

**6. Carry the Cross**

၆။ လက်ဝါးကပ်တိုင်ကိုထမ်းခြင်း

၆။ ဂျာပ်,ကပ်သင်လမ်းဝေးမှိုင်း

Galatians 3:13 Christ redeemed us from the curse of the law by becoming a curse for us, for it is written: “Cursed is everyone who is hung on a tree.”

ဂလာတီသြဝါဒစာ ၃:၁၃ ထိုကြောင့် ဘုရားသခင်ရှေ့တော်၌ ပညတ်တရားအားဖြင့် အဘယ်သူမျှဖြောင့်မတ်ရာသို့မရောက်နိုင်ဟု ထင်ရှားလျက်ရှိ၏။ သစ်တိုင်၌ဆွဲထားခြင်းကို ခံရသောသူတိုင်းကျိန်ခြင်းကိုခံရသောသူဖြစ်သည်ဟုကျမ်းစာလာသည်နှင့်အညီ၊ခရစ်တော်သည် ငါတို့အတွက် ကြောင့်ကျိန်ခြင်း ကိုခံရသောသူဖြစ်၍၊ ငါတို့ကို ပညတ်တရား၏ ကျိန်ခြင်းမှရှေးနှုတ်တော်မူပြီ။

ဂလာတီ ၃:၁၃ မိခင်၊ခင်,ကဆ်မးခင်းဂျမ်းလိမ်းလေးဝေး၊- ဂျေကဆ်လံးခါမ်, တာင်းကဆ်ကပ်ဂွံးကပ်ဗီခင် ဂျေခိုင်သင်လမ်းဝေးမှိုင်းခခေ်၊ ပီခင်ဂျေကဆ်လံးခါမ်, တာင်းကဆ်ဂိခင်,ဝေးဂျေ၊ ဝေးခင်,ခခေ်ခခေ် လင်းခရိလ် ခခေ်လံးခါမ်,တာင်းကဆ် ဂိခင်,ဝေးပုခင်းဂွမ်းလေး ထူတ်,ကပ်ဂွမ်းကွမ်,သေဂျေခင်းတာင်းကဆ် ပိင်းလျမ်းတြေး ဂိခင်,ဝေးခခေ်ယဝ်။

Discussion: Cross is the curse of the law.

ဆွေးနွေးရန် = လက်ဝါးကပ်တိုင်သည် ပညတ်တရား၏ကျိန်ခြင်းဖြစ်သည်

ကဆ်တေလံးကုပ်,လတ်း = သင်လမ်းဝေးမှိုင်း ပီခင်လွင်းကဆ်ပိင်းလျမ်းတြေး ဂိခင်,ဝေးဂျေ၊

John 19:16-17 Finally Pilate handed him over to them to be crucified. So the soldiers took charge of Jesus. Carrying His own cross, He went out to the place of the Skull (which in Aramaic is called Golgotha).

ရှင်ယောဟန်ခရစ်ဝင် ၁၉:၁၆-၁၇ ထိုအခါ ပိလတ်မင်းသည် ယေရှုကို လက်ဝါးကပ်တိုင်မှာ ရိုက်ထားစေခြင်းငှါထိုသူတို့လက်သို့အပ်သဖြင့်၊သူတို့သည်ကိုယ်တော်ကိုယူ၍ထုတ်သွားကြ၏။ကိုယ်တော်သည်မိမိလက်ဝါးကပ်တိုင်ကိုထမ်းလျက်ဦးခေါင်းခွံအရပ်ဟူ၍တွင်သော အရပ်သို့ထွက်တော်မူ၏။ထိုအရပ်ကားဟေဗြဲစကားအားဖြင့်ဂေါလဂေါသအမည်ရှိ၏။

ဂျမ်းလင်းယုင်းဂျာခင်, ၁၉:၁၆-၁၇ မိုင်းခခေ် ခုခင်ပိလတ် လင်,ကပ် လင်းယေ,သု ကာပ်,ပခင်ဂျေခင်းမှိုင်းခပ် ဂွံးခပ်လံးကပ်မခင်းလင်း ဂျေ,တွမ်,ဂျေခိုင်သင်လမ်းဝေး မိုင်းလေး ခပ်ဂျေ၊ ကပ်မခင်းလင်းကွမ်,ဂျေ,ဂျေ။ မခင်းလင်းဂျာပ်,ကပ်သင်လမ်းဝေး မိုင်းတူင်လင်းဂပ်,သေလေး၊ ကွမ်,ဂျေ,လူးဂျေ,တီးကဆ်လံးဂွင်ဂိုမ်းလိုင်၊ ခွင်းခွမ်းဂွင် ခခေ်ဂျေ။ တီးခခေ်လမ်း လွမ်းခင်,ဂျမ်း ဗေ,သျေ,ဂျေ,ခပြေ ဂွင်ဝေး ဂျေးလဂျေး ထ ဝေးခခေ်ဂျေ။

**Discussion:** Jesus carries His own cross.

ဆွေးနွေးရန် = ယေရှုခရစ်တော်မိမိလက်ဝါးကပ်တိုင်ကိုထမ်း၏  
ကဆံတေလံးကုပ်,လၢတ်း; = လဝ်းယေ,သု ဂှၢပ်,ကပ်သပ်လၢတ်းဝုးမိုဝ်း  
တူဝ်လဝ်းဂပ်,ကော့း။

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.

ရှင်မသံခရစ်ဝင် ၁၆:၂၄ ထိုအခါ ယေရှုက၊ ငါ၌ဆည်းကပ်လိုသောသူဖြစ်လျှင် ကိုယ်ကိုကိုယ်ငြင်းပယ်ရမည်။ ကိုယ်လက်ဝါးကပ်တိုင်ကို ထမ်း၍ ငါ့နောက်သို့ လိုက်ရမည်။  
ရှမ်းလဝ်းမၢတ်းဆထ, ၁၆:၂၄ မိုဝ်းဆခေံ လဝ်းယေ,သု လၢတ်းတီးတပးလဝ်း တင်းလံးလးဝုး၊- ပေးသေဂေ့သေဂူခင်းမီးကလူဝ်,ခွဲးလွမ်းပုးလင်ဂပ်လိုင် ဂှ်းမခင်း ဧပ,ပီတ်းကလူဝ်,တူဝ်လဝ်းဂပ်,သေလး; ဂှၢပ်,ကပ်သပ်လၢတ်းဝုးမိုဝ်းတူဝ်လဝ်းဂပ်, သေယဝ် လွမ်းပုးလင်ဂပ်တု။

**Discussion:** Take up the cross and follow Jesus.

ဆွေးနွေးရန် = လက်ဝါးကပ်တိုင်ကိုထမ်းလျက်ယေရှုနောက်တော်သို့လိုက်  
ကဆံတေလံးကုပ်,လၢတ်း; = ဂှၢပ်,ကပ်သပ်လၢတ်းဝုးမိုဝ်းလး; လွမ်းလင်လဝ်းယေ,သု

Luke 14:27 And anyone who does not carry his cross and follow me cannot be my disciple.

ရှင်လုကာခရစ်ဝင် ၁၄:၂၇ အကြင်သူသည် မိမိလက်ဝါးကပ်တိုင်ကိုထမ်း၍ ငါ့နောက်သို့ မလိုက်၊ ထိုသူသည် ငါ့တပည့်မဖြစ်နိုင်ရာ။  
ရှမ်းလဝ်းလုဂှ, ၁၄:၂၇ ဖှူးလံးသေကမ်,ဝုး ဂေ့ကဆံကမ်,ဂှၢပ်,ကပ်သပ်လၢတ်းဝုး မိုဝ်းတူဝ်လဝ်းဂပ်,သေလး; လွမ်းပုးလင်ဂပ်ဆခေံ ဂေ့ဆခေံကမ်,ပီခ်တပးဂပ်လံး။

**Discussion:** Carry own cross and follow Jesus.

ဆွေးနွေးရန် = မိမိလက်ဝါးကပ်တိုင်ကိုထမ်းလျက်ယေရှုနောက်တော်သို့လိုက်  
ကဆံတေလံးကုပ်,လၢတ်း; = ဂှၢပ်,ကပ်သပ်လၢတ်းဝုးမိုဝ်းတူဝ်လဝ်းဂပ်,သေလး; လွမ်းပုးလင်လဝ်းယေ,သု

Matthew 10:38 And anyone who does not take his cross and follow me is not worthy of me.

ရှင်မသံခရစ်ဝင် ၁၀:၃၈ အကြင်သူသည် မိမိလက်ဝါးကပ်တိုင်ကို ထမ်း၍ ငါ့နောက်သို့ မလိုက်၊ ထိုသူသည် ငါ့နှင့်မထိုက်မတန်။  
ရှမ်းလဝ်းမၢတ်းဆထ, ၁၀:၃၈ ဂေ့ကဆံကမ်,ဂှၢပ်,ကပ် သပ်လၢတ်းဝုးမိုဝ်းတူဝ်လဝ်း ဂပ်,လး; လွမ်းပုးလင်ဂပ်ဆခေံ ကမ်,ခိုင်,ကမ်,ထိုက်;ဂဆံတင်းဂပ်။

**Discussion:** To be worthy of Him.

ဆွေးနွေးရန် = လက်ဝါးကပ်တိုင်ကိုမထမ်းလျှင် ယေရှုနှင့်မထိုက်တန်။

ကဆံတေလံးကုပ်,လၢတ်း; = ပေးကမ်,ဂျၢပ်,သပ်လမ်းဝးမိုဝ်းတူင်လဝ်းဂပ်,လိုင်  
ကမ်,ထိုက်;တၢဆံ,ဂဆံတင်းလဝ်းယေ,သု

Hebrews 12:2 Let us fix our eyes on Jesus, the author and perfecter of our faith, who for the joy set before him endured the cross, scorning its shame, and sat down at the right hand of the throne of God.

ဟေဗြဲသြဝါဒစာ ၁၂:၂ ယုံကြည်ခြင်းကို အစအပြီးစီရင်၍ စုံလင်စေတော်မူသော သခင်  
ယေရှုကိုစေ့စေ့ထောက်ရှုကြကုန်အံ့။ထိုသခင်သည်မိမိရှေ့၌ထားသောဝမ်းမြောက်ခြင်း  
အကြောင်းကြောင့်၊ ရှက်ကြောက်အသောအရာကို မမှတ်ဘဲ လက်ဝါးကပ်တိုင်၌ခံပြီးမှ၊  
ဘုရားသခင်၏ ပလ္လင်တော် လက်ျာဘက်၌ ထိုင်နေတော်မူ၏။

ရှေ့ဧပြေ ၁၂:၂ ဂှမ်းကွဆံဂဆံမုင်တူလ်း လဝ်းယေ,သု၊ လဝ်းကဆံဧတ,လုဧတ,  
တင်းတၢင်းကဆံယုမ်,မၢတ်းဧလ; ဂှိတ်းဂှိးလေးလုမ်,၊ လဝ်းကဆံယင်းကမ်,ဂုပ်တၢင်း  
ကဆံကူဂ်းကံဧလ; ခါမ်,ဂးခိုင်သပ်လမ်းဝးမိုဝ်း ပုခမ်းကဆံတမ်းပီခံတၢင်းသိုဝ်း  
ပျှ, ကဆံမီးဝံဂးတီးဃေ,ခေးမခမ်းလဝ်း၊ လဝ်းကဆံဆင်းယု,ဂးတီးဃေ,ခူပလၢင်,  
ဖြူးပီခံလဝ်း၊ ခဆံတၢဂှမ်း။

**Discussion: Endure the cross**

ဆွေးနွေးရန် = လက်ဝါးကပ်တိုင်ကို ရှက်ကြောက်ခြင်း ဟုမမှတ်ဘဲ သီးခံ  
ကဆံတေလံးကုပ်,လၢတ်း; = ယင်းကမ်,မၢတ်း; သပ်လမ်းဝးမိုဝ်း ပီခံတၢင်းကဆံလီ  
ကူဂ်းကံဧလ; ယိုခံခါမ်,

Galatians 2:20 I have been crucified with Christ and I no longer live, but  
Christ lives in me. The life I live in the body, I live by faith in the Son of  
God, who loved me and gave himself for me.

ဂလာတီသြဝါဒစာ ၂:၂၀ ငါသည်ခရစ်တော်နှင့် အတူလက်ဝါးကပ်တိုင်မှာအသေခံပြီ။  
သို့သော်လည်းအသက်ရှင်သေး၏။ ထိုသို့ဆိုသော်ငါသည် ကိုယ်တိုင်မရှင်၊ ခရစ်တော်သည်  
ငါ၌ရှင်တော်မူ၏။ကိုယ်ခန္ဓာ၌ယခုငါရှင်သောအသက်သည်ဘုရားသခင်၏သားတော်ကိုယုံ  
ကြည်ခြင်းအားဖြင့်တည်၏။သားတော်သည်ငါ့ကိုချစ်၍ငါ့အဘို့ကိုယ်ကိုယ်စွန့်တော်မူ၏။

ဂလာတီ ၂:၂၀ ဂပ်လံးခါမ်,တံ လူလ်းဂဆံတင်း လဝ်းခရိလ် ဂးခိုင်သပ်လမ်းဝး  
မိုဝ်းခဆံယဝ်။ ဂပ်တံယဝ်။ ဂူလ်းဂး လဝ်းခရိလ် လိပ်းယု,ဂးခင်းဂပ်ကေး။  
ကသၢဂ်း ကဆံဂပ်လိပ်းခင်းတူင်ခိင်းခံ ဧတ,ယု, ဂွပ်းပိုဝ်း တၢင်းကဆံယုမ်,မၢတ်း;  
လုဂ်းဖြူးပီခံလဝ်း; ကဆံဂှ်ဂပ်ဧလ; ကပ်တူင်လဝ်းဂပ်,လုခပ်ပီတ်း;ပုခမ်းဂပ်ခဆံ  
ကေး။

Galatians 5:24-26 Those who belong to Christ Jesus have crucified the  
sinful nature with its passions and desires. Since we live by the Spirit, let  
us keep in step with the Spirit. Let us not become conceited, provoking  
and envying each other.

ဂလာတိသြဝါဒစာ ၅:၂၄-၂၆ ခရစ်တော်နှင့်စပ်ဆိုင်သောသူတို့သည် ဇာတိပကတိကို၎င်း၊ ဇာတိပကတိစိတ်များနှင့် အလိုဆန္ဒများကို၎င်း၊ လက်ဝါး ကပ်တိုင်မှာ ရိုက်ထားထားကြပြီ။ သို့ဖြစ်၍ငါတို့သည်ဝိညာဉ်ပကတိကြောင့်အသက်ရှင်လျှင်၊ဝိညာဉ်ပကတိအတိုင်းကျင့်ကြ ကုန်အံ့။အချည်းနှီးသောကျော်စောက်တ္တိကိုတပ်မက်ခြင်း၊အချင်းချင်းချုပ်ချယ်နှောင့်ရှက် ခြင်း၊ အချင်းချင်း ငြူရှုခြင်းတို့ကိုရှောင်၍ နေကြကုန်အံ့။

ဂလာတိ ၅:၂၄-၂၆ ခပ်လိုဝ်းကဆင်လုပ်၊သီင်၊ဂဆင်တင်း လင်း၊ခရိလ် ခဆင် ကပ် လာ၊တီပဂတီ ကိတ်၊တင်း လိုကလုပ်၊သါဆင်၊တၢလၢ၊တီပဂတီ ယီဆင်တွင်၊ဝံဂၢး ခနိုဝ်သပ်လင်းဝး၊မိုဝ်းယဝ်ဂော့။ ပေးဂုဝ်းကသါဂ်းလိပ်း ဝှပ်းပိုဝ်းဝိလိုလ်၊လင်း၊လိုင် ကွဆင်ဂဆင်ဂမ်ဂျါင်လွမ်း ဝိလိုလ်၊လင်း၊တၢဂုဝ်း။ ကွဆင်ဂဆင်ဝေးပီတ်း၊တါင်းကဆင်လ် လင်း၊လ်းလွင်း၊တါင်းကဆင်သၢ၊လွတ်၊ရှင်ဂှါင်း ကဆင်ပီဆင်လံ၊လံ၊ကမ်၊ပွင်၊လွင်း၊ဂၢး သင်၊ တါင်းကဆင်ဂေ့ခိုင်း၊ခလး၊ဂေ့ခိုင်း၊ ဆင်၊ဂဆင်ဂဆင်ဝံ၊တါင်း၊ဖေတ်းတေ့၊ဂဆင်၊ ယၢယူဂ်၊ဂဆင်၊ တါင်းကဆင်ဂေ့ခိုင်း၊ခလး၊ဂေ့ခိုင်း၊ ဆင်၊ဂဆင်ဂဆင်သီ၊ဂေ့ဂေ့၊တၢတေ့၊ ဂဆင်၊ လိုဝ်းခဆင်ပီတ်း၊တၢဂုဝ်း။

**Discussion:** Crucified sinful nature

ဆွေးနွေးရန် = ဇာတိပကတိစိတ်အလိုဆန္ဒများကိုလက်ဝါးကပ်တိုင်မှာ ရိုက်နှက်ထားပြီ။ ကဆင်တေလံ၊ဂုပ်၊လါတ်း = ကပ်ကလုပ်၊လိုလၢ၊တီပဂတီ တွင်၊ဝံဂၢးခနိုဝ်သပ်လင်း ဝး၊မိုဝ်းယဝ်။

Galatians 6:14 May I never boast except in the cross of our Lord Jesus Christ, through which the world has been crucified to me, and I to the world.

ဂလာတိသြဝါဒစာ ၆:၁၄ ငါဖြစ်လျှင်ငါတို့သခင်ယေရှုခရစ်၏ လက်ဝါးကပ်တိုင်တော်မှတပါး အဘယ်အရာ၌မျှဝါကြွားခြင်းမရှိပါစေနှင့်။ထိုလက်ဝါးကပ်တိုင်တော်မှာဤလောကသည်ငါ့ အဘို့ရိုက်ထားခြင်းကိုခံလျက်ရှိ၏။ ငါသည်လည်း ဤလောကအဘို့ရိုက်ထားခြင်းကို ခံလျက်ရှိ၏။

ဂလာတိ ၆:၁၄ လိုဝ်းသေခင်းသပ်လင်းဝး၊မိုဝ်း လင်း၊ယေ၊သုခရိလ် ခဆင် ယၢ၊ပေဂ်း ဂပ်လံ၊မီးတါင်းကဆင်ဂုပ်၊ဝါဝ်းခင်းလွင်း၊တါင်းသေလိုဝ်းသေပိုင်ခဆင်သေဂမ်း။ ဂၢးတီး သပ်လင်းဝး၊မိုဝ်းခဆင် လေးဂၢးဆံ လံ၊ခါမ်၊တါင်းကဆင်ယီဆင်တွင်၊ပုဆင်၊ဂပ်ဂော့။ ဂပ်ဂေ့၊ခါမ်၊တါင်းကဆင်ယီဆင်တွင်၊ ပုဆင်၊ပုဆင်၊လေးဂၢးဆံဂော့။

**Discussion:** Boast in the cross

ဆွေးနွေးရန် = လက်ဝါးကပ်တိုင်တော်မှ ဂုဏ်ယူ ဝါကြွားခြင်း ကဆင်တေလံ၊ဂုပ်၊လါတ်း = မီးတါင်းကဆင်ဂုပ်၊ဝါဝ်းခင်းသပ်လင်းဝး၊မိုဝ်း