ကျွန်ုပ်တို့၏ 'လျှာ'ကို သတိရှိရှိအသုံးပြုနိုင်ရန် စည်းမျဉ်းများ

Precepts for the Prudent Use of our Tongue

ဓမ္မသစ်ကျမ်းစာတွင် လက်တွေ့ကျသော ပိုင်းခြားသိမြင်မှုဆိုင်ရာဉာဏ်ပညာများစွာ တွေ့ရှိရသည်။ ယာကုပ်ကျမ်းတစ်အုပ်လုံးသည် A Belief that Behaves (ဆိုလိုသည်မှာ ကယ်တင်ခြင်းခံရပြီးနောက် ခရစ်ယာန်ကျင့်ဝတ်ကောင်းများ) အကြောင်း ပြောဆိုထားသည်။ အခန်းကြီး 3:1-12 သည် ကျွန်ုပ်တို့၏ 'လျှာ' သည် ကောင်းသော သို့မဟုတ် မကောင်းသောစကားအတွက် အစွမ်းထက်သောလက်နက်ဖြစ်ကြောင်း သတိပေးထားပြီး ကျွန်ုပ်တို့သည် ဝိညာဉ်ရေးမှောင်မိုက်မှ ကယ်တင်ခြင်းအလင်းဆီသို့ လှည့်လာသည်နှင့်အမျှ ကယ်တင်ခြင်းခံပြီးကြောင်းပြသရန် ၎င်း(လျှာ)ကို ထိန်းချုပ်ပြီး သန့်ရှင်းစေရမည် ဖြစ်သည်။ **သု ၁၀:၁၁** က ဤသို့ဆိုသည်- 'ဖြောင့်မတ်သောသူ၏နှုတ်သည် အသက်ရေ တွင်းဖြစ်၏။ မတရားသောသူ၏ နှုတ်ကိုကား၊ ညှဉ်းဆဲ ခြင်းအပြစ်သည် ပိတ်လိမ့်မည်။'

ရှေး အာရပ် စကားပုံတစ်ခုမှာ-

"သင် ပြောမထားတဲ့ စကားတွေကြောင့် သင်ဟာ ဆရာကြီး၊
သင် ပြောခဲ့သောစကားကြောင့် သင်ဟာ 'အစေခံ' နှင့်
သင်ရေးထားတဲ့ စကားလုံးတွေကြောင့် သင်ဟာ 'ကျွန်'တစ်ယောက်ဖြစ်" ဟုဆိုသည်။

ကျွန်ုပ်တို့သည် အပြုအမူများ၊ စကားလုံးများနှင့် ကိုယ်ဟန်ပန်အမူအရာများဖြင့် အချင်းချင်း ဆက်ဆံနေကြပြီး ယခု ကျွန်ုပ်တို့၏လက်ကိုင်ဖုန်းများ၊ WhatsApp၊ အလူများနဲ့ထိတွေ့မှုနှင့် လူမှုမီဒီယာများ (Facebook၊ Instagram နှင့် Tik Tok) နှင့် အီးမေးလ်များမှတစ်ဆင့် ခေတ်မီနည်းပညာများဖြင့် ချိတ်ဆက်နေပါသည်။ ခရစ်ယာန်များသာမက မယုံကြည်သူများပင်လျှင် လူအချင်းချင်း ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်းသည် (အီလက်ထရွန်နစ်နည်းလမ်းများအပါအဝင်) လူမှုဘဝ၏ အရေးကြီးသောကဏ္ဍတစ်ခုဖြစ်သည်။ စကားလုံးများသည် လူတစ်ယောက်ကို ကျန်းမာပျောက်ရှင်မှုပေးနိုင်သလို နာကျင်မှုကိုလည်း ပေးနိုင်သည်။ ၎င်းသည် ကြားနာသူများအတွက် ကောင်းကြီးမင်္ဂလာ

သို့မဟုတ် ကျိန်စာဖြစ်နိုင်သည်။ မကောင်းသော ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် မွမ်းမံထားသော စကားလုံးများ အသုံးပြုခြင်းကို သတိပြုပါ။ **သု ၁၀:၁၃** က၊ 'ဉာဏ်ကောင်းသောသူသည် ပညာစကားကို ပြောတတ်၏။ ဉာဏ်မဲ့သောသူ၏ကျောအဘို့မူကား ကြိမ်လုံးရှိ၏။'

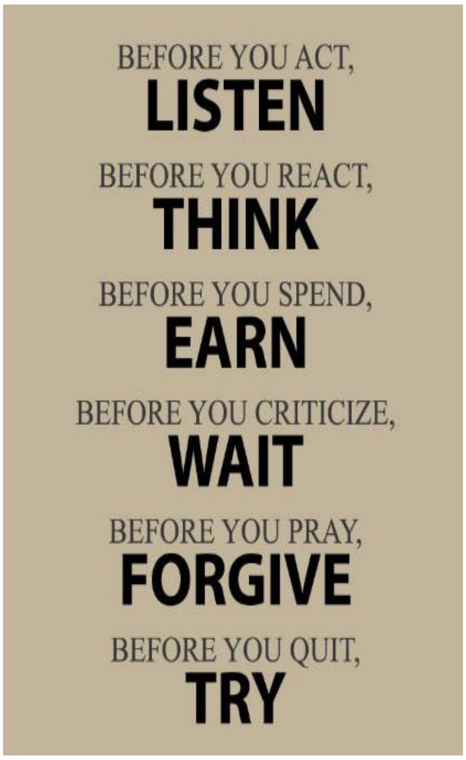
ယာကုပ် အခန်းကြီး ၃း၂-၈ တွင် လျှာ၏ ကြီးစွာသော အဖျက်စွမ်းအားအကြောင်း (အခန်းငယ် ၅ နှင့် ၆ က လျှာကို မီးနှင့် နှိုင်းယှဉ်သည်) သတိပြုရန် လိုအပ်ပြီး ကျွန်ုပ်တို့ လျှာ ကျူးလွန်နိုင်သည့် ကြီးစွာသော အောက်ပါ ဒုစရိုက် (၇) ခု ကို သတိပြုပါ။

၁။ ဘုရားသခင်ရှေ့တော်၌ ရိုးသားပြီး ထိုက်တန်သူအတွက် တိုင်းတာချီးမွမ်းမှုကို ဆန့်ကျင်မြှောက်ပင့်ခြင်း။

၂။ မျက်မှောက်ခေတ်၏လှည့်စားမှုကို သတိပြုပါ။ အမှန်တရားကို မလိမ်ညာပါနဲ့၊ မာန်မာနတွေ မထားပါနဲ့၊ မလုပ်နိုင်တဲ့အရာ သိချင်ယောင်ဆောင်မနေသင့်ပါ။ သင့်ရဲ့အဟုတ်က အဟုတ်တိုင်း ဖြစ်ပါစေ၊ မဟုတ်တဲ့အရာက မဟုတ်တဲ့အတိုင်းဖြစ်ပါစေ။

၃။ ဆဲဆိုခြင်း မပြုရပါ။ ယုတ်ညံ့သော ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် သူတစ်ပါးကို မကောင်းပြောခြင်း သို့မဟုတ် သူတစ်ပါးကို နှောင့်ယှက်ခြင်း မပြုပါနှင့်။

၄။ အတင်းအဖျင်းပြောခြင်း၊ နောက်ကြောင်းပြန်ကိုက်ခြင်း၊ မြည်တမ်းခြင်း၊ သတင်းစကား ပြောခြင်းတို့ကို သတိထားပါ။ စကားအားဖြင့် သို့မဟုတ် အခြားသော အီလက်ထရွန်နစ် ဆက်သွယ်မှု ပုံစံများဖြင့်ပင် သင်မျှဝေပြောဆိုသောစကားများကို အလွန်သတိထားပါ။ တစ်နေ့ သင့်ထံ ပြန်လာနိုင်သည်။



၅။ မဖော်ပြနိုင်သော မကျေနပ်မှု (သို့) တိုင်ကြားချက်များကို သတိပြုပါ။ ကတိတော်ထားရာပြည်သို့ ဝင်ရောက်လာသော ဣသရေလအမျိုးသားများကဲ့သို့

အပျက်သဘောဆောင်သော ဝေဖန်မှုများ သည် ဘုရားသခင်ပေးထားသည့် မန္နကို ဆန့်ကျင်၍ မီးလောင်ခြင်းခံခဲ့ရသည် (တော ၁၁း၁-၁၁)။

၆။ ခြိမ်းခြောက်ခြင်းနှင့် နှုတ်ဖြင့် အလွဲသုံးစားမလုပ်မိစေရန် သတိထားပါ။ ဧဖက် 6:4 တွင်၊ မိဘများသည် သင့်သားသမီးများကို ကြမ်းတမ်းသော သို့မဟုတ် ရွဲ့စောင်းသောစကားများဖြင့် အမျက်ဒေါသဖြစ်စေရန် မပြုကြနှင့် ဟုဆိုသည်။

၇။ ဒေါသ သို့မဟုတ် အငြိုးအတေးနှင့် ဘာမှအဓိပ္ပါယ်မရှိသော ငြင်းခုံမှုတွင် ပါဝင်ပတ်သက် ခြင်းမပြုပါနှင့်။

ကျွန်ုပ်တို့၏ 'လျှာ' ကို အံဝင်ခွင်ကျအသုံးပြုခြင်း။

ရှင်ယာကုပ် ၃:၉-၁၂ တွင် ကောင်းမွန်စွာစနစ်တကျရှိသော 'လျှာ' ၏ အသုံးပြုမှုနှင့် အခွင့်ထူးများ အကြောင်း ပြောဆိုထားသည်။ ၎င်းတို့မှာ-

က) ဘုရားသခင်အား ကျေးဇူးတော်ချီးမွမ်းခြင်းနှင့် ဆုတောင်းရာတွင် အသုံးပြုရန်၊

ခ) ကျွန်ုပ်တို့သည် ဓမ္မသီချင်းများသီဆို၍ နှုတ်ကပတ်တော်ကို ဖတ်ရှုသောအခါတွင် အသုံးပြုရန်၊

ဂ) ကျွန်ုပ်တို့ အချင်းချင်း ခွန်အားပေးတိုက်တွန်းသည့်အခါ အသုံးပြုရန်၊

ဃ) ကရုဏာတော်နှင့် ကျေးဇူးတော်အတွက် ဘုရားသခင်ကို ယုံကြည်သော အခြားသူများအတွက် ဆုတောင်းခြင်း၌ အသုံးပြုရန်၊

င) ကျွန်ုပ်တို့သည် ခရစ်တော်၏ ဧဝံဂေလိတရားကို အခြားသူများနှင့် ဝေမျှသည်အခါ-
သက်သေခံခြင်း၊ သွန်သင်ခြင်းနှင့် နှုတ်ကပတ်တော် ဟောပြောခြင်း၌ အသုံးပြုရန်၊

စ) ဝမ်းနည်းပူဆွေးချိန် သို့မဟုတ် ဒုက္ခရောက်ချိန်၌ အချင်းချင်း နှစ်သိမ့်မှုစကားဖြင့်
ခွန်အားပေးသည့်အခါတို့တွင် အသုံးပြုရန်နှင့်

ဆ) ၁ ပေတရု ၃:၁၅ က၊ 'စိတ်နှလုံးထဲ၌ ထာဝရအရှင်ဘုရားသခင်ကို ရိုသေခြင်းရှိကြလော့။
သင်တို့မြော်လင့်ခြင်း၏ အကြောင်းကို မေးမြန်းသောသူရှိသမျှတို့အား၊ နူးညံ့သောသဘော၊
ကြောက်ရွံ့သောသဘောနှင့် ပြန်ပြော ခြင်းငှါ၊ ကာလအစဉ်မပြတ် အသင့်ရှိနေကြလော့။'

လက်တွေ့အသုံးချမှုနှင့် ဆင်ခြင်မှု

ယာကုပ် ၃:၁၃-၁၈ က၊ ‘သင်တို့တွင် အတတ်အလိမ္မာနှင့်ပြည့်စုံသော ပညာရှိတစုံတယောက်ရှိလျှင်၊ ထိုသူသည် ပညာ၏ နူးညံ့သိမ်မွေ့ခြင်းနှင့်တကွ၊ ကောင်းမြတ်သော ကျင့်ကြံပြုမူခြင်းအားဖြင့် မိမိအမှုတို့ကို ပြပါစေ။ သို့မဟုတ်သင်တို့စိတ်ထဲမှာ ခါးစွာသော ဂုဏ်ပြိုင်ခြင်း၊ ရန်တွေ့ခြင်းမရှိလျှင်၊ သမ္မာတရားကို မုသာဖြင့် ဆန့်၍ မဝါကြွားကြနှင့်။ ထိုသို့သောပညာသည် အထက်မှသက်ရောက်သောပညာမဟုတ်။ မြေကြီးပညာ၊ ဇာတိပကတိပညာ၊ နတ်ဆိုးပညာဖြစ်၏။ အကြောင်းမူကား၊ ဂုဏ်ပြိုင်ခြင်း၊ ရန်တွေ့ခြင်းရှိလျှင်၊ မငြိမ်မဝပ်ရုန်းရင်းခတ်ခြင်း၊ ဆိုးညစ်စွာ ပြုမူခြင်း အမျိုးမျိုးရှိတတ်၏။ အထက်မှ သက်ရောက်သောပညာမူကား၊ ရှေ့ဦးစွာစင်ကြယ်၏။ ထိုမှတပါး၊ အသင့်အတင့်နေ တတ်ကြ၏။ ဖြည်းညှင်းသောသဘောရှိ၏။ သွေးဆောင်လွယ်၏။ ကရုဏာနှင့်ငှင်း၊ ကောင်းကျိုးနှင့်ငှင်း ပြည့်စုံ၏။ လျစ်လျူသောစိတ်ရှိ၏။ လျှို့ဝှက်ခြင်းနှင့်ကင်း စင်၏။ အသင့်အတင့်နေခြင်းငှါပြုစုတတ်သော သူတို့သည် ဖြောင့်မတ်ခြင်းတရား၏ မျိုးစေ့ကိုငြိမ်သက်စွာ ကြဲတတ်ကြ၏။’

စစ်မှန်သောသမ္မာကျမ်းစာဉာဏ်ပညာသည် ကျွန်ုပ်တို့သိရှိသာမက အတွင်း၌ရှိသောမည်သူဖြစ်သည်နှင့် အခြားသူများကိုလည်း ကျွန်ုပ်တို့ပြောဆိုသောအရာဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့ပြောမည့် စကားလုံးတိုင်း နှုတ်မှမထွက်မီ အပြောအဆိုအား အုပ်စိုးရန် အောက်ပါ စည်းကမ်းချက် **(၄) ခု** တို့ကို သုံးသပ်ကြည့်ပါ-

၁။ သိက္ခာရှိမှု (ပြောသင့်တဲ့စကားလား၊ ဘယ်သူ့အတွက်ပြောတာလဲ?။)

၂။ ကြင်နာမှု (ချစ်ခြင်း သို့မဟုတ် မုန်းတီးခြင်းခြင်းဖြင့် ပြောတာလား?။)

၃။ စစ်မှန်မှု (အမှန်လား သို့မဟုတ် ထင်မြင်ယူဆချက်မျှသာလား?။)

၄။ လိုအပ်မှု (အဲဒါကို ပြောရမှာလား၊ အခုပြောသင့်သလား? စသည်တို့ဖြစ်သည်။

ကျွန်ုပ်တို့၏ စကား အတိုင်းအတာ၊ အကြောင်းအရာနှင့် ရည်ရွယ်ချက်တို့ကို အမြဲကြည့်ရှုသင့်သည်။ **ကောလောသဲ ၄:၆** တွင်ပေါလုက၊ ‘လူအသီးအသီးတို့အား အဘယ်သို့ ပြန်ပြောရမည်ကို သိနိုင်မည်

အကြောင်း၊ သင်တို့စကားသည် ဆားအားဖြင့်ငန်သော အရသာနှင့်ပြည့်စုံလျက်၊ အစဉ်မပြတ် တင့်တယ်လျောက်ပတ်ပါစေ။' ကျွန်ုပ်တို့၏ ကိုယ်ခန္ဓာ အစိတ်အပိုင်းအားလုံးတို့ကို သန့်ရှင်းစေရမည်ဟု **ရောမ ၆း၁၉** က ဆိုသည်အတိုင်း၊ 'ထိုသို့ ငါဆိုသော်၊ သင်တို့ဇာတိပကတိအတိုင်း ဉာဏ်နည်းသောကြောင့်၊ လောကီဝေါဟာရအားဖြင့် ဆိုသတည်း။ သင်တို့သည် မိမိတို့ ကိုယ်အင်္ဂါများကို အဓမ္မ အလိုငှါ ညစ်ညူးခြင်းတရား၊ အဓမ္မတရား၌ သွင်း၍ ကျွန်ခံစေကြလော့။' ကျွန်ုပ်တို့အပြစ်အားလုံးမှ သုတ်သင်ရှင်းလင်းရန် သခင်ဘုရားထံ တောင်းလျှောက်ပါ။

နိဂုံး

ကောလော ၄း၆ က၊ 'လူအသီးအသီးတို့အား အဘယ်သို့ ပြန်ပြောရမည်ကို သိနိုင်မည် အကြောင်း၊ သင်တို့စကားသည် ဆားအားဖြင့်ငန်သော အရသာနှင့်ပြည့်စုံလျက်၊ အစဉ်မပြတ် တင့်တယ်လျောက်ပတ်ပါစေ။' ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် နှုတ်အားဖြင့် နေ့စဉ်အပြစ်ပြုရန် လွယ်ကူလှသည်။ တရုတ်စကားပုံတစ်ခုမှာ- 'တစ်ခါပြောဖူးတဲ့ စကားဟာ အကောင်းဆုံးပြေးနေတဲ့မြင်းက ၎င်းကို ပြန်မသယ်ပေးနိုင်ဘူး' ဟုဆိုထားပါသည်။ သန့်ရှင်းသော ဝိညာဉ်တော်သည် ကျွန်ုပ်တို့၏လျှာကို ထိန်းချုပ်ခွင့်ပေးသောကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် ဘုရားသခင် ၏လမ်းညွှန်မှုနှင့် ဉာဏ်ပညာရရှိရန် ဆုတောင်းပြီး တောင်းလျှောက်ရန် လိုအပ်သည်။ အကယ်၍ သင်သည် မယုံကြည်သူဖြစ်ပါက၊ ပထမဆုံးအနေဖြင့်၊ သင်၏အပြစ်များကို ဝန်ခံ- နောင်တရကာ သခင်ယေရှုအား မိမိကယ်တင်ရှင်နှင့် သခင်အဖြစ် ယုံကြည်လက်ခံရန် လိုအပ်ပြီး သန့်ရှင်းသော ဝိညာဉ်တော်တန်ခိုးတော်ဖြင့် ဘုရားသခင်လက်ခံနိုင်သော အကျိုးရှိသော သောစကားကို ပြောဆို နိုင်မည်ဖြစ်သည်။ **အာမင်**။

Rev. Dr Jack Sin
Sovereign Hope Bible-Presbyterian Church
Singapore

ဘာသာပြန်သူ- ΄H fƙv [illegible]