

၁၀ ရက်တာ ဆုတောင်းခြင်း

ယဇ်ပုလ္လင်သို့ ပြန်သွားခြင်း - ပြန်လည်ချိတ်ဆက်သော နှလုံးသားအတွက် ဆုတောင်းခြင်း

ပထမနေ့ (သင်ဘယ်မှာလည်း?)

ထာဝရအရှင်ဘုရားသခင်ကလည်း၊ သင်သည် အဘယ်မှာရှိသနည်းဟု၊ လူကိုခေါ်တော်မူ၏။ ကမ္ဘာဦးကျမ်း ၃:၉

အရေးအကြီးဆုံးမေးခွန်း

အာဒံကို ဘုရားသခင် ညွှန်ကြားသည့်ထက် ပိုမိုရှာဖွေရမည့်မေးခွန်းတစ်ခု ရှိပါသလား။ အာဒံနှင့် ဧဝ ဘယ်မှာရှိလည်း ဆိုတာကို ဘုရားသခင်က အတိအကျသိပါတယ်။ ကိုယ်တော်သည် သဗ္ဗညုတဉာဏ်ရှိပါတယ်- အလုံးစုံကို သိပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဘုရားသခင်က အာဒံ၊ မင်းဘယ်မှာရှိတယ်ဆိုတာ မင်းသိလားလို့ မေးခဲ့ပါတယ်။ အာဒံနှင့် ဧဝသည် ဘုရားသခင်ကို မနာခံခဲ့ပါ (ကမ္ဘာဦး ၃၊ ၄)။ ၎င်းတို့၏ မနာခံခြင်းသည် ဖောက်ဖျက်မှုတစ်ခုဖြစ်ပြီး ဘုရားသခင်နှင့် ကိုယ်တော်၏ ဖန်ဆင်းခြင်းကြားတွင် ပြီးပြည့်စုံသောဆက်ဆံရေးကို ချိုးဖျက်ခဲ့ပါသည်။ အရင်လို နေ့တိုင်းမှာ ဘုရားသခင်တွေ့ဆုံခဲ့တဲ့ နေရာဟာ ဒီနေ့မှာ လစ်လပ်နေတယ်။ ထိုနေ့တွင် သူတို့၏ ဖန်ဆင်းရှင်အတွက် ပထမဆုံးသော မပြုံးနိုင်သော နေ့ဖြစ်ခဲ့ပါသည်။ ရွံစေးဖြင့် ကိုယ်တော်၏လက်တော်ဖြင့် ဖန်ဆင်းထားခြင်းသည် ထိုနေ့တွင် ကိုယ်တော် လွှမ်းမိုးနိုင်ခြင်းမရှိတော့ပေ။ သူ့ကိုယ်သူနှင့် မကြာခဏ ထပ်တူကျနေသည့် နှလုံးသားများသည် ထူးထူးခြားခြား ဝေးကွာနေပြီး ထိုနေ့တွင် တိတ်ဆိတ်လူနီးပါး ဖြစ်နေသည်။

လုံလောက်မှုမရှိခြင်း

Ellen White က “စာတန်သည် သန့်ရှင်းသော လင်မယားအား ဘုရားသခင်၏ တရားတော်ကို ချိုးဖောက်ခြင်းဖြင့် အမြတ်ထွက်သူများ ဖြစ်လာစေရန် ကိုယ်စားပြုခဲ့သည်။ အလားတူ ဆင်ခြေပေး အကြောင်းပြချက်ကို ယနေ့ ကျွန်ုပ်တို့ ကြားမိပါသလား?” (Patriarchs and Prophets, p. 54)။ အာဒံနှင့် ဧဝသည် မာရ်နတ်စကားကို နားထောင်ခြင်းဖြင့် အမှားကို လုပ်မိခဲ့သည်။ ဘုရားသခင် သူတို့ကို ပေးတဲ့အရာက မလုံလောက်ကြောင်း၊ ဘုရားသခင်နဲ့ ရင်းနှီးပြီး ယုံကြည်ရတဲ့ ဆက်ဆံရေးမျိုးက မလုံလောက်ကြောင်း အားဖြင့် သူတို့ကို ယုံကြည်စေခဲ့သည်။

ယခု ဧဒင်၏ နူးညံ့မှု အရိပ်အယောင်များ သည် ချက်ချင်းပင် “အပြစ်ရှိသော စုံတွဲအားဖြင့် အေးစက်သွားပါသည်။ သူတို့ ပိုင်ဆိုင်ထားသော ချစ်ခြင်းမေတ္တာ ငြိမ်းချမ်းမှု သည်လည်း ပျောက်ကွယ်သွားသည်။

ထိုနေရာတွင် သူတို့သည် အပြစ်၏ခံစားချက်၊ အနာဂတ်ကိုကြောက်လန့်မှု၊ ဝိညာဉ်၏အဝတ်အချည်းစည်းကို ခံစားခဲ့ရသည်။ ယခုသူတို့ကို ဖုံးလွှမ်းထားခဲ့သော အလင်း၏ဝတ်လုံပျောက်ကွယ်သွား၍ ထိုနေရာကို ဖြည့်စွက် အစားထိုးရန် သူတို့ကိုယ်သူတို့ ဖုံးအုပ်ရန် အဝတ်အစားများကို ပြုလုပ်ကြသည်။ အဝတ်မဝတ်ဘဲ ဘုရားသခင်၏ မျက်လုံးတော်နှင့်၎င်း သန့်ရှင်းသော ကောင်းကင်တမန်နှင့်၎င်း တွေ့ဆုံ၍ မရနိုင်ပေ။

အပြစ်သည် ဘုရားသခင်သည် သူ၏ပုံသဏ္ဌာန်ကို ဝေမျှပေးခဲ့သော ဒေသရှိ ဖန်ဆင်းခံ လူသားများ၏ ဝိညာဉ်ရေး အခြေအနေကို ပြောင်းလဲစေခဲ့သည်။ အမှန်မှာ၊ ယင်းသည် သူတို့အထဲ၌ ရှိသော ဘုရားသခင်၏ပုံသဏ္ဌာန်ကို ဖြိုခွဲခဲ့သည်။

ဆုတောင်းရမည့်အချိန်

အာဒံနှင့်ဧဝသည် ဘုရားသခင်နှင့် ဆက်ဆံရေးပြိုကွဲပြီးနောက် ရေလွှမ်းမိုးသည့် အချိန်ထိ ဘုရားသခင်နှင့် အဆက်အသွယ်ပြတ်ခဲ့ပါသည်။ ဘုရားသခင် ကျွန်ုပ်တို့ကို စောင့်မျှော်နေသော အရပ်သို့ ပြန်လာရန် ဆုတောင်းခြင်းထက် ပိုအရေးကြီးသောအရာ မရှိပါ။ ထောင်စုနှစ် လွန်သွားသော်လည်း အာဒံနှင့်ဧဝကို လုပ်ကြံခဲ့သည့် မုသာများသည် မပြောင်းလဲပါ။ ဘုရားသခင်သည် တစ်စုံတစ်ခုကို ဆုပ်ကိုင်ထားလျက် ရှိနေသည်ဟု စာတန်က အခိုင်အမာဆိုသေးသည်။ ထို့အပြင် ဘုရားသခင်သည် ယုံကြည်ကိုးစားဖို့ မထိုက်ကြောင်း၊ ကျွန်ုပ်တို့အတွက် လုံလောက်မှုမရှိကြောင်း စာတန်သည် အခိုင်အမာ ဆိုထားပါသည်။ စာတန်၏ နည်းပညာသည် ယခု ဒစ်ဂျစ်တယ်ခေတ်တွင်လည်း အထူးသဖြင့် ဆွဲဆောင်မှု ရှိနေပါသည်။ ဝိညာဉ်နိဗ္ဗာန်နှင့် ဆက်စပ်သော ကတိကိုပေးသည်၊ ကျွန်ုပ်တို့ ရဲ့ ကံကြမ္မာကို စာတန်အား ထိန်းချုပ်ဖို့ ခွင့်ပေးမည့်အစာ ကျွန်ုပ်တို့ကို ဖန်ဆင်းပြုလုပ်တဲ့ ဘုရားကိုသာ ဦးညွှတ်ဖို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ယခုအချိန်မှာ စာတန်၏ မုသား လိမ်လည်မှုများကို ငြင်းပယ်ပြီး ကျွန်ုပ်တို့အားထာဝရမေတ္တာဖြင့်ချစ်တော်မူသောအရှင်ထံ၊ ကြင်နာခြင်းမေတ္တာ ဂရုဏာဖြင့် သူ့ထံသို့ ဆွဲယူသော ဘုရားသခင်ထံသို့ ပြန်သွားရမည့် အချိန်ဖြစ်သည်။ (ယေရမိ ၃၁:၃)

(အတူတကွ ဆုတောင်းကြစို့)

ဆုတောင်းချိန် (၃၀-၄၅ မိနစ်)

တန်ခိုးကြီးသော ကတိတော်တစ်ခု

“ကျွန်ုပ်တို့သည် ထိထိရောက်ရောက် ဆုတောင်းနိုင်သည်မှာ အံ့ဩစရာကောင်းလှပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ထိုက်တန်ခြင်းမရှိ၊ မှားယွင်းသောသူဖြစ်သော်လည်း ဘုရားသခင်ထံ ကျွန်ုပ်တို့တောင်းလျှောက်သောအခါ ဘုရားသခင်သည် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဆုတောင်းခြင်းကို ပေးစွမ်းနိုင်ပါသည်။ အနန္တဘုရားသခင်နှင့် ချိတ်ဆက်ရန် မြင့်မြတ်သော တန်ခိုးကို ကျွန်ုပ်တို့ တောင်းဆိုနိုင်ပါသလား? ယုတ်ညံ့သောသူ၊ အပြစ်ရှိသောသူဖြစ်သော်လည်း မိမိ၏ဖန်ဆင်းရှင်နှင့် စကားပြောခွင့်ရှိသည်။ စကြဝဠာဘုရင်၏ ပလ္လင်တော်သို့ ရောက်နိုင်သော စကားလုံးများကို ကျွန်ုပ်တို့ ပြောဆိုနိုင်ပါသည်။ ငါတို့သည် လမ်းခရီး၌ လျှောက်သွားစဉ် ယေရှုနှင့် စကားပြောနိုင်ပြီး၊ ငါသည် သင်၏လက်ယာဘက်၌ရှိ၏” လို့ ပြောထားပါတယ် (Ellen G. White, Prayer, p. 7) “လမ်းခရီး၌ လျှောက်လှမ်းလော့၊ ငါသည် သင်၏လက်ယာဘက်၌ရှိ၏”

ဆုတောင်းအဖွဲ့အားလုံးတွင် အတူတကွ ဆုတောင်းနည်းအမျိုးမျိုးရှိပါသည်။ 30-45 မိနစ်အချိန်ယူပြီး ညီညွတ်စွာ ဆုတောင်းဖို့ ကျွန်ုပ်တို့ တိုက်တွန်းပါသည်။ သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်လမ်းပြမှုဖြင့် ဆုတောင်းပါ။ အောက်ပါတို့သည် သမ္မာကျမ်းစာအားဖြင့် ဆုတောင်းခြင်း၏ ဥပမာအချို့ဖြစ်သည်။ အခြားကျမ်းပိုဒ်များမှလည်း ဆုတောင်းနိုင်သည်။ ခေါင်းဆောင်၏ ဆုတောင်းခြင်း လမ်းညွှန်ကိုလည်း ကြည့်နိုင်ပါသည်။

ဘုရားသခင်၏နှုတ်တော်ထွက်ဖြင့် ဆုတောင်းခြင်း။ (ယေရမိအနာဂတ္တိကျမ်း ၂၄:၇)

ငါသည် ထာဝရဘုရားဖြစ်ကြောင်းကို၊ သူတို့သိနိုင်သော စိတ်နှလုံးကို ငါပေးမည်။ သူတို့သည် ငါ၏လူဖြစ်ကြ၍၊ ငါသည်လည်း သူတို့၏ဘုရားသခင် ဖြစ်လိမ့်မည်။ ငါ့ထံသို့ စိတ်နှလုံးအကြွင်းမဲ့နှင့် ပြန်လာကြလိမ့်မည်။

“ငါသည် သူတို့၏ဘုရားဖြစ်မည်”

ဘုရားသခင်၊ ကိုယ်တော်နှင့်ကျွန်ုပ်တို့၏ဆက်ဆံရေးကိုဖြတ်တောက်စေသည့်အရာများ ကျွန်ုပ်လုပ်ဆောင်သောအခါ ကျွန်ုပ်တို့ကိုရှာဖွေရန် လာသည့်အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါသည်။ ချစ်ခြင်းမေတ္တာဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့ကို ခိုင်ခံ့စွာ ချစ်ပေးသည့် အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါသည်။ နေ့ရက်တိုင်း၏ အခိုက်အတန့်တိုင်း၌ ကိုယ်တော်၏ နံဘေးသို့ အမြဲတစေ၊ တသမတ်တည်း၊ ထင်ရှားစွာ ဆွဲဆောင်နေပါသည်။ အခုချိန်ထိ ချစ်ခြင်းမေတ္တာအတွက် ဘုရားသခင်ကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ အပြစ်သားကို ရှာသည့်အတွက်လည်း ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ အာမင်။

သူတို့၏ နှလုံးသားတစ်ခုလုံးဖြင့်။

ကြီးမြတ်သောယေရှု၊ ကိုယ်တော်၏ ရောင်ပြန်ဟတ်သော ကတိတော်နှလုံးသားအတွက် ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ ဘုရားသခင်ကိုရှာတဲ့ နှလုံးသားများကို ရာသီအလီလီပြောင်းသော်လည်း သည်းခံစောင့်ပေးသည့်အတွက် ကိုယ်တော်ကို ကျွန်ုပ်တို့ ကျေးဇူးတင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်အား ချစ်ခြင်းမေတ္တာအသစ်ဖြင့် အသစ်သောနှလုံးသား၌ ကတိကို ဖြည့်ဆည်းပေးရန် ကိုယ်တော်အား ကျွန်ုပ်တို့တောင်းဆိုပါသည်။ အာမင်။

“သူတို့သည် ငါ့လူများဖြစ်ကြလိမ့်မည်”

ဘုရားသခင်၊ ကိုယ်တော်ပိုင်သော ကျွန်ုပ်သည် ကိုယ်တော်ကို စွန့်ပြစ်သော်လည်း ကိုယ်တော်သည် ကျွန်ုပ်ကို ပြန်လည် တောင်းဆိုခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်ုပ်အံ့သြမိပါတယ်။ ယေရှု၏ ပြီးပြည့်စုံသောအသက်တာဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့ကို ဖုံးအုပ်ပေးသည့်အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့အား နာမသစ်တစ်ခုပေးသည့်အတွက်လည်း ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ (ဗျာဒိတ် ၂:၁၇)။ အာမင်။

နောက်ထပ် ဆုတောင်းအကြံပြုချက်များ

ကျေးဇူးတင်ခြင်းနှင့် ချီးမွမ်းခြင်း- တိကျသော ကောင်းချီးမင်္ဂလာများအတွက် ကျေးဇူးတင်ပါ။ ဘုရားသခင်၏ကောင်းမြတ်ခြင်းကို ချီးမွမ်းပါ။

ဝန်ခံခြင်း- သီးသန့်ဝန်ခံမှုအတွက် မိနစ်အနည်းငယ်ယူပါ။ ဘုရားသခင်၏ ခွင့်လွှတ်ခြင်းအတွက် ကျေးဇူးတင်ပါ။

လမ်းညွှန်ချက်- လက်ရှိစိန်ခေါ်မှုများနှင့် ဆုံးဖြတ်ချက်များအတွက် ဉာဏ်ပညာကိုဘုရားသခင်ထံ တောင်းလျှောက်ပါ။

ကျွန်ုပ်တို့၏အသင်းတော်- ဒေသဆိုင်ရာနှင့် ကမ္ဘာ့အသင်းတော်လိုအပ်ချက်များအတွက် ဆုတောင်းပါ
(တောင်းဆိုချက်များ၏ သီးခြားစာရွက်ကိုကြည့်ပါ)။

ဒေသဆိုင်ရာတောင်းဆိုချက်များ- အသင်းသူအသင်းသား၊ မိသားစု၊ အိမ်နီးနားချင်း၏
လက်ရှိလိုအပ်ချက်များအတွက် ဆုတောင်းပါ။

နားထောင်ခြင်းနှင့် တုံ့ပြန်ခြင်း- ဘုရားသခင်ရဲ့ တုန့်ပြန်သံကို နားထောင်ပြီး သီချင်းဆိုခြင်း (သို့) ချီးမွမ်းခြင်းဖြင့်
တုန့်ပြန်ရန် အချိန်ယူပါ။

သီချင်းအကြံပြုချက်များ

SDA Hymnal: Sweet Hour of Prayer (#478); Just as I Am (#313); What a Friend We Have in Jesus
(#499); Softly and Tenderly Jesus Is
Calling (#287); Nearer, Still Nearer (#301)
Other Songs: Change My Heart, O God; I Love You, Lord