

3.02 డాక్టర్ లూకా గారు దుఃఖమును/నిరాశను ఎలా అర్థం చేసుకోవాలి అనే దాని గురించి ఏమని చెప్పన్నారు?

జాంగ్ మింగ్ మై 42 సంవత్సరములు గలది. 15 సంవత్సరాలుగా కలిసి ఉన్న తన భర్త మూడు నెలల క్రితం క్యాన్సర్ వ్యాధి నిర్ధారించబడి చనిపోయాడు. ఆమె భర్త చనిపోక ఒక సంవత్సరం ముందు డాక్టర్ గారు ఆమెకి తన భర్త ఎక్కువ రోజులు జీవించడని చెప్పాడు. ఇలా తన భర్త చనిపోయే ఒక రోజు వస్తుందని ఆమెకి తెలుసు. ఇప్పుడు ఆ రోజు వచ్చి జీవితంలో భరించలేనిదిగా చేసింది. ఆమె కలత చెంది దుఃఖపడింది. ఆమె సహోదరి ఆమె ధరించిన దుస్తులు చాలా సన్నగా ఉండటం గమనించింది. ఆమె ఇళ్లు కూడా చాలా చిన్నదిగా ఉంది. ఆమెకు నిజంగా ఏది చేయాలని లేదు అనట్లుగా ఉండటం వారు గమనించారు. ఆమె ఇంట్లోనే ఉంటూ టి.వి చూస్తూ, లేకా పుస్తకాలు చదువుకుంటూ ఉంటుంది. ఆమెకు ఉన్న అనేక మంది స్నేహితులు ఆమెను పిలిచారు. కాని ఆమె ఆ స్నేహితులతో ఏది చేయడానికి ఇష్టంగా లేదు. జింగ్ మింగ్ మై ఆమె స్నేహితులతో ఎవరిని చూడటం ఇష్టం లేదని, ప్రజలతో ఏది చేయడం ఇష్టం లేదని చెప్పింది.

చివరికి ఒక రోజు జాంగ్ మింగ్ మై యొక్క సహోదరి వచ్చి దుఃఖం గురించి ఒక వ్యక్తి మాట్లాడబోతున్నాడని నేను విన్నానని ఆమెకి చెప్పింది. జింగ్ మింగ్ మై తను దుఃఖానికి గురికాలేదని, అయిన కూడా ఆ వ్యక్తి దుఃఖం గురించి మాట్లాడబోయే ప్రసంగం వినడానికి వెళ్ళడానికి ఒప్పుకుంది. వారు ఆ సమావేశ స్థలానికి వచ్చినప్పుడు అక్కడ 50 మంది వరకు ఉన్నారు. జింగ్ మింగ్ మై అక్కడ ఉన్న అనేక మంది దుఃఖానికి గురైన వారిగా లేనట్లుగా ఉండటం, కొందరె ఉన్నట్లుగా గమనించింది. దుఃఖానికి గురికాని వాళ్లు ఇక్కడికి ఎందుకు వచ్చారు అని ఆలోచించుకుంది.

ప్రసంగికుడు లేచి తనను తాను పరిచయం చేసుకొని, దుఃఖం రెండు భాగాలు కలిగి ఉంటుందని చెప్పాడు. ఒకటి ఈ రోజు, మరొకటి ఈ వారంలో, ఇంకో రోజు ప్రారంభించుకుంటాం అని చెప్పాడు.

ప్రసంగికుడు ప్రతి ఒక్కరు బాదని వివిధ సమయాలలో అనుభవిస్తారని ప్రారంభించాడు. మనం ప్రేమించిన వారు చనిపోతే మనం దుఃఖపడతాం. మనం మన ఆర్థిక పరిస్థితుల్లో కాని, మన ఉద్యోగాలలో కాని ఇబ్బందులు వచ్చినప్పుడు వైఫల్య కోణంలో బాధపడతాం. మనం మన పరిస్థితులు మనకు వ్యతిరేకంగా వచ్చినప్పుడు బాధపడతాం. బాధపడటానికి గల తాత్కాలిక భావాలు సహజం మరియు ప్రతికూల సంఘటనలు కూడా ఆరోగ్యమైన అనుభూతి. ఏదేమైనప్పటికీ, ఒక్కోసారి మనం సాధారణ బాధకంటే ఎక్కువ రోజులు ఉండే బాధలను అనుభవిస్తూ ఉంటాం. అనేక మంది ప్రధాన దుఃఖ వ్యాధి లేదా దుఃఖ ప్రసంగాలకు భరించవలసి ఉంటుంది. ఆ వ్యాధి చాలా తీవ్రమైనది, ఒక మనిషి రోజువారీ పనులకు అంతరాయం కలిగించి ఒక్కోసారి ఖచ్చితంగా ఆత్మ హత్య వరకు నడిపిస్తుంది. స్పష్టంగా, దుఃఖము సామాన్యమైన భాధ కాదు, ఒక సరైన ఆరోగ్య బాధితులుగా పునరుద్ధరించబడాలంటే ఇది వైద్యపరంగా నిర్ధారణ చేయబడాలి.

దుఃఖం/నిరాశ యొక్క చిహ్నాలను చూడగా, చాలా మంది ఆలోచించే మొదటి చిహ్నం ఏమిటంటే బాధపడటం. చాలా మంది దుఃఖంలో ఉన్నప్పుడు ఎక్కువ సమయం విచారమైన ఒక భావమును అనుభవిస్తారన్నది నిజం. బాధపడిన అనుభవపు మెట్టు రోజు రోజుకు మారవచ్చు, కొన్ని సార్లు ఒకే రోజులోనే, కాని, మొత్తంగా, దుఃఖంలో ఉన్నవాళ్లు ఎక్కువ సమయం బాధాకరమైనా భావనతో లేదా తక్కువ ఆనందంతో ఉంటారు. కొన్ని సమయాల్లో దుఃఖంతో ఉన్న వ్యక్తి తిమ్మరుగా లేదా శాంతాన్ని బాధకన్న ఎక్కువ భావిస్తుంటాడు. అలాంటి వాళ్లు అస్సలు భావోద్వేగంగా అనుకోరు. వాళ్లు సరిగ్గా విచారంగా అనుకోరు, కాని సాధారణంగా అలాంటి వాళ్లు సంతోష భావాల అనుభూతికి అసమర్థత కలిగి ఉంటారు. వాళ్లకి వాళ్లు రోజువారీ కార్యకలాపాలకు కదలికలకు అనుగుణంగా వెళుతున్నామని చెప్పుకోవచ్చు.

భావపు లక్షణాలతో పాటు, నిరాశ/దుఃఖం అనేది మన నిద్రని పెంచవచ్చు లేదా తగ్గించవచ్చు. మనము దుఃఖంలో ఉన్నప్పుడు మాములుగా కంటే ఎక్కువ నిద్రపోవచ్చు, మనము రోజులో 10 నుండి 15 వరకు నిద్రపోవచ్చు, లేదా సరిపడ నిద్రపోలేదు అని అనుకోవచ్చు. ఒక్కోసారి ఒక మనిషికి జీవితంలో ఉన్న ఇబ్బందులను ఎదుర్కోలేక/తట్టుకోలేక వాటి నుండి బయటికి రావడానికి కావల్సినంత సేపు నిద్రపోవడానికి ప్రయత్నిస్తుంటారు.

చాలా మంది దుఃఖమునకు గురైన వారు, ఎలాగైతేనేం, వాళ్లు నిద్రపోలేదు అని అనుకుంటుంటారు. సాధారణంగా ఒక మనిషికి నిద్రపోవడం అనే నమూనా ఉండటం మంచిది, కాని అలాంటి వాళ్లకు రాత్రి

నిద్ర సమయంలో మధ్య మధ్యలో నిద్రలేవడం అనేది, లేదా ఉదయం మాములు సమయం కంటే ముందే లేవడం, మరల నిద్రపోవడానికి వీలు పడకపోవడం జరుగుతాయి. దుఃఖానికి/నిరాశకి గురైన ఒక వ్యక్తి రోజుకు సగటున మూడు నుండి నాలుగు గంటలే నిద్ర పోగలడు, ఎక్కువసేపు నిద్రపోవాలన్న కుదరదు.

నిద్రలానే, దుఃఖము/నిరాశ వలన మన ఆకలి పెరగొచ్చు లేదా తగ్గవచ్చు. కొంతమంది వాళ్ల ఆకలిని వదిలేస్తారు, వాళ్లకి ఆహారం అస్సలు అవసరం లేదు, ఆకలిగా అనుకోరు. ఒక్కోసారి, వాళ్లు తినడానికి ప్రయత్నిస్తున్నప్పుడు వికారంగా ఉన్నట్లు అనిపిస్తున్నట్లు అనుకుంటారు. దుఃఖపడి/నిరాశపడి కలిగి ఉన్నప్పుడు వేరే వాళ్లు ఆకలి ఎక్కువగా ఉన్నట్లుగా అనుభవం కలిగి ఉంటారు. వాళ్లు బాదగా ఉన్న సమయాలలో వాళ్లు ఇంకా ఎక్కువగా తింటారు. మీరు ఊహించే విధంగా, దుఃఖం/నిరాశ ప్రభావం అనేది ఆకలి లేకపోవడం వల్ల వాళ్లకి బాగ లేనప్పుడు అనేక మందిలో బరువు తగ్గిపోవడం లేదా తగ్గిపోవడానికి కారణమవుతుంది.

తగ్గడం, శక్తి రావడం లేదా అలసట కూడా దుఃఖం/నిరాశ యొక్క చిహ్నాలు. వ్యక్తిగతంగా చాలా అలసిపోయారని అనుకోవచ్చు లేదా ఎమైన చేయడానికి చాలా బలహీనంగా ఉన్నారని అనుకోవచ్చు. చిన్న పనులు చేయడానికి కూడా వాళ్లకి వాళ్లు నెట్టుకోవాలి, పనులకు వెనుక అవుతూ ఉంటారు. అవును, వెనుక వెళ్లడం వల్ల దుఃఖం/నిరాశ జతచేస్తుంది, ఎందుకంటే వాళ్లు మునిగి ఉన్న అనుభూతిని మరియు విఫలమైన భావమును కలిగి ఉంటారు. కొంతమంది దుఃఖం/నిరాశలో ఉన్న వాళ్లు మేము కాళిగా కూర్చోని అంతరిక్షం వైపు చూస్తున్నాం, చిన్న పనులు చేయడానికి కూడా మాకు అవసరమైన శక్తి లేదని అనుకుంటూ ఉంటారు.

దుఃఖం/నిరాశ ఒక మనిషి యొక్క భౌతిక పనితీరు మీద వేరే మార్గాలలో ప్రభావం చూపగలదు. దుఃఖం/నిరాశలో ఉన్న వాళ్లు వాళ్ల ఆరోగ్య గురించి ఎక్కువగా ఆలోచిస్తూ ఉంటారు. అలాంటి వాళ్లు వివిధమైన నొప్పులు, వేదనలు ఉన్నాయని గమనిస్తూ ఉంటారు, మరియు మాములుగా ఉన్నవారికంటే అలాంటి వాళ్లు భౌతిక ఆనారోగ్య భయం ఎక్కువగా ఉన్నట్లు అనుకుంటారు. దుఃఖం/నిరాశలో ఉన్న వ్యక్తికి శృంగారం పట్ల కూడా ఆసక్తి తగ్గుతూ ఉంటుంది.

మన ఆలోచన కూడా దుఃఖం/నిరాశ ద్వారా ప్రభావితం అవుతూ ఉంటుంది. కొంతమంది వాళ్లు దుఃఖంలో ఉన్నప్పుడు నిర్ణయం తీసుకునే విషయాలలో చాలా కష్టంగా ఉందని నివేదిక చేస్తుంటారు. వేరే కొంతమంది స్పష్టంగా ఆలోచించలేక పోతున్నాం, వాళ్ల ఆలోచన పరధ్యానంలోను, మసకలోను ఉన్నట్లు అనుకుంటున్నట్లు అంటారు. చివరిగా, కొంతమంది వాళ్లు దుఃఖం/నిరాశలో ఉన్నప్పుడు ఎక్కువ మరచిపోయే తత్వంలో ఉన్నాం అని నివేదిక చేస్తుంటారు. తగ్గిన శక్తి లక్షణం యొక్క కలయిక, ప్రేరణ మరియు ఆలోచించే దానిలో సమస్య యొక్క లక్షణం వల్ల పాఠశాలలో కాని, పనిలో కాని దుఃఖంలో/నిరాశలో ఉన్న వ్యక్తికి సూచకమైన ఇబ్బందులు కారణం కావచ్చు. చాలా సమయాలలో, విద్యార్థులు అణగారి ఉన్నప్పుడు వాళ్ల శ్రేణిలో తగ్గుదలను అనుభవము కలిగి ఉంటారు. ఇది కుటుంబం ద్వారా కాని, స్నేహితులవల్ల కాని గమనించ గలిగే మొదటి లక్షణం కావచ్చు. అప్పుడు విద్యార్థులు ఎక్కువగా నిర్వహించడానికి వైఫల్య అనుభూతిని లేదా ఒత్తిడిని కలిగి ఉంటారు మరియు ఈ భావాలు మరింత నిరాశగా, హానికరంగా ఉంటాయి.

దీని దగ్గర చర్చ సమయంలో విరామం తీసుకుందామని ప్రసంగికులు అన్నారు. జాంగ్ మింగ్ మై అక్కడ చెప్పినదానిలో ఎక్కువ భాగం నిజమే అని అనుకుంది ఎందుకంటే అక్కడ ప్రసంగికులు చెప్పినదంతా తను అనుభవించింది కాబట్టి. ఆమెకు ఆకలి కాకపోవడం, బరువు తగ్గడం గురించి సమస్య ఉంది. రాత్రుల్లో నిద్రపోయే విషయంలో కూడా ఆమెకు సమస్య ఉంది. అంతకు ముందు కన్నా ఇప్పుడు ఎక్కువ మర్చిపోవడం లాంటి సమస్య కూడా ఉంది. ఆమె విషయాలను మర్చిపోయిందని ఆమె కుమార్తె చెప్తూ ఉండేది.

దుఃఖం/నిరాశ మన అవగాహనల మీద ప్రధాన ప్రభావం కలిగి ఉంది. దుఃఖంలో/నిరాశలో ఉన్న ఒక వ్యక్తి సమస్తము మాములుగా కంటే ఎక్కువ చీకటిగా, ఎక్కువ వ్యతిరేకంగా ఉన్నామని అనుకుంటూ ఉంటాడు. ప్రతి దానిలో హీన స్థితిని చూస్తారు, వాళ్ల భవిష్యత్ గురించి ఆలోచించే సమయంలో కూడా మరి హీనంగా ఊహించుకుంటూ ఉంటారు. వేరే వాళ్లు వాళ్ల గురించి చెడుగా అనుకోకపోయినా కూడా, అలా అనుకుంటున్నారు అని ఊహించుకుంటారు. వాళ్ల గురించి వాళ్లు తరచూ చెడుగా ఆలోచించుకుంటూ ఉంటారు. అలాంటి వాళ్లకి స్వయం-సూక్ష్మమైన ఆలోచనలు ఉంటాయి మరియు స్వయం-గౌరవము తరచూ

ఇంకా తగ్గుతూ ఉంటుంది. ఎందుకంటే, ఇతరులు వాళ్ల గురించి చెడు తలంపులు కలిగి ఉంటారని గ్రహించుకుంటూ ఉంటూ, అవసరమైతే వీలైనంత వరకు ప్రజలను వాళ్లకి దూరంగా ఉంచడానికి ప్రయత్నిస్తుంటారు. ఈ వికారమైన దృష్టి దుఃఖము/నిరాశ యొక్క ప్రాణహానికి దారి తీసే సామర్థ్యం కలిగి ఉంటుంది. దుఃఖంలో/నిరాశలో ఉన్న వ్యక్తి తనలో తాను అనర్హుడని అనుకున్నప్పుడు, వాళ్లు లేనప్పుడు ఇతరులు బాగుగా ఉంటారని అనుకున్నప్పుడు, వాళ్ల భవిష్యత్ చాలా చెడుగా ఉండబోతోంది అని అనుకున్నప్పుడు, వాళ్లు ప్రాణహానికి పాల్పడతారు. చైనాలో ఆత్మహత్య శాతం 40%(XXXX) ఉంది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా, ఆత్మహత్య శాతం 40%(XXXX) ఉంది. ఆత్మహత్య వ్యక్తి వాళ్ల పరిస్థితులు ఎప్పుడు మెరుగుపడవని, నిస్సహాయంగా భావిస్తుంటారు, మరణం మాత్రమే వాళ్ల భావోద్వేగముల నొప్పి నుండి బయటకు తీసుకురాగలరని తెలుసుకుంటారు. అవును, ఆత్మహత్య ఆలోచన అనేది అత్యంత తీవ్రమైన దుఃఖం/నిరాశ మరియు దానిని గుర్తించి చికిత్స అందించాలి.

ఒక్కోసారి, ప్రజలు దుఃఖంలో/నిరాశలో ఉన్న స్నేహితులను కాని లేదా కుటుంబంలో ఉన్న వాళ్లని కాని ఒకవేళ వాళ్లు ఆత్మహత్య గురించి ఆలోచిస్తున్నారా అని అడగడానికి భయపడుతుంటారు, ఎందుకంటే అలా అడగడం వల్ల అలాంటి వాళ్లకు అది ఒక సహలాగా లేదా ఆలోచనగా, అదే ఒక ఎంపికగా అవుతుందని. ఇది అస్సలు సత్యం కాదు. దుఃఖంలో/నిరాశలో ఉన్న వ్యక్తిని ఆత్మహత్య చేసుకునే ఆలోచన ఉందా అని అడగడం చాలా ప్రాముఖ్యం, దాని ద్వారా ఏమైనా ఉంటే బయటపడే అవకాశముంటుంది, అలా చేసుకోడానికి ప్రయత్నించే ఆలోచనను తగ్గించే అవకాశముంటుంది. వాళ్లు ఆత్మహత్య ఆలోచనలను కలిగి ఉన్నారని ఒప్పుకుంటే, తరువాత అడగవలసిన ప్రశ్న ఏమిటంటే, వాళ్లు ప్రయత్నించి ఉంటే, అది ఎలా చేయాలని అని ఆలోచిస్తూ ఉంటారు. వాళ్లు ఒక ప్రణాళికను అభివృద్ధి చేసి ఉంటే, ఆ ప్రమాదం ఇంకా ఎక్కువ. ఆత్మహత్య విషయాలను ఎప్పుడు చాలా తీవ్రంగా తీసుకోవాలి. మీకు తెలిసిన వాళ్లు ఎవరైనా దుఃఖంలో/నిరాశలో ఉన్నప్పుడు ఆత్మహత్య గురించి కాని మరణం గురించి కాని ఎక్కువగా ఆలోచిస్తున్నట్లయితే, నీ గురించి నేను జాగ్రత్త వహిస్తున్నానని, నీవు మరణించడం ఇష్టం లేదని చెప్పండి. నేను నీకు సహాయం చేయాలని అనుకుంటున్నాను, వీలైనంత తొందరలో నిన్ను ఆసుపత్రికి/వైద్యుని దగ్గరకు తీసుకెళ్తా అని చెప్పండి. గుర్తుంచుకోండి, వారి కోరిక ఆత్మహత్య చేసుకోవడం, సాధారణంగా వారి ఆలోచన దుఃఖం/నిరాశ ఫలితంగా వచ్చినది మరియు నిజంగా వారెవరూ అన్న దాన్నిబట్టి కాదు.

అవును, దుఃఖం/నిరాశ అనేది ఒక అనారోగ్యం కావచ్చు. ఇది నిజం దుఃఖం/నిరాశ మందుల ద్వారా, సలహా ద్వారా నయం చేయవచ్చు. కొన్ని సమయాలలో, ఎదేమైనప్పటికీ, దుఃఖం/నిరాశ ద్వారా జీవితంలో యే కారణం లేదని భావించడానికి ఫలితం కావచ్చు, నీవు ప్రేమించబడటం లేదు, నీకు విలువ లేదు అనేటువంటి భావన కలిగించవచ్చు. చాలా మంది ప్రజలు దుఃఖపడుతూ/నిరాశ పడుతూ ఉంటారు, ఎందుకంటే అద్భుతమైన దేవుని ప్రేమను గురించి, యేసు క్రీస్తు గురించి వార్త వారు ఎప్పుడు విని ఉండరు. చూడండి, ఈ విశ్వాన్ని సృష్టించిన దేవుడు ప్రతి ఒక్కరినీ ఎంతగానో ప్రేమించి, తన కుమారుడైన యేసు క్రీస్తుని మానవులకోసం బలిదానంగా మన కోసం మరణించడానికి ఈ లోకానికి పంపాడు. మనకు మనం సంపూర్ణమైన వాళ్లం కాదు. మనకు మనం వీలైనంతా గొప్పగా ఉండటానికి, ఉన్నత స్థాయి స్పృహను కలిగి ఉండటానికి ప్రయత్నిస్తాం, కాని మనం పరలోకానికి వెళ్లే అంత మంచిగా ఎప్పటికీ ఉండలేం, మరణించిన తరువాత దేవునితో ఉండలేం. మనం అలా ఎన్నటికీ చేయలేమని దేవునికి తెలుసు. అయితే, ఆయన తన ప్రియ కుమారుడైన యేసుని ఈ భూలోకానికి శిశువుగా పంపాడు. అతడు మానవునిగా ఎటువంటి పాపమును, చెడును చేయకుండా పెరిగాడు. ఆయన మన పాపముల కోసం తనను తాను కావాలని బలిగా సిలువ మీద చనిపోయాడు. ఆయన చేతులలో, కాళ్లలో సైనికులను సీలలు కొట్టించుకొని, నీ కోసం నా కోసం సిలువలో మరణించాడు. దానిని యే సమయములోనైనా ఆపగించ వచ్చును, కాని నీవు పరలోకంలో ఎప్పుడు ఉండకపోవడం అనే ఆలోచనను మానలేదు. కాబట్టి ఆయన కావాలనే చనిపోయాడు. అప్పుడు, ఆయనకి మరణమును జయించ గలిగే శక్తి ఉందని నిరూపించడానికి, మూడు రోజుల తరువాత తిరిగి జీవానికి వచ్చాడు, మరియు అనేక వందల మంది ప్రజలకి కనబడ్డాడు. బైబిల్ లో ఇలా చెబుతోంది, "దేవుడు లోకమును ఎంతో ప్రేమించెను, కాగా ఆయన తన అద్వితీయ కుమారునిగా పుట్టిన వానియందు విశ్వాసముంచు ప్రతి వాడును నశింపక నిత్య జీవం పొందునట్లు ఆయనను అనుగ్రహించెను. ఆయన లోకమును ఎంతగానో ప్రేమించాడు. లోకం అనగా, మన అందరిని చూచుచుంది, ప్రతి ఒక్కరు.

ఇప్పుడు, దేవుడు ఈ విశ్వంలో ఉన్న ప్రతి మనిషిని ప్రేమించి, తన కుమారుడిని పంపినప్పుడు, కుమారుడైన యేసు తనకు తాను చనిపోయేంతగా మనలను ప్రేమించినప్పుడు, అది మనలను విలువగల వారిగా చేయదా? ఈ విశ్వాన్ని సృష్టించిన దేవుడు నీతో సన్నిహిత సంబంధం కలిగి ఉండాలనుకుంటే, అది

నీ జీవితానికి ఒక ఉద్దేశమును ఇవ్వడా? మనం చేయాల్సింది ఏమిటంటే, యేసు దేవుని కుమారుడని, ఆయన మన కోసం మరణించి సమాధి నుండి లేశాడని, మన పాపాలకు క్షమాపణ దయ చేయమని అడగాలి. అప్పుడు దేవుడు మన పాపాలను క్షమించి, మనం మరణించిన తరువాత పరలోకానికి వెళ్ళతాం. మనం జీవిస్తూ ఉన్నప్పుడు, ఎలాగైనప్పటికీ, దేవుని గురించి, ఆయన మార్గముల గురించి నేర్చుకోవాలి. చూడండి, దేవునితో సంబంధం అనేది విలువలు, జీవితాన్ని, కారణమును ఇస్తుంది. ఒకసారి మనం దేవుని అంగీకరించక, ఆయన మన పట్ల చూపిన ప్రేమ గురించి ఇతరులకు చెబితే వారును జీవమును, విలువను, కారణమును వారి జీవితాలలో కలిగి ఉంటారు. ఒకసారి ఒక వ్యక్తి యేసు దేవుని సంపూర్ణమైన కుమారుడని, మన కోసం మరణించాడని నమ్మితే, వారు సహాయం చేయలేరు కాని సంతోషమును, కృతజ్ఞతను కలిగి ఉంటారు. ఒక వ్యక్తి ఒక్కసారి దేవునితో సంబంధం కలిగి ఉంటే జీవితంలో వేరే అర్థం ఉంటుంది.

జీవితంలో నిజమైన అర్థం లేకుండా జీవించే వాల్చుగా ఉన్నవాళ్లు నీకు ఎంతమంది తెలుసు? జీవితంలో నిజమైన విలువ కలిగి, కష్టపడి పని చేస్తూ విజయవంతం అవ్వాలని, అనుకునే వాళ్లు ఎంతమంది నీకు తెలుసు, కాని ప్రతి విజయం క్షణకాలమే ఉంటుందని కనిపిస్తుంది, జీవితంలో దేవుని ప్రేమను తెలుసుకోలేని జీవితం అలాంటి వాళ్ళకి విలువ గురించి ఆలోచించే భావనను, నిరీక్షణలేని వారికి, దుఃఖంలో/నిరాశలో ఉన్న వారికి కలిగిస్తుంది. అది ఒక సులభమైన క్రియతో, యేసుని ప్రేమని అంగీకరించి మరియు నీ జీవితాన్ని ఆయన సరియైన దిశగా ఆయనే నడిపించడం ద్వారా మార్చగలదు.

అవును, దుఃఖం/నిరాశ అనేది ఒక వ్యాధి, వైద్య పరంగా చికిత్స చేయాలి. దేవుని ప్రేమ గురించి, యేసు యొక్క సొంత బలిదానం గురించి తెలియని వాళ్ళకి ఇది ఒక రకమైన జీవిత విధానం కావచ్చు. మనం మాట్లాడుకున్న కొన్ని దుఃఖం/నిరాశని గురించిన కొన్ని లక్షణాలు ఉన్నట్లయితే, మీ వైద్యుని దగ్గరకు వెళ్లి వైద్యం చేయించుకోండి. ఒకవేళ మీకు తెలిసిన ఎవరైనా దుఃఖం/నిరాశతో లేదా ఆత్మహత్య చేసుకోవాలని ఉంటే, వారి పట్ల మీ జాగ్రత్తను గురించి వారికి తెలిపి, వారిని వైద్య సహాయానికి తీసుకెళ్ళండి. కాని మీకు తెలిసిన వారు లేదా మీరు కాని అర్థవంతమైన, ప్రయోజనకరమైన జీవితం భావాన్ని లేదా చెడు క్రియలకు క్షమాపణ కలిగి ఉండాలంటే యేసు క్రీస్తునందు నమ్మి, మనందరి కొరకు ఆయన ప్రేమ కలిగిన బలిదానమును నమ్మాలి. నీ జీవితంలోని ఆశ్చర్యకరమైన వ్యత్యాసమును చూస్తారు.

నీకు జీవితంలో ఎప్పుడు తెలియనటువంటి విధంగా అర్థాన్ని కలిగి ఉండవచ్చు. క్షణికమైన విజయాల మీద ఆధారపడని విలువ కలిగిన భావమును నీవు కలిగి ఉండవచ్చు. ఇది నీ జీవితంలో కేవలం ప్రారంభమని, నీవు మరణించిన తరువాత దేవునితో పరలోకంలో జీవించవచ్చని తెలుసుకోవచ్చు. నీవు చేయవలసిందల్లా ప్రభువును రక్షకుడైన యేసు క్రీస్తునందు నమ్మి విశ్వాస ముంచడమే.

నీవు ఈ సరియైన జీవితాన్ని కలిగి ఉండాలనుకుంటే, ఈ ప్రార్థన నాతో చేయండి. "యేసు, నీవు నా పాపములకొరకు ఈ లోకానికి బలిగా వచ్చావని నమ్ముతున్నాను. నీవు నా కోసం శిలువలో మరణించావని నమ్ముతున్నాను, కాని మూడవ రోజున మరల తిరిగి జీవించావు. ఇప్పుడే నా హృదయములోనికి రండి, నా పాపములకు క్షమాపణ దయ చేయండి. ఈ జీవితంలో నీ కోసం జీవించాలని, నేను మరణించిన తరువాత నీతో ఎల్లప్పుడు పరలోకంలో జీవించాలని అనుకుంటున్నాను." ఈ ప్రార్థన మీరు ప్రార్థించినట్లయితే, యేసు క్రీస్తు మీ జీవితంలోకి వచ్చాడు. మరియు మీ పాపములు/చెడు ముందే క్షమించబడ్డాయి. నీవు ఇప్పుడు, ఎల్లప్పుడు దేవుని బిడ్డవు. అభినందనలు, నీవు నీ మిగతా జీవితమంతా దేవునితో సంబంధం కలిగి ఎదుగుతావు. నీ చుట్టూ ప్రక్కల ఉన్న వాళ్ళకు ఈ మంచి వార్తను చెప్పు. నీవు పొందుకొనిన విధంగా వారును ఇటువంటి బహుమతిని పొందుకొనుటకు వారికి సహాయం చెయ్యి.