The Heart
இருதயம்

தேவனே, எங்கள் இருதயங்கள் உங்களுக்காக
உருவாக்கப்பட்டுள்ளன, அவை உங்களில்
ஓய்வெடுக்கும் வரை அவை அமைதியற்றவை.
-அகஸ்டின்

Devotion book

இருதயத்தில் சுத்தமுள்ளவர்கள் — நாள் 1

மத்தேயு 5: 8 இருதயத்தில் சுத்தமுள்ளவர்கள் பாக்கியவான்கள்; அவர்கள் தேவனைத் தரிசிப்பார்கள்.

ஏதாவது ஒன்று தூய்மையானது என்று நமக்கு எப்படித் தெரியும்? தண்ணீர் பார்ப்பதற்கு தெளிவாக இருந்தால் அது சுத்தமானது என்று சில நேரங்களில் நாம் புரிந்துகொள்கிறோம். பால் தூய்மையானது என்று அதை ருசித்த பிறகு நாம் கூறலாம். எனவே ஏதாவது ஒன்றை தூய்மையானது என்று கூற நமக்கு வெவ்வேறு முறைகள் உள்ளன.

எல்லாவற்றிலும், எல்லா சூழ்நிலையிலும் மற்றும் அனைத்து உறவுமுறைகளிலும் நம்மால் தேவனைக் காண முடிந்தால் , நமக்கு தூய்மையான இருதயம் இருக்கிறது என்று சொல்ல முடியுமா.....?

__(தீத்து 1:15)__ சுத்தமுள்ளவர்களுக்குச் சகலமும் சுத்தமாயிருக்கும்; அசுத்தமுள்ளவர்களுக்கும் அவிசுவாசமுள்ளவர்களுக்கும் ஒன்றும் சுத்தமாயிராது; அவர்களுடைய புத்தியும் மனச்சாட்சியும் அசுத்தமாயிருக்கும்.

__(பிரசங்கி 7:14)__ வாழ்வுகாலத்தில் நன்மையை அநுபவித்திரு, தாழ்வுகாலத்தில் சிந்தனைசெய்; மனுஷன் தனக்குப்பின் வருவதொன்றையும் கண்டுபிடியாதபடிக்கு தேவன் இவ்விரண்டையும் ஒன்றுக்கொன்று எதிரிடையாக வைத்திருக்கிறார்.

__செயல்முறை:-__
நீங்கள் எதிர்கொள்ளும் கடினமான சூழ்நிலைகளைப் பற்றி சிந்திக்க நேரம் ஒதுக்கி, தேவன் அதை ஏன் அனுமதித்தார் என்பதைக் கண்டறியவும்.

உங்கள் வாழ்க்கையில். நீங்கள் எதிர்கொள்ளும் எல்லாவற்றிலும் தேவனைக் காண அவரிடம் உதவி கேளுங்கள்.

ஒரு உயர்ந்த நல்ல இருதயம் — நாள் 2

__லூக்கா 8:15__
15. நல்ல நிலத்தில் விதைக்கப்பட்டவர்கள் வசனத்தைக் கேட்டு, அதை உண்மையும் நன்மையுமான இருதயத்திலே காத்துப் பொறுமையுடனே பலன் கொடுக்கிறவர்களாயிருக்கிறார்கள்.

ஒரு உன்னதமான மற்றும் நல்ல இதயமானது ஒரு பயிரை உற்பத்தி செய்கிறது. அதிக விடாமுயற்சியினால் ஒரு பயிர் உற்பத்தி செய்யப்படுகிறது. அந்த விதைகளை எல்லா சூழ்நிலைகளிலும் மண் தக்க வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

__(யாக்கோபு 5: 7)__ இப்படியிருக்க, சகோதரரே, **கர்த்தர்** வருமளவும் நீடிய பொறுமையாயிருங்கள். இதோ, பயிரிடுகிறவன் பூமியின் நற்பலனை அடையவேண்டுமென்று, முன்மாரியும் பின்மாரியும் வருமளவும், நீடிய பொறுமையோடே காத்திருக்கிறான்.

தேவனுடைய வார்த்தையே விதை. அதைக் கேட்க நாம் தயாராக இருக்கிறோமா, அதைத் தக்க வைத்துக் கொள்ள தயாரா...?

செயல்முறை:-

உங்கள் வாழ்க்கையில் உங்களை பாதித்ததும், நீங்கள் அதை தக்க வைத்துக் கொண்ட காரணத்தால் உங்களிடம் பெரிய பலன்களை உற்பத்தி செய்ததும் மற்றும் நீங்கள் நினைவில் வைத்திருக்கும் குறைந்தபட்சம் ஐந்து வசனங்களை எழுதுங்கள். அந்த வசனங்களின் மூலம் தேவன் உங்கள் வாழ்க்கையில் உங்களுடன் பேசியதற்கு நன்றி செலுத்துங்கள்.

வாழ்க்கையின் ஜீவஊற்று — *நாள் 3*

நீதிமொழிகள் 4:23

23. எல்லாக் காவலோடும் உன் இருதயத்தைக் காத்துக்கொள், அதினிடத்தினின்று ஜீவஊற்று புறப்படும்.

ஜீவஊற்று என்பதன் அர்த்தம்- ஏதோவொன்றிலிருந்து வரக்கூடிய அல்லது தொடங்கக்கூடிய மற்றும் தொடர்ச்சியாக விநியோகிக்ககூடிய இடமாகும்.
ஒரு சிறந்த வாழ்க்கையை நாம் வாழ விரும்பினால், நம் இருதயம் முக்கியம். இருதயம் தொடர்ந்து வழங்கவேண்டும்.

நம்முடைய இருதயம் திடீரென துடிப்பதை நிறுத்தினால் எப்படியிருக்கும் என்று கற்பனை செய்து பாருங்கள். அது நம் இருதயமாக இருந்தாலும் சரி, நம்முடைய குடும்ப உறுப்பினர்களின் இருதயமாக இருந்தாலும் சரி அல்லது வேறு யாருடையதாக இருந்தாலும் சரி அது ஆபத்தானது. அந்த உடலின் இருதயத்தை பாதுகாக்க எத்தகைய விழிப்புணர்வை நாம் காணவும் கேட்கவும் வேண்டியுள்ளது.
அதேபோல், நம்முடைய ஆத்மீக இருதயமும் திடீரென நிறுத்தப்படுவதற்கான வாய்ப்பு உள்ளது. அது நிறுத்தப்பட்டால் மிகவும் ஆபத்தாகிவிடும். நம்முடைய ஆன்மீக இருதயத்தைக் பாதுகாக்க நாம் எவ்வளவு முயற்சிகள் செய்கிறோம்?

எல்லாக் காவலோடும் உன் இருதயத்தைக் காத்துக்கொள், என்று வேதம் கூறுகிறது.

செயல்முறை:-

*நம்முடைய சரீர இருதயத்தை 24 * 7 மணிநேரம் வேலை செய்ய வைத்த தேவனுக்கு நன்றி செலுத்துங்கள். அவருடைய சித்தத்தின்படி ஆத்மீக இருதயத்தை பாதுகாக்க தேவனிடம் உதவி கேட்டு ஜெபியுங்கள்.*

இருதயத்திற்கு மகிழ்ச்சி — *நாள் 4*

நீதிமொழிகள் 27: 9

9. பரிமளதைலமும் சுகந்ததூபமும் இருதயத்தைக் களிப்பாக்குவதுபோல, ஒருவனுடைய சிநேகிதன் உட்கருத்தான ஆலோசனையினால் பாராட்டும் இன்பமானது களிப்பாக்கும்.

நீதிமொழிகள் 15:30

30. கண்களின் ஒளி இருதயத்தைப் பூரிப்பாக்கும்; நற்செய்தி எலும்புகளைப் புஷ்டியாக்கும்.

சங்கீதம் 19: 8

8. கர்த்தருடைய நியாயங்கள் செம்மையும், இருதயத்தைச் சந்தோஷிப்பிக்கிறதுமாயிருக்கிறது; கர்த்தருடைய கற்பனை தூய்மையும், கண்களைத் தெளிவிக்கிறதுமாயிருக்கிறது.

தினசரி பயன்படுத்தப்படும் வாசனை திரவியங்களை நாம் மறப்பது கடினம். நாம் ஒரு நாளைக்கு பல முறை கூட அதைப் பயன்படுத்துகிறோம். மற்றவருடைய வாசனை திரவியத்தைக் கேட்டு அதைப் பயன்படுத்த நாம் யோசிக்கமாட்டோம்.
மகிழ்ச்சியான தோற்றத்தை வெளிப்படுத்த நாம் முடிந்தவரை முயற்சி செய்கிறோம். நாம் கஷ்டப்படுவதை மற்றவர்கள் பார்க்க நாம் விரும்புவதில்லை.

நாம் நம்முடைய துக்கங்களை மறைத்து, மகிழ்ச்சியான தோற்றத்தைக் காட்ட முடிந்தால், நாம் நன்றாக உணருவோம்.
கர்த்தருடைய கட்டளைகளையே நாம் பெரும்பாலும் புறக்கணிக்கிறோம். ஆனால் இருதயத்திற்கு மகிழ்ச்சியைத் தரும் மூன்றில் மிக முக்கியமான இதுவே.
யாராவது அதை நமக்கு வழங்கினால் சில நேரங்களில் நாம் அதை நிராகரிக்கிறோம்.

செயல்முறை:-
தேவனுடைய வார்த்தையைக் கேட்பதற்கு நல்ல நேரத்தை செலவிடுங்கள். உங்கள் வேதாகம வாசிப்பிலிருந்து ஒரு வசனத்தை மனப்பாடம் செய்யுங்கள்.

பொங்கிவழியும் உங்கள் இருதயம் *நாள் 5*

லூக்கா 6:45
45. நல்ல மனுஷன் தன் இருதயமாகிய நல்ல பொக்கிஷத்திலிருந்து நல்லதை எடுத்துக் காட்டுகிறான்; பொல்லாத மனுஷன் தன் இருதயமாகிய பொல்லாத பொக்கிஷத்திலிருந்து பொல்லாததை எடுத்துக்காட்டுகிறான் இருதயத்தின் நிறைவினால் அவனவன் வாய் பேசும்.

யாரோ ஒரு முறை சொன்னார், நீங்கள் ஒரு ஆப்பிளை அழுத்தினால் ஆப்பிள் பழச்சாறு கிடைக்கும், திராட்சையை அழுத்தினால்
திராட்சை சாறு கிடைக்கும். நீங்கள் ஆப்பிள்களை அழுத்தினால் திராட்சை சாற்றைப் பெற முடியாது. எது சேமிக்கப்பட்டிருக்கிறதோ அதுதான் வெளியே வரும்.

.
நம் இருதயத்தில் சேமித்து வைக்கப்பட்டவை மட்டுமே வெளியே வரும். நாம் நல்லவற்றை சேமித்து வைத்தால், நல்ல விஷயங்கள் வெளியே வரும்.. நாம் தீயவற்றை சேமித்து வைத்தால், தீய விஷயங்கள் வெளியே வரும்.

(மத்தேயு 7: 17-18) **அப்படியே நல்ல மரமெல்லாம் நல்ல கனிகளைக் கொடுக்கும்; கெட்ட மரமோ கெட்ட கனிகளைக் கொடுக்கும். 18. நல்ல மரம் கெட்ட கனிகளைக் கொடுக்கமாட்டாது; கெட்ட மரம் நல்ல கனிகளைக் கொடுக்கமாட்டாது.**

அதேபோல் உங்கள் இருதயத்தில் என்ன சேமிக்கப்பட்டிருக்கிறது என்பதை அறிய, கடந்த ஒரு வாரம் உங்கள் வாயிலிருந்து வெளிவந்த அந்த வார்த்தைகளைப் பற்றி சிந்தியுங்கள் நாம் நல்ல விஷயங்களை சேமித்து வைப்போம்.

செயல்முறை:-
கடந்த வாரம் உங்கள் வாயில் கெட்டவார்த்தைகள் ஏதேனும் இருந்ததா? தயவுசெய்து தேவனிடம் அறிக்கையிடுங்கள் இதுபோன்ற வார்த்தைகளால் காயப்பட்ட நபரிடம் மன்னிப்பு கேளுங்கள்.

தேவனின் சொந்த இருதயத்திற்கு ஏற்றவன் — நாள் *6*

அப்போஸ்தலர் 13:22

22. பின்பு அவர் அவனைத் தள்ளி, தாவீதை அவர்களுக்கு ராஜாவாக ஏற்படுத்தி, ஈசாயின் குமாரனாகிய தாவீதை என் இருதயத்துக்கு ஏற்றவனாகக் கண்டேன்; எனக்குச் சித்தமானவைகளையெல்லாம் அவன் செய்வான் என்று அவனைக்குறித்துச் சாட்சியுங் கொடுத்தார்.

நாம் அனைவரும் தேவனுடைய இருதயத்தின் மனுஷனாகவும் மனுஷியாகவும் இருக்க விரும்புகிறோம். ஆனாலும் பெரும்பாலான நேரங்களில்,தேவன் நம்மிடம் விரும்பிய அனைத்தையும் செய்வதில் போராடுகிறோம். ஒரு வகுப்பின் தலைவராக, அணித் தலைவராக, கேப்டனாக... நாம் வழிநடத்துவதை அனைவரும் செய்ய வேண்டும் என்று நாம் விரும்பினோம்.

ஒரு தந்தையாக / தாயாக, நாம் சொல்வதை நம் குழந்தைகள் செய்ய வேண்டும் என்று விரும்பினோம்.

ஒரு மூத்த சகோதரராக/ மூத்த சகோதரியாக நம்முடைய இளைய உடன்பிறப்புகள் செய்வதை நாம் செய்ய வேண்டும் என்று விரும்பினோம். ஒரு சீஷராக இருப்பதால், தேவன் என்ன செய்ய வேண்டுமென்று விரும்புகிறாரோ அதைச் செய்ய நாம் தயாராக இருக்கிறோமா? அவர் நம்முடைய சிறந்த தந்தை, தலைவர், எஜமான் மற்றும் ஆண்டவர்.

செயல்முறை:-

தேவனுக்குக் கீழ்ப்படிய நீங்கள் போராடும் பகுதிகளை பட்டியலிடுங்கள். அந்த பட்டியலின் மூலம் தேவனுடன் நல்ல உரையாடலை மேற்கொள்ளுங்கள்

என் இருதயத்தின் தியானம் — நாள் *7*

சங்கீதம் 19:14

14. என் கன்மலையும் என் மீட்பருமாகிய கர்த்தாவே, என் வாயின் வார்த்தைகளும், என் இருதயத்தின் தியானமும், உமது சமுகத்தில் பிரீதியாயிருப்பதாக.

தியானம் செய்வது என்பது ஒருவரது மனதை ஒரு குறிப்பிட்ட காலத்திற்கு, மதரீதியான அல்லது ஆத்மீக நோக்கத்திற்காக அல்லது இளைப்பாறுதலின் முறையாகவோ கவனம் செலுத்துவதாகும் நாம் தியானிக்கிறோமா? நாம் தியானிக்கும் போது எப்படி தியானம் செய்வது? இது தேவனுக்கு பிரியமானதா?

லூக்கா 18: 9-14*-ல் உள்ள இரண்டு பேரின் சிறிய ஜெபங்களை நாம் அறிவோம். தான் எப்படி “அற்புதமாக” இருந்தேன் என்றும் மற்றவன் எவ்வளவு “மோசம்” (கெட்டவன்) என்றும் பரிசேயன் கூறினார்.*

வரி வசூலிப்பவர் தான் எவ்வளவு “மோசம்” (கெட்டவன்) என்றும் மற்றும் தேவன் அற்புதமானவர் என்றும் கூறினார். நாம் இருதயத்தில் தியானக்கும்போது, தேவன் பெரியவராகவும் அற்புதனமானவராகவும் இருக்கிறார் என்பதில் கவனம் செலுத்துகிறோமா? அல்லது நாம் எவ்வளவு பெரியவர்கள் மற்றும் அற்புதமானவர்கள் என்பதைப் பார்க்கிறீர்களா?

__*செயல்முறை:-*__
தேவன் எவ்வளவு பெரியவர், அற்புதமானவர் என்று அவரைத் துதித்து ஜெபியுங்கள். உங்களுக்கு பிடித்த சங்கீதம் ஒன்றின் மூலம் ஜெபியுங்கள்.

கவலையான இருதயம் ***நாள் 8***

__*நீதிமொழிகள் 12:25*__
25. மனுஷனுடைய இருதயத்திலுள்ள கவலை அதை ஒடுக்கும்; நல்வார்த்தையோ அதை மகிழ்ச்சியாக்கும்.

கவலை என்பதன் அர்த்தம் கவலையை உணர்வது அல்லது காண்பிப்பது, ஒரு நிச்சயமற்ற முடிவைத்தரும் ஏதோவொன்றைப் பற்றி பதற்றமாக அல்லது அசவுகரியமாக உணர்வது. தேவனிடமிருந்து நம்மைத் திசைதிருப்பப் பயன்படுத்தப்படும் மிகப்பெரிய ஆயுதம் இதுவாகும்.

இன்று நாம் எதைப்பற்றி கவலைப்படுகிறோம்? ஒரு நல்ல வேலை வேண்டும் எனவும் , திருமணம் செய்து கொள்ள வேண்டும் எனவும், அல்லது சமாதானமான திருமணம் அமையவும் அல்லது குழந்தைகளின் எதிர்காலம்…குறித்தும் கவலை இருக்கலாம்.

__*(பிலிப்பியர் 4: 6-7)*__
6. நீங்கள் ஒன்றுக்குங் கவலைப்படாமல், எல்லாவற்றையுங்குறித்து உங்கள் விண்ணப்பங்களை ஸ்தோத்திரத்தோடே கூடிய ஜெபத்தினாலும் வேண்டுதலினாலும் தேவனுக்குத் தெரியப்படுத்துங்கள்.
7. அப்பொழுது, எல்லாப் புத்திக்கும்மேலான தேவசமாதானம் உங்கள் இருதயங்களையும் உங்கள் சிந்தைகளையும் கிறிஸ்து இயேசுவுக்குள்ளாகக் காத்துக்கொள்ளும்.

__*செயல்முறை:-*__
உங்களிடம் உள்ள கவலைகள் அனைத்தையும் ஒரு புத்தகத்தில் எழுதி தேவனிடம் ஒப்படைக்கவும். ஒரு வருடம் கழித்து அவற்றைப் படிக்க முயற்சித்து, நீங்கள் தேவனை நம்பும்போது அவர் என்ன செய்திருக்கிறார் என்பதைப் பார்க்கவும்.

__*பிரசங்கி 11:10)*__ **நீ உன் இருதயத்திலிருந்து சஞ்சலத்தையும், உன் மாம்சத்திலிருந்து தீங்கையும் நீக்கிப்போடு; இளவயதும் வாலிபமும் மாயையே.**

மரத்துப்போன இருதயம் ***நாள் 9***

__*அப்போஸ்தலர் 28:27*__
27. இவர்கள் கண்களினால் காணாமலும், காதுகளினால் கேளாமலும், இருதயத்தினால் உணர்ந்து குணப்படாமலும், நான் இவர்களை ஆரோக்கியமாக்காமலும் இருக்கும்படிக்கு, இந்த ஜனத்தின் இருதயம் கொழுத்திருக்கிறது; காதுகளினால் மந்தமாய்க் கேட்டுத் தங்கள் கண்களை மூடிக்கொண்டார்கள் என்று இந்த ஜனத்தினிடத்தில் போய்ச் சொல்லு என்பதைப் பரிசுத்த ஆவி ஏசாயா தீர்க்கதரிசியைக்கொண்டு நம்முடைய பிதாக்களுடனே நன்றாய்ச் சொல்லியிருக்கிறார்.

தடித்த *(விளக்கம்): தோல் அல்லது மென்மையான திசுக்களின் அடர்த்தியான மற்றும் கடினப்படுத்தப்பட்ட பகுதி, குறிப்பாக ஒரு உராய்வுக்கு உட்பட்ட பகுதி. ஒரு மரத்துப்போன இருதயம் என்றால், உணர்ச்சி ரீதியாக கடினப்பட்டிருக்கும் தடித்த*

செயல்கள் இருதயத்திற்குள் இருக்கிறது என்று அர்த்தம். இந்த நிலையில் இருப்பது மிகவும் ஆபத்தானது. மரத்துப்போன சருமத்திற்கு எந்த உணர்வும் கிடையாது. அதேபோல்,ஒரு மரத்துப்போன இருதயதிற்க்கும் எந்த உணர்வும் இல்லை. குணமடைவது எப்படி?

தேவன்அதனை குணமாக்கும்படி, நம் கண்களால் பார்க்கவும், காதுகளால் கேட்கவும் மற்றும் நம்முடைய இருதயங்களால் புரிந்து கொள்ளவும் முயற்சி செய்ய வேண்டுமென வேதம் நம்மை அழைக்கிறது.

செயல்முறை:-

உங்கள் இதயம் மரத்துப்போய் இருக்கிறதா? ஆம் எனில்,அதற்கு சிகிச்சையளிக்க வேண்டிய நேரம் இது. தேவனுடைய வார்த்தையினால் உங்களை வழிநடத்தும் ஒருவரிடம் உங்கள் இருதயத்தைப் பற்றி பேசுங்கள்.

இருதயத்தில் சோர்ந்துபோக வேண்டாம் — நாள் 10

2 கொரிந்தியர் 4: 1,16

1. இப்படிப்பட்ட ஊழியத்தை உடையவர்களாகிய நாங்கள் இரக்கம் பெற்றிருப்பதால் சோர்ந்துபோகிறதில்லை.

16. ஆனபடியினாலே நாங்கள் சோர்ந்துபோகிறதில்லை; எங்கள் புறம்பான மனுஷனானது அழிந்தும், உள்ளான மனுஷனானது நாளுக்குநாள் புதிதாக்கப்படுகிறது.

ஒரு விளையாட்டு, வேலை அல்லது வாழ்க்கையில் இருதயத்தை இழக்கும் ஒருவரை நீங்கள் பார்த்திருக்கிறீர்களா? நாம் இருதயத்தை இழக்கும்போது எளிதாகத் காண முடியும்.நாம் இருதயத்தை இழக்கும்போது, நம்முடைய சிறந்த ஆற்றலை கொடுக்க மாட்டோம்.

தேவன் இரக்கமுள்ளவர். அவர் இன்னும் முடிந்தவரை அநேகரை இரட்சிக்க விரும்புகிறார். இன்னும் நம்மை ஊழியத்தில் பயன்படுத்த விரும்புகிறார்.
ஆனபடியினாலே நாங்கள் சோர்ந்துபோகிறதில்லை; எங்கள் புறம்பான மனுஷனானது அழிந்தும், உள்ளான மனுஷனானது நாளுக்குநாள் புதிதாக்கப்படுகிறது. ஆதலால், இருதயத்தில் நாம் சோர்ந்து போக வேண்டாம்.

(எபிரெயர் 12: 3) ஆகையால் நீங்கள் இளைப்புள்ளவர்களாய் உங்கள் ஆத்துமாக்களில் சோர்ந்துபோகாதபடிக்கு, தமக்கு விரோதமாய்ப் பாவிகளால் செய்யப்பட்ட இவ்விதமான விபரீதங்களைச் சகித்த அவரையே நினைத்துக்கொள்ளுங்கள்.

செயல்முறை:-

தேவனுடைய ஊழியத்தைச் செய்வதற்கு அவர் உங்கள் இருதயத்தில் வைத்துள்ள சில யோசனைகள் என்ன? ஒருவேளை நீங்கள் கடந்த காலத்தில் இதை செய்தவர்களாக இருக்கலாம். நீங்கள் இன்னும் அதைச் செய்துக்கொண்டிருக்கலாம். இன்று தேவனுக்கு இன்னும் சிறப்பாக செய்யுங்கள்..

மாறுபாடான இருதயம் — நாள் 11

நீதிமொழிகள் 17:20 மாறுபாடான இருதயமுள்ளவன் நன்மையைக் கண்டடைவதில்லை; புரட்டு நாவுள்ளவன் தீமையில் விழுவான்.

மாறுபாடான (விளக்கம்): நியாயமற்ற அல்லது ஏற்கதகாத ஆசையினால் திட்டமிட்டு பிடிவாதமாக நடந்து கொள்ளுதல்.

மாறுபாடான இதயம் என்பது தேவனுக்கு பிரியமில்லாத வழியில் வேண்டுமென்றே நடந்து கொள்ளுதல். எபிரெயர் 10:26-27 சத்தியத்தை அறியும் அறிவை அடைந்தபின்பு, நாம் மனப்பூர்வமாய்ப் பாவஞ்செய்கிறவர்களாயிருந்தால், பாவங்களினிமித்தம் செலுத்தத்தக்க வேறொரு பலி இனியிராமல், நியாயத்தீர்ப்பு வருமென்று பயத்தோடே எதிர்பார்க்குதலும், விரோதிகளைப் பட்சிக்கும் கோபாக்கினையுமே இருக்கும்.

(நீதிமொழிகள் 28:18) உத்தமனாய் நடக்கிறவன் இரட்சிக்கப்படுவான்; மாறுபாடான இருவழியில் நடக்கிறவனோ அவற்றில் ஒன்றிலே விழுவான்.

செய்முறை:
நம்முடைய தேசத்துக்காக ஜெபியுங்கள், நமக்குத் தெரிந்த மாறுபாடுள்ள இருதயமுடையவர்களுக்காக ஜெபிக்கவும். (நீதிமொழிகள் 11:20) மாறுபாடுள்ள இருதயமுடையவர்கள் கர்த்தருக்கு அருவருப்பானவர்கள்;

பாவிகள் மீது பொறாமைகொள்ளும் இருதயம் *நாள் 12*

நீதிமொழிகள் 23:17. உன் மனதைப் பாவிகள்மேல் பொறாமைகொள்ள விடாதே; நீ நாடோறும் கர்த்தரைப் பற்றும் பயத்தோடிரு.

பொறாமை (விளக்கம்): (வேறொருவருக்கு) சொந்தமான ஒரு தரம், உடைமை அல்லது பிற விரும்பத்தக்க விஷயங்கள் மீது வரக்கூடிய விருப்பம்.

பாவிகளிடம் நாம் பொறாமைப்படுகிறோமா, அவர்களிடம் இருப்பதை விரும்புகிறோமா? இது அறிவுறுத்தப்படத்தக்கதல்ல. (நீதிமொழிகள் 14:30) சொஸ்தமனம் உடலுக்கு ஜீவன்; பொறாமையோ எலும்புருக்கி.

தேவனுக்குப் பயப்படுவதற்காக நாம் வைராக்கியமாக இருக்கும்போது, பாவிகள்மேல் பொறாமைப்படுவதிலிருந்து நாம் விடுபடலாம்.

செயல்முறை:
73-ஆம் சங்கீதத்தைப் படித்து அதன் மூலம் ஜெபியுங்கள்.

அவிசுவாசமுள்ள பொல்லாத இருதயம் *நாள் 13*

எபிரெயர் 3:12-13 சகோதரரே, ஜீவனுள்ள தேவனை விட்டு விலகுவதற்கேதுவான அவிசுவாசமுள்ள பொல்லாத இருதயம் உங்களில் ஒருவனுக்குள்ளும் இராதபடிக்கு நீங்கள் எச்சரிக்கையாயிருங்கள். உங்களில் ஒருவனாகிலும் பாவத்தின் வஞ்சனையினாலே கடினப்பட்டுப் போகாதபடிக்கு, இன்று என்னப்படுமளவும் நாடோறும் ஒருவருக்கொருவர் புத்திசொல்லுங்கள்.

நாம் நம் கண்களையும், நம் எண்ணங்களையும் இயேசுவின் மீது வைக்காதபோது நாம் வேறு சில காரியங்களில் கவனம் செலுத்துகிறோம் என்று தான் அர்த்தம். பாவத்தின் வஞ்சகத்தால் நாம் கடினமாவதற்கு அது ஒரு பெரிய வாய்ப்பாக உள்ளது.

(எபிரெயர் 3:7-10) ஆகையால், பரிசுத்த ஆவியானவர் சொல்லுகிறபடியே: இன்று அவருடைய சத்தத்தைக் கேட்பீர்களாகில், வனாந்தரத்திலே கோபமூட்டினபோதும், சோதனைநாளிலும் நடந்ததுபோல, உங்கள் இருதயங்களைக் கடினப்படுத்தாதிருங்கள். அங்கே உங்கள் பிதாக்கள் என்னைச் சோதித்து, என்னைப் பரீட்சைபார்த்து, நாற்பது வருஷகாலம் என் கிரியைகளைக் கண்டார்கள். ஆதலால், நான் அந்தச் சந்ததியை அரோசித்து, அவர்கள் எப்பொழுதும் வழுவிப்போகிற இருதயமுள்ள ஜனமென்றும், என்னுடைய வழிகளை அறியாதவர்களென்றும் சொல்லி;

அந்த தலைமுறையினரிடம் தேவன் கோபப்படுவதை நாம் கவனிக்க முடியும். அந்த உதாரணத்தைப் பயன்படுத்தி, நம்முடைய கண்கள் மற்றும் இயேசுவைப் பற்றிய நம் எண்ணங்களை சரிசெய்ய நாம் தினமும் ஒருவரை ஒருவர் ஊக்குவிக்க வேண்டும் என்று அவர் விரும்பினார்.

செய்முறை:

உங்களுக்கு உற்சாகம் தேவையா? உங்கள் பேச்சைக் கேட்டு ஊக்குவிக்கக்கூடிய ஒருவருடன் நேரத்தைச் செலவிடுங்கள். அல்லது உற்சாகம் தேவைப்படும் ஒருவரை இன்று ஊக்குவிக்கவும். இயேசுவைப் பற்றிய நோக்கத்தையும் எண்ணங்களையும் சரிசெய்ய அவர்களை ஊக்குவிக்கவும்.

உங்கள் இருதயத்தில் இசையமையுங்கள் — *நாள் 14*

எபேசியர் 5:19-21 சங்கீதங்களினாலும் கீர்த்தனைகளினாலும் ஞானப்பாட்டுகளினாலும் ஒருவருக்கொருவர் புத்திசொல்லிக்கொண்டு, உங்கள் இருதயத்தில் கர்த்தரைப் பாடிக் கீர்த்தனம்பண்ணி, நம்முடைய கர்த்தராகிய இயேசுகிறிஸ்துவின் நாமத்தினாலே எப்பொழுதும் எல்லாவற்றிற்காகவும் பிதாவாகிய தேவனை ஸ்தோத்திரித்து, தெய்வபயத்தோடே ஒருவருக்கொருவர் கீழ்ப்படிந்திருங்கள்.

தேவன் பாடுவதை விரும்புகிறார். (செப்பனியா 3:17) உன் தேவனாகிய கர்த்தர் உன் நடுவில் இருக்கிறார்; அவர் வல்லமையுள்ளவர், அவர் இரட்சிப்பார்; அவர் உன்பேரில் சந்தோஷமாய் மகிழ்ந்து, தம்முடைய அன்பினிமித்தம் அமர்ந்திருப்பார்; அவர் உன்பேரில் கெம்பீரமாய்க் களிகூருவார்.

நீங்கள் பாடுவதை விரும்புகிறீர்களா? நீங்கள் பாட எதிர்பார்க்கிறீர்களா? நீங்கள் ஒருவருக்கொருவர் பாடல்களுடன் பேசுகிறீர்களா? சங்கீதம், துதிப்பாடல்கள் மற்றும் ஆவிக்குறிய பாடல்களுடன் நாம் ஒருவருக்கொருவர் பேசினால் எவ்வளவு சிறப்பாக இருக்கும்.

பாடுவது பலியை விட தேவனுக்கு பிரியமாகயிருக்கிறது. (சங்கீதம் 69:30-31) தேவனுடைய நாமத்தைப் பாட்டினால் துதித்து, அவரை ஸ்தோத்திரத்தினால் மகிமைப்படுத்துவேன். கொம்பும் விரிகுளம்புமுள்ள காளையெருதைப்பார்க்கிலும், இதுவே கர்த்தருக்குப் பிரியமாயிருக்கும்.

செய்முறை:
உங்களுக்கு பிடித்த 10 பாடல்களைத் தேர்வுசெய்க. சத்தமாக பாடி கடவுளைத் துதியுங்கள். ஒரு பாடலுடன் மற்றொரு சகோதரர் அல்லது சகோதரியிடம் பேசுங்கள்!

தீங்கிழைக்கும் இருதயம் — *நாள் 15*

நீதிமொழிகள் 26:24-26 பகைஞன் தன் உள்ளத்தில் கபடத்தை மறைத்து, தன் உதடுகளினால் சூதுபேசுகிறான். அவன் இதம்பேசினாலும் அவனை நம்பாதே; அவன் இருதயத்தில் ஏழு அருவருப்புகள் உண்டு. பகையை வஞ்சகமாய் மறைத்து வைக்கிறவனெவனோ, அவனுடைய பொல்லாங்கு மகா சபையிலே வெளிப்படுத்தப்படும்.

தீங்கு (விளக்கம்): ஒருவருக்கு தீங்கு விளைவிக்கும் விருப்பம் / தவறான விருப்பம். அருவருப்பானது (விளக்கம்): வெறுப்பை அல்லது வெறுப்பை ஏற்படுத்தும் ஒரு விஷயம்.

நம்முடைய இருதயங்களில் தீங்கு நிறைந்திருக்கிறதா? நம்முடைய அந்யோன்யத்திலோ அல்லது வெளியே யாருக்கும் தீங்கு செய்ய விரும்புகிறீர்களா? நம் இருதயத்தில் வஞ்சகத்தை வைத்திருக்கிறோமா?

தீத்து 3:3 ஏனெனில், முற்காலத்திலே நாமும் புத்தியீனரும், கீழ்ப்படியாதவர்களும், வழிதப்பி நடக்கிறவர்களும், பலவித இச்சைகளுக்கும் இன்பங்களுக்கும் அடிமைப்பட்டவர்களும், துர்க்குணத்தோடும் பொறாமையோடும் ஜீவனம்பண்ணுகிறவர்களும், பகைக்கப்படத்தக்கவர்களும், ஒருவரையொருவர் பகைக்கிறவர்களுமாயிருந்தோம்.

இத்தகைய தீங்கிழைக்கும் நபருடன் நாம் என்ன செய்ய வேண்டும் என்று தேவன் விரும்புகிறார்?

தீத்து 3:9-10 புத்தியீனமான தர்க்கங்களையும், வம்சவரலாறுகளையும், சண்டைகளையும், நியாயப்பிரமாணத்தைக்குறித்து உண்டாகிற வாக்குவாதங்களையும் விட்டு விலகு; அவைகள் அப்பிரயோஜனமும் வீணுமாயிருக்கும். வேதப்புரட்டனாயிருக்கிற ஒருவனுக்கு நீ இரண்டொருதரம் புத்திசொன்னபின்பு அவனை விட்டு விலகு.

செய்முறை:
நீங்கள் யாருக்கும் தீங்கு செய்ய விரும்பி இருக்கிறீர்களா? உங்கள் இருதயத்தில் உள்ள தீங்கை நீக்கி, தேவன் விரும்பியதை நீங்கள் செய்யும்படி தயவுசெய்து ஜெபியுங்கள்.

மூடனின் இருதயம் *நாள் 16*

பிரசங்கி 10:2 ஞானியின் இருதயம் வலதுகையிலும், மூடனின் இருதயமோ இடதுகையிலும் இருக்கும்.

சரியானதைச் செய்ய நாம் முனைகிறோமா? மூடனின் இருதயம் என்ன செய்கிறது என்பதற்கான பிற வசனங்களைப் பார்ப்போம்.

(1) தேவன் இல்லை என்று சொல்கிறார்கள்.
சங்கீதம் 14:1 "தேவன் இல்லை" என்று மதிகேடன் தன் இருதயத்தில் சொல்லிக்கொள்ளுகிறான். அவர்கள் தங்களைக்கெடுத்து, அருவருப்பான கிரியைகளைச் செய்துவருகிறார்கள்; நன்மைசெய்கிறவன் ஒருவனும் இல்லை.

(2) அவர்கள் நம்புவதில் மந்தமாக உள்ளனர்
லூக்கா 24:25 அப்பொழுது அவர் அவர்களை நோக்கி: தீர்க்கதரிசிகள் சொன்ன யாவையும் விசுவாசிக்கிறதற்குப் புத்தியில்லாத மந்த இருதயமுள்ளவர்களே,

(3) மூடரின் இருதயம் களிப்பு வீட்டிலே இருக்கும்.
பிரசங்கி 7:4 ஞானிகளின் இருதயம் துக்கவீட்டிலே இருக்கும்; மூடரின் இருதயம் களிப்பு வீட்டிலே இருக்கும்.

(4) மதியீனத்தைப் பிரசித்தப்படுத்தும்.
நீதிமொழிகள் 12:23 விவேகமுள்ள மனுஷன் அறிவை அடக்கிவைக்கிறான்; மூடருடைய இருதயமோ மதியீனத்தைப் பிரசித்தப்படுத்தும்.

செய்முறை:
நம்முடைய வாழ்க்கையில் ஏதேனும் பகுதிகளில் முட்டாளின் இருதயத்தை காட்டியுள்ளோமா? அதன் மூலம் ஜெபியுங்கள், ஞானமாக இருங்கள்.

இருதயம் திருக்குள்ளது *நாள் 17*

எரேமியா 17:9-10 எல்லாவற்றைப்பார்க்கிலும் இருதயமே திருக்குள்ளதும் மகா கேடுள்ளதுமாயிருக்கிறது, அதை அறியத்தக்கவன் யார்? கர்த்தராகிய நானே ஒவ்வொருவனுக்கும், அவனவன் வழிகளுக்கும் செய்கைகளின் பலன்களுக்கும் தக்கதைக் கொடுக்கும்படிக்கு, இருதயத்தை ஆராய்கிறவரும் உள்ளிந்திரியங்களைச் சோதித்தறிகிறவருமாயிருக்கிறேன்.

நமக்கு அதிகம் தெரியாத ஒரு சில கருவிகள் அதிக சிக்கலைக் கொடுத்தால் என்ன செய்வோம்? அந்த கருவியை பற்றி அறிந்த ஒருவரிடமிருந்து நாம் உதவி பெற்றுக்கொள்வோம். அதை நாமே கண்டுபிடித்து சரிசெய்ய முயற்சிப்பதை விட அதை அவர்களுக்குக் கொடுப்பது நல்லது. இது நம் பணத்தையும் நேரத்தையும் மிச்சப்படுத்தும்.

மேற்கண்ட வசனத்தில் "மகா" என்ற வார்த்தை அது சாத்தியமற்றது என்று பொருள் கொள்ளலாம். நீங்கள் எதையாவது சாத்தியமற்றது என்று புரிந்து கொள்ளாவிட்டால் அதை சரிசெய்யவோ அல்லது மாற்றங்களைச் செய்யவோ முடியாது.

தேவன் மட்டுமே எல்லா இருதயங்களுக்கும் தொழில்நுட்ப வல்லுநர். நம் இருதயத்தை அவரிடம் ஒப்படைப்பது நல்லது. சில நேரங்களில் அதை நாமே சரிசெய்ய முயற்சிக்கும்போது அதிக சேதத்தில் முடிந்துவிடும். அவரே குயவன், நாம் களிமண். நாம் எளிதில் வடிவமைக்கக்கூடிய களிமண்ணாக இருக்கிறோமா?

செய்முறை:

வாழ்க்கையில் உங்கள் இருதயம் உங்களை ஏமாற்றிவிட்ட காலங்களையும் சூழ்நிலைகளையும் பற்றி சிந்தித்துப் பாருங்கள். அந்த காலங்களில் அவரையே சார்ந்திருந்து நம்புவதற்கு உதவிய தேவனுக்கு நன்றி செலுத்துங்கள்.

பிரிக்கப்படாத இருதயம் — நாள் 18

சங்கீதம் 86:11 கர்த்தாவே, உமது வழியை எனக்குப் போதியும், நான் உமது சத்தியத்திலே நடப்பேன்; நான் உமது நாமத்திற்குப் பயந்திருக்கும்படி என் இருதயத்தை ஒருமுகப்படுத்தும்.

பிரிக்கப்படாத இருதயம் என்பது தேவனுக்கு முற்றிலும் அர்ப்பணித்த ஒன்றாகும். அத்தகைய இருதயம் நமக்கு இருக்கிறதா? அத்தகைய இருதயத்திற்காக நாம் ஜெபிக்கிறோமா?

1 கொரிந்தியரில் பவுல், தேவனுக்காக கவலையில்லாமல் கர்த்தரைப் பற்றிக் கொண்டிருக்க வேண்டுமென்ற இருதயத்தை பெறும்படி திருமணம் செய்து கொள்ள வேண்டாம் என்று மக்களை ஊக்குவிக்கிறார். 1 கொரிந்தியர் 7:35 இதை நான் உங்களைக் கண்ணியில் அகப்படுத்தவேண்டுமென்று சொல்லாமல், உங்களுக்குத் தகுதியாயிருக்குமென்றும், நீங்கள் கவலையில்லாமல் கர்த்தரைப் பற்றிக்கொண்டிருக்கவேண்டுமென்றும், உங்கள் சுயபிரயோஜனத்துக்காகவே சொல்லுகிறேன்.

ஒரு திருமணமான மனிதன் இந்த உலக விவகாரங்கள் மற்றும் அவன் மனைவியை எவ்வாறு மகிழ்விக்க முடியும் என்பதில் அக்கறை கொண்டுள்ளான். ஒற்றையர்களாகிய உங்களுக்கு தேவன் மீது பிரிக்க முடியாத பக்தி இருக்கிறதா?

2 நாளாகமம் 16:9 தம்மைப்பற்றி உத்தம இருதயத்தோடிருக்கிறவர்களுக்குத் தம்முடைய வல்லமையை விளங்கப்பண்ணும்படி, கர்த்தருடைய கண்கள் பூமியெங்கும் உலாவிக்கொண்டிருக்கிறது; இந்த விஷயத்தில் மதியில்லாதவராயிருந்தீர்; ஆகையால் இதுமுதற்கொண்டு உமக்கு யுத்தங்கள் நேரிடும் என்றான்.

செய்முறை:

பிரிக்கப்படாத இதயம் இருக்க நீங்கள் செய்ய வேண்டிய மாற்றங்கள் என்னென? நீங்கள் சிக்கியுள்ள விஷயங்களிலிருந்து விடுபடுவதற்காக ஜெபியுங்கள்.

கல்லான இருதயத்திற்கு எதிரான சதையான இருதயம் *நாள் 19*

எசேக்கியேல் 11:19 அவர்கள் என் கட்டளைகளின்படி நடந்து, என் நியாயங்களைக் கைக்கொண்டு, அவைகளின்படி செய்ய நான் அவர்களுக்கு ஏக இருதயத்தைத் தந்து, அவர்கள் உள்ளத்தில் புதிய ஆவியைக்கொடுத்து, கல்லான இருதயத்தை அவர்கள் மாம்சத்திலிருந்து எடுத்துப்போட்டு, சதையான இருதயத்தை அவர்களுக்கு அருளுவேன்.

உங்களிடம் எந்த வகையான இருதயம் இருக்கிறது என்பதை உங்களால் அடையாளம் காண முடிகிறதா? கல்லான இருதயம் அல்லது சதையான இருதயம். கல் என்றால் கடினம், சதை என்றால் மென்மையானது.

ஒரு குயவன் சில களிமண்ணை எடுத்துக்கொள்வதை கற்பனை செய்து பாருங்கள். களிமண் கடினமாகவும், வடிவமைக்கப்பட கூடாமலும் இருந்தால் அவர் என்ன செய்வார்? அவர் அதை கடினமாக அழுத்தி மென்மையாக்க எதை வேண்டுமானாலும் செய்ய முயற்சிப்பார். ஏனென்றால், அந்த களிமண்ணை ஒரு அழகான, பயனுள்ள பொருளாக வடிவமைக்க அவர் விரும்புகிறார்.

களிமண்ணில் ஏராளமான கற்கள் இருந்தால் என்ன செய்வது? அவர் அதை ஒதுக்கி எறியக்கூடும். தேவன் குயவன் என்பதால் அவர் நம்மை ஒதுக்கித் தள்ள விரும்பவில்லை. அவரால் சதையான இருதயத்தை கொடுக்க முடியும்.

<u>செய்முறை:</u>
உடைக்க கடினமாக இருக்கும் நம் இருதயத்தில் உள்ள சில கற்கள் எவை, நம் பாவங்கள், சில மரபுகள், சில நம்பிக்கைகள், சில உறவுகள்? அவற்றை மாற்றி நம் இருதயத்தை வடிவமைக்க தேவனிடம் ஜெபியுங்கள்.

உங்கள் இருதயம் எங்கே இருக்கிறது? *நாள் 20*

மத்தேயு *6:19-21* பூமியிலே உங்களுக்குப் பொக்கிஷங்களைச் சேர்த்துவைக்கவேண்டாம்; இங்கே பூச்சியும் துருவும் அவைகளைக் கெடுக்கும்; இங்கே திருடரும் கன்னமிட்டுத் திருடுவார்கள். பரலோகத்திலே உங்களுக்குப் பொக்கிஷங்களைச் சேர்த்துவையுங்கள்; அங்கே பூச்சியாவது துருவாவது கெடுக்கிறதும் இல்லை; அங்கே திருடர் கன்னமிட்டுத் திருடுகிறதும் இல்லை. உங்கள் பொக்கிஷம் எங்கேயிருக்கிறதோ அங்கே உங்கள் இருதயமும் இருக்கும்.

உங்கள் பொக்கிஷம் எங்கேயிருக்கிறதோ அங்கே உங்கள் இருதயமும் இருக்கும். நாம் கேட்க வேண்டிய கேள்வி என்னவென்றால், இன்று நாம் புபொக்கிஷமாக என்ன கருதுகிறோம்? பூமியிலுள்ள பொக்கிஷங்களிலா அல்லது பரலோகத்தில் உள்ள பொக்கிஷங்களிலா நாம் எதில் அதிக கவனம் செலுத்துகிறோம்?

பெரும்பாலும், நாம் காணும் விஷயங்களில் கவனம் செலுத்துகிறோம். காணப்படுவது தற்காலிகமானது என்பதை நினைவில் கொள்வோம், ஆனால் காணப்படாதவைகளோ நித்தியமானவைகள்.

2 கொரிந்தியர் 4:18 ஏனெனில், காணப்படுகிறவைகள் அநித்தியமானவைகள், காணப்படாதவைகளோ நித்தியமானவைகள்.

<u>செய்முறை:</u>

உங்கள் உண்மையான பொக்கிஷங்கள் எவை, அவற்றை எங்கே சேமித்து வைப்பது என்று சிந்திக்க சிறிது நேரம் ஒதுக்குங்கள். பரலோகத்தில் பொக்கிஷங்களைச் சேர்த்து வைக்க திட்டமிடுவோம்.

கர்த்தர் இருதயத்தைப் பார்க்கிறார் நாள் 21

<u>1 சாமுவேல் 16: 7</u> கர்த்தர் சாமுவேலை நோக்கி: நீ இவனுடைய முகத்தையும், இவனுடைய சரீரவளர்ச்சியையும் பார்க்கவேண்டாம்; நான் இவனைப் புறக்கணித்தேன்; மனுஷன் பார்க்கிறபடி நான் பாரேன்; மனுஷன் முகத்தைப் பார்ப்பான்; கர்த்தரோ இருதயத்தைப் பார்க்கிறார் என்றார்.

வெளிப்புற தோற்றம் அல்லது இருதயம், இவற்றில் நாம் எதைப் பார்க்கிறோம்-. பெரும்பாலான சமயங்களில் வெளிப்புறமாக காணப்படும் விஷயங்களையே நாம் பார்க்க ஆசைப்படுகிறோம். உடைமைகள், பின்னணி, தகுதி, கொரில்... போன்றவைகளாக இருக்கலாம். தேவன் எப்போதும் இருதயத்தைப் பார்க்கிறார்.

நீங்கள் முழு இருதயத்துடன் தேடினால் அவரைக் காண்பீர்கள். உங்களிடம் எவ்வளவு பணம் இருக்கிறது அல்லது என்ன தகுதி இருக்கிறது என்பதில் அவருக்கு விருப்பம் இல்லை... ஒருவருக்கொருவர் நாம் காட்டும் அன்பும் மரியாதையும் வெளிப்புற தோற்றத்திற்கு அப்பாற்பட்டதாக இருக்க வேண்டும்.

(யாக்கோபு 2: 8) 8. உன்னிடத்தில் நீ அன்புகூருகிறதுபோலப் பிறனிடத்திலும் அன்புகூருவாயாக என்று வேதவாக்கியம் சொல்லுகிற ராஜரீக பிரமாணத்தை நீங்கள் நிறைவேற்றினால் நன்மைசெய்வீர்கள்.

ஆனால் நீங்கள் பட்சபாதமுள்ளவர்களாயிருப்பீர்களானால், பாவஞ்செய்து, மீறினவர்களென்று நியாயப்பிரமாணத்தால் தீர்க்கப்படுவீர்கள்..

<u>செயல்முறை:-</u> *நாம் பட்சபாதம் காட்டுகிறோமா? இதனை நாம் ஆராய்ந்து, உங்களை போலவே பிறரையும் நேசியுங்கள்.*

சிங்கத்தின் இருதயம் நாள் 22

<u>2 சாமுவேல் 17:10</u> அப்பொழுது சிங்கத்தின் இருதயத்திற்கொத்த இருதயமுள்ள பலவானாயிருக்கிறவனுங்கூட கலங்கிப்போவான்; உம்முடைய தகப்பன் சவுரியவான் என்றும், அவரோடிருக்கிறவர்கள் பலசாலிகள் என்றும், இஸ்ரவேலர் எல்லாரும் அறிவார்கள்.

நாம் தேவனுடைய பக்கம் இருந்தோமானால் , நமக்கு தைரியமான இருதயம் இருக்கிறது. ஏனென்றால், அவர் நமக்காக போராடுகிறார் என்பதை நாம் அறிவோம். நாம் தேவனுடைய பக்கம் இல்லை என்றால், விசுவாசத்திற்கு பதிலாக பயமானது நம் இருதயத்தை ஆளுகை செய்யும்.

தேவனுடைய பக்கத்தில் இல்லாதவர்களின் இருதயமானது, சிங்கத்தை போன்ற இருதயம் கொண்டவர்களாக இருந்தாலும்கூட , தேவன் நமக்காக போராடுவதைக் காணும்போது அது பயத்தில் உருகும்.

நமக்கு எப்படிப்பட்ட இருதயம் இருக்கிறது, , சிங்கத்தின் இருதயமா (தைரியமான(அல்லது பயந்த இருதயமா?

(சங்கீதம் 34:10) சிங்கக்குட்டிகள் தாழ்ச்சியடைந்து பட்டினியாயிருக்கும்; ***கர்த்தரைத்*** *தேடுகிறவர்களுக்கோ ஒரு நன்மையுங் குறைவுபடாது.*

<u>செயல்முறை:-</u>
தேவனை தினமும் தேடுவதற்கு முடிவு செய்யுங்கள். இயேசுவுக்காக நிற்க தைரியமாக இருங்கள்.

விவேகமுள்ள இருதயம் *நாள் 23*

<u>நீதிமொழிகள் 18:15</u> புத்திமானுடைய மனம் அறிவைச் சம்பாதிக்கும்; ஞானியின் செவி அறிவை நாடும்.

சாலொமோனை ஞானியாக ஆக்கினது எது? தனக்கு ஞானமுள்ள இருதயத்தைக் கொடுக்கும்படி தேவனிடம் வேண்டினார். (1 இராஜாக்கள் 3: 9 (ஆகையால் உமது ஜனங்களை நியாயம் விசாரிக்கவும், நன்மை தீமை இன்னதென்று வகையறுக்கவும், அடியேனுக்கு ஞானமுள்ள இருதயத்தைத் தந்தருளும்; ஏராளமாயிருக்கிற இந்த உமது ஜனங்களை நியாயம் விசாரிக்க யாராலே ஆகும் என்றான்.

நாம் தினமும் நூற்றுக்கணக்கான முடிவுகள் எடுக்க வேண்டியுள்ளது. நாம் எடுக்கும் முடிவுகள் நம்முடைய விளைவுகளையும் இலக்கையும் தீர்மானிக்கிறது . ஞானமுள்ள இருதயத்திற்காக நாம் ஜெபிக்கிறோமா?

(நீதி 14:15) பேதையானவன் எந்த வார்த்தையையும் நம்புவான்; விவேகியோ தன் நடையின்மேல் கவனமாயிருக்கிறான்.

(நீதி 22: 3) விவேகி ஆபத்தைக் கண்டு மறைந்துகொள்ளுகிறான்; பேதைகள் நெடுகப்போய் தண்டிக்கப்படுகிறார்கள்.

<u>செயல்முறை:-</u>
நீங்கள் ஏதேனும் நடுப்பாதையில் நின்றுகொண்டு எந்த பக்கம் போகலாம் என்று யோசித்துக்கொண்டிருக்கிறீர்களா? ஞானமுள்ள இதயத்தை உங்களுக்குக் கொடுக்கும்படி தேவனிடத்தில் ஜெபியுங்கள்.

ஒரு நேர்மையான இருதயம் நாள் 24

எபிரெயர் 10:22 துர்மனச்சாட்சி நீங்கத் தெளிக்கப்பட்ட இருதயமுள்ளவர்களாயும், சுத்த ஜலத்தால் கழுவப்பட்ட சரீரமுள்ளவர்களாயும், உண்மையுள்ள இருதயத்தோடும் விசுவாசத்தின் பூரண நிச்சயத்தோடும் சேரக்கடவோம்.

நாம் தேவனிடம் செல்லும்போது, நமக்கு நேர்மையான இருதயம் இருக்கிறதா? நாம் எதை செய்தாலும் அதில் எவ்வளவு நேர்மையோடு இருக்கிறோம்? நேர்மையானது ஒரு மிகச்சிறிய நபரை, மிகவும் திறமையான மாயக்காரனை விட அதிக மதிப்புள்ளவராக ஆக்குகிறது.

தேவன் செவிசாய்ப்பதில் சிறந்தவர், நீங்கள் கத்தவோ சத்தமாக அழவோ தேவையில்லை, ஏனென்றால் அவர் ஒரு நேர்மையான இருதயத்தின் மிகஅமைதியான ஜெபத்தையும் கேட்கிறார்.

(அப்போஸ்தலர் 2: 46- 47)
46. அவர்கள் ஒருமனப்பட்டவர்களாய் தேவாலயத்திலே அநுதினமும் தரித்திருந்து, வீடுகள்தோறும் அப்பம்பிட்டு மகிழ்ச்சியோடும் கபடமில்லாத இருதயத்தோடும் போஜனம்பண்ணி,47. தேவனைத் துதித்து, ஜனங்களெல்லாரிடத்திலும் தயவுபெற்றிருந்தார்கள். இரட்சிக்கப்படுகிறவர்களைக் கர்த்தர் அநுதினமும் சபையிலே சேர்த்துக்கொண்டுவந்தார்.

நாம் நேர்மையான இருதயத்துடன் ஊழியத்திற்குச் செல்கிறோமா?

செயல்முறை:-
உங்கள் நேர்மையான இருதயத்தை வெளிப்படுத்த இன்று ஏதாவது செய்யுங்கள்.

தேவனைத் தேடும்படி உங்கள் இருதயத்தை அமைக்கவும் நாள் 25

2 நாளாகமம் 19: 1-3 1. யூதாவின் ராஜாவாகிய யோசபாத், எருசலேமிலுள்ள தன் வீட்டிற்குச் சமாதானத்தோடே திரும்பிவந்தான். 2. அப்பொழுது அனானியின் குமாரனாகிய யெகூ என்னும் ஞானதிருஷ்டிக்காரன் புறப்பட்டு, அவனைச் சந்தித்து, ராஜாவாகிய யோசபாத்தை நோக்கி: துன்மார்க்கனுக்குத் துணைநின்று, கர்த்தரைப் பகைக்கிறவர்களை நீர் சிநேகிக்கலாமா? இதினிமித்தம் கர்த்தருடைய கடுங்கோபம் உம்மேல் வர இருந்தது. 3. ஆகிலும் நீர் விக்கிரகத்தோப்புகளை தேசத்தை விட்டகற்றி, தேவனைத் தேட உம்முடைய இருதயத்தை நேராக்கின விஷயத்தில் நன்மையான காரியங்கள் உம்மிடத்திலே காணப்பட்டது உண்டு என்றான்.

யோசபாத் இராஜாவின் வாழ்க்கையில் சில விஷயங்கள் சரியாக இல்லை என்றாலும், அவர் தேவனைத் தேடும் மனமுள்ளவராக அறியப்பட்டார். நாம் எதற்காக அறியப்படுகிறோம்? நமக்கு சில வரம்புகள் இருக்கலாம், ஆனாலும் இறுதியில் தேவனைத் தேடும் மனம்கொண்ட நபராக நாம் அறியப்படுகிறோமா?

தேவனைத் தேடும் நபராக நம்முடைய இதயங்களை அமைத்துக் கொள்ளாவிட்டால் என்ன ஆகும்? (மல்கியா 2: 2 (நீங்கள் கேளாமலும் என் நாமத்துக்கு மகிமையைச் செலுத்தும்படி இதைச் சிந்தியாமலுமிருந்தால், நான் உங்களுக்குள்ளே சாபத்தை அனுப்பி, உங்கள் ஆசீர்வாதங்களையும் சாபமாக்குவேன்; ஆம், நீங்கள் அதைச்

சிந்தியாமற்போனதினால் அவைகளைச் சபித்தேன் என்று சேனைகளின் **கர்த்தர்** சொல்லுகிறார்.

<u>செயல்முறை:-</u>
தேவனைத் தேடவும் அவருடைய நாமத்தை கனம் செய்யவும் நம்முடைய இருதயங்களை அமைக்க இன்னும் பல திட்டங்களைத் தொடரவும்.

உங்களுடைய முழு இருதயத்தோடு ஊழியம் செய்யுங்கள் நாள் 26

<u>கொலோசியர் 3:22-23</u> வேலைக்காரரே, சரீரத்தின்படி உங்கள் எஜமான்களாயிருக்கிறவர்களுக்கு எல்லாக் காரியத்திலேயும் கீழ்ப்படிந்து, நீங்கள் மனுஷருக்குப் பிரியமாயிருக்க விரும்புகிறவர்களாகப் பார்வைக்கு ஊழியஞ்செய்யாமல், தேவனுக்குப் பயப்படுகிறவர்களாகக் கபடமில்லாத இருதயத்தோடே ஊழியஞ்செய்யுங்கள். நீங்கள் கர்த்தராகிய கிறிஸ்துவைச் சேவிக்கிறதினாலே, சுதந்தரமாகிய பலனைக் கர்த்தராலே பெறுவீர்களென்று அறிந்து,

நம்முடைய வேலைகளில் மக்கள் நம்மை எவ்வாறு பார்க்கிறார்கள்? நம்முடைய வீட்டில் அல்லது நமது குடும்ப சபையில்? அவர்கள் நாம் முழு இருதயத்தோடு செயல்படும் ஒருவராக இருப்பதாக நம்மைப் பார்க்கிறார்களா?

நாம் எதைச் செய்தாலும் அதை தேவனுக்கென்று செய்கிறோமே தவிர மனிஷருக்கென்று இல்லை என்பதை நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். மக்கள் நம்மைச் சுற்றி இருக்கும்போது மட்டும் நாம் காரியங்களை செய்வோமானால் , அதை நாம் மனிஷருக்கென்று செய்கிறது போலாகிவிடும்....

தற்போது நமக்கிருக்கும் வேலையில் , குடும்பத்தில், நகரத்தில்...தேவன் நம்மை வைத்திருக்கிறார். நாம் கர்த்தருக்கு ஊழியம் செய்வது போல் நம்மைச் சுற்றியுள்ளவர்களுக்கும் ஊழியம் செய்ய வேண்டும்.

<u>செயல்முறை:-</u>
உண்மையாய் இருக்கவும், எதையும் சரியான நேரத்தில் செய்யவும் மற்றும் விடாமுயற்சியுடன் வளரவும் திட்டங்களை உருவாக்குங்கள்.

வேதனை நிறைந்த இருதயம் நாள் 27

<u>ஆதியாகமம் 6: 5-6</u> மனுஷனுடைய அக்கிரமம் பூமியிலே பெருகினது என்றும், அவன் இருதயத்து நினைவுகளின் தோற்றமெல்லாம் நித்தமும் பொல்லாததே என்றும், கர்த்தர் கண்டு, 6. தாம் பூமியிலே மனுஷனை உண்டாக்கினதற்காகக் கர்த்தர் மனஸ்தாபப்பட்டார்; அது அவர் இருதயத்துக்கு விசனமாயிருந்தது.

தேவனுடைய இருதயம் வேதனையால் நிறைந்தது. தாம் பூமியிலே மனுஷனை உண்டாக்கினதற்காகக் **கர்த்தர்** மனஸ்தாபப்பட்டார். மனுஷனுடைய அக்கிரமம் பூமியிலே பெருகினது என்று கர்த்தர் கண்டார்.

தேவன் நம்மைப் பார்த்து எப்படி உணர்கிறார்? இன்று நம்முடைய இருதயம் எப்படி இருக்கிறது? நம் எண்ணங்கள் எப்படி இருக்கின்றன? மனுஷனுடைய அக்கிரமம் தேவனுடைய இருதயத்திற்கு மட்டும் வேதனையைத் தராமல்,

நீதிமான்களாக இருக்க விரும்பும் அவர்களின் நெருங்கினவர்களுக்கும் வேதனையைக் தருகிறது. குழந்தைகள் பொல்லாதவர்களாக இருந்தால், அவர்களுடைய பெற்றோரின் இருதயத்திற்கு வேதனையைத் தரும். அதேபோல் பெற்றோரும் குழந்தைகளுக்கு வேதனையை தரலாம்.

செயல்முறை:-
உங்கள் வாழ்க்கையில் எந்தெந்த பகுதிகள் மற்றவர்களுக்கு இருதயத்தில் வலியை ஏற்படுத்தக் காரணமாயிருகின்றன? இதைபோன்ற எல்லாவற்றிலிருந்தும் உங்களுக்கு விடுதலைகிடைக்க தேவனிடம் ஜெபியுங்கள், உங்களுக்கு உதவக்கூடிய நபர்களுடன் பேசுங்கள்.

ஞானத்தின் இருதயம் நாள் 28

சங்கீதம் 90: 11-13. உமது கோபத்தின் வல்லமையையும், உமக்குப் பயப்படத்தக்க விதமாய் உமது உக்கிரத்தையும் அறிந்துகொள்ளுகிறவன் யார்? 12. நாங்கள் ஞான இருதயமுள்ளவர்களாகும்படி, எங்கள் நாட்களை எண்ணும் அறிவை எங்களுக்குப் போதித்தருளும். 13. கர்த்தாவே, திரும்பிவாரும், எதுவரைக்கும் கோபமாயிருப்பீர்? உமது அடியாருக்காகப் பரிதபியும்.

இது மோசேயின் ஜெபம். ராமேஸிலிருந்து தங்கள் பயணத்தைத் தொடங்கியபோது ஸ்திரீகள் மற்றும் குழந்தைகளைத் தவிர சுமார் 600,000 இஸ்ரவேலின் புருஷர்கள் கால்நடையாக வந்தனர். சுமார் 40 ஆண்டுகளில், மோசேயும் அவருடைய பிள்ளைகளும், யோசுவா மற்றும் காலேபைத் தவிர கிட்டத்தட்ட அனைவரும் இறந்து போவதை மோசே பார்ப்பதை கற்பனை செய்து பாருங்கள். தேவனுடைய சிட்சையின் காரணமாக மோசேயின் வாழ்க்கையில் பலமுறை மரணங்கள் ஏற்படக்கூடும் என்பதற்கு அநேக சம்பவங்கள் இருந்தன.

ஆனாலும் அவர் விசுவாசமாக இருக்க விரும்பினார். அவர் தனது நாட்களை நீதியான முறையில் எண்ண விரும்பினார். நீதியான வாழ்க்கையை வாழ நாம் எவ்வளவு அதிகமாக முயற்சி செய்கிறோமோ அந்தளவு ஞானத்தின் இதயத்தையும் பெறுகிறோம்.

செயல்முறை:-

சங்கீதம் 90ன் மூலம் ஜெபியுங்கள். தேவன் நம்மீது பட்சமாய் இருந்ததற்கு நன்றி கூறுங்கள்.

நீதிமான்களின் இருதயம் நாள் 29

நீதிமொழிகள் 15:28 நீதிமானுடைய மனம் பிரதியுத்தரம் சொல்ல யோசிக்கும்; துன்மார்க்கனுடைய வாயோ தீமைகளைக் கொப்பளிக்கும்.

மற்றொரு மொழிபெயர்ப்பில் "நீதிமான்களின் இருதயம் எவ்வாறு பதிலளிக்க வேண்டும் என்பதை ஆய்வு செய்கிறது" என்று கூறுகிறது. நீதிமான்கள் தாங்கள் என்ன சொல்ல வேண்டும் என்பதை முன்பே சிந்திக்கிறார்கள். அவர்கள் பேசும் வார்த்தைகள் உணர்ச்சி வேகம் மற்றும் எதிர்வினை ஆகியவற்றை அடிப்படையாகக் கொண்டவை அல்ல.

யாக்கோபு 1:19 – 20 *19. ஆகையால், என் பிரியமான சகோதரரே, யாவரும் கேட்கிறதற்குத் தீவிரமாயும், பேசுகிறதற்குப் பொறுமையாயும், கோபிக்கிறதற்குத் தாமதமாயுமிருக்கக்கடவர்கள்; 20. மனுஷருடைய கோபம் தேவனுடைய நீதியை நடப்பிக்கமாட்டாதே.*

(நீதி 10:19) சொற்களின் மிகுதியில் பாவமில்லாமற்போகாது; தன் உதடுகளை அடக்குகிறவனோ புத்திமான்.

செயல்முறை:-
வார்த்தைகளை கவனமாக பேசவதற்கு நாங்கள் எங்களால் முடிந்த எல்லா முயற்சிகளையும் செய்வோம். (எபே 4:29) கெட்ட வார்த்தை ஒன்றும் உங்கள் வாயிலிருந்து புறப்படவேண்டாம்; பக்திவிருத்திக்கு ஏதுவான நல்ல வார்த்தை உண்டானால் அதையே கேட்கிறவருக்குப் பிரயோஜனமுண்டாகும்படி பேசுங்கள்.

மகிழ்ச்சியான இருதயத்தின் நன்மைகள் நாள் 30

நீதிமொழிகள் 15:15 சிறுமைப்பட்டவனுடைய நாட்களெல்லாம் தீங்குள்ளவைகள்; மனரம்மியமோ நித்திய விருந்து.
நீதிமொழிகள் 17:22 மனமகிழ்ச்சி நல்ல ஔஷதம்; முறிந்த ஆவியோ எலும்புகளை உலரப்பண்ணும்.

மகிழ்ச்சியான (பொருள்): கவனக்கிற்குரிய மகிழ்ச்சி மற்றும் களரா நம்பிக்கையும் இருப்பது. நல்ல விஷயங்கள் நடக்கும் என்று நாம் நம்பினால், நல்ல விஷயங்கள் நடக்கும். நாம் எதை நம்புகிறோமோ அதை பெறுகிறோம். நாம் வாழ்கின்ற வாழ்க்கையை உருவாக்குவது நம்முடைய நம்பிக்கையிலிருக்கிறது.

தொடர்ச்சியான விருந்தை நம்முடைய வாழ்வில் கொண்டுவருவது எப்படி? மகிழ்ச்சியான இருதயம் வேண்டும். (எரேமியா 29:11) நீங்கள் எதிர்பார்த்திருக்கும் முடிவை உங்களுக்கு கொடுக்கும்படிக்கு நான் உங்கள்பேரில் நினைத்திருக்கிற நினைவுகளை அறிவேன் என்று ***கர்த்தர்*** *சொல்லுகிறார்; அவைகள் தீமைக்கல்ல, சமாதானத்துக்கேதுவான நினைவுகளே.*

சிறந்த ஆரோக்கியத்துடன் இருப்பது எப்படி? மகிழ்ச்சியான இருதயம் வேண்டும். இது நல்ல மருந்து. நம்முடைய இருதயத்தில் கவலைகள் நிலைத்திருக்க அனுமதிக்க வேண்டாம்.

செயல்முறை:-
உங்களைத் தொந்தரவு செய்யும் சில விஷயங்களைப் பட்டியலிடுங்கள். தேவன் அதை கவனித்துக்கொண்டார் என்று கற்பனை செய்து பாருங்கள். நீங்கள் எப்படி உணருவீர்கள்? அதை கவனித்துக்கொண்டே தேவனுக்கு நன்றி கூறுங்கள்.

இருதயத்தில் மென்மையும் மற்றும் தாழ்மையும் நாள் 31

<u>மத்தேயு 11: 28-30</u>. வருத்தப்பட்டுப் பாரஞ்சுமக்கிறவர்களே! நீங்கள் எல்லாரும் என்னிடத்தில் வாருங்கள்; நான் உங்களுக்கு இளைப்பாறுதல் தருவேன். 29. நான் சாந்தமும் மனத்தாழ்மையுமாயிருக்கிறேன்; என் நுகத்தை உங்கள்மேல் ஏற்றுக்கொண்டு, என்னிடத்தில் கற்றுக்கொள்ளுங்கள். அப்பொழுது, உங்கள் ஆத்துமாக்களுக்கு இளைப்பாறுதல் கிடைக்கும். 30. என் நுகம் மெதுவாயும் என் சுமை இலகுவாயும் இருக்கிறது என்றார்.

தேவன் இருதயத்தில் சாந்தமும், மனத்தாழ்மையுமுள்ளவர். நாம் அவரைப் பின்பற்ற வேண்டும் என்று தேவன் விரும்புகிறார். நாம் நம்முடைய இருதயத்தில் சாந்தமாகவும் மனத்தாழ்மையுடனும் இருப்போமானால் எவ்வளவு சிறப்பாக இருக்கும்? அனைவருக்கும் இளைப்பாறுதல் தேவை. தேவனால் மட்டுமே அத்தகைய இளைப்பாறுதலைக் கொடுக்க முடியும்.

தேவனின் நுகத்தை நம்மீது எடுத்துக்கொண்டு அவரிடமிருந்து கற்றுக்கொள்ளும்போது மட்டுமே நம்முடைய ஆத்துமாவிற்கு இளைப்பாறுதலைக் காணமுடியும். இந்த வாழ்க்கையின் கவலைகளை நாம் சுமந்துகொண்டிருக்கிறோமா? அது நம்மை வருதப்படவும் பாரம்சுமக்கவும் செய்யும். சுலபமான தேவனின் நுகத்தைச் சுமப்போம்.

<u>செயல்முறை:-</u>
சாந்தமான, மனத்தாழ்மையான இருதயத்திற்காக ஜெபிப்போம்.