ခန္ဓာစိတ် ကျန်းမာသော အသက်တာ

၁။ ရှင်မာကု ၅း၂၅-၃၄

အမျိုးသမီးတစ်ယောက်သည် ဆယ့်နှစ်နှစ်ပတ်လုံး သွေးသွန်ရောဂါစွဲကပ်လျက် ပြင်းစွာဝေဒနာခံ ခဲ့ရ၏။- 26 များစွာသော ဆရာဝန်တို့၏ ကုသမှု ကိုခံခဲ့ ရ၏။ မိမိ၌ ရှိသမျှကြေးငွေများပင် ကုန်ချေ ပြီ။ မည်သို့မျှ သက်သာရာမရဘဲအခြေအနေ ပို၍ပင်ဆိုးရွားလာ၏။- 27-28 သူသည်သခင်ယေရှု ၏အကြောင်းကိုကြားသိသဖြင့် ``ကိုယ်တော်၏အဝတ်တော်ကိုလက်နှင့် တို့ထိရလျှင်ငါ၏ရောဂါပျောက်လိမ့်မည်'' ဟု တစ်ကိုယ်တည်းပြောဆို လျက် လူအပေါင်းတို့ ကြားမှတိုးဝင်ကာ ကိုယ်တော်၏နောက်သို့ရောက် ရှိလာ၏။- 29 ထိုနောက် အဝတ်တော်ကိုတို့ထိလေ၏။ ထိုသို့တို့ထိ လိုက် သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် သွေးအသွန်ရပ်၍ သွားသဖြင့် သူသည် ရောဂါပျောက်ကင်းသွားသည့် အဖြစ်ကိုသိရှိလာ၏။- 30 သခင်ယေရှုသည် အထံ တော်မှတန်ခိုးထွက်သွား သည်ကို ချက်ချင်းသိတော်မူ၏။ ပရိသတ်ဘက်သို့ လှည့်တော်မူ၍ ``ငါ၏အဝတ်ကိုမည်သူတို့ထိ သနည်း'' ဟုမေးတော်မူ ၏။ 31 တပည့်တော်တို့က ``အရှင့်ကိုတိုးဝှေ့သောလူထု ကြီးကိုတွေ့မြင်တော်မူပါလျက် ငါ့အားမည်သူ တို့ထိသနည်းဟုမေးတော်မူပါသလော'' ဟု လျှောက်ထားကြ၏။ 32 သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်သည် မိမိအား အဘယ်သူ တို့ထိသည်ကိုသိရန်ပတ်လည်သို့ကြည့်တော် မူ၏။- 33 အဝတ်တော်ကိုတို့ ထိသောအမျိုးသမီးသည် မိမိခံစားရသည့်အဖြစ်ကိုသိသဖြင့် **ကြောက်ရွံ့တုန်လှုပ်လျက်ရှေ့တော်သို့လာရောက်ပျပ်ဝပ်ကာ** ဟုတ်တိုင်းမှန်ရာကို အ ကုန်အစင် လျှောက်ထား၏။ 34 ကိုယ်တော်က ``ငါ့သမီး၊ သင်၏ယုံကြည်ခြင်းသည် သင့်ကိုကျန်းမာစေပြီ။ စိတ်ချမ်းသာစွာသွားလော့။ ရောဂါ ပျောက်ကင်းစေ'' ဟုမိန့်တော်မူ၏။

ဆွေးနွေးရန် မေးခွန်းများ

၁။ ထိုအမျိုးသမီးသည် မည်သို့သော အမျိုးသမီးဖြစ်သနည်း။

အမျိုးသမီးဖြစ်တယ်။ ၁၂ နှစ်လုံးလုံး သွေးသွန်တဲ့ ရောဂါ စွဲကပ်တဲ့ သူဖြစ်တယ်။ ၁၂ နှစ်လုံးလုံး ဘုရားကျောင်းကို မသွားနိုင်ခဲ့တဲ့ သူဖြစ်တယ်။ သူမ ပြစ်မှားတဲ့ အပြစ်ကြောင့် မဟုတ်ပေမဲ့လည်း၊ ကျန်းမာရေး ပြဿနာ ကြီးကြီးမားမား ကြုံတွေ့ခဲ့ရသူဖြစ်တယ်။

ဆရာဝန်-ဆရာဝန် ဆိုတဲ့ စကားကို ပြောတဲ့အခါ စိတ်ခန္ဓာ ကျန်းမာစေသော ဆေးဆရာများ ကို ဆိုလိုတယ်။ စိတ် ဒဏ်ရာများကို သက်သာစေတဲ့ သူတွေကို ဆိုလိုတယ်။ ပိုက်ဆံရှိသမျှ ဆေးကုသလို့ ကုန်ပြီ၊ ဒါပေမဲ့ ရောဂါက မသက်သာလာတဲ့အပြင် ပိုပိုပြီးဆိုးလာတယ်။

၂။ သခင်ယေရှုကိုအား တို့ထိနိုင်လိုက်သောအခါ မည်သို့ ဖြစ်သွားခဲ့သနည်း။

၁၂ နှစ်လုံးလုံး သွေးသွန်တဲ့ ရောဂါ စွဲကပ်တဲ့ သူက သခင်ယေရှု၏ အဝတ်တော်ကို တို့ထိရရင် သူ့ ရောဂါ ပျောက်သွားလိမ့်မယ်လို့ ယုံကြည် ခဲ့တယ်။ ဘာကြောင့် အဝတ်တော်ကို တို့ထိ ချင်ရတာလဲ။ ခရစ်တော်ကို ဘာကြောင့် **ရဲရဲ ရင်မဆိုင်ရတာလဲ။ အကူအညီ မတောင်းရဲ ရတာလဲ။** အရှက်ရလို့ ဖြစ်မယ်။ ယောကျ်ားသားတွေချည်းပဲ ဝန်းရံနေတဲ့ အခြေအနေမှာ အရှက်ရလို့ဖြစ်မယ်။ လူတွေက သူ့ကို ဘယ်လိုမြင်ကြမလဲ၊ မောရှေ၏ တရားတော်ကို ဆန့်ကျင်ပြီ လူထုရှေ့ကို ထွက်လာခဲ့လို့ ပညတ်တရားကို ချိုးဖျက်တယ် ဆိုပြီး၊ ကျောက်ခဲနဲ့ ပစ်သတ်ခံရမှာကို ကြောက်လို့လဲ ဖြစ်နိုင်တယ်။ အဝတ်တော်ကို တို့ထိလိုက်တဲ့အခါ တစ်ပြိုင်တည်း သွေးသွန်တာ ရပ်သွားတယ်၊ ရောဂါ ပျောက်ကင်းသွားတာကို ခံစားသိရှိရလိုက်တယ်။ လိုချင်တာ ရလိုက်တယ်။ ၁၂ နှစ်လုံးလုံး အရှက်ရစေပြီး၊ ခံစားလာခဲ့တဲ့ ဝေဒနာ ရောဂါ ပျောက်သွားပြီ။ ဘယ်လောက်တောင် ပျော်စရာ ကောင်းလိုက်မလဲ။

၃။ သခင်ယေရှုက သူမကို လူအုပ်တွေကြားထဲကနေ တိတ်တဆိတ် အဘယ်ကြောင့် ထွက်ခွာခွင့် မပြုခဲ့ရသနည်း ဟု သင်ယူဆပါသနည်း။

အခန်းငယ် ၃၀ မှာ ခရစ်တော်က သူ့ဆီကနေ့ တန်ခိုးထွက်သွားတာကို ခံစားလိုက်ရတယ်။ ငါ၏အဝတ်ကိုမည်သူတို့ထိ သနည်း'' ဟုမေးတော် မူ၏။ 31 တပည့်တော်တို့က ``အရှင့်ကိုတိုးဝှေ့သောလူထု ကြီးကိုတွေ့မြင်တော်မူပါလျက် ငါ့အားမည်သူ တို့ထိသနည်းဟုမေးတော်မူပါသ လော'' ဟု လျှောက်ထားကြ၏။ 32 သို့ရာတွင်ကိုယ်တော်သည် မိမိအား အဘယ်သူ တို့ထိသည်ကိုသိရန်ပတ်လည်သို့ကြည့်တော် မူ၏။ ခရစ်တော်က ဘာဖြစ်လို့ ထိုအမျိုးသမီးကို ထွက်ခွာခွင့် မပြုခဲ့ရတာလဲ။ ဘယ်သူက သူ့ကို ထိခဲ့တယ်ဆိုတာ သခင်ယေရှုက သိကို သိမယ်။ ဒါပေမဲ့ သခင်ယေရှုက အတင်းအကျပ် ဆွဲမထုတ်ဘူး။ သူမ ကိုယ်တိုင် ဝန်ခံပြီး ထွက်ပြလာတာကို လိုလားတယ်။

၄။ သူမ၌ ဖြစ်ပျက်ခဲ့သောအရာများကို ပြောပြပါက သခင်ယေရှုမည်သို့ တုန့်ပြန်မည်ဟု ယူဆခဲ့ဟန် ရှိသနည်း။ သခင် ယေရှု မည်သို့ တုန့်ပြန်ခဲ့ပါသနည်း။

အဝတ်တော်ကိုတို့ထိသောအမျိုးသမီးသည် မိမိခံစားရသည့်အဖြစ်ကိုသိသဖြင့် **ကြောက်ရွံ့တုန်လှုပ်လျက်ရှေ့တော်သို့လာရောက်ပျပ်ဝပ်ကာ** ဟုတ်တိုင်းမှန်ရာကို **အကုန်အစင်** လျှောက်ထား၏။ သွေးသွန်တဲ့ ရောဂါ သက်သာသွားပေမဲ့ ဒီအမျိုးသမီးကြီးက ယုဒလူမျိုးတွေ၏ တရားဥပဒေကို ချိုးဖျက်ခဲ့မိတယ်။ မသန့်ရှင်းတဲ့သူက လူထုရှေ့ကို မသွားသင့်တဲ့ အရာ၊ လူတွေကို မထိရဘူး ဆိုတဲ့ တရား ဥပဒေကို ချိုးဖောက်မိပြီ။ သေဒဏ် ကျသင့်တဲ့ အရာကို ပြုလုပ်မိခဲ့ပြီ။[1] ဒါကြောင့် ကြောက်ရွံ့နေခဲ့တာလည်း ဖြစ်နိုင်တယ်။ ခရစ်တော်ဘုရားသခင်က ဒါကို သိတယ်။ ဒီအမျိုးသမီးကြီး ရောဂါတော့ ပျောက်သွားပြီ ဒါပေမဲ့ သူ့ဘဝတစ်လျှောက်လုံး စိတ်ဒဏ်ရာနဲ့ အသက်ရှင်သွားရတော့မယ်။ တသက်လုံး အပြစ်လုပ်မိခဲ့တယ် ဆိုတဲ့ ခံစားချက်နဲ့ အသက်ရှင်ရတော့မယ်။ စိတ်မချမ်းမသာနဲ့ အသက်ရှင်ရတော့မယ် ဆိုတာ သိတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီအမျိုးသမီးကို ကယ်တင်လိုတယ်။ စိတ်ဒဏ်ရာကနေ့ လွတ်ကင်းလိုတဲ့ ဆန္ဒရှိတယ် ဒါကြောင့် ခရစ်တော်က မရမကကို သူ့တန်ခိုးကြောင့် သက်သာသွားခဲ့တယ် ထိုအမျိုးသမီးကြီး ကို လိုက်ရှာခဲ့တယ် ဖြစ်တယ်လို့ ကျွန်တော် ယူဆပါတယ်။

[1] ဝတ်ပြုရာကျမ်း 15:19-30

ဘဝမှာ ခန္ဓာကိုယ် ရောဂါထက် စိတ်ဒဏ်ရာက ပိုပြီး ကြောက်စရာကောင်းတယ်။ စိတ်ထောင်းတော့ ကိုယ်ကျေတယ်။ လူဟာ စိတ်ဖိစီးမှုများလာရင်၊ ဗိုက်နာ၊ ဗိုက်အောင့်တာတွေ ခေါင်းကိုက်တာတွေဖြစ်တတ်တယ်။ နှလုံးရောဂါ စတဲ့ ရောဂါတွေ ရရှိနိုင်ပါတယ်။

စိတ်ဒဏ်ရာ ရှိတဲ့သူက လူမှုပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးမှာ ပြဿနာတွေ ရှိလာတယ်။ ဘုရားသခင်ကိုလည်း အပြစ်တင်တက်တယ်။ ဘုရားက သူကို မချစ်တော့ဘူးဆိုပြီး သံသယ ရှိလာသလို၊ ဘုရားသခင်၏ တန်ခိုး စွမ်းအားကိုလည်း သံသယ ရှိလာတယ်။

Covid-19 နှင့် စိတ်ဒဏ်ရာ

Pro 17;22။ စိတ်ရွှင်လန်းခြင်းသည် ကျန်းမာစေတတ်၏။ စိတ်ပျက်ခြင်း မူကား၊ အရိုးတို့ကိုသွေ့ခြောက်စေတတ်၏။
စိတ်ထောင်းကိုယ်ကျေ၊ စိတ်ပျိုရင် ကိုယ်နု တယ်။ စိတ်ဒဏ်ရာမရှိရအောင်၊ စိတ်နုပျိုရအောင် ဘယ်လို အသက်ရှင်ကြမလဲ။

သုတ္တံ ၄း၂၀-၂၇- 20 ငါ့သား၊ ငါ့စကားကို**နား**ထောင်လော့။ ငါ ဟောပြောချက်တို့ကို နားသွင်း လော့။ 21 သင့်မျက် မှောက်မှ မကွာစေနှင့်။ နှလုံးတွင်း၌ စောင့်ထားလော့။ 22 အကြောင်းမူကား၊ **ထိုတရားစကားကို** တွေ့ရ သောသူတို့သည် **အသက်ရှင်ခြင်း၊ တကိုယ်လုံးကျန်းမာ ခြင်းအကြောင်းကို တွေ့ရပြီ။** 23 နှလုံးသည်အသက်၏အခြေအမြစ် ဖြစ်သော ကြောင့်၊ သင်၏နှလုံးကို အထူးသဖြင့် စောင့်ရှောက် လော့။ 24 ကောက်သော စကားတို့ကိုင်၊ ငြင်းဆန်တတ် သော **နှုတ်ခမ်း**တို့ကိုင်၊ ဝေးစွာ ပယ်ရှောင်လော့။ 25 သင်၏**မျက်စိ**သည် ရှေ့ရှုကြည့်၍၊ မျက်ခမ်းတို့ သည် တည့်တည့် အာရုံပြုစေလော့။ 26 သင်သွားရာလမ်းကို စူးစမ်း၍၊ သွားလေ ရာရာ၌ တည်ကြည်ခြင်း ရှိစေ လော့။ 27 လက်ျာဘက်၊လက်ဝဲဘက်သို့ မတိမ်းမလွှဲနှင့်။ **ဒုစရိုက်ပြုရာ** လမ်းကိုရှောင်လော့။

အဟုတ်ကို အဟုတ်၊ အမှန်ကို အမှန်။
တည်ကြည်သော စိတ်ရှိဖို့လိုတယ်။

မိမိ အသက်တာမှာ စိတ်ဒဏ်ရာ ရှိတဲ့သူရဲ့အသက်တာဟာ အရမ်းပင်ပန်းတယ်။ စိတ်ဒဏ်ရှိတဲ့ သူတွေက ဘုရားအမှုတော် ဆောင် ရင်လည်း အရမ်းပင်ပန်းတယ်။ ဘာပဲလုပ်လုပ် ဝန်လေး၍ ပင်ပန်းခြင်းရှိတယ်။ လွတ်မြောက်ခြင်း မရှိတဲ့ အသက်တာဖြစ်တယ်။ အသက်တာမှာ ဘာရောဂါမှ မရှိရင်လည်း ပင်ပန်းလွန်းတယ်။ ဒါကြောင့် ခရစ်တော်ဘုရားသခင်က ကျွန်တော်ကို ခန္ဓာကိုယ် ကျန်းမာခြင်း၊ စိတ်ချမ်းသာခြင်း ဆိုတဲ့ ကောင်းချီးကို ပေးလိုတယ်။ စိတ်မှန်သော လွတ်မြောက်ခြင်းဖြစ်တဲ့ ခန္ဓာ၊ စိတ်၊ ဝိညာဉ် ကျန်းမာခြင်းဆိုတာ ဘုရားသခင်ကို သိကျွမ်းခြင်းခြင်းအားဖြင့်၊ **ထိုတရားစကား** ဆိုတဲ့ ဘုရားသခင် အလိုတော်ရှိတဲ့ အသက်တာမှာ အသက်ရှင်ခြင်းအားဖြင့်သာလျှင်ရရှိနိုင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

၁၂ နှစ်လုံးလုံး သွေးသွန်တဲ့ ရောဂါ စွဲကပ်ခဲ့တဲ့ အမျိုးသမီးကြီး၊ လူ့ပတ်ဝန်း ကျင်ရဲ့စွန့်ပစ်ခြင်း ခံခဲ့ရတဲ့ အမျိုးသမီးကြီး၊ လူပတ်ဝန်းကျင် မှာ အရှက်တရားနဲ့ အသက်ရှင်ခဲ့ရတဲ့ အမျိုးသမီးကြီး၊ မသန့်ရှင်းတဲ့ သူလို့ သတ်မှတ်ခံခဲ့ရတဲ့ အမျိုးသမီးကြီးဟာ ခရစ်တော်၏ တန်ခိုးတော်နှင့် ထိတွေ့ခွင့်ရခဲ့တဲ့အခါမှာ ပျောက်ကင်းသက်သာခွင့်ကို ရခဲ့တယ်။ ခရစ်တော်ဘုရားသခင်က ကျွန်တော်တို့၏ ခန္ဓာ ကျန်းမာခြင်းသာမက၊ စိတ်ချမ်းသာစွာဖြင့် အသက်ရှင်နေထိုင်နိုင်ဖို့ ရန်တွက် ပြုလုပ်ပေးနိုင်တဲ့ အစွမ်းရှိတဲ့ သူဖြစ်ပါတယ်။ ခရစ်တော်၏ တန်ခိုးက သာလျှင် လူသားတွေကို ခန္ဓာကျန်းမာခြင်း စိတ်ချမ်းသာခြင်း ဆုကျေးဇူးကို ပေးနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဘဝမှာ ဘယ်လို အခက်အခဲတွေ၊ ရောဂါဝေဒနာတွေ တွေ့ကြုံခံ စားနေရသော်လည်း ခရစ်တော်ထံ အပ်နှံဖို့၊ ခရစ်တော်၏ တန်ခိုးတော်မှာ ခိုလှုံဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

အသက်တာမှာ ခရစ်တော်သာ သိသွားရင် ဘယ်လိုတုန့်ပြန်မလဲ ဆိုပြီး၊ စိတ်ပူပန် အရှက်ရနေတဲ့ အရာများ၊ အပြစ်များ သင့်အသက် တာမှာ ရှိပါသလား။ ကျွန်တော်တို့၏ ရောဂါဝေဒနာ၊ အပြစ်များနှင့် အားနည်းချက်များထက် ဘုရားသခင်၏ မေတ္တာနှင့် တန်ခိုးက သာ၍ ကြီးမားလှပါတယ်။ ထိုအမျိုးသမီးကြီးလည်း ဘုရားသိသွားရင် အပြစ်တင်မလား၊ ရှက်တဲ့စိတ်၊ ကြောက်တဲ့စိတ် ရှိခဲ့တဲ့အတွက် ဘယ်သူမှ မသိအောင် တိတ်တဆိတ် သခင်ယေရှု၏ အဝတ်တော်ကို တို့ထိခဲ့ပါတယ်။ သခင်ယေရှုထံ တိုးဝင်ပြီး အကုန်အစင် ဖွင့်ပြပြောပြခဲ့ပါတယ်။ ဘုရားသခင်၏ ကျွန်တော်တို့ စိတ်၊ နှလုံးသား ကျန်းမာတဲ့ အသက်တာမျိုးမှာ အသက်ရှင်ဖို့ ကူညီပေးလို တယ်၊ အလိုတော်ရှိပါတယ်။ ကူလည်း ကူညီပေးနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် စိတ်ရင်းမှန်နဲ့ ခရစ်တော်ကို ချည်းကပ်ဖို့၊ ပြောပြဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။

စိတ်ချမ်းသာတဲ့ အသက်တာမှာ အသက်ရှင်ဖို့ အလွန်အရေးကြီးတယ်။ စဉ်းစားကြည့်ပါ အသင်းတော်မှာ ရှိတဲ့ ယုံကြည်သူတိုင်း စိတ် ဒဏ်ရာများမှ ပျောက်ကင်း သက်တာကြတယ်၊ စိတ်ချမ်းသာကြတယ်ဆိုရင် ဘယ်လောက် ပျော်စရာကောင်းမလဲ။ ဘုရားကို ဝတ်ပြုကြရာမှာလည်း ဘယ်လောက် အဓိပ္ပါယ်ရှိမလဲ။ စစ်မှန်သော ခရစ်ယာန် မိတ်သဟာရ ဆိုတာ တော်တော်လေး ပျော်စရာ၊ ကြည်နူးစရာလည်း ကောင်းပါတယ်။ အယောက်စီတိုင်း အသက်ရှင်ခြင်းအရာ၊ တစ်ကိုယ်လုံးကျန်းမာခြင်းအရာ ဆိုတဲ့ ကောင်းချီးမင်္ဂလာ ခံစားရရှိဖို့အတွက် စိတ်နှလုံးကို အထူးဂရုစိုက်ဖို့ လိုတယ်။

သုတ္တံ ၄း၂၂-၂၃ ထိုတရားစကားကို တွေ့ရ သောသူတို့သည် **အသက်ရှင်ခြင်း၊ တကိုယ်လုံးကျန်းမာ ခြင်းအကြောင်းကို တွေ့ရပြီ။** 23 နှလုံးသည် အသက်၏ အခြေအမြစ် ဖြစ်သော ကြောင့်၊ သင်၏နှလုံးကို အထူးသဖြင့် စောင့်ရှောက် လော့။ - 33 အဝတ်တော်ကိုတို့ထိသောအမျိုးသမီးသည် မိမိခံစားရသည့်အဖြစ်ကိုသိသဖြင့် **ကြောက်ရွံ့တုန်လှုပ်လျက်ရှေ့တော်သို့လာရောက်ပျပ်ဝပ်ကာ** ဟုတ်တိုင်းမှန်ရာကို အကုန်အစင် လျှောက်ထား၏။ 34 ကိုယ်တော်က ``ငါ့သမီး၊ သင်၏ယုံကြည်ခြင်းသည် သင့်ကိုကျန်းမာစေပြီ။ စိတ်ချမ်းသာစွာသွားလော့။ ရောဂါပျောက်ကင်းစေ'' ဟုမိန့်တော်မူ၏။