

# ஜாய்ஸ் மேயர்

நியூயார்க் டைம்ஸின் படி மிக அதிகமாக விற்பனையாகும் எழுத்தாளரின் படைப்பு

உங்கள்  
வாழ்வை  
எளிமையாக்க

100  
வழிகள்



உங்கள்  
வாழ்வை  
எளிமையாக்க

100

வழிகள்

జాయ్స్ మేయర్

உங்கள்  
வாழ்வை  
எளிமையாக்க

100  
வழிகள்



JOYCE MEYER  
MINISTRIES

Nanakramguda, Hyderabad - 500 008

All rights reserved. Except as permitted under the U.S. Copyright Act of 1976, no part of this publication may be reproduced, distributed, or transmitted in any form or by any means, or stored in a database or retrieval system, without the prior written permission of the publisher.

Unless otherwise indicated, Scriptures are taken from the Amplified®Bible. Copyright © 1954, 1962, 1965, 1987 by The Lockman Foundation. Used by permission.

Scriptures noted NIV are from the HOLY BIBLE: NEW INTERNATIONAL VERSION®. Copyright © 1973, 1978, 1984 by International Bible Society. Used by permission of Zondervan Publishing House. All rights reserved.

Copyright © 2010 by Joyce Meyer Ministries - Asia

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, distributed, or transmitted in any form or by any means, or stored in a database or retrieval system, without the prior written permission of Joyce Meyer Ministries - Asia

Joyce Meyer Ministries - Asia  
Nanakramguda,  
Hyderabad - 500 008

Phone: +91-40-2300 6777

Website: [www.jmmindia.org](http://www.jmmindia.org)

## 100 ways to Simplify your Life - *Tamil*

*First Print - December 2010*

*Printed at:*

Caxton Offset Pvt. Ltd.  
Hyderabad - 500 004

## பொருளடக்கம்

முன்னுரை	ix
# 1 ஒரு சமயத்தில் ஒரு காரியத்தை செய்	1
# 2 நீங்கள் கொண்டிருப்பதில் திருப்தியாயிருங்கள்	3
# 3 தேவனுக்கு முதலிடம் கொடுங்கள்	5
# 4 தேவனை மகிமைப்படுத்தும்படி வாழு	8
# 5 நாளையதினத்தைக் குறித்து கவலைப்படாதீர்	11
# 6 பின்னானவைகளை விட்டுவிடுங்கள்	13
# 7 இல்லை என்று எப்படி சொல்ல வேண்டுமென்பதைக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள்	15
# 8 நீங்களாக இருங்கள்	18
# 9 அளவைவிட தரத்தை தெரிந்துக்கொள்ளுங்கள்	21
# 10 உங்களால் முடிக்க இயலாததொன்றை தொடங்க மறுத்துவிடுங்கள்	23
# 11 சிறிய காரியத்தை ஊதி பெரிதாக்காதீர்	26
# 12 உங்களைப் பற்றிய சிந்தனையிலிருந்து வெளியே வாருங்கள்	28
# 13 காலந்தாழ்த்துவதை நிறுத்திவிடுங்கள்	31
# 14 குவிந்துக் கிடப்பதை சுத்தப்படுத்துவீராக	34
# 15 மிதமிஞ்சியதை தவிர்ப்பீர்	37
# 16 கடனில்லாதிருங்கள்	40
# 17 முதன்மையான காரியம் முதன்மையானதாக இருக்கட்டும்	43
# 18 எல்லைகளை நியமியுங்கள்	45
# 19 உங்களை அறிந்துக்கொள்ளுங்கள்	48
# 20 விசுவாசமாய் மட்டும் இரு	51
# 21 உங்கள் பொறுப்புகளை முறையாக மதிப்பிட்டுக்கொள்ளுங்கள்	54
# 22 தனிப்பட்ட முறையில் சொந்தமான முன்னுரிமைகளை வரையறுப்பீர்	57

# 23	உங்கள் போரைத் தெரிந்துக்கொள்ளுங்கள்	60
# 24	மன்னிப்பதற்கு துரிதமாயிருங்கள்	62
# 25	உங்கள் சொந்த வேலையை பார்த்துக்கொள்ளுங்கள்	64
# 26	இரக்கமுள்ளவர்களாயிருங்கள்	66
# 27	நியாயந்தீர்க்காதீர்	68
# 28	தீர்மானத்தோடிருங்கள்	70
# 29	பேசுவதற்கு முன் யோசியுங்கள்	72
# 30	தேவனைப் பிரியப்படுத்துகிறவர்களாயிருங்கள்	74
# 31	ஆக்கினைத் தீர்ப்பைப் பெற்றுக்கொள்ளாதீர்	76
# 32	பயத்தில் வாழ மறுத்துவிடுங்கள்	78
# 33	உங்கள் இருதயத்தைப் பின்பற்றுங்கள்	80
# 34	மக்கள் என்ன நினைப்பார்கள் என்பதைப் பற்றி பயப்பட வேண்டாம்	82
# 35	உங்கள் வாழ்விலிருந்து சண்டையை அப்புறப்படுத்துங்கள்	84
# 36	நேர்மையாக இருங்கள்	86
# 37	உங்களால் நன்றாக செய்ய இயலாதக் காரியங்களைச் செய்வதை நிறுத்திவிடுங்கள்	88
# 38	உங்கள் பிள்ளைகளைக் குறித்துக் கவலைப்படவேண்டாம்	90
# 39	அதிகப்படியான பகுத்தறிதலைத் தவிர்த்திடு	92
# 40	எளிமையான நண்பர்களைக் கொண்டிருங்கள்	95
# 41	காரியங்களைச் செய்ய மிகவும் சாமார்த்தியமான வழியைக் கண்டுபிடியுங்கள்	97
# 42	நன்றியறிதலை உடையவர்களாயிருங்கள்	99
# 43	வாக்கு கொடுப்பதற்கு முன் அதன் விலையை எண்ணுங்கள்	101
# 44	எல்லாவற்றைக் குறித்தும் ஜெபியுங்கள்	103
# 45	பொல்லாதவர்களைக் குறித்து பொறாமைக் கொள்ளாதீர்	105
# 46	உன்னை மாற்றும்படி தேவனை நம்பு	107
# 47	மற்ற மக்களை மாற்ற தேவனை நம்புங்கள்	109
# 48	விரிவான உள்ளடக்கும் வட்டத்தைக் கொண்டிருங்கள்	111
# 49	அதை தேவனிடம் கொடுத்துவிடு	113
# 50	உங்கள் எண்ணங்களைக் கட்டுப்படுத்துங்கள்	115

# 51	கடினமானவர்களாக இராதேயுங்கள்	117
# 52	பரிபூரணத்துக்கென்று திட்டமிடாதீர்	119
# 53	பழகுவதற்கு எளிமையானவர்களாக இருங்கள்	121
# 54	உங்களை அளவுக்கதிகமாக மதிப்பிட்டுக் கொள்ளாதீர்	123
# 55	தேவையில்லாத அல்லது குப்பையான தபால்களை அகற்றிவிடுங்கள்	125
# 56	வேண்டுகிறவர்களின் தொலைபேசி அழைப்புகளை தடுத்துவிடு	127
# 57	வேலைகளை சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளாதீர்	129
# 58	முன்கூட்டியே திட்டமிடுங்கள்	131
# 59	கொஞ்சம் நேரத்தை வாங்கிக்கொள்ளுங்கள்	134
# 60	ஒழுங்குப்படுத்து	136
# 61	ஜெபத்தை எளிமையானதாக வைத்துக்கொள்ளுங்கள்	138
# 62	வரையறைகளோடு வாழுங்கள்	140
# 63	ஒரு தவறான பொறுப்புணர்வை கொண்டிருக்காதீர்	142
# 64	எல்லோரையும் பராமரிக்க முயலாதீர்	145
# 65	கட்டுப்படுத்துதலை விட்டுவிடு	147
# 66	பொருந்திக்கொள்ள விருப்பமுள்ளவராயிருங்கள்	149
# 67	உங்களால் மாற்ற இயலாததை மாற்ற முயற்சிக்காதீர்	151
# 68	உங்களால் மாற்ற இயன்றதை மாற்றுங்கள்	153
# 69	உங்கள் எதிர்பார்ப்புகளில் சாத்தியமானவைகளை உணந்தவராயிருங்கள்	155
# 70	முன்னேற்றமானது ஒரு சமயத்தில் ஒரு அடியெடுத்து வைப்பதால் ஏற்படுகின்றது	157
# 71	நீங்கள் எரிந்துவிடுவதற்கு முன்பாக ஞானமடையுங்கள்	159
# 72	தனிமையைப் பண்படுத்து	161
# 73	நித்தியத்தைப் பற்றிய நினைவாயிருங்கள்	163
# 74	ஒவ்வொரு நாளாய் சமாளியுங்கள்	165
# 75	தேவன் உங்களுக்காக இருக்கிறாரென்பதை நினைத்துக்கொள்ளுங்கள்	167
# 76	நீங்கள் மேற்கொள்கிறவனைக் காட்டிலும் மேலானவர்கள்	169

# 77	அவசர நிலை ஏற்படும் முன்பதாக ஜெபியுங்கள்	171
# 78	உங்களுடைய மனச்சாட்சியை தெளிவாக வைத்துக்கொள்ளுங்கள்	173
# 79	நீதியை விளங்கிக்கொள்ளுங்கள்	175
# 80	கிருபை, கிருபை இன்னும் அதிகமான கிருபை	177
# 81	உங்கள் நாளை அடக்குங்கள்	179
# 82	போர் தேவனுடையது	181
# 83	சோதனையான இடத்தை தவிர்த்துவிடுங்கள்	183
# 84	அதிகமாய் பேசும் மக்களை தவிர்ப்பீர்	185
# 85	தயாளராயிருங்கள்	187
# 86	ஞானமுள்ளவராயிருங்கள்	189
# 87	சுலபமாக மனவருத்தத்துக்குள்ளாகாதீர்	191
# 88	கவனத்திருப்பத்தைக் குறித்து ஜாக்கிரதையாயிருங்கள்	193
# 89	உங்கள் மேல் கடினமாயிராதேயுங்கள்	195
# 90	மீண்டும் தொடங்குவதற்கு ஒருபோதும் தாமதமில்லை	197
# 91	ஒரு சிறுபிள்ளையைப் போல மாறிவிடுங்கள்	199
# 92	உங்களுக்குள் வாழும் நபர்	201
# 93	உங்களைக் குறித்து சோர்ந்து போகாதீர்	203
# 94	நம்பிக்கையுடைய சிறைகளாயிருங்கள்	205
# 95	பிசாசுக்கு எதிர்த்து நில்லுங்கள்	207
# 96	ஆவிக்குரிய ரீதியில் உறுதியாக இருங்கள்	209
# 97	உண்மையாயிருங்கள்	211
# 98	உங்கள் மனோபாவத்தை கவனியுங்கள்	213
# 99	தாழ்மையுடன் வருவது சமாதானமும், வல்லமையும்	215
# 100	ஒழுக்கம் உங்களுடைய நண்பராயிருக்கட்டும்	217

## முன்னுரை

ஒவ்வொருவருக்கும் இது உண்டு: ஏற்கனவே செய்ய வேண்டியிருக்கும் காரியங்களின் பட்டியலில் இன்னும் கொஞ்சம் கூட்டுவதைத் தவிர வேறு எதுவுமே நடக்கவில்லை என்று தோன்றுவதைப் போன்ற நாட்கள். அநேக சமயங்களில் சோர்வுற்றிருக்கின்றீர்களா? செயலிழந்துவிட்டீர்களா? ஒரு சிறப்பான நாளுக்காக, சுலபமான நாளுக்காக ஆசைப்படுகின்றீர்களா? உங்களின் வரையறுக்கப்பட்ட கவனம், ஆற்றல் மற்றும் நேரத்தைப் பெற்றுக்கொள்ள அளவுக்கதிகமான காரியங்கள் போட்டியிடுகின்றன. இதனால் நீங்கள் திணறிக்கொண்டிருக்கலாம், திணறுகின்றோம் என்பதை அறியாமலேயே இருக்கலாம். இவ்வாறாக நீங்கள் உணர்வீர்களென்றால், நீங்கள் மட்டுமே இவ்வாறில்லை.

இன்று மக்கள் தங்களை விரக்தியடையச் செய்து, குழப்பமடையச் செய்து, களைப்படையச் செய்யும் ஒரு கடினமான வாழ்க்கையையே வாழ்கின்றனர். ஆனால் ஒரு நற்செய்தியை நான் கொண்டிருக்கின்றேன்; உங்கள் வாழ்க்கை அவ்வாறாக இருக்க வேண்டிய அவசியம் இல்லை. ஒரு எளிமையான, கனிதரும் நிறைவான, சந்தோஷம், சமாதானமான வாழ்க்கையை நீங்கள் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ள முடியும். எப்படியாயினும், நீங்கள் தீர்மானிக்காவிட்டால், மற்றவர்கள் செய்வதையே நீங்களும் செய்துவிடுவீர்கள் என்று உங்களை எச்சரிக்கை செய்ய விரும்புகின்றேன். நீங்களும் அத்தகையதொரு அமைப்பிற்குள்ளாகி, நீங்கள் தான் காரியங்களை மாற்ற இயலும் என்று உணர்ந்துக்கொள்ளாமலேயே, காரியங்கள் வேறுவிதமாக இருந்தால் நன்றாய் இருக்குமே என்று விரும்பிக் கொண்டே உங்கள் வாழ்க்கையை செலவிடுவீர்கள். எளிமையான வாழ்க்கைக்கென்ற நம்முடைய தேடுதலில் நாம் தீர்மானத்தோடு, தைரியமாக நிலைத்திருக்காவிட்டால், நாம் விரக்தி மற்றும் சிக்கலுக்கென்று நியமிக்கப்பட்டுவிடுவோம்.

நான் ஒருமுறை என்னுடைய கால அட்டவணை அல்லது வேலைத்திட்டம் முற்றிலுமாக பைத்திக்காரத்தனமாக இருக்கிறதென்று தேவனிடம் குறைப்பட்டுக் கொண்டிருந்ததை நினைத்துப்பார்க்கிறேன்.

என்முன் இருந்த அனைத்தையும் நான் செய்து முடிக்க இயலும் என்று யார் எதிர்ப்பார்க்கக்கூடும்? பின்னர் தான் உணர்ந்தேன், நான்தான் என்னுடைய வேலையைத் திட்டமிடுகின்றேன், எனவே என்னாலன்றி வேறொருவரும் அதை மாற்ற இயலாது என்று உணர்ந்தேன். காரியங்கள் வேறுவிதமாக இருந்தால் நன்றாக இருக்குமே என்று விரும்பிக்கொண்டு உங்கள் வாழ்க்கையை வாழலாம், ஆனால் விரும்புவது மட்டுமே காரியங்களை மாற்றிவிடாது சிறப்பான தீர்மானம் செய்வதும், தீர்மானத்தோடு செயல்படுவதுமே காரியங்களை மாற்றும். ஒரு மாற்றத்தை எதிர்பார்த்து இப்புத்தகத்தை நீங்கள் எடுத்திருப்பீர்களென்றால், ஒரு தீர்மானத்தை செய்யவும் அதை செயல்படுத்தவும், விருப்பமுள்ளவர்களாய் இருக்கின்றீர்களா?

வாழ்க்கை மாறாது என்று இறுதியாக நான் உணர்ந்துக் கொள்ளும் வரை, வாழ்க்கை மாறும், காரியங்கள் அமரிக்கையாகிவிடுமென்று நம்பிக்கொண்டு அநேக வருடங்களை விரையமாக்கிவிட்டேன்; உண்மையாகவே இன்னும் அது மோசமாக மாறிவிடக் கூடியதாகவே இருந்தது. வாழ்க்கையை நான் அணுகும் முறையை மாற்றிக்கொள்வதுதான் நான் செய்யத்தக்கது என்பதை புரிந்துக் கொண்டேன். இன்னும் ஒருநாள் பரபரப்பாயிருந்தது, விரக்தியடைவதை நான் மறுக்க வேண்டியிருந்தது. அழுத்தம் என்ற இந்தப் பிரச்சனையின் அறிகுறியை மறைக்கும் விதமாய் இன்னும் ஒரு மருந்துச்சீட்டை மருத்துவர் என்னிடம் கொடுப்பதை நான் விரும்பவில்லை.

எளிமைக்கென்ற என்னுடைய தேடுதலில், எல்லாக் காரியங்களையும் நான் எளிமையாக அணுகக் கற்றுக்கொள்ளாவிட்டால், வாழ்க்கை ஒருபோதும் எளிதாக இருக்காதென்று நான் நம்புகின்றேன். வாழ்க்கையின் ஒவ்வொரு சூழ்நிலையைக் குறித்ததான என்னுடைய மனப்பான்மையே, அது எளிமையானதா அல்லது கடினமானதா என்பதைத் தீர்மானிக்கின்றது. அநேகமாக, மக்கள் சிக்கலாக இருப்பதாலேயே வாழ்க்கை சிக்கலாக இருக்கின்றது. வாழ்க்கை சிக்கலாகவோ அல்லது கடினமானதாகவோ இல்லாமல், அதை அணுகும் முறையால் தனிநபர்கள் அதை சிக்கலாக்கி விடுவது சாத்தியமானதா?

வாழ்க்கையோ, சூழ்நிலைகளோ, மற்ற மக்களோ அல்ல, நான் தான் மாற வேண்டும் என்பதை நான் கண்டறிந்தேன். என்னுடைய பிரச்சனைகள் என் பிரச்சனையல்ல நான் தான் பிரச்சனை! உலகத்தையும்,

உலகத்திலுள்ள ஒவ்வொருவரையும் மாற்ற முயன்று உங்கள் வாழ்க்கையை விரக்தியில் கழிக்கும்போது, வாழ்க்கையை அணுகும் முறையை நீங்கள் தான் மாற்றிக் கொள்ள வேண்டுமென்பதை உணர்ந்துக் கொள்ளத் தவறிவிடுவீர். ஒருவர் வாழ்க்கை முழுவதையும் வாழ்ந்தும், காரியங்களை தாங்கள் செய்யும் விதமே உண்மையான பிரச்சனை என்பதை உணர்ந்துக் கொள்ளாமலிருப்பது சுலபமானதே.

ஆரம்பத்தில் ஒன்றாக அமர்ந்து மதிய உணவை உண்பதற்காகவோ, அல்லது ஒரு ஐக்கியம் மற்றும் சிற்றின்பத்திற்காக சில நண்பர்களைக் கொண்டிருக்க முயற்சித்துப் பின்னர் எப்படியோ அது ஒரு சிக்கலானதொரு உறவாக மாறிவிட்டதா? அந்த நாட்களை நான் தெளிவாக நினைவில் கொண்டுள்ளேன். ஞாயிற்றுக்கிழமை நான் ஆலயத்திலிருப்பேன், சிறிதும் யோசனையின்றி, மூன்று தம்பதியர்களை அடுத்த ஞாயிற்றுக்கிழமை விருந்துண்ணும்படி அழைப்பேன், ஆரம்பத்தில் வெளிநாட்டு உணவான ஹாட்டாக்ஸ், ஹேம்பர்கர், வேகவைத்த சுண்டல், உருளைக் கிழங்கு சிப்ஸ் மற்றும் தேநீர் என்றிருக்கும். என்னுடைய நோக்கமெல்லாம் ஐக்கியமும், சந்தோஷமுமேயாகும், ஆனால் விருந்தினர்கள் வரும் வேளைவரும் போதோ, அவர்கள் அங்கேயிருப்பதைக்கூட நான் விரும்பவில்லை. சந்தோஷம் அங்கேயிருக்கப் போவதில்லை, குறைந்த பட்சமாக அது எனக்காக அல்ல ஏன்? என்னுடைய எளிமையான கூடுகையை, ஆயத்தப்படுத்துதல், விலை உயர்ந்த உணவு, ஆறு நபர்களுக்கு பதிலாக பதினான்கு பேர் என்று அது ஒரு பெரிய வேலையாகி விட்டது. வாழ்க்கையை என்னுடைய சிக்கலான அணுகுமுறையினாலும், என்னுடைய சிக்கலான எண்ணங்கள் சாதாரண உணவு போதாது என்று எண்ணியதால், என்னால் வாங்க இயலாத விலையுயர்ந்த உணவை வாங்கினேன். என்னுடைய உருளைக்கிழங்கு சிப்ஸ், இப்போது ஒரு பெரிய பாத்திரம் நிறைய வீட்டிலேயே செய்யப்பட்ட உருளைக்கிழங்கு சாலடாக மாறியது. எளிமையான வேகவைத்த சுண்டலானது, நான் கடினமாக உழைத்துச் செய்ய வேண்டியிருந்த நான்கு விதமான பண்டமானது.

பாதுகாப்பின்மை மற்றும் எல்லோரையும் பிரியப்படுத்த வேண்டுமென்ற விருப்பத்தினால், வாரக்கணக்கில் வீட்டை சுத்தப்படுத்த வேண்டியிருந்தது, நன்றாக இருக்கும் என்று நான் நினைத்த இடங்களில் பொருட்களை வாங்கி வைக்க செலவிட வேண்டியிருந்தது. ஆம், தோட்டத்தில் போடப்பட்டிருந்த நாற்காலிகள் பழையதாகிவிட்டிருந்ததால் புதிதாக வாங்க வேண்டியிருந்தது. நான் டேவ் மீது கோபப்பட்டேன், ஏனென்றால்

போதுமான அளவு அவர் எனக்கு உதவவில்லை என்று நான் நினைத்தேன். என் நண்பர்கள் வந்த போதோ, அவர்களை நான் விரும்பவில்லை, அவர்கள் வராமலிருந்திருந்தால் நன்றாக இருந்திருக்குமே என்று நான் நினைத்தேன். மேலும், ஒரு நல்ல விருந்தோம்புகின்றவளாக அந்த நான் முழுவதும் நான் நடிக்க வேண்டியிருந்தது, ஆனால் உண்மையிலேயே நான் விரக்தியோடும், துக்கத்தோடுமிருந்தேன்.

என்னுடைய சந்தோஷத்தை சிக்கல்களினால் நான் கொண்டுக்கொண்டிருக்கின்றேனென்று தேவன் எனக்கு காண்பிக்கும் வரை வாழ்க்கையில் நான் ஏன் எதையுமே சந்தோஷமாய் அனுபவிக்க இயலவில்லை என்பதை என்னால் கண்டுக்கொள்ள இயலவில்லை, பல வருடங்களாக, தேவன் என்னைச் சுற்றியுள்ள மக்களையும், சூழ்நிலைகளையும் மாற்ற வேண்டுமென்று ஜெபித்தேன். ஆனால் உண்மையிலேயே, அவர் என்னையும், வாழ்க்கையை நான் அணுகிய முறையையும் அவர் மகிமைப்படுத்தும்படி நான் எளிமையாக்கிக் கொள்ளும்படி அவர் விரும்பினார்.

உங்கள் வாழ்க்கையை எளிமையாக்கி, உங்கள் சந்தோஷத்தை ஆதரிக்கும் வாழ்க்கையை அணுகும் நூறுவழிகளை நான் உங்களுடன் பகிர்ந்துக் கொள்கிறேன். நீங்கள் உங்கள் காரியங்களைச் செய்யும் முறைகளில் அவற்றை இணைத்துக்கொள்வீர்களென்றால் உங்கள் அனுதின அனுபவத்தின் தன்மையை அவை மேம்படுத்தும் என்று நான் நம்புகிறேன். நான் ஜீவனைக் கொண்டிருக்கவும் அதை மிகுதியாய் அனுபவிக்கவுமே தாம் வந்ததாக இயேசு கூறினார் (யோவான் 10:10 ஐ பார்க்கவும்). அவருடைய சூத்திரங்கள் எளிமையானவைகள், விசுவாசம் எளிமையானது! தேவனை நம்புவது எளிமையானது! ஒரு குழந்தையைப் போல அவரை அணுகுவது எளிமையானதே! இரட்சிப்பின் திட்டம் எளிமையானது!

“ஒரு புதிய வாழ்கைமுறையை” இயேசு நமக்குக் கொடுக்கிறார், அது ஒரு எளிமையான, ஆனால் மிகவும் வல்லமையான வழி என்று நான் நினைக்கிறேன், அது நம் அன்றாட வாழ்வை அனுபவிக்க நமக்கு உதவுகிறது. உங்கள் வாழ்க்கையை எளிமையாக்க ஆயத்தமாயிருக்கின்றீர்களா? உங்களை மேற்கொள்ள அனுமதித்த சிக்கல்களுக்கு அல்லது கஷ்டங்களுக்கு விடைக்கொடுக்க ஆயத்தமாயிருக்கின்றீர்களா? நாம் தொடங்குவோமாக.

உங்கள்  
வாழ்வை  
எளிமையாக்க

100

வழிகள்



## ஒரு சமயத்தில் ஒரு காரியத்தை செய்

“காரியங்களை அவசரமாக செய்கின்றோமென்ற உணர்வானது பொதுவாக நாம் நிறைவான வாழ்வை வாழாததால் மற்றும் நேரமின்மை ஏற்படுவதால் விளையும் பலனன்று. மாறாக, நம் வாழ்வை நாம் விரயமாக்குகின்றோமோ என்ற ஒரு சந்தேகமான பயத்தினால் ஏற்படுவதாகும். நாம் செய்ய வேண்டிய ஒரு காரியத்தை நாம் செய்யாமலிருக்கும் போது, வேறு எதற்கும் நமக்கு நேரம் இருக்காது—இவ்வுலகத்தில் நாமே மிகுந்த அலுவற்காரராகி விடுகின்றோம்.”

—எரிக் ஹாஃபர்

*...பாரமான யாவற்றையும், நம்மைச் சுற்றி நெருங்கி நிற்கிற  
பாவத்தையும் தள்ளிவிட்டு, விசுவாசத்தைத் துவக்குகிறவரும்,  
முடிக்கிறவருமாயிருக்கிற இயேசுவை நோக்கி..*

—எபிரேயர் 12:1

நம் மனதை உண்மையாய் ஒருமுகப்படுத்தாமல் காரியங்களை நாம் செய்யும் போது, நமக்கு முன்னிருக்கும் அந்த வேலையை செய்ய, அதை நன்றாக செய்யக்கூடிய நம் பெலத்தை நாம் குறைத்துவிடுகின்றோம். நம் கரங்களை ஒரு காரியத்தில் ஈடுபடுத்திவிட்டு நம் மனதை இன்னொரு காரியத்தில் ஈடுபடுத்தும்போது, நம் திறமைக்குப் பின்னிருக்கும் தசைகளை நாம் வகுத்துவிட்டு அந்த வேலையை நாம் கடினமுள்ளதாக மாற்றுகின்றோம். அது முட்டையின் மஞ்சள் கருவை வெள்ளைக் கருவிவிருந்து பிரிப்பதைப் போன்றதாகும்—இரண்டையும் தனித்தனியாக உபயோகித்துக் கொள்ளக்கூடும். ஆனாலும் இரண்டையும் இணைத்து உபயோகிப்பதால் ஏற்படும் பலனைப் போன்று அது இருக்காது. எப்படியாகயிருந்தாலும், அந்த நாளில், அந்த மணிநேரத்தில், அந்த தருணத்தில் நாம் செய்துக் கொண்டிருக்கும் அந்த ஒரு காரியத்தில் நம் திறமைகள் அனைத்தையும் நோக்குவதின் மூலமாக, அதை சுலபமாக நம்மால் செய்து முடிக்க இயலும். சிந்தையை ஒருமுகப்படுத்தி

கவனத்தோடும், நோக்கத்தோடும் இருப்பதானது நம்மை ஒரு ஒழுங்குக்குள்ளாக்கி கொள்வதின் மூலமாகவே ஏற்படுகின்றது.

பிலிப்பியர் 4:6ல் அப்போஸ்தலனாகிய பவுல், நாம் எதைக் குறித்தும் கவலைப்பட வேண்டாமென்று கூறுகின்றார். கவலைப்படும் மக்கள், தாங்கள் தற்போது வாழும் நிலைமைக்கு மேல் வாழவே விரும்புகின்றனர். நாளை எவ்வாறு இருக்கும் என்பதை கணிக்க முயன்றுக் கொண்டே இன்றை தினத்தை கழிப்பர். அதன் பலனாக எளிமைத் தன்மையை இழந்துவிடுவார்கள். வாக்களிக்கப்பட்ட தேசத்துக்கு நேராக வனாந்திரத்தை கடந்துச் சென்ற இஸ்ரவேலருக்கு, தம்மை நம்பும்படி கூறியதைப் போலவே நாமும் நாளையத்தினத்திற்காக அவரை நம்ப வேண்டுமென்று தேவன் நம்மை எதிர்பார்க்கின்றார்.

ஒரு சமயத்தில் ஒரு நாளுக்காக வாழ பயிற்சி செய்யுங்கள்; அந்த நாளுக்காக உங்கள் நினைவுகளை, உங்கள் சம்பாஷணைகளை, உங்கள் ஆற்றல்களை, உங்கள் ஒவ்வொரு பகுதிகளையும் கொடுக்க பயிலுங்கள். நீங்கள் செய்யும் காரியத்துக்கு உங்கள் முழுமையைக் கொடுக்கும் திறமையை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள். ஒவ்வொரு நாளும் தெளிவில்லாத பல காரியங்களை செய்து, பல குழப்பமான எண்ணங்கள் உங்களை முற்றிலும் களைத்துப்போகச் செய்துவிடாதபடி, தற்போது செய்யும் காரியத்தை அனுபவிக்க உதவும் ஒரு தெளிவை அனுபவிப்பீர்கள்.

இவ்வாறு வாழ முயற்சிப்பதின் மூலம் நீங்கள் எவ்வாறு வாழ முயற்சிக்கின்றீர்களோ அவ்வாறு வாழ முடியாதென்று பயப்படுகின்றீர்களோ? ஆம், நீங்கள் செய்ய வேண்டுமென்று நினைக்கும் அத்தனையும் செய்ய இயலாது தான் ஆனால் *நீங்கள் செய்வதை மிகவும் அதிகமாய் ரசிப்பீர்கள்*. எளிமைப்படுத்திக் கொள்ள ஒரு திறவுக்கோல் எதுவென்றால் எண்ணிக்கையைவிட தரம் மிகவும் சிறந்தது, மேன்மையானது என்பதை உணர்ந்துக்கொள்வதாகும்.



## நீங்கள் கொண்டிருப்பதில் திருப்தியாயிருங்கள்

“நீங்கள் பெற்றுக்கொள்ள விரும்புவதை பெற்றுக்கொள்வதால் ஏற்படுவது திருப்தியாகாது, ஆனால் ஏற்கனவே நீங்கள் எவ்வளவு கொண்டிருக்கின்றீர்கள் என்பதை உணர்ந்துக் கொள்வதாகும்.”

—பெயர் வெளியிடாதவர்

*நீங்கள் பண ஆசையில்லாதவர்களாய் நடந்து, உங்களுக்கு இருக்கிறவைகள் போதுமென்று எண்ணுங்கள்; நான் உன்னைவிட்டு விலகுவதுமில்லை, உன்னைக் கைவிடுவதுமில்லை என்று அவர் சொல்லியிருக்கிறாரே.*

—எபிரேயர் 13:5

மேற்கத்திய கலாச்சாரத்தின் செழிப்பானது, மற்றவர்கள் கொண்டிருப்பதை இச்சிக்கும் ஒரு தொற்றுநோயை உருவாக்கியுள்ளது. மக்கள் இன்னும் அதிகமாய் கொண்டிருக்க வேண்டுமென்று விரும்புகின்றனர். ஆனாலும், தாங்கள் ஏற்கனவே கொண்டிருப்பதை அனுபவியாமலிருக்கின்றனர். எளிமையான மனிதன் திருப்தியான மனிதன்; அவன் இன்னும் அதிகமாய் பெற்றுக்கொள்ள விரும்பமாட்டான். ஆனால், தான் கொண்டிருப்பதை முழுமையாக அனுபவிப்பான். ஏற்ற சமயத்தில் இன்னும் அதிகமாய் வரும் என்று நம்புவார்கள்.

நாம் நம்ப வேண்டுமென்று உலகம் விரும்பும் அதிகம் நம்மை சந்தோஷப்படுத்தும் திறனைக் கொண்டுள்ளதா? விடை இல்லை! என்பது தான். உண்மையாக சொல்ல வேண்டுமென்றால், நாம் எவ்வளவு அதிகமாகப் பெற்றுக் கொண்டிருக்கின்றோமோ, அதைப் பேணி பராமரிக்க நாம் அதிகமான வேலை செய்ய வேண்டிருக்கும் “அதிகம்” நம் வாழ்வை சுலபமாக்கும் என்று நாம் நினைக்கலாம். ஆனால் உண்மையிலேயே, அது நம் அனுதின வாழ்வை கடினமாக்குகின்றது. இச்சிக்கக்கூடாதென்று பத்தாம் கற்பனை நமக்குக் கூறுகின்றது; பிறர் கொண்டிருப்பதை நாம்

பெற்றுக் கொண்டிருக்க விரும்பக்கூடாது. பிலிப்பியர் 4:11ல், எந்த சூழ்நிலையிலும் மனரம்மியமாய் எப்படி இருப்பது என்பதைக் கற்றுக் கொண்டதாகக் கூறுகின்றார். இந்த கூற்றை கேட்பதே எளிமைத் தன்மையை எனக்கு நினைவுறுத்தி, ஆறுதலை எனக்கு அளிக்கின்றது.

பொருட்களைப் பெற்றுக் கொண்டிருப்பதில் தவறேதும் இல்லை, ஆனால் அவைகளை இச்சிப்பது தவறாகும். ஏதோ ஒரு காரியம் இல்லாதபடி நம்மால் சந்தோஷமாக இருக்க இயலாது என்று நாம் உணருவது தான் அதை இச்சிப்பதாகும். நாம் எதை விரும்புகிறோமோ அதை தேவனிடம் கேட்கும் பழக்கத்தை நாம் அனுபவிக்க நம்மை விடுவிக்கின்றது. வாழ்க்கையானது ஒரு பயணமாகும், அதை தான் நாம் சென்றடைய வேண்டிய இலக்கு ஆகாது. வாழ்க்கையை அனுபவிக்க விரும்புகின்றவர்கள், காத்திருத்தலால் நிரம்பியிருக்கும் வாழ்க்கைப் பயணத்தை அனுபவிக்கக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். காலப்போக்கில் நம் இலக்கை அடைதல், மற்றுமொறு புதிய இடத்திற்கான பயணத்தை தொடங்குவதற்காகவே; எனவே பயணத்தை அனுபவியாமலிருத்தல் வாழ்க்கையை அனுபவியாமலிருத்தலேயாகும். நீங்கள் கொண்டிருப்பதை முழுமையாக அனுபவிக்கத் தீர்மானியுங்கள். நீங்கள் பெற்றிருப்பதற்காக தேவனை ஸ்தோத்தரித்து, திருப்தியோடிருங்கள்.



## தேவனுக்கு முதலிடம் கொடுங்கள்

“பொருட்கள் அளவுக்கதிகமாக இருந்தாலும், மனிதனுடைய வாழ்க்கை தேவனாலேயாகும், அவனுடைய பொருட்களினாலல்ல.”

– ஹென்ரி ஆல். போர்டு

*நான் உன்னை பெரிய ஜாதியாக்கி, உன்னை ஆசீர்வதித்து, உன் பேரைப் பெருமைப்படுத்துவேன்; நீ ஆசீர்வாதமாய் இருப்பாய்.*

– ஆதியாகமம் 12:2

ஒருவன் செழிப்பாகவும், எளிமையாகவும் இருத்தல் இயலாது என்று குறிப்பிட்ட அநேகப் புத்தகங்களை நான் வாசித்திருக்கின்றேன். இந்த போதனை என்னை கலக்கமடையச் செய்கின்றது, ஏனெனில் உலகப்பிரகாரமான பொருட்கள் மற்றும் பொருளாதாரத்தையும் உள்ளடக்கி வாழ்க்கையின் அனைத்து பகுதிகளிலும் அவருடைய மக்கள் செழிப்பாயிருக்க வேண்டுமென்பதே தேவனுடைய சித்தமாயிருக்கிறதென்பதை நாம் நம்புகின்றேன். சங்கீதம் 35:27ல், தம்முடைய சுகத்தை தேவன் விரும்புகிறாரென்று கூறுகின்றது. தங்களுடைய தேவைகள் சந்திக்கப்படாமலிருக்கும் போது, தேவன் அதில் பிரியப்படுகிறாரென்று வேதத்தில் நான் எங்கேயும் காண்பதில்லை.

ஐசுவரியவான்கள் தேவனுடைய இராஜ்ஜியத்தில் பிரவேசிப்பது கடினம் என்று வேதம் கூறுவது உண்மைதான் (மத்தேயு 19:23ஐ பார்க்கவும்). ஆனால் அது கூடாததென்று கூறவில்லை. தேவனிடத்திலிருந்தும், அவருடைய சித்தத்திலிருந்தும் நம் கவனத்தை பணம் திருப்பிவிடக் கூடும், ஆனால் அது திருப்பிவிட வேண்டுமென்ற அவசியம் இல்லையே. அபரிவிதத்தைக் குறித்து நாம் பயப்படக்கூடாது; மாறாக அதை எவ்வாறு சரியாக கையாள வேண்டுமென்பதை நாம் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். பணத்தைக் குறித்தும், உலகப்பிரகாரமான பொருட்களைக் குறித்தும் ஒரு சரியான மனப்பான்மையை நாம் கொண்டிருப்போமென்றால், அநேக மக்களுக்கு ஆசீர்வாதமாக அதை உபயோகிக்கக்கூடும்.

பக்திக்குரிய உலகத்தில், அளவுக்கதிகமாகப் பெற்றிருப்பதை எவ்வாறு தவிர்க்க இயலும் என்பதைக் கற்றுக் கொடுக்க முயற்சிக்காமல் ஏதோ ஒன்றிலிருந்து எவ்விதமாக விலகியிருப்பது என்று மக்களுக்கு கூறுவது சுலபமானதாக காணப்படுகின்றது. இதை செய்வதை நான் மறுக்கின்றேன் ஏனெனில் தேவன் நாம் அனுபவிக்க வேண்டுமென்பதற்காகவே எல்லாவற்றையும் கொடுத்திருக்கிறார், சிருஷ்டித்திருக்கிறார். அபரிவிதமானது, தேவனிடமிருந்து நம்மை விலகிச் சென்றுவிட செய்யாதபடியும், பேராசையுள்ளவர்களாக மாற்றிவிடாதபடி அதனை நம்மால் அனுபவிக்க இயலும். நாம் செழிப்பாயிருந்தும், இன்னும் தேவனை நம் வாழ்வின் முதலிடத்தில் வைக்கவும் இயலும்.

நாம் அதிகமாக சாப்பிட்டு விடுவேன் என்ற பயத்தினால் நான் சாப்பிடவே மறுக்கிறேன் என்று சொல்வதில் என்ன நியாயமிருக்கிறது? அல்லது நான் அளவுக்கு அதிகமாக தூங்கிவிடுவேனென்ற காரணத்தினால் தூங்கவே மறுக்கிறேன் என்பதிலும் என்ன நியாயமிருக்கிறது? இது நியாயமற்றது. அதேபோல் தான், பணம் என் வாழ்வில் சோதனையாகி விடாதபடி நான் வறுமையிலேயே இருக்க விரும்புகின்றேன் என்று கூறுவதும் நியாயமற்றதே இதை நான் மீண்டும் சொல்ல விரும்புகிறேன்: பணமும், சம்பத்தும் பிரச்சனையில்லை; அதைக் குறித்த ஒரு சமநிலையற்ற மனப்பான்மையே பிரச்சனையாக கூடும்! நம் வாழ்வில் தேவனுக்கு முதலிடம் கொடுத்துக் கொண்டே நம்மால் எதையெல்லாம் சமாளிக்க இயலுமோ அதையெல்லாம் நாம் பெற்றுக் கொண்டிருக்க தேவன் விரும்புகின்றார்.

செழிப்பும், அபரீதமும் நாம் அதற்கு பொறுப்பாளியாக இல்லாமல் அது நமக்கு பொறுப்பாளியாக இருக்க நாம் அனுமதிக்கும் போது தான் அது பிரச்சனையாகின்றது. நம் உடமைகளைக் கொண்டு நாம் மக்களுக்கு ஆசீர்வாதமாக இருக்க வேண்டும்—மக்களே இன்னும் அதிகமான “பொருட்களை” பெற்றுக்கொள்ள உபயோகிக்கும் பொறிக்குள் அகப்படாமல் கவனமாயிருங்கள். பணம், அதை நாம் சேர்த்து சேர்த்து வைத்தால் தான் பிரச்சனையாகின்றது. வேதம் பணம் ஒரு பிரச்சனை என்று கூறவில்லை; பணஆசையே பிரச்சனை என்று கூறுகின்றது. நீர்தேக்கமாக இல்லாமல், கால்வாயாக இருக்கக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள். பொருட்கள் உங்களிடமாயும், உங்கள் மூலமாகவும் பாய்ந்து செல்வதாக. ஆபிராமிடம் தேவன் அவனை ஆசீர்வதித்து, ஆசீர்வாதமாக வைப்பதாகவும் கூறினார் (ஆதியாகமம் 12:2ஐ பார்க்கவும்).

பிறருக்கு கொடுப்பது அவர்களின் வாழ்க்கையில் ஒரு சந்தோஷத்தின் ஊற்று மட்டுமல்லாது நமக்கும் ஒரு சந்தோஷமேயாகும். உண்மையாகவே, எவ்வளவு அதிகமாகக் கொடுக்கின்றீர்களோ அவ்வளவு அதிகமாக கொடுக்கப் பெற்றுக் கொண்டிருப்பீர்கள் ஏனென்றால் பணத்தைக் கொடுப்பதற்கு நம்பகமான மக்களை தேவன் தேடிக் கொண்டிருக்கின்றார். பணத்தைப் பெற்றுக் கொண்டிருந்தும் பேராசைக்காரனாகவும், சுயநலக்காரனாகவும் மாறாமலிருக்கும் மக்களை தேவன் தேடுகின்றார். நம்மிடமே நாம் கேட்டுக் கொள்ள வேண்டிய ஒரு முக்கியமான கேள்வி என்னவென்றால், “சம்பத்தையும், பணத்தையும் குறித்ததான என்னுடைய மனப்பான்மை என்ன?” என்பதே. தேவனா அல்லது பணமா, எது உங்கள் வாழ்வின் முதலிடத்திலுள்ளது?

தேவனுடைய ஆவியினால் நான் உண்மையாக நடத்தப்பட்டாலொழிய எதையுமே நான் அதிகமாகக் கொண்டிருப்பதில்லை என்பதைக் காண்கின்றேன். நான் அளவுக்கு அதிகமாக கொண்டிருக்கும் ஏதோ ஒன்றை பெற்றுக்கொள்ள விரும்பும் அல்லது தேவையோடிருக்கும் மக்களை எனக்கு முன்பாக வைப்பதின் மூலம் என்னுடைய உடமைகள் அனைத்தையும் தேவன் கச்சிதமாக கத்தரித்துத் திருத்துகின்றார். நாம் இரண்டு அங்கிகளைக் கொண்டிருந்து, வேறொருவருக்கு ஒன்றுமே இல்லாமலிருக்கும் போது, நம்மிடமுள்ள இரண்டில் ஒன்றை கொடுக்க வேண்டுமென்று வேதம் நமக்குப் போதிக்கின்றது (லூக்கா 3:11ஐ பார்க்கவும்).

எளிமைக்கென்ற என்னுடைய தனிப்பட்டத் தேடுதலில், என்னுடைய சந்தோஷத்தையும், பிறருடைய சந்தோஷத்தையும் அதிகரிக்க நான் செய்யக்கூடிய ஒரு எளியக் காரியம் பிறருக்கு ஆசீர்வாதமாக இருப்பதேயாகும். உண்மையிலே, கொடுப்பதற்கான வழியை வலுகட்டாயமாக கண்டறியுங்கள் என்று நான் மக்களை உற்சாகப்படுத்துவதுண்டு. ஏனெனில், வாங்குவதைக் காட்டிலும் கொடுப்பதே பாக்கியம் என்று வேதம் கூறுகிறது (அப்போஸ்தலர் 20:35 ஐ பார்க்கவும்). தம்மை முதலாவது வைத்து, தன்னிடமுள்ளதை பிறருக்கு ஆசீர்வாதமாக உபயோகிப்பவரை கண்டு அவனை அபரிவிதமாக ஆசீர்வதிக்க தேவன் வாஞ்சையுள்ளவராக இருக்கின்றார்.

## தேவனை மகிமைப்படுத்தும்படி வாழு

“அநேக மக்கள் தங்களுக்கென்றே வாழ்கிறார்கள், தேவனுடைய மகிமைகென்றோ அல்லது தங்களுடன் வாழும் சக உயிர்களின் நலனுக்கென்றே அக்கறைக் கொள்ளாமலிருக்கின்றார்கள்.”

– டேவிட் ப்ரெய்னாட்

*ஆகையால், நீங்கள் புசித்தாலும், குடித்தாலும், எதைச் செய்தாலும் எல்லாவற்றையும் தேவனுடைய மகிமைக்கென்று செய்யுங்கள்.*

–1 கொரிந்தியர் 10:31

உங்களுடைய வார்த்தைகளினாலோ அல்லது ஆவிக்குரிய செயல்களினாலோ மட்டுமன்றி உங்கள் வாழ்க்கையின் மூலமாகவும் தேவனுக்கு மகிமை செலுத்துவது முக்கியமானதொன்றாகும். அனுதினமும் நீங்கள் செய்யும் காரியங்களிலும் கூட, செய்ய வேண்டியதை செய்துவிட்டு பின்னர் பரிசுத்தமான காரியங்கள் என்று நீங்கள் நினைக்கும் காரியங்களில் தேவனைத் தேட வேண்டுமென்று நீங்கள் நினைக்காமல், நீங்கள் செய்யும் ஒவ்வொன்றையும் தேவனுக்கென்று செய்கிறதாகப் பார்க்கத் தொடங்குங்கள். தேவனுக்கென்று நாம் வாழும்போது, நம் வாழ்விலுள்ள அனைத்தும் பரிசுத்தமாகின்றது. கொலோசெயர் 3:23, நாம் எதை செய்தாலும் அதை, “மனுஷருக்கென்று செய்யாமல் தேவனுக்கென்று மனப்பூர்வமாக செய்ய வேண்டுமென்று” நமக்குப் போதிக்கின்றது.

தேவன் சாதாரணமான வாழ்க்கையின் காரியங்கள் மற்றும் ஆவிக்குரிய காரியங்களாகிய ஜெபம், வேத வாசிப்பு மற்றும் நற்கிரியைகள் போன்ற காரியங்களையும் நாம் செய்யும்படிக்கு கொடுக்கிறார். அவருடைய வார்த்தை முழுவதிலும் நாம் வேலை செய்ய வேண்டும், நம் கட்டணங்களைச் செலுத்த வேண்டும், நம் சரீரங்களையும், குடும்பங்களையும் பராமரிக்க வேண்டும், மற்ற உடன் விசுவாசிகளுடன் ஐக்கியம் கொள்ள வேண்டும், நம் உணவையும், இளைப்பாறுதலையும், சிரிப்புகளையும் நாம் அனுபவிக்க வேண்டுமென்று கூறுகிறார். ஒவ்வொரு

நடைமுறைக் காரியங்களையும் தேவனுக்கென்றும் அவருடைய மகிமைக்கென்றும் செய்கிறோமென்று நாம் பார்க்கத் தொடங்கும் போது, வாழ்க்கை மிகவும் எளிதாகிவிடுகின்றது. நாம் செய்ய முயற்சி செய்துக் கொண்டிராமல்—தேவன் நம்மை எவ்வாறு இருக்கும்படி சிருஷ்டித்தாரோ அவ்வாறே நாம் இருக்கின்றோம்.

லௌகீகக் காரியங்களினின்று பரிசுத்தமானக் காரியங்களை பிரிப்பது ஒரு பிளவுப்பட்ட வாழ்க்கையை வாழச் செய்கின்றது. அதில் நாம் உலகப்பிரகாரமானது என்று நாம் காணும் காரியங்களை அவசரமாக முடித்துவிட்டு, தேவன் பிரியப்படுகிறாரென்று நாம் நினைக்கும் ஆவிக்குரிய காரியங்களைச் செய்ய முற்படுகின்றோம். நம் வாழ்வு முழுவதும் தேவனுக்கென்று உயர்த்தப்படும்போது அது ஒரு ஜெபமாக மாறிவிடுகின்றது. ஒரு ஜீவனுள்ள மன்றாட்டைப் போன்றாகிவிடுகின்றது. என்பதை நாம் உணரும்வரை நாம் எவ்வாறு “இடைவிடாமல் ஜெபிக்க இயலும்?”

நான் நன்றாகத் தோற்றமளிப்பதால் தேவனை மகிமைப்படுத்த விரும்புவேனென்றால், என் உடற்பயிற்சி நேரம், கண்களுக்கினிமையான முறையில் உடையலங்காரம் மற்றும் சிகையலங்காரத்துக்கென்று நான் செலவிடும் நேரமும் பரிசுத்தமானதாக மாறிவிடுகின்றது. என்னுடைய நோக்கம் மாயையானதாக இருக்குமேயென்றால்—அதாவது எனக்காகவும், அதினால் நான் என்ன பெற்றுக்கொள்ள இயலும் என்பதற்காக மட்டுமே இருக்குமேயென்றால்—என் செய்கைகள் பரிசுத்தமானவைகளல்ல தேவனுக்கென்று அர்ப்பணிக்கப்பட்ட காரியங்களே பரிசுத்தமானவைகளாகும். நான் தேவனுக்கென்று என்னை அர்ப்பணித் திருந்திருப்பேனென்றால், என்னுடைய வாழ்வை அவருக்குக் கொடுத்திருப்பேனென்றால், என்னுடைய உணர்ச்சிகள், திறமைகள், உடமைகள் அனைத்தையும் நான் கொடுத்திருந்திருப்பேனென்றால் என்னுடைய வாழ்க்கை, எனக்குள்ள அனைத்தும் பரிசுத்தமாயிருக்கிறதென்பது உண்மைதானே? நாம் தேவனுக்கென்று செய்யும்போது அவை அனைத்தும் பரிசுத்தமாக்கப்படுகின்றது.

தேவன் தம்முடைய பிள்ளைகளை பரிசுத்தவான்கள் என்று குறிப்பிடுகிறாரென்பதை அறிந்திருக்கின்றீர்களா? அப்படியென்றால் நம்முடைய அனைத்து நடக்கைகளும் பரிசுத்தமானவைகளென்றோ அல்லது நாம் தவறே செய்ய மாட்டோமென்றோ அர்த்தமாகாது, ஆனால்

இயேசுவின் இரத்தம் மற்றும் அவருடைய தியாகத்தின் மூலமாக தேவன் நம்மை பார்க்கிறார் என்பது தான் பொருள். அவருடைய குமாரனில் நாம் நம்முடைய நம்பிக்கையையும், உறுதியையும் நாம் உண்மையாக வைக்கும் போது அவர் நம்மை நீதிமான்களாகக் காண்கின்றார் (2 கொரிந்தியர் 5:21ஐ பார்க்கவும்). நாம் நம்முடைய வாழ்க்கையை அவருக்கென்று அர்ப்பணித்து, எல்லாக் காரியங்களிலும், அனுதினமும் அவரை பிரியப்படுத்த நாம் முயலும் போது எல்லாக் காரியங்களும் பரிசுத்தமானதாக மாறிவிடுகின்றது. நம்முடைய இருதயங்களின் மனப்பான்மையை நாம் கண்டறிவதே தேவனுக்கு மிகவும் முக்கியமானதாகும்.

கிறிஸ்துவோடு ஒரு நெருக்கமான உறவைக் கொண்டிருந்து; அவருடைய கொள்கைகளைப் பின்பற்றி, அவர் நமக்காக என்ன செய்ய இயலும் என்பதற்காக மட்டுமின்றி அவர் யாராக இருக்கின்றார் என்பதற்காக அவரை நேசிப்பதே வாழ்க்கையை எளிதாக்குகின்றது. இத்தகையக் காரியங்கள் வாழ்க்கையை மென்மையானதாகவும், இலகுவானதாகவும் மாற்றுகின்றது. வாழ்க்கையை பிரித்து, இவை தேவனுக்கு ஏற்றதென்றும், இவை ஏற்பவையல்லதென்றும் பாராமல் வாழ்க்கையை முழுமையாகப் பார்க்கத் தொடங்குங்கள். என் வாழ்க்கையில் ஏதோ ஒரு பகுதி தேவனுக்கு ஏற்றதாக இல்லாமலிருந்தால் பின்னர் அது எனக்கும் ஏற்றது அல்ல, அதை வெட்டியெறிந்து விடவேண்டும். உங்கள் வாழ்க்கையில் உங்களுக்கென்று மட்டும் நீங்கள் கொண்டிருக்கும் பகுதிகளை எறிந்துவிட தொடங்குங்கள் அப்போது தேவனை மகிமைப்படுத்தி அவரை கனப்படுத்தும் காரியங்களுக்கு அதிக இடம் இருக்கும். அவை வளர்ந்து செழிக்கட்டும், எவ்வளவு சுலபமானதாக மாறுகின்றது என்பதை கவனியுங்கள்.



## நாளையதினத்தைக் குறித்து கவலைப்படாதீர்

“ஜெபமாக மாற்றப்பட மிகச்சிறியதாக இருக்கும் எந்தக் காரியமும் பாரமாக மாற்றப்பட மிகச்சிறியதே.”

– காரிடென் பூம்

*ஆகையால், நாளைக்காகக் கவலைப்படாதிருங்கள்;  
நாளையதினம் தன்னுடையவைகளுக்காகக் கவலைப்படும்.  
அந்தந்த நாளுக்கு அதினதின் பாடு போதும்.*

–மத்தேயு 6:34

தேவன் இஸ்ரவேல் மக்களுக்கு மன்னாவை ஒருநாளில் ஒருமுறைக் கொடுத்தார். அவற்றில் எதையும் அவர்கள் மற்றொரு நேரத்திற்கென்று சேர்த்து வைக்கக்கூடாது—இவ்வாறு செய்வதின் மூலம், ஒவ்வொரு நாளும் தேவன் அவர்களுக்கான காரியங்களைப் பார்த்துக் கொள்வார் என்று தேவன் பேரிலும் அவருடைய வாக்குத்தத்தத்தின் மேலும் அவர்கள் கொண்டிருந்த நம்பிக்கையும், உறுதியையும் அவர்கள் வெளிப்படுத்தினர். எப்போதாவது, ஒருநாளுக்கு தேவையானதுக்கும் கொஞ்சம் அதிகமாக அவர்கள் சேர்த்து வைத்தார்களென்றால் அது அழுகி நாற்றமெடுத்தது. அநேக மக்கள் தங்கள் வாழ்க்கை “அழுகி நாற்றமெடுக்கின்றது” என்பதாய் கூறுகின்றனர். நாற்றமெடுக்கின்றது என்று சொல்வதால் அவர் கூற நினைப்பது என்னவென்றால் மிகவும் அதிகமாக தங்கள் மீது காரியங்களை எடுத்துக் கொண்டுவிட்டனர் என்று அவர்கள் கூறுவதாக நான் நினைக்கின்றேன். மிகவும் அதிகமான பொறுப்புகள் நினைத்துப் பார்ப்பதற்கும் மிகவும் அதிகமானவைகள், அவை அவ்வளவுக்கு அதிகமானதாக இருக்கிறது. அதைபோட்டு வைப்பதற்கு இடம் கொள்ளாமலிருக்கிறது, அவற்றில் அநேகம் விரயமாக்கப்படுகின்றது. நாளைய தினத்துக்காகப் பொருட்களை சேர்த்து வைக்க முயன்று இன்றைய தினத்தை கடினமானதாக்கிக் கொள்கின்றார்கள்.

மத்தேயு 6: 25-31ல், நாளைய தினத்தைக் குறித்து நாம் கவலைப்படாமல் இருக்க இயேசு போதிக்கின்றார். ஆகாயத்துப் பறவைகளையும், காட்டுப் புஷ்பங்களையும் தேவன் பராமரிப்பாரென்றால், நிச்சயமாகவே நம்மையும் அவர் பராமரிப்பார் என்று நம்மை உற்சாகப்படுத்துகிறார். ஒவ்வொரு நாளும் நம்மால் பராமரிக்கக் கூடியவற்றை பெற்றுக்கொண்டுள்ளோம் – இன்றைய தினத்தைவிட அதிகமாக இருப்பவற்றைக் குறித்து நாம் கவலைப்படத் தேவையில்லை. ஒவ்வொரு நாளும் நாம் சமாளிக்க வேண்டியவற்றை வெற்றியோடு சமாளிக்கத் போதுமான தேவனுடைய பெலன், திறமை ஆகியவற்றை அவர் கொடுக்கிறார். ஆனால் நாளைய தினத்துக்கான கிருபையை அவர் இன்று நமக்குக் கொடுக்க மாட்டார்.

எல்லாவிதமான விடையில்லா கேள்விகள் மற்றும் பயமுறுத்தும் சூழ்நிலைகள் நிறைந்த எதிர்காலத்தைக் குறித்து நாம் நினைக்கும் போது, நாம் குழப்பமாக உணரக்கூடும். நாளையத் தினத்தின் பிரச்சனைகளைக் குறித்து நினைத்துக் கொண்டு, இன்னும் நம் மன சமாதானத்தையும், சந்தோஷத்தையும் கொண்டிருக்க கொஞ்சம் அதிகமான கிருபையை நம் பரலோகப் பிதா நமக்குக் கொடுப்பதில்லை. அப்படி செய்வதென்பது, நாம் கவலைப்பட்டுக் கொண்டிருக்கவும், நாம் கவனிக்கத் தேவையில்லாத காரியங்களைப் பற்றி கவலைப்பட்டுக் கொண்டிருக்கவும் அது நம்மை ஊக்கப்படுத்திவிடும். நம்முடைய கவலைகளைக் குறித்து நாம் என்ன செய்ய வேண்டுமென்று தேவன் கூறுகின்றார்: அதை அவர் மீது வைத்துவிடுங்கள், அவர் உங்களை ஆதரிப்பார்.

நாளைய தினத்தை இன்றைய தினத்தில் வாழ முயலுவது வாழ்க்கையை கடினமானதாக மாற்றிவிடுகின்றது. எப்படி ஜெபிக்க வேண்டுமென்று கற்றுக்கொடுக்கும்படி இயேசுவிடம் அவருடைய சீஷர்கள் கேட்டபோது, அவர்களுக்கு அவர் சொன்ன காரியங்களிலொன்று, அன்றாட உணவுக்காக பிதாவிடம் கேட்கும்படி சொன்னார். உண்ணும் உணவை விட இன்னும் கொஞ்சம் அதிகமாகக் கூறினார்; வாழ்வின் தேவைகள் அனைத்தையும் குறித்து அவர் பேசினார். ஒரு சமயத்தில் ஒரு நாளை மட்டும் கருத்தில் கொண்டு வாழ்வை சுலபமானதாக மாற்றிக் கொள்ளுங்கள். எதிர்காலத்தைக் குறித்த பயம் வேண்டாம், ஏனென்றால் நாளைய தினத்தில் நீங்கள் சமாளிக்க வேண்டியதெதுவோ அது நாளை தான் ஏற்படும். நாளைய தினத்தின் பிரச்சனைகளை இன்றே சமாளிப்பது கூடாத காரியமாகும். தேவன் மேல் உங்கள் நம்பிக்கையை வைத்துவிட்டு, எளிமையான வாழ்வை அனுபவியுங்கள்.



## பின்னானவைகளை விட்டுவிடுங்கள்

“தோல்வியின் மீது கடடியொழுப்புங்கள். அதை படிக்கல்லாக உபயோகித்துக் கொள்ளுங்கள். கடந்த காலத்திற்கான கதவை அடைத்துவிடுங்கள். கடந்த காலத் தவறுகளை மறந்துவிட்டு முயற்சிக்காதீர், ஆனால் அதிலேயே வாழ வேண்டாம். உங்களின் எந்தவொரு ஆற்றலையோ, நேரத்தையோ அல்லது இடத்தையோ அது எடுத்துக் கொள்ள அனுமதிக்காதீர்.”

— ஜானி கேஷ்

*முந்தினவைகளை நினைக்க வேண்டாம்; பூர்வமானவைகளைச் சிந்திக்க வேண்டாம்.*

— ஏசாயா 43:18

பிலிப்பியர் 3:13ல், தான் செய்ய முயன்ற ஒரு காரியத்தைக் குறித்து பவுல் அப்போஸ்தலர் கூறுவதென்னவென்றால் “பின்னானவைகளை மறந்து” – நடந்து முடிந்ததை விட்டுவிடுவதாகும். தான் முன்பு செய்த தவறுகளை சரிபடுத்த பவுல் முயற்சித்துவிட்டு பின்னர் அது எவ்வளவு கடினமானதென்றும், கூடாததென்பதையும் கண்டுகொண்டாரென்று நான் நம்புகின்றேன். கடந்த காலத்தைக் குறித்து நாம் செய்யக்கூடிய ஒரே ஒரு காரியம் மட்டும் தான் உண்டு – அதை தேவனிடம் கொடுத்துவிடு! நம்முடைய குழப்பங்களையெல்லாம் அவர் எடுத்து அற்புதங்களாக மாற்ற நாம் அனுமதிக்கும் போது, நம்முடைய தவறுகளையெல்லாம் எடுத்து நம்முடைய பெரிதான நன்மைக்காக மாற்றக்கூடிய திறன் அவரிடம் உண்டு. அதற்காக அவரை நம்ப வேண்டும்.

ஏசாயா 61:3 சொல்கிறது, “சாம்பலுக்கு பதிலாக சிங்காரத்தை” அவர் நமக்கு கொடுப்பாரென்று, ஆனால் அநேக மக்கள் தங்கள் சாம்பலை, கடந்த கால எரியும் தனலை தங்களுடைய தோல்விகள் மற்றும் குறைகளின் நினைவுகூறுதலாக வைத்துக் கொள்ளவே விரும்புகிறதாக நான் காண்கின்றேன். உங்களுடைய சாம்பலை விட்டுவிட தீர்மானியுங்கள், இல்லையேல் அதைத் தான் நீங்கள் எப்போதும் பெற்றுக்

கொண்டிருப்பீர்கள். ஒவ்வொரு நாளும் அளவுக்கதிகமான சாத்தியக்கூறுகளைப் பெற்றதாக உள்ளது: புதிய வாழ்வு, புதிய நம்பிக்கை, புதிய கனவுகள். நம் கடந்த கால தவறுகளிலும், நேற்றைய ஏமாற்றங்களினாலும் நாம் மூழ்கியிருப்போமேயானால் இன்றைய நாளின் சாத்தியக்கூறுகளை நம்மால் பார்க்கக் கூட இயலாது. பின்னால் இருப்பதை விட்டுவிட்டு முன்னோக்கிச் செல்வோமாக.

தேவனின் இன்றைய நல்ல திட்டத்தைக் காணும்படி, கடந்த காலத்திலிருந்த நம் மனதை எடுத்து விடுவது மிகவும் அவசியமானதொன்றாகும். அபரிவிதமானதை இழந்துவிட்ட ஒருவர் தான் ஆபிரகாம். சண்டையை தவிர்ப்பதற்காக, தான் ஏற்கனவே கொண்டிருந்த அனைத்தையும் விட குறைவாகவே பெற்றுக் கொண்டிருக்கும்படி, யோர்தான் பள்ளத்தாக்கின் சிறந்தப் பகுதியை தன் இனத்தானாகிய லோத்துக்கு கொடுத்துவிட்டார். சுயபரிதாபத்தினாலும், சோர்வினாலும் அவர் நிரம்பியிருந்திருக்கலாம், மாறாக, இவ்வாறு சொன்ன தேவனுக்கு செவி சாய்த்தார்:

*லோத்து ஆபிராமைவிட்டுப் பிரிந்தபின்பு, கர்த்தர் ஆபிராமை நோக்கி: உன் கண்களை ஏறெடுத்து, நீ இருக்கிற இடத்திலிருந்து வடக்கேயும், தெற்கேயும், கிழக்கேயும், மேற்கேயும் நோக்கிப் பார்:*

*நீ பார்க்கிற இந்தப் பூமி முழுவதையும் நான் உனக்கும் உன் சந்ததிக்கும் என்றைக்கும் இருக்கும்படி கொடுத்து,*

*—ஆதியாகமம் 13:14–15*

ஒருவேளை நீங்கள் பின்புறமும், கீழேயும் நோக்கிப் பார்ப்பதற்கு பதிலாக மேலேயும், உங்களைச் சுற்றிலும் நோக்கிப் பார்க்க வேண்டும். தேவனுக்குள், உங்களுக்கு நம்பிக்கையை தெறிக்கச் செய்யும் அற்புதமான எதிர்காலத்தை உங்கள் கண்களால் ஏறெடுத்துப் பாருங்கள்! நீங்கள் இழந்து விட்டதையும், ஏற்கனவே கடந்து சென்றுவிட்டதையும் குறித்து புலம்பிக் கொண்டே உங்கள் வாழ்க்கையை கழிக்காதீர்; உங்களுக்கென்று இருப்பதைக் குறித்து ஒரு பட்டியலிட்டுக் கொண்டு, ஒவ்வொரு அடியாக முன் எடுத்து வைத்து தொடர்ந்து செல்லுங்கள். தேவன் உங்கள் படசமாயிருக்கிறாரென்பதை நினைவில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள்!



## இல்லை என்று எப்படி சொல்ல வேண்டுமென்பதைக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள்

“தலைமைத்துவத்தின் சிறப்பு ஆம் என்று சொல்வதில்லை, இல்லை என்று சொல்வதேயாகும். ஆம் என்று சொல்வது மிகவும் சுலபமானதே.”

—டோனி ப்ளேர்

*நீங்கள் ஆக்கினைக்குள்ளாகத் தீர்க்கப்படாதபடிக்கு உள்ளதை உள்ளதென்றும், இல்லதை இல்லதென்றும் சொல்லக்கடவீர்கள்.*

—யாக்கோபு 5:12

இல்லை, வேண்டாம் என்ற பதத்தை மக்கள் விரும்புவதில்லை, இல்லையா? ஏதோ ஒரு காரியத்துக்கு நீங்கள் ஆம் என்று சொல்லும் போது அவர்கள் எல்லா பற்களும் தெரியும் படி சிரிப்பார்கள், ஆனால் நீங்கள் இல்லை என்று சொல்லும் போது சிரிப்பைக் காண இயலாது. நாம் நேசிக்கப்பட்டு, ஏற்றுக்கொள்ளப்பட வேண்டுமென்று விரும்புவது இயற்கையானது தான்—நாம் அனைவருமே அதை விரும்புகின்றோம்—ஆனால் இந்த தன்மையானது, மக்களை பிரியப்படுத்த வேண்டும் என்ற பொறியில் நாம் சுலபமாக விழந்துவிடச் செய்துவிடுகின்றது. இது வாழ்வை அதிகமாக கடினமாக்குகின்றது, ஏனென்றால் தனிப்பட்ட மக்களாக நம்மிடம், பல்வேறு விதமான மக்கள், பல்வேறு விதமானக் காரியங்களை எதிர்பார்க்கின்றனர். “எல்லா மக்களையும் எல்லா சமயங்களிலும் பிரியப்படுத்த இயலாததென்ற” பதத்தை கேள்விப்பட்டிருக்கின்றீர்களா? ஒவ்வொருவருக்கும் அவர்கள் விரும்பும் ஒவ்வொன்றையும் கொடுக்கும் வழியை மக்களைப் பிரியப்படுத்த நினைப்பவர்கள் சுலபத்திலேயே கண்டுபிடித்துவிடுவார்கள். இதன் மூலம் அவர்கள் சந்தோஷமடைவார்கள் ஆனால் ஏதோ ஒரு தருணத்தில் ஒரு பெரிய கிரயத்தை அவர்கள் செலுத்த வேண்டியிருக்கும்—அதை செலுத்தி நம்மை இழந்துவிடுவோம்.

நம் ஒவ்வொருவரையும் ஒரு தனித்தன்மையுடன் தேவன் சிருஷ்டித்திருக்கிறார்; நம் சொந்த வாழ்வை வாழ உரிமையுடைய தனி நபர்கள். அப்படியென்றால் நாம் ஒருபோதும் சூழ்நிலைக்கேற்றார் போல நம்மை மாற்றிக் கொண்டோ, நம்மையும், நம் விருப்பங்களையும் மற்றவர்களை சந்தோஷப்படுத்தவோ, மற்றவர்களுக்கு உதவும் விதமாகவோ மாற்றியமைத்துக் கொள்ள இயலாது என்பதல்ல, ஆனால் தேவனை பிரியப்படுத்தாமல் மக்களை பிரியப்படுத்திக் கொண்டிருக்க இயலாது என்பது தான் பொருள். நம்முடைய சொந்த இலக்கை அடையக்கூடாமல் அதை இழந்துவிடுவதில் அவருக்கு பிரியமில்லை, ஏனென்றால் நம்மை சுற்றியுள்ள ஒவ்வொருவரையும் திருப்திப்படுத்திக் கொண்டு, அவர் நமக்காக கொண்டிருக்கும் விருப்பங்களை புறக்கணித்துவிட்டு ஒரு விரக்தியான வாழ்வை வாழ்ந்துக் கொண்டிருக்கின்றோம்.

நான் தனிப்பட்ட விதத்தில் இந்த விஷயத்தில் அதிகமாக போராடியதுண்டு. ஒரு சிறுமியாக பாலியல் ரீதியாக துஷ்பிரயோகம் பண்ணப்பட்டவளாக, அநேக சமயங்களில் சோர்ந்து போனவளாகவும், மதிப்பை இழந்தவளாகவும் உணர்ந்திருக்கிறேன். உணர்வு ரீதியில் புறக்கணிக்கப்படுவதை நான் மிகவும் வெறுத்தேன், எனவே ஏற்றுக்கொள்ளப்படுதலை நான் மிகவும் விரும்பினேன் அதைப் பெற்றுக் கொள்ள எத்தகைய கிரயத்தையும் செய்ய நான் விருப்பமுள்ளவளாக இருந்தேன். உண்மையிலேயே நான் இல்லை என்று சொல்ல விரும்பும்போது ஆம் என்று சொல்லுவது என் ஜீவனை என்னிலிருந்து திருடிக்கொண்டிருக்கிறதென்பதை சீக்கிரமாகவே கண்டுக்கொண்டேன். நான் சந்தோஷமாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டுமென்று விரும்பிய மக்களை நான் வெறுத்தேன், காலப்போக்கில் அவர்கள் உண்மையிலேயே மெய்யான நண்பர்கள் இல்லையென்பதை கற்றுக்கொண்டேன்.

உங்களை தங்கள் கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்துக்கொள்ளும் போது தான் உங்களுடன் சந்தோஷமாக இருக்கும் மக்கள், உங்களைத் தங்களுக்கென்று உபயோகப்படுத்திக் கொள்கின்றார்கள். அவ்வாறு அவர்கள் செய்ய அனுமதிப்பது உங்களை மட்டும் காயப்படுத்துகிறதில்லை, அவர்களையும் முற்றிலுமாகக் காயப்படுத்துகிறது. துக்ககரமாக, நாம் என்னவெல்லாம் அவர்கள் செய்யும்படி அனுமதிக்கின்றோமோ அவை அனைத்தையும் செய்வார்கள்;

இதுதான் மாம்சீக மனிதனின் சுபாவமாக இருக்கிறது. தேவனுக்கேற்ப எதிர்கொள்வதும், மக்களால் கட்டுப்படுத்தப்பட மறுப்பது ஈடுபட்டுள்ள அனைவருக்கும் ஆரோக்கியமானதும் நாளடைவில் இரண்டு குழுக்களுக்கு இடையே நியாயமான உறவையும் வளர்த்துவிடுகின்றது.

எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக தேவனைப் பிரியப்படுத்த வேண்டும் என்று தீர்மானியுங்கள். உங்களுடைய சித்தம் மற்றும் மற்ற மக்களின் சித்தத்துக்கு மேலாக அவருடைய சித்தத்தை வையுங்கள். தேவன் ஆம் என்று சொல்ல சொல்கின்றாரென்று உங்கள் இருதயத்தில் நீங்கள் உண்மையாக உணர்வீர்கள் என்றால், பின்னர் ஆம் என்று சொல்லுங்கள்; அதிலேயே நிலைத்திருங்கள்; ஆனால் நீங்கள் இல்லை என்று சொல்லும்படி அவர் உங்களை நடத்துகிறதாக உணர்வீர்கள் என்றால், பின்னர் இல்லை என்று சொல்லிவிட்டு அதிலேயே நிலைத்தும் இருங்கள். தேவன் நாம் எதை செய்யும்படி செய்ய சொல்கிறாரோ அதை செய்ய தேவையான அனைத்தையும், கிருபையையும் எப்போதுமே கொடுக்கிறார்—இல்லை என்று சொல்ல தேவையான ஆயுதங்களை எளிமையாகவும், சுலபமாகவும் கொடுக்கிறார். நம் வாழ்க்கையில் கஷ்டங்களும், போராட்டங்களும் இருக்குமேயன்றால், அது நாம் தேவனுடைய சித்தத்துக்கு வெளியே இருக்கிறோமென்பதற்கான அறிகுறியாகும் புறக்கணிக்கப்பட்டு விடுவோமென்ற பயத்தினால், நம் இருதயம் இல்லை என்று சொல்லும் போது நம் வாய் ஆம் என்று சொன்னால், தேவன் நமக்கு உதவி செய்யும்படி நாம் எதிர்பார்க்க இயலாது. அவர் தொடங்கி வைக்காத எதையும் முடிக்க அவர் கடமைப்பட்டவரல்ல.

இல்லை என்று சொல்ல நீங்கள் கற்றுக்கொண்டிருக்கும் போது நீங்கள் தனியாக அதை செய்யவில்லை. தேவனுடைய இயற்கைக்கும் மேற்பட்ட அவருடைய பெலத்துக்காகவும், எளிமையான தீர்மானம் எடுத்து, அவருடைய வழிநடத்துதலை பின்பற்றுகிறோமென்று உறுதியாய் உணரவும் தக்கதாக அவருடைய ஞானம் உங்களை வழிநடத்தவும் அவரிடம் கேளுங்கள்.



## நீங்களாக இருங்கள்

“நீங்கள் வேறொருவராக இருக்கும்படியாக தொடர்ந்து முயற்சித்துக் கொண்டிருக்கும் இந்த உலகத்தில் நீங்கள் நீங்களாக இருப்பது தான் மிகப்பெரிய சாதனையாகும்.”

—ரால்ஃப் வால்டோ எமர்சன்

*அவனவன் தந்தன் சுயகிரியையைச் சோதித்துப் பார்க்கக்கடவன்;  
அப்பொழுது மற்றவனைப் பார்க்கும் போதல்ல, தன்னையே  
பார்க்கும்போது மேன்மை பாராட்ட அவனுக்கு இடமுண்டாகும்.*

—கலாத்தியர் 6:4

என் வாழ்க்கையில் அநேக வருடங்களாக, நாம் மற்ற மக்களைப் போன்று இருக்க முயற்சித்தேன். அவர்களைப் போல ஜெபிக்க, நடந்துக் கொள்ள, அவர்களைப் போல தோற்றமளிக்கவும் முயன்றேன். போராட்டமான, நிர்பந்தமான அநேக வருடங்களுக்கு பிறகு, நான் நானாக இல்லாமல், வேறொருவராக இருப்பதற்கு தேவன் எனக்கு ஒருபோதும் உதவி செய்யமாட்டாரென்பதை இறுதியாக உணர்ந்துக் கொண்டேன். நான் வேறொருவர் போலில்லாமல் நான் எவ்வாறு இருக்கிறேனோ அவ்வாறு இருக்கும்படி அவர் என்னை சிருஷ்டித்ததற்கு ஒரு நோக்கம் உண்டு. வேறொருவரைப் போன்று இருக்க முயற்சிப்பது மிகவும் கடினமானதாகும், அதை எவ்வாறு செய்ய வேண்டுமென்று அறிந்துக் கொள்ளும்படி நம்மில் எதுவுமே கொடுக்கப்படவில்லை. நாம் நாமாக இருப்பதே மிகவும் எளிதாக, சுலபமானதாக செய்யப்படக் கூடியது—அதை எவ்வாறு செய்ய வேண்டுமென்று தேவன் காண்பிக்கின்றார், ஏனென்றால் அது தான் அவருடைய சித்தமாயிருக்கிறது.

வேறு எவருடனாவது, எதுவுடனாவது நீங்கள் போட்டியிடவோ அல்லது ஒப்பிட்டுக்கொள்ளவோ தேவையில்லை, அதுதான் என் நண்பர்களே மற்றும் அதுதான் உண்மையான சுகந்திரமுமாகும். மக்களை விடுதலையாக்கும்படி அநேக விதங்களை இயேசு உபயோகித்தார், அதில் இதுவும் ஒன்று. நான் மீண்டும் சொல்ல விரும்புகின்றேன், உங்களையோ

அல்லது உங்களிடம் உள்ள எதைக் குறித்தாவது நீங்கள் மற்றவர்களுடன் ஒப்பிட்டுப் பார்க்கக்கூடாது; அவர்களைப் போன்று இருக்கவோ அல்லது அவர்களைவிட சிறந்தவர்களாக இருக்கவோ நீங்கள் அவர்களுடன் போட்டியிடத் தேவையில்லை (2 கொரிந்தியர் 10:12 ஐ பார்க்கவும்). நாம் எவ்வளவு சிறந்தவர்களாக இருக்க முடியுமோ அவ்வளவு சிறந்தவர்களாக இருக்க முயற்சிக்க வேண்டுமென்பதேயே தேவன் நம்மிடம் எதிர்பார்க்கின்றார். “நான் எவ்வளவு சிறந்தவர்களாக இருக்க முடியுமோ அவ்வளவு சிறந்தவர்களாக இருக்கவே அவர் விரும்புகிறாரென்று” நான் எப்போதும் சொல்வதுண்டு. அதை நான் பார்த்திருப்பதால், நான் கொஞ்சம், கொஞ்சமாக வளர்ந்துள்ளேன்.

மற்றவர்களை நாம் முன்மாதிரிகளாக நோக்கலாம், நம் நடத்தைகளின் சில பகுதிகளில் இன்னும் அதிகமாக செயல்பட பிறரால் தூண்டப்படக் கூடும். ஆனாலும் இயேசுவைத் தவிர வேறொருவரும் நம் அளவுகோலாக இருக்க நாம் அனுமதிக்கக் கூடாது. பவுல் ஊழியம் செய்த மக்களிடம், அவர் எவ்வாறு கிறிஸ்துவை பின்பற்றுகிறாரோ அவ்வாறு அவர்கள் பவுலை பின்பற்ற வேண்டுமென்று கூறினார். அவர் அவர்களுக்கு ஒரு மாதிரியாக இருக்கிறார் என்று கூறினார், ஆனால் அவர் அவர்கள் அவரைப் போன்றுதான் இருக்க வேண்டுமென்று குறிப்பிட்டுக் கூறவில்லை.

நீங்கள் மற்றவர்களுடன் எவ்வாறு சகஜமாக இருந்தும் நீங்கள் நீங்களாக இருப்பது என்பதை கற்றுக் கொள்ளுங்கள். அவர் உங்களை புறக்கணிப்பார்களேயென்றால், அவர்கள் நீங்கள் சிருஷ்டித்ததையல்ல, தேவன் எதை சிருஷ்டித்தாரோ அதை புறக்கணிக்கின்றனர். ஆம், நாம் நம்மை மேன்மைப்படுத்திக் கொள்ளக்கூடிய பகுதிகளைக் கொண்டிருக்கின்றோம், ஆனால் தேவனொருவர் தான் அந்த மாற்றத்தை ஏற்படுத்த முடியும், அதை அவர் தம்முடைய முறையில் தம்முடைய நேரத்தில் செய்கின்றார். சில சமயங்களில், நாம் யாராக இருக்கிறோமென்பதைக் குறித்து மிகவும் மோசமாக உணர்கிறோம், உலகத்துக்கு நம்மை யாரென்று காண்பிக்க ஒரு பொய்யான ஆஸ்தத்துவத்தை உருவாக்கிக் கொள்கின்றோம். இது பொதுவாக, உறவுகளில் பிரச்சனைகள் இருக்கும்போது ஏற்படுகின்றது. ஆனால் தேவன் நம்மை எவ்வாறு சிருஷ்டித்தாரோ அவ்வாறு இருக்கும் சுதந்திரத்துக்குள் நாம் பிரவேசிக்கும்போது தேவனுடைய அபிஷேகம் நம்முடனிருந்து, மக்களிடம் நமக்கு தயை கிடைக்கச் செய்கின்றது. நான்

மக்களை என்னைப் போல மாற்றும்படியான முயற்சியை நிறுத்த கற்றுக்கொண்டேன். தேவன் எனக்கு “தெய்வீக தொடர்புகளை” ஏற்படுத்திக் கொடுக்க அவரை நம்பத் தொடங்கினேன்.

நான் நானாக இருப்பதால் எனக்குப் பிடித்திருக்கிறது, எனவே மற்ற மக்கள் என்னை விரும்புகின்றனர்-எல்லோரும் அல்ல, ஆனால் அநேகர் என்னை நேசிகின்றனர் என்பதை நான் சொல்ல வேண்டும். நீங்கள் எவ்வாறு இருக்கின்றீர்களோ அவ்வாறாகவும் தேவன் உங்களை எவ்வாறாக சிருஷ்டித்தாரோ அவ்வாறாகவும் உங்களை ஏற்றுக்கொண்டு, நேசிக்க தீர்மானிப்பீர்களென்றால், நீங்கள் அதிகமாக ஏற்றுக்கொள்ளப்படுதலையும், குறைவாக புறக்கணிக்கப்படுதலையும் காண்பீர்கள்.



## அளவைவிட தரத்தை தெரிந்துக்கொள்ளுங்கள்

“நீண்ட ஆயுளைவிட தரமான வாழ்க்கை தான் முக்கியமானதாகும்.”

– மார்டின் லூத்தர் கிங் ஜீனியர்

*உத்தமமானவைகளை நீங்கள் ஒப்புக் கொள்ளத்தக்கதாக  
உங்கள் அன்பான அறிவிலும் எல்லா உணர்விலும் இன்னும்  
அதிகமதிகமாய்ப் பெருகவும்,*

–பிலிப்பியர் 1:9

சமுதாயம் இன்று இருப்பதைவிட எளிமையானதாக இருந்த காலம் உண்டு. அந்த காலத்தை ஒரு ஷணம் நாம் திரும்பி பார்க்கும் போது, அந்த நாட்களில் மக்கள் அளவைவிட தரத்தைக் குறித்து அதிக அக்கறை கொண்ட காலமாக இருப்பதைக் காணலாம். அதிகமாகக் கொண்டிருந்தல் எப்போதுமே சிறந்ததன்று – அது அநேக சமயங்களில் மிகவும் மோசமானதே. நாம் அநேக ஆடைகளை வாங்கும்படி விலைமலிவான ஆடைகளை வாங்குகின்றோம், பின்னர் அது சாயம் வெளுத்துவிட்டது, சுருங்கிவிட்டது, எதிர்பார்த்ததைப் போன்று உழைக்கவில்லை என்று அதைக் குறித்து விரக்தியடைகின்றோம். அநேக ஆடைகளைக் கொண்டிருப்பது உடை அணிவதையும் கடினமானதாக மாற்றிவிடுகின்றது. ஒரு மனிதன் சொன்னதைப் போன்று “என்னிடம் ஒரு பளுப்பு நிற ஆடையும், நீல நிற ஆடை மட்டும் இருந்த போது, வெளியூர் பயணங்களின் போது பேக்கிங் செய்வதில் எந்த பிரச்சனையும் இருந்ததில்லை அதை அப்படியே பேக் செய்துவிட்டு மாறி மாறி அணிந்துக்கொண்டேன். இப்போதோ ஒரு அலமாரி நிறைய ஆடைகளைக் கொண்டிருக்கின்றேன், பேக்கிங் கடினமானதொன்றாக மாறிவிட்டது எது எதனுடன் இணைந்து செல்கிறதென்பதை தீர்மானிப்பதற்கே அதிக நேரம் பிடிக்கின்றது.”

வீட்டு உபயோகப் பொருட்கள் மற்றும் பர்னிச்சர்கள் வாங்கும் போதும் தரமான பொருட்களை வாங்குவோமேயென்றால், அப்படியென்றால்

கொஞ்ச நாட்களுக்கு, கொஞ்சம் பொருட்களே இருக்குமென்றாலும், அதை பராமரிப்பதில் அதிக நேரம் சேமித்துக் கொள்ளலாம். தரம் குறைந்த பொருட்கள் அதிசீக்கிரத்திலேயே உடைந்துவிடும், நாசமாகிவிடும். நாம் வாழ்க்கையை எவ்வளவு அதிகமாய் சமாளிக்க வேண்டியிருக்கிறதோ அவ்வளவு அதிகமாய் அது சிக்கலாகி விடுகின்றது.

சமீபத்தில், நான் செய்யத் தேவையில்லாத எதையும் செய்ய வேண்டாமென்று தேவன் என் இருதயத்தில் பேசினார். வேறு ஒருவர் அதை செய்யக் கூடுமென்றால், அவர்கள் அதை செய்யட்டுமே! இதை பின்பற்றுவது என் வாழ்வில் எளிமையைக் கண்டறிவதில் எனக்கு உதவியது. நாம் பராமரிக்க கொஞ்சக் காரியங்களே இருக்கின்ற வரையில் நம் வாழ்க்கை எளிதாக இயலாது. கொஞ்சக் காரியங்களை மட்டுமே சமாளித்தும் என் வாழ்வில் கனிகொடுக்க நான் தீர்மானித்திருக்கின்றேன்.

ஒரு வாகனத்தை அதன் தோற்றத்திற்காக நாம் வாங்கலாம், ஆனால் மோசமான தரத்தைக் கொண்டிருக்கலாம், அதனை பட்டறைக்கு எடுத்துச் சென்று ரிப்பேர் செய்யவே அதிக நேரம் செலவிட வேண்டியிருக்கலாம். இல்லையேல் ஒரு விலை மலிவான பொருளை வாங்க ஊர் முழுவதும் சுற்றிக் கொண்டிருக்கலாம். உண்மையிலேயே பணத்தைவிட நாம் அதிகமான நேரத்தை செலவழித்துக் கொண்டிருக்கலாம். உங்கள் நேரத்தின் மதிப்பு என்ன? என்னுடையதோ எனக்கு விலைமதிப்பானது. நேரத்தை சேமிக்க இயலாமையென்றால் ஒரு தரம் அதிகமான பொருளையும் வாங்க நான் விருப்பமுள்ளவளாக இருக்கின்றேன்.

நீங்கள் கொண்டிருக்கும் பணத்துக்கு ஏற்றார் போல் சிறந்த தரத்தையுடைய பொருட்களை வாங்கும் பழக்கத்தை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள். அதிக எண்ணிக்கை சிறப்பானதென்று நினைக்காதீர்—அது ஒரு வஞ்சகம். நான் மூன்று, நான்கு நடுத்தரம் வாய்ந்த அல்லது குறைந்த தரம் வாய்ந்த பொருட்களை வாங்குவதற்கு பதிலாக, நல்ல தரம் வாய்ந்த ஒரு பொருளையே வாங்குவேன்.

## உங்களால் முடிக்க இயலாததொன்றை தொடங்க மறுத்துவிடுங்கள்

“எதை செய்ய முயலுகிறார்களோ அதை வைத்து இல்லாமல், எதை முடிக்கிறார்களோ அதை வைத்தே மக்களின் திறமையை மதிப்பிடுகின்றோம்.”

—பெயர் வெளியிடாதவர்

*உங்களில் ஒருவன் ஒரு கோபுரத்தைக் கட்ட மனதாயிருந்து,...  
அதைக் கட்டித் தீர்க்கிறதற்குத் தனக்கு நிர்வாகமுண்டோ  
இல்லையோ என்று முன்பு அவன் உட்கார்ந்து  
செல்லுஞ்செலவைக் கணக்குப் பாராமலிருப்பானோ?*

—லூக்கா 14:28–30

அநேக நிறைவுப் பெறாதத் திட்டங்கள் நம் மனதிலும், வாழ்விலும் குவிந்துக் கிடக்கிறது. அதை முடித்துவிடு என்று தொடர்ந்து அது நம்மை நோக்கி கூக்குரலிடுகிறது. நம்மை குற்றப்படுத்துகிறது, பரிசுசிக்கின்றது. அதை முடிக்க காலந்தாமதம் ஆகும் போது நம்மைக் குறித்து நாம் மோசமாக உணரத் தொடங்குகின்றோம். எந்தவொரு மனிதனும் எல்லாவற்றையும் செய்ய முயன்று, எதையுமே நன்றாக செய்து முடிக்க இயலாது. நமக்கும் ஒரு எல்லையுண்டு, அதை சந்திக்க நாம் பயப்படக் கூடாது. தேவனுக்கு எல்லையென்பது இல்லை, உண்மையிலேயே, அவர் பேரில் விசுவாசம் வைக்கும் ஒவ்வொருவரும், நாம் செய்யும்படி அவர் நம்மை நடத்தும் எதையும் செய்து முடிக்க நம்மால் இயலும்; எப்படியாயினும் முடிக்க இயலாதக் காரியங்களைத் தொடங்க அவர் மக்களை நடத்துகிறதில்லை.

தேவன் நம் ஒவ்வொருவரிலும் ஒரு நற்கிரியையைத் தொடங்கியுள்ளார். அந்த நற்கிரியையை கிறிஸ்துவின் வருகைப் பரியந்தமும் தொடர்ந்து நடத்தி, பரிபூரணப்படுத்தி முடிப்பார் (பிலிப்பியர் 1:6 ஐ பார்க்கவும்). சில திட்டங்களோ குறுகியக் காலத்திட்டங்கள், மற்றவர்களோ அதற்கு அதிக

காலம் எடுப்பார்கள், பொறுமையில்லாத மக்கள் நீண்ட காலத் திட்டத்தை முடிக்க மாட்டார்கள். உதாரணமாக ஆவிக்குரிய முதிர்ச்சிக்கு பொறுமை தேவைப்படுகிறது. ஒரே இரவில் நாம் மாறிவிடுவதில்லை. அநேக மக்கள் ஒரு “உடனடி மாறுதல்” ஏற்படாததால் பின்மாற்றம் அடைந்து விடுகின்றனர். அவர்கள் உடனடி வெற்றியை விரும்புகின்றனர். அப்படி ஒன்று இல்லவே இல்லை.

ஒவ்வொரு புதிய திட்டத்தையும் அபரிவிதமான உணர்வுபூர்வமான ஆற்றலுடன் தொடங்கும் மக்களை நான் அறிவேன். ஆனால் அந்த புதுமை மழுங்கும் போது, ஒன்று மற்றவர்கள் அதை முடித்துவிடும்படி மற்றவர்களிடம் விட்டுவிடுகின்றனர் அல்லது அதை முடிக்காமலேயே விட்டுவிடுகின்றனர். புதியக் காரியங்கள் எப்போதுமே கிளர்ச்சியடையச் செய்கின்றது, ஆனால் எல்லாவித சிரிப்பும், பாராட்டும் மங்கிய பிறகு என்னவாகின்றது? யார் அதில் தொடர்ந்து இருப்பார்? கிளர்ச்சியூட்டக் கூடிய காரியங்களை தவிர அநேக விதமான காரியங்களைக் கடந்து செல்ல நேரிடும் என்று ஆதிமுதலாக அதன் விலைகிரயத்தை கணக்கிட்டு அறிந்த மக்கள் மட்டுமே நிலைத்திருப்பார்கள். விட்டுவிட்டு சென்றுவிடுகின்றவர்களோ எப்போதும் விரக்தியடைந்தவர்களாகவும், அதை ஏன் முடிக்க இயலவில்லை என்பதற்கு அநேக சாக்குபோக்குகளை கூறிக்கொண்டும் இருப்பார்.

இன்று நம் சமுதாயத்திலுள்ள அநேக மக்கள், அவர்களால் சமாளிக்க இயலாத அநேகக் காரியங்களை எடுத்துக் கொள்ளும் அடிமைத்தனத்துக்குள்ளாக இருக்கின்றனர். அழுத்தத்தை சமாளிப்பதென்பது ஒரு செல்வாக்குமிக்க தொழிலாகிவிட்டது. இன்று நாம் அனுபவிக்கும் பல அழுத்தங்கள், மிகவும் அதிகமாய் செய்ய முயற்சிப்பதால் ஏற்படுவதாகும். நான் ஒரு நாளில் முடிக்க இயன்ற காரியங்களைவிட அநேக காரியங்கள் என்னுடைய செய்யப்பட வேண்டிய காரியங்களின் பட்டியலில் எப்போதுமே இருக்கிறது, ஆனால் நான் அதை அடுத்த நாள் செய்கின்றேன். நாம் பொறுப்பேற்றுக் கொள்ளும் எதையும், சரியான நேரத்தில், நன்றாக முடிக்க வேண்டுமென்ற அர்ப்பணிப்போடு செய்ய வேண்டும்.

உங்களால் முடித்துவிட முடியும் என்று நீங்கள் அறிந்த ஒன்றை தொடங்கியும் தொடங்கியதை முடித்தும் உங்கள் வாழ்க்கையை எளிதாக

மாற்றிக் கொள்ளுங்கள். உங்கள் கவனம் சிதறடிக்கப்பட இடம் கொடாதீர்-  
நோக்கத்தோடிருந்து முடித்துவிடுங்கள். ஒரு காரியத்தை முடித்து  
விட்டீர்களென்றால், அது உங்கள் மனதில் தரித்து இருக்க வேண்டுமென்ற  
அவசியம் இல்லை. அடுத்த திட்டம், அடுத்த இலக்கு, உங்கள் வாழ்வின்  
அடுத்த பெரிய திட்டத்திற்காக உங்களை முற்றிலுமாய் அர்பணிக்க  
சுயாதீனத்தோடு இருங்கள். எதுவும் உங்கள் மனதிலும், இருதயத்திலும்  
இல்லையென்பதால், நீங்கள் சிருஷ்டிக்கவும், கனவு காணவும் எல்லா  
சுயாதீனத்தையும் பெற்றிருக்கின்றீர்கள், இதுதான் எளிமையின் சிறப்பாகும்.

## சிறிய காரியத்தை ஊதி பெரிதாக்காதீர்

“பிரச்சனைகள் உங்களை பிரச்சனைக்குள்ளாக்கும் வரை பிரச்சனைகளை பிரச்சனைக்குள்ளாக்காதீர். அப்படி செய்தால் உங்கள் பிரச்சனைகளை இரண்டு மடங்காக்கி விடுவீர்களென்பது நிச்சயம்.”

– டேவிட் கெப்பல்

*சமாதானத்தை உங்களுக்கு வைத்துப் போகிறேன், என்னுடைய சமாதானத்தையே உங்களுக்குக் கொடுக்கிறேன்; உலகம் கொடுக்கிற பிரகாரம் நான் உங்களுக்கு கொடுக்கிறதில்லை. உங்கள் இருதயம் கலங்காமலும் பயப்படாமலும் இருப்பதாக.*

– யோவான் 14:27

அற்புதமான காரியத்துக்காக வியர்வை சிந்தி கஷ்டப்படும் மக்கள் இன்று அநேகர் இருக்கின்றனர். வாழ்க்கை எப்போது பிரச்சனைகளாலும், கவலைகளினாலும் நிறைந்திருக்கும்படி சின்ன, சின்ன காரியங்கள் கூட தங்களை கவலைக்குள்ளாக அனுமதித்து விடுகின்றனர். “உங்கள் போராட்டங்களை தெரிந்தெடுத்துக் கொள்ளுங்கள்” என்று ஒருவர் சொன்னார், அது ஞானமான ஆலோசனையாகும். நம் வாழ்வில் அநேக சமயங்களில் நாம் எதிர்கொள்ள வேண்டிய பெரிய காரியங்களுண்டு – எனவே கண்டுங்காணாமல் விட்டுவிட்டுச் செல்லக் கூடிய சிறியக் காரியங்களை பெரிதாக்க நிச்சயமாக அவசியமில்லை.

ஏதோ ஒன்றைக் குறித்து நம்மை சோர்வடைய செய்யக் கூடிய அநேக சந்தர்ப்பங்கள் ஒவ்வொரு நாளும் உண்டு, ஆனால் அதை விட்டுவிட்டு, சமாதானமாய் இருக்கும்படியான தேர்வு நமக்குண்டு. சாத்தான் நம்மை சோர்வடையவே செய்கிறான்! உங்களை நீங்கள் அறிந்துக் கொள்ளுங்கள், உங்களை சோர்வடையச் செய்யும் காரியங்களையும் கண்டுபிடியுங்கள் – வாழ்க்கையில் எவ்வித வித்தியாசத்தையும் ஏற்படுத்தக் கூடாத சிறிய, சிறியக் காரியங்களை விட்டுவிட தீர்மானியுங்கள். குள்ள நரிகளே திராட்சைத் தோட்டத்தைக் கெடுத்துவிடும் என்று வேதம் கூறுகிறது

(உன்னதப்பாட்டு2:15). சின்ன, சின்ன காரியங்களை தங்கள் இருதயங்களில் பதிவு செய்து வைத்துக் கொண்டு, நாளடைவில் அவர்களால் மேற்கொள்ள முடியாத மலைகளாக அவை மாற்றிவிட்டதினால், எத்தனை மக்கள் விவாகரத்தைப் பெற்றுக் கொள்கின்றனர்? 1 கொரிந்தியர் 13, நமக்கு புத்திக் கூறுவதைப் போல, நாம் தீங்கை நினையாமலிருக்கும் போது, நமக்கு நாம் இன்னும் சிறப்பான, எளிமையான உறவுகளை கொண்டிருக்க இயலும். ஒரு சமயம் நான் ஒரு நல்ல “கணக்கனாக இருந்தேன்”-மக்கள் என்னை காயப்படுத்தும்படி, இடறலடையும்படி செய்த எல்லாக் காரியங்களைக் குறித்தும் கணக்கு வைத்துக் கொண்டிருந்தேன். என்னுடைய வாழ்க்கை ஒரு பெரிய குழப்பமாக இருந்தது; அது கடினமானதாக இருந்தது. நானோ சந்தோஷமில்லாமல் இருந்தேன்.

தொட்டால் சினுங்கியாக இராதீர். அப்படியிருப்பீர்களென்றால், நீங்கள் தான் அதிகமாகக் கஷ்டப்படுவீர்கள். பொதுவாக, யாரோ ஒருவர் நம்மை காயப்படுத்தும் போது, அது அவர்களின் இலக்காக இருப்பதில்லை. அதை நம்ப பழகிக்கொள்ளுங்கள். ஒரு எளிமையான வாழ்க்கைக்கு நேரான ஒரு பெரிய அடியை நீங்கள் எடுத்து வைப்பீர்கள். மற்றவர்கள் நமக்கு என்ன செய்தார்கள் என்ற நினைவுகள் நம் மனதில் தேங்கி கிடக்கும் போது, நாம் எளிமையை நிச்சயமாக அனுபவிக்க இயலாது. நம் வாழ்வு எளிமையானதாக இருக்க வேண்டுமென்றால், நம் எண்ணங்களும், உணர்வுகளும் பரிசுத்தமாயிருக்க வேண்டும். காயப்படுவதற்கு பதிலாக மக்களை முழுவதுமாக மன்னிப்பதற்கு நம் இருதயம் திறந்திருக்க வேண்டும்.

மக்கள் நமக்காக என்ன செய்திருக்கின்றனர் என்பதைவிட நமக்கு என்ன செய்துவிட்டனர் என்பதை தியானித்துக் கொண்டு அதிக நேரம் செலவிடுவோமென்றால் நம் சந்தோஷத்தை நாம் இழந்துவிடுவோம். தேவனுக்கு பிரியமில்லாத ஒரு குற்றப்படுத்தும், முறுமுறுக்கும், தற்காத்துக் கொள்ளும் ஒரு மனப்பான்மையை நாம் வளர்த்துக் கொள்வோம். நாம் துரிதமாக, பலமுறை மன்னிக்க விருப்பமுள்ளவர்களாயிருக்கும் போது, நம் வாழ்க்கையில் அநேக கஷ்டங்கள் நீங்கிப் போவதைக் காணலாம்.

## உங்களைப் பற்றிய சிந்தனையிலிருந்து வெளியே வாருங்கள்

“தன்னுடைய நலனை தொடர்வதால் ஒரு மனிதனை சுயநலவாதி என்று கூறலாகாது, தன்னுடைய அண்டை அயலகத்தாரின் நலனை புறக்கணிப்பதாலேயே அவன் சுயநலவாதியாகின்றான்.”

—ரிச்சர்ட் வாட்லி

*பின்பு அவர் ஜனங்களை, தம்முடைய சீஷர்களையும் தம்மிடத்தில் அழைத்து; ஒருவன் என் பின்னே வர விரும்பினால், அவன் தன்னைத்தான் வெறுத்து, தன் சிலுவையை எடுத்துக் கொண்டு, என்னைப் பின்பற்றக்கடவன்.*

—மாற்கு 8:34

ஒரு சுயநலமான சுயத்தை மையமாக வைத்து செயல்படும் ஒரு வாழ்க்கை முறையைக் கொண்டிருக்கும் ஒரு மனிதன், பொதுவாகவே மிகவும் சிக்கலான, சுருட்டப்பட்ட மனிதனாவான். நாம் நமக்குள்ளே பார்த்துக் கொண்டு, நம்மை மட்டுமே பராமரித்துக் கொண்டிருப்பது தேவனின் நோக்கமன்று. நாம் மற்றவர்களுக்கு உதவி செய்ய வேண்டுமென்று, அவர் நம்மை பராமரித்துக் கொள்வார் என்று நம்ப வேண்டுமென்றும், அவர் விரும்புகின்றார். இயேசு தம்மையும் தனக்குண்டான எல்லாவற்றையும் அவருடைய பரலோக பிதாவிடம் ஒப்படைத்தார் என்று வேதம் கூறுகிறது. ஏனெனில் அவர் நியாயந்தீர்ப்பார் என்பதை அறிந்திருந்தார் (1 பேதுரு 2:23ஐ பார்க்கவும்), நாமும் அவருடைய முன்மாதிரியை பின்பற்ற வேண்டும்.

ஒரு கிறிஸ்தவனின் முழுமையான இலக்கு இயேசுவை பின்பற்றுவதாகவே இருக்க வேண்டும். இந்த அர்ப்பணிப்பை நாம் செய்துக் கொண்டவுடன், நம்மையும், நமக்குண்டான அனைத்தின் மேலிருந்தும் நம் கவனத்தை திருப்ப வேண்டுமென்று இயேசு கூறுகிறார் (மாற்கு 8:34ஐ பார்க்கவும்). அநேக சமயங்களில், அவர் நம்மிடம் சொல்வதைப் போன்று

எல்லாவற்றையும் விட்டு திரும்பி விடுவோமென்றால், வாழ்க்கையை நாம் ஒருபோதும் அனுபவிக்க மாட்டோம் என்பதாக நினைத்துக் கொள்கிறோம், ஆனால் அதற்கு நேர்மாறானது தான் உண்மையாகும். மற்றவர்களுக்காக நம் வாழ்க்கையை நாம் கெடுத்து விடும்போது, நமக்கென்று நாம் அமைத்துக் கொள்ளும் வாழ்க்கையைவிட மிகவும் நல்ல வாழ்க்கையை அமைத்துக் கொடுக்கிறார். நீங்கள் சுய பராமரிப்பிலிருந்து ஓய்வு பெற்றுவிட்டு, தேவன் உங்கள் வாழ்வில் தேவனாயிருக்கவும், அவரே உங்களை பராமரிக்கும்படி அனுமதிக்கவும் விட்டுவிடுங்கள் என்று உங்களுக்கு பரிந்துரைக்கின்றேன்.

நீங்கள் உங்கள் சரீர பிரகாரமான; மனரீதியான, உணர்ச்சிபூர்வமான, ஆவிக்குரிய தேவைகளை பராமரிக்கக் கூடாதென்று நான் சொல்லவில்லை, ஏனென்றால் நீங்கள் பராமரிக்கத் தான் வேண்டும். உங்களைப் பற்றி நீங்கள் கவலைப்பட்டுக் கொண்டிருப்பதையும், வாழ்க்கையில் நீங்கள் விரும்பும் அனைத்தையும் எப்படி பெற்றுக் கொள்ளலாம் என்று கவலைப்பட்டுக் கொண்டிருப்பதையும் நிறுத்திவிடுங்கள் என்று கூறுகிறேன். உங்கள் மனதிலிருந்து உங்களை எடுத்துவிடுங்கள் ஏனெனில் உங்களைப் பற்றி நீங்கள் எவ்வளவு அதிகமாக நினைக்கின்றீர்களோ அவ்வளவு நிர்பந்தமானவர்களாக நீங்கள் மாறிவிடுவீர்கள்.

நம்முடைய மாசீக அல்லது மனுஷீக சுபாவத்தில் உள்ள அனைத்துமே சுய பாதுகாப்புக்கானதே, ஆனால் தேவனுக்கு ஸ்தோத்திரம், ஒருவர் கிறிஸ்துவை தன்னுடைய தேவனாகவும், இரட்சகராகவும் ஏற்றுக் கொள்ளும்போது; ஒரு புதிய சுபாவத்தை பெற்றுக் கொள்கிறான் (2கொரிந்தியர் 5:17). அந்த புதிய சுபாவமானது நாம் சுயநலமற்றவர்களாய் இருக்கவும்-நமக்கு முன்பாக பிறரை வைத்துப் பார்க்கவும் தேவையான திறனைத் தருகிறது. நாம் “கிறிஸ்துவுக்குள்ளாக” இருக்கும் போது, ஒரு புதிய வாழ்க்கை முறையை நாம் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும். ஒரு விசுவாச செயலினாலே-அதாவது அவரை நம் வாழ்வின் ஆண்டவராக இருக்கும்படி நாம் அழைத்தது அந்த ஒரு விசுவாச செயலினாலேயே அவருடன் ஒரு உறவுக்குள்ளாக நாம் வருகிறோம். எனவே ஒரு விசுவாச மனப்பான்மையோடு நாம் வாழக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும். *இனி நானல்ல* -என்று சொல்லக்கூடிய ஒரு மனப்பாங்கு, தேவனிடத்தில் உங்களை ஒப்புக் கொடுத்துவிட்டு, சிறந்த ஒரு வாழ்வை வாழ்வுங்கள்.

உங்களைப் பற்றியே கவலைப்பட்டுக் கொண்டு, நீங்கள் எப்போதுமே பராமரிக்கப்படுகின்றீர்களா என்று உறுதி செய்துக் கொண்டு வாழ்வது கடினமானதொன்று, ஆனால் மற்றவர்களை நீங்கள் பராமரித்துக் கொண்டிருக்கும் போது, தேவன் உங்களைப் பார்த்துக் கொள்வாரென்று நம்பிக் கொண்டிருப்பது எளிமையானது.

உங்களுக்கு என்ன நடக்கும் என்று பயப்பட்டுக் கொண்டிருக்க மறுத்துவிடுங்கள் தேவன் உண்மையுள்ளவர், நீங்கள் அவரை நம்பினால் அவர் உங்களை பராமரித்து கொள்வார், உங்களுக்கானவைகளைப் பார்த்துக் கொள்வார்.

“வாய்ப்புகளின் இயற்கையான கொலையாளி  
காலந்தாழ்த்துவதேயாகும்.”

– விக்டர் கியாம்

இன்று அவருடைய சத்தத்தைக் கேட்பீர்களாகில் உங்கள்  
இருதயங்களைக் கடினப்படுத்தாதிருங்கள் என்று  
வெகுகாலத்திற்குப் பின்பு தாவீதின் சங்கீதத்திலே  
சொல்லியிருக்கிறபடி, இன்று என்று சொல்வதினாலே பின்னும்  
ஒரு நாளைக் குறித்திருக்கிறார்.

– எபிரேயர் 4:7

ஒரு பத்து, பன்னிரண்டு திட்டங்கள் முடிக்கப்பட வேண்டும் என்று நான் நினைத்துக் கொண்டிருக்கும் போது, வாழ்க்கை கடினமாக இருக்கின்றதாக நான் உணர்கிறேன். இவையெல்லாம் நான் செய்து முடிப்பேன் என்று அர்ப்பணித்துக் கொண்ட காரியங்களும் அல்லது செய்து முடிக்க வேண்டியிருக்கிறதென்று நான் அறிந்திருக்கும் காரியங்களாகவும் இருக்கு, ஆனால் அதை முடிக்க நான் எந்தவொரு செயலிலும் ஈடுபடவில்லை. தேவனுடைய வழிநடத்துதலுக்கு நான் செவிகொடுத்து, செயல்படாவிட்டால், நான் அவருடைய இளைப்பாறுதலுக்குள் பிரவேசிக்க இயலாது. தேவன் நம்மை எதை செய்ய வேண்டுமென்று வழிநடத்துகிறாரோ அதை செய்யவும், அல்லது நாம் செய்ய வேண்டுமென்று நம் இருதயங்களில் அறிந்திருக்கும் காரியங்களை தான் செய்கிறோமா என்று உறுதிப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். நல்ல நோக்கங்களைக் கொண்டிருத்தல் கீழ்ப்படிதலுக்கு ஈடாகாது, நாம் கீழ்ப்படியும்வரை, நம் ஆத்துமாவில் நாம் திருப்தியை உணரமுடியாது.

பிசாசின் மிகப்பெரிய வஞ்சனைகளில் ஒன்று காலந்தாழ்த்துவதாகும். இதன் மூலமாக, நாம் ஏதோ ஒன்றை செய்வோமென்று நாம் உணரும்படி அவன் செய்கிறான், அதை செய்ய திட்டமிடுகின்றோம். ஆனால் அதை நாம் செய்து முடிக்கவில்லை என்று உணராமலிருக்கிறோம். திட்டமிடுதல்

நன்றுதான் ஆனால் செயல்படுதல் அதைவிட மேல். நீங்கள் செய்து முடிக்க வேண்டும் என்று அறிந்திருந்தும் செய்து முடிக்காமலிருக்கும் எத்தனைக் காரியங்கள் உங்கள் வாழ்வில் இன்னும் இருக்கின்றது? அது உங்களை தொந்தரவு செய்யும் அல்லது பாடாய்ப்படுத்திக் கொண்டிருக்கும் காரியமாகவும் மாறியிருக்கலாம் மூன்று வருடங்களாக சுத்தப்படுத்த வேண்டும் என்று நினைத்துக் கொண்டிருந்த அலமாரியை நீங்கள் ஒவ்வொரு முறையும் திறக்கும்போது, அது உங்களைக் குற்றப்படுத்துகிறது. “நீ ஒரு சோம்பேறி, ஒழுக்கமற்றவன்” என்று உன்னைப் பார்த்து கூக்குரலிடுகிறது. நீங்கள் அதை அறிந்துக் கொள்ளும் முன்பதாகவே, அந்த அலமாரி நீங்கள் உங்களைக் குறித்து மோசமாக உணரும்படி செய்துவிடுகின்றது. அதை ஒருநாள் சுத்தம் செய்ய வேண்டுமென்று தீர்மானிப்பதே நீங்கள் செய்யத் தகுந்த செயலாகும், ஒரு விளம்பரத்தில் வருவதைப் போன்று அதை உடனே செய்துவிடுங்கள்.

வீட்டிலுள்ள பழுதுபார்க்கும் காரியங்களைக் குறித்து என்ன அல்லது பல வாரங்களாக, ஏன் மாதங்களாகத் தள்ளிப்போட்டுக் கொண்டிருக்கும் தொலைப்பேசி அழைப்புகளைக் குறித்து என்ன? நீங்கள் எதையெல்லாம் செய்ய வேண்டியிருக்கிறது என்று நினைப்பதே உங்களை சோம்பலாகவும், ஒழுங்கற்றவர்களாகவும் உணரச் செய்கிறது. இத்தகைய உணர்வுகள் தெளிவற்றதாகவும், தந்திரமானதாகவும் இருக்கக்கூடும், ஆனால் அவை எப்போதுமே இருக்கிறது, வாழ்வை உண்மையாக அனுபவிப்பதை தடுத்துவிடக் கூடும். செய்ய வேண்டிய எளிதான காரியம் எதுவென்றால் ஒரு நேரத்தையோ, நாளையோ அதற்கென்று தனியாக ஒதுக்கி வைத்துவிட்டு அந்த வேலையை செய்து முடிப்பதேயாகும்! ஒரு ஒழுங்கின் செயலானது, அநேக நாட்கள் சலிப்பாக உணர்வதிலிருந்து உங்களை பாதுகாக்கும்.

அநேக நாட்களாக தள்ளிப் போட்டுவிட்டு, செய்து முடிக்காத அநேக திட்டங்கள் உங்களுக்கு இருக்குமென்றால், அதை செய்து முடிக்கத் தொடங்கும் முன்பே அழுத்தத்தையோ அல்லது தோற்கடிக்கப்பட்டதாகவோ உணராதீர். ஒவ்வொரு காரியமாக எடுத்துக் கொண்டு அதை முடிக்கும் வரை தொடர்ந்து செயல்படுங்கள். முடிவுக் கோட்டை அடையச் செய்ய வேண்டிய வேலையை அல்ல முடிவுக் கோட்டையே நோக்கிக் கொண்டிருங்கள். அதை செய்ய உங்களை சில கட்டுப்பாட்டுக்குள்ளாக்கிக் கொண்டு சில தியாகங்களைச் செய்ய

வேண்டிருக்கும். ஆனால் அதன் பலனோ பல நாட்கள் சுதந்திரமாகவும், சந்தோஷமாகவும் இருக்கலாம். எந்தவொரு கட்டுப்பாடும் தற்காலத்தில் சந்தோஷத்தையல்ல துக்கத்தையே கொடுக்கும் என்று வேதம் கூறுகிறது (எபிரேயர் 12:11ஐ பார்க்கவும்). ஆனாலும் பிற்காலத்திலோ அதனால் பயிற்றுவிக்கப்பட்டவர்களுக்கு நீதியான, சமாதானமான மிகுந்த பலனைக் கொடுக்கும். அவர்கள் முதலீடு செய்கின்றவர்கள் – பிற்காலத்தில் சிறந்ததைப் பெற்றுக் கொள்ளும்படியான, தற்காலத்தில் உள்ளவைகளெவைகளோ அவற்றை முதலீடு செய்கின்றார்கள்.

எப்போதுமே காலந்தாழ்த்தாதே “இப்போதே” என்ற ஒரு நபராக மாறத் தீர்மானித்து உங்கள் வாழ்வை எளிமையாக்கிக் கொள்ளுங்கள். “இன்றே செய்து முடிக்கக் கூடியவற்றை நாளைவரை ஒருபோதும் தள்ளிப் போட வேண்டாம்” என்பது உங்கள் வாழ்வின் புதிய தத்துவமாகட்டும். காரியங்களை இப்போதே செய்து, அதை செய்யும் எளிய செய்கையால் ஏற்படக்கூடிய சமாதானத்தை அனுபவிப்பீராக.

## குவிந்துக் கிடப்பதை சுத்தப்படுத்துவீராக

“சரீரசம்பந்தமான குப்பைக் கூளத்தை வெளியேற்றுவீராக. அதிக முக்கியமாக, ஆவிக்குரிய குப்பைக் கூளத்தை வெளியேற்றுவீராக.”

– டி.எச்.மாண்ட்.புளூயர்

*தேவன் கலக்கத்திற்கு தேவனாயிராமல், சமாதானத்திற்குத் தேவனாயிருக்கிறார்.*

–1 கொரிந்தியர் 14:33

குவிந்து கிடக்கும் குப்பைகள் என்னை எப்போதும் தொந்தரவு செய்கிறது, அதனை சுத்தம் செய்தாலொழிய நான் நன்றாக உணருவதில்லை. பிறகாலத்தில் ஏதாவது தேவைப்படும் என்றெண்ணுவதால் என் கணவர் பொருட்களை பத்திரப்படுத்தி வைக்க விரும்புவார், ஆனால் என்னுடைய தத்துவமோ, இன்னும் ஐந்து வருடத்திற்கு பிறகு அது எனக்குத் தேவைப்படும் என்றால், அநேகமாய் அதை நான் நினைவில் கூட கொண்டிருக்க மாட்டேன், எனவே அதை இப்போது உபயோகப்படுத்தும் யாரோ ஒருவருக்கு அதை கொடுத்துவிட்டு, எனக்கு பிறகு தேவைப்படுமென்றால் வேறொன்றை வாங்கிக் கொள்ளலாம் என்பதே.

நீங்கள் முறையின்றி செய்வதால், காரியங்கள் குவிக்கப்பட்டிருப்பதை பார்ப்பீர்களென்றால், நீங்கள் செய்ய நேரிடும் எல்லாவற்றையும் ஏன் செய்ய வேண்டுமென்று நீங்கள் நினைக்கின்றீர்களென்பதைக் நீங்களே உங்களை கேட்டுப் பாருங்கள். யாரோ ஒருவர் அதை உங்களிடம் செய்யும்படி சொன்னதால், செய்ய கடமைப்பட்டிருப்பதாக உணர்கின்றீர்களா? ஆம், என்றால் மக்களின் உணர்வுகளை காயப்படுத்த நீங்கள் விரும்புவதில்லை, ஆனால் மாறாக, சரியாகக் கொடுக்கப்படும் எந்தவொரு வெகுமதிக்குப் பின்னால் எந்தவொரு பிரதிபலனும் எதிர்பார்க்கப்படுவதில்லை. யாரோ ஒருவர் ஒரு உண்மையான வெகுமதியை உங்களுக்குக் கொடுப்பார்களேயென்றால், அதை நீங்கள் விரும்பும் விதமாய் பயன்படுத்திக் கொள்ள, அது உங்களுடையதாகத் தானிருக்க வேண்டும்.

அநேக சமயங்களில், உங்கள் விருப்பத்துக்கு ஏற்றார் போல இல்லாதிருக்கும் பொருட்களை மக்கள் உங்களுக்குக் கொடுக்கலாம். அந்த வெகுமதிக்குப் பின்னிருக்கும் அவர்களின் கருத்தை நீங்கள் ஆழமாய் பாராட்டினாலும், அதை உபயோகிக்க கடமைப்பட்டவர்களாக நீங்கள் உணராமலிருக்கலாம். தேவன் உண்ண நமக்கு அப்பத்தையும், விதைக்க விதையையும் கொடுக்கிறார் (2கொரிந்தியர் 9:10ஐ பார்க்கவும்), அப்படியென்றால் அவர் நமக்குக் கொடுக்கும் சில காரியங்கள் மற்றவர்களுக்கு நாம் கொடுக்க வேண்டுமென்பதற்காகத் தான் கொடுக்கின்றார்.

ஒருமுறை என் நண்பர் ஒருவருக்கு ஒரு விலையுயர்ந்த வளையல் ஒன்றை பரிசாகக் கொடுத்தேன். ஒரு இரண்டு ஆண்டுகளுக்குப் பிறகு, மற்றொரு பெண்ணின் கைகளில் அது இருப்பதைக் கண்டு, அதை அவள் இவளுக்குக் கொடுத்துவிட்டாளென்பதை உணர்ந்தேன். ஒரு நிமிடம், நான் காயப்பட சோதிக்கப்பட்டேன், ஆனால் சீக்கிரத்திலேயே என்னுடைய வழிமுறைகளை நினைவுப்படுத்திக் கொண்டேன். அதை எந்தவொரு நிபந்தனையுமின்றிக் கொடுத்தேன், எனவே அதன் எதிர்காலத்தைக் குறித்துச் சொல்ல எனக்கு எந்த உரிமையுமில்லை. ஒருமுறை அதை என் நண்பருக்குக் கொடுத்துவிட்டவுடன், அதை அவள் இஷ்டப்படி செய்ய அது அவளுடையதாகிவிடுகிறது. அதை அவள் கொடுத்துவிட்டதால், அதை அவள் பாராட்டவில்லை அல்லது விரும்பவில்லை என்றோ இல்லை, ஒருவேளை தேவன் அதை கொடுத்துவிடும்படி சொல்லியிருந்திருக்கலாம், அதை அவள் அவருக்கு கீழ்ப்படிந்து ஒரு தியாகமாகச் செய்திருக்கலாம். சிறந்ததை நம்புவதும் சிறந்தவற்றிற்காக நம்புவதும் பிரச்சனைகளை அணுகும் எளிய வழியாகும்.

என்னுடைய இருப்பிடத்தை நான் தூய்மையாக வைத்துக் கொள்ளும்படி, நான் மக்களுக்கு பொருட்களை முறையாகக் கொடுத்துவிடுவேன். அதை அனுபவிக்க நான் கற்றுக் கொண்டேன், நான் கொடுக்க இது ஒரு வழி என்பதைக் காண்கின்றேன். அழகானப் பொருட்கள் எனக்குப் பிடிக்கும், ஆனால் அதிகமானது எனக்குத் தேவையில்லை, ஏனென்றால் ஒவ்வொன்றையும் என்னால் அனுபவிக்க இயலாது, அவை அளவுக்கதிகமாகவும், ஒழுங்கற்றும் காணப்படுகிறது.

அநேக சமயங்களில், நம் வாழ்விலுள்ள குப்பைகள் மற்றவர்களின் தவறில்லை-நாம் தான் குற்றவாளிகள்! நீங்கள் ஆடை அணியும் போது,

எதை அணிவது என்று குழம்பும் வகையில் அதிகமான உடைகளைக் கொண்டிருக்கின்றீர்களா? உங்கள் வீட்டை நீங்கள் சுத்தப்படுத்தும் போது, ஒரு கடையில் பொருட்களின் நடுவில் அமர்ந்திருப்பதாக தோன்றும் விதத்தில் அதிகமான அரங்காரப் பொருட்களைக் கொண்டிருக்கின்றீர்களா? காலக்கெடு முடிவதற்கு முன்பு உபயோகப்படுத்தக் கூடாதபடி அநேகப் பொருட்களைக் கொண்டிருக்கின்றீர்களா? அநேகப் பொருட்களை, நீங்கள் உபயோகிக்காத படியும், அனுபவிக்காத படியும், ஒரு இடத்தை விட்டு மற்றொரு இடம் என்று மாற்றிக் கொண்டிருக்கின்றீர்களா? இந்த கேள்விகளில் எது ஒன்றிற்காவது ஆம் என்று பதில் இருக்குமேயென்றால், நீங்கள் குப்பைகளை சுத்தப்படுத்த ஆயத்தமாக வேண்டும் என்று நான் நினைக்கின்றேன். ஒரு கொடுக்கும் பெட்டியை எடுத்து, மற்றொருவர் அதை உண்மையாலும் அனுபவிக்கும்படியான பொருட்களால் அதை நிரப்புவர்கள், அதை நீங்கள் ஒருபோதும் இழந்துவிட்டதாக உணரமாட்டீர்கள். இந்த ஒரு அடியானது உங்களைச் சுற்றிலும் உள்ள அழுக்கை சுத்தப்படுத்தி, உங்கள் ஆவியில் உள்ள சூளத்தை சுத்திகரித்து, காரியங்களை இன்னும் அதிகமாக எளிமையானதாகவும், சமாதானமாகவும் நோக்க உதவும்.

## மிதமிஞ்சியதை தவிர்ப்பீர்

“உங்கள் சரீரமானது உங்கள் வாழ்க்கை முழுவதும் நீங்கள் சுமந்து செல்ல வேண்டிய ஒரு பிரயாணியின் சுமை போன்றது. எவ்வளவு அதிகமாக அந்த சுமையுள்ளது, அவ்வளவு குறுகியது அந்தப் பிரயாணம்.”

– ஆர்னால்ட் எச்.க்ளாஸ்கோ

தெளிந்த புத்தியுள்ளவர்களாயிருங்கள், விழித்திருங்கள்;  
ஏனெனில், உங்கள் எதிராளியாகிய பிசாசானவன் கொச்சிக்கிற  
சிங்கங்கள் போல் எவனை விழுங்கலாமோ என்று வகைத் தேடிச்  
சுற்றித்திரிகிறான்.

–1 பேதுரு 5:8

யாரோ ஒருவர் ஒருமுறை சொன்னார், “மிதமிஞ்சியது அல்லது அளவுக்கதிகமானது பிசாசின் விளையாட்டு மைதானம்” என்று நாம் எப்போதாவது, எந்தவொரு காரியத்திலாவது அளவுக்கதிகமாக பெற்றிருக்கும் போது, நாம் சமநிலையை இழந்துவிடுகிறோம். தேவனுடைய வார்த்தையின்படி, சமநிலையில்லாமலிருப்பது சாத்தானுக்கு கதவை திறந்துவிடுகிறது. நம்முடைய சந்தோஷத்தைத் திருடி, மிதமிஞ்சியதற்குள்ளாக நம்மை தள்ளுவதே சாத்தான் செய்ய விரும்பும் முக்கியமானக் காரியங்களுள் ஒன்றாகும். நலம் உபயோகிக்கும் திராணிக்கு மிஞ்சியதை நாம் பெற்றிருப்பது, நம் வாழ்க்கையை சிக்கலாக்கிவிடுகின்றது. அது ஒரு சிறு குழந்தை பிஸ்கெட்டுகளடங்கிய ஒரு ஜாடியில் தன் சிறு கையை விட்டு, ஒரே முறையில் அநேக பிஸ்கெட்டுகளை எடுக்க முயற்சிப்பதைப் போன்றதாகும். அது தன் கையை அந்த ஜாடியிலிருந்து வெளியே எடுக்க முடியாமலிருக்கின்றது, எனவே அதனுடைய கையும், பிஸ்கெட்டுகள் ஆகிய இரண்டும் மாட்டிக் கொள்கிறது! அபரிவிதம் சிக்கலாகிவிடுகின்றது!

வாழ்க்கையை எளிய முறையில் அணுக வேண்டுமென்றால், சமநிலைத் தேவை! அளவுக்கதிகமாகப் பேசுவது பிரச்சனைக்குள்ளாக்குகின்றது.

அளவுக்கதிகமாக சாப்பிடுவது பிரச்சனையை உண்டுபண்ணுகிறது. அளவுக்கதிகமான கடன் பிரச்சனைகளை உருவாக்குகின்றது. அளவுக்கதிகம் ஒரு பிரச்சனை தான்.

வேண்டாத கிளைகளை நறுக்கி சுத்தம் செய்யும் ஒரு செய்கையைக் குறித்து வேதம் கூறுகிறது (ஏசாயா 18:5ஐ பார்க்கவும்). ஒரு தோட்டக்காரன் தன்னுடைய மரங்களில் ஒன்று அதிகபடியான கிளைகளையோ, வியாதிப்பட்ட கிளைகளையோ கொண்டிருப்பதைக் காணும் போது, அவன் அதை நறுக்கி திருத்தம் செய்கின்றான் அல்லது வெட்டியெறிந்து விடுகின்றான். அளவுக்கதிகமான கிளைகளுள் சில, ஒரு செடியின் அடிப்பாகத்திலிருந்து அல்லது வேரிலிருந்து முளைத்தெழும்புகின்றது. இதனை “உறிஞ்சிவிடும் கிளைகள்” என்றழைக்கப்படுகின்றது. இலை மரத்தின் கீழ்பகுதியிலிருந்து முளைக்கின்றது. அது மரத்தின் சாரத்தை உறிஞ்சிக் கொண்டாலும், அதினால் மரத்துக்கு எந்த பயனும் இல்லை, ஏனென்றால் இந்த கிளைகளால் கனி கொடுக்க இயலாது. தோட்டக்காரன் இதை கண்டிப்பாக வெட்டியெறிந்து விடவேண்டும், இல்லையென்றால் அது அந்த மரம் முழுவதையும் பெலனிழக்கச் செய்து, தோற்றத்தை அலங்கோலமாக்கிவிடும்.

ஒருமுறை என் கணவர் டேவ் ஒரு மரத்தை வெட்டி சுத்தம் செய்தது என் நினைவிலிருக்கிறது. அவர் மிகவும் அதிகமாக அதை வெட்டிவிட்டார், நான் அது செத்துப் போய்விடும் என்றே நினைத்தேன், நான் மிகவும் சங்கடப்பட்டேன். அந்த மரம் மிகவும் மோசமாகத் தோன்றியது என்று நினைத்தேன். நான் மட்டும் பொறுமையாக இருப்பேனென்றால், அடுத்த வசந்தக் காலத்தில் அது மிகவும் அழகாகத் தோன்றும் என்று கூறினார். நிச்சயமாகவே, அந்த மரத்தில் வேண்டாத கிளைகள் வெட்டியெறியப்பட்டப்படியால், எங்கள் தோட்டத்திலேயே அது தான் மிகவும் வசீகரத் தோற்றத்துடன் காணப்பட்டது.

உங்களுக்குத் தேவையில்லாததை வெட்டி எறிந்துவிட பயப்பட வேண்டாம். தேவன் உங்களை இன்னும் அதிகமாக ஆசீர்வதிக்க அது கதவைத் திறந்துவிடுகிறது. நீங்கள் உபயோகிக்கும் திராணிக்கும் அதிகமாக பொருட்களைக் கொண்டிருப்பீர்களென்றால், இல்லாதவர்களுடன் அதை பகிர்ந்துக் கொள்ளுங்கள். இப்படி செய்வதின் மூலம், உங்கள் வாழ்வின் எதிர்கால அறுவடைக்காக, விதையை விதைக்கின்றீர்கள்.

பொருட்கள் இல்லாமல் வேறு இன்னும் அதிகமான அபரிவிதத்தை நாம் அனுபவிக்கின்றோம். நீங்கள் உடல் எடையை குறைக்க விரும்பினால், நீங்கள் சாப்பிடுவதை குறைத்து விடுங்கள், நாளடைவில் வித்தியாசத்தைக் காண்பீர்கள். உங்கள் பேச்சினால் உங்கள் உறவுகளில் அடிக்கடி பிரச்சனைக்குள்ளாகி விடுகின்றீர்களென்றால், பேசுவதைக் குறைத்துவிட்டு அதிகமாக கேளுங்கள். அளவுக்கதிகமானதற்கு இல்லை என்று சொல்லிவிட்டு, உங்கள் வாழ்க்கையிலுள்ள சிக்கல்களை விலக்க ஆம் என்று இன்றே சொல்லுங்கள்.

## கடனில்லாதிருங்கள்

“கடனென்பது மோசமான வறுமையாகும்.”

– தாமஸ் ∴ புல்லர்

*ஐஸ்வரியவான் தரித்திரனை ஆளுகிறான்; கடன் வாங்கினவன்  
கடன் கொடுத்தவனுக்கு அடிமை.*

–நீதிமொழிகள் 22:7

நம் வாழ்வை சிக்கலாக்கி, உபத்திரவப்படுத்தி, நெருக்கி, மீளமுடியாதபடி சுருட்டிவிடும் மிகவும் மோசமான காரியங்களுள் ஒன்று பொருளாதார கடனாகும். சாதாரணமாக இருப்பதைக் காட்டிலும் அதிகப்படியான கடனானது வாழ்க்கையை அதிக சிக்கலாக்கி, கடன் வாங்குபவரை அதிக அழுத்தத்திற்குள்ளாக்குகின்றது. ஒரு திருமணத்திலும் கூட அது அதிகப்படியான பாரமாகிறது. உண்மையிலேயே, இந்த பாரம் தாங்கொண்ணாததாக இருப்பதால், அநேக விவாகரத்துக்களுக்கு இது காரணமாகிவிடுகின்றதென்று புள்ளியல் விபரம் கூறுகிறது.

நம் சமுதாயமானது நாம் சுலபமாக கடனுக்குள்ளிலிடச் செய்கின்றது. கடனட்டைகள் மூலமாக பொருட்களை இப்போது வாங்கிக் கொண்டு பின்னர் கடடும்படி செய்கின்றது. இதுதான் அமெரிக்காவில் இன்று மிகுந்த பணம் ஈட்டக்கூடிய தொழிலாகும். இதில் வரும் லாபத்தைக் கொண்டு இன்னும் அதிக விளம்பரப்படுத்தவும், மக்கள் இன்னும் அதிகமாக கடனட்டைகளை வாங்கவும் பயன்படுத்துகின்றனர். மக்கள் பொறுமையின்மையாலும், எதிர்காலத்தைக் குறித்து கொஞ்சம் கூட அக்கறையின்றி இருக்கும் காலக்கட்டத்தில் நாம் வாழ்கின்றோம். அவர்கள் தற்சமயத்திற்கென்று வாழ்கின்றனர், ஆனால் கொடுமையான, கடுமையான உண்மையென்னவென்றால் நாளையென்பது உண்டே – நாளைய, நாம் இன்று என்ன செய்தோமோ அதன் பலனை அனுபவிப்போம்.

உணர்ச்சியின் உச்சக்கட்டத்தில் பொருட்களை வாங்கிவிட்டு, அதனால் ஏற்பட்ட கடனை அடைக்கும் அழுத்தத்தை மாத கணக்கில், சில சமயம் வருடக் கணக்கிலும் அனுபவித்த கோடிக்கணக்கான மக்கள் உண்டு.

தாங்கள் வாங்கிய பொருட்களை அவர்கள் உபயோகிக்கக் கூட மாட்டார்கள், ஆனால் அதன் கடனையோ இன்னும் கட்டுகின்றனர். தாங்கள் வாங்கியது எங்கிருக்கின்றதென்று கூட அவர்கள் அறியாமலிருக்கின்றனர்—ஒருவேளை ஏதோ அலமாரிக்குள் இருக்கலாம். அல்லது பரன் மேலோ, கார் நிறுத்துமிடத்திலோ கூட இருக்கலாம். சில சமயங்களில், மக்கள் பொருட்களை வாங்குகின்றனர், ஆனால் உபயோகிப்பது கூட கிடையாது. ஒரு பெரிய விற்பனையைக் காண்கின்றனர் அல்லது “இரண்டு வாங்கினால் ஒன்று இலவசம்” என்று வியாபாரத்தை ஊக்குவிக்கும் விளம்பரத்தைக் கண்டு, அதை வாங்கி, வீட்டிற்குக் கொண்டுச் சென்று, பின்னர் உபயோகிக்கலாம் என்று வைக்கின்றனர், பின்னர் அது இருப்பதையே மறந்து விடுகின்றனர். நாம் *பொருட்களுக்கு* அடிமைகளாகியிருக்கின்றோம். நாம் கொண்டிருக்க வேண்டுமென்று நாம் நினைக்கும் பொருட்களெல்லாம் தான் நம் வாழ்வை சிக்கலாக்கி, தேவன் நாம் அனுபவிக்க வேண்டுமென்று விரும்பும் அழகை நம் வாழ்விலிருந்து திருடிவிடுகின்றது.

உங்களுக்கு தேவையானவற்றையும், நீங்கள் விரும்பும் சிலவற்றையும் வாங்கிக் கொள்ளுங்கள், ஆனால் கடனை வாங்கி அதை செய்யாதீர். நீங்கள் விரும்பும் பொருளை வாங்க பணத்தை சேமிக்க கற்றுக்கொள்ளுங்கள் “கைப்பாடாய்ச் சேர்க்கிறவனோ விருத்தியடைவான்” (நீதிமொழிகள் 13:11) என்று வேதம் கூறுகிறது. பொருளாதாரத்தைக் குறித்து ஒரு எளிமையான, அருமையான திட்டத்தை என் கணவர் கொண்டிருக்கிறார்: நீங்கள் பெற்றுக் கொள்ளும் எல்லாவற்றிலும் கொஞ்சம் கொடுங்கள், கொஞ்சம் சேமியுங்கள், உங்கள் திராணிக்குத் தக்கதாகவோ அல்லது உங்கள் எல்லைக்குட்பட்டோ கொஞ்சம் செலவிடுங்கள். இதை செய்வீர்களென்றால் உங்கள் எல்லைகள் விருத்தியடையும். அப்போது கடனினால் ஏற்படும் அழுத்தமோ, சிக்கலோ ஏற்படாது.

நீங்கள் ஏற்கனவே கடனுக்குள்ளிருப்பீர்களென்றால், அதிலிருந்து மீண்டு வர உங்களை அர்ப்பணியுங்கள். நீங்கள் ஏற்கனவே செய்துக் கொண்டிருந்ததைப் போன்று செய்து பிரச்சனையை இன்னும் மோசமாக விடாதீர். உங்கள் கடனையெல்லாம் தீர்த்துவிட நீங்கள் தியாகம் செய்ய வேண்டிருக்கலாம், ஆனால் அது தகுதியானதே. உங்கள் தலை

மேலிருக்கும் கடனானது, நீங்கள் எங்குச் சென்றாலும் சுமந்துச் செல்ல வேண்டியிருக்கும் ஒரு பாரமான இரும்பை போன்றது. அதன் கட்டை வெட்டிவிட்டு அதனால் ஏற்படும் சுதந்திரத்தையும், கடனில்லாமலிருப்பதால் ஏற்படும் எளிமையையும் அனுபவியுங்கள்.

## முதன்மையான காரியம் முதன்மையானதாக இருக்கட்டும்

“தேவனைத் தவிர வேறொன்றும் உங்களுக்கு இராதபோதுதான் முதல் முறையாக தேவன் போதுமானவர் என்பதை அறிந்துக்கொள்வீர்.”

— மாட ராய்டென்

*பிள்ளைகளே, நீங்கள் விக்கிரகங்களுக்கு விலகி, உங்களைக் காத்துக்கொள்வீர்களாக. ஆமென்.*

—1 யோவான் 5:21

தேவன் அக்கறையுள்ள தேவனானவர், அவருக்கு திருப்தியளிக்கக் கூடிய ஒரே இடம் அவருக்கு தகுந்த இடமாகிய எல்லாவற்றிலும் முதலிடமாகும். அந்த கடினமான இடத்தில், முன்னுரிமை வாய்ந்த இடத்தில் அவரை வைக்க நாம் முயற்சிப்பது தான், நம் வாழ்க்கையில் காரியங்கள் சரியாக நடைபெற ஒரே வழியாகும். நாம் கஷ்டப்பட்டு முயற்சிக்க வேண்டுமென்று சொல்கிறோம், ஏனென்றால் அதற்காக நாம் முயற்சி செய்யாவிட்டால், அது ஒருபோதும் நடைபெறாது. நம் அலுவல்களானது நம் முன்னுரிமைகளை தடம் புரளச்செய்துவிடும், செல்வத்தின் வஞ்சனைக்குள்ளாக நாம் சிக்கிக்கொள்ளவும் செய்துவிடும்.

நம் முன்னுரிமைகளை சரியாக வைத்துக் கொள்ளாதல் எனும் போது, இயேசு மார்த்தாள், மரியானை சந்தித்த கதையில் இரண்டு வித்தியாசமான பிரதிக்கனைகளை நாம் காணலாம். மரியாள் தேவன் சொல்வதையெல்லாம் கேட்கும் படியாக அவருடைய பாதத்தில் அமர்ந்துக் கொண்டாள், ஆனால் மார்த்தாளோ விருந்தினரை உபசரிப்பதிலும், வீட்டை சுத்தமாக வைத்துக் கொள்வதிலும் மும்முரமாக இருந்தாள். மரியாள் தனக்கு உதவி செய்ய வேண்டுமென்று இயேசு சொல்லாததைக் குறித்தும், அவள் நல்ல பங்கை தெரிந்துக் கொண்டாள் என்று சொன்னதினிமித்தமும் மிகவும் ஏமாற்றமடைந்தாள். மேலும் மார்த்தாளிடம், அவள் அவர் அங்கு வந்ததின் நோக்கத்தை விட்டுவிட்டு

மற்ற அநேகக் காரியங்களைக் குறித்து அவள் கவலைப்பட்டு கலங்குகிறாளென்றும் கூறினார் (லூக்கா 10:38-42ஐ பார்க்கவும்). அந்த நாளில், மரியாள் சமாதானமாகவும், அமைதியாகவும் இருந்த போது, மார்த்தாளுடைய வாழ்வோ மிகவும் சிக்கலானதாகவும், களைப்படவைததாகவும் மாறிவிட்டது.

மற்றொரு சமயம், நித்திய ஜீவனை பெற்றுக் கொள்ள என்ன செய்ய வேண்டுமென்று அறிந்துக் கொள்ள விரும்பிய ஒரு ஐசுவரியவானை இயேசு சந்தித்தார். இயேசு, அவனுக்குள்ள அனைத்தையும் விற்றுவிற்று, தரித்திரருக்கு கொடுத்துவிட்டு அவரை பின்பற்றி வர சொன்னபோது, அந்த வாலிபன் மிகுந்த துக்கத்துடன் சென்றுவிட்டான், ஏனென்றால் அவன் மிகுந்த ஆஸ்தியுள்ளவனாக இருந்தான் (லூக்கா 18:18-28ஐ பார்க்கவும்). அவனுடைய ஆஸ்தி அவனை வஞ்சித்துவிட்டது. தேவன் அவனை சோதிக்கிறாரென்பதை அவன் உணர்ந்துக் கொள்ளாமலிருந்தான்; தேவனைக் கொண்டிருக்கும்படி அவன் அதையெல்லாம் கொடுத்துவிட விருப்பமுள்ளவனாக இருந்திருப்பானேயென்றால், காலப்போக்கில் அவன் கொடுத்துவிட்டதை விட அதிகமானது அவனுக்குக் கொடுக்கப்பட்டிருக்கும். அநேக மக்கள் இதே தவறை தான் செய்கின்றனர். தாங்கள் கொண்டிருப்பதையே பயத்தோடு பற்றிக் கொண்டு, தாங்கள் எதையெல்லாம் பெற்றுக்கொள்ள முடியுமோ அதையெல்லாம் இழந்துவிடுகின்றனர். இயேசுவைப் போன்று தங்களை ஒருபோதும் திருப்திப்படுத்தாத “பொருட்களை” ஏற்றுக்கொள்கின்றனர். மேன்மையானதுக்காக மேலே பறப்பதை விட்டுவிட்டு நன்மையானதில் தரித்துவிடுகின்றனர். முதன்மையான காரியம் உங்கள் வாழ்வில் முதன்மையாக இருக்க ஒரு தீர்மானம் செய்யுங்கள். முதன்மையான காரியம் இயேசுவே!

## எல்லைகளை நியமியுங்கள்

“நாம் கடந்துச் செல்ல விரும்பாத எல்லைகளை கண்டுங்காணாமலிருக்க விரும்புகின்றோம்.”

– சாமுவேல் ஜான்சன்

மனுஷ ஜாதியான சகல ஜனங்களையும் அவர் ஒரே இரத்தத்தினாலே தோன்றப் பண்ணி, பூமியின் மீதெங்கும் குடியிருக்கச் செய்து, முன் தீர்மானிக்கப்பட்ட காலங்களையும் அவர்கள் குடியிருப்பின் எல்லைகளையும் குறித்திருக்கிறார்.

– அப்போஸ்தலர் 17:26

மேற்கண்ட வசனத்தில் தேவன் எல்லைகளை நியமித்தாரென்று பார்க்கிறோம், நாமும் எல்லைகளை நியமிக்க வேண்டும். உங்கள் வாழ்வில் உங்களுக்கு எல்லைகள் இல்லாதபோது, உங்களுக்கு பாதுகாப்பு இல்லை. எல்லைகள் வேலிகளைப் போன்றதாகும்; விரும்பத்தகாத மக்களையும், பொருட்களையும் உங்கள் வாழ்வில் புறம்பே வைத்துவிடுகிறது. காரியங்கள் தெளிவற்று இல்லாமல் அவைகளை உறுதியாக்குகின்றது. எல்லைகளை ஏற்படுத்திக் கொள்ள அநேக மக்கள் பயப்படுகின்றனர், ஏனென்றால் அவர்கள் பிறரை காயப்படுத்தியோ, கோபமடையவோ செய்துவிடுவோமென்று நினைக்கின்றனர். நாம் தேவனை பின்பற்றும்படி அவரால் அழைக்கப்பட்டிருக்கிறோமென்பதை நினைவில் வைத்துக் கொண்டு, ஞானத்தில் நடக்க வேண்டும். மற்றவர்கள் சந்தோஷமாக இருப்பதற்கு நாம் என்ன செய்ய வேண்டும் என்று அவர்கள் நமக்கு சொல்லும்படி அனுமதிக்க நாம் அழைக்கப்படவில்லை. மக்களை நாம் சந்தோஷப்படுத்த வேண்டும் தான் அதில் சந்தேகமில்லை. நாம் மற்றவர்களுக்கு நன்மை செய்ய தியாகங்களைக் கூட செய்ய வேண்டும், அவர்களுடன் பகிர்ந்துக் கொள்ள வேண்டும் என்று கூட வேதம் கூறுகிறது (எபிரேயர் 13:16 ஐ பார்க்கவும்), ஆனால் இதை இடத்திற்கு ஏற்றார் போல் உபயோகிக்க வேண்டும், சமநிலையை இழக்கும் விதமாய் இதை உபயோகிக்கக் கூடாது.

என்னுடைய இளைய மகள் தன்னுடைய தனிப்பட்ட காரியங்களைக் குறித்துக் கண்டிப்பாக இருப்பவள். அது அவளுக்கு மிகவும் முக்கியமானது, எனவே அவள் மக்களை என்னையும் உட்பட, அவள் வீட்டிற்கு போவதைக் குறித்து முன் கூட்டியே அறிவிக்காமல் வரக்கூடாது என்று கூறுவாள். இந்த மனப்பான்மையோடு ஒத்துப்போவது எனக்கு முதலில் கொஞ்சம் கடினமாக இருந்தது என்பதை ஒத்துக்கொள்கிறேன், ஆனால் அவளுடைய வேண்டுகோள் தவறு இல்லையே. ஒரு தவறான மனப்பான்மையின்றி அவளுடைய எல்லைகளை நான் மதிக்க வேண்டியிருந்தது.

எவருமே ஒத்திருப்பதில்லை, நம்மனைவருக்கும் வித்தியாசமானத் தேவைகளுண்டு. என்னுடைய மூத்த மகள், என் இளைய மகளுக்கு நேர் எதிரானவள். “எப்போ வேண்டுமென்றாலும் வாருங்கள், முன்கூட்டியே தொலைபேசியில் வருவதைப் பற்றி தெரிவிக்க வேண்டாம்” என்று கூறுவாள். எப்படியாயினும் என்னுடைய இளைய மகளைவிட இன்னும் நெருக்கமான எல்லைகளை அவள் வாழ்வில் வேறு பகுதிகளில் அவள் கொண்டிருக்கிறாள். நாம் நமக்கு தானே எல்லைகளைக் கொண்டிருப்பதோடு மற்றவர்களின் எல்லைகளையும் நாம் கனம் பண்ண வேண்டும். அவ்வாறு செய்வது அவர்கள் நம் எல்லையை மதிக்க வைக்கும் ஒரு வழியாகும். மக்கள் அவர்கள் இருப்பதைப் போன்று ஏன் இருக்கிறார்கள் என்பதை நாம் எப்போதுமே அறிந்துக் கொள்ள இயலாது, ஆனால் அவர்கள் அவர்களாக இருக்க அவர்களுக்கிருக்கும் உரிமையை நாம் மதிக்க வேண்டும்.

எல்லைகளில்லாதபடி வாழ்க்கை மிகவும் சிக்கலாகிவிடுகின்றது. மற்றவர்களுடன் நாம் எவ்வாறு வாழ வேண்டுமென்பதைப் பற்றி எந்தவொரு கட்டுப்பாடுமின்றி, எந்தவொரு வழிமுறையுமின்றி எல்லாமே கலந்த ஒரு சிக்கலான வாழ்க்கையாகி விடுகின்றது. நாம் அடிக்கடி, பிறர் நம்மை அவர்களின் இஷ்டம் போல் பயன்படுத்திக் கொள்கின்றனர் என்பதைக் காண்போம், இல்லையென்றால் நாம் இருக்க விரும்பாத இடத்தில் இருப்பதாக உணருவோம் அல்லது நாம் செய்ய விரும்பாததை செய்கிறதாக உணர்வோம். இல்லை என்று சொல்வது ஒரு எல்லையை நிறுவுவதாகும்.

நமக்கு கூட நாம் எல்லைகளை நியமித்துக் கொள்ள வேண்டும். உதாரணமாக, நாம் வாழும்படி உயர்வான அளவுகளை நியமிப்பதும்,

எல்லைகளை வைப்பதாகும். நாம் என்ன செய்வோம், என்ன செய்ய மாட்டோமென்று கூறுகிறோம். நாம் நமக்கும் பிறருக்கும் எப்போதுமே ஆம் என்றே கூறுவோமென்றால், நமக்கு எல்லைகள் இருக்காது. வாழ்க்கை மிகவும் விரக்தியடையச் செய்வதாகவும், சிக்கலானதாகவும் இருக்கும்.

உங்களுக்கு எல்லைகள் இல்லையென்றாலும், மற்றவர்களின் எல்லைகளை மதிக்க தெரியாதிருந்தாலும், நீங்கள் மதியீனமாயிருப்பதோடில்லாமல், நீங்கள் அனுபவிக்க கூடிய எளிமையை இழக்கின்றவர்களாகவும் இருப்பீர்கள். நீங்கள் சந்தோஷமாக இருப்பதற்கு உங்களுக்கு என்ன தேவை என்பதை உங்களை நீங்களே கேட்டுப்பாருங்கள் பின்னர் அதற்கு ஏற்றார் போல எல்லைகளை அமைத்துக் கொள்ளுங்கள். அவ்வாறு செய்வது தவறில்லை; உண்மையிலேயே அதுதான் ஞானமானது.

## உங்களை அறிந்துக்கொள்ளுங்கள்

“உங்களை அறிந்துக்கொள்ளுங்கள். நீங்கள் அற்புதமானவர்கள் என்ற உங்கள் நாயினுடைய பாராட்டுதான் முடிவான சான்று என்று ஏற்றுக்கொள்ளாதீர்.”

– ஆன் லான்டர்ஸ்

*தம்முடைய கையில் பிதா எல்லாவற்றையும்  
ஒப்புக்கொடுத்தாரென்பதையும், நாம் தேவனிடத்திலிருந்து  
வந்ததையும், தேவனிடத்திற்குப் போகிறதையும் இயேசு அறிந்து;*

–யோவான் 13:3

யோவான் 13:3ஐ தொடருவோமென்றால், நாம் இயேசு ஒரு வேலைக்காரனைப் போன்று அரையைக் கட்டிக்கொண்டு, தம்முடைய சீஷர்களின் கால்களை கழுவுவதைக் காணலாம். தாழ்மை மற்றும் மேன்மையை காட்டும் என்னே ஒரு மகத்துவமான செயல்து. இயேசு இதனை செய்ய உதவிய காரியங்களுள் ஒன்று அவர் தம்மை அறிந்திருந்ததே என்று நான் நம்புகிறேன். அவர் யாரென்பதை அவர் அறிந்திருந்தார், எங்கேயிருந்து வந்தார், எங்கே செல்கிறாரென்பதையும் அவர் அறிந்திருந்தார். அவர் ஏன் அனுப்பப்பட்டாரென்பதையும் அவர் அறிந்திருந்தார். அவர் பாதுகாப்பற்றவராய் உணரவேயில்லை, ஆனால் அவருடைய பிதாவின் பேரில் அவருடைய நம்பிக்கை இருந்தது.

அநேக மக்களுக்குத் தாங்கள் யாரென்பதை தெரியாமலிருக்கிறது, இதனால் தாங்கள் செய்யும்படி அழைக்கப்படாத, திறமை பெறாதக் காரியங்களை செய்ய முயற்சித்து தங்கள் வாழ்நாள் முழுவதையும் கழிக்கின்றனர், அதை செய்து முடிக்க நிச்சயமாய் அவர்களால் இயலாது. நம்மால் என்ன செய்யக் கூடும் என்பதை மட்டுமல்ல, நம்மால் என்ன செய்ய இயலாது என்பதையும் அறிந்திருக்க வேண்டும். ஒரு முதலாளியாக நான் பார்த்த துக்ககரமான காரியம் என்னவென்றால், பயத்தினிமித்தம் மக்கள் தங்களுக்கு சவாலாக இல்லாமலிருக்கும் நிலையிலேயே தரித்திருப்பதே. இதே போல் தங்கள் திறமைக்கு மிஞ்சியது என்று

ஒத்துக்கொள்ள முடியாது அல்லது விருப்பமில்லாத நிலைகளிலேயே தரித்திருப்பதைப் பார்ப்பதும் என்னை துக்கப்படுத்துகின்றது.

“இது என் திறமைக்கு மிஞ்சியது, இதை என்னால் நல்ல விதமாக செய்ய இயலாது” என்று சொல்ல நாம் ஏன் கஷ்டப்படுகின்றோம்? நாம் பாதுகாப்பாக உணருவதில்லை! கிறிஸ்துவில் நாம் யாராக இருக்கிறோம் என்பதிலிருந்து நம் மதிப்பையும், தகுதியையும் பெற்றுக்கொள்வதற்கு பதிலாக நாம் என்ன செய்கின்றோமோ அதிலிருந்து தான் நாம் அதிகமாக பெற்றுக்கொள்கின்றோம். நீங்கள் தேவனுடையப் பிள்ளைகளாய் இருப்பீர்களென்றால், உங்களுக்குத் தேவைப்படும் நிலையும், தகுதியும் அது மட்டும் தான்.

தன்னை அறியாத மனிதனாக பேதுரு இருந்தான். தன்னை குறித்து அவன் நினைத்துக் கொள்வதற்கு மிஞ்சி அவன் தன்னைப் பற்றி நினைத்துக் கொண்டான். அவனுக்கு பெலவீனங்களிருந்தன, அதை அவன் ஒத்துக்கொள்ள விரும்பவில்லை. அவனுடைய உண்மையான தன்மையை அறிந்துக் கொள்ள சில கடினமானப் பாடங்களை அவன் கற்றுக் கொள்ள வேண்டியிருந்தது. கிறிஸ்துவை அவன் ஒருபோதும் மறுதலிக்க மாட்டான் என்று அவன் நினைத்தான், ஆனாலும் அவன் மறுதலித்தான். இந்த நிகழ்ச்சி அவன் தன்னை யாரென்று அறிந்துக் கொள்ளும்படி செய்தது. அவன் மனந்திரும்பிய பின் தேவனால் மீண்டும் நிலைவரப்படுத்தப்பட்டு, இயேசுவின் அப்போஸ்தலனாகும்படி தொடர்ந்துச் சென்றான். பெலவீனங்களையும், இயலாமைகளையும் கொண்டிருப்பது நம்மை தகுதியற்றவர்களாக்கி விடாது, ஏனெனில் நம்முடைய பெலவீனங்களில் தேவனுடைய பெலன் பூரணமாகிறது, ஆனால் தேவன் நம்மை பெலப்படுத்துவதற்கு மேல் நம்மால் செல்ல இயலாது.

ஒரு பெண் என்னுடைய நினைவுக்கு வருகிறாள்—அவளை நான் ஜேன் என்று அழைப்பேன். ஒரு பிரச்சனையான சூழ்நிலையைக் குறித்து ஜெபிக்கும்படி என்னிடம் வந்தாள். அவள் வேலை ஸ்தலத்தில், அவளுடைய நண்பர்களில் ஒருவர் பதவி உயர்வைப் பெற்றுக் கொண்டாள், அவள் ஜேனையும் பதவி உயர்வுக்கு முயற்சிக்கும்படி சொல்லிக் கொண்டேயிருந்தாள் நீங்கள் எவ்வாறெல்லாம் மாற முடியுமோ அவ்வாறெல்லாம் மாற இயலும் என்ற என்னுடைய போதனையை ஜேன் கேட்டிருக்கிறாள், தான் கிரேட் ஒன் செக்கரட்டரியாக பதவி உயர்வைப்

பெற்றுக்கொள்ள தகுதியானவள் என்று அவள் உணராதிருந்தபோதும், என்னுடைய போதனையாலும், அவளுடைய தோழியின் வற்புறுத்தலினாலும் அந்த பதவி உயர்வை முயற்சிக்கும்படி அவள் தூண்டப்பட்டாள். அவள் தன்னுடைய இருதயத்தின் நினைவுகளைப் பின்பற்ற வேண்டுமென்று நான் கூறினேன். தேவன் தன்னை கிரேட் செக்கரட்டரியாகத்தான் இருக்க அழைத்திருக்கிறார் என்று அவள் உண்மையாலும் உணர்ந்திருப்பாளேயென்றால், அவள் அவ்வாறு இருப்பதில் எந்த தவறும் இல்லை. இந்த அறிவு உடனடியாக அவளுடைய வாழ்வை எளிமையாக்கியது. குழப்பத்திலிருந்து அவள் விடுதலையாக்கப்பட்டாள் போட்டிப் போட்டுக்கொண்டு வாழத் தேவையில்லை என்பதை அவள் உணர்ந்துக் கொண்டாள்; அவள் தன்னை அறிந்துக் கொண்டு, தானாக இருக்க வேண்டியது தான் அவளுக்குத் தேவைப்பட்டது.

## விசுவாசமாய் மட்டும் இரு

“நாம் காணாததை நம்புவது தான் விசுவாசம், இந்த விசுவாசத்தின் பலன் நாம் நம்பியதைப் பார்ப்பது.”

—பரிசுத்த அகஸ்டின்

*இயேசு அவளை நோக்கி: நீ விசுவாசத்தால் தேவனுடைய மகிமையைக் காண்பாய் என்று நான் உனக்குச் சொல்லவில்லையா என்றார்.*

—யோவான் 11:40

உங்கள் வாழ்வை எளிமையாக்க துரிதமான முறை நம்புவது தான் பயம், சந்தேகம், நம்பிக்கையற்ற நிலை, அதிகமாக பகுத்தறிந்து பார்ப்பது வாழ்க்கையை சிக்கலாக்கிவிடுகின்றது. ஆனால் நம்பக்கூடிய திறமை அதை எல்லாம் அகற்றிவிடுகின்றது. சிறுபிள்ளைகள் நீங்கள் என்ன சொல்கின்றீர்களோ அதை நம்பிவிடுவார்கள். ஒரு குழந்தையிடம் பெற்றோர் சனிக்கிழமை ஒரு ஜோடி புதிய காலணிகளை வாங்கிக் கொடுப்போம் என்று சொல்வார்களென்றால், அது நடக்குமா, நடக்காது என்று அந்த வாரம் முழுவதும் அந்த பிள்ளை கவலைப்படுவது இல்லை. அந்த பிள்ளை சனிக்கிழமையை ஆவலாய் எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருக்கும் அவ்வளவு தான். தேவனோடுள்ள நம்முடைய உறவிலும் நாம் அவ்வாறு தான் இருக்க வேண்டும். நாம் சும்மா நம்ப வேண்டும் அல்லது ஆங்கில வேதாகமத்தில் கிங் ஜேம்ஸ் மொழியாக்கம், மாற்கு 5:36ல் சொல்வதைப் போன்று “விசுவாசமாய் மட்டும் இரு.”

தேவன் நமக்குத் தேவையானவற்றை கொடுப்பார் என்று விசுவாசமாகவும், நம்பிக்கையாகவும் இருப்பது சுலபமல்ல. நீங்கள் மீண்டும் ஒருபோதும் சந்தேகப்படமாட்டீர்கள் என்று உறுதி செய்ய துரதிஷ்டவசமாக ஒரு “நம்பிக்கை பொத்தான்” என்று ஒன்றை அழுத்தி உறுதி செய்ய இயலாது. அது அனுதினமும் வளர்கின்ற ஒரு காரியம், நீங்கள் காத்துக் கொண்டிருக்கும் சமயத்தில் நீங்கள் கொண்டிருக்க வேண்டிய மனப்பான்மையே ஒரு குழந்தையைப் போன்றது—“சனிக்கிழமை

வருகிறது” விரக்தியடைந்து விட்டு விடுவதற்குப் பதிலாக, தேவனுடைய வாக்குத்தத்தங்களை நாம் விசுவாசத்தினாலும், பொறுமையினாலும் தான் பெற்றுக்கொள்கிறோமென்பதை உணர்ந்துக்கொள்ளுங்கள். பிரச்சனையைக் குறித்து அல்ல வாக்குத்தத்ததைக் குறித்துப் பேசிக் கொண்டிருங்கள். நாம் அனுபவிக்கும் எதிர்மறையான உணர்ச்சிகளெல்லாம் நம் வாழ்க்கையை சிக்கலாக்கும் சில விஷயங்களே. நாம் காத்துக்கொண்டிருக்கும் போது ஏமாற்றமாய் உணரத் தேவையில்லை; நாம் எதிர்பார்ப்போடும், சந்தோஷமாகவும் இருக்க தெரிந்துக் கொள்ளலாம். எளிமையான அணுகுமுறையை எடுத்துக் கொண்டு சம்மா விசுவாசிக்கலாமே!

அடுத்தமுறை வாழ்க்கை மிகவும் சிக்கலாக இருக்கின்றது, ஒரு பாலத்தின் மேலிருந்து கீழே குதித்துவிடலாமென்று தோன்றும் போது, “தேவனே, நான் விசுவாசிக்கின்றேன்!” என்று உரக்க சொல்லத் தொடங்குங்கள் நீங்கள் செய்ய வேண்டியதெல்லாம் அவருடைய வார்த்தையை எடுத்து, அவருடைய வாக்குத்தத்தத்தைக் கண்டுப்பிடிப்பதேயாகும்—நான் உன்னைவிட்டு விலகுவதில்லை, உன்னை கைவிடுவதில்லை என்று உறுதியளிக்கும் வாக்குத்தத்தங்கள் (உபாகமம் 31:6ஐ பார்க்கவும்); எல்லா ஆறுதலுக்கும், உற்சாகத்துக்கும் ஊற்றுக் காரணர் அவரே என்ற வாக்குத்தத்தம் (2 கொரிந்தியர் 1:3-4ஐ பார்க்கவும்). எனவே இந்த வாக்குத்தத்தங்களைப் பற்றிக் கொண்டு உறுதியாக சொல்லுங்கள், “தேவனே, நான் விசுவாசிக்கின்றேன்!” நீங்கள் மனஅமைதியைப் பெற்றுக்கொண்டு, நீங்கள் என்னவெல்லாம் செய்ய வேண்டுமோ அதையெல்லாம் செய்ய ஆயத்தமாக உணர்வீர்கள். பலமுறை அதை திரும்ப திரும்ப சொல்ல வேண்டிருக்கலாம், ஆனால் அனுபவத்திலிருந்து அறிந்திருக்கிறேன், விசுவாசிப்பது நம் ஆத்துமாவில் ஒரு அற்புதமான பாதிப்பைக் கொண்டுள்ளது. விசுவாசிப்பதில் சந்தோஷமும், சமாதானமும் காணப்படுகிறதென்று வேதம் கூறுகிறது (ரோமர் 15:13ஐ பார்க்கவும்). நாம் ஏமாற்றமாகவும், துக்கமாகவோ உணரும் எந்த வேளையிலும் என்னுடைய விசுவாச அளவு எங்கேயிருக்கிறதென்று நான் சோதித்துப் பார்க்கும்போது, உடனேயே என்னுடைய எதிர்மறையான உணர்வுகள் தான் காரணம் என்பதை அறிகின்றேன். என்னுடைய மனப்பான்மையை நான் கொஞ்சம் மாற்றியமைக்க விருப்பமுள்ளவளாக இருக்கும் போது, காரியங்கள் குறிப்பிடத்தக்க விதத்தில் சிறப்பாக மாறும்.

எளிமையாக்கு, எளிமையாக்கு, இன்னும் கொஞ்சம் அதிகமாய் எளிமையாக்கு என்று தேவன் என்னிடம் சொல்லிக் கொண்டேயிருக்கிறார். நான் ஒரு பிரயாணத்திலிருக்கிறேன், இந்த தருணத்தில் நீங்களும் என்னுடன் இணைந்துக் கொள்ள தீர்மானித்திருப்பீர்களென்று நான் நம்புகின்றேன். விசுவாசியுங்கள், பெற்றுக்கொள்ள ஆயத்தமாய் இருங்கள்.

## உங்கள் பொறுப்புகளை முறையாக மதிப்பிட்டுக்கொள்ளுங்கள்

“உங்களுக்கு ஏதோவொன்று பிடிக்கவில்லையென்றால், அதை மாற்றிவிடுங்கள்; அதை உங்களால் மாற்ற கூடாதென்றால், அதைப் பற்றி நீங்கள் நினைக்கும் முறையை மாற்றிக் கொள்ளுங்கள்.”

–மேரி எங்கள்ப்ரெயிட்

*வருத்தப்பட்டுப் பாரஞ்சுமக்கிறவர்களே! நீங்கள் எல்லாரும்  
என்னிடத்தில் வாருங்கள்; நான் உங்களுக்கு இளைப்பாறுதல்  
தருவேன்.*

–மத்தேயு 11:28

நமக்கு இளைப்பாறுதல் கொடுக்க விரும்புவதாக இயேசு கூறுகிறார். நாம் அவரிடத்தில் வரும்படி அவர் நம்மை அழைக்கிறார். அவர் அநேகமாக நாம் நம்முடைய பொறுப்புகளை மீண்டுமாய் மதிப்பிட்டுக் கொள்ள ஒரு தருணத்தைக் கொடுக்க விரும்புகிறார். எப்போதாவது, வாழ்க்கை கொண்டிருக்க வேண்டிய எளிமையான ஓட்டத்தை இழந்துவிட்டதென்றும் மாறாக அது பளுவானதாகவும், பாரமானதாகவும் மாறிவிட்டதென்று உணரும்போது, அந்த பளுவை நாம் இயேசுவிடம் எடுத்துச் செல்ல வேண்டும். வாழ்க்கையானது, நாம் கடினமாகவும், சோர்வாக இருக்க வேண்டுமென்பதற்காக நியமிக்கப்படவில்லை. வாழ்க்கை முழுவதும் பாரங்களை சுமந்துச் செல்லும் கழுதைகள் நாமல்ல. சந்தோஷம், சமாதானத்தை அனுபவிக்க இரத்தத்தால் வாங்கப்பட்ட உரிமையைப் பெற்றுக் கொண்ட தேவனுடைய பிள்ளைகள் நாம்.

வாழ்க்கையின் காரியங்கள் எல்லாம் எப்போதும் மாறிக்கொண்டேயிருக்கிறது. நாம் வளர வேண்டுமென்றால், மாறவும் வேண்டும். நம் வாழ்வில் ஏற்படும் மாற்றங்களோடு ஒத்துப்போகும் விதமாய் நம்முடைய பொறுப்புகளும் மாற வேண்டும். என்னுடைய இளைய மகள் சான்ட்ரா, எங்களுடைய ஊழியத்தில் பதினைந்து

ஆண்டுகள் வேலை செய்தாள். என்னுடன் பல இடங்களுக்கு பிரயாணப்பட்டு வந்தாள். எங்களுடைய உதவி செய்யும் ஊழியத்துக்கு பொறுப்பாக இருந்தாள், அவள் பல காரியங்களை அனுபவித்துச் செய்தாள். பிள்ளைகளை பெற்றெடுக்கும் படி அவள் தயாரான போதோ, பகுதி நேரமாக இன்னும் கூட வேலை செய்யலாம் என்று நினைத்தாள் அவள் ஆச்சரியப்படும் விதமாய் அவளுக்கு இரட்டைக் குழந்தைகள் பிறந்தனர். அவள் வாழ்க்கை மிகவும் சிக்கலானதாக மாறிவிட்டது. பல வருடங்கள் தன்னால் வேலை செய்ய இயலாது என்ற கடினமான தீர்மானத்தை அவள் எடுக்க வேண்டுமென்பதை அவள் அறிந்திருந்தாள். அந்த தீர்மானம் அவளுடைய குடும்ப பொருளாதாரத்தில் பெரிய மாற்றத்தைக் கொண்டு வந்தது, ஊழியத்தின் காரியத்திலும் கைவிடப்பட்டவளைப் போன்று உணர் அவள் விரும்பவில்லை. அவள் பணம், மற்றும் பதவியைவிட ஒரு எளிமையான சமாதானமான வாழ்க்கை முறையை விலையேறப் பெற்றதாக எண்ணியதால் நான் அவளை மிகவும் மதிக்கின்றேன். அவளுடைய கடினமான தீர்மானத்தினால் தேவன் அவளை விசேஷித்த விதமாக ஆசீர்வதிக்கிறாரென்று நான் நம்புகிறேன்.

தேவன் நமக்கென்று இருப்பில் வைத்திருக்கும் அநேக ஆசீர்வாதங்களை நாம் இழந்துவிடுகின்றோம், ஏனெனில் நாம் நம் பொறுப்புகளின் மதிப்புகளை சரியாக மதிப்பிடாமலிருந்து, தேவன் போதும் என்று சொன்ன காரியங்களையும், இனியும் கனிக்கொடுக்காத காரியங்களையும் வெட்டிவிடாமலிருக்கின்றோம். நீங்கள் ஏதோ ஒரு காரியத்தை செய்துக் கொண்டிருந்தால் அதை எப்போதுமே செய்துக் கொண்டிருக்க வேண்டுமென்ற அவசியம் இல்லை. சீக்கிரத்திலேயே அது நமக்கு பழகிப் போன ஒரு காரியமாக மாறிவிடும், நாமும் அதில் எந்தவித நாட்டமும் இன்றி, அதே காரியத்தை பலமுறை செய்துக் கொண்டிருந்தால், காரணமே இல்லாமல் ஒரு வெறுமையை உணர்வோம். நமக்கு ஒரு மாற்றம் தேவை.

நீங்கள் செய்ய விரும்பாதக் காரியத்தை செய்யாமல் விட்டுவிடுவது சுலபமானதே, ஆனால் உங்கள் உணர்ச்சிகள் விட்டுவிட ஆயத்தமாக இல்லாத காரியத்தை, தேவன் விட்டுவிடும்படி கூறும்போது எப்படியிருக்கும்? நீங்கள் ஏதோ ஒன்றை பிறப்பித்து கட்டியெழுப்பியதால் அதன் மேல் ஒரு பிணைப்பையும், அதற்கான பொறுப்பையும் கொண்டிருந்தால் எவ்வாறிருக்கும்? உங்கள் வாழ்வை எளிமையாக்கும்

விதமாய், நீங்கள் இன்னும் அனுபவித்துக் கொண்டிருக்கும் காரியத்தை, தேவனுக்கு கீழ்ப்படிந்து விட்டுவிட விருப்பமுள்ளவர்களாய் இருப்பீர்களா? கீழ்ப்படிதல் எப்போதுமே சுலபமானதல்ல. அநேக சமயங்களில், அது நம்முடைய வழிகளை தேவனுடைய வழிகளுக்காக தியாகம் செய்வதை உள்ளடக்கும். சில சமயங்களில் ஏன் என்று நமக்கு புரிந்துக் கொள்ள இயலாது, ஆனால் அத்தகைய நேரங்களில் தான் நாம் அவரை நம்பி, முன்னோக்கிச் சென்றுக் கொண்டிருக்க வேண்டும். நம் வாழ்வை நாளடைவில் சிறந்ததாக மாற்றாத எதையும் தேவன் நம்மை செய்ய சொல்வதில்லை. உங்கள் வாழ்வை எளிமையான பாதையில் வைத்துக் கொள்ள முறையாக உங்கள் மதிப்பீடுகளை மதிப்பிட்டு, நீங்கள் செய்ய வேண்டிய மாற்றங்களை செய்ய அஞ்சாதீர்.

## தனிப்பட்ட முறையில் சொந்தமான முன்னுரிமைகளை வரையறுப்பீர்

“உங்கள் இலக்குகளுக்கு முன்னுரிமைகளை நிர்ணயிங்கள் வெற்றியோடு வாழ்வதில் அதிகபடியான பகுதி, முதன்மையானக் காரியங்களை முதலாவதாக வைக்கும் திறமையில் தானிருக்கிறது. உண்மையிலேயே, இரண்டாவதாக செய்யப்பட வேண்டிய காரியங்களை முதலாவதாக நாம் செய்து, நம் நேரத்தை செலவழிப்பதாலேயே அநேக இலக்குகள் அடையாமலிருக்கின்றன.”

– ராபர்ட் .ஜெ. மெக்கேன்

*அது வழியருகேயுள்ள மேடைகளிலும், நாற்சந்திகளிலும் நிற்கிறது. அது ஊர் வாசல்களின் ஓரத்திலும், பட்டணத்தின் முகப்பிலும், நடைசூடங்களிலும் நின்று சத்தமிட்டு:*

– நீதிமொழிகள் 8:2-3

நம் வாழ்க்கைப் பயணத்தில், அநேக தவிர்க்க முடியாத தீர்மானங்களை எடுக்க வேண்டியிருக்கும், அதை நாம் உணர்ச்சிப்பூர்வமாகவோ அல்லது நாம் எதை நினைக்கிறோமோ அல்லது விரும்புகிறோமோ அதற்கேற்றார் போல நாம் எடுப்போமென்றால் பிரச்சனைக்குள்ளாக மாட்டிக் கொள்வோம். நாம் ஞானமான தீர்மானங்களை எடுக்க வேண்டுமென்று தேவன் விரும்புகின்றார். மேற்காணும் வசனங்களை நான் படிக்கும் போது, ஞானம் நாற்சந்தியில் நிற்கிறதென்றும், நம் வாழ்வில் நாம் தீர்மானிக்க வேண்டியிருக்கும் இடத்தில் நின்று “என்னை பின்பற்றுங்கள்!” என்று கூப்பிடுகிறதென்று பார்க்கிறேன்.

ஞானமாயிருப்பதென்பது, நம் வாழ்வில் பின்னர் சந்தோஷமாய் இருக்கும்படி இப்போது நாம் என்ன செய்யக் கூடுமோ அதை தெரிந்துக் கொண்டு செய்வதாகும் என்று நான் நம்புகின்றேன். அது எப்போதுமே சுலபமானதல்ல ஏனெனில் இன்று சுலபமாக நாம் பெற்றுக்

கொள்ளக்கூடியதை, நாளை அதைவிட சிறப்பானதை பெற்றுக் கொள்ளும்படி தியாகம் செய்ய வேண்டிருக்கும். பணத்தை முதலீடு செய்வது ஒரு நல்ல உதாரணமாகும். பின்னர் அதிகமான பணத்தைப் பெற்றுக் கொண்டிருக்கும்படி, அது விருத்தியாகும் ஏதோ ஒரு இடத்திற்கு இன்று நீங்கள் கொண்டிருக்கும் கொஞ்சம் பணத்தைக் கட்ட வேண்டியிருக்கும். அநேக மக்கள், தங்களை ஆதரித்துக் கொள்ள எதுவும் இல்லாதபடி முதிர்வயதை அடைகின்றனர், ஏனெனில் அவர்கள் வாழ்க்கை முழுவதும் உடனடியாக எதையாவது பெற்றுக்கொள்ள வேண்டுமென்று செலவழித்து விட்டதாலேயே இது விளங்கிக் கொள்ள ஏதுவானதுதான், ஆனால் ஞானமல்ல. உணர்ச்சிப்பூர்வமாக எடுக்கப்பட்ட ஒரு தெரிந்தெடுப்புத்தானிது. அந்த தருணத்தில் எது நல்லதென்று உணர்ந்தார்களோ அதை தெரிந்தெடுத்துக் கொண்டனர். நீண்ட காலப் பயணத்தில் எது அதைவிட சிறந்ததாய் இருந்திருக்குமோ அதை தியாகம் செய்துவிட்டனர்.

உங்கள் தனிப்பட்ட முன்னுரிமைகளை வரையறுக்க, மற்றவர்கள் என்ன செய்கின்றனரோ அது உங்களுக்கு பொருத்தமாக இருக்காது என்பதை நீங்கள் உணர்ந்துக் கொள்ள வேண்டும். உங்கள் வாழ்வை நீங்கள் வாழ்நீங்கள். பரிசுத்த ஆவியானவரால் நடத்தப்படுங்கள். தேவன் உங்களுக்கென்று ஏற்கனவே ஒழுங்குப்படுத்தி வைத்திருக்கும் நல்ல வாழ்க்கையை வாழவும், உங்கள் சமாதானத்தைக் காத்துக் கொள்ளவும், நீங்கள் வித்தியாசமாக இருக்க வேண்டுமென்றால், அப்படியிருக்கவும் விருப்பமுள்ளவர்களாயிருங்கள்.

உங்கள் வாழ்க்கையில் முன்னுரிமைகளை வரிசைப்படுத்தி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். உங்களுக்கு முதல், இரண்டு, மூன்று என்ற வரிசையிருக்க வேண்டும். உதாரணமாக நம்முடைய முதலாவது முன்னுரிமை, எப்போதுமே தேவனோடு நாம் கொண்டிருக்கும் தனிப்பட்ட உறவேயாகும். நம்முடைய கால அட்டவணைக்குள் அவரை வைத்து, அவரை சுற்றிலும் தான் மற்ற காரியங்கள் இருக்கும்படி அமைத்துக் கொள்ள வேண்டும்: இதை நாம் செய்யாமலிருப்போமென்றால், நம் வாழ்க்கை அதிகதிகமாக குழப்பமாகவும், சிக்கலாகவும் மாறுவதைக் காணலாம். தேவன் நம்மை நடத்தும்படி நாம் அனுமதிக்காவிட்டால், காரியங்கள் நம் கட்டுப்பாட்டை மீறி சென்றுவிடக் கூடும்.

ஏதோ ஒரு காரியத்தைச் செய்ய நேரமில்லை என்று சொல்வதில் அர்த்தமில்லை, ஏனெனில் நமக்கு முக்கியமாக இருக்கும் காரியங்களுக்கு நாம் நேரத்தை எடுத்துக் கொள்கிறோம். நீங்கள் உங்கள் வாழ்வில் ஏதோ ஒன்றை செய்யாமலிருக்கின்றீர்களென்றால், அது உங்கள் வாழ்வில் முன்னுரிமைப் பெற்றதாய் இல்லாமலிருப்பதாலேயே தான். அநேகமாய், அது முன்னுரிமைப் பட்டியலில் இல்லாமலிருக்கலாம், ஆனால் அது இருக்குமேயென்றால், உங்கள் மற்றக் காரியங்களை கொஞ்சம் மாற்றியமைத்து உங்கள் முன்னுரிமைகளை வரிசைப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். ஒரே முறையில் அதை நேராக்கிக் கொண்டு, மாற்றி அமைக்கத் தேவையென்றில்லை. இது, நாம் அடிக்கடி செய்ய வேண்டிய ஒரு விஷயமாகும்.

நம் வாழ்வில், நம் கவனத்தை ஈர்க்க அநேகக் காரியங்களுண்டு, நாம் செல்ல வேண்டிய பாதையினின்று நம்மை விலகிச் செல்ல செய்து—நம் முன்னுரிமைகளை கலைத்துவிடுவது மிகவும் சுலபமே. நம் கட்டுப்பாட்டை விட்டுவிட்ட முன்னுரிமைகள் என்ற இந்தப் பிரச்சனைக்கான விடை மிகவும் சுலபம். நாம் சரியான கேள்விகளை நம்மிடம் நாமே கேட்டுக் கொள்ள வேண்டும். உங்கள் முன்னுரிமைகள் என்ன? உங்களுக்கு உண்மையாலுமே முக்கியமானது எது என்று பட்டியலிடுங்கள். உங்கள் அனுதின தீர்மானங்களில் அந்த பட்டியல் உங்களுக்கு உதவட்டும். நீங்கள் முன்னுரிமைப்படுத்தினால் எளிமையாக்கிக் கொள்வீர்கள்.

## உங்கள் போரைத் தெரிந்துக்கொள்ளுங்கள்

“நீண்ட பயணத்தில், நம் வாழ்வை நாம் வடிவமைத்துக் கொள்கிறோம். நாம் மரிக்கும் வரை இது முடிவதில்லை. நம் தெரிந்தெடுப்புகளெல்லாம் நம் சொந்தப் பொறுப்பேயாகும்.”

— எலனார் ரூஸ்வெல்ட்

*இந்த யுத்தத்தைப் பண்ணுகிறவர்கள் நீங்கள் அல்ல; யூதா மனுஷரே, எருசலேம் ஜனங்களே, நீங்கள் தரித்து நின்று கர்த்தர் உங்களுக்குச் செய்யும் இரட்சிப்பைப் பாருங்கள்.*

—2 நாளாகமம் 20:17

அநேகந்தரம், முளைத்தெழும்பும் எல்லாப் பிரச்சனைகள் மற்றும் சவால்களால், எளிமையான வாழ்க்கை எட்டாத தூரத்தில் இருப்பதைப் போன்று உணர்கிறோம். கஷ்டங்களும், சோதனைகளும் இருக்கத்தான் செய்யும், ஆனால் அவற்றை நாம் எவ்வளவாய் சமாளிக்கின்றோம் என்பது தான் வித்தியாசத்தை ஏற்படுத்துகின்றது. நம் வாழ்வில் நாம் போராட வேண்டிய நிறைய போர்கள் உண்டு, எனவே போராடத் தகுந்தது என்று நாம் உணரும் போரையே தெரிந்துக் கொள்ள வேண்டும். அநேக காரியங்கள் நாம் சும்மா விட்டுவிட்டாலே சரியாகி விடும். காலமும், ஜெபமும் கூட அதிகமான காரியங்களை மாற்றுகின்றது, சும்மா கொஞ்சக் காலம் காத்திருப்பது கூட ஒன்று அல்லது இரண்டு போரைத் தடுத்துவிடுகின்றது. ஒரு சவால் உங்களை எதிர்கொள்ளும் போது, உடனே பிரதிக்கிரியைச் செய்யாதீர். அதை பற்றி யோசிக்க உங்களுக்கு கொஞ்சம் அவகாசம் கொடுங்கள், தீர்மானிக்க இரண்டு நாட்களை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள், இதனால் நீங்கள் ஒரு ஞானமான ஸ்திரமான தீர்மானத்தை எடுக்க முடியும்.

தேவன் யோசபாத்திடம் (2 நாளாகமம் 20:17-22ஐ பார்க்கவும்), அவனும் அவனுடைய மக்களும் அவர்களை எதிர்கொண்டிருக்கும் போரை,

போரிடத் தேவையில்லை என்று கூறினார், ஆனால் வேறுபல சமயங்களில் அவர் அவருடைய மக்களை போரிடும்படி அறிவுறுத்தினார். நாம் தேவனுக்கு செவிக் கொடுத்து, நம் போரை ஜாக்கிரதையாக தெரிந்தெடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். எல்லாவற்றிலும் போரிட்டே பல ஆண்டுகளாக நான் வாழ்ந்தேன். எதிர்கொள்கிறவளாக இருப்பதில் பெருமிதம் கொண்டிருந்தேன், ஆனால் இறுதியில், என்னுடைய நேரத்தில் ஏதோ ஒன்றை தாக்குவதைவிட, தேவனுக்காகக் காத்திருப்பதற்கு அதிக துணிவு தேவைப்படுகிறதென்பதை நான் உணர்ந்துக் கொண்டேன்.

தேவன் யோசபாத்திடம் ஆராதிக்கவும், பாடல் பாடவும், துதிக்கவும், காத்திருக்கவும் கூறினார். அவன் கீழ்ப்படிந்த போது, சத்துரு குழப்பமடைந்து, ஒருவரையொருவர் அழித்துக் கொண்டனர். நீங்கள் தாக்குவதற்கு முன்பு யோசிக்கும், ஜெபிக்கும் பழக்கம் உங்களுக்கு இருக்கிறதா, அல்லது வெறுமனே தாக்கிவிட்டு, ஏன் வாழ்க்கை இவ்வளவு கடினமாகவும், விரக்தியடையத்தக்கதாகவும் இருக்கிறதென்று நீங்கள் யோசித்துக் கொண்டிருக்கின்றீர்களா? எப்போதும் ஏதோ ஒன்றை சமாளித்துக் கொண்டே இருக்கின்றீர்களா? அப்படியென்றால், நேரிடுகின்ற எல்லாவற்றையும் நீங்கள் சமாளிக்க வேண்டுமென்ற அவசியம் இல்லை. சில காரியங்களுக்கு நீங்கள் காலம் மட்டும் கொடுப்பீர்களென்றால், அது தானாக சரியாகி விடும். பற்றியெறியக்கூடிய ஆற்றல் பெற்ற பிரச்சனைகளையும், உள்ளேயே புகைந்து தானாக எரிந்து அணைந்து விடும் பிரச்சனைகளுக்குள்ள வித்தியாசத்தையும் கண்டுக்கொள்ளத் தேவையான ஞானத்தை தேவன் கொடுக்கும்படி ஜெபியுங்கள்.

## மன்னிப்பதற்கு துரிதமாயிருங்கள்

“மன்னிப்பானது அடுத்த நபரை சரியாக்குவது இல்லை, அது உங்களை விடுதலையாக்குகின்றது.”

–ஸ்டார்மி ஓமார்ஷியன்

*மனுஷருடைய தப்பிதங்களை நீங்கள் அவர்களுக்கு மன்னித்தால், உங்கள் பரம பிதா உங்களுக்கும் மன்னிப்பார்.*

–மத்தேயு 6:14

உங்கள் வாழ்க்கையை கஷ்டமானதாக மாற்றிக் கொள்ள, ஒன்று சுலபமான வழிகளில் சுலபமாக இடறலடைந்துவிடுவதும், அதிருப்தியாயிருப்பதுமாகும். ஒரு காரணத்தோடு தான் தேவன் நாம் சுலபமாக மன்னித்துவிட வேண்டுமென்று தம்முடைய வார்த்தையில் கூறுகிறார் (யாக்கோபு 1:19ஐ பார்க்கவும்). நாம் சமாதானத்தை அனுபவிக்க வேண்டுமென்று அவர் விரும்புகிறார், நாம் கசப்போடும், வெறுப்போடும், கோபத்தோடும் இருந்தால் அதை அனுபவிக்கவே முடியாது. மன்னித்துவிட மறுப்பது வைக்கப்பட்டிருக்கும் ஜாடியை அழித்து விடும் ஒரு அமிலத்தைப் போன்றதாகும்.

தேவனே நம் நியாயாதிபதி, நம் எதிராளிகளை அவர் சமாளித்துக் கொள்வார் என்று நாம் அவரை நம்பினால், அவர் அவ்வாறு செய்வதாக வாக்களிக்கிறார். நம்மை காயப்படுத்தியவர் மேல் கோபமாய் இருப்பதற்கு பதிலாக அவர்களுக்காக ஜெபிக்க வேண்டும் என்று அவர் சொல்கிறார்; அதை நாம் செய்யும் போது, நமக்கு துரோகம் செய்தவரை தேவன் பார்த்துக் கொள்ள, தேவன் அதற்கு சரிகட்ட இடங்கொடுத்துவிடுகின்றோம். நாம் மன்னிக்கும் போது, நமக்கு நாமே ஒரு தயையைச் செய்துக் கொள்கிறோம், ஏனெனில் உள்ளேயே குழம்பிக் கொண்டிருக்கும் சிறையிலிருந்து அது நம்மை விடுதலையாக்கி, நம் வாழ்வை அதிகமாக எளிமையாக்குகின்றது. நம்முள் நாமே குழப்பமடைந்து, ஏமாற்றமடைந்து இருப்போமேயென்றால், அது நம் அனுதின வாழ்வை ஒரு எதிர்மறையான வழியில் பாதிக்கின்றது.

கோபமாக இருப்பதற்கு எனக்கு பெலனோ, நேரமோ இல்லை என்று நான் தீர்மானித்திருக்கின்றேன். நான் என் வாழ்வை அனுபவிக்க விரும்புகிறேன், மற்ற மக்களின் தெரிந்தெடுப்புகள் என் மனப்பான்மையைக் கட்டுப்படுத்த நான் அனுமதிப்பேன் என்னால் என் வாழ்வை அனுபவிக்க இயலாது. நீங்கள் மன்னிப்பதற்கு துரிதமாய் இருப்பீர்களென்ற சரியான தீர்மானத்தை எடுக்கும்படி நான் உங்களை உற்சாகப்படுத்துகிறேன். ஒருவர் உங்களை காயப்படுத்தும் போது எவ்வளவு துரிதமாக நீங்கள் அவரை மன்னிக்கின்றீர்களோ, அடுத்தமுறை அதனை செய்ய அது அவ்வளவு எளிதாகிவிடுகின்றது. கோபம் உங்கள் இருதயத்தை ரணமாக மாற்றி, உங்களை மட்டுமல்லாது, உங்களைச் சுற்றியுள்ள அனைவரையும் மாசுப்படுத்தும் ஒரு கசப்பான வேராக மாற அனுமதிக்காதீர்.

நாம் நம்மை கோபமாக இருக்க அனுமதிப்பதின் மூலம், சம்பந்தமே இல்லாத நபர்கள் மேல் நாம் அந்த கோபத்தைக் காட்டுவோம். என் தகப்பனார் என்னை துஷ்பிரயோகம் செய்ததால் பல வருடங்கள் நான் கசப்பில் கழித்தேன், அதை அதற்கு கொஞ்சமும் சம்பந்தமே இல்லாத என் கணவர் டேவின் மேல் காட்டினேன். தேவன் எனக்கு கடன்படாத ஒருவரிடமிருந்து கடனை வாங்க முயற்சிப்பதை நிறுத்தக் கற்றுக்கொடுத்தார்.

நான் காயப்பட்டிருக்கும் போது, நமக்கு செலுத்தப்பட வேண்டியக் கடனை தவறான நபரிடமிருந்து பெற்றுக்கொள்ள முயற்சிப்பது தகுந்த பதில்லை. நமக்கு திரும்பக் கொடுப்பதாக தேவன் வாக்களித்திருக்கிறாரே. நாம் நம் காரியங்களை அவருடைய வழிமுறையில் செய்யும் போது, நம்முடைய முந்தைய இலட்சைக்கு பதிலாக இரண்டத்தனையான பலனைக் கொடுப்பார் (ஏசாயா 61:7ஐ பார்க்கவும்). நம்முடைய பாவங்களையெல்லாம் தேவன் மன்னித்துக் கொண்டேயிருக்கிறார், நாமும் அவ்வாறே பிறருக்கு செய்ய வேண்டுமென்று எதிர்பார்க்கிறார்.

மன்னிக்கத் தேர்ந்தெடுப்பதின் மூலம், உங்களைக் காயப்படுத்திய நபர் மேல் நீங்கள் கொண்டிருக்கும் உணர்வுகளானது உடனடியாக மாறாது. என்னால் செய்ய இயன்றதை நான் செய்வேனென்றால், என்னால் செய்ய இயலாததை தேவன் செய்வார் என்று நான் நம்புகிறேன். தேவனுடைய வார்த்தைக்கு கீழ்ப்படிய நான் தெரிந்துக் கொள்ளலாம். ஆனால் தேவன் மட்டுமே நான் உணரும் விதத்தை மாற்ற முடியும். நம் உணர்ச்சிகளுக்கு நாம் கொஞ்சம் கால அவகாசம் கொடுப்போமென்றால், அவை நம் தெரிந்தெடுப்புகளுடன் இணைந்துக்கொள்ளும்.

## உங்கள் சொந்த வேலையை பார்த்துக்கொள்ளுங்கள்

“எல்லோருடைய வேலையாக இருக்கும் ஒன்று எவருடைய வேலையும் இல்லை’ என்று என்னுடைய ஞானமான நண்பர் எப்போதுமே சொல்வதை நான் நினைக்கின்றேன்.”

— ஐசக் வால்டன்

*கர்த்தாவே, என் வாய்க்கு காவல் வையும்; என் உதடுகளின் வாசலைக் காத்துக் கொள்ளும்.*

— சங்கீதம் 141:3

ஒவ்வொரு நாளுக்குமே தேவையான நடைமுறை அறிவுரைகளால் வேதாகமம் நிரம்பியிருக்கிறது. நாம் செய்ய வேண்டுமென்று அறிவுரைக் கூறும் காரியங்களுள் ஒன்று நம் வேலையை நாம் பார்த்துக் கொண்டு இருப்பதாகும் (1 தெசலோனிக்கேயர் 4:11ஐ பார்க்கவும்). அநேகமாய் எல்லாவற்றைப் பற்றியும், எல்லாரைப் பற்றியும் நம் கருத்தை தெரிவிப்பது, பெருமையின் அறிகுறியாகும், அது உறவுகளில் பிரச்சனைகளை ஏற்படுத்தும்.

எங்களுடைய அயலகத்தில் ஒரு பெரிய வீட்டில் வசித்து வந்த ஒரு நபரைப் பற்றி நானும் என் கணவரும் ஒருமுறை பேசிக் கொண்டிருந்தோம். அவன் திருமணமாகாமல் தனியாக இருந்தார். அவ்வளவுப் பெரிய இடத்தையும் தனக்காக மட்டும் அவர் ஏன் வைத்துக் கொள்ள விரும்புகிறார் என்பதைப் பற்றி எங்களுடைய கருத்துக்களை நாங்கள் பகிர்ந்துக் கொண்டிருந்தோம். ஒரு முதலீடு செய்யும் நோக்கத்தோடு அவர் அதை வாங்கியிருந்திருக்கலாம் என்று நாங்கள் நினைத்துக் கொண்டோம். அவ்வளவு பெரிய வீட்டை வாங்கி அதை பராமரித்துக் கொண்டிராமல் அந்தப் பணத்தை பங்குச் சந்தையில் முதலீடு செய்திருந்ததால் நலமாக இருந்திருக்கும் என்று நாங்கள் நினைத்தோம். அந்த சமயம் நான், என்னுடைய சொந்த அலுவலை நான் பார்க்க வேண்டுமென்பதைக் குறித்து

தேவன் என்னுடன் இடைப்பட்டுக் கொண்டிருந்தார். நானும், டேவும் அந்தத் தெரு வழியாகக் காரில் சென்றுக் கொண்டிருந்த போது, நாங்கள் அறிந்திருக்காத அந்த மனிதரின் பொருளாதாரத்தைக் குறித்து பேசிக் கொண்டிருந்தோம் என்பதை சடுதியாக உணர்ந்தேன். அது எவ்வளவு வேடிக்கையானது என்பதை ஒருமுறை நான் கண்டபோது, நமக்குத் தேவையில்லாத காரியங்களைக் குறித்து நாம் எத்தனைமுறை கருத்துக்களைக் கொண்டிருக்கிறோமென்பதையும் என்னால் காண முடிந்தது.

மற்றவரின் அலுவல்களில் நாம் மூக்கை நுழைத்துக் கொள்ளாமல், நம்முடைய வேலைகளைப் பராமரித்துக் கொள்ளவே போதுமான வேலைகள் நமக்கு உண்டு. கருத்தை தெரிவிக்கும் சுவாவம் உங்களுக்கு இருக்குமென்றால், மக்கள் தேவனை பின்பற்ற வேண்டும் என்று ஜெபிக்க முயலுங்கள், பின்னர் அவர்கள் என்ன செய்கின்றார்கள் என்பதைக் கண்டுக் கொள்ளாதீர்.

“ஜாய்ஸ், அது உன்னுடைய வேலையில்லை” என்று அடிக்கடி எனக்கு நானே சொல்லிக் கொள்வதுண்டு. அது நான் என் தடத்திலிருக்கும்படி எனக்கு உதவுகிறதை நான் காண்கின்றேன். அதை குறித்து நீங்கள் கொஞ்சம் நியாயமாக யோசிப்பீர்களென்றால், உங்களுக்கு சம்பந்தமேயில்லாத ஒரு காரியத்தைக் குறித்து கருத்தைக் கொண்டிருப்பதில் அர்த்தமேயில்லை. எந்தவொரு கனியையும் கொடுக்காத ஒன்றில் நம்மை அது வேலையாயிருக்கச் செய்துவிடும். தேவனுடைய வார்த்தைக்குக் கீழ்ப்படிய ஒரு தீர்மானம் எடுங்கள். மற்றவரின் வேலையை மறந்துவிடுங்கள். நீங்கள் எவ்வளவு எளிமையாக உணர்கின்றீர்கள் என்பதைக் குறித்து ஆச்சரியமடைவீர்கள்.

## இரக்கமுள்ளவர்களாயிருங்கள்

“நன்றியறிதல் இல்லாத இருதயம் இரக்கங்களைக் கண்டறியாது; ஆனால் நன்றியோடுள்ள இருதயமான ஒவ்வொரு மணிநேரத்திலும், சில பரலோக ஆசீர்வாதங்களைக் கண்டுக்கொள்ளும்.”

– ஹேரியட் பீச்சர் ஸ்டோவ்

*தயையுள்ள மனுஷன் தன் ஆத்துமாவுக்கு நன்மை செய்து  
கொள்ளுகிறான்; கரூரனோ தன் உடலை அலைக்கழிக்கிறான்.*

– நீதிமொழிகள் 11:17

உங்கள் வாழ்வை எளிமையாக்கி உங்கள் சமாதானத்தை அதிகரித்து, உங்கள் உறவுகளை மேம்படுத்திக் கொள்ளக்கூடிய மற்றுமொரு வழி இரக்கமாயிருப்பதாகும். “உருக்கமான இரக்கமும், தயவும்” நிறைந்த நடத்தையை நாம் தரித்திருக்க வேண்டுமென்று தேவன் வார்த்தையில் கூறுகிறார் (கொலோசெயர் 3:12). நாம் தயவாயும் நீடிய பொறுமையோடும், மன்னிக்கிறதற்கு ஆயத்தமாகவும் இருக்க வேண்டும். கடின இருதயத்துடன், நியாயப்படுத்திக் கொண்டும், முரட்டுத்தனமாகவும் இருப்பது நம்மை நிர்பந்தமாக்கிவிடும், நமக்கு நண்பர்களை ஏற்படுத்திக்கொடுக்காது.

இரக்கத்தைப் பெற்றுக்கொள்ள நமக்குத் தகுதி தேவையில்லை; தகுதியில்லாத ஒருவருக்குக் கொடுக்கப்படும் ஈவு அது. தேவன் இரக்கமுள்ளவர் அவருடைய பெரிதான இரக்கத்தினால் தான் நாம் நம்முடைய பாவத்தினால் அழிக்கப்படாமலிருக்கிறோம் (புலம்பல் 3:22ஐ பார்க்கவும்). நம்மிடம் இல்லாத ஒன்றை நாம் கொடுக்க வேண்டுமென்று தேவன் ஒருபோதும் எதிர்பார்ப்பதில்லை, எனவே முதலில் நமக்கு இரக்கத்தைக் கொடுக்கிறார் பின்னர் நம்முடைய அது பிறருக்கு பாய்ந்து செல்லும்படி எதிர்பார்க்கின்றார். கொடுக்கிறவர்களாக இருங்கள், தயாள குணமுள்ளவர்களாக இருங்கள்!

நாம் இரக்கமுள்ளவர்களாக இருப்பதற்கு தீர்மானிக்காவிட்டால், பின்னர் எப்போதும் கோபமாக இருக்க வேண்டியது தான். உண்மையென்னவெனில், மக்கள் பரிபூரணமுள்ளவர்கள் அல்ல, நீங்கள் எங்கு சென்றாலும் அவர்கள் தவறுகளை செய்வதை நீங்கள் காண்பீர்கள். நம்மை கோபப்படுத்தும் மக்களை நாம் மட்டும் சமாளிப்பதில்லை, அவர்களும் நம்மை சமாளிக்கின்றனர் என்பதை நாம் உணர்ந்துக் கொள்ள வேண்டும். மற்றவர்கள் நம்மை பார்க்கும் விதமாய் நாம் நம்மை பார்ப்பது இல்லை. ஒருவர் எப்படியிருக்க வேண்டுமென்பதற்கு நாம் தான் சிறந்த எடுத்துக்காட்டு என்று நம்மைப் பற்றி நாம் நினைத்துக் கொள்ளலாம், ஆனால் அது உண்மையில்லை என்று என்னால் உறுதியளிக்க முடியும். பிறரை நியாயந்தீர்க்கும் அதே காரியத்தை தான் நாமும் செய்கிறோமென்று வேதம் கூறுகிறது (ரோமர் 2:1ஐ பார்க்கவும்). நாம் நம்மை அழகிய வண்ணம் கொண்ட கண்ணாடி வழியாகப் பார்க்கின்றோம், ஆனால் பிறரையோ பூதக்கண்ணாடியைக் கொண்டு பார்க்கின்றோம். நம்முடைய தவறான நடத்தைக்கு எப்போதுமே ஒரு சாக்குப்போக்கு உண்டு, ஆனால் மற்றவர்களுக்குகோ ஒரு சாக்குப்போக்கும் இல்லை!

இரக்கம் காட்டுவதென்பது மனதுருக்கத்தையும், மனப்பூர்வமான அக்கறையும் பிறர்மீது காட்டுவதாகும். அது எல்லோருக்கும் சுலபமாக வந்துவிடாது, ஆனால் அது எல்லோருக்கும் மிகவும் முக்கியமானதாகும். இரக்கமானது ஆத்துமாவை சாந்தமாக்குகின்றது; மற்றவர்களுக்கு உதவி செய்வதின் மூலமாக, இரக்கத்தைக் கண்டடைவது எவ்வளவு நன்மையானதொன்று நம்மை நாமே நினைவுப்படுத்திக் கொள்கின்றோம்.

ஒரு இரக்கமுள்ள மனப்பான்மையைக் கொண்டிருக்கும்படி நாம் முயற்சி எடுக்கும் போது, நாம் தேவனை பிரியப்படுத்துவது மட்டுமல்லாமல், அநேக குழப்பங்களிலிருந்து நம்மை நாமே காத்துக் கொள்கின்றோம். தேவனுடைய வழிகளெல்லாம் எளிமையானதாகவும், சமாதானமானதாகவும் இருக்கிறது. அவர் இரக்கமுள்ளவராக இருப்பது போல நாமும் இரக்கமுள்ளவர்களாக இருக்க வேண்டுமென்று அவர் கூறுகிறார். ஒருவர் நியாயந்தீர்க்கப்படுவதற்கு தகுதியாக இருக்கும் போது, அவருக்கு இரக்கத்தைக் காட்டுவதென்பது நியாயமானதாகத் தெரியாது, ஆனால் எப்போதுமே முடிவிலே தேவன் பலனளிக்கின்றவராக இருக்கின்றார்.

## நியாயந்தீர்க்காதீர்

“மக்களை நீங்கள் நியாயந்தீர்ப்பீர்களென்றால், அவர்களை நேசிக்க உங்களுக்கு நேரமிருக்காது.”

– அன்னை தெரசா

சகோதரரே, ஒருவருக்கொருவர் விரோதமாய் பேசாதிருங்கள்;  
சகோதரனுக்கு விரோதமாய் பேசி, தன் சகோதரனைக்  
குற்றப்படுத்துகிறவன் நியாயப்பிரமாணத்திற்கு விரோதமாய் பேசி  
நியாயப்பிரமாணத்தைக் குற்றப்படுத்துகிறான்;  
நியாயப்பிரமாணத்தைக் குற்றப்படுத்துவாயானால், நீ  
நியாயப்பிரமாணத்தின்படி செய்கிறவனாயிராமல், அதற்கு  
நியாயாதிபதியாயிருப்பாய்.

– யாக்கோபு 4:11

நாம் ஒருவரை நியாயந்தீர்க்கும் போது நாம் அவர்கள் மீது நியாயத்தீர்ப்பைக் கொடுக்கிறோம், தேவன் ஒருவருக்கே அதற்கு உரிமையுண்டு. நியாயந்தீர்ப்புதென்பது ஒருவன் தேவனுடைய ஸ்தானத்தில் தன்னை வைத்துக்கொள்வதாகும் என்று ஒரு விளக்கம் கூறுவதை நாம் கேட்டிருக்கிறேன். அந்த வேலையை நாம் எவரும் விரும்புவதில்லை அப்படிதானே? ஒருவரையோ, ஒரு சூழ்நிலையையோ நாம் கண்ட மாத்திரத்திலேயே அதைப் பற்றி எதையும் அறிந்துக் கொள்ளாமலேயே, நாம் சீக்கிரமாகவே நியாயந்தீர்க்கிறோம். தேவன் ஒருவர் எதை செய்கிறாரோ அதை அறிந்திருப்பது மட்டுமல்ல, அதை அவர்கள் ஏன் செய்கிறார்கள் என்பதையும் அறிந்திருக்கிறார். நாம் மாமசீகப் பிரகாரமாக நியாயந்தீர்க்கிறோம், ஆனால் தேவனோ இருதயத்தைப் பார்க்கிறார்.

விபச்சாரத்தில் கையும் களவுமாகப் பிடிக்கப்பட்ட அந்த ஸ்திரியின் மேல், அவர்களில் யார் பாவம் இல்லாமலிருக்கின்றாரோ அவர் முதலில் கல்லெறியட்டும் என்று இயேசு அந்த ஸ்திரியின் மேல் கல்லெறிய ஆயத்தமாயிருந்த மக்களிடம் கூறினார். அவர் என்ன சொன்னாரோ அதை அவர்கள் பரிசீலித்துப் பார்த்த போது, அவர்களெல்லோரும், அவருடைய

பாதத்தில் அந்த கற்களைப் போட்டுவிட்டு ஒவ்வொருவராய் சென்றுவிட்டனர். நம்மில் பாவமில்லையென்று என்று யார் சொல்லக்கூடும்? இப்படியிருக்க மற்றவர்களின் தவறுகளுக்காக நாம் அவர்களை நியாயந்தீர்க்க எவ்வாறு துரிதமாக இருக்க முடியும்? நாம் பாவத்தை நியாயந்தீர்க்கலாம், ஆனால் ஒருவருடைய இருதயத்தை நம்மால் நியாயந்தீர்க்க இயலாது. தேவனுடைய வார்த்தையை நாம் எவ்வளவு அதிகமாய் படிக்கின்றோமோ, அவ்வளவு துரிதமாக நாம் தவறுகளை கண்டுக்கொள்ள இயலும், ஆனால் அதையே நாம் ஒருவர் எதை செய்துக் கொண்டிருக்க வேண்டுமோ அதை செய்யாமல் இருக்கும் போது அவர்களை குற்றப்படுத்த பழக்கப்படுத்திக் கொள்ளக்கூடாது. மீண்டுமாக, நாம் தேவனுடைய வார்த்தையை பின்பற்ற வேண்டும், “விழித்திருந்து ஜெபிக்க வேண்டும்” விழித்திருந்து குற்றப்படுத்த வேண்டாம், விழித்திருந்து ஜெபிக்க வேண்டும்! நீங்கள் எவ்வாறு விரும்புவீர்களோ அவ்வாறே மற்றவர்களை நீங்கள் நடத்துங்கள், பிறகு வாழ்க்கை இனிமையாக மாறுவதைக் காண்பீர்கள்.

நாம் ஒவ்வொரு முறையும் நியாயந்தீர்க்கும் போது, நன்மைக்காகவோ, தீமைக்காகவோ, நாம் நம் வாழ்வில் ஒரு அறுவடையைக் கொடுக்கக் கூடிய ஒரு விதையை விதைக்கின்றோம். நாம் குறைக்கூறிக்கொண்டும், இரக்கமில்லாமலும் இருக்கும் போது, நாமும் அவ்வண்ணமாகவே நியாயந்தீர்க்கப்படுவோம், ஆனால் நாம் இரக்கத்தைக் கொடுக்கும் போது, இரக்கத்தை அறுப்போம். நாம் மக்களை நேசிக்கக்கூடிய திறனைப் பெற்றிருக்கிறோம், அவ்வாறு நாம் செய்ய வேண்டும், ஏனெனில் இயேசு விட்டுச் சென்ற ஒரு கற்பனை அது. அவர் சொன்னார், “நான் உங்களை நேசித்ததுப் போலவே நீங்கள் ஒருவரை ஒருவர் நேசிக்க வேண்டும்” (யோவான் 13:34; மற்றும் யோவான் 15:12ஐ பார்க்கவும்).

நியாயந்தீர்க்க நாம் துரிதமாக இருப்பது பெருமையின் அடையாளமாகும், அழிவுக்கும், வீழ்ச்சிக்கும் முன்பதாக எப்போதுமே அகந்தை வருகிறதென்று வேதம் கற்பிக்கின்றது, ஆனால் கனத்துக்கு முன்பாக தாழ்மை வருகிறது (நீதிமொழிகள் 18:12ஐ பார்க்கவும்). நமக்கு பிரச்சனை வேண்டுமென்றால், நாம் தொடர்ந்து நியாயந்தீர்த்துக் கொண்டேயிருக்கலாம், ஆனால் நமக்கு கனம் வேண்டுமென்றால் நாம் தாழ்மையான மனப்பான்மையைக் கொண்டிருக்க முடியும். தெரிந்தெடுப்பு நமதே.

## தீர்மானத்தோடிருங்கள்

“நம் வாழ்வில் மிகவும் தீர்மானிக்கப்பட வேண்டிய செயல்கள்—நான் சொல்வது நம் எதிர்காலத்தையே தீர்மானிக்கும் காரியங்கள்—அநேக சமயங்களில் கண்டுக்கொள்ளாமலிருக்கும் காரியங்களேயாகும்.”

—ஆன்ட்ரி கைட்

*அப்படியிருக்க, சகோதரரே, நீங்கள் உங்கள் சரீரங்களைப் பரிசுத்தமும் தேவனுக்கு பிரியமுமான ஜீவபலியாக ஒப்புக்கொடுக்க வேண்டுமென்று, தேவனுடைய இரக்கங்களை முன்னிட்டு உங்களை வேண்டிக்கொள்ளுகிறேன்; இதுவே நீங்கள் செய்யத்தக்க புத்தியுள்ள ஆராதனை.*

—ரோமர் 12:1

தீர்மானமில்லாமலிருப்பது ஒரு நிர்பந்தமான நிலையாகும். நிச்சயமாகவே, ஒரு எளிமையான வாழ்வின் கனியல்ல. எளிமைத் தன்மையானது ஜெபிக்கின்றது, ஞானத்தைத் தேடுகின்றது, தீர்மானிக்கின்றது. அதில் அசைந்தாடுவதேயில்லை. மாற்றிக்கொள்ள தகுந்த காரணம் இல்லையென்றால் அது தன் தீர்மானத்திலேயே நிலைத்திருக்கின்றது. இருமனமுள்ளவன் தன் வழிகளினெல்லாம் நிலையற்றவன், அத்தகையவன் தேவனிடமிருந்து எதையும் பெற்றுக்கொள்ள மாட்டான் என்று அப்போஸ்தலனாகிய யாக்கோபு கூறுகிறார். நாம் எதை விரும்புகிறோமென்பதைக் குறித்து நம் மனதில் தீர்மானமற்று இருப்போமென்றால் எப்படி தேவன் நமக்கு எதையும் கொடுக்க இயலும்?

பாதுகாப்புணர்வுற்ற மக்கள் தீர்மானம் எடுப்பதில் கஷ்டப்படுகின்றனர். ஏனெனில் அவர்கள் தவறான தீர்மானம் எடுத்துவிடுவோமென்று பயப்படுகின்றனர். தங்களைக் குறித்து ஒரு கீழான கருத்தைக் கொண்டிருப்பதால் சரியானக் காரியம் செய்வோமென்று தங்களைத் தாங்களே நம்பாமலிருக்கின்றனர். பரிபூரணமாயிருக்க விரும்புகிறவர்களுக்கும் கஷ்டம் தான் ஏனெனில் தவறாக இருக்க விரும்பமாட்டார்கள். தீர்மானமுள்ளவர்களாய் இருப்பவர்கள்

எப்போதாவது தவறான தீர்மானத்தை எடுப்பர், ஆனால் தவறான தீர்மானங்களைவிட அநேக சரியான தீர்மானங்களையே எடுப்பர். ஒரு நிறுத்தப்பட்டக் காரை உங்களால் ஓட்ட முடியாது என்று நான் எப்போதும் சொல்வதுண்டு. சில மக்கள் பல காலம் தங்களுடைய வாழ்க்கையை நிறுத்தி வைத்து விட்டனர், அதனால் எத்திசையில் செல்ல வேண்டுமென்ற அறிவை இழந்து, எல்லாவற்றையும் குறித்து குழப்பமடைந்துள்ளனர். தேவனுக்கு ஒரே ஒரு கியர் மட்டுமே உண்டு—முன்னோக்கிச் செல்லும் கியர், பின்னோக்கி செல்வது கிடையாது, நிறுத்தி வைப்பதும் நிச்சயமாகவே இல்லை! ஒன்றுமே செய்யாமலிருப்பதை தொடர்ந்து செய்யாமலிருக்க சில சமயங்களில் நாம் ஏதாவது செய்ய வேண்டியிருக்கிறோம்.

ஒரு ஞானமுள்ள தீர்மானத்தை எடுக்க உங்களால் இயன்றதைச் செய்யுங்கள் ஏதாவது தவறுகளை செய்தால் தேவன் தாமே உங்களைப் பார்த்துக் கொள்ளும்படி அவரை நம்புங்கள். அவர் உங்கள் இருதயங்களைப் பார்க்கிறார். நீங்கள் எப்படி சிறந்ததாக செய்வது என்பதை அறிந்ததைவிட அதிகமாக அவர் உங்களிடம் எதையும் எதிர்பார்க்கிறதில்லை. நீங்கள் தீர்மானங்களை எடுத்து வாழ்வில் முன்னோக்கி செல்லுகையில், அனுபவத்தை நீங்கள் பெற்றுக்கொள்வீர்கள். சில சமயங்களில், நீங்கள் எதை செய்தீர்களோ அது சரியானது என்பதைக் கற்றுக் கொள்வீர்கள், வேறு சமயங்களில், அந்தக் குறிப்பிட்டக் காரியம் மோசமானதாகி விட்டதால் அதைப் போன்ற காரியத்தை மீண்டும் ஒருமுறை செய்யவே கூடாது என்பதைக் கற்றுக்கொள்வீர்கள். காரியங்கள் பரிபூரணமான முடிவைக் கொண்டிருந்தால் அது பரவாயில்லை. பலமுறை கீழே விழாமல் எப்படி நடப்பதென்பதை எந்தக் குழந்தையும் கற்றுக்கொள்வதில்லை. வெறுமனே அமர்ந்துக் கொண்டு, விழுந்து விட்டேன் என்று அழுதுக் கொண்டிருந்தால் அவர்கள் ஒருபோதும் நடக்க கற்றுக்கொள்ள மாட்டார்கள்; அவர்கள் எழுந்து மீண்டும், மீண்டும் முயற்சிக்க வேண்டும். சீக்கிரத்திலேயே, மிகவும் கடினமாகத் தோன்றிய நடை, ஓட்டமாக முன்னேறிவிடுகின்றது.

அதிக தீர்மானமுள்ளவர்களாயிருக்கும்படி இன்றே ஒரு தீர்மானத்தை எடுங்கள். எவ்வளவாக வாழ்வின் குப்பைக் கூளத்தை நீங்கள் விட்டுவிட்டு, தீர்மானமில்லாமல் எங்கும் செல்லாமல் அப்படியே தங்கியில்லாதபடி முன்னேற்றத்தினால் ஓடிக்கொண்டிருப்பதைக் கண்டறிவீர்கள்.

## பேசுவதற்கு முன் யோசியுங்கள்

“நீங்கள் பேசுவதற்கு முன், நீங்கள் பேசப்போவது உண்மையானதா, கனிவானதா, தேவையானது தானா, உதவக்கூடியதா என்று உங்களை நீங்களே கேட்டுப் பாருங்கள். பதில் இல்லை என்றிருக்குமாயின், நீங்கள் சொல்ல நினைப்பதை சொல்லாமல் விட்டுவிட வேண்டும்.”

—பெர்னாட் மெல்ட்ஷர்

*தன் வாயைக் காக்கிறவன் தன் பிராணனைக் காக்கிறான்; தன் உதடுகளை விரிவாய்த் திறக்கிறவனோ கலக்கமடைவான்.*

—*நீதிமொழிகள் 13:3*

நான் பேசினதற்கு முன்பாக யோசிக்காததால், என் வாழ்வில் நான் பல சிக்கலான குழப்பங்களை நான் ஏற்படுத்தியதுண்டு. நாளடைவில், இந்த பகுதியில் நான் முன்னேற்றமடைந்து, ஞானத்தைப் பெற்றுக்கொண்டுள்ளேன், ஆனாலும் நான் இன்னும் தவறுகளைச் செய்கின்றேன், தொடர்ந்து நிலையாக பேசுவதற்கு முன்பு யோசி! என்று என்னை நானே நினைவுறுத்திக் கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது.

யாக்கோபு நிரூபத்தின்படி நாவானது ஒரு அடங்காத தீமையாகும், (யாக்கோபு 3:8ஐ பார்க்கவும்). அடிக்கடி பல்வேறு பிரச்சனைகள் வளருவதற்கு இதுதான் ஒரு பொரியாக இருக்கின்றது. இதை நாம் கட்டுக்குள் கொண்டுவராவிட்டால், அது பெரியதாகும் போது அது காட்டுத் தீயைப் போன்றதாய் இருக்கும். வார்த்தைகள் வல்லமையைக் கொண்டிருக்கும் பாத்திரங்கள், ஆனால் அவை நேர்மறையானதையும், எதிர்மறையானதையும் சுமந்து சென்றுக் கொடுக்கும். ஆவியினால் இல்லாதபடி நாம் மாம்சத்திலிருந்து பேசுவோமென்றால், கொடுக்கப்பட்ட வல்லமை எதிர்மறையானதாகயிருக்கும். நீதிமொழிகளை எழுதினவர் எழுதினார் ஜீவனும், மரணமும் வாயின் அதிகாரத்திலிருக்கிறது என்று (நீதிமொழிகள் 18:21ஐ பார்க்கவும்). அது ஒரு வல்லமையான கூற்று அதை கவனமாக கவனிக்க வேண்டும்.

எந்தவிதமான மிருகத்தையும் பழக்கப்படுத்தி விடலாம், ஆனால் தேவனுடைய ஒத்தாசையில்லாதபடி நாளைப் பழக்கப்படுத்த இயலாது. நம்முள் வாசம்பண்ணும் பரிசுத்த ஆவியானவரின் தூண்டுதலுக்கு நாம் கவனமாக செவிசாய்த்து, நாம் தவறான திசையில் செல்கின்றோமென்ற ஒரு அடையாளத்தைப் பெற்றுக் கொள்ளும் அந்த தருணத்திலேயே பேசுவதை நிறுத்திவிட வேண்டும். மேலே செல்லும்வரை நாம் பேசுவதை தொடங்காமலிருப்பது இன்னும் மேலானது. என் கணவரிடம் சில காரியங்களைக் குறித்து நான் பேச விரும்பிய அநேக சமயங்களுண்டு, ஆனால் அது சரியான சமயமல்ல என்று என்னுள்ளத்தின் ஆழத்தில் ஒரு உணர்வைப் பெற்றுக் கொள்வேன். பல வருடங்கள், அந்த உணர்வை நான் கண்டுக்கொள்ளாமல் நான் பேச நினைத்த போது பேசினேன்; அந்த வருடங்களினொல்லாம் என் வாய் என் வாழ்க்கையில் சிக்கல்களை உண்டு பண்ணியது. அதிகமாக செவிசாய்த்து குறைவாக பேசும்படி நான் ஒரு ஒப்பந்தனைச் செய்துள்ளேன், ஆனால் எனக்கு உதவித் தேவை என்பதை நான் ஒத்துக்கொள்ள வேண்டும். இப்புத்தகத்தை நீங்கள் வாசிக்கையில் நீங்கள் எனக்காக ஜெபியுங்கள், நானும் உங்களுக்காக ஜெபிப்பேன். நாம் ஞானத்துக்கு (தேவனுக்கு) செவிசாய்க்கவும், பேசுவதற்கு முன்பு யோசிக்கவும் தேவனிடமிருந்து கிருபையைப் பெற்றுக்கொள்வோமென்று இணைந்து விசுவாசிப்போமாக.

## தேவனைப் பிரியப்படுத்துகிறவர்களாயிருங்கள்

“தேவனுடைய சித்தத்திலிருப்பதே மிகவும் பாதுகாப்பான இடமாகும்.”

– பெயர் வெளியிடாதவர்

*இப்பொழுது நான் மனுஷரையா, தேவனையா, யாரை நாடிப் போதிக்கின்றேன்? மனுஷரையா பிரியப்படுத்தப் பார்க்கின்றேன்? நான் இன்னும் மனுஷரைப் பிரியப்படுத்துகிறவனாயிருந்தால் நான் கிறிஸ்துவின் ஊழியக்காரனல்லவே.*

– கலாத்தியர் 1:10

அப்போஸ்தலனாகிய பவுல் மேலேயுள்ள வசனத்தில், மக்களிடம் அவர் பிரசித்திப்பெற்று இருக்க விரும்பினால், அவர் ஆண்டவராகிய இயேசு கிறிஸ்துவின் அப்போஸ்தலனாக மாறியிருந்திருக்க மாட்டார் என்று சொல்கிறார். மக்களைப் பிரியப்படுத்த வேண்டுமென்ற அழுத்தமானது, தேவனைப் பிரியப்படுத்துவதிலிருந்தும் தேவனால் நமக்கு நியமிக்கப்பட்ட முடிவை நாம் நிறைவேற்றுவதிலிருந்தும் நம்மைத் தடுக்கும் ஒரு சுவரைக் கட்டியெழுப்பும்.

அங்கீகாரத்தை விரும்புவது இயல்பானதே. நம்மில் அநேகர் நம் வாழ்வின் ஆரம்ப நாட்களிலேயே புறக்கணிப்பை ஏதோ ஒரு வழியில் அனுபவிக்கின்றோம். அது பெற்றோர், உடன் பிறந்தவர், ஆசிரியர் அல்லது சக நண்பர்கள் என்று யார் மூலமாக ஏற்படுகிறதென்பது பொருட்டன்று, ஆனால் அது காயப்படுத்துகின்றது, ஒரு வேதனையான நினைவு, இதனை எதிர்காலத்தில் தடுப்பதற்கு நாம் எதை வேண்டுமென்றாலும் செய்யத் துணிவோம். புறக்கணிக்கப்பட்டு விடுவோமென்ற பயம் நாம் ஞானமாக அல்லாமல் உணர்ச்சிப்பூர்வமாக பிரதிக்கிரியை செய்ய வைக்கும். ஞானமானது, பிற்காலத்தில் நம் வாழ்வில் நாம் திருப்தியாய் உணரும் விதமானக் காரியங்களை இப்போது செய்யும், ஆனால் உணர்ச்சியோ இப்போது எது நல்லதாக உணரப்படுகிறதோ அதைச் செய்யும்.

வேதனையையும் அசவுகரியத்தையும் தவிர்க்க நாம் எதையெல்லாம் செய்யக்கூடுமோ அதையெல்லாம் செய்ய வைக்கும்.

பல வருடங்களாக மக்கள் என்னைக் கட்டுப்படுத்தும்படி நான் அனுமதித்தேன், ஆனால் நாளடைவில், அவர்கள் என்னைக் குறித்து உண்மையாலும் அக்கறைக் கொள்ளவில்லை என்பதை கண்டுப்பிடித்தேன். அவர்களை சந்தோஷப்படுத்தும்படி அவர்கள் என்னை பயன்படுத்திக் கொண்டிருந்தனர், ஆனால் என்னுடைய சந்தோஷத்தில் அவர்களுக்கு எந்த அக்கறையும் இல்லை. நாம் ஊழியத்திலிருக்கும்படி தேவனிடமிருந்து அழைப்பைப் பெற்றுக்கொண்ட போது, என் நண்பர்கள் என்று நான் கருதிய எல்லா மக்களும் எந்தவித கலக்கமும் இன்றி என்னை புறக்கணித்துவிட்டனர். அவர்கள் அங்கீகரித்தக் காரியத்தை நான் இன்னும் செய்துக் கொண்டிருக்கவில்லை எனவே அவர்களின் வாழ்வில் நான் இன்னும் தேவையில்லை. நான் மிகவும் காயமடைந்தவளாக, மிகவும் தனிமையாக உணர்ந்தேன், ஆனால் அவர்களைவிட தேவனைத் தெரிந்துக்கொள்ளும் படியான தயவை தேவன் எனக்குக் கொடுத்ததால் அவருக்கு நான் நன்றியுள்ளவளாக இருக்கின்றேன்.

என்னைப் பற்றி உண்மையான அக்கறையில்லாத மக்களின் தயவைப் பெற்றுக்கொள்ள முயற்சித்துக் கொண்டு, ஒரு போலியான வாழ்வை வாழ்ந்துக் கொண்டிருப்பேன் என்று நினைக்கவே எனக்கு வெறுப்பாக இருக்கிறது. உண்மையான நண்பர்களாக இருப்பவர்கள், நீங்கள் எவ்வாறாக இருக்க வேண்டுமென்று தேவன் விரும்புகின்றாரோ அவ்வாறாக இருப்பதற்கு உங்களுக்கு உதவுவார்கள். அவர்கள் உங்களை பயன்படுத்திக் கொண்டு, நீங்கள் அவர்களைப் பிரியப்படுத்தாமலிருக்கும் போது உங்களை தூக்கியெறிந்துவிட மாட்டார்கள். எல்லா நேரமும் எல்லா மக்களையும் பிரியப்படுத்த முயற்சிப்பது உங்கள் வாழ்க்கையை கடினமாக மாற்றிவிடும். ஏனெனில் ஒவ்வொருவரும் வித்தியாசமானக் காரியங்களை எதிர்பார்க்கின்றனர். பிறரைப் பிரியப்படுத்தி நீங்கள் அதிகமான நேரத்தையும், ஆற்றலையும் செலவிடும் போது, உங்களை நீங்களே இழந்துவிடும் அபாயத்துக்குள்ளாகின்றனர். தேவன் தான் உங்கள் வாழ்வில் முதலாவதாக இருக்க வேண்டுமென்பதை எப்போதும் நினைத்துக் கொள்ளுங்கள். மற்ற அனைவரும் உங்களை விட்டுச் சென்று விட்டாலும், அவர் உங்களை ஒருபோதும் விட்டுவிலகவும் மாட்டார், கைவிடவுமாட்டாரென்று வாக்களிக்கிறார்.

## ஆக்கினைத் தீர்ப்பைப் பெற்றுக்கொள்ளாதீர்

“ஆக்கினைத் தீர்ப்பைவிட மனதுருக்கம் அநேகப் பாவங்களை குணமாக்கும்.”

—ஹென்றி வார்ட் பீச்சர்

*ஆனபடியால், கிறிஸ்து இயேசுவுக்குட்பட்டவர்களாயிருந்து, மாம்சத்தின்படி நடவாமல் ஆவியின்படியே நடக்கிறவர்களுக்கு ஆக்கினைத் தீர்ப்பில்லை.*

—ரோமர் 8:1

ஆக்கினைத் தீர்ப்பென்பது உங்களை கீழே அழுத்தும் குற்றம் மற்றும் இலட்சை உணர்வாகும். எனவே தான் மக்கள் ஆக்கினைத் தீர்ப்பின் “கீழ்” என்று இதனை கூறுகின்றனர். உதாரணமாக, “ஜேன் தேதிகள் பற்றி குழம்பியதால் பள்ளியில் கூட்டிச் சென்ற சுற்றுல்லாவுக்குச் செல்ல இயலவில்லை; எனவே இப்போது அவள் ஆக்கினைத் தீர்ப்பின் கீழ் இருக்கிறாள்” என்று ஒருவர் கூறலாம். அது நடந்தது முதல் அவள் குற்ற உணர்வையும், வெட்கத்தையும் உணர்கிறாள்.

நம்மை கீழே அமிழ்த்த அல்ல உயர்த்தவே இயேசு வந்தார். சாத்தான் தான் நம்மை அழுத்தி கீழேயே இருக்கும்படி விரும்புகிறான். அவன் ஆக்கினைத் தீர்ப்பைக் கொடுக்கிறான், ஆனால் இயேசுவோ மன்னிப்பையும், சீரமைப்பையும் கொடுக்கிறார். சாத்தான் சிக்கல்களையும், குழப்பங்களையும் கொடுக்கிறான். இயேசுவோ எளிமையை எல்லா தூய்மையோடும் கொடுக்கிறார். நாம் பாவம் செய்யும் ஒவ்வொருமுறையும் பரிசுத்த ஆவியானவர் நமக்கு உணர்த்துகிறார் ஆனால் சாத்தானோ முடிவடைந்துவிட்டது என்று பலமாகக் குற்றஞ்சாட்டி நம்மை ஆக்கினைத் தீர்ப்புக்குள்ளாக்குகின்றான். இதன் வேறுபாட்டை நாம் அறிந்திருத்தல் வேண்டும். நம் பாவத்தை நாம் ஒத்துக்கொண்டு மனந்திரும்ப நடத்துவதே குற்றத்தைக் குறித்து உணர்த்துவதின்

நோக்கமாகும். ஆக்கினைத் தீர்ப்போ நம்மை குற்றவாளியாக உணரச்செய்து, நம்மை உண்மையிலேயே பெலவீனமடையச் செய்து பாவ சூழற்சியிலேயே வைத்துவிடும்.

நாம் ஆக்கினைத் தீர்ப்பை ஏற்றுக்கொள்ளாதிருக்கத் தீர்மானிக்க வேண்டும். யாராவது உங்களுக்கு விஷத்தைக் கொடுப்பார்களென்றால் அதனை ஏற்றுக்கொள்ளமாட்டீர்கள் தானே, பின் ஏன் இயேசு கிறிஸ்துவின் மூலமாக நாம் அதிலிருந்து விடுதலையாக்கப்பட்டிருக்கின்றோம் என்று வேதம் தெளிவாகச் சொல்லும் போது, ஆக்கினைத் தீர்ப்பை ஏற்றுக்கொள்கிறீர்கள்? சிலுவையில் மரித்து உயிருடன் எழுந்ததின் மூலம் அவர் நம் பாவங்களுக்கான விலையை செலுத்தினார். நாம் அவரை நம்பி அவரை நம் இரட்சகராக நாம் பார்ப்போமென்றால், நாம் பாவத்தின் வல்லமையினின்று விடுதலையாக்கப்பட்டிருக்கின்றோம் (ரோமர் 6:7-8ஐப்பார்க்கவும்), இதுதான் ஆக்கினைத் தீர்ப்பு என்று நாம் நம்புகின்றோம்.

நாம் பாவங்கள், தவறுகள் செய்வதால், ஒவ்வொரு முறையும் நாம் தோற்றுப்போகும் போது, ஆக்கினைத் தீர்ப்புக்கும், அழுத்தத்துக்கும் தான் நாம் உட்பட வேண்டுமென்றிருந்தால், நம் வாழ்க்கை எளிமையாக இருக்கும் என்ற நம்பிக்கையே இராது. இயேசு கிறிஸ்துவின் மூலமாய் நம்மை விடுதலையாக்கி, சந்தோஷம், சமாதானம் நிறைந்த எளிமையான வாழ்க்கையை தேவன் நமக்குக் கொடுத்திருப்பதால், அவருக்கு ஸ்தோத்திரம். அது ஏற்கனவே ஆயத்தமாக்கப்பட்டிருக்கிறது; நீங்கள் செய்ய வேண்டியதெல்லாம் விசுவாசித்துப் பெற்றுக் கொள்வதேயாகும்!

“துணிவு என்பது எதிர்ப்பதாகும், பயத்தை மேற்கொள்வதாகும், பயமின்றி இருப்பதில்லை.”

—மார்க் ட்வெயின்

*கர்த்தர் என் வெளிச்சமும் என் இரட்சிப்புமானவர், யாருக்கு பயப்படுவேன்? கர்த்தர் என் ஜீவனின் பெலனானவர், யாருக்கு அஞ்சவேன்?*

—சங்கீதம் 27:1

பயமென்பது எளிமையானதன்று. அது உபத்திரவப்படுத்துகிறது, முன்னேற்றத்தைத் தடுக்கின்றது. தேவனுடைய சித்தம் செய்வதிலிருந்து மக்களைத் தடுக்க அவர்களுக்கு எதிராக சாத்தான் உபயோகிக்கும் மிகப்பெரிய தடையாகும். மக்கள் பயப்படும் சில காரியங்களுண்டு. மற்ற மக்களைப் பற்றி, கடந்தக் காலத்தைப் பற்றி, எதிர்காலத்தைப் பற்றி, இல்லாமலிருப்பதைப் பற்றி, தியாகத்தைப் பற்றி, உயரத்தைப் பற்றி, எலிவேட்டரில் செல்வதைப் பற்றி, தண்ணீர் மற்றும் கிருமிகளைப் பற்றி, மக்கள் பயப்படுகின்றனர். நீங்கள் நினைத்துப் பார்ப்பீர்களென்றால், யாரோ ஒருவர் இதைப் பற்றி பயப்படுகின்றனர். நாம் பயத்தை உணரலாம் ஆனால் அதற்கு விட்டுக் கொடுத்துவிடக்கூடாது. “நாம் பயந்துக்கொண்டே செய்ய வேண்டியதாக இருந்தாலும்” நாம் விரும்பும் எதையும், நாம் செய்ய வேண்டிய எதையும் நம்மால் செய்யக்கூடும். பயமில்லாமலிருப்பது துணிவன்று, பயத்தோடே செயலாற்றுவதே துணிவாகும்.

நாம் ஏதாவது செய்ய வேண்டுமென்று தேவன் நடத்தும் போதெல்லாம், அந்தச் செயலுக்குத் தேவையான அனைத்தையும் அவர் கொடுக்கிறார். நமக்கு திறமை, உதவி, பொருளாதாரம், துணிவு, ஞானம் மற்றும் அதை நன்றாக முடிக்கத் தேவையான அனைத்தையும் அவர் கொடுக்கிறார். அதையோ அதற்குத் தேவையானவற்றையோ நாம் உடனடியாக பார்க்க இயலாமலிருக்கலாம், ஆனால் நாம் விசுவாசத்தில் அடி எடுத்து வைக்கும் போது, அந்தக் காரியங்களெல்லாம் எப்போதுமே அங்கிருக்கும். நாம்

பின்னடைந்துவிடும் படி சாத்தான் பயத்தை உபயோகிக்கின்றான், ஆனால் நாம் முன்னோக்கிச் சென்று, நம் கனவுகள் நிறைவேறுவதைக் காண தேவன் விரும்புகிறார்.

நான் ஒரு எளிமையான வாழ்வை தொடர்ந்துக் கொண்டிருந்த போது, மிகவும் அதிகமாய் பயப்படும்படி இருந்த மக்களுடன் நான் அதிகமான நேரத்தை செலவிடக்கூடாதென்பதை தேவன் தெளிவுப்படுத்தினார். நாம் பயத்தால் சூழப்பட்டிருக்கும் போது, நம் போரை நாம் வெல்லுதல் இயலாது. கிதியோன் போருக்கு ஆயத்தப்பட்டுக் கொண்டிருந்தான், தேவன் அவனிடம் அவன் செய்ய வேண்டிய முதலாவது காரியம் பயப்படும் எல்லா போர் வீரர்களையும் துரத்திவிட வேண்டுமென்பதே, அவர்களில் மூன்றில் இரண்டுபேர் அவ்வாறாக இருந்தனர் (நியாயாதிபதிகள் 7:3ஐ பார்க்கவும்). பயப்படும் மக்களை நாம் புறக்கணித்துவிட வேண்டுமென்று நான் அறிவுறுத்தவில்லை, ஆனால் நாம் தேவனுடைய சித்தத்தை நிறைவேற்ற வேண்டுமென்றால், பயத்தின் தன்மையை அறிந்துக் கொண்டு, அதனால் ஆளப்பட மறுக்கும் மக்களை நாம் பெற்றிருக்க வேண்டுமென்று கூறுகிறேன்.

பயம் நம் எண்ணங்களை மூடிவிடுகின்றது, உணர்ச்சிப்பூர்வமாக நம்மை உபத்திரவப்படுத்துகிறது, பகுத்தறிவின்றி நடந்துக் கொள்ளச் செய்கின்றது, பொதுவாக சொல்ல வேண்டுமென்றால் *எல்லாவற்றையும்* சிக்கலாக்கிவிடுகின்றது. பயத்திற்கு இல்லை என்று சொல்லும் நேரமிது. தேவன் நமக்கு பயமுள்ள ஆவியைக் கொடாமல், பலமும், அன்பும், தெளிந்த புத்தியுள்ள ஆவியைக் கொடுத்திருக்கிறார் (2தீமோத்தேயு 1:7ஐ பார்க்கவும்).

## உங்கள் இருதயத்தைப் பின்பற்றுங்கள்

“இருதயத்திலிருக்கும் ஆழ்ந்த சந்தோஷமானது, வாழ்வின் பாதையை சுட்டிக் காட்டும் ஒரு காந்தத்தைப் போன்றது. கஷ்டங்கள் நிறைந்த பாதைக்குள் நுழைவதாக இருந்தாலும் அதை ஒருவர் பின்பற்றிதானாக வேண்டும்.”

– அன்னை தெரசா

*அவரைப் பற்றும் விசுவாசத்தால் அவருக்குள் நமக்குத்  
தேரரியமும், திட நம்பிக்கையோடே தேவனிடத்தில் சேரும்  
சிலாக்கியமும் உண்டாயிருக்கிறது.*

–எபேசியர் 3:12

“உன் சொந்த இருதயத்துக்கு உண்மையாய் இரு” என்ற கூற்றை அநேகமாக நீங்கள் அறிந்திருக்கலாம். நம் வாழ்வை நாம் கடினமானதாக மாற்றிக் கொள்ளும் வழிகளில் ஒன்று நாம் செல்ல வேண்டிய பாதையில் செல்லலாம், சுற்று வழியில் செல்லும் போது நமக்கு உண்மையிலேயே முக்கியமானதாக இருக்கும் காரியத்தை நாம் புறக்கணிக்கும் போது தான், நம் சொந்த இருதயத்தை நாம் புறம்பே தள்ளிவிட்டு, இந்த உலகம் நாம் என்ன செய்ய வேண்டுமென்று நினைக்கிறதோ அதை நாம் பின்பற்றுவோமென்றால், நாம் நம்மை முழுமையற்றவர்களாகவும், வெறுமையாகவும் காண்போம். வாழ்க்கை ருசியற்றிருக்கும் நாம் எல்லா செயல்பாடுகளினூடேயும் செல்லுவோம், ஆனால் ஒன்றும் நம்மை திருப்திப்படுத்தாது. வாழ்விலிருந்து உங்களுக்கு என்ன தேவை? உங்களுக்கான தேவசித்தம் எது என்று நீங்கள் நம்புகின்றீர்கள்? தங்கள் கடமைகள் என்று எதை நினைக்கின்றார்களோ, அதை சந்திக்கவே அதிக நேரம் சில மக்கள் செலவிடுகின்றனர். இதனால் அவர்களுக்கு என்ன வேண்டுமென்றே அவர்கள் அறியாமலிருக்கின்றனர். அவர்கள் தங்களைத் தாங்களே ஒருபோதும் கேட்டறிவதில்லை. ஏனென்றால் இது சென்றடையக் கூடாத வழி என்று அவர்களே நினைத்துக் கொள்கின்றனர்.

வாழ்க்கையில் உங்களுக்கு என்ன வேண்டும் என்று நான் கேட்கும் போது, நான் சுயநலமான விருப்பங்களைக் குறித்துக் கேட்கவில்லை. உங்கள் மனதின் ஆழத்தில் தேவன் நாட்டின ஏதோவொன்று இருக்கிறது. ஒவ்வொருவரும் ஏதோ ஒன்றை செய்ய அழைக்கப்பட்டும், ஆயத்தப்பட்டும் இருக்கின்றனர். அதில் நீங்களும் உள்ளடங்குவிர்! கூட்டத்தைப் பின்பற்றாமல் உங்கள் இருதயத்தைப் பின்பற்ற தைரியம் அல்லது துணிவு வேண்டும். தேவன், தம்முடைய வார்த்தையை நான் பிரசங்கிக்கும்படி என்னை அழைத்த போது, அந்த நாட்களில் பெண்கள் அதை செய்வது அவ்வளவு பிரபலமானதொன்றாக காணப்படவில்லை. நான் என்னுடைய நண்பர்களை இழந்து போனேன், ஏன் என் குடும்பத்தினரும் நான் ஒரு வஞ்சிக்கப்பட்ட, தவறாக வழிநடத்தப்பட்ட, கலக்கம் உண்டாக்குகிறவள் என்று என்னைப் புறக்கணித்தனர். என்னுடைய இனமக்களின் மத்தியில் எனக்கு நல்ல மரியாதையும் இல்லை, ஆனால் இயேசுவுக்கும் அங்கு இல்லை. கூட்டத்தையல்லாமல் தேவனைப் பின்பற்ற துணிவை நான் கண்டுக்கொண்டது எனக்கு இன்னும் ஒரு ஆச்சரியமே ஆகும். “எப்போதும் போலுள்ள வாழ்க்கையினால்” நான் விரக்தியடைந்தவளாக, உள்ளே திருப்தியை உணரும்படி ஏதோ ஒன்றை செய்ய விருப்பமுள்ளவளாக இருந்தேன் என்று நினைக்கின்றேன்.

உங்கள் இருதயங்களில் நீங்கள் கொண்டிருக்கும் தரிசனங்களையும், கனவுகளையும் புறக்கணித்துக் கொண்டும், தொடர்ந்துக் கீழே தள்ளிக்கொண்டும் அதே சமயத்தில் நீங்கள் வெறுக்கும் ஒன்றை அனுபவிக்கும்படி முயற்சிப்பது நிச்சயமாகவே சுலபமானக் காரியமல்ல. உங்கள் இருதயத்தை நீங்கள் பின்பற்றுவதால், சிலரை நீங்கள் கோப்படுத்துவது உங்கள் வாழ்வை சிக்கலாக்கிவிடும் என்பதாய் நீங்கள் நினைக்கலாம், ஆனால் உண்மையென்னவெனில், தேவனுக்கு மனமுவந்து கீழ்ப்படியும் ஒரு எளிமையான வாழ்க்கை வாழ நீங்கள் உண்மையாலும் நினைப்பீர்களென்றால், உங்கள் இருதயத்தைப் பின்பற்றுவது முற்றிலும் தேவையானதே.

## மக்கள் என்ன நினைப்பார்கள் என்பதைப் பற்றி பயப்பட வேண்டாம்

“ஒரு மனிதனின் கீர்த்தியென்பது மற்ற மக்கள் அவனைக் குறித்து என்ன நினைக்கிறார்கள் என்பதே; அவனுடைய குணமோ அவன் எப்படி இருக்கிறான் என்பதே.”

— ஜான் மில்டன்

*வசனத்தைக் கேட்கும் உலகக்கவலைகளும், ஐசுவரியத்தின் மயக்கமும், மற்றவைகளைப் பற்றி உண்டாகிற இச்சைகளும் உட்பிரவேசித்து, வசனத்தை நெருக்கிப் போட, அதினால் பலனற்றுப் போகிறார்கள்.*

—மாற்கு 4:18

“மற்றவர்கள் என்ன நினைப்பார்களென்று அளவுக்கதிகமாக கவலைப்படுவது, உபத்திரவத்துக்குக் கதவைத் திறப்பதாகும். ஆம், நாம் அனைவருமே நன்றாக நினைக்கப்பட வேண்டுமென்று விரும்புவோம், ஆனால் எல்லா சமயமும், எல்லோராலும் விரும்பப்படுவது கூடாததொன்று. யாரோ ஒருவர் உங்களைப் பற்றி எதிர்மறையாக நினைப்பார்கள், அதைக் குறித்து உங்களால் ஒன்றும் செய்ய இயலாது. ஒருவர் இல்லையென்றால் இன்னொருவர் அவ்வாறு நினைப்பார். ஆனாலும், சில வேளைகளில் மக்கள் என்ன நினைப்பார்களென்று கவலைப்படுகின்றோம், உண்மையென்னவெனில் அவர்கள் நம்மைப் பற்றி நினைப்பதேயில்லை.

அவர் நம்மை விசாரிக்கிறவரானபடியினால் நாம் நம்முடைய எல்லாக் கவலைகளையும் அவர் மீது வைத்துவிட வேண்டும் என்று வேதம் கூறுகிறது (1 பேதுரு 5:7ஐ பார்க்கவும்). அதில் மக்கள் என்ன நினைப்பார்களென்ற கவலையும் உள்ளடங்கும் தேவனைப் பிரியப்படுத்தவே நான் வாழ இயலும், மக்கள் திருப்தியடையவில்லையென்றால், பின்னர் அதை அவர்கள் என்னிடம் அல்ல, தேவனிடம் எடுத்துச் செல்ல வேண்டும். நான்

தேவனையும், மக்களையும் பிரியப்படுத்த முயற்சிபேனையென்றால், வாழ்க்கை மிகவும் கடினமாகிவிடுகிறது, நான் மிகவும் குழப்பமடைந்து, விரக்தியடைகிறேன். தேவனைப் பிரியப்படுத்தி வாழ நான் தீர்மானிக்கும் போது முதலில் நான் புறக்கணிக்கப்பட்டேன், ஆனால் பின்னரோ, தேவன் எனக்கு புதிய நண்பர்களை கொடுத்தார், அவர்களும் நான் பின்பற்றின அநேகக் காரியங்களைப் பின்பற்றினார், எல்லோருமாக இணைந்து மக்கள் என்ன நினைப்பார்களென்ற பயத்துக்கு எதிராக நின்றோம்.

தேவனுடைய பொருளாதாரத்தில், உண்மையாலும் விரும்புவதைப் பெற்றுக் கொள்ளும்படி, நாம் கொண்டிருக்கும் ஒன்றை இழக்க விருப்பமுள்ளவர்களாக இருக்க வேண்டும். உங்களை எப்படியும் திருப்திப்படுத்தாத ஏதோ ஒன்றை நான் இறுகப் பற்றிக் கொண்டிருக்கின்றோம் ஏன்? மக்கள் என்ன நினைப்பார்கள் என்ற கொடுமையின் கீழ் வாழாதீர். உங்களுடைய நல்ல நோக்கங்களை அவர்கள் புரிந்துக் கொள்ள வேண்டும் என்று அவர்களை நம்ப வைக்க முயற்சிப்பதை நிறுத்துங்கள். அவர்கள் என்ன நினைக்க விரும்புகிறார்களோ நினைத்துக் கொள்ளட்டும் என்று விட்டுவிடுங்கள். தேவனை உங்களை தற்காக்கிறவர், சரியான நேரத்தில் அவரே உங்களை நியாயப்படுத்துவார்.

வேறொருவரின் நினைவுகள் உங்களுக்கு என்ன செய்ய முடியும்? ஒரு எண்ணத்தைக் குறித்தப் பயத்தோடு நீங்கள் ஏன் வாழ வேண்டும்? நாம் பயத்துக்கு அடிமையாக இருக்கும்படி தேவன் தம்முடைய பரிசுத்த ஆவியானவரை நமக்குக் கொடுக்கவில்லை (ரோமர் 8:15). மற்றொருவரை விட தேவன் என்ன நினைக்கிறார் என்று கவலைப்பட வேண்டுமென்று தெரிந்தெடுத்துக் கொள்ளுங்கள், அது உங்கள் வாழ்வை இன்னும் எளிமையாக்கும்.

## உங்கள் வாழ்விலிருந்து சண்டையை அப்புறப்படுத்துங்கள்

“கோபமும், வெறுப்பும், போட்டியும், சண்டையும் அறிவைக் கூர்மைப்படுத்தலாம், அவ்வாறு செய்வது அரிதே; அது விளங்கிக் கொள்ளுதலை பெலப்படுத்துவதில்லை, பகுத்தறிவை தெளிவாக்குவதில்லை, நியாயத்தை நடத்துவதில்லை அல்லது இருதயத்தை மேம்படுத்துவதில்லை.”

– வால்டர் சேவேஜ் லேன்டார்

*வழக்குக்கு விலகுவது மனுஷனுக்கு மேன்மை;  
முடனானவனெவனும் அதிலே தலையிட்டுக் கொள்வான்.*

– நீதிமொழிகள் 20:3

நாம் வழக்கைக் குறித்துப் பேசும்போது, எல்லா சண்டை, வாக்குவாதம், அனல் பறக்கும், ஒன்றி செல்லாதிருத்தல் மற்றும் கோபமான அலைகளைக் குறித்துப் பேசுகிறோம். நாம் நண்பர்களுடன், குடும்பத்துடன், மற்றும் அன்றாட வாழ்வின் செயல்பாடுகளில் சண்டையிடலாம். தேவனுடைய ஊழியக்காரன் சண்டையிலிருந்து விலகியிருக்க வேண்டுமென்று வேதம் கற்பிக்கின்றது (2தீமோத்தேயு 2:23-24ஐ பார்க்கவும்). நாம் புத்தியீனமும் அயுத்தமுமான (சரியாக அறியப்படாத, பக்திவிருத்தியுண்டாக்காத, மதியீனமான) தர்க்கங்கள் சண்டையை பிறப்பிக்குமென்று அறிந்து, அவைகளுக்கு விலகியிருக்க வேண்டுமென்று வேதம் கூறுகிறது.

சண்டையையும், வேற்றுமையையும் நம் வாழ்வில் இல்லாமலிருக்க, குழப்பத்துக்குள்ளும், அசவுகரியத்துக்குள்ளும் நம்மை நடத்தும் உரையாடல்களை நாம் தவிர்க்க விருப்பமுள்ளவர்களாயிருக்க வேண்டும். கொஞ்சம் கோபமாக மாறும் உரையாடலை அல்லது சம்பாஷணையை நானும், டேவும் கொண்டிருக்கும் போது, அதை நான் அப்படியே விட்டுவிட விரும்புவேன், ஏனென்றால் அச்சமயத்தில் நாங்கள் சம்பாஷித்துக் கொண்டிருப்பது தகுதியில்லாததாய் இருந்தது என்று என்னால் சொல்ல

இயலும். அது நாங்கள் நன்றாக அறியாத ஏதோ ஒன்றைப் பற்றி நாங்கள் உரையாடிக் கொண்டிருப்பதாகவும் கூட இருக்கலாம்.

நாம் சரியாக இருக்க வேண்டுமென்ற நம்முடைய மனுவீக விருப்பம் நம்மை அதிகபடியான சண்டைக்குள்ளாக நடத்துகின்றது. உங்கள் வாழ்விலிருந்து மாறுபாட்டையும், சண்டையையும் உங்கள் வாழ்விலிருந்து விலக்கி வைக்க, நீங்கள் சரியாக இருக்கின்றீர்கள் என்று நினைத்தாலும், நீங்கள் தவறாக இருக்க வாய்ப்பிருக்கிறதென்ற கருத்தை ஊக்குவியுங்கள். சரியாக இருப்பதென்பது அதிகமாக மதிப்பிட்டுக் கொள்வதாகும். நாம் சரி என்று நிரூபிப்பதற்காகவே எல்லா விதமான பிரச்சனைகளையும் ஏற்படுத்துகின்றோம், இறுதியில் அதினால் என்ன நன்மை? அது மாம்சத்தை திருப்திப்படுத்துகின்றது, ஆனால் தேவன் நம்மை சமாதானத்துக்கு அழைத்திருக்கிறார்.

வழக்கு என்ற விளக்கத்துக்கு நாம் திரும்ப செல்வோம்: வாக்குவாதம், சண்டை, சூடேறிய சம்பாஷணை மற்றும் கோப அலைகள். இவையனைத்தும் வாழ்க்கையில் உண்மையிலேயே சிக்கலானதென்று என்னை உணரச் செய்கின்றது, ஆனால் சமாதானமோ எளிமையானது, இனிமையானது. சண்டையானது நம் ஆசீர்வாதங்களை அடைத்துவிட்டு, எல்லாவிதமான பிரச்சனைகளுக்கான கதவை திறந்துவிடுகின்றது. சண்டையானது நம்மை பெலவீனமடையச் செய்கின்றது. ஆனால் ஒத்துச் செல்லுதல் நம் ஆற்றலை அதிகரிக்கின்றது. பழைய சொல்வழக்கைப் போல, “ஒன்றுபட்டால் எழும்பி நிற்போம், உடைபட்டால் விழுந்துவிடுவோம்.”

அடுத்தமுறை யாருடனாவது உங்களுக்கு வாக்குவாதம் எழும்பும் என்றால், கொஞ்சம் தரித்திருந்து நீங்கள் வாக்குவாதம் செய்துக்கொள்வது உங்கள் சமாதானத்தை இழக்க தகுதியுடையது தானா என்று உங்களையே கேட்டுப்பாருங்கள்.

## நேர்மையாக இருங்கள்

“தீமையே நடக்கும் என்று நம்புகிறவன் ஒவ்வொரு சந்தர்ப்பத்திலும் கஷ்டங்களையே பார்க்கின்றான்; நன்மையே நடக்கும் என்று நம்புகிறவன் ஒவ்வொரு கஷ்டத்திலும் வாய்ப்புகளையே காண்கின்றான்.”

– சர் வின்ஸ்டன் சர்ச்சில்

*உங்கள் உள்ளத்திலே புதிதான ஆவியுள்ளவர்களாகி.*

– எபேசியர் 4:23

நேர்மையாக இருப்பது ஒரு தெரிந்துக் கொள்ளுதலாகும். நாம் வாழும்படி தீர்மானிக்கும் ஒரு மனப்பான்மையானது, அது நம் வாழ்வில் தேவன் கிரியை செய்யும்படியானக் கதவைத் திறந்துக் கொடுக்கிறது. ஆனாலும், இதற்கு எதிர்மறையாக இருப்பதற்கும் நாம் தெரிந்தெடுக்கலாம்—நாம் எதிர்மறையாக இருந்து, சாத்தான் கிரியை செய்யும்படி கதவைத் திறந்துக் கொடுக்கலாம். எதிர்மறையான காரியங்களால் நாம் சூழப்பட்டிருக்கும் போது, நாம் சுமக்க தேவையில்லாத பாரத்தையும், ஒரு பாரமான உணர்வையும் அது கொடுக்கிறது. நம் சூழ்நிலைகள் எதிர்மறையாகக் காணப்படும் போது, அதைக் குறித்து எதிர்மறையாக இருப்பது அதை சரி செய்யாது. உங்கள் பிரச்சனை ஒரு உண்மையான பிரச்சனையா, அல்லது உங்கள் பிரச்சனைகளை நீங்கள் நோக்கும் வழிதான் பிரச்சனையா?

எதிர்மறையானது நம் கண்ணோட்டத்தை சரித்துவிட்டு, எல்லாவற்றையும் வடிகட்ட நாம் அனுமதிக்கும் போது, நாம் நம் சமாதானத்தையும், சந்தோஷத்தையும் இழந்துவிடுகின்றோம். ஒரு எதிர்மறையான மனிதன் தேவனிடமிருந்து பதிலைப் பெற்றுக் கொள்ளமாட்டான், ஏனென்றால் என்ன செய்வதென்று குழப்பம் அடைந்துவிடுவர். அதனால் எல்லாமே மோசமாக மாறிவிடும். ஏன் உங்களையும், உங்களைச் சுற்றியுள்ளவர்களுக்கும், ஒளியுள்ள பகுதியை பார்க்கத் தீர்மானிக்க உதவக் கூடாது?

என்னுடைய வாழ்வில் பல வருடங்கள், நான் மிகவும் எதிர்மறையானவளாக இருந்தேன். நான் ஒரு எதிர்மறையான சூழ்நிலையில் வளர்க்கப்பட்டேன், அறியாமையின் நிமித்தமாக, நாம் எப்போதுமே அறிந்திருந்தவற்றிலேயே நான் தொடர்ந்திருந்தேன். என்னுடைய வாழ்க்கை சந்தோஷமானதாக இருக்கவில்லை என்று என்னால் கூற முடியும், அது எளிமையைத் தவிர வேறே விதமாக எல்லாம் இருந்தது, ஏனென்றால் என் வாழ்வின் சவால்களை நான் ஏற்றுக்கொண்டேன், அதை என் தீய மனப்பான்மையினால் இன்னும் மோசமாக மாற்றினேன். நாம் எப்போதுமே பிரச்சனைகளை கொண்டிருப்பதாகக் காணப்பட்டது, நான் செய்ததெல்லாம், எல்லாவற்றைப்பற்றியும் குறைக்கூறிக் கொண்டிருந்தேன், அது என் பிரச்சனைகளின் வீரீயத்தை அதிகரித்தது. இறுதியில் நான் நேர்மையானவற்றை நோக்கத் தொடங்கி, எதிர்மறையானதை விட்டுவிட்ட போதுதான் என் உலகம் அமர்ந்தது, சமாதானம் திரும்ப அனுமதித்தது.

நீங்கள் வாழும் சூழ்நிலையை எதிர்மறையிலிருந்து நேர்மறையானதற்கு இப்போதே மாறுவதின் மூலம் மாற்ற முடியும். நீங்கள் ஜெபித்த அநேக ஜெபத்திற்கு பதிலளிக்க தேவன் காத்துக்கொண்டிருக்கிறார், நீங்கள் ஒரு விசுவாச மனப்பான்மையோடு வாழவேண்டும். உங்களோடே நீங்கள் பேசுங்கள், எதிர்மறையாக இருப்பதால் எந்த நன்மையும் இல்லை என்பதை நினைத்துக் கொள்ளுங்கள், எனவே உபயோகமற்ற ஏதோ ஒன்றில் உங்கள் நேரத்தை ஏன் விரயமாக்க வேண்டும்? வாழ்வின் ஒளியுள்ளப் பகுதியில் கவனத்தை வையுங்கள், நீங்கள் காணக்கூடிய எல்லா நன்மைகளைக் கண்டு ஆச்சரியமடைவீர்கள்.

## உங்களால் நன்றாக செய்ய இயலாதக் காரியங்களைச் செய்வதை நிறுத்திவிடுங்கள்

“நீங்கள் எதில் சிறந்தவராய் இருக்கின்றீரோ அதை செய்யுங்கள் பின்னர் மற்ற அனைத்தும் சரியாக அமைந்துவிடும்.”

– வில்னெட் க்ராகெட்

*உன் வழிகளினெல்லாம் அவரை நினைத்துக்கொள்; அப்பொழுது அவர் உன் பாதைகளைச் செவ்வைப்படுத்துவார்.*

–நீதிமொழிகள் 3:6

தாலந்துகள், திறமைகள் என்று வரும் போது, உங்களுக்குத் தெரிந்த மற்ற அனைவரையும் போல இருக்க வேண்டுமென்று அதற்காக முயற்சித்துக் கொண்டிருக்கின்றீர்களா? அந்தக் காரியங்களில் சிலவற்றில் நீங்கள் குறைவுபடுகின்றீர்களா? தன் வாழ்க்கையை எளிமையாக்க விரும்பும் எந்தவொரு மனிதரும் தங்களுடைய இரண்டு அல்லது மூன்று ஆற்றல்களுக்கு தங்களுடைய என்பது சதவிகித நேரத்தை கொடுக்கக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். தாங்கள் சரியாக அல்லது நன்றாக செய்யாதக் காரியங்களுக்கு நேரத்தை செலவழிப்பதை விட்டுவிட வேண்டும். நாம் எல்லாருமே சாதனையால் ஊக்குவிக்கப்படுகிறோம்; எனவே தோல்வியைப் போன்று நம்மை உணர வைக்கும் காரியங்களை நாம் கொண்டிருக்கும் போது, நம் வாழ்க்கையை அனுபவிக்கத் தேவையான ஊக்கத்தை நாம் பெற்றுக் கொண்டிருக்கமாட்டோம்.

உங்களுக்கு தெரிந்த யாரோ ஒருவர் ஒரு காரியத்தை நன்றாக செய்கிறாரென்பதால் நீங்களும் அதை செய்ய வேண்டுமென்ற அவசியம் இல்லை. என்னுடைய அயலகத்தார் ஒரு சிறப்பான இல்லத்தரசி. அவள் தன்னுடைய குடும்பத்தினரின் ஆடைகளைத் தானே தைத்து, ஆயத்தப்படுத்தி வைப்பாள், ஒரு அழகிய தோட்டத்தைக் கொண்டிருந்தாள், வீட்டை அழகாக அலங்கரித்து வைப்பாள், மேலும்

அவள் நன்றாக சமைப்பாள், மாறாக, நானோ, உடைகளைத் தைக்கத் தெரியாது, தோட்டம் கொண்டிருக்கவில்லை, நான் சிறப்பாகச் செய்தாலுமே ஒரு சராசரி சமையலை மட்டுமே செய்தேன். நான் தோட்டம் போட முயன்றேன் ஆனால் அதை வெறுத்தேன். உடைகளை தைக்க முயன்றேன் அதை தோட்டத்தைவிட அதிகமாக வெறுத்தேன். நான் நிர்பந்தமாக உணர்ந்தேன், வாழ்க்கையை அதிக சிக்கலானதாக உணர்ந்தேன் ஏனெனில் ஒவ்வொரு நாளும் நான் வெறுத்தக் காரியங்களை நான் செய்துக் கொண்டிருந்தேன், அது என்னை நான் ஒரு “சாதாரண பெண்” என்பதாய் என்னை உணரச் செய்தது.

நான் என் அயலகத்தாரைப் போன்று இல்லாமலிருந்தாலும், என்னில் எந்த தவறும் இல்லை என்று தேவன் எனக்குப் போதிக்க வேண்டியிருந்தது. நான் நன்றாக செய்தக் காரியங்களை செய்வதை நிறுத்திவிட்டு, மக்கள் என்ன நினைப்பார்களோ என்று நினைப்பதை விட்டுவிட துணிச்சலுள்ளவளாக இருக்க வேண்டியிருந்தது நாமெல்லாருமே ஒரே காரியத்தில் சிறப்பானவர்களாக இருப்போமென்றால் இந்த உலகத்திலுள்ள அநேக தேவைகள் ஒருபோதும் சந்திக்கப்படாமலேயே போய்விடும். நம் ஒவ்வொருவரையும் வித்தியாசமான வழிகளில் தேவன் ஆயத்தப்படுத்துகிறார், நாம் ஒவ்வொருவரும் நம்முடைய திறமைகளையும், தாலந்துகளையும் வைத்து இணைந்து செயல்படும் போது தான், அவருடைய சித்தத்தை நாம் நிறைவேற்றுவோம்.

## உங்கள் பிள்ளைகளைக் குறித்துக் கவலைப்படவேண்டாம்

“ஒரு குழந்தையை நான் அணுகும் போது, இரண்டுவிதமான உணர்வுகளை அவன் தூண்டுகிறான்; அவன் எப்படியிருக்கிறானோ அதைக் குறித்த மென்மையான உணர்வும் அவன் எவ்வாறு மாறுவானோ அதற்கான மரியாதையும் உணர்கிறேன்.”

—லூயிஸ் பாஸ்சர்

கவலைப்படுகிறதினாலே உங்களில் எவன் தன் சரீர அளவோடு ஒரு முழத்தைக் கூட்டுவான்?

—மத்தேயு 6:27

சில மக்கள், தாங்கள் தங்கள் பிள்ளைகளைப் பற்றி கவலைப்படாவிட்டால் அவர்கள் நல்ல ஒரு பெற்றோர்கள் இல்லை என்பதாக உணர்கிறார்கள்; ஆனாலும் கவலைப்படுதல் தேவனுடைய சித்தம் இல்லையென்றும், அது வீணென்றும் வேதம் நமக்குப் போதிக்கின்றது. கவலையானது ஒரு சாய்ந்தாடும் நாற்காலியில் அமர்ந்து சாய்ந்தாடுவதைப் போன்றது என்று நான் நம்புகின்றேன். அது உங்களை வேலை செய்யும்படி செய்கிறது ஆனால் எங்கேயும் செல்லாமல் அதே இடத்திலிருக்கும்படி செய்கிறது.

உங்கள் பிள்ளைகளை தேவனுக்கேற்றக் கொள்கைகளில் வளர்க்கும்படி உங்களால் செய்ய இயன்ற சிறப்பானதை செய்து, மீதியானதை தேவனிடம் விட்டுவிடுங்கள்! நாம் கவலைப்படும் போது, நாம் நம் பிள்ளைகளுக்காக ஜெபிக்க வேண்டும், பின்னர் கவலைகளை தேவன் பேரில் வைத்துவிட வேண்டும்.

எனக்கு நான்கு வளர்ந்தப் பிள்ளைகளுண்டு, அவர்களனைவரும் தேவனை சேவிக்கின்றனர், ஆனால் அவர்கள் வளர்ந்துக் கொண்டிருந்த போது, கவலைப்பட்டுக் கொண்டு அதிகமான நேரத்தை விரயமாக்கிவிட்டேன். அவர்களில் இரண்டுபேர் என் வீட்டைவிட்டு வெளியே சென்றால் பிழைத்துக் கொள்ளக்கூட இயலுமா என்று நான்

நினைத்ததுண்டு, ஆனால் நான் ஆச்சரியப்படும் படியாக அவர்கள் நன்றாக இருந்தனர். உங்கள் பிள்ளைகள் எப்படியிருக்கிறார்களென்று நீங்கள் நினைப்பதை விட அதிக திறமைசாலிகளாக இருக்கக்கூடும். அவர்கள் சரியான நேரத்தில், தங்கள் சிறகுகளை விரித்து தனியே பறக்க அனுமதிப்பதைக் குறித்து பயப்படாதீர்.

அநேகப் பெற்றோர்களைப் போல், எங்களுடைய ஒவ்வொரு குழந்தையிடமும் சில பிரச்சனைகளிருந்தன. அவர்களில் இரண்டுபேர் பள்ளிப்படிப்பை முடிப்பதில் மிகவும் சிரமப்பட்டனர், ஒருவர் அதிகமாக குழம்பிக் கொண்டிருந்தார், மற்றொருவர் தாம் செய்வதை பரிபூரணமாக செய்ய வேண்டுமென்று நினைப்பவர், அதனால் அதிக அழுத்தத்தால் பாதிக்கப்பட்டார் நற்செய்தி என்னவென்றால், அவர்களனைவரும் படித்துமுடித்தனர், நன்றாக இருக்கின்றனர். தவறான தெரிந்தெடுப்புகளால் வழிமாறிச் சென்றாலும், அவர்களின் தவறுகளால் பாடம் கற்றுக்கொண்டு, அவர்களுக்கு என்ன போதிக்கப்பட்டதோ அதில் மீண்டும் வந்து இணைந்துக் கொண்டனர். பிள்ளைகளை அவர்கள் நடக்க வேண்டிய வழிகளில் நாம் நடத்தினால், முதிர்வயதிலும் அவர்கள் அதை விட்டுவிட மாட்டார்களென்று தேவனுடைய வார்த்தை கூறுகின்றது (நீதிமொழிகள் 22:6ஐ பார்க்கவும்).

உங்கள் பிள்ளைகளில் ஒருவரைப் பற்றிய கவலையோடு நீங்கள் இருப்பீர்களென்றால், நான் இப்போது கூறின வாக்குத்தத்தத்தைப் பற்றிக் கொண்டிருங்கள். கவலைப்படுகிற உங்களை குழப்பி உங்கள் வாழ்க்கையை கடினமானதாக்கிவிடும். அது உங்கள் பிள்ளைகளுக்கு உதவாது, எனவே நீங்கள் கவலைப்படுவதற்கு சாதாரணமாக உபயோகிக்கும் ஆற்றலை தேவனை நம்புவதற்கு உபயோகித்து, அவர் உங்களுக்காக செய்வதை நீங்கள் பார்க்க ஏன் உபயோகிக்கக்கூடாது?

## அதிகப்படியான பகுத்தறிதலைத் தவிர்த்திடு

“பகுத்தறிவு அல்லது காரணங்கள் கண்டறிவதை விட காலமே அநேகரை மாற்றுகின்றது.”

— தாமஸ் பேயின்

உன் சுயபுத்தியின் மேல் சாயாமல், உன் முழு இருதயத்தோடும் கர்த்தரில் நம்பிக்கையாயிருந்து.

— நீதிமொழிகள் 3:5

நம்முடைய சுயபுத்தியின் மேல் நாம் சாய்ந்திருக்கக் கூடாதென்று தேவனுடைய வார்த்தை நமக்குப் போதிக்கின்றது. அப்படியென்றால் தேவன் மட்டுமே அறிந்திருக்கும் காரியங்களை நாம் கண்டுபிடிக்க முயற்சித்து நம் நேரத்தை விரயமாக்கத் தேவையில்லை. அப்படியென்றால் நாம் காரியங்களைக் குறித்து நினைக்கவே கூடாதென்று அர்த்தமாகாது, ஆனால் ஒவ்வொரு நாளும் ஏற்படக்கூடிய சவால்கள், சண்டைகளைக் குறித்து நாம் அதிகமாக நினைத்து கொண்டிருக்கக் கூடாதென்பது தான் இதன் பொருள். தேவன் அவரை நம்புவதின் மூலமாகவும், விசுவாசத்தில் வாழ்வதின் மூலமாக நம் வாழ்வை நாம் எளிமையாக்கிக் கொள்ளும்படி அழைக்கிறார், ஆனால் நம்பிக்கை என்றால் நம் வாழ்வில் சில பதில் பெற்றுக்கொள்ளாத கேள்விகளும் இருக்கும் என்று அர்த்தமாகும். எல்லாவற்றை நாம் அறிந்திருப்போமென்றால், நமக்கு தேவன் தேவையில்லை! உங்களுக்கு எல்லாமே தெரியாது என்பதை ஒத்துக்கொண்டு அதைப் பற்றி கவலைப்படாதீர். எல்லா பதில்களையும் கொண்டிருப்பது உங்கள் வேலையன்று; தேவனே, சரியான நேரத்தில் பதில்களை தருவார் என்று அவரை நம்பியிருத்தலே உங்கள் வேலையாகும்.

என்னுடைய வாழ்க்கையை நான் எளிமையாக்கிக் கொள்ள வேண்டுமென்று நான் உணர்ந்துக் கொண்டிருந்த ஒரு நிர்பந்தமான

தருணத்தில், நான் முதலாவதாக விட்டுவிட வேண்டியிருந்தக் காரியங்களுள் ஒன்று பகுத்தறிவதாகும் அல்லது காரணங்களைக் கண்டுப்பிடிப்பதாகும். என் வாழ்க்கை எளிமையானதாக போகிறதென்றால், என் மனம் எளிமையாயிருக்க வேண்டும். நான் காரியங்களை ஆராய்ந்தறிவதையும் விரக்தியடையத் தேவையில்லாதக் காரியங்களைக் குறித்து விரக்தியடைவதையும் நான் நிறுத்த வேண்டியிருந்தது. தொடர்ச்சியாக ஒவ்வொரு பிரச்சனைகளையும் என் மனம் சுற்றிக் கொண்டிருப்பதும், எனக்கு சரியென்று தோன்றியதின் பதிலைப் பெற்றுக்கொள்ள முயற்சிப்பதும் நிச்சயமாகவே சுலபமானதாக இல்லை. அநேக சமயங்களில் நான் மனதளவில் களைத்துப்போயிருந்தேன். நான் கண்டறிந்துவிட்டேன் என்று நான் நினைத்த அநேகக் காரியங்கள் தவறாகிவிட்டன. நான் காரணக் காரியங்களைக் கண்டறிவதற்கு அடிமையாயிருந்தேன் என்பதை தேவன் எனக்குக் காண்பித்தார். வாழ்க்கையிலிருந்த அனைத்தையும் நான் கண்டுப்பிடித்தாலொழிய என்னால் சமாதானமாக, நிம்மதியாக இருக்க இயலவில்லை. ஒரு குழந்தைக்கு எப்படி வாயில் வைத்து சூப்பும் ரப்பரை மறக்கடிக்கப்பட வேண்டுமோ அவ்வாறு என்னுடைய பகுத்தறிதலை அல்லது காரணங்களைக் கண்டறிதல் மறக்கடிக்கப்பட வேண்டியிருந்தது.

நாளடைவில் காரியங்களைக் கண்டறிவதை முயற்சிப்பதை நிறுத்த தீர்மானித்தேன், ஆனால் பதிலளிக்கப்படாத கேள்விகள் எனக்கிருந்த போது, அமர்ந்திருந்து, சமாதானமாக உணர என் மாம்சத்துக்குத் தான் கொஞ்சம் காலம் எடுத்துக் கொண்டது. ஒவ்வொருமுறையும் நான் குழப்பமாக உணரும் போது, நான் என்னுடைய பழைய பழக்கத்துக்குள் விழுந்துவிட்டேன் என்பதை நான் அறிந்துக் கொண்டவளாக, “தேவனே நான் உம்மை நம்புகிறேன், பகுத்தறிதலுக்குள்ளாவதை மறுக்கிறேன்” என்று உரக்க கூறுவேன். கொஞ்சம் கொஞ்சமாக, “அறிந்துக்கொள்ள வேண்டுமென்ற தேவை” என்று நான் அழைக்கும் இந்தக் காரியத்திலிருந்து முற்றிலுமாக விடுதலையாக்கப்பட்டேன். நான் அறிந்துக் கொள்ளாமல் இருப்பதால் நான் சவுகரியமாக உள்ளேன் ஏனெனில் எனக்கு தேவனைத் தெரியும், அவருக்கு எல்லாமே தெரியும். நான் எப்போது அறிந்துக் கொள்ள வேண்டுமென்பதையும், அவர் நான் அறிந்துக்கொள்ளும்படி செய்வார், எனவே அந்த இடைப்பட்ட காலத்தில் நான் அவருடைய அன்பில் அமர்ந்திருக்க முடியும். அவர் எல்லாவற்றையும்

கட்டுப்படுத்துகிறாரென்பதை அறிந்திருக்கிறேன். என் வாழ்வில் இந்த செயல் வளர நேரம் எடுத்துக்கொண்டது. ஆனாலும் அது தகுதியானதே. அதிகபடியாக காரணங்களை ஆராயும் ஒருவராக நீங்கள் இருப்பீர்களென்றால், நீங்கள் இன்றே உங்கள் பகுத்தறியும் அடிமைத்தனத்தை உடைக்கத் தொடங்கி, பகுத்தறிவின் தலைவரான தேவன் அவரையே நம்பக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள் என்று உங்களுக்கு நான் அறிவுறுத்துகிறேன்!

## எளிமையான நண்பர்களைக் கொண்டிருங்கள்

“நம் வாழ்வில் சில மக்கள் வருவார்கள் சீக்கிரத்திலே சென்றுவிடுவர். சிலர் கொஞ்சக் காலம் தரித்திருந்து, நம் இருதயங்களில் காலடி தடங்களை விட்டுவிட்டு சென்று விடுவர், பின்னர், நாம் ஒருபோதும் அதே மாதிரியாக இருப்பதில்லை.”

—பெயர் வெளியிடாதவர்

கோபக்காரனுக்குத் தோழனாகாதே; உக்கிரமுள்ள மனுஷனோடே நடவாதே.

—நீதிமொழிகள் 22:24

நாம் எத்தகைய மக்களுடன் நேரம் செலவழிக்கின்றோமோ அது நம்மை பாதிக்கின்றது. எனவே நம்மால் அறிந்துக்கொள்ள முடிவதென்னவென்றால், நமக்கு எளிமையான வாழ்க்கை வேண்டுமென்றால், சிக்கலான அநேக மக்களை நம்முடைய நெருங்கிய நண்பர்களாக நாம் கொண்டிருக்கக் கூடாது கடினமாகவும், எப்போதுமே அழுத்தத்துடனும் இருக்கும் மக்களுடன் நான் இருப்பேனெயென்றால், அவர்கள் என்னையும் அழுத்தத்துக்குள்ளாக்கிவிடுவர். ஆனால் சமாதானமாக உள்ள மக்களுடன் நான் இருந்தால், அது நானும் அமைதியாக, சமாதானத்துடன் இருக்கும்படி செய்கிறது. எளிமையான மக்களுடனும், வாழ்க்கையிலுள்ள மிகச்சிறிய காரியத்தையும் சந்தோஷமாக அனுபவிக்கும் மக்களுடன் நான் இருந்தால் அதையே நானும் செய்ய அது எனக்கு நினைவுறுத்தும்.

மிகவும் அதிகமாக பாதுகாப்பற்ற உணர்வைக் கொண்டிருக்கும் ஒருவருடன் மிக நெருங்கிய உறவை வைத்துக் கொள்வது கடினமானதொன்றாக இருக்கக்கூடும். நீங்கள் நீங்களாக சுயாதீனத்தோடு உங்கள் நண்பர்களுடன் இருப்பதை அனுபவிப்பதற்கு மாறாக எப்போதுமே அவர்களுடைய உணர்வுகளை காயப்படுத்தாமலிருப்பதற்கு கவனம் செலுத்திக் கொண்டிருப்பவர்களாக உணர்வீர்கள். அதேபோல்,

எதிர்மறையான மக்களுடன் இருப்பதும் சுலபமானதன்று. அவர்கள் எங்கே சென்றாலும் ஒரு கரும்மேகத்தைப் போன்றிருப்பார்கள்.

நண்பர்களை ஞானமாக தெரிந்துக் கொள்வதின் முக்கியத்துவத்தை எல்லாருமே புரிந்துக்கொள்வதில்லை. தங்களிடத்தில் யார் இருக்கின்றனரோ அவர்களுடன் இணைந்துக் கொள்கின்றனர், அநேக சமயங்களில் அந்த தெரிந்தெடுப்புகளே அநேகப் பிரச்சனைகளுக்கு ஊற்றாகிவிடுகின்றது. யாருடன் நேரம் செலவழிக்கின்றனரோ அதை மாற்றுவதின் மூலம் சில மக்கள் தங்கள் வாழ்க்கையின் தரத்தை அதிரடியாக மாற்றிக்கொள்ள இயலும்.

என்னுடைய வாழ்வில் எனக்கு போதுமான அளவு சிக்கல்களை அனுபவித்துவிட்டேன், என்னுடைய ஓய்வு நேரத்தை, எந்தவொரு திட்டத்தையோ, சம்பாஷணையையோ ஒன்றாக செலவிடும் மணினேரத்தையோ கடினமாக்கும் ஒருவருடன் செலவழிக்க நான் விரும்பவில்லை. உங்கள் நண்பர்களின் பட்டியலை எடுங்கள், அவர்கள் உங்களுக்கு ஊட்டமளிக்கவில்லையெனில் சில மாற்றங்களை ஏற்படுத்துங்கள்.

## காரியங்களைச் செய்ய மிகவும் சாமார்த்தியமான வழியைக் கண்டுபிடியுங்கள்

“திறமைமிக்க சிலரே வெற்றிபெறும் மனிதர். அந்த சிலரே தங்களை வளர்த்துக்கொள்ள விருப்பமும், மன உறுதியும் உடையவர்கள்.”

–ராபர்ட் பர்டன்

புறம்பேயிருக்கிறவர்களுக்கு முன்பாக ஞானமாய் நடந்து,  
காலத்தைப் பிரயோஜனப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

–கொலோசெயர் 4:5

என் வாழ்வில் ஒரு காலக் கட்டத்தில், ஒரு ஜோடி காலணியை தள்ளுபடி விற்பனையில் வாங்குவதற்கென்று பல நாட்களையும், எரிபொருளையும் நான் செலவழித்தது என் நினைவில் உள்ளது. தள்ளுபடி விற்பனையில் இருக்கும் ஒன்றிற்காக நான் தேடி அலைவதின் மூலம் நான் சிக்கனமாக இருப்பதாக நினைத்துக் கொண்டேன், ஆனால் இறுதியாக நான் சேமித்ததைவிட அதிக நேரத்தையும், பணத்தையும் விரயமாக்குகின்றேன் என்பது எனக்கு உதித்தது. நம்மில் அநேகருக்கு நேரமே பணம் என்பதை நாம் மறந்துப் போய்விடுகின்றோம். உங்கள் நேரத்தை நீங்கள் விரயமாக்குவீர்களன்றால், தேவன் உங்களுக்குக் கொடுத்திருக்கும் மிக விலையேறப் பெற்ற வரங்களில் ஒன்றை விரயமாக்குகின்றீர்கள். நேரத்தை ஒருமுறை பயன்படுத்தாவிட்டால் அதை நாம் ஒருபோதும் பெற்றுக்கொள்ள முடியாது. எனவே அதை நாம் ஞானமாக உபயோகிக்க வேண்டும்.

உதாரணத்துக்கு, சிறு சிறு வேலைகளை செய்ய செய்யும் பிரயாணத்தை சேர்த்து செய்யக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள். நீங்கள் சரியாக செய்வதாக நினைத்துக்கொள்ளலாம் ஏனெனில் நீங்கள் நினைக்கும் அந்த நேரத்திலேயே அதை செய்கின்றீர்கள், காலந்தாழ்த்துவதில்லை, ஆனால் அதற்காக நீங்கள் அங்கே இங்கே என்று செல்லும் பிரயாணங்கள் என்று வரும்போது, அது எப்போதுமே சிறந்த சூழ்ச்சியாக இருப்பதில்லை.

நேரத்தையும், எரிபொருளையும் விரயமாக்காத ஒரு வழியை கண்டுபிடியுங்கள், நீங்கள் எங்கே செல்ல வேண்டுமோ அங்கே செல்ல வாரத்தில் ஒரு குறிப்பிட்ட நேரத்தை ஒதுக்கி வையுங்கள். அது நீங்கள் அதிகமாய் தொய்ந்துப் போய் விடாதபடி உதவும் இங்கும், அங்குமாக தொடர்ச்சியாக ஓடிக்கொண்டிருப்பதை போன்று நீங்கள் உணருவீர்களென்றால், அநேகமாக நீங்கள் அப்படி தான்!

சமீபத்தில், நான் பேச வேண்டிய தொலைபேசி அழைப்புகளை குறிப்பெடுத்துக் கொண்டு, அன்று நான் செய்ய வேண்டிய தொலைபேசி அழைப்புகளை செய்ய குறிப்பிட்ட நேரத்தை ஒதுக்கி வைத்துக்கொண்டேன். அது நான் அடிக்கடி தொலைபேசியில் பேசுகின்றேன் என்று உணராமலிருக்கச் செய்கின்றது. சில அழைப்புகள் காலந்தாழ்த்தாமல் செய்யப்பட வேண்டும், ஆனால் பல அழைப்புகள் கொஞ்சகால அவகாசம் எடுத்துக் கொள்ளலாம் என்று உணர்கிறேன். மேலும் உங்கள் தொலைபேசியில் வரும் ஒவ்வொரு அழைப்புகளையும் நீங்கள் பதிலளிக்க வேண்டுமென்பதில்லை என்பதையும் நினைவில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள். தொழில் நுட்ப முன்னேற்றமானது யார் அழைக்கிறார்கள் என்பதை நாம் அறிந்துக்கொள்ளும் படி செய்கின்றது, எனவே நீங்கள் உங்கள் தொலைபேசி மூலமாக உங்கள் நாளை ஒழுங்குப்படுத்தாமல் நீங்கள் உங்கள் நாளை ஒழுங்குப்படுத்தும்படி உங்களை உணரச் செய்யும்.

நேரத்தை சேமிக்க அநேக வழிகள் உண்டு, அதை கண்டுபிடிக்க நாம் நேரம் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். சமீபக்காலமாக நீங்கள் என்ன செய்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதைப் பற்றி யோசித்து, இன்னும் திறமையாகயிருக்க என்ன செய்யக்கூடும் என்பதைப் பாருங்கள். ஒரு எளிமையான வாழ்வை அடைய இது ஒரு பெரிய தொடக்கமாக அமையும்.

## நன்றியறிதலை உடையவர்களாயிருங்கள்

“நன்றியைத் தெரிவிப்பதை விட எந்தவொரு கடமையும் அதிக முக்கியமல்ல.”

–பெயர் வெளியிடாதவர்

*நான் கர்த்தரை அவருடைய நீதியின்படி துதித்து, உன்னதமான கர்த்தருடைய நாமத்தைக் கீர்த்தனம் பண்ணுவேன்.*

–சங்கீதம் 7:17

நன்றியாயிருப்பதும், நன்றி என்று சொல்வதும், வாழ்க்கையை நாம் அதிக எளிமையாக அணுக நமக்கு உதவுகிறது. நாம் குறைகூற வேண்டுமென்றால், குறைகூறுவதற்கு அநேகக் காரியங்களை நாம் கண்டுபிடிக்கலாம், ஆனால் அதனால் எந்தப் பயனும் இல்லாத போது, ஏன் செய்கின்றீர்கள்? நாம் குறைக்கூறக்கூடாது, குற்றம் கண்டுபிடிக்கக் கூடாது அல்லது எதைக் குறித்தும் முறுமுறுக்கக் கூடாதென்று அவருடைய வார்த்தையில் தேவன் கூறுகிறார் (பிலிப்பியர் 2:14ஐ பார்க்கவும்). நாம் முறுமுறுக்கும் போது, அல்லது அதிருப்தியாயிருக்கும் போது, உண்மையிலேயே நாம் அவரிடம் குற்றம் கண்டுபிடிக்கிறோம் என்று அவர் கூறுகிறார்.

நாம் எதைக் குறித்தும் கவலைப்படாமல், எல்லாக் காரியங்களையும் விண்ணப்பத்தோடும், ஜெபத்தோடும், நன்றியறிதலோடும் நம் தேவைகளை தேவனிடம் தெரியப்படுத்த வேண்டும், அப்போதுதான் எல்லா புத்திக்கும் மேலான தேவ சமாதானம் நம்முடையதாகும் (பிலிப்பியர் 4:6-7ஐ பார்க்கவும்). எனக்கு ஒரு காரியத்தை தேவன் கொடுக்கும்படி கேட்டது என் நினைவிலிருக்கிற அவருடைய பிரதிக்கிரியையோ அதை கொடுப்பதில் எந்த அர்த்தமும் இல்லை ஏனென்றால் அதைப் பற்றி குறைகூறுவதே நடைபெறும். நான் என்னத்தான் பெற்றுக்கொண்டிருந்தாலும், நான் பெற்றுக் கொண்டிராதக் காரியத்தைப் பற்றி குறைகூற ஒரு வழியை நான் எப்போதுமே கண்டுபிடித்தேன் என்பதை அவர் எனக்குக் காண்பித்தார்.

அப்போதிலிருந்து நான் என்னுடைய ஆசீர்வாதங்களை எண்ணவும், என் நன்றியை கூறவும் தொடங்கினேன்.

ஒரு நன்றியுள்ள இருதயத்தைப் பெற்றிருப்பது, தேவனுக்கு நாம் ஒரு புதிய அளவிலான ஆசீர்வாதத்துக்கு ஆயத்தமாயிருக்கிறோம் என்பதைக் காட்டுகின்றது. உண்மையாலும் தேவனை ஆராதித்து அவரை துதிப்பவரின் வாழ்க்கை முறையில் இந்த நன்றியறிதலும் ஒரு பகுதியாகும். வாரம் முழுவதும் குறைக்கூறிக் கொண்டு, பின்னர் ஞாயிற்றுக்கிழமை ஆலயத்துக்குச் சென்று சில பாடல்களை பாடி, அதை ஆராதனை என்று சொல்வதால் அது ஆராதனையாகாது. நான் சாதாரணமாக ஆராதிக்க விரும்பவில்லை. தேவனை ஆவியோடும், உண்மையோடும் தொழுதுக் கொள்ளுகிற ஒரு ஆராதனை செய்பவராக இருக்க நான் விரும்புகிறேன். அதுதான் அவருடையச் சித்தம் (யோவான் 4:24ஐ பார்க்கவும்).

நன்றியறிதலோடுள்ள ஒரு மனப்பான்மையானது நிச்சயமாகவே வாழ்க்கையை எளிமைப்படுத்துகிறது. குழப்பத்துக்கு மாறாக சமாதானத்தையும், சந்தோஷத்தையும் கொடுக்கும் எண்ணங்களுக்கு அது நம் மனதை ஆயத்தமாக வைக்கிறது. எல்லோருக்கும் சந்தோஷத்தை கொடுக்கும் ஒரு நேர்மையான சூழ்நிலையை உருவாக்கும் திசையை நோக்கி நம் சம்பாஷணைகளை அமைக்கிறது.

## வாக்கு கொடுப்பதற்கு முன் அதன் விலையை எண்ணுங்கள்

“ஒரு சத்தியம் செய்ய மந்தமாக இருப்பவனே அதை நிறைவேற்றுவதில் அதிக உண்மையுள்ளவன்.”

– ஜீன் ஜாக்ஸ் ரூசோ

*விசேஷமாய் என் சகோதரரே, வானத்தின் பேரிலாவது, பூமியின் பேரிலாவது, வேறெந்த ஆணையினாலாவது சத்தியம் பண்ணாதிருங்கள். நீங்கள் ஆக்கினைக்குள்ளாகத் தீர்க்கப்படாதபடிக்கு உள்ளதை உள்ளதென்றும், இல்லதை இல்லையென்றும் சொல்லக்கடவீர்கள்.*

–யாக்கோபு 5:12

நாம் என்னவெல்லாம், செய்ய வேண்டிருக்கும் என்பதைப் பற்றி அறிந்துக் கொள்ளாமல் ஒரு பொறுப்புக்கு ஆம் என்று சொல்லுவது மிகவும் முட்டாள்தனமானதொன்றாகும், ஆனாலும் நாம் நம்மை அர்பணித்துக் கொள்வதற்கு முன் எதைப்பற்றியும் யோசிப்பது அரிதாக செய்யப்படுகின்ற காரியமே. ஏதோ ஒரு காரியம் திங்கட்கிழமை மிகவும் உற்சாகமளிக்கக் கூடியதாகக் காணப்படும். அதற்கு நாம் பரீசயப்பட்டு, நம்மை அதில் ஈடுபடுத்திக் கொள்ளவில்லையென்றால், வெள்ளிக்கிழமைக்குள் அது வேண்டாவெறுப்பாக செய்யப்படும் ஒரு காரியமாகிவிடும்.

ஏற்கனவே நிரம்பி வழியும் தங்கள் திட்டங்களில், எதை சேர்த்துக் கொள்ளவேண்டும், அல்லது விட்டுவிட வேண்டியிருக்கும் என்பதை எண்ணிப் பார்க்காமலேயே, அநேக காரியங்களுக்கு ஆம் என்று சொல்வதால் அநேகர் தங்கள் வாழ்க்கையை கடினமானதாக மாற்றிக் கொள்கின்றனர். அநேக சமயங்களில் நாம் நம்முடைய உணர்ச்சிகளை பேசிவிடுகின்றோம் பின்னர் அமைதியாக இருந்திருந்தால் நன்றாய் இருந்திருக்குமே என்று விருப்பப்படுகின்றனர். துக்ககரமாக விருப்பப்படுவது எதையும் மாற்றாது நமக்கு மாற்றம் வேண்டுமென்றால், நாம் காரியங்களை செய்யும் விதத்தை மாற்றிக் கொள்ள வேண்டும்.

நீங்கள் கொண்டிருக்கும் வண்டிக்கான கடனெல்லாம் கட்டப்பட்டு விட்டாகி, அது நன்றாக இருக்கும் போது, இன்னும் ஐந்து வருடங்களுக்கு அதிக வட்டியை செலுத்த வேண்டியிருக்கும் ஒரு புதிய மாதல் வண்டியை வாங்குவது தேவைதானா? நிதானமாய் இருப்பதின் மூலமும், தாங்கள் என்ன செய்கின்றோம் என்பதைப் பற்றி உண்மையாக நினைப்பதின் மூலமும் எவரும் தங்கள் வாழ்க்கையை அதிகமாக எளிமையாக்கிக் கொள்ள இயலும். ஒரு பெரிய பொறுப்பை அல்லது அர்ப்பணிப்பை ஏற்றுக்கொள்ளும் முன்பதாக, சிறிது நேரம் நீங்கள் உங்களுடன் தனியாக நேரம் செலவிடுங்கள். உங்கள் உணர்ச்சிகளெல்லாம் அடங்கப்படும் பின்னர் தீர்மானியுங்கள். அந்த விருப்பம் தொடர்ந்து இருக்குமேயென்றால் அது சரியானதே என்று நீங்கள் உணர்வீர்களென்றால், அதனை செய்யுங்கள்; இல்லையென்றால் உங்கள் வாழ்வை எளிமையாக வைத்துக் கொள்ளுங்கள், அதிகபடியான அர்ப்பணிப்பை தவிர்த்துவிடுங்கள்.

## எல்லாவற்றைக் குறித்தும் ஜெபியுங்கள்

“ஜெபியுங்கள், தேவன் கவலைப்பட்டுக் கொள்ளட்டும்.”

—மார்டின் லூத்தர்

எந்தச் சமயத்திலும் சகலவிதமான வேண்டுகளோடும்,  
விண்ணப்பத்தோடும் ஆவியினாலே ஜெபம்பண்ணி, அதன்  
பொருட்டு மிகுந்த மனஉறுதியோடும் சகல  
பரிசுத்தவான்களுக்காகவும் பண்ணும் வேண்டுகளோடும்  
விழித்துக்கொண்டிருங்கள்.

—எபேசியர் 6:18

தேவனைக் கேட்காமலேயே நாமே எவ்வளவு அதிகமாகக் காரியங்களைச் செய்ய முயற்சிக்கின்றோமோ, அவ்வளவு அதிக சிக்கலானதாக வாழ்க்கை அமைந்துவிடும். நாம் செய்யும் அனைத்திலும் தேவனுடைய ஆசீர்வாதம் தேவைப்படுகிறது, அதைப் பெற்றுக்கொள்ளும் வழி ஜெபிப்பதேயாகும். முதலாவதாக, நாம் செய்யப்போகும் காரியத்தை செய்ய வேண்டுமா என்பதைப் பற்றி நாம் ஜெபிக்க வேண்டும், நாம் செய்ய வேண்டுமென்றால், அதை செய்ய தேவன் உதவும்படி அவரை நாம் சார்ந்திருக்க வேண்டும். அநேக சமங்களில், நாம் ஏதோ ஒரு காரியத்தை செய்ய வேண்டுமென்று நாமே தீர்மானிக்கின்றோம், பின்னர் ஏன் இது இவ்வளவு போராட்டமாக இருக்கின்றது என்று நினைக்கின்றோம்.

நம்முடைய விசுவாசத்தை துவக்குகிறவரும், முடிக்கிறவரும் இயேசுவே, ஆனாலும் தொடங்காத ஒன்றை முடிப்பது அவர் கடமையன்று. அவர் அவருடைய பிதாவையன்றி ஒன்றும் செய்யவில்லையென்று இயேசு கூறினார் (யோவான் 5:30ஐ பார்க்கவும்). நாமும் அவருடைய முன்மாதிரியைப் பின்பற்ற வேண்டும்.

தேவனுடைய கிருபையென்பது, இலவசமாக நமக்குக் கிடைக்கும் அவருடைய திறமையாகும், அது எத்தகைய மனுஷ முயற்சியினால்,

நம்மால் செய்ய முடியாத ஒன்றை மிகவும் எளிமையாக செய்ய உதவுகின்றது. நீங்கள் ஒரு புதிய உணவு முறையை முயற்சிப்பதாயிருந்தாலும், உடற்பயிற்சி திட்டத்தை மேற்கொண்டாலும், பணியை மாற்றி அமைக்க முயன்றாலும், திருமணம் செய்துக் கொண்டாலும் இல்லையேல் எதை செய்தாலும் சரி, ஜெபிக்க மறந்துவிடாதீர். வாழ்க்கையில் நீங்களும், தேவனும் தான் பங்காளிகள், எனவே கேட்க தவறிவிட்டதால், உங்கள் பங்காளியின் உதவியை விட்டுவிடாதீர். “நீங்கள் கேட்காததால் பெற்றுக்கொள்ளாமலிருக்கிறீர்கள்” என்று யாக்கோபு கூறுகிறார் (யாக்கோபு 4:2ஐ பார்க்கவும்).

தேவனுடைய உதவிக்காக கேளுங்கள் அவர் பதிலளிப்பதை பாருங்கள்.

## பொல்லாதவர்களைக் குறித்து பொறாமைக் கொள்ளாதீர்

“தேவனே காரியங்களைப் பொறுப்பேற்றுக் கொண்டிருக்கிறார், என்னுடைய அறிவுரை அவருக்குத் தேவையில்லை. தேவன் பொறுப்பிலிருக்கும் போது, எல்லாமே முடிவில் சிறப்பாக அமையும் என்று நான் நம்புகிறேன். எனவே கவலைப்படுவதற்கு என்னயிருக்கிறது.”

—ஹென்றி .: போர்டு

*பொல்லாதவர்களைக் குறித்து எரிச்சலடையாதே; நியாயக் கேடு செய்கிறவர்கள் மேல் பொறாமைக் கொள்ளாதே.*

—சங்கீதம் 37:1

கடைசிக் காலத்தில் காலம் மிகவும் கடினமானதாகவும் பொறுத்துக் கொள்ள இயலாததாகவும் இருக்கும் என்று பவுல் தீமோத்தேயுவிடம் கூறினார், ஏனென்றால் மக்கள் சுயநலக்காரராகவும், பண ஆசைக்காரராகவும், தூஷிக்கிறவர்களாகவும், கலகம் பண்ணுகிறவர்களாகவும், பெருமைக்காரராகவும், அகந்தையுள்ளவர்களாகவும் இருப்பார்கள் (2தீமோத்தேயு 3:1ஐ பார்க்கவும்). பவுல் சொன்ன அந்த காலத்தில் நாம் வாழுகிறோம் நண்பர்களே. அந்த வார்த்தைகளை வாசிக்கும் போது சில மக்கள் உங்கள் நினைவுக்கு வரலாம், இந்த நாட்களில், அநேகக் காரியங்களைக் குறித்தும், நாம் சலிப்படைந்துவிடக் கூடும், ஆனால் பொல்லாதவர்களைப் பார்த்து எரிச்சலடையாதே, சலிப்படையாதே என்று தேவன் கூறுகிறார், ஆனால் அவரை நம்பி நன்மையை செய்துக் கொண்டிருங்கள் (சங்கீதம் 37ஐ பார்க்கவும்).

சரியான காரியங்களில் நாம் நம் கவனத்தை வைக்காத போது வாழ்க்கை மிகவும் கடினமானதாகி விடுகின்றது. பிரச்சனையில் கவனத்தை செலுத்துவதே நம் இயல்பாகும், ஆனால் நாம் செய்ய வேண்டியதெல்லாம் தேவனுடைய சித்தத்தை நிறைவேற்றுவதில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்.

உலகத்தில் இருக்கும் எல்லா பிரச்சனைகளைக் குறித்தும் மக்கள் பேசுவதைக் கேட்டு நான் சில சமயங்களில் விரக்தியடைகின்றேன். அதில் என்ன தவறு என்பதைப் பற்றி பேசிக் கொண்டிராமல், அது நல்ல இடமாக மாறுவதற்கு நாம் என்ன செய்ய வேண்டுமென்பதைப் பற்றி பேச வேண்டும். நாம் பிரச்சனைகளை புறக்கணித்துவிட வேண்டுமென்று நான் சொல்லவில்லை, ஆனால் அதைப் பற்றி சலிப்படைவதைப் புறக்கணிக்க வேண்டும். தீர்வை நாம் கண்டுப்பிடிப்போம்.

இயேசுக்கு, அவருடைய நாட்களில் பிரச்சனைகளிருந்தன, ஆனால் அவர் தேவனுக்கு கீழ்ப்படிவதிலும், மக்களுக்கு உதவுவதிலும் தம் கவனத்தை செலுத்தினார். பொல்லாதவர்களை சரியான நேரத்தில் தேவன் பொறுப்பேற்றுக் கொள்வார். இன்னும் கொஞ்சநேரந்தான், அப்போது துன்மார்கள் இரான்; அவன் ஸ்தானத்தை உற்று விசாரித்தாயானால் அவன் இல்லை என்று சொல்கிறார் (சங்கீதம் 37:10ஐ பார்க்கவும்). சில சமயங்களில் தீமை செய்கிறவர்கள், நல்ல மக்களைவிட நன்றாக இருப்பதாகக் காணப்படுகின்றது, அது விரக்தியடைய செய்வதாகவும், குழப்புவதாகவும் இருக்கிறது, ஆனால் முடிவிலே, சாந்தகுணமுள்ளவர்கள் பூமியை சுதந்தரித்துக் கொள்வார்கள் என்று தேவன் வாக்களிக்கிறார் (சங்கீதம் 37:11ஐ பார்க்கவும்). வேறு ஒருவருடைய தவறான தீர்மானத்தைக் குறித்து விரக்தியடைந்தவளாக என் நேரத்தைக் கழிப்பதை நான் மறுக்கிறேன். இவ்வுலகில் தீமையான காரியங்களைவிட நன்மையான காரியங்கள் அதிகமாக இருக்கிறதென்று நான் இன்னும் நம்புகிறேன், அத்தகைய காரியங்களைப் பார்க்கவும், அதைக் குறித்துப் பேசவும், நான் என்னை அர்பணித்திருக்கின்றேன்.

“சூழ்நிலைகளை உன்னால் மாற்ற இயலாது, மற்ற மக்களையும் உன்னால் மாற்ற இயலாது, ஆனால் தேவன் உன்னை மாற்ற முடியும்.”

— ஈவ்லின் ஏ. தெய்சின்

ஆகிலும் நான் இருக்கிறது தேவ கிருபையினாலே இருக்கிறேன்;  
அவர் எனக்கு அருளிய கிருபை விருதாவாயிருக்கவில்லை;  
அவர்களெல்லாரிலும் நான் அதிகமாய்ப் பிரயாசபட்டேன்;  
ஆகிலும் நான் அல்ல என்னுடனே இருக்கிற தேவ கிருபையே  
அப்படிச் செய்தது.

—1 கொரிந்தியர் 15:10

உங்களுடனே நீங்கள் எப்போதாவது போராடுகின்றீர்களா? மாற்றப்பட வேண்டுமென்று நீங்கள் அறிந்திருக்கும் காரியங்கள் உங்களுள் இருப்பதை அறிந்து, அதை மாற்ற மிகவும் அதிகமாக முயலுகின்றீர்களா? அதை பல ஆண்டுகள் நான் செய்தேன். அது தான் என் வாழ்க்கையில் அதிக கடினமான, விரக்தியை அளிக்கக்கூடிய வருடங்களாக இருந்தன. தேவனுடைய பெரிதான கிருபையால், இறுதியில் நான் தேவன் மட்டுமே செய்யக்கூடிய ஒன்றை நான் சரி செய்ய முயற்சிப்பது எவ்வளவு நேரத்தை வீணாக்கக்கூடிய ஒரு செயல் என்பதை நான் கண்டுகொண்டேன்.

தேவன் நற்கிரியையை நம்மில் தொடங்கியிருக்கிறார், அவரே அதை முழுமைப்பெற செய்து முடிப்பார் என்று பவுல் எழுதினார் (பிலிப்பியர் 1:6ஐ பார்க்கவும்). இந்தவொரு ஆட்டத்துக்கு தேவன் உன்னை அழைக்கவில்லை, பந்தை என்னிடம் எறியவில்லை, அது கீழே வந்து விழுவதை நான் செய்ய வேண்டுமென்று அவர் சொல்லவில்லை என்பதை நான் நினைவில் வைத்துக் கொள்ள முயலுகின்றேன். நாம் இயேசுவை எவ்வாறு பெற்றுக்கொண்டோமோ அவ்வாறாகவே எல்லாவற்றையும் நாம் பெற்றுக் கொள்கிறோம். விசுவாசிப்பதின் மூலமாக நாம் போராடி முயற்சித்துப் பெற்றுக்கொள்ளும் ஒரே காரியம் விரக்தி தான் “விரக்தி =

மாம்ச கிரியை” என்ற ஒரு அடையாளத்தை என் குளிர்சாதனப் பெட்டியின் மேல் ஒருமுறை போட்டு வைத்திருந்தது எனக்கு நினைவிருக்கிறது. ஒவ்வொரு முறையும் நான் விரக்தியாய் உணரும் போது தேவன் கிருபையாக எனக்கு கற்பித்தது என்னவென்றால் நான் அதிகமான வேலையை எடுத்துக் கொள்கிறேனென்றும், அவருடைய உதவியின்றி ஏதோ ஒன்றை செய்ய முயற்சிக்கின்றேன் என்பதை தான் இதை தான் அவருடைய வார்த்தை “மாம்ச கிரியை” என்று அழைக்கிறது, இதை தான் அவர் வெறுக்கிறார். எல்லாக் காரியங்களிலும் நாம் அவரை சார்ந்திருக்கும் போது, நாம் அவரை கணப்படுத்துகின்றோம்.

நம்முள் ஏதோ ஒன்று தவறாக இருக்கிறதென்பதை தேவன் நமக்குக் காட்டும் போது, நாம் செய்ய வேண்டுமென்று அவர் விரும்புவதெல்லாம் அவருடன் அதை ஒத்துக் கொண்டு, மனந்திரும்புவதை தான். அவர் உங்களுக்கு உதவாவிட்டால் உங்களால் மாற இயலாதென்று அவரிடம் நீங்கள் சொல்லும்படி உங்களுக்கு அறிவுறுத்துகிறேன், அவர் அவ்வாறு செய்துக் கொண்டிருப்பதற்காக ஒவ்வொரு நாளும் அவருக்கு நன்றி செலுத்துங்கள். முதலில் அநேகமாக அதன் பலனைப் பார்க்காமலிருக்கலாம், ஆனால் விசுவாசம் கிரியை செய்கிறது. விசுவாசத்தில் வாழும் ஒரு மனிதன், அவன் பார்க்காத அல்லது உணராத ஒன்றை நம்புவதின் மூலம் தொடங்குகின்றான், அவர்கள் தொடர்ந்து நம்பிக்கொண்டும், பொறுமையாக காத்துக் கொண்டும் இருக்கும் போது பலனைப் பெற்றுக் கொள்கின்றனர். உங்களுடனே நீங்கள் போராடுவதை நிறுத்திவிட்டு, இப்போதே தேவன் உங்களுக்குள் கிரியை செய்கிறாரென்பதையும், பலனைப் பார்க்கப் போகின்றீர்களென்பதையும் விசுவாசியுங்கள். தேவனால் உங்களை நன்மையாகவும், சிறப்பாகவும் மாற்ற முடியும்.

## மற்ற மக்களை மாற்ற தேவனை நம்புங்கள்

“கடந்த காலத்தை தேவனுடைய இரக்கத்துக்கும், நிகழ்காலத்தை அவருடைய அன்புக்கும், எதிர்காலத்தை அவருடைய அருளுக்கும் நம்பி விட்டுவிடுங்கள்.”

—பரிசுத்த அகஸ்டின்

*கர்த்தர் நல்லவர் என்பதை ருசித்துப் பாருங்கள்; அவர்மேல் நம்பிக்கையாயிருக்கிற மனுஷன் பாக்கியவான்.*

—சங்கீதம் 34:8

உறவுகளில் நாம் செய்யும் பெரிய தவறுகளில் ஒன்று, மற்ற மக்கள் எவ்வாறு இருக்க வேண்டுமென்று நாம் நினைக்கிறோமோ அவ்வாறாக அவர்களை மாற்ற நாம் முயற்சிக்கும் போது ஏற்படுகின்றது. அநேக சமயங்களில் அவர்கள் நம்மை போலவும், நாம் நினைக்கும் விதமாகவும் இருக்க வேண்டுமென்று நாம் முயற்சிக்கின்றோம், ஆனால் அதை நாம் செய்யும் போது, தேவன் நம்மனைவரையும் வித்தியாசமானவர்களாக சிருஷ்டிக்கிறார் என்பதை உணர்ந்துக் கொள்ள மறுக்கின்றோம்.

நமக்கு எதிர்மறையான சபாவமுடையவரை நம்மில் எத்தனை பேர் வாழ்க்கைத் துணையாகவும், நண்பர்களாகவும் தெரிந்துக் கொண்டிருக்கிறோமென்பதை கவனித்திருக்கின்றீர்களா? அது ஏன் அப்படி? ஏனென்றால் நம்மிடம் இல்லாத ஒன்றை அவர் பெற்றிருக்கின்றார், எனவே அந்த உணர்வு இல்லாமலேயே அவரிடமாக நாம் கவர்ச்சிக்கப்படுகிறோம். தொடக்கத்தில் அவர்களிடமாய் நம்மை ஈர்த்தது எது என்பதை நாம் மறந்துவிட்டு, அவர்கள் நம்மைப் போல் அதிகமாக இருக்கும்படி அவர்களை மாற்ற நாம் முயற்சிப்பதை தொடங்கும் வரை அது முற்றிலுமாக அற்புதமாக இருக்கின்றது. தேவன் மட்டுமே மக்களை மாற்ற இயலும், மாறுவதற்கு அவர்கள் விருப்பமில்லாமல் இருக்கும் போது தேவன் கூட மக்களை மாற்ற இயலாது.

“மக்களிடம் நாம் கிரியை செய்வதற்கு” பதிலாக அவர்கள் மாற்றத்துக்கு திறந்திருக்கவும், தேவன் அவர்கள் வாழ்வில் கிரியை செய்ய அவர்கள் அனுமதிக்கும் படியும் நாம் அவர்களுக்காக ஜெபிக்க வேண்டும். மற்றவர் மாறவேண்டுமென்று அவர்களுக்காக நாம் ஜெபிக்கும் போது, நாமும் தவறு செய்கிறோமென்பதை மனதில் கொண்டு அதிகப்படியான தாழ்மையோடு நாம் அவ்வாறு செய்ய வேண்டும்.

நானும், டேவும் ஒருவரையொருவர் இருக்கும் வண்ணமாக குற்றங்குறைகளோடு ஏற்றுக்கொண்டு, நேசிக்க, கைகளைக் குலுக்கி அர்பணித்துக்கொண்டது என் நினைவில் இன்னும் உள்ளது. நாங்கள் இருவரும் ஒருவரையொருவர் மாற்ற முயன்றுக் கொண்டிருந்தோம். பலன் என்னவென்றால் நாங்கள் இருவருமே இணைந்திருப்பதை அனுபவிக்கவில்லை. அந்த நாள் முதற்கொண்டு காரியங்கள் மேன்மைப்பெற தொடங்கியது. அடிக்கடி எங்கள் பொருத்தனையை நாங்கள் புதுப்பித்துக் கொள்ள வேண்டியிருந்தது ஏனெனில் தடம்புரண்டு மீண்டும் ஒருவரையொருவர் கட்டுப்படுத்த முயற்சிப்பது சுலபமானது. ஆனால் ஒருவரையொருவர் மாற்றுவது எங்கள் வேலையில்லையென்பதை எந்த சந்தேகத்துக்கும் இடமின்றி நாங்கள் அறிந்திருந்தோம். உங்கள் வாழ்வை நீங்கள் எளிமையாக்க விரும்புவிடுகின்றால், உங்கள் வாழ்க்கையிலுள்ள மக்களுக்காக ஜெபியுங்கள், தேவன் தேவனாக இருக்கட்டும்.

## விரிவான உள்ளடக்கும் வட்டத்தைக் கொண்டிருங்கள்

“ஒரே வெகுமதி உன்னில் ஒரு பகுதி மட்டுமே.”

—ரால்ஃப் வால்டோ எம்ர்சன்

*எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக ஒருவரிலொருவர் ஊக்கமான  
அன்புள்ளவர்களாயிருங்கள்; அன்பு திரளான பாவங்களை மூடும்.*

—1 பேதுரு 4:8

தேவன் நம்மை நேசிப்பது போல நாடும் ஒருவரையொருவர் நேசிக்க வேண்டுமென்பதற்காக அவர் நம்மை அழைத்துள்ளார். தேவன் ஒருவரையும் புறக்கணிப்பதில்லை, நாடும் புறக்கணிக்கக்கூடாது. இந்த உலகம், அநேகமாக கொஞ்சம் வித்தியாசமான மக்களால் அல்லது புரிந்துக் கொள்ள சிரமப்படும் தனிமையாக உள்ள மக்களால் நிரம்பியிருக்கிறது. அத்தகைய மக்களை நாம் தவிர்ப்பதற்கு பதிலாக, அவர்களுக்கு உதவ எல்லா முயற்சியையும் நாம் எடுக்க வேண்டும். நாம் ஒவ்வொருவரும் இருக்கும் விதமாக இருப்பதற்கு ஒரு காரணம் உண்டு; நம் வாழ்வில் தேவனுடைய கிருபை மட்டும் இல்லாமலிருக்குமென்றால், நாம் புறக்கணிக்கும் மக்கள் நாமாக கூட இருக்க இயலும் என்பதை நாம் நினைத்துக் கொள்ள வேண்டும். நம்முடைய நண்பர்களின் வட்டத்தை விரிவாகவும், உள்ளடக்கக்கூடியதாகவும் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்; குறைந்த பட்சமாக நம்மைப் போலவே இருக்கிறார்கள் என்று நாம் உணரும் மக்களோடு இருப்பதை தவிர்க்க வேண்டும்.

என் வாழ்வில் பெரும்பாலான பகுதியில் நான் மிகவும் புறக்கணிக்கப்பட்டவளாக உணர்ந்ததை நினைத்துப் பார்க்கிறேன். மக்கள் என்னை விரும்பவில்லை என்பதை என்னால் உணர முடிந்தது, அது ஏன் என்பதை என்னால் உண்மையிலேயே விளங்கிக் கொள்ள இயலவில்லை. “நீ நடந்துக் கொள்ளும் விதமாக ஏன் நடந்துக்கொள்கிறாய்?” என்று மக்கள் என்னிடம் கேட்பதுண்டு என்னால் பதிலளிக்க முடியவில்லை ஏனென்றால், அவர்களை சங்கடப்படுத்தும் விதமாக என்னில் என்ன

இருந்தது என்பதை என்னால் அறிந்துக்கொள்ள இயலவில்லை. நாம் எப்படியிருக்க வேண்டுமென்று அறிந்திருந்தேனோ அப்படியாகவே நான் இருந்தேன். என் தகப்பனாரால் நான் பாலியல் துஷ்பிரயோகம் செய்யப்பட்டதால், என்னுடைய ஆளியல் கடினமானதாகவும், கொடுமானதாகவும் மாறிவிட்டது. மக்கள் என்னை விரும்பாத விதமாக நான் என்னை வெளிப்படுத்தினேன், அதைக் குறித்து எனக்கு அக்கறையில்லாததைப் போன்று நடத்தேன். ஆனால் உண்மையென்னவெனில், உள்ளத்தின் ஆழத்தில் அன்புக்காகவும், அங்கீகாரத்துக்காகவும் நான் ஏங்கிக்கொண்டிருந்தேன்.

இயேசு என்னை நிபந்தனையின்றி ஏற்றுக்கொண்ட போதுதான் நான் சுகமாக தொடங்கினேன். அநேகமாக ஆலயத்துக்கு போவதோடு *நாமே ஆலயமாக* இருப்பதற்கும், இயேசு செய்த பணியை நாம் செய்வதற்கும் முயற்சி எடுக்க வேண்டும். அவருக்கு விரிவான, உள்ளடக்கும் வட்டமிருந்தது, இது என்னுடைய குழுவில் இருப்பதற்கு தேவையான அனைத்து தகுதியையும் ஒருவர் பெற்றிருக்கிறாரா என்று தீர்மானிப்பதைவிட இது எளிமையானது. ஒருவேளை, குற்றங்குறைகள் காண ஒருவரையொருவர் ஆராய்வதை நிறுத்திவிட்டு, அன்பில் மட்டும் நாம் நடப்போமென்றால், வாழ்வை இன்னும் அதிகமாக நாம் அனுபவிக்க இயலும்.

## அதை தேவனிடம் கொடுத்துவிடு

“நான் கண்ட அனைத்தும், நான் காணாத அனைத்துக்காகவும் தேவனை நம்பும்படி எனக்குப் போதிக்கின்றது.”

—பெயர் வெளியிடாதவர்

*அவர் உங்களை விசாரிக்கிறவரானபடியால், உங்கள் கவலைகளையெல்லாம் அவர்மேல் வைத்துவிடுங்கள்.*

—1 பேதுரு 5:7

உங்களுடைய வாழ்வில் உங்களுக்கு ஒரு பிரச்சனையிருந்து, யாரோ ஒருவர், “அதை தேவனிடம் கொடுத்துவிடு” என்று சொல்லிய சந்தர்ப்பம் உங்களுக்கு இருந்திருக்கலாம். நாம் கஷ்டப்பட்டுக் கொண்டிருக்கும் போது, நாம் கேட்க விரும்பும் அதுவாக இல்லாமலிருந்தாலும், அது தான் பதிலாகும் தேவன் மட்டுமே செய்யக்கூடியதை, நாம் செய்ய முயற்சிப்பதின் பலனே நம்முடைய சந்தோஷமின்மையும், குழப்பமும்.

“காரியங்களை விட்டுவிடுங்கள், தேவனை தேவனாக இருக்கவிடுங்கள்” என்பது உண்மையிலேயே ஒரு நல்ல கருத்தாகும். சூழ்நிலைகள் எவ்வளவு கடினமானதாக இருந்தாலும் அது உடனேயே அதை எளிமையாக்குகின்றது. நம்மால் செய்ய இயன்றதை நாம் செய்ய வேண்டும். பின்னர் மீதியானவற்றை நம்முடைய கவலைகளுடன் சேர்த்து தேவன் மேல் வைத்துவிட வேண்டும். பிரச்சனையை தீர்ப்பதற்கு நாம் செய்ய வேண்டியவற்றை செய்ய வேண்டும், “எல்லாவற்றையும் செய்து முடித்து... நிலிலுங்கள்” (எபேசியர் 6:13). “நில்” என்று மொழி பெயர்க்கப்பட்ட கிரேக்க வார்த்தையின் அர்த்தம், “நிலைத்திருப்பது அல்லது தேவனில் இளைப்பாறுவது” என்று அர்த்தமாகும். நம்மால் சுலபமாக செய்யக்கூடியதெதுவோ அதை நாம் செய்யும் போது வாழ்க்கை சிக்கலாக இருப்பதில்லை, ஆனால் நம்மால் செய்ய இயலாதது என்று அறிந்திருப்பதை நாம் செய்ய முயற்சிக்கும் போது, அது மிகவும் கடினமானதாகிவிடுகிறது. உங்களால் செய்யக்கூடிய சிறந்ததை செய்யுங்கள் பின்னர் மீதமுள்ளதை தேவன் செய்யட்டும்!

தேவன் மட்டுமே செய்யக்கூடிய ஒன்றை செய்து இயற்கைக்கும் மேற்பட்டவராக இருக்க முயற்சிக்கின்றீர்களா என்று உங்களை நீங்களே கேட்டு பாருங்கள். அப்படியென்றால், இப்போதே நிறுத்திவிட்டு அதை தேவனிடம் கொடுத்துவிடுங்கள். “இதை என்னால் செய்ய இயலாது, இப்போதே இதை தேவனிடம் விட்டுவிடுகின்றேன்” என்று உரக்க சொல்லுங்கள். இப்போது, அதன் பாரம் உங்களை விட்டு அகலுவதை உணருங்கள், அதை மீண்டும் எடுத்துக்கொள்ள மறுத்துவிடுங்கள். நீங்கள் திட்டமிட்டதைவிட அதிகமான நேரத்தை தேவன் எடுத்துக்கொண்டாலும், அதை மீண்டுமாக எடுத்துக்கொள்ளாதீர். அந்த பாரம் உங்களுக்குச் செய்ததெல்லாம் உங்களை நிர்பந்தத்துக்குள்ளாக்கிவிட்டது, அதை மீண்டும் கைநீட்டி எடுத்துக்கொள்வீர்களென்றால் அதே தான் நடக்கும் என்பதை நினைவில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள். உங்களுடைய எல்லா கவலைகளையும், எதிர்பார்ப்புகளையும், வருத்தங்களையும் தேவன் பேரில் முற்றிலுமாக ஒரே தரமாக வைத்துவிட்டு, உங்கள் வாழ்க்கையை எளிமையாக்கிக் கொள்ளுங்கள். ஏனென்றால் அவர் உங்களை விசாரிக்கிறார் என்று நினைத்துக்கொள்ளுங்கள் (1 பேதுரு 5:7ஐ பாருங்கள்)!

## உங்கள் எண்ணங்களைக் கட்டுப்படுத்துங்கள்

“உங்கள் பிரச்சனைகளை விட்டு உங்கள் எண்ணங்களை இழுத்துவிட்டுவிடுங்கள். காதுகளை பிடித்தாவது, குதிகால்களைப் பிடித்தாவது அல்லது உங்களால் இயன்ற எந்த வழியிலானாலும் சரி.”

— மார்க் ட்வெயின்

*நீங்கள் உங்களை உய்த்து ஆராய்ந்து சோதியுங்கள்.*

—செப்பனியா 2:2

குழப்பமான, சிக்கலான எண்ணங்கள் எல்லாவற்றிற்கும் ஒரு குழப்பமான, சிக்கலான அணுகுமுறையைத் தான் கொடுக்கும். மனம் எங்கு செல்கிறதோ, மனிதனும் அதை பின்பற்றுகிறான்! உங்கள் வாழ்க்கை மாற வேண்டுமென்று நீங்கள் விரும்புவிடுகின்றால், உங்கள் எண்ணங்களும் மாற வேண்டும். தேவன் நமக்காக வைத்திருக்கிற நல்ல திட்டத்தை நாம் அனுபவிக்க வேண்டுமென்றால், நாம் நம் மனதை முற்றிலுமாகப் புதுப்பித்துக் கொள்ள வேண்டுமென்று வேதம் கூறுகிறது. தேவன் நினைப்பதைப் போல நாமும் நினைக்க நாம் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும்! நீங்கள் கவலைப்படுவதைப் பற்றி தேவன் கவலைப்படுவாரா? மற்ற மக்களைக் குறித்து நீங்கள் நினைத்த அதே காரியங்களை தேவன் நினைப்பாரா? உண்மையென்னவெனில், நம்மை மிகவும் சந்தோஷமற்றவர்களாக்குவது நம் சூழ்நிலைகளல்ல; அதை நாம் காணுவதற்காக தான் இந்த புத்தகத்தின் தொடக்கத்தில் நான் சொன்னதைப் போல, வாழ்க்கை மாறப் போவது இல்லை, எனவே அதனை அணுகும் முறையை நாம் தான் மாற்றிக்கொள்ள வேண்டும்.

காரியங்களைப் பார்க்கும் முறையையும் அதைப் பற்றி நினைக்கும் முறையையும் நீங்கள் மாற்றுவதின் மூலம் உங்கள் வாழ்வில் ஒரு புரட்சியை நீங்கள் தொடங்கலாம். நம் எண்ணங்களை நம்மால் கட்டுப்படுத்த முடியுமா அல்லது நம் மனதில் தோன்றும் அனைத்தையும்

நாம் யோசிக்க வேண்டுமா? ஆம் உண்மையாகவே, நாம் நம்முடைய எண்ணங்களை கட்டுப்படுத்த முடியும். நமக்கு சுயாதீன மனம் உள்ளது, நம் எண்ணங்களை ஜாக்கிரதையாக தெரிந்துக்கொள்ள நாம் கற்றுக்கொள்ளலாம். மனம் தான் போர்களம், நிச்சயமாகவே எல்லாவிதமான கெட்ட எண்ணங்களையும் நம் மனதில் நடடுவிட சாத்தான் நிச்சயமாகவே முயற்சிப்பான். நாம் அவனுடைய பொய்களை பெற்றுக்கொள்வோம் அதனால் அவன் நம் வாழ்க்கைக்கான போரை வெல்லுவான் என்று அவன் நம்புகிறான். அவன் நம் மனதைப் பெற்றுக்கொண்டால், நம்மையும் பெற்றுக்கொள்வான் என்பதை அவன் அறிந்திருக்கிறான்.

தவறான எண்ணங்களை நாம் புறம்பே தள்ளிவிட வேண்டும் என்று தேவனுடைய வார்த்தை நமக்குப் போதிக்கிறது (2 கொரிந்தியர் 10:4-5ஐ பார்க்கவும்). தேவன் அதைச் செய் என்று சொல்வாரென்றால், நம்மால் அதை செய்ய முடியும், சத்தியத்தை நீங்கள் அறிந்துக்கொள்ளும்படி தேவனுடைய வார்த்தையை படியுங்கள், அப்போது சத்தியம் அல்லது உங்கள் மனதில் தோன்றும் வேறு எதையும் சிந்திப்பதை நீங்கள் மறுக்க இயலும். அது முதலில் ஒரு போர்தான் என்பதை நான் ஒத்துக்கொள்கிறேன், ஆனால் வேறு எந்த போரைப் போன்றும் அதில் தொடர்ந்திருப்பீர்களென்றால், நீங்கள் வெற்றிப்பெறுவீர்கள். வெற்றியை நீங்கள் அனுபவிப்பீர்கள்!

எண்ணங்களாலான வீட்டில் நீங்கள் வசிக்கின்றீர்கள், எனவே அதை மாற்றியமைக்க வேண்டிய நேரம் இதுவென்றால், இப்போதே அதைத் தொடங்கிவிடுங்கள். உங்களுக்கு பிரயோஜனமாக இருக்கும் காரியங்களைப் பற்றி சிந்திக்க தொடங்குவதற்கு இந்த நேரத்தைப் போன்ற வேறு நேரம் எதுவும் இல்லை.

“விளக்கங்களால் நம் வாழ்க்கை உடைந்துப் போயிருக்கிறது...  
எளிமையாக்கு, எளிமையாக்கு.”

—ஹென்றி டேவிட் தோரூ

*கர்த்தர் கபடற்றவர்களைக் காக்கிறார்; நான் மெலிந்துப்  
போனேன், அவர் என்னை இரட்சித்தார்.*

—சங்கீதம் 116:6

இப்புத்தகம் வாழ்க்கையை எளிமையாக்குவதைப் பற்றியதால், நாம் கடினமானவர்களாக இருப்பதை தவிர்க்க வேண்டுமென்பது தெரிந்த ஒன்றே, ஆனால் ஒருவேளை யாரோ ஒருவர் அதைப் பெற்றுக்கொள்ளாமலிருப்பின், அதைப் பற்றி பேசலாம் என்று நான் நினைத்தேன். நான் ஒரு காலத்தில் இருந்தது போலவே நீங்களும் இருக்கின்றீர்களா? எளிமையாக தொடங்குவதை கடினமானதாக மாற்ற முடிகிறதா? உங்கள் மனதில் நீங்கள் கொண்டிருந்த கனவுக்குப் பதிலாக, காரியங்களை மிகவும் அது ஒரு கெட்ட கனவாகிவிடும் அளவுக்கு காரியங்களை மிகவும் பரிபூரணமாகவும், நேர்த்தியாகவும் செய்ய முயற்சிப்பதுக்கு நீங்கள் அடிமைப்பட்டிருக்கின்றீர்களா?

நாம் போராடும் இத்தகைய சிறிய சிறிய விளக்கங்களை நம்மைத் தவிர வேறு எவரும் கவனிப்பதுகூட இல்லை என்பதை நீங்கள் அறிந்திருக்கின்றீர்களா? இந்த விதமான அநேக விஷயங்கள் தான் நாம் ஒரு எளிமையான வாழ்வை அனுபவிக்க கூடாமல் தடுக்கிறது? நாம் மனதில் பதிய வைக்க வேண்டுமென்று விரும்பும் மக்கள் அதைப் பற்றி அக்கறைக் கூட காட்டுவதில்லை என்பதாக அது மாறிவிடுகின்றது.

நாங்கள் எங்களுடைய முதல் வீட்டைக் கட்டின போது, தண்ணீர் குழாய்கள், மற்றும் கதவுக் கைப்பிடிக்களைக் குறித்து மிகவும் கடினமாக அக்கறைக் காட்டியது எனக்கு நினைவிலிருக்கிறது. ஒருமுறை என் நண்பர் ஒருவர், அவர் புதிய வீட்டைக் கட்டிக் கொண்டிருப்பதால், என் தண்ணீர்

குழாய்களைப் பற்றி என்னிடம் கேட்டார், எனக்கு என் தண்ணீர் குழாய்கள் எவ்வாறு இருந்தன என்பது கூட என் நினைவில் இல்லை. அது வருத்தத்துக்குரியது. பின்னர் என்னால் கற்பனை செய்துக்கூட பார்க்க இயலாத ஒன்றிற்காக, என்னை நானே மிகவும் வருத்திக் கொண்டேன். அதற்கு பிறகு நாங்கள் இரண்டு வீடுகளைக் கட்டினோம். என் வீட்டுக்குள் வந்து தண்ணீர் குழாய்களையும், கதவுக் கைப்பிடிகளையும் பார்ப்பதற்கு இன்னும் எவருமே வரவில்லை. அது உங்களுக்கு உண்மையாலுமே அதிக முக்கியமென்றால், வேண்டுமென்கிற அளவுக்கு நேரத்தை செலவிடுங்கள், ஆனால் காலப்போக்கில் அது அப்படியொரு வித்தியாசத்தை ஏற்படுத்துவதில்லை, நன்றாகத் தோன்றும் ஒன்றை வாங்கிக் கொண்டு சென்றுக்கொண்டேயிருங்கள்.

சில சமயங்களில், தெரிந்துக்கொள்ளக் கூடிய அனைத்தையும் பார்ப்பது உங்களைக் குழப்பிவிடக் கூடும். அநேக மக்கள் (விசேஷமாக பெண்கள்) ஒரு தீர்மானத்தை எடுக்கும் முன்பதாக ஊரிலுள்ள எல்லாவற்றையும் பார்க்க விரும்புவார்கள். பின்னர் மூன்று நாட்களுக்கு முன்போ அல்லது பதினான்கு கடைகளுக்கு முன்போ அவர்கள் ஏற்கனவே பார்த்து வாங்க வேண்டுமென்று விரும்பியும் அதை வாங்க மனமில்லாமல், பயந்ததையே வாங்குவார்கள். இல்லையென்றால் மிகவும் குழம்பிப் போய், எதையுமே வாங்கமாட்டார்கள். உங்கள் வாழ்க்கையை எளிமையாக்கி, கொஞ்சம் நேரத்தை நீங்கள் சேமிக்க விரும்புவிர்களென்றால், நீங்கள் பார்க்கும் போதே விரும்பும் ஒன்றை வாங்க முயற்சியுங்கள், அதைவிட சிறந்த, பிடித்தமானதொன்று ஒருவேளை கிடைக்கலாமென்று பல நாட்களுக்குப் பார்த்துக்கொண்டிருக்காதீர். *ஓ, இதை நான் முன்னமே பார்த்து, நான் வாங்கினதற்கு பதிலாக இதை வாங்கியிருந்தால் நன்றாய் இருந்திருக்குமே* என்று எப்போதாவது, ஏதோ ஒன்றை பார்த்து நீங்கள் நினைக்கலாம். ஆனால் அது அரிதாக நடைபெறுவதே.

நீங்கள் செய்யும் எல்லாவற்றிற்கும் ஒரு எளிமையான அணுகுமுறையைக் கொண்டிருக்க முயலுங்கள். விரக்தியில் வாழ வாழ்க்கை மிக நீண்டதல்ல.

“நாமனைவரும் அவ்வப்போது எது சரியானதோ அதை செய்கிறோம். சிலர் சரியானது எதுவோ அதை அதிகமாகச் செய்கின்றனர். ஆனால் நம்மில் யாராவது எப்போதுமே எது சரியானதோ அதை செய்கின்றோமா?”

–மேகல் லுக்காடோ

*கிறிஸ்து இயேசுவிடமிருந்த சிந்தையே உங்களிலும்  
இருக்கக்கூடவது;*

–பிலிப்பியர் 2:5

உண்மையில்லாத எதிர்பார்ப்புகள் சீக்கிரமாகவே உங்கள் சமாதானத்தையும், சந்தோஷத்தையும் திருடிவிடும். பொதுவாகவே, நாம் ஒரு பரிபூரணமான நாள், பரிபூரணமான மக்களுடன், இருக்க வேண்டுமென்று பார்க்கிறோம், நாம் நம்முடைய பரிபூரணமான சிறிய உலகில் பரிபூரண சந்தோஷத்துடன் இருக்கிறோம். ஆனால் அது உண்மையானதில்லை என்பதை நாம் அனைவரும் அறிந்திருக்கிறோம். எது உண்மையாக இருக்கிறதென்றால், தேவன் மட்டுமே பரிபூரணமானவர், மீதமுள்ள நாமனைவரும் பரிபூரணமடைந்துக் கொண்டிருக்கின்றோம்.

இந்த பூமியில், சாத்தான் உயிரோடும், நன்றாகவும் இருக்கின்றான், அவனால் எதையெல்லாம் குழப்ப முடியுமோ அதையெல்லாம் குழப்பும்படி அவன் ஈவு இரக்கமின்றி அயராது கிரியை செய்துக் கொண்டிருக்கிறான். நம்முடைய சமாதானத்தை எது திருடுகிறதென்பதை அவன் அறிந்திருக்கிறான், நாம் சோர்ந்து போகும்படியாகவே அவன் காரியங்களை செய்கின்றான். நீங்கள் திட்டமிட்ட பிரகாரமாக காரியங்கள் நடைபெறாத போது மனம் போனபடி நடந்துக் கொள்வதற்கு பதிலாக, சில தவறுகளை வேண்டுமென்றே செய்ய ஏன் “திட்டமிடக்கூடாது?” கடந்த மூன்று நாட்களில், நான் புதிதாக இருந்த ஒரு பாத்திரத்தை உடைத்து விட்டேன், தரை முழுவதும் தண்ணீரை கொட்டிவிட்டேன், நாயின் உணவை கீழே கொட்டிவிட்டேன், அதை நான் பொறுக்கி எடுக்கும் வரை என் நாய்

அதை குழப்பிடிவிடாதபடி அதை பார்த்துக் கொள்ள வேண்டியிருந்தது, என் கதவுப் பூட்டுக்கு நான்கு சாவி்களிருக்கின்றன, அதை கொண்டு நான் என் கதவைத் திறக்க முயன்ற போது எதுவும் திறக்கவில்லை—இவையெல்லாம் இப்போது என் நினைவில் வந்த காரியங்கள்! இதைப் பற்றி இன்னும் கொஞ்சம் நேரம் நான் யோசித்தால் இன்னும் அதிகமானவற்றை என்னால் யோசிக்க முடியும்.

இத்தகைய காரியங்கள் தான் என்னை ஒரு காலத்தில் மிகவும் ஏமாற்றமடையச் செய்தது. எதுவுமே சரியாக நடப்பதில்லையென்று நான் முறுமுறுத்துக்கொண்டும், குறைக்கூறிக்கொண்டும், இதையும் அதையும் பேசிக்கொண்டும் இருந்திருப்பேன். அவையொன்றுமே தவறுகள் நடப்பதை நிறுத்தவில்லை. உண்மையில் சொல்லப்போனால் என்னுடைய விரக்தியானது நான் என் நோக்கத்தை விட்டு தவறச் செய்ததால் அதிகமான விபத்துக்களையும், தவறுகளையும் ஏற்படுத்தியது. என் சமாதானத்தை பிசாசு திருட பல வருடங்கள் நான் அனுமதித்தப் பிறகு கண்டிப்பாக அவன் என்னைப் பார்த்து சிரித்திருந்திருப்பான்—என்னுடைய சிறிய சிறிய கோபங்களைப் பார்த்து, இறுதியாக இதை நான் பெற்றுக்கொண்டேன்! வாழ்க்கை பரிபூரணமானதல்ல, நாம் திட்டமிடாத போதும், வேண்டாம் என்று நினைக்கும் போதும் காரியங்கள் நடக்கத்தான் போகிறது. என்னுடைய புதிய மனப்பான்மை என்னவென்றால், “ஓ சரி! அதுதான் வாழ்க்கை!” அந்தக் காரியங்கள் என்னில் பதியும்படி நான் அனுமதிக்காவிட்டால், பின்னர் அவை என்னை சோர்வடைந்துப் போகச் செய்யாது.

ஒவ்வொருவரும் வசதியின்மையை சமாளிக்க வேண்டும், ஆனால் சிறுப்பிள்ளைகளைப் போன்று முட்டாள்தனமாக இல்லாதவர்கள் அதனை சமாளிக்க முடியும், மோசமான மனப்பான்மையை தவிர்க்க முடியும். இந்த புதிய மனப்பான்மை என் வாழ்க்கையை அதிகமாக எளிமையடையச் செய்துள்ளது. இப்போதோ எல்லாமே நான் எதிர்பார்த்த விதமாக நடக்கவில்லையென்று நான் ஒவ்வொரு நாளும் ஏமாற்றமடையத் தேவையில்லை. நீங்களும் தான் ஏமாற்றமடையத் தேவையில்லை.

## பழகுவதற்கு எளிமையானவர்களாக இருங்கள்

“ஒன்றாக இணைவது ஒரு தொடக்கம் இணைந்திருப்பது முன்னேற்றம் இணைந்து செயலாற்றுவது வெற்றியாகும்.”

– ஹென்றி ஃப்போர்டு

கடைசியாக, சகோதரரே, சந்தோஷமாயிருங்கள், நற்சீர் பொருந்துங்கள், ஆறுதலடையுங்கள், ஏகசிந்தையாயிருங்கள், சமாதானமாயிருங்கள், அப்பொழுது அன்புக்கும், சமாதானத்துக்கும் காரணராகிய தேவன் உங்களோடே கூட இருப்பார்.

–2 கொரிந்தியர் 13:11

நம்மில் அநேகர், பொதுவாக, மக்கள் பழகுவதற்கு எளிமையானவர்களாக இருப்பார்களென்றால் நன்றாக இருக்குமென்று விரும்புகிறோம், ஆனால் இந்த பகுதியில் நாம் எவ்வாறு இருக்கின்றோமென்று யோசித்ததுண்டா? உதாரணமாக, நீங்கள் நினைத்ததைப் போன்று நடக்காவிட்டால் எவ்வாறு பிரதிக்கிரியைச் செய்கின்றீர்கள்? உங்கள் உணர்வுகள் சுலபமாக காயப்படுகின்றதா? நீங்கள் பாதுகாப்பற்றவர்களாய் உணர்கின்றீர்களா, உங்களைப் பற்றி நன்றாக உணர்வதற்கு அதிகமான கவனம் தேவைப்படுகின்றதா? திருத்துதல்களை எவ்வாறு ஏற்றுக்கொள்கின்றீர்கள்? பொருந்திக் கொள்ளும்படி இருக்கின்றீர்களா? காரியங்கள் இவ்வாறு தான் நடக்க வேண்டுமென்று குறிப்பிட்ட வழிகளைக் கொண்டிருக்கின்றீர்களா, அவை அவ்வாறு நடக்கவில்லையென்றால், நீங்கள் அதைக் குறித்து சந்தோஷமாக இல்லையென்பதை எல்லோரும் அறிந்துக்கொள்ளும்படி செய்கின்றீர்களா? என் வாழ்வில், ஒரு காலகட்டத்தில், இந்தக் கேள்விகளுக்கான பதில்கள் என்னை தர்மசங்கடத்துக்குள்ளாக்கக் கூடியதாக இருந்திருக்கும்.

நான் சந்தோஷமாக இருக்கும்படி மற்ற எல்லோரும் மாற வேண்டுமென்று நான் விரும்பினேன், ஆனால் தேவன், அநேக சந்தர்ப்பங்களில், நான் தான் பிரச்சனை என்பதை எனக்கு காட்டினார்.

எளிமையான உண்மையென்னவெனில், நான் பிரியப்படுத்தப்படுவதற்கு கடினமாகவும், சுலபத்தில் கோபப்படக்கூடியவளாகவும் இருந்தேன். என் வழியில் காரியங்கள் நடைபெற வேண்டுமென்று விரும்பினேன், அது அவ்வாறில்லாத போது நான் நன்றாக நடந்துக் கொள்ளவில்லை உண்மையிலேயே, என் மனப்பான்மை என் வாழ்க்கையை சிக்கலாகவும், கடினமானதாகவும் மாற்றியது ஏனென்றால் அதிகமான நேரத்தை நான் சோர்வுடனேயே கழித்தேன். நீங்கள் பழகுவதற்கு எளிமையானவர்களாக இல்லாத போது, ஒரு எளிமையான வாழ்வை அனுபவிப்பது இயலாத காரியமாகும்.

நான் பழகுவதற்கு கடினமானவள் என்பதை ஒத்துக்கொள்ள தொடக்கத்தில் எனக்கு கடினமாக இருந்தது, ஆனால் அதை ஒருமுறை செய்த போதோ, ஒரு புதிய முழுமையான உலகத்துக்கு அது ஆரம்பமாயிற்று. என்னுடைய வழியில் தான் நடக்க வேண்டுமென்றும், அதற்காக வாக்குவாதம் பண்ணி பெற்றுக்கொள்வதைவிட சில சமயங்களில் விட்டுக்கொடுத்து, பொருந்திக் கொள்வது உண்மையிலேயே சுலபமானதே என்பதை சீக்கிரத்திலேயே கண்டுக்கொண்டேன். மக்கள் தங்களுடைய சிறப்பான அளவில் செய்தால், அவர்களை என்னுடைய குறிப்புகளின்படி செய்யாத, ஒரு காரியத்துக்காக அவர்களை திருத்துவதற்கு பதிலாக அவர்களை பாராட்ட என்னால் கூடும் என்பதை நான் கண்டுக்கொண்டேன். அநேக காரியங்களை அப்படியே விட்டுவிடக்கூடும், அதினால் எந்தவித வித்தியாசமும் ஏற்படப்போவதில்லை என்பதைக் கற்றுக்கொண்டேன். என்னால் விட்டுவிட முயன்ற இந்த சிறுசிறு காரியங்களால், என் வாழ்க்கை ஒரு படி எளிமையானதாக மாறிவிட்டது.

இதை வாசித்துக் கொண்டிருப்பவர் அனைவரும் பழகுவதற்கு நிச்சயமாகவே கடினமானவர்களாக இருக்கமாட்டர் என்று நினைக்கிறேன், ஆனால் சிலர் அவ்வாறிருக்கலாம். அவர்களில் ஒருவராக நீங்கள் எவ்வாறு உணர்வீர்களென்பதை நான் அறிந்திருக்கிறேன், ஆனால் நீங்கள் மட்டும் விருப்பமுள்ளவர்களாக இருப்பீர்களென்றால் நீங்கள் மாறும்படி தேவன் உங்களுக்கு உதவுவார் என்று நான் உறுதியளிக்கிறேன். உண்மையை ஒத்துக்கொள்வதின் மூலம் நீங்கள் தொடங்க வேண்டும், அநேகமாக பழகுவதற்கு கடினமானவர்களாக இருந்த அனைத்து வழிகளையும் ஒத்துக்கொள்ள வேண்டும். சத்தியம் மட்டுமே உங்களை விடுதலையாக்குமென்பதை நினைத்துக் கொள்ளுங்கள் (யோவான் 8:32 ஐ பார்த்துக் கொள்ளவும்).

## உங்களை அளவுக்கதிகமாக மதிப்பிட்டுக் கொள்ளாதீர்

“தேவ தூதர்களை பிசாசுகளாக மாற்றியது பெருமை; மனிதர்களை தேவ தூதர்களாக மாற்றுவது தாழ்மையே.”

– பரிசுத்த அகஸ்டின்

*மனுஷனுடைய அகந்தை அவனைத் தாழ்த்தும்;  
மனத்தாழ்மையுள்ளவனோ கனமடைவான்,*

– நீதிமொழிகள் 29:23

உங்களை நீங்கள் நம்புவதில் எந்தத் தவறும் இல்லை. உங்களைக் குறித்து ஒரு நல்ல கருத்தைக் கொண்டிருப்பது முக்கியமானது என்று நான் நம்புகிறேன் ஏனெனில் நாம் நம்மை தரம் தாழ்த்திக் கொள்ளவோ, குறைவாக மதிப்பிட்டுக் கொள்ளவோ இயேசு மரித்தார் என்று நான் நினைக்கவில்லை. ஆயினும், நாம் நம்மைக் குறித்து நினைத்துக் கொள்ள வேண்டுவதற்கும் அதிகமாக நம்மை பற்றி நாம் நினைத்துக் கொள்ளக் கூடாது, ஆனால் நம் திறமைகளை தெளிந்த புத்தியோடு, தேவனுடைய கிருபையை நினைவில் கொண்டும் அளவிட வேண்டுமென்றும் வேதம் நமக்குப் போதிக்கிறது (ரோமர் 12:3ஐ பார்க்கவும்).

நாம் நம்மைப் பற்றி மிகவும் அதிகமாக எண்ணிக்கொள்வோமென்றால், நாம் எப்போதுமே மற்றவர்களை குறைத்து மதிப்பிடுவோம். எதையெல்லாம் நாம் நன்றாக செய்கின்றோமோ, அதை செய்யும் படியான திறமையை தேவன் நமக்கு கொடுத்தார் என்பதை நினைத்துக் கொள்ள வேண்டும். அவருக்கு நாம் நன்றி செலுத்த வேண்டும், மற்றவர்களின் திறமைகள் நம்முடையதைக் காட்டிலும் வித்தியாசமாக இருப்பதால் அவர்களை குறைவாக எண்ணக்கூடாது.

நான் என்னை “எல்லாமே–ஒன்றுமில்லை” என்று நான் அழைக்கும் விதமாக நினைத்துக் கொள்ள விரும்புகிறேன். கிறிஸ்துவுக்குள் எல்லாம், என்னுள் ஒன்றுமில்லை, அல்லது வேதம் சொல்வதைப் போன்று,

“கிறிஸ்துவுக்குள் என்னால் எல்லாவற்றையும் செய்ய இயலும்” (பிலிப்பியர் 4:13ஐ பார்க்கவும்). மேலும் “அவராலேயன்றி என்னால் எதுவும் செய்ய இயலாது” (யோவான் 15:5ஐ பார்க்கவும்).

நம்மைக் குறித்து ஒரு தாழ்மையான நோக்கமும், வெளியே தெரியும் அளவுக்கு திறமை பெற்றிராத மற்றவர்களை சேவிக்க விருப்பமுள்ளவர்களாயிருப்பது, வாழ்க்கைக்கான எளிமையான அணுகுமுறையாகும். இயேசு நிச்சயமாகவே ஒரு எளிமையான, சந்தோஷமான வாழ்வை வாழ்ந்தார், ஆனாலும் அவருடைய முழு கவனமும் அவருடைய பரலோகப் பிதாவை சேவிப்பதும், ஒவ்வொரு நாளும் அவருடன் தொடர்புக் கொண்ட மக்களுக்காக சேவை செய்வதுமேயாகும்.

ஒரு பெருமையான மனிதன் உறவுகளில் அதிகமாகப் போராடுவான். அவர்கள் நியாயந்தீர்க்கிறவர்களாயிருப்பார்கள், மற்றவர்களிடம் சுலபமாகவே குற்றங்களைக் கண்டுபிடிப்பார்கள். அவர்கள் நீண்டக் காலம் வெற்றியோடிருக்கமாட்டார்கள் ஏனெனில் நீதிமொழிகளை எழுதியவர் கூறுவதைப் போன்று, அழிவுக்கு முன்னானது அகந்தை; விழுதலுக்கு முன்னானது மனமேட்டிமை (நீதிமொழிகள் 16:18ஐ பார்க்கவும்).

நம்மைப் பற்றி நாம் ஒரு சரியான மனப்பான்மையைக் கொண்டிருக்கும் போது, மனசமாதானத்தை அனுபவிக்க அதுதான் தொடக்கம். நமக்கு மனசமாதானம் இருக்கும்போது, நாம் நிச்சயமாகவே வாழ்க்கையை அனுபவிக்க தொடங்க இயலும்.

## தேவையில்லாத அல்லது குப்பையான தபால்களை அகற்றிவிடுங்கள்

“உங்கள் தபால்களைக் கொண்டு வருகிறவரைப் பார்த்து பரிதபியுங்கள். ஒவ்வொரு நாளின் தபால்கள் உங்கள் மேஜைக்கு அவர்கள் கொண்டு வரும்போது அவர்களின் தோள்கள் அந்த தபால் பையின் கீழ் பாடுபட்டுக் கொண்டிருக்கும்.”

–கெவின் ஏ.மில்லர்

... அதை விட்டுவிடிக் கடந்து போ.

–நீதிமொழிகள் 4:15

நம்மில் அநேகர், நமக்குத் தேவையில்லாத எல்லாவிதமான தபால்களையும் பெற்றுக்கொள்கிறோம். தபால்களை வாசிக்காமலே தூக்கி எறிய முயற்சிப்பதைக் குறித்து நான் கொஞ்சம் குற்றவுணர்வடைந்ததை என்னால் நினைத்துப் பார்க்க முடிகிறது, எதுவரையில் என்றால், யாரோ ஒருவர் எனக்கு ஏதோ ஒன்றை அனுப்பியதால் அதை படிக்க நான் கடமைப்பட்டிருக்கவில்லை என்று தேவன் எனக்கு காண்பிக்கும் வரை அதை நான் செய்வேனென்றால், நான் என் வாழ்வை கட்டுப்படுத்துவதற்கு பதிலாக அவர்கள் தான் அதை கட்டுப்படுத்துகின்றனர்.

நீங்கள் எப்போதாவது தபால் மூலம் பொருட்களை அனுப்பக் கோரி, பின் மூன்று மாதம் கழித்து நீங்கள் கேட்காத நூறு விதமான பத்திரிக்கைகளைக் பெற்றுக் கொண்டிருக்கின்றீர்களா? பின்னர், அவர்களை ஒவ்வொருவரையும் அழைத்து, அவர்களின் தபால் அனுப்பும் பட்டியலிலிருந்து உங்கள் பெயரை அகற்ற, அது ஒருபோதும் நடைபெறாது, என்று கோரினதுண்டா? அது எனக்கு நடந்துள்ளது, எனக்கு அது பிடித்தமானதல்ல.

இன்று ஒரு குவியலான தபால்களை பார்த்து, அதை படிக்கும் முன்பதாகவே களைப்படைவது துக்ககரமான ஒன்றாகும். இன்றைய சமுதாயத்தில் மக்கள் அதை அனுப்பாமலிருக்க செய்ய இயலாது, ஆனால்

குறைந்தபட்சமாக நாம் அதை வைத்துக் கொண்டிருக்க அவசியமில்லை. உங்களுக்குத் தேவையில்லாத தபால்களைத் தூக்கி எறிந்துவிடுங்கள். அதை ஒருவேளை படிக்க நேரலாம் என்று வைத்துக் கொண்டிருக்காதீர்கள். இதை இப்போது அல்லது இன்னும் இரண்டு நாட்களில் பார்க்கும் அளவுக்கு அது முக்கியமானதாக இல்லாமலிருப்பின், அதை ஒருபோதும் நீங்கள் பார்க்கமாட்டீர்கள்.

நான் பெற்றுக்கொள்ளும் ஒரு சிறிய பத்திரிக்கையை படிப்பதற்கு, இருபது பிரச்சனைகளுக்கு மேல் எனக்கு உண்டு. அதை என்றோ ஒருநாள் படிக்கத் திட்டமிட்டு அதை மேலும் மேலும் அடுக்கிக் கொண்டேயிருப்பேன். பின்னர் ஒருநாள், அந்த குவியலைப் பார்க்க கஷ்டப்பட்டுக் கொண்டு, அவையனைத்தையும் அலுவலகத்தில் கொடுத்துவிடுவேன். இன்றும் நான் ஒரு பத்திரிக்கையை மாதந்தோறும் பெற்றுக்கொள்கிறேன், ஏனென்றால் ஒருவர் எனக்கதை பரிசாக அனுப்பிக் கொண்டிருக்கிறார், நேரம் கிடைக்கும் போதெல்லாம் அதை ரசித்துப் படிக்கிறேன், ஆனால் இப்போதோ அது வரும் போதே எனக்கு படிக்க நேரம் இருந்தாலொழிய அதை உடனேயே கொடுத்துவிடுகிறேன்.

நம் வீடு முழுவதும் பொருட்கள் குவிந்துக் கிடப்பதை தவிர்க்கும் ஒரே வழி, அதை முறையாக நகர்த்தி விடுவதுதான். ஒன்று அதனை எறிந்துவிடுங்கள் அல்லது நல்ல மதிப்புள்ளதென்றால் அதைக் கொடுத்துவிடுங்கள் ஆனால் அதை மட்டும் சும்மா வைத்துக் கொண்டிராதீர்கள்!

## வேண்டுகிறவர்களின் தொலைபேசி அழைப்புகளை தடுத்துவிடு

“உணவருந்தும் வேளையில், தொலைபேசியில் அழைப்பவர், வீட்டிலிருக்கும் மக்களை அழைக்க இயலவில்லையென்றால், வியாபாரம் நின்றே போய்விடும் என்று நான் நினைக்கின்றேன்.”

–பெயர் வெளியிடாதவர்

*இவ்வுலகம்....உலகத்திற்குரியவைகளுக்காகக் கவலைப்படுகிறது.*

–1 கொரிந்தியர் 7:32-34

தொலைபேசி அழைப்புக்கு பதிலளித்து, கணக்கெடுக்க முயலும் கம்ப்யூட்டருடன் பேசி, பேசி களைத்துவிட்டிருக்கின்றீர்களா? உணவருந்தும் வேளையில், காப்பீடுகளைப் பற்றி அறிமுகப்படுத்துகிறவர்கள், அல்லது கடன் அட்டைகளை கொடுக்கும் கம்பெனி உங்களுக்குத் தேவையில்லாத அல்லது நீங்கள் விரும்பாத கடன் அட்டைகளை அறிமுகப்படுத்துகிறவர்களின் அழைப்பைப் பற்றி என்ன?

நற்செய்தியென்னவென்றால், அந்த அழைப்புகள் அனைத்தும் தடுக்கப்படக்கூடும் அத்தகைய காரியங்களை உங்களிடமிருந்து வேண்டுகிறவர்களின் அழைப்புகளை நீங்கள் பெற்றுக் கொள்ளத் தேவையில்லை. இத்தகைய அழைப்புகளை நாங்கள் பல ஆண்டுகளாக தடுத்துவிட்டோம். பின்னர் ஒரு புதிய வீட்டிற்கு குடிசென்றோம். மாலை முழுவதும் காப்பீட்டுக் கம்பெனி, லோன் கம்பெனி, சாட்டிலைட் கம்பெனி-அவர்கள் ஏதாவது விற்றார்கள் என்றால், எங்களை அழைத்துக் கொண்டிருந்தனர், இவைகள் எல்லாவற்றிலிருந்து தொடர்ந்து தொலைபேசி அழைப்புகளைப் பெற்றுக்கொண்டிருந்தோம். முதலில் என்ன நடக்கிறதென்று எங்களால் அறிந்துக் கொள்ள முடியவில்லை, பின்னர் தான் நாங்கள் தொலைபேசி எண்ணை மாற்றிவிட்டோம், இத்தகைய அழைப்புகளை செய்கிறவர்களின் அழைப்பை தடுக்கவில்லை என்பதை உணர்ந்தோம்.

இத்தகைய தேவையில்லாத தொலைபேசியின் மூலம் தங்கள் பொருட்களை அறிமுகப்படுத்துகிறவர்களின் அழைப்புகளை தடுக்கும் சுலபமான வழிகளில் ஒன்று, உங்கள் பெயரையும், தொலைபேசி எண்ணையும் நேஷனல் டூ நாட் கால் ரெஜிஸ்டரிடம் ([www.donotcall.gov](http://www.donotcall.gov)) யில் பதிவு செய்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். அதில் எத்தனை தொலைபேசி எண்களை வேண்டுமென்றாலும் பதிவு செய்துக்கொள்ளலாம் எனவே உங்கள் செல்போன் எண், அலுவலக எண்களுடன் உங்கள் வீட்டு எண்களையும் பதிவு செய்ய மறந்துவிடாதீர்.

இத்தகைய வேண்டுதலோடு தொலைபேசியில் அழைக்கிறவர்களாக வேலை செய்பவர்களுக்கு எதிராக நான் இல்லை. அவர்களும் மற்றவர்களைப் போல வாழ வேண்டும், ஆனால் என்னுடைய வாழ்க்கையானது அவர்களின் அழைப்புகளை ஏற்றுக்கொள்ள முடியாத அளவுக்கு ஏற்கனவே வேலையினால் நிறைந்துள்ளது. நான் மாலையில் வேலைகளை முடித்து உட்காரும் வேளையில், ஒரு கம்யூட்டருடனோ அல்லது நான் வாங்க விரும்பாத ஒன்றை விற்க முயலும் ஒருவருடனோ பேசும்படி இரண்டு, மூன்று தரம் இருக்கையிலிருந்து எழுந்துச் சென்று பேச நான் விரும்பவில்லை. உங்கள் சமாதானத்தை அதிகரித்துக் கொண்டு, நேரத்தை சேமிக்க இது ஒரு வழிமுறையாகவும் இருக்கலாம்.

## வேலைகளை சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளாதீர்

“சோம்பேறித்தனம் ஒரு நிலையான பாவம், வேலை ஒரு கடமை சோம்பேறித்தனம், சோதனைக்கும், பிரயோஜனமில்லாத வழிதவறும் கற்பனைகளுக்குமான பிசாசின் வீடாகும்; வேலையோ மற்றவர்களுக்கும், நமக்கும் பிரயோஜனப்படும்.”

– ஆனி பாக்ஸ்டர்

*இப்படி பிரயாசப்பட்டு, பலவீனரைத் தாங்கவும், வாங்குகிறதைப் பார்க்கிலும் கொடுக்கிறதே பாக்கியம் என்று கர்த்தராகிய இயேசு சொன்ன வார்த்தைகளை நினைக்கவும் வேண்டுமென்று எல்லா விதத்திலேயும் உங்களுக்குக் காண்பித்தேன் என்றான்.*

–அப்போஸ்தலர் 20:35

நீங்கள் எவ்வளவு காரியம் செய்ய வேண்டுமென்று உங்களைச் சுற்றிலும் பார்த்து மலைத்துப் போய் நிற்கின்றீர்களா? உங்கள் வாழ்க்கையை எளிமையாக்கும் ஒரு நல்ல வழி, உங்கள் வேலைகளை சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளாதீர். நீங்கள் செய்ய விரும்பாத ஒரு காரியத்தை நீங்கள் செய்ய வேண்டியிருக்கும் போது, அதை பின்பு செய்யலாம் என்று தீர்மானிப்பது எளிதுதான் அல்லது நாளைவரை காத்திருப்பதும் எளிதுதான். ஆனால் அந்த வேலையுடன் நிலைத்து நிற்பதற்கு உங்கள் மனஉறுதியை பயிற்றுவிக்க வேண்டும், அந்த வேலையை முடிக்காமலிருக்க சாக்கு போக்குகளை கண்டுபிடித்து உங்கள் நேரத்தை வீணாக்கிக் கொண்டிருக்கக் கூடாது. “செயலாற்றாமலிருக்கும் சோம்பலான மூலையானது சாத்தானின் விளையாட்டு மைதானம்” என்னும் கூற்றை நீங்கள் கேள்விப்பட்டிருக்கலாம்.

நாம் சோம்பலாக இருக்க நம்மை அனுமதிக்கும் போது, நாம் வேலை செய்யாமலிருக்க ஆயிரக்கணக்கான சாக்கு போக்குகளை கண்டுபிடிக்கலாம். “இன்று எனக்கு இருக்கும் நேரத்தைவிட, அந்த

வேலையை செய்ய எனக்கு அதிகமான நேரம் தேவை” அல்லது “நான் மிகவும் களைப்பாயிருக்கிறேன்” என்று நீங்கள் சொல்லிக் கொண்டிருக்கலாம். இல்லையென்றால், “அதை இப்போது செய்ய எனக்கு திறமை இல்லை” என்று உங்களையே நீங்கள் நம்ப செய்துக் கொண்டிருக்கலாம். நீங்கள் எத்தகைய சாக்குபோக்குகளை உருவாக்கிக் கொண்டாலும், உண்மையென்னவென்றால், நீங்கள் வேலை செய்துக் கொண்டு பிஸியாக இருப்பீர்களென்றால், சாக்குபோக்குகளை சொல்ல உங்களுக்கு நேரமிருக்காது, வேலையும் சேர்ந்துக் கொண்டிருக்காது.

எளிமையான வாழ்வு வாழ்வதற்கும் சுய கட்டுப்பாடு அவசியம். எது செய்யப்பட வேண்டுமென்பதை நீங்கள் தீர்மானிக்க வேண்டும். அதை முறையாக செய்ய வேண்டும், சாக்குபோக்குகளுக்கு இடமில்லை! விசேஷமாக, கடந்த காலத்தில் நீங்கள் ஒழுங்கற்றிருந்திருப்பீர்களென்றால் அது முதலில் கடினமானதாகத் தானிருக்கும், ஆனால் முறையான ஒழுக்கம் மற்றும் கட்டுப்பாட்டின் பலனோ உகந்ததாயிருக்கும். ஒழுக்கக் கட்டுப்பாடானது நீதியாகிய சமாதான பலனைத் தரும் என்று வேதம் கூறுகிறது (எபிரேயர் 12:11ஐ பார்க்கவும்).

கேள்விக்குறியாக இருக்கும் திட்டமானது, நீங்கள் தான் செய்ய வேண்டுமென்று நீங்கள் உங்கள் இருதயத்தில் நம்புவீர்களென்றால், உங்களால் கட்டுப்படுத்த இயலாத ஏதோ ஒரு அவசரமான நிலை ஏற்பட்டாலொழிய அதை தள்ளிப்போட மாட்டேன் என்று ஒரு தீர்மானத்தை எடுக்க உங்களை உற்சாகப்படுத்துகிறேன். உங்கள் மனதை ஆயத்தப்படுத்தி, அந்த வேலையை முடிக்க உறுதியாயிருங்கள்! அப்படி நீங்கள் செய்யும் போது, உங்களைக் குறித்து நீங்கள் நன்றாய் உணருங்கள் சரியானது எதுவோ அதை செய்துவிட்டோம் என்று அறிந்துக் கொள்ளும் எளிமையான சந்தோஷத்தைக் கொண்டிருப்பீர்கள்.

## முன்கூட்டியே திட்டமிடுங்கள்

“நீங்கள் என்ன மாதிரியிருப்பீர்கள் என்று முதலில் உங்களிடமே நீங்கள் சொல்லிக்கொள்ளுங்கள்; பின்னர் நீங்கள் என்ன செய்ய வேண்டுமோ அதை செய்யுங்கள்.”

– எபிக்டெட்டஸ்

*மனுஷனுடைய இருதயம் அவனுடைய வழியை யோசிக்கும்;  
அவனுடைய நடைகளை உறுதிப்படுத்துகிறவரோ கர்த்தர்.*

–நீதிமொழிகள் 16:9

சமீபத்தில் ஒரு சத்துணவு நிபுணரும் என்னுடைய தனிப்பட்ட பயிற்சியாளருமான ஒருவரை சந்திக்க எனக்கு தருணம் கிடைத்தது, அவர் நான் நல்ல ஆரோக்கியத்தையும், ஊட்டத்தையும் பெற்றிருக்கும்படி என்னுடன் சேர்ந்து செயல்படுகிறார். என்னை அவர் பரிசோதித்து விட்டு, நான் செய்ய வேண்டிய திட்டங்களை எனக்கு கொடுத்தப் பிறகு சொன்னார், “நீங்கள் முன்கூட்டியே திட்டமிடாவிட்டால், இதை செய்ய உங்களால் இயலாது” வீட்டில் நான் சரியானவற்றை உண்ணும் பொருட்கள் இருக்கும்படி, நான் வேண்டுமென்றே திட்டமிட்டுக் கடைக்குச் சென்று பொருட்களை வாங்க வேண்டும். ஆரோக்கியமான தேர்வு இல்லாத பட்சத்தில் தவறான உணவு வகைகளை உண்ணுவது சுலபமாகிவிடும். நான் பிரயாணமாய் போகும் போது, முன்கூட்டியே திட்டமிட்டு கெட்டுப் போகாத உணவு வகைகளை நான் கொண்டுச் செல்ல வேண்டியிருக்கிறது. நான் வெளியில் கடையில் உண்ணும் போது, அந்த ரெஸ்ட்டாரண்டுகளில், என்னுடைய தேவைகளை பூர்த்தி செய்யும் வகையில் உணவுப் பரிமாறப்படுகிறதா என்பதை நான் உறுதி செய்துக் கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது. இந்த காரியங்கள் அனைத்துக்குமே அதிகபடியான நேரத்தையும், முயற்சியையும் செலவிட வேண்டியிருக்கிறது, ஆனால் நான் விரும்பும் பலனை நான் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டுமென்றால் இவையெல்லாம் அதிமுக்கியமானதே.

நான் உடற்பயிற்சி செய்ய நேரத்தை ஒதுக்கவும் முன்சூட்டியே திட்டமிட வேண்டியிருக்கிறது. நான் கனமானதை சமந்துச் செல்ல வேண்டும், உடற்பயிற்சிக் கூடத்துக்குச் செல்ல சந்தர்ப்பங்கள் எதிர்பார்க்க வேண்டியிருக்கிறது. நான் காலையில் சீக்கிரமாகவே எழும்ப வேண்டும், என்னுடைய நோக்கத்தை நிறைவேற்றாதபடி தடுக்கக்கூடிய வகையில் மற்ற இடங்களுக்கு செல்ல வேண்டியதற்கு அநேகமாக இல்லை என்று சொல்ல வேண்டியிருக்கும். நான் நியாயப்படுத்திக் கொண்டிருக்க வேண்டிய அவசியம் இல்லை ஆனால் நான் ஒழுக்கமாக, முறையாக இருக்க வேண்டும்.

என் வாழ்க்கையில் பெரும்பான்மையான சமயங்களில், உடற்பயிற்சித் திட்டங்களை நான் வெறுத்தேன், அதற்கான நேரமும் எனக்கிருக்கவில்லை என்பதில் நான் உறுதியாயிருந்தேன். நான் பெலவானாக மாறாவிடாமல், தேவனுடைய அழைப்பை நான் நிறைவேற்றவில்லை என்பதை தேவன் எனக்கு காட்டும்வரை நான் அவ்வாறு தானிருந்தேன். நான் ஏதாவது ஒன்றை உண்மையாலும் செய்ய வேண்டுமென்று விரும்புவோமென்றால், நான் என்னவெல்லாம் செய்ய இயலும் என்பது ஆச்சரியத்துக்குள்ளாக்குகின்றது. நான் செய்ய விரும்பாத காரியத்தை செய்யாமலிருக்க அநேக சமயங்களில் “எனக்கு நேரமில்லை” என்று சாக்குபோக்கு கூறுகின்றோம். ஆனால் உண்மையென்னவென்றால், அவற்றை செய்ய நாம் நேரத்தை எடுத்துக்கொள்வதில்லை. நாமனைவருக்கும் ஒரே அளவிலான நேரமே இருக்கிறது, அதை கொண்டு நாம் என்ன செய்கின்றோமென்பது நம்மை பொறுத்ததே. குறைந்த பட்சமாக, நம்முடனும், பிறருடனும் நாம் நேர்மையாக இருந்து, “நான் அதை செய்வதில்லை ஏனென்றால் நேரத்தையும், சிரத்தையும் இதில் செலவிட நான் விரும்பவில்லை” என்று சொல்ல வேண்டும். சத்தியம் தான் நம்மை விடுதலையாக்கும் (யோவான் 8:32), எனவே நாம் உண்மைதன்மையோடிருப்போமென்றால், நம்முடன் நாமே நேர்மையாக இருப்போமென்றால், அநேகமாக நாம் ஒரு நேர்மையான மாற்றத்தைக் காண்போம்.

இந்த சூத்திரமானது, உங்கள் வாழ்வின் எந்தவொரு பகுதியிலும் உங்களுக்கு உதவும், எனவே உங்கள் நேரத்தைக் கொண்டு என்ன செய்ய போகின்றீர்கள் என்பதை ஜெபத்துடன் தீர்மானித்து, பின்னர் அதை செய்து முடிக்கத்தக்கதாக முன்சூட்டியே திட்டமிடுங்கள் என்று உங்களை

உற்சாகப்படுத்துகிறேன். நீங்கள் உண்மையாலுமே ஏதோ ஒன்றை செய்ய விரும்புவீர்களென்றால் மற்ற காரியங்கள் உங்கள் நேரத்தை திருடிவிடாமலிருக்கும்படி நீங்கள் ஜாக்கிரதையாக இருக்க வேண்டும். உங்கள் வாழ்க்கை உங்களை ஒழுங்குப்படுத்தாவிட்டால் நீங்கள் உங்கள் வாழ்க்கையை ஒழுங்குப்படுத்த வேண்டும்.

## கொஞ்சம் நேரத்தை வாங்கிக்கொள்ளுங்கள்

“நீங்கள் பார்க்கும் சிறந்த மனிதர்களால் சூழப்பட்டிருங்கள், அதிகாரத்தை ஒப்படைத்துவிடுங்கள், நீங்கள் தீர்மானித்திருக்கும் திட்டம் நிறைவேறும் வரை குறுக்கிடாதீர்கள்.”

– ரோனால்ட் ரீகன்

*ஒவ்வொன்றிற்கும் ஒவ்வொரு காலமுண்டு; வானத்தின்  
கீழிருக்கிற ஒவ்வொரு காரியத்துக்கும் ஒவ்வொரு சமயமுண்டு.*

– பிரசங்கி 3:1

முன்கூட்டியே நீங்கள் திட்டமிட முயன்று, நேரம் போதாமலிருக்கிறதா? நேரப்பற்றாக்குறை தான் உங்கள் பிரச்சனையென்றால், பின்னர் நீங்கள் கொஞ்சம் நேரத்தை வாங்குவதைப் பற்றி யோசிக்க வேண்டும். கடைவீதிக்குச் சென்று இருபத்தி நான்கு மணிநேரத்துக்கும் அதிகமான நேரத்தை வாங்க இயலும் என்பதை நான் சொல்லவில்லை, ஆனால் உங்களுக்காக கொஞ்சம் நேரத்தை, நீங்கள் செய்ய வேண்டியவற்றை செய்ய வேறொருவரிடம் கொஞ்சம் பணத்தைக் கொடுத்து செய்ய சொல்வதின் மூலம், நீங்கள் செய்ய வேண்டிய காரியத்தை, நீங்கள் தான் செய்ய வேண்டும் என்ற அவசியம் இல்லாதக் காரியத்தைச் செய்து முடிப்பதின் மூலம், நீங்கள் உங்களுக்குக்காக கொஞ்சம் நேரத்தை வாங்கிக் கொள்ள இயலும்.

உங்களால் பணம் செலவழிக்க இயலும் என்றால், வீட்டு வேலைகளைச் செய்யவும், துணிகளைத் துவைக்கவும், உங்கள் நிதி நிலவரத்தைப் பொறுத்து ஆட்களை வைத்துக் கொள்ளலாம். வீட்டுத் தோட்டத்தைப் பராமரிக்க மணிக்கணக்கில் நேரம் செலவிடுகின்றீர்களா? ஒருவரை அதற்காக கொஞ்சம் பணம் கொடுத்து செய்ய சொல்லிவிட்டு, கொஞ்சம் நேரத்தை சேமிக்கலாமே. அவர்களும் கொஞ்சம் பணம் பெற்றுக் கொள்ள ஆவலாக இருப்பார்கள், நீங்களும் அதிகமாக வேலை செய்து உங்களை அழுத்தத்துக்குள்ளாக்கினால், நீங்கள் பணத்தை டாக்டர்களிடமும்,

மருந்துகள் வாங்கவும் செலவிட வேண்டியிருக்கும். நம்மில் அநேகர் உடனேயே, இப்படி மக்களுக்கு பணம் கொடுத்து வேலைக்கு வைத்துக் கொள்வது இயலாதது என்று நினைக்கின்றோம், ஆனால் அது உண்மையா அல்லது இந்த பகுதியில் புதுமையாக யோசிப்பதை நாம் எதிர்க்கின்றோமோ?

சிலர் என்னிடம் “இதை என்னால் செய்து முடிக்க இயல வேண்டும்” அல்லது “உதவிக்காக பணத்தை செலவழிப்பது சரியென்று கருதவில்லை” என்றும் கூறியுள்ளனர். ஒருவேளை நீங்கள் உங்களிடமே, ஏன் செய்யக் கூடாது? என்று கேட்டுக் கொள்ள வேண்டும். சில மக்கள் பணத்தை செலவிட மறுக்கின்றனர், அதை குறித்து அவர்கள் மிகவும் பிடிவாதமாக உள்ளனர், தங்கள் ஆரோக்கியத்தையும், குடும்பத்தையும் அதற்காக வருத்திக்கொள்ளவும் விருப்பமுள்ளவர்களாயிருக்கின்றனர். நாம் சிக்கனமாக இருக்க வேண்டும் என்று நான் நம்புகிறேன் ஆனால் கஞ்சத்தனமாக அல்ல. நாம் நிறைய பணம் சம்பாதிக்க கொஞ்சப் பணத்தை செலவழித்துத்தானாக வேண்டும். தேவன் விரும்பும் பகுதியில் நாம் பிழைத்துக் கொள்ளும்படி, சில பகுதிகளில் நாம் உதவியை தேட வேண்டியிருக்கிறது.

புதிய கிளர்ச்சியூட்டும் காரியங்களைச் செய்வதற்கு மக்கள் எப்போதுமே விருப்பமுள்ளவர்களாயிருக்கின்றனர், ஆனால் முன்னேற்றத்தைத் தடுக்கும் பழைய முறையான எண்ணங்களைக் கொண்டிருக்கின்றனர். நாம் வாழ்வில் செய்ய வேண்டிய அல்லது செய்ய விரும்பும் காரியங்கள் அனைத்தையும் குறித்து நாம் நினைக்கலாம் ஆனால் மாறாக நாம் விரக்தியடைந்து விடுகிறோம், ஏனென்றால் நமக்கு போதிய நேரமில்லை. நாம் நம் பெருமையை விட்டுவிட்டு கொஞ்சம் நேரத்தை வாங்கினால் ஒழிய அந்த காரியங்கள் என்றுமே நடக்காமல் போய்விடும்.

இப்போது வேறொருவர் செய்யும்படி பணம் கொடுக்கும் அநேகக் காரியங்களை, ஒரு காலத்தில் நானே செய்தேன். அப்படி நான் செய்யாவிட்டால் நான் இந்த புத்தகத்தை எழுதிக் கொண்டிருக்க மாட்டேன். ஏனென்றால் எனக்கு நேரமில்லை. நீங்கள் எளிமையாக வேண்டுமென்றால், நீங்கள் பார்த்துக் கொண்டிருக்கும் பதில் இதுவாக இருக்கலாம், கொஞ்சம் நேரத்தை வாங்கி, உங்கள் வாழ்க்கையை மீண்டும் வாங்குங்கள்.

## ஒழுங்குப்படுத்து

“வேதனைப்படாதே, ஒழுங்குப்படுத்து.”

—ப்ளாரன்ஸ் கென்னடி

அவள் சோம்பலின் அப்பத்தைப் புசியாமல், தன் வீட்டுக்காரியம்  
எப்படி நடக்கிறது என்று கண்ணோக்கமாயிருக்கிறாள்.

—நீதிமொழிகள் 31:27

என்னுடைய சுற்றுப்புறங்களெல்லாம் ஒழுங்காகப்பட்டிருக்கும் போது, நான் ஒழுங்காக உணருகிறேன். அதேபோல், அவையெல்லாம் ஒழுங்கற்று, அங்கும் இங்குமாய் சிதறப்பட்டிருக்கும் போது, நானும் அவ்வாறாகவே உணருகிறேன். நான் என்னுடைய கால அட்டவணை மற்றும் என் வீட்டு துணிமணிகள், அலமாரிகள், வேலை செய்யும் இடம்... போன்றவற்றை ஒழுங்காக வைத்துக் கொள்ளவில்லையென்றால் என்னுடைய வாழ்க்கையை மிகவும் கடினமானதாக உணருகிறேன். என்னுடைய வாழ்க்கையை எளிமைப்படுத்தி, அழுத்தத்தை விலக்கும் முயற்சியில், நான் இன்னும் அதிகமாக விஷேசமாக காலைப்பொழுதை ஒழுங்குப்படுத்த வேண்டுமென்று தீர்மானித்தேன். காலையில் சரியான நேரத்தில் வீட்டைவிட்டு புறப்படுவதென்பது ஒரு சவாலாக இருந்தது, அப்படியே சரியான நேரத்தில் வீட்டைவிட்டு புறப்படுவேனென்றாலும், நான் அரக்கப்பறக்க செல்வேன், அப்படி செல்வதால் கோபமடைவேன், ஒரு நாளை தொடங்க நிச்சயமாகவே ஒரு நேர்மையான மனநிலையல்ல! இறுதியில், கொஞ்ச நாளைக்கு முன்தான், இரவு கொஞ்ச நேரமெடுத்து என் உடைகளையும், காலணிகளையும், ஆபரணங்களையும், பர்சையும் தேர்வு செய்து எடுத்து வைத்துவிடுவதென்று தீர்மானித்தேன். இப்போது நான் வீட்டிலிருந்து என்னவெல்லாம் எடுத்துச் செல்ல வேண்டுமென்ற பட்டியலிட்டு, எவ்வளவு முன்கூட்டியே அதை செய்ய முடியுமோ அவ்வளவு முன்னதாகவே செய்துவிடுகிறேன்.

மாலைவேளையில், சமயம் இருக்கும் போது இவ்வாறு செய்வதால், என்னுடைய காலைப்பொழுது எளிமையானதாகவும் அவசரமின்றியுமிருக்கிறது. அழுத்தத்தோடு ஒருநாளை

தொடங்குவதென்பது ஒரு சரியான தேர்வு அன்று. நாம் அவ்வாறு தொடங்குவோமென்றால், சில சமயங்களில் அது அவ்வாறாகவே அமைந்துவிடும். நாம் புறப்படும்படி எல்லாவற்றையும் வேகமான கியரில் தொடங்கிவிடுவதால், மீண்டும் மெதுவாக இயக்கத்துக்கு வர இயலாதாகிவிடுகிறது.

சமீபத்தில், நான் ஒரு மூன்று வாரம் வெளியூரில் தங்க வேண்டியிருந்தது, அதற்கு அதிகமாக ஆயத்தப்பட வேண்டியிருந்தது; இந்த குறிப்பிட்ட பிரயாணத்துக்கு ஆயத்தப்பட வேண்டிய காலகெடு மிகவும் குறைவாக இருந்ததால், நான் எல்லாவற்றையும் ஒழுங்காக செய்வது எனக்கு மிகவும் முக்கியமானதாக இருந்தது. அடுத்த நாள் காலை ஆறு மணிக்கு எல்லாவற்றையும் விமான நிலையத்துக்கு கொண்டு செல்லும்படி இரண்டு பேர் எங்களுக்கிருந்தனர். கடைசி நேர அறிவுரைகளை நான் அவர்களுக்கு கொடுக்க வேண்டியிருந்ததால், முந்தின இரவே அவர்களை தொலைபேசியில் அழைத்து, அவர்கள் செய்ய வேண்டிய கடமைகளைப் பற்றி கூறிவிட வேண்டும், இதனால் காலையில் நான் புறப்படுவதோடு அவர்களுக்கும் அதைப் பற்றிகூற வேண்டியிராது என்று தீர்மானித்தேன். இப்படி இது நடைபெற்றதால், இருவரில் ஒருவர் அதிகநேரம் தூங்கிவிட்டதால், தாமதமாக வந்தார், ஆனால் இரவே அனைத்துக் குறிப்புகளையும் நான் கூறிவிட்டதால் அழுத்தமில்லாமல் சரியான நேரத்தில் புறப்பட முடிந்தது. நானும் என்னுடைய தனிப்பட்ட காரியங்களை கடைசி நேரத்தில் செய்யாமல், அந்த வாரம் முழுவதும் செலவிட்டு எல்லாவற்றையும் செய்து முடித்திருந்தேன். நான் ஏற்கனவே முன்கூட்டியே திட்டமிட்டதால், நான் ஒழுங்குப்படுத்த முடிந்தது. வித்தியாசமான பலனையும் கொடுத்தது.

“நான் ஒழுங்குப்படுத்துகிறதில்லை” என்று சில மக்கள் சொல்கின்றனர். ஆனால் எவருமே ஒரு திட்டத்தையும், அதனோடு ஒட்டிக்கொண்டிருக்க வேண்டிய ஒழுக்கத்தையும் கொண்டிருப்பார்களென்றால், ஒழுக்கப்படுத்துகிறவர்களாயிருக்க முடியும். எல்லாவற்றையும் கடைசி நேரத்திற்கென்று விட்டுவிடாமலிருப்பதே ஒழுக்கப்படுத்துகிறதற்கான முதல் விதிகளுள் ஒன்றாகும். எனவே நீங்கள் தொடர்ந்து வளர வேண்டுமென்று அறிவுறுத்துகிறேன். நீங்கள் எவ்வளவு சாதிக்க முடியுமென்றும், எவ்வளவு நன்றாக உணர முடியுமென்று கண்டு ஆச்சரியப்படுவீர்கள்.

## ஜெபத்தை எளிமையானதாக வைத்துக்கொள்ளுங்கள்

“சுலபமான வாழ்வுக்கென்று ஜெபிக்காதீர், பெலவான்களாக இருக்கும்படி ஜெபியுங்கள்! உங்கள் பெலனுக்கு நிகரான வேலைக்காக ஜெபிக்காதீர். உங்கள் வேலைக்கு நிகரான பெலனுக்காக ஜெபியுங்கள்.”

—பிலிப் ப்ரூக்ஸ்

*உமது அடியாராகிய இஸ்ரவேல் புத்திரருக்காக இன்று இரவும் பகலும் உமக்கு முன்பாக மன்றாடி இஸ்ரவேல் புத்திரராகிய நாங்கள் உமக்கு விரோதமாகச் செய்த பாவங்களை அறிக்கையிடுகிற அடியேனுடைய ஜெபத்தைக் கேட்கிறதற்கு உம்முடைய செவி கவனித்தும், உம்முடைய கண்கள் திறந்தும் இருப்பதாக;*

— நெகேமியா 1:6

அநேக மக்கள் அவர்களுடைய ஜெப வாழ்க்கையோடு போராடுகின்றனர். அவர்கள் விரக்தியையும், குழப்பத்தையும் உணர்கின்றனர், அது ஏனென்றால், எளிமையான ஜெபம், தேவனுக்கு ஏற்புடையதாக இருக்காது என்று நாம் நினைப்பதாலே என்று நான் நினைக்கிறேன். ஜெபமானது, நன்றாக ஜெபிக்கப்பட்டதாகவும், நீளமாகவும் பூரணமாகவும் இருக்க வேண்டுமென்ற கருத்து எப்படியோ நமக்குள் பதிந்துவிட்டது. நான் எளிமையாக ஜெபிக்க, நான் என்ன விரும்புகிறேன், எனக்கு என்ன தேவை என்பதை சில வார்த்தைகளில், ஆனால் உண்மையாக அவரிடம் சொல்ல வேண்டுமென்று என்னிடம் சவால் விடுத்தார். நாம் அநேக வேளைகளில் அதிகமானதை சொல்ல முயலுவதால் நோக்கத்தை இழந்துவிடுகின்றோம் என்று நினைக்கிறேன். நாம் அலைந்து திரிந்து, சம்பந்தமில்லாத ஜெபத்தை செய்கிறபடியால் நம் விசுவாசத்தைக் கட்டவிழ்த்து விடுகிறதை கடினமாக உணருகிறோம். நாம் அவரைப்பற்றி குறைவாகவும், நம் வார்த்தைகளை அதிகமாகவும் முக்கியப்படுத்துகிறோம்.

ஒருவர் ஒருவேளை அதிகமான நேரம் ஜெபித்தும், தாங்கள் ஜெபித்து முடிக்கவில்லை அல்லது அவர்களுடைய ஜெபம் தேவனிடம் எட்டவில்லை என்பதாக உணரலாம். இது நான் ஜெபத்தை எளிமையாக வைக்காததால் ஏற்படுகிறதென்று கூறுவேன். உதாரணமாக ஏதோ ஒன்றைப் பற்றி உண்மையாக இராததால் பாவம் செய்திருப்பீர்களென்றால், நீங்கள் “பிதாவே, நான் உண்மையாக இல்லாமலிருந்ததற்காக என்னை மன்னியும், இப்போது நான் உம்முடைய மன்னிப்பைப் பெற்றுக்கொள்கிறேன். இயேசுவின் நாமத்தில் ஆமென்!” என்று சொல்லலாம். தேவனுடைய பிரசன்னத்தில் கொஞ்ச நேரம் தரித்திருந்து, நீங்கள் எதைக் கேட்கலானோ அதை விசுவாசத்தால் பெற்றுக்கொள்ளுங்கள். இப்போது, நீங்கள் செய்த தவறை சரிசெய்யும் வகையில் யாருடனாவது ஒப்புரவாக வேண்டியிருந்தால், அதை செய்யுங்கள், ஆனால் நீங்கள் இன்னும் ஆக்கினைத்தீர்ப்பின் கீழ் இல்லை என்பதை உணர்ந்துக் கொள்ளுங்கள். தேவன் உங்களை மன்னித்துவிட்டார், எனவே நீங்களும் உங்களை மன்னித்துக் கொள்ளுங்கள். வாய்! அது எளிமையானது, இல்லையா? இவ்வாறாக ஜெபியுங்கள், உங்கள் ஜெபம் முழுமைப் பெற்றதாக உணருவீர்கள்!

விசுவாசத்தின் முழு இயல்பே எளிமைதான். அதைப் பற்றி சிக்கலானது எதுவும் இல்லை. விசுவாசமானது, சாதாரணமாக, தேவனை சார்ந்து, நம்பியிருக்கிறது. விசுவாசம் தேவனுடைய வார்த்தையை நம்புகிறது. தேவன் உண்மையுள்ளவரென்றும் அவரால் கூடாத காரியம் எதுவும் இல்லையென்றும் விசுவாசம் அறிந்திருக்கிறது.

தேவன் அவரே எளிமையானவர், அவர் யாரென்பதை விவரிக்கும்படிக்கு மோசே கேட்டபோது, தேவன் சொன்னார் “நான் இருக்கிறேன்” (யாத்திராகமம் 3:14). நம்முடைய எல்லா பிரச்சனைகளுக்கும் உரிய பதிலை நாம் வேதாகமத்தில் தேடும் போது, அது எப்போதுமே, எளிமையான, குறிப்பிட்ட வகையில்—“விசுவாசி” என்பதிலேயே பார்க்கின்றோம் (யோவான் 11:40ஐ பாக்கவும்). நாம் அவரிடம் ஒரு சிறுகுழந்தையைப் போல வரவேண்டுமென்று கூறப்படுகின்றோம் (லூக்கா 8:17). அநேக சிறுகுழந்தைகள் தங்களுக்கு வேண்டியதை தங்கள் பெற்றோரிடம் கேட்கும் போது, மிகவும் ஆற்றல்மிக்க பேச்சுகளை கொண்டிருப்பதில்லை என்பதைக் காண்கின்றேன். அவர்கள், எளிமையாய், நேர்மையாய் இருக்கின்றனர். எளிமையான ஜெபம் ஒரு எளிமையான வாழ்க்கையை உருவாக்கும், எனவே தேவன் செவிகொடுக்கும் ஜெபங்களை செய்யத் தொடங்குங்கள்.

“வாழ்க்கையில் நாம் அவசர அவசரமாக காரியங்களைச் செய்து சேமிக்க முயன்ற நேரத்தைக் கொண்டு ஏதாவது செய்ய கண்டுபிடிக்க முயன்றே நம் வாழ்வில் பாதி செலவழிக்கப்படுகின்றது.”

– வில் ரோஜர்ஸ்

*இஸ்ரவேலின் தேவனாகிய கர்த்தர் தமது ஜனத்தை  
இளைப்பாறியிருக்கப் பண்ணினார்.*

– 1 நாளாகமம் 23:25

நீங்கள் என்னைப் போல இருப்பீர்களென்றால், நீங்கள் உங்கள் நேரத்தில் ஒரு நிமிடத்தைக் கூட வீணாக செலவிட விரும்பமாட்டீர்கள். டாக்டரைப் பார்க்க வேண்டும் என்று மருத்துவமனையில் அமர்ந்திருக்கும் போதும், ஏதோ பத்திரிக்கையைப் படிப்பதற்கு பதிலாக உங்கள் செக் புக் கணக்கைப் பார்ப்பீர்கள். உங்கள் பிள்ளையை பள்ளியிலிருந்து கூட்டி வர காரில் அமர்ந்திருக்கும் போதோ அல்லது மெக்கானிக் கடையில் இருக்கும் போதோ நீங்கள் தொலைபேசியில் அப்பாயின்மெண்ட்டை குறித்துக் கொண்டோ இருப்பீர்கள். காலத்தை ஒருபோதும் வீணாக்குவதில்லை என்று பெருமைப்பட்டுக் கொள்கின்றீர்கள். அது சரியாகக் காணப்படலாம், ஆனால் அது உண்மையாக இருப்பதில்லை. காலத்தை வீணாக்கக்கூடாது, என்று முயன்று காரியங்களை அதிக இடைவெளியில்லாமல் நெருக்கமாக திட்டமிடும் போது, நான் எப்போதுமே விரக்தியடைந்தவளாக, தாமதமாகி விடாமலிருக்க அவசர அவசரமாக காரியங்களை செய்வதுண்டு நமக்கு தேவையாயிருப்பதெல்லாம் காரியங்களுக்கு நடுவில் வரையறையே. அப்படியென்றால் ஒரு வேலையை முடிக்க நமக்குத் தேவைப்படாது என்று நினைக்கும் சமயத்திலும் கூட, ஒருவேளை தேவைப்பட்டால் என்ன செய்வது என்று கொஞ்சம் அதிக நேரத்தை ஒதுக்கி வைக்க வேண்டும். எல்லா காரியங்களும், நாம் இவ்வளவு நேரம் எடுத்துக் கொள்ளும் என்று நினைப்பதற்கும் கொஞ்சம் அதிகமான நேரத்தை எடுத்துக்

கொள்கிறதென்பதை நான் இறுதியில் ஏற்றுக்கொள்ள முடிந்தது. நாம் செய்ய வேண்டிய கடைசி நிமிட தொலைபேசி அழைப்புகள், மறதியாக வைத்துவிட்ட வண்டி சாவி, மறதியாக வைத்துவிட்ட போன் போன்ற மற்ற காரியங்கள் நம்மை தளர்வாக்கி விட்டு காரியங்களைச் சிக்கலாக்கி விடக்கூடும். நான் வேகமாக அவசரமாக புறப்படுவதால், மறந்து வீட்டிலேயே வைத்துவிட்டு வந்த பொருட்களை எடுக்கும்படி மூன்று முறைகள் கூட மீண்டும் மீண்டும் வீட்டை திறந்து எடுத்த சமயங்கள் எனக்கு அடிக்கடி ஏற்பட்டதுண்டு.

எந்தவொரு இடத்துக்கும் சீக்கிரமாகவே சென்று காத்திருப்பதை தவிர்க்க, என் வாழ்க்கை முழுவதும் நான் முயற்சித்ததைப் போன்று அது காணப்படுகிறது. சமீபக்காலம் வரை நான் காரியங்களை வரையரையின்றி திட்டமிட்டு, பொதுவாகவே ஒன்று தாமதமாகவே செல்வேன் அல்லது நேரத்தில் சென்று விரக்தியையும், அழுத்தத்தையும் உணர்ந்திருக்கின்றேன் என்பதை நான் சொல்ல வேண்டும். நற்செய்தியென்னவென்றால், நான் மாற்றம் அடைந்துக் கொண்டிருக்கின்றேன். நான் வெளிச்சத்தைக் கண்டுக்கொண்டேன், எதிர்பாராத காரியங்கள், ஆனால் எப்போதுமே நடக்கும் ஏதோ ஒரு காரியங்களுக்காக நான் கொஞ்சம் அதிக நேரத்தைத் திட்டமிடுகின்றேன். அதை நான் முற்றிலும் அடைந்துவிடவில்லை, ஆனால் நான் தொடர்ந்து செல்ல தீர்மானித்திருக்கின்றேன், ஏனென்றால் இனிமேலும் ஒரு சிக்கலான வாழ்க்கையை வாழ நான் மறுக்கின்றேன்.

அழுத்தத்தோடு அதிகமான காரியங்களைச் செய்வதை விட, சமாதானத்தோடு குறைவானக் காரியங்களை செய்வதே மேல். உங்கள் சொந்த வாழ்வில் எந்த பகுதியில் வரையரைகளை ஏற்படுத்த வேண்டும்? தினமும் நீங்கள் செய்ய வேண்டிய வேலைப்பட்டியலில் ஒவ்வொன்றிற்கும் பதினைந்து நிமிடங்கள் கட்டத் தொடங்கிவிடுங்கள். நீங்கள் கடைசியில் அதை பயன்படுத்துவீர்கள், ஆனாலும் ஒருவேளை உங்களுக்கு கொஞ்சம் இளைப்பாறும் சமயம் கிடைக்கும் என்றால், அதில் ஓய்வெடுக்க முயலுங்கள். ஒரு சிறிய விடுமுறையை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். உங்கள் கண்களை மூடிக்கொண்டு, தலையை பின் தாழ்த்தி, இளைப்பாறுங்கள். அது அடுத்து உங்கள் காலஅட்டவணையில் இருக்கும் காரியத்திற்கு உங்களை ஆயத்தப்படுத்தும்.

## ஒரு தவறான பொறுப்புணர்வை கொண்டிருக்காதீர்

“நாமனைவருமே ஏதோ ஒன்று, ஆனால் எவருமே எல்லா மல்ல.”

– ப்ளைஸ் பாஸ்கல்

செம்மையான இருதயமுள்ளவர்களை இரட்சிக்கிற தேவனிடத்தில்  
என் கேடகம் இருக்கிறது.

– சங்கீதம் 7:10

நான் எப்போதுமே மிகவும் பொறுப்பானவன், எனவே பொறுப்பில்லாதவர்களைக் கண்டால் கோபப்படுவேன். கடந்தக் காலத்தில் பொறுப்பற்றவர்கள் செய்யத் தவறிய காரியத்துக்காக நான் பொறுப்பேற்பதைக் குறித்து நான் அடிக்கடி கோபப்பட்டுள்ளேன், எதுவரையிலென்றால், நான் ஒரு தவறான பொறுப்புணர்ச்சியைக் கொண்டுள்ளேன் என்று நான் உணர்ந்துக் கொள்ள தேவன் உதவும் வரையில், நான் செய்த அநேகக் காரியங்கள் தேவையற்றதாக இருந்தது. அநேகமாக உங்களில் சிலர் கூட அத்தகைய குழப்பத்திலிருக்கலாம்.

என்னென்ன காரியங்கள் செய்யப்பட வேண்டுமோ அதையெல்லாம் நீங்களாகவே முன்னிருந்து செய்து, பின்னர் நீங்களே எல்லாவற்றையும் செய்ய வேண்டியிருக்கிறதென்று வருத்தப்படுகின்றீர்களா? நீங்கள் எப்போதுமே விரக்தியோடிருக்கலாம் அல்லது மாறுவதற்கு நீங்கள் தீர்மானிக்கலாம். யாரோ ஒருவர் தங்களுடைய பொறுப்பை புறக்கணித்துவிட்டதால் காயப்பட்டோ அல்லது ஏமாற்றமடைந்தவராகவோ நீங்களிருக்கலாம், இப்போதே இன்னும் அதிகமான வேதனையை தவிர்க்கும் ஒரே வழி நீங்களாகவே எல்லாவற்றையும் செய்ய வேண்டும். எப்படியோ, அத்தகைய பகுத்தறிவானது, பிரச்சனையை மிகைப்படுத்துகிறது என்று அனுபவம் எனக்கு கற்பித்திருக்கின்றது. நீங்கள் யாரோ ஒருவர் தாங்களாகவே செய்யக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டியிருப்பதை நீங்கள் செய்துக் கொடுத்து அவர்களின் பொறுப்பற்ற உணர்வுக்கு தீனி போட்டுக் கொண்டிருக்கலாம்.

அநேக வேளைகளில், மக்கள் தாங்கள் என்ன செய்ய வேண்டுமோ அதை செய்வதில்லை பின்னர் பிரச்சனைக்குள்ளாக்கும் போது, யாரோ ஒருவர் கிரயம் செலுத்தி அதினின்று தங்களை வெளியே கொண்டு வர வேண்டுமென்று எதிர்பார்க்கின்றனர். நாம் மக்களை நேசிக்கும் போது, அவர்களுக்கு உதவி செய்ய விரும்புகின்றோம், ஆனால் கடினமான அன்பு உணர்ச்சிப்பூர்வமான அன்பைவிட அவர்களுக்கு அதிகமாக உதவுகின்றது. மற்றொருவரின் வேலையை நாம் செய்வது ஒரு சோம்பலான, முதர்ச்சியற்ற, பொறுப்பில்லாத மனப்பான்மையை வளர்க்கின்றது. அவர்கள் தங்கள் வேலையை செய்யாவிட்டால் அதற்கான கிரயத்தை அவர்கள் தான் செலுத்த வேண்டும் நீங்கள் இல்லை என்று அவர்கள் அறிந்துக் கொள்ளும்படி செய்தால் என்ன? நீங்கள் உங்கள் வார்த்தையை பிடித்துக்கொண்டிருங்கள்.

நான் சார்ந்திருக்கும் ஒருவர் ஒரு காரியத்தை செய்ய இரண்டமுறை மறந்து விடுவாரென்றால், அதை நானே செய்துக் கொள்ளுவது என் இயல்பாகும், அவர்கள் செய்கின்றார்களா என்று நிச்சயத்துக் கொள்வதைவிட குறைவான நேரமே அதற்கு தேவைப்படுகிறது. ஆனால் நான் கற்றுக்கொண்டதென்னவென்றால், அவர்கள் அவர்களது பொறுப்பை ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும், அவர்கள் ஏற்றுக்கொள்ளவில்லையென்றால், யார் ஏற்றுக்கொள்கின்றார்களோ அவர்களை நான் கண்டுப்பிடிக்க வேண்டும். நான் மக்களை காயப்படுத்த விரும்புவதில்லை, அது நல்லதொரு தன்மைதான், ஆனால் சமநிலையை சரியாக வைக்காவிட்டால் அது ஒரு பிரச்சனையாகிவிடும். வேறொருவரின் வாழ்க்கையை சரிப்படுத்த முயன்று, நம்முடைய வாழ்க்கையை அழித்துக் கொள்வது ஞானமானதன்று.

நான் காரியங்களை நானாகவே செய்துக்கொள்ளும் தன்மையை அநேகந்தரம் கொண்டிருக்கிறேன். அதினால் நான் விரும்பும் முறையில் அதைச் செய்துக் கொள்கிறேன். ஒரு தாழ்மையான மனிதன் தன்னுடைய வழியொன்றே ஒரே வழியில்லையென்றும், மற்றவர்களை அவர்கள் வழியில் செய்ய அனுமதிப்பது, அவர்கள் அவர்களாக இருக்க உதவுகின்றது என்பதை தேவன் எனக்கு கற்றுக்கொடுத்தார். நீங்கள் பாத்திரங்களை வைப்பது போன்று உங்கள் வாழ்க்கை துணை வைக்காமலிருக்கலாம், ஆனாலும் பாத்திரங்கள் வைக்கப்படுகின்றது.

நீங்கள் செய்வதை விட வித்தியாசமாக இருந்தாலென்ன, வேலை நடந்தால் போதும் அல்லவா?

உங்கள் வாழ்க்கை கடினமானதாக இருப்பதாக காண்பீர்களென்றால், எப்போதுமே உங்கள் பொறுப்பை மட்டுமே செய்யுங்கள், அவசரம் இருந்தாலொழிய வேறொருவரின் பொறுப்பை ஏற்காதீர். நீங்கள் செய்துக் கொண்டிருக்கும் எல்லாக் காரியங்களையும் நீங்கள் நிச்சயமாக செய்யத்தான் வேண்டுமா என்று நேர்மையாக ஆராய இன்றே தொடங்குங்கள்.

“நான் பராமரிப்பதில் மிகவும் நேர்த்தியானவன் எப்படியென்றால் நான் ஒருமுறை பயத்தால் உணர்ச்சியிழந்த மரத்தைக் கண்டு, அது மிகவும் பயப்படாதபடியிருக்கச் செய்ய அடுத்த வருடம் முழுவதையும் செலவழித்தேன்.”

—டொரி கெல்லாக்

*அவனவன் தந்தன் சுயகிரியையைச் சோதித்துப் பார்க்கக்கடவன்.*

— கலாத்தியர் 6:4

நீங்கள் பிறரை பராமரிக்கின்றவரா? சில மக்கள், மற்ற ஒவ்வொருவரின் மூலமே தங்கள் மதிப்பையும், தகுதியையும் பெற்றுக்கொள்கின்றனர். அது அவர்களின் அடையாளமாகின்றது, அதைக் குறித்து அவர்கள் பெருமைப்படுகின்றனர். எப்படியோ, அவர்களில் அநேகர் கடைசியில் தியாகிகளாகவே மாறிவிடுகின்றனர். அவர்கள் ஒவ்வொருவரையும் பராமரிக்கின்றனர், அப்படி செய்ய வேண்டியுள்ளது என்று நித்தமும் குறைப்பட்டுக் கொள்கின்றனர். அவர்கள் அவர்களையே பலியாக்கிக் கொள்கின்றனர், அவர்கள் அவ்வாறு இருப்பதால் மற்ற அனைவரையும் குற்றவுணர்வுக்குள்ளாக்குகின்றனர்.

இந்த மாதிரியான மக்களைப் பற்றிய சுவாரஸ்யமான காரியம் என்னவென்றால், அவர்கள் என்ன செய்துக் கொண்டிருக்கின்றார்களோ அதை அவர்கள் செய்யாமலிருக்கும்படி செய்ய முடியாது. அவர்களுக்கு உதவியோ அல்லது பதிலோ தேவையில்லை; அவர்கள் குற்றஞ்சுமத்தவே விரும்புவர். எனக்கு ஒரு பெண்ணைத் தெரியும், அவள் எப்போதுமே எவ்வாறு தன்னுடைய முழுவாழ்க்கையையும் தியாகம் செய்துவிட்டதாகவும், அது எவ்வளவு நியாயமற்றதென்றும் கூறிக் கொண்டேயிருப்பாள், ஆனாலும் தன்னால் பராமரிக்க இயலும் யாரையாவது பராமரித்துக் கொண்டேயிருப்பாள்.

சில மக்கள், எப்படியோ ஒரு பொறிக்குள் தாங்கள் சிக்கியிருப்பதாகவும்; அங்கேயிருந்து வெளியே வரவும் விரும்புவர்,

ஆனால் எவ்வாறு என்று அறியாதிருப்பார்கள். அது நீங்களாக இருப்பீர்களென்றால், நீங்கள் உங்கள் உண்மையான பொறுப்பை கண்டுப்பிடித்து, மற்றதை விட்டுவிடும்படி உங்களுக்கு அறிவுறுத்துகிறேன். ஆம், புரிந்துக் கொள்ளாமலிருக்கும் மக்கள் இருக்கத்தான் செய்வார்கள். அவர்கள் கோபப்படலாம், அல்லது உங்களைப்பற்றி அன்பில்லாத காரியங்களைக் கூடச் சொல்லலாம், ஆனால் குறைந்த பட்சமாக உங்கள் வாழ்க்கையையும், தெளிந்த புத்தியையும் நீங்கள் பெற்றுக்கொள்ளலாமே.

ஒரு மனதளவில் காயப்பட்டவரை ஒரு முறையற்ற குடும்பத்தில் வளர்க்கப்பட்ட ஒருவருக்கு நான்கு வருடங்கள் நான் உதவ முயன்றேன். இந்த நபர் ஒரு நல்ல வாழ்க்கை வாழும் தருணத்தைப் பெற்றுக்கொள்வதைக் காண விரும்பினேன். நாங்கள் பணம், நேரம், முயற்சி இவையனைத்தையும் செலவழித்தோம், அவருக்கென்று நாங்கள் எல்லாம் செய்துக் கொண்டிருந்தவரை, காரியங்கள் நன்றாகத் தானிருந்தது. பின்னர் அவர் தானே தன்னை பராமரித்துக் கொள்ளும் படியான நேரம் வந்தது. அவருக்கு ஒரு வேலை, வீடு, கார், நண்பர்கள், இருந்தனர், மற்றும் வாழ்க்கையில் வெற்றியடைய எந்தக் காரணமும் இல்லாமல் இருந்தது; ஆனாலும் எல்லாவற்றையும் நாங்கள் பராமரிக்காமலிருந்த போதோ அவர் தன்னுடைய எல்லா பழைய வழிகளுக்குள்ளும் சென்றுவிட்டார். அவர் பிரச்சனைக்குள்ளாகிவிடுவார், யாரோ ஒருவர் தொலைபேசியில் எங்களை அழைத்து அவரை கூட்டிக் கொண்டு செல்லுமாறு கூறுவர். அப்படி நடைபெற்ற மூன்றாம் முறைக்குப்பின் தான், அவருடைய சுகத்தையும், சீரமைப்பையும் அவரை விட நாங்கள் தான் அதிகம் விரும்பினோம் என்று உணர்ந்து அதை விட்டுவிட வேண்டியிருந்தது.

நீங்கள் ஒருவருக்கு, பல வருடங்களாக உதவ முயன்றும், அவர்கள் “உதவி” இல்லாமல் இன்னும் அதைப்போல் இருப்பார்களென்றால், அவர்கள் உண்மையிலேயே உதவியை விரும்புகின்றனரா இல்லையா என்பதை நீங்கள் கவனிக்க வேண்டும். அவர்களுடைய வாழ்வில் மாற்றத்தை காண நீங்கள் விரும்பலாம், ஆனால் ஒருவேளை அவர்கள் மாற விரும்பாமலிருக்கலாம். உங்களுக்கு ஒரு எளிய வாழ்க்கை வேண்டுமென்றால், உங்களால் இயன்ற அளவுக்கு எல்லா மக்களுக்கு எல்லா விதத்திலும் உதவுங்கள், ஆனால் உங்களை சாதகமாகப் பயன்படுத்திக் கொண்டு உங்களை விடாய்த்தவர்களாய் உணரச் செய்யும் பராமரிக்கும் தொழிலைச் செய்யாதீர்.

## கட்டுப்படுத்துதலை விட்டுவிடு

“நித்தியமான வாழ்க்கைக்குள்ளாக கொண்டுச் செல்ல இயலாத அனைத்துக் காரியங்களையும் நாம் விட்டுவிட வேண்டும்.”

– ஆனா ஆர். ப்ரவுன் லின்சே

*தேவனுடைய ஆவி உங்களில் வாசமாயிருந்தால், நீங்கள் மாம்சத்துக்குட்பட்டவர்களாயிராமல் ஆவிக்குட்பட்டவர்களாயிருப்பீர்கள், கிறிஸ்துவில் ஆவியில்லாதவன் அவருடையவனல்ல.*

– ரோமர் 8:9

சமீபத்தில் நான் வாசித்து அனுபவித்த புத்தகங்களில் ஒன்று லிசா பிவேரியின் “கட்டுப்படுத்துதலுக்கு புறம்பும், அதை நேசித்தலும்” என்பதே. முதலில், அது ஒரு விநோதமான தலைப்பாகக் காணப்படலாம், ஆனால் அவருடைய வாழ்க்கையையும், அவருடைய வாழ்விலுள்ள அனைவரையும் அவர் இனியும் கட்டுப்படுத்த முயற்சிக்காததால் அவருடைய வாழ்வை முன்பைவிட அதிகமாக அவர் அனுபவிக்கிறார் என்பதை உணர்ந்துக்கொள்வீர்கள்.

நான் ஒரு கடினமான டைப் அல்லது தன்மையை உடையவள், முறையாக செயல்படாத ஒரு குடும்பத்திலிருந்து வந்தவள், எல்லாவற்றையும் அடக்கி ஆளும் ஒரு டைப் அல்லது தன்மையைக் கொண்ட ஒருவரால் வளர்க்கப்பட்டவள். இதன் விளைவாக, நான் முதிர்ச்சியடைந்த போதோ, நானும் எல்லாவற்றையும், எல்லோரையும் கட்டுப்படுத்த விரும்பினேன். இன்னும் சில வேளைகளில் இந்த பகுதியில் நான் கவனம் செலுத்தி, எல்லோருக்குமே, அவர்களுடைய வாழ்க்கையை அவர்கள் நடத்திச் செல்ல அவர்களுக்கு உரிமை உண்டு என்பதை நான் நினைவுறுத்திக் கொள்ள வேண்டியவளாகயிருக்கின்றேன், ஆனால் நான் எவ்வளவோ தேறிவிட்டேன். நாம் எல்லாவற்றையும் கட்டுப்படுத்த வேண்டுமென்று உணரும்வரை வாழ்க்கையானது மிகவும் சுலபமாக இருக்கிறதென்பதைக் கண்டுக்கொண்டேன். தேவன் மட்டுமே

கட்டுப்படுத்துகிறவர் வேறு எவரும் இல்லை! அந்த உண்மையை எதிர்கொண்டு, விட்டுவிட தீர்மானித்து, தேவனை தேவனாக இருக்க விடுவதே எளிமைக்கான பாதையாகும்.

மாலைப்பொழுதில், என்னுடன் என் கணவர் டேவும் ஒரு திரைப்படத்தைப் பார்க்க வேண்டுமென்று நான் விரும்புவதுண்டு. அவர் ஏற்றுக்கொள்வார் ஆனால் சில சமயங்களில், தான் குளித்து முடித்துவிட்டு வரும்வரை காத்திருக்கும்படி கேட்பார். சில சமயங்களில் குளிப்பதற்கு முன் பல காரியங்களை செய்துக் கொண்டிருப்பார், அவர் “குளிக்க ஆயத்தமாகும் முன்பதாக” ஒரு மணிநேரமே கடந்துவிட்டிருந்திருக்கும். அதற்குள்ளாக, நான் காத்திருந்து, காத்திருந்து சோர்ந்து போயிருந்திருப்பேன், ஏனென்றால் என்னுடைய நேரப்பட்டியலுக்கு அவர் மிகவும் காலந்தாழ்த்தி ஆயத்தமாவதால், இது பல வருடங்களாக நடந்துக் கொண்டிருக்கிறது, சமீபத்தில் நான் நினைத்தேன், *டேவ் சரியான நேரத்தில் திரைப்படத்தை பார்க்காவிட்டாலென்ன, அதை குறித்து நான் ஏன் கவலைப்படுகின்றேன்?* இப்போ நான் சொல்கிறேன், “நான் மாலை ஏழு மணிக்கு திரைப்படத்தைத் தொடங்குகின்றேன், உங்களுக்கு விருப்பமிருந்தால் சேர்ந்துக் கொள்ளுங்கள்” என்று சொல்கிறேன். நான் சொன்ன நேரத்திற்கு திரைப்படத்தைத் தொடங்குகிறேன், அவர் என்ன செய்ய விரும்புகிறாரோ அதை செய்ய விட்டுவிடுவேன், அவரை கட்டுப்படுத்த நான் முயலுவதில்லை. அவர் அந்த மாலைப்பொழுதை அனுபவிக்கிறார். இப்போது அதைக் குறித்து கோபப்படாமலிருக்க நான் பயிற்சி எடுக்கின்றேன். (ஹ,ஹ!)

வேறு சில சமயங்களில் டேவ், மாடியிலிருக்கும் தொலைக்காட்சிப் பெட்டியில் விளையாட்டு சேனல்களில், ஸ்கோர் எவ்வளவு என்பதை அறிந்துக்கொண்டு பதினைந்து நிமிடத்தில் கீழே வருவதாகவும் கூறுவார். பிரச்சனையென்னவென்றால் அநேக சமயங்களில் அவரை நான் அதற்கு பிறகு பார்ப்பதேயில்லை. இப்போதோ நான் எத்தனை மாலைப்பொழுதை இதனால் நான் கோபத்தில் கழித்தும் எதுவுமே மாறவில்லை என்று உணரும் போது நகைக்கின்றேன். இப்போதே அவர் என்ன செய்ய விரும்புகின்றாரோ அதைச் செய்யும்படி விட்டுவிடுகின்றேன். அவரை நான் கட்டுப்படுத்தாமலிருக்கலாம், ஆனால் தொலைவிருந்து இயக்கும் ரிமோட் கன்ட்ரோலை கன்ட்ரோல் செய்கின்றேன். (அல்லேலூயா!)

## பொருந்திக்கொள்ள விருப்பமுள்ளவராயிருங்கள்

“உங்களுக்கு நியமிக்கப்பட்ட காரியங்களில் உங்களைப் பொருத்திக் கொண்டு, நீங்கள் யாருடன் வாழ வேண்டுமென்று நியமிக்கப்பட்டிருக்கிறதோ அந்த சக மக்களை உண்மையாலும் நேசியுங்கள்.”

—மார்கஸ் ஆரீலியஸ்

*சில விதை நல்ல நிலத்தில் விழுந்து, ஓங்கி வளருகிற பயிராகி, ஒன்று முப்பதும், ஒன்று அறுபதும், ஒன்று நூறுமாகப் பலன் தந்தது.*

— மாற்கு 4:8

நீங்கள் பாடும் பாடலானது, “என் வழியே இல்லை எவ்வழியும் இல்லை” என்பதாய் இருக்குமென்றால், உங்கள் வாழ்க்கை கரடுமுரடானதாய் இருக்கும். ஆம், சமாதானம் வேண்டுமென்பதற்காக நீங்கள் உங்கள் வழியைக் கொண்டிருக்க அனுமதிக்கும் சில மென்மையான குணமுடையவர்கள் இருக்கலாம், ஆனாலும் என்ன நேர்ந்தாலும் உங்கள் வழியை ஏற்றுக்கொள்ளாத சிலரையும் நீங்கள் எதிர்கொள்ள வேண்டியிருக்கும். சூழ்நிலைக்கேற்ப உங்களைப் பொருத்திக் கொண்டும், மாற்றியமைக்கவும் நீங்கள் கற்றுக்கொள்ளாமலிருப்பீர்களென்றால், நீங்கள் எப்போதும் கோபமாக இருப்பீர்களென்றால் அல்லது மற்றவர்கள் உங்கள் மீது கோபப்படுகிறவர்களாகவும் தான் இருப்பீர்களென்றால், உங்கள் வாழ்க்கை நிச்சயமாக எளிமையானதாக இருக்காது.

மற்றவர்களின் விருப்பங்களுக்கு ஏற்ப நம்மை பொருத்திக் கொண்டு, மாற்றியமைத்துக் கொள்ள விருப்பமற்றிருப்பதற்கு பெருமையே காரணமாகும். நாம் அவருடைய பலத்தக் கைக்குள் அடங்கியிருப்போமென்றால், ஏற்ற சமயத்தில் அவர் நம்மை உயர்த்துவாரென்று அவருடைய வார்த்தையில் தேவன் கூறுகிறார் (1பேதுரு 5:6ஐ பார்க்கவும்). வேறு விதமாக சொல்ல வேண்டுமென்றால்,

தேவனுடைய சித்தத்தை நிறைவேற்றும்படி தேவையான அனைத்தையும் நாம் செய்ய விருப்பமுள்ளவர்களாயிருக்கும்போது, ஏற்ற வேளையில், தேவன் தாமே, நாம் ஒருபோதும் நாமாக சென்றடையக் கூடாத ஒரு நிலைக்கு நம்மை உயர்த்துவார்.

நம்முடைய சொந்த வழியை நாம் பெற்றுக்கொள்வது அதிக விலைக்கிரமமானது. நாம் எதைப் பெற்றுக்கொள்ள விரும்புகின்றோமோ அதைப் பெற்றுக்கொள்ள போராடுகின்றோம். வாக்குவாதம் செய்கின்றோம், ஆனால் உண்மையென்னவெனில் நாம் நமக்கே, நம் தேவையையே பார்த்துக் கொண்டிராமல், மற்றவர்களை சந்தோஷப்படுத்த வேண்டுமென்று வாழும் போது நாம் அதிக சந்தோஷமாக உள்ளோம்.

சண்டையிட்டு, போராடி, விரோதத்தில் முடிவு பெறுவதைவிட, உங்களை பொருந்திக்கொண்டு, உங்கள் சமாதானத்தைக் காத்துக்கொள்வது மிகவும் எளிமையானதே நாம் விரும்பும் காரியங்களை தேவனிடம் கேட்டு அவருடைய சரியான நேரத்துக்குக் காத்திருப்பதற்கு பதிலாக நாமாகவே அதை பெற்றுக்கொள்ள முயலுவதின் விளைவே சண்டை அல்லது விரோதமாகும்.

நான் பல வருடங்கள் இந்தக் கருத்தோடு போராடினேன், ஆனால் இறுதியில் பெருமையைவிட சமாதானமே மிகவும் முக்கியமானதாகும் என்று தீர்மானித்தேன். உங்கள் வாழ்க்கையை உண்மையாலுமே எளிமையாக்க விரும்புவிர்களென்றால், நீங்கள் பொருந்திக் கொள்ள ஆயத்தமாயிருக்கும்படி உங்களுக்கு பரிந்துரைக்கிறேன்.

## உங்களால் மாற்ற இயலாததை மாற்ற முயற்சிக்காதீர்

“தேவனே எங்களால் மாற்ற இயலாதக் காரியங்களை அமைதியாக ஏற்றுக்கொள்ளத் தேவையான கிருபையைத் தாரும்.”

— ரெய்னால்ட் நெய்பர், “ஒரு அமைதியான ஜெபம்”

*தேவன் அவைகளைத் திட்டம் பண்ணி, தம்முடைய மேகத்தின் மின்னலைப் பிரகாசிக்கப் பண்ணும் விதத்தை அறிவீரோ? மேகங்கள் தொங்கும்படி வைக்கும் நிறையையும், பூரண ஞானமுள்ளவரின் அற்புதமான செய்கைகளையும்,*

— யோபு 37:15,16

உங்களால் செய்ய இயலாததை செய்ய முயலுவது விரக்தியையும், தோல்வியின் உணர்வையும் ஏற்படுத்தும். நம்மால் எதை செய்ய இயலும், எதை செய்ய இயலாது என்பதை நாம் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். நாம் தேவனோடு பங்காளர்களாயிருக்கின்றோம், இவ்வாறு இணைந்திருக்கும் போது, ஒவ்வொருவருக்கும் ஒரு பங்கு உண்டு. இணைந்திருக்கும் ஒவ்வொருவரும் அவர்கள் எதில் வல்லவர்களாயிருக்கின்றார்களோ அதை செய்யும் போது இந்த இணைப்பு சிறப்பாக கிரியைச் செய்கின்றது.

உண்மையாலும் தேவனால் மட்டுமே மாற்றக்கூடிய, என்னைப் பற்றிய, என்னை சுற்றியிருந்த அநேகக் காரியங்களை மாற்ற நான் முயன்றேன். நான் என்னுடைய கணவர், பிள்ளைகள், அண்டை அயலகத்தார், என்னை மற்றும் என் சூழ்நிலைகளை மாற்ற முயன்றேன். நான் தோற்றுக் கொண்டதானிருந்தேன், ஆனாலும் எப்போதும் நான் “கிரியை செய்துக் கொண்டிருக்கத்தக்க” புதிய திட்டங்களைக் கொண்டிருந்தேன். நான் தேவனை நம்பிக் கொண்டிருக்கின்றேன் என்று கூறினேன், ஆனால் உண்மையென்னவென்றால், நான் என்னைத் தான் மிகவும் அதிகமாய் நம்பினேன். தேவனுடைய வழிகளும், நேரங்களும் நம்முடையதைப் போன்றதல்ல, எனவே, நாம் காத்திருந்து சோர்ந்து போகும் போது,

பொதுவாக காரியங்களை நாம் கையில் எடுத்துக்கொள்வோம். அது தேவன் நாம் என்ன செய்ய வேண்டுமென்று விரும்புகிறோமோ அதை செய்யும்படி அவரை துரிதப்படுத்தாது, ஆனால் உண்மையிலேயே அது காத்திருக்குதலை இன்னும் அதிகரித்து, நம்மை விரக்தியடையச் செய்கின்றது.

நம்மால் என்ன செய்ய இயலும் என்பதை அறிந்து பின், அதை செய்வது முக்கியமாகும், ஆனால் நம்மால் என்ன செய்ய இயலாது என்பதை அறிந்திருப்பதும் அதைப் போலவே முக்கியமானதாகும். பழைய பழமொழி சொல்வதைப் போல, “எங்குமே செல்லாமல் சக்கரத்தை சுற்றிக் கொண்டிருக்காதே.” உங்களால் செய்ய இயலாததை இனியும் செய்ய முயலாமல் உங்கள் வாழ்வை எளிமையாக்கிக் கொள்ள முடியும். நாம் அசாதாரணமானவர்களாக இருக்க வேண்டுமென்ற அவசியம் இல்லை. நீங்கள் யாராக இருக்கின்றீர்களோ அவ்வாறு இருக்க உங்களுக்கு அனுமதி கொடுங்கள்—உதவித் தேவைப்படுகின்ற ஒரு பரிபூரணமற்ற மனிதன்!

## உங்களால் மாற்ற இயன்றதை மாற்றுவர்கள்

“தேவனே... மாற்ற வேண்டியக் காரியங்கள் மாற்றும்படியான துணிவை எங்களுக்குத் தாரும்.”

—ரெய்னால்ட் நெய்பர், “ஒரு அமைதியான ஜெபம்”

மனுஷர் நோக்கிப் பார்க்கிற அவருடைய கிரியையை நீர்  
மகிமைப்படுத்த நினையும்.

— யோபு 36:24

ஒரு கடினமான வாழ்க்கையை எளிமையாக்குவது, நேர்மையான மாற்றங்களை ஏற்படுத்துவதால் ஏற்படும் பலனேயாகும், எனவே நம்மால் மாற்ற கூடியவற்றை நாம் நிச்சயமாக மாற்றித்தானாக வேண்டும். மாற்றத்தை வெறுப்பதாக சில மக்கள் கூறுகின்றனர், ஆனால் உண்மையிலேயே, அவர்கள் மாற்றத்தின் பலனை விரும்புகின்றனர்; அந்த நிகழ்வு அல்லது செயல்பாடுதான் அவர்களுக்கு விருப்பமில்லை.

காரியங்கள் மாறும் போது, கொஞ்ச காலம் நாம் நிலையற்று இருப்பதாக உணர்வோம். நாம் எவ்வாறு இருந்தோமோ அவ்வாறு இல்லை, எப்படி இருப்போமென்றும் நாம் அறியோம். மாற்றங்களை ஏற்படுத்தும்படி எப்போதெல்லாம் நாம் துணிந்து அடியெடுத்து வைக்கின்றோமோ, நாம் தோற்றுப் போகக்கூடிய வாய்ப்பையும் பெற்றிருக்கின்றோம். நாம் எப்படி அல்லது என்னவாக மாறுகின்றோமோ அது நாம் பெற்றிருப்பதைக் காட்டிலும் நன்மையானதாக இல்லாமலிருக்கலாம், ஆனாலும் அது அதைவிட மிகவும் சிறந்ததாக இருக்கக்கூடும். அதைக் கண்டறிய ஒரே வழி அடியெடுத்து வைத்து முன் செல்வதேயாகும்!

நீண்ட காலமாக ஒன்றை மாற்ற வேண்டுமென்று நினைத்தும், அதற்கான அடிகளை இன்னும் எடுத்து வைக்காமலிருக்கின்றீர்களா? நல்ல நோக்கங்கள் பழக்கப்பட்ட தேய்ந்த பாதையாக மாறிவிடக் கூடும் தேவன்,

தம்முடைய சத்தத்தைக் கேட்டு, அதன்படி செய்கிற தைரியமான இருதயமுள்ள மக்களுக்காக எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறார்.

நீங்கள் எதை பெற்றுக்கொண்டிருக்க முடியும் என்பதை கண்டறிய ஒரே வழி நீங்கள் இப்போது எதைப் பெற்றுக்கொண்டிருக்கின்றீர்களோ அதை விட்டுவிடுவதேயாகும். விருத்திக்கு எப்போதுமே முதலீடு தேவை. நான் என்னுடைய தனிப்பட்ட ஊழியத்தைத் தொடங்க ஆலயத்தில் நான் கொண்டிருந்த ஒரு பாதுகாப்பான வேலையை விட்டுவிட வேண்டியிருந்தது. அது என்னை பயப்படுத்தும், தனிமையான நேரமாக இருந்தது, ஆனால் உள்ளத்தின் ஆழத்தில், நான் ஒரு மாற்றத்தை ஏற்படுத்த வேண்டுமென்பதை அறிந்திருந்தேன். நான் பெற்றிருந்ததை முதலீடு செய்ய வேண்டியிருந்தது, ஆனால் நான் விட்டுவிட்டதைவிட அதிகமானவற்றைப் பெற்றுக்கொண்டேன்.

தேவையான மாற்றங்களை முறையாக செய்வது நம் வாழ்வை எளிமையாக வைக்க உதவும். தேவையில்லாதவற்றை நாம் வெட்டி எறிந்து விடும் போது, உங்கள் வாழ்வில் குவிந்திருக்கும் குப்பைக்கூளங்களை அகற்றிவிட்டு, புதிதான காரியங்களுக்கு இடமுண்டாக்குகிறீர்கள்.

## உங்கள் எதிர்பார்ப்புகளில் சாத்தியமானவைகளை உணந்தவராயிருங்கள்

“ஒன்றையும் எதிர்பார்க்காதீர், சிக்கனமாக வாழ்வீர்.”

– ஆலிஸ். வாக்கர்

*இப்போதும் ஆண்டவரே, நான் எதற்கு எதிர்பார்த்திருக்கிறேன்?  
நீரே என் நம்பிக்கை.*

– சங்கீதம் 39:7

நாம் ஒருவரிடமிருந்து ஒன்றை எதிர்பார்ப்போமென்றால், நாம் தேவனிடமிருந்து மட்டும் தான் எதிர்பார்க்க வேண்டும், நாம் விரக்தியடைந்து, ஏமாற்றமடைவோம். உங்களுக்கு என்ன தேவையோ, அதை தேவனிடம் கேளுங்கள், அவர் தெரிந்துக் கொள்பவர் மூலம் அவர் கிரியை செய்யும்படி அவரை நம்புங்கள். இயேசு மனித சுபாவங்களை அறிந்திருந்தப் படியால் தம்மை மக்களிடம் ஒப்படைக்கவில்லை என்று வேதம் கூறுகிறது (யோவான் 2:24-25ஐ பார்க்கவும்). மக்கள் எவ்வளவு பரிபூரணமற்றவர்களாயிருக்கக் கூடும், நம்முடைய தேவைகளை எல்லா நேரத்திலும் அவர்களால் பூர்த்தி செய்ய இயலாது என்பதை முற்றிலுமாய் அறிந்திருந்தார். அவர் ஒரு நல்ல உறவுகளைக் கொண்டிருந்தார். அதே சமயத்தில் தம்முடைய எதிர்பார்ப்புகளில் சாத்தியமானவற்றை உணர்ந்தவராகவுமிருந்தார்.

என் வாழ்வில் தேவன் மட்டுமே எனக்கு கொடுக்கக்கூடியவற்றை, மக்கள் கொடுக்கும்படி எதிர்பார்த்து அநேகந்தரம் மிகவும் மோசமாக காயப்பட்டதுண்டு. கடினமான வழிகளில் நான் கற்றுக்கொண்ட பாடங்களிலுள் ஒன்று என்னுடைய சுய மதிப்பு மற்றும் தகுதியைப் பற்றிய அறிவாகும். நீண்ட காலமாக, நான் என்னைப் பற்றி நன்றாக உணரும்படி நான் மக்களை நோக்கி பார்த்துக் கொண்டிருந்தேன், ஆனால் உண்மையிலேயே, நான் என்னுடைய உண்மையான மதிப்பை இயேசு கிறிஸ்துவிலும் அவர் என் மேல் கொண்டிருக்கும் அன்பிலும் கண்டு

கொள்ள வேண்டியிருந்தது. நாம் நம்முடைய நம்பிக்கையையும், எதிர்பார்ப்பையும் தேவன் பேரில் வைக்கும் போது நாம் ஏமாற்றமடையவே மாட்டோம்.

பொதுவாக, நம்மை காயப்படுத்த வேண்டுமென்று மக்கள் நினைப்பதில்லை, ஆனால் உண்மையென்னவென்றால், நம்முள்ளிருக்கும் பெலவீனத்தினாலே நாம் ஒருவரையொருவர் காயப்படுத்தி, ஏமாற்றமடைகிறோம். நாம் சுபாவத்தின் சுயநலமுள்ளவர்கள், எனவே பிறருக்கு சிறந்தது எதுவோ அதை செய்யாமல் நமக்கு எது சிறந்ததே அதையே செய்கின்றோம். இயேசுவோடு நாம் கொண்டிருக்கும் உறவின் மூலமாய் நாம் ஆவிக்குரிய வாழ்வில் முதிர்ச்சியடையும் போது, இத்தகைய சுயநலமான சுபாவத்தை நாம் மேற்கொள்ள முடியும், ஆனால் மாற்றமடைந்துக் கொண்டிருக்கும் போது நாம் தவறுகள் செய்வோம்.

நம்முடைய எதிர்பார்ப்புகளை அறிந்திராத மக்களிடமிருந்து சில சமயங்களில் ஏதோ ஒன்றை நாம் எதிர்பார்க்கின்றோம். அதை நாம் பெற்றுக்கொள்ளாததால் நாம் காயப்பட்டு கோபப்படுகிறோம், நாம் யார் மேல் கோபமாக இருக்கிறோமோ அவர் நம்மை கோபப்படுத்தும்படி என்ன செய்தார்கள் என்பதைப் பற்றி அறியாமல் கூட இருப்பார்கள். தேவன் பேரில் உங்கள் எதிர்பார்ப்புகளை வைக்க தீர்மானியுங்கள். நீங்கள் விரும்பும் உங்களுக்குத் தேவையானவற்றிற்காக அவரை நம்புங்கள். அது வாழ்வை அதிகமாய் சுலபமாக்கும்.

## முன்னேற்றமானது ஒரு சமயத்தில் ஒரு அடியெடுத்து வைப்பதால் ஏற்படுகின்றது

“பொறுமைக்கும், விடாமுயற்சிக்கும் ஒரு மந்திர சக்தியுண்டு; அதன் முன் கஷ்டங்கள் மறைந்துப் போகும், தடைகள் மறைந்தே போகும்.”

– ஜான் க்லின்ஸி ஆடம்ஸ்

*நீங்கள் ஒன்றிலும் குறைவுள்ளவர்களாயிராமல், பூரணராயும்  
நிறைவுள்ளவர்களாயும் இருக்கும்படி, பொறுமையானது பூரண  
கிரியை செய்யக்கூடவது.*

– யாக்கோபு 1:4

விருத்தியானது, மாற்றம் மற்றும் வளர்ச்சியினால் ஏற்படுகிறது. ஒரு விதையானது நிலத்தில் ஊன்றப்படும் போது, அது உடனேயே வளர்ந்து, கனியைக் கொடுத்துவிடாது. அந்த விவசாயியானவன் பொறுமையாக இருக்க வேண்டும். நாமும் அவ்வாறு தானியருக்க வேண்டும். நம் சத்துருக்களை நாம் கொஞ்சம், கொஞ்சமாக தோற்கடிக்கும்படி தேவன் நமக்கு உதவுகிறார் (உபாகமம் 7:22ஐ பார்க்கவும்); எல்லோரையும் ஒரேடியாக அழிப்பது அரிதாகவே நடைபெறுகிறது. நாம் அவருடைய வார்த்தையை ஜாக்கிரதையாக படிக்கும்போது, அவர் நம்மை தம்முடைய சாயலாக கொஞ்சம், கொஞ்சமாக மாற்றுகிறார் (2 கொரிந்தியர் 3:18ஐ பார்க்கவும்). தேவனுடைய வாக்குத்தத்தங்களை நாம் விசுவாசத்தினாலும், பொறுமையினாலும் சுதந்தரித்துக் கொள்கின்றோம் (எபிரேயர் 10:36ஐ பார்க்கவும்).

பொறுமையில்லாமலிருப்பது நம்மை நிர்பந்தத்துக்குள்ளாக்கும், அது தேவனை துரிதப்படுத்தாது. அவருடைய நேரமே நேர்த்தியானது, நாம் செய்யத்தக்க சிறந்தக் காரியம், அந்த பயணத்தை அனுபவிக்க தீர்மானிப்பதேயாகும். உங்களுடைய முன்னேற்றத்தின் ஒவ்வொரு அடியையும் அனுபவியுங்கள், இல்லையென்றால், உங்களால் மாற்ற

இயலாத ஒன்றை குறித்து விரக்தியடைந்து உங்கள் வாழ்வில் அதிகபடியான நேரத்தை விரயமாக்கிவிடுவீர்கள்.

உடனடி உயர்வை எதிர்பார்ப்பது ஒரு சாத்தியமாகாத எதிர்பார்ப்பாகும், அது உங்களை விரக்தி மற்றும் ஏமாற்றம் அடையச் செய்யும். உங்கள் வாழ்வை நீங்கள் எளிமையாக்க விரும்புவிர்களென்றால், எல்லாவற்றையும் நீங்கள் அணுகும் முறையை நீங்கள் மாற்றிக் கொள்ள வேண்டும். எல்லாமே ஒரு செயல்பாடு, அது நேரம் எடுத்துக் கொள்ளும் என்று அறிந்துக் கொள்வது, நீங்கள் நிம்மதியாயிருந்து, ஒவ்வொரு அடியையும் அனுபவிக்க உங்களுக்கு உதவும்.

பொறுமையென்ற கனியானது, ஒரு விதையாக உங்களுக்குள்ளிருக்கிறது, ஒரு நல்ல மனப்பான்மையோடு நீங்கள் காத்திருக்கும் போது, அது வளர்கிறது. நீங்கள் எங்கேயிருக்க வேண்டுமென்று விரும்புகிறீர்களோ அங்கே இல்லாமலிருக்கலாம். ஆனால் நீங்கள் முன்னேற்றமடைந்துக் கொண்டிருக்கின்றீர்கள்!

## நீங்கள் எரிந்துவிடுவதற்கு முன்பாக ஞானமடையுங்கள்

“நம்முடைய கடந்த காலத்தை நினைவுக்கூறுவதால் ஞானமடைவதில்லை, ஆனால் நம்முடைய எதிர்காலத்திலுள்ள பொறுப்பினால் ஞானமடைகிறோம்.”

– ஜார்ஜ் பெர்னார்ட் ஷால்

*ஞானத்தைக் கண்டடைகிற மனுஷனும், புத்தியைச் சம்பாதிக்கிற மனுஷனும் பாக்கியவான்கள்.*

– நீதிமொழிகள் 3:13

ஞானமானது நிகழ்பவற்றைப் பற்றியது! ஞானமுள்ளவர்கள் தங்கள் வரையறைகளை ஏற்றுக்கொண்டு, அசாதாரணமாயிருப்பதை தவிர்க்கின்றனர். தேவனுக்கு எந்தவொரு வரையறையும் கிடையாது, நம்மால் என்றுமே நாமாக செய்ய இயலாதக் காரியங்களை அவர் நம்முடைய செய் முடியும், ஆனால் நாம் ஒவ்வொருவரும் நம்முடைய காலத்திட்டங்களிலும், அர்பணிப்புகளிலும் ஞானத்தை உபயோகிக்காவிட்டால் நாம் சோர்ந்து, களைத்துவிடுவோம்.

நாம் சோர்ந்து, களைத்துப் போகும் போது இயேசுவிடம் வரவேண்டும், அவர் நமக்கு இளைப்பாருதல் தருவார் என்று இயேசு கூறுகிறார் (மத்தேயு 11:28 ஐ பார்க்கவும்). அவர் நமக்கு இளைப்பாருதல் கொடுக்கும் வழிகளில் ஒன்று, நாம் நம் வாழ்வில் எதை மாற்ற வேண்டுமென்று காண்பிப்பதேயாகும்.

களைப்படைந்ததினால் எப்போதாவது வருத்தமுற்றிருக்கின்றீர்களா? நான் வருந்தியிருக்கிறேன் அது நல்லது இல்லை; நான் மீண்டுமாக அனுபவிக்க விரும்பாத அனுபவம் அது. நான் என்னுடைய ஊழியத்தை நேசிக்கின்றேன், ஆனால் ஒருமுறை எங்கள் அலுவலகக் கட்டடங்களைக் கடந்து நான் கார் ஓட்டிச் சென்ற போது, இன்னும் ஒருமுறை கூட ஜாய்ஸ் மேயர் மினிஸ்டர்ஸ் என்ற அந்த பெயரை கேட்க கூட நான் விரும்பவில்லை

என்று நினைத்தது என் நினைவிலிருக்கிறது. ஆம், அப்படியிருக்க வேண்டுமென்று நான் உண்மையாலும் விரும்பவில்லை ஆனால் அந்த குறிப்பிட்ட தருணத்தில் நான் விரும்பினேன் என்று நினைக்கிறேன். அவ்வாறாக நான் ஏன் உணர் வேண்டும்? ஏனென்றால் பதிமூன்று வார இறுதிகளில், பதிமூன்று கருத்தரங்குகளை நான் முடித்திருந்தேன், நான் மிகவும் களைத்துப் போயிருந்தேன். எனக்கு நிதானமும், சில வித்தியாசமும், இளைப்பாருதலும் தேவைப்பட்டது. அதை நான் பெற்றுக்கொண்ட போதோ, நான் மீண்டும் பழைய நிலைக்குத் திரும்பினேன், மீண்டும் செல்ல ஆயத்தமானேன்.

களைத்துப்போவது ஒரே இரவில் நடைபெறுவது இல்லை. நீங்கள் கொஞ்சம் அதிகமாக கோபமடைந்து, வேலை, வேலையென்று இழுத்துக்கொண்டு போகப்பட்டு காலையில் சீக்கிரமாகவே வேலைக்குச் சென்று, முக்கியமாக இருந்தவற்றைப் பற்றி கவலைப்படாமல் அல்லது காரணமே இல்லாமல் உடலில் களைப்பாய் உணர்வீர்களென்றால் நீங்கள் களைப்படைவதின் அடையாளங்களை அனுபவிக்கின்றீர்கள். சில மக்கள் இந்த எச்சரிக்கையின் அடையாளங்களை கண்டுக்கொள்ளாமல் மீண்டு வர இயலாத களைப்புக்குள்ளாக தங்களை தள்ளிக்கொண்டேயிருந்து என்றுமே மீளமுடியாமலாகி விடுவார்கள். அவர்கள் தங்கள் தேவையைக் குறித்து உண்மையாய் நடைமுறைக்கேற்ப இல்லாததால், தேவன் அவர்கள் என்ன செய்ய வேண்டுமென்று எதிர்பார்த்தாரோ அதை செய்யாமல் விட்டு விடுவார்கள். உங்கள் வாழ்வில் களைப்பினால் தடம்புரண்டு விடாமல், அநேகக் காரியங்களை வாழ்வில் சாதிக்க எளிமையான வழி உங்கள் வேகத்தை சீராக அமைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

## தனிமையைப் பண்படுத்து

“நான் மக்களை நேசிக்கின்றேன், என் குடும்பத்தை என் பிள்ளைகளை நேசிக்கின்றேன்...ஆனால் எனக்குள் ஒரு இடமிருக்கிறது, அங்கே நான் தனிமையாக வாழ்கின்றேன், அங்கே தான் என்றுமே வற்றாத ஊற்றை உங்களால் புதுப்பித்துக் கொள்ள இயலும்.”

– பெரல் எஸ். பக்

*என் ஜனம் சமாதான தாபரங்களிலும், நிலையான வாசஸ்தலங்களிலும், அமைதியாய்த் தங்கும் இடங்களிலும் குடியிருக்கும்.*

– ஏசாயா 32:18

தனிமையாக இருந்து, அமைதியான நேரத்தை அனுபவிப்பது நம் ஆத்துமாக்களை குணமாக்கும். நம் ஒவ்வொருவருக்கும், திரும்பி பார்த்து, நம் ஆத்துமா அமைதியடைய அனுமதிக்கும் வகையில் ஒரு முறையான நேரம் தேவைப்படுகிறது. உங்கள் மனம் இளைப்படைய வேண்டும்; தனிமையிலுள்ள சமாதானத்தை அது அனுபவிக்க வேண்டும். உணர்ச்சிகள் சீரடைவதற்கு, அமைதியாவதற்கு நேரம் தேவைப்படுகிறது. அனுதின வாழ்வினின்று மீண்டுவர காலம் தேவைப்படுகின்றது. நாம் இனியும் செல்லவே முடியாது என்ற அளவு களைத்துப் போயிருக்கும் போது, நம் பயணத்தை சந்தோஷமாய் முடிக்கத் தேவையான தீர்மானத்தை கண்டுபிடிக்க தனிமை உதவுகின்றது.

இயேசு, தாமாகவே முறையாக தனிமையாயிருக்கும்படி மலைகளுக்குச் சென்றார். அவர் தனிமையின் மூலமாக புத்துணர்ச்சியையும், பெலத்தையும் பெற்றுக்கொண்டார். அமைதியாயிருக்கும் போது, நாம் தேவனிடத்திலிருந்து கேட்க முடியும், நம் வாழ்வில் நாம் எத்திசையில் செல்ல வேண்டுமென்று அவர் விரும்புகிறாரோ அதைப் பற்றி நாம் உறுதியடைகின்றோம்.

தனிமையில்லாதபடி என் வாழ்வானது முற்றிலும் தாறுமாறாகிவிடும். எதுவுமே புரியாமல், ஒவ்வொருவருடைய எதிர்பார்ப்பினால் நான் திகைத்துப்போய்விடுவேன். நான் எப்போதும் ஆம் என்றும் எப்போது இல்லை என்றும் சொல்ல வேண்டுமென்பதை அறியாதவளாக இருப்பேன். என் மனம் குழம்பியிருக்கிறது, என்றுடைய உணர்ச்சிகளெல்லாம், மேலும், கீழும், தலைகீழாகவும் இருக்கிறது, நான் அடிக்கடி எங்கேயாவது ஓடிவிடவேண்டும் போல் தோன்றும். ஆனால் கொஞ்சம் அமைதியான நேரத்துக்குப் பின்-ஜெபத்திலும், தியானத்திலும் கொஞ்சம் நேரம் எல்லாமே மாறிவிடுகிறது. தனிமையின் நேரத்தில் நான் ஞானத்தையும் திசைகளையும் கண்டுக்கொள்கிறேன்.

நான் தனிமையையும், அந்த நேரத்தில் நான் கண்டுக்கொள்ளும் சமாதானத்தையும் நான் முற்றிலுமாய் நேசிக்கின்றேன். என் மீதியுள்ள வாழ்க்கைக்கு அது என்னை ஆயத்தப்படுத்துகிறது. உங்களுடைய நாளில், வாரத்தில், மாதத்திலும் கூட, கொஞ்சம் அமைதியான நேரத்தைப் பெற்றுக்கொள்ள முயற்சி எடுங்கள். கொஞ்சம் அதிக நேரத்திலேயே எழும்பி, தேவனோடு சூரியன் உதயமாவதைக் காணுங்கள். ஒரு அமைதியான பூங்காவில் ஒரு அமைதியான இடத்தைக் கண்டு அமர்ந்து, தேவனுடைய சிருஷ்டிப்பின் அழகைக் கண்டு ரசியுங்கள். நீங்கள் என்ன செய்தாலும், தனிமையைப் பண்படுத்தும்படி உங்களை தூண்டுகிறேன், ஏனென்றால் ரசித்து, அனுபவிக்கத்தக்க எளிமையான வாழ்க்கைக்கான பதில்களை உண்மையாலும் அங்கே தான் கண்டுப்பிடிப்பீர்கள்.

## நித்தியத்தைப் பற்றிய நினைவாயிருங்கள்

“வானத்தை குறிபாருங்கள் பூமியானது கிடைக்கும். பூமியைக் குறிவைத்தால் ஒன்றுமே கிடைக்காது.”

– சி. எஸ். லூயிஸ்

*பூமியிலுள்ளவைகளையல்ல, மேலானவைகளையே நாடுங்கள்.*

–கொலோசெயர் 3:2

அநேக மக்கள் இன்றையதைப் பற்றியோ அல்லது வரப்போகும் சில மாதங்களைப் பற்றியோ மட்டும் தான் கவலைப்படுகின்றனர். இன்னும் மேலாக, சில மக்கள் தாங்கள் ஓய்வுப்பெறுவதைப் பற்றி கவலைப்படுகின்றனர். நாம் கொஞ்சக்காலம் மட்டுமே நிலைத்திருக்கும் விதமாக யோசிக்கின்றோம் அல்லது திட்டமிடுகின்றோம், தேவனோ நித்தியத்துக்கான விதமாக யோசிக்கின்றாரென்றால் திட்டமிடுகின்றார். இப்போது “நன்றாய் தோன்றும்” காரியங்களில் உடனடி பலனைக் கொடுக்கின்ற காரியங்களில் நாம் அதிக அக்கறையாயிருக்கின்றோம். தேவனோ நம் வாழ்க்கைக்கென்று ஒரு நித்தியமான திட்டத்தை ஏற்படுத்தி வைத்திருக்கிறார்.

நம் வாழ்க்கையை எளிமையாக்கும் ஒரு வழி, கடந்துப் போகிற நம் வாழ்க்கையின் ஒவ்வொரு காரியத்தைப் பற்றியும் திட்டம் தீட்டுவதை நிறுத்திவிட்டு, ஒவ்வொரு நாளும் தேவன் நம்மை நடத்தும் போது அவரை நம்ப வேண்டும். நாம் தேவனைப் பின்பற்றும் போது, இப்போது நமக்கு எது சிறந்ததோ அதை செய்யும்படி நம்மை நடத்துகிறார். நாம் பார்த்து, அறிந்துக்கொள்ளாததை தேவன் பார்த்து, அறிந்துக் கொள்கிறார். நாம் அவரையும் அவருடைய சிறந்த நேரத்தையும் நாம் நம்ப வேண்டுமென்று அவர் விரும்புகிறார்.

நாம் நம் நோக்கத்தை அந்த பெரிய-நித்தியமான-படத்தின் மீது வைப்போமென்றால், நாம் நடக்க வேண்டுமென்று எதிர்பார்க்கும்

விதத்தில் காரியங்கள் நடைபெறவில்லையே என்று கவலைப்படும். அதிகமான நேரத்தை நாம் தவிர்க்கலாம். எல்லாவற்றையும் முன்கூட்டியே அறிந்திருக்க வேண்டுமென்று விரும்புவது, நம்மை நாமே பராமரித்துக் கொள்ளும் ஒரு வழியாகும். பகுத்தறிதலை விட்டுவிட்டு, தேவன் உங்களுக்கென்று கொண்டிருக்கும் அழகான, எளிமையான, வல்லமையான வாழ்வை அனுபவியுங்கள்; அதோடு கூட நம் வாழ்க்கைக்கென்று அவருடைய சித்தத்தை நம்புவதால் கிடைக்கும் நித்தியமான ஆசீர்வாதங்களையும் அனுபவியுங்கள்.

## ஒவ்வொரு நாளாய் சமாளியுங்கள்

“கடந்தக் காலத்திலோ, எதிர்காலத்திலோ வாழாதீர் ஆனால் அன்றாட வேலைகள் உங்கள் முழு ஆற்றலை உறிஞ்சிக் கொண்டு, உங்களுடைய விரிவான நோக்கத்தை பூர்த்தியாக்கட்டும்.”

– சர். வில்லியம் ஆஸ்லர்

*இதனால் நான் தேவனுக்கும் மனுஷருக்கும் முன்பாக எப்பொழுதும் குற்றமற்ற மனச்சாட்சியை உடையவனாயிருக்க பிரயாசப்படுகிறேன்.*

– அப்போஸ்தலர் 24:16

நாம் புறக்கணிக்க செய்ய வேண்டிய கடமைகள் அடுக்கடுக்காக சேர்ந்துக்கொண்டால் அதை நாம் மேற்கொள்ள முடியாததைப் போன்றுக் காணப்படும், ஆனால் அன்றாட ஒழுக்கமானது வாழ்க்கையை நாம் சமாதானமாய் சமாளிக்க உதவும். எந்தவொரு ஒழுக்கமும் தற்போது சந்தோஷமாய் காணப்படாது, ஆனால் பின்போ சமாதானமான நீதிக்கேற்ற கனியைக் கொடுக்கும் என்று தேவனுடைய வார்த்தை கூறுகிறது (எபிரேயர் 12:11 ஐ பார்க்கவும்). வேறுவிதமாய் கூறவேண்டுமென்றால், இப்போது சரியானதை செய்வது சவாலானதாகவும், ஒழுக்கத்தோடு செய்யப்பட வேண்டியதாகவும் இருக்கும், ஆனால் நாம் செய்ய வேண்டியதை செய்துவிட்டோம் என்ற அறிவானது நமக்கு சமாதானத்தைக் கொடுக்கும்.

கொஞ்சம் அன்றாட ஒழுக்கமானது, திடீரென்று நாம் மனுஷகத்துக்கும் அப்பாற்பட்ட காரியங்களை செய்ய வேண்டியிருக்கிறது என்று கண்டறிவதிலிருந்து நம்மை பாதுகாக்கும். இப்போது செய்யப்பட வேண்டியக் காரியங்களை நாம் செய்யாமல், நாம் தள்ளிப்போடும் போது, அது, அதை செய்யாமலிருக்கச் செய்யாது. அது இன்றைய கடைமைகளை நாளையக் கடமைகளோடு சேர்த்துவிடும்: பின்னர் அதற்கு மறுநாள் என்று, காரியங்கள் செய்யப்படாமல் சேர்ந்துக் கொண்டிருக்கும், சீக்கிரத்திலேயே வாழ்க்கை மிகவும் குழப்பமாகவும், விரக்தியாகவும், மேற்கொள்ள முடியாததாகவும் இருக்கும், நாமும் அதிகமாய் சோர்ந்துப்போய், அழுத்தத்துக்குள்ளாவோம்.

இப்போதே செய்யப்பட வேண்டியக் காரியங்களை தள்ளிப்போட வேண்டுமென்ற மாம்சீக விருப்பத்துக்கு நாம் அடிக்கடி இல்லை என்று சொல்வதே ஒழுக்கமாகும். “நான் தினமும் சாகிறேன்.” என்று அப்போஸ்தலர் பவுல் சொல்லுகிறார். அவர் தினமும் சரீரப் பிரகாரமாக சாகிறார் என்பதைக் குறிக்கவில்லை, ஆனால் அவர் செய்ய விரும்புவது பரிசுத்த ஆவியானவர் நடத்துதலோடு ஒத்துப்போகாதிருக்கும் போது அவர் தன்னிடமே இல்லை என்று முறையாக சொல்லிக் கொள்ள வேண்டியிருந்தது.

உபயோகப்படுத்தப்படாததால் உங்கள் ஒழுக்கத்தின் தசையானது பெலவீனப்பட்டிருக்குமென்றால், இன்றே அதை சரியாக்க தொடங்குங்கள் என்று அறிவுறுத்துகிறேன். முதலில் அது வலிக்கும் தான், ஆனால் சீக்கிரத்திலேயே ஒரு அமைதியான, எளிமையான வாழ்வை அனுபவிப்பீர்கள்.

## தேவன் உங்களுக்காக இருக்கிறாரென்பதை நினைத்துக்கொள்ளுங்கள்

“நாம் தேவன் மேல் வைத்திருக்கும் நம்பிக்கையானது, நாம் மற்ற மனிதன் மேல் வைத்திருக்கும் நம்பிக்கையை சார்ந்ததாயிருக்குமேயென்றால், நாம் சரிந்துவிழும் மணலின்மேலிருப்போம்.”

—பிரான்ஸிஸ் ஸ்சாப்பர்

*தம்முடைய குமாரனும் நம்முடைய கர்த்தருமாயிருக்கிற  
இயேசுகிறிஸ்துவடனே ஐக்கியமாயிருப்பதற்கு உங்களை  
அழைத்த தேவன் உண்மையுள்ளவர்.*

—1 கொரிந்தியர் 1:9

நாம் சந்திக்கும் மக்களில் பத்து சதவிகித மக்கள் நம்மை விரும்பமாட்டார்களென்று புள்ளியியல் கூறுகிறது. அதைப் பற்றிக் கவலைப்படுவதை விட வேறு எதையும் நாம் செய்ய முடியாது, அதுவும் அவர்களுடைய மனதை மாற்றாது.

உண்மையென்னவென்றால், தேவன் நமக்காக இருக்கிறார், அவர் மிகவும் வல்லவராகவும், மகத்துவமானவராகவும் இருப்பதால், நமக்கு எதிராக யார் இருக்கின்றாரென்பது ஒரு பொருட்டல்ல (ரோமர் 8:31 ஐ பார்க்கவும்). யார் உங்களுக்கு எதிராக இருக்கிறாரென்றல்ல, யார் உங்கள் பட்சத்திலிருக்கிறாரென்பதை நினைத்துக்கொள்ளுங்கள். உங்களை நேசித்து, உங்களை ஏற்றுக்கொள்ளும் அநேகர் இருக்கின்றனர், அவர் மேல் உங்கள் மனதை வைப்பது சந்தோஷமானக் காரியமாகும். நாம் பெற்றுக் கொண்டிருக்காததைப் பற்றி அல்ல, எதைப் பெற்றுக்கொண்டிருக்கிறோமோ அதை தியானிப்பதை பழக்கப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். நாம் தேவனைப் பெற்றுக்கொண்டிருக்கின்றோம், நம்மை அவர் விட்டு விலகுவதும் இல்லை, கைவிடுவதும் இல்லை என்று

வாக்களித்திருக்கிறார் எனவே அவரில்லாமல் நாம் இல்லை அவர் போதுமானதுக்கும் மேலாக இருக்கிறார்.

யாரோ ஒருவருக்கு உங்களை பிடிக்கவில்லை அல்லது உங்களைப் பற்றி சந்தோஷமாயிருக்கவில்லை என்று சொல்லக் கேட்கும் போது, ஏமாற்றமடையாதீர். இயேசுவை நோக்கிக் கொண்டிருங்கள்; அவர் தான் உங்களுடைய சிறந்த நண்பர்.

இப்போது நீங்கள் ஒரு பயங்கரமான சவாலை எதிர்நோக்கியிருப்பீர்களென்றால், உங்களுக்கு மிஞ்சியாததாக உணர்வீர்களென்றால், ஒரு நிமிடம் தரித்திருந்து, இந்த வார்த்தைகளை உரக்க கூறுங்கள், “தேவன் எனக்காக இருக்கிறார், அவர் எனக்காக இருப்பதால், வாழ்க்கையில் நான் என்னவெல்லாம் செய்ய வேண்டியிருக்கிறதோ அதையெல்லாம் என்னால் செய்ய இயலும்.”

பரிசுத்த ஆவியானவர் நம் பக்கமாகவே நடந்து வருகிறார், வாழ்க்கையில் நாம் எப்போதுமே சார்ந்திருக்கக்கூடிய உதவியாளரும், நமக்காகவே இருப்பவரும் அவர்தான். நீங்கள் ஒருபோதும் தனித்திருப்பதில்லை!

## நீங்கள் மேற்கொள்கிறவனைக் காட்டிலும் மேலானவர்கள்

“என்னை சிறையாக்கும் ஆண்டவரே, அப்போது நான் விடுதலையாவேன். என்னுடைய வாளை விட்டுவிட செய்யும் ஆண்டவரே, அப்போது நான் மேற்கொள்கிறவனாயிருப்பேன்.”

– ஜார்ஜ் மத்தீசன்

*இவையெல்லாவற்றிலேயும் நாம் நம்மில் அன்புக்கூறுகிறவராலே முற்றும் ஜெயங்கொள்ளுகிறவர்களாயிருக்கிறோமே.*

–ரோமர் 8:37

வாழ்க்கை நம்மால் சமாளிக்க இயலாத அளவு மிதமிஞ்சியிருக்கிறதென்று நம்பத் தொடங்கி “விட்டுவிடலாம்” என்ற மனநிலையை நாம் பெற்றுக்கொள்வோமென்றால், நாம் ஒரு பெரிய தவறை செய்கின்றோம், ஒரு பொய்யை விலைக்கொடுத்து வாங்கிக்கொள்கின்றோம். உண்மையென்னவெனில், நம்மை நேசிக்கும் இயேசு கிறிஸ்துவால் நாம் ஜெயங்கொள்கிறவனைக் காட்டிலும் மேலானவர்களாயிருக்கிறோம் (ரோமர் 8:37ஐ பார்க்கவும்). எனக்கு, முற்றிலும் ஜெயங்கொள்ளுகிறவனென்றால், நான் ஒரு சோதனையைத் தொடங்கும் போது அதில் வெற்றி பெறுவேன் என்பதை அறிந்திருக்கிறேன். நாம் பயப்படவோ, கவலைப்படவோ தேவையில்லை – தேவன் நம் பட்சத்திலிருக்கிறார், நாம் முற்றிலும் ஜெயங்கொள்கிறவர்களாய் இருக்கிறோம். வேதத்திலுள்ள தாவீதைப் போல, கோலியாத்துக்கு முன்பாக ஒரு கவனோடு நின்றுக் கொண்டிருப்பதாக உணரலாம், ஆனால் தேவன் நம்மோடு நின்று கொண்டிருக்கின்றாரென்ற நிச்சயத்தை நாம் தேவனிடமிருந்து பெற்றிருக்கின்றோம்.

சிருஷ்டிப்பில், இயேசுவுக்குள் காணப்படும் தேவனுடைய அன்பினின்று நம்மை பிரிக்கக்கூடிய பெரிய பிரச்சனை எதுவுமே இல்லை – நாம் அதை அனுமதிக்காமலிருந்தால், நீங்கள் மேற்கொள்ளப்பட்டதாக உணர்வீர்களென்றால், “தேவன் என்னை நேசித்திறார் அவரால் நான்

முற்றும் ஜெயங்கொள்ளுகிறவனாக இருக்கிறேன்” என்று சொல்லுங்கள். இந்தமுறை நீ தோற்றுவிடுவாய் என்று சொல்ல முயற்சிக்கும் பிசாசின் பொய்யை நம்பாதீர். இப்போதே நின்று, கடந்த காலத்தில் நீங்கள் பெற்றுக்கொண்ட மற்ற வெற்றிகளை நினைக்க வேண்டுமென்பதற்காகவே நினையுங்கள். இனியும் கொஞ்சம் கூட செல்ல இயலாது என்று நீங்கள் உணர்ந்த மற்ற நேரங்களும் இருந்திருக்கலாம், ஆனாலும் நீங்கள் இன்னும் இருக்கின்றீர்கள், அதுவே நீங்கள் ஒரு மேற்கொள்கிறவனென்பதற்கு சாட்சி!

கஷ்டமான சமயங்களில் எவ்வாறு பேசுகின்றீர்களென்பதைக் குறித்து ஜாக்கிரதையாயிருங்கள். ஏனென்றால் அந்த வார்த்தைகள் உங்களை பாதிக்கும். அது எத்தகைய வார்த்தைகளாயிருக்கிறது என்பதை பொருத்து, அது உங்களை பெலப்படுத்தும் அல்லது பெலவீனப்படுத்தும். நேர்மையாயிருங்கள், வெற்றியை சிந்தியுங்கள். உங்களுக்குள் கிரியை செய்கிற தேவன், நீங்கள் செய்ய வேண்டிய எதையும் செய்ய அவர் உங்களை வல்லவராக்குகின்றாரென்பதை நம்புங்கள். இத்தகைய தேவனைப் போன்ற மனப்பான்மையானது, எப்போதும் வாழ்க்கையை அனுபவிக்க உங்களுக்கு உதவும்.

## அவசர நிலை ஏற்படும் முன்பதாக ஜெபியுங்கள்

“ஜீவனிருப்பதற்கு சுவாசிப்பது எவ்வாறு ஒரு இயற்கையான வெளிப்பாடோ, அவ்வாறே விசுவாசத்துக்கு ஜெபம்.”

— ஜோனத்தான் எட்வார்ட்ஸ்

என் விண்ணப்பம் உமது சமூகத்தில் வருவதாக; என்  
சுப்பிடுதலுக்கு உமது செவியைச் சாய்த்தருளும்.

—சங்கீதம் 88:2

வாழ்க்கையின் ஒவ்வொரு சூழ்நிலையையும் சமாளிக்கத் தேவையான பெலனை தேவன் கொடுப்பதற்காக அப்போஸ்தலானாகிய பவுல் தேவனுக்கு நன்றி செலுத்தினார். அதை அவர் ஒரு அவசர தேவையின் போது செய்யாமல், அவ்வாறு செய்து பழக்கப்பட்டதால் செய்தாரென்று நான் நம்புகிறேன். முன்பதாகவே ஜெபிப்பது, நமக்கு உதவித் தேவைப்படுவதற்கு முன்பதாகவே, அந்த உதவியை நாம் பெற்றுக்கொள்ள செய்கின்றது. நாம் இன்னும் அறிந்திராத காரியங்களுக்காக நாம் தேவனை சார்ந்திருக்கிறோமென்றும், அவரே பொறுப்பேற்றுக் கொள்ளும்படி நாம் அவரை நம்பியிருக்கின்றோமென்பதையும் வெளிப்படுத்துகின்றது.

நம் விசுவாசத்தை வெளிப்படுத்தும் முறை ஜெபிப்பதேயாகும். அதை முயற்சி செய்து, வளர்த்துக்கொள்ள விசுவாசம் தேவைப்படும் வரை காத்திருக்காதீர். அப்போது அது காலந்தாமதமாகியிருக்கலாம். விசுவாசம் தேவைப்படும் ஒரு சூழ்நிலை உருவாகும் முன்பதாகவே அதை வளர்த்துக்கொள்ளுங்கள், வெளிப்படுத்துங்கள். ஒவ்வொரு நாள் காலையும், தேவன் அந்த நாளில் எனக்கு உதவி செய்ய வேண்டுமென்று நான் ஜெபிக்கிறேன். அந்த நாள் எப்படியிருக்குமென்று எனக்கு தெரியாது. நான் எப்போதுமே திட்டமிடுவேன், ஆனாலும் திட்டமிடாதக் காரியங்களும் நடைபெறும், அதனால் நான் ஆச்சரியத்துக்குள்ளாகாமல், அதற்காக அதனை எதிர்நோக்க, ஆயத்தமாயிருக்க விரும்புகிறேன். எனக்காக

தேவன் நியமித்திருக்கிற தேவதூதர்கள் எனக்கு முன்பாக சென்று, என் வழியை ஆயத்தப்படுத்தும்படி தேவனிடம் கேட்பேன், “நீங்கள் கேட்காததால் பெற்றுக்கொள்ளாமலிருக்கிறீர்கள்” (யாக்கோபு 4:2 ஐ பார்க்கவும்), எனவே பிரச்சனைகள் தோன்றும் வரை ஏன் காத்துக்கொண்டிருக்கின்றீர்கள்? ஏன் முன்கூட்டியே ஜெபித்து, உங்களுக்குத் தேவையான உதவியை, உங்களுக்காக காத்துக்கொண்டிருக்கும்படி செய்யக் கூடாது?

அவசர நிலை ஏற்படும் முன்பாகவே ஜெபிப்பதாவது, வங்கியில் பணத்தைப் போட்டு வைப்பதைப் போன்றதாகும், உங்களுக்கு பணம் இருக்குமென்றால், தனியாக பிரித்து வையுங்கள், அப்படியென்றால், நீங்கள் எதிர்பாராத ஒரு பிரச்சனை உங்கள் காரில் ஏற்படும் போது சோர்ந்துப் போக மாட்டீர்கள். ஒரு தேவையை நீங்கள் சந்திக்கும் முன்பதாகவே, ஒரு எளிமையான சந்தோஷமான வாழ்வை தொடரும் வழியை ஏற்படுத்தியிருக்கின்றீர்கள். இருப்பில் வைத்துக் கொள்ளும்படியான சில ஜெபங்களை இன்றே பெற்றுக்கொள்ளத் தொடங்குங்கள். உங்களுடைய ஜெபத்தொட்டியை நிரப்புங்கள், அப்போது எப்போதுமே பிரச்சனை என்ற நிலையில் வாழ்வதை தவிர்ப்பீர்கள்.

## உங்களுடைய மனச்சாட்சியை தெளிவாக வைத்துக்கொள்ளுங்கள்

“நாம் மனந்திரும்புதலை இன்னொரு நாள்வரை தள்ளிப்போடுவோமென்றால், நாம் மனம் வருந்துவதற்கு இன்னொரு நாள் சேர்த்துக் கொள்ளும், மனந்திரும்பியிருப்பதில் ஒருநாள் குறைந்துவிடும்.”

—பெயர் வெளியிடாதவர்

*உன் கண் கெட்டதாயிருந்தால், உன் சரீரம் முழுவதும்  
இருளாயிருக்கும்; அவ்விருள் எவ்வளவு அதிகமாயிருக்கும்!*

—மத்தேயு 6:23

நலம், எப்போதுமே தேவனுக்கும், மனுஷருக்கும் ஒரு மனவருத்தத்தை உண்டு பண்ணாத மனச்சாட்சியைக் கொண்டிருக்க முயலவேண்டும். ஒரு குற்ற மனச்சாட்சியைப் போன்று வேறு எதுவும் வாழ்க்கையை சிக்கலாக்குவதில்லை. நாம் எதையும் உண்மையாலும் அனுபவிக்காமல் அது நம்மை தடுகின்றது. அதைக் கண்டுகொள்ளாமல் விட்டுவிட நாம் முயற்சிக்கலாம், ஆனால் அது எப்போதுமே சரியானது எதுவோ அதை நாம் செய்யவில்லை என்று நம்மிடம் கிசுகிசுகித்துக் கொண்டேயிருக்கிறது, நமக்கு நினைவுப்படுத்திக் கொண்டேயிருக்கிறது.

தெளிவான மனச்சாட்சியோடு வாழ இரண்டே இரண்டு வழிகள் தான் உண்டு. முதலாவது, சரியானது எதுவோ அதை செய்வது, அதில் நாம் தோற்றுப் போவோமென்றால் இரண்டாவது தேர்வுக்குள்ளாக நாம் செல்கின்றோம் அது வருத்தப்படுவதற்கு துரிதமாயிருப்பதாகும், நம் பாவங்களை ஒத்துக்கொண்டு, தேவனிடமும்—தேவைப்பட்டால் மனுஷரிடமும் மன்னிப்புக் கேட்பதாகும். நம் வாழ்வில் நம்மால் செய்ய சிறந்ததை செய்ய நாம் தீர்மானிக்க வேண்டும்; அப்போதுதான் எல்லாவற்றைப் பற்றியும் நாம் நன்றாக உணர்வோம், ஆனாலும் நாம் தோற்றுப் போகக்கூடும், ஆனால் நாம் வேண்டுமென்றே தோற்கவில்லை என்ற ஆறுதலாவது இருக்கும்.

ஒரு குற்றமனச்சாட்சி, நம் விசுவாசத்தையும், ஆராதனையையும் தடுக்கின்றது. அது நீக்கப்படும்வரை, அது நமக்கும், தேவனுக்கும் இடையே ஒரு தடைக்கல்லை வைக்கின்றது. நாம் மற்ற மக்களுக்கு விரோதமாகப் பாவம் செய்யும் போது, நாம் மன்னிப்புக் கேட்டு அந்த சூழ்நிலையை சரி செய்யும் வரை அவர்களுடன் இருக்கும் போது குற்ற மனச்சாட்சியை உடையவர்களாயிருக்கிறோம். ஒரு குற்றமனச்சாட்சியுடன் வாழாதீர். அது எல்லாவற்றையும் கருப்பு மேகம் போல மறைத்துவிடுகிறது, வாழ்வை உண்மையாலும் அனுபவிக்க இயலாது.

ஒரு குற்றமனச்சாட்சியை விட கடினமான தலையணை வேறு எதுவும் இல்லை. நம் மனச்சாட்சி நம்மை குற்றப்படுத்தும் போது நாம் இரவில் புரண்டு, புரண்டு படுத்துக்கொண்டிருப்போம், அதை கண்டுகொள்ளாமலிருக்க முயற்சிப்போம். உங்கள் இருதயத்தை ஆராய கொஞ்சம் நேரம் எடுத்துக்கொள்ளுங்கள். நீங்கள் பேசாத மக்கள் உங்கள் வாழ்வில் இருக்கின்றனரா? உங்களால் தவறாக நடத்தப்பட்டவர்கள் இருக்கின்றனரா? உங்கள் நண்பருடன் சரிபடுத்தபட வேண்டிய கடினமான உணர்வுகளும், புரிந்துகொள்ளாமலிருத்தலும் இருக்கின்றதா? உங்களை நேர்மையாக சுயபரிசோதனை செய்துக்கொண்டு, அந்த உடைந்த உறவுகளை சரிப்படுத்துங்கள். உங்கள் மனச்சாட்சி உங்களுக்கு நன்றி தெரிவிக்கும், தேவனும் உங்களைக் குறித்து பெருமைப்படுவார்.

## நீதியை விளங்கிக்கொள்ளுங்கள்

“நீங்கள் இல்லாமலிருந்த போது உங்களை சிருஷ்டித்தவர், நீங்கள் இல்லாமலிருக்கும் போது உங்களை நியாயந்தீர்க்க மாட்டார்.”

– பரிசுத்த அகஸ்டின்

*வானங்கள் அவருடைய நீதியை வெளிப்படுத்துகிறது; சகல ஜனங்களும் அவருடைய மகிமையைக் காண்கிறார்கள்.*

– சங்கீதம் 97:6

சில மக்களுக்கு அதிக உணர்வுள்ள மனச்சாட்சியிருக்கும். அவர்கள் உண்மையாலுமே ஏதோ தவறாக செய்துவிட்டதால் குற்றஉணர்வைப் பெற்றுக்கொண்டிருக்காமல், அதைக் கொண்டிருப்பதை ஒரு பழக்கமாக்கிக் கொண்டிருக்கின்றனர். இந்த பிரச்சனையை மேற்கொள்ளும் வழி, வேதம் நீதியைக் குறித்து என்ன கூறுகிறது என்பதை நாம் படிக்க வேண்டும். தேவனின் நீதியைப் பற்றி நீங்கள் விளங்கிக்கொள்ளாமலிருக்கும் போது, உங்களுடைய சொந்த நற்கிரியையின் மூலமாக உங்கள் சொந்த நீதியை சம்பாதிக்க உங்கள் வாழ்க்கை முழுவதும் முயற்சித்துக் கொண்டேயிருப்பீர்கள்.

நீங்கள் “யார்” மற்றும் உங்களுடைய “செயல்” இவை இரண்டுக்கும் உள்ள வேறுபாட்டை அறிந்துக்கொள்வது முக்கியமானதாகும். என்னுடைய பிள்ளைகள் எப்போதுமே நான் விரும்புவதை செய்யாமலிருக்கலாம், ஆனால் அவர்கள் என் பிள்ளைகளாக இல்லாமலில்லை, நானும் அவர்களை நேசிப்பதை நிறுத்திவிடுவதில்லை. தேவனும் அவ்வாறு தான், இன்னும் மேலானவர், நாம் இயேசுவை நம்முடைய இரட்சகராக ஏற்றுக்கொள்ளும் போது, தேவன் அவரோடு சரியாக நிற்கும்படியாக செய்கிறார் (2 கொரிந்தியர் 5:21 ஐ பார்க்கவும்). அதை அவர் நம்மீது “சாட்டுகிறார்” அல்லது நம்முடைய கணக்கில் சாட்டிவிடுகிறார் (ரோமர் 4:11 ஐ பார்க்கவும்). நம்மை நீதியாக அவர் பார்க்கிறார், தேவனுக்கு ஏற்புடைய ஒரே நிலை அது தான். அவரோடு

ஐக்கியம் கொள்ளும் ஒரே வழி அது தான் ஏனெனில் வெளிச்சமானது இருளோடு ஐக்கியம் கொள்ள இயலாது.

தேவன் தம்முடைய இரக்கத்தினால் நம்மை நீதியாய் மாற்றியிருக்க, நாம் சரியான நடத்தையை வெளிக்காட்டக் கற்றுக்கொள்ளலாம். இந்த செயல்பாட்டுக்கு கால அவகாசம் தேவை, ஆனால் நாளடைவில் நாம் எப்படி நடந்துக் கொள்கிறோமோ அதில் முன்னேற்றம் அடைவோம். நம்முடைய “செயல்” முன்னேறுகிறது. எப்படியாயினும், அது முன்னேறிக் கொண்டிருக்கும் போது, நாம் கிறிஸ்துவில் “யார்” என்பதை நினைவில் வைத்துக் கொள்வது நமக்கு முக்கியம் நாம் தேவனுடைய பிள்ளைகள்; அவர் நம்மை நேசிக்கின்றார், புரிந்துக்கொள்கின்றார். அவருக்கு நாம் பெருத்த ஆச்சரியம் இல்லை. அவர் நம்மை தம்முடன் உறவுக்கொள்ள அழைத்த போதே நம்மைப் பற்றி அனைத்தையும் அவர் அறிந்திருந்தார்.

நீதியைப் பற்றிய வேதாகமக் கொள்கையை நாம் புரிந்துக்கொள்ளுவதும் உங்கள் வாழ்க்கையை மிகவும் எளிமையாக்கும் ஏனென்றால், அது இல்லையென்றால், ஏதோ ஒரு காரியத்துக்காக நீங்கள் உங்களைப் பற்றி எப்போதுமே மோசமாக உணர்ந்துக் கொண்டே தானிருப்பீர்கள். குற்ற உணர்வுகள் மிகவும் கடினமானது, அதோடு வாழ்வது சுலபமல்ல. எளிமையான வஸ்திரமாகிய நீதியைத் தரித்துக் கொண்டு, இயேசு தம்முடைய மரணம் மற்றும் உயிர்த்தெழுதலினால் சம்பாதித்த வாழ்வை உண்மையாலும் வாழத் தொடங்குங்கள்.

## கிருபை, கிருபை இன்னும் அதிகமான கிருபை

“நம்முடைய மிகவும் மோசமான நாட்கள் கூட தேவனுடைய கிருபையை நாம் அடையக் கூடாதபடி ஒருபோதும் மோசமாக இருப்பதில்லை. உங்களுடைய மிகச்சிறந்த நாள் கூட தேவனுடைய கிருபை தேவைப்படுவதற்கு மிஞ்சி மிகச்சிறந்ததாயிருப்பதில்லை.”

– ஜெரி பிரிட்ஜஸ்

*அவர் அதிகமான கிருபையை அளிக்கிறாரே ஆதலால் தேவன் பெருமையுள்ளவர்களுக்கு எதிர்த்து நிற்கிறார், தாழ்மையுள்ளவர்களுக்கோ கிருபை அளிக்கிறாரென்று சொல்லியிருக்கிறது.*

– யாக்கோபு 4:6

கிருபையானது நமக்கு இலவசமாக அளிக்கப்படும் பரிசுத்த ஆவியானவரின் வல்லமையாகும். அது நாம் எத்தகைய போராட்டம் மற்றும் மற்றும் முயற்சியினால் நாமாகத் தனியாக ஒருபோதும் செய்ய இயலாதவற்றை சுலபமாக செய்ய உதவும். நாம் கிருபையை மட்டுமல்ல அதிக கிருபையைப் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டுமென்று வேதவாக்கியங்கள் நம்மை உற்சாகப்படுத்துகிறது. பாவம் பெருகுகிற இடத்தில் கிருபையானது இன்னும் அதிகமாக பெருகுகிறது (ரோமர் 5:20). நம்முடைய எல்லாத் தேவைகளையும் சந்திக்க போதுமான கிருபையை தேவன் கொண்டிருக்கின்றார் ஆனால் அதற்காக கேட்கவும், அதில் வாழவும் நாம் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும்.

நாம் மாம்சக் கிரியை செய்ய முயலும் போது, தேவன் மட்டுமே செய்யக் கூடியவற்றை செய்ய முயன்று நம்முடைய ஆற்றலை நாம் வீணாக்கிவிடுகின்றோம். மாம்சக் கிரியையானது விரக்தியையும், கிருபைக்கு நேர்எதிர்மறையான கிரியையையுமே பிறப்பிக்கும். இரண்டிலும் கொஞ்சம், கொஞ்சம் பெற்றுக்கொண்டு நம்மால் வாழ இயலாது ஏனென்றால் அவை இரண்டும் ஒன்றையொன்று அழித்துவிடும்,

ஒவ்வொரு முறையும் நான் விரக்தியடையும் போது, நான் செய்ய வேண்டியக் காரியத்துக்கு தேவனுடையக் கிருபையை நான் பெற்றுக்கொள்ளவில்லை என்று என்னை நானே நினைவுறுத்திக் கொள்கிறேன்.

விரக்தி, சிக்கல், துயரம் இவையனைத்தும் நிறைய கிடைக்கக்கூடியவை, ஆனால் தேவனுடைய கிருபையும் அப்படிதான். நாம் அவருடைய வல்லமையுள்ள கையின் கீழ் அடங்க வேண்டும். ஏனெனில் தாழ்மையுள்ளவர்கள் மட்டுமே உதவியைப் பெற்றுக்கொள்வார்கள். யார் தங்களைத் தாழ்த்தி, என்ன செய்ய வேண்டுமோ அதை அவருடைய உதவியில்லாமல் செய்ய இயலாது என்று ஒத்துக்கொள்கிறார்களோ அவர்களுக்குத் தான் தேவன் உதவுகிறார்.

நம் தீய சுபாவத்தை கிருபை சந்திக்கின்றது (யாக்கோபு 4:6 ஐ பார்க்கவும்). தேவன் நாம் எப்படியிருக்க வேண்டுமென்று விரும்புகின்றாரோ, நாம் அவரைப் போல் இருக்க வேண்டுமென்று விரும்புகின்றார், அவ்வாறாக நம்மை மாற்றும் ஒரே ஒரு காரியம் இந்தக் கிருபைதான். ஒவ்வொரு சூழ்நிலையிலும் எவ்வாறு கிருபையை பெற்றுக்கொள்வது என்று கற்றுக்கொள்ளும் போது, உங்கள் வாழ்க்கை அதிகமாக எளிமையாக்கப்படுகின்றது. அது இல்லாமல், நாம் அனைவரும் வாழ்க்கையோடு போராடுவோம், எல்லாமே கடினமாகிவிடுகின்றது, பொதுவாக இயலாததாகவே மாறிவிடுகின்றது.

## உங்கள் நாவை அடக்குங்கள்

“மனிதர்கள் ஒரே ஒரு நாவுடனும், இரண்டு கண்களுடனும் பிறந்திருக்கின்றனர், ஏனெனில் அவர்கள் சொல்வதை இரண்டுமுறை பார்க்க வேண்டும்.”

– சார்லஸ் கேளப் கோல்டன்

*உன் நாவைப் பொல்லாப்புக்கும், உன் உதடுகளைக் கபட்டு வசனிப்புக்கும் விலக்கிக் காத்துக்கொள்.*

– சங்கீதம் 34:13

உங்கள் நாவை அடக்கி, உங்கள் வாழ்வில் நீங்கள் என்ன சொல்ல வேண்டுமென்று விரும்புகின்றீர்களோ அதையெல்லாம் சொல்வதையும், எப்போதெல்லாம் சொல்ல வேண்டுமென்று விரும்புகின்றீர்களோ அப்போதெல்லாம் சொல்வதையும் நிறுத்துங்கள், “உங்களில் ஒருவன் தன் நாவை அடக்காமல், தன் இருதயத்தை வஞ்சித்து தன்னைத் தேவ பக்தியுள்ளவனென்று எண்ணினால் அவனுடைய தேவபக்தி வீணாயிருக்கும்.” (யாக்கோபு 1:26).

இந்த வசனத்தை தியானித்துப் பார்த்து, தங்கள் நாவை அடக்காத எத்தனை, “தேவ பக்தியுள்ள” மக்கள் இவ்வுலகத்திலிருக்கிறார்களென்று சிந்தித்து பாருங்கள் எந்நேரமும் அவர்கள் எதிர்மறையானக் காரியங்களையே பேசுகின்றனர்; அவர்கள் அரட்டை அடிக்கின்றனர், குற்றஞ்சாட்டுகின்றனர், நியாயந்தீர்க்கின்றனர், முறுமுறுக்கின்றனர், குறைகூறுகின்றனர் மற்றும் சபிக்கின்றனர். அவர்கள் ஆலயத்துக்குச் செல்கின்றனர் ஆனால் அவர்கள் என்ன சொல்கின்றார்களோ அதில் ஒழுக்கமேயிருப்பதில்லை. அவர்களுடைய தேவபக்தி வீணாயிருக்கிறதென்று வேதம் தெளிவாகக் கூறுகின்றது.

நம்முடைய அநேகப் பிரச்சனைகள் நம்முடைய சொந்த வார்த்தையிலேயே வேர் கொண்டிருக்கிறது. ஜீவனுக்கும், மரணத்துக்கும் உள்ள அதிகாரம் நம் நாவிலேயே உள்ளது, நம்முடைய வார்த்தையின் பலனால் நாம் திருப்தியடைய வேண்டும் (நீதிமொழிகள் 3:2 ஐ பார்க்கவும்).

நீங்கள் என்ன சொல்கின்றீர்கள் என்பதைக் குறித்து ஜாக்கிரதையாக இருங்கள் என்று நான் உங்களுக்கு வலியுறுத்துகிறேன். ஒருவன் சொல் தவறாதவனானால் அவன் பூரணபுருஷனும், தன் சரீர முழுவதையும், அவன் சபாவத்தையும் கடிவாளத்தினாலே அடக்கிக் கொள்ளக்கூடியவனுமாயிருக்கிறான். அது அவன் முடிவை பாதிக்கும் என்று நான் நம்புகிறேன் (யாக்கோபு 3:2 ஐ பார்க்கவும்).

உங்கள் வாழ்க்கையைக் குறித்து இப்போது திருப்தியாயிருக்கின்றீர்களா? அநேகமாகக் கடந்த காலத்தில் நீங்கள் சொன்னதை இப்போது பெற்றுக்கொண்டிருக்கின்றீர்கள், உங்களுடைய வாயை தேவனுக்கு, அவருடைய ஊழியத்தில் உபயோகப்படுத்தும்படி கொடுக்க ஆயத்தமாயிருக்கின்றீர்களா? அப்படியென்றால், ஒரு சிறப்பான வாழ்க்கைக்கான பாதையில் நீங்கள் இருக்கின்றீர்களென்று நான் நம்புகின்றேன்.

## போர் தேவனுடையது

“நாம் நம் போரை தனியாக போரிடுவதில்லை தேசங்களின் முடிவை தொடங்கி வைக்க ஒரு நீதியுள்ள தேவனுண்டு, நமக்காக நம் போரை போரிட நண்பர்களை எழுப்பித் தருவார்.”

– பேட்ரிக் ஹென்றி

*கர்த்தர் உங்களுக்காக யுத்தம் பண்ணுவார்; நீங்கள் சும்மாயிருப்பீர்கள் என்றான்.*

– யாத்திராகமம் 14:14

நம்முடைய போரை, நமக்காக தேவன் போரிட அவரை நம்பாதிருத்தலின் விளைவே சிக்கல்களாகும். இஸ்ரவேல் மக்கள் சிவந்த சமுத்திரத்துக்கும், எகிப்தியரின் சேனைக்கும் இடையே இருந்தனர், அது மிகவும் அஞ்சத்தக்க இடமாகும். அவர்கள் கூக்குரலிட்டுக் கொண்டிருந்தனர், ஓடிவிட வேண்டுமென்று விரும்பினர், ஆனால் தேவன் மோசேயின் மூலமாய் ஒரு செய்தியை அனுப்பினார், “கர்த்தர் உங்களுக்காக யுத்தம் பண்ணுவார்; நீங்கள் சும்மாயிருப்பீர்கள்.”

யோசபாத்துக்கும், ஜனங்களுக்கும் எதிராக மூன்று சேனைகள் வந்தபோது, அவர்கள் முதலில் பயந்தனர். ஆனால் அவர்கள் நோக்கத்தோடே தேவனைத் தேடினர், அவர் சொன்னார், “நீங்கள் அந்த ஏராளமான கூட்டத்திற்குப் பயப்படாமலும், கலங்காமலும் இருங்கள் என்று கர்த்தர் உங்களுக்குச் சொல்லுகிறார்; இந்த யுத்தம் உங்களுடையதல்ல, தேவனுடையது.” (2 நாளாகமம் 20:15 ஐ பார்க்கவும்).

யுத்தங்களை நீங்கள் எவ்வாறு பார்க்கின்றீர்கள்; அவை உங்களுடையதா அல்லது தேவனுடையதா? வாழ்க்கையில் என்ன நடக்கின்றதோ அது நம் வாழ்வை அதிக சிக்கலாக மாற்றுவதில்லை, ஆனால் என்ன நடக்கின்றதோ அதை நாம் எவ்வாறு அணுகுகின்றோமோ அதுதான் அழுத்தத்தையும், சண்டையையும் மூட்டிவிடுகின்றது. நாம் தழுவிக்கொள்ளும் மனநிலையே, நாம் சமாதானத்தையோ அல்லது குழப்பத்தையோ எதை அனுபவிக்கின்றோமென்பதைத் தீர்மானிக்கின்றது.

யோசபாத் தேவனை ஆராதிக்கத் தொடங்கினபோது, பாட்டு பாடுவதற்கு பாடகர்களையும், பிறரை துதி செலுத்தவும் நியமித்தான். சீக்கிரத்திலேயே சேனைகள் மிகவும் குழப்பமடைந்து ஒருவரையொருவர் வெட்டிக்கொண்டனர். நீங்கள் குழப்பத்தில் வாழ விரும்புகின்றீர்களா அல்லது எதிரியை குழப்ப விரும்புகின்றீர்களா? ஆராதிக்க, துதிக்க, பாட்டுப் பாடத் தொடங்குங்கள், விசேஷமாக பிரச்சனைக்குள்ளாக இருக்கும் போது, உங்கள் யுத்தங்களை தேவன் உங்களுக்காக போராடுவார், அவருடைய வெற்றிக்கு நீங்கள் காத்திருக்கும் போது உங்கள் வாழ்க்கையை நீங்கள் தொடர்ந்து அனுபவித்துக் கொண்டிருக்க முடியும்.

## சோதனையான இடத்தை தவிர்த்துவிடுங்கள்

“சோதனையை விட்டு விலகி ஓடும்போது முகவரியைக் கொடுக்காதீர்.”

– பெயர் வெளியிடாதவர்

*நீங்கள் சோதனைக்குட்படாதபடி விழித்திருந்து ஜெபம் பண்ணுங்கள்; ஆவி உற்சாகமுள்ளது தான் மாம்சமோ பலவீனமுள்ளது என்றார்.*

– மத்தேயு 26:41

நாமனைவருமே, தவறான காரியங்களைச் செய்ய சோதிக்கப்படாதிருப்போமென்றால் நன்றாயிருக்கும் என்று விரும்புவோம் என்று நான் நினைக்கின்றேன், ஆனால் அது நடைமுறையில் நடைபெறும் ஒரு காரியம் அல்ல. சோதனைகள் வரவேண்டும் என்று வேதம் கூறுகிறது, ஆனால் ஏன்? தவறான காரியங்கள் செய்ய நாம் ஒருபோதும் சோதிக்கப்படாவிட்டால், சரியான காரியங்கள் செய்ய நாம் கொண்டிருக்கும் சுயசித்தத்தை எப்போதும் உபயோகிக்கவேமாட்டோம். தேவன், தம்மை ரோபர்ட்டுகளோ அல்லது பொம்மைகளோ சேவிக்க வேண்டுமென்று விரும்புவதில்லை; தம்மை சேவிப்பதை தெரிந்துக்கொள்ளக்கூடிய சுயாதீன மக்களை அவர் விரும்புகின்றார். நமக்கு முன் அவர் ஜீவனையும் தெரிந்துக்கொள்ளும்படி அவர் வலியுறுத்துகிறார் (உபாகமம் 30:19 ஐ பாருங்கள்).

தவறான காரியங்களைச் செய்ய சோதிக்கப்படும் அந்தஷணமே, இல்லை என்று கூறிவிட்டு, சோதனையின் இடத்தினின்று வெளியேறுங்கள். கடந்தக் காலத்தில் மதுவினால் உங்களுக்கு பிரச்சனையிருந்திருக்குமென்றால், மது அருந்தக்கூடாது என்று திட்டம் தீட்டிக்கொண்டு மதுக்கடைக்குச் செல்லாதீர். போதை பொருட்களை உபயோகப்படுத்தினால் பிரச்சனைக்குள்ளாகி அதிலிருந்து விடுதலைப்பெற்றிருப்பீர்களேயென்றால், போதைப் பொருட்களை

உபயோகிக்கும் மக்களுடன் அந்த நாளை செலவிடாதீர். இனிப்பை அதிகமாய் சாப்பிடுவீர்களென்றால், இனிப்பு வகைகளான, கேக், பிஸ்கெட் மற்றும் மிட்டாய்களை வீட்டில் வைத்துக்கொண்டிருக்காதீர்.

சில சமயங்கள் நாம் ஒன்றை செய்ய விரும்பாமல், அதிநின்று தேவன் நம்மை விடுதலையாக்க வேண்டுமென்று ஜெபிக்கின்றோம், ஆனாலும் நம்மை சோதனைக்குள்ளாக்கும் அதே காரியங்கள் நடைபெறத் தேவையான எல்லா வசதிகளையும் செய்துக்கொள்கின்றோம். அநேகமாக உண்மையென்னவென்றால், நாம் விடுதலையாக வேண்டுமென்று சொல்கிறோமோ தவிர உண்மையாலும் விடுதலையை விரும்பாமலிருக்கிறோம். நாம் நம்மோடு நேர்மையாயிருந்து நம் மாம்சம் பெலவீனமுள்ளது என்பதை உணர்ந்துக்கொள்ள வேண்டும்.

அப்போஸ்தலனாகிய பவுல் சொன்னார், “துர் இச்சைகளுக்கு இடமாக உடலைப் பேணாமலிருந்து, கர்த்தராகிய இயேசுகிறிஸ்துவைத் தரித்துக்கொள்ளுங்கள்” (ரோமர் 13:14 ஐ பாருங்கள்). அதை உங்கள் மனதினின்றும், பார்வையினின்றும் விலக்கிவிடுங்கள், அப்போது சோதனையை தவிர்க்க உங்களால் இயலும்.

“உன்னிடம் பிறரைப் பற்றி சொல்பவர்கள் உன்னைப் பற்றி பிறரிடம் சொல்வார்கள்.”

– ஸ்பேனிஷ் பழமொழி

தூற்றிக்கொண்டு திரிகிறவன் இரகசியங்களை  
வெளிப்படுத்துவான்; ஆதலால் தன் உதடுகளினால்  
அலப்புக்கிறவனோடே கலவாதே.

– நீதிமொழிகள் 20:19

அதிகமாய் பேசும் மக்களுக்கு பொதுவாகவே பிரச்சனைகளிருக்கும், அதில் நீங்கள் பங்கெடுத்துக் கொள்ளாமலிருப்பது ஞானமானது; எனவே, இத்தகைய மக்களை தவிர்ப்பது நம் வாழ்க்கையை எளிமையாக்க உதவும்.

மக்களுக்கு தங்கள் வாயின்மேல் கட்டுப்பாடு இல்லாதபோது, பொதுவாகவே மற்ற பகுதிகளிலும் கட்டுப்பாடு இல்லாமலிருப்பார்கள். நம்முடைய தெரிந்தெடுப்புகளில் மேலே, உயரே வரவேண்டும் என்று வலியுறுத்தும் நாம் நெருக்கமான உறவுக் கொண்டிருப்பது நமக்குச் சிறந்தது. வாழ்க்கையில் உங்களை கீழே இழுத்துவிடும் மக்களுடன் அதிகமான நேரம் செலவிடுவதும், உங்கள் மனத்திறந்து பேசுவதும், ஞானமானது இல்லவே இல்லை. உங்கள் நண்பர்கள் யார் என்பதைக் குறித்து யோசித்துப் பாருங்கள், அவர்களுக்கு உண்மையாலும் செவிக்கொடுக்கத் தொடங்குங்கள், ஏனென்றால் பிறர் என்ன சொல்கின்றார்கள் என்பதற்கு செவிக்கொடுப்பதின் மூலமாக அவருடைய குணாதிசயத்தை பற்றி நீங்கள் அறிந்துக்கொள்ள இயலும். பிறரைப் பற்றி உங்களிடம் கூறுவார்களென்றால், உங்களை பற்றியும் பிறரிடம் கூறுவார்கள்.

மக்கள் உங்களிடம் அதிக தடையின்றி பேசுவார்களென்றால், அவர்கள் தாங்கள் என்ன செய்வோம் என்று சொன்னார்களோ அதை செய்ய மாட்டார்கள் ஏனென்றால் பொருத்தனைச் செய்யும் முன்பு அல்லது செய்ய

ஒப்புக்கொள்ளும் முன்பு அதனால் ஏற்படும் விளைவை அவர்கள் நினைத்துப் பார்க்க மாட்டார்கள். அவர்கள் மீண்டும் மீண்டும் உங்களை ஏமாற்றமடையும் படி செய்வார்கள். நீங்கள் விரக்தியடைவீர்கள், ஆனால் அந்த மக்களைத் தவிர்ப்பதின் மூலம் உங்கள் வாழ்வில் அந்தப் பகுதியை நீங்கள் தான் எளிமையாக்கிக் கொள்ள முடியும். நாம் மற்றவரிடம் கடுமையாக இருக்க வேண்டும் என்று நான் சொல்லவில்லை, ஆனால் மக்களின் உணர்வுகளைக் காயப்படுத்தாமல் வைத்துக்கொள்ள வேண்டுமென்பதினால் பிறரால் நம் வாழ்க்கை குழப்பமடைய நாம் அனுமதிக்கக் கூடாது.

நீங்கள் செய்யத்தக்க சிறந்தக் காரியங்களிலொன்று உங்கள் நண்பர்களை ஞானமாய்த் தெரிந்தெடுங்கள். உங்கள் இருதயத்தை எல்லாக் காவலோடும் காத்துக்கொள்ளுங்கள், அதனிடத்தினின்று ஜீவ ஊற்று வெளிப்படும் (நீதிமொழிகள் 4:23 ஐ பாருங்கள்). நான் எந்த மக்களுடன் என் நேரத்தை செலவிடுகிறேன் என்பதில் சில மாற்றங்களை மேற்கொண்டு என் வாழ்வை நான் அதிகமாக எளிமையாக்கிக் கொண்டிருக்கிறேன்.

## தயாளராயிருங்கள்

“உலகத்தில் நான் பெற்றிருக்கும் நூற்றுக்கு தொன்னூற்று ஒன்பது சம்பவங்களும் எனக்கு போதிப்பதாவது, ஒரு கேள்வியின் பாதுகாப்பான, நீதியான பகுதியானது அதன் தயாளமான, இரக்கமான பகுதியாகும்.”

– ஆனா ஜேம்ஸ்சன்

வாரியிறைத்தும் விருத்தியடைவாரும் உண்டு; அதிகமாய்  
பிசினித்தனம் பண்ணியும் வறுமையடைவாரும் உண்டு. உதாரண  
குணமுள்ள ஆத்துமா செழிக்கும்; எவன் தண்ணீர்  
பாய்ச்சுகிறானோ அவனுக்குத் தண்ணீர் பாய்ச்சப்படும்.

– நீதிமொழிகள் 11:24-25

ஒருவர் செய்யத்தக்க ஞானமுள்ள செயல்களிலொன்று தயாளமாயிருப்பதாகும். நாம் பிறருக்கு உதவி செய்யும் போது, நாம் நமக்கே அதிகமாய் உதவிச் செய்துக் கொள்கின்றோம். கொடுப்பதினால் ஏற்படும் சந்தோஷத்தை அனுபவிப்பதையே நான் உண்மையான வாழ்க்கை என்று கூறுகிறேன். பேராசையானது வாழ்வை திருடிவிடுகின்றது, ஆனால் தயாளகுணமோ, ஆச்சரியமான சந்தோஷத்துடனான வாழ்வைக் கொடுக்கின்றது. நான் சுயநலக்காரியாய், வாழ்க்கையினின்று எதைப் பெற்றுக்கொள்ளலாம் என்று கவலைப்பட்டு அநேக சந்தோஷமற்ற வருடங்களாக கழித்தேன். என் வாழ்வில் என்ன தவறு இருக்கிறது என்று காட்டும்படி நான் கஞ்சத்தனமாக இராமல், அதிக தயாளகுணமுள்ளவளாக இருக்க வேண்டும் என்பதைப் போதித்தார்.

மற்றவர்களுக்கு ஆசீர்வாதமாக இருக்கும் சந்தர்ப்பங்களை எதிர்நோக்கியிருக்குமாறு உங்களை உற்சாகப்படுத்துகிறேன். வலுமையான தயாளகுணமுள்ளவளாயிருங்கள்! நீங்கள் கொடுக்க வேண்டும் என்று உணரும் போது மட்டும் கொடுக்காதீர், ஆனால் எப்போதுமே தேவைக்கும் அதிகமாகவே செய்யுங்கள். வேதம் கற்பிப்பதைப் போன்று இன்னும் கொஞ்சம் அதிகமாகவே செய்யுங்கள்.

அதிகமாகவே சோர்ந்துப் போயிருந்த ஒரு பெண்ணின் கதையை நான் கேட்டேன். அவள் ஆலோசனைக்காகத் தன் போதகரிடம் சென்றாள், அவர், அவள் வீட்டுக்குச் சென்று மூன்று விதமான பிஸ்கெட்டுகளை செய்து அந்த வாரத்தில் அவற்றை ஆலயத்தில் கொடுத்துவிட்டு பின்னர் வேறொரு வேலைக்காகத் தன்னை பார்க்கும்படி கூறினார். அந்த பெண்ணோ மீண்டும் வரவேயில்லை, ஆனால் ஒரு ஞாயிற்றுக்கிழமை ஆராதனை முடிந்தபின் அந்த போதகர் அவளைப் பார்த்து அவள் ஏன் மீண்டும் தன்னை வந்து பார்க்கவில்லை என்று கேட்டார். அவள் சொன்னாள், அவள் அந்த பிஸ்கெட்டுகளை செய்து பிறருக்குக் கொடுக்கத் தொடங்கியதிலிருந்து அவள் அதிக சந்தோஷமடைந்தாளென்றும், தன்னுடைய சோர்வை அவள் மேற்கொண்டு விட்டதாகவும் கூறினாள்.

சோர்வானது அநேகக் காரியங்களின் விளைவாக ஏற்படுவதே, ஆனால் அவற்றுள் ஒன்று சுயநலமாக, கஞ்சத்தனமாக இருப்பதே என்று நான் நம்புகின்றேன். உங்களால் செய்ய இயன்ற அனைத்தையும், எத்தனைதரம் செய்ய இயலுமோ அத்தனைத் தரம், எத்தனை மக்களுக்கு செய்ய முடியுமோ அத்தனை மக்களுக்கும் செய்யுங்கள், அப்போது நீங்கள் மிகவும் சந்தோஷமாக இருப்பீர்கள். சுயநலமாயிருப்பதைக் காட்டிலும், தயாளகுணமுள்ளவராயிருப்பது அதிக சுலபமானது.

“அறிவு வருகிறது, ஆனால் ஞானம் தரித்திருக்கிறது.”

– ஆல்பரெட் லாட் டென்னிசன்

*நீங்கள் புத்தியைக் கேட்டு, ஞானமடையுங்கள்; அதை விட்டு  
விலகாதிருங்கள்.*

–நீதிமொழிகள் 8:33

புத்தியுள்ள மனிதனுக்கு ஞானமானது சந்தோஷத்தைக் கொடுக்கும் என்று வேதம் கூறுகிறது (நீதிமொழிகள் 10:23 ஐ பார்க்கவும்). பின்னர் நீங்கள் எதனால் சந்தோஷமாயிருப்பீர்களோ அதை இப்போது செய்யத் தெரிந்துக் கொள்வதே ஞானமாகும். உதாரணமாக, ஞானமானது எல்லாப் பணத்தையும் இப்போதே செலவிடாது, ஆனால் எதிர்காலத்துக்காக கொஞ்சம் சேர்த்து வைக்கும், அதுதான் ஞானமானது என்பதை அறிந்து அவ்வாறு செய்யும். ஞானமானது, இன்றைக்குச் செய்ய வேண்டிய வேலையை நாளைவரை ஒத்திப்போடாது, ஏனென்றால் இரண்டுநாள் வேலையையும் செய்ய வேண்டியிருக்கும் என்பதை அறிந்திருக்கும். ஞானமானது காரியங்களை செய்யாமல் ஒத்திப்போட்டு காலங்கடத்தாது; அது செயல்படுகிறது.

உங்கள் வாழ்வை நீங்கள் எளிமையாக்கிக் கொள்ள விரும்புவிர்களென்றால், நீங்கள் எதிர்காலத்தைக் குறித்து யோசிக்க வேண்டும், இன்று நீங்கள் எடுக்கும் தெரிந்தெடுப்புகள், நாளை உங்கள் வாழ்வை பாதிக்கும் என்பதை உணர வேண்டும். சில மக்களோ தங்கள் வாழ்வை அமைதியாக அனுபவிக்க இயலுவதில்லை ஏனென்றால் ஞானமாய் நடக்காததால் ஏற்படும் குழப்பங்களை ஒவ்வொரு நாளும் அவர்கள் சமாளிக்க வேண்டியிருக்கிறது. நான் அடிக்கடி மக்கள் இவ்விதமாய் சொல்வதைக் கேட்கின்றேன், “இதைச் செய்யக்கூடாது என்பதை அறிந்திருக்கிறேன், ஆனால் ...!” நாம் செய்யக்கூடாது என்று அறிந்திருக்கும் காரியங்களை செய்வது முட்டாள்தனமாகும். ஒருவர் தான் தவறான தீர்மானம் எடுக்கின்றோமென்று ஏற்கனவே அறிந்திருக்கும்

போது எவ்வாறு ஒரு சரியான பலனை எதிர்பார்க்க முடியும்? காரியங்கள் எப்படியாகிலும் சரியாக அமைந்து விடும் என்று விளையாட்டாக எடுத்துக்கொள்கின்றனர், ஆனால் ஞானமானது பந்தயம்கட்டி விளையாடாது அல்லது சூதாடாது, அது முதலீடு செய்யும். சரியான காரியங்களை இப்போது செய்வதென்பது இப்போது சந்தோஷத்தைக் கொடுக்காமலிருக்கலாம், ஆனால் பின்னர் சந்தோஷத்தைக் கொடுக்கும். சிலமக்கள் மலிவான கிளர்ச்சிக்காக அதிகமான விலையை செலுத்துகின்றனர், ஆனால் அவர்களில் ஒருவராய் நீங்கள் இல்லாமலிருக்க இப்போதே தீர்மானிக்க இயலும்.

நாம் நம் வாழ்நாளில் அநேகமாய் கோடிக்கணக்கான தீர்மானங்களை எடுக்கின்றோம், அது எவ்வளவு ஞானமுள்ளதாய் இருக்கின்றதோ அவ்வளவு சிறப்பானதாய் நம் வாழ்க்கையிருக்க முடியும். உங்கள் வாழ்வை எளிமைப்படுத்திக்கொள்ள, தீர்மானங்களை எடுக்கும் முன்பதாக அவற்றைப் பற்றி யோசியுங்கள். இன்று நீங்கள் எடுக்க வேண்டிய தீர்மானங்களைப் பற்றி இப்போது யோசித்துக் கொண்டிருக்கும் போது, பின்னர் உங்கள் வாழ்வில் அந்த தீர்மானத்தினால் நீங்கள் சந்தோஷமாயிருப்பீர்கள் என்று நம்புகின்றீர்களா என்று உங்களை நீங்களே கேட்டறியுங்கள். அதற்கு ஆம் என்று சொல்ல இயலாவிட்டால், அந்த தீர்மானத்தை மீண்டும் ஒருமுறை யோசித்துப் பார்க்க வேண்டிய தருணம் இது.

## சுலபமாக மனவருத்தத்துக்குள்ளாகாதீர்

“எல்லா தடங்கலையும், கவனத்திருப்பங்களையும் மேற்கொள்வதின் மூலம், ஒருவன் தான் தெரிந்துக் கொண்ட இலக்கு அல்லது முடிவை தவறாமல் சென்றடையக்கூடும்.”

– கிறிஸ்டோபர் கொலம்பஸ்

*வசனத்தைக் கேட்டும், உலகக் கவலைகளும், ஐசுவரியத்தின் மயக்கமும், மற்றவைகளைப் பற்றி உண்டாகிற இச்சைகளும் உட்பிரவேசித்து, வசனத்தை நெருக்கிப் போட, அதினால் பலனற்றுப்போகிறார்கள்.*

–மாற்கு 4:18

நாம் பிசாசை நம் அழிவை உருவாக்கியவனாகப் பார்க்கின்றோம், ஆனால் அவன் நம் அழிவை உருவாக்கியதைவிட அதிகமாய் செய்யக்கூடியவன். தேவனால் நமக்குக் கொடுக்கப்பட்ட நோக்கத்தினின்று அவன் நம்மை திசை திருப்பக்கூடுமென்றால், நம் வாழ்வில் நம்மை கனியற்றவர்களாய் நம்மை மாற்றிவிட அவனால் இயலும் நாம் நல்லக் கனிகளைக் கொடுக்கும் போது, தேவன் மகிமைப்படுகிறார். எனவே அதை தடுப்பதற்கு என்னவெல்லாம் செய்ய இயலுமோ அதையெல்லாம் அவன் செய்ய விரும்புகிறான்.

வாழ்வில் நம் கவனத்தை சிதறடிக்கப்படுவது சுலபமானதே; அதை செய்ய நான் எந்த முயற்சியும் எடுக்கத் தேவையில்லை, நாம் கவனம் திருப்பப்படாமலிருப்பதற்கு நம்மை நாமே கட்டுப்படுத்திக் கொண்டு ஒழுங்காக இருக்க வேண்டும். ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் அவனுக்கே உரிய தேவைகளும், எதிர்பார்ப்புகளும் இருக்கும். நம் வாழ்விலுள்ள ஒவ்வொருவரும் நம்மிடம் ஏதோ எதிர்பார்க்கின்றனர், அநேக சமயங்களில் எப்போது ஆம் என்றும் எப்போது இல்லை என்று சொல்வது என்று அதிகமாக குழம்பிப்போயிவிடுகின்றோம். நம் வாழ்க்கைத்துணை, நண்பர்கள், பெற்றோர்கள், பிள்ளைகள், மற்ற உறவினர்கள், வேலை

பார்க்கும் இடத்திலுள்ளவர்கள், அரசாங்கம், ஆலயம் மற்றும் அண்டை அயலகத்தார் அனைவரும் நாம் பல்வேறு காரியங்களைச் செய்ய வேண்டுமென்று எதிர்பார்க்கின்றனர். அது நம்மை மேற்கொள்வதாகவும், களைப்படையச் செய்யக்கூடியதாகவும் இருக்கும்.

இந்த எல்லா எதிர்பார்ப்புகளையும் நிறைவேற்ற நாம் முயலும் போது, அது நம் முக்கிய இலக்கினின்று, அதாவது தேவனுடைய சித்தத்தைப் பின்பற்றுவதிலிருந்து நம் கவனத்தைத் திருப்பக்கூடியதாக இருப்பதை நாம் காணலாம். நீங்கள் மக்களைப் பிரியப்படுத்துகிறவர்களாயிருப்பின், பின்னர் பிசாசுக்கு உங்கள் கவனத்தை திருப்பச் செய்வது கடினமானதேயில்லை என்பதை அறிந்திருக்கின்றீர்கள். திருப்தியில்லாத மக்களிடமாய் அவன் உங்களை சுலபத்திலேயே நடத்திச் சென்று, அவர்களை சந்தோஷப்படுத்த முயன்றே உங்கள் வாழ்க்கையை செலவிடச் செய்துவிட முடியும். நான் சந்தோஷப்படுத்த முயன்ற அநேக மக்கள், பிறர் என்ன செய்தாலும் அவர்கள் சந்தோஷமாயிருக்க மாட்டோமென்று ஏற்கனவே தீர்மானித்திருந்தார்களென்பதை நான் இறுதியாக உணர்ந்துக் கொண்டேன். அவர்கள் அடிப்படையிலேயே, நிர்பந்தமானவர்களாய், அதிருப்தியோடு, சந்தோஷமற்றவர்களாய் நான் சந்தோஷமாயிருக்கும்படி பிசாசினால் உபயோகிக்கப்பட்டவர்களாயிருந்தனர்.

நாம் சிக்கல்களில், மாட்டிக்கொண்டோ, கவனம் திருப்பப்பட்டோ இல்லாமல் இயேசுவை நோக்கிக் கொண்டிருக்க வேண்டுமென்று வேதம் நமக்குப் போதிக்கின்றது (எபிரேயர் 12:2 ஐ பார்க்கவும்). உங்கள் வாழ்வில் மெய்யாலுமே முக்கியமாக உள்ள காரியங்களில் அதிகமாக நீங்கள் கவனம் செலுத்துவீர்களென்றால், உங்கள் வாழ்வு அதிக எளிமையாக இருக்குமென்பதை நினைத்துக்கொள்ளுங்கள்.

## கவனத்திருப்பத்தைக் குறித்து ஜாக்கிரதையாயிருங்கள்

“அவனுடைய இருதயமோ மிகவும் உணர்ச்சிமிக்க ஒரு செடியைப் போன்றது, அது வெயிலில் சிறிது நேரம் திறந்திருக்கின்றது, ஆனால் மென்மையான விரலின் தொடுதலோ, அல்லது மென்மையான காற்றோ அதை தொடும் போது அது தன்னுள் தானே சுருண்டு, சுருங்கிக் கொள்கின்றது.”

– ஆனி ப்ரான்டே

*ஆகையால், என் பிரியமான சகோதரரே, யாவரும் கேட்கிறதற்குத் தீவிரமாயும், பேசுகிறதற்குப் பொறுமையாயும், கோபிக்கிறதற்குத் தாமதமாயும் இருக்கக்கூடவர்கள்.*

–யாக்கோபு 1:19

ஒரு ஞானவான் அவமரியாதையைக் கண்டுகொள்வதில்லை. நான் ஒருமுறை, ஆச்சரியப்படும் விதமான அற்புதம் நடைபெறும் ஊழியத்தைக் கொண்டிருந்த கேத்ரின் குல்மன் என்ற பெண்ணின் கதையைக் கேட்டேன். பொதுமக்களின் கவனத்திலுள்ள எவருக்கும் குறைசூறும், நியாயந்தீர்க்கும், தன்னைப்பற்றி உண்மையில்லாத காரியங்களை அச்சிட்டு வெளியிடும் மக்களை சமாளிப்பது தவிர்க்க முடியாததொன்றாகும். இம்மாதிரியான காரியங்கள் குல்மனுக்கு அடிக்கடி நேரிட்டது, ஆனால் அதனால் மனவருத்தப்பட அவள் மறுத்தாள். ஏனென்றால், தேவனோடு அவள் கொண்டிருந்த உறவுக்கு அது பங்கம் விளைவிக்கும் என்பதால் மேலும் மனவருத்தப்படவோ, மனவருத்தத்தைப் பற்றிக் கொண்டிருப்பதோ அவளுடைய சந்தோஷத்தைத் திருடிவிடும், அதனால் அவளுக்கு எந்த நன்மையும் இல்லை என்பதை உணர்ந்திருந்தாள்.

நாம் காரியங்களை தேவனுடைய வழிமுறையில் செய்வோமென்றால், அவருடைய வழி மன்னிப்பதே, தேவன் நம்மை நியாயப்படுத்துவார். என்று வாக்களித்திருக்கிறார். குல்மாளைப் பற்றி அசிங்கமான காரியங்களை

சொன்ன மக்களுடன் அவள் எவ்வாறு நட்புடன் இருக்க முடிகிறதென்று மக்கள் அவளைப் பார்த்து கேட்பதுண்டு, “அது நடைபெறாததைப் போன்று நாங்கள் நடக்கப்போகின்றோம்” என்று அவர் பதிலுரைத்தார்.

சமீபத்தில் எவ்வேனும் உங்கள் உணர்ச்சிகளை காயப்படத்தியதுண்டா? நீங்கள் மனவருத்தம் அடைந்துள்ளீர்களா? யாரையாவது நீங்கள் மன்னிக்க வேண்டுமா?

இந்தக் கேள்விகளில் எதற்காகிலும் ஆம் என்பது உங்கள் பதிலாக இருக்குமென்றால், பின்னர் வேதம் என்ன சொல்கின்றதோ அதை செய்யும்படி உங்களுக்கு பரிந்துரைக்கிறேன். உங்கள் எதிரிகளுக்காக ஜெபியுங்கள், அவர்களை சபிக்க வேண்டாம், ஆசீர்வதியுங்கள் அவர்களை மன்னிக்கவும், உங்களுடைய காயப்பட்ட உணர்வுகளை தேவன் தாமே குணமாக்க அவரை நம்பவும் தீர்மானியுங்கள். உங்களைக் காயப்படுத்தியவரை காணும் போது, அவருடன் சினேகமாயிருக்கவும், தேவன் அவர்களை எவ்வாறு நடத்துவாரோ அவ்வாறு நீங்களும் நடத்துங்கள். எவ்வளவு சீக்கிரமாய் மன்னிக்கின்றீர்களோ, அவ்வளவு அதிகமாய் கசப்பின் வேர் உங்கள் இருதயத்தில் தோன்றாது, அவ்வளவு துரிதமாய் உங்கள் வாழ்க்கை எளிமையாகும்.

## உங்கள் மேல் கடினமாயிராதேயுங்கள்

“மட்டையைக் கீழே வைத்துவிட்டு, இறகை எடுத்துக்கொள்ளுங்கள்.”

–பெயர் வெளியிடாதவர்

நான் சாந்தமும், மனத்தாழ்மையுமாய் இருக்கிறேன்; என் நுகத்தை உங்கள் மேல் ஏற்றுக்கொண்டு, என்னிடத்தில் கற்றுக்கொள்ளுங்கள்; அப்பொழுது, உங்கள் ஆத்துமாக்களுக்கு இளைப்பாறுதல் கிடைக்கும்.

–மத்தேயு 11:29

உங்களை நீங்களே நியாயப்படுத்த, குறைக்கூற துரிதமாயிருக்கின்றீர்களா? அப்படியென்றால், நீங்கள் மத்தேயு 11:28-30 வரை வாசியுங்கள். இயேசு சொன்னார் அவர் கடுமையாக, கடினமாக, கூர்மையாக அழுத்தக்கூடியவராக இல்லை என்று; ஆனால் மனத்தாழ்மையாய், சாந்தமாய் இருக்கிறேன் என்றார். தேவனே நம்மேல் கடினமாயிராதபோது, நாமும் நம்மீது கடினமாயிருக்கத் தேவையில்லை. இரண்டாம் வாய்ப்பு உங்களுக்கு வேண்டுமா? யோனாவுக்கும், பேதுருவுக்கும் தேவன் மற்றொரு வாய்ப்பைக் கொடுத்தார், எனவே உங்களுக்கும் கொடுக்க விரும்ப மாட்டாரா?

அவரிடம் இரண்டாம் வாய்ப்பு அல்லது, மூன்றாம், நான்காம், ஐந்தாம் மற்றும் உங்களுக்கு எது தேவையோ அதை கேளுங்கள். தேவன் இரக்கத்தினால் நிறைந்திருக்கிறார், அவர் நீடிய பொறுமையுள்ளவர் அவருடைய இரக்கம் என்றும் மாறாதது, முடிவில்லாதது. நம்முடைய எல்லா குறைவுகளையும், தோல்விகளைப் பற்றியும் நாம் கணக்கு வைத்துக்கொண்டிருப்போமென்றால், நாம் ஒடுக்கப்பட்டவர்களாய் உணர்வோம். இயேசு பாரங்களை சுமக்க வந்தார், ஆனால் நம்முடைய தவறுகளைவிட அவர் பெரியவர் என்பதை நம்ப நாம் விருப்பமுள்ளவராயிருக்க வேண்டும். நாம் அநேக வேளைகளில் நினைப்பதைப் போன்று தேவன் பிரியப்படுத்தப்பட கூடாதவரல்ல,

அவருக்கு நாம் ஆச்சரியமானவர்களல்ல. அவருடன் நாம் தொடர்புக் கொள்ள நம்மை அவர் அழைத்ததற்கு முன்பே நம்மைப் பற்றி அவர் எல்லாம் அறிந்திருந்தார். உங்களுடைய வாழ்க்கை சிக்கலானதாகக் காணப்படுமென்றால், ஒருவேளை உங்கள் மேலே நீங்கள் கடினமாயிருக்கின்றீர்கள். உங்களுக்கு கொஞ்சம் இடைவேளைக் கொடுங்கள். அநேகமாய் உங்களுக்கென்று தேவனிடமிருந்து அதிக இரக்கத்தை நீங்கள் பெறுவீர்களென்றால், மற்றவர்களுக்கும் நீங்கள் இரக்கத்தைக் கொடுக்க உங்களால் இயலும்.

தேவன் உங்கள் இருதயத்தைப் பார்க்கின்றார். விட்டுவிட மறுத்துவிடும் எவருடனும் அவர் கிரியை செய்ய விரும்புகிறார். தொடர்ந்து சென்றுக்கொண்டிருங்கள், கடந்த காலத்திலுள்ளவைகளை விட்டுவிட மறவாதீர். அது ஒருவேளை பத்து வருடமோ, ஐந்து நிமிடமோ கடந்ததாக இருக்கலாம். கருத்து என்னவென்றால், அது கடந்து போய்விட்டால், பின்னர் அதை விட்டுவிட்டு, தொடர்ந்து செல்ல வேண்டும்.

## மீண்டும் தொடங்குவதற்கு ஒருபோதும் தாமதமில்லை

“உலகத்தை முன்னேற்ற தொடங்கும் முன்பு எவருக்குமே ஒரு ஷண்ப்பொழுது காத்திருப்பது தேவைப்படாதது எவ்வளவு அற்புதமானது.”

– ஆனி ப்ராங்க்

*நாம் நிர்மூலமாகாதிருக்கிறது கர்த்தருடைய கிருபையே,  
அவருடைய இரக்கங்களுக்கு முடிவில்லை. அவைகள்  
காலைதோறும் புதியவைகள்; உமது உண்மை பெரிதாயிருக்கிறது.*

–புலம்பல் 3: 22-23

நம்பிக்கையற்ற நிலையென்பது நாம் எவருமே சகித்துக்கொள்ள தேவையில்லாத ஒரு பாரமாகும் ஏனெனில், தேவனோடு, மீண்டும் தொடங்குவது ஒருபோதும் தாமதமில்லை. புதிய ஆரம்பங்களின் தேவனாய் அவர் இருக்கிறார். தேவன் கூறியதற்கும் எதிரான திசையில் யோனா சென்றான், ஆனால் அவன் தன்னுடைய தவறை ஏற்றுக்கொண்ட போது, ஒரு புதிய தொடக்கத்தை தேவன் அவனுக்குக் கொடுத்தார்.

நாம் ஜெபித்து, தேவனுடைய உதவிக்காகவும், மன்னிப்புக்காகவும் கேட்பதற்கு ஒருபோதும் தாமதமில்லை. நாம் நம்பிக்கையிழந்தவர்களாய் உணர பிசாசு விரும்புகிறான். அவன் “ஒருபோதும்” “முடிந்தது” போன்ற வார்த்தைகளை விரும்புகிறான். அவன் சொல்கிறான், “இதுதான் எல்லாவற்றிற்கும் முடிவு. நீ எல்லாவற்றையும் குழப்பிவிட்டாய் உன்னுடைய தவறான தேர்ந்தெடுப்புகளை மேற்கொள்ள முடியாது” சத்தியத்துக்காக தேவனுடைய வார்த்தையை நாம் நோக்கிப் பார்க்க மறக்கக்கூடாது, ஏனென்றால் பிசாசு ஒரு பொய்யன்.

புதிய ஆரம்பங்களை அனுபவித்த மக்களின் கதைகளால் வேதம் நிறைந்திருக்கிறது. இயேசுவை நம் இரட்சகராக ஏற்றுக்கொள்வதே சிறந்த புதிய தொடக்கமாகும். நாம் வாழ்வதற்கான வழிமுறைகளைக்

கற்றுக்கொள்ளக் கிடைத்த வாய்ப்பின் மூலமாய் நாம் புதிய சிருஷ்டிகளாகின்றோம். நாம் நம் மனதிலும், மனப்பான்மையிலும் தொடர்ந்து புதுப்பிக்கப்பட வேண்டும் என்று எபேசியர் 4:23லும் கூட வேதம் கூறுகிறது. ஒரு நல்ல வாழ்க்கையோ, நல்ல உறவு முறைகளோ அல்லது எதிர்காலத்துக்கான நம்பிக்கையோ பெற்றுக்கொள்ள தாமதமாகிவிட்டதென்று எப்போதாவது நினைத்தோ அல்லது நினைத்த மனப்பான்மையையோ வெளிப்படுத்தியிருப்பீர்களேயென்றால், உங்கள் மனதை இப்போதே புதுப்பித்துக்கொள்ள வேண்டும். நீங்கள் எவ்வாறு உணர்கிறீர்களென்றல்ல, தேவனுடைய வார்த்தைக்கு ஏற்ப நினைப்பதை தெரிந்துக்கொள்ளுங்கள். முயற்சிப்பதை நிறுத்த தெரிந்துக் கொண்டாலொழிய எவருக்குமே தோல்வியில்லை. “நான் இன்று என்னுடைய சிறந்ததை செய்வேன், மீதியானதை தேவன் செய்வாரென்று நம்புகிறேன். நாளை நான் மீண்டும் தொடங்குவேன், நான் ஒருபோதும் விட்டுவிடமாட்டேன்” என்று சொல்லும் மனப்பான்மையோடு நாம் வாழும் போது, வாழ்க்கை சுலபமானதாகவும், இன்னும் அதிகமாய் இனிமையாகவும் மாறிவிடுகிறது.

## ஒரு சிறுபிள்ளையைப் போல மாறிவிடுங்கள்

“தேவன் மேல் வைத்திருக்கும் சொல்ல முடியாத நம்பிக்கையே விசுவாசமாகும், அவர் நம்மோடு நிற்க மாட்டார் என்று கனவில் கூட காணாத நம்பிக்கையாகும்.”

– ஆஸ்வால்ட் சேம்பர்ஸ்

*சமாதானத்தோடே படுத்துக்கொண்டு நித்திரை செய்வேன்;  
கர்த்தாவே நீர் ஒருவரே என்னைச் சுகமாய்த் தங்கப்பண்ணுகிறீர்.*

–சங்கீதம் 4:8

உங்களுக்கு ஒரு எளிமையான வாழ்க்கை வேண்டுமென்றால், அதிகமாய் நம்பும் வாழ்க்கையை வளர்த்துக்கொள்ள நீங்கள் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். அநேக சமயங்களில், நாம் நம்ப நம்மை அனுமதிப்பதில்லை. நாம் நம் வாழ்க்கைத் துணையை நம்புவதில்லை, நம் பிள்ளைகளை நம்புவதில்லை, நாம் நேர்மையாயிருப்போமென்றால், அநேக சமயங்களில் தேவன் அவர் என்ன செய்வார் என்று சொல்லுகிறாரோ அதை செய்வதற்கு நாம் தேவனைக்கூட உண்மையில் நம்புவதில்லை.

சிறுபிள்ளைகளுக்கு பொதுவாகவே நம்பாமலிருப்பதினால் பிரச்சனை ஏற்படுவதில்லை. அதனால்தான் அவர்கள் மரத்தின் உச்சிக்கு ஏறி அங்கேயிருந்து தொங்குகின்றனர், சரிவான மலை உச்சியிலிருந்து தலைதெறிக்க கீழே ஓடி வருகின்றனர். டைவ் அடிக்கும் பலகையிலிருந்து பிடித்துக்கொள்ளக் காத்திருக்கும் தங்களின் பெற்றோரின் கைக்குள் குதிக்கின்றனர், அவர்களின் பெற்றோர்கள் அவர்களை பிடித்துக்கொள்வார்களென்று நம்புகின்றனர் இல்லையென்றால் கீழே விழுந்துவிட்டால் அவர்களை தூக்கிவிடுவார்களென்று நம்புகின்றனர். இத்தகைய நம்பிக்கைத் தான் நம்மிடம் இருக்க வேண்டுமென்று தேவன் விரும்புகிறார்.

தேவனை நம்பும் ஒரு மனிதன், அவன் நம்பும் விதமாய்க் காரியங்கள் நடைபெறாத போதும், அவனுடையதைக் காட்டிலும் மேன்மையான திட்டத்தை தேவன் கொண்டிருக்கிறாரென்பதை அறிந்திருக்கிறான். எதிர்காலத்தையெல்லாம் தேவன் திட்டமிட்டு வைத்திருக்கிறார், எல்லாவற்றிற்கும் பதிலை அவர் அறிந்திருக்கிறார். நாம் அவரை நம்புவோமென்றால் அவர் நம்மை பராமரித்துக்கொள்வாரென்று அவருடைய வார்த்தை வாக்களிக்கிறது (சங்கீதம் 37:5 ஐ பார்க்கவும்).

நாம் தேவனை நம்பும்படி நம்மை அனுமதிக்காதபோது, நாம் பயத்தையும், கவலையையும் நம் வாழ்வில் குடியிருக்கும்படி அனுமதிக்கின்றோம். ஆனால் அவர் பேரில் நம் நம்பிக்கையை வைக்கும் போது, நாம் அந்த சந்தேகங்களை நீக்கிவிடுகின்றோம்; நாம் தேவனை நோக்கிப் பார்த்து, அவருடைய உண்மைத்தன்மையை நம்பி, அவர் நம்மை கைவிடமாட்டார் அல்லது ஏமாற்றிவிடமாட்டாரென்ற நம்பிக்கையோடு நாம் இருக்க முடியும். நாம் நம்முடைய நம்பிக்கையை தேவனிடம் கொடுக்கவில்லையென்றால், நாமாகவே தனியாக சுமக்க தேவையில்லாத பாரங்களை சுமந்துக்கொண்டிருப்போம்.

தேவனை நம்புவது நம் ஆத்துமாக்களுக்கு ஒரு இயற்கைக்கும் அப்பாற்பட்ட இளைப்பாறுதலைக் கொண்டுவருகிறது, அது அவர் நாம் எவ்வாறு எளிமையாக, கவலைகளின்றி வாழ வேண்டுமென்று விரும்புகிறாரோ, அவ்வாறு வாழ நம்மை அனுமதிக்கின்றது. நம்பிக்கையானது, அப்படியே தோன்றுவதில்லை, ஆனால் நாம் விசுவாச அடிகளை எடுத்து வைக்கும் போதும், தேவனுடைய உண்மைத்தன்மையை அனுபவிக்கும் போது அது வளர்கிறது. தேவன் உங்கள் வாழ்க்கைக்கென்று திட்டமிட்டு வைத்திருக்கிற அனைத்தையும் அவர் உங்களுக்குக் காட்டும்படி, ஒரு ஆழமான நம்பிக்கையை வளர்த்துக்கொள்ள அவர் உங்களுக்கு உதவும்படி கேளுங்கள்.

## உங்களுக்குள் வாழும் நபர்

“உங்கள் இருதயத்தை தூய்மையாக வைத்துக்கொள்ளுங்கள். நாம் ஒருவருக்குள் ஒருவர் தேவனைப் பார்க்கும்படி, பரிசுத்தமான இருதயம் அவசியம். நாம் ஒருவருக்குள் ஒருவர் தேவனைப் பார்த்தோமென்றால், ஒருவர் மேலொருவருக்கு அன்பு ஏற்படுகிறது, பின்னர் அங்கே சமாதானம் இருக்கிறது.”

– அன்னை தெரசா

*ஆகையால் நீங்கள் மாயமற்ற சகோதர சிநேகமுள்ளவர்களாகும்படி, ஆவியினாலே சத்தியத்திற்குக் கீழ்ப்படிந்து உங்கள் ஆத்துமாக்களைச் சுத்தமாக்கிக் கொண்டவர்களாயிருக்கிறபடியால், சுத்த இருதயத்தோடே ஒருவரிலொருவர் ஊக்கமாய் அன்புகூருங்கள்.*

–1 பேதுரு 1:22

நம்மெல்லோருக்குள்ளும் ஒருவர் வாழ்ந்துக் கொண்டிருக்கிறார். அவர் நம் இருதயத்துக்குள் மறைந்திருக்கிறவர் என்றழைக்கப்படுகிறார், நாம் நம் வாழ்வை அனுபவிக்க வேண்டுமென்றால் நமக்கு அந்த மனிதனை பிடிக்க வேண்டும். சரியான இருதயத்தின் முக்கியத்துவத்தை நாம் அதிகமாக மதிப்பிட்டுக் கொள்ள இயலாது. மனிதனின் இருதயத்தை தேவன் நோக்கிப் பார்க்கிறார்; அவர் ஒரு பொல்லாத இருதயத்தை அவமதிக்கிறார் ஆனால் நீதியான இருதயத்தை நேசிக்கிறார்; எப்போதுமே வெற்றிபெறாவிட்டாலும், சரியானவற்றை செய்ய விரும்பும் ஒரு மனிதனில் தேவன் பிரியப்படுகிறார். பரிபூரணமாக செயல்பட்டும் துன்மார்க்கமான இருதயத்தைப் பற்றிக் கொண்டிருக்கும் ஒருவனைவிட, தவறுகள் செய்தாலும் சரியான இருதயத்தோடுள்ள ஒருவனையே தேவன் தெரிந்துக்கொள்வாரென்று நான் நம்புகிறேன்.

அதே போல் தேவன், கவலைப்பட்டு, கலங்கும் இருதயத்தைவிட ஒரு சமாதானமான இருதயத்திலேயே விரியப்படுகிறார். நம் இருதயத்தில் சமாதானத்தைக் கொண்டிருப்பதானது, நாம் நம்மைப் பற்றிய

எல்லாக்காரியங்களிலும் தேவனை நம்புகின்றோம் என்பதைக் காட்டுகின்றது. நம்முள் நம் இருதயம் ஒருபுறமாய் சாய்ந்தும், அதை நாம் புறக்கணித்துவிட்டு, வேறுவிதமாய் உணர்ந்தாலோ அல்லது நாம் உண்மையாலும் யாராக இருக்கின்றோமோ அதற்கேற்றார் போல நடந்துக்கொள்ளாமலிருக்கும் போது அது நம் வாழ்வை அதிகமாக சிக்கலாக்கிவிடும். நாம் எல்லாவற்றிலும் நடிக்க வேண்டியிருக்கும் அது நம்மை எளிமையாக இருக்கச் செய்யாது, “தூய்மையாயும், எளிமையாயும்” என்ற பதத்தை எப்போதாவது கேட்டிருக்கின்றீர்களா? இந்தப் பதத்தைக் கொண்ட ஒரு அடையாளத்தை என்னுடைய மேஜை மீது நான் வைத்துக் கொள்வதுண்டு ஏனெனில், எனக்கு ஒரு எளிமையான வாழ்க்கை வேண்டும். என் இருதயத்தை தூய்மையாக வைத்துக்கொள்ள வேண்டும் என்பதை எனக்கு நானே நினைவுப்படுத்திக் கொள்ள விரும்பினேன்.

உங்கள் இருதயத்தில் மறைந்திருக்கும் மனிதனை அறியுங்கள். உங்கள் ஆத்துமாக்களை ஆராய்ந்து, மக்களிடம் நீங்கள் எதைக் காட்டுகின்றீர்களோ அது உண்மையாகவே நீங்களா அல்லது நீங்கள் உருவாக்கிய வேறொருவரா என்று உங்களையே கேட்டறியுங்கள். உங்களுக்கு ஒரு மாற்றம் வேண்டுமென்றால், உங்கள் இருதயத்தை தூய்மைப்படுத்த தேவனைக் கேட்கத் தொடங்குங்கள். உங்கள் எண்ணங்களையும், மனப்பான்மைகளையும் ஆராய்வதின் மூலம் இதை தொடங்குங்கள். உண்மையைக் காண்பது எப்போதுமே சுலபமானதல்ல, ஆனால் உண்மையாலுமே தகுதியுள்ள வாழ்க்கையைப் பெற்றுக்கொள்ள அதுதான் தொடக்கமாகும்.

## உங்களைக் குறித்து சோர்ந்து போகாதீர்

“எல்லாத் தடங்கல்கள், சோர்வுகள், இயலாமைகள் இருந்தாலும் நிலைத்திருத்தல், விடாமுயற்சியோடிருத்தல் மற்றும் உறுதியாயிருத்தல்: இதுதான் எல்லாக் காரியங்களிலும், பெலமுள்ள ஆத்துமாவை பெலவீனமான ஆத்துமாவிலிருந்து வேறுபடுத்துகிறது.”

— தாமஸ் கார்லைல்

*ஆனபடியினாலே நாங்கள் சோர்ந்து போகிறதில்லை: எங்கள் புறம்பான மனுஷனானது அழிந்தும், உள்ளான மனுஷனானது நாளுக்கு நாள் புதிதாக்கப்படுகிறது.*

—2 கொரிந்தியர் 4:16

ஒரு சமயத்தில் ஒரு அடியொடுத்து வைப்பதின் மூலமாகத் தான் குழந்தைகள் நடக்கக் கற்றுக்கொள்கின்றனர், அவ்வாறு அவர்கள் கற்றுக்கொள்ளும் போது, அடிக்கடி அவர்கள் விழுவதுண்டு. அவர்கள் இறுதியாக நடக்கக் கற்றுக்கொள்ளும்வரை இந்த செயல் மீண்டும், மீண்டும் நடைபெறுகிறது. அவர்கள் மட்டும் சோர்ந்து போவார்களென்றால் நடப்பதை விட்டுவிடுவார்கள், அவர்கள் ஒருபோதும் நடக்கக் கற்றுக்கொள்ளவே மாட்டார்கள். நாமும் சோர்ந்துப் போகக்கூடும், அவ்வாறு சோர்ந்துப்போகும் போது, எல்லாருமே அத்தகைய காரியங்களினூடே தான் கடந்துச் செல்கின்றனர் என்பதை நினைவில் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இத்தகைய காரியங்கள் பல சமயங்களில் நம் குணாதிசயத்தையும், விசுவாசத்தையும் சோதிப்பதற்காக வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. நாம் விட்டுவிடுவோமா அல்லது மீண்டும் எழும்பி முயற்சி செய்வோமா? நீதிமான் ஏழுதரம் விழுந்தாலும் மீண்டும் எழும்புவான் என்று வேதம் கூறுகிறது. நீதிமான்கள் கூட விழுகிறார்களென்பதைப் பாருங்கள். நம்மில் எவருமே மாம்சீக சரீரத்திலிருக்கும் போது பரிபூரணத்தைக் காட்ட இயலாது.

தேவன் நமக்கு அறிவுரைகளைக் கொடுக்கும் போது, அநேக வேளைகளில், அவர் நாம் எடுக்க வேண்டிய ஒரு அடியைத்தான் காட்டுகிறார். அந்த முழு ப்னூபிரின்டடையுமோ நாம் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டுமென்று விரும்புவது இயற்கையானதே, ஆனால் அவ்வாறு கிரியை செய்வதில்லை. நாம் ஒரு அடி எடுப்போமேன்றால், பின்னர் இன்னொன்று பின்னர் இன்னொன்று என்று இறுதியாக நாம் நம் இலக்கை அடையும் வரை கொடுக்கப்படுகின்றது. அநேகர் தங்கள் எதிர்காலம் முழுவதையுமே அறிந்துக்கொள்ளவரை, ஒரு அடியை எடுத்து வைக்கக்கூட மறுக்கின்றனர்; இத்தகைய மக்கள் தான் பொதுவாக வாழ்க்கையில் தோற்றுப்போகின்றனர்.

இந்த முக்கியமான அடிகளை, ஒவ்வொரு அடியாய் எடுத்து வைக்க விரும்பும் மக்களும் கூட தவறுகள் செய்வர், மீண்டும் முயற்சிக்க வேண்டும் தங்களைக் குறித்து சோர்ந்துப்போய், எங்கேயாவது விட்டுவிடுபவர்களோ நிர்பந்தமான, கனியற்ற வாழ்க்கை வாழுவர். ஆனால் அம்மாதிரியாக அது இருக்க வேண்டுமென்ற அவசியம் இல்லை. நாம் தேவனை நம்புகிறோம் என்று சொல்வோமானால், எல்லா வழியிலும் நாம் அவரை நம்ப வேண்டும். இவையணைத்தும் நாம் சென்றடைய வேண்டிய இலக்கைக் குறித்ததல்ல, அந்தப் பயணத்தைப் பற்றியது.

சோர்ந்து போவது சிக்கலானது ஏனென்றால் அது மற்ற அனைத்துவிதமான எதிர்மறையான உணர்ச்சிகளோடு வருகிறது. மாறாக, விசுவாசமோ மிகவும் எளிமையானது நம்மால் செய்ய இயன்றதை நாம் செய்கின்றோம், நம்மால் செய்ய இயலாதவற்றிற்கு தேவனை நம்புகிறோம். இந்த மனப்பான்மையானது நம் வாழ்க்கையை அனுபவிக்க செய்கிறது, இத்தகைய மனப்பான்மையோடு தான் நாம் வாழ வேண்டுமென்று தேவன் விரும்புகிறார்.

“நம்பிக்கையானது ஆத்துமாவில் அமர்ந்திருக்கும் இறகுகளுள்ள ஒரு காரியமாகும், அது வார்த்தைகளில்லாத இராகத்தை இசைக்கும், ஒருபோதும் நின்றுவிடாது.”

– எமிலி டிக்கின்சன்

*நம்பிக்கையுடைய சிறைகளே, அரணுக்குத் திரும்புங்கள்;  
இரட்டிப்பான நன்மையைத் தருவேன், இன்றைக்கே தருவேன்.*

–சகரியா 9:12

நம்பிக்கையுடைய சிறைகள் என்று வேதம் குறிப்பிடுகின்றது (சகரியா 9:12ஐ பார்க்கவும்). அப்படியென்றால் என்ன? தன்னுடைய சூழ்நிலைகளெல்லாம் எவ்வளவு நிர்பந்தமாக இருப்பினும் நம்பிக்கையில்லாமலிருக்க முற்றிலுமாக மறுக்கும் ஒருவர் என்று நான் நம்புகின்றேன். நம்பிக்கையுடைய சிறைகளெல்லாம், கூட்டிச் சேர்க்கப்பட்டு நம்பிக்கைக்குள் அடைக்கப்பட்டிருக்கின்றனர்; அதிலிருந்து அவர்களால் தப்ப முடியாது அவர்கள் தேவனை நம்ப வேண்டும், நன்மையானது ஏதோ ஒன்று நடக்கப் போகிறதென்று அவர்கள் நம்ப வேண்டும்.

ஆபிரகாம் ஒரு நம்பிக்கையுடைய சிறையாக இருந்திருக்க வேண்டுமென்று நான் நம்புகின்றேன். அவனுக்கு மனுஷ்கமாக நம்புவதற்கு எந்த காரணமும் இல்லாமலிருந்ததை நம்பினான், விசுவாசத்தினால் தேவனுடைய வாக்குத்தத்தம் தன் வாழ்வில் வெளிப்படுத்தப்படும் என்று நம்பினான். நம்பிக்கைத் தாமதமாகும் போது இருதயத்தை இளைக்கப் பண்ணும், அது சோர்வையும், ஏமாற்றத்தையும் அழுத்தத்தையும் ஏற்படுத்தும். உங்களுக்கு நம்பிக்கையிருக்கும் போது, உங்களுடைய எண்ணங்கள் மற்றும் மனப்பான்மைகளில் நீங்கள் வேண்டுமென்றே நேர்மறையாக மாறிவிடுவீர்கள். நம்பிக்கை நேர்மையாகவும் பேசும். எல்லாக் காரியமும் தேவனால் கூடும் என்று நம்பிக்கை நம்புகின்றது, எந்நேரத்திலும் நற்செய்தியை எதிர்பார்க்கின்றது.

நம்பிக்கையானது, “இன்று எனக்கு ஏதோ நன்மையானது நடக்கப்போகிறது என்று சொல்கிறது.”

ஒரு நேர்மறையான மனப்பான்மை வாழ்க்கையை எளிமையாக்குகின்றது. அது அழுத்தத்தை எடுத்துவிட்டு, உங்கள் முகத்தில் புன்னகையைக் கொடுக்கின்றது. தேவன் தம்முடைய சித்தத்தை நம் வாழ்வில் நிறைவேற்றும்படி இத்தகைய மனப்பான்மையை தான் நாம் கொண்டிருக்க வேண்டுமென்று தேவன் விரும்புகிறார். நாம் தேவனோடு நடக்க வேண்டுமென்றால், அவரோடு நாம் ஒத்துச்செல்ல வேண்டும். எப்படியிருந்தாலும், நமக்காக அவர் கொண்டிருக்கும் எண்ணங்களையும், திட்டங்களையும் அவர் அறிந்திருக்கிறார், நம் செழிப்புக்கான, சமாதானத்துக்கான எண்ணங்களே, நம்முடைய முடிவில் நமக்கு நம்பிக்கையைக் கொடுக்கும் எண்ணங்களேயாகும் (ஏரேமியா 29:11 ஐ பார்க்கவும்).

“உலகத்திலிருக்கும் நீசமான ஒன்று பிசாசே.”

— ஹென்றி வார்டு பீச்சர்

*ஆகையால் தேவனுக்குக் கீழ்ப்படிந்திருங்கள்; பிசாசுக்கு எதிர்த்து நில்லுங்கள், அப்பொழுது அவன் உங்களைவிட்டு ஓடிப்போவான்.*

— யாக்கோபு 4:7

நாம் தேவனுக்கு கீழ்ப்படிந்து, பிசாசுக்கு எதிர்த்து நிற்கும் போது, அவன் ஓடிவிடுவான் என்று தேவனுடைய வார்த்தை நமக்கு கற்பிக்கின்றது (யாக்கோபு 4:7 ஐ பார்க்கவும்). நாம் பிசாசினுடைய பொய்களையும், சோதனைகளையும் எதிர்க்காவிட்டால், நாளடைவில் அவன் ஒவ்வொரு பகுதியிலும் நம்மை ஆண்டுக் கொள்வான். அவன் ஒரு வலுமையான எதிரி, அவனை எதிர்க்காமல் நாம் இருக்கக்கூடாது.

நம் வாழ்க்கை நிர்பந்தமானதாகவும், சிக்கலானதாகவும் இருக்க வேண்டுமென்று பிசாசு விரும்புகிறான், நம்முடைய சந்தோஷம், சமாதானம் மற்றும் இயேசு நமக்குக் கொடுக்க வேண்டுமென்று மரித்த அனைத்து நல்ல காரியங்களை அவன் திருட விரும்புகிறான். தேவனுடைய பிள்ளையாக உங்களுக்கிருக்கும் உரிமைகளை உபயோகிக்கவும், நீங்கள் பெற்றுக்கொண்டிருக்க வேண்டுமென்று அவர் விரும்பும் வாழ்க்கையை நீங்கள் அனுபவிக்கவும் இன்றே தீர்மானியுங்கள். தேவனுடைய சித்தமாயிருந்தால் அது தானாகவே நடக்குமென்று நாம் நினைக்கின்றோம் ஆனால் அது உண்மையில்லை. நாம் நம் விசுவாசத்தை பயிற்சிக்க வேண்டும், அதில் பிசாசை எதிர்ப்பதும் உள்ளடங்கும்.

நடு இரவில் யாரோ ஒருவர் உங்கள் வீட்டை உடைத்து உள்ளே நுழைவார்களென்றால், நீங்கள் சும்மா படுத்துக்கொண்டு தேவன் பார்த்துக்கொள்வாரென்று இருப்பீர்களா? இல்லை, நிச்சயமாக அவ்வாறிருக்க மாட்டீர்கள். நீங்கள் படுக்கையை விட்டு குதித்தெழுந்து, பாதுகாப்புக்கென்று ஏதோவொன்றை உபயோகித்து, உதவிக்காக

கூப்பிடுவீர்கள். தேவைப்பட்டால், உங்களையும், உங்கள் குடும்பத்தையும் திருடனிடமிருந்து வலுமையாக காப்பாற்றுவீர். இவ்விதமாகவே, பிசாசு நம் வாழ்க்கைக்குள் புகுந்து, தேவனுடைய நல்ல திட்டங்களை திருடும் போது ஏன் செய்யக்கூடாது?

இன்னும் அதிக வலுமையாக இருக்க வேண்டிய நேரமிது. நாம் தாக்கிக் கொண்டிருந்தால், நாம் தாக்குதலுக்குட்பட்டு நேரம் செலவிட்டுக் கொண்டிருக்கமாட்டோம். உங்களுக்குள்ளிருக்கும் தேவன் உங்களுக்கிருக்கும் எல்லா எதிரியைவிட பெரியவர் என்பதை நினைத்துக் கொள்ளுங்கள். பிசாசு தொடங்கும் போதே அவனை எதிர்ப்பதே செய்யத் தகுந்த எளிமையானதென்றாகும். நீங்கள் எவ்வளவு நேரம் காத்திருக்கின்றீர்களோ, அவ்வளவுக்கதிகமாக அவன் நிலைத்து நின்றுக்கொள்வான்.

## ஆவிக்குரிய ரீதியில் உறுதியாக இருங்கள்

“சில சமயங்களில், மலைகளை நகர்த்தும் அற்புதமானது, புரட்ட அல்லது தள்ளிக் கொண்டிருக்க தேவன் கொடுக்கும் பெலனேயாகும்.”

—ஷ்ஷன் லிட்டில்.:பிலட்

*மனுஷனுடைய ஆவி அவன் பலவீனத்தைத் தாங்கும்.*

—நீதிமொழிகள் 18:14

ஒரு கடினமான பரீட்சை அல்லது சோதனைக்குள்ளாகும் வரை காத்திருந்துவிட்டு, பின்னர் ஆவியில் துரிதமாக பெலனடைய முயலாதீர். அது அவ்விதமாக இல்லை, தேவனோடு தேவையான அளவு நேரம் செலவழித்து, ஜெபித்து அவருடைய வார்த்தையை படித்து கொஞ்சம் கொஞ்சமாக உங்களுடைய இருப்பை அல்லது அவசரத்திற்கென்று உபயோகிப்பவற்றை வளர்த்துக்கொள்ள வேண்டும். அதிக கனமான ஏதோவொன்றை சுமக்கும் வரை காத்திருந்து பின்னர் சீக்கிரமாக கொஞ்சம் தசைகளை வளர்த்துக்கொள்ள முயலுவது முட்டாள்தனமானதாகும். ஒருநாள் உடற்பயிற்சிக்கூடத்தில் உடற்பயிற்சி செய்துவிட்டு பின்னர் அடுத்தநாள் உங்கள் எடையைப் போன்று மூன்று மடங்கு எடையை தூக்க எதிர்பார்ப்பது இயலாததொன்றாகும். நாம் அதிக கனமானப் பொருட்களைத் தூக்குவதற்கு நம் தசைகளை வளர்த்துக்கொள்ள வேண்டுமென்பதை நாம் அறிந்திருக்கின்றோம். அதே போல் சோர்ந்துப் போகாதபடி வாழ்க்கையிலுள்ள சோதனைகளையும் சகித்துக்கொள்ள ஆவிக்குரிய பெலத்தையும் நாம் வளர்த்துக்கொள்ள வேண்டுமென்பதையும் நாம் அறிந்திருக்க வேண்டும்.

நான் ஆவிக்குரிய ரீதியில் உறுதியாக இருப்போமென்றால் அநேக காரியங்கள் என்னை கவலைக்குள்ளாக்குவதில்லை என்பதைக் கண்டறிந்துள்ளேன். ஒரு காலத்தில் சில சமயங்களில், இத்தகையக் காரியங்கள் தான் என்னை பல நாட்களாக மிகவும் சோர்வடையச்

செய்தது, ஏனென்றால், அவற்றை சரியாக, முறையாக எதிர்க்கவோ அல்லது அவற்றை சரியான கண்ணோட்டத்தில் பார்க்கவோ நான் தேவனுக்குள் போதுமான அளவு உறுதியாக இல்லை. வாழ்க்கையின் சவால்களைக் குறித்ததான நம் மனநிலையானது, அவற்றை எவ்வாறு சமாளிக்கின்றோம் அல்லது அவை உணர்ச்சிப்பூர்வமாக நம்மை எவ்வாறு பாதிக்கின்றது என்பதை நிர்ணயிக்கின்றது. வேதத்தில் யோசேப்பு என்ற பெயர் கொண்ட ஒரு மனிதன், தன்னுடைய சொந்த சகோதரரால் அடிமையாக விற்கப்பட்டான், ஆனால் அவனோ, சத்துரு தீமைக்கென்று நியமித்ததை தேவன் நன்மையாக மாற்றிவிட்டாரென்று அவன் சொன்னான் (ஆதியாகமம் 50:20 ஐ பார்க்கவும்). அவன் தேவனோடு நல்ல உறவைக் கொண்டிருந்தான். அவன் ஆவிக்குரிய ரீதியில் எப்போதும் உறுதியாக நிலைத்திருந்து, வெற்றிமேல் வெற்றியை அனுபவித்தான்.

எப்போதுமே ஆக்கினைத் தீர்ப்பின் கீழிருப்பது, ஒரு பாரத்தைக் கொண்டிருப்பது, அல்லது சமாதானம், சந்தோஷ இழப்பானது அதிக சிக்கலானதொன்றாகும், நம் கவனம் அனைத்தையும் அது எடுத்துக்கொள்ளும் ஆவிக்குரிய ரீதியில் உறுதியாக நிலைத்திருப்பது கடினமான வேலையாகக் காணப்படலாம், ஆனால் உண்மையிலேயே வாழ்க்கையில் நடைபெறும் காரியங்களினால் நாம் மேற்கொள்ளப்படுவதை விட அது எளிமையானதே, கர்த்தரிலும், அவருடைய சத்துவத்தின் வல்லமையிலும் பலப்படுங்கள் (எபேசியர் 6:10 ஐ பார்க்கவும்).

## உண்மையாயிருங்கள்

“கொஞ்சக் காரியங்களில் உண்மையாயிருப்பவன் பட்டணங்களுக்கு அதிபதி வெஸ்ட் மினிஸ்டர் ஆபீஸில் பிரசங்கிக்கின்றீர்களோ அல்லது ஒழுங்கற்ற வகுப்பில் கற்பிக்கின்றீர்களோ அது பொருட்டன்று, எனவே உண்மையாயிருங்கள், உண்மையாயிருப்பதே எல்லாமாகும்.”

— ஜார்ஜ் மெக் டோனால்ட்

*மனுஷர் பெரும்பாலும் தங்கள் தயாளத்தைப் பிரசித்தப்படுத்துவார்கள்; உண்மையான மனுஷனைக் கண்டுபிடிப்பவன் யார்?*

—நீதிமொழிகள் 20:6

உண்மையாயிருந்த, காரியங்கள் முடிவுப்பெறுவதைக் காண்பது என்பது வெகு சிலரே எப்படி செய்வது என்பதை அறிந்த ஒன்றாகும். ஒரு காரியத்தை விட்டுவிடுவதென்பது சுலபமானது என்று ஒருவர் நினைக்கலாம், ஆனால் உண்மையென்னவென்றால், அர்ப்பணிப்புகளுக்கு ஏற்ற அளவு வாழாமலிருத்தல் உண்மையாலுமே வாழ்க்கையை கடினமாக்கிவிடும், உண்மையில்லாத மக்கள், நிறைய முடிவுபெறாத திட்டங்களைக் கொண்டிருப்பர், வாழ்க்கை முழுவதும், வேலை, சபை, உறவுகள், மற்றும் பிற முக்கிய தீர்மானங்களில் மாறிக்கொண்டேயிருப்பர் உண்மையில், மக்கள், தாங்கள் எதை தொடங்கினார்களோ அதை முடிக்க உண்மையாயிருப்பார்களென்றால், இந்த மாற்றங்களனைத்தும் அதிக கடினமாக இராது.

திருமணத்திலும் கூட, திருமண வாழ்க்கைக் கடினமாயிருக்கும் போது அநேக மக்கள் விட்டுவிடுகின்றனர்; அவர்கள் விவாகரத்து பெற்றுக்கொள்ளுகின்றனர், பின்னர் சீக்கிரத்திலேயே வேறொருவரைத் திருமணம் செய்கின்றனர் பின்னர் அதே காரியம் மீண்டுமாய் தொடங்குகிறது. இக்கரைக்கு அக்கரைப் பச்சையாக இருந்தாலும், அக்கரையிலுள்ள புல்லை வெட்டிவிட வேண்டியிருக்கும் என்பதை

நினைத்துக்கொள்ளுமாறு நான் எப்போதுமே மக்களுக்குச் சொல்வதுண்டு. உண்மையென்னவெனில், நாம் கொண்டிருக்கத் தகுதியான எந்த உறவிலும் சில குறைகளிருக்கத்தான் செய்யும், அதை சரி செய்ய வேண்டியிருக்கும். நாம் முரண்பாடுகளினூடே கிரியை செய்ய இயலாவிடில், நல்ல உறவுகளை நாம் ஒருபோதும் கொண்டிருக்கமாட்டோம்.

எங்களுடைய திருமண ஆரம்ப வருடங்களில், டேவ் என்னை விட்டுவிட்டிருப்பாரென்றால், இன்று உலக முழுவதிலும் தேவனுடைய வார்த்தையை நாம் போதித்துக் கொண்டிருக்காமலிருந்திருப்பேன். அநேக மக்கள், “ கரடுமுரடுகளில் வைரங்களாகயிருக்கின்றனர்,” அவ்வாறு நான் அவர்களை அழைக்கின்றேன். அவர்களுக்கு பயங்கரமான திறமைகளிருக்கின்றது, அவர்களுடைய தேவையெல்லாம், அவர்கள் உருவாக்கப்பட்டு, மெருகூட்டப்படும் போது, யாரோ ஒருவர் அவர்களோடு இருக்க வேண்டும். தேவன் உண்மையுள்ளவராயிருக்கிறார், நாமும் அவ்வாறே இருக்க வேண்டும். ஏதோவொரு காரியத்தை விட்டுவிடும் முன்பதாக, நீங்கள் அதிகமாய் ஜெபிக்கும்படி நான் உங்களை உற்சாகப்படுத்துகிறேன். நம் வாழ்வில் சில சமயங்களில், நம்மை விரக்தியாயும், நிர்பந்தமாகவும் வைத்திருக்கும்படி விட்டுவிடும்படி செய்வது பிசாசினுடைய தந்திரமாக இருக்கிறது. நீங்கள் செய்வேனென்று வாக்களித்தவற்றிற்கு உண்மையாக இருங்கள், அதற்கான பலனை தேவன் உங்களுக்கு கொடுப்பாரென்று விசுவாசியுங்கள்.

## உங்கள் மனோபாவத்தை கவனியுங்கள்

“எதிர்மறையான ஒன்றுமில்லையை விட நேர்மறையான எதுவாக இருப்பினும் அது சிறந்ததே.”

—எல்பர்ட் ஹாப்பார்ட்

நான் அவரிடத்தில் நம்பிக்கையாயிருப்பேன்.

—எபிரேயர் 2:13

வாழ்க்கையைக் குறித்ததான உங்கள் மனோபாவம் என்ன? எந்த மனநிலையோடு வாழ்க்கையை அணுகுகின்றீர்கள்? இப்புத்தகத்தில் நான் ஏற்கனவே சொல்லிய ஒன்றை நினைவுப்படுத்த விரும்புகிறேன்—நம் பிரச்சனைத் தான் வாழ்க்கை இல்லை; நமக்கு அதிக சிக்கலைக் கொடுப்பது வாழ்க்கையை நாம் அணுகும் முறைதான் இரண்டு நபருக்கு ஒரே பிரச்சனை இருக்கக் கூடும், ஒருவர் சந்தோஷமாயிருப்பார், மற்றவரோ சோர்வோடு நிர்பந்தமாயிருப்பார் இது, தவறான பிரச்சனையன்று; பிரச்சனையை பார்க்கும் விதமே தவறானது. அதை அணுகும் முறை—அது தான் வித்தியாசமானது என்பதை எனக்கு சொல்கின்றது.

வாழ்க்கையை நாம் அணுகும் முறையானது நம்முடைய சொந்த தீர்மானமே, நாம் சந்தோஷமாக இருப்போம் என்று தீர்மானிப்போமென்றால் எவருமே நம்மை சந்தோஷமற்றவர்களாக மாற்ற இயலாது. நமக்குத் தெரிந்த ஒருவர் ஒரு தவறான தேர்வை செய்வாரென்றால், நாம் நிர்பந்தமானவர்களாக இருக்க வேண்டுமென்ற அர்த்தமில்லை. ஒரு சூழ்நிலையில் அநேகமாக நான் என்னால் இயன்றதை செய்தும், என்னுடைய நண்பர் இன்னும் கோபமாகவும், திருப்தியற்றும் இருப்பாரெயென்றால், அவருடைய தீய மனப்பான்மையினால் நான் என்னுடைய சந்தோஷத்தை இழக்க வேண்டுமா? இல்லை, இல்லவே இல்லை! ஆனால் அவர்கள் என்னுடைய சந்தோஷத்தை திருடிவிட மாட்டேன் என்று நான் தான் தீர்மானிக்க வேண்டும், இல்லையென்றால்

திருடிவிடுவார்கள். வாழ்க்கையை எவ்வாறு அணுக வேண்டுமென்று அவர்கள் தீர்மானிப்பார்கள். நானும் தீர்மானிக்க வேண்டும். மோசமானதற்கு அவர்கள் நம்பலாம், ஆனால் நானோ இன்னும் சிறந்ததை நம்ப தீர்மானிக்க வேண்டும். நம்மில் யார் சந்தோஷமாக இருந்து வாழ்க்கையை அனுபவிக்க போகின்றோம் என்பதை அறிந்துக்கொள்ள சிறந்த அறிவுத் தேவைப்பட்டது.

நான் மீண்டுமாய் உங்களிடம் கேட்கிறேன் – வாழ்க்கையைக் குறித்ததான உங்களுடைய மனோபாவம் தான் என்ன? நீங்கள் நேர்மையானவர்களாக, எப்போதுமே சிறந்ததை நம்பிக்கொண்டு, உங்களை காயப்படுத்துகிறவர்களுக்கு இரக்கத்தையும், மன்னிப்பையும் காட்ட ஆயத்தமானவர்களாக இருக்கின்றீர்களா? இல்லையென்றால், நீங்கள் நம்பியிருந்ததைப் போன்ற காரியங்கள் நடைபெறவில்லையென்று, சோர்ந்துப்போய், உற்சாகமிழந்து, திருப்தியற்றிருக்கின்றீர்களா? உங்களுடைய போராட்டங்களை ஞானமாய் தெரிந்துக்கொள்ளுங்கள் அப்போது எளிமையான வாழ்க்கையை அனுபவிப்பீர்கள். ஒரு எதிர்மறையான மனோபாவத்தைக் கொண்டிருப்பதைவிட நேர்மையான மனோபாவத்தைக் கொண்டிருப்பது சுலபமானதே.

## தாழ்மையுடன் வருவது சமாதானமும், வல்லமையும்

“தேவனுடைய அன்பையும், மனுஷருடைய அன்பையும் விரும்புவீர்களென்றால், தாழ்மையாக இருங்கள், ஏனெனில் பெருமையுள்ள இருதயம், அது தன்னைத் தவிர வேறொருவரையும் நேசிக்காததால், தன்னை தவிர வேறொருவருடைய அன்புக்கும் உரியதாயிராது. நற்குணமோ, பெலனோ, பகுத்தறிவோ மேற்கொள்ள முடியாததை தாழ்மை மேற்கொள்கிறது.”

– பிரான்சிஸ் க்வார்டெஸ்

*கர்த்தருடைய ஊழியக்காரன் சண்டைப் பண்ணுகிறவனாயிராமல், எல்லாரிடத்திலும் சாந்தமுள்ளவனும், போதகசமர்த்தனும், தீமையைச் சகிக்கிறவனுமாயிருக்க வேண்டும்.*

–2 தீமோத்தேயு 2:24

விரோதம் அல்லது கடும்கையானது, தனிநபர்களிடையே உள்ள பிளவு, அது அழிவைக் கொண்டுவரும்படி பிசாசுக்கு கதவைத் திறக்கிறது. அது நம் வாழ்வை கடினமாக்கும் ஒரு எதிர்மறையான உணர்ச்சி, அது நம் இருதயத்தையும், பிறருடைய இருதயத்தையும் காயப்படுத்துகிறது.

விரோதத்தை தவிர்க்கும் வழிகளில் ஒன்று, சின்ன, சின்ன சரியான விபரமற்ற வாக்குவாதங்களினின்று விலகுவதாகும். ஒருவர் எப்போதுமே அவர்கள் அறிந்திருப்பதாக நினைத்துக் கொண்டிருப்பதை எல்லோரிடமும் சொல்ல வேண்டும் என்று உணர்வார்களென்றால், அவர்களுக்கு எதுவுமே தெரியவில்லையென்பதை நிரூபிக்கின்றனர். அவர்களுக்கு ஏதாவது தெரிந்திருக்குமென்றால், அவர்கள் பேசுவதைக் காட்டிலும் அதிகமாக கேட்க வேண்டுமென்பதை அறிந்திருக்கிறார்கள். சண்டை பெருமையினால் தான் வருகிறதென்று வேதம் கூறுகிறது. அப்படியென்றால், பெருமை அங்கேயிருந்தாலொழிய, மக்களால் சண்டையிடவும், வாக்குவாதம் செய்யவும் கூடாது.

ஒரு எளிமையான ஆனால் வல்லமையுள்ள வாழ்வை சந்தோஷமாய் வாழ நம்மை நடத்திச் செல்வது தாழ்மையே. ஏற்ற வேளையில் தேவன் உங்களை உயர்த்தும்படிக்கு அவருடைய பலத்தக் கைகளின் கீழடங்கியிருங்கள் (1 பேதுரு 5:6 ஐ பார்க்கவும்). கிறிஸ்துக் கொண்டிருந்த அதே மனப்பான்மையையும், தாழ்மையான மனதையும் தரித்துக்கொள்ளுங்கள் (பிலிப்பியர் 2:5 ஐ பார்க்கவும்). தான் சரி என்பதை நிரூபிக்க முயலுவதை விட தாழ்மையானது சமாதானத்தை அதிகமாய் மதிக்கின்றது. நாம் வாஞ்சையோடு தேட வேண்டிய ஒரு உயர்ந்த பண்பும், குணமும் தாழ்மைதான். அது தேவனிடமிருந்து வரும் உயர்வுக்கு வழியாக இருக்கிறது. தேவனுடைய ஒரு ஊழியன் தாழ்மையாயிருப்பதின் மூலம் சண்டையை தவிர்ப்பானெயன்றால், அவனே சமாதானமான, பெலனுள்ள வாழ்வை அனுபவிக்கின்றான்.

## ஒழுக்கம் உங்களுடைய நண்பராயிருக்கட்டும்

“ஒழுக்கத்தின் இரகசியம் தூண்டுதலாகும். ஒரு மனிதன் போதுமான அளவு தூண்டப்படும் போது, ஒழுக்கம் தன்னையே பராமரித்துக்கொள்ளும்.”

– அலெக்ஸாண்டர் பேட்டர்சன்

*தேவன் நமக்குப் பயமுள்ள ஆவியைக் கொடாமல், பலமும், அன்பும், தெளிந்த புத்தியுள்ள ஆவியையே கொடுத்திருக்கிறார்.*

– 2 தீமோத்தேயு 1:7

ஒழுக்கம் என்ற வார்த்தையானது பொதுவாக மக்களை வருத்தி முறுமுறுக்கச் செய்கின்றது, ஆனால் உண்மையிலேயே, வாழ்க்கையில் நாம் எதை விரும்புகிறோமோ அதை பெற்றுக்கொள்ள நமக்கு உதவும் நல்ல நண்பனாகப் பார்க்கப்பட வேண்டும். நாம் என்ன செய்ய வேண்டுமென்று அறிந்திருக்கின்றோமோ அநேகமாக உதவியில்லாமல் செய்ய இயலாததை அதை செய்யும்படி ஒழுக்கம் நமக்கு உதவுகிறது! ஆம், ஆனால் அது *வலிக்கிறதே* என்று நீங்கள் நினைத்துக்கொண்டிருக்கலாம். அது உண்மைத்தான், ஆனால் அது, சீர், நற்கனி, நாளடைவில் விடுதலையையும் கொண்டுவருகிறதே.

ஒழுக்கத்தைக் கற்றுக்கொள்ளும் போது வலிப்பதைவிட, ஒரு முடிவே இல்லாத, சிக்கலான, குழப்பமான வாழ்க்கையே அதிகமாக வேதனைப்படுத்தும் காரியமாகும். மாறும் போது ஏற்படும் வேதனையானது மாறாமலிருக்கும் போது ஏற்படும் வேதனையைவிட சிறந்ததே. மோசமாக உணர்ந்து, வாழ்நாள் முழுவதும் பெலவீனமாக இருப்பதா அல்லது அப்பியாசப்படுத்த உங்களை ஒழுக்கப்படுத்தி, ஆரோக்கியமாகவும், பெலனாகவும் உணரலாமா என்பதை உங்களிடம் நீங்களே கேட்டுப்பாருங்கள். ஆரோக்கியமற்ற, தேவையற்ற உணவை உண்டு, மோசமான ஆரோக்கியத்தைக் கொண்டிருப்பதை தொடர விரும்புகின்றீர்களா அல்லது ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறைக்கு மாறி,

ஒரு நல்ல ஆரோக்கியத்தையும், நீண்ட ஆயுளையும் அனுபவிக்க உங்களை ஒழுங்குப்படுத்த விரும்புகின்றீர்களா? கடனிலிருந்து மீண்டு வந்து, உங்களுக்கு தேவையானவற்றை பணம் கொடுத்தே வாங்க விருப்பமா? அப்படியென்றால், உங்கள் வரவுக்கேற்ப வாழ உங்களை ஒழுக்கப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். உங்கள் வீடு சுத்தமாகவும், ஒழுங்காகவும் இருக்க வேண்டுமென்று விருப்பமா? அப்படியென்றால், அதை அவ்வாறு வைத்துக்கொள்ளும்படி உங்களை ஒழுக்கப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். வேறெந்த முறையிலும் அது நடைபெறாது.

ஜாய்ஸ் மேயர் அவர்கள், உலகத்திலுள்ள முதன்மையான வேதாகமப் போதனையாளர்களுள் ஒருவராவார். நியூயார்க் டைம்ஸின் சிறந்த விற்பனையாகும் புத்தகங்களின் ஆசிரியர். இவர், எழுபதுக்கும் மேற்பட்ட ஆவிக்குரிய புத்தகங்களை எழுதியுள்ளார், அதில் நம்பிக்கையுடைய பெண்; மேன்மையாகத் தோன்று, மேன்மையாக உணரு, எல்லா வயதினருக்கும் ஏற்ற மனதின் போர்க்களம் என்ற புத்தகங்கள், இன்னும் பல உள்ளடங்கும். ஆயிரக்கணக்கான ஆடியோ, வீடியோ போதனைகளையும் வெளியிட்டிருக்கின்றனர். ஜாஸினுடைய “ஆனந்தம் அடைவீர் அன்றாட வாழ்வில்” என்ற வானொலி, தொலைக்காட்சி ஒளிப்பரப்புகள் உலகெங்கிலும் ஒளிப்பரப்பப்படுகிறது. அவர் உலகம் முழுவதும் கருத்தரங்குகளை நடத்திக்கொண்டிருக்கிறார். ஜாய்சுக்கும், அவருடைய கணவர் டேவுக்கும் நான்கு வளர்ந்த பிள்ளைகளுண்டு, அவர்கள் மிசவுரியிலுள்ள செயின்ட் லூயிஸில் வாழ்கின்றனர்.

# Other Books By Joyce Meyer

Books Available In English

100 Ways to Simplify Your Life

A Celebration of Simplicity

Approval Addiction

Battlefield of the Mind - KIDS

Battlefield of the Mind - TEENS

Battlefield of The Mind - Devotional

Be Anxious for Nothing

Be Healed in Jesus Name

Beauty for Ashes

Discover The Joy Of being The Person God Made You To be

Do it Afraid

Don't Dread

Eat and Stay Thin

Enjoy where you are on the way...

Expect a move of God Suddenly

Filled with the Holy Spirit

Healing the Brokenhearted

Help Me! I'm Married

Help Me, I'm Afraid

How To Succeed At Being Your Self

I Dare you

If not for the Grace of God

In Pursuit of PEACE

Knowing God Intimately  
Life in the Word - Devotional  
Life in the Word-Journal  
Life in the Word-Quotes  
Look Great Feel Great  
Managing Your Emotions  
Me and My Big Mouth  
Never Give Up  
Never Lose Heart  
Nuggets of Life  
PEACE  
The Penny  
Power of Simple Prayer  
Prepare to Prosper  
Reduce Me To Love  
Secrets to Exceptional Living  
Seven Things That Steal Your Joy  
Teenagers Are People Too  
Tell them I love Them  
The Confident Woman  
The Every Day Life BIBLE  
The Joy of Believing Prayer  
The Love Revolution  
The Secret To True Happiness  
When God When  
Why God Why  
Woman to Woman

## Books Available In Tamil

Approval Addiction  
Be Anxious for Nothing  
Battle Field Of The Mind - Devotional  
Battlefield of The Mind  
Beauty for Ashes  
If not for the Grace of God  
Knowing God Intimately  
Life without Strife  
Managing Your Emotions  
Me and My Big Mouth  
Never Give Up  
Reduce Me to Love  
Secrets To Exceptional Living  
The Battle Belongs To The Lord  
The Power of Simple Prayer  
The Secret Power of Speaking God's Word  
The Word, The Name, The Blood  
The Love Revolution  
New Day New You  
Never Give Up  
The Confident Woman

To contact the author in the United States, please write:

Joyce Meyer Ministries  
P.O. Box 655,  
Fenton, Missouri 63026  
or call: (636) 349-0303  
or log on to: [www.joycemeyer.org](http://www.joycemeyer.org)

To contact the author in India, please write:

Joyce Meyer Ministries  
Nanakramguda,  
Hyderabad - 500 008  
or call: 2300 6777  
or log on to: [www.jmmindia.org](http://www.jmmindia.org)