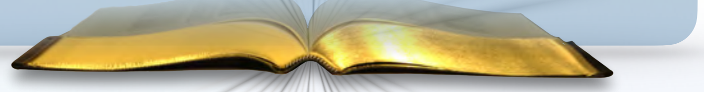
အမှုတော်မြတ်အတွက် ဖွဲ့စည်းတည်ထောင်ခြင်း

YR C
NO. 46

အလွတ်ကျမ်းချက်။ ။ ဆာလံကျမ်း ၁၆း၁၁

"အသက်ရှင်ခြင်းလမ်းကို ပြညွှန်တော်မူလိမ့်မည်။
အထံတော်၌ စုံလင်သော ဝမ်းမြောက်ခြင်းအခွင့် နှင့်
လက်ျာတော်နားမှာ အစဉ်အမြဲ ပျော်မွေ့ခြင်းအခွင့် ရှိပါ၏။"



တနင်္ဂနွေနေ့ ၊ ကြောက်မက်ဖွယ်ကောင်းသောဖျားနာခြင်း ၁

ထိုနေ့သည် ၁၈၆၅ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ ၁၆ ရက်နေ့ဖြစ်သည်။ ဂျိမ်းနှင့် အယ်လင်ဝှိုက်သည် အလုပ်ကို အလွန်ကြိုးစားလုပ်ဆောင်နေခဲ့ကြသည်။ သူတို့သည် အမှန်တကယ် လပေါင်းများစွာ လုပ်ဆောင်ခဲ့ကြသည်။ မနက် ၅ နာရီသည် သူတို့ ခဏတစ်ဖြုတ် အနားယူသောအချိန်သာဖြစ်သည်။ သူတို့သည် မနက်စာမစားခင် လမ်းလျှောက်ထွက်ခဲ့ကြသည်။ သူတို့၏အိမ်နီးချင်းတစ်ဦး၏လယ်ကွင်း၌ ပြောင်းဖူးခင်းများ ဝင့်မှည့်နေခဲ့ပြီး၊ ဂျိမ်းဝှိုက်သည် ၎င်းအခင်းကို ကြည့်ရန် လမ်းပြင်သို့ခြေလှမ်း လှမ်းခဲ့သည်။ ထိုအချိန်၌ အဖြစ်အပျက်တစ်ခုဖြစ်ပျက်ခဲ့သည်။

ထူးဆန်းသောဆူညံသံတစ်ခုကို ကြားရပြီး၊ အယ်လင်ဝှိုက်သည် သူမ၏ခင်ပွန်းဘက်သို့လှည့်ကြည့်ခဲ့သည်။ သိသာထင်ရှားစွာ တစ်စုံတစ်ခုက မှားနေပြီဖြစ်သည်၊ သို့သော် မည်သည့်အရာနည်း။ သူ (ဂျိမ်းစ်) ၏ မျက်နှာသည် နီလာပြီး၊ သူ၏လက်ျာလက်မောင်းသည် သူ့ကိုယ်ဘက်သို့ ကျလာခဲ့သည်။ သူသည် သူ၏လက်မောင်းကို မရန် ကြိုးစားခဲ့သည်၊ သို့သော် မမနိုင်ခဲ့ပေ။ ထို့နောက် သူသည် ဒယီးဒယိုင်ဖြစ်သွားပြီး၊ မြေပြင်သို့ လဲကျနီးပါးဖြစ်ခဲ့သည်။ ထိုအချိန် အယ်လင်ဝှိုက်သည် သူ့ကို နီးရာအိမ်နီးချင်းတစ်ဦး၏ အိမ်သို့သယ်ပို့ခဲ့သည်။ သူသည်စကားများကို ဗလုံးဗထွေး ပြောပြီး၊ မရှင်းမလင်းစွာ "ဆုတောင်း၊ ဆုတောင်း" ဟုပြောခဲ့လေသည်။

ဂျိမ်းစ်ဝှိုက်သည် လေဖြတ်ဝေဒနာ ခံစားခဲ့ရသူဖြစ်သည်။ မကြာမီ သူသည် နေပြန်ကောင်းလာသော်လည်း သူ၏လက်မောင်း၊ လက်နှင့် အသံသည် အချိန်ကြာညောင်းစွာ အားနည်းနေဆဲဖြစ်၏။ နောက်လများ၌ ခက်ခဲသောအချိန်များကို ကြုံတွေ့ခဲ့ကြရသည်။ စိန်ခေါ်မှုများနှင့် စိတ်ဓာတ်ကျစရာများစွာဖြင့် ပြည့်နှက်နေခဲ့သည်။ ဘုရားသခင်၏အမှုတော်လုပ်ငန်း၌ အလွန်စိတ်အားထက်သန်တက်ကြွစွာလုပ်ဆောင်ခဲ့သူအနေဖြင့် ၎င်းသည် ဂျိမ်းစ်ဝှိုက်အတွက် သည်းမခံနိုင်အောင်နီးပါးဖြစ်ခဲ့သည်။ သူသည် ချက်ချင်းပဲ မိမိကိုယ်ကို လူရာမဝင်သလို ခံစားခဲ့သည်။

တဖြည်းဖြည်းတိုးတက်လာပြီး ငါးပတ်ကြာသောနောက် လူဖြူများနှင့် အသီးသီးသော အခြားအသင်းတော်အမှုဆောင်များသည် ကုသဖို့ရန်အတွက် နယူးယောက်မြို့၌ရှိသော ကျန်းမာရေးစင်တာသို့ သူ့ကို ပို့ပေးခဲ့သည်။ ထိုနေရာ၏အလွန်ကောင်းမွန်သော ကုသခြင်းကို ဂျိမ်းစ်ဝှိုက်သည် ရရှိခဲ့သည်။ သူသည် ရေပူနှင့် ရေအေး၊ အလင်း၌ လေ့ကျင့် ခန်း၊အာဟာရပြည့်ဝသောအစာ၊ အစားအစာရိုးရိုးလေး နှင့် လတ်ဆတ်သောလေကောင်းလေသန့်နှင့် နေရောင်ခြည်များစွာဖြင့် ကုသခြင်းကို ခံခဲ့ရသည်။ ဤအရာသည် အခြားဆရာဝန်အများဆုံးက ညွှန်ကြားထားသောအရာများထက် ပို၍ကောင်းသည်ကို သူသိရှိခဲ့ရသည်။

ထိုကျန်းမာရေးစင်တာတွင်ရှိသော ဆရာဝန်များက ပျော်ရွှင်မှုသည် နေပြန်ကောင်းလာခြင်း၏အရေးကြီးသောအခန်းကဏ္ဍ ဖြစ်ကြောင်း သိရှိခဲ့ကြသည်။ ထို့ကြောင့် သူတို့သည် သူတို့၏လူနာများကို ပြဇာတ်များ၊ အကများ၊ ကတ်ပြားကစားခြင်းများအားဖြင့် ဖျော်ဖြေတင်ဆက်ပေးခဲ့ကြသည်။

သူတို့သည် သမ္မာကျမ်းစာလေ့လာခြင်းနှင့် ဆုတောင်းခြင်းအရာသည် လူနာများကို ဝမ်းနည်းမှုဖြစ်လာသောအကြောင်း ဖြစ်နိုင်သည်ဟု ထင်ပြီး စိတ်ပျက်ခဲ့ကြသည်။ မှန်ကန်သောဘာသာရေးသည်သာ စစ်မှန်သောပျော်ရွှင်ခြင်း၏ အကြောင်းရင်းဖြစ်ကြောင်းကို သူတို့ မသိခဲ့ကြချေ။

ဂျိမ်းစ်နှင့် အယ်လင်ဝှိုက်သည်လည်း ပျော်ရွှင်စွာနေခြင်းသည် နေကောင်းကျန်းမာလာခြင်း၏အရေးကြီးအခန်းကဏ္ဍဖြစ်သည်ကို သိရှိခဲ့ကြသည်။ သုတ္တံကျမ်း ၁၇း၂၂။ သို့သော် ဖြေဖျော်တင်ဆက်မှုပွဲသည် ဝမ်းနည်းပူဆွေးခြင်းကို အဝေးသို့ မယူဆောင်သွားကြောင်း၊ ၎င်းသည် ခဏ တဖြုတ်သာ ဖုံးထားပေးနိုင်သည်ကို သူတို့သိရှိခဲ့ကြသည်။ သုတ္တံကျမ်း ၁၄း၁၃။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန်။ မှန်ကန်သောပျော်ရွှင်မှုကို ကျွန်ုပ်တို့ အဘယ်သို့ရရှိနိုင်မည်နည်း။ ဆာလံကျမ်း ၁၆း၁၁။

တနင်္လာနေ့ ၊ ကျန်းမာရေးအကြောင်း အခြားရှုပါရုံတစ်ခု ၂

နယူးယောက်ကျန်းမာရေးစင်တာမှ ထွက်ခွာသွားပြီးနောက် ဂျိမ်းစ်ဝှိုက်သည် အချို့အရာများကောင်းလာပေမယ့် သူသည် အလွန်အားနည်းနေဆဲဖြစ်၏။ သူနှင့်သူ့ဇနီးသည် သူ၏ကျန်းမာရေးအားနည်းချက် အကြောင်းနှင့်ပတ်သတ်၍ ဆက်လက်ဆုတောင်းနေခဲ့ကြသည်။

အမှန်တကယ်ပင်၊ မြော်လင့်ခြင်းအသင်းတော်ခေါင်းဆောင်အများစုတို့သည် အသက် ၇၀ အထက်တောင် ရှိနေပြီဖြစ်သော ကပ္ပတိန်ဂျိုးဗက်ဘိတ်စ်မှလွဲ၍ ကျန်းမာရေးအားနည်းနေကြသည်။ လွန်ခဲ့သောအချိန်များတွင် ဂျိုးဗက်ဘိတ်စ်သည် သင်္ဘောသားတစ်ယောက်ဖြစ်သောအခါ

မကြာမီ သူသည် ဘတ်တာခရီးခ်တွင် မြော်လင့်ခြင်းကလေးငယ်များအတွက် ကျောင်းတစ်ကျောင်းကို အစပြုခဲ့သည်။ ကျောင်းသည် တဖြည်းဖြည်းတိုးတက်ကြီးလာသည်နှင့်အမျှ အသင်းတော်သည် သူ၏အောင်မြင်မှုကို သတိပြုမိလေ၏။ ၁၈၇၂ ခုနှစ်တွင် သူတို့သည် ပထမဆုံးတရားဝင် မြော်လင့်ခြင်းစာသင်ကျောင်းကို အစပြုရန် သူ့အားတောင်းဆိုခဲ့သည်။ ၎င်းသည် မကြာခင်တွင် ဘတ်တာခရီးခ်ကောလိပ် (Battle Creek College) ဖြစ်လာပြီး၊ ယခုတွင် အန်ဒရူသက္ကသိုလ် (Andrews University) အဖြစ် လူသိများ လာခဲ့သည်။

အခက်ခဲများစွာကို တွေ့ကြုံခဲ့ရသည်။ မိဘများသည် သူတို့၏ကလေးများ၏ပညာရေးအတွက် လိုအပ်သောစည်းကမ်းချက်ကို သဘောမကျခဲ့ကြပါ။ကျောင်းသားများသည် သူတို့စိတ်ဆန္ဒအတိုင်းဖြစ်ချင်ခဲ့ကြပြီး ကျောင်းစည်းကမ်းများကို အမြဲတမ်း မနှစ်သက်ခဲ့ကြချေ။ စာတန်သည် ခရစ်ယာန်ပညာရေးအတွက် ဘုရားသခင်၏ အစီအစဉ်ကို ဖျက်ဆီးရန် ကြိုးပမ်းခဲ့သည်။ ကျောင်းကို ၁၈၈၂ -၁၈၈၃ ခုနှစ်၌ တစ်နှစ်ပိတ်ခဲ့ရသည်။ ထိုအချိန်၌ မြော်လင့်ခြင်းပညာရေးသည် ကျရှုံးလိမ့်မည်ဟု ထင်ရသည်။

သို့သော် ဂွတ်လိုဘယ်သည် အရှုံးပေး လက်မလျှော့ခဲ့ပေ။ သူသည် ဘတ်တာခရီးခ်တွင် အရေးကြီးသောသင်ခန်းစာများစွာကို လေ့လာသင်ယူခဲ့သည်။ မက်စချူဆက် (Massachusetts) သို့ပြောင်းရွှေ့ခဲ့ပြီး၊ အခြားကျောင်းတစ်ကျောင်းကို အစပြုတည်ထောင်ခဲ့သည်။ ယနေ့ ၎င်းကျောင်းကို အတ္တလန်တိတ်ယူနီယမ်ကောလိပ် (Atlantic Union College) ဟုခေါ်သည်။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန်။ သင်သည် ကျောင်းတွင် လုံ့လဝီရိယရှိရှိ သင်ယူလေ့လာနေပါသလား။ သင်သည် နေ့စဉ်သမ္မာကျမ်းစာလေ့လာခြင်း၌ သစ္စာရှိနေပါသလား။ သင်သည် သင့်မိဘများနှင့် ဆရာသမားများကို ရည်မွန်ယဉ်ကျေးသောသူဖြစ်နေပါသလား။ သင်သည် ကျောင်းစည်းကမ်းများကို ရိုသေလေးစားပါသလား။ ပညာကိုရှာသောသူများအတွက် မည်သည့်ကတိတော်ရှိသနည်း။ သုတ္တံကျမ်း ၁း၇၊ ၂း၁-၆။

သောကြာနေ့ ၊ ပထမဆုံးဥပုသ်စာဖြေကျောင်း ၆

၁၈၅၀ ခုနှစ်၌ ဥပုသ်နေ့ကိုစောင့်ထိန်းသောမြော်လင့်ခြင်းအသင်းသူအသင်းသားများမှာ ဥပုသ်နေ့စာဖြေကျောင်းများ သို့မဟုတ် ကျမ်းစာသင်ခန်းစာများပင် ကလေးများအတွက်မရှိခဲ့ချေ။ ဂျိမ်းစ်နှင့်အယ်လင်ဝှိုက်တို့က ထိုကလေးများအတွက် တစ်စုံတစ်ခု လုပ်ဆောင်ရန် လိုအပ်နေကြောင်းကို မြင်တွေ့ခဲ့ကြ၏။

ထိုအကြောင်းကြောင့် သူတို့သည် ၁၈၅၂ ခုနှစ်တွင် The Youth's Instructor ကို စတင်ထုတ်ဝေခဲ့ပြီး ဆောင်းပါးများ၊ ပုံပြင် အကြောင်းအရာများ၊ ကဗျာ၊ စကားပြေများနှင့် ကလေးငယ်များအတွက် ကျမ်းစာသင်ခန်းစာများ ပါဝင်ခဲ့သည်။ ပထမဆုံးသင်ခန်းစာများအချို့တို့သည် ဒံယေလကျမ်းနှင့် ကောင်းကင်တဲတော်အကြောင်းများ ဖြစ်သည်။ ကလေးများ၊ လူငယ်များနှင့် သူတို့၏မိဘများသည် ဤကျမ်းစာသင်ခန်းစာများ လေ့လာသင်ယူရရှိသည့်အတွက် အလွန်ဝမ်းမြောက်ပျော်ရွှင်ခဲ့ကြသည်။

ဂျိမ်းစ်ဝှိုက်သည် မြင်းနှင့် မြင်းတစ်ကောင်ဆွဲစက်ယာဉ်ဖြင့် သူတို့ကြမ်းတမ်းသောခရီးသွားခြင်းအကြောင်းကို အချို့သင်ခန်းစာတွင် ရေးသားခဲ့သည်။ သူတို့သည် စီးနှင်းသွားစဉ်တွင် သူသည် မည်သည့်အရာနှင့်ပတ်သက်၍ ရေးသင့်ကြောင်းကို စဉ်းစားနေပေလိမ့်မည်။ သူတို့သည် နေ့လည်စာအတွက် သို့မဟုတ် မြင်းများကိုအစာကျွေးဖို့အတွက် ရပ်နေသောအချိန်တွင် သူရေးနေလိမ့်မည်ဖြစ်သည်။ သူသည် သူ့ဦးထုပ်၏ထိပ် သို့မဟုတ် ညစာစားပွဲကို စားပွဲခုံအဖြစ် အသုံးပြုခဲ့သည်။

ထို့နောက်၊ ဂျိမ်းစ်ဝှိုက်သည် ပထမဆုံးဥပုသ်စာဖြေကျောင်းကို ဖွဲ့စည်းတည်ထောင်ခဲ့ပြီး၊ မကြာမီ အခြားအနည်းငယ်သောကျောင်းများလည်း ရှိလာခဲ့သည်။ ထိုအရာများထဲမှတစ်ခုကို ဂျွန်ဘိုင်တွန်သည် နယူးယောက်၊ ဘာ့ချ်တံတား (Buck's Bridge) တွင် သတ္တမနေ့မြော်လင့်ခြင်းအသင်းတော်ဘုရားကျောင်းကို တည်ဆောက်သောအချိန်မှ စတင်ခဲ့သည်။ သူသည် ကလေးများအတွက် အထူးအခန်းတစ်ခန်းသီးသန့် စီစဉ်ခဲ့သည်။ ရောင်စုံလေ့လာမှုလမ်းညွှန်များ၊ သီချင်းစာအုပ်များနှင့် သဘာဝ သို့မဟုတ် ရပ်ဝေးသာသနာသတင်း စာအုပ်များမရှိခဲ့ပါ။ သို့သော် သူတို့သည် ကျမ်းစာကိုလေ့လာပြီး အတူတကွ အလွတ်ကျက်ခဲ့ကြသည်။

နောက်ထပ် ၁၅ နှစ်အတွင်းတွင် ဥပုသ်စာဖြေကျောင်းများ စတင်နိုင်ခဲ့ခြင်းမရှိပါ။ ထို့နောက်၊ ၁၈၆၉ ခုနှစ်တွင် ကလေးများကို ချစ်ခင်တတ်ပြီး အတွေ့အကြုံရှိသောဆရာ ဂွတ်လိုဘယ်သည် The Youth's Instructor ၏ စီစစ်သူဖြစ်လာခဲ့သည်။ ချက်ချင်းပင် သူက ကျမ်းစာသင်ခန်းစာနှစ်ခုကို ရေးခဲ့သည် - တစ်ခုမှာ လူငယ်များအတွက်နှင့် အခြားနောက်တစ်ခုမှာ ငယ်ရွယ်သောကလေးများအတွက် ဖြစ်သည်။ ထို့အပြင် သူသည် ဆရာ၊ ဆရာမများအတွက် အကူအညီဖြစ်စေရန် လိုအပ်သော အချက်အလက်အကြောင်းအရာများကို ရေးသားခဲ့ပြီး မြောက်များစွာသောနေရာများတွင် ဥပုသ်ကျောင်းများစီစဉ် တည်ထောင်ရန် ကြိုးစားလုပ်ဆောင်ခဲ့သည်။

ဤတွင် စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းသော ဥပုသ်စာဖြေကျောင်းနှစ်ခုကို တွေ့ရသည်။ ပထမဆုံးမှာ သူငယ်တန်းဌာနကို မစ်ရှီဂန် ပြည်နယ်၊ ဘတ်တာခရီးခ်၌ စတင်ခဲ့သည်။ ၎င်းကို "ငှက်များအသိုက်" (The Birds Nest) ဟုခေါ်သည်။ ကလေးများအတွက် ပထမဆုံးသီချင်းစာအုပ်ကို ဂျိမ်းစ်ဝှိုက်၏အစ်မဖြစ်သော အဲနာက စုစည်းခဲ့သည်။ ၎င်းကို "လူငယ်နှင့် ကလေးများအတွက် ဓမ္မသီချင်း" (Hymns for Youth and Children) ဟုခေါ်သည်။

ဥပုသ်စာဖြေကျောင်းများသည် ၁၈၈၅ ခုနှစ်တွင် သာသနာပြုလုပ်ငန်းများအတွက် အလှူငွေများပေးကမ်းခြင်း အစပြုခဲ့သည်။ နှစ် အနည်းငယ်ကြာပြီးနောက်၊ မြောက်အမေရိကရှိ ဥပုသ်စာဖြေကျောင်းများမှ သာသနာပြုအလှူငွေများသည် Pitcairn ဟုခေါ်သော သာသနာပြုသင်္ဘောတစ်စင်းတည်ဆောက်ရန် ကူညီခဲ့သည်။ ထို သင်္ဘောကြောင့် သာသနာပြုများသည် တောင်ပစိဖိတ် သမုဒ္ဒရာရှိ ကျွန်းများစွာသို့ ဝမ်းမြောက်စရာဧဝံဂေလိသတင်းကောင်းကို ယူဆောင်နိုင်ခဲ့သည်။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန်။ သခင်ယေရှုသည် ကလေးငယ်များနှင့် လူငယ်များအား သမ္မာကျမ်းစာကို လေ့လာသင်ယူရန်နှင့် သူတို့၏ စိတ်နှလုံးသားကို သူ့အားပေးလိုသောစိတ်ရှိရန် နှစ်သက်အလိုရှိပါသည်။ ရှင်မဿဲခရစ်ဝင် ၁၉း၁၃-၁၅။ ဤအရာများကို သင်လုပ်ဆောင်နေပြီလား။

© ၂၀၂၃ - My Bible First www.mybiblefirst.org sales@mybiblefirst.org

ဆေးလိပ်ကို ပင်လယ်ထဲသို့ ပစ်ချခဲ့သည်၊ လက်ဖက်ရည်၊ ကော်ဖီ၊ အရက်၊ အသား နှင့် ဆီပြန်အစားအစာများ စားခြင်းကိုလည်း ရပ်ပစ်ခဲ့သည်။

ယုံကြည်သူတစ်စုသည် ဂျိမ်းစ်ဝှိုက်၏ကျန်းမာရေးအတွက် ဆုတောင်းဖို့ရန် နယူးယောက်မြို့နယ်၊ ရိုချက်စတာ၌အတူတကွ စုရုံးခဲ့ကြသည်။ ၁၈၆၅ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ ၂၅ ရက်၊ ဤအထူး ဆယ်ရက်တာဆုတောင်းခြင်းအစည်းအဝေးအတွင်း ကောင်းကင်သည် သာ၍နီးလာပြီး အယ်လင်ဝှိုက်သည် ရူပါရုံရရှိခဲ့သည်။ ဘုရားသခင်သည် ကျန်းမာရေးစင်တာ၌ သူတို့၏အတွေ့အကြုံသည် အလွန်အရေးကြီးခဲ့ကြောင်းသူမအား ပြသခဲ့သည်။ ၎င်းသည် သူမနှင့် သူမခင်ပွန်းကို အဘယ်သို့ကျန်းမာစွာနေထိုင်ရမည်အကြောင်းနှင့် ဖျားနာခြင်းကို အဘယ်သို့ကုသရမည်အကြောင်းနှင့်ပတ်သတ်၍ တန်ဖိုးရှိသောသင်ခန်းစာများကို သင်ယူလေ့လာရယူရန် ကူညီပေးခဲ့သည်။

၎င်းအကြောင်းနှင့်ပတ်သတ်၍ အခြားရူပါရုံတစ်ခုကို ဘုရားသခင်သည် အယ်လင်ဝှိုက်အား ပေးမည့် ကျန်းမာရေးအကြောင်းသည် ဘာကြောင့်အလွန်အရေးကြီးသနည်း။ သတင်းသယ်ဆောင်ပေးပို့သူမှာ ကျန်းမာရေးအားနည်းသောအခါ ဘုရားသခင်၏အမှန်တ ရားသတင်းစကားများကို ပေးရန် ၎င်းသည် အလွန်ခက်ခဲသောကြောင့်ဖြစ်သည်။

ယခုတွင် ဘုရားသခင်သည် မိမိ၏အံ့ဩဖွယ်ကောင်းသောအစီအစဉ်ကို ရှင်းပြပေးခဲ့သည်။ သူသည် မိမိလူတို့ကို သူတို့ကိုယ်ပိုင်ကျန်းမာရေးစင်တာတစ်ခုကို အစပြုရန် အလိုရှိခဲ့သည်။ အယ်လင်ဝှိုက် ရေးသားခဲ့သော ဤခွန်အားဖြစ်စေသောစကားများကို ဖတ်ရှုပါ။ အယ်လင်ဝှိုက်က "ထာဝရဘုရားသည် ကျန်းမာရေးပြုပြင်ပြောင်းလဲရေးဌာန အဆောက်အဦးတစ်ခု တည်ဆောင်ခြင်းအကြောင်းနှင့် ပတ်သက်ပြီး အထူးအလင်း ပေးခဲ့ပါသည်။ ထိုနေရာမှာ ဖျားနာသူများကို ကုသခြင်း၌ ကမ္ဘာပေါ်ရှိမည်သည့်အဖွဲ့အစည်းမဆိုရှိသူများနှင့် လုံးဝကွဲပြားခြားနားသောနည်းလမ်းများဖြင့် ကုသနိုင်ပါသည်။ ၎င်းကို သမ္မာကျမ်းစာအခြေခံမှုနှင့် အညီပြုလုပ်ရမည်။ သခင်ဘုရား၏တန်ဆာဖြစ်ရမည်" ဟု ရေးသားခဲ့သည်။

ဘုရားသခင်၏အစီအစဥ်သည် မပြီးမြောက်၊ မအောင်မြင်နိုင်ပုံပေါ်ပါသည်။ သေးငယ်သော မြော်လင့်ခြင်းအသင်းသူအသင်းသားများ အုပ်စုသည် ထိုအချိန်မတိုင်ခင် လွန်ခဲ့သော ၂ နှစ်က အသင်းတော်တစ်ခုကိုသာ ဖွဲ့စည်းခဲ့ကြသည်။ သူတို့သည် လုံလောက်သော ငွေကို အဘယ်သို့ရရှိနိုင်မည်နည်း။ သူနာပြုများနှင့် ဆရာဝန်များကို အဘယ်နေရာတွင် ရှာတွေ့မည်နည်း။ သို့သော် ဘုရားသခင်သည် "ရှေ့သို့ သွားပါ" ဟု မိန့်တော်မူခဲ့သည်။ သူတို့ကို ဦးဆောင်လမ်းပြရန် ကိုယ်တော်ကို ယုံကြည်ကြပြီး သူတို့သည် နာခံရန် စိတ်ပိုင်းဖြတ်ထားခဲ့ကြလေသည်။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန်။ ဂျိမ်းစ်ဝှိုက်သည် လေဖြတ်ခြင်းနှင့် ခေါင်းဆောင်များစွာနေမကောင်းဖြစ်ခြင်းသည် ကြောက်မက်ဖွယ်ကောင်းသောတွေ့အကြုံတစ်ခုဟု ထင်ရသည်။ သို့သော် သူတို့သည် ဤအမှုအလုံးစုံတို့ကို အကျိုးအတွက် တညီတညွတ်တည်း အလုပ်လုပ်ခဲ့ကြသည်။ ရောမဩဝါဒစာ ၈း၂၈။ ဤအတွေ့အကြုံများဖြင့် သူတို့သည် ဘုရားသခင်၏အမှန်တရားကို ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေမည့် ပုံနှိပ်တိုက်များနှင့် ဘုရားသခင်၏ နောက်ဆုံးကာလသတင်းစကားများကို ဟောပြောမည့်အသင်းတော်များကိုသာ တည်ဆောင်ရမည်မဟုတ်ကြောင်း သင်ခန်းစာရရှိခဲ့ကြသည်။ သို့သော် သူတို့သည် ကျန်းမာစွာအသက်ရှင်ခြင်းအတွက် ဘုရားသခင်၏လမ်းစဥ်အတိုင်းလိုက်ရမည့် ကျန်းမာရေးအဆောက်အဦးဌာနတစ်ခုကိုလည်း တည်ဆောက်ရမည်ဖြစ်ကြောင်း သင်ယူခဲ့ကြရသည်။

အင်္ဂါနေ့ | ကျန်းမာရေးလုပ်ငန်း စတင်ခြင်း ၃

စိတ်အားထက်သန်စွာဖြင့်၊ အသင်းတော်သည် ကျန်းမာရေးစင်တာတစ်ခုတည်ဆောက်ရန် ရှေ့သို့ချီတက်လုပ်ဆောင်ခဲ့သည်။ ၁၈၆၆ ခုနှစ် နွေဦးရာသီတွင် သူတို့သည် အိမ်တစ်လုံးနှင့် အိမ်ခြံမြေကို ဝယ်ယူခဲ့ကြသည်။ သူတို့သည် ဆောင်းဦးရာသီအချိန်၌ ကျန်းမာရေးစင်တာကို ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည်။ ၎င်းကို အနောက်တိုင်းကျန်းမာရေးပြုပြင်ပြောင်းလဲရေးကျောင်း (Western Health Reform Institute) ဟု ခေါ်ဆိုသည်။ (နောက်ပိုင်း တွင် Battle Creek Sanitarium အဖြစ် ကျော်ကြားလာခဲ့သည်။)

ဤကျန်းမာရေးဌာနသည် နယူးယောက်၌ ဂျိမ်းစ်ဝှိုက် သွားရောက်ခဲ့သည့်နေရာကဲ့သို့သော အခြားသူများနှင့် မည်သို့ကွာခြားသနည်း။ အရေးကြီးသောခြားနားချက်မှာ စစ်မှန်သောကျန်းမာရေးသည် ကျွန်ုပ်တို့အား ဘုရားသခင်ပေးသနားတော်မူသော အံ့ဩဖွယ်ကောင်းသည့် သဘာဝနိယာမတရားရှစ်မျိုး ဘုရားသခင်ထံမှလာကြောင်း အသိအမှတ်ပြုခြင်းဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့ကို နာခံခြင်းအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းလုပ်ဆောင်သည်နှင့်အမျှ ဘုရားသခင်သည် ကျွန်ုပ်တို့အား ကောင်းချီးပေးမည်ဖြစ်သည်။ ထိုအကောင်းထဲမှ အကောင်းဆုံးမှာ ၎င်းတို့သည် လုံးဝအခမဲ့ဖြစ်ကြပြီး လူတိုင်းအတွက်ရရှိနိုင်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

Nutrition - **အစာအဟာရ**
Exercise - **လေ့ကျင့်ခန်း**
Water - **ရေ**
Sunshine - **နေရောင်ခြည်**
Temperance - **ချုပ်တည်းခြင်း**
Air - **လေ**
Rest - **အနားယူခြင်း**
Trust in God - **ဘုရားကို ကိုးစားခြင်း**

ကျန်းမာရေးစင်တာသည် လူနာများအား ဤအရေးကြီးသော ကျန်းမာရေးနိယာမတရားများကို လေ့လာသင်ယူရမည့်နေရာဖြစ်ပြီး၊ မည်သို့ အသက်ရှင်နေထိုင်ရမည်ကို သင်ကြားပေးနိုင်သောနေရာတစ်ခု ဖြစ်သည်။ အပေါ်က လေးထောင့်ကွက်ကို ကြည့်ပြီး နယူးစတတ် **NEWSTART** ဆိုသည့် စကားလုံးကိုပဲ သတိရလိုက်ပါ။ အက္ခရာတစ်ခုစီသည် နိယာမတရားရှစ်ခုအနက်မှတစ်ခု ဖြစ်သည်။

ဘုရားသခင်သည် ကျန်းမာရေးစင်တာကို ကောင်းချီးပေးခဲ့ပြီး ၎င်းသည် လူသိများလာပြီး ရိုသေလေးစားမှုရလာခဲ့သည်။ လူနာများ၊ များစွာသောထင်ရှားကျော်ကြားသောပုဂ္ဂိုလ်များ (သို့) လူနာများသည် တစ်နိုင်ငံလုံးမှလာပြီး သူတို့၏ ကျန်းမာရေး နလန်ပြန်လည်ထူလာရန်၊ ကျန်းမာလာရန် လာရောက်ကုသခံကြသည်။ သူတို့သည် နေပြန်ကောင်းလာပြီး ကျေးဇူးတင်ခြင်းများစွာဖြင့် ပြန်သွားခဲ့ကြသည်။

သို့သော် ကိုယ်ကာယပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေးချို့တဲ့သူများအား ကူညီခြင်းသည် ကျန်းမာရေးစင်တာအတွက် ဘုရားသခင့်အစီအစဥ်၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုသာ ဖြစ်သည်။ ဘုရားသခင်တစ်ပါးတည်းသာ ကုသနိုင်သည့်အခြားအနာရောဂါတစ်ခု ရှိသည်။ ရှင်မာကု ခရစ်ဝင် ၂း၃-၁၂။ လူတိုင်းသည် အပြစ်၏အနာရောဂါရှိပါသည်၊ ကျန်းမာရေးစင်တာရှိ လုပ်သားများသည် လူနာများအား ဘုရားသခင့် မေတ္တာတော်နှင့် ခွင့်လွှတ်ခြင်း၏အံ့ဖွယ်အမှန်တရားကိုလည်း ဝေမျှခဲ့ကြသည်။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန်။ ဘုရားသခင်၏သဘာဝကျန်းမာရေး နိယာမတရား (ဥပဒေ) များ၏ကောင်းချီးများဖြင့် သင်ခံစားနေရပါသလား။ သင်၏အပြစ်များကို ခွင့်လွှတ်ခြင်း၏ကောင်းချီးကို သင်ခံစားနေပါသလား။ ဘုရားသခင်သည် နှစ်ခုစလုံးကို တွေ့ကြုံခံစားရန် သင့်ကို အလိုရှိပါသည်။ ရှင်ယောဟန်ဩဝါဒစာ တတိယစောင် ၂။

ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ | ပထမဆုံးမြော်လင့်ခြင်းအသင်းတော်ကျောင်း ၄

၁၈၅၂ ခုနှစ်၌ မြော်လင့်ခြင်းအသင်းတော်သည် ဂျွန်ဘိုင်တွန် (John Byington) အား The Advent Review and Sabbath Herald မိတ္တူတစ်စောင်ကိုပေးကမ်းသောအခါ သူသည် ၎င်းစာစောင်ပြောသောအရာများမှန်သမျှကို လက်ခံသဘောမတူမည်မှာ သေချာပါ သည်။ ထို့အပြင် သူသည် မက်သဒစ်သာသနာပြုတစ်ယောက်ဖြစ်ပြီး၊ သူသည် သမ္မာကျမ်းစာကို ကောင်းကောင်းသိသည်ဟု မိမိကိုယ်ကို ထင်ခဲ့သည်။ သို့သော် ဂရုတစိုက်လေ့လာပြီးသောနောက် စနေနေ့သည် မှန်ကန်သောဥပုသ်တော်နေ့ရက်ဖြစ်ကြောင်းကို သူ ယုံကြည်လက်ခံခဲ့သည်။ သူသည် ဥပုသ်နေ့ကိုစတင်စောင့်ထိန်းသင့်ကြောင်း သိခဲ့သော်လည်း သူယုံကြည်သည့်အတိုင်း မပြုမူခဲ့သေးချေ။

အချိန်ခဏကြာပြီးနောက် ဝမ်းနည်းကြေကွဲစရာဖြစ်ခဲ့သည်။ သူ၏သမီးနှစ်ယောက်သည် ဖျားနာပြီး သေဆုံးခဲ့လေ၏။ သူသည် သူတို့ကို ဥပုသ်နေ့၌ သင်္ဂြိုဟ်ပြီးသည်နှင့်အမျှ သူသည် "သတ္တမနေ့သည် ဥပုသ်နေ့ဖြစ်သည်" ကို သဘောကျနှစ်သက်ခဲ့သည်။ ထိုနေ့တွင် စိတ်နှလုံးသားကြေကွဲသောသာသနာပြုဆရာသည် မိမိအသက်တာကို ဘုရားသခင်ထံ ပြန်လည်ဆက်ကပ်ပြီးနောက် ဥပုသ်နေ့ကို သန့်ရှင်းစွာစောင့်ထိန်းပါမည်ဟု ကတိပေးခဲ့လေသည်။

ဂျွန်ဘိုင်တွန်သည် မိမိကတိကို စောင့်ထိန်းခဲ့သည်။ မကြာမီတွင် သူသည် အလုပ်ပြုတ်သွားသော်လည်းစိတ်ဓာတ်မကျခဲ့ပါ။ သူသည် သမ္မာကျမ်းစာကို အိမ်နီးချင်းများ၊ မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းများနှင့် သူဓမ္မဆရာလုပ်ခဲ့သော အသင်းတော်၏ အသင်းသူ၊ အသင်းသားများနှင့်အတူ လေ့လာခဲ့သည်။ များစွာသောသူတို့သည် သူနှင့်အတူ ဥပုသ်နေ့ကို စောင့်ထိန်းလာခဲ့ကြသည်။ သူတို့အတွက် တက်ရန် ဘုရားကျောင်းမရှိသောကြောင့် သူတို့သည် အိမ်တစ်အိမ်၌ တွေ့ဆုံခဲ့ကြသည်။

ဥပုသ်နေ့ကိုစောင့်ထိန်းသော ဤလူစုအနည်းငယ်တွင် သားသမီးများစွာရှိကြပြီး၊ မိဘများသည် မိမိတို့၏ကလေးများကို အများပြည်သူစာသင်ကျောင်းသို့ ပို့ခြင်းအကြောင်းနှင့်ပတ်သတ်၍ စိတ်ပူပန်ခဲ့ကြသည်။ သူတို့သည် သမ္မာကျမ်းစာကို အခြေခံသင်ကြားပေးသောကျောင်းတစ်ကျောင်းကို အလိုရှိခဲ့ကြသည်။ ၎င်းသည် ကောင်းမွန်သော အလေ့အကျင့်များကို လေ့လာခြင်းနှင့် သာသနာပြုလုပ်ငန်းကို လေ့ကျင့်သင်ကြားပေးခြင်းအားဖြင့် သူတို့၏ကလေးများသည် ကောင်းသောအကျင့်စရိုက်များ တည်ဆောက်ရန် ကူညီပေးလိမ့်မည်ဖြစ်သည်။ ဟေရှာယအနာဂတ္တိကျမ်း ၅၄း၁၃။

၁၈၅၃ ခုနှစ်တွင် သူတို့သည် စာသင်ကျောင်းတစ်ကျောင်း တည်ဆောက်ရန် ဆုံးဖြတ်ခဲ့ကြပြီး၊ လူတိုင်းသည် ပါဝင်ကူညီရန် စိတ်အားထက်သန်ခဲ့ကြသည်။ ဂျွန်ဘိုင်တွန်၏သမီးတစ်ယောက်ဖြစ်သော မာသ (Mar-tha) သည် စာသင်ကြားပေးရန် သဘောတူလက်ခံခဲ့သည်။ အသင်းသားတစ်ဦးသည် သူ၏အိမ်ကို စာသင်ကျောင်းအဖြစ် တွေ့ဆုံရန် ခွင့်ပေးပြီး၊ နောက်တစ်ဦးသည် ကျောင်း သားများအတွက် ထိုင်ခုံများကို စေတနာ့ဝန်ထမ်း အဖြစ်နဲ့ ပြုလုပ်ပေးခဲ့သည်။ ကျောင်းပထမနေ့ရောက်သောအခါ ကျောင်းသား ၁၇ ယောက် စာရင်းသွင်းခဲ့သည်။ ဤကျောင်းသည် ကောင်းသော ကျောင်း တစ်ကျောင်း ဖြစ်ပြီး၊ ထိုကျောင်းမှ ကျောင်းသားနှစ်ဦးသည် မကြာမီတွင် အခြားတိုင်းပြည်များသို့ သာသနာပြုသော သာသနာပြုဆရာများဖြစ်လာခဲ့သည်။

၁၀ နှစ်ကြာပြီးနောက်၊ ဂျွန်ဘိုင်တွန်သည် သတ္တမနေ့မြော်လင့်ခြင်းအသင်းတော်၏ ပထမဆုံး တရားဝင်ဥက္ကဌ ဖြစ်လာခဲ့သည်။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန်။ ဘုရားသခင်ကို အမှန်တကယ်ချစ်သော မိဘများနှင့် ဆရာများသည် ကလေးများအား သမ္မာကျမ်းစာကို "လုံ့လဝီရိယရှိရှိ" သင်ပေးလိမ့်မည်။ ၎င်းသည် အမြဲတမ်း စစ်မှန်သောပညာရေး၏ တစ်ခုတည်းသော ရင်းမြစ်ဖြစ်သည်။ တရားဟောရာကျမ်း ၆း၆-၉။

ကြာသပတေးနေ့ | ပထမဆုံးကောလိပ် ၅

၁၈၆၇ ခုနှစ်တွင်၊ ဂွတ်လိုဘယ် (Goodloe Bell) သည် အသက် ၃၅ နှစ် ရှိပြီး၊ သူသည် ဖျားနာခြင်းဝေဒနာခံစားခဲ့ရသည်။ သူသည် အသက် ၁၉ နှစ်ကတည်းက ကျောင်းဆရာအလုပ်လုပ်ခဲ့သူဖြစ်သည်။ သို့သော် သူ၏ ဖျားနာမှုကြောင့် သူ့အလုပ်ကို ဆက်လုပ်ရန် မဖြစ်နိုင်တော့ပေ။ သူသည် အနောက်တိုင်းကျန်းမာရေးပြုပြင်ပြောင်းလဲရေးကျောင်းအကြောင်းကို ကြားခဲ့ပြီး အကူအညီရရန် ထို နေရာသို့ သွားခဲ့သည်။ ထိုနေရာ၌ရှိနေစဥ်တွင် သူသည် ကျန်းမာရေးဥပဒေစည်းမျဥ်းများကို သင်ယူလေ့လာခဲ့ပြီး၊ သူ၏အကျင့်စရိုက်ကို ပြောင်းလဲခဲ့သည်။ သူသည် ကိုယ်ခံအား၊ နေပြန်ကောင်းလာသည်နှင့်အမျှ ဥပုသ်နေ့အကြောင်းနှင့် သခင်ယေရှု၏ ဒုတိယအကြိမ်ကြွလာခြင်းအကြောင်းနှင့်ပတ်သတ်သော အမှန်တရားများကိုလည်း သင်ယူလေ့လာခဲ့သည်။

သို့သော် ထိုအရာသည် ဂွတ်လိုဘယ်အား အလွန်အကျိုး သက်ရောက်စေသောအရာများ မဟုတ်ပေ။ သူ၏ အခန်းဖော်သည် မြော်လင့်ခြင်းအသင်းသားဖြစ်ပြီး၊ သူသည် ညတိုင်း ဂွတ်လိုဘယ် အိပ်ပျော်ပြီဟုထင်ပြီးနောက် သူ့အတွက် အသံကျယ်ကျယ် ဆုဆောင်းပေးခဲ့သည်။ သို့သော် ဂွတ်လိုဘယ်သည် အိပ်မပျော်သေးပေ။ သူသည် မိမိအတွက်ဆုတောင်းပေးခြင်းကို အလွန်သဘောကျနှစ်သက်ခဲ့ပြီး ကျန်းမာရေးစင်တာမှ ထွက်သွားပြီးနောက် သတ္တမနေ့မြော်လင့်ခြင်းအသင်းတော်၌ နှစ်ခြင်းခံယူခဲ့သည်။