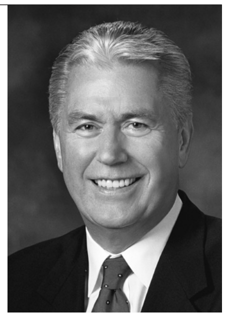

ဟောကြားသူ၊
ဥက္ကဋ္ဌ ဒီတာ အက်ဖ် ဥခ္ဒေါ့
ပထမ ဥက္ကဋ္ဌ အဖွဲ့ဝင် ဒုတိယ အတိုင်ပင်ခံ

ဥတုသုံးပါးအစေခံခြင်း

ကျွန်တော်ငယ်ငယ်က ဥတုသုံးပါးမရွေး အမြဲလှပနေတဲ့ နေရာတစ်ခုမှာ ကြီးပြင်းခဲ့ပါတယ်။ လတိုင်းလတိုင်းဟာတကယ်လှပသာယာလှပါတယ်။ ဆောင်းရာသီမှာ ဆိုရင်ဖြင့် အင်မတန်လှပတဲ့ နှင်းတွေက တောင်တန်းတစ်ခုလုံး နဲ့ လမ်းတွေအားလုံးကို ခြုံထားပါတယ်။ နွေဦးကာလမှာတော့ မိုးရေကျပြီး ဒေသတစ်ခုလုံးကို စိမ်းလန်းစိုပြေစေခဲ့ပါတယ်။ နွေခါမှာ တော့ကောင်းကင်တစ်ခုလုံးဟာ အပြာရောင်လွှမ်းလှပ နေပါတယ်။ ဆောင်းဦးရာသီရောက်ပြန်တော့လည်း၊ သဘာဂပတ်ဂန်းကျင် တစ်ခုလုံးဟာ နီရောင် ဂါရောင်တောက်ပြောင်လှပနေပါတယ်။ ကလေးတစ်ယောက် အနေနဲ့ ရာသီတိုင်းကို နှစ်သက်ခဲ့သလို၊ ယခုချိန်ထိတိုင်အောင် ရာသီတစ်ခုစီတိုင်းရဲ့ ကွဲပြားခြားနားမှုကို နှစ်သက်မိပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဘဝဟာ လည်း ရာသီဥတုလိုပါပဲ။ တစ်ချို့တော့ နွေးထွေးမှုရှိပြီး၊ တစ်ချို့တော့ စိတ်မချမ်းသာစရာပါပဲ။ ကျွန်တော်တို့ဘဝမှာ တစ်ချို့ရက်တွေဟာ ဆိုရင်၊ ပြက္ခဒိန်ထဲက ဓာတ်ပုံသဖွယ်လှပပြီး၊ တစ်ချို့နေ့တွေမှာတော့ နာကျင်မှု၊ ကြေကွဲမှု၊ ဂမ်းနည်းမှု၊ နာကျည်းမှုနဲ့၊ မျှော်လင့်ခြင်းကင်းမဲ့မှုတွေနဲ့ ပြည့်နေတတ်ပါတယ်။

တစ်ခါတလေတော့ ဓာတ်ပုံသဖွယ် ပြစ်ချက်ကင်းတဲ့ ဘဝမှာနေထိုင်ပြီး စိတ်မချမ်းမသာမှုတွေနဲ့ကင်းအောင်အဂေးမှာနေဖို့ ကျွန်တော်တို့ အားလုံး တွေးခဲ့ဘူးကြမှာပါ။

ဒါပေမယ့် ဒါဟာ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ နှစ်သက်စရာလည်း မကောင်းပါဘူး။

ကျွန်တော့်ရဲ့ ဘဝတစ်ခုလုံးကို ပြန်လည်သုံးသပ်ကြည့်တော့၊ ကျွန်တော်ကြုံတွေ့ခဲ့တဲ့ ခက်ခဲမှုတွေက ကျွန်တော့်ကို ရင့်ကျက်စေခဲ့တာကို တွေ့ရပါတယ်။

မိမိရဲ့သားသမီးများ မိမိကြံစည်ထားသည့်အတိုင်းဖြစ်လာဖို့ရန်အတွက်၊ အနိစ္စဘဝထဲရှင်သန်စဉ်ခါမှာ ဥတုသုံးပါးအလိုက် ခက်ခဲမှုတွေကို ကြုံတွေ့ရမယ်ဆိုတာကို ဘုရားသခင်သိထားနှင့်ပါတယ်။ မာမွန်ကျမ်းပါ ပုရောဖက်ဖြစ်တဲ့ လီဟိုင်းက “ဆန့်ကျင်ဘက် မပါရင် ဖြောင့်မတ်ခြင်းလည်း မရှိနိုင်” လို့ ဆိုထားပါတယ်၊ (၂နီဖိုင်း ၂း၁၁)။ တကယ်တော့ ဘဝမှာ ကြုံတွေ့ရတဲ့ နာကျည်းမှုတွေကြောင့်သာ အဆိုးအကောင်းခွဲ ခြားနိုင်ပြီး၊ အကောင်းကို မြတ်နိုးတတ်လာတာဖြစ်ပါတယ်။ (ယုံကြည်ခံယူချက်နှင့် ပဋိညာဉ်ကျမ်း ၂၉း၃၉၊ မောရှေကျမ်း ၆း၅၅ ကိုကြည့်ပါ)

ဥက္ကဋ္ဌ ဘရေဂမ် ယောင်း က ဒီလို ဆိုထားပါတယ်။ “ဘုရားသခင်ရဲ့ ဉာဏ်တော်နဲ့ ပြည်စုံသူတိုင်း၊ ဘုန်းအသရေ၊ မသေမပျက်နိုင်သော အသက်တာနှင့်၊ ထာဂရ အသက်တို့ကို ရနိုင်ဖို့ရန်၊ ၎င်းသရဖူအတွက်ရှိထားနှင့်သော အဆင့်များကို မဖြစ်မနေဖြတ်ကျော်ရမည်။ အနိစ္စဘဝတွင် ကြုံတွေ့ရမည့် အခက်အခဲများကို လည်းရင်ဆိုင်ရမည်..ထိုသို့အားဖြင့် ဘုရားသခင်၏ရှေ့မှောက်တော်ကို ခစားနိုင်ပြီး....ယခုဘဝမှာ ကြုံတွေ့သမျှ ဒုက္ခသုက္ခအားလုံးသည် ကယ်တင်ခြင်းရရန် အရေးကြီး ပါသည်။”[1]

ကျွန်တော်တို့ဘဝမှာ ဥတုသုံးပါးအလိုက် ခက်ခဲမှုတွေကို တွေ့ကြုံမှာဖြစ်ပြီး၊ ဒီအခက်အခဲတွေကို ဘယ်လိုကိုယ်တွယ်မယ်ဆိုတာကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့အနေနဲ့ အစဉ်ပြောင်းလဲနေတဲ့ လူ့ဘဝမှာ ဘုရားသခင်ရဲ့ နှုတ်ကပတ်တော်ကို အမြဲ ဆုတ်ကိုင်ထားရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဘာကြောင့်လည်းဆိုတော့၊ ဘုရားသခင်ရဲ့ သွန်သင်ချက်တွေက သင့်ကို အခက်ကို ဘယ်လို ကိုယ်တွယ်ရမယ်ဆိုတဲ့အပြင်၊ ထိုအရာကို ကျော်လွှားနိုင်ဖို့ရန်လည်း ကူညီမှာဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့တတွေ ခက်ခဲမှုများစွာကို ကျော်ဖြတ်ပြီး ထာဂရအသက်၊ ထာဂရ ပျော်ရွှင်မှုကို ရဖို့ရန် အတွက်၊ ပရောဖက်များအားဖြင့် သူ့ရဲ့ နှုတ်ကပတ်တော်ကို ပေးထားပါတယ်။ ကြုံတွေ့ရတဲ့ အခက်အခဲများကြားကပဲ ခွန်အားယူပြီး၊ သမ္မာတရားနဲ့ ဖြောင့်မတ်ခြင်းကို ကျွန်တော်တို့ဘဝမှာ အမြဲကိုင်ဆောင်ထားဖို့ရန် အလွန်အရေးကြီးပါတယ်။

နှစ်ခြင်းမင်္ဂလာကို ခံယူပြီး၊ သန့်ရှင်းသောဂိညာဉ်တော်ကို ရထားပြီးသူများဟာ အစေတော်ကို ခံယူတဲ့လမ်းမှာ ရောက်နှင့်ပြီ ဖြစ်တဲ့အပြင်၊ ကယ်တင်ရှင်ရဲ့ ခြေရာတော်ကို မလွဲမသွေ လိုက်လျောက်ဖို့ရန် တာဂန်ရှိပါတယ်။

ကယ်တင်ရှင်သင်ကြားသည်မှာ “ကောင်းကင်ဘုံ၌ရှိတော်မူသောသင်တို့အဘသည်၊ ကောင်းသောသူ မကောင်း သောသူတို့အပေါ်၌ ကိုယ်တော်၏နေကိုထွက်စေတော်မူ၏။ ဖြောင့်မတ်သောသူ မဖြောင့်မတ်သောသူတို့အပေါ်၌လည်း မိုဃ်းကိုရွာစေတော်မူ၏။” လို့ဆိုထားပါတယ်။ တစ်ခါတခါ ဘာကြောင့် ခက်ခဲမှု၊ မတရားမှုတွေကို ကြုံရတာလည်းဆိုတာကို နားမလည်နိုင်ဖြစ်တတ်ကြပါတယ်။ သို့သော် ခရစ်တော်နောက်လိုက်များအတွက်တော့၊ စိတ်နှလုံးအကြွင်းမဲ့နဲ့ရှာဖွေပြီး၊ အမြဲဆုတောင်း ယုံကြည်ပြီး၊ဖြောင့်မတ်စွာအသက် ရှင်မယ်ဆိုရင် အရာခပ်သိမ်းဟာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ကောင်းကျိုးအတွက်ဖြစ်လာမှာပါ။” (ယုံကြည်ခံယူချက်နှင့်ပဋိညာဉ်ကျမ်း ၉၀း၂၄)

ဘုရားသခင်ရဲ့ အသင်းဂင်များအနေဖြင့်၎င်း၊ သူတော်စင်များအနေဖြင့်လည်းကောင်း၊ အချိန်တိုင်း ရာသီတိုင်းမှာ ဂမ်းမြောက်ဂမ်းသာ စိတ်ရင်းစေတနာနဲ့ အစေခံရမှာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလိုပြုမယ်ဆိုရင်ဖြင့် ကျွန်တော်တို့

ယုံကြည်ခြင်းတိုးပွါးပြီး၊ မျှော်လင့်ခြင်းရကာ၊ မေတ္တာစေတနာလည်းများပြားလာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

သို့သော်၊ ဒုက္ခသုခ ဥတုသုံးပါးကိုတော့ ကြုံတွေ့ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ဘယ်လောက်ပင် ခက်ခဲစေကာမူ၊ ခရစ်တော်ရဲ့ နောက်လိုက်များအနေနဲ့ သူ့အပေါ် မျှော်လင့်ခြင်းထားပြီး၊ ခရစ်တော်ရဲ့ အလင်းရှိရာကို ဆက်လက်လျှောက်လှမ်းသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။

အတိုချုံးအနေနဲ့၊ ကျွန်တော်တို့ ဘုရားသခင်ကိုသိကျွမ်းလိုသောသူ၊ ချစ်လိုသောသူနှင့်၊ သူတစ်ပါးကို မေတ္တာထားလိုတဲ့ ဘုရားသခင်ရဲ့ သူတော်စင်များဖြစ်ကြပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ဟာ သန့်ရှင်းသူများလျှောက်ခဲ့ရာလမ်းပေါ် ခရီးသွားသူတွေဖြစ်ပြီး၊ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ပန်းတိုင်ကို အဆုံးထိတိုင်လျှောက်ကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့်၊ ဥတုသုံးပါး သူတော်စင်များဖြစ်ကြပါစို့။ နွေဦးကာလ၊ နွေကာလ၊ မိုးတွင်း နှင့်၊ ဆောင်းတွင်း ကာလများရဲ့ သူတော်စင်များဖြစ်ကြပါစို့။

မှတ်ချက်

၁။ *အသင်းတော် ဥက္ကဋ္ဌ များရဲ့ သွန်သင်ချက်များ၊ ဘရေဂမ် ယောင်း (၁၉၉၇)၊* ၂၆၁-၆၂။

ဤ သတင်းစကားမှ သင်ကြားခြင်း

ပထမ ဥက္ကဋ္ဌ အဖွဲ့မှ "အချို့သော အကောင်းဆုံးသော တရားဟောချက်များဟာ၊ ဓမ္မသီချင်းကို သီဆိုရာမှ ဆင်းသက်လာပါတယ်။" လို့ သွန်သင်ထားပါတယ်။ ဤ သတင်းစကားကို ဆွေးနွေးရာမှာ အဆုံးတိုင်အောင် တည်ကြည် ခြင်းနဲ့ပါတ်သက်တဲ့ ဓမ္မသီချင်း "ခိုင်ခံသောကျောက်မြတ် သင့်ယုံကြည်ခြင်းအဖို့"(နံပါတ် ၈၅) ကို သော်လည်းကောင်း၊ "ဘုရားသခင်သည် ငါ့ကို ထိန်းသိမ်းသောအရှင်ဖြစ်သည်" (နံပါတ် ၁၀၈) ကို လည်းကောင်း၊ "ရှေ့ဆက်ကြစို့" (နံပါတ် ၂၄၃)ကို လည်းကောင်း၊ သီချင်းအမှတ် ၁၉ (သို့) ၂၀ ကိုလည်းသီဆိုနိုင်ပါတယ်။ နိုးဆော်မှုရခဲ့ပါက အဆိုးထဲက အကောင်းဖြစ်သွားတဲ့ သင့်ရဲ့ ကိုယ်တွေ့အတွေ့ကြုံကို ဝေမျှပါ။

လူငယ်ကဏ္ဍ

ကျွန်တော့်ရဲ့ ဝေဒနာတွေကို လက်လွှတ်နိုင်ခဲ့ပါတယ်

ဂျွန်ဖူ၏ ဟောကြားချက်

ကျွန်တော့်သူငယ်ချင်းရဲ့ အကိုချန် နဲ့ဇနီး နစ်ခြင်းခံတော့၊ ကျွန်တော်အလွန်ဂမ်းသာမိပါတယ်။ သူတို့နှစ်ခြင်းခံပြီး တစ်နှစ်အလွန်မှာတော့၊ သူတို့ လင်မယားဟာ ဗိမာန်တော်မှ တံဆိပ်ခတ် လက်ထပ်ခဲ့ပါတယ်။ ဒ့ါပြင် အသင်းတော်ထဲကို မဝင်လာခင် ကွယ်လွန်သွားတဲ့ သူတို့ရဲ့သားနဲ့လည်း ထာဝရအတူ မိသားစုအဖြစ် တံဆိပ်ခတ်အတည်ပြုခွင့်ရခဲ့ပါတယ်။ ချန်တို့ မိသားစု ဧဝံဂေလိတရားတော်အတွင်း ကြီးပြင်းလာတာကို တွေ့ရတာအလွန် ဂမ်းသာစရာဖြစ်ခဲ့ရပါတယ်။

ဒီလိုနဲ့ တစ်နှစ်လွန်လာတော့ ညီအကိုကြီး ချန်ဟာ ယာဉ်တိုက်မှုဖြစ်ပြီး အသက်ဆုံးရှုံးခဲ့ရပါတယ်။ အဲဒီနောက်မှာတော့ သူကွယ်လွန်သွားမှုနဲ့ပါတ်သက်ပြီး ကျွန်တော့်စိတ်ထဲလုံးဝမေ့ပျောက်ခဲ့လို့ မရယုံသာမက၊ တစ်ခါတစ်ခါ အိမ်မက်ထဲ အထိပါ လိုက်လာပါတယ်။ မျက်ရည်နဲ့နိုးပြီး "ဘာကြောင့် ဘုရားသခင်က ဒီလိုဖြစ်ခွင့်ပေးတာလဲ၊ ဒီလိုအရာတွေဘာကြောင့် ဒီမိသားစုမှာဖြစ်ရတာလဲ" ဆိုပြီး အခါခါ မေးခဲ့မိပါတယ်။ တစ်နေ့မှာ ဒီလိုတွေးမိနေစဉ်မှာပဲ၊ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းပါ ဥက္ကဋ္ဌ စပင်ဆာ ဒဗလျူကင်းဘော (၁၈၉၅-၁၉၈၅) ရဲ့ ဟောကြားချက်ကို ဖတ်မိခဲ့ပါတယ်။

"အနိစ္စတရားကို ဘဝရဲ့ အနှစ်သာရ လို့ သတ်မှတ်ထားသူ အတွက်တော့ နာကျင်မှု၊ ဂမ်းနည်းမှု၊ ဆုံးရှုံးမှုနဲ့၊ တိုတောင်းစွာ အသက်ရှင်ရမှုတွေဟာ တကယ်ဒုက္ခ တွေပါပဲ။ သို့သော် ဘဝကို ထာဝရတရားနဲ့ကြည့်တဲ့သူတွေအတွက်တော့ ဖြစ်ပျက်သမျှ အရာတွေကို သင့်လျော်တဲ့မြင်ကွင်းနဲ့ ကြည့်နိုင်မှာ ဖြစ်တယ်.."

"ဘဝမှာ ဖျားနာခြင်းကို ကြုံတွေ့ခံစားရတာဟာ သည်းခံခြင်းကို လေ့လာဖို့နဲ့၊ သေခြင်းကို ရင်ဆိုင်ရတာဟာ တစ်နေ့ထာဝရ အသက်ရှင်ပြီး ဘုန်းအသရေကို ခံစားနိုင်ဖို့ မဟုတ်ပေဘူးလား။" [၁]

အဲဒါကိုဖတ်ပြီး ချက်ချင်းဆိုသလိုပဲ၊ ကျွန်တော့်ရဲ့ ဝေဒနာတွေအတွက် လက်လွှတ်ပြီး၊ ဂတိရှိထားတဲ့ အနာဂါတ်ကို ကြည့်မျှော်ဖို့ ကျွန်တော်ဆုံးဖြတ်ခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်တော့်ရဲ့ စိတ်ထဲမှာ ညီအကိုကြီးချန်ဟာ သူ့မိသားစုနဲ့ အတူပြည်လည်အတူနေရသောအခွင့် ရတာကို တွေးမိပါတယ်။ အဲဒီလို တွေးမိတော့ ကျွန်တော့် စိတ်ငြိမ်သက်လာပါတယ်။ ဒုက္ခများစွာကို ရင်ဆိုင်ကျော်လွှားရန်လိုအပ်တဲ့ ခွန်အားကို ကောင်းကင်ဘုံရှင်အဘက ပေးတယ်ဆိုတာကို ကျွန်တော်သိပါတယ်။

ဂျွန်ဖူဟာ ထိုင်ဂမ်သားတစ်ယောက် ဖြစ်ပါတယ်။

မှတ်ချက်

၁။ *အသင်းတော် ဥက္ကဋ္ဌ များရဲ့ ဟောကြားချက်များ၊ စပင်ဆာ ဒဗလျူ ကင်းဘော* (၂၀၀၆)၊ ၁၅။

ကလေးများကဏ္ဍ

ဥတုသုံးပါးအစေခံခြင်း

ကျွန်တော်တို့ဟာ အစေခံတဲ့နေရာမှာ "အချိန်တိုင်း ရာသီတိုင်း၊ ဂမ်းမြောက်ဂမ်းသာ စိတ်ရင်းစေတနာ ထားပြီး အစေခံသင့်တယ်" လို့ ဥက္ကဋ္ဌ ဥခ်ဒေါ့ ကသွန်သင်ထားပါတယ်။ ဆောင်းရာသီမှာ ဘယ်နည်းအားဖြင့် သူတစ်ပါးအစေကို ခံလို့ရပါသလဲ။ နွေဦးပေါက်ကာလမှာ သူတစ်ပါးရဲ့ အစေကို ဘယ်လိုခံနိုင်ပါသလဲ။ နွေရာသီနဲ့ မိုးရာသီတွေမှာရော ဘယ်လိုနည်းအားဖြင့် သူတစ်ပါးရဲ့အစေကို ကျွန်တော်တို့ခံလို့ရပါသလဲ။ ဥတုအလိုက် ဘယ်လိုသူတစ်ပါးအစေကို ခံလို့ရနိုင်မလဲ ဆိုတာကို ချရေးပါ။ သင့်ရဲ့ အကြံအဉာဏ် တစ်ချို့ကို ဒီလမှာ စမ်းသပ်အသုံးကြည့်ပါ။

© 2003 Intellectual Reserve, Inc အားဖြင့် မှတ်ပုံတင်ပြီး မူပိုင်ခွင့်ရရှိထားပါသည်။ အမေရိကန် ပြည်ထောင်စုတွင် ပုံနှိပ်ထုပ်ဝေသည်။ အင်္ဂလိပ်ဘာသာ ခွင့်ပြုချက်၊ 6/12။
ဘာသာပြန်ခွင့်ပြုချက် 6/12။ *First Presidency Message, September 2013 အား ဘာသာပြန်ဆိုခြင်း၊* Burmese 10669 256

ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားကိုးခြင်း

ယုံကြည်ခြင်း၊ မိသားစု၊ သက်သာမှု

ဤ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းပါ အရာများကို ဆုတောင်းခြင်းနှင့် အတူလေ့လာပြီး၊ အချိန်အခါသင့်ပါက၊ သင်မိသဿဟာရပြုသော ညီအမများနှင့်အတူ ဆွေးနွေးဂေ့ပါ။ ဤအရာပါ မေးခွန်းများကို အသုံးပြုပြီး ညီအမများကို ခွန်အားပေးပါ။ ထို့အပြင်ဤ မေးခွန်းများမေးခြင်းဖြင့် အမျိုးသမီးအဖွဲ့ကို သင့်ဘဝရဲ့ အရေးပါတဲ့ အခန်းတစ်ရပ် ဖြစ်ဖို့ရန် ဖန်တီးပါ။ ထပ်မံလေ့လာမှုများကို ပြုလိုပါက reliefsociety.lds.org ကိုကြည့်ရှုနိုင်ပါတယ်။

ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးခြင်းသည်၊ မိမိနှင့် မိသားစုများအတွက် ဝိညာဉ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် ကိုယ်ကာယပိုင်းဆိုင်ရာလိုအပ်ချက်များကိုဖြည့်ဆည်းနိုင်ရန်အလွန်အရေးပါသော အချက်ဖြစ်သည်။[၁]

မိသားစုနှင့် ပတ်ဂန်းကျင်တွင်၊ ကိုယ့်အားကို ကိုးတတ်တဲ့ အကျင့်မွေးလာတာနဲ့ အမျှ၊ သူတစ်ပါးကို ကူညီရသောအခွင့်ရကာ၊ ထိုသူတို့ကိုလည်း ဒုက္ခကို ကျော်လွှားနိုင်ရန်လိုအပ်သည့် ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးခြင်းကို သွန်သင်ရသော အခွင့်ရမည် ဖြစ်သည်။

လောကီအရာနှင့် ဝိညာဉ်အရာမှာ ကိုယ့်အားကို ကိုးသောသူများဖြစ်ကြရန် ကျွန်တော်တို့မှာ တာဂန်နှင့် လွတ်လပ်စွာ ရွေးချယ်ပိုင်ခွင့်ရှိပါသည်။ ဝိညာဉ်ရေးရာမှာ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးခြင်းနှင့်၊ ဘုရားသခင်အပေါ် မှီခိုခြင်းတို့နှင့် ပါတ်သက်ပြီး တမန်တော်ဆယ့်နှစ်ပါး အဖွဲ့ဂင် ညီအကိုကြီးရောဘတ် ဒီ ဟေးက ယခုလို ဆိုထားပါတယ်၊ “ပွဲတော်မင်္ဂလာကို ထိုက်တန်စွာ သုံးဆောင်ပြီး၊ ဗိမာန်တော်ကိုဂင်ရန် ထိုက်တန်သူများဖြစ်ကာ၊ သူတစ်ပါးအစေကို ခံခြင်းဖြင့်၊ ကျွန်တော်တို့ပြုခဲ့တဲ့ ဂတိအတိုင်း ဆုတောင်းအသက်ရှင်တဲ့အခါ ကျွန်တော်တို့ဟာ တကယ်ပြောင်းလဲသူများဖြစ်လာပြီး၊ ဝိညာဉ်ရေးရာ၌ ရင့်ကျက်သူများဖြစ်လာသည်။”[၂]

လောကီအရာ၌လည်း ကိုယ့်အားကို ကိုးသောသူများဖြစ်လာကြရန်၊ ညီအကိုကြီး ဟေးက “အသက်မွေးဂမ်းကြောင်းပညာနှင့်၊ တက္ကသိုလ်ပညာရပ်များတတ်ရန်၊ အလုပ်ကြိုးစားသူများဖြစ်ရန်၊ ချွေတာစွာ သုံးရန် သွန်သင်ထားပါသည်။ ထို့ပြင် ကြွေးမြီများဆပ်ပြီး၊ ယခုစုဆောင်းခြင်းဖြင့်၊ အသင်းတော်၏ သာသနာ၌လည်း နောင်တချိန်ပါဂင်ခွင့်ရမည် ဖြစ်သည်။ လောကီနှင့် ဝိညာဉ်ရေးရာတို့၌ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးသောသူများဖြစ်လာခြင်း၏ အဓိကရည်ရွယ်ချက်မှာ သူတစ်ပါးကို ကူညီမစနိုင်သောသူများ ဖြစ်လာရန်ဖြစ်သည်။”[၃]

ကျမ်းစာများမှ

ရှင်မဿဲ ၂၅း ၁-၁၃၊ ၁တိမောသေ ၅း၈၊ အယ်မာ ၃၄း၂၇-၂၈၊ ယုံကြည်ခံယူချက်နှင့် ပဋိညာဉ်ကျမ်း ၄၄း၆၊ ၅၈း၂၆-၂၉၊ ၈၈း၁၁၈။

ကျွန်တော်တို့ ရဲ့ သမိုင်းများမှ

နောက်ပိုင်းကာလ သူတော်စင်များ ကန္တာရဖြစ်သော၊ ဆော့လိတ် တစ်ဂှမ်းကိုရောက်ရှိပြီးတဲ့နောက်မှာ၊ ဥက္ကဋ္ဌ ဘရေဂမ်ယောင်းက အသင်းသားတိုင်း ဒီနေရာမှာအောင်မြင်ပြီး မိမိတို့အတွက်နေအိမ်များဆောက်ကြရန် အလိုရှိခဲ့သည်။ ဒါကြောင့် သူတော်စင်များအနေနဲ့ ကိုယ့်အား ကိုယ်ကိုးနိုင်သူများဖြစ်လာရန် လိုအပ်တဲ့ အတတ်ပညာတွေကို တတ်ကျွမ်းရန် ကြိုးစားခဲ့ရပါတယ်။ ဒီလိုကြိုစားရာမှာ ဥက္ကဋ္ဌယောင်းအနေနဲ့ အမျိုးသမီးတွေရဲ့ ခွန်အား၊ သစ္စာရှိမှု၊ အတတ်ပညာတို့ကို အသုံးပြုပြီး သူတို့ကို သီးသန့် တာဂန်ပေးခဲ့ပါတယ်။ ယနေ့မှာ အသင်းတော်မှာရှိတဲ့ အမျိုးသမီးများရဲ့ တာဂန် ထိုအချိန်ကနဲ့ ကွဲပြားမှုရှိပေမယ့်၊ ဦးတည်ချက်တော့ အတူတူ ပါပဲ။

၁။ အလုပ်ကြိုးစားပြီး ပျင်းရိခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်နိုင်ရန် သင်ယူပါ။

၂။ ကိုယ့်အားကို ကိုးတတ်သည့်စိတ်ထားမွေးပါ။

၃။ မိမိရဲ့ ဝိညာဉ်ရေးရာ၊ လောကီရေးရာ၊ ကျန်းမာရေး၊ ပညာရေး၊ အလုပ်အကိုင်၊ ငွေကြေး၊ အစားအသောက်နှင့် ဘဂရှင်သန်ရေးအတွက် လိုအပ်သောအရာများကို ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးပြီးရှာဖွေပါ။

၄။ ဘဂရဲ့ စိန်ခေါ်မှုကို ရင်ဆိုင်နိုင်ဖို့ ခွန်အားနှင့် ယုံကြည်ခြင်းရရန် ဆုတောင်းပါ။

၅။ ကူညီမစမှု လိုအပ်သော အခြားသူများကို ခွန်အားပေးပါ။ [၅]

မှတ်ချက်

၁။ လက်စွဲစာအုပ် ၂၊ အသင်းတော်၌ အမှုဆောင်ခြင်း (၂၀၁၀)ယ ၆၊၁၊၁။

၂။ ရောဘတ် ဒီ ဟေး၊ “မိမိ၏ မူလအနေအထားသို့ ပြန်လည်ရောက်ရှိလာခြင်း၊ ပွဲတော်မင်္ဂလာ၊ ဗိမာန်တော်နှင့်၊ အနစ်နာခံပြီးအစေခံခြင်း၊” လိုင်ယာဟိုးနားနှင့် အောင်လံ၊ မေလ ၂၀၁၂၊ ၃၄။

၃။ ရောဘတ် ဒီ ဟေး၊ “မိမိ၏ မူလအနေအထားသို့ ပြန်လည်ရောက်ရှိလာခြင်း”

၄။ ငါ၏နိုင်ငံတော်၏ သမီးများ၊ အမျိုးသမီးများအဖွဲ့နှင့် ၎င်း၏ စွမ်းဆောင်မှု သမိုင်း(၂၀၁၁)၊ ၅၁။ ကို ကြည့်ပါ။

ကျွန်ုပ်ဘာလုပ်နိုင်မည်နည်း။

၁။ ကျွန်ုပ်ဦးစီးဦးဆောင်မှုပြုနေတဲ့ အမျိုးသမီးများရဲ့ ဝိညာဉ်ရေးရာ၊ လောကီရေးရာ လိုအပ်ချက်များကို ကျွန်မဘယ်လို ကူညီနေပါသလဲ။

၂။ ကျွန်ုပ်ရဲ့ ဝိညာဉ်ရေးရာ ရင့်ကျက်မှုကို ပွဲတော်အတွက် ပြင်ဆင်ခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း၊ ပေးဆပ်အနစ်နာခံ အစေခံခြင်းဖြင့် လည်းကောင်း၊ ဆက်လက်ပျိုးထောင်နေပါသလား။

© 2013 Intellectual Reserve, Inc အားဖြင့် မှတ်ပုံတင်ပြီး မူပိုင်ခွင့်ရရှိထားပါသည်။ အမေရိကန် ပြည်ထောင်စုတွင် ပုံနှိပ်ထုပ်ဂေသည်။ အင်္ဂလိပ်ဘာသာ ခွင့်ပြုချက်၊ 6/12။ ဘာသာပြန်ခွင့်ပြုချက် 6/12။ *Visiting Teaching Message, September 2013 အားဘာသာပြန်ဆိုခြင်း၊* Burmese 10669 256