

**5. Self-denial**

၅။ မိမိကိုယ်ကိုငြင်းပယ်ခြင်း

၅။ ထိင်ပီတ်းကလူဝ်,တူဝ်လဝ်းဂဝ်,

Matthew 16:24 Then Jesus said to His disciples, “If anyone would come after me, he must deny himself and take up his cross and follow me.

ရှင်မသဲခရစ်ဝင် ၁၆:၂၄ ထိုအခါ ယေရှုက၊ ဝါဠိဆည်းကပ်လိုသောသူဖြစ်လျှင် ကိုယ်ကိုကိုယ်ငြင်းပယ်ရမည်။ ကိုယ်လက်ဝါးကပ်တိုင်ကို ထမ်း၍ ငါ့နောက်သို့ လိုက်ရမည်။

**ရှမ်းလဝ်းမာတ်းဧထ, ၁၆:၂၄** မိုဝ်းခေခံ လဝ်းယေ,သု လၢတ်းတီးတပးလဝ်း တင်းလံးလးဝး၊- ပေးသေဂေးသေဂူခမ်း မီးကလူဝ်,ခွံးလွမ်းပးလင်ဂဝ်လိုင်ရှ်းမခမ်း ဧပ,ပီတ်းကလူဝ်,တူဝ်လဝ်းဂဝ်,သေလး၊ ဂှပ်,ဂဝ်သဝ်လမ်းဝးမိုဝ်းတူဝ်လဝ်းဂဝ်, သေယဝ် လွမ်းပးလင်ဂဝ်တု။

**Discussion:** Deny yourself.

ဆွေးနွေးရန် = ကိုယ်ကိုကိုယ် ငြင်းပယ်ရမည်။

ကခင်တေလံးဂှပ်,လၢတ်း = တမ်းလံးဧပ,ပီတ်းကလူဝ်,တူဝ်လဝ်းဂဝ်,

Philippians 2:4 Each of you should look not only to your own interests, but also to the interests of others.

ဖိလိပိုဝ်းဩဝါဒစာ ၂:၄ ကိုယ်အမှုအရာကိုသာ မရှုမမှတ်ဘဲ၊ သူ့အမှုအရာကို အချင်းချင်း ရှုမှတ်ကြ လော့။

**ဖိလိပိုဝ်း ၂:၄** ယု,ပေတူလ်းပုခမ်း၊ ကလူဝ်,တူဝ်လဝ်းဂဝ်,ဂူလ်းလး၊ တူလ်းထိုင် ကလူဝ်,ပိုခမ်းတၢင်,ဂေးတု။

1 Corinthians 10:23-24 “Everything is permissible” but not everything is beneficial. “Everything is permissible” but not everything is constructive. Nobody should seek his own good, but the good of others.

ကောရီ န္တု ဩဝါဒစာပဌမစောင် ၁၀:၂၃-၂၄ ငါသည်အပြစ်မသင့်ဘဲခပ်သိမ်းသော အမှုအရာကို ပြုနိုင်သည်မှန်စေတော့၊ ခပ်သိမ်းသောအမှုအရာကို ပြုသင့်သည်မဟုတ်။ အပြစ်မသင့်ဘဲခပ်သိမ်းသောအမှုအရာကိုပြုနိုင်သည်မှန်စေတော့၊ခပ်သိမ်းသောအမှုအရာ တို့သည်သူတပါးကိုတည်ဆောက်တတ်သည်မဟုတ်၊ကိုယ်အကျိုးကိုအဘယ်သူမျှမရှာစေ နှင့်။ သူ့အကျိုးကို လူတိုင်း ရှာစေ။

**၁ ကေးရီခင်,ထု ၁၀:၂၃-၂၄** ဂဝ်မီးကခွင့် လံးဂြိုတ်းလွင်းတၢင်းဂးမီးတင်းသီင်းတင်း လူင်ယု,ကေး၊။ ဂူလ်းဂး လွင်းတၢင်းဂးမီးတင်းသီင်းတင်းလူင် ပခင်ကရူဝ်းကမ်, လ်း။ ဂဝ်မီးကခွင့် လံးဂြိုတ်းလွင်းတၢင်းဂးမီးတင်းသီင်းတင်းလူင်ယု,ကေး၊။ ဂူလ်းဂး လွင်းတၢင်းဂးမီးတင်းသီင်းတင်းလူင်လၢင်ခေမေဂြိုတ်းရှ်းပိုခမ်းဧတ,ပီခင်ကမ်,လ်း။

ယု,ပေရှ်းဃုးလ် ဂှုကရူဝ်းပုခမ်းတူဝ်လဝ်းဂဝ်,လံးလံး။ ရှ်းဂူခမ်းဂူးဂေး ဂှုကရူဝ်း ပုခမ်းပိုခမ်းတု။

**Discussion:** Not to seek own interest but other's.

ဆွေးနွေးရန် = ကိုယ်အကျိုးကိုရှာသူမဟုတ်။ သူ့အကျိုးကိုရှာစေ။  
ကန်တေလံးဂုပ်,လၢတ်; = ကမ်,ဂၢၤကၢၤပျိုဝ်းပုခမ်းတုင်လင်းဂပ်,။  
ဂၢၤကၢၤပျိုဝ်းပုခမ်းပိုခမ်း။

1 Thessalonians 4:3-8 It is God's will that you should be sanctified: that you should avoid sexual immorality; that each of you should learn to control his own body in a way that is holy and honorable, not in passionate lust like the heathen, who do not know God; and that in this matter no one should wrong his brother or take advantage of him. The Lord will punish men for all such sins, as we have already told you and warned you. For God did not call us to be impure, but to live a holy life. Therefore, he who rejects this instruction does not reject man but God, who gives you His Holy Spirit.

သက်သာလောနိတ်သြဝါဒစာပဌမစောင် ၄:၃-၈ ဘုရားသခင်၏အလိုတော်ဟူမူကား၊ သင်တို့သည်မတရားသောမေထုန်ကို ကြဉ်ရှောင်၍ သန့်ရှင်းစေခြင်းငှါ၎င်း၊ ဘုရားသခင်ကို မသိသောသာသနာပလူတို့သည်ကိလေသာတပ်မက်ခြင်းရှိသကဲ့သို့မရှိ၊ သင်တို့အပေါင်း သည်သန့်ရှင်းခြင်း၊ အသရေ တင့်တယ်ခြင်းနှင့် မိမိကိုယ်ကို မိမိထိန်းတတ်စေခြင်းငှါ၎င်း၊ ဤအမှုအရာ၌ လွန်ကျူး၍ ညီအစ်ကိုကို ပရိယာယ်အားဖြင့်မပြစ်မှားစေခြင်းငှါ၎င်း၊ အလိုတော်ရှိ၏။ ငါတို့သည်အထက်ကဟောပြော၍သစ္စာပေးနှင့်သည်အတိုင်း၊ သခင်ဘုရား သည်ထိုသို့သောပြစ်မှားခြင်းကိုခံသော သူအပေါင်းတို့ဘက်၌ တရားစီရင်တော်မူလိမ့်မည်။ ဘုရားသခင်သည် ညစ်ညူးစေခြင်းငှါ ငါတို့ ကိုခေါ်တော်မူသည်မဟုတ်၊ သန့်ရှင်းစေခြင်းငှါ ခေါ်တော်မူ၏။ ထိုကြောင့်၊ ငါတို့ကို ငြင်းပယ်သော သူသည် လူကိုသာငြင်းပယ်သည်မဟုတ်၊ ကိုယ်တော်၏သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်ကို ငါတို့အား ပေးတော်မူသော ဘုရားသခင်ကို ငြင်းပယ်၏။

၁ ထိန်းသျှလေးခဏ်း ၄:၃-၈ ကလွင်, ဖြူးပီခင်လင်းလမ်း၊ ပီခင်လွင်းခင်, ရှိပ် သူ တန်းဝေးပီတ်; မေ, ထင်, ကန်ကမ်, ကြူးဇလ; မူတ်းလၢင်,၊ ခင်, ရှိပ် သူဂျးမီးတင်း သီင်းတင်းလူင် တန်းကမ်, မီးဒီလေ, သျှ, တၢင်းကန်လင်းလွံး မိုခင်လိုဝ်ခင်, ရှုခင်း သျှ, သချှ, ပုတင်းလံ၊ ကန်ကမ်, ရှုဖြူးပီခင်လင်းလွံးခင်ဇလ; ရှု; သူလံ; မီးတၢင်း ကန်မူတ်းလၢင်, ကိတ်, တင်း ကိတ်, သရေ, ကန်သၢင်, ထုတ်, လီငါမ်းခင်ဇလ; တန်း ကမ်, လံ; ရှိတ်းပရိဇယ, ဖိတ်းပိုင်; ပီ; ခွင့်ဂန်ခင်ဇလ; လွင်းမန်းလမ်းလင်းဖြူး တန်းလီ, ယၢင်, ကြူး ဖေံ, ခပ်လိုဝ်းကန်လံ; ခါမ်, တၢင်းကန်ဖိတ်းပိုင်; ခင်တင်းသီင်း တင်းလူင် မီခင်းဂျးခင်, ကန်ဂုတ်းဂျေးလၢတ်; မိုဝ်းကွန်ခင်ဇလ; လိုင် ဂုတ်းပန်သတီ တီးသူဂျေး။ ဖြူးပီခင်လင်း ရွင့်ကပ်ဂုတ်း ရှု; လံ; ရှုဝ်းရှိတ်, ကမ်, လွံ;။ မန်းလင်းရွင့် ကပ်ဂုတ်းရှု; လံ; မူတ်းလၢင်, ကျေး။ ပိုဝ်းခင်ဇလ; ကျေးကန်ထီင်ပီတ်; ခင်ထီင်ပီတ်;

ဂူခင်း ကမ်း၊လှိုင်း။ ထိုင်ပီတ်း၊ဖြူးပီခ်လဝ် ;ကခ်ပခ်ဝိလိုလ်၊မူတ်းလၢင်၊လဝ်းတီး၊သူ  
ခေခ်ကျေး။

1 Peter 2:11-12 Dear friends, I urge you, as aliens and strangers in the world, to abstain from sinful desires, which war against your soul. Live such good lives among the pagans that, though they accuse you of doing wrong, they may see your good deeds and glorify God on the day he visits us.

ရှင်ပေတရုဩဝါဒစာပဌမစောင် ၂:၁၁-၁၂ ချစ်သူတို့၊ ဝိညာဉ်နှင့်စစ်ပြိုင်တတ်သော ကိုယ်ကာယတပ်မက်ခြင်းတို့ကိုရှောင်မည်အကြောင်း၊ ဧည့်သည်အာဂ္ဂန္တုကဲ့သို့သောသင် တို့ကို ငါတောင်းပန်၏။ သာသနာပလူတို့သည် သင်တို့ကိုကဲ့ရဲ့ပြစ်တင်ကြသည်အမှုမှာ၊ ဘုရားသခင်ကြည့်ရှုစီရင်တော်မူသောနေ့ရက်၌၊ သင်တို့၏ကောင်းသောအကျင့်ကိုသူတို့ သည်ထောက်ရှု၍ဘုရားသခင်ကို ချီးမွမ်းမည်အကြောင်း၊ သူတို့ရှေ့၌တင့်တယ်လျောက်ပတ် စွာ ကျင့်နေကြလော့။

၁ ပေ,တရု ၂:၁၁-၁၂ သူလိုင်းကခ်ဂပ်ဂှ်းကိုလ်း၊ ခေင်,ရှိုဝ် သူတမ်းဝေပီတ်းတၢင်း ကခ်တုင်ဂျ၊ယုလွံးလပ်း ကခ်လၢင်းတိုင်းတေးဂခ်တင်းလှိုဝိလိုလ်,ခေခ်လိုင် ဂပ် တွင်းပၢခ်,သူ လိုင်းကခ်ပီခ်လိုင်ခေင်,ခီဂ်,ကျ၊ဂခ်,တူခေခ်ယု,ကျေး။ ကွခ်ဂခ် ဂမ်ဂျၢင်ကခ်ထုဂ်,ကခ်လီဂျးခင်းဂူခင်းကခ်ခပ်;ခင်းသၢ,သခေ,တင်းလံခေခ်တၢ။ ခင်းလွင်းတၢင်းကခ် ခပ်တၢင်,ကပျီတ်းသေ့သွမ်းသူခေခ် ခေင်,ရှိုဝ်ခပ်တမ်းထွဂ်; လူလ်းတၢင်းဂမ်တၢင်းဂျၢင်သူ ကခ်လီကခ်ငါမ်းခေခ်သေခေလ; ယွင်းယေးဂျေးလူး ဖြူးပီခ်လဝ်;ခင်းဝခ်းကခ် မခ်းလဝ်;တမ်းလူးတုလ်းခေလ;လီ,ယၢင်,ခေခ်တၢ။

**Discussion:** For the sake of Godly life.

ဆွေးနွေးရန် = ဘုရားသခင်သည် ညစ်ညူးစေခြင်းငှါ ငါတို့ကိုခေါ်တော်မူသည်မဟုတ်၊ သန့်ရှင်းစေခြင်းငှါ ခေါ်တော်မူ၏။

မကောင်းတာရှောင်၊ ကောင်းတာဆောင်၊

ကခ်တေလံ;ကုပ်,လၢတ်; = ဖြူးပီခ်လဝ်;ရှင်ကပ်ဂှ်း ရှ်းရှ်းရှင်;ရှိုဂ်,ကမ်,လှိုင်း။ ရှ်းရှ်းမူတ်းလၢင်,ကျေး။

ဝေ;ကခ်ကမ်,လီခေလ;ကပ်ကခ်လီတၢ။

Titus 2:12-14 It teaches us to say “No” to ungodliness and worldly passions, and to live self-controlled, upright and godly lives in this present age, while we wait for the blessed hope - the glorious appearing of our great God and Savior, Jesus Christ, who gave himself for us to redeem us from all wickedness and to purify for himself a people that are his very own, eager to do what is good.

တိတုဩဝါဒစာ ၂:၁၂-၁၄ ဘုရားမဲ့တရားမဲ့နေခြင်း၊ လောကီတပ်မက်ခြင်းကိုပယ်ရှားလျက်၊ ယခုဘဝ၌ ဣန္ဒြေစောင့်ခြင်း၊ တရားသဖြင့်ကျင့်ခြင်း၊ ဘုရားဝတ်၌မွေ့လျော်ခြင်းတို့ကို ပြုနေ

ရမည်အကြောင်း၊ ငါတို့ကိုဆုံးမသွန်သင်၍၊ လူအပေါင်းတို့ကိုကယ်တင်တတ်သောဘုရား သခင်၏ကျေးဇူးတော်သည်ထင်ရှားပေါ်ထွန်းလျက်ရှိ၏။ ထိုသခင်ယေရှုခရစ်သည်ခပ်သိမ်း သောဒုစရိုက်မှ ငါတို့ကိုရွေးနှုတ်ခြင်းငှါ၊ ကောင်းသောအကျင့်ဘက်၌ စိတ်အားကြီး၍၊ ပိုင်ထိုက်တော်မူသောအမျိုးကိုမိမိအဘို့ စင်ကြယ်စေခြင်းငှါ၊ ကိုယ်ကိုကိုယ်စွန့်ကြဲတော်မူ ပြီ။

**တိတု ၂:၁၂-၁၄** သင်၊ သွန်သင်မည့်ဂုဏ်း ဂုဏ်းစပ၊ ပီတီးတင်းကန်ကမ်၊ မီး ဖြူးတြူး တင်းကန်လုံလမ်းလုံလွံးလေးဂီ၊ တင်းလံခင်းလတ်ခန့်လေး၊ ဂီတီးတင်း ကန်ပိုဂီင်၊ သရေ၊ တင်းကန်ဂမ်ချင်လွမ်းခင်၊ တြူး၊ တင်းကန်မုမ်းပျေ၊ ခင်း ဝတ်းဖြူး၊ တင်းကန်မင်းထူးမွင်းထူး ကန်မီးမင်၊ ဂလ၊ ဂီဂီ၊ တင်း တင်း ကန်မုခ်သရေ၊ ဖြူးပီခင်လင်း ကန်ယ့်၊ မျတ်းခေ၊ ကန်ပီခင် လင်းယေ၊ သု လင်း ကန်ခေ၊ ချွတ်းကပ်ဂပျတ်းဂုဏ်း ပေ၊ မူးထင်၊ သူးခခ့်ယူ၊ ကေး။ လင်းခခ့် လုခန့်ပီတီးတူင်လင်းဂပ်၊ ဂုဏ်းလံးခင်းဂပ်ဂုဏ်း ကွတ်၊ သေဂူးခင်းတူလဂီဂီ၊ ကပျတ်း တင်းသီင်းတင်းလူင်ဂုလ်းကမ်၊ ဂူး ဂုဏ်းမိမ်းကန်မခင်းလင်းထိုက်ပိုင်၊ ကန်မီးလုံ ဂီင်းယ့်၊ ခင်းတင်းဂမ်တင်းချင်ကန်လီကန်ငါမ်းလှိုင်းခခ့် လံးမုတ်းသို့ပုခ်၊ တူင် လင်းဂပ်၊ ယဝ်။

**Discussion: Say no to ungodliness**

ဆွေးနွေးရန် = မကောင်းသောအရာဟူသမျှကို ငြင်းပယ်။  
ကန်တေလံးဂုဏ်၊ လတ်း = ထိုင်ပီတီးကန်ကမ်၊ လီဂူးမီးတင်းသီင်းတင်းမုတ်း။

Matthew 5:29-30 If your right eye causes you to sin, gouge it out and throw it away. It is better for you to lose one part of your body than for your whole body to be thrown into hell. And if your right hand causes you to sin, cut it off and throw it away. It is better for you to lose one part of your body than for your whole body to go into hell.

ရှင်မသဲခရစ်ဝင် ၅:၂၉-၃၀ ထိုကြောင့်လက်ျာမျက်စိဖြစ်သော်လည်း သင့်ကိုမှားယွင်းစေ လျှင်ထိုမျက်စိကိုထုတ်ပစ်လော့။ တကိုယ်လုံးငရဲသို့ချခြင်းကိုခံရသည်ထက် အင်္ဂါတခုပျက် သော်သာ၍ ကောင်း၏။ ထိုနည်းတူ လက်ျာလက်ဖြစ်သော်လည်း သင့်ကိုမှားယွင်းစေလျှင်၊ ထိုလက်ကိုဖြတ်ပစ်လော့။ တကိုယ်လုံးငရဲသို့ချခြင်းကိုခံရသည်ထက် အင်္ဂါတခုသာပျက် သော် သာ၍ကောင်း၏။

**ဂျမ်းလင်းမတ်းဧထ၊ ၅:၂၉-၃၀** ပေးမာဂ်၊ တုခွခင်ခွဲမိုး ဂီတီးဂုဏ်းမိမ်းပိုင်၊ လိုင် ခွတ်းကွတ်၊ ပီတီးသေတု။ ကင်၊ ဂ၊ ကန်ခိုင်၊ လူသေဂေး၊ ယီင်းခိမ်း တမ်းလီသေ တူဂ်းငူးရံး တင်းတူင်ကေး။ မိုခင်ခင်၊ ခခင် ပေးမိုင်းခွခင်ခွဲမိုးဂီတီးဂုဏ်း မိမ်းပိုင်၊ လိုင်တီပီးပီတီးသေတု။ ကင်၊ ဂ၊ ကန်ခိုင်၊ လူသေဂေး၊ ယီင်းခိမ်းတမ်း လီသေ တူဂ်းငူးရံးတင်းတူင်ကေး။

Matthew 18:8-9 If your hand or your foot causes you to sin cut it off and throw it away. It is better for you to enter life maimed or crippled than to

have two hands or two feet and be thrown into eternal fire. And if your eye causes you to sin, gouge it out and throw it away. It is better for you to enter life with one eye than to have two eyes and be thrown into the fire of hell.

**ရှင်မသဲခရစ်ဝင် ၁၈:၈-၉** သင်၏ လက်ခြေသည် သင့်ကို မှားယွင်းစေလျှင် လက်ခြေကို ဖြတ်ပစ်လော့။ လက်ခြေအစုံနှင့် ထာဝရမီးထဲသို့ချခြင်းကိုခံရသည်ထက် အင်္ဂါချို့တဲ့၍ အသက် ရှင်ခြင်းသို့ဝင်စားသော် သာ၍ကောင်း၏။ သင်၏မျက်စိသည်လည်း သင့်ကို မှားယွင်းစေလျှင်၊ မျက်စိကို ထုတ်ပစ်လော့။ မျက်စိနှစ်ဘက်စုံနှင့် ငရဲမီးထဲသို့ ချခြင်းကို ခံရသည်ထက် မျက်စိတဘက်နှင့် အသက်ရှင်ခြင်း သို့ဝင်စားသော် သာ၍ကောင်း၏။

**ရှုမ်းလဝ်းမာတ်းဧထ, ၁၈:၈-၉** တိခမ်မိုးမိုဝ်းမိုးခေခေ ပေးဂြိုတ်းဂြိုတ်းမိုးဗေတ်းပိုင်;လိုင် တီဝ်းပီတ်း;သေတၢ။ တၢင်းကခမ်တိခမ်မိုဝ်းလူဂေးယၢ, ပေးလံးခဝ်းဂးခင်း တၢင်း ကခမ်ကသၢဂ်းလိဝ်းလိုင် ယိုင်;ခိခမ်းတၢင်းလီသေ လံးခါမ်,တၢင်းကခမ်ချးတူဂ်းသွံ, ဂးခင်းဗးထၢ,ဝရၢ ခေခေဂေး။ ပေးမၢဂ်,တၢင်းမိုးဂြိုတ်းဂြိုတ်းမိုးဗေတ်းပိုင်;လိုင်ခွဂ်းကွဂ်, ပီတ်း;သေတၢ။ တၢင်းကခမ်မီးမၢဂ်,တၢင်းခွခမ်ခိုင်;ဧလ; လံးခဝ်းဂးခင်းတၢင်းကခမ် ကသၢဂ်းလိဝ်းခေခေ ယိုင်;ခိခမ်းတၢင်းလီသေ တၢင်းကခမ်မီးမၢဂ်,တၢင်းခွခမ်ဧလ;လံး ခါမ်,တၢင်းကခမ်ချးတူဂ်းသွံ,ဂးခင်းဗးထၢ,ဝရၢပုခမ်ခေခေဂေး။

**Discussion: Abandon sinful thing**

ဆွေးနွေးရန် = အပြစ် ဒုစရိုက်ဖြစ်စေသောအရာအားလုံးကို စွန့်လွှတ်  
ကခမ်တေလံးဂုတ်,လၢတ်း; = လုခမ်ပီတ်း;တၢင်းကခမ်တၢင်းဂြိုတ်းပီခမ်ကပျီတ်း;ခေခေ  
တင်းသိုင်;တင်းမူတ်း;

Romans 8:12-14 Therefore, brothers, we have an obligation — but it is not to the sinful nature, to live according to it. For if you live according to the sinful nature, you will die; but if by the Spirit you put to death the misdeeds of the body, you will live, because those who are led by the Spirit of God are sons of God.

**ရောမဩဝါဒစာ ၈:၁၂-၁၄** သို့ဖြစ်၍ညီအစ်ကိုတို့၊ ငါတို့သည်ဇာတိပကတိအတိုင်း ကျင့်ရမည်အကြောင်း၊ဇာတိပကတိ၏ကျွန်ဖြစ်ကြသည်မဟုတ်။သင်တို့သည်ဇာတိပကတိ အတိုင်းအသက်ရှင်လျှင်သေရကြမည်။ ဝိညာဉ်တော်အားဖြင့်ကိုယ်ကာယ၏ အကျင့်တို့ကို သေစေလျှင် အသက်ရှင်ကြလိမ့်မည်။ ဘုရားသခင်၏ ဝိညာဉ်တော်ဆုံးမပဲ့ပြင်တော်မူသမျှ သောသူတို့သည် ဘုရားသခင်၏သားဖြစ်ကြ၏။

**ရှုမ်းမ ၈:၁၂-၁၄** ပိုဝ်းခမ်ဧလ; ပီးခေခေခမ်ဂိုလ်း; ဂုဂ်းလိုင်ခမ် ပီခမ်ခးလၢ,တီပဂတီ ဂြိုတ်းလံးဂြိုတ်းလွမ်းခေခေ, လၢ,တီပဂတီ ကမ်,လွမ်း;။ ပေးသူကသၢဂ်းလိဝ်းလွမ်းခေခေ, လၢ,တီပဂတီ လိုင်၊ သူတၢင်းလံးတၢ်ဂေး။ ပေးသူဂြိုတ်း လၢ,တီပဂတီ တူဝ်ခိခမ်ခေ တၢ် ခွပ်းပိုင်; ဝိလိုလ်း,လဝ်း; လိုင်၊ ကသၢဂ်းသူတၢင်းလိဝ်းဂေး။ ခမ်လိုင်;ကခမ်

ဝိလိုလ်,လဝ်; ကွခ်သုင်,ဂျးမီးတင်းသီင်;တင်းလူင်ခေခ်၊ ပီခ်လုဂ်;တြးပီခ်လဝ်; ကောျး။

**Discussion:** No more sinful nature

ဆွေးနွေးရန် = ဇာတိပကတိအတိုင်း အသက်မရှင်  
ကခ်တေလံ;ကုဂ်,လၢတ်; = ကမ်,ကသၢဂ်;လိပ်းလွမ်း လျ,တီပဂတီ

Galatians 5:16-18 So I say, live by the Spirit, and you will not gratify the desires of the sinful nature. For the sinful nature desires what is contrary to the Spirit, and the Spirit what is contrary to the sinful nature. They are in conflict with each other, so that you do not do what you want. But if you are led by the Spirit, you are not under law.

ဂလာတိသြဝါဒစာ ၅း၁၆-၁၈ ငါပညတ်သည်ကား၊ ဝိညာဉ်ပကတိအတိုင်းကျင့်ကြလော့။ ထိုသို့ကျင့်လျှင်ဇာတိပကတိ၏အလိုသို့မလိုက်ဘဲနေကြလိမ့်မည်။ အကြောင်းမူကား၊ ဇာတိပကတိနှင့်ဝိညာဉ်ပကတိသည်တပါးနှင့်တပါးဆန့်ကျင်သောအလိုရှိကြ၏။ တပါးနှင့်တပါးဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်၍၊ သင်တို့သည်ကျင့်ချင်သောအကျင့်ကိုမကျင့်နိုင်ကြ။ သို့သော်လည်း ဝိညာဉ်ပကတိအလို သို့ လိုက်လျှင် ပညတ်တရားနှင့် လွတ်ကြ၏။

ဂလာ,တီ ၅း၁၆-၁၈ ဂပ်ပိင်းလုဂ်;လမ်း ဂမ်ဂျၢင်လွမ်းခေင်,ဝိလိုလ်,ပဂတီတျ။ ပျေးဂမ်ဂျၢင်လိဝ်ခေင်,ခေင်လိုင် သူတမ်းကမ်,လွမ်းကလူဂ်,လျ,တီပဂတီ။ လွင်းမခ်းလမ်း လျ,တီပဂတီ တင်း ဝိလိုလ်,ပဂတီ ပျးခိုင်;ဧလ;ပျးခိုင်; မီးတင်းကခ်ခတ်းဂခ်ဝံကောျး။ ပျးခိုင်;ဧလ;ပျးခိုင်; ခတ်းခိုင်,ဂခ်ယူ, တေျ,ထိုင်ဂ္ဂတ်; ထခ်းပျေး ကမ်,ဂျးသူလံ;ဂမ်လံ;ဂျၢင် တၢင်းဂမ်တၢင်းဂျၢင်ကခ်သူခွံ;ဂမ်ခွံ;ဂျၢင်လိဝ်းခေခ်။ ခွံ;ဝျးခေင်သေဂေျ; ပျေးသူလွမ်းကလူဂ်,ဝိလိုလ်,ပဂတီလိုင် သူလွတ်;ပိင်းလုဂ်;တြးကောျး။

**Discussion:** Live by the Spirit

ဆွေးနွေးရန် = ဝိညာဉ်ပကတိအတိုင်း အသက်ရှင်  
ကခ်တေလံ;ကုဂ်,လၢတ်; = ကသၢဂ်;လိပ်းလွမ်း ဝိလိုလ်,ပဂတီ

Romans 14:20-21 Do not destroy the work of God for the sake of food. All food is clean, but it is wrong for a man to eat anything that causes someone else to stumble. It is better not to eat meat or drink wine or to do anything else that will cause your brother to fall.

ရောမသြဝါဒစာ ၁၄:၂၀-၂၁ ဘုရားသခင်၏အမှုတော်ကိုသင်၏အစာအလိုငှါမဖျက်ဆီးနှင့်။ အစာအမျိုးမျိုးတို့သည်စင်ကြယ်၏။ သို့သော်လည်းသူတပါးထိမိ၍လဲစရာအကြောင်းနှင့်စားသောသူသည်အပြစ်ရှိ၏။ အမဲသားကိုစားခြင်း၊ စပျစ်ရည်ကိုသောက်ခြင်းကိစ္စမှစ၍၊ ညီအစ်ကိုကိုထိမိ၍လဲစရာအကြောင်း၊ မှားယွင်းစရာအကြောင်း၊ အားနည်းစရာအကြောင်းများကို ရှောင်အပ်၏။

**ရှမ်းမ ၁၄:၂၀-၂၁** ယာ၊ပေဂ်းကမူတြေးပီခင်လဝ်းလူ. ဂွမ်းပိုင်;တၢင်းဂိခင်မိုးခေခင်။ တၢင်းဂိခင်ဂူးလိုင်ဂူးပိုင် ပီခင်ကခင်မူတီးသ့သေဂေးယာ၊ ဂေးကခင်ဂိခင်ခလးဂူးပီခင် တၢင်းကခင်ပိုင်;တၢင်း,ဂေး. ခီးလိတ်းခလးလူမ့်ခေခင် မီးကပျီတ်းဂေး။ ပေးတၢင်း ကခင်ဂိခင်ခိုင်. တၢင်းကခင်ဂိခင်ခေမ့်လပိတ်ခေခင် တၢင်းပီခင်တၢင်းကခင်ဂိတ်းဂူး ပီးခေခင်မိုး ခီးလိတ်းခလးလူမ့်လိုင်. ယာ၊ပေဂိခင်။

**Discussion:** For the sake of God’s work and for the sake of others’ faith.

ဆွေးနွေးရန် = ဘုရားသခင်၏အမှုတော်အတွက်သော်ငှားသူတပါး၏ထိမိ၍လဲစရာ အကြောင်း မဖြစ်အောင် သော်ငှား ရှောင်သင့်တာကို ရှောင်ရမည်  
ကခင်တေလံးဂုပ်,လၢတ်; = ပုခင်းလွင်းကမူတေး,တြေးပီခင်လဝ်းခလးသင် ပုခင်း လွင်းခင်,ရှိုင်တၢင်းကခင်,ပီခင်တၢင်းကခင် တိုင်မီခင်းခလး;လူမ့်ပုခင်းပိုင်;တၢင်း,ဂေးခလး သင် တၢင်းလံးဝေးပိုင်ကခင်ထုဂ်,လီဝေးပိုင်;လိုင်;ခေခင် ဂေး။

2 Corinthians 6:3 We put no stumbling block in anyone’s path, so that our ministry will not be discredited..

ကောရိန္တု သြဝါဒစာဒုတိယစောင် ၆:၃ တရားဟောခြင်းအခွင့်အရာကို အပြစ်တင်ခြင်းနှင့် ကင်းလွတ်စိမ့်သောငှါ ထိမိ၍လဲစရာအကြောင်းတစုံတခု ကိုမျှမပြု။

**၂ ဂေးရီခင်,ထု ၆:၃** ခင်,ရှိုင်ဂါခင်းသျှ,သခေ,ကခင်ဂုမ်းဂိတ်းခေခင် တၢင်းလံး ဂၢင်းလွတ်;တၢင်း တၢင်းကခင်တၢင်း,ကပျီတ်းလိုင် ဂုမ်းကခင်,ဂိတ်းလွင်း;တၢင်းကခင်တၢင်း တိုင်မီခင်းခလး;လူမ့်ခေခင် သေလိုင်သေပိုင်။

**Discussion:** For the sake of ministry.

ဆွေးနွေးရန် = မိမိထမ်းဆောင်နေသောအမှုတော်မြတ်ကို သိက္ခာကျခြင်းမရှိရအောင် ထိမိ၍လဲစရာအကြောင်း တစုံတခု ကိုမျှမပြုလုပ်နှင့်  
ကခင်တေလံးဂုပ်,လၢတ်; = ခင်,ရှိုင်ဂါခင်းသျှ,သခေ,ကခင်ဂုမ်းပွင်ဂိတ်းယူ,ခံ ပေးတေကခင်,လံးသိဂ်ချှ,လူလိုင်တေကခင်,လံးဂိတ်းလွင်း;တၢင်းကခင်တေပီခင်ကခင်ခီး လိတ်းခလးလူမ့်ခေခင်။

1 Corinthians 6:12-14 Everything is permissible for me - but not everything is beneficial. Everything is permissible for me - but I will not be mastered by anything. Food for the stomach and the stomach for food - but God will destroy them both. The body is not meant for sexual immorality, but for the Lord, and the Lord for the body.

ကောရိန္တု သြဝါဒစာပဌမစောင် ၆:၁၂-၁၄ ငါသည် အပြစ်မသင့်ဘဲလျက် ခပ်သိမ်းသော အမှု အရာကို ပြုနိုင်သည်မှန်စေတော့။ ခပ်သိမ်းသောအမှု အရာကို ပြုသင့်သည်မဟုတ်။ ဤပြစ် မသင့်ဘဲလျက် ခပ်သိမ်းသော အမှုအရာကိုပြုနိုင်သည်မှန်စေတော့။ အဘယ် အမှုအရာ၌မျှ ငါသည်ကျွန်မခံ။ အစားအသောက်တို့သည် ဝမ်းအဘို့၊ ဝမ်းသည်လည်း

အစားအသောက်တို့ အဘို့ဖြစ်သည်မှန်စေတော့။ သို့သော်လည်း ဘုရားသခင်သည် ထိုနှစ်ပါးကိုဖျက်ဆီးတော်မူလိမ့်မည်။ ကိုယ်ခန္ဓာသည်မတရားသောမေထုန်အဘို့ဖြစ်သည် မဟုတ်။ ဘုရားသခင်အဘို့ ဖြစ်၏။ ဘုရားသခင်သည်လည်း ကိုယ်ခန္ဓာအဘို့ဖြစ်တော်မူ၏။ ဘုရားသခင်သည် တန်ခိုးတော် အားဖြင့် သခင်ဘုရားကိုထမြောက်စေတော်မူသည်ဖြစ်၍၊ ငါတို့ကိုလည်း ထမြောက်စေတော်မူ လိမ့်မည်။

**၁ ဂျော့ရှီခင်, ထု ၆:၁၂-၁၄** ဂ်မီးနာခွင့်ရှိတီးလွင်း; တင်းဂျူးမီးတင်းသီင်း; တင်းလူင် လံးယူ, ကော့;။ ဂူလ်းဂျူး လွင်း; တင်းဂျူးမီးတင်းသီင်း; တင်းလူင်ခေခေ ပီခင်ကော့ပိုင်း ကမ်, လိုင်း;။ ဂ်မီးနာခွင့်ရှိတီးလွင်း; တင်းဂျူးမီးတင်းသီင်း; တင်းလူင်လံးယူ, ကော့;။ ဂူလ်းဂျူး ဂ်ကမ်, ထုဂ်, လီပီခင်ခါး; တီးလွင်း; တင်းသေထိုဝ်သေမိင်း။ တင်းဂီခင် တင်းခူင်းထိုင်း၊ ပီခင်ပုခင်း; တွင်းကော့;။ တွင်းဂော့; ပီခင်ပုခင်း; တင်းဂီခင်တင်းခူင်းကော့;။ ခင်းဝါး; ခေခေသေဂော့; ဖြူးပီခင်လင်း; တင်းယူပီတီး; တင်းသွင်ထိုဝ်သွင်ပိုင်ကော့;။ တူင်ခိုင်းခေ ပီခင်ပုခင်း; မေ, ထုင်, ကမ်ကမ်, တြူးကမ်, လိုင်း;။ ပီခင်ပုခင်း; လင်း; ဖြူးကော့;။ လင်း; ဖြူးကော့; ပီခင်ပုခင်း; တူင်ခိုင်းကော့;။ ဖြူးပီခင်လင်း; ဂျူးလင်း; ဖြူးလုဂ်ခိုခင်း; ဧလ; ဂျင်းကော့; မခင်းလင်း; တင်းဂျူးလုဂ်ခိုခင်း; ဂွမ်းပိုင်; တမ်းခူင်းလင်း; ကော့;။

**Discussion:** For the Lord

ဆွေးနွေးရန် = ခပ်သိမ်းသောအရာ(အစားအသောက်)ကိုငါပြုနိုင်သော်လည်း ဘုရားသခင်၏ မျက်နှာတော် ကိုထောံ၍ ငါမပြု။  
ကမ်တေလံး; ဂုဂ်, လါတ်; = ဂျူးမီးတင်းသီင်း; (တင်းဂမ်တင်းသူတ့်) ဂ်မီးနာခွင့် တင်းလံး; သင်းသွင်, သေဂော့; ထွင်းလူလ်း; ခေ; ဖြူးပီခင်လင်း; ဧလ; ဂ်ကမ်, ကမ်, ဂီခင်။

1 Corinthians 9:23 I do all this for the sake of the gospel, that I may share in its blessings.

ကော့ရီ နှု ဩဝါဒစာပဌမစောင် ၉:၂၃ သင်တို့နှင့်အတူဧဝံဂေလိတရားကိုဆက်ဆံခြင်း အလိုငှါ၊ ဧဝံဂေလိတရားကြောင့် ထိုသို့ငါပြုလေ့ရှိ၏။

**၁ ဂျော့ရှီခင်, ထု ၉:၂၃** ဂ်ဂီတီးတင်းသီင်း; တင်းလူင်ထိုဝ်ခေ, ခေခေ ပုခင်း; တြူး သတင်းသိုင်းပျေ, ဧလ; ဂ်တင်းလံး; တင်းလီမင်, ဂလျ, ခင်းတြူးသတင်းသိုင်းပျေ, ခေခေ ကော့;။

**Discussion:** For the sake of the gospel.

ဆွေးနွေးရန် = ကယ်တင်ခြင်းသတင်းကောင်းကိုထောံ၍ ငါပြု၏။  
ကမ်တေလံး; ဂုဂ်, လါတ်; = ပုခင်း; တြူးသတင်းသိုင်းပျေ, ခေခေ ဧလ; ဂ်ဂီတီးကော့;။

2 Corinthians 6:3-10 We put no stumbling block in anyone's path, so that our ministry will not be discredited. Rather, as servants of God we commend ourselves in every way: in great endurance; in troubles, hardships and distresses; in beatings, imprisonments and riots; in hard work, sleepless nights and hunger; in purity, understanding, patience and



kindness; in the Holy Spirit and in sincere love; in truthful speech and in the power of God; with weapons of righteousness in the right hand and in the left; through glory and dishonor, bad report and good report; genuine, yet regarded as impostors; known, yet regarded as unknown; dying, and yet we live on; beaten, and yet not killed; sorrowful, yet always rejoicing; poor, yet making many rich; having nothing, and yet possessing everything.

ကောရိန္တု သြဝါဒစာဒုတိယစောင် ၆:၃-၁၀ တရားဟောခြင်းအခွင့်အရာကို အပြစ်တင်ခြင်းနှင့် ကင်းလွတ်စိမ့်သောငှါ။ ထိမိ၍လဲစရာအကြောင်းတစ်ခုခု ကိုမျှမပြု။ ညှဉ်းဆဲခံခြင်း၊ ဆင်းရဲခြင်း၊ မလွတ်နိုင်သောဘေးဥပဒ်နှင့်တွေ့ခြင်း၊ အရိုက်အပုတ်ခံခြင်း၊ ထောင်ထဲ၌နေခြင်း၊ သူတပါးရုန်းရင်းခတ်ပြုခြင်း၊ အမှုကိုလုပ်ဆောင်ခြင်း၊ မအိပ်ဘဲစောင့်နေခြင်း၊ မှတ်သိပ်ခြင်းကိုအလွန်သည်းခံလျက်၊ စိတ်နှလုံးစင်ကြယ်ခြင်း၊ ပညာရှိခြင်း၊ စိတ်ရှည်ခြင်း၊ ကျေးဇူးပြုခြင်း၊ သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ် တော်ကိုခံခြင်း၊ ချစ်ယောင်မဆောင်အမှန်ချစ်ခြင်း၊ သမ္မာတရားကိုဟောခြင်း၊ ဘုရားသခင်၏တန်ခိုးတော်ကိုပြုခြင်း၊ ဖြောင့်မတ်သောအကျင့်တည်းဟူသော လက်နက်များကိုလက်ျာဘက် လက်ဝဲဘက်၌ဝတ်ဆောင်ခြင်းအားဖြင့်၎င်း၊ အသရေထင်ရှားခြင်းနှင့်ရှုတ်ချခြင်း၊ ချီးမွမ်းခြင်းနှင့်ကဲ့ရဲ့ခြင်းကိုခံသဖြင့်၎င်း၊ လှည့်စားသောသူကဲ့သို့ဖြစ်သော်လည်း၊ ဟုတ်မှန်သောသူအဘယ်သူမျှမသိသောသူကဲ့သို့ဖြစ်သော်လည်း၊ ကျော်စောသောသူ၊ အသေခံသောသူကဲ့သို့ဖြစ်သော်လည်း၊ အသက်ရှင်သောသူ၊ ဆုံးမခြင်းကိုခံသောသူကဲ့သို့ဖြစ်သော်လည်း၊ အသေသတ်ခြင်းနှင့်ကင်းလွတ် သောသူ၊ ဝမ်းနည်းသောသူကဲ့သို့ဖြစ်သော်လည်း၊ အစဉ်ဝမ်းမြောက်သောသူ၊ ဆင်းရဲသောသူကဲ့သို့ဖြစ်သော်လည်း၊ လူများကိုရတတ်စေသောသူ၊ ဥစ္စာတစ်ခုခုကိုမျှမပိုင်သောသူကဲ့သို့ဖြစ်သော်လည်း၊ အလုံးစုံတို့ကိုပိုင်သောသူဖြစ်သဖြင့်၎င်း၊ ဘုရားသခင်ခန့်ထားတော်မူသော ဓမ္မဆရာ မှန်ကြောင်းကို အရာရာ၌ ထင်ရှားစွာပြုကြ၏။

၂ ရေးရီခေ၊ ထု ၆:၃-၁၀ ခင်၊ ဂြိုဝ်ဂါခေ၊ သ၊ သခေ၊ ကခေဂှဝ်းဂြိုတ်းခခေ ဘဂ်းလံး၊ ဂါင်းလွတ်းတင်း တါင်းကခေတင်၊ ကပျိုတ်းလိုင် ဂှဝ်းကမ်၊ ဂြိုတ်းလွင်၊ တါင်းကခေတဂ်း တိုဝ်မီခေ၊ ဧလးလူမံခခေ သေလိုဝ်သေပိုင်။ လိုဝ်ခခေ၊ ကခေဂှဝ်းပီခေ ထမ်၊ မ၊ သြ၊ ကခေ ငြေးပီခေလဝ်း၊ ခါခေဝံခခေ ဂှဝ်းလံး၊ ယိုခခေ ခါမ်၊ ခခွ်းလွင်၊ တါင်းဂူးလိုဝ်ဂူးပိုင်၊ ခခွ်းတါင်းကခေခိဂ်း၊ လါဂ်းငီခခေ၊ ခခွ်းတါင်းကခေယါဂ်း၊ ကခေ ငါခေ၊ ခခွ်းတါင်းကခေထူပံး၊ ခခွ်းတါင်းကခေခါမ်၊ တါင်းကခေပေယီခခေ၊ ခခွ်းတါင်းကခေ တူဂ်းဂူးခခွ်းထွင်၊ ခခွ်းတါင်းကခေပိုခခေ၊ ဂြိုတ်းကူခေဂီခေမေးခမေး၊ ခခွ်းတါင်းကခေ ဂြိုတ်းဂါခေယါပ်၊ ဗိုတ်း၊ ခခွ်းတါင်းကခေကမ်၊ လံးခခွ်းခခေ၊ ခခွ်းတါင်းကခေဂီဝ်းယါဂ်း၊ ခခွ်းတါင်းကခေဂြိုတ်းလှိုတ်းသို၊ ခခွ်းတါင်းကခေမီးပိုင်၊ လှ၊ ခခွ်းတါင်းကခေလှိုတ်းလှိုတ်း၊ လှ၊ ခခွ်းတါင်းကခေဂြိုတ်းဂေးလူး၊ ခခွ်းတါင်းကခေခါမ်၊ ကဝ်ဝိလိုလှိုတ်း၊ မူတ်းလင်၊ လဝ်း၊ ခခွ်းတါင်း ဂှဂ်းကခေလီတ်းလင်၊ ခခွ်းတါင်းကခေဂေးလတ်း၊ မါခေ၊ မီခခေ၊ သိုဝ်း၊ တေ၊ ခခွ်းတါင်းကခေခခပူးတခခေခွ်းငြေးပီခခေလဝ်း၊ လူလှ်းခခါဂ်း၊ ခခါဂ်း၊ တါင်း

သိုဝ်းတော့၊ ကဆံမီးဝံ့ခင်းမိုဝ်းဖေ၊ ချာဖေ၊ သံ၊ လွမ်းလူလ်းတင်းကဆံဂြိုတ်းဂြိုတ်းသရေ၊ ထိုင်၊ သး ကိတ်၊ တင်း တင်းကဆံဂြိုတ်းဂြိုတ်းသရေ၊ ယုတ်၊ ယွမ်း တင်းကဆံခါမ်၊ တင်းကဆံယွင်းယေး ကိတ်၊ တင်းတင်းကဆံခါမ်၊ တင်းကဆံသေသွမ်း၊ ပီဂ်သမ့်ပီခင်လိုဝ်ခင်၊ ဂျေကဆံလိုဝ်ကဆံလ်း၊ ပီဂ်သမ့်ပီခင်လိုဝ်ခင်၊ ဂျေကဆံဖူးလ်းကမ်၊ ဂူ၊ ပီခင်လိုဝ်ခင်၊ ဂျေကဆံဂူင်ဂှိုင်၊ ပီဂ်သမ့်ပီခင်လိုဝ်ခင်၊ ဂျေကဆံခါမ်၊ တံသေဂျေ၊ ပီခင်လိုဝ်ခင်၊ ဂျေကဆံကသတ်၊ လိပ်၊ ပီဂ်သမ့်ပီခင်လိုဝ်ခင်၊ ဂျေကဆံလ်းခါမ်၊ တင်းကဆံသင်၊ သွမ်သုင်းမာသေဂျေ၊ ပီခင်လိုဝ်ခင်၊ ဂျေကဆံဂင်းလွတ်၊ တင်းတင်းကဆံကပ်တံ၊ ပီဂ်သမ့်ပီခင်လိုဝ်ခင်၊ ဂျေကဆံလ်းလ်းလ်းကဆံသေဂျေ၊ ပီခင်လိုဝ်ခင်၊ ဂျေကဆံသိုဝ်းပျေ၊ သေ၊ သေ၊ ပီဂ်သမ့်ပီခင်လိုဝ်ခင်၊ ဂူခင်းယတ်၊ ဂူခင်းဖေခင်သေဂျေ၊ ပီခင်လိုဝ်ခင်၊ ဂျေကဆံလင်းဂြိုတ်းပိုခင်းမာတ်၊ ပိုခင်းမီး၊ ပီဂ်သမ့် ပီခင်လိုဝ်ခင်၊ ဂျေကဆံကမ်၊ ပိုင်၊ သေလိုဝ်သေပိုင်သေဂျေ၊ ပီခင်လိုဝ်ခင်၊ ဂျေကဆံပိုင်၊ တင်းသိုင်၊ တင်းလူင်ခေခေ ယူ၊ ကျေ။

**Discussion:** Not a stumbling block to others.

ဆွေးနွေးရန် = သူတပါးအတွက် ထိမိ၍လဲစရာအကြောင်း တစ်စုံတစ်ခု ကိုမျှမပြု။  
 ကဆံတေလ်းကုပ်၊ လတ်၊ = ကမ်၊ လ်းဂြိုတ်းတင်းကဆံတေဂြိုတ်းဂြိုတ်းပိုခင်း၊ ခီ၊ လိုတ်း  
 ဧလးလူမ့်ခေခေ။

Colossians 1:24 Now I rejoice in what was suffered for you, and I fill up in my flesh what is still lacking in regard to Christ's afflictions, for the sake of his body, which is the church.

ကောလောသဲသြဝါဒစာ: ၂၄ ငါပေါလုသည် ထိုတရားကို ဟောသောဆရာဖြစ်သည်နှင့် သင်တို့အဘို့အလိုငှါဆင်းရဲခံခြင်း၌ ယခုဝမ်းမြောက်၍ ခရစ်တော်၏ဆင်းရဲဒုက္ခအကြွင်း အကျန်ကို အသင်းတော်တည်းဟူသောကိုယ်တော်အဘို့အလိုငှါကိုယ်ခန္ဓာ၌ ပြည့်စုံစေ၏။  
**ဂျေးလေးးဧသး ၁:၂၄** တေးလ်ခေ ဂပ်လ်းသိုဝ်းပျေ၊ ခင်းတင်းကဆံဂပ်လ်းခါမ်၊ တင်းယပ်၊ ဖိုတ်၊ ဂြိုတ်းတုဂ်ခါ လင်းခရိလ်း ကဆံဂိုတ်းကဆံဂျါခေ၊ ခေခေ လ်းတီမ်၊ ထူခင်းဂျေခင်းတုပ်ခင်းဂပ် ပုခင်းလိုဝ်းလင်း ကဆံပီခင်တုပ် မခင်းလင်းခေခေ ကျေ။

**Discussion:** For the sake of the church.

ဆွေးနွေးရန် = အသင်းတော်အဘို့ ဆင်းရဲဒုက္ခခံ၏။  
 ကဆံတေလ်းကုပ်၊ လတ်၊ = လ်းခါမ်၊ တုဂ်ခါပုခင်းလိုဝ်းလင်း

Philippians 3:7-9 But whatever was to my profit I now consider loss for the sake of Christ. What is more, I consider everything a loss compared to the surpassing greatness of knowing Christ Jesus my Lord, for whose sake I have lost all things. I consider them rubbish, that I may gain Christ and be found in him, not having a righteousness of my own that comes from the law, but that which is through faith in Christ - the righteousness that comes from God and is by faith.

ဖိလိပိုဩဝါဒစာ ၃:၇-၁၀ သို့သော်လည်း ငါ၏အကျိုးစီးပွားကို ပြုစုသောအရာရှိသမျှတို့ကို ရှုံးစေသောအရာကဲ့သို့ခရစ်တော်ကြောင့်ငါထင်မှတ်၏။ ထိုမျှမက ငါ၏သခင်ယေရှုခရစ်ကို သိသောပညာသည်အဘယ်မျှလောက်မြတ်သည်ကိုထောက်၍၊ ခပ်သိမ်းသောအရာတို့ကိုရှုံးစေသောအရာကဲ့သို့ ငါထင်မှတ်၏။

**ဖိလိပိုပိ ၃:၇-၉** ခန်းတူး၊ ခန်းသေ၊ ခန်းတောင်း၊ ခန်းပွင့်၊ ခန်းဂြိုဟ်၊ ခန်းလေး၊ ခန်းလံ၊ ခန်းမိတ်၊ များ၊ ခန်းမီးတင်း၊ သီင်း၊ တင်းလှိုင်၊ လိုင်းခန်း၊ ခန်းဂင်၊ မာတ်၊ ပီခင်၊ လိုင်းခင်၊ ခန်းသုမ်း၊ ခန်းလင်း၊ ခန်းခရိတ်၊ ခန်းကျေး။ လိုင်းသေခန်း၊ ခန်းကမ်း၊ ခန်းဂင်၊ ထွန်း၊ လှိုင်၊ တင်း၊ ခန်းဂှုလင်း၊ လင်း၊ ယေ၊ သုခရိတ်၊ ခန်းပီခင်၊ ခန်းမျှတ်၊ လီခေ၊ ခန်းလေး၊ ခန်းဂင်၊ မာတ်၊ လှိုင်၊ တင်း၊ ခန်းမီးတင်း၊ သီင်း၊ တင်းလှိုင်၊ လိုင်းခန်း၊ ပီခင်၊ လိုင်းခင်၊ ခန်းသုမ်း၊ ခန်းကျေး။ ခန်းပွင့်၊ လိုင်းခင်၊ ခန်းလေး၊ ခန်းဂင်၊ ခန်းသုမ်း၊ ခန်းကျေး။

**Discussion:** Self-denial is not a loss.

ဆွေးနွေးရန် = မိမိကိုယ်ကိုငြင်းပယ်ခြင်းသည် အရှုံးမဟုတ်။

ခန်းတေလံ၊ ခန်းဂှုလင်း၊ လင်း၊ ခန်း = တင်း၊ ခန်းထိုင်ပီခင်၊ တင်လင်း၊ ခန်းဂင်၊ ခန်းကမ်း၊ လှိုင်၊ ခန်းသုမ်း