†Newsletter - သတင်းလွှာ

Enjoy free reading from B.C.F. ___Volume 18/ Issue 6 / June / 2026

July 12, 2026

July 26, 2026

2026 JULY

SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2026 July, Sunday Worship Programs

July 5, 2026 … Holy Communion Worship Service

July 12, 2026 … Graduate's Day Worship Service

July 19, 2026 … Regular Sunday Worship Service

July 26, 2026 … Youth Sunday Worship Service

Worship Place
Burmese Christian Fellowship
1337 Farmstead Ave.
La Puente, CA 91745

Worship Service
Sunday Worship (Sunday) 2:00 PM
Sunday school (Sunday) 2:15 PM

Bible Study …. Sunday 1:00-2:00 PM
Youth Bible Study … Every Last Saturday of the month.
Prayer Meeting …. Every Saturday, 2:00 PM

ခရစ်ယာန်လူငယ်များသည် မိမိတို့၏ဘဝတွင် ပျော်ရွှင်မှုကို မည်သို့ရှာဖွေနိုင်မည်နည်း?။

လူအများက ငွေကြေး၊ ကျော်ကြားမှု သို့မဟုတ် အလှအပသည် လူတို့ကို ပျော်ရွှင်စေလိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်ကြသည်။ ထို့ကြောင့်၊ သူတို့သည် ထိုအရာများတို့ကို ဝယ်ယူကြပြီး ပျော်ရွှင်မှုသည် မိမိတို့ထံသို့ မရောက်ရှိလာကြောင်းကိုသာ တွေ့ရှိကသည်။

❑ သမ္မာကျမ်းစာက ကျွန်ုပ်တို့အား သွန်သင်သည်မှာ၊–

ချမ်းသာလိုသောသူအများသည် သွေးဆောင်မှု၏ထောင်ချောက်ထဲသို့ ကျရောက်ကြပြီး လူတို့အား ပျက်စီးခြင်းနှင့် ဖျက်ဆီးခြင်းထဲသို့ ကျရောက်စေသည့် မိုက်မဲပြီး အန္တရာယ်ရှိသော တပ်မက်မှုများစွာထဲသို့ ကျရောက်ကြသည်။ (၁တိမောသေ၊ ၆း၇)

ယေရှုခရစ်တော်သည် တောင်ပေါ်တွင် တရားဒေသနာ ဟောကြားတော်မူသောအခါ ပျော်ရွှင်မှု၏သော့ချက် /အဓိကအချက်ကို ဖေါ်ပြခဲ့သည်။

"စိတ်နှလုံးနှိမ့်ချသောသူတို့သည်မင်္ဂလာရှိကြ၏။
အကြောင်းမူကား၊ ကောင်းကင်နိုင်ငံတော်သည် ထိုသူတို့၏နိုင်ငံတော်ဖြစ်၏။" (မဿဲ၊ ၅း၃)

ကျွန်ုပ်တို့၏ အကြီးမားဆုံးလိုအပ်ချက်ဖြစ်သော အဖဘုရားသခင်နှင့် ကျွန်ုပ်တို့အတွက် ကိုယ်တော်၏ ရည်ရွယ်ချက်အကြောင်း ဝိညာဉ်ရေးအမှန်တရားအတွက် ကျွန်ုပ်တို့၏ဆာလောင်မှုကို ဖြည့်ဆည်းရန် သမ္မာရားအတိုင်း လိုက်လျှောက်မှသာ စစ်မှန်သော ပျော်ရွှင်မှုကို ရှာတွေ့နိုင်သည်။ အမှန်တရားကို သမ္မာကျမ်းစာတွင် တွေ့ရှိနိုင်သည်။ အမှန်တရားကို သိရှိခြင်းသည် အမှန်တကယ် အရေးကြီးသောအရာများကို မှန်ကန်စွာ ဆုံးဖြတ်ရန် ကူညီပေးနိုင်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ဆုံးဖြတ်ချက်များနှင့် လုပ်ဆောင်ချက်များကို သမ္မာကျမ်းစာအမှန်တရားကို လမ်းညွှန်ခွင့်ပြုခြင်းသည် ပိုမိုအဓိပ္ပာယ်ရှိသောဘဝကို ရရှိစေပါသည်။

ကောင်းကြီးမင်္ဂလာ (သို့) ပျော်ရွှင်ခြင်းရရှိရန် သမ္မာကျမ်းစာမှာတွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။
ဘုရားသခင်၏နှုတ်ကပတ်တော်ကို ကြားနာ၍ လိုက်နာသူတို့သည် မင်္ဂလာရှိကြ၏။
(လုကာ၊၁၁း၂၈)

~~~~~~

ဝိညာဉ်ရေးရာကြီးထွားမှု (သို့မဟုတ်) ဝိညာဉ်ရေးရာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ဆိုသည်မှာ … ဘာလဲ?။

ဝိညာဉ်ရေးရာ ကြီးထွားမှုဆိုသည်မှာ –

* လုံ့ဆော်မှု၊
* အသိပညာ၊
* အတွင်းစိတ် ဆင်ခြင်သုံးသပ်မှုနှင့်
* ပြင်ပလုပ်ဆောင်ချက်တို့ ပေါင်းစပ်ထားခြင်း ဖြစ်သည်။

~~~~~~

ဆုတောင်း – ဆက်ကပ်

ဂေသရှေမန်ဥယျာဉ်တော်အတွင်းမှာ၊ စိတ်နှလုံးကြေကွဲပြီး ဆုတောင်းနေသောသခင်ယေရှုကို သေချာစေ့စေ့ကြည့်ခဲ့လျှင်၊ ကိုယ်တော်ရှင်သည် ဘယ်လိုများ ဆုတောင်းနေပါသလဲ။ "အကျွန်ုပ်အဘ၊ ကိုယ်တော်သည် အလုံးစုံ တို့ကို တတ်နိုင်တော်မူ၏။ ဤခွက်ကို အကျွန်ုပ်မှ လွှဲတော်မူပါ၊ သို့သော် အကျွန်ုပ်အလိုရှိသည်အတိုင်း မဖြစ်ပါစေနှင့်။ ကိုယ်တော်အလို ရှိသည်အတိုင်းဖြစ်ပါစေသော" ဟူ၍ဆုတောင်းတော်မူခဲ့ပါ၏။

အိုချစ်မိတ်ဆွေ။ ။ ဤဆုတောင်းချက်ကိုကြည့်လျှင်၊ သခင်ယေရှု အနေနှင့် လူ့ဇာတိကို ခံယူပြီး၊ ကယ်တင်ခြင်းလမ်းကို ဆောင်ရွက်ရာမှာ လူ့သဘောအရ ဒုက္ခ ခွက်ဖလားကို မသောက်လိုပါ။ ရှောင်လွှဲသွားချင်ပါ၏။ သို့ပေမဲ့ မိမိ၏အလိုကိုဖယ်ရှား၍ အဘခမည်းတော်၏ အလိုအတိုင်း ဖြစ်ပါစေ ဟုဝန်ခံရင်း၊ မိမိကိုယ်ကို လုံးလုံးဆက်ကပ်ကာ၊ ပေးအပ်သည့်တာဝန်ကို ပြီးစီးအောင် ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြောင်း တွေ့ရပါသည်။ စံယူထိုက်သော အောင်မြင်ခြင်း ဆုကျေးဇူးကို ရရှိခဲ့သည့် နည်းလမ်းနှင့် ပုံသက်သေကောင်းပင် မဟုတ်ပါလား။

မိတ်ဆွေ … သင်သည် သခင်ယေရှုနှင့်အတူ အောင်မြင်ခြင်းကိုရလျှက်၊
ထာဝရအသက်ဆုကျေးဇူးကို ခံစားရယူလိုပါသလား?။

မိမိကိုယ်ကို သခင်ယေရှု၏လက်တော်ထဲသို့ လုံးလုံးဆက်ကပ်လိုက်ပါ။ မိမိ၏အလိုရှိသမျှအားလုံးကို ဖယ်ရှားပြီး၊ ကိုယ်တော်ရှင်၏အလိုတော်အတိုင်း လိုက်လျှောက်ဆောင်ရွက်နိုင်ဖို့ကို ခွန်အားရယူရန် ဆုတောင်းပါ။

သခင်ဘုရား … ကိုယ်တော်ရှင်၏မေတ္တာတော်၌ မိမိကိုယ်ကိုအပ်နှံရန်
အကျွန်ုပ်သည် အလွန်နွေးကွေး တုန့်ဆိုင်းလျှက်ရှိနေပါ၏။
သို့သော်လည်း ယခုတွင် ချွင်းချက်မရှိ၊ ကိုယ်တော်ရှင်၏ တပည့်တော်အဖြစ်
အကျွန်ုပ်ကိုယ်ကိုအပ်နှံဖို့ပါ၏။ လက်ခံတော်မူပါ…ဘုရား။

ဤသို့ဆုတောင်းရင်း ဆက်ကပ်ကြပါစို့လား … မိတ်ဆွေ။

ဂေသရေမန်အရပ်တွင် သခင်ယေရှုဆုတောင်းခြင်း၊
ရှင်မဿဲခရစ်ဝင်ကျမ်း၊
၂၆း၃၆–၄၆

၃၆ ထိုအခါ ယေရှုသည် သူတို့နှင့်အတူ ဂေသရေမန်အရပ်သို့ ရောက်တော်မူလျှင်၊ ငါသည်
ဟိုအရပ်သို့သွား၍ ဆုတောင်းစဉ်တွင် ဤအရပ်၌ ထိုင်နေကြလော့ ဟုတပည့်တော်တို့အား
မိန့်တော်မူပြီးမှ၊

၃၇ ပေတရုနှင့် ဇေဗေဒဲ၏ သားနှစ်ယောက်တို့ကိုခေါ်သွား၍၊ နှလုံးမသာစိတ်ပူပန်ခြင်းသို့
ရောက်တော်မူ၏။

၃၈ ထိုအခါ ယေရှုက၊ ငါသည်သေလောက်အောင်စိတ်နှလုံးအလွန်ညှိုးငယ်ခြင်းရှိ၏။ ဤအရပ်၌
ငါနှင့်အတူ စောင့်၍နေကြလော့ဟု တပည့်တော်သုံးယောက်တို့အားမိန့်တော်မူ၍၊

၃၉ ထိုမှအနည်းငယ်လွန်ပြန်လျှင် ပြပ်ဝပ်၍ အကျွန်ုပ်အဘ၊ ဤခွက်သည် အကျွန်ုပ်ကိုလွန်သွား
နိုင်လျှင် လွန်သွားပါစေသော။ သို့သော်လည်း အကျွန်ုပ်အလိုရှိသည်အတိုင်း မဖြစ်ပါစေနှင့်။
ကိုယ်တော်အလိုရှိသည်အတိုင်းဖြစ်ပါစေသောဟု ဆုတောင်း တော်မူ၏။

၄၀ တပည့်တော်တို့ရှိရာသို့ပြန်၍ သူတို့သည် အိပ်ပျော်လျက် နေကြသည်ကို တွေ့တော်မူလျှင်၊
သင်တို့သည် တနာရီခန့်မျှငါနှင့်အတူ စောင့်၍ နေခြင်းငှါ ဤသို့မစွမ်းနိုင်သလော့။

၄၁ စုံးစမ်းနှောင့်ရှက်ခြင်း နှင့်ကင်းလွတ်မည်အကြောင်းဆုတောင်းလျက် စောင့်နေကြလော့။
စိတ်ဝိညာဉ်ကား စေတနာရှိငြား သော်လည်း ကိုယ်မူကား အားနည်းသည် ဟုပေတရုအား
မိန့်တော်မူပြီးမှ၊

၄၂ တဖန်သွား၍ အကျွန်ုပ်အဘ၊ ဤခွက်ကို အကျွန်ုပ်မသောက်ဘဲလွန်၍မသွားရလျှင်
ကိုယ်တော်အလိုရှိသည်အတိုင်း ဖြစ်ပါစေသောဟု ဆုတောင်းပြန်၏။

၄၃ ထိုနောက်တပည့်တော်တို့ရှိရာသို့လာ၍ သူတို့သည် မျက်စိလေးလံသဖြင့် တဖန်အိပ်ပျော်
လျက်နေကြသည်ကို တွေ့တော်မူလျှင်၊

၄၄သူတို့ကို ထားခဲ့၍ တဖန်သွားပြီးလျှင် ရှေ့မြွက်ဆိုသည်နည်းတူ သုံးကြိမ်မြောက်အောင်
ဆုတောင်းတော်မူ၏။

၄၅ ထိုနောက်တပည့်တော်တို့ရှိရာ သို့ပြန်လာလျှင်၊ ယခုအိပ်ပျော်၍ ငြိမ်ဝပ်စွာ နေကြလော့။
လူသားကိုဆိုးသောသူတို့ လက်သို့ အပ်နှံရသောအချိန်ရောက်လာပြီ။

၄၆ ထကြ၊ ငါတို့သည် သွားကြကုန်အံ့။ ငါ့ကိုအပ်နှံသောသူသည် ရောက်လာပြီဟု မိန့်တော်မူ၏။

Jesus Prays in Gethsemane
Matthew
26:36–46;

36 Then Jesus went with them [e]to a place called Gethsemane, and he said to his disciples, “Sit here, while I go over there and pray.”

37 And taking with him [n]Peter and [o]the two sons of Zebedee, he began to be sorrowful and troubled.

38 Then he said to them, [p]“My soul is very sorrowful, even to death; remain here, and [q]watch[1] with me.”

39 And going a little farther he fell on his face [r]and prayed, saying, “My Father, if it be possible, let [s]this cup pass from me; [t]nevertheless, not as I will, but as you will.”

40 And he came to the disciples and found them sleeping. And he said to Peter, “So, could you not watch with me one hour?

41 [q]Watch and [u]pray that you [v]may not enter into temptation. The spirit indeed is willing, but the flesh is weak.”

42 Again, for the second time, he went away and prayed, “My Father, if this cannot pass unless I drink it, [w]your will be done.”

43 And again he came and found them sleeping, for [x]their eyes were heavy.

44 So, leaving them again, he went away and prayed for [y]the third time, saying the same words again.

45 Then he came to the disciples and said to them, “Sleep and take your rest later on.[2] See, [z]the hour is at hand, and [a]the Son of Man is betrayed into the hands of sinners.

46 Rise, let us be going; see, my betrayer is at hand.”

သာ၍ကောင်းသောအရာများ

Better Things

လူသည် တစ်ယောက်တည်းထက် နှစ်ယောက်သည် သာ၍ကောင်း၏။
ဒေသနာ၊၄း၉

ဆုံးမခြင်းကိုမခံ၊ အသက်ကြီး၍ မိုက်သော ရှင်ဘုရင်ထက်၊
ပညာရှိသော ဆင်းရဲသား သူငယ်သည် သာ၍ မြတ်၏။
ဒေသနာ၊၄း၁၃

သစ္စာဂတိပြု၍ ဝတ်ကိုမဖြေဘဲ နေသည်ထက်၊
သစ္စာဂတိ အလျှင်းမပြုဘဲ နေသော် သာ၍ ကောင်း၏။
ဒေသနာ၊၅း၅

လူသည် နှစ်ပေါင်းများစွာအသက်ရှည်၍၊ သားတရာပင်ရှိငြားသော်လည်း၊
အလိုဆန္ဒ မပြည့်စုံဘဲ၊ သင်္ဂြိုလ်ခြင်းကို မခံရဘဲ သေသွားလျှင်၊
ထိုသူထက် ပျက်သောကိုယ်ဝန်သည် သာ၍ မြတ်၏။ ဒေသနာ၊၆း၃

ကောင်းသော အသရေသည် နံ့သာဆီထက် သာ၍ကောင်း၏။
သေရသောနေ့သည်လည်း ဘွားမြင်သောနေ့ထက် သာ၍ကောင်း၏။
မသာအိမ်သို့သွားခြင်းသည်၊ ပွဲခံရာအိမ်သို့ သွားခြင်းထက် သာ၍ကောင်း၏။
ဒေသနာ၊၇း၃

လူမိုက်သီချင်းဆိုသောစကား ကိုနားထောင်သည်ထက်၊
ပညာရှိ ဆုံးမသောစကားကို နားထောင်သော် သာ၍ကောင်း၏။
ဒေသနာ၊၇း၅

အမှု၏အဆုံးသည် အစထက် သာ၍ကောင်း၏။
သည်းခံတတ်သောသဘော ရှိသောသူသည် မာနကြီးသောသူထက်သာ၍ ကောင်း၏။
ဒေသနာ၊၇း၈

ပညာသည် ခွန်အားထက် သာ၍ကောင်း၏။
ပညာသည် စစ်လက်နက်ထက်သာ၍ ကောင်းမြတ်၏။
ဒေသနာ၊၉း၁၆၊၁၈

==============================

– ပညာရှိကဝိ ရှောလမုန်မင်းကြီး၏ သွန်သင်ချက် –

သာ၍ကောင်းသောအရာများ

Better Things

ပညာကုန်သွယ်ခြင်းသည် ငွေကုန်သွယ်ခြင်းထက် သာ၍ကောင်း၏။
ပညာကုန်သွယ်၍ရသော အမြတ်လည်း ရွှေစင်ထက် သာ၍ကောင်း၏။
ပညာသည် ပတ္တမြားထက် သာ၍အဖိုးထိုက်ပေ၏။ သုတ္တံ၊၃း၁၄–၁၅

စားစရာမရှိဘဲ ဝါကြွားသောသူထက်၊ အသရေမရှိ၊ ကိုယ်အလုပ်ကိုလုပ်ရသောသူသည် သာ၍ကောင်း၏။
သုတ္တံ၊၁၂း၉

နှောက်ယှက်ခြင်းနှင့် ယှဉ်၍ ကြီးစွာသော စည်းစိမ်ထက် ထာဝရဘုရားကို ကြောက်ရွံ့ခြင်းနှင့် ယှဉ်သော
ဥစ္စာ အနည်းငယ်သည် သာ၍ကောင်း၏။ သုတ္တံ၊၁၅း၁၆

ဆူအောင်ကျွေးသော နွားတကောင်လုံးကို အချင်းချင်းအငြိုးထားသောစိတ်နှင့် စားရသည်ထက်၊
ချစ်ခြင်းမေတ္တာပါသော ဟင်းရွက်တနပ်စာသည် သာ၍ကောင်း၏။ သုတ္တံ၊၁၅း၁၇

စိတ်ရှည်သော သူသည် ခွန်အားကြီးသောသူထက်ငင်း၊ မိမိစိတ်ကို ချုပ်တည်းသောသူသည်
မြို့ကို တိုက်ယူသောသူထက်ငင်း၊ သာ၍ကောင်း၏။ သုတ္တံ၊၁၆း၃၂

ကောက်လိမ်သော စကားကို သုံးတတ်သောလူမိုက်ထက်၊
ဖြောင့်မတ်ခြင်းလမ်းသို့လိုက်သော ဆင်းရဲသူ သည် သာ၍ကောင်း၏။ သုတ္တံ၊၁၉း၁

ရန်တွေ့တက်သော မိန်းမနှင့် အတူ လူများသောအိမ်၌ နေသည်ထက်၊
အိမ်မိုးပေါ်ထောင့်ထဲမှာနေသော် သာ၍ကောင်း၏။ သုတ္တံ၊၂၁း၉၊၁၉။ ၂၅း၂၄

ဖူးမြင်ရသော မင်းရှေ့မှာ နှိမ့်ချခြင်းကို ခံရ သည်ထက်
ဤအရပ်သို့တက်ပါ ဟူသောစကားကို သာ၍ကြားကောင်း၏။ သုတ္တံ၊၂၅း၇

ထင်ရှားစွာ ဆုံးမပြစ်တင်ခြင်းသည် တိတ်ဆိတ်စွာ ချစ်ခြင်းထက် သာ၍ကောင်း၏။
သုတ္တံ၊၂၇း၅

နီးသောအိမ်နီးချင်းသည် ဝေးသော ညီအစ်ကိုထက် သာ၍ကောင်း၏။ သုတ္တံ၊၂၇း၁၀

မမှန်သောအမှုကို ပြုသောသူ ငွေရတတ်ခြင်းထက်
ဖြောင့်မတ်ခြင်းလမ်းသို့လိုက်သော ဆင်းရဲသားသည် သာ၍ကောင်း၏။ သုတ္တံ၊၂၈း၆

==============================