

លីវអាហ្សាណា



តើយើងស្វែងរកអំណរ និងសុភមង្គល
តាមរបៀបណា ?

ដែលនឹងបែងណាពន្យល់ពីប្រភពនៃអំណរ
ទំព័រ ១៨

ការទទួលយកអំណោយបួនយ៉ាងពី
ព្រះអង្គសង្គ្រោះ ទំព័រ ៦

យុទ្ធសាស្ត្រប្រាំបួនយ៉ាងរបស់មនុស្សរីករាយ
ទំព័រ ២៤

របៀបដែលយើងទាំងអស់គ្នាអាចបំផុសគំនិត
និងលើកទឹកចិត្តកុមារ និងយុវវ័យ ទំព័រ ៣៦

សាសនាចក្រ
នៅទីនេះ

ទីក្រុងបាងកក ប្រទេសថៃ





នេះគឺជាសេចក្តីពិតមួយចំនួនអំពីសាសនាព្រះនៅក្នុងប្រទេសថៃ ៖



ព្រះវិហារបេសិទ្ធភ័យកំពុង
សាងសង់នៅក្នុងទីក្រុង
បាងកក



សមាជិកសាសនាព្រះ

២២,១០០

៤១



ក្រុមជំនុំ

បេសកកម្ម

១



៧៤



ភាសា និងការសន្ទនាដែល
និយាយនៅប្រទេសថៃ

តួអក្សរត្រូវប្រើដើម្បី
សរសេរឈ្មោះផ្លូវការរបស់
ទីក្រុងបាងកក ពេល
សរសេរជាភាសាថៃ ។



១៦៨

ឆ្នាំ ១៨៥៤

ពួកអ្នកផ្សព្វផ្សាយសាសនាដំបូងគេត្រូវបានបញ្ជូន
ទៅប្រទេសថៃ (កាលនោះគេស្គាល់ថាជាពួក
សៀម) ។

ឆ្នាំ ១៩២២

មណ្ឌលនៅប្រទេសថៃត្រូវបានរៀបចំឡើង ប្រធាន
ហ្វារដិន ប៊ី ហ៊ុនគី បានឧទ្ទិសឆ្លងប្រទេសនោះសម្រាប់
កិច្ចការផ្សព្វផ្សាយសាសនា អ្នកប្រែចិត្តជឿជនជាតិថៃ
ដំបូងគេបានទទួលពិធីបុណ្យជ្រមុជទឹក ។

ឆ្នាំ ១៩៩៥

ស្តេកបាងកកបានបង្កើតឡើង ។

ឆ្នាំ ២០១៨

ប្រធាន វិសុល អិម ណិលសុន បានធ្វើទស្សនកិច្ចនៅ
ទីក្រុងបាងកក ។

ឆ្នាំ ២០១៩

ការបើកសម្ពោធការសាងសង់ព្រះវិហារបាងកក
ប្រទេសថៃនៅថ្ងៃទី ១៦ ខែ មករា ។

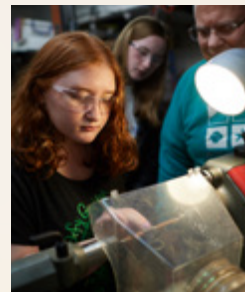




អំណោយបួនយ៉ាងមកពី
ព្រះអង្គសង្គ្រោះ
ដោយប្រធាន ស៊ែល អិម
ណូលសុន
៦



អ្វីដែល ជាច្រើននិទានអំពី
បុណ្យត្រីសូម៉ាសបង្រៀន
យើងអំពីការងារបម្រើ
១២



ការផ្តល់ការងារបម្រើដល់
កុមារ និងយុវវ័យ
ដោយ ប្រីតានី ប៊ីធី
៣៦

តើយើងស្វែងរកអំណរ និង សុភមង្គលតាមរបៀបណា ?

ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ ៖
ប្រភពនៃអំណរដ៏យូរអង្វែង
ដោយអែលឌើរ ដេវីឌ អេ បែដណា
១៨

សម្រាប់ខ្ញុំ និងមនុស្សដទៃជាច្រើនទៀត មានពេលខ្លះបានដាក់បន្ថែមនូវភាពសំបុកមួយចំនួន ពេលនិយាយអំពីអារម្មណ៍អំណរ ឬភាពរីករាយ—ទោះបី
បន្ទាប់ពីជ្រើសរើសរស់នៅដោយសុចរិតក្តី ។ ខ្ញុំធ្លាប់ឆ្ងល់ថា « ប្រសិនបើខ្ញុំគោរពបទបញ្ញត្តិ ហេតុអ្វីខ្ញុំពិបាកនឹងមានអារម្មណ៍រីករាយបែបនេះ ? »
កត្តាជាច្រើនអាចបង្កឱ្យអារម្មណ៍សុភមង្គល ឬសុខុមាលភាពរបស់យើង ដូចជាការបាត់បង់ការងារ មនុស្សជាទីស្រឡាញ់ទទួលមរណភាព ឬការរំខាន
ដល់សុខភាពផ្លូវកាយ និង/ឬផ្លូវចិត្តក្តី ។ ប៉ុន្តែខ្ញុំបានជឿថា មិនថាអ្នកជួបបទពិសោធន៍ពិបាកបែបណាទេ ស្ថានភាពរបស់អ្នកនឹងបានប្រសើរឡើង ! នៅក្នុង
អត្ថបទរបស់ខ្ញុំដែលមានចំណងជើងថា « ការប្រមាញ់រកសុភមង្គល » នៅទំព័រទី ២៤ នោះខ្ញុំចែកចាយទស្សនវិស័យដ៏ណឹងល្អអមជាមួយនឹងការស្រាវជ្រាវ
វិទ្យាសាស្ត្រ ជាមួយគោលដៅនៃការតាមរកសុភមង្គល ជាពិសេសពេលមានអារម្មណ៍ថា មិនអាច
ឈោងចាប់បាន ។

អត្ថបទរបស់អែលឌើរ ដេវីឌ អេ បែដណា នៅទំព័រទី ១៨ ដែលមានចំណងជើងថា
« ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ ៖ ប្រភពនៃអំណរដ៏យូរអង្វែង » បង្រៀនយើងអំពីសេចក្តីពិត និងអំណរយូរ
អង្វែង ។ អត្ថបទរបស់លោកពោរពេញដោយការយល់ដឹងខាងព្រះគម្ពីរ និងដោយការព្យាករ
អត្ថបទរបស់លោកពោរពេញដោយការណែនាំចាំបាច់ ដែលមានសារៈសំខាន់ចំពោះសុខុមាលភាព
អស់កល្បជាតិរបស់យើង ព្រមទាំងស្វែងរកអំណរអំឡុងពេលក្នុងជីវិតរមែងស្លាប់ ។
ខគម្ពីរចែកថា « លោកអ័ដាមបានធ្លាក់ខ្លួន ដើម្បីឲ្យមានមនុស្សលោក ហើយមានមនុស្ស
លោក ដើម្បីឲ្យគេអាចមានសេចក្តីអំណរ » (និវិទ្យាទី ២:២៥) ។ ក្រោយភ្លៀងមេឃ
ស្រឡះ ។

ដេវីឌ ឌីកសុន
ទស្សនាវដ្តីសាសនាបក្ស

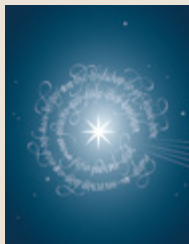


មាតិកា

- ៥ មនុស្សជាច្រើនដែលមានសុភមង្គល ថ្ងៃ
តើអ្វីដែលធ្វើឲ្យជីវិតរីករាយ ?
- ៦ អំណោយបួនយ៉ាងមកពីព្រះអង្គសង្គ្រោះ ថ្ងៃ
ដោយប្រធាន វិស្វល អិម ណិលសុន
ការទទួលបានអំណោយដែលព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទបានប្រទានឲ្យនឹងជួយយើងឲ្យកាន់តែក្លាយដូចទ្រង់ ។
- ៨ តន្ត្រី
តើបុត្រតូចជានរណា ?
ដោយ វិណ្ឌាម ស៊ី ឱក
- ១២ គោលការណ៍នៃការងារបម្រើ
អ្វីដែល ជារឿងនិទានអំពីបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់បង្រៀនយើងអំពីការងារបម្រើ
ចាំមើលថា តើអ្នកអាចធ្វើតាមគំរូនៃអស់អ្នកដែលស្រឡាញ់ព្រះអង្គសង្គ្រោះនៅពេលទ្រង់ប្រសូតយ៉ាងដូចម្តេច ។
- ១៦ ការបង្ហាញអំពីសេចក្តីជំនឿ
ហ្វាទូ ហ្គាមេនហ្គា—ខេត្តកាតខាងត្បូង ប្រទេស សៀរ៉ាឡេអូន ថ្ងៃ
ហ្វាទូបានប្រើការអប់រំ និងកម្មវិធីភាពខ្លួនទីពឹងខ្លួនរបស់សាសនាចក្រ ដើម្បីផ្លាស់ប្តូរជីវិតរបស់គាត់ ។ ទីបន្ទាល់របស់
គាត់បានផ្តល់ទំនុកចិត្តដល់គាត់ ។
- ១៨ ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ ៖ ប្រភពនៃអំណរដ៏យូរអង្វែង
ដោយ អែលឌើរ ដាវីឌ អេ បែដណា
តើអ្វីជាអំណរ ហើយតើយើងអាចទទួលបានវាតាមរបៀបណា ?
- ២៤ ការប្រមាញ់រកសុភមង្គល
ដោយ ដេវីឌ ឌីកសុន
យុទ្ធសាស្ត្រប្រាំបួនយ៉ាងដើម្បីជួយអ្នកឲ្យរស់នៅក្នុងជីវិតដែលកាន់តែសប្បាយទោះបីក្នុងគ្រានៃការសាកល្បងក្តី ។
- ៣២ សំឡេងពួកបរិសុទ្ធថ្ងៃចុងក្រោយ ថ្ងៃ
សេចក្តីស្រឡាញ់បានផ្តល់ជូនដល់វត្តបាក់បែក ការផ្តល់អំណោយអស់កល្បជានិច្ចដល់ម្ចាស់របស់គាត់ ភាពងាយស្រួលវិធី
ដើម្បីមានអំណរគុណ ការបម្រើស្វាហាប់ដល់ចិត្តរបស់គាត់ ។
- ៣៦ ការផ្តល់ការងារបម្រើដល់កុមារ និងយុវវ័យ
ដោយ ប្រីតានី ប៊ីដី
នេះជារបៀបដែលអ្នកអាចគាំទ្រ និងលើកទឹកចិត្តពួកយុវវ័យ និងកុមារនៅជុំវិញអ្នកឲ្យបំពេញសក្តានុពលរបស់ពួកគេ ។
- ៤០ ការបង្រៀនយុវវ័យ និងកុមារតូចៗ
ការយល់ដឹងពីអ្វីដែលត្រូវធ្វើអំឡុងពេលនៃការផ្លាស់ប្តូរ ថ្ងៃ
នេះជាកិច្ចការប្រាំពីរយ៉ាងដែលអ្នកអាចធ្វើដើម្បីជួយកូនៗរបស់អ្នកឆ្លងកាត់ការផ្លាស់ប្តូរសំខាន់ៗក្នុងជីវិតពួកគេ ។

ថ្ងៃ អំណានខ្លីៗ

នៅលើក្របមុខ
រចនាប្រភេទដោយ
គីយ៉ាហ៍ វ៉ា



វគ្គ

យុវមជ្ឈឹមវ័យ

៤២

មនុស្សគ្រប់គ្នាមានអារម្មណ៍ឯកោ ប៉ុន្តែព្រះអាច
ប្រទានកម្លាំងឲ្យយើងបន្តទៅមុខបាន ។ នៅក្នុង
វគ្គនេះ ពួកយុវមជ្ឈឹមវ័យ
ចែកចាយរបៀបដែល
ពួកគេដោះស្រាយ
ភាពឯកោ រួមទាំង របៀប
រាប់អានមិត្តភក្តិថ្មី ។



យុវវ័យ

៥១

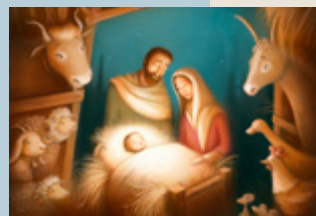
បងប្អូនប្រុស រីកចម្រើនជាមួយគ្នា នៅក្នុង
បញ្ញត្តិភាព យុវវ័យមកពីជុំវិញពិភពលោក
ចែកចាយ របៀបដែលពួកគេសាទរ
ដល់បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ ព្រះអម្ចាស់
រំពឹងចង់បានសេចក្តីស្រឡាញ់ ពុំមែន
ការចំអកឡកឡើយទេ ការដើរលេងជាគូ
កំបាំងមុខមួយនាំយុវជនម្នាក់មកកាន់
ដំណឹងល្អ និង របៀបជ្រើសរើសទៅ
បម្រើបេសកកម្ម ។



កុមារ

ប្រិយមិត្ត

ទៅកន្លែងនានា ដែលព្រះយេស៊ូវបានយាងទៅ ។
អានអំពីសមាជិកសាសនាចក្រនៅក្នុងប្រទេស
កូឡុប៊ី ។ សាទរដល់
ការប្រសូតរបស់ព្រះយេស៊ូវ
ពន្លឺនៃពិភពលោក ។



អត្ថបទមានតែឌីជីថលប៉ុណ្ណោះសម្រាប់ខែធ្នូ



ចំណុចគន្លឹះ ៥ យ៉ាង ដើម្បីរីករាយនឹងបុណ្យត្រីស្នមមាស់
ពេលអ្នកនៅឆ្ងាយពីផ្ទះ

ដោយ អាឡិចសាន់ដ្រា ផាលមើរ

នេះជារបៀបដែលអ្នកអាចទទួលបានអារម្មណ៍ថាដូចនៅផ្ទះ
ពេលអ្នកនៅឆ្ងាយពីផ្ទះ ។



ការខ្វះអុកស៊ីហ្សែនខាងវិញ្ញាណ
និងសារៈសំខាន់នៃមិត្តល្អ

ដោយ ប៊ែលឡា ហាវី

យុវមជ្ឈិមវ័យម្នាក់មកពីប្រទេសអូស្ត្រាលីចែកចាយ
ការយល់ដឹងស្តីពីគុណតម្លៃនៃមិត្តភាព



សមាជិកចែកចាយពរជ័យមកពីសៀវភៅចូរមកតាមខ្ញុំ ។

ដោយ ឆាខែល វ្យងលេញ

អានពីរបៀបដែលការសិក្សាព្រះគម្ពីរសញ្ញាថ្មីបានជះឥទ្ធិពលដល់ជីវិតសមាជិកនាឆ្នាំនេះ !

ខែ ធ្នូ ឆ្នាំ ២០១៩ រំល ១៨ លេខ ៦
លីអាហ្សណា ១៨៦១២ ២៥៨

សង្ឃនាវដ្តីជាអន្តរជាតិរបស់សាសនាចក្រនៃ
ព្រះយេស៊ូគ្រីស្ទនៃពួកបរិសុទ្ធច្បែរក្រោយ
គណៈប្រធានទីមួយ ៖ ស៊ែរុល អិម
ណិលសុន, ដាល្លិន អេក អូក, ហិនរី ប៊ី
អារីដ

ក្បួនមន្ត្រកសាវត្ថមបំពេញនាគ ៖ អម ស្វែល
បាឡីដ, ដៃប្រាំ អេ ហុឡិន, ខៀវខៀវ អេហុ
អុដដូហុ, ដើរខ្លី អេ បែដណា, ប្រើមិន
អិល យុក, ខ្លី ថត ត្រីសូហ្វីសិន, នែល អិល
អាន់តើរសិន, ប្រែល អេ វ៉ាសបាន, ប្រាំពី
អ៊ី ស្ទីវ៉ិនសុន, ខេល ជី អនឡាន់, ដើរតិ
ដបុលយូ ហ្គាង, អូលីសេស សូរ៉េស
អ្នកនិពន្ធ ៖ កង់ឌី ឌី ហ្គាង

អ្នកប្រឹក្សា ៖ ប៉ែកយី ក្រេវិន, ត្រីស្ទីណា ប៊ី
ប្រាន់តូ, ស្វាន់រ៉ុន អេឌីប៊ង, វ៉ៃតធីរ អេហ្វ
ហ្គុនស្ការឡេ, ឡាវី អេស ខាច់ឆើរ, អេជ្រៀន
អូឆោ, វ៉ែន កី ស្ទេនហ្វីល

តាយកគ្រប់គ្រង ៖ វ៉ៃតាដ អាយ ហ៊ីតុន

នាយកទស្សនាវដ្តីសាសនាចក្រ ៖
អាសែន អ័រ ឡុយបិហ្គ

អ្នកចាត់ការពាណិជ្ជកម្ម : ហ្គាស ខាណាន់
និពន្ធនាយកគ្រប់គ្រង : អ៊ីដាម ស៊ី អូសុន
ជំនួយការនិពន្ធនាយកគ្រប់គ្រង :
ក្លែយអិន ខា

ជំនួយការបោះពុម្ពផ្សាយ : កាមីឡា
ខាស្ត្រីលលុន

សិព្វ និង បោះពុម្ព ៖ ម៉ាស៊ីន ខែនឺស,
ដេវីឌ ឌីកស្កុន, ដេវីឌ អេ អ៊ែតអ៊ែត, ម៉ាឡូ
ឌី ហ្វ្រីត្វ, ហ្គាវែត អេប ហ្គាហ្វ, អ៊ឺរីន ចន
ស្កុន, ចន វ៉ាយអ៊ិន ជិនសិន, ឆាលឡុត
ឡាកាបាល់, ម៉ៃយល អេ ម៉ឺរីស, អ៊ីក ប៊ី
ម៉ដ្ឋុក, ឃ្លូសេ ដេ ក៊ីឌី, ចាន ក៏នបុកាហ្វ, វិឆាត
អិម មែនី, មិនឌី សេស្ក, ឡូរី ហ្គាលើរ សូសា,
ឆាកខែល វ៉ែឡេ, ម៉ាស៊ីន ខែនឺស

នាយកគ្រប់គ្រងផ្នែកសិល្បៈ ៖ ជេ ស្កត
នឌីសិន

តាយកផ្នែកសិល្បៈ ៖ ថៃជី អាំ កី ធ្វើសុន
រេតាប្លង់ ៖ ជិនិត អាន់ទ្រូ, ហ្វេ កី អាន់ត្រូស,
មែនឌី បិនធី, ស៊ី យឹមប៊ីល បុត, ថូម៉ាស

បាទ, ចូស្នាំ ជេននីស ដេវីឌ ហ្គ្រីន, ខុលីន
ហ៊ីងគ្លី, អេក កី ចនសិន, ស៊ុសាន ឡូហ្គីន,
ស្តេ អិប ម៉ុយ, អ៊ីមីលី ផ្លេក្យូ ម៉ែងតុន, ម៉ាក
ដំបុលយូ រ៉ូប៊ីសុន, យេ នីកូល កែយិនហុស
អ្នកសម្របសម្រួលកម្មសិទ្ធិបញ្ញា ៖ ខូលែត
នៃបេឃើ អាននី

អ្នកគ្រប់គ្រងផ្នែកផលិតកម្ម : ជេន អាន
កិធីសី

ផលិតកម្ម ៖ អ៊ីកា ហ្គ្លូន អាឡេ, ផូលី ប៊ីផេត,
 ថូម៉ាស ជី ខ្រូនីស, ប្រាយអែន ដ័បុលយូ ហ្សឺដី,
 ជីននី រេ នីលសុន, ម៉ារីសា អិម ស្ទីព
មុនការបោះពុម្ព ៖ យ៉ូសេ ដែននីស, អាំមុន
 ហារីស

នាយកផ្នែកបោះពុម្ព ៖ ស្មៅនៃ ជី លេវីស
នាយកចែកចាយ ៖ ត្រយ អ័រ ប៉ាឃើរ

សូមផ្ញើអត្ថបទ និង សំណួរនានា តាម អ៊ីនធឺណែតនៅគេហទំព័រ liahona@ldschurch.org តាមអ៊ីម៉ែលទៅកាន់ liahona@ldschurch.org ឬ តាមសំបុត្រទៅកាន់ [Liahona, flr.23, 50 E. North Temple](mailto:liahona@ldschurch.org)

St., Salt Lake City, UT 84150-0023,
USA ¶

លើអាណា (ពាក្យព្រះគ្រូឥឡូវមេមនមាន
ន័យថា « ត្រីវិស័យ » ឬ « ត្រីភាស្ត្រ ») ត្រូវ
បានរៀនពុទ្ធជាភាសា អាល់បានី, អាមនី,
ប៊ីណាឡេ, ប៊ីលហ្គារី, ខ្មែរ, ប៊ីហ្គីណា,
ចិន, ចិន (សាហ្វា) , ក្រូអាត, តៃក,
ដាណាម៉ាក, ហ្គឡង់, អង់គ្លេស, អេស្ប៉ា,
ហ្វីនី, ហ្វាំងឡង់, បារាំង, អាល្លឺម៉ង់, ក្រិច,
ហ្វារូ, អ៊ីស្ប៉ា, កូរ៉េ, កាណាដា, អ៊ីតាលី,
ជប៉ុន, ឆីលី, ចិន, កូរ៉េ, ឡាត់វីយ៉ា, ឡូឌូយអានី,
ម៉ាឡាយស៊ី, ម៉ាស៊ីន, ម៉ូណ៉ាហ្គោ, នរវ៉េ,
ប៉ូឡូញ, ព័រទុយហ្គាល, រ៉ូម៉ានី, ស្រៀ, សាមី,
ស្តូវីនី, អេស្ប៉ាញ, ស្លាវ៉ូលី, ស្វីយ៉ែអេ,
ហ្វាណាឡា, តាហ្វីនី, ថៃ, ប៊ុយហ្គារី, អ៊ុយក្រែន,
អ៊ីស្ប៉ា ថ្មី រ៉ូម៉ានីយ៉ា (ការចេញផ្សាយ
ពីកំណាបនាផ្សេងៗគ្នាថាតាមការ) ។

© 2019 by Intellectual Reserve, Inc.
All rights reserved. បោះពុម្ពនៅសហរដ្ឋ
អាមេរិក ។

For Readers in the United States and
Canada: December 2019 Vol. 18 No. 6.

ស្វែងរកបន្ថែមទៀត

នៅក្នុងកម្មវិធី បណ្តាស់យដ៍ដ៏ល្អ និងនៅគេហទំព័រ
liahona.ChurchofJesusChrist.org អ្នកអាច ៖

- ផ្លែឆៃត្រព្យាបាលចេញផ្សាយបច្ចុប្បន្ន ។
- មើលមាតិកាមានតែឌីជីថលប៉ុណ្ណោះ ។
- ផ្លែឆៃត្រព្យាបាលចេញផ្សាយមុនៗ ។
- ដាក់បញ្ចូលរឿង និងមតិកែលម្អរបស់អ្នក ។
- ជាវ ឬដាក់ដើម្បីផ្តល់ជាអំណោយ ។
- ពង្រីកការសិក្សាជាមួយឧបករណ៍ឌីជីថល ។
- ចែកចាយអត្ថបទ និងវីដេអូដែលចូលចិត្ត ។
- ទាញយក ឬបោះពុម្ពអត្ថបទ ។
- ស្តាប់អត្ថបទដែលអ្នកចូលចិត្ត ។

ទំនាក់ទំនងមកកាន់យើងខ្ញុំ

សូមអ៊ីម៉ែលសំណួរ និងមតិកែលម្អរបស់អ្នកទៅកាន់
 liahona@ChurchofJesusChrist.org ។

សូមដាក់បញ្ចូលរឿងដែលបំផុសឲ្យមានសេចក្តីជំនឿទាំងឡាយរបស់អ្នក
នៅតេហាទំព័រ liahona.ChurchofJesusChrist.org ឬផ្ញើ
សំបុត្រទៅកាន់ ៖

Liahona, floor 23

50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

LIAHONA (USPS 311-480) Cambodian
(ISSN 1538-4535) is published six
times a year (January, April, June,
July, October, and December) by The
Church of Jesus Christ of Latter-day
Saints, 50 E. North Temple St., Salt Lake
City, UT 84150. USA subscription price
is \$5.00 per year; Canada, \$6.50 plus
applicable taxes. Periodicals Postage
Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days'
notice required for change of address.
Include address label from a recent
issue; old and new address must be
included. Send USA and Canadian
subscriptions to Salt Lake Distribution
Center at address below. Subscription
help line: 1-800-537-5971. Credit card
orders (American Express, Discover,
MasterCard, Visa) may be taken by
phone or at store.lds.org. (Canada Post
Information: Publication Agreement
#40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2). **NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES:** Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.



មនុស្សជាច្រើនដែលមានសុភមង្គល

នេះ

ជាយោបល់
មួយចំនួន
ស្តីពីកត្តា
ដែលធ្វើឲ្យ

មានជីវិតរីករាយ ។ នៅ ទំព័រ ២៤ យើង
ពិនិត្យមើលប្រធានបទនេះឲ្យកាន់តែ
ស៊ីជម្រៅ រួមមានទាំងយុទ្ធសាស្ត្រចំនួន
ប្រាំបួនដើម្បីកាន់តែរីករាយ ។

« នៅក្នុងភូមិធានារបស់ជនជាតិ
អាហ្វ្រិក គេនឹងសួរគ្នាពេលស្លាតមន់គ្នាថា
< តើយើងសុខសប្បាយទេ ? >
ការយល់ដឹងនេះឃើញថា សមិទ្ធិផល
ឬសុភមង្គលរបស់បុគ្គលផ្សេងទៀតគឺ
នៅក្នុងរបៀបដ៏ពិតប្រាកដនៃសុភមង្គល
ផ្ទាល់របស់យើង » ។

ដេសម៉ុន ឌុច ប្រធានប្រឹក្សាដែលសម្រាកពីតំណែង
នៅទីក្រុងខេប អាហ្វ្រិកខាងត្បូងនៅក្នុង ១4th Dalai
Lama, Desmond Tutu, *The Book of Joy: Lasting Happiness in a Changing World*
(ឆ្នាំ ២០១៦) ។



« បើគ្មានគំនិតល្អ នោះក៏គ្មាន
ភាពសុខសាន្តដែរ ហើយបើគ្មានភាពសុខសាន្ត

នោះក៏គ្មានសុភមង្គលដែរ » ។

ម៉ាហាម៉ា ហ្គាន់ឌី *The Selected Works of Mahatma Gandhi: The Voice of Truth* (ឆ្នាំ ១៩៦៨) ។

« ពុំមែនសុភមង្គលទេដែល
ធ្វើឲ្យយើងមានអំណរនោះ ។
អំណរគុណទេ ដែល ធ្វើ
ឲ្យយើងរីករាយនោះ » ។

ដេវីឌ ស្ទេល កំសូ បច្ចេកវិទ្យាសាស្ត្រ « តើ
ចង់សប្បាយឬ ? ចូរមានអំណរគុណចុះ »
TEDGlobal 2013 (វីដេអូ) ខែ មិថុនា
ឆ្នាំ ២០១៣ គេហទំព័រ ted.com ។



« ប្រសិនបើអ្នកចង់ឲ្យមនុស្សដទៃរីករាយ
ចូរអនុវត្តសេចក្តីអាណិតអាសូរ ហើយ
ប្រសិនបើអ្នកចង់ឲ្យខ្លួនឯង រីករាយ
ចូរអនុវត្តសេចក្តីអាណិត
អាសូរចុះ » ។

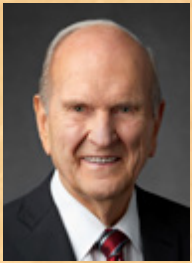
ដាឡៃ ឡាម៉ា នៅក្នុង Dalai Lama and
Howard C. Cutler *The Art of Happiness: A Handbook for Living*
(ឆ្នាំ ២០០៩) ។

« សុភមង្គលគឺជាគោលបំណង
និងការតាក់តែងនៃជីវិត ។ មាន

មនុស្សលោក ដើម្បីឲ្យគេអាចមានសេចក្តីអំណរ ,
(និហ្វេទី ២ ២:២៥) ។ គុណធម៌
ទៀងត្រង់ ស្មោះត្រង់ បរិសុទ្ធភាព
និងការរក្សាបទបញ្ញត្តិរបស់ព្រះ
ដឹកនាំទៅរកជីវិតរីករាយ » ។

ប្រធាន ដេវីឌ អូ មិកយេ *Pathways to Happiness* (ឆ្នាំ ១៩៦៤) ។





ដោយប្រធាន
វិស័យ អ៊ឹម ណិលសុន

អំណោយបួនយ៉ាង

មកពីព្រះអង្គសង្គ្រោះ

បងប្អូនប្រុសស្រីជាទីស្រឡាញ់ នេះគឺជាវដ្តកាលមួយដ៏សំខាន់ខ្លាំងណាស់ ! ចូរយើងពិចារណាជាមួយគ្នាអំពីពរជ័យដែលកើតមានចំពោះយើង ពេលយើងផ្ដោតចិត្តទៅលើព្រះជន្ម បេសកកម្ម គោលលទ្ធិ និងដង្ហាយធួនរបស់ព្រះអម្ចាស់យេស៊ូគ្រីស្ទ ។

នៅក្នុងវដ្តកាលនេះ ខ្ញុំសូមអញ្ជើញបងប្អូនឲ្យពិចារណាពីបំណងប្រាថ្នារបស់បងប្អូនផ្ទាល់ ។ តើបងប្អូនពិតជាចង់ក្លាយកាន់តែដូចជាព្រះយេស៊ូគ្រីស្ទមែនទេ ? តើបងប្អូនពិតជាចង់រស់នៅជាមួយនឹងព្រះវរបិតាស្នូត និងគ្រួសាររបស់បងប្អូនជារៀងរហូត ហើយរស់នៅដូចជាទ្រង់ឬទេ ? ប្រសិនបើដូច្នោះមែន បងប្អូននឹងចង់ទទួលយកអំណោយជាច្រើនដែលព្រះអម្ចាស់បានប្រទានឲ្យ ដើម្បីជួយបងប្អូនក្នុងគ្រាសាកល្បងក្នុងជីវិតរំលោភរបស់បងប្អូន ។ ចូរយើងផ្ដោតលើអំណោយចំនួនបួន ដែលព្រះយេស៊ូគ្រីស្ទបានប្រទានដល់អស់អ្នកដែលនឹងយល់ព្រម ទទួល វា (សូមមើល គោលលទ្ធិ និងសេចក្តីសញ្ញា ៨៨:៣៣) ។

ទីមួយ ទ្រង់បានប្រទានដល់បងប្អូន និងខ្ញុំនូវសមត្ថភាពគ្មានកំណត់ដើម្បីស្រឡាញ់ ។ វារួមបញ្ចូលទាំងសមត្ថភាពដើម្បីស្រឡាញ់មនុស្សដែលមិនគួរឲ្យស្រឡាញ់ និងអស់អ្នកដែល វា ស្រឡាញ់បងប្អូនព្រមទាំងបានបៀតបៀន ហើយចង់គំនុំចំពោះបងប្អូននាពេលបច្ចុប្បន្នផងដែរ (សូមមើល ម៉ាថាយ ៥:៤៤-៤៥) ។

ដោយមានជំនួយរបស់ព្រះអង្គសង្គ្រោះ យើងអាចរៀនស្រឡាញ់ដូចជាទ្រង់ ។ វាប្រហែលជាតម្រូវឲ្យមានការផ្លាស់ប្តូរដូចជាចិត្តមួយ—ពិតណាស់ជាការបន្ទុះចិត្តរបស់យើង—ដូចជាព្រះអង្គសង្គ្រោះបានបង្រៀនពីរបៀបមើលថែគ្នា ដ៏ពិតប្រាកដ ។ បងប្អូនប្រុសស្រីជាទីស្រឡាញ់ យើងអាចផ្តល់ការងារបម្រើយ៉ាងពិតប្រាកដតាមរបៀបព្រះអម្ចាស់ នៅពេលយើងទទួលយកអំណោយនៃសេចក្តីស្រឡាញ់របស់ទ្រង់ ។



អំណោយទីពីរ ដែលព្រះអង្គសង្គ្រោះប្រទានដល់បងប្អូនគឺលទ្ធភាពដើម្បីអភ័យទោស ។ តាមរយៈដង្ហាយធួនដ៏និរន្តរបស់ទ្រង់ បងប្អូនអាចអភ័យទោសដល់មនុស្សដែលធ្វើឲ្យបានបងប្អូនឈឺចាប់ និងមនុស្សដែលប្រហែលជានឹងពុំព្រមទទួលយកការទទួលខុសត្រូវចំពោះភាពឈោរឈៅដែលគេធ្វើមកលើបងប្អូន ។ ព្រះអង្គសង្គ្រោះនឹងប្រទានដល់បងប្អូននូវលទ្ធភាពដើម្បីអភ័យទោសដល់មនុស្សគ្រប់គ្នាដែលធ្វើខុសចំពោះបងប្អូនតាមគ្រប់រូបភាព ។



រចនាប្រភពដោយ ខាត្រីន កីឡេស

អំណោយទីបី មកពីព្រះអង្គសង្គ្រោះគឺ ការប្រើចិត្ត ។ ព្រះអម្ចាស់ អាញេញយើងឲ្យផ្លាស់ប្តូរគំនិត ចំណេះដឹង វិញ្ញាណរបស់យើង សូម្បីតែដង្ហើម របស់យើងទៀតផង ។ ឧទាហរណ៍ នៅពេលយើងប្រើចិត្ត យើងដកដង្ហើម ជាមួយនឹងអំណរគុណចំពោះព្រះ ជាអង្គដែលផ្តល់ដង្ហើមឲ្យយើងជារៀងរាល់ ថ្ងៃ (សូមមើល ម៉ូសាយ ២:២១) ។ ហើយយើងប្រាថ្នាចង់ប្រើដង្ហើមនោះដើម្បី បម្រើទ្រង់ និងបុត្រាបុត្រីរបស់ទ្រង់ ។ ការប្រើចិត្តគឺជាអំណោយមួយដ៏ត្រចះ ត្រចង់ ។ វាគឺជាដំណើរការមួយដែលពុំគួរមានការភ័យខ្លាចឡើយ ។ វាគឺជា អំណោយមួយសម្រាប់យើង ដើម្បីទទួលដោយអំណរ ហើយប្រើ—ថែមទាំងឱប ក្រសោបយក—ជារៀងរាល់ថ្ងៃ នៅពេលយើងខិតខំដើម្បីប្រែក្លាយកាន់តែដូចជា ព្រះអង្គសង្គ្រោះនៃយើង ។

អំណោយទីបួន មកពីព្រះអង្គសង្គ្រោះនៃយើងគឺជាការសន្យាមួយ— ជាការសន្យានៃ ជីវិតជានិរន្តរ៍ ។ មនុស្សគ្រប់គ្នានឹងបានរស់ឡើងវិញ ហើយដក ពិសោធន៍នូវ អមតភាព ។ ប៉ុន្តែជីវិតដ៏នៅអស់កល្បជានិច្ចគឺលើសពីការកំណត់ ពេលវេលាមួយទៅទៀត ។ ជីវិតដ៏នៅអស់កល្បជានិច្ចគឺជាជីវិតមួយដែលព្រះវរបិតា ស្តី និងបុត្រាស្តីភ្ជាប់រស់រាននៅ ។ នៅពេលព្រះវរបិតាប្រទានជីវិតដ៏នៅ អស់កល្បជានិច្ចដល់យើង ទ្រង់កំពុងមានបន្ទូលថា « ប្រសិនបើអ្នកជ្រើសធ្វើតាម ព្រះរាជបុត្រារបស់យើង—ប្រសិនបើ បំណងប្រាថ្នា របស់អ្នក ពិត ជាដើម្បីក្លាយឲ្យ កាន់តែដូចជាទ្រង់មែន—នោះអ្នកត្រូវរស់នៅដូចជាយើង ហើយគ្រប់គ្រងពិភព និង នគរនានាដូចជាយើង » ។

អំណោយដ៏វិសាលវិសាលទាំងបួននេះនឹងនាំយកអំណរដ៏ច្រើនមកឲ្យយើង នៅពេលយើងទទួលយកវា ។ វាអាចកើតឡើងបាន ដោយសារព្រះយេស៊ូវបាន យាងចុះមកផែនដីក្នុងនាមជាព្រះឱសយេស៊ូវ ។ ទ្រង់បានប្រសូតមកពីព្រះវរបិតា ដែលមានជីវិតអមតៈ និងមាតាដែលមានជីវិតមែងស្លាប់ ។ ទ្រង់បានប្រសូតនៅ ភូមិបេឡេមីក្នុងស្ថានភាពដ៏រាបសាបផុត ។ ព្រះយេស៊ូវត្រីសូតគឺជាអំណោយដ៏ ធំធេងរបស់ព្រះ—ជាអំណោយពីព្រះវរបិតាទៅកាន់បុត្រាបុត្រីទាំងអស់របស់ទ្រង់ (សូមមើល យ៉ូហាន ៣:១៦) ។

ដោយគំនិត និងអាម្មណ៍របស់យើងផ្តោតយ៉ាងខ្លាំងទៅលើព្រះអង្គសង្គ្រោះនៃ ពិភពលោក តើ យើង ចាំបាច់ត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះដើម្បីទទួលបានអំណោយទាំងនេះដែល ព្រះយេស៊ូវត្រីសូតបានប្រទានដោយស្មោះដល់យើង ? តើអ្វីទៅគឺជាគន្លឹះដើម្បី ស្រឡាញ់ដូចជាទ្រង់ អភ័យទោសដូចជាទ្រង់ ប្រើចិត្តដូចជាទ្រង់ ប្រែក្លាយកាន់តែ ដូចជាទ្រង់ ហើយនៅទីបំផុតរស់នៅជាមួយនឹងទ្រង់ និងព្រះវរបិតាស្តីនៃយើង ?

គន្លឹះនោះគឺជាការចុះ ហើយគោរពសេចក្តីសញ្ញាដ៏ពិសិដ្ឋទាំងឡាយ ។ យើង ជ្រើសរើស រស់នៅតាម និងរីកចម្រើននៅលើផ្លូវនៃសេចក្តីសញ្ញារបស់ព្រះអម្ចាស់ ហើយបន្តនៅលើផ្លូវនោះ ។ វាពុំមែនជាផ្លូវលំបាកទេ ។ វាគឺជា ផ្លូវ ទៅរកអំណរពិត នៅក្នុងជីវិតនេះ និងជីវិតដ៏នៅអស់កល្បជានិច្ចបន្ទាប់ពីជីវិតនេះ ។

បងប្អូនប្រុសស្រីជាទីស្រឡាញ់ បំណងប្រាថ្នាដ៏ធំបំផុតរបស់ខ្ញុំគឺចង់ឲ្យបុត្រាបុត្រី គ្រប់រូបរបស់ព្រះវរបិតាស្តីមានឱកាសស្តាប់ឮដំណឹងល្អនៃព្រះយេស៊ូវត្រីសូត ហើយ ស្តាប់តាមការបង្រៀនរបស់ទ្រង់ ។ ហើយខ្ញុំប្រាថ្នាថា យើងនឹងជឿ ហើយទទួលយក សេចក្តីស្រឡាញ់ដែលព្រះអង្គសង្គ្រោះមានសម្រាប់យើងម្នាក់ៗ ។ សេចក្តីស្រឡាញ់ ដ៏ល្អឥតខ្ចោះ ហើយគ្មានទីបញ្ចប់របស់ទ្រង់បាននាំទ្រង់ឲ្យធ្វើដង្ហាយធួនសម្រាប់ បងប្អូន និងខ្ញុំ ។ អំណោយនោះ—ដែលជាដង្ហាយធួនរបស់ទ្រង់—អនុញ្ញាតឲ្យរាល់ អំណោយផ្សេងទៀតរបស់ទ្រង់ក្លាយជាបស់ផងយើង ។ ■

ដកស្រង់ចេញពីការប្រជុំធម្មនិដ្ឋានបុណ្យត្រីសូម៉ាស៍របស់គណៈប្រធានទីមួយឆ្នាំ ២០១៩ ។



តើបុត្រតូចជានរណា ?

ទំនុកច្រៀងដោយវិណ្ឌាម ស៊ី ឌឹក

ច្រៀងឆ្លងឆ្លើយ ឬក្រុមចម្រៀងមានពីរផ្នែក

ចម្រៀងបុរាណរបស់អង់គ្លេស
រៀបរៀងដោយ សាលី ឌេហ្វឺរ

ដោយទំនុក $\text{♩} = 80-900$ ធ្វើច្រៀងរួមគ្នា *mp*

១. តើ បុត្រ តូច នេះ គឺ
២. ហេតុ អ្វី ទ្រង់ ផ្ទុះ នៅ

ជា នរណា កំពុង ផ្ទុះ លើ ដៃ ម៉ា កា អង្គ
ទី តូច ទាប ទី រៀប ដាក់ ចំណី ឲ្យ សត្វ? មនុស្ស

ដែល ទេវ តា ច្រៀង បទ សរសើរ កាល អ្នក គ ង្វាល ដើរ
ល្អ ខ្ជប ខ្ជាច ព្រោះ ជន មាន បាប ទ្រង់ ទូល អ ង្វរ ជំ

៩០ *mf*
ចាំ យាម? ទ្រង់ ជា ព្រះ គ្រីស្ទ ជា ស្តេច ដែល
នូស យើង ដែក គោល លំ ពែង ទ ម្ល៉េះ ព្រះ
បុរសច្រៀងរួមគ្នា *mf*

៩០ *mf*

© 1991 by Sally DeFord. All rights reserved.

បទចម្រៀងនេះអាចថតចម្លងប្រើប្រាស់នៅគេហដ្ឋាន ឬសាលាបាន ប៉ុន្តែពុំមែនសម្រាប់ធ្វើអាជីវកម្មទេ ។
សេចក្តីជូនដំណឹងនេះត្រូវបំពេញនៅលើសំណៅថតចម្លងនីមួយៗ ។



9a

អ្នក គ ង្វាល យាម ទេវ តា ច្រៀង ប្រ ញាប់ ច្រៀង
កាយ ទ្រង់ ស ម្រាប់ អ្នក និង ខ្ញុំ ច្រៀង ច្រៀង ដូច

9a

9b

សរ សើរ ទ្រង់ បុត្រ ជំ ឧ គ្មម នៃ ម៉ា - រា
ទ្រង់ យាង មក បុត្រ ជំ ឧ - គ្មម នៃ

9b

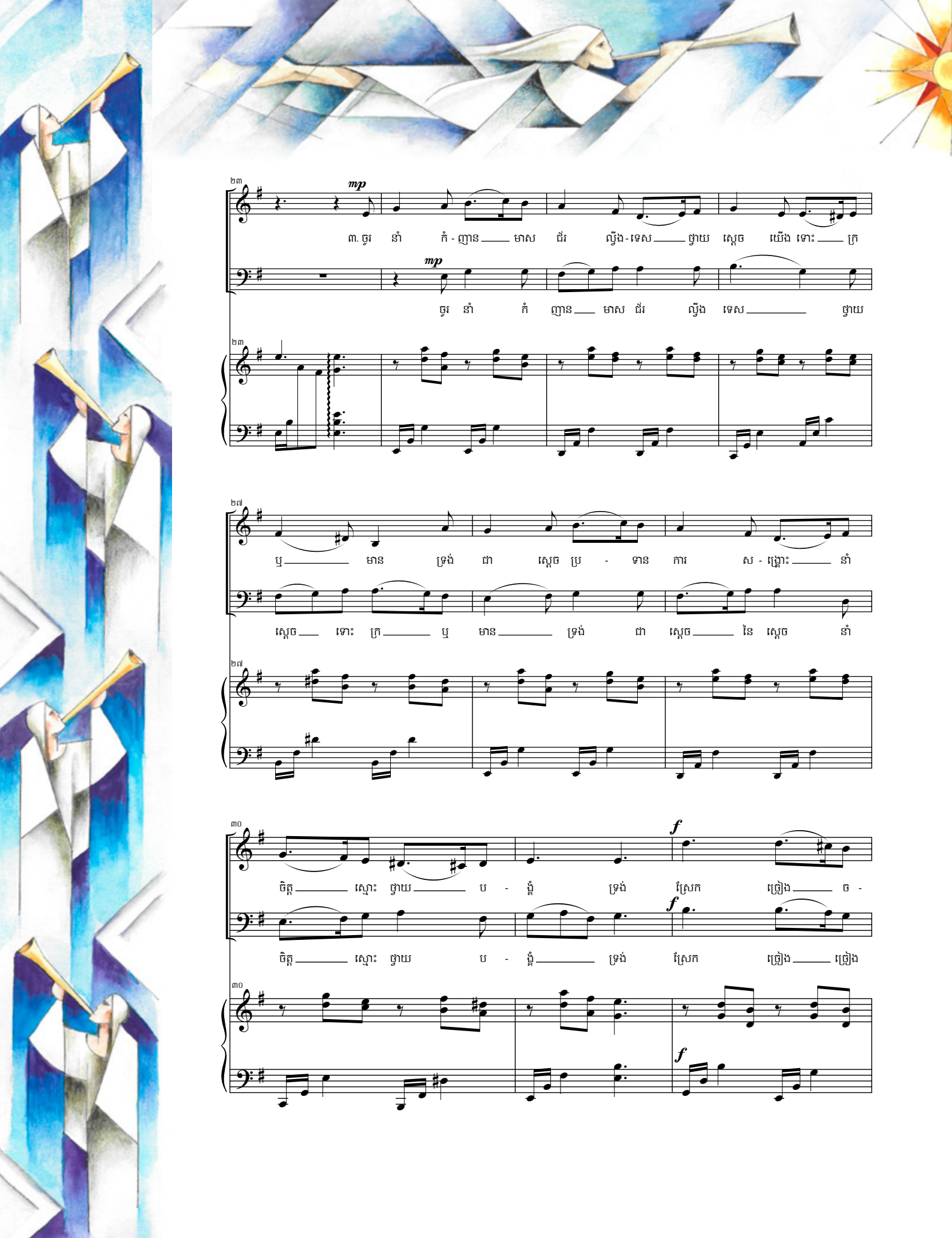
9c

ម៉ា - រា

9d

mp





២៣ *mp*

៣. ចូរ នាំ កំ - ញាន មាស ជីវ ល្វឹង - ទេស ថ្វាយ ស្តេច យើង ទោះ ក្រ

mp

ចូរ នាំ កំ ញាន មាស ជីវ ល្វឹង ទេស ថ្វាយ

២៣

២៧

ឬ មាន ទ្រង់ ជា ស្តេច ប្រ - ទាន ការ ស - ង្គ្រោះ នាំ

ស្តេច ទោះ ក្រ ឬ មាន ទ្រង់ ជា ស្តេច នៃ ស្តេច នាំ

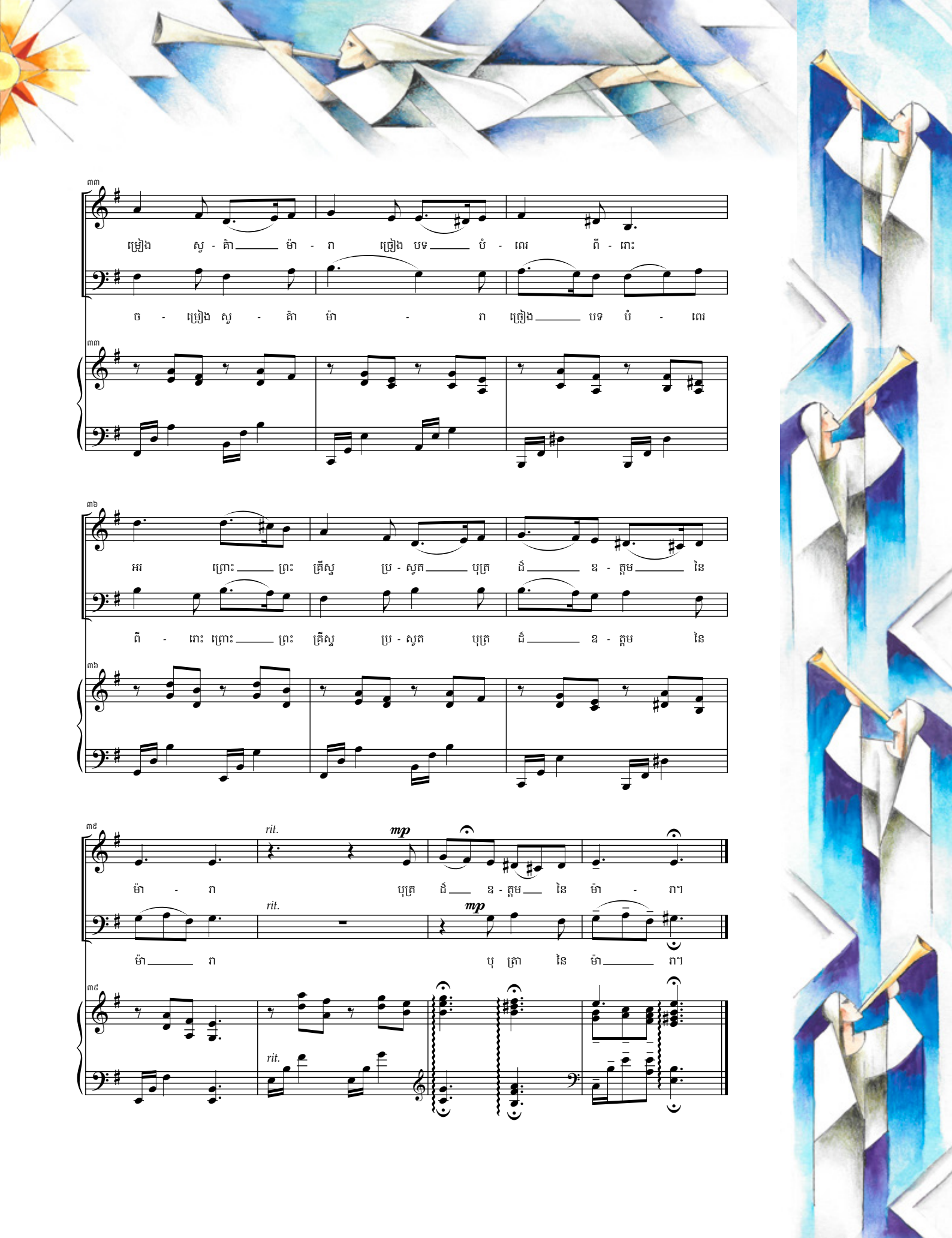
២៧

៣០ *f*

ចិត្ត ស្មោះ ថ្វាយ ប - ង្គំ ទ្រង់ ស្រែក ច្រៀង ច -

ចិត្ត ស្មោះ ថ្វាយ ប - ង្គំ ទ្រង់ ស្រែក ច្រៀង ច្រៀង

៣០ *f*



mm

ស្រៀង សូ - តា ម៉ា - រា ស្រៀង បទ បំ - ពេ ពី - ពោះ

ច - ស្រៀង សូ - តា ម៉ា - រា ស្រៀង បទ បំ - ពេ

ma

អរ ព្រោះ ព្រះ ត្រីសូ ប្រ - សូត បុត្រ ដ៏ ឧ - ត្តម នៃ

ពី - ពោះ ព្រោះ ព្រះ ត្រីសូ ប្រ - សូត បុត្រ ដ៏ ឧ - ត្តម នៃ

md *rit.* *mp*

ម៉ា - រា បុត្រ ដ៏ ឧ - ត្តម នៃ ម៉ា - រា

ម៉ា រា បុត្រ នៃ ម៉ា រា

rit.

គោលការណ៍នៃការងារបម្រើ

អ្វីដែល រឿងអំពីបុណ្យ គ្រីស្ទម៉ាស់ បង្រៀនយើង អំពី ការងារបម្រើ

« នេះគឺជាដូវកាលដ៏គួរឲ្យពេញចិត្តបំផុតនៅក្នុងឆ្នាំ ។ ច្រៀងចម្រៀង ដូវកាលបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់នឹង
មកដល់ឆាប់ៗ ។ ប្រាប់រឿងពិតពីការប្រសូតរបស់ព្រះយេស៊ូវ កាលទ្រង់នៅតូច ទ្រង់បានយាងមកកាន់
ផែនដី » (« The Nativity Song » Children's Songbook ទំព័រ ៥២) ។

ដូវកាលបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់គឺជាពេលវេលាដ៏អស្ចារ្យ ពេលចៀម អ្នកគង្វាល ស្លូក និងផ្កាយបានផ្តល់
អត្ថន័យថ្មីៗ ។ វាក្លាយជាតួអង្គដ៏សំខាន់នៅក្នុងការនិទានប្រាប់ឡើងវិញអំពីព្រឹត្តិការណ៍ដ៏សំខាន់
បំផុតមួយនៅក្នុងប្រវត្តិសាស្ត្រនៃមនុស្សលោកគឺ ៖ ការប្រសូតរបស់ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ ។ ក្រុមគ្រួសារ
ជាច្រើនដាក់តាំងរូបភាពប្រសូតក្នុងគេហដ្ឋានរបស់ពួកគេ ។ មានអ្នកខ្លះទៀតយកការអានរឿងអំពី
ការប្រសូតរបស់ទ្រង់ ឬចូលរួមក្នុងការសម្តែងល្ខោនជាអាទិភាព ។ ដូចរឿងទាំងអស់អំពីព្រះគ្រីស្ទដែរ រឿង
អំពីការប្រសូតរបស់ទ្រង់ពោរពេញដោយមេរៀន ដែលយើងអាចរៀនអំពីការងារបម្រើ អំពីការចែកចាយពន្លឺ
របស់ទ្រង់ដើម្បីបំភ្លឺពិភពលោក ។ ប្រធាន ហិនរី ប៊ី អាវីង ទីប្រឹក្សាទីពីរក្នុងគណៈប្រធានទីមួយបានមាន
ប្រសាសន៍ថា « រឿងអំពីបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់គឺជារឿងនៃសេចក្តីស្រឡាញ់ ។

... នៅក្នុងរឿងនានាអំពីការប្រសូតរបស់ព្រះគ្រីស្ទ យើងអាចមើលឃើញ ហើយទទួលបានអារម្មណ៍ថា
ទ្រង់ធ្លាប់ជានរណា ហើយទ្រង់គឺជានរណា ។ ការណ៍នោះសម្រាលបន្ទុកយើងនៅក្នុងដំណើរជីវិតនេះ ។
ហើយវានឹងដឹកនាំយើងឲ្យបំភ្លឺចន្លងយើង ហើយសម្រាលបន្ទុករបស់មនុស្សដទៃ » ។^១

« ក្នុងផ្ទះសំណាក់គ្មានកន្លែងណានៅទេ » (លូកា ២:៧)

ម្ចាស់ផ្ទះសំណាក់ពុំបានរៀបចំកន្លែងសម្រាប់ព្រះអង្គសង្គ្រោះទេ ប៉ុន្តែយើងពុំត្រូវធ្វើកំហុសនោះទេ !
យើងអាចរៀបចំកន្លែងសម្រាប់ព្រះអង្គសង្គ្រោះនៅក្នុងចិត្តយើង តាមរយៈការទុកកន្លែងសម្រាប់បងប្អូន
ប្រុសស្រីរបស់យើងនៅតុអាហារយើង ក្នុងផ្ទះយើង និងតាមរយៈប្រពៃណីរបស់យើង ។ ប្រពៃណីជាច្រើន
របស់គ្រួសារអាចធ្វើឲ្យកាន់តែផ្តុំមេរ្តិ៍ ហើយកាន់តែគួរឲ្យចងចាំ តាមរយៈការរាប់អានមនុស្សដទៃ ។



ដោយអាណា និងគ្រួសាររបស់គាត់មានប្រពៃណីនៃការអញ្ជើញមនុស្សឲ្យចូលរួមបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ជាមួយពួកគេ ។ រៀងរាល់ខែធ្នូ ពួកគេពិភាក្សាគ្នា ហើយសម្រេចចិត្តថា តើពួកគេចង់អញ្ជើញនរណាគេ ។^២ ប្រហែលជាគ្រួសាររបស់អ្នកអាចចាប់ផ្តើមប្រពៃណីស្រដៀងគ្នានេះដែរ ។ ប្រហែលបុគ្គលដែលអ្នកផ្តល់ការងារបម្រើនឹងចង់ចូលរួមគ្រួសាររបស់អ្នក ក្នុងការច្រៀងរួមគ្នានូវចម្រៀងបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ដែលចូលចិត្ត ។ អ្នកក៏អាចរៀបចំកន្លែងនៅតុអាហារពេលល្ងាចនៃបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ សម្រាប់នរណាម្នាក់ដែលពុំមានគ្រួសារនៅក្នុងតំបន់នោះ ។

តើអ្វីជារបៀបដ៏ប្រសើរដើម្បីសាទរចំពោះព្រះអង្គសង្គ្រោះ ជាការធ្វើតាមគំរូរបស់ទ្រង់ក្នុងការរាប់អានមនុស្សដទៃនោះ ? ចូរចាំថា ទ្រង់អញ្ជើញយើងទាំងអស់គ្នាឲ្យ « មករកទ្រង់ ហើយទទួលទាននូវសេចក្តីល្អសប្បុរសរបស់ទ្រង់ ហើយទ្រង់ពុំបដិសេធអ្នកណាម្នាក់ ដែលមករកទ្រង់ឡើយ គឺទាំងខ្មៅ និងស ទាំងបាវក និងសេរី ទាំងប្រុស និងស្រី ហើយទ្រង់នឹកចាំដល់ពួកអ្នកឥតសាសនា ក៏ដូចគ្នានៅចំពោះព្រះដែរ (និហ្វេទី២ ២៦:៣៣) ។ សូមរៀបចំកន្លែងមួយ ហើយបង្កើតការរាប់អាន ។

« រីឯនៅស្រុកនោះឯង មានពួកអ្នកគង្វាល ដែលចាំយាម រក្សាហ្នឹង ចៀមរបស់ខ្លួន នៅឯវាល ក្នុងវេលាយប់ » (លូកា ២:៨)

វាទំនងថា ពួកអ្នកគង្វាលដ៏រមទម្ងទាំងនោះគឺជាមនុស្សដំបូងគេដែលថ្វាយបង្គំព្រះឱវាព្រះអង្គសង្គ្រោះ ។ ព្យាករណ៍បុរាណបានថ្លែងពីព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទថា « អ្នកគង្វាលអីស្រាអែល » (ទំនុកជំរើង ៨០:១) និងថា « អ្នកគង្វាលមួយប៉ុណ្ណោះ នៅលើផែនដីទាំងមូល » (និហ្វេទី១ ១៣:៤១) ។ ហើយព្រះផ្ទាល់បានមានបន្ទូលថា « ឯខ្ញុំជាអ្នកគង្វាលល្អ ខ្ញុំស្គាល់ចៀមរបស់ខ្ញុំ » (យ៉ូហាន ១០:១៤) ។ ការស្គាល់ចៀមយើង ហើយបន្តមើលថែពួកគេ គឺជាផ្នែកមួយដ៏សំខាន់នៃការប្បាល និងផ្តល់ការងារបម្រើដូចព្រះអង្គសង្គ្រោះធ្វើ ។

ជាមួយនឹងពន្លឺភ្លើងដ៏ចិញ្ចែងចិញ្ចាច និងការតុបតែងលម្អនានា នោះមានអ្វីជាច្រើនដែលត្រូវមើលអំឡុងរដូវកាលបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ ។ ប៉ុន្តែប្រហែលជាសម្រស់ដ៏ស្រស់ត្រកាលបំផុតនៃរដូវកាលនោះអាចរកឃើញបាន ពេលយើងចងចាំក្នុងការបំបែរការផ្តាច់ចិត្តយើងទៅអ្នកដែលយើងផ្តល់ការងារបម្រើ ហើយបន្តមើលថែហ្នឹងចៀមផ្ទាល់របស់យើង ។ ការបន្តមើលថែអាចជា

ការសម្គាល់ឃើញពីនិវេលបុគ្គលណាម្នាក់ចូលចិត្ត ឬការស្វែងរកផែនការយល់ហែកាយរបស់នរណាម្នាក់ ។ យើងបន្តមើលថែ ពេលយើងមើល និងបំពេញតម្រូវការរបស់មនុស្សដទៃ—ទាំងមើលឃើញជាក់ស្តែង និងមិនមើលឃើញ ។

ពេលឆ្លើយបានបាត់បង់ស្វាមីរបស់នាងគឺម៉ាយ នាងក្រៀមក្រំខ្លាំងណាស់ ។ នៅពេលបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ដំបូងរបស់នាងដែលគ្មានស្វាមីនាងនៅក្បែរ នោះនាងមានភាពងាយកាន់តែខ្លាំង ។ ដោយអំណរគុណ បងស្រីស្វីណាដែលផ្តល់ការងារបម្រើដល់នាងបាននៅទីនោះសម្រាប់នាង ។ ស្វីណា និងដីម ជាស្វាមីគាត់ បានអញ្ជើញឆ្លើយទៅដើរកម្សាន្តក្នុងឱកាសសម្រាកលំហែកាយជាច្រើនដង ។ ពួកគេបានដឹងថាអាវុធរបស់ឆ្លើយចាស់ ហើយបានសម្រេចចិត្តធ្វើអ្វីមួយអំពីរឿងនោះ ។ ពីរបីថ្ងៃពីមុនថ្ងៃបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ ស្វីណា និងដីមបានទិញអំណោយបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់មួយឲ្យឆ្លើយ ៖ គឺអាវុធមួយថ្មីដ៏ស្រស់ស្អាត ។ ពួកគេបានដឹងពីតម្រូវការខាងសាច់ឈាមរបស់ឆ្លើយដើម្បីមានអាវុធមួយកក់ក្តៅ ប៉ុន្តែពួកគេក៏ដឹងពីតម្រូវការផ្នែកអាហារម្ហូប ដើម្បីទទួលបានការលូតលាស់ និងមានគ្គីគ្គា ។ ពួកគេបានឈោមទៅបំពេញតម្រូវការទាំងនោះអស់ពីលទ្ធភាពរបស់ពួកគេ ហើយធ្វើជាគំរូដ៏ប្រពៃអំពីរបៀបដែលយើងអាចមើលថែហ្វូងចៀមផ្ទាល់របស់យើង ។^៣

« នោះពួកអ្នកគង្វាលនិយាយគ្នាថា ចូរយើងទៅឯបេឡេហ៊ីម » (លូកា ២:១៥)

« ចូរយើងទៅ » គឺជាការអញ្ជើញមួយដ៏រីករាយ ។ ពួកអ្នកគង្វាលពុំគិតថា មិត្តភក្តិរបស់ពួកគេហាត់នឿយខ្លាំងពេកដើម្បីធ្វើដំណើរទេ ។ ពួកគេពុំធ្វើដំណើរទៅបេឡេហ៊ីមដោយខ្លួនឯងដោយស្វាត់ស្បៀមទេ ។ ពួកគេបានងាកមើលគ្នាដោយអំណរ ហើយនិយាយថា « ចូរយើងទៅ ! »

ដោយសារយើងពុំអាចអញ្ជើញមិត្តភក្តិយើងឲ្យមកមើលព្រះឱវស្សាព្រះអង្គសង្គ្រោះទេ យើងអាចអញ្ជើញពួកគេឲ្យទទួលអាហារម្ហូបអំពីស្ថាប័ននៃបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ (ឬស្ថាប័នព្រះគ្រីស្ទ) តាមរយៈការបម្រើជាមួយយើង ។ បូនី អិល. អូស្ត្រាលីស អតីតប្រធានយុវនារីទូទៅបានមានប្រសាសន៍ថា « របៀបដើម្បីពង្រឹងស្ថាប័ននៃបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ គឺត្រូវជួយដល់អ្នកជុំវិញខ្លួនយើងដោយចិត្តសប្បុរស ហើយលះបង់ខ្លួន » ។^៤ សូមស្រមៃថា អ្នកកំពុងកាន់ទៀនមួយ ។ មនុស្សដទៃអាចមើលពិតប្រាកដនិងបានប្រយោជន៍ពីពន្លឺទៀនរបស់អ្នក ប៉ុន្តែសូមស្រមៃពីភាពកក់ក្តៅដែលពួកគេអាចទទួលអាហារម្ហូប ប្រសិនបើអ្នកប្រើទៀនរបស់អ្នកបំភ្លឺទៀនរបស់ពួកគេ ហើយអនុញ្ញាតឲ្យពួកគេកាន់ពន្លឺសម្រាប់ខ្លួនពួកគេ ។

ព្រះគ្រីស្ទផ្ទាល់បានបង្រៀនថា អ្នកដែលធ្វើតាមទ្រង់នឹងមានពន្លឺនៃជីវិត (សូមមើល យ៉ូហាន ៨:១២) ។ ការបម្រើដូចទ្រង់បានធ្វើគឺជារបៀបមួយដែលយើងអាចធ្វើតាមទ្រង់ ហើយរីករាយនឹងពន្លឺដែលបានសន្យានោះ ។ ដូច្នេះសូមចែកចាយពន្លឺដោយការអញ្ជើញអ្នកដទៃដើម្បីបម្រើជាមួយអ្នក ! តើអ្នក និងអស់អ្នកដែលអ្នកផ្តល់ការងារបម្រើអាចបម្រើជាមួយគ្នាដោយរបៀបណា ? អ្នកអាចរៀបចំអាហារដែលអ្នកចូលចិត្ត ឬធ្វើឲ្យមនុស្សម្នាក់ភ្ញាក់ផ្អើល ដោយសារអំណោយតូចមួយ ឬសារខ្លីមួយរួមគ្នា ។ ជាមួយគ្នាអ្នកអាចទទួលអាហារម្ហូបនៃពន្លឺដែលកើតមកពីការធ្វើតាមគំរូនៃការបម្រើរបស់ព្រះគ្រីស្ទ ។



« គេក៏រាយរាប់រឿងពីសេចក្តីដែលទេវតាបានប្រាប់ពីព្រះឱរស » (លូកា ២:១៧)

វាជារឿងងាយស្រួល ដើម្បីស្រមៃឃើញពីក្តីរើបដីរីករាយនៃពួកអ្នកគង្វាល ពេលពួកគេចែកចាយដំណឹងដ៏អស្ចារ្យអំពីការប្រសូតរបស់ព្រះគ្រីស្ទ ជាមួយមនុស្សជាច្រើនដែលពួកគេអាចធ្វើបាន ។ ការប្រកាសដោយពួកទេវតាគឺថា ព្រះម៉ែស៊ីដែលត្រូវបានព្យាករណ៍ទុកបានយ៉ាងមកហើយ ! ទ្រង់បានយាងមក ! ប្រាកដណាស់ ការចែកចាយដំណឹងល្អអំពីព្រះអង្គសង្គ្រោះគឺជាប្រធានបទដ៏ធំអំពីរឿងប្រសូតកម្ម ។ ពួកទេវតាបានច្រៀង ។ ផ្កាយបានចង្អុលបង្ហាញប្រាប់ផ្លូវ ។ ហើយពួកអ្នកគង្វាលបានស្គាល់ដែនដីដ៏ឆ្ងាយនោះ ។

យើងអាចបន្ថែមសំឡេងយើងទៅលើរឿងបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ តាមរយៈការចែកចាយដំណឹងល្អនិងការថ្លែងទីបន្ទាល់អំពីព្រះអង្គសង្គ្រោះ ។ ស៊ីស្ទើរ ជីន ប៊ី ប៊ីហ្គា ប្រធានសមាគមសង្គ្រោះទូទៅបានបង្រៀនថា « នៅពេលបងប្អូនមានឯកសិទ្ធិដើម្បីធ្វើជាតំណាងព្រះអង្គសង្គ្រោះនៅក្នុងការខិតខំបម្រើរបស់បងប្អូន ចូរសួរខ្លួនឯងថា តើខ្ញុំអាចចែកចាយពន្លឺនៃដំណឹងល្អជាមួយនឹងបុគ្គលនេះ ឬគ្រួសារនេះយ៉ាងដូចម្តេច ? » តើព្រះវិញ្ញាណបំផុសឲ្យខ្ញុំធ្វើអ្វីខ្លះ ? »^៤

នេះគឺជាឃោបល់មួយចំនួនសម្រាប់ឲ្យអ្នកពិចារណា ពេលអ្នកស្វែងរកចង់ដឹងពីរបៀបដែលអ្នកអាចចែកចាយទីបន្ទាល់របស់អ្នកអំពីព្រះអង្គសង្គ្រោះ និងដំណឹងល្អរបស់ទ្រង់ ៖

- ស្វែងរកឧត្តមិយមួយដែលពិពណ៌នាពីអារម្មណ៍របស់អ្នកអំពីព្រះអង្គសង្គ្រោះ ឬបង្ហាញពីមូលហេតុដែលអ្នកមានអំណរគុណចំពោះទ្រង់ ។ សូមចែកចាយឧត្តមិនោះជាមួយមនុស្សដែលអ្នកផ្តល់ការងារបម្រើ ។
- ធ្វើសារតាមទូរសព្ទ ឬធ្វើសារតាមប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយសង្គមនូវរឿងអបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ ។ មានវីដេអូអស្ចារ្យមួយចំនួននៅលើគេហទំព័រ ChurchofJesusChrist.org !
- ប្រាប់មិត្តភក្តិម្នាក់អំពីការចងចាំពិសេសមួយ ឬប្រពៃណីមួយដែលពួកអ្នកអំពីព្រះគ្រីស្ទ ។

មានសេចក្តីជំនឿថា ព្រះវិញ្ញាណបរិសុទ្ធនឹងថ្លែងទីបន្ទាល់អំពីសេចក្តីពិតអំពីទីបន្ទាល់របស់អ្នក គឺដូចទ្រង់បានថ្លែងទីបន្ទាល់ដល់ ស៊ីម៉ូន និង អាណា ថា ព្រះឱរសយេស៊ូវគឺជាព្រះអង្គសង្គ្រោះ (សូមមើល លូកា ២:២៦, ៣៨) ។

អែលឌើរ ខៀវើរ អេហ្វ អុផដូហ្វ ក្នុងក្បួននៃពួកសាវកដប់ពីរនាក់បានមានប្រសាសន៍ថា « ដើម្បីផ្តល់កិត្តិយសពិតចំពោះការយាងមកក្នុងពិភពលោកនេះ [របស់ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ] យើងត្រូវធ្វើដូចជាទ្រង់បានធ្វើ ហើយឈោងទៅជួយដោយសេចក្តីមេត្តាករុណាដល់បងប្អូនយើង ។ ការណ៍នេះយើងអាចធ្វើរាល់ថ្ងៃ ដោយពាក្យសម្តី និងទង្វើ ។ ចូរឲ្យកិច្ចការនេះក្លាយជាទំនៀមទម្លាប់បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់របស់យើង មិនថាយើងនៅទីណាទេ—ចូរយើងមានចិត្តល្អចែមបន្តិចទៀត អភ័យទោសឲ្យបានច្រើនជាងមុន កុំស្ងៀមកាត់សេចក្តីគេ មានអំណរគុណច្រើនជាងមុន និងមានសេចក្តីសប្បុរសកាន់តែច្រើនក្នុងការចែកចាយភាពសម្បូរណ៍របស់យើងជាមួយនឹងជនខ្វះខាត » ។^៦ ■

កំណត់ចំណាំ

១. ហ៊ីនរី ប៊ី អាស៊ីង « Christmas Stories » (ការប្រជុំធម្មនិដ្ឋានបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់របស់គណៈប្រធានទីមួយ ថ្ងៃទី ៦ ខែ ធ្នូ ឆ្នាំ ២០០៩) broadcasts.ChurchofJesusChrist.org ។
២. សូមមើល Daiana Melina Albornoz Díaz « Sharing Christmas » *Liahona* ខែ ធ្នូ ឆ្នាំ ២០០៧ ទំព័រ ១៧ ។
៣. សូមមើល Cheryl Boyle « He Would Have Bought It for You » *Ensign* ខែ ធ្នូ ឆ្នាំ ២០០១ ទំព័រ ៥៧ ។
៤. បូនី អ៊ីល អូស្តាស្ទន « Christmas Is Christlike Love » (ការប្រជុំធម្មនិដ្ឋានបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់របស់គណៈប្រធានទីមួយ ថ្ងៃទី ៧ ខែ ធ្នូ ឆ្នាំ ២០១៤) គេហទំព័រ broadcasts.ChurchofJesusChrist.org ។
៥. ជីន ប៊ី ប៊ីហ្គា « ការងារបម្រើដូចដែលព្រះអង្គសង្គ្រោះបានធ្វើ » *Liahona* ខែ ឧសភា ឆ្នាំ ២០១៨ ទំព័រ ១០៤ ។
៦. ខៀវើរ អេស្វ អុផដូហ្វ « Scatter Your Crumbs » (ការប្រជុំធម្មនិដ្ឋានបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់របស់គណៈប្រធានទីមួយ ថ្ងៃទី ៣ ខែ ធ្នូ ឆ្នាំ ២០១៧) គេហទំព័រ broadcasts.ChurchofJesusChrist.org ។

សូមចែកចាយបទពិសោធន៍របស់អ្នក
សូមផ្ញើមកកាន់យើងសូរបទពិសោធន៍របស់អ្នក នៅពេលអ្នកបានផ្តល់ការងារបម្រើដល់មនុស្សដទៃ ឬទទួលបានការងារបម្រើ ។ សូមចូលទៅ liahona.ChurchofJesusChrist.org ហើយចុចលើ « Submit an Article or Feedback » ។





ការបង្ហាញអំពីសេចក្តីជំនឿ

ហ្វាទូ ហ្វាមែនហ្វា

ខេត្តកាតខាងត្បូង ប្រទេស សៀរ៉ាឡេអ៊ូន



តាមរយៈកម្មវិធីអភិវឌ្ឍន៍កម្មវិធីអភិវឌ្ឍន៍ ហ្វាទូពុំគ្រាន់តែរៀនចេះអាន និងសរសេរអក្សរប៉ុណ្ណោះទេ នាងថែមទាំងរៀនអំពីជំនឿរបស់ ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទទៀតផង ។ ពីមុនចូលជាសមាជិកសាសនាព្រះ ហ្វាទូមានការពិបាកក្នុងការធ្វើកិច្ចការនាង ។ ឥឡូវនាងមាន ជំនាញដែលបានអភិវឌ្ឍស្តីពីការពន្យល់នូវទីពឹងខ្លួន ហើយបើកអាជីវកម្ម ផ្ទាល់ខ្លួនរបស់នាង ដោយធ្វើ និងលក់ព្រំសំបុកម្សៅស្រស់ស្អាត ។ នាងក៏បម្រើជាប្រធានសមាគមសង្គ្រោះក្នុងសាខាផងដែរ ។ គ្រីស្ទណា ស្ទីព ជាងចំណុច

ពីមុនខ្ញុំចូលជាសមាជិកព្រះវិហារ ខ្ញុំបានព្យាយាមរក ប្រាក់ដោយការលក់ព្រំសំបុកម្សៅ ប៉ុន្តែខ្ញុំគ្មានប្រាក់ទិញ ក្រណាត់ទេ ។ ខ្ញុំធ្លាប់ប្រាប់គេថា « ប្រសិនបើអ្នក ត្រូវការចង់បានព្រំ សូមទៅទិញក្រណាត់ ហើយយកវា មកឲ្យខ្ញុំ នោះខ្ញុំនឹងធ្វើព្រំជូនអ្នក ។ អ្នកអាចបង់ប្រាក់ ឲ្យខ្ញុំពេលខ្ញុំធ្វើរួច » ។

ឥឡូវខ្ញុំនៅទីនេះគឺនៅក្នុងសាសនាព្រះគ្រីស្ទ ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទនៃពួកបរិសុទ្ធច្រើនក្រោយ ខ្ញុំបាន រៀនអំពីការពន្យល់នូវទីពឹងខ្លួន ។ សាសនាព្រះគ្រីស្ទផ្តល់ ការអត់ធ្មត់ច្រើនដល់ខ្ញុំ ដើម្បីរៀនអាន រៀនសរសេរ រៀននិយាយ ហើយព្យាយាមធ្វើកិច្ចការសម្រាប់ខ្លួនខ្ញុំ ដើម្បីមានភាពខ្លួនទីពឹងខ្លួន ។ ឥឡូវនេះខ្ញុំទៅហាង ដេរសម្លៀកបំពាក់ ហើយសូមកម្ទេចក្រណាត់នៅសល់ ដែលពួកគេកាត់ចេញពីដុំក្រណាត់ និងធ្លាក់ទៅលើ ឥដ្ឋនោះ ។ ខ្ញុំទិញកម្ទេចក្រណាត់នោះក្នុងតម្លៃថោក ហើយប្រើវាដើម្បីធ្វើព្រំ ។ ឥឡូវនេះខ្ញុំលក់ដាច់បាន ច្រើនជាងខ្ញុំបានធ្វើពីមុន ។

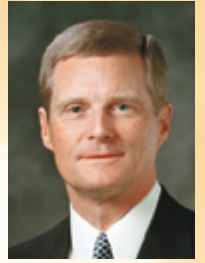
ចាប់តាំងពីខ្ញុំចូលជាសមាជិកសាសនាព្រះគ្រីស្ទ ជីវិតខ្ញុំបានផ្លាស់ប្តូរ ។ ខ្ញុំបានចាប់ផ្តើមពីបាតដៃទទេ រហូតដល់បានជាដុំកំកូន ! ខ្ញុំមានមោទនភាពចំពោះ ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ ហើយខ្ញុំមានមោទនភាពចំពោះ សាសនាព្រះគ្រីស្ទ ។ ខ្ញុំមានអំណរគុណចំពោះសាសនា ព្រះគ្រីស្ទនៃពួកបរិសុទ្ធច្រើនក្រោយ ។

ស្វែងរកបន្ថែម

សូមមើលបន្ថែមទៀតអំពីជំនឿនៃសេចក្តីជំនឿ របស់ហ្វាទូ រួមទាំងរូបថតជាច្រើនបន្ថែមទៀត នៅក្នុងកំណែនៃអត្ថបទនេះនៅលើអ៊ីនធឺណិត ឬ បណ្តាញយូធីអិលស្ទូ នៅគេហទំព័រ ChurchofJesusChrist.org/go/90928

រៀនបន្ថែមទៀតពីអត្ថប្រយោជន៍ជាក់ស្តែង និងភាពទីពឹងខ្លួនខាងវិញ្ញាណនៅគេហទំព័រ ChurchofJesusChrist.org/self-reliance ។





ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ

ប្រភពនៃអំណរដ៏យូរអង្វែង

សមាជិកគ្រប់រូបនៃសាសនាចក្ររបស់ព្រះអម្ចាស់ដែលបានស្តារឡើងវិញ
ដែលកំពុងព្យាយាមចងចាំ និងគោរពសេចក្តីសញ្ញាពិសិដ្ឋ ហើយគោរពបទបញ្ញត្តិ
អាចទទួលអំណរនៃអំណរដ៏យូរអង្វែង ។

ប្រាកដ ៖ នេះ ខ្ញុំបាននៅក្នុងការប្រជុំថ្ងៃទីបន្ទាល់ពោរពេញដោយអំណរចង្វាក់វិញ្ញាណ ហើយបានស្តាប់ដោយ
យកចិត្តទុកដាក់ពេលបងស្រីដ៏ស្មោះត្រង់ម្នាក់បានប្រកាសថា « ខ្ញុំមានអំណរយ៉ាងខ្លាំង ដោយសារផែនការ
នៃសេចក្តីសង្គ្រោះរបស់ព្រះវរបិតា » ។

តែចន្លោះ វាបង្ហាញយ៉ាងច្បាស់ដល់ខ្ញុំថា បងស្រីនេះពុំគ្រាន់តែនិយាយដោយសាមញ្ញនូវពាក្យដែលយើង
ស្គាល់ទាំងនេះទេ ។ ពន្លឺដែលចែងចាំងក្នុងកែវភ្នែកគាត់ សំឡេងពេញដោយខាងវិញ្ញាណរបស់គាត់ ទឹកមុខភ្លឺថ្លា
និងមានភាពសុខសាន្តរបស់គាត់—អ្វីគ្រប់យ៉ាងអំពីគាត់បានបញ្ជាក់ពីសេចក្តីពិតពោរពេញនៃអ្វីដែលគាត់កំពុង
ថ្លែង ។ គាត់ពោរពេញដោយអំណរ ! គាត់បានបញ្ចេញអំណរនោះយ៉ាងចែងចាំង ។ ប្រាកដណាស់ គាត់បានប្រែ
កាន់តែដូចព្រះអង្គសង្គ្រោះ ហើយទទួលព្រះភ័ក្ត្រទ្រង់ឆ្លាក់លើមុខរបស់គាត់ (សូមមើល អាលម៉ា ៥:១៤) ជា
ផ្នែកមួយនៃការមានអំណរ ។

ការបង្ហាញពីសេចក្តីជំនឿរបស់គាត់បានធ្វើឲ្យខ្ញុំចាំពីទំនុកបទនៃទំនុកតម្កើងបីបួនដែលយើងស្គាល់ ៖

យើងកាន់ដំបងដែកដោយជំនឿ

រកអំណរក្នុងការណ៍នេះ ។^១

មកមកពួកបរិសុទ្ធកុំខ្លាចឡើយណា

តែខិតខំដោយសារទេ ។ . . .

គ្រាន់បើជាងបើយើងខំខុស្យាហ៍

កម្លាំងចោលកង្វល់យើងនៅព្រេង

ធ្វើបែបនេះទើបចិត្តនឹងរីករាយ—

ស្រួលទាំងអស់ ! ស្រួលទាំងអស់ !^២

ឱ ឃ្លាដ៏ផ្អែមល្ហែម និងដ៏ពិរោះ ៖

« ខ្ញុំដឹងថា ព្រះប្រាសាទនោះខ្ញុំនៅរស់ ! »^៣

ហើយនៅក្នុងរដូវកាលបុណ្យត្រីស្នម៉ាស់នេះ យើងនឹងច្រៀង ៖

« ខ្ញុំនាំដំណឹងល្អពីសេចក្តីអំណរយ៉ាងអស្ចារ្យ
ដល់អ្នក និងដល់មនុស្សលោកទាំងអស់ » ។^៤

និង

អំណរដល់លោក ព្រះបុត្រកើតហើយ
ទទួលស្តេចដ៏ថ្កុំថ្កើង ! . . .
ឲ្យសំឡេងព្រះខ្លា
ឲ្យសំឡេងព្រះខ្លា
ឲ្យសំឡេងព្រះខ្លាបានខ្លាខ្លា ។^៥

ចាប់តាំងពីក្លាយជាប្រធានសាសនាចក្រនៃព្រះយេស៊ូគ្រីស្ទនៃពួកបរិសុទ្ធច្នៃចុងក្រោយ ជាដើម ប្រធាន រ៉េសូល អិម ណិលសុន បានថ្លែងការអញ្ជើញឲ្យមនុស្សលើពិភពលោក ដែលមានបញ្ចូលការសន្យានៃអំណរ ៖ « សារលិខិតរបស់យើងទៅកាន់ពិភពលោកគឺសាមញ្ញ ហើយដោយស្មោះ ៖ ពួកយើងសូមអញ្ជើញបុត្រាបុត្រីរបស់ព្រះទាំងអស់ទាំងនៅសងខាងនៃរាំងននឲ្យមកព្រះអង្គសង្គ្រោះ ទទួលយកពរជ័យនៃព្រះវិហារបរិសុទ្ធដ៏បរិសុទ្ធ ទទួលបាន អំណរយូរអង្វែង និងសក្តិសមសម្រាប់ជីវិតអស់កល្បជានិច្ច » ។^៦

តើអ្វីទៅជាអំណរពិតប្រាកដអំពីអ្វីដែលយើងច្រៀង និងបង្រៀន ហើយអំណរមួយណាដែលយើងមានកាកពូក្រផ្តល់ដល់មនុស្សលោកទាំងអស់ ? ហើយតើយើងទទួលបានវាតាមរបៀបណា ? ឥឡូវចូរយើងពិចារណាទាំងអស់គ្នាពីចម្លើយចំពោះសំណួរសំខាន់ទាំងពីរនេះ ។

តើអំណរជាអ្វី ?

និយមន័យនៃពាក្យអំណរក្នុងវចនានុក្រមគឺ « អារម្មណ៍ មួយនៃការពេញចិត្ត [ឬ] សុភមង្គលដ៏អស្ចារ្យ » ។^៧ នៅក្នុងការប្រៀបធៀប សេចក្តីណែនាំដល់បទគម្ពីរទាំងឡាយពិពណ៌នាអំពីអំណរថាជា « លក្ខខណ្ឌ នៃសុភមង្គលដ៏អស្ចារ្យ [ដែលជាលទ្ធផល] កើតមកពីការសំនៅដោយសុចរិត » ។^៨ គួរឲ្យចាប់អារម្មណ៍ណាស់ ទស្សនវិស័យនៃដំណឹងល្អរបស់យើងជួយយើងឲ្យយល់ថា អំណរគឺជាអារម្មណ៍មួយហួសពីអារម្មណ៍ ឬចេតនាអារម្មណ៍សាត់សាយមួយ ផ្ទុយទៅវិញ វាគឺជាអំណរយាងវិញ្ញាណ និងស្ថានភាពមួយនៃការមានវត្តមាន និងការប្រែក្លាយ ។ សម្រាប់ហេតុផលនេះ ខ្ញុំបានពិពណ៌នាអំពីបងស្រីដែលបានថ្លែងទីបន្ទាល់របស់គាត់ថា ពោរពេញ និងចែកចាយនូវអំណរ ។

ក្នុងនាមជាឪពុកដ៏ល្អឆ្លាស់ និងពោរពេញដោយក្តីស្រឡាញ់ លីហែបានបង្រៀនពួកកូនប្រុសរបស់លោកថា គោលបំណងនៃជីវិតរមែងស្លាប់គឺសម្រាប់ឲ្យមនុស្សទាំងអស់មានអំណរ ៖

« ប៉ុន្តែមើលចុះ អ្វីៗសព្វសារពើបានត្រូវធ្វើឡើងទៅតាមប្រាជ្ញារបស់ទ្រង់ ដែលជ្រាបគ្រប់ការណ៍ទាំងអស់ » ។

លោកអ័ដាមបានធ្លាក់ខ្លួន ដើម្បីឲ្យមានមនុស្សលោក ហើយមានមនុស្សលោក ដើម្បីឲ្យគេអាចមានសេចក្តីអំណរ » (និហ្វេទីប ២:២៤-២៥) ។

អ័ដាម និងអេវ៉ាបានសង្ខេបពីមេរៀនសំខាន់ ដែលពួកគេបានរៀនពីព្រះវរបិតាដ៏អស់កល្ប និងពីបទពិសោធន៍របស់ពួកគេផ្ទាល់ ។ អ័ដាមបានប្រកាសថា « សូមឲ្យព្រះនាមនៃព្រះបានប្រកបដោយព្រះពរ ដ្បិតព្រោះតែការរំលងរបស់ខ្ញុំ នោះក្មេងខ្ញុំបានក្តីឡើង ហើយនៅក្នុងជីវិតនេះ ខ្ញុំនឹងមានសេចក្តីអំណរ ហើយនៅក្នុងសាច់ឈាម នោះខ្ញុំនឹងឃើញព្រះទៀត » (ម៉ូសេ ៥:១០ ការគូសបញ្ជាក់បានបន្ថែម) ។

ហើយអេវ៉ាបាននិយាយថា « បើសិនជាពុំមែនដោយសារការរំលងរបស់យើងទេ នោះយើងក៏នឹងមិនមានពូជសោះ ហើយនឹងមិនដឹងខុសត្រូវ និងសេចក្តីអំណរអំពីសេចក្តីប្រាសលោះរបស់យើង និងជីវិតដ៏នៅអស់កល្បជានិច្ច ដែលព្រះទ្រង់បានប្រទានដល់មនុស្សទាំងអស់ដែលគោរពតាមដៃ » (ម៉ូសេ ៥:១១ ការបញ្ជាក់បានបន្ថែម) ។

ផែនការសុភមង្គលរបស់ព្រះវរបិតាអនុញ្ញាតឲ្យបុត្រាបុត្រីរបស់ទ្រង់ទទួលបានរូបកាយ និងទទួលបទពិសោធន៍នៃជីវិតរមែងស្លាប់ ដើម្បីជ្រើសរើសសុចរិតភាពនៅក្នុងវត្តមាននៃសេចក្តីអាក្រក់ និងការល្អ ហើយជួយព្រះវរបិតាស្ម័គ្រចិត្តជាមួយនឹងផែនការដ៏មហិមារបស់ទ្រង់ តាមរយៈការគោរពដល់អាពាហ៍ពិពាហ៍ និងបព្វជិតភាព ។^៩ ទីបំផុត នៅគ្រានៃការរស់ឡើងវិញរបស់យើង « វិញ្ញាណ និងរូបកាយ [ត្រូវ] រួបរួមគ្នា ដោយមិនបែកបាក់ទៀតឡើយ ប្រយោជន៍ឲ្យពួកគេអាចបានទទួល ភាពពោរពេញនៃសេចក្តីអំណរ » (គោលលទ្ធិ និងសេចក្តីសញ្ញា ១៣៨:១៧ ការគូសបញ្ជាក់បានបន្ថែម) ។

តើយើងទទួលបានអំណរតាមរបៀបណា ?

ខ្ញុំជឿថា ភាពផ្ទុយគ្នារវាងអំណរដោយសុចរិត និងភាពរីករាយបែបលោកិយគឺជាការរំលោភ និងជួយយើងឲ្យយល់កាន់តែប្រសើរពីលក្ខណៈនៃអំណរពិត ។ អំណរកើតមកពីការអនុវត្តសេចក្តីជំនឿលើព្រះអម្ចាស់យេស៊ូគ្រីស្ទ ដោយការទទួល និងការគោរពពិធីបរិសុទ្ធ និងសេចក្តីសញ្ញាដ៏ពិសិដ្ឋដោយសក្តិសម ហើយព្យាយាមប្រែចិត្តជឿកាន់តែខ្លាំងឡើងលើព្រះអង្គសង្គ្រោះ និងព្រះរាជបំណងរបស់ទ្រង់ ។ ភាពរីករាយគឺជាលទ្ធផលនៃ « ការកម្សាន្ត », « លេងសើច [និង] ជាដើម » គឺជាសកម្មភាព ឬការនិយាយហ៊ឺរកញ្ជៀរ ឬការភ្លើងភ្លើងជីវិតរាយ ។^{១០} ការជិះដើរលេងកម្សាន្តមួយថ្ងៃនៅឱស្ទីលែនគឺសប្បាយណាស់ ។ ការរៀបចំខ្លួនយ៉ាងសក្តិសម និងការចូលរួមក្នុងពិធីបរិសុទ្ធសាម្រាប់គឺពោរពេញដោយអំណរ ។

ជាអាទិអំណរគឺជាដំឡើងខាងវិញ្ញាណ ឯភាពរីករាយវិញគឺជាដំឡើងខាងសាច់ឈាម ។ ជាអាទិអំណរគឺជាដំឡើងយូរអង្វែង ឯភាពរីករាយវិញគឺជាដំឡើងបណ្តោះអាសន្ន ។ ជាអាទិអំណរមានអត្ថន័យជ្រាលជ្រៅ និងធំធេង ឯភាពរីករាយវិញគឺកក់កែង ។ ជាអាទិអំណរគឺជាដំឡើងទាំងស្រុង និងពេញលេញ ឯភាពរីករាយវិញគឺជាដំឡើងមិនពេញលេញ ។ ជាអាទិអំណរទាក់ទងនឹងជីវិតរមែងស្លាប់ និងភាពអស់កល្បជានិច្ច ឯភាពរីករាយវិញទាក់ទងតែនឹងជីវិតរមែងស្លាប់ប៉ុណ្ណោះ ។



វាសំខាន់ខ្លាំងណាស់សម្រាប់យើងថា កុំច្រឡំ ឬប្តូរអំណរយូរអង្វែង និងជ្រាលជ្រៅនៃភាពជាសិស្សដ៏ស្មោះត្រង់ទៅយកភាពរីករាយដែលមាន បណ្តោះអាសន្ន និងរាក់កំផែល ។

ព្រះដ៏ប្រោសលោះគឺប្រភពដ៏ចម្បង និងជាប្រភពតែមួយគត់នៃអំណរ យូរអង្វែង និងអស់កល្ប ។ ព្យាករណ៍យ៉ាកុបបានថ្លែងទីបន្ទាល់ថា ៖ « ប៉ុន្តែមើល ចុះ ពួកសុចរិតជាពួកបរិសុទ្ធនៃព្រះដ៏បរិសុទ្ធនៃសាសន៍អ៊ីស្រាអែល ពួកគេដែល ជឿដល់ព្រះដ៏បរិសុទ្ធនៃសាសន៍អ៊ីស្រាអែល ពួកគេដែលបានស្ម័គ្រចិត្តទៅនូវឈ្មោះ ទាំងឡាយនៃពិភពលោក ហើយពុំព្យាបាលដល់ការខ្មាសអៀន ពួកគេនឹងត្រងនគរ ព្រះទុកជាមរតក ដែលបានរៀបចំសម្រាប់ពួកគេ ចាប់តាំងពីកំណើតលោកិយមក ម្ល៉េះ ហើយសេចក្តីអំណររបស់គេនឹងបានពោរពេញរហូតទៅ » (និវេទន៍ ៩:១៨ ការគូសបញ្ជាក់បានបន្ថែម) ។

ប្រភពពិតនៃអំណរ

ដោយសារផែនការរបស់ព្រះវរបិតាស្តីអំពីយើង និងដង្វាយធូនរបស់ ព្រះអង្គសង្គ្រោះ ការប្រើចិត្តដោយស្មោះសរអើញយើងឲ្យងាកទៅរក ហើយ ពឹងផ្អែកលើព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ ជាប្រភពពិតនៃអំណរ ។ សូមពិចារណាដោយយក ចិត្តទុកដាក់នូវចម្លើយរបស់ប្រជាជនស្តេចបេនយ៉ាមីនចំពោះការបង្រៀនរបស់ទ្រង់ អំពីដង្វាយធូនរបស់ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ ៖

ដោយសារដង្វាយធូនរបស់
ព្រះអង្គសង្គ្រោះ នោះឧបសគ្គ
និងសេចក្តីវេទនាអញ្ជើញ
យើងឲ្យងាយភ្នែកយើងឡើង
មើលទៅព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ ជា
ប្រភពពិតនៃអំណរ ។

ទ្រង់បានព្យាយាមពួកគេទាំងអស់គ្នា ដោយ ម៉ែយល ម៉ែ

« ហើយឥឡូវនេះ ហេតុការណ៍បានកើតឡើងថា កាល
ស្តេចបេនយ៉ាមីនបានបញ្ចប់នូវការនិយាយពាក្យទាំងឡាយ
ដែលទៅតាមនៃព្រះអម្ចាស់ បានប្រាប់ដល់ទ្រង់ហើយ នោះទ្រង់ក៏
បានក្រឡេកទតមើលជុំវិញទៅលើហ្វូងមនុស្ស ហើយមើលចុះ
ពួកគេបានដូលទៅលើដី ព្រោះការកោតខ្លាចដល់ព្រះអម្ចាស់មាន
មកលើពួកគេ ។

ហើយពួកគេបានឃើញថា ខ្លួនគេនៅក្នុងស្ថានភាពខាងរូប
កាយ អន់ជាងធ្វើដំទៅទៀត ។ ហើយពួកគេទាំងអស់គ្នាបាន
រំលឹកព្រមគ្នាដោយសំឡេងតែមួយថា ៖ ឱសូមមេត្តាផង ហើយ
សូមប្រទាននូវព្រះលោហិតដ៏ជូននៃព្រះគ្រីស្ទ ដើម្បីឲ្យយើងអាច
បានទទួលនូវការអភ័យទោសចំពោះអំពើបាបទាំងឡាយរបស់
យើង ហើយដើម្បីឲ្យយើងអាចបានជ្រះបរិសុទ្ធផងចុះ ព្រោះ
យើងជឿដល់ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ ជាព្រះរាជបុត្រានៃព្រះ ដែលបាន
បង្កើតផ្ទៃមេឃ និងផែនដី និងវត្ថុសព្វសារពើ និងវត្ថុសព្វសារពើ
ព្រះអង្គនឹងយាងចុះមកក្នុងចំណោមកូនចៅមនុស្ស ។

ហើយហេតុការណ៍បានកើតឡើងថា បន្ទាប់ពីពួកគេបានពោល
ពាក្យទាំងនេះហើយ នោះព្រះវិញ្ញាណនៃព្រះអម្ចាស់ ក៏បានចុះមក
សណ្ឋិតលើពួកគេ ហើយពួកគេក៏ពោរពេញទៅដោយសេចក្តីអំណរ
ដោយបានទទួលការផ្តាច់បាបទាំងឡាយរបស់គេ ហើយដោយ
មានសេចក្តីសុខសាន្តក្នុងសតិសម្បជញ្ញៈ ព្រោះតែសេចក្តីជំនឿដ៏
លើសលប់ ដែលពួកគេមានដល់ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទដែលនឹងយាង
មក » (ម៉ូសាយ ៤:១-៣ ការគូសបញ្ជាក់បានបន្ថែម) ។

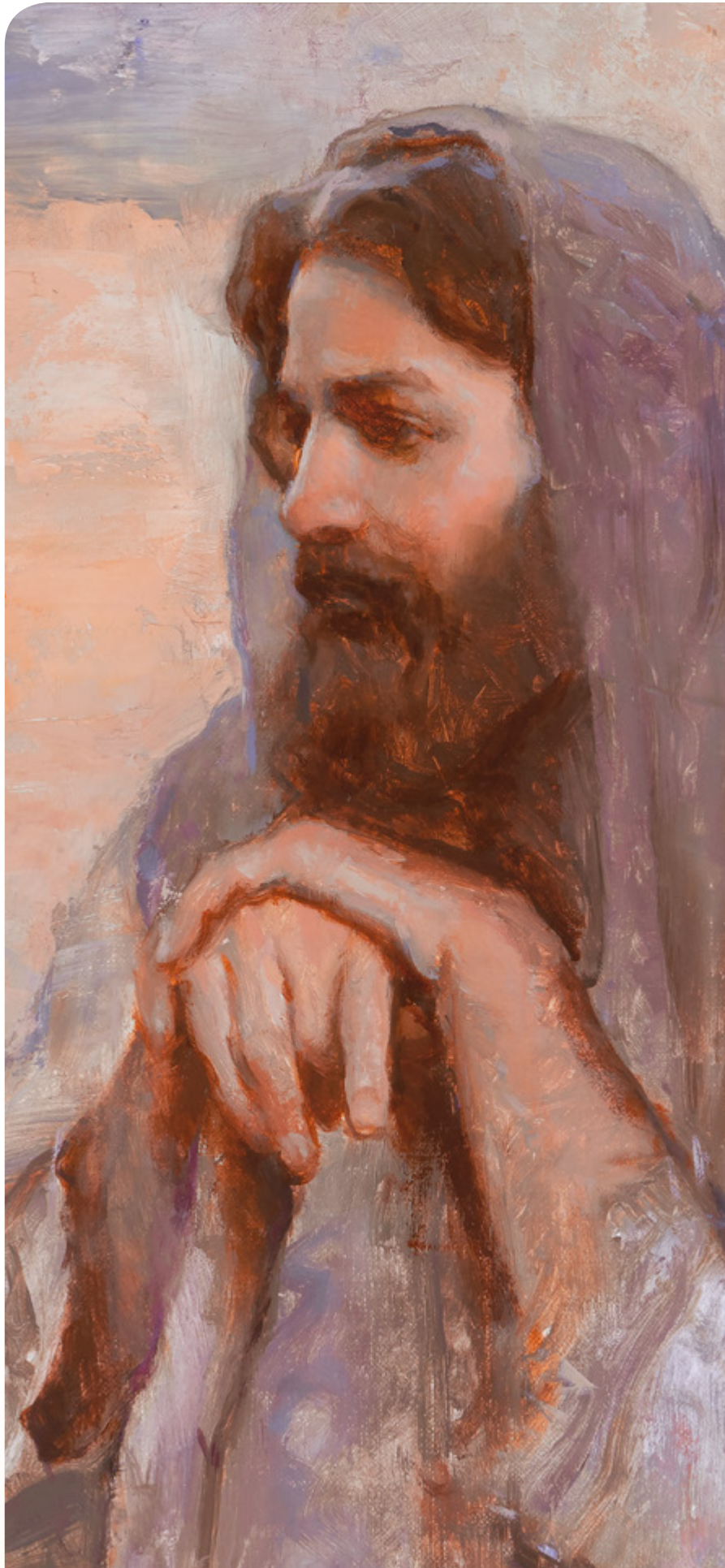
ដោយសារផែនការរបស់ព្រះវរបិតាស្តីយើង និងដង្ហោយឆ្លុន
របស់ព្រះអង្គសង្គ្រោះ ការគោរពប្រតិបត្តិអញ្ជើញយើងឲ្យធ្វើតាម
ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ ជាប្រភពពិតនៃអំណរ ។ ព្រះអង្គសង្គ្រោះបាន
ប្រកាសទៅពួកសិស្សរបស់ទ្រង់ថា ៖

« បើអ្នករាល់គ្នាកាន់តាមបញ្ញត្តិខ្ញុំ នោះនឹងនៅជាប់ក្នុងសេចក្តី
ស្រឡាញ់របស់ខ្ញុំ ដូចជាខ្ញុំបានកាន់តាមបញ្ញត្តិនៃព្រះវរបិតាខ្ញុំ
ហើយក៏នៅជាប់ក្នុងសេចក្តីស្រឡាញ់របស់ទ្រង់ដែរ ។

ខ្ញុំបាននិយាយសេចក្តីទាំងនេះ ប្រាប់ដល់អ្នករាល់គ្នា ដើម្បី
ឲ្យសេចក្តីអំណររបស់អ្នករាល់គ្នាបានពោរពេញផង » (យ៉ូហាន
១៥:១០-១១ ការគូសបញ្ជាក់បានបន្ថែម) ។

« ហើយគ្មាននរណាម្នាក់ទទួលនូវភាពពោរពេញបានឡើយ
លើកលែងតែអ្នកនោះកាន់តាមព្រះបញ្ញត្តិទាំងឡាយរបស់ទ្រង់ ។

អ្នកណាដែលកាន់តាមព្រះបញ្ញត្តិទាំងឡាយរបស់ទ្រង់ នោះ
បានទទួលសេចក្តីពិត និង ពន្លឺ រហូតដល់អ្នកនោះបានតម្កើងឡើង
នៅក្នុងសេចក្តីពិត ហើយស្គាល់ការណ៍គ្រប់យ៉ាង » (គោលលទ្ធិ
និងសេចក្តីសញ្ញា ៩៣:២៧-២៨) ។



ព្រះដ៏ប្រោសលោះគឺ

ប្រភពដ៏ចម្បង និងជា

ប្រភពតែមួយគត់នៃ

អំណរយូរអង្វែង

និងអស់កល្ប ។

ដោយសារផែនការរបស់ព្រះវរបិតាស្តី
និងដង្វាយធូររបស់ព្រះអង្គសង្គ្រោះ ការបម្រើ
អញ្ជើញយើងឲ្យធ្វើតាមគំរូនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈរបស់
ព្រះយេស៊ូគ្រីស្ទ ជាប្រភពពិតនៃអំណរ ។ ថ្មីៗនេះ ខ្ញុំបាន
អានសេចក្តីថ្លែងការណ៍មួយដោយ ខេវីន ជេ វីសស្ទិន
ប្រធាន សាកលវិទ្យាល័យ ព្រិកហា យ៉ង់ អំពីអំណរដ៏
ជ្រាលជ្រៅ ។ លោកបានមានប្រសាសន៍ថា « ខ្ញុំបាន
ជឿជាក់ថា បុគ្គលម្នាក់វាស់វែងការរីកចម្រើនអស់កល្ប
ជានិច្ចរបស់យើងគឺអំណរដ៏ខ្លាំងដែលយើងបានទាញយក
ពីការបម្រើ » ។^{១១}

អាលម៉ាដាកូនបានប្រាប់ហេលេមីនកូនប្រុសរបស់
លោកថា ៖ « មែនហើយ ចាប់តាំងពីពេលនោះមកដល់ពេលឥឡូវនេះ ឪពុកបាន
ធ្វើការមិនឈប់ឈរដើម្បីឪពុកអាចនាំមនុស្សឲ្យប្រចិត្ត ដើម្បីឪពុកអាចនាំគេឲ្យ
ភ្ញាក់នូវ សេចក្តីអំណរដ៏លើសលប់ ដូចដែលឪពុកធ្លាប់បានភ្ញាក់ ដើម្បីឲ្យគេអាចកើត
មកអំពីព្រះដែរ ហើយបានពោរពេញទៅដោយព្រះវិញ្ញាណបរិសុទ្ធ » (អាលម៉ា
៣៦:២៤ ការគូសបញ្ជាក់បានបន្ថែម) ។

ដោយពួកពិភ្នំកាយរបស់អាំម៉ូន ពេលលោកបានរៀបរាប់ពីកិច្ចការផ្សព្វផ្សាយ
សាសនារបស់លោកក្នុងចំណោមពួកសាសន៍លេមីន ៖

« មើលចុះ សេចក្តីអំណររបស់ខ្ញុំបានពោរពេញហើយ មែនហើយ លះដូងខ្ញុំហូរ
ហៅទៅដោយសេចក្តីអំណរ ហើយខ្ញុំនឹងអភិកាយនៅក្នុងព្រះរបស់ខ្ញុំវិញ ។ . .

មើលចុះ តើបងប្អូនយើងប៉ុន្មានពាន់នាក់ ដែលទ្រង់បានស្រាយឲ្យរួចពីការឈឺ
ចាប់នៃស្ថាននរក ហើយពួកគេត្រូវបាននាំឲ្យច្រៀងនូវសេចក្តីស្មោះត្រង់ដែលប្រោស
លោះ ហើយនេះក៏ដោយព្រោះព្រះចេស្ដានៃព្រះបន្ទូលរបស់ទ្រង់ដែលនៅក្នុងយើង
ហេតុដូច្នេះហើយ តើយើងមិនមាន ហេតុដ៏ធំនឹងអភិកាយទេឬអី ? . . .

. . . ឥឡូវនេះ នេះគឺសេចក្តីអំណររបស់ខ្ញុំ និងជាអំណរគុណដ៏ធំរបស់ខ្ញុំ មែន
ហើយ ខ្ញុំនឹងថ្លែងអំណរគុណដល់ព្រះរបស់ខ្ញុំរហូតតទៅ » (អាលម៉ា ២៦:១១, ១៣,
៣៧ ការគូសបញ្ជាក់បានបន្ថែម) ។

ដោយសារផែនការរបស់ព្រះវរបិតាស្តីយើង និងដង្វាយធូររបស់
ព្រះអង្គសង្គ្រោះ នោះឧបសគ្គ និងសេចក្តីរីករាយអញ្ជើញយើងឲ្យងើយភ្នែក
យើងឡើង (សូមមើល អេសាយ ៤០:២៦; ទំនុកជំរើង ១២៣:១-២) មើល
ទៅព្រះយេស៊ូគ្រីស្ទ ជាប្រភពពិតនៃអំណរ ។ ទស្សនវិស័យនៃអំណរដែល
ដំណឹងល្អដែលបានស្តារឡើងវិញផ្តល់ឲ្យ អនុញ្ញាតឲ្យយើងរៀនមេរៀនដែល
រៀបចំយើងសម្រាប់ភាពអស់កល្បជានិច្ច តាមរយៈសេចក្តីរីករាយនៃជីវិតរមែង
ស្លាប់ ។ ការរងទុក្ខ និងភាពអាក្រក់របស់យើងអាចត្រូវបាន « លេបបាត់ទៅក្នុង
សេចក្តីអំណរនៃព្រះគ្រីស្ទ » (អាលម៉ា ៣១:៣៨) ហើយព្រឹក្សាវាទជាប្រយោជន៍
របស់យើង (សូមមើល និហ្វេទីប ២:២) « ដើម្បីឲ្យកិច្ចការ [របស់យើង] អាច
បានទៅជាសុខុមាលភាពដល់ព្រលឹង [របស់យើង] » (និហ្វេទីប ៣២:៩) ។
ហេតុដូច្នេះហើយអំណរនៅបិតថេរក្នុងគ្រានានា និងតាមរយៈបទពិសោធន៍

ទាំងល្អ និងអាក្រក់ ដោយសារចំណេះវិជ្ជារបស់
យើងពីផែនការរបស់ព្រះវរបិតា និងដង្វាយធូររបស់
ព្រះអង្គសង្គ្រោះ ។

សេចក្តីជំនឿលើព្រះអម្ចាស់យេស៊ូគ្រីស្ទ ការប្រចិត្ត
ការគោរពប្រតិបត្តិ ការបម្រើ និងទស្សនវិស័យនៃដំណឹងល្អ
អំពីការសាកល្បង ដែលយើងជួបប្រទះក្នុងជីវិតរមែងស្លាប់
ទាំងអស់នេះ អញ្ជើញយើងឲ្យមកកាន់ប្រភពនៃអំណរដ៏
យូរអង្វែង—គឺព្រះយេស៊ូគ្រីស្ទ ។ ខ្ញុំសូមអញ្ជើញអ្នកឲ្យ
ស្វែងរក សិក្សា ហើយពិចារណាប្រកបដោយការអធិស្ឋាន
ពីគោលការណ៍បន្ថែមទៀត ដែលអាចឲ្យយើងទទួល
អំណោយនៃអំណរខាងវិញ្ញាណដ៏សំខាន់នេះ ។

ការសន្យាពោរពេញដោយអំណរ

អំណរយូរអង្វែងគឺពុំមែនជាពរជ័យដែលបម្រុងទុកសម្រាប់ពួកអ្នករើសតាំងមួយ
ចំនួនទេ ។ ផ្ទុយទៅវិញ សមាជិកគ្រប់រូបនៃសាសនាចក្ររបស់ព្រះអម្ចាស់ដែល
បានស្តារឡើងវិញ ដែលកំពុងព្យាយាមចងចាំ និងគោរពសេចក្តីសញ្ញាពិសិដ្ឋ ហើយ
គោរពបទបញ្ញត្តិអាចទទួលបានអំណោយនេះ ស្របទៅតាមព្រះទ័យ និងពេលវេលារបស់
ព្រះ ។ នៅក្នុងរដូវកាលបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់នេះ សូមយើងពួកយើងគ្រប់គ្នាព្យាយាម
ថ្លែងអំណរគុណកាន់តែពោរពេញដល់អំណោយនៃអំណរដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់បំផុត ។ ពេល
យើងធ្វើដូច្នេះ សូមឲ្យយើងចាប់ផ្តើមមើលឃើញជាមួយនឹងកែវភ្នែកថ្មី ហើយស្តាប់
ដោយត្រចៀកថ្មីថា « ឲ្យទាំងអស់ច្រៀងឡើង » ពេលយើង « ឲ្យសំឡេងឮខ្លួនខ្លា »
និងពេលយើង « មកថ្វាយបង្គំទ្រង់ » ។^{១២}

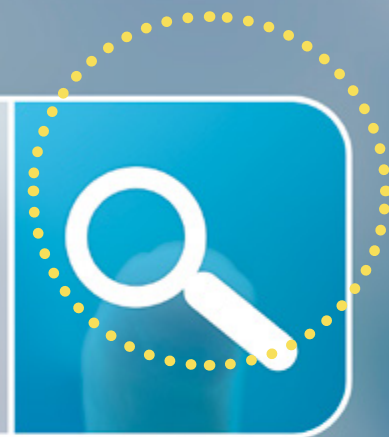
ខ្ញុំសូមប្រកាសសាក្សីដ៏រឹងមាំរបស់ខ្ញុំអំពីភាពពិតប្រាកដនៃព្រះជន្ម និងភាពជាព្រះ
របស់ព្រះអម្ចាស់យេស៊ូគ្រីស្ទ ពោរពេញដោយអំណរ ។ ■

ដកស្រង់ចេញមកពីសន្យាថាការប្រជុំជម្ងឺជានរក - *That They Might Have Joy* - ដែលបានថ្លែងនៅ
សាកលវិទ្យាល័យ ព្រិកហា យ៉ង់ នៅថ្ងៃទី ៤ ខែ ធ្នូ ឆ្នាំ ២០១៩ ។

កំណត់ចំណាំ

១. « As Zion's Youth in Latter Days - Hymns លេខ ២៥៦ ។
២. « មកមកពួកបរិសុទ្ធ » ទំនុកតម្កើង លេខ ១៨ ។
៣. « ខ្ញុំដឹងថាព្រះប្រោសលោះខ្ញុំនៅសេ » ទំនុកតម្កើង ទំព័រ ៧៦ ។
៤. « While Shepherds Watched Their Flocks » Hymns លេខ ២១១ ។
៥. « អំណរដល់លោក » ទំនុកតម្កើង លេខ ១២៤ ។
៦. ស៊ែល អឹម ណិលសុន - ចូរយើងខិតខំទៅ - *Liahona* ខែ ឧសភា ឆ្នាំ ២០១៨ ទំព័រ ១១៨-១១៩ ការគូស
បញ្ជាក់បានបន្ថែម ។
៧. វេនានុក្រមភាសាអង់គ្លេស Oxford Living « joy » គេហទំព័រ en.oxforddictionaries.com
ការគូសបញ្ជាក់បានបន្ថែម ។
៨. សេចក្តីណែនាំដល់បទគម្ពីរទាំងឡាយ - អំណរ - scriptures.ChurchofJesusChrist.org
ការគូសបញ្ជាក់បានបន្ថែម ។
៩. សូមមើល - ក្រុមគ្រួសារ ៖ ការប្រកាសដល់ពិភពលោក - *Liahona* ខែ ឧសភា ឆ្នាំ ២០១៧ ទំព័រ ១៤៥ ។
១០. វេនានុក្រម Merriam-Webster's Collegiate បោះពុម្ពលើកទី ១១ (ឆ្នាំ ២០០៣) - fun - គេហទំព័រ
merriam-webster.com ។
១១. Kevin J Worthen « Enter to Learn; Go Forth to Serve » (សន្យាថាថ្លែងនៅ
ការចាប់ផ្តើមឆ្នាំសិក្សាសាកលវិទ្យាល័យ ព្រិកហា យ៉ង់ ថ្ងៃទី ១៦ ខែ សីហា ឆ្នាំ ២០១៨) ទំព័រ ៣
speeches.byu.edu ។
១២. « អំណរដល់លោក »

ការប្រមាញ់រក សុភមង្គល



ខ្ញុំបានរស់នៅតាមដំណឹងល្អ ។ ហេតុអ្វីសុភមង្គល នៅតែមិនអាចរកបាន ?

ដោយ ជេវីឌ ឌីកសូន
ទស្សនាវដ្តីសាសនាចក្រ

វា កណ្តាលអាត្រាត ។ ខ្ញុំបានភ្ញាក់ឡើងកាលការដេកពុំស្តប់ស្តល់របស់ខ្ញុំត្រូវបានរំខាន ។ ខ្ញុំអធិស្ឋានថា
« អូ អត់ទេ ។ មិនមែនម្តងទៀតទេ » ។
ប៉ុន្តែការញ្ជើរបស់ខ្ញុំបានបញ្ចប់រហ័សរហ័ទេ ។ រាងកាយខ្ញុំបានញ័រយ៉ាងខ្លាំងដូចជាកាន់កាំភ្លើង និងចម្លែក ដូច
ជាទន់ខ្សោយ រាងកាយទាំងមូលរបស់ខ្ញុំចាប់ផ្តើមកន្ត្រាក់ចុះឡើង ដូចជាការប្រកាច់ ។ ដៃ និងជើងខ្ញុំក្តៅ
រាល់រាលដូចគេដុតដោយគ្មានមូលហេតុ ។ ករិយាខ្ញុំបានភ្ញាក់ឡើងភ្លាម ហើយខ្ញុំជាប់ ដោយល្ងង់លោមខ្ញុំជាមួយ
នឹងវត្តមានដ៏ស្ងៀមស្ងាត់របស់នាង ។

ខ្ញុំពុំដែលស្រមៃថាមានភាពរីករាយឡើយ ទោះបីជាមានគ្រាមួយដែលហាក់ដូចជាមានភាពរីករាយក្តី ។
ប្រសិនបើខ្ញុំមានសំណួរមួយនៅយប់ដំណឹងនោះ—ជាជាងមានចម្ងល់ពីអ្វីដែលបានកើតឡើងលើរាងកាយខ្ញុំ
(ដែលខ្ញុំបានដឹងពេលនៅពេលក្រោយ)—សំណួរនោះគឺសួរថា ហេតុអ្វីខ្ញុំមានអារម្មណ៍មិនសប្បាយចិត្ត ពេលខ្ញុំ
ព្យាយាមរស់នៅតាមដំណឹងល្អនៃព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទនោះ ។

មានឧបសគ្គជាច្រើនដែលអាចកើតឡើងចំពោះសុភមង្គល ។ ភាពទុច្ចរិតគឺជាឧបសគ្គពិតប្រាកដមួយនៃឧបសគ្គ
ទាំងនោះ (សូមមើល អាលម៉ា ៤១:១០) ។ ប៉ុន្តែសូម្បីតែពួកអ្នកស្មោះត្រង់ក្តី ពួកគេអាចមានអារម្មណ៍ថា សុភមង្គល
ពិបាកចាប់យកបានណាស់ ។

យើងទាំងអស់គ្នាមានគ្រានានា ពេលយើងត្រូវស្តាប់ឮថា គ្រាដ៏សប្បាយជាងនឹងកើតមានឡើង ។ ប្រហែលជាអ្នក
កំពុងរស់នៅក្នុងស្ថានភាពបែបនេះក្នុងពេលឥឡូវនេះ ។ ប្រសិនបើដូច្នេះមែន សូមទុកឲ្យខ្ញុំនិយាយដោយភាពស្មោះពី
ចិត្តថា ថ្ងៃដ៏ប្រសើរ កំពុង កើតមានឡើងលើផ្ទៃរបស់អ្នកហើយ ។ ខ្ញុំសង្ឃឹមថា អ្នកនឹងមានឆន្ទៈនៅជាប់ជាមួយខ្ញុំយូរ
បន្តិចទៀត ពីមុនបោះបង់សេចក្តីថ្លែងការណ៍ដែលថ្លែងជាទូទៅនេះថា ឆ្លុតលីលា ឬល្អិតល្អន់ ។

ខ្ញុំជឿយ៉ាងពិតប្រាកដថា ទោះបីអ្នកកំពុងឆ្លងកាត់រឿងអ្វីក៏ដោយ អំណរដ៏មហិមានោះអាចក្លាយជាបង្អស់អ្នកដើម្បី
ទាមទារយកបាន ។

សូមឲ្យខ្ញុំពន្យល់ពីមូលហេតុនេះ ។

តើសុភមង្គលជាអ្វី ?

អញ្ចឹង តើសុភមង្គលជាអ្វី ? តើវាជាអារម្មណ៍ដែលអ្នកទទួលបាន ពេលនរណាម្នាក់លូចយកនំមួយដែលអ្នក
ចូលចិត្ត មកដាក់ក្នុងប្រអប់អាហារថ្ងៃត្រង់របស់អ្នកឬ ? តើវាជាការតម្កើងប្រាក់ខែនៅកន្លែងធ្វើការឬ ? ជាការរៀបការ
ជាមួយដៃគូអស់កល្បជានិច្ចរបស់អ្នកឬ ? ទទួលបានអារម្មណ៍ថា បានជ្រះស្អាតពីអំពើបាបតាមរយៈអំណាចនៃដង្វាយធួន
របស់ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទឬ ?

តើសុភមង្គលគឺជាអ្វីៗទាំងអស់ខាងលើនេះឬ ?

ការពិភាក្សានេះនឹងមើលឃើញថា ទាំងដំណឹងល្អ ព្រមទាំងវិទ្យាសាស្ត្រផ្លូវចិត្ត អាចបង្រៀនយើងអំពីសុភមង្គល ។ នៅទំព័រ ១៨ នៃច្បាប់ចេញផ្សាយនេះ អែលឌើរ ជាវីឌី អេ បែដណា ក្នុងក្រុមនៃពួកសាវកដប់ពីរនាក់បង្រៀនយើងពីសេចក្តីពិតដ៏ ចាំបាច់ថា អំណរពិតគឺជាជីវិតដែលផ្តោតលើព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ ។

ស្រដៀងនេះផងដែរ អែលឌើរ ជេប្រូ អ័រ ហូឡិន ក្នុងក្រុមនៃពួកសាវកដប់ពីរ នាក់បានបង្រៀនថា ៖ « សុភមង្គលសំខាន់បំផុត ភាពសុខសាន្តពិតប្រាកដ និងអ្វីៗ ផ្សេងទៀតដែលគៀកទៅនឹងអំណរដូចក្នុងបទគម្ពីរថ្មីនៃគំរូយើងមុនដំបូង និងជា រឿងរហូតនៅក្នុងការរស់នៅតាមដំណឹងល្អរបស់ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ ។ ទស្សនវិជ្ជា និង ប្រព័ន្ធដំណើនទៀតជាច្រើនត្រូវបានសាកល្បង ។ ប្រាកដណាស់ វាហាក់ដូចជា មានសុវត្ថិភាពដើម្បីនិយាយថា ទស្សនវិជ្ជា និងប្រព័ន្ធផ្សេងទៀតត្រូវបានសាកល្បង អស់រយៈពេលច្រើនសតវត្សរ៍នៃប្រវត្តិសាស្ត្រ » ។^១

ប្រសិនបើ គ្រប់ ទស្សនវិជ្ជាផ្សេងទៀតត្រូវបានសាកល្បង នោះបញ្ជីស្រាវជ្រាវ ដិតដល់មួយនឹងពុំអាចដាក់បញ្ចូលបានទេ ។ បើដូច្នេះមែន ចូរពិចារណាពីសេចក្តីពិត នៃលោកិយមួយចំនួនទាក់ទងនឹងរបៀបដើម្បីរករាយ ។

យោងតាមលោកិយ សុភមង្គលយូរអង្វែងគឺស្វែងរកតាមរយៈ ៖

- ការសម្រេចបាននូវភាពចម្រងចម្រើនផ្នែកហិរញ្ញវត្ថុ ជាពិសេសបើហិរញ្ញវត្ថុ នោះ វាមាន រៀនជាង មនុស្សដែលនៅក្បែរអ្នក ។
- មានប្រជាប្រិយភាព ។
- រស់នៅក្នុងជីវិតដែលមានភាពងាយស្រួល មានការលំហែកម្សាន្ត និងមាន ក្តីរីករាយ ។
- ធ្វើដំណើរឆ្ងាយ និងមានបទពិសោធន៍ច្រើនអំពីវត្ថុអច្ឆរិយៈនៃពិភពលោក ដោយផ្ទាល់ខ្លួន ។
- ការសម្រេចបាននូវមុខតំណែងនៃអំណាច ឬសិទ្ធិអំណាចនៅក្នុងមុខរបរ សហគមន៍ ឬក្នុងស្ថានប៉នផ្សេងទៀត ។
- ផ្លាស់ប្តូររូបកាយរបស់អ្នកដើម្បីមើលទៅក្នុងរបៀបជាក់លាក់មួយ ។

តើយុទ្ធសាស្ត្រផ្សេងៗទាំងនេះមានចំណុចរួមអ្វីទៅ ? ចំណុចមួយនោះគឺថា រឿង ទាំងនេះគឺទាក់ទងនឹងកាលៈទេសៈ ។ ប៉ុន្តែដូចប្រធាន រ៉ែសុល អិម ណិលសុន បាន បង្រៀនថា « អំណរដែលយើងមាននោះ វាមានឥទ្ធិពលតិចតួចចំពោះកាលៈទេសៈនៃ ជីវិតយើង ប៉ុន្តែវាមានឥទ្ធិពលខ្លាំងលើអ្វីដែលជីវិតយើងផ្តោតទៅលើ » ។^២

ជាថ្មីម្តងទៀត តើយើងគួរតែផ្តោតចិត្តលើអ្វីទៅដើម្បីស្វែងរកអំណរនោះ ?

ប្រធានណិលសុនបានបង្រៀនថា « សម្រាប់ពួកបរិសុទ្ធច្រើនក្រោយ ព្រះយេស៊ូវ គ្រីស្ទគឺជាអំណរ ! »^៣

អំណរពុំមែនជាអារម្មណ៍មួយដែលល្អងាយនឹងបានប្រសិនបើអ្នកអាច ទទួលវានោះទេ ។ មិនមែនទេ ប្រធានណិលសុនបានពិពណ៌នាពីអំណរថាជា « គោលការណ៍មួយដែលសំខាន់ចំពោះការរស់រានខាងវិញ្ញាណរបស់យើង » ។^៤

ដូច្នេះអំណរ និងសុភមង្គលគឺមានតម្លៃពិតប្រាកដដែលពិបាកនឹងសម្រេច បាន ។ ហើយពួកយើងភាគច្រើនមានឆន្ទៈធ្វើរឿងនេះ ។ អញ្ចឹង ហេតុអ្វីមនុស្ស ជាច្រើន—រួមទាំងមនុស្សសុចរិត—បន្តពុះពារការលំបាក ?

រឿងមួយនោះគឺថា ការលំបាកនោះគឺជាចំណុចសំខាន់ចំពោះមូលហេតុដែល យើងនៅទីនេះក្នុងកន្លែងដំបូងនេះ ។

នៅទីនេះដើម្បីរកចម្រើន

ជួនកាលយើងគិតអំពីសុភមង្គលថា ជាជីវិតមួយដែលគ្មានបញ្ហា ឬ ការលំបាក ។ ប៉ុន្តែ ជីវិតដែលគ្មានការលំបាកនឹងពុំធ្វើឲ្យយើងរីកចម្រើន ដូចដែល យើងមកលើផែនដីនេះដើម្បីទទួលបទពិសោធន៍នេះទេ ។

មានគ្រាមួយនោះអែលឌើរ នែល អេ ម៉ាកស្វែល (១៩២៦–២០០៤) ក្នុងក្រុម នៃពួកសាវកដប់ពីរនាក់បានបង្រៀន ៖

« ជីវិតរបស់មនុស្សម្នាក់ . . . ពុំអាចមានទាំងសេចក្តីជំនឿ និងគ្មានភាពតានតឹង នោះទេ ។ . . .

. . . តើខ្ញុំ និងអ្នកអាចរំពឹងថា ឆ្លងកាត់ជីវិតនេះ ដូចការអធិស្ឋានថា « ឱ ព្រះអម្ចាស់អើយ សូមផ្តល់បទពិសោធន៍ដល់ទូលបង្គំ ប៉ុន្តែពុំមែនជាបទពិសោធន៍ នៃទុក្ខព្រួយ ការកើតទុក្ខ ការឈឺចាប់ ឧបសគ្គ ការក្បត់ និងការបោះបង់ចោលខ្ញុំ ឡើយ ។ ឱព្រះអម្ចាស់អើយ សូមឲ្យខ្ញុំចៀសផុតពីបទពិសោធន៍ទាំងនោះដែលបាន ធ្វើឲ្យទ្រង់ក្លាយជាព្រះ ! បន្ទាប់មក សូមឲ្យទូលបង្គំមក ហើយរស់នៅជាមួយទ្រង់ ហើយទទួលបានអំណររបស់ទ្រង់ទាំងស្រុង ! » »^៥

ប្រាកដណាស់ យើងត្រូវការការលំបាកក្នុងជីវិតដើម្បីរកចម្រើន ហើយការមាន ភាពសុចរិតពិតប្រាកដពុំមែនធ្វើឲ្យយើងគ្មានការងទុក្ខនោះទេ ។ ចូរពិនិត្យ មើលពីជីវិតរបស់ យ៉ូសែប ស្ទីធី, យ៉ូប, ប្រជាជនរបស់អាឈម៉ា និងជាពិសេសគឺ ព្រះអង្គសង្គ្រោះយេស៊ូវគ្រីស្ទ ។^៦

ទេ ការរស់នៅសុចរិត ពុំ អាចរារាំងយើងពីក្តីអំពល់ និងការសាកល្បង ទាំងអស់ទេ ។ គ្មាននរណាដែលថាគ្មានក្តីអំពល់ និងការសាកល្បងទេ ។ ប៉ុន្តែអ្នកក៏អាចរំពឹងដល់ជំនួយ និងការព្យាបាលពីព្រះផងដែរ (សូមមើល អាឈម៉ា ៣៦:៣,២៧) ។ អែលឌើរ នែល អិល អាន់ឌើរសិន ក្នុងក្រុមនៃ ពួកសាវកដប់ពីរនាក់បានបង្រៀនថា « សម្រាប់បងប្អូនជាអ្នកសុចរិត អង្គប្រោស ឲ្យជាដល់ព្រលឹងយើងនឹងប្រោសរូបសម្បែងយើងឲ្យជាទៅតាមកាលវេលា និងរបៀប របស់ទ្រង់ » ។^៧

ប្រសិនបើអ្នកកំពុងមានអារម្មណ៍ថាមានរូស នោះការព្យាបាលគឺស្ថិតនៅក្នុង រង្វង់ដៃអ្នក ។ រឿងនោះអ្នកអាចមានភាពប្រាកដប្រជាបាន (សូមមើល ម៉ូសាយ ១៤:៤–៥) ។

សុភមង្គល និងតំណពូជ

រឿងមួយត្រូវពិចារណានោះគឺ ៖ ការស្រាវជ្រាវបានបង្ហាញថា ផ្នែកសំខាន់នៃ អារម្មណ៍ជាមូលដ្ឋានរបស់យើង សុខភាពផ្លូវចិត្ត និងសុភមង្គលសមស្របដែល ដំណើរការពីមួយថ្ងៃទៅមួយថ្ងៃនោះ អាចជះឥទ្ធិពលមកពីតំណពូជ ។

មនុស្សគ្រប់គ្នាពុំមានរាងកាយ ឬពណ៌សក់ដូចគ្នាទេ ។ ស្រដៀងគ្នានេះដែរ មនុស្សគ្រប់គ្នាពុំមានលក្ខណៈធម្មជាតិនៃភាពរីករាយដូចគ្នាដែរ ។ ប៉ុន្តែនោះគ្រាន់តែ ជាផ្នែកតូចមួយនៃរឿងជីវិតប៉ុណ្ណោះ ។

ហើង ស្ទើរ សាស្ត្រាចារ្យនៅសាកលវិទ្យាល័យ ព្រិកបាំ យ៉ង់ បានសរសេរ ថា « តើមានអ្វីកើតឡើងប្រសិនបើតំណពូជរបស់អ្នកផ្តល់ការបំណិះបំផ្លាញ ជាច្រើនដល់ជីវិតអ្នកនោះ ? តើវាមានន័យថា អ្នកពុំអាចធ្វើអ្វីបានទេ—នោះ មានន័យថា អ្នកមិនធ្លាប់រីករាយទេ ហើយគ្មានអ្វីដែលអ្នកអាចដោះស្រាយ នឹងវាបានទេមែនទេ ? ទេមិនពិតទេ ។ . . . ប្រសិនបើសារធាតុគីមីនៅក្នុងខួរ ក្បាលរបស់អ្នកពុំដំណើរការតាមធម្មតា ដោយសារតែនិន្នាការតំណពូជ (គេ

ស្គាល់ថាជា ជំងឺបាក់ទឹកចិត្ត ការថប់បារម្ភ ជាដើម) នោះមានការព្យាបាល និង ការអនុវត្តដែលអាចធ្វើឲ្យសារធាតុគីមីទាំងនោះមកក្នុងកម្រិតមួយនៃសុខភាពល្អ ផងដែរ » ។^៤

សូមពិនិត្យមើលយុទ្ធសាស្ត្រចេតនាមួយចំនួន—យុទ្ធសាស្ត្រមួយចំនួនបានមកពី ដំណឹងល្អ ហើយយុទ្ធសាស្ត្រផ្សេងទៀតមកពីការសិក្សារបស់វិទ្យាសាស្ត្រ—ដែលអាច បង្កើនឱកាសរបស់យើងឆ្ពោះទៅរកសុភមង្គល ។

យុទ្ធសាស្ត្រប្រាំបួនយ៉ាងរបស់មនុស្សរីករាយ



យុទ្ធសាស្ត្រទី ១ ៖ រស់នៅតាមដំណឹងល្អ

ដូចប្រធានណិលសុន ដែលខ្សែហ្វូឡិន ដែលខ្សែបែបផលានិងថ្នាក់ដឹកនាំ ផ្សេងទៀត បង្រៀន សុភមង្គលពិតប្រាកដកើតមកពីការរស់នៅតាមដំណឹងល្អ ។ ដំណឹងល្អនៃព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទក៏អាចនិយាយបានថាជា « ផែនការនៃសុភមង្គល » ផងដែរ (សូមមើល អាលម៉ា ៤២:៨) ។ ព្រះគម្ពីរមានពោរពេញដោយការទូន្មាន អំពីការរស់នៅដោយសុចរិតតម្រូវឲ្យមានសម្រាប់សុភមង្គលពិតប្រាកដ (សូមមើល នីហ្វេទី ២:១៣ និង ម៉ូសាយ ២:៤១ ជាឧទាហរណ៍ក្នុងចំណោមគម្ពីរ ជាច្រើន) ។

វាសាមញ្ញ វាមានអំណាច ហើយវាជាមូលដ្ឋានគ្រឹះ ។ ការឱបក្រសោប និង ការរស់នៅតាមដំណឹងល្អរបស់ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទទាំងស្រុងគឺជាជំហានដ៏សំខាន់ បំផុតដែលអ្នកអាចធ្វើបាន ក្នុងការស្វែងរកអំណរ និងសុភមង្គលកាន់តែប្រសើរ នៅក្នុងជីវិតនេះ និងជីវិតបន្ទាប់ ។

យុទ្ធសាស្ត្រទី ២ ៖ ចំណាយពេលវេលារបស់អ្នក « ចូលរួមក្នុងប្រយោជន៍ល្អ » (គោលលទ្ធិ និងសេចក្តីសញ្ញា ៥៨:២៧)

ការគ្រងមរតកនូវភាពសំណាងមួយដែលអនុញ្ញាតឲ្យអ្នកស្នាក់នៅឆ្នេរសមុទ្រជារៀងរហូត នឹងធ្វើឲ្យអន្តរាយដល់សុភមង្គលរបស់អ្នកយ៉ាងពិតប្រាកដ—ទោះបីជាពិភព លោកប្រាប់អ្នកថាត្រឹមត្រូវក្តី ។ សេចក្តីពិតនោះគឺថា យើងត្រូវបន្តចូលរួមក្នុងកិច្ចការដើម្បីមានភាពរីករាយ ។

« ព្រៃឫស្សី ឌី វ៉ែលីស បាននិយាយត្រូវ ៖ « សុភមង្គលពុំកើតមកដោយសារតែមានប្រាក់ច្រើននោះទេ វាកើតឡើងដោយសារតែអំណរនៃការសម្រេចបានអ្វីមួយ នៅក្នុងកិច្ចខិតខំច្នៃប្រឌិតដ៏អស្ចារ្យ » ។^៥

កិច្ចការប្រកបដោយអត្ថន័យបង្កើតភាពពេញចិត្តពេញថ្លើមដែលយើងពុំអាចទទួលបានតាមរបៀបផ្សេងទៀតឡើយ ។

អែលឌើរ អូលីសេស សូរ៉េស ក្នុងក្បួននៃពួកសាវ័កដប់ពីរនាក់បានបង្រៀនថា « ជាទូទៅការសម្រេចបានសុភមង្គលគឺទាក់ទងនឹងការខិតខំយ៉ាងយូរអង្វែងសម្រាប់អ្វីមួយ ដែលកាន់តែសំខាន់ក្នុងជីវិត » ។^៦ កិច្ចការប្រកបដោយអត្ថន័យបែបនេះគឺវាលើសពីការងារ ឬមុខរបរមួយទៅទៀត ។ វាមានការចិញ្ចឹមកូន ការបម្រើនៅក្នុងសាសនាចក្រ ឬស្ម័គ្រចិត្តដោយប្រើពេលវេលា និងទេពកោសល្យរបស់អ្នក ។

យុទ្ធសាស្ត្រទី ៣ ៖ ជ្រើសរើសយកអំណរគុណ

អំណរចំពោះការជ្រើសរើសដើម្បីរស់នៅជាមួយនឹងអំណរគុណគឺអាចមាន ការផ្លាស់ប្តូរលើការគិតប្រចាំថ្ងៃថា ជាវិធីការអនុវត្តគឺសំដៅលើវិធីមួយដើម្បី « រំលឹកខ្លួនឯងរបស់អ្នក » ។

ចូរមានភាពទៀងត្រង់—សូម្បីតែពេលជីវិតដំណើរការទៅយ៉ាងរលូន នោះបុគ្គល ដែលសម្លឹងឃើញផ្ទៃឆ្ងាយអាចនៅតែចាប់យកអ្វីមួយមកត្អូញត្អែរ ។ ប៉ុន្តែភាពផ្ទុយ គ្នាពីពិតផងដែរ ៖ ទោះបីជាមានរឿងលំបាកយ៉ាងណាក្តី យើងអាចរកឃើញអ្វីមួយ ដើម្បីថ្លែងអំណរគុណ ជានិច្ច ។

ហើយនោះគឺជាកន្លែងដែលអ្វីល្អៗកើតឡើង ។

នេះគឺជារឿងសាមញ្ញមួយ ប៉ុន្តែជាពិសោធន៍មួយដ៏មានអំណាច ៖ ព្យាយាមរក្សា កំណត់ហេតុនៃអំណរគុណ ។ រៀងរាល់ថ្ងៃយ៉ាងហោចណាស់រយៈពេលបីសប្តាហ៍ សូមកត់ត្រារឿងបីដែលអ្នកមានអំណរគុណដែលបានកើតឡើងនៅ ថ្ងៃនោះ ។ លើស ពីនេះទៅទៀត សូមបន្ថែមកិច្ចការទូទៅមួយចំនួនដែលអ្នកមានអំណរគុណដោយ សេរី ដូចជាផ្កា គ្រួសារ ឬអាហារ ។

មិនយូរប៉ុន្មាន អ្នកនឹងឃើញថា អ្នកពុំគ្រាន់តែកត់សម្គាល់ឃើញថា អ្នកអាច បន្ថែមកិច្ចការទាំងនោះយ៉ាងស្រួលទៅក្នុងបញ្ជីអ្នកទេ អ្នកថែមទាំងចាប់ផ្តើមរំពឹងចង់ ស្វែងរកវាយ៉ាងពិតប្រាកដទៀតផង ។ ការរស់នៅប្រកបដោយអំណរគុណកាន់តែ ច្រើន ជួយអ្នកឲ្យរកឃើញអំណរនៅក្នុងកាលៈទេសៈបច្ចុប្បន្នរបស់អ្នក ដែលមាន ឥទ្ធិពលសំខាន់ និងផ្ទាល់លើសុខុមាលភាពរបស់អ្នក ។^{១១}



ទស្សនវដ្ត *Forbes* រាយការណ៍ថា « ការបណ្តុះឲ្យមានអំណរគុណពុំអស់ថ្ងៃអ្វីទេ ហើយវាពុំចំណាយពេលច្រើនដែរ ប៉ុន្តែវាផ្តល់ផលប្រយោជន៍ដ៏ច្រើនលើសលុប » ។^{១២} តើអ្នកមានអំណរគុណដល់អ្វីខ្លះនៅថ្ងៃនេះ ?



យុទ្ធសាស្ត្រទី ៤ ៖ ចំណាយពេលនៅខាងក្រៅ

ចំណាយពេលវេលានៅខាងក្រៅផ្ទះ ជាពិសេសនៅក្នុងធម្មជាតិ ផ្តល់ ប្រយោជន៍ដល់អ្វីៗគ្រប់យ៉ាង ដូចជាបន្ទុកការថប់បារម្ភ និងចង្វាក់បេះដូង ឬជម្រះ ចិត្តរបស់អ្នក ។

ទស្សនវដ្ត *Time* បានរាយការណ៍លើការសិក្សាមួយអំពីសមត្ថភាពរបស់ ធម្មជាតិក្នុងការធ្វើឲ្យយើងស្រស់ស្រាយឡើងវិញ ។ យោងតាមការសិក្សានោះ « មនុស្សចាប់ផ្តើមមានអារម្មណ៍ស្តារផ្នែកផ្លូវចិត្តមកវិញ បន្ទាប់ពីអង្គុយនៅក្រៅផ្ទះ រយៈពេល ១៥ នាទី ទាំងអង្គុយនៅក្នុងសួនឧស្សាន និងក្នុងព្រៃ » ។^{១៣}

វាពិតជាដើម្បីទទួលបានអារម្មណ៍រីករាយ ប្រសិនបើយើងមានអារម្មណ៍ខ្សោយ និងថប់បារម្ភនោះ ។ សូមព្យាយាមទៅក្រៅផ្ទះរយៈពេលកន្លះម៉ោង ឬជាច្រើនថ្ងៃ ក្នុងសប្តាហ៍ នៅក្រៅកាន់តែច្រើនតាមដែលអ្នកអាចធ្វើវាបាន ។ ហេតុអ្វីពុំចេញទៅ ក្រៅ ហើយរីករាយនឹងវាឲ្យកាន់តែញឹកញាប់ទៅ ?

យុទ្ធសាស្ត្រទី ៥ ៖ កំណត់ការមើលឧបករណ៍អេឡិចត្រូនិច

ការមើលឧបករណ៍អេឡិចត្រូនិចច្រើនពេក គឺពុំល្អសម្រាប់សុខភាពរបស់យើងទេ ។ ពេលវេលាដែលអ្នកចំណាយពេលមើលអ្នករៀនទូរទស្សន៍ កុំព្យូទ័រ ឧបករណ៍តាប្លិក ឬទូរសព្ទបន្តទៀត ហើយអាចមានឥទ្ធិពលអវិជ្ជមានដល់សុខភាពផ្លូវចិត្តរបស់អ្នកផងដែរ ។ អ្នកនិពន្ធឈ្មោះ ជីន អិម ឆេង ដែលបានលក់សៀវភៅដាច់បំផុត បានសិក្សាពីប្រធានបទនេះច្រើន បានពន្យល់ថា ៖ « កាលណា [មនុស្ស] ចំណាយពេលកាន់តែច្រើនមើលឧបករណ៍អេឡិចត្រូនិច នោះពួកគេត្រូវបានគេយករណ៍ថា មានធាតុសញ្ញាជំងឺបាក់ទឹកចិត្តកាន់តែច្រើន » ។^{១៤}

ប្រធានណិលសុនបានមានប្រសាសន៍ថា « ប៉ុន្តែបើប្អូនកំពុងផ្ដោតកាន់តែខ្លាំងទៅលើប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយសង្គម ជាងប្អូនផ្ដោតទៅលើការឱ្យប្រាប់ពីព្រះវិញ្ញាណ នោះប្អូនកំពុងដាក់ខ្លួនប្អូនទៅក្នុងហានិភ័យខាងវិញ្ញាណហើយ—ក៏ដូចជាហានិភ័យក្នុងការជួបនឹងភាពងាយ និងភាពអស់សង្ឃឹមខ្លាំងផងដែរ ។ »^{១៥}

ដូច្នេះសូមធ្វើវា សូមចំណាយពេលខ្លះឲ្យខ្លួនឯងនៅឆ្ងាយពីឧបករណ៍អេឡិចត្រូនិច ។ អ្នកនឹងមានអំណរគុណដល់ខ្លួនឯងនៅពេលក្រោយ ។

យុទ្ធសាស្ត្រទី ៦ ៖ ចូរនៅក្នុងបច្ចុប្បន្នកាល

ប្រសិនបើអ្នកគឺជាមនុស្សលោក នោះមានឱកាស ១០០ ភាគរយដែលអ្នកនឹងនិយាយ ឬធ្វើអ្វីដែលអ្នកពុំចង់ធ្វើ ។ ជាទូទៅគឺមានអ្វីៗជាច្រើន ។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ អ្វីដែលប្លែកនោះគឺថា មនុស្សភាគច្រើនជ្រើសរើសឱបក្រសោបគ្រាដែលដក់ជាប់ក្នុងគំនិតរបស់ពួកគេ ។

ចន បាយដី អ្នកនិពន្ធជាពួកបរិសុទ្ធច្នៃចុងក្រោយសរសេរពីបញ្ហានានានៃការនៅក្នុងភាពអតីតកាល ៖ « មនុស្សរងទុក្ខគឺជាមនុស្សដែលគិតពីកំហុសខ្លួនកាលពីអតីតកាល ។ ពួកគេគិតពីវិប្បដិសារី និងកំហុសរបស់ពួកគេរៀងរាល់ថ្ងៃ ។ ពួកគេនិយាយប្លែងដូចជា < ខ្ញុំគួរតែ > , < ខ្ញុំអាច > , < ហេតុអ្វីខ្ញុំមិន ? > , និង < ប្រសិនបើគ្រាន់តែ > ។ ពួកគេពុំសម្លឹងមើលទៅមុខទេ ដោយសារពួកគេពុំឈប់គិតពីអ្វីដែលពួកគេធ្លាប់ធ្វើពីអតីតកាលឡើយ » ។^{១៦}

គាត់ក៏សរសេរអំពីបញ្ហាស្រដៀងគ្នានេះពីការគិតច្រើនពីអនាគតផងដែរ ៖ « មនុស្សរងទុក្ខរកមើលព្រឹត្តិការណ៍ខាងក្រៅមួយចំនួនដែលធ្វើឲ្យពួកគេរីករាយ ។ < ពេលណាខ្ញុំបញ្ចប់ការសិក្សាភ្លាម ខ្ញុំនឹងរីករាយ > ។ ពេលពួកគេបញ្ចប់ការសិក្សាពួកគេនិយាយថា < មែនហើយ ពេលណាខ្ញុំមានការងារធ្វើ នោះខ្ញុំនឹងរីករាយ > ។ បន្ទាប់ពីពួកគេបានការងារធ្វើ នោះពួកគេនិយាយថា < មែនហើយ ពេលណាខ្ញុំរៀបការ នោះខ្ញុំនឹងសប្បាយហើយ > ។ . . . ប្រសិនបើអ្នកត្រូវបានកំណត់ថានឹងរងទុក្ខ នោះសូមគិតថា ជីវិតនេះគឺដូចជាបន្ទប់រង់ចាំមួយ ហើយសុភមង្គលគឺដូចជាវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក » ។^{១៧}

យើងមានទំនោរស្វែងរកសុភមង្គល និងសុខុមាលភាពដ៏មហិមា ពេលយើងរស់នៅ និងផ្ដោតលើអ្វីដែលកំពុងកើតឡើងក្នុងជីវិតយើងបច្ចុប្បន្ននេះ ។

នៅក្នុងសុខភាពផ្លូវចិត្ត និងរង្វង់នៃចិត្តវិទ្យា ពាក្យថា « ការយកចិត្តទុកដាក់ » គឺជារបៀបពិពណ៌នាដោយខ្លីពីការចូលរួមទាំងស្រុងក្នុងគ្រានោះ ។

អ្នកជំនាញផ្នែកផ្លូវចិត្តផ្តល់ការទូន្មានថា « ការភ័យខ្លាច និងភាពសង្ស័យអំពីអតីតកាល និងអនាគតកាលអាចធ្វើឲ្យមានការពិបាក ដើម្បីរីករាយនឹងបច្ចុប្បន្នកាលទាំងស្រុង » ។^{១៨}

នេះគឺជាយោបល់គន្លឹះមួយចំនួនដើម្បីអនុវត្តការរស់នៅដោយមានការយកចិត្តទុកដាក់ ៖

១. រក្សាកំណត់ហេតុអំណរគុណ (សូមមើលយុទ្ធសាស្ត្រទី ៣ ខាងលើ) ជាពិសេសធ្វើបញ្ជីនូវកិច្ចការមួយចំនួនដែលអ្នកមានអំណរគុណចាប់ពីថ្ងៃនោះ ។
២. ចំណាយពេលសមាធិជារៀងរាល់ថ្ងៃ ។ រកកន្លែងមានភាពសុខសាន្តមួយដើម្បីអង្គុយដោយគ្មានការរំខាន ។ បិទភ្នែក ហើយផ្ទុះអារម្មណ៍ស្តាប់ដង្ហើមរបស់អ្នក ។ ប្រសិនបើមានគំនិតអ្វីមួយផុសឡើង សូមទទួលស្គាល់វា ស្វែងយល់ចិត្តពីវា បន្ទាប់មកត្រឡប់ទៅផ្ទុះលើដង្ហើមរបស់អ្នកវិញ ។ ធ្វើដូច្នេះដូចជាចម្លែកណាស់ ប៉ុន្តែវាជាការអនុវត្តផ្លូវចិត្តមួយដ៏អស្ចារ្យ សម្រាប់ការផ្ដោតទៅលើបច្ចុប្បន្នកាល ។
៣. ផ្ដោតចិត្តទុកដាក់កាន់តែខ្លាំងលើកិច្ចការប្រចាំថ្ងៃដែលអ្នកតែងតែធ្វើដោយពុំគិតពីវា ដូចជាការលាងចាន បើកបរ ឬស្នើតែការបរិភោគអាហារ ។ ទទួលអារម្មណ៍ថា ទឹកសាប៊ូមាននៅលើដៃរបស់អ្នក ។ សង្កេតមើលដើមឈើ មនុស្ស និងអគារពេលអ្នកបើកបរលើផ្លូវ ។ ភ្ជក់រសជាតិ និងរីករាយគ្រប់ម៉ោងនៃអាហារដែលបរិភោគ ។
៤. អធិស្ឋានដើម្បីដឹងពីមនុស្សដែលត្រូវការជំនួយរបស់អ្នកនៅថ្ងៃនោះ ។ បន្ទាប់មក ផ្ដោតចិត្តទុកដាក់ និងរៀបចំខ្លួនដើម្បីអនុវត្តវា ។
៥. ផ្លាស់ប្តូរទម្លាប់របស់អ្នកពីមួយគ្រាទៅមួយគ្រា ហើយប្តូរផ្លូវថ្មីដើម្បីធ្វើដំណើរទៅផ្ទះ រៀនស្គាល់ហាងលក់គ្រឿងទេសផ្សេងៗដែលមិនធ្លាប់ស្គាល់ ឬផ្លាស់ប្តូរសកម្មភាពជាទូទៅដែលអ្នកធ្លាប់ធ្វើពេលល្ងាច ។

យុទ្ធសាស្ត្រទី ៧ ៖ មានទំនាក់ទំនងជាមួយមនុស្សដទៃ

នៅក្នុងស្ថានភាពនៃសុភមង្គល និងសុខភាព ការផ្ដោតលើទំនាក់ទំនងប្រកបដោយអត្ថន័យគឺសំខាន់ណាស់ ។

បណ្ឌិត អិមម៉ា សេប៉ាឡា បានសរសេរថា « ទំនាក់ទំនងសង្គមរឹងមាំ ៖

- នាំឲ្យមានឱកាសបង្កើនអាយុរស់នៅបានយូរដល់ទៅ ៥០ % ។
- ធ្វើឲ្យប្រព័ន្ធការពាររាងកាយរឹងមាំ ។ . .
- ជួយអ្នកឲ្យជាសះស្បើយពីជំងឺកាន់តែឆាប់រហ័ស » ។

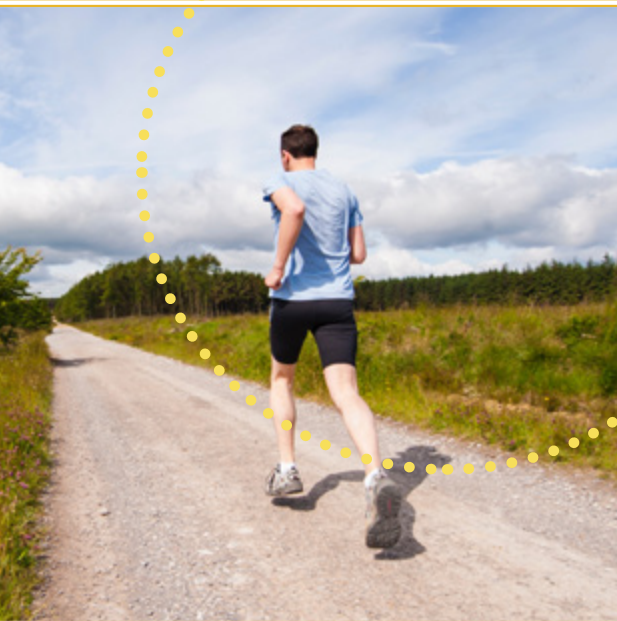
គាត់បានបន្តថា « មនុស្សដែលមានអារម្មណ៍ថា មានទំនាក់ទំនងច្រើនជាមួយមនុស្សដទៃ មានការថប់បារម្ភ និងជំងឺបាក់ទឹកចិត្តក្នុងកម្រិតទាបជាងធម្មតា » ។^{១៩}

ពេលនិយាយអំពីទំនាក់ទំនងប្រកបដោយអត្ថន័យ ទំនាក់ទំនងដ៏ជ្រាលជ្រៅមួយចំនួនគឺប្រហែលជាល្អជាងទំនាក់ទំនងរាក់កំផែល ។ យើងពុំដាក់កាលវិភាគ

ម៉ោងទំនេរបស់យើងជាមួយនឹងព្រឹត្តិការណ៍សង្គមជាប់ជានិច្ចទេ ប៉ុន្តែយើងត្រូវការទំនាក់ទំនងជាមួយមនុស្សយ៉ាងខ្លាំង ។ ទោះបីសម្រាប់មនុស្សដែលមានភាពង្រៀនខ្មាសក្តី មានរបៀបជាច្រើនដើម្បីបង្កើតទំនាក់ទំនងជ្រាលជ្រៅក្នុងចំណោមរង្វង់មិត្តភក្តិ និងគ្រួសារ ។

មានគ្រាមួយនោះ អែលឌើរ ខៀចើរ អេហ្វ អុដដូហ្វ ក្នុងក្រុមនៃពួកសាវកដប់ពីរនាក់ បានបង្រៀនទាក់ទងនឹងគ្រួសារថា « ក្នុងទំនាក់ទំនងក្រុមគ្រួសារ សេចក្តីស្រឡាញ់ តាមពិតទៅត្រូវប្រកបថា ពេលវេលា » ។^{២០}

ដោយសារអ្នកបានផ្តល់ពេលដល់ខ្លួនឯងនូវពេលវេលាបន្ថែម តាមរយៈការកាត់បន្ថយម៉ោងប្រើប្រាស់ឧបករណ៍អេឡិចត្រូនិច (ដូចខ្ញុំបានលើកទឹកចិត្តឲ្យអ្នកធ្វើនៅខាងលើ) នោះសូមគិតពីការជំនួសឲ្យមើលវា មកជាការមានទំនាក់ទំនងជួបផ្ទាល់វិញ ។ ការផ្តល់ការងារបម្រើសួរសុខទុក្ខ កម្មវិធីកីឡា ការចូលរួមក្តីប្រមូលគ្រា . . . ឬអ្វីក៏ដោយដែលឲ្យអ្នកមានទំនាក់ទំនងជាមួយមនុស្សដទៃ អាចជួយបង្កើនសុភមង្គល និងសុខុមាលភាពរបស់អ្នក ។



យុទ្ធសាស្ត្រទី ៨ ៖ ថែទាំព្រះវិហារបរិសុទ្ធរបស់អ្នក

ការសម្រាកឲ្យបានល្អ បរិភោគអាហារមានជីវជាតិ ហើយហាត់ប្រាណឲ្យគ្រប់គ្រាន់ អាចបង្កើនឲ្យអ្នកមានសុភមង្គលច្រើន ។ អារម្មណ៍យើងមានទីតាំងក្នុងខួរក្បាលយើង ហើយដូចជាសំរោងផ្សេងៗទៀតក្នុងខ្លួនយើងដែរ វាទទួលបានប្រយោជន៍ច្រើន តាមរយៈការកែលម្អនូវការហ្វឹកហ្វាត់សុខភាព ។

ជំហានដែលអ្នកត្រូវធ្វើដើម្បីកែលម្អសុខភាពរូបកាយរបស់អ្នក រួមមានទាំងការជួយដល់ខួរក្បាលអ្នក ដែលជាផ្នែកនៃរូបកាយខាងសាច់ឈាមរបស់អ្នក ។ វាអាចជួយឲ្យអ្នកគិតបានប្រសើរ ផ្ដោតចិត្តកាន់តែច្បាស់ ហើយធ្វើឲ្យផ្លូវចិត្តអ្នកមានលំនឹង ។

ជាមួយនឹងទម្លាប់សុខភាព ច្បាប់ល្អៗគឺត្រូវចាប់ផ្តើមសន្សឹមៗ ហើយធ្វើការផ្លាស់ប្តូរម្តងមួយៗ ។ ចាប់ផ្តើមជាមួយនឹងកិច្ចការតូចៗ ដូចជាការដើរឲ្យបានច្រើន ឬការកែលម្អអ្វីដែលអ្នកបរិភោគ ប្រសិនបើអាចធ្វើទៅបាន ។ បន្ថែមការផ្លាស់ប្តូរបន្តិចបន្តួចជាប្រចាំ ។

យុទ្ធសាស្ត្រទី ៩ ៖ សម្លឹងមើលទៅក្រៅ

យុទ្ធសាស្ត្រទាំងប្រាំបីមុនហាក់ដូចជាជាក់ស្តែងជាងយុទ្ធសាស្ត្រចុងក្រោយនេះ ប៉ុន្តែជាញឹកញយៗសុភមង្គលត្រូវបានរកឃើញ ពេលអ្នកពុំផ្ដោតលើវាដោយផ្ទាល់នោះ ។

អែលឌើរហ្វឡិនបានបង្រៀនថា ៖ « សុភមង្គលពុំងាយរកឃើញដោយការរត់ត្រង់ទៅរកវានោះទេ ។ ជាទូទៅវាពិបាកយល់ មិនចិត្តថេរ សាំញ៉ាំ ។ ប្រសិនបើអ្នកពុំបានដឹងពីវាទេ នោះអ្នកនឹងដឹងនៅប៉ុន្មានឆ្នាំខាងមុខទៀត ដែលភាគច្រើនសុភមង្គលកើតមានដល់យើង ពេលយើងរំពឹងចង់បានវាតិចបំផុត ពេលយើងកំពុងរស់ធ្វើអ្វីផ្សេងទៀត ។ សុភមង្គលគឺស្ទើរតែជាលទ្ធផលនៃការខិតខំមួយចំនួនផ្សេងទៀត » ។^{២១}

ចូរធ្វើអ្វីគ្រប់យ៉ាងដែលអាចធ្វើបានទាំងអស់ ដើម្បីបណ្តុះយុទ្ធសាស្ត្រ និងទម្លាប់សម្រាប់សុភមង្គល ។ បន្ទាប់ពីធ្វើអស់ពីសមត្ថភាពយើងរួចហើយ នោះវាដល់ពេលដែលយើងត្រូវសម្លឹងទៅមនុស្សដទៃ ហើយទុកឲ្យសុភមង្គលស្វែងរកយើង ពេលយើងព្យាយាមជួយមនុស្សដទៃ ។

សុភមង្គល និងជំងឺផ្លូវចិត្ត

ពេលនិយាយពីលក្ខខណ្ឌនៃការព្យាបាលដូចជាជំងឺផ្លូវចិត្ត និងការថប់បារម្ភ នោះ សុភមង្គលបានប្រកាន់តែជាវត្ថុបំណងដ៏សំខាន់ ។ នៅយប់ជ្រៅដែលខ្ញុំបានញ្ជូនដូច ខ្ញុំបានរៀបរាប់ពីដើមនោះ បានប្រែទៅជាសញ្ញានៃការថប់បារម្ភ ដែលកើតឡើងមកពី ជំងឺបាក់ទឹកចិត្ត ។

ក្នុងជីវិតខ្ញុំ ពេលខ្ញុំបានស្ថិតនៅក្នុងភាពលំបាក និងពុំប្រាកដប្រជា នោះវាជា ជំងឺបាក់ទឹកចិត្ត ដែលខ្ញុំពុំអាច « ជ្រើសរើសដើម្បីមានអារម្មណ៍រីករាយ » ជាង ការជ្រើសរើសកម្មស្នេហា ឬពុំពុំក្នុងរបស់ខ្ញុំទេ ។

អ្វីដែលខ្ញុំអាចជ្រើសរើស ជាជំងឺ នោះគឺការវាយតម្លៃទៅនឹងការលំបាកនោះ ។ ខ្ញុំអាចស្វែងរកជំនួយពីព្រះ ។ ខ្ញុំអាចប្រើឧបករណ៍ទាំងអស់ដែលខ្ញុំមាន រាប់តាំងពី សេចក្តីជំនឿ និងការអធិស្ឋានរហូតដល់ថ្នាំព្យាបាល ។

សម្រាប់ខ្ញុំ ការងើបចេញពីស្ថានភាពបាក់ទឹកចិត្តអស់រយៈពេលជាច្រើន ឆ្នាំនេះប្រកបដោយជោគជ័យ ទាក់ទងនឹងមធ្យោបាយផ្សេងៗជាច្រើនជាដើម ។ ខ្ញុំត្រូវយកចិត្តទុកដាក់លើសុខភាពរាងកាយខ្ញុំ (ហាត់ប្រាណ អាហារឧបត្ថម្ភ ការសម្រាក) សុខភាពខាងវេជ្ជសាស្ត្ររបស់ខ្ញុំ (ថ្នាំព្យាបាល វិធានការ ការប្រឹក្សា ជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិត) សុខភាពផ្លូវចិត្តខ្ញុំ (ការប្រឹក្សា ទំនាក់ទំនងជាមួយមនុស្សដទៃ) និងសុខភាពខាងវិញ្ញាណរបស់ខ្ញុំ (ការអធិស្ឋាន ការសិក្សាព្រះគម្ពីរ ការប្រើក្នុង សាសនាព្រះ ពេលវេលានៅក្នុងព្រះវិហារបរិសុទ្ធ) នៅក្នុងរង្វាស់សមតុល្យមួយ ។

ទោះបីជាមានគ្រាលំបាកដ៏លឿនជាងមួយចំនួនដែលខ្ញុំធ្លាប់ជួបរយៈពេលជាច្រើន ឆ្នាំដោយសារជំងឺបាក់ទឹកចិត្ត ខ្ញុំមានពេលវេលាបានដកបទពិសោធន៍នៃសុភមង្គល និងភាពរីករាយមាន ស្ទើរតែគ្រប់ពេល ។ ខ្ញុំមានអារម្មណ៍ជ្រាលជ្រៅដល់អ្នកដែលរង ឥទ្ធិពលនៃជំងឺផ្លូវចិត្តខ្លាំងជាង និងជាប់លាប់ជាងខ្ញុំ ប៉ុន្តែខ្ញុំជឿជាក់ថា ចំពោះអ្នក ព្រះអម្ចាស់រំលែកភាពនឹងព្យាបាលភាពសោកសៅទាំងអស់របស់អ្នក (សូមមើល យ៉ូហាន ១៤:២៧) ។

ជំងឺបាក់ទឹកចិត្តប្រាប់រឿងកុហកជាច្រើនទាក់ទងនឹងសុភមង្គល ។ វាធ្វើឲ្យយើង មានអារម្មណ៍ថា រឿងទាំងនោះពុំអាចកើតបានទេ ។ ថ្នាំបន្សាបជំងឺមានប្រសិទ្ធភាព មួយចំពោះការកុហកពិសេសនេះ—យ៉ាងហោចណាស់សម្រាប់ខ្ញុំ—គឺកម្រើកឡើង នៅក្នុងទំនុកចិត្តដែលខ្ញុំចូលចិត្ត « សូមទុកចិត្តទ្រង់ » ។

សូមទុកចិត្តទ្រង់ ព្រះអ្នកទ្រង់បានយល់ព្រម
ដឹកនាំអនាគតដូចទ្រង់ធ្វើពីមុន ។
ក្តីសង្ឃឹម និងការទុកចិត្តអ្នកដាក់ពាក្យឡើយ
រឿងកំបាំងនឹងស្តែងឡើយ ។^{២២}

វាពិតខ្លាំងណាស់ មែនទេ ? ពេលខ្ញុំក្រឡេកមើលក្រោយមើលជីវិតខ្ញុំ ខ្ញុំគ្មាន ការសង្ស័យថា ព្រះបានប្រទានពរ ពង្រឹង និងដឹកនាំខ្ញុំតាមផ្លូវរហូត ។ ដូច្នេះហើយ ខ្ញុំដឹងថា ទ្រង់នឹងជួយខ្ញុំនាពេលអនាគត គឺដូចខ្ញុំដឹងថា ព្រះនឹងដឹកនាំអ្នកលើផ្លូវអ្នក ទៅរកគ្រាជីវិតរាយការជាង ។

តាមរយៈទ្រង់ នោះសុភមង្គលរបស់អ្នកនឹងត្រូវបានធ្វើឲ្យកើតឡើងទាំងស្រុងនា ថ្ងៃណាមួយ ។ ■

កំណត់ចំណាំ

1. ជេហ្វ្រី អ៊ែ ហ្វឡីន « The Gospel Path to Happiness » *Liahona* ខែ កញ្ញា ឆ្នាំ ២០១៧ ទំព័រ ១៧ ។
2. វ៉ែល អ៊ែ ណិលសុន « អំណរនិង ការស្វែងរកនាងវិញ្ញាណ » *Liahona* ខែ វិច្ឆិកា ឆ្នាំ ២០១៦ ទំព័រ ៨២ ។
3. វ៉ែល អ៊ែ ណិលសុន « អំណរនិង ការស្វែងរកនាងវិញ្ញាណ » ទំព័រ ៨២ ។
4. វ៉ែល អ៊ែ ណិលសុន « អំណរនិង ការស្វែងរកនាងវិញ្ញាណ » ទំព័រ ៨១ ។
5. នែល អេ ម៉ាកស្វែល « Lest Ye Be Wearied and Faint in Your Minds » *Ensign* ឆ្នាំ ១៩៩១ ទំព័រ ៨៨ ។
6. សូមមើល អេសាយ ៥៣:៧; ម៉ូសាយ ២៣-២៤ និង យ៉ូសែប ស្តីធ្ម—ប្រវត្តិ ១ ។
7. នែល អ៊ែ អាន់ឌឺរស៊ីន « Wounded » *Liahona* ខែ វិច្ឆិកា ឆ្នាំ ២០១៨ ទំព័រ ៨៦ ។
8. Hank Smith *Be Happy* (ឆ្នាំ ២០១៧) ទំព័រ ១៧-១៨ ។
9. Arthur C. Brooks « A Formula for Happiness » *New York Times* ថ្ងៃទី ១៤ ខែ ធ្នូ ឆ្នាំ ២០១៣ គេហទំព័រ nytimes.com ។
10. អូលីវីយ៉ា ស្តីវីស « Paths to True Happiness » *Liahona* ខែ មេសា ឆ្នាំ ២០១៨ ទំព័រ ៨៦ ។
11. សូមមើល វ៉ែល អ៊ែ ណិលសុន « អំណរនិង ការស្វែងរកនាងវិញ្ញាណ » *Liahona* ខែ វិច្ឆិកា ឆ្នាំ ២០១៦ ទំព័រ ៨១-៨៤ ។
12. Amy Morin « 7 Scientifically Proven Benefits of Gratitude That Will Motivate You to Give Thanks Year-Round » *Forbes* ថ្ងៃទី ២៣ ខែ វិច្ឆិកា ឆ្នាំ ២០១៤ គេហទំព័រ forbes.com ។
13. Florence Williams « How Just 15 Minutes in Nature Can Make You Happier » *Time* ថ្ងៃទី ៧ ខែ កុម្ភៈ ឆ្នាំ ២០១៧ គេហទំព័រ time.com ។
14. Jean M. Twenge « Have Smartphones Destroyed a Generation ? » *The Atlantic* ខែ កញ្ញា ឆ្នាំ ២០១៧ គេហទំព័រ theatlantic.com ។
15. វ៉ែល អ៊ែ ណិលសុន « សង្ឃឹមអ៊ីស្រាអែល » (ការប្រជុំធម្មនិដ្ឋានទូទាំងពិភពលោកសម្រាប់យុវវ័យ ថ្ងៃទី ៣ ខែ មិថុនា ឆ្នាំ ២០១៨) គេហទំព័រ HopeofIsrael.ChurchofJesusChrist.org ។
16. John Bytheway *How to Be Totally Miserable* (ឆ្នាំ ២០០៧) ទំព័រ ៧៥ ។
17. John Bytheway *How to Be Totally Miserable* ទំព័រ ៣៣ ។
18. « Mindfulness » គេហទំព័រ psychologytoday.com ។
19. Emma Seppälä « Connectedness & Health: The Science of Social Connection Infographic » ថ្ងៃទី ១១ ខែ មេសា ឆ្នាំ ២០១៤ គេហទំព័រ emmaseppala.com ។
20. ខៀវចើរ អេស៊ី អុដដូហ្វ « Of Things That Matter Most » *Liahona* ខែ វិច្ឆិកា ឆ្នាំ ២០១០ ទំព័រ ២២ ។
21. ជេហ្វ្រី អ៊ែ ហ្វឡីន « The Gospel Path to Happiness » *Liahona* ខែ កញ្ញា ឆ្នាំ ២០១៧ ទំព័រ ១៦ ។
22. « សូមទុកចិត្តទ្រង់ » ទំនុកចិត្ត លេខ ៦៧ ។



៣ បាននៅពេញមួយយប់ដើម្បីបិទបំបែក
បែកបាក់រូបប្រសូតកម្មនោះចូលគ្នាវិញ ។



ប្រសូតកម្មបាក់បែក

៣ លនៅក្មេង ខ្ញុំទន្ទឹងឲ្យតែបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់
មកដល់ប៉ុណ្ណោះ ។ ពេលម៉ាក់គាត់ដកយក
ប្រអប់នានាដើម្បីដាក់តុបតែង បងប្អូនប្រុសខ្ញុំទាំង
ប្រាំនាក់ និងខ្ញុំដឹងថា បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់បានចាប់ផ្តើម
ហើយ ។ យើងតែងតែរៀបដើមគ្រីស្ទម៉ាស់ជាមួយ
ក្រុមគ្រួសារ ។ ខ្ញុំនៅតែចាំពីគ្រឿងតែងលម្អដែលធ្វើ
ដោយដៃ និងកែវមានពណ៌ក្លឹកជាច្រើន ។

ប៉ុន្តែផ្នែកមួយនៃការតុបតែងនោះ ម៉ាក់បាន
ធ្វើវាដោយខ្លួនគាត់ ។ ជីដូនខ្ញុំបានធ្វើប្រសូតកម្ម
ពីរសិរីឡេនពណ៌សដ៏ស្រស់ស្អាតសម្រាប់ម្តាយខ្ញុំ ។
រៀងរាល់ឆ្នាំ ម៉ាក់រៀបចំដាក់ប្រសូតកម្មនៅលើទម្រ
ធំមួយនៅក្នុងបន្ទប់ទទួលភ្ញៀវ ។ ខ្ញុំចូលចិត្តអង្គុយ
ហើយមើលគាត់ដាក់រូបនីមួយៗតាមកន្លែងរបស់
វា ។ នៅក្រោមរូបនីមួយៗ គាត់បានដាក់អំពូលភ្លើង
ពណ៌សតូចមួយពីខ្សែអំពូលភ្លើង ។ គាត់បានបិទការ

អំពូលចុងក្រោយគេឲ្យជាប់ទៅនឹងទម្រនោះដើម្បីឲ្យ
មានសុវត្ថិភាព ហើយក្រោយមកគាត់បានដោតអំពូល
ភ្លើងនោះទៅនឹងព្រីភ្លើងនៅពីក្រោយកៅអីនៅកាន់ជ្រុង
នោះ ។ ពេលដោតភ្លើងទៅ ទម្រនោះមានទិដ្ឋភាព
ស្រស់ស្អាតណាស់ !

នាយបង្គំ ជិតដល់បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ បងប្អូន
ខ្ញុំរាងឡូឡារក្នុងក្តាំងបន្តិច ។ ពួកបងប្រុសៗបាន
ដេញចាប់ប្អូនប្រុសខ្ញុំ ។ នៅពេលកំពុងកំដៅចាប់
គ្នានោះ ប្អូនខ្ញុំបានពូននៅពីក្រោយកៅអីនៅជាប់នឹង
ទម្រនោះ ។ ពេលបងខ្ញុំបានរកឃើញគាត់ នោះគាត់
បានរត់ដើម្បីគេច ប៉ុន្តែជើងរបស់គាត់បានទាក់នឹងខ្សែ
អំពូលភ្លើងនៅក្រោមប្រសូតកម្មនោះ ។ បងស្អិតតូច
នោះពុំរឹងមាំដើម្បីទ្រជើងគាត់បានឡើយ ។ រូបប្រសូត
កម្មនោះបានធ្លាក់ពីទម្រទៅលើដីដូចក្រហមខាងក្រោម
បែកខ្ចាយជាបំណែកៗ ។

ម៉ាក់បានប្រញាប់ចូលមកបន្ទប់ទទួលភ្ញៀវ ។ ពេល
គាត់បានឃើញអ្វីដែលកើតឡើង គាត់បានយំ ហើយ
បានត្រឡប់ទៅបន្ទប់គាត់វិញ ។ គាត់បានដឹងថា វាជា
រឿងអចេតនា ហើយរូបនោះវាបែកអស់ហើយ ។

នាយបង្គំនោះ បន្ទាប់ពីយើងបានដេកនៅលើគ្រែ
ហើយ ប៉ាបានយកច្នូក និងអំបោស ហើយបោស
សម្អាតបំណែកទាំងនោះដោយប្រុងប្រយ័ត្ន ។ រួច
គាត់បាននៅពេញមួយយប់ដើម្បីបិទបំបែកបែកបាក់
ទាំងនោះចូលគ្នាវិញ ។

រូបប្រសូតកម្មនោះនៅមានស្លាកស្នាមប្រេះមួយ
ចំនួន ។ សត្វគោបាត់ត្រចៀកម្ខាង ។ ហោរាម្នាក់
បាត់មុខគាត់មួយបំណែក ។ អ្នកគង្វាលម្នាក់ត្រូវបាន
បិទការនូវតុដែលមិនមែនជាពីរសិរីឡេននៅផ្នែកមួយ
ចំនួន ។ ប៉ុន្តែដោយអព្ភកហេតុ រូបដែលបែកនោះ
ត្រូវបានជួសជុល ។



អំណោយដ៏ល្អបំផុតដែលខ្ញុំអាចជូន

២ លក្ខណៈស្មោះ និងខ្ញុំចាប់ផ្តើមចូលរួម សាសនាចក្រនៃព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទនៃពួក បរិសុទ្ធច្រើនក្រោយ ខ្ញុំមានអារម្មណ៍ថា ម្តាយខ្ញុំបាន ដឹកនាំពួកយើងទៅទីនោះ ។

ម៉ាកបានទទួលមរណភាពដោយពុំបានរំពឹងទុក នៅថ្ងៃបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់កាលពីពីរឆ្នាំមុន ។ គាត់ គឺជាអ្នកដើរតាមព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទម្នាក់ដ៏ស្មោះត្រង់ និងបន្ទាបខ្លួន ប៉ុន្តែគាត់ពុំធ្លាប់រៀនអំពីដំណឹងល្អ ដែលបានស្តារឡើងវិញទេ ។ បន្ទាប់ពីការរៀនអំពី សាសនាចក្រព្រះពេល ១១ ខែ ស្វាមីខ្ញុំណាវីត កូនស្រីខ្ញុំយេធី និងខ្ញុំបានទទួលបុណ្យជ្រមុជទឹកនៅ ថ្ងៃបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ ។ កាលពីមុនវាជាថ្ងៃដ៏សោកសៅ ដោយសារមរណភាពរបស់ម្តាយខ្ញុំ តែឥឡូវនេះវាគឺជា ថ្ងៃនៃសុភមង្គលសម្រាប់គ្រួសារយើង ដោយសារជីវិត របស់យើងនៅក្នុងដំណឹងល្អ ។

មនុស្សជាច្រើនបានចូលរួមពិធីបុណ្យជ្រមុជទឹក របស់យើង ។ ខ្ញុំរីករាយណាស់ដែលឃើញមានមនុស្ស ជាង ១០០ នាក់បាននៅទីនោះនៅម៉ោង ១០ ព្រឹក នៅថ្ងៃបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់នោះ ។ យើងពុំអាចទទួល អារម្មណ៍នៃក្តីស្រឡាញ់ជាងនោះទេ ។

ពីមុនពិធីបុណ្យជ្រមុជទឹករបស់យើង អ្នកប្រឹក្សា យោបល់ផ្នែកព្រះវិហារបរិសុទ្ធ និងពង្សប្រវត្តិពង្សប្រវត្តិ ស្តេកបានជួយខ្ញុំរៀបចំឈ្មោះម្តាយខ្ញុំ និងឈ្មោះ ជីដូនជីតាមួយចំនួនផ្សេងទៀត ដើម្បីយកទៅព្រះវិហារ បរិសុទ្ធសម្រាប់បុណ្យជ្រមុជទឹក ។

ម្តេចប្រាថ្នាបន្ទាប់ពីបុណ្យជ្រមុជទឹករបស់យើង នៅថ្ងៃទី ១៩ ខែ មករា ឆ្នាំ ២០១៨ គឺជាខួបកំណើត ម្តាយខ្ញុំ យើងបានធ្វើដំណើរលើកដំបូងរបស់យើង

ទៅព្រះវិហារបរិសុទ្ធ នូវផត ប៊ិច កាលីហ្វ័រញ៉ា ។ ខ្ញុំមានអារម្មណ៍ភ័យ ហើយពុំដឹងថារំពឹងអ្វីទេ ប៉ុន្តែ ពេលខ្ញុំបានដើរចូលទៅក្នុងព្រះវិហារបរិសុទ្ធ នោះខ្ញុំ មានអារម្មណ៍សុខសាន្ត ។ វាហាក់ដូចជាគ្មានកន្លែង ណាផ្សេងទៀតដែលខ្ញុំធ្លាប់ទៅឡើយ ។ ក្រុមរបស់ យើងបានជួបជុំគ្នាទៅរកនូវជ្រមុជទឹក ជាកន្លែងដែល ប្រធានព្រះវិហារបរិសុទ្ធបានពន្យល់អំពីសារៈសំខាន់ នៃបុណ្យជ្រមុជទឹកសម្រាប់មរណជន និងពរជ័យដែល មាន ។ ខ្ញុំបានយំទាំងអំណរដោយគិតពីរបៀបដែល បុណ្យជ្រមុជទឹកបានផ្តល់ពរដល់គ្រួសារយើង ។

បន្ទាប់ពីណាវីតបានទទួលបុណ្យជ្រមុជទឹក ឲ្យសមាជិកគ្រួសារប្រុសមួយចំនួនមក គាត់បាន ជ្រមុជទឹកខ្ញុំជំនួសឲ្យសមាជិកគ្រួសារស្រីមួយ ចំនួនរបស់យើង ។ បុគ្គលដំបូងដែលខ្ញុំទទួល បុណ្យជ្រមុជទឹកឲ្យនោះគឺ ម្តាយជាទីស្រឡាញ់របស់ ខ្ញុំ ។ ពេលខ្ញុំបានស្តាប់ឮពាក្យថា « ដែលបានស្លាប់ » នោះខ្ញុំបានយំ ។ ការស្តាប់ឮពាក្យនោះធ្វើឲ្យការស្លាប់ របស់គាត់ដូចជាពិតប្រាកដដែលវាធ្វើឲ្យឈឺចាប់ ។ ប៉ុន្តែក្រោយមក ខ្ញុំបានគិតថា តើមានអំណោយអ្វី ដែលខ្ញុំអាចជូនដល់ម្តាយខ្ញុំនៅថ្ងៃខួបកំណើតគាត់ ជាងអំណោយនៃបុណ្យជ្រមុជទឹកនៅក្នុងព្រះវិហារ បរិសុទ្ធនោះ ?

ខ្ញុំទន្ទឹងរង់ចាំការធ្វើដំណើរជាច្រើនថ្ងៃទៀតទៅ ព្រះវិហារបរិសុទ្ធ ។ ខ្ញុំមានអំណរគុណដើម្បីដឹងថា ខ្ញុំអាចជួយផ្តល់ពរជ័យដល់អស់អ្នកដែលបានស្លាប់ ទៅមុន តាមរយៈពិធីបរិសុទ្ធនៃព្រះវិហារបរិសុទ្ធ ។ នេះគឺជាអំណោយដ៏មហិមា ! ■

ឌីអាន ដាវ៉ាន់នី រដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា ស.រ.អា.

លោកយាយបានស្នើនឹងឲ្យប្រសូតកម្មថ្មី ប៉ុន្តែម៉ាកបានបដិសេធ ។ ម៉ាកខ្ញុំបាននិយាយ ថា ប្រសូតកម្មរបស់គាត់មានអត្ថន័យកាន់តែ ខ្លាំងចំពោះគាត់ក្នុងពេលនេះ ។ វាជានិមិត្តរូប នៃការបូជារបស់ស្វាមីជាទីស្រឡាញ់របស់ គាត់ និងជាការរំលឹកពីសេចក្តីស្រឡាញ់របស់ ព្រះអង្គសង្គ្រោះ ។

ពេលយើងម្នាក់ៗមានការលំបាកក្នុងជីវិត នេះ យើងអាចប្រែជាខូចចិត្តតាមរបៀបមួយ ចំនួន ។ យើងអាចមានអារម្មណ៍ថា បែកខ្ចាយ ជាប់ណែកដែលពុំអាចជួសជុលបាន ។ ប៉ុន្តែ យើងមានព្រះអង្គសង្គ្រោះ ហើយយើងអាចជា ស្អាត តាមរយៈព្រះហស្តដ៏ពោរពេញដោយ ក្តីស្រឡាញ់របស់ទ្រង់ ។ ■

អេលីស្កាបែត ឡុយ ឡាន់ រដ្ឋយូថាហ៍ ស.រ.អា.

តើអ្នកចង់ចែកចាយបទពិសោធន៍ដ៏ណឺងល្អដែលបានពង្រឹងអ្នកដែរឬទេ ? អ្នកអាចដាក់បញ្ចូលតាម គេហទំព័រ liahona.ChurchofJesusChrist.org ។



ភាពងកោ និងអំណរគុណនៅបុណ្យត្រីសូម៉ាស់

សម្រាប់ខ្ញុំអំឡុងពេលកំពុងពេញវ័យ បុណ្យត្រីសូម៉ាស់គឺជាពេលវេលាដ៏អស្ចារ្យ បំផុតនៃឆ្នាំ—ពុំមែនគ្រាន់តែដោយសារអំណោយ នោះទេ ប៉ុន្តែវាក៏ដោយសារបុណ្យត្រីសូម៉ាស់គឺជាពេល មួយដើម្បីចែកចាយជាមួយអ្នកដែលសំខាន់ខ្លាំងបំផុត ក្នុងជីវិតខ្ញុំគឺគ្រួសារខ្ញុំ ។

គ្រួសារមានន័យគ្រប់យ៉ាងសម្រាប់ខ្ញុំ ហើយ អស់ពេលជាច្រើនឆ្នាំ ប្រពៃណីបុណ្យត្រីសូម៉ាស់ គឺជាការរៀបចំដ៏អស្ចារ្យមួយនៃភាពរីករាយរបស់ ក្រុមគ្រួសារ ដែលនៅតែបន្តមានអនុស្សាវរីយ៍ដ៏ រីករាយសម្រាប់ខ្ញុំ ។

ប៉ុន្តែបុណ្យត្រីសូម៉ាស់ឆ្នាំមុននេះគឺវាខុសពី មុន ។ ខ្ញុំមានការងារមួយដែលតម្រូវឲ្យខ្ញុំចាកឆ្ងាយ ពីផ្ទះនៅបុណ្យត្រីសូម៉ាស់ ។ មកដល់ដំណាក់កាល នេះក្នុងជីវិតខ្ញុំ ខ្ញុំបានខកខានបុណ្យត្រីសូម៉ាស់ជាមួយ គ្រួសារខ្ញុំតែពីដងគត់—ទាំងពីរលើកនោះគឺពេលខ្ញុំ បម្រើបេសកកម្ម ។ ពីមុនខ្ញុំចាកចេញទៅធ្វើកិច្ចការ របស់ខ្ញុំ ខ្ញុំបានកើតទុក្ខ និងនឹកផ្ទះរួចទៅហើយ ។ ពេញមួយថ្ងៃបុណ្យត្រីសូម៉ាស់ ខ្ញុំបានគិតថា « ឱ

វាអត់ប្រយោជន៍ណាស់ ! » គ្មានអ្វីដែលអាចមានតម្លៃ ដូចនេះឡើយ !

ខ្ញុំបានសម្រេចចិត្តមើលរឿងតាមទូរទស្សន៍នៅក្នុង បន្ទប់សណ្ឋាគាររបស់ខ្ញុំ ។ នៅក្នុងរឿងនោះ តួអង្គម្នាក់ បានបង្ហាញពីសារៈសំខាន់ដើម្បីថ្លែងអំណរគុណ ។ វា ពុំមែនជាចំណុចសំខាន់នៃរឿងនោះទេ ហើយវាក៏ពុំ មែនជាលុយក្នុងដៃពិសេសអ្វីដែរ ប៉ុន្តែគ្មានអ្វីដែលធ្វើ ឲ្យខ្ញុំរំលឹកចិត្តជាងនោះទេ ។

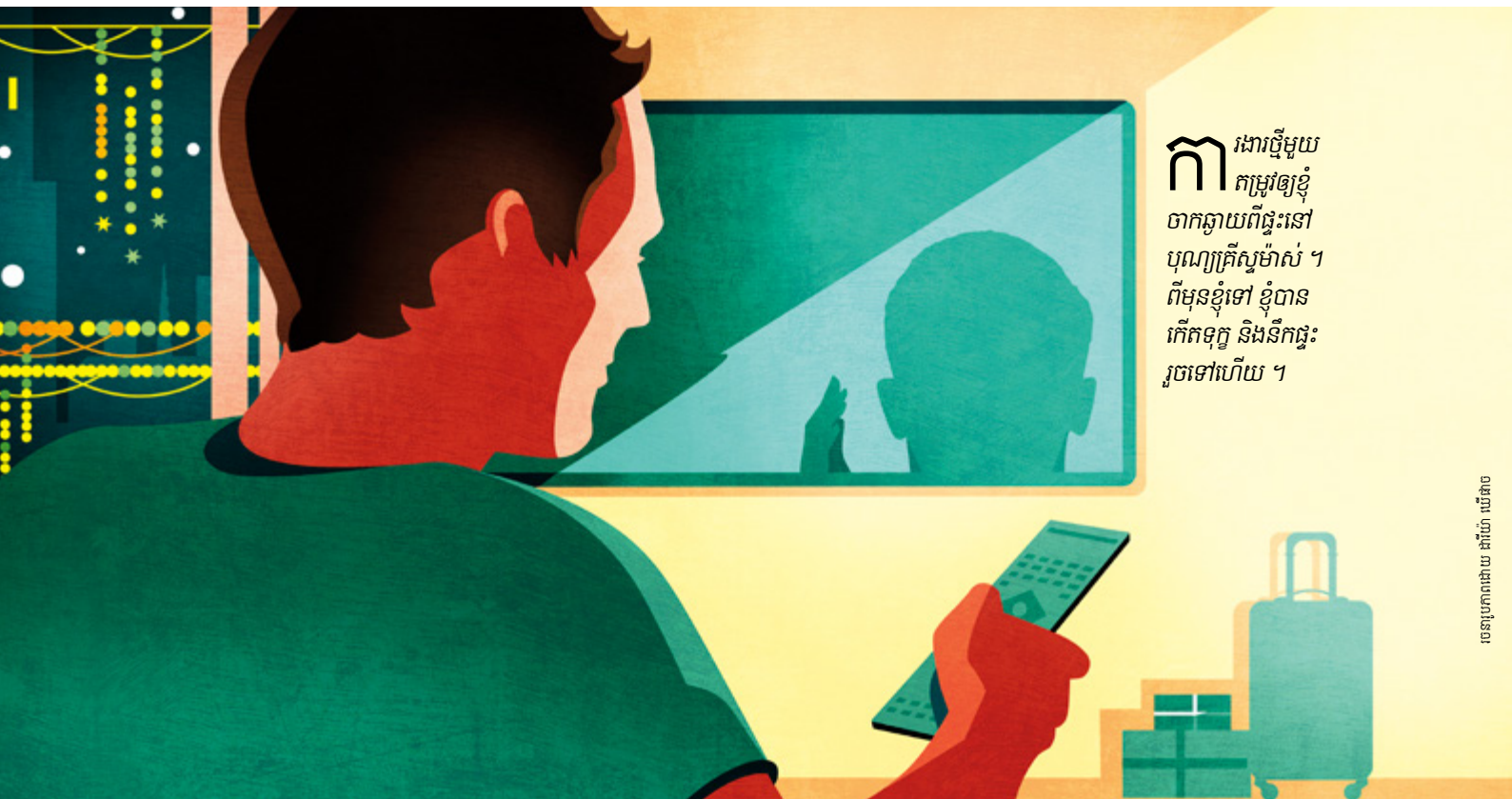
នៅគ្រានោះ ខ្ញុំបានដឹងថា ខ្ញុំពុំដែលភ្លេច លុតជង្គង់ចុះនៅថ្ងៃបុណ្យត្រីសូម៉ាស់ ដើម្បី ថ្លែងអំណរគុណដល់ព្រះវរបិតាស្តីសម្រាប់ អំណោយទាននៃរាជបុត្រាទ្រង់គឺព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ ទេ ។ នៅគ្រប់ឆ្នាំដែលខ្ញុំសាទរដល់បុណ្យត្រីសូម៉ាស់ ខ្ញុំគ្រាន់តែផ្ដោតចិត្តលើតែគ្រួសារខ្ញុំ អំណោយ និង ល្បែងកម្សាន្តខ្ញុំប៉ុណ្ណោះ ។ ទោះបីជាឪពុកម្តាយ ខ្ញុំ និងយាយតារបស់ខ្ញុំខិតខំបង្រៀនខ្ញុំក្តី ខ្ញុំពុំដែល មានអំណរគុណពិតប្រាកដ ពីសារៈសំខាន់ដ៏ធំរបស់ ព្រះអង្គសង្គ្រោះចំពោះបុណ្យត្រីសូម៉ាស់ទេ ។ យើង បានអានរឿងអំពីការប្រសូតរបស់ទ្រង់ក្នុងព្រះគម្ពីរ

ក្នុងនាមជាគ្រួសារមួយ ប៉ុន្តែខ្ញុំពុំធ្លាប់បានគិតច្រើន ពីសារៈសំខាន់នៃការប្រសូតរបស់ទ្រង់នៅថ្ងៃបុណ្យ ត្រីសូម៉ាស់ទេ ។

ខ្ញុំបានយំពេលខ្ញុំអធិស្ឋានទូលទៅកាន់ ព្រះវរបិតាស្តីស ។ ខ្ញុំបានថ្លែងអំណរគុណទ្រង់ ចំពោះការបូជា ដែលទ្រង់បានធ្វើដើម្បីឲ្យព្រះរាជ បុត្រាបង្កើតតែមួយរបស់ទ្រង់យាងមកផែនដី និង ព្រះជន្មដ៏អស្ចារ្យនៃការបូជា និងសេចក្តីសប្បុរស របស់ព្រះរាជបុត្រាទ្រង់ ។ ការពិតដែលខ្ញុំនៅឯកោ និងនៅឆ្ងាយពីគ្រួសារខ្ញុំនៅថ្ងៃបុណ្យត្រីសូម៉ាស់ នៅតែធ្វើឲ្យខ្ញុំកើតទុក្ខ តែវាបានធ្វើឲ្យព្រះវរបិតាស្តីស បង្រៀនខ្ញុំនូវមេរៀនមួយ ដែលខ្ញុំពុំធ្លាប់បានរៀន ខណៈនៅជាមួយក្រុមគ្រួសារខ្ញុំ ៖ ព្រះអង្គសង្គ្រោះ គឺជាមូលហេតុដែលខ្ញុំអាចមានក្រុមគ្រួសារ !

ខ្ញុំមានអំណរគុណថា ការនៅឯកោនៅបុណ្យ ត្រីសូម៉ាស់ បានធ្វើឲ្យខ្ញុំយល់បានប្រសើរបន្តិចអំពី សេចក្តីស្រឡាញ់របស់ព្រះវរបិតាស្តីស និងអំណោយដ៏ និរន្តរ៍នៃរាជបុត្រាទ្រង់ ។ ■

ថាយលី ខូលីស រដ្ឋម៉ិនថាណា ស.រ.អា.



ការងារថ្មីមួយ តម្រូវឲ្យខ្ញុំ ចាកឆ្ងាយពីផ្ទះនៅ បុណ្យត្រីសូម៉ាស់ ។ ពីមុនខ្ញុំទៅ ខ្ញុំបាន កើតទុក្ខ និងនឹកផ្ទះ រួចទៅហើយ ។

នរណាក៏បាន លើកលែងតែគាត់ម្នាក់នោះ !

៣ លខ្ញុំពីកម្មវិធីបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់របស់ សាសនាចក្រអំពី « បំភ្លឺពិភពលោក » និងថ្ងៃនៃការបម្រើទូទាំងពិភពលោក ខ្ញុំបានគិតថា « នោះជាគំនិតល្អអ្វីម្ល៉េះ ។ ខ្ញុំនឹងធ្វើវា » ។

ពីថ្ងៃពីមុនថ្ងៃនៃការបម្រើទូទាំងពិភពលោកនៅថ្ងៃ ទី ១ ខែ ធ្នូ គំនិតមួយបានផុសក្នុងចិត្តខ្ញុំពីបុគ្គលដែល ខ្ញុំត្រូវជួយ ។ រំពេចនោះ ខ្ញុំបានគិតថា « នរណាក៏បាន លើកលែងតែគាត់ម្នាក់នោះ ! » បុគ្គលនេះបានធ្វើឲ្យ ខ្ញុំឈឺចាប់យ៉ាងខ្លាំងអស់ពេលជាច្រើនឆ្នាំមកហើយ តែកាលណាខ្ញុំគិតពីឈ្មោះគាត់ នោះខ្ញុំកាន់តែដឹងថា គំនិតនោះគឺកើតមកពីព្រះវិញ្ញាណ ។

ខ្ញុំបានប្រាប់ស្វាមីខ្ញុំដែលខ្ញុំកំពុងគិត ហើយគាត់បាននិយាយថា ការបម្រើបុរសនោះ គឺជារឿងល្អសម្រាប់ខ្ញុំ ។ ខ្ញុំនៅតែមានអារម្មណ៍ ស្ទាក់ស្ទើរខ្លាំងដើម្បីជួយគាត់ ។ ខ្ញុំបានដឹងថា ខ្ញុំ ពុំអាចធ្វើកិច្ចការនោះតែឯងបានទេ ដូច្នេះខ្ញុំបាន អធិស្ឋានទូលសូមកម្លាំង និងបុគ្គលណាម្នាក់ដើម្បី ទៅជាមួយខ្ញុំ ។ ទីបំផុត ខ្ញុំបានទូលទៅពួក អ្នកផ្សព្វផ្សាយសាសនាស៊ីស្ទើរ ហើយពួកគេបាន យល់ព្រមទៅជាមួយខ្ញុំ ។

ថ្ងៃទី ១ ខែ ធ្នូ បានមកដល់ ហើយខ្ញុំមានអារម្មណ៍ ភ័យ ដែលធ្វើឲ្យខ្ញុំញញឹមពេលខ្ញុំបើកឡាន ។ យើងបាន អធិស្ឋានជាមួយគ្នាពេលយើងទៅដល់ផ្ទះនោះ ។ ខ្ញុំ បានដកដង្ហើមជ្រៅៗពីរបីដង ហើយបានគោរពទូរ ។ បុរសនោះបានបើកទូរ តែគាត់ហាក់ដូចជាពុំចាំខ្ញុំទេ ។ ខ្ញុំបានសួរប្រសិនបើគាត់ស្គាល់ខ្ញុំ ។ គាត់បានគិតថា ខ្ញុំគ្រាន់តែជាពួកអ្នកផ្សព្វផ្សាយសាសនាស៊ីស្ទើរម្នាក់ ប៉ុណ្ណោះ ។ ពេលខ្ញុំបានប្រាប់គាត់អំពីខ្លួនខ្ញុំ គាត់មាន ការភ្ញាក់ផ្អើលណាស់ ប៉ុន្តែគាត់សប្បាយចិត្ត ដែលខ្ញុំ បានមកលេងគាត់ ។ គ្រាដំបូងមួយបានកើតឡើង ពេលខ្ញុំបានប្រាប់គាត់ថា វាគឺជាថ្ងៃនៃការបម្រើទូទាំង ពិភពលោក ហើយយើងចង់ជួយលោកតាមវិធីដែល យើងអាចជួយបាន ។

ខ្ញុំបានបែងចែកការងារឲ្យពួកអ្នកផ្សព្វផ្សាយ សាសនា ហើយយើងបានទៅធ្វើការសម្អាតផ្ទះ របស់គាត់ ។ ពីរម៉ោងបន្ទាប់មក យើងបានចប់



ខ្ញុំ បានអធិស្ឋានទូលសូមកម្លាំង និងបុគ្គលណាម្នាក់ដើម្បីទៅ ជាមួយខ្ញុំ ។ ខ្ញុំបានទូលទៅពួកអ្នកផ្សព្វផ្សាយសាសនាស៊ីស្ទើរ ហើយពួកគេបានយល់ព្រមទៅជាមួយខ្ញុំ ។

ការសម្អាត ហើយចាកចេញទៅ ។ ខ្ញុំពុំដឹងទាល់តែ សោះរហូតពេលខ្ញុំកំពុងបើកឡានថា ខ្ញុំបានដឹងថា ខ្ញុំកំពុងតែស៊ីច និងរីករាយ ។ ក្រោយមកខ្ញុំបានដឹង ច្បាស់ថា ៖ ព្រះវរបិតាស្ងៀមបានដកយកការឈឺចាប់ ភាពល្ងង់ដូចចិត្ត និងការកើតឡើងទាំងអស់ចេញពី ខ្ញុំ ។ វាលាយបាត់អស់ហើយ ! ហើយខ្ញុំបានរួចផុត ពីក្តីឈឺចាប់ទាំងពួងដែលខ្ញុំបានមានអស់រយៈពេល ជាច្រើនឆ្នាំ ។ ព្រះវរបិតាស្ងៀមបានប្រទានពន្លឺឲ្យមាន កម្លាំងដើម្បីអភ័យទោសឲ្យបុគ្គលនេះនៅទីបំផុត ។

វាជារឿងអស្ចារ្យណាស់ដែលចិត្តខ្ញុំបានទទួលភាព ធូរស្បើយ ។

ខ្ញុំមានអំណរគុណណាស់ដែលខ្ញុំបាន ធ្វើតាមការបំផុសគំនិតដើម្បីជួយបុរសនេះ ។ ព្រះវរបិតាស្ងៀមពេញដោយក្តីស្រឡាញ់របស់ខ្ញុំ បានដឹងថា ខ្ញុំត្រូវមានបទពិសោធន៍នេះ ដើម្បីខ្ញុំ អាចរីកចម្រើន ហើយប្រកាន់តែដូចបុគ្គលម្នាក់ ដែលគាប់នឹងព្រះទ័យរបស់ទ្រង់ ។ ■

ម៉ាស្យា ឡាន រដ្ឋផែនស៊ីលវេញ៉ា ស.វ.អា.



ការផ្តល់ការងារបម្រើដល់ កុមារ និងយុវវ័យ

មជ្ឈម្លាយទាំងអស់ ទោះមានការហៅបម្រើអ្វីក៏ដោយ អាចគាំទ្រដល់
ការអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ និងយុវវ័យនៅក្នុងរូងដៃរបស់ពួកគេ ។

ដោយ ប្រីតានី ប៊ីធី

នាយកដ្ឋានបទដ្ឋាន និងគ្រួសារ

ព្រះ វេបិកាស្ថិតិពោធិ៍ដោយក្តីស្រឡាញ់របស់យើងបានប្រទាន
ទេពកោសល្យ អំណោយទាន ចំណូលចិត្ត និងចំណាប់អារម្មណ៍
ពិសេសដល់យើង ។ ទេពកោសល្យទាំងនេះអនុញ្ញាតឲ្យយើងធ្វើ
ការងារបម្រើដល់អ្នកដែលនៅជុំវិញយើង ពេលយើងព្យាយាមប្រែជា « មានចិត្តតែ
មួយ និងគំនិតតែមួយ » ក្នុងការធ្វើតាមព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ (ម៉ូសេ ៧:១៨) ។ ការណ៍
នេះរួមទាំងកិច្ចខិតខំផ្តល់ការងារបម្រើរបស់យើងដល់កុមារ និងយុវវ័យ ។

ទោះបីអ្នកជាគ្រូបង្រៀនថ្នាក់អង្គការបឋមសិក្សា ថ្នាក់ដឹកនាំយុវវ័យ ឬបងប្អូន
ប្រុសស្រីដែលផ្តល់ការងារបម្រើ ឬអ្នកគ្រាន់តែមានទំនាក់ទំនងសាមញ្ញជាមួយ
កុមារ និងយុវវ័យនៅព្រះវិហារនោះទេ អ្នកមានសមត្ថភាពដើម្បីបំផុសគំនិត លើក
ទឹកចិត្ត លើកស្ទួយចិត្ត និងជួយកុមារ និងយុវវ័យឲ្យប្រក្លាយជាអ្វីទាំងអស់ដែល
ព្រះវេបិកាស្ថិតិមានព្រះទ័យឲ្យពួកគេប្រក្លាយ ។

ការលើកទឹកចិត្ត និងការផ្តល់ការងារបម្រើរបស់អ្នកអាចក្លាយជាផ្នែកមួយនៃ
ការគាំទ្រដោយសាសនាចក្រ និងកិច្ចខិតខំដែលផ្តោតលើគេហដ្ឋាន ចូរចាំថា ឪពុក
ម្តាយមានតួនាទីពិសិដ្ឋ ចម្បងសម្រាប់ដឹកនាំ និងគាំទ្រដល់ការរីកចម្រើនរបស់កូនៗ
ពួកគេ ។ រឿងនោះវាពិតផងដែរ ថ្វីបើឪពុកម្តាយពុំមែនជាសមាជិកសាសនាចក្រនៃ
ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទនៃពួកបរិសុទ្ធច្បែរក្រោយ ឬពួកគេពុំសកម្មនៅក្នុងសាសនាចក្រ ។
ដូច្នេះ តើការគាំទ្រសាសនាចក្រនោះអាចមានសភាពបែបណា ហើយតើពួកយើង
ម្នាក់ៗអាចរួមចំណែកដូចម្តេច ?

យោបល់ទាំងបួននេះអាចជួយបាន ៖

១. សូមរៀនស្គាល់កុមារ និងយុវវ័យ ។

វាពិបាកណាស់ដើម្បីគាំទ្រមនុស្សដទៃ លុះត្រាតែអ្នកដឹងពីការគាំទ្រដែលពួកគេ
ត្រូវការសិន ។ តើអ្នកស្គាល់កុមារ និងយុវវ័យនៅជុំវិញអ្នកច្បាស់លាស់ ដើម្បីដឹងពី
គោលដៅដែលពួកគេកំពុងឆ្ពោះទៅរក ជំនួយដែលពួកគេត្រូវការ ឬបញ្ហាដែលពួកគេ

មានដែរឬទេ ? ហើយម្យ៉ាងវិញទៀត តើអ្នកដឹងពីភាពខ្លាំង និងចំណាប់អារម្មណ៍
របស់ពួកគេ ដើម្បីអ្នកអាចជួយបុគ្គលម្នាក់ៗឲ្យទាក់ទងគ្នា ពេលមានឱកាសមួយ
កើតឡើងដើម្បីឲ្យពួកគេគាំទ្រគ្នាទៅវិញទៅមកដែរឬទេ ?

ឧទាហរណ៍ ជេស៊ីកា អូខេមប៊ូ មកពីប្រទេសហ្គាតេម៉ាឡាបានផ្តល់ការជួយ
មើលដាំដុះកូនប្រុសរបស់មិត្តភក្តិគាត់ឈ្មោះលីសបែត ពេលលីបែតបានបម្រើនៅ
ការបោះជំរុំរបស់ក្រុមយុវនារី ។ ជេស៊ីកាបានស្នូប្រសិនបើមានអ្វី មួយដែលគាត់
អាចធ្វើដើម្បីជួយដាំដុះឡើងវិញនោះ ហើយលីបែតបាននិយាយថា ដាំដុះឲ្យឆាប់
រៀនជិះកង់ទេ ។ ជេស៊ីកាបានអញ្ជើញកូនប្រុសនាងឲ្យជួយ ហើយពួកគេបាន
បង្រៀនដាំដុះកង់ ។ ពួកគេក៏ដឹងថា ដាំដុះកំពុងលេងកីឡាវាយកូនបាល់នៅ
ក្រុមរបស់រូង ហើយត្រៀមខ្លួនសម្រាប់ការប្រកួត ដូច្នេះពួកគេបានចំណាយពេល
ពេញមួយថ្ងៃដើម្បីជួយដាំដុះឲ្យឆាប់ ។ ដាំដុះឲ្យឆាប់លេងវាយកូនបាល់បានល្អតែ
មួយថ្ងៃនោះទេ តែគាត់បាននិយាយថា « ពួកគេបានបង្ហាញដល់ខ្ញុំថា ពួកគេពិត
ជាខ្លាញ់ខ្លាំងនឹងខ្ញុំ » ។ គាត់ក៏បាននិយាយផងដែរថា « ខ្ញុំនៅតែមានវីដេអូនៅលើ
ទូរសព្ទខ្ញុំ ពេលខ្ញុំបានរៀនជិះកង់ » ។

យោបល់ផ្សេងទៀត

- សូមប្រាកដថា អ្នកត្រូវមានការអនុញ្ញាតពីឪពុកម្តាយដើម្បីមាន
ទំនាក់ទំនងជាមួយកូនៗរបស់ពួកគេនៅក្រៅថ្នាក់រៀន ឬសកម្មភាព
នានានៅក្រៅសាសនាចក្រ ។ សូមចៀសវាងពីស្ថានភាពដែលនៅ
តែម្នាក់ឯងជាមួយកុមារ និងយុវវ័យ ។ ការមានវត្តមានពីឪពុកម្តាយ
ម្នាក់របស់កុមារពេលអ្នកគាំទ្រកូនរបស់ពួកគេគឺជាគំនិតល្អណាស់ ។
ការមើលថែកុំឱ្យឡើងដើម្បីជំរុញឲ្យមានការវាស់វែងដោយ
សុវត្ថិភាព ។



- ស្វាគមន៍កុមារ និងយុវវ័យ និងឪពុកម្តាយពួកគេនៅព្រះវិហារ ។ រៀនស្គាល់ឈ្មោះរបស់ពួកគេ ហើយសួរពួកគេអំពីសកម្មភាពពួកគេក្នុងសប្តាហ៍ ។
- សូមសួរអ្នកដែលអ្នកផ្តល់ការងារបម្រើ និងក្រុមគ្រួសារពួកគេអំពីរឿងដែលពួកគេរើបំផុត បាបបំផុត ឬចាប់អារម្មណ៍បំផុត ។ ដឹងពីកិច្ចការនានាដែលពួកគេកំពុងរៀបចំធ្វើ ។ បន្ទាប់មក និយាយជាមួយពួកគេ ហើយក៏អធិស្ឋានទូលសូមឲ្យដឹង ប្រសិនបើមានអ្វីដែលអ្នកធ្វើបានដើម្បីគាំទ្រពួកគេ ។

២. ចែកចាយទេពកោសល្យរបស់អ្នក ហើយរកមើលទំនាក់ទំនងដែលអាចទាក់ទងនឹងមនុស្សដទៃ ។

អ្នកបានចំណាយពេលក្នុងជីវិតនេះដើម្បីអភិវឌ្ឍជំនាញ និងទេពកោសល្យ ។ អ្នកមានបទពិសោធន៍ពិសេសដែលផ្តល់ការយល់ដឹងដល់អ្នក និងចំណេះដឹងអំពីប្រធានបទផ្សេងៗ ។ តើអ្នកអាចចែកចាយទេពកោសល្យ និងប្រាជ្ញារបស់អ្នកជាមួយកុមារ និងយុវវ័យ ដើម្បីជួយពួកគេក្នុងការបង្កើតផែនការពួកគេដែរឬទេ ? តើអ្នកអាចជួយពួកគេឲ្យស្គាល់ឱកាសដែលនឹងជួយពួកគេជាមួយនឹងបំណងប្រាថ្នាដើម្បីរកចម្រើនរបស់ពួកគេបានដែរឬទេ ?

ឧទាហរណ៍ អូឡាណេខាន បាបាធួនដេ មកពីទីក្រុង អូសាន់ ប្រទេសនីហ្សេរីយ៉ា ធ្វើការផ្នែកច្បាប់ ។ ស្តេករបស់គាត់គឺជាស្តេកដែលបានចូលរួមក្នុងការសាកល្បងដំបូងសម្រាប់កម្មវិធីកុមារ និងយុវវ័យ ។ ពេលគាត់បានឮថា វាបានបំផុសគំនិត

យុវជនម្នាក់ក្នុងរូងគាត់ឲ្យក្លាយជាមេធាវី អូឡាណេខាន បានទៅជួយគាត់ដើម្បីផ្តល់ការគាំទ្រ ។ អូឡាណេខានកំពុងជួយគាត់ឲ្យរៀនពីអ្វីដែលត្រូវធ្វើ ដើម្បីរៀបចំគាត់ឲ្យចូលរៀនសាលាច្បាប់ ។

ម៉ារី វ៉ាស្តូលីនកូ មកពី ទីក្រុងគីអ៊ី ប្រទេសអ៊ុយក្រែន បានសម្គាល់ឃើញពីឥទ្ធិពលរបស់ស្ត្រីម្នាក់ ដែលបានដឹងពីសមត្ថភាពផ្នែកគន្លឹះរបស់កូនប្រុសអាយុ ១៣ ឆ្នាំរបស់គាត់ ។ ស្ត្រីនោះបានអញ្ជើញគាត់ឲ្យទៅលេងព្យាណូសម្រាប់ការប្រារព្ធពិធីវិប្បធម៌ ពីមុនការឧទ្ទិសឆ្លងព្រះវិហារបរិសុទ្ធ គីអ៊ី អ៊ុយក្រែន ។ គាត់បានគិតយ៉ាងហ្មត់ចត់ពីការឈប់លេងតន្ត្រីនៅគ្រានោះ ប៉ុន្តែគាត់បានយល់ព្រមទទួលយកការអញ្ជើញរបស់នាង ។

ម៉ារីបាននិយាយថា « នេះគឺជាការសម្រេចចិត្តមួយដ៏មានឥទ្ធិពលក្នុងជីវិតកូនប្រុសខ្ញុំ ។ ការប្រគល់តន្ត្រីនោះគឺអស្ចារ្យណាស់ ! បន្ទាប់មក យើងបានប្រាប់កូនប្រុសយើងថា ឥឡូវគាត់អាចឈប់លេងតន្ត្រីបានហើយ ប៉ុន្តែគាត់បានតបថា គាត់ពុំឈប់លេងទេ ។ គាត់បានបញ្ចប់ការសិក្សាពីសាលាតន្ត្រីជាមួយនឹងចំណាត់ថ្នាក់ល្អ អាចលេងឧបករណ៍តន្ត្រីជាច្រើន បានចាប់ផ្តើមនិពន្ធបទភ្លេង និងចម្រៀង ហើយបានបង្កើតក្រុមតន្ត្រី ។ ពេលគាត់ទៅបម្រើបេសកកម្ម គាត់បានរៀបចំសកម្មភាពតន្ត្រី លេងព្យាណូនៅក្នុងពិធីប្រជុំសាគ្រាម៉ង់ ដឹកនាំក្រុមចម្រៀងពួកអ្នកផ្សព្វផ្សាយសាសនា និងបង្រៀនសាសនាគន្លឹះការិយាល័យហ្គីតា និងព្យាណូ ។ យើងនឹងមានអំណរគុណជានិច្ចដល់បងស្រីដែលបានជួយកូនរបស់យើងឲ្យអភិវឌ្ឍទេពកោសល្យរបស់គាត់ » ។ បងស្រីដ៏មានឥទ្ធិពលនោះបានធ្វើឲ្យការផ្លាស់ប្តូរសាមញ្ញមួយតាមរយៈការដឹងពីជំនាញរបស់យុវជននោះ ហើយអញ្ជើញគាត់ឲ្យប្រើវាដើម្បីផ្តល់ពរដល់មនុស្សដទៃ ។

យោបល់ផ្សេងទៀត

- ផ្តល់ការបង្រៀនកុមារ និងយុវវ័យនូវជំនាញរបស់អ្នកក្នុងសកម្មភាពរបស់ពួកគេ ឬឲ្យពួកគេចែកចាយទេពកោសល្យជាមួយសមាគមសង្គ្រោះឬក្បួនអែលឌើរ ។
- មើលពររបស់លោកអ្នកអយ្យការរបស់អ្នកដើម្បីគិតពីទេពកោសល្យ និងអំណោយទានខាងវិញ្ញាណរបស់អ្នក ដែលអ្នកគាំទ្រមនុស្សដទៃក្នុងការអភិវឌ្ឍរបស់ពួកគេ—សូម្បីតែអំណោយដែលមនុស្សដទៃមើលពុំឃើញក្តី ដូចជាការធ្វើជាអ្នកដែលពូកែស្តាប់ ។
- បង្កើតបញ្ជីមួយនៃកម្លាំងរបស់បុគ្គលម្នាក់ៗ—ភាពខ្លាំងរបស់អ្នក និងមនុស្សដទៃ—ដូច្នេះអ្នកត្រៀមខ្លួនជាស្រេចដើម្បីគាំទ្រមនុស្សដទៃ ដែលអាចទទួលប្រយោជន៍ពីចំណេះដឹងរបស់មនុស្សម្នាក់ទៀត ។ ការណ៍នេះអាចមានប្រយោជន៍ជាពិសេសសម្រាប់ក្រុមគ្រួសារ ក្រុមប្រឹក្សារូង និងថ្នាក់ ព្រមទាំងគណៈប្រធានក្បួនរបស់យុវវ័យដែលត្រូវធ្វើមគ្គុទ្ទ ។

៣. សូមចាប់អារម្មណ៍ និងផ្តល់ការលើកទឹកចិត្ត ។

សូមចាំពេលកុមារ ឬយុវវ័យមានព្រឹត្តិការណ៍អ្វីធំដុំកើតឡើង បន្ទាប់មកតាមដានពីរឿងនោះ ។ សូមផ្ញើសារខ្លីនៃការលើក ទឹកចិត្ត ។ សូមពួកគេពិពណ៌នាការពួកគេនៅសប្តាហ៍នោះ ។ សូមមាន ចិត្តរីករាយនឹងការរីកចម្រើនរបស់ពួកគេ ហើយលើកទឹកចិត្តពួកគេឲ្យ បន្តឆ្ពោះទៅមុខទោះបីជាមានការបាក់ទឹកចិត្តក្តី ។ អ្នកពុំចាំបាច់ត្រូវ ដឹងរឿងលម្អិតដើម្បីឲ្យពួកគេដឹងថា អ្នកគាំទ្រពួកគេនោះទេ ។

មានគ្រាមួយ ពេលខ្ញុំព្យាយាមបង្កើតទម្លាប់មួយដើម្បីចូល ដេកពីព្រលប់ សមាជិករូងម្នាក់បានឮខ្ញុំនិយាយនៅថ្ងៃអាទិត្យមួយ អំពីក្តីសង្ឃឹមរបស់ខ្ញុំដើម្បីដេកបានកាន់តែច្រើននៅសប្តាហ៍នោះ ។ គាត់បានសួរខ្ញុំថា តើខ្ញុំកំពុងធ្វើអ្វីដើម្បីឲ្យរឿងនោះកើតឡើង ។ ខ្ញុំ បានតាំងចិត្តចូលដេកតាមម៉ោងដែលខ្ញុំចង់ យ៉ាងហោចណាស់ឲ្យ បានមួយយប់នៅក្នុងអាទិត្យនោះ ។ គាត់បាននិយាយថា « ខ្ញុំនឹង សួរអ្នកអំពីរឿងនេះនៅសប្តាហ៍ក្រោយ » ។ ខ្ញុំជឿថា គាត់នឹងសួរ ដូច្នេះខ្ញុំបានរក្សាការតាំងចិត្តនោះ ។

ប្រាកដណាស់ នៅសប្តាហ៍បន្ទាប់ពេលនៅព្រះវិហារ គាត់ បានសួរខ្ញុំ ប្រសិនបើខ្ញុំបានបំពេញគោលដៅរបស់ខ្ញុំ (ខ្ញុំបាន ធ្វើវាមែន !) ហើយគាត់បានសួរ ប្រសិនបើខ្ញុំចង់ធ្វើទៀតនៅ សប្តាហ៍បន្ទាប់ទៀត ។ ខ្ញុំបានដឹងថា គាត់នឹងតាមដានខ្ញុំ ដូច្នេះ ខ្ញុំបានធ្វើវាទៀត ។ នៅសប្តាហ៍បន្ទាប់ទៀត គាត់បានលើកទឹក ចិត្តខ្ញុំឲ្យបំពេញគោលដៅរបស់ខ្ញុំពីរដងនៅសប្តាហ៍នោះ ។ ហើយ នៅសប្តាហ៍បន្ទាប់ទៀតផងដែរ គាត់បានតាំងចិត្តខ្ញុំឲ្យចូលដេក តាមម៉ោងដែលខ្ញុំចង់ឲ្យបានបីយប់ ។ គាត់បន្តលើកទឹកចិត្តខ្ញុំ រៀងរាល់សប្តាហ៍ រហូតដល់ផែនការរបស់ខ្ញុំបានក្លាយជាទម្លាប់ ពិតប្រាកដ ។

ច្រើនឆ្នាំក្រោយមក ខ្ញុំបានប្រាប់រឿងនោះដល់មិត្តភក្តិផ្សេង ទៀតនៅព្រះវិហារ ដោយសារខ្ញុំពុំបានធ្វើតាមទម្លាប់ល្អរបស់ខ្ញុំ ទេ ហើយខ្ញុំបានដឹងថា ខ្ញុំត្រូវចាប់ផ្តើមជាថ្មីម្តងទៀត ។ គាត់បាន និយាយថា « ខ្ញុំនឹងជួយអ្នកឲ្យទទួលខុសត្រូវនឹងរឿងនោះ » ។ ដូច្នេះគាត់បានតាមដានខ្ញុំរៀងរាល់សប្តាហ៍ រហូតដល់ខ្ញុំបង្កើត ទម្លាប់ល្អនៃការដេកជាថ្មីម្តងទៀត ។ អស់ពេលជាច្រើនឆ្នាំ គ្រួសារ និងមិត្តភក្តិជិតស្និទ្ធបានជួយខ្ញុំជាមួយគោលដៅដើម្បីដេកបាន គ្រប់គ្រាន់ ប៉ុន្តែមានពីរដងដែលវាមានឥទ្ធិពលខ្លាំងបំផុតពេល សមាជិករូង—ជាអ្នកដែលខ្ញុំពុំសូវស្និទ្ធស្នាល—បានជួយខ្ញុំដាក់ និងរក្សាគោលដៅ ហើយបន្ទាប់មកតាមដានជាមួយខ្ញុំក្នុងរបៀប មួយដោយការលើកទឹកចិត្ត ។

យោបល់ផ្សេងទៀត

- ប្រសិនបើបុគ្គលម្នាក់កំពុងចែកចាយជំនាញរបស់ពួកគេអំឡុងពេលសម្តែង ឬល្បែង កម្សាន្ត សូមចូលរួម ហើយស្រែកសរសើរដល់ពួកគេ ។
- សូមកត់សម្គាល់ពីការរីកចម្រើននៅក្នុងមនុស្សដទៃ ហើយសរសើរពួកគេចំពោះ កិច្ចខិតខំពួកគេ ដូចជាជាមួយនឹងការឡើងនិយាយ ឬមេរៀនសកម្មភាពដែលពួកគេ បានជួយដាក់ផែនការ គម្រោងបម្រើដែលពួកគេបានចូលរួម ឬការសម្រេចបានរបស់ ពួកគេនៅសាលារៀនដែលអ្នកបានស្តាប់ឮ ។ ពាក្យសម្តីរបស់អ្នកអាចផ្តល់ការអញ្ជើញ ដ៏សំខាន់ដល់ពួកគេ ឲ្យបន្តតាមចាប់យកគោលដៅរបស់ពួកគេនៅពេលវេលាដ៏ លំបាកនានា ។
- ប្រសិនបើអ្នកដាក់ផែនការសកម្មភាពគ្រួសារ ដើម្បីជួយកូនរបស់អ្នកឲ្យរៀនជំនាញថ្មី សូមគិតពីការអញ្ជើញមនុស្សដទៃឲ្យចូលរួម ជាពិសេសប្រសិនបើវាទាក់ទងនឹងគោលដៅ របស់ពួកគេ ។

៤. ធ្វើតាមព្រះវិញ្ញាណបរិសុទ្ធ

លើសពីអ្វីៗទាំងអស់ សូមស្វែងរកព្រះវិញ្ញាណបរិសុទ្ធ ។ ព្រះវរបិតាស្តី និងព្រះអង្គ សង្គ្រោះជ្រាបពីភាពខ្លាំងរបស់អ្នក និងតម្រូវការរបស់មនុស្សដទៃ ។ ពួកគេស្គាល់សមត្ថភាព របស់អ្នក ដើម្បីផ្តល់ពរដល់កុមារ និងយុវវ័យនៅក្នុងជីវិតអ្នក ។ សូមអធិស្ឋានដើម្បីដឹងរបៀបដែល អ្នកអាចគាំទ្រ និងផ្តល់ពរដល់បុគ្គលទាំងនោះ ។ បន្ទាប់មក ធ្វើសកម្មភាពដោយសេចក្តីជំនឿ ។ ព្រះវិញ្ញាណនឹងដឹកនាំអ្នកក្នុងកិច្ចការតូចតាច និងងាយ ដើម្បីនាំឲ្យកើតមានអព្វកហេតុ (សូមមើល អាឈម៉ា ៣៧:៦) ។

ការហៅរបស់ព្រះអង្គសង្គ្រោះដើម្បី « មានចិត្តតែមួយ និងគំនិតតែមួយ » (ម៉ូសេ ៧:១៨) អញ្ជើញ យើង—ទាំងចាស់ទាំងក្មេង—ឲ្យមានភាពសាមគ្គីគ្នាក្នុងកិច្ចខិតខំពួកយើង ដើម្បីប្រែកាន់តែដូច ព្រះអង្គសង្គ្រោះ និងដើរតាមក្នុងមាគ៌ារបស់ទ្រង់ ។ ពេលយើងផ្តល់ការងារបម្រើដល់កុមារ និងយុវវ័យ ហើយព្យាយាមជួយពួកគេឲ្យរីកចម្រើន នោះយើងអាចរកឃើញថា យើងបានទទួលមកវិញនូវភាព រីកចម្រើនផងដែរ ។

យោបល់ផ្សេងទៀត

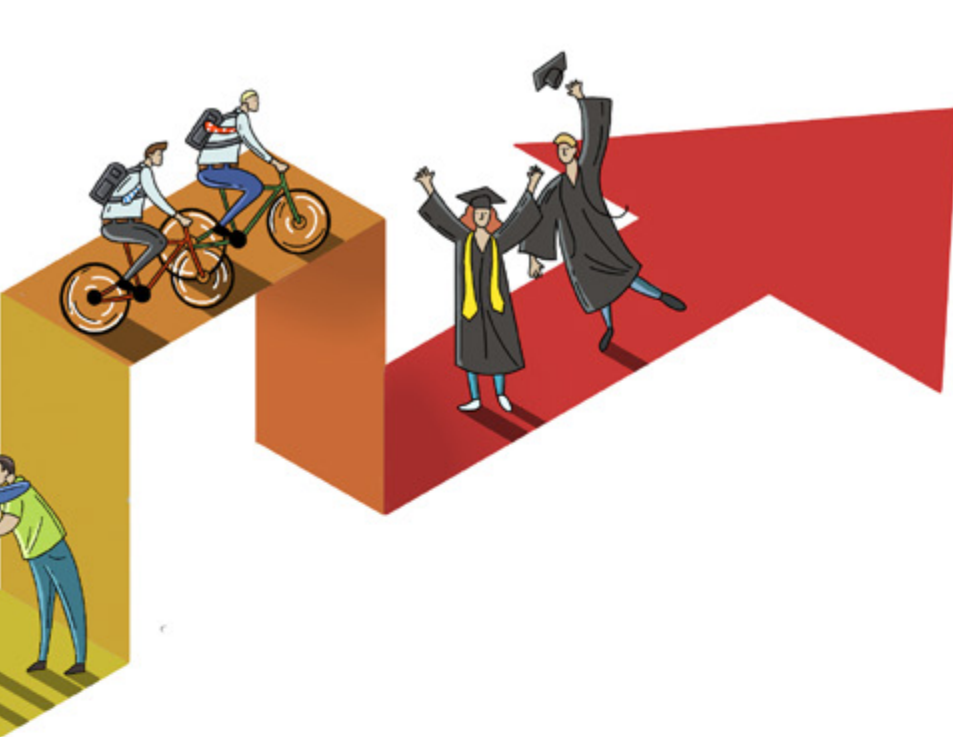
- សូមរស់នៅដោយស័ក្តិសមដើម្បីទទួលបានភាពជាដៃគូនៃព្រះវិញ្ញាណបរិសុទ្ធជានិច្ច ។
- សូមឆ្លៀតពេលប្រចាំសប្តាហ៍ដើម្បីពិចារណាពីរបៀបគាំទ្រដល់ការរីកចម្រើននៃកូនរបស់ អ្នក ឬកុមារ និងយុវវ័យនៅក្នុងគ្រួសារអ្នក រៀង ឬសហគមន៍របស់អ្នក ។
- សូមពឹងផ្អែកលើព្រះវិញ្ញាណក្នុងការខិតខំអភិវឌ្ឍផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក ។ សូមរៀន និងរក្សា ការរីកចម្រើនតាមរយៈភាពហាជ័យ ដោយការស្វែងរកព្រះវិញ្ញាណបរិសុទ្ធឲ្យជួយអ្នក ពេល អ្នករីកចម្រើន ។ ■

ការយល់ដឹងពីអ្វីដែល
ត្រូវធ្វើអំឡុងពេលនៃ
ការផ្លាស់ប្តូរ

ករចាប់ផ្ដើមចូលរៀន ។ ការចេញពីថ្នាក់អង្គការ
បឋមសិក្សា ។ ការទៅព្រះវិហារបរិសុទ្ធ ។
ការទទួលបានការងារថ្មី ។ ការបញ្ចប់ការសិក្សានៅ
វិទ្យាល័យ ។ ការបម្រើបេសកកម្ម ។

ទាំងនេះគឺជាព្រឹត្តិការណ៍សំខាន់មួយចំនួនដែល
កូនរបស់អ្នកអាចជួបប្រទះក្នុងជីវិត ហើយពួកគេ
ទាំងអស់គ្នាត្រូវការការរៀបចំខ្លួនយ៉ាងពិសេស ។
ការផ្លាស់ប្តូរអាចជារឿងគួរឲ្យភ័យខ្លាច ប៉ុន្តែឧបករណ៍
មួយចំនួនអាចជួយយើងឲ្យធ្វើកិច្ចការនោះប្រកប
ដោយជោគជ័យ ។ នេះគឺជាយោបល់គន្លឹះមួយ
ចំនួនដើម្បីជួយអ្នកដឹកនាំកូនរបស់អ្នក
អំឡុងពេលការផ្លាស់ប្តូរនៃជីវិត ។

- **សូមស្តាប់ពីអារម្មណ៍ពួកគេ** ស្តីពីការផ្លាស់ប្តូរនោះ ។ សូមសួរពួកគេពីអ្វីដែលធ្វើឲ្យពួកគេរើបចិត្ត និងអ្វីដែលធ្វើឲ្យពួកគេឆ្ងល់បារម្ភ ។ សូមលើកទឹកចិត្តពួកគេ ប៉ុន្តែយល់ពីក្តីបារម្ភរបស់ពួកគេ ។ ជូនកាលពួកគេត្រូវការការស្តាប់ដោយមានចិត្តអាណិតអាសូរចំពោះការផ្លាស់ប្តូរដែលនឹងកើតឡើង ។
- **សូមផ្តល់ព័ត៌មានដល់ពួកគេឲ្យបានច្រើនបំផុត** អំពីអ្វីដែលពួកគេអាចនឹងរំពឹងចង់ដឹងជាមួយនឹងអ្វីថ្មីៗ ។ ឧទាហរណ៍ ប្រសិនបើភ្លេងរបស់អ្នកកំពុងធ្វើពីជំហ្មឺជ្រមុជទឹកនៅព្រះវិហារបរិសុទ្ធលើកដំបូង សូមផ្តល់ទិដ្ឋភាពមួយដោយសន្សឹមៗអំពីអ្វីដែលនឹងកើតឡើង នៅពេលពួកគេនៅក្នុងព្រះវិហារបរិសុទ្ធ ។ ប្រសិនបើពួកគេកំពុងប្តូរទៅរស់នៅទីក្រុងថ្មីមួយ សូមស្វែងយល់ពីអ្វីដែលអ្នកអាចដឹងអំពីសាលារៀន និងអ្នកជិតខាងថ្មីរបស់ពួកគេ ។ ពេលអ្នកធ្វើឲ្យអ្វីដែលមិនដឹងនៅតិចបំផុត នោះអ្នកយកនូវប្រភពនៃការចាប់បារម្ភចេញ ។ ចំណេះដឹងថ្មីរបស់ពួកគេអាចជួយពួកគេឲ្យយល់ពីបទពិសោធន៍ថ្មីដែលពួកគេនឹងមាន ។
- **បង្កើតផែនការមួយ** ដើម្បីដោះស្រាយនឹងស្ថានភាពថ្មី ។ ចូរត្រៀមទុកជាមុនសម្រាប់បញ្ហាដែលនឹងកើតឡើង ហើយគិតអំពីវិធីដើម្បីដោះស្រាយវា ។ ជួយកុមារគិតពីដំណោះស្រាយចំពោះសំណួរ « ចុះមានអ្វី



កើតឡើង » របស់ពួកគេ ៖ « ចុះមានអ្វីកើតឡើង ប្រសិនបើខ្ញុំឡើងជិះឡានក្រុងខុសនោះ ? » « ចុះមានអ្វីកើតឡើង ប្រសិនបើខ្ញុំនៅតែងនៅឯការបោះជំរំនោះ ? » « ចុះមានអ្វីកើតឡើង ប្រសិនបើខ្ញុំពុំចូលចិត្តត្រូវថ្មីរបស់ខ្ញុំនោះ ? » ចូរបង្កើតនូវផែនការបន្ទាប់ភ្លាមៗ ដើម្បីឲ្យពួកគេមានអារម្មណ៍ស្រួលចិត្ត ៖ « ប្រសិនបើកូនចប់ការអង្គុយក្នុងចិត្ត សូមទូរសព្ទមកម៉ាក/ប៉ា » ។ « ប្រសិនបើការសិក្សាពិបាកពេក ម៉ាក/ប៉ាអាចនិយាយជាមួយគ្រូរបស់កូនអំពីរឿងនោះ » ។

- **ផ្តល់អំណាចដល់ពួកគេ** ដោយរំលឹកពួកគេពីព្រឹត្តិការណ៍សំខាន់ៗដែលបានកន្លងផុតទៅ និងឧបការណ៍នានាដែលពួកគេមានក្នុងពេលឥឡូវនេះ ដើម្បីជួយឲ្យពួកគេបានជោគជ័យ ។ សូមប្រើពាក្យវិជ្ជមាន ពាក្យលើកទឹកចិត្ត ៖ « កូនបានធ្វើវាដល់ដំណាក់កាលនោះបាន កូនក៏អាចធ្វើរឿងនេះបានដែរ ! » « កូនអាចធ្វើកិច្ចការលំបាកៗបាន » ។ « កូនមានអ្វីដែលកូនត្រូវការ ។ កូនត្រៀមខ្លួនរួចរាល់ហើយ » ។ « ម៉ាក/ប៉ាជឿជាក់លើកូន » ។
- **បញ្ជាក់ពួកគេ** អ្វីៗទាំងអស់នឹងដំណើរការល្អ ។ មនុស្សជាច្រើនបានយកឈ្នះលើការលំបាកស្រដៀងគ្នា ការផ្លាស់ប្តូរគឺជាអ្វីដែលពួកគេត្រូវធ្វើផងដែរ ! សូមរំលឹកពួកគេថា ពួកគេអាចអធិស្ឋានទៅកាន់ព្រះវរបិតាស្តីពីទូលសូមជំនួយគ្រប់ពេល គ្រប់ទីកន្លែងគ្រប់កិច្ចការទាំងអស់ ។
- **បង្កើតប្រព័ន្ធគាំទ្រមួយ** ដូច្នេះកូនៗរបស់អ្នកពុំមានអារម្មណ៍ឯកោនៅក្នុងការលំបាករបស់ពួកគេទេ ។ ប្រសិនបើអ្នកជួបបទពិសោធន៍ស្រដៀងគ្នា សូមប្រាប់ពួកគេអំពីរឿងនោះ ។ តើអ្នកមានអារម្មណ៍ដូចម្តេច ? តើអ្នកបានកែសម្រួលវាយ៉ាងដូចម្តេច ? ព្យាយាមស្វែងរកបុគ្គលម្នាក់ឲ្យធ្វើជា « មិត្តភក្តិក្នុងការផ្លាស់ប្តូរ » របស់កូនអ្នក ។ តើពួកគេអាចរកឃើញមិត្តភក្តិដែលឲ្យពួកគេនៅជាប់នឹងថ្នាក់អង្គការបឋមសិក្សាថ្មីរបស់ពួកគេដែរឬទេ ? តើមាននរណាម្នាក់ដែលអ្នកស្គាល់ដែលអាចផ្តល់ប្រឹក្សាដល់ពួកគេសម្រាប់ការងារ និងថ្នាក់រៀនរបស់ពួកគេដែរឬទេ ? តើនរណាគឺជាមិត្តរួមបន្ទប់នៅមហាវិទ្យាល័យរបស់គេ ?
- **ទៅតាមល្បឿនរបស់ពួកគេ** ។ កូនរបស់អ្នកអាចត្រូវការការលើកទឹកចិត្តតិចតួច ឬការព្រមានឲ្យបន្ថយល្បឿន ប៉ុន្តែកុំព្យាយាមផ្លាស់ប្តូរល្បឿនធម្មជាតិរបស់ពួកគេខ្លាំងពេក ។ ធ្វើតាមការសម្រេចចិត្តរបស់ពួកគេ ។ ប្រសិនបើពួកគេចង់ធ្វើកិច្ចការមួយក្នុងកម្លាំងពួកគេ សូមប្រាកដថា ពួកគេមានអ្វីគ្រប់យ៉ាងដែលពួកគេត្រូវការដើម្បីធ្វើដូច្នេះ ។ ប្រសិនបើពួកគេគ្មានអារម្មណ៍ត្រៀមរួចរាល់ដើម្បីបន្តទៅមុខទេ សូមកុំបង្ខំពួកគេឲ្យពាក់ព័ន្ធនឹងរឿងនោះខ្លាំងពេក ។ សូមលើកទឹកចិត្តពួកគេដោយស្រទន់ឲ្យសាកល្បងធ្វើកិច្ចការនៅក្រៅពីស្ថានភាពសុខស្រួលរបស់ពួកគេ ប៉ុន្តែធ្វើវាដោយសន្សឹមៗ ។ កែសម្រួលឲ្យត្រូវនឹងតម្រូវការរបស់កូនអ្នក ហើយស្វែងរកការដឹកនាំពីព្រះវិញ្ញាណ ដើម្បីដឹងពីរបៀបដ៏ល្អបំផុតដើម្បីជួយ ។ ■

សម្រាប់យុវវ័យ

នៅក្នុង លីអាហ្វណា ៖

- « តើថ្នាក់សមាគមសង្គ្រោះនឹងគួរឲ្យធុញទ្រាន់ឬ ? » ខែ មិថុនា ឆ្នាំ ២០១៨ ទំព័រ ៥០ ។
- « ថ្ងៃដំបូងរបស់ខ្ញុំនៅថ្នាក់ក្រុមអែលឌើរ » ខែ មិថុនា ឆ្នាំ ២០១៨ ទំព័រ ៥២ ។
- « យុវវ័យ និងសេចក្តីសញ្ញានៃព្រះវិហារបរិសុទ្ធ » ខែ តុលា ឆ្នាំ ២០១៣ ទំព័រ ១៨ ។

សម្រាប់ធនធានផ្សេងទៀត សូមមើលគេហទំព័រ
youth.ChurchofJesusChrist.org ។

យុវមជ្ឈិមវ័យ

នៅក្នុងវគ្គនេះ

៤៤ ចម្បាំងប្រចាំថ្ងៃរបស់ខ្ញុំទាស់នឹងភាពងកោ
ដោយ ស្បែក ម៉ាហាប៊ីអើរ

៤៨ គំរូរបស់ព្រះអង្គសង្គ្រោះអំពីការរាប់អាន
មិត្តភក្តិ
ដោយ មីនឌី សេលូ

មានតែលើអ៊ិនធើរណេតប៉ុណ្ណោះ

ការខ្វះអ្នកស្ម័គ្រចិត្តខាងវិញ្ញាណ
និងសារៈសំខាន់នៃមិត្តភក្តិ

ដោយ ប៊ែលឡា ហារី

ចំណុចគន្លឹះ ៥ យ៉ាង ដើម្បីរក្សានិងបុណ្យ
គ្រីស្ទម៉ាស់ ពេលអ្នកនៅឆ្ងាយពីផ្ទះ

ដោយ អាឡិចសាន់ដ្រា ផាលមេរ

ស្វែងរកអត្ថបទទាំងនេះ និងអ្វីៗបន្ថែមទៀត ៖

- នៅគេហទំព័រ **liahona**
.ChurchofJesusChrist.org
- នៅក្នុង យុវមជ្ឈិមវ័យប្រចាំសប្តាហ៍
(ខាងក្រោមវគ្គ « យុវមជ្ឈិមវ័យ »
នៅក្នុងកម្មវិធី Gospel Library)
- នៅគេហទំព័រ **facebook.com/liahona**

ចែកចាយរឿងរបស់អ្នក

តើអ្នកមានរឿងអស្ចារ្យដើម្បីចែកចាយឬទេ ? ឬតើ
អ្នកចង់ឃើញអត្ថបទអ្វីខ្លះអំពីប្រធានបទជាក់លាក់
នាពេលខាងមុខ ? បើដូច្នេះ យើងចង់ឮពីអ្នក ! អ្នកអាច
ផ្ញើអត្ថបទ ឬមតិកែលម្អរបស់អ្នកតាមគេហទំព័រ

liahona.ChurchofJesusChrist.org ។

អ្នកមិនងកោទេ—ចូរទុកចិត្តខ្ញុំចុះ

២

លុំបានឈានដល់វ័យយុវមជ្ឈិមវ័យ ខ្ញុំបានគិតថា ខ្ញុំបានយល់ពីភាពងកោ ។ ខ្ញុំ
រើរផ្ទះច្រើនដងខណៈពេលកំពុងពេញវ័យ ដូច្នេះខ្ញុំមានបទពិសោធន៍ច្រើននៃការធ្វើ
កិច្ចការលំបាកៗដើម្បីរាប់អានមិត្តភក្តិ ។ ហើយពេលខ្ញុំរៀបការជាមួយបុរសដ៏ល្អ
បំផុតដែលនៅជិតខ្ញុំ នោះខ្ញុំបានដឹងថា ខ្ញុំពុំមានអារម្មណ៍ងកោទៀតទេ មែនទេ ?

នោះគឺខុសហើយ ។

ភាពងកោនៅក្នុងភាពយុវមជ្ឈិមវ័យគឺចៀសមិនបានទេ ទោះបីវាកើតតែមួយរយៈពេលខ្លីក្តី ។ យើង
មានកិច្ចការជាច្រើនដែលត្រូវធ្វើ ដែលធ្វើឲ្យយើងមានភាពមមាញឹក ។ យើងកំពុងទទួលយកតួនាទី
ថ្មីៗ ជាសិស្ស ស្វាមី ឬក៏យាយ និយោជិត ឬឪពុកម្តាយ ។ យើងកំពុងផ្តើមទៅរស់នៅឆ្ងាយពីផ្ទះ និង
គ្រួសារ ។ យើងកំពុងដោះស្រាយនូវការសម្រេចចិត្តដ៏ធំ—គឺការសម្រេចចិត្ត—នៅដាច់ឆ្ងាយពីគេ ។
បន្ថែមលើនោះទៀត យើងនៅតែងាយនឹងធ្លាក់ទៅក្នុងការសាកល្បងនៃជីវិតប្រចាំថ្ងៃ និងជួនកាលជា
ការសាកល្បងដ៏ធំ ។ អ្វីៗទាំងអស់នេះអាចបង្កធ្វើឲ្យមានភាពងកោ ដែលវាជាអារម្មណ៍មួយមានអត្រា
ខ្ពស់បំផុតក្នុងចំណោមយុវមជ្ឈិមវ័យយើងសព្វថ្ងៃនេះ ។ សំណាងណាស់ មានរបៀបដើម្បីទប់ទល់នឹង
ភាពងកោនេះ ហើយវគ្គនេះនឹងនិយាយពីរឿងនោះ ។

នៅទំព័រទី ៤៤ ស្បែក ចែកចាយពីរបៀបដែលការចូលរួមព្រះវិហារបានជួយនាងយកឈ្នះលើ
ភាពងកោ ។ នៅទំព័រទី ៤៨ មីនឌី បង្រៀនយើងពីរបៀបដែល យើងអាចរកឃើញ និងផ្តល់តម្លៃដល់
មិត្តភាព ដូចព្រះគ្រីស្ទបានធ្វើ ។ ហើយនៅក្នុងអត្ថបទដែលមានតែដំបូលនោះ ប៊ែលឡាគូសបញ្ជាក់
ពីឥទ្ធិពលនៃមិត្តភាពល្អដែលអាចមានលើពួកយើង ហើយខ្ញុំផ្តល់យោបល់គន្លឹះពីសម្រាប់អ្នកដែល
មានភាពងកោ ខណៈដែលនៅឆ្ងាយពីមនុស្សជាទីស្រឡាញ់ អំឡុងពេលរដូវកាលបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ ។

មានវិធីច្រើនដើម្បីយកឈ្នះលើភាពងកោ—មិនថា ជាការដើរលេង និងរាប់អានមិត្តភក្តិថ្មី ការ
បង្កើតទំនាក់ទំនងស្មោះត្រង់រៀងរាល់ថ្ងៃ ឬការបង្កើតទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធជាមួយព្រះអង្គសង្គ្រោះ ។
ពេលយើងដឹងថា ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទគង់នៅជាមួយយើងជានិច្ច ពេលយើងដឹងពិតប្រាកដថា យើងពុំ
ងកោ នោះយើងនឹងមានកម្លាំងលើសពីសមត្ថភាពខ្លួនបាន ដើម្បីបង្កើតទំនាក់ទំនងល្អ ហើយផ្តល់ពរ
ដល់ជីវិតមនុស្សដែលនៅជុំវិញយើង ។

ពីអ្នកដែលជឿជាក់លើអ្នក

អាឡិចសាន់ដ្រា ផាលមេរ

Alexandra



រូបថតស្តុករដ៍ GETTY IMAGES



ចម្បាំងប្រចាំថ្ងៃរបស់ខ្ញុំ ទាស់នឹងភាពងកោ

ដោយ ស្បែក ម៉ាហាប៊ីអើ

អស់ពេលជាយូរមកហើយក្នុងជីវិតខ្ញុំ ខ្ញុំបានមានអារម្មណ៍ថា ខ្ញុំនៅឯកោ ។ ពេលដំបូង ភាពងកោគឺជាអារម្មណ៍ថ្មីមួយសម្រាប់ខ្ញុំ ដោយសារខ្ញុំបានជាសមាជិកក្នុងគ្រួសារដែលមានគ្នាប្រាំនាក់ ដូច្នេះកាលនៅតូច ខ្ញុំចូលចិត្តភាពអ៊ូអរ និងមនុស្សច្រើននៅផ្ទះជានិច្ច ។ ខ្ញុំបានដឹងថា ខ្ញុំពុំនៅឯកោទេ ។

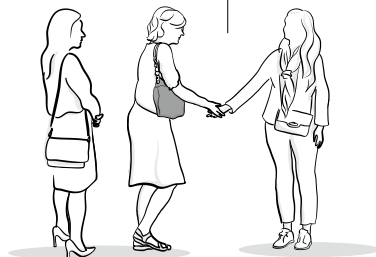
ជាអកុសល ពេលខ្ញុំកំពុងពេញវ័យ ឪពុកម្តាយខ្ញុំបានលះលែងគ្នា ។ ចាប់តាំងពីពេលនោះមក ខ្ញុំចាប់ផ្តើមមានអារម្មណ៍ឯកោម្តងទៀត ។ ខ្ញុំបានព្យាយាមស្វែងយល់ពីអ្វីដែលត្រូវធ្វើ ធ្វើអ្វីដែលខ្ញុំពុំធ្លាប់ធ្វើដើម្បីរាប់អានមិត្តនៅឯសាលារៀន ។ ខ្ញុំសង្ឃឹមថា ខ្ញុំអាចរីករាយនឹងការស្គាល់មនុស្សច្រើននៅសាលារៀន ដូចខ្ញុំស្គាល់មនុស្សនៅផ្ទះដែរ ។ ប៉ុន្តែទោះបីខ្ញុំមានមនុស្សនៅជុំវិញខ្ញុំក្តី ខ្ញុំនៅតែមានអារម្មណ៍ថាឯកោ ។ អារម្មណ៍នេះបាន

រសាត់រសាយទៅពីរបីឆ្នាំបន្ទាប់ពេលខ្ញុំបានជួបនឹងសាសនាចក្រ ។

ថ្ងៃមួយស៊ីស្ទើរដែលជាពួកអ្នកផ្សព្វផ្សាយសាសនាបានគោះទ្វារផ្ទះខ្ញុំ ហើយម្តាយខ្ញុំបានបើកទ្វារ ។ ខ្ញុំចាំថា ម្តាយខ្ញុំបានប្រាប់ពួកគេថា « ខ្ញុំមិនចាប់អារម្មណ៍ទេ ប៉ុន្តែកូនស្រីខ្ញុំចាប់អារម្មណ៍ ។ សូមរង់ចាំសិន ខ្ញុំនឹងហៅនាងមក » ។

នៅពេលខ្ញុំចាប់ផ្តើមនិយាយជាមួយពួកគេ ខ្ញុំអាចទទួលបានអារម្មណ៍ពីព្រះវិញ្ញាណប្រាប់ខ្ញុំឲ្យស្តាប់ ។ បន្ទាប់ពីបានស្តាប់ និងរៀនអស់រយៈពេលពីរបីខែមក ខ្ញុំបានដឹងថា នោះគឺជាអ្វីដែលខ្ញុំកំពុងស្វែងរក ។ ទោះបីខ្ញុំគ្មានអារម្មណ៍ថា គួរតែចាប់ផ្តើមជាមួយដំណឹងល្អក្តី នោះការសម្រេចចិត្តរបស់ខ្ញុំដើម្បីទទួលបុណ្យជ្រមុជទឹក ពុំគ្រាន់តែបានជួយខ្ញុំឲ្យខិតកាន់តែជិតព្រះអម្ចាស់ប៉ុណ្ណោះទេ វាថែមទាំងធ្វើឲ្យខ្ញុំខិតទៅរកការបញ្ចប់ចម្បាំងទាស់នឹងភាពងកោរបស់ខ្ញុំផងដែរ ។

ខ្ញុំបានទទួលអារម្មណ៍ឯកោតាំងពីពេលឪពុកម្តាយខ្ញុំលែងលះគ្នា ហើយការចូលរួមព្រះវិហារបានបង្កើនភាពងកោនោះកាន់តែខ្លាំងឡើង ។ ប៉ុន្តែវាក៏បានជួយខ្ញុំឲ្យស្វែងរករបៀបមួយគេចចេញពីភាពងកោដែរ ។



អារម្មណ៍ឯកោក្នុងនាមជាអ្នកប្រែចិត្តជឿ

ពេលខ្ញុំបានសម្រេចចិត្តថា ខ្ញុំចង់ទទួលបុណ្យជ្រមុជទឹក គ្រួសារខ្ញុំពុំសូវរំភើបនឹងរឿងនោះទេ ។ ទោះជាយ៉ាងណាក្តី ម្តាយខ្ញុំ និងបងប្រុសខ្ញុំម្នាក់បានចូលរួមពិធីបុណ្យជ្រមុជទឹក របស់ខ្ញុំ សមាជិកផ្សេងទៀតក្នុងគ្រួសារខ្ញុំបានបដិសេធខ្ញុំ ដោយសារយើងពុំមានសាសនាដូចគ្នាទៀតទេ ។

នៅគ្រាដំបូងវាពិបាកណាស់ ហើយខ្ញុំមានអារម្មណ៍ កាន់តែឯកោខ្លាំងជាងមុនទៅទៀត ។ ប៉ុន្តែមួយរយៈពេល ក្រោយមក បងជីដូនមួយរបស់ខ្ញុំម្នាក់បានសម្រេចចិត្តគោរព សាសនាហិនឌូ ដែលជាសាសនាខុសពីការអនុវត្តផ្សេងពី គ្រួសាររបស់យើង ។ គាត់បានគោរពដល់ជម្រើសរបស់ខ្ញុំ ដើម្បីចូលសាសនាចក្រ ដោយសារគាត់បានធ្វើការសម្រេច ចិត្តស្រដៀងគ្នាដែរ ។ ដោយសារតែគំរូនៃសេចក្តីស្រឡាញ់ ដែលគាត់មានចំពោះខ្ញុំ សមាជិកផ្សេងទៀតក្នុងគ្រួសារខ្ញុំ ឈប់ប្រកាន់នឹងខ្ញុំទៀត ។

នៅសាលារៀនវិញ ខ្ញុំបានដឹងថា ខ្ញុំពុំចុះចំណោមនឹង ពួកគេទៀតទេ ។ នៅកន្លែងការងារវិញ គេបានមើលខ្ញុំ ក្នុងរបៀបចម្លែកមួយ ពេលខ្ញុំបានប្រាប់ពួកគេថា ខ្ញុំបាន ទទួលបុណ្យជ្រមុជទឹក ។ ខ្ញុំគ្មានអារម្មណ៍រៀនខ្មាសទេ— ការសម្រេចចិត្តរបស់ខ្ញុំពុំខុសទេ ហើយខ្ញុំបានដឹងរឿងនោះ ដោយអស់ពីចិត្តខ្ញុំ—ប៉ុន្តែមិត្តភក្តិខ្ញុំពុំយល់ពីការផ្លាស់ប្តូរបែប ផែននៃជីវិតខ្ញុំទេ ហើយភាគច្រើនពួកគេសម្រេចចិត្តឈប់ រាប់អានខ្ញុំ ។

ការបង្កើតមិត្តភក្តិថ្មី

ឆ្លងកាត់បទពិសោធន៍លំបាកទាំងអស់នេះ ខ្ញុំបានបន្ត អធិស្ឋាន ហើយខ្ញុំអាចមានអារម្មណ៍សុខស្រួល ដែល ព្រះវិញ្ញាណបានសន្យាដល់ខ្ញុំក្នុងការប្រសិទ្ធពរហេតុផល ដែលខ្ញុំបានទទួល ។ ថ្ងៃមួយខ្ញុំបានហ៊ានសួរសំណួរមួយ ក្នុងការអធិស្ឋានថា « ហេតុអ្វីខ្ញុំមានអារម្មណ៍ឯកោម្ល៉េះ ? » ហើយខ្ញុំបានទទួលចម្លើយ ឬការសន្យាមួយ—ថា ខ្ញុំនឹងរាប់ អានមិត្តភក្តិថ្មី ជាមិត្តដែលនឹងយល់ចិត្តខ្ញុំ ។

ហើយខ្ញុំបានធ្វើដូច្នោះមែន ។ ខ្ញុំបានរាប់អានមិត្តភក្តិ ថ្មី ពួកគេមួយចំនួនពុំមែនជាសមាជិកសាសនាចក្រទេ ប៉ុន្តែ ពួកគេនៅតែគោរព និងស្រឡាញ់ខ្ញុំ ។ ខ្ញុំក៏បានរាប់អានមិត្ត ភក្តិនៅព្រះវិហារដែលបានក្លាយដូចជាគ្រួសារខ្ញុំ ។

ក្នុងនាមជាមនុស្សរៀនខ្មាសម្នាក់ ហើយត្រូវនិយាយ ជាមួយមនុស្សពុំមែនជារឿងងាយស្រួលបំផុតសម្រាប់ខ្ញុំ ទេ ។ ភាគច្រើនខ្ញុំទុកឲ្យគេមករកខ្ញុំសិន ប៉ុន្តែនៅវិទ្យាល័យ ពុំសូវមានមនុស្សច្រើនចង់និយាយជាមួយខ្ញុំទេ ។ ដូច្នេះ ខ្ញុំរីករាយដែលខ្ញុំបានចងចាំពីល្បិចចាស់កម្រិលនេះ ដែល ខ្ញុំបានរៀន—គឺខ្ញុំបានញញឹម ។ កាលណាមនុស្សញញឹម ច្រើន នោះនឹងមានគេនិយាយយកកាន់តែច្រើន ។ ខ្ញុំបាន ដឹងថា កាលណាខ្ញុំកាន់តែញញឹមដាក់គេ នោះគេចាប់ផ្តើម និយាយរកខ្ញុំ ហើយវាធ្វើឲ្យខ្ញុំក្លាយជាមិត្តនឹងពួកគេបាន ងាយស្រួលជាង ។





ការឈរជាមួយព្រះវិញ្ញាណស្នំ

ចម្លើយដ៏ប្រសើរចំពោះការអធិស្ឋានរបស់ខ្ញុំគឺសុទ្ធតែថា របស់ប្រធាន ជូម៉ាស អេស ម៉នសុន (១៩២៧-២០១៨) ដែលមានចំណងជើងថា « ក្លាហាននឹងឈរម្នាក់ឯង » (*Liahona* ខែ វិច្ឆិកា ឆ្នាំ ២០១១ ទំព័រ ៦០-៦៧) ។ យូរៗទៅ សុទ្ធតែថាបានបង្រៀនខ្ញុំរឿងដ៏សំខាន់មួយ អំពីភាពឯកោ ៖ អ្នកពុំឈរនៅតែឯងទេ ពេលអ្នកធ្វើតាម ព្រះអម្ចាស់ ។

នៅតែមានគ្រាលំបាកសម្រាប់ខ្ញុំដើម្បីធ្វើតាមទ្រង់ ។ ភាព ភ័យខ្លាចមនុស្សដទៃសើចចំអកឲ្យខ្ញុំ និងជំនឿរបស់ខ្ញុំគឺវា ខ្លាំងណាស់ ។ មានគេបានប្រាប់ខ្ញុំថា សាសនាណាក៏ដោយ គឺអត់បានការទាំងអស់ ហើយគេថា ខ្ញុំកំពុងត្រូវបានគេដឹង ដូចជាចៀមដែលគ ។ បន្ទាប់ពីដឹងអំពីសាសនារបស់ខ្ញុំរួច មនុស្សខ្លះបានប្រព្រឹត្តនឹងខ្ញុំ ដូចជារូបខ្ញុំនេះកើតជំងឺឆ្លងដ៏ កាចសាហាវមួយអញ្ចឹង ។ បទពិសោធន៍ទាំងអស់បានធ្វើ ឲ្យខ្ញុំមានអារម្មណ៍ពុំសូវមានសុវត្ថិភាព និងមានភាពឯកោ ណាស់ ។ វាគឺជាការលំបាកប្រចាំថ្ងៃ ប៉ុន្តែវាក៏ជារឿងមួយ ដែលខ្ញុំយកឈ្នះបានរៀងរាល់ថ្ងៃផងដែរ ម្តងហើយម្តងទៀត ដោយមានជំនួយ និងការគាំទ្រទាំងស្រុងពីព្រះអម្ចាស់ ។

ខ្ញុំព្យាយាមធ្វើតាមព្រះវិញ្ញាណជា ប្រចាំ ។ ពេលណាដែលខ្ញុំស្តាប់តាម ព្រះវិញ្ញាណ ហើយនិយាយជាមួយមនុស្ស នោះការបំផុសគំនិតមកពីព្រះវិញ្ញាណជួយខ្ញុំ ឲ្យបម្រើមនុស្សដទៃ ។ វាផ្តល់ឱកាសដល់ខ្ញុំ ឲ្យចងចាំថា ខ្ញុំពុំនៅឯកោទេ ។ សំខាន់ខ្លាំង បំផុតនោះគឺ ការស្តាប់តាមព្រះវិញ្ញាណផ្តល់

ឱកាសឲ្យខ្ញុំចែកចាយទីបន្ទាល់របស់ខ្ញុំជានិច្ច ។ ខ្ញុំបានដឹង ថា ការចែកចាយជំនឿរបស់ខ្ញុំតាមរបៀបនេះជួយឲ្យខ្លាច តិច ហើយឲ្យខ្ញុំយល់កាន់តែច្រើនពីមនុស្សដទៃ ។ ពីមុនខ្ញុំ ដឹងរឿងនេះ ខ្ញុំពុំឯកោទេ—និយាយជាមួយអ្នកណាក៏ដោយ ដែលខ្ញុំកំពុងនិយាយជាមួយនៅគ្រានោះ—នោះខ្ញុំកំពុងធ្វើតាម ព្រះវិញ្ញាណហើយ ។ ជាមួយនឹងព្រះវិញ្ញាណនៅខាងអ្នក នោះ អ្នកពុំអាចឯកោទេ ។

អស់ពេលជាច្រើនឆ្នាំ និងជាច្រើនគ្រានៃអារម្មណ៍ឯកោ ព្រះអម្ចាស់បានមានបន្ទូលប្រាប់ខ្ញុំច្រើនដែលថា ខ្ញុំគឺជាបុត្រី សំណាញ់របស់ទ្រង់ ហើយទ្រង់ស្រឡាញ់ខ្ញុំ ។ តើខ្ញុំអាចមាន អារម្មណ៍ឯកោដូចម្តេច បើខ្ញុំមានព្រះវិបត្តិខ្ញុំគង់នៅជាមួយខ្ញុំ នោះ ? តើខ្ញុំអាចមានអារម្មណ៍ឯកោដូចម្តេច បើខ្ញុំអាចទូលទៅ ទ្រង់តាមការអធិស្ឋាននោះ ?

នៅក្នុងចម្បាំងប្រចាំថ្ងៃរបស់ខ្ញុំទាស់នឹងភាពឯកោ ខ្ញុំបាន អំពាវនាវទៅកាន់ព្រះវិបត្តិស្នំខ្ញុំ ដែលទ្រង់ពុំគ្រាន់តែគង់នៅ ក្បែរខ្ញុំទេ ទ្រង់ថែមទាំងជួយខ្ញុំជានិច្ចឲ្យឈរក្បែរទ្រង់ផងដែរ ។ ខ្ញុំដឹងថា ទ្រង់ពុំដែលទុកខ្ញុំចោលឲ្យប្រយុទ្ធក្នុងសង្គ្រាមតែឯង ទេ ហើយទ្រង់គង់នៅក្បែរខ្ញុំ ស្រឡាញ់ខ្ញុំជានិច្ច ។ ■

អ្នកនិពន្ធរស់នៅទីក្រុងប្រាក សាធារណៈរដ្ឋឆែក ។

គំរូរបស់ព្រះអង្គសង្គ្រោះ អំពី ការរាប់អានមិត្តភក្តិ

ដោយ មីនឌី សេលូ
ទស្សនាវដ្តីសាសនាចក្រ

ក្នុងនាមជាយុវមជ្ឈិមវ័យ យើងទាំងអស់គ្នាឆ្លងកាត់គ្រានៃកាតព្វកិច្ច—ការប្តូរចេញពីសាលា ការត្រឡប់មកពីបេសកកម្មវិញ ឆ្លងកាត់ការលះលែងគ្នា ការធ្វើជាសមាជិកតែម្នាក់ឯងក្នុងតំបន់របស់អ្នក ការធ្វើជាអ្នកចំណូលថ្មីនៅក្នុងរូងជួរ ការនៅលីវ ការរៀបការជាមួយនរណាម្នាក់ដែលពុំសូវនៅផ្ទះ ការមានឪពុកម្តាយថ្មី និងអ្វីជាច្រើនទៀត ។ ដំណាក់កាលខ្លះក្នុងជីវិតគឺពុំងាយស្រួលដើម្បីអាចអានមិត្តភក្តិទេ ។

ប៉ុន្តែរឿងនោះពុំមែនមានន័យថា វាមិនអាចធ្វើបានទេ ។ ដូចជារឿងគ្រប់យ៉ាង ចម្លើយនោះមាននៅក្នុងការធ្វើតាមព្រះអង្គសង្គ្រោះ ។ អែលឌើរ រ៉ូណាល អេ វ៉ាសបាន ក្នុងកូរ៉េនៃពួកសាវកដប់ពីរនាក់បានថ្លែងថា « ទាក់ទងនឹងរឿងមិត្តភាព ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទគឺជាគំរូរបស់យើង ដូចគ្នាទៅនឹងគោលការណ៍ផ្សេងទៀតនៃដំណឹងល្អដែរ » ។^១ នេះជារឿងមួយចំនួនដែលយើងអាចរៀនពីគំរូរបស់ព្រះអង្គសង្គ្រោះអំពីការរាប់អានមិត្តភក្តិ ។

ស្វែងរកពួកគេ

ព្រះយេស៊ូវបានផ្តល់តម្លៃដល់មិត្តភក្តិ ។ ទ្រង់ត្រូវការជំនួយនិងការគាំទ្រពីមនុស្សដទៃ (ដូចយើងដែរ !) ដើម្បីបំពេញការងារបម្រើនៅលើផែនដីរបស់ទ្រង់ ប៉ុន្តែជំនួយស្វ័យការរង់ចាំមនុស្សត្រូវបង្ហាញខ្លួននៅចំពោះទ្វាររបស់ទ្រង់ នោះទ្រង់បាន

ចេញទៅ ហើយស្វែងរកពួកគេ ! ទ្រង់បានយាងទៅកន្លែងដែលទ្រង់ពុំដែលធ្លាប់ទៅ (សូមមើលលូកា ៥:៣-១០) ទ្រង់យាងចុះឡើង (សូមមើល ម៉ាកុស ១:១៦; យ៉ូហាន ១:៣៦) ហើយទ្រង់ថែមទាំងបានអញ្ជើញមនុស្សឲ្យមកមើលពីកន្លែងដែលទ្រង់បានរស់នៅ (សូមមើល យ៉ូហាន ១:៣៩) ។

យើងប្រហែលជាពុំត្រូវការមិត្តដោយសារហេតុផលដូចព្រះអង្គសង្គ្រោះទេ ប៉ុន្តែវានៅតែសំខាន់ថា យើងត្រូវនៅជិតនឹងមនុស្សល្អៗ ។ ប្រសិនបើអ្នកកំពុងស្ថិតនៅក្នុងដំណាក់កាលថ្មីមួយក្នុងជីវិតដែលអ្នកឃើញថា អ្នកត្រូវការមិត្តភក្តិ សូមស្វែងរកពួកគេ ។ ចូលរួមក្នុងសកម្មភាពព្រះវិហារ និងសកម្មភាពផ្សេងទៀត ណែនាំខ្លួនអ្នកឲ្យគេស្គាល់ ព្យាយាមរៀនអ្វីមួយថ្មី ធ្វើជាអ្នកដឹកនាំឲ្យមានការជួបជុំគ្នា ផ្តល់ការងារបម្រើដោយស្មោះសរ (បុគ្គលដែលអ្នកផ្តល់ការងារបម្រើអាចត្រូវការមិត្តភក្តិផងដែរ !) ហើយអ្នកនឹងឃើញថា អ្នកនៅជិត និងមានអ្នកដែលអាចក្លាយជាមិត្តកាន់តែច្រើន ។

លើកបង្ហាញនូវចំណុចល្អនៅក្នុងមនុស្សដទៃ

ខ្ញុំចូលចិត្តពេលព្រះយេស៊ូវបានជួបណាថាណែល « នុ៎ះនី ជាសាសន៍អីស្រាអែលពិតមែន ដែលឥតមានចិត្តឧបាយ ! » (យ៉ូហាន ១:៤៧) ។ ពេលណាខ្ញុំគិតពីខគម្ពីរនេះ វាព្រកខ្ញុំថា ខ្ញុំគួរតែរកមើល ហើយធ្វើឲ្យមនុស្សដទៃដឹងថា ខ្ញុំឃើញសេចក្តីល្អរបស់ពួកគេ ។

« លោក » ហ្វ្រីដ រ៉ូហ្គើ ប្រហែលជាអ្នកជំនាញផ្នែកខាង

ការរាប់អានមិត្តភក្តិ ក៏បាន
ចង្អុលប្រាប់ផងដែរ

របៀបស្វែងរកគុណភាពល្អបំផុតដែលមាននៅក្នុងមនុស្សដទៃថាជា បុគ្គលិកលក្ខណៈដូចព្រះគ្រីស្ទ ។ គាត់បាននិយាយថា « ខ្ញុំជឿថា ការដឹងគុណគឺជារឿងមួយពិសិដ្ឋ ។ ពេលយើងរកមើលអ្វីដែលល្អបំផុតនៅក្នុងបុគ្គលម្នាក់ ដែលយើងជួបនៅគ្រាណាមួយ នោះយើងកំពុងធ្វើអ្វីដែលព្រះធ្វើ ។ ដូច្នេះក្នុងការស្រឡាញ់ និងការអរគុណអ្នកជិតខាងយើង នោះយើងកំពុងចូលរួមក្នុងអ្វីមួយដែលពិតជាពិសិដ្ឋហើយ » ។^១

អធិស្ឋានឲ្យមិត្តភក្តិ

បទពិសោធន៍នៅលើផែនដីមួយចំនួនដ៏គួរឲ្យចងចាំបំផុតជាមួយព្រះអង្គសង្គ្រោះគឺនៅពេលទ្រង់បានអធិស្ឋានសម្រាប់មនុស្សដទៃ ។ ពួកសាសន៍នីហ្វបានកត់ត្រាថា « ហើយគ្មានអ្នកណាមួយ [អាច] យល់នូវសេចក្តីអំណរដែលពោរពេញនៅក្នុងព្រលឹងនៃ [ពួកគេ] នៅពេល [ពួកគេ] បានទ្រង់អធិស្ឋានដល់ព្រះវរបិតាសម្រាប់ [ពួកគេ] នោះទេ » (នីហ្វទី ៣ ១៧:១៧) ។ ការអធិស្ឋានរបស់យើងប្រហែលជាពុំអាចធ្វើឲ្យវិជ្ជមានចិត្តដូចការអធិស្ឋានទ្រង់ទេ ប៉ុន្តែយើងនៅតែឆ្លៀតពេលដើម្បីអធិស្ឋានសម្រាប់អ្នកដែលយើងខ្លាចខ្វល់ ។

ក្រៅពីអធិស្ឋានឲ្យមិត្តរបស់អ្នក អ្នកក៏អាចអធិស្ឋានដើម្បីឲ្យមានមិត្តភក្តិផងដែរ ។ ពេលអ្នក « ប្រឹក្សាជាមួយនឹងព្រះអម្ចាស់នូវគ្រប់កិច្ចការរបស់អ្នក » (អាលម៉ា ៣៧:៣៧) —រួមទាំងកង្វល់របស់អ្នកអំពីភាពឯកោ និងការត្រូវការមិត្តភក្តិ—នោះទ្រង់ពុំគ្រាន់តែ « ហើយទ្រង់នឹងដឹកនាំ [អ្នក] ទៅរកការល្អ » ប៉ុណ្ណោះទេ ទ្រង់ក៏នឹងដឹកនាំអ្នក ទៅរក សេចក្តីល្អ—មនុស្សល្អដែលអាចក្លាយជាមិត្តល្អ ។

ចូរមើលទៅព្រះអង្គសង្គ្រោះ

ព្រះយេស៊ូវដឹងពីអារម្មណ៍យើងមាន ពេលយើងមានអារម្មណ៍ឯកោ ដោយសារទ្រង់ក៏ « ទុក្ខ » និងឯកោផងដែរ (ម៉ូសាយ ១៤:៣) ។ ដូច្នេះទោះបី

យើងទាំងអស់ធ្លាប់ឆ្លងកាត់គ្រានៃភាពឯកោ ប៉ុន្តែគំរូរបស់ព្រះអង្គសង្គ្រោះបង្រៀនយើងនូវចំណុចមួយចំនួនអំពីការរាប់អានមិត្តភក្តិ ។

យើងពូកែខាងការធ្វើជាមិត្តភក្តិ យើងនៅតែមានរយៈពេល ឬគ្រានៃភាពឯកោដែរ ។ ប៉ុន្តែភាពឯកោក៏អាចជាការរំឭកដល់យើងអំពីការត្រាស់បង្គាប់របស់ព្រះឲ្យស្រឡាញ់គ្នាទៅវិញទៅមកផងដែរ (សូមមើល យ៉ូហាន ១៣:៣៤) ។

ប្រសិនបើអ្នកមានការលំបាកឆ្លងកាត់គ្រានៃភាពឯកោក្នុងពេលនេះ សូមសម្លឹងមើលទៅគំរូរបស់ព្រះអង្គសង្គ្រោះ ។ លើសពីមនុស្សណាផ្សេងទៀត សូមរាប់អានទ្រង់ជាមិត្តរបស់អ្នក ។ ទ្រង់—និងព្រះវរបិតាស្នើយើង—នឹងពុំបាក់ចោលអ្នកឲ្យនៅឯកោទេ ។ ■

កំណត់ចំណាំ

១. រ៉ូណាល អេ រ៉ាសបាន « True Friendship » *New Era* ខែ តុលា ឆ្នាំ ២០១៦ ទំព័រ ៥ ។
២. Fred Rogers សូត្រថាបើកនៅសាកលវិទ្យាល័យ Marquette ឆ្នាំ ២០០១ គេហទំព័រ marquette.edu/universityhonors/speakers-rogers.shtml ។





ខ្ញុំស្រឡាញ់ព្រះវិហារបរិសុទ្ធ

ដោយសារវាគឺជាកន្លែងមួយដែលអ្នកពិតជាអាចទទួលបាន អារម្មណ៍នៃព្រះវិញ្ញាណ ។ វាជាកន្លែងបរិសុទ្ធដែលអ្នក អាចទទួលបានអារម្មណ៍ពិតប្រាកដនៃសេចក្តីស្រឡាញ់របស់ ព្រះគ្រីស្ទ ។

ខ្ញុំមានឱកាសបានរស់នៅសហរដ្ឋអាមេរិកបាន រយៈពេលមួយឆ្នាំ ។ ពេលខ្ញុំបានទៅដល់ទីនោះមួយរយៈ ខ្ញុំពិតជាងាយរងគ្រោះ ។ ខ្ញុំនឹកគ្រួសារ និងផ្ទះរបស់ខ្ញុំ ប៉ុន្តែ ខ្ញុំមានការលំបាកលើសពីរឿងនេះទៅទៀត ។ ខ្ញុំអត់សូវមាន មិត្តភក្តិច្រើននៅសាលារៀនទេ ខ្ញុំពិបាកនឹងនិយាយភាសា និងមិនយល់ពីវប្បធម៌គេ ហើយខ្ញុំមានបញ្ហាបន្តិចបន្តួច ជាមួយគ្រួសារដែលខ្ញុំរស់នៅជាមួយ ។

សូម្បីតែនៅព្រះវិហារក្តី ពេលខ្លះខ្ញុំមានអារម្មណ៍ឯកោ ។ ខ្ញុំមានអារម្មណ៍ថា ចង់ទៅផ្ទះវិញ ។ ខ្ញុំពិតជាចង់ជួបគ្រួសារ ខ្ញុំវិញណាស់ ។

ប៉ុន្តែខ្ញុំបានចាប់ផ្តើមគិតពីព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ និង ការងារទុក្ខដ៏ខ្លាំងដែលទ្រង់បានធ្វើសម្រាប់ខ្ញុំ ។ ខ្ញុំបាន អធិស្ឋាន ហើយព្រះបានល្អងលោមចិត្តខ្ញុំ ។ ព្រះវិហារ បរិសុទ្ធនៅជិតនឹងកន្លែងដែលខ្ញុំស្នាក់នៅនោះ—គឺចម្ងាយ តែប្រាំមួយនាទីប៉ុណ្ណោះ ។ ដូច្នេះខ្ញុំបានសម្រេចចិត្តទៅ ព្រះវិហារបរិសុទ្ធម្តងក្នុងមួយសប្តាហ៍ ហើយនោះគឺពិតជា ពរជ័យក្នុងជីវិតរបស់ខ្ញុំ ។

អ្វីៗបានចាប់ផ្តើមផ្លាស់ប្តូរ ។ ខ្ញុំបានជួបមិត្តភក្តិល្អៗ មួយចំនួន ហើយព្រះបានឲ្យខ្ញុំបន្តធ្វើកិច្ចការនោះរហូត ដល់ទីបញ្ចប់នៃគ្រាដែលខ្ញុំចាកឆ្ងាយពីផ្ទះនោះ ។ ខ្ញុំដឹងថា ខ្ញុំទទួលបានអារម្មណ៍ល្អលោមដោយសារព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ ។ ទ្រង់បានប្រទានជំនួយ និងកម្លាំង ហើយវាបានជំរុញចិត្ត ខ្ញុំឲ្យក្លាហាន ។ ជួនកាលមនុស្សគិតថា ដង្ហាយធួនរបស់ ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទគឺគ្រាន់តែជាការប្រែចិត្ត ។ ប៉ុន្តែព្រះគ្រីស្ទ គឺជាប្រភពនៃការល្អលោមដ៏អស្ចារ្យនោះ ។ ខ្ញុំដឹងថា ខ្ញុំពុំអាចយល់អ្វីគ្រប់យ៉ាងដែលទ្រង់បានស៊ូទ្រាំទេប៉ុន្តែ ទ្រង់យល់ពីរូបខ្ញុំ ។

យ៉ូណា ស៊ី អាយុ ១៧ ប្រទេសបារាំង

នៅក្នុងវគ្គនេះ



៥២ ការរីកចម្រើនជាមួយគ្នា

ដោយ អ៊ីរិក ប៊ី ម៉ឺក និង វីតាដ អ៊ីម មេនី

៥៨ ពិធីបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់នៅជុំវិញ ពិភពលោក

៥៨ អ្នកពុំចង់ក្លាយជាតារាចម្រើន ឡើយ

ដោយ ដេវីឌ អេ អេដ្យុង

៦០ ការដើរលេងជាគូកំបាំងមុខជាមួយ យុវនារីជាពួកបរិសុទ្ធច្រើនក្រោយ

ដោយ អែលឆែរ ចូឃ្វីន អ៊ី ខូស្តា

៦២ សំណួរ និងចម្លើយ៖ តើបម្រើ បេសកកម្មឬទេ ? តើយល់គម្ពីរ វិវរណៈឬទេ ?

៦៤ ពាក្យចុងក្រោយ៖ បេសកកម្ម របស់ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទដើម្បីបង្ហាញ សេចក្តីស្រឡាញ់របស់ព្រះ

ដោយ អែលឆែរ ដ្រែហ្វ្រី អ៊ី ហ្សឡិន



ការរីកចម្រើន ជាមួយគ្នា

ដោយ អ៊ីវ៉ា ប៊ី ម៉ុងក និង វិចិត្រ អិម រ៉េនី
ទស្សនាវដ្តីសាសនាចក្រ

មាការផ្លាស់ប្តូរជីវិតឲ្យរីកចម្រើន ជាច្រើនបានកើតឡើងចំពោះ សាសនាចក្រ សូមអំណរគុណ ដល់ការបំផុសគំនិតដែលប្រធាន វិសុល អិម ណិលសុន បានទទួល ។ ការផ្លាស់ប្តូរទាំងពីរ នេះបានជះឥទ្ធិពលដោយផ្ទាល់លើបងប្អូន ប្រុសក្នុងគ្រួសារក្រសួងដែលនៅរដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា ស.រ.អា. ។

១. ឥឡូវនេះ យុវជនអាចទទួលបានការតែងតាំងទៅកាន់តំណែងបញ្ជីពិភពលោកនៅខែមករា នៃឆ្នាំដែលពួកគេឈានចូលអាយុ ១២, ១៤ និង ១៦ ឆ្នាំ ។
២. យុវវ័យមានសិទ្ធិទទួលបានប័ណ្ណចូលព្រះវិហារ បរិសុទ្ធដែលមានកំណត់ការប្រើប្រាស់ដោយ ចាប់ផ្តើមនៅក្នុងខែមករានៃឆ្នាំដែលពួកគេ ឈានចូលអាយុ ១២ ឆ្នាំ ។

សម្រាប់បងប្អូនប្រុសម៉ាឡូ (១៥), អែនដ្រូ (១៣) និង អ៊ីសាក (១១) ការផ្លាស់ប្តូរនេះបាននាំឱកាស ថ្មីមួយដើម្បីបម្រើ និងរីកចម្រើនក្នុងជំនាញល្អនៃ

ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ—ពុំគ្រាន់តែសម្រាប់ម្នាក់ៗទេគឺ ទាំងអស់គ្នា ។

ថ្ងៃនៃគ្រាដំបូង

នៅខែមករាឆ្នាំ ២០១៩ ម៉ាឡូ, អែនដ្រូ និង អ៊ីសាក បានទទួលបទពិសោធន៍ថ្ងៃនៃគ្រាដំបូងរបស់ ពួកគេ ។ អែនដ្រូនិយាយថា ៖ « ម៉ាឡូបានក្លាយជា សង្ឃ ខ្ញុំបានក្លាយជាគ្រូ ហើយអ៊ីសាកបានក្លាយជា ឪពុកក្នុងពេលដំណាលគ្នា ។ គ្មានពួកយើងណាម្នាក់ ដល់អាយុមួយដែលអាចនឹងត្រូវតម្លើងបញ្ជីពិភពលោកទេ កាលពីមុននោះ » ។

ម៉ាឡូនិយាយថា « នៅថ្ងៃដំបូងរបស់ខ្ញុំធ្វើជា សង្ឃ ខ្ញុំបានកាន់បង្គំជាដ្ឋានសម្រាប់ពិធីសាក្រម៉ង់ ហើយខ្ញុំបានប្រសិទ្ធពរវា ។ ខ្ញុំហាក់ដូចជាមាន អារម្មណ៍ភ័យ ។ ដៃខ្ញុំរងញ័រពេញបន្តិច ពេលខ្ញុំបានអាន ការអធិស្ឋាន ប៉ុន្តែវាពិតជាអស្ចារ្យណាស់ » ។

អ៊ីសាកទើបតែកាន់បញ្ជីពិភពលោកអឺរ៉ុប ហើយឥឡូវ នេះគាត់មានឱកាសរៀនពីបងៗរបស់គាត់ ។ អ៊ីសាក និយាយថា « វាអស្ចារ្យណាស់ ដោយសារខ្ញុំនៅជាមួយ បងប្រុសខ្ញុំ និងមិត្តភក្តិមួយចំនួនទៀតរបស់ពួកគេ ។

ខ្ញុំទទួលបានអារម្មណ៍ពីព្រះវិញ្ញាណ ពេលខ្ញុំចែកសាក្រម៉ង់ ជាលើកដំបូង ។

ខ្ញុំបានធ្វើបុណ្យជ្រមុជទឹកឲ្យប្អូនប្រុសខ្ញុំ ! »

ជាមួយនឹងការទទួលបញ្ជីពិភពលោកអឺរ៉ុប និង ការចែកសាក្រម៉ង់ នោះអ៊ីសាកក៏បានចូលរួម ព្រះវិហារបរិសុទ្ធដើម្បីធ្វើបុណ្យជ្រមុជទឹកផងដែរ ។ ឪពុករបស់គាត់បានជ្រមុជទឹកឲ្យគាត់មុន ប៉ុន្តែក្រោយ មកមានរឿងដ៏អស្ចារ្យមួយកើតឡើង ៖

ម៉ាឡូនិយាយថា « ខ្ញុំត្រូវជ្រមុជទឹកឲ្យប្អូន ប្រុសខ្ញុំ ! » ។

អ៊ីសាកនិយាយថា « ខ្ញុំពុំធ្លាប់រំពឹងថា ម៉ាឡូ ជ្រមុជទឹកឲ្យខ្ញុំទេ ។ ប៉ុន្តែឥឡូវនេះគាត់គឺជាសង្ឃ ហើយ ដូច្នេះគាត់អាចជ្រមុជទឹកឲ្យខ្ញុំបាន ។ វាជា បទពិសោធន៍មួយដ៏អស្ចារ្យណាស់ ។ ខ្ញុំអាចទទួល អារម្មណ៍ពីព្រះវិញ្ញាណបរិសុទ្ធ » ។

រៀងរាល់ព្រឹកពីមុនថ្នាក់សិក្សាសាលា

ម៉ាឡូ, អែនដ្រូ និង អ៊ីសាក ពុំមែនគ្រាន់តែជា បងប្អូនប្រុសនៅក្នុងគ្រួសារក្រសួងទេ ។ មានប្អូន



**បងប្អូនប្រុសក្នុងគ្រួសារភ្នាក់ងារបានទទួលពរ តាមរយៈការបម្រើ
នៅក្នុងក្រុមបញ្ញត្តិភាពរបស់ពួកគេ និងការអានព្រះគម្ពីរមេរមន ។**

នាក់ទៀត ៖ លេវី (៩), អេលី (៧), សាំ (៤), និង
ទីតុស (២) និងទារកមួយទៀតដែលនឹងកើត ។

ពេលប្រធានណិលសុនបានអញ្ជើញស្រីនៃ
សាសនាចក្រនៅក្នុងសន្និសីទទូទៅខែតុលាឆ្នាំ
២០១៨ ឲ្យអានព្រះគម្ពីរមេរមន ពីមុនដំណាច់ឆ្នាំ
នោះម៉ាឡូ, អែនដ្រូ និង អ៊ីសាក ជាមួយនឹងឪពុក
របស់ពួកគេ ព្រមទាំងប្អូនប្រុសពួកគេ បានសម្រេច
ចិត្តផ្តល់ការគាំទ្រដល់ម្តាយរបស់ពួកគេ ។ ពួកគេ
បាននិយាយថា « ពួកគេនឹងអានវាជាមួយម៉ាក់ » ។
រៀងរាល់ព្រឹកពីមុនថ្នាក់សិក្សាសាលា ពួកគេភ្ញាក់ឡើង
ដើម្បីអានព្រះគម្ពីរជាមួយគ្នា ។

ការអញ្ជើញដែលផ្លាស់ប្តូរជីវិតឡើង

អែនដ្រូនិយាយថា « ពេលយើងទទួលយក
ការអញ្ជើញនេះ ខ្ញុំបានគិតថា វានឹងចំណាយ
ពេលច្រើនណាស់ ។ ខ្ញុំព្រួយបារម្ភថា ខ្ញុំគ្មានពេល
គ្រប់គ្រាន់ធ្វើអ្វីគ្រប់យ៉ាងដែលខ្ញុំចង់ធ្វើទេ ដូចជា
លេងហ្គីតា ឬដើរលេងជាមួយមិត្តភក្តិខ្ញុំ ។ ប៉ុន្តែខ្ញុំ
បានដឹងថា វាពុំដំណើរការដូច្នោះទេ ។ កាលណាខ្ញុំ
អានព្រះគម្ពីរមេរមនកាន់តែច្រើន នោះខ្ញុំកាន់តែមាន
ពេលច្រើន ។ ខ្ញុំបានដឹងថា ប្រសិនបើខ្ញុំបន្តអាន
ព្រះគម្ពីរឲ្យបានច្រើនតាមដែលខ្ញុំអាចធ្វើបាន នោះ
ជីវិតខ្ញុំនឹងមានលំនឹង ។ ខ្ញុំនឹងមានពេលច្រើន
នៅក្នុងថ្ងៃនោះ » ។

ម៉ាឡូកំពុងជួបគ្រាលំបាកមួយ ពេលគ្រួសារបាន
ចាប់ផ្តើមអានព្រះគម្ពីររៀងរាល់ព្រឹក ។ គាត់បាន
ពោលថា « ខ្ញុំរៀនពុំបានពិន្ទុល្អនៅសាលារៀន ។

ខ្ញុំមានការលំបាកនឹងការសិក្សាព្រះគម្ពីរផ្ទាល់ខ្លួនខ្ញុំ និង
ទំនាក់ទំនងរបស់ខ្ញុំជាមួយព្រះវរបិតាស្នាក់ ហើយខ្ញុំបាន
ទុកវាទាំងអស់ក្នុងចិត្តខ្ញុំ ។ ខ្ញុំមិនបាននិយាយរឿងនេះ
ជាមួយឪពុកម្តាយខ្ញុំទេ » ។

ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ពេលម៉ាឡូបានចំណាយ
ពេលបន្ថែមទៀតអានព្រះគម្ពីរមេរមន នោះដំណឹងល្អ
បានចាប់ផ្តើមក្លាយជាអាទិភាពមួយក្នុងជីវិតគាត់ ។
គាត់ក៏បានខិតខំរៀនបន្ថែមទៀតនៅសាលារៀន ។
គាត់បានខំរៀន ហើយបានពិន្ទុខ្ពស់ ។

« ខ្ញុំក៏បានដឹងពីសេចក្តីស្រឡាញ់ដ៏ធំធេងដែល
ព្រះវរបិតាស្នាក់ និងឪពុកម្តាយខ្ញុំមានដល់ខ្ញុំ និង
ជំនួយដ៏ធំដែលពួកគេជួយខ្ញុំ ។ ហើយខ្ញុំមានទីបន្ទាល់
អស្ចារ្យអំពីព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ ។ ទ្រង់បានជួយខ្ញុំឲ្យ
យកឈ្នះលើទម្លាប់អាក្រក់ ហើយបានជួយខ្ញុំឲ្យ
ទទួលបានជីវិតនៅក្នុងទិសដៅត្រឹមត្រូវ ។ ខ្ញុំមាន
អំណរគុណដែលយើងបានទទួលយកការអញ្ជើញ
របស់ប្រធានណិលសុនជាគ្រួសារ ។ វាបានផ្លាស់ប្តូរ
ជីវិតរបស់ខ្ញុំ » ។

« មែនហើយ វាផ្លាស់ប្តូរច្រើនណាស់ ! »

ការទទួលយកការអញ្ជើញរបស់ប្រធានណិលសុន
ក៏បានពង្រឹងទីបន្ទាល់របស់អ៊ីសាកផងដែរ ។ គាត់
និយាយថា « យើងគូសរង្វង់លើពាក្យ ព្រះ ព្រះអម្ចាស់
ព្រះប្រោសលោះ ព្រះអង្គសង្គ្រោះ និង ព្រះគ្រីស្ទ រាល់
ពេលដែលយើងឃើញវា ។ នៅពេលយើងបញ្ចប់
ការអាន ខ្ញុំបានបើកមើលព្រះគម្ពីរមេរមន ហើយបាន
ឃើញពាក្យទាំងអស់ដែលខ្ញុំបានគូសរង្វង់ ។ ខ្ញុំបាន

គិតថា « មែនហើយ វាច្រើនណាស់ ! » ខ្ញុំពុំធ្លាប់
ឃើញថា វាមានច្រើនសោះ ។ ខ្ញុំបានទទួលអារម្មណ៍
ខាងវិញ្ញាណកាន់តែច្រើន ដោយការអានព្រះគម្ពីរ
មេរមន ។ ខ្ញុំរីករាយដែលយើងបានធ្វើរឿងនោះ » ។

ជីវិតបានល្អប្រសើរច្រើនណាស់

ម៉ាឡូ, អែនដ្រូ និង អ៊ីសាក មានក្តីរីករាយ
គ្រួសារពួកគេបានអានចប់ព្រះគម្ពីរមេរមនតែក្នុង
រយៈពេលពីរខែប៉ុណ្ណោះ ។ អ៊ីសាកនិយាយថា
« ជាធម្មតាយើងចំណាយពេលមួយឆ្នាំឯណោះ » ។
ពួកគេបានរកឃើញពេលវេលានៃការធ្វើតាមការអញ្ជើញ
របស់ព្យាករណ៍ជាមួយគ្នា ។

អែនដ្រូនិយាយថា « ប្រសិនបើអ្នកធ្វើអ្វីដែលគួរតែ
ធ្វើ ដូចជាបង្កើតទំនាក់ទំនងជាមួយព្រះវរបិតាស្នាក់
តាមរយៈការអធិស្ឋាន ការសិក្សាព្រះគម្ពីរ និងបន្ត
សកម្មភាពស្រុះនៅក្នុងសាសនាចក្រ នោះជីវិតនឹង
មានល្អប្រសើរខ្លាំងណាស់ » ។

បងប្អូនប្រុសទាំងបីនាក់នេះបានជួយគ្នាដកចម្រើន
នៅក្នុងដំណឹងល្អ ។ ពួកគេធ្វើតាមព្យាករណ៍ ដែល
បានអំពាវនាវដល់សមាជិកឲ្យ « បង្កើនសេចក្តីជំនឿ
របស់ពួកគេទៅលើព្រះអម្ចាស់យេស៊ូវគ្រីស្ទ និង
ដង្វាយធួនរបស់ទ្រង់ដើម្បី . . . [ចុះ] និង [រក្សា]
សេចក្តីសញ្ញារបស់ពួកគេជាមួយនឹងព្រះ ហើយពង្រឹង
. . . ក្រុមគ្រួសាររបស់ពួកគេ » ។^១ ■

កំណត់ចំណាំ

១. ស៊ែល អឹម ណិលសុន « Opening Remarks » *Liahona*
ខែវិច្ឆិកា ឆ្នាំ ២០១៨ ទំព័រ ៧ ។





ពិធីបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់

នៅជុំវិញ

ពិភពលោក



« ខែធ្នូ គឺជាខែតំណាងឲ្យសាមគ្គីភាពនៅគ្រួសារខ្ញុំ ។ យើងចូលចិត្តរស់នៅដោយធ្វើតាមគំរូរបស់ព្រះគ្រីស្ទ ហើយយើងព្យាយាមរំលឹកខ្លួនយើងជានិច្ចអំពីទង្វើដែលទ្រង់បានធ្វើសម្រាប់យើង និងពរដ៏យ៉ាងច្រើនដែលយើងបានទទួល ។ នៅក្នុងបន្ទប់ទទួលភ្ញៀវរបស់យើង យើងមានរូបភាពព្រះអង្គសង្គ្រោះមួយផ្ទាំង ដែលមានរូបបេះដូងពណ៌ក្រហមប្រមាណ ២០ ព័ទ្ធជុំវិញស៊ីម៉ូននោះ ។

ពេលយើងត្រៀមខ្លួនដើម្បីបើកអំណោយរបស់យើងនៅពាក់កណ្តាលយប់ នោះខ្ញុំបានសម្លឹងមើលគ្រួសារខ្ញុំដំបូងគេ បន្ទាប់មកខ្ញុំមើលរូបភាពរបស់ព្រះគ្រីស្ទ ។ ខ្ញុំមានមោទនភាពដែលមានរូបភាពរបស់ទ្រង់នៅក្នុងបន្ទប់នោះ ហើយខ្ញុំមានមោទនភាពដែលខ្ញុំអាចនិយាយប្រាប់ខ្លួនខ្ញុំថា អ្វីដែលទ្រង់សព្វព្រះទ័យយ៉ាងខ្លាំងសម្រាប់ក្រុមគ្រួសារខ្ញុំនោះគឺកំពុងកើតឡើងហើយ ។

« ខ្ញុំកំពុងដាក់ផែនការទៅបម្រើបេសកកម្មពេញម៉ោង ។ គ្រាទាំងនេះត្រូវបានចែករំលែកនៅបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ផ្តល់ដល់ខ្ញុំនូវបំណងប្រាថ្នាកាន់តែខ្លាំង ដើម្បីចែកចាយដំណឹងល្អជាមួយនឹងមនុស្សដទៃ ។ ជាមួយនឹងដំណឹងល្អ បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ទទួលបាននូវការម្នាក់ផ្សេងមួយទាំងស្រុង ។ ជាមួយនឹងដំណឹងល្អ អ្វីៗគ្រប់យ៉ាងអំពីបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់គឺផ្តោតលើព្រះគ្រីស្ទ និងក្រុមគ្រួសារ ហើយការធ្វើបែបនោះនាំមកនូវការល្អឯមួយដ៏ប្រសើរដល់ខ្ញុំ » ។

មីរ៉េម ជី ទីក្រុងប៉ារីស ប្រទេសបារាំង

តើអ្នកចង់ចែកចាយរបៀបដែលអ្នកសាទរដល់បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់នៅកន្លែងដែលអ្នករស់នៅដែរឬទេ ? សូមផ្ញើររូបភាព និងរឿងរបស់អ្នក ហើយយើងអាចប្រើវានៅឆ្នាំក្រោយ ! សូមផ្ញើទៅ liahona@ChurchofJesusChrist.org ។

១ តើ អ្វីខ្លះជាប្រពៃណីបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ដែលអ្នកចូលចិត្តនោះ ? ស្លៀកពាក់ខោអាវក្រាស់ៗ ដើម្បីទៅច្រៀង ចម្រៀងបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់នៅតាមផ្ទះឬ ? ជិះគាវទឹកកក បន្ទាប់មកផឹកភេសជ្ជៈកាកាវក្តៅៗឬ ? ទៅ អាំងសាច់នៅឆ្នេរសមុទ្រ ?

ទោះបីជាក្រុមហ៊ុននានាបង្ហាញម៉ូដកាតជូនពរសម្រាប់រដូវកាលឈប់សម្រាកផ្សេងគ្នាក្តី បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ត្រូវបាន ប្រារព្ធឡើងក្នុងគ្រប់អកាសធាតុ វប្បធម៌ និងទីតាំង—ជាញឹកញយវាគ្មានព្រិល ឬក្លិនដើមដាញដីស្រស់ស្អាតអ្វីឡើយ ។ សូមមើលរបៀបមួយចំនួនដែលយុវវ័យនៅជុំវិញពិភពលោកសាទរចំពោះការប្រសូតរបស់ព្រះអង្គសង្គ្រោះ ។



ហើយយើងច្រៀងចម្រៀង អានព្រះគម្ពីរ មើលវីដេអូ មួយចំនួននៃបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ ហើយដៃដៃគ្នា ។

« យើងអញ្ជើញក្មេងតូចៗឲ្យដាក់រូបព្រះឱរស យេស៊ូវនៅលើត្រែនៅពាក់កណ្តាលអាជ្រាតនៅ ថ្ងៃទី ២៥ ខែធ្នូ ។ យើងនិយាយជូនពរ « រីករាយ បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ » ដល់សមាជិកគ្រប់គ្នាក្នុងគ្រួសារ យើង កាត់នំ ជាមួយគ្នាពេញមួយយប់ ហើយចូលដេក រៀងយប់ជ្រៅបន្តិចនៅថ្ងៃនោះ ។

ឱយើងមានអំណរគុណអ្វីម្ល៉េះដែលមាន ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទជាផ្នែកមួយនៃជីវិតយើង ។ តាមរយៈ ទ្រង់យើងរកឃើញអំណរអស់កល្បជានិច្ច » ។

អែនគីតា បង់ហ្គាលី ប្រទេសស៊ីណ

« នៅប្រទេសបង់ហ្គាលី បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ត្រូវបាន ប្រារព្ធឡើងយ៉ាងទូលំទូលាយ ។ មនុស្សគ្រប់គ្នា សារទដល់ពិធីនេះ ទោះបីពួកគេជាសាសនាហិនឌូ អ៊ីស្លាម ឬគ្រីស្ទក្តី ។ មនុស្សជាច្រើនបានតុបតែង ដើមគ្រីស្ទម៉ាស់ ហើយព្យួររូបផ្កាយនៅតាមផ្ទះរបស់ ពួកគេ ។

« ប្រពៃណីមួយដែលយើងធ្វើតាមក្នុងគ្រួសារយើង គឺ ចូលរួមធ្វើតាមកាលវិភាគបំភ្លឺពិភពលោកដែល សាសនាចក្របានផ្តល់ឲ្យ ។ ម្តាយរបស់ខ្ញុំចាប់ផ្តើម រៀបចំធ្វើនំសម្រាប់អ្នកជិតខាង មិត្តរួមការងារ មិត្តភក្តិ និងគ្រួសារ ។ នៅយប់ឆ្លងចូលថ្ងៃបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ យើងអញ្ជើញសមាជិកគ្រួសារទាំងអស់របស់យើង ឲ្យមកផ្ទះយើង ។ យើងចាប់ផ្តើមការប្រជុំធម្មនិដ្ឋាន បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់នៅផ្ទះយើងនៅម៉ោង ១០:៣០ យប់

« បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ឆ្នាំ ២០១៨ គឺជា បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ដ៏មានអត្ថន័យបំផុតរបស់ខ្ញុំ ។ មានការម្សៅនៃភាពជួបជុំ និងមិត្តភាព ហើយ ខ្ញុំបានចូលរួមក្នុងព្រឹត្តិការណ៍មួយសម្រាប់ ជនភៀសខ្លួន ។

ខ្ញុំបានធ្វើស្បែកជើងកន្លែងក្រដាសពណ៌ក្រហម ហើយបានបង្រៀនអ្នកដែលត្រូវបានអញ្ជើញឲ្យមក ទទួលទានអាហារពេលល្ងាចឲ្យចេះធ្វើវា ហើយដាក់ វានៅលើចាននីមួយៗ ។ អ្នកដែលត្រូវបានអញ្ជើញ ឲ្យមកល្ងាចនោះបានយកកាបូបស្ពាយមកជាមួយ ដែលមានឥវ៉ាន់សម្រាប់រក្សាអនាម័យផ្ទាល់ខ្លួន ដើម្បី ពួកគេអាចចែកជូនគេនៅថ្ងៃអាទិត្យ ។

យើងបានមើលរឿងមួយអំពីព្រះគ្រីស្ទជាមួយ ជនភៀសខ្លួននៅល្ងាចនោះ ។ វាជា បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ដ៏ល្អមួយដើម្បី ចងចាំ » ។

អាឡិចស៊ី អិល ទីក្រុងប៉ារីស ប្រទេសបារាំង





« យើងបានធ្វើ បង្ហាញក្រុមនេះដើម្បីប្រើនៅក្នុងផ្លូវ ក្តៅ ប៉ុន្តែបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់គឺជាឱកាសដ៏ល្អបំផុត ដើម្បីប្រើ វាក្នុងការឲ្យនំ និងធុកលែតក្តៅទៅគេ ! ខ្ញុំមានអារម្មណ៍ ខិតកាន់តែជិតព្រះអង្គសង្គ្រោះខ្ញុំ ពេលខ្ញុំរកឃើញរបៀប ថ្មីប្រឌិតដើម្បីបម្រើមនុស្សដទៃ » ។

ប្រុកឃ្លីន អេច ទីក្រុងអាល់ប៊ឺតា ប្រទេសកាណាដា



« ខ្ញុំចូលចិត្តចំណាយពេល ជាមួយបងស្រីរបស់ខ្ញុំ ជា ពិសេសពេលយើងលេងល្បែងកម្សាន្តជាមួយគ្នា ។ នៅបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់យើងបានដុតទៀនដើម្បីទទួល ទានអាហាររៀងរាល់យប់ ។ វាមានអារម្មណ៍សុខសាន្ត ណាស់ ។ ពន្លឺទៀនព្រៃក្នុងព្រះអង្គសង្គ្រោះរបស់ យើង ដែលជាពន្លឺនៃពិភពលោក » ។

ដានី អេច ទីក្រុងអាល់ប៊ឺតា ប្រទេសកាណាដា



« មនុស្សជាច្រើនចាត់ទុក ភ្នំថាជាកន្លែងសុខសាន្តដែលពួកគេទាក់ទងជាមួយធម្មជាតិ និងមើលភាពស្រស់ស្អាត នៃការបង្កើតរបស់ព្រះ ។ ប៉ុន្តែនៅរដូវកាលវិ យើងទទួលបានអារម្មណ៍ និងមានអំណរគុណចំពោះព្រះចេស្តានៃព្រះនៅ ក្នុងសមុទ្រ និងភាពអស្ចារ្យទាំងអស់ដែលរដូវនេះមាន ។

គ្រប់ពេលដែលអ្នកចំណាយពេលនៅជាមួយធម្មជាតិ និងគ្រួសារ វាក៏ជាបទពិសោធន៍មួយដែលធ្វើឲ្យយើង ស្និទ្ធស្នាលគ្នា ។ អ្នកកាត់ផ្តាច់ពីការបង្វែរអារម្មណ៍នានាក្នុងជីវិត ហើយផ្ដោតលើសម្រស់ដែលមាននៅជុំវិញអ្នក ទាំងអ្វីដែលអ្នកមើលឃើញ និងក្នុងមនុស្សដែលអ្នកមានបទពិសោធន៍ជាមួយ ។

បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់គឺជាគ្រាដ៏ប្រពៃមួយដើម្បីទទួលបានអារម្មណ៍កាន់តែជិតស្និទ្ធនឹងផែនដីនេះ និងក្រុមគ្រួសារ យើង ដូចយើងដឹងថា ចំណុចទាំងពីរនេះមានតួនាទីសំខាន់ក្នុងផែនការ ដែលបានបង្ហាញដោយព្រះអប្បធម៌ដែល គង់នៅស្ថានសួគ៌របស់យើង និងព្រះអង្គសង្គ្រោះព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ » ។

ដាយអែន អេ ជាមួយនិងរូបតបស់ ស្ទីវ៉ាស អេ រដ្ឋហាវ៉ៃ ស.រ.អា.

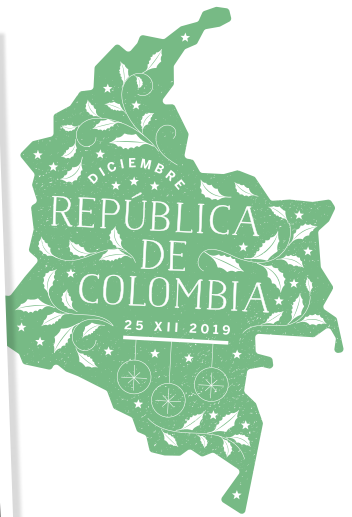


« គ្រួសារខ្ញុំ ចូលរួមក្នុងសកម្មភាពបម្រើនានាជានិច្ច នៅបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ ។ អ្វីមួយដែលយើងធ្វើគឺផ្តល់ អាហារ និងនំដល់ជនទីលក្រ ។ តាមរយៈការបម្រើ មនុស្សដទៃ យើងអាចបង្ហាញសេចក្តីស្រឡាញ់ របស់ព្រះ ។ ឪពុកម្តាយខ្ញុំបានបង្រៀនខ្ញុំអំពី

អត្ថន័យនៃបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ តាមរយៈការធ្វើជាគំរូ ល្អ ហើយបម្រើមនុស្សដទៃ ។ បទពិសោធន៍នេះ បានជួយខ្ញុំឲ្យយល់ពីតួនាទីខ្ញុំនៅលើផែនដី និង អត្ថន័យពិតនៃបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ » ។

អឺរីន អេស ទីក្រុងបង់ហ្គាល់ ប្រទេសឥណ្ឌា





« ជួនកាលដោយសារយើងជាគ្រួសារធំមួយ យើងទាំងអស់គ្នាបានជួបជុំគ្នានៅក្នុងផ្ទះនេះ និងផ្ទះនៅក្បែរនេះ ។ យើងច្រៀង ។ យើងរាំ ។ យើងតែងតែនៅជុំគ្នាជាគ្រួសារតាមដែលអាចធ្វើទៅបានអំឡុងខែធ្នូ ដោយសារយើងអត់រៀននៅសាលាទេ ។

« យើងលេង ។ យើងជជែកគ្នា ។ យើងសើច ។ យើងបរិភោគអាហារ ។ នោះគឺជាប្រពៃមួយ ។ ពេលខ្ញុំរៀន ខ្ញុំគ្មានពេលដើម្បីធ្វើកិច្ចការទាំងនោះជាមួយគ្រួសារខ្ញុំទេ ។ ដូច្នេះយើងព្យាយាមបន្តរក្សាប្រពៃណីទាំងនេះទៀត ។ គ្រួសារគឺជារឿងសំខាន់បំផុត ។ ប្រពៃណីទាំងនេះជួយយើងឲ្យនៅជុំគ្នាជាគ្រួសារ ។

ហ្វីន ស៊ី ទីក្រុងបាហ្វីយ៉ា ប្រទេសកូឡុំប៊ី



មនុស្សជាច្រើននៅប្រទេសម៉ិកស៊ិកបានប្រមូលគ្រួសារ និងមិត្តភក្តិពួកគេ វាយបំបែក piñatas ដែលជាផ្នែកមួយនៃការសាទរពុទ្ធិគ្រិស្តម៉ាស់របស់ពួកគេ ។

ចំណាំ ៖ យុវវ័យបន្ទាប់ទៀតនេះមកពីទីក្រុងផាក់ដាយ រដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា ស.រ.អា. សញ្ជឹងគិតពីអត្ថន័យនៃបុណ្យគ្រិស្តម៉ាស់ បន្ទាប់ពីភ្លើងឆេះព្រៃដ៏ឃោរឃៅបំផុតនៅក្នុងប្រវត្តិសាស្ត្ររដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា ដែលបានឆេះបំផ្លាញសហគមន៍របស់ពួកគេ ។

« បន្ទាប់ពីភ្លើងឆេះ ខ្ញុំបានដឹងថា រឿងដែលសំខាន់បំផុតដើម្បីមាននោះគឺគ្រួសារ និងមិត្តភក្តិរបស់អ្នក ។ ដូច្នេះទោះបីយើងពុំបានទទួលអំណោយច្រើនក្តី វាជារឿងល្អបំផុតហើយដែលមានក្រុមគ្រួសារនៅក្បែរនោះ ។ វានៅតែជាគ្រាដ៏រីករាយសម្រាប់យើង ទោះបីវាពុំដូចជាបុណ្យគ្រិស្តម៉ាស់ធម្មតារបស់យើងក្តី » ។

កំដែល ដំបូលឃុ

« វាជារឿងអស្ចារ្យណាស់ដែលឃើញ មនុស្សគ្រប់គ្នាហាក់ដូចជាត្រូវគ្នា ពីងពាក់គ្នាយ៉ាងរួសរាយ ។... ខ្ញុំបានរៀនថា សម្ភារពុំមានជារឿងសំខាន់ទេ ។ ការបម្រើ គ្រួសារ និងពេលវេលាដែលបានចំណាយជាមួយគ្នាគឺសំខាន់ខ្លាំងជាង ។ ជីវិតគឺមានតម្លៃ ។ អ្វីៗអាចផ្លាស់ប្តូរទៅជាអាក្រក់ជានិច្ច ដូច្នេះយើងត្រូវតែព្យាយាមរីករាយនឹងគ្រាសប្បាយៗ ពេលយើងនៅជាមួយគ្នា ។ យើងគឺជាអ្នកដែលធ្វើឲ្យគ្រាសប្បាយៗនោះកើតឡើង ! »

ប៊ីលី អេ

« ខ្ញុំត្រូវជួយ ដាក់ឥត និងរៀបចំឡានដឹកឥតសំបុត្រក្នុងលេងមួយចំនួនដើម្បីបរិច្ចាគ ។ បន្ទាប់មក យើងបានបើកទ្វារ ហើយឲ្យមនុស្សគ្រប់គ្នាចូល ។ វាពិតជាសប្បាយដើម្បីមើលក្មេងៗទាំងនោះ ។ ពួកគេមានទឹកមុខរីករាយ ។ ពួកគេមានចិត្តរីករាយខ្លាំងណាស់ ។ វាធ្វើឲ្យខ្ញុំរីករាយដែលឃើញពួកគេរីករាយ និងមានភាពសុខសាន្ត បន្ទាប់ពីរស់នៅឆ្លងកាត់បទពិសោធន៍អាក្រក់បំផុតនោះ » ។

អូត្រី វី





អ្នកពុំចង់ក្លាយជា តារាចម្រើនអ្នកគេ ឡើយ

ដោយ ជេវីន អេ អេដូដ
ទស្សនាវដ្តីសាសនាព្រះ

ការចម្រើនអ្នកគេគឺជារឿងមានប្រជាប្រិយភាព—
លើកលែងតែនៅក្នុងព្រះនេត្រព្រះអម្ចាស់ ។

តើ អ្នកអាចប្រាប់ពីទិសដៅមួយចំនួនអំពីថ្ងៃចុងក្រោយបានដែរឬទេ ?
មានទិសដៅដ៏ល្បីល្បាញមួយចំនួន ៖ ការស្តារឡើងវិញ ការចេញមកនៃ
ព្រះគម្ពីរមរមន គ្រោះមហន្តរាយផ្សេងៗ ការផ្សព្វផ្សាយដ៏លឿន អំពើទុច្ចរិត
ទូទៅ ។ មែនហើយ នេះគឺជាទិសដៅដាក់លាក់មួយដែលអ្នកពុំធ្លាប់គិតដល់ ៖
ការចម្រើនអ្នកគេ ។

អ្នកសរសេរព្រះគម្ពីរសញ្ញាថ្មីពីរនាក់លើកឡើងថា នឹងមានអ្នកចម្រើននៅថ្ងៃចុងក្រោយ
(សូមមើល ពេត្រុសទី២ ៣:៣; យូដាស ១:១៨) ។ នោះនឹងមានមនុស្សដែលចម្រើន
និងមើលងាយព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ ការបង្រៀនរបស់ទ្រង់ និងអ្នកដើរតាមទ្រង់ ។ ប៉ុន្តែក្នុង
នាមជាអ្នកដើរតាមទ្រង់ យើងត្រូវបានប្រាប់ឲ្យស្ងៀម និងអត់ធ្មត់ (សូមមើល ពេត្រុសទី

២ ៣:១១-១៥) ទន្ទឹងរង់ចាំការយាងមករបស់ ទ្រង់ និងការបំពេញការសន្យាទ្រង់ នៅជាប់នឹង សេចក្តីមេត្តាករុណាទ្រង់ និងមានចិត្តអាណិតអាសូរ មនុស្សដទៃ (សូមមើល យូដាស ១:២២) ។

ប្រាកដណាស់ ការចំអកពុំមែនជារឿងថ្មីទេ ប៉ុន្តែ វាហាក់ដូចជាត្រូវបានសាយភាយ ។ ហើយទោះបី អ្នកពុំធ្លាប់ចំអកដល់អ្វីដែលជាប់របស់ព្រះក្តី ជីវិត បែបចំអកពុំមែនជាអ្វីមួយសម្រាប់ពួកសិស្សរបស់ ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទធ្វើតាមឡើយ ។

ចំអកទៀតឬ ? អត់ទេ សូមអរគុណ ។

ការចំអកមានន័យថា មើលងាយ សើចចំអក ឬ ពោលពាក្យឡកឡើយ ។ ជួនកាលវាមានការធ្វើ គ្រាប់តាម ដូចជាធ្វើគ្រាប់ចំអកដាក់នរណាម្នាក់ និង ការប្រើសំឡេងបែបកំប្លែង ឬការធ្វើការយិការ ឬធ្វើ រូបភាពបំផ្លើសជាដើម ។ យើងទាំងអស់គ្នាធ្លាប់ឃើញ វា ។ វាមាននៅគ្រប់ទីកន្លែង ។ មនុស្សហាក់ដូចជា ចូលចិត្តវា ។

ប៉ុន្តែព្រះអម្ចាស់ពុំចូលចិត្តវាទេ ។

នៅក្នុងខគម្ពីរគ្មានកន្លែងណាដែលអនុញ្ញាត ឲ្យមានការចំអកឡកឡើយឡើយ ។ ប្រាកដណាស់ វានឹងត្រូវបានថ្កោលទោស



ជាប្រាកដ ។

ឧទាហរណ៍ អាលម៉ា

ជាកូនបានបង្រៀនថា ៖

« តើមានអ្នកណាម្នាក់នៅ

ក្នុងចំណោមអ្នករាល់គ្នា ដែលបាន

ចំអកឡកឡើយដល់បងប្អូនខ្លួនដែរឬទេ . . . ?

វេទនាដល់ជនបែបនេះ ជឿត . . . ជននោះត្រូវ តែប្រែចិត្ត បើពុំនោះសោតទេ គេពុំអាចបានសង្គ្រោះ ឡើយ ! » (អាលម៉ា ៥:៣០-៣១) ។

ការចំអកឡកឡើយគឺជាសញ្ញាមួយដ៏សំខាន់នៃ អំពើបាបផ្នែកខាងអន្តរ ។ ហើយអារម្មណ៍ចម្បង នៅក្នុងនឹងការចំអកឡកឡើយនោះគឺជាដំណោះ— ការមើលងាយមនុស្សដទៃ—នោះគឺជាការមើលងាយ មនុស្ស មិនគ្រាន់តែមិនយល់ស្របនឹងអ្វីដែលពួកគេ និយាយ ឬធ្វើនោះទេ ។

នេះពុំមែនជាអ្វីដែលព្រះអម្ចាស់សព្វ ព្រះទ័យឡើយ ។ ទ្រង់បានមានបន្ទូលថា

« សូមបណ្តោយឲ្យមនុស្សគ្រប់រូប គោរពបងប្អូន ខ្លួនដូចជាខ្លួនឯងផ្ទាល់ » (គោលលទ្ធិ និងសេចក្តី សញ្ញា ៣៨:២៤) ។ យើងទាំងអស់គ្នាគឺមាន តម្លៃស្មើគ្នា ។ អាលម៉ាបានសួរថា « តើអ្នករាល់ គ្នានៅតែប្រឹងស្មានថា ខ្លួនគ្រាន់បើជាអ្នកឯទៀត ឬ [?] » (អាលម៉ា ៥:៥៤) ។ ការគិតបែបនោះ នាំទៅរកការចំអកឡកឡើយ ។ ការចំអកឡកឡើយ ដាក់គេគឺជារបៀបមួយដែលមនុស្សព្យាយាមលើក ខ្លួនឯងលើសពីមនុស្សដទៃ ។

លើសពីនោះទៀតមនុស្សដែលចំអក ឡកឡើយឲ្យគេព្យាយាមនាំមនុស្សដទៃឲ្យចូលរួម នឹងពួកគេ ។ រូបភាពមួយមកពីសុបិនរបស់លីហៃ បង្ហាញចំណុចនេះយ៉ាងច្បាស់ ។ មនុស្សនៅក្នុង អគារដ៏ធំ ហើយទូលាយកំពុងតែ « ហើយពួកគេ កំពុងតែនៅក្នុងអាកប្បកិរិយាចំអកឡកឡើយ ហើយ ចង្អុលដៃ » (និហៃទី១ ៨:២៧) ។ ការចង្អុល ដៃធ្វើឲ្យមានការបែងចែកមនុស្សដោយនិយាយ ថា « អ្នកបានល្អជាងបើនៅខាងយើង ឬអ្នកនឹង ខ្មាសគេ ហើយគេនឹងសើចចំអកដាក់អ្នក » ។ ដូចជាសេចក្តីវេទនាដែរ ការចំអកឡកឡើយចូលចិត្ត ឲ្យមានគេចូលរួមនឹងខ្លួន ។ នោះគឺជាផ្នែកមួយ ដោយសារវាពិតប្រាកដ ជារឿយៗមនុស្សធ្វើឆ្គងឆ្គុក គ្មានភាពសុខសាន្តច្រើនដែរ ។

ចូរមានចិត្តសុភាពរាបសា ។ ចូរកុំចំអកឡកឡើយ ។

ជាមួយនឹងការចំអកឡកឡើយ នោះវាអាច ជាការល្អឲ្យចូលរួម ។ មើលទៅវាហាក់ដូចជា មានភាពរីករាយ មែនទេ ? មនុស្សគ្រប់គ្នាធ្វើរឿង នេះ ជាពិសេសនៅលើអ៊ិនធើរណេត និងប្រព័ន្ធ ផ្សព្វផ្សាយសង្គម ។ យើងថែមទាំងត្រូវបានល្អង ឲ្យធ្វើអ្វីដែលមនុស្សដទៃធ្វើ—ដើម្បីប្រើអាវុធរបស់ លោកីយផ្ទាល់ទាស់នឹងវា ដើម្បីវាយបកទៅអ្នកចង្អុល ដៃនៅក្នុងអគារធំ ហើយទូលាយនោះ ដើម្បីមើលថា តើពួកគេគួររស់ជាតិនៃការចំអកឡកឡើយរបស់ ពួកគេដូចម្តេច ។

ប៉ុន្តែនោះពុំមែនជារបៀបរបស់ព្រះអម្ចាស់ទេ ។

« ចូរកុំជេរប្រមាថពួកអ្នកណាដែលជេរប្រមាថ ឡើយ » (គោលលទ្ធិ និង សេចក្តីសញ្ញា ៣១:៩) ។

ព្រះអម្ចាស់បានបង្រៀនយើងថា . . . សេចក្តីស្រឡាញ់ ភាពរាបសា ការអត់ធ្មត់ និងការអត់ធនគឺជា របៀបរបស់ទ្រង់ ។

« ត្រូវស្រឡាញ់ពួកខ្មាំងសត្រូវ ត្រូវឲ្យពរដល់ អ្នកណាដែលប្រទេចផ្តាសា ត្រូវប្រព្រឹត្តល្អនឹងអ្នក ណាដែលស្អប់អ្នករាល់គ្នា ហើយត្រូវអធិស្ឋាន ឲ្យ អ្នកណាដែលធ្វើទុក្ខបៀតបៀនដល់អ្នករាល់គ្នាវិញ » (ម៉ាថាយ ៥:៤៤) ។

នោះគឺជាបទដ្ឋានដែលខ្ពស់ជាងបទដ្ឋានលោកីយ ដែលទំនងជានិយាយថា « ចូរចំអកឡកឡើយមនុស្ស គ្រប់គ្នា និងអ្វីគ្រប់យ៉ាងដែលខុសពីអ្នកតាមរបៀបណា ក៏បាន » ។

វាអាចពិបាកនឹងស្ងៀមស្ងៀមចំពោះការចំអកឡកឡើយ របស់មនុស្សដទៃ ហើយពុំមានប្រតិកម្មជាមួយនឹង ការចំអកឡកឡើយ ដោយសារវាប្លែកយ៉ាងនឹងធ្វើ ឲ្យយើងជឿថា ការឆ្លាតជាង ការចំអកឡកឡើយដ៏ គួរឲ្យឈឺចាប់បំផុត ឈ្នះលើការប្រកួតប្រជែងនៃ ការផ្ដោតចិត្តខ្ពកដាក់ និងការគោរពរបស់មនុស្ស ។ ប៉ុន្តែនោះពុំមែនជារឿងត្រឹមត្រូវទេ ។ ព្រះអម្ចាស់បាន បង្រៀនយើង—និងបានបង្ហាញយើង—ថា សេចក្តី ស្រឡាញ់ ភាពរាបសា ការអត់ធ្មត់ និងការអត់ធនគឺជា របៀបរបស់ទ្រង់ ។

ប្រសិនបើយើងជាអ្នកដើរតាមដ៏ពិតរបស់ ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ នោះយើងពុំចំអកឡកឡើយ បងប្អូនប្រុសស្រីយើងទេ ដោយសារចិត្តយើងនឹង ពោរពេញដោយសេចក្តីស្រឡាញ់ដ៏សុទ្ធសាធរបស់ ទ្រង់ (សូមមើល ម៉ូរីណេ ៧:៤៧-៤៨) ។ ■



ដោយអែរីក ចូឡេន អ៊ី ខុស្តា
ក្នុងពួកចិតសិបនាក់

ការដើរលេងជាគូកំបាំងមុខ ជាមួយយុវនារីជាពួកបរិសុទ្ធច្រើចុងក្រោយ

ការតាំងចិត្តរបស់អំណើដើម្បីរស់នៅតាមដំណឹងល្អបានផ្លាស់ប្តូរជីវិតខ្ញុំ ។

ខ្ញុំ ពុំបានធំឡើងជាសមាជិកនៃសាសនាចក្រនៃព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទនៃពួកបរិសុទ្ធច្រើចុងក្រោយទេ ប៉ុន្តែតាមរយៈសមាជិកមួយចំនួនដែលខ្ញុំជួប នោះខ្ញុំបានដឹងថា ពេលបុគ្គលម្នាក់រស់នៅក្នុងជីវិតមួយស្អាតស្អំ បរិសុទ្ធ នោះពន្លឺនៃព្រះគ្រីស្ទនឹងបំភ្លឺឡើងនៅក្នុងពួកគេ ។ ពួកគេក្លាយជាគំរូដ៏មានឥទ្ធិពល ។

មនុស្សដែលខ្ញុំទាក់ទងដំបូងនៅសាសនាចក្រគឺតាមរយៈមិត្តភក្តិដែលខ្ញុំជួបនៅមហាវិទ្យាល័យ ។ គាត់ជាសមាជិកដ៏ល្អនៅសាសនាចក្រដែលបានបម្រើបេសកកម្ម ។ ខ្ញុំបានធំឡើងនៅក្នុងគ្រួសារដែលកាន់សាសនាកាតូលិក ដូច្នេះជារឿយៗគាត់បានព្យាយាមចាប់ផ្តើមសន្ទនាជាមួយខ្ញុំអំពីសាសនា ។ ប៉ុន្តែខ្ញុំពុំចាប់អារម្មណ៍ទាល់តែសោះ ។ មិត្តភក្តិខ្ញុំគឺជាមនុស្សឆ្លាតណាស់ ហើយគាត់ព្យាយាមណែនាំខ្ញុំឲ្យស្គាល់ព្រះវិហារម្តងទៀត—ដោយរៀបចំណាត់ខ្ញុំដើរលេងជាគូកំបាំងមុខ ជាមួយយុវនារីជាពួកបរិសុទ្ធច្រើចុងក្រោយ ។

ការដើរលេងជាគូដំបូងរបស់យើង

នៅពេលអំណើ និងខ្ញុំបានដើរលេងជាគូនៅគ្រាដំបូង ខ្ញុំបានធ្លាក់ក្នុងអន្លង់ស្នេហាទាំងស្រុង ។ គាត់ស្រស់ស្អាតណាស់ចំពោះខ្ញុំ ខ្ញុំអាចប្រាប់បានថា មានអ្វីមួយដែលពិសេសអំពីនាង ។ មិនយូរប៉ុន្មានក្រោយមក ខ្ញុំបានត្រៀមខ្លួនមានទំនាក់ទំនងពិតប្រាកដជាមួយនាង និងចង់បង្កើតជាគ្រួសារ—ប៉ុន្តែបន្ទាប់ពីដើរលេងជាគូបានបីបួនដងមក នាងបាននិយាយថា យើងពុំគួរដើរលេងជាគូនឹងគ្នាទៀតទេ ដោយសារនាងចូលចិត្តខ្ញុំ « ខ្លាំងណាស់ » ហើយនាងចង់រៀបការនៅក្នុងព្រះវិហារបរិសុទ្ធ ។ សម្រាប់ខ្ញុំអ្វីដែលកាន់តែពិបាកនោះគឺ នាងនឹងចាកចេញទៅបម្រើបេសកកម្មឆាប់ៗ ។ បន្ទាប់ពីរឿងនោះមក ខ្ញុំបានសម្រេចចិត្តថាខ្ញុំ ពុំ ចូលចិត្តពួកបរិសុទ្ធច្រើចុងក្រោយទេ ។

ពេលគាត់បានត្រឡប់មកពីបេសកកម្មគាត់វិញ មិត្តភក្តិមេត្តារបស់យើងបានអញ្ជើញខ្ញុំទៅពិធីជប់លៀងមួយ ហើយខ្ញុំបានជួបអំណើនៅទីនោះ ហើយយើងបានចាប់ផ្តើមចំណាយពេលជាមួយគ្នាម្តងទៀត ។ ខ្ញុំបានបញ្ចប់ការសិក្សាពីមហាវិទ្យាល័យ ហើយខ្ញុំមានការងារមួយដ៏ល្អ ហើយខ្ញុំបានមានអារម្មណ៍ចង់រៀបការម្តងទៀត ។ ខ្ញុំបានគិតថា ខ្ញុំជាមនុស្សល្អប៉ុណ្ណឹងដែរ ដូច្នេះខ្ញុំបានសុំនាងរៀបការ ។ នាងបានបដិសេធ ។

ការបញ្ចប់ការជួបជាមួយពួកអ្នកផ្សព្វផ្សាយសាសនា

ដើម្បីបន្តទំនាក់ទំនងនោះ ខ្ញុំបានទទួលយកការអញ្ជើញឲ្យស្តាប់ពួកអ្នកផ្សព្វផ្សាយសាសនា ។ មានពេលមួយនាងបានមកជួបខ្ញុំទាំងយំដោយបានប្លែងទីបន្ទាល់អំពីព្រះគម្ពីរមែន ហើយបានទទួលសូមខ្ញុំឲ្យអានគម្ពីរនោះ ។ នាងចង់ឲ្យខ្ញុំទទួលបានទីបន្ទាល់អំពីដំណឹងល្អ ដើម្បីនាងអាចបំពេញបំណងប្រាថ្នារបស់នាង ដើម្បីរៀបការនៅក្នុងព្រះវិហារបរិសុទ្ធ ។ ខ្ញុំស្រឡាញ់នាង ហើយខ្ញុំពុំចង់ធ្វើឲ្យនាងខកចិត្តទេ ដូច្នេះខ្ញុំបាននិយាយថាខ្ញុំនឹងជួបពួកអ្នកផ្សព្វផ្សាយសាសនា ។ ប៉ុន្តែទោះបីខ្ញុំព្រមជួបជាមួយពួកអ្នកផ្សព្វផ្សាយសាសនាក្តី ខ្ញុំចាប់ផ្តើមជួបជាមួយ



ដោយសារភាពស្មោះត្រង់របស់វេណេ នោះ
ខ្ញុំអាចបង្កើតទីបន្ទាល់ផ្ទាល់ខ្លួនអំពីព្រះគម្ពីរ
មេរមន និងសាសនាចក្រនេះ ។

ពួកគេដោយគ្រាន់តែខ្ញុំអាចពន្យារពេលដើម្បីបញ្ចុះបញ្ចូលវេណេឲ្យរៀបការជាមួយខ្ញុំប៉ុណ្ណោះ ។ ខ្ញុំគ្មាន
បំណងចូលរួមសាសនាថ្មីអ្វីទេ ។

បន្ទាប់ពីជួបពួកអ្នកផ្សព្វផ្សាយសាសនាពីរបីដងមក ខ្ញុំនៅតែមិនចាប់អារម្មណ៍សោះ ។ ខ្ញុំបាន
អង្គុយស្តាប់ការបង្រៀនរបស់ពួកគេ ប៉ុន្តែខ្ញុំមិនផ្ទុះអារម្មណ៍ ឬព្យាយាមទទួលអារម្មណ៍ពីព្រះវិញ្ញាណ
ទេ ។ ខ្ញុំបានបិទដួងចិត្តខ្ញុំ ដោយសារខ្ញុំពុំចង់ស្តាប់ពួកអ្នកផ្សព្វផ្សាយសាសនា ខ្ញុំស្តាប់ពួកគេដោយសារ
តែវេណេប៉ុណ្ណោះ ។ ដំណើរការនោះដូចជាមិនរីកចម្រើនទេ ហើយខ្ញុំនៅតែពុំអាចបញ្ចុះបញ្ចូលវេណេ
ថា ខ្ញុំនឹងធ្វើជាស្វាមីល្អរបស់នាងដោយពុំចាំបាច់ទទួលបុណ្យជ្រមុជទឹកឡើយ ។ នាងនៅតែរឹងប៉ឹងក្នុង
សេចក្តីជំនឿរបស់នាង ។

ការធ្វើឲ្យព្រះគម្ពីរមេរមនក្លាយជាជឿនផ្ទាល់ខ្លួន

បន្ទាប់មក មានការផ្លាស់ប្តូរមួយនៅក្នុងពួកអ្នកផ្សព្វផ្សាយសាសនា ។ អ្នកផ្សព្វផ្សាយសាសនាថ្មី
ម្នាក់បានមកបង្រៀនខ្ញុំ ហើយគាត់មានគំនិតមួយ ។ គាត់ឲ្យខ្ញុំបើកគម្ពីរទៅ អាលម៉ា ៤២ ហើយ
គាត់បានសួរខ្ញុំ ប្រសិនបើខ្ញុំចង់អានដំណាក់កាលនោះឬទេពួកគេស្តាប់ពីខ្ញុំមួយទៅខ្ញុំមួយទៀត ។
ប៉ុន្តែជំនួសឲ្យការគ្រាន់តែអានពីមួយពាក្យទៅមួយពាក្យ នោះគាត់ចង់ឲ្យខ្ញុំអានឈ្មោះ របស់
ខ្ញុំ នៅក្នុងខគម្ពីរទាំងនោះ ។ ខ្ញុំមិនចង់ធ្វើវាទេ ប៉ុន្តែគាត់បានទទួលសូម ។

ដូច្នេះខ្ញុំបានចាប់ផ្តើមអានខគម្ពីរ ។ « ហើយឥឡូវនេះចូរឃើញ... » ពេលខ្ញុំ
អានពាក្យទាំងនោះ គម្ពីរនេះបានចាប់ផ្តើមនិយាយអំពីខ្ញុំ ។ ពេលខ្ញុំដាក់ឈ្មោះខ្ញុំនៅក្នុង
ខគម្ពីរនោះ ខ្ញុំមានអារម្មណ៍នៃអំណាចនៃទីបន្ទាល់ផ្ទាល់ខ្លួន ។

នៅផ្នែកបន្ទាប់នៃ អាលម៉ា ៤២ បង្រៀនពីការធ្លាក់របស់អីដាម និងអេព័ ហើយទីបំផុត
គឺអំពីផែនការនៃសេចក្តីប្រោសលោះ ។ ពេលខ្ញុំបានមកដល់ខទី ២៩ ហើយអាន « ហើយឥឡូវនេះ
ចូរឃើញ ឱពួកពុំមានបំណងចង់ឲ្យរឿងទាំងនេះ ធ្វើឲ្យកូនកង្វល់ចិត្តតទៅទៀតទេ » នោះខ្ញុំបាន
ចាប់ផ្តើមយំដូចជាកូនក្មេង ។ ខ្ញុំពុំធ្លាប់យំដូចនេះពីមុនទេ ។ ខ្ញុំបានដឹងថា ព្រះគម្ពីរមេរមនពិត—ប៉ុន្តែខ្ញុំ
ពុំអាចអានចប់ដំណាក់កាលនោះទេ ។ ពេលខ្ញុំបានដាក់ឈ្មោះខ្ញុំអានក្នុងខគម្ពីរ នោះខ្ញុំបានប្រាប់អ្នកផ្សព្វផ្សាយ
សាសនាថា ខ្ញុំចង់ទទួលបុណ្យជ្រមុជទឹក ។ វេណេសប្បាយចិត្តខ្លាំងណាស់ ។ ខ្ញុំបានទទួលបុណ្យ
ជ្រមុជទឹក ហើយនៅទីបំផុតនាងបានយល់ព្រមរៀបការជាមួយខ្ញុំ ។ មួយឆ្នាំក្រោយមក យើងបាន
ផ្សារភ្ជាប់នៅក្នុងព្រះវិហារបរិសុទ្ធ ប៉ុយណូហ្សូ អាហ្សង់ទីន ។

ខ្ញុំមានអំណរគុណជាខ្លាំងដល់ការតាំងចិត្តរបស់វេណេ ដើម្បីរស់នៅតាមដំណឹងល្អ ហើយរៀបការ
នៅក្នុងព្រះវិហារបរិសុទ្ធ ។ ការតាំងចិត្តដើរលេងជាកូដីស្មោះត្រង់របស់នាង ពុំគ្រាន់តែជង្រឹងទំនាក់
ទំនងរបស់នាងជាមួយព្រះ និងដំណឹងល្អប៉ុណ្ណោះទេ វាថែមទាំងអញ្ជើញខ្ញុំឲ្យរៀនដំណឹងល្អផងដែរ ។
ខ្ញុំដឹងពីមូលហេតុដែលនាងស្រស់ស្អាតណាស់ចំពោះខ្ញុំ ៖ ដោយសារនាងស្អាតស្អំ មានក្តីស្រឡាញ់ និង
បរិសុទ្ធ ។ ដោយសារភាពស្មោះត្រង់របស់នាង នោះខ្ញុំអាចបង្កើតទីបន្ទាល់ផ្ទាល់ខ្លួនអំពីព្រះគម្ពីរមេរមន
និងសាសនាចក្រនេះ ។ ■



តើខ្ញុំសម្រេចចិត្ត បម្រើបេសកកម្ម ដែរឬទេ ?



« យើងសូមបញ្ជាក់ថា កិច្ចការផ្សព្វផ្សាយសាសនា គឺជាករណីយកិច្ចបញ្ចូលពិភពមួយ—ហើយយើងសូមលើកទឹកចិត្តដល់យុវជនទាំងអស់ ដែលមានភាពស័ក្តិសម និង ដែលមានសមត្ថភាពខាងរាងកាយ និង ខាងស្មារតីឲ្យឆ្លើយតបទៅនឹងការហៅបម្រើនេះ ។ យុវនារីជាច្រើនក៏បម្រើដែរ ប៉ុន្តែពួកគេមិននៅក្រោមការបញ្ជាឲ្យបម្រើដូចគ្នានឹងយុវជននោះទេ ។ ទោះយ៉ាងណា យើងសូមអះអាងនឹងយុវនារីទាំងឡាយក្នុងសាសនាចក្រថា ពួកគេនឹងចូលរួមចំណែកយ៉ាងមានតម្លៃក្នុងនាមជាអ្នកផ្សព្វផ្សាយសាសនា » ។

ប្រធាន ថូម៉ាស អេស មីនសុន (១៩២៧-២០១៨)
« Welcome to Conference » *Liahona*
ខែ វិច្ឆិកា ឆ្នាំ ២០១២ ទំព័រ ៥ ។



មានឆន្ទៈស្មោះស្មើម្សីស្ករ
បេសកកម្មពិតជាពុំមែនសម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នាទេ ប៉ុន្តែអ្វីដែលមានសម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នានោះគឺការស្វែងយល់ដោយស្មោះស្ម័គ្រថា តើបេសកកម្មជារឿងដែលយើងត្រូវធ្វើដែរឬទេ ! ជួនកាលយើងពុំចង់ទៅបម្រើទេ ដូច្នេះយើងពុំចង់សួរឬយើងសួរដែរ តែមិនរក្សាទឹកនឹងទុកឲ្យព្រះវិញ្ញាណឆ្លើយតបយើង ។ យើងត្រូវសួរដោយស្មោះស្មើ ! ប្រសិនបើអ្នករកឃើញចម្លើយតាមរយៈការស្វែងរកដោយស្មោះស្មើ នោះអ្នកនឹងមានភាពសុខសាន្ត និងទំនុកចិត្តនូវអ្វីដែលព្រះអម្ចាស់ប្រាប់ឲ្យអ្នកធ្វើ—ថាទៅ ឬមិនទៅ ។

អាស៊ី ប៊ី អាយុ ២២ ឆ្នាំ រដ្ឋយូថាហ៍ ស.រ.អា.



ប្រែចិត្ត
អ្វីមួយដែលបានជួយខ្ញុំឲ្យសម្រេចចិត្តបម្រើបេសកកម្មគឺរៀន និងដកពិសោធន៍ការប្រែចិត្តពិតប្រាកដ ។ ពេលខ្ញុំបានសិក្សា

ពីដង្វាយធួនរបស់ព្រះអង្គសង្គ្រោះ ហើយអនុវត្តអ្វីដែលខ្ញុំបានរៀនក្នុងជីវិតខ្ញុំ នោះខ្ញុំទទួលបានអារម្មណ៍នៃភាពសុខសាន្តដែលខ្ញុំពុំអាចពិពណ៌នាបាន ។ ពេលខ្ញុំទទួលបានអារម្មណ៍បែបនេះ ខ្ញុំចង់ឲ្យមនុស្សដទៃទទួលបានអារម្មណ៍សុខសាន្តដូចគ្នានោះផងដែរ ។

អែលឆើរ ប៊ីដេហ្វ អាយុ ២១ ឆ្នាំ ទីក្រុងអាដេមីប៉ា ប្រទេសប៉េរូ

សូមបន្តទាក់ទងព្រះអម្ចាស់

ព្រះវរបិតាស្តីអំពីប្រទានចម្លើយតាមរយៈព្រះគម្ពីរសារលិខិតរបស់ពួកអ្នកមានសិទ្ធិអំណាចទូទៅ ឬសូម្បីតែទីបន្ទាល់របស់បុគ្គលណាម្នាក់ ។ ដូច្នេះអ្នកអាចទទួលបានការបំផុសគំនិតរបស់អ្នកដោយគ្រាន់តែបន្តទាក់ទងជាមួយព្រះអម្ចាស់ប៉ុណ្ណោះ ។

សំយូអែល អេច អាយុ ១៤ ឆ្នាំ រដ្ឋយូថាហ៍ ស.រ.អា



ចង់ចាំថា ទ្រង់នឹងឆ្លើយតបអ្នក

ពីមុនខ្ញុំមកបម្រើបេសកកម្ម ខ្ញុំ មានការលំបាកដើម្បីដឹងថា តើ ខ្ញុំគួរតែមកបម្រើដែរឬអត់ ។ ទីបំផុត ខ្ញុំបានសម្រេចចិត្តទទួល

សូត្រព្រះវរបិតាស្ទីវ ដែលពិតជាជ្រាបដឹងអ្វីគ្រប់យ៉ាង ដែលយើងជួបប្រទះ ហើយជ្រាបដឹងថា តើយើងត្រូវ ទៅបម្រើបេសកកម្មដែរឬអត់ ។ តាមរយៈការអធិស្ឋាន ខ្ញុំបានទទួលការបញ្ជាក់ថា ខ្ញុំត្រូវទៅបម្រើ ។ ខ្ញុំដឹងថា ព្រះវរបិតាស្ទីវឆ្លើយតបការអធិស្ឋាន ។ សូមទទួលស្គាល់ សំណួរទៅទ្រង់ ហើយទ្រង់នឹងឆ្លើយតបដល់អ្នក តាម សេចក្តីជំនឿរបស់អ្នក និងតាមព្រះទ័យ និងពេលវេលា របស់ទ្រង់ ។

ស៊ីស្ទើរធើរីប៉េន អាយុ ២១ ឆ្នាំ បេសកកម្ម ចាម៉ាយកា យ៉ង់ស្កាន

មើលក្រុមគ្រួសាររបស់អ្នក និងអានពររបស់លោកអយ្យកោ

គ្រួសារខ្ញុំ និងពររបស់លោកអយ្យកោខ្ញុំបាន ជួយខ្ញុំឲ្យធ្វើការសម្រេចចិត្ត ។ បងស្រីខ្ញុំកំពុងបម្រើ បេសកកម្ម ហើយគំរូ និងទីបន្ទាល់អំពីកិច្ចផ្សព្វផ្សាយ សាសនារបស់គាត់បានបំផុសគំនិតដល់ខ្ញុំ ។ បំណង ប្រាថ្នាដើម្បីបម្រើបេសកកម្មរបស់ខ្ញុំក៏បានមានខ្លាំង ឡើង ពេលខ្ញុំបានទទួលពររបស់លោកអយ្យកោ ដែលបានចែងថា ខ្ញុំអាចចែកចាយដំណឹងល្អ ជាមួយមនុស្សដទៃ ។

ដូលីណា ភី អាយុ ១៦ ឆ្នាំ អូស្ត្រេលី អ.ស.អ.

តើអ្នកគិតដូចម្តេច ?

« ខ្ញុំមានមិត្តភក្តិមួយចំនួនដែលគ្មានឥទ្ធិពល ល្អទេ ប៉ុន្តែពួកយើងស្ថិតស្ថាលនឹងគ្នា ហើយខ្ញុំ នៅតែចង់ធ្វើជាមិត្តជាមួយពួកគេ ។ តើខ្ញុំគួរតែ ធ្វើយ៉ាងដូចម្តេច ? »

ប្រសិនបើអ្នកមានបំណងឆ្លើយនឹងសំណួរនេះ សូមផ្ញើ ចម្លើយរបស់អ្នក និងរូបថតមានគុណភាពច្បាស់មួយ សន្លឹកឲ្យបានត្រឹមថ្ងៃទី ១៥ ខែ មករា ឆ្នាំ ២០២០ ទៅ កាន់គេហទំព័រ liahona.ChurchofJesusChrist.org (សូមចុច « Submit an Article or Feedback ») ។

ចម្លើយអាចនឹងត្រូវបានកែសម្រួលឡើងវិញ ប្រសិនបើ វាវែងពេក ឬមិនសូវច្បាស់លាស់ ។



តើអ្វីដែលអាចជួយឲ្យខ្ញុំយល់ពីគម្ពីរ វិវរណៈ ?

ដោយសារពួកព្យាករិសម័យទំនើប នោះយើងមានជំនួយមួយចំនួនដើម្បីយល់គម្ពីរ វិវរណៈ ។ យ៉ូសែប ស្ទីធើ បានផ្តល់គន្លឹះសំខាន់មួយចំនួនអំពីគម្ពីរនេះ ។ ឧទាហរណ៍ ៖

- គោលលទ្ធិ និងសេចក្តីសញ្ញា ៧៧ ។ វិវរណៈនេះមានជាទម្រង់សំណួរនិងចម្លើយ ហើយបានផ្តល់ដល់យើងនូវការយល់ដឹងដ៏សំខាន់នៅក្នុងព្រះគម្ពីរវិវរណៈ ។ វាពន្យល់ ពីធាតុផ្សេងៗនៃ ជំពូក ៤-១១ ហើយគូសបញ្ជាក់ពីរបៀបដែលវាទាក់ទងនឹងកិច្ចការ របស់ព្រះអម្ចាស់នៅថ្ងៃចុងក្រោយ ។
- ការបកប្រែរបស់ យ៉ូសែប ស្ទីធើ មានគម្ពីរជាច្រើននៅក្នុងគម្ពីរវិវរណៈដែលយ៉ូសែប ស្ទីធើ បានជួយបញ្ជាក់ឲ្យច្បាស់ តាមរយៈដំណើរការនៃការបកប្រែព្រះគម្ពីរបឋម បំផុសគំនិតរបស់លោក ។ អ្នកអាចរកវាបាននៅក្នុងជំនួយការសិក្សានៅគេហទំព័រ scriptures.ChurchofJesusChrist.org ។

យ៉ូសែប ស្ទីធើ បានជួយយើងឲ្យយល់ថា គម្ពីរវិវរណៈពុំមែនជារឿងអាថ៌កំបាំងដែលមិន អាចដឹង ដូចមនុស្សមួយចំនួនគិតនោះទេ ។ ហើយលោកក៏បានបង្រៀនយើងផងដែរថា ប្រសិនបើព្រះពុំបានប្រទានការបកស្រាយនៃការនិមិត្តទេ នោះយើងពុំទទួលខុសត្រូវចំពោះ ការដឹងរឿងនោះទេ (សូមមើល *History of the Church* ៥:៣៤៣) ។ លោកបានជួយ យើងឲ្យយល់ថា ការផ្តោតចម្បងនៃគម្ពីរនេះគឺព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ—សេចក្តីសង្ឃឹមដែលយើង មានតាមរយៈទ្រង់ ដើម្បីយកឈ្នះលើលោកិយ ហើយត្រឡប់ទៅកាន់ព្រះវរបិតាស្ទីវវិញ ។

សូមមើល សេចក្តីណែនាំដល់បទគម្ពីរទាំងឡាយ « វិវរណៈរបស់យ៉ូហាន » ផងដែរ និង ចូរមកតាមខ្ញុំ—សម្រាប់បុគ្គលម្នាក់ៗ និងក្រុមគ្រួសារ ៖ ព្រះគម្ពីរសញ្ញាថ្មីឆ្នាំ ២០១៩ ជំពូកនៅក្នុងគម្ពីរវិវរណៈ ។

បេសកកម្មរបស់ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទដើម្បី បង្ហាញសេចក្តីស្រឡាញ់របស់ព្រះ

ដោយអែលឌីវ ផ្លែប្រ៊ី អ័រ ហ្វឡុន
ក្នុងក្រុមនៃពួកសាវកដំបូងបំផុត

កោលបំណងសំខាន់ជាច្រើនដែលមាននៅក្នុងជីវិត និងការងារបម្រើរបស់ព្រះអម្ចាស់ យេស៊ូវគ្រីស្ទ នោះគឺជាដំណើរបេសកកម្មនោះ ជាញឹកញយវាត្រូវបានគេយកចិត្តទុកដាក់ប៉ុន្មានទេ ។ អ្នកដើរតាមទ្រង់ពុំយល់រឿងនោះទាំងស្រុងទេនៅគ្រានោះ ហើយមនុស្សជាច្រើននៅក្នុងពួកគ្រីស្ទានសម័យទំនើបនេះក៏ពុំទាន់យល់ដែរ ប៉ុន្តែព្រះអង្គសង្គ្រោះផ្ទាល់បានមានបន្ទូលអំពីរឿងនោះម្តងហើយម្តងទៀត និងយ៉ាងដាច់អហង្គ ។ វាគឺជាការពិតណាស់ថា នៅគ្រប់អ្វីៗទាំងអស់ដែលព្រះយេស៊ូវបានមានបន្ទូល និងធ្វើ រួមមាននិងជាពិសេស នៅក្នុងការរងទុក្ខនៃដង្វាយធួន និងការពលិកម្មរបស់ទ្រង់ នោះទ្រង់កំពុងបង្ហាញដល់យើងថា ព្រះវរបិតាស្នូតដ៏អស់កល្បជានិច្ចរបស់យើងជានរណា និងយ៉ាងដូចម្តេច ហើយថាទ្រង់បានលះបង់ទាំងស្រុងយ៉ាងណាខ្លះសម្រាប់បុត្រាបុត្រីរបស់ទ្រង់គ្រប់វ័យ និងគ្រប់ជាតិសាសន៍នោះ ។ ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទបានព្យាយាមបើកសម្តែងក្នុងព្រះបន្ទូល និងទង្វើ ហើយធ្វើឲ្យយើងដឹងដោយផ្ទាល់អំពីលក្ខណៈពិតរបស់ព្រះវរបិតារបស់ទ្រង់ ជាព្រះវរបិតាស្នូតរបស់យើង ។

ព្រះយេស៊ូវបានយាងមកដើម្បីទូលអង្វរជាមួយមនុស្សឲ្យស្រឡាញ់ព្រះវរបិតាស្នូតរបស់ពួកគេ នៅពេលទ្រង់តែងតែស្រឡាញ់ ហើយនឹងស្រឡាញ់ពួកគេជាប់ជានិច្ច ។ ផែនការរបស់ព្រះ ព្រះចេស្ដានៃព្រះ បរិសុទ្ធភាពនៃព្រះ មែនហើយ ទោះបីជាព្រះពិរោធ និង សេចក្តីជំនុំជម្រះនៃព្រះនោះធ្វើឲ្យពួកគេយល់ម្តងម្កាល ។ ប៉ុន្តែសេចក្តីស្រឡាញ់នៃព្រះ ជម្រៅនៃកិត្តិកាតរបស់ទ្រង់ចំពោះកូនចៅរបស់ទ្រង់ នោះពួកគេនៅតែមិនបានដឹងពេញលេញ—ហេតុដដែលព្រះគ្រីស្ទយាងមក ។

« ដូច្នេះ ការឲ្យអាហារដល់អ្នកស្រេកឃ្លាន ការព្យាបាលអ្នកឈឺ ការវាយផ្ទាល់ដល់មនុស្សលាក់ពុត ការទូលអង្វរសុំសេចក្តីជំនឿ—គឺជាអ្វីដែលព្រះគ្រីស្ទបានបង្ហាញយើងពីមាត់នៃព្រះវរបិតា ទ្រង់គឺ « ប្រកបដោយក្តីមេត្តាករុណា និងព្រះគុណ កម្រខឹង អត់ធ្មត់ និងពេញដោយសេចក្តីល្អ » ។» នៅក្នុងជីវិតទ្រង់ ហើយជាពិសេសនៅក្នុងការសុគតរបស់ទ្រង់ ព្រះគ្រីស្ទបានប្រកាសថា « នេះជា ក្តីអាណិតអាសូរ របស់ព្រះ ដែលយើងបង្ហាញអ្នក ព្រមទាំងជា ក្តីអាណិតអាសូរផ្ទាល់របស់យើង » ។

ខ្ញុំថ្លែងទីបន្ទាល់ដោយផ្ទាល់ពីព្រះផ្ទាល់ ព្រះដែលមានព្រះជន្មរស់ ដែលស្គាល់ឈ្មោះយើង ស្តាប់ និងឆ្លើយតបការអធិស្ឋានរបស់យើង ហើយស្រឡាញ់យើងអស់កល្បជានិច្ចទុកដូចជាបុត្រាបុត្រីខាងវិញ្ញាណរបស់ទ្រង់ ។ ខ្ញុំសូមថ្លែងទីបន្ទាល់ថា នៅក្នុងកណ្តាលនៃកិច្ចការដ៏ស្មុគស្មាញ់បំផុតនៅក្នុងសាកលលោកនេះ ទ្រង់ស្វែងរកសុភមង្គល និងសុវត្ថិភាពសម្រាប់យើងម្នាក់ លើសពីកង្វល់ផ្សេងៗទៀតទាំងអស់របស់ទ្រង់ ។

នៅក្នុងស្មារតីនៃភាពជាសាវកដំបូងបំផុត នោះខ្ញុំនិយាយដូចជាអង្គដែលបានកាន់តំណែងនេះកាលពីបុរាណថា ៖ « នេះហើយជាសេចក្តីស្រឡាញ់ មិនមែនជាយើងបានស្រឡាញ់ព្រះនោះទេ គឺទ្រង់បានស្រឡាញ់យើងវិញទេតើ ហើយបានចាត់ព្រះរាជបុត្រាទ្រង់មកទុកជាដង្វាយឲ្យធួននឹងបាបយើងរាល់គ្នាផង ។ ពួកសូនភ្លាមើយបើព្រះបានស្រឡាញ់យើងរាល់គ្នាជាខ្លាំងទាំងម៉្លេះ នោះត្រូវឲ្យយើងស្រឡាញ់គ្នាទៅវិញទៅមកដែរ » (យ៉ូហានទី១ ៤:១០-១១)—ហើយស្រឡាញ់ទ្រង់ជារៀងរហូត ។ ■

ដកស្រង់ចេញពីសូន្យកថានៅក្នុងសន្និសីទទូទៅខែ តុលា ឆ្នាំ ២០០៣ ។

កំណត់ចំណាំ
១. Lectures on Faith (ឆ្នាំ ១៨៤៥) ទំព័រ ៤២ ។

អែលឌើរហ្សឺនបានបង្រៀនថា ព្រះយេស៊ូវបានបង្ហាញយើងនូវមាគ៌ារបស់
ព្រះវរបិតា តាមរយៈការបង្ហាញសេចក្តីស្រឡាញ់នៅក្នុងគ្រប់អ្វីដែលទ្រង់
បានមានបន្ទូល និងកិច្ចការដែលទ្រង់បានធ្វើ ។ លោកក៏បានអញ្ជើញយើង
ឲ្យស្រឡាញ់ព្រះ ហើយស្រឡាញ់គ្នាទៅវិញទៅមក ។

តើអ្នកអាចបង្ហាញសេចក្តីស្រឡាញ់ដូចម្តេច ?





យុវជនរ៉ូម៉ានី

មានអារម្មណ៍ឯកោឬ ?

ទោះបីមានហេតុផលបែបណាក្នុងជីវិតក្តី អ្នកអាច
យកឈ្នះលើភាពឯកោបាន តាមរយៈការឈរ
ទៅជួយ និងបង្កើតទំនាក់ទំនងដ៏ស្មោះស្មា ។ នេះ
គឺជាវិធីមួយចំនួនដើម្បីធ្វើដូច្នោះ ។

ទំព័រ ៤២

យុវជន

ការសាងសង់បុណ្យ
គ្រីស្ទម៉ាស់នៅជុំវិញ
ពិភពលោក

៥៤

ព្រមទាំង

ការយល់ដឹងនៅក្នុងគម្ពីរ
យូដាស និងគម្ពីរវិវេកៈ

៥៨, ៦៣

កុមារ

ដំណើររឿង ៧ និង
សកម្មភាពនានាសម្រាប់
បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់

ទស្សនាវដ្តី
ប្រិយមិត្ត

សាសនាបក្សនៃ

ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ

នៃព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ

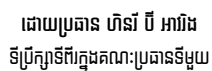
ព្រឹយមិត្ត

រដ្ឋបាលកុមារនៅក្នុងស្ថានភាព លីអាហ្គោល ដែលបោះពុម្ពដោយ សាសនាចក្រនៃព្រះយេស៊ូគ្រីស្ទនៃពួកហិស្ទន្ទប្រែប្រួលក្រោយ



នៅស្ថាន
ប្រទេសកូឡុប !

សូមមើលទំព័រ ១១៥-១១៩

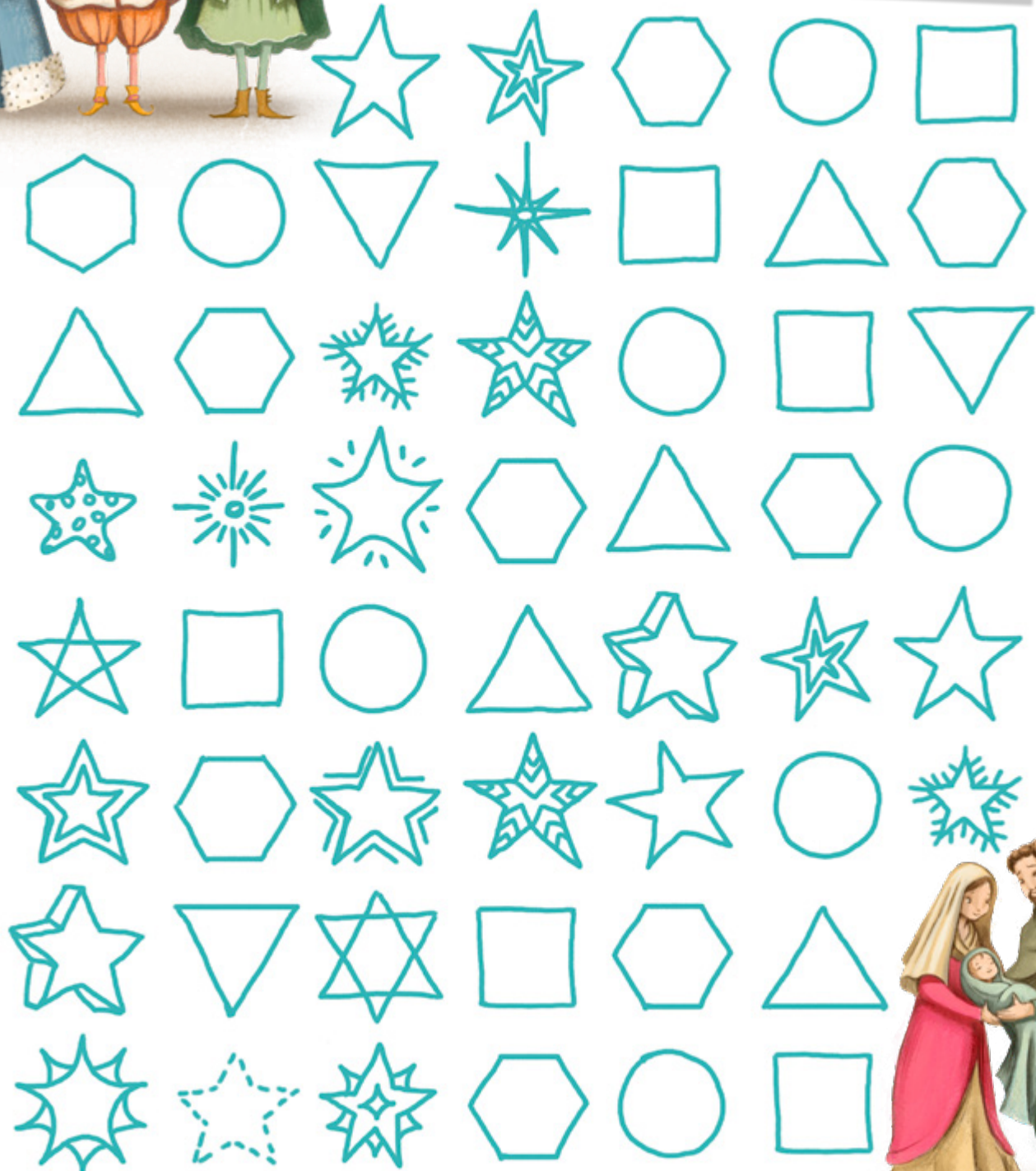


បានកែសម្រួលពីការប្រជុំធម្មនិដ្ឋានបុណ្យត្រីស្នម៉ាស់របស់គណៈប្រធាន
ទីមួយឆ្នាំ ២០១១ ។



ដើរតាមផ្កាយ

ពេលព្រះយេស៊ូបានប្រសូត ពួកហោរាបានធ្វើដំណើរដើរតាមផ្កាយ ។
សូមដាក់ពណ៌ផ្កាយខាងក្រោម ដើម្បីជួយពួកហោរាត្រឡប់ព្រះយេស៊ូឃើញ ។





នៅក្នុងដានព្រះបាទ ព្រះយេស៊ូវ

ខ្ញុំឈ្មោះម៉ារី ។ ខ្ញុំរស់នៅ
ប្រទេសអ៊ីស្រាអែលជាមួយ
គ្រួសារខ្ញុំ ។ យើងមាន
បទពិសោធន៍ពិសេស
ជាច្រើននៃការដើរ នៅ
កន្លែងដែលព្រះយេស៊ូវ
ធ្លាប់យាងកាលពីយូរលង់
ណាស់មកហើយ ។

ឯកស្រង់ពីកសិដ្ឋានសម្បត្តិ
ដោយអាថ៌ ឆេន លីត

បេឡេហ៊ីម

កន្លែងពិសេសមួយដែលយើងបានទៅនោះគឺបេឡេហ៊ីម ជាកន្លែងដែលព្រះយេស៊ូវបាន
ប្រសូត ។ ម៉ារី និងយ៉ូសែបត្រូវធ្វើដំណើរចម្ងាយ ១៤៤ គីឡូម៉ែត្រដើម្បីទៅដល់ទីនោះ
ដោយចេញពីផ្ទះរបស់ពួកគេនៅស្រុកណាសារ៉ែត ។ យើងបានទៅលេងព្រះវិហារមួយ
ដែលត្រូវបានសាងសង់ឡើង ជាកន្លែងដែលគេគិតថាជាកន្លែងនៃស្នាក់នៅ ។

យើងក៏បានឃើញវាលនៅក្បែរបេឡេហ៊ីម ។ ពួកអ្នកគង្វាលនៅតែមើលថែហ្នូង
ចៀមរបស់ពួកគេនៅទីនោះ គឺដូចកាលពួកគេបានធ្វើនៅក្រៅដែលព្រះយេស៊ូវបាន
ប្រសូត ។ យើងអាចឮសំឡេង ចៀម ស្រែកពេលយើងយើងច្រៀង « ឆ្ងាយ ឆ្ងាយ នៅលើ
ទីវាលទំនាបយូដា » (ទំនុកតម្កើងលេខ ១៣២) ។ ខ្ញុំចាំពីអារម្មណ៍ដែលខ្ញុំមាន ពេលខ្ញុំ
ច្រៀងចម្រៀងនោះ ។





សមុទ្រកាលីឡេ

នេះគឺជាសមុទ្រកាលីឡេ ។ វាគឺជាបឹងដ៏ស្រស់ស្អាតជាកន្លែងដែលព្រះយេស៊ូវបានបង្រៀនមនុស្សរាប់ពាន់នាក់ ហើយបានសម្តែងអព្វកហេតុជាច្រើន ។ ខ្ញុំអាចទទួលអារម្មណ៍ពីព្រះវិញ្ញាណនៅទីនោះ ។ វាមានអារម្មណ៍សុខសាន្តប្រាប់ខ្ញុំរឿងពិសិដ្ឋបានកើតឡើងនៅទីនោះ ។

ខ្ញុំចូលចិត្តទៅកន្លែងដែលព្រះយេស៊ូវបានយាងទៅ ដូចជាទន្លេយ៉ាដាន់ ជាកន្លែងដែលព្រះយេស៊ូវបានជ្រមុជទឹក ។ ពេលខ្ញុំបានទៅដល់កន្លែងទាំងនេះ ខ្ញុំបានដើរជុំវិញឆ្នេរនោះដោយស្ងាត់ស្ងៀម នៅក្បែរមនុស្សដែលកំពុងថ្វាយបង្គំព្រះយេស៊ូវដោយការដុតឡើង ហើយលុតជង្គង់អធិស្ឋាន ។ ខ្ញុំមានអារម្មណ៍ក្នុងចិត្តខ្ញុំជានិច្ចថា ព្រះបិតាស្តេច និងព្រះយេស៊ូវមានព្រះទ័យរីករាយជាមួយមនុស្សដែលបង្ហាញសេចក្តីស្រឡាញ់របស់ពួកគេចំពោះពួកទ្រង់ ។

យេរូសាឡឹម

យេរូសាឡឹមគឺជាទីក្រុងដ៏ធំមួយ ។ នៅថ្ងៃអាទិត្យមុនពេលទ្រង់ត្រូវឆ្កាងព្រះយេស៊ូវបានគង់លើសត្វលា (សូមមើល ម៉ាថាយ ២១:១-១១) ។ ប្រជាជនបានស្វាគមន៍ទ្រង់ចូលទៅក្នុងទីក្រុង ដោយការត្រីស្លឹកត្នោត ហើយស្រែកថា « ហូសាណា ! »

រៀងរាល់ឆ្នាំនៅថ្ងៃអាទិត្យពីមុនដល់បុណ្យអ៊ីស្ទើរ មនុស្សដើរតាមផ្លូវរបស់ព្រះយេស៊ូវចូលទៅក្រុងយេរូសាឡឹម ។ ពួកគេកាន់ស្លឹកត្នោត ហើយច្រៀងចម្រៀងអំពីព្រះយេស៊ូវ ។ មានផ្កាមួយនោះ ត្រូវស្រាវជ្រាវដើម្បីរកឃើញពួកគេស្រាវជ្រាវនិក ផ្សេងទៀតដើរលើផ្លូវនោះ ។ វាអស្ចារ្យណាស់ដែលខ្ញុំបានទទួលអារម្មណ៍នៃសេចក្តីស្រឡាញ់របស់មនុស្សគ្រប់សម្រាប់ព្រះអង្គសង្គ្រោះរបស់ពួកគេ ។

អ្នកពុំចាំបាច់ដើរនៅកន្លែងដែលព្រះយេស៊ូវបានយាងទៅ ដើម្បីធ្វើតាមទ្រង់នោះទេ ។ អ្នកអាចធ្វើតាមគំរូរបស់ទ្រង់គ្រប់ទីកន្លែង ! ●



អ្នកអាចមើលវីដេអូអំពីកន្លែងដែលព្រះយេស៊ូវបានយាងទៅនៅគេហទំព័រ

ChurchofJesusChrist.org ។

សូមមើល « Shepherds Learn of the Birth of Christ », « Calming the Tempest » និង « Jesus Is Resurrected » ។

១០ ថ្ងៃនៃបុណ្យ គ្រីស្ទម៉ាស់

ជួយគ្រួសាររបស់អ្នកត្រៀមខ្លួនសម្រាប់
បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ ! ចាប់ផ្តើមពីថ្ងៃទី ១៥ ខែធ្នូនេះ
សូមធ្វើសកម្មភាពនេះជាមួយគ្នារៀងរាល់ថ្ងៃ ។
បន្ទាប់មកផ្គត់ផ្គង់ព័ត៌មានលើផ្ទាំង ។

សូមមើល ជួរមកតាមខ្ញុំ សៀវភៅសិក្សាសម្រាប់គ្រួសារ ទំព័រ ១៩៤-១៩៧ ។

សូមមានចិត្តល្អជាពិសេស
ដូចព្រះយេស៊ូគ្រីស្ទបានធ្វើ ។

ចែកចាយខគម្ពីរដែលចូលចិត្ត
អំពីព្រះយេស៊ូ ។

ជួយអ្នកដែលមានជំងឺ ឬឯកោ
ដូចព្រះយេស៊ូបានធ្វើ ។

សូមមើលរឿង « The
Nativity » ។*

សម្តែងរឿងប្រសូតក្ម
(សូមមើល លូកា ២) ។

ជ្រៀងចម្រៀង ឬ
និទានកថាផ្ទៃក្នុងបុណ្យ
គ្រីស្ទម៉ាស់ ។

ចែកចាយពីមូលហេតុដែល
អ្នកមានអំណរគុណចំពោះ
ព្រះយេស៊ូ ។

គូររូបភាពព្រះខែស
យេស៊ូ ។

អានព្រះគម្ពីរនូវអ្វីដែលព្រះយេស៊ូ
បានមានបន្ទូល ។

អានសូន្យរកថាមួយមកពីការប្រជុំ
ធម្មនិដ្ឋានបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់របស់
គណៈប្រធាននីមួយៗ ។*

* ស្វែងរករឿងអូទាំងនេះនៅគេហទំព័រ ChurchofJesusChrist.org ។

ទិបន្ទាល់របស់ខ្ញុំអំពីបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់

ដោយវ្យាបាល ១ = ៧៦-៨៤

ទំនុកបទដោយ ឡាវី ហ្គីលី
ទំនុកភ្លេងដោយ ម៉ៃយ៉ែល អេហ្វ ម៉ូឌី

G Am7 G D7 G Am7

១. គី ពិត ៗ ដឹង ដំ
(២. គី) ពិត ៗ ដឹង ព្រោះ
(៣. គី) ពិត ៗ ដឹង ព្រះ

G Cm Adim

លើក រឿង ក្នុង ភូមិ នោះ យូរ លង់ មក ហើយ— ដឹង តា រា
គ ម្ល៉េះ ប វិ សុទ្ធ ចែង មក ដូច្នេះ— គ ឆ្លើ ទេវ
វិ ញាណ ប វិ សុទ្ធ ឱ្យប មក ដូច្នេះ— យេ ស៊ីវ វិ

G Am Cm G Am7 D7

ឆ្លើ ផ្លា បំ ឆ្លើ ផ្លូវ— ទៅ ឯ ព្រះ គ្រីស្ទ ទើប ប្រ សូត
តា ឮ ពេញ វេ ហា ៗ អំ ពី ទា រក និង មា តា
សុទ្ធ ប្រ សូត យប់ នោះ— នាំ ដល់ លោ កិយ ព ឆ្លើ គឺ

Em Adim7 G Am D7 G Am7

មក— ផ្ទុំ នៅ ក្នុង ស្នូក ដោយ ភក្តី រាប សា ៗ
ថ្ងៃ— រួច អ្នក គ ង្វាល ដោយ នាំ ទៅ សា ៗ
ពិត ៗ— ទ្រង់ ប ង្ហាញ ផ្លូវ ឱ្យ រស់ ត្រឹម ត្រូវ ៗ

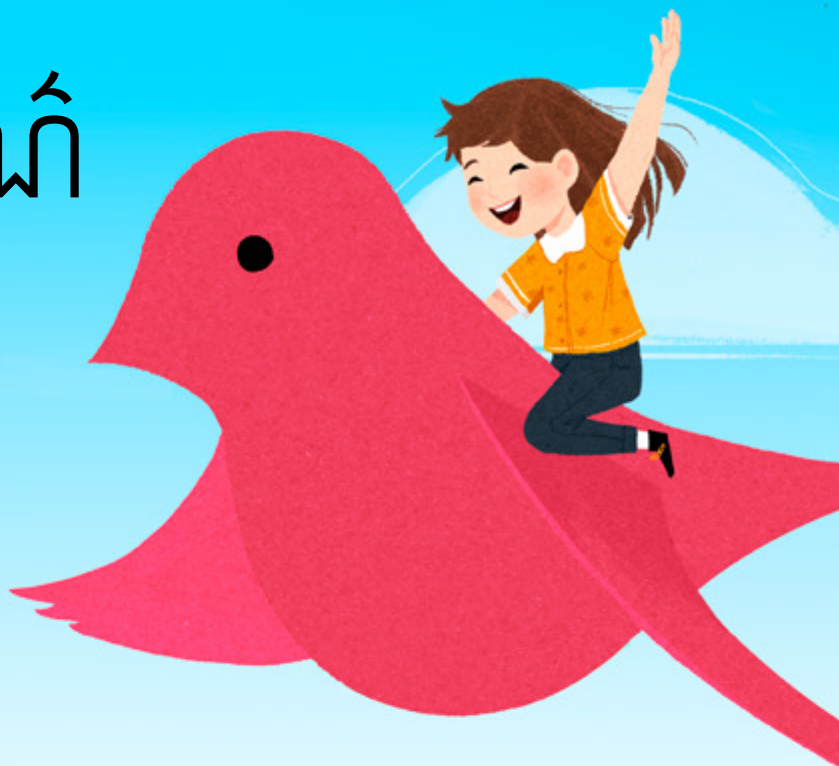
1. 2. G D 3. G D G D7 G Am7

២. គី — ខ្ញុំ ដឹង ៗ មែន ហើយ! ខ្ញុំ ដឹង ៗ
៣. គី — *molto rit.*

© 2019 by Michael F. Moody and Larry Hiller. All rights reserved.
បទចម្រៀងនេះអាចថតចម្លងប្រើប្រាស់ជាបន្ទាប់បន្សំនៅក្នុងព្រះវិហារ ឬនៅគេហដ្ឋានដែលពុំមានលក្ខណៈជាពាណិជ្ជកម្ម ។
សេចក្តីប្រកាសនេះត្រូវបិទនៅលើសំណៅថតចម្លងនីមួយៗ ។

ចាបក្រដាសពណ៌ ក្រហម

អ្វីដែលអេរ៉ាវាចគិតនោះគឺ រឿង
សប្បាយ។ ដែលមិត្តរបស់នាងនឹងមាន
ពេលនាងមិននៅ ។



ដោយ អេរ៉ា ដេតុន
(ផ្នែកទៅលើដំណើររឿងពិត)

« យើងបានឈឺ ហើយអ្នករាល់គ្នាបានមកសួរយើង » (ម៉ាថាយ ២៥:៣៦) ។

នៅ ក៏ចូលចិត្តរដូវកាលបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ ។ ព្រឹកនេះនៅសាលារៀន
នាងបានចំណាយពេលផាត់ពណ៌លើកាត និងស្តាប់គន្ត្រី
សប្បាយៗ ។

អ្នកគ្រូហ្សូនីកបាននិយាយថា « ឥឡូវដល់ម៉ោង
អានសៀវភៅហើយ ។ ប្រសិនបើប្អូនៗបានបញ្ចប់
ការអាននៅថ្ងៃនេះ និងថ្ងៃស្អែក នោះប្អូនៗនឹងគ្មាន
កិច្ចការសាលារៀនធ្វើនៅផ្ទះត្រូវធ្វើនៅថ្ងៃឈប់
សម្រាកទេ » ។

ក្មេងៗទាំងអស់នៅក្នុងថ្នាក់របស់អេរ៉ាបាន
ស្រែកហៅឡើង ។ ប៉ុន្តែអេរ៉ាមានអារម្មណ៍ពុំសូវ
រីករាយទេ ។ នាងញញឹមបន្តិចពេលនាងទាញ
សៀវភៅរបស់នាងមកអាន ។ នាងមាន
អារម្មណ៍ងារណាស់ ហើយបំពង់ក
របស់នាងឈឺ ។ ភ្នែករបស់នាង
ក្រហម ពេលនាងសម្លឹងមើលអក្សរ
នៅលើទំព័រសៀវភៅ ។ ពេលចប់
ម៉ោងរៀន អេរ៉ាមានអារម្មណ៍ថាឈឺ
ពោះផងដែរ ។

ទីបំផុតវាដល់ម៉ោងដើរត្រឡប់
ទៅផ្ទះវិញជាមួយបងប្អូនប្រុសស្រី
របស់នាងគឺ ធីម និង វិលម៉ា ។ ជា
ទូទៅពួកគេមានភាពរីករាយពេល
ដើរតាមផ្លូវទៅផ្ទះវិញ ។ ពួកគេនឹង

លេងជាមួយគ្នា ឬធ្វើមនុស្សទឹកកក ។ ប៉ុន្តែថ្ងៃនេះ អ្វីៗដែលអេរ៉ាគ្រាន់តែចង់ធ្វើ
នោះគឺទៅផ្ទះ ហើយដេក ។

ពេលអេរ៉ាទៅដល់ផ្ទះ ម៉ាក់បានស្ទាបថ្នាំរបស់នាង ។

ម៉ាក់បាននិយាយថា « កូនក្តៅខ្លួនហើយ ។ កូនត្រូវញ៉ាំទឹក
ឲ្យបានច្រើន ហើយគេងឲ្យបានច្រើនដែរ » ។

អេរ៉ាបានឡើងលើគ្រែ ហើយបានគេងភ្លាម ។ នៅព្រឹក
បន្ទាប់មក គ្រប់គ្នានៅក្នុងគ្រួសារនាងរៀបចំខ្លួនសម្រាប់
ថ្ងៃនោះ ។ ប៉ុន្តែម៉ាក់បាននិយាយថា អេរ៉ាឈឺពុំអាចទៅ
សាលាបានទេ ។

បន្ទាប់មកអេរ៉ាបានចាំពីអ្វីមួយដែលធ្វើឲ្យនាងពិបាក
ចិត្ត ។ ថ្ងៃនេះគឺជាថ្ងៃដប់ប្រាំបួនបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់នៅសាលា
រៀន ! ពួកគេត្រូវបញ្ចប់គម្រោងសិល្បៈរបស់ពួកគេ ហើយ

ច្រៀងចម្រៀង និងញ៉ាំង ។ នាងត្រូវ
រែក ទៅរៀន !

ប៉ុន្តែម៉ាក់ពុំផ្លាស់ប្តូរចិត្ត
គាត់ទេ ។

ម៉ាក់បាននិយាយថា « ម៉ាក់
ស្តាយណាស់ កូននឹងខកខាន
ចូលរួមពិធីដប់ប្រាំបួនហើយ ។
ប៉ុន្តែសុខភាពរបស់កូនគឺវា
សំខាន់ជាង » ។

អេរ៉ាបានចាប់ផ្តើមយំ ។
ម៉ាក់បានព្យាយាមជួយនាងឲ្យ
មានអារម្មណ៍ល្អដោយញ៉ាំងសម្ល





ដំឡើង ។ ប៉ុន្តែអ្វីដែលអ្នកអាចគិតឃើញនោះគឺរឿងសប្បាយដែលមិត្ត
របស់នាងនឹងមាន ពេលនាងមិននៅ ។

នៅពេលសៀល ឆឹម និង វិលម៉ាបានត្រឡប់មកពីរៀនវិញ ។ ថ្នាល
របស់ពួកគេឡើងក្រហមដោយសារតែពួកគេបានលេងព្រិល ។

វិលម៉ាបាននិយាយថា « ពិធីជប់លៀងនៅសាលារៀនសប្បាយ
ណាស់ ។ យើងបានធ្វើបាបក្រដាសពណ៌ក្រហមទុកពួកនៅផ្ទះ » ។

ឆឹមបានទាញអ្វីមួយចេញពីហោប៉ៅគាត់ ។

« មើលនេះ—អ្នកគ្រូប្រឡងបានធ្វើអំណោយពិសេសមួយតាមពួកយើងមកឲ្យ
ឯង ។ ដូច្នេះឯងអាចធ្វើបាបក្រដាសពណ៌ក្រហមមួយបានផងដែរ ! » ។

អ្នកបានញញឹម ។ « តើបងអាចបង្ហាញខ្ញុំពីរបៀបធ្វើវាបានទេ ? »

ឆឹម និង វិលម៉ាបានបង្ហាញអ្នកពីរបៀបកាត់តាមក្រដាសចុចៗ ហើយបត់វា
ឲ្យបានត្រឹមត្រូវ ។ ពួកគេបានជួយនាងចងខ្សែជារង្វង់ ។

« ម៉ាកមើលនៃកូនធ្វើវាណា ! អ្នកបាននិយាយ ដោយបង្ហាញគ្រឿងតុបតែង
បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាសថ្មីដែលនាងចូលចិត្ត ។

អ្នកបានគិតពីទឹកចិត្តល្អរបស់អ្នកគ្រូប្រឡង ដែលចាំពីនាងពេលនាងឈឺ
និងរបៀបដែលឆឹម និង វិលម៉ា បានជួយនាងផងដែរ ។ ឥឡូវពេលណាអ្នក
ក្រឡេកមើលទៅបាបក្រដាសពណ៌ក្រហមរបស់នាង នោះនាងទទួលបានអារម្មណ៍
នៃសេចក្តីស្រឡាញ់ច្រើនណាស់ ។ ●

អ្នកនិពន្ធរស់នៅរដ្ឋ អៃដាហូ ស.រ.អា ។

ធ្វើបាបក្រដាស !

១. កាត់ក្រដាសនេះ ហើយបិទទំព័រនេះជាប់នឹងក្រដាសក្រហម ។ បន្ទាប់មកកាត់បាប និងស្លាបវាចេញ ។
២. សូមចោះប្រឡោះមួយតាមបណ្តោយខ្សែបន្ទាត់ដាច់ៗនៅលើចាប់ដោយប្រុងប្រយ័ត្ន ។ ដាក់ស្លាបចុះតាមប្រឡោះនោះ ។
៣. ចោះប្រហោងមួយខាងលើស្លាប ហើយចងខ្សែមួយជារង្វង់កាត់តាមប្រហោងនោះដើម្បីព្យួរឡើង ។



កម្មវិធីបង្ហាញ ហើយនិទានប្រាប់

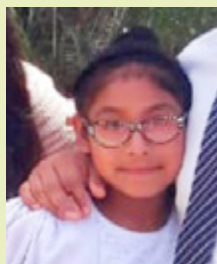


ថ្នាក់អង្គការបឋមសិក្សា
នៅទីក្រុង អ៊ីមបាបូរ៉ា
ប្រទេសអេក្វាដ័រ ច្រៀង
ចម្រៀងបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់
នៅមជ្ឈមណ្ឌលថែទាំ និង
បានចែកនំឃុកយី ។



ខ្ញុំបានអធិស្ឋាន
ជាមួយប្អូនស្រីរបស់
ខ្ញុំ ហើយព្យាយាមធ្វើគំរូ
ល្អដល់នាង ។ យើង
ចូលចិត្តដើរកម្សាន្ត
មើលការបង្ហាញផ្អែក
របស់ព្រះវរបិតាស្តី ។

រៀនកា និង អាលី ស៊ី អាយុ ៨ ឆ្នាំ និង ៤ ឆ្នាំ ទីក្រុងបូហូតា
ប្រទេសកូឡុំប៊ី ។



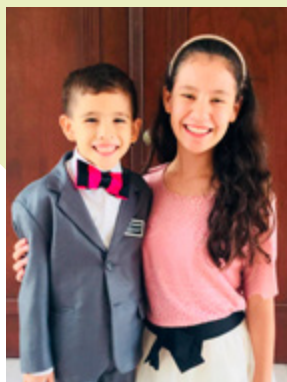
ខ្ញុំដឹងថា ព្រះវរបិតាស្តី
ស្រឡាញ់ខ្ញុំ ។

ស្នេហារៀង អ័រ អាយុ ១០ ឆ្នាំ ទីក្រុង
លីម៉ា ប្រទេសប៊ែរ៉ូ



ខ្ញុំបានចូលរួមនៅក្នុងគម្រោងដៃជំនួយ ហើយបានជួយ
លាបថ្នាំជញ្ជាំងសាលារៀន ។ ខ្ញុំចូលចិត្តទៅព្រះវិហារ
នៅថ្ងៃអាទិត្យ ។

ចាញេ អ័រ អាយុ ៦ ឆ្នាំ ទីក្រុងប៉ារ៉ាណា ប្រទេសប្រេស៊ីល



ហូស៊ី ថូម៉ាស ជី
អាយុ ៦ ឆ្នាំ និង
អាឡិចសាន់ដឺរ ស៊ី
អាយុ ១៣ ឆ្នាំ ទីក្រុង
ឌូរ៉េនហ្គោ ប្រទេស
ម៉ិកស៊ិក ជាបងប្អូន
ជីដូនមួយ និងជាមិត្តល្អ
នឹងគ្នា ។ ពេលពួកគេ
បានមើលសន្និសីទរួច
អាឡិចសាន់ដឺរបាន

និយាយថា នាងទទួលបានអារម្មណ៍ពីព្រះវិញ្ញាណ ពេលពួកគេ
បានប្រកាសពីព្រះវិហារបរិសុទ្ធន៍ ។ ថូម៉ាសចូលចិត្តរៀងនានា
ដែលពួកគេ និងពួកសាវកបានចែកចាយ ។



លេន្ស្មេ រី អាយុ ៧ ឆ្នាំ ទីក្រុងកូរ៉េនសេ ប្រទេសអាហ្វ្រិក



ដោយអែលឌើរ
ប៊ែន កី ស្ថានហ្វីល
ក្នុងក្លឹបនៃពួកចិត្តបនាត់

ចៀម និងអ្នកគង្វាលរបស់វា

« ព្រះយេស៊ូវទ្រង់ជាអ្នកគង្វាលខ្ញុំ » (ទំនុកដំកើង ២៣:១) ។

ខ្ញុំបានធំឡើងនៅវាលចិញ្ចឹមគោក្នុងរដ្ឋម៉ុងតាណា ស.រ.អា. ។ ពួកយើងក៏មាន
ចៀមប្រហែល ៣០០ ក្បាលនៅវាលចិញ្ចឹមសត្វនោះ ។ ម្តាយខ្ញុំចិញ្ចឹមវា ដើម្បី
ពួកយើងអាចរកប្រាក់ដើម្បីបម្រើបេសកកម្មរបស់យើង ។

កិច្ចការរបស់ខ្ញុំគឺត្រូវមើលថែកូនចៀម ដែលគ្មានមេមើលថែពួកវា ។ ពេល
ចៀមមួយមានកូនលើសពីមួយ ជួនកាលមេចៀមនោះពុំមើលថែកូនចៀម
ទាំងអស់របស់វាបានទេ ។ អញ្ចឹងខ្ញុំជាអ្នកមើលថែកូនចៀមទាំងអស់នោះ ។
មានកូនចៀមបែបនេះប្រហែលពី ៥ ទៅ ១០ ក្បាលរៀងរាល់ឆ្នាំ ។

រៀងរាល់ថ្ងៃ ខ្ញុំបើកឡានតូចពណ៌ខៀវរបស់យើងដែលគេហៅ
Volkswagen Beetle ទៅវាលស្មៅ ហើយចុចស៊ីផ្លែ ។ បន្ទាប់មកខ្ញុំ
បើកទ្វារឡាន ។ កូនចៀមទាំងនោះនឹងចេញពីគ្រប់កន្លែងទាំងអស់នៅក្នុង
វាលនោះ ។ ពួកវាស្គាល់សំឡេងឡាន Volkswagen ដ៏ចាស់នោះ ។

ពួកវានឹងលោតឡើងលើតូចឡាន ហើយខ្ញុំនឹងដឹកវាទៅជង្រុក ហើយផ្តល់
ចំណីឲ្យវា ។

យើងទាំងអស់គ្នាដូចជាកូនចៀមតូចៗទាំងនោះដែរ ។ យើងរស់នៅកន្លែង
ផ្សេងៗពីគ្នា ហើយមានឧបសគ្គផ្សេងៗគ្នានៅក្នុងជីវិតយើង ។ ប៉ុន្តែព្រះយេស៊ូវ
កំពុងឈោងទៅជួយយើងម្នាក់ៗ ។ ខ្ញុំអាចរៀនស្តាប់សំឡេងរបស់ទ្រង់ ។ យើង
អាចងាកទៅរកទ្រង់ទូលសូមការល្អដល់យើង និងសុវត្ថិភាព ។ យើងអាចទទួល
អារម្មណ៍នៃសេចក្តីស្រឡាញ់ពីទ្រង់ និងព្រះវរបិតាស្តី ។

ពេលខ្ញុំបានសម្លឹងមើលទៅព្រះយេស៊ូវដូចជាអ្នកគង្វាលក្នុងជីវិតខ្ញុំ នោះ
ជីវិតខ្ញុំបានផ្លាស់ប្តូរ ។ ពេលយើងដាក់ជីវិតយើងនៅក្នុងព្រះហស្តរបស់
ព្រះអង្គសង្គ្រោះ នោះយើងនឹងទទួលអារម្មណ៍នៃសេចក្តីស្រឡាញ់របស់ទ្រង់
ហើយរៀនទុកចិត្តទ្រង់ ។ ●

ដកស្រង់ពីការសម្ភាសមួយជាមួយ ត្រីស្ទីណា ក្រូស្តែន ។



រូបភាពដោយ ផ្សេន ឌីស្ទើរ



រចនាប្រភពដោយ ឌីលីន ម៉ាស៊ីន



រឿងរ៉ាងព្រះយេស៊ូវ



១. ព្រាបសម្លេងហើរលើមេឃ
២. បុរសរាងបួសម្នាក់ជិះលើស
៣. ដុំថ្មនៅក្បែរស្ត្រីនៅឯអណ្តូង
៤. សត្វចាប់ចិត្តគ្រាប់ពូជនៅ
៥. ត្រៀមកាន់ចង្កៀង និងដ
៦. បុរសម្នាក់អង្គុយនៅក្បែរ



៥ ព័រផាត់ពណ៌នេះគឺផ្ដោតទៅលើរូបភាពដ៏ស្រស់ស្អាតមួយលើបង្អួចកញ្ចក់នៅមជ្ឈមណ្ឌលអ្នកទស្សនានៅព្រះវិហារបរិសុទ្ធមីអ៊ីតាលី ។
 បង្អួចនោះពោរពេញដោយដំណើររឿងរបស់ព្រះយេស៊ូវបានបង្រៀន និងផ្នែកដ៏សំខាន់ផ្សេងទៀតនៃព្រះជន្មរបស់ទ្រង់ ។ តើអ្នកអាចរក
 ឃើញឥតឆកាទាំងនេះទេ ? តើវាបង្រៀនយើងអ្វីខ្លះអំពីព្រះយេស៊ូវ ?

(សូមមើល ម៉ាថាយ ៣:១៦)

មតិលា (សូមមើល លូកា ១០:៣០-៣៧)

ងទឹក (សូមមើល យ៉ូហាន ៨:៧)

លីដី (សូមមើល ម៉ាថាយ ១៣:១-៩)

បប្រេង (សូមមើល ម៉ាថាយ ២៥:១-១៣)

រត្នផ្លែក (សូមមើល លូកា ១៥:១១-៣២)

៧. កន្ត្រកមានពេញដោយនំប៉័ង និងត្រី (សូមមើល លូកា ៩:១៣-១៧)

៨. ភ្លេងស្រីកាន់សម្លៀកបំពាក់របស់ម្តាយនាង (សូមមើល ម៉ាកុស ៥:៣៩-៤២)

៩. ភ្លេងប្រុសម្នាក់សម្លឹងមើលទៅព្រះយេស៊ូវ (សូមមើល ម៉ាកុស ១០:១៣-១៦)

១០. មាន់គក (សូមមើល លូកា ២២:៥៤-៦២)

១១. កម្លោះអ្នកមានឈ្មោះនៅក្បែររានហាល (សូមមើល លូកា ១២:១៦-២១)

១២. ទូក (សូមមើល ម៉ាកុស ៤:៣៥-៤១)

វិសាលដីឡើងទៅ ទស្សនកិច្ច ប្រទេសអ៊ីតាលី



ពួកសាវកធ្វើដំណើរជុំវិញពិភពលោក ដើម្បីផ្តល់ការងារបម្រើដល់មនុស្ស ហើយបង្រៀនពួកគេអំពីព្រះយេស៊ូគ្រីស្ទ ។



អែលឌី ដេវីត ដ័បុលយូ ហ្គុង និង ស៊ីស្ទើរ ស៊ូសាន ហ្គុង បានធ្វើដំណើរទៅប្រទេសអ៊ីតាលី ពេលព្រះវិហារបរិសុទ្ធរួម អ៊ីតាលី បានឧទ្ទិសឆ្នង ។ វាគឺជាព្រះវិហារបរិសុទ្ធទីមួយដែលត្រូវបានសាងសង់នៅកន្លែងដែលពួកសាវករបស់ព្រះយេស៊ូបានបង្រៀននៅក្នុងជំនាន់ព្រះគម្ពីររ៉ូម ។

« យើងទទួលបានការម្នាក់ៗនៃសេចក្តីស្រឡាញ់របស់ព្រះយេស៊ូវសម្រាប់កុមារគ្រប់រូប ពេលយើងជួបកុមារគ្រប់ទីកន្លែងនៅក្នុងពិភពលោក » ។



កុមារទាំងនេះបានមកជាមួយគ្រួសាររបស់ពួកគេ ដើម្បីស្តាប់ប្រធាន វីសុល អិម ណិលសុន ឧទ្ទិសឆ្នងព្រះវិហារបរិសុទ្ធទី ។ នៅពេលពួកគេធំឡើង ពួកគេអាចធ្វើកិច្ចបុណ្យជ្រមុជទឹកនៅព្រះវិហារបរិសុទ្ធ ។

អែលឌីហ្គុង គណៈប្រធានទីមួយ និងពួកសាវកដទៃទៀតបានចុះក្បែរនៅមជ្ឈមណ្ឌលអ្នកទស្សនាទី ។ ពួកលោកបានឈរនៅពីមុខបុរេសំណាកព្រះយេស៊ូគ្រីស្ទ និងពួកសាវករបស់ទ្រង់ ។



សូមរកមើលវីដេអូ « ជកស្រង់មកពី < ព្រះគ្រីស្ទមានព្រះជន្មរស់ ៖ ទីបន្ទាល់នៃពួកសាវក > » នៅគេហទំព័រ ChurchofJesusChrist.org ។

វេលាឆ្នើមស្នើសុំទៅ ទស្សនកិច្ច ប្រទេសកូឡុំប៊ី



ពួកសាវកធ្វើដំណើរជុំវិញពិភពលោក ដើម្បីផ្តល់ការងារបម្រើដល់មនុស្ស ហើយបង្រៀនពួកគេអំពីព្រះយេស៊ូគ្រីស្ទ ។



អែលឌី អូលីសេស ស៊ូប៉េស បានធ្វើដំណើរជាមួយប្រធាន ជាលីន អេក អូក ដើម្បីជួយឧទ្ទិសឆ្នងព្រះវិហារបរិសុទ្ធច្នីមួយនៅក្នុងប្រទេសកូឡុំប៊ី នៅក្នុងទីក្រុងបាហ្គីប៊ូរ៉ា ។

ប្រធានអ្នកបានអញ្ជើញកុមារាម្នាក់ និងកុមារីម្នាក់ ជួយបិទត្រាច្បងនៅចំកន្លែង ។ ព្រះវិហារបរិសុទ្ធបានសាងសង់រួចរាល់ !



មិនយូរប៉ុន្មានទៀតទេ កុមារអាចចូលទៅក្នុងព្រះវិហារបរិសុទ្ធ ដើម្បីផ្សារភ្ជាប់ជាមួយក្រុមគ្រួសារពួកគេ ហើយធ្វើបុណ្យជ្រមុជទឹកក្នុងព្រះវិហារបរិសុទ្ធ !

នៅក្នុងព្រះវិហារបរិសុទ្ធបន្ទាប់ពីពិធីដាក់ថ្មប្រដាប់ អែលឌីស៊ូប៉េសបានថ្លែងសុំនូវការថា ។ បន្ទាប់មកប្រធានអ្នកបានអធិស្ឋានឧទ្ទិសឆ្នងព្រះវិហារបរិសុទ្ធនោះថ្វាយចំពោះព្រះអម្ចាស់ ។ ឥឡូវនេះ ព្រះវិហារបរិសុទ្ធជាដំណាក់របស់ព្រះអម្ចាស់ ។

« មិនថាអ្នកធ្វើអ្វីទេ សូមបន្តសម្លឹងមើលទៅព្រះវិហារបរិសុទ្ធ » ។



របស់លេង ដែលម៉ាទីន ចូលចិត្ត

ដោយ ជេ វ៉ាយអិន ផេនសិន
នស្សនាវដ្តីសាសនាចក្រ
(ផ្នែកនៅលើដំណើររឿងពិត)

« ផ្តល់ឲ្យរួចដូចព្រះយេស៊ូវប្រទានឲ្យ មានអ្វីទាំងអស់អាចផ្តល់ឲ្យ »
(Children's Songbook ទំព័រ ២៣៦) ។

ម៉ាទីនមានអារម្មណ៍កើតទុក្ខ ពេលឪពុកម្តាយគាត់បានប្រាប់គាត់ថា គ្រួសារគាត់នឹងប្តូរទៅរស់នៅទីក្រុងផ្សេងនៅប្រទេសកូឡុំប៊ី ។ គាត់ពុំចង់ទៅចោលមិត្តភក្តិ ផ្ទះ និងកន្លែងដែលគាត់បានធំឡើងទេ ។ ជំនួសឲ្យខ្យល់ភ្នំដ៏ត្រជាក់ ម៉ាទីននឹងរស់នៅក្បែរឆ្នេរសមុទ្រដែលមានកម្ដៅ ខ្យល់សើមពេញមួយឆ្នាំ ។ គាត់នឹងប្តូរសម្លក្តៅជាមួយនឹងភេជួសត្រជាក់ៗ ហើយស្លៀកខោខ្លីជំនួសឲ្យពាក់អាវងារីព្យ ។ បន្ថែមពីនោះទៀតនៅមានសាលារៀនថ្មី រូងថ្មី និងថ្នាក់អង្គការបឋមសិក្សាថ្មីផងដែរ ។ អ្វីៗទាំងអស់ហាក់ដូចជាគួរឲ្យខ្លាចណាស់ ។

ថ្ងៃមួយម៉ាក់ និងប៉ាបានសួរអារម្មណ៍ម៉ាទីនអំពីការប្តូរទីលំនៅនោះ ។

ម៉ាទីនបាននិយាយថា « កូនមិនចូលចិត្តវាទេ ។ កូនមិនចូលចិត្តផ្លាស់ប្តូរអ្វីៗគ្រប់យ៉ាងទេ » ។

ប៉ាបាននិយាយថា « ប៉ាដឹងថា ការប្តូរផ្ទះជាញឹកញាប់ ។ មានអ្វីជាច្រើននឹងផ្លាស់ប្តូរ ប៉ុន្តែមិនផ្លាស់ប្តូរ អ្វីគ្រប់យ៉ាងនោះទេ ។ កូននៅតែមានម៉ាក់ និងប៉ា ! »

ម៉ាទីនបាននិយាយថា « ត្រឹមត្រូវហើយ » ។

ម៉ាក់បាននិយាយថា « ហើយកូននឹងនៅតែមានរបស់របររបស់កូនដដែល » ។

ម៉ាទីនបានគិតច្រើនអំពីរឿងនោះមួយសន្ទុះ ។ គាត់នៅតែមានសម្លៀកបំពាក់របស់គាត់ ស្បែកជើង និងរបស់របរផ្សេងទៀតដែលគាត់ស្គាល់នៅផ្ទះចាស់របស់គាត់—ជាពិសេសគឺប្រដាប់ប្រដាលេងរបស់គាត់ ។ ម៉ាទីនសប្បាយចិត្តដែលគាត់អាចយករបស់លេងដែលគាត់ចូលចិត្ត ។ គាត់បានរៀបចំរថ្នាក់ដោយកាន់តែប្រុងប្រយ័ត្ន ពេលពួកគេប្តូរផ្ទះ ។

មួយរយៈក្រោយមក ម៉ាទីនបានចាប់ផ្តើមស្វែងរកផ្ទះថ្មី និងទីក្រុងថ្មីរបស់គាត់ ។ គាត់សប្បាយចិត្តដែលការប្តូរផ្ទះរបស់គាត់មិនពិបាកប្រសិនបើដូចគាត់បានគិតទេ ។

បន្ទាប់មកនៅថ្ងៃអាទិត្យមួយ ពេលគ្រួសារគាត់ទៅព្រះវិហារ ម៉ាទីនបានជួបមនុស្សច្រើនដែលគាត់ពុំធ្លាប់ជួបពីមុន ។ ថ្នាក់អង្គការបឋមសិក្សាមានក្មេងៗប្លែកមុខជាច្រើន ។ គាត់ឆ្ងល់ថា តើពួកគេមកពីណា ។ គាត់បានឮមនុស្សដែលគាត់ស្គាល់និយាយអំពីការបរិច្ចាគអាហារ សម្លៀកបំពាក់ និងស្បែកជើង ។ បន្ទាប់ពីព្រះវិហារ ម៉ាទីនបានសួរម៉ាក់អំពីមនុស្សប្លែកមុខទាំងអស់នោះ ។

ម៉ាក់បានពោលថា « ពួកគេត្រូវចាកចេញពីប្រទេសរបស់ពួកគេ ។ ពួកគេជាច្រើនបានចាកចោលអ្វីៗ





គ្រប់យ៉ាងឥឡូវនេះពួកគេគ្មានអ្វីទេ » ។

ម៉ាទីនបានសួរ « អញ្ចឹង នោះគឺជា
មូលហេតុដែលមនុស្សគ្រប់គ្នាចង់ជួយ
ពួកគេឬ ? »

« ត្រឹមត្រូវហើយ ។ ព្រះយេស៊ូវបាន
បង្រៀនយើងថា យើងគួរតែជួយមនុស្ស
ដែលត្រូវការជំនួយ ។ យើងអាចធ្វើតាម
គំរូរបស់ទ្រង់ ហើយចែកចាយអ្វីដែលយើង
មាន » ។

ម៉ាទីនបានគិតថា នឹងមានកិច្ចការល្អដែល
អាចធ្វើបាន ។

បន្ទាប់មកម៉ាកបាននិយាយថា « ក្មេងៗ
ជាច្រើនមកពីថ្នាក់អង្គការបឋមសិក្សាមានសម្ភារ
តែក្នុងកាបូបរបស់ពួកគេប៉ុណ្ណោះ ។ ពួកគេត្រូវទុក
ប្រដាប់ប្រដាល់របស់ពួកគេចោល ។ តើកូនគិតថា កូន
មានប្រដាប់ប្រដាល់ដែលកូនអាចឲ្យទៅគេបានដែរឬទេ ? »

« ទេ ! នោះជាប្រដាប់ប្រដាល់របស់កូនទេ ! » ម៉ាទីន
និយាយ ។ គាត់បានបែរមុខចេញ ហើយរត់ទៅក្នុង
បន្ទប់គាត់ ។

ម៉ាទីនបានមើលជុំវិញបន្ទប់គាត់ទាំង
យំ ។ គាត់មិនចង់ឲ្យប្រដាប់ប្រដាល់ទៅ
នរណាទេ ។ គាត់ខំយកវាតាំងពីផ្ទះ
ចាស់គាត់មក !

គាត់បានទៅកាន់ប្រអប់ដាក់
ប្រដាប់ប្រដាល់របស់គាត់ ហើយបាន
មើលក្នុងប្រអប់នោះ ។ គាត់បានឃើញ
ឡានជើរ, យ៉ូយ៉ូ, កាបូបដំណូរបស់គាត់ធ្វើពី
ថ្មម៉ាប និងប្រដាប់ប្រដាល់ជាច្រើនទៀតដែលគាត់
ចូលចិត្ត ។ គាត់ចូលចិត្តប្រដាប់ប្រដាល់ទាំងអស់ ។
គាត់ពុំអាចឲ្យវាទៅនរណាទេ !

បន្ទាប់មក ម៉ាទីនគិតថា « ចុះមានអ្វីកើតឡើង
ប្រសិនបើខ្ញុំចាកចោលផ្ទះ ហើយទុកចោលប្រដាប់ប្រដាល់ដែលខ្ញុំ
ចូលចិត្តនោះ ? »

ពីរបីនាទីក្រោយមក គាត់បានទៅជួបម៉ាក់ដោយឱបប្រដាប់
លេងពេញដៃគាត់—មិនគ្រាន់តែប្រដាប់ប្រដាល់ចាស់ៗប៉ុណ្ណោះ

ទេ—ថែមទាំងប្រដាប់ប្រដាល់ដែលគាត់តែងតែលេងជាមួយ
ផងដែរ ។

ម៉ាកបានមើលដោយក្តីភ្ញាក់ផ្អើល ។ « កូនមិនចាំបាច់ត្រូវ
ឲ្យប្រដាប់ប្រដាល់ដែលកូនចូលចិត្តទេ » ។

ម៉ាទីនបានដាក់ប្រដាប់ប្រដាល់នៅលើកម្រាលឥដ្ឋ ។ គាត់
បាននិយាយថា « ក្មេងផ្សេងទៀតក៏មានប្រដាប់ប្រដាល់ដែល
ពួកគេចូលចិត្តផងដែរ ។ កូនចង់ឲ្យប្រដាប់ប្រដាល់របស់កូន
ទៅពួកគេ ដើម្បីពួកគេអាចសប្បាយចិត្តបន្តិច » ។

ម៉ាកបានឱបម៉ាទីន ។ « ម៉ាកមានមោទនភាពចំពោះកូន
ណាស់ » ។

ម៉ាទីនមានអារម្មណ៍កក់ក្តៅក្នុងចិត្ត ។ គាត់បានដឹងថា
ការឲ្យអ្វីមួយទៅមនុស្សដទៃគឺជាអ្វីដែលព្រះយេស៊ូវនឹងធ្វើ
ហើយវាធ្វើឲ្យទ្រង់សប្បាយព្រះទ័យ ។ ●



ទង្វើសាមញ្ញ

« យើងអាចបង្ហាញសេចក្តីស្រឡាញ់ និងការដឹងគុណ
របស់យើងចំពោះព្រះអង្គសង្គ្រោះ... តាមរយៈទង្វើនៃ
ការបម្រើដ៏សាមញ្ញៗ និងក្តីអាណិតអាសូររបស់យើង ដល់
បងប្អូនប្រុសស្រីរបស់យើងនៅផ្ទះ នៅព្រះវិហារ និងនៅក្នុង
សហគមន៍របស់យើង » ។

ប្រធាន អិម វិស្សល បាឡីដ ប្រធានស្តីទីក្នុងក្លឹមនៃពួកសាមគ្គីដប់ពីរនាក់
« Finding Joy through Loving Service » Liahona
ខែ ឧសភា ឆ្នាំ ២០១១ ទំព័រ ៤៩ ។

ស្នើមកពី ប្រទេសកូឡុំប៊ី !



ជម្រាបសួរពួកយើងឈ្មោះ
ម៉ាហ្គោ និង ប៉េន្ស៊ី ។

សូមចូលរួមជាមួយ
ពួកយើង ពេលយើងទៅ
លេងប្រទេសកូឡុំប៊ី !



ប្រទេសកូឡុំប៊ី ស្ថិតនៅក្នុងទ្វីបអាមេរិកត្បូងភាគខាង
ជើង ។ ប្រទេសនិយាយភាសាអេស្ប៉ាញនេះមានប្រជាជន
ប្រហែល ៤៩ លាននាក់ ដែលមានសមាជិកសាសនាចក្រ
ប្រហែល ២០០០០០ នាក់ ។



ប្រទេសកូឡុំប៊ីមានអាកាសធាតុត្រូពិច
មានរុក្ខជាតិ និងសត្វផ្សេងៗជាច្រើន ។ ប្រាកដ
ណាស់ ប្រទេសនេះមានសត្វស្លាបច្រើនប្រភេទជាងប្រទេស
ផ្សេងៗ ។ សត្វស្លាបជាច្រើនពុំមាននៅទីកន្លែងផ្សេងណាទៀតទេក្នុង
ពិភពលោកនេះ ដូចបក្សីដែលមានពណ៌ចម្រុះមួយនេះជាដើម ។

កុមារីនេះកំពុងញ៉ាំ អាវីប៉ា(arepa) វាជានំសេជាតិ
ពោត ។ វាជារឿយៗ ប្រជាជននៅប្រទេសកូឡុំប៊ីបរិភោគ
វាជាមួយឈើស និងសាច់ ។

ខែនេះគម្រប់ខួបមួយឆ្នាំ ចាប់តាំងពីព្រះវិហារបរិសុទ្ធ បាវ៉ែនឃ្វីឡា កូឡុំប៊ី បានឧទ្ទិសឆ្លង ។



នេះជាបូជនីយដ្ឋានព្រះវិហារបរិសុទ្ធថ្មី ។ ប្រទេសកូឡុំប៊ីក៏មានព្រះវិហារបរិសុទ្ធមួយទៀតផងដែរ នៅក្នុងរដ្ឋធានីបូហ្គោតា ។

សូមជួបជាមួយមិត្តភក្តិមួយចំនួនមកពីប្រទេសកូឡុំប៊ី !



« ខ្ញុំទទួលបានអាយុឯកជន និងវិភាគ ដែលមានដំណឹងល្អក្នុងជីវិតខ្ញុំ ។ ខ្ញុំដឹងថា ព្រះយេស៊ូគ្រីស្ទមានព្រះធនរស់ ហើយស្រឡាញ់ខ្ញុំ ហើយចាំប្រាកដ យ៉ូសែប ស្ទីវ បានស្តារសាសនាគ្រូនេះឡើងវិញ ។ ខ្ញុំមានអំណរគុណដែលយើងមានព្យាករណ៍ដឹកនាំយើង » ។

កាមីឡា អ័រ អាយុ ១០ ឆ្នាំ ទីក្រុង រ៉ាលេ ខេល កេរ៉ា ប្រទេសកូឡុំប៊ី



« ខ្ញុំដឹងដោយអស់ពីចិត្តខ្ញុំថា ព្រះបិតាស្នើ និងព្រះយេស៊ូគ្រីស្ទមានព្រះធនរស់ ហើយស្រឡាញ់ពួកយើង ។ ពួកយើងបានប្រទានវិញ្ញាណរស់ យ៉ូសែប ស្ទីវ ឲ្យប្រព្រះគម្ពីរមែន ដើម្បីឲ្យមានសម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នា » ។

លូស វី អាយុ ១២ ឆ្នាំ ទីក្រុង រ៉ាលេ ខេល កេរ៉ា ប្រទេសកូឡុំប៊ី ។

សូមអរគុណសម្រាប់មក ការទស្សនាប្រទេសកូឡុំប៊ីជាមួយ ពួកយើង ។ ជួបគ្នាឆ្នាំក្រោយ »



នៅប្រទេសកូឡុំប៊ី ថ្ងៃទី ៧ ខែធ្នូគឺជាថ្ងៃ *el Día de las Velitas* (ថ្ងៃនៃទៀនតូច) ។ ប្រជាជនបំភ្លឺផ្លូវដោយដុតទៀនរាប់ពាន់ដើមដើម្បីចាប់ផ្តើមរដូវកាលបុណ្យគ្រីស្ទ ។



តើអ្នកមកពីប្រទេសកូឡុំប៊ីឬ ? សូមសរសេរមកកាន់ពួកយើង ! ពួកយើងចង់ឮពីអ្នក ។

ឯកសាររូបភាពដោយ ខេនី ឯកភូមិ
រូបភាពបុរស ក្រុមផ្សេងៗ ADEPA និងគ្រូបង្រៀនសិស្ស ដោយ ប្រែប្រួល រូបភាព ប្រើប្រាស់
រូបភាពផ្សេងៗទៀតដែលបានកែសម្រួលឡើងវិញ ដោយ ប្រែប្រួល រូបភាព ប្រើប្រាស់

ព្រះយេស៊ូវបានប្រសូត



នៅរដូវកាលបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ យើងសារទដល់ការប្រសូតរបស់ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ ។

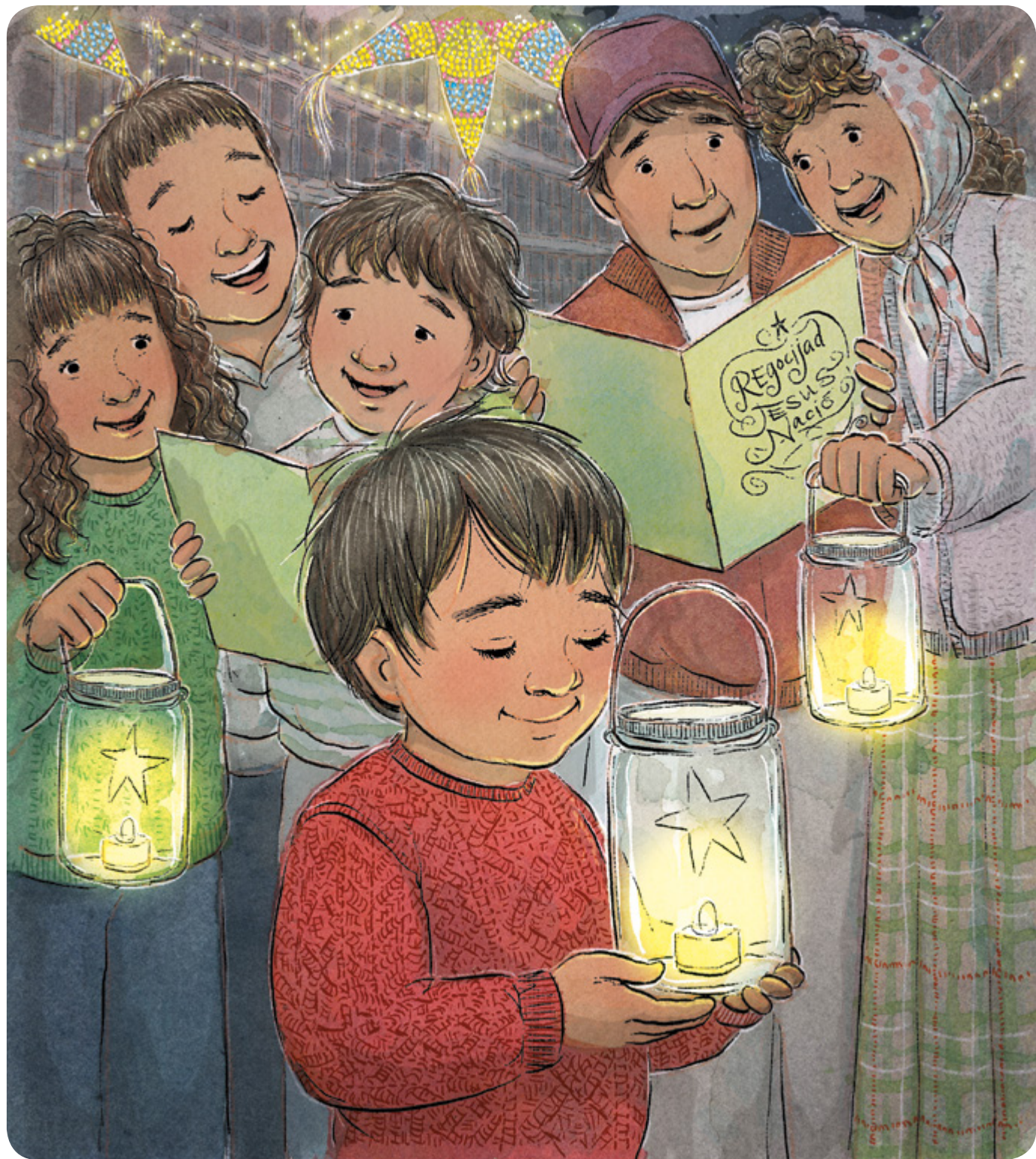
ព្រះយេស៊ូវបានប្រសូតនៅក្នុង
 បេឡេហ្វេម ។ មាតារបស់ទ្រង់
 ឈ្មោះម៉ារី និងយ៉ូសែបជា
 ស្វាមីរបស់នាង ។



ម៉ារី និងយ៉ូសែបបានយកព្រះឱរសយេស៊ូវទៅព្រះវិហារ
 បរិសុទ្ធនៅទីក្រុងយេរូសាឡឹម ។ នៅទីនោះបុរសម្នាក់
 ឈ្មោះស៊ីម៉ូនបានព្រះឱរសយេស៊ូវ ។ លោកបានទទួល
 អារម្មណ៍ពីព្រះវិហារបរិសុទ្ធច្រាប់លោកថា ព្រះយេស៊ូវគឺជា
 ព្រះរាជបុត្រានៃព្រះ ។

ស្រ្តីម្នាក់ឈ្មោះអានណាគី
 បានឃើញព្រះឱរសយេស៊ូវ
 ហើយបានដឹងថា ទ្រង់ជា
 ព្រះអង្គសង្គ្រោះ ។ ស្រ្តី
 នោះបានទៅប្រាប់មនុស្ស
 ដទៃទៀតអំពីទ្រង់ ។





ខ្ញុំគិតអំពីព្រះយេស៊ូវនៅរដូវកាលបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ ។ ទ្រង់ពិតជាមាន
ព្រះជន្មរស់ ។ ទ្រង់ស្រឡាញ់ខ្ញុំ ! ●

សូមមើល កូនក្រមុំខ្ញុំ សៀវភៅសិក្សាសម្រាប់ក្មេងៗ ទំព័រ ១៩៤-១៩៧ សៀវភៅសិក្សាថ្នាក់អង្គការបឋមសិក្សា ទំព័រ ១៩៣-១៩៦ ។

បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់គឺជាបុណ្យអំពីព្រះយេស៊ូ



ជូនចំពោះមាតាបិតា

ខែនេះយើងសាទរដល់ការប្រសូតដល់ការប្រសូតរបស់ព្រះយេស៊ូវគ្រីស្ទ ។ ទ្រង់ជាពន្លឺនៃពិភពលោក ជាអ្នកគង្វាលល្អរបស់យើង ។ យើងសង្ឃឹមថា ទំព័រទស្សនាវដ្តី ប្រិយមិត្ត នឹងជួយសមាជិកគ្រួសារអ្នកឲ្យចងចាំពីទ្រង់ពេញមួយខែនេះ ៖

- សារលិខិតមួយមកពីប្រធានអាវិង (ទំព័រ២២)
- ដំណើររឿងអំពីព្រះឱវសយេស៊ូវ (ទំព័រ២២០)
- ដំណើររឿងអំពីកន្លែងដែលព្រះយេស៊ូវបានរស់នៅ (ទំព័រ២៤)
- សកម្មភាព និងភាពប៉ិនប្រសប់ (ទំព័រ២៣, ២៦, ២៩)
- ទំព័រផាត់ពណ៌ (ទំព័រ២១២ និង២២៣)
- ចម្រៀងបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ (ទំព័រ២៧)

តើកូនរបស់អ្នកអាចរកពាក្យ ព្រះយេស៊ូវ ព្រះគ្រីស្ទ ឬ បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់ គ្រប់ពេលនៅក្នុងទស្សនាវដ្តីដែរឬទេ ? អ្នកអាចជួយពួកគេសរសេរថា « ខ្ញុំស្រឡាញ់ព្រះយេស៊ូវដោយសារ . . . » បន្ទាប់មកគួរ ឬសរសេរអ្វីដែលពួកគេស្រឡាញ់អំពីទ្រង់ ។

យើងស្រឡាញ់ប្អូន !
 ទស្សនាវដ្តី ប្រិយមិត្ត

របៀបដើម្បីផ្ញើបត្រ ឬបទពិសោធន៍នានារបស់កូន
 លោកអ្នកមកកាន់ទស្សនាវដ្តី លីអាល្លូណា

សូមចូលទៅ liahona.ChurchofJesusChrist.org
 ហើយចុចលើ « Submit an Article or Feedback » ។
 ឬអ៊ីម៉ែលទៅកាន់ liahona@ChurchofJesusChrist.org ដោយដាក់ឈ្មោះ អាយុកូនរបស់អ្នក ឪពុកដែលរស់នៅ
 ព្រមទាំងសេចក្តីថ្លែងការណ៍អនុញ្ញាតនេះថា ៖ « ខ្ញុំ [សរសេរ
 ឈ្មោះរបស់អ្នក] សូមអនុញ្ញាតឲ្យ សាសនាចក្រនៃព្រះ
 យេស៊ូវគ្រីស្ទនៃពួកបរិសុទ្ធថ្លែងចុងក្រោយ ប្រើប្រាស់ការដាក់បញ្ចូល
 របស់កូនខ្ញុំនៅក្នុងទស្សនាវដ្តីសាសនាចក្រ នៅលើគេហទំព័រ
 សាសនាចក្រ និងកម្មវិធីប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយសង្គម » ។ ពួកយើង
 នឹងរង់ចាំពីអ្នក !



សូមស្វែងរកសៀវភៅលីអាល្លូណាដែលលាក់នៅខាងក្នុង !

មាតិកា

- ២២ សារលិខិតគណៈប្រធានទីមួយ៖ ពន្លឺនៃលោកិយ
- ២៤ នៅក្នុងផានព្រះបាទព្រះយេស៊ូវ
- ២៦ ១០ ថ្ងៃនៃបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់
- ២៧ គគ្រី ៖ ទីបន្ទាល់របស់ខ្ញុំអំពីបុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់
- ២៨ ចាបក្រដាសពណ៌ក្រហម
- ២១០ កម្មវិធីបង្ហាញ ហើយនិទានប្រាប់
- ២១១ ចៀម និងអ្នកគង្វាលរបស់វា
- ២១២ រឿងអំពីព្រះយេស៊ូវ
- ២១៤ ពួកសាវកនៅជុំវិញពិភពលោក៖ អែលឌើរហ្គេនទៅទស្សនកិច្ចប្រទេសអ៊ីតាលី
- ២១៥ ពួកសាវកនៅជុំវិញពិភពលោក៖ អែលឌើរស្ទេវ៉េនទៅទស្សនកិច្ចប្រទេសកូឡុំប៊ី
- ២១៦ របស់លេងដែលម៉ាទីនចូលចិត្ត
- ២១៨ សូស្តីមកពីប្រទេសកូឡុំប៊ី !
- ២២០ រឿងក្នុងព្រះគម្ពីរ៖ ព្រះយេស៊ូវបានប្រសូត
- ២២៣ ទំព័រផាត់ពណ៌៖ បុណ្យគ្រីស្ទម៉ាស់គឺជាបុណ្យអំពីព្រះយេស៊ូវ

នៅលើក្របទស្សនាវដ្តី ប្រិយមិត្ត
 រចនាប្រភាពដោយ ស្នេដានី ដេហេនីន