கிறிஸ்துவே கடவுளிடமிருந்து நமக்கு வரும் ஞானம்

1கொரிந்தியர் 1:30

www.newwisdomministries.com

ஞான ஒலி

இணைய வார இதழ்

ஞானம் 6 - ஒலி 11 | 12-03-2023

கருப்பினக் காவலன்

விலங்கிடுபவன் விலங்கு விடுவிப்பவன் விளக்கு

தலையங்கம்

அருட்பணி. சைமன் பீட்டர்

அன்பான எனதருமை வாசகப் பெருமக்களே உங்கள் அனைவருக்கும் வணக்கங்கள்.

நமக்கு உதவி செய்தவர்களை என்றுமே நாம் நினைவில் வைத்திருக்க வேண்டும். அவர்களுக்கு நாம் என்றும் நன்றியுள்ளவராய் இருக்கவேண்டும் என்பது நம் கலாச்சரத்தின் முக்கியப் படிப்பினைகளில் ஒன்று.

ஆகவேதான் திருக்குறள் இவ்வாறு கூறுகின்றது.

நன்றி மறப்பது நன்றன்று நன்றல்லது
அன்றே மறப்பது நன்று
-இல்லறவியல்-குறள் 108

அதாவது, பிறர் நமக்கு செய்த எந்த உதவியானாலும், அது சிறிதோ, பெரிதோ, அவற்றை மறவாமல் இருப்பது நல்லறமாகும். பிறர் செய்த தீமைகளை அன்றே மறப்பதும் அறமாகும் என்று சொல்லுகிறார் நம் தெய்வப் புலவர் திருவள்ளுவர்.

பிறரின் உதவிகளை நல்லவர்களே மறக்காமல் நினைவில் கொண்டிருப்பார்கள். தக்க வேளையில், அவர்களுக்கு நன்றியோடு எப்போதும் உதவியாக இருப்பார்கள். அவர்கள் செய்த ஒரு நல்ல காரியத்திற்கு, பன்மடங்காக அவர்களுக்கு நன்மைகள் செய்திடுவர்.

தீயவர்கள், பிறர் செய்த நன்மைகளை எண்ணிப்பாரார். மேலும் நன்றியவராயும் இருப்பர். ஆனால் அவர்கள் பிறர் செய்த தீமைகளை என்றும் மறக்கவே மாட்டார்கள். தனக்கு உதவி செய்தவர்களுக்கு எந்த உதவியும் செய்யாவிட்டாலும், பிறர் செய்த தீமைகளை மன்னிக்க மாட்டார்கள், மறக்கவும் மாட்டார்கள், அவர்களைப் பழிவாங்க தக்க தருணத்துக்காகக் காத்திருப்பார்கள். வாய்ப்புக் கிடைக்கும்போதெல்லாம் அவர்களுக்கு தீங்கிழைத்துக் கொண்டேயருப்பர். அவர்களின் உள்ளத்தில் அமைதியே இருக்காது. அதனால்தான் அவர்கள் இவ்வாறு தீய மனத்தினராய் இருப்பர்.

திருவிவிலியமும் இதைத்தான் பேருண்மையாக வலியுறுத்துகின்றது.

தீயோருக்கு அமைதியே இல்லை

என்கிறார் ஆண்டவர்- எசாயா 48/22

கொடியவர்களுக்கு அமைதியே இல்லை என்கிறார் ஆண்டவர்.- எசாயா 57/21

அப்படிப்பட்டவர்களால்தான் உலகில் துன்ப துயரங்கள் மலிந்திருக்கின்றது.

நன்றிகெட்டதனம் தான் மனித குலத்தின் ஆதிமுதல் கெடுமதி.

தன்னைப் படைத்து, தனக்குத் தேவையான அனைத்தையும் கொடுத்த அந்த அன்பான இறைவனுக்கு நன்றியற்ற மனத்தினராய், அவருக்கே நம்பிக்கைத் துரோகம் செய்த இனம்தான் மனித இனம்.

அன்றிலிருந்து, மனித மனத்தில் பதிந்த அக்கெடுமதியால்தான் உலகம் இன்று நன்றி கெட்ட உலகமாக மாறிப்போனது.

இதை விளக்குவதற்காக ஒரு பழைய கதை ஒன்று சொல்வார்கள்.

இரண்டு வானதூதர்கள் பூமிக்கு வந்தார்ள். அவர்கள் தங்கள் கையில் ஒரு பெரிய பையை வைத்திருந்தார்கள். அதில் ஒருவர் உலகிலுள்ள மனிதர்களின் மன்றாட்டுக்களை சேகரித்தார். அவர் பல நூறு பைகளில் இந்த மன்றாடுக்கடிதங்களால் நிரப்பினார். ஆனால், நன்றி செபங்களை சேகரிக்க வந்த அந்த தூதுவர், ஒரு நூறு நன்றிக் கடிதங்களை மட்டுமே சேகரித்துவிட்டு, ஒரு மரத்தடியில் சோகமாக அமர்ந்திருந்தாராம்.

மனிதர்கள் தங்கள் தேவைகளுக்காக மட்டுமே இறைவனிடம் சதாகாலமும் வேண்டிக் கொண்டிருக்கின்றார்கள். தாங்கள் கேட்டதைப் பெறும்வரை கடவுளை நினைப்பர். ஆனால் பெற்றபிறகு, அதை அடுத்த நொடியே மறந்துவிடுவர் என்று இந்தக் கதை நமக்குச் சொல்கின்றது.

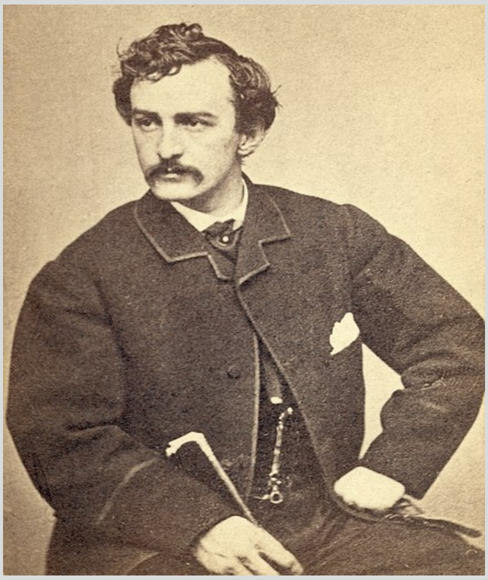
வீதிகளில் பிச்சையெடுக்கும் மனிர்களின் எண்ணிக்கையும், அனாதை இல்லங்களும், மனிதரின் நன்றி கெட்டதனத்தின் அடையாளமாய் இருக்கின்றன.

வரலாற்றின் பக்கங்களில், நன்றி கெட்தனத்தனமும், நம்பிக்கைத் துரோகமும்தான் அதிகமாகப் பதிவு செய்யப்பட்டுள்ளது

திருவிவிலியத்தில் தந்தை இறைவனின் மனக்குமுறல்கள்தான் நிறைந்திருக்கின்றது. பழைய ஏற்பாடும், புதிய ஏற்பாடும், கடவுளின் பேரன்பையும், மனிதரின் நன்றி கெட்டதனத்தையுமே மையப்படுத்தியுள்ளது.

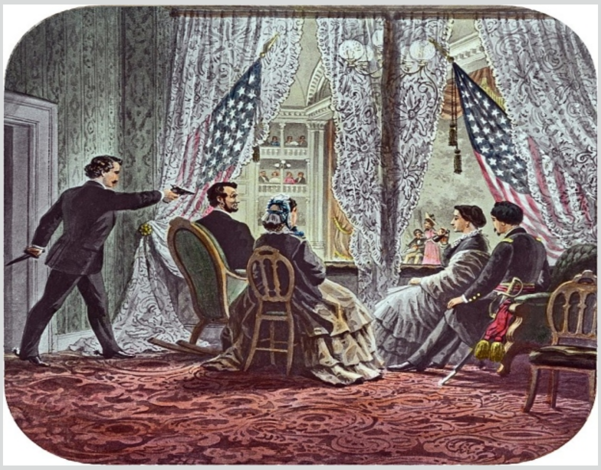
அன்பாயிருங்கள், நன்றியுடையோராய் இருங்கள் என்பதுதான் திருவிவிலியம் நமக்குத் தருகின்ற நற்செய்தியாகும்.

அடிமைப்பட்டிருந்த கருப்பினத்தவரின் விடுதலைக்காக பாடுபட்டவர் முன்னாள் அமெரிக்க ஜனாதிபதி ஆப்ரகாம் லிங்கள் அவர்கள். அதுவரை வெள்ளையர்களின் கொத்தடிமைகளாக வாழ்ந்துவந்த கருப்பினத்தவர்களின் நல்வாழ்விற்காக விடுதலைச் சட்டத்தை இயற்றினார். அன்றிலிருந்து கருப்பினத்தவர்கள் தன்மாத்தோடும், மனிதத்தோடும் வாழ அரம்பித்தார்கள்.



அவரால் வெள்ளையர்களுக்கு வந்த இந்த அவல நிலைக்கு, வெள்ளையர்களுக்கு அவர் செய்த துரோகத்திற்குப் பழிவாங்க, பிரபலமான ஒரு நாடக நடிகர், ஜான் வில்கிஸ் பூத் என்பவன் மனித குலச் சத்ருவாக வந்தான்.

1985ம் ஆண்டு ஏப்ரல் 14ம் நாள், வாஷிங்டன் டிசியில் இருந்த ஃபோர்டு தியேட்டரில் அமெரிக்கன் கஸின் என்ற நாடகத்தை ஆபிரகாம் லிங்கன் பார்த்து ரசித்துக் கொண்டிருந்தபோது, ஜான் வில்கிஸ் பூத்



என்பவன் ஒரு கோழையைப் போல ஆபிரகாம் லிங்கனின் தலையின் பின்னால் துப்பாக்கியால் சுட்டான் ஆனால் அவர் அந்த தியேட்டரின் எதிரில் இருந்த பீட்டர்சன் ஹவுஸில் அவருக்கு அவசர சிகிச்சை செய்யப்பட்டது ஆனால் அடுத்த நாள் அதாவது 1865, ஏப்ரல் 15ம் நாள் காலை 7.22 மணிக்கு இறந்தார்.

பொது மக்களின் அஞ்சலிக்காக அவரின் பூத உடல் ஓஹியோவில் கிளீவ்லேண்ட் என்னுமிடத்தில் வைக்கப்பட்டிருந்தது. தங்களுக்கு சமூக விடுதலை கொடுத்த அவருக்கு ஏராளமான கருப்பினத்தவர்கள் கண்ணீரோடு அஞ்சலி செலுத்தினார்கள். அப்போது ஒரு கருப்பினப் பெண் தன் சிறு வயது மகனைத் தன் தோளுக்கு மேல் உயர்த்திப் பிடித்து, ஆபிரகாம் லிங்கனின் உடலைச் சுட்டிக் காட்டி, அன்பு மகனே அதோ, அவரை நன்றாக உற்றுப் பார், அவரே கருப்பினத்தவராகிய நமது விடுதலைக்காகப் பாடுபட்டு அதற்காகவே தன் உயிரைத் தியாகம் செய்தவர் என்று கண்ணீர் மல்க கூறினாராம். அப்படிப்பட்ட மாபெரும் மக்கள் நலப்பணியாளர்களை நாம் என்றும் மறவாதிருப்பதோடு, நாமும் அவ்வாறு மனிதகுலத்திற்குப் பங்களிக்க வேண்டும்.

நாம் ஒவ்வொருவருமே கடவுளுக்கு அடுத்தபடியாக நன்றி பாராட்ட வேண்டியர் நம் தாய்தான். அவரில்லாமல் நாம் இவ்வுலகில் இல்லை.

அதோடு, நாம் ஒவ்வொருமுறையும் திருச்சிலுவையைப் பார்க்கும் போதெல்லாம் நமக்காகவே மனிதராய்த் தன்னைத் தாழ்த்திக் கொண்டு நம் பாவங்களிலிருந்து விடுவிப்பதற்காக சிலுவையில் மரித்த இயேசுவிற்கு நன்றியுடையோராய் வாழ, எப்போதும் பாவத்தை விட்டுவிட்டு, பரிசுத்தராய் வாழ வேண்டும். அதுவே, மனிதராகிய நாம் செய்யும் நன்றி வழிபாடாகும்.

நாம் இறைனைப்போல் பரிசுத்தராயும், நிறைவுள்ளவராய் இருப்பதற்கு நாம் முதலில் நன்றியுடையோராய் இருக்க வேண்டும். அதுவே தலைசிறந்த அறமாகும்.

விவிலியம்
அறிவோம்-80

அருட்பணி. ஆ. அலெக்ஸ் CMF

தீட்டானவை மற்றும் தீட்டற்றவை பற்றியச் சட்டங்கள் – தொடர்ச்சி

தீட்டற்றவை மற்றும் தீட்டானவைபற்றியச் சட்டங்களைப் பற்றிய விளக்கங்களை பெரும்பாலான அறிஞர்கள் ஏற்றுக் கொள்ளவில்லை; ஆனால் புதியஏற்பாட்டு நூல்களை வாசிக்கும்போது இந்த விளக்கங்களில் இறுதியாக வருகின்ற வழிபாட்டு விளக்கம் ஏற்றுக்கொள்ளப்படுவதுபோன்ற ஒரு தோற்றம் உள்ளது. குறிப்பாக,புதியஏற்பாடு தீட்டான விலங்குகளை பிறஇனத்தவரின் நாடுகளின் அடையாளங்களாகப் பார்க்கின்றது. இதனால் இஸ்ரயேல் பிற இனத்தவரின் நாடுகளை விட்டுவிலகி இருப்பதை ஆதரிக்கின்றது. புதியஏற்பாட்டுக் கால யூதமரபுகள் மற்றும் கிறிஸ்தவ மரபுகளும் இந்த வழிபாட்டு விளக்கத்தை ஆதரிக்கின்றன. மேலும்; பண்டைய பிற இன எழுத்தாளர்கள், இடைக்கால எழுத்தாளர்கள் பலர் இஸ்ரயேல் மக்கள் யஸவே கடவுளுக்குப் பலியிடுவதற்காக தேர்ந்தெடுக்கும் விலங்குகள் எகிப்திய கடவுளர்களுக்கு பலியிடும் தூய விலங்குகள் எனக் கூறுகின்றனர். உதாரணமாக, எகிப்திய கடவுளர்களில் முக்கியமான சூரியக்கடவுள் ஆமோன் ரேக்கு ஆட்டுக்கிடாய் புனிதமானது. எகிப்தியக் கடவுள் அபிஸ் என்பவருக்கு காளை புனிதமானது. அதைப்போல காத்தோர் தெய்வத்திற்கு பசு புனிதமானது. யஸவே கடவுள் இந்த விலங்குகளைப் பலியாகக் கேட்கிறார். எகிப்தியக் கடவுளர்களுக்கு தூயதாக, புனிதமானதாகக் கருதப்பட்ட விலங்குகளை யஸவே கடவுளுக்குப் பலியாகக் கொடுப்பதன் வழியாக இஸ்ரயேல் மக்கள் எகிப்தின் செல்வாக்கிலிருந்து விடுபடுகிறார்கள். தங்களைத் தனித்துவம் கொண்டவர்களாகக் காட்டுகிறார்கள்.

ஒரு சில அறிஞர்கள் இந்த விளக்கத்திற்கு எதிர்ப்பு தெரிவிக்கிறார்கள்; ஏனெனில் எகிப்தியக் கடவுளர்களுக்குப் புனிதமானதாகக் கருதப்பட்ட விலங்குகள் அவர்களுக்குப் பலியிடப்படுகின்றன. உதாரணமாக, ஆட்டுக்கிடாய் சூரியக் கடவுளான ஆமோன் ரே என்ற கடவுளுக்குப் புனிதமானது. அதே வேளையில் ஆட்டுக்கிடாய் பலியாக ஒப்புக்கொடுக்கப்படுவதும் ஆமோன் ரே கடவுளுக்கு ஏற்புடையதாக உள்ளது. இதைப்போல ஏனைய எகிப்தியக் கடவுளர்களையும் கூறலாம். இவர்கள் கூறுவது உண்மைதான்; நாம் இதை மறுக்க முடியாது. அதே வேளையில் ஒன்றை நாம் இங்கே நினைவில் கொள்ள வேண்டும். இஸ்ரயேல் மக்கள் ஆட்டுக்கிடாயை எகிப்தின் கடவுளான ஆமோன் ரேக்கு பலியிடவில்லை மாறாக யஸவே கடவுளுக்குப் பலியிடுகிறார்கள். எகிப்தியக் கடவுளர்களுக்கு புனிதமானதாகக் கூறப்படுகின்ற விலங்குகளை யஸவே கடவுளை வழிபடுவதற்காக பலியிடுவதும் கொல்வதும் எகிப்திய கடவுள் வழிபாட்டு முறைகளைத் தலைகீழாகத் திருப்புவதாகும். இவற்றைத் தவிர வேறு பல சட்டங்களும் விதிகளும் பிற இன மக்களின் சடங்குகளைத் தவிர்ப்பதற்காகவும் தடைசெய்வதற்காகவும் இஸ்ரயேல் மக்கள் நடுவில் மூட நம்பிக்கைகளை ஒழிக்கவும் உருவாக்கப்பட்டுள்ளன. உதாரணமாக தேன் ஆண்டவருக்குப் பலியாகச் செலுத்தக் கூடாது (லேவி

2:11); ஏனெனில் கானானியர்களின் வழிபாட்டில் தேன் பயன்படுத்தப்படுகிறது. குட்டியை அதன் தாய்ப்பாலில் சமைப்பதும் தடைசெய்யப்பட்டுள்ளது (விப 23:19) ஏனெனில் கானானியர்களின் வழிபாட்டில் இது ஒரு மந்திரவாதச் சடங்காகப் பின்பற்றப்படுகிறது. மேலும் இஸ்ரயேலில் குருக்கள், தலையை மொட்டையடித்துக் கொள்ளாமலும், தாடியின் ஓரங்களைச் சிரைத்துக் கொள்ளாமலும், உடலைக் கீறிக் கொள்ளாமலும் (லேவி 21:5) இருக்கவேண்டும். கானானியர்களின் வழிபாடுகளில் குருக்கள் இவற்றையெல்லாம் செய்வார்கள்(காண்க 1 அரசர் 18:28). மற்றும் இஸ்ரயேல் மக்கள் நடுவில் குறிபார்ப்பதோ, நாள் பார்ப்பதோ தடைசெய்யப்பட்டுள்ளது (லேவி 19:26). இந்தத் தடைகள் அனைத்தும் பிறஇனத்தவரின் வழிபாடுகளிலிருந்து இஸ்ரயேல் மக்கள் விலகியிருக்கவேண்டும் என்ற நோக்கத்தில்தான் உருவாக்கப்பட்டுள்ளனஎனலாம்.

உணவுவகைகளில் எவை தீட்டற்றவை எவை தீட்டானவை என்பதுபற்றிய விளக்கங்களுக்குப் பின்னால் சில காரணங்கள் உள்ளன. அதைப் போலலேவியர் 12 முதல் 15 முடிய உள்ள பிரிவுகளில் வருகின்ற தீட்டற்றவை மற்றும் தீட்டானவை பற்றிய சட்டங்களுக்கும் சிலகாரணங்கள் உள்ளன. இந்தப் பிரிவுகள் குழந்தை பெற்ற பெண் ஒருத்தி தூய்மைப்படுத்தும் சடங்கை நடத்துதல் (லேவி 12:1-8); பலவகையான தோல் நோய்கள் (லேவி 13:1-59); தொழுநோய் கண்டவர் தன்னைத் தூய்மைப்படுத்துதல் (லேவி 14:1-56) மற்றும் ஆண்கள் மற்றும் பெண்களுக்கு உடலிலிருந்து உருவாகும் ஒழுக்குகள் பற்றிய சட்டங்கள் (15:1-31) ஆகியவற்றை உள்ளடக்கமாகக் கொண்டுள்ளன. நம்மில் கேள்வி ஒன்று எழுகிறது. தீட்டற்றவை மற்றும் தீட்டானவை எனப் பிரித்துப் பார்ப்பதற்குக் காரணமென்ன? அறிஞர்களின் விவாதங்களில் அனைவரும் ஏற்றுக்கொள்ளக் கூடியகாரணம் என எதுவும் கொடுக்கப்படவில்லை. விவாதங்கள் தொடர்கின்றன. இங்கே ஒரு கருத்தை நம் மனதில் நிறுத்துவது நலம் பயக்கும் என எண்ணுகிறேன். தீட்டற்றவை மற்றும் தீட்டானவை என்ற பிரிவுகள் வழிபாட்டுச் சடங்குகளை முதன்மையாகக் கொண்டு உருவாக்கப்பட்டவை. இவை அறநெறி மற்றும் ஒழுக்கம் சார்ந்த பிரிவுகள் அல்ல. இந்தப் பிரிவுகளில் வருகின்ற அனைத்துச் சட்டங்களும் திருத்தூயகத்தில் நடக்கின்ற வழிபாடுகளில் பங்கேற்பதை மையமாகக் கொண்டு வருகின்றன. இஸ்ரயேல் மக்கள், தங்கள் நடுவே இருக்கும் எனது தங்குமிடத்தைத் தீட்டாக்கி, சாகாதபடிக்கு, நீங்கள் அவர்கள் தீட்டுகளிலிருந்து அவர்களை விலக்கி வைக்கவேண்டும் (லேவி 15:31) என்ற சொற்றொடர் இதற்கு ஆதாரமாக உள்ளது எனலாம்.

எனவே வழிபாட்டுச் சடங்குகளின் அடிப்படையில் தீட்டற்ற ஒன்று கடவுளின் திருமுன்னிலையில் வருவதற்கு அல்லது கொண்டுவரப்படுவதற்குத் தகுதியானது. அது தூயதாக இல்லையென்றாலும் பரவாயில்லை. தீட்டற்ற ஒரு பொருள் அர்ச்சிக்கப்பட்டு தூயதாக்கப்படுவதற்கான வாய்ப்புகள் உள்ளன. தீட்டு என்ற சொல்லின் எதிர்ச்சொல்லாக முழுமையான, ஒருங்கிணைந்த, ஆரோக்கியமான, சாதாரணமான என்ற சொற்களைப் பயன்படுத்தலாம். இந்தச் சொற்கள் லேவியர் நூலின் பார்வையில் தீட்டற்றவை என்பதைக் குறிப்பிடுகின்றன. எனவே தோல் நோய்கள், உடல் ஒழுக்குகள் யாவும் அசாதாரணமானவை அல்லது முழுமையற்ற, ஆரோக்கியமற்ற, ஒருங்கிணையாத ஏற்றத்தாழ்வுகளைக் கொண்டவையாக உள்ளன. எனவே அவை மனிதர்களைத் தீட்டானவர்களாக்குகின்றன. இங்கே இன்னொரு கருத்தையும் நாம் மனதில் கொள்ளவேண்டும். மனிதர்களைத் தீட்டுப்படுத்துவதாகக் கருதப்படும் அனைத்தையும் ஒன்றோடு ஒன்று இணைத்துப் பார்த்தால் அவற்றை இணைத்து நிற்கும் பொதுவான ஒன்றை நாம் காணமுடிகிறது. தீட்டுப்படுத்துவதாகக் கருதப்படும் அனைத்தும் சாவோடு தொடர்புடையவை அல்லது வாழ்வின் அழிவோடு தொடர்புடையவை எனத் தெரியவருகிறது. அவற்றைச் சுருக்கமாக ஆய்வு செய்வோம்.

1. குழந்தை பிறப்பு: இஸ்ரயேல் மக்களின் சிந்தனையில் இரத்தம் உயிருக்குச் சமம். ஒருபெண்ணின் மாதவிலக்கு நாள்களில் வெளிப்படும் இரத்தத்திலும், குழந்தை பிறக்கும்போது வெளிப்படும் இரத்தத்திலும் உயிரைத் தன்னுள் கொண்டுள்ள இரத்தம் வீணாகிறது (லேவி 12:1-8). உயிரைத் தன்னுள் கொண்டுள்ள இரத்தம் வீணாவது உயிர் அழிவதற்கு அல்லது சாவதற்குச் சமம். எனவே அது

தீட்டானதாகக் கருதப்படுகிறது. குழந்தைப் பிறக்கும்போது வெளிப்படும் இரத்தத்தைத் தீட்டாகப் பார்க்கும் பழக்கம் எகிப்து, பாபிலோனியா மற்றும் பாரசீகம் ஆகிய நாடுகளிலும் இருந்தது.

2. தொழுநோய்: தொழுநோய் தீட்டாகக் கருதப்படுவதற்குப் பல காரணங்கள் இருந்தன. முதலாவதாக, தொழுநோய் உடலின் சதைப்பகுதிகளை அழுகச்செய்து, செத்;த உடலைப்போல் காட்சியளிக்கச் செய்கிறது.எனவே அது சாவுடன் தொடர்புடையதாக உள்ளது. சாவுடன் தொடர்புடைய எதுவும் தீட்டானது. இரண்டாவதாக, தொழுநோயாளிகளைக் காண்பவர் மனம் எளிதில் அவர்களை ஏற்க ஒப்புவதில்லை. இந்த ஒவ்வாமைதான் அவர்களைச் சமூகத்திலிருந்து ஒதுக்கிவைக்கக் காரணமாக இருக்கிறது. மூன்றாவதாக, தொழுநோயினால் உடலில் இரத்தம் வீணாகிறது மற்றும் உடலிலிருந்து ஒழுக்குகள் உருவாகின்றன (லேவி 14:1-56). இந்தக் காரணங்களால் தொழுநோய் தீட்டானது என கருதப்படுகிறது.

3. விந்து வெளியேறுதல்: விந்து உயிரைத் தன்னுள் கொண்ட விதையாகக் கருதப்படுகிறது. எனவே எந்தச் சூழ்நிலையிலும் விந்து வெளியேறுவது விதை அழிவதைக் குறிப்பதாக உள்ளது. எனவேதான் அதுதீட்டாகக் கருதப்படுகிறது. (லேவி 15:1-12)

4. மாதவிலக்கு: மாத விலக்கு காலத்தில் பெண்ணுக்கு இரத்தப் பெருக்கு ஏற்படுகிறது. உயிரைத் தன்னுள் கொண்டுள்ள இரத்தம் அழிவதால் மாத விலக்கும் தீட்டாகக் கருதப்படுகிறது. (லேவி 15:19-30).

மேலே கூறப்பட்டவற்றை ஆழ்ந்து சிந்தித்தால் தீட்டு பற்றிய சட்டங்களின் பின்னால் சாவு அல்லது வாழ்வு அழிவதற்கு ஒரு தொடர்பு இருப்பதைப் பார்க்க முடிகிறது. சாவுடன் உள்ள இந்தத் தொடர்புதான் தீட்டுபற்றிய இந்தச் சட்டங்களை ஒன்றாக இணைக்கிறது எனக் கூறமுடிகிறது. இது உண்மையானால் ஐந்நூல்களும் இதை ஏற்றுக்கொள்வதுபோல் தெரிகிறது. உதாரணமாக எண் 19:11-19 வரையுள்ள பகுதி மனிதப் பிணத்தைத் தொடுபவன் தீட்டுப்பட்டவனாயிருப்பான் எனத் தெளிவாகக் கூறுகிறது. இதை அடிப்படையாகக் கொண்டு சிந்தித்தால் இந்தச் சட்டங்களின் பின் ஒருகோட்பாடு மறைந்திருக்கிறது. அதாவது ஆண்டவரின் திருஉறைவிடத்தில் சாவுக்கு இடமில்லை; சாவுடன் தொடர்புடைய எதற்கும் இடமில்லை. சாவுடன் தொடர்புடைய அனைத்தும் தீட்டானவை.

இவ்வாறு லேவியர் நூலில் வருகின்ற சட்டங்கள் அடையாள முறையில் சிலஆன்மீகக் கோட்பாடுகளைக் கற்பிக்கின்றன எனக் கூறலாம். இந்த ஆன்மீகக் கோட்பாடுகள் இஸ்ரயேல் மக்களைச் சூழ்ந்து வாழும் பிறஇனத்தவரின்; தீய கலாச்சாரங்களிலிருந்து அவர்களை விலக்கி வைக்கின்றன. இஸ்ரயேல் சமூகத்தை சுகாதாரமான, செழுமையான சமூகமாக மாற்றுகின்றன. பிற இனத்தவரின் சமய வழிபாடுகளால் ஈர்க்கப்படாமல் தடுக்கின்றன. எனினும் இந்தச் சட்டங்கள் நோவாவுக்குக் கொடுக்கப்படவில்லை. குல முதுவர்களுக்குக் கொடுக்கப்படவில்லை. அல்லது பொற்கன்றுக்குட்டி நிகழ்வுக்குமுன் வாழ்ந்த இஸ்ரயேல் மக்களுக்குக் கொடுக்கப்படவில்லை. இவற்றைப் பார்க்கும்போது கடவுளுக்கும் இஸ்ரயேல் மக்களுக்கும் இடையில் உள்ள உடன்படிக்கை உறவை வாழ்வதற்கு இந்தச் சட்டங்கள் தேவையில்லை என்பதுபோல் தெரிகிறது. எனவே இந்தச் சட்டங்கள் நிலையான சட்டங்களாக இல்லை. ஒரு காலகட்டத்தில் ஏற்பட்ட தேவைகளை நிறைவேற்றுவதற்காக உருவாக்கப்பட்ட சட்டங்கள். அந்தத் தேவைகள் நிறைவேறிவிட்டால் இந்தச் சட்டங்கள் தேவையில்லாமல் ஆகிவிடலாம். உடன்படிக்கை உறவை வாழ்வதற்கு முந்தைய உடன்படிக்கை விதிகள் மீண்டும் பழக்கத்திற்கு வரலாம். லேவியர் நூலில் வரக்கூடிய இந்தச் சட்டங்கள் பொற்கன்றுக் குட்டி நிகழ்வுக்குப்பின் கொடுக்கப்பட்டவை எனப் பார்த்தோம். அதன்பின் எண்ணிக்கை நூல் மற்றும் இணைச்சட்டம் நூலில் வருகின்ற சட்டங்களும் கொடுக்கப்படுகின்றன. இந்தச் சட்டங்கள் பாலைவனப் பயணத்தில் மக்களிடமிருந்து எழுகின்ற கிளர்ச்சிகளுடன் தொடர்புடையவை. எனவே இந்தச் சட்டங்கள் மனம் வருந்துதலைக் குறிப்பதற்கானவை எனக் கருதலாம். அதாவது இந்தச் சட்டங்கள் அனைத்தும் இஸ்ரயேல் நாட்டையும் சமூகத்தையும் கிளர்ச்சிகளிலிருந்தும் பாவங்களிலிருந்தும் மறுவாழ்வு பெறுவதற்காக உருவாக்கப்பட்டவை எனக் கூறலாம்.

பயணம் தொடரும்...

அருட்பணி. ஆ. அலெக்ஸ் CMF

ஞாயிறு மறையுரை

தவக்காலம் 3-ம் ஞாயிறு

12-03-2023

முதல் வாசகம் - வி.ப. 17:3-7
இரண்டாம் வாசகம் - உரோ. 5:1-2, 5-8
நற்செய்தி வாசகம் - யோவான் 4:5-42

மறையுரை வழங்குபவர்

அருட்பணி. **ஸ்டீபன் கஸ்பார்**
பங்குத்தந்தை
திருமுழுக்கு அருளப்பர் ஆலயம்
காமலாபுரம், திண்டுக்கல் மறைமாவட்டம்

இறை இயேசுவிலே எனக்குப் மிகவும் பிரியமான சகோதர, சகோதரிகளே, கடந்த வாரம், தாபோர் மலை அனுபவத்தை நற்செய்தியாய உள்வாங்கிறோம். இயேசு தம் 3 சீடர்கள் முன்பாக தோற்ற மாறுதலைக் காட்டி, அவர்களை நம்பிக்கையில் ஆழப்படுத்தினார். இயேசு தந்தையின் குரலுக்குச் செவி கொடுதது தந்தையின் மாட்சியில் பங்கெடுத்ததுபோல நாமும் அதே மாட்சியில் பங்கெடுக்க அவரின் பாடுகள், மரணம், உயிர்ப்பிலே பங்குபெற்று அதனைப் பெறக் கொடுத்த அருமையா அழைப்பை உள்வாங்கினோம்.

ஆனால் இன்று தவக்காலம் 3ம் வார நற்செய்தி இயேசு என்ற யூதன் சிக்காரில் சமாரியப் பெண்ணுடன் நடத்திய உரையாடலை நமக்குப் படம்பிடித்துக் காட்டுகிறது. சமாரியா, அசுத்தமானவர்கள், பாவிகள் என்று சொல்லி அவர்களை யூதர்கள் பகைத்தார்கள், வெறுத்தார்கள். இந்தப் பிரச்சனை கி.மி 721ல் தொடங்கியது.அசீரியப் படையெடுப்பில் யூதர்கள் நாடுகடத்தப்பட்டார்கள். அங்கே அசீரியரோடு திருமணம் முடித்து இஸ்ரயேலுக்குத் திரும்பிய பொழுது, அவர்களை யூதர்கள் நாட்டுக்குள் வரக்கூடாது, நீங்கள் தூய இரத்தத்தை மாசுபடுத்திவிட்டீர்கள, நீங்கள் கடவுளின் பிள்ளைகளல்ல. அசுத்தமானவர்கள், பாவிகள், சமாரியர்கள் என அவர்களை ஒரங்கட்டிவிட்டனர். ஒதுக்கி வைத்துவிட்டனர். யூதர்களுக்கும், சமாரியருக்கும் பகை வளர்ந்தது. ஒரு யூதன் எருசலேம் செல்ல,சமாரியா வழியாகச் செல்ல முடியாது. தடுக்கப்படுவான்.

இந்தச் சூழலில் இயேசு அந்தப் சமாரியப் பெண் பல கணவர்களைத் தனதாக்கிக் கொண்டவளிடம் தனக்குத் தண்ணீர் தரக் கேட்கிறார். உரையாடல் தொடர்கிறது. அங்கே சீடர்கள் இல்லை. உணவு வாங்கச் சென்றுவிட்டனர். உரையாடலில் இயேசுவை ஓர் யூதனாக, இறைவாக்கினராகப் பார்க்கிறாள் அந்தச் சமாரியப் பெண். அவளின் பாவ வாழ்வைச் சுட்டிக்காட்டி உணரவைத்தபொழுது அவள் இயேசுவை மீட்பராக ஏற்கிறாள். மீட்பரைக் கண்டதுமே அவரை தன் பகுதி மக்களுக்கு அறிவிக்க சமாரியா செல்கிறாள். மீட்பரைக் கண்டேன், வாருங்களென தன் மக்களை இயேசுவிடம் அழைத்து வருகிறாள். சாட்சியம் பகருவரை நாம் பார்க்கிறோம். ஆம் அன்பானவர்களே, நாமும் இயேசுவை முழுமையாக அறிந்து அனுபவித்தால், அவரை நம்மாலும் அறிவிக்காமலிருக்க முடியாது.

நாம் எப்படி? இயேசுவை அறிவித்துள்ளோமா? அனுபவிக்கிறோமா? அவரை அறிக்கையிடுகின்றோமா? சிந்திப்போம். மனம் மாறிய சமாரியப் பெண்ணைப் போல நாமும் மனம் மாறி இயேசுவை அறிந்து, அவரை அனுபவித்து அவரை அறிக்கையிட இத்தவக்காலத்திலாவது முயலுவோம்.

அன்பானவர்களே, நம்முடைய நம்பிக்கை வாழ்வும், இப்படித்தான் இருக்க வேண்டும். நாம் இயேசுவை அறிய நிறைய வழிகளை அதாவது மறையுரை, வழிபாடு, ஞாயிறு மறைக்கல்வி போன்றவை வழியாய் நாம் அறியலாம். ஆனால் நம் அறிவு முக்கியமல்ல, அனுபவமே மிக மிக முக்கியம் எனச் சொல்லும், இதன் வழியாக இயேசுவை அனுபவித்து அறிக்கையிடுவோம்.

இன்றைய முதல் வாசகத்தில் இஸ்ரயேல் மக்கள் சீன் பாலைவனத்திலிருந்து இரபிதிமல் பாளையம் இறங்கினர். அவர்களுக்குத் தானமெடுக்க, மோசேயிடம் முறையிட்டனர். மோசே யாவே கடவுளிடம் முறையிட்டார். ஒரேபிலுள்ள பாறையத்தட்ட தண்ணீர் வந்தது. இஸ்ரயேல் மக்களின் தாகம் தீர்க்கப்பட்தெனக் காண்கிறோம். நம் தாகத்தையும், இஸ்ரயேலரின் தாகத்தையும் தீர்க்க வல்லவர் கடவுள் ஒருவரே. சமாரியப் பெண்ணிடம் தாகமாயுள்ளேன், தண்ணீர் தா என்பதை இங்கு மறைமுகமாயும், கல்வாரியில் சிலவையில் நேரிடையாகவும் இயேசு சொல்கிறார். தண்ணீர் மொள்ள சிக்காரிலுள்ள யாக்கோபின் கிணற்றிற்குச் சென்ற சமாரியப் பெண், வாழ்வின் ஊற்றைக் கண்டுகொண்டதுபோல் நாமும் வாழ்வின் ஊற்றான இயேசுவை இத்தவக்காலத்தில் காண முயலுவோம்.

இந்நிகழ்வின் வழியாக இயேசு பாகுபாடுகளை, யூதன், சமாரியனென்ற பாகுபாட்டை நீக்கி அனைவரும் சமம் என உணர்த்துகிறார். இன்றும் நாம் வாழும் இந்திய மண்ணில் பாகுபாடுகளுள்ள சமூகத்தையே பார்க்கிறோம். ஆனால் அரசியல் சட்டம் 14, சாதி, மதம், இனம், பாலினம், அந்தஸ்து போன்றவற்றைப் பெருட்படுத்தாமல் அனைவருமே சமம் என்று அனைவருக்கும் அனைத்தும் கிடைக்க வழிசெய்கிறது. ஆனால் சட்டம் சொன்னாலும், இந்தியாவில் தமிழகத்தில் தீண்டாமை,பாகுபாடு போன்ற நிகழ்வுகள் நடத்தப்பட்டு மனிதம் சிதைக்கப்படுகிறது. இப்படிப்பட்டவர்ள் மனிதர்களாகவே வாழத் தகுதியற்றவர்கள். இப்படிப்பட்டவர்கள் சாதி, மதவெறி பிடித்தவர்களே, இவர்களால், கடவுளை அறிய, பார்க்க முடியாது. இந்நிகழ்வின் வழியாய் சமத்துவ சமூகத்தை உருவாக்கி, நட்பு பாராட்டி, புதிய உறவையும், தோழமை உணர்வை உருவாக்கும் இயேசுவை அறிந்து அவரை அறிக்கையிட ஆற்றலைத் தர அவரிடம் செபிப்போம். ஆமென்.

தவக்காலத்தின் மூன்றாம் ஞாயிறு

விப. 17:3-7, உரோ. 5:1-2,5-8 யோவா. 4:5-42

12-03-2023

பா. சேவியர்
மரியநாதபுரம்,
திண்டுக்கல்

திருப்பலி முன்னுரை

நிறைவாழ்வளிக்கும் வாழ்வு தரும் தண்ணீரைப் பருக வருகை தந்துள்ள அன்பு இறைமக்களே, உங்கள் அனைவரையும் தவக்காலம் 3-ஆம் ஞாயிறு வழிபாட்டிற்கு அன்புடன் வரவேற்கிறேன்.

சுவர்களையல்ல பாலங்களைக் கட்டி எழுப்புவோம் என்ற சிந்தனையை இன்றைய வாசகங்கள் வழங்குகின்றன. பிரிவினை, வேறுபாடு, ஏற்றத் தாழ்வு என்னும் பாறைகளை அடித்து உடைத்து ஒற்றுமை என்ற வாழ்வு தரும் நீரை ஊற்றெடுக்கச் செய்ய வேண்டும் என்ற ஆழ்ந்த கருத்தை நம் நெஞ்சங்களில் ஆழமாக விதைக்கிறது. இன்றைய வார்த்தை வழிபாடு.

சரி நிகர் உரிமையையும், சகோதர வாஞ்சையையும், பெண்களின் சமத்துவத்தையும் இன்றைய நற்செய்தி வழியாக ஆண்டவர் இயேசு நிறுவுகிறார். இயேசுவை கண்டுகொண்ட சமாரியப் பெண், இயேசுதான் மெசியா, இயேசுதான் கிறிஸ்து, இயேசுதான் ஆண்டவர் என்பதை உலகுக்கு அறிக்கை யிட்டதன் மூலம் இறையரசுப் பணியை அறிவிக்கும் முதல் நற்செய்தி பணியாளராக சித்தரிக்கப்படுகிறார். இயேசு வின் பொங்கி எழும் ஜீவ ஊற்று பாலைவனமாய் இருந்த அவளது வாழ்வை மகிழ்ச்சிப் பூக்கள் பூத்துக் குலுங்கும் சோலைவனமாக மாற்றியது.

அன்று சமாரியப் பெண்ணோடு உரையாடிய இயேசு, இன்று இத்திருப்பலி வழியாக நம்மோடு உறவாடி, உயிருள்ள நீரை வழங்க வருகிறார். ஏற்றுக் கொண்டு பருகி மகிழ இத்திருப்பலியில் பக்தியுடன் பங்கெடுப்போம். வாருங்கள் இறைமக்களே, ஆண்டவர் எத்துணை இனியவர் என்பதை இத்திருப்பலி வழியாக சுவைத்துப் பார்ப்போம்.

முதல் வாசக முன்னுரை

இறைவன் பொறுமையின் சிகரமாக இருந்து பாலை நிலத்தில் பாறையிலிருந்து தன் அன்பை நீராக ஊற்றெடுக்கச் செய்து இஸ்ரயேல் மக்களின் தாகத்தைத் தணிக்கும் அற்புத நிகழ்ச்சி இன்றைய முதல் வாசகமாக திருஅவை வழங்கி யுள்ளது. துன்ப துயரங்களின் மத்தியில் இறைவன் நம்மோடு இருக்கிறார். எனவே நாம் கலங்க வேண்டியதில்லை என்பதை விளக்கும் இவ்வாசகத்தை கவனமுடன் கேட்போம்.

இரண்டாம் வாசக முன்னுரை

குற்றம் செய்த நம்மை தண்டியாது மன்னித்து, இறைவன் நம்மை தன்னுடன் இணைத்துக்கொள்கிறார் என்பதையும், விசுவாசத்தால்தான் ஒருவன் இறைவனுக்கு ஏற்புடையவனாகிறான் என்பதையும் இன்றைய இரண்டாம் வாசகம் விளக்குகிறது. இறைவனது அன்பிற்கு ஆளாகி, அவரால் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்ட ஆன்மா அனுபவிக்கும் அருட்கொடைகளை பவுலடியார் விளக்கு வதை கவனமுடன் கேட்போம்.

மன்றாட்டுகள்

1) இரக்கமும் அன்பும், பரிவும் பாசமு முள்ள இறைவா, இயேசுதான் மெசியா, இயேசு தான் கிறிஸ்து, இயேசுதான் ஆண்டவர் என்பதை இவ்வுலகிற்கு அறிக்கையிட்டு அருட்பணி ஆற்றி வரும் உம் திரு அவையின் தலைவர்கள் நற்செய்திப் பணிக்கு தடையாக உள்ள சாதி மற்றும் ஏற்றத் தாழ்வுகளை உடைத்து, மக்கள் அனைவரையும் ஒரே உள்ளமும் ஒரே உயிருமாய் கிறிஸ்து வில் ஒன்றுபட்ட மக்களாய் வாழ வைக்கும் ஆற்றலையும் ஞானத்தை யும் நல்ல உடல் நலத்தையும் அவர் களுக்குத் தந்தருள வேண்டுமென்று இறைவா உம்மை மன்றாடுகிறோம்.

2) உயிருக்கும் அன்புக்கும் ஊற்றாகிய இறைவா, சமாரியப் பெண் படிப்படியாக இயேசுவை உணர்ந்து, வாழ்க்கையை மாற்றி அமைத்ததுபோல், நாங்களும் எங்களை நாங்களே தியானித்து, இதுவரை நாங்கள் செய்த பாவங்களை உணர்ந்து, எங்கள் வாழ்க்கையை மாற்றி அமைத்து உம்மை அறிக்கை யிட்டு வாழவும், பாவ வாழ்வில் மூழ்கிப் போன எங்கள் அனைவரையும் உமது கருணையாம் வாழ்வு தரும் தண்ணீரால் மீட்டிடவும் அருள் செய்ய வேண்டுமென்று இறைவா உம்மை மன்றாடுகின்றோம்.

வாழ்வுத் தரும் ஊற்றாகிய எம் இறைவா, ஒருமனப்பட்டவர்களாய் வாழ நாங்கள் அழைக்கப்பட்டிருக் கிறோம் என்பதை நாங்கள் உணர்ந்து, ஒற்றுமையை விதைக்கும் கருவி களாய் நாங்கள் வாழவும், எம் வாழ்வின் பாறைகளை உம் உதவி யோடு அடித்து வாழ்வு தரும் நீரைப் பெற்றுப் பெருகி, நிலை வாழ்வைப் பெற்று மகிழும் வரங்களை அருளுமாறு இறைவா உம்மை மன்றாடுகிறோம்.

4) அறிவின் ஊற்றே, ஞானத்தின் இருப்பிடமே, அரசு தேர்வு எழுதி வருகின்ற எம் பங்கில் உள்ள மாணவச் செல்வங்களை நிறைவாக ஆசீர் வதியும். அவர்கள் தேர்வுக்காக கற்பதை கசடற கற்று, தேர்வுக்குத் தங்களை சரியான முறையில் தயார் செய்ய அருள் தாரும். அவர்கள் நல்ல முறையில் தேர்வுகளை எழுதி, உயர்ந்த மதிப்பெண்களைப் பெற்று வெற்றி அடைய அருள் தர வேண்டுமென்று இறைவா உம்மை மன்றாடுகிறோம்.

பொன் மொழிகள் காட்டும் வாழ்வின் வழி

ஒருமுறை நான் கடவுளிடம் எனக்கு பலம் தருமாறு வேண்டினேன், அவர் அதற்கு எனக்குக் கடினமான சூழ்நிலைகளைத் தந்தார். கடினமான சூழ்நிலைகளில் இருந்துதான் நமக்கு பலம் பிறக்கிறது.
– விவேகானந்தர்

சுவாசத்தைக் கவனி, ஆயுள் கூடும்.
வார்த்தைகளைக் கவனி, மதிப்பு கூடும்.
செயலைக் கவனி, நிதானம் கூடும்
எண்ணங்களைக் கவனி வாழ்வில் வெற்றிகள் கூடும்.

மக்கள் முன் உன் வார்த்தைகளை ஒழுங்குபடுத்து
தனிமையில் எண்ணங்களை ஒழுங்குபடுத்து

மற்றவர்களைக் குறை கூறுக்கொண்டிருப்பவன்
செல்ல வேண்டிய பயணம் வெகு தொலைவு
தன்னைக் குறைகூறிக் கொள்பவன்
செல்ல வேண்டியப் பயணம் அதில் பாதி
யாரையும் குறை கூறாதவன்
இலக்கை அடைந்துவிட்டான். – தாவோ

நல்லவனாய் இரு, ஆனால் கவனமாய் இரு
உலகின் அத்தனை ஏமாற்றுப் பேர்வழிகளும்
நல்லவர்ளைத்தான் தேடி அலைகின்றனர்

உடைந்தபோன நிலையிலும்
அடுத்த அடி எடுத்துவைக்க முடியுமானால்
எவராலும் உன்னைத் தோற்கடிக்க முடியாது

உன்னை வீழ்த்த நினைப்பவன் பயன்படுத்தும் அயுதம்
உன் மனதைச் சிதைப்பது. நீ மனதால் தெளிவாக இரு.
உன்னை ஒருவராலும் வீழ்த்த முடியாது.

திருக்குறள் வழங்கும் சமூக நெறிச் சிந்தனைகள்

சிந்தனையாளர்
அருட்சகோதரி. **ஜெஸிந்தா ஜான்சன்** FSPM

குறள் – 36

**அன்றறிவாம் என்னாது அறஞ்செய்க மற்றது
பொன்றுங்கால் பொன்றாத் துணை**

குறள் விளக்கம்

இளைஞராக உள்ளவர் பிற்காலத்தில் பார்த்து கொள்ளலாம் என்று எண்ணாமல் அறம் செய்ய வேண்டும். அதுவே உடல் அழியும் காலத்தில் அழியா துணையாகும்

சிந்தனை

வீதியில் ஒரு சிறுமி உணவில்லாமல் குளிரில் நடங்கிக் கொண்டிருந்ததை ஒரு மனிதர் பார்த்தார். தீவிரமான உணர்வுகள் கொண்ட அவர் கோவிலுக்குச் சென்று கடவுளை உடனே காண வேண்டும் என்று தவத்தில் அமர்ந்தார். கடவுளும் தோன்றினார். அந்தச் சிறுமி குளிரிலும் பசியிலும் வாடுகிறாளே! அவள் துன்பத்தை தீர்க்க நீ என்ன செய்தாய்? என்று கோபமாக கேட்டார். கடவுள் அமைதியாகச் சொன்னார், அதற்குத் தான் உன்னைப் படைத்தேன். உன்னாலான உதவியைச் செய்திருக்கலாமே என்றார்.

நாளைக்கு பார்க்கலாம் என்று நல்ல வாய்ப்புகளைத் தள்ளிப் போடக் கூடாது. ஏனென்றால் அதே வாய்ப்பு பின்னாளில் வராமல் கூட போகக்கூடும். எனவே நல்லதை காலங்கடத்தாது உடனே செய்ய வேண்டும். மனிதரின் நல்ல குணம் நொடிக்கு நொடி மாறிவிடக் கூடியது. எனவே நல்ல காரியங்களை உடனுக்குடன் செய்ய வேண்டும். ஒருவர் இறந்த பின்பும் அவர் செய்த நற்காரியங்களை குறித்து உலகம் பேசும்.

ஆண்டவர் இயேசுவும் மனிதரின் நற்செயல்களைக் கொண்டே விண்ணக இடத்தை நிர்ணயிப்பார் என்கிறது வேதாகமம்.

பின்பு அரியணையில் வீற்றிருக்கும் அரசர் தம் வலப்பக்கத்தில் உள்ளோரைப் பார்த்து என் தந்தையிடமிருந்து ஆசி பெற்றவர்களே வாருங்கள்: உலகம் தோன்றியது முதல் உங்களுக்காக ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருக்கும் ஆட்சியை உரிமைப் பேறாகப் பெற்றுக் கொள்ளுங்கள் ஏனெனில் நான் பசியாயிருந்தேன் நீங்கள் உணவு கொடுத்தீர்கள். தாகமாய் இருந்தேன்: என் தாகத்தை தணித்தீர்கள்: அன்னியனாக இருந்தேன், என்னை ஏற்றுக் கொண்டீர்கள்: நான் ஆடையின்றி இருந்தேன், நீங்கள் எனக்கு ஆடை அணிவித்தீர்கள். நோயுற்றிருந்தேன், என்னை கவனித்துக் கொண்டீர்கள். சிறையில் இருந்தேன் என்னைத் தேடி வந்தீர்கள் என்பார் -மத் 25:34-36.

நற்செயல்கள் நாள்தோறும் செய்வோம் விண்ணரசை சொந்தமாக்குவோம்.

திருப்பலி வாசகங்கள்
தவக்காலம் 3–ஆம் வாரம்

12.03.2023
முதல்
19.03.2023

12.03.2023 – தவக்காலம் 3–ஆம் வாரம் ஞாயிறு

முதல் வாசகம் : விடுதலைப்பயணம் 17:3-7
இரண்டாம் வாசகம் : உரோமையர் 5:1-2, 5-8
நற்செய்தி : யோவான் 4:5-42

13.03.2023 – திங்கள் கிழமை

முதல் வாசகம் : 2 அரசர்கள் 5:1-15
நற்செய்தி : லூக்கா 4:24-30

14.03.2023 – செவ்வாய் கிழமை

முதல் வாசகம் : தானியேல் (இ) 2:11-19
நற்செய்தி : மத்தேயு 18:21-35

15.03.2023 – புதன் கிழமை

முதல் வாசகம் : இணைசட்டம் 4:1,5-9
நற்செய்தி : மத்தேயு 5:17-19

16.03.2023 – வியாழக்கிழமை

முதல் வாசகம் : எரேமியா 7:23-28
இரண்டாம் வாசகம் : லூக்கா 11:14-23

17.03.2023 – வெள்ளிக்கிழமை

முதல் வாசகம் : ஓசேயா 14:1-9
நற்செய்தி : மாற்கு 12:28-34

18.03.2023 – சனிக்கிழமை

முதல் வாசகம் : ஓசேயா 6:1-6
நற்செய்தி : லூக்கா 15:1-3, 11-32

19.03.2023 – ஞாயிறு
தவக்காலம் நான்காம் வாரம்

முதல் வாசகம் : 1சாமுவேல் 16/1ஆ, 6-7, 10-13அ
இரண்டாம் வாசகம் : எபேசியர் 5:8-14
நற்செய்தி : யேவான் 9:1-41

"There are more tears shed over answered prayers than over unanswered prayers."-

- St. Teresa of Avila -

நலம் தரும்

இயற்கை வளம்

ஜே. அன்புரோஸ்
கோபிச்செட்டிபாளையம்.

உறவுகளே இனிய வணக்கம். இன்றைய நலக்கல்வி..!

சிறுதானியங்களில் நிறைந்துள்ள அற்புத சத்துக்களும் அதன் பயன்களும்...!

சிறுதானியங்களான
கம்பு,
சோளம்,
வரகு,
சாமை,
தினை,
குதிரைவாலி,
கேழ்வரகு
போன்றவையே சிறுதானிய உணவுகள் ஆகும்.
இதனை சாப்பிடுவதால்
சர்க்கரை நோய், உடல் பருமன், ரத்த கொதிப்பு போன்ற நோய்களில் இருந்து நம்மை காத்துக் கொள்ளலாம்.
இவை அதிக ஆற்றலை தரக்கூடியவை.
அரிசி, கோதுமை போன்ற மற்ற தானியங்களுடன் ஒப்பிடும்போது
இவை புரதச்சத்து, நார்ச்சத்து மிகுந்தும்
பைடிக் அமிலம் குறைந்தும், இரும்பு, கால்சியம் மற்றும் வைட்டமின்களை கொண்டது.

தினை:

தினையில் அதிகளவு இனிப்பு பலகாரம் செய்யலாம்.
அதாவது சர்க்கரைப்பொங்கல், கருப்பட்டி, உளுந்தங்களி, பாயாசம், அதிரசம், மைசூர்பாக் மற்றும் லட்டு ஆகியவற்றை செய்யலாம்.
இருப்பினும் தினையை உட்கொள்ளும்போது உடல் சூடு அதிகரிக்கும்.
கண்ணுக்கு ஒளியை அதிகரிக்கும் பீட்டா கரோட்டின் அதிகம் உள்ளது.
தினைமாவுடன் தேனை கலந்து சாப்பிடும் போது கபம் நீங்கும்.
விரைவில் செரிமானமாகும்.

சாமை:

எல்லாவித சமையலுக்கும் உகந்த சிறுதானியமாக சாமை விளங்குகிறது.
சாதம், இட்லி, தோசை மற்றும் கிச்சடி போன்ற உணவுகளை இவற்றில் செய்யலாம்.
நெல்லரிசியை காட்டிலும் 7 மடங்கு நார்சத்து கொண்டதால், மலச்சிக்கல் மற்றும் நீரிழிவு பிரச்சனைக்கு தீர்வாக அமைகிறது. இரத்த சோகை உள்ளவர்களுக்கு சாமை சிறந்த தீர்வை தருகிறது. இதில் அதிகளவு மினரல்ஸ் உள்ளதினால்
நம் உடலில் உள்ள உயிரணுக்களின் எண்ணிக்கையை மிகவும் எளிதாக அதிகரிக்கிறது.

குதிரைவாலி:

குதிரைவாலி சுவைமிகுந்தது.
இவற்றில் இட்லி, இடியாப்பம் கொழுக்கட்டை போன்ற ஆவியில் வேகவைக்கும் உணவுகள் மிகவும் மிருதுவாக இருக்கும்.
அல்சர் மற்றும் சர்க்கரை நோயை கட்டுப்படுத்தும்.
காய்ச்சல் நேரத்தில் கஞ்சி வைத்து குடித்தால் காய்ச்சலை குணப்படுத்தும்.
மேலும் வாய்வு பிரச்சனைகளை குணப்படுத்தும்.
குதிரைவாலி, உளுந்து சேர்த்து களியோ அல்லது கஞ்சியோ செய்து சாப்பிட,
இடுப்பு வலி மற்றும் வயிற்று கடுப்பு பிரச்சனை சரியாகும்.

வரகு:

அடிப்படை உணவாக வரகரிசி திகழ்கிறது.
மேலும் உடலின் சக்தியை அதிகரிக்க உதவுகிறது.
இதில் அனைத்து வகையான திண்பண்டங்களையும் செய்யலாம்.
அதுவும் பிரியாணி செய்வதற்கு ஏற்றது.
பித்த உடம்புக்காரர்கள்,
சளித்தொல்லையுள்ளவர்கள்,
தோல் பிரச்சனை உள்ளவர்கள் வரகரிசியை மிகவும் குறைவாக சாப்பிட வேண்டும்.
தேள் கடிக்கு மருந்தாகவும் பயன்படுகிறது வரகு.

கேழ்வரகு:

கேழ்வரகில் கஞ்சி, கூழ், களி, தோசை, அடை, லட்டு, அல்வா மற்றும் பக்கோடா என பலவகையான பலகாரங்கள் செய்யலாம்.
கேழ்வரகில் அதிகளவு கால்சியம் இருப்பதினால்
மூட்டுவலி பிரச்சனைக்கு தீர்வாகிறது.
கேழ்வரகு கூழானது மாதவிடாயின் போது
ஏற்படும் உதிரப்போக்கை நிறுத்தும் தன்மை கொண்டது.

கம்பு:

மிகவும் ஆரோக்கியமான கிராமத்து உணவாக இன்று வரை கம்மங்கூழ் .
தோசை, குழிப்பணியாரம் போன்ற உணவு இடம் பெற்று வருகிறது.
கம்பு உடலுக்கு குளிர்ச்சி அளிக்கக்கூடிய சிறுதானிய உணவுகள்.
புரதம் மற்றும் கால்சியம் கம்பில் அதிகம் இருப்பதால்
உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு மிகவும் நல்லது.
அதே சமயம் சளி, இருமல், ஆஸ்துமா மற்றும் தோல் நோய் பிரச்சனை உள்ளவர்கள்
கம்பை குறைந்த அளவே உட்கொள்ள வேண்டும்.

நன்றி உறவுகளே... என்றும் உங்கள் அன்பு சகோதரன்

ஜே. அன்புரோஸ்
நலநெறியாளன்
தொடர்பு எண் : **9360456063**