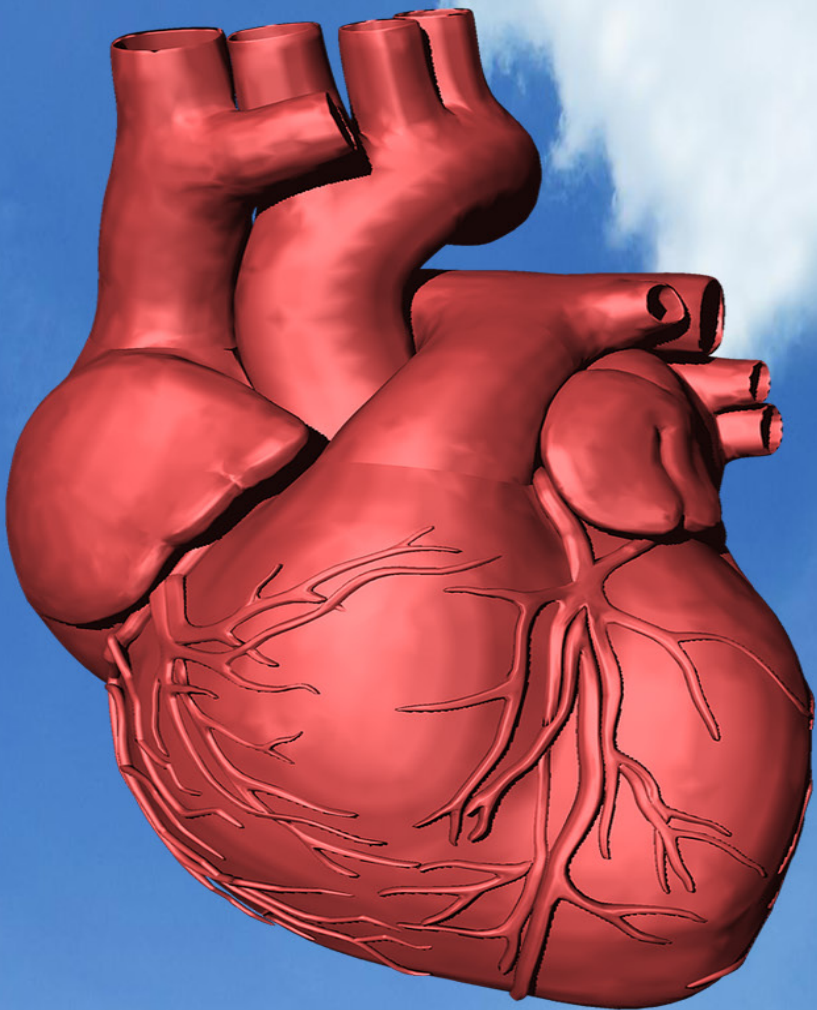


हार्ट ऑफ द मॅटर



हार्ट ऑफ द मॅटर

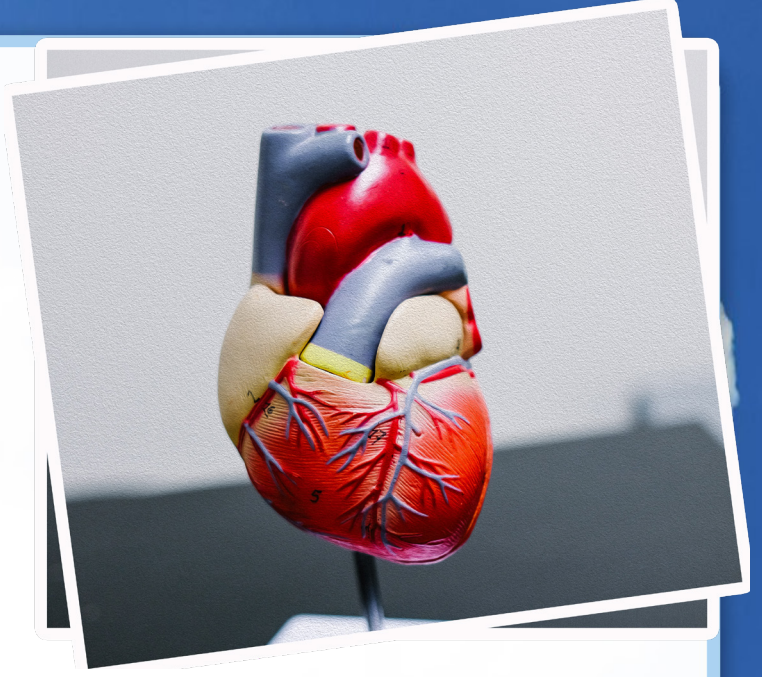
तुम्हाला कदाचित माहीत असेल, हृदयविकार हा पूर्वी जितका होता त्यापेक्षा कितीतरी अधिक सर्वसामान्य झाला आहे. जर आम्ही कोणत्या जंतूविकाराने मरण पावलो नाही तर आम्ही तोपर्यंत जगतो जोपर्यंत शरीराचा एखादा महत्वाचा भाग झिजून जात नाही. हृदय हे बरेचदा खराब होणारे पहिले इंद्रिय असते. काही सामान्य मार्गदर्शन तुम्हाला तुमचे हृदय दीर्घ काळ चालू ठेवण्यासाठी मदत करेल.

शरीराच्या कोणत्याही सिस्टिमसाठी चांगल्या अन्नाची आवश्यकता आहे. [“स्वर्गातून खाली उतरलेली जिवंत भाकर मी(येशू) आहे. जर कोणी ती भाकर खाईल तर तो अनंतकाळासाठी जिवंत राहील:’ जॉन 6:51]



जास्त वजन असणे सुद्धा हृदयासाठी वाईट असते. [“सावध राहा, दारूबाजी आणि अधाशीपणात तुमचा वेळ घालवू नका, किंवा ऐहिक गोष्टींमध्ये मग्न राहू नका. जर तुम्ही तसे कराल, तर तुम्ही व्यवस्थित विचार करू शकणार नाही, व तुम्ही तयार नसताना तो दिवस(शेवट) अकस्मात तुमच्यावर येईल:’ ल्युक 21:34]

असा विश्वास केला जातो कि आहारातील अतिशय जास्त चरबी हृदयाच्या वाहीन्या कडक होण्यास कारणीभूत होते. [“आज जर तुम्ही त्याची वाणी ऐकाल, तेव्हा तुम्ही देवाविरुद्ध बंड केलेत, तशी आपली अंतःकरणे कठीण करू नका:’ हिब्रु 3:15]



नसांवरील ताण हृदयविकाराकडे घेऊन जातो. [“कशाचीही काळजी करू नका, तर प्रत्येक परिस्थितीत प्रार्थना आणि विनंत्या उपकार मानून तुमच्या विनंत्या देवाला कळवा:’ फिलिपिन्स 4:6]

हृदयाने जाणलेली वस्तुस्थिती

“परंतु परमेश्वरावर विश्वास ठेवणाऱ्यावर कृपादृष्टी होईल. का? कारण परमेश्वर विश्वासास पात्र आहे, ह्याची देव त्याला प्रचिती देईल.’ जेरेमीया 17:7

“तुझ्या हृदयाला काळजीपूर्वक जप. कारण तेथूनच जीवनप्रवाह वाहतात.” प्रॉव्हर्ब 4:23

“कारण परमेश्वरच सर्वांच्या अंतःकरणाचा ठाव घेतो. आपले सर्व विचार त्याला कळतात.”। क्रॉनिकल 28:9

“त्यांचे विचार ओळखून, ‘येशू म्हणाला, तुमच्या अंतःकरणात तुम्ही वाईट विचार का करता?’” मॅथ्यु 9:4

“परमेश्वराने पाहिले की पृथ्वीवरील लोक दुष्ट आहेत, त्यांचे विचार नेहेमी वाईट असतात”
जेनेसिस 6:5

“ते माझ्याशी आदराने वागले, माझ्या आज्ञा मनापासून पाळल्या तर त्यांचे व त्यांच्या वंशजांचे निरंतर कल्याण होईल. एवढेच मला त्यांच्याकडून हवे आहे!”
इयुटरॉनॉमी 5:29

उपाय:

देव तुम्हाला एक नवीन हृदय देऊ शकतो

“मी तुमच्यात नवीन आत्मा घालून नवे हृदय बसवीन तुमचे दगडाचे हृदय बदलून त्या जागी माणसाचे कोमल हृदय बसवीन.” एझकेल 36:26

“जर तू तुझ्या मुखाने ‘येशू प्रभु आहे’; असा विश्वास धरतोस आणि आपल्या अंतःकरणात देवाने त्याला मेलेल्यांतून उठविले असा विश्वास धरतोस तर तुझे तारण होईल कारण नीतिमत्वासाठी मनुष्य अंतःकरणाने विश्वास ठेवतो आणि तारणासाठी विश्वासाने कबूल करतो:’
रोमन्स 10:9,10



“म्हणून आपण आपली
मळीन विवेकबुद्धि शुद्ध
करण्यासाठी आपल्या मनावर
केलेल्या येशूच्या रक्तसिंचनाने
आणि आपली शरीरे पवित्र
पाण्याने धुतल्याने आपण
विश्वास, आश्वासन तसेच तळमळ यांनी भरलेल्या
अंतःकरणाने देवाच्या जवळ जाऊ.’ हिब्रु 10:22



**तुमच्या हृदयाला त्रास होऊ देऊ नका :
देवामध्ये विश्वास ठेवा!**

