

TRUE BREAD



AUGUST 2025

ഭൂ ബ്രഡ്

Volume 1 | Issue 8

ഒരു ക്രിസ്തീയ കുടുംബ മാസിക

മതേതരത്വത്തിന്
സ്വാതന്ത്ര്യമില്ലയോ?



ലക്ഷ്യ രൂപീകരണം:
ജീവിത വിജയത്തിന്റെ
പ്രമേയരേഖ

ഡോ. ജെയ്സൻ തോമസ്

കുഴമ

ഡോ. മാത്യു വറുഗീസ്

NOURISHING THE BODY,
HONORING THE CREATOR

MRS. SHEBHA WILLIAMS





Private Circulation only

John - 6:32

“Then Jesus said :
my Father giveth you the
TRUE BREAD”

യോഹന്നാൻ 6:32

‘യേശു: എന്റെ പിതാവത്രേ
സ്വർഗ്ഗത്തിൽനിന്നുള്ള
സാക്ഷാൽ അപ്പം
നിങ്ങൾക്കു തരുന്നത്.’

**ലേഖനം, ഫീച്ചർ, കഥ, കവിത,
സന്ദേശം, അനുഭവം തുടങ്ങിയവയും
മാസിക സംബന്ധമായ
പ്രതികരണങ്ങളും നിർദ്ദേശങ്ങളും
ക്ഷണിച്ചുകൊള്ളുന്നു.**

ചീഫ് എഡിറ്റർ, ഭൂ ബ്രഡ് മീഡിയ
മാരായമുട്ടം പി. ഒ., തിരുവനന്തപുരം - 695124
Mob: +91 9495336764
Email: truebreadmedia@gmail.com
www.thetruebread.com

Follow us on    True Bread Media

കൃതികളിലെ ആശയങ്ങളുടെ
ഉത്തരവാദിത്വം ലേഖകർക്ക് മാത്രമാണ്.
എല്ലാവിധ പുന:പ്രകാശനവും
രേഖാമൂലമുള്ള
അനുവാദത്തോടുകൂടി മാത്രം.



ADVISORY BOARD

P. S. Cherian
Dr. M. Stephen
Dr. Jaison Thomas
Dr. Sajikumar K. P.
Joy Mathew

CHIEF EDITOR

Viju Marayamuttom

EXECUTIVE MANAGER

Joemon Varghese

EDITOR IN-CHARGE

Baiju S. Panacode

CONTRIBUTING EDITORS

Dr. Anil Kurichimuttom
Dr. Binu Peniel

EDITORS

Anish Kalluvila
Lincy Joe Varghese

PUBLISHER

Prema Viju

TECHNICAL SUPPORT

Reuben Mathew Shibu

COVER & LAYOUT

Olapeeppi Design Studio
9020648395



05

ലക്ഷ്യ രൂപീകരണം:
ജീവിത വിജയത്തിന്റെ പ്രമേയരേഖ
 | ഡോ. ജെയ്സൻ തോമസ്



07

ക്ഷമ
 | ഡോ. മാത്യു വറുഗീസ്



09

സാധ്യതകൾ കണ്ടെത്തുക
 | പി. എസ്. ചെറിയാൻ

11

പള്ളിമണി
 | ജോയ് മാത്യു

13

ധാർമികതയ്ക്കായുള്ള ജ്ഞാനവായന
 | ബെനിൻ ബെൻസൺ

16

**Nourishing the Body,
 Honoring the Creator**
 | Mrs. Shebha Williams

18

The Youth In Exile
 | Renji Sam

21

**Blessed in the Beatitudes:
 A Counter Narrative**
 | Dr. George Philip



VIJU MARAYAMUTTOM

NEW MILESTONE

Greetings from True Bread Magazine family...We offer all glory and honor unto our Heavenly Father, the Author of life, who has entrusted us with this mission.

We're thrilled to announce the new phase of True Bread Monthly Magazine, an online Christian family magazine that began its journey on January 1, 2025. This endeavor is the result of a dedicated team's tireless efforts, bringing together well-qualified and authoritative writers from diverse backgrounds to share insightful articles on various subjects.

Our Mission

As a Christian family magazine, True Bread aims on addressing pressing family-related matters, including parenting,

education, health, counseling, motivation, devotion, and other spiritual and secular concerns relevant to our times. Through ongoing dialogue with our global readership, we strive to fulfill our vision of providing valuable content that resonates with families worldwide.

A New Chapter

With great joy, we announce the launch of our website, marking a significant milestone in our journey. We look forward to sharing our passion for inspiring and uplifting content with fellow travelers on the path of faith and family values.

We welcome and appreciate the valuable feedback from our readers and well-wishers. ■



ഡോ. ജെയ്സൻ തോമസ്

ജീവിതം ഒരു യാത്രയാണ്. എല്ലാ വ്യക്തികൾക്കും 24 മണിക്കൂർ വീതമുള്ള ഓരോ ദിവസവും ലഭിക്കുമെങ്കിലും ലക്ഷ്യബോധവും ദൈവാശ്രയവും ഉള്ളവരാണ് ജീവിതയാത്രയിൽ വിജയികളാകുന്നത്. എത്തിച്ചേരേണ്ട തുറമുഖത്തെ കുറിച്ചുള്ള ബോധമില്ലാത്ത കപ്പൽ കടലിൽ ദിശാബോധമില്ലാതെ സഞ്ചരിക്കുന്നത് പോലെ ലക്ഷ്യമില്ലാത്ത ജീവിതം വഴിയറ്റവും നിരർത്ഥകവും ആയിരിക്കും. ജീവിതവിജയത്തിനും വ്യക്തിത്വവികസനത്തിനും അത്യന്താപേക്ഷിതമായ ഒരു ഘടകമാണ് ലക്ഷ്യ രൂപീകരണം. ഒരു വ്യക്തിക്ക് ലഭിക്കുന്ന സമയം, സമ്പത്ത്, കഴിവുകൾ, അവസരങ്ങൾ, ആരോഗ്യം ഏറ്റവും ഫലപ്രദമായ നിലയിൽ എങ്ങനെ പ്രയോജനപ്പെടുത്തണമെന്ന് തീരുമാനിക്കുവാൻ നമ്മെ സഹായിക്കുന്ന ഘടകമാണ് ലക്ഷ്യ രൂപീകരണം. കൃത്യമായ ദിശാബോധം നമ്മുടെ ജീവിതം അർത്ഥപൂർണ്ണവും വരും തലമുറയ്ക്ക് മാതൃകയും ആകുമ്പോൾ ലക്ഷ്യമില്ലാത്ത ജീവിതം ഭാരമേറിയതും വിരസത ഉളവാക്കുന്നതും അർത്ഥശൂന്യവും ആയിരിക്കും.

വേദപുസ്തകം ലക്ഷ്യരൂപീകരണത്തെ ശക്തമായി പിന്തുണയ്ക്കുന്നു. ശലോമോൻ പറയുന്നു: 'ദർശനം / വെളിപ്പാട് ഇല്ലാത്തയിടത്ത് ജനം മര്യാദവിട്ടു നടക്കുന്നു' (സദൃശ്യവാക്യങ്ങൾ 29 : 18). നിലാവിന്റെ വെളിച്ചത്തിൽ വഴി കണ്ടുപിടിക്കുകയും ലോകം ഉണരുന്നതിനു മുൻപേ പ്രഭാതം കാണുകയും ചെയ്യുന്നവരാണ് ജീവിത ലക്ഷ്യമു

ലക്ഷ്യ രൂപീകരണം ജീവിത വിജയത്തിന്റെ പ്രമേയരേഖ

ഉളവർ. അനിയന്ത്രിതവും സുഖലോലുപതയും ഗർവ്വം ഉള്ള ജീവിതശൈലി വേദപുസ്തകം പിന്തുണയ്ക്കുന്നില്ല. ദൈവം തന്റെ പദ്ധതികളും പ്രവൃത്തികളും വ്യക്തമായ ലക്ഷ്യത്തോടെയാണ് ആസൂത്രണം ചെയ്തിരിക്കുന്നത്. ഉല്പത്തി പുസ്തകം പ്രതിപാദിച്ചിരിക്കുന്ന സൃഷ്ടിപ്പിന്റെ ചരിത്രം ഇത് വ്യക്തമാക്കുന്നു. ഓരോ ദിവസത്തെയും പ്രവൃത്തികൾ നിവർത്തിച്ചിട്ട് ദൈവം തന്റെ പ്രവൃത്തികൾ അവലോകനം ചെയ്ത് ലക്ഷ്യപ്രാപ്തി കൈവരിച്ചു എന്ന് ഉറപ്പാക്കുകയും ചെയ്തു. ലക്ഷ്യമില്ലാതെ ദൈവം യാതൊന്നും ചെയ്യുന്നില്ല.

അബ്രഹാമിന്റെ ലക്ഷ്യം 'ദൈവം ശില്പിയായി നിർമ്മിച്ചതും അടിസ്ഥാനങ്ങൾ ഉള്ളതുമായ ഒരു നഗരം' (എബ്രായർ 11:10) ആയിരുന്നപ്പോൾ നെഹമ്യാവിന്റെ ലക്ഷ്യം 'യെരൂശലേമിന്റെ മതിലുകൾ പണിയുക' എന്നതായിരുന്നു. ദാവീദ് ദൈവത്തോട് തന്റെ ജീവിത ആഗ്രഹമായി പറയുന്നു 'ഞാൻ യഹോവയോട് ഒരു കാര്യം അപേക്ഷിച്ചു: അതു തന്നെ ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു; യഹോവയുടെ മനോഹരത്വം കാണാനും അവന്റെ മന്ദിരത്തിൽ ധ്യാനിക്കാനും എന്റെ ആയുഷ് കാലമൊക്കെയും ഞാൻ യഹോവയുടെ ആലയത്തിൽ പാർക്കേണ്ടതിനുതന്നെ' (സങ്കീർത്തനം 27:4). യേശുക്രിസ്തു തന്റെ ജീവിതലക്ഷ്യമായി പറഞ്ഞിരിക്കുന്നത് 'നസ്രത്ത് മാനിഫെസ്റ്റേഷൻ' എന്നറിയപ്പെടുന്ന വേദഭാഗമാണ് (ലൂക്കോസ് 4:18-19). പിതാവ് തന്നെ ഭൂമിയിലേക്ക് അയച്ചിരിക്കുന്നത് ഒരു നിശ്ചിതകാലയളവിനുള്ളിൽ അതു ല്യമായ ഒരു ദൗത്യം പൂർത്തീകരിക്കുവാനാണ് എന്ന് ചിന്തയും അതിനുള്ള ഇച്ഛാശക്തിയുമാണ് സന്തോഷത്തോടെയും അനുസരണത്തോടെയും ക്രൂശമരണം വഹിപ്പാൻ തന്നെ പ്രാപ്തനാക്കിയത് (എബ്രായർ 12:2).

ഏതൊരു ലക്ഷ്യവും ഫലം കാണുന്നത് അതിന്റെ രൂപകൽപ്പന (Design) പ്രക്രിയ (Process) എന്നിവയെ ആശ്രയിച്ചിരിക്കും. ലക്ഷ്യസ്ഥാനം ലക്ഷ്യത്തിന് അതിനനുയോജ്യമായ പാത വെട്ടിത്തെളിച്ച് യാത്ര ചെയ്യുന്നവർക്കേ ദൗത്യം പൂർത്തീകരിക്കാൻ സാധിക്കുകയുള്ളൂ. ഇരുന്നൂറിലധികം വർഷങ്ങൾ ബ്രിട്ടീഷ് ആധിപത്യത്തിൽ കഴിഞ്ഞ ഇന്ത്യയ്ക്ക് സ്വാതന്ത്ര്യം ലഭിച്ചത് ഒരു കൂട്ടം സ്വാതന്ത്ര്യസമര സേനാനികളുടെ ലക്ഷ്യരൂപീകരണത്തിന്റെ ഫലപ്രാപ്തിയായിരുന്നു. ഇന്ത്യയുടെ മുൻപ്രസിഡന്റ് ഡോക്ടർ അബ്ദുൽ കലാമിന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ 'സ്വപ്നം/ ലക്ഷ്യം എന്നത് നമുക്ക് ഉറക്കം വരുമ്പോൾ കാണുന്ന തല്പരത, മറിച്ച് നമ്മെ ഉറങ്ങാൻ പോലും അനുവദിക്കാത്തതാണ്'. ആഗോളതലത്തിൽ ചിന്തിക്കുകയും പ്രാദേശികതലത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിലൂടെ ഏത് കഠിനമേറിയ ലക്ഷ്യവും കൈവരിക്കുവാൻ സാധിക്കും.

ജീവിത ലക്ഷ്യം ദൈവത്തോട് കൂടെ സുസ്ഥിരമായി നിർണ്ണയിക്കുമ്പോൾ ആണ് ജീവിതം അർത്ഥപൂർണ്ണം ആകുന്നത്. വിശുദ്ധ പൗലോസ് തന്റെ ജീവിതലക്ഷ്യത്തെക്കുറിച്ച് ഉത്തമബോധ്യം ഉള്ളവനായിരുന്നതിനാൽ ഒരിക്കൽ പോലും തന്റെ അവസ്ഥകളെ ഓർത്ത് പരിതപിക്കുകയോ, പരിഭവിക്കുകയോ ചെയ്തില്ല. ന്യായമായി തനിക്ക് ലഭിക്കേണ്ട അവകാശങ്ങളും അധികാരങ്ങളും വിട്ടുകളഞ്ഞു താൻ എല്ലാവർക്കും എല്ലാമായി തീർന്നു (1കൊരിന്ത്യർ 9: 22). ലക്ഷ്യപ്രാപ്തിയിലേക്കുള്ള തന്റെ പ്രയാണത്തിൽ മറ്റെല്ലാ വസ്തുക്കളും ചവറ് എന്ന് എണ്ണി താൻ ഉപേക്ഷിച്ചു (ഫിലിപ്പിയർ 3:11). ആത്മവിശ്വാസവും പ്രതിസന്ധികളിൽ സ്ഥിരതയും കൈവരിക്കുവാൻ ദൈവാശ്രയ ബോധത്തോടുള്ള ലക്ഷ്യരൂപീകരണം നമ്മെ സഹായിക്കും.

സ്വയം പുകഴ്ചയ്ക്കോ, സ്വാർത്ഥ താല്പര്യങ്ങൾക്കോ, വ്യക്തിഗത നിലനിൽപ്പിനോ വേണ്ടിയുള്ള ലക്ഷ്യ രൂപീകരണങ്ങൾ പരാജയങ്ങളിലേക്കുള്ള പാതയായി മാറുമ്പോൾ, ദൈവവുമായി ചേർന്ന് ദൈവം നൽകുന്ന ദർശനത്തിൽ പണിതെടുക്കുന്ന ലക്ഷ്യങ്ങൾ വളരുകയും നിലനിൽക്കുകയും പൂർത്തീകരണത്തിൽ എത്തിച്ചേരുകയും ചെയ്യും (അപ്പൊ. പ്രവൃത്തികൾ 2:17). വ്യക്തതയുള്ളതും ഘട്ടം ഘട്ടമായി പുരോഗതി വിലയിരുത്താവുന്ന സൂചികകൾ ഉള്ളതും നിങ്ങൾക്ക് ദൈവം പ്രാപ്യമാക്കി തരും എന്ന ബോധ്യമുള്ളതുമായ ലക്ഷ്യങ്ങൾ എഴുതിവെച്ച് അതിനായി വിശ്വാസത്തോടും പ്രാർത്ഥനയോടും കൂടെ കാത്തിരിക്കുകയും സ്ഥിരോൽസാഹത്തോടെ അധ്വാനിക്കുകയും ചെയ്യുന്നവർക്ക് പൂർത്തീകരണവും കാണുവാൻ കഴിയും.

ജീവിതത്തെ കുറിച്ചുള്ള ദൈവിക പദ്ധതി തിരിച്ചറിഞ്ഞ് അത് കുറിച്ചായി എഴുതി വയ്ക്കുക (ഹബക്കുക് 2:2). പ്രതിസന്ധികൾക്കും പരിമിതികൾക്കും അപ്പുറമായി ദൈവത്തിൽ വിശ്വസിക്കുകയും ആശ്രയിക്കുകയും ചെയ്യുക. പൂർവ്വകാലങ്ങളിൽ സംഭവിച്ച പരാജയഭീതികളും പൂർത്തീകരിക്കപ്പെടാതെ പോയ ആഗ്രഹങ്ങളും നമ്മുടെ ലക്ഷ്യ രൂപീകരണത്തിന് തടസ്സമായി തീരാതെ ദൈവത്തിലുള്ള അചഞ്ചലമായ വിശ്വാസത്തിലും പ്രാർത്ഥനയിലും ആശ്രയിച്ച് പുതിയ ലക്ഷ്യങ്ങളെ രൂപപ്പെടുത്താം.

നിഷേധാത്മകമായ ചിന്തകളോട് വിടപറഞ്ഞു ക്രിയാത്മകവും ദൈവികവുമായ ചിന്തകളാൽ മനസ്സിനെയും ഹൃദയത്തെയും ഏകാഗ്രമാക്കുക. ദൈവം നമ്മെ ഏത് ലക്ഷ്യത്തിനായി സൃഷ്ടിച്ചു എന്ന് തിരിച്ചറിഞ്ഞ് അതിനായി പരിശ്രമിച്ച് ജീവിക്കുക. നമ്മുടെ ലക്ഷ്യം ദൈവം സാധിപ്പിക്കും. കാരണം, അത് നമുക്ക് വേണ്ടിയുള്ള ദൈവിക പദ്ധതിയാണ്. ■



ഡോ. മാത്യു വറുഗീസ്

ക്ഷമ

The word of forgiveness

ധ്യാനവചനം : ലൂക്കോസ് 23 : 34

ഒരിക്കൽ ഒരു എഴുത്തുകാരൻ പുസ്തകം എഴുതുവാൻ പൂർവ്വത്തു ഇരിക്കുമ്പോൾ തന്റെ പുത്തോട്ടത്തിലൂടെ ഒരു അപരിചിതൻ കടന്നുവന്നു. എഴുത്തുകാരൻ മനോഹരമായി പരിപാലിച്ചിരുന്ന ചെടികൾ ചവിട്ടി നശിപ്പിച്ചുകൊണ്ടാണ് അയാൾ കയറി വന്നത്. ഈ കാഴ്ച കണ്ട എഴുത്തുകാരൻ വല്ലാത്ത ദേഷ്യവും കോപവും തോന്നി. എന്നാൽ പിന്നീടാണ് എഴുത്തുകാരൻ തിരിച്ചറിയുന്നത് തന്റെ മനോഹരമായ ചെടികൾ നശിപ്പിച്ച് തന്റെ അരികിലേക്ക് കയറി വന്ന ആൾ അന്ധനായിരുന്നുവെന്ന്. അന്നത്തെ ചിന്തയിൽ ഇപ്രകാരം താൻ കുറിച്ചുവെച്ചു. നിങ്ങളുടെ പുത്തോട്ടങ്ങൾ നശിപ്പിക്കുന്നവരോട് പകരം ചെയ്യാൻ നിൽക്കരുത്, കാരണം അവർ അന്ധന്മാർ ആയിരിക്കാം. യേശുവും തന്നെ ഉപദ്രവിച്ചവർക്കുവേണ്ടി പ്രാർത്ഥിച്ചു.

മരണവേളയിലും പ്രസംഗിച്ച യേശുവിനെപ്പോലെ മറ്റൊരു പ്രസംഗകനില്ല. കുരിശുപോലെ ശക്തമായ മറ്റൊരു പ്രസംഗ പീഠമില്ല. ജീവിതത്തിന്റെ നാനാ തുറകളിലുമുള്ള ആളുകൾ ഇതുപോലെ സമ്മേളിച്ച മറ്റ് വേദികൾ ചുരുക്കമാണ്. ക്രൂശിന് ചുറ്റിലും ഉള്ളവരെ പൊതുവെ സമൂഹം ഇഷ്ടപ്പെടാറില്ല എന്നതാണ് സത്യം. അപ്പോൾ തന്നെ ക്രൂശിലെ ഏഴ് മൊഴികളെ പോലെ ശക്തമായ പ്രസംഗ വിഷയം വേറെ ഇല്ലതാനും. ക്രൂശിലെ ഏഴ് മൊഴികൾ ജീവിതത്തിന്റെ സമസ്ത മേഖലകളിലും ഉള്ള ആളുകളെ സാധ്യമായിട്ടുണ്ട്. അത് എല്ലാകാലഘട്ടത്തിലുള്ളവർക്കും വേണ്ടിയുള്ള നിത്യമായ മൊഴികളാണ് .

പിതാവേ ഇവർ ചെയ്യുന്നത് എന്തെന്ന് അറിയാതെയാണ് ഇവരോട് ക്ഷമിക്കണേ എന്നാണ് ക്രൂശിൽ ക്രിസ്തു ആദ്യമായി പറഞ്ഞത്.

ക്രൂശിലെ ആദ്യമൊഴി പ്രാർത്ഥനയാണ്. ലോകം കേട്ട അതിശ്രേഷ്ഠമായ പ്രാർത്ഥനയാണിത്. ലോക ചരിത്രത്തിൽ അനേക ഹൃദയങ്ങളെ പരിവർത്തനം വരുത്തിയ പ്രാർത്ഥനയാണിത്. ക്രൂശീകരണത്തിനു ഏല്പിക്കപ്പെട്ടവർ ശപിക്കുകയും പ്രാപ്തകയും ചെയ്തപ്പോൾ ക്രിസ്തു അതിനെ തന്റെ പ്രാർത്ഥന വേദിയാക്കി മാറ്റി. കരങ്ങളും പാദങ്ങളും നിശ്ചലമായപ്പോഴും തന്റെ ദൗത്യം തുടർന്നുകൊണ്ടേയിരുന്നു. യേശു ഒരിക്കലും സാഹചര്യങ്ങളുടെ സമ്മർദ്ദത്തിന് അടിമപ്പെട്ടില്ല. നമ്മുടെ ജീവിത സാഹചര്യങ്ങൾ പ്രാർത്ഥനയ്ക്കു വിഘാതമാകരുത്, മറിച്ച് വേദനാനുഭവങ്ങൾ പ്രാർത്ഥനാവേദിയായിത്തീരണം.

പ്രാർത്ഥിച്ചു തുടങ്ങിയ യേശുവിന്റെ ശുശ്രൂഷാ ജീവിതം ഒരു പ്രാർത്ഥനയിലൂടെയാണ് അവസാനിപ്പിച്ചത് (He begins and end his life with prayer). യേശുവിന്റെ ജീവിതം ഉടനീളം പ്രാർത്ഥനാജീവിതമായിരുന്നു. ക്രൂശിൽ ഒന്നാമത്തേതും നാലാമത്തേതും അവസാനത്തേതും പ്രാർത്ഥനയായിരുന്നു. പ്രാർത്ഥനയോടു ജീവിതം നയിക്കുന്നവർക്ക് പ്രാർത്ഥനയോട് അവസാനിപ്പിക്കാൻ കഴിയുമെന്നു അവർ പഠിപ്പിച്ചു. ജീവിതത്തിന്റെ അവസാന നിമിഷങ്ങളിലും താൻ കർമ്മനിരതനായിരുന്നു.

കഠിന വേദനയിലും 'പിതാവേ' എന്ന് ആരംഭിക്കുന്ന സംബോധന സ്നേഹത്തിന്റെയും വിശ്വാസത്തിന്റെയും ആഴം ഉറപ്പിക്കുന്നതാണ്. പ്രതികൂല സാഹചര്യങ്ങളിലും ദൈവിക ബന്ധം കാത്തുസൂക്ഷിക്കണം. ഞാൻ യഹോവയെ എല്ലാ കാലത്തും വാഴ്ത്തും എന്ന ദാവീദിന്റെ കാഴ്ചപ്പാട് എല്ലാതരത്തിലും അനുകരണീയമാണ്.

ക്രൂശിലെ ആദ്യ പ്രാർത്ഥന മറ്റുള്ളവർക്കു വേണ്ടിയായിരുന്നു. തന്നെ പീഡിപ്പിക്കുന്നവർക്കു വേണ്ടി ക്ഷമ യാചിച്ചുകൊണ്ടുള്ള മധ്യസ്ഥ പ്രാർത്ഥനയാണിത്. എതിർക്കുന്നവരെ ഒതുക്കണം എന്ന രാഷ്ട്രീയ ചിന്തക്കും ശത്രുവിനെ നിഗ്രഹിക്കണമെന്ന മതചിന്തകൾക്കും എതിരാണ് ക്രിസ്തുവിന്റെ സമീപനം. ശത്രുവിനെ സ്നേഹിപ്പിച്ച് എന്ന് പഠിപ്പിച്ച കർത്താവ് മരണസമയത്തും അത് പ്രായോഗിക ജീവിതത്തിൽ പ്രാവർത്തികമാക്കി. യേശുവിന്റെ ജീവിതവും ഉപദേശവും ഒരുപോലെയാണിരുന്നത്.

കുരിശിലെ ആദ്യ മൊഴി ക്ഷമയാണ്. ദൈവത്തിന്റെ ക്ഷമയുടെ സന്ദേശമാണ് സുവിശേഷം. ക്ഷമയുടെയും സ്നേഹത്തിന്റെയും ദൈവത്തെയാണ് ബൈബിൾ വരച്ചു കാട്ടുന്നത്. തെറ്റുകൾ സംഭവിക്കുന്നത് മാനുഷികമാണ്; പക്ഷെ ക്ഷമിക്കുന്നത് ദൈവികമാണ്. കുരിശിൽ കിടന്നു ക്ഷമി

ക്കണമേ എന്ന് പ്രാർത്ഥിക്കുമ്പോൾ മനുഷ്യന്റെ പാപത്തിന്റെ വേരുകളെ പിഴുതുമറുന്ന ഒരു ശുദ്ധീകരണമാണ് നടന്നത്. പാപിയായ മനുഷ്യനോട് ക്ഷമിക്കുകയും തന്റെ ദിവ്യമായ സ്നേഹം മരണത്തിൽ കൂടെ വെളിപ്പെടുത്തുകയുമാണ് യേശു ക്രൂശിൽ ചെയ്തത്. അധികാരത്തിന്റെ തിമിരം ബാധിച്ച രാഷ്ട്രീയക്കാർക്കുവേണ്ടിയും ലാഭക്കൊതിയന്മാരായ മതഭ്രാന്തന്മാർക്കുവേണ്ടിയും ക്രൂശിലേറ്റാൻ അട്ടഹസിക്കുന്ന ജനങ്ങൾക്കുവേണ്ടിയും അവരുടെ പാപക്ഷമയ്ക്കുവേണ്ടിയും യേശു പിതാവിനോട് അപേക്ഷിച്ചു. പിതാവോ ദൈവം തന്റെ പുത്രനായ ക്രിസ്തുവിലൂടെ മാനവരാശിയോട് നിത്യമായി ക്ഷമിച്ചു. ആ ക്ഷമയാണ് ആദാമ്യ വംശത്തിൽപ്പെട്ട ഏവർക്കും ഇന്ന് ആവശ്യമായിരിക്കുന്നത്.

പിതാവേ ഇവരോട് ക്ഷമിക്കണേ എന്ന് യേശു ക്രൂശിൽ കിടന്നുകൊണ്ട് തുടർമാനമായി പ്രാർത്ഥിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നു എന്നാണ് മൂലഭാഷയുടെ വ്യാഖ്യാനത്തിൽ പറയുന്നത്. ക്ഷമ എന്നുള്ളത് ക്രിസ്തീയ ചിന്തയിലെ പ്രധാന സത്യമാണ്. ക്ഷമിക്കുവാൻ കഴിയാത്ത മനസ്സുകൾ അപകടകരമായ പ്രതിസന്ധിയിലാകും എന്ന് ബൈബിളിലെ ഉപമകൾ നമ്മെ പഠിപ്പിക്കുന്നു.

കർത്താവിനെ ക്രൂശിച്ചവർക്കുവേണ്ടി 'ഇവർ ചെയ്യുന്നത് അറിയാതെ കൊണ്ട്' എന്ന് പ്രാർത്ഥിക്കുമ്പോൾ അവരുടെ അജ്ഞത ഓർത്താണ് കർത്താവ് പ്രാർത്ഥിക്കുന്നത്. അറിവില്ലായ്മ എന്ന പാപത്തിന് ദൈവത്തിന്റെ ദിവ്യമായ ക്ഷമ ആവശ്യമാണ്. അവർ ക്രൂശിച്ചത് രക്ഷകനെയാണെന്ന് അവർക്കു മനസ്സിലായില്ല. അവർ ചെയ്യുന്നതിനെ കുറിച്ച് അവർക്ക് വ്യക്തമായ ധാരണ ഉണ്ടായിരുന്നില്ല. അറിവില്ലായ്മയിലാണ് പലരും പലതും പ്രവർത്തിക്കുന്നത്. ശരിയായിട്ടുള്ളത് എന്തെന്നു മനസ്സിലാക്കാൻ മനുഷ്യന് പലപ്പോഴും കഴിയാതെ പോകുന്നു എന്നത് ഒരു യാഥാർത്ഥ്യമാണ്. നമുക്കെതിരായി പ്രവർത്തിക്കുന്നവരോടുള്ള നമ്മുടെ മനോഭാവം എന്തായിരിക്കണമെന്നു കർത്താവു ഈ പ്രാർത്ഥനയിലൂടെ നമ്മെ പഠിപ്പിക്കുന്നു. ദൈവം ക്രിസ്തുവിൽ നമ്മോടു ക്ഷമിച്ചതുപോലെ നാമും അന്യേനും ക്ഷമിക്കണം. നമ്മെ വേദനിപ്പിക്കുന്നവരോട് നമ്മൾ ഹൃദയംഗമായി ക്ഷമിക്കണം. എവിടെ ക്ഷമ നഷ്ടപ്പെടുന്നുവോ അവിടെയാണ് കൂടുതൽ ബുദ്ധിമുട്ടും സഭയുടേയും സമൂഹത്തിന്റെയും ഒക്കെ തകർച്ച ആരംഭിക്കുന്നത്. പരസ്പരം പൊറുക്കുന്നതിലൂടെയാണ് കലഹങ്ങൾ അവസാനിക്കുന്നത്. നമ്മെ ഏതെങ്കിലും വിധത്തിൽ പ്രയാസപ്പെടുത്തിയവർക്കുവേണ്ടി നമുക്ക് പ്രാർത്ഥിക്കാം. ക്ഷമ ലഭിച്ച നമുക്ക് ദീർഘമായി ക്ഷമിക്കാൻ പരിശീലിക്കാം.

വായനഭാഗം : മത്തായി 18:21-35;
5: 23-24; എഫെസ്യർ 4:32 ■



പി. എസ്. ചെറിയാൻ

ആനയ്ക്ക് തന്റെ വലുപ്പം അറിയില്ല എന്നു നാം പറയാറുണ്ട്. ഒരു പക്ഷേ, നിങ്ങൾ ഇതുവരെ നിങ്ങളുടെ കഴിവുകൾ കണ്ടെത്തിയിട്ടില്ല. പലപ്പോഴും മറ്റുള്ളവരുടെ നേട്ടങ്ങൾ കണ്ട് അത്ഭുതപ്പെടുകയോ അസൂയപ്പെടുകയോ ചെയ്തിട്ടില്ലേ? സ്വന്തം കഴിവുകളും സാധ്യതകളും കണ്ടെത്തുകയും അവ ഫലപ്രദമായി ഉപയോഗിക്കുകയുമാണ് വിജയിക്കുവാനുള്ള മാർഗം.

ഇംഗ്ലീഷിൽ ഇങ്ങനെ ഒരു വാചകമുണ്ട്: 'The pessimist sees a difficulty in every opportunity. The optimist sees an opportunity in every difficulty' - അശുഭാപ്തി വിശ്വാസമുള്ളവൻ എല്ലാ അവസരങ്ങളിലും ഒരു പ്രതിസന്ധി കാണുന്നു; ശുഭാപ്തി വിശ്വാസമുള്ളവൻ എല്ലാ പ്രതിസന്ധിയിലും ഒരു അവസരം കാണുന്നു.

സാധ്യതകൾ കണ്ടെത്തുക

എന്റെ സാഹചര്യം മോശമാണ്, എനിക്കു കഴിവില്ല, എന്നെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുവാൻ ആരുമില്ല, ഞാനിതു ചെയ്താൽ ശരിയാകയില്ല എന്നിങ്ങനെ എത്രയോ ഒഴികഴിവുകളാണ് നാം പറയാറുള്ളത്. പ്രതിസന്ധികളെ കീഴടക്കുവാനുള്ള ഇച്ഛാശക്തി ഇല്ലാത്തതുകൊണ്ടാണ് ഇങ്ങനെ പറയുന്നത്.

ചെറിയ ചെറിയ കാൽവയ്പുകളിലൂടെ, ചെറിയ കാര്യങ്ങളെ ഉത്തരവാദിത്തത്തോടെ ചെയ്യുന്നതിലൂടെ വലിയ കാര്യങ്ങളിലേക്ക് എത്തിപ്പെടുവാൻ കഴിയും.

നോബെൽ സമ്മാനം സ്വീകരിക്കുന്ന സമയത്ത് മദർ തെരേസയോട് ഒരാൾ ചോദിച്ചു: 'ലോകസമാധാനം പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുവാൻ നമുക്ക് എന്തു ചെയ്യാൻ കഴിയും?' മദർ മറുപടി പറഞ്ഞത് ഇപ്രകാരമാണ്: 'Go home and love your family'- നീ വീട്ടിൽ ചെന്ന് കുടുംബത്തെ സ്നേഹിക്കുക. ഓരോ കുടുംബവും സമൂഹത്തിന്റെ ചെറുഘടകമാണ്. അവിടെ നിന്നാണ് ലോകത്തിനു മുഴുവൻ ശാന്തിയും കാരുണ്യവും ലഭിക്കേണ്ടത്.

ഒരിക്കൽ രണ്ടുപേർ ജ്യൂസ് സ്ട്രോയിലൂടെ വലിച്ചു കുടിക്കുകയായിരുന്നു. പകുതി കുടിച്ചു കഴിഞ്ഞപ്പോൾ ഒരുവൻ പറഞ്ഞു: 'പകുതി തീർന്നു.' അപ്പോൾ മറ്റവൻ പറഞ്ഞു: 'ഇനി പകുതി കുടി ഉണ്ട്.' ഒന്നാമൻ പെസ്റ്റിമിസ്റ്റും രണ്ടാമൻ ഒപ്റ്റിമിസ്റ്റുമാണ്. എന്തിലും നെഗറ്റീവും കുറ്റവും പ്രതിസന്ധിയുമാണ് പെസ്റ്റിമിസ്റ്റ് കാണുക. ഒപ്റ്റിമിസ്റ്റ് സാധ്യതകൾ കാണുന്നു.

ജോവാൻ ഓഫ് ആർക്ക് ഓർലിയയിലെ രാജ്ഞിയായത് 18-ാം വയസ്സിലാണ്. വിക്ടർ ഹ്യൂഗോ തന്റെ പ്രശസ്തമായ കൃതി 15-ാം വയസ്സിൽ എഴുതി. അലക്സാണ്ടർ ലോകജേതാവായത് 33-ാം വയസ്സിൽ.

അന്ധയും ബധിരയും മുകയുമായിട്ടും ഹെലൻ കെല്ലർ ആറു ഭാഷകളിൽ പ്രാവീണ്യം നേടി. ബീമോവൻ എന്ന പ്രസിദ്ധ സംഗീതജ്ഞൻ ബധിരനും കവിതയായ മിൽട്ടൺ അന്ധനുമായിരുന്നു. രണ്ടര വയസ്സിൽ കാഴ്ചനഷ്ടപ്പെട്ട ഫാനിക്രോസ്ബി മൂവായിരം ഇംഗ്ലീഷ് ഗാനങ്ങൾ എഴുതി. പഠിക്കാൻ മണ്ടനും പകുതി കാഴ്ചക്കുറവുള്ളവ നുമായിരുന്നു തോമസ് ആൽവാ എഡിസൺ. കണ്ടുപിടുത്തങ്ങളിലൂടെ എഡിസൺ ലോക വിപ്ലവമായി...

കർത്താവായ യേശു തന്റെ മഹാ ദൗത്യത്തിനു വേണ്ടി തിരഞ്ഞെടുത്തത് സാധാരണക്കാരെ ആയിരുന്നു. എന്നാൽ അവർ ലോകത്തെ കീഴ്മേൽ മറിക്കുന്ന അസാധാരണക്കാരായി മാറി. ദൈവകരങ്ങളിൽ സമർപ്പിക്കുന്ന ഏതു നിസ്സാര മനുഷ്യനും അദ്ഭുത വിഷയമായി മാറും.

നിങ്ങളുടെ സാധ്യത കണ്ടെത്തുക. നിങ്ങളിലേക്കു സൂക്ഷിച്ചു നോക്കിയാൽ, നിങ്ങൾക്കു ചില സാധ്യതകൾ കാണാം. ദൈവാശ്രയത്തോടും നിശ്ചയദാർഢ്യത്തോടും ചുവടുകൾ വയ്ക്കുക.

സാഹചര്യങ്ങളെ പഴിക്കുകയോ പ്രതിസന്ധികളെ ഭയക്കുകയോ അല്ല, സാധ്യതകളെ കണ്ടെത്തുകയാണ് വിജയമാർഗ്ഗം. ■





ജോയ് മാത്യു

ആ പള്ളിമണിയിലേക്ക് നോക്കി ഞാൻ ഏറെ നേരം ഇരുന്നു...

ഏകദേശം നൂറ്റി എഴുപത്തിയഞ്ചോളം വർഷങ്ങൾക്കു മുൻപ് ഇംഗ്ലീഷ്കാർ സ്ഥാപിച്ച രാജ്കോട്ട് ക്രൈസ്റ്റ് ചർച്ചിന്റെ 'പള്ളി മണി'യുടെ ഒരു ഫോട്ടോ എന്റെ മൊബൈലിൽ ഒപ്പിടപ്പെട്ടിരുന്നു....!

പഴമയുടെ കൗതുകം അതിൽ ഏറെ യുണ്ടായിരുന്നു... അതിൽ ഒരു കാലഘട്ടത്തിന്റെ ചരിത്രവും ഉറങ്ങുന്നു....!

പള്ളിമണി

കേരളത്തിലെ ഗ്രാമാന്തരീക്ഷത്തിൽ ജനിച്ച് വളർന്ന പലർക്കും സുപരിചിതമാണ് പള്ളി മണികളുടെ ശബ്ദം!

നിഴലുകൾ നോക്കി പഴമക്കാർ സമയം നിശ്ചയിച്ച ഒരു കാലമുണ്ടായിരുന്നു.

ഇന്നത്തെ പോലെ കൃത്യമായി സമയം അറിയാൻ മാർഗ്ഗങ്ങൾ ഒന്നും ഇല്ലാതിരുന്ന ആ കാലഘട്ടത്തിൽ ഈ മണിമുഴക്കം ചില കൃത്യ സമയങ്ങൾ ഓർമ്മിപ്പിക്കുമായിരുന്നു....

എല്ലാവർക്കും കേൾക്കാവുന്ന രീതിയിൽ പള്ളിയുടെ മുകളിലോ, പ്രത്യേക ഉയർന്ന ഇടങ്ങളിലോ ക്രമീകരിച്ചിരുന്നു! ഒരു ദേശത്തിന്റെ ഉണർത്തു പാട്ട് കൂടിയിരിക്കുന്നു അവ.

ആരാധനക്കുവേണ്ടിയുള്ള മണി മുഴക്കം കൂടാതെ, ചില പ്രത്യേക സന്ദർഭങ്ങളിലും മണി മുഴക്കാറുണ്ട്. അതിലൊന്നാണ് മരണമണി! സമയം ക്രമീകരിച്ച്, വിട്ട് വിട്ട് അടിക്കുന്ന ആ മണി ശബ്ദം കേൾക്കുമ്പോൾ ഇടവകക്കാർക്ക് അത് ഓടികൂടാനുള്ള സൂചനയാണെങ്കിൽ, നാട്ടുകാർക്ക് ആരോ ഒരാൾ മരിച്ചു എന്നുള്ള ഒരു അറിയിപ്പുകൂടി ആയിരുന്നു.

കൃത്യ സമയത്ത് ചടങ്ങുകൾ തുടങ്ങാൻ മണി ഒച്ചകൾ കൊണ്ട് മനസ്സിലാക്കാമായിരുന്നു....

ഒന്നാം മണി, രണ്ടാം മണി, മൂന്നാം മണി....

ഇതിനൊക്കെ അതിന്റെതായ പ്രത്യേകത

കൾ ഉണ്ടായിരുന്നു....ആദ്യമണി അടിക്കുമ്പോൾ അത് ഒരു ഓർമ്മപ്പെടുത്തൽ ആണ്.

ഇന്ന് പല പള്ളിമണികളും ഉറക്കത്തിലാണ്. വിശ്വാസികൾക്ക് സമയമറിയാൻ പല മാർഗ്ഗങ്ങൾ ഉണ്ട്. ശബ്ദമുഖരിതമായ ഈ അന്തരീക്ഷത്തിൽ പള്ളി മണി ആരു കേൾക്കാൻ!

കാലം മാറിയതോടെ ഇതിന്റെ ഉപയോഗം കുറഞ്ഞു. ഒരു പക്ഷേ ചടങ്ങിന് വേണ്ടി ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ടായിരിക്കാം. എന്തിനേറെ പറയുന്നു : 'മണിയടി' യുടെ അർത്ഥം തന്നെ മാറി കഴിഞ്ഞു.

ഇറ്റലിയിലെ നോളായിലെ ബിഷപ്പ് പോലീനോസ് AD 400 ന് ഇതിന് തുടക്കം കുറിച്ചു എന്ന് പറയപ്പെടുന്നു.

ഓരോ സന്ദർഭത്തിന് അനുസരിച്ചു വ്യത്യസ്ത ശബ്ദത്തിൽ മുഴങ്ങുമ്പോൾ വിശ്വാസികൾക്ക് മനസ്സിലാകും ഇത് എന്തിനുള്ള മണിമുഴക്കം ആണെന്ന്!

ഈ ശബ്ദം ഒരു ഓർമ്മപ്പെടുത്തലാണ്... ജനം ദൈവത്തിന്റെ അടുക്കലേക്കു ഓടിവരിക എന്ന്. 'നിങ്ങൾ പള്ളിയിലേക്ക് വരിക'..... ദൈവത്തിന്റെ അടുത്തേക്ക് ഓടി വരിക.....

തിരക്കുപിടിച്ച ജീവിത സാഹചര്യത്തിൽ പലതും മറന്ന കൂട്ടത്തിൽ നാമും ആ മണിനാദം മറന്നു കഴിഞ്ഞു.... ■



എബ്രായ ബൈബിളിലെ 'എഴുത്തുകൾ' (കെതുവിം) എന്ന വിഭാഗത്തിലെ അതിപ്രധാന ഭാഗമാണ് ജ്ഞാനസാഹിത്യം. പ്രായോഗിക ജീവിതത്തിലെ പ്രശ്നങ്ങളെ (puzzles) വിശദീകരിക്കാനും ലഘൂകരിക്കാനും അതുവഴി പരിഹാരം കാണാനുമാണ് ജ്ഞാനസാഹിത്യം നിലവിൽ വന്നത്. ജീവിതത്തിന്റെ അർത്ഥതലങ്ങളും പ്രായോഗിക-ധാർമിക നിർദ്ദേശങ്ങളും രൂപപ്പെടുത്തുകയാണ് ജ്ഞാനസാഹിത്യത്തിന്റെ ലക്ഷ്യം. പുരാതന സംസ്കാരങ്ങളായ മെസപ്പൊട്ടേമിയ, ഈജിപ്ത് എന്നിവിടങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള ജ്ഞാന ഉറവിടങ്ങളെ ഇസ്രായേലിന്റെ പശ്ചാതലത്തിൽ പുനർനിർമ്മിച്ചും പുനർവ്യാഖ്യാനിച്ചും ഇസ്രായേലിന്റെ ജ്ഞാന രേഖകളെ കൂട്ടിച്ചേർത്തുമാ



ബെനിൻ ബെൻസൺ
(ഇന്ത്യാ ബൈബിൾ കോളേജ് & സെമിനാരി, കുമ്പനാട്)

ധാർമികതയ്ക്കായുള്ള ജ്ഞാനപ്രാപ്തി



ണ് പഴയനിയമത്തിലെ ജ്ഞാനപുസ്തകങ്ങൾ രചിച്ചിരിക്കുന്നത്. ഈ തിരുവെഴുത്തുകളുടെ ആധുനിക കാലഘട്ടത്തിലെ പ്രാധാന്യം ഇവ വ്യക്തികൾക്ക് നന്മയുടെയും ജീവിത വിജയത്തിന്റെയും ഉത്തരവാദിത്തത്തിന്റെയും നിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകുന്നു; കുടുംബത്തിലും ജോലിസ്ഥലത്തും വ്യക്തിബന്ധങ്ങളിലും ഉള്ള ദൈവനംദിന പ്രശ്നങ്ങളെയും ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങളെയും കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതിനുള്ള ദിശാബോധം നൽകുന്നു; നന്മ, തിന്മ, ദൈവനീതി എന്നിവയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ചോദ്യങ്ങൾക്ക് ഉത്തരം നിർദ്ദേശിക്കുന്നു; കൂടാതെ, അനുഭവങ്ങളിൽ കൂടി നേടിയ അറിവുകൾ അടുത്ത തലമുറകൾക്ക് പകർന്ന് നൽകുന്നു, എന്നിവയാണ്.

ഇസ്രായേലിലെ 'ജ്ഞാനം'

ഇസ്രായേലിന്റെ തിരുവെഴുത്തായ എബ്രായ ബൈബിളിൽ 'ഹോക്മ' (Hokhma) എന്ന എബ്രായ പദമാണ് ജ്ഞാനത്തെ സൂചിപ്പിക്കാൻ ഉപയോഗിച്ചിരിക്കുന്നത്. ഇസ്രായേലിന്റെ ദൈവശാസ്ത്രമനുസരിച്ച്, 'ജ്ഞാനം' കേവലം മാനസിക ശേഷി അഥവാ ബൗദ്ധിക ശേഷി മാത്രമല്ല, മറിച്ച്, ഇത് ദൈവത്തിന്റെ സൃഷ്ടിസംബന്ധമായ ഒരു ആവിർഭാവം (emergence) അല്ലെങ്കിൽ ഒരു അവതാരമാണ് (incarnation). വെറൊരർത്ഥത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ, ജ്ഞാനം ഒരു ദൈവികത വ്യക്തിപ്രതിനിധാനം (personification) ആണ് (സദൃശവാക്യങ്ങൾ 8: 22-30). ആ അർത്ഥത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ, ജ്ഞാനവായന നമ്മുടെ തിരഞ്ഞെടുപ്പുകൾക്കുള്ള ദൈവിക മാർഗനിർദ്ദേശവും ദൈവത്തിന്റെ ഇച്ഛയുടെ വെളിപ്പെടുത്തലുമാണ്.

തിരുവചനത്തിന്റെ പ്രധാന ലക്ഷ്യം തന്നെ ജ്ഞാനബോധനം ആണെങ്കിലും, മൂന്ന് പ്രധാന പുസ്തകങ്ങളെയാണ് ജ്ഞാനഗ്രന്ഥങ്ങൾ എന്ന് വിളിക്കുന്നത്: ഇയ്യോബ്, സദൃശവാക്യങ്ങൾ, സഭാപ്രസംഗി. ഇവ കൂടാതെ മറ്റ് നിരവധി തിരുവചനഭാഗങ്ങളിലും ജ്ഞാനത്തിന്റെ

സംഭാഷണങ്ങൾ വായിക്കാവുന്നതാണ് (യെശ. 28:2329; യിരെ. 8:89; സങ്കീ. 1, 119 etc.). ഇസ്രായേലിന്റെ ജ്ഞാനശാസ്ത്രം അനുസരിച്ച് ദൈവമാണ് ജ്ഞാനത്തിന്റെ ഉപജ്ഞാതാവ് (പുറ. 28:3; 31:3), ന്യായപ്രമാണം ജ്ഞാനത്തിന്റെ മാധ്യമവും (ആവർ. 4:6). ജ്ഞാനം ദൈവത്തിന്റെ പ്രതിരൂപമാ

യതിനാൽ, ഏതൊരാൾക്കും ഏതൊന്നിനും ജ്ഞാനത്തെ പ്രതിഫലിപ്പിക്കാൻ കഴിയും. അതിനാലാണ് പ്രകൃതിയും വ്യക്ഷപതാദികളും മൃഗങ്ങളും മറ്റു ജീവികളും ജ്ഞാനത്തിന്റെ ആശയവിനിമയം നടത്തുന്നു എന്നു പറയുന്നത് (ഇയ്യോ. 12:710; സദൃശ. 6:68).

പ്രതിദിന ജീവിതത്തിലെ 'ജ്ഞാനം' എന്ന ആശയം ഹീബ്രു സംസ്കാരത്തിൽ ആഴത്തിൽ വേരോടിയിട്ടുണ്ട്. ഇതിന്റെ പ്രതിഫലനം എബ്രായ കല്പനകളിലും ഉപദേശങ്ങളിലും പാരമ്പര്യങ്ങളിലും സുവ്യക്തമായിരിക്കുന്നത് ഈ കാരണത്താലാണ്. യഹോവാദേവതയിൽ ആരംഭിക്കുന്ന (സദൃശ്യ. 1: 7) ഇത് ധാർമ്മിക, സാമൂഹിക, സാമ്പത്തിക, കുടുംബപരമായ പശ്ചാത്തലങ്ങളിൽ പതലിച്ചു കിടക്കുന്ന ഒന്നാണ്. ഹീബ്രു ചിന്തയിൽ, 'ഹോക്മ' എന്നത് വെറും അറിവല്ല, മറിച്ച്, സമൂഹവുമായി സമരസപ്പെട്ട് ജീവിക്കാൻ ആവശ്യമായ പ്രായോഗിക

ജ്ഞാനമാണ്. മാതാപിതാക്കൾ, അധ്യാപകർ, സുഹൃത്തുക്കൾ എന്നിവരിൽ കൂടിയും ജ്ഞാനം ലഭിക്കാമെങ്കിലും ആത്യന്തികമായി ജ്ഞാനത്തിന്റെ ഉറവിടം ദൈവം തന്നെയാണ്. ദൈവനംദിന ജീവിതത്തിനും പ്രവൃത്തികൾക്കും ആവശ്യമായ ജ്ഞാനം സൃഷ്ടിയിൽ നിന്നും പ്രപഞ്ചത്തിൽ നിന്നും ലഭിക്കുന്നത് ഇതു മുഖാന്തിരമാണ്.

അടിസ്ഥാനപരമായി ജ്ഞാനം ഒരു വ്യക്തിയുടെ നന്മനിറഞ്ഞ ലക്ഷ്യങ്ങൾ സാക്ഷാൽക്കരിച്ചു ജീവിക്കുന്നതിനായുള്ള രീതിശാസ്ത്രമാണ്

അനുഗ്രഹം നേടാൻ മാത്രമല്ല, ജ്ഞാനത്തോടും നീതിയോടും ജീവിക്കാനായി തിരുവചനഭാഗങ്ങൾ വായിക്കുമ്പോഴാണ് പുതിയതലമുറയ്ക്ക് ഈ വെല്ലുവിളിയെ അതിജീവിക്കാൻ കഴിയുന്നത്.

(methodology). നിത്യജീവിതത്തിൽ തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കുന്നതിനും ആശയവിനിമയം നടത്തുന്നതിനും ബന്ധങ്ങൾ സ്ഥാപിക്കുന്നതിനും അതു സൂക്ഷിക്കുന്നതിനും സമയം ഉപയോഗിക്കുന്നതിനും വൈകാരിക സമ്മർദ്ദങ്ങളെ സംതുലിതമായി കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതിനും ധാർമികവും ഉത്തരവാദിത്തപരവുമായ തീരുമാനം കൈകൊള്ളുന്നതിനും വ്യക്തിഗത പുരോഗതി കൈവരിക്കുന്നതിനും മുൻഗണന നിർണ്ണയിക്കുന്നതിനും ജ്ഞാനം അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്.

ജ്ഞാനവായന : യുവതലമുറയ്ക്ക് ഒരു വെല്ലുവിളി

ജ്ഞാനവായനയുടെ പ്രധാന ലക്ഷ്യം സത്യവും മിഥ്യയും തമ്മിലുള്ള തിരിച്ചറിയൽ സാധ്യമാക്കുക എന്നതാണ്. കാരണം, മിക്കപ്പോഴും മിഥ്യ സത്യത്തേക്കാൾ സുന്ദരവും ആകർഷകവുമാണ്. ആഘോഷങ്ങളുടെയും വിനോദങ്ങളുടെയും അതിപ്രസരമുള്ള ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ യുവതലമുറ നേരിടുന്ന ഏറ്റവും വലിയ വെല്ലുവിളിയും ഇതുതന്നെയാണ്. യഥാർത്ഥമായ (genuine) അല്ലെങ്കിൽ നിർവ്യാജജ്ഞാനം കണ്ടെത്തുക സാധ്യമാകുന്നത് ഈ ലോകത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ദൈവത്തിന്റെ രൂപകല്പന (design) മനസ്സിലാക്കുമ്പോഴാണ്. അത്തരത്തിൽ മനസ്സിലാക്കിയാൽ, ഈ ലോകം വ്യക്തികളുടേയോ സമൂഹത്തിന്റേയോ സ്വാർത്ഥ താൽപര്യങ്ങൾക്കുള്ളതല്ല, മറിച്ച്, പൊതു ഉപയോഗത്തിന് (public utility) വേണ്ടിയാണ് നിർമ്മിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത് എന്നു മനസ്സിലാകും. അതായത്, നിർവ്യാജ ജ്ഞാനം നിലകൊള്ളുന്നത് ദൈവവുമായുള്ള ബന്ധത്തിലാണ്. അതിലൂടെയാണ് ദൈവ സൃഷ്ടിയുടെ ക്രമം (order) മനസ്സിലാകുന്നത്.

പുതിയതലമുറയുടെ പ്രധാന വെല്ലുവിളി അവർക്കു മിക്കപ്പോഴും തീരുമാനം എടുക്കാൻ കഴിയുന്നില്ല എന്നുള്ളതാണ്. ദൈവത്തിങ്കലേതിനെക്കാൾ ലോകത്തിലേക്കു അവർ ആകർഷിക്കപ്പെടുമ്പോൾ, പുതിയതലമുറ സമ്മർദ്ദത്തിലും പിരിമുറുക്കത്തിലും ആകുകയാണ്. ഇവിടെയാണ് ജ്ഞാനവായനയുടെ പ്രസക്തി. തിരുവചന

ത്തിന്റെ ജ്ഞാനവായന അനുസരിച്ച്, ജ്ഞാനം ലഭിക്കുന്നത് അനുഭവങ്ങളിലൂടെയും (experience) പ്രകൃതിയിലൂടെയും (nature) പ്രതിഫലനങ്ങളിലൂടെയും (reflection) ആണ്. അനുഗ്രഹം നേടാൻ മാത്രമല്ല, ജ്ഞാനത്തോടും നീതിയോടും ജീവിക്കാനായി തിരുവചനഭാഗങ്ങൾ വായിക്കുമ്പോഴാണ് പുതിയതലമുറയ്ക്ക് ഈ വെല്ലുവിളിയെ അതിജീവിക്കാൻ കഴിയുന്നത്. ഉദാഹരണത്തിന്, ബൈബിളിലെ ജ്ഞാനഗ്രന്ഥങ്ങൾ വായിക്കുക: സദൃശവാക്യങ്ങൾ (Book of Proverbs) പ്രായോഗിക ജീവിതത്തിനും ധാർമ്മികതയ്ക്കും ഉള്ള നിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകുന്നു; സഭാപ്രസംഗികളുടെ



പുസ്തകം (Book of Ecclesiastes) ജീവിതത്തിന്റെ അർത്ഥത്തെക്കുറിച്ചും മനുഷ്യന്റെ പരിമിതികളെക്കുറിച്ചുമുള്ള പ്രതിഫലനങ്ങൾ നൽകുന്നു; ഇയ്യോബിന്റെ പുസ്തകം (Book of Job) കഷ്ടതയെക്കുറിച്ചും ദൈവനീതിയെക്കുറിച്ചുമുള്ള അന്വേഷണങ്ങൾ നടത്തുന്നു. ഇവയെ ജീവിതദർശനത്തിനും ചിന്താധാരകളുടെ രൂപീകരണത്തിനും ഉപയോഗിക്കുകയാണു ഇവിടെ ‘ജ്ഞാനവായന’ എന്നതുകൊണ്ട് അർത്ഥമാക്കുന്നത്.

“നീ ബോധത്തിനായി വിളിച്ചു വിവേകത്തിനായി ശബ്ദം ഉയർത്തുന്നു എങ്കിൽ, ജ്ഞാനം നിന്റെ ഹൃദയത്തിൽ പ്രവേശിക്കും; പരിജ്ഞാനം നിന്റെ മനസ്സിന് ഇമ്പമായിരിക്കും. വകതിരിവു നിന്നെ കാക്കും; വിവേകം നിന്നെ സൂക്ഷിക്കും”(സദൃ. 2: 3, 10-11). ■



Mrs. SHEBHA WILLIAMS
M.Sc Clinical Nutrition & Dietetics
(CLINICAL DIETITIAN)

Nourishing THE BODY Honoring THE CREATOR

As a dietitian and a follower of Christ, I have come to see food not just as fuel for the body, but as a gift from our Creator—meant to be enjoyed, respected, and used wisely.

In today's world, where diet trends, fast food, and chronic illness are on the rise, many struggle to understand what healthy eating truly looks like. But when we turn to the Bible, we find timeless wisdom that speaks into even our modern-day food choices.

1. Our Bodies Are God's Temple

"Do you not know that your bodies are temples of the Holy Spirit... Therefore, honor God with your bodies." – 1 Corinthians 6:19-20

As a dietitian, I often encourage people to care for their bodies through balanced nutrition, hydration, and rest. When we understand our bodies as temples of the Holy Spirit, our motivation shifts from appearance to worship. Choosing whole foods, avoiding harmful habits, and respecting our health becomes a spiritual act of stewardship.



2. God Designed Food with Purpose

“Then God said, ‘I give you every seed-bearing plant on the face of the whole earth... They will be yours for food.’” – Genesis 1:29



God created fruits, vegetables, grains, and other natural foods for our nourishment. Modern science now confirms the power of these foods to fight disease, boost energy, and support mental health. Eating closer to the way God originally intended—minimally processed, plant-rich diets—can lead to greater well-being.

3. Moderation and Self-Control Are Key

“Like a city whose walls are broken through is a person who lacks self-control.”—Proverbs 25:28

Even healthy food, when consumed in excess or for the wrong reasons, can lead to imbalance. As Christians, we are called to practice self-control—not legalism, but wise boundaries. Eating with purpose, rather than emotional impulse or overindulgence, honors both our health and our faith.

4. Gratitude Transforms Our Relationship with Food

“So, whether you eat or drink or whatever you do, do it all for the glory of God.” – 1 Corinthians 10:31

Food is not to be worshiped, feared, or abused—it is to be received with thanksgiving. Whether we are enjoying a simple meal or a feast, approaching the table with gratitude can change our entire mindset. As a dietitian, I encourage clients to slow down, bless their food, and eat mindfully.

God cares deeply about every part of us—body, mind, and spirit. As Christians, let us not separate our health from our faith. Whether we’re planning meals, feeding our families, or teaching others about nutrition, we have an opportunity to reflect God’s wisdom and love.

May we seek balance, practice self-care, and glorify God in every bite we take.

The YOUTH in Exile



RENJI SAM

It was a cold Wednesday evening. A 17-year-old girl sat on the edge of her bed, scrolling through her phone. Her feed was filled with influencers talking about body image, identity, and freedom. Her friends posted videos mocking religion as irrelevant, outdated, even oppressive. She had grown up in Sunday schools, loved Jesus deeply- but now she felt alone. Her beliefs made her feel like a stranger in her own generation. This is the silent story of many young people today. They are not in physical exile, but like Israel in Babylon, they feel emotionally and spiritually displaced. The exiles in a world that no longer speaks the language of their faith.

Jesus the Cultural Exile: for many Christian youth, being a believer today means navigating a world that doesn't understand or value their convictions. From school classrooms to Instagram comments from peer circles to universities, they are often challenged to prove their faith. Even in the spiritual surroundings they are constantly facing questions and suspicious looks which makes them self-doubt their dignity. Being in a youthful age itself is a challenge because of the widespread perspective that youngsters are prone to fall or go astray. They get confused because it is told to them that this world is theirs, family is behind them, church is praying for them, but whereas they stand, they get rejected and misplaced. They could hardly speak their mind due to the fear of rejection.

John 15:18-19 "If the world hates you, know that it has hated me before it hated you. If you were of the world, the world would love you as its own; but because you are not of the world, but I chose you out of the world, therefore the world hates you."

He was not the right pick for the society and culture in which he lived. He walked the paths of death because he stood different from the crowd. When youngsters feel lost and unwanted, the encouragement to share is Christ himself. Instead of going after alternatives to prove himself as God, Jesus lived a life of purity, clarity and sincerity. He was questioned, rebuked, wounded but he modeled a life of purpose remembering all the generations coming after him, the millennials, the GenZ, the Alpha's and the Beta's.

Daniel: He was a role model in a hostile culture. Daniel was stripped off his name, language, temple, and community. Yet he remained faithful. Daniel made choices to say no to feast or dine with king. He studied its literature, worked in its government, and influenced its kings- all without compromising his identity in God. Daniel made all these choices of his own. He had a hard time because his choices made him stand out in crowd. Our youngsters too make choices among their friends, peers or society. They are already under lot of social pressures. The biggest challenge they face is when their own doesn't trust them and their choices.

The freedom to use the wisdom that God has given them is not trusted which destroys their confidence to live a life of trusting God. They might be thinking differently, living colorfully, saying no to many traditional things but are they still in the journey with God? Every time we judge their choices, we are making clear that we don't trust the work God is doing in them. This triggers them to indulge in crimes, havoc and silly decisions.

Proverbs 18:15 “The heart of the discerning acquires knowledge and the ear of the wise seeks knowledge.”

The position that one reaches about the spiritual expulsion must be dealt wisely. Arrogance and stubbornness blinds people with pride and false truth that makes them avoid seeking knowledge appropriately. This requires one to have discernment, discernment over emotions, discernment over social setups, discernment in relationships, discernment over their spiritual leads. This is a lifelong process.

The Crisis of Identity: Esther faced huge identity crisis. She had to hide her family identity, and national identity. Finally, she had to “come out” which was life threatening. Coming out with your truth is the new age boundary setting. Youngsters who assertively communicate who they are might face challenge, but it builds a standard wall of protection from influencers, trends, miscommunications, and social pressures. They need to rediscover who they are not based on followers, fame and passing feelings. The steps they step back from setting boundaries and to pleasing people will backfire as it will disrupt their personality as a whole. The increased rate of depression and anxiety issues among youngsters is an alarming call

saying they are doing something which isn't engraved in their personality.

Galatians 6:2 “Bear one another's burden and so fulfill the law of Christ.”

Loneliness and isolation tenses one to question their identity. That's why one needs their own tribes for support. In an age where everyone is questioning their existence, this burden can be reduced through open forums for discussions and communication where one is accepted than judged, than contempt. This is a universal need which needs to be created, a safe space for all types of people. Identifying crisis is a huge skill but sharing it with right people and getting help on time are life savers.

The question to all of us readers is: are we listening, are we mentoring and are we offering grace and truth or just tradition. Jesus walked with the outcast, sat with the doubting, died for the lost and welcomed the questioning. Let's create youth spaces where testimonies are raw, worship is deep, and struggles are met with prayer, not performance. Let's remind our young exiles that they are not alone and never forgotten. This journey of exile started in all generation, few settled in the wilderness, few expelled themselves, few held hope, few transferred the traumas to next generation but the greatly hope lies at the promises God has for the coming generation, a generation that shows dislikes, that are not scared of falling or failing, who raise hands for help and portrays vulnerability.

Word for Thought

Psalms 37: 23-24 The Lord makes firm the steps of the one who delights in him; though he may stumble, he will not fall, for the Lord upholds him with his hand. ■

Blessed in the Beatitudes

A Counter Narrative



DR. GEORGE PHILIP

Introduction

The word “Blessed” carries a wide range of meanings. Beyond its religious roots, it’s often associated with good fortune, envy, and luck—especially when experiencing positive outcomes, achieving goals, or enjoying comfort. The term is commonly linked to abundance, health, successful careers, attractive partners, loving children, spacious homes, supportive friends, and long life—qualities that many see as signs of being blessed. Some Christian preachers emphasize prosperity as a key aspect of blessedness. However, the biblical



understanding of “blessed” has a deeper, more profound significance. While material blessings are indeed expressions of God’s favor, the Bible’s definition of blessedness goes beyond superficial riches. What are the true markers of blessedness according to Scripture? In the Gospel of Matthew, blessedness is described differently from worldly views. Examining the Beatitudes (Matthew 5:3–10) reveals a concept of blessing that sharply contrasts with popular interpretations.

Beatitudes

The term “beatitude” comes from the Latin Vulgate translation of the Greek word *makarios*, meaning “fortunate,” “happy,” “enlarged,” or “long-lasting.” This form of expression, starting with “blessed is/are...,” is especially prominent in the Old Testament. In wisdom literature, it encourages a path of righteousness; in prophetic writings, it expresses trust in God’s action to address current injustices; and in historical texts, it signifies God’s favor toward kings or the people. The beatitudes appear in both Matthew 5 and Luke 6, with Luke offering a more concise version of Matthew. Specifically, the beatitudes in Matthew 5:3–12 can be seen as a detailed restatement of Matthew 4:17, where Jesus begins his ministry with the call to repentance, framing the kind of life expected of the citizens of God’s kingdom. A beatitude is a statement that both declares and celebrates God’s positive action toward an individual. Each of the eight (or,

for some scholars, nine) beatitudes stands as a promise from God to the marginalized, assuring them that they are heirs of His kingdom. These declarations seem to reflect the historical experiences of God’s people during exile and beyond, expressing a deep longing for divine intervention to restore order and hope.



In the Gospel of Matthew, blessedness is described differently from worldly views

The well-known structure of the Beatitudes, as seen in passages like Psalms 1:1–3 and 128:1–4, typically consists of two parts. The first identifies who receives God’s blessing—such as “the poor in spirit,” “those who mourn,” and others—while the second describes the way that blessing is expressed, for example, “theirs is the kingdom of heaven,” “they will be comforted,” and so on.

“Poor in spirit” refers to individuals who, recognizing their deep need, turn to God for help (cf. Ps 34:18). “Those who mourn” are those troubled by evil’s presence in the world and their own shortcomings.

“The meek” are people who reject the pursuit of power and instead adopt a humble, childlike attitude, choosing to serve others. “Those who hunger and thirst for righteousness” long to see goodness and justice ultimately prevail in the world and within their own lives. “The merciful” are quick to help those in need, forgiving others—even their enemies—and judging others with compassion. The “pure in heart,” as described in Psalm 73:1, are individuals whose hearts remain untainted, recognizing

that only God is their true source of help and reward. The peacemakers prioritize restoring harmony, willing to set aside their own rights and interests, and they overcome evil with good (cf. Rom 12:21).

The marginalized and persecuted—those who are poor in spirit, mourners, and meek—are promised a place in the kingdom of heaven. Given the context of Jesus’ audience, this also likely refers to those suffering under Roman oppression. Therefore, the Beatitudes can be understood within the socio-political realities of the original listeners, highlighting the profound contrast between the values of God’s kingdom and the prevailing norms of their society.

Historical Situation

Matthew’s community existed under significant social and political pressure. Roman rule imposed heavy taxation, military presence, and the threat of violence, while local Jewish authorities, having accommodated imperial power, were often complicit in the resulting inequities.

Formerly autonomous under the Hasmonaeans, Judaea had become a marginalized Roman province. Daily life was marked by authoritarian governance, economic disparity, and widespread discontent. Many longed-for deliverance, interpreting Jesus’

teachings—particularly the beatitudes—as a response to deep-seated poverty and systemic injustice.

Following the Temple’s destruction in 70 CE, the Pharisees assumed a central role in redefining Judaism, enforcing boundaries regarding purity and ritual observance. Jesus, by contrast, prioritized internal moral transformation over ritual compliance.



Consequently, Matthew’s community faced exclusion from synagogues and social marginalization, particularly due to their openness to Gentiles. Their faith entailed the risk of isolation and persecution, sustained by the expectation of divine intervention and restoration.

Counter narrative

The Beatitudes have traditionally been interpreted as articulations of moral virtues or attitudes esteemed by God within the Kingdom of Heaven. However, a more nuanced reading emerges when Matthew's presentation of the Beatitudes is situated within the socio-political context of his audience, particularly against the realities of exploitation and the revolutionary activities of Jewish nationalists who sought to establish the Kingdom of God through force. Among many first-century Jews, there existed a prevailing expectation that the kingdom would be inaugurated through violent conflict and military confrontation, as evidenced by sporadic revolts and significant wars against Roman authority.

Contrary to these prevailing assumptions, Jesus extends the promise of the Kingdom not to the politically or militarily ambitious, but rather to the "poor in spirit" (Matthew 5:3), the "meek" (5:5), and the "peacemakers" (5:9). In this framework, it is those who exhibit humility and patience before God—as opposed to those who pursue the kingdom through coercive means—who are assured of "inheriting the earth."

For the subjugated Palestinian village communities, Jesus' proclamation of the Kingdom functioned as a source of solace and hope. The advent of God's deliverance in the person of Jesus signaled the nearness of the Kingdom, offering blessings to the persecuted and implying judgment upon oppressors. This conviction that God was actively engaged in socio-political realities served to renew the hope of marginalized communities in the transformative mission of Jesus. The apocalyptic imagery associated with these teachings provided a vision

of future hope for communities living under Roman domination.

Moreover, the Beatitudes are inherently countercultural. They challenge the prevailing cultural norms by presenting a vision of fulfillment that stands in stark contrast to the pursuit of status and success valued by contemporary society. Rather than advocating the emulation of societal icons, Jesus' teachings in the Beatitudes affirm that true fulfillment of human desire is found in knowing God, being counted among his children, receiving divine comfort and satisfaction, and ultimately dwelling in God's presence. In this way, the Beatitudes provide a transformative critique of cultural values and reorient the trajectory of human aspiration.

Conclusion

Blessedness represents a spiritual condition characterized by well-being and prosperity—a profound, joy-infused contentment that remains unshaken by poverty, sorrow, famine, persecution, conflict, or any other challenges or tragedies encountered in life. Those who are blessed may either be victims of oppression or serve as a counter-narrative to the story of oppression. The Beatitudes embody the way God desires his redeemed creation to function within the Kingdom of Heaven. The operation of God's kingdom is not governed by the violent, powerful, or mighty, but rather by the poor, humble, and similar figures. These eight blessings articulated by Jesus offer crucial insights into a life marked by compassion, humility, and purpose. Consequently, the Beatitudes should not be viewed merely as a compilation of virtues, but rather as a transformative critique of a culture that requires a fundamental shift. ■



Edited & Published by:

Prema Viju, True Bread Media, Marayamuttom P. O.,
Thiruvananthapuram, Kerala - 695124 | Mob. +91 9495336764