

Volume IV - Issue IX
September 2021

విద్యార్థి వెలుగు



సంక్షోభ
సమయంలో
భిత్తి
నొరుకెత్పొని
ప్రదర్శించడం
ఎలా?

భారతదేశం ప్రపంచంలోనే ఐదవ అతిపెద్ద ఆర్థిక వ్యవస్థ, ప్రపంచ ఆర్థిక వృద్ధికి గణనీయంగా దోహదపడుతున్న దేశం. అయితే కోవిడ్-19 ఆర్థిక వృద్ధిని మందగింపచేసింది. 2021లో పుంజుకుంటున్నప్పటికీ, అశించినంత మేర వృద్ధి సాధించలేదు. ఇది భారతదేశ పరిస్థితే కాదు, అన్ని దేశాల పరిస్థితి కూడా. ప్రపంచమంతా ఆరోగ్య, ఆర్థిక సంక్షోభంలోకి నెట్టివేయ బడిందనడంలో అతిశయోక్తి లేదు.



సంక్షోభమనేది నిర్దిష్టంగా ఇలా ఉంటుందని చెప్పలేం. అధిక స్థాయిలో అనిశ్చితి, ముప్పును, దుష్పరిణామాలను సృష్టిస్తుంది. ఒక చోట సంభవించిన సంక్షోభం మరొక చోట సంక్షోభానికి కూడా దారితీస్తుంది. ఈ సంక్షోభ పరిస్థితులలో వ్యక్తులు, నాయకులు లక్ష్యాలను చేరుకోవడంలో విఫలమవుతూ ఉంటారు.

సంక్షోభాలు జీవితంలో దురదృష్టకరమైనవే అయినప్పటికీ అనివార్యమైనవి. మానవ జీవితంలో అంతర్భాగమైనవి. కొన్ని

సంక్షోభాలను ముందుగా అంచనా వేయగలిగినప్పటికీ, కొన్ని సంక్షోభాలు అకస్మాత్తుగా, హెచ్చరిక లేకుండా సంభవిస్తాయి. కాబట్టి, సంక్షోభాల సమయంలో మార్గనిర్దేశం చేయడానికి నాయకుడు ఎప్పుడూ సిద్ధంగా ఉండాలి అవసరముంది. గతంలో చోటుచేసుకున్న సంక్షోభాల నుండి పాఠాలను నేర్చుకొని, దేవునిపై ఆధారపడతూ ప్రజలను కూడా సంక్షోభాన్ని ఎదుర్కొనడానికి సిద్ధం చేయాలి.

సంక్షోభ సమయాలలో నాయకుడు సహనం వహిస్తూ విశ్వాసాన్ని అభ్యాసం చేయాలి. “వాని హృదయము యెహోవాను ఆశ్రయించి స్థిరముగా నుండును, వాడు దుర్వార్తకు జడియడు” (కీర్తన 42:7) ప్రకారం దైర్ఘ్యాన్ని కోల్పోకుండా, దేవుడు ఈ గాఢాందకారపు లోయలో తోడుగా ఉన్నాడన్న విశ్వాసం కలిగియుండాలి (కీర్తన 23:4). మనం ఎదుర్కొనే సంక్షోభాలు దేవునికి ముందుగానే తెలుసు అని మరచిపోకూడదు (యిర్మియా 29:11, కీర్తన 139:16).

యోసేపు సమయంలో ప్రపంచమంతా తీవ్రమైన ఆహార సంక్షోభానికి గురైంది (ఆది 41:57). దేవుడిచ్చిన దర్శనాల ద్వారా, యోసేపు సహాయంతో ఆ సంక్షోభాన్ని ముందుగానే గ్రహించిన ఫరో ఆ సంక్షోభంలో దేశాన్ని సమర్థవంతంగా నడిపించగలిగే నాయకుడు వివేకం, జ్ఞానం కలిగిన యోసేపు అని గుర్తించి (41:39), అధికార బాధ్యతలను అప్పగించాడు (41:42,43).

కేవలం మూడుపదుల వయస్సుడైన యోసేపు ఏ మాత్రమూ భయపడకుండా ఆ సంక్షోభ సమయంలో దేశాన్ని నడిపించడానికి ముందుకొచ్చాడు. దానికి కారణం- యెహోవా అతనికి తోడుగా ఉన్నాడని యోసేపు అర్థం చేసుకున్నాడు (39:2,21,23). ఈ సంక్షోభ సమయంలో ప్రజలను రక్షించడానికి దేవుడు అతడిని నియమించినట్లు గ్రహించాడు కూడా (45:5,7-8).

నాయకుడిగా బాధ్యత తీసుకున్న యోసేపు ఐగుప్తు దేశమంతా స్వయంగా సంచరించి, దేశంలోని పరిస్థితులను, వాస్తవాలను తెలుసుకున్నాడు. తర్వాత ఆహార సంక్షోభాన్ని సమర్థవంతంగా ఎదుర్కొనడానికి తెలివిగా నిర్ణయాలు తీసుకొని వాటిని అమలుపరిచాడు. తన కుటుంబాన్ని, దేశ ప్రజలను, ప్రపంచాన్ని సంక్షేమం వైపుకు నడిపించి నిజమైన నాయకుడిగా నిరూపించుకున్నాడు.

కాబట్టి, యుఇయన్‌బెలోని విద్యార్థులు, గ్రాడ్యుయేట్స్, స్టాఫ్‌గా సంక్షోభ పరిస్థితులలో దేవుడే మనకు నాయకత్వపు బాధ్యతలను ఇచ్చాడని మరచిపోకూడదు. మన బాధ్యత పరిధిలోని ప్రాంతపు పరిస్థితులు, పరిచర్య పరిస్థితులు, విద్యార్థుల పరిస్థితులను స్వయంగా తెలుసుకొని, తోటి సభ్యులతో కలిసి దేవుని నడిమిపుతో, వివేకవంతమైన నిర్ణయాలు తీసుకొని వాటిని అమలుపరచుదాం. యోసేపుకు తోడుగా ఉన్న దేవుడు మనకూ తోడుగా ఉన్నాడు. ఆమేన్!



**SEPTEMBER 2021
VIDYARTHI VELUGU**

A publication of the UESI-TS
Publication Trust

విషయ సూచిక

Leadership in Times of Crisis	4
Being Decisive in times of Crisis	7
సంక్షోభంలో సమర్థపంతమైన నాయకత్వం	10
వారధులు నిర్మిద్దాం-అనకట్టలను కాదు	13
The Influential Leader	16
Testimony	17
The Art of Unwinding	21
భారతీయ అపొస్తలుడు-సాధు సుందర్ సింగ్	27
నీలా పనిచేయనీ!	29

EDITORIAL BOARD

Editor and Publisher:

Mr. Sudhir Kumar Gaddam, Hyderabad.

Managing Editor:

Mr.K.John Bhushanam, Hyderabad.

Litt. Dept. Secretary: Mr.Nani Babu,
Hyderabad.

Members:

Dr. Mercy Sujatha, Hyderabad.

Mrs. Ruth Vinay, Rangareddy.

Mr. Michael Fernandez, Hyderabad.

Mr. Simon, Hyderabad.

Mr. Enoch.Y., Khammam.

UESI-TS Account Details

Name - UESI-TS

Bank - State Bank of India

A/C No - **35233350086**

Branch - Bowrampet

IFSC code - SBIN0020437

Kindly inform the office after depositing amount

Ph. 7386598974

VV & LITERATURE Account Details

Name - UESI PUBLICATION TRUST

Bank - Canara Bank

A/C No - **0624101037187**

Branch - East Maredpally, Secunderabad

IFSC code - CNRB0000624

Kindly inform the office after depositing amount.

Ph. 9491595765

Note: This account is only for VV & Literature purchases

Themes for

Oct'21 : Prayer

Nov'21 : Hope

Note: Please send your write-ups on or before 15th
of every month to editorvv2018@gmail.com

పాఠకుల స్పందన...

ప్రియమైన విద్యార్థి వెలుగు పాఠకులకు మనవి. ప్రతినెల
వివిధ వచ్చే ఆర్టికల్స్ మీద మీ సూచనలను, నేర్పుకున్న
విషయాలు **పాఠకుల స్పందన...** కు

editorvv2018@gmail.com లేక 9491595765 (వాట్సాప్)

ద్వారా పంపించగలరు



సెప్టెంబర్ 18



యె.యస్.వి

ఆవిర్భావ దినోత్సవ

శుభాకాంక్షలు



LEADERSHIP in times of crisis

- J.S.A Julius

CRISIS LEADERSHIP

It is in times of crisis that good leaders emerge. Crisis can make or break a leader. It is the crisis time which displays the capability of the true leader. As the saying goes,



Leadership is a series of behaviors, rather than a role for heroes. It is the crisis time which helps the community to understand the true potential of the leaders and also it is during the crisis the leader is supposed to take the charge and lead the community in right direction.

Promoting Team Work

Leaders can organize a network of teams to solve the problem and execute under high-stress, confused /chaotic conditions. Crisis is a situation which cannot be handled alone; it needs the support of the dynamic team. Throughout the bible we can see the examples of the mission being accomplished through a dynamic and skillful team. Identifying the skills, forming the team and delegation of the tasks keeps the community in confidence that their leader is capable enough to handle the situation. The team work towards the fulfillment of the vision, a kingdom divided cannot stand. Our great leader Jesus Christ himself promoted teamwork when



Understanding the needs and exhibiting compassion for the community is the most important character of Leaders

he delegated the tasks to his disciples, though He is the God of the universe, who can accomplish the things at one go allowed his disciples to do the things on their own as a team. During the crisis of Corona, our UESI responded actively by forming teams to cater to the needs of the EU and EGF families. Leaders involved actively by providing food to the affected families, finding of hospital beds for the affected patients, etc. City level, State level and National level prayers are still on for the bereaved families, reaching them one on one to comfort and bring out of depression, etc. That is the unique aspect of UESI ministry – active involvement in the life of people.

Caring for the Community

Understanding the needs and exhibiting compassion for the community is the most important character of Leaders and it was required during the time of crisis. Jesus feeding of 5000 reminds us of Jesus compassion for His people. As it was getting dark, the disciples wanted the crowd to go away at the end of the day. But Jesus said to them, let the people remain and have some food. The compassionate character of Jesus is exhibited in this part of the passage (Matthew 14:13-21). Though He had traveled very far, performed many miracles like healing the sick and had done so many other things, His priority was always the people

that followed Him, this incident depicts His compassion without any bounds. He always considered People as important in His life. “An individual has not started living until he can rise above the narrow confines of his individualistic concerns to the broader concerns of all humanity.” - the famous quote of Martin Luther King Jr. Jesus Christ has always concerned about the fellow human beings and was available for the people around Him even at the time of Crucification (for the thief during the time of highest personal crisis which He had undergone). Do we care about the community which needs help in times of crisis and support the needs of the community financially, emotionally, etc.

Sense of Belonging to a Community

The story of Israelites at the Red Sea is one of great Crisis. The people are trapped between the powerful experienced armies of the Egyptians on one side and the feared depths of the sea on the other side. Still, God has made the way through – not by withdrawing either threat but calling Moses to lead his people through the sea.

There were three key aspects that kept the Israelite people from turning back due to fear and not getting influenced by the external factors:

- Clear vision of their leaders (God given vision/wisdom).

- The presence of their leaders with them.
- The sense of being a community or belonging to the community. The focus of the leading the group with the confidence.

So, in times of crisis like the spreading of epidemic diseases, the sense of belonging plays a major role for the community to stay healthy emotionally. It is the responsibility of the leaders to create such atmosphere.

Conclusion

In summary, the characteristics of

leadership that helped most in the crisis situation were:

- Maintenance of their own faith life.
- Clear, simple and concise vision statements.
- Support and care for people and acknowledging their pain or distress or they are in a place of fear.
- Not thinking they can do it all alone; using the space created by the clear, accepted vision to organise, empower and release their teams and communities. ●

J.S.A Julius, Retd. Deputy Commissioner of Customs. He worked as the President of APEGF, UESI-AP, UESI-Karnataka and the National UESI twice. He lives in Bangalore.



కవిత

ఎవరివి ఈ పాద ముద్రలు?

రోజులాగే

మొదలైంది ఆ రోజు
కానీ ఏదో గలిబిలి

డిరంతా గోల గోల
నేల గుండె కోత
కారు చీకటినే బట్టలా
కప్పుకున్న ఆ దేశం

అక్కడక్కడ మందల్లాగా
గుమినాడిన జనాలు
దుఃఖ సాగరంలో కొందరు
అజ్ఞాన సంతోషంలో మరికొందరు

గొల్గొతా వైపు పడ్డా
పాదముద్రలు
దారంతా నెత్తుబీ మరకలు
ఎవరివో పాద ముద్రలు?

నిశబ్ద వాతావరణం
రణరంగంలా మారిన
ఆ భూమి

నెమ్మదిగా వెళ్లి
సందర్భంలోకి తొంగి చూస్తే
ఎవరో సిలువపై విగత జీవులు

అందరూ శిక్షార్థులేనా?
అని తడుముకుని అడిగా

రక్షించబోయి శిక్షించబడ్డాడు
ఆ మధ్యలో వ్యక్తి
ఇదేమి న్యాయం?

ఎవరీ అన్యాయపు తీర్పు
పొందిన అమాయకుడు?
అయినే యేసు.

- ఆరుణ్ కుమార్, (పిజిటి ఇంగ్లీష్)
ఏపీ మోడల్ స్కూల్, అనంతపురం

Being Decisive in Times of crisis



Biblical Models vis a vis Ministry of UESI

- Himadri Sinha

Crisis is a part and parcel of human life. Bible counsels believers to be prepared for all kinds of trials, temptations, persecution and tribulations (James 1:12). In fact as pure gold is obtained through fire, believers are shaped and moulded into the likeness of Christ only through various trials, temptation and persecution. However, worldly people



It is the leader's responsibility to identify the real crisis.

view these trials, temptation, difficulties and persecution as crisis. Therefore, they look towards skill and art of crisis management. Currently the whole world is going through the Covid pandemic. Consequences of the pandemic are all pervasive. It has affected our social, economic, mental and spiritual behaviour. Globally all are looking for relief from the pandemic. We are resorting to vaccines in order to protect ourselves from covid morbidity. Similarly we expect our governments to take measures so that we can come out of this great crisis without further loss. A government which can successfully do this will be treated as the messiah and an example for great leadership.

In management parlance, leadership is defined as a process of social influence, which maximizes the efforts of others, towards the achievement of a goal. Therefore how to tide over a crisis may be the goal and one who can drive a society or a nation safe out of the crisis would be considered as leader of the day. However, it is the leader's responsibility to identify the real crisis.

Bible reminds us of people who delivered other people of God from imminent dangers and also people who prayed for crisis to come upon God's chosen people. For instance in the book of Nehemiah, Nehemiah identified two crises. First one was the broken wall of Jerusalem and second was the deep rooted spiritual wretchedness of the

Jewish dwellers including the priests. So Nehemiah rebuilt the wall of Jerusalem (Neh Chap 1-6) at the first place and won the trust of the Jews of Jerusalem. But then he realised that the wall cannot be sustained unless there is spiritual renewal of Jews. So he took a resolution to give up popular or men pleasing work and initiated the thorough spiritual renewal with an iron hand. He had to overthrow many powerful people including high priests and his associates (Neh Chap 7-13).

In the days of King Ahab of Israel, Prophet Elijah prayed to the Lord to stop the rain for three years in the whole land of Israel, 'Elijah was a prophet of God. Elijah told Ahab and his people to repent. If they did not repent, God would send a famine. There would be no water. The people would have no food. 1 Kings 17:1'. Elijah himself suffered heavily due to this drought and famine. But he felt it was necessary for the spiritual restoration of the nation Israel because Ahab under the influence of Queen Jezebel had turned the people of Israel into worshippers of Baal. He also killed the prophets of Jehovah, the almighty. So what did Elijah consider as a crisis – (a) famine (b) sin of Israel against Jehovah?

Prophet Jeremiah warned king Zedekiah, 'Zedekiah king of Judah and his officials I will give into the hand of their enemies and into the hand of those who seek their lives, into the hand of the

army of the king of Babylon which has withdrawn from you'(Jer 34:21, ESV)'. While the king perceived the attack of Babylon as crisis, Jeremiah made it clear that the king himself is the crisis for Judah and God would restore Judah spiritually through the persecution of Babylon. Zedekiah did not listen to Prophet Jeremiah. What would have been our response to Jeremiah?

In the days of John the Baptist and Jesus, Jewish people considered Roman rule as a threat to their existence and thereby treated the Romans as cause of crisis. But both John the Baptist and Jesus preached that the true crisis of the Jewish people is spiritual emptiness and rottenness. John preached baptism of repentance and Jesus offered them true salvation through his sacrificial death.

What are we looking for in UESI? What do we perceive as crisis of the hour? What lesson do we draw from the Holy Bible?

For the first fifty years of UESI, Staff, Graduate and Students perceived the spiritual emptiness of Individuals as the major crisis of human generation and took up sharing the gospel to such individuals as a solution to that crisis. Each individual who was saved by the gospel led other individuals to Christ. Evangelism was the first and foremost priority and the organisation was secondary. If anybody was asked to take

the responsibility of president, secretary or any post, either in state or national, one common humble reply was, 'I am not worthy, please do find someone else who is more competent'. Is UESI movement still driven by same spirit or UESI is gradually embracing patterns of the world like, self-promotion, lobbying for powers and posts? Is organisational priority subduing the evangelical priority?

Jesus had pity over the Jews because they were like a flock of sheep without a shepherd (Mark 6:34). For whom do we pity in our prayer now days? Abraham left home and lived in tents – was it entering into a crisis or overcoming a crisis? Author of Hebrew beautifully describes Abraham's leaving his home city as an act of wisdom, 'For he was looking forward to the city that has foundations, whose designer and builder is God, (Heb 11:10)'. Through the ages people of God have faced all tortures, desolation, jeer, mistreatments, stoning and the death with strong conviction that this world is ours, we are just pilgrims. How do we look at those people of God? Did they show us how to face the crisis of life and how to overcome the crisis? Do their lives present any leadership model to us? What is true leadership? Building a mansion which will anyhow perish one day or following the Lord who is building an eternal home for us? May the wisdom of God enlighten us all. •

Himadri Sinha, is Senior Professor and Head of Rural Management Programme at XISS, Ranchi. He was a former President of UESI (2016-20) and NEGF Chair (2010-14).

సంక్షోభంలో సమర్థవంతమైన నాయకత్వం



- జి. వెంకటరమణ

సంక్షోభం అంటే...

ప్రమాదం పొంచి ఉన్నప్పుడు, ఇబ్బందిలో ఇరుకునపడ్డప్పుడు, ఏమి చేయాలో పాలుపోక సతమతమైనప్పుడు, భయకంపితులై బ్రతుకు జీవుడాని ప్రాణాన్ని అరచేతిలో పెట్టుకొని దాక్కోవడం లేక పారిపోవడము.

దేవుడు సంక్షోభాన్ని ఎందుకు అనుమతిస్తాడు?

బైబిల్ గ్రంథంలో గానీ, చరిత్రలో గానీ చూసినప్పుడు దేవుడు తన పోలికగా, తన స్వరూపంలో సృష్టించుకున్న మానవుడు, తన (దేవుని) ఉద్దేశాన్ని, ప్రణాళికలను పక్కనపెట్టి తినుము, త్రాగుము, సుఖించుము అని తన ఇష్టానుసారంగా ఉంటూ, నీతిని, న్యాయాన్ని, పవిత్రతను పక్కన పెట్టి, విచలవిడిగా బతుకుతున్నప్పుడు, చాలా ఓపికగా వారి మార్పు కోసం, దేవుడు ఎదురు చూసే, చూసే ఇంకా వీళ్లు మారరు అన్న తరుణంలో బుద్ధి చెప్పడానికి, మనుషులలో పరివర్తన తీసుకురావడానికి సంక్షోభాన్ని అనుమతించినట్లు చూస్తాం. అనుమతి అంగీకారం కాదు అన్నది గుర్తుంచుకోవాలి.

చరిత్ర చెబుతున్నట్లు ప్రతి వంద సంవత్సరాలకు ఒకసారి ఏదో ఒక వైరస్ వల్ల వ్యాధి బారిన పడి లక్షల మంది మరణించినట్లు చూస్తున్నాం. ఈసారి కరోనా వైరస్ వంటు. కొందరేమో పెద్దవారైన తల్లిదండ్రులను కోల్పోతే, ఇంకొందరు భార్యాబిడ్డలను కోల్పోయారు, మరికొందరు ఆవులను, మిత్రులను కోల్పోయారు. తద్వారా, వ్యక్తుల జీవితాల్లో బాధ, కుటుంబంలో దుఃఖం, అర్థికంగా కుదేలైపోయిన పరిస్థితి. సమాజమంతా (రాష్ట్రాలు, దేశాలు) ప్రమాదంలో పడి, సంక్షోభంలో కూరుకుపోయాయి.

“

మనం నాయకులుగా ప్రకటింపబడిన తర్వాతనైనా సమృథులుగా, సమృథం కలిగించేవారుగా, స్థిరమైన విధేయులుగా ఉండకపోతే ఎలా?



ఇట్టి పరిస్థితిలో చాలామంది దేవుని గుర్తు తెచ్చుకున్నారు. చేసిన తప్పులు ఒప్పుకొని పశ్చాత్తాప పడ్డారు, మోకాళ్ల మీద పడి తమని, తమ కుటుంబాన్ని కాపాడమని వెక్కి వెక్కి వేడుకున్నారు. ఇంకోవైపు ప్రభుత్వాలు విధించిన లాక్డౌన్లు, కళాశాలలు, హాస్టలు మూసివేతలు, ఆన్లైన్ చదువులు, అక్కడక్కడ మాత్రమే విద్యార్థులు, భౌతికంగా సమావేశాలు, బైబిల్ స్టడీస్ కలిగి ఉండలేని పరిస్థితి. ఈ కరోనా సంక్షోభం ఎప్పుడు పోతుందో మనకు తెలియదు. ఈ పరిస్థితిని అర్థం చేసుకుని పరిచర్యను ముందుకు నడిపే నాయకులు అవసరం.

1. సమృథం కలిగించే నాయకులు అవసరం

మోషే మరణం తర్వాత ఇశ్రాయేలు 12 గోత్రాలు యెహోషువ నాయకత్వంలో కనాను స్వాధీనం చేసుకోవడానికి ముందుకు వెళ్లారు. ఐగుప్తులో ఇశ్రాయేలీయుల అణిచివేత కాలంలో చివరి దినాల్లో యెహోషువ అక్కడ వారితో ఉన్నాడు. దేవుడు ఐగుప్తు మీదుకు రప్పించిన పది తెగుళ్ళు, తీర్పు, మొదటి పస్కా సమయంలో యెహోషువ అక్కడ వారితో ఉన్నాడు. వెనుక ఘరో సైన్యం తరుముతుంటే ముందు ఎర్ర సముద్రం అడ్డంగా ఉంటే బాధ, భయం, కంగారులో ప్రాణాలు పోయే విపత్తర పరిస్థితుల్లో ఉంటే, దేవుడు

చేసిన అద్భుతమైన క్రియ, సముద్రాన్ని పాయలుగా చేసి, అరిన నేల మీద దారి చూపించి, నడిపించి కాపాడిన సమయాల్లో యెహోషువ అక్కడ మోషేతోనే ఉన్నాడు. అరణ్యంలో ఇశ్రాయేలీయుల ప్రతి విధమైన ఇరుకుకి, ఇబ్బందికి, కష్టానికి, నష్టానికి, వ్యాధికి, బాధకి, విపత్తుకి, సంక్షోభానికి దేవుడు ఒక పరిష్కార మార్గం చూపించినప్పుడు యెహోషువ అక్కడ మోషేతో ఉన్నాడు.

శత్రు రాజ్యాలతో పోరాడాల్సి వచ్చినప్పుడు, మోషే చేతులెత్తి ప్రార్థిస్తూ ఉంటే, యెహోషువ ఖడ్గం చేత పట్టి యుద్ధం చేయడంలో ముందుండి నడిపించాడు (నిర్గమ 17:8-16). దేవుడు ఇశ్రాయేలీయులకు పది అజ్జలు ఇచ్చేటప్పుడు మోషే సినాయి కొండ మీద ఉంటే, యెహోషువ కొండ దగ్గరే ఉన్నాడు (నిర్గమ 24:12-18). మోషే సేవకుడిగా దేవుని సన్నిధిలో తరచుగా సమయం గడపడం ద్వారా యెహోషువ దేవుని పట్ల తీవ్రమైన భక్తి, హృదయంలో ఆరాధన భావం కలిగి తన హృదయాన్ని దేవునికి అప్పగించుకున్నాడు (నిర్గమ 33:11). దేవుని పరిశుద్ధ సన్నిధిని పెన్నిధిగా ఎంచినవాడు యెహోషువ.

దేవుని మార్గాలలో ప్రజలను నడిపించుటలో

ఎదురైన విపత్తుర పరిస్థితులు, సంక్షోభ సమయాల్లో మార్గదర్శి అయిన మోషే నమ్మకమైన నాయకుడుగా ప్రజలను ముందుకు నడిపించిన నాయకత్వపు లక్షణాలను దగ్గర ఉండి నేర్చుకున్నాడు. కనాను దేశాన్ని గురించి 10 మంది వేగులవారు అవసరమృతంతో ప్రతికూల సమాచారం ఇస్తే, యెహోషువా మాత్రం కాలేబుతో కలిసి, దేవునిమీద నమ్మకంతో అనుకూల సమాచారం ఇచ్చి నమ్మకం కలిగించే నాయకుడుగా ఉన్నాడు.

నాయకుడి ముందు గడ్డు పరిస్థితుల్లో ఉన్నా, నీరసించక, వెనుకడుగు వేయక దేవుని మీద నమ్మకంతో ముందుకు సాగి, మాదిరి ఉంచిన సమర్థవంతమైన నాయకులు మోషే, యెహోషువాలు. మోషే తర్వాత ఇశ్రాయేలీయులకు నాయకుడుగా ఏర్పాటు కాకముందే యెహోషువ నమ్మకస్తుడిగా, స్థిరమైన విధేయత, ప్రార్థన జీవితం కలిగిన వాడుగా ఉన్నాడు. కనీసం మనం నాయకులుగా ప్రకటించబడిన తర్వాతనైనా నమ్మకస్తులుగా, నమ్మకం కలిగించే వారుగా, స్థిరమైన విధేయులుగా ఉండకపోతే ఎలా? ఈ విపత్తుర పరిస్థితుల్లో పరిచర్యను పదిలపరచడానికి ప్రార్థించే వారుగా, ప్రభువు చిత్తము తెలుసుకొని పనిచేసే వారుగా ఉండటానికి పరితపించకపోతే ఎలా?

2. ధైర్యంగా అడుగు ముందుకు వేసే నాయకులు అవసరం

కనానీయులు బలవంతులని, ఉన్నత దేహులు అని, వారి ముందు మేము (ఇశ్రాయేలీయులు) మిడతల వలె ఉన్నామని (సంఖ్యా 13:25-33), కత్తివాతపడి చనిపోతామని, ఒక నాయకుడుని నియమించుకొని తిరిగి ఐగుప్తుకు వెళ్ళాలని ఇశ్రాయేలీయులు అనుకుంటూ ప్రాణభయంతో, సంకట స్థితిలో ఉండగా (సంఖ్యా 14:3,4), యెహోషువ, “మేము సంచరించి చూచిన దేశము మిక్కిలి మంచి దేశమని, పాలు తేనెలు ప్రవహించు దేశం అని” (సంఖ్యా 14:7,8) వారిని ప్రోత్సహించి యెహోషువకు వ్యతిరేకంగా నడుచుకోవద్దని వారిని హెచ్చరిస్తూ, కనానీయులకు భయపడవద్దని, వారిని హతం చేస్తామని, వారిని

జయిస్తామని బలపరుస్తూ, మన దేవుడు మనకు తోడై యున్నాడు, మన వక్షాన ఉన్నాడు కనుక భయపడవద్దని వారిని ధైర్య పరుస్తూ (సంఖ్యా 14:9) వాగ్దానాన్ని గుర్తుచేశాడు.

మన సొంత ధైర్యం గురించి కాదు కానీ, మనలో నిజమైన దేవుడు ఉన్నాడు అన్న ధైర్యం, ఆయన వాగ్దానాలను ఇచ్చాడన్న ధైర్యం, వాగ్దాన మిచ్చినవాడు మాటతప్పని వాడన్న ధైర్యం. వాగ్దాన భూమిని న్యతంత్రించుకోవడానికి మోషే తర్వాత యెహోషువాను ఏర్పాటు చేసుకొని, బాధ్యతలనిచ్చి, బలపరిచి నడిపించినట్లుగా, దేవుడు ఈ తరంలో, ఈ తరుణంలో నిన్ను నాయకుడిగా, బాధ్యత గలవానిగా నియమించాడు. ముందు ఎన్ని సంకట పరిస్థితిలన్నా ఇశ్రాయేలీయులను వాగ్దాన భూమికి యెహోషువా నడిపించినట్లుగా ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో కరోనా వల్ల లక్షల మంది కన్నుమూసినా, పరిచర్య జరిగించడానికి అవాంతరాలు ఎదురైనా, విద్యార్థులను కష్టాల కడలి (నరకం) నుండి కమనీయమైన ప్రాంతానికి (పరలోకం) నడిపించటానికి ధైర్యం చేయకపోతే ఎలా?

దేవుడు మనతోనున్నాడని, వాగ్దానమిచ్చాడని యుద్ధ భూమిలోకి సిద్ధపాటు లేకుండా వెళ్ళలేదు. యెహోషువ సర్వాంగ కవచమనగా దట్టి కట్టుకొని, మైమరువు, కాళ్ళ జోడు తొడుగుకొని, దాలు పట్టుకుని, శిరస్రాణం ధరించి, ఖడ్గము చేత పెట్టి వెళ్ళాడు. యుద్ధభూమిలో దిగే వానికి ప్రాణహాని ఉంటుందని, తనను తాను కాపాడుకుంటూనే శత్రువుతో పోరాడాల్సి ఉంటుందని అందుకు ధైర్యం తప్పనిసరిని ముందే తెలుసు.

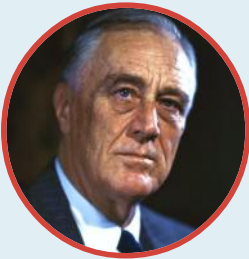
మనము కూడా ఆధ్యాత్మిక పోరాటంలో, శారీరక పోరాటంలో ఉన్నాం కనుక ధరించాల్సినవి ధరించి, తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు తీసుకుంటూ, అప్రమత్తంగా ఉండాల్సిన విధంగా ఉంటూ ఈ ఆధ్యాత్మిక, శారీరక పోరాటంలో, ఈ సంక్షోభ సమయంలో సమర్థవంతమైన నాయకులుగా యెహోషువ వలె విశ్వాస వీరులుగా, దార్శనికులుగా, ధైర్యవంతులుగా ముందుకు సాగుదాం. •

జి వెంకటరమణ, డిప్యూటీ ఎగ్జిక్యూటివ్ ఇంజనీర్, ఏపీజెన్కో. గతంలో యుఇయస్ఐ-ఏపీ డిఎఫ్డి సెక్రటరీ (2017-19)గా పనిచేశారు. ప్రస్తుతం కడప జిల్లా కోఆర్డినేటర్ (2021-23) గా ఉన్నారు. వీరు ప్రొద్దుటూరులో ఉంటారు.



వారధులు నిర్మిద్దాం - ఆనకట్టలను కాదు

- పి రామస్వామి



“

సంక్షోభాలను పరిష్కరించడానికి అనేక మార్గాలు ఉన్నాయి అని కేవలం మాటలు చెప్పడం ద్వారా వాటికి పరిష్కారం లభించదు. మనం స్పందించాలి, వేగంగా స్పందించాలి.

ప్రపంచమంతా ఆర్థిక సంక్షోభాన్ని ఎదుర్కొంటున్న కాలంలో అమెరికా అధ్యక్షుడిగా ఎన్నికైన ఫ్రాంక్లిన్ రూజ్వెల్ట్ (1933), తన మొదటి ప్రసంగంలో దేశ ప్రజలను ఉద్దేశించి మాట్లాడుతూ ఇలా అన్నాడు, “మనం భయపడాల్సిన ఏకైక విషయం... భయమే. మనం జ్ఞానయుక్తంగా, ధైర్యంగా ఉంటే పరిష్కరించలేని సమస్య అంటూ ఏమీ ఉండదు. సంక్షోభాలను పరిష్కరించడానికి అనేక మార్గాలు ఉన్నాయి అని కేవలం మాటలు చెప్పడం ద్వారా వాటికి పరిష్కారం లభించదు. మనం స్పందించాలి, వేగంగా స్పందించాలి.” ఈ విధంగా ప్రజలను ప్రోత్సహిస్తూ, ధైర్య పరుస్తూ, తమ దేశ ఆర్థిక సంక్షోభం నుండి బయట పడి, అత్యంత శక్తివంతమైన దేశంగా ఎదిగేందుకు బాటలు వేశాడు ఫ్రాంక్లిన్ రూజ్వెల్ట్. సంక్షోభాల సమయంలో నాయకులు ప్రజలకు, పరిష్కారానికి మధ్య వారధిగా ఎలా ఉండాలి అనే దానికి ఈ సంఘటన ఒక చక్కని ఉదాహరణ.

నేడు మన కాలంలో కూడా ప్రపంచం గొప్ప ఆరోగ్య, ఆర్థిక సంక్షోభాలను ఎదుర్కొంటుంది ఇలాంటి పరిస్థితిలో నాయకుల దృక్పథాలు, వారు ప్రజలను నడిపించే విధానం ఆ దేశ భవిష్యత్తును నిర్దేశిస్తుంది. ప్రజల్లోని భయాలను తొలగించి, వారికి భరోసా కల్పించి, వారిలోని నిర్దిష్టతను, నిర్ణయాన్ని తొలగించి, జాగరూకత, పట్టుదలతో వని చేయునట్లు ప్రోత్సహించినప్పుడు ఇది సాధ్యమవుతుంది.

మనం ఎదుర్కొంటున్న ఈ సంక్షోభం మన సంఘాలను, పరిచర్యను ఎంతో ప్రభావితం చేసింది, చేస్తూ ఉన్నది. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో, నాయకుల పనితీరు పరిచర్య భవిష్యత్తును నిర్దేశిస్తుంది. బైబిల్ కాలంలో కూడా దేవుని సంఘం, సమాజం ఎన్నో సంక్షోభాలను ఎదుర్కొంది. అయితే, అప్పటి నాయకులు ప్రజలను సంక్షోభాల నుండి నడిపించిన విధానం మనకెంతో మందిరి. వాటిలో ఒకటైన సమూయేలు నాయకత్వం గురించి క్లుప్తంగా ధ్యానిద్దాం.

సంక్షోభ కాలంలో ప్రజలకు మంచి మార్గదర్శకత్వం అవసరం. ఫిలిష్తీయుల చేతిలో ఘోర పరాజయం ఇశ్రాయేలీయులను ఎంతో కృంగదీసింది (1 సమూ 4). దేవుని మందనము తీసుకువెళ్లారు. దేవుని ప్రభావం తమ నుండి వెళ్లిపోయిందని ఇశ్రాయేలీయులు గ్రహించి ఎంతో వేదన చెందారు. అంతేకాదు, ఈ ఓటమి రాజకీయ, ఆర్థిక, ఆధ్యాత్మిక సంక్షోభానికి దారి తీసింది. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో సమూయేలు ఇశ్రాయేలీయులను బలపరిచి, వారందరిని ఒక బలమైన రాజ్యంగా తయారు చేయడంలో ఎంతో కృషి చేశాడు. సమూయేలు చొరవతో కూడిన నాయకత్వంలో ఇశ్రాయేలీయులు తాము ఎదుర్కొన్న సంక్షోభాలను అధిగమించి, ఓటమిని ఎదుర్కొన్న చోటే గొప్ప విజయాన్ని పొందారు. దీన్నంతటినీ సమూయేలు ఎలా చేయగలిగాడో క్లుప్తంగా ధ్యానం చేద్దాం.

1. వారిని తరచూ దర్శించాడు

మిస్సాలో పరాజయం తర్వాత ఇశ్రాయేలీయులు మరలా పుంజుకోవడానికి 20 సంవత్సరాల పట్టింది. ఈ 20 సంవత్సరాలు సమూయేలు ప్రతి పట్టణానికి వెళ్లి వారితో మాట్లాడేవాడు. వారితో మంచి సంబంధాలను ఏర్పరచుకున్నాడు. తద్వారా, వారిని మరల ఏకం చేయగలిగాడు. దేవుని వాక్యాన్ని ఊరూరా తిరిగి బోధించాడు.

సంక్షోభ కాలంలో ఒక నాయకుడు ప్రజలతో సంబంధాలను స్థిరపరచుకోవడం, వారికి అవసరమైన సమాచారం అందించి, వారిని ధైర్యపరచడం, ఆదరించడం ద్వారా ప్రజలు సంక్షోభాల నుండి బయటపడేందుకు దోహదపడగలడు. సంక్షోభాల కాలంలో నాయకుడు ప్రజలను దేవుని వైపు, దేవుని వాక్యం వైపుకు నడిపించాలి. తద్వారా, ప్రజలు తమ పరిస్థితులను అధిగమించి, నిరీక్షణ కలిగి దేవుని కోసం ముందుకు సాగుతారు.

2. వారు తమ పాపాలను గుర్తించేలా చేశాడు

“ఇశ్రాయేలీయులు అందరూ యెహూవాను అనుసరింప దుఃఖించుచుండగా...” (1 సమూ 7:2) తాను చేసిన 20 సంవత్సరాల కృషికి కలిగిన ఫలితం ఇది. ప్రజలు తమ పాపముల విషయమై దుఃఖిస్తున్నారు. న్యాయాధివతుల కాలంలో ఇశ్రాయేలీయులు దేవునికి ఎంతో దూరమైపోయారు. తమ చుట్టూ ఉన్న కనానీయుల జీవనశైలిని అనుసరించారు. విగ్రహాలను పూజించి, దేవుని విసర్జించారు. దేవుని నిబంధనను మరచి, ఆయనకు విశ్వాసఘాతకులుగా జీవించారు. ఫలితంగా, వారు ఎన్నో శ్రమలను అనుభవించారు. మిస్సాలో 20 సంవత్సరాల క్రితం తాము ఎదుర్కొన్న పరాజయానికి కూడా కారణం తమ మూఢనమ్మకం, విశ్వాస ఘాతకమే అని వారు ఇప్పుడు గ్రహించారు. దీనంతటి వెనుకున్న సమూయేలు కృషి అభినందనీయం.

పాపం, అవిధేయత సంక్షోభాలకు మూలకారణాలని ప్రజలు గ్రహించేలా నాయకులు కృషి చేయాలి. వారిలో వాక్య సత్యాల పట్ల ఒప్పుదలను, నిజమైన వశ్చత్తాపాన్ని, విశ్వాసం, విధేయతలను కలిగించుటకు క్రైస్తవ నాయకులు కృషి చేయాలి. ప్రజలను దేవుని వైపుకి తిప్పాలి. వారికి నిరీక్షణ కలిగించాలి.

3. ప్రార్థన

సమూయేలు గొప్ప ప్రార్థనా పరుడైన న్యాయాధిపతి. “అంతట సమూయేలు-ఇశ్రాయేలీయులనందరిని మిస్సాకు పిలువనంపుడి. నేను మీ వక్షమున యెహూవాను ప్రార్థన చేతునని చెప్పగా...” (1 సమూ 7:5). తన ప్రజల కోసం దేవుని సన్నిధిలో కన్నీరు కార్చిన, వారి దీనస్థితిని చూసి చలించిపోయిన, వారిని విడువక నడిపించిన నాయకుడు సమూయేలు. తన ప్రార్థన వారిలో వశ్చత్తాపాన్ని, సమర్పణను కలిగించింది.

దేవునితో వ్యక్తిగతంగా సన్నిహిత సంబంధాన్ని కలిగి ఉండి, ప్రజల పట్ల గొప్ప భారాన్ని కలిగి, వారి కోసం భారంగా ప్రార్థించే నాయకులు, తన ప్రజలను గొప్పగా ప్రభావితం చేస్తారు.

ప్రతి ఆత్మీయ నాయకునికి సమూహాలు నాయకత్వ లక్షణాలు గొప్ప మాదిరిగా ఉన్నాయి. వాటిని అనుసరించిన వారు తమ ప్రజలను సంక్షోభాల గుండా దాటించే వారధిలా చరిత్రలో మిగిలిపోతారు.

అయితే, తమ మూర్ఖత్వంతో కొంతమంది నాయకులు సంక్షోభాలను మరింత తీవ్రతరం చేస్తారు. సౌలు, రెహబాము మొదలగువారు. సౌలు మూర్ఖత్వం,

అవిధేయత కారణంగా దేశం గొప్ప ఓటమిని చవిచూసింది. రెహబాము మూర్ఖత్వం, అవిధేయత కారణంగా దేశం విచ్ఛిన్నమైంది.

ముగింపు

ప్రస్తుత సంక్షోభ కాలంలో మన పరిచర్యకు సమూహాలు లాంటి పట్టుదల, ధైర్యం, భారం కలిగి విశ్వాసులలో ఆదరణ, నిరీక్షణ, ధైర్యం కలిగించి, పరిచర్యలో ముందుకు సాగే విధంగా ప్రణాళికలు రచించి, ప్రోత్సహించి, నడిపించే నాయకులు, వారధులుగా నిలిచే నాయకులు అవసరం. నీవు ఇలా ఉండగలవా? ఉంటున్నావా? •

పి రామస్వామి, టీచర్, దర్శి. ప్రస్తుతం ప్రకాశం జిల్లా కోఆర్డినేటర్‌గా ఉన్నారు.



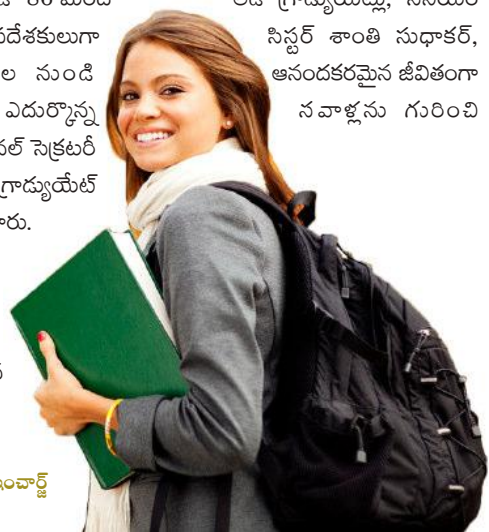
రహస్య

గర్ల్స్ ఎన్‌హాన్స్‌మెంట్ ప్రోగ్రాం

బాలికల పరిచర్యను ఏ విధంగా చేయాలి? సౌత్ తెలంగాణలో 'బాలికల పరిచర్యను ఏ విధంగా అభివృద్ధిపరచాలి?' అనే అంశాలతో కూడిన ఈ కార్యక్రమం ఆగష్టు 22వ తేదీన ఆన్‌లైన్‌లో నిర్వహించబడింది. సౌత్ తెలంగాణ నుండి 86 మంది లేడీ గ్రాడ్యుయేట్లు, సీనియర్ విద్యార్థిణీలు హాజరయ్యారు. ముఖ్య ఉపదేశకులుగా సిస్టర్ శాంతి సుధాకర్, అక్సా జీవితం అరణ్య అనుభవాల నుండి ఆనందకరమైన జీవితంగా ఎలా మలచబడిందో మరియు ఆమె ఎదుర్కొన్న సవాళ్లను గురించి పరిచర్యకు అన్వయిస్తూ బోధించారు. రీజినల్ సెక్రటరీ సిస్టర్ అనిత ధైర్యక్షేత్రంగా, నల్గొండ జిల్లా గ్రాడ్యుయేట్ సిస్టర్ రాణి కోఆర్డినేటర్‌గా వ్యవహరించారు.

పలువురు సీనియర్ గ్రాడ్యుయేట్లు ఈ కార్యక్రమం జరగడంలో తమ వంతు సహకారం అందించారు. ఈ కార్యక్రమం నడిపింపు అంతటిలో సహాయం చేసిన దేవునికి కృతజ్ఞతలు.

- అనిత, సౌత్ తెలంగాణ రీజినల్ ఇంచార్జ్



The Influential Leader

Biblical Character

In times of crisis

Many times in history, Satan tried to exterminate Jews. Haman, an Amalekite (Esau's descendents) wanted to destroy the Jews. Through the life and leadership of Esther, we see how God in his sovereignty preserved his people to fulfill his promise to Abraham.

History

It was during the time of king Ahasuerus, son of Darius I and grandson of Cyrus the Great. Ahasuerus ruled over 127 provinces of Persian Empire from 486 to 465 BC.

In the feast he hosted for the people of Shushan, King Ahasuerus, in high spirits because of wine, commanded that Queen Vasti be brought before him so that he may display her beauty to the people and nobles. She disobeyed the king, thereby losing her crown.

She was not wrong in disobeying the king. However, the king's decision which could not be altered later, was used by God to bring Esther into picture. Esther was fit for the job that God set for her.

Learnings from Queen Esther

- Esther was a simple, insignificant village orphan girl who found favor where ever she went. In general, God's children find favor with superiors because of their sincerity and hard work.
- People of 127 provinces got benefits because of Esther's decisions and actions. When we as his children stay humble, many will be blessed because of us.
- Esther was obedient out of her choice, not out of obligation. Even as a Queen, she obeyed Mordecai as she always did while he raised her. Obedience out of obligation changes with position or circumstances.



- Prasuna

- Esther did not become proud of her beauty when she was selected or when she became queen.
- Esther was stable in her nature. She was neither a depressed girl as an orphan nor did she allow superiority complex when she became a queen. We must not allow our emotions or moods to swing depending on the circumstances.
- Esther respected and trusted Mordecai, Hegai and later Hathach. Trusting people is an important quality of a Christian.
- When crisis came, Esther first thought of prayer. She learnt to depend on God. She influenced others for prayer. She made all the Jews in the palace to pray. She and her female servants fasted and prayed.
- Esther's plans were prayerfully planned. After 3 days of prayer, she planned when to go to the king and what to do. Her plans coincided with the plans of God.
- Esther was a friend of her maids. She

did not behave like a mistress with her maids. They were able to pray and fast with her and for her.

- Esther was a girl of determination. She said "If I perish, I perish". But she didn't allow her people to perish.
- Esther changed the whole scenario in the whole empire. Haman was killed. Mordecai was elevated. All the Jews were not only saved but also gained significance. Others became fearful of

Jews. Finally all the enemies of the Jews were destroyed.

Conclusion

God has great plans for His people. God needs men and women to execute His plans. Even if man doesn't cooperate, He can still accomplish His plans.

A Christian leader ought to be stable, prayerful, determined, influential, courageous, fearless and be ready to take risk in the times of crisis. •

Prasuna, Lecturer, Vidyanagar



Testimony

We have many Prasanna Kumars in Andhra Pradesh and hence I am known as Prasanna (Kerala/Delhi).

I was a religious person from Rajahmundry. I grew up with my brother in a religious atmosphere as my grandfather was a pastor. My parents worked in different places. So I stayed with my aunt. While I was a teenager, I stopped going to movies, started reading the Bible and underlined the verses without much understanding. I was good outside but unclean inside. I also attended many Christian meetings but it was just a routine.

After graduation, I went to Andhra university to do PG. During my university days, I felt lonely though surrounded by people and other activities and was searching for the meaning of life. I was allergic to Christian jargon like born again, saved, believers-because of my church background. I was reluctant to attend EU when brothers invited me.

God in his mercy helped me to attend EU retreat in August 1977 where he touched my heart and my life was transformed and I started to experience His presence. Later I started attending EU and was blessed richly by the fellowship of brothers Siraj, Frank, Moshe babu, Ranganath, Robert Mukherjee, Julius anna and many others.

God used me to initiate EU ministry in Rajahmundry and Bhimavaram. After two years, I went to Kerala for job and God used our family in Kerala. REC-Calicut group was restarted.

Later I joined in Engineers India limited, Delhi. Initially I was posted in Bhubaneswar before moving to Delhi. It was a blessing to be with UESI-Orissa. God used us in UESI-Delhi ministry for thirty years. He used our house for various national and state level committees/programs. Many students, graduates and staff from different states including foreign nationals (20 countries) visited/stayed with us.

All Glory to God! We are blessed with one daughter and two sons. My daughter worked as national staff in Punjab before her marriage.

Praising Point

Children love the Lord and serve Him along with their Jobs.

Prayer Point

We would be faithful to the Lord till our last breath.



Prasanna Kumar, Suncity



God can handle your doubt, anger, fear, grief,
confusion, and questions.
You can bring everything to him in prayer
-Rick Warren

సెప్టెంబర్ 2021

ప్రార్థనాంశాలు

సెప్టెంబర్ తెలుగు

రీజినల్ కో-ఆర్డినేటర్: సహె. బి. దేవరాజ్
డిస్ట్రిక్ట్ కో-ఆర్డినేటర్: హైదరాబాద్ - సహె. సిహెచ్.వి. కృష్ణహరచార్యులు
రంగారెడ్డి - సహె. జి. జోషి
స్టేట్:
హైదరాబాద్ - సహె.కె.గామియేట్ & సహె.దరి సీతా మన్య
హైదరాబాద్ - సహె.కె.రవికుమార్ & సహె.దరి అలలు కుమారి
రంగారెడ్డి - సహె.ఎ.అప్పారావ్ & సహె.దరి సుజానా వెస్ట్
స్టేట్ కో-ఆర్డినేటర్: వికారాబాద్ - బి.రామకృష్ణ

రామాంతపూర్: ఇంతవరకు దేవుని నడిపింపు మరియు కాపుదల, బ్రదర్ విద్యాసాగర్‌కు గౌరవితో ఉద్యోగం వచ్చినందుకు స్తుతించండి.

ఇబియస్ రెగ్యులర్‌గా జరుగునట్లు, సిస్టర్ స్వాతి సాగర్ సుఖప్రసవం, ఎసిడిటీతో బాధపడుతున్న సిస్టర్ త్రివేణీశ్రీను, అందరికీ కాపుదల, భద్రత కొరకు ప్రార్థించండి.

బడిపిల్: క్రమంగా జరుగుతున్న ఇబియస్, ఇజియఫ్, అందరి క్షేమాన్ని బట్టి స్తుతించండి.

విద్యార్థుల చదువు, ఆత్మీయ జీవితం, సింగిల్ గ్రాడ్యుయేట్స్ భవిష్యత్తు, నూతన ఇబియస్‌ల ప్రారంభం కొరకు ప్రార్థించండి.

సనత్‌నగర్: సిస్టర్ భానుశ్రీ, బ్రదర్ పద్మారావుల ఆరోగ్యం, బ్రదర్ గోపాల్ మరియు సిస్టర్ జ్యోతిల వివాహం మంచిగా జరిగినందుకు స్తుతించండి.

అవివాహిత, నిరుద్యోగ గ్రాడ్యుయేట్స్ కొరకు ప్రార్థించండి.

కాకటిపల్లి జోన్: ఈ కోవిడ్ పరిస్థితుల్లో ఇంతవరకు దేవుని కాపుదల, జరుగుతున్న బిబియస్, ఇజియఫ్, పరిచర్యకు క్రమంగా ఇవ్వగలుగుతున్నందుకు స్తుతించండి.

అందరి కాపుదల, భద్రత, జరగనున్న షోగ్రామ్స్, విద్యార్థుల ఆత్మీయ జీవితం, మంచిగా మెంటరింగ్ చేయగలుగునట్లు, 3వ వేవ్ సమయంలో పిల్లల కాపుదల, అవివాహిత మరియు నిరుద్యోగ గ్రాడ్యుయేట్స్, కాన్సర్‌తో బాధపడుతున్న సిస్టర్ సునీత రామకృష్ణ తండ్రి ఆరోగ్యం, బ్రాయిన్‌లో బ్లడ్ క్యాన్సర్ ఉన్న బ్రదర్ ఎలిషా తండ్రి గారి ఆరోగ్యం కొరకు ప్రార్థించండి.

బిహెచ్‌ఎల్: ఈ కోవిడ్ పరిస్థితుల్లో ఇంతవరకు దేవుని నడిపింపు, కాపుదలను బట్టి స్తుతించండి.

పరిచర్యలో దేవుని నడిపింపు, 3వ వేవ్ నుండి అందరి కాపుదల, నూతన కాంటాక్ట్, యంపిసిలు, కోవిడ్ నుండి బ్రదర్ జోషి పూర్తిగా కోలుకునేట్లు, చెన్నై నుండి హైదరాబాద్‌కు సిస్టర్ శశికత ట్రాన్స్‌ఫర్ కొరకు ప్రార్థించండి.

జోయన్‌పల్లి: విద్యార్థిని ఆన్‌లైన్ ఇ-క్యాంపుకు 10 మంది హాజరైనందుకు స్తుతించండి.

ఎంసెల్ పరీక్ష రాసిన అభిషేక్, విద్యార్థిని ఇ-క్యాంపు ఫోలోఅప్ కొరకు ప్రార్థించండి.

ఉప్పల్: ఇంతవరకు దేవుని నడిపింపు, కాపుదలను బట్టి స్తుతించండి.

యంపిసిలు, వ్యక్తిగత సువార్తీకరణ, ఓపెన్‌హోం, మెంటరింగ్, గాస్టర్ ప్రీచింగ్ కొరకు ప్రార్థించండి.

నాచారం: సిస్టర్ శ్యామల అమర్‌కు సుఖప్రసవం, ఈ కోవిడ్ పరిస్థితుల్లో అందరి కాపుదలను బట్టి స్తుతించండి.

విద్యార్థిని పరిచర్య, సింగిల్ గ్రాడ్యుయేట్స్ భవిష్యత్తు, నూతన విద్యార్థుల కాంటాక్ట్ కొరకు ప్రార్థించండి.

జీడిమెట్ల: గాస్టర్ ఈవినింగ్, ఇయి మరియు ఇజియఫ్ కమిటీలను బట్టి స్తుతించండి.

జరగనున్న పరిచర్య, ఫోలోఅప్స్, విద్యార్థుల పరీక్షలు మరియు ఆరోగ్యం కొరకు ప్రార్థించండి.

వియూ జోన్: ఇజియఫ్ రిక్విషన్, అర్బన్ స్టూడెంట్ బైబిల్ స్టడీ బ్రదర్ నత్యనారాయణ ఇంటిలో క్రమంగా జరుగుతున్నందుకు, ఇజియఫ్‌ను బట్టి స్తుతించండి.

విద్యార్థుల పరీక్షలు, భవిష్యత్తు పరిచర్య, సిస్టర్ దీప, పావని, ప్రియదర్శిని, హవిల, బ్రదర్ రాయల పిహెచ్‌డి కొరకు ప్రార్థించండి.

ఎల్‌బి నగర్: కోవిడ్ నుండి కోలుకున్న ఆడం కుటుంబం, జరిగిన గాస్టర్ ఈవినింగ్, ఫోలోఅప్, నూతన ఇయి, ఇజియఫ్ కమిటీలను బట్టి స్తుతించండి.

విద్యార్థిని పరిచర్య వృద్ధి చెందుటకు, గాస్టర్ ఈవినింగ్‌కు హాజరైన వారి రక్షణ, సిస్టర్ అనూప ఆరోగ్యం కొరకు ప్రార్థించండి.

సైనికపూర్: ఈ కోవిడ్ పరిస్థితుల్లో ఇంతవరకు దేవుని కాపుదలను బట్టి, ఇజియఫ్ క్రమంగా జరుగుతున్నందుకు స్తుతించండి.

అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న వారి కొరకు, కాంపిటీటివ్ పరీక్షలకు సిద్ధపడుతున్న వారి కొరకు, అవివాహిత మరియు నిరుద్యోగ గ్రాడ్యుయేట్స్, నూతన కమిటీ కొరకు ప్రార్థించండి.

వికారాబాద్: క్రమంగా జరుగుతున్న ప్రాతఃకాల ప్రార్థనలు సంవత్సరం పూర్తియైన దాన్ని బట్టి, బ్రదర్ రవిశి బి.ఎడ్ సీట్ పరగిలో వచ్చినందుకు స్తుతించండి.

నూతన ఇయి, ఇజియఫ్ కమిటీలు, అప్పోలీన్ సెంటర్స్ పరిగి, మర్చి, బంట్వరం కొరకు ప్రార్థించండి.

హై-టెక్ సీట్: ఇజియఫ్ అప్లియేషన్, రెగ్యులర్ ఇజియఫ్, నూతనంగా చేర్చబడిన బ్రదర్స్ రమేష్, కాశి కుటుంబాలు, బ్రదర్స్ శ్యామ్, నాగయ్యకు దేవుడిచ్చిన ఉద్యోగాలను బట్టి స్తుతించండి.

అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న వారి కొరకు, యంపిసిలు క్రమంగా జరుగునట్లు, గ్రాడ్యుయేట్లు క్రమంగా ఇజియఫ్‌కు హాజరగునట్లు, నూతన ఇబియస్‌ను ప్రారంభించటకు, నిరుద్యోగ, అవివాహిత గ్రాడ్యుయేట్లు, బ్రదర్ రమేష్ కుటుంబం మరియు భూమి సమస్య తీరునట్లు, బెంజమిన్ సెవిస్టర్ పరీక్షలు కోసం ప్రార్థించండి.

రిజినల్ కో-ఆర్డినేటర్: సహా.వేణు

డిస్ట్రిక్ట్ కో-ఆర్డినేటర్:

ఖమ్మం - సహా.సుధాకర్

వరంగల్ - సహా.బి.నాగరాజ్

స్టాఫ్:

వరంగల్ - సహా.జి.సుధీప్ & సహా.దరి సుమ సింధూరి

స్టాఫ్ కో-ఆర్డినేటర్: ఖమ్మం - సహా.సి.నాగేశ్వరరావు

వరంగల్: ఇంతవరకు దేవుని కాపుదల మరియు భద్రతను బట్టి స్తుతించండి.

3వ వేవ్ నుండి దేవుని కాపుదల, అనారోగ్యంతో ఉన్న మన విద్యార్థి గెర్లొం కొరకు, స్టాఫ్ సందీప్ కుటుంబం, శ్రీవిద్య కుటుంబంలో అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న వారి కొరకు, జరగనున్న డిటి, ఎల్ టి క్యాంప్ లు, కమిటీ మెంబర్స్, ఔట్ గోయింగ్ విద్యార్థుల కొరకు ప్రార్థించండి.

జైల్ యన్: క్రమంగా జరుగుతున్న ఇజియఫ్, విద్యార్థి నీల బిలియన్, అందరి కాపుదలను బట్టి స్తుతించండి.

సిస్టర్ సుజాత ట్రాన్స్ ఫర్, సింగిల్ గ్రాడ్యుయేట్స్ వివాహాలు, బి.టెక్ 2,3 సం|| విద్యార్థుల సెమిస్టర్ పరీక్షల కొరకు ప్రార్థించండి.

అశ్వరావు పేట: సిస్టర్ శాంతి వివాహం నిశ్చయమైనందుకు స్తుతించండి.

బైబిల్ స్టడీస్ కొరకు, ఇజియఫ్ క్రమంగా జరుగుతున్న ప్రార్థించండి.

రిజినల్ కో-ఆర్డినేటర్: సహా. వెంకన్న

డిస్ట్రిక్ట్ కో-ఆర్డినేటర్: సల్గండ్ - సహా. జి.సుందరం

మహబూబ్ నగర్ - సహా. వెంకటస్వామి

స్టాఫ్:

కోదాడ - సహా.సి.హెచ్. ప్రభాకర్

స్టాఫ్ ఆన్ ప్రొజెక్ట్: మహబూబ్ నగర్ - సహా. రాజ్ కుమార్

స్టాఫ్ కో-ఆర్డినేటర్: సల్గండ్ - సహా.సుధాకర్

హుజూర్ నగర్: జరిగిన ఇనాగురల్ ను బట్టి, కమిటీ మెంబర్స్ మరియు టోప్ మేన్, కోవిడ్ నుండి కోలుకున్న ప్రపంచి, పాపవని బట్టి స్తుతించండి.

విద్యార్థుల పరీక్షలు, భవిష్యత్తు, మిషన్ సెక్టర్ల కొరకు ప్రార్థించండి.

పాడినగర్: ఇంతవరకు దేవుని కాపుదలను బట్టి స్తుతించండి.

క్రమంగా జరుగుతున్న బైబిల్ స్టడీస్, యంపిసి, ఇజియఫ్ ల కొరకు ప్రార్థించండి.

జడ్చర్ల: ఈ కోవిడ్ పరిస్థితుల్లో అందరి కాపుదల, డిప్యూటీషన్ మీద జడ్చర్లకు వచ్చిన సిస్టర్ ఉమాగ్రేస్ ను బట్టి స్తుతించండి.

నూతన కమిటీ, అందరి ఆత్మీయ ఎదుగుదల కొరకు ప్రార్థించండి.

మహబూబ్ నగర్: ఆదిత్యకు దేవుడు మంచి ఆరోగ్యమిచ్చి నందుకు స్తుతించండి.

ఆదిత్య ఎమ్మెల్యే పరీక్ష, సోదరుడు విక్టోర్ మధ్యం నుండి విడుదల, భవిష్యత్తు, తల్లి కృష్ణవేణి మానసిక పరిస్థితి కోసం ప్రార్థించండి.

మిర్యాలగూడ: ఇంతవరకు దేవుని నడిపింపు, కాపుదలను బట్టి స్తుతించండి.

విద్యార్థుల ఆత్మీయ ఎదుగుదల, రుక్మిణి కెరీర్ కొరకు ప్రార్థించండి.

కొత్తకోట: సిస్టర్ సత్యలక్ష్మి, హేమలతల కుటుంబాలను బట్టి స్తుతించండి.

బి.ఎడ్. ఎంట్రన్స్ పరీక్ష రాస్తున్న భాగ్గవి, జరగనున్న పరిచర్య కొరకు ప్రార్థించండి.

రిజినల్ కో-ఆర్డినేటర్: సహా. ఆర్. విజయ కుమార్
డిస్ట్రిక్ట్ కో-ఆర్డినేటర్: నిజామాబాద్ - సహా. బి. విజయ కుమార్
మెదక్ - సహా. ఇమ్మాన్యుయేల్
స్టాఫ్:
సంగారెడ్డి - సహా.యన్.శ్రీనివాస్ & సహా.దరి ఉష
కామారెడ్డి - సహా.సి.సి.హెచ్.నాగరాజ్

పటాన్ చెరువు: జరిగిన విద్యార్థి నీ, విద్యార్థుల గాస్టల్ ఈవెనింగ్, ఇయ అఫిలియేషన్ ను బట్టి స్తుతించండి.

అన్ రీన్డ్ కాలేజ్ సెంటర్స్, నూతన కాంటాక్ట్ కొరకు ప్రార్థించండి.

నిజామాబాద్ జోన్: కోవిడ్ నుండి కోలుకున్న కుటుంబాలు, క్రమంగా జరుగుతున్న అన్ లైన్ బిలియన్ ను బట్టి స్తుతించండి.

పోస్ట్ కోవిడ్ ఇబ్బందులతో బాధపడుతున్న బ్రదర్ ధనుంజయ తల్లి కొరకు, ఔట్ గోయింగ్ విద్యార్థుల భవిష్యత్తు, ఈ సం|| నూతనంగా వచ్చిన విద్యార్థుల ఆత్మీయ ఎదుగుల నిమిత్తం ప్రార్థించండి.

సంగారెడ్డి: బైబిల్ స్టడీస్ క్రమంగా జరుగుతున్నందుకు, నూతనంగా విద్యార్థుల వచ్చినందుకు స్తుతించండి.

విద్యార్థుల ఆత్మీయ ఎదుగుదల, ఇలియన్ కొరకు ప్రార్థించండి.

సద్నాపూర్: ఇంతవరకు దేవుని నడిపింపు, కాపుదలను బట్టి స్తుతించండి.

ఈ వార్షిక, బివిఆర్ బిటిలో పరిచర్య కొరకు ప్రార్థించండి.

రిజినల్ కో-ఆర్డినేటర్: సహా. కె. శ్రీనివాస్ రామ్
డిస్ట్రిక్ట్ కో-ఆర్డినేటర్:
ఆదిలాబాద్ - సహా. ఆర్.రమేష్ (జూన్ వెస్ట్)
కరీంనగర్ - సహా.డి.రాము
స్టాఫ్:
కరీంనగర్ - సహా.ఎన్.మోహన్ & సహా.దరి స్నేహ లత
స్టాఫ్ ఆన్ ప్రొజెక్ట్: ఆదిలాబాద్ - సహా. సి.రఘుపతి
స్టాఫ్ కో-ఆర్డినేటర్: మంచిరా - సహా. కె.కె.కె. కుమార్

కరీంనగర్: ఇంతవరకు పరిచర్యలో దేవుని నడిపింపు, ఇజియఫ్ ను బట్టి స్తుతించండి.

నిరుద్యోగ గ్రాడ్యుయేట్స్, ఔట్ గోయింగ్ విద్యార్థులు, యంపిసిలు, బ్రదర్ రాజేష్ తల్లి గారి ఆరోగ్యం, అందరి ఆత్మీయ ఎదుగుదల కొరకు ప్రార్థించండి.

కాటారం: ప్రతి ఉదయం జరుగుతున్న ప్రార్థనలు, బైబిల్ స్టడీస్, వార్షిక ప్రణాళికను బట్టి స్తుతించండి.

వార్షిక ప్రణాళిక నెరవేర్చు, ప్రేయర్ సెల్స్ జరుగుతున్న, చింతకాని, విలాసాగర్, స్వభంపల్లి, మహా మత్తారం గ్రామాలలో ఇలియన్ లు ప్రారంభించును బట్టి ప్రార్థించండి.

సంగారెడ్డి: క్రమంగా జరుగుతున్న ఉదయ ప్రార్థనలు, సిస్టర్ మధ్యాహ్న ప్రార్థనలు, బైబిల్ స్టడీస్, సిస్టర్ శ్రీజ రాజారెడ్డి దేవుడును గ్రహించిన పాప, యం.టెక్ థీసిస్ ను సబ్జిల్ చేసిన హవిలా బైస్సిని బట్టి స్తుతించండి.

బైబిల్ స్టడీస్ అర్ధవంతంగా జరుగుతున్న, సిస్టర్ హేమ రవికీరత్ సఖప్రసవం, స్టాఫ్ శ్రీనివాస్ కుటుంబం, నూతన కమిటీ కొరకు ప్రార్థించండి.

జమ్మికుంట: ఇజియఫ్ క్రమంగా జరుగుతున్నందుకు, అందరికి మంచి ఆరోగ్యమిచ్చి బట్టి స్తుతించండి.

ఇలియన్, బిలియన్ ప్రారంభించుటకు, బ్రదర్ రాజ్ కుమార్ ఉద్యోగ ప్రయత్నాల కొరకు ప్రార్థించండి.

జేఎన్టీయూ కొండగట్టు: జరిగిన గాన్పుల్ ఈవినింగ్ను బట్టి స్తుతించండి.

ఫాలోఅప్, సెమిస్టర్ పరీక్షలు, విద్యార్థుల ప్రేషిత సేవను అర్థం చేసుకుని చేయుటకు ప్రార్థించండి.

జగిత్యాల: జరిగిన 2వ కమిటీ సమావేశం, వార్షిక ప్రణాళికను బట్టి స్తుతించండి.

సీనియర్ స్టూడెంట్స్ చొరవ, డిగ్రీ, డిప్లొమా పరీక్షలు, సీనియర్ విద్యార్థుల మీట్ కొరకు ప్రార్థించండి.

Premier Institutes

- ▲ Praise God for regular Bible studies at IIT Hyderabad.
- ▲ Pray for three IICT research scholars who are having challenging times at their homes.
- ▲ Pray that we may have a University Engagement program to have a dialogue with non-Christian students about issues on the campuses and students.
- ▲ Pray for good ministry at IIT Hyderabad, exclusive Bible studies at Urdu University, BITS, EFLU, NALSAR.
- ▲ Planning for like-minded individuals to form into groups and pray for institutions on a weekly basis.

Urban Students Department

- ▲ Praise God for the regular Bible studies at Kompally and Tarnaka.
- ▲ Praise God for teens Bible in APAU graduate kids
- ▲ Praise God that we could start Teens weekly Bible study for RR District and it's being conducted regularly every Sunday at 6 pm over zoom with 15-20 students.
- ▲ Praise God for Bible study in Bowenpally.
- ▲ Praise God that we had a special

మధిర: యుఇఎస్ఐఐ హ్యాండ్ బుక్ ప్రోగ్రాంను బట్టి, బ్రదర్ హరి కుటుంబం మధిరకు వచ్చినందుకు స్తుతించండి.

మిని డిటి, ఇజియఫ్ కొరకు ప్రార్థించండి.

మెట్పల్లి: అందరి కాపుదల మరియు భద్రతను బట్టి స్తుతించండి.

బైబిల్ స్టడీస్ ప్రారంభం, కోవిడ్తో బాధపడుతున్న రాజేంద్ర కొరకు, సిస్టర్ రూత్ ఇంటర్ డిస్ట్రిక్ ట్రాన్స్ ఫర్, విద్యార్థులు, గ్రాడ్యుయేట్స్ పరిచర్యతో చొరవ చూపించునట్లు ప్రార్థించండి.

gathering on the topic 'What is patriotism to a Christian' by Mr. Jose Thomas on 15th August 2021.

- ▲ Pray for the team (Joel, Calvin, Meena) who are planning the Bible studies and the breakout rooms.
- ▲ Planning for like-minded individuals to form into groups and pray for institutions on a weekly basis.

Neighbors

- ▲ Praise God for the Neighbors' envisioning program that happened in various zones.
- ▲ Pray that Neighbors Interested Groups (NIGs) may start across the state wherever there is scope.

FIS: International Students

- ▲ Praise God for the meetings with the students every week.
- ▲ Pray that God may open doors to break new grounds.
- ▲ Pray that we may have a refresher program for international students.
- ▲ Pray that students who have gone to their countries should have proper fellowship and settlement in life.
- ▲ Planning for like-minded individuals to form into groups and pray for institutions on a weekly basis.

ప్రియమైన విద్యార్థి వెలుగు పాఠకులకు విజ్ఞప్తి



అక్టోబర్ నెలలో పచ్చే ప్రార్థనాంశాలకు సెప్టెంబర్ 15వ తారీఖు లోపల ఇ.యు, ఇ.జి.యఫ్కు చెందిన ప్రాముఖ్యమైన రెండు స్తుతి మరియు రెండు ప్రార్థనాంశాలను మాత్రమే వివి ప్రేయర్ పాయింట్స్ లింక్ ద్వారా పంపించగలరు. రచనపై ఆసక్తి కలిగిన వారు తమ వ్యాసములు, కథలు, కవితలు editorvv2018@gmail.com కు పంపించగలరు.



The Art of Unwinding

- Dr.Vennela

The pandemic has taken a toll on us in every way. How are you doing?

Mrs. Anupama: Kids are always at home. With these online classes they need constant help, these internet connectivity issues, uploading the pdf files, most of all they switch off their videos and hardly follow the classes... It's a big mess. I can't complete my work as they need constant monitoring.

Dr. Anitha: My kids were hit the hardest, I had to work extra hours to treat the Covid patients and we didn't even have food on time as we had long shifts in these PPE kits. It was such a roller coaster of events, I stayed away from kids for fear of passing on infection to them. It was extremely tough. It was hard on me and my family.

Mrs. Reena: The company is making us work extra hours and paying us half the

salary. We are working from home but we are hardly getting a break... too long hours for half the pay... it's unfair, but no other companies are recruiting and I have no other option. I am depressed.

Mr. Amith: Suddenly the company sacked 50% of the employees. I don't know if anyone will recruit me! How to pay my bills, how to provide for my family?

Mr. Arun: I killed my mother. I should not have visited my parents. They contracted Covid from me and every thing happened in 1 week. I want to hear her soothing voice, see her smiling face, one last time I want to hug her again.

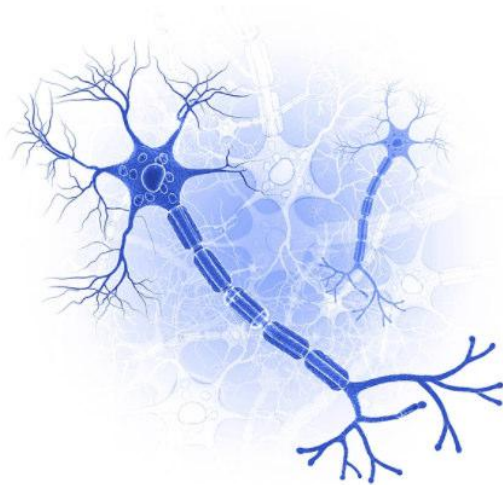
These are only a few of the experiences that some of us have gone through. What did we feel with the changing unfavorable circumstances? We felt that everything has become uncertain. Our very lives have been at stake. Worst of all, was the fear of losing our loved ones, fear of losing our jobs, feeling out of control and overwhelmed. All of us went through different levels of stress. From young to old, poor to rich everyone was affected. Was there any one who didn't experience any stress?

Stress can trigger the body's response to a perceived threat or danger, known as the fight-or-flight response. During this reaction, certain hormones like adrenaline and cortisol are released. This speeds the heart rate, slows digestion, shunts blood flow to major muscle groups and changes various other autonomic nervous functions, giving the body a burst of energy and strength. This response helps us to fight a particular danger or run away from it.

Not all types of stress are harmful or

even negative. Some times moderate amounts of stress can help us respond better to a situation. When the perceived threat is gone, systems are designed to return to normal function via the relaxation response. But in cases of chronic stress, the relaxation response doesn't occur often enough, and being in a near constant state of fight-or-flight can cause damage to the body.

If you experience chronic stress, your autonomic nervous system will be overactive, which is likely to damage your body, leading to stress-influenced



conditions like diabetes, heart disease, hyperthyroidism, obesity, sexual dysfunction tooth and gum disease, ulcers, hair loss etc. Be observant. Recognize the signs of your body's response to stress, such as difficulty sleeping, eating less or over eating, increased alcohol and other substance use, being easily angered, feeling depressed, and having low energy.

Is your stress affecting your relationships or ability to work? It's important to De- Stress and relax. Don't know where to start? Here are a few tips for you. Avoid checking negative news on social media and television constantly. Simple things, like a warm bath, listening to music, or spending time on a favorite hobby, can give you a much-needed break from the stressors in your life.

Music

Slow-paced instrumental music can induce the relaxation response by helping lower blood pressure and heart rate as well as stress hormones.

Get regular exercise

Almost any form of exercise or movement for at least 30-45 minutes every day can increase your fitness level while decreasing your stress. The most



important thing is to pick an activity that you enjoy. Examples include walking, stair climbing, jogging, dancing, bicycling, gardening, weightlifting and swimming. Exercise lowers your body's

stress hormones such as cortisol in the long run. It also helps release endorphins, which are chemicals that improve your mood and act as natural painkillers. Exercise can also improve your sleep quality, which can be negatively affected by stress and anxiety.

Sleep

7-9 hours of sleep is required to have healthy body and healthy mind. Many people with anxiety disorders have trouble sleeping. Too little sleep affects mood, contributing to irritability and sometimes depression. Vital functions occur during different stages of sleep that leave you feeling rested and energized. Practicing good "sleep hygiene" helps. Go to bed and wake up at the same time every day, even on weekends. Keep your bedroom cool, dark, and quiet, without distractions like TV or a computer. Avoid using an electronic device to read in bed. If your mattress is uncomfortable, replace it. Use your bed only for sleeping. Reading, listening to music, or relaxing before bed with a warm bath can help you get to sleep. Daylight helps set sleep patterns, so try to be outdoors while it's light for 30 minutes a day.

Sunlight

Exposure to sunlight is thought to increase the brain's release of a hormone called serotonin. Serotonin is associated with boosting mood and helping a person feel calm and focused.

Nutritious food

Eating high-quality foods that contain lots of vitamins, minerals, and antioxidants nourishes the brain and protects it from oxidative stress — the "waste" (free radicals) produced when the body uses oxygen, which can

damage cells. Diets high in refined sugars, for example, are harmful to the brain. In addition to worsening your body's regulation of insulin, they also promote inflammation and oxidative stress and even worsens the symptoms of mood disorders, such as depression. Reduce your caffeine intake. Caffeine is a stimulant found in coffee, tea, chocolate and energy drinks. High doses can increase anxiety.

Serotonin is a neurotransmitter that helps regulate sleep and appetite, mediate moods, and inhibit pain. The production of serotonin is highly influenced by the billions of "good" bacteria that make up your intestinal microbiome. They protect the lining of your intestines and provide a strong barrier against toxins and "bad" bacteria; they limit inflammation; they improve how well you absorb nutrients from your food. A healthy gut also communicates with the brain through nerves and hormones, which helps maintain general health and well-being. So, watch out what you eat!

Breathing exercises.

The symptoms of anxiety are slightly different for each person, but they almost always include rapid breathing and an increased heart rate. Deep breathing helps relieve shortness of breath helping you breathe in more fresh air. Take a deep inhalation through your nose. Retain your breath for a count of 5. Slowly release your breath by exhaling through your nose. Repeat 10 times. Taking long, slow breaths will help: increase the amount of oxygen and release a sense of calm throughout your brain and body, lower your blood pressure, reduce your heart rate and relax your muscles.

Set goals and priorities.

Decide what must get done now and what can wait. Learn to say "no" to new tasks if you start to feel like you're taking on too much. Try to appreciate what you have accomplished at the end of the day, not what you have been unable to do.

Social support

Stay connected. You are not alone. Keep in touch with people who can provide emotional support and practical



help like family and friends. Positive touch from cuddling, hugging etc. may also help lower stress by releasing oxytocin and lowering blood pressure. Spending time with your pet is also a relaxing, enjoyable way to reduce stress.

Practicing an attitude of gratitude

When we express gratitude and receive the same, our brain releases dopamine and serotonin, the two crucial neurotransmitters and they make us feel 'good'. They enhance our mood immediately, making us feel happy from the inside. By consciously practicing gratitude everyday, we can help these neural pathways to strengthen



“

Spiritual maturity even helps to accept any handicap and transform the handicap to a life of usefulness.

themselves and ultimately create a permanent grateful and positive nature within ourselves. A thankful heart focuses on the positivity that is there in life and appreciates the good others have done instead of harboring negative feelings which are detrimental to one's own health. So, why not think of all the things and people you are grateful about and start journaling? Shall we write a few thank you notes to the significant people in our lives? Let's get started right away. This even helps nurture interpersonal relationships which in turn promote mental health.

Spirituality

St. Augustine prayed “O God, thou created us in thy image and our hearts will be restless until they find their rest in Thee.” Spiritually being connected to the creator helps to have purpose and meaning for life, to have peace in the midst of chaos, strength to endure hardships and hope for future. Adversity often produces maturity. Spiritual maturity even helps to accept any handicap and transform the handicap to

a life of usefulness. Letting go the cares of life into the hands of the One who cares and finding rest in Him is the only corner stone for living a stress-free life.

Mental health has two dimensions — absence of mental illness and presence of a well-adjusted personality that contributes effectively to the life of the community. Ability to take responsibility for one's own actions, flexibility, high frustration tolerance, acceptance of uncertainty, involvement in activities of social interest, acceptance of handicaps, harmonious relationship with God, self and others are the essential features of mental health. May we all be such productive adults contributing to our community.

Let's take time to relax intentionally to prevent the consequences of chronic stress. An ounce of prevention is better than a pound of cure.

Yet, there can be someone whose symptoms can be quite severe which cannot be relieved just by the above-mentioned natural methods. You should seek medical help right away if you have suicidal thoughts, are overwhelmed, feel you cannot cope, or are using drugs or alcohol as a result of stress. Your doctor may be able to provide a recommendation. •

NEWS ALERTS

- ♦ టోక్యోలో 2021, ఆగస్టు 30న జరిగిన మహిళల 10 మీటర్ల ఎయిర్ రైఫిల్ షూటింగ్ ఎస్ హెచ్ -1 కేటగిరీలో 19 ఏళ్ల అవనీ విజేతగా నిలిచి స్వర్ణాన్ని కైవసం చేసుకుంది. తద్వారా విశ్వ క్రీడల్లో బంగారు పతకం గెలిచిన తొలి భారతీయ క్రీడాకారిణిగా అవని చరిత్ర సృష్టించింది.
- ♦ కేంద్ర ప్రత్యక్ష పన్నుల మండలి (సీబీడీటీ) వైర్లన్ గా 1985వ బ్యాచ్ ఐఆర్ఎస్ అధికారి జేబీ మహాపాత్ర నియమితులయ్యారు.
- ♦ తెలంగాణ రాష్ట్ర న్యాయ సేవాధికార కార్యదర్శిగా యార విణకను నియమిస్తూ హైకోర్టు ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది.

భారత ప్రభుత్వ ఉక్కు మంత్రిత్వ శాఖకు చెందిన రాంచీలోని మెకాన్ లిమిటెడ్..

ఓప్పంద ప్రాతిపదికన ఉద్యోగాల భర్తీకి దరఖాస్తులు కోరుతోంది.

మొత్తం పోస్టుల సంఖ్య: 113

పోస్టుల వివరాలు:

ప్రాజెక్ట్ కన్సల్టెంట్ (మెకానికల్)	- 1
ప్రాజెక్ట్ ఇంజనీర్(ఎలక్ట్రికల్)	- 5
ప్రాజెక్ట్ కన్సల్టెంట్(ఎలక్ట్రికల్)	- 2
ప్రాజెక్ట్ ఇంజనీర్(సీ అండ్ ఐ)	- 2,
ప్రాజెక్ట్ కన్సల్టెంట్(సీ అండ్ ఐ)	- 2
ప్రాజెక్ట్ ఇంజనీర్(సివిల్)	- 3
ప్రాజెక్ట్ కన్సల్టెంట్(సివిల్)	- 1
ప్రాజెక్ట్ ఇంజనీర్ (ఎంఐఎస్/కాంట్రాక్ట్)	- 2
హెచ్ఆర్ ఆఫీసర్	- 1
హెచ్ఆర్ కన్సల్టెంట్	- 2
మెటీరియల్స్ ఆఫీసర్	- 1
కన్సల్టెంట్(మెటీరియల్స్ మేనేజ్మెంట్)	- 1
సీనియర్ కన్సల్టెంట్(మైనింగ్)	- 1
సీనియర్ ప్రాజెక్ట్ కన్సల్టెంట్	
(ఎలక్ట్రికల్/మెకానికల్ /సివిల్)	- 1
సర్వేయర్ /ఆఫీసర్(సర్వే)	- 1
ఇంజనీర్(ఎలక్ట్రికల్ పవర్ ప్లాంట్)	- 36
ఇంజనీర్(మెకానికల్ పవర్ ప్లాంట్)	- 44
ఇంజనీర్(మైనింగ్)	- 5
సీనియర్ ఇంజనీర్(మైనింగ్)	- 2

అర్హత: పోస్టుల్ని అనుసరించి సంబంధిత సబ్జెక్టుల్లో ఇంజనీరింగ్ డిప్లొమా, బీఈ /బీటెక్, ఎంబీఏ(హెచ్ఆర్/మేనేజ్మెంట్) ఉత్తీర్ణులవ్వాలి. సంబంధిత అనుభవం ఉండాలి.

ఎంపిక విధానం: పర్ఫెమన్స్ ఇంటర్వ్యూ ఆధారంగా ఎంపికచేస్తారు.

దరఖాస్తు విధానం: ఆన్లైన్ ద్వారా దరఖాస్తు చేసుకోవాలి.

ఆన్లైన్ దరఖాస్తులకు చివరి తేది: 27.09.2021

వెబ్సైట్: www.meconlimited.co.in

సాధు సుందర్ సింగ్

(1889 - 1929)

- రూత్ వినయ్

తమ ధరించిన పలుచని దుస్తులు చలిని ఆపలేక
ఐ పోతున్నాయి. మంచుకొండల్లో చెప్పులు కూడా లేకుండా
నడుస్తుండటంతో కాళ్ళలో పుళ్ళు పడి రక్తం కారుతూ, అతడు
నడిచినంత మేర రక్తపు జాడలేర్పడ్డాయి. అలసటతో, బాధతో
కాళ్ళకు బ్యాండేజీ కట్టుకుంటూ కూర్చున్న అతడిని ఒక వ్యక్తి
సమీపించి “ఎలా ఉన్నారు!” అని పలకరించాడు. “నా అద్భుత
రక్తంని యందు ఆనందిస్తున్నాని” జవాబిచ్చాడు. “ఈ మంచు
పర్యటాలలో కాళ్ళకు ఏమీ వేసుకోకుండా, వట్టి పాదాలతో ఎందుకు
ప్రయాణిస్తున్నారు? మీ పాదాలెలా వుండ్లు పడి రక్తం
కారుతున్నాయో చూడండి” అని అడిగాడు ఆ వ్యక్తి. “సిలువలో
రక్తం కార్చిన నా ప్రభు పాదాలను ప్రజలకు గుర్తు చేయడానికే
నేను ఇలా ఉన్నాను” అని సమాధానమిచ్చిన ఆ యువకుడే సాధు
సుందర్ సింగ్.

సిలువలో మరణించిన తన రక్తంనిలా తాను కూడా శ్రమలను
అనుభవించి, టీబెట్ లాంటి దేశాలలో క్రీస్తు ప్రభువుని గురించి
ప్రకటించడానికి దేవుడు తనను ఏర్పరుచుకున్నాడని విశ్వసించాడు
సుందర్ సింగ్.

సుందర్ సింగ్ బాల్యం

సుందర్ సింగ్ 1889వ సంవత్సరం సెప్టెంబర్ 3న
పంజాబ్ లోని లుధియానా సమీప గ్రామంలో జన్మించాడు. సిక్కు
మతస్థులైన తల్లిదండ్రులకు జన్మించిన సుందర్ సింగ్, దైవ
భక్తురాలైన తల్లి నుండి మతాచారాన్ని, దైవభక్తిని అలవాటు
చేసుకున్నాడు. ప్రాతఃకాల పూజలు చేయడే అతని తల్లి తినడానికి
కూడా అతనికి ఏమి ఇచ్చేది కాదు. నాకుమారుడు ఒక సాధువుగా
జీవించాలని ఆమె ఆశించేది. బాల్యంలోనే హిందూ మత
గ్రంథాలను చదవడం ప్రారంభించిన సుందర్ సింగ్ ఏడేళ్లకే
భగవద్గీతను కంఠత చెప్పేవాడు. అయితే తన ప్రియమిత్రుడు
మరణంతో కలతచెందిన సుందర్ సింగ్ జననమరణాల జీవన
రహస్యాన్ని తెలుసుకోవాలనే తపనతో వివిధ మత గ్రంథాలను
చదవడం ప్రారంభించాడు. రాత్రి వేళల్లో సిక్కుల గ్రంథమైన
ఆది గ్రంథ్, హిందువుల మత గ్రంథాలు, ముస్లిం ఖురాన్
లను పరిశీలిస్తుండే వాడు.

క్రీస్తు ప్రభువు ప్రవక్షత

తన గ్రామంలోని క్రైస్తవ పాఠశాలలో మొదటిసారిగా క్రైస్తవాన్ని

గురించి

విన్నాడు సుందర్ సింగ్.

బైబిల్ చదవాలని ఆ పాఠశాల యాజమాన్యం ఆదేశించడంతో
అతని హృదయంలో తీవ్రమైన ద్వేషం నిండిపోయింది. క్రైస్తవులను
వ్యతిరేకించే బృందానికి నాయకుడిగా ఉంటూ క్రొత్త నిబంధన
గ్రంథాన్ని అందరి ఎదుట చించేసాడు. ఆ పాఠశాలను వదిలి
వేరే పాఠశాలలో చేరి క్రైస్తవ వ్యతిరేక కార్యక్రమాల్ని చేస్తూ,
బహిరంగ స్థలాల్లో క్రీస్తును గూర్చి భోధిస్తున్న మిషనరీలపై
రాళ్ళు విసరడం, బురద చల్లమని తన తోటి బృందాన్ని ప్రేరేపించే
వాడు. పట్టణేని ఆగ్రహంతో కొత్త నిబంధనను వీధిలో కాలేసాడు.
కానీ తానెంతగా క్రీస్తును ద్వేషించేవాడో అంతా అధిక వేదనకు
లోనై చివరకు బైబిల్ చదవడం ప్రారంభించాడు.

ఒకనాడు తన హృదయ పరితాపాన్ని భరించలేక శాంతి
పొందాలి లేదా రైలు కింద పడి మరణించాలనే పట్టుదలతో
వేకువజామున 3 గంటలకు లేచాడు. ‘దేవా, దేవుడంటూ నీవు
ఉన్నట్లయితే నాకు కనపరచుకో, ముక్తి మార్గాన్ని చూపించి,
శాంతిని అనుగ్రహించు’ అని ప్రార్థించాడు. హఠాత్తుగా తాను
ఉన్న గదిలో గొప్ప వెలుగుతో తాను ఎంతో ద్వేషించే క్రీస్తు
ప్రభువును ప్రత్యక్షంగా చూశాడు. మేకులు గ్రుచ్చబడిన తన
హస్తాన్ని చూపుతూ “నన్ను ఎందుకు హింసిస్తున్నావు? నేను
రక్షకుడనని” చెప్పిన మాటల్ని వినిన సుందర్ సింగ్ హృదయం
ఆనందంతో నిండిపోయింది. తన ఆత్మీయ తృప్తి తీరిన ఆ
పరమార్థుత అనుభవాన్ని అతడు తన జీవితంలో ఎన్నడూ
మరిచిపోలేదు.

శ్రమానుభవాలు

తాను పొందిన అద్భుత అనుభవాన్ని తండ్రితో చెప్పినప్పుడు
ఆయన నమ్మలేదు. తనకు క్రైస్తవునిగా జీవించాలని
తీర్మానించుకున్నానని తెలిసినప్పుడు ఆయన భయంకరమైన వివత్తు
సంభవించినట్లుగా తల్లిడిల్లాడు. తమ కుటుంబానికి అవమానం
కలిగించవద్దని సుందర్ సింగ్ ను బ్రతిమాలాడు. చివరికి అతని
కుటుంబీకులు అతనికి విషాదాన్నిచ్చి ఇంటి నుండి తరిమేశారు.
తీవ్ర వ్యాధిగ్రస్తమై మృత్యువుతో పోరాడుతున్న తన ప్రియ

“ క్రీస్తు ప్రభువు నన్ను ప్రేమించి నా కొరకు తన్నెలా తాగ్యం చేసుకున్నాడో అదేరీతిగా క్రీస్తు ప్రేమలో నన్ను నేను తాగ్యం చేసుకుంటానని తరచుగా చెప్పేవాడు.

కుమారుని, సేవలో తన సంకల్పం నెరవేర్చుటకై దేవుడే కాపాడాడు.

లూథరూలను గురించి తెలుసుకున్నాడు. తన 16వ జన్మదినాన సిమ్లాలో బాప్టిస్మం తీసుకున్నాడు. తాను సేవిస్తున్న క్రీస్తు ప్రభువులా సర్వసం త్యజించి క్రైస్తవ సాధువులా జీవించాలని తీర్మానించు కున్నాడు. తనదంటూ ఏమీ ఉంచుకొనకుండా అన్నీ వంచిపెట్టి కాషాయ వస్త్రధారణ చేతిలో నూతన నిబంధనతో, ఏ మానవ నహాయం లేకుండా, వట్టి పాదాలతో తన ప్రభువుకై బయలుదేరాడు సుందర్ సింగ్. “క్రీస్తు ప్రభువు నన్ను ప్రేమించి నా కొరకు తన్నెలా తాగ్యం చేసుకున్నాడో అదేరీతిగా క్రీస్తు ప్రేమలో నన్ను నేను తాగ్యం చేసుకుంటానని” తరచుగా చెప్పేవాడు.

సేవా జీవితం

యవ్వనస్తునిగా సాధు సుందర్ సింగ్ ప్రభు సేవలో చలి, ఆకలి, శ్రమలు, చెరసాల-అన్నిటినీ సహించాడు. పంజాబ్, కాశ్మీర్, ఆఫ్ఘనిస్తాన్, నేపాల్, టిబెట్ మున్నగు ప్రాంతాలలో క్రీస్తు ప్రేమను ఎరుగని వారికి శుభవార్త ప్రకటించాలనే పట్టుదలతో పర్యత ప్రాంతాలలో, అడవులలో విరామం తీసుకోకుండా సంచరించేవాడు. తన ప్రయాణాలలో ఎన్నో భయంకర పరిస్థితులలో (అనుభవాలలో) చిక్కుకొన్న ప్రాణాపాయ స్థితిలో ఎదుర్కొన్న వివాద నిరుత్సాహపడలేదు. ఎన్నోసార్లు గ్రామ ప్రజలు అతడిని వెళ్ళగొట్టేవారు. వర్షం, చలి ఉన్న సమయంలో కొండ గుహల్లో తలదాచుకునేవాడు. ఎన్నోసార్లు పులులు అతనికి తోడుగా పడుకునేవి. హిమాలయాల్లో, ఆఫ్ఘన్ పర్వతాల్లో సంచరించిన ఏనాడు కాళ్ళకు ఏమీ వేసుకునే వాడు కాదు. మంచులో, రాళ్ళలో రక్తస్నిగ్ధమైన పాదాలతో నడిచే ఈ సాధువును అందరూ “రక్త పాదాల సుందర్ సింగ్” పిలిచేవారు. శ్రమలలో సహితం ఈయన చూపే సహనం, ప్రేమను చూసి ప్రజలు ఆకర్షితులయ్యేవారు.

ఒక మారు ఒక గ్రామంలో పాటలు పాడటం మొదలు పెట్టగా గ్రామస్థులందరూ చుట్టూ చేరారు. క్రీస్తు ప్రభువు గురించి చెప్పడం నచ్చని వారిలో కృపేరం అనే వ్యక్తి కోపంతో సుందర్ సింగ్ మొహంపై గడ్డిగా కొట్టాడు. ఆ దెబ్బతో క్రిందపడిన సుందర్ సింగ్ చేతులకు, ముఖానికి గాయాలై, రక్తం కారుతున్నా నెమ్మదిగా లేచి తనను దృఢీభుత్తు వారి కొరకై విజ్ఞాపన ప్రార్థన చేయడం ఆరంభించాడు. ఆ ప్రేమ, శాంతత వల్ల ప్రభావితమై కృపేరం కొన్నాళ్ళ తర్వాత ప్రభువును అంగీకరించాడు.

ఒకసారి సుందర్ సింగ్ బందిపోట్లు ఎక్కువగా ఉండే అరణ్యం గుండా వెళ్ళసాగాడు. నలుగురు వ్యక్తులు అకస్మాత్తుగా చుట్టుముట్టారు. తన అంతంత తప్పు తన కళ్ళు మూసుకుని ప్రార్థించ సాగాడు సుందర్ సింగ్. అతని ప్రవర్తనకు అశ్చర్యపడి క్రైస్తవ సాధువని తెలిసి, అతని వద్దనున్న నూతన నిబంధన గ్రంథంలోని విషయాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. వారికి ధనవంతుడు, లాజర్ గురించి వివరించాడు. వారిలో ఒక దొంగ సమీపాన ఉన్న గుహ

వద్దకు తీసుకెళ్లి మానవ కళేభరాలను చూపించాడు. ఎందరి ప్రాణాలనో తీసిన తనకు విమోచన ఉంటుందా? అని అడిగాడు. సుందర్ సింగ్ బోధనల వలన అతడు ప్రభువును తన స్వంత రక్షకునిగా అంగీకరించాడు.

టిబెట్లో 16000 అడుగుల ఎత్తున్న హిమాలయ పర్వత శ్రేణుల్లో ఎన్నో దినాలు ప్రయాణించే సువార్తను ప్రకటించాడు. టిబెట్లో బోధిస్తుండగా, విదేశీ మతాన్ని బోధిస్తున్నాడు అనే నేరంపై ఒంటి మీద వస్త్రాలు తీసిన లోతైన నీరులేని బావిలో పడవేసి పైన తలుపు మూసి తాళం వేశారు. దుర్గంధంతో నిండిన ఆ బావిలో నీళ్ళు, ఆహారం లేకుండా ప్రార్థిస్తూ మూడు రోజులు గడిపాడు. మూడవ రోజు రాత్రి ఎవరో ఒక వ్యక్తి తాడువేసి పైకి రమ్మని చెప్పాడు. పైకి వచ్చిన సుందర్ సింగ్కు ఎవరూ కనిపించలేదు. దేవుడే స్వయంగా తనను ఆ రీతిగా రక్షించాడని గ్రహించాడు సుందర్. బలం పుంజుకుని మరలా వాక్యం బోధించడం ప్రారంభించాడు.

నేపాల్లో సువార్తను ప్రకటించుతుండగా అతడి బంధించి శరీరంపై జలగలను వేశారు. జలగలు రక్తం పీలుస్తున్నా ఆ బాధలో ప్రార్థిస్తూ పాటలు పాడుతున్న సుందర్ సింగ్ను మతి చలించిందని జైల్లో నుంచి పంపివేశారు. “చెరసాలలో నేననుభవించిన క్రీస్తు సాన్నిధ్యం నాకు పరలోకానుభవం” అని చెప్పాడు సుందర్ సింగ్.

ఆయన శ్రమలు, ప్రత్యేక అనుభవాలు విన్నవారందరూ ఆయనను చూడాలని, ఆయన బోధనలను వినాలని ఆశించేవారు. ఎన్నో ప్రదేశాల వారు అతనిని ఆహ్వానించేవారు. భారతదేశ క్రైస్తవులకు, క్రైస్తవతరులకు ఆధ్యాత్మిక సత్కాలను బోధించేవాడు.

స్వపరిత్యాగ జీవితాన్ని అలవరచుకొని, సిలువ నెత్తకొని క్రీస్తుని వెంబడించమని ఉపదేశించాడు. శ్రీలంక, బర్మా, **మలయా** లాంటి పొరుగు దేశాల్లో, పాశ్చాత్య దేశాలలో పర్యటించాడు. అనేకులు ఆత్మీయ ఉజ్జీవం పొందారు. క్రీస్తు ప్రభువును పోలిన ఆయన రూపం అందరినీ ఆకట్టుకునేది. పవిత్రతలో, ఆత్మల కొరకైన వేదనలో ఆయన ముమ్మటికీ క్రీస్తును పోలినవాడే!

ముగింపు

“ఈ రోజు టిబెట్కు బయలుదేరుతున్నాను. ఈ ప్రమాణంలోని కష్టాలు నాకు తెలుసు. కాని నా బాధ్యత నేను నెరవేర్చాలి” అని 1929వ సంవత్సరం ఏప్రిల్ 18న తన స్నేహితునికి ఒక ఉత్తరం వ్రాశాడు. దినాలు గడిచినా ఆయన గురించిన కబురు తెలియలేదు, ఆ తరువాత సాధు సుందర్ సింగ్ తిరిగి రాలేదు. ప్రమాదపశాత్తు మరణించాడో లేక టిబెట్ దేశాధికారులు బావిలో త్రోసివేశారో లేక వచ్చి యాక్ జంతుచర్యంలో ఆయనను కుట్టి ఎండ బెట్టినప్పుడు నలిగి కృశించి చనిపోయాడో తెలియదు. ఆయన అంతం ఎలా ఉన్నప్పటికీ భారతదేశపు అపొస్తలుడుగా పేరుగాంచిన ఈ గొప్ప దైవజనుడుకి పరలోకంలో మహిమ కిరీటం ఎదురు చూస్తుందనడంలో సందేహంలేదు. ●

(ద్రె వ్యాంబం ‘ఇండియన్ ఇవాంజెలికల్ మిషన్’ వారు ప్రచురించిన ‘సిలువ వీరులు’ అను పుస్తకం మరియు ఇంటర్వ్యూ వనరుల ఆధారంగా వ్రాయబడింది)

రూత్ వినయ్, గ్రామ్యుయేట్, కూకట్‌పల్లి

నీలా... పనిచేయనీ!

- వి.శ్యామలా కృపారావు

ఏదో పుస్తకం కోసం వెతుకుతూ ఉన్న రవికి పాత 'విద్యార్థి జాస్వల' మ్యూగజైన్ కనిపించింది. ఎంతో ఆత్రంగా, ఆప్యాయంగా దాన్ని తీసుకుని దుమ్ము దులిపి ప్రతి అర్థికల్ను చూసుకుంటూ వెళ్తున్నాడు. తన పాత నేస్తాలు కనిపించి పలకరించినట్లు అనుభూతి కలిగింది. అవన్నీ చాలాకాలం కిందటే అంటే రవి విద్యార్థిగా ఉన్నప్పుడు చదివినవే. ఎంత బాగా రాశారు. జీవిత సారాన్ని దేవుని ప్రణాళికతో కలిపి ఎంతో అద్భుతంగా రాశారు. అలా చూసుకుంటూపోతూ ఉంటే ఒక చోట ఆగిపోయాయి రవి కళ్ళు. తాళ్లూరి ప్రసాద్ అన్న రాసిన నాయకత్వం కవిత.

“యెహోషువాను తయారు చేయలేని మోషేలెందుకు?

ఎలీషాను తయారు చేయని ఏలియాలెందుకు?”

అవును! తమకు వారసులను తయారు చేయని నాయకులెందుకు అనిపించింది రవికి. నిజంగా మోషే ఎంత మంచి నాయకుడు. ఎన్నోసార్లు ఇశ్రాయేలు ప్రజల చేత విమర్శించబడ్డాడు. ఎర్ర సముద్రం దగ్గర అందరూ తనకు వ్యతిరేకమైనప్పటికీ... దేవునిపై ఆధారపడి సమస్యను చక్కగా పరిష్కరించాడు. తీరిక లేకుండా అందరి వాదనలు వింటూ వాటిని పరిష్కరించడమే కాక తర్వాత కాబోయే నాయకుడుగా యెహోషువాను తయారు చేశాడు. కష్టాలలో, సమస్యలలో ఎలా వ్యవహరించాలో, ఎలా పరిష్కరించాలో, ఎలా ధైర్యంగా ఎదుర్కోవాలో తన జీవితం ద్వారా చక్కటి శిక్షణ ఇచ్చాడు. అన్ని విషయాలలో దేవునిపై ఎలా ఆధారపడాలో నేర్పించాడు. ఇశ్రాయేలు ప్రజల తిరుగుబాటును బట్టి దేవుని కోపం వారిపై రగిలినప్పుడు వారి పక్షాన నిలిచి దేవునితో మాట్లాడాడు. అందుకే దేవునిచే “తన ఇల్లంతటిలో నమ్మకమైన వాడు” అని అనిపించుకున్నాడు.

ఇంకా ఏలియా విషయానికి వస్తే ఇశ్రాయేలీయులు అన్యజనులతో కలిసి పాదైపోకుండా వారిని అటంకపర్చడానికి దేవుడు లేవనెత్తిన గొప్ప ప్రవక్త. రోషం కలిగిన వాడు. చుట్టూ పరిస్థితులు ఎలా ఉన్నా, దేవుడు మాట్లాడమన్నది మాట్లాడే నాయకుడు. తన ప్రియ శిష్యుడు ఏలీషాను తన జేష్ఠ పుత్రునిగా భావించి రెండంతల ఆత్మను ఆశీర్వాదంగా ఇచ్చిన గొప్ప నాయకుడు. ఏలీషాను తీసుకొని గిల్గాలు, బేతేలు, యెరికోలలో ఉన్న ప్రవక్తల పాఠశాలలను సందర్శించి అన్ని విషయాలను నేర్పించిన వ్యక్తి.

దావీదు విషయానికి వస్తే తాను ఎంత అధికారం కలిగినవాడైనప్పటికీ “గద్దించే వారు నాకుంటే ఎంత మేలు”అని చెప్పగల్గాడు. మనకు ఎంత అధికారం ఉన్నా, ఎన్ని తలాంతులు ఉన్నా అంత దీనత్వం మనసులో ఉండాలి. మనలను ప్రశ్నించే వారు ఉండాలని కోరుకునే పరిస్థితి దావీదుది.

ఇలా ఆలోచిస్తూ... చేతిలో ఉన్న మ్యాగజైన్ మూసేసి పక్కనబెడుతూ... ప్రక్కనే ఉన్న కుర్చీని లాక్కుని కూర్చోని... మళ్లీ ఆలోచించడం మొదలుపెట్టాడు రవి. దేవుడు తనకు గుర్తు చేస్తున్న వాక్యపు వెలుగులో తనని సరిచూసుకుంటూ ఆలోచించడం మొదలు పెట్టాడు.

తను విద్యార్థిగా ఉన్నప్పుడు... కమిటీ మెంబర్ గా ఉంటూ తన ఉనికి ఎక్కడా మరుగున పడిపోకుండా కాపాడుకుంటూ వచ్చాడు. కష్టపడవలసినంతగా కష్టపడలేదు. చేయవలసినంతగా పని చేయలేదు. తను ‘సెంటర్ ఆఫ్ అట్రాక్షన్’ గా ఉండటానికి చాలా కష్టపడ్డాడు. ఒక గ్రాడ్యుయేట్ ‘అన్నది అసలేమీ తప్పు లేకపోయినా, తను ఇతరుల యొద్ద విమర్శించిన దానికి, అన్న వచ్చి సారీ చెప్పి వెళ్ళాడు. తను ఎప్పుడూ అలా చేయలేదు. ప్రశ్నించినవారిని ఏదో విధంగా రివెంజ్ తీసుకునే పరిస్థితి.

తను గ్రాడ్యుయేట్ గా ఉన్నప్పుడు... కమిటీలో బిజీగా ఉండడం, ఎన్నో విషయాలను చర్చించడం అలా అంచెలంచలుగా పడవులలో కొనసాగుతూ... ఆఫీసు పనులు, ఇంటి పనులు... పిల్లల విషయాలు క్షణం తీరిక లేదు.... ఏనాడు విద్యార్థులను పలకరించిన పరిస్థితులే లేవు, లోకల్ గా ఏ విద్యార్థితో వ్యక్తిగతంగా మాట్లాడి ప్రోత్సహించిన దాఖలాలు లేవు. తన సంపాదనను ఎక్కువగా పరిచర్యకు ఇవ్వడమే గొప్పదనంగా భావించాడు. దేవుని పరిచర్యకు కాంట్రీబ్యూషన్ పంపలేనివారు, పరిచర్య చేస్తారు అనే ఆలోచన తనది.

ఇప్పటికీ ‘ఉనికి’ని కాపాడుకోవడం కొరకు ఎంతైనా ఖర్చు పెడతాడు తను.

“తనకు కలిగిన దానిలో ఇచ్చిన వారి కంటే

తనకున్న లేమిలో నుండి రెండు కాసులు వేసిన వ్యక్తినే గుర్తించాడు దేవుడు అనే విషయం ఎవరో గుర్తు చేసినట్లు హఠాత్తుగా గుర్తొచ్చింది రవికి. దేవుడు తన పట్ల ఉంచిన నమ్మకత్వానికి, తనకు ఇచ్చిన పరిచర్య భావానికి తను ఎంత మాత్రం న్యాయం చేశాడో గుర్తించడానికి ఈ సమయం ఇచ్చాడామో! వచ్చేవారం యల్ .టి క్యాంపులో మాట్లాడటానికి కొన్ని పుస్తకాలు వెదుకుతూ ఉంటే... అనుకోని రీతిగా మ్యాగజైన్ కంటబడటం... ఆలోచించడం... తనను తాను సద్విమర్శ చేసుకోవడం యార్థచ్చికంగా జరిగింది కాదని రవికి అర్థమయింది.

కుర్చీలో నుండి లేచి, మోకాళ్ళూని ప్రభువా! ఇంతకాలం నీవు నా పట్ల ఉంచిన నమ్మకాన్ని వమ్ము చేశాను. క్షమించు. నేడు చుట్టూ ఎన్నో భయంకర పరిస్థితిలో లోకంలో ఉంది. లోకంలో ఉన్న ‘పెత్తనం’ అధికార దాహం, అవినీతి, అసమానతలు సంఘంలో కూడా వేళ్ళాసుకుంటున్నాయి. ఆదివారం ఆరాధించాలంటే... ఇంకో వర్గపు వారు వచ్చి... గొడవ చేయకుండా పోలీసుల వహారా కావాల్సి వస్తుంది. ఇంకోవైపు విద్యార్థులు మితిమీరిన ఆధునిక సాంకేతిక జ్ఞానంతో, చదువులో వెనుకబడుతూ మాదక ద్రవ్యాలకు బానిసలై దేశానికి, నమాజాలకు, కుటుంబాలకు కంటకులుగా మారుతున్నారు.

విలువైన నీ రక్తమిచ్చి కొని, నన్ను మీరు రక్షించుకొని విద్యార్థి పరిచర్య బాధ్యతను అప్పగిస్తే... ఉనికి కోసం, పడవుల కోసం ప్రాకులాడుతూ... సమయమంతా వ్యర్థ పరిచాను క్షమించు ప్రభూ! దీనత్వంతో కూడిన సేవక నాయకుడిగా నన్ను మార్చండి నీలా... నీతో కలిసి పని చేయడానికి సహాయం చేయమని కన్నీళ్లతో ఎంతోసేపు ప్రార్థించాడు. పట్టీలలో రాసుకున్న పాఠాల ద్వారా కాకుండా నాయకత్వాన్ని నిజ జీవితం ద్వారా పరీక్షాత్మ నడిపింపుతో... ఆయన లాగా... అంటే సేవకుడైన నాయకుడిలా జీవిస్తూ, దీనత్వంతో, సాత్వికంతో, బాధ్యతతో భావితరాన్ని ప్రోత్సహిస్తూ, వారికోసం ప్రార్థిస్తూ రాబోయే కాలానికి కాబోయే మంచి సమర్థవంతమైన నాయకులను తయారుచేయడమే ఒక క్రైస్తవ నాయకుడికి ఉండాల్సిన మంచి లక్షణమని గ్రహింపు కలిగింది రవికి. ●

TREASURER'S REPORT

కోశాధికారి కలం నుండి.....

“మనకునుగ్రహింపబడిన కృపచొప్పున వేర్వేరు కృపావరములు కలిగినవారమై యున్నాము గనుక, ప్రపంచవరమైతే విశ్వాస పరిమాణము చొప్పున ప్రవచించతము; పరిచర్యయైతే పరిచర్యలోను, బోధించువాడైతే బోధించుటలోను, హెచ్చరించువాడైతే హెచ్చరించుటలోను పనికలిగియుండము. పంచిపెట్టువాడు (గివింగ్) శుద్ధమనస్సుతోను, పైవిచారణ చేయువాడు జాగ్రత్తతోను, కరుణించు వాడు సంతోషముతోను పని జరిగింపవలెను.” - రోమా 12:6.

(ప్రియమైన యుఇయస్జి-టియస్ కుటుంబ సభ్యులకు ప్రభు క్రీస్తు నామంలో శుభములు.

పౌలు రోమా 12:6వ వచనంలో, ప్రవచించడం (అంటే, దేవుని వాక్యాన్ని బోధించడం), సేవ చేయడం, బోధించడం, ప్రోత్సహించడం, నాయకత్వం చేయడం గురించి మాట్లాడుతాడు. 8వ వచనంలో, పంచిపెట్టడం (గివింగ్) గురించి మాట్లాడుతాడు: అనగా ‘దాతృత్వంతో సహకరించేవాడని’ అర్థం. “కాంట్రీబ్యూట్” అనేది గ్రీకులో ‘ధనాన్ని పంచుకోవడం’, ‘లేనివారి అవసరాలను తీర్చడానికి దాతృత్వంతో సహకరించడాన్ని’ సూచిస్తుంది. ఇవ్వడమనేది ఇతరుల అవసరాలను తీర్చగల గొప్ప ఆధ్యాత్మిక కృపావరమని అర్థమవుతుంది. పరిచర్యలో అందరం ఒకరి అవసరాలు ఒకరు తీర్చుకోవడానికి క్రీస్తు శరీరంలో అంటుకుట్టబడ్డాం. అంతేకాకుండా, పౌలు గలతీ 6:9-10లో, మేలు చేయుట యందు వినుగక సమయం దొరకిన కొలది అందరి యెడలను, విశేషంగా విశ్వాసగృహమునకు చేరినవారియెడలను మేలు చేయుమని కోరుతున్నాడు. ఆ విధంగా చేసినప్పుడు, తగినకాలమందు ఫలితాన్ని పొందుతామని తెలియజేస్తున్నాడు. కాబట్టి, తోటి విశ్వాసుల అవసరాలను తీర్చడానికి మనకివ్వబడిన కృపావరములను జాగ్రత్తగా వాడడానికి ఇష్టపడదాం. ప్రభువు అట్టి కృపను దయచేయును గాక!

స్తుతింపండి

- స్టాఫ్ కు సకాలంలో 100% జీతములు ఇవ్వగలిగిన దానిని బట్టి
- మన స్టాఫ్ కు హెల్త్ ఇన్సూరెన్స్ రెండవ దశ రెన్యూవల్ రూ.44,646/- చెల్లించగలిగిన దానిని బట్టి

ప్రార్థించండి

- స్టడీ సెంటర్ ఇంటర్నల్ రోడ్స్, మిగిలిన పనులు పూర్తవులాగున
- మహేశ్వరం ప్రావర్ధీ పనులు కొరకు అవసరమైన రూ.5 లక్షల కొరకు
- 100 కె.వి.ఎ ఎలక్ట్రికల్ ట్రాన్సార్మర్ పనులు సకాలంలో పూర్తవులాగున
- మన డెఫిసిట్ అవసరం రూ.1,00,155/- తీర్చబడునట్లు

ప్రశ్న: నూతన బడ్జెట్ కు తగిన విధంగా మా ఇజియఫ్ నుంచి కాంట్రీబ్యూషన్ ఎంత పెంచాలి?

జవాబు: 2021-22 సంవత్సరానికి బడ్జెట్ రూ. 8,70,000 అని 2021 కౌన్సిల్ లో నిర్ణయించడమైంది. ఇది గత బడ్జెట్ తో పోలిస్తే 13% ఎక్కువ కనుక ప్రతి ఇజియఫ్ ప్రార్థనా పూర్వకంగా తగినంత పెంచవలసినదిగా మనవి.

**ఇట్లు
క్రీస్తులో మీ సహాధరుడు
J. S. Reddy
సురేష్ అద్దా**

UESI - TS MONTHLY REQUIREMENT - Rs. 8.7 Lacs.			
Aug-21			
RECEIPTS	Rs.	PAYMENTS	Rs.
General Contribution	6,55,826.00	Field Staff Salaries	4,60,700.28
Staff Support	62,000.00	Office Staff Salaries	1,14,714.44
Current month deficit (A)	5,417.95	Gratuity Fund	15,578.75
		Health Insurance Phase - II	44,686.00
		MUT	9,350.00
		Repairs & Maintenance	34,214.48
		UESI	25,000.00
		NEGF	3,000.00
		Bihar State Support	16,000.00
Total	7,23,243.95	Total	7,23,243.95
			-
Contribution towards deficit (C)	41,750.00	Current month deficit (A)	5,417.95
Current deficit (A+B-C)	1,00,155.81	Previous months deficit (B)	1,36,487.86
Total	1,41,905.81	Total	1,41,905.81
OTHER FUNDS			
INCOME	Rs.	EXPENDITURE	Rs.
UESI (Support from EGF's)	2,21,700.00	UESI	2,21,700.00



సెప్టెంబర్ '21 వ జిల్ - ఫిలిప్స్ యిలకు (1-4 అధ్యాయాలు)

ఆక్షం

1. పాలు, ఫిలిప్స్ సంఘస్థులను జ్ఞాపకం చేసుకొనినప్పుడు దేవునికి ఏమి చెల్లించుచున్నాడు?
5. పాలుకు ఎదురైన ఈ బాధ వల్ల మూలంగా ఎక్కువ మంది ప్రభువు నందు స్థిరపడ్డారు స్థిర విశ్వాసులైనారు
6. ఇచ్చయించుటకును, కార్యసిద్ధి కలుగజేసికొనుటకును, తన దయానందకల్పం నెరవేర్చుటకై దేవుడు ఏమి చేయువాడైయున్నాడు?
7. క్రీస్తు యేసు యొక్క -----ను బట్టి, పాలు ఫిలిప్స్ యిల యెడల ఎంతో ఆపేక్ష కలిగియున్నాడు
9. భయంతోపాటు, మరి దేనితో సొంత రక్షణను కొనసాగించాలి (కుడి నుండి)
12. పాలు ఏ సంతానంలో జన్మించాడు? (కుడి నుండి)
13. దేవుడు-మనుష్యుల పోలికగా వుట్టి, దాసుని స్వరూపం ధరించుకొనుటకు తన్ను తానే ఏమిగా చేసుకొన్నాడు? (కుడి నుండి)
14. దేని నిమిత్తం పాలు సమస్తమును నష్టంగా ఎంచుకున్నాడు?

నిలుపు

1. పాలు, ఫిలిప్స్ సంఘస్థులను తమ సొంత కార్యములు మాత్రమే కాక ఏమి చూడమని చెబుతున్నాడు?
2. ఫిలిప్స్ సంఘస్థులు ఈ విధంగా ఉన్నారని కాబట్టి పాలు తను వడిన కష్టం వ్యర్థం కాలేదు
4. ఫిలిప్స్ సంఘస్థులు దేనిని చేత పట్టుకొని లోకమందు జ్యోతుల వలె కనబడుతున్నారు
8. ఫిలిప్స్ సంఘస్థుల ప్రార్థన, యేసు క్రీస్తు యొక్క ఆత్మ పాలుకు నమ్మబడిగా కలుగుట వలన ఆ ప్రకటన ----- గా పరిణమించెను
10. దేనితో నిండుకొనినవారై క్రీస్తు దినమునకు నిష్పనులను, నిర్దోషులను కావలెనని పాలు ప్రార్థిస్తున్నాడు? (క్రింద నుండి)
11. ఫిలిప్స్ లో ఉన్న ఎవరికి ఈ పత్రిక వ్రాయబడింది (వీరిలో మొదటివారు)

- వినోద నాగిరెడ్డి, ఫ్యాకల్టీ ఇన్ హిస్టరీ,
తారా ప్రభుత్వ కళాశాల (ఎ), సంగారెడ్డి

ఆగష్టు '21 వ జిల్ - ఎఫెసీ యిలకు (4-6 అధ్యాయాలు)

	1 ఆ	కా	2 త	మం	ద	ల	ము			3 లో				
	రో		తా				న			బ		4 కృ		5 శి
	హ		అ			త			దా		త			ర
	ఇ						6 వం	చి	పె	ట్టా	లి	జ్జు		ప్రొ
7 న	మా	ధా	నం					8 మం				తా		ఇ
	యె						9 నం		10 న	ర్వాం	గ	క	వ	చ
	ను						పూ					చ		ము
			11 ఆ				క్ష					న		
12 దు	రా	త్య	ల				13 వి	మో	చ	14 న	ది	న	ము	15 ప్ర
		ఖ					న			వీ				భు
		క్ష					య			న		16 దీ	ర్పా	యు
17 స	త్య	ము								స్వ				వ
		ను				18 ఖ	ల	ము					19 తు	కి
										తా				కు
										వ				
										ము				

విజేతలు

1. యం. ప్రియాంక, కొండమల్లేపల్లి
2. వై. సంతోష ఇమ్మాన్యుయేల్, సంగారెడ్డి
3. కె. బర్బజాన్, మంచిర్యాల
4. పి. రాజీవ్ జగదీష్, మిర్యాలగూడ