1. **မျိုးဆက်များတစ်လျှောက်စည်းလုံးညီညွတ်မှု:**
	* + **ကလေးတွေအတွက်အကြံဉာဏ်။ ဧဖက် ၆:၁-၃**
		+ **ကလေးများ(tatekna)ဟူသောစကားလုံးသည်အသက်အရွယ်မရွေးသားသမီးနှစ်မျိုးလုံးပါဝင်သည်။ဤအကြံပြုချက်သည်မိဘများသို့မဟုတ်အနည်းဆုံးတစ်ဦးအသက်ရှင်နေသေးသူအားလုံးနှင့်သက်ဆိုင် သည်ဟုဆိုလိုသည်။**
		+ **သို့သော်၊အသင်းဝင်များကြားတွင်ဆက်ဆံရေးအကြောင်းစဉ်းစားသောအခါတွင်ပေါလုသည်တက်ကြွသောအသင်းဝင်များဖြစ်နေပြီဖြစ်သောဆယ်ကျော်သက်များနှင့်လူငယ်များကိုစိတ်ထဲတွင်ရှိကောင်းရှိကာမိဘများ၏လက်အောက်ငယ်သားသို့မဟုတ်၎င်းတို့ကိုမှီခိုနေရဆဲဖြစ်သည်။**
		+ **ခရစ်တော်၌ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးတန်းတူညီတူရှိသော်လည်း၊ဆယ်ကျော်သက်သို့မဟုတ်ငယ်ရွယ်သူသည်၎င်းတို့၏မိဘများကိုမရိုမသေမဆက်ဆံနိုင်သော်လည်းပဉ္စမပညတ်တွင်ဖော်ပြထားသည့်အတိုင်းနာခံရမည်။ဤနာခံမှုသည်ခရစ်တော်ကိုနာခံခြင်းနှင့်အခြားပညတ်တရားတို့ကိုနာခံခြင်းဖြင့်သာကန့်သတ်ထားသည်။**
	* **မိဘများအတွက်အကြံဉာဏ်။ ဧဖက် ၆:၄**
		+ **ကလေးများ၏တာဝန်ဝတ္တရားနာခံမှုသည်မိဘများအား၎င်းတို့၏အာဏာကိုအလွဲသုံးစားလုပ်နိုင်သည့်အနေအထားတွင်ရှိနေသည်သည်။**
		+ **ထို့ကြောင့်မိဘများသည်မိမိတို့၏အခွင့်အာဏာကိုထိန်းကျောင်းကြရမည်ဖြစ်သည်။ဒေါသဖြစ်စေသောသားသမီးများကိုပြင်းထန်စွာမလွှမ်းမိုးသင့်ပါ။**
		+ **ဆုံးမပဲ့ပြင်မှု၊သတိပေးချက်၊သွန်သင်ချက်အားလုံးသည်ခရစ်တော်၌ရှိသင့်သည်။မိဘအခွင့်အာဏာ၏ရည်ရွယ်ချက်မှာသားသမီးများကို ကယ်တင်ရှင်၏ခြေရင်းသို့ပို့ဆောင်ရန်ဖြစ်သည်။**
		+ **Ellen G. White ကဤဆက်ဆံရေးကိုအောက်ပါ အတိုင်းအဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုသည်။အိမ်တွင်သာယာပါစေ။မသန့်ရှင်းသောဒေါသကိုနှိုးဆွပေးမည့်စကားလုံးတိုင်းကိုချုပ်တည်းထားပါ။မိဘများ၏ပြင်းထန်မှုသို့မဟုတ်ဖိနှိပ်ခံရခြင်းသို့မဟုတ်သားသမီးများမနာခံမှုအတွက်ဘုရားသခင့်နှုတ်က ပါဌ်တော်တွင်လိုင်စင်မပေးထားပါ။ကလေးလမ်းညွှန်၊ p. 259)**
2. **အထက်အောက်စည်းလုံးညီညွတ်မှု**
	* **ကျွန်များအတွက်အကြံဉာဏ်။ ဧဖက် ၆:၅-၈**
		+ **ဘုရားကျောင်းမှာကျွန်ရှိသလား။ကံမကောင်းစွာဖြင့်၊ယင်းသည်ပထမရာစုအသင်းတော်များတွင်လက်တွေ့ဖြစ်ခဲ့သည်။**
		+ **ဤအခြေအနေသည်တမန်တော်၏စကားများနှင့်ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်သည်–“သင်တို့သည်ယေရှုခရစ်၌ရှိသမျှသော ကျွန်မရှိ၊လွတ်လပ်သောသူမရှိ ဂလာတိ ၃း၂၈။**
		+ **အသင်းတော်သည်ထိုအချိန်တွင်လူမှုရေးအဖြစ်မှန်ကိုပြောင်းလဲရန်မခေါ်ဘဲ၊ထိုမတရားသောအခြေအနေကိုနောက်ဆုံးတွင်အဆုံးသတ်မည့်အခြေခံအုတ်မြစ်ချရန်ခေါ်ဆိုခဲ့သည်။**
		+ **သခင်၏စကားကိုခရစ်တော်၏စကားကိုနားထောင်သကဲ့သို့လေးလေးစားစား ကြည်ဖြူစွာနာခံပါ း၅၊**
		+ **သို့သော်တိတ်ဆိတ်ခြင်းသည်ရွေးချယ်စရာတစ်ခုမဟုတ်ပေ။သခင်ကျွန်ဆက်ဆံရေးကိုခရစ်တော်၌ပြန်လည်သတ်မှတ်ရန်လိုအပ်သည်။**
			1. **သခင်၏စကားကိုခရစ်တော်၏စကားကိုနားထောင်သကဲ့သို့လေးလေးစားစား ကြည်ဖြူစွာနာခံပါ း၅၊**
			2. **စောင့်ကြည့်နေမှသာ အလုပ်မလုပ်ပါနှင့်။ သခင်ယေရှုကို အစေခံသကဲ့သို့ လုပ်ဆောင်ပါ း၆၊**
			3. **လူထက် ဘုရားသခင်ကို ဝတ်ပြုသကဲ့သို့ လိုလိုလားလား လုပ်ဆောင်ပါ ၇။**
			4. **လူတို့လက်မှမဟုတ်ဘဲ သခင်ဘုရားထံမှ ဆုလာဘ်ကို ခံရမည်ကို သိမှတ်ကြလော့။ း၈**
		+ **ကျွန်ုပ်တို့သည်မြေကြီးဆိုင်ရာ၊ယာယီသခင်များသို့မဟုတ်သူဌေးများကိုအမှုဆောင်သည်။သို့သော်ကျွန်ုပ်တို့၏စစ်မှန်သောဝန်ဆောင်မှုမှာယေရှုအတွက်ဖြစ်သည်။ထို့ကြောင့်ခရစ်တော်ကြွလာချိန်တွင်ကျွန်ုပ်တို့၏ဆုလာဘ်သည်လာလိမ့် မည်။**
		+ **အကယ်၍သင်သည်တစ်စုံတစ်ဦး၏အခွင့်အာဏာအောက်တွင်အလုပ်လုပ်ပါကဤအကြံဉာဏ်များကိုသင်မည်သို့အသုံးချနိုင်မည်နည်း။**
		+ **သခင်များအတွက်အကြံဥာဏ်များ။ ဧဖက် ၆:၉**
		+ **အံ့သြစရာသခင်များသည်၎င်းတို့၏ခရစ်ယာန်ကျေးကျွန်များက၎င်းတို့အားခြိမ်းခြောက်ခြင်းမပြုဘဲ ၎င်းတို့ကိုခြိမ်းခြောက်ခြင်းမပြုသကဲ့သို့သခင်များသည်တူညီသောအရာကိုလုပ်ဆောင်ရမည်ဖြစ်သည်။**
		+ **ရှင်ပေါလုသည်ဤအကြံဉာဏ်ကိုအဘယ်ကြောင့်ပေးသနည်း။**
			1. **သခင်တိုင်းသည် အထက်ကောင်းကင်ဘုံ၌ရှိသော အရှင်မြတ်ရှိတော်မူ၏။ ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် ခရစ်တော်၏ “ကျွန်ချင်းများ” ဖြစ်ကြသည်။**
			2. **သခင်များသည်သူတို့၏ကျွန်များနှင့်ဘုရားသခင်ရှေ့တော်တွင်ခြားနားမှုမရှိသောကြောင့် သူတို့၏ကျွန်များကို သိက္ခာရှိရှိဆက်ဆံရမည်ဖြစ်သည်။**
		+ **သခင်နှင့်ကျွန်များအထက်အရာရှိများနှင့်လက်အောက်ငယ်သားများသည်အတူတကွဘုရားကျောင်း တွင်ဝတ်ပြုကိုးကွယ်နိုင်သည့်တစ်ခုတည်းသောနည်းလမ်းမှာနှစ်ဦးနှစ်ဘက်ဆက်ဆံရေးတွင်ယဉ်ကျေးပျူငှာစွာပြုမူ၍သခင်ယေရှုကိုသူတို့၏သခင်ကဲ့သို့ ဆက်ဆံပါ၊**