

## 10. Commitment

၁၀။ အပ်နှံခြင်း

၁၀။ ကျမ်းပေးစာပေအခန်း

2 Corinthians 7:1 Since we have these promises, dear friends, let us purify ourselves from everything that contaminates body and spirit, perfecting holiness out of reverence for God.

ကောရိန္တု သြဝါဒစာပဒုတိယစောင် ၇:၁ ထိုကြောင့်ချစ်သူတို့၊ ထိုဂတိတော်များနှင့် ငါတို့သည်ဆိုင်ကြသည်ဖြစ်၍၊ ကိုယ်ခန္ဓာ၏အညစ်အကြေး၊ စိတ်ဝိညာဉ်၏အညစ်အကြေးရှိ သမျှတို့နှင့်ကိုယ်ကိုယ်ကင်းစင်စေလျက်၊ ဘုရားသခင်ကိုကြောက်ရွံ့၍ သန့်ရှင်းခြင်းပါရမီ နှင့် ပြည့်စုံကြ ကုန်အံ့။

၂ ရေးရီခေ၊ ထု ၇:၁ ရှေးကခေတ်ရှစ်ခေတ်တို့လုံး၊ ပိုင်းကခေတ်လုံး၊ ဂုဏ်တော်တို့လုံး၊ လိုင်းခေခေလေး၊ ဂုဏ်ကခေတ်တို့လုံး၊ တူင်လင်းဂေ၊ ဂါင်းလွတ်တင်းတင်းကခေတ်တူင် ခခေ၊ ထု၊ ဂုဏ်၊ ဂိုဏ်၊ တင်းကခေတ်လုံဝိလုံလုံ၊ ဂုဏ်၊ ဂိုဏ်၊ ဂါးမီးလိုင်းခခေသေယဉ်၊ ကခေ ဂခေဂုဏ်၊ သေ၊ ဂုဏ်ယမ်ဖြူးပီခခေလင်းလေး၊ ဂုဏ်တိမ်ဝံတင်းပု၊ ရမီ၊ တင်းကခေမူတင်းလင်၊ ခခေတု။

1 Peter 1:15-16 But just as he who called you is holy, so be holy in all you do; for it is written: "Be holy, because I am holy."

ရှင်ပေတရုသြဝါဒစာပဌမစောင် ၁:၁၅-၁၆ သင်တို့ကိုခေါ်တော်မူသောသူသည် သန့်ရှင်း တော်မူသည်နည်းတူ၊ ကျင့်ကြံပြုမူသမျှတို့၌ သန့်ရှင်းခြင်းရှိကြလော့။ အကြောင်းမူကား၊ ငါသည် သန့်ရှင်းတော်မူသောကြောင့် သင်တို့သည်လည်းသန့်ရှင်းခြင်းရှိကြလော့ဟု ကျမ်းစာလာသတည်း။

၁ ပေ၊ တရု ၁:၁၅-၁၆ မီးတင်းကခေမူတင်းလင်၊ ယူ၊ ခခေ၊ ဂါးကခေခေဂျာင့်သင်းဂိုဏ်း တင်းသီင်းတင်းလူင်လိုင်းခခေ၊ ကခေလင်းကခေဂုဏ်ကခေမူတင်းလင်၊ ခခေတု။

လွင်းမခေလမ်းဂျာမ်းလိမ်းမးလေးဝး၊- ဂုဏ်၊ ပိုင်းကခေခေမူတင်းလင်၊ လေး၊ သူဂေး မီးတင်းကခေမူတင်းလင်၊ တု၊ ဝးခခေ၊ ခခေဂေး။

### Discussion: Committed to be holy

ဆွေးနွေးရန် = သန့်ရှင်းရန် အပ်နှံခြင်း

ကခေတေလံးဂုဏ်၊ လာတ်၊ = သါးဂါးဂုဏ်၊ လံးမူတင်းလင်၊

Acts 14:23 Paul and Barnabas appointed elders for them in each church and, with prayer and fasting, committed them to the Lord, in whom they had put their trust.

တမန်တော်ဝတ္ထု ၁၄:၂၃ အသင်းတော်များတို့၌သင်းအုပ်တို့ကိုခန့်ထား၍၊ အစာရှောင် လျက်ဆုတောင်းပဌနာပြုပြီးလျှင်၊ သင်းဝင်သူတို့ယုံကြည်သောသခင်ဘုရား၏လက်တော် သို့ ထိုအသင်းတော်တို့ကို အပ်နှံကြ၏။

ဂုတုံထုတမာဇ်,လဝ်; ဘဒ္ဒ:၂၃ ခပ်ခါခမ်းဝံ ဂူခင်းကဆ်ကုပုံလှိုင်းလဝ်; ခင်းလှိုင်းလဝ်;ခေခံ ဂူ;လှိုင်းလဝ်;ယဝ်လင်, ကွဆ်ခမ်ဂမ်တၢင်းဂိခမ်သူးတွင်းပထဆၢ, သေခလ; ကပ်ခပ်ကၢပ်;ဂး;ခင်းမိုဝ်း;ဗြးပီခမ်လဝ်;ကဆ်ခပ်ယုမ်,မၢတ်;ခေခံ;ကေး;။

1 Peter 4:19 So then, those who suffer according to God’s will should commit themselves to their faithful Creator and continue to do good.

ရှင်ပေတရုဩဝါဒစာပဌမစောင် ၄:၁၉ ထိုကြောင့်၊ ဘုရားသခင်၏ အလိုတော်အတိုင်း ဆင်းရဲခံ ရသောသူတို့သည်၊ ဘုရားသခင်ကိုသစ္စာရှိသောအသက်သခင်ကဲ့သို့မှတ်လျက်၊ ကောင်းသော အကျင့်ကို ကျင့်နေ၍၊ ကိုယ်တော်၌ မိမိတို့အသက်ဝိညာဉ်ကို အပ်နှံကြစေ။

၁ ပေ,တရု ၄:၁၉ ပိုဝ်း;ခမ်ခလ; ရှ်း;ခပ်လှိုင်းကဆ်လံ;ခမ်,လွမ်းခမ်,ကလူဝ်,ဗြးပီခမ်လဝ်;ခေခံ ကွဆ်ခမ်သၢင်းဂၢပ်;တီး;ဗြးပီခမ်လဝ်; လဝ်;ကဆ်ထၢခမ်,သၢင်းဂိုတ်း;ပီခမ်ခေခံခလ; ကွဆ်ခမ်သိုပ်,ဂမ်ဂျၢင်းတၢင်းဂမ်တၢင်းဂျၢင်းကဆ်လီကဆ်ငါမ်းတၢ။

**Discussion: Committed to God.**

ဆွေးနွေးရန် = ဘုရားသခင်ထံ အပ်နှံခြင်း  
ကဆ်တေလံ;ကုပ်,လၢတ်; = သၢင်းဂၢပ်;တီး;ဗြးပီခမ်လဝ်;

2 Timothy 4:7 I have fought the good fight, I have finished the race, I have kept the faith.

တိမောသေဩဝါဒစာဒုတိယစောင် ၄:၇ ကောင်းစွာသောတိုက်လှန်ခြင်းကိုပြုပြီ။ ပြေးရသော လမ်းကို အဆုံးတိုင်အောင်ပြေးပြီ။ ယုံကြည်ခြင်းတရားကိုစောင့်ရှောက်ပြီ။

၂ တိမေးသေ, ၄:၇ ဂပ်ဂိုတ်း;တၢင်း;ကဆ်တိုင်း;တေး;ကဆ်လီကဆ်ငါမ်းယဝ်ယဝ်။ ဂပ်ခုခမ်,လီခမ်;သီခမ်;တၢင်း;ကဆ်ဂပ်တၢင်း;လံ;ခုခမ်,လီခမ်;ခေခံ;တေး,ထိုင်ဂ္ဂတ်;တီး; သုတ်း;တီး;ခွံယဝ်ယဝ်။ ဂပ်ပွဲ;လွမ်း;တြး;တၢင်း;ယုမ်,မၢတ်;ခေခံ;ယဝ်ယဝ်။

Galatians 5:7 You were running a good race. Who cut in on you and kept you from obeying the truth? That kind of persuasion does not come from the one who calls you.

ဂလာတိဩဝါဒစာ ၅:၇ အထက်ကသင်တို့သည် ကောင်းမွန်စွာပြေးကြ၏။ သို့ဖြစ်၍ သမ္မာ တရားကိုနားမထောင်စေခြင်းငှါ အဘယ်သူဆီးတားသနည်း။

ဂလာ,တိ ၅:၇ မိုဝ်း;ကွဆ်ခေခံ;သူခုခမ်,လီခမ်;လီလီငါမ်းငါမ်းကေး;။ ပေး;ပီခမ်လှိုင်းခမ်,ခမ်လှိုင်း ဗူး;လှိုင်းခေခံ;သူ ကမ်,ရှ်း;သူလံ;ထွမ်,ကပ်သမ်,မၢ,တြး;။

Hebrews 12:1 Therefore, since we are surrounded by such a great cloud of witnesses, let us throw off everything that hinders and the sin that so easily entangles, and let us run with perseverance the race marked out for us.

ဟေဗြဲဩဝါဒစာ ၁၂:၁ ထိုကြောင့်၊ ဤမျှလောက်များစွာသော သက်သေအပေါင်းတို့သည် ငါတို့ကိုဝိုင်းရံလျက်ရှိကြသည်ဖြစ်၍၊ ငါတို့သည်ခပ်သိမ်းသောဝန်တို့ကိုငှင်းနှောက်ရှက်

တတ်သော ဒုစရိုက်ကို၎င်း ပယ်ရှား၍၊ ငါတို့မျက်မှောက်၌ ထားသောပန်းတိုးတိုင်သို့ ရောက်ခြင်းငှါ အားမလျော့ဘဲပြေးကြကုန်အံ့။

**ရှေးဥပမာ:** ၁၂:၁ ပိုင်းခံလေး၊ ရွှင်းပိုင်းခပ်လှိုင်းကန်ခါမ်၊ သာဓိ၊ သေ၊ ခမ်းခါ၊ ဝိုင်းဂွမ်းဂွမ်းယူ၊ နေ၊ ရှမ်းကွန်ခပ်ခပ်ပေ၊ ပီတီးခိုင်းခင်းတင်းသီင်း၊ တင်းလှိုင်ကိတ်၊ တင်းတူလှိုင်၊ ကပျိုတီး၊ ကခပ်လင်းယူယူဂ်ခပ်ခပ်သေလေးရှိုင်းယင်းကမ်း၊ ကူခင်း၊ နေ၊ ကွန်ခပ်ခပ်ခပ်၊ လီခင်း၊ ရှမ်းလုံးရွတ်၊ ထိုင်သပ်ပခင်းတင်းကန်ဝံသိုင်းခင်း၊ တွေးတွေးတပြုခင်းတပြုဂွမ်း။

**Discussion:** Finish the race.

ဆွေးနွေးရန် = ပြေးရသောလမ်းကို အဆုံးတိုင်အောင်ပြေးခြင်း  
ကန်တေလံး၊ ရှမ်းလုံး၊ လီခင်း၊ တေ၊ ထိုင်ရွတ်၊ သပ်ပခင်းတင်း

Acts 20:24 However, I consider my life worth nothing to me, if only I may finish the race and complete the task the Lord Jesus has given me - the task of testifying to the gospel of God's grace.

တမန်တော်ဝတ္ထု ၂၀:၂၄ သို့ရာတွင် ဘုရားသခင်၏ကျေးဇူးတော်နှင့်ယှဉ်သော ဧဝံဂေလိ တရားကိုသက်သေခံစေခြင်းငှါ သခင်ယေရှု၏လက်မှတ်ခံခဲ့ပြီးသော ဓမ္မဆရာအမှုတည်းဟူသော ငါဆောင်ရွက်ရသော အမှုကိုဝမ်းမြောက်စွာ ပြီးစီးစေမည်အကြောင်း ထိုညှဉ်းဆဲခြင်းအမှုတစ်ခု တခုကိုမျှ ငါသည်ပမာဏမပြု။ ကိုယ်အသက်ကိုလည်းနှမြောခြင်းမရှိ။

**ဝုတ်ထုတမာန်၊ လမ်း၊ ၂၀:၂၄** ခင်းဝါး၊ ခင်းခပ်သေဂေး၊ လှိုင်သေတင်းကန်ခပ်ခပ်၊ လီခင်း၊ တေ၊ တီး၊ သုတ်းရှိုင်းရှိုင်း၊ ကမူလမ်း၊ ယဝ်တူင်လီခင်းကန် လမ်း၊ ယေ၊ သု ကာပံး၊ ပခပ်တီး၊ ဂပ် ကန်တမ်းလံး၊ ခါမ်၊ သာဓိ၊ သေ၊ သတင်းသိုင်းပျေ၊ ကန်လမ်း၊ သီင်း၊ ဂန်တင်းရှေးလူးလမ်း၊ ခင်းခပ် ဂပ်ကမ်း၊ မာတ်း၊ ကသာဓိ၊ ဂပ်ထိုင်း၊ တခင်း၊ ဂီသင်။

**Discussion:** Complete the task.

ဆွေးနွေးရန် = ဆောင်ရွက်ရမည့်အမှုကို ပြီးမြောက်အောင် ဆောင်ရွက်ခြင်း  
ကန်တေလံး၊ ရှမ်းလုံး၊ လီခင်း = ရှိုင်းသင်း၊ ဂခင်းခင်းတေ၊ ပေးယဝ်တူင်လီခင်း

2 Corinthians 4:8-12 We are hard pressed on every side, but not crushed; perplexed, but not in despair; persecuted, but not abandoned; struck down, but not destroyed. We always carry around in our body the death of Jesus, so that the life of Jesus may also be revealed in our body. For we who are alive are always being given over to death for Jesus' sake, so that his life may be revealed in our mortal body. So then, death is at work in us, but life is at work in you.

ကောရိန္တု သြဝါဒစာဒုတိယစောင် ၄:၈-၁၂ ငါတို့သည် အမျိုးမျိုးသောနှောင့်ရှက်ခြင်းကို ခံရသော်လည်း အကျိုးနည်းခြင်းသို့မရောက်။ မကြံစည်နိုင်အောင်ရှိသော်လည်း စိတ်မပျက်။ ညှဉ်းဆဲခြင်းကိုခံရသော်လည်း ရှုံးခြင်းမရှိ။ အောက်သို့လှဲခြင်းကိုခံရသော်လည်း ဆုံးရာသို့

မရောက်။ သခင်ယေရှုသည် အသက်ရှင်တော်မူကြောင်းကို ငါတို့ကိုယ်ခန္ဓာ၌ ထင်ရှားစေခြင်း  
ငှါ ယေရှု၏ သေတော်မူခြင်းကို အစဉ်မပြတ် ငါတို့၏ကိုယ်ခန္ဓာ၌ ဆောင်ကြဉ်၏။ အဘယ်သို့  
နည်းဟူမူကား၊ ယေရှုသည် အသက်ရှင်တော်မူကြောင်းကို ငါတို့၏ သေတတ်သော ကိုယ်ခန္ဓာ  
၌ ထင်ရှားစေခြင်းငှါ ငါတို့သည် အသက်ရှင်စဉ်တွင် ယေရှုကြောင့် သေခြင်းလက်သို့ အစဉ်အပ်  
နှံခြင်းကိုခံကြ၏။ သို့ဖြစ်၍ သေခြင်းတရားသည် ငါတို့၌ ပြုပြင်တတ်၏။ သင်တို့၌ကား၊  
အသက်ရှင်ခြင်းတရားသည် ပြုပြင် တတ်၏။

**၂ ရေးရီခင်၊ ထု ၄:၈-၁၂** ပီဂ်သမ့်ဂှ်းလံးခါမ်၊ တၢင်းကခမ်ယုယုဂ် ဂှ်းလှိုဝ်ဂှ်းပိုင်သေ  
ဂေး၊ ဂှ်းကမ်၊ ဂှ်းထိုင်တၢင်းကခမ်ယပ်၊ လှိုဂ်ခမ်းလှို။ ပီဂ်သမ့်ဂှ်းလံးယပ်၊ တေး၊  
ထိုင်ဂှ်းထမ်းပေး ကမ်၊ ဂျမ်၊ ကမ်၊ ပွင်လံးသေဂေး ဂှ်းလှိုကမ်၊ လူ။ ပီဂ်သမ့်  
ဂှ်းလံးခါမ်၊ တၢင်းကခမ်ခိမ်းလၢဂ်းဇီခမ်းသေးသေဂေး ဂှ်းကမ်၊ ဂှ်းထိုင်တၢင်းကခမ်  
လုခပ်ပီတ်း။ ပီဂ်သမ့်ဂှ်းလံးခါမ်၊ တၢင်းကခမ်ကပ်တူဂ်းဂေးတုးသေဂေး ဂှ်းကမ်၊  
ဂှ်းထိုင်တီးလူလီဝ်။ ဂှ်းပးကပ်တၢင်းတၢင်းကခမ် လဝ်းယေ၊ သု ခါမ်၊ တံခခမ်  
ဝံဂေးခင်းတူဝ်ခိမ်းဂှ်းယု၊ သေခလးဂှ်းလွင်ကခမ် လဝ်းယေ၊ သု ကသၢဂ်းလိပ်းယု၊ ခခမ်  
လံးထၢင်၊ သးဂေးခင်းတူဝ်ခိမ်းဂှ်းဂေး။ ပီခမ်လှိုဝ်ခမ်၊ ဂှိုဝ်ဝေးခမ်လမ်းဂှ်းလှိုဝ်းကခမ်  
ကသၢဂ်းလိပ်းယု၊ ခခံ လံးခါမ်၊ တၢင်းကခမ်ကပ်ပခမ်ဂေးခင်းမိုဝ်းတၢင်းတံ ခမ်၊ ဂှိုဝ်  
လဝ်းယေ၊ သု ကခမ်ကသၢဂ်းလိပ်းယု၊ ခခမ် တၢင်းလံးထၢင်၊ သးမးဂေးခင်းတူဝ်ခိမ်း  
ဂှ်း ကခမ်လၢင်းတံခခမ်ဂေး။ ဂှ်းဂှ်းခမ်ခလးတြးတၢင်းတံလဝ်၊ ပွင်လဝ်၊ ဂှိုတ်းယု၊  
ဂေးခင်းဂှ်းဂေး။ ခင်းသူလမ်းတြးတၢင်းကခမ်ကသၢဂ်းလိပ်းခခမ်ပွင်ဂှိုတ်းယု၊ ဂေး။

**Discussion: Not abandoned**

ဆွေးနွေးရန် = စိတ်မပျက်အားမရော့လက်မလျော့ဘဲ ဆုံးခန်းတိုင်အမှုတော်ဆောင်ခြင်း  
ကခမ်တေလံးဂုဂ်၊ လၢတ်း = ဂှိုင်းကမ်၊ ဂူခမ်၊ လှိုကမ်၊ လူခလး၊ ဂှိုတ်းသၢင်းကမူတေး၊  
လဝ်းတေး၊ ဂှိုတ်းတီးသုတ်းတီးခွံး။

John 6:66 From this time many of his disciples turned back and no longer followed him.

ရှင်ယောဟန်ခရစ်ဝင် ၆:၆၆ ထိုအခါမှစ၍ တပည့်တော်အများတို့သည် ကိုယ်တော်နှင့်  
မပေါင်း ဘော်ဘဲဆုတ်သွားကြ၏။

ဂျမ်းလဝ်းယုဂ်းဂျာခမ်၊ ၆:၆၆ လူလီမ်မိုဝ်းခခမ်ခွါ၊ တခပးလဝ်းခခမ်ခေ၊ ကမ်၊ ဂှိုတ်း  
ဂေးဂှိုတ်းသေးလူလှ်းဂခမ်တၢင်းမခမ်းလဝ်းခလး၊ ကွခမ်ဂခမ်သုတ်းယိုတ်းခိုခမ်းမိုဝ်းခွါ၊  
ဂေး။

**Discussion: Some disciples turned back**

ဆွေးနွေးရန် = တပည့်တော်တချို့ နောက်ဆုတ်သွားကြ၏။  
ကခမ်တေလံးဂုဂ်၊ လၢတ်း = တခပးလဝ်းဂမ်းဖွင်သုတ်းယုတ်းခိုခမ်းမိုဝ်းခွါ၊ ဂေး။

1 Corinthians 10:12 So, if you think you are standing firm, be careful that you don't fall!

ကောရိန္တု သြဝါဒစာပဌမစောင် ၁၀:၁၂ ထိုကြောင့် အကြင်သူသည် မိမိတည်ကြည်လျက် နေသည်ဟု မိမိထင်မှတ်၏။ ထိုသူသည် မလဲခြင်းငှါသတိပြုစေ။

၁ ဂျေးရီခေ,ထု ၁၀:၁၂ ပိုင်းခံလေး; ခင်,ရှိုဝ်ဂျေကခင်ထင်,တူဝ်လင်းဂင်,ဧတ, ခင်မယူ,ခခခင် တင်းကမ်,လံးလူမ့်လိုင် ရှိုးမခင်းရှိုတ်းသတို့တျ။

James 4:7 Submit yourselves, then, to God. Resist the devil, and he will flee from you.

ရှင်ယာကုပ်သြဝါဒစာ ၄:၇ ထိုကြောင့်၊ ဘုရားသခင်၏အလိုတော်သို့ လိုက်ကြလော့။ မာရ်နတ် ကိုဆီးတားကြလော့။ သို့ပြု လျှင်၊ သူသည်သင်တို့ထံက ပြေးသွားလိမ့်မည်။

ယျ,ရုပ် ၄:ရ ပိုင်းခံလေး; လွမ်းကလူဝ်,ဗြေးပီခင်လင်းတျ။ ဧဂ့ခိခင်မ,ခခတ်းတျ။ ပေးရှိုတ်းလိုင်ခင်,ခခင်လိုင်၊ မခင်းတင်းကွမ်,ပံသေဂျးတီးသူဂျ,ဂေးး။

**Discussion:** Be careful not to fall.

ဆွေးနွေးရန် = မလဲခြင်းငှါသတိပြုစေ။

ကခင်တေလံးဂုပ်,လၠတ်း = ခင်,ရှိုဝ်တေကမ်,လူမ့်တူင်း ကွခင်ခခင်ပံသတို့တျ။

Hebrews 3:14 We have come to share in Christ if we hold firmly till the end the confidence we had at first.

ဟေဗြဲသြဝါဒစာ ၃:၁၄ ငါတို့သည် စိတ်စွဲလမ်းခြင်းကို အစပြုသကဲ့သို့အဆုံးတိုင်အောင် တည်ကြည်လျှင်၊ ခရစ်တော်နှင့် ဆက်ဆံသောသူဖြစ်ကြ၏။

ရှေ,ဧပြး ၃:၁၄ ပေးရှမ်းမီးသီတ်းလျ,မခင်းမခင်းခိုင်,ခိုင်, တေျ,ထိုင်ဂ္ဂတ်းတီးသုတ်း တီးခွံလိုင်၊ ရှမ်းပီခင်ဂျေကခင်သိုင်းသမ်,ခခင်တင်း လင်းခရိလ် ဂေးး။

**Discussion:** Till the end.

ဆွေးနွေးရန် = အဆုံးတိုင်အောင် တည်ကြည်ပါ။

ကခင်တေလံးဂုပ်,လၠတ်း = သီတ်းလျ,မခင်းခိုင်,တေျ,တီးသုတ်းတျ။