



தலைவர் ஜெர்னி
பி.ஜி.ராஜ்
பிரதான தலைமையில்
முதலாம் ஆலோசகர்

கண்டுபிடி, நினைவுகூர், நன்றி செலுத்து

தேவனிடமிருந்து பெறுகிற எந்த விதமான ஆசீர்வாதங்களுக்கும் நாம் நன்றி செலுத்த வேண்டுமென அவர் கேட்கிறார். தேவனுக்கு இருதயத்தின் வெகுமதியாக நமது நன்றிகளை கொடுக்க மனதில்லாமல் ஜெபங்களில் வழக்கமாக அதே வார்த்தைகளை திரும்பத் திரும்பக்கூறி நன்றி செலுத்துதலின் நமது ஜெபங்களில் இயந்தரத்தனமாயிருப்பது நமக்கு எளிதாயிருக்கிறது. தேவன் நமக்குக் கொடுத்ததற்காக உண்மையான நன்றியை நாம் உணரும்படியாக, “ஆவியில் . . . நாம் நன்றிதெரிவிக்கவேண்டும்” (கோ.உ 46:32).

தேவன் நமக்குச் செய்த எல்லாவற்றிலும் ஒரு பகுதியையாவது நம்மால் எவ்வாறு நினைவுகூர முடியும்? பரிசுத்த ஆவியின் வரத்தின் மூலமாக வருகிற நினைவுகூருதலின் வரத்தைப்பற்றி இரட்சகர் போதித்ததை அப்போஸ்தலனாகிய பவுல் எழுதினான்: “என் நாமத்தினாலே பிதா அனுப்பப்போகிற பரிசுத்த ஆவியாகிய தேற்றரவாளனே எல்லாவற்றையும் உங்களுக்குப் போதித்து, நான் உங்களுக்குச் சொன்ன எல்லாவற்றையும் உங்களுக்கு நினைப்பூட்டுவார்” (யோவான் 14:26).

தேவன் நமக்குப் போதித்ததை பரிசுத்த ஆவியானவர் நினைவுக்குக் கொண்டுவருவார். தேவன் நமக்குப் போதிப்பதன் வழிகளில் ஒன்று அவரது ஆசீர்வாதங்கள் மூலமாகும்; ஆகவே விசுவாசத்தைப் பிரயோகிக்க நாம் தேர்ந்தெடுத்தால் தேவனின் இரக்கங்களை நமது நினைவுக்கு பரிசுத்த ஆவியானவர் கொண்டுவருவார்.

இன்று ஜெபத்தில் நீங்கள் அதை சோதிக்கலாம். “சகல காரியங்களிலும் உங்கள் தேவனாகிய கர்த்தருக்கு நன்றி செலுத்துவீர்களாக” (கோ.உ 59:7) என்ற கட்டளையை நீங்கள் பின்பற்றலாம்.

அதைச் செய்ய ஜெபம் நேரத்தை உருவாக்குமென தலைவர் எஸ்றா டாப்ட் பென்சன் (1899-1994) சொன்னார். அவர் சொன்னார்: “பிற்காலப் பரிசுத்தவான்கள் குற்ற உணர்வுடன் இருக்கவிருப்பது நன்றியுணர்வின்மையின் பாவமே என ஒரு நேரத்தில் தீர்க்கதரிசி ஜோசப் சொன்னார். அதை ஒரு பெரிய பாவமாக நம்மில் அநேகர் நினைத்திருக்கமாட்டோம் என நான் நினைக்கிறேன். நமது ஜெபங்களிலும் நமது வேண்டுகளிலும் கூடுதலான ஆசீர்வாதங்களுக்காக கர்த்தரிடம் கேட்க ஒரு பெரிய எண்ணம் நமக்கிருக்கிறது. ஆனால், ஏற்கனவே பெற்ற ஆசீர்வாதங்களுக்காக நன்றி தெரிவித்தலையும், நன்றிசெலுத்துதலையும் வெளிப்படுத்த நமது ஜெபங்களை அதிகமாக அர்ப்பணிக்கவேண்டுமென சிலசமயங்களில் நான் உணருகிறேன். நாம் நிறைய அனுபவிக்கிறோம்.”¹

பரிசுத்த ஆவியின் வரத்தால் இன்று உங்களுக்கு அத்தகைய ஒரு அனுபவம் ஏற்பட்டிருக்கலாம். நன்றிகளுடன் ஒரு தனி ஜெபத்தை நீங்கள் ஆரம்பிக்கலாம். உங்களின் ஆசீர்வாதங்களை நீங்கள் எண்ண ஆரம்பித்து பின்னர் ஒரு கணநேரம் நிறுத்தலாம். பரிசுத்த ஆவியின் வரத்துடன் விசுவாசத்தை நீங்கள் செயல்படுத்தினால் பிற ஆசீர்வாதங்களின் நினைவுகள் உங்கள் மனதில் வெள்ளம்போல பெருக்கெடுப்பதை நீங்கள் காண்பீர்கள். அவைகள் ஒவ்வொன்றுக்கும்

நீங்கள் நன்றியை வெளிப்படுத்த ஆரம்பித்தால் உங்கள் ஜெபம் வழக்கத்தைவிட சிறிது நீண்ட நேரம் எடுக்கும். நினைவும், அப்படியே நன்றியுணர்வும் வரும்.

உங்கள் குறிப்பிதழில் நீங்கள் எழுதும்போது அதே காரியத்தை நீங்கள் முயற்சிக்கலாம். காலத்தின் ஆரம்பத்திலிருந்தே அதனுடன் பரிசுத்த ஆவியானவர் மக்களுக்கு உதவியிருக்கிறார். “ஆதாமின் பாஷையில் எழுதப்பட்டிருந்த ஞாபகப்புஸ்தகம் ஒன்று வைக்கப்பட்டிருந்தது, ஏனெனில் உணர்த்துதலின் ஆவியால் எழுத தேவனிடம் விண்ணப்பித்த அனைவருக்கும் அது கொடுக்கப்பட்டது” (மோசே 6:5) என மோசேயின் புத்தகம் சொல்கிறதென்பதை நினைவுகூருங்கள்.

உணர்த்தப்பட்ட எழுத்துக்களின் முறையை “ஞாபகப் புத்தகத்தை வைத்திருப்பவர்கள் அநேகமாக தங்களுடைய அன்றாட வாழ்வில் கர்த்தரை நினைவில் வைத்திருப்பவர்கள். நாட்குறிப்பு நமது ஆசீர்வாதங்களை எண்ணவும் நமது சந்ததியருக்காக இந்த ஆசீர்வாதங்களுக்கான ஒரு பட்டியலை விட்டுப் போவதன் ஒரு வழியாயிருக்கிறதென”² தலைவர் ஸ்பென்சர் டபுள்யூ.கிம்பல் (1895-1985) விவரித்தார்.

நீங்கள் எழுத ஆரம்பிக்கும்போது, “தேவன் எவ்வாறு என்னையும் இன்று நான் நேசிக்கிறவர்களையும் ஆசீர்வதித்தார்?” என நீங்கள் உங்களையே கேட்கலாம். அதை நீங்கள் போதுமான அளவிற்கு அடிக்கடி விசுவாசத்துடன் செய்தால் ஆசீர்வாதங்களை நீங்கள் நினைவுகூருவதை நீங்களே காண்பீர்கள். அந்த நாளில் நீங்கள் கவனிக்கத் தவறிய, ஆனால் உங்கள் வாழ்க்கையில் தேவனின் கரம் தொட்டதை பின்னர் நீங்கள் அறிகிற உங்கள் மனதிற்குக் கொண்டுவரப்பட்ட வரங்கள் சிலசமயங்களில் உங்களுக்கிருக்கும்.

அடையாளம் காணவும், நினைவுகூரவும், அவர்களுக்கு வீட்டின் பாதையைத் திறக்க நமது பரலோக பிதாவும் நமது இரட்சகரும் செய்த செய்துகொண்டிருப்பதற்கு நன்றி சொல்லவும் விசுவாசத்தில் ஒரு தொடர்ந்த முயற்சியை நாம் செய்ய வேண்டும் என நான் ஜெபிக்கிறேன்.

குறிப்புகள்

1. Ezra Taft Benson, *God, Family, Country: Our Three Great Loyalties* (1974), 199.
2. Spencer W. Kimball, “Listen to the Prophets,” *Ensign*, May 1978, 77.

இச்செய்தியிலிருந்து கற்பித்தல்

நமது ஜெபங்களில் பரலோக பிதாவின் இரக்கங்களை நினைவுகூர அவரது செய்தியில் தலைவர் ஜரிங் நம்மை அழைக்கிறார். நன்றியுணர்வுடன் ஜெபிப்பது எவ்வாறு நமது வாழ்க்கையில் தேவனின் கரத்தை அடையாளம் காண நமக்குதவும் என நீங்கள் போதிக்கிறவர்களுடன் கலந்துரையாடவும். நீங்கள் போதிக்கிறவர்களுடன் முழுங் கால்படியிட்டு ஜெபிக்க கருத்தில் கொள்ளவும் மற்றும் ஜெபிக்கிற அவன் அல்லது அவள் நன்றிகளை மட்டுமே வெளிப்படுத்த ஆலோசனையளிக்கவும்.

தலைவர் ஜரிங் குறிப்பிட்ட வசனங்களுடன் இந்த வசனங்களையும் அதனுடன் கூடுதலாக படிப்பதால் நன்றியுணர்வின் முக்கியத்துவத்தையும் நீங்கள் படிக்கலாம்: சங்கீதம் 100; மோசீயா 2:19-22; ஆல்மா 26:8; 34:38; கோட்பாடும் உடன்படிக்கைகளும் 59:21; 78:19; 136:28.

இளைஞர்

இருப்புக் கணக்கு எடுக்கவும்

நமது ஆசீர்வாதங்களை எண்ணவும் இந்த ஆசீர்வாதங்களை நமது சந்ததியருக்கு ஒரு இருப்புப்பட்டியலாக விட்டுவைக்கவும் குறிப்பிதழ்கள் ஒரு உபாயமாயிருக்கிறது.” அக்டோபர் 2012 பொது மாநாட்டில், குறிப்பிதழ் எழுதுதலைப்பற்றிய அவரது சாட்சியை தலைவர் தாமஸ் எஸ்.மான்சன் கொடுத்தார். “இவ்வளவு ஆண்டுகளாக பாதுகாக்கப்பட்ட எனது அன்றாட குறிப்பிதழ், அநேகமாக என்னால் நினைவுபடுத்தி பார்க்கமுடியாததாயிருக்கிற சில முக்கியமானவற்றைக் கொடுக்க உதவியது” என்பதையும் சேர்த்து அவரது வாழ்க்கையிலிருந்து சில அனுபவங்களை அவர் பகிர்ந்துகொண்டார். “உங்கள் வாழ்க்கையில் ஒரு பட்டியல் எடுத்து விசேஷமாக நீங்கள் பெற்றுக்கொண்ட சிறியதும் பெரியதுமான ஆசீர்வாதங்களைகண்டுபிடிங்கள்” (“Consider the Blessings,” *Liahona and Ensign*, Nov. 2012, 86). இந்த தீர்க்கதரிசிகளின் ஆலோசனையைப் பின்பற்றி உங்கள் நாட்குறிப்பில் எழுத இலக்குகளை ஏற்படுத்துங்கள்.

குழந்தைகள்

உங்களுக்கு நன்றி என சொல்ல அநேக வழிகள்

“உலகம் முழுவதிலும் ஒரு நாளின் முடிவில்,
பரலோக பிதாவின் பிள்ளைகள் முழங்கால்படியிட்டு ஜெபிக்
கிறார்கள்,
உமக்கு நன்றி என ஒவ்வொருவரும் அவரது சொந்த விசே
ஷித்த வழியில் சொல்கிறார்கள்.”

உலகமுழுவதிலுமுள்ள பிள்ளைகள்,” பிள்ளைகள் பாடல்
புத்தகம், 16.

இந்த மொழிகள் பேசப்படுகிற வெவ்வேறு நாடுகளைக்
கண்டுபிடிக்க ஒரு வரைபடத்தைப் பயன்படுத்தவும். இந்த
மொழிகளில் சில ஒரு நாட்டிற்கும் மேல் பேசப்படுகிறது!

1. கிராசியஸ் (ஸ்பானிஷ்)
2. மலோ (டொங்கன்)
3. தேங்க யூ (ஆங்கிலம்)
4. சுக்கிரியா (ஹிந்தி)
5. ஸ்பேசெபா (ரஷியன்)
6. அரிகாட்டோ (ஜப்பானிஸ்)
7. ஓப்பரிகடோ (போர்ச்சுகீஸ்)
8. அசன்டே (ஸ்வாஹிலி)
9. மெர்சி (பிரெஞ்ச்)



விசுவாசம், குடும்பம், நிவாரணம்

நல்வாழ்வுத் திட்டம்

இந்தக் கட்டுரையை ஜெபத்துடன் படித்து, பொருந்துகிறாற்போல நீங்கள் சந்திக்கும் சகோதரிகளுடன் இதை கலந்துரையாடுங்கள். உங்கள் சகோதரிகளைப் பெலப்படுத்தவும், உங்களின் சொந்த வாழ்க்கையில் ஒத்தாசைச் சங்கத்தை ஒரு செயல்படும் அங்கமாக்கவும் உங்களுக்குத் தேவையானவைகளைப் பயன்படுத்தவும். அதிகத் தகவலுக்கு reliefsociety.lds.org போகவும்.

அங்கத்தினர்கள் சுயசார்புள்ளவர்களாக உதவுவதும், தரித்திரரையும் எளியோரையும் பராமரிப்பதும் சேவை செய்வதும் சபை நல்வாழ்வுத் திட்டத்தின் நோக்கங்களாகும். ஒத்தாசைச் சங்கத்தின் பணியின் மையமானது நல்வாழ்வுத் திட்டமாகும். பிரதான தலைமையின் முதல் ஆலோசகரான தலைவர் ஹென்றி பி.ஐரிங் போதித்தார்:

ஆதிமுதலே, உதவுவதற்கு அவரது சீஷர்களுக்கு கர்த்தர் வழிகளைக் கொடுத்தார். அவர்களுடைய நேரத்தையும், அவர்களுடைய பொருட்களையும், மற்றவர்களுக்கு சேவை செய்ய அவரோடு சேர அவர்களையே பரிசுத்தம் செய்ய அவருடைய பிள்ளைகளை அவர் அழைத்தார். . . .

எளியோரை தூக்கிவிடும் அவரது பணியில் பங்கேற்க அவர் நம்மை அழைத்தார், கட்டளையிட்டார். ஞானஸ்நான தண்ணீரிலும் தேவனின் பரிசுத்த ஆலயங்களிலும் அதைச் செய்ய ஒரு உடன்படிக்கையை நாம் செய்கிறோம். ஞாயிற்றுக் கிழமை திருவிருந்தில் நாம் பங்கேற்கும்போது உடன்படிக்கையை நாம் புதுப்பிக்கிறோம்.”¹

ஆயர் அல்லது கிளைத் தலைவரின் வழிநடத்துதலின் கீழ் ஆவிக்குரிய மற்றும் உலகப்பிரகாரமான நல்வாழ்விற்கு உள்ளூர் தலைவர்கள் உதவுகிறார்கள். அவர்கள் சந்திக்கிற ஒவ்வொரு சகோதரிகளின் தேவைகளையும் எவ்வாறு சந்திப்பது வெண்பதை அறிந்துகொள்ள உணர்த்துதலை நாடுகிற விசாரிப்புப் போதகர்களுடன் சேவை செய்வதற்கான சந்தர்ப்பங்கள் வழக்கமாக ஆரம்பமாகிறது.

வேதங்களிலிருந்து

லூக்கா 10:25-37; யாக்கோபு 1:27; மோசியா 4:26; 18:18:8-11; கோட்பாடும் உடன்படிக்கைகளும் 104:18.

நமது வரலாற்றிலிருந்து

தரித்திரருக்கு நிவாரணமளிக்கவும் ஆத்துமாக்களை இரட்சிக்கவும் ஒத்தாசைச் சங்கத்தில் சகோதரிகளுக்கு தீர்க்கதரிசி கட்டளையிட்டார். இந்த இலக்குகள் இன்னமும் ஒத்தாசைச் சங்கத்தின் இருதயத்திலிருந்து “அன்பு ஒருக்காலும் ஒழியாது” (1கொரிந்தியர் 13:8) என்ற நமது குறிக்கோளில் வெளிப்படுத்தப்படுகிறது.

நமது அஸ்திபாரத்தின் கொள்கைகளின் ஒரு நினைவுபடுத்தலாக

1913ல் இந்த குறிக்கோளை நமது ஒத்தாசைச் சங்க ஐந்தாவது பொதுத் தலைவரான எம்மலின் பி.வெல்ஸூம் அவரது ஆலோசகரும் வெளியிட்டார்கள்: “வியாதியஸ்தருக்கு பணிவிடை செய்வது எளியோருக்கு உதவுவது, முதியோருக்கு ஆறுதலளிப்பது, வழிதவறியோரை எச்சரிப்பது, மற்றும் அநாதைகளைக் காப்பாற்றுவதன் நோக்கத்திற்காக பொருத்தமான ஸ்தாபனமாக அமைக்கப்பட ஆசாரியத்துவத்தின் அழைப்பின் மூலமாக அதிகாரமளிக்கப்பட்டவர்களாக பெண்களிருக்க தீர்க்கதரிசி ஜோசப் ஸ்மித் வெளிப்படுத்தியபோது அவரது உணர்த்தப்பட்ட போதனைகளைப் பலமாகப் பிடித்துக்கொள்ள அதை எங்களது நோக்கமாக நாங்கள் அறிக்கையிடுகிறோம்.”³

தங்களுடைய அண்டைவீட்டாருக்கு அன்பையும் கிறிஸ்துவின் தூய அன்பையும் கொடுக்கிற சகோதரிகளாக ஒத்தாசைச் சங்கம் இன்று உலகளாவியிருக்கிறது (மரோனி 7:46-47 பார்க்கவும்).

குறிப்புகள்

1. Henry B. Eyring, “Opportunities to Do Good,” *Liabona and Ensign*, May 2011, 22.
2. Joseph Smith, in *Daughters in My Kingdom: The History and Work of Relief Society* (2011), 63.
3. *Daughters in My Kingdom*, 63.

**என்னால் என்ன
செய்யமுடியும்?**

1. ஆவிக்குரிய பிரகாரமாகவும்
உலகப்பிரகாரமாகவும் என்னையும்
என் குடும்பத்தினரையும்
கவனித்துக்கொள்ள நான் எவ்வாறு
ஆயத்தப்பட்டுக்கொண்டிருக்கிறேன்?

2. நான் கண்காணிக்கிற
சகோதரிகளின் தேவைகளை சந்திக்க
நான் உதவும்போது இரட்சகரின்
எடுத்துக்காட்டை நான் எவ்வாறு
பின்பற்ற முடியும்?