

A. Leadership's Guide: The Three Angels' call to prayer

ခေါင်းဆောင်အတွက်လမ်းညွှန်း။ ။ ဆုတောင်းရန်ကောင်းကင်တမန်သုံးပါး၏ခေါ်ဝေါ်ခြင်း

၂၀၂၂ ၏ဆုတောင်းခြင်းအစီအစဉ်သို့ဖိတ်ခေါ်အပ်ပါသည်။ဆုတောင်းခြင်းသည်ပြန်လည်နိုးကြားခြင်းရှိရန် မွေးဖွားရာနေရာဖြစ်ကြောင်းကျွန်ုပ်တို့ယုံကြည်ပါသည်။အစာရှောင်ဆုတောင်းခြင်းဖြင့်လွန်ခဲ့သောနှစ်များ တွင်ဘုရားရှင်သည်နိမိတ်လက္ခဏာများစွာပြုလုပ်ပေးခဲ့ကြောင်းမြင်တွေ့ခဲ့ရသည်။သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ် ဘုရားသည်လူတို့၏အသက်တာပြောင်းလဲခြင်း၊တရားဟောခြင်းလုပ်ငန်းတွင်အသစ်သောစိတ်ထက်သန်မှု ဖြစ်ပေါ်လာစေခြင်း၊အသင်းတော်ပြန်လည်နိုးကြားထကြွလာခြင်းနှင့်တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးအသစ်သောပြန်လည် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံမှုပြုခြင်းတို့ကိုလုပ်ဆောင်ပေးကြောင်းတွေ့ရပါသည်။

ဘုရားသခင်သည်သင့်ကိုပြန်လည်နိုးကြားဘို့ခေါ်ဝေါ်သောအသံကိုကြားရပါသလား။ကျမ်းစာတော်မြတ် တွင်ဘုရားရှင်၏ဂတိတော်များစွာရှိနေသည်။

ငါ့နာမဖြင့်သမုတ်သော ငါ့လူတို့သည် ကိုယ်ကိုနှိမ့်ချသဖြင့်၊ ငါ့မျက်နှာကို ရှာလျက်ဆုတောင်းပဌနာပြု၍ အဓမ္မလမ်းကိုလွှဲရှောင်လျှင်ငါသည်ကောင်းကင်ဘုံ၌ နားထောင်မည်။ သူတို့အပြစ်ကိုဖြေ၍ သူတို့ကိုချမ်းသာပေးမည်။၂ရာ ၇:၁၄

ငါ့ကိုရှာသောအခါ၊ စိတ်နှလုံးအကြွင်းမဲ့နှင့်ရှာလျှင် တွေ့ကြလိမ့်မည်။ယေရမိ ၂၉:၁၃

ထိုအခါထာဝရဘုရားကို ပဌနာပြုသောသူရှိသမျှတို့သည် ကယ်တင်တော်မူခြင်းသို့ ရောက်ကြလတံ့။ အကြောင်းမူကား၊ ထာဝရဘုရားမိန့်တော်မူသည်အတိုင်းဇီအုန်တောင်၊ ယေရုရှလင်မြို့၌၊ ထာဝရဘုရားခေါ်တော်မူသော အကျန်အကြွင်းတို့အဘို့ ကယ်တင်ခြင်းအခွင့်ရှိရလတံ့။ယောလ ၂:၃၂

ဘုရားသခင်၌ချဉ်းကပ်ကြလော့။ သို့ပြုလျှင် သင်တို့၌ချဉ်းကပ်တော်မူလိမ့်မည်။ အပြစ်ရှိသောသူတို့၊ သင်တို့လက်ကိုစင်ကြယ်စေကြလော့။ စိတ်နှစ်ခွရှိသောသူတို့၊ သင်တို့စိတ်နှလုံးကို သန့်ရှင်းစေကြလော့။ ယာကုတ် ၄:၈

ငါသည်တံခါးရှေ့မှာရပ်၍ ခေါက်လျက်နေ၏။ အကြင်သူသည် ငါ၏အသံကိုကြား၍ တံခါးကိုဖွင့်အံ့။ ထိုသူရှိရာသို့ ငါဝင်၍သူနှင့်အတူစားသောက်မည်။ သူသည်လည်း ငါနှင့်အတူစား သောက်ရလိမ့်မည်။ ဗျာ ၃:၂၀

သင်သည်မည်သည့်နေရာတွင်ရှိနေပါစေဘုရားသခင်သည်သင်ထင်မြင်သည်ထက်သင်နှင့်ပို၍နီးကပ်နေပါသည်။ဘုရားသခင်သည်သင်၏မိသားစု၊သင်၏အသင်းတော်၊သင်၏လူမှုပတ်ဝန်းကျင်နှင့်သင့်အသက်တာဘဝထဲတွင်ကောင်းကြီးမင်္ဂလာသွန်းလောင်းပေးလိုပါသည်။ကောင်းကင်တမန်သုံးပါး၏ဆုတောင်းရန်ခေါ်ဖိတ်သံကိုနားထောင်လျက်ကျွန်ုပ်တို့နှင့်အတူပါဝင်ဆုတောင်းပါ။

ဆုတောင်းရန်အထွေထွေအကြံထောင်းအရာများ၊

နေ့စဉ်ဆုတောင်းရန်လမ်းညွှန်၊

ဆယ်ရက်စာဆုတောင်းခြင်းအစီအစဉ်လမ်းညွှန်ကိုပြင်ဆင်ထားပါသည်။လမ်းညွှန်မှအချက်တိုင်းတွင်ကျမ်းချက်များ၊ဖတ်ရှုရန်စာပေများ၊ဆုတောင်းချိန်တွင်ဖတ်ရှုရန်ကျမ်းချက်များ၊ဆုတောင်းရန်အကြံပေးချက်များနှင့်သီချင်းသီချင်းကိုလည်းအကြံညာဏ်ပေးထားပါသည်။

ကမ္ဘာတဝှမ်းလုံးရှိအသင်းတော်များသည်ခေါင်းစဉ်တစ်ခုတည်းကိုအာရုံပြုလျက်ဆုတောင်းကြမည်။ဆုတောင်းချက်များနှင့်ကျမ်းချက်ပေါ်တွင်မူတည်လျက်အတူတကွဆုတောင်းကြပါ။သို့သော်ဆုတောင်းရာတွင်ဆုတောင်းချက်အားလုံးကိုလွမ်းခြုံနိုင်ရန်မြန်ဆန်စွာဆုတောင်းခြင်းကိုမပြုလုပ်ရန်သတိပြုစေလိုပါသည်။ဆုတောင်းချက်များကိုအဖွဲ့စီခွဲကာအစုလိုက်တာဝန်ပေးဆုတောင်းစေပါ။

ကမ္ဘာတဝှမ်းလုံးရှိအသင်းတော်များ၏ဆုတောင်းချက်များကိုလည်းထည့်သွင်းပေးပို့ထားပါသည်။ကမ္ဘာတဝှမ်းလုံးရှိအသင်းတော်မိသားစုများနှင့်အတူဆုတောင်းဘို့ရန်အထူးလိုအပ်ပါသည်။ပတ်ဝန်းကျင်တွင်လာရောက်သည့်ဧည့်သည်များနှင့်အသင်းတော်၏လိုအပ်ချက်များကိုလည်းထည့်သွင်းဆုတောင်းပေးရန်ကိုလည်းအခွင့်ပေးဘို့မမေ့ပါနှင့်။ဧည့်သည်များကိုလည်းသူတို့သည်လည်းကျွန်ုပ်တို့အဖွဲ့နှင့်အတူတကွပါဝင်နိုင်သည်ကိုလည်းခံစားမှုရှိစေရန်ပြုလုပ်ပေးဘို့လိုအပ်ပါသည်။

ဆုတောင်းခြင်းအစီအစဉ်တိုင်းတွင်အသုံးပြုရမည့်အချိန်အတွက်အကြံပြုချက်

ဆုတောင်းခြင်းကိုအာရုံပြုနိုင်ရန်ရုံးရုံးလေးဆုတောင်းပါ။အသုံးပြုရမည့်အချိန်သည်တဖွဲ့နှင့်တဖွဲ့ခြားနားနေကြမည်။ဆုတောင်းအကြံပေးချက်များ

ကြိုဆိုနတ်ဆက်ခြင်းနှင့်အစပြုခြင်း	၂-၅ မိနစ်
ဇော်ရှုရန်စာပိုက်ကိုဖတ်ရှုခြင်း(နေ့စဉ်ဆုတောင်းခြင်းအကြံပြုချက်)	၅ မိနစ်
ကျမ်းချက်အားဖြင့်ဆုတောင်းခြင်း(နေ့စဉ်ဆုတောင်းလမ်းညွှန်)	၁၀-၁၅ မိနစ်
ဆုတောင်းချက်အတိုင်းဆုတောင်းခြင်းနှင့်အထူးဆုတောင်းခြင်း	၂၀-၃၀ မိနစ်
ချီးမွမ်းခြင်းနှင့်သီချင်းအားဖြင့်တုံ့ပြန်ခြင်း	၁၀-၁၅ မိနစ်

သူတပါးအတွက်ဆုတောင်းခြင်း

သူတို့၏ပရုံးပေါ်တင်ရှိသည့်မိတ်ဆွေအနည်းဆုံး ၇ ဦးအတွက်ဆုတောင်းပေးပါရန်အားပေးပါသည်။
သူတို့သည်ဆွေမျိုးများ၊မိတ်ဆွေများ၊အသိအကြွမ်းများသို့မဟုတ်လုပ်ဖော်ဆောင်ဖက်များဖြစ်နိုင်သည်။ဆု
တောင်းခြင်း၁၀ရက်တာအတွင်းသူတို့အားသန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်လမ်းပြသွန်သင်ရန်အမည်ဖြင့်ခေါ်လျှ
က်ဆုတောင်းပေးပါ။ဆုတောင်းပေးသောသူများ၏အမည်များကိုရေးသားမှတ်တမ်းတင်နိုင်မည့်စက္ကူကပ်ထု
များပြင်ဆင်ပေးနိုင်သည်။

၁၀ ရက်တာဆုတောင်းခြင်းအချိန်တွင်ဥပုသ်နေ့ဝတ်ပြုခြင်းအစီအစဉ်

ဥပုသ်နေ့များတွင်အထူးဆုတောင်းခြင်း၊ဆုတောင်းခြင်းမှကိုအဖြေရရှိသည့်အတွေ့အကြံများကိုသက်သေခံ
ခြင်း၊ကိုပြုလုပ်ကျင်းပပါ။နေ့စဉ်ဆုတောင်းခြင်းတွင်တွေ့ကြုံရသည့်အတွေ့အကြံများကိုဝေငှသက်သေခံ
နိုင်မည့်နည်းလမ်းများကိုတီထွင်ကာတင်ဆက်ပါ။

နေကာကဆုံးအပတ်ဥပုသ်နေ့ဆုတောင်းစည်းဝေးပွဲကျင်းပခြင်းအစီအစဉ်

ဆယ်ရက်တာဆုတောင်းခြင်းအချိန်တွင်ဘုရားရှင်၏နားညောင်းခဲ့သည့်အသက်တာကိုသက်သေခံခြင်းအစီ
အစဉ်ကိုပြုလုပ်ကျင်းပနိုင်ရန်စီစဉ်ပုံဖော်ထားပါ။တရားဟောခြင်း၊သီချင်းဆိုခြင်း၊ကျမ်းစာသင်ကြားခြင်းနှင့်
ဆုတောင်းချက်များကိုအဖြေရရှိသည့်အတွေ့အကြံကိုသက်သေခံနိုင်ရန်လုံလောက်သောအချိန်ပေးထားရ
မည်။ဆုတောင်းခြင်းအစီအစဉ်တွင်ပါဝင်ခြင်းမရှိခဲ့သူများလည်းဆုတောင်းခြင်းတွင်အတူတကွပါဝင်ပျော်
ရွှင်နိုင်ရန်လူထုပရိတ်သတ်တို့ကိုဆုတောင်းခြင်းတွင်ဦးဆောင်ပါ။ဥပုသ်နေ့နှင့်ဆိုင်သောအစီအစဉ်လက်
ကမ်းစာစောင်ကိုကြည့်ရှုပါ။

ဆယ်ရက်ဆုတောင်းစည်းဝေးအစီအစဉ်အတိုင်းလိုက်နာဆောင်ရွက်ခြင်း

ဤဆယ်ရက်ဆုတောင်းခြင်းအစီအစဉ်တွက်သင်၏အသင်းတော်နှင့်သင်၏အဖွဲ့အတွက်ဘုရားသခင်မည်
သည့်အစီအစဉ်ရှိသည်ကိုသိရှိရန်ဆုတောင်းပါ။မတော်အပတ်စဉ်ဆုတောင်းစည်းဝေးအစီအစဉ်တွက်ဆက်
လက်ဆုတောင်းခြင်းအစီအစဉ်ကိုပြုလုပ်ကျင်းပရန်ဘုရားအလိုတော်ရှိလိမ့်မည်။ဘုရားသခင်သည်သင့်အ
သင်းတော်ပတ်ဝန်းကျင်လူ့အဖွဲ့အစည်းတွင်အဖွဲ့ငယ်အသစ်တည်ဆောက်ရန်အလိုတော်ရှိမည့်အစီအစဉ်
လည်းဖြစ်နိုင်မည်။ဘုရားသခင်၏လမ်းဖွင့်ပေးသောအစီအစဉ်အတိုင်းလုပ်ဆောင်ရန်ဆန္ဒရှိပါ။ဘုရားသခင်
နှင့်အတူလမ်းလျှောက်ခြင်းအသက်တာသည်သင့်အတွက်အံ့ဩစရာများတွေ့ရလိမ့်မည်။အနီးသာသနာလုပ်
ငန်းအစီအစဉ်သည်အမှတော်အတွက်အတွေးအခေါ်အကြံအစည်များနှင့်ပြည့်နက်နေလိမ့်မည်။

သက်သေခံခြင်းများ

၁၀ရက်ဆုတောင်းခြင်းအစီအစဉ်တွင်ဘုရားသခင်၏အံ့ဘွယ်လုပ်ဆောင်မှုများကိုသက်သေခံပါ။သင်၏ သက်သေခံချက်များသည်သူတပါးအတွက်များစွာခွန်အားဖြစ်စေမည်။သင်၏သက်သေခံချက်များကို **online** တွင်တင်ပေးစေလိုပါသည်။ www.tendaysofprayer.org တွင်တင်ပေးရန် စုပေါင်းဆုတောင်းခြင်း၌အကြံညာဏ်ပေးခြင်း

ဘုရားသခင်ထံတစ်ဦးဦးဆုတောင်းနေစဉ်သင်သည်လည်းသူနှင့်အတူတစ်လုံးတဝတည်းထိုဆုတောင်းချက် ကိုအတူတကွဆုတောင်းပါ။၎င်းသည်လွန်စွာတန်ခိုးပါသည်။တစ်ဦးဦးကဆုတောင်းနေသည်ကိုမည်သူမျှမ လိုအပ်ပါဟုမထင်မှတ်ပါစေနှင့်။(တဖန်ငါဆိုသည်ကား၊ မြေကြီးပေါ်မှာ သင်တို့တွင်နှစ်ယောက်တို့သည် သဘောချင်းတူ၍ဆုတောင်းလျှင်၊တောင်းသမျှသောဆုတို့ကိုကောင်းကင်ဘုံ၌ရှိတော်မူသောငါ၏ခမည်း တော်သည် ပေးတော်မူလတံ့။မသဲ ၁၈:၁၉)ဆုတောင်းဘို့ရန်မည်မျှစိတ်အားထက်သန်ဘို့သင့်ပါလည်း။

ဘုရားသခင်၏ဂတိတော်များကိုတောင်းဆိုခြင်း၊

အဖွဲ့သားများကိုဆုတောင်းသောအခါဘုရားသခင်၏ဂတိတော်ကိုတောင်းဆိုပါ။ကျွန်ုပ်တို့သည်ပြဿနာ ကိုအာရုံပြုရာတွင်လွယ်ကူပါသည်။သို့သော်လည်းဘုရားသခင်၏ဂတိတော်ကိုအာရုံပြုပါကယုံကြည်ခြင်း တိုးပွားလာပြီးဘုရားသခင်မတတ်နိုင်သောအမှုမရှိကြောင့်ပြန်လည်အသိတရားရစေသည်။ထိုဂတိတော်များ သည်ကျွန်ုပ်တို့၏အားနည်းခြင်းအခက်အခဲကိုမျှက်ကွယ်ပြုပြီးခရစ်တော်ကိုအာရုံပြုကာပို၍ခိုလှုံစေသည်။ အဖွဲ့သားများကိုကျမ်းစာတော်မြတ်တော်မှဂတိတော်ကိုပိုမိုရှာဖွေစေပြီးရေးမှတ်ထားကာနောင်တွင်ထိုဂတိ တော်ကိုခွန်အားရရှိစေရန်တောင်းဆိုနိုင်ပေလိမ့်မည်။

အစာရှောင်ခြင်း

လူများကိုသင်နှင့်အတူဆယ်ရက်တာဆုတောင်းချိန်တွင်အစာရှောင်ဆုတောင်းရန်ဖိတ်ခေါ်ပါ။အထူးသဖြင့် တယ်လီဗေးရှင်းမကြည့်ခြင်း၊ရုပ်ရှင်များကိုမကြည့်ဘဲရှောင်ကြည်ခြင်း၊အင်တာနက်ကိုမသုံးခြင်းနှင့်ကြေခဲ သောအချို့အစားအစာများကိုရှောင်ရှားခြင်းတို့ပါဝင်သည်။ဆုတောင်းခြင်းနှင့်ကျမ်းစာဖတ်ခြင်းကိုပိုပြီးအချိန် ပေးပါ။ကျမ်းစာကိုပိုပြီးခရစ်တော်ယေရှုဘုရားကိုမှီခိုဘို့ရန်အားပေးတိုက်တွန်းပါ။ရိုးရိုးအစာကိုစားသုံးခြင်း ဖြင့်သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်စကားသံကိုပိုပြီးနားစွင့်လာစေသည်။

သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်

သက်ဆိုင်ရာအခြေအနေတစ်ခုခုနှင့်လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးဦးအတွက်မည်သို့ဆုတောင်းပေးရမည်ကိုဖော်ပြရန်သန့် ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်ရားထံတောင်းရှောက်ပါ။ဤကဲ့သို့တောင်းရှောက်ရာတွင်ဝိညာဉ်တော်က (ထိုမှတပါး၊ငါတို့မတတ်နိုင်သောအရာမှာဝိညာဉ်တော်သည်မစတော်မူ၏။ငါတို့သည်ဆုတောင်းသင့်သည်

အတိုင်းအဘယ်ဆုကိုတောင်းရမည်ဟုမသိကြ။ သို့ရာတွင် ငါတို့ဆုတောင်းခြင်းအမှုကိုနှုတ်မမြှောက်နိုင်သော ညည်းတွားခြင်းအားဖြင့် ဝိညာဉ်တော်သည် စောင့်မတော်မူ၏။ (ရောမ ၈: ၂၆) ဟုကျမ်းစာထဲတွင်ရေးသားထားပါသည်။ ထိုသို့ဆုတောင်းရန် ဘုရားသခင်အဖြေပေးရန်အလိုတော်ရှိပါသည်။ ထိုကဲ့သို့ စိတ်အားထက်သန်စွာ ဆုတောင်းပဋ္ဌာပြုလျှင် ဘုရားသခင်သည် ကျွန်ုပ်တို့၏ဆုတောင်းသံကိုနားညောင်းရန် စိတ်အားကြီးပါသည်။ (ငါတို့၌ ပြုပြင်သောတန်ခိုးတော်အတိုင်း၊ ငါတို့တောင်းပန်ကြစည်သမျှထက် အလွန်ထူးခြားစွာ ပြုခြင်းငှာ တတ်နိုင်တော်မူသော ဘုရားသခင်သည်၊ ဧဖက် ၃: ၂၀) ခရစ်တော်၏သရုပ်ပြသြဝါဒစာ၊ စာမျက်နှာ ၁၄၇

နေ့စဉ်မှတ်တမ်းရေးမှတ်ထားခြင်း

နေ့စဉ်ဆုတောင်းချက်များကိုမှတ်စုရေးထားပါ။ ထိုသို့ဆိုလျှင် ဆုတောင်းချက်များကိုအတွင်းကျကျအမှတ်ရ ပြီအတွင်းကျကျဆုတောင်းဆက်ကပ်နိုင်ပြီး ကောင်းကြီးမင်္ဂလာကိုလည်း ရေတွက်ချီးမွမ်းနိုင်မည်။ ဆုတောင်းချက်များနှင့် ဘုရားရှင်အဖြေပေးထားသော ဆုတောင်းချက်များကိုမှတ်တမ်းပြုစုခြင်းအားဖြင့် ခွန်အားနှင့် ပြည့်ဝသော စိတ်ဝိညာဉ်ခွန်အားကိုတိုးတက်စေမည်။ ဘုရားသခင်၏ ကောင်းကြီးမင်္ဂလာကိုလည်း ရေတွက်ချီးမွမ်းနိုင်မည်။

သင်သည် တခြားဆုတောင်းသောသူများကိုလည်း ဆုတောင်းချက်မှတ်တမ်းစာအုပ်ကိုပြင်ဆင်ပေးထားပြီး တစ်ဦးခြင်းဆုတောင်းခြင်းကို ထာဝရဘုရားထံတစ်ဦးစီဆုတောင်းနိုင်မည်။ ထို့ပြင် သင်တို့၏ဆုတောင်းချက်နှင့် ရရှိသောအဖြေကိုမှတ်တမ်းပြုစုထားခြင်း၊ ကြော်ငြာဆိုင်းပုဒ်တွင်ရေးသားထားခြင်း၊ အွန်လိုင်းတွင်တင်ထားခြင်းများကိုပြုလုပ်ထားပါ။ ၎င်းသည် ဘုရားရှင်၏အဖြေပေးခဲ့သော ဆုတောင်းချက်များကိုပြန်လည်ကြည့်ရှုခြင်းအားဖြင့် များစွာဝိညာဉ်အားကိုတိုးစေပြီး ဘုရားရှင်၏ ကောင်းကြီးကိုရရှိသောကြောင့် နှင့်သိမ့်မှုကိုလည်း ဖြစ်စေပါသည်။

ရိုသေသမှုပြုပါ။ ရိုသေကိုးရှိုင်းပါ။

ဆုတောင်းသည့်အချိန်တွင် ရိုသေကိုးရှိုင်းမှုရှိရန်အားပေးတိုက်တွန်းပါ။ ကျွန်ုပ်တို့သည် စကြာဝဠာဘုရင်မင်းမြတ်၏ရှေ့တော်မှောက်တွင်တိုးဝင်ချည်းကပ်နေကြသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏မလျှော်ကန်သောပုံစံစိတ်ထားဖြင့် ဂရုမစိုက်သောပုံစံမျိုးမလုပ်ပါနှင့်။ လူတိုင်းကြာမြင့်စွာခူးထောက်ဆုတောင်းရမည်ဟုမဆိုလိုပါ။ တစ်နာရီခန့်မျှ ဆုတောင်းကြမည်ဖြစ်သောကြောင့် ခူးထောက်ခြင်း၊ ထိုင်နေခြင်း၊ မတ်တပ်ရပ်ခြင်းပုံစံမျိုးဖြင့် သက်တောင့်သက်သာဖြင့် ဘုရားသခင်၏အလိုတော်မည်သို့ ရှိသည်ကိုလမ်းညွှန်မှုအတိုင်း ပြုမူလျက် ဆုတောင်းချကြရန်အားပေးပါ။

ဆုတောင်းချက်

ဆုတောင်းသည့်အခါ အချက်ကျကျတိုတိုတုတ်တုတ်ဖြင့် ဆုတောင်းပါ။ ၎င်းသည် အခြားသူများကိုလည်း ပါဝင်ဆုတောင်းခွင့်ရရှိမည်ဖြစ်သည်။ ဆုတောင်းချက်စာပိုက်တိုတိုလေး ဆုတောင်းနိုင်ရန် ပြင်ဆင်ထားပါ။ ယောက်တိုင်းထပ်ခါ ဆုတောင်းနိုင်ပါသည်။ တိုတောင်းသောဆုတောင်းချက်သည် ဆုတောင်းနေသောသူများ

ကိုစိတ်ဝင်စားစေပြီးသန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်ဘုရား၏ တိုင်တွန်းနှိုးဆော်ခြင်းကိုလည်းမည်ကဲ့သို့ ဆုတောင်းရမည်ကိုနားလည်စေသည်။ ဘုရားသခင်နှင့်စကားပြောနေသောဆုတောင်းခြင်းဖြစ်သောကြောင့်တစ်ယောက်ဆုတောင်းပြီးတိုင်း (ယေရှု၏ နာမအားဖြင့်ဆုတောင်းပါ ။ အာမင်) ဆိုသောအဆုံးသပ်ဆုတောင်းချက်ကိုယောက်တိုင်းထည့်သွင်းဆုတောင်းဘို့ မလိုပါ။

တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်မှု

ခေါင်းဆောင်အနေဖြင့်ဆုတောင်းချိန်ကိုဦးဆောင်လွှမ်းမိုးခြင်းမပြုပါနှင့်။ ရည်မှန်းချက်မှာလူတိုင်းဆုတောင်းဘို့ဖြစ်သည်။ သူတို့၏စိတ်နှစ်လုံးသားထဲတွင်ဘုရားသခင်၏ စကားတော်ကိုကြားနိုင်ရန်တိတ်ဆိတ်ခြင်းသည်လွန်စွာအရေးကြီးပါသည်။ သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်ကိုစကားပြောခွင့်ပေးပါ။ လူတိုင်းဆုတောင်းခွင့်ပေးပါ။

သီချင်းသီဆိုခြင်း

ဆုတောင်းချက်တစ်ခုနှင့်တစ်ခုအကြားအဖွဲ့လိုက်သီချင်းသီဆိုခြင်းသည်လွန်စွာကောင်းမွန်လှပါသည်။ ဆုတောင်းမှုပြုတိုင်းသီချင်းဆိုရမည်ဟုမဆိုလိုပါ။ အကြံပေးရုံမျှသာဖြစ်သည်။ ဆုတောင်းသည်အစီအစဉ်တစ်ခုမှအခြားဆုတောင်းချက်သို့ကူးပြောင်းသောအခါသီချင်းသီဆိုခြင်းသည်လွန်စွာသင့်လျော်ကောင်းမွန်ပါသည်။

ဆုတောင်းချက်တောင်းခံခြင်း

လူတုပရိတ်သတ်ထဲမှဆုတောင်းချက်မတောင်းဆိုပါနှင့်။ သူတို့၏ဆုတောင်းချက်များကိုတင်ပြပြီးအားလုံးသဘောတူဆုတောင်းနိုင်ရန်အဖွဲ့များကိုတောင်းဆိုပါ။ ဆုတောင်းချက်ကိုပရိတ်သတ်များထံမှတောင်းဆိုခြင်းဖြင့်အချိန်များစွာကုန်ဆုံးသွားမှာဖြစ်သည်။ ဆုတောင်းခြင်းအစီအစဉ်တွင်အချိန်သည်လွန်စွာအရေးကြီးပါသည်။ စာတန်သည်ပြဿနာအပေါ်ဆုတောင်းခြင်းထက်ပြဿနာကိုပြောခြင်းကိုပြီးစိတ်ဝင်စားလိုလားပါသည်။ အဖွဲ့သားများကိုအကြံပေးခြင်း၊ အဖြေများကိုဖြေရှင်းနိုင်သည့်နည်းလမ်းများကိုမကြာခဏအကြံပေးကြသည်။ အမှန်တကယ်မျှပြဿနာကိုဖြေရှင်းနိုင်သူများဘုရားသခင်သာဖြစ်သည်။ တန်ခိုးသည်ဘုရားသခင်ထံမှလာသောကြောင့်ပို၍ဆုတောင်းလေလေပို၍တန်ခိုးကိုဘုရားသခင်ထံမှရရှိကြမည်ဖြစ်သည်။

သင်၏နေ့စဉ်အချိန်

၄င်းသည်လွန်စွာအရေးကြီးပါသည်။ ခေါင်းဆောင်ဖြစ်သောသူသည်ဘုရားသခင်ထံတိုးဝင်လျက်ဆုတောင်းခြင်း၊ ကျမ်းစာဖတ်ရှုခြင်းကိုအချိန်ယူလုပ်တောင်ရန်လွန်စွာအရေးကြီးပါသည်။ သင်သည်ဘုရားသခင်ကိုဦးစားပေးရှေ့တန်းတင်ပါလျှင်သင့်အတွက်လွန်စွာလှပကောင်းမွန်သောအတွေ့အကြုံကိုမြင်တွေ့ရလိမ့်မည်ဖြစ်သည်။ (တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်သောနေရာတွင်ဆုတောင်းခြင်းဖြင့်ကမ္ဘာကိုလှုပ်ခါနိုင်သည့်ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုအစပြုထွက်ပေါ်လာခဲ့သည်။ သန့်ရှင်းသောတည်ခြိမ်သည့်ထိုနေရာတွင်ဘုရားသခင်၏အစေခံကျွန်သည်

ဂတိတော်ကျောက်မြတ်ပေါ်တွင်မိမိခြေကိုရပ်တည်နေခြင်းဖြစ်သည်။ (GC,p.210)ခေါင်းဆောင်များ
ဆုတောင်းကြပြီးဘုရားသခင်သည်နှစ်လုံးသားထဲတွင်အလုပ်လုပ်တော်မူသည်။