

# Daws Kev Nyuaj Siab Thaum Suab Menyuum

*... rau tus uas nyuam qhuav pib*

Paub yuav ua dabtsi thiab hais  
li cas thaum cheem tsum tshaj.

John Ensor

# Daws Kev Nyuaj Siab Thaum Suab Menyuum – rau tus uas nyuam qhuav pib

Ua dabtsi thiab hais li cas rau lub sijhawm uas tseemceeb tshaj

Nyob hauv kev taw qhia, muaj ib yam kev taw qhia uas tshwjxeeb hu ua **taw qhia txog kev nyuaj siab**. Yam kev taw qhia no yog pab rau cov uas tau raug kev nyuaj siab xws li ntsib av qeeg, raug yuam deev, raug tuag lossis cim civ txov yus txojhia. Tus uas taw qhia yuav soj ntsuam txojkev nyuaj siab ntawd, npaj ib lub homphiaj pab thiab soj ntsuam mus txog thaum uas tus ntawd muaj peevxwm rov qab daws tau nws tej teebmeem hauv nws lub neej. Tej kevcai hauv qab no yuav pab koj paub daws tej kev nyuaj siab tshwjxeeb tshaj uas luag tabtom raug nimno: **Nyuaj siab vim suab menyuum**. Txawm yog koj paub me me xwb lossis tsis tau paub hlo li los koj yuav muaj lub siab uas khov kho mus pab.

## 1. Qhia tshwm kev hlub, yam uas muaj tiag, thiab hais qhov tseeb

- a. Ua raws li Txoj Kevcai Kub: Pab tus pojniam ntawd lossis nkawd ntawd yam uas koj xav kom lwm tus pab koj yog koj ntsib teebmeem li lawv. Saib Matthais 7:12.
- b. Ua raws li tus neeg Xamalis siab zoo: Ua txhua yam uas ua tau kom tivthaiv tau kev tuag. Lukas 10:28-37.
- c. Ua raws li lo lus qhia “Hais lus tseeb ntawm kev hlub”. Saib Efexus 4:25

## 2. Nkag siab tus pojniam uas tabtom suab menyuum muaj kev ntxhov siab. *Hauv qab no muaj qee yam yuav siv tau los pab cov pojniam uas tabtom suab menyuum qhia tshwm lawv txojkev nyuaj siab. Nws tabtom...*

- 1) Txhawj ntshai.
- 2) Raug luag yuam.
- 3) Pom hais tias qhov uas suab menyuum zoo li tabtom muaj kev phomsij rau nws lub neej. Pivxam: Tus pojniam Gloria Steinem hais tias: “*Nws pab cawm kuv txojhia. Kuv xav hais tias kuv yuav ua tsis taus neej yog tsis ua li ntawd.*” (11/5/15 LifeNews.com).
- 4) Nrhiav daws nws lub nra kom sib sai li sai tau.
- 5) Muaj ob txojkev xav (xav/tsis xav kaus menyuum) hnov ob lub suab hais (cia li ua/tsis txhob ua li ntawd).
- 6) Pom tias tsaus ntuj nti
- 7) Tsis muaj kev cia siab

## 3. Totaub koj yog leejtwg ntawm txojkev pab ntawd. *Qhov no tseemceeb heev kom thaum uas koj mus pab lwm tus txojkev nyuaj siab tsis ua rau koj qaug zog. Nco ntsoov, koj yog...*

- 1) Ib tus ntseeg, ces koj mus pab los ntawm kev hlub.
- 2) Kwvtij zejzogs, ces koj pab siv tej uas koj muaj mus pab.
- 3) Tus uas cawm, ces muab koj tej haujlwm tso tseg mus pab.
- 4) Tus uas taw qhia, ces koj pab kom tus pojniam ntawd nkag siab (kev hlub, kev xaiv).
- 5) Tus uas ua timkhawv, ces koj fij txhua yam rau Vajtswv.
- 6) Koj tsis yog tus Cawmseej: Siv zog ua txhua yam pab cawm tibneeg tiamsis nco ntsoov hais tias, Vajtswv thiaj yog tus ua tau. Timthawj Paulus hais tias: “*Thaum kuv nrog cov neeg uas tsis tshua paub Vajtswv pestsawg nyob ua ke, kuv ua ib yam li lawm, kuv thiaj koj tau lawv los ntseeg. Kuv xyaum ua li txhua haivneeg ua. Kuv ua li ntawd saib puas yuav pab tau qee leej rov los ua neeg tshiab*” (1 Kaulethaus 9:22).
- 7) Koj tsis txhob ua siab kub npau tawg vog.
- 8) Koj tsis yog tabtom kho tej uas tshwmsim yav tas los, lossis pauj lub txim yav tas los. Koj tabtom pab tus pojniam ntawd.

## **Thaum mus ntsib tus pojniam ntawd**

*Ua tib zoo tham txog nws txojkev nyuaj siab vim suab menyuum thiab muaj homphiaj meej meej.*

- 
- |  |  |
|--|--|
| <p><b>1. Yog nws tabtom ntshai.</b><br/>Nws yeej tsis tau ntshai thiab tas kev cia siab npaum li ntawd.</p>  | <p>→ Ces koj yuav tsum ua siab tug, ruaj siab, thiab ua chaw cia siab rau tus ntawd. Yuav tsum pab kom nws tsis txhob ntshai ntxiv. Maj mam pab nws ntsia pom txoj haukev yav tom hauv ntej.</p>   |
| <p><b>2. Yog nws tabtom raug yuam kaus menyuum.</b><br/>Nyob rau hauv nws yam teebmeem mas nws lub tsevneeg thiab tej phoojywg tabtom yuam nws muab nws tus menyuum kaus mus.</p>                  | <p>→ Koj qhia rau nws ib lub lis yawj hais tias tsis txhob kaus menyuum – <b>Tus menyuum yeej tsis muaj txim!</b><br/>Tseem tshuav lwm yam xws li nws lub cev thiab kev nyuaj siab, tiamsis tej ntawd tsuas yog tej uas me xwb, <u>qhov uas tseemceeb tshaj – tus menyuum yeej yog tibneeg – yog nws tus menyuum ntag!</u><br/>Qhia qhov tseeb tias tus menyuum uas tsis tau yug ntawd yeej yog tibneeg los ntawm kev hlub. Qhov tseeb yeej muaj hwjchim. Siv tej kev kawm uas qhia txog sab muaj menyuum qhia rau nws, tej teebmeem uas kaus menyuum thiab tseem muaj lwm txoj haukev. Pab kom nws xav txog tej yam uas muaj tseeb ntawd.</p> |
| <p><b>3. Nws xav daws nws lub nra kom sib sai li sai tau.</b><br/>Nws xav kom yam teebmeem no dhau mus tsuas tsuas, nws tabtom ntxhov siab, tsis xav xav txog lawm. Xav kom ua sai li sai tau.</p> | <p>→ Koj yuav tsum pab kom nws ua siab tug thiab pab kom nws maj mam ua tib zoo xav kom meej.</p>  |
| <p><b>4. Nws pom tias qhov uas suab menyuum muaj kev phomsij rau nws lub neej.</b></p>   | <p>→ Koj yuav tsum pab koj nws pom haukev rau nws ob niam tub huvsi. Xaiv saib ua niam tu lossis xa mus rau tej tsev tu menyuum pab tu. Lossis nrhiv lwm txoj haukev. Kuj ua tau lwm yam thiab uas yog cia luag pab tu – nyob rau thajchaw uas cheem tsum lossis tsis tsum ua ntaub ntawv.</p>   |
| <p><b>5. Nws muaj ob txojkev xav, hnov ob lub suab hais.</b><br/>Nws ke xav thiab kuj tsis xav kaus menyuum.</p>   | <p>→ Koj yuav tsum pab kom nws nkag siab tias vim li cas nws thiaj pom sib tawmtsam li ntawd. Koj yuav tsum pab kom nws mloog lub suab uas hais zem zuag hauv nws lub siab (nws lub siab lub suab). Cia li muab lub suab zem zuag hauv koj lub siab hais kom nrov tuai.</p>  |
| <p><b>6. Nws pom tias tsaus ntuj nti.</b><br/>Txawm yog nws yeej paub tias kaus menyuum yog kev txhaum, tiamsis nws pom tias tsis muaj leejtwg pab nws li thiab nws ibleeg xwb.</p>                | <p>→ Koj coglus pab nws dhau qhov teebmeem no. Txawm yog muaj dabtsi tshwmsim los koj yuav nyob ntawm nws ib sab. Qhia rau nws hais tias tsis yog nws ibleeg xwb – koj yuav pab nws lub sijhawm no thiab yav tom ntej.</p>   |
| <p><b>7. Nws pom tias tas kev cia siab lawm.</b></p>   | <p>→ Koj yuav tsum pab kom nws muaj kev cia siab. Txhua yam yeej yuav ua tau xwb.</p>  |
-

## **Totaub qhov uas daws kev nyuaj siab vim suab menyuam yog ib tes haujlwm ntev**

*Koj yuav tsum kos duab tej ntu thiab tej sijhawm uas hloov ntawm txojkev pab tej kev nyuaj siab vim suab menyuam. Lossis koj tes haujlwm yog:*

### **1) Ua zoo mloog/tso siab tau.**

Txais tos nws, ua rau nws ntseeg siab tau tias koj yuav pab nws. Nug ntau lo lus nug, nkag siab qhov uas nws pom nws txojkev nyuaj siab, cim nco nws tej kav xav.

### **2) Soj ntsuam/nthuav dav – nws tej kev ntshai, kev sib tawmtsam, thiab kev txhob txhawj.**

Nug tej lo lus nug kom totaub meej tej kev sib tawmtsam ntawm kev kaus menyuam, pab kom nws qhia tshwm vim li cas nws lub siab thiaj muaj kev sib tawmtsam li ntawd. Qhia rau nws txog tej uas nws nyab xeeb muaj nuj nqis heev. Qhia txog kev nyuaj siab thiab kev cuam tshuam tom qab uas suab menyuam (txajmuag, mob siab, tu siab...). Nws tabtom txiav txim siab yuav muab ib tus tibneeg tua povtseg – uas yog nws ib tus tub/ntxhais kiag!

### **3) Lees paub/tshaj qhia**

Muab yam cuabyeej sim saib puas muaj menyuam (que thûr thai-pregnancy test) rau nws, coj mus tsum saib yog hais tias coj tau thiab qhia rau tus pojniam/nkawm ntawd txog qhov uas tus menyuam tabtom loj hlob, kev kaus menyuam thiab teebmeem kaus menyuam, thiab lwm txoj haukev xws li cia lwm tus pab tu.

### **4) Taw qhia/thov**

Tsis txhob kaus menyuam! Yuav tsum tseg koj tus menyuam thiab yug nws tawm los. Koj yeej ua tau qhov ntawd! Koj tsis tas qhia lwm tus paub los tau. Ua tib zoo mloog koj lub siab qhia. *“Nimno kuv cia nej xaiv saib nej yuav txojkia lossis yuav kev tuag, nej yuav tej lus foom koob hmoov lossis tej lus foom tsis zoo; kuv thov lub ntuj lub teb nrog ua timkhawv rau tej uas hnuv no nej xaiv. Nej cia li xaiv txojkia”* (2 Kevcai 30:19).

### **5) Daws teebmeem/npaj homphiaj**

Soj ntsuam tej teebmeem uas tabtom tshwmsim thiab npaj homphiaj los daws. Pivxam:

*“Kuv xav tau tus menyuam tiamsis kuv niam xav muab kaus povtseg.”* Koj yuav tau coj koj niam tuaj cuag peb thiab peb yuav qhia rau nws li qhia rau koj. Lossis,

*“Kuv paub tias kuv yeej so tau ib xyoos ntawm tsev kawm ntawv, tiamsis kuv niam thiab txiv yuav tso kuv tseg – lawv yuav tsis pab nyiaj txiag rau kuv lawm. Kuv yuav muab nyiaj qhov twg los them tsev nyob thiab ua neej li cas?”* Cia peb pab koj tej nyiaj them tsev rau ntu sijhawm uas koj cheem tsum, cia siab hais tias koj niam thiab txiv yuav txais yuav koj thiab koj tus menyuam, thiab yuav pab koj. Kuv ntseeg hais tias koj niam yeej yuav hlob heev thaum nws pom nws tus me xeebntxwv.

### **6) Txhawb zog/cog lus**

Coglus pab thiab npaj homphiaj ib lossis ob hnuv saum ntej no, muab tej ntaub ntawv rau nws coj mus nyeem, muab koj lub xovtooj rau nws, npaj sib ntsib dua lwm zaug.

### **7) Saib xyuas/pab**

Nrog nws sib tham mus txog thaum uas daws tau nws tej kev nyuaj siab thiab nws rov qab muaj peevxwm daws teebmeem li yav tas los lawm. Tsis txhob koj mus hais ua dog ua dig. Kev phoojywg muaj peevxwm cawm tau tibneeg txojkia.

Cia li tham thiab pab ntawm koj lub peevxwm kom lawv tsis ntshai thiab muaj kev cia siab tias yug menyuam, tu menyuam, lossis muab rau lwm tus pab tu yog Vajtswv tus dej siab. Txawm yog nimno yuav nyuaj los tom qab no yuav muaj kev kaj siab thiab zoo siab.

## **Kaum lo lus nug pab rau tus uas nyuam qhuav pib mus pab daws kev nyuaj siab vim suab menyuam.**

*Yog koj txhawj tsam koj hais lossis ua yuam kev, koj siv cov lus nug hauv qab no rau cov pojniam uas suab menyuam lossis tej nkawm niam txiv. Koj yeej yuav pab tau lawv zoo heev.*

1. Ua cas koj thiaj paub tias koj suab menyuam? Koj puas tau mus sim ntawm ib lub tsev tshuaj uas ua haujlwm zoo?
2. Koj tsis koj khaubncaws hov ntev lawm? Zaum kawg uas koj koj khaubncaws yog thaum twg?
3. Koj puas paub tus menyuam ciaj sia li cas? Koj puas tau mus tsom saib tus menyuam puas muaj zog thiab tus menyuam yuav tsis txawj pob?
4. Koj txhawj txog yam dabtsi thaum suab menyuam lub sijhawm no?
5. Raws li koj txojkev ntseeg/yam uas koj suab tias muaj nuj nqis ces koj nkag siab txog kev suab menyuam li cas? Vajtswv nyob qhov twg ntawm koj txojkev txiav txim siab no? Yav tas los koj xav li cas txog kev kaus menyuam?
6. Koj puas tau suab menyuam dua? Yam dabtsi tshwmsim txhua zaug uas koj suab menyuam?
7. Koj paub txog menyuam kev loj hlob li cas?
8. Koj puas paub txog kev kaus menyuam thiab luag yuav kaus li cas?
9. Koj pas paub kev kaus menyuam tej teebmeem thiab tej qub mob?
10. Koj lub xovtooj yog li cas? Kuv yuav hu nrog koj tham thaum uas koj ntsib kev nyuaj siab li no.

---

### **Nco ntsoov tias:**

#### **Lawv...**

tabtom txhawj ntshai.  
raug yuam.

xav daws teebmeem kom nrawm  
muaj ob txojkev xav – xav kaus thiab tsis  
kaus menyuam tib lub sijhawm.

Pom tias yus ib leeg xwb.

#### **Koj tes haujlwm...**

ua rau lawv tsis ntshai... kom muaj kev cia siab  
tham qhov tseeb ntawm kev hlub... *'nws yog ib  
tus menyuam uas yuav raug tua povtseg.'*

pab kom lawv ua siab tug thiab ua zoo xav.  
pab kom lawv mloog lub suab hauv lawv lub siab

coglus pab lawv... tsis yog lawv ib leeg xwb.

Thaum koj ntsib ib tus ntxhais uas tabtom suab menyuam thiab tabtom ntxhov siab, yuav ua li cas pab tau nws vim tsis zoo li koj pab ib tus tibneeg uas ntshav tabtom nrog thiab yuav tuag. Cia li pib nkag siab nws yog leejtwg thiab nws tabtom raug yam dabtsi. Thov Vajtswv pab. Txuas ntxiv, daws tej teebmeem los ntawm qhov uas hais tias tus menyuam yog ib tus tibneeg ciaj sia.

---

### **Xav tau kev pab? Hu rau peb:**

Xovtooj: 034-2244-820  
Email: [baovemamsong@gmail.com](mailto:baovemamsong@gmail.com)  
Web: [www.baovemamsong.org](http://www.baovemamsong.org)