ဂလာတိ
အသင်းတော်သို့ ပေါလု၏ ပီးစာ
နိဒါန်း

ဂလာတိအသင်းတော်သို့ ပီးစာ သည် တမန်တော် ပေါလုက ရီးသားခြင်းဖြစ်၏ (၁.၁)။ ထိုစာကို ပေါလုသည် ခရစ်တော် မွီးဖွားပြီးနောက် ၄၈–၅၇ နှစ် ကြားတွင် ဂလာတိအသင်းတော်သို့ ရီးသားခခြင်းဖြစ်၏။ ဂလာတိလူရို့သည် ရောမနယ်ပယ်၏ ပြည်နယ်တစ်ခုဖြစ်သော ဂလာတိပြည်၌ နီထိုင်ကြသူတိ ဖြစ်နိုင်သည်။ ပညာဟိများက ပေါလုသည် ထိုပြည်၌ ဟိနိန်သောအခါ ထိုစာကို ရီးသားခြင်း မဖြစ်နိုင်ဘဲ ဧဖက်မြို့နှင့် ကောရိန့်မြို့စသည့် မြို့နှစ်မြို့မှ ရီးသားခြင်းဖြစ်နိုင်သည်ဟု ယူဆကြ၏။

ပေါလုသည် ဂလာတိ အသင်းတော်၌ဟိသော ယုဒလူမျိုးတိနှင့် ယုဒလူမျိုး မဟုတ်သော ခရစ်ယာန်ယုံကြည်သူများအတွက် ရီးသားခခြင်းဖြစ်၏။ သူသည် အရီဖျားလှီးခြင်းနှင့်ပတ်သတ်၍ ဓမ္မဟောင်းကျမ်းမှ ယုဒလူမျိုးရို့၏ ပညတ်တရားများကို ခရစ်ယာန်ယုံကြည်သူများ လိုက်လျှောက်ရန် လိုအပ်သည်ဟု ပြောဆိုခြင်းသည် မှားယွင်းသော သွန်သင်ချက်ဖြစ်ကြောင်းကို အထူးဖော်ပြ ရီးသားထားပါသည်။ ခရစ်ယာန်များကြားတွင် ယုဒလူမျိုးဓလေ့ကို ယုံကြည်လိုက်လျှောက်သော လူ

တစ်စု ဟိ၏။ ထိုသူရို့က ယုဒလူမျိုး မဟုတ်သော ခရစ်ယာန်များကို အရီဖျားလီးရန် လိုအပ်သည်ဟု တောင်းဆိုကြ၏။ သူရို့သည်လည်း ပေါလု၏ တမန်တော် အခွင့်အာဏာနှင့် ပတ်သက်၍ မိန်းခွန်းထုတ်ကြ၏။ ပေါလုသည် သူ၏ တမန်တော်အရာနှင့်ပတ်သတ်၍ မိမိ၏ အကြောင်းတချို့ကို (၁.၁၁—၂.၁၄) တွင် ပြောပြခြင်းဖြင့် ကာကွယ်ခပြီး၊ ယေသျှုခရစ်ကို ယုံကြည်ခြင်းအားဖြင့်သာ ကယ်တင်ခြင်း ရဟိနိုင်ကြောင်းကို ယှင်းပြခသည် (၂.၁၆)။ ထိုအရာများသည် လူရို့၏ လုပ်ဆောင်ခြင်း မဟုတ်ဘဲ ဘုရားသခင် ဂရုဏာတော်ကြောင့်သာ ဖြစ်၏။

အကြောင်းအရာ အကျဉ်းချုပ်

၁။ ဂလာတိ အသင်းတော်ကို နှုတ်ဆက်ခြင်းအားဖြင့် ပေါလုသည် မိမိ၏စာကို အစပြုခြင်း (၁.၁–၅)

၂။ ထို့နောက်၊ ပေါလုသည် သူ၏ သွန်သင်ပိုင်ခွင့်ကို ခုခံကာကွယ်ရန် သူ၏ ကိုယ်ပိုင် နောက်ကြောင်း အချို့ကို ယှင်းပြပြီး မိမိသည် ပညတ်တရားနှင့် အညီ နီထိုင်ရန် ကြိုးစားခသော်လည်း ထိုအရာသည် အလုပ်မဖြစ်ကြောင်းကို ဖော်ပြထားခြင်း (၁.၆—၂.၂၁)

၃။ တဖန်၊ သူသည် ကယ်တင်ခြင်း၌ ပညတ်တရားနှင့် ကျေးဇူးတော်၏ ကဏ္ဍကို ဆက်လက် ယှင်းပြခြင်း (၃.၁—၄.၃၁)

၄။ ထို့နောက်၊ ကောင်းမွန်သော ခရစ်ယာန် အသက်ရှင်

ခြင်းအတွက် ယေဘုယျ ညွှန်ကြားချက် တချို့ကို ပေး
အပ်ခြင်း (၅.၁—၆.၁၀)

၅။ ပေါလုသည် မိမိ၏စာအား အရေးကြီးသော ခြင်း
ကဲ့သို့သော ပြင်ပစည်းမျဉ်းများထက် ဘုရားသခင်၌
လူသစ်အဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲခြင်းသည် သာ၍
အရေးကြီးကြောင်းကို သတိရစေရန် နှုတ်ဆက်စကား
နှင့် နောက်ဆုံး တောင်းပန်ခြင်းဖြင့် သူ၏စာကို
နိဂုံးချုပ်ခြင်း (၆.၁၁–၁၈)

1 လူတိပါးမှ မဟုတ်၊ လူ့အားဖြင့်လည်း မဟုတ်ဘဲ
ယေရှုခရစ်တော်အားဖြင့် လည်းကောင်း၊ ကိုယ်တော့်
ကို သေခြင်းမှ ရှင်ပြန်ထမြောက်စေတော်မူသော အဖ
ဘုရားသခင်အားဖြင့် လည်းကောင်း တမန်တော်ဖြစ်
သော ငါပေါလုမှစ၍၊
2 ငါနှင့်အတူဟိသော ညီအစ်ကို၊ မောင်နှမအားလုံး
သည်၊
ဂလာတိပြည်၌ဟိသော အသင်းတော်တိပါးသို့
နှုတ်ဆက်လိုက်ပါ၏၊
3 ငါရို့အဖ ဘုရားသခင်နှင့် အသျှင်ယေသျှု
ခရစ်တော်ထံပါးမှ ကျေးဇူးတော်နှင့် ငြိမ်သက်ခြင်း
သည် သင်ရို့၌ သက်ရောက်ပါစီ၊
4 ငါရို့အဖ ဘုရားသခင်၏ အလိုတော်နှင့်အညီ
ခရစ်တော်သည် ငါရို့အား ဤဆိုးယုတ်သော

မျက်မှောက်ကာလမှ ကယ်တင်နိုင်ရန် ငါရို့၏အပြစ်တိ
အတွက် မိမိကိုယ်ကို စွန့်တော်မူ၏၊
5 ဘုရားသခင်သည် ကာလအစဉ်အဆက် ဘုန်းကြီး
တော်မူစီသတည်း။ အာမင်။

တစ်ခုတည်းသော သတင်းကောင်း

6 ခရစ်တော်၏ ကျေးဇူးတော်အားဖြင့်* သင်ရို့အား
ခေါ်ယူတော်မူသော အသျှင်ကို သင်ရို့သည် ဤမျှလောက်
စောလျင်စွာ စွန့်ခွါ၍ အခြားသော သတင်းကောင်းကို
နာယူလျက်ဟိသဖြင့် ငါသည် အလွန်အံ့ဩ၏။
7 အမှန်ဆိုသော် "အခြားသော သတင်းကောင်း"
ဟူ၍မဟိ။ သို့ရာတွင် လူတချို့သည် သင်ရို့ကို အ
နှောက်အယှက်ဖြစ်စီပြီး ခရစ်တော်၏ သတင်းကောင်းကို
မှောက်လှန်လိုခြင်းငှာ ကြိုးစားနိန်ခြင်းသာ ဖြစ်သည်ဟု
ငါပြောဆို၏။
8 သို့သော်လည်း ငါရို့ ဖြစ်စီ၊ ကောင်းကင်ဘုံမှ
ကောင်းကင်တမန်ဖြစ်စီ သင်ရို့အား ငါရို့ဟောပြောခ
သည့် သတင်းကောင်းနှင့် ကွဲပြားခြားနားသည့် အခြား
သော သတင်းကောင်းကို ဟောပြောလျှင် ထိုသူရို့သည်
ဘုရားသခင်၏ ကျိန်ခြင်းကိုခံစီ။
9 အယင်က ငါရို့ ပြောခသည့်အတိုင်း အဂုလည်း
ထပ်၍ ငါပြောဆို၏။ အကယ်၍ ဇာသူမဆို သင်ရို့လက်ခံ

* **1:6** ခရစ်တော်၏ ကျေးဇူးတော်အားဖြင့်၊ တချို့သော လက်ရေးမူကျမ်းများတွင် သူ၏ ကျေးဇူးတော်အားဖြင့်၊ ဟု ဖော်ပြထားသည်။

ခပြီးဖြစ်သည့် သတင်းကောင်းနှင့် ကွဲပြားခြားနားသည့်
အရာကို ဟောပြောလျှင် ထိုသူသည် ဘုရားသခင်၏ ကျိန်
ခြင်းကို ခံစီ။
10 ဤသို့ ပြောဆိုရာတွင် ငါသည် လူ၏အလိုကို လိုက်
ရန် ကြိုးစားနိန်သလော။ သို့မဟုတ် ဘုရားသခင်၏ အလို
တော်ကို လိုက်ရန် ကြိုးစားနိန်သလော။ ထိုသို့ မဟုတ်
လျှင် ငါသည် လူတိစိတ်ကို ကြေနပ်စီခြင်းငှာ ကြိုးစား
နိန်သလော။ အကယ်၍ ငါသည် လူတိစိတ်ကို ကြေနပ်စီ
ခြင်းငှာ ကြိုးစားနိန်လျှင် ခရစ်တော်၏ အခိုင်းအစီ ဖြစ်
နိုင်မည် မဟုတ်။

ပေါလု တမန်တော်ဖြစ်လာခြင်း

11 ညီအစ်ကို မောင်နှမ ရို့၊ ငါ ဟောပြော သည့်
သတင်းကောင်းသည် လူဖန်တီးထားသော တရား မဟုတ်
ကြောင်းကို သင်ရို့အား ငါဖော်ပြမည်။
12 ထိုသတင်းကောင်းသည် ဇာသူ့ပါးကလေ့ ငါ ရသည်
မဟုတ်။ ထိုသတင်းကောင်းကို ငါ့အား ဇာသူလေ့ မသင်
ပီးခ၊ ယေသျှုခရစ်ကိုယ်တော်တိုင် ဗျာဒိတ်တော်အားဖြင့်
ငါ့အား ပီးအပ်တော်မူခ၏။
13 ငါသည် ယုဒဘာသာဝင်အဖြစ် အသက်ရှင်နီ
ထိုင်ခစဉ်က ဇာပိုင် ကျင့်ကြံပြုမူခသည်ကို သင်ရို့
ကြားသိကြ၏။ ငါသည် ဘုရားသခင်၏ အသင်းတော်ကို

1:13 တ ၈.၃; ၂၂.၄-၅; ၂၆.၉-၁၁

ကရုဏာစိတ် မဟိဘဲ ညှည်းပန်းနှိပ်စက်၍ ဖျက်ဆီးရန်
အစွမ်းကုန် ကြိုးစားခဲ၏။
14 ယုဒဘာသာတရားကို လက်တွေ့ကျင့်သုံးရာတွင် ငါ
သည် မိမိနှင့်သက်တူရွယ်တူ ယုဒလူမျိုးရို့ကို ဦးဆောင်ခဲ
ပြီးလျှင် ငါရို့အဖိုးအဖီးရို့၏ ထုံးတမ်းစဉ်လာတိကိုလည်း
အလွန်စိတ်အားထက်သန်ခဲ၏။
15 သို့သော်လည်း ဘုရားသခင်သည် အမိဝမ်းထဲကပင်
ကျေးဇူးတော်အားဖြင့် ငါ့အား ရွီးချယ်ထား၍ အမှုတော်
ဆောင်ရန် ခေါ်တော်မူပြီး၊
16 ကိုယ်တော်၏သတင်းကောင်းကို လူမျိုးခြားတိအား
ဟောပြောရန် မိမိ၏သားတော်ကို ငါ့အား ဖော်ပြတော်
မူ၏။ ထိုအခါ ငါသည် ဇာသူ့ပါးမှ အကြံဉာဏ်ကို
တောင်းခံခြင်း မပြုခပေ။
17 ငါ့ထက် အယင်ဦးစွာ တမန်တော်အရာကို ရဟိထား
သော သူရို့နှင့်တွေ့ဆုံရန် ယေရုဆလင်မြို့ကိုလည်း ငါမ
လားခ။ အာရပ်ပြည်သို့ အယင်လားပြီးနောက် ဒမာသက်
မြို့သို့ ပြန်လာ၏။
18 ထို့နောက် သုံးနှစ်ကြာပြီးမှ ပေတရုနှင့် တွေ့ဆုံရန် ယေ
ရုဆလင်မြို့သို့ တက်လားပြီးလျှင် သူနှင့်အတူ တစ်ဆယ့်
ငါးရက် နီထိုင်ခဲ၏။
19 သို့သော် သခင်ဘုရား၏ ညီတော်ဖြစ်သော ယာကုပ်

1:14 တ ၂၂.၃ **1:15** တ ၉.၃–၆; ၂၂.၆–၁၀; ၂၆.၁၃–၁၈ **1:18** တ ၉.၂၆–၃၀

မှလွဲ၍ အခြားတမန်တော်† တစ်ယောက်လေ့ ငါ မတွေ့ခဲ့။
20 သင်ရို့ပါးသို့ ငါ ရီးသားခသော အကြောင်းအရာ
သည် မုသားမပါဘဲ မှန်ကန်ကြောင်းကို ဘုရားသခင် သိ
တော်မူ၏။
21 ထို့နောက်တွင် ငါသည် ယှုရိပြည်နှင့် ကိလိကိပြည်
သို့ လားခ၏။
22 သို့သော် ထိုအချိန်၌ ယုဒပြည်၌ဟိသော အသင်း
တော်များမှ ယုံကြည်သူရို့သည် ငါနှင့်ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအရ မ
သိကျွမ်းကြသိမ့်ပေ။
23 "ငါရို့ကို ညှဉ်းဆဲခသောသူသည် အယင်က သူ
ဖျက်ဆီးရန် ကြိုးစားခသော ယုံကြည်ခြင်းတရားကို အ
ဂုအခါတွင် ငါရို့အား ဟောပြောနိန်၏" ဟု အခြားသော
သူတိ ပြောဆိုသံကိုသာ သူရို့ ကြားသိရကြ၏။
24 သို့ဖြစ်၍ သူရို့သည် ငါ့ကြောင့် ဘုရားသခင်ကို
ချီးမွမ်းကြလေ၏။

2

ပေါလုနှင့် အခြားတမန်တော်များ

1 တစ်ဆယ့်လေးနှစ် ကြာပြီးနောက် ငါသည် တိတုကို
ခေါ်၍ ဗာနဗနှင့်အတူ ယေရုဆလင်မြို့သို့ ပြန်တက်လား
ကြ၏။

---

† **1:19** ယာကုပ်မှလွဲ၍ အခြားတမန်တော်၊ သို့မဟုတ် အခြားတမန်တော် တစ်ယောက်မျှ မတွေ့ဘဲ ယာကုပ်တစ်ယောက်သာ ငါတွေ့၏။ **2:1** တ ၁၁.၃၀; ၁၅.၂

2 အကြောင်းမူကား ငါသည် ဘုရားသခင်၏ ဗျာဒိတ်
တော် အတိုင်း ဤသို့ လား ရ ခြင်း ဖြစ်၏။ ငါ သည်
ခေါင်းဆောင် တိ နှင့် သီးသန့် တွိ့ဆုံ ပြီး တခြား လူမျိုး
ရို့ အား ငါ ဟောပြော ထား သည့် သတင်းကောင်း ကို
တင်ပြ၏။ ဤသို့ တင်ပြရခြင်းမှာ ငါသည် အယင်က
လုပ်ခသည့် အရာများသည် လည်းကောင်း၊ အဂု လုပ်နိ
န်သည့် အရာများသည် လည်းကောင်း အချည်းနှီး မဖြစ်
စီလိုသောကြောင့် ဖြစ်၏။
3 ငါ၏ အပေါင်းဖော်ဖြစ်သော တိတုသည် ဂရိလူမျိုး
ဖြစ်လျက်ပင် အရီဖျားလှီးခြင်းကိုခံရန် အတင်းအကြပ် မ
ခံယူစီ။
4 ဤသို့ ဆို ရ ခြင်း မှာ ယုံကြည် သူ အဖြစ်
အယောင်ဆောင် သူ တချို့ သည် လျှို့ဝှက် စွာ ဝင်
ရောက်လာ သောကြောင့် ဖြစ်၏။ ထို သူ ရို့ သည် ငါ ရို့
အား ကျွန်ပြုလို၍ ခရစ်တော် ယေသျှုအားဖြင့် ငါရို့ရဟိ
သော လွတ်လပ်မှုကို စုံစမ်းရန် ငါရို့အသိုင်းအဝိုင်းထဲသို့
ဝင်ရောက်လာခြင်းဖြစ်၏။
5 သို့သော်လည်း စစ် မှန်သော သတင်းကောင်း သည်
သင်ရို့အတွက် လုံခြုံစွာ တည်ဟိနိုင်မည်အကြောင်း ငါ
ရို့သည် သူရို့အား တစ်ခဏမျှပင် မလိုက်လျောခပေ။
6 ခေါင်းဆောင် တိ ဟု ထင်မှတ် ရ သော သူ ရို့ သည်
အယင်က ဇာပိုင်လူမျိုးပင် ဖြစ်ပါစီ ငါ့အတွက် ခြားနား
ခြင်းမဟိ။ ဘုရားသခင်သည် အပြင်ပန်းသဏ္ဍာန်အားဖြင့်

လူတိအား အကဲဖြတ်တော်မမူ။ ဇာကြောင့်ဆိုသော် သူရို့
သည် ငါဟောပြောသော သတင်းကောင်းတရား၌ ဇာတစ်
ခုကိုလေ့ မဖြည့်စွက်ခပေ။
7 ထိုသို့ ဖြည့်စွပ်ပီးမည့်အစား ဘုရားသခင်သည် ပေ
တရုအား သတင်းကောင်းကို ယုဒလူမျိုးရို့ကို ဟောပြော
ရန် ယုံကြည် အပ်နှံတော်မူသကဲ့သို့ ငါ့ကိုလည်း တခြား
လူမျိုးတိပါးသို့ သတင်းကောင်းကို ဟောပြောရန် တာဝန်
ပီးတော်မူကြောင်း သူရို့သည် သိမြင်ကြလေ၏။
8 ဇာကြောင့်ဆိုသော် ဘုရားသခင်သည် တန်ခိုးတော်
အားဖြင့် ပေတရုအား ယုဒလူမျိုးတိအတွက် တမန်
တော်အဖြစ် ခန့်ထားတော်မူသကဲ့သို့ ငါ့ကိုလည်း အခြား
လူမျိုးတိအတွက် တမန်တော်အဖြစ် ခန့်ထားတော်မူ
သောကြောင့် ဖြစ်၏။
9 ခေါင်းဆောင်တိဖြစ်ကြသည့် ယာကုပ်၊ ပေတရုနှင့်
ယောဟန်ရို့က ငါ့အား ဘုရားသခင်ပီးတော်မူသော
အခွင့်ထူးကို အသိမှတ်ပြုကြ၏။ ထို့ကြောင့် ငါရို့အားလုံး
သည် လုပ်ဖော်ဆောင်ဖက်များ ဖြစ်ကြသည့်အနိန်ဖြင့် သူ
ရို့သည် ဗာနဗနှင့် ငါ့အား လက်ဆွဲနုတ်ဆက်ကြ၏။ သူရို့
သည် ယုဒလူမျိုးကြား၌ လည်းကောင်း၊ ဗာနဗနှင့် ငါ့အား
တခြားလူမျိုးတိကြား၌ လည်းကောင်း လုပ်ဆောင်ကြရန်
ငါရို့သဘောတူကြ၏။
10 ငါရို့သည် ဆင်းရဲသားရို့ကို အောက်မိ့စီခြင်းဌာ သူ
ရို့က မှာကြားခ၏။ ထိုအမှုကိုပြုရန် ငါလည်း စိတ်အား

ထက်သန်ခြင်း ဟိခ၏ *။

အနူတိအုတ်မြို့၌ ပေါလုသည် ပေတရုအား ပြစ်တင်ပြောဆိုခြင်း

11 သို့ရာတွင် အနူတိအုတ်မြို့သို့ ပေတရု ရောက်လာ
သောအခါ သူ၏အပြုအမူသည် ထင်ရှားစွာ မှားယွင်းနိ
န်သောကြောင့် ငါသည် သူ့အား လူတိရှို့၌ ပြစ်တင်
ပြောဆို၏။
12 ယာကုပ် စီရွတ်လိုက်သော လူတချို့မရောက်ခင်
ပေတရုသည် လူမျိုးခြား ယုံကြည်သူတိနှင့်အတူ စား
သောက်လျက်နိန်၏။ ယေဒါလည်း ထိုသူရို့ ရောက်လာ
သောအခါကား လူမျိုးခြား ယုံကြည်သူတိနှင့် ပေါင်းဖော်
စားသောက်ခြင်းကို မပြုယာ။ ဇာကြောင့်ဆိုသော် သူ
သည် အရီဖျားလှီးခြင်းမင်္ဂလာကို ခံသော သူရို့အား
ကြောက်သောကြောင့် ဖြစ်၏။
13 အခြားသော ယုဒလူမျိုး ယုံကြည်သူ ညီအစ်ကို
မောင်နှမရို့သည်လည်း ပေတရုကဲ့သို့ သူတော်ကောင်း
ယောင်ဆောင်သော အပြုအမူတိကို ပြုလာသဖြင့် ဗာန
ဗသည်ပင်လျှင် သူရို့၏ ပြုမူခြင်းသို့ လိုက်ပါလား၏။
14 သို့ရာတွင် သူရို့သည် မှန်သော ဧဝံဂေလိတရား
နှင့်အညီ ဖြောင့်မတ်စွာ လျှောက်လှမ်းမှုမဟိသည်ကို ငါ
မြင်သောအခါ သူရို့အားလုံးရှို့တွင် ပေတရုအား “သင်
သည် ယုဒအမျိုးသားဖြစ်လျက်ပင် ယုဒလူမျိုးကဲ့သို့

* 2:10 ဟိခ၏၊ သို့မဟုတ် ဟိခသည်။

မဟုတ်ဘဲ တခြားလူမျိုးကဲ့သို့ ပြုမူနီထိုင်လျက်ဟိ၏။
သို့သော်လည်း တခြားလူမျိုးရို့အား ယုဒလူမျိုးကဲ့သို့
အသက်ရှင်နီထိုင်ရန် ဇာကြောင့် အတင်းအားဓမ္မ ပြုရပါ
သနည်း” ဟု မိန်း၏။

ယုံကြည်ခြင်းဖြင့်သာ ကယ်တင်ခြင်းရနိုင်ခြင်း

15 ငါရို့သည် ဇာတိအားဖြင့် ယုဒလူမျိုးဖြစ်ပြီး၊ “အပြစ်
ကျူးလွန်သော တခြားလူမျိုးများ” မဟုတ်ကြပေ။
16 သို့သော်လည်း လူသည် ပညတ်တရား၏ အကျင့်
အားဖြင့် ဖြောင့်မတ်ရာသို့ မရောက်နိုင်၊ ယေသျှု
ခရစ်တော်ကို ယုံကြည်ခြင်းအားဖြင့်သာလျှင် ရနိုင်
ကြောင်းကို ငါရို့သိကြ၏။ ငါရို့ကလည်း ပညတ်
တရား၏ အကျင့်အားဖြင့် မဟုတ်ဘဲ ခရစ်တော်ကို
ယုံကြည်အားဖြင့် ဖြောင့်မတ်ရာသို့ရောက် ကြ၏။ ဇာ
ကြောင့်ဆိုသော် ပညတ်တရား၏ အကျင့်အားဖြင့် တစ်
ယောက်မျှ ဖြောင့်မတ်ရာသို့ မရောက်နိုင်သောကြောင့်
ဖြစ်၏။
17 သို့ရာတွင် ငါရို့သည် ခရစ်တော်၌ ဖြောင့်မတ်ရာ
သို့ ရောက်နိုင်ရန် ကြိုးစားကြရာတွင် တခြားလူမျိုးတိ
နည်းတူ အပြစ်သားတိဖြစ်ကြောင်း တွိ့ရ၏။ သို့ရာတွင်
ခရစ်တော်သည် အပြစ်တရားကို ဖြစ်စီသောသူဟု ဆိုနိုင်
သလော။ လုံးဝ မဆိုနိုင်။

2:16 ရော ၃.၂၀; ၃.၂၂

18 အကယ်၍ ငါကိုယ်တိုင် ဖြိုဖျက်ခဲ့သောအရာကို
ပြန်လည် တည်ဆောက်မည်ဆိုလျှင် ငါသည် ပညတ်
တရားကို ချိုးဖောက်သူဖြစ်ကြောင်း ပြသရာရောက်၏။
19 ဇာကြောင့်ဆိုသော် ပညတ်တရားသည် ငါ့ကို သီဆုံး
စီသည်ဖြစ်သောကြောင့် ပညတ်တရားနှင့်ပတ်သတ်လျှင်
ငါသည် လူသီဖြစ်၏။ သို့မှသာ ဘုရားသခင်အတွက်
အသက်ရှင်နိုင်မည်ဖြစ်၏။
20 ငါသည် ခရစ်တော်နှင့်အတူ လက်ဝါးကပ်တိုင်
ထက်မှာ အသီသတ်ခြင်းကို ခံပြီးယာ။ သို့ဖြစ်၍
ငါသည် ကိုယ်တိုင်အသက်မရှင်ဘဲ ခရစ်တော်သည်
ငါ၌ အသက်ရှင်တော်မူ၏။ အဂု ငါ၌ဟိသော အသက်
သည် ဘုရားသခင်၏သားတော်ကို ယုံကြည်ခြင်းအားဖြင့်
ဖြစ်၏။ ထိုသားတော်သည် ငါ့ကို ချစ်သောကြောင့် ငါ့
အတွက် မိမိ၏အသက်ကို စွန့်တော်မူ၏။
21 ဘုရားသခင်၏ ကျေးဇူးတော်ကို ငါသည် မ
ငြင်းပယ်။ သို့သော်လည်း လူအပေါင်းရို့သည် ပညတ်
တရားအားဖြင့် ဖြောင့်မတ်ခြင်းကို ရနိုင်ကြလျှင်
ခရစ်တော်၏ အသီခံခြင်းသည် အချည်းနှီး ဖြစ်တော်
မူ၏။

3

ပညတ်တရား သို့မဟုတ် ယုံကြည်ခြင်းတရား

1 မိုက်မဲသော ဂလာတိအသင်းသားရို့၊ ဇာသူက သင်
ရို့အား ပြုစားထားသနည်း။ လက်ဝါးကပ်တိုင်ထက်တွင်

ယေသျှုခရစ်တော် အသီခံတော်မူပုံကို သင်ရို့မျက်စိရှို့
တွင် ထင်ရှားစွာ ဟိခ၏။
2 ဘုရားသခင်၏ ဝိညာဉ်တော်ကို သင်ရို့ လက်ခံရခြင်း
သည် ပညတ်တရားနှင့်ဆိုင်သော အကျင့်အားဖြင့်လော၊
သို့မဟုတ် သတင်းကောင်းကို ကြားနာရ၍ ယုံကြည်ခြင်း
အားဖြင့်လော။ ဤအချက်ကို ငါအား ပြောကြလော့။
3 သင်ရို့သည် ယေလောက်တောင် မိုက်မဲကြသလော။
သင်ရို့သည် ဘုရားသခင်၏ဝိညာဉ်တော်အားဖြင့် အစပြု
ခ ပြီး နောက် အ ဂု အခါ သင် ရို့၏ ဇာတိ အားဖြင့်
အဆုံးသတ်ဖို့ ကြိုးစားနိန်ကြသလော။
4 သင်ရို့၏ တွိ့ကြုံခံစားခသည့် အရာအားလုံးသည်
အလကား ဖြစ်လားခယာလား။ အမှန်ပင် အလကား ဖြစ်
လားခယာလား။
5 ဘုရားသခင်သည် သင်ရို့အား ဝိညာဉ်တော်ကို ပီး
သနား တော် မူ ပြီး လျှင် အံ့ဖွယ် နိမိတ် လက္ခဏာ များ ကို
ပြုတော်မူခြင်းမှာ ပညတ်တရားနှင့်ဆိုင်သော အကျင့်
အားဖြင့်လော။ သို့မဟုတ် သတင်းကောင်းကို ကြားနာ၍
ယုံကြည်ခြင်းအားဖြင့်လော။
6 ထိုနည်းတူ ကျမ်းစာတော်မြတ်က “အာဗြဟံသည်
ဘုရားသခင် ကို ယုံကြည်၏။ သူ၏ယုံကြည် ခြင်း ကို
ဖြောင့်မတ်ခြင်းအဖြစ် ဘုရားသခင်သည် မှတ်တော်မူ၏”
ဟု ဆို၏။
7 သို့ဖြစ်၍ ဘုရားသခင်ကို ယုံကြည်သော သူအပေါင်း

3:7 ရော ၄.၁၆

ရှိ့သည် အာဗြဟံ၏ သားသမီး အစစ်အမှန် ဖြစ်ကြောင်း
ကို သင်ရှိ့သိမှတ်ကြလော့။
8 ဘုရားသခင်သည် တခြားလူမျိုးရှိ့၏ ယုံကြည်ခြင်း
ကိုထောက်၍ ဖြောင့်မတ်သောသူ ဖြစ်မည်ဟု ကျမ်းစာ
တော်မြတ်က ကြိုတင်၍ ဖော်ပြထားပြီး “သင့်အားဖြင့်
လူမျိုးအပေါင်းရှိ့သည် ဘုရားသခင်၏ ကောင်းကြီး
မင်္ဂလာကို ခံစားရကြလိမ့်မည်” ဟု သတင်းကောင်းကို
အာဗြဟံအား ကြေညာခ၏။
9 အာဗြဟံသည် ယုံကြည်ခြင်းအားဖြင့် ကောင်းကြီး
မင်္ဂလာကို ခံစားရခ၏။ ထို့ကြောင့် ယုံကြည်ခြင်းဟိသော
သူရှိ့သည် အာဗြဟံနည်းတူ ကောင်းကြီးမင်္ဂလာကို ခံစား
ရကြ၏။
10 ပညတ်တရားအောက်၌ အသက်ရှင်နိန်သော သူတိုင်း
သည် ကျိန်ခြင်းတရား၏ အောက်၌ ဟိ၏။ ကျမ်းစာတော်
မြတ်၌ “ပညတ္တိကျမ်း၌ ရီးထားသမျှသောအရာကို မ
ကျင့်နိုင်သောသူ ဟိသမျှသည် ဘုရားသခင်၏ ကျိန်ခြင်း
အောက်၌ဟိသည်” ဟု ဖော်ပြထား၏။
11 အဂုတွင် ကျမ်းစာတော်မြတ်၌၊ “ဖြောင့်မတ်သောသူ
သည် ယုံကြည်ခြင်းအားဖြင့် အသက်ရှင်လိမ့်မည်”* ဟု
ဆိုထားသဖြင့် ပညတ်တရားအားဖြင့် ဇာသူတစ်ယောက်
လေ့ ဘုရားသခင်၏ ဖြောင့်မတ်ခြင်းကို မရနိုင်ကြောင်း

3:11 ဟေ ၂.၄ * **3:11** ဖြောင့်မတ်သောသူသည် ယုံကြည်ခြင်းအားဖြင့် အသက်ရှင်လိမ့်မည်၊ သို့မဟုတ် ယုံကြည်ခြင်းအားဖြင့် အသက်ရှင်သူသည် ဖြောင့်မတ်သောသူဖြစ်၏။

ထင်ရှား၏။
12 သို့သော်လည်း ကျမ်းစာတော်မြွတ်၌၊ “ပညတ်တရား
နှင့်ဆိုင်သော အရာအားလုံးကို လိုက်လျှောက်သောသူ
သည် ပညတ်တရားအားဖြင့် အသက်ရှင်လိမ့်မည်” ဟု ဆို
သဖြင့် ပညတ်တရားသည် ယုံကြည်ခြင်းနှင့် မသက်ဆိုင်။
13 သို့ရာတွင် “သစ်တိုင် ထက်တွင် ဆွဲထားခြင်းကို ခံရ
သောသူသည် ဘုရားသခင်၏ ကျိန်ခြင်းခံရသူဖြစ်၏” ဟု
ကျမ်းစာတော်မြွတ်၌ လာသည်နှင့်အညီ ခရစ်တော်သည်
ငါရို့အတွက်ကြောင့် ကျိန်ခြင်းကို ခံရသောသူဖြစ်ပြီး ငါ
ရို့အား ပညတ်တရား၏ ကျိန်ခြင်းမှ ရွေးနှုတ်တော်မူ၏။
14 ခရစ်တော်သည် ဤသို့ ပြုတော်မူခြင်းမှာ အာဗြဟံ
ခံစားရသော ကောင်းကြီးမင်္ဂလာသည် ခရစ်တော်ယေရှု
အားဖြင့် တခြားလူမျိုးများ၌ သက်ရောက်သဖြင့် ငါရို့
သည် ဘုရားသခင် ကတိထားတော်မူသော ဝိညာဉ်တော်
ကို ယုံကြည်ခြင်းအားဖြင့် ခံယူရဟိရန် ဖြစ်၏။

ပညတ်တရားနှင့် ကတိတော်

15 ညီအစ်ကိုမောင်နှရို့၊ ငါသည် နို့စဉ် တွို့ကြုံနိန်ကြ
သည့် အဖြစ်အပျက်တိမှ ဥပမာတစ်ခုကို ပြောပြမည်။ လူ
နှစ်ဦးသည် ကတိစာချုပ် ချုပ်ဆိုပြီးသောအခါ လူတိချုပ်
ဆိုထားသော စာချုပ်ဖြစ်သော်လည်း ဇာသူတစ်ယောက်
လေ့ ထိုစာချုပ်ကို ပယ်ဖျက်ခြင်း၊ ဖြည့်စွပ်ခြင်း မပြုနိုင်
ယာ။

16 အဂုတွင် ဘုရားသခင်ပြုတော်မူသော သူ၏ ကတိ
တော်သည် အာဗြဟံနှင့် သူ၏ သားစဉ်မြီးဆက်အတွက်
သာ ဖြစ်၏။ သားသမီးဆိုသောစကားသည် လူအများကို
ရည်စူး၍ "သားစဉ်မြီးဆက်များ" ဟု ကျမ်းစာ၌ ပြောလို
ခြင်း မဟုတ်ဘဲ၊ တစ်ယောက်သောသူကိုသာ ရည်စူး၍
"သားစဉ်မြီးဆက်" ဟု ဆိုပေ၏။ ထိုသို့ ရည်စူးခြင်းကို ခံ
ရသောသူကား ခရစ်တော်ပင် ဖြစ်၏။
17 ငါဆိုလိုသည်ကား ဤသို့ ဖြစ်၏။ ဘုရားသခင်သည်
အာဗြဟံနှင့် ပဋိညာဉ်ပြုတော်မူပြီးလျှင် ပဋိညာဉ်ကို
စောင့်ထိန်းရန် ကတိထားတော်မူ၏။ အနှစ် ၄၃၀ လွန်ပြီးမှ
ပေါ်ပေါက်လာသော ပညတ်တရားသည် ဘုရားသခင်၏
ကတိတော်ကို မပယ်ဖျက်နိုင်သကဲ့သို့ ပဋိညာဉ်တော်ကို
လည်း ချိုးဖျက်၍ မရနိုင်။
18 အကယ်၍ ဘုရားသခင်၏ အမွေတော်သည် ပညတ်
တရား၌ တည်နိန်လျှင် ထို အမွေတော်သည် ဘုရားသခင်၏
ကတိတော်၌ မတည်တော့ပေ။ သို့ရာတွင် ဘုရားသခင်
သည် အာဗြဟံအား ထို အမွေတော်ကို ကတိတော်အားဖြင့်
ပေးတော်မူခဲ့၏။
19 သို့ဖြစ်လျှင် ပညတ်တရား၏ ရည်ရွယ်ချက်ကား
မည်သို့နည်း။ ပညတ်တရားကို ဘုရားသခင် ချပေးတော်
မူခဲ့သည်မှာ အပြစ်ဒုစရိုက်၏သဘောကို ဖော်ပြရန်သာ
ဖြစ်၏။ ထိုပညတ်တရားသည် ကတိတော်ကို ခံယူရဟိ

3:18 ရော ၄.၁၄

သူ အာဗြဟံ၏ သားစဉ်မြေးဆက် မပေါ်သိမ့်ခင် ကာလ
အတွင်း၌သာလျှင် တည်ဟိရန်သာ ဖြစ်၏။ ဘုရားသခင်
သည် ထိုပညတ်တရားကို ကောင်းကင်တမန်များအားဖြင့်
ကြားဝင်စိ့စပ်ပီးသူတစ်ဦးအား ပီးအပ်တော်မူခ၏။
20 သို့ရာတွင် ကြားဝင်စိ့စပ်ပီးသူသည် တစ်ဖက်နှင့်သာ
ဆိုင်သည် မဟုတ်။ ဘုရားသခင်မူကား တစ်ပါးတည်း
ဖြစ်တော်မူ၏။†

ပညတ်တရား၏ ရည်ရွယ်ချက်

21 ဤသို့ဆိုရာတွင် ပညတ်တရားနှင့် ဘုရားသခင်၏
ကတိတော်များသည် ဆန့်ကျင်ဖက် ဖြစ်နိန်သလော။ လုံး
ဝ မဟုတ်ပေ။ အကယ်၍ အသက်ရှင်စီနိုင်မည့် ပညတ်
တရားကို လူသားတိ ရဟိခလျှင် လူတိုင်းပင် ထိုပညတ်
တရားကို စောင့်ထိန်းခြင်းဖြင့် ဖြောင့်မတ်ခြင်းကို ရဟိနိုင်
ကြမည် ဖြစ်၏။
22 သို့ရာတွင် ယေသျှုခရစ်၌ ယုံကြည်ခြင်းအားဖြင့် ထို
ယုံကြည်သူတိုင်းအား ကတိတော်ကို ရဟိခံစားစီခြင်းငှာ
လောကတစ်ခုလုံးသည် အပြစ်တရား၏ လက်အောက်
တွင် ကျရောက်နိန်ကြောင်းကို ကျမ်းစာတော်မြတ်၌
ဖော်ပြထား၏။
23 သို့သော် ယုံကြည်ခြင်းတရား ရောက်မလာခင် ငါရို့
သည် ယုံကြည်ခြင်းတရား ထင်ရှားလာသည်အထိ ပညတ်

† **3:20** ဘုရားသခင်မူကား တစ်ပါးတည်း ဖြစ်တော်မူ၏၊ သို့မဟုတ် ဘုရားသခင် တစ်ပါးတည်းသာ ပြုတော်မူ၏။

တရားအောက်၌ အချုပ်သားတိကဲ့သို့ ချုပ်ထားခြင်းကို
ခံရ၏။
24 ငါရို့သည် ယုံကြည်ခြင်းအားဖြင့် ဘုရားသခင်၏
ဖြောင့်မတ်ခြင်းတရားကို ရနိုင်ကြစီရန် ပညတ်တရား
သည် ခရစ်တော်ကြွလာချိန်ထိတိုင်အောင် ငါရို့ကို အုပ်
ထိန်းပီး၏။
25 အဂုတွင် ယုံကြည်ခြင်းတရား ရောက်လာပြီဖြစ်၍ ငါ
ရို့သည် ပညတ်တရား၏ အုပ်ထိန်းမှုအောက်၌ မဟိယာ။
26 သင်ရို့အားလုံးသည် ခရစ်တော်ယေသျှု၌ ယုံကြည်
ခြင်းအားဖြင့် ဘုရားသခင်၏ သားသမီးများဖြစ်ကြ၏။
27 ခရစ်တော်၌ ဗတ္တိဇံကို ခံယူထားပြီးသော သင်ရို့
အားလုံးသည် ခရစ်တော်ကို ယူတင်ဝတ်ဆင် ထားကြပြီး
ဖြစ်၏။
28 သို့ဖြစ်၍ ယုဒလူမျိုးနှင့် တခြားလူမျိုး ဟူ၍ မဟိ၊
ကျွန်နှင့် လွတ်လပ်သူ ဟူ၍ မဟိ၊ ယောကျ်ားနှင့် မိန်းမ
ဟူ၍ မဟိ။ သင်ရို့အားလုံးသည် ခရစ်တော်ယေသျှု၌
တစ်လုံးတစ်ဝတည်း ဖြစ်ကြ၏။
29 သင်ရို့သည် ခရစ်တော်နှင့်စပ်ဆိုင်လျှင် အာဗြဟံ၏
သားစဉ်မြီးဆက်များဖြစ်ကြပြီး ဘုရားသခင်၏ ကတိ
တော်ကို ခံစားရကြလိမ့်မည်။

4

1 တဖန် ငါ ဆိုသည်ကား၊ သားသည် သူ့ဖခင်၏

3:29 ရော ၄.၁၃

ဥစ္စာ ဟိ သမျှ ကို အမှန်ပင် အမွေခံ ထိုက်သော သူ ဖြစ်
သော်ငြားလည်း အရွယ်မရောက်ခင် ကာလအတွင်း ကျွန်
တစ်ယောက်ကဲ့သို့ နီထိုင်ရ၏။
2 သူသည် ဖခင်သတ်မှတ်ထားသော အချိန်မရောက်ခင်
ကာလပတ်လုံး မိမိ၏အမှုကိစ္စတိကို စီမံအုပ်ချုပ်သူများ
နှင့် အုပ်ထိန်းသူတိ၏ လက်အောက်၌ နီထိုင်ရ၏။
3 ထိုနည်းတူ ငါရို့သည်လည်း ဝိညာဉ်ရေးရာ၌ မ
ရင့်ကျက်ခင်အခါက လောကကိုအုပ်စိုးသော ဝိညာဉ်
တရားအောက်တွင် ကျွန်ဖြစ်ကြ၏။
4 သို့ရာတွင် နောက်ဆုံး၌ အချိန်တန် သောအခါ
ဘုရားသခင်သည် မိမိ၏သားတော်ကို စီရွတ်တော်
မူ၏။ ထိုသားတော်သည် လူမိခင်မှ မွီးဖွားလျက် ပညတ်
တရားအောက်၌ ပေါ်ထွန်းတော်မူ၏။
5 ထိုသူသည်ကား ပညတ်တရားအောက်၌ဟိသော ငါ
ရို့ကို ရွီးနုတ်တော်မူပြီး ဘုရားသခင်၏ သားသမီးများ
ဖြစ်လာကြရန် ဖြစ်၏။
6 သင်ရို့သည်* ဘုရားသခင်၏ သား၊ သမီးတိ
ဖြစ်ကြောင်း သက်သီပြရန် ဘုရားသခင်သည် “အဗ္ဗ၊ ငါ့
အဖ” ဟု ခေါ်တတ်သော သားတော်၏ဝိညာဉ်ကို ငါရို့၏
စိတ်နှလုံးထဲသို့ စီရွတ်တော်မူ၏။
7 သို့ဖြစ်၍ သင်ရို့သည် ကျွန် မဟုတ်ဘဲ သား၊ သမီး
တိ ဖြစ်ကြ၏။ ထိုသို့ သင်ရို့သည် ဘုရားသခင်၏ သား၊

4:5 ရော ၈.၁၅–၁၇ * **4:6** သင်ရို့သည်၊ သို့မဟုတ် ဇာကြောင့်ဆိုသော်
သင်သည်။

သမီးတိဖြစ်သဖြင့် သင်ရို့ခံစားထိုက်သော အမွီအားလုံး
ကို ဘုရားသခင်သည် သင်ရို့အား ပီးတော်မူလိမ့်မည်။

ဂလာတိယုံကြည်သူများအတွက် ပေါလု၏ စိုးရိမ်ခြင်း

8 အယင်က သင်ရို့သည် ဘုရားသခင်ကို မသိခကြ
သဖြင့် ဘုရား မဟုတ်သော အရာများ၌ ကျွန်ခံခကြ၏။
9 သို့သော် အဂုမူကား သင်ရို့သည် ဘုရားသခင်ကို
သိကြ၏။ တစ်နည်းဆိုသော် ဘုရားသခင်သည် သင်ရို့
အား သိတော်မူယာဟု ငါဆို၏။ သို့ဖြစ်၍ အားနည်း၍
ချမ်းသာမပီးနိုင်သော လောကီတရားဖက်သို့ ဇာကြောင့်
ပြန်လှည့်၍ ကျွန်ခံလိုကြသနည်း။
10 သင်ရို့သည် အချို့သောနို့၊ လ၊ ရာသီများနှင့် နှစ်များ
ကို အထူး ဂရုစိုက်နိန်ကြ၏။
11 ငါသည် သင်ရို့အတွက် လုပ်ဆောင်ခသမျှသော
အရာများသည် အချည်းနှီး ဖြစ်ရမည်ကို စိုးရိမ်၏။
12 ညီအစ်ကိုမောင်နှမရို့၊ သင်ရို့သည် ငါ့ကဲ့သို့ ဖြစ်ကြ
ရန် ငါတောင်းပန်၏။ ထိုနည်းတူ ငါသည်လည်း သင်ရို့
ကဲ့သို့ဖြစ်၏။ သင်ရို့သည် ငါ့အား တစ်စုံတစ်ခုမျှ ပြစ်မှား
ခြင်း မပြုခ။
13 ငါသည် ပထမဆုံးအကြိမ် သင်ရို့အား
သတင်းကောင်းကို ဟောပြောရခြင်းသည် ငါနာမကျန်း
သောကြောင့် ဖြစ်သည်ကို သင်ရို့သိကြ၏။
14 သို့ရာတွင် ငါ၏ ကိုယ်ကာယ အခြေအနေကြောင့်
သင်ရို့အတွက် အနှောက်အယှက်ဖြစ်သော်လည်း သင်

ရို့သည် ငါ့အား အထင်သေးခြင်း၊ ငြင်းပယ်ခြင်းများ
ကို မပြုကတ်။ သင်ရို့သည် ငါ့အား ဘုရားသခင်၏
ကောင်းကင်တမန်ကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ ခရစ်တော်ယေ
ရှုကဲ့သို့ လည်းကောင်း လက်ခံကြ၏။
15 သင်ရို့သည် အလွန်ဝမ်းမြောက်ခြင်းဟိလျက်ပင်
မည်သို့ ဖြစ်ခသနည်း။ သင်ရို့သည် ဖြစ်နိုင်လျှင် မိမိရို့၏
မျက်စိများကိုပင် ထုတ်၍ ငါ့အား ပီးလှူလိုခသည်ကို ငါ
သက်သီခံ၏။
16 အဂု ငါသည် သင်ရို့အား သမ္မာတရားကို ပြောဆို
သည့်အတွက် သင်ရို့၏ ရန်သူ ဖြစ်လီယာလား။

17 အခြားသောသူရို့သည် သင်ရို့အား အရေးတယူ
ပြုကြ၏။ သို့ရာတွင် ထိုသို့ပြုခြင်းမှာ မကောင်းသော
ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့်သာ ဖြစ်၏။ သူရို့သည် သင်ရို့၏
အလွန် အရေးတယူပြုမှုကို ခံစားရခြင်းငှာ သင်ရို့အား
ငါနှင့် အဆက်အသွယ် ပြတ်စီလိုသောကြောင့် ဖြစ်၏။
18 အဂုတွင် ကောင်းသော ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် အရေး
တယူ ပြုလျှင် ကောင်းပေ၏။ ထိုသို့ အရေးတယူ
ပြုမှုသည် ငါ ဟိနိန်စဉ်သာ မဟုတ်ဘဲ အစဉ်အမြဲဟိရန်
လိုအပ်၏။
19 ငါချစ်သော သားသမီးရို့၊ ခရစ်တော်၏ သဏ္ဌာန်
တော်ကို သင်ရို့သည် မရမချင်း ငါသည် အသျှေမွီးသည့်
မိခင်ကဲ့သို့ တဖန် ဝေဒနာခံစားလျက် နိန်ရ၏။
20 ငါသည် ငါ၏ စကားသံကို ပြောင်းလို၍ အဂု

ပင် ငါသည် သင်ရို့နှင့်အတူ ဟိလိုသော ဆန္ဒဟိ၏။
အကြောင်းမူကား သင်ရို့အတွက် အလွန် စိုးရိမ်ပူပန်
လျက် ဟိသောကြောင့် ဖြစ်၏။

ဟာဂရနှင့် စာရာရို့၏ ပုံဥပမာ

21 ငါ့ကို ပြောလော၊ ပညတ်တရား၏ လက်အောက်တွင်
နီလိုသောသူရို့၊ သင်ရို့သည် ပညတ်တရား၏ မိန့်ဆိုထား
သော အရာများကို နားမလည် ကြသလော။
22 ထိုကျမ်းစာက အာဗြဟံ၌ သားနှစ်ယောက်ဟိပြီး
တစ်ယောက်သည် ကျွန်မနှင့်ရသော သားဖြစ်၍ အခြား
တစ်ယောက်မှာ ကျွန်မ မဟုတ်သော မိန်းမနှင့်ရသော
သားဖြစ်သည်ဟု ဖော်ပြထား၏။
23 ကျွန်မနှင့်ရသော သားသည် ဇာတိအားဖြင့် မွီးဖွား
လာသူဖြစ်၏။ သို့သော် ကျွန် မဟုတ်သော မိန်းမ†နှင့်ရ
သော သားမူကား ဘုရားသခင်၏ ကတိတော်အားဖြင့် မွီး
ဖွားလာသူဖြစ်၏။
24 ဤအကြောင်းအရာကား နားလည်နိုင်စီရန် ပုံဆောင်
ခြင်းသာ ဖြစ်၏။ မိန်းမနှစ်ယောက်သည် ပဋိညာဉ်နှစ်
ပါးကို ဆိုလို၏။ မိန်းမတစ်ယောက်၏ သားသမီးရို့သည်
ကျွန်အဖြစ် မွီးဖွားလာ၏။ ထိုသူသည် ဟာဂရဖြစ်ပြီး
သူမသည် သိနာတောင်တွင်ပြုသည့် ပဋိညာဉ်တရားကို
ကိုယ်စားပြု၏။

† **4:23** ကျွန် မဟုတ်သော မိန်းမ၊ သို့မဟုတ် အာဗြဟံ၏ မယား စာရာ။

25 ဟာဂရသည် အာရပ်ပြည်၌ဟိသော သိနာ
တောင်ကို ကိုယ်စားပြု၏။‡ အဂု မျက်မှောက်တွင်လည်း
မိမိ၏သားသမီးတိနှင့်အတူ အလုပ်အကျွေးပြုပြီး ယေရု
ဆလင်မြို့ကို ပုံဆောင်ခြင်းဖြစ်၏။
26 သို့ရာတွင် အထက်အရပ်နှင့်ဆိုင်သော ယေရုဆလင်
မြို့သည်ကား လွတ်လပ်သောမြို့ဖြစ်၍ ငါရို့၏ မိခင်
ဖြစ်၏။
27 ကျမ်းစာတော်မြွတ်၌၊
"အို၊ မြုံသောမိန်းမ၊ ဝမ်းမြောက်လော့။
အချေမွီးခြင်း ဝေဒနာကို မခံဘူးသောမိန်းမ၊ ဝမ်းသာ
စွာဖြင့် အသံရှင့်၍ ကြွီးကြော်လော့။
စွန့်ပစ်ခံထားရသော မိန်းမရို့သည်
လင်ဟိသော မိန်းမတိထက်ပင် သားသမီးတိကို ရ
လိမ့်မည်" ဟု ဖော်ပြသောကြောင့်ဖြစ်၏။
28 ညီအစ်ကိုမောင်နှမရို့၊ အဂုတွင် သင်ရို့သည် ဣ
ဇာက်ကဲ့သို့ ဘုရားသခင်၏ ကတိတော်နှင့်ဆိုင်သော
သားသမီးတိ ဖြစ်ကြ၏။
29 ထိုအချိန်၌ ဇာတိအားဖြင့် မွီးသောသားသည်
ဘုရားသခင်၏ ဝိညာဉ်တော်အားဖြင့် မွီးဖွားသောသား
အား ညှဉ်းဆဲနှိပ်စက်ခ၏။ အဂုလည်း ထိုနည်းတူပင်
ဖြစ်၏။

‡ **4:25** ဟာဂရသည် အာရပ်ပြည်၌ဟိသော သိနာတောင်ကို ကိုယ်စားပြု၏၊ အချို့သော လက်ရီးမူကျမ်းတွင် အာရပ်ပြည်၌ဟိသော သိနာတောင်ဖြစ်၏၊ ဟု ဖော်ပြထား၏။

30 သို့ရာတွင် ကျမ်းစာတော်မြွတ်၌ မည်သို့ ဆိုထား
သနည်း။ "ဤကျွန်မနှင့် သူမ၏သားကို နှင်ထုတ်လော့။
ကျွန်မ၏ သားသည် ကျွန် မဟုတ်သော မိန်းမ၏သားနှင့်
အတူ ဖခင်၏အမွေကို မခံရ" ဟု ဆို၏။
31 သို့ ဖြစ်၍ ညီအစ်ကိုမောင်နှမ ရို့၊ ငါ ရို့ ကား
ကျွန်မ၏သားသမီး တိ မဟုတ်။ ကျွန် မဟုတ် သော
မိန်းမ၏ သားသမီးတိရာ ဖြစ်ကြ၏။

5

လွတ်လပ်မှုကို ထိန်းသိမ်းခြင်း

1 ငါရို့သည် လွတ်လပ်မှုကို ရစီခြင်းဗှာ ခရစ်တော်သည်
ငါရို့အား လွတ်မြောက်စီတော်မူပြီ။ သို့ဖြစ်၍ လွတ်လပ်
သော သူများအဖြစ် ရပ်တည်ကြလော့။ နောက်တဖန် သင်
ရို့ကိုယ်တိုင် ကျွန်ဖြစ်ခြင်းစီခြင်းဗှာ အခွင့်မပီးကတ်ကေ့။
2 နားထောင်ကြလော့။ ငါ ပေါလု ဆိုသည်ကား၊ သင်
ရို့ သည် အရေဖျားလှီး ခြင်း ကို ကိုယ်တိုင် ခံယူ မည် ဆို
လျှင် ခရစ်တော်အားဖြင့် ဇာအကျိုးကိုမျှ ရနိုင်လိမ့်မည်
မဟုတ်။
3 အရေဖျားလှီးခြင်းကို ခံယူသော သူတိုင်းအား ပညတ်
တရား အလုံးစုံကို လိုက်လျှောက်ရန် တာဝန်ဟိသည်ဟု
တဖန် ငါသတိပီး၏။
4 ပညတ် တရား ကို လိုက် လျှောက် ခြင်း အားဖြင့်
ဖြောင့်မတ် ရာ သို့ ရောက် စီ ခြင်း ဗှာ ကြိုးစား သော သူ

သည် ခရစ်တော်နှင့် ကွာလားသဖြင့် သင်ရို့သည်
ဘုရားသခင်၏ ကျေးဇူးတရား အောက်၌ မဟိ။
5 ငါရို့သည်ကား ဘုရားသခင်၏ ဝိညာဉ်တော်တန်ခိုး
ဖြင့် ဖြောင့်မတ်ရာသို့ ရောက်လိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်ခြင်း
အားဖြင့် မျှော်လင့်နိန်ကြ၏။
6 အကြောင်းမူကား ငါရို့သည် ခရစ်တော်ယေသျှု၌
အရီဖျားလှီးခြင်း ခံသည်၊ မခံသည်မှာ အရေးမကြီး
ပေ။ အရေးကြီးသည့်အရာကား မေတ္တာတရားအားဖြင့်
လုပ်ဆောင်သော ယုံကြည်ခြင်းပင် ဖြစ်၏။
7 သင်ရို့သည် ကောင်းမွန်စွာ လုပ်ဆောင်နိန်ခ၏။ သမ္မာ
တရားကို မလိုက်နာစီရန် သင်ရို့အား ဇာသူက တားဆီး
သနည်း။ ထိုသူသည် သင်ရို့အား ဇာပိုင် ဖြားယောင်းသွီး
ဆောင်ခသနည်း။
8 ထိုဖြားယောင်းသွီးဆောင်မှုသည် သင်ရို့အား ခေါ်
တော်မူသော ဘုရားသခင်ထံတော်မှ လာသည် မဟုတ်။
9 "အနည်းချေသော တဆီးသည် မုန့်ညက် တစ်ပုံးလုံး
ကို ဖောင်းကြွစီတတ်၏" ဟူ၍ ဆိုရိုးစကားဟိ၏။
10 သို့ရာတွင် ငါသည် သင်ရို့အား အဂုတိုင်အောင်
ယုံကြည်စိတ်ချခြင်း ဟိ၏။ ငါရို့၏ အသက်ရှင်မှုသည်
သခင်ဘုရားနှင့် တစ်လုံးတစ်ဝတည်း ဖြစ်ကြသဖြင့် သင်
ရို့သည် တခြားသောအယူကို လက်ခံကြလိမ့်မည် မဟုတ်
ဟူ၍ ငါ့ကို ယုံကြည်စိတ်ချစီ၏။ သို့သော် သင်ရို့အား

5:9 ၁ ကော ၅.၆

နှောက်ယှက်သူ ဇာသူမဆို ဘုရားသခင်၏ ပြစ်ဒဏ်စီရင်
ခြင်းကို ခံရလိမ့်မည်။
11 သို့ရာတွင် ညီအစ်ကိုမောင်နှမရို့၊ အကယ်၍ ငါသည်
အရီဖျားလှီးခြင်းတရားကို ဆက်လက် ဟောပြောနိန်သည်
ဆိုလျှင် ဇာကြောင့် ညှဉ်းဆဲနှိပ်စက်ခြင်းကို ခံနိန်ရပါ
သနည်း။ အကယ်၍ ထိုသို့ ဟောပြောခြင်း မှန်သည်ဆို
လျှင် ခရစ်တော်၏ လက်ဝါးကပ်တိုင်နှင့်ဆိုင်သော ငါ၏
ဟောပြောခြင်းသည် ဒုက္ခရောက်စီလိမ့်မည် မဟုတ်။
12 သင်ရို့ကို နှောက်ယှက်နိန်သော လူတိကို နှင်ထုတ်
စီခြင်းငှာ ငါအလိုဟိ၏။ သူရို့သည် ကိုယ့်ကိုကိုယ်
သင်းကွပ်လိုက်ကြလျှင် ကောင်းလိမ့်မည်။
13 ညီအစ်ကိုမောင်နှမရို့၊ သင်ရို့သည် လွတ်လပ်မှုကို
ရစီခြင်းငှာ ခေါ်တော်မူခြင်းကို ခံရကြ၏။ သို့ရာတွင်
လွတ်မြောက်ခြင်းကို အကြောင်းပြု၍ ကိုယ်ကာယ
တပ်မက်ခြင်း အလိုသို့ မလိုက်ကြဘဲ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ
အားဖြင့် တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် အလုပ်အကျွေးပြု
ကြလော့။
14 အကြောင်းမူကား "ကိုယ်နှင့်စပ်ဆိုင်သောသူ ကို
ကိုယ်နှင့်အမျှ ချစ်လော့" ဟူသော ပညတ်သည် ပညတ်
ဟိသမျှ၏ အချုပ်ဖြစ်၏။
15 သို့ရာတွင် အချင်းချင်း ကိုက်စားနိန်ကြလျှင်
တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် ဖျက်ဆီးရာရောက်မည်
ဖြစ်ကြောင်း သတိပြုကြလော့။

ဝိညာဉ်တော်နှင့် လူ့ဇာတိသဘော

16 ငါဆိုသည်ကား ဝိညာဉ်တော်အားဖြင့် အသက်ရှင်
ကြလော့။ သို့ပြုလျှင် လူ့ဇာတိအလိုသို့ မလိုက်ဘဲနိန်
လိမ့်မည်။
17 အကြောင်းမူကား လူ့ဇာတိ၏အလိုသည် ဝိညာဉ်
တော်၏အလိုနှင့် ဆန့်ကျင်လျက် ဟိ၏။ ထို့အပြင်
ဝိညာဉ်တော်၏အလိုသည်လည်း လူ့ဇာတိ၏အလိုနှင့်
ဆန်ကျင်လျက် ဟိ၏။ ထိုနှစ်ပါးရို့သည် ရန်သူများဖြစ်
သဖြင့် သင်ရို့သည် မိမိအလိုဆန္ဒ ဟိသည့်အတိုင်း မပြု
နိုင်ကတ်။
18 အကယ်၍ ဝိညာဉ်တော်သည် သင်ရို့အား
ဦးဆောင်လမ်းပြတော်မူလျှင် သင်ရို့သည် ပညတ်
တရား၏အောက်၌ ဟိကြသည် မဟုတ်။
19 လူ့ဇာတိစိတ်နှင့်ဆိုင်သော အပြုအမူများမှာ သိသာ
ထင်ရှား၏။ ထိုအရာများကား ကာမဂုဏ်လိုက်စားခြင်း၊
မစင်ကြယ်ခြင်း၊ အကျင့်ပျက်ခြင်း၊
20 ရုပ်တုကိုးကွယ်ခြင်း၊ ပြုစားခြင်းများ၊ ရန်ငြိုးဖွဲ့
ခြင်း၊ ရန်တွေ့ခြင်း၊ မနာလိုခြင်း၊ ဒေါသထွက်ခြင်း၊
တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ခြင်း၊ စိတ်ဝမ်းကွဲခြင်း၊ ဂိုဏ်းခွဲ
ခြင်း၊
21 ငြူစူခြင်း၊ သောက်စားမူးယစ်ခြင်း၊ အပျော်ကြူး
ခြင်း စသည့်အရာများကို လုပ်ဆောင်လာကြ၏။ ထိုသို့

5:17 ရော ၇.၁၅–၂၃

သော အရာများကို ပြုမူသောသူရို့သည် ဘုရားသခင်၏
နိုင်ငံတော်ကို ဝင်ရလိမ့်မည် မဟုတ်ဟု အယင်က သင်
ရို့အား ငါသတိပီးခသည်အတိုင်း အဂုလည်း ငါသတိပီး
လိုက်၏။

22 သို့သော် ဝိညာဉ်တော်၏ အကျိုးကျေးဇူးများမှာ ချစ်
ခြင်း၊ ဝမ်းမြောက်ခြင်း၊ ငြိမ်သက်ခြင်း၊ စိတ်ရှည်ခြင်း၊
သနားကြင်နာခြင်း၊ ကောင်းမြတ်ခြင်း၊ သစ္စာစောင့်ခြင်း၊
23 နူးညံ့သိမ်မွေ့ခြင်း၊ မိမိကိုယ်ကိုချုပ်တည်းခြင်းပေ
တည်း။ ဤအရာများကို ဆန့်ကျင်သော တရားဟူ၍ မဟိ။
24 ခရစ်တော် ယေသျှုနှင့်ဆိုင်သော သူရို့သည် လူ့
ဇာတိစိတ်ကိုလည်းကောင်း၊ ဇာတိစိတ်၏အလိုဆန္ဒများ
ကိုလည်းကောင်း လက်ဝါးကပ်တိုင်ထက်တွင် ရိုက်ထား
ကြပြီ။
25 သို့ဖြစ်၍ ငါရို့သည် ဝိညာဉ်တော်အားဖြင့် အသက်
ရှင်ကြလျှင် ဝိညာဉ်တော်၏ လမ်းပြမှုအတိုင်း လိုက်
လျှောက်ကြရမည်။
26 ငါရို့သည် မာနကြီးခြင်း၊ တစ်ယောက်ကိုတစ်
ယောက် ရန်လိုစိတ် ဟိခြင်း၊ မနာလိုစိတ် ဟိခြင်းများကို
ယှောင်ယှားကြကုန်အံ့။

6

အချင်းချင်း ဝန်များကို ကူညီထမ်းရွက်ခြင်း

1 ညီအစ်ကိုမောင်နှမ ရို့၊ လူ တစ် ယောက် သည်
မကောင်းမှု တစ်စုံတစ်ခု ပြုသည်ကို သင်ရို့တွေ့မိလျှင်
ဝိညာဉ်သဘောဟိသော သင်ရို့က နူးညံ့သိမ်မွေ့စွာဖြင့်
ထိုသူကို ပြုပျင်ပီးရမည်။ သင်ရို့ကိုယ်တိုင်လည်း စုံစမ်း
သွီးဆောင်ရာသို့ မလိုက်ပါမိစီရန် သတိပြုကြလော့။
2 သင် ရို့ သည် အချင်းချင်း၏ ဝန် များ ကို ကူညီ
ထမ်းရွက် သော အားဖြင့် ခရစ်တော်၏ ပညတ် တော် ကို
နာခံကြလော့။*
3 အကယ်၍ သင်သည် အသုံးမရသောသူ ဖြစ်လျက်
ပင် မိမိကိုယ်ကို အထင်ကြီးနိန်သော သင်သည် မိမိကိုယ့်
ကို လှည့်ဖြားသောသူဖြစ်၏။
4 လူတိုင်း မိမိပြုသောအမှုကို ဆန်းစစ်စီ။ ထိုသို့ပြု
လျှင် သူတစ်ပါးပြုသောအမှု၌ နှိုင်းယှဉ်ခြင်းကိုမပြုဘဲ
မိမိပြုသောအမှုသည် ကောင်းလျှင် ဂုဏ်ယူဝါကြွားစရာ
အကြောင်း ဟိလိမ့်မည်။
5 အကြောင်းမူကား လူတိုင်း မိမိ၏ဝန်ကို ထမ်းရွက်ရ
မည်။
6 ဇာသူမဆို နှုတ်ကပတ်တော်ကို သင်ယူသောသူသည်
သင်ပီးသောသူအား ကောင်းသောအရာ ဟိသမျှကို ဝီမျှ
ပီးရမည်။
7 တလွဲမယူကတ်ကေ့။ ဘုရားသခင်သည် မထီမဲ့မြင်
ပြုခြင်းကို ခံတော်မမူ။ လူသည် မျိုးစိုက်ကြဲသည့်အတိုင်း

* 6:2 နာခံကြလော့၊ တချို့သော လက်ရီးမူကျမ်းများတွင် နာခံသည်၊ ဟု ဖော်ပြထားသည်။

အသီးအနှံကို ရိတ်ရလိမ့်မည်။
8 လူ့ဇာတိသဘော၌ မျိုးစိုက်ကြဲသောသူသည် ဇာတိ
သဘောအားဖြင့် ပျက်စီးခြင်းကို ရိတ်ရလိမ့်မည်။ ဝိညာဉ်
သဘော၌ မျိုးစိုက်ကြဲသောသူသည် ဝိညာဉ်သဘောအားဖြင့်
ထာဝရအသက်ကို ရိတ်သိမ်းရလိမ့်မည်။
9 သို့ဖြစ်၍ ငါရို့သည် အားမလျော့စိတ်မပျက်ဘဲ
ကောင်းသောအကျင့်ကို ကျင့်ကြကုန်အံ့။ ထိုသို့ပြုလျှင်
ငါရို့သည် အချိန်တန်သောအခါ အသီးအနှံကို ရိတ်သိမ်း
ရလိမ့်မည်။
10 သို့ဖြစ်၍ ငါရို့သည် အခွင့်အရေးရတိုင်း လူအ
ပေါင်းရို့၏အကျိုးကို ကောင်းစွာ ဆောင်ရွက်ကြကုန်အံ့။
အထူးသဖြင့် ယုံကြည်သူ အိမ်သူအိမ်သားရို့၏ အကျိုး
ကို ဆောင်ရွက်ကြကုန်အံ့။

နောက်ဆုံး သတိပေးခြင်းနှင့် နှုတ်ဆက်ခြင်း

11 ငါသည် သင်ရို့ပါးသို့ စာလုံးကြီးဖြင့် ကိုယ်တိုင် ရေး
ပေးလိုက်သည့် စာကို သင်ရို့ ကြည့်ကြလော့။
12 သင်ရို့အား အရေဖျားလှီးခြင်းကိုခံရန် အတင်းအား
ဖမ္မ တိုက်တွန်းကြသော သူရို့သည် ပြင်ပအမှတ်လက္ခဏာ
များကို ပြ၍ ဝါကြွားလိုသူများ ဖြစ်ကြ၏။ ဤသို့ပြုရ
ခြင်းမှာ ခရစ်တော်၏ လက်ဝါးကပ်တိုင်ကြောင့် ညှဉ်းပ
မ်းနှိပ်စက်ခြင်း ခံရမည်ကို ယှောင်ယှားလို၍ ဖြစ်၏။
13 အရေဖျားလှီးခြင်းကို ခံယူကြသော သူရို့တောင်မှ
ပညတ်တရားကို မလိုက်နာကြပေ။ ထိုသူရို့သည် သင်

ရှိ၍ ကိုယ်ကာယ၌ ဝါကြွားလိုသဖြင့် သင်ရို့အား အရေ
ဖျားလှီးခြင်းကို ခံယူစီလိုခြင်းဖြစ်၏။
14 ငါ့အတွက်မူကား ငါရို့အသျှင် ယေသျှုခရစ်တော်၏
လက်ဝါးကပ်တိုင်တော်မှတစ်ပါး အခြား မည်သည့်အရာ
အတွက်နှင့်မျှ ဝါကြွားစရာမဟိ။ ထိုလက်ဝါးကပ်တိုင်၌
ဤလောကသည် ငါ့အဖို့ ရိုက်ထားခြင်းကို ခံလျက်ဟိ၏။
ငါသည်လည်း ဤလောကအဖို့ ရိုက်ထားခြင်းကိုခံလျက်
ဟိ၏။
15 လူတစ်စုံတစ်ယောက်သည် အရေဖျားလှီးခြင်း ခံ
သည် မခံသည်မှာ အရေးမကြီး။ အသစ်ဖန်ဆင်း ခံရခြင်း
သာလျှင် အရေးကြီး၏။
16 ဤ နည်းဥပဒေ ကို လိုက်နာ သူ အပေါင်း ရို့၌
လည်းကောင်း၊ ဘုရားသခင်၏လူစု တော် အားလုံး၌
လည်းကောင်း၊ ဘုရားသခင်၏ ငြိမ် သက် ခြင်း နှင့်
ကရုဏာတော် သက်ရောက်ပါစီသတည်း။
17 နိဂုံးချုပ် ဆို ရ သော် ငါ့ အား ဇာ သူ လေ့ အ
နှောက် အယှက် မ ပီး ပါ စီ ကေ့။ ဇာ ကြောင့် ဆို သော်
ငါ၏ ကိုယ်ခန္ဓာ၌ဟိ သော ဒဏ်ရာဒဏ်ချက် များသည်
ယေ သျှု၏ ကျွန် ဖြစ်ကြောင်း သက် သီ ပြ လျက် ဟိ
သောကြောင့်ဖြစ်၏။
18 ညီအစ်ကိုမောင်နှမ ရို့၊ ငါ ရို့၏အ သျှ င် ယေ သျှု
ခရစ်တော်၏ ကျေးဇူးတော်သည် သင်ရို့အားလုံးနှင့်အတူ
ဟိပါစီသောဝ်။ အာမင်။

ဓမ္မသစ်ကျမ်း ရခိုင်ဘာသာစကား

Rakhine: ဓမ္မသစ်ကျမ်း ရခိုင်ဘာသာစကား (Bible)

copyright © 2025 The Word for the World International

Language: ရခိုင် (Rakhine)

Contributor: The Word for the World International

ရခိုင် ဓမ္မသစ်ကျမ်း

The New Testament in Rakhine Language
The Word for the World
This translation is made available to you under the terms of the Creative Commons Attribution Share-Alike license 4.0.
You have permission to share and redistribute this Bible translation in any format and to make reasonable revisions and adaptations of this translation, provided that:

You include the above copyright and source information.

If you make any changes to the text, you must indicate that you did so in a way that makes it clear that the original licensor is not necessarily endorsing your changes.

If you redistribute this text, you must distribute your contributions under the same license as the original.

Pictures included with Scriptures and other documents on this site are licensed just for use with those Scriptures and documents. For other uses, please contact the respective copyright owners.
Note that in addition to the rules above, revising and adapting God's Word involves a great responsibility to be true to God's Word. See Revelation 22:18-19.

2025-06-27

PDF generated using Haiola and XeLaTeX on 27 Jun 2025 from source files dated 27 Jun 2025
51b0ff5f-817a-5607-b453-b9df7b3155f2