

அறிமுகவரை:-

வேசித்தனமானது ஆபாச படங்களை பார்ப்பதோ, வேசித்தனமான நடத்தையோ, தவறான கற்பனையோ, சுயஇன்பமோ அல்லது இதனைப் போன்ற எதுவாகிலும், இவைகள் இயல்பாகவே நயவஞ்சகமும் அழிவை ஏற்படுத்துவதாயும் இருக்கும்.

நம்முடைய கலாச்சாரத்தின் அனைத்து மூளை முடுக்குகளிலும் இருக்கக்கூடியதும், மெய்யான திருப்தி என்கிற பொய் வாக்கை கூறும் வல்லமையான மயக்கத்தை உடையது.

யாதொருவன் இப்பாவத்தில் அகப்பட்டால் அதின் சேதத்தில் இருந்து தப்பிக்க இயலாது. பாலியல் உறவிலுள்ள தேவனுடைய நற்போசனையானது சிதைந்து, பாலியல் ரீதியான அசுத்தத்தில் இன்னும் அதிக விபரீதமான வழிகளில் அதின்மேல் நாம் பசியை உருவாக்கி முடிவின்றி கீழே செல்லும் சுருளைப்போல் இருக்கிறோம்.

நாம் கடினமான இருதயத்தை நமக்குள் உருவாக்கி, நம்முடைய நடத்தையானது நம்மை சுற்றியுள்ளவர்களுக்கு ஏற்படுத்தும் பாதிப்புகளையும் விளைவுகளையும் எண்ணாமல் இருக்கிறோம். இதனால் அதிக பாதிப்படைவது நாம் அதிகமாய் அன்பு செய்கிறவர்களே.

இதனை நீங்கள் படித்துக்கொண்டிருப்பீர்களானால், உங்கள் வாழ்கையில் ஏதாவது ஒரு வகையில் பாலியல் பாவத்தில் நீங்கள் போராடிக்கொண்டிருக்கலாம், திருமண வாழ்க்கைக்கு வெளியில் பாலியல் ரீதியாகசெய்யும் எந்த செயல்களையும் தேவன் தடைசெய்கிறார் என்று வேதாகம வசனத்தின் போதுமான அறிவு நமக்கிருக்கிறது

வேதாகமத்தில், **மத்தேயு 5:28**-யில் – “நான் உங்களுக்குச் சொல்லுகிறேன் ஒரு ஸ்திரீயை இச்சையோடு பார்க்கிற எவனும் தன் இருதயத்தில் அவளோடே விபசாரஞ்செய்தாயிற்று”

என்று கூறுகிறது.

உங்களுடைய பழைய பாவ வாழ்க்கைக்கு மீண்டும் செல்லக் கூடாது என்றும், நான் இனி நிறுத்த வேண்டும் என்று எனக்கு தெரியும் என்றதீர்மானத்துடன் தேவனிடத்தில் ஜெபித்த பிறகும் மீண்டும் என் பாவ வாழ்க்கையில் விழுந்துவிடுகிறேன் என்று நீங்கள் உங்களுக்குள்ளே சொல்லிக்கொள்ளலாம்.

இயேசுவின் வார்த்தைகள் உங்களுக்கு நன்றாக தெரிந்திரிந்தும், வாழ்வின் வழியில் அதனை உங்களால் கீழ்படியமுடியவில்லை.

இதுவே “தூய்மையாய் வாழ்வது” என்கிற ஜெபநேர புத்தகத்தின் முக்கிய காரணமாகும். பாலியல் பாவத்தில் அடிமைப்பட்டவர்களுக்கும், பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கும் நம்பிக்கையைக் கொடுக்கவும், தேவன் உங்களை விடுதலையாக்கும் வகையில் நீங்கள் பின்பற்றக்கூடிய ஒரு புதிய செயல்முறை பாதையை காண்பிக்கவும் இந்த புத்தகம் உதவும்.

நான் என்னுடைய வாழ்க்கை முழுவதையும் என்னுடைய அனைத்து வகையான அடிமைபழக்கத்திற்கும் கையாளுவதற்காக செலவழித்து இருக்கிறேன். என்னுடைய இளம் வயதிலிருந்து இருபதாம் வயது வரை, கடவுள் நம்பிக்கையற்ற நாத்திகனாக என்னை கூறிக்கொண்டு, குடி மற்றும் போதை பழக்கத்தில் போராடிக்கொண்டிருந்தேன். அதன் பின்பு, இரண்டு தவறான செயல்களுக்காக கைது செய்யப்பட்டு, இரண்டுதடவை முறையான தற்கொலை முயற்சியில் தப்பித்தும், பின்பு தேவனுக்கு மனதை திறந்து தீவரமாக என் வாழ்க்கைக்கு பொறுப்பெடுக்க தொடங்கினேன்.

இருபத்தி எட்டு வருடங்களாக முற்றிலும் எந்த பழக்கங்களும் இல்லாமல் இருக்கிறேன். (என்னால் முடிந்த வரை தேவனை அறிந்துகொள்ள அவரிடத்தில் ஜெபித்துக் கொண்டிருக்கிறேன்).

என்னுடைய இருபத்தி ஏழாவது வயதில் ஞானஸ்நானம் பெற்று கிறிஸ்தவனாகி இயேசுவை பின்பற்ற தயாரானேன். பாலியல் தூய்மையைப் பற்றிய தேவனுடைய தரத்தை முதல்முறையாக கற்று அதன் வழி சென்றேன்.

தேவனிடத்தில் நான் நேர்மையாகவும் உறுதியாகவும் இருந்தும், ஏன் இன்னும் ஆபாச படங்களை பார்ப்பதும், சுயஇன்பம் செய்வதும் என்னுடைய வழக்கமாய் இருக்கிறது என்பது எனக்கு மர்மமாகவே இருந்தது. நான் அடிக்கடி நடத்தாலும்,

எவ்வளவு முயற்சி செய்தாலும் மூன்று அல்லது நான்கு மாதங்களுக்கு மேலாக என்னால் ஏதாவது ஒரு பாலியல் பாவத்தில் விழாமல் இருக்க முடியவில்லை. அவமானம் பெருகிக்கொண்டே இருந்தது.

என்னுடைய இருபத்தி எட்டாம் வயதில் திருமணம் முடித்தேன். இனி பாலியல் பாவத்தில் இருந்து விடுதலை அடைவேன் என்று நினைத்தேன். ஆனால் அதுவும் நடக்க வில்லை. என்னுடைய முப்பது வயதில் முழு நேர சுவீஷேகப் பனியில் நுழைந்தேன். “இனி நான் மிகவும் நீதியாக இருக்க வேண்டும் என்றேன்” அதிலும் எந்த பயனும் இல்லை. என்னுடைய முப்பத்தி எட்டு வயது வரை இது தொடர்ந்தது. பின்பு முதல் “தூய்மை குழு”வில் கலந்துகொண்டேன்.

இது தான் என் நம்பிக்கையின் பிறப்பாக இருந்தது. டேவ் வேய்னர் என்பவர், சிக்காகோ சபையிலுள்ள மற்றொரு சீஷர் மற்றும் நானும் சேர்ந்து தூய்மை குழுவை ஆரம்பித்தோம். கடுகுவிதையளவு விசுவாசத்தை வைத்து தொடங்கினோம். எந்தவித தத்துவமின்றி என்ன செய்கிறோம் என்று தெரியாமல் தேவனை எங்கள் வழிகாட்டியாகக் கொண்டு அவரோடு கூட எதையும் செய்ய முடிவெடுத்தோம். அதன் பலன், தேவனுடைய வல்லமையினாலும், சில கடின உழைப்பாலும் மற்றும் மிகுந்த தாழ்மையினாலும், கடந்த எட்டு வருடங்களாக ஆபாச படங்கள் மற்றும் சுயஇன்பத்திலிருந்து முழுவதுமாக விடுதலைப் பெற்றேன். நாங்கள் கற்றதை மற்றவர்களுக்கும் கற்பித்து அதன் மூலம் அநேகர் பலனடைந்துள்ளனர். நாடு முழுவதும் மற்றும் உலகளவிலும் நூற்றுக்கணக்கான சகோதரர்களுக்கு இந்த முயற்சி விடுதலையளித்துள்ளது.

தனிப்பட்ட முறையில், பாலியல் அடிமைத்தனத்தைக் குறித்து அநேக புத்தகங்களை படித்திருக்கிறேன். அவைகள் அதிகளவில் பாவ அடிமைத்தனத்தின் மூலதனத்தைக் குறித்து அதிக ஆழமாக உதவும், இப்புத்தகங்கள் உட்கருத்துள்ளதாயும் துல்லியமாகவும் இருக்கும். இருப்பினும், அநேகதரம் நான் என்னுடைய மிகுதியான எண்ணங்களினால் குழப்பமாய் உணர்ந்திருக்கிறேன். என்னுடைய பாலியல் பாவங்களின் பழக்கங்கத்திலிருந்து மாற வேண்டும் என்று நான் கற்ற அனைத்தையும் எவ்வாறு செயல்முறை படுத்துவது என தெளிவில்லாமல் இருந்தேன்.

இந்த பிரச்சனையை மனதில் கொண்டு எழுதப்பட்டதே இந்த “தூய்மை குழு” ஜெப நேர தொடர்புத்தகம். இதில், முக்கியமான உட்கருத்துகளையும் மற்றும் தினந்தோறும் பின்பற்றக் கூடிய வகையில் சிறந்த செயல்முறை திட்டத்தையும் இப்புத்தகத்தில் முயற்சித்திருக்கிறேன். இப்புத்தகத்தை நீங்கள் தொடங்குவதற்கு முன் ஒரு முக்கியமான பரிந்துரை செய்ய விரும்புகிறேன். மற்றொரு சீஷரோடு சேர்ந்து இந்த ஜெப நேரத்தை பகிர்ந்து கொள்ள பரிந்துரை செய்கிறேன். தேவ வசனங்களோடும் கேள்விகளோடும் தினமும் ஒரு சிந்தனை இருக்கும். அதனோடு கூட மற்றொரு நபருடன் சரிபார்க்கும் வகையில் தினமும் செய்யக்கூடிய செயல்களும் இருக்கும். ஒரு நபர் உங்களுக்கு இருந்தால், தினசரி சரிபார்க்கும் செயலை தேவனால் மிக வல்லமையாக பயன்படுத்த முடியும். நீங்கள் அன்றைய தினம் எதை கேட்க வேண்டுமோ அதை கேட்கக்கூடிய வகையிலே அன்றைய கலந்துரையாடலும் இருக்கும். தினமும் சரிபார்க்கும் செயலின் மிகச்சிறந்த கனி என்னவென்றால் நீங்கள் தினமும் பேசக்கூடிய நபரிடம் உங்கள் நட்பு வளரும். உங்களுடைய நண்பர் உங்களின் வழிநடத்துனராகவோ அல்லது பாவத்திலிருந்து விடுதலை பெற விரும்புவராகவும் இருக்கலாம். முக்கியமான நோக்கம் நீங்கள் யாராவது ஒருவருடன் சேர்ந்து செயல்படவேண்டும் என்பதே .

உங்களுடைய நண்பராக இருக்க நம்பகமான நபர் இல்லாத பட்சத்தில் நீங்கள் தனிப்பட்ட முறையில் ஜெப நேர புத்தகத்தை படிக்கத் தொடங்கி, சேர்ந்து செயல்பட யாராவது ஒருவர் கிடைக்க வேண்டும் என்று தேவனிடத்தில் ஜெபிக்க வேண்டும். எனினும் இப்பயணத்தை தொடங்குவது மிக முக்கியமான பகுதி.

கடைசியாக, இரண்டு சிந்தனைகளுடன் என்னுடைய முகவுரையை முடித்து கொள்கிறேன். முதலாவது, தேவனிடத்தில் எல்லையற்ற நம்பிக்கை இருக்கிறது. அதனை பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். இரண்டாவது, இது அநேக வருடங்களுக்கு பின்னால் எனக்கு வெளிப்படுத்தப்பட்டது, பாலியல் தூய்மையின் போராட்டம் என்பது தேவனுடைய வழியில் நாம் பயிற்சிப்பெற்று அவரின் விருப்பப்படி வல்லமையான மனிதர்களாக இருப்பது. இப்போராட்டத்தை சந்திக்க இடைவிடாத ஆன்மீகமான முயற்சிகளும், தொடர்ச்சியான ஜெபமும் மற்றும் மனத்தாழ்மையும் தேவைப்படுகிறது. என்னோடு சேர்த்து அநேக ஆண்கள் இத்தகைய முயற்சிகளை எடுக்காவிடில், தூய்மையடைவோம் என்கிற வாக்கானது நிஜமாவதை காணும் போராட்டம் தொடரும். தூய்மையாவது மட்டுமின்றி தேவனோடு கூட உங்கள் உறவுமுறையிலும் குணமடைய இந்த பயணத்தில் நீங்கள் வெற்றி பெற நான் உங்களுக்காக தேவனிடத்தில் ஜெபிக்கிறேன்.

நாள்:1 தீவிர ஏக்கம்

பாலியல் ரீதியான பாவத்திலிருந்து விடுபடுவது என்பது ஒரு முடியாத கடினமான வேலை என நினைக்கலாம். பொதுவாக துன்பகரமான விளைவுகளினால் தீவிர ஏக்கமானது உருவாக்கப்படுகிறது. அவை எப்படியெனில் துரோகம் விளைவிப்பதினால் கண்டுபிடிக்கப்பட்டு அவமானப்படுவதும் அல்லது இணையதளத்தில் ரகசியமாக ஆபாச படங்கள் பார்க்கும்வேலையில் பிடிபடும்போது ஏற்படும் அவமானம் அல்லது பாவமென்பது தவறு என்று உணர்ந்தும் அதிலிருந்து விடுபடமுடியாமல் இருப்பதுமாகும். இந்த பரிதாபத்திற்குரிய தீவிர ஏக்கமான உணர்வானது பாவத்திலிருந்து விடுபட என்னவெல்லாம் தேவைப்படுகிறதோ மற்றும் தேவனிடத்திலிருந்து சில உதவிகள் பெறுவதற்கோ தேவையான உண்மையான ஆர்வத்தை உருவாக்குகிறது. குணப்படுதலுக்காக எந்தவித பேரமும் இருக்கக்கூடாது. அடிமைப்படுத்தப்பட்ட நபர் யாரிடம் வேண்டுமானாலும் சென்று பேசவும், எங்கு வேண்டுமானாலும் செல்லவும் அல்லது குணப்படுத்துதலுக்கான திட்டத்தை ஏற்றுக்கொள்ளவும் தன்னை தயார்படுத்துகிறார். மாறுதலுக்கான ஒரு உள்நோக்கமானது அவர்களின் ஒரு முக்கியத்துவம் வாய்ந்த முன்னணியிலிருக்கிறது. தாவீது, பத்சேபாளுடன் விபச்சார பாவத்தில் ஈடுபட்டிருந்த நிலையில் நாத்தான் கண்டித்து உணர்த்தியபோது இந்த தீவிர ஏக்கத்தைப்பற்றி அவனுக்கு தெரிந்திருந்தது.

சங்கீதம் 51: 3-12 வாசிக்கவும்.

தினந்தோறும் பிரதிபலித்தல்:

உங்களுடைய பாலியல் ரீதியான பாவத்தில் உங்களுக்கு இருக்கக்கூடிய தீவிர ஏக்கத்தின் அளவுபற்றி விவரிக்கவும்?

உங்களுடைய பாலியல் ரீதியான பாவத்திலிருந்து விடுபட எந்தவிதமான அனுபவங்கள் உங்களை இந்த தீவிரமான செயலுக்கு மாற்றியது?

உங்களுடைய பாலியல் ரீதியான பாவத்தைக்குறித்து நீங்கள் எப்படி உணருகிறீர்கள் என்று முழுமையாக, நேர்மையுடன், வெளிப்படையாக ஒரு பாதுகாப்பான நபரிடத்தில் பகிர்ந்துகொண்டால் அவரிடத்தில் என்ன சொல்வீர்கள்?

“என்னில் சுத்த இருதயம் சிருஷ்டியும்” என்று தாவீது கூறுகிறார்.

பாவதூண்டுதலுக்கோ மற்றும் விபச்சார பாவத்திற்கோ உங்களுடைய இருதயம் அடிமைப்படுத்தப்படாமலிருந்தால் அது பார்ப்பதற்கு எப்படிப்பட்டதாயிருக்கும்?

தினந்தோறும் தீர்மானம் - நீங்கள் பரிசுத்தமாக இருப்பதற்கு தேவன் எதையெல்லாம் நீங்கள் செய்யவிரும்புகிறாரோ அதை செய்வதற்கு தயாராக இருப்பது.

கடந்த 24 மணி நேரத்தில் - உங்களுடைய பாலியல் ரீதியான பாவத்திலிருந்து விடுபட்டவராக இருந்தீர்களா? இல்லையெனில், யாராவது ஒருவரிடத்தில் இதைக்குறித்து பேசினீர்களா?

தினந்தோறும் பரிசோதித்தல்:

- இன்று நீங்கள் பாலியல் ரீதியான பாவத்தில் வலிமையிழந்தவராக இருந்தீர்கள் என்பதை உங்களை பரிசோதிக்கும் நபரிடத்தில் பகிர்ந்துகொள்ளவும்.

நாள்:2 வலிமையிழந்தத்தன்மை

பாலியல் ரீதியான பாவத்தில் விழுவது நமக்குள் மிகப்பெரிய விரக்தியை ஏற்படுத்தும். ஆனால், பாவத்தினிமித்தம் வலிமையிழந்ததைக்குறித்து கவலையோடு இருக்க நேரிடலாம். பல நேரங்களில் பாவத்திற்கு அடிமையாயிருப்பவர்கள் அதிக ஜெபநேரங்கள், உபவாசம் மற்றும் சுய கசையடிகள் மூலம் தன்னுடைய விபச்சாரமான பாவங்களிலிருந்து மேற்கொள்வதற்கு தீர்வு காண்கின்றனர். ஆனால், ஆழ்மனதில் அவர் வெற்றிக்காக தன்னையே பார்த்துக்கொள்கிறார். அவர் தன்னுடைய தனிப்பட்ட வலிமையிழந்தத்தன்மையை உண்மையாக ஒப்புக்கொள்ளவோ மற்றும் தேவன் மட்டுமே தன்னுடைய ஒரே நம்பிக்கை என்பதை பார்க்கவோ தவறிவிடுகிறார். பாலியல் ரீதியான பாவத்திலிருந்து மீண்டு விடுபட்டு வருவது என்பது தேவன் செய்யக்கூடிய ஒரு செயலே தவிர நாம் தேவனுக்கு செய்யும் செயல் அல்ல என்பதை புரிந்துகொள்வது மிக அவசியம். நீதியான

வாழ்க்கை வாழ தன்னையே நம்பியிருக்கக்கூடிய ஒரு மனிதனின் வெறுப்பான நிலையை பவுல் விளக்குகிறார். அவன் எவ்வளவுதான் கடினமாக முயன்றாலும் அவனால் அதிலிருந்து விடுபட முடியாது. தேவனிடத்திலிருந்து வரும் நம்பிக்கை மாத்திரமே அவனுக்கு தேவையானது.

ரோமர் 7:15-25 - எப்படியெனில், நான் செய்கிறது எனக்கே சம்மதியில்லை; நான் விரும்புகிறதைச் செய்யாமல், நான் வெறுக்கிறதையே செய்கிறேன். 16. இப்படி நான் விரும்பாததைச் செய்கிறவனாயிருக்க, நியாயப்பிரமாணம் நல்லதென்று ஒத்துக்கொள்ளுகிறேன். 17. ஆதலால் நான் அல்ல எனக்குள் வாசமாயிருக்கிற பாவமே அப்படிச் செய்கிறது. 18. அநெப்படியெனில், என்னிடத்தில், அதாவது, என் மாம்சத்தில், நன்மைவாசமாயிருக்கிறதில்லையென்று நான் அறிந்திருக்கிறேன்; நன்மைசெய்ய வேண்டுமென்கிற விருப்பம் என்னிடத்திலிருக்கிறது, நன்மைசெய்வதோ என்னிடத்திலில்லை. 19. ஆதலால் நான் விரும்புகிற நன்மையைச் செய்யாமல், விரும்பாத தீமையையே செய்கிறேன். 20. அந்தப்படி நான் விரும்பாததை நான் செய்தால், நான் அல்ல, எனக்குள்ளே வாசமாயிருக்கிற பாவமே அப்படிச் செய்கிறது. 21. ஆனபடியால் நன்மைசெய்ய விரும்புகிற என்னிடத்தில் தீமையுண்டென்கிற ஒரு பிரமாணத்தைக் காண்கிறேன். 22. உள்ளான மனுஷனுக்கேற்றபடி தேவனுடைய நியாயப்பிரமாணத்தின் மேல் பிரியமாயிருக்கிறேன். 23. ஆகிலும் என் மனதின் பிரமாணத்துக்கு விரோதமாய்ப் போராடுகிற வேறொரு பிரமாணத்தை என் அவயவங்களில் இருக்கக் காண்கிறேன்; அது என் அவயவங்களில் உண்டாயிருக்கிற பாவப்பிரமாணத்துக்கு என்னைச் சிறையாக்கிக் கொள்ளுகிறது. 24. நிர்ப்பந்தமான மனுஷன் நான்! இந்த மரணசரீரத்தினின்று யார் என்னை விடுதலையாக்குவார்? 25. நம்முடைய கர்த்தராகிய இயேசுகிறிஸ்துமூலமாய்த் தேவனை ஸ்தோத்திரிக்கிறேன். ஆதலால் நானே என் மனதினாலே தேவனுடைய நியாயப்பிரமாணத்துக்கும், மாம்சத்தினாலேயோ பாவப்பிரமாணத்துக்கும் ஊழியஞ்செய்கிறேன்.

தினந்தோறும் பிரதிபலித்தல்:

பாவத்தைக்குறித்து பவுல் எப்படி உணருகிறார்? உங்களுடைய பாலியல் ரீதியான பாவமானது உங்களுக்கு எப்படிப்பட்ட உணர்வை ஏற்படுத்துகின்றது?

உங்களுடைய பாலியல் ரீதியான பாவத்தில் உங்களுக்கு இருக்கும் வலிமையிழந்தத்தன்மையை பார்ப்பதற்கு எந்தவிதமான அனுபவங்கள் காரணமாயிருந்தன?

வசனம் 20ல் பவுல் “எனக்குள்ளே வாசமாயிருக்கிற பாவம்” என்று கூறுகிறார். அதுதான் பிரச்சனை. உங்களில் இருக்கும் அந்த பாவம்தான் இந்த நிலைக்கு காரணம் என்றால், உங்களுடைய பரிசுத்தத்தை எதிர்கொள்வதில் நீங்கள் ஏன் பொறுப்பாளியாக உணருகிறீர்கள்?

உங்களுடைய பாலியல் ரீதியான பாவத்தில் நீங்கள் வலிமையிழந்ததாக இருந்தால், இயேசு எப்படி உங்களுக்கு ஒரு நம்பிக்கையாக இருக்க முடியும்?

இந்த பாலியல் ரீதியான அடிமைத்தன பாவத்திலிருந்து இயேசு உங்களை விடுவிப்பார் என்பதை விசுவாசிக்க எந்த காரியம் உங்களை வழிநடத்த வேண்டியிருக்கிறது?

தினந்தோறும் தீர்மானம் - நாள் முழுவதும் உங்களுடைய பாவத்தூண்டுதலைக்குறித்து தேவனிடத்தில் ஜெபிக்க அர்ப்பணித்தல்.

கடந்த 24 மணி நேரத்தில் - உங்களுடைய பாலியல் ரீதியான பாவத்திலிருந்து விடுபட்டவராக இருந்தீர்களா? இல்லையெனில், யாராவது ஒருவரிடத்தில் இதைக்குறித்து பேசினீர்களா?

தினந்தோறும் பரிசோதித்தல்:

- உங்களுடைய பாவத்தினிமித்தம் வலுவிழந்தத்தன்மையை நீங்கள் எந்த வழிகளில் கண்டுபிடித்தீர்கள் என்பதை உங்களுடைய கூட்டாளியுடன் கலந்துரையாடவும்.

நாள்:3 தேவனுடைய மகிமைக்காக (பகுதி 1)

நாம் அனைவரும் பாவத்தின் விளைவுகளை கருதி, பாலியல் ரீதியான பாவங்களிலிருந்து விடுபட்டு வெளிவரவேண்டுமென துவக்கத்தில் விரும்புகிறோம். நாம் குற்றமனப்பான்மையான எண்ணத்தை வெறுத்து மற்றும் நம்மை விபரீதமான ஆபாச எண்ணங்கள் கொண்டவர் என்ன நினைப்பையும் வெறுத்து விடுகிறோம். நாம் இந்த எண்ணங்களை விட்டு எவ்வளவு தூரம் செல்ல சாத்தியமோ அதை செய்கிறோம். ஆனால் இந்த

ஆபாசமான பாவங்களிலிருந்து தப்பிக்கவேண்டும் என்ன விருப்பம் வெறும் நம்மைக் குறித்ததும் நாம் எப்படி நம்மை பிரதிபலிக்கபாரிக்கிறோமோ அதை பொறுத்துமே இருக்கிறது. சலபமான ஒரு உண்மையென்னவெனில், நம்முடைய வாழ்க்கை நம்மைப்பற்றியதல்ல அது தேவனைப்பற்றியது. இயேசுவைப் பின்பற்றக்கூடிய ஒரு நபரின் முழுமையான நோக்கமானது, தான் வாழும் வாழ்க்கையின் மூலம் தேவனை கனப்படுத்துவதும் மற்றும் அவரைப் பிரியப்படுத்துவதுமாகும். ஆபாசமான பாவங்களிலிருந்து நாம் தப்பிக்கவேண்டும் என்ன எண்ணம் ஒரு சாவிடாக இருக்கிறது. தன்னைப்பிரியப்படுத்துவதைக்காட்டிலும், தேவனைப் பிரியப்படுத்த பலத்தை பிரயோசிக்கும் ஒருவரிடத்தில் அதிகமாக சுதந்திரம் இருக்கிறது. ரோமர் புத்தகத்தில் பவுல் குறிப்பிடும்போது, மக்கள் தேவனை கனப்படுத்த தவறும்போது, தேவன் அவர்களை அவர்களுடைய விபச்சாரமான பாவங்களுக்கு ஒப்புக்கொடுக்கிறார் என்று கூறியிருக்கிறார். நம்முடைய விபச்சாரமான பாவங்கள் என்பது தேவனை நாம் சரியான விதத்தில் கனப்படுத்த தவறிவிட்டோம் என்பதை அவர் நம்மிடத்தில் தெரிவிக்கும் அவருடைய வழியாக இருக்கிறது. அது வெளிச்சத்தில் தெரியக்கூடியது.

ரோமர் 1:18-27 வாசிக்கவும்.

தினந்தோறும் பிரதிபலித்தல்:

மனித இனமானது பாவத்திலிருந்து தப்பித்துக்கொள்ளாதபடி ஏன் உள்ளது?

தேவன் ஏன் நம்மை நம்முடைய பாவத்திற்கு ஒப்புக்கொடுத்துவிடுகிறார்? நாம் எதை அதிகமாக நேசிக்கிறோம் என்பதைப்பற்றி என்ன சொல்லியிருக்கிறது?

உங்களுடைய வாழ்க்கையின் மூலம் தேவனை கனப்படுத்துதல் என்பதின் அர்த்தம் என்ன?

(தேவனை கனப்படுத்துதல்) என்ற எந்த காரியத்தை நம்முடைய கிறிஸ்துவ வாழ்க்கையின் நோக்கமாக மாற்ற எது தேவைப்படுகிறது?

எல்லாவற்றையும்விட தேவனுடைய மகிமையை அன்பு கூறுவதற்கு நாம் எப்படி கற்றுக்கொள்ளலாம்?

தினந்தோறும் தீர்மானம் - இன்று நீங்கள் செய்யக்கூடிய எளிய அல்லது சிறிய காரியம் எதுவாக இருந்தாலும் அதன் நோக்கத்தை உணர்வுபூர்வமாக சிந்தியுங்கள்.

கடந்த 24 மணி நேரத்தில் - உங்களுடைய பாலியல் ரீதியான பாவத்திலிருந்து விடுபட்டவராக இருந்தீர்களா? இல்லையெனில், யாராவது ஒருவரிடத்தில் இதைக்குறித்து பேசினீர்களா?

தினந்தோறும் பரிசோதித்தல்:

- இந்த நாளில் நீங்கள் தேவனை கனப்படுத்தும் முயற்சியில் சந்தித்த முன்னேற்றம் மற்றும் வீழ்ச்சியை உங்களுடைய கூட்டாளியுடன் பகிர்ந்துகொள்ளவும்.

நாள்:4 தேவனுடைய மகிமைக்காக (பகுதி 2)

தேவனை மகிமைப்படுத்த உங்களுடைய இருதயத்தை கவனம் செலுத்துவது என்பது ஒரு நாளில் எடுக்கும் முயற்சியைவிட அதிகமானது. உங்களுடைய இருதயத்தின் இந்த கணிசமான பழக்கத்தை மாற்றவேண்டுமெனில் உங்களுடைய ஜெபத்திலும், சிந்திப்பிலும் மற்றும் கிரியைகளிலும் தேவனை கனப்படுத்துவதை முன்னாக வைத்து மீண்டும் மீண்டும் இதை அதிகமாக நடைமுறைப்படுத்த வேண்டியதாயிருக்கிறது. சொல்லப்போனால் இது உங்களுடைய வாழ்நாள் முழுவதும் செய்யக்கூடிய ஒரு வழக்கமாக இருக்கவேண்டும். இந்த பாவ அடிமைத்தனத்திலிருந்து நீங்கள் மீட்கப்படவேண்டுமெனில், தேவனுடனான உங்களுடைய உறவை நீங்கள் எப்படி பார்க்கிறீர்கள் என்பதில் ஒரு மாற்றத்தை ஏற்படுத்துவதே மிக முக்கிய மாற்றமாக இருக்கிறது. இதைத் தெரிந்துகொள்ளாமலே அநேக ஆண்கள், தேவனை சூழ்ச்சிகரமாக நாடுகிறோம். அவர்கள் தேவனையும், தேவனிடத்திலிருந்து வரும் ஆசீர்வாதத்தையும் ஒரு உருவ வழிபாடு செய்வதுபோல் செய்கிறோம் என்பதை உணராமல், கிறிஸ்துவ ஒழுக்கம் மற்றும் கிறிஸ்துவ நடவடிக்கைகளில் அதிக முயற்சி மேற்கொள்கிறார்கள். ஆபாசமான பாவங்களுக்கு இடமில்லை என்று சொல்வதை அவர்களின் முக்கியமான செயல்பகுதியாகவும் மற்றும் இவையெல்லாவற்றிற்கும் முடிவு தேவனிடத்தில் உண்டு என்பதையும் அவர்களால் பார்க்கமுடிகிறது. உதாரணத்திற்கு, “தேவன் என்னுடைய திருமணத்தை சரிசெய்யவதற்கும் அல்லது என்னுடைய வேலையை ஆசீர்வதிப்பதற்கும் நான் வெளியே நடப்பதை நிறுத்தவேண்டும்”. தேவனைக்காட்டிலும், தேவனிடத்திலிருந்து

வருவதையே இருதயமானது காத்து ஏங்கிக்கொண்டிருக்கிறது. என்னுடைய பாலியல் ரீதியான பாவத்தை எதிர்த்து போராடவேண்டும் என்ற சரியான நோக்கத்தை தேர்ந்தெடுக்கும் முடிவு என்பது, என்னுடைய பரலோகத்தின் பிதாவை எந்தவித எதிர்ப்பார்ப்புமின்றி பிரியப்படுத்தவேண்டும் என்பதை பொறுத்திருக்கவேண்டும். உங்களுடைய வாழ்க்கையின்மூலம் தேவனைப் பிரியப்படுத்தினால், அவர் உங்களைப் பார்த்துக்கொள்வார் மற்றும் எப்படியாகிலும் உங்களை பாவத்திலிருந்து விடுதலையாக்குவார் என்று நீங்கள் சற்று விசுவாசித்தால் போதும். இந்த புரிந்துகொள்ளுதல் என்பது எனக்கும் மற்றும் பாவத்திலிருந்து விடுபட்ட நூற்றுக்கணக்கான ஆண்களுக்கும் ஒரு புரட்சிகரமான ஆத்மீக செயலாயிருக்கிறது. இது ஒரு விரைவான மாற்றமாக இருக்காது ஆனால், இதை விடமுயற்சியுடன் தொடருபவர்களுக்கு இது சாத்தியமாகும்.

மத்தேயு 7:7 - கேளுங்கள், அப்பொழுது உங்களுக்குக் கொடுக்கப்படும்; தேடுங்கள், அப்பொழுது கண்டடைவீர்கள்; தட்டுங்கள், அப்பொழுது உங்களுக்குத் திறக்கப்படும்;

1 கொரி 10:31- ஆகையால் நீங்கள் புசித்தாலும், குடித்தாலும், எதைச் செய்தாலும், எல்லாவற்றையும் தேவனுடைய மகிமைக்கென்று செய்யுங்கள்.

கொலோ 3:17 - வார்த்தையினாலாவது கிரியையினாலாவது, நீங்கள் எதைச் செய்தாலும், அதையெல்லாம் கர்த்தராகிய இயேசுவின் நாமத்தினாலே செய்து, அவர் முன்னிலையாகப் பிதாவாகிய தேவனை ஸ்தோத்திரியுங்கள்.

தினந்தோறும் பிரதிபலித்தல்:

இன்று நீங்கள் செய்யும் எல்லா செயலையும் வரிசைப்படுத்தி எழுதி மற்றும் தேவனுடைய மகிமைக்காக அதை செய்யும் திறன் வேண்டும் என்றும் ஜெபம் செய்யுங்கள்.

தேவனுடனான உங்களது உறவில் ஏதாகிலும் சூழ்ச்சிகரமான அணுகுமுறை உங்களிடத்தில் உள்ளதா என்பதை பார்க்கமுடிகிறதா? ஆம் எனில், நீங்கள் எதை பாரிகிறீர்களோ அதை விவரியுங்கள்.

நீங்கள் தினந்தோறும் தேவனை மகிமைப்படுத்த செய்யும் சுலபமான செயல்களானது நீங்கள் பாலியல் ரீதியான பாவங்களிலிருந்து மீட்கப்படுவதற்கு எப்படி வழி வகுக்கின்றது?

இப்பொழுது கடந்த 4 நாட்களாக நீங்கள் உங்களுடைய மீட்பிற்காக முயற்சி மேற்கொண்டதில் எந்த காரியத்தை கற்றுக்கொண்டிருக்கிறீர்கள்?

தினந்தோறும் தீர்மானம் - உங்களுடைய இன்றைய நாளை தேவனைக் கனப்படுத்த அர்ப்பணித்து மற்றும் தேவனுடைய பதிலின் மீது நம்பிக்கைவைக்க உங்களை ஞாபகப்படுத்திக்கொள்ளுங்கள்.

கடந்த 24 மணி நேரத்தில் - உங்களுடைய பாலியல் ரீதியான பாவத்திலிருந்து விடுபட்டவராக இருந்தீர்களா? இல்லையெனில், யாராவது ஒருவரிடத்தில் இதைக்குறித்து பேசினீர்களா?

தினந்தோறும் பரிசோதித்தல்:

- தேவனை மகிமைப்படுத்தும் முயற்சியில் இன்று உங்களுக்கு ஏற்பட்ட அனுபவங்களை போராட்டத்தை உங்களுடைய கூட்டாளியுடன் பகிர்ந்துகொள்ளவும்.
- இந்த நாளில் உங்களுக்கு பாலியல் ரீதியான அசுத்தத்தின் மீது ஏதேனும் சலனம் ஏற்பட்டிருந்தால் அதையும் நீங்கள் பகிரவும்.

நாள்:5 இன்று மட்டும் தான் உள்ளது, தேவனுக்காக வாழுங்கள்

நிகழ்காலத்தில் வாழ்வது என்பது கடினமானது. நீங்கள் பாலியல் ரீதியான பாவங்கள் என்னும் சுழற்சியிலிருந்து விடுபடவேண்டுமெனில் நிகழ்காலத்தில் வாழ்வது என்பது மிக அவசியம். ஏனெனில், நீங்கள் பரிசுத்தமாக வாழவேண்டிய ஒரே நாள் இந்த நாள் தான்!. இன்றைக்காக வாழ்வது என்பது நீங்கள் சமாளிக்கக்கூடிய ஒரு ஜீரணமாகக்கூடிய துண்டாக வாழ்க்கையை கொண்டுவருகிறது. மக்கள் அநேக வேளையில் எதிர்காலம் எப்படி இருக்கப்போகிறது என்றும் அல்லது கடந்த காலத்தில் நேரத்தை வீணடித்து பாவமான முடிவுகளை எடுத்ததை நினைத்தும் சோர்ந்துபோவார்கள். எப்படியிருப்பினும், பாவ போராட்டத்திலிருந்து விடுபட முறையான மாற்றத்தை மேற்கொள்வதற்கு இருக்கும் ஒரே நாள் இந்த நாள் தான். நான் மீட்கப்படுவதற்கான வேலை செய்யும் நாள் இதுதான் மற்றும் நான் என்னை பரிசோதித்து உள்ளே அனுமதிக்கும் நாளும் இதுதான். என்னுடைய குருடான

பக்கத்திலிருந்து தெளிவு படுத்தி அர்ப்பணிப்புடன் என்னுடைய பாவதூண்டுதல்களை மேற்கொண்டு வாழக்கூடிய நாள் இதுதான். முதல் நூற்றாண்டு காலத்தில் இயேசுவும் கூட இத்தகைய கருத்துக்களை மக்களிடத்தில் பிரசுரித்து இருக்கிறார். மக்கள் தாங்கள் கவலைப்படத்தேவையில்லாத காரியங்களாகிய உணவு மற்றும் உடை போன்றவற்றிற்கு கவலைப்பட்டுக்கொண்டிருந்ததையும் அப்படி காரியங்களுக்கு கவலைப்பட வேண்டியதில்லை என்றும் அவர்களுக்கு உணர்த்தினார்.

மத்தேயு 6:28-34.... உடைக்காகவும் நீங்கள் கவலைப்படுகிறதென்ன? காட்டுப் புஷ்பங்கள் எப்படி வளருகிறதென்று கவனித்துப்பாருங்கள்; அவைகள் உழைக்கிறதழில்லை, நூற்கிறதழில்லை; 29. என்றாலும், சாலொமோன் முதலாய்த் தன் சர்வ மகிமையிலும் அவைகளில் ஒன்றைப்போலாகிலும் உடுத்தியிருந்ததில்லை என்று, உங்களுக்குச் சொல்லுகிறேன். 30. அற்ப விசுவாசிகளே! இன்றைக்கு இருந்து நாளைக்கு அடுப்பிலே போடப்படும் காட்டுப் புல்லுக்குத் தேவன் இவ்விதமாக உடுத்துவித்தால், உங்களுக்கு உடுத்துவிப்பது அதிக நிச்சயமல்லவா? 31. ஆகையால், என்னத்தை உண்போம், என்னத்தைக் குடிப்போம், என்னத்தை உடுப்போம் என்று, கவலைப்படாதிருங்கள். 32. இவைகளையெல்லாம் அஞ்ஞானிகள் நாடித்தேடுகிறார்கள்; இவைகளெல்லாம் உங்களுக்கு வேண்டியவைகள் என்று உங்கள் பரமபிதா அறிந்திருக்கிறார். 33. முதலாவது தேவனுடைய ராஜ்யத்தையும் அவருடைய நீதியையும் தேடுங்கள், அப்பொழுது இவைகளெல்லாம் உங்களுக்குக்கூடக் கொடுக்கப்படும். 34. ஆகையால், நாளைக்காகக் கவலைப்படாதிருங்கள்; நாளைத்தினம் தன்னுடையவைகளுக்காகக் கவலைப்படும். அந்தந்த நாளுக்கு அதினதின் பாடுபோதும்.

தினந்தோறும் பிரதிபலித்தல்:

இன்றைய நாளுக்காக நீங்கள் வாழ்வதற்கு எந்தவிதமான சிந்தனை முறைகள் உங்களை திசைதிருப்புகின்றன?

எந்தவித வேலையும் செய்யாமலே விபச்சார பாவத்திலிருந்து வெற்றிபெறவேண்டுமென நினைப்பது என்பது நம்முடைய எப்படிப்பட்ட குணாதிசயத்தை காட்டுகிறது?

பொறுமையிழந்து செயல்படும் காரியமானது விபச்சார பாவத்துடன் எப்படி தொடர்புடையதாயிருக்கிறது?

எந்தெந்த வழிகளில் நாம் இன்றைக்காக வாழும்பொழுது நம்முடைய விபச்சார பாவத்திலிருந்து மேற்கொள்வதற்க்கான அதிகாரத்தை அது நமக்கு கொடுக்கும்?

தினந்தோறும் தீர்மானம் - இன்றைக்காக மட்டுமே வாழக்கூடிய ஒரு திடமான கவனத்தை வைத்திருத்தல்.

கடந்த 24 மணி நேரத்தில் - உங்களுடைய பாலியல் ரீதியான பாவத்திலிருந்து விடுபட்டவராக இருந்தீர்களா? இல்லையெனில், யாராவது ஒருவரிடத்தில் இதைக்குறித்து பேசினீர்களா?

தினந்தோறும் பரிசோதித்தல்:

- இன்றைய நாளில் நீங்கள் நிலையாய் இருப்பதற்கு உங்களுக்கு ஏற்பட்ட போராட்டத்தை உங்களுடைய கூட்டாளியுடன் பகிர்ந்துகொள்ளவும்.
- இன்றைக்கு உங்களுக்கு ஏதேனும் எதிர்மறையான உணர்வுகள் வந்திருந்தால் அதனை பகிர்ந்துகொள்ளவும்.
- உங்களுக்கு ஏற்பட்ட பாலியல் ரீதியான பாவத்தூண்டுதலையும் கூட பகிரவும்.

நாள் 6 - "நம்பிக்கை"

நாம் விபச்சாரமான பாவங்களை மேற்கொள்வதற்கு எந்த ஒரு சூத்திரமும் இல்லை. ஆனால் எதாவது ஒரு வழிக்காக ஏங்கிகொண்டிருக்கிறோம். உதாரணத்திற்கு அரைமணிநேரம் வேதவாசிப்பு மற்றும் அரை மணி நேர ஜெபம் ஒரு மாதத்திற்கு செய்தால் வெற்றிகரமாக மேற்கொள்ளலாம் என நினைப்போம்! நாம் எதற்காக சூத்திரம் தேடுகிறோம் என்றால் அப்போது தான் அந்த பாவத்தை நமது கட்டுப்பாட்டில் கொண்டு வர முடியும் என்பதற்காக. ஆனால் எந்த சூத்திரமும் அந்த பாவத்திலிருந்து வெளிவருவதற்கு கிடையாது அதற்கு பதிலாக தேவன் நமக்கு விலையேறப்பெற்ற வாக்குத்தந்தங்களை கொடுத்திருக்கிறார்! அந்த வாக்குத்தந்தங்கள் மட்டுமே நம்மை பாவத்திலிருந்து விடுதலையாக்கும். தேவன் நம்முடைய நிலையையும் நம்முடைய பரிதாப நிலமையையும் அறிந்திருக்கிறார். தேவனால் உங்களை விடுவிக்க முடியும் என்று விசுவாசிக்கிறீர்களா? வேதம் நீங்கள் விடுதலையாக முடியும் என்று சொல்கிறது அதை நீங்கள் விசுவாசிக்கிறீர்களா? பிரச்சனை என்னவென்றால் தேவனும் அவரது வாக்குத்தந்தங்களும் கிடையாது, நாம் அவற்றின் மீது நம்பிக்கையில்லாததும் தேவனை முழு இருதயத்தோடு தேடாததும் தான். தேவன் நமக்கு இரட்சிப்பை வாக்களித்தது மட்டுமல்லாமல் இந்த உலகிலுள்ள பாவங்களிலிருந்தும் ஆசைகளிலிருந்தும் தப்பி தேவனுடைய சாயலில் பங்கேற்க தேவையான அனைத்தையும் கொடுத்திருக்கிறார் என்று வேதாகமம் கூறுகிறது.

2 பேதுரு 1:3-4

3. தம்முடைய மகிமையினாலும் காருணியத்தினாலும் நம்மை அழைத்தவரை அறிகிற அறிவினாலே ஜீவனுக்கும் தேவபக்திக்கும் வேண்டிய யாவற்றையும், அவருடைய திவ்விய வல்லமையானது நமக்குத் தந்தருளினதுமன்றி,
4. இச்சையினால் உலகத்திலுண்டான கேட்டுக்குத் தப்பி, திவ்விய சுபாவத்துக்குப் பங்குள்ளவர்களாகும்பொருட்டு, மகா மேன்மையும் அருமையுமான வாக்குத்தந்தங்களும் அவைகளினாலேநமக்கு அளிக்கப்பட்டிருக்கிறது.

தினசரி பிரதிபலிப்பு:

உங்கள் வாழ்க்கையில் இந்த வாக்குத்தந்தத்தை நம்புவதற்கு எது தடையாக இருக்கிறது?

திவ்விய சுபாவத்தில் பங்கு கொள்வது என்றால் என்ன அர்த்தம்?

தேவன் தம்முடைய மகிமையினாலும் காருணியத்தினாலும் விபச்சாரமான பாவத்திலிருந்து விடுவிக்க அழைத்திருக்கிறார் என்பதை பற்றி என்ன நினைக்கிறீர்கள்?

உங்களுடைய மனதையும் இருதயத்தையும் விபச்சாரமான பாவங்கள் எப்படி பாழாக்குகிறது?

தினசரி முடிவு:

காலையிலிருந்து இந்த நாள் முடியும் வரை தேவனுடைய வாக்குத்தந்தங்கள் உங்களை பாவங்களிலிருந்தும், தூண்டுதல்கள் மற்றும் சோதனைகளிலுமிருந்தும் விடுவிக்க முடியும் என்று விசுவாசியுங்கள்.

- கடந்த 24 மணி நேரத்தில் - இன்றைக்கு நீங்கள் விபசாரப் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டுள்ளீர்களா? இல்லையென்றால் இன்னொருவரிடம் அதைப் பற்றிக் கூறினீர்களா?

தினசரி சரிபார்ப்பு:

தொடர்ந்து தேவனுடைய விடுதலையின் நம்பிக்கைக்கான போராடத்தை உங்கள் பங்காளரிடம் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்

இன்று எப்படிப்பட்ட எதிர்மறையான உணர்வுகள் இருந்தது என்பதை பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்

உங்களது பாவத்தின் சோதனைகளை பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்

நாள் 7 “சிலுவையோடு ஒன்றியிருத்தல்”

ஒரு வேளை நீங்கள் இந்த ஒரு வார வெற்றிக்குபின், “நம்மால் இதை மேற்கொள்ள முடிகிறதே” என்ற அதிக தைரியத்தோடு இருக்கலாம்! விபச்சார பாவங்களின் சிந்தனை இவ்வளவு குறுகியதாக இருக்கிறதே! என்று ஆச்சர்ய படலாம். சிலருக்கு அதிகமான தன்னம்பிக்கையின் காரணத்தினால் “என்னுடைய வாழ்க்கையை நான் இனி தொடர வேண்டும் , என்னுடைய பாவங்கள் எல்லாம் கடந்து போயின, இனி இதை தொடர போவதில்லை என்று தங்களை ஏமாற்றிக்கொள்வார்கள். இப்படிப்பட்ட நபர்கள் மறுபடியும் விழுந்து, காயப்பட்டு பின்வாங்கி விடுவார்கள். நம்முடைய வாழ்க்கையிலும் இப்படிப்பட்ட எண்ணங்கள் தோன்றி நம்முடைய பெருமையை வெளிப்படுத்தும் ஆனால் தொடர்ந்து தாழ்மையாக நம்முடைய பாவங்களிலிருந்து மனந்திரும்புவதற்காக சிலுவையை பற்றிய உண்மையை கற்றுக்கொண்டு ஒன்றியிருக்க வேண்டும். நாம் பாவத்திலிருந்து மனந்திரும்புவதற்கு இயேசு கிறிஸ்துவின் உயிர்தெழுதலின் வல்லமையை தவிர வேறு எந்த நம்பிக்கையும் கிடையாது. பின் வரும் வசனங்கள் அதை நமக்கு வெளிப்படுத்துகிறது.

எபேசியர் 2:1-7

1. அக்கிரமங்களினாலும் பாவங்களினாலும் மரித்தவர்களாயிருந்த உங்களை உயிர்ப்பித்தார்.
2. அவைகளில் நீங்கள் முற்காலத்திலே இவ்வலக வழக்கத்திற்கேற்றபடியாகவும், கீழ்ப்படியாமையின் பிள்ளைகளிடத்தில் இப்பொழுது கிரியைசெய்கிற ஆகாயத்து அதிகாரப் பிரபுவாகிய ஆவிக் கேற்றபடியாகவும் நடந்துகொண்டீர்கள்.
3. அவர்களுக்குள்ளே நாமெல்லாரும் முற்காலத்திலே நமது மாம்ச இச்சையின்படியே நடந்து, நமது மாம்சமும் மனசும் விரும்பினவைகளைச் செய்து, சுபாவத்தினாலே மற்றவர்களைப்போலக் கோபாக்கினையின் பிள்ளைகளாயிருந்தோம்.
4. தேவனோ இரக்கத்தில் ஐசுவரியமுள்ளவராய் நம்மில் அன்புகூர்ந்த தம்முடைய மிகுந்த அன்பினாலே,
5. அக்கிரமங்களில் மரித்தவர்களாயிருந்த நம்மைக் கிறிஸ்துவுடனேகூட உயிர்ப்பித்தார்; கிருபையினாலே இரட்சிக்கப்பட்டீர்கள்
6. கிறிஸ்து இயேசுவுக்குள் அவர் நம்மிடத்தில் வைத்த தயவினாலே, தம்முடைய கிருபையின் மகா மேன்மையான ஐசுவரியத்தை வருங்காலங்களில் விளங்கச்செய்வதற்காக,
7. கிறிஸ்து இயேசுவுக்குள் நம்மை அவரோடேகூட எழுப்பி, உன்னதங்களிலே அவரோடேகூட உட்காரவும் செய்தார்.

தினசரி பிரதிபலிப்பு:

விபச்சார பாவம் நம்மை ஏன் கோபாக்கினையின் பிள்ளைகளாக மாற்றுகிறது?

எதற்காக அப்படிப்பட்ட பாவங்கள் நம்மை சோர்வடைய செய்யாமல் தாழ்மைபடுத்துகிறது?

உங்கள் பாவ வாழ்க்கையிலும் தேவனுடைய அன்பை எப்படி பார்க்கிறீர்கள்?

நாம் அவருக்கு கீழ்ப்படியாமல் இருந்த போதிலும் அவர் நம்மை காப்பாற்ற நினைப்பதை பற்றி என்ன நினைக்கிறீர்கள்?

தேவன் நம்மை உன்னதத்தில் உட்கார செய்கிறார் என்றால் அந்த மேன்மை நம்முடைய பாவத்திலிருந்து மாறுவதற்கு எப்படி உதவி செய்யும்?

தினசரி முடிவு:

தேவன் எனக்கு தேவை என்ற மனபான்மையுடன் வாழுங்கள்.

- கடந்த 24 மணி நேரத்தில் – இன்றைக்கு நீங்கள் விபச்சாரப் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டுள்ளீர்களா? இல்லையென்றால் இன்னொருவரிடம் அதைப் பற்றிக் கூறினீர்களா?

தினசரி சரிபார்ப்பு:

இன்று எப்படிப்பட்ட எதிர்மறையான உணர்வுகள் இருந்தது என்பதையும் உங்களது பாவத்தின் சோதனைகளையும் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்

நாம் இந்த விபச்சாரமான பாவங்களிலிருந்து விடுதலை பெற முயற்சிப்பதை ஏன் மிக சிறந்த வாய்ப்பாக கருத வேண்டும் என்று பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்

நாள் 8 “ எல்லைகள்”

நான் அடுத்து உங்களுக்கு வேதாகமத்திலிருந்து அறிமுகப்படுத்த இருக்கும் தத்துவம் “எல்லைகள்”. எல்லைகள் என்பது நம்முடைய வாழ்க்கையில் நாம் மீறக்கூடாது என்பதற்காக நாமே வரையும் கோடுகளாகும். இந்த எல்லைகள் பாவங்கள் கிடையாது ஆனால் அவற்றை மீறும் போது நாம் பாவத்தில் விழுவதற்கு அதிக வாய்ப்புகள் இருக்கும். உதாரணமாக, ஜார்ஜ் என்பவர் தன்னுடைய மனைவி தூங்க சென்ற பிறகும் தொலைக்காட்சியை பார்த்து கொண்டிருந்தார். அவர் தன்னிடத்தில் “நான் ஒரு வளர்ந்த ஆண், நான் விரும்புவதை செய்யலாம், எவ்வளவு நேரம் வேண்டுமானாலும் பார்க்கலாம், வேதாகமத்தில் இதை பற்றி எதுவும் தெளிவாக கூறப்படவில்லை என்று சொல்லிக்கொண்டார். அவரது மனைவி தூங்கியதும் யாருமில்லாத நேரத்தில் ஆபாசமான நிகழ்ச்சிகளை பார்க்கவேண்டும் என்று தொலைக்காட்சியில் தேடிக்கொண்டிருந்தார். அதன் பின்பு, ஒரு வேளை அந்த இரவில் பார்க்காமல் இருந்தாலும் அடுத்த ஒரு சில நாட்களுக்கு பிறகு பாவத்தில் விழுந்தார். அவர் பாவ விருப்பங்களுக்கு உணவளித்ததால் அந்த நினைவுகள் தொடர்ந்து அவரை காயப்படுத்தியது! பின்பு அந்த பாவத்தை உணர்ந்து, தெளிவடைந்த பின்பு இனி அப்படிப்பட்ட பாவங்களுக்கு செவிகொடுக்க கூடாது என்பதற்காக ஒரு சில எல்லைகளை தன்னுடைய வாழ்க்கையில் அமைத்துக்கொண்டார் அந்த எல்லைகளை பாவங்களாக கருதினார். ஒரு வேளை அந்த எல்லைகளை மீறினால், பாவத்தில் விழாத போதிலும் அதிலிருந்து மனந்திரும்ப முயற்சிப்பார். கீழ்காணும் வசனங்கள் மூலமாக எல்லைகளைப் பற்றி தேவனுடைய யோசனைகளை அறிந்து கொள்ளலாம்.

நீதிமொழிகள் 5:1-4

தினசரி பிரதிபலிப்பு:

எல்லைகள் பற்றி உங்களது மனபான்மை என்ன?

எல்லைகளை பற்றிய யோசனைகளை உங்களுடைய வாழ்க்கையில் நடைமுறைப்படுத்த விரும்புகிறீர்களா? ஏன்?

முதலாவது உங்கள் வாழ்க்கையில் எல்லைகள் அமைக்க வேண்டிய பிரச்சனையுள்ள பகுதிகள் என்னென்ன?

தினசரி முடிவு:

எல்லைகளை பற்றிய கருத்தை உங்களுடைய வாழ்க்கையில் இன்று நடைமுறைப்படுத்துங்கள்

- கடந்த 24 மணி நேரத்தில் – இன்றைக்கு நீங்கள் விபசாரப் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டுள்ளீர்களா? இல்லையென்றால் இன்னொருவரிடம் அதைப் பற்றிக் கூறினீர்களா?

தினசரி சரிபார்ப்பு:

இன்று எப்படிப்பட்ட எதிர்மறையான உணர்வுகள் இருந்தது என்பதையும் உங்களது பாவத்தின் சோதனைகளையும் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்

எந்தெந்த பகுதிகளில் உங்கள் வாழ்க்கையில் எல்லைகள் இருக்க வேண்டும் என்று பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

நாள் 9 “இணையதளத்திற்கான எல்லைகள்”

கணினிகளும் தொலைபேசிகளும் சில ஆண்டுகளில் நடைமுறை கருவிகளாக ஒரு மிகப்பெரிய மாற்றத்தை ஏற்படுத்தி, வீட்டு உபயோக பொருட்களாக மாறிவிட்டது. நாம் நினக்கும்போதெல்லாம் உலகிலுள்ள சீஷர்களிடத்தில் தொடர்புகொண்டு முகமுகமாய் பேசிக்கொள்ள முடியும். இப்படிப்பட்ட ஆச்சர்யமான வளர்ச்சியினால் ஒரு நொடிபொழுதில் பாவத்தில் விழுவதற்கும் அதிகப்படியான வாய்ப்புகள் வளர்ந்துவிட்டது. இரகசியம் மற்றும் வாய்ப்புகள் எனும் இரண்டு முக்கிய காரணங்களால் இந்த பாவத்தில் விழுகிறோம். ஒரு வேளை அது கணினியோ அல்லது தொலைபேசியோ, இரண்டும் அந்த காரணங்களை நமக்கு வழங்குகிறது. நாம் இணையதளத்தை சரியாக கையாள வேண்டுமானால் இரகசியத்தையும் வாய்ப்புகளையும் முழுமையாக துண்டிக்க வேண்டும்.

மத்தேயு 5:27-30

நடைமுறைக்கான துணுக்குகள்

ஒரு வேளை நீங்கள் இணையதளத்தை பயன்படுத்தக்கூடிய தொலைபேசி வைத்திருந்தால் அதை மாற்றி சாதாரண தொலைபேசியை பயன்படுத்துங்கள். இத்தகைய முடிவு எடுப்பதன் மூலமாக பாவத்தில் விழும் வாய்ப்புகளை அதிமாக தடுக்கிறீர்கள்.

உங்களுடைய கணினிகள் மற்றும் அனைத்து கருவிகளிலும் பயன்படுத்தக்கூடிய *covenant eye* என்ற ஒரு *software*-யை பயன்படுத்தி தினந்தோறும் உங்களுடைய பங்களாருடன் நீங்கள் என்ன பயன்படுத்துகிறீர்கள் என்று கணக்கு ஒப்புவிப்புகள். இதனால் இரகசியமாக எதையும் செய்வதை தவிர்க்கிறீர்கள்.

ஆபாசமான *website*களுக்கு செல்ல தடைவிதிக்கும் *software*களை பயன்படுத்துங்கள். இதன் மூலமாக வாய்ப்புகளை துண்டிக்கிறீர்கள்.

எந்த பாதுகாப்பற்ற கணினியையும் பயன்படுத்த போவதில்லை என்ற எல்லைகளை விதியுங்கள். ஒருவேளை அப்படிப்பட்ட கணினிகளை பயன்படுத்த நேரினால் உங்களது பங்களாருடன் தொடர்புகொண்டு அதை பயன்படுத்த தொடங்கும் போதும் முடிக்கும் போதும் அவருக்கு அறிவிப்புகள்.

தினசரி பிரதிபலிப்பு:

இணையதளத்தின் மூலமாக பாவத்தில் விழுந்திருக்கிறீர்களா?

இரகசியமும் வாய்ப்புகளும் விபச்சாரமான பாவத்திற்கு ஒரு மோசமான கூட்டாக இருப்பதை பார்க்க முடிகிறதா? ஏன்?

முதலாவது உங்கள் இணையதளத்தில் எல்லைகள் போட வேண்டிய பிரச்சனையுள்ள பகுதிகள் என்னென்ன?

தினசரி முடிவு:

இணையதளத்தின் எல்லைகளை உங்களுடைய வாழ்க்கையில் இன்று நடைமுறைபடுத்துங்கள்

கடந்த 24 மணி நேரத்தில் – இன்றைக்கு நீங்கள் விபசாரப் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டுள்ளீர்களா? இல்லையென்றால் இன்னொருவரிடம் அதைப் பற்றிக் கூறினீர்களா?

தினசரி சரிபார்ப்பு:

இன்று எப்படிப்பட்ட எதிர்மறையான உணர்வுகள் இருந்தது என்பதையும் உங்களது பாவத்தின் சோதனைகளையும் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்

நாம் இணையதளத்தை சரியாக கையாள வேண்டுமானால் இரகசியத்தையும் வாய்ப்புகளையும் முழுமையாக துண்டிக்க வேண்டும் என்பதை பற்றி பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

நாள் 10 பொழுது போக்குகளுக்கான எல்லைகள்

இன்றைய சமுதாயத்தில் பொழுதுபோக்குகள் வளர்ந்து, அதற்கான வாய்ப்புகள் எல்லா சூற்றுசூழல்களிலும் அதிமாக நிரம்பியிருக்கிறது. நம்முடைய தொலைபேசிகளிலிருந்தே படங்கள் பார்க்கலாம், அனைத்து இடங்களிலும் இணையதளம் கிடைக்கிறது, நூற்றுக்கணக்கான நிகழ்ச்சிகளை பார்க்கலாம். தொழில்நுட்பங்கள் வளர்ச்சியடைந்தாலும், பொழுதுபோக்குகள் நம்முடைய வாழ்க்கையின் அங்கமாக இருந்தாலும் அவைகளால் நம்மை பாதிக்கமுடியும் என்று புரிந்து கொள்ள வேண்டும். தவறான யோசனைகளும் ஆபாசமான காட்சிகளும் நாம் பாவத்தில் விழ அதிக தூண்டுகளை ஏற்படுத்தும்.

உதாரணத்திற்கு ஆங்கில படங்களில் வரும் உடலுறவு காட்சிகளும், தவறான சம்பந்தங்களும் அந்த படம் முழுவதுமாக இருக்கும். ஆங்கில படங்கள் தேவனையும் அவரது வழிகளையும் எதிர்த்து, வேசித்தனமான பாவங்களில் எந்த தீங்கும் இல்லையென்ற தீங்குமில்லை யென்று பொய்யான விதைகளை நம்முடைய மனதில் விதைக்கிறது. அத்தகைய விதைகள் நம்முடைய மனதில் வளர்ந்து அது சந்தோஷத்தை தரும் என்ற கற்பனைகளை வளரசெய்யும். நான் ஒருமுறை இந்த காட்சியிலிருப்பதை போல்செய்தால் மிகவும் சந்தோஷமாக இருக்கும் என்ற எண்ணங்கள் தோன்றும். ஆனால் தொலைகாட்சிகளும், படங்களும் விபச்சாரமான பாவங்களைப் பற்றிய பயமுறுத்தக்கூடிய உண்மைகளை தெளிவாக காண்பிப்பது கிடையாது.

சங்கீதம் 1:1-2 வசனங்கள் சோதனைகள் எப்படி பாவமாக முதிர்ச்சியடைகிறது என்பதை தெரிவிக்கிறது. முதலாவது ஒரு மனிதன் சத்தத்தை கேட்டு யோசித்து, நின்று அதைகுறித்து சிந்தித்து பின்பு பாவம் செய்ய முடிவெடுக்கிறான். யாரெல்லாம் அந்த பாவ வழியை தவிர்க்கிறார்களோ அவர்கள் பாக்கியவான்கள். பாவ பொழுதுபோக்குகள் தீங்கை குறித்து யோசிக்க செய்கிறது. நாம் அப்படிப்பட்ட தீமையான எண்ணங்களை நம்முடைய மனதில் எடுத்து செல்லாமல் நம்மை காத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

உதாரணத்திற்கு: ஆபாச காட்சிகள் கொண்ட படங்களை பார்க்காமல் இருப்பது, தனிமையில் தொலைக்காட்சி, படங்கள் ஆகியவற்றை தவிர்ப்பது...etc

தினசரி பிரதிபலிப்பு:

எந்தெந்த வழிகளில் பொழுதுபோக்குகளால் சோதிக்கப்பட்டிருக்கிறீர்கள்? எப்படிப்பட்ட பழக்கங்கள் உங்களுடைய பாவத்தை தூண்டுகிறது? எப்படிப்பட்ட உலகப்பிரகாரமான தத்துவங்களை தொலைகாட்சி மற்றும் படங்களில் இருந்து கற்றுக்கொண்டீர்கள்? உங்களை பாதித்து மறுபடியும் உங்களை பாவத்தில் விழசெய்யும் பொழுதுபோக்குக்களை பட்டியலிடுக.

தினசரி முடிவு:

பொழுதுபோக்குகளை ஆராய்ந்து பாவத்தில் விழாதபடி பாதுகாக்கக்கூடிய எல்லைகளை உங்களுடைய வாழ்க்கையில் இன்று நடைமுறைப்படுத்துங்கள். அந்த எல்லைகளை மீறாமல் வாழ்ந்து தேவனை மகிமைபடுத்தும்படி வாழுங்கள்.

கடந்த 24 மணி நேரத்தில் – இன்றைக்கு நீங்கள் விபசாரப் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டுள்ளீர்களா? இல்லையென்றால் இன்னொருவரிடம் அதைப் பற்றிக் கூறினீர்களா?

தினசரி சரிபார்ப்பு:

இன்று எப்படிப்பட்ட எதிர்மறையான உணர்வுகள் இருந்தது என்பதையும் உங்களது பாவத்தின் சோதனைகளையும் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்

பொழுதுபோக்குகளுக்கான எந்தெந்த எல்லைகளை உங்கள் வாழ்க்கையில் அமைக்க வேண்டும் என்று உங்கள் பங்காளருடன் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

நாள் 11 மக்களிடையே உள்ள எல்லைகள்

நம்முடைய வாழ்க்கையிலுள்ள அனைத்து உறவுமுறைகளாலும் நன்மையாகவோ அல்லது தீமையாகவோ பாதிக்கப்படுகிறோம். அசுத்தமான பாவத்தில் போராடிக்கொண்டிருக்கும் மனிதராக, தவறான நபர்களுடன் சேர்ந்திருப்பதால், நம்மை அழிக்கக்கூடிய பாவத்தில் மறுபடியும் செல்லவதற்கு வாய்ப்பிருக்கிறது. நீங்கள் ஒருவேளை தனிமையாக இருப்பதால் எந்த பிரச்சனையும் இல்லாமல் மற்றவருடன் நேரம் செலவழிக்க சென்றிருக்கலாம் ஆனால் சென்ற இடத்தில் சில செயல்கள் மூலமாக உங்களால் எதிர்க்கூடாமல் பாவத்தில் விழுந்திருப்பீர்கள்.

நாம் நண்பர்களை தேர்ந்தெடுப்பதில் தேவனுடைய அறிவுரைகளை சிந்திக்க வேண்டும்.

2 கொரிந்தியர் 6:14-18

14. அந்நிய நுகத்திலே அவிசுவாசிகளுடன் பிணைக்கப்படாதிருப்பீர்களாக; நீதிக்கும் அநீதிக்கும் சம்பந்தமேது? ஒளிக்கும் இருளுக்கும் ஐக்கியமேது?

15. கிறிஸ்துவுக்கும் பேலியாளுக்கும் இசைவேது? அவிசுவாசியுடனே விசுவாசிக்குப் பங்கேது?

16. தேவனுடைய ஆலயத்துக்கும் விக்கிரகங்களுக்கும் சம்பந்தமேது? நான் அவர்களுக்குள்ளே வாசம்பண்ணி, அவர்களுக்குள்ளே உலாவி, அவர்கள் தேவனாயிருப்பேன், அவர்கள் என் ஜனங்களாயிருப்பார்கள் என்று, தேவன் சொன்னபடி, நீங்கள் ஜீவனுள்ள தேவனுடைய ஆலயமாயிருக்கிறீர்களே.

17. ஆனபடியால், நீங்கள் அவர்கள் நடுவிலிருந்து புறப்பட்டுப் பிரிந்துபோய், அசுத்தமானதைத் தொடாதிருங்கள் என்று கர்த்தர் சொல்லுகிறார்.

18. அப்பொழுது, நான் உங்களை ஏற்றுக்கொண்டு, உங்களுக்குப் பிதாவாயிருப்பேன், நீங்கள் எனக்குக் குமாரரும் குமாரத்திகளுமாயிருப்பீர்களென்று சர்வவல்லமையுள்ள கர்த்தர் சொல்லுகிறார்.

தினசரி பிரதிபலிப்பு:

தேவன் எதற்காக அந்நிய நுகத்தோடும் தேவனை அறியாத ஜனத்தோடும் இணைந்திருக்கக்கூடாது என்று கூறுகிறார்?

புறப்பட்டு பிரிந்து செல்லுங்கள் என்பதற்கு என்ன அர்த்தம்?

எப்படிப்பட்ட நண்பர்கள் உங்களிடத்தில் தவறான பாதிப்புகளை உண்டாக்குகிறார்கள்?

உங்களை மறுபடியும் அசுத்தமான விபச்சார பாவங்களுக்கு கொண்டு செல்லக்கூடிய நண்பர்களின் பெயர்களை பட்டியலிடுக.

தினசரி முடிவு:

உங்களை மறுபடியும் அசுத்தமான விபச்சார பாவங்களுக்கு கொண்டு செல்லக்கூடிய நண்பர்களின் பெயர்களை படித்து, அவர்களுடன் பழகுவதை, அளவாகவோ அல்லது துண்டிக்கவோ முடிவுசெய்யுங்கள். (ஒருவேளை உங்களுடைய குடும்பத்தினராக இருந்தால் அறிவுரை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்)

கடந்த 24 மணி நேரத்தில் – இன்றைக்கு நீங்கள் விபச்சாரப் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டுள்ளீர்களா? இல்லையென்றால் இன்னொருவரிடம் அதைப் பற்றிக் கூறினீர்களா?

தினசரி சரிபார்ப்பு:

இன்று எப்படிப்பட்ட எதிர்மறையான உணர்வுகள் இருந்தது என்பதையும் உங்களது பாவத்தின் சோதனைகளையும் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்

மக்களுக்கான எந்தெந்த எல்லைகளை உங்கள் வாழ்க்கையில் போட வேண்டும் என்று உங்கள் பங்காளருடன் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

நாள் 12 இடங்களுக்கான எல்லைகள்

சில இடங்களும் நமக்கு ஆபத்தானவைகள். அப்படிப்பட்ட இடங்களுக்கோ அல்லது அந்த இடங்களுக்கருகில் சென்றாலோ உடனடியாக சோதிக்கப்படுவோம். அதற்கான எல்லைகளை நாம் ஏற்படுத்தவில்லையென்றால் நாம் மறுபடியும் பாவத்தின் அடிமைத்தனத்திற்கு திரும்பிவிடுவோம்.

ஜார்ஜ் என்பவர் விபச்சார பாவங்களுக்கு அடிமையான நபர், தவறான புத்தகங்கள் விற்குமிடங்களுக்கு சென்றுகொண்டிருந்தார். ஒரு சில வாரங்களாக பரிசுத்தாமாக வாழ்ந்த பிறகு “ நான் என்னுடைய வாகனத்திற்கு எரிபொருளை வாங்குவதற்காக தவறான புத்தகங்கள் விற்கும் இடத்திற்கு சென்று அந்த கடையில் என்னுடைய வாகனத்தைப் போல வேறு ஏதாவது வாகனம் பற்றி புத்தகங்கள் இருக்கிறதா என்று பார்க்க போகிறேன் என்று முடிவு செய்தார். நான் எந்த புத்தகங்களையும் பற்றி கவலைப்பட போவதில்லை என்று நினைத்தார். ஆனால் வெகு சீக்கிரமாகவே அந்த பாவங்களில் மறுபடியும் விழுந்து விட்டார். அவர் அந்த பாவங்களில் விழாதபடிக்கு சரியான எல்லைகளை அமைத்திருக்க வேண்டும். அந்த புத்தக கடையினருகே செல்லாமல் இருப்பதே ஒரு ஞானமான எல்லையாகும்.

1 தெச 5:22 பொல்லாங்காய்த் தோன்றுகிற எல்லாவற்றையும் விட்டு விலகுங்கள்.

நீதி 5:8 உன் வழியை அவளுக்குத் தூரப்படுத்து; அவளுடைய வீட்டின் வாசலைக் கிட்டிச் சேராதே.

தீங்கான காரியங்களை தவிர்ப்பது தான் நம்முடைய குணமடையும் முயற்சியின் ஒரு பகுதியாக இருக்கிறது. உங்களுடைய எந்த வகையான பெருமை அதை ஏற்றுக்கொள்ளாமல் இருக்கிறது?

தினசரி பிரதிபலிப்பு:

எப்படிப்பட்ட இடங்கள் உங்களிடத்தில் தவறான சோதனைகளை உண்டாக்குகிறது? (இலவச இணையதள இணைப்புகளுள்ள இடங்கள்...etc)

அந்த இடங்களுக்கு செல்லும்போது எப்படிப்பட்ட சோதனைகளை சந்திக்கிறீர்கள்?

உங்களை மறுபடியும் அசுத்தமான விபச்சார பாவங்களுக்கு கொண்டு செல்லக்கூடிய இடங்களின் பெயர்களை பட்டியலிடுக.

தினசரி முடிவு:

உங்களை மறுபடியும் அசுத்தமான விபச்சார பாவங்களுக்கு கொண்டு செல்லக்கூடிய இடங்களுக்கு செல்வதை அளவாகவோ அல்லது துண்டிக்கவோ முடிவுசெய்யுங்கள்

கடந்த 24 மணி நேரத்தில் – இன்றைக்கு நீங்கள் விபச்சாரப் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டுள்ளீர்களா? இல்லையென்றால் இன்னொருவரிடம் அதைப் பற்றிக் கூறினீர்களா?

தினசரி சரிபார்ப்பு:

இன்று எப்படிப்பட்ட எதிர்மறையான உணர்வுகள் இருந்தது என்பதையும் உங்களது பாவத்தின் சோதனைகளையும் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்

எந்தெந்த எல்லைகளை உங்கள் வாழ்க்கையில் போட வேண்டும் என்று உங்கள் பங்களாருடன் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

நாள் 13 இணைந்திருந்து வாழ்பவர்கள்

முறையான குணமடைதல் என்பது ஒரு தனிநபருடைய அனுபவம் கிடையாது. என்னுடைய பாவ அடிமைத்தனத்தின் வெற்றி நானும் தேவனும் மட்டுமே எடுத்த முயற்சியினால் ஆனது எனவும், என்னால் மட்டுமே வெற்றிபெற முடிந்தது எனவும் சொல்லிக்கொள்வதில் எனக்கு அதிக சந்தோஷம் இருக்கும்! ஆனால் உண்மையென்னவென்றால் மக்களால் தங்களுடைய பாவங்களிலிருந்து அவர்களாகவே மேற்கொண்டு வெளிவர முடியாது. நான் தனியாகவே செல்ல வேண்டும் என்ற மனப்பான்மையுள்ள நபர்கள் அதிகமாக பாவத்தின் அடிமைத்தனத்தில் விழுந்திருக்கிறார்கள். உங்களுடைய வாழ்விலும் இப்படிப்பட்ட சவால்களை சந்தித்திருப்பீர்கள். ஆனால் தேவனுடைய திட்டம் இப்படிப்பட்ட மனப்பான்மைகளுக்கு எதிர்ப்புறையானது. உறவுமுறைகளை தொடர்ந்து, ஒன்றாக இணைந்திருப்பதையே தேவனுடைய வழியாக இருக்கிறது. வேதாகமம் இதைப்பற்றி

1 பேதுரு 1:22 ஆகையால் நீங்கள் மாயமற்ற சகோதர சிநேகமுள்ளவர்களாகும்படி, ஆவியினாலே சத்தியத்திற்குக் கீழ்ப்படிந்து, உங்கள் ஆத்துமாக்களைச் சுத்தமாக்கிக்கொண்டவர்களாயிருக்கிறபடியால், சுத்த இருதயத்தோடே ஒருவரிலொருவர் ஊக்கமாய் அன்புகூருங்கள்;

மேற்கண்ட வசனங்கள் மூலமாக வேதம் நம்மை வழிநடத்துகிறது. நாம் கிறிஸ்துவை பாராட்டும் விதமாக ஒருவரை ஒருவர் அன்பு செய்து உறவுமுறைகளை தொடரவேண்டும். நாம் இணைந்திருக்க வேண்டும். ஒரு வேளை நாம் மிகவும் நெருக்கமான உறவுமுறைகளை ஏற்படுத்துவது கடினமாக இருக்கலாம் ஆனால் எதிலிருந்து ஆரம்பிப்பது? ஒரு சில நடைமுறை வழிகள்.

- உங்கள் வாழ்க்கையில் மனிதர்கள் தேவையன்பதையும் அவர்களுடன் நீங்கள் தேவனுடைய உதவியோடு இணைந்திருக்க வேண்டும் என்பதையும் தாழ்மையாக ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள்
- உங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளக்கூடிய மனிதர்கள் உங்கள் வாழ்க்கையில் தேவன் அனுமதிக்கும்படியும், புதிய நபர்கள் வரவும் அவர்களுடன் நீங்கள் ஒரு சிறந்த நட்பை ஏற்படுத்த வேண்டும் என்பதற்காகவும் ஜெபியுங்கள்
- உங்கள் வாழ்க்கையில் நேரம் செலவழிக்க நீங்கள் முன்வருவதற்கு முயற்சியுங்கள்
- இதுவரை நீங்கள் யாரிடமும் இணையவில்லையென்றால் உங்களுடன் சேர்ந்து போராடக்கூடிய ஒரு குழுவின் சேருங்கள்
- உங்கள் வாழ்க்கையில் ஆவிக்குரிய வழிநடத்துநராக உதவி செய்ய யாரிடமாவது உதவி எடுத்து கொள்ளுங்கள்

தினசரி பிரதிபலிப்பு:

மற்றவர்களுடன் ஆவிக்குரிய நிலையில் தொடர்பு கொள்வதில் எந்த நிலையில் இருக்கிறீர்கள்? மற்றவர்களுடன் ஆழமாக இணைந்திருப்பதற்கு எது உங்களுக்கு தடைகளாக இருக்கிறது? உங்களை சுற்றியுள்ள நபர்களுடன் தொடர்பு கொள்ள முடியாததற்கு என்ன காரணங்கள்? எப்படி உங்களுடைய விசுவாசத்தை வளர்ப்பதன் மூலமாக உங்களால் மற்றவர்களுடன் தொடர்பில் இருக்க உதவியாக இருக்கும்?.

தினசரி முடிவு:

நீங்கள் குறைந்தபட்சம் ஒரு நபரோடாவது நேரம் செலவழித்து நண்பர்களாக மாற முடிவுசெய்யுங்கள்

கடந்த 24 மணி நேரத்தில் – இன்றைக்கு நீங்கள் விபசாரப் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டுள்ளீர்களா? இல்லையென்றால் இன்னொருவரிடம் அதைப் பற்றிக் கூறினீர்களா?

தினசரி சரிபார்ப்பு:

உங்களுடைய நெருக்கமான உறவுமுறைகளைப் பற்றி உங்கள் பங்காளருடன் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்

இந்த நாளில் நீங்கள் சந்தித்த சோதனைகளை பற்றி உங்கள் பங்காளருடன் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்

இன்று வேதாகமத்திலிருந்து நீங்கள் படித்து உங்களுக்குள் தாக்கம் ஏற்படுத்தியதை பற்றி உங்கள் பங்காளருடன் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்

நாள் 14 பாதிக்கப்படக்கூடாத வெளிப்படையாக இருத்தல் (பகுதி 1)

நாம் இந்த குணமடையும் முயற்சியில் உறவுமுறைகளை உருவாக்குவது என்பது மிகவும் உற்சாகமாகவும் அதே நேரத்தில் சோர்வடைய செய்வதாயும் இருக்கிறது! ஒரு வேளை நீங்கள் ஆவிக்குரிய உறவுமுறைகளை ஏற்படுத்த வேண்டும் என்று விருப்பமாக இருப்பீர்கள் ஆனால் அதை எப்படி உருவாக்குவது என்பது பற்றி தெரியாமல் இருக்கலாம். நாம் உறவுமுறைகளை உருவாக்குவதில் பாதிக்கப்படக்கூடாத வெளிப்படையாக இருப்பது என்பது மிக முக்கியமானதாக இருக்கிறது. பாதிக்கப்படக்கூடாத வெளிப்படையாக இருப்பது என்றால் நம்மை பற்றி நாம் வெளிப்படுத்தும் போது அதை மற்றவர்கள் தவறாக எடுத்து கொள்ளவும் நாம் அனுமதிப்பதாகும். உதாரணத்திற்கு

யாக்கோபு 5:16 நீங்கள் சொஸ்தமடையும்படிக்கு, உங்கள் குற்றங்களை ஒருவருக்கொருவர் அறிக்கையிட்டு, ஒருவருக்காக ஒருவர் ஜெபம் பண்ணுங்கள். நீதிமான் செய்யும் ஊக்கமான வேண்டுகல் மிகவும்பெலனுள்ளதாயிருக்கிறது.

நாம் ஆபாச படங்கள் பார்த்ததை மற்றவரிடம் அறிக்கை செய்யும் போது அதனால் அந்த நபர் எதிர்மறையாக செயல்பட்டு நம்மை காயப்படுத்தவும் வாய்ப்பிருக்கிறது. ஆனால் கிறிஸ்தவ உறவுமுறைகளில் நாம் அறிக்கை செய்தால் அந்த நபரிடம் அதை அறிக்கை செய்வதற்கு ஏற்ற தைரியத்தை மதித்து, நம்முடைய தோளில் வைத்திருந்த சமையை அவர் தாங்கியது போல இலகுவாக மாறி அந்த நபருடன் அதிக நெருக்கமாக உணருவோம். இந்த குணமடைதலின் முயற்சியில் தினந்தோறும் நம்முடைய பங்காளரிடம் பாவங்களையும் சோதனைகளையும் அறிக்கை செய்து பாதிக்கப்படக்கூடாத வெளிப்படையாக இருக்கும் போது அவருடன் நம்முடைய உறவுமுறை அதிகமாக நெருக்கமாகிறது. இப்படி தினந்தோறும் செய்வதால் நம்முடைய ஆத்துமாவின் ஆவிக்குரிய தொடர்புடைய தேவைகள் சந்திக்கப்படுகிறது. (எச்சரிக்கை: நீங்கள் பாதிக்கப்படக்கூடாத வெளிப்படையாக பேச விருப்பம் இருந்தாலும் அதை மற்றவர்களிடம் பகிர்ந்து கொள்ளும்போது விவேகமாக இருக்க வேண்டும். விபச்சாரமான பாவங்களை அறிக்கையிடுவது என்பது மற்றவர்களை சில நேரம் அசவுகரியமாக உணரசெய்யும் அதனால் அதிகமான நபர்களிடத்தில் அதை அறிக்கை செய்வது அவசியம் கிடையாது)

தினசரி பிரதிபலிப்பு:

மற்றவர்களுடன் நீங்கள் பாதிக்கப்படக்கூடாத உங்கள் பாவத்தை குறித்து வெளிப்படையாக இருப்பதைப் பற்றி எப்படி உணருகிறீர்கள்?

மற்றவர்களுடன் நீங்கள் பாதிக்கப்படக்கூடாத உங்கள் பாவத்தை குறித்து வெளிப்படையாக இருந்ததற்காக எப்போதாவது தவறாக உணர்ந்திருக்கிறீர்களா? இப்போது நீங்கள் பாதிக்கப்படக்கூடாத வெளிப்படையாக இருப்பதற்கு அது எப்படி தடையாக இருக்கிறது?

மற்றவர்களுடன் நீங்கள் பாதிக்கப்படக்கூடாத உங்கள் பாவத்தை குறித்து வெளிப்படையாக இருந்தபோது மற்றவர்களுடன் எப்படி நெருக்கமாக உணருகிறீர்கள்?

தினசரி முடிவு:

பங்காளருடன் நீங்கள் பாதிக்கப்படக்கூடாத உங்கள் பாவத்தை குறித்து மிகவும் வெளிப்படையாக இருந்து கடந்த காலத்தில் எப்போதாவது அவமானமாக உணர்ந்ததை பகிர்ந்து கொள்ள முடிவுசெய்யுங்கள்

கடந்த 24 மணி நேரத்தில் – இன்றைக்கு நீங்கள் விபசாரப் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டுள்ளீர்களா? இல்லையென்றால் இன்னொருவரிடம் அதைப் பற்றிக் கூறினீர்களா?

தினசரி சரிபார்ப்பு:

கடந்த காலத்தில் எப்போதாவது அவமானமாக உணர்ந்ததை பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்

பாதிக்கப்படக்கூடாத உங்கள் பாவத்தை குறித்து மிகவும் வெளிப்படையாக இருப்பதைப் பற்றி ஒருவருக்கொருவர் பரிந்து கொண்டு, குறிப்பிட்ட ஏதாவது சூழ்நிலையை பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

நாள் 15 பாதிக்கப்படக்கூடாத வெளிப்படையாக இருத்தல் (பகுதி 2)

பாதிக்கப்படக்கூடாத வெளிப்படையாக இருத்தல் என்பது நம்முடைய தவறுகள் மற்றும் பாவங்களை பற்றி வெளிப்படையாக இருந்து அது எந்த அளவிற்கு ஆழமாக முன்னேறி செல்கிறது என்பதைப் பற்றி வெளிப்படையாக பேசுவதாகும். நாம் அடுத்த கட்டமாக நம்முடைய உணர்வுகளைப் பற்றி வெளிப்படையாக பகிர்ந்துகொள்வதைப் பற்றி பார்க்கப்போகிறோம்.

1 யோவான் 1:6-7

6. நாம் அவரோடே ஐக்கியப்பட்டவர்களென்று சொல்லியும், இருளிலே நடக்கிறவர்களாயிருந்தால், சத்தியத்தின்படி நடவாமல் பொய்சொல்லுகிறவர்களாயிருப்போம்.
7. அவர் ஒளியிலிருக்கிறதுபோல நாமும் ஒளியிலே நடந்தால் ஒருவரோடொருவர் ஐக்கியப்பட்டிருப்போம்; அவருடைய குமாரனாகிய இயேசுகிறிஸ்துவின் இரத்தம் சகல பாவங்களையும் நீக்கி, நம்மைச் சுத்திகரிக்கும்.

நாம் ஒளியிலே நடந்து எதையும் மறைக்காமல் வாழவேண்டும் என்று தேவன் கட்டளையிடுகிறார். நாம் மனிதர் என்ற தோற்றத்திற்கு பின்னால் உட்புறமான செயல்பாடுகள் என அதன் கீழே பல இருக்கிறது. திகில், பயம், கோபம், பாதுகாப்பற்ற உணர்வு, சோகம், என் பல உணர்வுகள் இருக்கின்றன. அந்த உள்ளான உணர்வுகளை உறவுமுறைகளில் மற்றவர்களிடம் பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டியதாக இருக்கிறது, ஆனாலும் அதை முதல் முறையாக கற்றுக்கொண்டு செய்யும் போது மிகவும் பதட்டமாக இருக்கலாம். உதாரணத்திற்கு ஜார்ஜ் முதல் முறையாக தன்னுடைய 38வயதில் பாதிக்கப்படக்கூடாத வெளிப்படையாக இருக்க முடிவு செய்தார். அவருடைய மனைவியோடு மற்ற தம்பதியிடம் ஆலோசனைக்காக சென்றார். அவருடைய உணர்வுகளை அவரது மனைவி எப்படி காயப்படுத்தினார் என்று என்று பகிர்ந்து கொள்ளும்போது அவமானத்தினால் அழுது விட்டார். அவர் மனைவி சொன்னதற்காக அவர் அழவில்லை அவருடைய வாழ்க்கையை மற்றவர்கள் தவறாக புரிந்து கொண்டதால் ஏற்பட்ட அசவுகரியத்தினால் அழுதார். ஜார்ஜ் தன்னுடைய உணர்வுகளை அடக்கிக்கொள்ள கற்றுக்கொண்டார்! உணர்வுகளை அடக்கிக்கொள்வதால் நாம் நம்மை சுற்றியுள்ள மக்களிடமிருந்து தனிமைப்படுத்திக் கொள்வோம். ஜார்ஜ் மற்றவர்கள் ஏன் தூரமாக செல்கிறார்கள் என்று யோசித்தார் ஆனால் உண்மையில் அவர்தான் மற்றவர்களிடமிருந்து தன்னை தனிமைப்படுத்தி கொண்டார். குணமடையும் முயற்சியில் நம்முடைய வாழ்க்கையின் உண்மையான அனுபவங்களை பகிர்ந்து கொள்ள கற்றுக்கொள்ள வேண்டும்.

தினசரி பிரதிபலிப்பு:

நீங்கள் பாதிக்கப்படக்கூடாத உங்கள் பாவத்தை குறித்து வெளிப்படையாக மற்றவர்களுடன் பகிர்ந்து கொண்டீர்களா?

மற்றவர்களுடன் நீங்கள் பாதிக்கப்படக்கூடாத உங்கள் பாவத்தை குறித்து தினந்தோறும் வெளிப்படையாக இருப்பதில் எப்படி முன்னேற்றம் காண்கிறீர்கள்?

நீங்கள் பாதிக்கப்படக்கூடாத வெளிப்படையாக இருப்பதால் உங்கள் உறவுமுறைகளில் முன்னேற்றம் காண்கிறீர்கள்?

பாவத்திற்கும் பாதிக்கப்படக்கூடாத வெளிப்படையாக இருப்பதற்கும் என்ன தொடர்பு இருக்கிறது?

தினசரி முடிவு:

பங்காளருடன் நீங்கள் பாதிக்கப்படக்கூடாத உங்கள் உணர்வுகளைக்குறித்து மிகவும் வெளிப்படையாக இருக்க முடிவுசெய்யுங்கள்

கடந்த 24 மணி நேரத்தில் – இன்றைக்கு நீங்கள் விபசாரப் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டுள்ளீர்களா? இல்லையென்றால் இன்னொருவரிடம் அதைப் பற்றிக் கூறினீர்களா?

தினசரி சரிபார்ப்பு:

பாதிக்கப்படக்கூடாத உங்கள் உணர்வுகளைக்குறித்து மிகவும் வெளிப்படையாக இருப்பதை பற்றி பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்

கடந்த வாரத்தில் ஏற்பட்ட உங்கள் உணர்வுகளைக்குறித்து பாதிக்கப்படக்கூடாத மிகவும் வெளிப்படையாக பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்

பாவத்தையும் தவறுகளையும் வெளிப்படையாக பேசத் தொடங்கி மிக ஆழமாகப் பேசும் நிலைக்கு செல்வதே வெளிப்படையாக இருப்பதின் அர்த்தம். அடுத்த நிலை என்னவென்றால் நம்முடைய உணர்ச்சிகளை பகிர்ந்து கொள்ளும் நிலை. வேதாகமத்தில் – 1 யோவான் 1:6 – 7 லில்,

6. நாம் அவரோடே ஐக்கியப்பட்டவர்கள் என்று சொல்லியும், இருளிலே நடக்கிறவர்களாயிருந்தால், சத்தியத்தின்படி நடவாமல் பொய்சொல்லுகிறவர்களாயிருப்போம்.

7. அவர் ஒளியிலிருக்கிறதுபோல நாமும் ஒளியிலே நடந்தால் ஒருவரோடொருவர் ஐக்கியப்பட்டிருப்போம்; அவருடைய குமாரனாகிய இயேசுகிறிஸ்துவின் இரத்தம் சகல பாவங்களையும் நீக்கி, நம்மைச் சுத்திகரிக்கும். எதையும் மறைக்காமல் ஒளியில் வாழ்வதே தேவனுடைய கட்டளையாயிருக்கிறது. மனிதர்களாய் வெளியில் தென்பட்டாலும், நம் உள் செயல்பாடுகள் அனைத்தும் மேல் தோற்றத்திற்கு உள்ளாக கடைந்து வைக்கப்பட்டுக்கிறது.பாதுகாப்பற்ற உணர்வும், பயமும், கோபமும், அவமானமும், சோகமும் மற்றும் சில உணர்ச்சிகளோடு நாம் போராடுகிறோம்.நமக்குள் இருக்கும் உலகத்தின் அர்த்தம் பிற உறவுமுறைகளோடு பகிர்ந்து கொள்வதற்கே. எனினும், இதை எப்படி செய்வது என்பதை கற்றுக்கொள்ளும்போது நாம் முற்றிலும் பயந்தவர்களாக உணர்வோம். ஒரு உதாரணத்தைக் கூறுகிறேன்: சகோ.ஜார்ஜ் தனது முப்பத்தி எட்டாவது வயதில்தான் முதன்முதலில் தன்னுடைய உணர்ச்சிகளை பேச கற்றுக்கொண்டார். அந்த வாரத்தின் தொடக்கத்தில் தன் மனைவியுடன் பேசிக்கொண்டிருக்கையில், தன்னுடைய உணர்வுகளை அவர் காயப்படுத்தினதை மற்றொரு தம்பதியினரிடம் விளக்கும்போது பெரிதும் அவமானமடைந்த உணர்வுடன் அழ்த்தொடங்கினார். தன் மனைவி கூறின வார்த்தைக்காக அவர் அழவில்லை. ஆனால் இதனை வெளிப்படையாக பேசுவதில் இருக்கும் பெரிய அசவுகரியத்திற்க்காகவே அழுதார். எப்படிப்பட்ட நிலையிலும் ஜார்ஜ் தன்னுடைய உணர்வுகளை பேச கற்றுக்கொண்டார்.

உங்கள் உணர்வுகளை வெளிப்படையாக பேசுவதினால் உண்டாகும் விளைவு உங்களை சுற்றியுள்ளவர்களிடமிருந்து தனியாக பிரிந்து இருப்பீர்கள். ஏன் அனேகர் என்னிடமிருந்து தூரமாக இருக்கிறார்கள் என்று ஜார்ஜ் யோசித்தார். ஆனால் உண்மையில் அவர்தான் தூரம் சென்றவராய் இடைவெளியை உண்டாக்கினார். குணமடைவதற்கு, உங்கள் வாழ்க்கையில் நடக்கும் உண்மையான அனுபவத்தை பகிர்ந்து கொள்ள நீங்கள் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும்.

தினசரி பிரதிபலிப்பு:-

1. உங்களுடைய உணர்வுகளை யாரிடத்திலும் வெளிப்படையான வகையில் பகிர்ந்து கொள்வீர்களா?
2. தினசரி சரிபாக்கும் செயலை கற்றுக்கொண்ட நீங்கள், வெளிப்படையாக இருப்பதில் எத்தகைய முன்னேற்றத்தை அடைந்திருக்கிறீர்கள்?
3. வெளிப்படையாக இருப்பதினால் உங்களின் உறவுமுறைகளில் எத்தகைய விளைவுகள் இருக்கிறது?
4. வெளிப்படையாக இருப்பதற்கும் பாலியல் பாவத்திற்கும் இடையே உள்ள தொடர்பு என்ன?

தினசரி முடிவு:-

சவால்தரக்கூடிய உணர்வுகளைக் குறித்து இன்று வெளிப்படையாக இருக்கவும். கடந்த 24 மணிநேரத்தில் – இன்று பாலியல் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டு இருந்தீர்களா? இல்லையெனில், இதனைக் குறித்து மற்றொரு நபருடன் பேசினீர்களா?

தினசரி சரி பார்க்குதல்:-

உணர்ச்சிகளை வெளிப்படையாக பேசுவதற்கான அவசியத்தை குறித்து கலந்துரையாடவும்? பிறகு, கடந்த வாரத்தில் உங்களுக்கு தொல்லைகொடுக்கும் உணர்ச்சிகளை வெளிப்படையான வகையில் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

வெளிப்படையாக பேசுவதை கற்றுக்கொள்ளும் செயல்பாட்டில் பாலியல் தூய்மையின் பங்கு மிகச்சிறியது போன்று தென்படும். மனரீதியான பிரச்சினையாகவும் தென்படலாம். ஆனால் குணமடைவதில் இது மிக முக்கியமானது. தனி ஒருவரின் வாழ்வில் பாலியல் பாவம் இருப்பதற்கான இரண்டு காரணங்கள், முதலாவது இச்சையான பார்வை,

இதற்காகவே நம்முடைய எல்லைகள் மற்றும் இருதயத்தின் பாதுகாப்பைக் குறித்தும் அநேக நேரத்தைச் செலவிட்டுருக்கிறோம். இரண்டாவது மிக முக்கியமான காரணம், எதிர்மறையான உணர்ச்சிகளுக்கு கீழ்படியாத பதிலை தருவது.

உதாரணத்திற்கு, எனக்கு தெரிந்த சகோதரர் ஒருவர், அவரை ஜார்ஜ் என்று அழைப்போம், அவர் தன் வேலையை முடித்துவிட்டு வீட்டுக்குத் தன் காரில் துரும்பும்போது வேகமாக ஓட்டினதற்காக அபராதம் செலுத்தினார். இதனால் அவமானமாகவும் கோபமாகவும் உணர்ந்த அவர் தன்னையே வெறுக்க தொடங்கினார். அதனை உணராமலேயே, தேவனுக்கு கீழ்படிந்து விசுவாசமாக வாழும் மனவறுதியை உடனடியாய் இழந்து, தூய்மையாய் இருந்து என்ன பயன்? இதற்கு பதில் என் வாழ்க்கையில் சந்தோஷமாய் இருக்கலாம், ஏனென்றால் வாழ்க்கை கசக்கிறது என்று அதிக யோசனைகள் அவருக்குள் எழுந்தது.

இதன் விரக்தியில் உடனே ஆபாச படங்களை பார்க்கத் தொடங்கினார். பின்பு, தன பாவத்தை அறிக்கையிட்டு, மனம் வருந்தி, தூமையாயோ இருப்பதற்கு அதிக முயற்சி எடுத்தார். அவருடைய அவமானம் மற்றும் கோபம் ஆகியவையின் எதிர்மறையான உணர்ச்சிகள் தன்னுடைய தேவனுக்கேற்ற மனவறுதிகளை இழக்க தூண்டியதை அவர் உணரவில்லை. பாலியல் பாவத்தில் போராடும் அனைத்து ஆண்களுக்கும் இதை போன்ற கதைகள் பலலட்சம்முறை பெருகுகிறது. அவர்கள் வஞ்சிக்கப்பட்டு, அவர்களின் பிரச்சனைக்கு ஒரே வழி இச்சைதான் என்று நினைகிறார்கள், ஆனால், அவர்களின் கஷ்டமான உணர்ச்சிகளை ஆண்மீகமில்லாத வகையில் வெளிப்படுத்துவதே அவர்களுடைய பிரச்சனை எபிரெயர் 12:7-யைவாசிக்கவும். . .

நம்முடைய கஷ்டங்களை தீவிரமாக எண்ணி அதனைப் பயிற்சிகளாக செயல்படுத்த வேண்டும்.

இந்த பிரச்சனைக்கு தீர்வு ஒரு உணர்ச்சிகரமான ரேடாரை உருவாக்க வேண்டும். (கண்டறியும் கருவி)

இந்த ரேடார் மூலம் உங்களின் எதிர்மறையான உணர்ச்சிகளை உடனே உணர்த்தி, பாலியல் பாவம் உங்களுக்கருகே இருக்கிறது என்பதை எச்சரிக்கும்.

இந்த காரணத்திற்காகவே நம் எதிர்மறையான உணர்ச்சிகளின் அனுபவத்தை தினசரி சரிபார்க்கும் செயலின் மூலம் நாம் எப்போதும் ஒருவருக்கொருவர் கேட்டறிகிறோம். உங்களுடைய எதிர்மறையான உணர்ச்சிகளை ஆண்மீகமற்ற காரியம் என்று தவிர்க்காமல், அதனை எச்சரிக்கையோடு உங்களுக்கான பயிற்சியாக எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். உணர்ச்சி ரேடாரை இன்றே உருவாக்குங்கள்.

தினசரி பிரதிபலிப்பு:-

மேற்க்கண்ட உதாரணத்தின்படி, எத்தகைய அலை உங்களுக்குள் அடிக்கிறது?.

உணர்ச்சி ரேடாரை உருவாக்குவதினால் எவ்வகையில் நீங்கள் தூய்மையாக இருக்க உதவும் என்ற நினைக்கிறீர்கள்? எதிர்மறையான உணர்ச்சிகளுக்கு உங்களின் வழக்கமான சில பதில்கள் என்ன?

தினசரி முடிவு:-

எதிர்மறையான உணர்ச்சிகள் வரும்போது அதனை கண்டறிவதில் உங்களை அர்ப்பணியுங்கள்.

கடந்த 24 மணிநேரத்தில் – இன்று பாலியல் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டு இருந்தீர்களா? இல்லையெனில், இதனைக் குறித்து மற்றொரு நபருடன் பேசினீர்களா?

தினசரி சரி பார்க்குதல்:-

உங்களை உண்மையாக தேடி, எதிர்மறையான உணர்ச்சிகளை உங்களின் பதில்களோடு பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

இன்றைய நாள் முழுவதும் அனுபவித்த மிகச்சிறந்த உணர்ச்சிகளுக்காக தேவனை துதியுங்கள்.

இன்று உங்களை தாக்கிய பாலியல் சோதனைகளைக் குறித்து தொடர்ந்து வெளிப்படையாக இருங்கள்.

நாள் - 17

ரேடார் பதில் (நிலை - 1)

உணர்ச்சி ரேடாரை உருவாக்கியபின், ஆஹா! என்ற தருணங்கள் முடிந்து, அதனைப் பின்தொடர்ந்து, “நான் பயங்கரமாக உணர்கிறேன், நான் ஏன் இப்படி உணர்கிறேன் என்று எனக்கு இப்போது தெரியும்” என்ற உணர்வும் ஏற்படும். இந்த புதிய அறிவை வைத்து நான் என்ன செய்ய போகிறேன் என்ற தோற்றுப்போன உணர்வும் இருக்கும். உண்மை என்னவெனில், பாலியல் நடத்தையுள்ளவராக நடிக்கும் அநேக ஆண்களிடம் நான் கலந்து பேசியபோது, அவர்களுடைய அவமானம் மற்றும் மனஅழுத்தம் காரணமாகவே உணர்ச்சிவசமாக ஊந்தப்பட்டார்கள் என்பதை அவர்களேதெளிவாய் அறிந்தும் நடித்துக்கொண்டிருகிறார்கள்.

எதிர்மறையான மற்றும் தீவிர உணர்ச்சிகளின் போது, தேவனுக்கு கீழ்ப்படிவதே மீட்பிற்க்கான அடுத்த முயற்சி! வேதாகமம் முழுவதும் கூருவது, “தேவனிடத்தில் அன்பாயிருந்தால் அவர் கற்பனைகளைக் கைக்கொள்வீர்கள்”. உதாரணத்திற்கு, **யோவான் 14:15,21,23.**

உணர்ச்சிவசப்படும் கடினமான நேரங்களில் இந்த கற்பனையைத் தவிர வேறு எதுவும் முக்கியமானதாய் இருக்காது. கடினமான சூழ்நிலைகளில் தேவனுக்கு கீழ்ப்படிவது என்றால் என்ன? என்னுடைய தவறான பழக்கத்தின் அடிமைத்தனத்தை ஆராய்ந்து பார்க்கும் அனுபவத்தின் அந்த வருடங்களில், நான் மூன்று நிலைகளைத் கண்டறிந்தேன். **முதல் படத்தை பார்க்கவும்.**

முதல் நிலை - மற்றொரு நபருடன் வெளிப்படையாக பேசுவது.

வெளிப்படையாக பேசுவதின் முயற்சி பரிசோதிக்கப்படுவதை நாம் காணலாம்.

மிக கவனத்தோடு நம்முடைய அனுபவத்தையும், அதைக் குறித்து எப்படி உணர்கிறோம் என்பதையும் தயக்கமின்றி பிறரிடத்தில் பகிர்ந்து கொள்ள முன்வரவேண்டும்.

உதாரணத்திற்கு, நம் நண்பர் ஜார்ஜ் அவர்கள், வேளையிலிருந்து வீட்டுக்கு தாமதமாக வந்ததும், தன் இளம் வயது மகளுடைய முக்கியமான இசைநிகழ்ச்சியை தவறவிட்டதை உணர்கிறார். அவர் அவமானப்பட்டு இருக்கும் தருவாயில், எரிகிற நெருப்பில் எண்ணையை ஊற்றுவது போல் அவருடைய மனைவி, “ஜார்ஜ், நீங்கள் மிகவும் பொறுப்பில்லாதவர், ஏன் இதை ஞாபகம் வைக்கவில்லை?” என்கிறார். உடனே அவர் அவமானத்துடன் சோர்வடைகிறார். இந்த சமயத்தில் தேவனுக்கு கீழ்ப்படியும் பதில் என்னவெனில், உடனடியாக யாராவது ஒருவரை தொலைபேசியில் தொடர்பு கொண்டு தன்னுடைய

உணர்வுகளை பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டும். சிலநேரங்களில், இப்படிப்பட்ட சமயங்களில் வெளிப்படையாக பேசுவதற்கான வாய்ப்புகள் இல்லாமல் போய்விடும்.

ஆகையால், ஜார்ஜ் வெளிப்படையாக பேசும் வரை, தன்னுடைய பாடுகளுக்கு சரணடைய வேண்டும். ஒருவேளை அடுத்த நாள் வரை காத்திருக்க வேண்டும். ஆனாலும் வெளிப்படையாக பேசுவதற்க்கான சந்தர்ப்பத்தை தேட வேண்டும். அதன்பின் தாழ்மையுடன், அவமானமாகவோ அல்லது கோபமாகவோ உணர்ந்ததை பகிர்ந்துக் கொள்ளலாம்.

உணர்ச்சிபூர்வமான மன அழுத்தத்தை அகற்றி, சாத்தானுடைய பிடியிலிருந்து வெளிவர வேண்டும்.

இது ஆரோக்கியமான ஆன்மீக வாழ்வும், நம்முடைய உணர்ச்சி ரேடாரின் முதலாம் நிலை பதிலாகும்.

படம் - கீழ்ப்படிதல் >>>> ஆவியின் கணிகள் >>>> வெளிப்படையாக பேசுதல்.

எதிர்மறையான உணர்ச்சிகள்

சிந்தனை >>>> நடிப்பு >>>> விரக்தி

தினசரி பிரதிபலிப்பு:-

உணர்ச்சிப்பூர்வமாக தூண்டப்படும் போது, எத்தகைய நேர்மறையான பாதிப்புகள் இருந்தது?

உணர்ச்சிப்பூர்வமாக தூண்டப்படும் போது, எப்படிப்பட்ட எண்ணங்கள் உங்களுக்குள் உயிர் பெற்றது?

உணர்ச்சிப்பூர்வமாக தூண்டப்படும் போது, எந்தெந்த நபர்களின் பெயரை அழைக்கவோ அல்லது குருந்செய்தி அனுப்பவோ செய்வீர்கள்?

தினசரி முடிவு:-

தேவனுக்குக் கீழ்படிய வேண்டும் என்ற விருப்பத்துடன், உணர்ச்சிப்பூர்வமான கஷ்டங்கள் என் வழியில் வரும்போது எப்படியாகிலும் அதைக் குறித்து வெளிப்படையாக இருப்பதையே தேர்ந்தெடுப்பேன் என்கிற முடிவை இன்று எடுக்க வேண்டும்.

கடந்த 24 மணிநேரத்தில் – இன்று பாலியல் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டு இருந்தீர்களா? இல்லையெனில், இதனைக் குறித்து மற்றொரு நபருடன் பேசினீர்களா?

தினசரி சரி பார்க்குதல்:-

சோர்வாக உணரும் போது வெளிப்படையாக பேசுவதற்குத் தொடர்பான சவால்களைக் குறித்துப் பேசவும்.

இன்றைய தினத்தில் ஏற்பட்ட பாலியல் சோதனைகளைக் குறித்து பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

எதிர்மறையான உணர்ச்சிப்பூர்வமான அனுபவங்கள் இன்று ஏற்பட்டிருந்தால் அதனைப் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்

நாள் – 18

ரேடார் பதில் (நிலை - 2)

வெளிப்படையாக இருப்பது ஒரு வல்லமையான கருவி. வேதாகமத்தில்,

1யோவான் 6:7

6. நாம் அவரோடே ஐக்கியப்பட்டவர்கள் என்று சொல்லியும், இருளிலே நடக்கிறவர்களாயிருந்தால், சத்தியத்தின்படி நடவாமல் பொய்சொல்லுகிறவர்களாயிருப்போம்.

7. அவர் ஒளியிலிருக்கிறதுபோல நாமும் ஒளியிலே நடந்தால் ஒருவரோடொருவர் ஐக்கியப்பட்டிருப்போம்; அவருடைய குமாரனாகிய இயேசுகிறிஸ்துவின் இரத்தம் சகல பாவங்களையும் நீக்கி, நம்மைச் சுத்திகரிக்கும்.

நாம் ஒளியிலே நடந்தால், நம் பாவத்திற்கான மன்னிப்பை மட்டும் அனுபவிக்காமல், நாம் ஒருவரோடொருவர் ஐக்கியப்பட்டிருப்போம். வெளிப்படையாக இருப்பது என்பது பிறரோடு எப்படி நெருங்கிப் பழகுகிறோம் என்பதாகும். மற்றொரு நபரை தேடிச்சென்று வெளிப்படையாக பேசுவது உணர்ச்சிப்பூர்வமான கஷ்டநேரங்களில் கீழ்படிவதின் முதற்படியாகும்.

நம்முடைய பதிலில் இன்னும் இரண்டு நிலைகள் உள்ளது. எத்தகைய பிரச்சனையாக இருப்பினும் அதில் தீர்வு காணும்படி நம்முடைய தேவனின் சித்தத்தை கண்டடைவது அடுத்த நிலையாகும். நம் நண்பர் ஜார்ஜின் உதாரணத்திற்கு செல்வோம். தன் மகளுடைய முக்கியமான இசைநிகழ்ச்சியை தவறவிட்டார், இதனால் தன் மனைவி அவர் காயப்படும்படியான வார்த்தைகளை பேசியதால் அமைதியாகிவிட்டார். ஆவியானவர் மனதில் கூறியதற்கு செவிசாய்த்து, தன்னுடைய நெருங்கிய நண்பர் நிக்கிற்கு அழைத்து முழுகதையையும் பகிர்ந்து கொண்டார். நிக் பிறகு ஜார்ஜை கேட்கிறார், “நீங்கள் என்ன உணர்கிறீர்கள்?” அதற்கு ஜார்ஜ், “நான் என்னைக்குறித்து வெட்கப்படுகிறேன், நான் மறந்து விட்டேன் என்பதை நம்முடியவில்லை” நான் இருக்க விரும்பும் கணவனாக இனி இருக்கவே முடியாது என்று உணர்கிறேன். ஒரு குழந்தையிடம் பேசுவது போல் என் மனைவி என்னிடத்தில் பேசுவதை வெறுக்கிறேன். அந்த சமயத்தில்

இது உதவவில்லை. நான் இன்னும் அதிக மோசமாகத்தான் உணர்கிறேன்!” நிக் ஒரு ஞானமான நண்பனாக, கூறுவது.” இந்த சூழ்நிலையில் தேவனுடைய சித்தம் என்னவாக இருக்கும் என்று நீ நினைக்கிறாய்? என்றார்.“

இந்து ஒரு சாதாரண பேச்சுவார்த்தை கிடையாது. தேவனுடைய சித்தம் என்ன என்பதை பேசும் பேச்சுவார்த்தையாக இருக்க வேண்டும். இருபது நிமிடங்கள் பேசினபின்பு, தேவனுக்கு கீழ்படியும் வகையில், ஜார்ஜ் செயல்முறை படுத்தக்கூடிய சில வழிகளை இருவரும் கண்டறிந்தனர்.

- பாவத்தை ஒப்புக்கொண்டு, இசைநிகழ்ச்சியை இருதயத்தில் வைக்காமல் இருந்ததற்கு மனைவியிடத்திலும், தன் மகளிடத்திலும் மன்னிப்புக் கேட்க வேண்டும். தன் குடும்பத்தை காயப்படுத்தும் நோக்கம் இல்லை என்றாலும், அவருடைய செய்கைகள் அவரின் குடும்பத்தை ஆழமாக காயப்படுத்தியது அது மட்டுமன்றி, தன் குடும்பத்தை அன்பு செய்வது அவருடைய பொறுப்பாகும்.
- தன் மனைவியை அழைத்து தனிப்பட்ட முறையில் அவரிடத்தில் பேசி, தன்னை அவமானப்படுத்துவது எந்த வகையிலும் அவரை அன்பு செய்வதற்கு தனக்கு உதவியாய் இருக்காது என்று விளக்கவேண்டும்.
- அதிக ஈடுபாடுள்ள தந்தையாக இருக்க தொடர்ந்து ஜெபித்து, தொடர்ச்சியாக தன்னுடைய குடும்பத்தைக் குறித்து யோசிக்கும் முயற்சியை தொடங்கவும். .

மேற்கூறியுள்ள மூன்று காரியங்களை செய்வதற்காக ஜார்ஜ் தாழ்மையான இருதயத்துடன் முயற்சித்தார். உணர்வுகள் ஏற்கனவே காயப்பட்டிருப்பதால் அவர் விரும்புவதைப் போல் நடவாமல் போகலாம். ஆனாலும், தேவனுடைய சித்தத்தை செய்வதால் சமாதானத்தை தன்னிடத்தில் உணர்ந்தார். இதுதான் கீழ்படிதலின் வல்லமை!

தினசரி பிரதிபலிப்பு:-

கடினமான நேரங்களில் தேவனுடைய சித்தத்தை கண்டறிய யாராவது ஒருவருடைய உதவியைப் பெற முடிகிறதா?

தூண்டப்படும் போது நிதான சிந்தனையுள்ள நபரிடம் பேசுவதற்கான தேவையை காண்கிறீர்களா?

அண்மையில் உணர்ச்சிபூர்வமாக தூண்டப்பட்டது எப்போது மற்றும் அதற்கு உங்கள் பதில் எப்படியாக இருந்தது என்றும் விவரமாக விளக்குவும்.

இது பாலியல் தூய்மைக்கு எவ்வாறு தொடர்புடையது.

தினசரி முடிவு:-

உணர்ச்சிவசப்படக்கூடிய கஷ்டமான நேரங்களில் தேவனுடைய சித்தத்தை கற்றறிய உங்களை அற்பணியுங்கள்.

கடந்த 24 மணிநேரத்தில் – இன்று பாலியல் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டு இருந்தீர்களா? இல்லையெனில், இதனைக் குறித்து மற்றொரு நபருடன் பேசினீர்களா?

தினசரி சரி பார்க்குதல்:-

அண்மையில் நிகழ்ந்த உணர்ச்சிபூர்வமான கஷ்டமான நிலையையும், அதற்கான உங்கள் பதிலையும் குறித்து விவாதிக்க.

இன்றைய தினத்தில் ஏற்பட்ட பாலியல் சோதனைகளைக் குறித்து பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

உணர்ச்சிபூர்வமான சவால்கள் எதேனும் இன்று ஏற்பட்டிருந்தால் அதனைப் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

ரேடார் பதில் (நிலை - 3)

உணர்ச்சி ரேடாரின் மூன்றாம் நிலையின் நம்முடையபதிலானது பிரதிபலிக்கக்கூடிய ஒன்று. கடுமையான நேரங்களை கடந்து நாம் இதுவரை கற்றதை மிகுந்த நன்றியுடன் பின்னோக்கி பார்க்கும் போது இன்னும் கீழ்படிந்தவர்களாய்தான் இருக்கிறோம். வெளிப்படையாக பேசுவதற்கும் கீழ்படிவதற்கும் தேவையான மிக முக்கியமான இரண்டு ஆன்மீக குணங்களைக் கண்டறிந்தோம்: அவை - தைரியமும் தாழ்மையும். உங்களை பயமுறுத்தும் அனுபவங்களை சந்திக்க தைரியமும், பரிசுத்த ஆவியானவரின் உந்துதலோடு இதனை பின்பற்ற தாழ்மையும் தேவைப்படுகிறது. இவ்வழியில் தேவனிடம் சமர்ப்பித்தால், மிகவும் நம்பமுடியாத வரங்களாகிய ஆவியின் கனிகளை பரிசளிப்பார்.

கலாத்தியர் 5:22 - 26 வாசிக்கவும்.

வேத வசனத்தில் விவரிக்கப்பட்டுள்ள இக்கனிகள் நம்முடைய கீழ்படிதலின் நிமித்தம் பாவ சுபாவத்தை சிலுவையில் அறைந்ததின் பலனாகும். சமாதானம், சந்தோஷம், இச்சையடக்கம் மற்றும் அன்பு ஆகியவையின் கனிகளே நம்முடைய வலிநிறைந்த உணர்ச்சிகளின் மருந்தாகிறது. பாலியல் பாவத்தில் விழுவதற்கான மிக முக்கிய காரணம் வலிநிறைந்த உணர்ச்சிகளுக்கு நம்மின் தவறான பதிலுறைத்தல் என்பதை நினைவில் கொள்வோம்.. நம்முடைய வலிகளை தியானிப்பதற்கு பாலியல் பாவத்தை பயன்படுத்துகிறோம். ஆனால், தேவனுக்கு கீழ்படிய வேண்டும் என்று தீர்மானத்தால், நம்முடைய வலியை சமாதானத்தோடும் மற்றும் சந்தோஷத்தோடும் தியானிப்போம். உணர்ச்சிபூர்வமான கஷ்ட நேரங்களை மேற்கொண்ட பின்பும், தேவனுக்கு கீழ்படிவதில் வெற்றியடைந்த பின்னும், தேவன் நமக்கு கற்றுத் தந்ததை எண்ணிப்பார்க்க நிறுத்தி விடுகிறோம்.

ஜார்ஜ், தன் குடும்பத்துடன் தாழ்மையாக இருப்பதினால் கொஞ்சம் மரியாதை பெற்றதை உணர்ந்தார். இப்பிரச்சனையில் இருந்து ஓடிச்செல்வதைக் காட்டிலும் தன் மனைவியை சமாதானம் செய்ய முயற்சிப்பதே சரியான முடிவு என்பதையும் உணர்ந்தார். மிக முக்கியமாக, தேவனுக்கு கீழ்படிதல் தன்னை ஆன்மீக வாழ்க்கையில் வளர உதவுகிறது என்பதை கற்றுக்கொள்ள தொடங்கினார். கஷ்டமான சூழ்நிலையில் சென்றபின், ஓரிடத்தில் அமர்ந்து, தேவன் உங்களை எவ்வாறு வழிநடத்திச் சென்றார் என்பதை எழுதுங்கள். உங்கள் பாவங்களிலிருந்து ஜெயம் கொண்டதற்காக நீங்களும் தேவனைத் துதிக்க விரும்பலாம்.

தினசரி பிரதிபலிப்பு:-

ஆவியின் கனிகள் உங்கள் ஆத்துமாவை எவ்வகையில் உற்சாகப்படுத்துகிறது?

உணர்ச்சிபூர்வமான வலியின்மூலம் தேவன் நம்முடைய கீழ்படிதலை ஏன் பரிசோதிக்கிறார்?

கஷ்டமான நேரங்களை ஜெயித்தவுடன் அது எத்தகைய நம்பிக்கையை உங்களிடம் ஊக்குவிக்கிறது?

தினசரி முடிவு:-

உங்களுடைய கீழ்படிதலின் நிமித்தம் ஆவியின் கனிகளை தேவன் தருவார் என்ற விசுவாசத்தோடு தீர்மானியுங்கள்.

கடந்த 24 மணிநேரத்தில் - இன்று பாலியல் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டு இருந்தீர்களா? இல்லையெனில், இதனைக் குறித்து மற்றொரு நபருடன் பேசினீர்களா?

தினசரி சரி பார்க்குதல்:-

ஆவியின் கனிகளை அனுபவித்த தருணங்களைக் குறித்து கலைந்துரையாடி, அதற்கு முந்தியது எது என பேசலாம்.?

இன்றைய தினத்தில் ஏற்பட்ட பாலியல் சோதனைகளைக் குறித்து பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

நாள் முழுதும் தேவன் உங்களை எவ்வகையில் நடத்துகிறார் என்பதைக் குறித்து கலந்துரையாடல் செய்யவும்.

அடிமை சுழற்சி (இச்சையால் இயக்கப்பட்டு)

அடிமை சுழற்சி அல்லது பாவ சுழற்சி என்கிற இச்சையினால் இயக்கப்படும் கருத்தை நாங்கள் இன்று அறிமுகம் செய்கிறோம்.

“பாவத்திற்கு அடிமைப்படவர்களாகி” என்ற வாக்கியத்தை வேதத்தில் காணலாம். கடந்த மூன்று அல்லது அதற்கும் அதிகமான வாரங்களாக குணமடைந்து மீட்கப்பட முயற்சித்து கொண்டிருப்பீர்கள். நீங்கள் முன்னேறிக்கொண்டிருக்கிறீர்கள், எனினும், பாவத்தின் சுழற்சியான இயல்பை புரிந்துகொள்வது முக்கியம். நம்முடைய பாவ சபாவத்தை மேற்கொள்ள முடியும் என்று தேவன் நமக்கு வாக்குத்தத்தம் கொடுத்திருந்தாலும், அதனுடைய வல்லமை தினமும் தொடர்ச்சியாக பயன்படுத்தப்பட வேண்டும். நம்முடைய பாவ சபாவமானது நம்முடைய பாலியல் பாவத்தை நேசிப்பதால் நம்மை விட்டு விலகாது. ஆவியினால் மாத்திரமே அதனை அடக்க முடியும்.

1 கொரிந்தியர் 10:12-13 வாசிக்கவும்..

நம் நண்பர் ஜார்ஜ் மூலமாய் ஒரு உதாரணத்தை கூறுகிறேன், முப்பது

நாட்களாக ஜார்ஜ் தன்னை கட்டுப்படுத்தி தூய்மையாக நடத்தி, பின்பு மிகவும் கலக்கமடைந்தார். அவர் ஜெபித்து, சபையிலுள்ள ஒருவரிடம் வெளிப்படையாக பேசி, மீண்டும் இப்படி நடைபெறுகின்றது கொள்ள மாட்டேன் என்று புதிய முடிவெடுத்தார். இப்போது தன்னை குறித்து சிறப்பாக உணர்ந்தார், பாலில் பாவங்கள் அவருக்கு பின்னால்தான் இருக்கிறது என்று உணர்ந்தார். பிறகு, வெளிப்புறமாக எந்தவித எச்சரிக்கையுமின்றி, எப்போதும் போலத் தூங்காமல் தொலைக்காட்சியில் சிலவற்றை பார்த்து, பின்பு தன் தொலைபேசியில் ஆபாச படங்களைப் பார்க்கத்தொடங்கினார். அதன்பின்பு, புரியாத புதிராக உணர்ந்து, “இது எப்படி நடக்கலாம்” என்று கூறினார். ஒரு மாத காலமாக தன்னை கட்டுப்படுத்தி இப்போது பயங்கரமாக. அநேக வருஷங்களாக இது தொடர்ந்து முறையாகவே தனக்கு நடப்பதை பார்க்க தவறினார். சில சமயத்தில், இரண்டு மாதமாகவோ அல்லது இரண்டு வாரமாகவோ ஜார்ஜ் எந்த வித பாவத்திலும் விழாமல் இருப்பார். ஆனாலும், பாவத்தின் சுழற்சியில் மாட்டிக்கொண்டிருப்பதை உணராமலேயே இருந்தார்.

நீங்கள் உங்களுடைய முறையை கண்டறிந்து விட்டீர்களா? அது ஒருவேளை, தினந்தோறும் அல்லது வாரமாகவோ மாதமாகவோ அனைவருமே பாலியல் பாவத்தின் சுழற்சியில் தவிப்பவர்களாய் இருக்கிறோம்.. ஏதாவது ஒரு முறையானது ஒவ்வொருவருக்கும் இருக்கும். தினந்தோறும் உங்களுடைய பாவ சபாவத்தை உங்களுக்கு நீங்களே பயிற்சிக் கொடுத்து கொள்ள வேண்டும். அதனிமித்தம் உங்களுடைய முறையை நீங்கள் அறிந்து கொள்ள உதவும். கடந்த கால சோதனைகளைக் யோசிக்கும் இருமாப்பிற்கு எதிராக உங்களைக் காத்துக் கொள்ள வேண்டும். சிலநேரத்தில் உங்களுடைய பாவ சபாவமானது எதற்கும் பயனின்றி, வசந்த காலத் தருணங்களை எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருக்கும்.

தினசரி பிரதிபலிப்பு:-

உங்களுடைய பாவத்தின் சுழற்சி முறையை எழுதுக.

உங்களின் கடந்த கால நடத்தைகளானது உங்களுடைய எதிர்கால சிக்கல்களை காண உதவுகிறதா?

உங்களுடைய பாவ சுழற்சியிலிருந்து தப்பிவிடுகிறீர்கள் என்று நேர்மையாக சொல்ல இயலுமா?

தினசரி முடிவு:-

பாவ சுழற்சியிலிருந்து உடைத்தெறிய உங்களை அற்பணியுங்கள், தூய்மையாய் இருப்பதற்கு இதுவரை இல்லாத அதிக கால அவகாசத்தை நிர்ணயங்கள்.

கடந்த 24 மணிநேரத்தில் – இன்று பாலியல் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டு இருந்தீர்களா? இல்லையெனில், இதனைக் குறித்து மற்றொரு நபருடன் பேசினீர்களா?

தினசரி சரி பார்க்குதல்:-

பாலியல் பாவத்தின் சுழற்சியைக் குறித்தும், நீங்கள் உங்கள் வாழ்க்கையில் அதை எப்படி கண்டீர்கள் என்றும் கலந்துரையாடி பேசுங்கள்.

இன்றைய தினத்தில் ஏற்பட்ட பாலியல் சோதனைகளைக் குறித்து பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

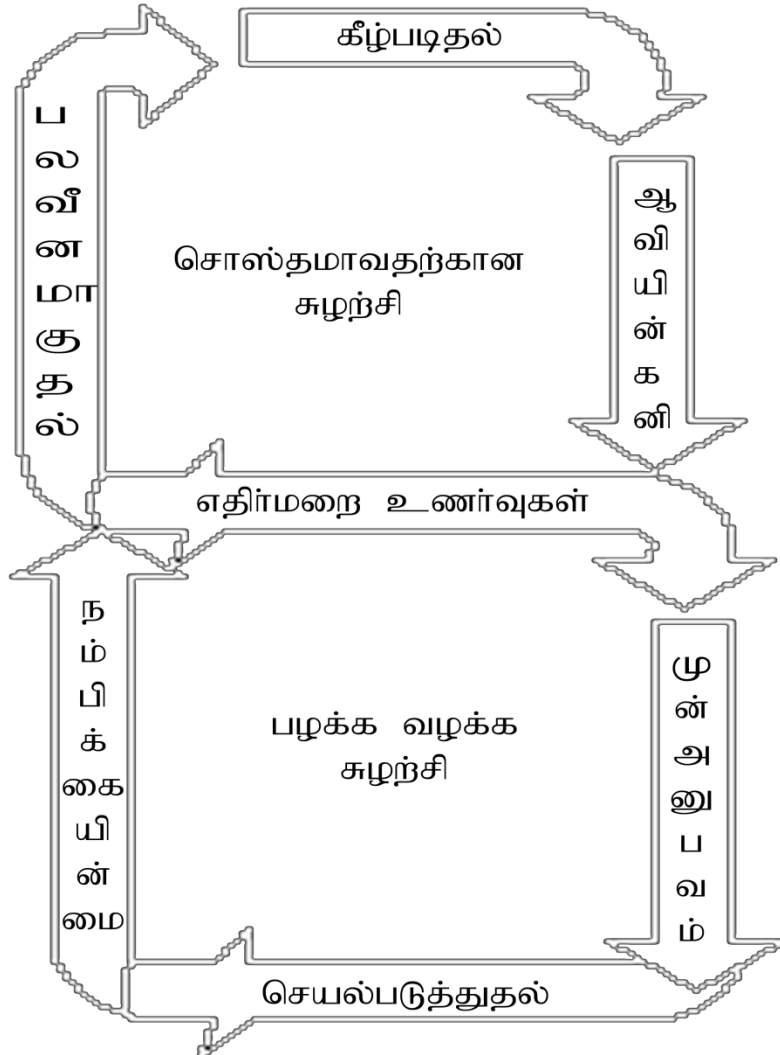
கடினமான உணர்ச்சிபூர்வ சவால்கள் எதேனும் இன்றைய நாள்தோறும் ஏற்பட்டிருந்தால் அதனைப் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

நாள் : 21

பழக்க வழக்க சுழற்சி (உணர்ச்சிபூர்வமாக தூண்டப்படுதல்)

பழக்க வழக்க சுழற்சியானது மாறுபாடான எதிர்மறையான உணர்வின் மூலமாகவும் தூண்டப்படுகிறது. பாதுகாப்பின்மை என்கிற சில விஷயங்களின் மூலமாக ஏவப்பட்டு நாம் மனரீதியாக தப்பிக்க வேண்டும் என்று நமக்கு நாமே சிலவற்றை ஏற்படுத்துகிறோம். ஆவை நம்மை விபச்சாரம் என்கிற பாவத்திற்குள்ளாக அல்லது வேறு வடிவத்தில் பாவம் செய்யவைக்கிறது.

வாழ்க்கை பற்றிய ஆழமான சவலைத் தரக்கூடிய உண்மையை கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. பாவமானது பரலோக ரீதியாக பார்க்கும் போது மிக ஆழமான உணர்ச்சி பூர்வமான வலியை அனுபவிக்கக் கூடிய அனுபவத்தை தருகின்றவிதத்தில் நாம் நினைப்பது இல்லை.



ஆனால் கீழ்படிதல் என்கிற ரீதியில் மட்டுமே தான் நம் கண்ணோட்டத்தை தொடர்ச்சியாக எண்ணி பாவத்திற்குள்ளாக போகக் கூடாது என்று பார்க்க வேண்டும். 1பேதுரு 4:12-13

நாம் பாடுகள் படும்போது அதைக் குறித்து ஆச்சரியப்படவேண்டாம் என்று நமக்கு அறிவுறுத்தப்பட்டுள்ளது. விபச்சார பாவ சுழற்ச்சியை உடைத்து வெளியே வரும்போது நாம் முழு கவனத்தோடு நம்முடைய உணர்ச்சி எப்படி செயல்படுகிறது என்பதையும் நாம் பார்க்க வேண்டும். உணர்ச்சி பூர்வமான விஷயம் உங்களை மறுபடியும் பாவத்துக்குள்ளாக கொண்டு செல்கிறது என்று பார்க்கிறீர்களா?

எடுத்துக்காட்டு:

தங்களுடைய சக நண்பர் ஜார்ஜிற்கு சவாலான வேலை மற்றும் எப்பொழுதும் வேலை கொடுத்துக் கொண்டே இருக்கிற முதலாளி இருந்தார். அவருடைய முதலாளி மாதத்திற்கு ஒரு தடவையாவது ஜார்ஜ் கடுமையாக உழைக்க வேண்டும் என்று அவரைச் சார்ந்து கொண்டேயிருந்தார். ஆனால் ஜார்ஜிக்கு இந்த அனுபவம் மற்றும் அவருடைய முதலாளியை குறித்தும் அவருடைய உணர்ச்சியற்ற செயல்பாட்டை குறித்தும் வெறுப்படைந்தான். இருப்பினும் (அவருடைய இந்த வலியைத் தரக்கூடிய அனுபவத்தில் தேவன் அவரோடு வேலை செய்து கொண்டிருக்கிறார்.) இப்படிப்பட்ட இந்த மாத நேரத்தில் ஜார்ஜ் தான் வழக்கமாக இருப்பதை விட அடிக்கடி தன்னுடைய செயல்பாட்டை மாற்றிக் கொண்டிருந்தார். இப்போது அவர் உணர்ச்சியினால் தூண்டப்பட்டு பழக்க வழக்க சுழற்சிக்குள்ளாக சென்று எதை வெறுத்தாரோ அதற்குள்ளாகவே சென்றார்.

தினந்தோர பிரதிபலிப்பு:-

- உணர்ச்சி பூர்வ வலியினால் தூண்டப்பட்டு பழக்க வழக்க சுழற்சிக்குள்ளாக செல்லுகிறவர்களாக காண்கிறீர்களா?
- உணர்ச்சி ரீதியான கடின சூழ்நிலையை எப்படி சமாளிப்பது என்கிற வரைமுறையை தொடர்ச்சியாக வளர்த்து கொள்கிற நபராய் இருக்கிறாயா?

தினந்தோர தீர்மானம்:-

இன்று சூழற்சியிலிருந்து விடுபடவேண்டும் என்று மற்றும் ஒரு தீர்மானத்தை உருவாக்கு.

கடந்த 24மணி நேரங்கள்:

இன்று விபச்சார பாவத்திற்குள்ளாக போகாத நபராய் இருந்தேனா? அப்படியில்லை என்றால் பாவத்தைக் குறித்து யாரிடமாவது பேசினேனா?

தினந்தோறும் சரிப்பார்த்துக்கொள்:

- இந்த முழு நாளடைவில் ஏதாவது விபச்சார தூண்டுதல் வந்ததைக் குறித்து பகிர்ந்துக்கொள்.
- ஏதாவது கடினமான சவலைத் தந்த உணர்ச்சிபூர்வமான நிகழ்வுகள் இருந்தால் பகிர்ந்துகொள்.

நாள் : 22

உற்சாகப்படுத்தும் நாள்:-

சொஸ்தமாகும்போது ஒரே நோக்கத்தோடு இருப்பதற்கு நமக்கு டன் கணக்கில் உற்சாகம் தேவைப்படுகிறது. ஒரு வேளை நமக்கு நான் இப்படி தான் இருக்கிறேன், இந்த பழக்கத்தில் தான் இருக்கிறேன், என்ற உண்மையை சுலபமாக கண்டுபிடித்து விடுகிறோம். சில மனிதர்கள் தங்களிடம் இருக்கின்ற கடினமான சொந்த பலவீனங்களை, மற்றும் தோல்விகளை ஏற்றுக் கொள்ளுவதற்கு கடினப்பட்டு

கொண்டு தம்மை தாமே வெறுக்கிறார்கள். அவர்களை பார்க்கும்போது உடனடியாக தங்களின் மனநிலைக்கு ஏற்ப தங்களின் உணர்வுரீதியாக சுலபமாக விசுவாசமில்லாமல் விழுகிறார்கள். முயற்சி கொள்ளாமல் ஏன் கவலைப் படுகிறீர்கள்? எதுவுமே உண்மையில் நடக்காது.

உண்மையானது தேவன் அவருடைய கிருபையை நம்மீது தாராளமாக பொழிகிறார். மற்றும் தேவன் நம்மை உற்சாகப்படுத்திக் கொண்டிருக்கிறார் என்கிற நோக்கத்தை நாம் கொண்டுவரவேண்டும் (எபிரெயர் 3:12-13)

விசுவாசமானபாதையில் நிலைக்கொண்டிருக்க தேவனுடைய உற்சாகம் நமக்கு நியாயமாக தேவைப்படுகிறது. இதைக்குறித்து அடிக்கடி வேறுநபர்கள் நம்மை ஞாபகப்படுத்தவேண்டி இருக்கிறது.

நாம் உற்சாகப்படுவதற்கான சில வழிகள்:-

- வாழ்க்கையில் உள்ள பாவத்தை எதிர்த்து போராடும் இடத்தைக் குறித்து பெரிதாக எண்ணியோசித்துப் பாருங்கள். பெருவாரியான மனிதர்களை பார்க்கும் போது தங்களுடைய பாவங்கள் தங்களை அழிவுக்குள்ளாகக் கொண்டு செல்கிறது என்கிற விழிப்புணர்வு கூட இல்லாதவர்களாய் இருக்கிறார்கள். உண்மை என்னவென்றால் நாம் செய்யும் பாவங்களுக்கான கணக்கை கடைசிநாளுக்காக சேர்த்து வைத்துக் கொண்டிருக்கிறோம். தேவனைத் துதியுங்கள்.
- கடந்த 22 நாட்களாக நான் வெற்றியாளராக என்னுடைய பழக்கவழக்கசுழற்சியை உடைத்து வருவதை குறித்து யோசியுங்கள். அல்லது நான் வழக்கத்திற்கான சூழ்நிலையில் இருந்து வேறுவிதமாக இருப்பதைக் குறித்து யோசியுங்கள். ஒவ்வொரு வெற்றியும் நம்மை விடுதலைக்கு அருகில் கொண்டுவருகிறது என்பதைக் குறித்து யோசியுங்கள்
- நான் தினந்தோறும் தேவனைத் குறித்து கற்றுக் கொண்டிருக்கிறேன் என்பதைக் குறித்து யோசித்து பாருங்கள்.
- என்னை சரி செய்கிற நண்பரோடு இன்னும் நெருக்கிறேனா என்பதை குறித்து யோசித்துப் பாருங்கள்.
- என்னால் மாறவாய்ப்பேயில்லை என்று நினைத்த உணர்ச்சிபூர்வமான விஷயங்களில் இருந்து இப்போது நான் எப்படி மாற முடியும் என்பதைக் குறித்து கற்றுக் கொண்டிருக்கிறேன் என்று நினைத்து பாருங்கள்.

சரியான திசையில் செல்வது கடினமாக இருக்கலாம். ஆனால் விடாமுயற்சியோடு போராடுகிற மனிதனை தேவன் உயர்த்துவார். வாசிக்க ரோமர் 5:1-5

தினந்தோறும் பிரதிபலிப்பு:-

- நம்முடைய வெற்றிக்கான பிரதிபலனை தேவன் நமக்கு தரும் போது நாம் ஏன் இன்னும் மனிதர்களிடமிருந்து உற்சாகத்தை எதிர்பார்க்கவேண்டும்?
- எப்படிப்பட்ட உற்சாகம் உங்களுக்கு அதிகப்படியாக உதவி செய்யும்?
- உற்சாகத்தை குறித்து எதிர்மறையாக நினைத்து கொண்டிருக்கிறீர்களா?

தினந்தோர்தீர்மானம்:-

- உங்களை உற்சாகப்படுத்துகிற யாரிடம் நீங்கள் அதிகமாக நெருங்கி இருக்கிறீர்களோ அவர்களுக்கு நீங்கள் முயன்றளவு இன்னும் அதிகப்படியான உற்சாகத்தை கொடுக்க தீர்மானம் எடுங்கள்.
- கடந்த 24 மணி நேரங்கள் இன்னும் விபச்சார பாவத்திலிருந்து விடுதலை பெற்று இருந்தீர்களா? அப்படியில்லையென்றால் வேறு யாரிடமாவது பேசினீர்களா?

தினந்தோறும் சரிபார்த்தல்:-

- ஒவ்வருக்கொருவர் நல்லநேர்மறையான பாராட்டுதலோடு தேவனையும் மற்றவரையும் உற்சாகப்படுத்தவும்.

- உங்களுடையசொஸ்தமடைதலில் தேவன் என்ன வழிகளினெல்லாம் உதவுகிறதைபார்க்கிறீர்களோ அதைமற்றவர்களிடம் பகிரவும்.

நாள்: 23

விபச்சாரபாவங்களைமேற்கொள்வதுஒருமிகபெரியசவால்.

தற்போது இந்தசவாலைகுறித்தும், உங்களைக் குறித்தும், தேவனைக் குறித்தும், கற்றுக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். இப்போதும் எல்லைகளைமீண்டுமாக ஆராயலாம். இந்தஎல்லைகளைதாண்டுவதுபாவமாக இல்லாமல் இருந்தால் கூட, இந்தஎல்லைகளைதாண்டும் பொழுதுநாம் பாவம் செய்யும் மனப்பான்மை அதிகரிக்கிறது. அதனால் அந்தஎல்லைகளை தெளிவாக தெரிந்துக் கொண்டால், அதற்குள் நம்மைவைத்துக் கொண்டுவமானண்ணங்களில் இருந்து நம்மால் பாதுகாத்துக் கொள்ள முடியும். அந்தஎல்லையை நீர் தீர்மானிக்கும் போது, நீங்கள் உங்கள் பாவம் எப்படிப்பட்டதாய் இருக்கிறது என்று சிந்தித்து பரிசுத்தமாய் இருக்கவேண்டும். என்கிற தீர்மானத்திற்குள்ளாக வருவீர்கள். மனந்திரும்புகிற நேரத்தில், உங்களின் சிலவெற்றிகிரியைகள் தெரியாமல் இருக்கலாம். நான் கிரியையின் மூலம் தன்னுடைய மனமாற்றத்தை காட்டுகிறேன் என்று நம்முடைய சௌகரியத்திற்காக நியாயப்படுத்தி ஏற்படுத்திய எல்லையை மெதுவாக தாண்டக் கூடலாம்.

எல்லையை கடந்து வீட்டிகள் என்பதற்கான விழிப்புணர்வு என்னவென்றால் தேவனுடைய சிவப்பு கொடிகொள்கை ஆகும். அது எச்சரிக்கையை காட்டி உங்களுடைய மன உறுதி மங்கி விட்டது மற்றும் உங்கள் சிந்தனையை தவறு செய்வதற்காக செலுத்துகிறீர்கள் என்கிற எச்சரிக்கையாய் இதுக்கும்.

வேதம் சொல்கிறது, நீதிமொழிகள் 26:11 நாயானது தான் கக்கினதைத் தின்னும்படி திரும்புவது போல, மூடனும் தன் மூடத்தனத்துக்கு திரும்புகிறான். உங்கள் பெருமை மறுபடியும் வந்து அந்த பெருமை நீங்கள் ஏற்படுத்திய அந்த எல்லையின் முக்கியத்துவத்தை மறக்கடிக்கப் பட்டிருக்கிறீர்கள். நீங்கள் எல்லையை மீறுவது உங்களுக்கு தெரிந்தால், இதை தேவனுடைய செய்தியாய் எடுத்துக் கொண்டு உங்கள் பெருமையிலிருந்து மனந்திரும்பு. இந்த புஸ்தகத்தை படிக்கத் தொடங்கும் போது எப்படிப்பட்ட நொறுங்கின இருதயத்தோடு நந்தீர்களோ, அதே இருதயத்தோடு மனந்திரும்பு. மனிதர்கள் விபச்சாரபாவம் செய்யும் போது அவர்கள் குற்றவுணர்ச்சியுள்ளவர்களாய் உணர்வார்கள். எப்பொழுது மனிதர்கள் பெருமை என்கிற பாவத்தில் அவர்கள் இருக்கும் போது அதை தவறு என்று உணராதவர்களாய் இருப்பார்கள். உணர்ச்சிபூர்வமாக பெருமை என்கிற பாவத்தை எச்சரிக்கையாய் எடுத்துக் கொள்பவர்கள் சிலரே. இன்று நம் தேவனுடைய சிவப்பு கொடி முக்கியத்துவத்தை குறித்து நாம் யோசித்து பார்க்கவேண்டும்.

தினந்தோர்பிரதிபலிப்பு:-

- நீண்டநாள்களுக்கு முன்பாகவே உங்கள் எல்லையை தாண்டி, இப்பொழுது மனந்திரும்புவிரும்புகிற பாவங்களை சொல்லுங்கள்.
- மறுபடியும் மாக பெருமை உங்கள் இருதயத்துக்குள்ளாக செல்கிறது என்பதை உணர முடிகிறதா? ஆம் என்றால் எப்படி பெருமை உங்களை தவறு செய்ய தூண்டுகிறது என்பதை விவரி.

தினந்தோர்தீர்மானம்:-

- மறுபடியும் மாக எல்லையை போடுங்கள், அந்த எல்லையை தேவனிடத்தில் ஒப்புக்கொடுங்கள் இன்றே அந்த எல்லையை போட்டு விவரித்து சரிபார்ப்புக்குள்ளாக வைத்துக் கொள்
- கடந்த 24 மணி நேரம் விபச்சாரபாவத்தில் இருந்து விலகியிருந்தீர்களா? இல்லையென்றால் யாரிடமாவது பேசினீர்களா?

தினந்தோறும் சரிபார்த்தல்:-

- உங்கள் எல்லையின் அர்ப்பணிப்பைமற்றும் செயல்படுத்தும் விதத்தைகுறித்துகலந்துபேசு.
- இன்றையநாளில் உங்களுக்குஏற்பட்டவிபச்சார தூண்டுதலைக் குறித்துபகிர்ந்துகொள்ளுங்கள்.
- இன்றையநாளில் ஏற்பட்டமிகவும் கடினமானஉணர்ச்சிகரமானசவாலைக் குறித்துபகிர்ந்துகொள்ளுங்கள்.

நாள் : 24

தாவீதும் பத்சேபாளும் (பாகம் - 1)

மனமாற்றறிகழ்வின் போது,சாதாரனசோம்பேறித்தனம் மறுபடியும் விபச்சாரபாவத்திற்குகொண்டுசெல்லும். உடனேபார்க்கும் போதுஒருதீர்மானத்திற்குவருவோம்,பரவாயில்லை இன்னும் சிலநாள் கழித்துமனமாற்றத்திற்குவருவோம் என்று,ஆனால் விபச்சாரபாவம் தன்னுடையவலைக்குள் இழுத்துசெல்கிறதுஎன்பதுதெரியாமலேஅவ்வாறுசெய்கிறோம். வேதாகமத்தில் உள்ளஒருமிகச்சிறந்தஎடுத்துக்காட்டுதாவீது ராஜா பத்சேபாளிடம் செய்தவிபச்சாரம். தாவீதின் முழு வரலாற்றில் பார்க்கும் தேவனுக்காகமிகச் சிறந்தவெற்றிவீரனாய் திகழ்ந்தார். ஆனால் ஒருகட்டத்தில் வீரர்களோடு போர் செய்வதற்குதயாராகாமல் தனிமைப்படுத்தினார். உடனேதன்னைவிபச்சாரபாவத்திற்குகொண்டுசெல்லக்கூடியநபராய் கண்டார். அப்பாவம் அவரைமற்றபலபாவங்களுக்குள்ளாக இழுத்துசென்றது. வாசிக்க 2சாமுவேல்11

தினந்தோர்பிரதிபலிப்பு:-

- மனமாற்றத்தின் போதுஎந்தசோம்பேறித்தனம் உங்களைபாவத் தூண்டுதலுக்காககொண்டுசெல்கிறது?
- உங்களுடையவிபச்சாரப் பாவம் உங்களைஏமாற்றத்திற்குள்ளாககொண்டுசெல்வதைஎப்படிபார்க்கிறீர்கள்?
- எந்தெந்தகாரணங்கள் தாவீதைஅவருடையபாவத்தைக் குறித்துவெளிப்படையாய் இருப்பதற்கு தடுத்தது?
- அந்தக் காரணங்கள் எப்படி உங்களை விபச்சாரத்திற்குள்ளே இணைக்கின்றது?
- வேதத்தில் இந்தக் கதையை தேவன் கொடுத்ததற்கு என்ன காரணம் என்று நினைக்கிறீர்கள்?

தினந்தோர தீர்மானம்:-

- வாரத்தில் ஆறு அல்லது ஏழு நாட்களும் மனமாற்றத்திற்கான வேலை செய்ய தீர்மானம் எடுக்கவும்

கடந்த 24 மணிநேரம்:-

- விபச்சார பாவத்திலிருந்து விலகியிருந்தீர்களா, இல்லையெனில் யாரிடமாவது பேசினீர்களா?

தினந்தோர சரிபார்த்தல்:-

- தொடர்ச்சியாக செய்கின்றவற்றைப் பற்றி கலந்து பேசவும். ஏந்த வேலையை தொடர்ந்து செய்கின்றீர்கள்?
- கடந்த ஏழு நாட்களில் எத்தனை முறை உங்களை நீங்கள் சரிப்பார்த்து, மனமாற்றத்திற்கான வேதம் வாசித்து ஜெபித்தீர்கள்?
- விபச்சார தூண்டுதல் மற்றும் ஏவுதலை குறித்து பேசவும்
- எல்லையும், அதை தாண்டினீர்களா? தாண்டவில்லையா, என்று கலந்து ஆலோசனை செய்யுங்கள்.
- இந்நாளில் உணர்ச்சி பூர்வமாக ஏற்பட்ட சவாலை குறித்து கலந்து பேசவும்.

நாள் : 25

தாவீதும் பத்சேபாளும் (பாகம் 2)

விபச்சார பாவத்தைக் குறித்து பார்க்கும் போது தேவன் நமக்கு உண்மையான தந்தையாக இருந்து வேலை செய்து கொண்டிருக்கிறார். தேவன் தாவீதைக் குறித்து ஒரு தந்தை தன் மகன் செய்த

பாவத்தின் மூலம் அடைகின்ற பிரதிபலனையும், தன் மகனை சரியான வழியில் கொண்டு வர வேண்டும் என்று எண்ணுகிற தந்தையுமாய் திகழ்கிறார். வாசிக்க 2சாமுவேல்11

தேவன் நாத்தானை பயன்படுத்தி தாவீதைக் கடிந்து கொள்ளவும், செய்த பாவத்தினால் வரவிருக்கிற பிரதிபலனையும் காண்பித்தார். இந்தக் கதை தேவனுடைய அன்பை பற்றி சொல்கிறது. தேவன் நம்முடைய தவறான குணாதிசயத்திலிருந்து சீர்த்திருத்துகிறார், அதே நேரம் பொறுமை காக்கவும் செய்கிறார். நாம் மாற விரும்பினால், கண்டிப்பாக வலியைத் தரக்கூடிய தேவையான மனமாற்ற விஷயங்களுக்குள்ளாக செல்ல வேண்டும். அவ்வலியானது தேவனுக்கு பயப்படும் பயத்தை உருவாக்கி, மிகப்பெரிய உற்சாகத்தை தந்து உடனடி மாற்றத்தைத் தரும். அப்போது தேவன் அவ்வலியின் மூலம் மனமாற்ற பயணத்தில் நமக்கு உதவி செய்துக் கொண்டிருக்கிறார் என்று நம்மால் பார்க்க முடியும். உண்மையான தந்தையின் அன்பு ஏதோ நன்மையான விசயங்களை மற்றும் தருவது என்பது இல்லாமல் தவறான வழியிலிருந்து சரியான வழியில் மனிதர்களை கொண்டு செல்வதும் அடங்கும். மனமாற்றம் உண்மையை வெளிச்சத்திற்குள்ளாக கொண்டு வரும்.

தினந்தோர பிரதிபலிப்பு:-

- உங்களுடைய பாவத்தினால் நீங்கள் அனுபவித்த தனிப்பட்ட கஷ்டம் மற்றும் பிரதிபலனில் குறைந்தது மூன்றை பட்டியலிடவும்.
- அந்த கஷ்டம் மற்றும் பிரதிபலனில் உங்களுடைய பிரதிபலிப்பு என்னவாய் இருந்தது?
- அந்த பிரதிபலன் உங்களுடைய வாழ்க்கை மாற்றத்திற்கு எவ்வாறு உதவியாய் இருந்தது?
- நீங்கள் படுகின்ற பாடுகள் மூலம் தேவனுடைய 'தந்தை அன்பை' இணைக்க முடிகிறதா?

தினந்தோர பிரதிபலிப்பு:-

- உங்கள் சொந்த வாழ்க்கை வரலாற்றில் ஒரு மாணவனை போல இருப்பதற்கு தீர்மானியுங்கள் நீங்கள் சந்தித்த விளைவுகளிலிருந்து பாடம் கற்றுக் கொள்ளுங்கள்

கடந்த 24 மணிநேரம்:-

- விபச்சார பாவத்திலிருந்து விலகியிருந்தீர்களா? இல்லையெனில் பாவத்தைகுறித்து யாரிடமாவது பேசினீர்களா?

தினந்தோர சரிபார்த்தல்:-

- உங்கள் விபச்சார பாவத்தின் மூலம் தேவன் எந்தெந்த வழிகளில் உங்களை தாழ்மைப்படுத்தினார் என்பதை குறித்து பேசி ஆலோசிக்கவும்.
- எந்த வழிகளின் மூலம் தேவன் என்னுடைய தந்தை என்பதற்கு நன்றியுள்ள நபராய் இருக்கிறேன் என்பதைக் குறித்து பகிரவும்.
- இந்த நாள் முழுவதும் நீங்கள் சந்தித்த விபச்சார தூண்டுதலை குறித்து பகிரவும்.
- கடந்த 24 மணி நேரத்தில் நீங்கள் சந்தித்த சவாலான உணர்ச்சி பூர்வமான விசயங்களைப் பற்றி பகிரவும்.

நாள்:26

வெகுமதியை நாடி

முதலாவது மனிதன் எடுக்கும் தீர்மானம், எப்படியாவது உடைத்து வெளிவர வேண்டும் மேலும் பாவத்தினால் வருகின்ற வலியும் பிரதிபலனும் அகன்று போக வேண்டும் என்று நினைக்கிறார்கள். இந்த விஷயத்தை தான் தேவனும் நம்மீது எதிர்பார்க்கிறார், இதை தான் தொடங்கவேண்டும் என்று கடந்த பாடங்களில் படித்தோம் எதிர்மறை சிந்தனை நம்மை நீண்ட நாளுக்கு மனந்திரும்ப கொண்டு செல்லாது.

நாம் நிச்சயமாக நீதியான உற்சாகத்தை ஏற்றுக் கொண்டு மாற்றம் கொண்டுவர வேண்டும். மூன்றாம் நாள் பாடத்தில் கற்றுக் கொண்டது பொது தேவனுடைய மகிமை மட்டுமே உற்சாகப் படுத்தி அதுதான் சரி என்பதைப் புரிந்து கொண்டு அதிகமாக சிந்திக்க வேண்டும். எபிரெயர் 11:6 'விசுவாசமில்லாமல் தேவனுக்குப் பிரியமாயிருப்பது கூடாத காரியம்' ஏனென்றால், தேவனிடத்தில் சேருகிறவன் அவர் உண்டென்றும் அவர் தம்மைத் தேடுகிறவர்களுக்குப் பலன் அளிக்கிறவரென்றும் விசுவாசிக்கவேண்டும்.

பல நபர்கள் வாழ்க்கை மாறுவதற்கு அதிக விசயங்களை செலவிட்டு கொண்டே இருக்கிறார்கள், ஏனென்றால் தவறான விசயங்களுக்கு அவர்கள் செவிசாய்த்துக் கொண்டும் இருப்பதினால் தான் மாற வேண்டும் என்கிற தீர்மானம் உங்களை மாற்றத்திற்கான பாதையில் கொண்டு செல்லலாம், ஆனால் நாம் நேர்மறையான எண்ணங்களை அதிகமாக வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். அப்பொழுது தான் மாற்றத்திற்கான பாதையில் சரியாக செல்ல முடியும். மனந்திரும்புதலானது வாழ்க்கையில் ஒரு வல்லமையான மாற்றத்தை உருவாக்கி, நம்முடைய கனவுகளை தேவன் மீது போட்டு, அவருடைய எண்ணத்திற்கு நம்மை செவி சாய்க்கத் தூண்டும் மாற்றம் எப்படி இருக்கும் என்று பார்ப்போம்.

ஜார்ஜ் முதலில் தான் தவறான புகைப்படம் பார்ப்பதை மனைவி பார்த்து விட்டாள் என்று தெரிந்ததும் உடனடியாக அதிலிருந்து விடுபட வேண்டும் என்கிற தீர்மானம் எடுத்தார். நான் உங்களை விட்டு பிரியப்போகிறேன் என்று மனைவி பயமுறுத்தினாள், ஆகவே மனந்திரும்புதலுக்கான வேலைக்குள்ளாக செல்வதற்கு தயாரானார். பரிசுத்த கூட்டத்திற்கும், தன்னை சரி பார்த்துக் கொள்ளும் இடத்திற்கு சென்றார். அவருடைய எண்ணம் என்னவென்றால் எப்படியாவது அந்த தவறான தன்னைப் பற்றின கசப்பான விசயங்கள் மனைவியை விட்டு சென்று வாழ்க்கை சுமுகமாக இருக்க வேண்டும் என்று நினைத்தார். அப்படிப் போய் கொண்டிருந்த சூழலில் தான் அனுபவித்த அனுபவங்கள் அனைத்தும் தேவன் என்னை மாற்ற வேண்டும் என்பதற்காகவே என்று புரிந்துக் கொண்டார். அந்த சுதந்தர அனுபவத்திற்குள்ளாக செல்கின்ற வேளையில் தேவன் தன்னை எவ்வளவு தூரம் நேசிக்கிறார் என்பதை புரிந்துக் கொண்டார். அவருடைய இருதயம் மாறியது. தேவனுக்காக பரிசுத்தமாய் இருக்க வேண்டும், என்னுடைய வாழ்க்கையை தேவனுடைய திட்டம் நிறைவேறுவதற்காக, பரிசுத்தமில்லாமல் தவிக்கும் மனிதர்களுக்கும் உதவ வேண்டும் என்று தீர்மானித்தார். அவருடைய குடும்பத்திற்காகவும் பல கனவுகளை வைத்து தன்னுடைய வாழ்க்கையின் மாற்றம் குடும்பத்தை மாற்ற வேண்டும் என்று நினைத்தார். முதல் முறையாக ஜார்ஜ் தன் வாழ்க்கையில் பல நல்ல தீர்மானங்களை எடுக்கக்கூடிய மனிதராய் மாறினார். நாம் மனந்திரும்புதல் வேலையில் இருக்கும் போது நமக்கும் ஒரு கூட்டத்தில் இப்படிப்பட்ட மாற்றம் தான் வரும் அப்பொழுது கிடைக்கின்ற விடுதலை பல வருடங்களுக்கு நம்மை எடுத்துச் செல்லும்.

தினந்தோர பிரதிபலிப்பு:-

- உற்சாகமுட்டுதல் ஒரு திரவம் போன்றது மாறிக்கொண்டே இருக்கும். மனமாற்றத்தில் எந்த விசயங்கள் உங்களை அதிகமாக உற்சாகப்படுத்தியது?
- உங்களுடைய வாழ்க்கையை குறித்து தேவன் வைத்திருக்கும் கனவு மற்றும் வாழ்க்கையை பயன்படுத்துவதற்கு எந்த வழிகளை தேர்ந்தெடுத்திருக்கிறார் என்பதை எழுதுங்கள்.
- அற்புதமான வாழ்க்கை வாழ்வதற்கு உங்களுக்கு முன்பாக நிற்கக் கூடிய சில தடைகள் என்ன?

தினந்தோர தீர்மானம்:-

மனந்திரும்புதலுக்கு அதிக முக்கியத்துவம் கொடுக்கப் போகிறேன் என்று தீர்மானியுங்கள். ஆகவே தேவன் உங்கள் மீது வைத்துள்ள நன்மையாக காரியங்களை பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

கூடந்த 24மணி நேரத்தில்:-

விபச்சார பாவம் செய்யாத நபர்களாய் இருந்தீர்களா இல்லையெனில் யாரிடமாவது அதைக் குறித்து பேசினீர்களா?

தினந்தோர சரிபார்த்தல்:-

- தேவனைப் பற்றிய நேரான அல்லது எதிர்மறையான எண்ணங்களைக் குறித்து கலந்து ஆலோசிக்கவும்.
- இன்று அனுபவித்த தவறான எதிர்மறையான கடினமான அனுபவங்களை குறித்துப் பேசவும்.

நாள் : 27

வேதனை என்பது ஏற்றுக்கொள்ளக் கூடிய உண்மை:-

பாவத்திலிருந்து மேற்கொண்டு வர வேண்டும் என்றால், வேதனை, பாடுகள் என்பது ஒரு அங்கம் என்பதை புரிந்து கொள்ள வேண்டும். பாடுகளை தேவனுடைய வழியின் மூலமாக அனுபவிக்க வேண்டும் என்று கற்றுக்கொள்ள விரும்பினால், முதலில் வேதனை பாடுகள் நம்முடைய ஒரு அங்கமாக ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும் என்ற உண்மையை அறியவேண்டும். பல மனிதர்கள் தவறான சிந்தனையோடு இருக்கிறார்கள். என்னவெனில், நான் நன்மையை போதுமான அளவுக்கு செய்யும்போது நமக்கு குறைந்த வேதனைகளும், பாடுகள் மட்டும் தான் கிடைக்கும் என்று நினைக்கிறார்கள். ஆனால் அது உண்மை கிடையாது. ஒரு மாலைநேரத்தில் பள்ளிக் குழந்தைகள் சிலபேர் வேதாகம வகுப்பில் இருக்கும்போது நான் ஒரு கேள்விகேட்டேன். இந்த வாரம் முழுவதும் எப்படி பாடு அனுபவித்தீர்கள்? உடனே அவர்கள் பல்வேறு விதமான பதிலைக் கூறினார்கள். அவர்கள் பதிலானது காலையில் எழுந்து பள்ளிக்கு செல்லுதல் என்று பல போராட்டம் என்று சொன்னார்கள். இந்தக் குழந்தைகளுக்கு கூட ஏதோ தினந்தோர பிரச்சனைகள் இருக்கிறது. அது தான் உண்மை இயேசு சொன்னது. மத்தேயு 7:24-27 “ஆகையால், நான் சொல்லிய இந்த வார்த்தைகளைக் கேட்டு, இவைகளின்படி செய்கிறவன் எவனோ, அவனைக் கன்மலையின்மேல் தன் வீட்டைக் கட்டின புத்தியுள்ள மனுஷனுக்கு ஒப்பிடுவேன். பெருமழை சொரிந்து, பெருவெள்ளம் வந்து, காற்று அடித்து, அந்த வீட்டின்மேல் மோதியும், அது விழவில்லை, ஏனென்றால் அது கன்மலையின்மேல் அஸ்திபாரம் போடப்பட்டிருந்தது. நான் சொல்லிய இந்த வார்த்தைகளைக் கேட்டு, இவைகளின்படி செய்யாதிருக்கிறவன் எவனோ, அவன் தன் வீட்டை மணலின்மேல் கட்டின புத்தியில்லாத மனுஷனுக்கு ஒப்பிடப்படுவான். பெருமழை சொரிந்து, பெருவெள்ளம் வந்து, காற்று அடித்து, அந்த வீட்டின்மேல் மோதினபோது அது விழுந்தது, விழுந்து முழுவதும் அழிந்தது என்றார்”.

மழையும், புயலும் வருகிறது என்று சொல்கிறார். அவர் நமக்கு தருகின்ற மிகச்சிறந்த ஆலோசனை “அவருடைய வார்த்தைகளை உறுதியாய் பற்றிக்கொண்டு பின்பற்றுவது, எந்த சூழ்நிலையிலும் பின்பற்ற வேண்டும், இந்த வாழ்க்கை நீங்கள் வாழும் வரைக்கும் பாடுகள் இருக்கும், அதை நிறுத்தமுடியாது. அப்படி என்றால் அதற்கு சரியான தீர்வு தான் என்ன? பாடுகளை சந்திக்கும் போது, அதைக் கொண்டு நல்ல பழக்கவழக்கம், குணாதிசயங்களை வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். முதலில் வலியும் வேதனைகளும் இந்த உலகத்தை விட்டு செல்லாது. அது எப்பொழுதும் இருக்கும் என்கிற உண்மையை முதலாவது ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும்.

தினந்தோர பிரதிபலிப்பு:-

- வேதனைகள் வரும்போது நீங்கள் காட்டும் முதல் எதிர்தாக்குதல் என்ன?
- வாழ்க்கையின் உண்மைப்படி வேதனைகள் வரும்போது உங்களுடைய பதில் என்ன?
- எப்படி உங்களால் வேதனைகள் வரும் என்ற உண்மையை ஏற்றுக்கொள்கிறீர்கள், அதே நேரம் வேதனைகளை எப்படி சந்திக்கிறீர்கள்?
- வேதனைகளை ஏற்றுக் கொள்கிறதினால் மனந்திரும்புதலும் பயனுள்ளதாகும் என்பது எப்படி இருக்கிறது?

தினந்தோர தீர்மானம்:-

பாடுகளையும் வேதனைகளையும் வெறுப்பதற்கு பதிலாக, அதை ஒரு அடிச்சுவடு (நடை) என்று எடுத்துக்கொள்ள இன்று தீர்மானம் எடுங்கள்.

கடந்த 24மணி நேரம்:-

விபச்சார பாவத்திலிருந்து விடுபட்டு இருந்தீர்களா? இல்லையேல் யாரிடமாவது அதைக் குறித்து பேசினீர்களா?

தினந்தோர சரிபார்த்தல்:-

- பாடுகள் என்பது வாழ்வின் அங்கம், உண்மை பரவாயில்லை வேதனைகளை அனுபவிப்பதற்கு தயாராக இருப்பது என்பதைக் குறித்து பேசுங்கள்.
- இந்த நாள் முழுவதும் நீங்கள் சந்தித்த, உங்களை தூண்டிய விபச்சார பாவத்தைக்குறித்து பகிரவும்.
- எதிர்மறையான உணர்ச்சிமிக்க கடினமான அனுபவத்தை இன்று சந்தித்தீர்கள் என்றால் அதைக் குறித்து பகிரவும்.

நாள்:28

வேதனைகள் அதிகமாகுதல்:-

இப்போது சில கசப்பான செய்திகள், விபச்சார பாவத்தை விட்டுக்கொடுக்கும் போது, உங்கள் பாடுகள், உணர்ச்சிபூர்வமான விஷயங்கள் அதிகரிக்கும். உங்களை குற்ற உணர்ச்சிக்குள்ளாக கொண்டு சென்ற பாவத்திற்கு தடைசெய்யும் போது, நான் வெற்றி பெற்றுவிட்டதாக உணர்வீர்கள். ஆனால், இப்போது வலிகளுக்காக எடுக்கக் கொள்ளப்பட்ட மருந்துகளை தவிர்த்துவிடுகிறோம்.

உங்கள் வேதனைகள் (உபத்திரவங்கள்) குறித்து சந்தோஷப்படுங்கள், ஏனென்றால் அது உங்களுடைய குணத்தையும், நம்பிக்கையும் மாற்றச் செய்ய கொண்டு செல்லும். விபச்சார பாவத்திலிருந்து வெளிவரும்போது ஏற்படும் உபத்திரவத்தை நீங்கள் ஏற்றுக் கொள்ளவில்லை என்றால் நீங்கள் உண்மையாக தேவனை புறக்கணிக்கிறீர்கள் என்று புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

நான் ஒரு எடுத்துக்காட்டினை தருகிறேன்:

ஜார்ஜ்க்கும் அவர் மனைவிக்கும் இடையே கருத்து வேறுபாடு வந்தது. இது எதனால் என்றால் அவள் அந்த புல்வெளியை கத்தரித்து சுத்தம் செய்யுங்கள் என்று சொன்னதற்காக இந்த கருத்து வேறுபாடு அவருடைய வார்த்தையில் தோரணையும், சத்தமும் அதிர்ச்சி அடையவைத்தது. அவருடைய உள் இருதயம் அவரைத் தூண்டிச் சொன்னது, அவள் உன்னை ஆளுகை செய்கிறாள் என்று பயமுறுத்தியது. ஆகவே ஜார்ஜ் கோபத்தோடு அதை நீயே பார்த்துக் கொள் என்று சொல்லிவிட்டார். பின்பு அவர் மனைவி மனதளவில் காயப்பட்டு நீங்கள் சோம்பேறியாகிவிட்டீர்கள் என்று கூறினாள்.

ஜார்ஜ் கீழ் தளத்திற்கு போய் விபச்சார படம் பார்க்க வேண்டும் என்று இருந்தார். இதை பார்ப்பதற்கு நமக்கு சௌகரிய குறைபாடு வந்துவிடும் என்பதற்காகவே தன் மனைவியை உணர்ச்சிபூர்வமாக காயப்படுத்தினார். இங்கு தான் உபத்திரவம் ஆரம்பிக்கின்றது. அதற்கு பின்பு வாழ்வின் மாற்றத்திற்கான தீர்மானம் எடுக்கச் செய்தது. அவர் தப்பித்துக் கொள்வதற்கான வழியைக் குறித்து அவர் சிந்தனை சென்றது. ஆனாலும் அவர் ஒரு உண்மையை தனக்குள்ளே சொல்கிறார். “வாழ்க்கை ஒரு வலிதான் மற்றும் அந்த வலி அதிகமானாலும் பரவாயில்லை” அவரிடம் இருந்த பிரச்சனை என்ன? அவருடைய மனைவியின் வார்த்தை தோரணை மாறியதைக் குறித்ததா, இல்லை அது பிரச்சனை இல்லை விபச்சார பாவத்தினால் ஏற்பட்ட உபத்திரவத்தை எவ்வாறு சந்திப்பது எவ்வாறு அந்த பாடுகளில் இருந்து வெளியேறுவது எப்படி என்று உள்ளத்தில் அதிகமான காயத்தை கொண்டார். சரி அந்த வலியை போக்க விபச்சார பாவத்தையே தேடிப் போகாமல், ஜார்ஜ் தனக்குள்ளே ஒரு கேள்வியை கேட்டார். தேவன் என்னை என்ன செய்ய வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்கிறார்? அவர் கொஞ்ச நேரம் அமைதிப் படுத்திக்கொண்டு, தேவன்

என்னை மனைவியிடம் சென்று தாழ்மையோடு, தான் இருக்கின்ற பிரச்சனை மற்றும் மனப்பான்மையை பற்றி பேசுமாறு தேவன் சொல்கிறார் என்று நினைத்தார். ஆகவே விபச்சாரத்திற்கான தீர்வை கடினமான சூழ்நிலையிலிருந்து வெளிவர வேண்டும் என்று தீர்மானித்தார்.

தினந்தோர பிரதிபலிப்பு:-

- நீங்கள் மனந்திரும்புதலில் இருக்க உணர்ச்சிபூர்வ காயங்கள் எந்த வழியில் அதிகமாகிறது.
- இந்த அதிகமாகுதலை எவ்வாறு சமாளிக்கிறீர்கள்?
- இந்த பாடுகளில் இருக்கும் தேவன் எந்த வழிகளில் உங்களுக்கு தன்னை வெளிப்படுத்துகிறார்?

தினந்தோர தீர்மானம்:-

நீங்கள் எப்படிப்பட்ட வலிகளில் இருந்தாலும் பரவாயில்லை, விபச்சார பாவத்திலிருந்து சுத்தமாக வேண்டும் என்பதற்கான தீர்மானத்தை எடுங்கள்.

கடந்த 24 மணி நேரங்கள்:-

இன்று விபச்சார பாவத்திலிருந்து விடுதலையாகி இருந்தீர்களா? இல்லையெனில் யாரிடமாவது சென்று கூறினீர்களா?

தினந்தோர சரிபார்த்தல்:-

- மனந்திரும்புதலில் இருக்கும் போது அதிகமாகும் பாடுகள் எந்த வழிகளில் வருகிறது என்று கலந்து பேசுங்கள்.
- இன்று ஏற்பட்ட எதிர்மறையான அல்லது கடினமான உணர்ச்சிபூர்வமான அனுபவங்களை பகிருங்கள்.

நாள்:29

உபத்திரவத்தினால் ஏற்படும் விசுவாசம்

கடந்த இரண்டுநாட்கள் பாடுகள் நம் வாழ்வின் ஒரு அங்கமாம் என்ற உண்மையைக் குறித்து மற்றும் விபச்சார பாவத்திலிருந்து வெளிவரும் போது அதிகரிக்கும் வலியைக் குறித்தும் பேசினோம். இன்று நாம் பாடுகளினால் தேவனிடம் அதிகரிக்கும் விசுவாசத்தைக் குறித்து பேசுவோம். விபச்சார பாவத்திலிருந்து வெளிவர வலிகள் நம்மை ஏவி குணப்படுவதற்கு உதவுகிறது. எப்பொழுது பாடுகள் மதிப்புமிக்கதாக மாறுகிறது என்றால், நாம் “தேவனை” என்னுடைய அன்பான தந்தை, மேலும் அவரை நம்ப வேண்டும் என்று விசுவாசம் என்கிற வாகனத்தின் மூலமாக கற்றுத் தருகிறார் என்று நம்பும் போது தான். அதிகமான நேரத்தில் மனிதர்களை பார்க்கும்போது, பாடுகள் வரும்போது தேவனைத் தவறாக எண்ணி, தேவனுடைய முக்கிய நோக்கத்தையே தப்பாக நினைக்கிறார்கள். தேவனுடைய சித்தத்திற்கு பதிலாக சௌகரியமான வாழ்க்கையை மட்டுமே விரும்புகிறார்கள். தேவனுடைய நோக்கம் நம் எல்லோரும் முழு ஆத்துமாவோடு அவரை நம்பவேண்டும் என்கிற இடத்திற்கு எடுத்துச் செல்கிறார். நம்முடைய கடினமான இருதயம் உடைக்கப்பட்டு சுயசார்பில் மற்றும் சுய உபசரிப்பிலிருந்து வெளிவரவேண்டும். என்பதற்காக நமக்கு உபத்திரவங்களை பயன்படுத்துகிறார். இந்த இரண்டு புஸ்தகத்தில் உள்ள வசனங்களை வாசிக்கவும்.

யாக்கோபு 1:2-4, எபிரெயர் 12:7-11. யாக்கோபு சொல்கிறார் “சோதனைகளில் அகப்படும்போது அதை மிகுந்த சந்தோஷமாக எண்ணுங்கள் ஏனென்றால் சோதனை என்பது நம்மை பூரணரான மாற்றுவதற்காக தேவனுடைய வழியாயிருக்கிறது. எபிரெயர் புஸ்தகத்தில் பார்த்தால், இன்னும் ஆழமாக சொல்லப்பட்டிருக்கிறது, தேவன் நம்மை புத்திரராக நடத்துகிறார், தகப்பன் சிட்சிக்கிறது போது நம்மை சிட்சித்து நம்மை பயிற்சிக்குள்ளாக நடத்துகிறார். அந்த சிட்சிப்பை குறித்து தனித்துவமாக

சொல்லவில்லை, அவர் சொல்கிறார் கடினமான சிட்சிப்பு வெளிப்புற அல்லது உணர்ச்சிப்பூர்வ விஷயங்கள் அனைத்தும் நமக்கு பயிற்சியாளர்களாகிறார்கள்.

எப்படிப்பட்ட சோதனைகளைக் குறித்து பேசிக் கொண்டிருக்கிறோம்? விபச்சார பாவத்திற்கான பிரதிபலன் என்கிற சோதனையை அல்ல, தேவன் நம்மை அவருடைய கவனிப்பிற்குள் வரவேண்டும் என்று எண்ணுகிறார். நாம் இப்போது பேசிக்கொண்டிருக்கும் சோதனைகள், நாம் நன்மை செய்யும் போது வரும் சோதனைகளை குறித்தாகும், சில நேரங்களில் நாம் மற்ற மக்களிடத்திலே ஒரு குற்றவாளி போல் நிற்போம், மேலும் ஒரு வேளை, நம்முடைய ஆழமான பாதுகாப்பின்மை என்கிற சோதனை வெளிப்படும், சில நேரத்தில் இந்த சரீரத்தில் வாழ்வதே பிரச்சனை தான் என்போம். சோதனைகள் வரும் போது நமக்கு இரண்டு வாய்ப்புகள் இருக்கும். தப்பிஓடுவது அல்லது விசுவாசத்தோடு எதிர்கொள்வது பல மனிதர்கள் தப்பிக்க வேண்டும், அதுதான் சிறந்தது என்று நியாயப்படுத்துகிறார்கள். ஆனால் நல்லச் செய்தி என்னவென்றால், நல்ல வேறுபட்ட மற்றொரு வாய்ப்பு “தேவனை நம்பி கீழ்படிவது”!

தினந்தோர பிரதிபலிப்பு:-

நீங்கள் சோதிக்கப்படும் போது, அது எவ்வாறு உங்களுடைய தேவசாயலை எப்படி பாதிக்கிறது. சோதிக்கப்படும் நேரத்தில் தேவன்மீது விசுவாசிக்கவும், என்னுடைய நேசத்தந்தை என்று சொல்ல தடையாக மாறும் கடினமான சூழ்நிலைகள் என்ன? சோதனைகளின் போது தேவனிடத்தில் விசுவாசம் அதிகரிக்கவும், தேவன் நல்லவர் என்பதை விசுவாசத்தின் மூலம் ரூசிப்பார்ப்பதற்கு என்ன செய்வீர்கள்?

தினந்தோர தீர்மானம்:-

நமக்கு சோதனைகள் வரும்போது தினந்தோறும் என்னவேண்டும் விசுவாசத்திலும், வலிகளின் மூலம் தேவனுக்கு கீழ்படிவது என்கிற தீர்மானம் எடுப்போம்.

கூடந்த 24 மணி நேரத்தில்:-

விபச்சார பாவத்திலிருந்து விடுபட்டீர்களா? இல்லையெனில், யாரிடமாவது பேசினீர்களா?

தினந்தோர சரிபார்த்தல்:-

- மனந்திரும்புதலில் இருக்கும்போது நீங்கள் சந்திக்கும் சோதனைகளின் மூலம் உங்கள் விசுவாசத்தின் அவளைக் குறித்து பேசுங்கள்.
- இன்று நீங்கள் அனுபவித்தல் விபச்சார பாவத்திற்கான தூண்டுதல்களைக் குறித்து பகிரவும்.
- இன்று எதிர்மறையான சிந்தனைகளை அனுபவித்தீர்கள் என்றால் பகிருங்கள்.

நாள்:30

சோதனைகளுக்காக தயார்படுதல்:-

குாலையில் எழுந்தஉடன் உங்கள் நேரத்தை தேவனிடத்தில் செலவிட்டு இன்றைய நாள் நன்றாக இருக்கவேண்டும் என்று ஜெபியுங்கள். யாருமே சோதனைகளை கேட்டமாட்டோம், ஆனாலும் அது வந்து கொண்டேயிருக்கும் வாசிக்க 1பேதுரு 4:1-3 பேதுரு சொல்கிறார், நம்முடைய சோதனைகள் பாவத்தினால் வருகிறது. இயற்கையாகவே மனிதர்கள் சோதனை, பாடுகள் என்கிற வழியை புறக்கணிக்கிறார்கள் அவர்கள் பாவம் செய்தாலும் கூட சோதனைகளை ஏற்றுக் கொள்வதில்லை என்று புரிந்துக் கொண்டார். நம்முடைய ஜெயமானது என்ன பாடுகள் வலிகள் வந்தாலும் தைரியமாக அதை சந்திப்பதற்கும் அந்த வாழ்க்கை நம்முடைய விசுவாசத்தின் ஆவியை உயர்த்தவும் எப்படிப்பட்ட பிரச்சனைகள் வந்தாலும் கிறிஸ்துவின் குணத்தை வெளிக் கொணர வேண்டும் என்று ஜெபிக்கவேண்டும். இயேசுகிறிஸ்து கெஸ்தமனே தோட்டத்தில் தாம் சந்திக்கப் போகும் வலிகள் வேதனைகள் பற்றி தெரிந்தும் அவர் தனக்கு பலமும் தைரியமும் தந்து விசுவாசத்தில் உறுதியாய் இருக்க வேண்டும் என்று ஜெபித்தார்.

அதேபோல் விபச்சார பாவத்திலிருந்து நம் மேற்கொண்டு வரவேண்டும் என்று நினைத்தால் நாம் நம்மை எண்ணங்கள் மூலமும் உணர்வு ரீதியாகவும் பாடுகளை சந்திக்க தயாராகவேண்டும். நீங்கள் விடுதலை அடையவேண்டும் என்று நினைத்தால் எப்படிப்பட்ட சோதனைகளை சந்திக்க நாம் தயாராக வேண்டும்?

உணர்ச்சிப்பூர்வமாக நாம் சந்திக்கும் பாடுகளின் வகைகள்:

வெறுப்படைதல், தள்ளுதல், குற்றப்பழி மற்றும் அவமானம், ஏமாற்றம், பாதுகாப்பின்மை, அவமரியாதை, மறக்கப்படுதல், நோய், காயங்கள், கடினமான வேலை, வெறுப்பேற்றம், அழுத்தம் இன்னும் பல, இப்படிப்பட்ட விதவிதமான உணர்வு ரீதியான சவாலை ஏதாவது ஒரு நாள் நம்மிடத்திலே கொண்டுவரும். ஏற்கனவே நமக்கு தூண்டுதல்களும் வரும் என்று அறிந்திருந்தோம், தூண்டுதல்களும் வரும் என்று அறிந்திருந்தோம், அந்த தூண்டுதல்களை புறக்கணிப்பது தடுப்பது மிகவும் வலியைத் தரும். ஆனால் நம்மை அமைதிப்படுத்துகின்ற ஒரு செய்தி வேதாகமத்தில் உள்ளது. 1பேதுரு 4:12-13. ஆச்சரியப்படவேண்டாம்! உங்களுடைய மனந்திரும்புதல் இப்படிப்பட்ட சவால்களுக்கு எப்படி பதிலளிக்கிறீர்களோ அதைவைத்து தான் அறிந்துகொள்ள முடியும். இது உண்மை எப்பொழுதும் மாறாதது. வாழ்க்கையின் அற்புதமான விஷயம் என்னவென்றால், இப்படிப்பட்ட சவால்களின்போது தேவனிடத்தில் விசுவாசமாய் நிலைத்திருப்பது. தேவன் உங்களோடு அதிக உண்மையுள்ளவராகவும் தனிப்பட்டவராகவும், வல்லமையுள்ளவராகவும் இருப்பார். உங்களுடைய உணர்ச்சிப்பூர்வமான குணம், உணர்ச்சிவசப்படுதல், எண்ணங்கள், உள்குணம் அனைத்திலிருந்தும் மாறும்.

தினந்தோற பிரதிபலிப்பு:-

பாடுகளுக்கு தயார்படுவது ஏன் அதிக முக்கியம்? பாடுகளுக்காக தயார் ஆவதற்கு காலையில் நீங்கள் என்ன செய்ய வேண்டும்? வரிசைகளில் உள்ள எந்த உணர்ச்சிப்பூர்வமான குணம் உங்களுக்கு மிகவும் கடுமையாக நிற்கிறது? இப்பொழுது அதை சமாளிப்பதற்காக ஜெபம் செய்யுங்கள்.

தினந்தோற தீர்மானம்:-

ஒவ்வொரு நாளையும் சவால் என்று எடுத்துக்கொண்டு பாடுகளுக்காக தயார் ஆகுங்கள்.

கூடந்த 24 மணிநேரங்கள்:-

இன்று விபச்சார பாவத்திலிருந்து விலகி இருந்தீர்களா? இல்லையெனில் அதைக்குறித்து யாரிடமாவது பேசினீர்களா?

தினந்தோற சரிப்பார்த்தல்:-

- பாடுகளுக்காக ஆயத்தப்படுவது குறித்து கலந்து பேசவும். சேயல்முறையாக அதை எப்படி பார்க்க முடியும்.
- இன்றைய நாள் முழுவதும் உங்களுக்கு ஏவப்பட்டு தூண்டப்படுகிற விபச்சார பாவங்களை குறித்து பகிரவும்.
- ஏதாவது கடினமான அல்லது எதிர்மறையான உணர்வு ரீதியான அனுபவங்களை இன்று சந்தித்தீர்களானால் பகிரவும்.

நாள் 31

பாடுகள் – ஆலோசனை துணுக்கு # 1

பாடுகளைப் பற்றி பேசுவதை குறித்து நீங்கள் ஒரு வேளை சோர்ந்திருக்கலாம். ஆனால் ஆவிக்குரிய உலகத்தில் இன்னும் சில காரியங்களைக் குறித்து பேசுவது முக்கியமானது. ஒரு வேதாகம கதா நாயகனைத் தெரிந்துக் கொள்ளுங்கள். அது ஆபிரகாமிற்கு மகன் இல்லாததைக் குறித்த ஏமாற்றமாக இருக்கட்டும், யோசேப்பு தான் அடிமைதனத்திற்குள்ளாக விற்கப்பட்டதாக இருக்கட்டும் அல்லது இன்னும் அநேகராக இருக்கட்டும். அவர்கள் அனைவரும் விசுவாசத்துடன் பாடுபட்டார்கள்.

இன்றைக்கு நமக்கு பாடுகளுக்கான ஆலோசனை துணுக்கு உள்ளது. நாம் தனியாக பாடுபட முடியாது. சவால்கள் கூட தொடங்கும் பொழுது நாம் சாய்ந்து கொள்ள ஒருவர் தேவை. நம்மை உற்சாகமூட்ட ஒருவர் தேவை.

எபிரேயர் 3:12-13

12. சகோதரரே, ஜீவனுள்ள தேவனை விட்டு விலகுவதற்கேதுவான அவிசவாசமுள்ள பொல்லாத இருதயம் உங்களில் ஒருவனுக்குள்ளும் இராதபடிக்கு நீங்கள் எச்சரிக்கையாயிருங்கள்.

13. உங்களில் ஒருவனாகிலும் பாவத்தின் வஞ்சனையினாலே கடினப்பட்டுப் போகாதபடிக்கு, இன்று என்னப்படுமளவும் நாடோறும் ஒருவருக்கொருவர் புத்திசொல்லுங்கள்.

நம்முடைய கீழ்ப்படிதலை அறிந்து கொள்ள மற்றவர்களுடைய உற்சாகம் தேவைபடுகிறது. ஆகவே தான் நமக்கு தினசரி சரிபார்க்கும் கூட்டாளி தேவை. சரிபார்ப்பின் நோக்கம் கொஞ்சம் கணக்கு கேட்பதும் ஆகும். ஆனால் ஒருவர் மற்றவருடைய வாழ்க்கையில் உள்ள பாடுகளை மதிப்பிடுவதற்கு இது மிக முக்கியமானதாகும். மேலும் எது எப்படி இருப்பினும் தேவனுக்கு மட்டும் கீழ்ப்படிவதே ஏற்றுக்கொள்ளத்தக்க இலக்கு என்று நினைவூட்டலும் தேவை. உதாரணத்திற்கு, ஜார்ஜ் மதிய உணவு இடைவேளை நேரத்தில் தனது வாகனத்தின் சக்கரங்களை மாற்ற சென்றார். பழுது நீக்கும் வல்லுநர் அதை 20 நிமிடங்களில் மாற்றி தந்து விடுவோம் ஐயா எனக் கூறினார். இருப்பினும் சக்கரங்களை மாற்ற இரண்டு மணி நேரம் எடுத்துக் கொண்டனர். மேலும் ஜார்ஜ் தனது இலுவலகத்திற்கு செல்ல மூன்று மைல்கள் தூரம் செல்ல வேண்டியிருந்தது. அவருக்கு சலிப்பு ஏற்பட்டது, வேலைக்கு தாமதமாக செல்வதை மக்கள் பார்த்தால் ஏற்படும் தர்மசங்கடம், முதலாளியின் எதிர்செயல், ஆகியவற்றை யோசித்து பழுது நீக்கும் வல்லுநரிடம் உணர்ச்சிவசத்தால் ஆவேசமாக கோபப்பட்டார். அவரது கைபேசியில் ஆபாசப்படம் பார்க்க மும்முரமாகத் தூண்டப்பட்டார். ஆனால், இறுதியில் ஓர்லாண்டோ என்கிற தனது நண்பரை அழைப்பது என முடிவெடுத்தார். அவர் இவரது சரிபார்க்கும் கூட்டாளியுமாக இருந்தார். ஓர்லாண்டோ, ஜார்ஜ் சொல்வதை கவனமாக கேட்டார். பின்னர் அவர் பதிலளித்து சொன்னது என்னவென்றால், நானும் கூட அந்த சூழ்நிலையில் எப்பொழுதும் அமைதியாக இருந்திருக்க மாட்டேன். ஆனால் நீங்கள் எப்படி முழுவதுமாக கோபமடைந்திருக்கிறீர்கள் என என்னால் பார்க்க முடிகிறது. இருப்பினும் தேவன் அவ்வகையான பரீட்சையில் அனுப்பியதன் மூலம் உங்களுக்கு ஒரு பெரிய திட்டத்தை வைத்துள்ளார். பின்னர், லேசான இருதயத்துடன் சொன்னார். " நீங்கள் இதன் முடிவில் மிகப் பெரிய விசுவாசத்தைப் பெற்றுக்கொள்ளப் போகிறீர்கள். ஓர்லாண்டோ மேலும் கூறுகையில், " தேவன் இந்த சூழ்நிலையை நீங்கள் எப்படி கையாள வேண்டும் என விரும்புகிறார் என நினைக்கிறீர்கள்? ஜார்ஜ் சொன்னார், முதலில் இச்சைக்கு மறுப்பு சொல்ல வேண்டும், ஏனெனில் அது என்னை எங்கும் அழைத்து செல்லாது. இரண்டாவதாக என்னுடைய முதலாளியை அழைத்து ஏன் தாமதமானது என தாழ்மையுடன் கூறவேண்டும். பின்னர் நான் பழுது நீக்கும் வல்லுநரிடம், அவரை தோற்றவன் என அழைத்தற்கு மன்னிப்புக் கேட்க வேண்டும்.

இந்த உதாரணம் இக்கட்டான தருணத்தில் உங்களுக்கு உதவக்கூடிய நண்பரின் ஆச்சரியமளிக்கும் வல்லமையைப் பற்றிய சரியான வழிமுறையைக் காட்டும்.

அடிப்படை ஆலோசனை துணுக்கு:

நம்மை சரியான வழியில் நடத்தக்கூடிய நண்பர்கள் நமக்குத் தேவை. நம்மால் தனியாக அப்படி செயல்படமுடியாது.

தினசரி பிரதிபலிப்பு :

மேற்சொன்ன உதாரணத்தோடு எப்படி நீங்கள் ஒத்து போகிறீர்கள்?

அழுத்தம் நிறைந்த தருணத்தில் உங்களை மதிப்பீடு செய்வதோடு அதே நேரத்தில் உங்களை சரியான திசையில் வழி நடத்தக்கூடிய யாரை நீங்கள் அழைப்பீர்கள்?

நீங்கள் எல்லா உணர்வுகளையும் அவர்களிடம் பகிர்ந்துக் கொள்ளாவிட்டால் என்ன நடக்கும்? [வெளிப்படையாக இருப்பதன் மூலம் அழுத்தத்தை வெளியேற்றுவது தான் தேவனுடைய திட்டம்]

தினசரி முடிவுகள்:

- உங்களுடைய வாழ்க்கையில் கடக்கும் உணர்வு ரீதியிலான புயல்கள் மூலம் உங்களுக்கு உதவக்கூடிய உங்களுடைய சரிப்பார்க்கும் கூட்டாளி தேவனால் கொடுக்கப்பட்ட வரம் என்பதை நம்புவதற்கு முடிவெடுங்கள்.
- கடந்த 24 மணி நேரத்தில் – இன்றைக்கு நீங்கள் விபசாரப் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டுள்ளீர்களா? இல்லையென்றால் இன்னொருவரிடம் அதைப் பற்றிக் கூறினீர்களா?

தினசரி சரிபார்ப்பு :

- தனியாக பாடுகள் அனுபவிப்பதைப் பற்றி ஒரு விவாதம் நடத்துங்கள். தேவனோடு தனியாக நடக்க முயற்சிப்பதனால் ஏற்படும் பின் விளைவுகள் என்ன?

- எந்த விபசார தூண்டுதல்களையும் அல்லது நாள் முழுவதும் அனுபவிக்க தூண்டுகிறதையும் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.
- இன்றைக்கு நீங்கள் கடந்து சென்ற எந்த கஷ்டத்தையும் அல்லது எதிர்மறை உணர்வுரீதியிலான அனுபவங்களையும் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

நாள் 32

பாடுகள் – ஆலோசனை துணுக்கு # 2

இன்று நாம் பரிசீலிக்க வேண்டிய மற்றுமொரு பாடுகள் குறித்த ஆலோசனை துணுக்கானது பயிற்சி செய்ய சற்று அதிக கடினமானாலும் நீண்ட காலத்திற்கான வெற்றிக்கு மிக முக்கியமானதாகும்.

அது என்னவென்றால், உங்களுடைய நீங்கள் மேற்கொள்பவராக பார்க்கக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள். இயேசுவை பின்பற்றுபவராக இருப்பதற்கு ஒருவருக்கு மேற்கொள்பவரின் ஆவி கண்டிப்பாக இருக்க வேண்டும்.

வேதாகமம் சொல்கிறது,

எபிரேயர் 10:36-39

36. நீங்கள் தேவனுடைய சித்தத்தின்படி செய்து, வாக்குத்தம் பண்ணப்பட்டதைப் பெறும்படிக்குப் பொறுமை உங்களுக்கு வேண்டியதாயிருக்கிறது.

37. வருகிறவர் இன்னும் கொஞ்சக்காலத்தில் வருவார், தாமதம் பண்ணார்.

38. விசுவாசத்தினாலே நீதிமான் பிழைப்பான், பின்வாங்கிப்போவானானால் அவன் மேல் என் ஆத்துமா பிரியமாயிராது என்கிறார்,

39. நாமோ கெட்டுப்போகப் பின்வாங்குகிறவர்களாயிராமல், ஆத்துமா ஈடேற விசுவாசிக்கிறவர்களாயிருக்கிறோம்.

நாம் சுருங்கிப் பின்னிட்டுப் போகிறவர்களாயிராமல் ஆனால் யுத்தம் செய்ய அறிந்தவர்களாக இருக்க வேண்டும். பிரச்சனை என்னவாக இருந்தாலும், எத்தனை முறை நாம் விழுந்தாலும் நம்முடைய பிரச்சனைகள் மூலம் தேவனுக்கு கீழ்ப்படிவதற்கான வழியைக் கண்டு பிடிக்க வேண்டும். மீண்டும் ஜார்ஜை பார்க்கலாம்:

ஜார்ஜ் போஃர்ட் கட்டமைக்கும் வரிசையில் மூன்றாம் பணி வேளையில் பணியாற்றிக்கொண்டிருந்தார். ஒரு நாள் அவர் வேலைக்கு சென்றபோது தொழிலாளர்களை குறைக்க வேண்டி இவரை வேலையிலிருந்து நீக்கி விட்டனர். அவர் மிகவும் சோர்ந்து போய் பயந்தார், ஏனென்றால் அவருக்கும் அவருடைய மனைவிக்கும் சமீபத்தில் தான் இரண்டாவது குழந்தை பிறந்திருந்தது. வீட்டிற்கு செல்லும் வழியில் கவனம் செலுத்தமுடியாமல் அதிவேகமாக வாகனத்தை ஓட்டினார். அந்த இரவு மோசத்திலிருந்து படுமோசத்திற்கு சென்றதால் அவர் கொடூரமாக உணர்ந்தார். 1 லிருந்து 10 என்கிற அளவீட்டில் அவருக்கு 14 என்கிற அளவுக்கு இருந்தது. அவர் ஓர்லாண்டோ அவருடைய சரிப்பார்க்கும் கூட்டாளியை அழைத்தார். அவரோ தூங்கிக்கொண்டிருந்தார். அவருடைய மனைவியையும் எழுப்புவதற்கு விரும்பவில்லை, ஆனால் அவர் மிகவும் காயப்பட்டிருந்தார். அவர் சுயபரிதாபத்திற்குள் செல்ல ஆரம்பித்தார். “ என்னுடைய வாழ்க்கை எப்பொழுதுமே நாற்றம் எடுக்கிறது, தொடர்ந்து எப்பொழுதுமே நாற்றம் எடுக்கப் போகிறது. இதிலிருந்து நான் தப்பிக்க வழி தேவை.” என அவர் தனக்குத் தானே சொல்லிக்கொண்டார். பின்னர் திடீரென்று அவர் என்ன உணர்ந்தாலும் எது சரியோ அதை செய்து அவருடைய விபசாரப் பாவத்தை மேற்கொள்ள அவர் எடுத்த சமீபத்திய முயற்சிகளை பற்றி பரிசீலிக்க ஆரம்பித்தார். அவர் பின்னர் அவருடைய வாழ்க்கையின் போராட்டங்களில் பெற்ற சிறிய வெற்றிகளை நினைவு கூர்ந்தார். அவர் முதல் முறையாக தன்னையே வித்தியாசமாக பார்க்க ஆரம்பித்தார். அவர் தனக்குள் “ இல்லை நன்றி, சாத்தானே! இதை நான் தேவனுடைய உதவியுடன் மேற்கொள்வேன். உண்மையில் என்னிடத்தில் எதை எடுத்துக் கொண்டாலும் என்னுடைய ஆவியை முறிக்க உன்னால் முடியாது” எனக் கூறிக் கொண்டார். ஜார்ஜ் கோபவெறிக் கொள்ளாமல் நல்லபடியாக வீடு வந்து சேர்ந்தார். மேலும் மற்றொரு வேலை கிடைத்தது. அந்த வேலை போஃர்ட் நிறுவன வேலை போல் இல்லாவிட்டாலும் அவருடைய செலவினங்களை சந்திக்க போதுமானதாக இருந்தது.

வாழ்க்கையில் வெற்றி என்பது ஒருவருடைய வேலையைப் பொறுத்தல்ல, மாறாக, தேவனுக்கு கீழ்ப்படிவதைப் பொறுத்தே வரையறுக்கப் படுகிறது. இது ஒரு ஆச்சரியமளிக்கும் வெற்றி என அநேகர் உணர்ந்துக் கொள்வதில்லை, ஏனென்றால் அவர்களுடைய வாழ்க்கையில் மாறுபட்ட முன்னுரிமைகள் உள்ளன. ஜார்ஜ் தொடர்ந்த ஆண்டுகளில் விபசாரப் பாவங்களிலிருந்து விடுபட்டு வாழ்ந்தார். ஏனென்றால் அவர் தனக்கு தானே ஒரு மேற்கொள்பவர் என்ற ரூபத்தை வளர்த்துக் கொண்டார். எந்த பிரச்சனை தேவன் வாயிலாகவும் அவரை காண்பார் என்கிற நம்பிக்கை அவருக்கு இருந்தது. ஒருவேளை அவர் கோபவெறிக் கொண்டிருந்தால் தேவன் அவரை மன்னித்திருக்கக் கூடும். ஆனால் தேவன் விரும்பிய மாற்றத்தை அவர் தவறவிட்டிருக்கக்கூடும்.

தினசரி பிரதிபலிப்பு:

1. உங்களுடைய விபசாரப் பாவத்திற்கான காரணங்களாக [சாக்குபோக்கு] நீங்கள் பயன்படுத்தியதை உங்களால் அடையாளம் காண முடிகிறதா?
2. நீங்கள் தூண்டப்படும் போது அல்லது காயப்பட்டிருக்கும்போது மேற்கொள்பவரின் மனநிலையை வளர்த்துக் கொள்வதற்கு என்ன செய்வீர்கள்?
3. உங்களுடைய மேற்கொள்பவரின் ஆவிக்கு உணவளிக்கும் விதமாக என்னவிதமான வெற்றிகளை நீங்கள் பெற்றுள்ளீர்கள்?

தினசரி முடிவு:

- மேற்கொள்பவரின் ஆவியை உடையவராக இருப்பதற்கு வேண்டியவைகளை செய்ய முடிவெடுங்கள். [கடினமான பகுதி என்னவென்றால் அந்த ஆவியானது பாடுகள் என்கிற கிணற்றிலிருந்து தான் கட்டப்படுகிறது]
- கடந்த 24 மணி நேரத்தில் – இன்றைக்கு நீங்கள் விபசாரப் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டுள்ளீர்களா? இல்லையென்றால் இன்னொருவரிடம் அதைப் பற்றிக் கூறினீர்களா?

தினசரி சரிபார்ப்பு:

- ஒரு மேற்கொள்பவராக இருப்பதைப் பற்றியும் காலம் செல்ல அது எப்படித் தோன்றுகிறது என்பது பற்றியும் விவாதம் நடத்துங்கள்.
- எந்த விபசார தூண்டுதல்களையும் அல்லது நாள் முழுவதும் அனுபவிக்க தூண்டுகிறதையும் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.
- இன்றைக்கு நீங்கள் கடந்து சென்ற எந்த கஷ்டத்தையும் அல்லது எதிர்மறை உணர்வுரீதியிலான அனுபவங்களையும் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

நாள் 33

நடைமுறை செயல்பாடு #1

இன்றைக்கு நாம் தாவீதின் அரண்மனையில் வாழ்ந்த இரண்டு பருவமடைந்த நபர்களான அம்மோன் மற்றும் தாமாரைப் பற்றி வேதாகமத்தில் சொல்லப்பட்டுள்ள கதையைப் பார்க்க இருக்கிறோம். இந்த சூழ்நிலையில் நாம் என்ன கற்றுக் கொள்கிறோமோ அதை செயல்படுத்துவோம். அது, அனைத்து விபசாரப் பாவங்களும் நடத்திசெல்லக் கூடிய சொல்லமுடியாத கொடூரமான சோக சம்பவமாக முடிந்து விட்டது. ஒருவேளை விபசாரப் பாவத்தை அம்மோன் அல்லது யோனதாப் சற்று மும்முரமாக எடுத்துக் கொண்டிருந்தாலும் நீதியான முறைமைகளை தேடியிருந்தாலோ நடந்த அனைத்து சேதங்களும் தவிர்ந்திருக்கலாம். 2.சாமுவேல் 13:1-33

செயல்பாடு கேள்விகள் :

1. அம்மோன் தாமாருடன் உறவுக் கொள்ள முடியாததால் சோகமடைந்த போது அவன் என்ன செய்திருந்திருக்க வேண்டும்?
2. இந்த சூழ்நிலையில் உணர்வுரீதியான புத்திசாலிதனம் எப்படி உதவியிருக்க முடியும்?
3. யோனதாப் ஒரு நல்ல சரிபார்ப்பு கூட்டாளியாக இருந்திருந்தால், அம்மோனை காப்பாற்றுவதற்கும் எச்சரிப்பதற்கும் என்ன சில காரியங்கள் செய்திருக்கலாம்?
4. ஒருவேளை அம்மோன், தாமார் அல்லது யோனதாப் எல்லைகளை புரிந்திருந்தால் அம்மோனுக்கும் அவனுடைய சகோதரிக்கும் இடையில் என்னவிதமான எல்லைகளை எழுப்பியிருக்க முடியும்?
5. தாமாருக்கு விரோதமாக அம்மோன் பாவம் செய்த பின்னர் நீதியைக் குறித்து கவலையுள்ள மனுஷன் என்ன செய்திருக்க வேண்டும்?
6. இந்த நிகழ்வில் தாவீதின் உணர்ச்சிவச நிலைகள் மற்றும் (கண்டிப்புடன் இல்லாமை அல்லது கண்டிப்புடன் இருப்பதில் ஏற்பட்ட தோல்வி) எப்படி செயல்பட்டது?
7. இருதயத்தை எப்படி கையாள வேண்டும் என்பது புரியாமலிருந்ததினால் என்ன விலை கொடுக்க வேண்டியிருந்தது?

தினசரி முடிவு:

- விபசார பாவத்தை பொறுத்த வரையில் உங்கள் வாழ்க்கை பாதிக்கப் படாமல் இருப்பதற்கும் சோகத்தில் முடிந்து போகாமல் இருப்பதற்கும் ஏற்ற எல்லைகளை நியமிப்பதை பற்றி முடிவெடுங்கள்.
- கடந்த 24 மணி நேரத்தில் – இன்றைக்கு நீங்கள் விபசாரப் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டுள்ளீர்களா? இல்லையென்றால் இன்னொருவரிடம் அதைப் பற்றிக் கூறினீர்களா?

தினசரி சரிபார்ப்பு :

- அம்மோன் மற்றும் தாமாரைப் பற்றி விவாதம் நடத்துங்கள். இந்த கதையிலிருந்து என்ன உட்கருத்துகளை பெற்றுக் கொள்கிறீர்கள்.
- எந்த விபசார தூண்டுதல்களையும் அல்லது நாள் முழுவதும் அனுபவிக்க தூண்டுகிறதையும் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

- இன்றைக்கு நீங்கள் கடந்து சென்ற எந்த கஷ்டத்தையும் அல்லது எதிர்மறை உணர்வுரீதியிலான அனுபவங்களையும் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

நாள் 34

நடைமுறை செயல்பாடு # 2

இன்றைக்கு நாம் குறிப்பிடக்கூடிய வித்தியாசமான விளைவைக் கொண்ட இன்னுமொரு விபசாரப் பாவ தூண்டுதலைப் பற்றி பார்க்க இருக்கிறோம். நாம் யோசேப்பு மற்றும் போத்திபாரின் மனைவியைப் பற்றிய கதையை படிக்க போகிறோம். அவர் திடீரென்று தாக்கப்பட்டும் அனைத்து சரியான காரியங்களையும் செய்தார். வாசியங்கள் **ஆதியாகமம் 39:1-23**

தினசரி பிரதிபலிப்பு :

- ஏன் தேவன் யோசேப்பு செய்த அனைத்து காரியங்களையும் ஆசிரவதித்தார்?
- என்ன சில காரணங்களினால் யோசேப்பு போத்திபாரின் மனைவி எடுத்த முன் முயற்சிகளுக்கு மறுப்பு சொன்னார்?
- யோசேப்பின் ஆராதனை வாழ்க்கையில் தேவனுடனான உறவுமுறையை விபசாரமில்லா பரிசுத்த வாழ்க்கையோடு எந்த சில காரியங்கள் இணைத்தன?
- யோசேப்பு தன்னைப் பாதுகாத்துக் கொள்ள என்ன எல்லைகளை வைத்திருந்தார்?
- யோசேப்பு தன்னுடைய சூழ்நிலையில் என்னவிதமான சில உணர்வுகளைக் கடந்து சென்றிருக்கக்கூடும்?
- ஏன் யோசேப்பு தன்னை விபசாரப் பாவத்தில் ஆறுதல் படுத்திக்கொள்ளாமல் அவருடைய உணர்வுகளை மேற்கொள்ள முடிந்தது என நீங்கள் நினைக்கிறீர்கள்?
- யோசேப்பு சிறைக்கு சென்ற பொழுதும் ஏன் அவரை வெற்றியாளராகக் கருதுகிறீர்கள்?

தினசரி முடிவு :-

- யோசேப்பின் உத்வேகத்துடன் எல்லா விபசார தூண்டுதல்களையும் எதிர்ப்பது என முடிவெடுங்கள்.
- கடந்த 24 மணி நேரத்தில் – இன்றைக்கு நீங்கள் விபசாரப் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டுள்ளீர்களா? இல்லையென்றால் இன்னொருவரிடம் அதைப் பற்றிக் கூறினீர்களா?

தினசரி சரிபார்ப்பு :

- யோசேப்பையும் அவர் பரிசுத்தமாக இருப்பதற்கு செய்த வித்தியாசமான காரியங்களையும் பற்றி விவாதம் நடத்துங்கள்.
- எந்த விபசார தூண்டுதல்களையும் அல்லது நாள் முழுவதும் அனுபவிக்க தூண்டுகிறதையும் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.
- இன்றைக்கு நீங்கள் கடந்து சென்ற எந்த கஷ்டத்தையும் அல்லது எதிர்மறை உணர்வுரீதியிலான அனுபவங்களையும் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

நாட்கள் 35-42

உங்களுடைய பாவங்களை எதிர்கொள்ளுங்கள்

விபசார வரலாறு குறிப்பேடு பணி

நம்முடைய அடிமைத்தன வாழ்க்கை முறையினால் ஏற்பட்டுள்ள சேதம் மற்றும் பிரச்சனையின் ஆழத்தை நிறுத்தி விபசார அடிமைத்தனத்திலிருந்து மீண்டு வருவதே அடுத்த பணியாகும். சில நேரங்களில் நம்முடைய மனதில் கவர்ச்சிகரமாகவும் துள்ளலுடனும் உணர்ந்தாலும் அது உண்மையில் எப்பொழுதும் நம்முடைய தேவனுடனான உறவையும் யாரோ ஒருவருடன் கொண்டுள்ள உறவையும் கெடுப்பதாக அமையும். நாம் இன்றைக்கும் முற்றிலுமாக விடுதலை அடைய விரும்புவோமேயானால் நம்முடைய அடிமைத்தனத்தை பற்றிய உண்மையை எதிர்கொள்வதும், அதன் அழிவிற்குரிய தன்மையை பற்றி கற்றுக் கொள்வதும் உண்மையில் நாம் எவ்வளவு பெலனீர்கள் என்று ஒப்புக்கொடுப்பதும் அவசியமானதாகும்.

தேவனுடைய திட்டத்தின் ஒரு பகுதி என்னவென்றால் வாழ்க்கையானது மிகவும் வலி நிறைந்ததும் கடினமானதும் என்றாலும் அந்த சவால்கள் நம்மை வளர்ப்பதற்கு உதவக்கூடியதாகும். இந்த சவால்களுக்கு எப்பொழுது விபசாரப் பாவத்தை மருந்தாக ஆக்குகிறோமோ நாம் மிக மோசமாக ஆவிக்குரிய வியாதிக்கு ஆளாகிறோம். நாம் வளர்வதற்காக அனுப்புகிற சவால்களை தவிர்ப்பதற்காகவும், குறைப்பதற்காகவும், தப்பிப்பதற்காகவும் நம்முடைய அனைத்து ஆற்றல்களையும் பயன்படுத்தக்கூடிய காரணங்களால் நம்முடைய வாழ்க்கை அடிக்கடி குழப்பமடைகிறது. தேவன் **கலாத்தியர் 6:7-8**ல்

7. “மோசம் மோசம் போகாதிருங்கள், தேவன் தம்மைப் பரியாசம் பண்ணவொட்டார்; மனுஷன் எதை விதைக்கிறானோ அதையே அறுப்பான்.

8. தன் மாம்சத்திற்கென்று விதைக்கிறவன் மாம்சத்தினால் அழிவை அறுப்பான்; ஆவிக்கென்று விதைக்கிறவன் ஆவியினாலே நித்திய ஜீவனை அறுப்பான். “

இங்கே நம்மை நம்முடைய இரட்சிப்பில் வளர விடாமல் தள்ளி வைக்கிற அடிமைத்தனத்தின் அச்சுகளை நாம் வெளிச்சத்திற்கு கொண்டுவர முயல்கிறோம். 1.யோவான் 1:5 சொல்கிறது.

5.” தேவன் ஒளியாயிருக்கிறார், அவரில் எவ்வளவேனும் இருளில்லை; இது நாங்கள் அவரிடத்தில் கேட்டு உங்களுக்கு அறிவிக்கிற விசேஷமாயிருக்கிறது.”

பாவ அறிக்கை வல்லமையுள்ளது என்றாலும், இலக்கானது பாவ அறிக்கை நேரத்தை விட அதிகமாகும்.

யாக்கோபு 5:16

16.”நீங்கள் சொஸ்தமடையும்படிக்கு, உங்கள் குற்றங்களை ஒருவருக்கொருவர் அறிக்கையிட்டு, ஒருவருக்காக ஒருவர் ஜெபம் பண்ணுங்கள்.”

இலக்கு என்னவென்றால் நம்முடைய அடிமைத்தனத்தைப் பற்றி நாம் கொண்டிருக்கிற சாக்கு போக்குகளையும், நம்முடைய நிலைமையைப் பற்றிய முழுவதுமான நம்பிக்கையற்றத் தன்மையையும், அதற்கான காரணங்களின் அச்சுகளை அடையாளம் காண்பதுமாகும். மேலும் நம்முடைய பாவம் ஏற்படுத்தியிருக்கிற அழிவை காண்பதனால் மாற்றத்திற்கான நம்முடைய தேவையையும் தேவனின் அவசரத்தையும் நம்மால் உணர முடியும்.

நாம் என்னசெய்ய வேண்டுமென்றால் நம்முடைய விபசாரப் பாவத்தை பற்றி நமக்கு நினைவில் உள்ள வரை விவரமாக ஒரு குறிப்பேட்டை எழுத வேண்டும். நம்முடைய கடந்த காலத்தைப் பற்றி மேம்போக்காகவோ அல்லது அழகுபடுத்தியோ எழுதக்கூடாது. நாம் என்ன செய்தோம் என்பதை வெறுமனே உண்மைகளை அப்படியே எழுத வேண்டும். மேலும் நாம் கொடுத்த சாக்குபோக்குகளையும், நம்முடைய செயல்களால் உண்டான விளைவையும், நம்முடைய பாவகரமான வாழ்க்கை முறையினால் உண்டானதாக நாம் உணர்கிற விளைவுகளையும் எழுத வேண்டும். பின்னர் அந்த குறிப்பேட்டை யாராவது ஒருவரிடம் பகிர்ந்து கொள்வதன் மூலம் நாம் எங்கிருக்கிறோம் என்பதை முழு மும்முரத்துடன் தழுவிக்கொள்ளவும், நம்முடைய அடிமைத்தனத்தின் உண்மை நிலையோடு தொடர்பு கொள்ளவும் உதவும்.

ரோமர் 7:21 சொல்கிறது, 21“ ஆனபடியால் நன்மை செய்ய விரும்புகிற என்னிடத்தில் தீமையுண்டென்கிற ஒரு பிரமாணத்தைக் காண்கிறேன்.

24. நிர்ப்பந்தமான மனுஷன் நான்! இந்த மரண சரீரத்தினின்று யார் என்னை விடுதலையாக்குவார்?

25. நம்முடைய கரத்தராகிய இயேசு கிறிஸ்து மூலமாய்த் தேவனை ஸ்தோத்தரிக்கிறேன். ஆதலால் நானே என் மனதினாலே தேவனுடைய நியாயப்பிரமாணத்துக்கும், மாம்சத்தினாலையோ பாவப்பிரமாணத்துக்கும் ஊழியஞ்செய்கிறேன்.”

தினசரி முடிவு :

- உங்களுடைய விபசாரப் பாவ வரலாற்றை எழுத வேண்டும் என்று அர்ப்பணித்துக் கொள்ளுங்கள்.
- கடந்த 24 மணி நேரத்தில் – இன்றைக்கு நீங்கள் விபசாரப் பாவத்திலிருந்து விடுபட்டுள்ளீர்களா? இல்லையென்றால் இன்னொருவரிடம் அதைப் பற்றிக் கூறினீர்களா?

தினசரி சரிபார்ப்பு :

- உங்களுடைய கூட்டாளியோடு உங்களுடைய குறிப்பேட்டை எழுத ஆரம்பிப்பதைப் பற்றியும் எழுதுவதைப் பற்றி உங்களுக்கு இருக்கும் ஏதேனும் சந்தேகத்தைப் பற்றியும் பேசுங்கள்.
- எந்த விபசார தூண்டுதல்களையும் அல்லது நாள் முழுவதும் அனுபவிக்க தூண்டுகிறதையும் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.
- இன்றைக்கு நீங்கள் கடந்து சென்ற எந்த கஷ்டத்தையும் அல்லது எதிர்மறை உணர்வுரீதியிலான அனுபவங்களையும் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

உங்களுடைய விபசார வரலாற்றுக் குறிப்பேட்டை எழுதுவது பற்றி...

- உங்களுடைய முக்கியமான நினைவுகளை ஆவியானவர் திறந்து விடும்படி ஜெபியுங்கள்.
- நேர்மையாக இருப்பதற்குரிய தைரியத்திற்காக ஜெபியுங்கள்.
- அமைதியான நேரங்களில் இரண்டு மணி நேரமாவது ஒரே தடவையில் ஒதுக்க முயற்சி செய்யுங்கள்.
- ஒருவேளை உங்களுடைய விபசார அடிமைத்தனம் பற்றி எழுதுவது நீண்ட நேரம் எடுக்குமானால் இந்தப் பயிற்சியை முடிக்க பல கட்டங்களாக நேரம் ஒதுக்க வேண்டியிருக்கும்.
- புத்தம் புதிய தாள்களையோ அல்லது ஏட்டையோ பயன்படுத்துங்கள்.
- உங்களுடைய விபசார பாவத்தின் அனுபவங்களை ஆரம்பக் கால நினைவுகளிலிருந்து தற்சமயம் வரை எவ்வளவுக்கு நினைவு கூறமுடியுமோ அவ்வளவையும் எழுதுங்கள். (அவைகளை நாள் வரிசை கிரமமாக துல்லியமாக எழுதப் பாருங்கள். அதன் மூலம் பாவத்தின் வளர்ச்சியை நீங்கள் காண முடியும்.)
- அதனுடன் கூடவே சரியான காரியங்கள் மீதும் நீங்கள் கவனம் செலுத்துகிறீர்கள் என்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளும் படி அறிவுரைகளை கேட்பது ஞானமிருந்த செயலாகும்.

அனுபவங்களை பின்வரும் முறைமையில் எழுதுங்கள்:

- என்ன விபசாரப் பாவம் நீங்கள் செய்தீர்கள்?
- நீங்கள் செய்ததற்கு என்ன எதிர் விளைவு ஏற்பட்டது?
- எதிர் விளைவின் போதும் அதற்கு பின்னும் நீங்கள் எப்படி உணர்ந்தீர்கள்?

உதாரணத்திற்கு :

என்ன?

- நான் வேலையிலிருந்து ஓய்வு எடுப்பதை விடுத்து, பின்னிர்வு வரை விழித்திருந்து இணைய தளத்தில் ஆபாசப்படம் பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறேன்.
- நான் என்னுடைய கடன் அட்டை எண்ணை கொடுத்து விட்டேன்.

ஏன்?

- நான் சலிப்பாக இருந்தேன்.
- நான் மன அழுத்தத்திலிருந்து விடுபட்டுக் கொண்டிருக்கிறேன்.
- நான் கவலையற்றும் கட்டுப்பாடின்றியும் உணர்ந்தேன்.

உணர்வுகளும் எதிர் விளைவுகளும்:

- அடுத்த நாள் நான் செய்ததற்காக சொல்லி மானாத அளவிற்கு அவமானமாக உணர்ந்தேன்.
 - என்னுடைய கடன் அட்டை ரசீது தொகை \$250 ஐ எட்டியதை பார்த்தவுடன் வேதனை தரும் எரிச்சல் அடைந்தேன்.
 - எனக்கும் என் குடும்பத்துக்கும் இடையே இடைவெளியை உணர்ந்தேன்.
 - நான் மீண்டும் அதே அறிவில்லாத காரியத்தைக் குறித்து, எனக்கு நானே முட்டாள்தனமாகவும் கோபமாகவும் உணர்ந்தேன்.
 - எப்போது நான் கற்று கொள்வேன்?
- ஒரு முறை குறிப்பேட்டை எழுது விட்டீர்களானால் அதை மாற்ற முயற்சிக்காதீர்கள். நீங்கள் அதை வாசிக்கும் வரைக்கும் அப்படியே விட்டு விடுங்கள்.
 - உங்களுடைய குறிப்பேட்டை எழுதும் போது நேர்மையிலும் மற்றும் துல்லியத்திலும் கவனம் செலுத்துங்கள்.
 - உங்களுடைய குறிப்பேட்டை யாரோ ஒருவருக்கு வாசித்துக் காட்டுவீர்கள் என்ற உண்மையை உங்களுடைய மனதிற்கு வெளிப்படுத்த முயற்சி செய்யுங்கள்.

உங்களுடைய குறிப்பேட்டை பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்:

- நீங்கள் மதிக்கக்கூடிய மற்றும் ஆவிக்குரிய விதத்தில் நம்பக்கூடிய ஒருவரைக் கண்டுபிடித்து, அவரிடம் உங்களுடைய விபசார வரலாற்றுக் குறிப்பேட்டை பகிர்ந்துக் கொள்ளலாமா எனக் கேளுங்கள்.
- அவர்களுடன் ஒரு மணி நேரமோ அல்லது இரண்டு மணி நேரமோ என்றைக்கு சந்திப்பது என முடிவு செய்து அதை உங்களுடைய நாட்காட்டியில் முன் குறித்துக் கொள்ளுங்கள். எந்த தொந்தரவும் இல்லாதபடி அமைதியான இடத்தில் சந்திப்பது என உறுதி செய்துக் கொள்ளுங்கள்.
- நீங்கள் அமர்ந்தவுடன் ஜெபத்துடன் துவங்குங்கள்.
- உங்களுடைய குறிப்பேட்டை துவக்கத்திலிருந்து இறுதி வரை வாசியுங்கள்.

கேட்பவருக்கான ஆலோசனைகள்:

எப்பொழுது ஒருவர் இது போன்று குறிப்பேட்டுடன் திறந்த மனதுடன் இருக்கிறார்களோ அப்பொழுது நாம் எதனாலும் அல்லது யாராலும் தொந்தரவு வராமல் அதை பரிசுத்தமான நேரமாக கருத வேண்டும்.

கடைபிடிக்க வேண்டிய காரியங்கள்:

- மனப்பான்மையின் மும்முரத்தைப் பற்றி கவனிக்க வேண்டும்.
- கவர்ச்சிகரமாக உள்ளதா என கவனிக்க வேண்டும்.
- குறிப்பேடு விதிமுறைகளின் படி எழுதப்பட்டுள்ளதா என கவனிக்க வேண்டும்.
- சுருக்கமாக்கப் பட்டுள்ளதா என கவனிக்க வேண்டும்.

- முழுமைத் தன்மையுடன் எழுதப்பட்டுள்ளதா என கவனிக்க வேண்டும்.
- மிகைப்படுத்தப் பட்டுள்ளதா என கவனிக்க வேண்டும்.
- ஒருவர் முழு இருதயம் கொடுத்து எழுதுயுள்ளார் என்றால் உற்சாகப்படுத்துங்கள்.
- குறிப்பேடு செய்த பாவத்திற்கு சுயப் பொறுப்பு எடுத்து கொள்வதில் கவனம் செலுத்தப்பட்டுள்ளதா அல்லது சுயப் பரிதாபத்தில் கவனம் செலுத்தப்பட்டுள்ளதா என பாருங்கள்.

முடிவுரை:

என்னுடைய உண்மையான ஜெபம் என்னவென்றால் இந்த ஜெபவேளைகளைக் கடந்து சென்றப் பின்னர் வசனங்கள் மற்றும் செயல்பாடுகள் இரண்டும் உங்களை உங்களுடையப் பாவங்களிலிருந்து விடுவிப்பதுடன் இன்னும் அதிக வல்லமையுள்ள வழியில் தேவனை அனுபவப் பூர்வமாக உணர்வதாகும்.

ஒவ்வொரு நாளும் நம்மைச் சுற்றி தூண்டுதல்கள் உள்ள நிலையில் விபசாரப் பாவத்தின் மீது நேர்த்தியான வெற்றி பெறுவதைப் போல வேறு எதுவும் இருக்க முடியாது. நாம் சிறப்பாய் தேர்ச்சி அடைந்தவர்களாகவும் இன்னும் அதிகமாக நேரத்தோடு போராட ஊக்குவிக்கப் பட்டவர்களாகவும் இருக்க முடியும்.

ஒரு நபர் உண்மையிலேயே வெறும் விபசாரப் பாவ செயல்களாகிய சுய இன்பம், ஆபாசப்படம் மற்றும் விபசாரம் போன்ற பாவங்களிலிருந்து மட்டும் தேறி வருவது மட்டுமல்ல, அவர் தன்னுடைய விடுதலைக்கான காரணத்தையும் தெரிந்துக் கொள்கிறார். அவர் தேவன் வல்லமையின் ஊற்று என்றும் விபசாரப் பாவம் என்பது பிரதானப் பிரச்சனையல்ல என்றும் தேவனுடனான உறவிலுள்ள பிரச்சனையின் அடையாளம் தான் என்றும் உணர்ந்துக் கொள்கிறார். தேவன் மீண்டு வருகின்ற ஒரு நபரிடமிருந்து விபசாரப் பாவத்தை நீக்கிப் போட விரும்புகிறார். அதனால் அவர் தொடர்ந்து காட்டுகின்ற மாற்றத்தின் முன்னேற்றம் வெட்ட வெளிச்சமாய் தெரியும். தேவன் உணர்வுபூர்வமான தகப்பனாக இருந்து நாம் கிறிஸ்துவைப் போல மாறுவதை ஆர்வமுடன் பார்க்க விரும்புகிறார். விபசாரப் பாவம் தேவன் நம்முடைய வாழ்க்கையில் கொண்டிருக்கிற நோக்கத்தை எரிச்சலடையச் செய்கிறது.

இந்த பயிற்சிகளை பல முறை செய்துப் பார்க்க தயங்க வேண்டாம். ஏனென்றால் மீண்டு வருவதின் மிகப் பெரிய பகுதியே நீங்கள் யாருடன் சேர்ந்து மீள்கிறீர்கள் என்பதில் தான் இருக்கிறது. நீங்கள் புது கூட்டாளியை கண்டடைந்து புத்தம் புது கண்ணோட்டத்தைப் பெற முடியும். நீங்கள் ஏற்கனவே விடுவிக்கப் பட்டிருந்தாலும் அல்லது விடுவிக்கப்பட முயற்சித்துக் கொண்டிருந்தாலும் என்னுடைய இறுதி உற்சாகமூட்டும் வார்த்தை என்னவென்றால் “எப்பொழுதும் விட்டுக் கொடுக்காதீர்கள்” என்பதே. தேவனோடு நீங்கள் தோற்றுப் போக முடியும் என்றால் அது நீங்கள் விட்டுக் கொடுப்பதன் மூலம் மட்டும் தான். ஆகவே, நாம் உறுதியாக கிறிஸ்து சொன்ன வாக்குத்தத்தை பிடித்துக் கொள்வோம்.

மத்தேயு 5:6 “நீதியின் மேல் பசி தாகமுள்ளவர்கள்; அவர்கள் திருப்தியடைவார்கள்.”