

தவக்காலம் 2025

நன்றியுணர்வு

தவக்காலம், ஈஸ்டர் வரை செல்லும் காலம், இயேசுவின் வாழ்க்கை, மரணம் மற்றும் உயிர்த்தெழுதலை நினைவுகூர நமக்கு வாய்ப்பளிக்கிறது. பூமியில் அவரது வாழ்க்கையை ஆச்சரியத்துடனும் பிரமிப்புடனும் பார்க்க, அவரது தியாகத்தின் அசௌகரியத்துடன் அமர்ந்திருக்க செய்கிறது, எனவே ஈஸ்டர் காலை வரும்போது, உயிர்த்தெழுதலில் மகிழ்ச்சியடைய ஆயத்தமாக இருக்கிறோம்.

கர்த்தரைத் துதியுங்கள், அவர் நல்லவர் அவர் கிருபை என்றுமுள்ளது

கர்த்தரால் சத்துருவின் கைக்கு நீங்கலாக மீட்கப்பட்டு என்று

சங்கீதம் 107:1-2ல் இந்த வார்த்தைகளை வாசிக்கிறோம்:

இந்த தவக்காலத்தில், கடவுளின் நற்குணத்தை ஒப்புக்கொள்ளவும், பிரதிபலிக்கவும், நன்றியுணர்வின் எளிய சந்தத்தைக் கடைப்பிடிக்க உங்களை அழைக்கிறோம். ஒவ்வொரு நாளும் ஒரு ஆர்வமான பயிற்சி செய்வதன் மூலம், நீங்கள் நன்றியுள்ள இதயத்தையும், தவக்காலம் முடியும்போது நீடிக்கும் ஒரு சந்தத்தையும் வளர்ப்பீர்கள் என்று நம்புகிறோம்.

இயேசுவால், அவருடைய வாழ்க்கை, மரணம் மற்றும் உயிர்த்தெழுதல் ஆகியவற்றின் காரணமாக, நாம் மீட்கப்பட்டோம், மேலும் சொல்ல ஒரு கதை உள்ளது. நம் கர்த்தர் நல்லவர், அவருடைய அன்பு என்றென்றும் நிலைத்திருக்கும்!

இந்த தவக்காலம், நன்றியுணர்வின் தோரணையுடன், நீங்கள் ஒரு புதிய கண்ணோட்டத்துடன் உலகைப் பார்த்து, இயேசுவின் மூலம் உங்களுக்குக் கிடைத்த அழகிலும் ஆசீர்வாதத்திலும் மகிழ்ச்சியடைவீர்களாக

திங்கட்கிழமை: கடவுளின் நற்குணத்தின் காட்சி நினைவூட்டலை உருவாக்குங்கள்.

அவருடைய கிருபையினிமித்தமும், அவர் செய்கிற அதிசயங்களினிமித்தமும் அவரைத் துதிப்பார்களாக (சங்கீதம் 107:9)

இன்று, நீங்கள் நன்றியுள்ள அனைத்து காரியங்களையும் குறித்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள். நீங்கள் ஒரு ஜாடியில் குறிப்புகளை சேகரிக்க விரும்பலாம். அல்லது உங்கள் எல்லா எண்ணங்களின் சுவரொட்டியை உருவாக்கலாம். நாளின் முடிவில், நீங்கள் குறிப்பிட்டுள்ள அனைத்தையும் வாசித்து, கடவுளின் நன்மையைப் பற்றி பிரதிபலியுங்கள்.

செவ்வாய்: சமூகத்தில் நன்றியுணர்வைக் கடைப்பிடிக்கவும்.

ஆகையால் நீங்கள் செய்துவருகிறபடியே, ஒருவரையொருவர் தேற்றி, ஒருவரையொருவர் பக்திவிருத்தி உண்டாகும்படி செய்யுங்கள். (1 தெசலோனிகேயர் 5:11)

நண்பருடன் பங்காளர்களாகி, குடும்ப அங்கத்தினருடன் கூட்டு சேர்ந்து, இன்று நீங்கள் நன்றியுள்ளவர்களாக இருப்பதைப் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள். அவர்கள் நன்றியுள்ளவர்களாக இருப்பதையும் பகிர்ந்து கொள்ள அவர்களை அழைக்க வேண்டும்.

புதன்: பத்திரிகை உருவாக்க முயற்சிக்கவும்.

கர்த்தாவே, என் முழு இருதயத்தோடும் உம்மைத் துதிப்பேன், உம்முடைய அதிசயங்களையெல்லாம் விவரிப்பேன். (சங்கீதம் 9:1)

இன்று, ஒரு பத்திரிகையில் எழுத சில நிமிடங்களை ஒதுக்குங்கள். அந்த நாள் முழுவதும் உங்களுக்கு மகிழ்ச்சி, சமாதானம் அல்லது ஆறுதல் அளித்த தருணங்களைப் பற்றி சிந்தியுங்கள். ஒரு நண்பரின் அன்பான வார்த்தை, நீங்கள் முடித்த ஒரு பணி, பதிலளிக்கப்பட்ட ஜெபம், ஒரு சூடான தேநீர் - நீங்கள் எதற்காக நன்றி செலுத்துகிறீர்கள், ஏன் என்று எழுதுங்கள். நீங்கள் எழுதியதை மீண்டும் வாசித்து, சிறிய மற்றும் அர்த்தமுள்ள வழிகளில் கடவுள் உங்களை எவ்வாறு ஆசீர்வதித்துள்ளார் என்பதைப் பாருங்கள்.

வியாழன்: நாள் முடிவில் பிரதிபலிப்பு.

கடைசியாக, சகோதரரே, உண்மையுள்ளவைகளெவைகளோ, ஒழுக்கமுள்ளவைகளெவைகளோ, நீதியுள்ளவைகளெவைகளோ, கற்புள்ளவைகளெவைகளோ, அன்புள்ளவைகளெவைகளோ, நற்கீர்த்தியுள்ளவைகளெவைகளோ, புண்ணியம் எதுவோ, புகழ் எதுவோ, அவைகளையே சிந்தித்துக்கொண்டிருங்கள். (பிலிப்பியர் 4:8)

இன்றைக்கு நன்றாக நடந்த மூன்று வி'யங்களையும், அவற்றிற்கு நீங்கள் ஏன் நன்றியுள்ளவர்களாக இருக்கிறீர்கள் என்பதையும் சிந்திக்க படுக்கைக்கு செல்லுவதற்கு முன் சில நிமிடங்களை ஒதுக்குங்கள்.

வெள்ளி: மற்றவர்களுக்கு நன்றி.

நான் உங்களை நினைக்கிறபொழுதெல்லாம் என் தேவனை ஸ்தோத்திரிக்கிறேன் (பிலிப்பியர் 1:6)

இன்று, உங்கள் வாழ்க்கையில் ஒருவரை அணுகி, அவர்களின் இருப்பு, ஆதரவு மற்றும் அவர்கள் உங்களிடம் ஏற்படுத்திய நேர்மறையான தாக்கத்திற்கு நீங்கள் எவ்வளவு நன்றியுள்ளவர்களாக இருக்கிறீர்கள் என்பதை அவர்களுக்குத் தெரியப்படுத்துங்கள். அது ஒரு நண்பராகவோ, ஒரு குடும்ப உறுப்பினராகவோ, சக ஊழியராகவோ அல்லது சிறிது காலமாக நீங்கள் பேசாத ஒருவராகவோ இருக்கலாம். உங்களால் முடிந்தவரை குறிப்பிட்டதாக இருங்கள்.

சனிக்கிழமை: சிலுவைக்கு நன்றி.

நாம் பாவிக்கையிருக்கையில் கிறிஸ்து நமக்காக மரித்ததினாலே, தேவன் நம்மேல் வைத்த தமது அன்பை விளங்கப்பண்ணினார். (ரோமர் 5:8).

இந்த தவக்காலத்தில் ,இயசுவின் வாழ்க்கை மற்றும் சிலுவை பயணத்தை நீங்கள் சிந்தித்துப் பார்க்கையில், நன்றியுடன் முழுங்கால்படியிட சிறிது நேரம் ஒதுக்குங்கள். இயேசுவின் தியாகத்திற்கு உங்களை ஆழமாக நகர்த்துவதற்கு அவருக்கு நன்றிசெலுத்துங்கள்.

ஞாயிறு: ஓய்வு

இந்த வாரம் கடவுள் உங்களுக்கு செய்த நன்மைக்காக அவருக்கு நன்றி சொல்ல நேரம் ஒதுக்குங்கள். நீங்கள் எழுதிய நன்றிக் குறிப்புகள் அனைத்தையும் உங்கள் முன் வைத்திருங்கள். நீங்கள் பகிர்ந்த உரையாடல்களை நினைவுபடுத்துங்கள். கடவுள் யார் என்பதை நினைவில் வையுங்கள்.