12 డాక్టర్ లూకా మాములు ఆహార సాముహల గురించి ఏమి చెప్పవలసి ఉంది?

ఈ రోజు డాక్టర్ లూకా ప్రజలందరికి ముఖ్యమైన ఒక విషయం గురించి మాట్లాడతాడు.అది మాములు ఆహార సమూహాలు మరియు వాటి యొక్క ఉపయోగం.ఈ ప్రపంచం లో ప్రతి ఒక్కరు రోజు తింటుంటారు.మరియు మనం తినే ఆహార సమూహాలు మనకు ఎలా పోషణ ఇస్తాయో తెలుసుకోవాల్సిన అవసరం ఉంది.డాక్టర్ లూకా ఒక యవ్వనస్తురాలిన తల్లి గురించి చెప్తూ దీనిని ప్రారంబిస్తాడు.

లియు జింగ్ జియా 35 సంవత్స రాలు కలిగిన ఒక తల్లి .మరియు ఆమె పని కూడా చేస్తుంది.ఆమెకు 8 సంవస్తరాలు కలిగిన ఒక కుమార్తె ఉంది.అందువలన ఆమె ప్రతి రోజు పని చేస్తూ మరియు ఇంటి దగ్గర పనులు చేసుకుంటూ మరియు ఆమె కుమార్తెకు నాట్యం మరియు సంగీతం లో కూడా సహాయం చేస్తుంటుంది.ఆమె సాధారణంగా ప్రతి రోజు బార్లె పండిస్తూ ఉంటుంది.అది వండటం ఆమెకు ఇష్టము కుడా.ఆమె కుమార్తె బరువు పెరగడం ఒక రోజు గమనించి అప్పుడు ఆమె కుమార్తెను పిలిచి ఇంటి దగ్గర తింటున్న ఆహారం కాకుండా బయట వేరే ఎమన్నా తింటున్నావా అని అడగగా ఆమె కుమార్తె లేదమ్మా అని చెప్పెను.అల బయట తినకపోతే తానూ బరువు ఎందుకు పెరుగుతుంది?చెడు దుస్పవాలు కూడా ఆ వయసులో బరువు పెరగటానికి ప్రభావితం చేస్తాయి.అని తానూ ఇంతకూ ముందు విన్నది .అప్పుడు లియు మింగ్ జియ్ ఏమి చెయ్యాలి.

లియు మింగ్ జియ్ ఈ ఈ సమస్యగా అదే పనిగా ఆలోచిస్తూ ఉన్నది.ఒక రోజు తన స్నేహితురాలిని కలిసి ఈ సమస్య గురించి చెప్పింది.అప్పుడు ఆమె స్నేహితురాలిని కలిసి అంతగా ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదు .ఇది ఏమంత పెద్దగా హాని కలిగించే సమస్య కూడా కాదు అని చెప్పగా లియు మింగ్ జియ్ దీన్ని గ్రహించి అయితే నా కుమార్తెకు నేను సహాయం చేయగలను అనుకొనెను. లియు మింగ్ జియ్ స్నేహితురాలు ఆహారం గురించి సరి అయిన అవగాహన ఇవ్వగలిగిన ఒక ఆసుపత్రి గురించి విన్నది.అప్పుడు వారు ఆ ఆసుపత్రి గురించి పూర్తిగా పరిశీలనా చేసి వారి ప్రశ్నలను నివృత్తి చేసుకోవటానికి అక్కడకి వెళ్లామని తీర్మానించుకున్నారు.తరువాత వారిద్దరూ కలిసి ఆ ఆసుపత్రికి వెళ్లారు.

అక్కడ డాక్టర్ గారు చాల మంది ప్రజలు ఆహార సమూహాలు ఏవిధంగా పని చేస్తాయో అర్థం చేసుకోలేక పోతున్నారు.అంటూ చెప్పడం ప్రారంబించాడు.ఇక్కడ ఉన్న వారిలో కనీసం కొంతమంది అర్థం చేసుకున్న వారు అవివేకంగా వ్యవరించరు .అని చెప్పాడు.అప్పుడు అక్కడ ఉన్న లియు మింగ్ జియ్ స్పందించి ఇక్కడ ఉన్న 50 తల్లులలో నాకు ఒక్క దానికే వీటి గురించి తెలియదు అనుకున్నది.

మరియు అక్కడకు వచ్చిన ప్రజలతో డాక్టర్ గారు మొత్తం మూడు రకాల మామూలు ఆహార సమూహాలు ఉన్నాయని చెప్పాడు.మొదటిది పౌష్టికాహారం .రెండవది కొవ్వు పదార్థాలు .మూడవది కూరగాయలు మరియు పండ్లు.అప్పుడు లియు మింగ్ జియ్ లేచి వాటికి ఉదాహరణలు ఇవ్వమని అడిగింది.అప్పుడు డాక్టర్ గారు చెప్తూ అన్ని మాంసాలు పౌష్టిక పదార్థాలు కొవ్వు పదార్థాలు అనగా రొట్టె మరియు పండ్లు.కురగాయాలలో కూడా కొవ్వు పదార్థాలు ఉంటాయి.

ఇవ్వన్ని చెప్పి డాక్టర్ గారు వారిని ప్రశ్నించుట ప్రారంబించెను.ఇప్పటి వరకు చెప్పిన వన్ని చాలా ముఖ్యమైన విషయాలు.ఇప్పుడు చెప్పిన మూడు సమూహాల కార్యం ఏమిటి?ఒక్కొక్కరు ఒక్కొక్క సమాధానం ఇచ్చారు.కాని చివరికి డాక్టర్ గారు వారికి తిరిగి సరి అయిన సమాధానాన్ని ఇచ్చాడు.వారితో ఈ మూడు సమూహాలలో ఒక్కొకటి ఏమేమి పక్రియ చేస్తుందో తెలియ జేశాడు .

మొదట పౌష్టిక పదార్థాలు .అవి మనం పెరగటానికి మరియు మన శరీరం కట్టబడటానికి సహాయం చేస్తాయి.ఇది ముఖ్యముగా పిల్లలు పుట్టిన నాటి నుంచి 18 సంవస్తరాల వరకు వారు పెరగటానికి ఇవి ప్రేత్యేక మైనవి.రెండవది కొవ్వు పదార్థాలు శక్తిని ఇస్తాయి.ఇవి పిల్లలకు చాల ముఖ్యం.చివరగా పండ్లు మరియు కూరగాయలు వాటి యొక్క ముఖ్యమైన పక్రియ మనషికి ఒక కళను ఇస్తాయి.

డాక్టర్ గారు దీని మొత్తాన్ని కుదించి ఇవి పెరుగుటకు కట్టుటకు కళకు ఉపయోగపడతాయి అని చెప్పెను.అది లియు మింగ్ జియ్ కు గుర్తుంచి కోవటానికి చాలా సులభమైంది.మరియు ఆహారం తీసుకోవటానికి మరింత సులభం.

తరువాత డాక్టర్ గారు వారందరినీ మద్యాన బోజనానికి వెళ్లి తిరిగి ఒక గంట తరువాత రమ్మని చెప్పెను.అది లియు మింగ్ జియ్ మరియు ఆమె స్నేహితురాలు మద్యాన భోజనం కోసం దగ్గరలో ఉన్న ఒక స్థానిక హొటల్ కి వెళ్లారు.వారు భోజనం చేస్తూ ఉండగా ఉదయం జరిగిన తరగతులు గురించి మాట్లాడు కుంటూ అది మంచిదని అనుకొనెను.మరియు డాక్టర్ గారు చెప్పినవన్ని చాల ఉపయోగకరం అనుకోని సంతోషపడి తిరిగి తరువాత జరగబోయే తరగతికి వెళ్లామని అనుకొన్నారు.

లియు మింగ్ జియ్ స్నేహితురాలు ఆమెను ఒక ప్రశ్న అడిగింది.ఆ స్నేహితురాలికి తెలుసు లియు మింగ్ జియ్ చేస్తుం టుందని .ప్రశ్న ఏమిటంటే నీ జీవితంలో కూడా ఎక్కువగా కళను కలిగి ఉన్నావా?తనను అడిగిన ప్రశ్నను బట్టి లియు మింగ్ జియ్ ఆశ్యర్యపోయింది.కాని తెలుసు తనకి తన జీవితంలో ఎక్కువ ఆనందాన్ని లేదా కళను కలిగి ఉండలేదని .కానీ లియు మింగ్ జియ్ తన స్నేహితురాలితో ఎందుకు ఇలాంటి ప్రశ్న అడిగావని అడిగింది.అందుకు తన స్నేహితురాలు కొన్ని సంవత్సరాల క్రితం నీ జీవతంలో చూసిన ఆనందాన్ని నేను ఇప్పుడు చూడటం లేదు అని చెప్పెను.అందుకు లియు మింగ్ జియ్ అవును నిజమే.కొన్ని సంవత్సరాలుగా నా జీవితంలో సంతోషం లేదని మరియు నా కూతురు ఈ మధ్య పెరుగుతున్న బరువును బట్టి కూడా ఎక్కువగా ఆందోళన చెందుతున్నాను అని చెప్పింది.

అప్పుడు లియు మింగ్ జియ్ స్నేహితురాలు తనతో నీ జీవితంలో సంతోషాన్ని ఇవ్వ గల ఒక వ్యక్తి ఉన్నాడు అని చెప్పింది.కాని లియు మింగ్ జియ్ ఇంతకు ముందు ఎన్నడు అతని గురించి వినలేదు.ఆ వ్యక్తి మరెవరో కాదు ఆయనే ప్రభువైన యేసు క్రీస్తు.అని చెప్పెను.మరియు తన స్నేహితురాలు ఆమె తన సొంత జీవితంలోకి ప్రభువైన యేసు క్రీస్తు ఎలా ఆహ్వానిచిందో చెప్పి బైబులలో రాయబడిన కొన్ని మాటలను చూపించెను.అవి అందువలన నేను మీకు చెప్పునదేమనగా -ఏమి తిందుమో ఏమి త్రాగుధమో అని నీ ప్రాణమును గూర్చి అయినను ఏమి దరిచు కొందుమో అని మీ దేహమును గూర్చి అయినను చింతింపకు.ఆహారం కంటే ప్రాణమును వస్త్రం కంటే దేహమును గొప్పవి కావా? ఆహార పక్షులు చూడుడి.అవి విత్తవు కోయవు కొట్లలో కుర్చుకొనవు .అయినను మీ పరలోకపు తండ్రి వాటిని పోషించు చున్నాడు.మీరు వాటి కంటే శ్రేష్ఠులు కాదా?మీలోనేవడు చింతించుట వలన తన యెత్తు మురడేక్కువ చేసుకోగలడా?కాబట్టి మీరుఆయన రాజ్యమున నీతిని మొదట వేదుకుడి.అప్పుడవన్నియు మీకును గ్రహింప బడును.రేపటి గూర్చి చింతింపకుడి .రేపటి దినము దాని సంగతులను గూర్చి చింతించును.ఏ నాటికి ఆ నాటికి చాలును.(మత్తయి : 25-27;33,34).

లియు మింగ్ జియ్ ఇవ్వన్ని కూడా కచ్చితంగా ఆమె ఆలోచనలు గురించి మాట్లాడుతున్నాయి అని అనుకున్నది.ఎందుకంటే ఆమె వీటన్నిటిని ఎక్కువగా ఆలోచిస్తూ ఉంటుంది.ముఖ్యముగా ఆమె కుమార్తె యొక్క బరివు గురించి మరింత ఎక్కువుగా ఆలోచిస్తూ ఉన్నది.మరియు ఆమె స్నేహితురాలు బైబుల్ లో రాసి ఉన్న మరి కొన్ని విషయాలను చూపించడం ప్రారబించింది.అది అది యెహొవ తరుగుము ఎంత వరకు తిరుగక యుందువు?సేవకులను చూసి సంతోషపడుము .ఉదయమున నీ కృపలో మమ్మును తృప్తి పరుచుము. అప్పుడు మేము మా దినములన్నియు ఉత్సహించి సంతోషించేదము .నీవు మమ్మును శ్రమ పరచిన దినముల కొలది మేము కీడును అనుబవించిన ఏండ్ల కొలది మమ్మును సంతోషపరచుము.నీ సేవకులకు నీ కార్యము కనుపరచుము.వారి కుమారులకు నీ ప్రభావము చూపించుము.మా దేవుడైన యెహొవా ప్రసన్నత మా మీద నుండును గాక .మా చేతి పనిని మాకు స్థిర పరుచుము.(కీర్తన 90 :13-17)

లియు మింగ్ జియ్ స్నేహితురాలు ఆమెతో తెలుసుకోవడానికి చాలా ముఖ్యమైన విషయం.దేవుడు మన యొక్క పనులను స్థిరపరుస్తాడు.ఇందులో బాగం మన పిల్లలకు సహాయం చేస్తుంది.దేవుడు మనలను పోషించగలడు.కాని అది ఎలా జరుగుతుందో మనం తెలుసుకోవాల్సిన అవసరం ఉంది.యేసుక్రీస్తు ద్వారా

మన కొరకు దేవుని రక్షణ తెలుసుకొనుట ద్వారా ఇది తెలుస్తుంది.దీని గురించి మాట్లాడుతుండగా వారు తిరిగి తరగతికి వెళ్ళాలని గ్రహించారు.కాబట్టి వారు తిరిగి వెళ్లారు.కాని లియు మింగ్ జియ్ యేసు క్రీస్తు గురించి అతని ద్వారా కలిగే జీవితం గురించి మరింత తెలుసుకోవాలని అనుకున్నది.

వారు తిరిగి తరగతికి వెళ్ళిన తరువాత అక్కడ ఉన్న డాక్టర్ గారు అనేక రకాల ఆహార సమూహాల గురించి మరి కొన్ని ఉదాహరణలు ఇవ్వటం ప్రారంబించాడు.మొదట పౌష్టిక పదార్థాలు లేదా పెరుగుట గురించి మీ పిల్లల యొక్క శరీరాన్ని ఒక భవనం లాగా ఉహించుకోండి.ఇప్పుడు భవనం కట్టాలంటే దానికి తగిన పని వారు కావాలి.వారు భవనం కట్టడం ప్రారంబిస్తారు.ఒక వేళ నీవు ఆ భవనం కట్టే పనివారిని ఆపివేస్తే భవనం పూర్తి అవకుండానే ఆగిపోతుంది.కాబట్టి నీకు పని వారు కావాలి.అలాగే పెరగటానికి కావాల్సిన ఆహారాన్ని ఆపి వేస్తే పిల్ల శరీరం కూడా పెరగటం ఆగిపోతుంది.అప్పుడు లియు మింగ్ జియ్ దేశ వ్యాప్తంగా ఉన్న పొట్టి వారి గురించి ఆలోచిస్తూ వారు కూడా వారి చిన్న తనంలో ఉన్నప్పుడు మంచి ఆహారం తీసుకోకపోవడం వలెనే కదా వారు అలా ఉండటానికి కారణం అనుకున్నది.

మరియు రెండవ సమూహం కార్బో హైడ్రేట్స్ మరియు కొవ్వు పదార్థాలు.ఇవి శక్తిని ఇస్తాయి.డాక్టర్ గారు కారును లేదా బైక్ గురించి ఆలోచించండి.వాటిలో ఉన్న పెట్రోల్ తీసివేస్తే అవి నడవవు కాబట్టి అవి నడవాలంటే తప్పని సరిగ్గా పెట్రోల్ పోయాలి.అలాగే ఈ కార్బో హైడ్రేట్స్ మరియు కొవ్వు పదార్థాలు కూడా పిల్లలకు శక్తిని ఇస్తాయి.ఇవి లేకపోతే సాధరణ స్థితిలో కంటే తక్కువుగా శక్తి ఉంటుంది.

చివరిగా ఆకరి ఆహార సమూహం పండ్లు మరియు కూరగాయలు లేదా కళ .డాక్టర్ గారు వారిని కంచే గురించి ఆలోచించమని చెప్పాడు.కంచే దేనికైనా రక్షణ ఇస్తుంది.మీరు గనక కంచెను తీసివేస్తే జంతువులు లేదా వేరే ఎవ్వరైనా వచ్చి లోపలికి చొరపడి అక్కడ ఉన్న వాటిని నాశనం చేస్తాయి.కాబట్టి ఏదైనా సురక్షితంగా ఉండాలంటే తప్పని సరిగ్గా కంచే వెయ్యాలి.అలాగే శరీరానికి కళ ఇచ్చే ఆహార పదార్థాలు కూడా అంతే.అవి కూడా శరీరానికి రక్షణ కలుగ జేస్తాయి.అవి లేకుండా ఉంటే పిల్లలు చాలా త్వరగా అనారోగ్యం బారిన పడతారు.కాబట్టి ఈ ఆహార పదార్థాలు పిల్లలను వ్యాదుల నుండి కాపాడతాయి.

లియు మింగ్ జియ్ ఇది చాలా సులభంగా మరియు స్పష్టంగా ఉంది.అదే ఆమెకు కావాల్సింది కూడా.కాని ఈ సమూహం లో ఒక రోజుకి ఎంత ఇవ్వాలి.అప్పుడు ఆమె తన చెయ్యి పైకి ఎత్తి ఈ ప్రశ్నను అడుగగా డాక్టర్ గారు దీనికి స్పందించి ఇది చాల మంచి ప్రశ్న అణి అన్నారు.మరియు ఆమెతో 3x3 గురించి ఆలోచించండి.అనగా మనం ఒక్క రోజులో 3 సార్లు భోజనం చేస్తాము.కాబట్టి ఒక్కొక్క బోజనంలో ఒక్కొక్క సమూహంలో నుండి కనీసం ఒక్క గిన్నె ఆహారం తీసుకోవాలి.ఎప్పుడైతే పిల్లలు అధికంగా తింటారో లేక వ్యాయామం చేయటం ఆపివేస్తారో అప్పుడు వారి బరువు పెరగటానికి అవకాశం ఉంది.పిల్లలు అధిక బరువుకు కారణమయ్యే కొన్ని వైద్య పరిస్తితులు ఉన్నాయి.కాని అవి సాధారణమైనవి కాదు.మరియు ఈ వ్యాధిని చాలా సులభంగా అంచనా వేయవచ్చు.

అనేక ప్రశ్నల తరువాత తరగతి ముగిసింది.కాని లియు మింగ్ జియ్ మరియు ఆమె స్నేహితురాలు ఇద్దరు కూడా వారి కుటుంబాలకు ఆరోగ్య కరమైన జీవితాలకు ఉపయోగపడే చాలా సమాచారాన్ని సంపాదించుకున్నాము అని అను కొన్నది.ఈ మాటలన్నీ మాట్లాడుకోవటం అయిపోయిన తరువాత లియు మింగ్ జియ్ తన స్నేహితురాలీని యేసు క్రీస్తు గురించి మరల అడుగుట ప్రారంబించింది.దానికి ఆమె స్నేహితురాలు స్పందించి మనం యేసుతో వ్యక్తిగత సంభందం కలిగి ఉంటె శాశ్విత జీవితాన్ని పొందుకుంటామని సమాధానం ఇచ్చింది.అప్పుడు లియు మింగ్ జియ్ దీనిని ఎలా చేయగలం అని అడిగింది.మొదట మనం పాపం చేశామని లేదా దేవుని ఎదుట తప్పు చేశామని ఆ పాపం దేవుని నుండి మనలను వేరుపరిచిందని గ్రహించాలని ఆమె స్నేహితురాలు చెప్పింది.మరలా ఆమె బైబుల్ లో రాయబడిన మరి కొన్ని విషయాలను చూపించింది.

యేసు క్రీస్తు నందు విశ్వాస మూలముగా కలిగిన వాగ్దానము విశ్వసించు వారికి అనుగ్రహింప బడునట్లు లేఖనము అందరిని పాపములో బందించెను.గలతీ 3:22.మనం అందరం కూడా దేవుని ఎదుట పాపం చేశామని దాని అర్ధం.ఉదాహరణకు ప్రపంచమంతా పాపం చేసింది.ఇంత మాత్రమే కాదు గాని మనం

పాపం యొక్క బానిసలం మరియు ఖైదీలము .అయితే మనం యేసు క్రీస్తులో విశ్వాసం కలిగి ఉన్నాము.మరియు అయన ద్వారా వాగ్దానాన్ని పొందుకున్నాము.ఏమిటి ఆ వాగ్దానం.?ఎవ్వరైతే యేసు క్రీస్తు ను తన రక్షకుడిగా అంగీకరిస్తారో వారికి ఇప్పుడు ఒక కొత్త జీవితం మరియు శాశ్వత జీవితం కలిగి ఉంటామనేదే వాగ్దానం.బైబుల్ చెప్తున్నది. కాగ ఎవ్వడైనను క్రీస్తు నందు ఉన్న యెడల వాడు నూతన సృష్టి.పాతవి గతించెను.ఇదిగో కొత్తవాయెను.2 కోరంధీ 5:17 .ఇది కొత్త సృష్టి.మనకు కొత్త జీవితం ఇవ్వబడింది.యేసు నేను మీకు జీవము కలుగ జీయుటకు అది సమృద్ధిగా కలుగ జేయుటకు వచ్చాను.అని చెప్పాడు.యోహాను 10:10 అంతే కాకుండా యేసు మనకు శాశ్వత జీవితాన్ని ఇస్తానని చెప్పాడు.దేవుడు లోకమును ఎంతో ప్రేమించెను.కాగా తన అద్వితీయ కుమారుగా పుట్టిన వాని యందు విశ్వాసముంచు ప్రతి వాడు నశింపక నిత్య జీవం పొందునట్లు ఆయనను అను గ్రహించెను.దేవుడు తన కుమారుని ఈ లోకమునకు తీర్పు తీర్చుటకు పంపలేదు గానీ అయన ద్వారా రక్షించ బడుట కే పంపెను.యోహాను 8:16,17

లియు మింగ్ జియ్ ఇది ఎంతో అద్భుతమైనది అని భావించింది.జీవితం ఇప్పుడు మరియు ఎప్పటికైనా వావ్.ఈ శబ్దం నిజంగా వినటానికి చాలా అస్యరంగా మరియు అద్భుతంగా ఉంది.ఎందుకు మన పాపాలు దేవుని నుండి మనలను వేరు పరుస్తాయి.మరియు యేసు క్రీస్తు ఎలా వాటిని క్షమించ గలడు .?అప్పుడు తన స్నేహితురాలు బైబుల్ లో ఉన్న మరి కొన్ని విషయాలను చూపించి చదివెను.మరియు గత కాలమందు దేవునికి దురస్తులను మీదుస్ క్రియల వలన మీ మనస్సులో విరోధ భావం గలవారినై ఉండిన మిమ్మును కూడా తన సన్నిదికి పరిశుద్దులు గాను నిర్దోషులుగాను నిరపరాదులు గాను నిలుపుటకు అయన మాంస యుక్తమైన దేహమందు మరణము వలన ఇప్పుడు మిమ్మును సమాదాన పరిచెను. కొలస్సి 1:21,22.మన యొక్క సొంత ప్రవక్తన మరియు ఆలోచనలే దేవుని నుండి మనలను వేరు పరిచినవి.కాని సమాధాన పరుచుట అనగా మన పాపములను మనం మోయవలసిన పని లేకుండా యేసు క్రీస్తే అయన శరీరం మీద మన పాపములు మోసి వాటిని క్షమించెను.ఇది దేవుని యెదుట పరిశుద్ధులము గాను ,నిందారహితులు గాను ఉండటానికి అనుమతిని ఇస్తుంది.ఇప్పుడు మనలను అయన కృప చేత కడిగి దేవుని యెదుట పరిశుద్దులుగా చేసెను.మరియు ఒక కొత్త జీవితాన్ని ఇప్పుడు మరియు ఎప్పటికి ఇచ్చెను.

యేసు క్రీస్తు ద్వారా కలిగే ఈ కొత్త జీవితాన్ని నీవు కూడా కలిగి ఉండాలని కోరుకుంటున్నావా ?అని తన స్నేహితురాలు లియ్ మింగ్ జియ్ ని అడిగెను.అప్పుడు లియ్ మింగ్ జియ్ అవునని చెప్పెను.అయితే నాతో కలిసి ఈ ప్రార్ధన చేయమని తన స్నేహితురాలు లియ్ మింగ్ జియ్ తో చెప్పగా తానూ తన స్నేహితురాలితో పాటు ప్రార్ధనలో ఏకీభవించెను .

"ప్రియమైన యేసు నేను పాపిని ,నీ ఎదుట పాపం చేశానని తెలుసుకున్నాను.నీవు నా రక్షకుడిగా అవసరమై ఉన్నదని నాకు తెలుసు.నీవు నా పాపముల కొరకు సిలువలో మరణించి తిరిగి మూడవ రోజున లేచావని నమ్ముతున్నాను.నా రక్షకుడిగా నా ప్రభువిగా నా జీవితంలోకి రమ్మని ఆహ్వానిస్తున్నాను.ఆమెన్ ....

లియ్ మింగ్ జియ్ ఈ ప్రార్ధన చేసిన తరువాత ఆమె యేసుక్రీస్తులో ఒక కొత్త ఉద్దేశ పరమైన మరియు అర్ధవంతమైన కొత్త జీవితాన్ని సంపాదించుకున్నది.మరియు తన కుటుంబం కోసం భోజనం సిద్ధ పరచటం లో ఒక సరి కొత్త ఆనంద కరమైన లక్ష్యాన్ని ఎంచుకుంది.

మీరు కూడా యేసు క్రీస్తులో ఒక అర్ధవంతమైన కొత్త జీవితాన్ని పొందు కోవాలంటే లియ్ మింగ్ జియ్ లాగా పైన చేయబడిన ప్రార్ధన చేసి యేసు క్రీస్తును మీ జీవితంలోకి ఆహ్వానించండి.