1. **ခရစ်တော်မရှိသောဘဝ**
	* **အပြစ်မှအပြစ်သို့။ ဧဖက် ၄း၁၇-၁၉**
		+ **အယူမှားသူများမည်သို့နေထိုင်ကြသနည်း ၄း၁၇၁၉NIV)၊ထိုထက်ပို၍၊ဘုရားသခင်ကိုမသိသူသို့မဟုတ် လက်မခံသူတိုင်း**
			1. **အချည်းနှီးသောတွေးခေါ်မှု**
			2. **အမှောင်တိဖုံးသောသူတို့၏နားလည်မှု**
			3. **ခိုင်မာသောစိတ်ထားများ**
			4. **ဘုရားသခင်ရဲ့အသက်တာမှလစ်လျူရှုခြင်း၊ခွဲထွက်ခြင်း။**
			5. **အာရုံခံစားမှုအားလုံးဆုံးရှုံးသွားရခြင်း။**
			6. **ကာမဂုဏ်ခံစားမှုသို့သူတို့ကိုယ်သူတို့အပ်နှံခြင်း။**
			7. **မစင်ကြယ်မှုအမျိုးမျိုးကို စွဲလမ်းခြင်း။**
		+ **လူတို့သည်ဘုရားသခင်နောက်သို့မလိုက်သောအခါ၊သူတို့နှင့်လူ့အဖွဲ့အစည်းသည်အပြစ်၏အောက်လမ်းထဲသို့ကျသွားသည်။ပေါလု၏ဖော်ပြချက်နှင့် သင့်ပတ်ဝန်းကျင်ရှိလူ့အဖွဲ့အစည်းကြားအဘယ်ဆင်တူမှုများကိုသင်မြင်သနည်း။**
2. **ခရစ်တော်၌အသက်တာ**
	* **ဝတ်လုံသစ်။ ဧဖက် ၄:၂၀-၂၄**
		+ **ခရစ်တော်မရှိသောအသက်တာကို ပြသပြီးနောက်၊ ကျွန်ုပ်တို့တွင် မတူညီသောအတွေ့အကြုံရှိကြောင်း ပေါလုကကျွန်ုပ်တို့အားသတိပေးခဲ့သည်။ခရစ်တော်သည်ကျွန်ုပ်တို့အားသွန်သင်ပေးသည်၊သူ့ထံမှကျွန်ုပ်တို့သင်ယူခဲ့ပြီး၊ သူ၏အမှန်တရားသည် ကျွန်ုပ်တို့ကို ပြောင်းလဲစေခဲ့သည် ၄း၂၀-၂၁။**
		+ **ဒါကဘဝရဲ့ပြောင်းလဲမှုကိုဆိုလိုတာပါ။ညစ်ပတ်သောအဝတ်ကိုချွတ်၍ကိုယ်ကိုသန့်ရှင်းစေပြီး အဝတ်သစ်ကိုဝတ်သောသူနှင့်တူသည် ၄း၂၂-၂၄။**
			1. **အဝတ်ဟောင်းကို ပယ်ရှားပါ။**. **ကျွန်ုပ်တို့သည် ခရစ်တော်ကို လက်မခံမီ ကျွန်ုပ်တို့၏ အပြစ်ရှိသော အသက်တာ၏ အုပ်စိုးမှုအောက်တွင် နေထိုင်ခြင်းကို ရပ်တန့်လိုက်သည်။**
			2. **သင့်စိတ်ကိုအသစ်ပြန်စပါ။**.**သခင်ယေရှု၏သွန်သင်ချက်များနှင့်ကိုယ်တော်၏စံနမူနာများသည်ကျွန်ုပ်တို့၏စိတ်ကိုပုံဖော်ပေးကာကျွန်ုပ်တို့၏သခင်အဖြစ်ကိုယ်တော်အပေါ်သစ္စာစောင့်သိကြသည်။**
			3. **အဝတ်သစ်ကိုဝတ်ဆင်ပါ။** **ဘုရားသခင်၏အကူအညီဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် ဖြောင့်မတ်ခြင်းနှင့် သန့်ရှင်းသောအသက်တာတွင် နေထိုင်ကြသည်။**
3. **အသွင်ပြောင်းလဲခြင်း**
	* **နေထိုင်မှုပုံစံအသစ်။ ဧဖက် ၄:၂၅-၂၉**
		+ **ပေါလုသည်ခရစ်တော်ကိုကိုးစားသောသူများမည်သို့အသက်ရှင်ရမည်ကို သိချင်သောပုံစံကိုအသုံးပြု၍ လမ်းညွှန်ချက်များစွာကို ပေးခဲ့သည်။**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | ချန်ထားခဲ့ရမည့်အရာ | ဘာလုပ်ရမလဲ | ပြောင်းလဲရခြင်းအကြောင်းရင်း |
| v. 25 | **မှားယွင်းသောအသက်တာပုံစံကို ပယ်ရှားပါ။** | **အမှန်အတိုင်းပြောပါ။** | **ကျွန်ုပ်တို့သည် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အဖွဲ့ဝင်များဖြစ်သည်။** |
| v. 26-27 (\*) | **အမျက်ဒေါသ၌ဒုစရိုက်ကိုမပြုနှင့်** | **အကုသိုလ်တရားတွေကို ရှောင်ပါ။** | **စိတ်ဆိုးနေရင်မာရ်နတ်အား ခြေကုပ်ရာ၊ ပေးခြင်းဖြစ်သည်။** |
| v. 28 | **မခိုးတော့ဘူး။** | **ရိုးသားတဲ့အလုပ်ကိုလုပ်ပါ** | **လိုအပ်သူများနှင့် မျှဝေပါ။** |
| v. 29 | **အကုသိုလ်တရားတွေကိုရှောင်ပါ။** | **သူများတွေကို မြှင့်တင်ဖို့ စကားတွေပြောပါ။** | **လိုအပ်သူများနှင့် မျှဝေပါ။** |

(\*) **In verses 26-27, ပေါလု A မှ “စိတ်ဆိုးပါ” နှင့် B] “ပြစ်မှားခြင်းမပြုကြနှင့်ဟုပြောင်းလဲ**"

* + **သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်၏အမှု။ ဧဖက် ၄:၃၀**
		- **ပေါလုသည်ယုံကြည်သူများ၏မှားယွင်းသောအပြုအမူများနှင့်ပတ်သက်၍၎င်းတို့အားစွန့်လွှတ်ရန်အထူးအရေးကြီးသောအကြောင်းပြချက်တစ်ခုပေးသည်ကျွန်ုပ်တို့တံဆိပ်ခတ်ခြင်းခံရသောသန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်ကိုဝမ်းနည်းစေပါသည်။**
		- **ကျွန်ုပ်တို့၏ပြောင်းလဲခြင်းတွင်သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်နှင့်တံဆိပ်ခတ်ခြင်းခံရသည်ဧဖက်၁:၁၃၊ရွေးနှုတ်သောနေ့၄း၃၀တိုင်အောင်ကျွန်ုပ်တို့နှင့်အတူရှိနေတော်မူ၏။ငါတို့အမှားလုပ်မိတဲ့အခါငါတို့ကိုစွန့်တော်မမူဘူးဒါပေမယ့်သူစိတ်မကောင်းဖြစ်ရတယ်။**
		- **သန့်ရှင်းသော၀ိညာဉ်တော်၏ဤသဘောထားသည်ကျွန်ုပ်တို့အားဘုရားသခင်ထံမှထုတ်လွှတ်သောစွမ်းအားတစ်ခုမျှသာမဟုတ်ဘဲ လူတစ်ဦးဖြစ်ကြောင်းပြသသည်။ခံစားချက်များရှိသည်၊ခမည်းတော်နှင့်သားတော်ကဲ့သို့ ဖြစ်သည်၊သို့သော်သီးခြားဖြစ်သည်**
	+ **ဘာတွေချန်ထားခဲ့ရမလဲ၊ဘာလုပ်ရမလဲ။ ဧဖက် ၄:၃၁-၃၂**
		- **တူညီသောယခင်ပုံစံကိုအသုံးပြုခြင်းဖြင့်၊ကျွန်ုပ်တို့တွင်စွန့်လွှတ်ရန်သဘောထားခြောက်ချက်၊၎င်းတို့ကိုအစားထိုးရန်သဘောထားသုံးခုနှင့်အပြောင်းအလဲပြုလုပ်ရသည့်အကြောင်းရင်းတစ်ခု ၄း၃၁-၃၂ NIV)။**
			1. **ဘာတွေချန်ထားရမလဲ။**?**စိတ်တိုခြင်း၊စိတ်ဆိုးခြင်း၊အမျက်ထွက်ခြင်း၊အော်ဟစ်ငေါက်ငေါ်ခြင်း၊အသရေ ပျက်အောင်ပြောခြင်း၊မနာလိုခြင်း၊**
			2. **ဘာလုပ်မလဲ**? **ကျေးဇူးပြုခြင်း၊သနားကြင်နာပါ၊ခွင့်လွှတ်ပါ။**
			3. **ဘာကြောင့်လဲ? အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဘုရားသခင်သည်ကျွန်ုပ်တို့အားခရစ်တော်၌ခွင့်လွှတ်တော်မူ၏။**
		- **ခရစ်တော်၏မိသားစုကြားတွင်ကျွန်ုပ်တို့၏ပြောဆိုမှုများနှင့်လုပ်ဆောင်မှုများအပြင်၎င်းအပြင်အားလုံး၏အမြင့်ဆုံးစံနှုန်းဖြစ်သည့်ခရစ်တော်၌ဘုရားသခင်သည်ကျွန်ုပ်တို့အားပေးဆောင်ထားသောခွင့်လွှတ်ခြင်းအပေါ်အခြေခံ၍ကြင်နာမှု၊ ကြင်နာမှုနှင့်ခွင့်လွှတ်မှုတို့ဖြင့်လုပ်ဆောင်ရမည် ။**

**ကျွန်ုပ်တို့၏ကတိစကား**

1. **Seventh-day Adventist Church မိသားစုအတွင်း၌ကျွန်ုပ်၏သြဇာ လွှမ်းမိုးမှုကိုအပြုသဘော ဆောင်သော၊ မြှင့်တင်ပေးခြင်း၊ ယုံကြည်ခြင်းတည်ဆောက်ခြင်းနှင့်စိတ်ဓာတ်မြှင့်တင်ခြင်းတို့ကို ဖြစ်စေလိုပါသည်။**
2. **စည်းလုံးညီညွတ်မှုနှင့်ချစ်ခြင်းမေတ္တာအတွက်ခရစ်တော်၏တောင်းဆိုချက်များကို ပြန်လည်အမှတ်ရခြင်းဖြင့် ကျွန်ုပ်သည် မှားယွင်းသည်ဟု ယုံကြည်သူများ၏ ကျရှုံးမှုများကို ထောက်ပြခြင်းထက်ကောင်းသည်ဟုယုံကြည်သည့်အရာများကို လုပ်ဆောင်သူများနှင့် ပြောနေသူများကိုသက်သေပြရန် ခွန်အားကို ပိုမိုသုံးစွဲပါမည်။**
3. **တစ်စုံတစ်ဦးနှင့် သဘောထားကွဲလွဲသည့်အခါ ယုံကြည်သူချင်းကို လေးစားကြောင်း ရှင်းလင်းတင်ပြပါမည်။ ခရစ်တော်အပေါ် သူ၏သမာဓိနှင့် ကတိကဝတ်ကို ငါခံယူမည်။ စူးစူးဝါးဝါး မဟုတ်ဘဲ သဘောထားကွဲလွဲမှုတွေကို ညင်သာစွာ တင်ပြပါမယ်။**
4. **ခရစ်တော်ပြန်ကြွလာခြင်းကို စောင့်မျှော်နေသကဲ့သို့ ကျွန်ုပ်သည် အသင်းဖော်များအတွက်ထူထောင်ရန်နှင့်အတည်ပြုရန်အခွင့်အရေးတိုင်းကို ရှာဖွေကာ ပျော်ရွှင်စွာနေထိုင်ပါမည်။**