျွန်ုပ် သည် ကိုယ်တော် ၏မျက်နှာ ကွယ်ရာ ၌
ဆုံးရှုံး ပါပြီဟု အကျွန်ုပ် တုန်လှုပ် လျက်
ဆို မိသော်လည်း ၊ ကိုယ်တော် ကို အော်ဟစ် သောအခါ
အကျွန်ုပ် ပြုသော ပဌနာ စကား သံ ကို ကိုယ်တော်
နားထောင် တော်မူသတည်း။
23 ထာဝရ ဘုရား၏ သန့်ရှင်း သူ အပေါင်း တို့၊ ထာဝရဘုရား
ကိုချစ် ကြလော့။ ထာဝရဘုရား
သည် သစ္စာ
ရှိသောသူတို့ကို စောင့်မ တော်မူ၏။ မာန
ထောင်လွှားသောသူ တို့ကိုကား ၊ အပြစ်များ စွာဆပ်
ပေးတော်မူသတည်း။
24 ထာဝရဘုရား ကို
ကိုးစား သောသူအပေါင်း တို့၊ အား
ယူ၍
ရဲရင့် သော စိတ် နှလုံးရှိကြလော့။

32

1 အပြစ် မှလွှတ် ခြင်း၊ ဒုစရိုက် အပြစ်ကို ဖုံးအုပ် ခြင်း
သို့ ရောက်သောသူသည် မင်္ဂလာ ရှိ၏။
2 ထာဝရဘုရား
အပြစ် တင် တော်မူခြင်းနှင့်
လွတ်
၍ ၊ လှည့်စား တတ်သောစိတ်

သဘောနှင့်
ကင်းစင် သောသူ သည် မင်္ဂလာ ရှိ၏။
3 ငါ သည် အပြစ်ကိုမဘော်မပြဘဲ နေစဉ်အခါ ၊ တနေ့
လုံး ညည်းတွား
သောအားဖြင့် ၊ ငါ့ အရိုး တို့သည် ဆွေးမြေ့ ခြင်းသို့
ရောက်ကြ၏။
4 နေ့ ညဉ့်မပြတ် ကိုယ်တော် ၏လက် သည် အကျွန်ုပ်
အပေါ်မှာ လေး
၍ ၊ အကျွန်ုပ် ၏ ခွေး ရည်သည် နွေ ကာလ၌
သွေ့ခြောက် ခြင်းကဲ့သို့ ဖြစ် ပါ၏။
5 တဖန် အကျွန်ုပ် သည် ကိုယ် အပြစ် ကိုရှေ့တော်၌
ဝန်ချ ပါ၏။ ပြု မိသောဒုစရိုက်ကို ဝှက် ၍မ ထားပါ။ ငါ
လွန်ကျူး သောအရာကို
ထာဝရဘုရား အား
ဘော်ပြ တောင်းပန် မည် ဟု ပြော ဆို သောအခါ၊
ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ပြစ်မှား ခြင်းအပြစ် ကို
လွှတ် တော်မူ၏။
6 ထိုကြောင့် ကိုယ်တော် ကို
တွေ့ သင့်သော အချိန် ကာလ ၌ ၊ သန့်ရှင်း သူအပေါင်း
တို့သည် ရှေ့တော်၌ တောင်း လျှောက်ကြပါလိမ့်မည်။
အကယ် စင်စစ်လွှမ်းမိုး တတ်သောရေ ကြီး သည် သူ
တို့ထံ သို့မ ချဉ်း ရပါ။
7 ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ခိုလှုံ ရာ ဖြစ်တော်မူ ၏။

အကျွန်ုပ် ကို ဘေး
လွှတ်စေခြင်းငှါ
ကွယ်ကာ စောင့်မတော်မူ၏။ ကယ်လွှတ် ကြောင်းကို ဆိုသောသီချင်း
နှင့်
အကျွန်ုပ် ကို ခြိုရံ စေတော်မူ၏။
8 သင့် ကိုငါသွန်သင် မည်။ သင် သွား ရမည့်လမ်း ကို
ပြ ညွှန်မည်။ သင့် ကိုကြည့်ရှု ပြုစုမည်။ ဉာဏ် ပညာ
မဲ့ သော မြင်း လား ကဲ့ သို့မ ဖြစ် နှင့်။
9 သူ သည်သင့် ထံ သို့မ ချဉ်းကပ် သောကြောင့်၊ ပစပ်
ကို ဇက် ခွံ့၍ ၊ ဇက်ကြိုး နှင့် ဆွဲ ရမည်။
10 မတရား သောသူသည် များ စွာသောဒုက္ခ ကို
ခံရ၏။ ထာဝရဘုရား
၌
ကိုးစား သောသူကိုကား ၊ ကရုဏာ
တော်သည် ဝန်းရံ တတ်၏။
11 ဖြောင့်မတ် သောသူတို့၊ ထာဝရဘုရား
၌
ဝမ်းမြောက်
ရွှင်လန်းကြလော့။ သဘော
ဖြောင့် သောသူ တို့၊ ရွှင်လန်း စွာ သီချင်း ဆိုကြလော့။

33

1 ဖြောင့်မတ် သောသူတို့၊ ထာဝရဘုရား

ကို
အမှီပြု ၍ ရွှင်လန်း စွာ သီချင်းဆိုကြလော့။ ထောမနာ
ပြုခြင်း အကျင့်သည် သဘောဖြောင့် သောသူတို့နှင့်
ထိုက်တန် လျောက်ပတ်ပေ၏။
2 စောင်း တီး၍ ထာဝရဘုရား ကို
ချီးမွမ်း ကြလော့။ ကြိုးဆယ် ပင်ရှိသောတူရိယာ နှင့်
ထောမနာသီချင်း ဆို ကြလော့။
3 ရှေ့ တော်၌အသစ် သောသီချင်း ကို
ဆို ကြလော့။ တံပိုး
မှုတ်ခြင်းနှင့်တကွ သာယာ စွာ တီး ကြလော့။
4 အကြောင်း မူကား၊ ထာဝရဘုရား
၏ နှုတ်ကပတ်
တော်သည် ဖြောင့်မတ် ပေ၏။ စီရင်တော်မူသမျှ
သော အမှု တို့သည်လည်း
သစ္စာ တရား နှင့် ညီကြ၏။
5 ဖြောင့်မတ် စွာကျင့်ခြင်းနှင့်
တရား သဖြင့် စီရင်ခြင်း ကို နှစ်သက် တော်မူ၏။
ပထဝီမြေကြီး သည် ထာဝရဘုရား
၏ ကျေးဇူး တော်နှင့် ပြည့်ဝ လျက်ရှိ၏။
6 ထာဝရဘုရား ၏ နှုတ်ကပတ် တော်အားဖြင့် မိုဃ်း
ကောင်းကင် ကိုဌင်း၊ နှုတ် တော်အသက် အားဖြင့် မိုဃ်း
ကောင်းကင်တန်ဆာ များကိုဌင်းဖန်ဆင်း တော်မူ၏။
7 သမုဒ္ဒရာ ရေ ကို စုပုံ

စုဝေး စေတော်မူ၏။ နက်နဲ သောသမုဒ္ဒရာကိုလည်း
လုံခြုံ ရာအရပ်တို့၌
သိုထား တော်မူ ၏။
8 ထာဝရဘုရား ကို
မြေကြီး တပြင်လုံး ကြောက်ရွံ့ စေ။ လောကီ
နိုင်ငံ သားအပေါင်း တို့သည် ရိုသေ လေးမြတ်ကြစေ။
9 အကြောင်း မူကား၊ ထာဝရ
ဘုရား မြွက်ဆို ၍ ၊ မြွက်ဆိုတော်မူ သည် အတိုင်း
ဖြစ်၏။ အမိန့်တော်ရှိ ၍၊ မိန့် တော်မူသည်အတိုင်း
တည် လျက်နေ၏။
10 ထာဝရဘုရား သည် တပါးအမျိုးသား တို့၏ တိုင်ပင်
ခြင်းကို ပယ် တော်မူ၏။ လူစု
တို့၏ကြံစည် ခြင်းကိုလည်း ဖျက်ဆီး တော်မူ၏။
11 ထာဝရဘုရား ၏ ပြဋ္ဌာန်း တော်မူခြင်းသည် ကာလ
အနန္တနှင့် ဆိုင်၍၊ စိတ် နှလုံးတော်၏ အကြံ အစည်
တို့သည် သား
စဉ်မြေးဆက်အဆုံးတိုင်အောင်
တည် ကြ လိမ့်မည်။
12 ထာဝရဘုရား သည် အကြင် အမျိုး ၏ ဘုရား
ဖြစ်၍၊ အကြင်လူစု ကို မိမိ
အမွေ ဥစ္စာဘို့
ရွေးကောက် တော်မူ၏၊ ထိုအမျိုးနှင့် ထို
လူစုသည် မင်္ဂလာ ရှိ၏။

13 ထာဝရဘုရား သည် ကောင်းကင် ဘုံက
ကြည့်ရှု ၍၊ လူ
သား အပေါင်း တို့ကို မြင် တော်မူ၏။
14 ကျိန်းဝပ် တော်မူရာ အရပ် က
ကြည့်ရှု ၍၊ မြေကြီး ပေါ်မှာနေ သောသတ္တဝါအပေါင်း
တို့ကို မှတ် တော်မူ၏။
15 သူ တို့၏ စိတ် နှလုံးရှိသမျှ တို့ကို ဖန်ဆင်း ၍၊ သူ
တို့ကျင့်သမျှ သောအကျင့်
တို့ကိုလည်း ဆင်ခြင် တော်မူ ၏။
16 ရှင်ဘုရင် မည်သည်ကား၊ များစွာ သောအလုံး
အရင်းအားဖြင့် ချမ်းသာ မ ရ။ သူရဲ
သည်လည်း ခွန်အား ကြီး
သောအားဖြင့်
ကယ်လွတ် ခြင်းသို့မ ရောက်။
17 မြင်း သော်လည်း ဘေး လွတ်ခြင်းအမှုကို
မ တတ် နိုင်။ ကြီးစွာ သော ခွန်အား ဗလဖြင့်
မ ကယ် ယူနိုင်။
18 ထာဝရဘုရား ကို
ကြောက်ရွံ့ သောသူတို့ နှင့်
ကရုဏာ တော်ကို
ခိုလှုံ သောသူတို့သည်၊
19 သေ ဘေးနှင့်

ကင်းလွတ် မည်အကြောင်း ၊ အစာ ခေါင်းပါး သည်
ကာလ၌
အသက် ရှင်မည်အကြောင်း ၊ သူ တို့ကိုကြည့်ရှု လျက်
ရှိတော်မူ၏။
20 ငါ တို့၏ဝိညာဉ် သည် ထာဝရဘုရား
ကို မြော်လင့် လျက်နေ၏။ ထိုဘုရား
သည် ငါ တို့ကို မစ
သောသူ၊ ကွယ်ကာ သောသူဖြစ်တော်မူ၏။
21 သန့်ရှင်း သောနာမ တော်ကို
ခိုလှုံ သောကြောင့် ၊ ငါ တို့သည် ထာဝရ
ဘုရား၌
ဝမ်းမြောက် ခြင်းရှိကြ၏။
22 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ်တို့သည် ကိုယ်တော် ကို
ကိုးစား သည်နှင့် အညီ ၊ အကျွန်ုပ် တို့ အပေါ် မှာ
ကရုဏာ
တော် သက်ရောက် ပါစေသော။

34

ဒါဝိဒ် မင်းသည် အဘိမလက် မင်းရှေ့ မှာ ထူးခြား သော
အခြင်းအရာကိုပြုသဖြင့် ၊ နှင်ထုတ် ခြင်းကိုခံရ၍
ထွက်သွား သောအခါ စပ်ဆိုသောဆာလံ။
1 ငါ
သည် ခပ်သိမ်း သောကာလ တို့၌
ထာဝရဘုရား
ကို ကောင်းကြီး ပေးမည်။ ဂုဏ် ကျေးဇူးတော်ကို

အစဉ် မပြတ်မြွက် ဆိုမည်။
2 ငါ့ ဝိညာဉ် သည် ထာဝရဘုရား
ကို အမှီပြု ၍ ဝါကြွား ခြင်းကို ပြုမည်။ နှိမ့်ချ လျက်
ရှိသောသူတို့ သည် ကြားသိ ၍ ၊ ဝမ်းမြောက် ကြပါ
စေသော။
3 ငါ နှင့်အတူ ထာဝရဘုရား ကို
ချီးမွမ်း ကြလော့။ နာမတော် ကို တညီ
တညွတ်တည်းချီးမြှောက် ကြကုန်အံ့။
4 ငါ သည် ထာဝရဘုရား
ကိုရှာ သောအခါ နားထောင်
တော် မူ၏။ ကြောက်မက် ဘွ ယ် သော အကြောင်း
အလုံးစုံ တို့အထဲ က ငါ့ ကို ကယ်နှုတ် တော်မူ၏။
5 ထာဝရ ဘုရားကို
မျှော်ကြည့် ကြလော့။ အလင်း
ကို ရကြလိမ့်မည်။ မျက်နှာ ရှက်ကြောက် ခြင်းနှင့်
ကင်းလွတ် ကြလိမ့်မည်။
6 ဤ ဆင်းရဲ သောသူ၏ အော်ဟစ် ခြင်းအသံ ကို
ထာဝရဘုရား
သည် နားထောင် ၍ ၊ ခပ်သိမ်း သောဆင်းရဲ ထဲ က
ကယ်လွှတ် တော်မူ၏။
7 ထာဝရဘုရား ကို ကြောက်ရွံ့ သောသူတို့ ပတ်လည်
ဦ
ကောင်းကင် တမန်တော်တို့သည် တပ်ချ ၍
ကယ် လွှတ် တတ်ကြ၏။

8 ထာဝရဘုရား သည် ကောင်းမြတ် တော်မူ သည်
အကြောင်း ကို မြည်းစမ်း ၍ သိ မှတ် ကြ လော့။
ကိုယ်တော် ကို
ခိုလှုံ သောသူ သည် မင်္ဂလာ ရှိ၏။
9 ထာဝရ ဘုရား၏ သန့်ရှင်း သူတို့၊ ထာဝရဘုရား
ကို ကြောက်ရွံ့ ကြလော့။ ကြောက်ရွံ့ သောသူတို့၌
ဆင်းရဲ ခြင်းမ ရှိရာ။
10 ခြသေ့် တို့သည် ဆင်းရဲ ၍
ငတ်မွတ် ခြင်းကို ခံရသော်လည်း ၊ ထာဝရဘုရား ကို
ရှာ သောသူတို့၌ ကောင်း
သောအရာတစုံ တခုမျှ မ
လို ရာ။
11 အချင်းသူငယ် တို့လာ ကြလော့။ ငါ့ စကားကို
နားထောင် ကြလော့။ ထာဝရဘုရား
ကို ကြောက်ရွံ့ ခြင်း တရားကို သင် တို့အား ငါသွန် သင်
မည်။
12 ကောင်းမွန် သောအရာကို တွေ့မြင် မည် အကြောင်း
၊ အသက် ရှင်ခြင်းနှင့်တကွနေ့ရက် ကာလကို တောင့် တ
လိုချင်သော သူမည်သည်ကား၊
13 ကိုယ် လျှာ ကို မ
ကောင်းသောအရာနှင့်
ကင်း စေလော့။ နှုတ်ခမ်း လည်း မုသာ
စကားကို မပြော စေနှင့်။

14 ဒုစရိုက် ကို လွှဲ ရှောင်၍
သု စရိုက်ကိုပြု လော့။ သူတပါးနှင့်အသင့် အတင့်နေ
ခြင်းကို ရှာ ၍ မှီအောင်လိုက် လော့။
15 ထာဝရဘုရား သည် ဖြောင့်မတ် သော သူ တို့ကို
ကြည့်ရှု တော်မူ၏။ သူ
တို့ အော်ဟစ် သံကို လည်း
နားထောင် တော်မူ၏။
16 ဒုစရိုက် ကိုပြု သောသူတို့ကား၊ မြေကြီး ပေါ် မှာ
အောက်မေ့ စရာ အမှတ်မျှမရှိစေခြင်းငှါ ပယ်ရှင်း မည်
အကြောင်း ၊ ထာဝရဘုရား သည် မျက်နှာ ထားတော်
မူ၏။
17 ဖြောင့်မတ်သောသူတို့သည် အော်ဟစ် သောအခါ ၊
ထာဝရဘုရား သည် နားထောင် ၍ ၊ သူ တို့ကို ခပ်သိမ်း
သော ဆင်းရဲ ထဲ က ကယ် လွှတ်တော်မူ၏။
18 ထာဝရဘုရား သည် ကျိုးပဲ့ သောစိတ် ရှိသောသူတို့
နှင့်
နှလုံးကြေကွဲသောသူတို့ကို နီး
တော်မူ၏။ နောင်တ ရှိ၍ စိတ် နှိမ့်ချသော သူ တို့ကို
လည်း ကယ်တင် တော်မူ၏။
19 ဖြောင့်မတ် သောသူသည်များစွာ သော ဒုက္ခ
ဆင်းရဲ ကို ခံ ရ သော်လည်း ၊ ထာဝရဘုရား သည်
ခပ်သိမ်း သောဒုက္ခ ဆင်းရဲထဲ က ကယ် လွှတ်တော်မူ၏။
20 သူ ၏အရိုး ရှိသမျှ တို့ကို စောင့်ရှောက် တော်မူသည်

ဖြစ်၍၊ တ
ချောင်းမျှမ ကျိုး မပဲ့ရ။
21 မတရား သောသူမှကား၊ ဘေး
ဖြင့် အသက် ဆုံး ခြင်းသို့ ရောက်ရမည်။ ဖြောင့်မတ်
သောသူကို မုန်း သောသူတို့ သည် အပြစ် စီရင်ခြင်းကိုခံ
ရကြမည်။
22 ထာဝရဘုရား သည် မိမိ
ကျွန် တို့၏ အသက်
ဝိညာဉ်ကို ရွေးနှုတ် တော်မူသည်ဖြစ်၍ ၊ ကိုယ်တော်
ကို
ခိုလှုံ သောသူတစုံ တယောက်မျှ အပြစ် စီရင်ခြင်းကို မ
ခံရ။

35

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ၌ ဆန့်ကျင် ဘက်ပြု
သောသူ
တို့ကို ဆန့်ကျင် ဘက်ပြုတော်မူပါ။ အကျွန်ုပ် ကို
စစ်တိုက် သောသူတို့ကို တိုက် တော်မူပါ။
2 ဒိုင်း လွှား ကိုကိုင် ၍ အကျွန်ုပ် ကို ကူညီ
ခြင်းငှါ ထ တော်မူပါ။
3 အကျွန်ုပ် ကို လိုက် သောသူတို့ရှေ့ ၌ လှံ တော်ကို
ရွယ် ၍ ဆီးတား တော်မူပါ။ ငါ သည် သင် ၌ချမ်းသာ
ပေး သောသူ ပေတည်းဟု အကျွန်ုပ် ၏ ဝိညာဉ် အား မိန့်
တော်မူ ပါ။

4 အကျွန်ုပ် အသက် ကို ရှာ သောသူတို့သည် အရှက်ကွဲ
၍ မျက်နှာ ပျက်ကြပါစေသော။ အကျွန်ုပ် ကို အန္တရာယ်
ပြုမည်ဟု ကြံစည် သောသူတို့သည် လှန် ခြင်းကို ခံရ၍
ရှက်ကြောက် ခြင်းသို့ ရောက်ကြပါစေသော။
5 ထိုသူတို့သည် လေ
တိုက်သောဖွဲ့ ကဲ့ သို့ ဖြစ် ကြ ပါစေသော။ ထာဝရဘုရား
၏ တမန် သည်လည်း သူတို့ကို လှဲ ပါစေသော။
6 သူ တို့သွားသောလမ်း သည် မှိုက် သောလမ်း၊ ချော
သောလမ်းဖြစ် ပါစေသော။ ထာဝရဘုရား
၏ တမန် သည်လည်း သူ တို့ကို လိုက် ပါစေသော။
7 အကြောင်း မရှိဘဲ အကျွန်ုပ် အဘို့ ကျော့ကွင်း ကို
ဝှက်ထား ကြပါပြီ။ အကြောင်း မရှိဘဲ အကျွန်ုပ် အသက်
ကိုသတ် စရာဘို့
တွင်း ကို တူး ကြပါပြီ။
8 ထို သို့သောသူ သည် အမှတ်တမဲ့ပျက်စီး ခြင်းသို့
ရောက် ပါစေသော။ မိမိ
ဝှက်ထား သောကျော့ကွင်း သည် မိမိ
ကို ကျော့မိ ပါစေသော။ မိမိ
တွင်းထဲ သို့ မိမိကျ ပါ စေသော။
9 သို့ဖြစ်လျှင် ၊ ငါ ၏ဝိညာဉ် သည် ထာဝရဘုရား
ကို အမှီပြု ၍ ဝမ်းမြောက် ခြင်းရှိလိမ့်မည်။ ကယ်တင်
တော်မူခြင်း အကြောင်းကိုလည်း အမှီပြု ၍ စိတ်ရွှင်လန်း
မြူးထူးခြင်းရှိလိမ့်မည်။

10 အကျွန်ုပ် အရိုး ရှိ သမျှ တို့ က လည်း၊ အို
ထာဝရဘုရား ၊ အစိုး တရပြုသောသူ၏ လက်မှ ဆင်းရဲ
သားကို နှုတ် တော်မူ၍၊ လုယူ
ဖျက်ဆီး တတ် သော သူ ၏လက်၌ ဆင်းရဲ ငတ်မွတ်
လျက် ခံနေရသောသူကို
ချမ်းသာပေး တော်မူ တတ် သော ကိုယ်တော် နှင့် အ
ဘယ် သူတူ ပါ သနည်းဟု လျှောက်ဆို ကြမည်။
11 မ မှန်သောသက်သေ တို့သည်ပေါ် လာ၍၊ ငါမ သိ
သောမှုပြစ် တို့ကို ငါ့ အပေါ်မှာတင် ကြ၏။
12 ငါ ပြုသောကျေးဇူး အတွက် သူတို့သည် ငါ့ အသက်
ကို လုယူ ခြင်း တည်း ဟူသော မ ကောင်း သော အရာ ကို
ဆပ် ပေးကြ၏။
13 ငါ မူကား ၊ သူ တို့၌ အနာ
ရောဂါစွဲ သောအခါ ၊ လျှော်တေ အဝတ် ကို ဝတ်ဆင်
လျက် အစာ
ကိုရှောင်၍ ခြိုးခြံ စွာကျင့် လေ၏။ ကိုယ် ရင်ခွင် ကို
မျက်နှာ ပြုလျက် ဆုတောင်း လေ၏။
14 သူတို့ကို ငါ ၏မိတ်ဆွေ ၊ ငါ၏ညီအစ် ကိုကဲ့ သို့
သဘောထား၍ ငါပြု ၏။ ကိုယ်အမိ ကိုအောက်မေ့ ၍၊
စိတ် မသာ ညည်းတွားသော သူကဲ့ သို့ ကြမ်းတမ်းသော
အဝတ်ကိုဝတ်လျက် တမှိုင်မှိုင် နေလေ၏။
15 ငါ လဲ သောအခါ မူကား ၊ သူတို့သည် ဝမ်းမြောက် ၍
စည်းဝေး ကြ၏။ ရိုက်ပုတ် သောသူတို့သည် ငါ့ တဘက်

၌စည်းဝေး ကြ၏။ သူတို့ကိုလည်း ငါမ သိ ရ။ မ
ရပ် မနေဘဲ ငါ့ကို ဆွဲဖြတ် ကြ၏။
16 ပွဲ ၌ကစားတတ်သော လူဆိုး
တို့နှင့်အတူ ငါ့ ကို အံသွား ခဲကြိတ် ကြ၏။
17 အိုထာဝရ ဘုရား၊ အဘယ် မျှကာလ ပတ်လုံး
ကြည့်ရှု ၍ နေတော်မူမည်နည်း။ အကျွန်ုပ် အသက် ကို
သူ
တို့ပြုသောဘေးဥပဒ် မှ ၎င်း၊ အကျွန်ုပ် အချစ် ဆုံးကို
ခြသေ့် တို့မှ ၎င်း ကယ်လွတ် တော်မူပါ။
18 ကျေးဇူးတော်ကြီးလှပါ၏ဟု မဟာ
ပရိသတ် အလယ် မှာ အကျွန်ုပ်ဝန်ခံ ပါမည်။ များစွာ
သောလူစု တွင် ကိုယ်တော် ကိုချီးမွမ်း ပါမည်။
19 မဟုတ် မမှန်ဘဲ အကျွန်ုပ် ကို ရန်ဘက် ပြုသောသူ
တို့ သည် အောင် ပွဲကို မ
ခံကြပါစေနှင့်။ အကြောင်း မရှိဘဲ အကျွန်ုပ် ကို မုန်း
သောသူတို့ လည်း မျက်စိ စွေ ပြ ခြင်းကို မပြုကြပါစေ
နှင့်။
20 အကြောင်း မူကား၊ သူတို့သည် အမှု ငြိမ်းစေ သော
စကားကို မ
ပြော ကြပါ။ ငြိမ်ဝပ် စွာနေသောပြည် သား တို့တဘက်
၌ လျှို့ဝှက် သောအမှု များကို ကြံစည် ကြပါ ၏။
21 အကျွန်ုပ် ကို ပစပ် ဟ ၍ အေ့ဟေ ၊ အေ့ဟေ ၊ ငါ
တို့သည် ကိုယ်မျက်စိ နှင့်မြင် ရပြီဟု ဆို ကြပါ၏။

22 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော်သည် သိမြင် တော်မူ
၏။ အိုဘုရား
ရှင်၊ တိတ်ဆိတ် စွာ နေတော်မ မူပါနှင့်။ အကျွန်ုပ် နှင့်
ဝေး ဝေးနေတော်မ မူပါနှင့်။
23 အကျွန်ုပ် ၏ဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ်၏အရှင် ၊
အကျွန်ုပ် ၌ရောက် သော အမှု ကို စီရင် တော် မူ မည်
အကြောင်း ကိုယ် ကို နှိုးဆော် ၍ ထ တော်မူပါ။
24 အကျွန်ုပ် ၏ဘုရား သခင်ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော်
သည် ဖြောင့်မတ် တော်မူခြင်းနှင့်အညီ ၊ အကျွန်ုပ် အမှုကို
ဆုံးဖြတ် တော်မူပါ။ သူတို့သည် အကျွန်ုပ် ကို နိုင်၍ ဝမ်း
မ မြောက်ကြပါစေနှင့်။
25 အဲ ၊ ငါ တို့အလိုပြည့်စုံပြီဟု မ
အောက်မေ့ ကြပါစေနှင့်။ ငါတို့သည် သူ့
ကို မျိုပြီဟု၊ မ
ပြော ကြပါစေနှင့်။
26 အကျွန်ုပ် ၌ဘေး ရောက် သည် အကြောင်း ကို
ဝမ်းမြောက် သော သူ အပေါင်း တို့သည် အရှက်ကွဲ ၍
မျက်နှာ ပျက်ကြပါစေသော။ အကျွန်ုပ် တဘက် ၌ ကိုယ်
ကို ချီးမြှောက် တတ်သောသူတို့ အပေါ်မှာ အသရေ
ပျက် ခြင်း နှင့် ရှက်ကြောက် ခြင်း သက်ရောက် ပါ
စေသော။
27 အကျွန်ုပ် ၏ ဟုတ်မှန် ခြင်းဘက်၌ နေသောသူတို့
သည် ရွှင်လန်း စွာ သီချင်း ဆို၍ ဝမ်းမြောက် ကြပါစေ

သော။ မိမိ
ကျွန် ၌ ချမ်းသာတိုးပွားခြင်းအကြောင်းကို နှစ်သက်
တော် မူ သော ထာဝရဘုရား သည် ဘုန်းကြီး တော် မူ
စေသတည်းဟု၊ သူတို့သည် အစဉ် မပြတ်မြွက်ဆို ကြပါ
စေသော။
28 အကျွန်ုပ် သည်လည်း ၊ ကိုယ်တော် ၏ ဖြောင့်မတ်
တော်မူခြင်း အကြောင်းအရာကို မြွက်ဆို ၍အစဉ် မပြတ်
ကိုယ်တော် ကို ချီးမွမ်း ပါမည်။

36

1 ဘုရား သခင်ကို ကြောက်ရွံ့ ရသောအကြောင်းသည်
မ
တရားသောသူ၏ မျက်စိ ၌ မ ထင်ဟု၊ ထိုသူ
ပြု တတ်သော ဒုစရိုက် ကို
ငါ ထောက် ၍
သဘော ကျ၏။
2 သူ ၏အပြစ် ကို တွေ့ တော်မမူ၊ ရှုံရှာ တော်မမူဟု
ကိုယ် မျက်စိ ရှေ့၌
ကိုယ် ကောင်းသော အယောင် ကို ဆောင်တတ်၏။
3 သူ ပြော သောစကား သည် အဓမ္မ
စကား၊ လှည့်စား
သောစကားဖြစ်၏။ ကောင်း သောအကျင့်ကို ကျင့်စေ
တတ်သောပညာ ကို
စွန့် လေပြီ။

4 အိပ်ရာ ပေါ် မှာ မကောင်း သောအမှုကို ကြံစည်
တတ်၏။ မ
ကောင်း သော လမ်း သို့ အမြဲလိုက် ၍၊ ဆိုးယုတ် သော
အကျင့်ကို ရှုံ့ရှာ ခြင်းမ ရှိ။
5 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကရုဏာ တော်သည် ကောင်းကင်
သို့ ၎င်း၊ သစ္စာ
တော်သည် မိုးယ်း တိမ်သို့ ၎င်း မှီပါ၏။
6 ဖြောင့်မတ် တော်မူခြင်းတရားသည် ကြီးမား စွာ သော
တောင်ရိုး နှင့် တူ
ပါ၏။ တရား
စီရင်တော်မူချက် တို့သည် အလွန် နက်နဲ ရာ ဖြစ်ကြ
ပါ၏။ အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော်သည် လူ
မျိုးနှင့်
တိရစ္ဆာန် မျိုးကို စောင့်မ တော်မူ ၏။
7 အိုဘုရား သခင်၊ ကရုဏာ
တော်သည် အလွန် မြတ်နိုး ဘွယ်ဖြစ်ပါ၏။ ထိုကြောင့်
လူ သား တို့သည် အတောင် တော်အရိပ် ကို
ခိုလှုံ လျက်နေရကြပါ၏။
8 အိမ် တော်၏ကြွယ်ဝ ခြင်းနှင့်
ရောင့်ရဲ လျက် နေ၍ ၊ ကိုယ်တော် ၏ချမ်းသာ မြစ် ရေ
ကို သောက် စေခြင်းဌါအခွင့်ပေးတော်မူ၏။
9 အကြောင်း မူကား၊ ကိုယ်တော် ထံ မှာအသက်
စမ်းရေ တွင်းရှိပါ၏။ အလင်း တော်ထဲ မှာ အကျွန်ုပ်

တို့ သည် အလင်း ကို ရ ကြပါ၏။
10 ကိုယ်တော် ကို သိ
သောသူတို့အား ၊ ကရုဏာ
တော်ကိုဌင်း၊ သဘော
ဖြောင့် သောသူတို့အား
ဖြောင့်မတ် တော်မူခြင်း တရားကိုဌင်း တည် မြဲတည်
စေတော်မူပါ။
11 မာန ၏ခြေ သည် အကျွန်ုပ် ကို မ
နင်း ပါစေနှင့်။ မတရား
သောသူတို့သည် အကျွန်ုပ် ကို နေရာ
မ ရွှေ့ကြ ပါစေနှင့်။
12 ဒုစရိုက် ကို ပြု သောသူတို့သည် ထို
အရပ်ဌပင် လဲ
လျက်နေရကြပါ၏။ လဲ ခြင်းကို ခံရသောကြောင့်၊ တ
ဖန် ထ ခြင်းငှါမ တတ် နိုင်ကြပါ။

37

1 လူဆိုး တို့အကြောင်းကြောင့်
စိတ် မ ပူနှင့်။ မ
တရား သဖြင့် ပြု သောသူတို့ကို မ
ငြူစူ နှင့်။
2 အကြောင်း မူကား၊ သူတို့သည် မ
ကြာမမြင့်မီမြက်ပင် ကဲ့သို့ ရိတ် ခြင်းကိုခံရ၍ ၊ စိမ်း
သောပျိုး ပင် ညှိုးနွမ်း သကဲ့သို့ ဖြစ်ရလိမ့်မည်။

3 ထာဝရဘုရား ကို
ခိုလှုံ ၍ ၊ ကောင်း သောအကျင့် ကို ကျင့် လော့။ ပြည်
တော်၌နေ ၍ ၊ သစ္စာ တရားကို ကျက်စား လော့။
4 ထာဝရဘုရား ၌
မွေ့လျော် ခြင်းရှိလော့။ သို့ပြုလျှင် ၊ စိတ် နှလုံးအလို
ပြည့်စုံရသောအခွင့်ကိုပေး တော်မူ မည်။
5 ကိုယ် အမှု အရာကို ထာဝရဘုရား
၌
အပ် လော့။ ကိုယ်တော် ကို
ကိုးစား လော့။ သို့ပြုလျှင် စီရင် တော်မူ မည်။
6 သင် ၏ဖြောင့်မတ် ခြင်းအကြောင်းကို အလင်း
ကဲ့ သို့ဌင်း ၊ တရား သဖြင့်ပြုခြင်းအရာကို မွန်းတည့်
ရောင်ခြည် ကဲ့
သို့ဌင်း
ဘော်ပြ တော်မူမည်။
7 ထာဝရဘုရား ရှေ့ မှာ ငြိမ်ဝပ် စွာနေ၍ ၊ ကိုယ်တော်
ကို ငံ့လင့် လော့။ မိမိ
အမှု ၌ အောင် တတ်သောသူ၊ မ
ကောင်းသောအကြံအစည်တို့ကို
ပြီး စေသောသူ ၏ အကြောင်းကြောင့်
စိတ် မ ပူနှင့်။
8 အမျက် မ ထွက်စေနှင့်။ ဒေါသ စိတ်ကို စွန့်ပယ်
လော့။ ပြစ်မှား စေခြင်းငှါ

တိုက်တွန်းတတ်သောစိတ် မ ရှိစေနှင့်။
9 ပြစ်မှား သောသူတို့သည် ပယ်ရှင်း ခြင်းကိုခံရကြ
လိမ့်မည်။ ထာဝရဘုရား
ကို မြော်လင့် သောသူတို့မူကား ၊ ပြည် တော်ကို အမွေ
ခံရကြလိမ့်မည်။
10 ခဏ ကြာ ပြီးမှ ၊ မတရား သောသူသည်မ ရှိရ။ သူ
၏နေရာ ကိုစေ့စေ့ရှာ ၍ မ တွေ့ရ။
11 စိတ် နှိမ့်ချသောသူတို့မူကား ၊ ပြည် တော်ကို အမွေခံ
၍ ၊ များပြား သောငြိမ် သက်ခြင်း၌
မွေ့လျော် ကြ လိမ့်မည်။
12 မတရား သောသူသည် ဖြောင့်မတ် သော သူတဘက်
၌ ကြံစည် ၍
အံသွား ခဲကြိတ် တတ်၏။
13 သို့သော်လည်းသူ ၏
နေ့ရက်အချိန်ရောက် မည် ကို
ဘုရား ရှင်သိမြင် ၍ ၊ သူ့ ကို ပြုံး ရယ်တော်မူ၏။
14 မတရား သောသူတို့သည် ဆင်းရဲ ငတ်မွတ် သောသူ
တို့ ကို လှဲ ချခြင်းငှါ ၎င်း၊ ဖြောင့်မတ် စွာကျင့် သောသူ
တို့ ကိုသတ် ခြင်းငှါ ၎င်း၊ ထား
ကိုထုတ် လျက်၊ လေး
ကို တင် လျက် နေတတ်ကြ၏။
15 သို့သော်လည်း၊ သူ
တို့ထား သည် သူ

တို့နှလုံး ထဲ သို့ ဝင် လိမ့်မည်။ သူ
တို့လေး တို့သည်လည်း
ကျိုး ကြလိမ့်မည်။
16 ဖြောင့်မတ် သောသူ၌
နည်း သောဥစ္စာသည် မတရား
သောသူကြီးတို့၌ ကြွယ်ဝ သောဥစ္စာထက်
သာ၍ ကျေးဇူးရှိ၏။
17 အကြောင်း မူကား၊ မတရား
သောသူ၏လက်ရုံး သည် ကျိုး ရလိမ့်မည်။ ဖြောင့်မတ်
သောသူကိုကား ၊ ထာဝရဘုရား
မစ တော်မူ၏။
18 ဖြောင့်မတ် သော သူ တို့၏ နေ့ ရက် ကာလ ကို
ထာဝရဘုရား
သိ မှတ်တော်မူ၍ ၊ သူ တို့၏ အမွေ ဥစ္စာသည်အစဉ်
အမြဲတည် လိမ့်မည်။
19 သူတို့သည် ခဲယဉ်း သောကာလ ၌
မျက်နှာ မ ပျက်၊ အစာ
ခေါင်းပါးသည်ကာလ ၌
ဝ စွာစားရကြ၏။
20 မတရား သောသူတို့မူကား ၊ ပျက်စီး ခြင်းသို့ ရောက်
ရကြမည်။ ထာဝရ
ဘုရား၏ ရန်သူ တို့သည် ကျက်စား ရာ
အရပ်၏အသရေ ကဲ့ သို့ဆုံး ၍ ၊ မီးခိုး ဖြစ်လျက်

ကွယ်ပျောက် ကြလိမ့်မည်။
21 မတရား သောသူသည် ချေးငှါး ၍
မ ဆပ် ဘဲ နေတတ်၏။ ဖြောင့်မတ် သောသူမူကား ၊ သနား သောစိတ် ရှိ၍
ပေး တတ်၏။
22 ကောင်းကြီး ပေးတော်မူခြင်းကို ခံရသောသူသည် ပြည် တော်ကို အမွေ ခံရလိမ့်မည်။ ကျိန် တော်မူခြင်း ကို ခံရသောသူမူကား ၊ ပယ်ရှင်း ခြင်းသို့ ရောက်ရ လိမ့်မည်။
23 ကောင်းသောသူ၏ခြေရာ တို့ကို ထာဝရဘုရား
သည် ပဲ့ပြင် ၍ ၊ သူ သွားရာလမ်း ကို နှစ်သက် တော်
မူ၏။
24 ထိုသူသည် လဲ
သော်လည်း ဆုံး ရာသို့မ ရောက်ရ။ အကြောင်း မူကား၊ ထာဝရဘုရား
သည် သူ
၏လက် ကို ကိုင် မတော်မူ၏။
25 ဖြောင့်မတ် သောသူသည် စွန့်ပစ် ခြင်းကိုခံရသည် အကြောင်း၊ သူ
၏သား မြေးတို့သည် တောင်း ၍ စား
ရ သည် အကြောင်းကို ငါ သည် အသက် ပျိုသည် ကာလမှစ၍ အို သည်တိုင်အောင် မ မြင် စဖူး။
26 သူသည်အစဉ် သနား သောစိတ် ရှိသည်နှင့် ၊ သူတ ပါးတို့အား ချေးငှါး တတ်သည်ဖြစ်၍ ၊ သူ ၏သား မြေး တို့သည် ကောင်းကြီး မင်္ဂလာကိုခံရကြ၏။

27 ဒုစရိုက် ကိုလွှဲရှောင် ၍
သုစရိုက် ကို ပြု လော့။ သို့ပြုလျှင် အစဉ် အမြဲနေ ရ
လိမ့်မည်။
28 ထာဝရဘုရား သည် တရား
ကိုနှစ်သက် တော်မူ ၏။ မိမိ
သန့်ရှင်း သူတို့ကိုလည်း
စွန့် တော်မ မူ။ သူတို့သည် စောင့် မတော်မူခြင်းကို
အစဉ် အမြဲခံရကြလိမ့်မည်။ မတရား
သောသူ၏ သား
မြေးတို့မူကား ၊ ပယ်ရှင်း ခြင်းကိုခံရကြလိမ့်မည်။
29 ဖြောင့်မတ် သောသူတို့သည် ပြည် တော်ကို
အမွေ ခံ၍
အစဉ် အမြဲနေ ရကြလိမ့်မည်။
30 ဖြောင့်မတ် သောသူ၏နှုတ် သည် ပညာ
ကို မြွက်ဆို တတ်၏။ သူ
၏လျှာ သည်လည်း
တရား သော စကားကို ပြော ဆိုတတ်၏။
31 ထာဝရဘုရား ၏ တရား
တော်သည် သူ
၏ စိတ် နှလုံးထဲ မှာ တည်သည်ဖြစ်၍၊ သူ
သွား သောအခါ မ
ချော် မလဲရ။

32 မတရား သောသူသည် ဖြောင့်မတ် သောသူကို
ချောင်းမြောင်း ၍
သတ် ခြင်းငှါ ရှာကြံ တတ်၏။
33 သို့သော်လည်း၊ ထာဝရဘုရား
သည် ထိုသူ
၏ လက် ၌
ဖြောင့်မတ် သောသူကို စွန့်ပစ် တော်မူမည်မဟုတ်။ အစစ် ခံရသောအခါ
အပြစ် စီရင်တော်မူမည်မဟုတ်။
34 ထာဝရဘုရား ကို မြော်လင့် ၍ ၊ လမ်း တော်ကို
ရှောက်သွား လော့။ ပြည် တော်ကို
အမွေ ခံရသောအခွင့်နှင့်
ချီးမြှောက် တော်မူမည်။ မတရား
သောသူတို့ ဆုံးရှုံး ခြင်းကို သင်သည် ကြည့်မြင် ရ
လိမ့်မည်။
35 မတရား သောသူသည် အစိုး
တရပြု၍ ၊ ပေါက် ရင်း အရပ်မှာကြီးပွားသော သစ်ပင်
လန်းလန်းရှိသကဲ့သို့ ၊ ကိုယ်ကိုကိုယ်ပြန့်ပွါး စေသည်ကို
ငါမြင် ရသော်လည်း၊
36 နောက် တဖန်သူသည် ရွှေ့သွား ၍ ကွယ်ပျောက်၏။ သူ့
ကိုလည်း
ငါရှာ ၍ မ တွေ့ ရ။

37 စုံလင် ခြင်းတရားကိုစောင့်ရှောက် လော့။ ဖြောင့်မတ်
ခြင်းတရားကို ကြည့်ရှု ဆင်ခြင်လော့။ ထိုသို့ပြုသော
သူ သည် အဆုံး
၌
ငြိမ်သက် ခြင်းကို ခံစားရလိမ့်မည်။
38 ပြစ်မှား သောသူအပေါင်း တို့သည် ပျက်စီး ခြင်းသို့
ရောက်၍ ၊ မတရား သောသူတို့သည်အဆုံး ၌ပယ်ရှင်း
ခြင်းကိုခံရကြလိမ့်မည်။
39 ဖြောင့်မတ် သောသူတို့၏ ကယ်တင် ခြင်းအမှုကို
ထာဝရဘုရား
စီရင်တော်မူ၏။ ဘေး
ရောက်သည်ကာလ ၌
သူ တို့ခိုလှုံ ရာဖြစ်တော်မူ၏။
40 ထာဝရဘုရား သည် သူ
တို့ကို မစ
ကယ် တင်တော်မူ မည်။ ယုံကြည်ခိုလှုံ သောကြောင့် ၊
မတရား သောသူတို့ လက်မှ
နှုတ် ယူကယ် တင်တော်မူမည်။

38

အောက်မေ့ စေခြင်းဌာ စပ်ဆိုသောဆာလံ။

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ အမျက် တော်ထွက်၍
အကျွန်ုပ် ကို အပြစ် တင်တော်မ မူပါနှင့်။ ပြင်းစွာ သော
စိတ် တော်ရှိ၍

ဆုံးမ တော်မမူပါနှင့်။
2 မြှား တော်တို့သည် အကျွန်ုပ် ၌
စုဝေး ၍ ၊ လက် တော်သည် အကျွန်ုပ် ကို
နှိပ် လျက်ရှိပါ၏။
3 အမျက် တော်ထွက်သောကြောင့် ၊ အကျွန်ုပ်
အသား သည် ကျန်းမာ ခြင်းမ ရှိပါ။ ဒုစရိုက် အပြစ်
ကြောင့်
အရိုး များထဲ မှာ သက်သာ ခြင်းမ ရှိပါ။
4 အကျွန်ုပ် ပြုမိသော ဒုစရိုက် တို့သည် အကျွန်ုပ်
ခေါင်း ကို လွှမ်းမိုး ၍ ၊ လေး သောဝန် ကဲ့သို့ အကျွန်ုပ်
မထမ်း နိုင်အောင် လေး ကြပါ၏။
5 အကျွန်ုပ် မိုက် သောအမှုကြောင့်
အနာ တို့သည် နံ စော်၍ ရိယွဲ့လျက်ရှိကြပါ၏။
6 အကျွန်ုပ်သည် ပြင်းထန် စွာ ခံ ရ၍၊ အလွန် နှိမ့်ချ
လျက်၊ ကြမ်းတမ်းသောအဝတ်ကိုဝတ်လျက် တနေ့လုံး
သွား ရပါ၏။
7 အကျွန်ုပ် ခါး သည် ပူလောင် သော အနာစွဲ ၍ ၊
အသား သည်လည်း ကျန်းမာ ခြင်းမ ရှိပါ။
8 နုန်နဲ့ ခြင်း၊ ကြေကွဲ ခြင်းရှိ၍ ၊ စိတ် နှလုံးလှုပ်ရှား
သဖြင့်
အော်ဟစ် ရပါသည်။
9 အိုဘုရား ရှင်၊ အကျွန်ုပ် အလို ရှိသမျှ သည် ရှေ့
တော်၌ ထင်ရှားပါ၏။ အကျွန်ုပ် ညည်းတွား ခြင်း ကို

လည်း
အကြွင်းမဲ့ သိတော်မူ၏။
10 အကျွန်ုပ် ၏ နှလုံး တုန်လှုပ် ၍၊ ခွန်အား လည်း
ကုန် ပါပြီ။ မျက်စိ အလင်း သည် ကွယ် ပျောက်ပါပြီ။
11 အကျွန်ုပ် ၏အဆွေ ခင်ပွန်း၊ အပေါင်း အ ဘော်
တို့သည် အကျွန်ုပ်
အနာ ရောဂါကြောင့် ၊ ဝေးဝေး ရပ်
လျက် ၊ ပေါင်းဘော် တို့သည်လည်း
ရှောင် လျက် နေကြ ပါ၏။
12 အကျွန်ုပ် အသက် ကို ရှာ သော သူ တို့သည်
ကျော့ကွင်း
များကို ထောင်ထားကြပါ၏။ အကျွန်ုပ် ၌ အပြစ်
ပြုခြင်းအခွင့်ကို ရှာ သောသူတို့သည် တနေ့လုံး
မ နာလို သော စကား ကို ပြော ၍ ၊ မ ကောင်းသော
ပရိယာယ် ကို ကြံစည် ကြပါ၏။
13 အကျွန်ုပ် မူကား ၊ နားပင်း သောသူကဲ့ သို့ မ
ကြား။ နှုတ် ကို မ
ဖွင့် တတ်သောလူ ကဲ့ သို့ ဖြစ်ပါ၏။
14 နားမ ကြား ၊ ပြန် ၍မ ငြင်းနိုင်သော သူ
ကဲ့ သို့ဖြစ် ပါ၏။
15 အကြောင်း မူကား၊ အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော်
ကိုအကျွန်ုပ် ကိုးစား
ပါ၏။ အကျွန်ုပ် ၏ အရှင်

ဘုရား သခင်၊ ကိုယ်တော်သည် ပြန် ပြောတော်မူမည်။
16 သို့မဟုတ် ၊ သူတို့သည် အကျွန်ုပ်အမှုမှာ ဝမ်းမြောက်
ကြပါလိမ့်မည်။ အကျွန်ုပ် သည် ခြေ ချော် သောအခါ
အကျွန်ုပ် တဘက် ၌ ကိုယ် ကို ချီးမြှောက် ကြပါ
လိမ့်မည်ဟု လျှောက် ပါပြီ။
17 အကျွန်ုပ် လဲ လု သည်ဖြစ်၍ ၊ ကိုယ် ဆင်းရဲ ခြင်း
ကို အစဉ် အောက်မေ့ လျက်နေရပါ၏။
18 ကိုယ် အပြစ် ကို ဘော် ပြ ပါ၏။ ပြစ်မှား မိ
သောကြောင့်
စိတ် ပူပန်ခြင်းရှိပါ၏။
19 အကျွန်ုပ် ၏ ရန်သူ တို့ကား ၊ ကျန်းမာ လျက် ၊
ခွန်အား ကြီးလျက်ရှိ ကြပါ၏။ အကျွန်ုပ် ကို မ
ဟုတ်မှန်ဘဲ မုန်း သောသူတို့ကား၊ များပြား ကြပါ၏။
20 အကျွန်ုပ် သည် ကျေးဇူး တရားကို ကြိုးစား၍ ကျင့်
သောကြောင့် ၊ ကျေးဇူး အတွက်
အပြစ် ပြု တတ် သော သူ တို့ သည် အကျွန်ုပ် ကို
ရန်ဘက် ပြုကြပါ၏။
21 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ကို စွန့်ပစ် တော်မ မူ
ပါနှင့်။ အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် နှင့် ဝေးဝေးနေ
တော် မ မူပါနှင့်။
22 အကျွန်ုပ် ကို ကယ်တင် တော်မူသော ဘုရား ရှင်၊
အကျွန်ုပ် ကိုမစ ခြင်းငှါ အလျင်အမြန်ကြွလာ တော်မူပါ။

39

1 ငါ သည်စကား ဖြင့် မျှ
မပြစ်မှား မည်အကြောင်း၊ ကိုယ် ကျင့် ကို သတိ
ပြုမည်။ မတရား
သောသူသည် ငါ့ ရှေ့
မှာ ရှိ စဉ်၊ ငါ သည်ကိုယ်နှုတ် ကို
ချည်နှောင် မည်ဟု ငါပြော ထား၏။
2 စကား မပြောဘဲအ လျက်နေ၏။ ကောင်း သော အရာ
ကို
ပင် မ
ပြော။ ထို
သို့နေစဉ်၊ ငါ သည် စိတ် ညစ်ညူးခြင်းရှိ ၏။
3 ကိုယ် အထဲ မှာ
နှလုံး ပူဆွေး ခြင်းရှိ၏။ ငါ ညည်းတွား စဉ် ၊ မီး လောင်
လေ၏။ ထိုအခါငါ သည် နှုတ် မြွက် ၏။
4 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် သည် ကိုယ်ပျက်
တတ်သော သဘောကိုသိ
ရပါမည်အကြောင်း၊ အကျွန်ုပ်
၏လမ်း ဆုံးကိုဌင်း၊ အကျွန်ုပ် ၏ အသက် အပိုင်း
အခြားကိုဌင်း သိ စေတော်မူပါ။
5 အကျွန်ုပ် အသက် တာကို တမိုက် မျှသာ ခန့်ထား
တော်မူပြီ။ အကျွန်ုပ် အရွယ် သည် ရှေ့ တော်၌ ဘာမျှ
မဟုတ် သကဲ့သို့

ဖြစ်ပါ၏။ အကယ် စင်စစ်လူမည်သည် ကား၊ လူ
၏အထွဋ် သို့ ရောက် သော်လည်း၊ အနတ္တ သက် သက်
ဖြစ်ပါ၏။
6 အကယ် စင်စစ်လူ သည် အရိပ် ၌ သာ ကျင်လည်
ပါ၏။ အကယ် စင်စစ်လူတို့သည် အကျိုး မဲ့ပင်ပန်း ကြ
ပါ ၏။ ဥစ္စာ
ကိုဆည်းဖူးသော်လည်း အဘယ် သူရ အံ့သည် ကို မ
သိ ရပါ။
7 ယခု မူကား ၊ အကျွန်ုပ်သည် အဘယ်သို့ မြော်လင့် ရ
ပါမည်နည်း။ အိုထာဝရ
ဘုရား၊ ကိုယ်တော် ၌
သာ မြော်လင့် စရာအကြောင်းရှိပါ၏။
8 ပြစ်မှားမိသမျှ သောအပြစ် တို့မှ
အကျွန်ုပ် ကို လွတ် တော်မူပါ။ မိုက် သောသူတို့ ၏
ကဲ့ရဲ့
ခြင်းကို ခံ
စေတော်မ မူပါနှင့်။
9 ကိုယ်တော် စီရင် တော်မူ ရာ ဖြစ်သောကြောင့် ၊
အကျွန်ုပ်ပြော စရာမရ။ နှုတ် ကို မ
ဖွင့် ဘဲနေရပါ၏။
10 အကျွန်ုပ် ကို ဒဏ်ခတ် တော်မမူပါနှင့်ဦး။ လက်
တော်အောက်၌ ဆုံးမ
ခြင်းကိုခံ ရ၍

အား ကုန်ပါပြီ။
11 ကိုယ်တော်သည် လူ
တို့အပြစ် ကြောင့်
ဆုံးမ ၍
ဒဏ်ခတ် တော်မူလျှင် ၊ ပိုးရွ ဖျက်တတ်သကဲ့သို့ ၊
လူ တို့၏ တင့်တယ် ခြင်းအသရေကို ပြယ် ပျောက်စေ
တော်မူ၏။ အကယ် စင်စစ်လူ ခပ်သိမ်း တို့သည် အနတ္တ
သက်သက်ဖြစ်ကြပါ၏။
12 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ဆုတောင်းခြင်း ပဌနာ
ကို ကြား တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ် အော်ဟစ် သော အသံ
ကို နားထောင် တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ် မျက်ရည် ကို ကြည့်
၍ နေတော်မ မူပါနှင့်။ ဘိုးဘေး
အပေါင်း တို့သည် ဖြစ်ဘူးသကဲ့သို့ ၊ အကျွန်ုပ် သည်
ရှေ့တော်၌ ဧည့်သည် အာဂန္တုဖြစ်၏။
13 အကျွန်ုပ် သည် ရှေ့သွား ၍
မ ပျောက် မီတွင်
သက်သာ ရမည်အကြောင်း ၊ မျက်နှာ လွှဲတော်မူပါ။

40

1 ငါသည် ထာဝရဘုရား
ကို စေ့စေ့မြော်လင့် သည် ကာလ၊ ငါ့ ကို
မျက်နှာ ပြု၍
ငါ အော်ဟစ် သောအသံကို ကြား တော်မူ၏။
2 ပျက်စီး ရာတွင်း နှင့်

အလွန် ဆိုးသောရွံ့ ထဲ ကငါ့ ကို ဆယ် နှုတ်ပြီးလျှင်
ငါ့ ခြေ တို့ကို ကျောက် ပေါ်မှာတင် ၍
ငါ ခြေ ရာတို့ကို တည် စေတော်မူ၏။
3 ထိုသို့ငါ တို့ဘုရား သခင်ကို
ချီးမွမ်း ရာသီချင်း
သစ် ကို ငါ မြွက်ဆို စေ ခြင်းငှါ အခွင့်ပေး တော်မူ၏။
လူများ
တို့သည် သိမြင် ၍
ကြောက်ရွံ့ သောစိတ် နှင့် ထာဝရဘုရား
ကို
ကိုးစား ကြလိမ့်မည်။
4 မာန ထောင်လွှားသောသူနှင့်
မိစ္ဆာတရား လမ်း သို့
လွှဲ သွားသောသူတို့ ကိုမ
မှီ ဝဲ၊ ထာဝရဘုရား
ကို ကိုးစား
သောသူ သည် မင်္ဂလာ ရှိ၏။
5 အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား
သခင်ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် တို့အဘို့
ပြု တော်မူသောအံ့ဩ ဘွယ်အမှုတို့နှင့်
ကြံစည်တော်မူသောအကြံ အစည်တို့သည် များ လှ
ပါ၏။ ရှေ့ တော်၌ အစဉ်အတိုင်းလျှောက် ၍ မ
ကုန်နိုင်ပါ။ အကျွန်ုပ်ထုတ်ဘော် ကြားပြောမည်ဟုဆို

သော် ၊ ရေတွက်
၍
မကုန်နိုင်အောင် များ လှပါ၏။
6 ကိုယ်တော်သည် ယဇ် နှင့် ပူဇော် သက္ကာကို အလို
တော် မ
ရှိသည် ဖြစ်၍ ၊ အကျွန်ုပ် နား ကို ဖွင့် တော်မူပြီ။ မီးရှို့
ရာယဇ်နှင့်
အပြစ် ဖြေ ရာ ယဇ် များ ကို တောင်း တော် မ မူ
သောအခါ၊
7 ကျမ်းစာ လိပ် ၌
အကျွန်ုပ် ကို အမှတ်ပြု၍ ရေး
ထား သည်နှင့်အညီ ၊ အကျွန်ုပ်သည် သွား ပါမည်ဟု
ဝန်ခံ ပါ၏။
8 အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား
သခင်၊ ကိုယ်တော် ၏အလို ကို ဆောင် ရာ၌
အကျွန်ုပ်သည် အား
ရဝမ်းမြောက်ပါ၏။ ကိုယ်တော် ၏တရား သည်လည်း
အကျွန်ုပ် နှလုံး ထဲ မှာ ရှိပါ၏။
9 ဖြောင့်မတ် ခြင်းတရားကို ပရိသတ် ကြီး အလယ်
မှာ အကျွန်ုပ် ဟော
ပါပြီ။ အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် သည် ကိုယ်နှုတ် ကို
ပိတ် ၍ မ
နေကြောင်းကို ကိုယ်တော် သိ တော်မူ ၏။

10 ဖြောင့်မတ် စွာ စီရင်တော်မူခြင်းတရားကို အကျွန်ုပ်
သည် ကိုယ်နှလုံး ထဲ မှာ ဝှက် ၍မ ထားပါနှင့်။ သစ္စာ
စောင့်တော်မူခြင်းတရားနှင့်
ကယ်တင် တော်မူခြင်းတရားကို ဟောပြော ပါပြီ။
ကရုဏာ
တော်နှင့်
သစ္စာ တော်ကို ပရိသတ် ကြီး
အလယ်မှာ
မ ထိမ် မဝှက်ပါ။
11 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ၌ သနား
စုံမက်တော်မူခြင်းစိတ်ကို မ
ချုပ်တည်း ပါနှင့်။ ကရုဏာ
တော်နှင့်
သစ္စာ တော်သည် အကျွန်ုပ် ကို အစဉ် စောင့် မပါ
စေသော။
12 အကြောင်း မူကား၊ အတိုင်း မ သိများစွာသော ဘေး
ဥပဒ်တို့သည် အကျွန်ုပ် ကို
ဝိုင်း ကြပါပြီ။ အကျွန်ုပ်မျှော် ၍ မ
ကြည့် နိုင် အောင်ခံရသောအပြစ် တို့သည် အကျွန်ုပ်
ကို မှီ ကြပါပြီ။ အကျွန်ုပ် ဆံပင် ထက် များပြား သည်
ဖြစ်၍၊ အကျွန်ုပ် နှလုံး သည် အားလျော့ ပါပြီ။
13 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ကို နှုတ်ယူ ခြင်းငှါ
အလိုရှိ တော်မူပါ။ အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ကိုမစ

ခြင်းငှါ အလျင် အမြန်ပြုတော်မူပါ။
14 အကျွန်ုပ် အသက် ကို သတ် ခြင်းငှါ ရှာ ကြံသော သူ
အပေါင်း တို့သည် အရှက်ကွဲ ၍
မျက်နှာ ပျက်ကြပါစေ သော။ အကျွန်ုပ် ၌ အန္တရာယ်
ပြု ချင်သောသူတို့သည် လှန် ခြင်းကိုခံရ၍
ရှက်ကြောက် ခြင်းသို့ရောက်ကြပါစေ သော။
15 အကျွန်ုပ် ကို
အေ့ဟေ ၊ အေ့ဟေ ဟုဆို သောသူတို့ သည် အရှက်ကွဲ
ခြင်းအားဖြင့် မှိုင် တွေကြပါစေ သော။
16 ကိုယ်တော် ကို ရှာ သော သူ အပေါင်း တို့သည်
ကိုယ်တော် ၌
ဝမ်းမြောက် ရွှင် လန်း ကြ ပါ စေသော။ ကယ်တင်
တော် မူ ခြင်း ကျေးဇူး ကို နှစ်သက် သော သူ တို့ သည်
ထာဝရဘုရား
ဘုန်းကြီး တော်မူစေသတည်းဟု အစဉ် မပြတ်ပြော ကြ
ပါစေသော။
17 အကျွန်ုပ် မူကား ၊ ဆင်းရဲ ငတ်မွတ် သော်လည်း ၊
ထာဝရ ဘုရား သည် အကျွန်ုပ် ကို
အောက်မေ့ တော်မူ၏။ ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ကို
မစ
သောသူ၊ ကယ်တင် သောသူဖြစ်တော်မူ၏။ အကျွန်ုပ်
၏ ဘုရား
သခင်၊ ဆိုင်းလင့် တော်မ မူပါနှင့်။

41

1 ဆင်းရဲ သောသူကို
အောက်မေ့ သောသူသည် မင်္ဂလာ ရှိ၏။ ခဲယဉ်း သော
ကာလ ၌
ထိုသူ ကို ထာဝရဘုရား
ကယ်နှုတ် တော်မူမည်။
2 ထာဝရဘုရား သည် စောင့်မ ၍
အသက် ချမ်းသာ ပေးတော်မူသဖြင့် ၊ ထိုသူသည် ပြည်
တော်၌
ကောင်းကြီး မင်္ဂလာကို ခံရလိမ့်မည်။ ထိုသူ
ကို ရန်သူ တို့ အလို
သို့
ကိုယ်တော် သည် အပ် တော်မ မူပါ။
3 သူ သည်နာဖျား ၍ တုံးလုံး
နေသောအခါ ၊ ထာဝရဘုရား
သည် ထောက် ပင့်တော်မူမည်။ နာ
၍ နေစဉ်ကာလ ကိုယ်တော်သည် သူ
၏အိပ်ရာ ရှိသမျှ ကို လှန် ပြန်တော်မူ မည်။
4 ငါ လျှောက်ဆို ရသည်ကား၊ အို ထာဝရဘုရား ၊
အကျွန်ုပ် ကို သနား
တော်ပါ။ အကျွန်ုပ်သည် ကိုယ်တော် ကို
ပြစ်မှား မိသည်ဖြစ်၍ ၊ အကျွန်ုပ် ၌ စိတ် ဝိညာဉ်၏
အနာကိုပျောက် စေတော်မူပါဟု လျှောက်ဆို၏။

5 ငါ့ ရန်သူ တို့က၊ သူ
သည်သေ ၍
သူ၏နာမ သည် အဘယ် ကာလမှ တိမ်မြုပ် လိမ့်မည်
နည်းဟု ငါ့ ကို မနာလို ၍ ဆို တတ်ကြ၏။
6 ငါ့ကို ကြည့် လာ သောသူသည် မုသာ
စကားကို ပြော တတ်၏။ သူ
၏နှလုံး သည်လည်း မ
ကောင်းသော အကြံကို ဆည်းဖူး သည်နှင့် ၊ ထွက်သွား
သောအခါ
ထုတ် ဘော်ပြော တတ်၏။
7 ငါ့ ကိုမုန်း သော သူအပေါင်း တို့သည် ငါ့ ကို ရန်ဘက်
ပြု၍၊ တယောက်နှင့် တယောက်တိုး တိုးပြော လျက်၊ ငါ
၌ မ ကောင်းသောအကြံကို ကြံစည် တတ်ကြ၏။
8 သူ ၌
အဓမ္မ အမှု အရာစွဲကပ် သည်ဖြစ်၍ ၊ တခါလဲ လျှင်
နောက် တဖန်မ ထ ရဟု ဆိုကြ၏။
9 အကယ် စင်စစ်ငါယုံ ၍ ၊ ငါ့ မုန့် ကိုစား သော
အဆွေခင်ပွန်း သည် ငါ့ ကို ခြေနှင့်ကျောက်သတည်း။
10 အိုထာဝရဘုရား ၊ သူ တို့အပြစ်ကို
အကျွန်ုပ် ဆပ်ပေး နိုင်မည် အကြောင်း ၊ အကျွန်ုပ် ကို
သနား
၍ ထမြောက် စေတော်မူပါ။
11 အကျွန်ုပ် ၏ ရန်သူ သည် အကျွန်ုပ် အား

မ နိုင်
ကြောင်း ကိုထောက် ၍၊ ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ် ကို
မြတ်နိုး တော်မူသည်ဟု သိ ရပါ၏။
12 ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ကို
အကျွန်ုပ် စုံလင် ခြင်းအရာ၌ မစ ၍ ၊ ကာလအစဉ်
အဆက် ရှေ့ တော်ထံ မှာနေရာ ပေးတော်မူလတ့ံ။
13 ဣသရေလ အမျိုး၏ ဘုရား
သခင် တည်း ဟူသော ထာဝရဘုရား
သည် ကမ္ဘာ
အဆက်ဆက်မင်္ဂလာ
ရှိတော်မူစေသတည်း။ အာမင် နှင့်
အာမင်။

42

1 သမင်
ဒရယ်သည် ရေစီး
သော ချောင်း ကို တောင့် တသ ကဲ့သို့ ၊ အကျွန်ုပ်
ဝိညာဉ် သည် ကိုယ်တော် ကို တောင့် တပါသည်ဘုရား။
2 ငါ့ ဝိညာဉ် သည် ဘုရား
သခင်တည်း ဟူသောအသက် ရှင်တော်မူသောဘုရား
ကို ငတ် လှ၏။ အဘယ်
ကာလမှ ဘုရား
သခင့်ထံ တော်သို့ ရောက် ၍ မျက်နှာ ပြရအံ့ နည်း။

3 သူတပါးတို့က၊ သင် ၏ဘုရား သခင်သည် အဘယ်
မှာရှိသနည်းဟု ငါ့ ကို အစဉ် ပြော ဆိုကြသဖြင့် ၊ ငါ့
မျက်ရည် သည် နေ့
ညဉ့်မပြတ် ငါ စား စရာ ဖြစ် ရ၏။
4 ထို အခြင်းအရာကို ငါအောက်မေ့ ၍ နေစဉ်တွင်၊ ငါ့
စိတ် နှလုံးသည် ကြေကွဲ လျက်ရှိ၏။ အကြောင်း မူကား၊
ငါသည်လူစု များနှင့်
ပေါင်းဘော်လျက်၊ ရှင်လန်း ခြင်း အသံ ၊ ထောမနာ ပြု
ခြင်းအသံတို့ကို ပြိုင်ဆိုရ၍၊ ဓမ္မပွဲ ခံ သောလူစု
များနှင့်အတူ ဘုရား သခင်၏ အိမ် တော်သို့
ဖြည်းညှင်း စွာ သွား လှလေပြီ။
5 အိုငါ့ ဝိညာဉ် ၊ သင်သည်အဘယ် ကြောင့်ညှိုးငယ်
သနည်း။ ငါ့ အထဲ မှာ အဘယ်ကြောင့် မ ငြိမ် မ ဝပ် ရှိ
သနည်း။ ဘုရား
သခင်ကို
မြော်လင့် လျက်နေလော့။ ငါ့ကို ကယ်တင် တော်မူသော
အရှင်၊ ငါကိုးကွယ်သော ဘုရားသခင် ၏ ကျေးဇူးတော်
ကို ငါချီးမွမ်း ထောမနာပြုရလေအံ့ သတည်း။
6 အကျွန်ုပ် စိတ် ဝိညာဉ်သည် အကျွန်ုပ် အထဲ မှာ
ညှိုးငယ် လျက်ရှိပါ၏။ အကြောင်း မူကား၊ ယော်ဒန် မြစ်
ကမ်း ၊ ဟေရမုန် တောင်ရိုး၊ မိဇရ
ကုန်း ပေါ် မှာ ကိုယ်တော် ကို အကျွန်ုပ်အောက်မေ့
ပါ၏။

7 ရေဘွေ တော်များအသံ ဗလံနှင့်တကွ ဝဲ ဩဃတခု
ကို တခုဟစ် ခေါ်၍ လှိုင်း တံပိုး တော်အပေါင်း တို့သည်
အကျွန်ုပ် ကို
 လွှမ်းမိုး ကြပါပြီ။
8 သို့သော်လည်း၊ ထာဝရဘုရား
သည် နေ့
အခါ သနားခြင်းကျေးဇူး တော်ကိုပေး
ချတော်မူ၏။ ညဉ့် အခါ ၌
လည်း
ဂုဏ်တော်ကို သီချင်း ဆိုလျက်၊ ငါ့ ၏အသက် သခင်
ကို ပဌနာ
ပြုလျက်
ငါ နေ၏။
9 အကျွန်ုပ် ကိုအဘယ် ကြောင့် မေ့လျော့ တော်မူ
သနည်း။ ရန်သူ ညှဉ်းဆဲ နှိပ်စက်ခြင်းကို
ခံရ၍၊ အကျွန်ုပ် သည် ကြမ်းတမ်းသောအဝတ်ကို ဝတ်
လျက် အဘယ် ကြောင့် နေရပါသနည်းဟု ငါ ၏ကျောက်
ဖြစ်သော ဘုရား
သခင် ကို
ငါလျှောက် ရ၏။
10 ငါ့ ရန်သူ တို့က၊ သင် ၏ဘုရား သခင်သည် အဘယ်
မှာရှိသနည်းဟု ငါ့ ကို အစဉ် ပြော ဆိုကြသဖြင့် ၊ ငါ့အရိုး
တို့ကို ချိုး၍ကဲ့ရဲ့တတ်ကြ၏။

11 အိုငါ့ ဝိညာဉ် ၊ သင်သည် အဘယ်ကြောင့် ညှိုးငယ်
သနည်း။ ငါ့ အထဲ မှာ အဘယ်ကြောင့် မ ငြိမ်မဝပ်ရှိ
သနည်း။ ဘုရား
သခင်ကို
မြော်လင့် လျက်နေလော့။ ငါ့ ကိုကယ်တင် တော်မူသော
အရှင် ၊ ငါ ကိုးကွယ်သော ဘုရား
သခင်၏ကျေးဇူးတော် ကို ငါ ချီးမွမ်း ထောမနာ ပြုရ
လေအုံ့သတည်း။

43

1 အိုဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ် အမှု ၌ တရား
ဆုံးဖြတ်တော်မူပါ။ ကရုဏာ
မ ရှိသော လူမျိုး တဘက် ကနေ၍ အကျွန်ုပ်အမှုကို
စောင့် တော်မူပါ။ သစ္စာ
မရှိ၊ မ
တရား သောသူ
၏လက်မှ
အကျွန်ုပ် ကို ကယ်လွှတ် တော်မူပါ။
2 ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ် ခိုလှုံ ရာ ဘုရား
ဖြစ်တော်မူ၏။ အကျွန်ုပ် ကိုအဘယ်ကြောင့် စွန့်ပစ်
တော်မူသနည်း။ ရန်သူ ညှဉ်းဆဲ နှိပ်စက်ခြင်းကိုခံရ၍ ၊
အကျွန်ုပ် သည် ကြမ်းတမ်း သော အဝတ်ကိုဝတ်လျက်
အဘယ်ကြောင့်
နေ ရပါသနည်း။

3 အလင်း တော်နှင့် သစ္စာ တော်ကို စေလွှတ် တော်မူပါ။ သူ
တို့သည် လမ်းပြ ၍ သန့်ရှင်း သောတောင် တော်သို့
ဝင်း၊ တဲ
တော်သို့ ဝင်း
အကျွန်ုပ် ကို ပို့ဆောင် ပါစေသော။
4 သို့ပြုလျှင် ဘုရား သခင်၏ ယဇ် ပလ္လင်သို့ ဝင်း၊ အကျွန်ုပ်
ဝမ်းမြောက် ရွှင်လန်း ရာ ဘုရား
သခင်ထံ တော် သို့ဝင်း၊ အကျွန်ုပ်သည် ရောက် လာ၍
၊ ကိုယ်တော် ကို စောင်း တီးလျက်
ချီးမွမ်း ထောမနာပြုပါမည်ဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ဘုရား။
5 အိုငါ့ ဝိညာဉ် ၊ သင်သည်အဘယ်ကြောင့် ညှိုးငယ်
သနည်း။ ငါ့ အထဲ မှာ အဘယ်ကြောင့် မ ငြိမ်မဝပ်ရှိ
သနည်း။ ဘုရား
သခင်ကို
မြော်လင့် လျက်နေလော့။ ငါ့ ကို ကယ်တင် တော်မူ
သောအရှင် ၊ ငါ ကိုးကွယ်သောဘုရား သခင်၏ကျေးဇူး
တော်ကို ငါချီးမွမ်း ထောမနာ ပြုရလေအံ့ သတည်း။

44

1 အိုဘုရား သခင်၊ ရှေး လွန်လေပြီးသောကာလ
တွင် ၊ ဘိုးဘေး တို့လက်ထက် ၌ ပြု တော်မူသောအမှု
ကို သူတို့ပြော ၍ ၊ အကျွန်ုပ် တို့သည် ကိုယ်တိုင်ကြား ရ

ကြပါပြီ။
2 တပါး အမျိုးသားတို့ကို လက် တော်ဖြင့် နှင်ထုတ် ၍
အကျွန်ုပ်တို့၏ ဘိုးဘေး
များကို နေရာ
ချတော်မူ၏။ တပါး အမျိုးသားတို့ကို နှိပ်စက် ၍
ဘိုးဘေး များကို ပြန့်ပွါး စေတော်မူ၏။
3 သူ တို့သည် ကိုယ်ထား ဖြင့်
ထိုမြေ ကိုအစိုး ရကြ သည်မဟုတ် ပါ။ ကိုယ် လက်ဖြင့်
ကိုယ် ကို
ကယ်တင် ကြသည် မဟုတ် ပါ။ ကိုယ်တော်အလိုရှိ
သောကြောင့် လက်ချာ လက်ရုံးတော်နှင့်
မျက်နှာ တော်အလင်း အားဖြင့် သူတို့ကို ကယ်တင်
တော်မူ၏။
4 အိုဘုရား သခင်၊ ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ၏ ရှင်
ဘုရင်ဖြစ်တော်မူ၏။ ယာကုပ် အမျိုး၏ ကယ်တင် ခြင်း
အကြောင်းကို စီရင် တော်မူပါ။
5 ကိုယ်တော် အားဖြင့် အကျွန်ုပ် တို့သည် ရန်သူ များ
ကို တွန်းချ ကြပါစေသော။ ရန်ဘက် ပြုသောသူတို့ကို
နာမတော် အားဖြင့် နင်း ရသောအခွင့်ရှိကြပါစေသော။
6 ကိုယ် ၌ ပါသောလေး ကို အကျွန်ုပ်သည် မ
ကိုးစား။ ကိုယ် ထား သည် အကျွန်ုပ် ကို မ
ကယ် ရပါ။

7 ကိုယ်တော်သာလျှင်
အကျွန်ုပ် တို့ကို ရန်သူ လက် မှ ကယ်လွှတ် တော်မူ၏။
အကျွန်ုပ် တို့အား မုန်း သော သူများကိုလည်း
အရှက်ကွဲ စေတော်မူ၏။
8 အကျွန်ုပ်တို့သည် မ
ခြားမလပ်ဘုရား သခင်၌
ဝါကြွား၍
နာမတော် ကို အစဉ် အမြဲချီးမွမ်း ကြပါ၏။
9 သို့သော်လည်း ၊ ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ် တို့ကို
စွန့်ပစ် ၍
အရှက်ကွဲ စေတော်မူပြီး။ အကျွန်ုပ် တို့ ဗိုလ်ခြေ နှင့်
အတူ ကြွ တော်မ မူပါ။
10 အကျွန်ုပ် တို့ကို ရန်သူ ရှေ့ မှာပြန် ပြေး စေ တော်
မူ၍ ၊ မုန်း သောသူတို့သည် အလိုလိုလုယူ ရကြ၏။
11 ဟင်းလျာ ဖြစ်သောသိုး များကဲ့ သို့အကျွန်ုပ် တို့ကို
အပ် လိုက်၍ ၊ တပါးအမျိုးသား တို့တွင်
အရပ်ရပ်ကွဲပြား စေ တော်မူ၏။
12 ကိုယ်တော် ၏ လူ
များကိုအဘိုး မ ခံဘဲရောင်း ၍ ၊ ရောင်း သောအားဖြင့်
စီးပွါး တော်ကို တိုးပွါး စေတော်မူသည် မ ဟုတ်။
13 အကျွန်ုပ် တို့ ကို အိမ်နီးချင်း များ ကဲ့ရဲ့ ရာ
ပတ်ဝန်းကျင် ၌နေသောသူများပြက်ယယ် ပြု၍ ၊ အရှက်
ခွဲရာ ဖြစ်စေခြင်းငှါ

စီရင် တော်မူ၏။
14 တပါးအမျိုးသား တို့သည် အကျွန်ုပ် တို့ကို ပုံ
ခိုင်း ရသောအခွင့်၊ လူစု
တို့သည် ခေါင်း ညှိတ် ရသောအခွင့်ကိုပေး တော်မူ၏။
15 ကဲ့ရဲ့ သောသူနှင့်
အသရေ ဖျက်သောသူ ၏ စကား
ကြောင့် ၎င်း၊
16 ရန်ဘက် ပြုသောသူနှင့်
လက်စားချေ သော သူ၏ မျက်နှာ ကြောင့်၎င်း၊ အကျွန်ုပ် သည် ကိုယ် အရှက်
ကွဲခြင်းအကြောင်းကို အစဉ် မျက်မှောက် ပြုရပါ၏။ မျက်နှာ ရှက် ခြင်းအားဖြင့် မွန်း လျက်နေရပါ၏။
17 ထို မျှ လောက်ခံရ သော်လည်း ၊ အကျွန်ုပ် တို့သည် ကိုယ်တော် ကို မ
မေ့ မလျော့။ သစ္စာ
တော်ကို မ ဖျက် ကြပါ။
18 စိတ် နှလုံးသည် နောက် သို့မ ဆုတ် ၊ တရားတော်
လမ်း မှ လွှဲ ၍
မသွား ကြပါ။
19 ကိုယ်တော်မူကား ၊ မြေခွေး နေရာ အရပ်မှာ
အကျွန်ုပ် တို့ကို ချိုးဖဲ့ နှိပ်စက်၍ ၊ သေခြင်း အရိပ်နှင့် ဖုံးလွှမ်း တော်မူ၏။
20 အကျွန်ုပ် တို့သည် ကိုယ်ဘုရား သခင်၏ နာမတော်

ကိုမေ့လျော့ ၍ ၊ တပါး အမျိုး၏ ဘုရား
ထံ သို့လက် ကိုဆန့် သည်မှန်လျှင်၊
21 နှလုံး ၌ဝှက်ထား သော အရာများကိုဘုရား သခင် သိ
တော်မူသည်ဖြစ်၍ ၊ ထို အမှုကိုမ စစ် ဘဲနေတော်မူမည် လော။
22 အကယ် စင်စစ်ကိုယ်တော် အတွက်
အကျွန်ုပ်တို့ သည် အစဉ် မပြတ်အသေသတ် ခြင်းကိုခံ ရကြပါ၏။ သတ် ဘို့ရာထားသောသိုး ကဲ့သို့ အကျွန်ုပ်တို့ ကို သူတပါး မှတ် တတ်ကြပါ၏။
23 အိုဘုရား ရှင်၊ နိုး
တော်မူပါ။ အဘယ်ကြောင့် ကျိန်းစက် တော်မူသနည်း။ ထ
တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ်တို့ကို အစဉ် စွန့်ပစ် တော်မ မူပါ နှင့်။
24 အကျွန်ုပ် တို့ ခံရသောနှိမ့်ချ ခြင်းနှင့်
ညှဉ်းဆဲ ခြင်းကို မျက်နှာ တော်လွှဲ ၍ အဘယ်ကြောင့် မေ့လျော့ တော်မူသနည်း။
25 အကျွန်ုပ် တို့၏စိတ် ဝိညာဉ်သည် မြေ တိုင်အောင် နှိမ့်ချ ခြင်းကို ခံရ၍ ၊ ရင်ပတ် လည်းမြေ ၌ ကပ် လျက် ရှိပါ၏။
26 အကျွန်ုပ် တို့ကို
မစ သောဘုရား ၊ ထ တော်မူပါ။ ကရုဏာ
တော်နှင့်အညီ ရွေးနှုတ် တော်မူပါ။

45

1 ငါ့ စိတ် နှလုံးသည် မင်္ဂလာ စကား နှင့်ပွက် ထ လျက်
ရှိ၍၊ ငါ စီရင် သောအရာ ကို
ရှင်ဘုရင် ရှေ့တော်၌ မြွက်ဆို ပေအုံ့။ ငါ့ လျှာ သည်
လည်း လိမ္မာ
ကျွမ်းကျင်သော စာရေး
၏ကညစ် ဖြစ်ရ၏။
2 ကိုယ်တော် သည် လူမျိုး ထက် အဆင်း လှပါ၏။
နှုတ် တော်သည် ကျေးဇူး စကားနှင့်
ပြည့်စုံ ပါ၏။ ထို ကြောင့် ဘုရား သခင် သည်
ကိုယ်တော် ကို အစဉ် အမြဲကောင်းကြီး ပေးတော်မူ၏။
3 တန်ခိုး ကြီး သောအရှင် ၊ ဘုန်း အသရေတော် ဖြစ်
သော ကိုယ်တော် ၏ထား ကို ပေါင် တော်၌
စည်း တော်မူပါ။
4 သစ္စာ တရား ၊ နှူးညံ့ ခြင်း တရား၊ ဖြောင့်မတ်
ခြင်း တရားကြောင့် ၊ အသရေ တော်ထင်ရှားလျက် ၊
အောင်မြင် ၍
စီး သွား တော် မူ ပါ။ လ က်ျာ လက် တော်လည်း
ကြောက်မက်
ဘွယ်သောအရာကို ကိုယ်တော် အားပြ ပါလိမ့်မည်။
5 ရှင်ဘုရင် ၏ ရန်သူ တို့နှလုံး ထဲ မှာ မြှား တော်
တို့သည် ထက် သည်ဖြစ်၍၊ လူ
တို့သည် ခြေတော်အောက် ၌ လဲ ကြ ပါ၏။

6 အိုဘုရား သခင်၊ ကိုယ်တော် ၏ပလ္လင် သည် နိစ္စ
ထာဝရပလ္လင် ဖြစ်ပါ၏။ ကိုယ်တော် ၏နိုင်ငံ သည်
တရား သဖြင့်စီရင်သော နိုင်ငံဖြစ်ပါ၏။
7 ကိုယ်တော်သည်ဖြောင့်မတ် ခြင်းတရားကို နှစ်သက်
၍
မ တရားသောအမှုကို မုန်း တော်မူ၏။ ထိုကြောင့်
ဘုရား သခင်၊ ကိုယ်တော် ၏ဘုရား သခင် သည်
ကိုယ်တော်
၏အပေါင်း ဘော် တို့ ထက် ၊ ကိုယ်တော် ကို
ချီးမြှောက်၍၊ ဝမ်းမြောက် ခြင်းဆီ နှင့်ဘိသိတ် ပေး
တော်မူပြီ။
8 ဆင်စွယ် ဘုံ ဗိမာန်ထဲက
ထုတ်သောအဝတ်
တန်ဆာတော်ရှိသမျှ တို့သည်မုရန် ၊ အကျော် ၊ သစ်
ကြံပိုးအမွှေးနှင့်
ပြည့်စုံ၍ နှစ်သက် တော်မူဘွယ် ဖြစ်ကြပါ၏။
9 အပြည်ပြည်သော မင်း သမီး တို့သည် မောင်းမ မိသမ
အဝင် ဖြစ်၍၊ လက်ျာ တော်ဘက် မှာ သြဖိရ
ရွှေ
တန်ဆာဆင်သော မြောက် သားတော်နေရာ ဖြစ်ပါ၏။
10 ငါ့သမီး နားထောင် လော့။ ဆင်ခြင် ၍
နာ ယူ လော့။ ကိုယ် အမျိုးသား ချင်းနှင့်
ကိုယ် အဘ ၏အိမ် ကို မေ့လျော့ လော့။

11 သို့ပြုလျှင် သင် လှ သောအဆင်းကို ရှင် ဘုရင်သည်
နှစ် လိုစိုမက်တော်မူမည်။ သူ
သည် သင် ၏အရှင်
ဖြစ်သောကြောင့် သူ့ ကို ကိုးကွယ် လော့။
12 တုရု မင်း သမီးမှစ၍ လူစု တွင် ဥစ္စာ
ရတတ်သောသူတို့ သည်လည်း၊ လက်ဆောင် ပဏ္ဏာပါ
လျက် သင့် ကို ဖျောင်းဖျ ရကြလိမ့်မည်။
13 ရှင်ဘုရင် ၏သမီး တော်သည် အတွင်း ၌ ဂုဏ်
အသရေသက်သက်ရှိ၏။ ရွှေ ဖြင့် ချယ်လှယ် သော
အဝတ် တန်ဆာကိုဆင်၏။
14 စ္စာ နှင့်ကာလျက်
ရှင်ဘုရင် ထံသို့ ဆောင် ခဲ့ရ၏။ နောက် လိုက်သော
အပေါင်းအဘော် အပျိုတော်များကိုလည်း၊ ကိုယ်တော်
ထံ သို့သွင်း ရလိမ့်မည်။
15 ဝမ်းမြောက် ရွှင်လန်း သောအခြင်းအရာနှင့်
ဆောင် ခဲ့၍ ၊ ရှင်ဘုရင် ၏နန်းတော် သို့ ဝင် ရကြ
လိမ့်မည်။
16 ကိုယ်တော် ၏အဘ များ ကိုယ်စား သား များကို ရ
၍၊ မြေကြီး တပြင်လုံး တွင် မင်း အရာ ၌ခန့်ထား တော်
မူလိမ့်မည်။
17 အကျွန်ုပ်သည် ကိုယ်တော် ၏နာမ ကို လူမျိုး
အစဉ်အဆက် အောက်မေ့ ကျော်စော စေ သဖြင့် ၊
လူမျိုး တို့ သည် ကမ္ဘာ

အဆက်ဆက် ကိုယ်တော် ကို
ချီးမွမ်း ကြလတံ့သတည်း။

46

1 ဘုရား သခင်သည် ငါ တို့ခိုလှုံ ရာ ဖြစ်၍ ၊ ခွန်အား
ကိုပေး တော်မူ၏။ ဘေး
ရောက် သည်ကာလ အထူး
သဖြင့်ကူမ တော်မူကြောင်း ထင်ရှားလျက်ရှိ၏။
2 ထိုကြောင့် ပထဝီမြေကြီး သည် ရွှေ့ သွား၍
တောင် များတုန်လှုပ်လျက် သမုဒ္ဒရာ
သို့ ကျ သော်လည်း၊ ငါတို့သည် ကြောက်လန့် ခြင်းမ
ရှိ။
3 သမုဒ္ဒရာရေ သည် ဟုန်းဟုန်းမြည် ၍ မွှေနှောက် ပါ
လေစေ။ လှိုင်း တံပိုးထသဖြင့် ၊ တောင် များတုန်လှုပ် ပါ
လေစေ။
4 မြစ် တမြစ်ရှိသေး၏။ ထို
မြစ် ရေသည်စီး၍ ဘုရား
သခင်၏ မြို့ တည်းဟူသော အမြင့်ဆုံး သော ဘုရား
ကျိန်းဝပ် တော်မူရာ သန့်ရှင်း သော မြို့တော်ကို ရွှင်လန်း
စေတတ်၏။
5 ထိုမြို့ သည် ဘုရား
သခင်ကျိန်းဝပ် တော်မူရာ ဖြစ်၍တုန်လှုပ် ခြင်း မ
ရှိရာ။ မိုဃ်းသောက် လင်းစ၌
ဘုရား သခင်ကူမ တော်မူလိမ့်မည်။

6 လူမျိုး တို့သည် ဟုန်းဟုန်းမြည် ကြ၏။ တိုင်း နိုင်ငံ
တို့သည် လှုပ်ရှား ကြ၏။ ဗျာဒိတ် သံ ကို လွှတ် တော်မူ၍
မြေကြီး သည် အရည် ဖြစ်လေ၏။
7 ကောင်းကင်ဗိုလ်ခြေ အရှင်ထာဝရဘုရား သည် ငါ တို့
နှင့်အတူ ရှိတော်မူ၏။ ယာကုပ် အမျိုး၏ ဘုရား
သခင်သည် ငါ တို့ ခိုလှုံ ရာဖြစ်တော်မူ၏။
8 ထာဝရဘုရား စီရင် ပြုပြင်၍
မြေကြီး ပေါ်မှာ သုတ်သင် ပယ်ရှင်းခြင်း အမှုတော်များ
ကို လာ
၍ကြည့်ရှု ကြလော့။
9 လေး ကိုချိုး လျက် ၊ လှံ ကိုအပိုင်းပိုင်းဖြတ် လျက်၊
ရထား
ကိုမီး ရှို့ လျက် ၊ မြေကြီး
စွန်း တိုင်အောင် စစ်မှု ကို ငြိမ်း စေတော်မူ၏။
10 ငြိမ်ဝပ် လျက် နေကြလော့။ ငါ ကား
ဘုရား သခင်ဖြစ်သည်ဟု သိ
မှတ်ကြလော့။ လူမျိုး တို့တွင်
ငါသည် ဘုန်းပွင့် မည်။ မြေကြီး ပေါ်မှာ ဘုန်းပွင့် မည်။
11 ကောင်းကင်ဗိုလ်ခြေ အရှင်ထာဝရဘုရား သည် ငါ
တို့နှင့်အတူ ရှိတော်မူ၏။ ယာကုပ် ၏ ဘုရား
သခင်သည် ငါ တို့ခိုလှုံ ရာဖြစ်တော်မူ၏။

47

1 လူ များအပေါင်း တို့၊ လက်ခုပ် တီးကြလော့။ ဘုရား

သခင် ထံသို့
အောင် သံ ကို လွှင့်၍ ကြွေးကြော် ကြလော့။
2 အကြောင်း မူကား၊ အမြင့်ဆုံး သော ထာဝရဘုရား
သည် ကြောက်မက် ဘွယ်သောဘုရား၊ မြေကြီး
တပြင်လုံး ကို
အစိုးရသောမဟာ မင်းကြီး ဖြစ်တော်မူ၏။
3 လူစု တို့ကို ငါ တို့အောက် ၌ဌင်း၊ လူမျိုး တို့ကို ငါ တို့
ခြေ အောက် ၌ဌင်း
နှိမ့်ချ တော်မူ၏။
4 ချစ် တော်မူသောယာကုပ် ၏ ဘုန်း ဖြစ်သော ငါ တို့
အမွေ ကို ငါ တို့အဘို့
ရွေး ပေးတော်မူ၏။
5 ကြွေးကြော် ခြင်းအသံနှင့်
ဘုရား သခင်တက် တော်မူ၏။ တံပိုး
မှုတ်ခြင်းအသံ နှင့်
ထာဝရဘုရား တက်တော်မူ၏။
6 ဘုရား သခင်ကို ချီးမွမ်း ၍ သီချင်း ဆိုကြလော့။
သီချင်း ဆိုကြလော့။ ငါ တို့၏ရှင် ဘုရင်ကို
ချီးမွမ်း၍ သီချင်း ဆိုကြလော့။ သီချင်းဆိုကြလော့။
7 အကြောင်း မူကား၊ ဘုရား
သခင်သည် မြေကြီး
တပြင်လုံး ကိုအစိုးရသောမင်း ဖြစ်တော်မူ၏။ ချီးမွမ်း
ခြင်း ထောမနာ သီချင်း ကို ဆိုကြလော့။

8 ဘုရား သခင်သည် လူမျိုး တို့တွင်
စိုးစံ တော်မူ၏။ ဘုရား
သခင်သည် သန့်ရှင်း သော ပလ္လင် တော်ပေါ်မှာ ထိုင်
တော်မူ၏။
9 လူမျိုး တို့၏ အကြီး အကဲတို့သည် အာဗြဟံ
ကိုးကွယ်သော ဘုရား
သခင်၏လူမျိုး ထံ မှာ စုဝေး လျက် ရှိ ကြ၏။
အကြောင်း မူကား၊ မြေကြီး တန်ခိုး များကို ဘုရား
သခင် ပိုင်တော်မူ၏။ အထူး
သဖြင့်ချီးမြှောက် ခြင်း ရှိတော်မူ ၏။

48

1 ထာဝရဘုရား သည် ကြီးမြတ် တော်မူ၏။ သန့်ရှင်း
သော တောင် တော်ပေါ်မှာ ငါ တို့ဘုရား သခင်၏ မြို့
တော် တွင်
အထူး သဖြင့်ထောမနာချီးမွမ်း ခြင်းကိုခံ ထိုက် တော်
မူ၏။
2 မြေကြီး တပြင်လုံး ရှင်လန်း ရာ ဇီအုန် တောင်ထိပ်
သည် အဆင်း လှ ပေ၏။ မြောက် မျက်နှာဘက် ၌ မဟာ
မင်းကြီး ၏ မြို့ တော်သည် တည်၏။
3 ထိုမြို့ ၏ ဘုံ
ဗိမာန်တို့တွင် ဘုရား
သခင်၌
ခိုလှုံ

ရသည်ကို
သိ ရ၏။
4 ရှင် ဘုရင်တို့သည် စည်းဝေး ၍
အတူ ရှောက်သွား ကြ၏။
5 မြင် သောအခါ
မှိုင်တွေ ၍ ထိတ်လန့် လျက် ပြေး ကြ၏။
6 ထို အရပ်၌ သူ
တို့သည် ကြောက်လန့် ခြင်းသို့ ရောက် ၍ သားဘွား
သောမိန်းမခံရသကဲ့သို့ ဝေဒနာ ရှိကြ၏။
7 တာရှူ သင်္ဘော တို့ကို ချိုးဖျက် သော အရှေ့ လေ
နှင့် တွေ့သကဲ့သို့ဖြစ်ကြ၏။
8 ငါတို့သည် ကြား ဘူးသည်အတိုင်း ၊ ကောင်းကင်
ဗိုလ်ခြေ အရှင်ထာဝရဘုရား ၏မြို့ ၊ ငါ တို့ဘုရား
သခင်၏ မြို့ တော်၌ တွေ့မြင် ရကြ၏။ ဘုရား
သခင်သည် မြို့ တော် ကို အစဉ် အမြဲတည် စေတော်မူ
မည်။
9 အိုဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ်တို့သည် ဗိမာန် တော် ထဲ
မှာ
ကရုဏာ တော်ကို အောက်မေ့ ကြပါ၏။
10 အိုဘုရား သခင်၊ နာမ
တော်သည် မြေကြီး စွန်း
တိုင်အောင် နှံ့ပြားသည်နည်းတူ ၊ ဂုဏ် အသရေတော်
လည်း

နှုံ့ပြားလျက်ရှိ၏။ လက်ျာ လက်တော်သည် ဖြောင့်မတ်
ခြင်းတရားနှင့် ပြည့်ဝ လျက်ရှိပါ၏။
11 တရား စီရင်တော်မူချက်များကြောင့်
ဇိအုန်
တောင် သည် ဝမ်းမြောက် ၍၊ ယုဒ
အမျိုးသမီး တို့သည် ရွှင်လန်း ကြပါ၏။
12 သား မြေးတို့အား
ကြား ပြော မည်အကြောင်း ဇိ အုန် မြို့ ကို ပတ်
ပတ်လည်၍
ပြအိုး တို့ကို ရေတွက် ကြလော့။
13 ရင် တားတို့ကို
မှတ် ၍ဘုံ ဗိမာန်များကိုလည်း ဆင်ခြင် ကြလော့။
14 အကြောင်း မူကား၊ ထို
ဘုရား သခင်သည် ကာလ
အစဉ်အမြဲငါ တို့၏ဘုရား ဖြစ်တော်မူ၏။ သေ
သည် ကာလတိုင်အောင် ငါ တို့ကို ပို့ဆောင် တော်မူလ
တံ့ သတည်း။

49

1 လူ များအပေါင်း တို့၊ ကြား ကြလော့။ ခပ်သိမ်း သော
လောက သား၊
2 အယုတ်အမြတ်၊ ကြွယ်ဝ သောသူ၊ ဆင်းရဲ သောသူ
တို့၊ တညီ
တညွတ်တည်းနားထောင် ကြလော့။

3 ငါ့ နှုတ် သည်ပညာ ကိုမြွှတ် ဆိုမည်။ ငါ့ နှလုံး သည်
ဉာဏ် နှင့်ဆိုင်သောအရာကို ဆင်ခြင် မည်။
4 ပုံ စကားသို့
ကိုယ် နား ကိုလှည့် လျက် နက်နဲ သော အရာကို စောင်း
တီး၍
ဖွင့် ပြပေအုံ့။
5 ခဲယဉ်း ဆိုးယုတ်သောကာလ
၌ ငါ ၏အရာ ကို လုယူ ချင်သော သူ တို့၏ ဒုစရိုက်
အမှုသည် ငါ့ ကို ဝိုင်း သော်လည်း၊ ငါ သည်
အဘယ်ကြောင့် ကြောက် ရမည်နည်း။
6 ထိုသူ တို့သည် ကိုယ်ဥစ္စာ ကို ကိုးစား
၍ ၊ ကိုယ်
စည်းစိမ် များ သောကြောင့်ဝါကြွား သော်လည်း၊
7 မိမိညီအစ်ကိုကို အဘယ် သူမျှအလျှင်းမ ရွေး နိုင်။
ရွေးရန်အဘိုး ကိုဘုရား သခင်၌
မ ပေး နိုင်။
8 သူ တို့အသက် ဝိညာဉ်၏ ရွေး ရန် အဘိုး
ကြီးလှပေ၏။ သို့ဖြစ်၍ အစဉ် ရှုံး လျက် နေရမည်။
9 ရွေးလျှင် အစဉ် အမြဲအသက် ရှင်ရာ၏။ ပုပ်စပ် ခြင်း
သို့
မ ရောက်ရာ။
10 ထင်ရှား သောအရာဟူမူကား ၊ ပညာရှိ သောသူတို့
သည် သေ

တတ်ကြ၏။ ထို
အတူမိုက် သောသူနှင့်
တိရစ္ဆာန် သဘောရှိသောသူတို့ သည် ပျက်စီး ခြင်း သို့
ရောက်၍ ၊ မိမိ တို့ဥစ္စာ ကို သူတပါး တို့၌
ချန် ထားကြ၏။
11 မိမိ တို့အိမ် သည် ထာဝရ
ဖြစ်လိမ့်မည်။ မိမိ
တို့ နေရာ
လည်း လူမျိုး အစဉ်အဆက်တည်လိမ့်မည်။ မိမိ
တို့ နာမ
သည် မြေ ပေါ်မှာ ကျော်စော လိမ့်မည်ဟု သူ
တို့ စိတ် ထင်ရှိကြ၏။
12 သို့ရာတွင် လူ သည်ဂုဏ် အသရေ၌
မ တည် မနေ တတ်။ ပျက်စီး ခြင်းသို့ ရောက်တတ်
သော တိရစ္ဆာန် နှင့်
တူ ၏။
13 ထိုသို့ ပြုမူ ခြင်းအရာသည် သူ
တို့၏ကိုးစား ရာ ဖြစ်၍ ၊ သူ တို့သားမြေးတို့သည် သူ
တို့စကား ကို နှစ်သက် တတ်ကြ၏။
14 ထိုသူ တို့ကို သိုး
များကဲ့သို့ မရဏာ နိုင်ငံ၌ ချ ထား ၍
သေမင်း စား လိမ့်မည်။ ကာလ
မကြာမမြင့်မီ ဖြောင့်မတ်

သောသူတို့သည် အုပ်စိုး ရကြလိမ့်မည်။ သူ
တို့၏ ကိုယ် ခန္ဓာသည် ဖောက်ပြန် ဘို့ ရာ ဖြစ်၏။ မရဏာ
နိုင်ငံသည် သူ
တို့၏ နေရာ ဖြစ်၏။
15 ငါ့ ကို မူကား ၊ ဘုရား သခင် သိမ်းယူ တော်မူ
သောကြောင့် ၊ ငါ ၏ဝိညာဉ် ကို မရဏာ
နိုင်ငံ၏ တန်ခိုး မှ
ရွေး တော်မူမည်။
16 သူတပါး သည် ဥစ္စာ
ကြွယ်ဝ၍ ၊ အိမ် ၏ဂုဏ်
အသရေတိုးပွါး သောအခါ
သင်သည် မ
စိုးရိမ် နှင့်။
17 ထိုသူ သည်သေ သောအခါ ၊ အဘယ် ဥစ္စာမျှ မ
ပါ ရ။ သူ
၏ဂုဏ် အသရေသည် သူ့
နောက် သို့ မ
ဆင်းသက် ရ။
18 ထိုသူ သည် အသက် ရှင်စဉ် အခါ၊ မိမိ
ဝိညာဉ် ကို ကောင်းကြီး ပေး တတ်၏။ မိမိ
အကျိုး ကို ပြုစုသောအခါ
သူတပါးတို့သည်ချီးမွမ်း တတ်ကြ၏။

19 သို့သော်လည်း၊ သူသည် သူ
၏ဘိုးဘေး အမျိုး
ရှိရာသို့
သွား ရလိမ့်မည်။ ကာလ
အစဉ်အဆက် သူတို့သည်အလင်း ကို
မ မြင် ရကြ။
20 ဂုဏ် အသရေနှင့် ပြည့်စုံလျက် ပညာ
သတိမ ရှိ သောသူသည်ကား ၊ ပျက်စီး ခြင်းသို့ ရောက်
တတ်သော တိရစ္ဆာန် နှင့် တူ ၏။

50

1 တန်ခိုးကြီး သော ဘုရားသခင် တည်း ဟူသော
ထာဝရဘုရား သည် ဗျာဒိတ် ပေးတော်မူ၏။ နေ
ထွက် ရာမှ သည် နေဝင် ရာတိုင်အောင်
မြေကြီး ကိုခေါ် တော်မူ၏။
2 အသရေ တင့်တယ်ခြင်းပြည့်စုံ ရာ ဇီအုန် တောင် ပေါ်
မှာ ဘုရား
သခင်၏ရောင်ခြည် တော်သည် ထွန်းပ၏။
3 ငါ တို့၏ ဘုရား
သခင်ကြွလာ တော်မူ၏။ တိတ်ဆိတ် စွာ နေတော်မ မူ။
ရှေ့ တော်၌ မီး
လောင် လျက်
ပတ်ဝန်းကျင် ၌ မိုဃ်းသက် မုန်တိုင်းပြင်းပြ လျက်
ရှိ၏။

4 မိမိ လူ တို့ကို စစ်ကြော စီရင်ခြင်းအလိုငှါ
အထက်
ကောင်းကင် ကို ၎င်း၊ မြေကြီး ကို ၎င်း ခေါ်တော်မူလျှ
က်၊
5 ယဇ် ပူဇော်သောအားဖြင့် ၊ ငါ နှင့်ပဋိညာဉ်
ဖွဲ့သော ငါ ၏သန့်ရှင်း သူတို့ကို ငါ့ ထံသို့ စုဝေး စေကြ
ဟု မိန့်တော်မူ၏။
6 ဘုရား သခင်သည် ကိုယ်တော် တိုင် တရား
ဆုံးဖြတ်တော်မူသည်ဖြစ်၍ ၊ ဖြောင့်မတ် တော်မူခြင်း
အကြောင်းကို ကောင်းကင် တို့သည် ထင်ရှားစွာ ပြ ကြ
လိမ့်မည်။
7 ငါ ၏လူ များတို့နားထောင် ကြ။ ငါပြော မည်။ အိုဣ
သရေလ
အမျိုး၊ သင့် တဘက် ၌ငါသက်သေ ခံမည်။ ငါသည်
ဘုရား သခင်ဖြစ်၏။ သင် ၏ဘုရား သခင်ဖြစ်၏။
8 မီးရှို့ သောယဇ်မှစ၍ ယဇ် ပူဇော်ခြင်းအမျိုးမျိုး
အတွက်
ငါသည် သင် ၌အပြစ် မ တင်။ ထိုယဇ်တို့သည် ငါ့ ရှေ့
မှာ
အစဉ် ရှိကြ၏။
9 သင့် အိမ် ထဲ က နွား ကို၎င်း၊ သင့် ခြံ ထဲ က ဆိတ်
ထီးကို၎င်းငါမ ခံမယူ။
10 တော တိရစ္ဆာန် ရှိသမျှ တို့နှင့် တထောင် သော
တောင် ပေါ် မှာရှိသော တိရစ္ဆာန် တို့သည် ငါ ၏ ဥစ္စာ

ဖြစ်ကြ၏။
11 တောင် ပေါ်မှာ နေတတ်သော ငှက် အပေါင်း တို့ကို
ငါသိ ၏။ တော
သားရဲ တို့သည် ငါ ၌ ရှိကြ၏။
12 ငါသည် ငတ်မွတ် လျှင် သင့် ကို မ ပြော။ လောက
ဓါတ် နှင့်
လောကဥစ္စာသည် ငါ ၏ ဥစ္စာဖြစ်၏။
13 နွား သား ကိုငါစား မည်လော။ ဆိတ် သွေး ကို ငါ
သောက် မည်လော။
14 ကျေးဇူး ချီးမွမ်းခြင်း ယဇ်ကိုဘုရား သခင်အား
ပူဇော် လော့။ သစ္စာ
ဂတိထားသည်အတိုင်း ၊ အမြင့်ဆုံး သောအရာ၌
သစ္စာဝတ်ကိုဖြေ လော့။
15 အမှု ရောက်သည်ကာလ ၌
ငါ့ ကိုပဌနာ ပြုလော့။ ငါသည် ကယ်လွှတ် မည်။ သင်
သည်လည်း
ငါ့ ကိုချီးမွမ်း လိမ့်မည်ဟု မိန့်တော်မူ၏။
16 မ တရား သော သူ ကို ကား ၊ သင် သည် ငါ
၏အထုံးအဖွဲ့
တို့ကို ကြားပြော ၍
ငါ ၏ပဋိညာဉ် တရားကို မြွက်ဆို ခြင်းငှါ အဘယ်သို့
ဆိုင်သနည်း။
17 ဆုံးမ သွန်သင်ခြင်းကို သင် သည်မုန်း ၍

ငါ့ စကား
ကို သင့် နောက် ၌ ပစ် ထားပါသည်တကား။
18 သင်သည် သူခိုး
ကိုမြင် လျှင် ၊ သူ နှင့် သဘော တူတတ်၏။ သူ့မယား
ကို ပြစ်မှား သောသူတို့ နှင့် ဆက်ဆံတတ်၏။
19 သင် ၏နှုတ် ကို ဒုစရိုက် ၌ အပ်နှံ ၍ ၊ သင် ၏လျှာ
ဖြင့် မုသာ
ကို စီရင် တတ်၏။
20 သင်သည်ထိုင် လျက် ၊ ကိုယ် ညီအစ်ကို ကို ဆန့်ကျင်
ဘက်ပြု၍ ပြော ဆိုတတ်၏။ ကိုယ် အမိ ၏သား ကို
ဆဲရေး တတ်၏။
21 ထို သို့ကျင့် ၍ ငါ သည် တိတ်ဆိတ် စွာ နေ
သောကြောင့်၊ ငါ့ ကို သင် နှင့်တူ သည်ဟု ထင် လေ
ပြီ တကား။ သင် ၏အပြစ် ကို ငါ ဘော်ပြ၍ ၊ သင့်
မျက်မှောက် ၌
ခင်း ထားမည်။
22 ဘုရား သခင်ကို မေ့လျော့ သောသူတို့၊ ဤ
အမှု ကို ဆင်ခြင် ကြ လော့။ သို့မဟုတ် သင် တို့ ကို
ကယ်နှုတ် သော သူမ
ရှိ။ ငါသည် အပိုင်းပိုင်းဆွဲ ဖြတ်မည်။
23 ကျေးဇူး ချီးမွမ်းခြင်းယဇ် ပူဇော်သောသူသည် ငါ
၏ဘုန်း ကို ထင်ရှားစေသောသူဖြစ်၏။ မိမိ
သွား သော လမ်း ကို ဆင်ခြင် သော သူ အား လည်း၊

ကယ်တင် တော်မူခြင်း ကျေးဇူးကို
ငါပြ မည်ဟု ဘုရား သခင်မိန့်တော်မူ၏။

51

ဒါဝိဒ် သည် ဗာသရှေဘ နှင့်မှားယွင်း ၍ ပရောဖက် နာ
သန် ၏ဆုံးမ ခြင်းကိုခံပြီးမှ စပ်ဆိုသောဆာလံ။

1 အိုဘုရား သခင်၊ ကျေးဇူး ပြုချင်သော စေတနာစိတ်
တော်ရှိသည်အတိုင်း ၊ အကျွန်ုပ် ကိုသနား တော်မူပါ။
စုံမက် တော်မူခြင်း ကရုဏာများ ပြားသည်နှင့်အညီ ၊
အကျွန်ုပ် လွန်ကျူး ခြင်း အပြစ်ကိုဖြေ တော်မူပါ။

2 ဒုစရိုက် အညစ်အကြေးကို
အကုန်အစင်ဆေးကြော ၍ ၊ အကျွန်ုပ် ကို သန့်ရှင်း စေ
တော်မူပါ။

3 အကျွန်ုပ် လွန်ကျူး ပါပြီဟု ဝန်ချလျက် ကိုယ်
အပြစ် ကို အစဉ် မပြတ်အောက်မေ့လျက်နေပါ၏။

4 ကိုယ်တော် ကို ပြစ်မှားပါပြီ။ ကိုယ်တော် ကိုသာ
ပြစ်မှား ၍
မျက်မှောက် တော်၌ ပင် မ
တရားသောအမှုကို ပြု ပါပြီ။ သို့ဖြစ်၍ မိန့် တော်မူ
ချက်သည် ဖြောင့် ပါ၏။ တရား
စီရင်တော်မူချက်သည် အပြစ် လွတ်ပါ၏။

5 အကျွန်ုပ် သည် မွေး စကပင် အပြစ် ပါလျက်
ရှိ၏။ အမိ
ဝမ်းထဲမှာ

ပဋ္ဌိသန္ဓေ ယူစဉ်ပင် အပြစ် စွဲ၏။
6 ဟုတ်မှန် ဖြောင့်မတ် သော စိတ် နှလုံးကို
နှစ်သက် တော်မူသည်ဖြစ်၍ ၊ အကျွန်ုပ် ၏ စိတ် နှလုံး ထဲမှာ
ပညာ ကို သွန်သင် တော်မူပါ။
7 အကျွန်ုပ် ကို စင်ကြယ် စေခြင်းငှါ၊ ဟုသုပ် ပင် ညွန့်နှင့်
သန့်ရှင်း ခြင်းမင်္ဂလာကို ပေးတော်မူပါ။ အကျွန်ုပ်
ကို မိုယ်းပွင့် ထက် သာ၍ဖြူ စေခြင်းငှါ ဆေးကြော
တော်မူ ပါ။
8 စိတ်သက်သာ ဝမ်းမြောက် ခြင်း ရှိ မည်အကြောင်း
စကားကို အကျွန်ုပ် အားကြား စေတော်မူပါ။ သို့ပြုလျှင်၊
ချိုးဖဲ့ တော်မူသောအရိုး တို့သည် ရွှင်မြူး ခြင်းရှိကြပါ
လိမ့် မည်။
9 အကျွန်ုပ် လွန်ကျူး ခြင်း ဒုစရိုက်တို့မှ
မျက်နှာ တော်လွှဲ ၍ ၊ အကျွန်ုပ်
အပြစ် ရှိသမျှ တို့ကိုလည်းဖြေ တော်မူ ပါ။
10 အိုဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ် အထဲ ၌ စင်ကြယ် သော
နှလုံး ကို ဖန်ဆင်း တော်မူပါ။ မြဲမြံ တည်ကြည်သော
သဘော
ကို အသစ် ပြုပြင်တော်မူပါ။
11 အကျွန်ုပ် ကို အထံ
တော်ထဲ က
နှင်ထုတ် တော် မ

မူပါနှင့်။ သန့်ရှင်း သောဝိညာဉ် တော်ကို ရုပ်သိမ်း တော်
မ မူပါနှင့်။
12 ကယ်တင် တော်မူခြင်းနှင့် ယှဉ်သော ဝမ်းမြောက်
ခြင်း အခွင့်ကို
ပြန် ၍
ပေးသနားတော်မူပါ။ ကြည်ညိုသော စေတနာ
စိတ် သဘော သည် အကျွန်ုပ် ကို ထောက် မပါ
စေသော။
13 အကျွန်ုပ်သည်လည်း မ
တရားသောသူတို့အား တရားလမ်း ကို ပြသသွန်သင်
ပါမည်။ အပြစ် ရှိသောသူတို့ သည် ကိုယ်တော် ထံ သို့ပြန်
ကြပါလိမ့်မည်။
14 အိုဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ် ကို ကယ်တင် တော်မူ
သောဘုရား ၊ လူ အသက်ကို သတ်ခြင်းအပြစ်နှင့်
အကျွန်ုပ် ကို ကင်းလွတ် စေတော်မူပါ။ တရား
သဖြင့် စီရင်တော်မူ ခြင်းကို အကျွန်ုပ် လျှာ သည်
ရွှင်လန်းစွာ သီချင်း ဆိုပါမည်။
15 အိုထာဝရ ဘုရား၊ အကျွန်ုပ် ၏ နှုတ် ကို ဖွင့် တော်
မူ ပါ။ ဂုဏ်ကျေးဇူးတော်ကို ချီးမွမ်း ၍
မြွက်ဆို ပါမည်။
16 ယဇ် ပူဇော်ခြင်းကို
အလို တော်မ ရှိ။ သို့မဟုတ် လျှင် ယဇ်ပူဇော်ပါမည်။
မီးရှို့ သော ယဇ်ပူဇော်ခြင်းကိုပင် နှစ်သက် တော်မ မူ။

17 ဘုရား သခင် နှစ်သက်တော်မူ သော ယဇ် မူကား၊
ကျိုးပဲ့ သောစိတ် ပေတည်း။ အိုဘုရား
သခင်၊ ကိုယ်တော်သည် ကျိုးပဲ့ ကြေမွသော နှလုံး ကို
ငြင်းပယ် တော်မ မူ တတ်ပါ။
18 စေတနာ စိတ်တော်ရှိ၍
ဇိအုန် တောင်ကို ကျေးဇူး ပြုတော်မူပါ။ ယေရုရှလင်
မြို့ရိုး ကို တည် စေတော်မူပါ။
19 ထိုအခါ တရား သဖြင့် ပူဇော်သောယဇ် ၊ မီးရှို့ သော
ယဇ်၊ တကိုယ် လုံးမီးရှို့သောယဇ်နှင့်
မွေ့လျော် တော်မူလိမ့်မည်။ ထိုအခါ
ယဇ် ပလ္လင်တော်ပေါ် မှာ နွား လား တို့ကို ယဇ် ပူဇော်
ကြပါလိမ့်မည်။

52

ဒါဝိဒ် သည် အဟိမလက် အိမ် သို့ ရောက် ကြောင်းကို ဧ
ဒုံ
အမျိုးသားဒေါဂ သည် ရောလု
ထံသို့ လာ ၍ လျှောက် သောအခါ စပ်ဆိုသောဆာလံ။
1 အားကြီး သော အချင်းလူ၊ သင်သည်သူ့အကျိုး
ကို ဖျက်ခြင်းအမှု၌
အဘယ်ကြောင့် ဝါကြွား သနည်း။ ဘုရား
သခင်၏ ကရုဏာ
တော်သည် အစဉ် မပြတ်တည်၏။

2 သင် ၏လျှာ သည် ထက် သော သင်တုန်း ကဲ့သို့
လှည့်စား သဖြင့်၊ သူ့အကျိုး ကို ဖျက်ခြင်းအမှု ကို ပြုစု
တတ်၏။
3 သင် သည် သုစရိုက် ထက် ဒုစရိုက် ကိုဝင်း၊ ဖြောင့်မတ်
သောစကား
ထက် မုသာ စကားကိုဝင်းသာ၍နှစ်သက် တတ်၏။
4 အိုလှည့်စား တတ်သောလျှာ ၊ သင်သည် ပျက်စီး
သော စကား
ရှိသမျှ တို့ကို နှစ်သက် တတ်၏။
5 အကယ် စင်စစ်ဘုရား သခင်သည် သင့် ကို
အစဉ် အမြဲချိုးဖျက် ပယ်ရှင်းလျက် ၊ သင် ၏နေရာ
ထဲက
နှင်ထုတ် ၍ ၊ အသက် ရှင်သောသူတို့၏ နေရာ
ထဲက
နှုတ် ပစ်တော်မူမည်။
6 ဖြောင့်မတ် သောသူတို့ သည်မြင် ၍
ကြောက်ရွံ့ ကြလိမ့်မည်။
7 ဘုရား သခင်ကိုမ ခိုလှုံ ၊ မိမိ ဥစ္စာ ကြွယ်ဝ ခြင်း၌
ကိုးစား ၍ ၊ မိမိ ဒုစရိုက် ၌ ခိုင်ခံ့ သောသူကို ကြည့် ပါ
ဟူ၍သူ ၌ ရယ် ကြလိမ့်မည်။
8 ငါ မူကား ၊ ဘုရား သခင်၏အိမ် တော်၌
စိမ်းလန်း သောသံလွင် ပင်ကဲ့သို့ ဖြစ်၍၊ ဘုရား
သခင်၏ ကရုဏာ
တော်၌

ကာလ အစဉ်အမြဲကိုးစား မည်။
9 ကိုယ်တော်စီရင် တော်မူသောကြောင့် ၊ အကျွန်ုပ်
သည် ကိုယ်တော် ကို
ကာလ အစဉ်အမြဲ ချီးမွမ်း ပါမည်။ ကောင်းမြတ် တော်
မူသောကြောင့် ၊ ကိုယ်တော် ၏သန့်ရှင်း သူတို့ရှေ့ မှာ နာမ
တော် ကို မြော်လင့် ပါမည်။

53

1 ဘုရား သခင်မ ရှိဟု မိုက် သောသူသည် ထင် တတ်
၏။ ထိုသို့သောသူတို့ သည် ဆွေးမြေ့ ယိုယွင်း၍
စက်ဆုပ် ဘွယ်သော ဒုစရိုက် ကို ပြုတတ်ကြ၏။
ကောင်း သောအမှု ကို ပြု သောသူတယောက် မျှမရှိ။
2 နားလည် သောသူ၊ ဘုရား
သခင်ကိုရှာ သောသူ တစုံတယောက်ရှိ သည် မ
ရှိသည်ကို သိ
မြင်ခြင်းငှါ ဘုရား သခင် သည် ကောင်းကင် ပေါက
လူ သား တို့ကို ငုံ့၍ ကြည့်ရှု တော်မူ၍၊
3 လူ အပေါင်း တို့သည် ဆုတ် သွားကြပြီ။ တညီ
တညွတ်တည်း ဆွေးမြေ့ ယိုယွင်းခြင်းရှိကြ၏။ ကောင်း
သောအကျင့်ကို ကျင့် သောသူမ ရှိ။ တ
ယောက်မျှ မ ရှိ။
4 မုန့် ကိုစား သကဲ့သို့ငါ ၏လူ တို့ကို ကိုက်စား ၍၊
ဘုရား
သခင်ကို ပဌနာ

မ ပြုသော အဓမ္မ
လူ တို့သည် မ
သိ ဘဲနေရကြသလော့။
5 သို့ဖြစ်၍ကြောက်လန့် စရာမ ရှိ သော်လည်း၊ အလွန်
ကြောက်လန့် ကြလိမ့်မည်။ အကြောင်း မူကား၊ သင့် ကို
ဝန်းရံ၍ တပ်ချ သောသူ၏ အရိုး
တို့ကို ဘုရား
သခင်သည် ဖရိုဖရဲကွဲပြား စေတော်မူမည်။ သူ
တို့ကို ဘုရား
သခင် ရှုတ်ချ တော်မူသောကြောင့် ၊ သင်သည် သူတို့
ကို အရှက် ခွဲရလိမ့်မည်။
6 ဣသရေလ အမျိုးကို ကယ်တင် ခြင်း ကျေးဇူး
တော်သည် ဇီအုန် တောင်ပေါ် မှာ ပေါ်ထွန်း ပါစေသော။
သိမ်း သွားခြင်းကို ခံရသောလူမျိုး တော်ကို တဖန် ဘုရား
သခင် သည် ဆောင် ခဲ့တော်မူသောအခါ ၊ ယာကုပ်
သည် ဝမ်းမြောက် ခြင်း၊ ဣသရေလ
သည်လည်း ရွှင်လန်း ခြင်း ရှိလိမ့်မည်။

54

ဒါဝိဒ် သည် ကျွန်တော် တို့တွင်
ပုန်းရှောင် ၍နေပါသည်မ ဟုတ်လော ဟု၊ ဇိဖ
သားတို့သည် ရှောလု ထံသို့ လာ ၍ လျှောက် သောအခါ
စပ်ဆိုသောဆာလံ။
1 အိုဘုရား သခင်၊ နာမ

တော်အားဖြင့် အကျွန်ုပ် ကို ကယ်တင် တော်မူပါ။
တန်ခိုး တော်အားဖြင့် အကျွန်ုပ် ဘက် ၌ တရား စီရင်
တော်မူပါ။
2 အကျွန်ုပ် ပြုသောပဌနာ နှင့် အကျွန်ုပ် မြွက်
သောစကား ကို
နားထောင် နား ညောင်းတော်မူပါဘုရား။
3 အကြောင်း မူကား၊ တကျွန်း တနိုင်ငံသားတို့သည်
အကျွန်ုပ် ကို
ရန်ဘက် ပြု၍ထ ကြပါပြီ။ ကြမ်းတမ်း သောသူတို့
သည် အကျွန်ုပ် အသက် ကို ရှာ ကြပါ၏။ ဘုရား
သခင်၏ မျက်နှာတော်ကို
မ ထောက် ကြပါ။
4 ကြည့်ရှု လော့။ ဘုရား
သခင်သည် ငါ့ ကို
ကူမ
တော်မူ၏။ ငါ့ အသက် ကိုထောက်
ပင့်သောသူတို့တွင်
ထာဝရ ဘုရားရှိတော်မူ၏။
5 ငါ ၏ရန်သူ တို့အား
မ ကောင်းသောအကျိုးကို ဆပ် ပေးတော်မူမည်။ သစ္စာ
တော်ရှိသည်အတိုင်း
သူ တို့ကို ပယ်ရှင်း တော်မူပါ။
6 အကျွန်ုပ်သည်လည်း၊ စေတနာ

စိတ်နှင့်
ကိုယ်တော် အား
ယဇ် ပူဇော်ပါမည်။ အိုထာဝရဘုရား ၊ နာမတော် ကို ချီးမွမ်း ပါမည်။ အကြောင်း မူကား၊ ကောင်းမြတ် တော်မူ၏။
7 အကျွန်ုပ် ကို ခပ်သိမ်း သော ဒုက္ခ
ထဲက
ကယ်နှုတ်
တော်မူသဖြင့် ၊ အကျွန်ုပ် သည် ရန်သူ တို့ကို ကိုယ်
မျက်စိ နှင့် မြင် ၍အားရပါ၏။

55

1 အိုဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ် ဆုတောင်း သော စကား
ကို နားထောင် တော်မူပါ။ အသနား
တော်ခံသောအခါ
ရှောင် ၍နေတော်မ မူပါနှင့်။
2 ကြည့်ရှုနားထောင် တော်မူပါ။ ရန်သူ ၏စကား
သံကြောင့် ၎င်း၊ မတရား
သော ညှဉ်းဆဲ ခြင်း ကြောင့် ၎င်း၊ အကျွန်ုပ် သည်
ညှိုးငယ် သောစိတ် နှင့်
ညည်းတွား မြည်တမ်း လျက်နေရပါ၏။
3 သူ တို့သည် အကျွန်ုပ် အပေါ် ၌ အပြစ် ကို
သက်ရောက် စေ၍ ၊ ဒေါသ စိတ်နှင့် မုန်း ကြပါ၏။
4 အကျွန်ုပ် နှလုံး သည် ကိုယ် အထဲ မှာ တုန်လှုပ် ၍

သေ ဘေးကို
ကြောက် အားကြီးပါ၏။
5 ကြောက်ရွံ့ တုန်လှုပ် ခြင်းသို့ ရောက် ၍
အလွန်
ထိတ်လန့်ခြင်း၌ မွန်း လျက်ရှိရပါ၏။
6 ငါ သည် ချိုးငှက် ကဲ့ သို့အတောင် ကို
ရပါစေ သော။ ထိုသို့ရ
လျှင် အခြားသို့ပျံ သွား၍ ၊ ငြိမ်ဝပ် လျက် နေလိမ့်မည်။
7 ဝေး စွာသွား ၍ တော
မှာ
နေရာ ကျလိမ့်မည်။
8 ပြင်းစွာ သော မိုဃ်းသက်မုန်တိုင်း နှင့်
လွတ် ခြင်း ငှါ ၊ အလျင် အ မြန် ပြေး လိမ့်မည် ဟု
အကျွန်ုပ် စိတ် ရှိပါ၏။
9 အိုထာဝရ ဘုရား၊ သူ
တို့စကား ကို ပယျောက် အောင် ကွဲပြား စေတော်မူပါ။
မြို့ တော်တွင်
အနိုင် အထက်ပြုခြင်းနှင့်
လုယူ ခြင်းကို
အကျွန်ုပ် မြင် ပါပြီ။
10 မြို့ရိုး ပေါ်မှာ နေ့
ညဉ့်မပြတ် သူတို့သည် လည်
ကြပါပြီ။ မြို့ ထဲ မှာ

ဆိုးညစ် သောအမှုနှင့်
နှောက်ယှက် ခြင်း အမှုရှိကြပါ၏။
11 အဓမ္မ တရားတို့သည် မြို့ အလယ် ၌ ရှိ၍ ၊ ညှဉ်းဆဲ ခြင်း နှင့်
လှည့်စား ခြင်းသည် လမ်း တို့၌ နေရာ ကျကြပါ၏။
12 ငါ့ ကို ကဲ့ရဲ့
သောသူသည် ငါ့ရန်သူ မ ဟုတ်။ ဟုတ် လျှင် သည်းခံ နိုင်၏။ ငါ့ ကိုရန် ဘက်ပြုသောသူသည် ငါ့ ကိုမုန်း သော သူမ ဟုတ်။ ဟုတ်လျှင် ထိုသူ
ကို ငါရှောင် နိုင်၏။
13 ထို သို့ပြုသောသူ သည် သင် ဖြစ်၏။ ငါ နှင့် ဘက် သောသူ၊ ငါ့ မိတ်ဆွေ ၊ ငါ အသိ အကျွမ်းဖြစ်၏။
14 အချင်းချင်း သာယာ သော ဆွေးနွေး တိုင်ပင်ခြင်း ကို
ပြုကြပြီ။ ဘုရား
သခင်၏ အိမ် တော်သို့ လူ
အစုအဝေးနှင့်အတူ သွား ကြပြီ။
15 သူ တို့ကို သေမင်း ဘမ်းဆီး ပါစေ။ အသက် ရှင် လျက် မရဏာ
နိုင်ငံ သို့ ဆင်းသက် ကြ ပါ စေ။ အကြောင်း မူကား၊ ဒုစရိုက် တို့သည် သူ
တို့နေရာ တွင်
သူ တို့အထဲ ၌ ရှိကြ ၏။

16 ငါ မူကား၊ ဘုရား
သခင်ကို
ပဌနာ ပြု၍ ၊ ထာဝရဘုရား
သည် ကယ်တင် တော်မူမည်။
17 ညဦး အချိန်၊ နံနက် အချိန်၊ မွန်းတည့် အချိန်တို့၌
ငါသည် ညည်းတွား မြည်တမ်း၍ ၊ ငါ ၏အသံ ကို ကြား
တော်မူ မည်။
18 ငါ့ ကို
စစ်တိုက် ကြစဉ်တွင် ၊ ငါ့ အသက် ကို ရွေးနှုတ် ၍
ချမ်းသာ ပေးတော်မူမည်။ ငါ့ ဘက် ၌ နေသောသူ
အများ ရှိ ကြ၏။
19 ရှေး ကာလမှစ၍ အမြဲစီရင် သော ဘုရား
သခင် သည် နားထောင် ၍
သူ တို့ကို နှိမ့်ချ တော်မူမည်။ သူ
တို့သည် ပြောင်းလဲ ခြင်းမ ရှိသောကြောင့် ဘုရား
သခင် ကို မ
ကြောက် မရွံ့ကြ။
20 ထိုသို့သော သူ သည် မိတ်ဆွေ ဖြစ်သော သူ ကို
ပြစ်မှား၍ သစ္စာ
ပျက် တတ်၏။
21 သူ ၏စကား သည် ထောပတ် ထက် ချော
သော်လည်း ၊ စစ်တိုက် မည်ဟုအကြံ ရှိ၏။ သူ
၏စကား သည် ဆီ

ထက် ပြော့ သော်လည်း ၊ ထုတ် သော ထားဖြစ်၏။
22 ထမ်းရွက်ရသောဝန် ကို ထာဝရဘုရား
၌
ချ ထား လော့။ သင့် ကို မစ
တော်မူမည်။ ဖြောင့်မတ် သောသူကို
အစဉ် အမြဲလှုပ်ရှား စေ တော်မ မူရာ။
23 အိုဘုရား သခင်၊ အခြားသောသူ တို့ကို ဖျက်ဆီး ရာ
တွင်း ထဲ သို့ချ တော်မူမည်။ လူ
အသက်ကိုသတ်
သောသူ နှင့်
သစ္စာ ပျက်သောသူတို့သည် မိမိ
အသက် တာတဝက်
ခန့်မျှ မ
ရှင်ရကြ။ အကျွန်ုပ် မူကား ၊ ကိုယ်တော် ၌
ခိုလှုံ ပါမည်။

56

ဒါဝိဒ် သည် ဂါသ မြို့မှာ ဖိလိတ္တတိ လူတို့လက် သို့ရောက်
သောအခါ စပ်ဆိုသောဆာလံ။

1 အိုဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ် ကို သနား
တော်မူပါ။ လူ
တို့သည် ကိုက်စား အုံ့ သော ဒေါသနှင့်နေ့တိုင်း တိုက်
၍ အကျွန်ုပ် ကို နှိပ်စက် ကြပါ ၏။

2 ရန်သူ တို့သည် နေ့တိုင်း ကိုက်စား အံ့သော ဒေါသ
ရှိ၍ မြင့် သောစိတ်နှင့် အကျွန်ုပ် ကို တိုက် သောသူ
အများ ရှိကြပါ၏။
3 အကျွန်ုပ် သည် ကြောက်ရွံ့ သောအခါ ကိုယ်တော် ၌
ခိုလှုံ ပါမည်။
4 ဘုရား သခင်ကို အမှီပြု၍ နှုတ်ကပတ် တော်၌
ဝါကြွား ပါမည်။ ငါသည် ဘုရား
သခင်ကို ခိုလှုံ သည်ဖြစ်၍ ကြောက် စရာမ ရှိ။ လူ
သည် ငါ ၌ အဘယ်သို့ ပြု နိုင်သနည်း။
5 သူတို့သည် နေ့တိုင်း ငါ့ စကား ကို အလွဲ ယူကြ၏။
ငါ ၌ မကောင်း သောအကြံကိုသာ ကြံစည် ကြ၏။
6 ငါ့ အသက် ကို စောင့် စဉ် အခါ စုဝေး ၍
ချောင်းမြောင်း လျက်၊ ငါ ခြေရာ တို့ကို ကြည့် မှတ်
ကြ၏။
7 သူ တို့သည် မ
တရားသောအမှုအားဖြင့် လွတ်ခြင်း သို့ ရောက်ရပါ
မည်လော။ အိုဘုရား
သခင်၊ ထိုလူ
များ တို့ကို အမျက် တော်ထွက်၍ လှဲ တော်မူပါ။
8 အကျွန်ုပ် သည် အရပ်ရပ်လည် ရသောအခြင်း အရာ
တို့ကို ကိုယ်တော် မှတ် ၍ အကျွန်ုပ် မျက်ရည် တို့ကို ဘူး
တော်ထဲ မှာ ထည့် တော်မူပါ။ စာရင်း တော်၌ ရှိပါသည်
မဟုတ် လော။

9 ဘုရား သခင် သည် ငါ့ ဘက်မှာ နေ တော်မူ
သောကြောင့် ၊ ငါအော်ဟစ် သောအခါ ရန်သူ တို့သည်
လှန် ခြင်း ကိုခံရကြမည်ကို ငါသိ ၏။
10 ဘုရား သခင်ကို အမှီပြု ၍ နှုတ်ကပတ် တော်၌
ဝါကြွား မည်။ ထာဝရဘုရား
ကို အမှီပြု၍ နှုတ်ကပတ် တော်၌ ဝါကြွား မည်။
11 ငါသည် ဘုရား
သခင်ကို ခိုလှုံ သည်ဖြစ်၍ ကြောက် စရာမ ရှိ။ လူ
သည် ငါ ၌ အဘယ်သို့ ပြု နိုင် သနည်း။
12 အိုဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ် သည် ရှေ့ တော်၌ သစ္စာ
ပြုပါသည်ဖြစ်၍၊ သစ္စာ
ဝတ်ကို ဖြေလျက်ကိုယ်တော် ကို ချီးမွမ်း ပါမည်။
13 ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ် အသက် ကို သေ
ခြင်း မှ ကယ်လွတ် တော်မူပြီ။ အသက် ရှင်သောသူ
တို့၏ အလင်း ထဲ မှာဘုရား သခင့်ရှေ့ တော်၌ အကျွန်ုပ်
ကျင့်နေပါမည် အကြောင်း၊ အကျွန်ုပ် ခြေ ကိုလည်း ထိ
မိ၍လဲ
ခြင်းမှ ကယ်လွတ်တော်မူမည်မဟုတ် လော။

57

ဒါဝိဒ် သည် ဥမင် ၌ ရှောလု ထံမှ ထွက်ပြေး သောအခါ
စပ်ဆိုသောဆာလံ။
1 အိုဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ် ကို သနား
တော်မူပါ။ သနား

တော်မူပါ။ ဘေး
မ လွန် မှီ တိုင်အောင် အကျွန်ုပ် ၏ ဝိညာဉ် သည် ကိုယ်တော် ကို
ခိုလှုံ ပါ၏။ အတောင် တော် အရိပ် ၌
ခိုလှုံ ပါ၏။
2 ငါသည်အမြင့်ဆုံး သော ဘုရား
သခင်၊ ငါ့ အမှုကို
ပြီးစီး စေတော်မူသောဘုရား သခင်ကို
အော်ဟစ် မည်။
3 ကောင်းကင် က လက်တော်ကို ဆန့် တော်မူမည်။ ငါ့ ကို ကိုက်စား အံ့သောသူကို အရှက်ခွဲ သဖြင့် ၊ ငါ့ ကို ကယ်တင် တော်မူမည်။ ကရုဏာ
တော်နှင့် သစ္စာ တော်ကို ဘုရား
သခင်စေလွှတ် တော်မူမည်။
4 ငါ့ ဝိညာဉ် သည် ခြသေ့် စုထဲ မှာ နေရ၏။ ဒေါသ
မီးလောင်လျက်ရှိသောလူ သား တို့တွင် ငါအိပ် ရ၏။ သူ
တို့ သွား တို့သည် လှံ နှင့် မြှား ဖြစ်ကြ၏။ သူ
တို့လျှာ သည်လည်း
ထက် သောသန်လျှက် ဖြစ်၏။
5 အိုဘုရား သခင်၊ ကောင်းကင် မြင့်သည်ထက်
ကိုယ်တော် ကြီး မြင့်တော်မူစေသတည်း။ မြေကြီး တ ပြင်လုံး ကို ဘုန်း တော်လွှမ်းမိုး ပါစေသတည်း။

6 သူတို့သည် ငါ သွား ရာလမ်း၌
ကျော့ကွင်း ကို ပြင်ဆင် ကြပြီ။ ငါ့ ဝိညာဉ် သည် နှိမ့်ချ
လျက်ရှိ၏။ ငါ့ ရှေ့ ၌ တွင်း ကို တူး
ကြပြီးမှကိုယ် တူးသော တွင်းထဲ သို့ ကိုယ်ကျ ကြပြီ။
7 အိုဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ် နှလုံး သည် တည်ကြည်
ပါ၏။ အကျွန်ုပ် နှလုံး သည် တည်ကြည် ပါ၏။ သီချင်း
ဆိုပါမည်။ ချီးမွမ်း ထောမနာပြုပါမည်။
8 အိုငါ့ ဝိညာဉ် ၊ နိုး လော့။ တယော
နှင့် စောင်း တို့ နိုး
ကြလော့။ ငါလည်း စောစော
နိုး မည်။
9 အိုထာဝရ ဘုရား၊ ပရိသတ် အလယ် ၌ ကိုယ်တော်
ကို ချီးမွမ်း ပါမည်။ လူမျိုး တို့တွင်
ကိုယ်တော် အား ထောမနာသီချင်း ဆိုပါမည်။
10 အကြောင်း မူကား၊ ကရုဏာ
တော်သည် ကောင်းကင်
သို့ ၎င်း၊ သစ္စာ
တော်သည် မိုးယ်းတိမ် သို့ ၎င်း
မှီ ပါ၏။
11 အိုဘုရား သခင်၊ ကောင်းကင် မြင့်သည်ထက်
ကိုယ်တော် ကြီး မြင့်တော်မူစေသတည်း။ မြေကြီး တ
ပြင်လုံး ကို ဘုန်း တော်လွှမ်းမိုးပါစေသတည်း။

58

1 အိုလူ သား တို့၊ အကယ် စင်စစ်သင်တို့သည် စကား
ဖြောင့် ကြသလော။
2 တရား သဖြင့်စီရင် ကြသလော။ အကယ်စင်စစ်သင်
တို့သည် မ
တရားသော အကြံ ကို
ကြံစည် ၍ မြေကြီး
ပေါ် မှာ ကိုယ် လက် နှင့်ပြုသောညှဉ်းဆဲ ခြင်းကို ချိန်
တတ် ကြ၏။
3 မတရား သောသူတို့ သည် အမိဝမ်း ထဲ မှစ၍ရိုင်း
သောသဘောရှိကြ၏။ မွေး ကတည်းက လမ်း လွဲ၍ မု
သာ
စကားကို ပြော တတ်ကြ၏။
4 သူ တို့အဆိပ် သည် မြွေ အဆိပ် နှင့် တူ ၏။ နားပင်း
သော မြွေဆိုး သည် မိမိ
နား ကို ပိတ် ၍၊
5 လိမ္မာ သောအလမ္ဘာယ် မြွက်ဆိုသော မန္တရား
စကား
ကို
နား မ ထောင်ဘဲနေသကဲ့သို့ ဖြစ်ကြ၏။
6 အိုဘုရား သခင်၊ သူ
တို့ပစပ် ထဲမှာ
သွား များကို ချိုး တော်မူပါ။ အို ထာဝရဘုရား ၊ ခြသေ့
တို့၏ အံ

သွားများ ကို ချိုး တော်မူပါ။
7 ထိုသူ တို့သည် စီး
သောရေ ကဲ့ သို့ ကွယ်ပျောက် ကြ ပါစေသော။ လေး
ကိုတင်သောအခါ မြှား တို့သည် ကျိုး
သကဲ့သို့ ဖြစ်ကြပါစေသော။
8 ခရု သည် သွား စဉ်တွင်ရွေ့လျား သကဲ့သို့ ၎င်း၊ ပျက်
သော ကိုယ်ဝန်သည် နေ
ရောင်ကို မ
မြင် ရသကဲ့သို့၎င်း ဖြစ်ကြပါစေသော။
9 ဆူး ပင်နှင့်မွေးသော မီးပူမှန်းကို အိုး
တို့သည် မ
သိ မီ၊ အသက် ရှင်သောဆူးပင်နှင့် မီးလောင်လျက်ရှိ
သော ဆူးပင်တို့ကို လေဘွေ တိုက်သွားပါစေသော။
10 ဖြောင့်မတ် သောသူသည် ထိုသို့သောဒဏ် ပေး ခြင်း
ကို မြင် ၍
ဝမ်းမြောက် ပါလိမ့်မည်။
11 မတရား သောသူတို့၏ အသွေး ၌
မိမိ ခြေ တို့ကို ဆေး
ပါလိမ့်မည်။ သူတပါး ကလည်း၊ ဖြောင့်မတ် သောသူ
သည် အကျိုး ကိုဧကန်အမှန် ခံရ၏။ မြေကြီး ပေါ် မှာ
တရား စီရင်သောဘုရား သခင်သည်ဧကန်အမှန် ရှိ တော်
မူသည်ဟုဝန်ခံ ကြပါလိမ့်မည်။

ရှောလု စေလွှတ် သောသူတို့သည် ဒါဝိဒ် အသက်ကိုသတ်
ခြင်းငှာ အိမ် ကို စောင့် ကြသောအခါ
ဒါဝိဒ် စပ်ဆိုသောဆာလံ။

1 အို အကျွန်ုပ် ၏ဘုရား ၊ ရန်သူ တို့လက်မှ
အကျွန်ုပ်
ကို ကယ်နှုတ် တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ် ကို ရန်ဘက် ပြု
သောသူတို့ ၏ အပေါ်မှာ အကျွန်ုပ် ကို ချီးမြှောက် တော်
မူပါ။
2 ဒုစရိုက် ကို ပြု သောသူတို့အထဲက
အကျွန်ုပ် ကို နှုတ်ယူ ၍ ၊ အသက်ကိုသတ် လိုသောသူ
တို့ လက်မှ
ကယ်တင် တော်မူပါ။
3 သူတို့သည် အကျွန်ုပ် အသက် ကိုသတ် လို ၍
ချောင်း ကြည့် လျက် နေကြပါ၏။ အားကြီး သောသူ
တို့ သည်အကျွန်ုပ် တဘက် ၌ စည်းဝေးကြပါ၏။ အို
ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် မှားယွင်း သောကြောင့်မဟုတ်
ပါ။ အကျွန်ုပ်
အပြစ် ကြောင့်မဟုတ် ပါ။
4 အကျွန်ုပ်၌ အပြစ် မ ရှိဘဲ သူတို့သည် ပြေး လာ၍
ပြင်ဆင် ကြပါ၏။ အကျွန်ုပ် ကို ကူမ
ခြင်းငှါ နိုး တော်မူပါ။ ကြည့်ရှု တော်မူပါ။
5 ဣသရေလ အမျိုး၏ ဘုရား

သခင်၊ ကောင်းကင်ဘုံ ခြေ အရှင် ဘုရားသခင် ထာဝရဘုရား ၊ သာသနာပ လူ
အပေါင်း တို့ကို ဆုံးမ
ခြင်းငှါ နိုး တော်မူပါ။ ဒုစရိုက် ၌
ကျင်လည်သောသူ တစုံ
တယောက်ကိုမျှ သနား
တော်မ မူပါနှင့်။
6 သူတို့သည် ညဦး
ယံ၌
ပြန်လာ ၍၊ ခွေး ဘာသာ အတိုင်း
မြည် လျက်
မြို့ ကိုလှည့်ပတ် ကြပါစေသော။
7 ထိုသူ တို့သည် စော်ကား သော စကားကို
ပြော ၍ ၊ သူ တို့နှုတ်ခမ်း တွင်ထား ပါလျက်အဘယ်
သူကြား လိမ့်မည် နည်းဟု ဆိုတတ်ကြပါ၏။
8 သို့ရာတွင် ၊ အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည် သူ
တို့ကို ပြုံးရယ် ၍
သာသနာပလူ အပေါင်း တို့ကို ကဲ့ရဲ့ တော်မူမည်။
9 အို အကျွန်ုပ်အစွမ်း သတ္တိ၊ ကိုယ်တော် ကို
မြော်လင့် ပါမည်။ ဘုရား
သခင်သည် အကျွန်ုပ်
ခိုလှုံ ရာဖြစ်တော်မူ၏။
10 ကရုဏာ အရှင် ဘုရား

သခင်သည် အကျွန်ုပ် ကို ကူမခြင်းငှါကြွလာ တော်မူ
မည်။ ရန်သူ တို့ကို အကျွန်ုပ် ကြည့်ရှု ၍ အားရသော
အခွင့် ရှိစေတော်မူမည်။
11 အကျွန်ုပ် တို့ကို ကွယ်ကာ တော်မူသောဘုရား ရှင်၊ သူ
တို့ကိုသတ်
တော်မ မူပါနှင့်။ သတ်လျှင် အကျွန်ုပ် ၏ လူ
တို့သည် သတိ
လစ်ကြပါလိမ့်မည်။ တန်ခိုး တော်အားဖြင့် အရပ်ရပ်
ကွဲပြား စေ၍
နှိမ့်ချ တော်မူပါ။
12 သူ တို့ပြောမိ သော စကား
တည်းဟူသောသူ တို့ နှုတ် ၏အပြစ် ကြောင့်
မိမိ တို့မာန တွင်
ကျော့မိ ပါစေ သော။ သူတို့ ကျိန်ဆဲ သော စကားနှင့်
မုသာ စကား ကြောင့်၊
13 အမျက် တော်အားဖြင့် ပျောက်ပျက် စေတော်မူပါ။
အကုန် အစင်ပျောက်ပျက် စေတော်မူပါ။ ဘုရား
သခင် သည် ယာ ကုပ် အမျိုး မှ စ၍ မြေကြီး စွန်း
တိုင်အောင် အုပ်စိုး တော်မူကြောင်း ကို သူ
တို့သည် သိ ကြ ပါစေသော။
14 ညဦး ယံ၌
ပြန်လာ ၍ ၊ ခွေး ဘာသာအတိုင်း

မြည် လျက်
မြို့ ကို လှည့် ပတ်ကြပါစေသော။
15 အစာ ကို
ရှာလျက်
အရပ်ရပ် သို့ လည်၍မ ဝ ဘဲ တည်ခို့လုံး နေကြပါ
စေသော။
16 အကျွန်ုပ် မူကား ၊ တန်ခိုး တော်ကို သီချင်း ဆိုပါ
မည်။ နံနက် ယံ၌
ကရုဏာ တော်ကို ရွှင်လန်းစွာ သီချင်း ဆိုပါမည်။
အကြောင်း မူကား၊ ဘေး
ရောက်သောကာလ ၌
ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ် ခိုလှုံ ရာ ၊ ဘေး လွတ်ရာ
ဖြစ် တော်မူ၏။
17 အိုအကျွန်ုပ် အစွမ်း သတ္တိ၊ ကိုယ်တော် ကို
သီချင်း ဆိုပါမည်။ ဘုရား
သခင် သည် အကျွန်ုပ် ခိုလှုံ ရာ ဖြစ် တော် မူ၏။
အကျွန်ုပ် ၌ ကရုဏာ
အရှင် ဘုရား သခင်ဖြစ်တော်မူ၏။

60

ဒါဝိဒ် သည် မေသောပေါတာမိ ရှုရိလူတို့နှင့် ဇောဘ ရှုရှိ
လူတို့ကို စစ်တိုက် ပြီးမှ ယွာဘ သည် ပြန် ၍ဒုံ လူတစ်
သောင်း နှစ်ထောင်တို့ကိုဆားချိုင့် ၌ လုပ်ကြံ သောအခါ
စပ်ဆိုသောဆာလံ။

1 အိုဘုရားသခင် ၊ ကိုယ်တော်သည် အမျက် ထွက်
သဖြင့်၊ အကျွန်ုပ် တို့ကို စွန့်ပစ် ၍ အရပ်ရပ်သို့ ကွဲပြား
စေတော်မူပြီ။ တဖန် အကျွန်ုပ် တို့ကို
အသက် ရှင်စေတော်မူပါ။
2 မြေကြီး ကို လှုပ်၍ ခွဲ တော်မူပြီ။ ကွဲအက် ရာတို့ကို
တဖန် စေ့စပ် စေတော်မူပါ။ တုန်လှုပ် လျက် ရှိပါသေး၏။
3 ကိုယ်တော် ၏လူ တို့ကို ခက်ထန် စွာ စီရင် ၍၊ မှိုင်
တွေခြင်း စပျစ်ရည် ကို တိုက် တော်မူပြီ။
4 ကိုယ်တော် ကို ကြောက်ရွံ့ သောသူတို့သည် သစ္စာ
တရားကြောင့်
ထူရသော အလံ
ကို ပေး သနားတော်မူပြီ။
5 ချစ် တော် မူ သော သူ တို့ သည် ချမ်းသာ
ရမည်အကြောင်း ၊ အကျွန်ုပ် စကားကို နားထောင် ၍
၊ လက်ျာ လက်ရုံးတော်အားဖြင့်ကယ်တင် တော်မူပါ။
6 သန့်ရှင်း ခြင်းပါရမီတော်ကို တိုင်တည် ၍
ဘုရား သခင်သည် ဗျာဒိတ်ထားတော်မူသောကြောင့်၊
ငါသည် ဝမ်းမြောက် မည်။ ရှေခင် မြို့ကို ပိုင်းခြား မည်။
သုကုတ် လယ်ပြင် ကို တိုင်းထွာ မည်။
7 ဂိလဒ် ပြည်ကို
ငါ ပိုင်ရ၏။ မနာရှေ ပြည်ကို လည်း
ငါ ပိုင်ရ၏။ ဧဖရိမ် ပြည်ကား၊ ငါ့ ဦးခေါင်း ၏အစွမ်း
ဖြစ်ရ၏။ ယုဒ

ပြည်ကား၊ ငါ ၏ လွှတ်တော် ဖြစ်ရ၏။
8 မောဘ ပြည်ကား၊ ငါ့ ရေချိုး အိုး ဖြစ်ရ၏။ ဧဒုံ
ပြည်ကား၊ ငါ့ ခြေနင်း ရာ
ဖြစ်ရ၏။ ဖိလိတ္တိ
ပြည်အပေါ်မှာ အောင်သံနှင့် ကြွေးကြော်မည်။
9 အားကြီး သော မြို့ ထဲသို့ ငါ့ ကို အဘယ် သူသွင်း
ပေးမည်နည်း။ ဧဒုံ
ပြည်သို့
ငါ့ ကို အဘယ်သူ လမ်း ပြမည်နည်း။
10 အို ဘုရား
သခင်၊ အကျွန်ုပ် တို့ကို စွန့်ပစ် တော်မူသောကိုယ်တော်
သည် ပြုတော်မူမည်မဟုတ် လော။ အိုဘုရား
သခင်၊ အကျွန်ုပ် တို့ ဗိုလ်ခြေ နှင့်အတူ ကြွ တော်မမူ
သော ကိုယ်တော်သည် ပြုတော်မူမည် မဟုတ် လော။
11 ဒုက္ခ နှင့်
ကင်းလွတ်စေခြင်းငှါ
မစ တော်မူပါ။ လူ
တို့သည် ကယ်တင် ခြင်းငှါ မတတ်နိုင်ကြပါ။
12 ဘုရား သခင်အားဖြင့် ငါတို့သည် ရဲရင့် စွာ ပြု ကြ
မည်။ ငါ တို့၏ ရန်သူ များကို ကိုယ်တော်တိုင် နင်း တော်
မူမည်။

61

1 အို ဘုရား

သခင်၊ အကျွန်ုပ် အော်ဟစ် ခြင်းကို နားထောင် ၍
အကျွန်ုပ် ၏ ပဌနာ
စကားကို မှတ် တော်မူပါ။
2 စိတ် နှလုံးညှိုးငယ် လျက်
မြေကြီး စွန်း မှ
ကိုယ်တော် ကို
အကျွန်ုပ်အော်ဟစ် ပါ၏။ အကျွန်ုပ် အထက် ၌ မြင့်
သော ကျောက် သို့
အကျွန်ုပ် ကို ပို့ဆောင် တော်မူပါ။
3 ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ခိုလှုံ ရာ ၊ ရန်သူ တို့ရှေ့
မှာ
ခိုင်ခံ့ သော ရဲတိုက် ဖြစ်တော်မူ၏။
4 တဲ တော်၌
အစဉ် နေ ပါမည်။ အတောင် တော်ဖုံးအုပ် ရာ၌
ခိုလှုံ ပါမည်။
5 အို ဘုရား
သခင်၊ အကျွန်ုပ် ပြုသောသစ္စာ ဂတိတို့ကို
ကြား တော်မူ၏။ နာမတော် ကို ကြောက်ရွံ့ သောသူတို့
၏အမွေ ကို အကျွန်ုပ်အားပေး တော်မူလိမ့်မည်။
6 ရှင်ဘုရင် ၏ အသက်နေ့ရက် ကာလ ကို
ရှည် စေတော်မူ၍၊ နှစ် စဉ်မပြတ် နိစ္စ ထာဝရ တည်ပါ
စေသော။
7 ဘုရား သခင်ရှေ့ တော်၌ အနန္တ
ကာလပတ်လုံးနေ တော်မူစေသတည်း။ ကရုဏာ

နှင့်
သစ္စာ တော်သည် သူ့
ကို စောင့်မ စေသတည်း။
8 သို့ဖြစ်၍ နေ့ရက် အစဉ်အတိုင်းသစ္စာဝတ် ကို ဖြေ ခြ
င်းငှါ ၊ နာမတော် ကို အစဉ် အမြဲထောမနာသီချင်း ဆိုပါ
လေအုံ့သတည်း။

62

1 အကယ် စင်စစ်ငါ့ ဝိညာဉ် သည် ဘုရား
သခင်ရှေ့ မှာ ငြိမ်ဝပ် စွာ နေတတ်၏။ ငါ့ ကို ကယ်တင်
ခြင်း အကြောင်းသည် အထံ တော်က သက်ရောက်ရ၏။
2 အကယ် စင်စစ်ဘုရား သခင်သည် ငါ ၏ကျောက် ၊
ငါ့ ကို ကယ်တင် ခြင်းအကြောင်း ၊ ငါ့ ခိုလှုံ ရာဖြစ်တော်
မူ ၍၊ ငါ၌ လှုပ်ရှား ခြင်းများစွာ မ ရှိရာ။
3 သင်တို့သည် အဘယ် မျှကာလပတ်လုံး တယောက်
သောသူ ကို
တိုက် ကြမည်နည်း။ သူ့ကို တိမ်း သော အုပ်ရိုး ၊ လှုပ်
သော ထရံ
ကဲ့ သို့မှတ်၍၊ သင် တို့အပေါင်း သည် အဘယ်မျှကာလ
ပတ်လုံးဖြိုဖျက် ကြမည်နည်း။
4 ထိုသူ ကို မြင့် သော အရပ်က
လဲ့ ခြင်းငှါ ကြံစည် လျက် နေကြ၏။ မုသာ
ကို နှစ်သက် ကြ၏။ နှုတ် ဖြင့် ကား၊ ကောင်းကြီး ကို
ပေး လျက်၊ နှလုံး ၌ ကား၊ ကျိန်ဆဲ ခြင်းကို ပြုတတ်

ကြ၏။

5 အကယ် စင်စစ်ငါ့ ဝိညာဉ် သည် ဘုရား
သခင်ရှေ့ မှာ ငြိမ်ဝပ် စွာ နေတတ်၏။ ငါ မြော်လင့်
ခြင်း အကြောင်း သည် အထံ တော်က သက်ရောက်ရ၏။

6 အကယ် စင်စစ်ဘုရား သခင်သည် ငါ ၏ကျောက် ၊
ငါ့ ကို ကယ်တင် ခြင်းအကြောင်း ၊ ငါ ခိုလှုံ ရာဖြစ်တော်
မူ ၍၊ ငါသည် လှုပ်ရှား ခြင်းမ ရှိရာ။

7 ငါ့ ကို ကယ်တင် ခြင်းအကြောင်း၊ ငါ ၏ဘုန်းပွင့် ခြင်း
အကြောင်းကား ဘုရား
သခင်ပေတည်း။ ငါ့ ကို အားပေး
သောကျောက် ၊ ငါ ခိုလှုံ ရာကား ဘုရား သခင်ပေ
တည်း။

8 အိုလူ များတို့၊ ဘုရား
သခင်၌
အစဉ် မပြတ်ခိုလှုံ ကြလော့။ ရှေ့ တော်၌ စိတ် နှလုံးကို
ဖွင့် ပြကြလော့။ ဘုရား
သခင်သည် ငါ တို့ ခိုလှုံ ရာဖြစ်တော်မူ၏။

9 အကယ် စင်စစ်ယုတ်ညံ့ သောသူ တို့ သည် အနတ္တ ၊
အသရေရှိသောသူတို့ သည် မုသာ
ဖြစ်ကြ၏။ ချိန်ခွင် နှင့် ချိန်စက်လျှင် ထိုသူ
အပေါင်း တို့သည် အနတ္တ
ထက် သာ၍ပေါ့ကြ၏။

10 ညှဉ်းဆဲ ခြင်းကို

မ ကိုးစား ကြနှင့်။ အနိုင် အထက်လုယူ၍
မ ဝါကြွား ကြနှင့်။ ဥစ္စာ
များ ပြားလျှင်
စိတ် စွဲလမ်းခြင်း မ
ရှိ ကြနှင့်။
11 ဘုရား သခင်သည် တကြိမ်
ဗျာဒိတ် ပေးတော်မူပြီ။ နှစ်ကြိမ် မြောက် ငါကြား ရ
သောဗျာဒိတ် တော်ဟူမူကား ၊ တန်ခိုး သည် ဘုရား
သခင်၌ ရှိ၏။
12 အို ထာဝရ
ဘုရား၊ ကိုယ်တော် သည် ကရုဏာ
နှင့် ပြည့်စုံတော်မူ၏။ ကိုယ်တော် သည် လူအသီး
အသီးတို့ အား
သူ တို့အကျင့် နှင့်အလျောက် အကျိုးအပြစ်ကို ဆပ်
ပေး တော်မူ၏။

63

ဒါဝိဒ် သည်ယုဒ တော ၌ ရှိ သောအခါ စပ်ဆိုသောဆာ
လံ။
1 အိုဘုရား သခင်၊ ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ၏
ဘုရား
သခင်ဖြစ်တော်မူ၏။ ကိုယ်တော် ကို ကြိုးစား၍ ရှာ
ပါ၏။ ရေ
မ ရှိသွေ့ခြောက် သော လွင်ပြင် ၌

အကျွန်ုပ် ၏ဝိညာဉ် သည် ကိုယ်တော် ကို
ငတ် ပါ၏။ အကျွန်ုပ် ၏ ကိုယ်ခန္ဓာ သည်လည်း ကိုယ်တော် ကို
လွမ်း ဆွတ်ပါ၏။
2 ဘုန်း တန်ခိုး အာနုဘော်တော်ကို မြင် ခြင်းငှါ ၊ သန့်ရှင်း ရာဌာနတော်၌
ထို သို့ ကိုယ်တော် ကို ဖူး မျှော်ပါပြီ။
3 ကရုဏာ တော်သည် အသက် ထက် သာ၍ကောင်း သောကြောင့် ၊ အကျွန်ုပ် ၏နှုတ် သည် ကိုယ်တော် ကို ချီးမွမ်း ရပါမည်။
4 ထို သို့ အသက် ရှင်စဉ်တွင် ကိုယ်တော် ကို ကောင်း ကြီး ပေးပါမည်။ နာမတော် ကို အမှီပြု လျက် လက် ကို ချီ ပါမည်။
5 အိပ်ရာ ပေါ်မှာ ကိုယ်တော် ကို အောက်မေ့ ၍ ၊ ညဉ့် ယံ တို့၌
ကိုယ်တော် ကို
ဆင်ခြင် လျက် နေသောအခါ၊ ဆီဥ
ကိုဝင်း၊ ဆူသော အသား ကိုဝင်း စား၍ ဝ သကဲ့သို့၊ အကျွန်ုပ် ၏ဝိညာဉ် သည် ဝ
၍ ရွှင်လန်း သော နှုတ်ခမ်း နှင့်
အကျွန်ုပ် ၏နှုတ် သည် ကိုယ်တော်ကို ချီးမွမ်း ပါမည်။
6 အကျွန်ုပ် ကို
မစ တော်မူသောကြောင့် ၊ အတောင် တော် အရိပ် ၌

ဝမ်းမြောက် ပါမည်။
7 အကျွန်ုပ် ၏ဝိညာဉ် သည် ကိုယ်တော် ၌
မှီဝဲ ၍ ၊ လက်ျာ လက်တော်သည် အကျွန်ုပ် ကို
ထောက်မ တော်မူ၏။
8 အကျွန်ုပ် အသက် ကို ဖျက်ဆီး ခြင်းငှါ ရှာ သောသူ
တို့ သည် မြေကြီး အောက် အရပ်သို့
ဆင်း ရကြမည်။ ထား
ဘေး ဖြင့်
ဆုံး ၍၊ မြေခွေး စား ရန် ဖြစ် ရကြလိမ့်မည်။
9 ရှင်ဘုရင် မူကား ၊ ဘုရား သခင်၌
ဝမ်းမြောက် လိမ့်မည်။
10 ဘုရား သခင်ကို တိုင်တည်၍ ကျိန်ဆို သော သူ
အပေါင်း တို့သည် ဝါကြွား ကြလိမ့်မည်။
11 မုသာ စကားကို ပြော သောသူတို့၏နှုတ် မူကား ပိတ်
လျက်ရှိလိမ့်မည်။

64

1 အို ဘုရား
သခင်၊ အကျွန်ုပ် ဆုတောင်း သော စကား
သံကို နားထောင် ၍ အကျွန်ုပ် အသက် ကို ရန်သူ ဘေး
မှ
ကွယ်ကာ စောင့်မတော်မူပါ။
2 လူဆိုး တို့၏ တိုင်ပင် ရာမှ ၎င်း၊ ဒုစရိုက် ကို ပြု လေ့
ရှိသောသူတို့ ၏ စုဝေး

ရာမှ ၎င်း၊ အကျွန်ုပ် ကို ကွယ်ကာ တော်မူပါ။
3 ထိုသူ တို့သည် မိမိ
တို့လျှာ ကို ထား
ကဲ့ သို့သွေး တတ်ကြ၏။
4 စုံလင် သောသူကို မ
ထင်မရှားပစ် မည်အကြံနှင့် ၊ ခါး သောစကား တည်း
ဟူသောမိမိ တို့ မြှား ကို ရွယ် တတ်ကြ၏။ မ
ကြောက် မရွံ့ဘဲ ချက်ခြင်း ပစ် တတ်ကြ၏။
5 မကောင်း သောအမှု မှာ တယောက် ကိုတယောက်
နှိုးဆော် တတ်ကြ၏။ ကျော့ကွင်း တို့ကို ထောင် ထား ခြ
င်းငှါ တိုင်ပင် ၍၊ အဘယ်သူ မြင် လိမ့်မည်နည်းဟု ဆို
တတ်ကြ၏။
6 မ တရားသော အမှု တို့ကို ကိုယ်အဘို့ စစ်ဆေး ရှာဖွေ
တတ်ကြ၏။ အကုန်အစင် စစ်ဆေးရှာဖွေ တတ်ကြ၏။
အသီးအသီး
စိတ် နှလုံးထဲမှာ ကြံစည် သော အရာတို့သည် အလွန်
နက်နဲ ကြ၏။
7 သူ တို့ဌ
ဘုရား သခင်ပစ် တော်မူသောမြှား မှန်၍၊ သူ
တို့သည် အမှတ်တမဲ့ နာ ကြ လိမ့်မည်။
8 သို့ဖြစ်၍ မိမိ တို့ လျှာ သည် မိမိ
တို့ကို တိုက် စေ၍၊ မြင် သောသူ အပေါင်း တို့သည်
ပြေး သွားကြလိမ့်မည်။

9 လူ အပေါင်း တို့သည်လည်း
ကြောက်ရွံ့ ၍ ၊ ဘုရား သခင်စီရင် တော်မူကြောင်းကို
နားလည် သဖြင့်
အမှု တော်ကို ကြား ပြောကြလိမ့်မည်။
10 ဖြောင့်မတ် သောသူသည် ထာဝရဘုရား
၌
ဝမ်းမြောက် ၍
ခိုလှုံ လိမ့်မည်။ သဘော
ဖြောင့် သော သူ အပေါင်း တို့သည် ဝါကြွား ကြ
လိမ့်မည်။

65

1 အို ဘုရား
သခင်၊ ဇိအုန် မြို့၌
ကိုယ်တော် ရှေ့ မှာ ငြိမ်ဝပ် စွာ နေ၍
ချီးမွမ်း ရပါ၏။ ကိုယ်တော် အား လည်း သစ္စာ
ဝတ်ကို ဖြေ ရပါ၏။
2 ပဌနာ စကားကို နားထောင် တော်မူ သော ဘုရား၊
ကိုယ်တော် ထံ သို့လူသား အပေါင်း တို့သည် ချဉ်းကပ်
ရကြလိမ့်မည်။
3 မ တရားသော အမှု သည် အလွန်များ၍ အကျွန်ုပ်
သည် မ
တတ်နိုင်ပါ။ သို့သော်လည်း၊ အကျွန်ုပ် တို့ ပြစ်မှား ခြင်း
အပြစ်များကို ကိုယ်တော် ဖြေရှင်း တော်မူမည်။

4 တန်တိုင်း တော်အတွင်း၌ နေ
၍၊ အထံတော်သို့ ချဉ်းကပ် စေခြင်းငှါ ၊ ကိုယ်တော်
ရွေးကောက် တော်မူသော သူသည် မင်္ဂလာ ရှိပါ၏။
သန်ရှင်း သော ဗိမာန် တော်တည်းဟူသောအိမ် တော်၌
ကောင်း သော အရာတို့နှင့်
အကျွန်ုပ်တို့သည် ဝ ပြောကြပါစေသော။
5 အကျွန်ုပ် တို့ကို ကယ်တင် တော်မူသော ဘုရား ၊
အကျွန်ုပ် တို့၏ ပဋ္ဌာနာကို နားထောင်၍ အံ့ဘွယ် သော
အမှုတို့ကို တရား
တော်နှင့်အညီပြု တော်မူ၏။ ကိုယ်တော်သည် ဝေး
စွာသော မြေကြီး စွန်း နှင့် ၊ ပင်လယ် စွန်းတို့၌ နေသော
သူတို့၏ ကိုးစား ရာ ဖြစ်တော်မူ၏။
6 ကိုယ်တော်သည် တန်ခိုး နှင့် ပြည့်စုံ သဖြင့် ၊ အားကြီး
၍
တောင် များကို တည် စေတော်မူ၏။
7 သမုဒ္ဒရာ မြည် သံ၊ လှိုင်း တံပိုးဟုန်း သံ၊ လူ
တို့ ရှုန်း ရင်းခတ်သံများကိုလည်း
ငြိမ်း စေတော်မူ၏။
8 အဝေး ဆုံးသော အရပ်တို့၌နေ သောသူတို့ သည်
ကိုယ်တော် ၏ နိမိတ် များကို
မြင်၍ ကြောက်ရွံ့ ကြပါ ၏။ နေထွက် ရာအရပ်နှင့်
နေဝင် ရာအရပ်တို့ကို ရွှင်လန်း စေတော်မူ၏။
9 မြေကြီး ကို အကြည့် အရှုကြွလာ၍ ၊ မိုဃ်းကို များ

စွာရွာစေလျက်၊ ရေနှင့် ပြည့်သော ဘုရား
သခင်၏ မြစ် အားဖြင့်အလွန်ကြွယ်ဝစေတော်မူ၏။ ထို
သို့ မြေကို ပြုပြင်ပြီးမှ၊ မြေသား တို့အဘို့
စပါး ကို ပြုပြင် တော်မူ၏။
10 မြေရိုး တို့ကို စိုစွတ် စေ၍၊ လယ်ပြင်ကို တညီ
တည်း စီရင်ပြီးမှ၊ မိုယ်းရွာ သောအားဖြင့်
ပြော့ စေ၍၊ ပေါက် သော အပင်များကို ကောင်းကြီး
ပေးတော်မူ၏။
11 နှစ် တို့ကို ကျေးဇူး တော်နှင့် ပတ်ရစ် တော်မူ၍ ၊ ခြေ
တော်ရာတို့သည် ဆီဥ
ယို တတ်ကြပါ၏။
12 သာယာ သော တော
အရပ်တို့လည်း ယို
၍ ၊ တောင် တို့သည်လည်း ပီတိ
ခါးစည်းနှင့် စည်း လျက် ရှိကြပါ၏။
13 ကျက်စား ရာအရပ်တို့သည် သိုး
ဆိတ်စုတို့နှင့်
ပြည့်စုံ လျက်၊ လယ်ပြင် တို့လည်း စပါး ပင်နှင့် လွှမ်းမိုး
လျက် ရှိ၍၊ ကျွှေးဧ သောအသံနှင့်
သီချင်း ဆိုကြပါ၏။

66

1 မြေကြီး သားအပေါင်း တို့၊ ဘုရား
သခင့်ရှေ့ တော်၌ ကျွှေးဧ သောအသံကို ပြု၍၊

2 နာမ တော်၏ဂုဏ် ကို သီချင်း ဆိုကြလော့။ ချီးမွမ်း
ခြင်း၏ ဂုဏ် အသရေကို ပြ ကြလော့။
3 ကိုယ်တော် စီရင်သောအမှု တို့သည် အလွန်အံ့သြ ဘွ
ယ် ဖြစ်ကြပါ၏။ တန်ခိုး တော်ကြီး သောကြောင့် ၊ ရန်သူ
တို့သည် ကိုယ်တော် ကို
တောင်းပန် ကြပါလိမ့်မည်။
4 မြေကြီး သားအပေါင်း တို့သည် ကိုယ်တော် ကို
ကိုးကွယ် ၍ ၊ သီချင်း ဆိုကြပါစေသော။ နာမ
တော်အား
သီချင်း ဆိုကြပါစေသောဟု ဘုရား
သခင်အား
လျှောက် ထားကြလော့။
5 ဘုရား သခင်စီရင် တော်မူသောအမှုတော်ကို လာ
၍
ကြည့် ကြလော့။ လူ
သား တို့တွင်စီရင်တော်မူသောအမှု တို့သည် အံ့သြ ဘွ
ယ် ဖြစ်ကြ၏။
6 ပင်လယ် ကို
ကုန်း ဖြစ် စေတော်မူ၏။ သူတို့သည် ရေစီး
ရာအရပ်ကို ခြေ ဖြင့်
ရှောက် သွားကြသည်ဖြစ်၍ ၊ ငါတို့သည် ဘုရား
သခင်၌
ဝမ်းမြောက် ကြ၏။

7 တန်ခိုး တော်အားဖြင့် အစဉ် အမြဲအုပ်စိုး တော်မူ၏။
မျက်စိ တော်သည် လူ
အမျိုးမျိုးတို့ကို ကြည့်ရှု သည် ဖြစ်၍ ၊ ငြင်းဆန် သော
သူတို့သည် မ
ဝါကြွား ကြစေနှင့်။
8 အချင်းလူစု တို့၊ ငါ တို့ ဘုရား
သခင်ကို ကောင်းကြီး ပေးကြလော့။ ဂုဏ်ကျေးဇူး
တော်ကို ချီးမွမ်း သော စကား
သံနှင့် ကြွေးကြော် ကြလော့။
9 ငါ တို့အသက် ကို မ
သေ စေမည်အကြောင်းနှင့် ၊ ခြေ ကိုလည်း မချော် စေ
မည်အကြောင်း စောင့်မ တော်မူ၏။
10 အိုဘုရား သခင်၊ ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ် တို့ကို
စုံစမ်း တော်မူပြီ။ ငွေ ကို စစ်ဆေး သကဲ့သို့ အကျွန်ုပ် တို့
ကို စစ်ဆေး တော်မူပြီ။
11 ကျော့ကွင်း ထဲမှာ
ကျော့မိ စေ၍၊ ကျောက် ကုန်းပေါ်မှာ လေးသော ဝန်
ကို တင် တော်မူပြီ။
12 အကျွန်ုပ် တို့ ခေါင်း ပေါ်မှာ သူတပါး ကို စီး
စေတော်မူပြီ။ မီး
၌ ၎င်း ၊ ရေ ၌ ၎င်း
သွား ရသော်လည်း၊ ကျေးဇူးတော်ကြောင့် ကြွယ်ဝ
ခြင်းသို့

ရောက် ကြပါ၏။
13 မီးရှို့ ရသောယဇ်ပါ လျက် အိမ် တော်သို့ အကျွန်ုပ်
သွား ပါမည်။
14 ဆင်းရဲ ခံရစဉ်အခါ ၊ အကျွန်ုပ် သည် နှုတ် ကို ဖွင့်
၍
မြွက်ဆို သည်အတိုင်း ၊ သစ္စာ ဝတ်ကို ဖြေ ပါမည်။
15 ဆူဖြိုး သော သိုး
တို့ကို
နံ့သာ ပေါင်းနှင့်တကွ မီးရှို့ ရာယဇ် ပြု၍ ပူဇော် ပါ
မည်။ နွား နှင့်
ဆိတ် တို့ကိုလည်း စီရင် ပါမည်။
16 ဘုရား သခင်ကို ကြောက်ရွံ့ သော သူအပေါင်း တို့၊
လာ
၍
နားထောင် ကြလော့။ ငါ့ ဝိညာဉ် အဘို့
အဘယ်သို့ ကျေးဇူးပြု တော်မူသည်ကို ငါကြားပြော
မည်။
17 ငါ သည် ဘုရား
သခင်ကို နှုတ် နှင့် အော်ဟစ် ၍ ၊ ဂုဏ်တော်ကိုလည်း
လျှာ နှင့် ချီးမွမ်း ရပြီ။
18 ငါ သည် စိတ် နှလုံးထဲမှာ
ဒုစရိုက် ကို ငဲ့ကွက် လျှင် ၊ ဘုရား ရှင်သည် နားထောင်
တော်မ မူ။
19 ယခု မူကား၊ ဘုရား

သခင်သည် နားထောင် ၍၊ ငါ မြွက်ဆိုသော ပဌနာ
စကား သံကို
မှတ် တော်မူပြီ။
20 ငါ မြွက်ဆိုသော ပဌနာ
ကို ပယ် တော်မ မူ။ ကျေးဇူး တော်ကို ငါ မှ
ရုပ်သိမ်းတော်မမူသော ဘုရား
သခင်သည် မင်္ဂလာ ရှိတော်မူစေသတည်း။

67

1 ဘုရား သခင်သည် အကျွန်ုပ် တို့ကို သနားခြင်း
ကရုဏာစိတ်တော်ရှိသဖြင့် ၊ ကောင်းကြီး ပေး၍ မျက်နှာ
တော်၏အလင်း ကို လွှတ်တော်မူပါစေသော။
2 ထိုသို့သောအားဖြင့် မြေကြီး သားတို့သည် အမှု တော်
တို့ကို
သိ ၍ ၊ ခပ်သိမ်း သော လူမျိုး တို့သည် ကယ်တင် တော်
မူခြင်း ကျေးဇူးကိုခံ ရကြပါစေသော။
3 အို ဘုရား
သခင်၊ လူ
များတို့သည် ကိုယ်တော် ကို ချီးမွမ်း ကြပါစေသော။
လူ
များအပေါင်း တို့သည် ကိုယ်တော် ကို ချီးမွမ်း ကြပါ
စေသော။
4 လူ အမျိုးမျိုးတို့သည် ဝမ်းမြောက် ၍
ရွှင်လန်း စွာ သီချင်းဆို ကြ ပါ စေသော။ အကြောင်း
မူကား၊ ကိုယ်တော်သည် လူ

တို့ကို ဖြောင့်မတ် စွာ တရား
စီရင်၍ ၊ မြေကြီး ပေါ်မှာ ရှိသောလူမျိုး တို့ကို ချမ်းသာ
ပေးတော်မူမည်။
5 အို ဘုရား
သခင်၊ လူ
များတို့သည် ကိုယ်တော် ကို ချီးမွမ်း ကြပါစေသော။
လူ
များအပေါင်း တို့သည် ကိုယ်တော် ကို ချီးမွမ်း ကြပါ
စေသော။
6 မြေ သည် မိမိ
ဘဏ္ဍာ ကို ပေး
၍၊ ဘုရား
သခင်တည်းဟူသောငါ တို့၏ဘုရား သခင်သည် ငါ တို့
ကို ကောင်းကြီး ပေးတော်မူ၏။
7 ဘုရား သခင်သည် ငါ တို့ကို ကောင်းကြီး ပေးတော်
မူဦးမည်။ မြေကြီး စွန်း အပေါင်း တို့သည်လည်း ၊ ဘုရား
သခင်ကို ကြောက်ရွံ့ ကြလိမ့်မည်။

68

1 ဘုရား သခင်ထ တော်မူ၍၊ ရန်သူ တို့သည် အရပ်ရပ်
သို့ ကွဲပြား ကြပါစေသော။ ဘုရား
သခင်ကို မုန်း သောသူတို့ သည် အထံ
တော်က
ပြေး ကြပါစေသော။

2 မီးခိုး လွှင့် သကဲ့သို့ သူတို့ကို လွှင့် တော်မူပါ။ ဘ
ယောင်း သည် မီး
ရှေ့ မှာ
အရည် ဖြစ်သကဲ့သို့ ၊ မတရား သောသူတို့ သည် ဘုရား
သခင်ရှေ့ တော်မှာ ပျက်စီး ကြပါစေသော။
3 ဖြောင့်မတ် သောသူတို့ သည် ဝမ်းမြောက် ၍ ၊ ဘုရား
သခင်ရှေ့တော်မှာ ရွှင်လန်း သောစိတ် နှင့်
အလွန် ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာကြပါစေသော။
4 ဘုရား သခင်အား
သီချင်း ဆိုကြလော့။ နာမတော် ကို ထောမနာသီချင်း
ဆိုကြလော့။ တော
ဋ္ဌ စီး ၍
ကြွတော်မူသောအရှင်ဘို့ လမ်းကို ပြင်ကြလော့။ ထို
အရှင် ၏ နာမတော် ကား၊ ထာဝရ
ဘုရားတည်း။ ရှေ့ တော်ဋ္ဌ ရွှင်လန်း ကြလော့။
5 ဘုရား သခင်သည် သန်ရှင်း သော ဘုံ
ဗိမာန်တော်ဋ္ဌ
စံပယ်လျက်၊ မိဘ
မရှိသောသူတို့ ၏ အဘ
ဖြစ်၍ ၊ မုတ်ဆိုးမ တို့ဘက်မှာ တရား စီရင်တော်မူ၏။
6 ဘုရား သခင်သည် ပေါက်ဘော် မရှိသောသူတို့ အား
အိမ်ထောင် ချခြင်းအခွင့် ကိုပေး တော်မူ၍၊ ချုပ် ထား
သောသူတို့ ကိုလည်း ကြွယ်ဝခြင်းထဲ သို့ သွင်း တော်

မူ၏။ ငြင်းဆန် သောသူတို့ မူကား ၊ သွေ့ခြောက် သော
အရပ်၌ နေ ရကြ၏။
7 အို ဘုရား
သခင်၊ ကိုယ်တော် ၏လူစု ရှေ့မှာ ကြွ ၍ ၊ တော ၌
ချီ တော်မူသောအခါ၊
8 ဘုရား သခင်၏ မျက်နှာ တော်ကြောင့် ၊ မြေကြီး
လှုပ် ၍
မိုးယံးကောင်းကင် သည် ယို
စီးလေ၏။ ဣသရေလ
အမျိုး၏ ဘုရား
သခင်မျက်နှာ တော်ကြောင့်
သိနာ တောင်သည်လည်း တုန်လှုပ်၏။
9 အိုဘုရား သခင်၊ ကိုယ်တော် သည် မိုးယံး ကို များစွာ
ရွာစေ၍၊ ပင်ပန်း သော အမွေ တော်လူတို့ကို ထောက်မ
တော်မူ၏။
10 ကိုယ်တော် ၏ အလုံး
အရင်းသည် နေရာ
ကျရကြပါ၏။ အိုဘုရား
သခင်၊ ဆင်းရဲ သောသူတို့ အဘို့
ကျေးဇူး တော်အားဖြင့် ပြင်ဆင် တော်မူ၏။
11 ဘုရား ရှင်အမိန့် တော်ရှိ၍၊ ဝမ်းမြောက် စရာ သိ
တင်းကို ကြားပြော သောသူ တို့ သည် အတိုင်းမသိများ
ကြ၏။

12 စစ်အင်္ဂါဗိုလ်ခြေ သခင်ရှင် ဘုရင်တို့သည် အလျင်
အမြန်ပြေးကြ၍ ၊ အိမ် ၌ နေရစ် သော မိန်းမတို့သည်
လက်ရဥ္စာ ကို ဝေ မျှကြ၏။
13 သင်တို့သည် တောင် ကြား မှာ နေရာ
ကျလျက် ၊ ငွေ နှင့်
မွန်းမံ သော ချိုးငှက် အတောင် ကဲ့သို့ဝင်း ၊ နီ သော ရွှေ
နှင့်
မွမ်းမံသော အမွေး ကဲ့သို့ဝင်း၊ ဖြစ်ကြလိမ့်မည်။
14 အနန္တ တန်ခိုးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော ဘုရားသည်၊
ရှင်ဘုရင် တို့ကို ကွဲပြား စေတော်မူသောအရပ် သည် ဇာ
လမုန် တောင်ပေါ်မှာ မိုးယံးပွင့် ကဲ့သို့ဖြစ်လေ၏။
15 ဘုရား သခင်၏ တောင် တည်းဟူသောဗာရှန် တောင်
၊ မြင့် သော ထိပ် များနှင့် ပြည့်စုံသော ဗာရှန် တောင် တို့၊
16 သင်တို့သည် မြင့် သော တောင်ထိပ် များနှင့် ပြည့်စုံ
သော်လည်း၊ ဘုရား
သခင်ကျိန်းဝပ် ခြင်းငှါ အလိုရှိ တော်မူသော တောင်
၊ ထာဝရဘုရား သည် အစဉ် အမြဲနေရာ ချတော်မူ
သောတောင်တော်ကို အဘယ် ကြောင့်စောင်း မြောင်းကြ
သနည်း။
17 ဘုရား သခင်၏ရထား တော်တို့သည် အထောင်
အသောင်း မက များ ကြ၏။ ဘုရား
ရှင်ပါ တော်မူ၏။ သိနာ
တောင်လည်း သန့်ရှင်း ရာဌာနတော်၌ ရှိသတည်း။

18 ကိုယ်တော်သည် မြင့် သောအရပ်သို့
တက် ကြွတော်မူသဖြင့်၊ များစွာသောသူတို့ ကို ဘမ်း
သွားတော်မူ၍၊ ထာဝရ
အရှင် ဘုရား
သခင်သည် လူတို့တွင် ကျိန်းဝပ် တော်မူမည်အကြောင်း
၊ လူတို့အဘို့မက၊ ပုန်ကန် သော လူ
တို့အဘို့
ဆုလပ် များကို ခံရ တော်မူပြီ။
19 ထာဝရ ဘုရားသည် အစဉ် မင်္ဂလာ ရှိတော်မူ
စေသတည်း။ ငါ တို့ကို သူတပါး ညှဉ်းဆဲ သောအခါ ၊
ဘုရား သခင်ကယ်တင် တော်မူ၏။
20 ငါ တို့၏
ဘုရား သခင်သည် ကယ်တင် နိုင်သော ဘုရား
ဖြစ်တော်မူ၏။ ဘုရား
ရှင်ထာဝရဘုရား သည် သေခြင်း သို့ ရောက်သော
လမ်းကိုလည်း အစိုးပိုင်တော်မူ၏။
21 ဘုရား သခင်သည် မိမိ
ရန်သူ တို့၏ ဦးခေါင်း ကိုဝင်း၊ အပြစ် ပြု မြဲပြုသော
သူ တို့ ၏ ဦးသျှောင် ကိုဝင်းဧကန် အမှန် နှိပ်စက် တော်မူ
မည်။
22 သူတို့ကို ဗာရှန် ပြည်က
ငါဆောင်ခဲ့ဦးမည်။ နက်နဲ သော ပင်လယ် ထဲ က ငါ
ဆောင် ခဲ့ဦးမည်။

23 ထို သို့သောအားဖြင့်
သင် သည် ရန်သူ တို့ အသွေး ကို
နင်း ၍၊ သင် ၏ခွေး တို့သည်လည်း လျက် ကြ
လိမ့်မည်ဟု ထာဝရဘုရား မိန့်တော်မူ၏။
24 အို ဘုရား
သခင်၊ သန့်ရှင်း ရာဌာနသို့
ကိုယ်တော်ကြွ တော်မူခြင်း၊ အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား
သခင်၊ အကျွန်ုပ် ၏ ရှင် ဘုရင်ကြွ တော်မူခြင်းကို မြင်
ရကြပါပြီ။
25 ရှေ့ ၌ကား၊ သီချင်း ဆိုသောသူ၊ နောက် ၌ကား၊
စောင်းအမျိုးမျိုးကို တီးသောသူ၊ အလယ် ၌ ကား၊
ပတ်သာကို တီး
သော အပျို တို့သည် လိုက်သွားကြပါ၏။
26 ဣသရေလ အမျိုးသားတို့၊ ပရိသတ် အစည်း အဝေး
တို့၌
ထာဝရ အရှင် ဘုရား
သခင်ကို ကောင်းကြီး ပေးကြလော့။
27 အစိုး ရသောဗ်ယာမိန် ငယ် မှစ၍၊ မိမိ
အလုံး အရင်းနှင့်တကွယုဒ မင်း များ၊ ဇာဗုလုန် မင်း
များ နဿလိ မင်း များ ပါကြ၏။
28 အို ဘုရား
သခင်၊ တန်ခိုး တော်ကို ပြ တော်မူပါ။ အိုဘုရား
သခင်၊ အကျွန်ုပ် တို့၌

ပြု သောကျေးဇူးတော်ကို တည် စေတော်မူပါ။
29 ယေရုရှလင် မြို့၌ ရှိသောဗိမာန် တော်အဘို့ ရှင်
ဘုရင်တို့သည် ကိုယ်တော် ထံ သို့လက်ဆောင် များကို
ဆောင် ခဲ့ကြပါစေသော။
30 ကျူတော သားရဲ ကိုဝင်း၊ နွား လားဥသဘ အစု
အဝေးနှင့် လူမျိုး တို့၏ နွား ပျိုတို့ကိုဝင်းဆုံးမ တော်မူ
သဖြင့် ၊ အသီးအသီးတို့သည် ငွေ စ နှင့်
ကိုယ်ကို နှိမ့်ချ ကြပါစေသော။ စစ် မှုကို နှစ်သက် သော
လူမျိုး တို့ကို အရပ်ရပ်သို့ ကွဲပြား စေတော်မူပါ။
31 အဲဂုတ္တုတု ပြည်မှ
သံတမန် တို့သည် လာ
ကြပါစေသော။ ကုရှ ပြည်သည် မိမိ
လက် တို့ကို ဘုရား
သခင်ထံ
တော်သို့ အလျင် အမြန်ဆန့်ရပါစေသော။
32 မြေကြီး နိုင်ငံ တို့၊ ဘုရား
သခင့်ရှေ့ တော်၌ သီချင်း ဆိုကြလော့။
33 အစ အဦး၌ အထက်ကောင်းကင် ဘဝဂ်ကို
စီး ၍
နေတော်မူသောထာဝရ ဘုရားကို ထောမနာသီချင်း
ဆိုကြလော့။ အသံ
တော်ကို လွှတ် တော်မူ၍ ၊ အားကြီး သော အသံ
ဖြစ်၏။

34 ဘုရား သခင်သည် တန်ခိုး ကြီးတော်မူသည်ဟု ဝန်ခံ
ကြလော့။ ဣသရေလ
အမျိုးကို
ဘုန်း တော်လွှမ်းမိုးလျက် ၊ တန်ခိုး တော်လည်း မိုဃ်း
တိမ် တို့တွင် ထင်ရှားလျက် ရှိသတည်း။
35 အို ဘုရား
သခင်၊ ကိုယ်တော် သည် သန့်ရှင်း ရာဌာနတော်ပြင်မှာ
ကြောက်ရွံ့ ဘွယ် ဖြစ်တော်မူ၏။ ဣသရေလ
အမျိုး၏ ဘုရား
သခင်ကား၊ မိမိလူ
တို့အား
အခွင့် တန်ခိုးကို ပေး
တော်မူသောဘုရား ပေတည်း။ ဘုရား
သခင်သည် မင်္ဂလာ ရှိတော်မူစေသတည်း။

69

1 အကျွန်ုပ် ကို ကယ် ယူတော်မူပါ ဘုရား ။ ရေ သည်
အကျွန်ုပ်အသက် ဝိညာဉ်တိုင်အောင် ရောက် ပါပြီ။
2 ခြေနင်း ရာမ ရှိ။ နက် လှသော ရွှံ့ ထဲ မှာ ကျွံ ပါပြီ။
လှိုင်း တံပိုးလွှမ်းမိုး ရာ နက် သော ရေ
ထဲ သို့ ရောက် ပါပြီ။
3 အော်ဟစ် ၍
ပင်ပန်း ပါပြီ။ လည်ချောင်း ခြောက် ပါပြီ။ အကျွန်ုပ်
၏ ဘုရား

သခင်ကို
အကျွန်ုပ် မျှော် ကြည့် ၍ မျက်စိပျက် ပါပြီ။
4 အကြောင်း မရှိဘဲ အကျွန်ုပ် ကို မုန်း သောသူတို့သည်
အကျွန်ုပ် ၏ဆံပင် ထက် များ ကြပါ၏။ မဟုတ် မမှန် ဘဲ
အကျွန်ုပ် ကို ရန်ဘက် ပြု၍ ဖျက်ဆီး သောသူတို့ သည်
ခွန်အား ကြီးကြပါ၏။ ထိုအခါ
အကျွန်ုပ် သည် မ
ယူ သော
ဥစ္စာကိုပင်ပြန် ပေးရပါ၏။
5 အိုဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ် မိုက် ခြင်းအမှုကို
ကိုယ်တော် သိ တော်မူ၏။ အကျွန်ုပ် ၏အပြစ် တို့ကို
ရှေ့တော်၌
ဝှက် ၍ မ ထားရပါ။
6 ကောင်းကင် ဗိုလ်ခြေ သခင် အရှင် ထာဝရဘုရား ၊
ကိုယ်တော် ကို မြော်လင့် သောသူတို့သည် အကျွန်ုပ်
အကြောင်းကြောင့်
စိတ် မ ပျက်ကြပါစေနှင့်။ ဣသရေလ
အမျိုး၏ ဘုရား
သခင်၊ ကိုယ်တော် ကို ရှာ သောသူတို့ သည် အကျွန်ုပ်
အကြောင်းကြောင့်
ရှက် ကြောက်ခြင်းသို့ မ ရောက်ကြပါစေနှင့်။
7 ကိုယ်တော် အတွက်
အကျွန်ုပ်သည် ကဲ့ရဲ့

ခြင်းကို ခံရ ပါ၏။ အကျွန်ုပ် မျက်နှာ သည် ရှက် ခြင်း
နှင့် ပြည့်စုံ ပါ၏။
8 ကိုယ် ညီအစ် ကိုတို့တွင် ၊ လူစိမ်း ဖြစ် ခဲ့ပါပြီ။ တမိ
တည်းသော ပေါက်ဘော် တို့တွင် ၊ တကျွန်း တ
နိုင်ငံသား ဖြစ်ခဲ့ပါပြီ။
9 ကိုယ်တော် ၏အိမ် တော်၌ စွဲလမ်း ပူပန် ခြင်း
စိတ်သည် အကျွန်ုပ် ကို စား
ပါ၏။ ကိုယ်တော် ကို ကဲ့ရဲ့
သောသူတို့ ၏စကားသည် အကျွန်ုပ် အပေါ်သို့ ရောက်
ပါ၏။
10 အကျွန်ုပ်သည် ငိုကြွေး ၍
စိတ် နှလုံးပါလျက် ၊ အစာ ရှောင်သောအကျင့် ကြောင့်
ပင် ကဲ့ရဲ့
ခြင်းကို ခံရ ပါ၏။
11 လျှော်တေ အဝတ် ကို ဝတ် သောအခါ ၊ သူ တို့သည်
သရော် တတ်ကြပါ၏။
12 ရုံးခ၌ ထိုင် သောသူတို့သည် အကျွန်ုပ် တဘက်မှာ
ပြော ဆို၍ ၊ သေသောက် ကြူးတို့သည် အကျွန်ုပ်ကို
အကြောင်းပြုလျက် တေးဘွဲ့၍ ဆို တတ်ကြပါ၏။
13 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် မူကား ၊ မင်္ဂလာ အချိန်
ကာလ၌ ကိုယ်တော် ကို
ဆုတောင်း ပါ၏။ အိုဘုရား
သခင်၊ ကရုဏာ

တော် ကြွယ်ဝ သည်နှင့်အညီ ၊ ကယ်တင် တော်မူခြင်း သစ္စာ
အတိုင်း ၊ အကျွန်ုပ်
စကားကို နားထောင် တော်မူပါ။
14 အကျွန်ုပ် ကို ရွံ့ ထဲ က ကယ်နှုတ် တော်မူပါ။ နစ်
စေတော်မ မူပါနှင့်။ အကျွန်ုပ် ကို မုန်း သောသူတို့ လက်
မှ ၎င်း၊ နက် သော ရေ
ထဲ ကဌင်း
လွှတ် ပါစေသော။
15 ရေ ထ ၍ မ
လွှမ်း ပါစေနှင့်။ နက်နဲ ရာ၌
မ မြုပ် ပါစေနှင့်။ အကျွန်ုပ် အပေါ်မှာ တွင်း ဝ မ ပိတ်
ပါစေနှင့်။
16 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကျေးဇူး ပြုချင်သော စေတနာ
တော်သည် ကောင်းမွန် သောကြောင့် ၊ အကျွန်ုပ် စကား
ကို နားထောင် တော်မူပါ။ စုံမက် တော်မူခြင်း ကရုဏာ
များ ပြားသည်နှင့်အညီ ၊ အကျွန်ုပ် ကို
မျက်နှာ ပြုတော်မူပါ။
17 ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် မှ
မျက်နှာ တော်ကို လွှဲ တော်မ မူပါနှင့်။ ဘေး
ရောက်ပါပြီ။ အလျင် အမြန်နားထောင် တော်မူပါ။
18 အကျွန်ုပ် ၏အသက် ဝိညာဉ်သို့
ချဉ်းကပ် ၍ ရွေး တော်မူပါ။ ရန်သူ များရှိကြောင်း ကို

ထောက် ၍ ချမ်းသာ ပေးတော်မူပါ။
19 အကျွန်ုပ် ခံရသောကဲ့ရဲ့ ခြင်း၊ အရှက် ကွဲခြင်း၊ အသရေ
ပျက်ခြင်းတို့ကို ကိုယ်တော် သည် သိ
တော်မူ၏။ အကျွန်ုပ် ၏ ရန်သူ အပေါင်း တို့သည် ရှေ့
တော်၌ ထင်ရှားလျက် ရှိကြပါ၏။
20 ကဲ့ရဲ့ ခြင်းအားဖြင့်အကျွန်ုပ် သည် စိတ် ပျက် ၍
အလွန် ပူဆွေးခြင်း ရှိပါ၏။ သနား
သောသူကို
ကြည့် ၍
မ မြင်။ သက်သာ စေသောသူကို
ရှာ ၍
မ တွေ့ရပါ။
21 အကျွန်ုပ် စားစရာ ဘို့ ဆေးခါး ကို
ကျွေး ကြပါ၏။ ရေငတ် သောအခါ
ပုံးရည် ကို တိုက် ကြပါ၏။
22 သူ တို့စားပွဲ သည် သူ
တို့ရှေ့ မှာ ကျော့ကွင်း သော် ၎င်း၊ ခံ
ထိုက်သောအပြစ်သော် ၎င်း၊ ထောင် ချောက်သော် ၎င်း
ဖြစ် ပါစေ။
23 သူ တို့သည် မမြင် နိုင်အောင် မျက်စိ ကွယ် ပါစေ။ သူ
တို့ခါး သည်လည်း

အစဉ် တုန် ပါစေ။
24 သူ တို့အပေါ် မှာ အမျက် တော်ကို သွန်းလောင်း
တော်မူ၍ ၊ အမျက် တော်အရှိန် သည် သူ
တို့ကို မှီ ပါစေ။
25 သူ တို့နေရာ အရပ်သည် လူဆိတ်ညံ ရာအရပ် ဖြစ်
ပါစေ။ သူ
တို့အိမ် ၌ နေ သောသူ မ
ရှိ ပါစေနှင့်။
26 အကြောင်း မူကား၊ သူတို့သည် ဒဏ်ခတ် တော်မူ
သောသူ ကို ညှဉ်းဆဲ ကြပါ၏။ နာ
စေတော်မူသောသူတို့ကို ထပ်၍ နာ စေကြပါ၏။
27 သူ တို့အပြစ် ၌
အပြစ် ကိုထပ်၍ ပေး တော်မူပါ။ ကုသိုလ် တော်နှင့် မ
ဆိုင် ကြပါစေနှင့်။
28 အသက် ရှင်သောသူတို့စာရင်း ၌ သူတို့နာမည်များ
ကို ချေ၍ ၊ ဖြောင့်မတ် သောသူတို့နှင့်အတူ မ ရေး မမှတ်
ပါစေနှင့်။
29 အကျွန်ုပ် မူကား ၊ ဆင်းရဲ ငြိုငြင် ပါ၏။ အိုဘုရား
သခင်၊ ကယ်တင် တော်မူခြင်း ကျေးဇူးသည် အကျွန်ုပ်
ကို ချီးမြှင့် ပါစေသော။
30 ငါသည် ဘုရား
သခင်၏ နာမတော် ကို ထောမနာ
သီချင်းဆို မည်။ ကျေးဇူး တော်ကို

ပြ၍
ဘုရား သခင်ကို ချီးမွမ်း မည်။
31 ထာဝရဘုရား သည် ချိုး နှင့်ရင်း၊ ခွါ နှင့်ရင်း ပြည့်စုံ
သော နွား လားကို
နှစ်သက် သည်ထက် ၊ ထိုအကျင့်ကို သာ၍နှစ်သက်
တော်မူလိမ့်မည်။
32 နှိမ့်ချ သောသူတို့ သည် မြင် ၍ ဝမ်းမြောက် ကြ
လိမ့်မည်။ ဘုရား
သခင်ကို ရှာ သောသူတို့ ၏ စိတ် နှလုံးသည် အား ပြည့်
လိမ့်မည်။
33 ထာဝရဘုရား သည် ဆင်းရဲ သောသူတို့၏စကားကို
နားထောင် တော်မူ၏။ အချုပ် ခံရသောမိမိ လူတို့ကို
မထီမဲ့မြင် ပြုတော်မ မူတတ်။
34 ကောင်းကင် ၊ မြေကြီး ၊ သမုဒ္ဒရာ တို့နှင့်တကွ အရပ်
ရပ်၌ ကျင်လည်သော သတ္တဝါ အပေါင်း တို့သည် ဘုရား
သခင်ကို ချီးမွမ်း ကြပါစေသော။
35 ဘုရား သခင်သည် ဇီအုန် မြို့ကို
စောင့် ၍ ၊ ယုဒ မြို့ တို့ကို ပြု စုတော်မူသဖြင့် ၊ ထို သူ
တို့သည် နေ
၍
ပိုင် ရကြလိမ့်မည်။
36 ကျွန် တော်မျိုး၏သား မြေးတို့သည် ထိုမြို့ ကို အမွေ
ခံရ၍ ၊ နာမတော် ကို ချစ် သောသူတို့သည် နေရာ ကျရ

ကြလိမ့်မည်။

70

အောက်မေ့ စေခြင်းငှာ စပ်ဆိုသောဆာလံ။

1 အိုဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ် ကို
နှုတ် ယူတော်မူပါ။ အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ကို မစ
ခြင်းငှါ အလျင် အမြန် ပြုတော်မူပါ။
2 အကျွန်ုပ် အသက် ကို သတ်ခြင်းငှါရှာကြံ သောသူ
တို့သည် အရှက်ကွဲ ၍
မျက်နှာ ပျက်ကြပါစေသော။ အကျွန်ုပ် ၌ အန္တရာယ် ပြု
ချင်သောသူတို့သည် လှန် ခြင်းကို ခံရ၍ ၊ ရှက်ကြောက်
ခြင်းသို့ ရောက်ကြ ပါစေသော။
3 အကျွန်ုပ်ကို အေ့ဟေ ၊ အေ့ဟေ ဟု ဆို
သောသူတို့သည် အရှက် ကွဲခြင်းအားဖြင့် နောက်သို့
လှန် ခြင်းကိုခံရကြပါစေသော။
4 ကိုယ်တော် ကို ရှာ သော သူ အပေါင်း တို့သည်
ကိုယ်တော် ၌
ဝမ်းမြောက် ရွှင်လန်း ကြပါစေသော။ ကယ်တင် တော်
မူခြင်းကျေးဇူးကို နှစ်သက် သောသူတို့သည်၊ ဘုရား
သခင်ဘုန်းကြီး တော်မူစေသတည်း ဟု အစဉ် မပြတ်
ပြော ကြပါစေသော။
5 အကျွန်ုပ် မူကား ၊ ဆင်းရဲ ငတ်မွတ် ပါ၏။ အိုဘုရား
သခင်၊ အကျွန်ုပ် ရှိရာသို့

အလျင် အ မြန် ကြွ တော် မူ ပါ။ ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ကို မစ
သော သူ၊ ကယ်တင် သော သူ ဖြစ် တော် မူ၏။ အိုထာဝရဘုရား ၊ ဆိုင်းလင့် တော်မ မူပါနှင့်။

71

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ကို
အကျွန်ုပ်ခိုလှုံ ပါ၏။ အရှက် ကွဲခြင်းနှင့်
အစဉ် ကင်းလွတ် ပါစေသော။
2 တရား တော်နှင့်အညီ အကျွန်ုပ် ကို နှုတ်ယူ ၍
လွတ် တော်မူပါ။ နား
တော်ကို အကျွန်ုပ် ဘက်သို့
လှည့် ၍
ကယ်တင် တော်မူပါ။
3 အကျွန်ုပ် အစဉ် ရောက် ၍
နေရာ ကျသော ကျောက် ဖြစ် တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ် ကို
ကယ်တင် မည် အကြောင်း အမိန့် တော်ရှိ၍ ၊ အကျွန်ုပ် ၏ ကျောက် ၊ အကျွန်ုပ် ၏ ရဲတိုက် ဖြစ်တော်မူ၏။
4 အကျွန်ုပ် ၏ဘုရား သခင်၊ ဆိုး
သောသူ ၏လက် မှ ၎င်း၊ မ
တရားသောသူနှင့်
ကြမ်းတမ်း သောသူ ၏လက်
မှ ၎င်း အကျွန်ုပ် ကို ကယ်နှုတ် တော်မူပါ။

5 အရှင် ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ်
မြော်လင့် ရာဖြစ်တော်မူ၏။ အကျွန်ုပ် ငယ် သောအရွယ်
မှစ၍ အကျွန်ုပ်
ကိုးစား ရာ ဖြစ်တော်မူ၏။
6 အကျွန်ုပ်သည် ဘွား ကတည်း ကပင် ကိုယ်တော် ကို
မှီဝဲ ပါပြီ။ အမိ
ဝမ်း တွင်းမှစ၍ ကျေးဇူးတော်ကိုခံရပါပြီ။ ကိုယ်တော်
ကို
အစဉ် ချီးမွမ်း ပါမည်။
7 အကျွန်ုပ်သည် များစွာ သောသူတို့ ၌
အံ့ဘွယ် သော အရာကဲ့
သို့ ဖြစ် သော်လည်း ၊ ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ၌
ခိုင်ခံ့ သော ခိုလှုံ ရာဖြစ်တော်မူ၏။
8 ဂုဏ် အသရေတော်နှင့်
ယှဉ်သော ထောမနာ
စကားကို အကျွန်ုပ် သည် နေ့တိုင်း အစဉ်မြွက်ဆို ပါ
စေသော။
9 အကျွန်ုပ် ကို အို
သောအခါ
ပယ် တော်မ မူပါနှင့်။ အား
လျော့ သောအခါ
စွန့်ပစ် တော်မ မူပါနှင့်။
10 ရန်သူ တို့သည် အကျွန်ုပ် တဘက် ၌ ပြော ဆိုကြ

ပါ၏။ အကျွန်ုပ် အသက် ကို ချောင်း ကြည့်သောသူတို့
က၊
11 ဘုရား သခင်သည် သူ့
ကို စွန့်ပစ် တော်မူ၏။ လိုက် ၍
ဘမ်း ကြကုန်အုံ့။ ကယ်လွှတ် သော သူမ
ရှိဟု တိုင်ပင်ပြော ဆိုကြပါ၏။
12 အိုဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ် နှင့်
ဝေးဝေး နေတော်မ မူပါနှင့်။ အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား
သခင်၊ အကျွန်ုပ် ကို မစ
ခြင်းငှါ အလျင် အမြန်ပြုတော်မူပါ။
13 အကျွန်ုပ် အသက် ကို ရန်ဘက် ပြုသောသူတို့ သည်
အရှက်ကွဲ ၍ ဆုံးရှုံး ခြင်းသို့ ရောက် ကြ ပါ စေသော။
အကျွန်ုပ် ၌ အပြစ် ပြုခြင်းအခွင့်ကို ရှာ သောသူတို့သည်
ကဲ့ရဲ့
ခြင်း၊ အသရေ
ပျက်ခြင်းနှင့်
မွန်း ကြ ပါစေသော။
14 အကျွန်ုပ် မူကား ၊ အစဉ် မြော်လင့် ၍
ကိုယ်တော် ကို ချီးမွမ်း သမျှ ထက် သာ၍ချီးမွမ်းပါ
မည်။
15 ဖြောင့်မတ် တော်မူခြင်းနှင့် ကယ်တင် တော်မူခြင်း
ကျေးဇူးကို အကျွန်ုပ်သည် နေ့တိုင်း အစဉ် ညွှန် ကြား ပါ
မည်။ ကျေးဇူးတော်တို့ကို ရေတွက် ၍

မ ကုန်နိုင်ပါ။
16 အရှင် ထာဝရဘုရား ၏ ဘုန်း တန်ခိုးတော်များကို
အမှီပြု ၍
ကိုယ်တော် ၏ ဖြောင့်မတ် ခြင်းတရားကိုသာ ပြသ ပါ
မည်။
17 အိုဘုရား သခင်၊ ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ် ကို ငယ်
သောအရွယ်မှစ၍ သွန်သင် တော်မူပါပြီ။ ယခု
တိုင်အောင် အံ့ဘွယ် သော အမှုတော်တို့ကို အကျွန်ုပ်ပြ
ပါပြီ။
18 တဖန်တုံ အိုဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ်အသက်ကြီး ၍
ဆံပင် ဖြူသည်ကာလတိုင်အောင် ၊ ယခုလူ များတို့အား
ကိုယ်တော် ၏ အစွမ်း သတ္တိကိုဎင်း၊ နောက်ဖြစ် လတံ့
သော သူအပေါင်း တို့အား
တန်ခိုး တော်ကိုဎင်း၊ အကျွန်ုပ်မ ပြ မှီတွင်၊ အကျွန်ုပ်
ကို စွန့်ပစ် တော်မ မူပါနှင့်။
19 အိုဘုရား သခင်၊ ဖြောင့်မတ် တော်မူခြင်းတရားသည်
အလွန်မြင့် ရာသို့
မှီသည်ဖြစ်၍ ၊ ကိုယ်တော်သည် ကြီးစွာ သော အမှုတို့
ကို ပြု တော်မူ၏။ အိုဘုရား
သခင်၊ ကိုယ်တော် နှင့်အဘယ် သူတူ ပါသနည်း။
20 ကြီးမား ကြမ်းတမ်းသော ဘေး
များ ကို အကျွန်ုပ် အားပြ တော်မူပြီ။ တဖန်
အသက် ကို ချမ်းသာပေး၍ ၊ မြေကြီး နက်နဲ ရာထဲက

တဖန် ထမြောက် စေတော်မူမည်။
21 အကျွန်ုပ် ကို စည်းစိမ် တိုးပွား စေ၍ ၊ တဖန်
သက်သာ စေတော်မူမည်။
22 သို့ဖြစ်၍ ၊ အကျွန်ုပ် ၏ဘုရား သခင်၊ ကိုယ်တော်
နှင့် သစ္စာ
တော်ကို တယော
ထိုး၍
ချီးမွမ်း ပါမည်။ ဣသရေလ
အမျိုး၏ သန့်ရှင်း တော်မူသောဘုရား၊ ရှေ့ တော်၌
စောင်း တီး၍
သီချင်း ဆိုပါမည်။
23 ရှေ့ တော်၌ သီချင်း ဆိုသောအခါ ၊ ရွှင်လန်း သော
နှုတ် ရှိ ပါ လိမ့်မည်။ ရွှေး တော်မူသော အကျွန်ုပ် ၏
ဝိညာဉ် လည်း ရွှင်လန်းပါလိမ့်မည်။
24 အကျွန်ုပ် ၏လျှာ သည်လည်း
ဖြောင့်မတ် တော်မူခြင်းတရားကို အစဉ် မြွက် ဆိုပါ
လိမ့်မည်။ အကြောင်း မူကား၊ အကျွန်ုပ် ၌ အပြစ် ပြုခြင်း
အခွင့်ကို ရှာ သောသူတို့သည် မျက်နှာ ပျက်၍
အရှက် ကွဲခြင်းသို့ ရောက်ကြပါ၏။

72

ရှောလမုန် ကိုရည်ဆောင်၍စပ်ဆိုသောဆာလံ။
1 အိုဘုရား သခင်၊ ကိုယ်တော် ၏ တရား
ဆုံးဖြတ်ခြင်းနှင့်

ဖြောင့်မတ် စွာ စီရင်ခြင်းအခွင့်ကို
မင်း သား ဖြစ်သော ရှင်ဘုရင် အား ပေး သနားတော်မူ
ပါ။
2 ထိုမင်းသည် ကိုယ်တော် ၏ လူ
တို့ကို
ဖြောင့်မတ် စွာ စီရင် ၍ ၊ ကိုယ်တော် ၏ဆင်းရဲသား တို့
ကို တရား ပေး ပါလိမ့်မည်။
3 တောင်ကြီးတောင် ငယ်တို့သည် တရား
တော်အားဖြင့် ၊ ကိုယ်တော်၏ လူ
တို့အား
ချမ်းသာ ပေး ကြ ပါလိမ့်မည်။
4 ထိုမင်းသည် ကိုယ်တော်၏ လူ
တို့တွင် ဆင်းရဲ သားတို့ကို တရား
စီရင်လျက်၊ ငတ်မွတ် သောသူတို့၏ သားသမီး
များကို
ကယ်မ ၍ ၊ ညှဉ်းဆဲ သောသူကိုလည်း နှိပ်စက် ပါ
လိမ့်မည်။
5 နေ နှင့် လ တည် သမျှသောကာလပတ်လုံး၊ လူ
အစဉ်အဆက် အပေါင်း တို့သည် ကိုယ်တော် ကို
ကြောက်ရွံ့ ကြပါလိမ့်မည်။
6 ထိုမင်း၏ သက်ရောက်ခြင်းသည် ရိတ်သော မြက်ပင်
ပေါ်မှာ ရွာ သောမိုးယ်း ကဲ့သို့ ၎င်း၊ မြေ ကို စို
စေ သော မိုးယ်း ပေါက်များကဲ့ သို့၎င်း ဖြစ်လိမ့်မည်။

7 လက်ထက် တော်၌ လ
သည်ပပျောက်ခြင်းသို့ မ
ရောက်မီတိုင်အောင် ၊ တရား သောသူသည် ပွင့်လန်း ၍
ချမ်းသာ များ ပြား လိမ့်မည်။
8 ပင်လယ် တပါးမှ တပါး တိုင်အောင် ၎င်း ၊ မြစ် မှ
သည် မြေ စွန်း တိုင်အောင် ၎င်း
အစိုးရ တော်မူ လိမ့်မည်။
9 တောတွင်း သားတို့သည် ရှေ့ တော်၌ ဦးချ ၍၊ ရန်သူ
တို့သည်လည်း
မြေမှုန့် ကို လျက် ကြလိမ့်မည်။
10 တာရှု
မင်း တို့နှင့်
ပင်လယ် တဘက်၌ နေသော မင်း တို့သည ်အခွန်
သွင်း ၍၊ ရှေဘ မင်း နှင့်
သေဘ မင်းတို့သည် လည်း လက်ဆောင် ပဏ္ဏာများကို
ဆက် ကြ လိမ့်မည်။
11 ထိုမျှမက ရှင် ဘုရင်အပေါင်း တို့သည် ရှေ့ တော်၌
ပြပ်ဝပ် ၍ ၊ ခပ်သိမ်း သော လူမျိုး တို့သည် အမှုတော် ကို
ထမ်းကြလိမ့်မည်။
12 အကြောင်း မူကား၊ ငတ်မွတ် သောသူ အော်ဟစ်
သောအခါ ၊ ထိုသူ ကို ၎င်း၊ ကိုးကွယ် ရာမ ရှိ၍
ဆင်းရဲ သောသူကို ၎င်း ချမ်းသာ ပေးတော်မူ လိမ့်မည်။
13 ဆင်းရဲ သောသူနှင့်

ငတ်မွတ် သောသူကို
သနား ၍ ၊ ငတ်မွတ် သောသူတို့ ၏ အသက် ကို
ကယ်တင် တော်မူလိမ့်မည်။
14 သူ တို့အသက် ကို လှည့်စား ခြင်းနှင့် ညှဉ်းဆဲ
ခြင်း၏ လက်မှ
ရွေးနှုတ် ၍ ၊ သူ တို့အသွေး ကို နှမြော တော်မူလိမ့်
မည်။
15 အသက် တော်တည်၍
လူများတို့သည် ရှေဘ ရွှေ
ကို ဆက် ခြင်း၊ ကိုယ်တော် အဘို့
အစဉ် မေတ္တာပို့ခြင်း၊ နေ့တိုင်း ထောမနာ ချီးမွမ်းခြင်း
တို့ကို ပြုကြ လိမ့်မည်။
16 ပြည် တော်၌ များစွာ သော စပါး ရှိ၍ ၊ အသီးအနှံ
သည် လေဗနုန်
တောကဲ့ သို့ တောင် ထိပ် ပေါ်မှာ လှုပ်ရှား လိမ့်မည်။
မြို့ သူမြို့သားတို့သည်လည်း ၊ မြေ ၏မြက်ပင် ကဲ့သို့
စည် ပင်ကြလိမ့်မည်။
17 နာမတော် သည် အစဉ် အမြဲတည် လိမ့်မည်။ နေ
သည် တည်သမျှသောကာလ ပတ်လုံး နာမ
တော်တိုးပွား လိမ့်မည်။ ကျေးဇူး တော်အားဖြင့် လူမျိုး
အပေါင်း တို့သည် ကောင်းကြီး မင်္ဂလာ ကို ခံ ရ ကြ၏၊
မင်္ဂလာရှိတော်မူသည်ဟု ချီးမွမ်းကြလိမ့်မည်။
18 အံ့ဘွယ် သော အမှုတို့ကို တပါးတည်းသာ စီရင်

တော်မူသောထာဝရ အရှင်ဘုရား သခင်၊ ဣသရေလ
အမျိုး၏ ဘုရား
သခင်သည် မင်္ဂလာ ရှိတော်မူစေသတည်း။
19 ဘုန်းကြီး သော နာမ
တော်သည်လည်း
အစဉ် အမြဲမင်္ဂလာ ရှိတော်မူစေသတည်း။ မြေကြီး တ
ပြင်လုံး သည် ဘုန်း တော်နှင့်ပြည့်စုံ ပါစေသတည်း။ အာ
မင် နှင့် အာမင်။
20 ယေရှဲ ၏ သား
ဒါဝိဒ်
ဆုတောင်း သော ပဌနာ
စကားပြီး ၏။

73

1 အကယ် စင်စစ်ဘုရား သခင်သည် နှလုံး သန့်ရှင်း
သော သူတည်းဟူသောဣသရေလ အမျိုး၌
ကျေးဇူး ကြီး တော်မူ၏။
2 ငါ မူကား ၊ ခြေ ချော် လု လျက် ၊ ခြေရာ လွဲ လု လျက်
ရှိမိပြီ။
3 အကြောင်း မူကား၊ မတရား
သောသူတို့၏ စည်းစိမ်
ကို မြင် သောအခါ၊ မိုက် သောသူတို့ကို ပင် ငါငြူစူ မိ
ပြီ။
4 ထိုသူ တို့သည် မသေ

မှီတိုင်အောင် နာကြင်ခြင်း ဝေဒနာ
မ ရှိ။ ခိုင်မာ သောအစွမ်း သတ္တိရှိကြ၏။
5 သူ တို့သည် လောကဓံ
ဒုက္ခမ ရှိ။ လူ
များကဲ့သို့အနှောင့် အရှက်ကိုမ ခံရကြ။
6 ထိုကြောင့်မာန ကို လည်ဆွဲ တန်ဆာကဲ့သို့ဆင်၍၊
ညှဉ်းဆဲ ခြင်းအဝတ် ကိုလည်း ဝတ် တတ်ကြ၏။
7 ဆူဝ သောကြောင့် မျက်နှာ မော် လျက်ရှိကြ၏။ စိတ်
နှလုံးကြီစည် ခြင်းအားဖြင့်လွန်ကျူး တတ်ကြ၏။
8 ဆိုး သောညှဉ်းဆဲ ခြင်းကို ပင် ပြက်ယယ် ပြု၍
ပြော
တတ်ကြ၏။ ထောင်လွှား သော စကား ကိုလည်း သုံး
တတ် ကြ၏။
9 သူ တို့နှုတ် သည် ကောင်းကင် နှင့်
ဆန့်ကျင် ဘက် ပြု၍ ၊ လျှာ သည်လည်း မြေကြီး ကို
လှည့် လည်တတ်၏။
10 ထိုကြောင့် ဘုရား သခင်၏ လူ
တို့သည် သူ
တို့ ထံသို့
ပြန် သွား၍
များစွာ သော ရေ
ကိုမျိုရကြ၏။
11 ဘုရား သခင်သည် အဘယ်သို့ သိ တော်မူမည်နည်း။

အမြင့်ဆုံး သော ဘုရား၌
ဉာဏ် ရှိ ပါလိမ့်မည်လော ဟု ဆို တတ်ကြ၏။
12 ထို မတရား သောသူတို့ သည် အစဉ် ကောင်းစား ၍
ဥစ္စာ ပွား များကြ၏။
13 အကယ် စင်စစ် ငါ့ နှလုံး ကို ငါ သန့်ရှင်း စေ
သော်လည်း အကျိုး မရှိ။ အပြစ် ကင်းခြင်းနှင့်
ငါ့ လက် ကို ဆေးကြော သော်လည်း အကျိုးမရှိ။
14 နေ့တိုင်း နှောင့်ရှက် ခြင်းနှင့်
နံနက် တိုင်းဆုံးမ ခြင်းကို ငါ ခံရ၏။
15 ထိုသို့ သဘောကျ မည် ဟု အကျွန်ုပ် ဆို လျှင် ၊
ကိုယ်တော် ၏ အမျိုးသား တို့ကို ပြစ်မှား ရာသို့ ရောက်
ပါ လိမ့်မည်။
16 ထို အမှုကိုနားလည် ရ အောင် ဆင်ခြင် သောအခါ
အလွန် ခက်သည်ဟု ထင် ပါ၏။
17 နောက် မှဘုရား သခင်၏ သန့်ရှင်း ရာ ဌာနထဲသို့
ဝင် ၍၊ သူ
တို့၏ အဆုံး
ကို
နားလည် ရပါ၏။
18 အကယ် စင်စစ်ကိုယ်တော်သည် သူ
တို့ကို ချော
သောအရပ်၌
ထား တော်မူပြီ။ ဖျက်ဆီး ရာအရပ်သို့

ချ တော်မူ၏။
19 တခဏာ ခြင်းတွင်
အကျိုး နည်းကြပါပြီတကား။ ဘေး
ဥပဒ်များအားဖြင့် ရှင်းရှင်း ပယ် ပျောက်လျက် ရှိကြပါ
ပြီတကား။
20 အိုထာဝရ ဘုရား၊ လူသည် နိုး
သောအခါ
အိပ်မက်
ကိုမှတ်သကဲ့သို့ သူတို့ကို နှိုး တော်မူသောအခါ ၊ သူ တို့
အကြံ အစည်ကို မထီမဲ့မြင် ပြုတော်မူမည်။
21 ထိုသို့ အကျွန်ုပ် သည် နှလုံး နာ လျက် ၊
ကျောက်ကပ်
မွှေနှောက် လျက်ရှိ၍၊
22 မိုက် သောသူ၊ ပညာမဲ့
သောသူဖြစ်ပါ၏။ ရှေ့
တော်၌ တိရစ္ဆာန် ကဲ့သို့ဖြစ် ပါ၏။
23 သို့သော်လည်း အကျွန်ုပ် သည် ကိုယ်တော် ထံမှာ
အစဉ် ရှိ၍၊ အကျွန်ုပ် ၏လက်ျာ လက် ကို ဆွဲကိုင် တော်
မူ၏။
24 အကျွန်ုပ် ကို ဉာဏ် ပေး၍ ပဲ့ပြင် တော်မူမည်။
နောက် တဖန် ဘုန်း အသရေ၌ သိမ်းယူ တော်မူမည်။
25 ကိုယ်တော်မှတပါး၊ ကောင်းကင် ဘုံမှာ
အကျွန်ုပ်

၌
အ ဘယ် သူ ရှိ ပါ သနည်း။ ကိုယ်တော် ကို အလိုရှိ
သည်နှင့်အမျှ
မြေကြီး ပေါ်မှာ
အကျွန်ုပ်သည် အဘယ်အလိုရှိ ပါသနည်း။
26 အကျွန်ုပ် ၏အသား နှင့်
နှလုံး သည် ပျက် ကြပါ ၏။ သို့သော်လည်း၊ ဘုရား
သခင်သည် အကျွန်ုပ် နှလုံး ၏ အစွမ်း သတ္တိ၊ အကျွန်ုပ်
အစဉ် အမြဲခံစားရာအဘို့ ဖြစ်တော်မူ၏။
27 အကယ် စင်စစ်ကိုယ်တော် နှင့် ဝေးဝေး
နေ သော သူ တို့ သည် ပျက်စီး ခြင်း သို့ ရောက်ရ ကြ
ပါ၏။ ကိုယ်တော် နှင့်
ကွာ၍မှားယွင်း သော သူအပေါင်း တို့ကို ပယ်ရှင်း တော်
မူ ၏။
28 အကျွန်ုပ် မူကား ၊ ဘုရား သ ခ င် ့ ထံ တော် သို့
ချဉ်းကပ်
၍ အကျိုး ရှိပါ၏။ အမှုတော် ရှိသမျှ တို့ကို ကြား ပြော
ခြင်းအလိုငှါ ၊ အရှင် ထာဝရဘုရား ၌
ခိုလှုံ လျက်နေပါ၏။

74

1 အို ဘုရား
သခင်၊ အကျွန်ုပ်တို့ကို အဘယ်ကြောင့်

အစဉ် စွန့်ပစ် တော်မူသနည်း။ ကိုယ်တော် ထံမှာ
ကျက်စား သော သိုး
တို့ကို အဘယ်ကြောင့်အမျက် ထွက်တော်မူသနည်း။
2 ရှေးက အပိုင် ရတော်မူသော လူ အစည်းအဝေး
ကိုဂင်း၊ ရွေး တော်မူသော အမွေ တော်အ ဘို့ကိုဂင်း၊
ကျိန်းဝပ် တော်မူရာ ဇိအုန် တောင် ကိုဂင်းအောက်မေ့
တော်မူပါ။
3 သန်ရှင်း ရာဌာနဌ
ရန်သူ သည် မ
တရားသဖြင့် ပြု၍၊ အမြဲ
သုတ်သင် ပယ်ရှင်းရာအရပ်သို့
ကြွ တော်မူပါ။
4 ကိုယ်တော် ၏ လူစည်းဝေး ရာအရပ် ဌ
ရန်သူ တို့ သည် အော်ဟစ် ကြပါ၏။ လက္ခဏာ
သက်သေတော်အရာ ဌ သူ
တို့လက္ခဏာ သက်သေတို့ကို ထား ကြပါပြီ။
5 လိမ္မာသောသူသည်ထူထပ် သော တော
ကို
ပုဆိန် နှင့် ခုတ်သကဲ့သို့၊
6 ယခု တွင် ဗိမာန်တော် တန်ဆာ များကိုပုဆိန် ၊ သံတူ
နှင့်
တပြိုင်နက် ရိုက် ချိုးကြပါ၏။
7 သန်ရှင်း ရာဌာနတော်ကို မီး

ရှို့ ကြပါ၏။ နာမတော်
ကျိန်းဝပ်ရာ တဲ
တော်ကို မြေ တိုင်အောင် ရှုတ်ချ ကြပါ၏။
8 ဤအမျိုးသား အပေါင်းတို့ကို အတူ
ဖျက်ဆီး ကြကုန်အံ့ဟုဆို ၍၊ မြေ တပြင်လုံး တွင်
ဘုရား သခင်၏ တရားစရပ်
တို့ကို မီးရှို့ ကြပါ၏။
9 အကျွန်ုပ် တို့သည် ကိုယ်လက္ခဏာ သက်သေများ ကို မ
မြင် ရပါ။ ပရောဖက် သည် တဖန် မ ပေါ်မရှိပါ။ အကျွန်ုပ် တို့တွင်
ကာလ အပိုင်းအခြားကို သိ
သောသူ မ ရှိပါ။
10 အို ဘုရား
သခင်၊ ရန်သူ သည် အဘယ် မျှကာလ
ပတ်လုံးကဲ့ရဲ့ ပါလိမ့်မည်နည်း။ ရန်ဘက် ပြုသောသူ
သည် နာမတော် ကို အစဉ် မထီမဲ့မြင် ပြုရပါမည်လော။
11 လက်ျာ လက် တော်ကို
အဘယ်ကြောင့် ရုပ်သိမ်း တော်မူသနည်း။ ရင်ခွင် တော်
ထဲက ထုတ် ၍ ဖျက်ဆီး တော်မူ ပါ။
12 အကယ် စင်စစ်ဘုရား သခင်သည် ရှေး ကာလမှစ၍
၊ ကယ်တင် တော်မူခြင်းကို
မြေ အလယ် ၌ ပြု သောငါ တို့၏ ရှင် ဘုရင်ဖြစ်တော်

မူ၏။
13 ကိုယ်တော် သည် တန်ခိုး တော်အားဖြင့် ပင်လယ် ကို
ခွဲ တော်မူပြီ။ ရေ
ထဲမှာ
မိကျောင်း တို့၏ ဦးခေါင်း တို့ကို ချိုး တော်မူပြီ။
14 လဝိသန် ၏ ဦးခေါင်း တို့ကို နှိပ်စက် ၍ တောတွင်း
သားတို့ စားစရာ
ဘို့
အပ်ပေး တော်မူပြီ။
15 စမ်းရေ နှင့် ချောင်းရေ ကို ပေါက် စေတော်မူပြီ။ ရေ
မပြတ်သော မြစ် တို့ကိုလည်း ခန်းခြောက် စေတော်မူ
ပြီ။
16 နေ့ နှင့် ညဉ့် ကို
ပိုင်တော်မူ၏။ နေ
မှစ၍ အလင်း
အိမ်တို့ကို ဖန်ဆင်း တော်မူပြီ။
17 မြေကြီး ၏ အကန့် အကွက်ရှိသမျှ တို့ကိုဎင်း၊ နွေ
ကာလနှင့်
ဆောင်း ကာလကိုဎင်း စီရင် တော်မူပြီ။
18 ရန်သူ တို့သည် ထာဝရဘုရား
ကို ကဲ့ရဲ့ ၍ ၊ လူမိုက် တို့ သည် နာမ တော် အား
မထီမဲ့မြင် ပြုကြသည်ကို အောက်မေ့ တော်မူပါ။
19 ကိုယ်တော် ၏ ချိုးငှက် အသက် ကို သားရဲ

ဌ

အပ် တော်မ မူပါနှင့်။ ကိုယ်တော် ၏ ဆင်းရဲသား တို့
အစည်းအဝေးကို အစဉ် မေ့လျော့ တော်မ မူပါနှင့်။
20 ပဋ္ဌိညာဉ် တော်ကိုထောက်
တော် မူ ပါ။ အကြောင်း မူကား၊ မြေကြီး ပေါ်မှာ
မှောင်မိုက် သော အရပ်တို့သည် လုယူ
ညှဉ်းဆဲခြင်းနေရာ သက်သက်ဖြစ် ကြပါ၏။
21 နှိပ်စက် ခြင်းကို ခံရသောသူတို့သည် စိတ်ပျက် ၍
မ သွား ကြ ပါ စေ နှင့်။ ဆင်းရဲ ငတ်မွတ် သော သူ
တို့သည် နာမတော် ကို ချီးမွမ်း ကြပါစေသော။
22 အို ဘုရား
သခင်၊ ထ
တော်မူပါ။ ကိုယ် အမှု ကို စီရင် ဆုံးဖြတ်တော်မူပါ။
မိုက် သောသူသည် ကိုယ်တော် အား
အစဉ် ကဲ့ရဲ့ သည်ကို အောက်မေ့ တော်မူပါ။
23 ကိုယ်တော် ၏ရန်သူ တို့ အသံ
ကို မေ့လျော့ တော် မ
မူ ပါ နှင့်။ ကိုယ်တော် ကို ပုန်ကန် သော သူ တို့၏
ရုန်းရင်းခတ်ခြင်းအသံ သည် အစဉ် မပြတ်တိုး တက်
လျက်ရှိပါ၏။

75

1 အိုဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ်တို့သည် ကိုယ်တော် ကို
ချီးမွမ်း ကြပါ၏။ နာမတော် နီး ကြောင်း ကို အံ့ဘွယ်

သော အမှုတော်တို့သည် သက်သေခံ ကြသည်ဖြစ်၍၊
ကိုယ်တော် ကို ချီးမွမ်း ကြပါ၏။
2 ချိန်းချက် သော အချိန်ကာလနှင့်
ငါ တွေ့ကြုံ သောအခါ ဖြောင့်မတ် စွာ တရား စီရင်
မည်။
3 မြေကြီး နှင့်
မြေကြီး သားအပေါင်း တို့သည် လှုပ်ရှား ခြင်းရှိသည်
ဖြစ်၍၊ မြေကြီးတည်သော တိုင် တို့ကို ငါထောက် ခံရ၏။
4 မိုက်သောအကျင့် ကို မ
ကျင့်ကြနှင့်ဟု မိုက်
သောသူတို့ အား
ဂင်း၊ ဦးချို့ ကို မ
မြှောက် ကြနှင့်။
5 သင် တို့၏ ဦးချို့ ကို မ
ချီးမြှောက် ကြနှင့်။ လည်ပင်း
ခိုင်မာ လျက်
မပြော ကြနှင့်ဟု မတရားသောသူတို့ အားဂင်း ငါ
ပြောထား၏။
6 အရှေ့ ၊ အနောက် ၊ တောင် အရပ်တို့တွင်
အဘယ်အရပ်မျှ
ကျေးဇူး မ ပြုနိုင်။
7 ဘုရား သခင်သည် စီရင် ပိုင်တော်မူ၏။ တ
ယောက် ကို နှိမ့်ချ ၍ ၊ တ ယောက်ကို ချီးမြှောက် တော်

မူ ၏။
8 ထာဝရဘုရား ၏လက် တော်၌
ဖလား ရှိ၏။ နီ
သောစပျစ် ရည်ပါ၏။ ဆေး
မျိုးနှင့်ရောလျက်ရှိ၏။ ထို
စပျစ်ရည်ကို
လောင်း တော်မူ၏။ အနည် အဖတ်ကိုလည်း
မတရား သော မြေ သားအပေါင်း တို့သည် ညှစ် ၍
သောက် ရကြ၏။
9 ငါ မူကား အစဉ် မပြတ်ချီးမွမ်း ၍ ၊ ယာကုပ် အမျိုး
၏ ဘုရား
သခင်ကို
ထောမနာသီချင်း ဆိုပါမည်။
10 မတရား သောသူတို့၏ ဦးချို အပေါင်း ကို ငါချိုး
မည်။ တရား
သောသူတို့ ၏ဦးချို တို့မူကား၊ ချီးမြှောက် ခြင်းသို့
ရောက်ရကြလိမ့်မည်။

76

1 ယုဒ ပြည်မှာ ဘုရား
သခင်ကို သိ ကြ၏။ ဣသရေလ
တိုင်းမှာ နာမတော် သည် ကြီးမြတ် လေ၏။
2 ယေရုရှလင် မြို့မှာ တဲ တော်ရှိ ၏။ ဇိအုန် တောင် မှာ
ကျိန်းဝပ် လျက် နေတော်မူ၏။

3 ထို အရပ်၌ လေး မြှား၊ ဒိုင်း လွှား၊ ထား
လက်နက်၊ စစ် အင်္ဂါတို့ကို ချိုး ဖျက်တော်မူပြီ။
4 သင် သည် သားရဲ
နေသောတောင် တို့ထက် ဘုန်း သာ၍ကြီးမြတ်ပေ၏။
5 ရဲရင့် သောသူတို့ သည် လုယူ
ခြင်း ကို ခံရ၍
အိပ်ပျော် ကြပြီ။ အားကြီး သော သူ
တစုံ တယောက်မျှ မိမိ
လက် ကို မ
တွေ့ ရ။
6 ယာကုပ် အမျိုး၏ ဘုရား
သခင်၊ ကိုယ်တော် ဆုံးမ တော်မူသောအားဖြင့် ၊ ရထား စီးသောသူနှင့် မြင်း စီးသောသူတို့ သည် ကြီးစွာသော အိပ်ခြင်းဖြင့် အိပ်ပျော် ကြပါ၏။
7 ကိုယ်တော် တပါးတည်းသာလျှင် ကြောက်ရွံ့ ဘွယ် ဖြစ်တော်မူ၏။ အမျက် ထွက်တော်မူသောအခါ ၊ ရှေ့ တော်၌ အဘယ် သူရပ် နေနိုင်ပါမည်နည်း။
8 ဘုရား သခင်သည် နှိမ့်ချ လျက်ရှိသောမြေကြီး သား အပေါင်း တို့ကို ကယ်တင် ၍၊
9 တရား ဆုံးဖြတ်ခြင်းငှါ ထ တော်မူသောအခါ ၊ တရား ဆုံးဖြတ်သံ ကို ကောင်းကင် ထဲက လွှတ်တော်မူသဖြင့်၊ မြေကြီး သည် ကြောက် ၍ တိတ်ဆိတ် စွာနေပါ၏။
10 အကယ် စင်စစ်လူ တို့၏ ဒေါသ သည် ကိုယ်တော်

ကို ချီးမွမ်း လိမ့်မည်။ ကြွင်း သောဒေါသ ကိုလည်း
ခါးပန်းစည်း တော်မူမည်။
11 သစ္စာ ဂတိပြုကြလော့။ သင် တို့၏ဘုရား သခင်
ထာဝရဘုရား အား သစ္စာဝတ်ကိုလည်း ဖြေ ကြလော့။
ကိုယ်တော်၏ ပတ်လည် ၌နေသောသူအပေါင်း တို့သည်
ကြောက်ရွံ့ ရိုသေဘွယ်သော ဘုရားထံ
တော်သို့ လက်ဆောင် ကို ဆောင် ခဲ့ကြစေ။
12 ထိုဘုရားသည် မင်း သားတို့၏ စိတ် ကို နှိမ့်ချ တော်
မူ၏။ လောကီ
ရှင် ဘုရင်တို့၌ ကြောက်ရွံ့ ဘွယ် ဖြစ်တော်မူ၏။

77

1 ငါ သည် ဘုရား
သခင့်ထံသို့ အသံ ကို လွှင့်၍
အော်ဟစ်
၏။ ဘုရား
သခင့်ထံသို့ အသံ ကိုလွှင့်၍
ဘုရားသခင်သည် ငါ့ စကားကို
နားထောင် တော်မူလိမ့်မည်။
2 ဘေး ရောက်သည်ကာလ ၌ ငါ သည် ထာဝရ
ဘုရား ကို ရှာ ရ၏။ ညဉ့် အချိန်၌ ပင်လက် ကို ဆန့်
လျက် နေရ၏။ ငါ့ ဝိညာဉ် သည် သက်သာ ခြင်းကို
ငြင်းပယ် ၏။
3 ဘုရား သခင်ကို အောက်မေ့ ၍

စိတ်ပူပန် ခြင်းရှိ၏။ ဆင်ခြင် ၍
စိတ် ပျက် ခြင်းသို့ ရောက်တတ်၏။
4 မျက်စိ မှိတ် ၍ မ ပျော် နိုင်။ လှုပ်ရှား ခြင်း ရှိ
သောကြောင့်
နှုတ် မ မြွက်နိုင်။
5 လွန် လေပြီးသော နေ့ရက် ကိုဝင်း၊ ရှေး ကာလ
ကို ဝင်းအောက်မေ့ ၏။
6 ညဉ့် အခါ၌ လည်း ငါ သည် ကိုယ် သီချင်း ကို
ဆင်ခြင် ၍ ၊ ကိုယ် စိတ် နှလုံး နှင့်
ဆွေးနွေး သဖြင့်၊ ငါ့ ဝိညာဉ်
သည် စစ်ဆေး ခြင်းကို ပြု၏။
7 ထာဝရ ဘုရားသည် အစဉ် စွန့်ပစ် တော်မူမည် လော
။ နောက် တဖန် ကျေးဇူး အလျှင်းမ ပြုဘဲ နေတော်မူ မည်
လော။
8 ကရုဏာ တော်သည် အစဉ် ကုန် ပြီလော။ ဂတိ တော်
လည်း
ကာလ အစဉ်အဆက်ပျက် လိမ့်မည်လော။
9 ဘုရား သခင်သည် သနား
ခြင်းဌါမေ့လျော့ တော်မူသလော။ အမျက် ထွက်သဖြင့်
စုံစမ်း ခြင်း ကရုဏာ တော် ကို ချုပ်တည်း တော်မူ
သလော။
10 ထိုသို့ ဆိုသော်ငါသည် ကိုယ် မိုက် ကြောင်းကို ဝန်ခံ
ရ၏။ ဤ
အမှုကား၊ အမြင့်ဆုံး သော ဘုရား၏ လက်ျာ လက်

တော်နှင့် ပြုပြင်တော်မူခြင်းပေတည်း။
11 ထာဝရ ဘုရား၏
အမှုတော်တို့ကို အောက်မေ့ ပါမည်။ ရှေး ကာလ၌
ကိုယ်တော် ပြုဘူးသော အံ့ဩ
ဘွယ် တို့ကို အောက်မေ့ ပါမည်။
12 ပြု တော်မူသမျှ တို့ကို ဆင်ခြင် ၍ စီရင် တော်မူသော
အရာတို့ကို
မြွက် ဆိုပါမည်။
13 အိုဘုရား သခင်၊ ကိုယ်တော် ၏ လမ်း သည် သန့်ရှင်း
ခြင်းနှင့် ယှဉ်ပါ၏။ ဘုရား
သခင်ကဲ့သို့ အဘယ် မည်သော ဘုရား
သည် ကြီးမြတ် သနည်း။
14 ကိုယ်တော် သည် အံ့ဘွယ် သော အမှုတို့ကို ပြု တတ်
သော ဘုရား
ဖြစ်တော်မူ၏။ လူမျိုး တို့တွင်
တန်ခိုး တော်ကို ပြ တော်မူပြီ။
15 ကိုယ်တော် ၏ လူ
တည်းဟူသောယာကုပ် နှင့်
ယောသပ် ၏အမျိုး ကို လက်ရုံး တော်နှင့်
ကယ်နှုတ် တော်မူပြီ။
16 အို ဘုရား
သခင်၊ ရေ
တို့သည် ကိုယ်တော် ကို မြင် ကြပါ၏။ ရေ

တို့သည် ကိုယ်တော် ကို မြင် ၍ ကြောက်ရွံ့
ကြပါ၏။ ရေနက်နဲ ရာအရပ်တို့လည်း
လှုပ်ရှား ကြပါ၏။
17 မိုးယ်းတိမ် တို့သည် ရေ
ကို သွန်းလောင်း ၍၊ မိုးယ်း
ကောင်းကင်တို့လည်း
အသံ ဗလံပြု ကြပါ၏။ ကိုယ်တော် ၏ မြှား တို့သည်
အရပ်ရပ်သို့ ရောက် ကြပါ၏။
18 ကိုယ်တော် ၏ မိုးယ်းကြိုး သံ သည် လေဘွေ ၌ ပါ၍၊
လျှပ်စစ် ပြက်သဖြင့်၊ လောက
ကို လင်း စေပါ၏။ မြေကြီး
သည်လည်း
တုန် လှုပ် ပါ၏။
19 ကိုယ်တော် သည် သမုဒ္ဒရာ
၌
ကြွ တော်မူ၍ ၊ လမ်း ခရီးတော်သည် ကျယ်ဝန်း သော
ရေ
တွင် ရှိသဖြင့် ၊ ခြေ တော်ရာတို့သည် မ
ထင်ရှား ကြပါ။
20 မောရှေ နှင့်
အာရုန် တို့လက် ဖြင့်
ကိုယ်တော် ၏ လူ
များတို့ကို သိုးစု

ကဲ့သို့ ပို့ဆောင် တော်မူ၏။။

78

1 ငါ ၏လူ များတို့၊ ငါ့ တရား ကို နာ
ကြလော့။။ ငါ မြွက် သော စကား
ကို နားထောင် ကြလော့။။
2 ပုံ စကားကို ငါ မြွက် ဆို၍၊ ရှေး ကာလ၏ နက်နဲ သော
အရာများကို ဘော်ပြ ပေအုံ့။။
3 ဘိုးဘေး တို့သည် ပြော ၍ ငါ တို့သည် ကြား သိ ရ
သော ထို အရာများကို၊
4 သား မြေးတို့မှ မ ဝှက် မထား။။ ထာဝရဘုရား
၏ ဂုဏ် ကျေးဇူးတော်နှင့် တန်ခိုး တော်ကို၎င်း၊ ပြု
တော်မူသော အံ့သြ ဘွယ်အမှုတို့ကို၎င်း ၊ ဖြစ် လတ္တံ့သော
သူတို့အား ဘော် ပြကြမည်။။
5 အကြောင်း မူကား၊ ယာကုပ် အမျိုးခ၌ သက်သေ
တရားကိုစီရင် ၍ ၊ ဣသရေလ အမျိုးခ၌ ပညတ် တရား
ကို ထား တော်မူ၏။။
6 သဘော မ ဖြောင့်၊ ဘုရားသခင် ၌ စိတ်ဝိညာဉ် အမြဲ
မ ဆည်းကပ် သောအမျိုး၊
7 ငြင်းဆန် ၍ ပုန်ကန် တတ်သောအမျိုး တည်းဟူသော
ဘိုးဘေး
တို့ကဲ့သို့ သားမြေး တို့သည်မ ဖြစ် ၊ ဘုရားသခင်
၏အမှု တော်တို့ကိုမ မေ့။။

8 ဘုရားသခင် ကို ယုံကြည်ကိုးစား ၍၊ ပညတ်တော် တို့
ကိုစောင့် စေခြင်းငှာ ထိုတရားတို့ကို ဘိုးဘေး
တို့သည်သား တို့အား ပြသ ၍ ဖြစ် လတ္တံ့သောအမျိုး
တည်းဟူသော၊ ဘွားမြင် လတ္တံ့ သောသား တို့သည်သိ
နားလည် ၍၊ နောက်တဖန်မြေးမြစ် တို့အား ပြသ ကြ
မည်အကြောင်း ပညတ် ထားတော်မူပြီ။
9 ဧဖရိမ် အမျိုးသား တို့သည် လေး
လက်နက် ကို စွဲကိုင် သော်လည်း၊ စစ်တိုက် သောအခါ
နောက်သို့ လှည့် ကြပါသည်တကား။
10 ဘုရား သခင်၏ သစ္စာ
တော်ကို မ
စောင့်။ တရား တော်လမ်း၌ သွား ခြင်းငှါ အလို မရှိကြ။
11 အမှုတော် တို့ကိုဎင်း ၊ ပြ တော်မူသောအံ့ဩ ဘွယ်
တို့ကိုဎင်း မေ့လျော့ ကြ၏။
12 အဲဂုတ္တုတု ပြည် ၊ ဇောန အရပ် တွင် သူ
တို့အဘ များ မျက်မှောက် ၌ အံ့ဘွယ် သော အမှုတို့ကို
ပြု တော်မူ၏။
13 ပင်လယ် ကိုခွဲ ၍ သူ တို့ကိုရှောက်သွား စေတော်မူ
၏။ ရေ
များကို စုပုံ
၍ ထား တော်မူ၏။
14 နေ့ အချိန်၌ကား၊ မိုးယံ:တိမ် ဖြင့် ဎင်း ၊ ညဉ့်
အချိန်၌ကားတညဉ့်လုံး မီး အလင်း ဖြင့် ဎင်း သူ တို့ကို

လမ်းပြ တော်မူ၏။
15 တော ၌ ကျောက် တို့ကိုဖေါက် ၍ ၊ ပင်လယ် ရေ
ကဲ့သို့
များစွာ သော ရေကို သူတို့အား တိုက် တော်မူ၏။
16 ကျောက် ထဲက စီး သော ရေကိုထွက် စေ၍ ၊ မြစ်
ရေ ကဲ့သို့ ရေများကို စီး စေတော်မူ၏။
17 ထိုသူတို့မူကား ၊ အမြင့်ဆုံး သော ဘုရားကို တော
၌ ပုန်ကန် သောအားဖြင့် တိုး ၍ ပြစ်မှား ကြ၏။
18 မိမိ တို့အလို အလျောက်အစာ ကို တောင်း ၍ စိတ်
နှလုံး ထဲမှာ ဘုရား သခင်ကို စုံစမ်း ကြ၏။
19 ဘုရား သခင်သည် တော
၌ စားပွဲ ကို ပြင်ဆင် နိုင် သလော။
20 ကြည့် ကြလော့။ ကျောက် ကို ရိုက် တော်မူသဖြင့် ၊
ရေ ထွက်၍ မြစ် ရေကဲ့သို့စီး လေ၏။ မုန့် ကိုလည်း ပေး
နိုင် သလော။ မိမိ လူ တို့အဘို့ အမဲ သားကိုပြင်ဆင် နိုင်
သလောဟု ဘုရား
သခင်ကို ဆန့်ကျင် ဘက်ပြုလျက် ပြော ဆိုကြ၏။
21 ထိုစကားကို ထာဝရဘုရား
သည် ကြား ၍ အမျက်ထွက် တော်မူ၏။ ယာကုပ်
အမျိုး၌ မီး လောင် ၍ ၊ ဣသရေလ အမျိုး၌ ဒေါသ
မီးတက် လေ၏။
22 အကြောင်း မူကား၊ အထက် မိုဃ်းတိမ် တို့ကို မှာ
ထားလျက်၊
23 ကောင်းကင် တံခါး တို့ကို ဖွင့် ၍ ၊ သူ တို့ စား

စရာ ဘို့ မနှန့ ကို မိုဃ်း ရွာစေသဖြင့်၊
24 ကောင်းကင် ဆန် စပါးကိုပေး တော်မူသည်ဖြစ်၍ ၊
ထိုသူ အပေါင်းတို့သည် ကြီးမြတ် သောသူတို့ ၏ အစာ
ကိုသုံး ဆောင်၍၊
25 ဝ ပြောစွာ စားကြမည် အကြောင်း ပြု တော်မူ
သော်လည်း၊ သူတို့သည် ဘုရား
သခင်ကို မ ယုံကြည်။ ကယ်တင် တော်မူခြင်း ကျေးဇူး
ကို မ ကိုးစား ဘဲ နေကြ၏။
26 မိုဃ်းကောင်းကင် ၌ အရှေ့ လေကို ပယ် ၍ ၊
အားကြီး သောတောင် လေကို ဆောင် ခဲ့သဖြင့်၊
27 သူ တို့အပေါ် သို့ အမဲသား
ကို မြေမှုန့် နှင့်အမျှ ပျံ တက်သောငှက် တို့ကို သမုဒ္ဒရာ
သဲလုံး နှင့်အမျှ ၊ မိုဃ်းရွာ စေလျက်၊
28 သူ တို့တပ် ချ၍ ၊ နေရာ အရပ်ပတ်လည် ၌ ကျ စေ
တော်မူ၏။
29 ထိုသို့ သူ
တို့ အလို
ရှိသည်အတိုင်း ပေး တော်မူသဖြင့် ၊ သူတို့သည် ဝ
ပြောစွာ စား ရကြ၏။
30 သူတို့ တပ်မက်သောအစာကိုမရောင့်ရဲမှီ စားကြစဉ်
တွင်၊
31 ဘုရား သခင်၏အမျက် တော်သည် သက်ရောက်
သဖြင့် ၊ ကျန်းမာ သောသူတို့ကို ကွပ်မျက် ၍ ၊ ဣသရေ

ल လူပျိုတို့ကို လှဲချ တော်မူ၏။
32 ထို အမှုအလုံးစုံ တို့နှင့် ကျသရေလ လူတို့သည်
တွေ့ကြုံရသော်လည်း ၊ အံ့ဘွယ် သော အမှုတော်တို့
ကြောင့် ယုံကြည် ခြင်းမ ရှိ။ ပြစ်မှား လျက် နေကြသေး
၏။
33 ထိုကြောင့် သူ တို့ နေ့ရက် ကာလကို အချည်းနှီး လွန်
စေ၍ ၊ သူ တို့နှစ် များကို ဘေး
ဥပဒ်တွင် မြုပ်တော်မူ ၏။
34 သူ တို့ကို ကွပ်မျက် တော်မူသောအခါ ကိုယ်တော်
ကို ရှာ ကြ၏။ ပြန်လာ ၍ ကိုယ်တော်ကို လိုက်ရှာ ကြ၏။
35 ဘုရား သခင်သည် သူ
တို့၏ကျောက် ၊ အမြင့်ဆုံး သော ဘုရား
သည် သူ
တို့ကို ကယ်တင် သော အရှင်ဖြစ် တော်မူသည်ကို
ထိုအခါ သတိ ရကြ၏။
36 သို့သော်လည်း ၊ ကိုယ်တော် ကိုနှုတ် ဖြင့် ချော့မော့
၍ ၊ လျှာ ဖြင့် လည်း မုသာ
စကားကို လျှောက်ဆိုကြ၏။
37 သူ တို့စိတ် သဘောမူကား ၊ ရှေ့တော်၌ မ
ဖြောင့် ၊ သစ္စာ တော်ကို မ စောင့် ဘဲနေကြ၏။
38 ကိုယ်တော် မူကား ၊ ကရုဏာ စိတ်ရှိ၍ သူတို့ကို မ
ဖျက်ဆီး ဘဲ အပြစ် လွှတ် တော်မူ၏။ ကြိမ်ဖန်များစွာ
စိတ် တော်ပြေ ၍ ၊ အမျက် တော် ကိုနှိုးဆော် တော်မ မူ။

39 သူ တို့သည် အသား
ဖြစ်ကြောင်း ကိုဎင်း ၊ စုတ့ေ၍ နောက် တဖန် မ
လာ တတ်သော ဝိညာဉ် ဖြစ်ကြောင်းကိုဎင်း အောက်မ့ေ
တော်မူ၏။။
40 သူတို့သည် ကိုယ်တော် ကို တော
၌ ပုန်ကန် ၍ ၊ လူ ဆိတ်ညံရာအရပ် ၌
စိတ် တော်နာဘွယ်သော အကြောင်းကို ကြိမ်ဖန်များစွာ
ပြုကြပါသည်တကား။။
41 ဘုရား သခင်ကို အဖန်ဖန် စုံစမ်း ၍ ဣသရေလ
အမျိုး၌ သန့်ရှင်း တော်မူသောဘုရားကို ဆန့်ကျင် ဘက်
ပြုကြပါသည်တကား။။
42 တန်ခိုး တော်ကိုဎင်း၊ ဒုက္ခ
ထဲက ကယ် လွှတ်တော်မူသော နေ့ရက် ကာလကိုဎင်း
မ
အောက်မ့ေ ကြ။
43 အဲဂုတ္တုတု ပြည်၌ လက္ခဏာ သက်သေ တော်တို့
ကိုဎင်း၊ ဇောန
အရပ် ၌ အံ့ဘွယ် သော အမှုတို့ကိုဎင်း ၊ ပြု တော်မူ၏။
44 ထိုပြည်သားတို့သည် ရေမ
သောက် ရမည် အကြောင်း၊ သူ
တို့ မြစ် ရေ၊ စမ်း ရေများကို သွေး ဖြစ် စေတော်မူ၏။
45 သူ တို့ကို ကိုက်စား တတ်သောယင်ရဲ တို့ကို ဎင်း ၊
ဖျက်ဆီး တတ်သော ဘား
တို့ကိုဎင်း ၊ စေ လွှတ်တော်မူ၏။

46 သူ တို့၏ မြေအသီး အနှံကို ခါသိလကျိုင်း တို့
အားလုင်း၊ သူ
တို့လုပ် ၍ ရသောဥစ္စာကို အရာဘကျိုင်း တို့ အား ၎င်း
ပေး တော်မူ၏။
47 သူ တို့စပျစ် နွယ်ပင်များကို မိုးယ်းသီး ဖြင့် ၎င်း၊ သူ
တို့ သဖန်း ပင်များကို နှင်းခဲ ဖြင့် ၎င်း ဖျက်ဆီး တော်
မူ၏။
48 သူ တို့၏ သိုး
နွားများကို မိုးယ်းသီး ၌ ၎င်း ၊ ပြုစု သော တိရစ္ဆာန် များ
ကို မီး
၌ ၎င်း အပ် တော်မူ၏။
49 အမျက် တော် အရှိန် အားဖြင့် သူ တို့၌ ဆိုး
သော တမန် တို့ကို စေလွှတ် ၍ လွှမ်းမိုး ခြင်း၊ ဒဏ်ခတ်
ခြင်း၊ နှောင့်ရှက် ခြင်းအမှုကိုဖြစ် စေတော်မူ၏။
50 အမျက် တော်ဘို့ လမ်း ကိုပြင်ဆင် တော်မူ၏။ သူ
တို့အသက် ကို မ
နှမြော ၊ သေ စေခြင်းငှါ ကာလနာ
သို့ အပ်နှံ သဖြင့်၊
51 အဲဂုတ္တုတု ပြည်၌ သား ဦးအပေါင်း တို့ကိုဌင်း ၊
ဟာမ သားတို့နေရာ အရပ်၌ အထွဋ် အမြတ်များကိုဌင်း
ဒဏ်ခတ် တော်မူ၏။
52 မိမိ လူ များကိုကား၊ သိုး
ကဲ့သို့ ထွက် စေ၍ ၊ တော ၌ သူ တို့ကို သိုးစု

ကဲ့သို့ ဆောင် တော်မူ၏။

53 ဘေး နှင့်ကင်းလွတ်အောင် ဆောင် တော်မူသဖြင့် ၊ သူတို့သည် မ
ကြောက် ရကြ။ ရန်သူ တို့ကိုကား ပင်လယ် ရေသည် လွှမ်း လေ၏။

54 သန့်ရှင်း သော ပြည် တော်စွန်းတိုင်အောင် ၎င်း ၊ လ
က်ျာ လက်တော်အားဖြင့်အပိုင် ရတော်မူသောဤ တောင်
သို့၎င်း၊ သူ
တို့ကို ပို့ဆောင် တော်မူ၏။

55 သူ တို့ရှေ့ မှာ လည်း ၊ တ ပါး အမျိုးသား တို့
ကို နှင်ထုတ် ပြီး လျှင် ၊ ဣသရေလ အမျိုး အနွယ်
အသီးအသီးတို့ သည် အမွေ ခံရသောမြေ ကို တာထိုး၍
ပိုင်းခြား လျက် နေရာ ချတော်မူ၏။

56 သို့သော်လည်း ၊ သူ တို့သည် အမြင့်ဆုံး သော ဘုရား
ကို စုံစမ်း ၍ ပုန်ကန် ကြ၏။ သက်သေ ခံတော်မူချက်
များကို မ
စောင့် ဘဲ၊

57 ဘိုးဘေး များကဲ့သို့ ဖေါက်ပြန် ၍ သစ္စာကိုဖျက်
ကြ၏။ လိမ် တတ်သောလေ ကဲ့သို့ လမ်းလွဲ ကြ၏။

58 သူ တို့သည် မြင့် သော အရပ်များအားဖြင့် ၊ အမျက်
တော်ကို နှိုးဆော်၍ ၊ ရုပ်တု များအားဖြင့် လည်း စိတ်
တော်ကို ချုပ်ချယ် နှောင့်ရှက်ကြ၏။

59 ဘုရား သခင်သည် ကြားသိ တော်မူလျှင် ၊ အမျက်

တော်ထွက်၍၊ ဣသရေလ
အမျိုးသားတို့ကို အလွန် ရွံရှာ သဖြင့်၊
60 ရှိလော တဲ တော်တည်းဟူသော ၊ လူ တို့တွင် နေရာ
ချတော်မူသောအရပ် ကိုစွန့် တော်မူ၏။
61 တန်ခိုး တော်ကို သိမ်း သွားစေခြင်းငှါ ၎င်း ၊ ဘုန်း
တော်ကို ရန်သူ တို့လက် သို့ ရောက်စေခြင်းငှါ ၎င်း စီရင်
တော်မူ၏။
62 မိမိ လူ တို့ကိုလည်း ထား
ဘေးဌ် အပ် ၍ ၊ အမွေ တော်ကို အမျက် ထွက်တော်
မူ၏။
63 လူပျို တို့သည် မီး
လောင် ခြင်းကိုခံရသော်လည်း ၊ အပျို တို့သည် မ
ငိုကြွေး ရကြ။
64 ယဇ် ပုရောဟိတ်တို့သည် ထား
ဘေး ဖြင့် ဆုံး သော်လည်း ၊ မုတ် ဆိုး မ တို့သည်
မြည်တမ်း ခြင်းကို မ ပြုရကြ။
65 ထိုအခါ ဘုရား ရှင်သည် အိပ်ပျော်ပြီးသောသူ ကဲ့သို့
ဝင်း၊ စပျစ်ရည် ကြောင့် ငြိမ်ပြီးသောသူရဲကဲ့သို့ ၎င်း နိုး
တော်မူ၏။
66 ရန်သူ တို့ကိုဒဏ်ခတ် ၍ လှန် သဖြင့်၊ အစဉ် အမြဲ
အရှက်ကွဲ စေ တော်မူ၏။
67 သို့ရာတွင် ၊ ယောသပ် ၏ တဲ
တော်ကို ငြင်းပယ် ၍ ဧဖရိမ် အမျိုး ကို ရွေး တော်မ

မူ။
68 ယုဒ အမျိုး ကိုဋင်း၊ ချစ် တော်မူသော ဇိအုန် တောင်
ကိုဋင်း ရွေး တော်မူ၏။
69 သန့်ရှင်း ရာဌာနတော်ကို အထွဋ်ဋ ကဲ့သို့ တည်ဆောက်
၍ ၊ မြေကြီး ကဲ့သို့ အစဉ် မြဲစေ တော်မူ၏။
70 ကျွန်တော်မျိုး ဒါဝိဒ် ကို သိုး ခြံ များထဲက ရွေး ယူ
တော်မူ၏။
71 သား ငယ်ရှိသောသိုး မတို့ကို ထိန်း ခြင်းအမှုမှ နှုတ်
၍ မိမိ
လူ တည်းဟူသောယာကုပ် အမျိုးသား၊ အမွေ တော်
တည်းဟူသောဣသရေလ လူတို့ကို ကျွေးမွေးစေ ခြင်းငှါ
ခန့်ထားတော်မူ၏။
72 ထိုသူ သည် ဖြောင့်သောသဘော ရှိသည်အတိုင်း
ကျွေးမွေး ၍ ၊ လိမ္မာ သောလက် နှင့် ပို့ဆောင် လေ၏။

79

1 အိုဘုရား သခင်၊ တပါးအမျိုးသား တို့သည် အမွေ
တော်ထဲသို့
ဝင် ပြီးလျှင်၊ သန့်ရှင်း သော ဗိမာန် တော် ကို ညစ်ညှုး
စေ၍၊ ယေရုရှလင် မြို့ကို
ဖြိုဖျက် ကြပါပြီ။
2 ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် အသေ ကောင်တို့ကို မိုဃ်း
ကောင်းကင် ငှက် တို့အား ၎င်း၊ ကိုယ်တော် ၏ သန့်ရှင်း
သူတို့ အသား

ကို တော
သားရဲတို့အား ၎င်း ကျွေး ကြပါပြီ။
3 သူ တို့အသွေး ကိုလည်း ရေ
ကဲ့သို့ ယေရုရှလင် မြို့ ပတ်လည် ၌ သွန် ကြ၍ ၊
သင်ဂြိုဟ် သော သူလည်းမ ရှိပါ။
4 အကျွန်ုပ် တို့သည် အိမ် နီးချင်းများ ကဲ့ရဲ့
ရာ ၊ ပတ်ဝန်းကျင် ၌
နေသောသူများ ပြက်ယယ် ပြု၍
အရှက်ခွဲ ရာ ဖြစ် ကြပါ၏။
5 အို ထာဝရဘုရား ၊ အမျက် တော်သည် အလျှင်း မ
ငြိမ်းဘဲ အဘယ်မျှကာလ ပတ်လုံးထွက်ပါမည်နည်း။ အ
ဘယ် မျှကာလပတ်လုံး စိတ် တော်သည် မပြေ၊ မီး
ကဲ့သို့ လောင် ပါမည်နည်း။
6 ကိုယ်တော် ကို
မ သိ သောတပါး အမျိုးသား တို့ အပေါ် သို့၎င်း၊ နာမ
တော် ကို ပဌနာ
မပြုသော တိုင်း နိုင်ငံသားတို့အပေါ် သို့၎င်း၊ အမျက်
တော်ကို သွန်းလောင်း တော်မူပါ။
7 အကြောင်း မူကား၊ သူတို့သည် ယာကုပ် အမျိုးကို
ကိုက်စား ၍ ၊ သူ ၏နေရာ ကိုလည်း သုတ်သင် ပယ်ရှင်း
ကြ ပါပြီ။
8 ရှေး ကပြစ်မှားမိသော အပြစ် များကို အကျွန်ုပ်
တို့၌

မှတ် တော်မ မူပါနှင့်။ အကျွန်ုပ်တို့သည် အလွန်
နှိမ့်ချ လျက်ရှိပါသည်ဖြစ်၍ ၊ ကရုဏာ
တော်သည် အလျင် အမြန်ကူမ ပါစေသော။
9 ကယ်တင် တော်မူသောဘုရား ၊ နာမတော် ၏ ဂုဏ်ကိုထောက်
၍
အကျွန်ုပ် တို့ကို မစ
တော်မူပါ။ နာမတော် အတွက် ကြောင့်၊ အကျွန်ုပ် တို့
ကို နှုတ် ယူ၍
အပြစ် များကို ဖြေရှင်း တော်မူပါ။
10 သူ တို့၏ ဘုရား
သခင်သည် အဘယ် မှာရှိ သနည်းဟု တပါးအမျိုးသား
တို့သည် အဘယ်ကြောင့် ဆို ရကြပါမည်နည်း။ သွန် ပြီး
သော ကျွန် တော်မျိုး၏ အသွေး ဘက်မှာ တရားစီရင်
တော်မူသောအကြောင်းသည် တပါးအမျိုးသား တို့တွင်
အကျွန်ုပ် တို့ မျက်မှောက် ၌
ထင်ရှား ပါစေသော။
11 အချုပ် ခံရသောသူ ၏ ညည်းတွား သံကို နားထောင်
တော်မူပါ။ သေ
ရသောသူ တို့ကို လက်ရုံး တော် တန်ခိုး ကြီးသည်နှင့်
အညီ ချမ်းသာ ပေးတော်မူပါ။
12 အကျွန်ုပ် တို့ အိမ် နီးချင်းတို့သည် ကိုယ်တော် အား
ကဲ့ရဲ့ ခြင်းအပြစ် ကို သူ

တို့ရင်ခွင် ထဲသို့
ခုနစ် ဆတိုင်အောင် ဆပ် ပေးတော်မူပါဘုရား။
13 သို့ဖြစ်၍ ၊ ကိုယ်တော် ထံ ၌ ကျက်စား သော သိုးစု
တည်းဟူသော ကိုယ်တော် ၏လူ
အကျွန်ုပ် တို့သည် ကိုယ်တော် ကို
အစဉ် မပြတ်ချီးမွမ်း ၍၊ ဂုဏ် ကျေးဇူးတော် ကို အစဉ်
အဆက် ဖြစ်လတ္တံသောသူတို့အား
ဘော်ပြ ကြပါမည်။

80

1 သိုးစု ကို ပို့ဆောင် သကဲ့သို့
ယောသပ် အမျိုးကို ပို့ဆောင်တော်မူသော ဣသရေလ
သိုးထိန်း ကြီး၊ နားထောင်
တော်မူပါ။ ခေရုဗိမ် တွင် ကျိန်းဝပ်
တော်မူသော ဘုရား၊ ရောင်ခြည် တော်ကို လွှတ်တော်မူ
ပါ။
2 ဧဖရိမ် အမျိုး၊ ဗင်္ယာမိန် အမျိုး၊ မနာရှေ အမျိုးတို့
ရှေ့ မှာ တန်ခိုး တော်ကို နှိုးဆော် ၍ ၊ အကျွန်ုပ် တို့ကို
ကယ်တင် ခြင်းငှါ ကြွ တော်မူပါ။
3 အို ဘုရား
သခင်၊ အကျွန်ုပ် တို့ကို ပြောင်းလဲ စေ၍ ၊ မျက်နှာ
တော် အလင်း ကိုပြတော်မူပါ။ သို့ပြုလျှင် ၊ အကျွန်ုပ်
တို့သည် ကယ်တင် ခြင်းသို့ ရောက်ကြပါလိမ့်မည်။

4 ကောင်းကင် ဗိုလ်ခြေ အရှင်ဘုရား သခင်
ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ၏ လူ
တို့ပြုသောပဌနာ စကားကို
အဘယ် မျှကာလ ပတ်လုံးအမျက်ထွက် တော်မူမည်
နည်း။
5 သူ တို့ကို မျက်ရည် မုန့် နှင့်ကျွေး ၍ ၊ မျက်ရည် ကို
လည်း
ကြွယ်ဝ စွာ တိုက် တော်မူ၏။
6 အနီး အပါးခ္ဍ နေ သော သူ တို့သည် အကျွန်ုပ် တို့
အတွက်
ငြင်းခုံ ကြပါ၏။ ရန်သူ တို့သည်လည်း
ဝါကြွားရ၍ အကျွန်ုပ် တို့ကို ပြက်ယယ် ပြုကြပါ၏။
7 ကောင်းကင်ဗိုလ်ခြေ အရှင် ဘုရား
သခင်၊ အကျွန်ုပ် တို့ကို ပြောင်းလဲ စေ၍ ၊ မျက်နှာ
တော် အလင်း ကို ပြ တော်မူ ပါ။ သို့ပြုလျှင် အကျွန်ုပ်
တို့သည် ကယ်တင် ခြင်းသို့ ရောက်ကြပါလိမ့်မည်။
8 ကိုယ်တော်သည် စပျစ် နွယ်ပင်ကို အဲဂုတ္တုတု
ပြည် က
ဆောင် ခဲ့၍၊ တပါး အမျိုးသားတို့ကို နှင်ထုတ် ပြီးမှ
စိုက်ပျိုး တော်မူ၏။
9 သူ ၏နေရာကိုပြုပြင် တော်မူသဖြင့် ၊ သူသည် အမြစ်
ကျ ၍
တပြည် လုံးကို နှံ့ပြား ပါ၏။

10 သူ ၏အရိပ် သည် တောင် တို့ကိုဝင်း ၊ အခက်
အလက်တို့သည် အမြင့်ဆုံး သော အာရဇ ပင်တို့ကိုဝင်း
လွှမ်းမိုး ကြပါ၏။
11 သူ သည် အခက် အလက်တို့ကို ပင်လယ် တိုင်အောင်
ဝင်း ၊ အညွန့် တို့ကို မြစ် ကြီးတိုင်အောင် ဝင်း ပြန့်ပွား
စေပါ၏။
12 ယခုမူကား၊ လမ်း ၌ ရှောက်သွား သောသူ အပေါင်း
တို့သည် ဆွတ် စေခြင်းငှါ၊ သူ
၏ခြံ ကို အဘယ် ကြောင့် ချိုးဖျက် တော်မူသနည်း။
13 တော ဝက် သည် ထိုအပင် ကို ကိုက်ခဲ ၍၊ တော
သားရဲ သည်လည်း
စား ပါ၏။
14 ကောင်းကင်ဗိုလ်ခြေ အရှင် ဘုရား
သခင်၊ တဖန်
ကြွလာ တော် မူ မည်အကြောင်း တောင်းပန် ပါ၏။
ကောင်းကင်
ကြည့်ရှု တော်မူပါ။ ထို
စပျစ် နွယ်ပင်ကို အကြည့်အရှု ကြွလာတော်မူပါ။
15 လက်ျာ လက်တော်နှင့်
စိုက်ပျိုး သောအပင်၊ ကိုယ်တော် အဘို့
ခိုင်မာ စေတော်မူသော ပျိုး ပင်ကို ကွယ်ကာတော်မူပါ။
16 မီးရှို့ ပါပြီ။ ခုတ် လှဲပါပြီ။ မျက်နှာ တော်ဖြင့် ဆုံးမ
ခြင်းကို ခံရသောသူတို့ သည် ပျက်စီး ခြင်းသို့ ရောက်

ရကြပါ၏။

17 လက်ျာ လက်တော်နှင့်ဆိုင်သောလူ ၊ ကိုယ်တော် အ
ဘို့
ခိုင်မာ စေတော်မူသော လူ
သား ၏အပေါ်မှာ လက် တော်ကို တင် ပါစေသော။
18 သို့ပြုလျှင် အကျွန်ုပ်တို့သည် ကိုယ်တော် ထံ မှ မ
ဆုတ် ရကြပါ။ အကျွန်ုပ် တို့ကို အသက် ရှင်စေတော်မူ
ပါ။ နာမတော် ကို ပဌနာ ပြုကြပါမည်။
19 ကောင်းကင်ဗိုလ်ခြေ အရှင် ဘုရား
သခင် ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် တို့ကို ပြောင်းလဲ
စေ၍၊ မျက်နှာ တော် အလင်း ကို ပြတော်မူပါ။ သို့ပြု
လျှင် အကျွန်ုပ်တို့သည် ကယ်တင် ခြင်းသို့ ရောက်ကြပါ
လိမ့်မည်။

81

1 ငါ တို့ အစွမ်း သတ္တိတည်းဟူသော ဘုရား
သခင်အား ရွှင်လန်းစွာ သီချင်း ဆိုကြလော့။ ယာကုပ်
အမျိုး၏ ဘုရား
သခင်အား ကျူးဇ သောအသံကို ပြုကြလော့။
2 တုရိယာ မျိုးကိုဆောင် ကြ။ ပတ်သာ ကိုဌင်း၊ သာယာ
သော စောင်း နှင့် တယော ကိုဌင်း ယူ ခဲ့ကြ။
3 လဆန်း နေ့၊ လပြည့် နေ့၊ ပွဲသဘင် နေ့ ၌ တံပိုး မှုတ်
ကြ။

4 ထိုသို့ ဣသရေလ အမျိုးခ္ခ် ထုံးဖွဲ့ ၍၊ ယာကုပ်
အမျိုး၏ ဘုရား
သခင်သည် ဆုံးဖြတ် တော်မူ၏။
5 နား မ လည်သော စကား
ကိုကြား ရာအရပ်၊ အဲဂုတ္တုတု
ပြည် တဘက် ခ္ခ် ကြွသွား တော်မူသောအခါ ၊ ယောသပ်
အမျိုးခ္ခ် ထိုသို့ သော သက်သေခံ ချက်ကို စီရင် တော်
မူ၏။
6 ငါသည်သူ ၏ ပခုံး
ကိုဝန် နှင့် လွတ် စေ၏။ သူ
၏ လက် ကိုလည်း ကယ်တင်ခြင်းတို့ အထဲ
က နှုတ် ယူ၏။
7 သင်သည်ဒုက္ခ ကိုခံရသောအခါ ၊ ငါ့ကိုခေါ်၍ ငါသည်
ချမ်းသာ ပေး၏။ မ
ထင်ရှားသော မိုယ်းကြိုး နေရာ ခ္ခ်
ငါပြန် ပြော၏။ မေရိဘ
ရေ နား မှာ သင့် ကို ငါစုံစမ်း ၏။
8 ငါ ၏လူစု ၊ နားထောင် လော့။ ငါမှာ ထားမည်။ အို
ဣသရေလ
အမျိုး၊ သင်သည် ငါ့ စကားကို နားထောင် ပါစေသော။
9 သင် ခ္ခ် တပါး အမျိုး၏ ဘုရား
မ ရှိ ရ။ တကျွန်း တနိုင်ငံဘုရား ကို မ ကိုးကွယ် ရ။
10 ငါ သည်သင့် ကို အဲဂုတ္တုတု

ပြည် မှ ကယ်နှုတ်ဆောင် ယူခဲ့ပြီးသောသင် ၏ဘုရား
သခင်ထာဝရဘုရား ဖြစ်၏။ သင် ၏နှုတ် ကို ကျယ်
ကျယ်ဖွင့် လော့။ ဝပြော စွာ ကျွေး မည်။
11 ငါ ၏လူ များမူကား ၊ ငါ့ စကား ကို နား
မ ထောင်ကြ။ ဣသရေလ
အမျိုးသည် ငါ့ ကို အလို မ ရှိကြပါတကား။
12 ငါသည်လည်း ထိုသူ
တို့ကို သူ
တို့ နှလုံး ခိုင်မာ ခြင်း၌ အပ် ၍၊ သူတို့သည် မိမိ
တို့အလို သို့ လိုက် ကြ၏။
13 ငါ ၏လူစု သည် ငါ့ စကားကို နားထောင် ၍၊ ဣ
သရေလ
အမျိုးသည် ငါ့ လမ်း ၌ လိုက် ပါစေသော။
14 လိုက်လျှင် ငါသည်သူ တို့ရန်သူ များကို အလျင် အ
မြန် နှိပ်စက် ၍ ၊ ရန်ဘက် ပြုသောသူတို့ကို ဒဏ်ခတ်
မည်။
15 ထာဝရဘုရား ကို မုန်း သောသူတို့သည် တောင်းပန်
ခြင်းကို ပြု၍၊ ငါ၏ လူတို့သည်လည်း၊ အစဉ် အမြဲတည်
ရသောအခွင့်ရှိ ကြလိမ့်မည်။
16 အကောင်း ဆုံးသော ဆန် စပါးနှင့် ငါကျွေး မည်။
ကျောက် ထဲ က ထွက်သောပျားရည် နှင့် လည်း ဝပြော
စေမည်။

82

1 ဘုရား သခင်သည် ဘုရားတို့၏ ပရိသတ် ၌
ရပ် လျက် နေတော်မူ၍၊ ဘုရား
တို့ အလယ် ၌
စီရင် တော်မူ၏။
2 သင်တို့သည် မတရား
သောသူတို့ ၏ မျက်နှာ ကို ထောက် ၍ ၊ အဘယ် မျ
ကာလ
ပတ်လုံး မ
တရားသဖြင့် စီရင် ကြမည်နည်း။
3 ဆင်းရဲ သော သူနှင့်
မိဘ မရှိသောသူတို့ကို စောင့် မကြလော့။ ငြိုငြင် သော
သူနှင့်
ငတ်မွတ် သောသူတို့ ဘက်၌ တရား စီရင်ကြလော့။
4 ဆင်းရဲ သောသူနှင့်
ငတ်မွတ် သောသူတို့ ကို မတရား
သောသူ ၏လက် မှ
ကယ်နှုတ် ကြလော့။
5 သူတို့သည် မ
သိ ၊ နား မ လည်ကြ။ မှောင်မိုက် ၌
ကျင်လည် ကြ၏။ မြေကြီး တိုက် မြစ် အပေါင်း
တို့သည် လှုပ်ရှား လျက်ရှိကြ၏။
6 သင် တို့သည် ဘုရား

ဖြစ် ကြ၏။ ရှိ သမျှ တို့သည် အမြင့် ဆုံး သော ဘုရား၏သား
ဖြစ်ကြ၏ဟုငါ ဆို သတည်း။
7 သို့ သော်လည်း၊ သင်တို့သည် လူ
ကဲ့သို့ သေ ၍ ၊ အခြား သော မင်း ကဲ့သို့ ဆုံးရှုံး ခြင်း
သို့ရောက်ကြလိမ့်မည်။
8 အိုဘုရား သခင်၊ ထ
၍မြေကြီး ကို တရားစီရင် တော်မူပါ။ ကိုယ်တော် သည်
လူမျိုး အပေါင်း တို့ကို အပိုင် ရတော်မူ၏။

83

1 အိုဘုရား သခင်၊ တိတ်ဆိတ် စွာ နေတော်မ မူပါ နှင့်။
အို ဘုရား
သခင်၊ အမိန့်တော်မရှိဘဲ ငြိမ်ဝပ် စွာ နေတော်မ မူပါ
နှင့်။
2 ကိုယ်တော် ၏ရန်သူ တို့သည် ရုန်းရင်းခတ် ပြုကြ
ပါ၏။ ကိုယ်တော် ကို မုန်း သောသူတို့သည် ထ ကြပါ၏။
3 ကိုယ်တော် ၏ လူစု
တဘက် ၌ ပရိယာယ် ကိုကြံ ၍ ၊ ကိုယ်တော်
ကွယ်ကာ တော်မူသောသူတို့ တဘက် ၌ တိုင်ပင် ကြ
ပါ၏။
4 ဣသရေလ ၏နာမ ကို နောက် တဖန် အောက်မေ့
စရာမ ရှိစေခြင်းငှါ လာ
ကြ၊ သူ

တို့အမျိုး ကို ပယ် ဖြတ် ကြကုန်အံ့ဟု ဆို ကြပါ၏။
5 သဘော တညီ တညွတ်တည်းတိုင်ပင် ၍ ၊ ကိုယ်တော်
တဘက် ၌ အချင်းချင်း သင်း ဖွဲ့သော သူဟူမူကား။
6 ဧဒုံ ပြည်၌ နေ သောသူ၊ ဣရှမေလ အမျိုးသား၊ မောဘ
ပြည်သား၊ ဟာဂရ ပြည်သား၊
7 ဂေဗလ ပြည်သား၊ အမ္မုန် ပြည်သား၊ အာမလက်
ပြည်သား၊ တုရု
မြို့သားနှင့်တကွ ဖိလိတ္တိ
အမျိုးသားတို့ သည် သင်း ဖွဲ့ကြပါ၏။
8 အာရှုရိ အမျိုးသားတို့သည်လည်း ၊ ဝိုင်း၍ လောတ
အမျိုးသား တို့ဘက်သို့
ဝင် ကြပါ၏။
9 မိဒျန် အမျိုးကိုငင်း၊ ခိရှုန် ချောင်း နား မှာ သိသရ
မင်းနှင့်
ယာဘိန် မင်းကို ၎င်းပြုသကဲ့သို့ သူ တို့ကို
ပြု တော်မူ ပါ။
10 ထိုသူတို့သည် အ်ဒေါရ အရပ်၌
ဆုံးရှုံး ၍၊ မြေ
ပေါ် မှာ နောက်ချေး ကဲ့သို့ဖြစ် ကြပါ၏။
11 ဝါတို့သည် ဘုရား
သခင်၏အိမ် များကို ကိုယ် ဘို့
သိမ်းယူ ကြကုန်အံ့ဟု ဆို
သော သြရဘ မင်းနှင့်

ဇော မင်း ကဲ့သို့ ၊
12 ဤသူ တို့၏မှူးမတ် များကိုငင်း ၊ ဇောဟာ မင်းနှင့်
ဇာလမုန္နန မင်းကဲ့သို့
ဤသူ တို့၏မင်းသား အပေါင်း ကိုငင်း ဖြစ် စေတော်မူ
ပါ။
13 အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား
သခင်၊ လေဘွေ ၌ ပါသွား သော အမှိုက် ကဲ့သို့ ၎င်း၊
လေတိုက် ၍ လွင့်သော ဖွဲ့ကဲ့သို့ ၎င်း သူ
တို့ကို ဖြစ် စေတော်မူပါ။
14 တော ကို မီး
ရှို့ သကဲ့သို့ ၎င်း ၊ တောင် ပေါ်မှာ မီး
လောင် သကဲ့သို့ ၎င်း၊
15 ထိုနည်းတူ ၊ မိုဃ်းသက် မုန်တိုင်းတော် အားဖြင့်
သူ တို့ကိုညှဉ်းဆဲ ၍ ၊ ပြင်းစွာ သော လေတော်အားဖြင့်
ချောက် လှန့်တော်မူပါ။
16 အိုထာဝရဘုရား ၊ သူ တို့မျက်နှာ ကို ရှက် စေတော်
မူ ၍
သူတို့သည် နာမ
တော်ကို ရှာ ကြပါစေသော။
17 စိတ်ပျက် ၍
အစဉ် ပင်ပန်း ခြင်း ရှိကြပါစေသော။ အရှက်ကွဲ ၍
ဆုံးရှုံး ခြင်းသို့ ရောက်ကြပါစေသော။
18 ထာဝရဘုရား ဟူ၍နာမ တော်ရှိသော ကိုယ်တော်

တပါး တည်းသာလျှင်၊ မြေကြီး တပြင်လုံး အပေါ် မှာ
အမြင့်ဆုံး သောဘုရားဖြစ်တော်မူကြောင်း ကို သိ ကြပါ
စေသော။

84

1 ကောင်းကင် ဗိုလ်ခြေ အရှင် ထာဝရဘုရား ၊
ကိုယ်တော် ကျိန်းဝပ် တော်မူ ရာ အရပ် ဌာန တို့သည်
အလွန်နှစ်သက် ဘွယ် ဖြစ်ပါသည်တကား၊
2 ထာဝရဘုရား ၏ တန်တိုင်း တော်တို့ကို
အကျွန်ုပ်
၏ဝိညာဉ် သည် တသ
၍
အားလျော့ လျက်ရှိပါ၏။ အကျွန်ုပ် နှလုံး နှင့်
ကိုယ် ခန္ဓာသည် အသက် ရှင်တော်မူသော ဘုရား
သခင်ကို
အလိုရှိ၍ ကြွေးကြော် ပါ၏။
3 ကောင်းကင်ဗိုလ်ခြေ အရှင် ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ်
၏ရှင် ဘုရင်၊ အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား
သခင်၊ အကယ် စင်စစ်ယဇ် ပလ္လင်တော်တို့ အနား
မှာ စာဌက် သည် နေရာ အရပ်ကိုငင်း၊ ဇရက်သည်
လည်း သားငယ်မွေးစရာ အသိုက် ကို ၎င်းတွေ့ ရပါ၏။
4 အိမ် တော်၌ နေ
သောသူတို့သည် မင်္ဂလာ ရှိပါ၏။ ကိုယ်တော် ကို အစဉ်
ချီးမွမ်း ကြပါလိမ့်မည်။

5 ကိုယ်တော် ကို
အား ပြုသောသူ သည် မင်္ဂလာ
ရှိပါ၏။ ထိုသို့သောသူ
တို့ သည် လမ်းခရီး တော်တို့ကို နှလုံး သွင်းတတ်ကြ
ပါ၏။
6 သူတို့သည် ဗာကာ
လွင်ပြင် ၌
ရှောက်သွား စဉ်၊ ထို
လွင်ပြင်ကို စမ်းရေ ထွက်ရာအရပ် ဖြစ် စေကြပါ၏။
အရင်
မိုးယ်းရေလည်း
မင်္ဂလာ များနှင့် လွှမ်း စေပါ၏။
7 သူတို့သည် အား
တိုးတက်၍
ခရီးသွား လျက်၊ ဇီအုန် မြို့မှာ
ဘုရား သခင့်ထံ တော်၌ မျက်နှာ ပြကြပါ၏။
8 ကောင်းကင်ဗိုလ်ခြေ အရှင် ဘုရား
သခင် ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ၏ပဌနာ စကား
ကို မှတ် တော်မူပါ။ ယာကုပ် အမျိုး၏ဘုရား သခင်၊
နားထောင် တော်မူပါ။
9 အကျွန်ုပ် တို့ကို ကွယ်ကာ တော်မူသော ဘုရား ၊
ကြည့်ရှု တော်မူပါ။ အထံ
တော်၌ ဘိသိတ် ခံသောသူ၏ မျက်နှာ ကို ထောက်ရှု

တော်မူပါ။

10 တန်တိုင်း တော်တို့အတွင်း၌ နေသောတရက်
သည် အခြားအရပ်၌နေသောအရက်တထောင် ထက်
သာ၍ကောင်း ပါ၏။ မ
တရားသောသူ ၏နေရာ
၌
နေ ရ သော အခွင့်ထက် ၊ အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား
သခင့် အိမ် တော် ၌
တံခါး စောင့်အရာကို အကျွန်ုပ်သာ၍နှစ်သက် ပါ၏။
11 ထာဝရ အရှင် ဘုရား
သခင်သည် နေ
လည်း
ဖြစ်တော်မူ၏။ အကွယ် အကာလည်း ဖြစ်တော်မူ၏။ ထာဝရဘုရား
သည် ကျေးဇူး တော်နှင့်
ဘုန်း အသရေကို ပေး
တော်မူ၏။ ဖြောင့်မတ် စွာကျင့်
သောသူတို့အား
ကောင်း သောအရာကို ငြင်း တော်မ မူ။
12 ကောင်းကင် ဗိုလ်ခြေ အရှင် ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ၌
ခိုလှုံ သောသူ သည် မင်္ဂလာ ရှိပါ၏။

85

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည် ပြည် တော် ကို
စိတ် နှင့် တွေ့တော်မူ၍၊ ဘမ်းဆီးသိမ်းသွားခြင်းကို ခံရ
သောယာကုပ် အမျိုးသားတို့ကို ပြန် ပို့စေတော်မူပြီ။
2 ကိုယ်တော် ၏ လူ
တို့အပြစ် ကိုလွှတ် ၍၊ သူ
တို့၏ ဒုစရိုက် အပေါင်း ကိုလည်း ဖုံးအုပ် တော်မူပြီ။
3 စိတ် တော်ရှင်းရှင်း ပြေ ၍၊ အမျက် တော် အရှိန် ကို
လျော့စေ တော်မူပြီ။
4 အကျွန်ုပ် တို့ကို ကယ်တင် တော်မူသော ဘုရား ၊
တဖန် အကျွန်ုပ် တို့ကို ပြောင်းလဲ စေ၍၊ ထွက်ဘူးသော
အမျက် တော်ကို ငြိမ်းစေ တော်မူပါ။
5 အကျွန်ုပ် တို့ ၌ အစဉ် အမျက် ထွက်တော်မူမည် လော
။ ကာလ အစဉ်အဆက် စိတ် တော်မပြေဘဲ နေတော်မူ
မည်လော။
6 ကိုယ်တော် ၏ လူ
တို့သည် ကိုယ်တော် ကို အမှီပြု ၍ ဝမ်းမြောက် ပါ
မည်အကြောင်း ၊ တဖန်အကျွန်ုပ် တို့ကို အသက် ရှင်စေ
တော်မူမည်မ ဟုတ်လော။
7 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် တို့အား ကရုဏာ
တော်ကိုပြ ၍၊ ကယ်တင် တော်မူခြင်းကျေးဇူးကို ပြု
တော်မူ ပါ။
8 ထာဝရ အရှင် ဘုရား

သခင် သည် အဘယ်သို့ မိန့် တော် မူ မည် ကို ငါ
နားထောင် မည်။ အကယ် စင်စစ်မိမိ လူ ၊ မိမိ သန့်ရှင်း
သူ တို့အား ငြိမ်သက် ခြင်းအကြောင်းကို မိန့် တော်မူ
လိမ့်မည်။ သို့ရာတွင် ၊ နောက်တဖန် မိုက် သောအကျင့်
ကို
မ ကျင့် ကြပါစေနှင့်။
9 ငါ တို့ပြည် ၌ ဘုန်း တော်ကျိန်းဝပ် မည်အကြောင်း ၊
ကယ်တင် တော်မူခြင်း ကျေးဇူးသည်၊ ဘုရား
သခင်ကို ကြောက်ရွံ့ သောသူတို့ ၏အနီး
သို့ ဧကန် အမှန် ရောက် လေပြီ။
10 ကရုဏာ နှင့် သစ္စာ ဆုံ မိပြီ။ တရား
နှင့် ချမ်းသာ သည် တပါးကို တပါးနမ်း ကြပြီ။
11 သစ္စာ သည် မြေကြီး ထဲ က ပေါက် လိမ့်မည်။ တရား
သည်လည်း ကောင်းကင် ပေါက ငုံ့ကြည့် လိမ့်မည်။
12 အကယ် စင်စစ်ထာဝရဘုရား သည် ကျေးဇူး ပြု
တော်မူ၍ ၊ ငါ တို့ မြေ သည် မိမိ
ဘဏ္ဍာ ကို ပေး လိမ့်မည်။
13 တရား သည် ရှေ့ တော်၌သွား ၍ ခြေတော် ရာ တို့
ကို ပဲ့ပြင် လိမ့်မည်။

86

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ နား တော်ကို လှည့်၍ အကျွန်ုပ်
စကားကို နားထောင် တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ် သည် ဆင်းရဲ
ငတ်မွတ် ပါ၏။

2 အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား
သခင်၊ သန့်ရှင်း သူတို့အဝင် ဖြစ်သော အကျွန်ုပ် ၏
ဝိညာဉ် ကိုစောင့်မ ၍၊ ကိုယ်တော် ကို
ကိုးစား သော ကိုယ်တော် ၏ကျွန် ကို ကယ်တင် တော်
မူပါ။
3 အို ထာဝရ
ဘုရား၊ အကျွန်ုပ်သည် ကိုယ်တော် ကို
အစဉ် အော်ဟစ် ပါသည်ဖြစ်၍ ၊ ကယ် မသနားတော်မူ
ပါ။
4 အို ထာဝရ
ဘုရား၊ ကိုယ်တော် ကို
အကျွန်ုပ်
တသ ပါသည် ဖြစ်၍၊ ကိုယ်တော် ၏ကျွန် သည်
ဝမ်းမြောက် မည်အကြောင်းပြုတော်မူပါ။
5 အို ထာဝရ
ဘုရား၊ ကိုယ်တော် သည် ကောင်း
သော သဘော၊ သည်းခံ တတ် သော သဘော နှင့်
ပြည့်စုံ၍၊ ကိုယ်တော် ကို ပဌနာ
ပြုသော သူအပေါင်း တို့အား
ကရုဏာ တော်ကြွယ်ဝ ပါ၏။
6 အို ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ၏ ပဌနာ
စကားကို နားထောင် တော်မူပါ။ အသနား
တော်ခံသော စကား

သံကို
မှတ် တော်မူပါ။ ဘေး
ရောက်သည် ကာလ ၊ ကိုယ်တော် ကို ခေါ်ပါမည်။
7 ကိုယ်တော်လည်း ထူး တော်မူ တတ်ပါ၏။
8 အို ထာဝရ
ဘုရား၊ ဘုရား
တို့တွင်
ကိုယ်တော် နှင့်
တူသော ဘုရားမ
ရှိပါ။ အမှု တော်နှင့်
တူသော အမှုလည်း
မ ရှိပါ။
9 အို ထာဝရ
ဘုရား၊ ဖန်ဆင်း တော်မူသောလူမျိုး
အပေါင်း တို့သည် ချဉ်းကပ် လျက်
ရှေ့ တော်၌ ပြပ်ဝပ် ၍ ၊ နာမ တော်ကို
ချီးမြှောက် ကြပါလိမ့်မည်။
10 ကိုယ်တော် သည် ကြီးမြတ် ၍
အံ့သြ ဘွယ်တို့ကို ပြု တော်မူ၏။ ကိုယ်တော် တပါး
တည်းသာလျှင်
ဘုရား သခင် ဖြစ်တော်မူ၏။
11 အို ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ၏ လမ်း ကို
အကျွန်ုပ် အား ပြည့်ဆွန် တော်မူပါ။ ကိုယ်တော် ၏ သမ္မာ
တရား

လမ်းသို့
လိုက်သွား ပါမည်။ နာမ
တော်ကို ကြောက်ရွံ့
မည်အကြောင်း ၊ အကျွန်ုပ် ၏နှလုံး ကို စေ့စပ် စေ
တော်မူပါ။
12 အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား
သခင်ထာဝရ ဘုရား၊ အကျွန်ုပ် သည် ကိုယ်တော် ကို
စိတ် နှလုံးအကြွင်းမဲ့ ချီးမွမ်း ၍ ၊ နာမ တော်ကို အစဉ် အ
မြဲချီးမြှောက် ပါမည်။
13 အကျွန်ုပ် ခံရ သောကရုဏာ တော်ကြီး လှပါ၏။
အကျွန်ုပ် ၏ ဝိညာဉ် ကို မရဏာ
နိုင်ငံအောက် အရပ်ထဲက
ကယ်နှုတ် တော်မူပြီ။
14 အို ဘုရား
သခင်၊ မာန
ကြီးသောသူတို့ သည် အကျွန်ုပ် တဘက် ၌ ထ
ကြ၍ ၊ ကြမ်းတမ်း သော လူ
အစု အဝေးတို့သည် ကိုယ်တော် ကို မျက်မှောက် မ ပြု
ဘဲ၊ အကျွန်ုပ် အသက် ကို ရှာ ကြပါ၏။
15 အို ထာဝရ
ဘုရား၊ ကိုယ်တော် သည် သနား
စုံမက် တတ် သော သဘော၊ ကျေးဇူး ပြုတတ် သော
သဘော၊ သည်းခံ တတ်သောသဘော၊ ကရုဏာ

နှင့် သစ္စာ
ကြွယ်ဝသော သဘောနှင့်
ပြည့်စုံ သောဘုရား ဖြစ်တော်မူ၏။
16 အကျွန်ုပ် ကို
မျက်နှာ ပြု၍
ကယ် မသနားတော်မူ ပါ။ ကိုယ်တော် ၏ကျွန် အား
တန်ခိုး တော်ကိုပေး ၍၊ ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် မသား ကို
ကယ်တင် တော်မူပါ။
17 အကျွန်ုပ် အား ကောင်း သော နိမိတ် လက္ခဏာကို
ပြ တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ် ကို မုန်း သောသူတို့သည် မြင်
၍
ရှက်ကြောက် ကြပါစေ။ အကြောင်း မူကား၊ အိုထာဝရ
ဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ကို မစ
၍ ချမ်းသာ ပေးတော်မူ၏။

87

1 ဘုံ ဗိမာန ်တော်တိုက်မြစ် သည် သန့်ရှင်း သော
တောင် ရိုးပေါ်မှာ တည်လျက်ရှိ၏။
2 ထာဝရဘုရား သည် ယာကုပ် ၏ နေရာ
အပေါင်း တို့ထက်
ဇိအုန် တံခါး တို့ကို သာ၍နှစ်သက် တော်မူ၏။
3 အိုဘုရား သခင်၏ မြို့ တော်၊ သင် သည် ဘုန်း
အသရေကြီးလိမ့်မည်ဟူသောစကားကို ပြော ထားလျက်
ရှိ၏။

4 ငါ့ ကိုသိကျွမ်း သောသူတို့ တွင် ၊ ရာခပ် မြို့နှင့်
ဗာဗုလုန် မြို့ကို ငါမှတ် ထားမည်။ ဖိလိတ္တတိ
ပြည်၊ တုရ
ပြည်၊ ကုရှ ပြည်တို့ကိုလည်း
ကြည့် ကြလော့။ ဤ
မည်သော ပြည်သားသည် မြို့ တော်၌ ဘွားမြင် သော
သူဖြစ်၏။

5 ဇိအုန် မြို့ကို လည်း လူ
အမျိုးမျိုးတို့သည်၊ ထိုမြို့ ၌
ဘွားမြင် ကြပြီ။ အမြင့်ဆုံး သောဘုရားသည် ထိုမြို့
ကို ကိုယ်တော်တိုင် မဲမြီ စေတော်မူပြီဟု ပြော ဆိုကြ
လိမ့်မည်။

6 ထာဝရဘုရား သည် လူမျိုး တို့ကို စာရင်း ယူတော်မူ
သောအခါ ၊ ဤမည်သော အမျိုးသည် မြို့တော်၌ ဘွား
မြင်သောအမျိုးဖြစ်သည်ဟု မှတ်တော်မူမည်။

7 သီချင်း သည်နှင့် ပွဲသဘင်ခံသောသူ အစရှိသော
ငါ၏ပျော်မွေ့ခြင်းအကြောင်းရှိသမျှ တို့သည် သင် ၌ ရှိ
ကြ သတည်း။

88

1 အကျွန်ုပ် ကို ကယ်တင် တော်မူသောဘုရား သခင်
ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ်သည် ရှေ့ တော်၌ နေ့ ညဉ့်
မပြတ် အော်ဟစ် ပါ၏။

2 အကျွန်ုပ် ပြုသောပဌနာ သည် အထံ တော်သို့ ဝင် ပါ
စေသော။ အော်ဟစ် သံကို
နားထောင် တော်မူပါ။
3 အကျွန်ုပ် ၏ ဝိညာဉ် သည် ဒုက္ခ နှင့် ပြည့် ၍ ၊
အသက် သည်လည်း မရဏာ နိုင်ငံအနီးသို့ ရောက် ပါပြီ။
4 အကျွန်ုပ်သည် သင်္ချိုင်းတွင်း ထဲသို့ ဆင်း သောသူတို့
နှင့်အတူ ရေတွက် ဝင်ခြင်းသို့ ရောက်ပါ၏။ အား ကုန်
သော သူ ကဲ့သို့ ဖြစ် ပါ၏။
5 အသေ ကောင်တို့တွင် ပစ် ထားသောသူ၊ ကွပ်မျက်
၍ သင်္ချိုင်း တွင်း၌ အိပ် နေ သော သူ တည်း ဟူသော
အောက်မေ့ တော်မ မူ၊ လက် တော်၏ မစခြင်းနှင့် ကွာဝေး
သော သူကဲ့သို့ ဖြစ်ပါ၏။
6 အကျွန်ုပ် ကို အနက်ဆုံး သော တွင်း ၊ မှောင်မိုက်
ဖုံးလွှမ်း၍ အလွန်နက်နဲ သော အရပ်၌ ချထား တော်မူပြီ။
7 အမျက် တော်သည် အကျွန်ုပ် အပေါ် ၌ ဖိ လျက် ရှိ
ပါ၏။ လှိုင်း တံပိုးတော်အပေါင်း တို့နှင့် နှိပ်စက် တော်မူ
၏။
8 အကျွန်ုပ် ၏ အသိအကျွမ်း များကို အဝေး သို့ ရွှေ့
တော်မူပြီ။ သူ တို့အား အကျွန်ုပ် ကို ရွံ့ရှာ ဖွယ် ဖြစ် စေ
တော်မူပြီ။ အကျွန်ုပ် သည် အချုပ် ခံရ၍ ၊ ပြင်သို့ မ
ထွက် ရပါ။
9 အကျွန်ုပ်ခံရသော ဒုက္ခ ကြောင့် အကျွန်ုပ် မျက်စိ
သည် ပျက် ပါ၏။ အို ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ကို

အစဉ် အော်ဟစ် ပါ၏။ အထံ တော်သို့ လက် ကိုဆန့်
ပါ၏။

10 သေ လျက်နေသောသူတို့အား အံ့ဘွယ် သော အမှု
တို့ကို ပြ တော်မူမည်လော ။ သင်္ချိုင်း သားတို့သည်ထ ၍
ကိုယ်တော် ကို ချီးမွမ်း ကြပါမည်လော ။

11 ကရုဏာ တော်ကို သင်္ချိုင်းတွင်း ၌ ၎င်း၊ သစ္စာ တော်
ကို ပျက်စီးရာအရပ် ၌ ၎င်း ကြားပြော ရကြပါ မည်လော
။

12 အံ့ဘွယ် သော အမှုတော်တို့ကို မှောင်မိုက် သော
အရပ်၌ ၎င်း၊ ဖြောင့်မတ် တော်မူခြင်းတရားကို မေ့လျော့
ရာပြည် ၌ ၎င်း သိရ ကြပါမည်လော။

13 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ကို အကျွန်ုပ်
အော်ဟစ် ပါ၏။ နံနက် အချိန်၌ အကျွန်ုပ် ၏ ပဌနာ သည်
ရှေ့တော်သို့ရောက် ပါ၏။

14 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ၏ ဝိညာဉ် ကို အဘယ်
ကြောင့်ပယ် တော်မူသနည်း။ မျက်နှာ တော်ကို အကျွန်ုပ်
မှ အဘယ်ကြောင့်လွှဲ တော်မူသနည်း။

15 အကျွန်ုပ် သည် ဒုက္ခ ဝေဒနာကိုခံရ၍ သေဆဲ ရှိ
ပါ၏။ စီရင် တော်မူသောဘေးများကို ငယ် သောအရွယ်
က ပင် ခံရ ၍ ပင်ပန်း ပါ၏။

16 အမျက် တော်သည် အကျွန်ုပ် ကို လွှမ်းမိုး ပါ၏။
စီရင် တော်မူသောဘေးတို့သည် အကျွန်ုပ် ၏ အသက်
ကို ညှဉ်းဆဲ သည်တိုင်အောင် ၊

17 ရေ ကဲ့သို့ အစဉ်မပြတ် ဝိုင်း ၍ တညီ တညွတ်တည်း

ဝန်းရံ ကြပါ၏။

18 ချစ် သောသူနှင့် အဆွေ ခင်ပွန်းကို အကျွန်ုပ် နှင့်
ဝေးဝေး ရွှေ့တော်မူပြီ။ အသိအကျွမ်းတို့သည် မှောင်မိုက်
ထဲမှာရှိ ကြပါ၏။

89

1 အကျွန်ုပ်သည် ထာဝရဘုရား ၏ ကရုဏာ တော် ကို
အစဉ် အမြဲသီချင်း ဆိုပါမည်။ ကိုယ်တော် ၏သစ္စာ ကို
လူမျိုး အဆက်ဆက်တို့အား ဟောပြော မြွက်ဆိုပါမည်။

2 ကရုဏာ တော်သည် အစဉ် အမြဲတည် ရပါ၏။ သစ္စာ
တော်ကို ကောင်းကင် ၌ခိုင်ခံ့ မြဲမြံစေတော်မူသည် ဟု
အကျွန်ုပ်သဘောကျပါ၏။

3 ကိုယ်တော် မိန့်တော် မူ သည်ကား၊ သင် ၏အမျိုး
အနွယ် ကို အစဉ် မပြတ်ငါမြဲမြံစေမည်။

4 သင် ၏ပလ္လင် ကိုလည်း လူမျိုး အဆက်ဆက်တည်
စေမည်ဟု ငါ ရွေးကောက် သောသူနှင့် ငါသည် ပဋိညာဉ်
ဖွဲ့ ၍ ၊ ငါ ၏ ကျွန် ဒါဝိဒ် အား ကျိန်ဆို ခြင်းကိုပြုပြီ။

5 အို ထာဝရဘုရား ၊ ကောင်းကင် သည် အံ့ဘွယ် သော
အမှုတော်တို့ကိုဝင်း ၊ သန့်ရှင်း သောသူတို့သည် စည်းဝေး
လျက် သစ္စာ တော်ကိုဝင်း ချီးမွမ်း ကြပါစေသော။

6 အကြောင်း မူကား၊ ကောင်းကင် တွင် ထာဝရဘုရား
နှင့် အဘယ် သူပြိုင် နိုင်သနည်း။ ဘုရား သခင်၏ သား
တို့တွင် ထာဝရဘုရား နှင့် အဘယ်သူတူ သနည်း။

7 ဘုရား သခင်သည် သန့်ရှင်း သူတို့၏ ပရိသတ် တွင်
အလွန် ကြောက်ရွံ့ ဘွယ်ဖြစ်တော်မူ၏။ အထံ တော်၌
ပတ်လည် နေသောသူအပေါင်း တို့ထက် ရိုသေ ဘွယ် ဖြစ်
တော်မူ၏။

8 ကောင်းကင် ဗိုလ်ခြေ အရှင် ဘုရား သခင်
ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် နှင့် အဘယ်သူ တူပါသနည်း။
ထာဝရ ဘုရား သည် ခွန်အား ကြီးတော်မူ၏။ သစ္စာ
တော်လည်း ကိုယ်တော် ကို ပတ် ဝန်းလျက်ရှိပါ၏။

9 သမုဒ္ဒရာ ဟုန်း ခြင်းကို အစိုးရ တော်မူ၏။ လှိုင်း တံပိုး
ထ သောအခါ ငြိမ်း စေတော်မူ၏။

10 ကိုယ်တော် သည် သူရဲ ကဲ့သို့ ရာခပ် ကိုချိုးဖျက် ၍၊
အားကြီး သော လက်ရုံး တော်ဖြင့် ရန်သူ တို့ကို အရပ်ရပ်
သို့ ကွဲပြား စေတော်မူ၏။

11 ကောင်းကင် နှင့်မြေကြီး သည် ကိုယ်တော် ၏ ဥစ္စာ
ဖြစ်ပါ၏။ လောကခါတ် နှင့် လောကခါတ် တန်ဆာ များ
ကို တည် တော်မူပြီ။

12 မြောက် မျက်နှာ နှင့် တောင် မျက်နှာ ကို လည်း
ဖန်ဆင်း တော်မူပြီ။ တာဗော် တောင်နှင့် ဟေရမုန် တောင်
သည် နာမတော် ကို အမှီပြု ၍ ရွှင်လန်းစွာ သီချင်း ဆို
ကြပါ၏။

13 တန်ခိုး ရှိသောလက်ရုံး နှင့် ပြည့်စုံတော်မူ၏။ လက်
တော်သည် အားကြီး ၍၊ လက်ျာ လက်တော်သည် မြင့်
ပါ၏။

14 တရား သဖြင့် စီရင်ခြင်း၊ ဖြောင့်မတ် စွာ ဆုံးဖြတ်
ခြင်းသည် ပလ္လင် တော်၏ တည် ရာဖြစ်ပါ၏။ ကရုဏာ
နှင့် သစ္စာ သည် မျက်နှာ တော်ရှေ့၌ သွား ကြပါ၏။
15 အို ထာဝရဘုရား ၊ နှုံးဆော် တော်မူ ခြင်းအသံကို
နားလည် သော လူမျိုး သည် မင်္ဂလာ ရှိပါ၏။
16 သူတို့သည် မျက်နှာ တော်အလင်း ၌ သွား လာရ
ကြပါ၏။ နာမ တော်၌ အစဉ် ဝမ်းမြောက် ၍ ဖြောင့်မတ်
တော်မူခြင်းတရားအားဖြင့် ချီးမြှောက် ခြင်းသို့ ရောက်ရ
ကြပါ၏။
17 ကိုယ်တော် သည် သူ တို့အစွမ်း သတ္တိ၏ ဘုန်း
ဖြစ် တော်မူ၏။ ကျေးဇူး တော်အားဖြင့် လည်း အကျွန်ုပ်
တို့၏ ဦးချို သည် ချီးမြှောက် လျက် ရှိပါ၏။
18 ထာဝရဘုရား သည် အကျွန်ုပ် တို့ကို ကွယ်ကာ တော်
မူ၏။ ဣသရေလ အမျိုး၏သန့်ရှင်း သော ဘုရား သည်
အကျွန်ုပ် တို့၏ ရှင်ဘုရင် ဖြစ်တော်မူ၏။
19 တ ရံ ရော အခါ ကိုယ်တော် ၏ သန့်ရှင်း သူ တို့
ကို ဗျာဒိတ် တော်အားဖြင့် မိန့် မြွက်တော်မူ သည်ကား၊
အားကြီး သောသူသည် ကူမ မည် အကြောင်း ငါခန့်ထား
ပြီ။ လူစု ထဲ က ရွေးကောက်သောသူ တယောက်ကို ငါ
ချီးမြှောက် ပြီ။
20 ငါ ၏ ကျွန် ဒါဝိဒ် ကို ငါတွေ့ ၍၊ သန့်ရှင်း သော ဆီ
နှင့် ဘိသိက် ပေးပြီ။
21 သူ့ ဘက် မှာ ငါ့ လက် သည် တည် လိမ့်မည်။ ငါ့

လက်ရုံး သည် သူ့ ကို မြဲမြံ ခိုင်ခံ့စေမည်။
22 ရန်သူ သည် သူ ၏ ဥစ္စာကို အနိုင်အထက်မ ယူ ရ။
မ တရားသောသူ သည် မ ညှဉ်းဆဲ ရ။
23 သူ ၏ ရန်သူ တို့ကို သူ့ ရှေ့ မှာ ငါနှိပ်စက် ၍ ၊ သူ့
ကိုမုန်း သောသူတို့ ကို ဒဏ်ခတ် မည်။
24 ငါ ၏သစ္စာ နှင့် ကရုဏာ သည် သူ့ ဘက် မှာနေ၍ ၊
ငါ ၏နာမ အားဖြင့် သူ ၏ ဦးချို သည် ချီးမြှောက် လျက်
ရှိလိမ့်မည်။
25 သူ ၏လက် ကိုလည်း ၊ ပင်လယ် ပေါ် မှာဌင်း ၊ သူ
၏လက်ျာ လက်ကို မြစ် များပေါ် မှာဌင်း ငါတင် ၍ ထား
မည်။
26 သူကလည်း၊ ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ၏အဘ ၊
အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ် ကို ကယ်တင် ရာ
ကျောက် ဖြစ်တော်မူ၏ဟု၊ ငါ့ ကို ကြွေးကြော် လိမ့်မည်။
27 အကယ် စင်စစ်သူ့ ကို သားဦး အရာ၌ ခန့်ထား ၍၊
လောကီ ရှင် ဘုရင်တို့အပေါ် မှာ ချီးမြှောက် မည်။
28 ငါ ၏ ကရုဏာ ကို သူ့ အဘို့ ငါသည် အစဉ် စောင့်
၍ ၊ ငါ ၏ ပဋိညာဉ် တရားသည် သူ ၌ မြဲမြံ လိမ့်မည်။
29 သူ ၏ အမျိုးအနွယ် ကို အစဉ် အမြဲတည် စေမည်။
သူ ၏ပလ္လင် သည် ကောင်းကင် ကာလ ကဲ့သို့ နိစ္စ ထာဝရ
ဖြစ်လိမ့်မည်။
30 သူ ၏သား မြေးတို့သည် ငါ့ တရား ကို စွန့်ပယ် ၍ ၊
ငါ ၏စီရင် ချက်တို့ကို မ ကျင့် ၊

31 ငါ ၏အထုံးအဖွဲ့ တို့ကို ရှုတ်ချ ၍ ၊ ငါ ၏ပညတ် တို့
ကို မ စောင့် ဘဲနေလျှင် ၊
32 ငါသည် သူ တို့ပြစ်မှား သောကြောင့်၊ ကြိမ်လုံး နှင့်
ဆုံးမ ၍ ဒဏ်ချက် တို့နှင့် ဒုစရိုက် အတိုင်း အပြစ်ပေး
မည်။
33 သို့သော်လည်း ၊ ငါ ၏ကရုဏာ ကိုသူ မှ ငါမ နှုတ်
မပယ်။ ငါ ၏သစ္စာ ကိုလည်း မ ဖျက် ။
34 ငါ ၏ပဋ္ဌိညာဉ် တရားကိုလည်း မ ရှုတ်ချ ။ ငါ မိန့်
မြွက်သော စကား လည်း ဖေါက်ပြန် ခြင်းမ ရှိရ။
35 ငါသည် ဒါဝိဒ် ကို မ လှည့်စား ဟု ငါ ၏သန့်ရှင်း
ခြင်း ပါရမီကို တိုင်တည်၍ တခါ ကျိန်ဆို ပြီ။
36 သူ ၏အမျိုးအနွယ် သည် အစဉ် အမြဲတည် ရမည်။
သူ ၏ပလ္လင် သည်လည်း ၊ ငါ့ ရှေ့ ၌ နေ ကဲ့သို့ ဖြစ်ရ
မည်။
37 လ ကဲ့သို့ ၎င်း၊ မိုဃ်း ကောင်းကင်၌ သစ္စာ စောင့်
သော သက်သေ ကဲ့သို့၎င်း ၊ အစဉ် မြဲမြံ ရမည်ဟု
ကိုယ်တော် သည် မိန့်တော်မူပါပြီ။
38 သို့သော်လည်း ၊ ကိုယ်တော် သည် ယခုစွန့်ပယ် ၍
ရွံရှာ တော်မူပြီ။ အထံ တော်၌ ဘိသိက် ခံသောသူကို
အမျက်ထွက် တော်မူပြီ။
39 ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် နှင့်ဖွဲ့သော ပဋ္ဌိညာဉ် ကို ဖျက်
၍၊ သူ ၏သရဖူ ကို မြေ တိုင်အောင် ရှုတ်ချ တော်မူပြီ။
40 သူ ၏ခြံ ရှိသမျှ တို့ကိုချိုး ၍၊ သူ ၏တိုက် များကို

ဖြိုဖျက် တော်မူပြီ။

41 လမ်း ၌ရှောက်သွား သော သူအပေါင်း တို့သည် သူ့
ကိုလုယူ ကြ၏။ အိမ်နီးချင်း တို့တွင် ကဲ့ရဲ့ ဘွယ်ဖြစ်
ပါ၏။

42 သူ ၏ရန်သူ တို့ လက်ျာ လက်ကို ချီးမြှင့် ၍၊
ရန်ဘက် ပြုသောသူ အပေါင်း တို့ကို ဝမ်းမြောက် စေ
တော်မူ၏။

43 သူ ၏ထား သွားကိုလိပ် စေ၍ ၊ သူ စစ် တိုက်ရာတွင်
ထောက်မ တော်မ မူပါ။

44 သူ ၏ဘုန်း ကို ကွယ် စေ၍ ၊ သူ ၏ရာဇပလ္လင် ကို
မြေ သို့ နှိမ့်ချ တော်မူပြီ။

45 သူ ၏ပျိုသောအရွယ် ကို တို စေ၍ အရှက်ခွဲ တော်
မူပြီ။

46 အို ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော်သည် အလျှင်း မ
ထင်ရှားဘဲ၊ အဘယ် မျှကာလ ပတ်လုံးပုန်း ၍ နေတော်မူ
မည်နည်း။ အမျက် တော်သည် အဘယ်မျှကာလ ပတ်လုံး
မီး ကဲ့သို့ လောင် ရပါမည်နည်း။

47 အကျွန်ုပ် ၏ အသက်တာသည် အဘယ် မျှလောက်
တို သည်ကိုဎင်း၊ အဘယ် မျှလောက်ပျက် တတ် စေ ခြင်း
ငှါ၊ လူသား အပေါင်း တို့ကို ဖန်ဆင်း တော်မူသည် ကိုဎင်း၊
အောက်မေ့ တော်မူပါ။

48 သေ ခြင်းသို့မ ရောက်၊ အသက် ရှင်၍ မိမိ ဝိညာဉ်
ကို မရဏ နိုင်ငံတန်ခိုး မှ ကယ်နှုတ် နိုင်သော သူကား အ

ဘယ် သူနည်း။

49 အို ထာဝရ ဘုရား၊ သစ္စာ တော်နှင့်တကွ ကိုယ်တော်
၏ ကျွန်ဒါဝိဒ် အား ကျိန်ဆို တော်မူသောရှေး ကရုဏာ
တော်သည် အဘယ် မှာရှိပါသနည်း။

50 အိုထာဝရ ဘုရား၊ ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် တို့သည် ခံရ
သောကဲ့ရဲ့ ခြင်းကို အောက်မေ့ တော်မူပါ။ များစွာ သော
လူ တို့၏ အမှုအလုံးစုံ ကို အကျွန်ုပ် သည် ကိုယ် ရင်ခွင်
၌ ဆောင် ရပါ၏။

51 အကြောင်း မူကား၊ အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော်
၏ ရန်သူ တို့သည် ကဲ့ရဲ့ တတ်ကြပါ၏။ အထံ တော်၌
ဘိသိက် ခံသောသူ၏ ခြေတော် ရာတို့ကို ကဲ့ရဲ့ တတ်ကြ
ပါ ၏။

52 ထာဝရဘုရား သည် ကမ္ဘာ အဆက်ဆက်မင်္ဂလာ ရှိ
တော်မူစေသတည်း။ အာမင် နှင့် အာမင် ။

90

ဘုရားသခင် ၏လူ မောရှေ ပြုသောပဌာနာ။

1 အို ဘုရား ရှင်၊ ကိုယ်တော် သည် ကာလ
အစဉ် အဆက် အကျွန်ုပ် တို့ ခိုလှုံ ရာ ဖြစ် တော်မူ၏။
2 တောင် များကို မ
ဘော်၊ မြေကြီး နှင့်
လောကခါတ်
ကို ဖန်ဆင်း တော် မ မူ မီ၊ ကိုယ်တော် သည် ရှေး
ကမ္ဘာ အဆက်ဆက်မှစ၍ ၊ နောက်ကမ္ဘာ အဆက်ဆက်

တိုင်အောင် ဘုရား သခင်ဖြစ်တော်မူ၏။
3 လူ မျိုးကို ကား၊ ကြေမွ စေတော်မူ၏။ အချင်းလူသား
တို့၊ ပြန် ကြလော့ဟု မိန့်တော်မူ၏။
4 ရှေ့ တော်၌ အနှစ် တ ထောင်သည် လွန် ပြီးသော
မနေ့
ကဲ့သို့ ၎င်း၊ ညဉ့် ယံတယံ ကဲ့သို့၎င်း ဖြစ်ပါ၏။
5 လူတို့ကို လွှမ်းမိုး တိုက်သွားတော်မူ၏။ သူတို့သည်
အိပ်ပျော် ခြင်း ကဲ့သို့ဖြစ် ကြပါ၏။ လူသည်မြက်ပင်
ကဲ့သို့ နံနက် အချိန်၌ တိုးပွား တတ်ပါ၏။
6 နံနက် အချိန်၌ကား၊ ပွင့်လန်း ၍
တိုးပွား ပါ၏။ ညဦး
အချိန်၌ကား၊ ရိတ် ၍ ညှိုးနွမ်း ပါ၏။
7 အမျက် တော်ထွက်သောအားဖြင့်
အကျွန်ုပ်တို့ သည် ပျက်စီး ခြင်းသို့ ရောက်ကြပါ၏။
စိတ် တော်မပြေသောကြောင့် ၊ စိုးရိမ် တုန်လှုပ်ခြင်း ရှိကြ
ပါ၏။
8 အကျွန်ုပ် တို့၏ ဒုစရိုက် များကို ရှေ့ တော်၌ ၎င်း၊
ဝှက်ထား သောအကျင့် များကို မျက်နှာ တော်အလင်း
ထဲ၌ ၎င်း၊ လှန်ထား တော်မူ၏။
9 အကျွန်ုပ် တို့သည် အမျက် တော်ကို ခံရသောကြောင့်
၊ နေ့ရက် ကာလရွှေ့ သွား၍၊ နှစ် များတို့သည် စိတ်ထင်
ကဲ့သို့လွန် တတ်ကြပါ၏။
10 အကျွန်ုပ် တို့၏ အသက် အရွယ်သည် အနှစ် ခုနစ်

ဆယ် အတိုင်းအရှည်ရှိပါ၏။ အားကြီး ၍
အနှစ် ရှစ် ဆယ် ပြည့်သော်လည်း ၊ ဝါကြွားခြင်းသည် ပင်ပန်း ခြင်းနှင့်
ဝမ်းနည်း ခြင်း ဖြစ်ပါ၏။ ထို အသက်သည်လည်း မြန်မြန် လွန်
၍ ၊ အကျွန်ုပ်တို့သည် စုတေ့ ကြပါ၏။
11 အမျက် တော်အရှိန် ကို အဘယ်သူ သိ ပါ သနည်း။ အမျက်ထွက် တော်မူခြင်းကို ကြောက်ရွံ့ သင့် သည် အတိုင်း အဘယ်သူကြောက်ရွံ့ပါသနည်း။
12 အကျွန်ုပ်တို့သည် ပညာ
တရားကို နှလုံး သွင်း
မိမည်အကြောင်း ၊ ကိုယ် နေ့ရက် ကာလကို ရေတွက် နိုင်စေခြင်းငှါ သွန်သင် တော်မူပါ။
13 အို ထာဝရဘုရား ၊ ပြန်လာ တော်မူပါ။ အဘယ် မျှလောက် ကြာရပါမည်နည်း။ ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် တို့ အတွက်
နာကြင် သောစိတ် ရှိတော်မူပါ။
14 အကျွန်ုပ် တို့ကို ကရုဏာ
တော်နှင့် အလျင်အမြန်ရောင့်ရဲ စေတော်မူပါ။ သို့ပြု လျှင် တသက်လုံး ဝမ်းမြောက် ရွှင်လန်း ကြပါလိမ့်မည်။
15 အကျွန်ုပ် တို့ကို ညှဉ်းဆဲ တော်မူသော နေ့ရက် ကာလ၊ ဒုက္ခ
ခံ ရ ခဲ့ ပြီး သော နှစ် ပေါင်း များသည် အတိုင်း ၊

ဝမ်းမြောက် ရသောအခွင့်ကိုပေး သနားတော်မူပါ။
16 အမှု တော်သည် ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် တို့အား ၎င်း၊
ဘုန်း တော်သည် သား
မြေးတို့အား ၎င်း ထင်ရှား ပါစေသော။
17 အကျွန်ုပ် တို့၏ ဘုရား
သခင်ထာဝရ ဘုရား၏ ကျေးဇူး တော်သည် အကျွန်ုပ်
အပေါ်သို့ ရောက် ပါစေသော။ အကျွန်ုပ် တို့ပြု သောအမှု
တို့ကိုလည်း ၊ အကျွန်ုပ် တို့ အဘို့
မြဲမြံ စေတော်မူပါ။

91

1 အမြင့်ဆုံး သော ဘုရား၏ကွယ်ကာ ရာဌာန တော်၌
နေ သောသူသည် အနန္တ
တန်ခိုးရှင်၏ အရိပ် ကို
ခို ရလိမ့်မည်။
2 ထာဝရဘုရား သည် ငါ ခိုလှုံ ရာ၊ ငါ ၏ရဲတိုက် ၊ ငါ
ကိုးစား သော ဘုရား
သခင်ဖြစ်တော်မူသည်ဟု
ငါပြောဆို ၏။
3 အကယ် စင်စစ်မုဆိုး ၏ ကျော့ကွင်း နှင့် ၎င်း၊ သေ
တတ်သောအနာ နှင့်၎င်း ၊ သင့် ကို ကင်းလွတ် စေတော်
မူမည်။

4 အတောင် တော် အမွေး နှင့် ဖုံးအုပ် တော်မူ၍ ၊
အတောင် တော်အောက် ၌ သင် သည်လုံခြုံ စွာ နေရ
လိမ့်မည်။ သစ္စာ
တော်သည် သင်၏ ဒိုင်း လွှားဖြစ်လိမ့်မည်။
5 ညဉ့် အခါဖြစ်တတ်သော ဘေး
ကို ၎င်း၊ နေ့
အချိန်၌ ပစ် သောမြှား ကို ၎င်း၊
6 မှောင်မိုက် ထဲမှာ
လည်တတ်သော ကာလနာ
ကိုဎင်း၊ မွန်းတည့် အချိန်၌ ဖျက်ဆီး တတ်သော ဥပဒ
ကိုဎင်း၊ သင်သည်မ ကြောက် ရ။
7 သင် ၏ အနား
မှာ လူတထောင် ၊ သင် ၏လက်ျာ
ဘက်မှာ
လူတသောင်း လဲ သော်လည်း ၊ သင့် ကို
မ ထိ မခိုက်ရ။
8 သင်သည် ကိုယ် မျက်စိ နှင့်
ကြည့် ၍ ၊ မ တရား သောသူတို့ ၌ ရောက်ရသောအပြစ
ကိုမြင် ရုံမျှသာရှိ လိမ့်မည်။
9 ထာဝရဘုရား သည် ငါ ခိုလှုံ ရာ ဖြစ်တော်မူ၏ဟု
သင်သည်ဆိုရ၍၊ အမြင့်ဆုံး သော ဘုရား၌ နေရာ ကျ
သောကြောင့်၊
10 သင် ၌

မကောင်း သော အနိဋ္ဌာရုံ မ
ကပ် မရောက်။ သင့် နေရာ သို့
ဘေးဥပဒ် မ ချဉ်း ရ။
11 သွား လေရာရာ၌
သင့် ကိုစောင့်ရှောက် စေခြင်းငှါ ၊ ကောင်းကင် တမန်
တို့အား သင့် အဘို့ မှာ ထား တော်မူ သည်ဖြစ်၍၊
12 သင် ၏ခြေ ကို ကျောက် နှင့်
မ ထိ မခိုက်စေခြင်းငှါ၊ သူတို့သည် သင့် ကို လက် နှင့်
မစ ချီပင့်ကြလိမ့်မည်။
13 သင်သည် ခြသေ့် နှင့် မြွေဆိုး အပေါ် မှာ ကျော်
သွား၍၊ ခြသေ့် ပျိုနှင့် နဂါး တို့ကို ခြေ ဖြင့် နင်း
လိမ့်မည်။
14 သူသည် ငါ့ ကို ချစ် သောကြောင့် ၊ သူ့ ကို ငါ
ကယ်နှုတ် မည်။ ငါ ၏နာမ ကို သိ
သောကြောင့် ၊ သူ့ ကို ငါချီးမြှောက် မည်။
15 သူသည် ငါ့ ကိုခေါ် သောအခါ
ငါထူး မည်။ ဒုက္ခ
ခံရသောအခါ သူ့
ဘက် မှာ ငါ နေ၍ ချမ်းသာ ပေးမည်။ သူ
၏ဘုန်း ကိုလည်း ထင်ရှားစေမည်။
16 ရှည် သောအသက်နှင့် သူ့
ကိုရောင့်ရဲ စေ၍ ၊ ငါ ၏ ကယ်တင် ခြင်းကျေးဇူးကို
သူ့

အား ပြ မည်။

92

ဥပုသ် နေ့ အဘို့ ဆာလံ သီချင်း။

1 ထာဝရဘုရား ၏
ကျေးဇူး တော်ကို
ချီးမွမ်း ၍၊
2 အမြင့်ဆုံး သောဘုရား၏ နာမ
တော်ကို
ထောမနာသီချင်း ဆိုခြင်းငှါ ၎င်း၊
3 စောင်း နှင့် တကွ ကြိုး ဆယ် ပင် ရှိ သော တူရိယာ၊
တယော ၊ မိကျောင်းတို့ကို တီး၍၊ ကရုဏာ
တော်နှင့်
သစ္စာ တော်ကို နံနက် အချိန်၊ ည
အချိန် အစဉ်အတိုင်း ပြ ခြ င်း ငှါ ၎င်း လျောက်ပတ်
ပေ၏။
4 အို ထာဝရဘုရား ၊ အမှု တော်များအားဖြင့်
အကျွန်ုပ် ကို ဝမ်းမြောက် စေ တော် မူ သည် ဖြစ်၍ ၊
လက်
တော်နှင့် ပြုပြင် တော်မူသမျှတို့ကြောင့်
ရွှင်လန်းစွာ သီချင်း ဆိုပါမည်။
5 အို ထာဝရဘုရား ၊ စီရင်တော်မူသော အမှု တို့သည်
ကြီးမား ၍၊ အကြံ အစည်တော်လည်း အလွန်
နက် လှပါ၏။

6 တိရစ္ဆာန်
သဘောရှိသော သူ
မ သိ ၊ မိုက် သောသူ နား
မ လည်သော အမှုအရာဟူမူကား၊
7 မ တရားသောသူတို့ သည် မြက်ပင် ကဲ့သို့ ပေါက်
၍ ၊ အဓမ္မ အမှုကို ပြု သောသူတို့ သည် ပွင့်လန်း
ကြသောအခါ ၊ ထာဝရ ပျက်စီး ခြင်းသို့ ရောက်ရသော
အကြောင်းပေတည်း။
8 ကိုယ်တော် မူကား ၊ အစဉ်အမြဲ ကြီးမြင့် တော်မူသော
ထာဝရဘုရား ဖြစ်တော်မူ၏။
9 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ၏ ရန်သူ တို့သည်
ပျက်စီး ခြင်းသို့ ရောက်၍ ၊ အဓမ္မ အမှုကိုပြု သောသူ
အပေါင်း တို့သည် အရပ်ရပ်ကွဲပြား ကြလိမ့်မည်။
10 အကျွန်ုပ် ၏ ချို့ ကိုကား၊ ကြွ ချိုကဲ့သို့ ချီးမြှောက်
၍ ၊ အကျွန်ုပ်ကို အသစ် သောဆီ နှင့်
လိမ်း တော်မူလိမ့်မည်။
11 အကျွန်ုပ် ၏ ရန်သူတို့ကို အကျွန်ုပ် မျက်စိ မြင်
လျက် ၊ ရန်ဘက် ပြုသောလူဆိုးတို့အကြောင်းကို နား
ကြား လျက်၊ အကျွန်ုပ်သည် အားရပါလိမ့်မည်။
12 ဖြောင့်မတ် သောသူသည် စွန်ပလွံ့ ပင်ကဲ့သို့ ပွင့်လန်း
၍ လေဗနုန် တောင်ပေါ် မှာ အာရဇ ပင်ကဲ့သို့ ကြီးပွား
လိမ့်မည်။
13 ထာဝရဘုရား ၏ အိမ် တော်၌

စိုက်ပျိုး သောသူတို့ သည် ငါ တို့ဘုရား သခင်၏ တန်
တိုင်း တော်တွင်
ပွင့်လန်း ကြလိမ့်မည်။
14 အသက်ကြီး သောကာလတွင် ပင် ၊ အသီး ကိုသီး၍
ကြွယ်ဝ စိမ်းလန်း ကြလိမ့်မည်။
15 ထိုသို့သောအားဖြင့် ငါ ၏ကျောက် ၊ ထာဝရဘုရား
သည် ဖြောင့်မတ် တော်မူ၍ ၊ မ တရားသော အမှုနှင့်
ကင်းလွတ် တော်မူသည်ဟု ထင်ရှား လိမ့်သတည်း။

93

1 ထာဝရဘုရား သည် စိုးစံ
၍၊ အာနုဘော် နှင့် တန်ဆာ ဆင် တော် မူ၏။ ထာဝရဘုရား
သည် ထိုသို့ ဝတ်ဆင် ၍၊ ခွန်အား ကို ခါးပန်းစည်း
တော်မူ၏။ သို့
ဖြစ်၍၊ လောကဓါတ် သည် မ
လှုပ် မရှားနိုင်အောင် တည် လျက် ရှိ၏။
2 ကိုယ်တော် ၏ ပလ္လင် သည် ရှေ့ဦးစွာ မှစ၍ တည်
ပါ၏။ ကိုယ်တော် သည် ရှေးကာလမှစ၍ အစဉ် အမြဲ
ဖြစ်တော်မူ၏။
3 အို ထာဝရဘုရား ၊ မြစ် တို့သည် ထ
ကြပါ၏။ မြစ် တို့သည် ဟုန်းသံ ကိုပေး
ကြပါ၏။ မြစ် တို့သည် လှိုင်း တံပိုးခတ် ကြပါ၏။
4 ရေ များ ဟုန်းသံ နှင့်တကွသမုဒ္ဒရာ

လှိုင်း တံပိုး တို့သည် အားကြီး သည် ထက် ၊
ထာဝရဘုရား သည် မြင့်
သော အရပ်၌ သာ၍တန်ခိုး ကြီးတော်မူ၏။
5 သက်သေ ခံတော်မူချက်တို့သည် အလွန် မြဲမြံ ကြပါ
၏။ အိုထာဝရဘုရား ၊ သန့်ရှင်း ခြင်းပါရမီသည် အစဉ်
အမြဲ အိမ် တော်၏အသရေ ဖြစ်ပါသတည်း။

94

1 အပြစ် ကိုပေး ပိုင်တော်မူသော ဘုရား
သခင်ထာဝရဘုရား ၊ အပြစ် ကိုပေး ပိုင်တော်မူသော
ဘုရား
သခင်၊ ရောင်ခြည် တော်ကို လွှတ်တော်မူပါ။
2 မြေကြီး သားတို့ကို တရား
ဆုံးဖြတ်တော်မူသောအရှင်၊ ထ
တော်မူပါ။ မာနကြီး သောသူတို့ အား
အကျိုး အပြစ် ကို ဆပ်ပေး တော်မူပါ။
3 အိုထာဝရဘုရား ၊ မ တရားသောသူတို့ သည် အဘယ်
မျှကာလ ပတ်လုံး ဝမ်းမြောက် ကြပါလိမ့်မည်နည်း။
4 အဓမ္မ အမှုကို ပြု သမျှ သောသူတို့သည် စော်ကား
၍၊ ကြမ်းတမ်း သော စကားကိုပြော လျက်၊ အဘယ် မျှ
ကာလ
ပတ်လုံး ဝါကြွား ကြပါလိမ့်မည်နည်း။
5 အိုထာဝရဘုရား ၊ သူတို့သည် ကိုယ်တော် ၏ လူ
တို့ကို နှိပ်စက် ၍ ၊ အမွေ တော်ကို ညှဉ်းဆဲ ကြပါ၏။
6 မုတ်ဆိုးမ နှင့်

ဧည့်သည် ကိုဌင်း၊ မိဘ
မရှိသော သူငယ်ကိုဌင်း သတ် ကြပါ၏။
7 သို့ရာတွင် ၊ ထာဝရ ဘုရားသည် မ
မှတ်
တတ်ဟု ဆို ကြပါ၏။
8 တိရစ္ဆာန် သဘောရှိသောသူ တို့၊ နားလည် ကြလော့။ လူမိုက် တို့၊ အဘယ် ကာလမှ ပညာ သတိကို ရကြ လိမ့်မည်နည်း။
9 နား ကို စိုက် ထားတော်မူသောသူသည် မ
ကြား ရ သလော ။ မျက်စိ ကို ဖန်ဆင်း တော်မူသောသူ သည် မ
မြင် ရသလော။
10 လူ အမျိုးမျိုးတို့ကို ဆုံးမ
တော်မူသောသူသည် အပြစ် မ ပေးရသလော။ လူ တို့ အား ပညာ
အတတ်ကို သွန်သင် တော်မူသောသူသည် ကိုယ်တိုင် ပညာအတတ် မရှိသလော။
11 လူ တို့၏အကြံအစည် သည် အချည်းနှီး ဖြစ် ကြောင်း ကို ထာဝရဘုရား
သိ တော်မူ၏။
12 အို ထာဝရ
ဘုရား၊ မတရား
သောသူတို့အဘို့
တွင်း တူး စဉ်အခါ ၊ ဒုက္ခ နေ့ရက် ကာလနှင့်

လွတ် ခြင်းချမ်းသာကို ပေးအံ့သောငှါ၊
13 ကိုယ်တော် ဆုံးမ ၍ ၊ တရား တော်ကိုသွန်သင် တော်
မူသော သူ သည် မင်္ဂလာ ရှိပါ၏။
14 ထာဝရဘုရား သည် မိမိ
လူ တို့ကိုမ ပယ် ၊ အမွေ တော်ကို စွန့်ပစ် တော်မ မူ။
15 တဖန် ဖြောင့်မတ် ခြင်းတရားဘက် ၌ စီရင်
ဆုံးဖြတ်တော်မူ၍ ၊ သဘော ဖြောင့် သောသူအပေါင်း
တို့ သည် နောက် တော်သို့လိုက်ကြပါလိမ့်မည်။
16 လူဆိုး တို့ကို ဆီးတား၍
ငါ့ ဘက် မှာ အဘယ်သူ ထ မည်နည်း။ မ
တရားသောသူတို့ ကို ဆီးတား
၍ ၊ ငါ့ ဘက်
မှာ အဘယ်သူ နေ မည်နည်း။
17 ထာဝရဘုရား သည် ငါ့ ကိုမစ တော်မ မူလျှင်၊ ငါ့
ဝိညာဉ် သည် ဆိတ်သုံ ရာအရပ်၌ မ
ကြာမမြင့်မီနေရာ ကျရလိမ့်မည်။
18 ငါ့ ခြေ ချော် လျက် ရှိ သည် ဟု အကျွန်ုပ် ဆို
သောအခါ ၊ အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ၏ကရုဏာ
သည် အကျွန်ုပ် ကိုထောက် မပါ၏။
19 အကျွန်ုပ် ၏ နှလုံး ထဲမှာ
စိတ် များပြား သောအခါ ၊ ကိုယ်တော် သည် သက်သာ
စေတော်မူသဖြင့်၊ အကျွန်ုပ် ၏ ဝိညာဉ် သည် ရွှင်လန်း
ပါ၏။

20 မ တရားသောအကြံကို မင်း ၏အခွင့်နှင့်
ပြုစု
တတ်သော အဓမ္မ
ရာဇ ပလ္လင်သည် ကိုယ်တော် နှင့် မိသဟာယ ဖွဲ့ရပါ
မည်လော။
21 ဖြောင့်မတ် သောသူ၏အသက် ကို
သတ်ခြင်းဌါစုဝေး ကြပါ၏။ အပြစ် မရှိသောသူကို
သေ
စေခြင်းဌါ
စီရင် ကြပါ၏။
22 သို့သော်လည်း ၊ ထာဝရဘုရား သည် ငါ ၏ ရဲတိုက်
ဖြစ်တော်မူ၏။ ငါ ၏ဘုရား သခင်သည် ငါ ခိုလှုံ ရာ
ကျောက် ဖြစ်တော်မူ၏။
23 သူ တို့၏အပြစ် ကို သူ
တို့အပေါ် သို့ ရောက် စေတော်မူမည်။ အဓမ္မ
အမှုကို
ပြုစဉ်တွင်ပင် ပယ် ဖြတ်တော်မူ မည်။ ငါ တို့၏ဘုရား
သခင်ထာဝရဘုရား သည် သူ
တို့ကို ပယ် ဖြတ်တော်မူမည်။

95

1 လာကြ။ ထာဝရဘုရား အား
ရှင်လန်းစွာသီချင်း

ဆိုကြကုန်အံ့။ ငါ တို့သည် ကယ်တင် ခြင်းသို့ရောက်
ရာ ကျောက် ကို ကျူးဇ ကြကုန်အံ့။
2 ကျေးဇူး တော်ကို ချီးမွမ်းလျက်
ရှေ့ တော်သို့ ဝင် ၍၊ ဆာလံသီချင်း ဆိုလျက်
ကျူးဇ သောအသံကို ပြုကြကုန် အံ့။
3 ထာဝရဘုရား သည် ကြီးမြတ် သောဘုရား ၊ ဘုရား
တကာ တို့ထက်
ကြီးမြတ် သော ဘုရင် ဖြစ်တော်မူ၏။
4 မြေကြီး နက်နဲ ရာ အရပ်တို့သည် လက် တော် ၌
ရှိကြ၏။ တောင် ထိပ် တို့ကိုလည်း ပိုင်တော်မူ၏။
5 ပင်လယ် ကိုလည်း ဖန်ဆင်း ၍ ပိုင်တော်မူ၏။ ကုန်း
ကိုလည်း
လက် တော်နှင့် ပြုပြင် တော်မူ၏။
6 လာကြ။ ပြပ်ဝပ် ၍
ကိုးကွယ် ကြကုန်အံ့။ ငါ တို့ကို ဖန်ဆင်း တော်မူသော
ထာဝရ ဘုရား၏ ရှေ့ တော်၌ ဒူးထောက် ကြကုန်အံ့။
7 ထာဝရ ဘုရားသည် ငါ တို့၏ ဘုရား
ဖြစ်တော်မူ ၏။ ငါ တို့သည်လည်း ၊ အထံ တော်၌
ကျက်စား သောသူ ၊ လက် တော်အောက်၌ နေသောသိုးစု
ဖြစ်ကြ၏။
8 ယနေ့ တွင် သင်တို့သည် ဗျာဒိတ်တော် အသံ
ကို ကြား လျက် ခိုင်မာ သော စိတ် နှလုံးမ ရှိကြနှင့်။
9 သင် တို့အဘ များသည် အနှစ် လေးဆယ် ပတ်လုံးငါ့

ကို အနည်းနည်းစုံစမ်း ၍၊ ငါ ၏အမှု တို့ကို မြင် ရသော
တော တွင် ၊ ငါ့ကိုဆန့်ကျင်ဘက်ပြု၍၊ စုံစမ်း ရာကာလ
၌ ရှိသကဲ့သို့ မရှိစေကြနှင့်။
10 ထိုလူမျိုး ကို
ငါရွံ့ သည်ဖြစ်၍ ၊ သူ တို့သည် စိတ်
သဘောမှားယွင်း တတ်သော လူမျိုး ဖြစ်ကြ၏။ ငါ ၏
အလေ့
အလာတို့ကို နား
မ လည်ကြဟု ငါဆို ရ၏။
11 ထိုကြောင့် သူတို့သည် ငါ ၏ချမ်းသာ ထဲ သို့ မ
ဝင် ရကြဟု အမျက်ထွက် ၍
ငါကျိန်ဆို ၏။

96

1 ထာဝရဘုရား အား
အသစ် သောသီချင်း ကို ဆို
ကြလော့။ မြေကြီး သားအပေါင်း တို့၊ ထာဝရဘုရား
အား
သီချင်း ဆိုကြလော့။
2 ထာဝရဘုရား အား
သီချင်း ဆို၍၊ နာမ
တော်ကို ကောင်းကြီး ပေးကြလော့။ ကယ်တင် တော်မူ
ခြင်း တရား ကို တ
နေ့ထက်တနေ့ ညွှန်ကြား ကြလော့။

3 ဘုန်း တော်ကို တပါးအမျိုးသား တို့၌ ၎င်း၊ အံ့ဘွယ်
သော အမှုတော်တို့ကို ခပ်သိမ်း သော လူမျိုး တို့၌ ၎င်း
ဘော်ပြ ကြလော့။
4 ထာဝရဘုရား သည် ကြီးမြတ် ၍
အလွန် ချီးမွမ်း ဘွယ် ဖြစ်တော်မူ၏။ ဘုရား
တကာ တို့ထက်
ကြောက်ရွံ့ ဘွယ်ဖြစ်တော်မူ၏။
5 တပါး အမျိုးသားတို့၏ ဘုရား
ရှိသမျှ တို့သည် အချည်းနှီး သက်သက်ဖြစ်ကြ၏။
ထာဝရဘုရား
မူကား ၊ မိုဃ်းကောင်းကင် ကို ဖန်ဆင်း တော်မူ၏။
6 ဘုန်း တန်ခိုးအာနုဘော် သည် ရှေ့ တော်၌ရှိ၏။
အစွမ်း သတ္တိနှင့်
ဂုဏ် အသရေလည်း သန့်ရှင်း ရာ ဌာန တော်၌ ရှိ၏။
7 လူ အမျိုးမျိုးတို့၊ ထာဝရဘုရား
သည် ဘုန်း
တန်ခိုးအစွမ်း သတ္တိရှိတော်မူသည်ဟု ဝန်ခံ ကြလော့။
ရှိတော်မူသည်ဟု ဝန်ခံ ကြလော့။
8 ထာဝရ ဘုရား၏ နာမ
တော်သည် ဘုန်းကြီး တော်မူသည်ဟု ဝန်ခံ ကြလော့။
ပူဇော် သက္ကာကိုဆောင် ခဲ့ လျက်
တန်တိုင်း တော်သို့
ဝင် ကြလော့။

9 သန့်ရှင်း သော တန်ဆာ ကို ဆင်၍ ၊ ထာဝရဘုရား
ကို
ကိုးကွယ် ကြလော့။ မြေကြီး သား အပေါင်း တို့၊ ရှေ့
တော်၌ ကြောက်ရွံ ခြင်းရှိကြလော့။
10 ထာဝရဘုရား
စိုးစံ တော်မူသည်ဟု တပါး အမျိုးသား တို့တွင်
ဟောပြော ကြလော့။ လောကဓါတ်
သည် မ
လှုပ်ရှား နိုင်အောင် မြဲမြံ စွာ တည်လိမ့်မည်။ လူများ ကို
ဖြောင့်မတ် စွာ တရားစီရင် တော်မူလိမ့်မည်။
11 ကောင်းကင် သည် ဝမ်းမြောက် ခြင်းရှိစေ။ မြေကြီး
သည်လည်း
ရွှင်လန်း ခြင်းရှိစေ။ ပင်လယ် နှင့်
ပင်လယ် တန်ဆာ သည် အသံ ဗလံကိုပြုစေ။
12 လယ်ပြင် နှင့်
လယ်ပြင် ၌ ရှိသမျှ သည်လည်း
ဝမ်းမြောက် စေ။ ထိုအခါ
တော ၌ရှိသမျှ သော အပင် တို့ သည် ထာဝရဘုရား
ရှေ့ တော်တွင် ရွှင်လန်းစွာ သီချင်း ဆိုကြလိမ့်မည်။
13 အကြောင်း မူကား၊ ကိုယ်တော်သည် ကြွလာ
တော်မူ၏။ မြေကြီး သားတို့ကို တရား
စီရင်ခြင်းငှါ ကြွလာ
တော်မူ၏။ လောကသား

တို့ကို ဖြောင့်မတ် ခြင်းတရားနှင့် ၎င်း၊ လူများ ကို သစ္စာ
တော်နှင့် ၎င်း
စီရင် ဆုံးဖြတ်တော်မူလတံ့။

97

1 ထာဝရဘုရား သည် စိုးစံ
တော်မူ၏။ မြေကြီး
သည် ဝမ်းမြောက် ၍၊ ကျွန်း များ တို့သည် လည်း
ရွှင်လန်း ကြစေ။
2 မိုဃ်းတိမ် နှင့်
မှောင်မိုက် တို့သည် ထာဝရ
ဘုရား ၏ ပတ်ဝန်းကျင် တို့၌ရှိကြ၏။ တရား
သဖြင့် စီရင်ခြင်း၊ ဖြောင့်မတ် စွာ ဆုံးဖြတ်ခြင်းသည်
ပလ္လင် တော်၏တည်ရာ ဖြစ်၏။
3 မီး သည် ရှေ့ တော်၌သွား ၍ ၊ ရန်သူ တို့ကို အလှည့်
လှည့်လောင် လေ၏။
4 လျှပ်စစ် တော်သည် လောကဓါတ် ကို လင်း စေ ၏။
မြေကြီး သည် မြင် ၍ တုန်လှုပ် ၏။
5 ထာဝရဘုရား ရှေ့ ၊ မြေကြီး တပြင်လုံး ကို အစိုးရ
တော်မူသောအရှင် ၏ရှေ့ တော်၌ ၊ တောင် တို့သည် ဘ
ယောင်း ကဲ့သို့ အရည် ဖြစ်ကြ၏။
6 ဖြောင့်မတ် တော်မူခြင်းအကြောင်းကို ကောင်းကင်
တို့သည် ထင်ရှား စွာပြ၍ ၊ လူများ အပေါင်း တို့သည်
ဘုန်း တော်ကို မြင် ရကြ၏။

7 ရုပ်တု ဆင်းတုကို ဝတ်ပြု သောသူ၊ အချည်းနှီး
သက်သက်သောအရာ၌
ဝါကြွား သောသူ အပေါင်း တို့ သည် အရှက် ကွဲခြင်းရှိ
ကြစေ။ ဘုရား
အပေါင်း တို့၊ ထာဝရ
ဘုရား ကို
ပြပ်ဝပ်ကိုးကွယ် ကြလော့။
8 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည် တရားစီရင် တော်
မူချက်တို့အကြောင်း ကြောင့်၊ ဇိအုန် မြို့သည်ကြား ၍
ရွှင်လန်း ပါ၏။ ယုဒ
သတို့သမီး တို့လည်း
ဝမ်းမြောက် ကြပါ ၏။
9 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည် မြေကြီး သား
အပေါင်း တို့ထက်
ကြီး မြင့်တော်မူ၏။ ဘုရား
တကာ တို့ ထက်
အလွန် ချီးမြှောက် ခြင်း ရှိတော်မူ၏။
10 ထာဝရဘုရား ကို ချစ် သောသူတို့၊ မ
ကောင်းသောအမှုကို ရွံရှာ ကြလော့။ ကိုယ်တော် ၏
သန့်ရှင်း သူတို့ ၏ အသက် ဝိညာဉ်ကို စောင့်မ တော်မူ၍၊ မ
တရားသောသူတို့ ၏လက် မှ လည်း ကယ်နှုတ် တော်
မူ၏။
11 အလင်း သည် တရား

သောသူအဘို့ ၊ ဝမ်းမြောက် ခြင်းသည် သဘော
ဖြောင့် သောသူတို့ အဘို့
ပျိုးကြဲ လျက် ရှိ၏။
12 ဖြောင့်မတ် သောသူတို့၊ ထာဝရဘုရား
ကို အမှီပြု
၍
ဝမ်းမြောက် ကြလော့။ သန့်ရှင်း သော နာမ
တော်ကို ချီးမွမ်း ကြလော့။

98

1 ထာဝရဘုရား အား
အသစ် သောသီချင်း ကို ဆို
ကြလော့။ အံ့ဘွယ် သော အမှုတို့ကို ပြု တော်မူပြီ။ ल
ကျာ လက်တော်နှင့်
သန့်ရှင်း သော လက်ရုံး တော်သည် ကိုယ်တော် အဘို့
ကယ်တင် ခြင်းအမှုကို ပြုလေပြီ။
2 ထာဝရဘုရား သည် ကယ်တင် တော်မူခြင်း ကျေးဇူး
ကို ထင်ရှား စေ၍၊ ဖြောင့်မတ် တော်မူခြင်း တရား ကို
လည်း တပါး အမျိုးသားတို့အား ဘော်ပြ တော်မူပြီ။
3 ဣသရေလ အမျိုးသားတို့၌
ကရုဏာ တော်နှင့်
သစ္စာ တော်ကို အောက်မေ့ တော်မူပြီ။ ငါ တို့ဘုရား
သခင်၏ ကယ်တင် တော်မူခြင်းကျေးဇူးကို မြေကြီး စွန်း
အပေါင်း တို့သည် မြင် ရကြပြီ။

4 မြေကြီး သားအပေါင်း တို့၊ ထာဝရဘုရား
အား
ကြွေးကြော် ကြလော့။ အသံ
ဗလံကို ပြု၍
ရွှင်လန်းစွာ သီချင်း ဆိုလျက်
ချီးမွမ်း ကြလော့။
5 စောင်း တီး၍ ထာဝရဘုရား အား သီချင်း ဆို ကြ
လော့။ စောင်း တီး၍
တုရိယာ
သံ ကို ပြုကြလော့။
6 တံပိုး နှဲခရာ ကိုမှုတ်၍ ၊ ရှင်ဘုရင် တည်းဟူသော
ထာဝရဘုရား
ရှေ့ တော်၌ ကြွေးကြော် ကြလော့။
7 ထာဝရဘုရား ရှေ့တော်၌၊ ပင်လယ် နှင့် ပင်လယ်
တန်ဆာ သည် အသံ
ဗလံကို ပြုစေ။ လောကဓါတ် နှင့်
လောကသား တို့သည် ထိုနည်းတူ၊
8 မြစ် တို့သည် လက်ခုပ် တီး၍၊ တောင် ရှိသမျှ တို့
သည်လည်း ရွှင်လန်း ကြစေ။
9 အကြောင်း မူကား၊ မြေကြီး သားတို့ကို တရား
စီရင်ခြင်းငှါ ကြွလာ တော်မူ၏။ လောကသား
တို့ကို ဖြောင့်မတ် စွာ စီရင်၍ ၊ လူများ ကို ဟုတ်မှန်
ခြင်းတရား အတိုင်း
စီရင် ဆုံးဖြတ်တော်မူလတံ့။

99

1 ထာဝရဘုရား သည် စိုးစံ
တော်မူ၏။ လူများ တို့ သည် တုန်လှုပ် ခြင်း ရှိကြ
စေ။ ခေရုဗိမ် တွင် ကျိန်းဝပ် တော်မူ၏။ မြေကြီး သည်
လှုပ်ရှား ခြင်းရှိစေ။
2 ထာဝရဘုရား သည် ဇိအုန် တောင်မှာ
ကြီးမြတ် တော်မူ၏။ လူများ အပေါင်း တို့ထက်
ချီးမြှောက် ခြင်း ရှိတော်မူ၏။
3 ကြီးမြတ် ၍
ကြောက်ရွံ့ ဘွယ်သော နာမ
တော်ကို ချီးမွမ်း ကြစေ။ အကြောင်းမူကား၊ နာမ
တော်သည် သန့်ရှင်း ခြင်း ရှိသတည်း။
4 တရား ကို နှစ်သက် သော ရှင်ဘုရင် ၏ တန်ခိုး တော်
ကို ချီးမွမ်းကြစေ။ ကိုယ်တော်သည် မှန် သော စီရင်ခြင်း
ကို တည် စေတော်မူ၏။ ယာကုပ် အမျိုး၌
တရား
သဖြင့်ပြု ၍ ၊ ဖြောင့်မတ်စွာဆုံးဖြတ်တော်မူ၏။
5 ငါ့ တို့ဘုရား သခင်ထာဝရဘုရား ကို ချီးမြှောက် ကြ
လော့။ ခြေတော် တင်ရာ ခုံအောက် ၌ ပြပ်ဝပ်ကိုးကွယ်
ကြလော့။ အကြောင်းမူကား ကိုယ်တော် သည် သန့်ရှင်း
တော်မူသတည်း။
6 ယဇ်ပုရောဟိတ် မောရှေ နှင့်
အာရုန် ၊ နာမ တော်ကို ပဌနာ
ပြုသောသူ ရှမွေလ ၊ ဤသူ တို့သည် ထာဝရဘုရား

ကို ပဌနာ
ပြု၍ ၊ ကိုယ်တော် သည် ထူး တော်မူ၏။
7 သူ တို့အား မိုယ်းတိမ် တိုင် ထဲ က မိန့် တော်မူ၏။
သူတို့သည်လည်း၊ သက်သေခံ တော်မူချက်များကိုဌင်း၊
စီရင် ထုံးဖွဲ့တော်မူချက်များကိုဌင်း စောင့်ရှောက် ကြ၏။
8 အကျွန်ုပ် တို့၏ ဘုရား
သခင်ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည် သူ
တို့ကို ထူး
တော်မူ၏။ သူ
တို့အမှု
ကြောင့် အပြစ် ပေးသော်လည်း ၊ သူ တို့ကို
သည်းခံ သော ဘုရား
ဖြစ် တော်မူ၏။
9 ငါ တို့၏ ဘုရား
သခင်ထာဝရဘုရား ကို ချီးမြှောက် ကြလော့။ သန့်ရှင်း
သော တောင် တော်မှာ
ပြပ်ဝပ်ကိုးကွယ် ကြလော့။ အကြောင်း မူကား၊ ငါ
တို့၏ ဘုရား
သခင်ထာဝရဘုရား သည် သန့်ရှင်း တော်မူသတည်း။

100

1 မြေကြီး သားအပေါင်း တို့၊ ထာဝရဘုရား
အား
ကြွေးကြော် ကြလော့။

2 ထာဝရ ဘုရား၏ အမှုတော်ကို ဝမ်းမြောက် စွာ
ဆောင်ရွက် ကြလော့။ ရှင်လန်း စွာ သီချင်းဆိုလျက် ၊
အထံ တော်သို့ ဝင် ကြလော့။
3 ထာဝရဘုရား သည် ဘုရား
သခင်ဖြစ်တော်မူသည် ဟု
သိမှတ် ကြလော့။ ထာဝရ
ဘုရား သည် ငါ တို့ကို ဖန်ဆင်း တော်မူ၍ ၊ ငါ
တို့၏အရှင် ဖြစ်တော်မူ၏။ ငါ တို့ သည်လည်း၊ ထာဝရ
ဘုရား၏ လူ
ဖြစ်ကြ၏။ အထံ
တော်၌ ကျက်စား သော သိုးစု
လည်း ဖြစ်ကြ၏။
4 ကျေးဇူး တော် ကြီးပါသည်ဟု
ဝန်ခံ လျက်၊ တံခါး တော် တို့ကိုဝင်း၊ ဂုဏ် တော် ကို
ချီးမွမ်း လျက် တန်တိုင်း တော်တို့ကိုဝင်းဝင် ကြလော့။
ကျေးဇူးတော်ကိုချီးမွမ်း ၍
နာမ တော်ကို ကောင်းကြီး ပေးကြလော့။
5 အကြောင်း မူကား၊ ထာဝရဘုရား
သည် ကောင်းမြတ်
တော်မူ၏။ ကရုဏာ
တော်သည် အစဉ် အမြဲရှိ၍ ၊ သစ္စာ တော်သည် ကာလ
အဆက်ဆက်တည်လေ သတည်း။

101

1 ငါသည် သနား
စုံမက်ခြင်း၊ တရား
သဖြင့် စီရင်ခြင်း ကို အကြောင်းပြု၍
သီချင်း ဆိုပါမည်။ အို ထာဝရဘုရား ၊ ရှေ့ တော်၌
သီချင်း ဆိုပါမည်။
2 စုံလင် သော တရား
အတိုင်း
ပညာ သတိ နှင့် ကျင့် ပါ မည်။ ကိုယ်တော် သည်
အကျွန်ုပ် ဆီ သို့ အဘယ်
ကာလမှ ကြွလာ တော်မူမည်နည်း။ ကိုယ် အိမ် တွင်
သန့်ရှင်း သော စိတ် နှလုံးနှင့် ကျင့် ပါမည်။
3 အဓမ္မ အမှု အရာကို မျက်မှောက် မ ပြု ပါ။ လမ်းလွဲ
သောသူ ၏ အမှု ကို ရွံရှာ သည်ဖြစ်၍၊ ငါ ၌
မ မှီ မကပ်ရ။
4 သဘော ကောက် သောသူသည် ငါ့ ထံ မှ ထွက်သွား
ရမည်။ မ
ကောင်းသောသူနှင့် ငါမ ပေါင်းဘော်။
5 မိမိ အိမ်နီးချင်း ၏ အသရေ
ကို တိတ်ဆိတ် စွာ ဖျက်သောသူကို ငါပယ်ဖြတ် မည်။
မျက်နှာ ထောင်လွှား ၍
စိတ် မြင့် သောသူကို သည်း မ ခံ။
6 သစ္စာရှိ သော ပြည်သားတို့ သည် ငါ့ ထံ မှာနေ

မည်အကြောင်း သူတို့ကို ငါ ကြည့်ရှု မည်။ စုံလင် သော
တရား ၌
ကျင်လည် သောသူသည် ငါ ၏ အမှု ကို ဆောင်ရွက်ရ
မည်။
7 လှည့်စား တတ်သောသူမှုကား၊ ငါ့ အိမ် ၌
မ နေ ရ။ မုသာ
စကား ကို ပြော တတ် သော သူ သည် လည်း၊ ငါ့
မျက်မှောက် ၌
အခွင့် မ ရှိရ။
8 ဆိုး သော အမှု ကို ပြု သော သူ အပေါင်း တို့ ကို
ထာဝရဘုရား
၏ မြို့ တော်မှ
ပယ်ဖြတ် မည်အကြောင်း ၊ မ တရားသော ပြည်သား
ရှိသမျှ တို့ကို စောစော
ဖျက်ဆီး လေအံ့သတည်း။

102

ဆင်းရဲ သော သူ သည် ညှိုးငယ် သော စိတ် နှင့်
ထာဝရဘုရား
ရှေ့ တော်၌
ညည်းတွား မြည်တမ်း၍ပြုသောပဌနာ။
1 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ၏ ပဌနာ
ကို နားထောင် တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ်
အော်ဟစ် ခြင်းအသံ သည် ရှေ့ တော်သို့
ရောက် ပါစေသော။

2 ဘေး ရောက်သည်ကာလ ၌ မျက်နှာ တော်ကို
အကျွန်ုပ် မှ လွှဲ တော် မ
မူပါနှင့်။ အကျွန်ုပ်ခေါ်သောအခါ
နားထောင် တော်မူပါ။ အလျင် အမြန်ထူး တော်မူပါ။
3 အကြောင်း မူကား၊ အကျွန်ုပ် ၏ နေ့ရက် ကာလ
သည် မီးခိုး
ကဲ့သို့ ကုန် တတ်ပါ၏။ အကျွန်ုပ် ၏ အရိုး
တို့ သည် မီး
ချေးကဲ့သို့ ကျွမ်း ကြပါ၏။
4 အကျွန်ုပ် ၏နှလုံး သည် မြက်ပင် ကဲ့သို့ အထိ
အခိုက်ခံရ၍ ၊ ညှိုးနွမ်း လျက် ရှိပါ၏။ အစာ
စား ခြင်း ကိစ္စကို
ပင် မေ့လျော့ တတ်ပါ၏။
5 ကိုယ် ညည်းတွား ခြင်း အသံ
ကြောင့် ၊ အကျွန်ုပ် ၏ အရိုး
တို့သည် အရေ
၌ ကပ် လျက်ရှိကြပါ၏။
6 အကျွန်ုပ်သည် လွင်ပြင် ၌ နေသော ဝံပို ကဲ့သို့၎င်း၊
တော
၌နေသောဇီကွက် ကဲ့သို့ ၎င်း ဖြစ် ပါ၏။
7 အကျွန်ုပ်သည် အိမ်မိုး ပေါ်မှာ တ
ကောင်တည်း နေရသော ငှက် ကဲ့သို့ ဖြစ် ၍ စောင့်
လျက်နေရပါ၏။

8 အကျွန်ုပ် ရန်သူ တို့သည် တ
နေ့လုံးကဲ့ရဲ့ ကြပါ၏။ အကျွန်ုပ် တဘက်၌ စော်ကား
သောသူတို့ သည် အကျွန်ုပ် ကို ပုံခိုင်း၍ ကျိန်ဆို တတ်
ကြပါ၏။
9 စိတ် တော်မပြေ၊ အမျက် ထွက်တော်မူသောကြောင့်
၊ အကျွန်ုပ်သည် ပြာ ကိုမုန့် ကဲ့သို့ စား ရပါ၏။ သောက်
သောအခါလည်း ၊ မျက်ရည် ရော ၍သောက်ရပါ၏။
10 ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ် ကိုချီးမြှောက် ပြီးမှ
အောက်သို့ချ တော်မူပြီ။
11 အကျွန်ုပ် ၏နေ့ရက် တို့သည် ရှည်လျား သော အရိပ်
ကဲ့သို့ ဖြစ်၍ ၊ မြက်ပင် ကဲ့သို့ အကျွန်ုပ်ညှိုးနွမ်း ပါ၏။
12 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည် နိစ္စ
ထာဝရ ဖြစ်တော်မူ၏။ နာမ
တော်သည် ကာလ
အစဉ်အဆက် တည် ပါ၏။
13 ထ တော်မူပါ။ ဇိအုန် မြို့ကို သနား
တော်မူပါ။ ဇိအုန် မြို့ကို ကယ် မသနားရသောအချိန် ၊
ချိန်းချက် တော်မူ သောအချိန်ရောက် ပါပြီ။
14 ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် တို့သည် ထိုမြို့ ၏ ကျောက်ခဲ
တို့ကိုပင် နှစ်သက် ၍ ၊ သူ ၏မြေမှုန့် ကိုပင် စုံမက် ကြ
ပါ၏။
15 တပါးအမျိုးသား တို့သည် ထာဝရဘုရား
၏ နာမ

တော်ကိုဌင်း ၊ လောကီ ရှင် ဘုရင်အပေါင်း တို့သည်
ဘုန်း တော်ကိုဌင်း ကြောက်ရွံ့ ကြပါလိမ့်မည်။
16 ထာဝရဘုရား သည် ဇိအုန် မြို့ကို တည်ထောင် ၍၊
ဘုန်း တော်နှင့်တကွ ထင်ရှား တော်မူလိမ့်မည်။
17 ကိုးကွယ် ရာ မဲ့ သော သူ တို့ ဆုတောင်း ခြင်း
အကြောင်း ကို မထီမဲ့မြင် မ ပြု၊ သူ
တို့၏ ပဌနာ
ကို မှတ် တော်မူလိမ့်မည်။
18 ထို အကြောင်းအရာ ကို နောက် ဖြစ် လတ္တံ့ သော
လူမျိုး အဘို့
ရေးမှတ် ရမည်။ ပြုပြင် တော်မူလတ္တံ့သော လူ
တို့သည် ထာဝရ
ဘုရားကို ချီးမွမ်း ကြလိမ့်မည်။
19 ချုပ်ထား သောသူ၏ ညည်းတွား သံကို နားထောင်
ခြင်းငှါ ၎င်း၊ သေ
ရမည့် သူ
တို့ကို လွှတ် ခြင်းငှါ ၎င်း၊
20 အတိုင်းတိုင်း အပြည်ပြည်သော လူမျိုး တို့သည်
ထာဝရဘုရား
၏ဝတ် ကိုပြုလျက်စုဝေး ကြသောအခါ၊
21 ဇိအုန် တောင်ပေါ်၊ ယေရုရှလင် မြို့၌ ၊ ထာဝရဘုရား
၏ နာမ
တော်နှင့်

ဂုဏ် ကျေးဇူးတော်ကို ထင်ရှား စေခြင်းငှါ ၎င်း၊
22 သန့်ရှင်း ရာ ဌာနတော်အထွဋ် က
ငုံ့ ကြည့်တော်မူ၍၊ ကောင်းကင် ပေါက
ထာဝရဘုရား
သည် မြေကြီး ကို
ရှုမှတ် တော်မူ၏။
23 လမ်း ခရီးခ်ဋ်
ငါ ၏အစွမ်း ကို လျော့ စေခြင်းငှါ၎င်း၊ ငါ ၏နေ့ရက်
ကာလကို တို စေခြင်းငှါ၎င်း ပြုတော်မူသောအခါ၊
24 ငါလျှောက် သော အချက်ဟူမူကား၊ အို အကျွန်ုပ်
၏ဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ကို အသက် ပျိုစဉ် ပင် ပယ်ရှင်း
တော် မ
မူပါနှင့်။ ကိုယ်တော် ၏ နှစ် တို့သည် ကာလ အစဉ်
အဆက်မြဲကြပါ၏။
25 ကိုယ်တော်သည် ရှေ့ဦးစွာ ၌ မြေကြီး ကို တည်
တော်မူပြီ။ မိုးယ်းကောင်းကင် သည်လည်း
လက် တော်နှင့် ဖန်ဆင်း သောအရာဖြစ်ပါ၏။
26 ထို အရာ တို့သည် ပျက်စီး ခြင်း သို့ ရောက်
သော်လည်း ၊ ကိုယ်တော် သည် အမြဲတည် တော်မူ၏။
ထို
အရာ ရှိသမျှ တို့သည် အဝတ် ကဲ့သို့ ဟောင်းနွမ်း ခြင်း
သို့ရောက်၍ ၊ ကိုယ်တော်သည် ဝတ်လုံ ကိုလဲ သကဲ့သို့ လဲ
တော်မူသဖြင့်၊ ပြောင်းလဲ ခြင်းရှိကြသော်လည်း၊

27 ကိုယ်တော် သည် ပြောင်းလဲ တော်မမူပါ။ အသက်
တော်လည်း
မ ကုန် မဆုံးရပါ။
28 ကိုယ်တော် ကျွန် တို့၏သား မြေးတို့သည် တည် ၍ ၊
အမျိုးအနွယ် သည်လည်း ရှေ့ တော်၌ မြဲမြံ ပါလိမ့်မည်။

103

1 အို ငါ့ ဝိညာဉ် ၊ ထာဝရဘုရား ကို ကောင်းကြီး ပေး
လော့။ ငါ ၏ အထဲ
မှာ ရှိသမျှ တို့၊ သန့်ရှင်း သော နာမ တော်ကို ကောင်း
ကြီးပေးကြလော့။
2 အို ငါ့ ဝိညာဉ် ၊ ထာဝရဘုရား ကို ကောင်းကြီး ပေး
လော့။ ကျေးဇူး တော်အပေါင်း ကို မ
မေ့လျော့ နှင့်။
3 သင် ၏အပြစ် အလုံးစုံ တို့ကို ဖြေလွှတ် ၍၊ သင် ၏
အနာ
ရောဂါရှိသမျှ တို့ကိုလည်း ပျောက် စေတော်မူ၏။
4 သင် ၏အသက် ကို ဖျက်ဆီး ခြင်းထဲက ရွေး ၍
ကျေးဇူးတော်၊ ကရုဏာ
တော်များနှင့် သင် ၏ခေါင်းကို ပတ်ရစ် တော်မူ၏။
5 သင့် ကို အသက်ကြီး စဉ်၊ ကောင်း သော အရာ
နှင့် ရောင့်ရဲ စေ တော်မူ သဖြင့်၊ သင် ၏အရွယ် သည်
ရွှေလင်းတ ၏အရွယ်ကဲ့သို့ ပြုပြင် ခြင်းရှိ၏။

6 ထာဝရဘုရား သည် ညှဉ်းဆဲ ခြင်းကိုခံရသမျှ သော
သူတို့ အဘို့
တရား ပေး၍ စီရင် ဆုံးဖြတ်တော်မူ၏။
7 ဘာသာ ဓလေ့တော်တို့ကို မောရှေ ၌ ၎င်း၊ စီရင် တော်
မူသောအမှု အရာတို့ကို ဣသရေလ
အမျိုးသား တို့၌ ၎င်း ပြ တော်မူပြီ။
8 ထာဝရဘုရား သည် သနား
တတ်သောသဘော၊ ကျေးဇူး ပြုတတ်သောသဘော၊
စိတ်ရှည် ၍ ၊ ကရုဏာ ကြွယ်ဝ သော သဘောရှိတော်
မူ၏။
9 အစဉ် မပြတ်အပြစ်တင် တော်မူသည်မဟုတ်။ အငြိုး
ကို အမြဲ ထားတော်မူသည်မဟုတ်။
10 ငါ တို့ပြစ်မှား ခြင်းနှင့် အလျောက်ငါ တို့၌ ပြု တော်
မ
မူတတ်။ ငါ တို့၌ ဒုစရိုက် ရှိသည်အတိုင်း အပြစ် ကို
ပေး တော်မ မူတတ်၊
11 မြေကြီး ပေါ် တွင် ကောင်းကင် အမြင့် ရှိသည်
အတိုင်း ၊ ထာဝရ ဘုရားကို ကြောက်ရွံ့ သောသူတို့ ၌
ကရုဏာ တော်သည် အားကြီး ပေ၏။
12 အရှေ့ မျက်နှာစွန်းသည် အနောက် မျက်နှာစွန်း နှင့်
ဝေး သည်အတိုင်း ၊ ငါ တို့အပြစ် များကို ငါ တို့နှင့် ဝေး
စေ တော်မူ၏။
13 အဘ သည်သား တို့ကို သနား
စုံမက်သည်နည်းတူ ၊ ထာဝရဘုရား သည် ကြောက်ရွံ့

သောသူတို့ကို သနား စုံမက်တော်မူ၏။
14 အကြောင်း မူကား၊ ငါ တို့ကိုယ် ခန္ဓာကို သိ
တော်မူ ၏။ ငါ တို့သည် မြေမှုန့် ဖြစ်ကြောင်း ကို
အောက်မေ့ တော်မူ ၏။
15 လူ တို့၏ နေ့ရက် ကာလ သည် မြက်ပင် ကဲ့သို့
ဖြစ်၏။ လူသည် လယ်ပြင် ၌ရှိသောပန်းပွင့် ကဲ့သို့ ပွင့်
တတ်၏။
16 လေ သည် လွန် သွားလျှင် အပွင့်ပျောက် ၍ ၊ သူ
၏နေရာ သည် နောက် တဖန် သူ့
ကိုမ သိ ရာ။
17 ထာဝရဘုရား ၏ကရုဏာ တော်မူကား ၊ ကြောက်ရွံ့
သောသူတို့ အပေါ်သို့ ကာလ အစဉ်အဆက် သက်ရောက်
တတ်၏။
18 သစ္စာ တော်ကိုစောင့် ၍ ပညတ် တော်တို့ကို ကျင့် ခြ
င်းငှါ ၊ သတိပြု သောသူတို့၏ သား စဉ်မြေးဆက်တို့သည်
ကုသလတရားတော်နှင့် ဆိုင်ရကြ၏။
19 ထာဝရဘုရား သည် ပလ္လင် တော်ကို ကောင်းကင်
ဘုံ၌ တည် တော်မူ၍ ၊ အာဏာ တော်သည် ခပ်သိမ်း သော
အရပ်တို့ကို နှံ့ပြား၏။
20 တန်ခိုး ကြီး၍ နှုတ်ကပတ် တော်အသံ ကို နားထောင်
လျက် ၊ အမိန့် တော် အတိုင်း ဆောင်ရွက် သော
ကောင်းကင် တမန်တော်တို့၊ ထာဝရဘုရား
ကို ကောင်းကြီး ပေးကြလော့။
21 အလို တော် သို့ လိုက် သော အမှု တော် ထမ်း၊

ကောင်းကင်ဗိုလ်ခြေ တော်အပေါင်း တို့၊ ထာဝရဘုရား
ကို ကောင်းကြီး ပေးကြလော့။
22 နိုင်ငံ တော်အရပ်ရပ် ၌ စီရင် ဖန်ဆင်းတော်မူသမျှ
တို့၊ ထာဝရဘုရား
ကို ကောင်းကြီး ပေးကြလော့။ အို ငါ့ ဝိညာဉ် ၊
ထာဝရဘုရား ကို ကောင်းကြီး ပေးလော့။

104

1 အို ငါ့ ဝိညာဉ် ၊ ထာဝရဘုရား ကို ကောင်းကြီး ပေး
လော့။ အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား
သခင်ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည် အလွန် ကြီး
မြတ် တော်မူ၏။ ဘုန်း တန်ခိုး အာနုဘော် နှင့်
တန်ဆာ ဆင်တော်မူ၏။
2 အဝတ် နှင့်ခြုံသကဲ့သို့ ၊ အလင်း နှင့် ကိုယ်တော်ကို
ခြုံ တော်မူထသော၊ မိုယ်းကောင်းကင် ကို မျက်နှာကြက်
ကဲ့သို့ ကြက် တော်မူထသော၊
3 နေတော်မူရာအထက် ခန်း၊ အမြစ်ကိုရေ ၌
တည်
တော်မူထသော၊ မိုယ်းတိမ် ရထား ကို စီး၍၊ လေ
အတောင် တို့ဖြင့်
ကြွ သွားတော်မူထသော၊
4 မိမိ တမန် တို့ကို လေ
ကဲ့သို့ရင်း၊ မိမိ
အစေအပါး တို့ကို မီး

လျှံ့ ကဲ့သို့ရင်း ဖြစ် စေတော်မူထသော၊
5 မြေကြီး အမြစ် ကို ကာလ
အစဉ်အမြဲ မ
ရွှေ့ မလှုပ် စေခြင်းငှါ၊ တည် တော်မူသောဘုရားပေ
တည်း။
6 ကိုယ်တော်သည် မြေကြီး ကို အဝတ် နှင့် ဖုံး
သကဲ့သို့ ၊ ပင်လယ် နှင့် ဖုံးတော်မူ၍၊ ရေ
တို့သည် တောင် များ အပေါ်မှာ ရပ် နေကြပါ၏။
7 တဖန် ဆုံးမ
တော်မူ၍ သူတို့သည် ပြေး ကြပါ၏။ မိုဃ်းချုန်း တော်
မူသံ ကိုကြား၍ ၊ အလျင် အမြန်ပြန်သွား ကြပါ၏။
8 တောင် တို့သည် တက် လျက်၊ ချိုင့် တို့သည် ဆင်း
လျက်၊ သူ
တို့ဘို့
ခွဲခန့် တော်မူသောအရပ် သို့ ရောက်ကြပါ ၏။
9 ရေတို့သည် ပြန်လာ ၍ မြေကြီး ကို မ
လွှမ်းမိုး စေခြင်းငှါ ၊ မ ကျော် ရသောနယ်စပ် ကို
ပိုင်းခြား တော်မူ၏။
10 ထာဝရဘုရားသည် ချိုင့် များထဲ သို့ စမ်း ရေကို
လွှတ် တော်မူ၍၊ ရေသည် တောင် တို့တွင်
စီး လျက်၊
11 မြေ တိရစ္ဆာန်
အပေါင်း တို့အား သောက် ရသောအခွင့်ကိုပေး ၏။

မြည်း ရိုင်းတို့သည် အငတ် ပြေ ရကြ၏။
12 ထို ရေအနား မှာ မိုဃ်း ကောင်းကင်ဌက် တို့သည် နေရာ
ကျ၍ ၊ သစ်ပင် အခက်အလက်တို့တွင်
ကြွေးကြော် ကြ၏။
13 အထက် ခန်းတော်ထဲ က တောင် များကို ရေ
ပေး တော်မူ၏။ စီရင် ပြုပြင်တော်မူ ခြင်း အကျိုး
ကြောင့် ၊ မြေကြီး သည် ရောင့်ရဲ လျက်ရှိ၏။
14 တိရစ္ဆာန် ဘို့
မြက်ပင် ကိုဌင်း ၊ လူ သုံးဘို့
စပါး ပင်ကိုဌင်းပေါက် စေတော်မူသဖြင့်၊ မြေကြီး ထဲ
က မုန့် ကို ထုတ် ဘော်တော်မူ၏။
15 စပျစ် ရည်သည်လည်း
လူ တို့ကို ရွှင်လန်း စေ၏။ ဆီ
အားဖြင့်လည်း သူတို့မျက်နှာ ကို ပြောင် စေတော်မူ၏။
မုန့် သည်လည်း ၊ သူ တို့နှလုံး ကို ထောက်မ ၏။
16 ထာဝရဘုရား ၏သစ်ပင် ၊ စိုက် တော်မူသောလေဗ
နုန် အာရဇ ပင်တို့သည်လည်း ရောင့်ရဲ လျက်ရှိကြ၏။
17 ထိုအပင်တို့၌ ဌက် တို့သည် အသိုက် လုပ်တတ်
ကြ၏။ ထင်းရူး ပင်တို့၌ တောင်း တို့သည် နေရာ ကျ
တတ်ကြ၏။
18 မြင့် သောတောင် တို့သည် တောဆိတ် များမှီခို ရာ၊
ကျောက် တို့သည် ရှာဖန်ယုန် များ မှီခိုရာ ဖြစ်ကြ၏။

19 ချိန်းချက် သောအချိန်ဘို့ ၊ လ ကို ဖန်းဆင်း တော်မူ
ပြီ။ နေ
သည်လည်း၊ မိမိ
ဝင် ရသောအချိန်ကိုသိ ၏။
20 ကိုယ်တော်သည် မှောင်မိုက် ကို စီရင် တော်မူ၍
ညဉ့် ဖြစ် ပါ၏။ ထိုအချိန်၌ တော
တိရစ္ဆာန် အပေါင်း တို့ သည် တွား လျက် ထွက်တတ်
ကြပါ၏။
21 ခြသေ့် ပျိုတို့သည် လုယက် ခြင်းအလိုငှါ
ဟောက်
၍ ၊ ဘုရား သခင့်ထံမှာ အစာ ကို ရှာ ကြပါ၏။
22 တဖန်နေ ထွက် ပြန်လျှင်၊ သူတို့သည် ဆုတ် သွား ၍
နေမြဲတွင်း တို့၌
အိပ် နေကြပါ၏။
23 လူ သည်လည်း
လုပ်ဆောင် ပြုမူခြင်းငှါ ညဦး တိုင်အောင်
ထွက်သွား ပါ၏။
24 အို ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် စီရင်
ပြုပြင် တော် မူ သော အရာ တို့သည် အလွန် များပြား
ပါ၏။ ရှိရှိသမျှ
တို့ကို ပညာ
တော်အားဖြင့် ဖန်ဆင်း တော်မူ၏။ မြေကြီး
သည် ဘဏ္ဍာ

တော်နှင့် ကြွယ်ဝ ပါ၏။

25 မ ရေတွက် နိုင်အောင် တွား တတ်သော တိရစ္ဆာန်
အစ ရှိ သော တိရစ္ဆာန် အကြီး အငယ် များ တို့ နေရာ
ကြီးမား ကျယ်ဝန်းသော သမုဒ္ဒရာ
လည်း ရှိပါသေး၏။

26 ထို အရပ်၌ သင်္ဘော် တို့သည် သွား လာ ကြပါ၏။
ထို အရပ်၌ ကွန့်မြူးစေခြင်းငှါ ဖန်ဆင်းတော်မူသော ငါး
ကြီးလဝိသန်သည်လည်း ရှိပါ၏။

27 ထိုသို့သော တိရစ္ဆာန် အပေါင်း တို့သည် အချိန်တန်
လျှင် အစာ
ကျွေး တော်မူ စေခြင်းငှါ ၊ ကိုယ်တော် ကို မြော်လင့်
လျက် နေ ကြပါ၏။

28 ကိုယ်တော်ချ ထားတော်မူသည်အတိုင်း သူတို့ သည်
သိမ်းယူ ကြ ပါ၏။ လက် တော်ကို ဖွင့် တော်မူ သော
အားဖြင့် ၊ သူတို့သည် ကောင်း သောအရာနှင့် ရောင့်ရဲ ကြ
ပါ၏။

29 မျက်နှာ တော်ကို လွှဲ တော်မူ လျှင်၊ သူ တို့သည်
ပင်ပန်း ကြပါ၏။ သူ
တို့အသက် ကို ရုပ်သိမ်း တော်မူ လျှင်၊ သူတို့သည် သေ
၍
မိမိ တို့မြေမှုန့် ထဲ သို့ ပြန် သွားကြပါ၏။

30 တဖန်ဝိညာဉ် တော်ကို လွှတ် ၍ ၊ သူတို့ကို ဖန်ဆင်း
တော်မူ သဖြင့်၊ မြေကြီး မျက်နှာ ကို အသစ် ပြုပြင် တော်

မူ၏။

31 ထာဝရဘုရား ၏ဘုန်း တော်သည် နိစ္စ
အမြဲ တည် ၏။ ထာဝရဘုရား
သည် မိမိ
အမှု တော်တို့တွင်
ဝမ်းမြောက် တော်မူ၏။
32 မြေကြီး ကို
ကြည့်ရှု တော်မူ၍
သူသည် တုန်လှုပ် တတ်၏။ တောင် တို့ကို တို့
တော်မူ၍ ၊ သူတို့သည် မီးခိုး ထွက်တတ်ကြပါ၏။
33 ငါ သည် အသက် ရှင်စဉ် ၊ ထာဝရဘုရား ကို
သီချင်း ဆိုမည်။ ငါဖြစ်သည် ကာလ
ပတ်လုံး၊ ငါ ၏ ဘုရား
သခင် ကို
ထောမနာသီချင်း ဆိုမည်။
34 ငါ ဥဒါန်း ကျူးခြင်းအသံသည် နှစ်သက် တော်မူဘွ
ယ်ဖြစ်၍၊ ထာဝရဘုရား
၌
ငါ ရွှင်လန်း လိမ့်မည်။
35 ပြစ်မှား သောသူတို့ကို မြေကြီး မှ
သုတ်သင် ပယ်ရှင်း၍ ၊ မ တရားသောသူတို့ သည်
နောက် တဖန် မ

ဖြစ်ရကြ။ အိုင့် ဝိညာဉ် ၊ ထာဝရဘုရား ကို ကောင်းကြီး ပေးလော့။ ဟာလေလုယ။

105

1 ထာဝရ ဘုရား၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးတော်ကို
ချီးမွမ်း ကြလော့။ နာမ
တော်ကို ပဌနာ
ပြုကြလော့။ အမှု တော်တို့ကို လူ
များတို့အား
ပြသ ကြလော့။
2 ထာဝရ ဘုရားကို
သီချင်း ဆိုကြလော့။ ဆာလံ သီချင်း ကို
ဆိုကြလော့။ အံ့ဘွယ် သော အမှုတော်အပေါင်း တို့ကို ဟောပြော ကြလော့။
3 သန့်ရှင်း သောနာမ တော်၌
ဝါကြွား
ဝမ်းမြောက်ကြလော့။ ထာဝရဘုရား
ကို ရှာ သောသူတို့သည် စိတ် နှလုံးရွှင်လန်း ကြစေ။
4 ထာဝရဘုရား နှင့်
တန်ခိုး တော်ကို ရှာ ကြလော့။ မျက်နှာ တော်ကို အစဉ် မပြတ်ရှာ ကြလော့။
5 စီရင်တော်မူသော အံ့သြ ဘွယ်တို့ကိုဂင်း၊ ထူးဆန်း သော အမှု တော်တို့နှင့်
နှုတ်ထွက် ပညတ် တို့ကိုဂင်း အောက်မေ့ ကြလော့။

6 ထာဝရ ဘုရား၏ကျွန် အာဗြဟံ အမျိုး ၊ ရွေးကောက်
တော်မူသောယာကုပ် အနွယ် တို့၊
7 ကိုယ်တော် မြတ် ထာဝရဘုရား
သည် ငါ တို့ ဘုရား
သခင်ဖြစ်တော်မူ၏။ မြေကြီး တပြင်လုံး ၌
တရား စီရင် ပိုင်တော်မူ၏။
8 ငါသည်သင် တို့အမွေခံ ရာဘို့ခါနာန်
ပြည် ကို သင် ၌ ပေး မည်ဟု ငါတို့အမျိုးသည် အရေ
အတွက်အားဖြင့်မများ၊
9 အလွန်နည်း ၍ ထိုပြည် ၌ ဧည့်သည် ဖြစ် လျက်နေ
သောအခါ၊
10 အာဗြဟံ ၌ ဂတိထား၍ ၊ ဣဇာက် ၌ ကျိန်ဆို တော်
မူလျက်၊
11 ယာကုပ် ၌ မြဲမြံ သောတရား ၊ ဣသရေလ ၌ နိစ္စ
ထာဝရပဋိညာဉ် ဖြစ်စေခြင်းငှါ၊
12 လူမျိုး အဆက်တထောင် တိုင်အောင် မိန်မြွက် တော်
မူသောနှုတ်ကပတ် တည်းဟူသော ဝန်ခံ ခြင်းတရားတော်
ကို အစဉ်အမြဲ အောက်မေ့ တော်မူ၏။
13 သူတို့သည် တမြို့ မှ တမြို့ သို့ ၎င်း၊ တနိုင်ငံ မှ
တနိုင်ငံ သို့ ၎င်း၊ လှည့်လည် ၍ သွားကြသောအခါ၊
14 သူ တို့ကို ညှဉ်းဆဲ စေခြင်းငှါ
အဘယ်သူ အားမျှ အခွင့်ပေး တော်မ မူ။ သူ
တို့အတွက် လည်းရှင်ဘုရင် တို့ကို ဆုံးမ

လျက်၊
15 ငါ့ ထံ၌ ဘိသိတ် ခံသောသူတို့ကို မ
ထိ မခိုက်နှင့်။ ငါ ၏ ပရောဖက် တို့ကို
အပြစ် မ ပြုနှင့်ဟု မိန့်တော်မူ၏။
16 တဖန်တုံ ၊ ထိုပြည် ၌
မွတ်သိပ် ခြင်းဘေးကို ခေါ်၍၊ အစာ
အာဟာရတည်းဟူသောအထောက် အပင့် ရှိသမျှ ကို
ချိုးဖျက် တော်မူသောအခါ၊
17 ကျွန် ဖြစ်စေ ဘို့ အရောင်း ခံရသောယောသပ်
ကို သူ
တို့ရှေ့ မှာ စေလွှတ် တော်မူ၏။
18 သူ့ ကိုခြေ ချင်းခတ်၍ သံ
နှင့် ညှဉ်းဆဲ ကြ၏။
19 သူ ၏စကား
မ ပြည့်စုံ မှီတိုင်အောင်၊ ထာဝရ
ဘုရား ၏ အမိန့် တော်အတိုင်း စုံစမ်း ခြင်းကို ခံရ၏။
20 လူ တို့ကို အစိုးရ
သောအရှင်တည်းဟူသော ရှင် ဘုရင်သည် စေလွှတ် ၍
သူ့ ကို နှုတ် ပြီးမှ
ချမ်းသာ ပေးတော်မူ၏။
21 သူသည် မိမိ
အလိုရှိ သည်အတိုင်း
မင်း အရာရှိ

တို့ကို ချည်နှောင် ၍၊
22 မှူးတော်မတ်တော်တို့ကို ဆုံးမ
ပိုင် သော အခွင့်နှင့် နန်းတော် အုပ် ၊ နိုင်ငံ တော်အုပ် အရာ၌ ထိုသူ
ကို ခန့် ထားတော်မူ၏။
23 ဣသရေလ သည်လည်း အဲဂုတ္တုတု
ပြည်သို့ ရောက်
လာ၍ ၊ ယာကုပ် သည် ဟာမ
အမျိုးနေရာပြည် ၌
တည်းခို ၏။
24 ဘုရားသခင်သည် မိမိ
လူ တို့ကို အလွန် များပြား စေ၍ ၊ ရန်သူ တို့ထက်
အားကြီး စေတော်မူ၏။
25 မိမိ လူ တို့ကို ရန်သူတို့သည်မုန်း ၍၊ မိမိ
ကျွန် တို့ကို ပရိယာယ် ပြုမည် အကြောင်း ၊ ထိုသူ တို့ စိတ် နှလုံးကို ပြောင်းလဲ စေတော်မူ ၏။
26 တဖန်မိမိ ကျွန်
မောရှေ နှင့် ရွေးကောက် တော်မူသော အာရုန် ကို စေလွှတ် တော်မူ၏။
27 အဲဂုတ္တုပြည်သားတို့တွင်၊ လက္ခဏာ
သက်သေ တော်တို့ကိုပြ ၍ ၊ ဟာမ အမျိုးနေရာပြည် ၌
အံ့ဘွယ် သော အမှုတို့ကို ပြုကြ၏။
28 မှောင်မိုက် ကိုစေလွှတ် ၍ ၊ မိုက်မဲ စေတော်မူ၏။

သူတို့သည် နှုတ်ကပတ် တော်ကို ဆန့်ကျင် ဘက်မ ပြုရ
ကြ။
29 သူ တို့ရေ များကို အသွေး ဖြစ်စေ ၍ ၊ ငါး များကို
သေ စေတော်မူ၏။
30 သူ တို့မြေ သည် များစွာသော ဘား
တို့ကို မင်း အိပ်ရာအခန်း တို့ ၌
ပင်ဘွား လေ၏။
31 အမိန့် တော်ရှိ၍
ယင်ရဲ နှင့်ခြင် တို့သည် တပြည်လုံး ကို
နှံ့ပြား ကြ၏။
32 မိုယ်းရေ အစား မိုယ်းသီး ကိုဌင်း၊ သူ
တို့မြေ ပေါ်
မှာ မီးလျှံ ကိုဌင်းပေး တော်မူ၏။
33 သူ တို့စပျစ် နွယ်ပင်နှင့်
သင်္ဘော သဖန်းပင်တို့ကို ထိခိုက် ၍ ၊ တပြည်လုံး ၌ရှိ
သောသစ်ပင် များကို ချိုး တော်မူ ၏။
34 အမိန့် တော်ရှိ၍ မ
ရေတွက်နိုင်အောင်၊ အရာဘကျိုင်း နှင့်
ယာလက်ကျိုင်း တို့သည် လာ
၍၊
35 သူ တို့ပြည် မှာ
ဟင်းသီး ဟင်းရွက်ရှိသမျှ တို့ကိုဌင်း ၊ မြေသြဇာ အသီး
အနှံတို့ကိုဌင်း ကိုက်စား ကြ၏။

36 သူ တို့အစွမ်း သတ္တိ အထွဋ်ဋ္ဌ အမြတ်တည်းဟူသော
သူ တို့ ပြည် မှာ
သားဦး အပေါင်း တို့ကို ဒဏ်ခတ် တော်မူ၏။
37 မိမိလူတို့ကို ရွှေ ငွေ ပါလျက်
ထုတ် ဆောင်တော်မူ ၍ ၊ သူ တို့အစုစု ၌
အားနည်း သော သူတ ယောက်မျှမရှိ။
38 အဲဂုတ္တုတု ပြည်သည် သူ
တို့ကို ကြောက် သောကြောင့်၊ သူ
တို့သည် ထွက်သွား သောအခါ
တပြည်လုံးဝမ်းမြောက် ၏။
39 သူတို့အပေါ်မှာ မိုယ်းတိမ် ကိုဖြန့် မိုး ၍ ၊ ညဉ့် အခါ
လင်း စရာဘို့ မီး ကိုပေးတော်မူ၏။
40 သူတို့သည် တောင်း သောအခါ
ငှံး များကို ဆောင် ခဲ့တော်မူ၍ ၊ သူ တို့ကို ကောင်းကင်
မုန့် နှင့် ရောင့်ရဲ စေတော်မူ၏။
41 ကျောက် ကိုလည်း ဖွင့်လှစ် တော်မူသဖြင့် ၊ ရေ
သည် ထွက် ၍ သွေ့ ခြောက်သောအရပ်၌
မြစ် ကဲ့သို့စီးသွား လေ၏။
42 အကြောင်း မူကား၊ မိမိ
ကျွန်
အာဗြဟံ ၌
ထားခဲ့ ဘူး သော သန့်ရှင်း သော ဂတိ တော် ကို
အောက်မေ့ တော်မူ ၏။

43 ရွေးကောက် တော်မူသောမိမိ လူ တို့ကို ဝမ်းမြောက်
ရွှင်လန်း ခြင်းနှင့်တကွ ထုတ် ဆောင်တော်မူ၏။
44 သူ တို့သည် အထုံးအဖွဲ့တော် တို့ အတိုင်း ကျင့်၍၊
ပညတ် တရားတော်ကို စောင့်ရှောက် မည်အကြောင်း၊
45 တပါးအမျိုးသား တို့၏မြေ ကို ပေး
တော်မူ သဖြင့် ၊ သူ တို့ သည် အခြားသော လူ တို့၏
အလုပ်ထဲသို့ ဝင်စားရကြ၏။ ဟာလေလုယ။

106

1 ထာဝရဘုရား သည် ကောင်းမြတ် တော်မူ၍၊ ကရုဏာ
တော် အစဉ် အမြဲတည်သောကြောင့် ၊ ဂုဏ် ကျေးဇူး
တော်ကို ချီးမွမ်း ကြလော့။
2 ထာဝရဘုရား ၏ တန်ခိုး ကြီးခြင်း အရာတော် တို့
ကို အဘယ်သူ ပြော နိုင်သနည်း။ ဂုဏ် ကျေးဇူးတော်ကို
အဘယ်သူသည် အကုန်အစင် ဘော်ပြ နိုင်သနည်း။
3 ခပ်သိမ်း သော အခါ တို့၌
တရား ကို စောင့်ရှောက်
၍၊ ဖြောင့်မတ် စွာကျင့်
သောသူတို့သည် မင်္ဂလာ ရှိကြ၏။
4 အို ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ်သည် ရွေးကောက် တော်
မူသောသူတို့၏ကောင်းကျိုး ကို
မြင် စေခြင်းငှါ ၎င်း၊ ကိုယ်တော် ၏လူမျိုး ဝမ်းမြောက်
ခြင်း၌ ဝမ်းမြောက် ၍၊ ကိုယ်တော် ၏အမွေ ဖြစ်သောသူ
တို့နှင့်အတူ

ဝါကြွား ရွှင်လန်းစေခြင်းငှါ ၎င်း၊
5 ကိုယ်တော် ၏လူ တို့ခံရသောစေတနာ တော်နှင့်
တကွ၊ အကျွန်ုပ် ကိုအောက်မေ့ တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ် ကို
အကြည့်အရှု ကြွလာ၍
ကယ်တင် တော်မူပါ။
6 အကျွန်ုပ် တို့သည် ဘိုးဘေး
တို့နှင့်အတူ ပြစ်မှား ကြပါပြီ။ ဒုစရိုက် ကို ပြုကြပါပြီ။
မ တရားသောအမှုကို ပြုကြပါပြီ။
7 အဲဂုတ္တုတု ပြည်၌
ပြု တော်မူသောအံ့ဩဘွယ်တို့ကို ဘိုးဘေး
တို့သည် နား
မ လည်ကြ။ များစွာ သော ကရုဏာ
တော်ကို မ
အောက်မေ့ ကြ။ ပင်လယ် နား ၊ ဧဒုံ ပင်လယ် နား
မှာ ပုန်ကန် ကြပါ၏။
8 သို့သော်လည်း ၊ မဟာတန်ခိုး တော်ကို ထင်ရှား စေခြ
င်းငှါ ၊ နာမ တော်၏အကြောင်း ကြောင့် သူ
တို့ကို ကယ်တင် တော်မူ၏။
9 ဧဒုံ ပင်လယ် ကို ဆုံးမ
တော်မူ၍ ၊ ပင်လယ်ရေ သည် ခန်းခြောက် လေ၏။ တော
၌ ပို့ဆောင်သကဲ့သို့ နက်နဲ ရာအရပ်၌
သူ တို့ကို ပို့ဆောင် တော်မူ၏။

10 မုန်း သောသူ၏လက် မှ
သူ တို့ကို ကယ်တင် ၍ ၊ ရန်သူ ၏လက် မှ
ရွေးနှုတ် တော်မူ၏။
11 ရန်သူ တစုံ တယောက်ကိုမျှ မ
ကျန် ရစ်စေခြင်းငှါ၊ ရေ
သည် လွှမ်းမိုး လေ၏။
12 ထိုအခါ
စကား တော်ကို ယုံ
၍
ဂုဏ် ကျေးဇူးတော်ကို သီချင်း ဆိုကြ၏။
13 သို့သော်လည်း၊ အမှု တော် ကို အလျင် အ မြန်
မေ့လျော့ သည်ဖြစ်၍ ၊ အကြံအစည် တော်ကို မ
ဆိုင်း မလင့်ဘဲ၊
14 တော ဌ် အလွန်တပ်မက် ၍ ၊ လူ ဆိတ်ညံရာအရပ်
ဌ်
ဘုရား သခင်ကို စုံစမ်း ကြ၏။
15 သူ တို့တောင်း သော ဆုကို ပေး
တော်မူ၏။ သို့သော်လည်း ၊ သူ တို့ဌ်
ပိန်ကြုံ ခြင်းကို သွင်း ပေး တော်မူ၏။
16 ထိုသူတို့သည်လည်း၊ တပ် ထဲ မှာ မောရှေ ကို ၎င်း၊
ထာဝရဘုရား
၏ သန့်ရှင်း သူအာရုန် ကို၎င်းငြူစူ ကြ၏။
17 မြေကြီး သည် ကွဲ လျက်

ဒါသန် ကိုမျိုး ၍ ၊ အဘိရံ ၏ အသင်း အဝင်ကို ဖုံးအုပ်
လေ၏။
18 သူ တို့အသင်း အဝင်ထဲမှာ
မီး ရှို့ ၍ ၊ မ တရားသောသူတို့ ကို လောင် လေ၏။
19 သူတို့သည် ဟောရပ် တောင်နား မှာ နွားသငယ် ကို
လုပ် ၍ ၊ အရည် သွန်းသော ရုပ်တုကို
ပြပ်ဝပ်ကိုးကွယ် ကြ၏။
20 သူ တို့၏ဘုန်း ကိုလဲ ၍
မြက် ကိုစား သော နွား ၏ ပုံ သဏ္ဌာန်ကို ယူကြ၏။
21 အဲဂုတ္တ+တု ပြည်၌
ကြီး သော အမှုတို့ကိုဂင်း၊
22 ဟာမ အမျိုးနေရာပြည် ၌
အံ့ဘွယ် သောအမှုတို့ကိုဂင်း၊ ဧဒုံ
ပင်လယ် နား မှာ ကြောက်မက် ဘွယ်သော အမှုတို့
ကိုဂင်းပြု ၍၊ ကယ်တင် တော်မူသောအရှင်ဘုရား သခင်
ကို မေ့လျော့ ကြ၏။
23 ထိုအခါ
ရွေးကောက် တော်မူသောမောရှေ သည် အမျက် တော်
ကို လွှဲ ၍၊ ထိုသူတို့ကို ဖျက်ဆီး တော်မမူစေခြင်းငှါ ၊
ဖျက်ဆီး ရာအရပ်၊ ရှေ့ တော်၌ မ
ရပ် လျှင်၊ သူ
တို့ကို ဖျက်ဆီး မည်ဟု အကြံ ရှိတော်မူ၏။
24 ထိုသူတို့သည်လည်း

စကား တော်ကို မ
ယုံ ၊ သာယာ သောပြည် ကို
မထီမဲ့မြင် ပြုကြ၏။
25 မိမိ တို့တဲ့ များ၌
ဆန့်ကျင် ဘက်ပြု၍ ၊ ထာဝရဘုရား
၏ နှုတ်ကပတ် တော်ကို
နား မ ထောင်ဘဲနေကြ၏။
26 ထိုကြောင့် သူ တို့ကို တော
၌ လဲ့ ခြင်းငှါ ၎င်း၊
27 သူ တို့အမျိုးအနွယ် ကို တပါးအမျိုးသား တို့တွင်
လဲ့ ၍ ၊ အပြည်ပြည် အရပ်ရပ်သို့ ကွဲပြား စေခြင်းငှါ
၎င်း၊ သူ တို့တဘက်၌ ကျိန်ဆိုတော်မူ၏။
28 ထိုသူတို့သည် ဗာလပေဂုရ
ဘုရား၌
မှီဝဲ ၍
လူသေ ရှေ့မှာ ပူဇော်သောယဇ် ကောင်ကို စား ကြ၏။
29 ထိုသို့မိမိ တို့အမှု များအားဖြင့် အမျက် တော်ကို
နှိုးဆော်၍ ၊ ကာလနာ သည် သူ
တို့ကို လုယက် လေ၏။
30 ထိုအခါ
ဖိနဟတ် သည် ထ
၍ တရား စီရင်သဖြင့် ၊ ကာလနာ သည် ငြိမ်း လေ၏။
31 ထိုအမှုကို သူ၏ဖြောင့်မတ် ခြင်းကဲ့သို့ လူမျိုး

အဆက်ဆက်တည်သော ကာလ
အစဉ်မပြတ် မှတ် ရ သတည်း။
32 တဖန် မေရိဘ
ရေ အနား မှာ အမျက် တော်ကို နှိုးဆော်ကြသဖြင့် ၊ သူ
တို့အတွက် ကြောင့် မောရှေ ၌
အ မင်္ဂလာဖြစ်လေ၏။
33 သူ ၏စိတ် ကို
ချုပ်ချယ် နှောင့်ရှက်ကြသဖြင့် ၊ သူသည် အမှတ်တမဲ့
မြွက်ဆို ၏။
34 ထာဝရဘုရား မိန့် တော်မူသည် အတိုင်း မပြု၊ တပါး
အမျိုးသားတို့ကို မ
ဖျက်ဆီး ဘဲ နေကြ၏။
35 သူ တို့နှင့် ရောနှော ၍
သူ တို့၏ ဘာသာ
ဓလေ့ကို သင် ကြ၏။
36 သူ တို့၏ရုပ်တု များကို ဝတ်ပြု ၍
ကျော့ကွင်း ၌
ကျော့မိ ကြ၏။
37 ကိုယ် သား သမီး တို့ကို နတ်ဆိုး တို့အား
ယဇ် ပူဇော်ကြ၏။
38 ထိုသို့ အပြစ် မရှိသောသူတို့ ၏ အသွေး ၊ ခါနာန်
ရုပ်တု တို့ရှေ့မှာ ယဇ် ပူဇော်သော ကိုယ် သား သမီး
တို့၏ အသွေး ကို သွန် ကြ၍ ၊ ထိုမြေ သည် အသွေး နှင့်

ညစ်ညူး လေ၏။
39 သူ တို့သည် ကိုယ် အကျင့် အားဖြင့် ကိုယ် ကို
ညစ်ညူး စေ၍ ၊ ကိုယ် အမှု တို့တွင်
မှားယွင်း ကြ၏။
40 ထိုကြောင့် ထာဝရဘုရား သည် မိမိ
လူ တို့ကို အမျက် တော်ထွက် ၍ ၊ မိမိ အမွေ တော်ကို
ရွံရှာ တော်မူ၏။
41 သူ တို့ကို တပါးအမျိုးသား တို့လက် သို့
အပ် တော်မူသဖြင့် ၊ မုန်း သောသူတို့သည် အုပ်စိုး
ရကြ၏။
42 ရန်သူ တို့သည် ညှဉ်းဆဲ ၍ ၊ သူ တို့သည် ရန်သူတို့
အောက် မှာ နှိမ့်ချ ခြင်းကိုခံရကြ၏။
43 သူ တို့ကို ကြိမ်ဖန် များစွာ
ကယ်နှုတ် တော်မူသော်လည်း ၊ ပုန်ကန် သော အကြံ
ကိုသာ ကြံ၍ ၊ မိမိ တို့ဒုစရိုက်
အပြစ်ကြောင့်
နှိပ်စက် ခြင်းကိုခံရကြ၏။
44 တဖန်သူ တို့ အော်ဟစ် ခြင်းကို ကြား တော်မူလျှင် ၊
သူ တို့၌ ဆင်းရဲ ဒုက္ခကို
ကြည့်ရှု သဖြင့်၊
45 ဝန်ခံ ခြင်းဂတိတော်ကို သူ
တို့အဘို့ အောက်မေ့ ၍ ၊ ကရုဏာ တော် များပြား သည်
အတိုင်း

နောင်တ ရတော်မူ ၏။
46 သူ တို့ကို ချုပ်ထား သိမ်းသွားသော သူအပေါင်း
တို့သည် သနား
ရကြမည်အကြောင်း ပြု တော်မူ၏။
47 အကျွန်ုပ် တို့၏ ဘုရား
သခင်ထာဝရဘုရား ၊ သန့်ရှင်း သော နာမ
တော်၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးသည် ကြီးလှပါ ၏ဟု အကျွန်ုပ်
တို့သည် ဝန်ခံ ၍၊ ကိုယ်တော် ကို ချီးမွမ်း ခြင်းခံ
ဝါကြွား ဝမ်းမြောက်မည်အကြောင်း ၊ အကျွန်ုပ် တို့ကို
ကယ်တင် လျက် ၊ တပါးအမျိုးသား တို့အထဲ က နှုတ်
ယူ၍ စုသိမ်း တော်မူပါ။
48 ဣသရေလ အမျိုး၏ ဘုရား
သခင်ထာဝရဘုရား
သည် ကမ္ဘာ
အဆက်ဆက်မင်္ဂလာ ရှိတော်မူစေသတည်း။ လူ
ခပ်သိမ်း တို့သည် အာမင် ဟု ဝန်ခံ ကြစေ။ ဟာလေလု
ယ။

107

1 ထာဝရဘုရား သည် ကောင်းမြတ် တော်မူ၍၊ ကရုဏာ
တော် အစဉ် အမြဲတည်သောကြောင့် ၊ ဂုဏ် ကျေးဇူး
တော်ကို ချီးမွမ်း ကြလော့။
2 -
3 ရန်သူ ၏လက် မှ

ထာဝရဘုရား နှုတ် ၍ အရှေ့ အနောက် တောင် မြောက် အရပ်ရပ် ထဲ က စုသိမ်း သော သူတည်းဟူသော၊ ရွေး တော်မူသောသူတို့ သည် ဝန်ခံ ကြစေ။

4 သူတို့သည် တော
တွင် လူ ဆိတ်ညံရာအရပ်၌
လည် ၍၊ နေစရာ
မြို့ သို့ ရောက်သောလမ်း ကို မ
တွေ့ ကြ။
5 ဆာငတ် မွတ်သိပ် ၍
စိတ်ပျက် ကြ၏။
6 ဆင်းရဲ ခံရသောအခါ ၊ ထာဝရဘုရား ကို
အော်ဟစ်
၍ ၊ ဆင်းရဲ ဒုက္ခထဲ က ဆယ် နှုတ်တော်မူ၏။
7 သူတို့နေစရာ မြို့ သို့
ရောက် စေခြင်းငှါ ၊ ဖြောင့်
သောလမ်း ဖြင့်
ပို့ဆောင် တော်မူ၏။
8 လူသား တို့၌ ပြုတော်မူသောကရုဏာ နှင့်
အံ့ ဘွ ယ် သော အမှု တော် တို့ ကို ထောက် ၍၊ ထာဝရဘုရား
၏
ဂုဏ်ကျေးဇူးတော်ကို ချီးမွမ်း ကြစေ။
9 အကြောင်း မူကား၊ တောင့်တ သော ဝိညာဉ် ကို ရောင့်ရဲ စေ၍၊ မွတ်သိပ် သော ဝိညာဉ် ကိုလည်း ၊ ကောင်း

သောအရာနှင့် ဝ စေတော်မူ၏။
10 -
11 ထိုသူတို့သည် ဘုရား
သခင်၏ အမိန့် တော်ကို ငြင်းဆန် ၍၊ အမြင့်ဆုံး သော
ဘုရား၏ အကြံ တော်ကို မထီမဲ့မြင် ပြုသောကြောင့် ၊
မှောင်မိုက် ၊ သေမင်း အရိပ်၌ထိုင် လျက်၊ ဒုက္ခ
နှင့်ငင်း၊ သံကြိုး နှင့်ငင်း ချည်နှောင် လျက်နေရကြ၏။
12 ဘုရားသခင်သည် အမှု ရောက်စေ၍ ၊ သူ တို့ စိတ်
ကိုနှိမ့်ချ တော်မူ၏။ သူတို့သည် လဲ
၍ ထောက်မ သော သူမ ရှိဘဲ၊
13 ဆင်းရဲ ခံရသောအခါ ၊ ထာဝရဘုရား ကို
အော်ဟစ်
၍
ဆင်းရဲ ဒုက္ခထဲ က ကယ်တင် တော်မူ၏။
14 မှောင်မိုက် နှင့်
သေမင်း အရိပ်ထဲ က ထုတ်
ဆောင်၍
သူ တို့ချည်နှောင်
ခြင်းကို ဖြေ တော်မူ၏။
15 လူသား တို့၌
ပြုတော်မူသောကရုဏာ နှင့်
အံ့ဘွယ် သောအမှုတော်တို့ကိုထောက်၍၊ ထာဝရ
ဘုရား၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ချီးမွမ်း ကြစေ။

16 အကြောင်း မူကား၊ ကြေးဝါ တံခါး တို့ကို ချိုး ၍ ၊
သံ ကန့်လန့် တို့ကို အပိုင်းပိုင်းဖြတ် တော်မူ၏။
17 မိုက် သောသဘောရှိသောသူတို့ သည်လမ်း လွဲ ၍ ၊
ဒုစရိုက် ကို ပြုသောကြောင့် ဆင်းရဲခြင်း နှင့် တွေ့ကြုံရ
ကြ၏။
18 စား စရာမျိုးကို ရွံ ၍ သေခြင်း တံခါး ငါ့အနီး သို့
ရောက်ကြ၏။
19 ဆင်းရဲ ခံရသောအခါ
ထာဝရဘုရား ကို
အော်ဟစ်
၍ ၊ ဆင်းရဲ ဒုက္ခထဲ က ကယ်တင် တော်မူ၏။
20 နှုတ်ကပတ် တော်ကိုလွှတ် သဖြင့် ၊ သူ တို့အနာ ကို
ငြိမ်းစေ၍ ၊ ဖျက်ဆီး ခြင်းအရာများထဲ က နှုတ်ယူ တော်
မူ ၏။
21 လူသား တို့၌
ပြုတော်မူသောကရုဏာ နှင့်
အံ့ ဘွ ယ် သော အမှု တော် တို့ ကို ထောက် ၍၊ ထာဝရဘုရား
၏
ဂုဏ်ကျေးဇူးတော်ကို ချီးမွမ်း ကြစေ။
22 ကျေးဇူး တော် ဝန်ခံရာယဇ် ကို ပူဇော် ၍ ၊ ရွှင်လန်း
သော အသံနှင့်တကွ အမှုတော် တို့ကို ကြား ပြော ကြ
စေ။
23 သင်္ဘော် စီးလျက် ပင်လယ် ကိုကူး ၍၊ ရေ

များ ပေါ်
မှာ လုပ်ဆောင် သောသူတို့ သည်၊
24 နက်နဲ ရာအရပ်၌
ထာဝရဘုရား၏ အမှုတော် တို့နှင့်၊ အံ့ဘွယ် သော အမှု
တော်တို့ကို မြင် ရကြ၏။
25 အမိန့် တော်ရှိ၍
လေပြင်း မုန်တိုင်း တိုက် သဖြင့် ၊ လှိုင်း တံပိုးတို့ကို ထ
စေ၏။
26 မိုးယံ်း ကောင်းကင်တိုင်အောင်တက် လျက်၊ နက်နဲ ရာ
ထဲသို့ ဆင်း လျက် တွေ့သောဘေး ကြောင့် ၊ သူတို့သည်
စိတ်ပျက် ကြ၏။
27 တလည်လည် သွားလျက်
ယစ်မူး သော သူကဲ့သို့
တိမ်းယိမ်း လျက်နေ၍
ဉာဏ် တိမ် မြုပ်ခြင်းရှိကြ၏။
28 ဆင်းရဲ ခံရသောအခါ
ထာဝရဘုရား ကို
အော်ဟစ်
၍ ၊ ဆင်းရဲ ဒုက္ခထဲ က ထုတ် ဆောင်တော်မူ၏။
29 လေပြင်း ကို ပျောက် စေတော်မူ၍ ၊ လှိုင်း တံပိုးများ
လည်း
ငြိမ်ဝပ် ကြ၏။
30 ထိုသို့

ငြိမ်ဝပ် သောကြောင့် သူတို့သည် ဝမ်းမြောက် ကြ၏။
အလို
ရှိရာ သင်္ဘော် ဆိပ်သို့
ပို့ဆောင် တော်မူ၏။
31 လူ သားတို့၌
ပြုတော်မူ သော ကရုဏာ
နှင့်
အံ့ ဘွ ယ် သော အမှု တော တို့ ကို ထောက် ၍၊
ထာဝရဘုရား
၏
ဂုဏ်ကျေးဇူးတော်ကို ချီးမွမ်း ကြစေ။
32 လူ ပရိတ်သတ် ၏ အလယ် မှာ ထာဝရ
ဘုရားကို ချီးမြှောက် ၍
အသက်ကြီး သူတို့၏ အစည်း အဝေး၌
ချီးမွမ်း ကြစေ။
33 မြစ် တို့ကို လွင်ပြင် ဖြစ် စေခြင်းငှါ၎င်း၊ စမ်း ရေ
ထွက်ရာ အရပ် ကို လည်း သွေ့ ခြောက်စေခြင်းငှါ ၎င်း
ပြု တော်မူ၏။
34 မြေ ကောင်းသော ပြည် ကို ပြည်သူ ပြည်သားတို့ ၏
အပြစ် ကြောင့်
ဆား မြေဖြစ်စေ တော်မူ၏။
35 တဖန်လွင်ပြင် ကို ရေ
နှင့်ပြည့် စေခြင်းငှါ ၎င်း ၊ သွေ့ခြောက် သော အရပ် ကို
လည်း စမ်းရေ ထွက်စေ ခြင်းငှါ ၎င်း ပြု တော်မူ၏။

36 ထိုအရပ် ၌လည်း ၊ ငတ်မွတ် သောသူတို့ကို နေရာ
ချတော်မူ၍ ၊ သူတို့သည် မိမိနေ
စရာဘို့မြို့ ကို တည် ကြ၏။
37 လယ် လုပ် လျက် ၊ စပျစ် ဥယျာဉ်ကိုလည်း
စိုက်ပျိုး လျက် ၊ မြေ အသီးအနှံတို့ကို ပြုစု ကြ၏။
38 ကောင်းကြီး ပေးတော်မူ၍ ၊ သူတို့သည် အလွန်
ပွားများ ကြ၏။ သူ
တို့သိုး နွားများကိုလည်း
လျော့ စေတော်မ မူ။
39 တဖန် သူတို့သည် လျော့ ၍ ညှဉ်းဆဲ ခြင်း၊ ငြိုငြင်
ခြင်း၊ စိတ် ပူပန်ခြင်းအားဖြင့် နှိမ့်ချ လျက်နေရကြ၏။
40 မင်းသား တို့ကို အရှက်ခွဲ ၍ ၊ လမ်း မ ရှိသော တော
အရပ်၌
လည် စေတော်မူ၏။
41 ဆင်းရဲ သောသူကိုလည်း
ဒုက္ခ မှ
ထမြောက် စေ ၍ ၊ သိုးစု ကဲ့သို့ အိမ်ထောင် ပွားများ
စေတော်မူ၏။
42 ဖြောင့်မတ် သောသူတို့ သည် မြင် ၍ ၊ ဝမ်းမြောက်
ကြ၏။ ခပ်သိမ်း သော ဒုစရိုက် သည်လည်း
မိမိ နှုတ် ကို ပိတ် ရ၏။
43 အကြင် သူသည်ပညာရှိ ၏။ ထိုသူသည် ဤ
အမှုအရာ တို့ကို ဆင်ခြင် ၍ ၊ ထာဝရဘုရား ၏
ကရုဏာ

ကျေးဇူးတော်ကို နားလည် လိမ့်မည်။

108

1 အိုဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ်
နှလုံး သည် တည်ကြည်
ပါ၏။ သီချင်း ဆိုပါမည်။ ဝိညာဉ် ပါ လျက် ချီးမွမ်း
ထောမနာပြုပါမည်။
2 တယော နှင့်
စောင်း တို့၊ နိုး
ကြလော့။ ငါလည်း စောစော
နိုး မည်။
3 အို ထာဝရဘုရား ၊ ပရိတ်သတ် အလယ် ၌ ကိုယ်တော်
ကို ချီးမွမ်း ပါမည်။ လူမျိုး တို့တွင်
ကိုယ်တော် အား ထောမနာသီချင်း ဆိုပါမည်။
4 အကြောင်း မူကား၊ ကရုဏာ
တော်သည် ကောင်းကင်
သို့ ၎င်း၊ သစ္စာ
တော်သည် မိုယ်းတိမ် သို့ ၎င်း မှီပါ၏။
5 အို ဘုရား
သခင်၊ ကောင်းကင် မြင့်သည်ထက်
ကိုယ်တော် ကြီးမြင့် တော်မူစေသတည်း။ မြေကြီး တ
ပြင်လုံး ကို ဘုန်း တော်လွှမ်းမိုးပါစေသတည်း။
6 ချစ် တော်မူ သော သူ တို့ သည် ချမ်းသာ ရ မည်
အကြောင်း ၊ အကျွန်ုပ် စကားကို နားထောင် ၍ ၊ လက်ျာ

လက်ရုံးတော်အားဖြင့် ကယ်တင် တော်မူပါ။
7 သန့်ရှင်း ခြင်းပါရမီတော်ကို တိုင်တည် ၍ ၊ ဘုရား
သခင် သည် ဗျာဒိတ်ထားတော်မူသောကြောင့်၊ ငါသည်
ဝမ်းမြောက် မည်။ ရှေခင် မြို့ကို ပိုင်းခြား မည်။ သုကုတ်
လယ်ပြင် ကို တိုင်းထွာ မည်။
8 ဂိလဒ် ပြည်ကို ငါ ပိုင်ရ၏။ မနာရှေ ပြည်ကိုလည်း
ငါ ပိုင်ရ၏။ ဧဖရိမ် ပြည်ကား ငါ့ ဦးခေါင်း ၏ အစွမ်း
ဖြစ်ရ ၏။ ယုဒ
ပြည်ကား ငါ ၏လွှတ်တော် ဖြစ်ရ၏။
9 မောဘ ပြည်ကား ငါ့ ရေချိုး အိုး
ဖြစ်ရ၏။ ဧဒုံ
ပြည်ကား ငါ့ ခြေနင်း ရာဖြစ်ရ၏။ ဖိလိတ္တိ
ပြည် အပေါ်မှာ အောင်သံနှင့် ကြွေးကြော် မည်။
10 အားကြီး သော မြို့ ထဲသို့ ငါ့ ကို အဘယ်သူ သွင်း
ပေးမည်နည်း။ ဧဒုံ
ပြည်သို့
ငါ့ ကို အဘယ် သူလမ်း ပြ မည်နည်း။
11 အိုဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ် တို့ကို စွန့်ပစ် တော်မူ
သောကိုယ်တော်သည် ပြုတော်မူမည်မဟုတ် လော။ အို
ဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ် တို့ ဗိုလ်ခြေ နှင့်အတူ ကြွ တော်
မ မူသော ကိုယ်တော်သည် ပြုတော်မူမည် မဟုတ်လော။
12 ဒုက္ခ နှင့် ကင်းလွတ်စေခြင်းငှါ မစ
တော်မူပါ။ လူ

တို့သည် ကယ်တင် ခြင်းငှါမ တတ်နိုင်ကြပါ။
13 ဘုရား သခင်အားဖြင့် ငါတို့သည် ရဲရင့် စွာ ပြု ကြ
မည်။ ငါ တို့၏ ရန်သူ များကို ကိုယ်တော်တိုင် နင်း တော်
မူမည်။

109

1 အကျွန်ုပ်
ချီးမွမ်း သော ဘုရား
သခင်၊ တိတ်ဆိတ်
စွာနေတော်မ မူပါနှင့်။
2 မ တရားသောသူနှင့်
သစ္စာ ပျက်သောသူတို့ သည် အကျွန်ုပ် တဘက် ၌နှုတ်
ကိုဖွင့် ၍ ၊ မုသား စကား ကို ပြောဆို ကြပါ၏။
3 မနာလို သောစိတ်နှင့် စကား
ပြောလျက် ၊ အကျွန်ုပ် ကိုဝိုင်း ၍
အကြောင်း မရှိဘဲ စစ်တိုက် ကြပါ၏။
4 အကျွန်ုပ် ၏ မေတ္တာ
အတွက်
သူတို့သည် ရန်ဘက် ပြုကြပါ၏။ အကျွန်ုပ် မူကား
ပဌနာ ပြုလျက် နေပါ၏။
5 အကျွန်ုပ် ပြုသောကျေးဇူး အတွက်
မကောင်း သော အပြစ်ကို ၎င်း ၊ အကျွန်ုပ် မေတ္တာ
အတွက်
မုန်း ခြင်းကိုဌင်း

ဆပ် ပေးကြပါ၏။
6 ထိုသို့သောသူ
၏အပေါ်မှာ မ
တရားသောသူကို ခန့်ထား တော်မူပါ။ သူ
၏လက်ျာ နား မှာ ရန်သူ နေ ပါစေ။
7 သူ သည် တရား
စီရင်ခြင်းကိုခံ ရာတွင် ရှုံး ပါစေ။ သူ
ပြုသော ပဌနာ
သည် ပြစ်မှား ခြင်းဖြစ် ပါစေ။
8 သူ ၏အသက် တို ပါ စေ။ သူ
၏အရာ ကိုလည်း အခြား သူရ ပါစေ။
9 သူ ၏သား တို့သည် ဘသားဆိုး ၊ မယား လည်း
မုတ်ဆိုးမ ဖြစ် ပါစေ။
10 သူ ၏သား တို့သည် အရပ်ရပ် လည်၍
သူ တောင်း စား ဖြစ်ကြပါစေ။ ပျက်စီး သော မိမိ
တို့နေရာများမှ
ထွက် ၍ ၊ အစာကိုရှာ ကြပါစေ။
11 သူ ၌ ရှိသမျှ ကို
ကြွေးရှင် သိမ်းယူ ပါစေ။ သူ
လုပ် ၍ရသောဥစ္စာ
ကိုလည်း
တပါး အမျိုးသားလုယူ ပါစေ။
12 သူ ၌ ကျေးဇူး ပြု သောသူ၊ သူ

၏ဘသားဆိုး တို့ကို ကယ် မသနားသောသူ တယောက်
မျှ မ
ရှိ စေနှင့်။
13 သူ ၏အ နွ ယ် သည် ပြတ် ပါ စေ။ လူမျိုး
ဆင်းသက်၍ တဆက်တည်းတွင် ၊ သူ တို့၏ နာမည် သည်
ကျေ ပျောက် ပါစေ။
14 သူ့ ဘိုးဘေး တို့၏ ဒုစရိုက် ကို ထာဝရဘုရား
သည် သတိရ
တော်မူပါစေ။ သူ့
အမိ ၏ အပြစ် သည် မ
ဖြေ ပါစေနှင့်။
15 ထိုဒုစရိုက်အပြစ်သည် ထာဝရဘုရား
ရှေ့ မှာ အစဉ်အမြဲ ထင်ရှား၍၊ မြေကြီး ပေါ်မှာ ထိုသူ
တို့ကို အောက်မေ့ စရာ အမှတ်မျှ မ ရှိ စေ ခြင်း ငှါ၊
ပယ်ရှင်း တော်မူပါစေ။
16 အကြောင်း မူကား၊ ထိုသူသည် ကယ်မ သနားခြင်း
ငှါ သတိ မ ရှိ။ ဆင်းရဲငတ်မွတ် ၍
စိတ် ပျက် သောသူကို သေ
စေသည်တိုင်အောင် ညှဉ်းဆဲ ပြီ။
17 သူသည် ကျိန်ဆဲ ခြင်းကို နှစ်သက် သည်နှင့်အညီ ၊
သူ့ အပေါ်သို့ ရောက် ပါစေ။ ကောင်းကြီး မင်္ဂလာကို
အလို မ ရှိသည်အတိုင်း
သူ နှင့် ဝေး ပါစေ။

18 အဝတ် ကို ဝတ်သကဲ့သို့ ကျိန်ဆဲ ခြင်းကို ဝတ် ရပါ
စေ။ ရေ
ကဲ့သို့ သူ ၏ဝမ်း ထဲ သို့ဝင်း ၊ ဆီ ကဲ့သို့ သူ ၏အရိုး
ထဲသို့ ဝင်း
ဝင် ပါစေ။
19 သူ၏ကိုယ်ကိုခြုံ သော အဝတ် ကဲ့သို့ ဝင်း၊ သူ
၏ ခါးခ္ဍ အစဉ် စည်း သော ခါးစည်း ကဲ့သို့ ဝင်း
သူ ခ္ဍ ဖြစ် ပါစေ။
20 ငါ ၏ဝိညာဉ် တဘက် ခ္ဍ မ
ကောင်းသောစကားကို ပြော တတ်သော ငါ ၏ရန်သူ
တို့သည် ထိုသို့
သော အကျိုး
ကို ထာဝရဘုရား
ထံ ခံရကြပါစေ။
21 အိုဘုရား ရှင် ထာဝရဘုရား ၊ နာမ တော်အတွက်
ကြောင့် အကျွန်ုပ် အမှုကို
စောင့် တော်မူပါ။ ကရုဏာ
တော် ကောင်း သည်ဖြစ်၍ ၊ အကျွန်ုပ် ကို ကယ်နှုတ်
တော်မူပါ။
22 အကျွန်ုပ် သည် ဆင်းရဲ ငတ်မွတ် ပါ၏။ အကျွန်ုပ်
အထဲ ခ္ဍ
နှလုံး နာ လျက်ရှိပါ၏။
23 ရှည်လျား သော အရိပ် ကဲ့သို့ အကျွန်ုပ်ရွှေ့သွား

ပါ၏။ ကျိုင်းကောင် ကဲ့သို့ လှုပ်ရှား လျက်ရှိပါ၏။
24 အစာ မစားဘဲ နေရသောကြောင့် ၊ ဒူးဆစ် နုန်နဲ့ ၍ အသား
လည်း
လျော့ ပါ၏။
25 အကျွန်ုပ် သည်လည်း သူတပါး တို့
ကဲ့ရဲ့ စရာ အကြောင်းဖြစ် ၍၊ သူတို့သည် အကျွန်ုပ် ကို
မြင် သောအခါ ၊ ခေါင်း ညိုတ် ခြင်းကို ပြုကြပါ၏။
26 အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား
သခင်ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ကို မစ
တော်မူပါ။ ကရုဏာ
တော်ရှိသည်အတိုင်း
ကယ်တင် တော်မူပါ။
27 ထို အမှုသည် တန်ခိုး တော် ကြောင့် ဖြစ်၍ ၊
ထာဝရဘုရား တည်း ဟူသော ကိုယ်တော် စီရင် တော် မူ
သည် ဟု ထို
သူတို့သည် သိ ကြပါစေသော။
28 ထိုသူ တို့သည် ကျိန်ဆဲ သော်လည်း ၊ ကိုယ်တော်
မူကား ကောင်းကြီး ပေးတော်မူပါ။ သူတို့သည် ထ
သောအခါ
အရှက် ကွဲကြပါစေသော။ ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် မူကား
၊ ဝမ်းမြောက် ပါစေသော။
29 အကျွန်ုပ် ၏ ရန်သူ တို့သည် ရှက်ကြောက် ခြင်း
အဝတ်ကိုဝတ် ၍ ၊ စောင် နှင့်ခြုံသကဲ့သို့ ၊ မျက်နှာ ပျက်

ခြင်း နှင့် ကိုယ် ကိုခြုံ ကြပါစေသော။
30 အကျွန်ုပ် သည် နှုတ် မြွက်၍ ၊ ထာဝရ ဘုရား၏
ဂုဏ်ကျေးဇူးတော်ကို အလွန် ချီးမွမ်း ပါမည်။ များစွာ
သောသူတို့ အလယ် မှာ
ချီးမွမ်း ပါမည်။
31 အကြောင်း မူကား၊ ဆင်းရဲသောသူ ၏ ဝိညာဉ် ကို
အပြစ် စီရင်သောသူတို့ ၏လက်မှ
ကယ်တင် ခြင်းငှါ ၊ သူ ၏လက်ျာ ဘက်မှာ ရပ် ၍ နေ
တော်မူတတ်၏။

110

1 ထာဝရဘုရား က၊ သင် ၏ရန်သူ တို့ကို သင် ၏ ခြေ
တင် ရာ ၊ ငါမ ချ ထားမှီတိုင်အောင်၊ ငါ့ လက်ျာ ဘက်၌
ထိုင် နေလော့ဟု ငါ ၏သခင် အား
မိန့် တော်မူ၏။
2 ထာဝရဘုရား သည် အရှင် ၏ အာဏာ
တော် လှံတံ ကို ဇိအုန် မြို့မှ
လွှတ် တော် မူ မည်။ ကိုယ်တော် သည် ရန်သူ
တို့၏အလယ် ၌
အုပ်စိုး တော်မူလိမ့်မည်။
3 တန်ခိုး တော်ပြသော နေ့ရက် ကာလ၌၊ ကိုယ်တော် ၏
လူ
တို့သည် သန့်ရှင်း သော တန်ဆာ ကို ဆင်လျက်၊
ကြည်ညိုသော စေတနာစိတ်ရှိ၍၊ လူပျိုတော် တို့သည်

နံနက် ဝမ်း ထဲက ထွက်သော ဆီးနှင်း ကဲ့သို့ဖြစ်ကြပါ
လိမ့်မည်။

4 ထာဝရဘုရား က၊ သင် သည် မေလခိဇေဒက် နည်းတူ
ထာဝရ ယဇ် ပုရောဟိတ်ဖြစ်သည်ဟု ကျိန်ဆို ၍ ၊ နောက်
တဖန်စိတ် ပြောင်းလဲခြင်း ရှိတော်မ မူ။

5 လက်ျာ တော်နား မှာ ရှိသောဘုရား ရှင်သည် အမျက်
တော် အချိန် ကာလ၌ ရှင်ဘုရင် တို့ကို ဒဏ်ခတ် တော်မူ
မည်။

6 ငါ၏သခင်သည် တပါးအမျိုးသား တို့တွင်
တရား စီရင် လျက်၊ အသေ
ကောင်တို့ကို အနှံ့အပြား ဖြစ်စေ၍၊ ကျယ် သောမြေ ၌
သူတို့ဦးခေါင်း ကို နှိပ်စက် တော်မူမည်။

7 လမ်း နား မှာ စီး
သောရေကို သောက် ၍ ၊ ခေါင်း
တော်ကို ချီးမြှင့် တော်မူမည်။

111

1 ငါသည် ဖြောင့်မတ် သောသူတို့ ၏ အစည်း
အဝေး၌ ၎င်း၊ ပရိသတ် ၌ ၎င်း ၊ ထာဝရ ဘုရား၏ ဂုဏ်
တော်ကို စိတ် နှလုံးအကြွင်းမဲ့ ချီးမွမ်း မည်။

2 ထာဝရဘုရား ၏ အမှုတော် တို့သည် ကြီးမြတ်
ကြ၏။ ကြည်ညိုသောသူ တို့ သည် ထို
အမှုတော်တို့ကို ရှာဖွေ လိုက်စစ်တတ်ကြ၏။

3 စီရင် တော်မူသောအရာသည် ဘုန်း အသရေနှင့်

ပြည့်စုံ ၍၊ ဖြောင့်မတ် တော်မူခြင်းတရားလည်း
အစဉ် အမြဲတည် ၏။
4 အံ့ဘွယ် သော အမှုတော်တို့ကို အောက်မေ့ ဘို့ရာ
စီရင် တော်မူပြီ။ ထာဝရဘုရား
သည် ကျေးဇူးပြုတတ် သော သဘော၊ သနား
စုံမက်တတ်သော သဘောနှင့်
ပြည့်စုံ တော်မူ၏။
5 ကြောက်ရွံ့ ရိုသေသောသူတို့ကို ကျွေးမွေး တော်မူ
၏။ ပဋ္ဌိညာဉ် တရားတော်ကို အစဉ် အောက်မေ့ တော်မူ
၏။
6 အမှုတော် တို့၌ရှိသောတန်ခိုး ကို မိမိ
လူ တို့အား
ပြ ၍၊ တပါးအမျိုးသား တို့၏ အမွေ ကို
ပေး တော်မူ၏။
7 လက် တော်နှင့်ပြုသောအမှု တို့သည် သစ္စာ
နှင့် ၎င်း၊ တရား
နှင့်၎င်း ယှဉ်ကြ၏။ ပညတ် တော် အလုံးစုံ
တို့သည် ဖေါက်ပြန် ခြင်းသဘောနှင့် ကင်းလွတ်ကြ၏။
8 သစ္စာ စောင့် ခြင်း၊ ဖြောင့်မတ် ခြင်း နှင့် ယှဉ်
သောကြောင့် ၊ အစဉ် အမြဲတည် ကြ၏။
9 မိမိ လူ တို့၌ ရွေး တော်မူခြင်း ကျေးဇူးကို ပြု တော်
မူ ၏။ ပဋ္ဌိညာဉ် တရားတော်ကို အစဉ် အမြဲထား တော်မူ
၏။ နာမ

တော်သည် သန့်ရှင်း ၏။ ကြောက်ရွံ့ ရိုသေဘွယ်
ဖြစ်၏။
10 ထာဝရဘုရား ကို ကြောက်ရွံ့ သော သဘောသည် ပညာ
၏ အချုပ် အခြာ ဖြစ်၏။ ပညတ် တော် တို့ ကို
စောင့်ရှောက် သမျှ သောသူတို့ သည် ကောင်း သောဉာဏ်
ရှိကြ၏။ ဂုဏ် အသရေတော်သည် အစဉ် အမြဲတည်
သတည်း။

112

1 ထာဝရဘုရား ကို ကြောက်ရွံ့ ၍၊ ပညတ် တော်တို့ ၌
အလွန် မွေ့လျော် သောသူသည် မင်္ဂလာ ရှိ၏။
2 ထိုသူ ၏ သား
မြေးတို့သည် မြေ ပေါ် မှာ အားကြီး ကြလိမ့်မည်။
ဖြောင့်မတ် သောသူတို့ ၏အမျိုးအနွယ် သည် မင်္ဂလာ ရှိ
တတ်၏။
3 ထိုသူ ၏ အိမ် ၌
စည်းစိမ် ဥစ္စာကြွယ်ဝ ၍ ၊ သူ ၏ ကောင်းကျိုး သည်
အစဉ် အမြဲတည် တတ်၏။
4 သဘောဖြောင့် သောသူတို့ အဘို့ ၊ မှောင်မိုက် ထဲ မှာ
အလင်း
ပေါ်ထွန်း တတ်၏။ ထိုသို့သောသူသည် ကျေးဇူး ပြု
တတ်သော သဘောနှင့်
သနား စုံမက်တတ် သော သဘောရှိ၍ ၊ တရား သဖြင့်
ပြုတတ်၏။

5 ကရုဏာ စိတ်ရှိ၍
ချေးငှါး တတ်သောသူ သည် ကောင်းစား တတ်၏။
တရားဆုံးဖြတ်ရာ ကာလ၌ အောင် ခြင်းသို့ ရောက်
လိမ့်မည်။
6 အကယ် စင်စစ်လှုပ်ရှား ခြင်းနှင့်အစဉ်
ကင်းလွတ် လိမ့်မည်။ ဖြောင့်မတ် သောသူသည် အစဉ်
အမြဲအောက်မေ့ ဘို့ရာ ဖြစ် လိမ့်မည်။
7 မ ကောင်းသော သိတင်း ကိုမ ကြောက် ရ။ စိတ် နှလုံး
သည် ထာဝရဘုရား
ကို ကိုးစား
သဖြင့်
တည်ကြည် တတ်၏။
8 သူ ၏စိတ် နှလုံးသည် မြဲမြံ သည် ဖြစ်၍၊ ရန်သူ တို့
၌
အားမ ရမှီ တိုင်အောင်၊ ကြောက် ခြင်း နှင့် လွတ်
လိမ့်မည်။
9 သူသည် စွန့်ကြဲ ပြီ။ ဆင်းရဲ သောသူတို့ အား
ပေးကမ်း ပြီ။ သူ
၏ ဖြောင့်မတ် ခြင်းသည် အစဉ် အမြဲတည်
တတ်၏။ သူ
၏ဦးချို သည် ဂုဏ် အသရေနှင့်
ချီးမြှင့် ခြင်း ရှိလိမ့်မည်။
10 မ တရားသောသူတို့သည် မြင် ၍ ၊ နာကြင် သော

စိတ် ရှိကြလိမ့်မည်။ အံသွား ခဲကြိတ်၍
ပိန်ချုံး ကြလိမ့်မည်။ မ
တရားသောသူတို့၏ အလို
သည် ပျက်စီး ရလိမ့်မည်။

113

1 ထာဝရဘုရား ၏ ကျွန် တော်တို့၊ ထာဝရဘုရား
၏နာမတော် ကို ချီးမွမ်း ကြလော့။ ချီးမွမ်း ကြလော့။
2 ထာဝရဘုရား ၏ နာမတော် သည် ယခု
မှစ၍ ၊ အစဉ် အဆက် မင်္ဂလာ ရှိစေသတည်း။
3 နေ ထွက် ရာမှ သည် နေ
ဝင် ရာတိုင်အောင် ၊ ထာဝရဘုရား ၏နာမတော် သည်
ချီးမွမ်းဘွယ်ဖြစ်၏။
4 ထာဝရဘုရား သည် လူမျိုး တကာ တို့ အပေါ် ၌ဌင်း၊
ဘုန်း တော်သည် ကောင်းကင် အပေါ် ၌ဌင်း မြင့် တော်
မူ၏။
5 ကိုယ်ကို ချီးမြှင့် ၍
ကျိန်းဝပ် တော်မူသော်လည်း၊ကိုယ်ကိုနှိမ့်ချ ၍
6 ကောင်းကင် အရာနှင့် မြေကြီး အရာတို့ကို ကြည့်ရှု
တော်မူသော ငါ တို့၏ဘုရားသခင် ထာဝရဘုရား နှင့်
အဘယ်သူ တူ သနည်း။
7 ဆင်းရဲ သောသူကို မြေမှုန့်ထဲ ကကြွ လျက်၊ ငတ်မွတ်
သောသူကို နောက်ချေး ပုံထဲ က ချီးမြှောက် လျက်၊
8 မင်းသား တို့တွင် ဌင်း၊ မိမိ

လူ တို့ကို အုပ်စိုး သော မင်းတို့တွင် ၎င်း နေရာ ပေး တော်မူ၏။

9 မြို့ သောမိန်းမသည် အိမ် ၌နေ ၍၊ ဝမ်းမြောက် သော စိတ်နှင့် သားဘွား ရသောအခွင့်ကိုပေး တော်မူ၏။ ဟာ လေလုယ။” ဟာလေလုယ=ဘုရားသခင် ဘုန်းကြီး ပါပေ ၏

114

1 ဣသရေလ အမျိုး၊ ယာကုပ် အနွယ် သည် ရိုင်း သော လူမျိုး နေရာ အဲဂုတ္တုတု

ပြည်က

ထွက်သွား သောအခါ၊

2 ယုဒ အမျိုးသည် သန့်ရှင်း ရာဌာနတော်ဖြစ် ၏။ ဣ သရေလ

အမျိုးသည် နိုင်ငံ တော်ဖြစ်၏။

3 ပင်လယ် သည် မြင် ၍ ပြေး လေ၏။ ယော်ဒန် မြစ် လည်း နောက် သို့

လှည့် လေ၏။

4 တောင် ကြီးတို့သည် သိုး

ကဲ့သို့ ၎င်း၊ တောင် ငယ်တို့သည် သိုးသငယ် ကဲ့သို့ ၎င်း ခုန် ကြ၏။

5 အချင်းပင်လယ် ၊ သင်ပြေး သည် အကြောင်း ၊ အချ င်းယော်ဒန် မြစ်၊ သင်သည် နောက် သို့လှည့်

သည်အကြောင်း၊

6 အချင်းတောင် ကြီးတို့၊ သင်တို့သည် သိုး
ကဲ့သို့ ခုန် ကြသည်အကြောင်း၊ အချင်းတောင် ငယ်တို့၊
သင် တို့သည် သိုးသငယ် ကဲ့သို့ ခုန်ကြသည် အကြောင်း
ကား အဘယ်သို့ နည်း။
7 အိုမြေကြီး ၊ အရှင် ၏မျက်နှာ တော်ရှေ့၊ ယာကုပ်
အမျိုးကိုးကွယ်သော ဘုရား
သခင်၏ မျက်နှာ တော်ရှေ့မှာ တုန်လှုပ် လျက်နေ
လော့။
8 ဘုရားသခင်သည် ကျောက် ကို ရေ
ကန် ၊ မီး ကျောက်ကို စမ်းရေ တွင်းဖြစ်စေ တော်မူ
သတည်း။

115

1 အကျွန်ုပ် တို့၌
ဘုန်းမ ရှိစေဘဲ၊ အို ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် တို့၌
ဘုန်းမ ရှိစေဘဲ၊ ကိုယ်တော် ၏နာမ ၌
ကရုဏာ တော်နှင့် သစ္စာ
တော်ကြောင့်
ဘုန်း ရှိ ပါစေ သတည်း။
2 သူ တို့၏ ဘုရား
သခင်သည် အဘယ် မှာရှိ သနည်းဟု တပါးအမျိုးသား
တို့သည် အဘယ်ကြောင့် ဆို ရကြမည်နည်း။
3 ငါ တို့၏ ဘုရား
သခင်သည် ကောင်းကင် ဘုံ၌

ရှိတော်မူ၏။ အလိုတော် ရှိသမျှ အတိုင်း
ပြု တော်မူ၏။
4 သူ တို့၏ရုပ်တု များမူကား ငွေ လည်းဖြစ်၏။ ရွှေ
လည်း ဖြစ်၏။ လူ
လက် ဖြင့် လုပ် သောအရာပေတည်း။
5 ထို ရုပ်တုတို့ သည် နှုတ် ရှိ၍ စကား
မ ပြောတတ်။ မျက်စိ ရှိ၍ မ
မြင် တတ်။
6 နား ရှိ၍ မ ကြား တတ်။ နှာခေါင်း ရှိ၍ မ နမ်း တတ်။
7 လက် ရှိ၍
မ ကိုင် တတ်။ ခြေ ရှိ၍ မ သွား တတ်။ သူ
တို့လည်ချောင်း ဖြင့်
အသံ မ ပြုတတ်ပါတကား။
8 လုပ် သောသူတို့လည်း အတူတူ ပါတကား။
9 အိုဣ ဣသရေလ
အမျိုး၊ ထာဝရဘုရား
ကို
ကိုးစား လော့။ ထာဝရဘုရားသည် ဣသရေလအမျိုး
ကို မစသောသူ၊ ကွယ်ကာ သောသူဖြစ်တော်မူ၏။
10 အိုအာရုန် အမျိုး အနွယ်၊ ထာဝရဘုရား
ကို ကိုးစား
လော့။ ထာဝရဘုရားသည် အာရုန်အမျိုးအနွယ်ကို မစ
သောသူ၊ ကွယ်ကာ သောသူဖြစ် တော်မူ၏။

11 ထာဝရဘုရား ကို ကြောက်ရွံ့ သောသူတို့၊ ထိုဘုရား ကို
ကိုးစား ကြလော့။ ထာဝရဘုရား
သည် ထိုသို့ သောသူ
တို့ ကို မစ
သောသူ၊ ကွယ်ကာ သောသူဖြစ် တော်မူ ၏။
12 ထာဝရဘုရား သည် ငါ တို့ကို အောက်မေ့ တော်မူ ၏။ ကောင်းကြီး ပေးတော်မူမည်။ ဣသရေလ
အမျိုး ကို ကောင်းကြီး ပေးတော်မူမည်။ အာရုန် အမျိုး အနွယ်ကို ကောင်းကြီး ပေးတော်မူမည်။
13 ထာဝရဘုရား ကို ကြောက်ရွံ့ သောသူ အကြီး
အငယ် တို့ကို ကောင်းကြီး ပေးတော်မူမည်။
14 ထာဝရဘုရား သည် သင် တို့နှင့်
သင် တို့သား မြေးတို့၌
မင်္ဂလာကို တိုးပွား စေတော်မူမည်။
15 သင် တို့သည် ကောင်းကင် နှင့် မြေကြီး ကို ဖန်ဆင်း
သော ထာဝရဘုရား
ကောင်းကြီး ပေးတော်မူသောသူ ဖြစ်ကြ၏။
16 ကောင်းကင် ကား၊ ထာဝရဘုရား
၏
ကောင်းကင်
ဖြစ်၏။ မြေကြီး ကိုကား
လူသား တို့အား ပေး တော်မူပြီ။

17 သေလွန် သောသူ၊ ငြိမ်း ရာထဲသို့ ဆင်း သောသူ ရှိ
သမျှ တို့သည် ထာဝရ
ဘုရားကို မ
ချီးမွမ်း ရကြ။
18 ငါ တို့မူကား ၊ ထာဝရ ဘုရားကို ယခု
မှစ၍ အစဉ်
အဆက် ကောင်းကြီး ပေးကြလေအံ့သတည်း။ ဟာလေ
လုယ။

116

1 ထာဝရဘုရား သည် ငါ တောင်းပန် ခြင်း အသံ
ကို ကြား ၍၊
2 ငါ့ ဘက်သို့
နား တော်ကိုလှည့် တော်မူသောကြောင့် ၊ ငါနှစ်သက်
၏။ ငါ အသက် ရှည်သမျှ ကာလ ပတ်လုံး၊ ထာဝရဘုရား
ကို ပဌနာ ပြုမည်။
3 သေခြင်း ကြိုး တို့သည် ငါ့ ကိုဝိုင်း ၍
မရဏာ နိုင်ငံဘေး တို့သည် ငါ့ ကို ဘမ်းမိ သဖြင့်၊
ဆင်းရဲ ဒုက္ခဝေဒနာ နှင့်
ငါတွေ့ကြုံ ရ၏။
4 ထိုအခါ
အို ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် အသက် ကို
ကယ်နှုတ် တော်မူပါမည်အကြောင်း တောင်းပန်ပါ၏ဟု
ထာဝရဘုရား

၏နာမတော် ကို ပဌနာ ပြု၏။
5 ထာဝရဘုရား သည် ကျေးဇူး ပြုတတ်သော သဘော၊
ဖြောင့်မတ် သော သဘောရှိတော်မူ၏။ ငါ တို့ ဘုရား
သခင်သည် ကရုဏာ စိတ်ရှိတော်မူ၏။
6 ထာဝရဘုရား သည် မ
လိမ္မာသောသူတို့ ကို စောင့်မ တော်မူ၏။ ငါသည် နှိမ့်ချ
လျက်ရှိသောအခါ
ကယ်တင် တော်မူ၏။
7 အိုငါ့ ဝိညာဉ် ၊ သင် ၏ငြိမ်ဝပ် ရာသို့
ပြန် လော့။ ထာဝရဘုရား
သည် သင် ၌ ကျေးဇူး ပြုတော်မူပြီ။
8 ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ် အသက် ကို သေခြင်း
မှ ၎င်း၊ အကျွန်ုပ် မျက်စိ ကို မျက်ရည် ကျခြင်းမှ ၎င်း၊
အကျွန်ုပ် ခြေ ကိုလည်း ထိမိ၍လဲ
ခြင်းမှ ၎င်း ကယ်လွှတ် တော်မူပြီ။
9 သို့ဖြစ်၍၊ အသက်ရှင် သောသူတို့၏ နေရာ
တွင် ၊ ထာဝရဘုရား ရှေ့ တော်၌ ငါကျင့် ၍ နေရ၏။
10 ငါသည် အလွန် ညှဉ်းငယ် ခြင်းကို ခံရ၏ဟု မြွက် ဆို
သော်လည်း ၊ ယုံကြည် သောစိတ် ရှိသေး၏။
11 လူ အပေါင်း တို့သည် မုသာ
ကို သုံးတတ်ကြ၏ဟု သတိလစ်လျက် ပြော မိ၏။
12 ငါ ၌
ထာဝရဘုရား ပြုတော်မူသောကျေးဇူး အလုံးစုံ တို့ကို

အဘယ်သို့ ဆပ် ရမည်နည်း။
13 ကယ်တင် ခြင်းခွက် ဖလားကို ကိုင် ယူ၍ ၊ ထာဝရဘုရား
၏ နာမတော် ကို ပဌနာ ပြုမည်။
14 ထာဝရဘုရား အား
သစ္စာ ဂတိထားသည် အတိုင်း၊ ထာဝရ
ဘုရား၏ လူ
များရှေ့ ၌
သစ္စာဝတ် ကို ဖြေမည်။
15 ထာဝရဘုရား ရှေ့ တော်၌ မိမိ
သန့်ရှင်း သူတို့၏
သေ ခြင်းအရာသည် အဘိုး ကြီးလှ၏။
16 အို
ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် သည် ကိုယ်တော် ၏ ကျွန်
မှန် ပါ၏။ ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် မတွင် မြင်သောသား
လည်း မှန်ပါ၏။ အကျွန်ုပ် ၌ အချည် အနှောင်ကို
လွှတ် တော်မူပြီ။
17 ကျေးဇူး တော်ချီးမွမ်းရာ ယဇ် ကို ရှေ့ တော်၌ ပူဇော်
၍
ထာဝရဘုရား ၏ နာမ
တော်ကို ပဌနာ ပြုမည်။
18 ထာဝရဘုရား အား
သစ္စာ ဂတိထားသည် အတိုင်း၊

19 အိုယေရှုရှုလင် မြို့၊ သင် ၏အလယ် မှာ
ထာဝရဘုရား
၏ အိမ် တော်တန်တိုင်း အတွင်းတွင် ၊ ထာဝရ ဘုရား
၏ လူ
များရှေ့ ၌ သစ္စာဝတ် ကို ဖြေပါမည်။ ဟာလေလုယ။

117

1 လူမျိုး အပေါင်း တို့၊ ထာဝရဘုရား
ကို ချီးမွမ်း ကြလော့။ လူ
အနွယ်အပေါင်း တို့၊ အလွန်ချီးမွမ်း ကြလော့။
2 အကြောင်း မူကား၊ ငါ တို့၌
ကရုဏာ တော်ကြီးလှ ၏။ ထာဝရဘုရား
၏ သစ္စာ
တော်သည် အစဉ် အမြဲတည် ၏။ ဟာလေလုယ။

118

1 ထာဝရဘုရား သည် ကောင်းမြတ် တော်မူ၍ ၊
ကရုဏာ တော် အစဉ် အမြဲတည် သောကြောင့် ၊ ဂုဏ်
ကျေးဇူးတော်ကို ချီးမွမ်း ကြလော့။
2 ကရုဏာ တော် အစဉ် အမြဲတည်သည်ဟု ဣသရေလ
အမျိုး ဝန်ခံ စေ။
3 ကရုဏာ တော် အစဉ် အမြဲတည်သည်ဟု အာရုန်
အနွယ်
ဝန်ခံ စေ။

4 ကရုဏာ တော် အစဉ် အ မြဲ တည် သည် ဟု
ထာဝရဘုရား
ကို ကြောက်ရွံ့ သောသူတို့ သည် ဝန်ခံ ကြစေ။
5 ငါသည် ကျဉ်းမြောင်း ရာထဲက
ထာဝရ ဘုရားကို ခေါ်၍၊ ထာဝရ
ဘုရားသည် ကျယ်ဝန်း သော အရပ်ထဲသို့ သွင်း တော်
မူ၏။
6 ထာဝရဘုရား သည် ငါ့ ဘက် မှာ ရှိတော်မူသည်
ဖြစ်၍ကြောက် စရာမ ရှိ။ လူ
သည် ငါ ၌
အဘယ်သို့ ပြု နိုင်သနည်း။
7 ထာဝရဘုရား သည် ငါ့ ဘက် ၌ မစ
တော်မူသည် ဖြစ်၍ ၊ ငါ့ ကို မုန်း သောသူတို့၌
ငါ့ အလို ပြည့်စုံလိမ့်မည်။
8 ထာဝရဘုရား ၌
ခိုလှုံ ခြင်းသည်၊ လူ
ကို ကိုးစား
ခြင်းထက်
သာ၍ကောင်း ၏။
9 ထာဝရဘုရား ၌
ခိုလှုံ ခြင်းသည် မင်း ကို
ကိုးစား ခြင်းထက်
သာ၍ကောင်း ၏။

10 လူမျိုး အပေါင်း တို့သည် ငါ့ ကိုဝိုင်း ကြသော်လည်း၊ ထာဝရဘုရား
၏ နာမတော် အားဖြင့် သူ တို့ကို ပယ် ဖြတ် ရ၏။
11 ငါ့ ကို ဝိုင်း ကြ၏။ ဝိုင်း ကြ သော်လည်း ၊ ထာဝရဘုရား
၏ နာမတော် အားဖြင့် သူ တို့ကို ပယ် ဖြတ်ရ၏။
12 ပျား များကဲ့သို့ ငါ့ ကိုဝိုင်း ၍ အုံကြသော်လည်း၊ ဆူး
ပင်ကို လောင်သော မီး
ကဲ့သို့ ငြိမ်း ကြ၏။ ထာဝရဘုရား
၏ နာမတော် အားဖြင့် သူ တို့ကို ပယ် ဖြတ်ရ၏။
13 သင်သည် ငါ့ ကိုလှဲ ခြင်းငှါ ပြင်းထန်စွာ တွန်း
သော်လည်း ၊ ထာဝရဘုရား သည် ငါ့ ကိုမစ တော်မူ၏။
14 ထာဝရ ဘုရားသည် ငါ ၏အစွမ်း သတ္တိ၊ ငါသီချင်း
ဆိုရာအကြောင်း ၊ ငါ့ ကို
ကယ်တင် ခြင်းအကြောင်း ဖြစ် တော်မူ၏။
15 ဖြောင့်မတ် သောသူတို့ ၏ နေရာ
၌
ဝမ်းမြောက် ခြင်းအသံနှင့်
ကယ်တင် ခြင်းအသံ ရှိ၏။ ထာဝရဘုရား
၏ လက်ျာ လက်တော်သည် ကြီး သောအမှုကိုပြု ၏။
16 ထာဝရဘုရား ၏ လက်ျာ လက်တော်သည် ချီးမြှင့်
လျက်ရှိ၏။ ထာဝရဘုရား
၏ လက်ျာ လက်တော် သည် ကြီး သောအမှုကိုပြု ၏။
17 ငါမ သေ ရသေး။ အသက်ရှင် ၍

ထာဝရ ဘုရား ၏ အမှုတော် တို့ကို ကြား ပြောရဦး
မည်။
18 ထာဝရ ဘုရားသည် ငါ့ ကိုကျပ်တည်းစွာ ဆုံးမ
သော်လည်း ၊ သေ ခြင်း၌
အပ် တော်မ မူသေး။
19 ဖြောင့်မတ် ခြင်းတံခါး တို့ကို ငါ့ အား ဖွင့် ကြ။ ငါ
ဝင် ၍ ထာဝရ ဘုရား၏ဂုဏ်တော်ကို ချီးမွမ်း ရမည်။
20 ဤ တံခါးသည် ထာဝရဘုရား
၏
တံခါး ဖြစ်၏။ ဖြောင့်မတ် သော သူ တို့ သည် ဝင်
ရကြ၏။
21 ကိုယ်တော် ကို အကျွန်ုပ် ချီးမွမ်း ပါမည်။ အကြောင်း
မူကား၊ ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ၏ စကား ကို
နားထောင် ၍ ၊ အကျွန်ုပ် ကို
ကယ်တင် တော်မူ၏။
22 တိုက်ကို တည်လုပ် သော သူများပယ် ထားသော
ကျောက် သည် နောက်တဖန် တိုက်ထောင့် အထွဋ် ဖျား
သို့ ရောက် ပြန်၏။
23 ထို အမှုသည် ထာဝရဘုရား
ပြုတော်မူသော အမှုဖြစ် ၏။ ငါ တို့ မျက်မှောက် ၌
လည်း အံ့သြ ဘွယ်ဖြစ်၏။
24 ဤ နေ့ရက် သည် ထာဝရဘုရား
စီရင် တော်မူသော နေ့ရက်ဖြစ်၍၊ ယနေ့ဝမ်းမြောက်

ရှင်လန်း ကြကုန် အံ့။
25 အို
ထာဝရဘုရား ၊ ကယ်တင် တော်မူပါဟု
တောင်းပန်ပါ၏။ အို
ထာဝရဘုရား ၊ ကောင်းကြီး မင်္ဂလာကို ပေးတော်မူပါ
ဟု တောင်းပန်ပါ၏။
26 ထာဝရဘုရား ၏အခွင့် နှင့်
ကြွလာ သော သူ သည် မင်္ဂလာ ရှိ စေသတည်း။ ထာဝရဘုရား
၏ အိမ် တော် ထဲက
အကျွန်ုပ်တို့သည် ကိုယ်တော် ကို ကောင်းကြီး ပေးကြ
ပါ၏။
27 ထာဝရဘုရား သည် ဘုရား
သခင်ဖြစ်၍ ၊ ငါ တို့၌
ရောင်ခြည် တော်ကို လွှတ်တော်မူ၏။ ယဇ် တင်ရန်
အကောင်ကို ယဇ် ပလ္လင်ဦးချိ၊ ၌
ကြိုး နှင့်
ချည် ကြလော့။
28 ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား
ဖြစ် တော် မူ၍ ၊ ကိုယ်တော် ကို ချီးမွမ်း ပါ မည်။
အကျွန်ုပ် ၏ဘုရား
ဖြစ်တော်မူ၍၊ ကိုယ်တော် ကို ချီးမြှောက် ပါမည်။
29 ထာဝရဘုရား သည် ကောင်းမြတ် တော် မူ၍ ၊
ကရုဏာ တော် အစဉ် အမြဲတည်သောကြောင့် ၊ ဂုဏ်

ကျေးဇူးတော်ကို
ချီးမွမ်း ကြလော့။

119

1 ထာဝရဘုရား ၏ တရား
လမ်း ၌
မ လွဲမတိမ်း၊ လိုက်သွား သောသူတို့ သည် မင်္ဂလာ ရှိ
ကြ၏။
2 သက်သေခံ တော်မူချက်တို့ကို စောင့် ၍၊ ကိုယ်တော်
ကို စိတ် နှလုံးအကြွင်းမဲ့ ရှာ သောသူတို့ သည် မင်္ဂလာ ရှိ
ကြ၏။
3 ထိုသူတို့သည် ဒုစရိုက် ကိုမ ပြု ၊ လမ်းခရီး တော်၌
လိုက်သွား တတ်ကြ၏။
4 အကျွန်ုပ် တို့သည် ကြိုးစား၍ ကျင့် ဘို့ ရာ ၊
ကိုယ်တော် သည် သြဝါဒ ပေး တော်မူပြီ။
5 ကိုယ်တော် ၏ အထုံးအဖွဲ့ များကို စောင့် နိုင်မည်
အကြောင်း ၊ အကျွန်ုပ် သည် လမ်း ဖြောင့် ပါစေသော။
6 အကျွန်ုပ် သည် ပညတ် တော် အလုံးစုံ
တို့ကို ထောက်ထား သောအခါ ၊ ရှက်ကြောက် ခြင်းနှင့်
ကင်းလွတ် ရပါ၏။
7 ဖြောင့်မတ် စွာ စီရင် တော်မူချက်များကို အကျွန်ုပ်
လေ့ကျက် ပြီးမှ ၊ ဂုဏ်တော်ကို ဖြောင့် သော သဘော
နှင့်
ချီးမွမ်း ပါမည်။

8 ကိုယ်တော် ၏ အထုံးအဖွဲ့ များကို စောင့် ပါမည်။
အကျွန်ုပ် ကို ရှင်းရှင်း စွန့်ပစ် တော် မ မူပါနှင့်။
9 လူပျိုသည် မိမိ
သွားသောလမ်း ကို အဘယ်သို့ သန့်ရှင်း စေနိုင်ပါမည်
နည်းဟူမူကား၊ နှုတ်ကပတ် တော် အတိုင်း
သတိ ပြုရမည်။
10 အကျွန်ုပ် သည် ကိုယ်တော် ကို စိတ် နှလုံးအကြွင်းမဲ့
ရှာ ပါ၏။ ပညတ် တော်လမ်း မှ လွဲစေတော်မ မူပါနှင့်။
11 ကိုယ်တော် ကို မ
ပြစ်မှား ဘဲ နေနိုင်မည် အကြောင်း ၊ ဗျာဒိတ် တော်ကို
နှလုံး ထဲ မှာ သိုထား ပါပြီ။
12 အို ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည် မင်္ဂလာ ရှိတော်
မူ ၏။ အထုံးအဖွဲ့ တော်တို့ကို အကျွန်ုပ် ၌ သွန်သင် တော်
မူပါ။
13 စီရင် တော်မူရာ နှုတ် တော်ထွက် အလုံးစုံ
တို့ကို အကျွန်ုပ် သည် ကိုယ်နှုတ် နှင့်
ဟောပြော ပါ၏။
14 ခပ်သိမ်း သော စည်းစိမ် ဥစ္စာကို ရဘိသကဲ့သို့ ၊
သက်သေခံ တော်မူရာလမ်း ၌
ဝမ်းမြောက် ပါ၏။
15 ပေးတော်မူသောသြဝါဒ ကို
ဆင်ခြင် ၍
လမ်း ခရီး တော်တို့ကို ကြည့်ရှု ပါ၏။

16 အထုံးအဖွဲ့ တော်တို့၌
မွေ့လျော် ပါ၏။ နှုတ် ကပတ် တော်ကို မ
မှတ်ဘဲမ နေပါ။
17 ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် သည် အသက်ရှင် ၍ ၊
နှုတ်ကပတ် တော်ကို စောင့် နိုင်ပါ မည်အကြောင်း ၊
ကျေးဇူး ပြုတော်မူပါ။
18 တရား တော်၌
အံ့ဘွယ် သောအရာတို့ကို မြင် နိုင် ပါမည်အကြောင်း ၊
အကျွန်ုပ် ၏မျက်စိ တို့ကို ဖွင့် တော်မူပါ။
19 အကျွန်ုပ် သည် မြေကြီး ပေါ်မှာ ဧည့်သည် ဖြစ်ပါ
၏။ ပညတ် တော်တို့ကို ဝှက်ထား တော်မ မူပါနှင့်။
20 စီရင် တော်မူချက်တို့ကို အစဉ် မပြတ်တောင့်တ
သောအားဖြင့် ၊ အကျွန်ုပ် ၏ စိတ် နှလုံးကြေကွဲ လျက်
ရှိပါ၏။
21 မာနကြီး သောသူနှင့် ပညတ် တော်တို့ကို လွန်ကျူး
၍၊ အကျိန် ခံရသောသူတို့ ကို ကိုယ်တော်ဆုံးမ တော်
မူ၏။
22 အကျွန်ုပ်သည် သက်သေခံ တော်မူချက်တို့ကို စောင့်
ပါသည် ဖြစ်၍ ၊ ကဲ့ရဲ့ ခြင်း၊ မထီမဲ့မြင် ပြုခြင်းနှင့်
ကင်းလွတ် စေတော်မူပါ။
23 မင်း တို့သည် အကျွန်ုပ် တဘက် ၌ ထိုင် ၍ ပြော ကြ
ပါ၏။ ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် မူကား၊ အထုံးအဖွဲ့ တော်တို့
ကို

ဆင်ခြင် လျက်နေပါ၏။
24 သက်သေခံ တော်မူချက်တို့သည် အကျွန်ုပ်
မွေ့လျော် ရာ၊ အကျွန်ုပ် တိုင်ပင် ရာ ဖြစ်ကြပါ၏။
25 အကျွန်ုပ် ၏ အသက် သည် မြေမှုန့် ၌
မှီဝဲ လျက် ရှိပါ၏။ နှုတ်ကပတ် တော်အတိုင်း
အသက်ရှင် စေတော်မူပါ။
26 အကျွန်ုပ်သည် ကိုယ် အကျင့် တို့ကိုဘော်ပြ ၍ ၊
ကိုယ်တော်သည် နားထောင် တော်မူပြီ။ အထုံးအဖွဲ့ တော်
တို့ကို အကျွန်ုပ် ၌ သွန်သင် တော်မူပါ။
27 ပေးတော်မူသောသြဝါဒ လမ်း ကို အကျွန်ုပ်
နားလည် စေတော်မူပါ။ သို့ပြုလျှင် အံ့ဘွယ် သော အမှု
တော် တို့ကို ဆင်ခြင် အောက်မေ့ပါမည်။
28 အကျွန်ုပ်
ဝမ်းနည်း ခြင်းအားဖြင့် စိတ် နှလုံးအရည် ယိုလျက် ရှိ
ပါ၏။ နှုတ်ကပတ် တော်အတိုင်း
တည်ကြည် စေတော်မူပါ။
29 မုသာ လမ်း ကို အကျွန်ုပ် ရှောင် ပါမည် အကြောင်း
၊ ကယ်မ ၍တရား တော်ကိုပေး သနားတော်မူ ပါ။
30 သစ္စာ လမ်း ကို အကျွန်ုပ်ရွေး ပါပြီ။ စီရင် တော်မူ
ချက်တို့ကို အကျွန်ုပ်ရှေ့မှာထား ပါပြီ။
31 သက်သေခံ တော်မူချက်တို့၌
မှီဝဲ ပါပြီ။ အို ထာဝရဘုရား ၊ အရှက်ကွဲ စေတော်မ မူ
ပါနှင့်။

32 အကျွန်ုပ် ဉာဏ် ကို ပွင့် စေတော်မူသည်ဖြစ်၍ ၊
ပညတ် တော်လမ်း သို့ အလျင် အမြန်လိုက်ပါမည်။
33 အို ထာဝရဘုရား ၊ အထုံးအဖွဲ့ တော်လမ်း ကို
အကျွန်ုပ် အား သွန်သင် တော်မူပါ။ အဆုံး
တိုင်အောင်လိုက် သွားပါမည်။
34 ဉာဏ် ကိုပေး တော်မူပါ။ တရား
တော်ကို စောင့်
ပါမည်။ စိတ် နှလုံးအကြွင်းမဲ့ စောင့် ပါမည်။
35 ပညတ် တော်လမ်း ၌
အကျွန်ုပ် ကို ပို့ဆောင် တော်မူ ပါ။ ထို
လမ်း ကို
နှစ်သက် ပါ၏။
36 အကျွန်ုပ် စိတ် နှလုံးကို လောဘ
ဘက် သို့မဟုတ် ၊ သက်သေခံ တော်မူချက်တို့ ဘက်သို့
ဆွဲ တော်မူပါ။
37 အနတ္တ ကို ပမာဏ
မပြုစေခြင်းငှါ အကျွန်ုပ်
မျက်စိ ကို အခြားသို့
လွှဲ တော်မူပါ။ လမ်းခရီး တော်၌
အကျွန်ုပ် အသက်ရှင် စေတော်မူပါ။
38 ကိုယ်တော် ကို ကြောက်ရွံ့ သော ကိုယ်တော် ၏
ကျွန် ၌
ဗျာဒိတ် တော်ကို တည် စေတော်မူပါ။

39 အကျွန်ုပ် ကြောက် သော
ကဲ့ရဲ့ ခြင်းကို ပယ်
ပျောက် စေ တော် မူ ပါ။ စီရင် တော် မူ ချက် တို့သည်
ကောင်းမွန် ကြပါ၏။
40 ပေးတော်မူသော သြဝါဒ များကို တောင့်တ ပါ၏။
ဖြောင့်မတ် ခြင်း တရား တော် အားဖြင့် အကျွန်ုပ် ကို
အသက်ရှင် စေတော်မူပါ။
41 အို ထာဝရဘုရား ၊ ဗျာဒိတ် တော်အတိုင်း
ကရုဏာ တော်တည်းဟူသော ကယ်တင် တော်မူ ခြင်း
ကျေးဇူးတော်သည် အကျွန်ုပ် ၌
ရောက် ပါစေသော။
42 ထိုသို့ အကျွန်ုပ်သည် နှုတ်ကပတ် တော်ကို
ကိုးစား သည်ဖြစ်၍ ၊ ကဲ့ရဲ့ သောသူ ၏စကား
ကို ချေ စရာ အကြောင်းရှိရပါလိမ့်မည်။
43 စီရင် တော်မူချက်တို့ကို
အကျွန်ုပ် မြော်လင့် သည် ဖြစ်၍ ၊ အကျွန်ုပ် ၏ နှုတ်
ထဲက သစ္စာ စကား ကို
အလျှင်း
ရုပ်သိမ်း တော်မ မူပါနှင့်။
44 ကိုယ်တော် ၏တရား ကို မ
ခြားမလပ် အစဉ်အမြဲ ကျင့်စောင့် ပါမည်။
45 ပေးတော်မူသော သြဝါဒ များကို အကျွန်ုပ်ရှာဖွေ
မေးမြန်းသည်ဖြစ်၍ ၊ အဆီးအတား မရှိဘဲ သွား လာရ

ပါ၏။
46 သက်သေခံ တော်မူချက်တို့ကို
မင်း များးထံမှာ ပြန်ပြော ၍ ၊ ရှက်ကြောက် ခြင်းနှင့်
ကင်းလွတ် ပါလိမ့်မည်။
47 အကျွန်ုပ်သည် နှစ်သက် သော ပညတ် တော်တို့၌
မွေ့လျော် ပါမည်။
48 နှစ်သက် သော ပညတ် တော် တို့အား
လက် တို့ကို ချီ ၍ ၊ အထုံးအဖွဲ့ တော်တို့ကို
ဆင်ခြင် အောက်မေ့ပါမည်။
49 အကျွန်ုပ်
မြော်လင့် စရာအကြောင်း ၊ ကိုယ်တော် ၏ကျွန် ၌
ထား တော် မူ သော နှုတ်ကပတ် တော် ကို အောက်မေ့
တော်မူပါ။
50 ဗျာဒိတ် တော်အားဖြင့် အကျွန်ုပ် အသက်ရှင် သည်
ဖြစ်၍၊ ဆင်းရဲ ကိုခံရစဉ်တွင် ၊ ထို နှုတ်ကပတ်တော်သည်
အကျွန်ုပ် သက်သာ စရာအကြောင်းဖြစ်ပါ၏။
51 မာနကြီး သောသူတို့သည် အကျွန်ုပ် ကို အလွန်
ကဲ့ရဲ့ သော်လည်း၊ ကိုယ်တော် ၏ တရား
လမ်းကို
အကျွန်ုပ် မ
ရှောင် ပါ။
52 အို ထာဝရဘုရား ၊ ရှေး ကာလ၌
စီရင် တော်မူချက်တို့ကို အကျွန်ုပ် အောက်မေ့ ၍ ၊

ကိုယ်ကိုကိုယ်နှစ်သိမ့် စေပါ၏။

53 တရား တော်ကို စွန့်ပယ် သော အဓမ္မ
လူတို့ ကြောင့် ၊ အကျွန်ုပ် ၌ ပူလောင် သောစိတ် စွဲလန်း
လျက် ရှိပါ၏။

54 အကျွန်ုပ် ဧည့်သည် နေရာအိမ် တွင်
အထုံးအဖွဲ့ တော်တို့သည် အကျွန်ုပ် သီချင်း ဆိုရာ
အကြောင်း ဖြစ် ကြပါ၏။

55 အို ထာဝရဘုရား ၊ ညဉ့် အချိန်၌
နာမတော် ကို အကျွန်ုပ် အောက်မေ့ ၍
တရား တော်ကို စောင့် ပါ၏။

56 ပေးတော်မူသော သြဝါဒ များကို နားထောင် သော
အားဖြင့်
အား ရပါ၏။

57 အို ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ် ၏
အဘို့
ဖြစ်တော်မူ၏။ နှုတ်ကပတ် စကားတော်တို့ကို
နားထောင် ပါမည်ဟု အကျွန်ုပ်ပြော ထားပါပြီ။

58 ကျေးဇူးတော်ကိုခံရပါမည်အကြောင်း၊ ကိုယ်တော်
ကို စိတ် နှလုံးအကြွင်းမဲ့ တောင်းပန် ပါ၏။ ဗျာဒိတ် တော်
အတိုင်း
အကျွန်ုပ် ကို သနား တော်မူပါ။

59 ကိုယ် လိုက်ရာ လမ်း ကို ဆင်ခြင် သောအခါ ၊
သက်သေခံ တော်မူချက်တို့သို့

လှည့် ၍လိုက် ပါ၏။
60 ပညတ် တော်တို့ကို စောင့် ခြင်းငှါ မ ဖင့် မန္တွဲ အလျင်
အမြန်ပြုပါ၏။
61 မ တရားသောသူ အစည်း အဝေးတို့သည် အကျွန်ုပ်
ကိုဝိုင်း ကြသော်လည်း၊ အကျွန်ုပ်သည် တရား
တော်ကို မ
မေ့ မလျော့ပါ။
62 တရား သဖြင့် စီရင် တော်မူချက်တို့ကိုထောက် ၍
၊ ဂုဏ်တော်ကို ချီးမွမ်း ခြင်းငှါ ၊ သန်းခေါင် အချိန်၌
အကျွန်ုပ် ထ တတ်ပါ၏။
63 ကိုယ်တော် ကို ကြောက်ရွံ့ သောသူ၊ ပေးတော်မူ
သော သြဝါဒ ကို နားထောင် သောသူရှိသမျှ တို့နှင့်
အကျွန်ုပ် ပေါင်းဘော် တတ်ပါ၏။
64 အိုထာဝရဘုရား ၊ မြေကြီး သည် ကရုဏာ
တော် နှင့် ပြည့် ဝ ပါ၏။ အထုံးအဖွဲ့ တော် တို့ ကို
အကျွန်ုပ် ၌ သွန်သင် တော်မူပါ။
65 အိုထာဝရဘုရား ၊ နှုတ်ကပတ် တော်အတိုင်း
ကိုယ်တော် ၏ကျွန် ၌
ကျေးဇူး ပြု တော်မူ၏။
66 ပညတ် တော်တို့ကို
အကျွန်ုပ် ယုံကြည် သည် ဖြစ်၍ ၊ ကောင်း သော ဉာဏ်
နှင့်
ပညာ တော်အတတ်ကို သွင်း ပေးတော်မူပါ။

67 အကျွန်ုပ် သည် ဆင်းရဲ မ ခံမှီလမ်း လွဲပါ၏။ ယခု
မူကား ၊ ဗျာဒိတ်
တော်အတိုင်း ကျင့်စောင့် ပါ၏။
68 ကိုယ်တော် သည် ကောင်း သောသဘော၊ ကျေးဇူး
ပြုတတ်သော သဘောရှိတော်မူ၏။ အထုံးအဖွဲ့ တော်တို့
ကို အကျွန်ုပ် ၌ သွန်သင် တော်မူပါ။
69 မာနကြီး သောသူတို့ သည် အကျွန်ုပ် တဘက် ၌
မုသာ စကားကို ကြံစည်သော်လည်း၊ ကိုယ်တော်၏
ဥပဒေသ
များကို စိတ် နှလုံးအကြွင်းမဲ့ ကျင့် ပါ၏။
70 သူ တို့နှလုံး
သည် ဆီဥ
ကဲ့သို့ ခဲ လျက်ရှိ၏။ အကျွန်ုပ် မူကား၊ ကိုယ်တော်
၏တရား ၌ မွေ့လျော် ပါ၏။
71 အထုံးအဖွဲ့ တော်တို့ကို သွန်သင် စေခြင်းငှါ ၊
အကျွန်ုပ် ဆင်းရဲ ခံရသော ကျေးဇူး သည် ကြီးပါ၏။
72 နှုတ် တော်ထွက် တရား
တော်သည် ရွှေ ငွေ
အထောင် အသောင်း ထက် မက ၊ အကျွန်ုပ် ၌
သာ၍ကောင်း ပါ၏။
73 ကိုယ်တော် ၏ လက် တို့သည် အကျွန်ုပ် ကို ဖန်ဆင်း
၍ ၊ ပုံ သဏ္ဌာန်ကိုပေးတော်မူပြီ။ ပညတ် တော် တို့ကို
အကျွန်ုပ်သင် နိုင်သော

ဉာဏ် နှင့် ပြည့်စုံစေတော်မူပါ။
74 နှုတ်ကပတ် တော်ကို
အကျွန်ုပ် မြော်လင့် သောကြောင့် ၊ ကိုယ်တော် ကို
ကြောက်ရွံ့ သောသူတို့သည် အကျွန်ုပ် ကို မြင် ၍
ဝမ်းမြောက် ကြပါလိမ့်မည်။
75 အို ထာဝရဘုရား ၊ စီရင် တော်မူ ချက် တို့သည်
ဟုတ်မှန် ကြောင်း ကိုဎင်း ၊ သစ္စာ တော်နှင့်အညီအကျွန်ုပ်
ကို ဆင်းရဲ စေ တော်မူ ကြောင်း ကိုဎင်း အကျွန်ုပ် သိ
ပါ၏။
76 ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် ၌
မိန့် တော်မူ ချက် အတိုင်း ၊ ကရုဏာ တော်သည်
အကျွန်ုပ် ကို ချမ်းသာ ပေးပါ စေသော ဟု ဆုတောင်း
ပါ၏။
77 ကိုယ်တော် ၏ တရား
သည် အကျွန်ုပ် မွေ့လျော် ရာ ဖြစ်ပါ၏။ ထို ကြောင့်
အကျွန်ုပ်အသက်ရှင် မည် အကြောင်း ၊ သနား စုံမက်
တော်မူခြင်းသည် သက်ရောက် ပါစေသော။
78 မာနကြီး သောသူတို့ သည် ရှက်ကြောက် ကြ ပါ
စေသော။ အကြောင်း မရှိဘဲ အကျွန်ုပ် ၌ မ
တရားသဖြင့် ပြုကြပါပြီ။ အကျွန်ုပ် မူကား ကိုယ်တော်
၏ ဥပဒေသ
များကို
ဆင်ခြင် အောက်မေ့ပါမည်။

79 ကိုယ်တော် ကို ကြောက်ရွံ့ သောသူ၊ သက်သေ ခံ
တော်မူချက်တို့ကို သိ
သောသူတို့သည် အကျွန်ုပ် ထံသို့ လှည့် ကြပါစေသော။
80 ရှက်ကြောက် ခြင်းနှင့် ကင်းလွတ် မည် အကြောင်း ၊
အကျွန်ုပ် နှလုံး သည် အထုံးအဖွဲ့ တော်တို့၌
စုံလင် ပါစေသော။
81 အကျွန်ုပ် ၏ ဝိညာဉ် သည် ကယ်တင် တော်မူ
ခြင်း ကျေးဇူးကို တောင့်တလျက်နှင့် ခွန်အား လျော့ပါ၏။
သို့သော်လည်း၊ နှုတ်ကပတ် တော် ကိုမြော်လင့် ပါ၏။
82 အကျွန်ုပ် ကို အဘယ် ကာလမှ ချမ်းသာ ပေး တော်
မူပါမည်နည်းဟူ၍၊ အကျွန်ုပ် မျက်စိ တို့သည် ဗျာဒိတ်
တော်ကို မြော်လင့်လျက်အား ကုန်ပါ၏။
83 မီးခိုး ၌ ရှိသောသားရေ ဘူးကဲ့သို့ အကျွန်ုပ်ဖြစ် ပါ
၏။ သို့သော်လည်း၊ အထုံးအဖွဲ့ တော်တို့ကို မ
မေ့ မလျော့ပါ။
84 ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် နေရသော နေ့ရက် ကာလ
အဘယ် မျှလောက်ကြာရပါမည်နည်း။ အကျွန်ုပ် ကို
ညှဉ်းဆဲ သောသူတို့အား ၊ အဘယ် ကာလမှ တရား
ဆုံးဖြတ် တော်မူမည်နည်း။
85 မာနကြီး သောသူ၊ ကိုယ်တော် ၏ တရား
ကို လွန်ကျူးသောသူတို့ သည် အကျွန်ုပ် အဘို့ တွင်း
များကို တူး ကြပါပြီ။
86 အလုံးစုံ သော ပညတ် တော်တို့သည် သစ္စာ

နှင့် ပြည့်စုံကြပါ၏။ သူတပါးတို့သည် အကြောင်း မရှိ
ဘဲ အကျွန်ုပ် ကိုညှဉ်းဆဲ ကြသည် ဖြစ်၍၊ မစ တော်မူပါ။
87 သူတို့သည် အကျွန်ုပ် ကို မြေကြီး ပေါ်က သုတ်သင်
ပယ်ရှင်းလု ပါ ပြီ။ သို့သော်လည်း ၊ ကိုယ်တော် ၏
ဥပဒေသ
များကို အကျွန်ုပ် မ စွန့် ပါ။
88 ကရုဏာ တော်ရှိသည်အတိုင်း
အကျွန်ုပ် ကို အသက်ရှင် စေတော်မူပါ။ နှုတ် တော်
ထွက် ဗျာဒိတ် တော် ကို စောင့် ပါမည်။
89 အို ထာဝရဘုရား ၊ နှုတ်ကပတ် တော်သည်
ကောင်းကင် ဘုံ၌
အစဉ် အမြဲတည် ပါ၏။
90 သစ္စာ တော်သည် လူမျိုး အဆက်ဆက်မြဲမြံပါ၏။
မြေကြီး ကို တည် စေတော်မူသဖြင့် ၊ သူသည်အမြဲ နေ
ပါ၏။
91 ခပ်သိမ်း သောအရာတို့သည် ကိုယ်တော် ၏ ကျွန်
ဖြစ်၍ စီရင် တော်မူသည်နှင့်အညီ ၊ ယနေ့ တိုင်အောင်အ
မြဲ နေကြပါ၏။
92 အကျွန်ုပ် သည် ကိုယ်တော် ၏ တရား
၌မွေ့လျော် ခြင်းမ ရှိလျှင်၊ အထက်က ဆင်းရဲ ခံစဉ်
ပျက်စီး ပါပြီ။
93 ကိုယ်တော် ၏ ဥပဒေ
များကို အစဉ် မ မေ့ မလျော့နိုင်ပါ။ အကြောင်း မူကား၊

ထို
ဥပဒေသများအားဖြင့် ၊ အကျွန်ုပ် ကို အသက်ရှင် စေ
တော်မူ၏။
94 အကျွန်ုပ် သည် ကိုယ်တော် ၏ ကျွန်ဖြစ်ပါ၏။
ကိုယ်တော် ၏ ဥပဒေသ
များကို ရှာဖွေ လိုက်စစ်သောကြောင့်
အကျွန်ုပ် ကို ကယ်တင် တော်မူပါ။
95 အကျွန်ုပ် ကို ဖျက်ဆီး ခြင်းငှါ ၊ မ တရားသော
သူတို့ သည် စောင့် လျက်နေကြပါ၏။ သို့သော်လည်း
၊ သက်သေခံ တော်မူ ချက် တို့ ကို အကျွန်ုပ် ဆင်ခြင်
အောက်မေ့ ပါမည်။
96 ခပ်သိမ်း သော စုံလင် ခြင်း၏
အဆုံး ကို အကျွန်ုပ် မြင် ပါပြီ။ ပညတ် တရားတော်
မူကား၊ အလွန် ကျယ်ဝန်း ပါ၏။
97 ကိုယ်တော် ၏တရား ကို အကျွန်ုပ်သည် အလွန်
နှစ်သက် ပါ၏။ တနေ့လုံး
ဆင်ခြင် အောက်မေ့လျက် နေပါ၏။
98 ပညတ် တရားတော်သည် အကျွန်ုပ် ၏ ရန်သူ တို့
ထက် ၊ အကျွန်ုပ် ကိုသာ၍
ပညာရှိစေပါ၏။ ပညတ် တရား တော်သည် အကျွန်ုပ်
၌
အစဉ် တည်ပါ၏။
99 သက်သေခံ တော်မူ ချက်တို့ ကို အကျွန်ုပ် သည်

ဆင်ခြင် အောက်မေ့သောကြောင့် ၊ အကျွန်ုပ် ၏ ဆရာ
အပေါင်း တို့ထက် သာ၍နားလည် ပါ၏။
100 ကိုယ်တော် ၏ ဥပဒေသ
များကို စောင့် သောကြောင့် ၊ အသက်ကြီး သူတို့ထက်
သာ၍ဉာဏ် ကောင်း ပါ၏။
101 နှုတ်ကပတ် တော်ကို စောင့် လိုသောဌါ ၊ မကောင်း
သောလမ်း
ရှိသမျှ တို့ကို လွှဲ ရှောင်ပါ၏။
102 ကိုယ်တော် သည် သွန်သင် တော်မူသောကြောင့် ၊
စီရင် တော်မူချက်တို့မှ
အကျွန်ုပ်လွှဲ ၍ မ သွားပါ။
103 မိန့် တော်မူချက်တို့သည် အကျွန်ုပ် အခေါင် ၌
အလွန် ချိုကြပါ၏။ ခံတွင်း ထဲမှာ
ပျားရည် ထက် သာ၍ချိုကြပါ၏။
104 ကိုယ်တော် ၏ ဥပဒေသ
များအားဖြင့် ၊ အကျွန်ုပ် သည် ဉာဏ် တိုးပွား ၍ ၊ မိစ္ဆာ
လမ်း ရှိသမျှ တို့ကို မုန်း ပါ၏။
105 နှုတ်ကပတ် တော်သည် အကျွန်ုပ် ခြေ ရှေ့ မှာ
မီးခွက် ဖြစ်၍ ၊ အကျွန်ုပ် လမ်း ခရီးကို လင်း စေပါ၏။
106 ဖြောင့်မတ် စွာ စီရင်တော်မူချက်တို့ကို စောင့် ပါ
မည် ဟု
အကျွန်ုပ်ကျိန်ဆို သည် အတိုင်း ပြု ပါမည်။
107 အို ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် သည် အလွန်

ဆင်းရဲ ခြင်းကို ခံရပါ၏။ နှုတ်ကပတ် တော်အတိုင်း
အသက်ရှင် စေတော်မူပါ။
108 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ်သည် စေတနာ
စိတ် ရှိ၍၊ ကိုယ် နှုတ် နှင့်ဆက်သော ပူဇော်သက္ကာတို့
ကို နှစ်သက် တော်မူပါ၏။ စီရင် တော်မူချက်တို့ကိုလည်း
၊ အကျွန်ုပ် ၌ သွန်သင် တော်မူပါဟု တောင်းပန်ပါ၏။
109 အကျွန်ုပ် အသက် သည် ကိုယ် လက် ၌
အစဉ် ရှိပါ ၏။ သို့သော်လည်း ၊ တရား တော်ကို မ
မေ့ မလျော့ပါ။
110 မ တရားသောသူတို့ သည် အကျွန်ုပ် ဘို့
ကျော့ကွင်း
ကို ထောင် ထားကြပါ၏။ သို့သော်လည်း ၊ ကိုယ်တော်
၏ ဥပဒေသ
များမှ
လွှဲ ၍ မ သွားပါ။
111 သက်သေခံ တော်မူချက်တို့သည် အကျွန်ုပ်
နှလုံး
ရွှင်လန်း ရာ ဖြစ်၍ ၊ ကိုယ်အမွေ ဥစ္စာဘို့
အစဉ် အမြဲခံယူပါ၏။
112 အထုံးအဖွဲ့ တော်တို့ကို အဆုံး
တိုင်အောင် အစဉ်
လိုက် ခြင်းအလိုဌါ ၊ ကိုယ် စိတ်နှလုံး ကို တိုက်တွန်း
ပါ၏။

113 အကျွန်ုပ်သည် အဓမ္မ
လူတို့ကို မုန်း ၍ ၊ ကိုယ်တော် ၏တရား ကို နှစ်သက်
ပါ၏။
114 ကိုယ်တော် သည် အကျွန်ုပ် ၏ အကွယ် အကာ၊
အကျွန်ုပ် ၏ ဒိုင်း လွှားဖြစ်တော်မူ၏။ နှုတ်ကပတ် တော်
ကို မြော်လင့် လျက်နေပါ၏။
115 ဒုစရိုက် ကို ပြုသောသူတို့၊ ငါ့ ထံ မှ ဖယ်သွား ကြ။
ငါ သည် ဘုရား
သခင်၏ ပညတ် တော်တို့ကို ကျင့် စောင် မည်။
116 အကျွန်ုပ်သည် အသက်ရှင် ပါမည် အကြောင်း ၊ မိန့်
တော်မူချက်အတိုင်း
ထောက်မ တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ်
မြော်လင့် ခြင်းအကြောင်းမှ
မ ရှက် မကြောက်ပါစေနှင့်။
117 အကျွန်ုပ်သည် ချမ်းသာ ရပါမည်အကြောင်းမစ
တော်မူပါ။ အထုံးအဖွဲ့ တော်တို့ကို အစဉ် အမြဲထောက်ရှု
ပါမည်။
118 အထုံးအဖွဲ့ တော်တို့မှ
လွှဲ သွားသမျှ သောသူတို့ ကို ပယ် တော်မူ၏။ သူ
တို့ပရိယာယ် သည် မုသာ ဖြစ်ပါ၏။
119 မ တရားသော မြေသားအပေါင်း တို့ကို ချော် ကွဲသို့
မှတ်တော်မူ၏။ ထိုကြောင့် သက်သေ ခံတော်မူချက် တို့
ကို အကျွန်ုပ်နှစ်သက် ပါ၏။

120 ကိုယ်တော် ကို ထိတ်လန့် သဖြင့် ၊ အကျွန်ုပ် သည်
ကြက်သီး မွေးညှင်းထ၍ ၊ စီရင် တော်မူချက်တို့မှ
ကြောက် ပါ၏။
121 အကျွန်ုပ်သည် တရား
ဆုံးဖြတ်ခြင်း၊ ဖြောင့်မတ် စွာ စီရင်ခြင်းကို
ပြု ပါပြီ။ ညှဉ်းဆဲ သောသူတို့ လက်၌
အကျွန်ုပ် ကို ပစ် ထားတော်မ မူပါနှင့်။
122 ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် အဘို့ အလိုဌာ အာမခံ
တော်မူပါ။ မာနကြီး
သောသူတို့သည် အကျွန်ုပ် ကို မ
နှိပ်စက် ကြ ပါစေနှင့်။
123 ကယ်တင် တော်မူခြင်းကျေးဇူးကိုဌင်း ၊ ဖြောင့်မတ်
ခြင်းတရားတော်နှင့်ယှဉ်သော ဗျာဒိတ် တော်ကိုဌင်း၊
အကျွန်ုပ် မျက်စိ သည် မျှော်၍ အား ကုန်ပါပြီ။
124 ကရုဏာ တော်ရှိသည်အတိုင်း ၊ ကိုယ်တော် ၏
ကျွန် ၌ ပြု ၍ ၊ အထုံးအဖွဲ့ တော်တို့ကို သွန်သင် တော်
မူပါ။
125 အကျွန်ုပ် သည် ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် ဖြစ်ပါ၏။
သက်သေခံ တော်မူချက်တို့ကိုနားလည် နိုင်သော
ဉာဏ် ကိုပေး သနားတော်မူပါ။
126 အို ထာဝရ
ဘုရား၊ စီရင် တော်မူချိန်ရောက်ပါပြီ။ သူတပါးများ
တို့သည် တရား

တော်ကို ပယ် ကြပါ၏။
127 အကျွန်ုပ်မူကား၊ ပညတ် တော်တို့ကို ရွှေ ထက်မက ၊ ရွှေစင် ထက်
သာ၍နှစ်သက် ပါ၏။
128 သို့ဖြစ်လျှင် ၊ ကိုယ်တော်၏ ဥပဒေသ
အလုံးစုံ တို့ သည် ဖြောင့် ကြသည်ဟုထင်မှတ်လျက်၊ မိစ္ဆာ
လမ်း ရှိသမျှ တို့ ကို မုန်း ပါ၏။
129 သက်သေခံ တော်မူချက်တို့သည် အံ့သြ
ဘွယ် ဖြစ်၍ ၊ အကျွန်ုပ် ဝိညာဉ် သည် စောင့်ရှောက် တတ်ပါ၏။
130 နှုတ်ကပတ် တော်ကို ဖွင့် ပြခြင်းသည် အလင်း ကို ပေး ၍၊ မ
လိမ္မာသောသူတို့ကို လိမ္မာ စေတတ်ပါ၏။
131 ပညတ် တော်တို့ကို အကျွန်ုပ် တောင့်တ အားကြီး သဖြင့် ၊ နှုတ် ကို ဖွင့် ၍
ပန်း တိုက်ပါ၏။
132 နာမတော် ကို ချစ် သောသူတို့ ၌
ပြု တော်မူတတ် သည်အတိုင်း ၊ အကျွန်ုပ် ကို ကြည့်ရှု ၍
ကယ် မသနား တော်မူပါ။
133 မိန့် တော်မူချက် အစဉ်အတိုင်း ၊ အကျွန်ုပ် ခြေ
လှမ်းတို့ကို ဖြောင့် စေတော်မူပါ။ အကျွန်ုပ် ကို

အဘယ် မည် သော ဒုစရိုက် မျှအစိုး မ ရပါစေနှင့်။

134 လူ တို့၏ ညှဉ်းဆဲ ခြင်းထဲက

အကျွန်ုပ် ကို ရွေးနှုတ် တော် မူ ပါ။ ကိုယ်တော်

၏ဥပဒေသ များကို စောင့် ပါမည်။

135 မျက်နှာ တော်၏အလင်းကို ကိုယ်တော် ၏ ကျွန်

အပေါ် မှာ ထွန်းလင်း စေ၍ ၊ အထုံးအဖွဲ့ တော်တို့ကို

သွန်သင် တော်မူပါ။

136 သူတပါးများတို့သည် တရား

တော်ကို မ

စောင့်

သောကြောင့် ၊ အကျွန်ုပ် မျက်စိ တို့မှ မျက်ရည် သည်

မြစ် ရေ ကဲ့သို့စီး ပါ၏။

137 အို ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည် ဖြောင့်မတ်

တော်မူ၏။ စီရင် တော်မူချက်တို့သည် ဖြောင့်မတ် ကြပါ

၏။

138 ထား တော်မူသောသက်သေခံ တော်မူချက်တို့ သည်

လည်း

တရား နှင့်ညီ၍ သစ္စာ မြဲကြပါ၏။

139 ရန်သူ တို့သည် စကား

တော်တို့ကို မေ့လျော့ သောကြောင့် ၊ စွဲလန်း ပူပန်ခြင်း

စိတ်သည် အကျွန်ုပ် ကို ညှဉ်းဆဲ ပါ၏။

140 နှုတ်ကပတ် တော်သည် အလွန် စင်ကြယ် သည်

ဖြစ်၍ ၊ ကိုယ်တော် ၏ကျွန် သည် နှစ်သက် ပါ၏။

141 အကျွန်ုပ် သည် ငယ် သောသူ၊ မထီမဲ့မြင် ပြုခြင်း
ကို ခံရသောသူဖြစ် ပါ၏။ သို့သော်လည်း ၊ ကိုယ်တော်
၏ ဥပဒေသ
များကို မ
မေ့ မလျော့ပါ။
142 ဖြောင့်မတ် တော်မူခြင်းသည် နိစ္စ
ထာဝရ ဖြောင့်မတ်
ခြင်း ဖြစ် ပါ၏။ ကိုယ်တော် ၏တရား သည် သစ္စာ
တရားဖြစ်ပါ၏။
143 ဆင်းရဲ ညှဉ်းငယ် ခြင်း သို့ရောက် သော်လည်း ၊
ပညတ် တော်တို့သည် အကျွန်ုပ် မွေ့လျော် ရာဖြစ်ပါ၏။
144 သက်သေခံ တော်မူချက်တို့သည် အစဉ် အမြဲဖြောင့်
ကြပါ၏။ အကျွန်ုပ်သည် အသက်ရှင် ပါမည် အကြောင်း
၊ ဉာဏ် ကိုပေးသနားတော်မူပါ။
145 အကျွန်ုပ် သည် စိတ် နှလုံး အကြွင်းမဲ့ အော်ဟစ်
ပါ၏။ အိုထာဝရဘုရား
နားထောင် တော်မူပါ။ အထုံးအဖွဲ့ တော်တို့ကို စောင့် ပါ
မည်။
146 ကိုယ်တော် ကို အော်ဟစ် ပါ၏။ ကယ်တင် တော်မူ
ပါ။ သက်သေခံ တော်မူချက်တို့ကို စောင့် ပါမည်။
147 မိုဃ်း မလင်းမီ အကျွန်ုပ် အော်ဟစ် တတ်ပါ၏။
နှုတ်ကပတ် တော်ကို မြော်လင့် လျက်နေပါ၏။
148 ဗျာဒိတ် တော်တို့ကို

ဆင်ခြင် အောက်မေ့လိုသောငှါ ၊ ညဉ့်ယံ မလွန်မီ
အကျွန်ုပ် နိုး တတ်ပါ၏။
149 အို ထာဝရဘုရား ၊ ကရုဏာ တော်ရှိသည် အတိုင်း
အကျွန်ုပ် စကား ကို နားထောင် တော်မူပါ။ စီရင်
တော်မူချက်နှင့်အညီ အကျွန်ုပ် ကို အသက်ရှင် စေ
တော်မူပါ။
150 မ ကောင်းသောအကြံအစည်၌ ကျင်လည် သောသူ
တို့ သည် အနီးသို့ချဉ်း ကြပါ၏။ သူတို့သည် ကိုယ်တော်
၏တရား နှင့်
ဝေး ကြပါ၏။
151 အို ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည် နီး
တော်မူ၏။ အလုံးစုံ
သော ပညတ် တော်တို့သည် သစ္စာ ဖြစ်ကြပါ ၏။
152 သက်သေခံ တော်မူချက်တို့ကို အစဉ် အမြဲထား
တော်မူကြောင်း ကို၊ ရှေ့ဦးစွာ မှစ၍ အကျွန်ုပ်သိ ပါ၏။
153 အကျွန်ုပ် ခံရ သောဆင်းရဲခြင်းကို ကြည့်ရှု ၍ ၊
ကယ်နှုတ် တော်မူပါ။ ကိုယ်တော် ၏တရား ကို မ
မေ့ မလျော့ပါ။
154 အကျွန်ုပ်
အမှု ကို စောင့် ၍
အကျွန်ုပ် ကို ရွေးနှုတ် တော်မူ ပါ။ ဗျာဒိတ် တော်
အားဖြင့် အသက်ရှင် စေတော်မူပါ။
155 မ တရားသောသူတို့သည် အထုံးအဖွဲ့ တော်တို့ကို မ

ရှာ သောကြောင့် ၊ ကယ်တင် ခြင်းနှင့်
ဝေး ကြပါ၏။
156 အိုထာဝရဘုရား ၊ သနား စုံမက် တော် မူ ခြင်း
သဘောသည် ကြွယ်ဝ ပါ၏။ စီရင် တော်မူချက်နှင့်အညီ
၊ အကျွန်ုပ် ကို အသက်ရှင် စေတော်မူပါ။
157 အကျွန်ုပ် ကို ညှဉ်းဆဲ သောသူနှင့်
ရန်ဘက် ပြု သော သူ တို့ သည် များ ကြ ပါ၏။
သို့သော်လည်း၊ အကျွန်ုပ်
သည် သက်သေခံ တော်မူချက်တို့မှ
လွှဲ ၍မ သွားပါ။
158 သစ္စာ မရှိသောသူတို့ကို အကျွန်ုပ်သည်မြင် ၍
စိတ်နာ ပါ၏။ အကြောင်း မူကား၊ သူတို့သည် ဗျာဒိတ်
တော် စကားကို နား
မ ထောင်ဘဲ နေကြပါ၏။
159 ကိုယ်တော် ၏ ဥပဒေသ
များကို အကျွန်ုပ် နှစ်သက် ကြောင်း ကို မှတ် တော်မူ
ပါ။ အိုထာဝရဘုရား ၊ ကရုဏာ တော်ရှိသည်အတိုင်း ၊
အကျွန်ုပ် ကို အသက်ရှင် စေတော်မူပါ။
160 နှုတ်ကပတ် တော်အလုံးစုံ တို့သည် ဟုတ်မှန် ပါ
၏။ တရား
သဖြင့် စီရင် တော်မူချက်ရှိသမျှ တို့သည် အစဉ် အမြဲ
တည် ကြပါ၏။
161 အစိုး ရ သော သူ တို့ သည် အကြောင်း မ ရှိ ဘဲ

အကျွန်ုပ် ကို ညှဉ်းဆဲ ကြသော်လည်း ၊ အကျွန်ုပ် စိတ်
နှလုံးသည် စကား
တော်ကို
ကြောက်ရွံ့ ပါ၏။
162 လက် ရဥ္စစ္စာများ ကို တွေ့ သကဲ့သို့ ဗျာဒိတ် တော်
စကားကြောင့်
အကျွန်ုပ် ဝမ်းမြောက် ပါ၏။
163 မုသာ စကားကို ကြား ပျင်းရှံရှာ ပါ၏။ တရား
တော်ကိုကား
နှစ်သက် ပါ၏။
164 ဖြောင့်မတ် စွာ စီရင် တော်မူချက်များကြောင့်
ကိုယ်တော် ကို တရက် လျှင် ခုနစ် ကြိမ် ချီးမွမ်း တတ်
ပါ၏။
165 တရား တော်ကို နှစ်သက် သောသူတို့ ၌
ကြီးစွာ သော ငြိမ်ဝပ် ခြင်း ရှိပါ၏။ သူ
တို့စိတ်ပျက် စရာအကြောင်းမ ရှိပါ။
166 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကယ်တင် တော်မူခြင်းကျေးဇူး
ကို
အကျွန်ုပ်မြော်လင့် ၍ ၊ ပညတ် တော်တို့ကို ကျင့် ပါ၏။
167 သက်သေခံ တော်မူချက်တို့ကို အကျွန်ုပ် ဝိညာဉ်
သည် စောင့် ပါ၏။ အလွန် နှစ်သက် ပါ၏။
168 ကိုယ်တော် ၏ ဥပဒေသ
တို့နှင့်

သက်သေခံ တော်မူချက်တို့ကို စောင့် ပါ၏။ အကျွန်ုပ်
အကျင့် ရှိသမျှ တို့သည် ရှေ့ တော်၌ရှိကြပါ၏။
169 အို ထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ်
အော်ဟစ် သံသည် ရှေ့ တော်သို့ ရောက် ပါစေသော။
နှုတ်ကပတ် တော် အတိုင်း
ဉာဏ် ကိုပေး သနားတော်မူပါ။
170 အသနား ခံသောစကားသည် ရှေ့ တော်သို့ ရောက်
ပါစေသော။ ဗျာဒိတ် တော်အတိုင်း
အကျွန်ုပ် ကို ကယ်နှုတ် တော်မူပါ။
171 အထုံးအဖွဲ့ တော်တို့ကို သွန်သင် တော်မူသောအခါ ၊
အကျွန်ုပ် ၏နှုတ် သည် ချီးမွမ်း ခြင်းကို မြွက်ဆို ပါမည်။
172 အလုံးစုံ သော ပညတ် တော်တို့သည် ဖြောင့်မတ်
ပါသည်ဖြစ်၍ ၊ အကျွန်ုပ် လျှာ သည် ဗျာဒိတ် တော်ကို
သီချင်း ဆိုရပါမည်။
173 ကိုယ်တော် ၏ ဥပဒေသ
များကို နှစ်သက် ပါသည် ဖြစ်၍ ၊ လက် တော်သည်
အကျွန်ုပ် ကို မစ ပါစေ သော။
174 အို ထာဝရဘုရား ၊ ကယ်တင် တော်မူခြင်း ကျေးဇူး
ကို အကျွန်ုပ် တောင့်တ ပါ၏။ တရား
တော်သည် လည်း
အကျွန်ုပ် မွေ့လျော် ရာ ဖြစ်ပါ၏။
175 အကျွန်ုပ် သည် အသက် ရှင် ၍ ၊ ကိုယ်တော် ကို
ချီးမွမ်း ပါစေသော။ စီရင် တော်မူချက်တို့သည် အကျွန်ုပ်

ကို မစ ကြပါစေသော။
176 ပျောက် သော သိုး
ကဲ့သို့ အကျွန်ုပ်သည် လမ်းလွဲ ပါပြီ။ ကိုယ်တော် ၏
ကျွန် ကိုရှာ တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ်သည် ပညတ် တော်တို့
ကို မ
မေ့ မလျော့ပါ။

120

1 အကျွန်ုပ် သည် ဆင်းရဲ ခံရသောအခါ
ထာဝရဘုရား
ကို
အော်ဟစ် ၍ ၊ ထာဝရဘုရားသည် နားထောင် တော်
မူ၏။
2 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် အသက် ကို သစ္စာ
မရှိသော နှုတ် မှ ၎င်း၊ လှည့်စား တတ်သော လျှာ မှ
၎င်း ကယ်နှုတ် တော်မူပါ။
3 အိုလှည့်စား တတ်သောလျှာ ၊ သင် သည်အဘယ်
ကျေးဇူး ရှိ သနည်း။ အဘယ် အကျိုး ကိုခံရသနည်း။
4 အားကြီး သောသူ ၏ ထက် သောမြှား ကဲ့သို့ ၎င်း၊ ရ
သမ် သစ်သားမီးခဲ ကဲ့သို့ဌင်း ဖြစ်၏။
5 ငါသည် မေရှက် ပြည်၌
တည်းခို ၍ ၊ ကေဒါ တဲ ၌
နေရ သည် အရာမှာ အ မင်္ဂလာရှိ၏။

6 ငြိမ်သက် ခြင်းကို မုန်း သောသူတို့ နှင့်အတူ ၊ ငါ့
ဝိညာဉ် သည် ကြာမြင့် စွာနေ ရပါသည်တကား။
7 ငါ သည် ငြိမ်သက် ခြင်းဘက်မှာနေ၏။ ငါပြော လျှင်
မူကား ၊ သူ တို့သည် စစ်တိုက် ခြင်းငှါ အလိုရှိကြ၏။

121

1 ငါ့ ကိုမစ ခြင်း အကြောင်းသည် ပေါ်ထွက် ရသော
တောင် ရိုးသို့
ငါ မျှော် ကြည့်၏။
2 ကောင်းကင် နှင့် မြေကြီး ကို ဖန်ဆင်း တော်မူသော
ထာဝရဘုရား
ထံ တော်မှ၊ ငါ့ ကို မစ ခြင်းအကြောင်းသည် ပေါ်ထွက်
ရ၏။
3 သင် ၏ ခြေ ကို ချော် စေခြင်းငှါ အခွင့်ပေး တော် မ
မူ။ သင့် ကို စောင့် သောသူသည် အိပ် တော်မ မူ။
4 အကယ် စင်စစ်ကျသရေလ အမျိုးကို စောင့်
သောသူသည် ငိုက်မျဉ်း အိပ်ပျော် ခြင်း ရှိတော်မ မူ။
5 ထာဝရဘုရား သည် သင့် ကို စောင့် တော်မူ၏။ ထာဝရဘုရား
သည် သင် ၏လက်ျာ ဘက်၌ ရှိသောသင်
ခိုလှုံရာ အရိပ် ဖြစ်တော်မူ၏။
6 နေ့ အချိန်၌ နေ
အားဖြင့်ရင်း၊ ည၌ အချိန်၌ လ
အားဖြင့် ရင်း

အထိ အခိုက်မ ရှိရာ။
7 ထာဝရဘုရား သည် မ
ကောင်းသောအမှုအရာ အလုံးစုံ
တို့ကို ကွယ်ကာ ၍၊ သင် ၏အသက် ကို စောင့် တော်မူ
လိမ့်မည်။
8 ထာဝရဘုရား သည် သင် ၏ ထွက် ခြင်းနှင့်
ဝင် ခြင်းတို့ကို ယခု
မှစ၍ အစဉ် အပြတ် စောင့် တော်မူလိမ့်မည်။

122

1 ငါတို့သည် ထာဝရဘုရား
၏ အိမ် တော်သို့
သွား ကြကုန် အုံ့ ဟု သူ တ ပါး တို့သည် ပြော ကြ
သောအခါ ၊ ငါသည် ဝမ်းမြောက် ခြင်းရှိ၏။
2 အို ယေရုရှလင် မြို့၊ သင် ၏တံခါး တို့အတွင်း ၌ ငါ
တို့သည်ရပ် ၍ နေ ကြလိမ့်မည်။
3 ယေရုရှလင် မြို့သည် စေ့စပ် သော မြို့ ကဲ့သို့ တည်
၏။
4 အမျိုး အနွယ်တို့သည် ထို
မြို့သို့တက် ကြ၏။ ဣသရေလ
အမျိုး ထုံးစံ
ရှိ သည် အတိုင်း ၊ ထာဝရ ဘုရား၏ အမျိုး အနွယ်
တို့သည် ထာဝရဘုရား
၏ နာမတော် ကို

ချီးမွမ်း ခြင်းငှါ တက်သွားကြ၏။
5 ထို မြို့၌
တရား စီရင်ရာပလ္လင် ၊ ဒါဝိဒ် မင်းမျိုး ၏
ရာဇပလ္လင် တို့ သည်တည် ကြ၏။
6 ယေရုရှလင် မြို့ ငြိမ်ဝပ် မည်အကြောင်းဆုတောင်း
ကြလော့။ ထို
မြို့ကို မြတ်နိုး စုံမက်သောသူတို့ သည် ချမ်းသာ ရကြ
ပါစေသော။
7 သင် ၏မြို့ရိုး အတွင်း ၌ ငြိမ်ဝပ် ခြင်း၊ သင် ၏ဘုံ
ဗိမာန်တို့၌
ချမ်းသာ ခြင်းရှိ ပါစေသော။
8 သင် ၌ ငြိမ်ဝပ် ခြင်းရှိပါစေသောဟု ငါ သည် ညီအစ်
ကိုအတွက် ၊ အဆွေ ခင်ပွန်းတို့အတွက်
ပြော ဆို ပါမည်။
9 ငါ တို့ဘုရား သခင်ထာဝရဘုရား ၏ အိမ် တော် ကို
ထောက်
၍၊ သင် ၏ အကျိုး ကို ရှာ ပါမည်။

123

1 ကောင်းကင် ဘုံ၌
ကျိန်းဝပ် တော်မူ သောဘုရား၊ ကိုယ်တော် ကို
အကျွန်ုပ် မျှော် ကြည့် ပါ၏။
2 ကျွန် တို့သည် သခင် လက် ကို ၎င်း၊ ကျွန် မ
တို့သည် သခင်မ လက် ကို ၎င်းမျှော် ကြည့်သည်နည်းတူ

၊ အကျွန်ုပ် တို့ သည် ကယ်မ သနားတော်မူခြင်းကျေးဇူး ကို မ
ခံမှီတိုင်အောင်၊ အကျွန်ုပ် တို့၏ ဘုရား
သခင်ထာဝရဘုရား ကို မျှော် ကြည့်လျက်နေကြပါ၏။
3 အို ထာဝရဘုရား ၊ ကယ် မသနားတော်မူပါ။ အကျွန်ုပ် တို့သည် အလွန် အရှက် ကွဲခြင်းကိုခံရ ပါသည် ဖြစ်၍ ၊ ကယ် မသနားတော်မူပါ။
4 မထီမဲ့မြင် ပြုသောသူတို့ ၏ ကဲ့ရဲ့
ခြင်းကိုဝင်း၊ မာနကြီး သောသူတို့ ၏
အရှက်ခွဲ ခြင်းကိုဝင်း၊ အကျွန်ုပ် တို့ ၏ ဝိညာဉ် သည် အလွန် ခံရ ပါ၏။

124

1 ထာဝရဘုရား သည် ငါ တို့ဘက်မှာ ရှိ တော်မ မူလျှင် ဟူသောစကား နှင့် ချီ၍၊ ဣသရေလ
အမျိုးဆိုရ သောစကား ဟူမူကား၊
2 ထာဝရဘုရား သည် ငါ တို့ဘက် မှာ ရှိ တော်မ မူလျှင်၊ လူ
တို့သည် ငါ တို့ရန်ဘက် ၌
နေကြသောအခါ၊
3 အမျက် ထွက် ၍
ငါ တို့ကို အသက် နှင့်တကွ မျိုကြပြီတကား။
4 ထိုအခါ
ငါ တို့ကို ရေ

သည်၊ လွှမ်းမိုး ၍ စီး
သော ရေသည် ငါ တို့အသက် ဝိညာဉ်အပေါ်မှာ ကျော်
သွားပြီ တကား။
5 စော်ကား သော ရေ
တို့သည် ငါ တို့အသက်
ဝိညာဉ်အပေါ်မှာ ကျော်သွား ကြပြီတကား။
6 သူ တို့သွား နှင့်
ကိုက် ခဲရာ ဘို့ ငါ တို့ကို အပ် တော် မ
မူသော ထာဝရဘုရား
သည် မင်္ဂလာ ရှိတော်မူစေ သတည်း။
7 ငှက် သည် မုဆိုး
တို့၏ ကျော့ကွင်း ထဲက
လွတ်
သကဲ့သို့ ၊ ငါ တို့အသက် သည် လွတ်လျက်ရှိ၏။
ကျော့ကွင်း ပြတ် ၍
ငါ တို့သည် လွတ် ကြပြီ။
8 ကောင်းကင် နှင့်
မြေကြီး ကို ဖန်ဆင်း တော်မူ သောထာဝရဘုရား
၏ နာမ
တော်အားဖြင့် ၊ ငါ တို့သည် မစ ခြင်းကျေးဇူးကိုခံရကြ
သတည်း။

125

1 ထာဝရဘုရား ကို

ခိုလှုံ သောသူတို့ သည် မ
တုန်
မလှုပ်၊ အစဉ်အမြဲ တည် သော ဇိအုန် တောင် ကဲ့သို့
ဖြစ်ကြ၏။
2 တောင် ရိုးတို့သည် ယေရုရှလင် မြို့ကို ဝန်းရံ သကဲ့သို့
၊ ထာဝရဘုရား သည် မိမိ
လူ တို့ကို ယခု
မှစ၍ ၊ ကာလ အစဉ်မပြတ်ဝန်းရံ တော်မူ၏။
3 ဖြောင့်မတ် သောသူတို့ သည် ဒုစရိုက် ကို ပြု သော
အခွင့် မ ရှိစေခြင်းငှါ ၊ မ တရားသောသူတို့၏ လှံတံ သည်
ဖြောင့်မတ် သောသူတို့ ၏ အမွေခံ ရာအဘို့အပေါ်မှာ မ
တည် မနေရ။
4 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကောင်း သောသူ၊ သဘောဖြောင့်
သောသူတို့ အား
ကျေးဇူး ပြုတော်မူပါ။
5 ကောက် သောလမ်းများသို့ လွှဲ သွားသောသူတို့ ကို
ကား ၊ ထာဝရဘုရား သည် မ
တရားသဖြင့်ပြု သောသူတို့ နှင့်အတူ ထုတ်သွား တော်
မူမည်။ ဣသရေလ
အမျိုး ၌
ငြိမ်ဝပ် ခြင်း ရှိပါစေသော။

126

1 ဘ မ်း သွား ချုပ်ထား သော ဇိ အုန် သား တို့ ကို

ထာဝရဘုရား
ပြန်လာ စေတော်မူသောအခါ ၊ ငါတို့သည် အိပ်မက်
သောသူကဲ့သို့ ဖြစ် ကြ၏။
2 ထိုအခါ
ငါ တို့နှုတ် သည် ရယ် ခြင်းနှင့်ငင်း၊ ငါ တို့ လျှာ သည်
သီချင်း ဆိုခြင်းနှင့်ငင်း ပြည့်ဝ ၏။ တပါးအမျိုးသား
တို့ကလည်း၊ ထာဝရဘုရား
သည် သူတို့အဘို့
ကြီး သောအမှုကို ပြုတော်မူပြီဟု ဆို ကြ၏။
3 ထာဝရဘုရား သည် ငါ တို့အဘို့
ကြီး သောအမှုကို ပြုတော်မူပြီ။ ငါတို့သည်လည်း
ဝမ်းမြောက် လျက် နေ ကြ ၏။
4 အိုထာဝရဘုရား ၊ ဘမ်းသွားချုပ်ထားခြင်းကို ခံရ
သော
အကျွန်ုပ် တို့ကို
တောင် မျက်နှာချောင်း ရေကဲ့သို့ တဖန်ပြန်လာ စေ
တော်မူပါ။
5 မျက်ရည် ကျလျက်
မျိုးစေ့ကြဲ သောသူတို့သည် ရွှင်လန်း လျက်
စပါး ရိတ်ကြလိမ့်မည်။
6 မျက်ရည် ကျလျက် ကြဲ ရန် မျိုးစေ့ ကို ဆောင် ၍
ထွက်သွား သောသူသည်၊ ကောက်လှိုင်း များကို ဆောင်
လျက် ရွှင်လန်း သောစိတ်နှင့်
အမှန်ပြန်လာ လိမ့်မည်။

127

1 ထာဝရဘုရား သည် အိမ် ကို ဆောက် တော်မ မူ
လျှင် ၊ ဆောက် သောသူတို့ သည် အချည်းနှီး လုပ်ဆောင်
ကြ၏။ ထာဝရဘုရား
သည် မြို့ ကို စောင့် တော်မ မူလျှင် ၊ ကင်း စောင့်
တို့သည် အချည်းနှီး စောင့် ကြ၏။
2 စောစော ထလျက်၊ ညဉ့်နက်သည်တိုင်အောင်မအိပ်
ဘဲနေလျက်၊ ပင်ပန်း စွာ အစာ
စား လျက်နေ သော်လည်း အကျိုး မရှိ။ အိပ်ပျော် ရ
သောအခွင့်ကို ချစ် တော်မူသောသူအား
အမှန်ပေး တော်မူ၏။
3 ဘွား မြင်သော သား
သမီးတို့သည်ထာဝရဘုရား
ဆု ချ၍ ပေးသနားတော်မူသောအမွေ ဥစ္စာဖြစ်ကြ၏။
4 အသက် ပျိုစဉ်၊ ဘွားမြင်သော သားသမီး
တို့ သည် သူရဲ
လက် ၌
ရှိသောမြှား ကဲ့သို့ ဖြစ်ကြ၏။
5 မိမိ မြှား တောင့်ကို သူ
တို့နှင့် ပြည့် စေသော သူ သည် မင်္ဂလာ ရှိ၏။ သူ
တို့သည်
ရှက်ကြောက်ခြင်းမ ရှိ။ ရန်သူ တို့ကို တံခါး ဝ၌
ဆီးတား ကြလိမ့်မည်။

128

1 ထာဝရဘုရား ကို ကြောက်ရွံ့ ၍၊ လမ်းခရီး တော် သို့
လိုက်သွား သမျှ သောသူတို့ သည် မင်္ဂလာ ရှိကြ၏။
2 ထိုသို့ပြုလျှင် သင် သည် မိမိလက် နှင့် လုပ်ဆောင်
၍ရသောအစာကို စား
ရလိမ့်မည်။ မင်္ဂလာ ရှိ၍
ကောင်းစား ရလိမ့်မည်။
3 သင် ၏မယား သည် သင့် အိမ် နား မှာ
များစွာ အသီးသီးသော စပျစ် နွယ်ပင်ကဲ့သို့ ၎င်း၊ သားသမီး
တို့သည် သင့် စားပွဲ ပတ်လည် ၌
စိုက်ပျိုး သော သံလွင် ပင် များကဲ့သို့ ၎င်း ဖြစ်ကြ
လိမ့်မည်။
4 ထာဝရဘုရား ကို ကြောက်ရွံ့ သောသူသည် ထိုသို့
သော မင်္ဂလာ ရှိရလိမ့်မည်။
5 ထာဝရဘုရား သည် ဇိအုန် တောင်ပေါ်က
ကောင်းကြီး ပေးတော်မူ၍ ၊ ယေရုရှလင် မြို့ခံရသော
ကောင်းကျိုး ကို
တသက်လုံး မြင် ရလိမ့်မည်။
6 မိမိ သား သမီးတို့၌
ဘွားမြင်သော သားသမီး
တို့ကိုလည်း
မြင် ရလိမ့်မည်။ ဣသရေလ
အမျိုး၌

ငြိမ်ဝပ် ခြင်း ရှိပါစေသော။

129

1 ငယ် သောအရွယ်မှစ၍ ၊ ကြိမ်ဖန်များစွာ ငါ့ ကို သူ
တပါးတို့သည် ညှဉ်းဆဲ ကြပြီဟူသောစကားနှင့်ချီ၍၊ ဣ
သရေလ
အမျိုးဆို ရသော စကားဟူမူကား၊
2 ငယ် သောအရွယ်မှစ၍ ၊ ကြိမ်ဖန်များစွာ ငါ့ ကို သူ
တပါးတို့သည် ညှဉ်းဆဲ ကြပြီ။ သို့သော်လည်း ငါ့ ကို မ
နိုင် ကြ။
3 ထွန် သောသူတို့ သည် ငါ့ ကျော ပေါ်မှာ ထွန် ၍၊
ရှည်သော ထွန် ကြောင်းတို့ကို ဖြစ် စေကြ၏။
4 ထာဝရဘုရား သည် ဖြောင့်မတ် တော်မူ၏။ မ
တရားသောသူတို့ ၏ ကြိုး တို့ကို ဖြတ် တော်မူပြီ။
5 ဇိအုန် မြို့ ကို မုန်း သော သူ အပေါင်း တို့သည် ရှက်ကြောက် ၍
လှန် ခြင်းကိုခံရကြပါစေ။
6 အိမ်မိုး ပေါ်မှာ ပေါက် ၍၊ အဘယ်သူမျှမနှုတ်ဘဲ
ညှိုးနွမ်း တတ် သော မြက်ပင် ကဲ့သို့ ဖြစ် ကြပါစေ။
7 ထိုမြက်ပင်ကိုရိတ်
သောသူသည် လက်တဆုပ်မျှ မရ။ စည်း သောသူ
လည်း
လက် တပွေ့ မျှမ ရ။

8 လမ်းခ္ခ် ရှောက်သွား သော သူ တို့ က လည်း၊ ထာဝရဘုရား
ပေးတော်မူသော မင်္ဂလာ သက်ရောက် ပါစေ သော။ ထာဝရဘုရား
၏ နာမတော် ကို
အမှီပြု၍၊ သင် တို့ကို ကောင်းကြီး ပေးကြ၏ဟု မ
ပြော မဆိုရကြ။

130

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ နက်နဲ ရာထဲက
ကိုယ်တော် ကို အကျွန်ုပ်အော်ဟစ် ပါ၏။
2 အို ထာဝရ
ဘုရား၊ အကျွန်ုပ် ၏ စကား
သံကို
ကြား ၍၊ အကျွန်ုပ် ဆုတောင်း ပဌနာပြုသံ ကို
နားညောင်း တော်မူပါ။
3 အို ဘုရား
ရှင်ထာဝရ ဘုရား၊ ကိုယ်တော်သည် ဒုစရိုက်အပြစ်
များကို မှတ် တော်မူလျှင်
အဘယ်သူ သည် ခံရပ် နိုင်ပါမည်နည်း။
4 ကိုယ်တော် ကို
ကြောက်ရွံ့ စရာအကြောင်း ရှိစေခြင်းငှါ၊ အပြစ် လွှတ်
ခြင်းအခွင့်ကို ပိုင်တော်မူ၏။
5 ထာဝရဘုရား ကို ငါစောင့် လျက်နေ၏။ ငါ့ ဝိညာဉ်

သည် စောင့် လျက်နေ၏။ နှုတ်ကပတ် တော်ကို
ငါမြော်လင့် ၏။
6 နံနက် ကို မြော်လင့် သောသူတို့ ထက်မက ၊ ငါ့ ဝိညာဉ်
သည် ဘုရား
ရှင်ကို မြော်လင့် လျက်နေ၏။
7 ဣသရေလ အမျိုးသည် ထာဝရဘုရား
ကို
မြော်လင့်
ပါစေ။ အကြောင်း မူကား၊ ထာဝရဘုရား
၌
ကရုဏာ
ရှိ၏။ များစွာ သော ရွေးနှုတ် ခြင်းကျေးဇူးရှိ၏။
8 ဣသရေလ အမျိုးကို
ခပ်သိမ်း သောဒုစရိုက် အပြစ်တို့အထဲက
ရွေးနှုတ် တော်မူလိမ့်မည်။

131

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် သည် စိတ် မ မြင့် ပါ။
မျက်နှာ လည်း
မ မော် ပါ။ ကိုယ်နှင့်မတန်၊ ကြီးမြင့် သော အမှု တို့၌
မ ကျင်လည် ပါ။
2 အကယ် စင်စစ်အကျွန်ုပ် သည် အမိ
နို့ နှင့်
ကွာ သော သူငယ်ကဲ့သို့ ၊ ကိုယ် စိတ် ကို ဖြေ ၍

ငြိမ်း စေပါပြီ။ အကျွန်ုပ် စိတ် နှလုံးသည် နို့
ကွာသော သူငယ်ကဲ့သို့ ဖြစ်ပါ ၏။
3 ဣသရေလ အမျိုးသည် ယခု
မှစ၍ ၊ ကာလ
အစဉ်မပြတ်ထာဝရဘုရား ကို
မြော်လင့် ပါစေ။

132

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ ဒါဝိဒ် မင်းကို ၎င်း၊ သူ
ခံရ သမျှ
သော ဆင်းရဲခြင်းကိုဝင်းအောက်မေ့ တော်မူပါ။
2 -
3 -
4 -
5 ထိုမင်းက၊ ယာကုပ် အမျိုး ကိုးကွယ်သော တန်ခိုး ရှင်
ထာဝရဘုရား
ကျိန်းဝပ် တော်မူရာအရပ် ကို အကျွန်ုပ် သည် မ
တွေ့ မှီတိုင်အောင် ကိုယ် နေရာ အိမ် သို့ မ ဝင် ၊ ကိုယ်
အိပ်ရာ ပေါ် သို့မ တက် ၊ ကိုယ် မျက်စိ အိပ် ရ မည့်အခွင့်
၊ မျက်ခမ်း မှိတ် ရမည့်အခွင့်ကို မ
ပေးပါဟု၊ ယာကုပ် အမျိုး ကိုးကွယ်သော တန်ခိုး ရှင်
ထာဝရဘုရား ထံ
ကျိန်ဆို ၍ အဓိဋ္ဌာန် ပြု၏။
6 တဲတော်သည် ဧဖရိမ် ပြည်မှာ ရှိကြောင်းကို ငါ
တို့သည်ကြား ရပြီ။ ယာရိမ် တော ၌

တွေ့ ကြပြီ။
7 ဘုံ ဗိမာန်တော်သို့
ဝင် ၍၊ ခြေ တော်တင်ရာ ခုံ
အောက် ၌ ပြပ်ဝပ် ကိုးကွယ်ကြကုန်အုံ့။
8 အို ထာဝရဘုရား ၊ ကျိန်းဝပ် တော်မူရာသို့
ဘုန်း
တော်နှင့်ယှဉ်သော ဓမ္မသေတ္တာ
နှင့်တကွ တက် တော်မူပါ။
9 ကိုယ်တော် ၏ ယဇ ပုရောဟိတ်တို့သည် ဖြောင့်မတ်
ခြင်း တန်ဆာ ကိုဆင်၍ ၊ ကိုယ်တော် ၏ သန့်ရှင်း သူ
တို့သည် ရွှင်လန်း စွာ သီချင်းဆိုကြပါစေသော။
10 ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် ဒါဝိဒ် မင်း၏ မျက်နှာ ကို
ထောက် သဖြင့် ၊ ကိုယ်တော် ထံ၌ ဘိသိက်ခံ သောသူ
ကို ငြင်းပယ် တော်မ မူပါနှင့်။
11 ထာဝရဘုရား သည် ဒါဝိဒ် အား
မိဋ္ဌဌာန်ကျိန်ဆို ခြင်းကိုပြု၍၊ သစ္စာ
ဖျက်တော်မ မူသော စကားဟူမူကား၊ သင် ၏အမျိုး
အနွယ် ကို
သင် ၏ ပလ္လင် ပေါ်မှာ ငါတင် မည်။
12 သင် ၏သား တို့သည် ငါ့ ပဋ္ဌိညာဉ် တရားကိုငင်း၊ ငါ
သွန်သင် သော
သက်သေခံ ချက်ကိုငင်းစောင့်ရှောက်
လျှင် ၊ သူ တို့၏သား များသည်လည်း သင် ၏ ပလ္လင်

ပေါ်မှာ အစဉ် အမြဲထိုင် ရကြလိမ့်မည်ဟု ဗျာဒိတ်ထား တော်မူပြီ။

13 ထာဝရဘုရား သည် ဇိအုန် မြို့ကို
ရွေးကောက် ၍ ၊ အမြဲနေ တော်မူရာဘို့
အလို တော်ရှိသည်အရာမှာ၊
14 ဤ မြို့ကား ငါ အစဉ် အမြဲ ကျိန်းဝပ် ရာမြို့တည်း။
ငါအလိုရှိ သည် ဖြစ်၍ ၊ ဤ မြို့၌ငါနေ မည်။
15 သူ ၏ အစာ
အာဟာရကို အထူးသဖြင့်ကောင်းကြီး
ပေးမည်။ သူ
၌ဆင်းရဲသား တို့ကို ဝ စွာကျွေးမည်။
16 သူ ၏ ယဇ် ပုရောဟိတ်တို့ကို ကယ်တင် ခြင်း
တန်ဆာ ကို ဆင်စေသဖြင့် ၊ သူ ၌သန့်ရှင်း သူတို့သည်
ရွှင်လန်း သော သီချင်းကို ရွှင်လန်းစွာ ဆိုရကြလိမ့်မည်။
17 ထို မြို့၌ ဒါဝိဒ် ၏
ဦးချို့ ကို ငါပေါက် စေမည်။ ငါ့ ထံ ၌ ဘိသိက် ခံ သော
သူဘို့ မီးခွက် ကို ငါပြင်ဆင် ပြီ။
18 ထိုအရှင် ၏ ရန်သူ များကို ရှက်ကြောက် ခြင်းနှင့် ငါ
ဖုံးလွှမ်း မည်။ သူ
၏ဦးရစ် သရဖူသည် ဘုန်းပွင့် လျက် ရှိလိမ့်မည်ဟု
ဗျာဒိတ်တော်ရှိ၏။

133

1 ညီအစ်ကို တို့သည် သဘော

တူလျက်ပေါင်းဘော် ကြသည်အရာမှာ အလွန်ကောင်း
ပေ၏။ အလွန်တင့်တယ် လျောက်ပတ်ပေ၏။

2 အာရုံ ၏ ခေါင်း ပေါ် မှာ လောင်း လျက်၊ သူ၏
မုတ်ဆိတ် သို့ စီး ၍၊ လည်စွပ် တိုင်အောင် ကျသောနံ့သာ
ဆီ
ကဲ့သို့ ဖြစ်၏။

3 ဟေရမုန် တောင်နှင့် ဇိအုန် တောင် ရိုးပေါ် သို့ ကျ
သော
နှင်း ကဲ့သို့ ဖြစ်၏။ ထို
သို့နေကြသော အရပ်၌၊ ထာဝရဘုရား
သည် အစဉ် အ မြဲ အသက်ရှင် ခြင်း အခွင့် တည်း
ဟူသောကောင်းကြီး မင်္ဂလာကို စီရင် တော်မူ၏။

134

1 ထာဝရဘုရား ၏ အိမ် တော်၌
ညဉ့်ယံ စောင့်
သော ထာဝရဘုရား
၏ ကျွန် တော်အပေါင်း တို့၊ ထာဝရဘုရား
ကို ကောင်းကြီး ပေးကြလော့။

2 သန့်ရှင်း ရာ ဌာန တော် သို့ လက် ကိုချီ ၍ ၊
ထာဝရဘုရား
ကို ကောင်းကြီး ပေး ကြလော့။

3 ကောင်းကင် နှင့်
မြေကြီး ကိုဖန်ဆင်း တော်မူသော ထာဝရဘုရား

သည် ဇီအုန် တောင်ပေါ်က ၊ သင့် ကို ကောင်းကြီး ပေး
တော်မူ ပါ စေသော။

135

1 ထာဝရဘုရား ၏ နာမတော် ကို ချီးမွမ်း ကြလော့။
2 ထာဝရဘုရား ၏ အိမ် တော်၊ ငါ တို့ ဘုရား
သခင် ၏ အိမ် တော်တန်တိုင်း တွင်
အမှု စောင့်သော ထာဝရဘုရား
၏ ကျွန် တော်တို့၊ ချီးမွမ်း ခြင်းကိုပြုကြ လော့။
3 ထာဝရဘုရား သည် ကောင်းမြတ် တော် မူ
သောကြောင့် ၊ ထာဝရ ဘုရားကို ချီးမွမ်း ကြ လော့။ နာမ
တော်ကို
ထောမနာသီချင်း ဆိုကြလော့။ ထိုသို့
သော အမှုသည် တင့်တယ် လျောက်ပတ်ပေ၏။
4 အကြောင်း မူကား၊ ထာဝရ
ဘုရားသည် ယာကုပ်
အမျိုးကို ကိုယ်တော် အဘို့ ၎င်း၊ ဣသရေလ
အမျိုးကို ဘဏ္ဍာ
တော်ဖြစ် စေခြင်းဌါဌင်း ရွေးကောက် တော်မူပြီ။
5 ထာဝရဘုရား သည် ကြီး တော်မူကြောင်း ၊ ငါ တို့
၏ဘုရား
ရှင်သည် ဘုရား
တကာ တို့ထက်

မြတ်တော်မူ ကြောင်း ကို ငါ သိ ၏။

6 ထာဝရဘုရား သည် ကောင်းကင် ၊ မြေကြီး ၊ သမုဒ္ဒရာ ၊ နက်နဲ ရာအရပ်ရပ်တို့၌ အလိုတော် ရှိသမျှ တို့ကို ပြု
တော်မူ၏။

7 မြေကြီး စွန်း မှ
မိုယ်းတိမ် တို့ကို တက် စေတော်မူ ၏။ မိုယ်း နှင့်တကွ
လျှပ်စစ် ကို ဖန်ဆင်း တော်မူ၏။ ဘဏ္ဍာ
တော်တိုက်ထဲက
လေ ကို ထုတ် တော်မူ၏။

8 အဲဂုတ္တုတု ပြည်၌ လူ
မှုစ၍ တိရစ္ဆာန် တိုင်အောင် သားဦး ရှိသမျှ တို့ကို
ဒဏ်ခတ် တော်မူ၏။

9 အို အဲဂုတ္တုတု
ပြည်၊ သင် ၏ အထဲ မှာ ဖာရော
မင်းမှုစ၍ ၊ သူ ၏ကျွန် အပေါင်း တို့၏အပေါ် သို့
လက္ခဏာ
သက်သေ၊ အံ့ဘွယ် သောအမှုတို့ကို စေလွှတ် တော်
မူ၏။

10 အာမောရိ ပြည်ကို အစိုး
ရသောရှိဟုန် မင်း၊

11 ဗာရှန် ပြည်ကို အစိုးရ
သော ဩဃ
မင်းနှင့်တကွ ၊ ဘုန်းကြီး သော ရှင် ဘုရင်များကို

ကွပ်မျက် ၍ ၊ များပြား သော လူမျိုး နှင့်တကွ ၊ ခါနာ
န် တိုင်း နိုင်ငံအပေါင်း တို့ကို လုပ်ကြံ သဖြင့်၊
12 သူ တို့နေရာ မြေ ကိုလွှဲ ၍ ၊ မိမိ လူ
ဣသရေလ အမျိုးအား
အမွေ ကို ပေးချတော်မူ၏။
13 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ၏ အမည် သည် နိစ္စ
ထာဝရဖြစ်ပါ၏။ အိုထာဝရဘုရား ၊ ဘွဲ့နာမတော်သည်
ကာလ အစဉ်အဆက် တည်ပါ၏။1
14 ထာဝရဘုရား သည် မိမိ
ကျွန် တို့၏ အတွက်
နောင်တ ရ၍ ၊ မိမိ လူစု ဘက်မှ တရား စီရင်တော်မူ၏။
15 သာသနာပ လူတို့ ကိုးကွယ်သော ရုပ်တု တို့ကား ငွေ
လည်းဖြစ်၏။ ရွှေ လည်းဖြစ်၏။ လူ
လက် ဖြင့် လုပ် သော အရာပေတည်း။
16 ထို ရုပ်တုတို့သည် နှုတ် ရှိ၍ စကား
မ ပြောတတ်။ မျက်စိ ရှိ၍
မ မြင် တတ်။
17 နား ရှိ၍
မ ကြား တတ်။ သူ
တို့ပစပ် ၌ လည်း
ထွက် သက်ဝင်သက် မ
ရှိ ပါတကား။
18 လုပ် သောသူတို့ လည်း အတူတူ ၊ ကိုးစား သော သူ

အပေါင်း တို့လည်း အတူတူပါ တကား။

19 အိုဣသရေလ

အမျိုး ၊ ထာဝရဘုရား ကို ကောင်းကြီး ပေးလော့။ အိုအာရုန်

အမျိုးအနွယ် ၊ ထာဝရဘုရား ကို ကောင်းကြီး ပေးလော့။

20 အိုလေဝိ အမျိုးအနွယ် ၊ ထာဝရဘုရား ကို ကောင်းကြီး

ပေးလော့။ ထာဝရဘုရား

ကို ကြောက်ရွံ့ သောသူတို့၊ ထာဝရဘုရား

ကို ကောင်းကြီး ပေးကြလော့။

21 ယေ ရုရှ လင် မြို့ မှာ ကျိန်းဝပ် တော် မူ သော ထာဝရဘုရား သည် ဇိအုန် တောင်ပေါ်မှာ မင်္ဂလာ ရှိတော်မူ စေသတည်း။ ဟာလေလုယ။

136

1 ထာဝရဘုရား သည် ကောင်းမြတ် တော် မူ၍ ၊ ကရုဏာ တော် အစဉ် အမြဲတည်သောကြောင့်

ဂုဏ်ကျေးဇူးတော်ကို ချီးမွမ်း ကြလော့။

2 ဘုရား တို့၏အရှင် ၊ ဘုရား သခင်၏ ကရုဏာ

တော် အစဉ် အမြဲတည်သောကြောင့် ၊ ဂုဏ်ကျေးဇူး တော်ကို ချီးမွမ်း ကြလော့။

3 အရှင် တို့၏သခင် ၊ ဘုရား ရှင်၏ ကရုဏာ

တော် အစဉ် အမြဲတည် သောကြောင့် ၊ ဂုဏ်ကျေးဇူး
တော်ကို ချီးမွမ်း ကြလော့။

4 ကရုဏာ တော် အစဉ် အမြဲတည်သည်ဖြစ်၍ ၊ အံ့ဘွ
ယ် သောအမှုတို့ကို တပါး တည်းသာ ပြု တော်မူထသော၊

5 ကရုဏာ တော်အစဉ် အမြဲတည် သည်ဖြစ်၍ ၊ ပညာ
တရားအတိုင်း
ကောင်းကင် ကို ဖန်ဆင်း တော်မူထသော၊

6 ကရုဏာ တော်အစဉ် အမြဲတည်သည်ဖြစ်၍ ၊ ရေ ပေါ်
မှာ မြေကြီး ကို ဖြန့် တော်မူထသော၊

7 ကရုဏာ တော်အစဉ် အမြဲတည်သည်ဖြစ်၍ ၊ အလင်း
အိမ်ကြီး တို့ကို ဖန်ဆင်း တော်မူထသော၊

8 ကရုဏာ တော်အစဉ် အမြဲတည်သည်ဖြစ်၍ ၊ နေ့ ကို
အုပ်စိုး ရသောနေ ကိုဌင်း ၊

9 ကရုဏာ တော်အစဉ် အမြဲတည်သည်ဖြစ်၍ ၊ ည၌ ကို
အုပ်စိုး ရသောလ နှင့် ကြယ် များကိုဌင်းဖန်ဆင်းတော်မူ
ထသော၊

10 ကရုဏာ တော်အစဉ် အမြဲတည်သည်ဖြစ်၍ ၊ အဲဂု
တ္တုတု ပြည်မှာ
သားဦး များကို ဒဏ်ခတ် တော်မူထသော၊

11 ကရုဏာ တော် အစဉ် အ မြဲ တည် သည် ဖြစ်၍
၊ အားကြီး သော လက်၊ ဆန့် သော လက်ရုံး တော် ကို
လက်နက်ပြုတော်မူထသော၊

12 ကရုဏာ တော်အစဉ် အမြဲတည်သည်ဖြစ်၍ ၊ ဣ
သရေလ အမျိုးကို အဲဂုတ္တုတု

ပြည်သားတို့ အထဲ
ကို
ထုတ် ဆောင်တော်မူထသော၊
13 ကရုဏာ တော်အစဉ် အမြဲတည်သည်ဖြစ်၍ ၊ ဧဒုံ
ပင်လယ် ကို အပိုင်းပိုင်း ခွဲ တော်မူထသော၊
14 ကရုဏာ တော်အစဉ် အမြဲတည်သည်ဖြစ်၍ ၊
ပင်လယ်အလယ် ၌
ဣသရေလ အမျိုးကို ရှောက်သွား စေတော်မူထသော၊
15 ကရုဏာ တော်အစဉ် အမြဲတည်သည်ဖြစ်၍ ၊ ဖာရော
မင်းနှင့် ဗိုလ်ခြေ များကို ဧဒုံ
ပင်လယ် ထဲ၌ လှဲချ တော်မူထသော၊
16 ကရုဏာ တော် အစဉ် အမြဲတည် သည်ဖြစ်၍ ၊ မိမိ
လူစု ကိုတော ၌
ပို့ဆောင် တော်မူထသော၊
17 ကရုဏာ တော် အစဉ် အမြဲတည် သည်ဖြစ်၍ ၊ ကြီး
သောဘုရင် တို့ကို ဒဏ်ခတ် တော်မူထသော၊
18 -
19 -
20 ကရုဏာ တော်အစဉ် အမြဲတည်သည်ဖြစ်၍ ၊ အာ
မောရိ ပြည်ကို အစိုးရ
သောရှိဟုန် မင်းကို ၎င်း၊ ကရုဏာ
တော်အစဉ် အမြဲတည် သည်ဖြစ်၍ ၊ ဗာရှန် ပြည် ကို
အစိုးရ
သောဩဃ မင်းကို ၎င်း၊ ကရုဏာ

တော် အစဉ်
အမြဲတည်သည်ဖြစ်၍ ၊ ဘုန်းကြီး သော ဘုရင် များ
ကိုဎင်း၊ လုပ်ကြံ တော်မူထသော၊
21 ကရုဏာ တော် အစဉ် အမြဲတည်သည်ဖြစ်၍ ၊ သူ
တို့နေရာမြေ ကို လွှဲ တော်မူထသော၊
22 ကရုဏာ တော်အစဉ် အမြဲတည်သည်ဖြစ်၍ ၊ မိမိ
ကျွန် ဣသရေလ အမျိုးအား
အမွေ ကို ပေးချတော်မူထသော၊
23 ကရုဏာ တော်အစဉ် အမြဲတည်သည်ဖြစ်၍ ၊ နှိမ့်ချ
လျက်နေသောငါ တို့ကိုအောက်မေ့ တော်မူထသော၊
24 ကရုဏာ တော်အစဉ် အမြဲတည်သည်ဖြစ်၍ ၊ ငါ တို့
ကိုရန်သူ တို့ အထဲ
က ရွေးနှုတ် တော်မူထသော၊
25 ကရုဏာ တော်အစဉ် အမြဲတည်သည်ဖြစ်၍ ၊
ခပ်သိမ်း သောသတ္တဝါ တို့ကို ကျွေးမွေး တော်မူသော၊
26 ကောင်းကင် ဘုံ၏ အရှင်ဘုရား သခင်၏ ကရုဏာ
တော်သည် အစဉ် အမြဲတည်သောကြောင့် ၊ ဂုဏ်
ကျေးဇူးတော်ကို ချီးမွမ်း ကြလော့။

137

1 ဗာဗုလုန် မြစ် တို့အနား မှာ ငါတို့သည်ထိုင် ၍ ၊ ဇိအုန်
မြို့ကို အောက်မေ့ လျက် ငိုကြွေး ကြ၏။
2 ငါ တို့စောင်း များကိုလည်း ထို အရပ်တွင် မိုယ်းမခ
ပင်တို့၌ ဆွဲထား ကြ၏။

3 အကြောင်း မူကား၊ ထို အရပ်၌ ငါ တို့ကို ဘမ်း သွား
ချုပ်ထားသော သူနှင့် ၊ ငါ တို့ကိုညှဉ်းဆဲ သောသူတို့က၊
ဇိအုန် သီချင်း ကို ငါ တို့အား ဆို ကြလော့ဟု၊ သီချင်း ဆို
သံ ကိုဌင်း၊ ရွှင်လန်း သော အသံကိုဌင်း၊ ငါ တို့၌ တောင်း
ကြပါ သည်တကား။

4 တကျွန်း တနိုင်ငံ၌ ထာဝရဘုရား ၏ သီချင်း ကို
အဘယ်သို့ ဆို ရပါမည်နည်း။

5 အိုယေရုရှလင် မြို့၊ သင့် ကို ငါမေ့ လျှင် ငါ့ လက်ျာ
လက်သည် မိမိအတတ်ကိုမေ့ ပါစေ။

6 သင့် ကို ငါ မ အောက်မေ့ ၊ အမြတ် ဆုံး သော
ဝမ်းမြောက် ခြင်းအကြောင်း ထက်၊ ယေရုရှလင် မြို့ကို
အမြတ် မ ထားလျှင် ၊ ငါ့ လျှာ သည် အာခေါင် ၌ ထပ်
ပါစေ။

7 အိုထာဝရဘုရား ၊ ယေရုရှလင် မြို့၏ နေ့ရက်အချိန်
ရောက်သောအခါ၊ မြို့ရိုး ကို
အမြစ် တိုင်အောင် ရှင်း လိုက်ကြ၊ ရှင်း လိုက်ကြဟု ဆို
ကြသော ဧဒုံ အမျိုးသား တို့ကို အောက်မေ့ တော်မူပါ။

8 ဖျက်ဆီး တတ်သော ဗာဗုလုန် မင်းသမီး ၊ သင် သည်
ငါ တို့၌ ပြု သည်အတိုင်း ၊ သင် ၌ အပြစ် ကိုဆပ်ပေး
သောသူ သည် မင်္ဂလာ ရှိ၏။

9 သင် ၏သူငယ် တို့ကိုကိုင်ယူ ၍ ၊ ကျောက် ပေါ် မှာ
ဆောင့် သောသူသည် မင်္ဂလာ ရှိ၏။

138

1 အို ထာဝရ ဘုရား၊ ကိုယ်တော် ကို စိတ် နှလုံး
အကြွင်းမဲ့ အကျွန်ုပ်ချီးမွမ်း ပါမည်။ အခြား တပါး သော
ဘုရား တို့ရှေ့ မှာ ကိုယ်တော် ကို ထောမနာသီချင်း ဆိုပါ
မည်။
2 သန့်ရှင်း သော ဗိမာန် တော်သို့ မျက်နှာပြုလျက် ပြပ်
ဝပ်ကိုးကွယ် ၍ ၊ ကရုဏာ တော်နှင့် သစ္စာ တော်ကြောင့်
နာမ တော်ကိုချီးမွမ်း ပါမည်။ အကြောင်း မူကား၊ ဂတိ
တော်ကိုသိတင်း တော်ရှိသမျှ ထက် ချီးမြှောက် တော်မူ
ပြီ။
3 အကျွန်ုပ်အော်ဟစ် သောနေ့ တွင် နားထောင် တော်
မူ၍ ၊ စိတ် ဝိညာဉ်ထဲ သို့ ခွန်အား ကို သွင်းသဖြင့်၊
အကျွန်ုပ် ကို ခိုင်မာ စေတော်မူ၏။
4 အို ထာဝရဘုရား ၊ လောကီ ရှင် ဘုရင် အပေါင်း
တို့သည် နှုတ် တော်ထွက်စကား တို့ကို ကြား ရသည်
ဖြစ်၍ ၊ ဂုဏ်တော်ကို ချီးမွမ်း ကြပါလိမ့်မည်။
5 ထာဝရဘုရား ၏ လမ်းခရီး တော် တို့၌ လိုက်၍
သီချင်း ဆို ကြ ပါ လိမ့်မည်။ အကြောင်း မူကား၊
ထာဝရဘုရား
သည် ဘုန်း ကြီး တော်မူ၏။
6 ထာဝရဘုရား သည် မြင့်မြတ် တော်မူသော်လည်း ၊
စိတ်နှိမ့်ချ သောသူတို့ ကို ကြည့်ရှု တော်မူ၏။ စိတ်မြင့်
သောသူတို့ ကိုကား ၊ အဝေး က သိ တော်မူ၏။

7 အကျွန်ုပ် သည် ဆင်းရဲ ဒုက္ခ များ၌ ကျင်လည်
သော်လည်း ၊ ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ် ကို အသက်ရှင်
စေတော်မူလိမ့်မည်။ လက် တော်ကို ဆန့် လျက် ၊ ရန်သူ
တို့ ၏အမျက် ဒေါသကို ဆီးတား၍ ၊ လက်ျာ လက်တော်
အားဖြင့်အကျွန်ုပ် ကို ကယ်တင် တော်မူလိမ့်မည်။
8 ထာဝရဘုရား သည် ငါ ၏အမှု ကို ပြီးစီး စေတော်မူ
မည်။ အိုထာဝရဘုရား ၊ ကရုဏာ တော်သည် အစဉ် အမြဲ
တည် ပါသည်ဖြစ်၍၊ ကိုယ်တော် ၏ လက် နှင့်ပြုစုသော
အမှု တို့ကို စွန့်ပစ် တော်မ မူပါနှင့်။

139

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ် ကို
စစ်ကြော ၍
သိ တော်မူ၏။
2 အကျွန်ုပ် ထိုင် ခြင်း၊ ထ
ခြင်းအရာတို့ကို သိ
တော်မူ ၏။ အကျွန်ုပ်
အကြံ အစည်တို့ကို အဝေး
က ပင် နားလည် တော်မူ၏။
3 အကျွန်ုပ် သွားသောလမ်း ကိုဝင်း ၊ အိပ်ရာကိုဝင်း
စစ်ဆေး၍၊ အကျွန်ုပ် ကျင့် သောအကျင့် အလုံးစုံ
တို့ကို ကျွမ်း တော်မူ၏။
4 အကျွန်ုပ် သည် စကား

တခွန်း ကိုမျှ မ
မြွက်သော်လည်း ၊ အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော်သည်
အကြွင်းမဲ့ သိ တော်မူ၏။
5 ကိုယ်တော်သည်အကျွန်ုပ် ကို ပတ်လည် ဝိုင်းထား ၍
၊ အကျွန်ုပ် အပေါ်မှာ လက် တော်ကိုတင် တော်မူပြီ။
6 ထိုသို့သော ဉာဏ် သည် အံ့သြ
ဘွယ်ဖြစ်၍၊ အကျွန်ုပ် မတတ်နိုင်ပါ။ မြင့်မြတ် သည်
ဖြစ်၍အကျွန်ုပ် မ
မှီနိုင် ပါ။
7 ဝိညာဉ် တော်နှင့် လွတ်ခြင်းအလိုဌာ အဘယ်
အရပ်သို့ သွား နိုင်ပါမည်နည်း။ မျက်နှာ တော်နှင့်
လွတ်ခြင်းအလိုဌာ အဘယ် အရပ်သို့ ပြေး နိုင်ပါမည်
နည်း။
8 ကောင်းကင် သို့တက် လျှင်
ကိုယ်တော် ရှိ တော်မူ၏။ မရဏ
နိုင်ငံ၌ အိပ်ရာကိုခင်း လျှင်
ကိုယ်တော် ရှိ တော်မူ ၏။
9 နံနက် အတောင် တို့ကိုယူ ၍ သမုဒ္ဒရာ
စွန်း ၌
နေ လျှင်၊
10 ထို အရပ်၌ ပင် ကိုယ်တော် ၏လက် သည် အကျွန်ုပ်
ကို ပို့ဆောင် လျက် ၊ လက်ျာ လက်တော်သည် ကိုင် လျက်
ရှိပါလိမ့်မည်။

11 အကယ်၍ မှောင်မိုက် သည်ငါ့ ကိုဖုံးလွှမ်း မည်ဟု
တဖန် ဆို လျှင်၊ ညဉ့် သည်လည်း
အကျွန်ုပ် ပတ်ဝန်းကျင် ၌ အလင်း ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။
12 အကယ် စင်စစ်မှောင်မိုက် သည် ရှေ့တော်၌
အဘယ်အရာကိုမျှ မ
ဖုံးနိုင်ပါ။ ညဉ့် သည် နေ့
ကဲ့သို့ လင်း ပါ၏။ မှောင်မိုက် သဘောနှင့် အလင်း
သဘောသည် တူ ပါ၏။
13 ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ် ၏ ကျောက်ကပ် ကို ပင်
ဖန်ဆင်း ၍၊ အမိ
ဝမ်း ထဲမှာ
အကျွန်ုပ် ကို ဖုံးအုပ် တော်မူပြီ။
14 အကျွန်ုပ်သည် ကြောက်မက် ဘွယ်သော လက္ခဏာ၊
ထူးဆန်း သော လက္ခဏာ တို့နှင့် ပြည့်စုံသည် ဖြစ်၍၊
ကိုယ်တော် ကို ချီးမွမ်း ပါမည်။ ပြုပြင်တော်မူသောအမှု
တို့သည် အံ့သြ
ဘွယ်ဖြစ်ကြောင်း ကို အကျွန်ုပ် ၏ စိတ် ဝိညာဉ်သည်
အမှန် သိ ပါ၏။
15 မ ထင်ရှားသော အရပ်၌
အကျွန်ုပ်ကိုဖန်ဆင်း ၍၊ မြေကြီး အောက် အရပ်၌
စေ့စပ် စွာ ပြုပြင်တော်မူသောအခါ ၊ အကျွန်ုပ် ၏ကိုယ်
ခန္ဓာသည် ရှေ့တော်၌
ထင်ရှား လျက်ရှိပါ၏။

16 မစုံလင်သေးသော အကျွန်ုပ် ၏အလုံး အထွေးကို
လည်း ကိုယ်တော် သည်ကြည့်ရှု ၍ မြင် တော်မူပြီ။ ထို
အရာ တို့ကို ပြုပြင် ၍
တစုံ တခုမျှ မ
ရှိမီကာလ တွင်၊ ကိုယ်တော် ၏ စာရင်း ၌ အကုန် အ
စင်မှတ်သား လျက် ရှိကြပါ၏။
17 အိုဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ် ၌
ကိုယ်တော် ၏
အကြံအစည် တို့သည် အလွန် ထူးဆန်း ကြ ပါ၏။ အလွန်
များပြား ကြပါ၏။
18 ထို အကြံအစည်တော်တို့ကို ရေတွက် လျှင်၊ သဲလုံး
နှင့်အမျှမက
သာ၍များပြား ကြပါ၏။ အကျွန်ုပ်သည် နိုး
သောအခါ ကိုယ်တော် ထံ၌
အစဉ် ရှိပါ၏။
19 အိုဘုရား သခင်၊ ကိုယ်တော်သည် မ
တရားသောသူတို့ ကို ကွပ်မျက် တော်မူပါစေသော။ လူ
အသက် ကိုသတ် တတ်သောသူတို့၊ ငါ့ ထံ မှ ဖယ်သွား
ကြ။
20 ထိုသူတို့သည် ကိုယ်တော် တဘက်၌ မနာလို သော
စိတ်နှင့်ပြောဆို ၍၊ ကိုယ်တော် ၏ရန်သူ တို့သည် မ
တရားသဖြင့်

ဝါကြွား ကြပါ၏။

21 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ကို မုန်း သောသူတို့ ကို
အကျွန်ုပ်မုန်း ပါသည်မ ဟုတ်လော။ အာဏာ တော် ကို
ဆန်သောသူတို့ကို အကျွန်ုပ်ရွံ့ရှာ ပါသည် မဟုတ် လော။

22 ထိုသူ တို့ကို စိတ် နှလုံးအကြွင်းမဲ့မုန်း ပါ၏။ ကိုယ်
ရန်သူ ကဲ့သို့ မှတ် ပါ၏။

23 အိုဘုရား သခင်၊ အကျွန်ုပ် ကို စစ်ကြော ၍ ၊
အကျွန်ုပ် ၏နှလုံး ကို သိမှတ် တော်မူပါ။ စုံစမ်း ၍
စိတ်
အထင်များကိုလည်း သိမှတ် တော်မူပါ။

24 ဆိုး သောလမ်း သို့ အကျွန်ုပ် လိုက် သည် မလိုက်
သည်ကို
ကြည့်ရှု ၍ ၊ ထာဝရ လမ်း ထဲသို့
သွေးဆောင် တော်မူ ပါ။

140

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ ဆိုး သောသူ ၏လက်မှ
အကျွန်ုပ် ကို ကယ်နှုတ် တော်မူပါ။ ကြမ်းတမ်း သော
သူ
၏လက်မှ
အကျွန်ုပ် ကို ကွယ်ကာ စောင့်မတော်မူပါ။

2 ထိုသူတို့သည်နှလုံး ထဲမှာ မ ကောင်းသော အကြံ အ
စည် ရှိ၍ ၊ စစ်မှု ကို အစဉ် နှိုးဆော် ကြပါ၏။

3 သူတို့သည်မြွေ ကဲ့သို့ မိမိ တို့လျှာ ကို သွေး တတ် ကြ
ပါ၏။ သူ
တို့နှုတ်ခမ်း အထဲ မှာ မြွေဆိုး အဆိပ် အတောက်ရှိ
ပါ၏။
4 အိုထာဝရဘုရား ၊ မ တရားသောသူ၏ လက် မှ
အကျွန်ုပ် ကိုကွယ်ကာ စောင့်မတော်မူပါ။ ကြမ်းတမ်း
သောသူ
၏လက်မှ ကွယ်ကာ စောင့်မတော်မူပါ။ သူတို့သည်
အကျွန်ုပ် ကိုလှဲ ခြင်းငှါ ကြံစည် ကြပါ၏။
5 မာနကြီး သောသူတို့သည် အကျွန်ုပ် ဘို့
ကျော့ကွင်း
နှင့် ကြိုး သေးများကို ဝှက်ထား ကြပါ၏။ အကျွန်ုပ်
သွားရာလမ်း ၌
ကွန် ရွက်ကိုဖြန့် ၍ ညွှတ် များကို ထား ကြပါ ၏။
6 ကိုယ်တော် သည်အကျွန်ုပ် ၏ ဘုရား
သခင်ဖြစ် တော်မူ၏ဟု ထာဝရဘုရား
အား
လျှောက် ထားပါ၏။ အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ်
ဆုတောင်း သောစကား ကို နားထောင် တော်မူပါ။
7 အို ဘုရား ရှင် ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် သည်
အကျွန်ုပ် ၏ ကယ်တင် ခြင်းအစွမ်း သတ္တိဖြစ်တော်မူ၏။
စစ်တိုက် ရသောနေ့ ၌
အကျွန်ုပ်
၏ဦးခေါင်း ကို ဖုံးအုပ် တော်မူ၏။

8 အိုထာဝရဘုရား ၊ မ တရားသောသူ၏ အလို
ပြည့်စုံရသောအခွင့်၊ သူ
၏အကြံ ထမြောက် ရသောအခွင့်
ရှိစေတော်မ မူပါနှင့်။
9 ထိုသို့သောသူတို့သည် အကျွန်ုပ် ပတ်လည် ၌၊ မိမိတို့
ဦးခေါင်း ကို မချီးမြှောက်ရဘဲ၊ မိမိ
တို့မြွက်ဆို သော မ
ကောင်းကျိုးသည် မိမိ
တို့ကို လွှမ်းမိုး ပါစေသော။
10 မီးခဲ တို့သည် ထိုသူ
တို့အပေါ် သို့ ကျ ရောက်ကြ ပါစေသော။ မီး
ထဲသို့ ၎င်း၊ နက် သောတွင်းထဲသို့ ၎င်း ကျ ကြ ပါ
စေသော။ တဖန်မ ထ ကြပါစေနှင့်။
11 ကဲ့ရဲ့ တတ်သောသူ သည် မြေ ပေါ်မှာ နေရာ
မ မြဲ ပါစေနှင့်။ ကြမ်းတမ်း သောသူ ကိုလည်း ဖျက်ဆီး
သည် တိုင်အောင် ဘေးဥပဒ် သည် လိုက် ပါစေသော။
12 ထာဝရဘုရား သည်ဆင်းရဲ သောသူ ၏အမှု ကို
စောင့် ၍၊ ငတ်မွတ် သောသူဘက်၌ တရား
စီရင်တော်မူမည် ဟု
ငါသိ ၏။
13 အကယ် စင်စစ်တရား သောသူတို့သည် နာမတော်
ကို
ချီးမွမ်း ကြပါလိမ့်မည်။ သဘော

ဖြောင့်သောသူတို့ သည် အထံ
တော်၌ နေ ရကြပါလိမ့်မည်။

141

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ကို အကျွန်ုပ် အော်ဟစ်
ပါ၏။ အလျင်အမြန်ကြွလာ တော်မူပါ။ ကိုယ်တော်
ကို
အော်ဟစ် သောအခါ ၊ အကျွန်ုပ် ၏ စကား
သံကို နားထောင် တော်မူပါ။
2 အကျွန်ုပ် ၏ ပဌနာ
သည်မီးရှို့သော နံ့သာပေါင်း ကဲ့သို့ရင်း၊ လက် ကိုချီ
ခြင်းသည် ညဦးယံ
ပူဇော် သက္ကာ ကဲ့သို့ရင်း၊ ရှေ့ တော်၌ပြင်ဆင် လျက်
ရှိပါစေသော။
3 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ၏နှုတ် ရှေ့ မှာ ကင်း
ကို ထား
တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ် ၏နှုတ်ခမ်း တံခါး ကို စောင့်
တော်မူပါ။
4 ဒုစရိုက် ကိုပြု သောသူ တို့နှင့်အတူ အကျွန်ုပ်ပါ၍၊ မ
တရားသောအမှု ၊ ဒုစရိုက်အမျိုးမျိုး၌ ကျင်လည်စေခြ
င်းငှါ၊ အကျွန်ုပ် ၏စိတ် နှလုံးကို မ
ကောင်းသောအမှု အရာသို့
သွေးဆောင် တော်မ မူပါနှင့်။ ထိုသူ

တို့၏ ခဲဘွယ် စားဘွယ်တို့ကို အကျွန်ုပ်မ စား ပါစေ
နှင့်။
5 ဖြောင့်မတ် သောသူသည် အကျွန်ုပ် ကို ဒဏ်ခတ် ပါ
စေသော၊ ကျေးဇူး ရှိပါလိမ့်မည်။ ဆုံးမ
ပါစေသော၊ အကျွန်ုပ် ဦးခေါင်း ကိုလိမ်းသောဆီ ဖြစ်
ပါလိမ့်မည်။ ထပ်၍ ပြုသော်လည်း အကျွန်ုပ် မ ငြင်း ပါ။
ယခု
မူကား၊ သူတပါး
ပြုသောအဓမ္မ အမှုတဘက် ၌ ဆုတောင်း ရပါ၏။
6 သူ တို့၏အကဲ အမှူးတို့သည် ကျောက် တွင်း နားမှ
လွတ် ၍ ၊ အကျွန်ုပ် ၏စကား ကို ကြား ရကြပါ၏။ ထို
စကား လည်း ချို ပါ၏။
7 မြေ ပေါ် မှာထင်းကိုခုတ် ၍ ခွဲ သကဲ့သို့ ၊ မရဏာ
နိုင်ငံတံခါး ဝမှာ
အကျွန်ုပ် တို့၏ အရိုး
များတို့သည် ကွဲပြား လျက်ရှိကြပါ၏။
8 အိုဘုရား ရှင်ထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ကို
အကျွန်ုပ် မျှော်ကြည့် ပါ၏။ ကိုယ်တော်၌ခိုလှုံ ပါ၏။
အကျွန်ုပ် ၏အသက် ကို သွန်ပစ် စေတော်မ မူပါနှင့်။
9 အကျွန်ုပ် ဘို့
ထောင် ထားကြသောကျော့ကွင်း မှ
ငင်း၊ ဒုစရိုက် ကို ပြု သောသူတို့၏ညွှတ် မှငင်း ၊
အကျွန်ုပ် ကို လွတ် စေတော်မူပါ။

10 ထိုသို့အကျွန်ုပ် သည်လွန် သွားသောအခါ ၊ မ တရား
သော သူအပေါင်း တို့သည် မိမိ
တို့ကျော့ကွင်း ထဲသို့
ကျ ကြပါစေသော။

142

1 ငါ သည် ထာဝရဘုရား
ထံသို့ အသံ ကိုလွှင့်၍ အော်ဟစ် ၏။ ငါ့ အသံ ကို ထာဝရဘုရား
ထံသို့ လွှင့်၍ ဆုတောင်း ပဌ္ဌနာပြု၏။
2 ရှေ့ တော်၌ မြည်တမ်း သော စကားကို မြွက် ၍၊ ခံရ
သောဆင်းရဲ ဒုက္ခကို ကြား လျှောက်ရ၏။
3 အကျွန်ုပ် သည် စိတ်ပျက် လျက် ရှိသောအခါ ၊
အကျွန်ုပ် သွားသောလမ်း ကို ကိုယ်တော် သိ တော်မူ၏။
အကျွန်ုပ် သွား သောလမ်း၌
ကျော့ကွင်း ကို ဝှက်ထား ကြ ပါပြီ။
4 လက်ျာ ဘက်သို့ အကျွန်ုပ်ကြည့်ရှု သောအခါ ၊
အကျွန်ုပ် သိကျွမ်း သောသူမ ရှိပါ။ ပြေး လွတ်ရာလမ်း
လည်း ပိတ် ပါ၏။ အကျွန်ုပ် အသက် ကို နှမြော သော
သူမ ရှိပါ။
5 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ကို အော်ဟစ် ပါ၏။
အသက်ရှင် သောသူတို့၏ နေရာ
၌ ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ် ခိုလှုံရာ ၊ အကျွန်ုပ် ခံစား
ရာအဘို့ ဖြစ်တော်မူ၏။

6 အလွန် နှိမ့်ချ လျက်နေသောအကျွန်ုပ် ၏ ကြွေးကြော်
သံကို
နားထောင် တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ် ကို ညှဉ်းဆဲ သောသူ
တို့လက်မှ
ကယ်နှုတ် တော်မူပါ။ သူတို့သည် အကျွန်ုပ် ထက်
သာ၍ခွန်အား ကြီးကြပါ၏။
7 နာမတော် ကို အကျွန်ုပ်ချီးမွမ်း ရမည်အကြောင်း ၊
အကျွန်ုပ် ကို ထောင် ထဲက နှုတ်ဆောင် တော်မူပါ။
ထိုသို့ ကျေးဇူး ပြုတော်မူသောအခါ၊ ဖြောင့်မတ် သောသူ
တို့သည် အကျွန်ုပ် ကို
ဝန်းရံ လျက်နေရကြပါလိမ့်မည်။

143

1 အိုထာဝရဘုရား ၊ အကျွန်ုပ် ၏ပဌနာ ကိုကြား ၍၊
ဆုတောင်း သော စကားကို
နားထောင် တော်မူပါ။ သစ္စာ
စောင့် ခြင်း၊ ဖြောင့်မတ် ခြင်းရှိတော်မူသည်အတိုင်း
ပြန်ပြော တော်မူပါ။
2 ကိုယ်တော် ၏ကျွန် နှင့် တရား
တွေ့ တော်မ မူပါ နှင့်။ အသက်ရှင် သောသူမည်
သည်ကား၊ ရှေ့ တော်၌ အပြစ် ကင်းစင်ရာသို့ မ ရောက်
ရပါ။

3 ရန်သူ သည်အကျွန်ုပ် ၏ဝိညာဉ် ကို ညှဉ်းဆဲ ၍၊
အသက် ကိုလည်း မြေ တိုင်အောင် နှိပ် နင်း၍၊ ကြာမြင့်
စွာ သေ
နေသောသူကဲ့သို့
အကျွန်ုပ် ကို မှောင်မိုက် ထဲမှာ
နေ စေပါ၏။
4 အကျွန်ုပ် သည်စိတ်ပျက် လျက် ၊ ကိုယ် အထဲ ၌
နှလုံး ကြေကွဲ လျက် ရှိပါ၏။
5 ရှေး လွန်လေ ပြီးသော ကာလ ကို အောက်မေ့ ၍၊
အလုံးစုံ
သော အမှု တော်တို့ကိုဝင်း၊ လက် တော်နှင့်ပြုပြင်
သော အရာများကို ဝင်းဆင်ခြင် ပါ၏။
6 ကိုယ်တော် ထံသို့ လက် တို့ ကို ဆန့် ပါ၏။
သွေ့ခြောက် သောမြေ ကဲ့သို့ အကျွန်ုပ် ၏ဝိညာဉ် သည်
ကိုယ်တော် ကို တောင့်တပါ၏။
7 အိုထာဝရဘုရား ၊ အလျင် အမြန်နားထောင် တော်မူ
ပါ။ အကျွန်ုပ် သည် စိတ် ပျက် ပါပြီ။ မျက်နှာ လွှဲ
တော်မူ သဖြင့် ၊ တွင်း ထဲ သို့ ဆင်း သော သူ ကဲ့သို့
အကျွန်ုပ်ကို ဖြစ်စေတော်မ မူပါနှင့်။
8 ကရုဏာ တော်စကားသံကို
အလျင် အမြန်ကြား
စေတော်မူပါ။ ကိုယ်တော် ၌ ကိုးစား ပါ၏။ ကိုယ်သွား
ရမည် လမ်း ကို သိ စေတော်မူပါ။ ကိုယ်တော် ကို

အကျွန်ုပ် တသ ပါ၏။

9 အိုထာဝရဘုရား ၊ ရန်သူ တို့လက်မှ
အကျွန်ုပ် ကို ကယ်နှုတ် တော်မူပါ။ ကိုယ်တော် ကို
ခိုလှုံ ပါ၏။

10 အလိုတော် သို့လိုက် စေမည်အကြောင်း သွန်သင်
တော်မူပါ။ ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ် ၏ဘုရား သခင်
ဖြစ်တော်မူ၏။ ကောင်းမြတ် သောဝိညာဉ် တော်သည်
ဖြောင့် သောလမ်း ၌
အကျွန်ုပ် ကိုသွေးဆောင် တော်မူပါစေသော။

11 အိုထာဝရဘုရား ၊ နာမတော် အတွက် ကြောင့်၊
အကျွန်ုပ် ကို အသက်ရှင် စေတော်မူပါ။ ဖြောင့်မတ် တော်
မူသည် နှင့်အညီ ၊ အကျွန်ုပ် ၏ ဝိညာဉ် ကိုဆင်းရဲ ဒုက္ခ
အထဲက
နှုတ်ယူ တော်မူပါ။

12 ကရုဏာ တော်ရှိသည်အတိုင်း ၊ အကျွန်ုပ် ၏ ရန်သူ
တို့ကို ပယ်ရှင်း ၍ ၊ အကျွန်ုပ်ကို ညှဉ်းဆဲ သော သူ
အပေါင်း တို့ကို ဖျက်ဆီး တော်မူပါ။ အကျွန်ုပ် သည်
ကိုယ်တော် ၏ကျွန် ဖြစ်ပါ၏။

144

1 ငါ၏ကျောက် တည်း ဟူသော ထာဝရဘုရား သည်
မင်္ဂလာရှိတော်မူစေသတည်း။ ငါ့လက်သည် စစ်တိုက် ၍၊
လက်ချောင်းတို့လည်းစစ်မှုကို လေ့ကျက်မည် အကြောင်း
သွန်သင်တော်မူ၏။

2 ငါ့ ကိုသနား သောသူ၊ ငါ ၏မြို့ရိုး ၊ ငါ ၏ရဲတိုက် ၊
ငါ့ ကိုကယ်လွတ် သောသခင်၊ ငါ ၏အကွယ် အကာဖြစ်
တော်မူ၏။ ထိုဘုရား
သခင်ကို
ငါကိုးစား ၏။ ငါ ၏ လူမျိုး ကို ငါ့ အောက် သို့ နှိမ့်ချ
တော်မူ၏။
3 အိုထာဝရဘုရား ၊ လူ သည်အဘယ်သို့ သောသူဖြစ်၍
၊ ကိုယ်တော် သည် မှတ် တော်မူရသနည်း။ လူသား
သည် အဘယ်သို့သောသူ ဖြစ်၍ ၊ ပမာဏ ပြုတော်မူ
ရသနည်း။
4 လူ သည်အင္ဂေ နှင့် တူပါ၏။ သူ
၏နေ့ရက် တို့သည် လွန်သွား တတ်သော အရိပ် ကဲ့သို့
ဖြစ်ကြပါ၏။
5 အိုထာဝရဘုရား ၊ ကိုယ်တော် ၏ မိုးယံ
ကောင်းကင်ကို ညွှတ် ၍ ဆင်းသက် တော်မူပါ။ တောင်
တို့ကိုတို့
တော်မူပါ။ သူတို့သည် မီးခိုး ထွက်ကြပါလိမ့်မည်။
6 လျှပ်စစ် ပြက်စေ၍
လေးမြှား တော်တို့ကို ပစ်
သဖြင့် ၊ ရန်သူ တို့ကို အရပ်ရပ်သို့ကွဲပြား စေ၍ နှိပ်စက်
တော်မူပါ။
7 အထက် အရပ်က
လက် တော်ကိုဆန့် ၍ အကျွန်ုပ်

ကို နှုတ် တော်မူပါ။ တခဲနက် သောရေ ထဲက ၎င်း၊ တ
ကျွန်း
တနိုင်ငံသားတို့၏လက် ထဲက ၎င်း၊ ဆယ်ယူကယ်တင်
တော်မူပါ။
8 သူ တို့၏နှုတ် သည် မုသာ
စကားကို ပြော တတ် ပါ၏။ သူ
တို့၏ လက်ျာ လက်သည်လည်း
လှည့်စား တတ် သော လက် ဖြစ်ပါ၏။
9 အိုဘုရား သခင်၊ ရှေ့ တော်၌ အသစ်
သောသီချင်း ကို ဆို
ပါမည်။ ကြိုး ဆယ်ပင်ရှိ သောတုရိယာ
နှင့်ထောမနာသီချင်း ဆိုပါမည်။
10 အောင်မြင် ရသောအခွင့်ကို ရှင် ဘုရင်တို့အား ပေး
တော်မူ၏။ ကိုယ်တော် ၏ ကျွန် ဒါဝိဒ် ကိုဆိုး သော
ထား
ဘေးနှင့်
ကင်းလွတ် စေတော်မူ၏။
11 တကျွန်း တနိုင်ငံသားတို့၏လက် မှ ၊ အကျွန်ုပ် ကို
နှုတ်ယူ ၍
ကယ်တင် တော်မူပါ။ သူ
တို့၏နှုတ် သည် မုသာ
စကားကို ပြော တတ်ပါ၏။ သူ
တို့၏လက်ျာ လက်သည် လည်း

လှည့်စား တတ်သော လက် ဖြစ်ပါ၏။
12 အကျွန်ုပ် တို့၏သား တို့သည် အရွယ် ပျိုစဉ်တွင် ၊
ကြီးပွါး သော ပျိုးပင် ကဲ့သို့ ၎င်း၊ သမီး
တို့သည် ဘုံ
ဗိမာန် နည်းတူ ထု သော တိုက်ထောင့်ကျောက်တိုင်
ကဲ့သို့ ၎င်း ဖြစ်ကြပါစေသော။
13 အကျွန်ုပ် တို့၏ ဘဏ္ဍာ
တိုက်တို့သည် အစား
အသောက်အသုံးအဆောင်များနှင့်ပြည့်စုံ ခြင်း၊ သိုး
တို့ သည် ပြင် အရပ်တို့၌
အထောင်အသောင်းမွေးဘွား ခြင်း၊
14 နွား တို့သည်လည်း
ကြီးပွါး များပြားခြင်း ရှိပါ စေသော။ အနိုင် အထက်
ဝင်ခြင်းမ ရှိ။ သိမ်း သွားခြင်းမရှိ။ လမ်း တို့၌
ကြွေးကြော်မြည်တမ်း ခြင်းမ ရှိပါစေနှင့်။
15 ထိုသို့ နေ သော လူမျိုး သည် မင်္ဂလာ ရှိ ပါ၏။
ထာဝရဘုရား
သည် အကြင် လူမျိုး၏ဘုရား သခင်ဖြစ်၏။ ထိုလူမျိုး
သည် မင်္ဂလာ ရှိပါ၏။

145

1 အကျွန်ုပ်၏ရှင်ဘုရင် ၊ အကျွန်ုပ် ၏ဘုရား သခင်၊
ကိုယ်တော် ချီးမြှောက် ပါမည်။ ကမ္ဘာ
အဆက်ဆက်နာမတော် ကို ကောင်းကြီး ပေးပါမည်။

2 ကိုယ်တော် ကို နေ့တိုင်း အစဉ်ကောင်းကြီး ပေးပါ
မည်။ နာမ
တော်ကို ကမ္ဘာ
အဆက်ဆက်ချီးမွမ်း ပါမည်။
3 ထာဝရဘုရား သည် ကြီးမြတ် ၍
အလွန် ချီးမွမ်း ဘွယ်ဖြစ်တော်မူ၏။ ကြီးမြတ် တော်မူ
ခြင်းကို
စစ် ၍ မ ကုန်နိုင်။
4 အမှုတော် တို့ကို လူမျိုး အဆက်ဆက် တို့သည်
ချီးမွမ်း ၍ ၊ တန်ခိုး တော်များ ကို ဟောပြော ကြ ပါ
လိမ့်မည်။
5 အကျွန်ုပ်သည်လည်း ဘုန်း တန်ခိုးအာနုဘော်တော်
ကိုဂုဏ်း၊ အံ့ဘွယ် သော အမှုတော် တို့ကိုဂုဏ်းမြွက်ဆို ပါ
မည်။
6 သူတို့သည် ကြောက်မက် ဘွယ်သော အမှုတော်
တို့၌ပါသောတန်ခိုး တော်ကို မြွက်ဆို ၍ ၊ အကျွန်ုပ်သည်
လည်း၊ ကြီးမြတ် တော်မူခြင်းအကြောင်း ကို ကြားပြော
ပါမည်။
7 သူတို့သည် အလွန် ကောင်းမြတ် တော်မူခြင်းကို
အောက်မေ့ ဘို့ရာမြွက်ဆို ၍ ၊ ဖြောင့်မတ် တော်မူခြင်း
အရာကို ရွှင်လန်းစွာ သီချင်း ဆိုကြပါလိမ့်မည်။
8 ထာဝရဘုရား သည် ကျေးဇူး ပြုတတ်သော သဘော၊
သနား

စုံမက်တတ်သောသဘောနှင့်ပြည့်စုံ၍ ၊ ခန္ဓီ တော်နှင့်
ကရုဏာ တော်သည် အလွန် ကြွယ်ဝပါ၏။
9 ထာဝရဘုရား သည် ခပ်သိမ်း သောသူတို့အား
ကျေးဇူး ပြုချင်သော သဘောရှိ၍ ၊ ဖန်ဆင်း တော်မူ
သမျှ တို့ကို သနား စုံမက်တော်မူ၏။
10 အို ထာဝရဘုရား ၊ ဖန်ဆင်း တော်မူသမျှတို့သည်
ဂုဏ် တော်တို့ကို ပြ၍ ၊ ကိုယ်တော် ၏ သန့်ရှင်း သူ
တို့သည် ကောင်းကြီး ပေးကြပါ ၏။
11 နိုင်ငံ တော်၏ဘုန်း ကိုဝင်း၊ တန်ခိုး တော်ကိုဝင်း
ဟောပြောမြွက်ဆို သဖြင့်၊
12 တန်ခိုး ပါသောအမှုတော်များနှင့်
နိုင်ငံ တော်၏ ဘုန်း အသရေများကို လူသား
တို့အား
ဘော်ပြ ကြပါ၏။
13 ကိုယ်တော် ၏နိုင်ငံ သည် နိစ္စ
ထာဝရနိုင်ငံ ဖြစ်၍ ၊ အာဏာ တော် သည်ကာလ
အစဉ်အဆက် တည်ရပါ၏။ ထာဝရဘုရား
သည် လဲ
သောသူရှိသမျှ တို့ကို ထောက်မ တော်မူ၏။
14 နှိမ့်ချ သောသူအပေါင်း တို့ကို ကြွပင့် တော်မူ၏။
15 ခပ်သိမ်း သော သတ္တဝါတို့သည် ကိုယ်တော် ကို
မျှော်ကြည့် ကြ၍ ၊ အချိန် တန်မှသူ တို့ကို
ကျွေးမွေး တော်မူ ၏။

16 လက် တော်ကိုဖွင့် ၍ ၊ အသက်ရှင် သောသတ္တဝါ
အပေါင်း တို့ကို ရောင့်ရဲ စေတော်မူ၏။
17 ထာဝရ ဘုရား၏ လမ်းခရီး တော်ရှိသမျှ တို့သည်
ဖြောင့်မတ် ၍ ၊ ခပ်သိမ်း သော အမှုတော် တို့သည်
သန့်ရှင်း ကြပါ၏။
18 ထာဝရဘုရား သည် ပဌနာ
ပြုသောသူအပေါင်း ၊ သစ္စာ နှင့်တကွ ပဌနာပြု သော
သူ
အပေါင်း တို့၏ အနီး အပါးရှိတော်မူ၏။
19 ကြောက်ရွံ့ သောသူတို့၏ အလို
ကို ပြည့်စုံ စေ တော်မူ၏။ ထိုသူ
တို့၏အော်ဟစ် ခြင်းကို ကြား ၍
ကယ်တင် တော်မူ၏။
20 ထာဝရဘုရား သည် ကြည်ညိုသောသူအပေါင်း တို့
ကို စောင့်မ တော်မူ၏။ မ
တရားသောသူအပေါင်း တို့ကို ကား၊ ဖျက်ဆီး တော်မူ
မည်။
21 ထာဝရဘုရား ကို ချီးမွမ်း လျက်ငါ မြွက်ဆိုမည်။
ခပ်သိမ်း သော လူ
တို့သည် သန့်ရှင်း သော နာမတော် ကို ကမ္ဘာ
အဆက်ဆက်ကောင်းကြီး ပေးကြစေ။

146

1 အိုငါ့ ဝိညာဉ် ၊ ထာဝရဘုရား ကိုချီးမွမ်း လော့။

2 ငါ သည် အသက်ရှင် စဉ်အခါ ၊ ထာဝရဘုရား ကို
ချီးမွမ်း မည်။ ငါ ဖြစ်စဉ် ကာလ ပတ်လုံး၊ ငါ ၏ဘုရား
သခင်ကို
ထောမနာသီချင်း ဆိုမည်။
3 မင်း များမှစ၍ မကယ်တင် နိုင်သော လူသား
ကို မ
ကိုးစား ကြနှင့်။
4 သူ သည်အသက် ထွက် ၍ မြေ သို့ ပြန် သွားတတ်
၏။ ထို
နေ့ခြင်းတွင်၊ သူ
၏အကြံ အစည်တို့သည် ပျက်စီး ကြ၏။
5 ယာကုပ် အမျိုး၏ ဘုရား
သခင်မစ တော်မူသောသူ၊ မိမိ
ဘုရား သခင် ထာဝရဘုရား
ကို
မြော်လင့် သောသူသည် မင်္ဂလာ ရှိ၏။
6 ထို ဘုရားသခင် သည် ကောင်းကင် ၊ မြေကြီး ၊
သမုဒ္ဒရာ နှင့်တကွ အရပ်ရပ် ၌ ရှိသမျှတို့ကို ဖန်ဆင်း
တော်မူ၏။ သစ္စာ
တော်ကို အစဉ် အမြဲစောင့် တော်မူ၏။
7 ညှဉ်းဆဲ ခြင်းကိုခံရသောသူတို့ အား
တရား ပြု
တော်မူ၏။ ငတ်မွတ် သောသူတို့ ကိုကျွေးမွေး တော်

မူ၏။ ထာဝရဘုရား
သည် ချုပ်ထား ခြင်းကို ခံရသောသူတို့ကို လွှတ် တော်
မူ၏။
8 ထာဝရဘုရား သည် မျက်စိ ကန်းသောသူတို့ကို မြင်
စေတော်မူ၏။ ထာဝရဘုရား
သည် နှိမ့်ချ သော သူ တို့ ကို ကြွ ပင့် တော် မူ၏။
ထာဝရဘုရား
သည် ဖြောင့်မတ် သောသူတို့ ကို ချစ် တော်မူ၏။
9 ထာဝရဘုရား သည် ဧည့်သည် တို့ကို စောင့်မ တော်
မူ၍ ၊ မုတ်ဆိုးမ နှင့်မိဘ မရှိသောသူတို့ ကို ထောက်မ
တော်မူ၏။ မ
တရားသောသူတို့၏ လမ်း ကိုကား ၊ ကွေ့ကောက် စေ
တော်မူ၏။
10 အိုဇိအုန် မြို့၊ သင် ၏ဘုရား သခင် တည်း ဟူသော
ထာဝရဘုရား
သည် ကာလ
အစဉ်အမြဲ ကမ္ဘာ
အဆက်ဆက်စိုးစံ တော်မူ လတ္တံ့ သတည်း။ ဟာလေလု
ယ။

147

1 ထာဝရ ဘုရားကို ချီးမွမ်း ကောင်း သည်ဖြစ်၍၊
ချီးမွမ်း ကြလော့။ ငါ တို့၏ဘုရား သခင်ကို ထောမနာ
ပြု ခြင်းသည် သာယာ

လျောက်ပတ် သည် ဖြစ်၍၊ ထောမနာ သီချင်းဆိုကြ
လော့။
2 ထာဝရဘုရား သည် ယေ ရုရှ လင် မြို့ ကို
တည်ဆောက်
၍၊ အဝေး
သို့နှင်လိုက်သော ဣသရေလ
အမျိုးသားတို့ကို စုဝေး စေတော်မူ၏။
3 စိတ် ကြေမွ သောသူတို့ကို နှစ်သိမ့် စေ၍ ၊ သူ တို့၏
အနာ
ကို
ကု တော်မူ၏။
4 ကြယ် များကိုရေတွက် ၍ အသီးအသီး
တို့ကို သမုတ် တော်မူ၏။
5 ငါ တို့၏ဘုရား ရှင်သည် ကြီးမြတ် တော်မူ၏။ တန်ခိုး
တော်လည်း
ကြီး ၏။ ဉာဏ် တော်သည်အနန္တ ဖြစ်၏။
6 ထာဝရဘုရား သည် စိတ် နှိမ့်ချသောသူတို့ ကို ကြွပင့်
၍၊ မ
တရားသောသူတို့ ကိုကား၊ မြေ ပေါ်မှာ လဲ့ တော်မူ၏။
7 ဂုဏ်တော်ကိုချီးမွမ်း လျက်
ထာဝရဘုရား
ရှေ့တော်၌ သီချင်း ဆိုကြလော့။ စောင်း တီး၍၊ ငါ
တို့၏ ဘုရား
သခင်ကို

ထောမနာ သီချင်းဆိုကြလော့။
8 ကောင်းကင် ကို မိုယ်းတိမ် များနှင့်
ဖုံးလွှမ်း သဖြင့်၊ မြေကြီး ဘို့
မိုယ်း ရေကိုပြင်ဆင် ၍၊ တောင် များပေါ်မှာ မြက်ပင်
ကိုပေါက် စေတော်မူ၏။
9 မြည် တတ်သော ကျီးကန်း ကလေး မှစ၍ ၊ တိရစ္ဆာန်
များတို့ကို ကျွေးမွေး တော်မူ၏။
10 မြင်း ၏ခွန်အား နှင့်လူ ၏လျင်မြန် ခြင်းကို
အားရ နှစ်သက်တော်မူခြင်းမ ရှိ။
11 ကြောက်ရွံ့ သောသူနှင့် ကရုဏာ
တော်ကို
မြော်လင့် သောသူတို့ ကို ထာဝရဘုရား
နှစ်သက် တော်မူ ၏။
12 အိုယေရုရှလင် မြို့၊ ထာဝရဘုရား
ကို ချီးမွမ်း လော့။ အိုဇိအုန် မြို့၊ သင် ၏ဘုရား သခင်
ကို ချီးမွမ်း လော့။
13 အကြောင်း မူကား၊ သင် ၏တံခါး ကန့်လန့် တို့ကို
ခိုင်မာ စေ၍၊ သင် ၏ အထဲမှာ သားသမီး
များကို ကောင်းကြီး ပေးတော်မူ၏။
14 သင် ၏ပြည်စွန်း ပြည်နားမှာ အမှုအရေးကို ငြိမ်းစေ
၍၊ အကောင်း ဆုံးသော စပါး နှင့် သင့် ကို ဝ စွာ
ကျွေးမွေးတော်မူ၏။
15 မြေကြီး ပေါ် သို့ဗျာဒိတ် တော်ကို လွှတ် တော်မူ၏။

နှုတ်ကပတ် တော်သည် အလျင် အမြန်ပြေး တတ်ပါ၏။
16 မိုးယ်းပွင့် ကို သိုးမွေး ကဲ့သို့ ချ တော်မူ၏။ နှင်းခဲ ကို
လည်း ပြာ ကဲ့သို့ ဆွတ်ဖြူ တော်မူ၏။
17 မိမိ မိုးယ်းသီး ကို စားနုတ် စားပေါက်ကဲ့သို့ လွှတ်
တော်မူ၍၊ ချမ်း စေတော်မူခြင်းကို
အဘယ်သူ ခံ နိုင် သနည်း။
18 တဖန်နှုတ်ကပတ် တော်ကိုလွှတ် ၍ ၊ ထို မိုးယ်းပွင့်
အစရှိသည်တို့ကို အရည် ကျိုတော်မူ၏။ မိမိ
လေ ကို လာ
စေတော်မူသဖြင့်၊ ရေ
တို့သည် စီး ကြ၏။
19 နှုတ်ကပတ် အမိန့်တော်ကို ယာကုပ် အမျိုးဌ ၎င်း၊
စီရင် ထုံးဖွဲ့တော်မူချက်များကို ဣသရေလ
အမျိုးဌ ၎င်း ဘော်ပြ တော်မူ၏။
20 အခြားတပါးသော အမျိုးသား တို့ ဌ ထိုသို့
ပြု တော် မ
မူ။ စီရင် တော်မူချက်များကို သူ
တို့မ သိ ရကြ။ ဟာလေလုယ။

148

1 ကောင်းကင် ဘုံဌ
ထာဝရဘုရား ကို ချီးမွမ်း ကြလော့။ ဘဝဂ် ပေါ် မှာ
ချီးမွမ်း ကြလော့။
2 ကောင်းကင် တမန်အပေါင်း တို့၊ ထာဝရ

ဘုရား ကို ချီးမွမ်း ကြလော့။ ကောင်းကင်ဗိုလ်ခြေ
အပေါင်း တို့ ချီးမွမ်း ကြလော့။
3 နေ လ တို့၊ ထာဝရ
ဘုရားကိုချီးမွမ်း ကြလော့။ ထွန်းလင်း သော ကြယ်
အပေါင်း တို့၊ ချီးမွမ်း ကြလော့။
4 ကောင်းကင် အထပ်ထပ်နှင့်
ကောင်းကင် ပေါ်
မှာ ရေ
များတို့၊ ချီးမွမ်း ကြလော့။
5 ထို အရာတို့ကိုအမိန့် တော်ရှိ၍ ၊ ဖန်ဆင်း တော်မူ
သောကြောင့် ၊ ထာဝရဘုရား ၏နာမတော် ကို ချီးမွမ်း ကြ
စေ။
6 ထို အရာတို့ကို ကာလ
အစဉ်အဆက် အမြဲတည်
စေတော်မူ၍ ၊ မ ပျက် ရသောဓမ္မတာ ကို စီရင် တော်
မူ၏။
7 မြေကြီး ၌ ရှိသောအရာ၊ ငါး ကြီးများ၊ နက်နဲ ရာ
အရပ် များ၊
8 မီး နှင့် မိုးယ်းသီး ၊ မိုးယ်းပွင့် နှင့် အခိုး အငွေ့၊ အမိန့်
တော်ကို နားထောင် သော လေပြင်း မုန်တိုင်း၊
9 တောင် ကြီးတောင် ငယ်ရှိသမျှ ၊ အသီး ကိုသီးသော
အပင် ၊ အာရဇ ပင် ရှိသမျှ၊
10 သားရဲ နှင့် သားယဉ် အပေါင်း ၊ တွား တတ်သော တိ
ရိစ္ဆာန်နှင့်

ပျံ့ တတ်သော ငှက် အစရှိသော၊
11 လောကီ ရှင် ဘုရင်များနှင့်
ပြည်သူ ပြည်သားအပေါင်း ၊ မင်း များနှင့်
လောကီ တရားသူကြီး အပေါင်း၊
12 လူပျို နှင့် အပျို များ၊ လူအို
နှင့် လူ ကလေးများတို့၊ ထာဝရဘုရား
ကို ချီးမွမ်း ကြလော့။
13 နာမ တော် တ ပါး တည်း သာလျှင် မြတ်၍၊ ဘုန်း
တော်သည်မြေကြီး
နှင့် ကောင်းကင် အပေါ် ထက်၌ ရှိသောကြောင့်၊ ထာဝရ
ဘုရား၏ နာမတော် ကို ချီးမွမ်း ကြစေ။
14 မိမိ လူစု တို့၏ဦးချို့ ကို
ချီးမြှင့် တော်မူ သဖြင့် ၊ အနီး တော်၌ရှိသော လူစု ၊
ဣသရေလ အမျိုးသားတည်းဟူသော မိမိ သန့်ရှင်း သူ
အပေါင်း တို့၏
ချီးမွမ်း ရာဖြစ် တော်မူ၏။ ဟာလေလုယ။

149

1 ထာဝရဘုရား ရှေ့ တော်၌ အသစ် သောသီချင်း
ကို ဆို
၍၊ သန့်ရှင်း သူတို့ စည်းဝေး ရာ၌
ဂုဏ် တော်ကို ချီးမွမ်း ကြလော့။
2 ဣသရေလ အမျိုးသည် မိမိ

ကို ဖန်ဆင်း တော် မူ သော ဘုရား ကို အမှီပြု ၍
ဝမ်းမြောက် စေ။ ဇိအုန်
သား တို့သည် မိမိ
တို့ရှင် ဘုရင်ကို အမှီပြု ၍ ရွှင်လန်း ကြစေ။
3 သူတို့သည် ကခုန် လျက်
နာမတော် ကို ချီးမွမ်း ကြစေ။ ပတ်သာ နှင့် စောင်း ကို
တီးလျက် ထောမနာ သီချင်း ဆိုကြစေ။
4 အကြောင်း မူကား၊ ထာဝရဘုရား
သည် မိမိ
လူစု
ကို
နှစ်သက် တော် မူ၏။ စိတ် နှိမ့်ချ သော သူ တို့ ကို
ကယ်တင် ခြင်း အားဖြင့် အသရေ တင့်တယ် စေ တော်
မူ၏။
5 သန့်ရှင်း သူတို့သည် ဘုန်းကြီး ၍
ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာ ကြ စေ။ ကျိန်းဝပ် ရာ ပေါ် မှာ
ရွှင်လန်းစွာ သီချင်း ဆိုကြစေ။
6 တပါးအမျိုးသား တို့အား
တရားအတိုင်း အပြစ်
ပေး ၍၊ လူစု
တို့အား ဒဏ်ခတ် ခြင်းငှါ၎င်း၊
7 သူ တို့၏ ရှင် ဘုရင်များကို
သံကြိုး နှင့်

ချည်နှောင် ၍၊ မှူးမတ် များ ကို သံ
ခြေချင်း ခတ်ခြင်းငှါ ၎င်း၊
8 ကျမ်းစာ ၌မှတ်သားသော အပြစ်
စီရင်ခြင်းကိုသူ တို့အား
ပြု ခြင်းငှါ ၎င်း၊ သန့်ရှင်းသူတို့သည် ဘုရား
သခင်၏ဂုဏ် တော်ကို နှုတ် နှင့် ချီးမွမ်း၍၊ သန်လျက်
ကို လက် နှင့် ကိုင်ကြစေ။
9 ထာဝရ ဘုရား၏ သန့်ရှင်း သူ အပေါင်း တို့သည်
ထိုသို့သော
ဘုန်း နှင့်ဆိုင်ကြ၏။ ဟာလေလုယ ။

150

1 သန့်ရှင်း ရာ ဌာနတော်၌
ဘုရား သခင်ကို ချီးမွမ်း ကြလော့။ ဘုန်း တော်ထင်ရှား
ရာ ကောင်းကင် မျက်နှာကြက်ပေါ်မှာ ချီးမွမ်း ကြလော့။
2 ထူးဆန်းသော တန်ခိုး တော်များကြောင့် ၊ ဘုရား
သခင် ကို ချီးမွမ်း ကြလော့။ အလွန်တရာကြီးမြတ် တော်
မူခြင်း ရှိသည်အတိုင်း
ချီးမွမ်း ကြလော့။
3 တံပိုး မှုတ် လျက် ဘုရား သခင်ကို ချီးမွမ်း ကြလော့။
တယော
နှင့်
စောင်း ကိုတီးလျက်
ချီးမွမ်း ကြလော့။

4 ပတ်သာ တီးလျက် ၊ ကခုန် လျက် နှင့်ချီးမွမ်း ကြ
လော့။ ကြိုး နှင့်ပြည့်စုံသော တုရိယာကိုတီးလျက် ၊ နဲ့ခရာ
ကို မှုတ်လျက် ချီးမွမ်း ကြလော့။
5 အသံ ကျယ်သောသံလွင် ကို တီးလျက် ချီးမွမ်း ကြ
လော့။ အကြီးဆုံး သော လင်းကွင်း ကိုလည်း တီးလျက်
ချီးမွမ်း ကြလော့။
6 အသက် ရှိသောသူအပေါင်း တို့သည် ထာဝရ
ဘုရား ကို ချီးမွမ်း ကြစေ။ ဟာလေလုယ ။

cdxx

မြန်မာကျမ်းစာ

The Holy Bible in the Burmese language of Myanmar, Judson version of 1840

Public Domain

Language: ဗမာ (Burmese)

Translation by: Adoniram Judson

2024-07-28

PDF generated using Haiola and XeLaTeX on 1 Oct 2024 from source files dated 14 Aug 2024
5602fb7e-6c4f-5434-acb0-8e67903ea45f