ឈ្មោះ________________________________ **ការអត់ទោសដល់អ្នកដទៃ**

កាលបរិច្ឆេទចាប់ផ្តើម________________ Forgiving Others

ថ្ងៃបញ្ចប់______________________________ កូល៉ុស ៣:១៣

Colossians 3:13

Project 202 គម្រោង ២០២

ផ្នែក ទី 1៖ មូលដ្ឋានគ្រឹះព្រះគម្ពីរ

ការអត់ទោសកើតឡើងចំពោះមនុស្សគ្រប់គ្នា។ ពេលមាននរណាម្នាក់និយាយ ឬធ្វើអ្វីមួយដែលធ្វើឱ្យអ្នកឈឺចាប់។ ប្រហែលជាការលើកឡើងរិះគន់ ការចោទប្រកាន់អយុត្តិធម៌ ឬការកុហក។ អ្នកនៅតែមានអារម្មណ៍ឈឺចាប់នៅខាងក្នុង ជាពិសេសនៅពេលអ្នកពិនិត្យមើលព្រឹត្តិការណ៍នៅក្នុងចិត្តរបស់អ្នក។ ប្រហែលជារឿងតូចតាចពីដំបូង ប៉ុន្តែ ឥឡូវបញ្ហានោះបានរីកចម្រើនកាន់តែខ្លាំង។ តើអ្វីនឹងនាំមកនូវការព្យាបាល? តើមនុស្សម្នាក់អាចអាចរួចពីការចងចាំដ៏ឈឺចាប់ទាំងនេះបានដោយរបៀបណា?

កូឡូស ៣:១៣ មានចំលើយចំពោះបញ្ហានេះ

> **ត្រូវចេះទ្រាំទ្រគ្នាទៅវិញទៅមក ហើយប្រសិនបើបងប្អូនណាម្នាក់មានរឿងអ្វីមួយនឹងម្នាក់ទៀត ត្រូវតែអត់ទោសឲ្យគ្នាទៅវិញទៅមក។ ព្រះអម្ចាស់បានអត់ទោសអោយបងប្អូនយ៉ាងណា ចូរអត់ទោសអោយគ្នាទៅវិញទៅមកយ៉ាងនោះដែរ។** កូឡូស ៣:១៣

សម្រាប់មនុស្សជាច្រើន វាពិបាកក្នុងការរៀនពីរបៀបអភ័យទោសដល់អ្នកដទៃណាស់។ សង្ឃឹមថាគម្រោងនេះនឹងជួយអ្នកឱ្យយល់ពីរបៀបដែលការអត់ទោសឱ្យអ្នកដទៃ អាចធ្វើឱ្យជីវិតរបស់អ្នកកាន់តែមានសុភមង្គល និងមានសន្តិភាពជាងមុន។

កូឡូស ៣:១៣ ប្រាប់យើងឲ្យអត់ទោសដល់អ្នកដទៃដូចគ្នា នឹងព្រះគ្រីស្ទបានអត់ទោសឲ្យយើងដែរ។ ព្រះអង្គបានត្រៀមខ្លួនជាស្រេច ហើយសុខចិត្តអត់ទោសឱ្យអ្នក មុនពេលអ្នកទទួលស្គាល់អំពើបាបរបស់អ្នក។ ព្រះអង្គស្រឡាញ់អ្នក មុនពេលអ្នកស្រឡាញ់ព្រះអង្គ។ នោះជាការអត់ទោសរបស់ទ្រង់។

កុំរង់ចាំគេចូលមករកអ្នក។ ត្រូវចេះអត់ទោសឱ្យគេ ទោះបីជាគេប្រព្រឹត្តចំពោះអ្នកបែបណាក៏ដោយ។ ពេលអ្នកអត់ទោសឲ្យគេ ជីវិតរបស់អ្នកនឹងបានជា។

ផ្នែកទី ២: ការធ្វើផែនការ

១. តើពាក្យ«អត់ទោស»មានន័យយ៉ាងណា?
(សូមប្រើវចនានុក្រម ។ សូមបន្ថែមគំនិតផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នកផងដែរ។)

____

____

____

២. លើកឧទាហរណ៍មួយអំពីរបៀបដែលព្រះយេស៊ូបានបង្ហាញការអត់ទោសនៅក្នុងជីវិតទ្រង់។

____

____

____

៣. ចំណាយពេលពីរបីនាទី ហើយគិតអំពីអ្វីដែលបានកើតឡើងនៅក្នុងជីវិតរបស់អ្នក ក្នុងរយៈពេលប៉ុន្មានថ្ងៃ សប្តាហ៍ ឬខែកន្លងមក។ មានអ្នកណាធ្វើបាបអ្នកទេ? នៅខាងក្នុងអ្នកមានអារម្មណ៍ខឹង ឬ ឈឺចាប់ចំពោះអ្វីដែលបានកើតឡើង។ តើនរណាជាមនុស្សដែលអ្នកត្រូវអត់ទោសនៅថ្ងៃនេះ?

____

៤. តើបុគ្គលនេះបានធ្វើអ្វីខ្លះ?

____

____

____

៥. ហេតុអ្វីបានជាអ្នកត្រូវការអភ័យទោសអោយបុគ្គលនេះ?

____

____

៦. សរសេរការអធិស្ឋានទៅកាន់ព្រះជាម្ចាស់។ ប្រាប់ពីរបៀបដែលអ្នកមានអារម្មណ៍ចំពោះអ្វីដែល បានកើតឡើងរវាងអ្នក និងមនុស្សម្នាក់ទៀតដែលពាក់ព័ន្ធ។ ចូរប្រាប់ព្រះជាម្ចាស់ថាអ្នកអត់ទោសឲ្យមនុស្សនោះចំពោះអ្វីដែលគេបានធ្វើចំពោះអ្នករួចហើយ។ ចូរទូលសុំព្រះជាម្ចាស់នាំយកការព្យាបាលទៅក្នុងចិត្ត និងជីវិតរបស់អ្នក។

____

____

____

____

____

៧. ក្នុងស្ថានភាពនេះ អ្នកប្រហែលជាអាចជួយកសាងមិត្តភាពរបស់អ្នកឡើងវិញជាមួយបុគ្គលនេះ ដោយនិយាយជាមួយគាត់អំពីបញ្ហាដែលគាត់បានធ្វើមកលើអ្នក។ ចូរប្រាប់ថាអ្នករងផលប៉ះពាល់ពីអ្វីដែលបានកើតឡើង។ ត្រូវចេះស្មោះត្រង់ចំពោះអារម្មណ៍របស់អ្នក។ ប្រាប់មនុស្សដែលអ្នកបានអត់ទោសឱ្យ ហើយកសាងមិត្តភាពឱ្យកាន់តែប្រសើរឡើង។

៨. តើអ្នកនឹងនិយាយអ្វីទៅកាន់បុគ្គលនេះ ពេលអ្នកនិយាយជាមួយគាត់? (ប្រសិនបើអ្នកមានគម្រោងអ្វីដែលអ្នកនឹងនិយាយ វាអាចជួយអ្នកឱ្យកាន់តែជោគជ័យក្នុងការធ្វើគម្រោងនេះ។)

____

____

____

____

____

៩. ឥឡូវនេះ សូមចំណាយពេលពីរបីនាទី ហើយនិយាយទៅកាន់ព្រះជាម្ចាស់អំពីផែនការរបស់អ្នក។ សុំឱ្យទ្រង់ជួយអ្នកអត់ទោសឱ្យមនុស្សនេះ។

បញ្ឈប់៖ កុំបញ្ចប់គម្រោងនេះ រហូតទាល់តែអ្នកបានលើកលែងទោស និងនិយាយជាមួយអ្នកដែលអ្នកបានជ្រើសរើសសម្រាប់គម្រោងនេះសិន។ រៀបចំផែនការបញ្ចប់គម្រោងដែលនៅសល់ នៅថ្ងៃបន្ទាប់ពីអ្នកបានអត់ទោស និងនិយាយជាមួយបុគ្គលនោះរួច។ ឱ្យគ្រូរបស់អ្នកចុះហត្ថលេខានៅទីនេះ មុនពេលធ្វើការងារបន្ថែមទៀតលើគម្រោងនេះ។

ប្រសិនបើបុគ្គលដែលអ្នកចង់អត់ទោសលែងមានជីវិត ឬ អ្នកមិនមានទំនាក់ទំនងជាមួយបុគ្គលនោះនៅថ្ងៃនេះ សូមពិភាក្សារឿងនេះជាមួយគ្រូរបស់អ្នក។

ហត្ថលេខារបស់គ្រូ ____

ផ្នែកទី ៣: នេះជាអ្វីដែលបានកើតឡើង

១. ពន្យល់ពីរបៀបដែលអ្នកលើកលែងទោសឱ្យមនុស្សម្នាក់នេះ?

____

____

____

____

២. តើអ្នកបាននិយាយជាមួយបុគ្គលនេះដែរឬទេ? បាទ______ ទេ______
តើមានអ្វីកើតឡើងនៅពេលអ្នកនិយាយជាមួយបុគ្គលនេះ?

____

____

____

____

៣. តើគាត់ឆ្លើយតបនឹងអ្នកយ៉ាងដូចម្ដេច? តើគាត់បានប្រព្រឹត្តចំពោះអ្នកប្លែកជាងមុនបន្ទាប់ពីអ្នក បាននិយាយជាមួយគាត់ដែរឬទេ? សូមពន្យល់ដោយសង្ខេប។

____

____

____

____

____

៤. តើអ្នកបានប្រើផែនការណាមួយដែលអ្នកបានធ្វើអំពីរបៀបដែលអ្នកនឹងអត់ទោសដល់បុគ្គលនេះដែរឬទេ? បាទ ____ ទេ ____ ប្រសិនបើអ្នកបានធ្វើ សូមប្រាប់ពីរបៀបដែលវាមានប្រសិទ្ធភាពយ៉ាងណាខ្លះ។

____

____

____

____

____

៥. តើអ្នកបានរៀនអ្វីខ្លះពីបទពិសោធន៍នេះអំពីការអត់ទោសឱ្យអ្នកដទៃ?

____

____

____

____

____

____

៦. សរសេរការអធិស្ឋានទៅកាន់ព្រះជាម្ចាស់។ ទូលទ្រង់ពីអ្វីដែលអ្នកបានរៀនពី
បទពិសោធន៍នៃការ ធ្វើតាម កូល៉ុស ៣:១៣។
ចូរអរគុណទ្រង់ដែលបានជួយអ្នកក្នុងគម្រោងនេះ។

____

____

____

____

____

____

បញ្ចប់៖ ពិភាក្សាជាមួយគ្រូរបស់អ្នកអំពីការងាររបស់អ្នកលើគម្រោងនេះ។
ឱ្យគ្រូរបស់អ្នកចុះហត្ថលេខានៅទីនេះ មុនពេលអ្នកចាប់ផ្តើមគម្រោងផ្សេងទៀត។
ហត្ថលេខារបស់គ្រូ______________________________________

ការអត់ទោសដល់អ្នកដទៃ កូឡុស ៣:១៣ គម្រោង ២០២

ដោយលោក David Batty

ខគម្ពីរដែលប្រើក្នុងគម្រោងនេះបានដកស្រង់មកពី Khmer Standard Version of the Holy Bible.

Fourth Edition

Copyright © 1978, 1980, 2008, Teen Challenge USA.

គម្រោងនេះជាផ្នែកមួយនៃ *ការសិក្សាផ្ទាល់ខ្លួនសម្រាប់គ្រីស្ទបរិស័ទថ្មី*
បានបង្កើតឡើងសម្រាប់ប្រើជាមួយគ្រីស្ទបរិស័ទថ្មី
និងអ្នកផ្សេងទៀតដែលចាប់អារម្មណ៍លើការលូតលាស់ខាងវិញ្ញាណ។ បច្ចុប្បន្ន
គម្រោងនេះកំពុងប្រើប្រាស់នៅតាមព្រះវិហារ សាលារៀន ពន្ធនាគារ ពន្ធនាគារ Teen Challenge
និងពន្ធកិច្ចដែលស្រដៀងគ្នាដែលធ្វើការជាមួយគ្រិស្តបរិស័ទថ្មី។
ការសិក្សាផ្ទាល់ខ្លួនសម្រាប់គ្រីស្ទបរិស័ទថ្មី ត្រូវបានរចនាឡើងសម្រាប់ប្រើក្នុងកម្មវិធីអប់រំបុគ្គល។
វគ្គបណ្តុះបណ្តាលគ្រូមានសម្រាប់អ្នកដែលចាប់អារម្មណ៍ក្នុងការប្រើប្រាស់សម្ភារៈទាំងនេះ។

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមទំនាក់ទំនង៖

Global Teen Challenge
www.Globaltc.org
www.iTeenChallenge.org

កាលបរិច្ឆេទកែសម្រួលឡើងវិញចុងក្រោយ: ០៤-២០២៣