

တောဇေ ၂၀၁၈

၂၀၁၈ ခုနှစ်အတွက် ထောက်ရှုဆင်ခြင်ရန်အကြံပြုချက် (၄)ချက်

မကုန်ခမ်းနိုင်သည့် ပျော်ရွှင် ဝမ်းမြောက်ခြင်း

ခရစ်ယာန်အသင်းခေါင်းဆောင်များနှင့် နိုင်ငံတကာအဖွဲ့အစည်းများမှ (Besal)ဘာဆဲလ်တွင် ပြုလုပ်မည့် အစည်းအဝေး သို့ပေးပို့သည် စာမူများကို... [www.taize.fr](http://www.taize.fr) တွင် ဖတ်ရှုနိုင်ပါသည်။

မနှစ်တုန်းက ဖျားနာနေတဲ့ မိန်းခလေးတစ်ယောက်က 'ကျွန်မ ဘဝကိုမြတ်နိုးတယ်'လို့ ကျွန်ုပ်အား ပြောပြသည်။ မကျန်းမာသော်ငြားလည်း ထိုကဲ့သို့ ဘဝကို ကျေနပ်စွာထွေးပိုက်နိုင်သည့် စိတ်ဓာတ်က ကျွန်ုပ်ကို အလွန်အံ့ဩစေခဲ့သည်။ ထို့ပြင် သူမ၏ တည်ငြိမ်အေးချမ်း သောမျက်နှာ အမူအရာက ကျွန်ုပ်ကို ပို၍ပင် အံ့ဩစေခဲ့သည်။

ကလေးသူငယ်များ၏ ပျော်ရွှင်မှုနှင့် ပတ်သက်ပြီး ကျွန်တော်တို့ မည်မျှ နားလည်သနည်း။ မကြာသေးခင်က အဖြစ်ဆိုး အမျိုးမျိုး ကြုံတွေ့ နေကြရသော အာဖရိကဒုက္ခသည် စခန်းထဲတွင် တချို့သော ကလေးများ ပျော်ရွှင်နေသည်ကို ကျွန်ုပ် သတိပြုမိခဲ့သည်။

သူတို့၏ ပျော်ရွှင်မှုသည် မျှော်လင့်ချက်မဲ့ ဒုက္ခသည် တချို့၏ ဘဝပြောင်းလဲစေသည်ကိုလည်း တွေ့ခဲ့သည်။ ထိုကလေးသူငယ်တို့၏ ပျော်ရွှင်မှုသည် ဘဝ၏ မျှော်လင့်ချက် အလင်းရောင်ခြည်တစ်ခု ဖြစ်သည်။ အထက်ပုံဥပမာ များသည် တေဇအဖွဲ့အစည်း၏ ကျင့်စဉ်များ (ပျော်ရွှင်ခြင်း၊ ရိုးရှင်းခြင်း၊ သနားကြင်နာတတ်ခြင်း) မှတစ်ခုဖြစ်သော ပျော်ရွှင်ခြင်း ကျင့်စဉ်ကို ၂၀၁၈ ခုနှစ် တစ်နှစ်တာလုံး အတွက် ပြန်လည် သုံးသပ်ရာတွင် ခွန်အားဖြစ်စေမည်ဟု ယုံကြည်သည်။

ယခုခေတ်တွင် ဒုက္ခအရောက်ဆုံးသူများ နေထိုင်ရာလည်းဖြစ်သော ဆူတန်နိုင်ငံ တောင်ပိုင်းရှိ (Juba) ဂျူးဘား၊ (Rubek) ရူးဘက်မြို့များ နှင့် ဆူတန်နိုင်ငံ၏မြို့တော်ဖြစ်သည့် (Khartoum) ခါတိုအမ် မြို့များသို့ နှစ်နိုင်ငံ၏ အခြေအနေ နားလည်ရန်နှင့် ၎င်းနိုင်ငံသားတို့အတွက် ဆုတောင်းပေးရန် ဘာရာသာရ် တစ်ပါးနှင့်အတူ သွားရောက်ခဲ့ကြပါသည်။

အပယ်ခံရသူများ နေမကောင်းသူသောသူများအား ဂရုတစိုက် ကုသပေးပြီး သူတို့အပေါ် စာနာစိတ်အပြည့်နှင့် စာသင်ပေးနေသည့် ခရစ်ယာန်အဖွဲ့အစည်းများအားလည်း သွားရောက်လေ့လာ ခဲ့ပါသည်။ အဖြစ်ဆိုးတွေနှင့် ကြုံတွေ့စဉ်က သူတို့မိဘတွေနှင့် တကွ တပြားဖြစ်သွားကြသည့် ကလေးများထားရာ စခန်းမှာ ကျွန်ုပ်တို့ကို နေရာပေးပါသည်။

အထူးသဖြင့် ကျွန်ုပ်ကို ကျေနပ်အားရစေသူများမှာ အမျိုးသမီးများဖြစ်သည်။ အကြမ်းဖက်မှုကြောင့် ဒုက္ခရောက်ကြသူ အများစုမှာ မိခင်များဖြစ်ကြပြီး အချို့မိခင်များမှာ အထူးပင်ငယ်ရွယ်သည်။ အများစုသည် ၎င်းတို့အိမ်မှ ကတိုက်ကရိုက် ထွက်ပြေးလာခဲ့ကြရပါသည်။ သို့သော်လည်း ဒုက္ခသည်အချင်းချင်း ကူညီရိုင်းပင်းမှုရှိကြသည်။ အင်မတန်ပင် အားကျစရာကောင်းသည့် စွမ်းအားသတ္တိနှင့် မျှော်လင့်ချက်များကို ပိုင်ဆိုင်သူများ ဖြစ်ပါသည်။

ထိုသို့ လည်ပတ်ရင်း ဆူတန်မှ လူငယ် တစ်ယောက်နှင့် ရင်းနှီးခဲ့ပြီး သူ့အား ကျွန်ုပ်တို့၏ တေဇ ဆုတောင်းပွဲသို့ ဖိတ်ခေါ်ခဲ့သည်မှာ (၂) နှစ်ရှိခဲ့ပြီဖြစ်သည်။ ဤခရီးစဉ် မတိုင်မီက ကျွန်ုပ်နှင့် အခြားဘရာသာရ်နှစ်ပါးသည် အီဂျစ်နိုင်ငံရှိ ၁၉၉၉ ခုနှစ်ကတည်းက ကော့(ပ်)တစ် အောသဒေါ့ ဆရာတော်တစ်ပါး တည်ထောင်ခဲ့သည့် အနားဖိုရာ အဖွဲ့ တွင် (၅) ရက်ကြာ ကျင်းပသော လူငယ်မောင်မယ် တွေ့ဆုံပွဲသို့ တက်ရောက်ခဲ့ပါသည်။ ဆုတောင်းခြင်း၊ တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက်မိတ်ဖွဲ့ခြင်း နှင့် အီဂျစ်ဘုရားကျောင်းများ၏ အဖိုးထိုက်တန်သော ရိုးရာအကြောင်းများကို လေ့လာခြင်းများဖြင့် အချိန် ကုန်ဆုံးစေခဲ့ပါသည်။

ဥရောပ၊ တောင်အမေရိက၊ အီသီယိုးပီးယား၊ လက်ဘနွန်၊ အဲလ်ဂျီးရီးယားနှင့် အီရတ်နိုင်ငံများမှ လူငယ်အယောက်တစ်ရာကျော် လာရောက်ခဲ့ကြပြီး ကိုင်ရို၊ အလက်ဇန်းဒရီးယားနှင့် အီဂျစ်အထက်ပိုင်း မှ ကော့(ပ်)တစ် ခရစ်ယာန်ဘာသာဝင် လူငယ် အယောက်တစ်ရာခန့်မှ ကြိုဆိုခဲ့ ကြသည်။ ကော့(ပ်)တစ်ဘုရားကျောင်း၏ အမွေအနှစ်နှင့် ဓမ္မအာဇာနည် အကြောင်း များအပြင် တောထွက် ခရစ်ယာန် ရသေ့များ၏ အရင်းအမြစ် အကြောင်းကိုလည်း လေ့လာခဲ့ပါသည်။ ကော့(ပ်)တစ် အောသဒေါ့ ခရစ်ယာန် အဖွဲ့အစည်း၏ ဥသျှောင်ဖြစ်သော ဒုတိယမြောက် ပုပ်တာဝါလို့ (စ်) ကိုယ်တိုင် ကျွန်ုပ်တို့ကို နွေးထွေးစွာ ကြိုဆို ဧည့်ခံခဲ့ပါသည်။

အာဖရိကမှ အပြန်ခရီးတွင် ကျွန်ုပ်တို့ အချင်းချင်း ဆွေးနွေးဖြစ်ခဲ့ကြသည်။ အဘယ်ကြောင့် လူများစွာတို့က အနီးအဝေးတွင်ရှိနေကြသော ဒုက္ခရောက်နေသူများ ညည်းတွားသံများကို ဂရုမစိုက်နိုင်ကြသနည်း။ ဒုက္ခသည်များ၏ ငိုကြွေးမြည်တမ်းသံများသည် လေဟာပြင်ထဲတွင် ပျောက်ကွယ်သွားသလိုပင် ဖြစ်သည်။ ထိုသူတို့၏အကြောင်းများကို မိဒီယာများမှတစ်ဆင့် ကြားမြင်ရုံဖြင့် မလုံလောက်ပေ။ သို့ဖြစ်၍ ထိုသူတို့အတွက် ကျွန်ုပ်တို့ မည်ကဲ့သို့ ကူညီပံ့ပိုးပေးနိုင်မည်နည်း။ အောက်ပါ အဆိုပြုချက်များသည် အထက်ပါမေးခွန်းမှ အခြေခံပြီး ပေါ်ထွက်လာခြင်းဖြစ်သည်။

**ထောက်ရှုဆင်ခြင်ရန်အကြံပြုချက် (၁)  
နက်ရှိုင်းသည့် ဝမ်းမြောက်ပျော်ရွှင်ခြင်း အသက်စမ်းရေး ထဲသို့ ဝင်ရောက်ပါ။**

ထာဝရဘုရားမိန့်တော်မူသည်ကား၊ အကယ်စင်စစ် ထာဝရမေတ္တာနှင့် သင့်ကိုငါချစ်၏။ ထို့ကြောင့် ကရုဏာကျေးဇူးကို သင်၌ကြာမြင့်စွာပြု၏။ (ယေရမိအနာဂတ္တိကျမ်း ၃၁: ၃)။

ထာဝရဘုရားသည် သင်နှင့်အတူ ရှိတော်မူ၏။ ကိုယ်တော်သည် သင်၌ အားရရွှင်လန်းတော်မူလိုမိမည်။ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၌ ကျိန်းဝပ်ကာ သီချင်းဆိုခြင်းဖြင့် သင်၌ဝမ်းမြောက်တော်မူ လိမ့်မည်။ (ဇေဖနီအနာဂတ္တိကျမ်း ၃: ၁၇)။

သခင်ဘုရား၌ အစဉ်မပြတ် ဝမ်းမြောက်ခြင်းရှိကြလော့။ တဖန် ငါဆိုသည်ကား ဝမ်းမြောက်ကြလော့။ (ဖိလိပီဩဝါဒစာ ၄: ၄)။

စနေနေ့ညနေတိုင်း တေဇေ အဖွဲ့သားများနှင့် ဘုရားကျောင်းထဲတွင် ဆုတောင်းနေသူများသည် အဘယ့်ကြောင့် ဖယောင်းတိုင်များကို လက်ထဲမှာ ကိုယ်စီကိုင်မြှောက်ပြီး ဝမ်းမြောက်စွာ ဆုတောင်းကြသနည်း။

ဖယောင်းတိုင်၏ အလင်းသည် ခရစ်ယာန်များ၏ ယုံကြည်ခြင်းဖြစ်သော သခင်ယေရှု့ရှင်ပြန်ထမြောက်ခြင်းကို အဓိပ္ပါယ်ဖော်ဆောင်သည်။ သခင်ယေရှု့ ရှင်ပြန်ထမြောက်ခြင်းသည် နက်နဲဖွယ်ရာ ပျော်ရွှင်ခြင်း အသက်စမ်းရေးဖြစ်သည်။ ဤနက်နဲဖွယ်ရာကို ကျွန်ုပ်တို့ ပြည့်စုံစွာနားမလည်နိုင်ပါ။ သို့သော်လည်း ဤအသက်စမ်းရေးကို သောက်သုံးခြင်းဖြင့် ပျော်ရွှင်ဝမ်းမြောက်ခြင်းကိုရရှိနိုင်ပါသည်။

နောက်ဆုံးနေ့ရက်တွင်လည်း ကျွန်ုပ်တို့သည် ရှင်ပြန်ထမြောက်ခြင်းထဲတွင် ပါဝင်ကြရမည် ဖြစ်သည် (Olivier Clement, Orthodox theologian)။ ဤပျော်ရွှင်ဝမ်းမြောက်ခြင်းသည် မစုံလင်သော (သို့) တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သော ပျော်ရွှင်မှုမျိုးမဟုတ်ဘဲ ငြိမ်သက်ခြင်းနှင့် အာမခံချက်အပြည့်အဝရှိသော ပျော်ရွှင်ဝမ်းမြောက်ခြင်းမျိုးဖြစ်သည်။

ဝမ်းမြောက်ရာ ဧဝံဂေလီ သတင်းကောင်းသည် ဘုရားသခင် ကျွန်ုပ်တို့ကို ချစ်မြတ်နိုးသည်ဟု စိတ်ချယုံကြည်ခြင်းမှ ပေါ်ထွက်လာသည်။ ဘုရားသခင်၏ ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို လက်ခံလျှင် ကျွန်ုပ်တို့သည် နေ့စဉ်ကြုံတွေ့ရသော အခက်အခဲများကို ရင်ဆိုင်နိုင်သည့်အပြင် အခြား ဝမ်းနည်းဒုက္ခရောက်နေသူများကိုလည်း ပိုမိုစာနာတတ်လာစေသည်။

- ဦးစွာပထမ၊ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဘုရားသခင်၏ သားသမီးများ ဖြစ်ရခြင်းကို ဝမ်းမြောက်ကြပါစို့။ ခရစ်တော်နောက်လိုက် တစ်ဦးဖြစ်သော (၁၅)ရာစုမှ ဖလူမြို့သား စိန်နီကော်လပ်စ် ၏ ဆုတောင်း မေတ္တာမှလည်း ဤဝမ်းမြောက်ခြင်းကို ထောက်ပြအားပေးနေသည်။ စိန်နီကော်လပ်စ်ဆုတောင်းသည်မှာ "ကျွန်ုပ်၏သခင် ကျွန်ုပ်၏ဘုရား ကိုယ်တော်နှင့် ပေးကွာစေသည့် အရာအားလုံးကို ကျွန်ုပ် မှဖွယ်ရှား ပေးတော်မူပါ။ ကိုယ်တော်နှင့် နီးစပ်စေသည့် အရာအားလုံးကို ကျွန်ုပ်အားပေးတော်မူပါ။ ကိုယ်တော်ထံ ကျွန်ုပ်ကို လုံးလုံးလျားလျား ခေါ်ယူတော်မူပြီး တကိုယ်ကောင်းဆန်ခြင်းမှ ကျွန်ုပ် ကိုလွတ်မြောက်စေတော်မူပါ။ "

- သီချင်းများကို အတူသီဆိုခြင်းအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ပျော်ရွှင်ဝမ်းမြောက်ခြင်းသည် ပိုမိုပြည့်စုံလာစေသည်။ “သင်ဝမ်းမြောက်ပျော်ရွှင်ကာ စိတ်ငြိမ်သက်သည်အထိ သခင်ခရစ်တော်ကို သီဆိုချီးမွမ်းပါ” ဟု ဘရာသာရ်ရောဂျာက တိုက်တွန်းခဲ့ ပါသည်။ လူအများနှင့် အတူတကွ သီဆိုချီးမွမ်းခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့ကို ဘုရားသခင်နှင့် ပိုမိုနီးစပ်စေသည့်အပြင် သီဆိုချီးမွမ်းသူများကြားတွင် မိတ်သဟာယ ဖြစ်စေသည်။ ဝတ်ပြုကိုးကွယ်ခြင်း၊ သီဆိုချီးမွမ်းခြင်း နှင့် ဆုတောင်းခြင်းတို့၏ အနှစ်သာရသည် ရှင်ပြန်ထမြောက်ခြင်း၏ လက္ခဏာဖြစ်သည်။ အတူတကွဆုတောင်းခြင်းကို အရှေ့အလယ်ပိုင်းခရစ်ယာန်များက မြေကြီးပေါ်တွင် ရန်နိုင်သော ကောင်းကင်ဘုံ၏ ဝမ်းမြောက်ခြင်းဟု ခေါ်ဆိုကြသည်။
- ကဗျာ၊ ဂီတ၊ အနုပညာ၊ လှပသည့် ဖန်ဆင်းခံအရာများ၊ နက်ရှိုင်းသည့် ချစ်ခြင်း မေတ္တာနှင့် မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်းကောင်း စသည့်အရာများမှ ရရှိသော လူသားများ၏ ပျော်ရွှင်ခြင်းတွင် ဘုရားသခင်၏ ချစ်ခြင်း မေတ္တာကို ရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။

**ထောက်ရှုဆင်ခြင်ရန်အကြံပြုချက် (၂)  
ဒုက္ခရောက်နေသူများ၏ ငိုကြွေးသံများကို နားစွင့်ပါ။**

အို ဘုရားသခင်၊ ကျွန်ုပ်၏ ဆုတောင်းသံကို နားညောင်း တော်မူပါ။ ကျွန်ုပ်၏ ငိုကြွေးအော်ဟစ်သံကို ကြားတော်မူပါ။ ကျွန်ုပ် ဒုက္ခရောက်ချိန်တွင် ကိုယ်တော်၏ မျက်နှာတော်ကို လွှဲတော်မမူပါနှင့်။ (ဆာလံ ၁၀၂: ၂-၃)

ကိုယ်တော်သည် သန့်ရှင်းသော ဝိညာဉ်တော်၌ ဝမ်းမြောက်တော်မူသဖြင့် မိုးနှင့်မြေကို အစိုးရတော်မူသောအဖေ၊ ကိုယ်တော်သည် ပညာအလိမ္မာနှင့်ပြည့်စုံသော သူတို့အား ဤအရာများကို ထိမ်ပုတ်ထားတော်မူလျက် သူငယ်တို့အား ဖော်ပြတော်မူသည်ဖြစ်၍ ကျေးဇူးတော်ကို ချီးမွမ်းပါ၏။ မှန်ပါ၏အဖေ၊ ဤသည်မှာ ကိုယ်တော်၏ ကောင်းမြတ်သော အလိုတော်အတိုင်း ဖြစ်ပါ၏။ (ရှင်လုကာ ၁၀: ၂၁)။

သူစိမ်းတို့အားညွှတ်ပတ်ပြုရန် မလစ်ဟင်းစေနှင့်။ အချို့သောသူတို့သည် ကောင်ကင်တမန်တို့ကို အမှတ်မထင် ညွှတ်ခံခဲ့ကြ၏။ သင်တို့သည် အကျဉ်းချခံနေသူများနှင့်အတူ အကျဉ်းချခံရသကဲ့သို့ မှတ်ယူ၍ သူတို့ကို အောက်မေ့သတိရကြလော့။ ထို့အတူ သင်တို့သည် ဒုက္ခဆင်းရဲခြင်းကို မိမိတို့ကိုယ်တိုင်ခံရသကဲ့သို့ ဒုက္ခဆင်းရဲခြင်းခံရသောသူများကိုလည်း အောက်မေ့ကြလော့။ (ဟောဘရူးဩပါဒစာ ၁၃: ၂-၃)။

အဘယ့်ကြောင့် လူအများအပြားသည် အပယ်ခံရမှု၊ ငတ်မွတ်ခေါင်းပါးမှု၊ ဖျားနာမှု၊ အကြမ်းဖက်မှု နှင့် သဘာဝဘေး အန္တရာယ် ဒုက္ခအခက်အခဲများကို ကြုံတွေ့နေရသော်လည်း ၎င်းတို့၏ ငိုကြွေးသံများကို နားစွင့်သူ နည်းပါးပါသနည်း။

သူတို့သည် အစားအသောက်၊ နေစရာအိမ်၊ ပညာရေး၊ အလုပ်အကိုင်နှင့် ဆေးဝါး အကူအညီများ လိုအပ်ပါသည်။ ထို့အပြင် သူတို့အတွက် မိတ်ဆွေကောင်းများလည်း အရေးတကြီးလိုအပ်ပါသည်။ တစ်ချိန်တည်းတွင် ဤကဲ့သို့ အကူအညီများကို လက်ခံခြင်းကလည်း သူတို့ကို အရှက်ရစေနိုင်ပါသည်။ စစ်မှန်သည့် ခင်မင်မှုသည် အကူအညီလိုအပ်နေသူများသာမကဘဲ အကူအညီပေးသူနလုံးသားများကိုပါ ဝမ်းမြောက်စေပါသည်။

ဒုက္ခရောက်နေသူများ၊ နာမကျန်းသော အသက်ကြီးသူများ၊ ထောင်ကျနေသူများ၊ ခိုကိုးစရာ အိမ်မရှိသူများ၊ အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် မိမိတို့ အိမ်မှထွက်ပြေးနေရသူများ၏ ညည်းတွား ငိုကြွေးသံကို နားထောင်ခြင်းနှင့် ဒုက္ခသည်များ၏ မျက်နှာများကို သေချာ ကြည့်ရှုခြင်းအားဖြင့် လူသားအချင်းချင်း မည်သို့စာနာကူညီရမည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ သင်ယူနိုင်ပါသည်။

ဖေးမကူညီခြင်းအားဖြင့် ဒုက္ခပင်လယ်တွင် နစ်မွန်းနေသည့် သူများ၏ လူ့တန်ဖိုးနှင့် ဂုဏ်သိက္ခာများကို ရှာဖွေတွေ့ရှိ နိုင်ပါသည်။ အလွန်ဆင်းရဲ ဒုက္ခရောက်နေသူများထံမှလည်း ကျွန်ုပ်တို့ကို သင်ခန်းစာ ယူစရာ၊ တစ်ခုခုပေးစရာ ရှိနေတတ်ပါသည်။

ဒုက္ခရောက်နေသူများသည် အကြင်နာတရားဖြင့် ရိုင်းပင်ကူညီတတ်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်း တည်ဆောက်ရာတွင် တန်ဖိုး မဖြတ်နိုင်သော တစ်ထောင့်တစ်နေရာများမှ ပါဝင်လုပ်ဆောင်နေသည် မဟုတ်ပါလော။ သူတို့၏ဘဝသည် ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင်၏ အားနည်းလွယ်မှု အကူအညီမဲ့လွယ်သည့် ဘဝကို မီးမောင်းထိုးပြနေသည်။ ဒုက္ခသည်များနှင့် တွေ့ဆုံခြင်းအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့ကို ပိုမိုစစ်မှန်သော လူသားများဖြစ်လာစေပါသည်။

- သခင်ယေရှု လူ့အဖြစ်ကို ယူပြီး လူ့အယောက်စီတိုင်းနှင့် ပေါင်းစပ်နေသည်ကို မမေ့သင့်ပါ။ သခင်ယေရှုသည် လူသားတိုင်း အထူးသဖြင့် အသိမ်ငယ်ဆုံးသူများနှင့် အတူရှိနေပါသည် (ရှင်မာတေဦး ၂၅:၄၀)။ ဘဝတွင် အနာတရဖြစ်သည့်သူများ အဆင်းရဲဆုံးသူများကို သွားရောက် ကူညီခြင်းဖြင့် သခင်ယေရှုနှင့် ပိုမိုနီးကပ် လာမည်ဖြစ်ပါသည်။ “အခြားသူများ၏ ဒုက္ခအခက်အခဲ နှင့် ဆင်းရဲမှု ဝေဒနာများကို မျှဝေခံစားဖို့ မကြောက်ကြပါနှင့်၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဒုက္ခပင်လယ် ကြားထဲတွင် ပြည့်စုံသည့်ပျော်ရွှင် ဝမ်းမြောက်ခြင်းကို သခင်ယေရှု နှင့် အတူ ခံစားရမည် ဖြစ်ပါသည်။” (တေဇေ ကျင့်စဉ်)။
- ကိုယ်တိုင် ဒုက္ခသည်များနှင့် ထိတွေ့ခြင်းအားဖြင့် သူတို့အား ကူညီရန် နည်းလမ်းများတွေ့ရှိစေပါသည်။ မည်သည့်အရာမျှ ပြန်လည်ရရှိမည်ကို မမျှော်လင့်သော်လည်း သူတို့မှ ကျွန်ုပ်တို့ကို ဝေမျှလိုလျှင် ကျွန်ုပ်တို့ မငြင်းဆန်သင့်ပါ။ ဤသို့အားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ နှလုံးသားတံခါးများကို ပိုမိုဖွင့် ထားနိုင်ပြီး အခြားသူများကို ပိုမိုစာနာတတ်လာမည် ဖြစ်ပါသည်။
- ကျွန်ုပ်တို့ ကမ္ဘာကြီးသည် ထိခိုက်ပျက်စီးလွယ်ပါသည်။ လူသားများ၏ အလွဲသုံးစားမှုများကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့ ကမ္ဘာကြီးသည် အနာတရ ပိုမိုများပြားလာပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ ကမ္ဘာကြီး၏ ငိုကြွေးသံကိုလည်း နားထောင်ဖို့ လိုအပ်ပါသည်။ ပိုမိုဂရုစိုက် ဖို့လည်း လိုအပ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ အသက်ရှင်နေထိုင်မှု ပုံသဏ္ဍာန် များ ပြောင်းလဲခြင်းအားဖြင့် ကမ္ဘာကြီး ပိုမိုပျက်စီး မသွားစေရန် လုပ်ဆောင်သွားကြရမည် ဖြစ်ပါသည်။

**ထောက်ရှုဆင်ခြင်ရန်အကြံပြုချက် (၃)  
ဒုက္ခအခက်အခဲနှင့် ဝမ်းမြောက်ပျော်ရွှင်ခြင်းကို မျှဝေပါ။**

ဝမ်းမြောက်သူတို့နှင့် အတူ ဝမ်းမြောက်ကြ ၍ ငွေကြေးသူတို့နှင့်အတူ ငွေကြေးကြလော့။  
(ရောမဩဝါဒစာ ၁၂:၁၅)။

ဝမ်းနည်းငိုကြွေးသောသူတို့သည် မင်္ဂလာရှိကြ၏ အကြောင်းမူကား သူတို့သည် နှစ်သိမ့်ခြင်းခံကြရလိမ့်မည်။  
(ရှင်မာတေဦး ၅:၄)။

ဝမ်းမနည်းကြနှင့် ထာဝရဘုရားပေးတော်မူသော အခွင့်နှင့် အားယူ၍ ဝမ်းမြောက်ကြလော့  
(နေဟေမိ ၈: ၁၀)။

သခင်ယေရှုရှင်ပြန် ထမြောက်ပြီးနောက် သူ့ကို တံကျင်တင်ကာ သံရိုက်ခံရသည့် ဒဏ်ရာဒဏ်ချက်များ သူ့ကိုယ်ပေါ်၌ ထင်ကျန်နေလျက်ရှိ၏ (ရှင်ယောဟန် ၂၀:၂၄-၂၉)။ ရှန်ပြန်ထမြောက်ခြင်းသည် တံကျင်၌ ဒုက္ခစရိယာခံခြင်းကို အကျိုးပင် အဓိပ္ပါယ်ရှိစေသည်။ သခင်ယေရှု နောက်လိုက်များဖြစ်ကြသော ကျွန်ုပ်တို့ဘဝတွင်လည်း

ဒုက္ခဆင်းရဲခြင်းနှင့် ဝမ်းမြောက်ခြင်း တို့သည် ဒွန်တွဲနေသည်။ ဤဒွန်တွဲမှု ပေါင်းစပ်ခြင်းမှ ကရုဏာတရားသည် မွေးဖွားလာသည်။

အတွင်းစိတ်၏ ဝမ်းမြောက်ပျော်ရွှင်ခြင်းသည် အခြားသူများကို စာနာဖေးမကူညီခြင်းဖြင့် ယုတ်လျော့မသွားသည့်အပြင် ပို၍သာ ပြည့်စုံစေသည်။ ဤဝမ်းမြောက်ခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ အတ္တစိတ် တစ်ကိုယ်ကောင်းစိတ်များကို ဖယ်ရှားပြီး ဒုက္ခအခက်အခဲရောက်နေသူများကို သွားရောက်ကူညီရန်အတွက် ခွန်အားဖြစ်စေသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ဘဝကို တက်ကြွစေပြီး တာဝန်များကို အခိုင်အမာ ယုံကြည်မှုနှင့် လုပ်ဆောင်နိုင်သည့်စွမ်းအားများလည်း ရရှိစေသည်။

အခွင့်ထူးခံ အသိုင်းအဝိုင်းထဲရှိ ပညာတတ်သူ၊ ငွေကြေးချမ်းသာသူနှင့် အထူးဂရုစိုက် ပြုစုခံရသူများပင် စိတ်ကျအားငယ်မှုများ ဖြစ်လေ့ရှိပြီး တစ်ခါတစ်ရံ ဝမ်းမြောက်ပျော်ရွှင်မှုများပင် ပျောက်ဆုံးနေတတ်၏။ ဝိရောမိ နိယာမ ကဲ့သို့ တစ်ခါတစ်ရံတွင် ခိုးကိုးရာမဲ့ တစ်ဦးဦးနှင့် အမှတ်မထင်တွေ့ဆုံမှုမှ လည်း ဝမ်းမြောက်မှုကို ခံစားရရှိနိုင်ပါသည်။ ထိုခံစားမှုသည် သေးငယ်သည်ဟု ထင်ရသော်ငြားလည်း အမှန်စင်စစ်တွင်မူ စစ်မှန်သော ဝမ်းမြောက်ပျော်ရွှင်မှု ဖြစ်သည်။

ကျွန်ုပ်တို့အတွင်းစိတ်၏ အရင်းအမြစ်ဖြစ်သော ဝမ်းမြောက်ပျော်ရွှင်ခြင်းစိတ်ကို အစဉ်အမြဲအသက်သွင်းပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ လူသားများသည် ဝမ်းမြောက်ပျော်ရွှင်ဖို့ရာ မွေးဖွားလာသည်။ ဝမ်းနည်းဖို့ရာ မဟုတ်ပေ။ ထို့ကြောင့် ဝမ်းမြောက်တတ်သောစိတ်ဓာတ်ကို အခြားသူများနှင့် မျှဝေခံစားတတ်ရန်လိုအပ်သည်။ သိကြားတမန်၏ အမိန့်တော်ကို လက်ခံရရှိပြီးနောက် ဗာရီးယားသည် သူမ၏ အစ်မတစ်ဝမ်းကွဲ ဇေလီဇာတ်ထံ သွားလည်ရန် ဝမ်းမြောက်ပျော်ရွှင်စွာ ထွက်သွားခဲ့၏ (ရှင်လုကာ ၁:၃၉-၅၆)။

သခင်ယေရှူးပင်လျှင် သေဆုံးသွားသည့် သူ၏ သူငယ်ချင်းလာဇရူးအတွက် ငိုကြွေးခဲ့သည့် နည်းတူ (ရှင်ယောဟန် ၁၁:၃၅) ကျွန်ုပ်တို့ဘဝ၌ စိတ်သောကရောက်ချိန်တွင် ငိုကြွေးဖို့ရာ မကြောက်ကြပါနှင့်။ ဒုက္ခဝေဒနာ ကြုံတွေ့နေသူများ၏ဝန်ကို ကျွန်ုပ်တို့ နှလုံးသားထဲမှ မျှယူခံထမ်း သင့်သည်။ ထိုသူတို့အား ဘုရားသခင်၏ ရွှေလက်တော်၌ အပ်နှံခြင်းသည် ထိုသူတို့အား စွန့်ပစ်ထားခြင်းမျိုး မဟုတ်ဘဲ တုန့်ခမ်းမဲ့ မေတ္တာတရားဖြင့် လူသားတိုင်းအား ချစ်တော်မူသော ဘုရားသခင်က စောင့်ရှောက်လိမ့်မည်ဟု အမှန်တကယ်ပင် ယုံကြည် ၍အပ်နှံခြင်းဖြစ်သည်။

ဒုက္ခဝေဒနာကြုံ တွေ့နေရသူများနှင့် အတူ ယှဉ်တွဲရပ်တည်ကာ ထိုသူတို့နှင့် ငိုကြွေးခြင်းအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် အပြုသဘောဆောင်သော ဆန့်ကျင် ငြင်းပယ်ခြင်း၊ မတရားမှုအား ရှုံ့ချခြင်း၊ အသက် အန္တရာယ်အား မြောက်လှန့် ဖျက်ဆီးစေတတ်သော အရာများကို ငြင်းပယ် ရှုံ့ချခြင်း နှင့် တယူသန်စိတ်များကို ပြောင်းလဲဖို့ လုပ်ဆောင်ရန်အတွက် ခွန်အားများရရှိပါသည်။

**ထောက်ရှုဆင်ခြင်ရန်အကြံပြုချက် (၄)**  
**ခရစ်ယာန်များကြား အခြားသူများ၏ အရည်အချင်း စွမ်းရည်များပေါ်တွင်ဝမ်းမြောက် ပျော်ရွှင်ပါ။**

ခပ်သိမ်းသောအရာတို့သည် ဘုရားသခင်၏ အကြံအစည်တော်နှင့်အညီ၊ ကိုယ်တော်ဆုံးဖြတ်တော်မူသည့်အတိုင်း ဖြစ်ပျက်ကြရ၏။ ဘုရားသခင်သည် မိမိအလိုတော်အရ ရှေးမ ဆွက ပြုတော်မူသည့် စီရင်ဆုံးဖြတ်ချက်ကို အခြေခံ ၍ငါတို့အားခရစ်တော်နှင့် တစ်လုံးတစ်ဝတည်းဖြစ်စေလျက် မိမိ၏ လူမျိုးတော်အဖြစ် ရွေးချယ်တော်မူပေသည်။ (ဖေ့က်ဆုဩဝါဒစာ ၁:၉-၁၀)။

ညီအစ်ကိုများ တစ်လုံးတစ်ဝတည်း စိတ်သဘောညီညွတ်စွာ နေထိုင်ကြသည်မှာ မည်မျှလောက်ကောင်းမြတ်၍၊ နှစ်သက်ဖွယ်ဖြစ်ပေသနည်း။ (ဆာလံ ၁၃၃: ၁)။

အဖမည်းတော်ဘုရားသည် သားတော်ယေရှုကို ဖန်ဆင်းခံ အရာအားလုံး တစ်လုံးတဝတည်းဖြစ်စေရန် စေလွှတ်တော်မူသည်။ အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီး၊ ကလေးများနှင့် သက်ကြီးရွယ်အိုများ ယဉ်ကျေးမှု ဘာသာစကား မတူညီကြသော လူများအားလုံး နှင့် ရန်ဖက်ဖြစ်နေသော နိုင်ငံများ အပါအဝင် လူသားအားလုံးကို မိသားစု တစ်စု ကဲ့သို့စုစည်းဖို့ရန် သခင်ယေရှုသည် ကမ္ဘာပေါ်သို့ ဆင်းသက်လာခြင်းဖြစ်သည်။

လူအများအပြားသည် ခရစ်ယာန်များအားလုံး တစ်လုံးတဝတည်းဖြစ်ဖို့ရန် တောင့်တနေကြပါသည်။ သို့မှသာ ခရစ်ယာန်များ ၏ ကွဲပြားခြားနားခြင်းကြောင့် ညှိမှိန်ရသည့် ခရစ်တော်ယူဆောင်လာသော သတင်းကောင်းကို လူသားအားလုံး ပါဝင်သည့် မိတ်သဟာရဖြင့် ပိုမိုဝေမျှနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ ခရစ်ယာန်ညီအစ်ကို မောင်နှမများ တစ်လုံးတစ်ဝတည်း ဖြစ်ခြင်းသည် လူသားများအားလုံး၏ ငြိမ်းချမ်းခြင်းနှင့် စည်းလုံးခြင်း၏ ရှေ့ပြေး နိမိတ်လက္ခဏာ တစ်ခုပင် မဟုတ်ပါလား။ မတူညီသည့် ခရစ်ယာန်အသင်းတော်များ အားလုံးသည် ရဲပုံစွာ သခင်ခရစ်တော်ထံသို့ အတူ ချဉ်းကပ် သင့်သည်။

- ကျွန်ုပ်တို့၏ ကွဲပြားသည့် ခရစ်ယာန် အတွေးအခေါ်များ (သီအိုလော်ဂျီ) တူညီလာသည်အထိ စောင့်ဆိုင်းစရာမလိုဘဲ တမိုးအောက်မှာ အတူတကွ နေရန်လိုအပ်ပါသည်။ အောသဒေါ့ ဘုန်းတော်ကြီးတစ်ပါး တိုက်တွန်းနှိုးဆော်ထားသည်မှာ “ကျွန်ုပ်တို့ ခရစ်ယာန် များ၏ ယုံကြည်ခြင်း အနှစ်သာရသည် သခင်ခရစ်တော် ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် တစ်ပါးတည်း ဖြစ်သော သခင်ခရစ်တော်ကို ကြိုဆိုလက်ခံပြီး ကျွန်ုပ်တို့အားလုံး တစ်လုံးတဝတည်း ဖြစ်လာစေရန် အပြန်အလှန် ဆွေးနွေးကြဖို့ လိုအပ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ ခရစ်ယာန် အသင်းတော် များသည် ယုံကြည်ခြင်း အနှစ်သာရကို ပုံစံမျိုးစုံနှင့် ရှင်းပြကြပါသည်။ အားလုံး သဘော တူညီမည့် ရှင်းပြချက်များ ရရှိအောင် စောင့်ရန်မလိုအပ်ဘဲ တူညီသည့် ယုံကြည်မှု အနှစ်သာရကို အခြေခံပြီး အတူနေထိုင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ ယုံကြည်ခြင်း အနှစ်သာရ (သခင်ခရစ်တော်) သည် ချစ်ခြင်း မေတ္တာနှင့် မိမိကိုယ်ကို ပေးဆပ်ခြင်း များအပေါ်တွင် အခြေခံတည်ဆောက်ထားပါသည် (Father Matta el-Meskine, 1919-2006)။”
- ခရစ်ယာန်များ စည်းလုံးလာစေရန် ပထမခြေလှမ်းအနေနှင့် အခြား သူများ၏ အရည်အချင်း စွမ်းရည်များအတွက် ဘုရားသခင်ကို ကျေးဇူးတင်ကြပါစို့။ ပုပ်ရဟန်းမင်းကြီး ဖရန်စစ်မှ ဆွီဒင်နိုင်ငံရှိ လု(ဒ်) မြို့တွင် ကျင်းပသည့် ပြုပြင်ပြောင်းလဲခြင်း (မာတင်လုသာ မိခင်အသင်းတော်မှ ခွဲထွက်ခြင်း) နှစ် ၅၀ ပြည့် ဂျူဗလီ ပွဲတွင် မိန့်ကြားသည်မှာ “အသင်းတော်အတွင်းသို့ စီးဆင်းနေသော ကျေးဇူးတော်များကို သန့်ရှင်းသောဂိုဏ်းတော်ဘုရားက အသင်းတော်အတွင်းပြုပြင်ပြောင်းလဲခြင်းအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့အား ဝမ်းမြောက်ပျော်ရွှင်မှုနှင့်အတူ သိမြင်နားလည်စေပါသည်။” ဤဥပမာမှ ခွန်အားယူပြီး ကျွန်ုပ်တို့တွင် မရှိသည့် ဘုရားသခင်က အခြားသူများကို ပေးအပ်ထားသည့် တန်ဖိုးစွမ်းရည်များအား အသိအမှတ်ပြု လက်ခံပေးကြပါစို့။ မည်မျှပင်ခက်ခဲစေကာမူ ကျွန်ုပ်တို့၏ မတူညီမှုများကို ကြွယ်ဝချမ်းသာမှုတစ်ခုအဖြစ် ကြိုးစားလက်ခံနိုင်မည်လော။ အခြားသူများ၏ အရည်အချင်း စွမ်းရည်များအပေါ် ကျွန်ုပ်တို့ ပျော်ရွှင် ဝမ်းမြောက်မှု ရှာဖွေနိုင်မည်လော။

**၂၀၁၈ ခုနှစ်အတွက် လျှောက်လှမ်းကြမည့် ခရီးစဉ်**  
**၂၀၁၈ တေဇေ**

**တစ်နှစ်ပတ်လုံးရှိ အပတ်တိုင်းအတွက်**  
**တနင်္ဂနွေနေ့မှ စတင်ပြီး တစ်ပတ်စီပြုလုပ်မည့် ဆုတောင်းစည်းဝေးမှုများ။**

နိုင်ငံတကာ လူငယ် အစည်းအဝေး ၊ ယုံကြည်ခြင်း အသက်စမ်းရေး သို့ ချဉ်းကပ်ခြင်း၊ လူမှုအဖွဲ့အစည်း ထဲမှ အားအနည်းဆုံးသူများ၏ ဒုက္ခ ငိုကြွေးသံများကို နားထောင်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများ ရှာဖွေခြင်းနှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ အသက်တာဖြင့် တုန့်ပြန်ခြင်း၊ အနီးအဝေးတွင်ရှိသော လူများ၏ ဒုက္ခဆင်းရဲခြင်းနှင့် ဝမ်းမြောက်ပျော်ရွှင်ခြင်းကို မျှဝေနိုင်မည့် အကောင်းဆုံး နည်းလမ်းများ ရှာဖွေခြင်း။

**စနေနေ့နှင့် တနင်္ဂနွေတွင် ခရစ်ယာန်နှင့် မွတ်ဆလင်လူငယ်များ အကြား မိတ်သဟာရဖွဲ့ခြင်း။**  
*ဇူလိုင် ၅ ရက် (ကြာသာပတေးနေ့) မှ ၈ ရက် (တနင်္ဂနွေနေ့) အထိ*

ဤရက်တို မိတ်သဟာရဖွဲ့ခြင်း တွင် ဘာသာနှစ်ခုစလုံးက လူငယ်များမှ ဘုရားသခင်နှင့် ပေါင်းစပ်ခြင်း၊ ဆုတောင်းသည့်နည်းလမ်းများနှင့် ခရစ်ယာန်၊ မွတ်ဆလင် နှစ်ခုအကြား တစ်လုံးတစ်ဝတည်းဖြစ်စေမည့်အရာနှင့် ကွဲပြားစေမည့်အရာများကို ဖော်ပြနိုင်မည့် စကားလုံးများကို ရှာဖွေ၊ ဝေငှခြင်းအစီအစဉ်များကို ပြုလုပ်သွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

**အသက် ၁၈နှစ် နှင့် ၃၅ နှစ် ရှိသော သူများအတွက် ပြန်လည် သုံးသတ်ခြင်း အပတ်။**  
*ဩဂုတ်လ ၁၉ ရက်(တနင်္ဂနွေနေ့) မှ ၂၆ ရက် (တနင်္ဂနွေနေ့) အထိ*

အတူတကွဆုတောင်းခြင်းနှင့် ကျမ်းစာတော်များ ဝေမျှခြင်းများ ပြုလုပ်မည်။ ထောက်ရှုဆင်ခြင်ရန်အကြံပြုချက် (၁) မှ **"နက်ရှိုင်းသည့် ပျော်ရွှင်ခြင်း အသက်စမ်းရေး ထဲသို့ ဝင်ရောက်ပါ"** အကြောင်းကို အဖွဲ့လိုက် ပြန်လည် သုံးသပ်ကြပါမည်။ ဥရောပနှင့် အခြားဒေသမှ အဖွဲ့ခေါင်းဆောင်များနှင့်အတူ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးခြင်းနှင့် မျက်နှာဆုံညီ ဆွေးနွေးခြင်းများ ရှိပါမည်။ ဖျော်ဖြေရေးအစီအစဉ်များ လည်းပါဝင်သည်။

**ဟောင်ကောင် ၂၀၁၈**

အာရှတိုက်တွင် ပြုလုပ်သော ခုနှစ်ကြိမ်မြောက် နိုင်ငံတကာ လူငယ်အစည်းအဝေးကို ဟောင်ကောင်တွင် ဩဂုတ်လ ၈ ရက် (ဗုဒ္ဓဟူးနေ့) မှ ၁၂ ရက် (တနင်္ဂနွေနေ့) အထိ ကျင်းပပြုလုပ်သွားမည် ဖြစ်ပါသည်။ ဤယုံကြည်မှု ခရီးစဉ် အစီအစဉ်မှ အာရှဒေသရှိ လူငယ်များကို အတူတကွ စည်းရုံးလာရောက်စေမည် ဖြစ်ပါသည်။ ဟောင်ကောင်မြို့ရှိ ခရစ်ယာန်အသင်းတော် အသီးသီးမှလည်း ကြိုဆိုမည်ဖြစ်သည်။ အခြားတိုက်မှ လူငယ်များကိုလည်း နွေးထွေးစွာ ဖိတ်ခေါ်ပါသည်။

**၂၀၁၈- ၂၀၁၉ ဥရောပ အစည်း အဝေး**

ဘာဆဲလ်မြို့၌ ဒီဇင်ဘာလ ၃၀ ရက်နေ့ ညနေခင်းအချိန်တွင် ၄၁ ကြိမ်မြောက် ဥရောပ ခရစ်ယာန်လူငယ်များ အစည်းအဝေး (၂၀၁၈ ခုနှစ် ဒီဇင်ဘာလ ၂၈ရက် သောကြာနေ့မှ ၂၀၁၉ ဇန်နဝါရီလ ၁ ရက် အင်္ဂါနေ့ အထိ) ကျင်းပပြုလုပ်မည့် အိမ်ရှင် မြို့နာမည်ကို ကိုရင်အဲလဂ်စ် ကကြေငြာမည် ဖြစ်သည်။