

ឈ្មោះ: _____
កាលបរិច្ឆេទចាប់ផ្តើម _____
ថ្ងៃបញ្ចប់ _____

គំនិតរបស់អ្នក

Your Thoughts

ភីលីព ៤:៨-៩

Philippians 4:8-9

Project 203 គម្រោង ២០៣

ផ្នែកទី ១: មូលដ្ឋានគ្រឹះព្រះគម្ពីរ

គ្រិស្តជនថ្មីជាច្រើនបានតស៊ូនឹងគំនិតខុសឆ្គង។ ការចងចាំពីអតីតកាលរបស់អ្នកអំពីអំពើ
បាបជារឿយៗ រាល្សូងអ្នកឱ្យត្រលប់ទៅ "ថ្ងៃចាស់" វិញ។ អារក្ស ជាធម្មតានាំការរល្អមកដាក់
នៅក្នុងគំនិតរបស់អ្នក ដែលជាវិធីមួយ ក្នុងការព្យាយាមនាំអ្នកឱ្យប្រព្រឹត្តអំពើបាប។

ប្រសិនបើអ្នកចង់ក្លាយជាគ្រិស្តជនដ៏ជោគជ័យម្នាក់នៅក្នុងផ្នែកនៃជីវិតគិតរបស់អ្នក អ្នកត្រូវ
តែធ្វើច្រើនជាងការកម្ចាត់គំនិតអាក្រក់។ អ្នកត្រូវតែរៀនពីរបៀប ដើម្បីជំនួសគំនិតចាស់ទាំង
នោះជាមួយនឹងគំនិតថ្មី។ បទគម្ពីរ ភីលីព ៤:៨-៩ ផ្តល់ដំបូន្មានច្បាស់លាស់មួយចំនួនអំពីអ្វីដែល
យើងគួររំពេញគំនិតរបស់ខ្លួន។ គន្លឹះក្នុងការកម្ចាត់គំនិតអាក្រក់ គឺត្រូវជំនួសគំនិតល្អៗ។

**ជាទីបញ្ចប់ បងប្អូនអើយ សូមបងប្អូនគិតតែអំពីអ្វីៗដែលពិត ថ្លៃថ្នូរ សុចរិត បរិសុទ្ធ គួរ
អោយស្រឡាញ់ គួរអោយគោរព និងគំនិតណាដែលល្អឥតខ្ចោះ គួរអោយកោតសរសើរ។**

**៩ សេចក្តីដែលបងប្អូនបានរៀន បានទទួល និងបានឮពីខ្ញុំ ហើយការអ្វីដែលបងប្អូនបាន
ឃើញខ្ញុំធ្វើនោះ ចូរបងប្អូនប្រព្រឹត្តតាមទៅ។ ធ្វើដូច្នោះ ព្រះជាម្ចាស់ជាប្រភពនៃសេចក្តី
សុខសាន្តនឹងគង់ជាមួយបងប្អូនមិនខាន។**

អ្នកប្រហែលជាមិនអាចការពារគំនិតខុសឆ្គងមិនឱ្យមាននៅក្នុងចិត្តបានទេ ប៉ុន្តែអ្នកប្រាកដ
ជាអាចធ្វើបានច្រើនដើម្បីកម្ចាត់គំនិតទាំងនោះឱ្យបានលឿន។ ប្រសិនបើអ្នក
បន្តរស់ដោយមានគំនិតខុសឆ្គងនោះ លទ្ធផលនឹងនាំមកនូវការកាន់តែធ្លាក់ទៅៗ ហើយនៅ
ទីបំផុត វានាំឱ្យអ្នកកកទទួលភាពមហន្តរាយដល់ការលូតលាស់ខាងវិញ្ញាណរបស់អ្នកផងដែរ។

សារសំខាន់នៃបទគម្ពីរនេះ គឺដើម្បី «ផ្តល់គំនិតរបស់អ្នក» លើរឿងល្អៗជាច្រើនប្រភេទ។
គន្លឹះដើម្បីជោគជ័យក្នុងការយកឈ្នះលើគំនិតអាក្រក់
គឺការបង្ខំខ្លួនឯងឱ្យទទួលខុសត្រូវផ្ទាល់ខ្លួនសម្រាប់ជីវិតនៃការគិតរបស់អ្នក ផ្តោតលើព្រះយេស៊ូ
ហើយអធិស្ឋានទៅចំពោះទ្រង់ ឱ្យព្រះអង្គជួយអ្នកគិតអំពីរឿងដែលមានក្នុងខ្លួនប្រាំបី។ ចូរចេញ
ទៅក្រៅដោយជំនឿ សុំព្រះយេស៊ូ ឱ្យជួយអ្នក ហើយគិតអំពីរឿងនៅក្នុងខ្លួន ៨ ។

ផ្នែកទី ២: ការធ្វើផែនការ

- ១. តើអ្វីជា "សមរម្យនៃការតយុទ្ធ"
ដ៏សំខាន់ដែលអ្នកកំពុងជួបការលំបាកជាមួយនឹងការគិតខុសឆ្គង?
អ្នកអាចរាយការឱ្យបានច្រើនជាងមួយចំណុច ប្រសិនបើអ្នកចង់ប្រាប់។
សូមពិពណ៌នាដោយសង្ខេបអំពី "សមរម្យ" នេះ និងរបៀបដែលអ្នកកំពុងព្យាយាម
ដោះស្រាយជាមួយនឹងគំនិតទាំងនេះ។

ប្រសិនបើអ្នកបានរាយចំណុចច្រើនលើសពីមួយចំណុច
សូមគូសរង្វង់មួយដែលអ្នកចង់ធ្វើការនៅក្នុង គម្រោងនេះ។

២. សូមអាន ភីលីព ៤:៨ បី ឬបួនដង។
សូមរៀបរាប់នូវប្រភេទផ្សេងៗនៃរឿងដែលខគម្ពីរនេះប្រាប់អ្នកពិចារណា។

- ១. _____ ៥. _____
- ២. _____ ៦. _____
- ៣. _____ ៧. _____
- ៤. _____ ៨. _____

៣. សូមមើលបញ្ជីដែលអ្នកទើបនឹងបង្កើតឡើងវិញ។ ជ្រើសរើសយ៉ាងហោចណាស់បួន ចំណុចនេះហើយសរសេរគំនិតល្អដែលអ្នកអាចប្រើ ដើម្បីជួយអ្នកយកឈ្នះលើគំនិត អាក្រក់ដែលអ្នកកំពុងប្រឈមមុខនៅក្នុង «សមរភូមិ» របស់អ្នក។

៤. តើព្រះស្តីមានគំរូអ្វីខ្លះ អំពីរបៀបដែលព្រះអង្គតទល់នឹងគំនិត?

៥. ការអធិស្ឋាន គឺជាផ្នែកមួយដ៏សំខាន់ក្នុងការរក្សាគំនិតរបស់អ្នកឱ្យបានបរិសុទ្ធ។ ប៉ុន្តែ វាមិនមែនជាដំណោះស្រាយទាំងស្រុងនោះទេ។ អ្នកត្រូវអធិស្ឋាន ហើយជឿថាព្រះយេស៊ូ និងជួយអ្នក ហើយដោយព្រះចេស្ដារបស់ព្រះអង្គ នោះអ្នកត្រូវតែ «ផ្ដោតគំនិតរបស់ អ្នក» ចំពោះការណាដែលល្អ ដែលអ្នកទើបនឹងបានសរសេររាយរាប់។ ចូរសរសេរនូវអ្វីដែលអ្នកអាចធ្វើបាន ដើម្បីជួយឱ្យគិតលើរឿងល្អ ដែលអ្នកបានរៀបរាប់នៅក្នុងសកម្មភាព #៣។

៦. វិធីសាស្ត្រមួយដែលគ្រិស្តបរិស័ទមួយចំនួនបានប្រើ ដើម្បីប្រឆាំងនឹងការគិតខុស គឺការច្រៀងចម្រៀងមួយបទ ដោយមិនបញ្ចេញសម្លេង ឬដោយស្ងៀមស្ងាត់ក្នុងគំនិត របស់ពួកគេ។ ចិត្តរបស់អ្នកអាចគិតអំពីរឿងមួយក្នុងពេលតែមួយ។ ប្រសិនបើអ្នក «ផ្ដោតគំនិតរបស់អ្នក» លើពាក្យបទចម្រៀងនោះនឹងជួយរុញគំនិតអាក្រក់ចេញពី គំនិតរបស់អ្នក។ តើអ្នកដឹងថាបទចម្រៀងអ្វីខ្លះដែលអាចជួយអ្នកក្នុង «សមរភូមិនៃការតយុទ្ធ» ផ្លូវចិត្តរបស់អ្នក? អ្នកប្រហែលជាចង់សរសេរពាក្យបទ ចម្រៀងនេះនៅលើក្រដាសវិងមួយ ហើយដាក់តាមខ្លួន។

៧. ការទន្ទេញចាំបទគម្ពីរ ហើយដកស្រង់ខគម្ពីរមកអនុវត្តផ្ទាល់ខ្លួនអ្នក ក៏អាចជួយអ្នក «កែគំនិតរបស់អ្នក» លើអ្វីដែលព្រះជាម្ចាស់ចង់ឱ្យអ្នកគិតដែរ។ តើខគម្ពីរណាមួយ ឬ ពីរដែលអ្នកអាចប្រើដើម្បីជួយអ្នកគិតពីរបៀបដែលព្រះជាម្ចាស់ចង់ឱ្យអ្នកធ្វើ នៅ ពេលគំនិតខុសកើតចេញមក សូមសរសេរខគម្ពីរទាំងនេះនៅលើកាតមួយ ហើយដាក់នៅជាប់នឹងអ្នក រហូតដល់អ្នកទន្ទេញចាំខគម្ពីរទាំងនោះ។

៨. ឥឡូវនេះ សូមចំណាយពេលពីរបីនាទី ទូលទៅកាន់ព្រះអំពើជីវិតនៃការគិតរបស់អ្នក។ អ្នកត្រូវមានបំណងប្រាថ្នាច្បាស់លាស់ ដើម្បីបញ្ឈប់ការគិតខុស ប្រសិនបើអ្នកចង់ជោគជ័យក្នុងសមរម្យមិជ្ឈវិគរបស់អ្នក។ សូមព្រះជាម្ចាស់ប្រទានឱ្យ អ្នកនូវប្រាជ្ញា និង អំណាចដើម្បីទទួលបានជោគជ័យ។

៩. ព្រះបន្ទូលនៅក្នុង ភីលីព ៤:៩ ជាសកម្មភាព។ អ្នកត្រូវអនុវត្តអ្វីដែលអ្នកដឹងថា ជារឿង ត្រឹមត្រូវ។ មុនពេលអ្នកបញ្ចប់គម្រោងដែលនៅសល់ សូមចំណាយពេលមួយ ឬពីរថ្ងៃ ហើយអនុវត្តអ្វីដែលអ្នកបានគ្រោងទុក ក្នុងគម្រោងនេះ ជាពិសេសស កម្មភាព #៣, ៥, & ៦។

បញ្ចប់៖ កុំបញ្ចប់គម្រោងនេះ លុះត្រាតែអ្នកបានបញ្ចប់គោលដៅដែលអ្នកបានជ្រើសរើស សម្រាប់ធ្វើគម្រោងនេះ។ ឱ្យគ្រូរបស់អ្នកចុះហត្ថលេខានៅទីនេះ បន្ទាប់ពីអ្នកបានពិភាក្សាជាមួយគាត់នូវផែនការរបស់អ្នកសម្រាប់គម្រោងនេះ។
ហត្ថលេខារបស់គ្រូ _____

ផ្នែក ទី ៣: នេះជាអ្វីដែលបានកើតឡើង

សូមឆាប់ចាប់ផ្តើមផ្នែកទី ៣ នៃគម្រោងនេះ នៅពេលដែលអ្នកបានបញ្ចប់គោលដៅដែលអ្នកបានកំណត់នៅក្នុងផ្នែកទី ២ ។

កាលបរិច្ឆេទនៃការចាប់ផ្តើម ភាគទី ៣ _____

១. តើអ្នកមានឱកាសអនុវត្តគោលដៅដែលអ្នកបានកំណត់ក្នុងផ្នែកទី ២ ដែរឬទេ? _____ ប្រសិនបើចម្លើយរបស់អ្នកជា «មិនមានទេ» នោះ សូមពិនិត្យមើលជាមួយគ្រូរបស់អ្នក មុនពេលធ្វើការងារបន្ថែមទៀតលើគម្រោងនេះ។ ពេលអ្នកបានបញ្ចប់ការងាររបស់អ្នក នៅផ្នែកទី២នៃគម្រោងនេះរួចហើយ តើអ្នកបានប្រឈមមុខនឹងការល្អៗ នូវគំនិតខុសឆ្គងប៉ុន្មានដង? _____

២. រៀបរាប់ដោយសង្ខេបអំពីអ្វីដែលបានកើតឡើង នៅពេលដែលគំនិតខុសឆ្គងទាំងនេះកើតមានមកក្នុងគំនិតរបស់អ្នក។

៣. តើអ្នកអាចប្រើគំនិតល្អណាមួយដែលអ្នកបានរាយរាប់នៅក្នុងសកម្មភាពលេខ ៣ នៃផ្នែកទី ២ បានទេ? _____ តើអ្នកបានប្រើមួយណា? តើគំនិតល្អនោះ មានប្រយោជន៍យ៉ាងណា?

៤. តើអ្នកបានប្រើបទចម្រៀង និងខគម្ពីរដែលអ្នកបានដាក់ក្នុងសកម្មភាព ៥ & ៦ ក្នុង ផ្នែកទី ២ ដែរឬទេ? _____ ប្រសិនបើអ្នកបានធ្វើ សូមពន្យល់ ដោយសង្ខេបអំពីសកម្មភាពទាំងនោះ ដែលមានប្រយោជន៍ដល់អ្នក។

៥. តើអ្នកបានធ្វើអ្វីទៀត ដើម្បីកុំឲ្យគិត ឬនៅជាប់នឹងគំនិតខុស?

៦. ជាច្រើនដង អ្នកមិនអាចរារាំងកុំឲ្យគំនិតខុសឆ្គងមាននៅក្នុងចិត្តគំនិតបានទេ។ ប៉ុន្តែ អ្នកអាចរក្សាខ្លួនអ្នកគ្រប់គ្រងលើគំនិតទាំងនេះ។ គោលដៅចម្បងរបស់អ្នក ក្នុងនាមជាគ្រីស្តជន គឺការគិតតាមរបៀបដែលព្រះជាម្ចាស់គិត។ ពេលអ្នកបំពេញ គំនិតល្អ ដូចមានចែងនៅក្នុងភីលីព ៤:៨-៩ នោះអ្នកនឹងអាចការពារគំនិតខុសឆ្គង មួយចំនួន មិនឲ្យកើតមានមកក្នុងគំនិតរបស់អ្នក។ ប៉ុន្តែ អ្នកក៏អាចប្រាកដថា អារក្សនឹងបន្តល្បួងអ្នក។

តើអ្នកបានរៀនអ្វីខ្លះពីបទពិសោធន៍នេះ ដែលនឹងជួយអ្នកឱ្យកាន់តែជោគជ័យ នៅថ្ងៃខាងមុខ ដើម្បីយកឈ្នះលើការល្បួងឲ្យគិតខុសឆ្គង?

បញ្ចប់: បន្ទាប់ពីអ្នកបានពិភាក្សាជាមួយគ្រូរបស់អ្នក អំពីការងាររបស់អ្នកលើគម្រោងនេះ សូមឱ្យគ្រូរបស់អ្នកចុះហត្ថលេខានៅទីនេះ មុនពេលអ្នកចាប់ផ្តើមគម្រោង ផ្សេងទៀត។

ហត្ថលេខារបស់គ្រូ _____

<p>គម្រោង ២០៣ Project 203 គំនិតរបស់ខ្ញុំ បោះពុម្ពលើកទី ៤ ដោយលោក David Batty រក្សាសិទ្ធិ © 1980, 2014 Teen Challenge USA, Ozark, Missouri, USA Global Teen Challenge www.globaltc.org www.iTeenChallenge.org</p>	 ០៨-២០២៣
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------