

## ကောင်းကင်တမန် သုံးပါး၏ ဆုတောင်းပဌာနာ။

### ၄ ရက်မြောက်နေ့ — ဘုရားရှင်၏ လုပ်ငန်း နှင့် ဆုတောင်းခြင်း။ အပိုင်း-၂

“သင်တို့သည် ယေရှုခရစ်ကို ယုံကြည်၍၊ သန့်ရှင်းသူ အပေါင်းတို့ကို ချစ်ကြသည်ဟု ငါတို့သည် ကြားသဖြင့်၎င်း၊ သမ္မတရား တည်းဟူသော ဧဝံဂေလိတရားကို သင်တို့သည် အထက်က ကြားသိကြသည် အတိုင်း၊ သင်တို့အဘို့ ကောင်းကင်းဘုံ၌ သိုထားသော မြော်လင့်ရာကို ထောက်သဖြင့်၎င်း၊ သင်တို့အဘို့ အစဉ်မပြတ် ဆုတောင်း၍၊ ငါတို့သခင် ယေရှုခရစ်၏ ခမည်းတော်တည်းဟူသော ဘုရားသခင်၏ ကျေးဇူးတော်ကို ချီးမွမ်းကြ၏။ ထိုတရားသည် လောကီနိုင်ငံ တရောက် လုံးကို နှံ့ပြားသည်နှင့် အညီ၊ သင်တို့ရှိရာ သို့ရောက်ခဲ့ပြီ။ သင်တို့၌ အသိ သီးခြင်း၊ တိုးပွားခြင်းကို ပြုသည်နည်းတူ အရပ်ရပ်၌ ပင်ပြုတတ်၏။ ကောလောသဲဩဝါဒစာ ၁:၃-၆။

### အဆက်မပြတ် ကြီးထွားခြင်း

ဓမ္မသစ်အချိန် အသင်းတော်က ကြီးထွားရန် စူးစမ်းရှာဖွေခဲ့ကြသည်။ စိတ်နှလုံးအကြွင်းမဲ့ ဆုတောင်းပြီး အဖြေကို သန့်ရှင်းသော ဝိညာဉ်တော်သည် တန်ခိုးတော်အားဖြင့် သွန်းလောင်းခဲ့သည်။ တစ်ရက်တည်းတွင် လူသုံးထောင်သည် တစ်နေရာတည်း တစ်ရက်တည်း၌ နှစ်ခြင်းခံ ခဲ့သည်။ တမန်တော်အခန်းကြီး ၄ မှာ မှတ်တမ်းက ဖော်ပြထားတယ် “တရားနာသောသူအများတို့သည် ယုံကြည်ခြင်းသို့ ရောက်၍ အရေအတွက်အားဖြင့် လူငါးထောင်မျှလောက်ရှိကြ၏။” (တမန်တော်ဝတ္ထု ၄:၄) အကယ်၍ အမျိုးသမီးနှင့် ကလေးများပါဝင်လျှင် ပင်တေကုတ္တေပွဲနေ့ အပြီး လအနည်းငယ်အကြာမှာ ယုံကြည်သူ ဦးရေများသည် ၁၅,၀၀၀ မှ ၂၀,၀၀၀ အထိ သေချာပေါက်ရှိလိမ့်မည်။ တမန်တော်ဝတ္ထု တစ်လျှောက်လုံးတွင် အသင်းတော်သည် လျင်မြန်စွာ ကြီးထွားခဲ့သည်။ တမန်တော် အခန်းကြီး ၆ တွင် များစွာသော ယဇ်ပုရောဟိတ်များ (သို့) ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များ သည် ယုံကြည်ခြင်းကို နာခံခဲ့သည်ဟု ဖော်ပြထားသည်။ (အငယ် ၇) ဇော်ကြောင်းရေးသူက ဖီလစ်၏ ရှုမာရီတွင် ဟောပြောခြင်း၊ ရှင်ပေါလု၏ မြေထဲပင်လယ်ဒေသတစ်လျှောက် သာသနာပြု ခရီးများ၊ ပေတရု၏ ကော်နေလိနှင့် သမ္မာကျမ်းစာ လေ့လာခြင်း၊ သန့်ရှင်းသော ဝိညာဉ်တော်နှင့် ပြည့်ဝသော ယုံကြည်သူများ နှင့် သခင်ခရစ်တော်၏ သတင်းစကားကို နေရာတိုင်းသို့ ဖြန့်ဝေခြင်းများ အကြောင်းကို ဖော်ပြထားသည်။ ဧဝံဂေလိတရား၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုသည် အလွန်ကြီးသဖြင့် တမန်တော်ရှင်ပေါလုသည် ဧဝံဂေလိတရားကို ကောင်းကင်အောက်ရှိ ဝေနေယျ သတ္တဝါတို့အား ဟောပြောနိုင်ခဲ့သည်။ (ကောလောသဲဩဝါဒစာ ၁:၂၃)

ဓမ္မသစ်အချိန် အသင်းတော်၏ အတွေ့အကြုံ သည် ယနေ့ ကျွန်ုပ်တို့၏ သခင် ကြွလာခြင်းကို စောင့်ဆိုင်းနေသော အသင်းတော် အတွက် သင်ခန်းစာ ရစေသည်။ သူတို့ရဲ့ အောင်မြင်မှု သော့ချက်က ဘာလဲ။ ဓမ္မသစ်အချိန် အသင်းတော်သည် အဘယ်ကြောင့် ဤမျှ လျင်မြန်စွာ ကြီးထွားလာသနည်း။ အကြောင်းရင်း အနည်းငယ်ကို ဆန်းစစ်ကြည့် ရအောင်။ ဓမ္မသစ်အချိန် အသင်းတော် သည် သူတို့ပြုခဲ့သမျှကို ဆုတောင်းခြင်းဖြင့် ပြည့်နှက်စေခဲ့သည်။ သူတို့အသက်တာကို ဘုရားသခင်အား လုံးလုံးလျားလျား ဆက်ကပ် အပ်နှံပြီး ဘုရားသခင်ကို မှီခို နေထိုင်ခဲ့ကြသည်။ သူတို့က ယေရှုရဲ့ တန်ခိုးမပါဘဲ ယေရှုရဲ့ လုပ်ငန်းကို ပြီးမြောက်ဖို့ သူတို့မှာ စွမ်းအားမရှိတာ ကို သိမှတ်ခဲ့ကြသည်။ Ellen White က ဤသို့ အကျဉ်းချုပ် ဖော်ပြထားသည် “ကျွန်ုပ်တို့သည် ယေရှုကို အစဉ်တစိုက် ကြည့်ရှု ရန်လိုသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ပျောက်ဆုံးနေသူများအား ကယ်တင်ခြင်းအတွက် စိတ်ရောကိုယ်ပါ ကြိုးစားအားထုတ် နေစဉ်တွင် တရားထိုင်ရန်၊ ဆုတောင်းရန်နှင့် ဘုရားသခင်၏ နှုတ်ကပတ်တော်ကို လေ့လာရန် အတွက်လည်း

အချိန်ယူ ရပါမည်။ များစွာဆုတောင်းခြင်း၊ သခင်ခရစ်တော်၏ ကျေးဇူးတော်အားဖြင့် သန့်ရှင်းစေ၍ ပြီးမြောက်ခဲ့သော အလုပ်သာလျှင် အဆုံး၌ ကောင်းကျိုးထိရောက်မှုရှိသည် ဟုသက်သေပြလိမ့်မည်။” (*The Desire of Ages*, p. 362).

## ဘုရားရှင်၏ လုပ်ငန်း—ဘုရားရှင်၏ နည်းလမ်း

ဤညွှန်ကြားချက်ကို ဂရုစိုက် သတိပြုပါ။ ၎င်းသည် ကျွန်ုပ်တို့အားဖြင့် သူ၏ အမှုကို ပြီးမြောက်စေသော ခရစ်တော်၏ တန်ခိုး ဖြစ်သည်။ ၎င်းသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ ပညာ၊ အသိဉာဏ်၊ ဩဇာတိက္က၊ သို့မဟုတ် အသိဉာဏ်တို့ကြောင့် မဟုတ်ပါ။ စိတ်ဝိညာဉ်ကို အနိုင်ယူနိုင်သော ပညာဉာဏ်သည် ယေရှုရှင်ထံမှလာသည်။ အသက်သာကို ပြောင်းလဲရန် တန်ခိုးသည် ခရစ်တော် နှင့် ခရစ်တော်၏ တန်ခိုးတစ်ခုတည်းသာဖြစ်သည်။ နောက်ဆုံးခွဲခြမ်း စိတ်ဖြာခြင်းတွင် များစွာဆုတောင်းခြင်း၊ သခင်ခရစ်တော်၏ ကျေးဇူးတော်အားဖြင့် သန့်ရှင်းစေ၍ ပြီးမြောက်ခဲ့သော အလုပ်သာလျှင် အဆုံး၌ ကောင်းကျိုးထိရောက်မှုရှိသည်ကို သက်သေပြလိမ့်မည်။ ဘုရားသခင်၏ လုပ်ငန်းသည် ဘုရားရှင်၏ နည်းလမ်းအတိုင်းပြီးမြောက်ရမည်။

ဘုရားသခင် နိုင်ငံတော်၌ သင်အလွန်တွေ့မြင်လိုသော ချစ်ရသူရှိပါသလား။ သခင်ယေရှုကို လိုအပ်နေသော သူငယ်ချင်း သို့မဟုတ် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက် ရှိသလား။ တစ်ချိန်က ဘုရားသခင်၏ လူများနှင့် အတူလျှောက်သွားခဲ့ပြီး အဝေးကို လွင့်ထွက်သွားခဲ့သော သင်သိတဲ့ သူရှိပါသလား။ သူတို့၏ နာမည်တွေကို စာရွက်အလွတ် တစ်ရွက်ပေါ်မှာ ရေးပြီး သင်၏ သမ္မာကျမ်းစာ ကျမ်းချက် ရှင်ယောဟန်ဩဝါဒစာ ပထမစာစောင် ၅:၁၄-၁၇ မှာထားပါ။ နေ့စဉ် သင်၏ ချစ်ရသူတွေ အတွက်ဘုရားသခင်ရဲ့ ကတိတော်ကို တောင်းဆိုပါ။ ယခုအချိန်မှာ ဘုရားသခင်က ကျွန်ုပ်တို့ကို သက်သေခံစေမည့် လူတွေကို ကျွန်ုပ် တို့ရဲ့စိတ်ထဲရောက်စေဖို့ ဘုရားသခင်ကို မေးဖို့ ခဏလောက် အချိန်ပေးပြီး သူတို့အတွက် ဆုတောင်းပေးဖို့ အတူအကွဲ ခူးထောက်ကြစို့။

## ဆုတောင်းချိန် (၃၀-၄၅ မိနစ်)

### ဘုရားသခင် နှုတ်ကပါဌ်တော်ဖြင့် ဆုတောင်းခြင်း (ကောလောသဲဩဝါဒစာ ၁:၃-၆)

“သင်တို့သည် ယေရှု ခရစ်ကို ယုံကြည်၍၊ သန့်ရှင်းသူ အပေါင်းတို့ကို ချစ်ကြသည်ဟု ငါတို့သည် ကြားသဖြင့်၎င်း၊ သမ္မာတရား တည်းဟူသော ဧဝံဂေလီ တရားကို သင်တို့သည် အထက်က ကြားသိကြသည် အတိုင်း၊ သင်တို့ အဘို့ ကောင်းကင်ဘုံ၌ သို့ထားသော မြော်လင့်ရာကို ထောက်သဖြင့်၎င်း၊ သင်တို့အဘို့ အစဉ်မပြတ် ဆုတောင်း၍၊ ငါတို့ သခင်ယေရှုခရစ်၏ ကျေးဇူးတော်ကို ချီးမွမ်းကြ၏။ ထိုတရားသည် လောကီနိုင်ငံ တရှောက်လုံးကို နှံ့ပြားသည်နှင့်အညီ၊ သင်တို့ရှိရာသို့ ရောက်ခဲ့ပြီ။ သင်တို့၌ အသီး သီးခြင်း၊ တိုးပွားခြင်းကို ပြုသည်နည်းတူ အရပ်ရပ်၌ပင် ပြုတတ်၏။”

### အမြဲဆုတောင်းလျက်

“ကျွန်ုပ်တို့သည် ဆုတောင်းခြင်း၌ အချိန် ကိုလုံလောက်စွာ မပေးကြောင်း ဝန်ခံပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် မကြာခဏ ကျွန်ုပ်တို့လုပ်ဆောင်သမျှအားလုံးကို ကိုယ်ပိုင် ဉာဏ်စွမ်း နှင့် ကိုယ့် အစီစဉ် တွေကို အားကိုးတယ်။ ကိုယ်တော်၏ လုပ်ငန်းကို ပြီးမြောက်ရန် အချိန်ရောက်လာသောအခါမှာ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကိုယ်တော်၏ လမ်းညွှန်မှုကို လုံလုံ လောက်လောက် ရှာဖွေခြင်းမရှိပါ။ ကျေးဇူးပြု၍ ကျွန်ုပ်တို့ကို ခွင့်လွှတ်ပါ။ လူသားတို့၏ စိတ်ကူးများနှင့် အစီစဉ်များ အပေါ် မူတည်မှုမရှိဘဲ ဆုတောင်းသော အသင်းတော် နှင့် အောင်မြင်မှုအတွက် သခင်ကို မှီခိုသော အသင်းတော် တစ်ခု ဖြစ်လာရန် ကူညီတော်မူပါ။ ဆုတောင်းခြင်းရှိသော အသက်တာဖြစ်စေရန် ပြောင်းလဲပေး၍ နိုးကြားမှုကို ဆောင်ကြဉ်းပေးပါ။”

**“ခရစ်တော်ယေရှု သင်၏ယုံကြည်ခြင်း”**

“ကိုယ်တော်ရှင်သခင်။ များစွာဆုတောင်းခြင်း၊ ခရစ်တော်၏ ကျေးဇူးတော်အားဖြင့် သန့်ရှင်းစေ၍ ပြီးမြောက်ခဲ့သော အလုပ်သာလျှင် အဆုံး၌ ကောင်းကျိုးထိရောက်မှုရှိသည် ကို ကျွန်ုပ်တို့ သိပါ၏။ ကိုယ်တော်ရှင်၏ လုပ်ငန်း ကြိုးပမ်းမှု၊ အသင်းတော်၏ လုပ်ဆောင်မှုများ အားလုံးနှင့် ကျွန်ုပ်တို့ ကိုယ်ပိုင်အသက်သာ နှင့် မိသားစုများသည် ရိုးသား၍ စိတ်နှလုံးပြင်းပြသော ဆုတောင်းခြင်းကို ပိုမိုမြင့်မားသော ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်နိုင်ရန် ကျေးဇူးပြု၍ ကိုယ်တော်ရှင် ကူညီတော်မူပါ။ ကျွန်ုပ်တို့အားပေးသော ကိုယ်တော်ရှင်၏ စွမ်းအားတန်ခိုးဖြင့် ပြည့်စုံစေမည့် ကတိတော်များအပေါ် ယုံကြည်ခြင်း တိုးပွားစေပါ။”

**“သန့်ရှင်းသူအပေါင်းတို့ အတွက် သူ၏မေတ္တာ”**

မေတ္တာရှင် ဘုရားသခင်၊ ကိုယ်တော်သည်ကျွန်ုပ်တို့ကို သင်၏ မေတ္တာ ၌ ထာဝရ ရှင်သန်ကြီးထွားရန် ဖန်ဆင်းတော်မူခဲ့သည်။ ကိုယ်တော်၏ ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို ကျွန်ုပ်တို့ နှလုံးသားထဲ စီးဆင်းစေသောကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့ ပတ်ဝန်းကျင်၌ ရှိသော သူတို့ကို ထိုချစ်ခြင်း မေတ္တာ ပြန်ပေးနိုင်သည့် အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။”

**နောက်ထပ် ဆုတောင်းခြင်း အကြံပြုချက်များ**

**ကျေးဇူးတင်ခြင်း နှင့် ချီးမွမ်းခြင်း** - အထူးကောင်းချီး မင်္ဂလာများအတွက် ကျေးဇူးတင်ခြင်းနှင့် ဘုရားရှင်၏ ကောင်းမြတ်တော်မူခြင်း အတွက် ချီးမွမ်းပါ။

**အပြစ်ဝန်ခံခြင်း** - အပြစ်ဝန်ခံခြင်းအတွက် သီးသန့် မိနစ်အနည်းငယ် အချိန်ယူခြင်းနှင့် ကိုယ်တော်၏ ခွင့်လွှတ်မှု အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါ။

**လမ်းညွှန်မှု** - လက်ရှိ စိန်ခေါ်မှုများနှင့် ဆုံးဖြတ်ချက်များ အတွက် ဉာဏ်ပညာ ရရှိရန် ကိုယ်တော်ရှင်ကို တောင်းခံပါ။

**ကျွန်ုပ်တို့အသင်းတော်** - ကမ္ဘာ ဒေသ အသီးသီး၌ ရှိသော အသင်းတော်များ၏ လိုအပ်ချက်များကို ဆုတောင်းပါ။ (တောင်းဆိုချက်များနှင့် အတူ သီးခြား စာရွက်များကို ကြည့်ပါ။)

**ပြည်တွင်းရှိ တောင်းဆိုမှုများ** - အသင်းသူ အသင်းသားများ၊ မိသားစု နှင့် အိမ်နီးချင်းများ၏ လက်ရှိ လိုအပ်ချက်များ အတွက် ဆုတောင်းပါ။

**နားထောင်ခြင်းနှင့် တုန့်ပြန်ခြင်း** - ကိုယ်တော်၏ အသံကို အချိန်ယူပြီး နားထောင်ခြင်း ပြီး ချီးမွမ်းခြင်း သို့မဟုတ် သီချင်းဆိုခြင်းဖြင့် တုံ့ပြန်ပါ။

**အကြံပြုချက် သီချင်းများ**

*SDA Hymnal:* Open My Eyes (#326); Love at Home (#652); Give of Your Best to the Master (#572); I'll Go Where You Want Me to Go (#573); So Send I You (#578); Bringing in the Sheaves (#369); Rescue the Perishing (#367)