

†Newsletter - သတင်းလွှာ

Enjoy free reading from B.C.F. _____ Volume 5/ Issue 8/ August / 2012

ဘာသာတရားလော? - ယေရှုခရစ်တော်လော?။

လူအများစုသည်...တနေ့တွင်၊ ကောင်းသောအကျင့်နှင့် ဘာသာတရားအားထုတ်မှုတို့ကြောင့် ဘုရားသခင်ချီးမြှောက် လိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်မျှော်လင့်ကြသည်။ ထိုသို့သော သူများတို့သည် ကောင်းကင်ဘုံသို့ ဝင်ရောက်နိုင်ရန် သူတို့၏အားထုတ် ကြိုးပမ်းမှုကို အမှီပြုကြသည်။

လူနည်းစုမျှသည်...တနေ့၊ ကောင်းကင်ဘုံသို့ ဝင်ရောက်နိုင်ရန် အနန္တတန်ခိုးရှင် ထာဝရဘုရား သခင်၏ ပြတော်မူကျေးဇူးတော်ကို ယုံကြည်စိတ်ချလျက် စောင့်မျှော်နေကြ၏။ ထိုသူတို့သည် ကျေးဇူးသိတ်သောစိတ်၊ ဘုရားကိုချစ်သောစိတ်ဖြင့် ပုံသက်သေကောင်းပြလျက် သက်ရှင်ကြ၏။

ဘာသာရေးကို လိုက်စားသူသည် ဘုရားကို စိတ်နှလုံးအကြွင်းမဲ့ ယုံချင်မှလည်း ယုံမည်။ ဘုရားကျောင်းတက်မည်။ ဆုတောင်းမည်။ အလှူထည့်မည်။ ကြင်နာသောအမှုပြမည်။ လူကောင်းသူကောင်းပြမည်။ ဤသူတို့၌ အရည်အချင်းကောင်းများ ရှိသော်ငြားလည်း ဘာသာ ရေးလိုက်စားခြင်းဖြင့် ကယ်တင်ရှင် သခင်ခရစ်တော်၌ ယုံကြည်ခြင်းကို အစားထိုး၍ မရနိုင်။

အမှန်မှာ ယုံကြည်သူများသည် အပြစ်ဒဏ်စီရင်ခြင်းမှ လွတ်ခြင်းအခွင့်ပေးသော ထာဝရဘုရား သခင်၏ မေတ္တာဂုဏ်တော်ကို သိမှတ်ချီးမွမ်းသည်။ အပြစ်ကြွဆပ်ပေးသွားသည့် သခင်ယေရှု ကိုကိုးစားသည်။ ကောင်းကင်ဘုံသို့ ဝင်စားနိုင်သောစိတ်ချမှုကို သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်အား ဖြင့် ရရှိကြသည်။ ထိုသူတို့သည် သခင်ယေရှုနှင့်တူအောင် နေ့စဉ်သက်ရှင်ကြသည်။

ကောင်းကင်ဘုံသို့ ပို့ဆောင်ရာလမ်းသည် သခင်ယေရှုခရစ်တော်ကို ယုံကြည်ခြင်းလမ်းသာတည်း။ သို့ဖြစ်၍၊ ဘာသာတရားလော?။ သခင်ယေရှုခရစ်တော်လော?။ ရွေးချယ်ပါဟု ပြောဆိုလာလျှင်- သင်သည်လည်း လောကီသားပေမို့ ကိုယ့်စိတ်ကြိုက်ရာကိုသာ ရွေးချယ်မှာ ဧကန်အမှန်ပါ။ သို့သော် ဘာသာရေးလိုက်စားခြင်းဖြင့် ယေရှုခရစ်တော်ကို အစားထိုး၍ မရပြီ။

ကယ်တင်ခြင်းသည် သခင်ယေရှုခရစ်တော်ကို ယုံကြည်သောအားဖြင့် ကျေးဇူးတော်ကြောင့် ဖြစ်၏။ ကျင့်ကြံအားထုတ်မှုကြောင့် မဟုတ်ပါ။ ကိုယ်အလိုအလျောက် ရောက်သည်မဟုတ်။ ဘုရားသခင် သနားတော်မူသော ဆုကျေးဇူး ဖြစ်သတည်း။ ကိုယ်ကုသိုလ်ကြောင့် ကယ်တင်

တော်မူခြင်းသို့ ရောက်သည်မဟုတ်။ ယေရှုခရစ်တော်၌ ပြုပြင်၍ ကောင်းသောအကျင့် တို့ကို ကျင့်ရမည်အကြောင်းနှင့် ထိုကောင်းသော အကျင့်တို့၌ ကျင်လည်ရမည်အကြောင်းတည်း။

~~~~~

### သက်သေခံချက်

## ကိုယ်တော်ရှင်အိုးထိန်း၊ ကျွန်ုပ်အိုးမြေ

ကျမကဘာမှမဟုတ်တဲ့သာမန်အမျိုးသမီးတစ်ယောက်ပါ။ အခုလို အမေရိကားနိုင်ငံမှာ ဓမ္မဝိဇာဘွဲ့အတွက်၊ ကျောင်းလာတက်ရလိမ့်မယ်လို့ မမျှော်လင့်ထားပါဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုရင် ကျမရဲ့မိသားစု နောက်ခံအနေအထားက ဒီလိုနိုင်ငံကြီးနဲ့ အလွမ်းကွာဝေးနေလို့ပါပဲ။

ကျမရဲ့အဖေက ဘုရားဒကာ၊ သိမ်ဒကာ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာစစ် အသိုင်းအဝိုင်းက ဆင်းသက် လာတဲ့ အစိုးရဝန်ထမ်းတစ်ယောက် ဖြစ်ပါတယ်။ အမေကတော့ ခရစ်ယာန်တစ်ယောက် ဖြစ်ပြီး၊ အထက်တန်းအဆင့်ထိသာ ပညာသင်ယူခဲ့ရတဲ့ ကရင်အမျိုးသမီးပါ။ အဖေက ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ် ပေမဲ့၊ ကျမတို့မောင်နှမအားလုံး ငယ်စဉ်ကတည်းက ဗဟိုဦးစံယူခဲ့ကြတာကို ခွင့်ပြုခဲ့ပါတယ်။ ကျမအမေကလည်း တနင်္လာနေ့၊ ကနေ့ စနေနေ့အထိ နံနက်တိုင်း ဗုဒ္ဓဘာသာဘုန်းကြီးများကို ဆွမ်းလောင်းလှူခြင်း အမြဲပြုပေးရပါတယ်။ အဖေက အစိုးရဝန်ထမ်းလုပ်သလို၊ တဖက်ကလည်း မိသားစု စီးပွားရေး သစ်လုပ်ငန်းကို လုပ်ကိုင်လေတော့၊ မိသားစုစီးပွားရေးက ဒီရေအလား တိုး တက်လာပါတယ်။

သားသမီးတွေအားလုံး ရင်ခွင်ပိုက်ပြုစုရတဲ့အရွယ်မရှိတော့တဲ့အချိန်မှာ၊ အမေကလည်း ဘုရားကျောင်းရဲ့လုပ်ငန်းလှုပ်ရှားမှုများမှာ ပါပြီးပါဝင်ဆက်ကပ်နိုင်သလို၊ အသင်းတော်က ဦးစီးပြု လုပ်တဲ့သင်တန်းတွေ၊ ကျမ်းစာလေ့လာခြင်းတွေမှာ ပါဝင်လာနိုင်ခဲ့တယ်။ အဲဒါကြောင့် အမေဟာ ဘုရားသခင်နဲ့အသင်းတော်ကို ချစ်ခြင်း၊ သိက္ခာခြင်းတွေ နက်နဲကျယ်ပြန့်လာပါတယ်။ တဖက်မှာ အဖေကလည်း၊ စီးပွားဖက်မိတ်ဆွေများမှတဆင့် ဗုဒ္ဓဓမ္မရေးရာနဲ့အတူ၊ ဗေဒင်၊ ယတြာ၊ ဘိုးတော်၊ ဓါတ်တော်တွေပါ ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်လာပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကျမတို့ရဲ့ အိမ်ပေါ်ကို တက်လာရင်၊ တဖက်မှာ လက်ဝါးကားတိုင်တင်ထားတဲ့ပုလွင်နဲ့အတူ၊ ခရစ်တော်ရဲ့ရုပ်ပုံကားချပ်ရှိသလို၊ တဖက် မှာလည်း နံရံအရှင်ခြားပြီး၊ ရွှေရောင်တဖိတ်ဖိတ်တောက်နေတဲ့ ဗုဒ္ဓဆင်းတုတော်နဲ့ စေတီတော်ပုံ တွေရှိတဲ့ အဖေရဲ့ဘုရားစင် ရှိနေပါတယ်။

ဒီအချိန်မှာ မိသားစုစီးပွားရေး အခြေအနေကောင်းပေမဲ့၊ မိသားစုတွင်းမှာ ဘာသာရေးနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အဗုဒ္ဓအထစ်လေးတွေ အနည်းနဲ့အများ ဖြစ်လာပါတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ အစ်ကိုကြီး

ကလည်း အိမ်ရဲ့စီးပွားရေးကို အဖေနဲ့အတူ လက်တွဲလုပ်ကိုင်ရင်း၊ သူ့ရဲ့ယုံကြည်ချက်က သူလုပ်ရင်ဖြစ်တယ်။ လူဆိုတာအောင်မြင်ခြင်းရပို့၊ စီမံခန့်ခွဲတတ်ပို့၊ အဓိကဆိုပြီး။ အသင်းတော်ဆိုရင် အလှူငွေ ပေးရင်ရပြီ။ အသင်းတော်ရဲ့ အမှုဆောင်တွေ ဆိုတာကလည်း သူတို့ အကူအညီလို ချိန်မှာ အကူအညီပေးလိုက်ရင် လုံလောက်ပြီလို့ပဲ ယူဆထားတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ ကျမရဲ့အလို လားဆုံး တောင့်တချက်ကတော့ အိမ်တွင်းမှာ ယုံကြည်မှုတူညီစွာနဲ့ ငြိမ်သက်ခြင်းရှိဖို့ပါပဲ။

ကျမကတော့ ပညာတွေသင်ယူပြီး၊ အငယ်တန်းအင်ဂျင်နီယာအနေနဲ့ စက်ရုံတစ်ခုမှာ အလုပ်လုပ်နေပါတယ်။ ဒီလိုနဲ့ (၂၀၀၀)ခုနှစ်မှာ ပြောင်းလဲမှုများနဲ့ ကျမတို့နိုင်ငံရဲ့ အခြေအနေ အတွင်းမှာ ကျမရဲ့အဖေက မမျှော်လင့်ပဲထောင် (၁၀)နှစ်ကျသွားပါတယ်။ အိမ်ရဲ့စီးပွားရေးကို တော့ အစ်ကိုကြီးက အခက်အခဲတွေကြားထဲမှာ ဦးဆောင်နေပါတယ်။ ကျမလည်း အလုပ်လုပ်ရင်း ကျမ်းစာကိုဖတ်ရှုတဲ့အခါ နားမလည်တာတွေနဲ့ သိချင်တာတွေများလာတယ်။ တဖက်မှာလည်း အစေခံခြင်းနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အတွေးအခေါ်တွေက ပြောင်းလဲလာပြီး၊ ကျမ်းစာသင်ကျောင်းကို တက်လိုတဲ့ ဆန္ဒတွေ ဖြစ်လာခဲ့ပါတယ်။

ဒီအချိန်မှာပဲ ကျမကို အသင်းတော်ရဲ့အဖွဲ့အစည်းတခုက ကမ်းလှမ်းမှုနဲ့အတူ၊ ပညာသင်ထောက်ပံ့ကြေးရပြီးသန့်ရှင်းသောကားတိုင်ဓမ္မတက္ကသိုလ် Holy Cross Theological College ကို တက်ရောက်ခွင့်ရခဲ့ပါတယ်။ အစ်ကိုအကြီးဆုံးက သူ့ရဲ့ စီးပွားရေးလောကအကြောင်းသိလေတော့၊ ကျမ ဒီလိုဘာသာရေးလောကထဲ ခြေစုံပစ်ဝင်တာ၊ အရမ်းဝမ်းသာပြီး လစဉ်မုန့်ဖိုး အမြဲပို့ပေးပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျမ ကျမ်းစာကျောင်း ပထမနှစ်ဝက်မှာပဲ၊ အစ်ကိုကြီးလည်း ဘဏ်တွေဒေဝါလီခံကုန်လို့၊ သူရမဲ့ငွေမရ၊ ပေးရမဲ့ငွေတွေမပေးနိုင်တဲ့ အခြေအနေမှာ၊တရားစွဲခံရပြီး၊ ထောင်ကျတဲ့အပြင် သူ့နာမည်နဲ့ပေါက်တဲ့၊ ပိုင်ဆိုင်ရာ တိုက်တာတွေ၊ စက်ရုံတွေလည်း အသိမ်းခံရတဲ့အတွက်၊ မိခင်ကြီးနဲ့ ကျန်တဲ့မောင်နှမတွေ အိုးမဲ့အိမ်မဲ့ ဖြစ်ရပါတော့တယ်။

ဒါကြောင့် ကျမလည်း ကျမ်းစာကျောင်းရဲ့ meditation ထိုင်တဲ့အချိန်မှာ ဘုရားသခင်ကို မေးခွန်းတွေ ထုတ်နေမိတော့တယ်။ ကျမရဲ့မေးခွန်းကတော့ “ဘယ်လိုလည်း ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်ရဲ့ အမှုတော်မြတ်ကို ဆောင်ဖို့ ကျမဒီကျမ်းစာကျောင်းတက်ခဲ့ပါတယ်။ အခုလို မိသားစုတွေ ဒုက္ခရောက်ချိန်မှာ၊ ဘွဲ့လက်မှတ်တွေ ရထားတဲ့ ကျမက ဘာမှမကျညီနိုင်ဘူး။ ဒီလိုအခြေအနေမှာ ကျမဘယ်လိုလုပ်ပြီး၊ ရန်ကုန်မြို့ရဲ့အင်းယားလမ်းမှာ စိတ်ငြိမ်းချမ်းသာစွာနဲ့ အမှုတော်ဆောင်ဖို့ ပြင်ဆင်နေနိုင်မှာလဲ?ပေါ့။ အဲဒီအချိန်မှာ ဘုရားရှင်က ကျမကိုဘယ်လို အဖြေပြန်ပေးသလဲ ဆိုရင်...” “ယေရှုခရစ်တော် ကျွန်ုပ်ကိုချစ်တယ်၊ ထို့အတူ သင့်ကိုလည်း ချစ်တယ်” ဆိုတဲ့ သီချင်းစာသားနှစ်ကြောင်းက ထပ်ခါထပ်ခါ ကျမနှလုံးသားကို ရိုက်ခတ်လာပါတယ်။ ဒီလိုရိုက်မှုကြားမှာဘဲ၊ တိုးညင်စွာ “ ဒီမယ်ငါသမီး ... ငါဟာသင့်ကို ဖန်ဆင်းထားတဲ့ ဘုရားရှင်ဖြစ်တယ်။ ငါဟာ မင်းကို ချစ်သလို ငါဖန်ဆင်းထားတဲ့ မင်းရဲ့မိသားစုတွေကို ချစ်တဲ့ ဘုရားရှင် ဖြစ်တယ်။ မင်းဟာ မင်းရဲ့ ဦးနှောက်သေးသေးလေးနဲ့ စဉ်းစားပြီး ဘာတွေ စိတ်ပူနေတလဲ?။ မင်းကြိုးစားရမဲ့ အရာ၊ လုပ်ရမဲ့အရာကို သာလုပ်ပါ ” ဆိုတဲ့ အသံကြားလိုက်ရတဲ့ ခဏမှာ၊ ကျမဦးနှောက်ထဲ အလင်းတန်းဝင်ပြီး၊ နှလုံးသားထဲမှာ ငြိမ်သက်မှု၊ စိတ်ချမှုကို ခံစားရပါတယ်။

အဖေနဲ့အစ်ကိုကြီး ထောင်ကျနေစဉ်မှာ၊ လောကီပညာ မြင့်မြင့်မားမား မတတ်တဲ့ အမေဟာ ဘုရားကျောင်း အသွားမပျက်ခဲ့ပါဘူး။ ရှိတာလေးကို ပြင်ဆင်ပြီး၊ ငြိမ်သက်မှုနဲ့ အတူ အဖေ့ကို ထောင်ဝင်စာ မှန်မှန်တွေ့ခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီအခါမှာ အဖေက၊ ဒီဒုက္ခဆင်းရဲကြားထဲမှာ အမေကို ငြိမ်သက်ခြင်းပေးတဲ့ ဘုရားရှင်နဲ့ အမေရဲ့ယုံကြည်မှုကို အံ့သြဘွယ် သိရှိခံစားရပါတယ်။ အခုတော့ အဖေထောင်က ပြန်ထွက်လာပြီးနောက် ဗတ္တိဇံမင်္ဂလာခံယူပြီး၊ ဘုရားရှင်အကြောင်း ကို ကျမနဲ့ဆွေးနွေးတဲ့ ခရစ်ယာန်တစ်ယောက် ဖြစ်နေပါပြီ။

အစ်ကိုကြီးလည်း အချုပ်ခံရစဉ်မှာ မမျှော်လင့်ပဲ ဇံဂေလီ တရားဟောဆရာတစ်ဦးရဲ့ သွန်သင်ချက်အရ “သခင်ခရစ်တော်သည်သာ ကိုးစားရာ၊ ကယ်တင်ပိုင်သောအရှင်၊ အသက်ရှင်သောဘုရားသခင် ” ဆိုတာကို ယုံကြည်လက်ခံပြီး၊ အခုတော့ ထောင်ထဲမှာ ခရစ်ယာန်ညီအစ်ကိုတွေကို ဝတ်ပြုကိုးကွယ်ခြင်းနဲ့ Bible study ကို ဦးဆောင်သူဖြစ် နေပါပြီ။ အပြင်ပြန်ထွက်လာရင်လည်း၊ တပတ်လမ်းကနေ အမှုတော်ဆောင်ဖို့ စိတ်အားထက်သန်သူ ဖြစ်လို့နေပါပြီ။

ဘုရားရှင်ဟာ သူချစ်တဲ့ ဖန်ဆင်းခံလူသားအားလုံးကို အစဉ်အမြဲ ဂရုပြုပြီး လမ်းပြတဲ့ အရှင်ဖြစ်ပါတယ်။ ဘုရားရှင်ရဲ့ ပုံသွင်းပြုပြင်ခြင်းကာလမှာ၊ နာကျင်ခက်ခဲပေမဲ့ အလိုတော်ကို ဝန်ခံပြီး ဘုရားရှင်ရဲ့ လက်ကို မြဲမြံစွဲကိုင်ထားတဲ့အခါမှာ ခက်ခဲမှု၊ နာကျင်မှု၊ ပူလောင်မှုကြားထဲက၊ စိတ်ချယုံကြည်မှုနဲ့ ငြိမ်သက်ခြင်းကို ခံစားရပါတယ်။ ဒီလိုအတွေ့အကြုံ၊ ခံစားမှုနဲ့ ရင့်ကျက်မှုတွေ ဟာ ငွေနဲ့ပေးဝယ်လို့မရတဲ့၊ လူတွေမပေးနိုင်တဲ့ အရာတွေဖြစ်ပါတယ်။ ကျမတို့ဖက်ကသာ မိမိတို့ လုပ်ဆောင်ရမဲ့ အရာကို ဘုရားရှင်အား ယုံကြည်စွာနဲ့ အကောင်းဆုံး ကြိုးစားလုပ်ဆောင်ကြဖို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျန်ရှိတဲ့ ဘုရားရှင်ဆောင်ရွက်ရမဲ့ အပိုင်းကို အနန္တတန်ခိုးနဲ့ပြည့်စုံတဲ့ ဘုရားရှင်က လုပ်ဆောင်နေမှာ ဖြစ်ပါတယ်ဆိုတဲ့ အကြောင်းကို ကျမရဲ့မိသားစု တွေ့ကြုံခံစားရသော အသက် တာအားဖြင့် သက်သေခံ ဝေမျှလိုက်ပါတယ်။ ။

သက်သေခံသူ- နော်လွင်ဇာ



အိုးမြေသည်  
အိုးထိန်းသမား လက်၌ ရှိသကဲ့သို့  
သင်တို့သည် ငါ့လက်၌ရှိကြ၏။  
ယောရမိ၊ ၁၈:၆

# ခရစ်တော်ကမေးလိုက်သောမေးခွန်း??? -

## သင်သည်ကျန်းမာခြင်းသို့ရောက်လိသလား။

ရွှေကျမ်းချက် - ရှင်ယောဟန်ခရစ်ဝင်၊ ၅:၆၊ ၈၊ ၉။

ထိုသူသည် တုံးလုံးနေသည်ကို ယေရှုမြင်တော်မူ၍ ကြာလှပြီဟု သိတော်မူလျှင်၊ သင်သည် ကျန်းမာခြင်း သို့ရောက်လိသလောဟု မေးတော်မူ၏။ ယေရှုကလည်း ထလော့။ ကိုယ်အိပ်ရာကို ဆောင်၍ လှမ်းသွားလော့ဟု မိန့်တော်မူသည်။ ခဏခြင်းတွင် ထိုသူသည် ပကတိအဖြစ်သို့ ရောက်၍၊ မိမိအိပ်ရာကို ဆောင်လျက် လှမ်းသွား၏။



လွန်ခဲ့သောနှစ် နှစ်ထောင်ကျော်က ယေရုရှလင်မြို့တွင် ဗေဒေသဒ အမည်ရှိသော ရေကန်တစ်ကန် ရှိသည်။ သင့်တော်သောအချိန်တွင် ကောင်းကင်တမာန်သည် ရေကန်သို့ ဆင်းသက်၍ ရေကို လှုပ်ရှားတတ်သည်ဟူသော အဆိုရှိသည်။ ထိုအခါ ပထမဦးဆုံး ရေကန်ထဲသို့ ခုန်ဆင်းနိုင်သောသူသည် မိမိ၌ စွဲကပ်သမျှသော အနာရောဂါများ ပျောက်ကင်းသွားနိုင်သည် ဟူသောအဆိုလည်းရှိသဖြင့် ဤရေကန်ပတ်ပတ်လည်၌ အနာရောဂါပေါင်းစုံ စွဲကပ်သောသူ အများအပြား စောင့်နေကြသည်။

သုံးဆယ်ရှစ်နှစ်လုံးလုံး ရောဂါစွဲသော သူတစ်ယောက်လည်း ရေကန်နားမှာ တုံးလုံးလဲ၍ မျှော်လင့်ကြီးစွာဖြင့် စောင့်နေသည်။ ရေလှုပ်ရှားတိုင်း သူ့ကို သွင်းမည့်သူမရှိ။ ရောဂါကြောင့် လျင်မြန်စွာ မရွှေ့နိုင်သဖြင့် ရွှေ့သွားရန်ကြိုးစားနေချိန်၌ပင် သူ့ထက်ဦးသူရှိသွားပြီဖြစ်သည်။

အချိန်ကြာလာသော် ရောဂါဝေဒနာပျောက်ကင်းရန် မျှော်လင့်ချက်ကင်းမဲ့သည့် အခြေအနေသို့ ရောက်ရှိလာသည်။ ထိုအချိန်တွင် ခရစ်တော်ယေရှုနှင့်ကြုံတွေ့ရာ...

“သင်သည် ကျန်းမာခြင်း သို့ရောက်လိသလော။” ဟူသောမေးခွန်းကို သနားဂရုနာစိတ်ဖြင့် မေးသည်။ ထိုသူကလည်းကျန်းမာလိုကြောင်းလျှောက်တင်သောအခါ ယေရှုကလည်း

“ထလော့။ ကိုယ်အိပ်ရာကိုဆောင်၍ လှမ်းသွားလော့။”ဟု မိန့်တော်မူသည်။ ခဏခြင်းတွင် ထိုသူသည် ပကတိအဖြစ်သို့ရောက်၍၊ မိမိအိပ်ရာကိုဆောင် လျက်လှမ်းသွား၏။

ယနေ့၊ သခင်ခရစ်တော်ယေရှုသည် သနားဂရုနာစိတ်ဖြင့် ထိုလူနာကို မေးသကဲ့သို့ ကျွန်ုပ်တို့တစ်ယောက်စီကို ကျန်းမာခြင်းသို့ရောက်လိသလောဟုမေးနေပါသည်။ ကျန်းမာလိုလျှင် ကျွန်ုပ်တို့သည် ခရစ်တော်မိန့်ကြားသည့် အောက်ပါအချက် သုံးချက်ကို စဉ်းစားကြည့်ကြပါစို့။

### (၁) ထလော့ရမည်။ -

ဒုက္ခများမြှောင်ဤလူ့ဘောင်ဟုဆိုသလိုဆင်းရဲဒုက္ခပိုင်းပိုင်းလည်နေသော အချိန်တွင် စိတ်ဓါတ်ကျကာတုံးလုံးလဲနေမည့်အစား သခင်ခရစ်တော်ထံဆုတောင်းခြင်းဖြင့် ချဉ်းကပ်ကာခွန်ကားရယူလျက် အရာရာတိုင်းကို နိုးကြားထကြွ ရဲရဲရင့်ရင့် ယုံကြည်ခြင်းဖြင့် ရင်ဆိုင်ရန်အတွက် ထလာရန်လိုပါသည်။

### (၂) ကိုယ့်အိပ်ရာကိုဆောင်သွားရမည်။ -

ထရုံနှင့်မပြီးသေးပါ။ ခရစ်တော်မိန့်မာတော်မူသည့် အတိုင်းကိုယ့်အိပ်ရာကို ဆောင်သွားရမည်။ ကိုယ့်ဝန်ထုပ်ကိုထမ်းရမည်။ ကိုယ့်ကားတိုင်ကို ထမ်းရမည်။ ထို့အပြင် အားနည်းဗသာ ညီအစ်ကိုမောင်နှမတို့၏ ဝန်ထုပ်နှင့်ကားတိုင်တို့ကိုလည်း တတ်နိုင်သရွှေ့ပိုင်းဝန်းထမ်းပေးရမည်။

### (၃) လှမ်းသွားရမည်။ -

ထ၍ ကိုယ့်အိပ်ရာဆောင်ရုံနှင့်မပြီးသေးပါ။ ခရစ်တော်နောက်သို့ လိုက်ကာလေးလံသော မိမိကားတိုင်ကို ထမ်းပြီး လှမ်း၍လိုက်ရမည်ဖြစ်သည်။ သို့မှသာလျှင် ရှင်လုကာခရစ်ဝင် အခန်းကြီး၁၄၊ အခန်းငယ်၂၇ တွင်ပါသည့်အတိုင်း ခရစ်တော်၏တပည့် ဖြစ်လာနိုင်မည်။ ထို့အပြင် ကြမ်းတမ်းပြင်းထန်သော လောကမုန်တိုင်းဒဏ်ကို ကြံ့ကြံ့ခံနိုင်သော စွမ်းရည်ရှိလာမည်ဖြစ်ပြီး ရှေ့သို့ ဆက်၍ လျှောက်လှမ်းသွားရမည့် ဘဝလမ်းခရီးပန်းတိုင်သို့ ကျန်းမာစွာ သွားနိုင်ပါမည်။

## \*A Story to live by\*

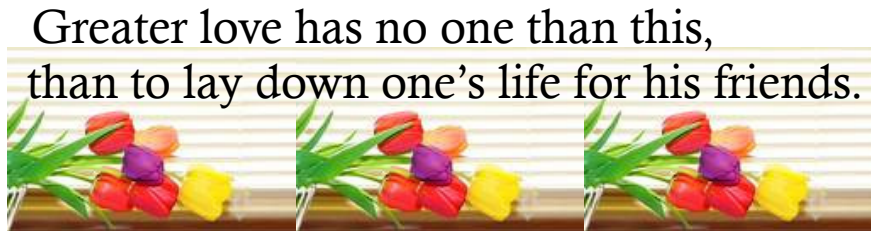
There was a blind girl who hated herself because she was blind. She hated everyone, except her loving boyfriend. He was always there for her. She told her boyfriend, 'If I could only see the world, I will marry you.'

One day, someone donated a pair of eyes to her. When the bandages came off, she was able to see everything, including her boyfriend.

He asked her, 'Now that you can see the world, will you marry me?' The girl looked at her boyfriend and saw that he was blind. The sight of his closed eyelids shocked her. She hadn't expected that. The thought of looking at them the rest of her life led her to refuse to marry him.

Her boyfriend left in tears and days later wrote a note to her saying: 'Take good care of your eyes, my dear, for before they were yours, they were mine.'

This is how the human brain often works when our status changes\*. Only a very few remember what life was like before, and who was always by their side in the most painful situations.



=====

## \* Life Is a Gift \*

Today  
before you say an unkind word –  
Think of someone who can't speak.

Before  
you complain about the taste of your food –  
Think of someone who has nothing to eat.

Before  
you complain about your husband or wife –  
Think of someone who's crying out to GOD for a companion.

Today  
before you complain about life –  
Think of someone who died too early on this earth.

Before  
you complain about your children –  
Think of someone who desires children but they're barren...

Before  
you argue about your dirty house someone didn't clean or sweep -  
Think of the people who are living in the streets.

Before  
whining about the distance you drive -  
Think of someone who walks the same distance with their feet.

And when you are tired and complain about your job –  
Think of the unemployed, the disabled, and those who wish they had your job.

But before you think of pointing the finger or condemning another –  
\*\*\*Remember that not one of us is without sin\*.

And when depressing thoughts seem to get you down –  
Put a smile on your face and think: you're alive and still around.

=====