థర్డ్ మిల్ ఇన్స్టిట్యూట్

వ్యక్తిగత గుర్తింపు కార్డు

నీ వాక్యములు నా జిహ్వకు ఎంతో మధురములు అవి నా నోటికి తేనెకంటె తీపిగా నున్నవి.

కీర్తనలు 119:103

యౌవనస్థులు దేనిచేత తమ నడత శుద్ధిపరచుకొందురు? నీ వాక్యమునుబట్టి దానిని జాగ్రత్తగా చూచుకొనుట చేతనే గదా? నా పూర్ణహృదయముతో నిన్ను వెదకియున్నాను
నన్ను నీ ఆజ్ఞలను విడిచి తిరుగనియ్యకుము. నీ యెదుట నేను పాపము చేయకుండునట్లు నా హృదయములో నీ వాక్యము ఉంచుకొని యున్నాను. యెహోవా, నీవే స్తోత్రము నొందదగినవాడవు నీ కట్టడలను నాకు బోధించుము. నీ నోట నీవు సెలవిచ్చిన న్యాయవిధులన్నిటిని నా పెదవులతో వివరించుదును. సర్వసంపదలు దొరికినట్లు నీ శాసనముల మార్గమునుబట్టి నేను సంతోషించుచున్నాను. నీ ఆజ్ఞలను నేను ధ్యానించెదను నీ త్రోవలను మన్నించెదను. నీ కట్టడలనుబట్టి నేను హర్షించెదను.
నీ వాక్యమును నేను మరువకయుందును.

కీర్తనలు 119:9-16

ఉదయమున **నీ కృపతో మమ్మును** తృప్తిపరచుము, అప్పుడు మేము మా దినములన్నియు ఉత్సహించి సంతోషించెదము.

కీర్తనలు 90:14

చాలామంది లేఖన విద్యార్థులు లేఖనములను పరలోకపు తండ్రిని తెలుసుకొనుట కొరకుగాక, దేవుని గూర్చి తెలుసుకొనుటకు మాత్రమే అధ్యయనం చేయు శోధనలో పడిపోతారు. క్రైస్తవులందరు, మీరు సంఘ నాయకులైనా లేక సభ్యులైనా, ఆయన వాక్యం ద్వారా దేవునితో వ్యక్తిగతంగా, సన్నిహితంగా కలుసుకోవాలి. ఈ విధంగానే మనం మన హృదయమును తండ్రి హృదయముతో అనుసంధానపరచుకొని, మన యెడల ఆయనకున్న కృపను తెలుసుకోగలుగుతాము. ఈ గుర్తింపు పరలోకపు తండ్రితో సంబంధమును ప్రోత్సహించు ధ్యాన జీవితమును కలిగియుండుటలో మీకు సహాయం చేస్తుంది. తండ్రి స్వరాన్ని, మీ కొరకు ఆయన హృదయాన్ని అన్వేషించి, మీరు ఆయన హృదయము యొద్దకు ఇతరులను ఎలా నడిపించగలరో నేర్చుకోండి.

గుర్తింపులోని విషయములు[[1]](#footnote-1):

**ప్రార్థన ద్వారా సమర్పణ** – మనం నిదానించి దేవుని హృదయానికి ఎలా సమర్పించుకోగలము?

**లేఖనములను వినండి** – దేవుని స్వరం విని, ఆయన మీ హృదయంతో ఏమి మాట్లాడతాడో చూడండి.

**ఒక పెన్ను పట్టుకొని ప్రార్థించండి** – నేను దేవుని ఆరాధించు విధంగా, పాపమును ఒప్పుకొను విధంగా, యేసు కొరకు కృతజ్ఞతలు తెలుపు విధంగా, వ్యక్తిగత ఎదుగుదల కొరకు ప్రార్థించు విధంగా ఇది నన్ను ఎలా ప్రోత్సహిస్తుంది?

**సమాజముతో పంచుకోండి** – వారిని దేవుని కృపలోనికి ఆహ్వానించుటకు, ఆయన హృదయమును గూర్చి దేవుడు మనకు చెప్పిన విషయములను ఇతరులతో ఎలా పంచుకోగలము?

చర్చాంశములు:

1. ధ్యాన జీవితముతో మీ అనుభవము ఏమిటి? ఎంత తరచుగా అది ఒక పని లేక బాధ్యత వలె అనిపిస్తుంది? మీ ప్రస్తుత ధ్యాన జీవితం ఎలా ఉంది?
2. మీరు దేవునితో వ్యక్తిగత అనుబంధము ఎందుకు కలిగియుండాలి? దేవుని గూర్చి తెలుసుకొనుట మాత్రమే ఎందుకు సరిపోదు?
3. మన వ్యక్తిగత ధ్యానమును ఆరంభించుచుండగా, ప్రార్థనతో ఆరంభించుట ఎందుకు ప్రాముఖ్యం? ఆరంభించుచుండగా దేవునికి, ఆయన మార్గములకు సమర్పించుకొనునట్లు ప్రార్థన మనకు ఎలా సహాయపడుతుంది? గ్రహింపు కొరకు ప్రార్థించుట ఎందుకు ప్రాముఖ్యమైయున్నది? దేవుని వాక్యం మనలను మార్చాలని మనం ప్రార్థించాలా? ఆరంభములో మన భావనలను దేవునికి చెప్పుట వలన మనం దేవుని ఆశ్రయించు విధానంలో ఎలాంటి మార్పు జరుగుతుంది?
4. మీ జీవితంలో అనేక ధ్యానముల ప్రణాళికలు లేక సమయములు ఎందుకు ఆగిపోతాయి?
5. మీ కొరకు సహాయకరముగా ఉండు ధ్యాన ప్రణాళిక ఏమిటి? రోజుకు బైబిల్ గ్రంథములోని ఒక అధ్యాయమును చదువుటయా? ఒక సమూహంగా చదవడమా? (చాలాసార్లు మనం నిలిచియుండలేని ఒక గొప్ప ప్రణాళికను సిద్ధపరుస్తాం. గుర్తుంచుకోండి, మీ తండ్రితో సంబంధం మరియు సాన్నిహిత్యం లక్ష్యమైయున్నది.)
6. రోజులో ఏ సమయం మీ వ్యక్తిగత ధ్యానము కొరకు ఉత్తమమైన సమయం?
7. 119:9-16, 103ను చదవండి. మీ ధ్యాన జీవితం యొక్క లక్ష్యం మీ పరలోకపు తండ్రితో లోతైన సంబంధం కలిగియుండుట అయితే, ఒక బాధ్యత లేక పనిగా ఉండిన గత ధ్యాన సమయాలలో లేక సందర్భములలో మీరు పొందని ఏ అనుభవాన్ని ఇక్కడ పొందాలని చూస్తున్నారు?
8. దేవునితో ధ్యాన సమయాన్ని గడుపుట కొరకు మేము ప్రతిపాదించు మాదిరిలో, మేము ACTS మాదిరిని ఆకరిస్తాము - ఆరాధన (Adoration),ఒప్పుకోలు (Confession), కృతజ్ఞత (Thanksgiving), మరియు విజ్ఞాపన (Supplication).
	1. ఈ వాక్యభాగము నన్ను దేవుని ఆరాధించునట్లు, దేవుని మహత్వమును చూసి భయపడునట్లు ఎలా చేస్తుంది?
	2. ఈ వాక్యభాగం నా పాప స్థితిని ఎలా బయలుపరుస్తుంది?
	3. ఈ వాక్యభాగం యేసు కొరకు నన్ను ఎలా కృతజ్ఞునిగా చేస్తుంది (ఆరంభం, కొనసాగింపు, మరియు ముగింపు)?
	4. నాలో మరియు నా ద్వారా కార్యము చేయమని పరిశుద్ధాత్మను ప్రార్థించునట్లు ఈ వాక్యభాగం ఎలా పురికొల్పుతుంది?
9. అనుదినము మీ ధ్యాన సమయంలో మిమ్మును ఎక్కువగా ప్రభావితం చేసిన విషయాన్ని పంచుకొనుట యొక్క ప్రాముఖ్యత ఏమిటి?

కార్యము చేయుటకు పిలుపు:

1. మీ వ్యక్తిగత ధ్యాన సమయంలో చదువుట కొరకు బైబిల్ లోని ఒక గ్రంథమును ఎంచుకోండి. పై విధానమును అనుసరిస్తూ, మీరెన్నుకున్న పుస్తకము యొక్క పరిమాణం ఆధారంగా రాబోవు రెండు వారములను ఒక అధ్యాయం, లేక అధ్యాయములలో భాగములను చదువుతూ గడపండి.
2. ఈ విధానమును అనుసరించి మీ వ్యక్తిగత ధ్యాన సమయాన్ని గడుపుచుండగా మీతో కలిసి అధ్యయనం చేయుటకు ఒక స్నేహితుని లేక ఎక్కువమందిని ఆహ్వానించండి. చివరికి, నేటి అధ్యయనంలో దేవుడు మిమ్మును ఎక్కువగా ప్రభావితం చేసిన విషయాలను ఒకరితో ఒకరు పంచుకోండి.
3. మీ శిక్షకుని కలుసుకొని, ఆ సమయమును దేవుడు వాడుకున్న విధానాన్ని పంచుకోండి. అ సమయం బాగా గడిచిందా? ఎందుకు లేక ఎందుకు కాదు? మీ గత వ్యక్తిగత ధ్యాన సమయాలు లేక ప్రణాళికలకు ఏదైనా భిన్నత్వమును మీరు అనుభవించారా?

గుర్తింపు కొరకు అర్హత:

కోర్సులో ***చర్చించిన అంశముల*** వెలుగులో మరియు ***గుర్తింపు అంశములకు*** అనుగుణమైన రీతిలో విద్యార్థి ***ఆచరణలో పెట్టుటకు పిలుపును*** సరిగా పూర్తి చేసిన పిమ్మట ఫౌండేషన్స్ సర్టిఫికేట్ లో భాగముగా థర్డ్ మిల్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఈ గుర్తింపును అందించాలి.

ఉదాహరణ:

**తేదీ వాక్యభాగము(లు)**

1. ప్రార్థన ద్వారా **సమర్పణ.**

1. లేఖనములను **వినుట.**
2. పెన్ను పట్టుకొని **ప్రార్థించుట.**

|  |  |
| --- | --- |
| **ఆరాధన**ఆయన గుణములు మరియు కార్యముల కొరకు తండ్రిని స్తుతించండి | **ఒప్పుకోలు**మీ పాప స్థితిని అంగీకరించి, మీ పాపములను ఒప్పుకోండి |
| **కృతజ్ఞత**ఆయన ఇచ్చిన రక్షణ కొరకు యేసుకు కృతజ్ఞతలు తెలుపండి (భూత, వర్తమాన, భవిష్యత్) | **విజ్ఞాపన**కొన్ని విధాలుగా మిమ్మును మార్చమని ఆత్మను కోరండి |

1. సువార్త సమాజం కొరకు **సిద్ధపడండి.**

నేటి వాక్యభాగము(ల) ద్వారా దేవుడు మిమ్మును ఎక్కువగా ఎలా ప్రభావితము చేశాడు?

1. ఈ గుర్తింపు కొరకు మౌలిక ఆకారమును మరియు సంభాషణ అంశములన్నీ దీని నుండి సేకరించబడినవి, *The CBR Journal.*  (Ted Sinn, [www.thecbrjournal.com](http://www.thecbrjournal.com). 2005). [↑](#footnote-ref-1)