មេរៀនទី ៦ ការរងទុក្ខ និង សេចក្តីស្លាប់

មានក្មេងប្រុសម្នាក់បានសរសេរសំបុត្រទៅកាន់ព្រះជាម្ចាស់ថា៖ "ឱព្រះជាម្ចាស់អើយ ប្រសិនបើពិតជាមានជីវិតមួយទៀតនៅក្រោយពេលស្លាប់មែន ចុះហេតុអ្វីបានជាយើងចាំបាច់ស្លាប់ធ្វើអ្វី?"

យើងមិនចូលចិត្តនិយាយពីសេចក្តីស្លាប់នោះទេ។ ប្រសិនបើ មានមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នកមកនិយាយប្រាប់អ្នកថា " ថ្ងៃនេះខ្ញុំចង់និយាយអំពីអ្វីដែលអ្នកគួរធ្វើ នៅពេលដែលខ្ញុំស្លាប់ទៅ" តើអ្នកសុខចិត្តនៅពិភាក្សាអំពីរឿងនោះទេ? ឬមួយក៏អ្នកព្យាយាមបញ្ចៀសមិននិយាយអំពីប្រធានបទដែលមិនគួរឲ្យសប្បាយចិត្តមួយនេះទៅវិញ? យើងឃើញថា ការទទួលស្គាល់រឿងដែលថា ថ្ងៃណាមួយ យើង ឬមួយមនុស្សដែលយើងស្រឡាញ់នឹងត្រូវស្លាប់នោះ គឺពិតជាពិបាកទទួលយកណាស់។ យើងអាចនឹងគិតថាប្រសិនបើយើងបដិសេធមិននិយាយអំពីវានោះ វានឹងមិនកើតឡើងចំពោះយើងឡើយ។

សម្រាប់គ្រិស្តបរិស័ទ សេចក្តីស្លាប់មិនត្រូវបានចាត់ទុកថាជាបញ្ហានោះទេ។ ដូចដែលលោកប៉ូលបានមានប្រសាសន៍ថា៖ "ចំពោះខ្ញុំ បើរស់ ខ្ញុំរស់រួមជាមួយព្រះគ្រិស្ត ហើយបើស្លាប់ ខ្ញុំក៏បានចំណេញដែរ។" (គម្ពីរភីលីព ១:២១)។ សេចក្តីស្លាប់មិនមែនជាទីបញ្ចប់នោះទេ ប៉ុន្តែជាការចាប់ផ្តើមវិញ! ប៉ុន្តែសម្រាប់មនុស្សចាស់ក្តី ឬ ក្មេងក្តី ដំណើរការនៃការស្លាប់គឺពិតជាគួរឲ្យខ្លាចណាស់ ព្រោះយើងខ្លាចការឈឺចាប់ និង ការរងទុក្ខ។

នៅក្នុងមេរៀនទី១ យើងបានស្វែងយល់សំណួរដែលសួរថា៖ "ហេតុអ្វីបានជាគ្រិស្តបរិស័ទរងទុក្ខ?" ហេតុអ្វីបានជាយើងត្រូវឆ្លងកាត់ការឈឺចាប់?" "ហេតុអ្វីបានជាជីវិតពោរពេញទៅដោយភាពសោកសៅ?" ឥឡូវនេះគោលបំណងរបស់យើង គឺចង់ពិភាក្សាអំពីរបៀបដែលការរងទុក្ខ និង សេចក្តីស្លាប់នាំបញ្ហាមកក្នុងជីវិតរបស់មនុស្ស និង អំពីរបៀបដែលគ្រិស្តបរិស័ទគួរប្រឈមមុខជាមួយបញ្ហាទាំងនេះ។ របៀបដែលយើងឆ្លើយតបទៅនឹង បទពិសោធន៍ឈឺចាប់ គឺជារឿងសំខាន់បំផុត នៅពេលដែលយើងគិតអំពីវា នៅក្នុងពន្លឺនៃភាពអស់កល្បជានិច្ច។

គម្រោងមេរៀន

ក. គុណប្រយោជន៍នៃការឈឺចាប់ និង ការរងទុក្ខ
ខ. បញ្ហាដែលទាក់ទងទៅនឹងការរងទុក្ខ និង សេចក្ដីស្លាប់
គ. ការជួយអ្នកកំពុងរងទុក្ខ និង អ្នកជិតស្លាប់
ឃ. បញ្ហាដែលទាក់ទងនឹងសេចក្ដីស្លាប់
ង. ចក្ខុវិស័យមួយរបស់គ្រិស្តបរិស័ទ

វត្ថុបំណងមេរៀន

នៅពេលដែលអ្នកបញ្ចប់មេរៀននេះ អ្នកអាចនឹង៖

១. លើកឧទាហរណ៍បីយ៉ាងអំពីគុណប្រយោជន៍នៃការឈឺចាប់ និង ការរងទុក្ខ។
២. បកស្រាយអំពីអ្វីដែលជួយឲ្យលោកយ៉ូបអាចរក្សាឥរិយាបថវិជ្ជមានបាន ទោះបីនៅពេលគាត់ស៊ូទ្រាំជាមួយនឹងការឈឺចាប់ដ៏ធំធេងមួយក៏ដោយ។
៣. ធ្វើការប្រៀបធៀបបញ្ហាដែលច្រើនតែកើតឡើងចំពោះអ្នកជំងឺ ទៅជាមួយនឹងបញ្ហាដែលអ្នកធ្លាប់បានឆ្លងកាត់ដោយផ្ទាល់នៅពេលដែលអ្នកឈឺ។
៤. ស្គាល់ពីដំណាក់កាលនៃការប្រឈមជាមួយនឹង ជំងឺដំណាក់កាលចុងក្រោយ និង របៀបដែលដំណឹងល្អអាចធ្វើឲ្យមានការផ្លាស់ប្ដូរសម្រាប់អ្នកដែលមានជំងឺដំណាក់កាលចុងក្រោយនោះ។
៥. ជ្រើសរើសពាក្យសំដីពិតប្រាកដ ទាក់ទងនឹងមធ្យោបាយគ្រិស្តបរិស័ទអាចជួយអស់អ្នកដែលកំពុងរងទុក្ខ និង ជិតស្លាប់បាន។
៦. ដោយយោងទៅតាមគម្ពីរ១កូរិនថូស ១៥:៥៥-៥៧ អ្នកអាចធ្វើការបកស្រាយអំពីកម្លាំង និង សេចក្ដីសុខសាន្ដ ដែលញាតិមិត្តរបស់អ្នកស្លាប់ទទួលបាននៅពេលដែលគ្រិស្តបរិស័ទម្នាក់បានស្លាប់។
៧. ថ្លែងប្រាប់ពីគោលការណ៍មួយផ្អែកទៅលើគំរូរបស់ព្រះគ្រិស្ត ដែលអាចដឹកនាំផ្លូវរបស់គ្រិស្តបរិស័ទនៅពេលដែលពួកគេប្រឈមមុខជាមួយនឹងការរងទុក្ខ និង សេចក្ដីស្លាប់។
៨. ស្គាល់ពីគោលការណ៍ចម្បងដែលឆ្លុះបញ្ចាំងពីឥរិយាបថរបស់គ្រិស្តបរិស័ទ ទៅចំពោះការរងទុក្ខ និង សេចក្ដីស្លាប់។

សកម្មភាពក្នុងការសិក្សា

១. អានគម្ពីរអេសាយ ៥២:១៣-១៥ និង គម្ពីរអេសាយ ៥៣។ ចូរអានកណ្ឌគម្ពីរយ៉ូប បន្ថែមពីលើទៀតក៏បាន។
២. សិក្សានិង ធ្វើលំហាត់នៅក្នុងមេរៀន ទៅតាមរបៀបដូចមុន។ ត្រូវពិនិត្យមើលនិយមន័យនៃពាក្យសំខាន់ដែលអ្នកមិនស្គាល់ និង ឆ្លើយសំណួរសិក្សាទាំងអស់ មុនពេលទៅមើលចម្លើយដែលយើងបានផ្ដល់ជូន។
៣. ធ្វើការប្រឡងផ្ទាល់ខ្លួន ហើយផ្ទៀតផ្ទាត់ចម្លើយរបស់អ្នក។

ពាក្យសំខាន់

ក្ដៅក្រហាយ	រោគវិនិច្ឆ័យ	កើតរោគ
ថ្នាំបន្សាប	ប្រពលភាព	អាការរោគ
ដែលត្រូវបានគេស្លប់ចោល	ការកាត់ផ្ដាច់ចេញ	ខ្ពស់បំផុត

ក. គុណប្រយោជន៍នៃការឈឺចាប់ និង ការរងទុក្ខ

វត្ថុបំណងទី១. *លើកឧទាហរណ៍បីយ៉ាងអំពីគុណប្រយោជន៍នៃការឈឺចាប់ និង ការរងទុក្ខ។*

អ្នកប្រហែលជាគិតថា៖ "តើការឈឺចាប់ និង ការរងទុក្ខ អាចមានគុណប្រយោជន៍បានដោយរបៀបណា?" ប្រសិនបើការឈឺចាប់ គឺជាផលនៃអំពើបាបដែលបានចូលមកក្នុងពិភពលោកនេះមែន តើវាមិនមែនជាការអាក្រក់ទាំងស្រុងទេឬអី? តើអាចមានគុណប្រយោជន៍អ្វីទៅ នៅក្នុងរឿងដែលអាក្រក់យ៉ាងនេះ? ប្រាកដណាស់ វាពិតជាមានប្រយោជន៍ខ្លះដែលបានមកពីការឈឺចាប់ ទាំងខាងឯរូបកាយ និង ខាងឯវិញ្ញាណ។

គុណប្រយោជន៍ខាងឯរូបកាយ

តើក្មេងប្រុសតូចម្នាក់ អាចដឹងថាភ្លើងមានគ្រោះថ្នាក់បានដោយរបៀបណា? ដោយការដាក់ដៃរបស់គេទៅជិតភ្លើងនោះ! នៅពេលដែលគេធ្វើដូច្នេះ មានញាណខាងឯរូបកាយមួយដែលយើងហៅថា ការឈឺចាប់ ។ ការឈឺចាប់គឺពិបាកទ្រាំណាស់។ នៅពេលដែលយើងទទួលអារម្មណ៍ ឈឺចាប់ យើងចង់ធ្វើអ្វីម្យ៉ាងដើម្បីបញ្ឈប់វា។ ការឈឺចាប់កើតមានឡើងគឺដើម្បីប្រាប់យើងថា មានបញ្ហាដែលយើងត្រូវប្រឈមមុខជាមួយ។ នៅពេលដែលក្មេងប្រុសនោះមានអារម្មណ៍ឈឺចាប់ ដោយសារតែភ្លើង គេដោះស្រាយបញ្ហានោះ ដោយដកដៃរបស់គេយ៉ាងលឿនចេញពីភ្លើង។ នៅពេលដែលមានការឈឺចាប់ នៅផ្នែកណាមួយនៃរាងកាយរបស់យើង យើងព្យាយាមធ្វើអ្វីដែលយើងអាចធ្វើបានដើម្បីឲ្យបានដឹងថា ហេតុអ្វីបានជាយើងមានអារម្មណ៍ឈឺចាប់ ហើយរកមធ្យោបាយដកវាចេញឲ្យឆ្ងាយ។

នៅពេលដែលព្រះជាម្ចាស់បង្កើតមនុស្ស ទ្រង់មិនបានកំណត់ថាយើងត្រូវតែទទួលការឈឺចាប់នោះទេ។ ប៉ុន្តែដោយសារតែអំពើបាប ព្រះជាម្ចាស់បានដាក់ញាណនៃការឈឺចាប់មក ដើម្បីជាការព្រមានពីអ្វីដែលអាចធ្វើបាប និង បំផ្លាញរូបកាយរបស់យើង។ ប្រសិនបើយើងគ្មានការឈឺចាប់នោះទេ យើងមិនអាចការពារខ្លួនយើង ឲ្យផុតពីមេរោគ ជំងឺ ឬ ការវាយប្រហារផ្សេងៗទៀតមកលើរូបកាយរបស់យើងបានទេ។

គុណប្រយោជន៍ខាងឯវិញ្ញាណ

ចំពោះបញ្ហានៃការឈឺចាប់នេះ លោក ស៊ី អែស លូវីស (C.S. Lewis) បាននិយាយថា៖ "ព្រះជាម្ចាស់ខ្សឹបដាក់ត្រចៀកយើង នៅពេលដែលយើងសប្បាយចិត្ត មានព្រះបន្ទូលនៅក្នុងមនសិការរបស់យើង ប៉ុន្តែទ្រង់ស្រែកនៅក្នុងការឈឺចាប់របស់យើង" (១៩៩៦, ៩១) ។ ការឈឺចាប់ធ្វើឲ្យមានការរងទុក្ខ ហើយយើងមិនអាចធ្វើព្រងើយបានឡើយ។

លំហាត់អនុវត្តន៍

១. គុណប្រយោជន៍ខាងឯវិញ្ញាណនៃការឈឺចាប់ គឺមានលក្ខណៈស្រដៀង នឹងគុណប្រយោជន៍ខាងឯរូបកាយផងដែរ។ ដោយប្រើពាក្យរបស់អ្នក ចូរបកស្រាយថាតើលក្ខណៈនោះជាអ្វី?

....

មនុស្សខ្លះ បែរទៅរកព្រះជាម្ចាស់ នៅពេលដែលមានអាសន្នតែប៉ុណ្ណោះ។ នៅពេលដែលអ្វីៗល្អប្រសើរ ពួកគេមានអារម្មណ៍ថាខ្លួនឯងគ្រប់គ្រាន់។ ប៉ុន្ដែការរងទុក្ខធ្វើឲ្យពួកគេដឹងខ្លួនថា មានរឿងខ្លះដែលនៅហួសពីអំណាចគ្រប់គ្រងរបស់ពួកគេផ្ទាល់ ហើយ នៅក្នុងភាពជុនដាប ពួកគេបែរទៅរកព្រះជាម្ចាស់ដើម្បីរកជំនួយ។ ពិតណាស់ ព្រះជាម្ចាស់សព្វព្រះហឫទ័យណាស់ នៅពេលដែលយើងទុកចិត្តលើទ្រង់ ហើយថ្វាយបង្គំទ្រង់ ដោយសារតែទ្រង់គឺជាព្រះជាម្ចាស់ និង ស័ក្ដិសមទទួលក្ដីស្រឡាញ់របស់យើង ប៉ុន្ដែវានឹងអស្ចារ្យយ៉ាងណាទៅ សូម្បីតែនៅពេលយើងបែរចេញទៅតាមផ្លូវរបស់យើង ហើយលែងស្គាល់ពីសិទ្ធិរបស់ទ្រង់ដែលជាព្រះអម្ចាស់ និង ម្ចាស់នៃយើងហើយ ទ្រង់នៅតែស្រឡាញ់យើងយ៉ាងខ្លាំង ដែលទ្រង់នឹងនាំយើងចូលទៅកាន់ទ្រង់ តាមមធ្យោបាយគ្រប់បែបយ៉ាងទាំងអស់។ ប្រសិនបើតាមរយៈការឈឺចាប់ និង ការរងទុក្ខនេះ ព្រះជាម្ចាស់អាចឈោងចាប់ខ្ញុំ និង សង្គ្រោះខ្ញុំឲ្យផុតពីអំពើបាប និង សេចក្ដីស្លាប់អស់កល្បជានិច្ចបាន តើវាមិនមែនជាគុណប្រយោជន៍ដ៏អស្ចារ្យនៃការរងទុក្ខនោះទេឬអី? ហេតុនេះហើយបានជាលោកសាវ័កប៉ូលអាចនិយាយបានថា៖ "ខ្ញុំយល់ឃើញថា ទុក្ខលំបាកនាបច្ចុប្បន្នកាល ពុំអាចប្រៀបផ្ទឹមនឹងសិរីរុងរឿង ដែលព្រះជាម្ចាស់សំដែងអោយយើងឃើញ នៅអនាគតកាលនោះបានឡើយ។" (គម្ពីររ៉ូម ៨:១៨)

ព្រះជាម្ចាស់ជ្រាបថា ការសម្រេចចិត្តដ៏សំខាន់បំផុតនៅក្នុងជីវិតរបស់យើងគឺត្រូវស្រឡាញ់ និង បម្រើទ្រង់។ ប្រសិនបើយើងមិនអាចធ្វើការសម្រេចចិត្តនោះបានទេ ទីបញ្ចប់របស់យើងនឹងជាការឈឺចាប់ដ៏គួរឲ្យសោកស្ដាយជារៀងរហូត។ ប្រសិនបើទ្រង់អាចទទួលបានការយកចិត្តទុកដាក់ និង ការស្ដាប់បង្គាប់របស់យើងតាមបំណងព្រះហឫទ័យរបស់ទ្រង់ដោយគ្រាន់តែអនុញ្ញាតឲ្យយើង រងទុក្ខនោះ យើងគួរតែអរព្រះគុណទ្រង់ ដែលទ្រង់ស្រឡាញ់យើងយ៉ាងខ្លាំងដូច្នេះ!

លំហាត់អនុវត្តន៏

២ ចូរជ្រើសរើសប្រយោគបំពេញដែលល្អបំផុត។ យើងអាចសំដែងពីផ្នត់គំនិតខាងលើនេះ ដោយនិយាយថា វាអាចធៀបទៅនឹងឪពុកដែលប្រកបដោយក្ដីស្រឡាញ់ ដែលនឹង

ក) បង្ហាញក្ដីស្រឡាញ់របស់គាត់ ដោយមិនដែលស្ដីបន្ទោស ឬ ដាក់ទណ្ឌកម្មកូនប្រុសរបស់គាត់ឡើយ។

ខ) ផ្ដល់ឲ្យកូនប្រុសរបស់គាត់នូវអ្វីដែលល្អបំផុត ដើម្បីទទួលបានការស្ដាប់បង្គាប់ពីកូនរបស់គាត់។

គ) ប្រៀនប្រដៅកូនប្រុសរបស់គាត់ យ៉ាងច្រើនទៅតាមការគួរ ដើម្បីបង្រៀនគេថាគេគួរមានអាកប្បកិរិយាបែបណា។

គុណប្រយោជន៍ខាងឯវិញ្ញាណមួយទៀត នៃការរងទុក្ខ ដែលយើងបានពិភាក្សាគ្នានៅក្នុងមេរៀនទី១ រួចមកហើយនោះគឺថា អ្នកដែលធ្លាប់បានឆ្លងកាត់ការរងទុក្ខ គឺជាអ្នកកំសាន្ដចិត្តដ៏ល្អបំផុត (សូមមើលនៅក្នុងគម្ពីរ២កូរិនថូស ១:៣-៦)។ យើងមានចិត្តគំនិតដូចអស់អ្នកដែលឆ្លងកាត់បទពិសោធន៍ដែលបានឆ្លងកាត់ដែរ។ ក្នុងនាមជាសមាជិកនៅក្នុងព្រះកាយរបស់ព្រះគ្រិស្ដ យើងទទួលបញ្ជារឲ្យជួយរំលែកទុក្ខធុរៈគ្នា

ទៅវិញទៅមក(គម្ពីរកាឡាទី ៦:២) ឲ្យយំសោកជាមួយនឹងអ្នកណាដែលយំសោក (គម្ពីររ៉ូម១២:១៥) និង ឲ្យអធិស្ឋានសម្រាប់អស់អ្នកដែលកំពុងឈឺចាប់ (គម្ពីរយ៉ាកុប ៥:១៦)។ លោកសាវ័កប៉ូលបានមាន ប្រសាសន៍អំពីការនេះនៅក្នុងគម្ពីរ១កូរិនថូសជំពូក១២ថា៖ "ទោះបីមានសរីរាង្គច្រើនយ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏ សរីរាង្គទាំងអស់ផ្សំគ្នាជារូបកាយតែមួយដែរ។...ប្រសិនបើមានសរីរាង្គណាមួយឈឺចុកចាប់ សរីរាង្គទាំង អស់ក៏ឈឺចុកចាប់ជាមួយដែរ...បងប្អូនជាព្រះកាយរបស់ព្រះគ្រិស្ត ហើយម្នាក់ៗជាសរីរាង្គនៃព្រះកាយនេះ តាមចំណែករៀងៗខ្លួន។" (ខ១២, ២៦,២៧)។

នៅក្នុងមេរៀនទី១ យើងក៏បានឃើញថា ការរងទុក្ខចូលមកក្នុងជីវិតរបស់យើងដើម្បីបន្សុទ្ធយើង និង ស្តែងបញ្ជាក់ពីជំនឿរបស់យើង (គម្ពីរ១ពេត្រុស ១:៦-៧) និងដើម្បីបង្កើតបានជាលក្ខណសម្បត្តិរបស់ព្រះ គ្រិស្តនៅក្នុងយើង (គម្ពីរ២កូរិនថូស ៤:៧-១០)។ នៅពេលដែលយើងមើលទៅក្នុងភាពត្រចះត្រចង់ នៃ ប្រយោជន៍ដ៏អស់កល្បនិច្ចរបស់យើងនោះ គុណប្រយោជន៍ខាងវិញ្ញាណដែលបានមកពីការរងទុក្ខ គឺធ្ងន់ លើសអស់ការឈឺចាប់ និង សេចក្តីវេទនា ដែលយើងត្រូវបានដាក់ឲ្យទទួលរងនោះទៅ ទៀត។

លំហាត់អនុវត្តន៍

៣ ចូរលើកឧទាហរណ៍មួយ អំពីគុណប្រយោជន៍នៃការឈឺចាប់ដែលមានតម្លៃទាំងខាងឯរូបកាយ និង ខាងឯវិញ្ញាណ។

....

៤ ចូរលើកឧទាហរណ៍ពីរផ្សេងទៀតនៃគុណប្រយោជន៍ខាងឯវិញ្ញាណនៃការឈឺចាប់។

....

....

ខ. បញ្ហាដែលទាក់ទងនៅនឹងការរងទុក្ខ និង សេចក្តីស្លាប់

ដូចដែលយើងបានឃើញនៅក្នុងមេរៀនមុនៗហើយ ការទុក្ខលំបាកអាចមានទម្រង់ច្រើនបែប។ វា អាចជាការរងទុក្ខខាងឯរូបកាយ ឬ ផ្លូវអារម្មណ៍។ យើងរងទុក្ខដោយសារតែជំងឺ ដោយសារតែភាព អយុត្តិធម៌ ដោយសារតែគ្រោះធម្មជាតិ ដោយសារតែអំពើបាបរបស់យើងផ្ទាល់ និង ដោយសារតែមូល ហេតុជាច្រើនផ្សេងទៀត។ នៅទូទាំងមេរៀននេះ យើងបានពិភាក្សាអំពីបញ្ហាពិសេសៗ ដែលធ្វើឲ្យយើង មានទុក្ខ។ ឥឡូវនេះ យើងផ្តោតគំនិតរបស់យើង ទៅលើបញ្ហាដែលទាក់ទងនឹងការឈឺចាប់ ជំងឺ ការជិត ស្លាប់ និង ការស្លាប់។

ការឈឺចាប់

វត្ថុបំណងទី២. *បកស្រាយអំពីអ្វីដែលជួយឲ្យលោកយ៉ូបអាចរក្សាឥរិយាបថវិជ្ជមានបាន ទោះបីនៅពេលគាត់ស៊ូទ្រាំជាមួយនឹងការឈឺចាប់ដ៏ធំធេងមួយក៏ដោយ។*

វាគឺជារឿងធម្មតា ដែលត្រូវខ្លាចការឈឺចាប់ ហើយព្យាយាមជៀសឲ្យផុតពីវា។ វាគឺជាបទពិសោធន៍មួយដែលជួយបើកភ្នែកឲ្យឃើញកាន់តែច្បាស់ នៅពេលដែលយើងដើរកាត់សាលមន្ទីរពេទ្យ ហើយមើលឃើញពីទុក្ខវេទនា និង ការលំបាកនៃជំងឺរោគា។ គ្រូគង្វាលម្នាក់បាននិយាយប្រាប់ខ្ញុំពីការដែលគាត់ទៅសួរសុខទុក្ខឯមន្ទីរពេទ្យសម្រាប់មនុស្សមានរោគវិកលចរឹត(រោគចិត្ត)។ នៅពេលដែលគាត់បានឃើញព្រលឹងទទួលរងទណ្ឌកម្មដែលត្រូវបានកាត់ផ្ដាច់ពីសេចក្ដីពិត ដោយមានអ្នកខ្លះត្រូវបានគេចងជាប់ទៅនឹងគ្រែរបស់ពួកគេដើម្បីកុំឲ្យពួកគេធ្វើបាបខ្លួនឯង និងអ្នកដទៃ នោះដួងចិត្តរបស់គាត់ត្រូវបានខ្ទិចខ្ទាំដោយសារតែការឈឺចាប់ និង ទុក្ខសោករបស់ពួកគេ។ ក្រោយមកគាត់ក៏បានទៅឯមន្ទីរពេទ្យយោធាមួយដែលគាត់បានឃើញគ្រែជាជួរតម្រៀបគ្នាហើយពេញដោយបុរសវ័យក្មេង ជាជនរងគ្រោះដោយសារតែសង្គ្រាម។ មានអ្នកខ្លះត្រូវខ្វាក់ភ្នែក អ្នកខ្លះទៀតពិការដៃ ឬ ពិការជើង ហើយអ្នកខ្លះទៀតទៅជាខ្វិន។ សាជាថ្មីម្ដងទៀត គាត់ក៏ចុកចាប់ក្នុងចិត្តដោយសារការឈឺចាប់របស់គេ។

ការឈឺចាប់អាចរារាំងមិនឲ្យយើងអាច ដំណើរការប្រក្រតីបាន។ វាអាចប៉ះពាល់ទៅដល់អាកប្បកិរិយារបស់យើង ឥរិយាបថរបស់យើងទៅចំពោះអ្នកដទៃ និង ការដែលយើងមើលមកកាន់ខ្លួនឯង។ ការឈឺចាប់ដែលបន្តនៅជាប់យូរ អាចបំបាក់ទឹកចិត្ត និង ធ្វើឲ្យយើងអស់សង្ឃឹម។

កណ្ឌគម្ពីរយ៉ូបផ្ដល់ឲ្យយើងនូវឧទាហរណ៍ដ៏ល្អប្រសើរ អំពីបុរសម្នាក់ដែលរងការឈឺចាប់យ៉ាងខ្លាំង។ លោកយ៉ូបគឺជាមនុស្សរបស់ព្រះជាម្ចាស់ដែលគាត់បានបាត់បង់ទ្រព្យសម្បត្តិទាំងអស់របស់គាត់។ កូនៗទាំងអស់របស់គាត់បានស្លាប់នៅក្នុងគ្រោះមហន្តរាយដ៏គួរឲ្យខ្លាច។ បន្ទាប់មក គាត់បានរងទុក្ខខាងឯរូបកាយ ដោយចេញដំបៅដ៏គួរឲ្យខ្លាច។ ការរងទុក្ខរបស់គាត់បាននាំគាត់ឲ្យចូលទៅក្នុងជម្រៅនៃក្ដីអស់សង្ឃឹម។ មានពេលខ្លះគាត់មានអារម្មណ៍ថាព្រះជាម្ចាស់នៅឆ្ងាយពីគាត់។ ទោះជាយ៉ាងណា នៅក្នុងរឿងទាំងនេះ គាត់នៅតែ រក្សាជំនឿរបស់គាត់នៅក្នុងព្រះជាម្ចាស់បាន។ គាត់បានថ្វាយបង្គំព្រះជាម្ចាស់ ទោះបីនៅក្នុងបញ្ហារបស់គាត់ក៏ដោយ។ (គម្ពីរយ៉ូប ១:២១-២២)។

មិនមែនមនុស្សគ្រប់គ្នាអាចឆ្លើយតបទៅនឹងការឈឺចាប់ ដូចដែលលោកយ៉ូបអាចធ្វើបាននោះទេ។ គេអាចមានកំហឹង ការថ្នាំងថ្នាក់ ក្ដីសង្ស័យ និង ភាពភ័យខ្លាច។ អ្នកប្រហែលជាអាចលើកឧទាហរណ៍អំពីគ្រិស្តបរិស័ទអ្នកធ្លាប់ស្គាល់ដែលបានឆ្លើយតបទៅនឹងការឈឺចាប់តាមរបៀបផ្សេងៗ ខ្លះវិជ្ជមាន ហើយខ្លះទៀតអវិជ្ជមាន។

លំហាត់អនុវត្តន៍

៥ ចូរលើកយកការឆ្លើយតបអវិជ្ជមានទៅនឹងការឈឺចាប់ចំនួនប្រាំយ៉ាងដែលអាចកើតមាន។

....

....

....

....

....

៦ តើមានអ្វីដែលអាចជួយឲ្យលោកយ៉ូបរក្សាឥរិយាបថសមរម្យបាន ទោះបីជានៅអំឡុងពេលដែលគាត់កំពុងស៊ូទ្រាំជាមួយនឹងការឈឺចាប់ក៏ដោយ។

....

ជំងឺ

វត្ថុបំណងទី៣. *ធ្វើការប្រៀបធៀបបញ្ហាដែលច្រើនតែកើតឡើងចំពោះអ្នកជំងឺ ទៅជាមួយនឹងបញ្ហាដែលអ្នកធ្លាប់បានឆ្លងកាត់ដោយផ្ទាល់នៅពេលដែលអ្នកឈឺ។*

ជំងឺគឺជាបញ្ហាមួយផ្សេងទៀតដែលជះឥទ្ធិពលមកលើយើងទាំងអស់គ្នា តាមកម្រិតខុសគ្នា។ នៅក្នុងបច្ចេកវិទ្យាវេជ្ជសាស្ត្រមានការរីកចម្រើនដ៏អស្ចារ្យជាច្រើនដែលត្រូវបានបង្កើតឡើង ដើម្បីជួយបង្កើនអត្រារស់រានមានជីវិតរបស់មនុស្ស។ មនុស្សជាតិបានតយុទ្ធ និង យកឈ្នះជំងឺជាច្រើនប្រកបដោយភាពជោគជ័យ ប៉ុន្តែមិនថាមនុស្សក្មេងឬចាស់ មានឬក្រ ល្អឬអាក្រក់ ជំងឺនៅតែធ្វើទុក្ខអ្នកទាំងនោះដូចៗគ្នា។ ខាងក្រោមនេះ ជាបញ្ហាជាក់ច្បាស់ខ្លះៗដែលអាចកើតមានទៅលើអ្នកដែលមានជំងឺ។

១. បញ្ហាហិរញ្ញវត្ថុ (ការចំណាយលើការព្យាបាល និង បញ្ហាអសមត្ថភាពធ្វើការសន្សំលុយ)
២. ព្រួយបារម្ភថាខ្លួនឯងជាបន្ទុកសម្រាប់អ្នកដទៃ។
៣. ខ្លាចស្លាប់ និង ភាពមិនប្រាកដប្រជានៅថ្ងៃមុខ។
៤. ខកខានសកម្មភាពរស់នៅធម្មតា។
៥. ខឹងសម្បារ និង ម៉ូម៉ៅ ដោយសារតែមានជំងឺ។
៦. មានការថ្នាំងថ្នាក់ក្នុងចិត្ត ជាមួយអ្នកដែលមានសុខភាពល្អ។
៧. ខូចខាតផែនការ។

អ្នកទទួលខុសត្រូវមើលថែអ្នកជំងឺក៏អាចជួបនឹងបញ្ហាដូចគ្នានេះដែរ។ បន្ថែមពីលើនេះទៀត ពួកគេអាចទទួលរងការលំបាកផ្សេងទៀត ព្រោះពួកគេមានអារម្មណ៍មិនអាចជួយបន្ថយទុក្ខលំបាករបស់អ្នកដែលមានជំងឺនោះបាន។

លំហាត់អនុវត្តន៍

៧ ចូរគូសសញ្ញា (✓) នៅមុខបញ្ហាផ្សេងៗដែលរៀបរាប់នៅខាងលើ ដែលអ្នកធ្លាប់បានឆ្លងកាត់ដោយផ្ទាល់។

ក) ចូររៀបរាប់បញ្ហាដទៃផ្សេងទៀតទាក់ទងទៅនឹងជំងឺ ដែលអ្នកធ្លាប់មានពីមុនមក។

....

....

ខ) ប្រសិនបើអ្នករកឃើញដំណោះស្រាយសម្រាប់បញ្ហាណាមួយ ចូរប្រាប់ថាតើវាជាអ្វី។ អ្នក ប្រហែលជាត្រូវប្រើប្រាស់សៀវភៅកត់ត្រារបស់អ្នកប្រសិនបើចម្លើយរបស់អ្នកវែង។

....

ការស្លាប់

វត្ថុបំណងទី៤. *ស្គាល់ពីដំណាក់កាលនៃការប្រឈមជាមួយនឹង ជំងឺដំណាក់កាលចុងក្រោយ និងរបៀបដែល ដំណឹងល្អអាចធ្វើឲ្យមានការផ្លាស់ប្តូរសម្រាប់អ្នកដែលមានជំងឺដំណាក់កាលចុងក្រោយនោះ។*

វេជ្ជបណ្ឌិតម្នាក់ឈ្មោះ អេលីស្សាប៊ែត ខូបឡើ រូស (Elisabeth Kubler-Ross) បានធ្វើការស្រាវជ្រាវជាច្រើនទាក់ទងទៅនឹងបញ្ហានៃឥរិយាបថរបស់អ្នកដែលជិតស្លាប់ដោយជំងឺដំណាក់កាលចុងក្រោយ។ នៅក្នុងសៀវភៅរបស់នាង ដែលនិយាយពីការស្លាប់ និង ការជិតស្លាប់*(On Death and Dying)* នាងនិយាយថា អ្នកបានកំណត់ថាមានឥរិយាបថមួយចំនួនដែលច្រើនកើតមានឡើងចំពោះអស់អ្នកដែលដឹងថាខ្លួនឯងជិតស្លាប់ ហើយឥរិយាបថរបស់គេត្រូវបានផ្លាស់ប្តូរបីបួនដំណាក់កាល។ ដំណាក់ទាំងនេះមានដូចតទៅ៖

ដំណាក់កាលទី១៖ ការបដិសេធ

ការឆ្លើយតបដំបូងបង្អស់គឺ "នេះមិនអាចជាការពិតទេ។ រឿងនេះមិនអាចកើតចំពោះខ្ញុំនោះទេ។" ការបដិសេធគឺជាមធ្យោបាយមួយដើម្បីប្រឈមមុខជាមួយនឹងភាពតក់ស្លុតដែលកើតមានឡើង ដោយការដឹងខ្លួនថាសេចក្តីស្លាប់កំពុងខិតជិតមកដល់។ ជារឿយៗ មនុស្សដែលមានជំងឺ បដិសេធមិនព្រមទៅជួបគ្រូពេទ្យដោយសារតែពួកគេភ័យខ្លាចនូវដំណឹងដែលគ្រូពេទ្យអាចនឹងប្រាប់ពួកគេ។ នេះគឺជាទម្រង់មួយនៃការបដិសេធ។

នេះគឺជាបញ្ហាលំបាកមួយផ្សេងទៀតសម្រាប់គ្រិស្តបរិស័ទ ព្រោះទស្សនៈដែលថាយើងជិតស្លាប់នេះវាផ្ទុយពីការដែលយើងធ្លាប់បានដឹងថា ព្រះគ្រិស្តបានប្រទានការប្រោសឲ្យយើងបានជារួចហើយ តាមរយៈការរងទុក្ខ និង ការសុគតរបស់ទ្រង់ផ្ទាល់។ ខ្ញុំធ្លាប់ជិតស្និទ្ធជាមួយអ្នកដែលដឹងខ្លួនថាគេជិតស្លាប់ប៉ុន្តែគេ

នៅតែទុកចិត្តព្រះជាម្ចាស់ដើម្បីទទួលបានការព្យាបាលរបស់ទ្រង់រហូតដល់ពេលដែលពួកគេផុតដង្ហើម ទៅ។ខ្ញុំក៏បានស្គាល់មនុស្សខ្លះទៀត ដែលមានជំងឺដំណាក់កាលចុងក្រោយតែទទួលបានការព្យាបាល យ៉ាងអស្ចារ្យ។ យើងគួរតែលើកទឹកចិត្តអ្នកដែលមានជំងឺដំណាក់កាលចុងក្រោយឲ្យគេអធិស្ឋានសុំការ ប្រោសជំងឺ និងទុកចិត្តព្រះជាម្ចាស់ជានិច្ច ទោះបីជាមានរឿងអ្វីកើតឡើងក៏ដោយ ហើយយើងគួរតែ អធិស្ឋាន និង ជឿទុកចិត្តទ្រង់ជាមួយគេផងដែរ។

ការផ្ដាច់ខ្លួនចេញពីអ្នកដទៃគឺតែងតែមានជាប់ទាក់ទងជាមួយនឹងការបដិសេធ អ្នកមានជំងឺអាចនឹង ត្រូវការពេលវេលាសម្រាប់ខ្លួនគេ ហើយយើងក៏ត្រូវតែស្វែងយល់ឲ្យច្បាស់ពីតម្រូវការពិសេសៗរបស់អ្នក ជំងឺដែលកំពុងប្រឈមមុខជាមួយគំនិតដែលគិតថាគេអាចនឹងត្រូវស្លាប់។

ដំណាក់កាលទី២៖ កំហឹង

ការឆ្លើយតបទីពីរគឺ "ហេតុអ្វីជាខ្ញុំ?" នៅពេលដែលមនុស្សដឹងខ្លួនថា បើគ្មានការអស្ចារ្យនោះទេ ពួក គេនឹងត្រូវស្លាប់ វាមើលទៅហាក់បីដូចជារឿងធម្មតាសម្រាប់ពួកគេក្នុងការទាស់ប្រឆាំងជាមួយនឹងផ្នត់ គំនិតមួយនេះ។ យើងមានចំណង់ខ្លាំងនៅក្នុងយើង ដើម្បីរស់រានមានជីវិត វាគឺជាផ្នែកមួយនៅក្នុងនិស្ស័យ ជាមនុស្ស។ មានមូលហេតុជាច្រើនសម្រាប់កំហឹង៖ ជំងឺបានរំខានដល់សកម្មភាពរបស់យើង ផែនការ របស់យើងទៅថ្ងៃអនាគត ក្ដីសុបិនរបស់យើង អ្នកដទៃកំពុងតែរស់នៅក្នុងជីវិតពេញបរិបូរណ៍របស់គេ ចំណែកឯជីវិតយើងវិញត្រូវបានកាត់បន្ថយឲ្យខ្លីទៅវិញ នៅមានរឿងជាច្រើនទៀតដែលយើងចង់ធ្វើនៅក្នុង ជីវិតរបស់យើង យើងមិនចង់បែកបាក់ពីមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់យើងជាដើម។

លំហាត់អនុវត្តន៍

៨ តើអ្នកគិតថាវាខុសដែរឬទេ ដែលគ្រិស្តបរិស័ទទាស់ប្រឆាំងជាមួយនឹងការដឹងខ្លួនថាគេត្រូវស្លាប់ នោះ? ចូរបកស្រាយចម្លើយរបស់អ្នក។

....

....

ដំណាក់កាលទី៣៖ ការតថ្លៃ

មនុស្សដែលជិតស្លាប់ជាច្រើនអ្នកត្រូវឆ្លងកាត់ដំណាក់កាលមួយនេះ។ នេះជាឱកាសសម្រាប់គ្រិស្ត បរិស័ទដែលមានពិតជាយកចិត្តទុកដាក់ ក្នុងការជួយពួកគេស្វែងរកការ រំដោះខ្លួនឲ្យផុតពីទោសរបស់ពួក គេ ហើយទទួលយកបំណងព្រះហឫទ័យរបស់ព្រះជាម្ចាស់សម្រាប់ជីវិតរបសពួកគេ មិនថាការប្រោសឲ្យ ជាគឺជា "ផ្នែកមួយនៃការតថ្លៃ" នោះឬអត់នោះទេ។ ពេលខ្លះមនុស្សមានអារម្មណ៍ថាព្រះជាម្ចាស់កំពុងដាក់ ទោសពួកគេ។ ពិតណាស់ ដូចដែលយើងបានឃើញនៅក្នុងមេរៀនមុននេះរួចមកហើយថា ទ្រង់អនុញ្ញាត ឲ្យយើងឆ្លងកាត់បញ្ហា ដើម្បីប្រៀនប្រដៅយើង ហើយនាំយើងឲ្យចូលទៅកាន់តែជិតទ្រង់។ ប៉ុន្តែព្រះគុណ របស់ទ្រង់មិនផ្អែកទៅលើការតថ្លៃរបស់យើងជាមួយទ្រង់នោះទេ។

ដំណាក់កាលទី៤៖ ការបាក់ទឹកចិត្ត

នៅពេលមនុស្សដែលជិតស្លាប់មិនអាចបដិសេធជំងឺរបស់គេតទៅទៀត នៅពេលដែលអាការៈរបស់ពួកគេកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរទៅៗ ហើយជំងឺក៏កាន់តែវិវត្តទៅមុខ ដល់ពេលមួយពួកគេនឹងទទួលអារម្មណ៍មានការបាត់បង់យ៉ាងធំធេង។ ជំងឺអាចនាំឲ្យមានការផ្លាស់ប្តូរជាច្រើននៅក្នុងជីវិតរបស់ពួកគេ ដូចជាបាត់បង់ការងារ វិបត្តិហរិញ្ញវត្ថុ ការឈឺចាប់ និង ផ្សេងៗទៀត។ ចុងក្រោយពួកគេមិនអាចសម្រួបខ្លួនបាន ហើយពួកគេក៏លិចចូលទៅក្នុងការបាក់ទឹកចិត្ត។ ការបាក់ទឹកចិត្តនេះ គឺទាក់ទងទៅនឹងអ្វីដែលពួកគេបានឆ្លងកាត់រួចមកហើយ ប៉ុន្តែបើយោងទៅតាមវេជ្ជបណ្ឌិត ខូបឡើ រូស (Dr. Kubler-Ross) មានដំណាក់កាលនៃការបាក់ទឹកចិត្តមួយទៀតដែលអ្នកមានជំងឺត្រូវមានឱកាសក្នុងការទួញសោកចំពោះរឿងដែលថាពួកគេនឹងត្រូវបានកាត់ផ្តាច់ចេញពីមនុស្ស និង របស់ជាទីស្រឡាញ់របស់ពួកគេ។ នេះមិនមែនជាពេលដែលត្រូវព្យាយាមធ្វើឲ្យពួកគេសប្បាយចិត្តនោះទេ ប៉ុន្តែវាជាពេលដែលត្រូវលួងលោមពួកគេវិញ ហើយបើចាំបាច់ត្រូវទួញសោកជាមួយពួកគេទៀត។ ដំណាក់កាលនេះ ត្រៀមអ្នកជំងឺសម្រាប់អ្វីដែលនឹងមកដល់ ហើយជួយពួកគេឲ្យទទួលស្គាល់ការពិតដែលថាគេអាចនឹង
ស្លាប់។

ដំណាក់កាលទី៥៖ ការទទួលស្គាល់

ចុងបញ្ចប់ មនុស្សដែលជិតស្លាប់ក៏ឈានទៅដល់ដំណាក់កាលនៃការទទួលស្គាល់ ដែលគេហាក់បីដូចជា ដាក់ខ្លួនពួកគេចុះចូលទៅក្នុងគំនិតនៃការស្លាប់ ហើយបែរទៅជាមិនសូវជាចាប់អារម្មណ៍អំពីអ្វីដែលកើតឡើងនៅជុំវិញពួកគេ។ ពួកគេអាចនឹងទៅជា ចាកចេញ និង ផ្តាច់ខ្លួនគេពីអ្នកដទៃទៀត។ ពួកគេបានរំសាយកំហឹងរបស់ពួកគេ ហើយនៅពេលដែលពួកគេអាចនឹងមិនសប្បាយចិត្តនោះ ពួកគេហាក់បីដូចជាមានសន្តិភាពជាមួយនឹងផ្នត់គំនិតនៃសេចក្តីស្លាប់។ នេះគឺជាពេលដែល អស់អ្នក នៅក្បែរមនុស្សជិតស្លាប់នោះ ត្រូវលួងលោមពួកគេឲ្យកាន់តែខ្លាំងបន្ថែមទៀត។

វាក៏ត្រូវបានគេកត់សំគាល់ឃើញថា មនុស្សខ្លះឆ្លងកាត់ដំណាក់កាលទាំងនេះលើសពីម្តងទៅទៀត ឬ ពួកគេអាចឆ្លងពីដំណាក់កាលនីមួយៗនោះទៅវិញទៅមក។ មានការឆ្លើយតបជារឿយៗមួយផ្សេងទៀតដែលកើតមានឡើងនៅលើមនុស្សជាតិ នោះគឺ *សេចក្តីសង្ឃឹម។* មានឃ្លាចំណាស់មួយបានពោលថា៖ "ក្តីសង្ឃឹមគឺជាប្រភពនៃភាពអស់កល្ប ដែលមាននៅក្នុងដួងចិត្តរបស់មនុស្ស"។ មនុស្សដែលជិតស្លាប់អាចមានក្តីសង្ឃឹមថាគ្រូពេទ្យបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យខុសអំពីជំងឺរបស់គេ ដែលថាអាការៈអាចនឹងបាត់ទៅវិញ ឬ ថាមិនយូរប៉ុន្មានពួកគេនឹងត្រូវបានជាសះស្បើយពីជំងឺរបស់គេ។ នេះប្រហែលជាការឆ្លើយតបរបស់អ្នកដែលមិនមែនជាគ្រិស្តបរិស័ទ ព្រមទាំងអ្នកដែលជាគ្រិស្តបរិស័ទផងដែរ។ ក្តីសង្ឃឹមគឺជាខ្សែដែលរត់កាត់ដំណាក់កាលនីមួយៗ ហើយរក្សាអារម្មណ៍របស់មនុស្សមិនឲ្យមានភាពតានតឹងខ្លាំងពេក។ ប្រាកដណាស់ គ្រិស្តបរិស័ទក៏ត្រូវបានប្រោសប្រទានឲ្យមានក្តីសង្ឃឹមក្នុងជំនឿលើព្រះជាម្ចាស់។ យើងនឹងនិយាយអំពីក្តីសង្ឃឹមរបស់គ្រិស្តបរិស័ទនៅក្នុងមេរៀនបន្ទាប់របស់
យើង។ វាគឺថ្នាំព្យាបាលដ៏ពូកែសម្រាប់បញ្ហានៅក្នុងជីវិតទាំងអស់។

សត្រូវចុងក្រោយបង្អស់ ដែលនឹងត្រូវរំលាយចោលនោះ គឺសេចក្ដីស្លាប់។...ជ័យជំនះបានបំបាត់មច្ចុរាជចោលហើយ....ដោយសារព្រះអម្ចាស់យេស៊ូគ្រិស្ដ។ (គម្ពីរ១កូរិនថូស ១៥:២៦,៥៤,៥៧)

បញ្ហាដទៃផ្សេងទៀត

វាក៏មានបញ្ហាជាច្រើននៅក្នុងជីវិតពិតជាក់ស្ដែង ដែលកើតមាននៅក្នុងដំណើរនៃការស្លាប់របស់មនុស្ស។ ខាងក្រោមនេះគឺជាបញ្ហាដែលចម្បងៗជាងគេ៖

១. ចង់លាក់ការពិតដែលថាខ្លួនជិតស្លាប់ ។ មានមនុស្សបានប្រាប់មកខ្ញុំថា៖ "ខ្ញុំមិនចង់ប្រាប់ នរណាម្នាក់ថាខ្ញុំជិតស្លាប់នោះទេ ព្រោះនៅពេលដែលមនុស្សបានដឹងពីការនោះ ពួកគេធ្វើមកលើអ្នកខុសប្លែកពីមុន។ ខ្ញុំចង់រក្សាជីវិតធម្មតាឲ្យបានយូរតាមតែអាចធ្វើទៅបាន។"

២. ការព្រួយបារម្ភថានរណានឹងមើលការខុសត្រូវរឿងដែលអ្នកមិនទាន់បានធ្វើ តើនឹងមានរឿងអ្វីកើតឡើងចំពោះគ្រួសារ និងការព្រួយបារម្ភផ្សេងៗទៀតដូចជា ៖ "ត្រូវតែមាននរណាដឹងថាតើសោរទុកនៅកន្លែងណា តើលុយទុកនៅឯណា តើមានធានារ៉ាប់រងប៉ុន្មាន តើក្រដាសបញ្ជីស្នាមសំខាន់ៗរបស់គ្រួសារនៅឯណា"។ មានគិលានុដ្ឋាយិកាម្នាក់បានឲ្យយោបល់ថា "សាកល្បងគិតថាបើអ្នកមិននៅទីនេះ។ តើអ្វីខ្លះដែលគ្រួសាររបស់អ្នកត្រូវដឹង?"

៣. បញ្ហាហិរញ្ញវត្ថុដែលទាក់ទងទៅនឹងថ្លៃព្យាបាល ឬ ការបាត់បង់អ្នករកចំណូល។

៤. ការស្ទាក់ស្ទើររបស់សមាជិកគ្រួសារក្នុងការពិភាក្សាពីការប្រឈមនឹងការស្លាប់ និង ការដែលវាអាចនឹងប៉ះពាល់ទៅដល់ក្រុមគ្រួសារ អ្នកដែលជិតស្លាប់ត្រូវមានសិទ្ធិដឹងពីភាពធ្ងន់ធ្ងរនៃជំងឺរបស់គាត់ និង មានសិទ្ធិនិយាយពីរឿងនេះជាមួយនឹងគ្រួសារ។

អ្នកប្រហែលជានឹកឃើញបញ្ហាស្រដៀងគ្នា នៅក្នុងស្ថានភាពបែបនេះដែរ។ បន្ថែមពីលើនេះទៅទៀត នៅមានបញ្ហាខាងអារម្មណ៍ និង បញ្ហាខាងវិញ្ញាណ ដែលមនុស្សជិតស្លាប់ និង ក្រុមគ្រួសារត្រូវឆ្លងកាត់ ដូចជារឿងទាក់ទងនឹងការបាត់បង់ ភាពសោកសៅ ឬ សំណួរជាច្រើនអំពីការអធិស្ឋានសុំការព្យាបាលដែលគ្មានការឆ្លើយតបពីព្រះជាម្ចាស់។

លំហាត់អនុវត្តន៍

៩ ចូរសរសេរនៅក្នុងតារាងមួយ អំពីអ្វីដែលអ្នកចង់ឲ្យគ្រួសាររបស់អ្នកដឹង នៅក្នុងករណីដែលអ្នកត្រូវស្លាប់។ ចូរសរសេរនៅក្នុងសៀវភៅកត់ត្រារបស់អ្នក។

ពេលដែលល្អបំផុតដើម្បីពិភាក្សាអំពីបញ្ហាសំខាន់ៗនៅក្នុងគ្រួសារ គឺនៅពេលដែលអ្នកនៅមានសុខភាពល្អ និង អាចធ្វើវាបានដោយគ្មានការលំអៀង និង មិនតាមតែអារម្មណ៍។ ប្រសិនបើអ្នកមានទ្រព្យសម្បត្តិ អ្នកធានាការពារវាសម្រាប់ប្ដីប្រពន្ធ និង កូនៗរបស់អ្នក ដោយការធ្វើលិខិតផ្ទេរមរតកមួយ។ ប្ដីប្រពន្ធត្រូវរៀបចំផែនការរួមគ្នាមួយ ឲ្យបានល្អតាមតែពួកគេអាចធ្វើទៅបាន សម្រាប់ធានាអនាគតកូនៗរបស់ពួកគេ នៅក្នុងករណីដែលម្នាក់ក្នុងចំណោមពួកគេ ឬ ពួកគេទាំងពីរនាក់អាចស្លាប់។ ទាំងនេះគឺជាបញ្ហាសំខាន់ដែលមិនគួរធ្វេសប្រហែសសោះឡើយ។

លំហាត់អនុវត្តន៍

១០ តើអ្នកអាចរៀបចំយ៉ាងណាឲ្យបានល្អបំផុត សម្រាប់ដោះស្រាយបញ្ហាជាក់ស្ដែងដែលទាក់ទងជាមួយនឹងការស្លាប់?

....

....

១១ នៅក្នុងជួរខាងស្ដាំ គឺជាដំណាក់កាលដែលមនុស្សអាចនឹងឆ្លងកាត់ នៅពេលដែលពួកគេ ប្រឈមមុខនឹងការពិតដែលថាគេជិតស្លាប់។ នៅក្នុងជួរខាងឆ្វេង គឺជាអាការៈនៃដំណាក់កាលនីមួយៗ។ ចូរផ្គូផ្គងដំណាក់កាលទៅនឹងអាការៈ ដោយសរសេរលេខត្រឹមត្រូវទៅក្នុងចន្លោះបន្ទាត់។

........ក)	និយាយប្រឆាំងបះបោរជាមួយនឹងការពិត	១)	បដិសេធ
........ខ)	ជឿថានឹងមានអ្វីម្យ៉ាងកើតឡើងដើម្បីផ្លាស់ប្ដូរស្ថានភាពនោះ	២)	កំហឹង
		៣)	ការតថ្លៃ
.........គ)	ការបោះបង់ ការផ្ដាច់ខ្លួន និង មានអារម្មណ៍សុខសាន្ត។	៤)	ការបាក់ទឹកចិត្ត
........ឃ)	បដិសេធមិនព្រមទទួលយកការពិត	៥)	ការទទួលស្គាល់
........ង)	សន្យាថានឹងផ្លាស់ប្ដូរអាកប្បកិរិយាប្រសិនបើព្រះជាម្ចាស់ជួយ។	៦)	សង្ឃឹម
.........ច)	ទួញសោក និង មានអារម្មណ៍បាត់បង់		

ប្រហែលជានៅក្នុងអំឡុងពេលដែលមានទុក្ខខាងឯរូបកាយ ដែលគ្រិស្តបរិស័ទរកឃើញឥទ្ធិពលដ៏ពិតនៃដំណឹងល្អរបស់ព្រះយេស៊ូគ្រិស្តនៅក្នុងជីវិតរបស់ពួកគេ។ នៅក្នុង*បញ្ហានៃការឈឺចាប់*នេះ *(The Problem of Pain,)* លោកស៊ី.អែស. លូវីស (C.S.Lewis) បាននិយាយថា៖ "ខ្ញុំបានឃើញវិញ្ញាណដ៏ស្រស់ស្អាតអស្ចារ្យនៅក្នុងអស់អ្នកដែលធ្លាប់ជាអ្នករងទុក្ខយ៉ាងខ្លាំងខ្លះ" (១៩៧៦, ១០៨) ។ មានទំនុកចម្រៀងដ៏អស្ចារ្យ និង ការចែកចាយព្រះបន្ទូលដ៏មានឥទ្ធិពលជាច្រើន ត្រូវបានសរសេរឡើងដោយពួកសន្ត (មនុស្សវិសុទ្ធ) ដែលឆ្លងកាត់ការឈឺចាប់យ៉ាងខ្លាំង។ អ្នកជឿដែលបានផ្សាព្វផ្សាយអំណរ និងសេចក្ដីសុខសាន្ត ហើយបានឆ្លុះបញ្ចាំងអំពីព្រះគ្រិស្ត នៅក្នុងចំណោមបញ្ហាយ៉ាងលំបាករបស់ពួកគេ គឺពិតជាការជំរុញចិត្តដ៏អស្ចារ្យពិតមែន!

លំហាត់អនុវត្តន៍

១២ តើដំណឹងល្អរបស់ព្រះគ្រិស្តបានកែប្រែមធ្យោបាយដែលអ្នកប្រើដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាដែលអាចកើតមានឡើងនៅពេលជិតស្លាប់ដោយរបៀបណា?

....

....

គ. ការជួយអ្នកកំពុងរងទុក្ខ និង អ្នកជិតស្លាប់

វត្ថុបំណងទី៥. *ជ្រើសរើសពាក្យសំដីពិតប្រាកដ ទាក់ទងនឹងមធ្យោបាយគ្រិស្តបរិស័ទអាចជួយអស់អ្នកដែលកំពុងរងទុក្ខ និង ជិតស្លាប់បាន។*

នៅក្នុងមុខវិជ្ជានេះ យើងបានឃើញរួចមកហើយអំពីរបៀបច្រើនសម្រាប់បម្រើអ្នកដែលកំពុងរងទុក្ខ។ ពេលនេះយើងនឹងសិក្សាឲ្យកាន់តែច្បាស់ ទៅលើមធ្យោបាយដើម្បីជួយអ្នកដែលកំពុងរងការឈឺចាប់ខាងឯរូបកាយ និង ខាងឯអារម្មណ៍ និង អ្នកដែលជិតស្លាប់។

នៅក្បែរ

រឿងដ៏សំខាន់ដែលអ្នកប្រហែលជាអាចធ្វើបានគឺគ្រាន់តែ*នៅក្បែរ*ប៉ុណ្ណោះ។ ភាពជិតស្និទ្ធិរបស់អ្នក សម្លេងដ៏ស្រទន់ និង ការបបោសអង្អែលអាចប្រាប់យ៉ាងខ្លាំងពីក្ដីស្រឡាញ់ និងការខ្វល់ខ្វាយ ជាងពាក្យសំដីទៅទៀត។ ធ្វើខ្លួនអ្នកឲ្យទំនេរសម្រាប់អ្នកដែលរងទុក្ខ និង មនុស្សជិតស្លាប់ ព្រមទាំងក្រុមគ្រួសាររបស់គេផងដែរ។ ការទៅសួរសុខទុក្ខខ្លីៗ និង ញឹកញាប់ដល់ក្បែរគ្រែរបស់ពួកគេគឺជាការលើកទឹកចិត្តមួយ។ ប្រសិនបើអ្នកនៅឃ្លាតឆ្ងាយពេក ការទៅសួរសុខទុក្ខរបស់អ្នកនឹងក្លាយទៅជាបន្ទុកសម្រាប់អ្នកនោះទៅវិញ។ អ្នកអាចបង្ហាញក្ដីស្រឡាញ់របស់អ្នកតាមរបៀបជាច្រើន វាអាចជាការធ្វើការងារសម្រាប់គ្រួសារអ្នកនោះ ការមើលថែកូនៗរបស់អ្នកជំងឺ ការអានរឿងនិទានឲ្យគេស្ដាប់ ឬ អាចជាការបំពេញតម្រូវការខាងឯសាច់ឈាមរបស់អ្នកនោះផងដែរ។

ស្មោះត្រង់

នៅក្នុងការនិយាយជាមួយអ្នកមានជំងឺ និង អ្នកជិតស្លាប់ ត្រូវឲ្យមានភាពស្មោះត្រង់។ សូមអនុញ្ញាតឲ្យខ្លួនឯងបានបង្ហាញអារម្មណ៍ ប៉ុន្តែក៏ត្រូវឲ្យពួកគេដឹងថា អ្នកបានឃើញថាព្រះគ្រិស្តគឺជាធនធានដ៏អស្ចារ្យនៅក្នុងពេលដែលមានភាពភ័យខ្លាច និង ការបាក់ទឹកចិត្ត។ អនុញ្ញាតឲ្យព្រះវិញ្ញាណដ៏វិសុទ្ធមានព្រះបន្ទូលកំសាន្តចិត្តតាមរយៈមាត់របស់អ្នក។ ចែកចាយបទគម្ពីរដែលផ្ដល់កម្លាំង និង លើកទឹកចិត្ត។ អធិស្ឋានជាមួយពួកគេ និង អធិស្ឋានសម្រាប់ពួកគេ។ត្រូវយល់ឲ្យច្បាស់ពីដំណាក់កាលនៃការឆ្លើយតបដែលយើងបានពិភាក្សានៅខាងលើ ហើយកុំព្យាយាមប្រាប់អ្នកជំងឺនោះថាគេខុស ដែលគេមានប្រតិកម្មឆ្លើយតបយ៉ាងដូច្នោះ។

ជាអ្នកដែលឆាប់មានអារម្មណ៍ដឹង

ទោះបីជាគ្រិស្តបរិស័ទត្រូវបានរំដោះឲ្យរួចផុតពីសេចក្ដីស្លាប់នោះក៏ដោយ តែវានៅតែជាសត្រូវ ហើយភាពចម្លែករបស់វា អាចធ្វើឲ្យមានភាពមិនស្រណុកក្នុងចិត្តបាន។ អ្នកត្រូវតែឆាប់មានអារម្មណ៍ដឹងពីភាពឯកាដែលលក្ខណៈពិសេសដោយឡែកពីគ្នាដែលអាចកើតមានចំពោះមនុស្សជិតស្លាប់ និង ញាតិមិត្តរបស់អ្នកស្លាប់ផងដែរ។ពួកគេត្រូវការវត្តមានរបស់បងប្អូនប្រុសស្រីនៅក្នុងព្រះគ្រិស្តដើម្បីជួយកាត់បន្ថយអារម្មណ៍ដែលត្រូវបានកាត់ផ្ដាច់ពីជីវិតដែលពួកគេធ្លាប់បានស្គាល់។

មនុស្សជិតស្លាប់តែងតែនិយាយថាអ្នកដទៃធ្វើមកលើខ្លួនមិនដូចជាមនុស្សសោះ ហើយធ្វើដូចពួកគេបានស្លាប់ហើយ។ នៅពេលដែលពួកគេត្រូវការការលួងលោម និងការលើកទឹកចិត្តបំផុត បែរជាអ្នកដទៃតែងតែដកខ្លួន និង ចាកចេញពីពួកគេឲ្យប្រឈមមុខនឹងសេចក្ដីស្លាប់តែម្នាក់ឯង។ ឬមួយក៏មានគ្រួសារ និង មិត្តភក្ដិខ្លះបែរជាពិភាក្សាគ្នាអំពីជំងឺរបស់ពួកគេ អាការៈរបស់ពួកគេ ឬ អាកប្បកិរិយារបស់ពួកគេ ធ្វើដូចពួកគេមិនមានវត្តមាននៅទីនោះយ៉ាងដូច្នោះ។ គ្រិស្តបរិស័ទដែលឆាប់មានអារម្មណ៍ដឹង នឹងមិនអនុញ្ញាតឲ្យមានការនេះកើតឡើងនោះទេ។ ការជាសះស្បើយរបស់អ្នកជំងឺម្នាក់អាចនឹងកើតឡើងបាន ទោះបីជាគាត់មិនអាចឆ្លើយតបមករកអ្នកវិញក៏ដោយ។ វាគឺជារឿងសំខាន់ណាស់ដែលនៅក្នុងពេលនេះ អ្នកត្រូវបង្ហាញទាក់ទងនឹងក្ដីសង្ឃឹម និង ការលួងលោមជាមួយគាត់។

លំហាត់អនុវត្តន៍

១៣ ចូរគូសរង្វង់នៅពីមុខចម្លើយត្រឹមត្រូវ ដែលបានឆ្លុះបញ្ចាំងពីរបៀបដែលគ្រិស្តបរិស័ទអាចជួយអ្នកដែលកំពុងរងទុក្ខ ឬជិតស្លាប់។ គ្រិស្តបរិស័ទគួរតែ

ក) ចំណាយពេលឲ្យបានច្រើនម៉ោងនៅក្បែរគ្រែរបស់អ្នកជំងឺនោះនិយាយទៅកាន់ពួកគេដើម្បីបង្ហាញថាគេពិតជាយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះពួកគេ។

ខ) ត្រូវតែមានភាពស្មោះត្រង់នៅក្នុងការចែកចាយអារម្មណ៍របស់ពួកគេ និង ការខ្វល់ខ្វាយរបស់ពួក គេជាមួយអ្នកជំងឺ ឬអ្នកជិតស្លាប់នោះ។

គ) ត្រូវតែមានពេលទំនេរឲ្យបានច្រើនដើម្បីបម្រើគេតាមអ្វីដែលគេត្រូវការ។

ឃ) ជៀសវាងការនិយាយពិភាក្សាអំពីស្ថានភាពរបស់អ្នកជំងឺនោះជាមួយអ្នកដទៃ នៅចំពោះមុខអ្នកជំងឺនោះ។

ង) ចែកចាយពីបញ្ហាផ្ទាល់ខ្លួនជាមួយអ្នកជំងឺ ដើម្បីឲ្យពួកគេឈប់គិតពីរឿងរបស់ខ្លួនឯង។

ច) និយាយពាក្យដែលប្រកបដោយការលួងលោម និង ក្ដីសង្ឃឹម ដោយមានការដឹកនាំពីព្រះ វិញ្ញាណដ៏វិសុទ្ធ។

ឆ) ត្រូវធ្វើជាអ្នកឆាប់មានអារម្មណ៍ដឹងពីតម្រូវការរបស់អ្នកជំងឺ ដែលចង់ឲ្យអ្នកដទៃធ្វើមកលើខ្លួនដូចជាមនុស្សគ្រប់លក្ខណៈយ៉ាងដូច្នោះដែរ ។

ឃ. បញ្ហាដែលទាក់ទងនឹងសេចក្ដីស្លាប់

វត្ថុបំណងទី៦. *ដោយយោងទៅតាមគម្ពីរ១កូរិនថូស ១៥:៥៥-៥៧ អ្នកអាចធ្វើការបកស្រាយអំពីកម្លាំង និង សេចក្ដីសុខសាន្ត ដែលញាតិមិត្តរបស់អ្នកស្លាប់ទទួលបាននៅពេលដែលគ្រិស្តបរិស័ទម្នាក់បានស្លាប់។*

ស្ថានភាពខាងវិញ្ញាណ

បញ្ហាដ៏ធ្ងន់ធ្ងរបំផុតសម្រាប់អ្នកដែលប្រឈមមុខនឹងសេចក្ដីស្លាប់គឺបញ្ហានេះ៖ "តើខ្ញុំបានត្រៀមខ្លួនដើម្បីគាល់ព្រះជាម្ចាស់ហើយឬនៅ?" ប្រសិនបើមនុស្សម្នាក់បានដោះស្រាយបញ្ហាអំពើបាបរបស់គាត់រួច

ហើយ ប្រសិនបើគាត់បានកើតសាជាថ្មីនៅក្នុងព្រះគ្រិស្តហើយ នោះសេចក្តីស្លាប់មិនមែនជាបញ្ហាទៀតនោះទេ ដ្បិតព្រះគ្រិស្តបានដោះស្រាយបញ្ហានោះដោយការសុគតរបស់ទ្រង់នៅលើឈើឆ្កាង និង ការមានព្រះជន្មរស់ឡើងពីផ្នូររបស់ទ្រង់រួចទៅហើយ។ ការនេះបានបង្ហាញនៅក្នុងគម្ពីរ១កូរិនថូស ១៥:៥៥-៥៧៖

មច្ចុរាជអើយ តើទ្រនិចរបស់ឯងនៅឯណា?

មច្ចុរាជអើយ តើអំណាចប្រហារជីវិតរបស់ឯង នៅឯណា?

ទ្រនិចនៃសេចក្តីស្លាប់គឺជាអំពើបាប ហើយអំណាចនៃអំពើបាបគឺជាច្បាប់។ ប៉ុន្តែអរព្រះគុណដល់ព្រះជាម្ចាស់ ដែលទ្រង់បានប្រទានជ័យជំនះមកឲ្យយើងតាមរយៈព្រះអម្ចាស់យេស៊ូគ្រិស្តនៃយើង!

គ្រិស្តបរិស័ទអាចប្រកាសរួមជាមួយលោកសាវ័កប៉ូលថា៖ ដូច្នេះហើយ "ចំពោះខ្ញុំ បើរស់ ខ្ញុំរស់រួមជាមួយព្រះគ្រិស្ត ហើយបើស្លាប់ ខ្ញុំក៏បានចំណេញដែរ។...ចិត្តខ្ញុំរារែកទាំងសងខាង គឺម្យ៉ាងខ្ញុំប៉ងប្រាថ្នាចង់លាចាកលោកនេះ ទៅនៅជាមួយព្រះគ្រិស្តនោះប្រសើរជាងឆ្ងាយណាស់។" (គម្ពីរភីលីព ១:២១,២៣)។ គម្ពីរទំនុកតម្កើង១១៦:១៥ ប្រាប់យើងថា "ព្រះអម្ចាស់ព្រួយព្រះហឫទ័យណាស់ នៅពេលប្រជាជនដ៏វិសុទ្ធណាម្នាក់ស្លាប់។"

ការដែលត្រូវគេស្លាប់ចោល

ក្នុងពេលនេះ សេចក្តីស្លាប់គឺ បញ្ហាដ៏ធំសម្រាប់អ្នកដែលនៅរស់ ជាងអ្នកស្លាប់ជាគ្រិស្តបរិស័ទដែលបានចាកចេញទៅនៅជាមួយព្រះអម្ចាស់ទៅទៀត។ ញាតិមិត្តអ្នកស្លាប់នឹងឆ្លងកាត់គ្រាសោកសង្រេង។ ពួកគេអាចមានអារម្មណ៍ថាមានកំហុសដោយសារតែមិនអាចជួយរារាំងសេចក្តីស្លាប់នោះបាន ឬដោយសារតែការសោកស្តាយដែលពួកគេអាចនឹងមាន។ ពួកគេនឹងទទួលរងអារម្មណ៍បាត់បង់យ៉ាងខ្លាំង ហើយនឹងត្រូវតែទទួលស្គាល់ការពិតដែលថា បងប្អូនគេបានស្លាប់ហើយ។ ពួកគេនឹងត្រូវការនរណាម្នាក់មកដើម្បីឈរក្បែរ និង យំសោកជាមួយពួកគេ។

មនុស្សយើងភាគច្រើនមានអារម្មណ៍ថា ខ្លួនឯងគ្មានប្រយោជន៍ នៅពេលដែលព្យាយាមកំសាន្តចិត្តញាតិមិត្តរបស់អ្នកស្លាប់។ មនុស្សតែងតែនិយាយអ្វីដែលធ្វើឲ្យមានបញ្ហា ជាជាងធ្វើឲ្យមានការល្អ។ សាជាថ្មីម្តងទៀត វត្តមានរបស់អ្នក ការប៉ះរបស់អ្នក និង ការស្ម័គ្រចិត្តជួយរបស់អ្នក នឹងធ្វើឲ្យសម្រេចការបានច្រើនជាងពាក្យសំដីនោះទៅទៀត។ ក្រោយពីភាពតក់ស្លុតបានកន្លងផុតទៅ ហើយជីវិតក៏បានត្រឡប់ទៅរកទម្លាប់ដូចពីមុន នោះការយកចិត្តទុកដាក់ និង មិត្តភាពរបស់អ្នកនឹងត្រូវការជាចាំបាច់ ដើម្បីជួយញាតិមិត្តរបស់អ្នកស្លាប់ ក្នុងពេលដែលពួកគេកែប្រែការរស់នៅរបស់ពួកគេដោយគ្មានមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់ពួកគេ។

សម្រាប់អស់អ្នកដែលធ្លាប់មានសមាជិកគ្រួសារជិតស្និទ្ធបាត់បង់ជីវិត នោះគេដឹងថានេះគឺជាពេលដែលព្រះជាម្ចាស់ប្រទានកម្លាំង និង សេចក្តីសុខសាន្តដ៏អស្ចារ្យ នៅពេលដែលយើងស្វែងរកឲ្យទ្រង់ជួយ។ ទ្រង់គាំទ្រយើង នៅក្នុងគ្រប់ការសម្រេចចិត្តទាំងអស់ និង គ្រប់ការគ្រាំគ្រាចិត្តទាំងអស់ ហើយទ្រង់ប្រទានឲ្យយើងនូវក្តីសង្ឃឹមថានៅថ្ងៃមួយយើងនឹងបានជួបជុំជាមួយអ្នកជាទីស្រឡាញ់របស់យើងជារៀងរហូតនៅឯស្ថានបរមសុខ!

លំហាត់អនុវត្តន៍

១៤ យោងទៅតាមគម្ពីរ១កូរិនថូស ១៥:៥៥-៥៧ នៅពេលដែលមានគ្រិស្តបរិស័ទម្នាក់បានស្លាប់ទៅ ចូរបកស្រាយពីកម្លាំង និង សេចក្តីសុខសាន្តដែលញាតិមិត្តរបស់អ្នកស្លាប់ទទួលបាន ។

....

ខ. ចក្ខុវិស័យមួយរបស់គ្រិស្តបរិស័ទ

ការរងទុក្ខ និង ការសុគតរបស់ព្រះគ្រិស្ត

វត្ថុបំណងទី៧. *ថ្លែងប្រាប់ពីគោលការណ៍មួយផ្អែកទៅលើគំរូរបស់ព្រះគ្រិស្ត ដែលអាចដឹកនាំផ្លូវរបស់គ្រិស្តបរិស័ទ នៅពេលដែលពួកគេប្រឈមមុខជាមួយនឹងការរងទុក្ខ និង សេចក្តីស្លាប់។*

ហោរាអេសាយបានធ្វើការទស្សន៍ទាយទុកមុនអំពីព្រះយេស៊ូគ្រិស្តយ៉ាងដូច្នេះថា៖

ព្រះអម្ចាស់សព្វព្រះហឫទ័យអោយអ្នកបំរើ របស់ព្រះអង្គរងទុក្ខលំបាកដ៏ខ្លោចផ្សា។ ដោយលោកបានបូជាជីវិត ធ្វើជាយញ្ញបូជាលោះបាបសំរាប់អ្នកដទៃ ព្រះអង្គនឹងធ្វើអោយលោកមាន ពូជពង្ស ព្រះអង្គនឹងបន្តអាយុជីវិតរបស់លោក ហើយព្រះអម្ចាស់នឹងសំរេចតាមព្រះហឫទ័យ របស់ព្រះអង្គតាមរយៈលោក។ "ក្រោយពីបានរងទុក្ខលំបាកយ៉ាងខ្លាំងមក ជីវិតរបស់អ្នកបំរើ នឹងមានពន្លឺ មនុស្សជាច្រើននឹងទទួលស្គាល់ ចំណេះដឹងរបស់លោក។ អ្នកបំរើរបស់យើង សុចរិត លោកក៏ប្រោសមហាជនអោយបានសុចរិត ដោយទទួលយកកំហុសរបស់ពួកគេ។(គម្ពីរអេសាយ ៥៣:១០-១១)

ព្រះយេស៊ូមិនបានប្រព្រឹត្តបាបសោះ។ ទ្រង់បានរងទុក្ខ ទាំងមិនបានធ្វើខុសសោះឡើយសម្រាប់អ្នកដែលមានទោស។ ប៉ុន្តែទ្រង់ក៏បានដឹងថា តាំងពីមុនពេលដែលទ្រង់យាងមកលើផែនដីនេះទៅទៀត ថាការយាងមកនេះនឹងជាការរងទុក្ខព្រួយ និង ការឈឺចាប់ដ៏លើលលប់មួយ។ បន្ទាប់ពីព្រះយេស៊ូបានសុគតហើយមានព្រះជន្មរស់ពីស្លាប់ឡើងវិញ "ព្រះអង្គមានព្រះបន្ទូលថា៖ «ហេតុការណ៍នេះកើតឡើង ស្របតាមសេចក្ដីដែលមានចែងទុកក្នុងគម្ពីរមែន គឺព្រះគ្រិស្ត*ត្រូវរងទុក្ខលំបាក ហើយមានព្រះជន្មរស់ឡើងវិញនៅថ្ងៃទីបី។" (គម្ពីរលូកា២៤:៤៦)។

លំហាត់អនុវត្តន៍

១៥ ចូរអានគម្ពីរកិច្ចការ ៣:១៨ និង គម្ពីរកិច្ចការ ២៦:២២-២៣ ។ តើខគម្ពីរទាំងពីរនេះបាននិយាយ ថាព្រះគ្រិស្តបានធ្វើអ្វី?

....

សាសន៍យូដាបាននឹងកំពុងរងចាំព្រះមេស្ស៊ីយាងមកធ្វើជាស្តេចដ៏មានអំណាចចេស្តាដែលមានអំណាចខាងឯនយោបាយដែលនឹងរំដោះពួកគេឲ្យផុតពីការគាប់សង្កត់របស់ពួករ៉ូម៉ាំ។ ពួកគេបានមើលរំលង សេចក្តីពិតដែលហោរានៅក្នុងគម្ពីរសម្ព័ន្ធមេត្រីចាស់បានថ្លែងថា ទ្រង់នឹងយាងមកក្នុងនាមជាអ្នកបម្រើដែលរងទុក្ខវេទនា។ ដូចមនុស្សជាច្រើនក្នុងពេលបច្ចុប្បន្នដែរ ពួកគេបានបដិសេធរូបភាពនៃការរងទុក្ខលំបាករបស់ព្រះយេស៊ូ ថារឿងដែលគិតទៅធ្វើឲ្យពួកគេមិនសប្បាយចិត្តទៅវិញ។

ទោះបីជាវាគ្រាន់តែជារឿងដែលមានរយៈពេលខ្លីយ៉ាងណា ក៏ភាពធ្ងន់ធ្ងរនៃទុក្ខលំបាករបស់ព្រះយេស៊ូបានធ្វើឲ្យទ្រង់អធិស្ឋាននៅក្នុងសួនកេតសេម៉ានីថា៖ "អ័ប្បា ឱព្រះបិតាអើយ! ព្រះអង្គអាចសំរេចគ្រប់កិច្ចការទាំងអស់បាន សូមដកយកពែងនៃទុក្ខលំបាកនេះចេញអោយឆ្ងាយពីទូលបង្គំទៅ ប៉ុន្តែ សូមកុំតាមបំណងចិត្តទូលបង្គំឡើយ គឺសូមអោយបានសំរេចតាមព្រះហឫទ័យព្រះអង្គវិញ"។ (គម្ពីរម៉ាកុស១៤:៣៦)។ ព្រះយេស៊ូជ្រាបថា ការរងទុក្ខរបស់ទ្រង់មានគោលបំណងមួយ។ ទោះបីជាទ្រង់សព្វព្រះហឫទ័យចង់ជៀសផុតពីទុក្ខលំបាកនេះប្រសិនបើអាចទៅរួច ក៏បំណងព្រះហឫទ័យដ៏ធំរបស់ទ្រង់គឺត្រូវតែបំពេញតាមបំណងព្រះហឫទ័យរបស់ព្រះវរបិតា។ ទ្រង់ខ្វល់ព្រះទ័យអំពីតម្លៃដ៏អស់កល្បជានិច្ចដែលអាចនឹងបានមកតាមរយៈការរងទុក្ខ និង ការសុគតរបស់ទ្រង់ ជាជាងការឈឺចាប់ និង ការរងទុក្ខក្នុងមួយរយៈពេលខ្លីរបស់ទ្រង់។ ទ្រង់គឺជាគំរូដ៏ល្អឥតខ្ចោះរបស់យើង។

> ត្រូវសម្លឹងមើលទៅព្រះយេស៊ូ ដែលជាដើមកំណើតនៃជំនឿ ហើយធ្វើអោយជំនឿនេះបានគ្រប់លក្ខណៈ។ ព្រះអង្គសុខចិត្តលះបង់អំណរ ដែលបម្រុងទុកសំរាប់ព្រះអង្គ ហើយរងទុក្ខលំបាកនៅលើឈើឆ្កាងឥតខ្លាចខ្មាសសោះឡើយ។ ឥឡូវនេះ ព្រះអង្គគង់នៅខាងស្តាំបល្ល័ង្ករបស់ព្រះជាម្ចាស់។ សូមបងប្អូនគិតពីព្រះអង្គដែលបានស៊ូទ្រាំនឹងមនុស្សបាបដែលប្រឆាំងព្រះអង្គយ៉ាងខ្លាំងនោះទៅ ដើម្បីកុំអោយបងប្អូននឿយណាយបាក់ទឹកចិត្តឡើយ។
> (គម្ពីរហេប្រឺ ១២:២-៣)

លំហាត់អនុវត្តន៍

១៦ ចូរប្រាប់ពីគោលការណ៍ដែលផ្អែកទៅលើគំរូរបស់ព្រះគ្រិស្ត ដែលអាចនាំផ្លូវគ្រិស្តបរិស័ទ នៅពេលដែលពួកគេប្រឈមមុខនឹងទុក្ខលំបាក និង សេចក្តីស្លាប់។

....

....

....

ការឆ្លើយតបរបស់គ្រិស្តបរិស័ទ ទៅនឹងទុក្ខលំបាក និងការស្លាប់

វត្ថុបំណងទី៨ *ស្គាល់ពីគោលការណ៍ចម្បងដែលឆ្លុះបញ្ចាំងពីឥរិយាបថរបស់គ្រិស្តបរិស័ទ ទៅចំពោះការរងទុក្ខ និង សេចក្ដីស្លាប់។*

ទំនុកចិត្តនៅក្នុងព្រះជាម្ចាស់

រឿងរ៉ាវក្នុងព្រះគម្ពីរអំពីទុក្ខលំបាករបស់លោកយ៉ូប លោកមិនបានទទួលការបកស្រាយថាតើហេតុអ្វីបានជាមានទុក្ខលំបាកកើតឡើងចំពោះលោកយ៉ាងដូច្នេះទេ ប៉ុន្តែលោកជឿជាក់ថាបំណងព្រះហឫទ័យរបស់ព្រះជាម្ចាស់គឺល្អ ហើយជឿជាក់ថាព្រះជាម្ចាស់មិនចង់បំផ្លាញលោកនោះទេ តែដើម្បីធ្វើឲ្យលោកបានបរិសុទ្ធស្អាតទៅវិញ។ លោកយ៉ូបបាននិយាយថា៖ "ព្រះជាម្ចាស់ជ្រាបច្បាស់នូវមាគ៌ាដែលខ្ញុំដើរ ប្រសិនបើព្រះអង្គល្បងលមើលខ្ញុំ ព្រះអង្គមុខជាឃើញថា ខ្ញុំប្រៀបបាននឹងមាសសុទ្ធ" (គម្ពីរយ៉ូប២៣:១០)។ លោកយ៉ូបបានបញ្ជាក់ផងដែរថា ក្ដីស្រឡាញ់ និង ការជឿទុកចិត្តរបស់លោកចំពោះព្រះជាម្ចាស់ កើតមានឡើងពីការទុកចិត្តព្រះជាម្ចាស់ផ្ទាល់ ហើយមិនមែនកើតឡើងពីទ្រព្យសម្បត្តិ និង ការផ្គាប់ចិត្តដែលព្រះជាម្ចាស់អាចនឹងប្រទានឲ្យលោកនោះទេ ហើយក៏មិនមែនមកពីស្ថានភាពរបស់លោកនោះដែរ។

ព្រះជាម្ចាស់តែងតែរំដោះយើងចេញពីទុក្ខលំបាក ដោយអំណាចព្រះចេស្ដា និង ព្រះគុណរបស់ទ្រង់ ប៉ុន្តែទុក្ខលំបាកខ្លះនៅតែបន្តកើតមាន ទោះបីជាមានការអធិស្ឋាន និងការខិតខំប្រឹងប្រែងទាំងប៉ុន្មានរបស់យើង ទៅចំពោះព្រះជាម្ចាស់ក៏ដោយ។ ការរងទុក្ខគឺមានសារៈសំខាន់ណាស់នៅក្នុងផែនការរបស់ព្រះជាម្ចាស់ដើម្បីប្រៀនប្រដៅយើង (គម្ពីរហេព្រើ ១២:៧-១១) ដើម្បីសាកល្បងយើង (គម្ពីរយ៉ូប ២៣:១០) ដើម្បីត្រៀមយើងសម្រាប់ការបម្រើ (គម្ពីរ២កូរិនថូស ១:៤-៥) និង ដើម្បីបង្កើតបានជារូបភាពរបស់ព្រះគ្រិស្តនៅក្នុងយើង ។ លោកសាវ័កប៉ូលបានមានប្រសាសន៍ថា៖ "បំណងរបស់ខ្ញុំ គឺចង់ស្គាល់ព្រះគ្រិស្ត និងស្គាល់ឫទ្ធានុភាពដែលបានប្រោសព្រះអង្គអោយមានព្រះជន្មរស់ឡើងវិញ ព្រមទាំងចូលរួមជាមួយព្រះអង្គដែលរងទុក្ខលំបាក ហើយអោយបានដូចព្រះអង្គដែលសោយទិវង្គត"
(គម្ពីរភីលីព ៣:១០)

អំណរ

នៅក្នុងគម្ពីរសម្ពន្ធមេត្រីថ្មីយើងឃើញពីចំណងដ៏ខ្លាំងក្លាមួយរវាងការរងទុក្ខលំបាក និង អំណរ៖

គម្ពីរយ៉ាកុប ១:២-៣ *បងប្អូនអើយ ទុក្ខលំបាកគ្រប់យ៉ាងដែលបងប្អូន ត្រូវឆ្លងកាត់នោះ សូមចាត់ទុកថា ជាការដែលធ្វើអោយបងប្អូនមានអំណរដ៏បរិបូណ៌វិញ ដោយដឹងថា ការល្បងលមើលជំនឿរបស់បងប្អូន នឹងនាំអោយបងប្អូនចេះស៊ូទ្រាំ។*

គម្ពីរកិច្ចការ ៥:៤១ *ក្រុមសាវ័កចាកចេញពីក្រុមប្រឹក្សាជាន់ខ្ពស់ ទាំងអរសប្បាយ ដ្បិតព្រះជាម្ចាស់បានប្រទានអោយគេមានកិត្តិយសរងទុក្ខទោស ព្រោះតែព្រះនាមព្រះយេស៊ូ។*

គម្ពីរកូឡូស ១:២៤ — *ខ្ញុំមានអំណរដោយរងទុក្ខលំបាកសំរាប់បងប្អូន។*
គម្ពីរ១ថេស្សាឡូនិក១:៦ — *បងប្អូនបានយកគំរាប់តាមយើង និងយកគំរាប់តាមព្រះអម្ចាស់ គឺទោះបីបងប្អូនជួបប្រទះនឹងទុក្ខវេទនាធ្ងន់ធ្ងរយ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏បងប្អូនបានទទួលព្រះបន្ទូលទាំងមានអំណរ មកពីព្រះវិញ្ញាណដ៏វិសុទ្ធដែរ។*
គម្ពីរ១ពេត្រុស៤:១៣ — *ផ្ទុយទៅវិញ ចូរមានចិត្តរីករាយឡើង ព្រោះបងប្អូនរងទុក្ខលំបាកផ្សេងៗរួមជាមួយព្រះគ្រិស្ត*។ បងប្អូនមុខជាមានអំណរសប្បាយយ៉ាងខ្លាំង នៅពេលព្រះអង្គបង្ហាញសិរីរុងរឿងរបស់ព្រះអង្គ។*
គម្ពីរយ៉ូហាន១៦:២២ — *អ្នករាល់គ្នាក៏ដូច្នោះដែរ ឥឡូវនេះ អ្នករាល់គ្នាព្រួយចិត្ត ប៉ុន្តែខ្ញុំនឹងជួបអ្នករាល់គ្នាសាជាថ្មី អ្នករាល់គ្នានឹងសប្បាយចិត្ត ហើយគ្មាននរណាដកយកអំណរសប្បាយចេញពីចិត្តអ្នករាល់គ្នាបានឡើយ។*

សូមអានគម្ពីរហេប្រឺ១០:៣៤; គម្ពីរយ៉ាកុប៥:១១; គម្ពីរវិវរណៈ១២:២; គម្ពីររ៉ូម ៨:១៨; គម្ពីរយ៉ូហាន ១៦:២០-២២; គម្ពីរលូកា៦:២១-២៣ផង។

ភាពពេញដោយអំណរ គឺជារបៀបរស់នៅមួយរបស់គ្រិស្តបរិស័ទ។ យើងមិនត្រឹមតែអាចទទួលបានអំណរនៅកណ្តាលចំណោមបញ្ហាប៉ុណ្ណោះទេ ប៉ុន្តែការមានអំណរសប្បាយនៅក្នុងព្រះអម្ចាស់គឺជា*ថ្នាំបន្សាប* សម្រាប់ទុក្ខព្រួយ និង ភាពសោកសៅ (សូមមើលនៅក្នុងគម្ពីរនេហេមា ៨:១០ គម្ពីរទំនុកតម្កើង ៣០:៥ និង គម្ពីរកូឡូស១:១០-១២) ។

គ្រិស្តបរិស័ទដឹងថាទោះបីជាសេចក្តីស្លាប់គឺជារឿងដែលមិនអាចជៀសផុត ដោយសារតែអំពើបាបក៏ដោយ វាបានបង្ក្រាបដោយព្រះគ្រិស្តហើយ (គម្ពីរវិវរណៈ ១:១៧-១៨; គម្ពីរ១កូរិនថូស១៥:១-៨ គម្ពីរយ៉ូហាន ១១:២៦)។ ជំនឿលើព្រះគ្រិស្តមិនបាននាំយើងឲ្យចូលទៅក្នុងកន្លែងដែលគួរឲ្យខ្លាច និង ងងឹតសូន្យសុងនោះឡើយ។ នោះមិនមែនជារូបភាពនៃសេចក្តីស្លាប់នោះទេ សម្រាប់គ្រិស្តបរិស័ទ! អស់អ្នកដែលឈរនៅក្បែរសាកសពមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់គេ មានអារម្មណ៍ក្រៀមក្រំដែលកើតមកពីការបែកបាក់ ប៉ុន្តែសម្រាប់អ្នកស្លាប់នោះវិញ គឺ មានសិរីរុងរឿង អំណរ ចាប់ផ្តើមកើតឡើង ។

ផ្ទុយទៅវិញ បងប្អូនចូលមកជិតភ្នំស៊ីយ៉ូន មកជិតក្រុងរបស់ព្រះដ៏មានព្រះជន្មរស់ គឺក្រុងយេរូ

សាឡឹមនៅស្ថានបរមសុខដែលមានទេវតា*រាប់លានរាប់កោដិ និងមានក្រុមជំនុំរបស់ពួក រៀមច្បងដែលមានឈ្មោះកត់ទុកនៅស្ថានបរមសុខកំពុងជួបជុំគ្នាយ៉ាងអធិកអធម។ បងប្អូន ចូលមកជិតព្រះជាម្ចាស់ ដែលវិនិច្ឆ័យមនុស្សទាំងអស់ និងចូលមកជិតវិញ្ញាណក្ខ័ន្ធអ្នកសុចរិត ដែលបានគ្រប់លក្ខណៈ បងប្អូនចូលមកជិតព្រះយេស៊ូ ដែលជាស្ពាននៃសម្ពន្ធមេត្រី*ថ្មី ហើយចូលមកជិតព្រះលោហិតសំរាប់ប្រោះ គឺ

ជាព្រះលោហិតដែលទូលអង្វរ ប្រសើរជាង លោហិតរបស់លោកអេបិលទៅទៀត។ (គម្ពីរហេប្រឺ ១២: ២២-២៤)

ការចុះចូល

នៅពេលដែលមានទុក្ខលំបាកចូលមក យើងក៏អធិស្ឋានសម្រាប់ការរំដោះឲ្យរួចផុតពីទុក្ខលំបាកនោះដូចជាព្រះយេស៊ូដែរ។ ជារឿយៗ ព្រះជាម្ចាស់ប្រទានឲ្យមានការប្រោសលោះដោយព្រះទ័យមេត្តា ប៉ុន្តែនៅតែមានពេលដែលការអធិស្ឋានរបស់យើងមិនត្រូវបានឆ្លើយតបតាមការដែលយើងចង់បាននោះទេ។ គ្រាបែបនេះអាចគ្មានអ្វីទាក់ទងជាមួយនឹងការខ្វះជំនឿនោះទេ។ វាប្រហែលជាត្រូវការជំនឿច្រើនដើម្បីតស៊ូជាមួយនឹងបញ្ហាដ៏ធ្ងន់ធ្ងរ និង ដើម្បីរក្សាវិញ្ញាណត្រឹមត្រូវទៅចំពោះព្រះជាម្ចាស់ ជាជាងដើម្បីធ្វើឲ្យមានការអស្ចារ្យមួយកើតឡើងទៅទៀត។ មិនថាចម្លើយដែលបានទទួលនោះជាអ្វីក៏ដោយ យើងក៏ត្រូវតែបញ្ជាក់ជាមួយព្រះយេស៊ូថា៖ "មិនមែនតាមការចង់បានរបស់ខ្ញុំនោះទេ តែជាអ្វីដែលទ្រង់សព្វព្រះទ័យវិញ" ។

មានមនុស្សម្នាក់បាននិយាយថា៖ "ការសម្តែងឲ្យឃើញពីការចុះចូលទាំងស្រុងទៅចំពោះព្រះជាម្ចាស់ គឺទាមទារឲ្យមានការឈឺចាប់" ការទទួលស្គាល់បំណងព្រះហឫទ័យរបស់ព្រះជាម្ចាស់ប្រហែលជាអាចផ្ទុយទៅនឹងនិស្ស័យជាមនុស្សរបស់យើង។ វាអាចទាមទារឲ្យមានការស្ម័គ្រចិត្តរងទុក្ខផងដែរ៖

"អ្នកណាមិនយកឈើឆ្កាងរបស់ខ្លួន ហើយមិនមកតាមខ្ញុំទេ អ្នកនោះមិនសមធ្វើជាសិស្សរបស់ ខ្ញុំឡើយ។ អ្នកណាចង់រក្សាទុកជីវិតរបស់ខ្លួន អ្នកនោះនឹងបាត់បង់ជីវិត រីឯអ្នកដែលបាត់បង់ជីវិត ព្រោះតែខ្ញុំ នឹងបានជីវិតនោះមកវិញ"។ (គម្ពីរម៉ាថាយ ១០:៣៨-៣៩)

"ប្រសិនបើបងប្អូនរស់នៅតាមនិស្ស័យលោកីយ៍ បងប្អូននឹងត្រូវស្លាប់ជាមិនខាន ផ្ទុយទៅវិញ ប្រសិនបើបងប្អូនពឹងផ្អែកលើព្រះវិញ្ញាណ ដើម្បីរំលាយរបៀបរស់នៅតាមនិស្ស័យលោកីយ៍បងប្អូនមុខតែមានជីវិត" (គម្ពីររ៉ូម៨:១៣)

គម្ពីររ៉ូម១៤:៧ បង្រៀនយើងថាក្នុងចំណោមយើងរាល់គ្នា គ្មាននរណាម្នាក់រស់នៅសម្រាប់ខ្លួនឯង ហើយក៏មិនមែនស្លាប់ដើម្បីខ្លួនឯងនោះទេ ។ យើងរស់ និងស្លាប់ សម្រាប់ព្រះអម្ចាស់ ហើយដោយធ្វើបែបនេះយើងក៏បានជះឥទ្ធិពលយ៉ាងខ្លាំងក្លាទៅដល់អស់អ្នកដែលនៅជុំវិញយើង។ ប្រសិនបើអ្នកត្រូវបានត្រាស់ហៅឲ្យទទួលទុក្ខលំបាក ប្រហែលជាបទពិសោធន៍របស់អ្នក (ឬក៏ការឆ្លើយតបរបស់អ្នកទៅចំពោះបញ្ហានោះ) នឹងអាចមានឥទ្ធិពលដែលអាចផ្លាស់ប្តូរជីវិតរបស់នរណាម្នាក់ជាមិនខាន។ (គម្ពីរ២កូរិនថូស ១:៤-៥)

ចក្ខុវិស័យដ៏ល្អវិសុទ្ធ

តើគោលការណ៍នៅក្នុងព្រះគម្ពីរដែលអ្នកទើបតែនឹងបានរៀននៅក្នុងចំណុចនេះ គួរតែអាចផ្លាស់ប្តូរជីវិតរបស់អ្នកបានយ៉ាងដូចម្តេច?

ពេលវេលា៖ នៅក្នុងគម្ពីរទំនុកតម្កើងជំពូក៩០ លោកម៉ូសេដែលជាមនុស្សរបស់ព្រះជាម្ចាស់លោកបានអធិស្ឋានថា៖ "សូមណែនាំយើងខ្ញុំអោយដឹងច្បាស់ថា អាយុជីវិតយើងខ្ញុំកំណត់ត្រឹមណា" (គម្ពីរទំនុក

តម្កើង៩០:១២)។ ការដឹងច្បាស់ថា សេចក្ដីស្លាប់នឹងចូលមកក្នុងយើងទាំងអស់គ្នា ធ្វើឲ្យយើងមានការប្រុងប្រយ័ត្នអំពីរបៀបដែលយើងប្រើប្រាស់ពេលវេលាដែលព្រះជាម្ចាស់បានប្រទានឲ្យយើង។ សេចក្ដីស្រឡាញ់សម្រាប់ព្រះជាម្ចាស់ និង ការបម្រើអ្នកដទៃគឺជាតម្លៃដ៏អស្ចារ្យដែលនៅស្ថិតស្ថេរអស់កល្បជានិច្ច ហើយ វាក៏ធ្វើឲ្យព្រះជាម្ចាស់គាប់ព្រះហឫទ័យផងដែរ។

គុណតម្លៃ៖ នៅពេលអ្នកដឹងថា អ្វីៗដែលនៅលើផែនដីនេះ គឺអាចនឹងបាត់បង់ ហើយគ្រាន់តែបណ្ដោះអាសន្ននោះ មានន័យថាអ្នកឃើញពីរូបភាពពិតរបស់វាហើយ។ របស់ទាំងនោះមានវត្តមាននៅលើផែនដីនេះសម្រាប់យើងប្រើប្រាស់វាតែប៉ុណ្ណោះ ប៉ុន្តែមិនត្រូវប្រកាន់ខ្ជាប់វាខ្លាំងពេកនោះទេ។ ឲ្យតម្លៃទៅលើអ្វីដែលជារបស់លោកីយ៍តែបន្តិចបន្តួចបានហើយ ហើយត្រូវឲ្យតម្លៃទៅលើអ្វីដែលនៅឯស្ថានបរមសុខឲ្យបានច្រើនវិញ។ ភាពសប្បាយរីករាយ និង អំណរ ដ៏ពិតគឺមានសម្រាប់អស់អ្នកដែលស្វែងរកព្រះរាជ្យរបស់ព្រះជាម្ចាស់ជាមុខ ទោះបីកំពុងស្ថិតនៅក្នុងកណ្ដាលចំណោមទុក្ខលំបាកយ៉ាងណាក៏ដោយ។

ការកំសាន្តចិត្ត៖ ដោយគ្រាន់តែមានវត្តមានរបស់គេ គ្រិស្តបរិស័ទដែលចេះខ្វល់ខ្វាយ គេអាចបម្រើអ្នកដែលអារម្មណ៍ឈឺចុកចាប់ និង ឯកា ដោយសារតែជំងឺ ជិតស្លាប់ និង ញាតិមិត្តរបស់អ្នកស្លាប់ទៀតផង។

ការប្ដេជ្ញាចិត្ត៖ ដោយសារតែអ្នកបានស្គាល់ព្រះគ្រិស្តដែលបានសន្យាថាប្រទានជីវិតអស់កល្បឲ្យអ្នក អ្នកបានធូរស្បើយក្នុងចិត្តផុតពីភាពភ័យខ្លាច និង ការព្រួយបារម្ភអំពីសេចក្ដីស្លាប់។ ព្រះយេស៊ូទទួលយកភាពជាមនុស្សដូចយើង "ដោយកូនចៅនោះជាប់សាច់ឈាមជាមួយគ្នា ព្រះអង្គក៏បានយកឋានៈជាមនុស្សរួមជាមួយគេដែរ ហើយព្រះអង្គសោយទិវង្គត ដើម្បីកំទេចមារ*ដែលមានអំណាចលើសេចក្ដីស្លាប់ និងដើម្បីរំដោះអស់អ្នកដែលជាប់ជាទាសករមួយជីវិត ព្រោះតែខ្លាចស្លាប់។" (គម្ពីរហេប្រឺ២:១៤-១៥)។ អ្នកអាចថ្វាយខ្លួនអ្នកទាំងស្រុងទៅចំពោះព្រះជាម្ចាស់ ជាព្រះអាទិករដ៏ស្មោះត្រង់របស់អ្នក ដែលផ្គត់ផ្គង់អ្នក ហើយបន្តធ្វើការល្អទៅមុខទៀត (គម្ពីរ១ពេត្រុស ៥:២) ។

លំហាត់អនុវត្តន៍

១៧ ចូរសរសេរអក្សរ **ស** នៅក្នុងចន្លោះបន្ទាត់ប្រសិនបើប្រយោគខាងក្រោមបញ្ជាក់ពីគោលការណ៍ដែលត្រឹមត្រូវ ឬស័ក្តិសម ដែលនិយាយអំពីឥរិយាបថរបស់គ្រិស្តបរិស័ទទៅចំពោះការរងទុក្ខលំបាក និង ការស្លាប់។ ចូរសរសេរ **ខ** នៅក្នុងចន្លោះបន្ទាត់ប្រសិនបើប្រយោគនោះខុស(ខ្សោយ) ឬ មិនពេញលេញ។

........ក) ការជឿជាក់លើព្រះជាម្ចាស់ គឺផ្អែកទៅលើការរំដោះឲ្យផុតពីការរងទុក្ខ និង ការឈឺចាប់។

........ខ) ព្រះជាម្ចាស់តែងតែមានបំណងព្រះហឫទ័យ អនុញ្ញាតឲ្យយើងរងទុក្ខលំបាក។

........គ) ការដើរតាមព្រះគ្រិស្ត គឺរាប់បញ្ចូលទាំងការស្ម័គ្រចិត្តទទួលយកទុក្ខលំបាកដូចជាទ្រង់ដែរ។

.........ឃ) ការអរសប្បាយអាចកើតមាននៅក្នុងទុក្ខលំបាកបាន មិនត្រឹមតែដោយសារផលប្រយោជន៍នាពេលបច្ចុប្បន្ននេះប៉ុណ្ណោះទេ តែក៏ដោយសារសិរីរុងរឿងនាពេលអនាគតផង

.........ង) យើងប្រកាន់យកទ្រព្យសម្បត្តិលោកីយ៍ខ្លាំងយ៉ាងណា យើងក៏ត្រូវបានទាមទារឲ្យរងទុក្ខលំបាកខ្លាំងយ៉ាងនោះដែរ។

.........ច) ប្រសិនបើយើងបានដឹងយ៉ាងជាក់ច្បាស់អំពី លទ្ធភាពនៃការស្លាប់របស់យើង យើងនឹងផ្ដល់តម្លៃកាន់តែច្រើនថែមទៀតទៅលើករបៀបដែលយើងប្រើប្រាស់ពេលវេលា។

.........ឆ) ប្រសិនបើយើងឆ្លើយតបទៅនឹងទុក្ខលំបាករបស់យើងតាមរបៀបមួយដូចជាព្រះគ្រិស្ដ យើងនឹងអាចមានឥទ្ធិពល ឬ អាចកំសាន្តចិត្តអ្នកដទៃដែលកំពុងរងទុក្ខលំបាកផងដែរ។

.........ជ) គ្រិស្តបរិស័ទត្រូវតែទទួលរងទុក្ខលំបាកយ៉ាងខ្លាំងដើម្បី សបញ្ជាក់ពីជំនឿរបស់គេ និងដើម្បីកំសាន្តចិត្តអ្នកដទៃផងដែរ។

ការប្រឡងផ្ទាល់ខ្លួន

សំណួរពហុជម្រើស។ ចូរជ្រើសរើសចម្លើយដែលល្អជាងគេបំផុតនៅក្នុងសំណួរនីមួយៗ។

១. របៀបមួយដែលការឈឺចាប់ត្រូវបានគេចាត់ទុកថា ជាព្រះពរ គឺថាវា
   ក) ឈឺ
   ខ) គឺជាបទពិសោធន៍របស់មនុស្សទូទៅ។
   គ) ព្រមានយើងអំពីបញ្ហាដែលទាមទារឲ្យមានការយកចិត្តទុកដាក់។
   ឃ) គឺជាមធ្យោបាយដែលព្រះជាម្ចាស់រំឮកយើងថា យើងបានស្នងនិស្ស័យបាបមួយនេះ។

២. ពេលខ្លះព្រះជាម្ចាស់អនុញ្ញាតឲ្យយើងបានទទួលរងការឈឺចាប់ ដោយសារយើង
   ក) បដិសេធទ្រង់នៅពេលដែលទ្រង់មានព្រះបន្ទូលមកកាន់យើងតាមរបៀបផ្សេង។
   ខ) សមតែទទួលរងទុក្ខលំបាក។
   គ) មិនអាចនឹងជួយអ្នកដទៃបាននោះទេ ប្រសិនបើយើងមិនបានរងទុក្ខ។
   ឃ) ថ្វាយបង្គំទ្រង់ ដោយមូលហេតុមិនត្រឹមត្រូវ។

៣. នៅពេលដែលព្រះជាម្ចាស់ជ្រើសរើសប្រៀនប្រដៅយើង ដោយអនុញ្ញាតឲ្យយើងរងទុក្ខលំបាក ក៏ព្រោះតែទ្រង់
   ក) សព្វព្រះហឫទ័យធ្វើឲ្យយើងឈឺចាប់។
   ខ) ក្រោធជាមួយនឹងយើង។
   គ) សព្វព្រះហឫទ័យ ធ្វើឲ្យយើងមានភាពគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់ខ្លួនឯង។
   ឃ) ស្រឡាញ់យើងខ្លាំងណាស់។

៤. គុណប្រយោជន៍ខាងវិញ្ញាណ នៃការរងទុក្ខលំបាកគឺប្រសើរលើសការឈឺចាប់ទាំងប៉ុន្មានដែលយើងត្រូវទទួលរង ព្រោះតែការរងទុក្ខក្នុងពេលបច្ចុប្បន្នរបស់យើងនាំទៅរក
   ក) សេចក្តីស្លាប់
   ខ) ការយល់ដឹង
   គ) សិរីរុងរឿងនាពេលអនាគត
   ឃ) ភាពធូរស្បើយបណ្តោះអាសន្ន

៥. ទោះបីជាលោកយ៉ូបមានការឆ្លើយតបអវិជ្ជមានមួយចំនួន ទៅនឹងការឈឺចាប់របស់លោកក៏ដោយ ក៏ការឆ្លើយតបដ៏រឹងមាំរបស់លោកគឺ
   ក) ផ្តាសាព្រះជាម្ចាស់
   ខ) រក្សាជំនឿរបស់លោកលើព្រះជាម្ចាស់ ហើយបន្តថ្វាយបង្គំទ្រង់។
   គ) ថ្នាំងថ្នាក់ជាមួយនឹងមិត្តភក្តិរបស់លោក ព្រោះពួកគេមិនរងទុក្ខដូចគ្នា។
   ឃ) បន្ទោសខ្លួនឯងចំពោះអ្វីៗដែលកើតមានឡើងមកលើរូបលោក។

៦ តើមួយណានៅខាងក្រោមនេះ ដែលប្រាប់ពីការឆ្លើយតបរបស់គ្រិស្តបរិស័ទទៅនឹងសេចក្តីស្លាប់ដែលអាចកើតមាន ដោយផ្អែកទៅលើជំនឿរបស់គាត់លើព្រះជាម្ចាស់?

ក) សង្ឃឹម

ខ) បដិសេធ

គ) កំហឹង

ឃ) ការទទួលស្គាល់ការពិត

៧ តើដំណាក់កាលមួយណានៅខាងក្រោមនេះ ត្រូវបានបង្ហាញឲ្យឃើញនៅក្នុងមនុស្សដែលបានសន្យាជាមួយព្រះជាម្ចាស់ថា គេនឹងថ្វាយមួយភាគដប់របស់ពួកគេដោយភាពទៀងត្រង់ប្រសិនបើទ្រង់ប្រោសគេឲ្យបានជា?

ក) កំហឹង

ខ) សង្ឃឹម

គ) បាក់ទឹកចិត្ត

ឃ) ការតថ្លៃ

៨ តើនៅក្នុងដំណាក់កាលណាមួយនៅខាងក្រោមនេះដែលមនុស្សប្រឈមមុខជាមួយនឹងភាពសោកសៅរបស់ពួកគេទៅនឹងសេចក្តីដែលអាចកើតមានលើពួកគេ និងការចាកចេញពីគ្រួសាររបស់ពួកគេ ព្រមទាំងផែនការរបស់ពួកគេទាំងអស់សម្រាប់អនាគត?

ក) កំហឹង

ខ) ការបាក់ទឹកចិត្ត

គ) ការបដិសេធ

ឃ) សង្ឃឹម

៩ តើពេលណាដែលជាពេលល្អបំផុតដើម្បីពិភាក្សាជាមួយគ្រួសារអំពីបញ្ហាដែលទាក់ទងទៅ នឹងអ្វីខ្លះដែលអ្នកចង់ឲ្យគ្រួសាររបស់អ្នកបានដឹង ឬ ធ្វើក្នុងករណីដែលអ្នកស្លាប់បាត់ទៅ?

ក) នៅពេលដែលអ្នកជិតស្លាប់។

ខ) ភ្លាមៗបន្ទាប់ពីអ្នកបានដឹងខ្លួនថាអ្នកមានជំងឺដំណាក់កាលចុងក្រោយ។

គ) ក្នុងអំឡុងពេលដែលអ្នកនៅមានសុខភាពល្អ។

ឃ) នៅពេលដែលអ្នកមានអាយុក្បែរ ៧០ឆ្នាំ

១០ តើខាងក្រោមនេះ មួយណាដែលមិនមែនជាមធ្យោបាយល្អក្នុងការជួយអ្នកដែលកំពុងរងទុក្ខលំបាក ឬ ជិតស្លាប់?

ក) មានពេលទំនេរដើម្បីជួយ

ខ) មានភាពស្មោះត្រង់នៅក្នុងការបង្ហាញពីអារម្មណ៍របស់អ្នក

គ) ឆាប់ទទួលអារម្មណ៍ដឹងពីតម្រូវការពិសេសៗរបស់គេ

ឃ) ធ្វើពុតដូចជាពួកគេនឹងអាចជាសះស្បើយពីភាពឈឺចាប់របស់ពួកគេ និងមិនស្លាប់នោះទេ។

ង) អធិស្ឋានដើម្បីឲ្យពួកគេបានប្រោសលោះ និង ប្រោសឲ្យជាពីជំងឺ។

១១ តើការឆ្លើយតបរបស់ព្រះគ្រិស្តទៅចំពោះទុក្ខលំបាក ជាគំរូសម្រាប់យើងបានដោយរបៀបណា?

ក) ទ្រង់រំពឹងថា ព្រះជាម្ចាស់នឹងរំដោះទ្រង់ឲ្យផុតពីទុក្ខលំបាក។

ខ) ទ្រង់អធិស្ឋានសុំការរំដោះឲ្យផុតទុក្ខ តែការប្រទានឲ្យមានការរំដោះនោះ គឺស្រេចតែបំណងព្រះហឫទ័យរបស់ព្រះជាម្ចាស់សម្រាប់ទ្រង់តែប៉ុណ្ណោះ។

គ) ទ្រង់ទទួលរងទុក្ខលំបាករបស់ទ្រង់ ដោយមិនបង្ហាញឲ្យឃើញពីអារម្មណ៍អ្វីសោះឡើយ។

ឃ) ទ្រង់ភ័យខ្លាចការឈឺចាប់ដែលទ្រង់ត្រូវបានត្រាស់ហៅឲ្យទទួលរង។

១២ តើមួយណានៅក្រោមនេះ ដែលមិនបានបង្ហាញពីការឆ្លើយតបរបស់គ្រិស្តបរិស័ទទៅនឹងទុក្ខលំបាក?

ក) ការដកថយ

ខ) ទំនុកចិត្ត

គ) អំណរ

ឃ) ការចុះចូល

ង) ចក្ខុវិស័យដ៏វិសុទ្ធ

ចម្លើយសម្រាប់លំហាត់អនុវត្តន៍

៩ ចម្លើយរបស់អ្នក

១ ការឈឺចាប់ អនុញ្ញាតឲ្យយើងដឹងខ្លួនថា យើងមានបញ្ហាដែលត្រូវការដោះស្រាយ។ នៅក្នុងករណីនេះបញ្ហាដែលយើងបានដឹង វាគឺជាបញ្ហាខាងឯវិញ្ញាណ។

១០ តាមរយៈ ការពិភាក្សាពីរឿងទាំងនោះជាមួយសមាជិកគ្រួសារក្នុងពេលនេះ និងផ្ដល់មធ្យោបាយគ្រប់បែបយ៉ាងដើម្បីធានាភាពសុខដុមរបស់គ្រួសារ (ដូចជាការទទួលបានការធានារ៉ាប់រង ការធ្វើសំបុត្របណ្ដាំ និង ការរៀបចំអាណាព្យាបាលសម្រាប់កូនៗ)

២ គ) ប្រៀនប្រដៅកូនប្រុសរបស់គាត់ យ៉ាងច្រើនទៅតាមការគួរ ដើម្បីបង្រៀនគេថាគេគួរមានអាកប្បកិរិយាបែបណា។

១១ ក) ២) កំហឹង

ខ) ៦) សង្ឃឹម

គ) ៥) ការទទួលស្គាល់

ឃ) ១) បដិសេធ

ង) ៣) ការតថ្លៃ

ច) ៤) ការបាក់ទឹកចិត្ត

៣ ការឈឺចាប់អនុញ្ញាតឲ្យយើង ដឹងថាមានអ្វីមួយមិនប្រក្រតី ឲ្យយើងដឹងថាមានបញ្ហាដែលយើងត្រូវដោះស្រាយ។

១២ ចម្លើយរបស់អ្នក។ ដោយជំនឿរបស់ខ្ញុំលើព្រះគ្រិស្ដ ខ្ញុំដឹងថាសេចក្ដីស្លាប់មិនមែនជាទីបញ្ចប់នោះទេ ប៉ុន្តែជាការចាប់ផ្ដើមវិញ។ ខ្ញុំអាចប្រឈមមុខជាមួយនឹងគំនិតអំពីការស្លាប់ ព្រោះខ្ញុំទុកចិត្តលើព្រះជាម្ចាស់ ដឹងថាទ្រង់ជាអ្នកគ្រប់គ្រងលើជីវិតនិងសេចក្ដីស្លាប់របស់ខ្ញុំ។

៤ ចម្លើយណាក៏បានក្នុងចំណោមចម្លើយទាំងនេះ៖ អ្នកណាដែលស្គាល់ការឈឺចាប់ គឺជាអ្នកដែលអាចកំសាន្តចិត្តអ្នកដែលមានការឈឺចាប់ប្រសើរជាងគេ ។ ការរងទុក្ខលំបាកសម្អាតយើងឲ្យបរិសុទ្ធ និង សបញ្ជាក់ពីជំនឿរបស់យើង។ ការរងទុក្ខបង្កើតលក្ខណសម្បត្តិរបស់ព្រះគ្រិស្ដនៅក្នុងយើង។

១៣ ខ), គ), ឃ), ច) និង ឆ) គឺជាចម្លើយត្រឹមត្រូវ។

៥ ការរៀបរាប់របស់អ្នកគួរតែមានរួមបញ្ចូលចំណុចប៉ុន្មានដូចតទៅនេះ៖ អាកប្បកិរិយាមិនត្រឹមត្រូវឥរិយាបថមិនល្អ ការមើលស្រាលខ្លួនឯង ការអាក់អន់ចិត្ត អស់សង្ឃឹម កំហឹង ការថ្នាំងថ្នាក់ចិត្ត ការសង្ស័យ ភាពភ័យខ្លាច។

១៤ ចម្លើយរបស់អ្នកត្រូវតែស្រដៀងទៅនឹងចម្លើយដូចតទៅនេះ៖ ដោយសារតែយើងបានដឹងថា ព្រះគ្រិស្តបានយកឈ្នះលើសេចក្ដីស្លាប់ សម្រាប់អស់អ្នកដែលទទួលកិច្ចការបង់ថ្លៃលោះបាបរបស់ទ្រង់ យើងដឹងថាក្ដីស្រឡាញ់មនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់យើងដែលជាគ្រិស្តបរិស័ទនោះបានទៅនៅក្នុងព្រះវត្តមានរបស់ព្រះអង្គហើយបន្ទាប់ពីស្លាប់ទៅ ហើយដឹងថា ថ្ងៃណាមួយយើងអាចជួប គ្នាម្ដងទៀតនៅក្នុងព្រះវត្តមានរបស់ទ្រង់។ ការយល់ដឹងបែបនោះបានកាច់ទ្រនិចមច្ចុរាជ ហើយផ្ដល់សេចក្ដីសុខសាន្តដល់យើងរាល់គ្នា។

៦ លោករក្សាជំនឿរបស់លោកលើព្រះជាម្ចាស់ក្នុងគ្រប់បញ្ហាទាំងអស់។ លោកមិនដែលឈប់ថ្វាយបង្គំព្រះជាម្ចាស់ឡើយ។

១៥ ទ្រង់បានរងទុក្ខលំបាក។

៧ ចម្លើយរបស់អ្នក។ ប្រសិនបើអ្នកនៅតែស្វែងរកដំណោះស្រាយសម្រាប់បញ្ហាក្នុងផ្នែកនេះ ចូរប្រើប្រាស់វិធីដោះស្រាយបញ្ហាដែលយើងបានផ្ដល់ជូន ហើយចូររំពឹងឲ្យព្រះជាម្ចាស់ជួយអ្នក!

១៦ ចម្លើយរបស់អ្នកគួរតែស្រដៀងជាមួយនឹងចម្លើយដូចតទៅនេះ៖ ព្រះជាម្ចាស់អាចរំដោះខ្ញុំឲ្យផុត ពីទុក្ខលំបាក និង សេចក្ដីស្លាប់ ប្រសិនបើនោះជាបំណងព្រះហឫទ័យរបស់ទ្រង់សម្រាប់ខ្ញុំ។ ខ្ញុំនឹងអធិស្ឋានសុំការប្រោសលោះ ប៉ុន្តែខ្ញុំក៏ទទួលយកអ្វីដែលទ្រង់ជ្រើសរើសសម្រាប់ជាប្រយោជន៍ដ៏អស់កល្បរបស់ខ្ញុំ ទោះបីវាជាការប្រោសលោះ ទុក្ខលំបាក ឬ សេចក្ដីស្លាប់ក៏ដោយ។

៨ ចម្លើយរបស់អ្នក។ កំហឹង គឺប្រាកដជាប្រតិកម្មឆ្លើយតបដំបូងគេ ទៅនឹង ការគំរាមកំហែងនៃសេចក្ដីស្លាប់ ព្រោះតែសេចក្ដីស្លាប់គឺជាសត្រូវមួយរបស់យើង (គម្ពីរ១កូរិនថូស ១៥:២៦) ។ ប៉ុន្តែព្រះគ្រិស្តបានយកឈ្នះលើសេចក្ដីស្លាប់ហើយ ដូច្នេះយើងអាចទទួលយកអ្វីៗដែលកើតឡើង ប្រសិនបើយើងថ្វាយជីវិតរបស់យើងទៅក្នុងការថែទាំរបស់ទ្រង់។ ប៉ុន្តែយើងត្រូវតែអធិស្ឋានសុំការប្រោស ឲ្យជាសះស្បើយ ហើយមានជំនឿលើព្រះជាម្ចាស់ យើងត្រូវតែស្វែងរកការប្រោះលោះឲ្យផុតពីសេចក្ដីស្លាប់។

១៧ ក) ខ
ខ) ស
គ) ស
ឃ) ស
ង) ខ
ច) ស
ឆ) ស
ជ) ខ