

دل کا معاملہ



## دل کا معاملہ

جیسا کہ آپ غالباً جانتے ہیں ، پہلے کی نسبت دل کی بیماری بہت عام ہو چکی ہے ۔ اگر ہم جراثیمی بیماریوں سے نہیں مرتے ، ہم زندہ رہتے ہیں جب تک کہ بدن کو ہونی بنیادی حصہ کمزور نہیں ہو جاتا ۔ دل اکثر ناکام (بند) ہونے والا پہلا آرگن ہوتا ہے ۔ کچھ عام گائیڈ لائنز آپ کے دل کو زیادہ دیر تک قائم رکھنے میں مدد کریں گی :

بدن کے کسی بھی نظام کے لیے اچھی خوراک کی ضرورت ہوتی ہے ۔  
(«میں (یسوع) ہوں وہ زندگی کی روٹی جو آسمان سے اُتری ۔ اگر کوئی اس روٹی سے کھائے تو ابد تک زندہ رہے گا :»  
یوحنا 6 : 51)۔



وزن کا زیادہ بڑھنا بھی دل کے لیے مشکل ہے ۔ ( «پس خبردار رہو ، ایسا نہ ہو کہ تمہارے دل خمار اور نشہ بازی اور اس زندگی کی فکروں سے سُست ہو جائیں : 'لوقا 21 : 34»

یہ مانا جاتا ہے کہ خوراک میں زیادہ چربی دل کی انتڑیوں میں مشکل پیدا کرتی ہیں۔ ( اگر آج، تم اس کی سُنو تو اپنے دلوں کو سخت نہ کرو جس طرح کہ غصہ دلانے کے وقت کیا تھا: عبرانیوں 3 : 15 )

اعصابی تناؤ دل کی بیماری کی طرف راہنمائی کرتا ہے۔ (کسی بات کی فکر نہ کرو بلکہ ہر ایک بات میں تمہاری درخواستیں دعا اور منت کے وسیلہ سے شکر گزاری کے ساتھ خدا کے سامنے پیش کی جائیں: ﴿فلیسوں 4 : 6﴾)

## دل کا حقیقتوں کو محسوس کرنا

﴿دل سب چیزوں سے زیادہ حیلہ باز اور لاعلاج ہے۔ اُس کو کون دریافت کر سکتا ہے؟ میں خداوند دل و دماغ کو جانچتا اور آزما تا ہوں تاکہ ہر ایک آدمی کو اُس کی چال کے موافق اور اُس کے کاموں کے پھل کے مطابق بدلہ دوں۔﴾

یرمیاہ 9 : 17

«اپنے دل کی خوب حفاظت کر کیونکہ زندگی کا سرچشمہ  
رہی ہے۔» امثال 4: 24

«کیونکہ خداوند سب دلوں کو جانچتا اور جو کچھ  
خیال میں آتا ہے اُسے پہچانتا ہے۔»

1 تواریخ 9: 28

«یسوع نے اُن کے خیال معلوم کر  
کے کہا کہ تم کیوں اپنے دلوں میں  
بُرے خیال لاتے ہو؟: متی 9: 4

«اور خداوند نے دیکھا کہ زمین

پر انسان کی بدی بہت بڑھ گئی اور  
اُس کے دل کے تصور اور خیال سدا

بُرے ہی ہوتے ہیں۔» پیدائش 5: 6

«کاش اُن میں ایسا ہی دل ہوتا کہ وہ میرا خوف مانکر ہمیشہ  
میرے سب حکموں پر عمل کرتے تاکہ سدا اُن کا اور اُنکی

اولاد کا بھلا ہوتا!» استثناء 5: 29





اعلاج :

خدا آپ کو نیا دل  
دے سکتا ہے

«اور میں تم کو نیا دل بخشوں گا اور  
نئی روح تمہارے باطن میں ڈالوں گا اور  
تمہارے جسم میں سے سنگین دل نکال ڈالوں گا اور گوشٹین دل تم کو  
عنایت کروں گا۔» حزقی ایل 36: 26

«کہ اگر تو اپنی زبان سے یسوع کے خداوند ہونے کا اقرار  
کرے اور اپنے دل سے ایمان لائے کہ خدا نے آپسے مردوں میں  
سے جلایا تو نجات پائے گا۔ کیونکہ راست بازی کے لیے ایمان لانا  
دل سے ہوتا ہے اور نجات کے لیے اقرار منہ سے کیا جاتا ہے :  
رومیوں 10 : 9 - 10

«تو آؤ ہم سچے دل اور پورے ایمان کے ساتھ اور دل کے  
الزام کو دور کرنے کے لیے دلوں پر چھینٹے لے کر اور بدن کو صاف  
پانی سے دھلوا کر خدا کے پاس چلیں۔» عبرانیوں 10: 22

اپنے دل کو مشکل میں نہ پڑنے دیں: خدا پر  
بھروسہ رکھیں!

