

Walking with God:

An Essential 13-lesson Practical Series
to establish a living relationship with God
for Old and New Christians



Dr Henry Kong

ဘုရားသခင်နှင့်အတူ လျှောက်လှမ်းခြင်း

ဘုရားသခင်နှင့် အသက်ရှင်သော ဆက်ဆံရေး တည်ဆောက်ခြင်း
(ခရစ်ယာန်များအတွက် အရေးကြီးသော အခြေခံ
လက်တွေ့သင်ခန်းစာ ၁၃ ခု)

Translated by: Stephen Sang

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်

၁။ ဘုရားသခင်နှင့်အတူ လျှောက်လှမ်းခြင်းဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း

၂။ ဘုရားသခင်သည် မည်သူနည်း

၃။ လူဆိုသည်မှာ မည်သူနည်း

၄။ ကျမ်းစာကို မည်သို့ လေ့လာမည်နည်း

၅။ သင့်ဓားကို ထက်မြက်စေမည့် ကိရိယာများ

၆။ ဆုတောင်းခြင်း အမျိုးအစားများ

၇။ ဆုတောင်းခြင်း အဆင့်များ

၈။ ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း အမျိုးအစားများ

၉။ ကိုယ်ပိုင် ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း

၁၀။ တပည့်တော် မွေးထုတ်ခြင်းဆိုင်ရာ အခြေခံများ

၁၁။ လွှမ်းမိုးမှုစက်ဝိုင်း

၁၂။ အသင်းတော်သည် ခရစ်တော်၏ သတို့သမီး ဖြစ်သည်

၁၃။ ဘုရားသခင်နှင့်အတူ လျှောက်လှမ်းခဲ့ကြသူများ

ဘုရားသခင်နှင့်အတူ လျှောက်လှမ်းခြင်း

နိဒါန်း

ဤသင်ခန်းစာစီးရီးသည် PP အသင်းတော်တွင် အချိန်ပြည့် အမှုတော်ဆောင်ခြင်း (၄၅) နှစ်မြောက် အချိန်၌ ကျွန်ုပ် ခံစားခဲ့ရသော ဝန်ထုတ်ဝန်ပိုးတစ်ခု၏ ရလဒ်ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်၏အမွေအနှစ်နှင့် ပတ်သက်သည့် အတွေးများ စိုးရိမ် ခဲ့ပြီး ဤမေးခွန်းကို နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း စဉ်းစားခဲ့ရသည် - "PP တွင် ဆယ်စုနှစ် လေးခုကြာ အမှုတော်ဆောင်ခဲ့ပြီး နောက် အသင်းသူ/သားများမှာ ယုံကြည်ခြင်းရဲ့ အခြေခံကျပြီး အသက်တမျှ အရေးပါတဲ့ အုတ်မြစ်များ မရှိခဲ့ရင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။" ဤအရာက ကျွန်ုပ်အား သင်ခန်းစာ ၁၃ ခုပါဝင်သော စီးရီးတစ်ခုကို ရေးသားပြုစုရန် တွန်းအား ပေးခဲ့သည်။ ထိုသင်ခန်းစာများသည် (ခရစ်ယာန်သက်တမ်း ရင့်သူများရော နုသူများအတွက်ပါ) ဘုရားသခင်နှင့် အသက်ရှင်သောဆက်ဆံရေး တည်ဆောက်ရန်အတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သည့် လက်တွေ့ကျသော သမ္မာကျမ်းစာ သင်ခန်းစာ စီးရီးတစ်ခု ဖြစ်လာခဲ့ပါသည်။

ဤသင်ခန်းစာစီးရီးအကြောင်း

ဤစီးရီးအတွက် လမ်းညွှန် ၄ မျိုးကို ကျွန်တော် ပြင်ဆင်ထားပါသည်။

၁။ အကူအညီရ အကြံပြုချက်များ ပါဝင်သော ဆရာလက်စွဲ။

၂။ သင်ခန်းစာ ၁၃ ခုပါဝင်သော ကျောင်းသား လေ့ကျင့်ခန်းစာအုပ်။

၃။ သင်ကြားရေးအတွက် ထပ်ဆောင်းအချက်များ ပါဝင်သော PowerPoint ၁၃ ခု။

၄။ ကိုယ်တိုင် လေ့လာသင်ယူနိုင်ရန်အတွက် အသံဖြင့် ရှင်းလင်းချက်ပါဝင်သော MP4 ဗီဒီယို PowerPoint များ။

ဤသင်ထောက်ကူပစ္စည်းများကို အသုံးပြုနည်း

၁။ ကိုယ်တိုင် လေ့လာသင်ယူရန် - အသံဖြင့် ရှင်းလင်းထားသော MP4 PowerPoint ဗီဒီယိုများကို အသုံးပြုပါ။ ဤဗီဒီယိုများကို ကွန်ပျူတာ၊ နုတ်ဘုတ်၊ iPad သို့မဟုတ် လက်ကိုင်ဖုန်းအတွင်းသို့ ထည့်သွင်းထားနိုင်ပါသည်။ ယုံကြည်ခြင်း၌ တိုးတက်လိုသူများ သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးနှင့် အခြားအခက်အခဲများ ကြုံတွေ့နေရသော ခရစ်ယာန်များအတွက် အသုံးဝင်သော ကိရိယာတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

၂။ တစ်ဦးချင်း သင်ကြားရန် - သင်ကြားရာတွင် PowerPoint များကို အသုံးပြုပါ (လိုအပ်သလို ဘာသာပြန်ဆိုခြင်း သို့မဟုတ် ပြင်ဆင်မွမ်းမံခြင်းများ ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။)။ PowerPoint ဖွင့်နိုင်သော စက်ပစ္စည်းမရှိပါက သင်တန်း သားလက်စွဲ မှတ်စုများကို အသုံးပြုပါ။

၃။ သင်တန်းများနှင့် အုပ်စုငယ်များအတွက် - ဤသင်ခန်းစာများကို အုပ်စုငယ်များတွင် မကဘဲ သင်တန်းသား ၁၀၀ ကျော်ရှိသော သင်တန်းများတွင်ပါ ထိရောက်စွာ အသုံးပြုခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်။

၄။ သာသနာပြုခရီးစဉ်များအတွက် - ဤသင်ထောက်ကူပစ္စည်းများကို လက်ရှိတွင် တရုတ် (Mandarin)၊ အင်ဒိုနီးရှား (Bahasa Indonesia) နှင့် တီလူဂူ (Telugu) ဘာသာစကားများသို့ ဘာသာပြန်ဆိုလျက်ရှိပါသည်။ နောက်ဆက်တွဲတွင် ‘ခရစ်ယာန်ဘာသာ၏ သတင်းကောင်းကို သင်ကြားဖူးပါသလား’ နှင့် ‘ခရစ်ယာန်ဘာသာ၏ ဝမ်းမြောက်ခြင်းကို သင်တွေ့ရှိပြီးပြီလား’ ဆိုသည့် ထပ်ဆောင်း အကြောင်းအရာများကိုပါ ထည့်သွင်းပေးထားပါ သည်။

ဘုရားသခင် ဘုန်းကြီးပါစေ

ဤသင်ထောက်ကူပစ္စည်းများကို မူပိုင်ခွင့် လျှောက်ထားခြင်း မရှိပါ။ သင့်ကိုယ်ပိုင် အသုံးပြုမှုအတွက် စိတ်ကြိုက် ကူးယူခြင်း သို့မဟုတ် ဘာသာပြန်ဆိုခြင်းများ ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ သင့်တွင် မေးခွန်းများ သို့မဟုတ် အကြံပြုချက်များရှိပါက ဆက်သွယ်ပြောကြားနိုင်ပြီး ဝမ်းမြောက်စွာ ခံယူပါမည်။ henry@ppcoc.org သို့ အီးမေးလ် ပေးပို့ ဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်။

ဟင်နရီ ကောင်

၂၀၁၁ ခုနှစ်၊ မတ်လ ၂၃ ရက်

သင်ခန်းစာ (၁)

ဘုရားသခင်နှင့်အတူ လျှောက်လှမ်းခြင်းဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း

(What is Walking with God?)

ပြင်ဆင်ရန် - ဤသည်မှာ ပထမဦးဆုံးသင်ခန်းစာ ဖြစ်သောကြောင့် ဤသင်ခန်းစာစီးရီးတွင် ဝေမျှသွားမည့် အကြောင်းအရာများကို ခြုံငုံသဘောပေါက်နိုင်ရန် သင်ခန်းစာ (၁၃) ခုလုံးကို အကြမ်းဖျင်း လေ့လာကြည့်ပါ သို့မဟုတ် ဖတ်ရှုပါ။

စဉ်းစားဆင်ခြင်ရန် - "ဘုရားသခင်နှင့်အတူ လျှောက်လှမ်းခြင်း" ဆိုသည်မှာ သင့်အတွက် ဘာကို ဆိုလိုသနည်း။ မည်သည့် ကျမ်းစာလာဇာတ်ကောင်ကို ပြေးမြင်မိသနည်း။ ဘုရားသခင်နှင့်အတူ လျှောက်လှမ်းခြင်းသည် ခရစ်ယာန်တိုင်းအတွက်ဟု ခံစားရပါသလား သို့မဟုတ် ရွေးချယ်ခံရသော အနည်းငယ်သော သူများအတွက်သာဟု ထင်ပါသလား။

နိဒါန်း - ခရစ်ယာန်အများအပြားသည် မိမိတို့၏ ယုံကြည်ခြင်းကို ဘုရားသခင်နှင့် အသက်ရှင်သော ဆက်ဆံရေး၊ နေ့စဉ်လျှောက်လှမ်းခြင်း မဟုတ်ဘဲ လူမှုရေးအသင်းအဖွဲ့တစ်ခုတွင် အသင်းဝင်ဖြစ်ခြင်းဟု အလွဲထင်မှတ်နေကြသည်။

အဓိကအချက်များ -

၁။ ကျွန်ုပ်တို့သည် တပည့်တော်များ (သင်ယူသူများ) ဖြစ်ရန် ခေါ်ယူခြင်းခံရသည် - "သင်တို့သွား၍ လူမျိုးတကာတို့ကို ငါ့တပည့်ဖြစ်စေလျက်၊ ခမည်းတော်၊ သားတော်၊ သန့်ရှင်းသော ဝိညာဉ်တော်၏နာမ၌ ဗတ္တိဇံကို ပေးကြလော့။" - မသဲ ၂၈:၁၉။

၂။ ကျွန်ုပ်တို့သည် အခြားမည်သည့်အရာထက်မဆို ဘုရားသခင်ကို ပို၍ ချစ်ရမည် - "အကြင်သူသည် ငါ့ထံသို့လာ၍ မိမိအဘ၊ အမိ၊ မယား၊ သားသမီး၊ ညီအစ်ကို၊ အစ်မ၊ မိမိအသက်ကိုမျှ မမုန်းလျှင် ငါ့တပည့် မဖြစ်နိုင်" - လုကာ ၁၄:၂၆။

၃။ ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိတို့၏ လက်ဝါးကပ်တိုင်ကို ထမ်းရမည် - "အကြင်သူသည် ငါ့ထံသို့လာ၍ မိဘ၊ သား၊ မယား၊ ညီအစ်ကို၊ နှမတို့ကို၎င်း၊ ထိုမျှမက မိမိအသက်ကို ၎င်း မမုန်း၊ ထိုသူသည် ငါ့တပည့်မဖြစ်နိုင်ရ။" - လုကာ ၁၄:၂၇။

၄။ မိမိလက်ဝါးကပ်တိုင်ကို ထမ်းရန် မသဲ ၁၁:၂၉-၃၀ ကို နားလည်ရန် လိုအပ်သည် - "ငါ့ထမ်းဘိုးကို တင်၍ ထမ်းကြလော့။ ငါ့ထံ၌ နည်းခံကြလော့။ ငါသည် နူးညံ့သိမ်မွေ့နှိမ့်ချသော စိတ် သဘောရှိ၏။ သင်တို့စိတ်နှလုံးသည် သက်သာခြင်းကိုရလိမ့်မည်။ အကြောင်းမူကား၊ ငါ့ထမ်းဘိုးသည် ထမ်းလွယ်၏။ ငါ့ဝန်လည်းပေါ့၏ဟု မိန့်တော်မူ၏။"

၅။ ခရစ်တော်နှင့်အတူ ယှဉ်တွဲထမ်းပိုးတင်ရန် အလင်း၌ လျှောက်လှမ်းရမည် - "ငါတို့သည် ဘုရားသခင်နှင့် မိသဟာယဖွဲ့ပြီဟုဆိုလျက်ပင်၊ မှောင်မှိုက်၌ကျင်လည်လျှင်၊ သစ္စာတရား ကိုမကျင့်၊ မုသာကိုသုံးသောသူ ဖြစ်ကြ၏။ ဘုရားသခင်သည်အလင်း၌ရှိတော်မူသကဲ့သို့၊ ငါတို့သည်အလင်း၌ကျင်လည်လျှင်၊ အချင်းချင်း မိသဟာယဖွဲ့ခြင်း ရှိကြသည်ဖြစ်၍၊ ဘုရားသခင်၏သားတော် ယေရှုခရစ်၏အသွေးတော်သည်၊ ငါတို့အပြစ် ရှိသမျှကို ဆေးကြောတော်မူ၏။" - ၁ ယောဟန် ၁:၆-၇။

၆။ ကျွန်ုပ်တို့၏ လျှောက်လှမ်းခြင်းသည် လမ်းကြောင်းတစ်ခုထက် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ပါးနှင့် ဆက်ဆံရေး ဖြစ်သည် - "ယေရှုက၊ ငါသည်လမ်းခရီးဖြစ်၏။ သမ္မာတရားကိုလည်းဖြစ်၏။ အသက်သည်လည်းဖြစ်၏။ ငါ့ကို အမှီ မပြုလျှင် အဘယ်သူမျှ ခမည်းတော်ထံသို့မရောက်ရ။" - ယောဟန် ၁၄:၆။

၇။ ထို့ကြောင့် ရလဒ်အနေဖြင့် ဒါဝိဒ်ကဲ့သို့ ကျွန်ုပ်တို့ ပြောနိုင်သည် - "အကယ်၍ သေမင်း၏အရိပ်လွှမ်းမိုးသော ချိုင့်ထဲသို့ ရောက်သွားရသော်လည်း ဘေးအန္တရာယ်ကို မကြောက်ပါ။ အကြောင်းမူကား၊ ကိုယ်တော်သည် အကျွန်ုပ်နှင့် အတူ ရှိတော်မူသည်ဖြစ်၍၊ လှံတံတော်နှင့် တောင်ဝေးတော်သည် အကျွန်ုပ်ကို ချမ်းသာစေပါ၏။" - ဆာလံ ၂၃:၄။

တွေးတောဆင်ခြင်ဖွယ် အချက်များ -

၁။ သင့်ခရစ်ယာန်အသက်တာသည် နေ့စဉ် ခွန်အားသစ် ရရှိနေပါသလား။

၂။ အပတ်စဉ် မည်သည့်နည်းလမ်းများဖြင့် သင် ရင့်ကျက်တိုးတက်လာခဲ့သနည်း။

၃။ ယုံကြည်သူသစ်တစ်ဦးအား သင့်ခရစ်ယာန်အသက်တာ လျှောက်လှမ်းခြင်းအကြောင်း ရှင်းပြနိုင်ပါသလား။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန် -

ဤသီတင်းပတ်တွင် "ပြောသည့်အတိုင်း လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန်" အထူးကြိုးစားပါ။ သင့်ယုံကြည်ခြင်းကို ယိမ်းယိုင် မသွားပါစေနှင့် - "ဆုတောင်းသောအချက်ဟူမူကား၊ သင်တို့သည် ကောင်းသော အကျင့်အမျိုးမျိုးတည်း ဟူသော အသီးကိုသီးခြင်း၊ ဘုရားသခင်ကိုသိသော ဉာဏ်တိုးပွားခြင်း ရှိသဖြင့်၎င်း၊ ဝမ်းမြောက်သောစိတ်နှင့် အရာရာ၌ သည်းခံခြင်း၊ စိတ်ရှည်ခြင်းအလိုငှါ၊ ဘုန်းကြီးသော တန်ခိုးတော်အတိုင်း ခွန်အားနှင့်ပြည့်စုံ..." လိမ့်မည်။ - ကောလောသဲ ၁:၁၀။

ဝေမျှခြင်း -

သင်ပြုလုပ်ခဲ့သော လုပ်ဆောင်ချက်များ သို့မဟုတ် ဆုံးဖြတ်ချက်များကို မှတ်သားထားပါ။ သင့်မိသားစု သို့မဟုတ် အခြားသူတစ်ဦးအား ဝေမျှနိုင်သည့် သင့်ခရစ်ယာန်အသက်တာ လျှောက်လှမ်းခြင်းကို ရောင်ပြန်ဟပ်သော ဇာတ်လမ်း သို့မဟုတ် သင်ခန်းစာ ရှိပါသလား။ (မေ့မသွားမီ) မှတ်စုရေးထားပြီး ၎င်းကို ဝေမျှရန် ၁ ဦး သို့မဟုတ် ၂ ဦးကို အာရုံစိုက် ရှာဖွေပါ။

သင်ခန်းစာ (၂)

ဘုရားသခင်သည် အဘယ်သို့သောပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်သနည်း။

(Who is God?)

ပြင်ဆင်ရန် - သင့်မိတ်ဆွေတစ်ဦးအား သင့်ဘုရားသခင်အကြောင်း မိတ်ဆက်ပေးရမည်ဆိုပါက စာကြောင်းအနည်းငယ်ဖြင့် ဖော်ပြနိုင်ပါသလား။ ကြိုးစားကြည့်ပါ။ ထို့နောက် ဤသင်ခန်းစာပြီးနောက် သင်လေ့လာသိရှိရသော အရာများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ပါ။

စဉ်းစားဆင်ခြင်ရန် - ကျွန်တော်တို့ တစ်ဦးစီသည် ဘုရားသခင်ဆိုသည်မှာ အမှန်တကယ် မည်သူဖြစ်သည်နှင့် ပတ်သက်၍ မိမိတို့ကိုယ်ပိုင် အယူအဆ သို့မဟုတ် ပုံရိပ်များ ရှိတတ်ကြပါသည်။ နှစ်များစွာအတွင်း ကျွန်တော်တို့သည် မိမိတို့၏အလိုဆန္ဒနှင့် စေခိုင်းချက်တိုင်းကို လိုက်လျောဆောင်ရွက်ပေးမည့် ဘုရားသခင်ကို မိမိတို့၏ပုံသဏ္ဌာန်အတိုင်း ဖန်တီးခဲ့ကြသည်။ ဘုရားသခင်သည် အမှန်တကယ် မည်သူဖြစ်သည်ကို ပြန်လည်တွေ့ရှိရန် သမ္မာကျမ်းစာသို့ ပြန်သွားရန် လိုအပ်ပါသည်။

နိဒါန်း - ဘုရားသခင်နှင့် ပတ်သက်သည့် ငါတို့၏ အယူအဆသည် ကောင်းကင်မှ အဘိုးအိုတစ်ဦး၊ နိုင်ငံတကာရဲအရာရှိတစ်ဦး သို့မဟုတ် မီးအိမ်စောင့် ဘီလူးတစ်ကောင်မျှသာ ဖြစ်နေပါက ငါတို့သည် သေးငယ်လွန်းပြီး ငါတို့၏ စိန်ခေါ်မှုများနှင့် အမှန်တကယ် လိုအပ်ချက်များကို မကူညီနိုင်သော ဘုရားတစ်ပါးကို ကိုးကွယ်နေကြခြင်း ဖြစ်သည်။

အဓိကအချက်များ -

၁။ ဘုရားသခင်သည် ဝိညာဉ်ဖြစ်တော်မူ၏ - "ဘုရားသခင်သည် နံဝိညာဉ်ဖြစ်တော်မူ၏။ ဘုရားသခင်ကို ကိုးကွယ်သောသူတို့သည် နံဝိညာဉ်နှင့် ၎င်း၊ သစ္စာနှင့်၎င်း ကိုးကွယ်ရမည်ဟု မိန့်တော်မူ၏။" - ယောဟန် ၄:၂၄။

၂။ ဘုရားသခင်သည် သန့်ရှင်းတော်မူ၏ - "အကြောင်းမူကား၊ ငါသည်သန့်ရှင်းတော်မူသောကြောင့်၊ သင်တို့သည်လည်း သန့်ရှင်းခြင်းရှိကြလော့ ဟု ကျမ်းစာလာသတည်း။" - ၁ ပေတရု ၁:၁၆။

၃။ ဘုရားသခင်သည် ကျွန်ုပ်တို့ထက် များစွာ မြင့်မြတ်တော်မူ၏ - "မိုဃ်းကောင်းကင်သည် မြေကြီးထက်သာ၍ မြင့်သကဲ့သို့၊ ငါ၏အကျင့်သည် သင်တို့၏အကျင့်ထက်၎င်း၊ ငါ၏အကြံအစည်သည် သင်တို့၏ အကြံအစည်ထက်၎င်း သာ၍ မြင့်၏။" - ဟေရှာယ ၅၅:၉။

၄။ ဘုရားသခင်သည် မေတ္တာဖြစ်တော်မူ၏ - "ဘုရားသခင်သည် ငါတို့ကိုချစ်တော်မူခြင်း မေတ္တာတော်ကိုငါတို့သည်သိ၍ ယုံကြည်ကြ၏။ ဘုရားသခင်သည် ချစ်ခြင်းမေတ္တာဖြစ်တော်မူ၏။ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၌ တည်သောသူသည် ဘုရားသခင်၌တည်၏။ ဘုရားသခင်သည်လည်း ထိုသူ၌ တည်တော်မူ၏။" - ၁ ယောဟန် ၄:၁၆။

၅။ ဘုရားသခင်သည် ကျေးဇူးပြုတတ်သော ဘုရားဖြစ်တော်မူ၏ - "ကိုယ်တော်သည် သနားစုံမက်တတ်သော ဘုရားဖြစ်၍ စိတ်ရှည်သောသဘော၊ ကျေးဇူးပြုချင်သောသဘော၊ အပြစ်ဒဏ်ပေးမည့်အမှုကို နောင်တရတတ်သောသဘောရှိတော်မူကြောင်းကို အကျွန်ုပ်သိပါ၏။" - ယောန ၄:၂။

၆။ ဘုရားသခင်သည် ကျွန်ုပ်တို့အား ဂရုစိုက် စိတ်ဝင်စားတော်မူ၏ - "ထာဝရဘုရားသည် ငါတို့ကို အောက်မေ့တော်မူ၏။ ကောင်းကြီးပေးတော်မူမည်။ ဣသရေလအမျိုးကို ကောင်းကြီးပေးတော်မူမည်။ အာရုန်အမျိုးအနွယ်ကို ကောင်းကြီးပေးတော်မူမည်။" - ဆာလံ ၁၁၅:၁။

၇။ ဘုရားသခင်သည် ကျွန်ုပ်တို့အား ကိုယ်တော်နှင့်အတူ လျှောက်လှမ်းစေလိုတော်မူ၏ - "အချင်းလူ၊ ကောင်းသောလမ်းကို ပြတော်မူပြီ။ တရားသဖြင့်ပြုခြင်း၊ ကရုဏာကိုနှစ်သက်ခြင်း၊ သင်၏ဘုရားသခင်ရှေ့တော်၌ နှိမ့်ချသောစိတ်နှင့် ကျင့်နေခြင်းမှတစ်ပါး အဘယ်ပူဇော်သက္ကာကို ထာဝရဘုရားတောင်း တော်မူသနည်း။" - မိခါ ၆:၈။

တွေးတောဆင်ခြင်ဖွယ် အချက်များ -

၁။ သင်သည် မည်သို့သော ဘုရားသခင်ကို ကိုးကွယ်နေပါသနည်း။ စာကြောင်းအနည်းငယ်ဖြင့် ဖော်ပြကြည့်ပါ။

၂။ သင့်ဘုရားသခင်သည် အမှန်တကယ် စစ်မှန်ပါသလား။ သို့မဟုတ် သင့်စိတ်ကူးနှင့် လိုရာဆွဲတွေးမှုများမှ ဖန်တီးထားသော ဘုရားလော။

၃။ ဖော်ပြပါ ဘုရားသခင်၏ စရိုက်လက္ခဏာ ၇ ချက်အနက် မည်သည့်အရာသည် သင့်ယခင် ဘုရားသခင်အပေါ် နားလည်မှုတွင် ပျောက်ဆုံးနေခဲ့ပါသနည်း။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန် - ဤသီတင်းပတ်၏ နေ့ရက်တိုင်းတွင် ဘုရားသခင်၏ စရိုက်လက္ခဏာ တစ်ခုစီကို အာရုံစိုက်ရန် အချိန်ယူပါ။ ကိုယ်တော်ကို ဖော်ပြထားသော အခြားကျမ်းပိုဒ်များကို သမ္မာကျမ်းစာထဲမှ ရှာဖွေပြီး သင့်နှလုံးသားထဲတွင် နက်ရှိုင်းစွာ စွဲထင်ကျန်ရစ်စေပါ။

ဝေမျှခြင်း - သမ္မာကျမ်းစာလာ ဘုရားသခင်ကို ကျွန်ုပ်တို့၏ ဘာသာပေါင်းစုံ ကိုးကွယ်သော နိုင်ငံရှိ ဘုရားများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ပါ။ မိမိတို့အား အမှန်တကယ် ဖန်ဆင်းခဲ့သော စစ်မှန်သော ဘုရားသခင်သည် မည်သူဖြစ်သည်ကို မရေမရာဖြစ်နေသော်လည်း ဘာသာတရား ကိုင်းရှိုင်းသူများနှင့် သင့်ဘုရားသခင်အကြောင်း ဝေမျှရန် အချိန်ယူပါ။

သင်ခန်းစာ (၃)

လူဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း

(Who is Man?)

ပြင်ဆင်ရန် - မှန်ထဲတွင် သင့်ကိုယ်သင် ပြန်ကြည့်ပါ။ မည်သည့်အရာကို တွေ့မြင်ရသနည်း။ တွေ့မြင်ရသော ပုံရိပ်ကို နှစ်သက်ပါသလား။ ဘုရားသခင် ဖန်ဆင်းထားသော ဖန်ဆင်းခံ အပေါင်းတို့တွင် ကိုယ်တော်သည် သင့်အား ကိုယ်တော်၏ မြင့်မြတ်လှသော ဂုဏ်သရေအဖြစ် ဖန်ဆင်းရန် ရွေးချယ်ခဲ့သည်။ ထိုအရာကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။

စဉ်းစားဆင်ခြင်ရန် - လူတစ်ယောက်တွင် တစ်ဦးတည်းမဟုတ်ဘဲ ပုဂ္ဂိုလ် (၃) မျိုး ရှိကြသည်။ ပထမမှာ မိမိကိုယ်ကိုမြင်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်။ ဒုတိယမှာ အခြားသူများက သို့မဟုတ် ပတ်ဝန်းကျင်က မြင်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်။ တတိယမှာ သူ၏စစ်မှန်သော မူလပုဂ္ဂိုလ်နှင့် ဘုရားသခင်က ရှုမြင်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်သည်။ ၁ ဓမ္မရာဇဝင် ၁၆:၇ - "ထာဝရဘုရားသည် လူမြင်သကဲ့သို့ မြင်တော်မူသည် မဟုတ်။ လူသည် အဆင်းသဏ္ဌာန်ကို ကြည့်ရှုတတ်၏။ ထာဝရဘုရားမူကား နှလုံးကို ကြည့်ရှုတတ်သည်" ဟု လာသတည်း။

နိဒါန်း - သာမန်လူသားများ လက်ခံရန် အခက်ခဲဆုံးသော သမ္မာကျမ်းစာ၏ သဘောတရားတစ်ခုမှာ အရာခပ်သိမ်းကို တတ်နိုင်တော်မူသော အနန္တတန်ခိုးရှင် ဘုရားသခင်သည် အပြစ်ရှိ၍ ကျဆင်းနေသော လူသားမျိုးနွယ်ကို အောက်မေ့ဂုဏ်တော်မူခြင်း ဖြစ်သည် - "လူသည် အဘယ်သို့သောသူဖြစ်၍၊ ကိုယ်တော်သည် အောက်မေ့တော်မူရသနည်း။ လူသားသည် အဘယ်သို့သော သူဖြစ်၍ အကြည့်အရှု ကြွလာတော်မူရသနည်း။ သူ့ကို ကောင်းကင်တမန်တို့အောက်၌ အနည်းငယ်နှိမ့်တော်မူပြီ။" - ဆာလံ ၈:၄။

အဓိကအချက်များ -

၁။ လူအပေါင်းတို့သည် ဘုရားသခင်၏ ပုံသဏ္ဌာန်တော်အတိုင်း ဖန်ဆင်းခြင်းခံရသည် - "ထိုသို့ဘုရားသခင်သည် မိမိပုံသဏ္ဌာန်နှင့်အညီ လူကိုဖန်ဆင်းတော်မူ၏။ ဘုရားသခင်၏ ပုံသဏ္ဌာန် တော်နှင့်အညီ လူယောက်ျား၊ လူမိန်းမကိုဖန်ဆင်းပြီးလျှင်..." - ကမ္ဘာဦးကျမ်း ၁:၂၇။

၂။ လူအပေါင်းတို့သည် တန်းတူညီမျှကြသည် - "ငါ့ညီအစ်ကိုတို့၊ ဘုန်းကြီးတော်မူသော ငါတို့ သခင်ယေရှုခရစ်ကို ယုံကြည်ခြင်းအမှုမှာ၊ လူမျက်နှာကို ထောက်ခြင်းမရှိကြနှင့်။" - ယာကုပ် ၂:၁။

၃။ လူအား လွတ်လပ်စွာ ရွေးချယ်ပိုင်ခွင့် ပေးထားသည် - "ထာဝရအရှင်ဘုရားသခင်ကလည်း၊ ကောင်းမကောင်းကို သိကျွမ်းရာအပင်မှတစ်ပါး၊ ထိုဥယျာဉ်၌ ရှိသမျှသော အပင်တို့၏အသီးကို သင်သည် စားရသောအခွင့်ရှိ၏။ ထိုအပင်၏ အသီးကိုကား မစားရ။ စားသောနေ့တွင် ဧကန်အမှန်သေရမည်ဟု လူကို ပညတ်ထားတော်မူ၏။" - ကမ္ဘာဦးကျမ်း ၂:၁၆-၁၇။

၄။ လူသည် အပြစ်ပြုတတ်သော သဘောသဘာဝရှိသည် - "မြေကြီးပေါ်မှာ လူအပြစ်ကြီး၍၊ သူ၏ စိတ်နှလုံးအကြံအစည်ရှိသမျှတို့သည် အစဉ်မပြတ် ဆိုးညစ်ခြင်းသက်သက်ရှိကြောင်းကို၊ ဘုရားသခင် သိမြင်တော်မူလျှင်..." - ကမ္ဘာဦးကျမ်း ၆:၅။

၅။ ဘုရားသခင်မပါဘဲ လူသည် ဟာလာဟင်းလင်း ဖြစ်နေသည် - "သမင် ဒရယ်သည် ရေစီးသော ချောင်းကို တောင့်တသကဲ့သို့၊ အကျွန်ုပ်တို့ညာဉ်သည် ကိုယ်တော်ကို တောင့်တပါသည်ဘုရား။" - ဆာလံ ၄၂:၁။

၆။ လူ၏ သက်တမ်းသည် အကန့်အသတ်ရှိသည် - "အကျွန်ုပ်တို့၏ အသက်အရွယ်သည် အနှစ်ခုနစ်ဆယ် အတိုင်း အရှည်ရှိပါ၏။ အားကြီး၍ အနှစ်ရှစ်ဆယ် ပြည့်သော်လည်း၊ ဝါကြွားခြင်းသည် ပင်ပန်းခြင်းနှင့် ဝမ်းနည်းခြင်း ဖြစ်ပါ၏။ ထိုအသက်သည်လည်း မြန်မြန်လွန် ၍၊ အကျွန်ုပ်တို့သည် စုတေ့ကြပါ၏။" - ဆာလံ ၉၀:၁၀။

၇။ လူသည် ထာဝရ တရားစီရင်ခြင်းကို ရင်ဆိုင်ရမည် - "အကြောင်းမူကား၊ ငါတို့ရှိသမျှသည် ကိုယ်ခန္ဓာ၌ ကျင့်သောအကျင့်၊ ကောင်းမကောင်းရှိသည်အတိုင်း အကျိုးအပြစ်ကို အသီးအသီးခံခြင်းငှါ၊ ခရစ်တော်၏ တရားပလ္လင် ရှေ့၌ ပေါ်လာရကြမည်။" - ၂ ကောရိန္တု ၅:၁၀။

တွေးတောဆင်ခြင်ဖွယ် အချက်များ -

၁။ ဘုရားသခင်သည် ကျွန်ုပ်တို့အား ရွေးချယ်ခွင့် ပေးထားပါသည် - နေ့စဉ် မည်သို့ ဆုံးဖြတ်သည်ဆိုသည်ပေါ် မူတည်၍ ကိုယ်တော်ကို ဂုဏ်ပြုရန် သို့မဟုတ် သိမ်ငယ်စေရန် ရွေးချယ်နိုင်ပါသည်။

၂။ ကျွန်ုပ်တို့၏ နေ့ရက်များကို ရေတွက်ထားပြီးဖြစ်ကြောင်း သိပါက၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ နောက်ဆုံး ခရီးပန်းတိုင်အတွက် မည်သို့ ပြင်ဆင်နေပါသနည်း။

၃။ ကျွန်ုပ်တို့၏ သက်တမ်း အရှည်အခွန်အတွက် အလွန်အမင်း စိုးရိမ်နေမိ၍ အသက်တာ၏ အကျယ်အဝန်းနှင့် အမြင့်အတွက် အနည်းငယ်မျှသာ ပြုလုပ်နေမိပါသလား။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန် - ကျဆင်းနေသော ဤလောကကြီးသည် လူတစ်ယောက်၏ ဓနဥစ္စာ၊ ဩဇာအာဏာနှင့် အသားအရောင်ပေါ် မူတည်၍ ပိုင်းခြားဆုံးဖြတ်တတ်သည်။ သို့သော် ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် တန်းတူညီမျှဖြစ်ကြောင်း ကျွန်ုပ်တို့ သိကြသည်။ ထိုအရာကို ယခုမသိပါက ကောင်းကင်ဘုံသို့ ရောက်သည့်အခါ သိရှိရပါလိမ့်မည်။

ဝေမျှခြင်း - ယခင်က အရေးမပါ သို့မဟုတ် တန်ဖိုးမရှိဟု သင် ထင်မှတ်ခဲ့သော သူတစ်ယောက်ထံ သွားရောက်၍ မိတ်ဆွေဖွဲ့ရန် အချိန်ယူပါ။

သင်ခန်းစာ (၄)

သမ္မာကျမ်းစာကို မည်သို့ လေ့လာမည်နည်း

(How to Study the Bible?)

ပြင်ဆင်ရန် - သမ္မာကျမ်းစာ တစ်အုပ်လုံးကို ပြီးဆုံးအောင် နောက်ဆုံး ဖတ်ရှုခဲ့သည်မှာ မည်သည့်အချိန်က နည်း။ ခရစ်ယာန်တိုင်းသည် ဓမ္မဟောင်းကျမ်းကို တစ်နှစ်လျှင် တစ်ကြိမ်၊ ဓမ္မသစ်ကျမ်းကို အနည်းဆုံး နှစ်ကြိမ် ဖတ်ရှုသင့်ပါသည်။ သမ္မာကျမ်းစာကို ကြိုးစားအားထုတ်စွာ လေ့လာခြင်းဖြင့် ကြီးမားသော စူးစမ်းရှာဖွေမှုအတွက် မိမိကိုယ်ကို ပြင်ဆင်ပါ။

စဉ်းစားဆင်ခြင်ရန် - သမ္မာကျမ်းစာပိုဒ်တစ်ခုကို ဖတ်ရှုသည့် အကြိမ်တိုင်း၊ ထိုကျမ်းပိုဒ်ကို အောက်ပါ အမျိုးအစား (၃) မျိုးအနက် တစ်ခုခုအောက်တွင် ထည့်သွင်းကြည့်ပါ -

- ငါ လိုက်နာရမည့် ပညတ်ချက်လော။
- ငါ သင်ခန်းစာယူရမည့် ပုံစံနမူနာလော။
- ငါ နားလည်သဘောပေါက်ရမည့် သွန်သင်ချက်လော။

နိဒါန်း - ခရစ်ယာန်အများအပြားသည် သမ္မာကျမ်းစာ လေ့လာခြင်းကို ဦးစားမပေးကြပေ။ ထို့ကြောင့် သူတို့၏ ယုံကြည်ခြင်းသည် အားနည်းပြီး ရဲဝံ့သေချာမှု သို့မဟုတ် သက်ဝင်ယုံကြည်မှု မရှိဘဲ ပြောဆိုတတ်ကြသည်။

အဓိကအချက်များ -

၁။ **နေ့စဉ် ဘုရားသခင်နှင့် မိတ်သဟာယဖွဲ့ခြင်း** - "...ထာဝရဘုရား၏ တရားတော်၌ မွေ့လျော်၍၊ တရားတော်ကို နေ့ညဉ့်မပြတ် ဆင်ခြင်အောက်မေ့သောသူသည် မင်္ဂလာရှိ၏။" - ဆာလံ ၁:၂။

၂။ **တတ်နိုင်သမျှ သင်ယူပါ** - "ပညတ်တခုပေါ်မှာ တခု၊ တခုပေါ်မှာ တခု၊ တနည်းပေါ်မှာ တနည်း၊ တနည်းပေါ်မှာ တနည်း၊ သည် ဘက်မှာ အနည်းငယ်၊ ဟိုဘက်မှာ အနည်းငယ်ရှိပါသည် တကားဟု ဆိုကြ၏။" - ဟေရှာယ ၂၈:၁၀။

၃။ **သမ္မာကျမ်းစာကို ရှေ့နောက်အကြောင်းအရာနှင့်အညီ နားလည်ပါ** - "သင်မူကား၊ ဝန်ခံတော်မူသောသူ၊ ရှက်ကြောက် စရာအကြောင်းမရှိဘဲ၊ သမ္မာတရားကို မှန်ကန်စွာ ပိုင်းခြားတတ်သော ဆရာသမားဖြစ်လျက်၊ ဘုရားသခင်ရှေ့၌ ကိုယ်ကိုကိုယ်ဆက်သခြင်းငှါ ကြိုးစား အားထုတ်လော့။" - ၂ တိမောသေ ၂:၁၅။

၄။ **နှုတ်ကပတ်တော်ကို စေ့စေ့စပ်စပ် လေ့လာပါ** - "ဗေရိမြို့သားတို့သည် သက်သာ လောနိတ်မြို့ သားတို့ထက် ထူးမြတ်သဖြင့်၊ အလွန်ကြည်ညိုသော စေတနာစိတ်နှင့် နှုတ်ကပတ်တရားတော်ကိုခံယူ၍ မှန်သည်မမှန်သည်ကို သိခြင်းငှါ၊ ကျမ်းစာကိုနေ့တိုင်း အစဉ်စေ့စေ့ကြည့်ရှုကြ၏။" - တမန်တော် ၁၇:၁၁။

၅။ **နှုတ်ကပတ်တော်ကို ဆင်ခြင်အောက်မေ့ပါ** - "ထိုပညတ္တိကျမ်းစာ၌ ရေးထားသမျှအတိုင်း ကျင့်မည်ဟု စောင့်ရှောက်ခြင်းအလိုငှါ ကျမ်းစာကို မဘတ်မရွတ်ဘဲမနေ၊ နေ့ညဉ့်မပြတ် ကြည့်ရှုဘတ်ရွတ်ရမည်။ သို့ပြုလျှင် သင်သည် အကြံထမြောက်၍ အောင်မြင်လိမ့် မည်။" - ယောရှု ၁:၈။

၆။ **နှုတ်ကပတ်တော်ကို အလွတ်ကျက်မှတ်ပါ** - "ကိုယ်တော်ကို မပြစ်မှားဘဲ နေနိုင်မည် အကြောင်း၊ ဗျာဒိတ်တော်ကို နှလုံးထဲမှာ သိုထားပါပြီ။" - ဆာလံ ၁၁၉:၁၁။

၇။ နှုတ်ကပတ်တော်ကို ဝေမျှပါ - "သက်သေခံအများရှိသည်နှင့် ငါ့ထံ၌ကြားရပြီးသော အရာတို့ကို၊ သစ္စာနှင့် ပြည့်စုံ၍ သူတပါးတို့ကို သွန်သင်ခြင်းငှါ၊ တတ်စွမ်းနိုင်သော သူတို့၌ အပ်ပေးလော့။" - ၂ တိမောသေ ၂:၂။

တွေးတောဆင်ခြင်ဖွယ် အချက်များ -

၁။ ပင်မအချက် (၇) ချက်ကို ဝိညာဉ်ရေးရာရင့်ကျက်မှု အစဉ်လိုက် တင်ပြထားပါသည် - သင်သည် မည်သည့် အဆင့်သို့ ရောက်ရှိနေပြီနည်း။

၂။ ဤနည်းလမ်း (၇) မျိုးအနက် မည်သည့်အရာကို သင် လေ့ကျင့်မှု အနည်းဆုံးဖြစ်သနည်း။ ထိုသို့ အားနည်းချက် ရှိနေရသည့် အကြောင်းအရင်းကို ရှင်းပြပါ။

၃။ သမ္မာကျမ်းစာကို အခြားသူတစ်ဦးအား ဝေမျှဖူးပါသလား။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန် - ယေရှုသည် သွေးဆောင်ဖြားယောင်းခြင်း ခံရစဉ်အတွင်း ကျမ်းစာပိုဒ်များကို နှုတ်တိုက် အလွတ် အမှတ်ရနေသောကြောင့် မာရ်နတ်ကို တွန်းလှန်နိုင်ခဲ့သည်။ တစ်ပတ်လျှင် ကျမ်းပိုဒ်တစ်ပိုဒ်နှုန်းဖြင့် ဖြစ်စေ၊ သင်ရော ယခုမှစ၍ အလွတ်ကျက်မှတ်ရန် ကြိုးစားမည်လား။

ဝေမျှခြင်း - ရိုးရှင်းသော ဇယားကွက် ၃ ကွက်ပါ သမ္မာကျမ်းစာ လေ့လာခြင်းနည်းလမ်းကို လေ့ကျင့်ပါ -

၁။ ပထမဇယားကွက်တွင် ကျမ်းပိုဒ်ကို ကူးရေးပါ။

၂။ ဒုတိယဇယားကွက်တွင် ထိုကျမ်းပိုဒ်၏ အဓိပ္ပာယ်ဟု သင်ထင်မြင်သည်ကို ရေးပါ။

၃။ တတိယဇယားကွက်တွင် လက်တွေ့ကျင့်သုံးနိုင်မည့် နည်းလမ်းကို စဉ်းစားပါ။

ကြိုးစားကြည့်ပါ။ ဤသည်မှာ အထူးသဖြင့် အုပ်စုငယ်များတွင် ကျမ်းပိုဒ်တစ်ခုကို ဝေမျှသည့်အခါ ရိုးရှင်းသော် လည်း ထိရောက်သော နည်းလမ်းဖြစ်သည်။

သင်ခန်းစာ (၅)

သင့်ဓားကို ထက်မြက်စေမည့် သင်ထောက်ကူ ကိရိယာများ

(Tools to Sharpen Your Sword)

ပြင်ဆင်ရန် - စာအုပ်ဆိုင် သို့မဟုတ် ခရစ်ယာန်ကောလိပ် (ကျမ်းစာကျောင်း) သို့ သွားရောက်၍ သမ္မာကျမ်းစာ လေ့လာရေး အပိုင်းကို လေ့လာကြည့်ပါ။ အချိန်မရှိပါက အသင်းတော် စာကြည့်တိုက်တွင် ကြည့်ရှုပါ။

စဉ်းစားဆင်ခြင်ရန် - သမ္မာကျမ်းစာသည် နားလည်ရန် ခက်ခဲသော စာအုပ်မဟုတ်သော်လည်း၊ ၎င်းတွင်ပါရှိသော ရတနာအချို့ကို ဘုရားသခင်၏ နှုတ်ကပတ်တော်တည်းဟူသော ဓားကို ရှာဖွေ၊ လေ့လာ၊ ထက်မြက်အောင် သွေးခြင်းဖြင့်သာ ဖော်ထုတ်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။

နိဒါန်း - ခရစ်ယာန်အများအပြားသည် ကျမ်းစာအုပ်တစ်အုပ်တည်းဖြင့်ပင် ယုံကြည်ခြင်းခရီးကို လျှောက်လှမ်းနေကြသည်။ ကောင်းကင်ဘုံသို့ ရောက်ရှိနိုင်သော်လည်း၊ ကျမ်းစာကို ပိုမိုနားလည်သဘောပေါက်ပါက ခရီးစဉ်သည် ပိုမိုနက်နဲကာ အဓိပ္ပာယ်ရှိလာမည်ဖြစ်သည်။

အဓိကအချက်များ -

၁။ သမ္မာကျမ်းစာ ဘာသာပြန်မူများ - အင်္ဂလိပ်စာ ဖတ်နိုင်သူများအတွက် အမျိုးအစား စုံလင်စွာ ရှိပါသည်။ အကြံပြုလို သည်မှာ - ဘာသာပြန် ၄ မျိုး ယှဉ်တွဲပါရှိသော ကျမ်းစာအုပ် (Comparative 4-version Bible) ဖြစ်သည်။

၂။ လေ့လာရေး ကျမ်းစာအုပ်များ (Study Bibles) - ထုတ်ဝေမှု အမျိုးအစားများစွာ ရှိရာ မိမိနှင့် အသင့်တော်ဆုံးကို ရွေးချယ်ပါ။ အကြံပြုလိုသည်မှာ - Thomson Chain Reference Study Bible ဖြစ်သည်။

၃။ ကျမ်းစာ လမ်းညွှန်စာအုပ်များ (Bible Handbooks) - ကျမ်းစာ၏ နောက်ခံနှင့် အနှစ်ချုပ်ကို လွယ်ကူစွာ ရရှိနိုင်သော နည်းလမ်းဖြစ်သည်။ အကြံပြုလိုသည်မှာ - Halley's Bible Handbook ဖြစ်သည်။

၄။ စကားလုံး လေ့လာခြင်း (Word Study) - ဟောပြော သို့မဟုတ် ဂရိဘာသာစကားကို သင်ယူရန် မလိုဘဲ မူရင်းအဓိပ္ပာယ် နောက်ခံကို သိရှိနိုင်ပါသည်။ အကြံပြုလိုသည်မှာ - A.T. Robertson ရေးသားသော Word Pictures in the New Testament ဖြစ်သည်။

၅။ ကျမ်းစာ အဘိဓာန် သို့မဟုတ် စွယ်စုံကျမ်း - ကျမ်းစာပါ စကားလုံးများ၏ အဓိပ္ပာယ်ကို နားလည်ရန် ကူညီပေးသည်။ အကြံပြုလိုသည်မှာ - Vines Complete Expository Dictionary ဖြစ်သည်။

၆။ ကျမ်းစာ အဓိပ္ပာယ်ရှင်းလင်းချက်များ/အနက်ဖွင့်ကျမ်းများ (Commentary) - William Barclay နှင့် Burton Coffman တို့ကဲ့သို့ တစ်ဦးတည်းရေးသားသော စာအုပ်များ အဆင်ပြေသကဲ့သို့ IVP (Inter Varsity Press) ကဲ့သို့သော စာရေးဆရာ အဖွဲ့မှ ရေးသားထားသည့် ရှေးကျ အစဉ်အလာရှိသော စာအုပ်များကို ရွေးချယ်ပါ။

၇။ အင်တာနက် - အင်တာနက်သည် ကျမ်းစာလေ့လာရန် ထိရောက်သော ကိရိယာဖြစ်သည်။ မေးခွန်းများနှင့် သုတေသန ပြုလုပ်ရန် Google ကို အသုံးပြုပါ။ သို့သော် အင်တာနက် မသုံးမီ မိမိကိုယ်တိုင် လေ့လာမှုကို ဦးစွာ ပြုလုပ်ပါ။ အင်္ဂလိပ်နှင့် တရုတ်ဘာသာဖြင့် ရရှိနိုင်သော အကြောင်းအရာများနှင့် လင့်ခ်များအတွက် PP ၏ သတင်းအချက်အလက် စင်တာတွင် လေ့လာကြည့်ပါ။

တွေးတောဆင်ခြင်ဖွယ် အချက်များ -

၁။ ကျွန်ုပ် ဖော်ပြထားသော ကျမ်းစာလေ့လာရေး ကိရိယာများစွာ ရှိပါသေးသည်။ မည်သည့် ကိရိယာများကို ဤစာရင်းတွင် ထပ်မံဖြည့်စွက်သင့်သည်ဟု ထင်ပါသနည်း။

၂။ သင်၏ ကျမ်းစာလေ့လာမှုသည် ပျင်းရိဦးငွေဖွယ် ဖြစ်နေပါက အခြားသော ဘာသာပြန်မူတစ်ခုကို အဘယ်ကြောင့် မပြောင်းသုံးဘဲ နေမည်နည်း။ ၎င်းသည် သင့်လေ့လာမှုနှင့် ဝတ်ပြုမှုတွင် သစ်လွင်သော အမြင်ကို ဆောင်ကြဉ်းပေးပါလိမ့်မည်။

၃။ ဖော်ပြပါ ကိရိယာ ၇ မျိုးအနက် မည်သည့်အရာကို လက်ရှိ အသုံးပြုနေပါသနည်း။ သင့်အတွေ့အကြုံကို ဝေမျှပါ။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန် - iPad၊ iPhone သို့မဟုတ် iPod Touch စသည့် စက်ပစ္စည်းများကို အသုံးပြုပါ - စာသင်ခန်း သို့မဟုတ် အသင်းတော်သို့ ယူဆောင်သွားနိုင်သည့် အခမဲ့ ကျမ်းစာ လေ့လာရေး ကိရိယာများစွာ ရှိပါသည်။

ဝေမျှခြင်း - နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း တူးဖော်ရန် မည်မျှအရေးကြီးကြောင်း ပုံဖော်ရန် ယောဟန် ၂၁:၁၅-၁၇ ကျမ်းပိုဒ်ကို ဆင်ခြင်ကြည့်ပါ - "နံနက်စာကို စားကြသည်နောက်၊ ယေရှုက၊ ယောန၏သား ရှိမုန်၊ ဤသူတို့သည် ငါ့ကို ချစ်သည်ထက် သင်သည်သာ၍ (agape - သန့်ရှင်းသော မေတ္တာဖြင့်) ချစ်သလောဟု ရှိမုန်ပေတရုအားမေးတော်မူလျှင်၊ ဟုတ်ပါ၏သခင်။ ကိုယ်တော်ကို အကျွန်ုပ် (philo - ခင်မင်ရင်းနှီးသော မေတ္တာဖြင့်) ချစ်သည်ကို ကိုယ်တော်သိတော်မူ၏ဟု လျှောက်သော်၊ ငါ၏သိုးသငယ်တို့ကို ကျွေးမွေးလေ့ဟု မိန့်တော်မူ၏။ တဖန်ယေရှုက၊ ယောန၏သားရှိမုန်၊ သင်သည် ငါ့ကို ချစ် (agape) သလောဟု ဒုတိယအကြိမ်မေးတော်မူလျှင်၊ ဟုတ်ပါ၏သခင်။ ကိုယ်တော်ကို အကျွန်ုပ် ချစ် (philo) သည်ကို ကိုယ်တော်သိတော်မူ၏ဟုလျှောက်သော်၊ ငါ၏ သိုးတို့ကို ထိန်းလေ့ဟုမိန့်တော်မူ၏။ ယေရှုကလည်း၊ ယောန၏သားရှိမုန်၊ သင်သည် ငါ့ကိုချစ်သလောဟု တတိယ အကြိမ် မေးတော်မူလျှင်၊ သင်သည်ငါ့ကိုချစ် (philo) သလောဟု သုံးကြိမ်မြောက်အောင် မေးတော်မူသောကြောင့် ပေတရုသည် စိတ်နာသဖြင့်..."

ဤနက်နဲသော အဓိပ္ပာယ်ကို အင်္ဂလိပ် (သို့မဟုတ် သာမန်) ကျမ်းစာအုပ်များတွင် ထင်ရှားစွာ တွေ့မြင်နိုင်မည် မဟုတ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၆)

ဆုတောင်းခြင်း ပုံစံများ

(Types of Prayers)

ပြင်ဆင်ရန် - ချီးမွမ်းကိုးကွယ်ခြင်းတွင် အမျိုးအစား အမျိုးမျိုး ရှိသကဲ့သို့ ဆုတောင်းခြင်းတွင်လည်း မတူညီသော ပုံစံများ ရှိကြသည်။ သင့်ဆုတောင်းခြင်း အသက်တာသည် ပုံစံတစ်မျိုးတည်း ပုံသေဖြစ်နေပါသလား သို့မဟုတ် ပုံစံအမျိုးမျိုး ဆုတောင်းနေပါသလား။ ခဏမျှ စဉ်းစားကြည့်ပါ။

စဉ်းစားဆင်ခြင်ရန် - သမ္မာကျမ်းစာပါ ဆုတောင်းခြင်းများနှင့် ပတ်သက်၍ ကျမ်းစာအညွှန်း (Concordance) တွင် ရှာဖွေပါ။ ထိုဆုတောင်းချက်များသည် မည်သည့် ဆုတောင်းချက်မျိုး ဖြစ်သနည်း။ အမျိုးအစား ခွဲခြားပြီး သင့်ကိုယ် ပိုင် ဆုတောင်းခြင်း အသက်တာနှင့် နှိုင်းယှဉ်ဆက်စပ်ကြည့်ပါ။

နိဒါန်း - ခရစ်ယာန်အများအပြားသည် ဆုတောင်းခြင်း ပုံစံတစ်မျိုးတည်းသာ ရှိသည်ဟု ထင်မှတ်တတ်ကြသည်။ ဤသင်ခန်းစာတွင် သမ္မာကျမ်းစာ၌ တွေ့ရှိရသော အတွေ့ရအများဆုံး ဆုတောင်းခြင်း အခွင့်အရေး ၇ မျိုးကို လေ့လာသွားပါမည်။

အဓိကအချက်များ -

၁။ **မအိပ်မီ ဆုတောင်းခြင်း** - "ညဦးအချိန်၊ နံနက်အချိန်၊ မွန်းတည့်အချိန်တို့၌ ငါသည် ညည်းတွားမြည်တမ်း၍၊ ငါ၏အသံကို ကြားတော် မူမည်။" - ဆာလံ ၅၅:၁၇။

၂။ **မစားမီ ဆုတောင်းခြင်း** - "ယေရှုသည် မုန့်ငါးလုံးနှင့် ငါးနှစ်ကောင်ကိုယူ၍ ကောင်းကင်သို့ကြည့်မျှော်လျက်၊ ကျေးဇူးတော်ကို ချီးမွမ်းပြီးမှ မုန့်ကိုဖွဲ့၍ လူများရှေ့၌ ထည့်စေခြင်းငှါ တပည့်တော်တို့အားပေးတော်မူ၏။" - လုကာ ၉:၁၆။

၃။ **နံနက်ခင်း ဆုတောင်းခြင်း** - "ဤနေ့ရက်သည် ထာဝရဘုရားစီရင်တော်မူသော နေ့ရက်ဖြစ်၍၊ ယနေ့ဝမ်းမြောက် ရွှင်လန်းကြကုန်အံ့။" - ဆာလံ ၁၁၈:၂၄။

၄။ **တစ်ညလုံး ဆုတောင်းခြင်း** - "ထိုနေ့ရက်ကာလ၌ ကိုယ်တော်သည် ဆုတောင်းပဌာနာပြုခြင်းငှါ တောင်ပေါ်သို့ ကြွ၍ ဘုရားသခင်အား ဆုတောင်းပဌာနာပြုလျက် တညဉ့်နေတော်မူ၏။" - လုကာ ၆:၁၂။

၅။ **လမ်းလျှောက် ဆုတောင်းခြင်း** - "သို့ဖြစ်၍ မြို့ကိုလှည့်ပတ်ရကြမည်။ ဣသရေလ စစ်သူရဲအပေါင်းတို့သည် ခြောက်ရက်ပတ်လုံးလှည့်ပတ် ခြင်းအမှုကို ပြုရကြမည်။ ယဇ်ပုရောဟိတ်ခုနစ်ယောက်တို့သည် သေတ္တာ တော်ရှေ့မှ ယုဘိလတံပိုးခုနစ်လုံးကို ဆောင်ရကြမည်။ သတ္တမနေ့ရက်၌ ခုနစ်ကြိမ်တိုင်အောင် မြို့ကိုလှည့်ပတ်၍ ယဇ်ပုရောဟိတ်တို့သည် တံပိုးကိုမှုတ်ရကြမည်။" - ယောရှု ၆:၃-၄။

၆။ **အစာရှောင် ဆုတောင်းခြင်း ကာလများ** - "ယေရှုသည် အရက်လေးဆယ်ပတ်လုံး အစာအာဟာရကို မသုံးဆောင်ဘဲနေပြီးမှ မွတ်သိပ်ခြင်းသို့ ရောက်တော်မူ၏။" - မသဲ ၄:၂။

၇။ **မခြားမလပ် ဆုတောင်းခြင်း** - "မခြားမလပ် ဆုတောင်းကြလော့" - ၁ သက်သာလောနိတ် ၅:၁၇။

တွေးတောဆင်ခြင်ဖွယ် အချက်များ -

၁။ ဖော်ပြပါ ဆုတောင်းခြင်း ၇ မျိုးအနက် မည်သည့်အရာတွင် သင် ပါဝင်ပြုလုပ်ဖူးပါသနည်း။ သင့်အတွေ့အကြုံ ကို ဝေမျှပါ။

၂။ မည်သည့် ဆုတောင်းခြင်း ပုံစံကို ပိုမိုပြုလုပ်လိုပါသနည်း။ ရှင်းပြပါ။

၃။ အစာရှောင်ခြင်းသည် ပြင်းထန်သော ဆုတောင်းခြင်းနှင့် မကြာခဏ ဆက်စပ်နေလေ့ရှိသည်။ သမ္မာကျမ်းစာ ထဲတွင် ထိုသို့သော ကျမ်းပိုဒ်များကို ရှာဖွေပါ။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန် - ဤလောကတွင် ဆုတောင်းခြင်းလောက် တန်ခိုးကြီးသောအရာ မရှိပါ။ ပြုလုပ်ရသေးပါက၊ သင်၏ဆုတောင်းတောင်းဆိုချက်များကို မှတ်တမ်းတင်သည့် ဂျာနယ်တစ်ခုကို ယနေ့ပင် စတင်ရေးသားပါ။ ဘုရား သခင်နှင့်အတူ လျှောက်လှမ်းရာတွင် ကိုယ်တော် မည်သို့ အလုပ်လုပ်နေသည်ကို သိရှိနိုင်ရန် ထိုမှတ်တမ်းကို မကြာခဏ ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။

ဝေမျှခြင်း - အချို့သောသူများက "ငါ့အနေနဲ့ အနည်းဆုံး လုပ်ပေးနိုင်တာကတော့ ဆုတောင်းပေးတာပါပဲ" ဟု ပြော ဆိုကြသည်ကို ကြားဖူးပေမည်။ အမှန်တကယ်တွင် မည်သည့်အခြေအနေ၌မဆို သင် လုပ်ဆောင်ပေးနိုင်သည့် အကြီးမားဆုံးအရာမှာ ဆုတောင်းပေးခြင်း ဖြစ်သည်။ ဆုတောင်းခြင်းသည် ကမ္ဘာကြီးကို ရွှေ့လျားစေသော လက်တော်ကို ရွှေ့လျားစေပါသည်။ သင် ဆုတောင်းပေးနိုင်မည့်သူများ၏ စာရင်းကို ပြုလုပ်ပါ သို့မဟုတ် အသင်း တော်အဖွဲ့ဝင် စာရင်းကဲ့သို့သော အဆင်သင့်စာရင်းကို အသုံးပြု၍ တစ်ဦးချင်းစီအတွက် အမည်တပ် ဆုတောင်း ပေးပါ - "ငါမူကား သင်တို့အဘို့ ဆုမတောင်းဘဲ နေသဖြင့်၊ ထာဝရဘုရားကို ပြစ်မှားခြင်းအမှုသည် ငါနှင့် ဝေးပါစေ သော။" - ၁ မေဓရာဇဝင် ၁၂:၂၃။

သင်ခန်းစာ (၇)

ဆုတောင်းခြင်း အဆင့်များ

(Levels of Prayers)

ပြင်ဆင်ရန် - ဆုတောင်းခြင်းဆိုသည်မှာ သင့်အတွက် မည်သည့်အရာ ဖြစ်သနည်း။ အခက်အခဲရှိမှသာ ဆုတောင်းတတ်ပါသလား သို့မဟုတ် ဒီယေလကဲ့သို့ မှန်မှန် ဆုတောင်းလေ့ရှိပါသလား။ ဒီယေလအမျိုး ၆:၁၀ - "အမိန့်တော် ထုတ်၍ တံဆိပ်ခတ်ကြောင်းကို ဒီယေလသည် ကြားသိသော်လည်း၊ မိမိအိမ်သို့သွား၍ ယေရုရှလင်မြို့သို့ မျက်နှာပြုရာ အထက်ခန်းပြတင်း ပေါက်ပွင့်လျက်ပင်၊ အထက်ပြုလေ့ရှိသည်အတိုင်း၊ တနေ့ သုံးကြိမ်ခွဲထောက်လျက် ဘုရားသခင်ကို ဆုတောင်း၍ ဂုဏ်ကျေးဇူးတော်ကို ချီးမွမ်းလေ၏။"

စဉ်းစားဆင်ခြင်ရန် - တောင်းလျှောက်ခြင်း (petition)၊ အခြားသူများအတွက် ကြားဝင်ဖြန့်ဖြေတောင်းဆုခြင်း (intercession)၊ ဝန်ချတောင်းပန်ခြင်း (confession)၊ ချီးမွမ်းကိုးကွယ်ခြင်း (adoration) သို့မဟုတ် ကျေးဇူးတော်ချီးမွမ်းခြင်း (thanksgiving) - ဤဆုတောင်းချက်များအနက် မည်သည့်အရာကို သင့်ဆုတောင်းခြင်းများတွင် ပိုမိုအာရုံစိုက်ပြုလုပ်လေ့ရှိသနည်း။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။

နိဒါန်း - ခရစ်ယာန်အများအပြားသည် ဆုတောင်းခြင်းကို သာမန်ရိုးရိုးအရာအဖြစ် သဘောထားတတ်ကြပြီး ဤဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းတွင် ရင့်ကျက်တိုးတက်လာခြင်း မရှိကြပေ။ သင့်အတွက် စဉ်းစားဆင်ခြင်နိုင်ရန် ဆုတောင်းခြင်း အဆင့် ၇ ဆင့်ကို အောက်တွင် ဖော်ပြထားပါသည်။

အဓိကအချက်များ -

၁။ **ဝန်ချတောင်းပန်ခြင်း (Confession)** - "အခွန်ခံမှုကား၊ အဝေးကရပ်၍ ကောင်းကင်သို့မမျှော်မကြည့်ဝံ့ဘဲ ရင်ပတ်ကိုခက်လျက်၊ အို ဘုရားသခင်၊ အပြစ်များသော အကျွန်ုပ်ကို သနားခြင်းကရုဏာစိတ် ရှိတော်မူပါဟု ဆုတောင်းလေ၏။" - လုကာ ၁၈:၁၃။

၂။ **လိုအပ်ချက်များကို တောင်းလျှောက်ခြင်း (Supplication)** - "အသက်မွေးလောက်သောအစာကို အကျွန်ုပ်တို့အား ယနေ့ပေးသနားတော်မူပါ။" - မသဲ ၆:၁၁။

၃။ **အခြားသူများအတွက် တောင်းဆုပြုခြင်း (Petition)** - "ငါမူကား သင်တို့အဘို့ ဆုမတောင်းဘဲ နေသဖြင့်၊ ထာဝရဘုရားကို ပြစ်မှားခြင်းအမှုသည် ငါနှင့် ဝေးပါစေသော။" - ၁ ဓမ္မရာဇဝင် ၁၂:၂၃။

၄။ **ကျေးဇူးတော်ချီးမွမ်းခြင်း (Thanksgiving)** - "ငါတို့သည် ဘုရားဝတ်၌ မွေ့လျော်ခြင်း၊ လျှောက်ပတ်စွာ ကျင့်ခြင်းအမျိုးမျိုးကိုပြု၍၊ ငြိမ်ဝပ်ဆိတ်ညံ့စွာနေရမည်အကြောင်း၊ ရှင်ဘုရင်မှစ၍ မင်းအာဏာရှိသော သူအပေါင်းတို့နှင့် လူအမျိုးမျိုးတို့အဘို့ ဆုတောင်းပဌာနာပြုခြင်း၊ မေတ္တာပို့ခြင်း၊ ကျေးဇူးတော်ကို ချီးမွမ်းခြင်းကို ရှေ့ဦးစွာ ပြုစေခြင်းငှါ ငါတို့ကံတွင်း သွေးဆောင်၏။" - ၁ တိမောသေ ၂:၁-၂။

၅။ **ချီးမွမ်းကိုးကွယ်ခြင်း (Adoration)** - "ကိုယ်တော်က၊ သင်တို့သည်ဆုတောင်းလျှင် မြွက်ဆိုရမည်မှာ၊ ကောင်းကင်ဘုံ၌ ရှိတော်မူသော အကျွန်ုပ်တို့အဘ၊ ကိုယ်တော်၏ နာမတော်အား ရိုသေလေးမြတ်ခြင်းရှိပါစေ သော။ နိုင်ငံတော် တည်ထောင်ပါစေသော။" - လုကာ ၁၁:၂။

၆။ နိုးကြားစောင့်ကြည့်ခြင်း (Watch) - "ထိုအချိန်ကာလသည် အဘယ်အခါ၌ ရောက်မည်ကို သင်တို့မသိသောကြောင့် သတိပြု၍ဆုတောင်း လျက် စောင့်နေကြလော့။" - မာကု ၁၃:၃၃။

၇။ ငုံ့လင့်စောင့်ဆိုင်းခြင်း (Wait) - "ထာဝရဘုရားကို ငါစောင့်လျက်နေ၏။ ငါ့ဝိညာဉ်သည် စောင့်လျက်နေ၏။ နှုတ်ကပတ်တော်ကို ငါမြော် လင့်၏။" - ဆာလံ ၁၃၀:၅။

တွေးတောဆင်ခြင်ဖွယ် အချက်များ -

၁။ သင်၏ ကိုယ်ပိုင် ဆုတောင်းခြင်း အသက်တာကို မည်သို့ အကဲဖြတ်မည်နည်း။

၂။ သင့်ဆုတောင်းခြင်း အဆင့် ရင့်ကျက်တိုးတက်လာသော နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြပါ။

၃။ ဤဆုတောင်းခြင်း အဆင့် ၇ ဆင့်ကို သဘောတူပါသလား။ ထိုအဆင့်များကို အစီအစဉ် ပြန်လည်ပြင်ဆင် လိုပါသလား သို့မဟုတ် ဖြည့်စွက်/ပယ်နှုတ် လိုပါသလား။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန် - "ဆုတောင်းခြင်းသည် လက်တွေ့ကျင့်သုံးသည်ထက် ပိုမိုပြောဆိုမိတတ်သောအရာ ဖြစ်သည်" ဟု ဆိုကြသည်။ သင် သဘောတူပါသလား။ ဤသီတင်းပတ်အတွင်း မည်သည့်နည်းလမ်းများဖြင့် "မခြား မလပ် ဆုတောင်းခြင်း" (၁ သက် ၅:၁၇) ကို ပြုလုပ်နိုင်မည်နည်း။

ဝေမျှခြင်း - မသဲ ၁၇:၂၀ တွင် ယေရှုက - "သင်တို့သည် ယုံကြည်ခြင်းမရှိသောကြောင့် မနှင်ထုတ်နိုင်ကြ။ ငါအမှန် ဆိုသည်ကား၊ သင်တို့သည် မုန်ညင်းစေ့ခန့်မျှလောက်သော ယုံကြည်ခြင်းရှိလျှင်၊ ထိုတောင်ကို နေရာမှရွှေ့လေ့ဟု ဆိုကြသော်၊ နေရာမှ ရွှေ့လိမ့်မည်။ ယုံကြည်ခြင်းရှိလျှင် သင်တို့မတတ်နိုင်သောအမှုမရှိ။" ဟု မိန့်တော်မူခဲ့သည်။

ဆုတောင်းခြင်းသည် အလွန်တန်ခိုးကြီးသောကြောင့် ခရစ်တော်ပြင်ပ၌ ရှိနေသေးသော မိသားစုဝင်များနှင့် မိတ်ဆွေများအတွက် ဆုတောင်းခြင်းကို မရပ်တန့်ပါနှင့်။ လူတို့အတွက် မဖြစ်နိုင်သော်လည်း ဘုရားသခင်အတွက် မူ မဖြစ်နိုင်သောအရာ မရှိပါ - "ငါတို့၌ ပြုပြင်သောတန်ခိုးတော်အတိုင်း၊ ငါတို့ တောင်းပန်ကြံစည်သမျှထက် အလွန်ထူးခြားစွာ ပြုခြင်း ငှါ တတ်နိုင်တော်မူသော ဘုရားသခင်သည်..." - ဧဖက် ၃:၂၀။

သင်ခန်းစာ (၈)

ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း ပုံစံများ

(Kinds of Devotions)

ပြင်ဆင်ရန် - ယနေ့ သင်ခန်းစာကို အမြန် ကြည့်ရှုပါ။ သင် ခရစ်ယာန်ဖြစ်လာသည့် အချိန်မှစ၍ မည်သည့် ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း ပုံစံများတွင် ပါဝင်ခဲ့ဖူးသနည်း။ တစ်ခုချင်းစီ၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို သုံးသပ်ကြည့်ပါ။

စဉ်းစားဆင်ခြင်ရန် - ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းအကြောင်း စဉ်းစားသောအခါ သင့်စိတ်ထဲသို့ မည်သည့်အရာ ပြေးမြင်မိသနည်း။ စိတ်အားထက်သန်မှု (passion)၊ ကတိကဝတ်ပြုမှု (commitment)၊ မေတ္တာ (love) နှင့် ဆက်ဆံရေး (relationship) စသည့် စကားလုံးများသည် သင့်စိတ်ထဲရှိ ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းနှင့် မည်သို့ ဆက်စပ်နေသနည်း။

နိဒါန်း - ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း ပုံစံများစွာ ရှိပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ယုံကြည်ခြင်းနှင့် နားလည်သဘောပေါက်မှု ရင့်ကျက်လာသည်နှင့်အမျှ ကျွန်ုပ်တို့၏ ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း အသက်တာ၌လည်း ရင့်ကျက်တိုးတက်ပါစေ။

အဓိကအချက်များ -

၁။ ငါတို့၏ နေ့ရက်သည် ဘုရားသခင်နှင့်အတူ စတင်သည်ဟု အသိအမှတ်ပြုခြင်းဖြင့် ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း အသက်တာကို စတင်ကြသည် - "ဤနေ့ရက်သည် ထာဝရဘုရားစီရင်တော်မူသော နေ့ရက်ဖြစ်၍၊ ယနေ့ဝမ်းမြောက်ရွှင်လန်းကြ ကုန်အံ့။" - ဆာလံ ၁၁၈:၂၄။

၂။ ထိုနေ့ရက်ကို ဘုရားသခင်အတွက် အသက်ရှင်ရန် ရွေးချယ်ခြင်းဖြင့် ဤဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းနှင့်အညီ အသက်ရှင်ကြသည် - "ဘုရားသခင်သည်အလင်း၌ရှိတော်မူသကဲ့သို့၊ ငါတို့သည်အလင်း၌ကျင်လည်လျှင်၊ အချင်းချင်း မိသားစုယဉ်ကျေးခြင်း ရှိကြသည်ဖြစ်၍၊ ဘုရားသခင်၏သားတော် ယေရှုခရစ်၏အသွေးတော်သည်၊ ငါတို့အပြစ်ရှိသမျှကို ဆေးကြောတော်မူ၏။" - ၁ ယောဟန် ၁:၇။

၃။ တစ်နေ့တာလုံး ဘုရားသခင်၏ ကိန်းဝပ်တော်မူခြင်းကို သတိရနေခြင်းဖြင့် ဤဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းကို တက်ကြွလှုပ်ရှားစေသည် - "မခြားမလပ် ဆုတောင်းကြလော့" - ၁ သက်သာလောနိတ် ၅:၁၇။

၄။ နေ့ရက်ကို မှန်ကန်စွာ စတင်နိုင်ရန် နေ့စဉ် ကိုယ်ပိုင် ငြိမ်သက်ချိန်ယူခြင်း (quiet time) သည် မရှိမဖြစ် လိုအပ်ပါသည် - Daily Care ကဲ့သို့သော လမ်းညွှန်ကို အသုံးပြုပါ။ နံနက်ခင်းတွင် ပြုလုပ်ခြင်းသည် အကောင်းဆုံးဖြစ်ပြီး၊ ထိုအချိန် ဆင်မပြေပါက နေ့လယ်စာစားချိန်တွင် ပြုလုပ်ပါ။ သို့သော် နှုတ်ကပတ်တော်မပါဘဲ နေ့ရက်များစွာကို ကုန်လွန်မသွားပါစေနှင့်။ "ကိုယ်တော်ကို မပြစ်မှားဘဲ နေနိုင်မည် အကြောင်း၊ ဗျာဒိတ်တော်ကို နှလုံးထဲမှာ သိုထားပါပြီ။" - ဆာလံ ၁၁၉:၁၁။

၅။ အစာမစားမီ ကျေးဇူးတော်ချီးမွမ်းခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ယုံကြည်ခြင်းကို ဖော်ပြရန်နှင့် ဘုရားသခင်အား ဘုန်းကြီးစေရန် အလွန်သာတာဝကျသော နည်းလမ်းဖြစ်သည် - ဤသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့ ခရစ်ယာန်ဖြစ်ကြောင်း မိတ်ဆွေများ သိရှိစေရန် အကောင်းဆုံး နည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ "ယေရှုသည်မုန့်ကိုယူ၍ ကျေးဇူးတော်ကို ချီးမွမ်းပြီးမှ တပည့်တော်တို့အား ဝေငှတော်မူ၍၊ တပည့်တော်တို့သည် လျောင်းသောသူတို့အားဝေငှပြန်၏။ ထိုနည်းတူ ငါးနှစ် ကောင်းကိုလူများလိုချင်သမျှ ဝေငှကြ၏။" - ယောဟန် ၆:၁၁။

၆။ မှန်မှန် ပြုလုပ်သော မိသားစု ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းသည် လူတိုင်းကို သခင်ဘုရားထံ အာရုံစိုက်စေသည် - ထိုသို့ပြုလုပ်ရန် အကောင်းဆုံးအချိန်မှာ ညစာစားချိန် (စားသောက်ပြီးသော်လည်း စားပွဲမသိမ်းမီ) ဖြစ်သည်။

၇။ တနင်္ဂနွေနေ့ ဝတ်ပြုကိုးကွယ်ခြင်း အစည်းအဝေးများအတွက် ပြင်ဆင်ခြင်းနှင့် ပါဝင်ခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ ယုံကြည်ခြင်းကို တည်ဆောက်ရာတွင် မရှိမဖြစ် လိုအပ်ပါသည် - ဟေဗြဲ ၁၀:၂၅၊ ယောဟန် ၄:၂၄၊ ၁ ကောရိန္တု ၁၁:၃၀၊ ၁၄:၁၅ နှင့် တမန်တော် ၂၀:၉။

တွေးတောဆင်ခြင်ဖွယ် အချက်များ -

၁။ နေ့စဉ် ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း သို့မဟုတ် မိသားစု ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း ပြုလုပ်ရန် သင့်ကို တားဆီးနေသော အတားအဆီးများမှာ အဘယ်နည်း။

၂။ တနင်္ဂနွေနေ့ ဝတ်ပြုကိုးကွယ်ခြင်းအတွက် မည်သည့်နည်းလမ်းများဖြင့် ပြင်ဆင်နိုင်သနည်း။ ကလေးများကို မည်သို့ ပြင်ဆင်ပေးသနည်း။

၃။ အချိန်မှန် မလာနိုင်သူများ၊ ဝတ်ပြုကိုးကွယ်ခြင်း မပြီးမီ စောစီးစွာ ထွက်ခွာသွားသူများနှင့် ဝတ်ပြုကိုးကွယ်ခြင်း၌ ပုံမှန်မရှိသူများ၏ ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း အသက်တာတွင် မည်သည့်ပြဿနာရှိနေသည်ဟု သင်ထင်ပါသနည်း။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန် - တရားဒေသနာ အနှစ်ချုပ်များကို မှတ်သားရန် Daily Care ကို အသုံးပြုပြီး နောက်ပိုင်း ပြန်လည်ကြည့်ရှုနိုင်ရန် သိမ်းဆည်းထားပါ။

ဝေမျှခြင်း - စုံတွဲများ ချစ်ကြိုက်နေစဉ်နှင့် တစ်ဦးအပေါ်တစ်ဦး သစ္စာရှိကြသောအခါ နေ့စဉ် ဆက်သွယ်မှု မပြတ်ဘဲ မနေနိုင်ကြပေ။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု ကင်းမဲ့သော အသက်တာသည် ဘုရားသခင်နှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဆက်ဆံရေး အခြေအနေကို ရောင်ပြန်ဟပ်နေသည်ဟု သင် ထင်ပါသလား။ ဆာလံ ၁၂၂:၁ တွင် ဒါဝိဒ်၏ ထက်သန်သောစိတ်ဆန္ဒကို ဖော်ပြထားသည်ကို စဉ်းစားကြည့်ပါ - "ငါတို့သည် ထာဝရဘုရား၏ အိမ်တော်သို့ သွားကြကုန်အံ့ဟု သူတပါးတို့သည် ပြောကြသောအခါ ငါသည် ဝမ်းမြောက်ခြင်းရှိ၏။"

သင်ခန်းစာ (၉)

ကိုယ်ပိုင် ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း

(Personal Devotion)

ပြင်ဆင်ရန် - သင့်ခရစ်ယာန် အသက်တာကို ပြန်လည်ကြည့်ရှုပါ။ အသင်းတော် ဝတ်ပြုကိုးကွယ်ခြင်းနှင့် မိသားစု ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းများအပြင် အခြားမည်သည့် ကိုယ်ပိုင်ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းများတွင် ပါဝင်ခဲ့ဖူးသနည်း။ စာရင်းပြုစုပါ။

စဉ်းစားဆင်ခြင်ရန် - ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း ဆိုသည်မှာ ဘုရားသခင်မှလွဲ၍ မည်သူမျှ သင့်ကို ကြည့်မနေသည့်အခါ “သင်၏စစ်မှန်သော ဖြစ်တည်မှုဘဝ” ဖြစ်သည် - မသဲ ၆:၆ "သင်သည် ဆုတောင်းသောအခါ ဆိတ်ညံ့ရာ အခန်းသို့ဝင်၍ တံခါးကိုပိတ်ပြီးမှ၊ မထင်ရှားသောအရပ်၌ ရှိတော်မူသော သင်၏အဘကိုဆုတောင်းလော့။ မထင်ရှားသောအရာကို မြင်တော်မူသော သင်၏အဘသည် အကျိုးကို ထင်ရှားစွာပေးတော်မူလတံ့။"

နိဒါန်း - ကျွန်ုပ်တို့ ယုံကြည်ခြင်း၏ အဓိကအနှစ်သာရမှာ ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း ဖြစ်သည်။ ရင့်ကျက်တိုးတက်အောင် ကြိုးစားနိုင်သည့် အဆင့် ၇ ဆင့်ကို အောက်တွင် ဖော်ပြထားပါသည်။

အဓိကအချက်များ -

၁။ **ဧဝံဂေလိတရား၏ ခေါ်ဝေါ်ခြင်းဖြင့် စတင်ကြသည်** - "ထိုမှတစ်ပါး၊ လူအပေါင်းတို့အား မိန့်တော်မူသည်ကား၊ ငါ၌ဆည်းကပ်လိုသောသူဖြစ်လျှင် ကိုယ်ကိုကိုယ် ငြင်းပယ်ရမည်။ ကိုယ်လက်ဝါးကပ်တိုင်ကို နေ့တိုင်းထမ်း၍ ငါ့နောက်သို့လိုက်ရမည်။" - လုကာ ၉:၂၃။

၂။ **ဤခေါ်ဝေါ်ချက်အတိုင်း ပြည့်စုံစွာ အသက်ရှင်နိုင်သည့် တစ်ခုတည်းသော နည်းလမ်းမှာ ဒီယေလကဲ့သို့ ပြင်းထန်သော ဆုတောင်းခြင်းအသက်တာဖြင့် ဘုရားသခင်ကိုအားကိုးခြင်း ဖြစ်သည်** - "အမိန့်တော်ထုတ်၍ တံဆိပ်ခတ်ကြောင်းကို ဒီယေလသည် ကြားသိသော်လည်း၊ မိမိအိမ်သို့သွား၍ ယေရုရှလင်မြို့သို့ မျက်နှာပြုရာ အထက်ခန်းပြတင်း ပေါက်ပွင့်လျက်ပင်၊ အထက်ပြုလေ့ရှိသည်အတိုင်း၊ တနေ့ သုံးကြိမ်ခူးထောက်လျက် ဘုရားသခင်ကို ဆုတောင်း၍ ဂုဏ်ကျေးဇူးတော်ကို ချီးမွမ်းလေ၏။" - ဒီယေလ ၆:၁၀။

၃။ **အထူးလိုအပ်ချက် သို့မဟုတ် သင့်ကိုဖြစ်စေ၊ သင့်မိတ်ဆွေကိုဖြစ်စေ ဒုက္ခပေးနေသော အရာများ ရှိပါသလား** - အစာရှောင် ဆုတောင်းရန် အချိန်ယူပါ။ ထမင်းတစ်နပ် သို့မဟုတ် တစ်နပ်ထက်မက ရှောင်နိုင်သော်လည်း ရေများများ သောက်ပါ။ "ကိုယ်တော်က၊ ဆုတောင်းခြင်း၊ အစာရှောင်ခြင်းမှတစ်ပါး အဘယ်သို့သောအားဖြင့် ထိုနတ်မျိုးသည် မထွက်နိုင်ဟု မိန့်တော်မူ၏။" - မာကု ၉:၂၉။

၄။ **သမ္မာကျမ်းစာတွင် ဘုရားသခင်၏လူများ ဘုရားထံ သစ္စာကတိပြုကြသော ပုံစံနမူနာများစွာ ပါရှိသည်** - သင့်စိတ်ထဲတွင် ပြုလုပ်လိုပါက ဤသည်မှာ ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းနှင့် ဘုရားသခင်နှင့် မိတ်ဖက်ပြုခြင်း၏ အကောင်းဆုံးအချိန် ဖြစ်နိုင်သည်။ သစ္စာကတိများသည် အခြေအနေပေါ် မူတည်သော ကတိ၊ မိတ်ဖက်ပြုသော ကတိ သို့မဟုတ် အချိန်ကာလပေါ် မူတည်သော ကတိများ ဖြစ်နိုင်သည်။

၅။ **ဘုရားသခင်သည် ကျွန်ုပ်တို့အား ကောင်းချီးများစွာ ပေးထားသည်** - သင့်ကောင်းချီးများကို ရေတွက်ကြည့်ပြီး မည်မျှကို ဘုရားသခင်အတွက် အသုံးပြုနေသည်ကို စစ်ဆေးပါ။ ကိုယ်တော် ကျေနပ်ပါသလား။ "လူသည် ဘုရားသခင်၏ဥစ္စာတော်ကို လုယူရမည်လော။ သို့သော်လည်း၊ သင်တို့သည် ငါ့ဥစ္စာကို လုယူကြပြီ။ အကျွန်ုပ်တို့သည်

အဘယ်သို့ လုယူပါသနည်းဟု သင်တို့မေးလျှင်၊ ဆယ်ဘို့တဘို့ကို၎င်း၊ ပူဇော်သက္ကာတို့ ကို၎င်း လုယူကြပြီ။ " - မာလကိ ၃:၈။

၆။ ဘုရားသခင်ထံ အမှန်တကယ် ဆက်ကပ်အပ်နှံသော နှလုံးသား၏ ရလဒ်မှာ ဝိညာဉ်များအတွက် ဝန်ထုတ်ဝန်ပိုး ဖြစ်သည် - သင်သည် နေ့စဉ် ဧဝံဂေလိ ဝေမျှနေပါသလား။ "တဖန်ထာဝရဘုရားက၊ ငါသည်အဘယ်သူကို စေလွှတ်ရမည်နည်း။ ငါတို့အဘို့ အဘယ်သူသွားမည်နည်းဟု မေးတော်မူသံကို ငါကြားလျှင်၊ ငါက၊ အကျွန်ုပ်ရှိပါ၏။ အကျွန်ုပ်ကို စေလွှတ်တော်မူပါဟု လျှောက်လေ၏။" - ဟောရှာယ ၆:၈။

၇။ ဟန္နသည် သူမ၏သား ရှမ္မေလကို ဘုရားသခင်၏ အမှုတော်ဆောင်ရန် လှူဒါန်းခဲ့သည် - သင်သည်လည်း သင့်အချိန်၊ သီးခြားဆုကျေးဇူးများနှင့် အမှုတော်ဆောင်ခြင်းကို ဆရာ၊ အသင်းတော်လူကြီး သို့မဟုတ် အချိန်ပြည့် အမှုတော်ဆောင်အဖြစ် ဘုရားသခင်ထံ ပေးဆက်နိုင်ပါသည်။

တွေးတောဆင်ခြင်ဖွယ် အချက်များ -

၁။ ဆက်ကပ်အပ်နှံခြင်း ကတိ - "ဧလကာနသည် အိမ်သူအိမ်သားအပေါင်းတို့နှင့်အတူ နှစ်စဉ် ပြုရသော ယဇ်ကို ၎င်း၊ သစ္စာဂတိ နှင့်ဆိုင်သော ပူဇော်သက္ကာကို၎င်း၊ ထာဝရဘုရားအား ပူဇော်ခြင်းငှါ တက်သွားသောအခါ...." - ဝ ဓမ္မရာဇဝင် ၁:၂၁။

၂။ အခြေအနေပေါ် မူတည်သော ကတိ - "ယေဖသသည် ထာဝရဘုရားအား သစ္စာဂတိထားလျက်၊ အကယ်၍ ကိုယ်တော်သည် အမွန်အမျိုးသား တို့ကို အကျွန်ုပ်လက်၌ အပ်တော်မူလျှင်..." - တရားသူကြီးမှတ်စာ ၁၁:၃၀။

၃။ ဘုရားသခင်၏ ကောင်းချီးအပေါ်မူတည်သော ကတိ - "...တသက်လုံး ထာဝရဘုရား၏ ကျွန်ဖြစ်စေခြင်းငှါ ကျွန် မအပ်ပါမည်ဟု သစ္စာဂတိပြုလေ၏။" - ဝ ဓမ္မရာဇဝင် ၁:၁၁။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန် - ဘုရားသခင်ထံ ဆက်ကပ်အပ်နှံသော ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းကို ပြန်လည်ဆန်းသစ်ပါ။ အဆင့် ၁ မှ စတင်၍ အထက်သို့ တိုးတက်အောင် ပြုလုပ်ပါ။ ရပ်တန့်မနေပါနှင့်။

ဝေမျှခြင်း - ဝတ်ပြုကိုးကွယ်ခြင်း အစည်းအဝေးများသို့ မမှန်မကန် လာရောက်သူ သို့မဟုတ် ပျက်ကွက်သူ မိတ်ဆွေတစ်ဦးဦးကို သိပါသလား။ ယနေ့မှစ၍ သူတို့အတွက် ဆုတောင်းပေးပါ။ ထို့နောက် သူတို့ကို ကူညီနိုင်ရန် ဆက်သွယ်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၁၀)

တပည့်တော် မွေးထုတ်ခြင်းဆိုင်ရာ အခြေခံသဘောတရားများ

(ABC's of Discipling)

ပြင်ဆင်ရန် - သင်သည် လူတစ်ဦးအား ခရစ်တော်ထံ ရောက်ရှိအောင် ပို့ဆောင်ပေးသည့်နေရာတွင် ပါဝင်ခဲ့ဖူးပါသလား။ လူတစ်ဦးအား ကျွန်ုပ်တို့ ပေးကမ်းနိုင်သော အကြီးမြတ်ဆုံး လက်ဆောင်မှာ ကယ်တင်ခြင်း လက်ဆောင်ထက် ပိုမိုမြတ်နိုးဖွယ်ရာ မရှိပါ။

စဉ်းစားဆင်ခြင်ရန် - အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ကျွန်ုပ်တို့သည် လူတစ်ဦးအား ခရစ်တော်ထံ ရောက်ရှိစေရန် ကြိုးစားအားထုတ်လေ့ရှိကြသည်။ သို့သော် ထိုသူသည် ဗဟိုဇံခံယူ၍ သခင်ဘုရား၏ စကားကို နားထောင်လိုက်သည်နှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကြိုးပမ်းမှုများကို ရပ်တန့်လိုက်ကြသည်။ ဗဟိုဇံခံယူခြင်းသည် အစပြုခြင်းမျှသာ ဖြစ်သည်။ ထိုသူသည် အခြားသူတစ်ဦးအား ခရစ်တော်ထံ ပို့ဆောင်ပေးနိုင်သည့်အထိ ဤဝိညာဉ်ရေးရာ ကလေးငယ်အား တပည့်တော်အဖြစ် ဆက်လက် မွေးထုတ်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

နိဒါန်း - ခရစ်ယာန်အများအပြားသည် ခက်ခဲလွန်းသည်ဟု ထင်မှတ်သောကြောင့် အခြားသူများထံ ဧဝံဂေလိတရား ရောက်ရှိအောင် မလုပ်ဆောင်ကြပေ။ ယနေ့ ကျွန်ုပ်တို့သည် တပည့်တော် မွေးထုတ်ခြင်းဆိုင်ရာ အခြေခံသဘောတရားများကို ဝေမျှပေးပါမည်။

အဓိကအချက်များ -

၁။ **A - Acceptance (လက်ခံခြင်း)** - ခရစ်တော်အတွက် ဧဝံဂေလိ ဝေမျှရာတွင် ထိုသူသည် ဘုရားသခင်၏ ပုံသဏ္ဌာန်တော်အတိုင်း ဖန်ဆင်းထားသောသူ ဖြစ်သည်ဆိုသည့် အချက်မှလွဲ၍ (ကမ္ဘာဦးကျမ်း ၁:၂၇) အခြားမည်သည့် မျှော်လင့်ချက်မျှ မထားရှိရန် အလွန် အရေးကြီးပါသည်။

၂။ ထိုသူရောက်ရှိနေသည့် အခြေအနေ၌ပင် လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းပေးပါ - "တင့်တယ်သောအဝတ်ကို ဝတ်ဆင်သောသူကိုကြည့်၍၊ ကောင်းမွန်သော ဤအရပ်မှာထိုင်ပါဟူ၍၎င်း၊ ဆင်းရဲသောသူကို၊ ဟိုမှာနေလော့၊ သို့မဟုတ်ဤအရပ်မှာ ငါ့ခြေတင်ခုံအောက်၌ ထိုင်လော့ဟူ၍၎င်း၊ သင်တို့သည် ပြောဆိုလျှင်..." - ယာကုပ် ၂:၃။

၃။ **B - Belief (ယုံကြည်ခြင်း)** - ထိုသူသည် လွတ်လပ်စွာ ရွေးချယ်ပိုင်ခွင့်ရှိသောသူအဖြစ် ဖန်ဆင်းထားပြီး ဧဝံဂေလိတရားကို လက်ခံရန် သို့မဟုတ် ငြင်းပယ်ရန် အခွင့်အရေးရှိကြောင်း ကျွန်ုပ်တို့ ယုံကြည်ရမည်။ "ထိုသို့ စိတ်မသာသည်ကို ယေရှုသည် မြင်တော်မူလျှင်၊ ဥစ္စာရတတ်သောသူသည် ဘုရားသခင်၏ နိုင်ငံတော်သို့ အလွန်ဝင်ခံ့လှ၏။" - လုကာ ၁၈:၂၄။

၄။ **ဧဝံဂေလိတရားကို ပိုမိုလေ့လာနိုင်ရန် ဖြစ်ရပ်နှင့် အခွင့်အရေးတိုင်းကို အသုံးပြုပါ** - ဂရုစိုက်ရေး အသင်းအဖွဲ့များ၊ စခန်းပွဲများ၊ ပွင့်လင်းသော ကျမ်းစာလေ့လာခြင်း စသည်တို့ဖြင့် ကူညီပါ။ ထိုသူက လိုလားပါက ကျမ်းစာသင်တန်းနှင့် ဝတ်ပြုကိုးကွယ်ခြင်းသို့ ဖိတ်ခေါ်ပါ။

၅။ **C - Care (ဂရုစိုက်ခြင်း)** - သင် မည်မျှ ဂရုစိုက်ကြောင်းကို လူတို့ မသိသရွေ့ သင် မည်မျှ သိရှိကြောင်းကို စိတ်ဝင်စားမည် မဟုတ်ပါ။ ယေရှု၏ မေတ္တာတော်ဖြင့် သူတို့ကို ထိတွေ့ပါ။ သူတို့၏ မွေးနေ့များကို မှတ်သားထားပြီး အမြဲမပြတ် ဆက်သွယ်ပါ။

၆။ ဝိညာဉ်ရရှိရေး ကြိုးပမ်းမှုအချို့ အဘယ်ကြောင့် ပျက်စီးရသနည်း -

- ဆက်ဆံရေး တည်ဆောက်မှု မရှိခြင်း
- စောစီးစွာ လက်လျှော့လိုက်ခြင်း
- ချက်ချင်း ရလဒ်ထွက်ပေါ်ရန် မျှော်လင့်ခြင်း "ငါသည်စိုက်ပျိုးသောသူဖြစ်၏။ အာပေါလုသည် ရေလောင်းသော သူဖြစ်၏။ အပင်ကိုကြီးပွားစေသော သူကား၊ ဘုရားသခင်ပေတည်း။" - ၁ ကောရိန္တု ၃:၆။

၇။ D - Discipling (တပည့်တော် မွေးထုတ်ခြင်း) - ကျွန်ုပ်တို့သည် ဗဟိုဇံပေးရန် သာမက တပည့်တော်များ မွေးထုတ်ရန် စေလွှတ်ခြင်း ခံရကြသည် - "သင်တို့သွား၍ လူမျိုးတကာတို့ကို ငါ့တပည့် ဖြစ်စေလျက်၊ ခမည်းတော်၊ သားတော်၊ သန့်ရှင်းသော ဝိညာဉ်တော်၏နာမ၌ ဗဟိုဇံကို ပေးကြလော့။" - မသဲ ၂၈:၁၉။

တွေးတောဆင်ခြင်ဖွယ် အချက်များ -

၁။ ဧဝံဂေလိတရား ဝေမျှခြင်းမှ သင့်ကို တားဆီးနေသော အတားအဆီးအချို့မှာ အဘယ်နည်း။

၂။ ရလဒ်များကို ဘုရားသခင်ထံ အပ်နှံလိုက်ပါက သင် ပိုမို ထိရောက်မှုရှိလာမည်လား။

၃။ အခြားသူတစ်ဦးအား ပြောင်းလဲရန် မကြိုးစားဘဲ ထိုသူ၏ မူလအတိုင်း လက်ခံရန် သင့်အတွက် ခက်ခဲပါသလား။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန် - ဤသီတင်းပတ်တွင် တပည့်တော် မွေးထုတ်ခြင်းဆိုင်ရာ အခြေခံသဘောတရားများကို စတင်ရန် အထူးကြိုးစားပါ။ "သူ၏ဖြောင့်မတ်ခြင်းသည် အစဉ်အမြဲတည်တံ့၏ဟုလာသည်နှင့်အညီ၊ သင်တို့ သည်အရာရာ၌ သုံးလောက်သောဥစ္စာအမျိုးမျိုးနှင့် အစဉ်ရှိ၍၊ ကောင်းသော အကျင့်အမျိုးမျိုးနှင့်ထူးသဖြင့် ပြည့်စုံ မည်အကြောင်း၊ အမျိုးစုံသောမင်္ဂလာကျေးဇူးနှင့် အထူးသဖြင့် ပြည့်စုံစေခြင်းငှါ ဘုရားသခင်တတ်နိုင် တော်မူ၏။" - ၂ ကောရိန္တု ၉:၉။

ဝေမျှခြင်း - ဤသင်ထောက်ကူပစ္စည်းများ နေရာတစ်ခုခုတွင် မသိမ်းဆည်းမီ၊ ဤသီတင်းပတ်အတွင်း ဝိညာဉ် တစ်ပါးထံ သွားရောက်၍ ဧဝံဂေလိ ဝေမျှပါ။

သင်ခန်းစာ (၁၁)

လွှမ်းမိုးမှုစက်ဝိုင်း

(Circle of Influence)

ပြင်ဆင်ရန် - လူတိုင်းတွင် ကောင်းသောဘက်သို့ဖြစ်စေ၊ မကောင်းသောဘက်သို့ဖြစ်စေ လွှမ်းမိုးနိုင်စွမ်း ရှိကြသည်။ စက္ကူတစ်ရွက်ကိုယူ၍ (၁၀) မိနစ်အတွင်း သင်လွှမ်းမိုးနိုင်သော သူများ၏ အမည်များကို စာရင်းပြုစုပါ။

စဉ်းစားဆင်ခြင်ရန် - အချို့သော ခရစ်ယာန်များ၏ ယုံကြည်ခြင်းသည် အဘယ်ကြောင့် မည်သည့်အခါမျှ တိုးတက်မလာသည်ကို စဉ်းစားဖူးပါသလား။ ခရစ်ယာန်ဖြစ်လာသည်မှာ နှစ်ပေါင်းများစွာ ကြာမြင့်ခဲ့သော်လည်း သူတို့တွင် ရင်းနှီးသော ခရစ်ယာန် မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်း မရှိကြပါ။ ဝတ်ပြုကိုးကွယ်ခြင်းသို့ တိတ်တဆိတ် ရောက်ရှိလာပြီး ပြီးဆုံးသည်နှင့် တစ်ယောက်တည်း ပြန်လည်ထွက်ခွာသွားသည်ကို မြင်တွေ့ရသည်မှာ အလွန် ဝမ်းနည်းဖွယ် ကောင်းလှပါသည်။

နိဒါန်း - အသင်းတော်သည် ခရစ်တော်၏ ခေါ်ယူခြင်းခံရသော အစုအဝေး ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ခွန်အားရရှိရန်နှင့် အခြားသူများကို ခွန်အားပေးနိုင်ရန် ယေရှုသည် ကျွန်ုပ်တို့အား အသင်းတော်၌ ထားရှိတော်မူခဲ့သည်။ ၁ ကောရိန္တု ၁၂:၂၅ "ကိုယ်ခန္ဓာ၌ အချင်းချင်းကွဲပြားခြင်းမရှိဘဲ၊ အင်္ဂါများတို့သည် အချင်းချင်း သူ့ကို ကိုယ်နှင့်အမျှ သတိပြုစေခြင်းငှါ၊ ဘုရားသခင်သည် ကိုယ်ခန္ဓာကိုမျှစေ၍၊ ယုတ်သောအင်္ဂါအား သာ၍များသော အသရေကို ပေးတော်မူ၏။"

အဓိကအချက်များ -

၁။ ဒီနှစ်အတွက် သင်လွှမ်းမိုးနိုင်မည့် လူတစ်ဦးကို ရွေးချယ်ပါ - ဤသူသည် သင့်လွှမ်းမိုးမှုစက်ဝိုင်း၏ ပထမဆုံးလူ ဖြစ်သည်။ ထိုသူသည် -

- မိတ်ဆွေသစ် တစ်ဦး
- အသင်းဝင် သို့မဟုတ် ဧည့်သည်တစ်ဦး
- ဆွေမျိုး၊ အိမ်နီးနားချင်း သို့မဟုတ် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တစ်ဦး
- အသင်းတော်သို့ သင်ဖိတ်ခေါ်နိုင်သော သူတစ်ဦး ဖြစ်နိုင်သည်။

၂။ လစဉ် သင်ပြုလုပ်ရမည့် အရာများ -

- ထိုသူအတွက် ဆုတောင်းပေးပါ
- ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး မပြတ်အောင် ဆက်သွယ်ပါ
- ဝယ်ယူသူ သို့မဟုတ် ဖောက်သည်တစ်ဦးကဲ့သို့ ထိုသူကို ဝန်ဆောင်မှုပေးပါ
- ရည်မှန်းချက်မှာ ဘာသာပြောင်းလဲစေရန် မဟုတ်ဘဲ မိတ်ဆွေဖွဲ့ရန်ဖြစ်သည် "အပေါင်းအဘော်များသော သူသည် အကျိုးနည်းရှိတတ်၏။ မိတ်ဆွေမူကား၊ ညီအစ်ကိုစွဲကပ်သည်ထက် သာ၍ စွဲကပ်တတ်၏။" - သုတ္တံ ၁၈:၂၄။

၃။ နောက်တစ်ခုအနေဖြင့် တစ်နှစ်တာအတွက် သင့်နှင့်အတူ ဆုတောင်းဖက်ပြုရန် ခရစ်ယာန်တစ်ဦးကို ရွေးချယ်ပါ (ဆန့်ကျင်ဘက်လိင် မဖြစ်လျှင် ပိုကောင်းသည်) -

- တောင်းဆိုမှုများနှင့် စိုးရိမ်ပူပန်မှုများကို စာတို (SMS) ပေးပို့ဝေမျှခြင်းဖြင့် စတင်ပါ
- နံနက်စာ အတူစားသုံးခြင်း၊ ဆုတောင်းရင်း လမ်းလျှောက်ခြင်းစသည်ဖြင့် ဆုံစည်းပါ "တဖန်ငါဆိုသည် ကား၊ မြေကြီးပေါ်မှာ သင်တို့တွင်နှစ်ယောက်တို့သည် သဘောချင်းတူ၍ ဆုတောင်းလျှင်၊ တောင်းသမျှ သောဆုတို့ကို ကောင်းကင်ဘုံ၌ ရှိတော်မူသော ငါ၏ခမည်းတော်သည် ပေးတော်မူလတုံ။" - မသဲ ၁၈:၁၉။

၄။ နောက်ဆုံးအနေဖြင့် သင်လမ်းညွှန်သင်ကြားပေးရမည့် (Mentor ပြုလုပ်ရမည့်) လူတစ်ဦးကို ရှာဖွေပါ - ဤသူ သည် အသင်းတော်တွင်းမှဖြစ်စေ၊ အသင်းတော်ပြင်ပမှဖြစ်စေ မည်သူမဆို ဖြစ်နိုင်သည်။

- တတ်နိုင်ပါက အမျိုးအစားတူသူ (အမျိုးသားချင်း၊ အမျိုးသမီးချင်း) ကိုပင် ရွေးချယ်ပါ
- သော့ချက်မှာ ထိုသူ၏ ယုံကြည်ခြင်းကို ခွန်အားပေးရန်ဖြစ်သည်
- ထိုသူကို ပိုမိုပါဝင်ဆောင်ရွက်လာစေရန် ကူညီပါ

၅။ ထိုသူနှင့် တစ်ဦးချင်း ကျမ်းစာလေ့လာရန် အခွင့်အရေးရှာပါ - ထိုသူကိုယ်တိုင် ဝိညာဉ်ရရှိရေး ကြိုးပမ်းသူတစ်ဦး မဖြစ်လာမချင်း ဤဆက်နွယ်မှုကို မဖြတ်တောက်ပါနှင့် - ဟေဗြဲ ၅:၁၂ ၊ တိမောသေ ၂:၂။

၆။ ရလဒ် - တစ်နှစ်လျှင် ၃ ဦး၊ ၁၀ နှစ်တွင် ၃၀ ဦးဖြစ်လာပြီး သင် မည်သည့်အခါမျှ တစ်ယောက်တည်း လျှောက် လှမ်းရမည် မဟုတ်ပါ။

၇။ ကျွန်ုပ်တို့၏ လွှမ်းမိုးနိုင်စွမ်းကို အသုံးပြုရန် ဘုရားသခင် အလိုရှိတော်မူသည် - "သင်တို့သည် ဤလောက၏ ဆားဖြစ်ကြ၏။ ဆားမူကား၊ အငန်ကင်းပျောက်လျှင် ငန်သောအရသာကို အဘယ်သို့ ရပြန်မည်နည်း။ ပြင်သို့ ပစ်လိုက်၍ ကျော်နင်းခြင်းမှတစ်ပါး အဘယ်အသုံးမျှမဝင်။" - မသဲ ၅:၁၃။

တွေးတောဆင်ခြင်ဖွယ် အချက်များ -

- ၁။ ခရစ်ယာန်တစ်ဦးသည် တစ်ယောက်တည်း သီးခြားနေထိုင်သူ (Loner) ဖြစ်နိုင်ပါသလား။
- ၂။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ဝိညာဉ်ရေးရာအတွက် တာဝန်ယူပေးနိုင်သော သို့မဟုတ် တာဝန်ခံနိုင်သောသူ ရှိပါသလား။
- ၃။ ဝိညာဉ်ရေးရာ အကူအညီ လိုအပ်သည့်အခါ ကျွန်ုပ်တို့ မည်သူထံ သွားကြသနည်း။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန် - ကျွန်ုပ်တို့သည် မည်သည့် အမွေအနှစ်ကို ချန်ထားရစ်ခဲ့မည်နည်း။ ကောင်းကင်ဘုံသို့ ကျွန်ုပ်တို့နှင့်အတူ ယူဆောင်သွားနိုင်သော တစ်ခုတည်းသော အရာဖြစ်သည့် "ဝိညာဉ်များ" ကို တည်ဆောက်ခြင်း ဖြင့် ယခုပင် စတင်လိုက်ပါ။

ဝေမျှခြင်း - သင့်လွှမ်းမိုးမှုစက်ဝိုင်းတွင် ပါဝင်မည့် ပထမဆုံး လူ ၃ ဦးကို ရွေးချယ်ရန် စာရင်းတစ်ခုကို ယနေ့မှစ၍ ပြင်ဆင်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၁၂)

အသင်းတော်သည် ခရစ်တော်၏ မင်္ဂလာဆောင်သတို့သမီး ဖြစ်သည်

(The Church is the Bride of Christ)

ပြင်ဆင်ရန် - အချို့သော ခရစ်ယာန်များသည် ဘုရားသခင်နှင့် ကိုယ်ပိုင်ဆက်ဆံရေးရှိသရွေ့ အသင်းတော် အကြောင်း ပူပန်ရန် မလိုဟု ထင်မှတ်တတ်ကြသည်။ ခရစ်တော် ပြန်လည်ကြွရောက်တော်မူသောအခါ တစ်ဦးချင်း စီကို မဟုတ်ဘဲ ကိုယ်တော်၏ သတို့သမီးတည်းဟူသော အသင်းတော်ကို ရှာဖွေမည်ဖြစ်၍ ထိုသူတို့ မည်မျှအံ့ဩ ကြရမည်နည်း။ (အဖက်ဆု ၅:၂၇၊ ဗျာဒိတ် ၂၁:၂)။

စဉ်းစားဆင်ခြင်ရန် - ဓမ္မသစ်ကျမ်းတွင် ပါရှိသော "အချင်းချင်း" ဆိုသည့် ကျမ်းပိုဒ်များကို ကျမ်းစာအညွှန်း (Concordance) တွင် ရှာဖွေဖတ်ရှုပါ။ ထိုအရာကို အသင်းဝင်များအကြား တာဝန်ယူမှု၊ တာဝန်ခံမှု ရှုထောင့်မှ လေ့လာပါ။

နိဒါန်း - အသင်းတော်ဆိုသည်မှာ "ခေါ်ထုတ်ခြင်းခံရသော အစုအဝေး" ဖြစ်ကြောင်း နားလည်ပါ။ ၁ ပေတရု ၂:၉ - "သင်တို့မူကား၊ မှောင်မိုက်ထဲမှ အံ့ဘွယ်သော အလင်းတော်သို့ ခေါ်သွင်းတော်မူသော သူ၏ဂုဏ် ကျေးဇူးများကို ဘော်ပြစေခြင်းငှါ၊ ရွေးချယ်တော်မူသော အမျိုးဖြစ်ကြ၏။ မင်းစည်းစိမ်ရှိသော ယဇ်ပုရောဟိတ်မျိုး၊ သန့်ရှင်းသော လူမျိုး၊ ပိုင်ထိုက်တော်မူသော အပေါင်းအသင်းဖြစ်ကြ၏။"

အဓိကအချက်များ -

၁။ ယေရှုသည် အသင်းတော်၏ အုတ်မြစ်ချသူ ဖြစ်သည် - "ငါဆိုသည်ကား၊ သင်သည် ပေတရုဖြစ်၏။ ဤကျောက် ပေါ်မှာ ငါ့အသင်းကို ငါတည်ဆောက်မည်။ ထိုအသင်းကို မရဏာနိုင်ငံ၏တံခါးတို့သည် မနိုင်ရာ။" - မသဲ ၁၆:၁၈။

၂။ ငါတို့သည် ဧဝံဂေလိတရားကို နာခံသောအခါ ခရစ်တော်၏ အသင်းတော်ထဲသို့ ထည့်သွင်းခြင်း ခံရကြသည် - "ဘုရားသခင်ကိုလည်းချီးမွမ်း၍ လူအပေါင်းတို့ရှေ့မှာ မျက်နှာပွင့်လန်းခြင်း အခွင့်ကိုရကြ၏။ ကယ်တင်ခြင်းသို့ ရောက်သောသူတို့ကိုလည်းနေ့စဉ်မပြတ် သခင်ဘုရားသည် သင်းဝင်စေတော်မူ၏။" - တမန်တော် ၂:၄၇။

၃။ ငါတို့သည် အသင်းတော်၌ အတူတကွ ကိုးကွယ်၊ ကြီးထွား၊ အမှုတော်ဆောင်ရမည် (၁ ကောရိန္တု ၁၂) - "ထိုတိုက် ထောင့်အမြစ်ကျောက်ကား၊ ယေရှုခရစ်ဖြစ်သတည်း။ ထိုကျောက်နှင့်တတိုက်လုံးသည် စေ့စပ်၍ ကြီးပွားသဖြင့်၊ သခင်ဘုရားအဘို့အလိုငှါ သန့်ရှင်းသော ဗိမာန်တော်ဖြစ်၏။" - ဧဖက် ၂:၂၁။

၄။ ယနေ့ခေတ်တွင် ဘုရားသခင်သည် အသင်းတော်မှလွဲ၍ အခြား မည်သည့်အဖွဲ့အစည်းမှတစ်ဆင့် အလုပ် မလုပ်ပါ - "အဘယ်ကြောင့်နည်းဟူမူကား၊ ငါတို့သခင်ယေရှုခရစ်ကို အကြောင်းပြု၍ ထာဝရအကြံတော် ရှိသည် နှင့်အညီ၊ ကောင်းကင်အရပ်တို့၌ အထွဋ်အမြတ် အာဏာစက်တို့သည်၊ ဘုရားသခင်၏ထူးဆန်းသော ပညတ်တော် ကို အသင်းတော်အားဖြင့် ယခုသိကြရမည် အကြောင်းတည်း။" - ဧဖက် ၃:၁၀-၁၁ (ဧဖက် ၃:၂၁ ကိုလည်း ဖတ်ပါ)။

၅။ ငါတို့သည် နေရာတိုင်းတွင် ကျမ်းစာအတိုင်း ဖွဲ့စည်းထားသော အသင်းတော်များကို တည်ဆောက်ရမည် - "အသင်းတော်များတို့၌ သင်းအုပ်တို့ကို ခန့်ထား၍၊ အစာရှောင်လျက်ဆုတောင်းပဌနာ ပြုပြီးလျှင်၊ သင်းဝင်သူတို့ ယုံကြည်သော သခင်ဘုရား၏ လက်တော်သို့ ထိုအသင်းတော်တို့ကို အပ်နှံကြ၏။" - တမန်တော် ၁၄:၂၃။

၆။ အသင်းသူ/သားများသည် အသင်းတော်၏ စီရင်အုပ်ချုပ်မှုကို ခံယူရမည် - "ထိုသူတို့၏စကားကို နားမထောင်လျှင် အသင်းတော်အားကြားပြောလော့။ အသင်းတော်၏စကားကို နားမထောင်လျှင်၊ သာသနာပလူကဲ့သို့၎င်း၊ အခွန်ခံကဲ့သို့၎င်း ထိုသူကိုမှတ်လော့။" - မဿဲ ၁၈:၁၇။

၇။ ငါတို့သည် အသင်းတော်ကို မထိမဲ့မြင်ပြုခြင်း၊ ကွဲစေခြင်းနှင့် နာကျင်စေရန် ပြုမိသောအခါ၊ သခင်ယေရှုကို ပြုမိနေခြင်း ဖြစ်သည် - "ရှောလုသည် မြေပေါ်မှာလဲ၍နေစဉ်၊ ရှောလု၊ ရှောလု၊ အဘယ်ကြောင့် ငါ့ကိုညှဉ်းဆဲသနည်းဟု မိမိအား ပြောသောစကားသံကို ကြားလျှင်..." - တမန်တော် ၉:၄ (တမန်တော် ၈:၃၊ ၁ ကောရိန္တ ၁၅:၉ တို့နှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါ)။

တွေးတောဆင်ခြင်ဖွယ် အချက်များ -

၁။ အသင်းတော်သည် ခရစ်တော်အတွက် မည်သို့သော အဓိပ္ပာယ်ရှိသနည်း။

၂။ အသင်းတော်သည် သင့်အတွက် မည်သို့သော အဓိပ္ပာယ်ရှိသနည်း။

၃။ ခရစ်တော်ကဲ့သို့ အသင်းတော်အတွက် သင့်အသက်ကို စွန့်လွှတ်စနစ်မှိုင်းပြီး အသင်းတော်အတွက် အသက်ရှင်ရန် လိုလားပါသလား။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန် -

၁။ သင့်ကိုယ်ပိုင် အကျိုးစီးပွားကို အသင်းတော်၏ အကျိုးစီးပွားထက် ဦးစားပေးမိနေပါသလား။

၂။ အသင်းတော်ကို တည်ဆောက်ရန်အတွက် သည်းခံခြင်း၊ ခွင့်လွှတ်ခြင်းတို့ဖြင့် စိတ်ရှည်စွာ အမှုတော်ဆောင်ရန် လိုလားပါသလား။

၃။ အခြားသူများက သင့်အတွေးအခေါ်ကို လက်မခံသောအခါ မိမိအတ္တကို ရှေ့တန်းတင်၍ လမ်းခွဲထွက်ခွာတတ်ပါသလား။

ဝေမျှခြင်း - ကျမ်းစာအညွှန်း (Concordance) ကို အသုံးပြု၍ "အသင်းတော်" နှင့် သက်ဆိုင်သော ကျမ်းပိုဒ်များကို ပြန်လည် လေ့လာဆင်ခြင်ပါ။

သင်ခန်းစာ (၁၃)

ဘုရားသခင်နှင့်အတူ လျှောက်လှမ်းခဲ့ကြသူများ

(People Who Walked with God)

ပြင်ဆင်ရန် - လွန်ခဲ့သော သင်ခန်းစာ ၉ ခုတွင် ကျွန်ုပ်တို့ ဆွေးနွေးခဲ့သည့် ဝိညာဉ်ရေးရာ စရိုက်လက္ခဏာများကို ဘုရားသခင်နှင့်အတူ လျှောက်လှမ်းခဲ့သည့် ဤသူများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ပါ။ မည်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်များ၏ စရိုက်လက္ခဏာက သင့်စိတ်ထဲတွင် ထင်ရှားပေါ်လွင်နေသနည်း။

စဉ်းစားဆင်ခြင်ရန် - စဉ်းစားကြည့်ပါ - သေမျိုးဖြစ်သော လူသားများသည် ဘုရားသခင်နှင့်အတူ လျှောက်လှမ်းခဲ့ကြသည်။ မည်မျှကြီးမားသော အခွင့်အရေးနှင့် ကောင်းချီးမင်္ဂလာ နိမိတ်နည်း။

နိဒါန်း - ဟေဗြဲ ၁၁:၁၆ "ထိုပြည်ကိုမအောက်မေ့ဘဲ၊ ကောင်းကင်ပြည် တည်းဟူသော သာ၍မြတ်သောပြည်ကို တောင့်တခြင်း ရှိကြ၏။ ထိုကြောင့်၊ ဘုရားသခင်သည် သူတို့၏ ဘုရားဟူ၍ ခေါ်ဝေါ်ခြင်းကိုရှက်တော်မမူ၊ သူတို့ နေရာ ဘို့မြို့ကို တည်ထောင်တော်မူပြီ။"

အဓိကအချက်များ -

၁။ **ဧနောခ** - "မသုရှုလဘွားမြင်သောနောက် ဧနောက်သည် အနှစ်သုံးရာပတ်လုံး ဘုရားသခင်နှင့်အတူသွားလာ၍ သားသမီးများကို မြင်လေ၏။ ဧနောက်အသက်နှစ်ပေါင်းသုံးရာ ခြောက်ဆယ် ငါးနှစ်တည်း၊ ဧနောက်သည် ဘုရားသခင်နှင့်အတူ သွားလာ၏။ နောက်တဖန် သူသည်မရှိ အကြောင်းမူကား၊ ဘုရား သခင် သိမ်းယူတော်မူသော ကြောင့်တည်း။" - ကမ္ဘာဦးကျမ်း ၅:၂၂-၂၄။

၂။ **အာဗြဟံ** - "အာဗြဟံသည် ဘုရားသခင်ကို ယုံကြည်သည်ဖြစ်၍၊ သူ၏ ယုံကြည်ခြင်းကို ဖြောင့်မတ်ခြင်းကဲ့သို့ မှတ်တော်မူ၏ဟူသော ကျမ်းစကားပြည့်စုံလေ၏။ အာဗြဟံသည်လည်း၊ ဘုရားသခင်၏အဆွေဟူ၍ ခေါ် ဝေါ်ခြင်းကိုခံရ၏။" - ယာကုပ် ၂:၂၃။

၃။ **မောရှေ** - "ငါ့ဘုန်းရှောက်သွားသောအခါ၊ သင့်ကို ကျောက်ကြား၌ ငါသွင်းထား၍ ငါကြွသွားသည်အခိုက်၊ သင့်ကို ငါ့လက်နှင့် ဖုံးအုပ်မည်။" - ထွက်မြောက်ရာကျမ်း ၃၃:၂၂။

၄။ **ဧလိယ** - "ထိုသို့နှုတ်ဆက်လျက်သွားကြစဉ်တွင်၊ မီးရထား နှင့် မီးမြင်းတို့သည် ပေါ်လာ၍ ထိုသူနှစ်ယောက်တို့ကို ခွဲခွါသဖြင့်၊ ဧလိယသည် လေတွေအားဖြင့် ကောင်းကင်သို့ တက်လေ၏။" - ၂ ဓမ္မရာဇဝင် ၂:၁၁။

၅။ **ဟေရှာယ** - "ဩဇာမင်းကြီးအနိစ္စရောက်သော နှစ်တွင်၊ ထာဝရဘုရားသည် အလွန်မြင့်မြတ်သောပလ္လင်ပေါ်မှာ ထိုင်တော်မူသည်ကို ငါမြင်၏။ အဝတ်တော်တန်ဆာ သည် ဗိမာန်တော်ကို ဖြည့်လေ၏။" - ဟေရှာယ ၆:၁။

၆။ **ပေါလု** - "တဆယ်လေးနှစ်အထက်က၊ ခရစ်တော်၏ တပည့်ဖြစ်သော လူတယောက်ကို တတိယကောင်းကင်သို့တိုင်အောင် ချီဆောင်သည်အကြောင်းကို ငါသိ၏။ ထိုအခါသို့ ကိုယ်ခန္ဓာပါသည်မပါသည်ကို ငါမသိ။ ဘုရားသခင်သိတော်မူ၏။ ထိုသူသည်ပရဒီသုဘုံသို့ ချီဆောင်ခြင်းကိုခံရ၍၊ လူမပြောအပ် မပြောနိုင်သောစကားကို ကြားသည့် အကြောင်းကိုငါသိ၏။ ထိုအခါ ကိုယ်ခန္ဓာပါသည် မပါသည်ကို ငါမသိ၊ ဘုရားသခင်သိတော်မူ၏။" - ၂ ကောရိန္န ၁၂:၂-၄။

၇။ ယောဟန် - "ထိုသူကိုငါမြင်သောအခါ၊ သေမတတ်ဖြစ်၍ ခြေတော်ရင်း၌ လဲလျက်နေ၏။ ထိုသူသည်လက်ျာ လက်ထောက်ကို ငါ့အပေါ်သို့ တင်လျက်၊ ကြောက်ရွံ့ ခြင်းမရှိနှင့်။ ငါသည်အဦးဆုံးသောသူ၊ နောက်ဆုံးသော သူဖြစ်၏။" - ဗျာဒိတ် ၁:၁၇။

တွေးတောဆင်ခြင်ဖွယ် အချက်များ -

၁။ ဘုရားသခင်နှင့်အတူ လျှောက်လှမ်းခြင်းသည် သင့်ကို ဆွဲဆောင်မှု ရှိပါသလား။

၂။ သေမျိုးဖြစ်သော လူသားတစ်ဦးအတွက် ထာဝရကာလနှင့် ထိတွေ့ရခြင်းသည် မည်သို့သော ခံစားချက်မျိုး ဖြစ် မည်နည်း။

၃။ ကျွန်ုပ်တို့အားလုံး 'တတိယကောင်းကင်' ဗျာဒိတ်တော်မျိုး မရရှိနိုင်သော်လည်း 'ဒမသက်' လမ်းပေါ်ကဲ့သို့ အတွေ့အကြုံမျိုး ရှိကောင်းရှိနိုင်သည်။ သင့်အတွေ့အကြုံကို ဖော်ပြပါ။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန် - ဤသင်ခန်းစာသည် သင်ခန်းစာအစီအစဉ်၏ နောက်ဆုံးအတန်းဖြစ်သည့်အတွက် သင်ခန်းစာများကို ပြန်လည်ဖတ်ရှုပြီး သင်ကိုယ်တိုင် စိစစ်ကျင့်သုံးလိုသော ဝိညာဉ်ရေးရာ တိုးတက်မှုဆိုင်ရာ လုပ်ဆောင်ချက်များကို စာရင်းပြုစုပါ။

ဝေမျှခြင်း - ဤသင်ခန်းစာ အစီအစဉ်ပါ သင်ခန်းစာတစ်ခုခုသည် သင့်နှလုံးသားကို ထိတွေ့နှိုးကြားစေခဲ့ပါ သလား။ ထိုသို့ဖြစ်ပါက အခြားသူတစ်ဦးဦး သို့မဟုတ် သင့် ဂရုစိုက်ရေး အသင်းအဖွဲ့ (Care team) နှင့် ဝေမျှရန် အချိန်ယူပါ။

ခရစ်ယာန်ဘာသာ၏ ဝမ်းမြောက်ဖွယ်သတင်း (ဧဝံဂေလိတရား)

(The Good News of Christianity)

"အစအဦး၌ ဘုရားသခင်သည်..." ကမ္ဘာဦးကျမ်း ၁:၁ - သမ္မာကျမ်းစာ၏ ပထမဆုံး စကားလုံးများက ဘုရားသခင်သည် အစအဦး၌ပင် တည်ရှိတော်မူကြောင်း ဖော်ပြနေသည်။

"ဘုရားသခင်သည် ကောင်းကင်နှင့် မြေကြီးကို ဖန်ဆင်းတော်မူ၏။" ကမ္ဘာဦးကျမ်း ၁:၁ - ဘုရားသခင်သည် ကင်းကွာနေသူ သို့မဟုတ် မလှုပ်ရှားဘဲ နေသူမဟုတ်ပါ။ ကိုယ်တော်သည် ကောင်းကင်နှင့် မြေကြီးနှစ်ခုလုံးကို ဖန်ဆင်းတော်မူခဲ့သည်။

"ထိုသို့ဘုရားသခင်သည် မိမိပုံသဏ္ဌာန်နှင့်အညီ လူကိုဖန်ဆင်းတော်မူ၏။" ကမ္ဘာဦးကျမ်း ၁:၂၇ - ဘုရားသခင် ဖန်ဆင်းခဲ့သမျှသော အရာများထဲတွင် လူသားများကိုသာ ကိုယ်တော်နှင့် တူညီစေရန် ဖန်ဆင်းခဲ့သည်။

"မြေကြီးပေါ်မှာ လူအပြစ်ကြီး၍ သူ၏ စိတ်နှလုံးအကြံအစည်ရှိသမျှတို့သည် အစဉ်မပြတ် ဆိုးညစ် ခြင်းသက်သက် ရှိကြောင်းကို၊ ဘုရားသခင် သိမြင်တော်မူလျှင်..." ကမ္ဘာဦးကျမ်း ၆:၅ - လူသားသည် ဘုရားသခင်ထံမှ ကောင်းမြတ်သော အရာမှန်သမျှကို ရရှိခဲ့သော်လည်း ကိုယ်တော်ထံမှ လမ်းလွဲသွားပြီး ဒုစရိုက်အတိ ပြည့်နှက်လာခဲ့သည်။

"ဘုရားသခင်၏သားတော်ကို ယုံကြည်သောသူအပေါင်းတို့သည်၊ ပျက်စီးခြင်းသို့မရောက်၊ ထာဝရအသက်ကို ရစေခြင်းငှါ၊ ဘုရားသခင်သည် မိမိ၌ တပါးတည်းသော သားတော်ကို စွန့်တော်မူသည်တိုင်အောင် လောကီသားကို ချစ်တော်မူ၏။..." ယောဟန် ၃:၁၆ - ကျွန်ုပ်တို့ ဘုရားသခင်ထံ ပြန်လာနိုင်ရန်အတွက် ဘုရားသခင်သည် ယေရှုအဖြစ် လူဇာတိခံယူကာ မှန်ကန်သော အသက်ရှင်နေထိုင်နည်းကို ပြသခဲ့သည်။

"သူသည်မိမိဒေသအရပ်သို့ကြွလာသော်လည်း၊ မိမိလူမျိုးတို့သည် သူ့ကိုလက်မခံဘဲနေကြ၏။" ယောဟန် ၁:၁၁ - လောကီသားတို့သည် ယေရှုကို လက်မခံညံ့အစား ငြင်းပယ်ခဲ့ကြပြီး နောက်ဆုံးတွင် လက်ဝါးကပ်တိုင်ပေါ်၌ သင်းကွပ်ရိုက်နှက်၍ ဖယ်ရှားခဲ့ကြသည်။

"ခရစ်တော်သည် ကျမ်းစာလာသည်အတိုင်း ငါတို့အပြစ်ကြောင့် အသေခံတော်မူ၏။" ၁ ကောရိန္တု ၁၅:၃ - လက်ဝါးကပ်တိုင်ပေါ်တွင် အသေခံခြင်းအားဖြင့် ယေရှုသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဒုစရိုက်အတွက် ပြစ်ဒဏ်ကို ခံယူကာ ကျွန်ုပ်တို့ကို အပြစ်မှ ဧဝံဂေလိတရားဖြင့် ရွေးနှုတ်ခဲ့သည်။

"သင်္ဂြိုဟ်ပြီးမှ၊ ကျမ်းစာလာသည်အတိုင်း သုံးရက်မြောက်သောနေ့၌ ထမြောက်တော်မူ၏။" ၁ ကောရိန္တု ၁၅:၄ - သင်္ချိုင်းဂူသည် ယေရှုကို ထိန်းချုပ်ထားနိုင်ခဲ့ပါ။ ကိုယ်တော်သည် သေခြင်းမှ ပြန်လည်ထမြောက်ခြင်းဖြင့် မိမိမိန့်တော်မူခဲ့သမျှနှင့် ကတိပြုခဲ့သမျှကို သက်သေပြခဲ့သည်။

"သင်တို့အပေါ်သို့ သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်ဆင်းသက်သောအခါ သင်တို့သည် တန်ခိုးကိုခံရ၍ ယေရုရှလင်မြို့မှ စသော ယုဒပြည်၊ ရုမာရ်ပြည်၊ မြေကြီးစွန်းတိုင်အောင် ငါ၏သက်သေဖြစ်ကြ လိမ့်မည်ဟု မိန့်တော်မူ၏။..." တမန်တော် ၁:၈ - ယေရှုသည် အသေခံ၊ သင်္ချိုင်း၌ သင်္ဂြိုဟ်ခံရပြီး သေခြင်းမှ ပြန်လည်ထမြောက်ပြီးနောက် မိမိ နောက်လိုက်များထံ သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်ကို စေလွှတ်မည်ဟု ကတိပြုခဲ့သည်။

"ပေတရုကလည်း၊ သင်တို့၏အပြစ်ကိုလွတ်စေခြင်းငှါ နောင်တရ၍တယောက်မျှမကြွင်း၊ ယေရှုခရစ်၏ နာမ၌ ဗတ္တိဇံကိုခံကြလော့။ သို့ပြုလျှင် သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်တည်းဟူသော ဆုကျေးဇူးတော်ကို ခံရကြ လိမ့်မည်။" တမန်တော် ၂:၃၈ - လူသားသည် မိမိ၏ ဒုစရိုက်များမှ လှည့်ပြန်၍ ဗတ္တိဇံခံယူသောအခါ သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်၏ ကိန်းဝပ်တော်မူခြင်းကို ရရှိနိုင်သည်။

"သင်တို့သည် ဇာတိပကတိအတိုင်းအသက်ရှင်လျှင် သေကြမည်။" ရောမ ၈:၁၃ - ဘုရားသခင်မပါဘဲ ဆက်လက် အသက်ရှင်ပါက ကျွန်ုပ်တို့သည် အသက်ရှင်စဉ်ကာလတွင် နာကျင်မှုနှင့် ဝမ်းနည်းမှုများကို ဆောင်ကြဉ်းမိမည် ဖြစ်ပြီး မည်သည့်မျှော်လင့်ချက်မျှ မရှိဘဲ သေဆုံးကြရလိမ့်မည်။

"ဘုရားသခင်၏ဝိညာဉ်တော် ဆုံးမပဲ့ပြင်တော် မူသမျှသော သူတို့သည် ဘုရားသခင်၏သားဖြစ်ကြ၏။" ရောမ ၈:၁၄ - သို့သော်လည်း ဘုရားသခင်၏ သားသမီးများ ဖြစ်လာစေရန် သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော် လမ်းပြတော်မူ သည့်အတိုင်း လိုက်လျှောက်ခြင်းဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ အသက်တာကို ပြောင်းလဲနိုင်သည်။

"ဝိညာဉ်တော်နှင့် မင်္ဂလာဆောင် သတို့သမီးက လာခဲ့ပါဟု ဆိုကြ၏။" ဗျာဒိတ် ၂၂:၁၇ - သန့်ရှင်းသော ဝိညာဉ်တော် သည် ယေရှုနှင့် မင်္ဂလာဆောင်သတို့သမီး (အသင်းတော်) တို့နှင့်အတူ သင့်အား လက်ရှိ အသက်တာပုံစံမှ လှည့်ပြန်၍ ဘုရားသခင်ထံ လာရောက်ရန် ဖိတ်ခေါ်နေပါသည်။

"ရေငတ်သောသူသည် လာပါစေ။ အလိုရှိ သော သူသည် အဘိုးကိုမပေးဘဲ အသက်ရေကို ယူပါစေ။" ဗျာဒိတ် ၂၂:၁၇ - ရွေးချယ်မှုမှာ သင့်အပေါ်၌သာ မူတည်ပါသည်။ ရရှိမည့် အကျိုးကျေးဇူးများသည် ကြီးမားလှသော်လည်း မည်သူမျှ သင့်ကို ဤပြောင်းလဲမှုပြုလုပ်ရန် အတင်းအကျပ် မခိုင်းစေနိုင်ပါ။

"ငါသည်တံခါးရှေ့မှာရပ်၍ ခေါက်လျက်နေ၏။ အကြင်သူသည် ငါ၏အသံကို ကြား၍တံခါးကိုဖွင့်အံ့၊ ထိုသူရှိရာ သို့ငါဝင်၍..." ဗျာဒိတ် ၃:၂၀ - သင် ဤစာကို ဖတ်နေစဉ်တွင်ပင် ယေရှုသည် သင့်နှလုံးသား တံခါးကို ခေါက်နေ ပါသည်။ အချိန်ရှိသေးစဉ် သင့်တံခါးကို ကိုယ်တော့်အတွက် ဖွင့်လှစ်ပေးမည်လား။

"ငါသည် အလျင်အမြန်လာမည်မှန်ပေ၏" ဗျာဒိတ် ၂၂:၂၀ - ယေရှု ပြန်လည်ကြွရောက်တော်မူသောနေ့တွင် နောက် ကျသွားပြီ ဖြစ်လိမ့်မည်။ ဝမ်းမြောက်ဖွယ်သတင်းမှာ ယခုအချိန်သည် နောက်မကျသေးပါဘူး။ ယနေ့ ခရစ်ယာန် ဘာသာ၏ ဝမ်းမြောက်ဖွယ်သတင်းကို သင် လက်ခံမည်လား။

ခရစ်ယာန်ဘာသာ၏ ဝမ်းမြောက်ခြင်း

(The Joy of Christianity)

သင်သည် ခရစ်ယာန်ဘာသာ၏ ဝမ်းမြောက်ခြင်းကို တွေ့ရှိပြီးပြီလား။ မတွေ့ရှိသေးပါက လာမည့်မိနစ်အနည်းငယ်အတွင်း သင့်အား ဝေမျှပါရစေ...

ကျွန်တော်သည် ခရစ်ယာန်တစ်ဦး မဟုတ်ခဲ့ပါ။

ခရစ်ယာန်များကို မည်သည့်အရာက လှုပ်ရှားတက်ကြွစေသည်၊ အဘယ်ကြောင့် ဘုရားကျောင်းသို့ တက်ရောက်ကြပြီး မည်သည့်ရည်ရွယ်ချက်အတွက် ကောင်းမှုပြုကြသည်ကို ကျွန်တော် စဉ်းစားမရအောင် ဖြစ်ခဲ့ရသည်။

ထို့နောက် ဝေစာများ၊ စာအုပ်များ၊ သင်တန်းများနှင့် ဝတ်ပြုကိုးကွယ်ခြင်း အစည်းအဝေးများမှတစ်ဆင့် သူတို့၏ ကိုးကွယ်ယုံကြည်မှုကို စတင်လေ့လာခဲ့သည်။ သူတို့၏ တောက်ပရွန်းလန်းမှု၊ အပြုံးနှင့် မိသားစုဖွဲ့မှုများကို ကျွန်တော်လည်း ရရှိချင်ခဲ့သည်။

ပုံမှန် တက်ရောက်ပြီးနောက် မည်သူမျှ ကျွန်ုပ်အား မတရားအတင်းအကျပ် မခိုင်းစေသည်ကို အံ့ဩစွာ တွေ့ရှိခဲ့ရသည်။ သူတို့သည် သမ္မာကျမ်းစာကို မေတ္တာဖြင့် သင်ကြားပေးကြပြီး အောက်ပါ နာခံခြင်းဆိုင်ရာ လုပ်ဆောင်ချက်များအတိုင်း တုံ့ပြန်ရန် ဖိတ်ခေါ်ခဲ့ကြသည် -

ယေရှုခရစ်တော်အား ယုံကြည်ခြင်း - ကိုယ်တော်သည် ငါ့ကို ချစ်တော်မူပြီး ကတိတော်လာသည်အတိုင်း ဘုရားသခင်၏ သားတော်အဖြစ် ငါ့အတွက် အသေခံတော်မူကြောင်း ယုံကြည်ခြင်း။ "ဘုရားသခင်၏သားတော်ကို ယုံကြည်သောသူအပေါင်းတို့သည်၊ ပျက်စီးခြင်းသို့မရောက်၊ ထာဝရ အသက်ကို ရစေခြင်းငှါ၊ ဘုရားသခင်သည် မိမိ၌ တပါးတည်းသော သားတော်ကို စွန့်တော်မူသည်တိုင်အောင် လောကီသားကို ချစ်တော်မူ၏။" - ယောဟန် ၃:၁၆။

အတိတ်က အပြစ်များကို နောင်တရခြင်း - အပြစ်၏ အစေခံအဖြစ်မှ ဘုရားသခင်ထံ အသက်ရှင်နေထိုင်ခြင်းသို့ ပြောင်းလဲခြင်း။ "ထိုကြောင့်ထာဝရဘုရားထံတော်မှ ချမ်းသာသောအချိန်ကာလသည် ရောက်လာ၍၊ သင်တို့အဘို့ အလိုငှါ ခန့်ထားတော်မူနှင့်သော ယေရှုခရစ်ကို စေလွှတ်တော်မူမည်အကြောင်း၊ သင်တို့ အပြစ်များကို ပြေစေခြင်းငှါ နောင်တရ၍ စိတ်ပြောင်းလဲခြင်းသို့ ရောက်ကြလော့။" - တမန်တော် ၃:၁၉-၂၀။

မိမိယုံကြည်ခြင်းကို ဝန်ခံခြင်း - ဤလမ်းကြောင်းသစ်ပေါ်တွင် မိမိ၏ ခိုင်မာသော ယုံကြည်သက်ဝင်မှုကို ထုတ်ဖော်ပြောကြားခြင်း။ "အဘယ်သို့နည်းဟူမူကား၊ သင်သည် သခင် ယေရှုကိုနှုတ်ဖြင့် ဝန်ခံ၍၊ ဘုရားသခင်သည် သူ့ကို သေခြင်းမှ ထမြောက်စေတော်မူပြီဟု စိတ်နှလုံးထဲ၌ ယုံကြည်လျှင်၊ ကယ်တင်ခြင်းသို့ရောက်လိမ့်မည်။" - ရောမ ၁၀:၉။

ခရစ်တော်၏ သေခြင်းထဲသို့ ဗဟိုဇံခံယူခြင်း - မိမိအပြစ်များ ဆေးကြောသန့်စင်ခြင်း ခံရ၍ အသက်တာသစ်၌ လျှောက်လှမ်းခြင်း။ "ယေရှုခရစ်၌ ဗဟိုဇံကိုခံသောသူရှိသမျှတို့သည် အသေခံတော်မူခြင်း၌ ဗဟိုဇံကိုခံကြသည်ဟု သင်တို့ မသိသလော။ ထိုကြောင့်၊ အသေခံတော်မူခြင်း၌ ဗဟိုဇံကို ခံသောအားဖြင့်၊ ထိုသခင်နှင့် အတူသင်္ဂြိုဟ်ခြင်းကို ခံကြ၏။ အကြောင်းမူကား၊ ခရစ်တော်သည် ခမည်းတော်၏ ဘုန်းတန်ခိုးအားဖြင့် သေခြင်းမှထမြောက်တော် မူသည်နည်းတူ၊ ငါတို့သည်လည်း အသစ်သောအသက်၌ ကျင်လည်ကြသတည်း။" - ရောမ ၆:၃-၄။

ဤသည်မှာ ခရစ်ယာန်ဘာသာ၏ တောင်းဆိုချက်များကို လက်ခံပြီးနောက် ကျွန်ုပ်ပြုလုပ်ခဲ့သော ပြည့်စုံသည့် တုံ့ပြန်မှုဖြစ်သည် -

- ၁။ ယုံကြည်ခြင်း
- ၂။ နောင်တရခြင်း
- ၃။ ဝန်ခံခြင်း
- ၄။ ဗဟိုဦးစီးမှုခြင်း

ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် -

- ခရစ်တော်ကို ဝတ်ဆင်ပြီး။ - ဂလာတီ ၃:၂၇
- အတိတ်က အပြစ်များကို ခွင့်လွှတ်ခြင်း ခံရပြီး။ - တမန်တော် ၂:၃၈
- ခရစ်တော်၏ အသင်းတော်၌ ဖြည့်စွက်ခြင်း ခံရပြီး။ - တမန်တော် ၂:၄၇
- ရွေးနှုတ်ခြင်း ခံရပြီး။ - ၁ ပေတရု ၁:၁၈-၁၉
- ကောင်းကင်ဘုံ၌ စံမြန်းရာအိမ် ရှိပြီး။ - ယောဟန် ၁၄:၃
- အသစ်ပြုပြင်သော သတ္တဝါ ဖြစ်ပြီး။ - ၂ ကောရိန္တ ၅:၁၇။

ဤအရာများကို သိရှိနားလည်သောအခါ -

- စိတ်နှလုံး ငြိမ်းချမ်းခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့အသက်တာ၌ စီးဆင်းလာသည်။ - ရောမ ၅:၁
- ကျေးဇူးတော်ချီးမွမ်းခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့လုံးသားကို ပြည့်လျှံစေသည်။ - ၂ ကောရိန္တ ၉:၁၅
- မျှော်လင့်ခြင်းသည် ဝင်ရောက်လာသည်။ - ကောလောသဲ ၁:၅။

နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ကျန်တော်သည် ဆက်လက်၍ -

- နှုတ်ကပတ်တော်ကို လေ့လာမည်။ - ၂ တိမောသေ ၂:၁၅
- ဝမ်းမြောက်ဖွယ်သတင်းကို ဟောပြောမည်။ - တမန်တော် ၈:၄
- ကိုယ်တော်၏ အသက်တာကို အတုယူ လိုက်လျှောက်မည်။ - ၁ ယောဟန် ၁:၇
- အသင်းတော်နှင့်အတူ ဝတ်ပြုကိုးကွယ်မည်။ - ဟေဗြဲ ၁၀:၂၅
- အခြားသူများကို ကောင်းမှုပြုမည်။ - ယာကုပ် ၁:၂၇
- ကောင်းကင်ဘုံသို့ မျှော်ကြည့်မည်။ - ဟေဗြဲ ၁၁:၁၆။

ပြဿနာများ ရောက်ရှိလာသော်လည်း ငါသည် တစ်ယောက်တည်း မဟုတ်ပါ။ -

- ဘုရားသခင်သည် ငါ့ကို ကူညီပြီး ထွက်ပေါက်ပေးတော်မူသည်။ - ၁ ကောရိန္တ ၁၀:၁၃
- ကောင်းမွန်သော အရာအားလုံးအတွက် ကိုယ်တော်ကို အားကိုးရန် ကျွန်ုပ်တို့သင်ယူခဲ့ပြီး။ - ရောမ ၈:၂၈
- ကိုယ်တော်၏ မေတ္တာကို မေ့လျော့၍ လမ်းလွဲသွားပါကလည်း ကိုယ်တော်ထံ ပြန်လာမည်။ - ၁ ယောဟန် ၁:၉။

သို့ဖြစ်၍ နေ့ရက်တိုင်းသည် -

- ကျေးဇူးတော် ချီးမွမ်းသောနေ့ ဖြစ်သည်။ - ဆာလံ ၉:၂
- ယုံကြည်စိတ်ချမှုရှိသောနေ့ ဖြစ်သည်။ - သုတ္တံ ၁၄:၂၆
- ဝမ်းမြောက်ပျော်ရွှင်သောနေ့ ဖြစ်သည်။ - ဆာလံ ၁၁၈:၂၄။

ရလဒ်အနေဖြင့် ကျွန်တော်သည် အသီးသီးလာကာ ယုံကြည်ခြင်း၌ ကြီးထွားလာပြီး ခရစ်ယာန်ဘာသာ၏ ဝမ်းမြောက်ခြင်းကို စတင်ခံစားရရှိလာတော့သည်။