台語 Taiwanese	國語 Mandarin	英文 English
lan1 e5 jieng4 rin3 ru5 cu4 hun5 gie1 hi1 gua1 an5 an3 de4 di6 lan1 sim5 8gua5 tao3 e5 zui4 o5 ham5 ho6 dam1 1 阮的證人如此雲集，那些緊緊壓在阮心肝頭的罪惡和負擔， lan1 de6 ai4 zam6 dieng1 qie1 ti4 e5 ga6 yin5 ne0 ke6 diao5 cai6 di6 gan1 jieng3 e5 ji1 8tua5 do1 bio1 e5 sai4 阮就要斬釘切鐵地給它們拿掉，擺在眼前的這趟奪標的賽 dieng3 lan1 de6 ai4 zuan5 lie1 yi1 hu6 wu6 si4 wu6 jiong1 ga6 lan1 e5 lue5 da1 se1 dieng5 di6 gi5 du1 程，阮就要全力以赴，有始有終，2 給阮的雷達鎖定在基督， ji1 wui6 sin4 sim1 e5 tao5 he5 sen5 ku1 ji1 wui6 ga6 sin4 sim1 te6 sieng5 ji4 zui4 ge1 gieng4 gai6 e5 lang3 li1 ga5 這位信心的頭號先驅，這位給信心提升至最高境界的人，你給 8kua4 yi5 hiong4 diao3 cai6 di6 yi5 min6 tao5 jieng3 hiong4 ong4 e5 bho6 biao1 gen5 siu6 si5 ji6 ge6 e5 hieng5 hua1 看他，向著擺在他面頭前嚮往的目標，堅受十字架的刑罰， bu1 go6 hi1 gua1 siu5 rio1 hen6 zai5 ze6 di6 sin3 e5 you6 qiu4 不顧那些羞辱，現在坐在神的右手。	ㄨㄛˇ ㄇㄣˊ ˙ㄉㄜ ㄓㄥˋ ㄖㄣˊ ㄖㄨˊ ㄘˇ ㄩㄣˊ ㄐㄧˊ ㄋㄚˋ ㄒㄧㄝ ㄐㄧㄣˇ ㄐㄧㄣˇ ㄧㄚ ㄗㄞˋ ㄨㄛˇ ㄇㄣˊ ㄒㄧㄣ ㄌㄧˇ ˙ㄉㄜ ㄗㄨㄟˋ ㄜˋ ㄏㄜˊ ㄈㄨˋ ㄉㄢ 1 我們的證人如此雲集，那些緊緊壓在我們心裏的罪惡和負擔， ㄨㄛˇ ㄇㄣˊ ㄐㄧㄡˋ ㄧㄠˋ ㄓㄢˇ ㄉㄧㄥ ㄐㄧㄝˊ ㄊㄧㄝˇ ㄉㄧˋ ㄅㄚˇ ㄊㄚ ㄇㄣˊ ㄋㄚˊ ㄉㄧㄠˋ ㄅㄞˇ ㄗㄞˋ ㄧㄢˇ ㄑㄧㄢˊ ˙ㄉㄜ ㄓㄜˋ ㄊㄤˋ ㄉㄨㄛˊ ㄅㄧㄠ ˙ㄉㄜ ㄙㄞˋ 我們就要斬釘截鐵地把它們拿掉，擺在眼前的這趟奪標的賽 ㄔㄥˊ ㄨㄛˇ ㄇㄣˊ ㄅㄧˋ ㄒㄩ ㄑㄩㄢˊ ㄌㄧˋ ㄧˇ ㄈㄨˋ ㄧㄡˇ ㄕˇ ㄧㄡˇ ㄓㄨㄥ ㄅㄚˇ ㄨㄛˇ ㄇㄣˊ ˙ㄉㄜ ㄌㄟˊ ㄉㄚˊ ㄙㄨㄛˇ ㄉㄧㄥˋ ㄗㄞˋ ㄐㄧ ㄉㄨ 程，我們必須全力以赴，有始有終，2 把我們的雷達鎖定在基督， ㄓㄜˋ ㄨㄟˋ ㄒㄧㄣˋ ㄒㄧㄣ ˙ㄉㄜ ㄊㄡˊ ㄏㄠˋ ㄒㄧㄢ ㄑㄩ ㄓㄜˋ ㄨㄟˋ ㄅㄚˇ ㄒㄧㄣˋ ㄒㄧㄣ ㄊㄧˊ ㄕㄥ ㄓˋ ㄗㄨㄟˋ ㄍㄠ ㄐㄧㄥˋ ㄐㄧㄝˋ ˙ㄉㄜ ㄖㄣˊ ㄋㄧˇ ㄎㄢˋ 這位信心的頭號先驅，這位把信心提升至最高境界的人，你看 ㄊㄚ ㄓㄠ ˙ㄓㄜ ㄅㄞˇ ㄗㄞˋ ㄊㄚ ㄇㄧㄢˋ ㄑㄧㄢˊ ㄒㄧㄤˋ ㄨㄤˇ ˙ㄉㄜ ㄇㄨˋ ㄅㄧㄠ ㄐㄧㄢ ㄕㄡˋ ㄕˊ ㄗˋ ㄐㄧㄚˋ ˙ㄉㄜ ㄒㄧㄥˊ ㄈㄚˊ ㄅㄨˋ ㄍㄨˋ ㄋㄚˋ 他，朝著擺在他面前嚮往的目標，堅受十字架的刑罰，不顧那 ㄒㄧㄝ ㄒㄧㄡ ㄖㄨˇ ㄒㄧㄢˋ ㄗㄞˋ ㄗㄨㄛˋ ㄗㄞˋ ㄕㄣˊ ˙ㄉㄜ ㄧㄡˋ ㄕㄡˇ 些羞辱，現在坐在神的右手。	**拾貳** 1 Therefore, since we are surrounded by so great a cloud of witnesses, let us also lay aside every weight and the sin that clings so closely, and let us run with perseverance the race that is set before us, 2 looking to Jesus the pioneer and perfecter of our faith, who for the sake of the joy that was set before him endured the cross, disregarding its shame, and has taken his seat at the right of the throne of God. 1 阮的證人如此雲集，那些緊緊壓在阮 心肝頭的罪惡和負擔，阮就要斬釘切鐵地給它們拿掉，擺 在眼前的這趟奪標的賽程，阮就要全力以赴，有始有終，2 給阮的雷達鎖定在基督，這位信心的頭號先驅，這位給信 心提升至最高境界的人，你給看他，向著擺在他面頭前嚮 往的目標，堅受十字架的刑罰，不顧那些羞辱，現在坐在 神的右手。
ga6 yi5 8siu6 8kua4 8mai5 wu6 zui5 e5 lang3 si6 an1 ne1 e5 ji1 su6 yi5 yi5 you6 an1 ne5 riong5 rin4 wui6 3 給他想看覓，有罪的人是這麼地敵視他，他又這麼容忍，爲 liao6 si6 bhe1 lin1 ne0 bu1 en4 guan6 bu1 hui5 sim1 li1 ham6 zui5 ru5 lin3 dua6 di1 e5 dui4 kong6 e5 si5 ao5 了是要你們不厭倦，不灰心。4 你和罪如臨大敵地對抗的時候， ya1 bhe5 wu6 gao4 lao5 se4 e5 de6 bo5 lin1 ne0 ga6 se4 han6 e5 si5 ao5 e5 sun4 gai6 bhe6 ji6 ji6 li6 a6 還沒有到流血的地步。5 你們給小漢的時候的訓誡未記誌理了， ghin1 a4 8mu6 bhang5 sui5 ben5 de6 ga6 zu4 e5 gao4 hun6 bhe6 ggi6 ji6 li6 a6 yi5 hua1 li4 ya6 8mu6 bhang5 “孩子，不要隨便就給主的教訓未記誌理了，他罰你，也不要 hui5 sim1 yi5 si6 cu1 yu3 ai4 zu5 qim1 je1 zu1 qie6 wui6 liao6 hun4 len6 ga5 di5 de6 ai4 ga6 tong4 灰心；6 他是出於愛之深，責之切。” 7 爲了訓練自己，就要給痛 ko4 e5 gin5 giam5 ham6 bha6 sai4 ong1 bha1 do1 lai5 tun1 sin3 ga6 lin1 ne0 deng4 sieng3 yi5 e5 8gia1 lu4 li1 8kua4 苦的經驗和目屎往腹肚裏吞。神給你們當成祂的兒女；你看 gui4 due5 ji6 wui6 ghia1 lu4 bhe5 ho6 be6 bhe4 gao4 hun6 gui6 e6 過那一位兒女沒被父母教訓過的？	ㄕˋ ㄒㄧㄤˇ ㄊㄚ ㄧㄡˇ ㄗㄨㄟˋ ˙ㄉㄜ ㄖㄣˊ ㄕˋ ㄓㄜˋ ㄇㄚˊ ㄉㄧˋ ㄉㄧˊ ㄕˋ ㄊㄚ ㄊㄚ ㄧㄡˋ ㄓㄜˋ ㄇㄚˊ ㄖㄨㄥˊ ㄖㄣˇ ㄨㄟˋ ˙ㄌㄜ ㄕˋ ㄧㄠˋ ㄋㄧˇ 3 試想他，有罪的人是這麼地敵視他，他又這麼容忍，爲了是要你 ㄇㄣˊ ㄅㄨˊ ㄧㄢˋ ㄐㄩㄢˋ ㄅㄨˋ ㄏㄨㄟ ㄒㄧㄣ ㄋㄧˇ ㄏㄜˊ ㄗㄨㄟˋ ㄖㄨˊ ㄌㄧㄣˊ ㄉㄚˋ ㄉㄧˊ ㄉㄧˋ ㄉㄨㄟˋ ㄎㄤˋ ˙ㄉㄜ ㄕˊ ㄏㄡˋ ㄏㄞˊ ㄇㄟˊ ㄧㄡˇ ㄉㄠˋ 們不厭倦，不灰心。4 你和罪如臨大敵地對抗的時候，還沒有到 ㄌㄧㄡˊ ㄒㄧㄝˇ ˙ㄉㄜ ㄉㄧˋ ㄅㄨˋ ㄋㄧˇ ㄇㄣˊ ㄅㄚˇ ㄒㄧㄠˇ ㄕˊ ㄏㄡˋ ˙ㄉㄜ ㄒㄩㄣˋ ㄐㄧㄝˋ ㄨㄤˋ ˙ㄌㄜ ㄏㄞˊ ㄗˇ ㄅㄨˊ ㄧㄠˋ ㄙㄨㄟˊ ㄅㄧㄢˋ 流血的地步。5 你們把小時候的訓誡忘了，“孩子，不要隨便 ㄐㄧㄡˋ ㄅㄚˇ ㄓㄨˇ ˙ㄉㄜ ㄐㄧㄠˋ ㄒㄩㄣˋ ㄨㄤˋ ˙ㄌㄜ ㄊㄚ ㄈㄚˊ ㄋㄧˇ ㄧㄝˇ ㄅㄨˊ ㄧㄠˋ ㄏㄨㄟ ㄒㄧㄣ ㄊㄚ ㄕˋ ㄔㄨ ㄩˊ ㄞˋ ㄓ ㄕㄣ 就把主的教訓忘了，他罰你，也不要灰心；6 他是出於愛之深， ㄗㄜˊ ㄓ ㄑㄧㄝˋ ㄨㄟˋ ˙ㄌㄜ ㄒㄩㄣˋ ㄌㄧㄢˋ ㄗˋ ㄐㄧˇ ㄐㄧㄡˋ ㄧㄠˋ ㄅㄚˇ ㄊㄨㄥˋ ㄎㄨˇ ˙ㄉㄜ ㄐㄧㄥ ㄧㄢˋ ㄏㄜˊ ˙ㄓㄜ ㄌㄟˋ ㄨㄤˇ ㄉㄨˋ ㄗˇ ㄌㄧˇ 責之切。” 7 爲了訓練自己，就要把痛苦的經驗和著淚往肚子裏 ㄊㄨㄣ ㄕㄣˊ ㄅㄚˇ ㄋㄧˇ ㄇㄣˊ ㄉㄤ ㄔㄥˊ ㄊㄚ ˙ㄉㄜ ㄦˊ ㄋㄩˇ ㄋㄧˇ ㄎㄢˋ ㄍㄨㄛˋ ㄋㄚˋ ㄧ ㄨㄟˋ ㄦˊ ㄋㄩˇ ㄇㄟˊ ㄅㄟˋ ㄈㄨˋ ㄇㄨˇ ㄐㄧㄠˋ ㄒㄩㄣˋ ㄍㄨㄛˋ 吞。神把你們當成祂的兒女；你看過那一位兒女沒被父母教訓過 ˙ㄉㄜ 的？	3 Consider him who endured such hostility against himself from sinners, so that you may not grow weary or lose heart. 4 In your struggle against sin you have not yet resisted to the point of shedding your blood. 5 And you have forgotten the exhortation that address you as children – “My child, do not regard lightly the discipline of the Lord, or lose heart when you are punished by him; 6 for the Lord disciplines those whom he accepts.” 7 Endure trials for the sake of discipline. God is treating you as children; for what child is there whom a parent does not discipline? 3 給他想看覓，有罪的人是這 麼地敵視他，他又這麼容忍，爲了是要你們不厭倦，不灰 心。4 你和罪如臨大敵地對抗的時候，還沒有到流血的地 步。5 你們給小漢的時候的訓誡未記誌理了，“孩子，不 要隨便就給主的教訓未記誌理了，他罰你，也不要灰心；6 他是出於愛之深，責之切。” 7 爲了訓練自己，就要給痛 苦的經驗和目屎往腹肚裏吞。神給你們當成祂的兒女；你 看過那一位兒女沒被父母教訓過的？

台語 Taiwanese	國語 Mandarin	英文 English
deng4 8gia1 lv4 e6 li1 yieng4 ho6 be6 bhe4 gao4 hun6 bhe5 ho6 be6 bhe4 gao4 hun6 e6 de6 si6 wu6 bhun6 de3 de6 8 當 兒 女 的 理 應 被 父 母 教 訓 ， 不 被 父 母 教 訓 的 就 是 有 問 題 ， 就 8mu6 si6 be6 bhe4 e5 ghin1 a4 lan1 wu6 qin5 8si1 e5 be6 bhe4 lai5 gao4 hun4 lan4 lan1 zun5 gieng4 yin5 ne0 不 是 父 母 的 孩 子 。 9 阮 有 親 生 的 父 母 來 教 訓 阮 ， 阮 尊 敬 他 們 。 hen6 zai5 lan1 dui4 tai6 lieng3 ham6 se4 8bia5 e5 hu6 qin1 e5 si5 ao5 8mu6 si6 ge1 ka1 yieng4 gai5 jieng6 yi6 a5 現 在 ， 阮 對 待 靈 和 生 命 的 父 親 的 時 候 ， 不 是 更 較 應 該 敬 祂 了 ma5 qin5 8si1 be6 bhe4 gao4 hun6 si6 de1 ziam5 e5 dui4 yin5 ne0 you1 li5 e5 sin3 gao4 hun4 lan4 si6 wui6 嗎 ？ 10 親 生 父 母 教 訓 是 短 暫 的 ， 對 他 們 有 利 的 ， 神 教 訓 阮 是 爲 liao6 lan1 he4 wui6 lan1 sin5 sieng6 zu5 sieng6 jin5 a1 si6 liong5 yo4 ko1 kao4 hong3 hua1 e5 si5 ao5 ko1 了 阮 好 ， 爲 阮 神 聖 之 性 。 11 真 子 是 良 藥 苦 口 ， 被 罰 的 時 候 苦 ha5 ha1 e1 su6 ao5 sua1 si6 jia6 ho5 bieng3 8teng3 sio6 siang3 ho6 li1 siu6 gao4 hun6 e5 lang3 gam1 ka1 zui4 wu6 哈 哈 的 ， 事 後 卻 是 吃 和 平 糖 相 像 ， 讓 你 受 教 訓 的 人 感 覺 罪 有 yieng4 die1 ya6 de6 sim5 kong4 sin5 yi3 a5 應 得 ， 也 就 心 曠 神 怡 了 。	ㄉㄤ ㄦˊ ㄋㄩˇ ˙ㄉㄜ ㄌㄧˇ ㄧㄥ ㄅㄟˋ ㄈㄨˋ ㄇㄨˇ ㄐㄧㄠˋ ㄒㄩㄣˋ ㄅㄨˋ ㄅㄟˋ ㄈㄨˋ ㄇㄨˇ ㄐㄧㄠˋ ㄒㄩㄣˋ ˙ㄉㄜ ㄐㄧㄡˋ ㄕˋ ㄧㄡˇ ㄨㄣˋ ㄊㄧˊ ㄐㄧㄡˋ ㄅㄨˋ 8 當 兒 女 的 理 應 被 父 母 教 訓 ， 不 被 父 母 教 訓 的 就 是 有 問 題 ， 就 不 ㄕˋ ㄈㄨˋ ㄇㄨˇ ˙ㄉㄜ ㄒㄧㄠˇ ㄏㄞˊ ㄨㄛˇ ㄇㄣˊ ㄧㄡˇ ㄑㄧㄣ ㄕㄥ ˙ㄉㄜ ㄈㄨˋ ㄇㄨˇ ㄌㄞˊ ㄐㄧㄠˋ ㄒㄩㄣˋ ㄨㄛˇ ㄇㄣˊ ㄨㄛˇ ㄇㄣˊ ㄗㄨㄣ ㄐㄧㄥˋ ㄊㄚ 是 父 母 的 小 孩 。 9 我 們 有 親 生 的 父 母 來 教 訓 我 們 ， 我 們 尊 敬 他 ㄇㄣˊ ㄒㄧㄢˋ ㄗㄞˋ ㄨㄛˇ ㄇㄣˊ ㄉㄨㄟˋ ㄉㄞˋ ㄌㄧㄥˊ ㄏㄜˊ ㄕㄥ ㄇㄧㄥˋ ˙ㄉㄜ ㄈㄨˋ ㄑㄧㄣ ˙ㄉㄜ ㄕˊ ㄏㄡˋ ㄅㄨˊ ㄕˋ ㄍㄥˋ ㄧㄥ ㄍㄞ ㄐㄧㄥˋ ㄊㄚ ˙ㄌㄜ 們 。 現 在 ， 我 們 對 待 靈 和 生 命 的 父 親 的 時 候 ， 不 是 更 應 該 敬 祂 了 ㄇㄚ ㄑㄧㄣ ㄕㄥ ㄈㄨˋ ㄇㄨˇ ㄐㄧㄠˋ ㄒㄩㄣˋ ㄕˋ ㄉㄨㄢˇ ㄓㄢˋ ˙ㄉㄜ ㄉㄨㄟˋ ㄊㄚ ㄇㄣˊ ㄧㄡˇ ㄌㄧˋ ˙ㄉㄜ ㄕㄣˊ ㄐㄧㄠˋ ㄒㄩㄣˋ ㄨㄛˇ ㄇㄣˊ ㄕˋ 嗎 ？ 10 親 生 父 母 教 訓 是 短 暫 的 ， 對 他 們 有 利 的 ， 神 教 訓 我 們 是 ㄨㄟˋ ˙ㄌㄜ ㄨㄛˇ ㄇㄣˊ ㄏㄠˇ ㄨㄟˋ ㄨㄛˇ ㄇㄣˊ ㄕㄣˊ ㄕㄥˋ ㄓ ㄒㄧㄥˋ ㄓㄣ ˙ㄉㄜ ㄕˋ ㄌㄧㄤˊ ㄧㄠˋ ㄎㄨˇ ㄎㄡˇ ㄅㄟˋ ㄈㄚˊ ˙ㄉㄜ ㄕˊ ㄏㄡˋ 爲 了 我 們 好 ， 爲 我 們 神 聖 之 性 。 11 真 的 是 良 藥 苦 口 ， 被 罰 的 時 候 ㄎㄨˇ ㄏㄚ ㄏㄚ ˙ㄉㄜ ㄕˋ ㄏㄡˋ ㄑㄩㄝˋ ㄕˋ ㄔ ㄏㄜˊ ㄆㄧㄥˊ ㄊㄤˊ ㄧ ㄧㄤˋ ㄖㄤˋ ㄋㄧˇ ㄕㄡˋ ㄐㄧㄠˋ ㄒㄩㄣˋ ˙ㄉㄜ ㄖㄣˊ ㄍㄢˇ ㄐㄩㄝˊ ㄗㄨㄟˋ ㄧㄡˇ ㄧㄥ 苦 哈 哈 的 ， 事 後 卻 是 吃 和 平 糖 一 樣 ， 讓 你 受 教 訓 的 人 感 覺 罪 有 應 ˙ㄉㄜ ㄧㄝˇ ㄐㄧㄡˋ ㄒㄧㄣ ㄎㄨㄤˋ ㄕㄣˊ ㄧˊ ˙ㄌㄜ 得 ， 也 就 心 曠 神 怡 了 。	8 If you do not have that discipline in which all children share, then you are illegitimate and not his children. 9 Moreover, we had human parents to discipline us, and we respected them. Should we not be even more willing to be subject to the Father of spirits and live? 10 For they disciplined us for a short time as seemed best to them, but he disciplines us for our good, in order that we may share his holiness. 11 Now, discipline always seems painful rather than pleasant at the time, but alter it yields the peaceful fruit of righteousness to those who have been trained by it. 8 當兒女的理應被父母教訓，不被父母教訓的就是有問題，就不是父母的孩子。9 阮有親生的父母來教訓阮，阮尊敬他們。現在，阮對待靈和生命的父親的時候, 不是更較應該敬祂了嗎？10 親生父母教訓是短暫的，對他們有利的，神教訓阮是爲了阮好，爲阮神聖之性。11 真子是良藥苦口，被罰的時候苦哈哈的，事後卻是吃和平糖相像，讓你受教訓的人感覺罪有應得，也就心曠神怡了。
yo1 si6 hu1 ga1 su1 li4 siang5 qiu4 ha6 sui3 bhe5 jieng5 pa4 cai4 e6 li1 de6 ai4 tai5 ki4 hieng5 diong3 12 於 是 乎 ， 假 使 你 雙 手 下 垂 ， 沒 精 打 采 的 ， 你 就 要 擡 起 胸 膛 ， ga6 ka5 tao5 wu1 siong6 an3 ji6 bo5 ji6 ka5 yin6 e5 8gia5 di1 li1 ne5 lo5 na6 si6 li1 an1 ne1 ze6 ghuan5 給 脚 頭 窩 上 緊 ， 13 一 步 一 脚 印 地 走 直 你 的 路 ， 若 是 你 這 麼 做 ， 原 lai3 guan5 za1 lai6 min5 wan5 wan5 kiao5 kiao1 e5 bu1 dan6 bhe6 e6 to1 jiu6 han1 o3 e6 ghiu1 tieng3 a5 來 關 節 裏 面 彎 彎 翹 翹 的 ， 不 但 不 會 脫 臼 ， 反 而 會 拽 挺 了 。	ㄩˊ ㄕˋ ㄏㄨ ㄐㄧㄚˇ ㄖㄨˊ ㄋㄧˇ ㄕㄨㄤ ㄕㄡˇ ㄒㄧㄚˋ ㄔㄨㄟˊ ㄇㄟˊ ㄐㄧㄥ ㄉㄚˇ ㄘㄞˇ ˙ㄉㄜ ㄋㄧˇ ㄐㄧㄡˋ ㄅㄧˋ ㄒㄩ ㄊㄞˊ ㄑㄧˇ ㄒㄩㄥ ㄊㄤˊ 12 於 是 乎 ， 假 如 你 雙 手 下 垂 ， 沒 精 打 采 的 ， 你 就 必 須 擡 起 胸 膛 ， ㄅㄚˇ ㄒㄧ ㄍㄞˋ ㄕㄤˋ ㄐㄧㄣˇ ㄧ ㄅㄨˋ ㄧ ㄐㄧㄠˇ ㄧㄣˋ ㄉㄧˋ ㄗㄡˇ ㄓˊ ㄋㄧˇ ˙ㄉㄜ ㄌㄨˋ ㄋㄧˇ ㄓㄜˋ ㄇㄚˊ ㄗㄨㄛˋ ˙ㄉㄜ ㄏㄨㄚˋ ㄩㄢˊ ㄌㄞˊ 把 膝 蓋 上 緊 ， 13 一 步 一 脚 印 地 走 直 你 的 路 ， 你 這 麼 做 的 話 ， 原 來 ㄍㄨㄢ ㄐㄧㄝˊ ㄌㄧˇ ㄇㄧㄢˋ ㄨㄢ ㄨㄢ ㄑㄩ ㄑㄩ ˙ㄉㄜ ㄅㄨˊ ㄉㄢˋ ㄅㄨˊ ㄏㄨㄟˋ ㄊㄨㄛ ㄐㄧㄡˋ ㄈㄢˇ ㄦˊ ㄏㄨㄟˋ ㄌㄚ ㄊㄧㄥˇ ˙ㄌㄜ 關 節 裏 面 彎 彎 曲 曲 的 ， 不 但 不 會 脫 臼 ， 反 而 會 拉 挺 了 。	12 Therefore lift your drooping hands and strengthen your weak knees, 13 and make straight paths for your feet, so that what is lame may not be put out of joint, but rather be healed. 12 於是乎，假使你雙手下垂，沒精打采的，你就要擡起胸膛，給腳頭窩上緊，13 一步一脚印地走直你的路，若是你這麼做，原來關節裏面彎彎翹翹的，不但不會脫臼，反而會拽挺了。

台語 Taiwanese	國語 Mandarin	英文 English
ham6 da6 ge5 lang3 ho5 bieng3 siong5 cu4 zui5 giu5 sin5 sieng6 je1 si6 bhe1 gen4 zu4 wui5 yi1 e5 do5 jieng5 14 和大家人和平相處，追求神聖，這是要見主唯一的途徑。15 kua1 dieng6 mui1 ji6 le5 lang3 long1 nieng5 die1 sin3 zu5 bi1 li1 8kua6 co5 cun1 le6 gui4 ho5 za1 cao4 si4 ge6 8se1 cu6 確定每一個人都能得神慈悲；你看初春下過雨，雜草四各生出 lai6 ga1 su4 lanag3 ho6 siong5 man5 wan5 ho6 siong5 gao5 sim1 da1 ga5 ge1 ge4 de6 si6 ru1 cu4 so1 yi4 lan1 de6 來，假使人互相埋怨，互相勾心鬥角，結果就是如此，所以阮就 ai4 zam6 cao4 du5 gin1 yo5 sen1 de6 ai4 hong5 huan6 he4 siong5 sim5 li4 gao4 yo6 ki4 8mu6 bhang5 ho6 ji1 gua1 dai6 要斬草除根，預先就要防範好，從心理教育起，不要讓這些代 ji6 hua1 sieng1 li1 8kua6 yi1 sao4 bhe5 hua5 bhe5 8ti1 wui6 liao6 jia6 ji6 deng4 beng5 ga6 ga5 di5 e5 gi4 sieng5 志發生。16 你看以掃，無法無天，爲了吃一頓飯給自己的繼承 kuan3 bhe5 a5 le4 bhuei4 yi5 bhe1 ki4 giu5 ho1 de6 hong3 gu4 zua1 ka1 an1 8zua1 kao6 ya6 bhe5 wu6 gi5 hui5 權賣了。17 下尾他要去求福，就被拒絕，較怎麼哭也沒有機會 huan1 hui4 a6 反悔了。	14 和每個人和平相處，追求神聖，這是要見主唯一的途徑。15 確 定每一個人都能得神慈悲；你看初春下過雨，雜草到處長出來， 假如人互相埋怨，互相勾心鬥角，結果就是如此，所以我們就 要斬草除根，預先就要防範好，從心理教育起，不要讓這些事情 發生。16 你看以掃，無法無天，爲了吃一頓飯把自己的繼承權賣 了。17 後來他要去求福，就被拒絕，再怎麼哭也沒有機會反悔了。	14 Pursue peace with everyone, and the holiness without which no one will see the Lord. 15 See to it that no one fails to obtain the grace of God; that no root of bitterness springs up and causes trouble, and through it many become defiled. 16 See to it that no one becomes like Esau, an immoral and godless person, who sold his birthright for a single meal. 17 You know that later, when he wanted to inherit the blessing, he was rejected, for he found no chance to repent, even though he sought he blessing with tears. 14 和大家人和平 相處，追求神聖，這是要見主唯一的途徑。15 確定每一個 人都能得神慈悲；你看初春下過雨，雜草四各生出來，假 使人互相埋怨，互相勾心鬥角，結果就是如此，所以阮就 要斬草除根，預先就要防範好，從心理教育起，不要讓這 些代志發生。16 你看以掃，無法無天，爲了吃一頓飯給自 己的繼承權賣了。17 下尾他要去求福，就被拒絕，較怎麼 哭也沒有機會反悔了。
ji1 gua1 dai6 ji6 si6 bu1 ko1 zo5 mo1 e1 hiong5 hiong3 lie6 hui4 o5 am6 hun5 o1 hong5 be6 18 這些代志是不可捉摸的，熊熊烈火，黑暗，昏黑，風暴，19 he6 ga5 hiang1 8sia1 ya1 wu6 an1 nia2 wui2 li1 zai2 8ya4 ma5 wu6 ji6 le5 lang3 gong1 wui5 na6 si6 li1 號角響聲，還有，俺娘喂！你知樣嗎，有一個人講話，若是你 8tia1 dio6 de6 zuan2 gho5 te4 dao5 de5 e5 ai5 giu3 yi5 8mu6 bhang5 ge1 gong4 a6 yin5 ne0 bhe5 hua1 do5 riong5 聽到，就旋五體投地地哀求他不要再講了。20（他們無法度容 rin4 so1 ha6 da1 e5 mieng6 lieng5 sin6 zu4 yu3 ji6 jia4 dong6 bhu1 lai5 gao4 ji1 ze4 8sua1 lai5 long1 e6 ho6 忍所下達的命令，“甚至於一隻動物來到這座山裏，都會被 jio6 tao3 pa4 si6 jin1 e1 gieng1 hiong5 an1 ne1 kiong1 bo6 mo5 se1 gong4 wa1 8gia5 die1 pi6 pi6 石頭打死。”21 真的，景象這麼恐怖，摩西講，“我驚得皮皮 cua5 拽。”）	18 這些事是不可捉摸的，熊熊烈火，黑暗，昏黑，風暴，19 號角 響聲，還有，真要命！你知道嗎，有一個人講話，你聽到的話， 要五體投地地哀求他不要再講了。20（他們無法容忍所下達的 命令，“甚至於一隻動物來到這座山上，都會被石頭打死。”21 真的，景像這麼恐怖，摩西說，“我嚇得發抖。”）	18 You have not come to something that can be touched, a blazing fire, and darkness, and gloom, and a tempest, 19 and the sound of trumpet, and a voice whose words made the hearers beg that not another word be spoken to them. 20 (For they could not endure the order that was given, “If even an animal touches the mountain, it shall be stoned to death.” 21 Indeed, so terrifying was the sight that Moses said, “I tremble with fear.”) 18 這些代志是不可捉摸的，熊熊烈 火，黑暗，昏黑，風暴，19 號角響聲，還有，俺娘喂！你 知樣嗎，有一個人講話，若是你聽到，就旋五體投地地哀 求他不要再講了。20 （他們無法度容忍所下達的命令， “甚至於一隻動物來到這座山裏，都會被石頭打死。”21 真的，景象這麼恐怖，摩西講，“我驚得皮皮拽。”）

台語 Taiwanese	國語 Mandarin	英文 English
jil mui6 8hia5 di5 linl ne0 ai4 zai2 8ya4 ga5 di5 wu6 lua6 hieng6 wun5 lai5 gao4 si6 an5 8sual lai5 gao4 sin3 22 姐妹兄弟，你們要知樣自己有略幸運，來到錫安山，來到神 gu5 dua6 e5 8sia5 qi5 sieng4 sieng3 yel lu4 sa4 lieng4 ho6 kuai4 lol hil kieng4 ten5 su4 dieng5 dieng3 be5 wui5 居住的城市，聖城耶路撒冷，被快樂喜慶天使重重包圍 diao3 wul jiu6 ganl de6 yil le5 dua6 8gia4 dua6 sunl ga6 jil gual lang3 jio5 gil di6 jial sinl 8pua6 yil qie6 e5 著，23 宇宙間第一個大子大孫給這些人召集在這，審判一切的 sin3 jin5 yu3 wan5 bhi4 jin5 yu3 jieng4 yi5 e5 sieng4 lieng3 ya5 sol sin5 yo5 e5 de6 yil bang5 tuan5 神，臻于完美，臻于正義的性靈，24 耶穌，新約的第一棒傳 rin3 yi5 ya5 cu6 lai6 e5 se4 bil ya5 bo3 e5 se4 biaol bel diol gel si6 zai5 gel jin5 qie5 人，他灑出來的血，比亞伯的血，表白得更實在，更真切。	ㄐㄧㄝˇ ㄇㄟˋ ㄒㄩㄥ ㄉㄧˋ ㄋㄧˇ ㄇㄣˊ ㄧㄠˋ ㄓ ㄉㄠˋ ㄗˋ ㄐㄧˇ ㄧㄡˇ ㄉㄨㄛ ㄒㄧㄥˋ ㄩㄣˋ ㄌㄞˊ ㄉㄠˋ ㄒㄧˊ ㄢ ㄕㄢ ㄌㄞˊ ㄉㄠˋ ㄕㄣˊ ㄐㄩ ㄓㄨˋ 22 姐妹兄弟，你們要知道自己有多幸運，來到錫安山，來到神居住 ˙ㄉㄜ ㄔㄥˊ ㄕˋ ㄕㄥˋ ㄔㄥˊ ㄧㄝ ㄌㄨˋ ㄙㄚ ㄌㄥˇ ㄅㄟˋ ㄎㄨㄞˋ ㄌㄜˋ ㄒㄧˇ ㄑㄧㄥˋ ㄊㄧㄢ ㄕˇ ㄓㄨㄥˋ ㄓㄨㄥˋ ㄅㄠ ㄨㄟˊ ˙ㄓㄜ ㄩˇ ㄓㄡˋ ㄐㄧㄢ 的城市，聖城耶路撒冷，被快樂喜慶天使重重包圍著，23 宇宙間 ㄉㄧˋ ㄧ ㄍㄜˋ ㄓㄤˇ ㄙㄨㄣ ㄓㄤˇ ㄗˇ ㄅㄚˇ ㄓㄜˋ ㄒㄧㄝ ㄖㄣˊ ㄓㄠˋ ㄐㄧˊ ㄗㄞˋ ㄓㄜˋ ㄌㄧˇ ㄕㄣˇ ㄆㄢˋ ㄧ ㄑㄧㄝˋ ˙ㄉㄜ ㄕㄣˊ ㄓㄣ ㄩˊ ㄨㄢˊ ㄇㄟˇ 第一個長孫長子把這些人召集在這裏，審判一切的神，臻于完美， ㄓㄣ ㄩˊ ㄓㄥˋ ㄧˋ ˙ㄉㄜ ㄒㄧㄥˋ ㄌㄧㄥˊ ㄧㄝ ㄙㄨ ㄒㄧㄣ ㄩㄝ ˙ㄉㄜ ㄉㄧˋ ㄧ ㄅㄤˋ ㄔㄨㄢˊ ㄖㄣˊ ㄊㄚ ㄙㄚˇ ㄔㄨ ㄌㄞˊ ˙ㄉㄜ ㄒㄧㄝˇ 臻于正義的性靈，24 耶穌，新約的第一棒傳人，他灑出來的血， ㄅㄧˇ ㄧㄚˇ ㄅㄛˊ ˙ㄉㄜ ㄒㄧㄝˇ ㄅㄧㄠˇ ㄅㄞˊ ˙ㄉㄜ ㄍㄥˋ ㄕˊ ㄗㄞˋ ㄍㄥˋ ㄓㄣ ㄑㄧㄝˋ 比亞伯的血，表白得更實在，更真切。	22 But you have come to Mount Zion and to the city of the living God, the heavenly Jerusalem, and to innumerable angels in festal gathering, 23 and to the assembly of the firstborn who are enrolled in heaven, and to God the judge of all, and to the spirits of the righteous made perfect, 24 and to Jesus, the mediator of a new covenant, and to the sprinkled blood that speaks a better words than the blood of Abel. 22 姐妹兄弟，你們要知樣自己有略幸運，來到錫安山，來到神居住的城市，聖城耶路撒冷，被快樂喜慶天使重重包圍著， 23 宇宙間第一個大子大孫給這些人召集在這，審判一切的神，臻于完美，臻于正義的性靈， 24 耶穌，新約的第一棒傳人，他灑出來的血，比亞伯的血，表白得更實在，更真切。
si6 sang4 del gongl wui5 lanl qian5 man5 de6 ai4 lao5 siml al lil 8kua6 yil jieng3 si6 yin5 ne0 gu4 zual liao6 25 是誰在講話，阮千萬就要留心了，你看，以前是他們拒絕了 siong5 de6 siong5 lai3 e5 lang3 gongl e5 wui5 de6 bhe5 hual do5 de5 gui4 jial nam5 hen6 zai5 si6 siong5 ten5 siong5 從地上來的人講的話，就無法度逃過劫難，現在是從天上 lai3 e5 lang3 gongl e5 wui5 a5 man6 yi5 lanl gu4 zual lil gong4 llanl nieng5 de5 diel gui6 jial nam5 ma5 來的人講的話了，萬一阮拒絕，你講阮能逃得過劫難嗎？26 yil jieng3 yi5 gongl wui5 e5 8sia5 yiml jieng4 dong5 dua6 de5 yi5 hen6 zai5 sual anl nel gong4 za6 yil cu6 以前，他講話的聲音震動大地，他現在卻這麼講，“再一次， wal bhel jin4 ten5 dang6 de5 zai6 yil cu6 jel qi3 biaol mieng3 sol wu5 hong3 jin6 ya6 de6 si6 hong3 我要震天動地。”27 “再一次”這詞表明所有被震，也就是被 ze6 e6 longl ai4 wan2 dan4 jil wu6 bul hong3 jin6 e5 jial diel bel lao3 anl nel gong4 lai6 lanl jial 造的，都要完蛋 – 祇有不被震的才得保留。28 這麼講來，阮接 siu5 e5 ong5 gol si6 bul nieng3 jin4 dong5 e5 lanl de6 ai4 gaml enl jel si6 lanl gieng4 8yiu4 sin3 zen4 tam4 sin3 受的王國是不能震動的，阮就要感恩，這是阮敬仰神，贊嘆神 sol biaol dal cu5 lai6 siong6 si4 qie6 sin3 e5 hong5 sil lanl e5 sin3 jin5 al giu5 hen3 ro4 ko4 da5 ca3 lie6 所表達出來最適切神的方式；29 阮的神真子求賢若渴，乾柴烈 hui4 sio5 siang3 火相像。	ㄕˋ ㄕㄟˊ ㄗㄞˋ ㄐㄧㄤˇ ㄏㄨㄚˋ ㄨㄛˇ ㄇㄣˊ ㄑㄧㄢ ㄨㄢˋ ㄧㄠˋ ㄌㄧㄡˊ ㄒㄧㄣ ˙ㄌㄜ ㄋㄧˇ ㄎㄢˋ ㄧˇ ㄑㄧㄢˊ ㄕˋ ㄊㄚ ㄇㄣˊ ㄐㄩˋ ㄐㄩㄝˊ ˙ㄌㄜ 25 是誰在講話，我們千萬要留心了，你看，以前是他們拒絕了 ㄘㄨㄥˊ ㄉㄧˋ ㄕㄤˋ ㄌㄞˊ ˙ㄉㄜ ㄖㄣˊ ㄐㄧㄤˇ ˙ㄉㄜ ㄏㄨㄚˋ ㄐㄧㄡˋ ㄨˊ ㄈㄚˇ ㄊㄠˊ ㄍㄨㄛˋ ㄐㄧㄝˊ ㄋㄢˊ ㄒㄧㄢˋ ㄗㄞˋ ㄕˋ ㄘㄨㄥˊ ㄊㄧㄢ ㄕㄤˋ ㄌㄞˊ ˙ㄉㄜ ㄖㄣˊ 從地上來的人講的話，就無法逃過劫難，現在是從天上來的人 ㄐㄧㄤˇ ˙ㄉㄜ ㄏㄨㄚˋ ˙ㄌㄜ ㄨㄢˋ ㄧ ㄨㄛˇ ㄇㄣˊ ㄐㄩˋ ㄐㄩㄝˊ ㄋㄧˇ ㄩㄝˋ ㄨㄛˇ ㄇㄣˊ ㄋㄥˊ ㄊㄠˊ ˙ㄉㄜ ㄍㄨㄛˋ ㄐㄧㄝˊ ㄋㄢˊ ㄇㄚ ㄧˇ ㄑㄧㄢˊ 講的話了，萬一我們拒絕，你說我們能逃得過劫難嗎？26 以前， ㄊㄚ ㄐㄧㄤˇ ㄏㄨㄚˋ ˙ㄉㄜ ㄕㄥ ㄧㄣ ㄓㄣˋ ㄉㄨㄥˋ ㄉㄚˋ ㄉㄧˋ ㄊㄚ ㄒㄧㄢˋ ㄗㄞˋ ㄑㄩㄝˋ ㄓㄜˋ ㄇㄚ ㄕㄨㄛ ㄗㄞˋ ㄧ ㄘˋ ㄨㄛˇ ㄧㄠˋ ㄓㄣˋ ㄊㄧㄢ 他講話的聲音震動大地，他現在卻這麼說，“再一次，我要震天 ㄉㄨㄥˋ ㄉㄧˋ ㄗㄞˋ ㄧ ㄘˋ ㄓㄜˋ ㄘˊ ㄅㄧㄠˇ ㄇㄧㄥˊ ㄙㄨㄛˇ ㄧㄡˇ ㄅㄟˋ ㄓㄣˋ ㄧㄝˇ ㄐㄧㄡˋ ㄕˋ ㄅㄟˋ ㄗㄠˋ ˙ㄉㄜ ㄉㄡ ㄧㄠˋ 動地。”27 “再一次”這詞表明所有被震，也就是被造的，都要 ㄨㄢˊ ㄉㄢˋ ㄑㄧˊ ㄧㄡˇ ㄅㄨˋ ㄅㄟˋ ㄓㄣˋ ˙ㄉㄜ ㄘㄞˊ ˙ㄉㄜ ㄅㄠˇ ㄌㄧㄡˊ ㄓㄜˋ ㄇㄚ ㄩㄝ ㄨㄛˇ ㄇㄣˊ ㄐㄧㄝ ㄕㄡˋ ˙ㄉㄜ ㄨㄤˊ ㄍㄨㄛˊ ㄕˋ ㄅㄨˋ 完蛋 – 祇有不被震的才得保留。28 這麼說，我們接受的王國是不 ㄋㄥˊ ㄓㄣˋ ㄉㄨㄥˋ ˙ㄉㄜ ㄨㄛˇ ㄇㄣˊ ㄐㄧㄡˋ ˙ㄉㄜ ㄍㄢˇ ㄣ ㄓㄜˋ ㄕˋ ㄨㄛˇ ㄇㄣˊ ㄐㄧㄥˋ ㄧㄤˇ ㄕㄣˊ ㄗㄢˋ ㄊㄢˋ ㄕㄣˊ ㄙㄨㄛˇ ㄅㄧㄠˇ ㄉㄚˊ ㄔㄨ ㄌㄞˊ 能震動的，我們就得感恩，這是我們敬仰神，贊嘆神所表達出來 ㄗㄨㄟˋ ㄕˋ ㄑㄧㄝˋ ㄕㄣˊ ˙ㄉㄜ ㄈㄤ ㄕˋ ㄨㄛˇ ㄇㄣˊ ˙ㄉㄜ ㄕㄣˊ ㄓㄣ ˙ㄉㄜ ㄑㄧㄡˊ ㄒㄧㄢˊ ㄖㄨㄛˋ ㄎㄜˇ ㄍㄢ ㄔㄞˊ ㄌㄧㄝˋ ㄏㄨㄛˇ ㄧ ㄧㄤˋ 最適切神的方式；29 我們的神真的求賢若渴，乾柴烈火一樣。	25 See that you do not refuse the one who is speaking; for if they did not escape when they refused the one who warned them on earth, how much less will we escape if we reject the one who warns from heaven? 26 At that time his voice shook the earth; but now he has promised, “Yet once more I will shake not only the earth but also the heaven.” 27 This phrase, “Yet once more,” indicates the removal of what is shaken – that is, created things – so that what cannot be shaken may remain. 28 Therefore, since we are receiving a kingdom that cannot be shaken, let us give thanks, by which we offer to God an acceptable worship with reverence and awe; 29 for indeed our God is a consuming fire. 25 是誰在講話，阮千萬就要留心了，你看，以前是他們拒絕了從地上來的人講的話，就無法度逃過劫難，現在是從天上來的人講的話了，萬一阮拒絕，你講阮能逃得過劫難嗎？ 26 以前，他講話的聲音震動大地，他現在卻這麼講，“再一次，我要震天動地。” 27 “再一次”這詞表明所有被震，也就是被造的，都要完蛋 – 祇有不被震的才得保留。 28 這麼講來，阮接受的王國是不能震動的，阮就要感恩，這是阮敬仰神，贊嘆神所表達出來最適切神的方式； 29 阮的神真子求賢若渴，乾柴烈火相像 。