

Resource: Nepali Unlocked Literal Bible

Nepali Unlocked Literal Bible (Nepali) is based on: Nepali Unlocked Literal Bible, [Door43 World Missions Community](#), 2019, which is licensed under a [CC BY-SA 4.0 license](#).

This PDF version is provided under the same license.

Nepali Unlocked Literal Bible

Lamentations 1:1

¹ एक पटक मानिसहरूले भरिपूर्ण सहर अहिले सुनसान बसिरहेको छ । त्यो शक्तिशाली जाति भए तापनि विधवाजस्तै भएको छ । त्यो जाति-जातिहरूका बिचमा राजकुमारीजस्तै थियो, तर अहिले जबरजस्ती दासत्वमा लिएको छ ।

² त्यो रातमा रुन्छ र विलाप गर्छ, अनि त्यसको आँसुले गला भरिन्छ । त्यसको कुनै पनि प्रेमीले त्यसलाई सान्त्वना दिँदैन । त्यसका सबै मित्रले त्यसलाई धोका दिएका छन् । तिनीहरू त्यसका शत्रुहरू भएका छन् ।

³ गरिबी र वेदनापछि यहूदा निर्वासनमा गएको छ । त्यो जाति-जातिहरूका बिचमा बस्छ, र त्यसले चैन पाउँदैन । त्यसलाई खेदहरू सबैले त्यसको घोर निराशामा त्यसलाई पक्रे ।

⁴ सियोनका सडकहरूले शोक गर्छन्, किनकि कुनै पनि तोकिएका चाडहरूमा आउँदैन । त्यसका सबै मूल ढोका उजाड भएका छन् । त्यसका पुजारीहरू सुक्केरा हाल्दछन् । त्यसका कन्याहरू शोकेका छन्, र त्यो आफै नै बिलकुल निराशामा छ ।

⁵ त्यसका वैरीहरू त्यसको मालिक भएका छन् । त्यसका शत्रुहरूको उन्नति हुन्छ । त्यसका धेरै पापको कारण परमप्रभुले त्यसलाई कष्ट दिनुभएको छ । त्यसका स-साना बालबच्चाहरू त्यसको वैरीकहाँ निर्वासनमा जान्छन् ।

⁶ सौन्दर्यले सियोनकी छोरीलाई छोडेको छ । त्यसका राजकुमारहरू खर्क पाउन नसक्ने मृगहरूजस्तै भएका छन्, र तिनीहरू दुर्बल भएर तिनीहरूलाई खेदनेको अगिअगि भाग्छन् ।

⁷ त्यसले कष्ट पाएको र घरवारविहीन भएको दिनमा यरूशलेमले आफूसित अगिल्ला दिनमा भएका त्यसका सबै बहुमूल्य खजानाहरूलाई सम्झने छ । त्यसका मानिसहरू

वैरीको हातमा पर्दा कसैले त्यसलाई सहायता गरेन । वैरीहरूले त्यसलाई देखे, र त्यसको विनाशमा हाँसे ।

⁸ यरूशलेमले घोर पाप गर्‍यो । त्यो अशुद्ध वस्तुजस्तै तिरस्कृत भएको छ । त्यसलाई आदर गर्ने सबैले अहिले त्यसलाई तिरस्कार गर्छ, किनकि तिनीहरूले त्यसको नग्नता देखेका छन् । त्यसले सुक्केरा हाल्छ, र भाग्ने कोसिस गर्छ ।

⁹ त्यसको फरियाभित्र त्यो अशुद्ध भएको छ । त्यसले आफ्नो भविष्यको विषयमा सोचेन । त्यसको पतन डरलाग्दो थियो । त्यसलाई सान्त्वना दिने कोही थिएन । त्यो चिच्यायो, “हे परमप्रभु, मेरो कष्टलाई हेर्नुहोस्, किनकि शत्रु अति महान् भएको छ ।”

¹⁰ वैरीले हाम्रा सबै बहुमूल्य खजानामा आफ्नो हात हालेको छ । तपाईंको पवित्र सभामा जाति-जातिहरू प्रवेश गर्नुहुँदैन भनी तपाईंले आज्ञा दिनुभए तापनि त्यसले आफ्नो पवित्रस्थानमा तिनीहरू प्रवेश गरेको देखेको छ ।

¹¹ त्यसका सबै मानिसले रोटीको खोजी गर्दा तिनीहरू सुक्केरा हाल्छन् । आफ्ना प्राण बचाउनलाई खानाको लागि तिनीहरूले आफ्ना बहुमूल्य खजानाहरू दिएका छन् । हे परमप्रभु, हेर्नुहोस्, र मलाई विचार गर्नुहोस्, किनकि म बेकम्मा भएको छु ।

¹² यताबाट भएर जाने तिमीहरू सबैलाई के यसको वास्ता छैन ? मलाई दिइएको शोकजस्तै कसैको शोक छ कि छैन भनेर हेर र विचार गर, किनकि परमप्रभुले आफ्नो भयङ्कर क्रोधको दिनमा मलाई यातना दिनुभएको छ ।

¹³ उहाँले उच्चबाट मेरा हड्डीमा आगो सल्काउनुभएको छ, र यसले तिनलाई जितेको छ । उहाँले मेरो खुट्टाको लागि जाल फिँजाउनुभएको छ, र मलाई फर्काउनुभएको छ । उहाँले मलाई निरन्तर रूपमा उजाड र कमजोर बनाउनुभएको छ ।

14 मेरा आज्ञा उल्लङ्घनहरूको जुवालाई उहाँको हातद्वारा बाँधिएको छ । ती संगसँग बाँधिएर मेरो काँधमा राखिएका छन् । उहाँले मेरो बललाई असफल तुल्याइदिनुभएको छ । परमप्रभुले मलाई तिनीहरूका हातमा सुम्पिदिनुभएको छ, र म खडा हुन सकिदैन ।

15 मेरो प्रतिरक्षा गर्ने मेरा सबै शक्तिशाली मानिसलाई परमप्रभुले एकातिर फ्याँकिदिनुभएको छ । मेरा हट्टाकट्टा मानिसहरूलाई धूलोपिठो पार्न उहाँले मेरो विरुद्धमा सभा बोलाउनुभएको छ । परमप्रभुले यहूदाका कन्या-छोरीहरूलाई दाखको कोलमा कुल्चिमिल्ची पार्नुभएको छ ।

16 यिनै कुराहरूको लागि म रुन्छु; मेरा आँखा आँसुको धारा बहन्छ । किनकि मलाई सान्त्वना दिने र मेरो जीवनलाई पुनर्स्थापित गर्ने मबाट निकै टाढा छ । शत्रुले मलाई परास्त गरेकोले मेरा बालबच्चा बेसहारा छन् ।

17 सियोनले आफ्ना हात फैलाएको छ । त्यसलाई सान्त्वना दिने कोही छैन । याकूबको वरिपरि हुनेहरू त्यसका वैरीहरू होऊन् भनी परमप्रभुले आज्ञा दिनुभएको छ । यरूशलेम तिनीहरूका लागि अशुद्ध छ ।

18 परमप्रभु धर्म हुनुहुन्छ, किनकि म उहाँको आज्ञाको विरुद्धमा बागी भएको छु । हे सबै मानिस हो, सुन र मेरो शोकलाई विचार गर । मेरा कन्याहरू र हट्टाकट्टा मानिसहरू निर्वासनमा गएका छन् ।

19 मैले मेरा मित्रहरूलाई बोलाएँ, तर तिनीहरू मप्रति धोकेबाज निस्किए । मेरा पुजारीहरू र मेरा धर्म-गुरुहरूले आफ्ना प्राण बचाउनको लागि खानाको खोजी गर्दा तिनीहरू सहरमा नै नष्ट भए ।

20 हे परमप्रभु, हेर्नुहोस्, किनकि म निराशामा छु । मेरो पेट हुँडल्लो छ । मेरो हृदय मभित्रै छटपटिन्छ, किनकि म ज्यादै विद्रोही भएको छु । बाहिर तरवारले आमालाई नष्ट पार्छ, घरभित्र केवल मृत्यु छ ।

21 तिनीहरूले मेरो सुस्केरा सुनेका छन्, तर मलाई सान्त्वना दिने कोही छैन । मेरा सबै शत्रुले मेरो कष्टको विषयमा सुनेका छन्, र तपाईंले यसो गर्नुभएकोमा तिनीहरू खुसी छन् । तपाईंले प्रतिज्ञा गर्नुभएको दिन तपाईंले ल्याउनुभएको छ । अब तिनीहरू मजस्तै होऊन् ।

22 तिनीहरूका सबै दुष्टता तपाईंको सामु आऊन् । मेरा सबै आज्ञा उल्लङ्घनको कारणले तपाईंले मलाई व्यवहार गर्नुभएझैं तिनीहरूसित व्यवहार गर्नुहोस् । मेरा सुस्केरा धेरै छन्, र मेरो हृदय मुर्छा परेको छ ।

Lamentations 2:1

1 परमप्रभुले सियोनकी छोरीलाई आफ्नो रिसको बादलमुनि ढाक्नुभएको छ । उहाँले इस्राएलको गौरवलाई स्वर्गबाट तल पृथ्वीमा फ्याँकिदिनुभएको छ । आफ्नो रिसको दिनमा उहाँले आफ्नो पाउदानको सम्झना गर्नुभएको छैन ।

2 परमप्रभुले याकूबका सबै नगरलाई स्वाहा पार्नुभएको छ, र तिनलाई दया देखाउनुभएको छैन । उहाँको रिसको दिनमा उहाँले यहूदाकी छोरीका किल्लाबन्दी गरिएका सहरहरू भत्काइदिनुभएको छ । उहाँले राज्य र यसका शासकहरूलाई अपमानमा भुईँँ ढाल्नुभएको छ ।

3 भयङ्कर रिसले उहाँले इस्राएलको हरेक सिङ काटिदिनुभएको छ । उहाँले शत्रुका सामुने आफ्नो दाहिने हात हटाउनुभएको छ । उहाँले याकूबलाई चारैतिर भस्म गर्ने दन्कदो आगोले जलाउनुभएको छ ।

4 शत्रुले झैं उहाँले धनु हामीतिर उठाउनुभएको छ । उहाँको दाहिने हात हान्नलाई तयार छ । सियोनकी छोरीको पालमा उहाँले आफूलाई प्रिय लाग्ने सबैलाई मार्नुभएको छ । उहाँले आफ्नो क्रोध आगोझैं खन्याउनुभएको छ ।

5 परमप्रभु शत्रुझैं हुनुभएको छ । उहाँले इस्राएललाई निल्नुभएको छ । उहाँले त्यसका सबै महललाई निल्नुभएको छ । उहाँले त्यसका किल्लाहरूलाई नष्ट पार्नुभएको छ । उहाँले यहूदाकी छोरीमा शोक र विलाप बढाउनुभएको छ ।

6 उहाँले आफ्नो पवित्र वासस्थानलाई बगैँचाको छाप्रोलाई झैं आक्रमण गर्नुभएको छ । उहाँले पवित्र सभाको स्थानलाई नष्ट गर्नुभएको छ । परमप्रभुले सियोनमा पवित्र सभा र शबाथ दुवैलाई बिर्सन लगाउनुभएको छ, किनकि उहाँले आफ्नो भयानक रिसमा राजा र पुजारी दुवैलाई तिरस्कार गर्नुभएको छ ।

7 परमप्रभुले आफ्नो वेदीलाई तिरस्कार गर्नुभएको छ, र पवित्र वासस्थानलाई त्यागिदिनुभएको छ । उहाँले त्यसका महलहरूका पर्खालहरू शत्रुको हातमा सुम्पिदिनुभएको छ । तोकिएको चाडको दिनमा जस्तै तिनीहरूले परमप्रभुको मन्दिरमा विजयको ध्वनि लगाएका छन् ।

8 परमप्रभुले सियोनकी छोरीको सहरको पर्खाललाई नष्ट गर्ने निधो गर्नुभयो । उहाँले नाजे फित्ता तन्काउनुभयो, र पर्खाललाई नष्ट गर्नबाट आफ्नो हात रोक्नुभएको छैन । उहाँले गढी र पर्खाललाई विलाप गर्न लगाउनुभयो । ती सँगसँगै भत्के ।

9 त्यसका मूल ढोकाहरू भुईँमा ढलेका छन् । उहाँले त्यसका मूल ढोकाका गजबारहरू नष्ट गर्नुभएको छ, र भाँचुभएको छ । त्यसका राजा र राजकुमारहरू जाति-जातिहरूका बिचमा छन्, र व्यवस्था रहँदैन, अनि त्यसका अगमवक्ताहरूले परमप्रभुबाट कुनै दर्शन पाउँदैनन् ।

10 सियोनकी छोरीका धर्म-गुरुहरू चुप लागेर भुईँमा बस्छन् । तिनीहरूले आ-आफ्ना शिरमा धूलो हालेका छन्, र भाङ्ग्रा लगाएका छन् । यरूशलेमका कन्याहरूले भुईँमा आ-आफ्ना शिर झुकाएका छन् ।

11 तिनीहरूको आँसुले मेरा आँखा टट्टाइसक्यो । मेरो पेट हुँडल्छ । मेरा मानिसहरूकी छोरीको विनाशको कारण मेरा मेरो हृदय छियाछिया भयो । बालबच्चा र दुधे बालकहरू सहरका सडकहरूमा मुर्छा खान्छन् ।

12 तिनीहरूले आफ्ना आमाहरूलाई भन्छन्, “अन्न र दाखमद्य कहाँ छन् ?” तिनीहरू सहरका सडकहरूमा घाइतेझैँ मुर्छा पर्दा तिनीहरूका प्राण तिनीहरूका आमाहरूको काखमा शिथिल हुन्छन् ।

13 हे यरूशलेमकी छोरी, म तँलाई के भनूँ ? हे सियोनकी छोरी, तँलाई सान्त्वना दिन तँलाई म केसित तुलना गरूँ ? तेरो घाउ समुद्रजस्तै विशाल भएको छ । कसले तँलाई निको पार्न सक्छ ?

14 तेरा अगमवक्ताहरूले तेरो लागि झुटा र बेकम्मा दर्शनहरू देखेका छन् । तेरो सुदिन पुनर्स्थापित गर्न तिनीहरूले तेरो अधर्मको पर्दाफास गरेका छैनन्, तर तिनीहरूले तँलाई झुटा र गलत वचनहरू दिएका छन् ।

15 यस सडक भएर जानेहरू सबैले तँलाई देखेर थपडी मार्छन् । यरूशलेमकी छोरीको विरुद्धमा तिनीहरूले गिल्ला गर्छन्, र आफ्ना शिर हल्लाउँछन्, अनि भन्छन्, “के यो त्यही सहर हो जसलाई तिनीहरूले ‘परम सुन्दरी’ र ‘सारा पृथ्वीको आनन्द’ भन्थे ?”

16 तेरा सबै शत्रुले तेरो विरुद्धमा तिनीहरूका मुख खोल्छन् । तिनीहरूले खिसी गरेर रिसमा आफ्ना दाहा किट्छन्, र भन्छन्, “हामीले त्यसलाई निलेका छौँ । हामी यही दिनको प्रतीक्षामा थियौँ । यही हेर्न हामी बाँचेका छौँ ।”

17 परमप्रभुले जे गर्ने योजना बनाउनुभयो, त्यही गर्नुभएको छ । उहाँले आफ्नो वचन पुरा गर्नुभएको छ । उहाँले दया नदेखाइकन तँलाई फ्याँकिदिनुभएको छ, किनकि उहाँले तँलाई देखेर तेरो शत्रुलाई रमाउने अनुमति दिनुभएको छ । उहाँले तेरा शत्रुहरूको सिङ उठाउनुभएको छ ।

18 हे सियोनकी छोरीका पर्खालहरू हो, तिनीहरूका हृदयले परमप्रभुलाई पुकारे । दिनरात नदीझैँ तेरा आँसु बगा । कति पनि विश्राम नले; तेरा आँखालाई विश्राम नदे ।

19 रातको हरेक पहरको सुरुमा उठेर चिच्या । परमप्रभुको मुहारको सामुन्ने तेरो हृदय पानीझैँ खन्या । हरेक सडकको कुनामा भोकले मुर्छा पर्ने तेरा बालबच्चाका प्राणको लागि तेरा हात उहाँतिर उठा ।

20 हे परमप्रभु, हेर्नुहोस्, र यसरी व्यवहार गर्नेहरूलाई विचार गर्नुहोस् । के स्त्रीहरूले आफ्नै गर्भको फल अर्थात् आफैले जन्माएका बालबच्चाहरूलाई खाने ? के पुजारी र अगमवक्ता परमप्रभुको पवित्र वासस्थानमा मारिने ?

21 युवाहरू र पाकाहरू सडकहरूका धूलोमा पसिन्छन् । मेरा युवतीहरू र युवाहरू तरवारले ढालिएका छन् । तिनीहरूलाई दया नदेखाइकन तपाईंले तिनीहरूलाई मार्नुभएको छ ।

22 चाडको दिनमा मानिसहरू भेला गरेझैँ तपाईंले मेरो हरेक किनारामा मेरा त्रासहरूलाई बोलाउनुभएको छ । परमप्रभुको रिसको दिनमा कोही पनि उम्केन वा बाँचेन । मैले वास्ता गरेका र हुर्काएकाहरूलाई मेरो शत्रुले नष्ट पारेको छ ।

Lamentations 3:1

1 परमप्रभुको क्रोधको लाठोमुनि दुर्दशा देख्ने मानिस म नै हुँ ।

2 उहाँले मलाई खेदनुभयो, र उज्यालोमा भन्दा पनि अँध्यारोमा हिँड्न लगाउनुभयो ।

3 निश्चय नै उहाँले मेरो विरुद्धमा पटक-पटक र दिनभरि आफ्नो हात पसारनुभयो ।

4 उहाँले मेरो मासु र छाला गलाइदिनुभएको छ । उहाँले मेरा हाडहरू भाँचिदिनुभयो ।

5 उहाँले मेरो विरुद्धमा घेरा लगाउनुभयो, अनि तिक्तता र कठिनाइले मलाई घेर्नुभयो ।

6 उहाँले मलाई धेरै पहिले मर्नेहरूजस्तै अन्धकार ठाउँहरूमा बस्न लगाउनुभयो ।

7 उहाँले मेरो चारैतिर पर्खाल लगाउनुभयो । त्यसैले म भाग्न सकिदैनँ । उहाँले मेरा साङ्गलाहरू गह्रौँ बनाइदिनुभयो,

8 र मैले सहायताको लागि पुकारे र चिच्याए तापनि उहाँले मेरो प्रार्थना थुनिदिनुभयो ।

9 काटिएको ढुङ्गाको पर्खालले उहाँले मेरो बाटो थुनिदिनुभयो । उहाँले मेरा बाटाहरू बाझो बनाइदिनुभयो ।

10 उहाँ आक्रमण गर्न ढुकेर बस्ने भालुजस्तो र लुकेर बस्ने सिंहजस्तो हुनुहुन्छ ।

11 उहाँले मेरा बाटाहरू उल्टो बनाइदिनुभयो । उहाँले मलाई बेसाहारा तुल्याइदिनुभयो ।

12 उहाँले आफ्नो धनुमा ताँदो चढाउनुभयो, र मलाई नै काँडको निसाना बनाउनुभयो ।

13 उहाँले आफ्नो ठोक्रोका काँडहरूले मेरा मृगौला छेडिदिनुभयो ।

14 म मेरा सबै मानिसका लागि हाँसोको पात्र बनँ, र दिनभरि तिनीहरूको ठट्टाको निसाना बनँ ।

15 उहाँले मलाई तिक्तताले भरिदिनुभयो, र ऐरेलु पिउन लगाउनुभयो ।

16 उहाँले रोडाले मेरा दाँत पिँध्नुभयो, र खरानीमा कुल्चिमिल्ची पारिदिनुभयो ।

17 मेरो प्राण शान्तिबाट वञ्चित भएको छ । प्रसन्नता के हो भनी मैले बिर्सको छु ।

18 त्यसैले म भन्छु, “मेरो धैर्य नष्ट भएको छ, र मेरो भरोसा परमप्रभुमा नै छ ।”

19 मेरो कष्ट र मेरो फिरन्तेपन, ऐरेलु र तिक्ततालाई सम्झनुहोस् ।

20 म निरन्तर यसलाई सम्झन्छु, र म मभित्रै हताश भएको छु ।

21 तर म यो स्मरण गर्दछु । त्यसैले म आशा गर्दछु:

22 परमप्रभुको अचुक प्रेम कहिल्यै समाप्त हुँदैन, र उहाँको दया कहिल्यै अन्त्य हुँदैन ।

23 ती हरेक बिहान नयाँ हुन्छन् । तपाईंको विश्वसनीयता महान् छ ।

24 मैले भनँ, “परमप्रभु मेरो उत्तराधिकार हुनुहुन्छ ।” त्यसैले म उहाँमा नै आशा गर्दछु ।

25 परमप्रभुको प्रतीक्षा गर्नेहरू, उहाँको खोजी गर्नेहरूका निम्ति उहाँ भलो हुनुहुन्छ ।

26 मौन रूपमा परमप्रभुको उद्धारको प्रतीक्षा गर्नु राम्रो हुन्छ ।

27 आफ्नो युवावस्थामा जुवा बोक्नु मानिसको लागि राम्रो हुन्छ ।

28 त्यसमाथि यो राखिँदा त्यो एकलै चुप लागेर बसोस् ।

29 त्यसले आफ्नो मुख धूलोमा लगाओस् । अझै पनि आशा बाँकी हुन सक्छ ।

30 त्यसलाई हिराउनेलाई त्यसले आफ्नो गाला पनि देओस्, र त्यो निन्दाले भरियोस् ।

31 किनकि परमप्रभुले हामीलाई सदासर्वदा त्याग्नुहुने छैन,

32 तर उहाँले शोक ल्याउनुभए तापनि उहाँको अचुक प्रेमको प्रचुरतामुताबिक उहाँले दया देखाउनुहुने छ ।

33 किनकि उहाँले हृदयबाट नै मानव-जातिका सन्तानलाई यातना दिनुहुन्न वा कष्ट दिनुहुन्न ।

34 पृथ्वीका सबै कैदीलाई खुट्टाले कुल्चिमिल्ची पार्ने,

35 सर्वोच्च परमेश्वरको उपस्थितिमा मानिसको न्यायलाई इन्कार गर्ने,

36 कुनै मानिसलाई न्यायबाट वञ्चित गर्नेजस्ता कुराहरू परमप्रभुले अनुमोदन गर्नुहुन्न ।

37 परमप्रभुले उर्दी नगर्नुभएसम्म कसले बोलेको कुरा पुरा भएको छ ?

38 के सर्वोच्च परमेश्वरको मुखबाट नै विपत्ति र राम्रा कुराहरू दुवै आउँदैनन् ?

39 कुनै जीवित मानिस कसरी गनगनाउन सक्छ ? आफ्ना पापको लागि पाएको दण्डको विषयमा कुनचाहिँ व्यक्तिले गनगन गर्न सक्छ ?

40 हाम्रा मार्गको जाँच गरौं, र तिनलाई जाँचेर परमप्रभुकाँ फर्काँ ।

41 हाम्रा हृदय र हाम्रा हात स्वर्गमा हुनुहुने परमेश्वरमा उठाऔं, र भनौं:

42 “हामीले आज्ञा उल्लङ्घन गरेका छौं, र विद्रोह गरेका छौं, अनि तपाईंले बिर्सनुभएको छैन ।

43 तपाईंले आफैलाई रिसले ढाक्नुभएको छ, र हाम्रो पिछा गर्नुभएको छ । तपाईंले मार्नुभएको छ, जोगाउनुभएको छैन ।

44 कुनै प्रार्थनाले नछेडोस् भनेर तपाईंले आफैलाई बादलले ढाक्नुभएको छ ।

45 तपाईंले जाति-जातिहरूका बिचमा हामीलाई फोहोरको थुप्रो र कसिङ्गर बनाउनुभएको छ ।

46 हाम्रा शत्रुहरूलाई हामीलाई सराप दिन अनुमति दिनुहोस् ।

47 आतङ्क र खतरा, उजाड र विनाश हामीमाथि आइपरेका छन् ।

48 मेरा जाति नष्ट गरिएकाले मेरा आँखाबाट आँसुको धारा बहन्छ ।

49 मेरा आँखाबाट नरोकिकन, विश्राम नगरीकन आँसु बहन्छ,

50 जबसम्म परमप्रभुले स्वर्गबाट तल हेर्नुहुन्न ।

51 मेरो सहरका सबै छोरीको कारण मेरा आँखाले मलाई शोकेत तुल्याए ।

52 मेरा शत्रुहरूद्वारा मलाई चरालाई झैं सिकार गरिएको छ ।
विनाकारण तिनीहरूले मेरो सिकार गरे ।

53 तिनीहरूले मलाई खाडलमा फ्याँके, र मलाई ढुङ्गाले हाने,

54 अनि मेरो शिर ढाक्ने गरी तिनीहरूले पानीको बाढी ल्याए ।
मैले भनेँ, “मेरो अन्त्य आइसकेको छ ।”

55 हे परमप्रभु, खाडलको गहिराइबाट मैले तपाईंको नाउँ
पुकारें ।

56 “मैले मदतको लागि पुकार्दा तपाईंका कान बन्द नगर्नुहोस्”
भनी मैले भन्दा तपाईंको मेरो सोर सुन्नुभयो ।

57 मैले पुकार गरेको त्यस दिनमा तपाईं नजिक आउनुभयो ।
तपाईंले भन्नुभयो, “नडरा ।”

58 हे परमप्रभु, तपाईं मेरो पक्षमा लड्नुभयो । तपाईंले मेरो
ज्यान बचाइदिनुभयो ।

59 हे परमप्रभु, तिनीहरूले मलाई गरेका खराबी तपाईंले
देख्नुभएको छ । मेरो मुद्दाको इन्साफ गरिदिनुहोस् ।

60 तिनीहरूले मलाई गरेका अपमान, मेरो विरुद्धमा रचेका
सबै षड्यन्त्र तपाईंले देख्नुभएको छ ।

61 हे परमप्रभु, तिनीहरूले गरेका निन्दा र मेरो बारेमा भएका
तिनीहरूका सबै योजना तपाईंले देख्नुभएको छ ।

62 मेरो विरुद्धमा मेरा शत्रुहरूका बोली र अभियोग दिनभरि
आउँछन् ।

63 तिनीहरू कसरी बस्छन्, र उठ्छन्, हेर्नुहोस् । तिनीहरूका
गीतले मेरो ठट्टा गर्छन् ।

64 हे परमप्रभु, तिनीहरूले गरेअनुसार तिनीहरूलाई बदला
लिनुहोस् ।

65 तपाईंले तिनीहरूका हृदय लज्जित पर्न दिनुहुने छ ।
तपाईंको दण्डाज्ञा तिनीहरूमाथि परोस् ।

66 हे परमप्रभु, रिसमा तपाईंले तिनीहरूलाई खेदनुहुन्छ, र
स्वर्गबाट तिनीहरूलाई नष्ट पार्नुहुन्छ ।

Lamentations 4:1

1 सुनको चमक हराएको छ । कसरी निखुर सुन बदलेको छ!
पवित्र पत्थरहरू हरेक सडकको कुनामा छरपष्ट छन् ।

2 सियोनका मूल्यवान् छोराहरू निखुर सुनका तौलजत्तिकै
योग्य थिए, तर अहिले तिनीहरू कुमालेको हातका काम
अर्थात् माटोको भाँडाजत्तिकै पनि गनिएका छैनन् ।

3 स्यालका माउहरूले पनि आफ्ना बच्चाहरूलाई थुन चुस्न
दिन्छन्, तर मेरो जातिकी छोरी मरुभूमिका अस्ट्रिचहरूझैं
क्रुर भएकी छे ।

4 दूध चुस्ने शिशुको जिब्रो तिर्खाले गर्दा तालुमा टाँसिन्छ ।
बालबालिकाहरूले खानेकुरा माग्छन्, तर तिनीहरूका लागि
केही छैन ।

5 मिठा-मिठा खानेकुरा खाएर भोज गर्नेहरू सडकहरूमा
भोकले मर्छन् । वैजनी वस्त्र लगाएर हुर्काइएकाहरू अहिले
खरानीको थुप्रोमा बस्छन् ।

6 मेरो जातिकी छोरीको दण्ड सदोमको भन्दा ठुलो छ,
जसलाई एकै क्षणमा फ्याँकिएको थियो, र कसैको हातले
त्यसलाई सहायता गरेको थिएन ।

7 त्यसका अगुवाहरू हिउँभन्दा शुद्ध, दूधभन्दा सेता थिए ।
तिनीहरूका शरीर मानिकभन्दा राता थिए; तिनीहरूका रूप
नीरजस्तै थिए ।

8 अहिले तिनीहरू मुहार मोसोभन्दा कालो छ । तिनीहरू
सडकहरूमा चिर्नेदिनन् । तिनीहरूको छाला हड्डीहरूमा
टाँसिएको छ । यो काठ जत्तिकै सुक्खा भएको छ ।

9 तरवारले मारिएकाहरू भोकले मरेकाहरूभन्दा खुसी थिए । जमिनको फसलको कमीको कारणले तिनीहरू भोकाएर सुक्दै जान्छन् ।

10 दयालु स्त्रीहरूका हातले तिनीहरूका आफ्नै बालबच्चा पकाएका छन् । मेरो जातिकी छोरीलाई नष्ट पारिँदा ती बालबच्चा तिनीहरूको खानेकुरा बने ।

11 परमप्रभुले आफ्ना सबै क्रोध देखाउनुभयो । उहाँले आफ्नो भयङ्कर रिस खन्याउनुभयो । उहाँले सियोनमा आगो सल्काउनुभयो जसले त्यसका जगहरूलाई भस्म पार्‍यो ।

12 शत्रुहरू वा विरोधीहरू यरूशलेमका मूल ढोकाहरूभित्र प्रवेश गर्न सक्नेथिए भनी पृथ्वीका राजाहरूले विश्वास गरेनन्, न त संसारको कुनै बासिन्दाले विश्वास गर्‍यो ।

13 त्यसका अगमवक्ताहरू र त्यसका पुजारीहरूका अधर्मको कारणले यसो भएको थियो, जसले त्यसकै बिचमा धर्मीहरूको रगत बगाएका थिए ।

14 अन्धाहरूझैं तिनीहरू सडकहरूमा यताउता हिँड्छन् । त्यस रगतद्वारा तिनीहरू यति दुषित पारिएका थिए, कि तिनीहरूका लुगा छुन कसैलाई अनुमति दिइएन ।

15 तिनीहरूलाई देखेर मानिसहरू चिच्याउँछन्, “भाग, हे अशुद्धहरू हो! भाग! भाग! नछोओ!” त्यसैले तिनीहरू यताउता भौँतारिए । मानिसहरूले जाति-जातिहरूका बिचमा भने, “अबदेखि उसो तिनीहरू यहाँ बस्न सक्दैनन् ।”

16 परमप्रभु आफैले तिनीहरूलाई तितरबितर पारिदिनुभयो । उहाँले फेरि तिनीहरूको वास्ता गर्नुहुन्न । तिनीहरूले पुजारीहरूको आदर गर्दैनन्, र तिनीहरूले धर्म-गुरुहरूलाई निगाह गरेनन् ।

17 सहायताको लागि प्रतीक्षा गर्दा-गर्दा हाम्रा आँखा व्यर्थमा टट्टाइसके । हाम्रा धरहराहरूबाट हामीले एउटा जातिको बाटो हेर्‍यौँ, जसले हामीलाई बचाउन सकेन ।

18 तिनीहरूले हाम्रा पाइलाहरू पछ्याए । हामी हाम्रा सडकहरूमा हिँड्न सकेनौँ । हाम्रो अन्त्य नजिकै थियो, र हाम्रा दिन गन्ती गरिए । हाम्रो अन्त्य आइसकेको थियो ।

19 हामीले खेदनेहरू आकाशका चीलहरूभन्दा पनि छिटा थिए । तिनीहरूले हामीलाई पहाडहरूसम्म खेदे, र उजाड-स्थानमा हामीलाई ढुकिबसे ।

20 परमप्रभुका अभिषिक्त जन अर्थात् हाम्रो प्राणधार तिनीहरूको पासोमा परे, जसको बारेमा यसो भनिएको थियो, “उहाँकै छायामुनि हामी जाति-जातिहरूका बिचमा बस्ने छौँ ।”

21 हे ऊज देशमा बस्ने एदोमकी छोरी, रमा, र खुसी हो । तर तँलाई त्यो कचौरा पनि दिइने छ । तँ मालेछेस्, र नाङ्गो पारिने छेस् ।

22 हे सियोनकी छोरी, तेरो दण्ड समाप्त हुने छ । उहाँले तेरो निर्वासनको समय लम्ब्याउनुहुने छैन । तर हे एदोमकी छोरी, उहाँले तँलाई दण्ड दिनुहुने छ । उहाँले तेरा पाप प्रकट गरिदिनुहुने छ ।

Lamentations 5:1

1 हे परमप्रभु, हामीमाथि जे भएको छ, सो सम्झनुहोस् । हाम्रो अपमान हेर्नुहोस्, र विचार गर्नुहोस् ।

2 हाम्रो उत्तराधिकार पराईहरू र हाम्रा घरहरू विदेशीहरूलाई दिइए ।

3 हामी अनाथ, पितृहीन भएका छौँ, र हाम्रा आमाहरू विधवाजस्ता छन् ।

4 हामीले पिउने पानीको लागि र हाम्रै दाउरा किन्न हामीले चाँदीको दाम तिर्नुपर्छ ।

5 हामीलाई पछ्याउनेहरू हाम्रो छेउमा छन् । हामी थाकेका छौँ, र हामीलाई चैन छैन ।

6 पर्याप्त खानाको लागि हामीले आफैलाई मिश्र र अश्वशूरमा सुम्पिदिएका छौँ ।

7 हाम्रा पिता-पुर्खाहरूलेपाप गरे, र अब तिनीहरू छैनन्, र हामीले तिनीहरूका अधर्मको फल भोग्दछौं ।

8 कमाराहरूले हामीमाथि शासन गर्छन्, र हामीलाई तिनीहरूको हातबाट छुटकारा दिने कोही छैन ।

9 उजाड-स्थानमा भएको तरवारको कारण हाम्रा जीवन जोखिममा पारेर मात्रै हामी रोटी पाउँछौं ।

10 भोकको रापले गर्दा हाम्रो छाला चुलोझैँ तातिएको छ ।

11 सियोनमा स्त्रीहरू र यहूदाका सहरहरूमा कन्याहरू बलत्कार गरिएका छन् ।

12 राजकुमारहरू तिनीहरूका आफ्नै हातद्वारा झुण्ड्याइएका छन्, र धर्म-गुरुहरूलाई कुनै आदर देखाइएको छैन ।

13 युवाहरू जाँतोमा अन्न पिँध्न बाध्य पारिएका छन्, र ठिटाहरू दाउराको भारीले थिचिएर लडबडाउँदै हिँड्छन् ।

14 धर्म-गुरुहरूले सहरको मूल ढोका छोडेका छन्, र युवाहरूले तिनीहरूको सङ्गीत छोडिदिएका छन् ।

15 हाम्रो हृदयको आनन्द हटेको छ, र हाम्रो नाच शोकमा परिणत भएको छ ।

16 मुकुट हाम्रो शिरबाट खसेको छ । हामीलाई धिक्कार छ! किनकि हामीले पाप गरेका छौं ।

17 हाम्रो यो हृदय दुर्बल भएको छ, र यिनै कुराको कारण हाम्रो आँखा धमिलिएका छन् ।

18 सियोन पर्वत उजाड छ, जहाँ स्यालहरू घुमिहिँड्छन् ।

19 तर हे परमप्रभु, तपाईंले सदासर्वदा शासन गर्नुहुन्छ, र तपाईं पुस्तादेखि पुस्तासम्म आफ्नो सिंहासनमा विराजमान हुनुहुने छ ।

20 तपाईंले हामीलाई किन सदाको निम्ति बिर्सनुहुन्छ ? तपाईंले हामीलाई यति धेरै दिनसम्म किन त्याग्नुहुन्छ ?

21 हे परमप्रभु, हामीलाई पुनर्स्थापना गर्नुहोस्, र हामी पुनर्स्थापित हुने छौं ।

22 तपाईंले हामीलाई बिलकुलै इन्कार गर्नुभएको छैन, र सम्झनै नसक्ने गरी तपाईं हामीसित रिसाउनुभएको छैन भने धेरै पहिले भएजस्तै हाम्रा दिन नवीकरण गरिदिनुहोस् ।