

សៀវភៅកត់ចំណាំ

សន្និសីទ

ទូទៅ



មុនពេលសន្និសីទចាប់ផ្តើម ប្អូនអាចរៀបចំខ្លួនដើម្បីស្តាប់ព្រះសូរសៀងរបស់ព្រះអម្ចាស់តាមរយៈការស្វែងរកវិវរណៈផ្ទាល់ខ្លួនរបស់ប្អូន។

- តើខ្ញុំបានចំណាយពេលវេលាសម្រាប់ការអធិស្ឋានផ្ទាល់ខ្លួនឬទេ ?
- តើខ្ញុំបានអានព្រះគម្ពីរដែរឬទេ ?

កន្លែងមួយដើម្បីកត់ត្រាតនសម្បត្តិដែលវិវរណៈផ្ទាល់ខ្លួនរបស់ប្អូន។ ចេញមកពីសន្និសីទទូទៅ ។

សូមស្តាប់

វេលខើវ ជេហ្វ្រី អ័រ ហ្សឺន បានបង្រៀនថា
 « វិវរណៈសឹងតែកើតមានជាចម្លើយចំពោះសំណួរ
 ជានិច្ច » ។^១

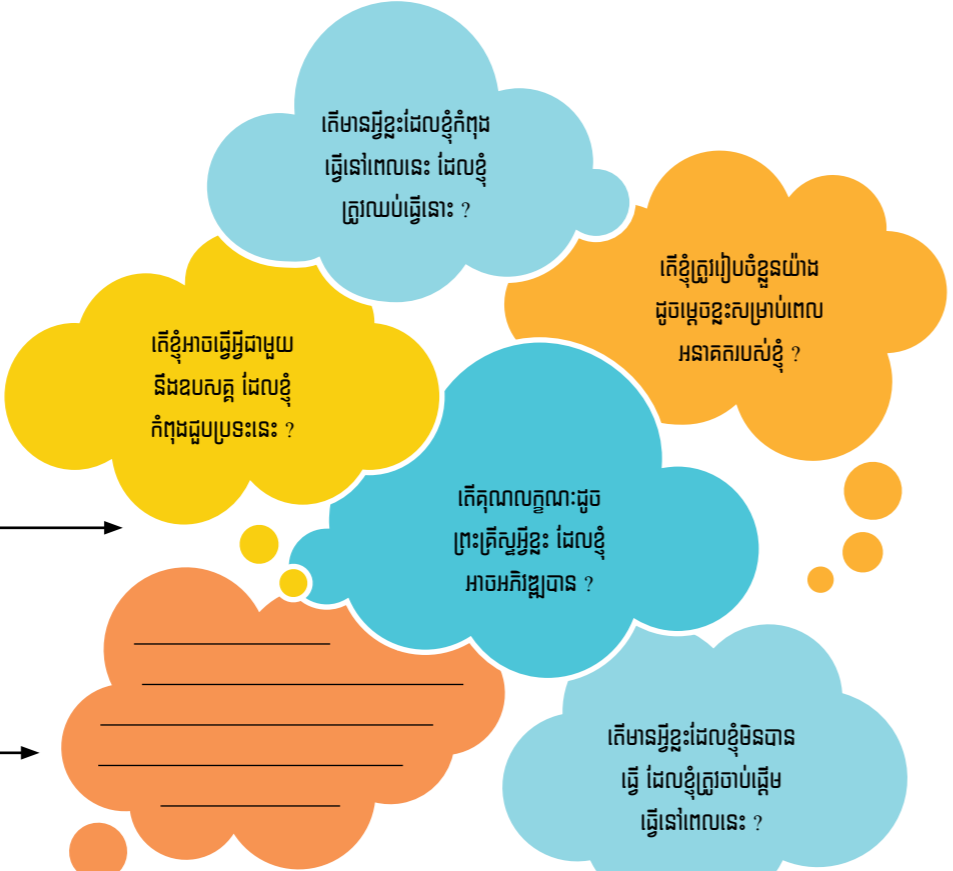
បន្ទាប់មក សូមស្តាប់

សន្និសីទទូទៅគឺជាឱកាសដ៏អស្ចារ្យមួយ ដើម្បីរៀនពីអ្វីដែលព្រះអម្ចាស់សព្វព្រះវិញ្ញាណយល់ និងធ្វើ ។ ប៉ុន្តែ តើប្អូនដឹងថា តើទ្រង់មានបន្ទូលមកកាន់ប្អូននៅពេលណា ? វាចាប់ផ្តើមដោយការគិតអំពីជីវិតរបស់ប្អូន និងអ្វីដែលប្អូនត្រូវការឲ្យជួយ ។

នេះជាប្រធានបទដើម្បីគិតដល់ ៖

សូមចំណាយពេលខ្លះៗ ដើម្បីសរសេរការដឹកនាំផ្ទាល់ខ្លួនអ្វីខ្លះ ដែលប្អូនសង្ឃឹមថា ព្រះអម្ចាស់នឹងប្រទានដល់ប្អូននៅអំឡុងពេលសន្និសីទនេះ ។

នៅពេលប្អូនស្តាប់សន្និសីទទូទៅ សូមគិតដល់សំណួរទាំងនេះនៅក្នុងចិត្ត ។ ព្រះអម្ចាស់អាចប្រទានដល់ប្អូនការដឹកនាំផ្ទាល់ខ្លួន ។



សូមកត់ត្រាទុក

មានមូលហេតុជាច្រើន ដែលមនុស្សទូទៅកត់ត្រាទុកនៅអំឡុងពេលសន្និសីទ ។ ការកត់ត្រាទុកអាចជួយប្អូនឲ្យយកចិត្តទុកដាក់បានកាន់តែប្រសើរឡើង ហើយចងចាំអ្វីដែលប្អូនបានស្តាប់ឮ ។ នៅពេលប្អូនកត់ត្រា ប្អូនអាចបង្ហាញដល់ព្រះអម្ចាស់ថា ប្អូនត្រៀមខ្លួនដើម្បីទទួលបានវិវរណៈផ្ទាល់ខ្លួន និងធ្វើសកម្មភាពតាមវិវរណៈនោះ ។

សូមសាកល្បងធ្វើវា ! នៅពេលប្អូនស្តាប់សន្និសីទ សូមកុំបារម្ភអំពីការកត់ត្រាអ្វីៗ ដែលអ្នកនិយាយច្រើនមួយពាក្យឡើយ ។ ប្រសិនបើប្អូនខកខានអ្វីមួយ នោះប្អូនអាចត្រឡប់ទៅសុំទុកវាបានវិញ ហើយអាន ឬមើលវានៅពេលក្រោយបានជាទិញ ។ សូមផ្តោតលើការកត់ត្រាគំនិត និងចំណាប់អារម្មណ៍របស់ប្អូននៅអំឡុងពេលស្តាប់សុំពាក្យរបស់ពួកលោក ។ ប្រសិនបើប្អូនកត់ត្រាគំនិត និងចំណាប់អារម្មណ៍នោះនៅត្រានោះទុក នោះប្អូននឹងមិនចាំបាច់ព្យាយាមចងចាំវានៅពេលក្រោយនោះទេ ។

អ្វីដែលពួកលោកបានច្រែង ៖

គំនិត និងចំណាប់អារម្មណ៍របស់ខ្ញុំ ៖

ត្រូវការជំនួយខ្លះៗអំពីរបៀបធ្វើវាទេ ? នេះជាជំនួយមួយចំនួន ៖

« ពេលខ្ញុំធ្វើការកត់ចំណាំក្នុងសន្និសីទ ខ្ញុំមិនកត់អត្ថន័យទាំងស្រុងដែលអ្នកនិយាយលើកឡើងនោះទេ ខ្ញុំកត់ត្រាការដឹកនាំផ្ទាល់ខ្លួន ដែលព្រះវិញ្ញាណប្រទានដល់ខ្ញុំវិញ ។ អ្វីដែល បានផ្តល់ មិនសំខាន់ដូចជាអ្វីដែលយើង ស្តាប់ឮ និងអ្វីដែលយើង អានអារម្មណ៍ នោះទេ » ។

អែលឌើរ វ៉ិលី ឌី ហែល (ឆ្នាំ ១៩៣២-២០១៧)^២

អ្វីដែលពួកលោកបានឆ្លែង៖



ការអញ្ជើញពិសេស

ជារឿយៗ ថ្នាក់ដឹកនាំសាសនាចក្រផ្តល់ការអញ្ជើញផ្សេងៗ ដើម្បីជួយយើងឲ្យរីកចម្រើនខាងវិញ្ញាណ ។ តើប្អូនៗបានស្តាប់ឮការអញ្ជើញជាក់លាក់ណាមួយ អំឡុងសម័យប្រជុំទាំងនោះដែរឬទេ ? សូមកត់ត្រាវាទុកនៅត្រង់នេះ ដើម្បីកុំឲ្យប្អូនៗភ្លេច !



គំនិត និងចំណាប់អារម្មណ៍របស់ខ្ញុំ៖



ផ្អាកសិន !

តើប្អូនៗបានទទួលចម្លើយណាមួយចំពោះសំណួររបស់ប្អូនៗហើយឬនៅ ? ប្រសិនបើប្អូនៗបានទទួលហើយ សូមចំណាយពេលមួយសន្ទុះ ដើម្បីកត់ត្រាការណែនាំ និងការដឹកនាំដែលប្អូនៗបានទទួលនោះទុក ។



« ខ្ញុំសន្យាថា នៅពេលប្អូនៗស្តាប់ឮសំឡេងនៃព្រះអម្ចាស់សម្រាប់ប្អូនៗ នៅក្នុងការបង្រៀននៃសន្និសីទនូវទំនេរ ហើយអនុវត្តតាមការបំផុសគំនិតទាំងនោះ នោះប្អូនៗនឹងទទួលបានអារម្មណ៍ពីការជះកម្រិតពលនៃស្ថានសួគ៌មកលើប្អូនៗ ហើយជីវិតរបស់ប្អូនៗ និងជីវិតរបស់អស់អ្នកដែលនៅជុំវិញប្អូនៗនឹងបានទទួលពរ » ។

អែលឌី ណែល អាន់ឌឺស៊ីន



« ពង្រឹងបំណងសន្តិសុខទៅកើតមានចំពោះយើងក្រោយពីសន្តិសុខនេះបានបញ្ចប់ ។ សូមចាំ
ពីលំនាំដែលបានកត់ត្រាជាញឹកញាប់ក្នុងបទគម្ពីរ ៖ យើងជួបជុំគ្នាស្តាប់បន្ទូលព្រះអម្ចាស់ ហើយ
រស់នៅតាមបន្ទូលទាំងនោះ ពេលយើងត្រឡប់ទៅផ្ទះរបស់យើងវិញ » ។

អែលឌី រ៉ូប៊ីត ឌី ហែល*



អ្វីដែលពួកលោកបានឆ្លែង ៖



គំនិត និងចំណាប់អារម្មណ៍របស់ខ្ញុំ ៖



ផ្អាកសិន !

តើប្អូនបានទទួលគំនិតបន្ថែមទៀត អំពីអ្វីៗ
ដែលប្អូនត្រូវបន្តធ្វើ ឈប់ធ្វើ ឬចាប់ផ្តើមធ្វើ
ដើម្បីកែលម្អជីវិតរបស់ប្អូនៗដែរឬទេ ?



ការអញ្ជើញពិសេស

ជារឿយៗ ថ្នាក់ដឹកនាំសាសនាចក្រផ្តល់ការអញ្ជើញ
ផ្សេងៗ ដើម្បីជួយយើងឲ្យរីកចម្រើនខាងវិញ្ញាណ ។
តើប្អូនបានស្តាប់ឮការអញ្ជើញជាក់លាក់ណាមួយ
អំឡុងសម័យប្រជុំទាំងនោះដែរឬទេ ? សូមកត់ត្រា
វាទុកនៅត្រង់នេះ ដើម្បីកុំឲ្យប្អូនភ្លេច !

តើមានអ្វីបន្ទាប់ទៀត សម្រាប់ខ្ញុំ ?

វាគឺជាបទពិសោធន៍ដ៏អស្ចារ្យមួយ ដើម្បីស្តាប់ឮទីបង្គោលរបស់ពួក
សាវក និងព្យាករណ៍ទាំងឡាយ ! តើប្អូនបានទទួលការដឹកនាំ ដែល
អាចជួយប្អូននៅក្នុងជីវិតរបស់ប្អូនៗដែរឬទេ ?

តទម្ងនេះគឺជាពេលវេលាដ៏អស្ចារ្យមួយ ដើម្បីដាក់គោលដៅដើម្បីជួយប្អូនឲ្យធ្វើសកម្មភាពតាម
អ្វីៗ ដែលប្អូនបានរៀនសូត្រ ។ ទាំងនេះគឺជាយោបល់មួយចំនួន ៖

- បរិសយកយោបល់មួយ ឬពីរនៃការដឹកនាំផ្ទាល់ខ្លួន ហើយបង្កើតផែនការ
មួយដើម្បីធ្វើសកម្មភាព ។
- ដាក់ផែនការមួយ ដើម្បីធ្វើសកម្មភាពតាមការតាំងចិត្ត ឬការអញ្ជើញ
មួយដែលប្អូនបានស្តាប់ឮ ។
- ស្តាប់សុន្ទរកថាសន្តិសុខមួយរាល់ព្រឹក ពេលប្អូនរៀបចំខ្លួននៅ
សាលារៀន ។
- ចែកចាយដំណើររឿង ឬសម្តីដកស្រង់ដែលប្អូនចូលចិត្តមកពីសន្តិសុខ
ជាមួយនិងមិត្តភក្តិម្នាក់ ឬនៅលើប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយសង្គម ។
- ដាក់ពេលវេលាមួយ នៅពេលដែលគ្រួសាររបស់ប្អូនអាចចែកចាយអ្វី
ដែលលេចធ្លោចំពោះពួកគេម្នាក់ៗអំឡុងសន្តិសុខ ។
- តើប្អូនមានគំនិតផ្សេងទៀតទេ ? សូមសរសេរគោលដៅរបស់
ប្អូនៗផ្ទាល់ ៖

សូមប្រើកន្លែងដើម្បីកាត់ផ្នែកនេះចេញពីទំព័រនេះ ។ បន្ទាប់មក ប្អូនអាចដាក់វានៅ
កន្លែងណា ដែលប្អូននឹងមើលឃើញវារៀងរាល់ថ្ងៃ ដើម្បីឲ្យប្អូនដឹងពីគោលដៅ
របស់ប្អូនៗ !





« ចម្រើយចំពោះការអធិស្ឋានដ៏ជាក់ច្បាស់ណាមួយរបស់ប្អូន។ ប្រហែលជាអាចមកដោយ
ផ្ទាល់ ពីសុទ្ធភាពណាមួយ ឬពីប្រយោគណាមួយ ។ . . . បំណងប្រាថ្នាដ៏ស្មោះសារដើម្បី
ស្តាប់ និងធ្វើតាមពាក្យនូវនាទាំងឡាយ និងរៀបចំផ្លូវសម្រាប់វិវរណៈផ្ទាល់ខ្លួន » ។

អែលឌើរ ខៀវើរ អេហ្វ អុដដូហ្វ

កំណត់ចំណាំ

១. ជេប្រើ អ៊ី ហ្វឡាន « *Cast Not Away Therefore Your Confidence* » *Ensign* ខែ មីនា ឆ្នាំ ២០០០ ទំព័រ ៩ ។
២. រ៉ូប៊ីន ឌី ហែល សន្តិសុខនូវខែ តុលា ឆ្នាំ ២០១៣ (*Ensign* ឬ *Liahona* ខែ វិច្ឆិកា ឆ្នាំ ២០១៣ ទំព័រ ៦) ។
៣. ឌែល អិល អាន់ឌើសិន សន្តិសុខនូវខែ តុលា ឆ្នាំ ២០១៧ (*Ensign* ឬ *Liahona* ខែ វិច្ឆិកា ឆ្នាំ ២០១៧ ទំព័រ ១២៦) ។
៤. រ៉ូប៊ីន ឌី ហែល សន្តិសុខនូវខែ តុលា ឆ្នាំ ២០១៣ (*Ensign* ឬ *Liahona* ខែ វិច្ឆិកា ឆ្នាំ ២០១៣ ទំព័រ ៧) ។
៥. ខៀវើរ អេហ្វ អុដដូហ្វ « *General Conference—No Ordinary Blessing* » *Ensign* ឬ *Liahona* ខែ កញ្ញា ឆ្នាំ ២០១១ ទំព័រ ៤ ។

© ២០២២ by Intellectual Reserve, Inc.
All rights reserved.

ការអនុញ្ញាតឲ្យបោះពុម្ពក្នុងសៀវភៅនេះឡើងវិញត្រូវបានអនុញ្ញាតឲ្យកែ
សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ផ្ទាល់ខ្លួនប៉ុណ្ណោះ មិនមែនសម្រាប់ធ្វើការណាមួយ
ទេ ។ ការណែនាំនេះមិនមែនការអនុញ្ញាតសម្រាប់ផ្ទុកឯកសារឡើយ បោះពុម្ពច្បាប់
ចម្លងចំនួនតិចតួច សម្រាប់អស់អ្នកដែលពួកគាត់បម្រើនៅក្នុងសមាសភាព
នៃការហៅរបស់ពួកគាត់ ។ កូនសៀវភៅនេះត្រូវតែបោះពុម្ពឲ្យបានគ្រប់
ទំព័រ ។ ការណែនាំនេះមិនមែនបញ្ចូលការអនុញ្ញាតឲ្យបោះពុម្ពនិងផ្សព្វផ្សាយ
ប្រើប្រាស់ក្នុងគោលបំណងថ្មី ឬចែកចាយសម្ភារៈនេះឡើយ ។ ការប្រើ
ប្រាស់សម្ភារៈនេះលើសពីនេះណាមួយតម្រូវឲ្យមានការអនុញ្ញាត ។

permissions
.ChurchofJesusChrist.org

ត្រូវការច្បាប់ចម្លងបន្ថែម ?

សូមទាញយក និងបោះពុម្ពសៀវភៅកំណត់ចំណាំនេះពីគេហទំព័រ
conference.ChurchofJesusChrist.org ។

