



သင်ဂရုစိုက်ကြောင်းဆက်သွယ်ပြောဆိုပါ

ကျွန်တော်တို့ဂရုစိုက်ကြောင်း ကျွန်တော်တို့ပြုသနိုင်သော နည်းလမ်းများစွာရှိပါသည်။ အထူးသဖြင့် ခရစ္စမတ်အချိန်မှာပေါ့။ ကျွန်တော်တို့ပြောနိုင်၊ စာတိုပို့နိုင်၊ ရေးနိုင်၊ ပေးနိုင်၊ ဝေမျှနိုင်၊ ဆုတောင်းနိုင်၊ မုန့်ဖုတ်နိုင်၊ သီချင်းဆိုနိုင်၊ ဖက်နိုင်၊ ကစားနိုင်၊ စိုက်ပျိုးနိုင် သို့မဟုတ် ရှင်းလင်းနိုင်ပါတယ်။ ရိုးရိုးလေးကြိုးစားကြည့်ပါ။

အခြားသူများကိုချစ်ခြင်းမေတ္တာပြသခြင်းက အမှုတော်ဆောင်ရွက်ခြင်း၏နုလုံးသားအထဲတွင်ရှိပါသည်။ လူမှုသက်သာရေးအထွေထွေ ဥက္ကဋ္ဌ ဂျင်း ဘီ ဘင်ဟမ် က “လှုံ့ဆော်မှုအဖြစ်မေတ္တာနှင့် တစ်ဦးချင်းစီ စစ်မှန်သော အမှုတော်ဆောင်ရွက်ခြင်းကို ပြီးမြောက်ပါသည်။ လှုံ့ဆော်မှုအဖြစ် မေတ္တာနှင့် အံ့ဩဖွယ်ရာများ ဖြစ်ပေါ်လာမည်ဖြစ်ပြီး ကျွန်မတို့ရဲ့ ‘ပျောက်ဆုံးနေသော’ ညီအစ်ကိုမောင်နှမများကို ယေရှု ခရစ်တော်၏ ဧဝံဂေလိတရား၏ အားလုံးပါဝင်ထွေးပွေ့မှုသို့ ခေါ်ဆောင်ရန်ကျွန်မတို့ နည်းလမ်းများရှာဖွေပါမည်။”^၁

ကျွန်တော်တို့ဂရုစိုက်ကြောင်း အခြားသူများကို ပေးသိခြင်းသည် ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆက်ဆံမှုများတည်ဆောက်ခြင်း၏ မရှိမဖြစ်အရာဖြစ်သည်။ သို့သော် ကွဲပြားခြားနားသော လူများသည် ကွဲပြားခြားနားသောနည်းလမ်းများဖြင့် မေတ္တာကို ခံစားရသည်။ ထို့ကြောင့် သူတို့နားလည် သဘောပေါက်ကာ အသိအမှတ်ပြုလာမည့်နည်းလမ်းများဖြင့် အခြားသူများအတွက် ကျွန်တော်တို့ရဲ့မေတ္တာကို ကျွန်တော်တို့သင့်လျော်စွာ မည်သို့ ဖော်ပြနိုင်မည်နည်း။ သင့်ကိုယ်ပိုင်စဉ်းစားတွေ့ခေါ်မှုကိုစတင်ရန် စိတ်ကူးအကြံအနည်းငယ်နှင့်အတူ ကျွန်တော်တို့ဂရုစိုက်ကြောင်း ဆက်သွယ်ပြောဆိုရန် နည်းလမ်းများမှာ အောက်ပါအတိုင်း

ဖြစ်ပါသည်။

ပြောပါ

တစ်ခါတစ်ရံ တစ်စုံတစ်ယောက်နှင့်ပတ်သက်ပြီး သင်ဘယ်လို ခံစားရလဲဆိုတာကိုပြောတာထက် ပိုကောင်းတဲ့နည်းလမ်းမရှိပါ။ သူတို့ကိုသင်ချစ်ကြောင်း တစ်စုံတစ်ယောက်ကို ပြောပြခြင်းမျိုး ဖြစ်နိုင်ပြီး သူတို့နှင့်ပတ်သက်ပြီး သင်လေးစားအားကျရတာကို ဝေမျှခြင်း သို့မဟုတ် ရိုးသားစွာချီးမွမ်းပေးခြင်းလည်း ပါဝင်ပါသည်။ ဤခံယူချက်မျိုးသည် ဆက်ဆံရေးများကို အားကောင်းလာစေရန်ကူညီပါသည်။ (ဧဖက် ၄:၂၉ ကိုကြည့်ပါ။)

- သူ သို့မဟုတ် သူမ၏ အားသာချက်များထဲမှ တစ်ခုကို သင်မည်မျှလေးစားအားကျကြောင်းကို တစ်ဦးချင်းစီကို ပေးသိဖို့ အခွင့်ထူးကိုရှာဖွေပါ။
- အလည်သွားပါ။ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ သို့မဟုတ် သူတို့ကို သင်သတိရနေကြောင်း တစ်ဦးချင်းစီကိုပြောသော အီးမေးလ်၊ စာတို သို့မဟုတ် ကဒ်ပေးပို့ပါ။

လည်ပတ်ပါ

တစ်စုံတစ်ယောက်ကိုနားထောင်ဖို့နှင့် အတူစကားပြောဖို့ အချိန်ယူခြင်းက သူ သို့မဟုတ် သူမကိုသင်မည်မျှ တန်ဖိုးထား

ကြောင်းပြသရန် စွမ်းအားကြီးသောနည်းလမ်း တစ်ခုဖြစ်သည်။ သင်သည်အိမ်တွင် သွားလည်သည်ဖြစ်စေ၊ ဘုရားကျောင်းတွင် သွားလည်သည်ဖြစ်စေ သို့မဟုတ် အခြားတစ်နေရာရာမှာ သင်သွားလည်သည်ဖြစ်စေ သူတို့စကားပြောနိုင်ဖို့ တစ်စုံတစ်ယောက်ကိုလိုအပ်နေသော သူများစွာရှိပါတယ်။ (မိုဇိုင်းယား ၄:၂၆၊ အယူဝါဒနှင့်ပဋိညာဉ်ကျမ်း ၂၀:၄၇ ကိုကြည့်ပါ။)

- တစ်ဦးချင်းစီ၏လိုအပ်ချက်များအရ အလည်အပတ်အချိန် စာရင်းပြုလုပ်ပါ။ သူ သို့မဟုတ် သူမ၏အခြေအနေများကို အမှန်တကယ်နားထောင်ပြီး နားလည်သဘောပေါက်ရန် အချိန်ယူပါ။
- အကွာအဝေး၊ ယဉ်ကျေးမှုစံနှုန်းများ သို့မဟုတ် အခြားအခြေအနေများကြောင့် အိမ်များသို့သွားလည်ရန် ခက်ခဲနိုင်သောနေရာတွင် အသင်းတော်အစည်းအဝေးများ ပြီးနောက် အတူတကွအချိန်ယူရန်စဉ်းစားပါ။

ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့်အစေခံပါ

တစ်ဦးချင်းစီ သို့မဟုတ် မိသားစုလိုအပ်ချက်များကိုဂရုပြုပါ။ လေးနက်သောအစေခံပေးခြင်းက သင်ဂရုစိုက်ကြောင်း ဆက်သွယ်ပြောဆိုပါတယ်။ ၎င်းသည် အချိန်၏အဖိုးတန် လက်ဆောင်များနှင့် လေးနက်သောအားထုတ်မှု ပေါင်းစပ် ထားခြင်းဖြစ်သည်။ “ရိုးရှင်းသောအစေခံ လုပ်ဆောင်မှုများက အခြားသူများအပေါ် လေးနက်သော အကျိုးသက်ရောက်မှုများ ရှိနိုင်ပါသည်။” ဟု ညီအစ်ဘင်ဟမ်က ပြောခဲ့ပါသည်။

- မိဘများမိမိတော်သို့သွားနိုင်စေရန် ကလေးများကို ကြည့်ရှုပေးခြင်းစသည့် တစ်ဦးချင်းစီ သို့မဟုတ် မိသားစုများကို ခိုင်ခံ့စေသောအစေခံခြင်းကမ်းလှမ်းပါ။
- ဘဝမှာသောကများဖိစီးတဲ့အခါ ပြတင်းပေါက်များကို သန့်ရှင်းပေးခြင်း၊ ခွေးနှင့်လမ်းလျှောက်ထွက်ပေးခြင်း သို့မဟုတ် ခြံအလုပ်တွင်ကူညီခြင်းစသည့် ဝန်ထုပ်များကို ပေါ့စေရန် နည်းလမ်းများကိုရှာဖွေပါ။

အတူတကွဆောင်ရွက်ပါ

လေးနက်သောစကားပြောဆိုခြင်းများအားဖြင့် ဆက်သွယ်မှု မပြုသောသူများရှိပါသည်။ တစ်ချို့သောသူများအတွက် တူညီသောစိတ်ဝင်စားမှုများကိုရှာဖွေခြင်းနှင့် ထိုအရာများကို အတူတကွပြုလုပ်ပြီး အချိန်ယူခြင်းအားဖြင့် ဆက်သွယ်မှုများကို ပြုလုပ်ပါသည်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ညီအစ်ကိုမောင်နှမများနှင့် “အတူရှိပြီး ခိုင်ခံ့စေ”ဖို့ (အယူဝါဒနှင့်ပဋိညာဉ်ကျမ်း ၂၀:၅၃) ကိုယ်တော်ကတိုက်တွန်းခဲ့ပါတယ်။

- လမ်းလျှောက်ထွက်ပါ။ ညဘက်ဆော့ကစားခြင်းစီစဉ်ပါ။ သို့မဟုတ် အတူလေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ရန် ပုံမှန်အချိန် သတ်မှတ်ပါ။
- ရပ်ကွက်အဖွဲ့အစည်း သို့မဟုတ် အသင်းတော်စီမံကိန်းတွင် အတူအကွအစေခံပါ။

လက်ဆောင်ပေးပါ

တစ်ခါတစ်ရံ အချိန် သို့မဟုတ် အပြန်အလှန်အကျိုး သက်ရောက်ရန် အခွင့်အရေးများကို ကန့်သတ်ထားပါတယ်။ ယဉ်ကျေးမှုတော်တော်များများတွင် လက်ဆောင်များပေးခြင်းက ဂရုစိုက်ခြင်းနှင့်စာနာမှု၏ သင်္ကေတဖြစ်သည်။ ရံဖန်ရံခါ ပိုကောင်းသောဆက်ဆံမှုကိုတည်ဆောက်ဖို့ သင့်ရဲ့စိတ်ဝင်စားမှုကို ရိုးရှင်းသောလက်ဆောင်က ပြောပြနိုင်ပါတယ်။ (သုတ္တံကျမ်း ၂၁:၁၄ ကိုကြည့်ပါ။)

- သူတို့နှစ်သက်သောစားစရာကိုကျွေးပါ။
- ကိုးကားချက်၊ ကျမ်းစာ သို့မဟုတ် သူတို့ကို အကျိုးဖြစ်စေ နိုင်တယ်လို့ သင်ခံစားရတဲ့ အခြားသတင်းစကားကို ဝေမျှပါ။

မေတ္တာအလုပ်သမား

သင်မည်သူ့ကိုအမှုတော်ဆောင်သည်နှင့် လှုံ့ဆော်မှုကို မည်သူ့အတွက်သင်ရှာဖွေသည်ကို သင်သိလာတဲ့အခါ သူတို့တစ်ဦးချင်းစီအတွက် သင့်ရဲ့မေတ္တာနှင့် ဂရုစိုက်မှုကို မည်သို့ပြောပြရန် ပို၍တိကျစွာသင်သင်ယူလာမည်။

အမေရိကန်၊ အော်ရီဂွန်မှ ကင်ဘာလီ ဆေးဘိုးတံက လှုံ့ဆော်မှုကိုရှာဖွေပြီး မေတ္တာကိုပြသရန် လက်ဆောင်များကို ပေးခြင်းအကြောင်း ဇာတ်လမ်းကိုပြောပြပါတယ်။

“ဘဝကကျွန်မကို ကျဆင်းစေတဲ့အခါ ကျွန်မထပြီ ဇူဒီးနီ ပေါင်မုန့်ကိုလုပ်ပါတယ်။ များသောအားဖြင့် ရှစ်လုံးလောက် လုပ်ပါတယ်။ ကျွန်မရဲ့အထူးပါဝင်ပစ္စည်းကတော့ ကျွန်မ မုန့်ဖုတ်တဲ့အခါ ထိုပေါင်မုန့်များကိုလိုအပ်သောသူကိုသိရန် ကျွန်မတောင်းလျှောက်တဲ့ တိတ်ဆိတ်သော ဆုတောင်းချက် ဖြစ်ပါတယ်။ ဇူဒီးနီပေါင်မုန့်နွေးနွေးလေးက သူတို့အိမ်များနှင့် ဘဝများသို့ ကျွန်မရဲ့ဖိတ်ခေါ်မှုဖြစ်လာတာကြောင့် ကျွန်မဝန်းကျင်မှအိမ်နီးချင်းများကို ကျွန်မပိုမိုသိကျွမ်းလာခဲ့တယ်။

“နွေးထွေးသောနေရာသီတစ်ရက်မှာ လမ်းဘေးမှာ အနက်ရောင်ဘယ်ရီသီးပိုင်များရောင်းနေတဲ့ မိသားစုနား ကျွန်မ ကားမောင်းထွက်ခဲ့တယ်။ ကျွန်မ အနက်ရောင် ဘယ်ရီသီးတွေကို မလိုအပ်ပါဘူး။ ဒါပေမယ့် ပိန်ပိန်နဲ့လူငယ်လေးက ကျွန်မကိုသူ့ရဲ့ လာမယ့်ဖောက်သည်လို့ အထင်နဲ့ ကြည့်ကာစိတ်လှုပ်ရှားကာ

ရပ်နေတယ်။ ကျွန်မအနက်ရောင်ဘယ်ရီသီးအချို့ကိုဝယ်ခဲ့တယ်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်မမှာသူ့အတွက်လက်ဆောင်တစ်ခုရှိတယ်။ ကျွန်မကောင်လေးကို ပေါင်မုန့်နှစ်လုံးပေးခဲ့တယ်။ သူကသူ့အဖေကို ခွင့်ပြုဖို့ လှည့်ကြည့်ပြီးနောက် 'ကြည့်ပါဦး အဖေ။ ဒီနေ့စားဖို့ တစ်ခုခု ကျွန်တော်တို့မှာအခုရှိပြီ။' လို့ ပြောခဲ့တယ်။ ရိုးရှင်းတဲ့ နည်းလမ်းတစ်ခုနဲ့ မေတ္တာပြဖို့ ဒီအခွင့်ထူးအတွက် ကျွန်မ ကျေးဇူးတော်နှင့်ပြည့်နေခဲ့တယ်။"

တမန်တော်ဆယ့်နှစ်ပါးအဖွဲ့ဝင် အယ်လ်ဒါဂျက်ဖရီ အာရ် ဟော်လန်က "အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးများအားလုံး—နှင့် ကျွန်တော်တို့ရဲ့အရွယ်ကြီးသောလူငယ်အမျိုးသားများနှင့် လူငယ်အမျိုးသမီးများ အချင်းချင်းလိုက်လိုက်လဲ့လဲ့ စောင့်ရှောက်ရန် ပို၍လေးနက်စွာ တာဝန်ခံကြပါမယ်။ စပျစ်ဥယျာဉ်ရှင်နှင့်အတူဘေးချင်းယှဉ်လုပ်ဆောင်ကာ နှိပ်နှံသောဒူးတို့ကို တည့်စေခြင်း၊ မျက်ရည်များကိုသုတ်ပေးခြင်း၊ နှစ်သိမ့်မှုပေးခြင်းနှင့် ဆုတောင်းချက်များ အဖြေပေးခြင်း၏ သူ့ရဲ့အံ့ဖွယ်ကောင်းသောလုပ်ငန်းမှာ ကျွန်တော်တို့အားလုံး၏ အဘတည်းဟူသောဘုရားသခင်ကိုကူညီကြပါစေ။" ၃

ယေရှုခရစ်တော်ဂရုစိုက်သည်

လာဇရုကိုသေခြင်းမှရှင်ပြန်စေခဲ့ပြီးနောက် "ယေရှုသည် မျက်ရည်ကျတော်မူ၏။" ယုဒလူတို့က ကြည့်ပါ။ လာဇရုကို အလွန်ချစ်တော်မူပါသည်တကားဟု ဆိုကြ၏။" (ယောဟန် ၁၁:၃၅-၃၆)။

"ငါ့ဦးသင်တို့အပေါ်သနားခြင်းဂရုဏာတော်ရှိသည်။" နီဖိုင်းလူမျိုးများကို ခရစ်တော်ပြောခဲ့သည်။ ထို့နောက် သူတို့၏နာမကျန်းသူနှင့် ဝေဒနာခံစားရသူများ၊ သူတို့၏ ခြေမစွမ်းသူများနှင့် မျက်စိကန်းသူများကို သူခေါ်ခဲ့ပြီး "သူတို့ကိုအနာငြိမ်းစေခဲ့သည်။" (၃ နီဖိုင်း ၁၇:၇-၉ ကိုကြည့်ပါ)။

ကယ်တင်ရှင်သည် အခြားသူများကိုဂရုစိုက်ခဲ့သည့်အတိုင်း ကျွန်တော်တို့အတွက်ဥပမာပြခဲ့ပါသည်။ ကျွန်တော်တို့ကို သူသင်ကြားခဲ့သည်

"သင်၏ဘုရားသခင်ထာဝရဘုရားကို စိတ်နှလုံးအကြွင်းမဲ့ ဉာဏ်ရှိသမျှနှင့် ချစ်လော့။" ဟူသော ပညတ်သည် ပဌမပညတ်ဖြစ်၏။ ကြီးမြတ်သော ပညတ်လည်းဖြစ်၏။

"ထိုမှတစ်ပါး ကိုယ်နှင့်စပ်ဆိုင်သောသူကို ကိုယ်နှင့်အမျှ ချစ်လော့ဟူသော ဒုတိယပညတ်သည် ပဌမပညတ်နှင့် သဘောတူ၏။" (မသေ ၂:၃၇-၃၉)

သင့်ရဲ့ဂရုစိုက်ခြင်းကိုမည်သူလိုအပ်ပါသနည်း။ သင်ဂရုစိုက်ကြောင်းသူတို့ကို သင်မည်သို့ပြနိုင်ပါသနည်း။

အခြားသူများကိုနားထောင်ခြင်းသည် ကျွန်တော်တို့ဂရုစိုက်ကြောင်းသူတို့ကိုပြသရန် နည်းလမ်းများကိုရှာဖွေဖို့ ကျွန်တော်တို့ကိုကူညီပါမည်။ ဇွန်လ ၂၀၁၈ ထုတ် လီရာဟိုနာမှ အမှုတော်ဆောင်ရွက်ခြင်း အခြေခံမူများဆောင်းပါး "ကောင်းသောနားထောင်သူများပြုသော အချက်ငါးချက်" ကိုကြည့်ပါ။

"အမှုတော်ဆောင်ရွက်ခြင်းအခြေခံမူများ" ဆောင်းပါးများသည် အချင်းချင်းစောင့်ရှောက်ရန်အတွက် သင်ယူဖို့ကျွန်တော်တို့ကိုကူညီရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။— လည်ပတ်မှုများအတွင်း သတင်းကောင်းများအဖြစ် ဝေမျှရန်မဟုတ်ပါ။ ကျွန်တော်တို့အစေခံသောသူများအား သိကျွမ်းလာတဲ့အခါ ကျွန်တော်တို့ရဲ့စောင့်ရှောက်မှုနှင့် သနားခြင်းဂရုဏာအပြင် သူတို့လိုအပ်နိုင်မည့်သတင်းကောင်းကိုသိရှိရန် သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်က ကျွန်တော်တို့ကိုလှုံ့ဆော်ပါလိမ့်မယ်။

မှတ်ချက်များ

- ၁။ ဂျင်း ဘီ ဘင်ဟမ်၊ "Ministering as the Savior Does," *Liahona*, မေလ ၂၀၁၈၊ ၁၀၆။
- ၂။ ဂျင်း ဘီ ဘင်ဟမ်၊ "Ministering as the Savior Does," ၁၀၄။
- ၃။ ဂျက်ဖရီ အာရ် ဟော်လန်၊ "Be With and Strengthen Them," *Liahona*, မေလ ၂၀၁၈၊ ၁၀၃။