Readings and Prayers for the Tenth Sunday after Trinity, Proper 13 2024

Collect Almighty God, who sent your Holy Spirit to be the life and light of your Church: open our hearts to the riches of your grace, that we may bring forth the fruit of the Spirit in love and joy and peace; through Jesus Christ your Son our Lord, who is alive and reigns with you, in the unity of the Holy Spirit, one God, now and for ever.	خداوند قادر مطلق، روح القدست را فرستادی که حیات و نور کلیسایت باشد: قلبهای ما را به غنای فیضت بگشا، که بتوانیم به سوی میوه های روح القدس پیش رویم در عشق و شادی و صلح، بواسطه فرزندت و خداوندمان عیسی مسیح، کسی که زنده است و با تو حکومت می کند، در وحدت روح القدس، خدایی یکتا، تا ابدالاباد.
Exodus 16:2-4, 9-15 The whole congregation of the Israelites complained against Moses and Aaron in the wilderness. The Israelites said to them, "If only we had died by the hand of the LORD in the land of Egypt, when we sat by the fleshpots and ate our fill of bread; for you have brought us out into this wilderness to kill this whole assembly with hunger." Then the LORD said to Moses, "I am going to rain bread from heaven for you, and each day the people shall go out and gather enough for that day. In that way I will test them, whether they will follow my instruction or not. Then Moses said to Aaron, "Say to the whole congregation of the Israelites, 'Draw near to the LORD, for he has heard your complaining.'" And as Aaron spoke to the whole congregation of the Israelites, they looked toward the wilderness, and the glory of the LORD appeared in the cloud. The LORD spoke to Moses and said, "I have heard the complaining of the Israelites; say to them, 'At twilight you shall eat meat, and in the morning you shall have your fill of bread; then you shall know that I am the LORD your God.'" In the evening quails came up and covered the camp; and in the morning there was a layer of dew around the camp. When the layer of dew lifted, there on the surface of the wilderness was a fine flaky substance, as fine as frost on the ground. When the Israelites saw it, they said to one another, "What is it?" For they did not know what it was. Moses said to them, "It is the bread that the LORD has given you to eat.	در آنجا بنی‌اسرائیل باز از موسی و هارون گله کرده، گفتند: "ای کاش در مصر می‌ماندیم و همانجا خداوند ما را می‌کشت. آنجا در کنار دیگهای گوشت می‌نشستیم و هر قدر می‌خواستیم می‌خوردیم، اما حالا در این بیابان سوزان که شما، ما را به آن کشانیده‌اید، بزودی از گرسنگی خواهیم مرد." آنگاه خداوند به موسی فرمود: "حال از آسمان برای ایشان نان می‌فرستم. هر کس بخواهد می‌تواند بیرون برود و هر روز نان خود را برای همان روز جمع کند. به این وسیله آنها را آزمایش می‌کنم تا ببینم آیا از دستوراتم پیروی می‌کنند یا نه. آنگاه موسی به هارون گفت که به قوم اسرائیل بگوید: "به حضور خداوند بیایید، زیرا او شکایات شما را شنیده است." در حالیکه هارون با قوم سخن می‌گفت آنها بطرف بیابان نگاه کردند، و ناگهان حضور پر جلال خداوند ازمیان ابر ظاهر شد. خداوند به موسی فرمود: "شکایات این قوم را شنیده‌ام. برو و به ایشان بگو که عصرها گوشت خواهند خورد و صبحها با نان سیر خواهند شد تا بدانند که من خداوند، خدای ایشان هستم." در عصر همان روز، تعداد زیادی بلدرچین آمدند و سراسر اردوگاه بنی‌اسرائیل را پوشاندند و در سحرگاه در اطراف اردوگاه شبنم بر زمین نشست. صبح، وقتی شبنم ناپدید شد، دانه‌های ریزی روی زمین باقی ماند که شبیه دانه‌های برف بود. وقتی قوم اسرائیل آن را دیدند، از همدیگر پرسیدند: "این چیست؟" موسی به آنها گفت: "این نانی است که خداوند به شما داده تا بخورید.
Psalm 78:23-29 Yet he commanded the skies above, and opened the doors of heaven; he rained down on them manna to eat, and gave them the grain of heaven. Mortals ate of the bread of angels; he sent them food in abundance. He caused the east wind to blow in the heavens, and by his power he led out the south wind; he rained flesh upon them like dust, winged birds like the sand of the seas; he let them fall within their camp, all around their dwellings. And they ate and were well filled, for he gave them what they craved.	با وجود این، خدا درهای آسمان را گشود و نان آسمانی را برای ایشان بارانید تا بخورند و سیر شوند. بلی، آنها خوراک فرشتگان را خوردند و تا آنجا که می‌توانستند بخورند خدا به ایشان عطا فرمود. سپس با قدرت الهی خود، بادهای شرقی و جنوبی را فرستاد تا پرندگان بی‌شماری همچون شنهای ساحل دریا برای قوم او بیاورند. پرندگان در اردوی اسرائیل، اطراف خیمه‌ها فرود آمدند. پس خوردند و سیر شدند؛ آنچه را که خواستند خدا به ایشان داد.
Ephesians 4:1-16 I therefore, the prisoner in the Lord, beg you to lead a life worthy of the calling to which you have been called, with all humility and gentleness, with patience, bearing with one another in love, making every effort to maintain the unity of the Spirit in the bond of peace. There is one body and one Spirit, just as you were called to the one hope of your calling, one Lord, one faith, one baptism, one God and Father of all, who is above all and through all and in all.	من که بسبب خدمت خداوند اینجا در زندان بسر می‌برم، از شما التماس می‌کنم طوری زندگی و رفتار کنید که شایستهٔ مقامتان باشد، مقامی که خدا به شما عطا کرده است. فروتن و مهربان باشید. نسبت به یکدیگر بردبار باشید و بسبب محبتی که به هم دارید، از خطاها و اشتباهات یکدیگر چشم‌پوشی نمایید. سعی کنید همواره متفقاً از روح خدا هدایت شوید، تا بتوانید همیشه با هم در صلح و صفا باشید. ما همه، اعضای یک بدنیم و در همگی ما یک "روح" ساکن است، یعنی روح‌القدس؛ و همهٔ ما برای رسیدن به یک امید دعوت شده‌ایم، یعنی به آن جلالی که خدا برای ما تدارک دیده است. برای ما فقط یک خداوند، یک ایمان و یک تعمید وجود دارد. همهٔ ما یک خدا داریم که پدر همهٔ ما و بالاتر از همهٔ ما و در همهٔ ماست و در تمام ذرات وجود ما زندگی می‌کند. با اینحال، مسیح طبق

But each of us was given grace according to the measure of Christ's gift. Therefore it is said, "When he ascended on high he made captivity itself a captive; he gave gifts to his people." (When it says, "He ascended," what does it mean but that he had also descended into the lower parts of the earth? He who descended is the same one who ascended far above all the heavens, so that he might fill all things.) The gifts he gave were that some would be apostles, some prophets, some evangelists, some pastors and teachers, to equip the saints for the work of ministry, for building up the body of Christ, until all of us come to the unity of the faith and of the knowledge of the Son of God, to maturity, to the measure of the full stature of Christ. We must no longer be children, tossed to and fro and blown about by every wind of doctrine, by people's trickery, by their craftiness in deceitful scheming. But speaking the truth in love, we must grow up in every way into him who is the head, into Christ, from whom the whole body, joined and knit together by every ligament with which it is equipped, as each part is working properly, promotes the body's growth in building itself up in love.	صلاحدید خود، از دولت کَرَم خویش به هر یک از ما فیض خاصی بخشیده است. در کتاب "زبور داود" نیز دربارهء مسیح پیشگویی شده که وقتی او پس از مرگ زنده شد و شیطان را مغلوب ساخت و ظفرمندانه به آسمان بازگشت، به مردم هدایا بخشید. دقت کنید که می‌فرماید "به آسمان بازگشت"، یعنی می‌بایست ابتدا از آسمان نزول کرده، به اعماق زمین رفته باشد. همان کسی که پایین آمده، همانست که به بالا بازگشت، بالاتر از آسمانها، تا همه چیز را در همه جا از حضور خود پر سازد. به این ترتیب، او عطایا و استعدادهای خاصی به ما بخشید: به بعضی از ما، عطای خاص یک رسول را داده است؛ به عده‌ای این عطا را داده است که از خدا پیغام دریافت کنند و آن را به دیگران اعلان نمایند، به برخی استعداد فوق‌العاده داده است که مردم را بسوی خدا هدایت کنند و به برخی دیگر این توانایی را داده است که مانند یک شبان، از قوم خدا مراقبت کنند و ایشان را رهبری نمایند و تعلیم دهند. مسیح این عطایا را با این هدف به ما می‌بخشد که ایمانداران مجهز شوند تا بتوانند بهتر او را خدمت کنند و باعث پیشرفت کلیسا یعنی بدن او گردند و کلیسا به رشد و کمال لازم برسد؛ تا سرانجام همهء ما در ایمان و شناخت خود از فرزند خدا متحد شده، رشد کنیم و به پری مسیح برسیم. در آنصورت، دیگر مانند اطفال نخواهیم بود که در اثر سخنان دیگران و دروغهایی که برای گمراهی ما می‌گویند، هر لحظه نسبت به ایمانمان تغییر عقیده بدهیم، بلکه با عشق و علاقه، همواره در پی راستی خواهیم رفت. راست خواهیم گفت، راست عمل خواهیم کرد و راست خواهیم زیست تا به این ترتیب، بتدریج در هر امری مانند مسیح شویم که سر کلیسا می‌باشد. تحت هدایت مسیح است که تمام اعضای بدن او، یعنی کلیسا، در جای خود قرار می‌گیرند. هر اندام با روش خاص خود، به اندامهای دیگر کمک می‌کند، بطوری که تمام بدن در تندرستی کامل و پر از محبت، رشد می‌نماید.
John 6:24-35 So when the crowd saw that neither Jesus nor his disciples were there, they themselves got into the boats and went to Capernaum looking for Jesus. When they found him on the other side of the sea, they said to him, "Rabbi, when did you come here?" Jesus answered them, "Very truly, I tell you, you are looking for me, not because you saw signs, but because you ate your fill of the loaves. Do not work for the food that perishes, but for the food that endures for eternal life, which the Son of Man will give you. For it is on him that God the Father has set his seal." Then they said to him, "What must we do to perform the works of God?" Jesus answered them, "This is the work of God, that you believe in him whom he has sent." So they said to him, "What sign are you going to give us then, so that we may see it and believe you? What work are you performing? Our ancestors ate the manna in the wilderness; as it is written, 'He gave them bread from heaven to eat.'" Then Jesus said to them, "Very truly, I tell you, it was not Moses who gave you the bread from heaven, but it is my Father who gives you the true bread from heaven. For the bread of God is that which comes down from heaven and gives life to the world." They said to him, "Sir, give us this bread always." Jesus said to them, "I am the bread of life. Whoever comes to me will never be hungry, and whoever believes in me will never be thirsty.	وقتی مردم متوجه شدند که نه عیسی و نه شاگردان در آنجا هستند، سوار قایق شده، خود را به کفرناحوم رساندند تا او را پیدا کنند. وقتی به آنجا رسیدند و عیسی را پیدا کردند، پرسیدند: "استاد، چطور به اینجا آمدی؟" عیسی جواب داد: "حقیقت اینست که شما برای خوراک نزد من آمده‌اید نه بسبب ایمان به من. اینقدر در فکر چیزهای زودگذر این دنیا نباشید، بلکه نیروی خود را در راه کسب زندگی جاوید صرف کنید. این زندگی جاوید را من به شما می‌بخشم، زیرا پدر من، خدا، مرا برای همین به این جهان فرستاده است." گفتند: "ما چه کنیم تا خدا از ما راضی باشد؟" عیسی فرمود: "خدا از شما می‌خواهد که به من که فرستادهء او هستم، ایمان آورید." گفتند: "اگر می‌خواهی ایمان بیاوریم که تو مسیح هستی باید بیشتر از اینها به ما معجزه نشان دهی. هر روز به ما نان رایگان بده، همانطور که موسی به اجداد ما به هنگام سفر در بیابان نان عطا می‌کرد. کتاب آسمانی نیز می‌گوید: موسی از آسمان به ایشان نان می‌داد." عیسی فرمود: "قبول کنید که این پدر من خدا بود که به ایشان نان می‌داد، نه موسی. و اکنون نیز اوست که می‌خواهد نان حقیقی را از آسمان به شما ببخشد. این نان حقیقی را خدا از آسمان فرستاده است تا به مردم دنیا زندگی جاوید ببخشد." گفتند: "آقا، از این نان هر روز به ما بده." عیسی جواب داد: "من نان حیات هستم. هر که نزد من آید، دیگر گرسنه نخواهد شد و کسانی که به من ایمان آورند، هرگز تشنه نخواهند گردید.
Post-Communion Prayer Holy Father, who gathered us here around the table of your Son to share this meal with the whole household of God: in that new world where you reveal the fullness of your peace, gather people of every race and language to share in the eternal banquet of Jesus Christ our Lord.	ای پدر مقدس، کسی که ما را به دور میز فرزندت گرد آوردی که تمام خانواده خدا در این خوراک سهیم شوند: در دنیای نوین، غنای صلح و آرامش را عرضه میداری، مردمان هر نژاد و زبان را گردآور تا در ضیافت ابدی پروردگارمان عیسی مسیح سهیم شوند.

First Reading: Exodus 16:2-4, 9-15

A reading from the book of the Exodus

The whole congregation of the Israelites complained against Moses and Aaron in the wilderness. The Israelites said to them,
"If only we had died by the hand of the LORD in the land of Egypt,
when we sat by the fleshpots and ate our fill of bread; for you have brought us
out into this wilderness to kill this whole assembly with hunger."
Then the LORD said to Moses,
"I am going to rain bread from heaven for you, and each day the people shall go out and gather enough for that day. In that way I will test them, whether they will follow my instruction or not. Then Moses said to Aaron,
"Say to the whole congregation of the Israelites, 'Draw near to the LORD, for he has heard your complaining.'"
And as Aaron spoke to the whole congregation of the Israelites,
they looked toward the wilderness, and the glory of the LORD appeared in the cloud.
The LORD spoke to Moses and said,
"I have heard the complaining of the Israelites; say to them, 'At twilight you shall eat meat, and in the morning you shall have your fill of bread; then you shall know that I am the LORD your God.'"
In the evening quails came up and covered the camp;
and in the morning there was a layer of dew around the camp.
When the layer of dew lifted, there on the surface of the wilderness
was a fine flaky substance, as fine as frost on the ground.
When the Israelites saw it, they said to one another,
"What is it?" For they did not know what it was.
Moses said to them, "It is the bread that the LORD has given you to eat."

This is the word of the Lord.

Second reading: Ephesians 4:1-16

I therefore, the prisoner in the Lord, beg you to lead a life worthy of the calling to which you have been called, with all humility and gentleness, with patience, bearing with one another in love, making every effort to maintain the unity of the Spirit in the bond of peace. There is one body and one Spirit, just as you were called to the one hope of your calling, one Lord, one faith, one baptism, one God and Father of all, who is above all and through all and in all.

But each of us was given grace according to the measure of Christ's gift. Therefore, it is said, "When he ascended on high he made captivity itself a captive; he gave gifts to his people." (When it says, "He ascended," what does it mean but that he had also descended into the lower parts of the earth? He who descended is the same one who ascended far above all the heavens, so that he might fill all things.) The gifts he gave were that some would be apostles, some prophets, some evangelists, some pastors and teachers, to equip the saints for the work of ministry, for building up the body of Christ, until all of us come to the unity of the faith and of the knowledge of the Son of God, to maturity, to the measure of the full stature of Christ. We must no longer be children, tossed to and fro and blown about by every wind of doctrine, by people's trickery, by their craftiness in deceitful scheming. But speaking the truth in love, we must grow up in every way into him who is the head, into Christ, from whom the whole body, joined and knit together by every ligament with which it is equipped, as each part is working properly, promotes the body's growth in building itself up in love.

من که بسبب خدمت خداوند اینجا در زندان بسر می‌برم، از شما التماس می‌کنم طوری زندگی و رفتار کنید که شایستهء مقامتان باشد، مقامی که خدا به شما عطا کرده است. فروتن و مهربان باشید. نسبت به یکدیگر بردبار باشید و بسبب محبتی که به هم دارید، از خطاها و اشتباهات یکدیگر چشم‌پوشی نمایید. سعی کنید همواره متفقاً از روح خدا هدایت شوید، تا بتوانید همیشه با هم در صلح و صفا باشید.   ما همه، اعضای یک بدنیم و در همگی ما یک "روح" ساکن است، یعنی روح‌القدس؛ و همهء ما برای رسیدن به یک امید دعوت شده‌ایم، یعنی به آن جلالی که خدا برای ما تدارک دیده است. برای ما فقط یک خداوند، یک ایمان و یک تعمید وجود دارد.

همهء ما یک خدا داریم که پدر همهء ما و بالاتر از همهء ما و در همهء ماست و در تمام ذرات وجود ما زندگی می‌کند. با اینحال، مسیح طبق صلاحدید خود، از دولت کَرَم خویش به هر یک از ما فیض خاصی بخشیده است. در کتاب "زبور داود" نیز دربارهء مسیح پیشگویی شده که وقتی او پس از مرگ زنده شد و شیطان را مغلوب ساخت و ظفرمندانه به آسمان بازگشت، به مردم هدایا بخشید. دقت کنید که می‌فرماید "به آسمان بازگشت"، یعنی می‌بایست ابتدا از آسمان نزول کرده، به اعماق زمین رفته باشد. همان کسی که پایین آمده، همانست که به بالا بازگشت، بالاتر از آسمانها، تا همه چیز را در همه جا از حضور خود پر سازد. به این ترتیب، او عطایا و استعدادهای خاصی به ما بخشید: به بعضی از ما، عطای خاص یک رسول را داده است؛ به عده‌ای این عطا را داده است که از خدا پیغام دریافت کنند و آن را به دیگران اعلان نمایند، به برخی استعداد فوق‌العاده داده است که مردم را بسوی خدا هدایت کنند و به برخی دیگر این توانایی را داده است که مانند یک شبان، از قوم خدا مراقبت کنند و ایشان را رهبری نمایند و تعلیم دهند. مسیح این عطایا را با این هدف به ما می‌بخشد که ایمانداران مجهز شوند تا بتوانند بهتر او را خدمت کنند و باعث پیشرفت کلیسا یعنی بدن او گردند و کلیسا به رشد و کمال لازم برسد؛ تا سرانجام همهء ما در ایمان و شناخت خود از فرزند خدا متحد شده، رشد کنیم و به پری مسیح برسیم. در آنصورت، دیگر مانند اطفال نخواهیم بود که در اثر سخنان دیگران و دروغهایی که برای گمراهی ما می‌گویند، هر لحظه نسبت به ایمانمان تغییر عقیده بدهیم، بلکه با عشق و علاقه، همواره در پی راستی خواهیم رفت. راست خواهیم گفت، راست عمل خواهیم کرد و راست خواهیم زیست تا به این ترتیب، بتدریج در هر امری مانند مسیح شویم که سر کلیسا می‌باشد. تحت هدایت مسیح است که تمام اعضای بدن او، یعنی کلیسا، در جای خود قرار می‌گیرند. هر اندام با روش خاص خود، به اندامهای دیگر کمک می‌کند، بطوری که تمام بدن در تندرستی کامل و پر از محبت، رشد می‌نماید.

This is the word of the Lord