1. **ဇနီးမယားများအတွက် အကြံဉာဏ်ဧဖက် ၅:၂၁-၂၄**
	* **စည်းလုံးခြင်းသည်အသင်းတော်အတွက်မရှိမဖြစ်လိုအပ်သည်ဧ၊၂း၁၃၄။ပေါလုသည်ဤစည်းလုံးညီညွတ်မှုကိုရရှိရန်ယေဘူယျအကြံဉာဏ်ကိုမိတ်ဆက်ပေးသည်အပြန်အလှန်တင်ပြခြင်း၅း၂၁။ထို့နောက်သူသည်ဤအကြံဉာဏ်ကိုသီးခြားကိစ္စရပ်တစ်ခုတွင်ကျင့်သုံးသည်အိမ်ထောင်ရေး။**
	* **မိန်းမသည်မိမိခင်ပွန်းကိုဝန်ခံသကဲ့သို့၊အသင်းတော်သည်ခရစ်တော်ကိုကယ်တင်ရှင်၊ကာကွယ်သူအနေဖြင့်လက်ခံရမည်။**
	* **ဇနီးသည်သည်မောက်မာခြင်း၊သာလွန်ခြင်းမရှိဘဲခင်ပွန်းအပေါ်နှိမ့်ချမှုနှင့် ရိုသေမှုဖြင့် ပြုမူသင့်သည်။ သူမသည် သူ့ကို ခရစ်တော်၌…” ဟူသော လက်အောက်ခံအဖြစ် မေတ္တာနှင့် ထောက်မထားသော သစ္စာရှိမှုဟု ယူဆသင့်သည် ၅း၂၄။**
2. **ခရစ်တော်နှင့်သူ၏ဘုရားကျောင်း ခင်ပွန်းနှင့်ဇနီးဧဖက် ၅း၂၅-၂၇**
	* **ပေါလု၏ ဥပမာတွင် ခရစ်တော်သည် ခင်ပွန်း သတို့သား ဖြစ်ပြီး အသင်းတော်သည် သူ၏ဇနီး သတို့သမီးဖြစ်သည်။ခရစ်တော်သည်သူ့ဇနီးအတွက်ဘာလုပ်ပေးသနည်း**
		1. ***မယားအဖြစ် ဘုရားကျောင်းကို ချစ်သည်။ယေရှုက ငါတို့ကို ချစ်တယ်။***
		2. ***သတို့သမီးတန်ဘိုးအားသူပေးသည်။သတို့သားသည် မယားအဖြစ်ယူရန် သတို့သမီး၏ဖခင်အား လက်ထပ်ပစ္စည်း သို့မဟုတ် ငွေပေး၍ မည်မျှတန်ဖိုးထားကြောင်း ပြသရမည် က၊ ၂၉-၁၈, ၃၄:၁၁။***
		3. ***သတို့သမီးအားသန့်ရှင်းစေကြယ်စေခြင်း။ခရစ်တော်ကိုယ်တိုင်သတို့သမီးအရံအဖြစ်တာဝန်ယူကာသတို့သမီးအားပြင်ဆင်သည်။***
		4. ***ကတိစကားကိုပြောတတ်၏။ကတိတော်အားဖြင့်၊ခရစ်တော်သည်အသင်းတော်ကို ပြုစုစောင့်ရှောက်ပြီးချစ်မြတ်နိုးရန် ကတိပြုပါသည်။***
		5. ***သတို့သမီးအားပြင်ဆင်ပြီး အလှဆင်တယ်။ခရစ်တော်ဖြင့် တန်ဆာဆင်ထားသော အသင်းတော်သည် သန့်ရှင်း၍ အပြစ်အနာအဆာကင်းသော ပုံပေါ်သည်။***
		6. ***သတို့သမီးကိုလက်ဆောင်ပေးတယ်။ဖခင်၏တာဝန်ကိုယူ၍ယေရှုသည်အသင်းတော်အားသူ့ကိုယ်သူတင်ပြပြီးသူမကိုလက် ထပ်သည်။***
	* **ပေါလုသည် ယေရှုနှင့် သူ၏အသင်းတော်မင်္ဂလာပွဲကို ၎င်း၏အချိန်နှင့် တပြေးညီ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုတွင် တင်ပြသည်။**
		1. ***စေ့စပ်ကြောင်းလမ်းခြင်း v. 25)***

**သခင်ယေရှုသည်လက်ဝါးကပ်တိုင်ပေါ်တွင်အသေခံခြင်းဖြင့် သတို့သမီး၏ အဖိုးအခကိုပေးဆပ်ခဲ့သည်။ ဤနည်းအားဖြင့်၊ သူသည် အသင်းတော်သို့ သူ့ကိုယ်သူ တရားဝင် စေ့စပ်ခဲ့သည်။**

* + 1. ***မင်္ဂလာပွဲအတွက် ပြင်ဆင်ခြင်း ၂၆၊***

**လက်ရှိတွင်၊ သူသည် အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးစီကို သန့်ရှင်းစင်ကြယ်စေကာ၊ အပြစ်အစွန်းအထင်းတိုင်းကို သန့်စင်စေကာ၊ စရိုက်လက္ခဏာတိုင်းကို ချောမွေ့စေခြင်းဖြင့် အသင်းတော်ကို ပြင်ဆင်ပေးသည်။**

* + 1. ***မင်္ဂလာအခမ်းအနား၊ ၂၇***

**နောက်ဆုံးတွင်၊ သခင်ယေရှုသည် သူ၏ဇနီး ဘုန်းကြီးသောအသင်းတော် ကို ထာဝရပျော်ရွှင်စွာနေထိုင်ရန် ကြွလာမည်ဖြစ်သည်။**

* + **မင်္ဂလာပွဲအတွက်ပြင်ဆင်နေသလား။ထိုလှပသောအခမ်းအနားအတွက် ကျွန်ုပ်အားနေ့တိုင်းသခင်ယေရှုကိုပြင်ဆင်ခွင့်ပေးပါသလော။ခင်ပွန်းဖြစ်သူကို မျက်နှာချင်းဆိုင်တွေ့နိုင်တဲ့ အခိုက်အတန့်လေးကို တောင့်တမိပါသလား။**
1. **ခင်ပွန်းများအတွက် အကြံပြုချက်ဧဖက် ၅း၂၈-၃၀**
	* **ဧဝပြောသောစကားများကို လွဲမှားစွာ အဓိပ္ပာယ်ပြန်ဆိုခြင်းကြောင့် များစွာသောဒုက္ခနှင့် ဝမ်းနည်းခြင်းတို့သည် “သင်တို့၏ခင်ပွန်း၌ အလိုဆန္ဒရှိ၍ သင့်ကိုအုပ်စိုးလိမ့်မည် Gen. 3:16 NIV)။**
	* **ဤအချက်ကိုပေါလုသိရှိနားလည်စေရန်ခင်ပွန်းများသည်ဇနီးမယားများအပေါ်မည်သို့ပြုမူသင့်သည်ကိုနားလည်စေလိုသည်။ပထမဦးစွာ၊ခရစ်တော်သည်အသင်းတော်ကိုချစ်တော်မူသကဲ့သို့၊သူတို့ကိုချစ်ရန်၊သူတို့အတွက် သူတို့၏အသက်ကို ပေးလှူလိုစိတ်ရှိသည် ၅း၂၅၊ ၂၉။**
	* **ခင်ပွန်းသည်ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်းဆက်ဆံဖူးပါက၊ဇနီးသည်သည်သူတို့ကိုယ်၏တစ်ပိုင်းတစ်စဖြစ်ကြောင်းကို သတိရပါ။ နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းခြင်းဖြင့် သူမကိုသာမက ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မချစ်ကြောင်း ပြသနေသည်၅း၂။ မလျော်ကန်သောအုပ်ချုပ်မှု နှင့်ဇနီးမယားတို့ကိုနှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းသူများသည်မိမိတို့ကိုယ် ခန္ဓာ၊ ကိုယ်အသား၊အရိုးတို့ကိုညှဉ်းဆဲခြင်းသာဖြစ်သည်၅း၃၀။**
2. **ခရစ်တော်နှင့်သူ၏ဘုရားကျောင်းတစ်သားတကိုယ်တည်းဧဖက် ၅း၃၁-၃၃**
	* **ပေါလုသည်ကမ္ဘာဦးကျမ်း၂း၂၄(5:31)ကိုရည်ညွှန်းပြီးအိမ်ထောင်ဖက်များထံသူ၏အကြံဉာဏ်ကိုနိဂုံးချုပ်ထားသည်။တစ်သားတစ်ကိုယ်တည်းဟူသောအသုံးအနှုန်းက ဘာကိုဆိုလိုသနည်း။**
	* **အိမ်ထောင်ရေးတွင်လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာစည်းလုံးမှုသည်၎င်းတို့၏စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့်ဝိညာဉ်ရေးညီညွတ်မှုကိုထင်ဟပ်စေသည်။သူတို့နှစ်ယောက်မဟုတ်တော့ဘူး။သီးခြားလုပ်ဆောင်ခြင်းမပြုတော့ပါ။ စည်းစည်းလုံးလုံးနဲ့အနာဂတ်ကို ဖန်တီးဖို့ အတိတ်ကို ချန်ထားခဲ့ကြတယ်။ ၎င်းတို့သည် ONE ဖြစ်သည်။**
	* **ပေါလုသည်ခရစ်တော်နှင့် သူ၏အသင်းတော်အတွက် ဝိညာဉ်ရေးအရ အသုံးချသည့် လျှို့ဝှက်ဆန်းကြယ်သော လက်ဆောင်တစ်ခုဖြစ်သည် ၅း၃၂။ အသင်းတော်သည် ခရစ်တော်နှင့် သီးခြားမတည်ရှိနိုင်သော်လည်း သခင်ယေရှုနှင့် ၎င်း၏စည်းလုံးမှုအပေါ် မူတည်သည်။**
	* **ခင်ပွန်းသည်သည် မိမိမယားကို ချစ်သည် အပြန်အလှန်ချစ်သည်၊ မယားသည် မိမိခင်ပွန်းကို ရိုသေသည် အပြန်အလှန်၊ ခရစ်တော်သည် ငါတို့တစ်ဦးစီတိုင်းကို ချစ်မြတ်နိုးသကဲ့သို့ အပြန်အလှန် ချစ်မြတ်နိုးသည် ဧဖက် ၅း၃၃။**