



TRUE BREAD

FEBRUARY 2026

ഭൂ ബ്രഡ്

Volume 2 | Issue 2

ഒരു ക്രിസ്തീയ കുടുംബ മാസിക

പുതുവർഷവും
സമർപ്പണവും
ഡോ. എം. സ്റ്റീഫൻ, കോട്ടയം

വെളിപ്പെടുന്ന
കാലാതീതനായ ദൈവം
ഡോ. ബെന്നിൻ ബെൻസൺ

പൊതു പരീക്ഷകൾക്കായുള്ള
ഒരുക്കം
ഡോ. അനിൽ കുറിച്യമുട്ടം

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



പുതുവർഷവും സമർപ്പണവും
| ഡോ. എം. സ്റ്റീഫൻ, കോട്ടയം



മരിച്ചിട്ടും തീർപ്പാകാത്ത കണക്കുകൾ..
| ബിജു പി. സാമുവൽ



ബന്ധങ്ങൾ തകരാതിരിക്കാൻ...
| പി. എസ്. ചെറിയാൻ

11 ക്രിസ്തുക്കേന്ദ്രീകൃത ജീവിതം
| ഷിബി മാത്യു

14 മനസ്സിന്റെ താളം തെറ്റുമ്പോൾ...
| ബിജോ മാത്യു പാണത്തൂർ

16 പൊതു പരീക്ഷകൾക്കായുള്ള ഒരുക്കം
| ഡോ. അനിൽ കുരിച്ചിമുട്ടം

18 സംതൃപ്തി
| ഡോ. മാത്യു വറുഗീസ്

20 വെളിപ്പെടുന്ന കാലാതീതനായ ദൈവം
| ഡോ.ബെന്നിൻ ബെൻസൺ

23 നിരാശയുടെ നിഴലിനെ അകറ്റാൻ...
| ജോയ് മാത്യു

24 ആത്മദാഹം
| ഡോ. മാത്യു സി. വർഗീസ്



വിജു മാരായമുട്ടം

ശരിയായ ഒരു ഉണർവിനായി നമുക്ക് ദാഹിക്കാം...

ദൈവസഭയുടെ ചരിത്രത്തിൽ പല കാലഘട്ടങ്ങളിലും വലിയ ഉണർവുകൾ സംഭവിച്ചിട്ടുണ്ട്. വരണ്ട നിലത്തിലേക്ക് പെയ്തിറങ്ങുന്ന മഴയുടെ അനുഭവമായിരുന്നു അരിഞ്ഞ പുല്പുറത്ത് പെയ്യുന്ന മഞ്ഞും മഴയും പോലെ ദൈവസഭയുടെ വളർച്ചയിൽ നിർണായക പങ്ക് വഹിച്ചു.

ഉണർവിന്റെ പ്രകടമായ ലക്ഷണങ്ങളായി വിശേഷിപ്പിച്ചിരിക്കുന്ന പല കാര്യങ്ങളും ഇന്നും ആവർത്തിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും ശരിയായ ഉണർവായി ഇവയൊന്നും അടയാളപ്പെടുത്തി കാണുന്നില്ല. ആന്തരിക പരിവർത്തനം ഉളവാക്കാത്തവയും ഉണർവല്ല. ഉപരിപ്ലവമായ ഘടകങ്ങൾ മാത്രമല്ലല്ലോ ഉണർവിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ.

ശരിയായ ഉണർവ് ആന്തരികമായി ഉടലെടുക്കേണ്ടതാണ്. പാപബോധം ഉളവാക്കുന്നതാണ് ഉണർവിന്റെ യഥാർത്ഥ ലക്ഷണം. ആന്തരിക വിശുദ്ധിക്കുള്ള ദാഹം ഉളവാക്കുന്നു.

തെറ്റുകളെക്കുറിച്ചുള്ള ഏറ്റുപറച്ചിലും ഉപേക്ഷിക്കലും സംഭവിക്കും. ഭൗതികതയ്ക്കതീതമായ നിത്യതയുടെ ദർശനം രൂപപ്പെടും. അനുതാപ ഹൃദയം, താഴ്മ, സൗമ്യത, ക്ഷമിക്കാൻ കഴിയുന്നത്, കടങ്ങൾ വീട്ടുന്നത്, കടമ

കൾ നിർവ്വഹിക്കുന്നത്, നിർവ്യാജ സ്നേഹം ഇവയെല്ലാം ഉണർവിന്റെ പരിണിത ഫലങ്ങളിൽ പെടുന്നു.

ആത്മാഗ്നിയുടെ പകർച്ചയാൽ ഒന്നോടൊന്ന് ചേർത്ത് ഏകനാളമായ ആളിക്കത്തലാണ് ആത്മീയ ഉണർവ്. ദൈവവചനത്തിനായുള്ള വിശപ്പും ദാഹവും ഉളവാകും. നശിച്ചു പോകുന്ന ആത്മാക്കൾക്കുവേണ്ടി ആത്മഭാരത്തോടെ പ്രാർത്ഥിക്കും. പരിശുദ്ധാത്മാവിന്റെ നിയോഗങ്ങൾ ഏറ്റെടുക്കും. ഐക്യത കെടുത്തുന്ന എല്ലാ അതിർ വരമ്പുകളും ഇല്ലാതെയാകുന്നു. ആന്തരിക മുറിവുകൾക്ക് ശമനമുണ്ടാകുന്നു. തളർന്നിരിക്കുന്നവരെ ശക്തീകരിക്കുന്നു. ദൗത്യത്തിനായി ഉണർത്തുന്നു; കൊയ്ത്തിനായി വിളഞ്ഞുകിടക്കുന്ന വയലുകളെ കുറിച്ചുള്ള ദർശനവും സമർപ്പണവും ഉളവാക്കുന്നു.

ആത്മാർത്ഥമായ, ആഴത്തിലുള്ള പ്രാർത്ഥന ഉണർവിന് ആവശ്യമാണ്. ഇന്നിന്റെ സഭയ്ക്കിത് അത്യന്താപേക്ഷിതമെന്ന് തിരിച്ചറിയുന്ന നമുക്ക് ഒരു പുത്തൻ ഉണർവിനായ് ഒരുങ്ങാം... ഈ കാലഘട്ടത്തിലെ ഉണർവിന്റെ വക്താക്കളാകാം... സാക്ഷികളാകാം... ■

പുതുവർഷവും പ്രമോദനവും



ഡോ. എം. സ്റ്റീഫൻ
കോട്ടയം

പുതുവർഷം നാം പുതിയ പ്രതീക്ഷകളോടെ ജീവിക്കണമെന്ന് താല്പര്യപ്പെടുന്നു. എപ്പോഴും നാം ദൈവത്തിൽ നിന്ന് വൻകാര്യങ്ങൾ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു. എന്നാൽ ഒരിക്കൽ ബ്രിട്ടീഷ് പ്രധാനമന്ത്രിയായിരുന്ന വിൻസ്റ്റൻ ചർച്ചിൽ പ്രസ്താവിച്ചത് ഇവിടെ ശ്രദ്ധേയമാണ്. 'രാജ്യം നമുക്ക് എന്തു നൽകും എന്നതല്ല; രാജ്യത്തിനുവേണ്ടി എന്തു ചെയ്യാൻ കഴിയും എന്നാണ് ചിന്തിക്കേണ്ടത്' എന്ന അദ്ദേഹത്തിന്റെ വീക്ഷണം വളരെ പ്രസക്തമാണ്.

നാം ദൈവത്തിൽ നിന്ന് പ്രതീക്ഷിക്കുമ്പോൾ തന്നെ ദൈവത്തിനും നമ്മിൽ നിന്ന് പ്രതീക്ഷകളുണ്ട്. ദൈവീക പദ്ധതിയിൽ ക്രിയാത്മകമായി പങ്കുചേരാൻ നമുക്കു കഴിയുന്നുണ്ടോ എന്നത് അതിപ്രധാനമാണ്. ദൈവത്തിൽ നിന്ന് വൻ കാര്യങ്ങൾ പ്രതീക്ഷിക്കുക; ദൈവത്തിനു വേണ്ടി വൻ കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുക. (Expect great things from God and attempt great things for God)എന്ന്

വിലയ്ക്കും കേറിയുടെ മഹദ് വാക്യം നമ്മെ ചിന്തിപ്പിക്കുന്നതാണ്. പരിമിതമായ ചിന്തയും പ്രവർത്തനവും ലക്ഷ്യവും ദൈവത്തിനുവേണ്ടി വൻകാര്യങ്ങൾ ചെയ്യാൻ നമ്മെ സഹായിക്കില്ല. ദൈവീക പദ്ധതിയിൽനിന്ന് നമ്മെ അകറ്റി നിറുത്തുന്ന ഘടകങ്ങളാണ് സ്വാർത്ഥമോഹങ്ങളും കുറുക്കു വഴികളിലൂടെ ധനവും പെരുമയും പദവികളും നേടിയെടുക്കാനുള്ള ശ്രമങ്ങളും വിലകുറഞ്ഞ രാഷ്ട്രീയക്കളികളും മത്സര മനോഭാവങ്ങളും. സങ്കുചിത കാഴ്ചപ്പാടുകളും വികലമായ ദൈവശാസ്ത്ര ചിന്തയും ദൈവവചനത്തിന് നിരക്കാത്ത അസമത്വ വീക്ഷണങ്ങളും സമഗ്രമല്ലാത്ത ദൗത്യദർശനവും സഭാ ദർശനവും മൊക്കെ കൊണ്ടുനടക്കുന്ന ഒരു സമൂഹമായി നാം മാറിയിരിക്കുന്നു. ദൈവവചനത്തിന്റെയും ദൈവരാജ്യത്തിന്റെയും ഉൾ സത്തയെ തിരിച്ചറിയാൻ നാം ശ്രമിക്കുന്നില്ല.

ഒരു ഓട്ടക്കാരൻ ഓരോ ദിവസവും കുറഞ്ഞ സമയം കൊണ്ട് കൂടുതൽ ദൂരം ഓടാൻ ശ്രമിക്കുന്നു. അങ്ങനെ അനുദിനം ലക്ഷ്യം വയ്ക്കുന്നവരാണ് അന്തർദ്ദേശീയ മത്സരങ്ങളിൽ വിജയികൾ ആകുന്നത്. കൂടുതൽ ഉയരച്ചാട്ടങ്ങളും ദൂരെച്ചാട്ടങ്ങളും (High jump and Long jump) ലക്ഷ്യം വച്ചാൽ മാത്രമേ ഉയർന്ന മേഖലകളിൽ എത്തി


ച്ചേരാൻ കഴിയൂ. സമനില മാത്രം ലക്ഷ്യമാക്കി ഫുട്ബോൾ കളത്തിലിറങ്ങിയാൽ മത്സരത്തിൽ പരാജയപ്പെടാനാണ് സാധ്യത.

പൗലോസ് ശ്ലീഹായുടെ ചിന്തയിൽ ലക്ഷ്യത്തിന് സുപ്രധാന സ്ഥാനമാണുള്ളത്. ലക്ഷ്യത്തിലേക്കുള്ള കുതിപ്പും എടുത്തുചാട്ടവുമാണ് അദ്ദേഹത്തിൽ കാണുന്നത്. പൗലോസ് പറയുന്നു “ഒന്നു ഞാൻ ചെയ്യുന്നു;

പിമ്പിലുള്ളതു മറന്നും മുമ്പിലുള്ളതിനു ആഞ്ഞുകൊണ്ട് ക്രിസ്തുവിൽ ദൈവത്തിന്റെ പരമവിളിയുടെ വിരുതിനായി ലാക്കിലേക്കു ഓടുന്നു” (ഫിലിപ്പിയർ 3:14). പാരമ്പര്യമായി തനിക്കുണ്ടായിരുന്ന സകലതും എടുത്തെറിഞ്ഞിട്ട് ദൈവീകലക്ഷ്യം പ്രാപിച്ചെടുക്കാൻ സമർപ്പണത്തോടെ ലക്ഷ്യബോധത്തോടെ പ്രയാണം ചെയ്യുന്ന പൗലോസ് ശ്ലീഹായെ നാം കാണുന്നു. അതീവത്യാഗവും സമർപ്പണവും അദ്ദേഹത്തിന്റെ കൈമുതലായിരുന്നു. ലക്ഷ്യത്തിലെത്തി എന്നു താൻ ഇവിടെ അവകാശപ്പെടുന്നില്ല. എന്നാൽ തന്റെ ജീവിതാന്ത്യം മുന്നിൽ കണ്ട് പറഞ്ഞു ‘ഞാൻ നല്ല പോർ പൊരുതി, ഓട്ടം തികച്ചു, വിശ്വാസംകാത്തു’ (2 തിമൊഥെയൊസ് 4:7). പ്രതിസന്ധികളിലും പ്രലോഭനങ്ങളിലും പതറാതെ നില്ക്കുവാനും ദൈവീകലക്ഷ്യങ്ങൾ ജീവിതത്തിലൂടെ സാക്ഷാത്ക്കരിക്കാനും പൗലോസിനു സാധിച്ചു.

നമ്മുടെ ജീവിതവും ഗുണകരവും ക്രിയാത്മകവുമായി

ലക്ഷ്യത്തിലധിഷ്ഠിതമായി സമർപ്പണത്തോടെ മുന്നോട്ടു പോകുവാൻ നമുക്കു കഴിയണം. 2026 നമുക്ക് അനുഗ്രഹത്തിന്റെയും ദൈവീകലക്ഷ്യങ്ങളുടെ സാക്ഷാത്ക്കാരത്തിന്റെയും വർഷമായി മാറട്ടെ. ■



പാരമ്പര്യമായി തനിക്കുണ്ടായിരുന്ന സകലതും എടുത്തെറിഞ്ഞിട്ട് ദൈവീകലക്ഷ്യം പ്രാപിച്ചെടുക്കാൻ സമർപ്പണത്തോടെ ലക്ഷ്യബോധത്തോടെ പ്രയാണം ചെയ്യുന്ന പൗലോസ് ശ്ലീഹായെ നാം കാണുന്നു.

മരിച്ചിട്ടും തീർപ്പാക്കാത്ത കണക്കുകൾ..



ബിജു പി. സാമുവൽ

യേശുവിനെ ഒറ്റിക്കൊടുത്തതിനു പ്രതിഫലമായി ലഭിച്ച 30 വെള്ളിക്കാശ് യൂദാസിന്റെ കൈയിൽ ഉണ്ടായിരുന്നതു വളരെ ചുരുങ്ങിയ സമയം മാത്രമാണ്. എങ്കിലും ആ പണം അവന്റെ ഉള്ളിൽ നിറച്ചത് ജീവിതത്തെത്തന്നെ അവസാനിപ്പിച്ച കുറ്റബോധമായിരുന്നു. ആ നാണയങ്ങൾ ദൈവാലയത്തിലേക്കു വലിച്ചെറിഞ്ഞശേഷം അവൻ പോയി തൂങ്ങിമരിച്ചു.

അവിഹിതമാർഗത്തിലൂടെ കൈകളിൽ എത്തുന്ന പണം, യൂദാസിന്റെ മനസാക്ഷിപോലും ഇല്ലാതെ, സുവിശേഷവേലയുടെ പേരിൽ ഉപയോഗിക്കുന്നവർ ഇന്നുമുണ്ട്.

ദൈവാലയത്തിൽ ചിതറിത്തരിച്ച നാണയത്തുകൾ പുരോഹിതന്മാർ പെറുക്കിയെടുത്തു. രക്തവില ആയതിനാൽ ആലയഭണ്ഡാരത്തിൽ ഇടുന്നതു വിഹിതമല്ലെന്നു പറഞ്ഞ്, ആ പണംകൊണ്ട് പരദേശികളെ സംസ്കരിക്കാനായി അവർ ഒരു നിലം വാങ്ങി-രക്തനിലം.

എങ്കിലും, ആ വസ്തുവാങ്ങലിനെക്കുറിച്ചുള്ള പ്രതോസിന്റെ ഭാഷ്യം വളരെ ശ്രദ്ധേയമാണ്: 'കിട്ടിയ പ്രതിഫലംകൊണ്ട് യൂദാസ് ഒരു നിലം വാങ്ങി' (അപ്പൊസ്തലപ്രവൃത്തി 1: 18).

ആലയത്തിലേക്കു വെള്ളിനാണയങ്ങൾ എറിഞ്ഞപ്പോൾ, പണസംബന്ധിയായ ഇടപാ

ടിൽനിന്നും താൻ സ്വതന്ത്രനായെന്ന് യൂദാസ് കരുതിക്കൊണ്ടും. എങ്കിലും പരിശുദ്ധാത്മാവ് അവനെ അങ്ങനെ സ്വതന്ത്രനാക്കിയില്ല. വസ്തുവാങ്ങുന്നതിനു മുമ്പുതന്നെ യൂദാസ് മരിച്ചിരുന്നെങ്കിലും, ആ വസ്തു ഇടപാടിന്റെ 'ക്രെയിറ്റ്' പരിശുദ്ധാത്മാവ് യൂദാസിനുതന്നെ നൽകി. വസ്തു വാങ്ങിയതിന്റെ 'നിയമപരമായ ബാധ്യത' അവനില്ലായിരുന്നാലും, ദൈവത്തിന്റെ കണക്കിൽ ആ നിലത്തിന്റെ ഉത്തരവാദിത്വം യൂദാസിന്റെ പേരിലായിരുന്നു.

ദൈവവേലയ്ക്കായി ഉപയോഗിച്ചതുകൊണ്ട് പണത്തിന്റെ ഉറവിടം ശുദ്ധമാവുന്നില്ല. ഇടപാടു നടത്തിയ കൈകൾ മാറിയാലും ഇടപാടിന്റെ ധാർമികഉറവിടം മാറുന്നില്ല.

ഇത് അതീവഗൗരവമുള്ള ഒരു ആത്മീയ സത്യം നമ്മെ ഓർപ്പിക്കുന്നു: മനുഷ്യമുമ്പിൽ 'ക്ലോസ്' ആയ പല കേസ്ഫയലുകളും ദൈവ കോടതി മുൻപിൽ ഇപ്പോഴും 'ഓപ്പൺ' ആണ്.

അങ്ങനെ, ജീവിച്ചിരിക്കുമ്പോൾതന്നെ യൂദാ ഒരു സ്മാരകം തനിക്കായി തയ്യാറാക്കി- രക്തനിലം. കർത്താവിനോടു ചേർന്നു നടന്ന പ്രസ്ഥാനങ്ങൾ പലതും കാലക്രമത്തിൽ പുഴുക്കുത്തു വീണ് ആത്മാവില്ലാത്ത സ്മൃതിസ്മാരകങ്ങളായി അധഃപതിച്ച ചരിത്രം നമുക്ക് മുമ്പിലുണ്ട്.

ചിലർ ഇന്നും സ്വന്തം പേരിനായി സ്മാരകങ്ങൾ ഒരുക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. നാം പണിയുന്ന ശാശ്വതസ്മാരകങ്ങൾ നന്മയുടേതോ തിന്മയുടേതോ..?

വിജയങ്ങൾക്കപ്പുറം, കർത്താവേ, ഞങ്ങളുടെ വഴികളെയും ഉദ്ദേശ്യങ്ങളെയും വിശുദ്ധമാക്കണമേ..! ■

ഇംഗ്ലീഷിൽ ഇങ്ങനെയൊരു ചൊല്ലുണ്ട്:
 “Count life by smiles not by tears; Count your
 age by friends not by years.” നമ്മുടെ ജീവിതം
 കണ്ണീരുകൊണ്ടല്ല, പുഞ്ചിരികൊണ്ടാണ് അളക്കേ
 ണ്ടത്. നമ്മുടെ പ്രായം വർഷങ്ങൾകൊണ്ടല്ല,
 സുഹൃത്തുക്കളെ അടിസ്ഥാനപ്പെടുത്തിയാണ്
 അളക്കേണ്ടത്.



പി. എസ്. ചെറിയാൻ

ബന്ധങ്ങൾ തകരാതിരിക്കാൻ...





നാമറിയാതെ നമ്മെ നയിക്കുന്ന ഏതോ ഒരു ശക്തി നമുക്കു നമ്മെ അറിയാൻ കഴിയാത്തതുപോലെ മറ്റുള്ളവരെ അറിയുവാനും കഴിയുന്നില്ല. ഭാര്യയെ, ഭർത്താവിനെ, മക്കളെ, മാതാപിതാക്കളെ ഒക്കെ നമുക്കറിയാം. പക്ഷേ, എത്രത്തോളം അറിയാം?

=====

കൈകാര്യം ചെയ്യാൻ ഏറ്റവും പ്രയാസമുള്ള വസ്തു മനുഷ്യന്റെ മനസ്സാണ്. സ്വന്തം മനസ്സുപോലും നമുക്കു നിഗൂഢമാണ്. നാമറിയാതെ നമ്മെ നയിക്കുന്ന ഏതോ ഒരു ശക്തി നമുക്കു നമ്മെ അറിയാൻ കഴിയാത്തതുപോലെ മറ്റുള്ളവരെ അറിയുവാനും കഴിയുന്നില്ല. ഭാര്യയെ, ഭർത്താവിനെ, മക്കളെ, മാതാപിതാക്കളെ ഒക്കെ നമുക്കറിയാം. പക്ഷേ, എത്രത്തോളം അറിയാം?

ബന്ധങ്ങൾ തകരാതെ സൂക്ഷിക്കേണ്ടത് നമ്മുടെ നിലനിൽപ്പിന് ആവശ്യമാണ്. മറ്റുള്ളവരെ സ്നേഹിക്കുന്നു എന്നു പറയുമ്പോൾത്തന്നെ എത്രത്തോളം സ്നേഹിക്കുവാൻ കഴിയും? ഉപദ്രവിക്കുന്നവരെ സ്നേഹിക്കുവാനാണ് ക്രിസ്തു പഠിപ്പിച്ചത്. പലപ്പോഴും സ്നേഹിക്കുന്നവരെപ്പോലും സ്നേഹിക്കുവാൻ നമുക്കു കഴിയുന്നില്ല.

ഫ്രാൻസിസ് ബോർജിയ എന്ന വിശുദ്ധനോട് ശത്രുതയുള്ള ചിലർ ഇങ്ങനെ പറഞ്ഞു: 'നിന്റെ കണ്ണ് ഞങ്ങൾ കുത്തിയെടുക്കും.' അപ്പോൾ അദ്ദേഹം മറുപടി പറഞ്ഞത് ഇപ്രകാരമാണ്:

‘സ്നേഹിതാ, താങ്കൾ എന്റെ വലതുകണ്ണാണ് കുത്തിയെടുത്തു കളയുന്നതെങ്കിൽ എന്റെ ഇടതുകണ്ണുകൊണ്ട് ഞാൻ താങ്കളെ സ്നേഹപൂർവ്വം നോക്കും.’

ഇനി പറയുക, നിങ്ങൾ മറ്റുള്ളവരെ സ്നേഹിക്കുന്നുണ്ടോ? നിങ്ങൾക്കു സ്നേഹിതനുണ്ടോ? ഉണ്ടാകണം. ആരോടും പകയില്ലാതെ ഹൃദയപരമാർത്ഥതയിൽ ജീവിക്കുവാൻ കഴിയണം. യേശു നൽകിയ പുതിയ കല്പന നോക്കുക: ‘നിങ്ങൾ തമ്മിൽ തമ്മിൽ സ്നേഹിക്കേണം എന്ന് പുതിയൊരു കല്പന ഞാൻ നിങ്ങൾക്കു തരുന്നു; ഞാൻ നിങ്ങളെ സ്നേഹിച്ചതുപോലെ നിങ്ങളും തമ്മിൽ തമ്മിൽ സ്നേഹിക്കേണം എന്നു തന്നെ’ (യോഹന്നാൻ 13:34).

അടുത്തു നിൽക്കുന്ന അനുജനെ നിങ്ങൾ കാണുന്നുവോ? നിങ്ങൾ അവന്റെ കാവൽക്കാരനാണ്. അവനെ സ്നേഹിക്കുക. മഹാകവി ഉള്ളൂർ പാടി,

അടുത്തു നില്പോരനുജനെ നോക്കാ-നക്ഷികളില്ലാത്തോർ-ക്കരുപനീശ്വരനദൃശ്യനായാ ലതിലെന്താശ്ചര്യം?

സ്നേഹത്തിൽ ജീവിക്കാത്തവർ ഈശ്വരനെ കണ്ടിട്ടില്ല. ദൈവം സ്നേഹമാണ്. നമുക്ക് ദൈവത്തെ സ്നേഹിക്കുന്നതുപോലെ മറ്റുള്ളവരെയും സ്നേഹിക്കുവാനും ബന്ധങ്ങൾ തകരാതെ സൂക്ഷിക്കുവാനും കഴിയണം.

മതവും തത്ത്വശാസ്ത്രവും ധർമ്മശാസ്ത്രവും എല്ലാം മനുഷ്യ ബന്ധങ്ങൾക്കുവേണ്ടിയാണ്. മറ്റുള്ളവരുമായി ഇടപെടുമ്പോൾ ഹൃദയബന്ധം മുറിയാതെ സൂക്ഷിക്കണം. പ്രതികാരചിന്തയും ഏഷണിയും കുറ്റപ്പെടുത്തലും ബന്ധങ്ങൾ തകർക്കും. സ്നേഹവും ക്ഷമയും വിനയവും സേവനതൽപരതയും ബന്ധങ്ങൾ നിലനിർത്തുവാൻ സഹായിക്കും. ബന്ധങ്ങൾ കെട്ടിപ്പണിയുവാൻ കഴിയുന്ന നല്ല വ്യക്തിത്വം വളർത്തുക. ■



ഷിബി മാത്യു

പ്രശസ്ത ഇവാഞ്ചലിക്കൽ ദൈവശാസ്ത്രജ്ഞനായ ജോൺ ആർ. ഡബ്ല്യു. സ്റ്റോട്ട് തന്റെ 'ബേസിക് ക്രിസ്ത്യാനിറ്റി' എന്ന ഗ്രന്ഥത്തിൽ പറയുന്ന പ്രശസ്തമായ ഒരു വാചകമുണ്ട്: "Christian faith is not primarily about ethics, rituals or institution, about A Person - Jesus Christ." ചുരുക്കത്തിൽ, ക്രിസ്ത്യാനിതം എന്നാൽ ക്രിസ്തു തന്നെയാണ്. രാഷ്ട്രപിതാവായ മഹാത്മാഗാന്ധി ഒരിക്കൽ 'ദ ക്രൈസ്റ്റ് ഓഫ് ദി ഇന്ത്യൻ റോഡ്' എന്ന ഗ്രന്ഥകർത്താവായ ഇ. സ്റ്റാൻലി ജോൺസുമായുള്ള സംഭാഷണത്തിൽ വ്യക്തമാക്കിയ ആശയം ഇപ്രകാരം രേഖപ്പെടുത്തിയതായി കാണുന്നു:

ക്രിസ്തു കേന്ദ്രീകൃത ജീവിതം

‘ക്രിസ്ത്യാനികൾ യഥാർത്ഥത്തിൽ ക്രിസ്തുവിന്റെ ഉപദേശങ്ങൾ അനുസരിച്ച് ജീവിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ ഇന്ത്യ മുഴുവൻ ക്രിസ്തീയമായേനേ.’ എന്താണ് മേൽപ്പറഞ്ഞിരിക്കുന്ന ആശയങ്ങളിൽ നിന്നും വ്യക്തമാകുന്നത്? ലോകത്തെ ഇത്രയധികം സ്വാധീനിച്ച വ്യക്തിത്വം വേറെയുണ്ടായിട്ടില്ല, ഇനിയുണ്ടാവുകയുമില്ല. പക്ഷേ പാവനമായ ക്രിസ്തുവിനെ അനുഗമിച്ചിറങ്ങിയ ക്രിസ്തീയ സമൂഹത്തിന്റെ പരാജയം ക്രിസ്തുവിന്റെ മാതൃകയെ പൂർണ്ണമായി ഏറ്റെടുക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ലെന്നുള്ളതാണ്. ക്രിസ്തീയ ജീവിതം പ്രകടനമായി മാത്രം മാറിയിരിക്കുന്ന ഒരു കാലഘട്ടമാണിത്. ക്രിസ്തീയ ജീവിതം, വ്യക്തിപരമായും കുടുംബം; സഭാ; സാമൂഹ്യ തലത്തിലും പ്രകടമാകേണ്ടുന്ന, ഒരു സവിശേഷ ജീവിതശൈലിയാണ്. ഇതിലടങ്ങിയിട്ടുള്ള മൂന്ന് വസ്തുതകളെ ചിന്തിക്കാം.

1. ക്രിസ്തുവിൽ അടിസ്ഥാനപ്പെട്ട/വേരുന്നിയ ജീവിതം (കൊലൊസ്യർ 2:7)

ക്രിസ്തുവുമായുള്ള ആ ദൃഢബന്ധം വ്യക്തിപരമാണ്. പ്രാർത്ഥന, കൂട്ടായ്മാ ബന്ധങ്ങൾ എന്നിവ നമ്മെ അതിന് സഹായിക്കുന്നു. പ്രാർത്ഥനകൾ ഒരു ചടങ്ങായി മാറരുത്. സ്ഥലകാല സാഹചര്യങ്ങളുടെ തടസ്സമില്ലാതെ ഏത് സമയവും പിതാവിന്റെ അടുക്കലേക്ക് ചെല്ലുവാൻ സ്വാതന്ത്ര്യം ലഭിച്ചവരാണ് ദൈവമക്കൾ. നമ്മുടെ സകല വിഷയങ്ങളും ഇറക്കിവയ്ക്കാനുള്ള ഒരിടം. ആശ്വസിപ്പിക്കുന്ന, ബലപ്പെടുത്തുന്ന വാക്കുകൾ കേൾക്കാൻ കഴിയുന്ന ഒരു ദൃഢബന്ധം ക്രിസ്ത്യാനിക്ക് കർത്താവുമായി ഉണ്ടായിരിക്കണം.

നമ്മുടെ പിതാവ് നമ്മെ കേൾക്കുക മാത്രമല്ല, നമ്മോട് സംസാരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ആ സ്വരം നമ്മെ ബലപ്പെടുത്തുന്നതാണ്. ആ

സാന്നിധ്യം നമ്മെ ഉറപ്പിക്കുന്നതും സ്വസ്ഥത നൽകുന്നതുമാണ്. ഏത് സമയവും ആ സ്വർഗീയ പിതാവിനോട് ചേർന്ന് നടക്കുന്നവരായിരിക്കണം ഓരോ ക്രിസ്ത്യാനിയും. അത് നമ്മുടെ വ്യക്തിപരമായ ജീവിതത്തിലെ എല്ലാ മേഖലകളിലും പ്രകടമാക്കാൻ കഴിയും. ക്രിസ്തുവിന്റെ സ്വഭാവം നമ്മിലൂടെ ലോകത്തിന് വെളിപ്പെടുത്തുവാൻ കഴിയും.

പ്രയാസങ്ങൾ, പരീക്ഷകൾ, പരീക്ഷണങ്ങൾ ഇവയെല്ലാം ക്രിസ്തീയ ജീവിതത്തിന്റെ ഭാഗമാണ്. ഇതിലൂടെയെല്ലാം വ്യക്തിയെ രൂപാന്തരപ്പെടുത്തി കൊണ്ടിരിക്കും. മുർച്ച കൂട്ടിക്കൊണ്ടിരിക്കും. ഒരിക്കലും അതൊരു പിന്മാറ്റത്തിലേക്കോ, വീഴ്ചയിലേക്കോ കാരണമാകില്ല.

വചന ധ്യാനം ഓരോ ക്രിസ്ത്യാനിയുടെയും ശീലമായി മാറണം. അത് ദൈവശബ്ദമാണ്, ശക്തിപ്പെടുത്തുന്നതാണ്, വഴികാട്ടിയാണ്, മാനസാന്തരപ്പെടുത്തുന്നതാണ്. നമ്മുടെ ജീവിതത്തിൽ ഓരോ നിമിഷവും തിരുത്തലുകൾ നടത്തി ക്രിസ്തുവിൽ മാത്രം കേന്ദ്രീകരിച്ച് മുമ്പോട്ടു പോകാൻ സഹായകമാകും. വ്യക്തിപരമായി ക്രിസ്തു കേന്ദ്രീകൃത ജീവിതം നയിക്കുന്ന ഒരു വ്യക്തിയുടെ നോട്ടം എപ്പോഴും ക്രിസ്തുതന്നെയായിരിക്കും. ലോകത്തിലെ ഒന്നിനും ആ വ്യക്തിയെ സ്വാധീനിക്കാൻ കഴിയുകയില്ല. ഒരു പ്രലോഭനത്തിനും പ്രശ്നത്തിനും സംഘർഷത്തിനും ആ വ്യക്തിയെ കീഴ്പെടുത്തുവാൻ കഴിയുകയില്ല. കാരണം ആ വ്യക്തി പരിശുദ്ധാത്മാവിനാൽ നിയന്ത്രിതമാണ്.

ക്രിസ്തുവിൽ അടിസ്ഥാനപ്പെട്ടവരുടെ കുടുംബം വിജയകരമായിരിക്കും(എഫെസ്യർ 5:23). കുടുംബബന്ധങ്ങൾ തകരപ്പെടുന്ന ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ നമ്മുടെ കുടുംബങ്ങളുടെ അടി

സ്ഥാനം ക്രിസ്തുവിൽ ആയിരിക്കട്ടെ. പരസ്പര ബഹുമാനം, സ്നേഹം, സന്തോഷം, സമാധാനം എന്നിവ നിറഞ്ഞു നിൽക്കുന്ന ഇടമായിത്തീരുന്നു. പ്രശ്നങ്ങളോ പ്രതികൂലങ്ങളോ വരുമ്പോഴും ആ ഭവനം ക്രിസ്തുവിൽ ജയത്തോടെ മുമ്പോട്ട് പോകാനിടയാകുന്നു.

2. ക്രിസ്തുവിൽ വളരുക

ക്രിസ്തുവിൽ അടിസ്ഥാനപ്പെട്ടിരിക്കുമ്പോൾ അത് തുടർച്ചയായുള്ള വളർച്ചയ്ക്ക് കാരണമാകുന്നു. അത് സ്വഭാവ പരിവർത്തനമായിത്തീരുന്നു. ആത്മാവിന്റെ ഫലം (ഗലാത്യർ 5:22,23) ജീവിതത്തിൽ പ്രതിഫലിക്കുമ്പോൾ ക്രിസ്തുവിന്റെ മനസ്സിലേക്ക് രൂപാന്തരപ്പെടുന്നു (റോമർ 12:2). പ്രയാസങ്ങൾ, പരീക്ഷകൾ, പരീക്ഷണങ്ങൾ ഇവയെല്ലാം ക്രിസ്തീയ ജീവിതത്തിന്റെ ഭാഗമാണ്.

ഇതിലൂടെയെല്ലാം വ്യക്തിയെ രൂപാന്തരപ്പെടുത്തി കൊണ്ടിരിക്കും. മുർച്ച കുട്ടിക്കൊണ്ടിരിക്കും. ഒരിക്കലും അതൊരു പിന്മാറ്റത്തിലേക്കോ, വീഴ്ചയിലേക്കോ കാരണമാകില്ല. ക്രിസ്തുവിൽ അടിസ്ഥാനപ്പെട്ട വളർച്ച പ്രാപിച്ച പൗലോസ് പറയുന്നു: 'ഒന്നിനും എന്നെ ക്രിസ്തുവിന്റെ സ്നേഹത്തിൽ നിന്ന് മാറ്റാൻ കഴിയില്ല'. നമ്മെ ഓരോരുത്തരെയും തിരഞ്ഞെടുത്തത് ഓരോ ദിനവും വളർച്ച പ്രാപിക്കേണ്ടതിനാണ്. ഇത് നമ്മുടെ കുടുംബത്തിൽ, സഭയിൽ പ്രകടമാകുന്ന വളർച്ചയാണ്. ക്രിസ്തുവിന്റെ സ്വഭാവത്തിലേക്ക് നാം അനുരൂപരായിത്തീരുന്നു (ഫിലിപ്പിയർ 2: 4-8). അനുസരണം, ക്ഷമ,

സ്നേഹം, ബഹുമാനം, താഴ്മ ഇതെല്ലാം നിറഞ്ഞുനിൽക്കുന്ന ക്രിസ്തു കേന്ദ്രീകൃതമായ ഒരു കുടുംബവും സഭയും എത്രയോ അനുഗ്രഹപ്രദമായിരിക്കും. ഐക്യതയും സഹകരണവും ക്രിസ്തുവിൽ വളരുന്ന കുടുംബത്തിന്റെ, സഭയുടെ അടയാളമാണ്.



3. ക്രിസ്തുവിൽ തികഞ്ഞവരാകുക

ക്രിസ്തുവിലെ പൂർണ്ണതയെന്നത് ആത്മീയ പക്വതയാണ്. ക്രിസ്തുവിൽ അടിസ്ഥാനപ്പെട്ട്, വളർച്ച പ്രാപിച്ച്, പൂർണ്ണതയിലേക്ക് എത്തുന്ന ഒരു വ്യക്തി തന്റെ ജീവിതലക്ഷ്യങ്ങളും തീരുമാനങ്ങളും ക്രിസ്തുവിന്റെ ഹിതമനുസരിച്ച് തിരിക്കുന്നു (ഫിലിപ്പിയർ 3:12-14). വിശ്വാസത്തിന്റെ സ്ഥിരതയും പ്രത്യാശയും ഇതിന്റെ ലക്ഷണങ്ങളാണ് (എബ്രായർ 12:1,2). നാം ഓരോരുത്തരും ആ പൂർണ്ണതയിലേക്ക് നീങ്ങേണ്ടവരാണ്.

നാം എടുക്കുന്ന ഓരോ തീരുമാനങ്ങളും ദൈവഹിതം തിരിച്ചറിഞ്ഞാകണം. കുടുംബ തകർച്ചകൾ വർദ്ധിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന സാഹചര്യത്തിൽ, ജീവിതത്തിലെ പ്രധാന തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കുമ്പോൾ ദൈവഹിതം തിരിച്ചറിയാനുള്ള ആത്മീയപക്വത ഓരോരുത്തരും പ്രാപിച്ചിരിക്കണം. സ്വബുദ്ധിയ്ക്ക് വിധേയപ്പെടുമ്പോൾ അവിടെ പരാജയമായിരിക്കും ഫലം. അതാണ് പൗലോസ് പരിചയപ്പെടുത്തുന്ന എപ്പിഫ്രാസ് എന്ന ഭക്തന്റെ പ്രാർത്ഥന (കൊലൊസ്യർ 4:12). ക്രിസ്തു കേന്ദ്രീകൃതമായ ജീവിതം നയിക്കുന്ന ഒരു വ്യക്തിയുടെ കുടുംബത്തെ നയിക്കുന്നത് പരിശുദ്ധാത്മാവായിരിക്കും. കഷ്ടതകളും പ്രയാസങ്ങളും അസമാധാനവും നിറഞ്ഞ ഈ ലോകയാത്രയിൽ ക്രിസ്തുവിൽ മാത്രം അടിസ്ഥാനപ്പെട്ട്, സ്ഥിരതയോടെ ക്രിസ്തുവിൽ വളർന്ന് പൂർണ്ണതയിലേക്ക് എത്തുവാൻ നമുക്കെല്ലാവർക്കും കഴിയട്ടെ. വിശ്വസ്തതയോടെ നിലനിൽക്കുന്ന നമ്മെ ചേർക്കുവാൻ കർത്താവ് വേഗത്തിൽ വരും.

മനസ്സിന്റെ താളം തെറ്റുമ്പോൾ...



ബിജോ മാത്യു
പാണത്തൂർ

മനസ്സ് ചെയ്യുന്നവനാണ് മനുഷ്യൻ. മനസ്സ് എന്നത് തലച്ചോറിന്റെ പ്രവർത്തനത്തെ കുറിക്കുന്ന ഒരു സാങ്കല്പിക പദമാണ്. മനസ്സ് ഒരു നിഗൂഢമായ താവളമാണ്. അവിടെ ഓർമ്മകൾ കുടികൊള്ളുന്നു. അവ അലസമായി വലിച്ചിട്ടിരിക്കുന്നതോ, വൃത്തിയായി അടുക്കിവെച്ചിരിക്കുന്നതോ, ക്രമരഹിതം ചിതറി കിടക്കുന്നതോ ആകാം.

അരണ്ടു വെളിച്ചത്തിലെ നീണ്ടു മെലിഞ്ഞ നിഴലുകൾ പോലെ അവ ചലിക്കുന്നു... ചില ഓർമ്മകൾക്ക് വ്യക്തതയില്ല അവയുടെ രൂപം മങ്ങിയതും, മുഖം മാഞ്ഞതും ആണ്! എന്നാൽ ചിലത് പുതിയതും കൃത്യതയേറിയതും ആണ്. മറ്റ് ചിലത് സുന്ദരമാണ്. ഒരു ചിത്രശലഭത്തെ പോലെ... അത് മനസ്സ് എന്ന താവളത്തിന്റെ മുകളിലും മൂലയിലും പറന്നു നടക്കും. കാലങ്ങളോളം...

ചിലത് മുറിവേറ്റ ഓർമ്മകളാണ്. അത് വേദനയാൽ പിടഞ്ഞും, മുടന്തിയും നീങ്ങുന്നു! എന്നാൽ ചില ഓർമ്മകളെ കാലം മായ്ച്ചു കളയുന്നു. അവ മറവിയുടെ അഭ്യുദ്യമായ തിരശ്ശീലയ്ക്ക് പിന്നിൽ മാഞ്ഞ് ഇല്ലാതെയാകുന്നു. ചിന്തകൾക്ക് ഒരു അന്തം ഇല്ല. അത് നിർബാധം തുടരുകയാണ്. യൂണിവേഴ്സിറ്റി ഓഫ് സതേൺ കാലിഫോർണിയ പറയുന്നത് അറുപതിനായിരം മുതൽ എൺപതിനായിരം വരെ ചിന്തകൾ മനുഷ്യമനസ്സിലൂടെ ഒരു ദിവസം കടന്നുപോകും എന്നാണ്. മനുഷ്യനെ ഇതര ജീവികളിൽ നിന്ന് വ്യത്യസ്തനാക്കുന്നതും ഈ ചിന്തകളാണ്.

ചിന്തകൾ വാക്കുകളെയും, പ്രവർത്തികളെയും രൂപപ്പെടുത്തുന്നു. ഒരു മനുഷ്യന്റെ സാഹചര്യങ്ങൾ, പ്രവർത്തികൾ, ജീവിത ജയ-പരാജയങ്ങൾ ഇവയൊക്കെ അദ്ദേഹത്തിന്റെ ചിന്തകളെ സ്വാധീനിക്കുന്നു. പലപ്പോഴും ശരീരം കൊണ്ട് എത്തിച്ചേരാൻ കഴിയാത്തതിടത്ത് ചിന്ത എന്ന വാഹനത്തിൽ മനുഷ്യൻ സഞ്ചരിക്കുന്നു. കരയിലിരുന്നു കൊണ്ട് കടലിലും, കടലിലും കരയിലും ഇരുന്നുകൊണ്ട് ആകാശത്തിലും മനോരമത്തിൽ (അർത്ഥാൽ മനസ്സെന്ന രഥത്തിലേറി) മനുഷ്യൻ സഞ്ചരിക്കാൻ കഴിയുന്നു.

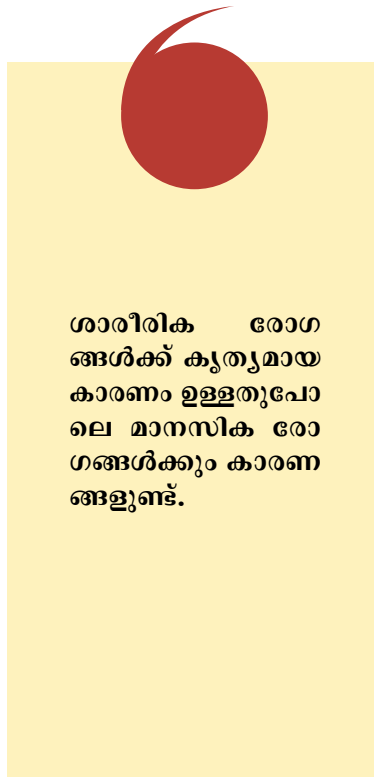
മനസിന്റെ താളം:

നമ്മുടെ മനസ്സ് അഭ്യുദ്യമായും, കൃത്യമായും സഞ്ചരിക്കുന്ന ഒന്നാണ്, അഥവാ ചലിക്കേണ്ടുന്ന ഒന്നാണ്. എന്നാൽ മനസ്സിന്റെ താളം വികലമായാൽ അത് മനസ്സിന്റെ നേർരേഖയിലുള്ള സഞ്ചാരം തടസ്സപ്പെടുത്തുകയും അസ്വാഭാവികമായ സംസാരവും, ചിരിയും, പ്രവർത്തിയും രൂപപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു. മനുഷ്യനെ ഒരു വിഡ്ഢിയാക്കാനും, അതിക്രൂരനാക്കാനും മാനസിക താളപ്പിഴ കാരണമാകുന്നു.

യുവതലമുറ ലഹരിക്കായി ഉപയോഗിക്കുന്ന രാസമരുന്നുകളും, മദ്യവും സുബോധമുള്ള മനുഷ്യനെ അവന്റെ അന്തസ്സിലും ഏറെ താഴെക്കിടയിലുള്ള ഒരു വിഡ്ഢിയോ അതിക്രൂരനോ

ആക്കുന്നു. ചിന്തകളുടെ താളം നഷ്ടപ്പെടുകയും തലങ്ങും, വിലങ്ങും പറക്കുന്ന കടവാവലുകളെ പോലെ ആയിരക്കണക്കിന് ക്രൂര ചിന്തകൾ അവന്റെ മനസ്സിൽ രൂപപ്പെടുന്നു.

അതിനാൽ അന്യരെ കല്ലെറിയാനും, കഴുത്തറക്കാനും, ജീവനോടെ കത്തിക്കാനും അവന്റെ മനസ്സ് സജ്ജമാകുന്നു.



മനസ്സിന്റെ വ്യാപാരങ്ങളെ കുറിച്ച് ആദ്യമായി ആധികാരിക പഠനം നടത്തിയത് ഫ്രഞ്ച് മനശാസ്ത്രജ്ഞനായ സിഗ്മണ്ട് ഫ്രോയിഡ് ആണ്. മാനസിക സമ്മർദ്ദം മുതൽക്കുണ്ടോട്ട് നീണ്ടു പരന്നുകിടക്കുന്നതും, മനസ്സിനെ ബാധിക്കാവുന്നതുമായ നിരവധി വൈകല്യങ്ങളെയും വൈകൃതങ്ങളെയും ഫ്രോയിഡ് നമുക്ക് പരിചയപ്പെടുത്തിത്തന്നു.

ശാരീരികമായ രോഗനിവാരണം പോലെ മാനസിക രോഗ നിവാരണത്തിനും, നിയന്ത്രണത്തിനും ആധുനിക മനുഷ്യൻ മുൻകൈയെടുക്കണം. ശാരീരിക രോഗങ്ങൾക്ക് കൃത്യമായ കാരണം ഉള്ളതുപോലെ മാനസിക രോഗങ്ങൾക്കും കാരണങ്ങളുണ്ട്. ബാല്യത്തിൽ മനസ്സിനേൽക്കുന്ന പരിക്കുകൾ കാലം സുഖപ്പെടുത്താതെ, മറവിയാൽ മരുന്ന് പകരപ്പെടാതെ

വരുമ്പോൾ അവ പുതിയ മാനസിക സമ്മർദ്ദങ്ങളുമായി ചേർന്ന് മാനസിക രോഗമോ, വൈകൃതങ്ങളോ, വൈകല്യങ്ങളോ ആയി മാറുന്നു. അത് ആ വ്യക്തിക്കും നാടിനും ഒരുപോലെ ആപത്താണ്. അമേരിക്കയിലും, ബ്രിട്ടനിലും, ഇന്ത്യയിലും നടന്നിട്ടുള്ള സീരിയൽ കൊലപാതകങ്ങൾ, മറ്റ് ക്രൈമുകൾ എല്ലാം പറയാതെ പറയുന്നത് ആ വ്യക്തിയുടെ ഭൂതകാലം സമ്മാനിച്ച ഉണങ്ങാത്ത മുറിവുകൾ ആണ്.

കുഞ്ഞുങ്ങളോട് ഇടപഴകുമ്പോൾ... അവരുടെ സ്വഭാവത്തെ രൂപപ്പെടുത്തുമ്പോൾ... അവരുടെ മനസ്സിന് പരിക്ക് പറ്റാതെ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതുമാതാപിതാക്കളുടെയും സമൂഹത്തിന്റെയും കടമയാണ്. അതല്ലെങ്കിൽ സമൂഹത്തെ മൊത്തം ബാധിക്കുന്ന ഒരു വിപത്തായി അവനോ, അവളോ ഭാവിയിൽ മാറിയേക്കാം. ■

പൊതു പരീക്ഷകൾക്കായുള്ള ഒരുക്കം

2025-26 അക്കാദമികവർഷം തീരാനുവുന്നൂ. കുട്ടികളെല്ലാം വാർഷികപരീക്ഷയെ നേരിടാനുള്ള തയ്യാറെടുപ്പിലാണ്. മാതാപിതാക്കൾ ഗണ്യമായ പങ്ക് വഹിക്കേണ്ടുന്ന സമയം കൂടിയാണിത്. പരീക്ഷാസമയങ്ങളിൽ മാതാപിതാക്കൾ പെരുമാറേണ്ടുന്ന വിധം ചുവടെ ചേർക്കുന്നു:

1. വീട് ബഹളമയമാക്കാതെ, കുട്ടികൾക്ക് സഹായകരമാകും വിധം പെരുമാറുക.

കുട്ടികളിൽ ഭയവും ഭീകരതയും സൃഷ്ടിക്കരുത്. അവരുടെ കഴിവുകളെക്കുറിച്ച് മറ്റേതൊരാളേക്കാളും അറിവുള്ളവരാണ് മാതാപിതാക്കൾ. നിങ്ങൾ സമയോചിതമായി പെരുമാറിയാൽ കുട്ടികൾ നല്ല റിസൽട്ട് പ്രാപ്യമാകുന്നത് കാണാനാവും.

2. കുട്ടികൾക്ക് പഠിയ്ക്കാൻ പ്രേരകമാകുന്ന അന്തരീക്ഷം ഒരുക്കുക

പഠനത്തിനുകുന്ന ശാന്തവും സൗകര്യപ്രദവുമായ ഇടമായി വീടിനെ മാറ്റുക. കൂടാതെ, അനുയോജ്യമായ വിശ്രമവും കുട്ടികൾക്ക് പ്രധാനം ചെയ്യുക.



ഡോ. അനീൽ കുരിച്ചിമുട്ടം

3. ശരിയായ പഠനശീലങ്ങൾ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക

മാതാപിതാക്കളുടെ സഹായത്തോടെ കുട്ടികൾ പഠിച്ചുകാര്യങ്ങൾ പുനപ്രതിശോധിക്കട്ടെ. കൃത്യമായ ടൈംടേബിൾ അനുസരിച്ച് കുട്ടികൾ പഠിയ്ക്കുന്നുവെന്ന് ഉറപ്പ് വരുത്തുക. അതായത്, പ്രയാസമുള്ള വിഷയങ്ങൾക്ക് ടൈംടേബിളിൽ കൂടുതൽ സമയം നൽകുക.

4. സമ്മർദ്ദവും ഭീഷണിയും ഒഴിവാക്കുക

കുട്ടികളെ അമിതമായി വഴക്കുപറയരുത്.

സഹപാഠികളുമായി അവരെ താരതമ്യം ചെയ്യാതിരിക്കുക. ഇത് മൂലം കുട്ടികൾക്ക് ഉത്കണ്ഠയുണ്ടാവുകയും അവരുടെ ആത്മവിശ്വാസം ചോർന്നുപോവുകയും ചെയ്യുന്നു.

5. മതിയായ പോഷകാഹാരവും ആരോഗ്യവും ഉറപ്പ് വരുത്തുക

ആരോഗ്യകരമായ പോഷകാഹാരം കുട്ടികൾക്ക് ലഭ്യമാക്കാൻ മാതാപിതാക്കൾ ശ്രദ്ധിക്കുക. അവർ നന്നായി ഉറങ്ങുന്നോ എന്നും ഉറപ്പ് വരുത്തുക.

6. വാക്കുകളിലും പ്രവർത്തികളിലും മാതൃകയാവുക

മാതാപിതാക്കൾ പോസിറ്റീവായി സംസാരിക്കുക. അങ്ങനെ പെരുമാറുന്നതിലൂടെ കുട്ടികളുടെ ആത്മവിശ്വാസം വളർത്താനാവും.

പരീക്ഷ തയ്യാറെടുപ്പിനായി വിദ്യാർത്ഥികൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ:

1. യഥാർത്ഥമായ പഠന പദ്ധതികൾ തയ്യാറാക്കുക : സിലബസിനെ പഠിക്കാനാവും വിധം ചെറിയ ഭാഗങ്ങളാക്കുക. അതിനുശേഷം ദിവസവും പഠിയ്ക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ തയ്യാറാക്കുക. കൂടാതെ ഒരോ ആഴ്ചയും എത്ര ഭാഗങ്ങൾ പൂർത്തീകരിയ്ക്കണം എന്ന ധാരണയും ഉണ്ടായിരിക്കണം.

2. മനസിലാക്കി പഠിയ്ക്കുക : സയൻസിലും കണക്കിലും (Maths) ധാരാളം ധാരണകൾ (concepts) ഉണ്ട്. അവ കൃത്യമായി ശ്രദ്ധിച്ച് മനസിലാക്കുക. തലക്കെട്ടുകളെ (Topics) നിങ്ങൾക്ക് മനസിലാവുന്ന രീതിയിൽ കഥകളാക്കി പഠിയ്ക്കുക. നിങ്ങൾക്ക് പരിചിതമായ സാഹചര്യങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തി പഠിക്കുക.

3. ആവർത്തിച്ച് പഠിക്കുക : ഓരോ ദിവസം പഠിച്ച ഭാഗങ്ങൾ അന്നു തന്നെ ആവർത്തിക്കുക. ഓർമ്മയെ ശക്തിപ്പെടുത്താൻ ആഴ്ചയുടെ അവസാനം ഒന്നുകൂടി പഠിച്ച ഭാഗങ്ങൾ ആവർത്തിക്കുക. പെട്ടെന്ന് റിവീഷൻ ചെയ്യാൻ ചെറിയ നോട്ടുകളും ഫ്ലാഷ് കാർഡുകളും തയ്യാറാക്കുക. അവ പഠനമുറിയിൽ പതിയ്ക്കുന്നത് നന്നായിരിക്കും.

4. പോയ വർഷങ്ങളിലെ ചോദ്യപേപ്പറുകൾ അഭ്യസിക്കുക : പരീക്ഷ മാതൃകകൾ (Exam patterns) മനസിലാക്കുക. പ്രധാന തലക്കെട്ടുകളും (Topics) ശ്രദ്ധിക്കണം. പരീക്ഷയ്ക്ക് ഓരോ ചോദ്യങ്ങൾക്കും ഉത്തരം നൽകേണ്ടുന്ന സമയം (Time Management) കൃത്യമായി അഭ്യസിക്കുക. പഠിക്കാൻ പ്രയാസമുള്ള ഭാഗങ്ങൾ മനസിലാക്കി പുരോഗതിയ്ക്ക് വേണ്ടി ശ്രമിക്കുക.

5. സ്മാർട്ടായി പഠിക്കുക, നിരന്തരം പഠിക്കുക : പഠനത്തിൽ വേണ്ടുന്നത് പൂർണ്ണ ശ്രദ്ധയാണ്. പലവിധകാര്യങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുക. സ്മാർട്ട്ഫോണുകൾ പരിപൂർണ്ണമായി ഒഴിവാക്കുക.

6. സംശയനിവാരണം : സംശയനിവാരണം അവസാനനിമിഷത്തേക്ക് നീട്ടരുത്. അധ്യാപകരും സുഹൃത്തുക്കളും നിങ്ങളെ സഹായിക്കുമെന്ന് ചിന്തയുണ്ടാവണം. അവരുടെ സഹായം തേടുക.

7. ആരോഗ്യം : നന്നായി ഉറങ്ങുക. ആവോളം വെള്ളം കുടിക്കുക. ആരോഗ്യകരമായ ഭക്ഷണം കഴിക്കുക. കൂടാതെ ചെറിയ വ്യായാമങ്ങളും ആവാം. പോസിറ്റീവായിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക. നിങ്ങളുടെ തയ്യാറെടുപ്പിൽ വിശ്വാസിക്കുക. സമ്മർദ്ദം അനുഭവപ്പെടുമ്പോൾ ഡീപ്പ് ബ്രീത്തിംഗ് അഭ്യസിക്കുന്നു.

8. പരീക്ഷയ്ക്ക് ഒരു ദിവസം മുമ്പ് ചെയ്യേണ്ട കാര്യങ്ങൾ : പ്രധാനപ്പെട്ട ആശയങ്ങളും (concepts) സങ്കേതികതത്വങ്ങളും (formulas) ശ്രദ്ധിച്ച് പഠിക്കുക. പുതിയതായി ഒന്നും പഠിക്കാൻ ശ്രമിക്കരുത്. സംഘർഷങ്ങൾ ഒഴിവാക്കി ശാന്തമായിരിക്കുക. അനാവശ്യയാത്രകളും മറ്റും പരിപൂർണ്ണമായി ഒഴിവാക്കുക.

9. പരീക്ഷ ദിവസം : ചോദ്യപേപ്പറുകൾ ശ്രദ്ധാപൂർവ്വം വായിക്കുക. സമയം വിവേകപൂർവ്വം ഉപയോഗിക്കുക.

നന്നായി അറിയാവുന്ന ഉത്തരങ്ങൾ ആദ്യം എഴുതുക. പരീക്ഷാഘോളിൽ വിവേകത്തോടെ പെരുമാറുക. ■

ധ്യാനവചനം : ലൂക്കോസ് 23:46

മനുശാസ്ത്ര വിദഗ്ദ്ധനായ സിഗ്മണ്ട് ഫ്രോയിഡിന് മരണ വീട്ടിൽ പോകുവാൻ ഭയമായിരുന്നു. തന്റെ ശിഷ്യൻ പല പ്രാവശ്യം പീരമിഡ് കാണാൻ പോകാൻ ആവശ്യപ്പെട്ടിട്ടും ഭയം കൊണ്ട് അദ്ദേഹം അത് ഒഴിവാക്കിയെന്നാണ് കഥകൾ പറയുന്നത്. ക്രിസ്തു മരണത്തിനായി ഒരുങ്ങുകയും ശാന്തമായി ദൈവകരകളിൽ ഏൽപ്പിച്ചു. ഇഹലോകവാസം വെടിയുകയും ചെയ്തു. കുറച്ചധികനാൾ ജീവിച്ചിരുന്ന് വയസ്സുചെന്നവനായി, മറ്റുളവർക്കു വേണ്ടി കൂടുതൽ കാര്യങ്ങൾ ചെയ്തു മരിക്കാനായിരുന്നില്ല ക്രിസ്തുവിന്റെ നിയോഗം. ഏതു സമയത്തും ഏതു രീതിയിലും ഇഹലോക ദൗത്യം അവസാനിക്കാം. ദൈവഹിതം നിറവേറ്റുക എന്നുള്ളതായിരിക്കണം ജീവിത ലക്ഷ്യം. അപ്പോൾ തന്നെ ജനിച്ച ആരും മരിക്കുന്നില്ല എന്നുള്ളതാണ് വേദപുസ്തകവീക്ഷണം.

ഓരൂപ്തി

The word of contentment



ഡോ. മാത്യു വറുഗീസ്

യേശു ക്രിസ്തുവിന്റെ അവസാനത്തേതും ഏഴാമത്തേതുമായ മൊഴി 'പിതാവേ എന്റെ ആത്മാവിനെ അങ്ങയുടെ കരങ്ങളിൽ ഏല്പിക്കുന്നു' എന്നുള്ളതാണ്. യഹൂദന്മാരുടെ വീക്ഷണത്തിൽ ഏഴ് പൂർണ്ണതയാണ് കാണിക്കുന്നത്.

യെഹൂദന്മാർ ഉറങ്ങുമ്പോൾ ചൊല്ലാറുള്ള പ്രാർത്ഥനയാണ് യേശു അവസാനമായി ചൊല്ലിയത്. മൂപ്പത്തിമൂന്നാം സങ്കീർത്തനത്തിലെ ഒരു ഉദ്ധരണിയാണിത്. അമ്മയാകാം യേശുവിന് ഈ ഉദ്ധരണികൾ പറഞ്ഞുകൊടുത്തതെന്നു വേണം ചിന്തിക്കാൻ. പറയായ യഹോവയിൽ ഭരമേൽപിക്കുന്ന വിശ്വാസ പ്രഖ്യാപനമാണ് ഈ സങ്കീർത്തനം.

സുവിശേഷങ്ങളിൽ, പിതാവേ എന്ന് യേശു ആദ്യം പറയുന്നത് പന്ത്രണ്ടാം വയസിലാണ്. പിതാവ് യേശുവിനെ 'എന്റെ പ്രിയ പുത്രൻ' എന്ന് വിളിച്ചു. യേശുവും പിതാവും തമ്മിലുള്ള ആ ബന്ധം അവസാനം വരെ തുടർന്നു. മരണസമയത്തും പിതാവേ എന്നു വിളിച്ചാണ് കർത്താവ് തന്റെ ജീവിതം പൂർത്തീകരിച്ചത്.

നമ്മൾ ജീവിക്കുന്ന കാലഘട്ടം ഉത്കണ്ഠയുടെ കാലഘട്ടമാണ് (The Age of Anxiety). നമ്മളുടെ പൂർവപിതാക്കന്മാരെക്കാൾ നമ്മൾ പുരോഗതിയുടെ ഒരുപാട് കൽപ്പടവുകൾ ചവിട്ടി കയറിയിരിക്കുകയാണ്. നാം ഇന്ന് അനുഭവിക്കുന്ന പല സൗകര്യങ്ങളും അവർക്ക് അന്യമായിരുന്നെങ്കിലും അവർ നമ്മെപ്പോലെ അസ്വസ്ഥരായിരുന്നില്ല. നാം മരണത്തെപ്പറ്റി, ഭാവിയെപ്പറ്റി, ജീവിത സാഹചര്യങ്ങളെ പറ്റിയൊക്കെ ഓരോ

ദിവസവും അസ്വസ്ഥരാകുന്നു. യൗവനത്തിലെ പല സ്വപ്നങ്ങളും കുരിശിൽ പൊലിഞ്ഞുപോകുകയാണോ, യേശു പരാജയത്തിന്റെ പ്രതീകമാണോ എന്നൊക്കെ ഒരു സാധാരണക്കാരന് തോന്നാം. ക്രൂശിൽ കിടന്നുകൊണ്ട്, 'എന്നെ കൈവിട്ടതെന്ത്', 'എനിക്ക് ദാഹിക്കുന്നു' എന്നീ വാചകങ്ങൾ മാത്രം പറഞ്ഞുകൊണ്ട് ജീവിതം അവസാനിപ്പിക്കുക ആയിരുന്നുവെങ്കിൽ നമുക്കും അപ്രകാരം ചിന്തിക്കേണ്ടി വരുമായിരുന്നു. എന്നാൽ വളരെ ഉറപ്പും, തികഞ്ഞ പ്രത്യാശയും നിറഞ്ഞ വാചകങ്ങൾ പറഞ്ഞുകൊണ്ടാണ് യേശുവിന്റെ ജീവിതം അവസാനിക്കുന്നത്. എന്റെ ആത്മാവിനെ അങ്ങയുടെ കരങ്ങളിൽ എല്പിക്കുന്നു എന്നുള്ളത് വിശ്വാസത്തിന്റെ വാക്കുകളാണ് (word of faith). അത് സംരക്ഷണവും സുരക്ഷിതത്വം അനുഭവിക്കുന്ന ആശ്വാസത്തിന്റെ വാക്കുകളാണ് (word of comfort). പിതാവിനോടുള്ള ബന്ധത്തിന്റെ വാക്കുകളാണ് അത് (word of communion). ബലം നിനിലുള്ള മനുഷ്യൻ ഭാഗ്യവാൻ എന്നാണ് തിരുവചനം പറയുന്നത്. ദൈവമില്ലാത്ത മനുഷ്യൻ ആകുലചിത്തൻ ആയിരിക്കും (Trust in God is the last of all things). സന്തുഷ്ടരും സംതൃപ്തിയുള്ളവരും ആയിരിക്കാനാണ് കർത്താവ് മനുഷ്യനെക്കുറിച്ചാഗ്രഹിക്കുന്നത്. ഇഹലോകത്തിലും പരദീസയിലും തൃപ്തിയുള്ളവനാകണം മനുഷ്യൻ. ജീവിതവും മരണവും ഒരു പരാജയവും ദുരന്തവും അല്ല എന്ന് യേശു പഠിപ്പിക്കുന്നു.

മരണം വിശ്രമത്തിലേക്കുള്ള പ്രവേശനമാണ് (Death is not the end but the beginning of eternal life). കഥകൾ പറയുന്നത് നാസ്തികനായിരുന്ന വോൾട്ടയർ എന്ന മഹത് വ്യക്തിയുടെ മരണം നിരാശയുടെ വാക്കുകളോടെയും ഭീതി നിർഭരവുമായിരുന്നു എന്നാണ്. എന്നാൽ ക്രിസ്തുനാമന്റെ ക്രൂശുമരണം ദർശിച്ച ശതാധിപൻ സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തിയത് യേശു ദൈവപുത്രനായിരുന്നുവെന്നാണ്. ക്രിസ്തുവെന്ന മഹാഗ്രന്ഥത്തിന്റെ മുൻപിൽ അവന്റെ അവസാന വാക്കുകൾക്കു മുൻപിൽ തൊഴുകെയോടെ നമുക്ക് നിൽക്കാം. വെളിപ്പാട് പുസ്തകം പറയുന്നു 'അവൻ അവരുടെ കണ്ണിൽ നിന്നു കണ്ണുനീർ എല്ലാം തുടച്ചുകളയും' (വെളിപ്പാട് 21:4).

വായനഭാഗം :1 കൊരിന്ത്യർ 15 :14-17 ■

(അവസാനിച്ചു)



ഡോ. വെനിൻ വെൻസൺ
ഇന്ത്യാ ബൈബിൾ കോളേജ് &
സെമിനാരി, കുമ്പനാട്

വെളിപ്പെടുന്ന കാലാതീതനായ ദൈവം

ഗിയോമെ ഡ്യൂറാൻഡിന്റെ (Guillaume Durand) 'യെരൂശലേമി'നെ കുറിച്ചുള്ള ചില വാചകങ്ങൾ ക്രിസ്റ്റഫർ കൊളംബസ് തന്റെ 'പ്രവചനങ്ങളുടെ പുസ്തക' (Libro de las Profecías) ൽ രേഖപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്:

ചരിത്രപരമായി (historically), തീർത്ഥാടകർ യാത്രചെയ്യുന്ന ഭൗമിക നഗരം. ആലങ്കാരികമായി (allegorically), ലോകത്തിലെ സഭ. ധാർമ്മികമായി (tropologically), യെരൂശലേം ഓരോ വിശ്വാസിയുടെയും ആത്മാവാണ്. ഭാവിപരമായി (anagogically), ഈ വാക്ക് ദൈവിക പിതൃഭൂമിയും ദൈവരാജ്യത്തിന്റെ അടയാളവുമായ സ്വർഗ്ഗീയ യെരൂശലേമിനെയാണ് സൂചിപ്പിക്കുന്നത്.

വെളിപ്പാട് പുസ്തകം ക്രിസ്തീയ വ്യാഖ്യാനശാസ്ത്രത്തെ എത്രമാത്രം സ്വാധീനിച്ചിട്ടുണ്ടെന്ന് ഇതിൽ നിന്നും വ്യക്തമാണ്.

വെളിപ്പാട് സാഹിത്യം യഹൂദ-ക്രിസ്തീയ സമൂഹങ്ങളുടെ തുടക്കകാലം മുതൽ തന്നെ നിലവിലുണ്ട്. യുദ്ധങ്ങൾ, പീഡനങ്ങൾ, വംശഹത്യ, പകർച്ചവ്യാധികൾ, മാരകമായ ക്ഷാമം തുടങ്ങിയ പ്രശ്നസങ്കീർണ്ണ സാഹചര്യങ്ങളിൽ ദൈവവിശ്വാസികൾക്ക് ലഭിച്ച ദൈവിക ഇടപെടലുകൾ അപായസൂചനയുള്ള സാഹചര്യങ്ങളിലും പിടിച്ചു നിൽക്കാൻ അവരെ സഹായിച്ചു. മാത്രമല്ല, സമൂഹത്തെയും ദൈവമക്കളെയും ഉന്മൂലനം ചെയ്യുന്ന ഏതു ശക്തികളും എന്നെന്നേക്കുമായി അവസാനിക്കുമെന്നുള്ള വെളിപ്പെടുത്തലും അവർക്കു ലഭിച്ചു. ഈ അവസാനം സംഭവിക്കുമ്പോൾ ദൈവമക്കൾക്ക് ഒരു രക്ഷാസ്ഥാനവും വിഭാവനം ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. ദൈവം അധിവസിക്കുന്ന സ്ഥലം (സ്വർഗം, heaven) ആണ് ഇതിനായി അവർക്കു വാഗ്ദത്തം ചെയ്തിരിക്കുന്നത്. ഈ ശക്തികളെ നശിപ്പിക്കുന്ന ദൈവിക ഇടപെടലുകളെ 'ലോകാവസാനം' (end of the world) എന്നു പേരും കൊടുത്തു. ഇതു ആർക്ക്, എന്നു, എങ്ങനെ സംഭവിക്കും എന്നതിനെ വിഷയമാക്കിയുള്ള സാഹിത്യ രചനയാണ് വെളിപ്പാട് സാഹിത്യം (apocalypse). പഴയനിയമത്തിലെ ദാനിയേലും പുതിയനിയമത്തിലെ വെളിപ്പാട് പുസ്തകവും ഇതിന് ഉദാഹരണങ്ങളാണ്. ഇവ കൂടാതെ, നിരവധി വെളിപ്പാട് ചിന്തകൾ ബൈബിളിലെ മറ്റ് പുസ്തകങ്ങളിലും ലഭ്യമാണ് (യെരെമ്യാസ് 37-39; യോവേൽ 2-3; സെഖര്യാവ് 12-14; 1തെസ്സലോനികർ 4-5).

വെളിപ്പാട് പുസ്തകം റോമാ സാമ്രാജ്യത്തിന്റെ ജനവിരുദ്ധ നയങ്ങൾക്കും ക്രിസ്തീയ പീഡനങ്ങൾക്കും എതിരെയുള്ള പ്രതിരോധ രചനയാണ് (resisting literature). ദൈവം സാമ്രാജ്യ ശക്തികളോട് ഇടപെടുമ്പോൾ ദൈവ

മക്കളായ ക്രിസ്ത്യാനികളെ (church) മറ്റൊരു സ്ഥലത്തേക്ക് മാറ്റിപ്പാർപ്പിക്കും എന്നതാണ് വെളിപ്പാട് പുസ്തകത്തിന്റെ സംഗ്രഹം. അത്തരത്തിൽ, പീഡിപ്പിക്കപ്പെടുന്ന ക്രിസ്ത്യാനികൾ ഒരു പ്രവാസത്തിലാണ് (immigration). പുതിയ യെരൂശലേമാണ് (21: 1-27) അവരുടെ ലക്ഷ്യസ്ഥാനം.

കാലാതീതനായ ദൈവം

വെളിപ്പാട് പുസ്തകം വായിക്കുമ്പോൾ വായനക്കാർക്ക് അമ്പരപ്പ് ഉളവാക്കുന്ന ഒരു ഭാഗം പുസ്തകത്തിൽ ഉണ്ട്.

മരിച്ചവർ ആബാലവുദ്ധം സിംഹാസനത്തിൻ മുമ്പിൽ നിൽക്കുന്നതും കണ്ടു; പുസ്തകങ്ങൾ തുറന്നു; ജീവന്റെ പുസ്തകം എന്ന മറ്റൊരു പുസ്തകവും തുറന്നു; പുസ്തകങ്ങളിൽ എഴുതിയിരുന്നതിന് ഒത്തവണ്ണം മരിച്ചവർക്ക് അവരുടെ പ്രവൃത്തികൾക്കുത്ത ന്യായവിധി ഉണ്ടായി (20: 12).

ഇവിടെ ദൈവമാണ് ഏക ഭരണാധികാരി. അതുകൊണ്ട്, ദൈവത്തിന്റെ ഇടപെടലുകളും ശിക്ഷയും ഭൂമിയിലെ ജീവിതകാലം കഴിഞ്ഞും നീണ്ട് നില്ക്കുന്നതാണ്. വെളിപ്പാട് പുസ്തകത്തിൽ ജനജീവിതത്തിനു ഹാനികരമായ റോമസാമ്രാജ്യത്തിന്റെ ഭരണാധികാരിയായ സീസറോട് (Caesar) ദൈവം ഇടപെടുന്നു. സാമ്രാജ്യത്തിന്റെ തകർച്ചയാണ് പരിണിതഫലം. ഇരകളായ ക്രിസ്ത്യാനികൾക്ക് (church) പുതിയ യെരൂശലേം വാഗ്ദാനവും ചെയ്യുന്നു. ഈ വാഗ്ദാനങ്ങൾ ഒരു പുരാതന ഭരണാധികാരിയുടെ ഭാഷയിലാണ് പ്രഖ്യാപിച്ചിരിക്കുന്നത്. അതുകൊണ്ടാണ്,

പ്രഖ്യാപനങ്ങൾ മുദ്രവച്ച ചുരുളുകളിലും (5: 1) കാഹളങ്ങളുടെ (8: 13) അകമ്പടിയോടെയും പ്രതിപാദിച്ചിരിക്കുന്നത്. അക്ഷരാർത്ഥത്തിലുള്ള ഈ വിശദീകരണത്തിനു പ്രതീകാത്മകമായ വ്യാഖ്യാനവും കൂടിയുണ്ട്: ഇതനുസരിച്ച്, റോമസാമ്രാജ്യം തിന്മയുടെ സാമ്രാജ്യത്തിനോട്



സമാനമാണ്. ഇവിടെ പിശാച് (12: 9) ദൈവ മക്കൾക്കെതിരെ ആക്രമണം സൃഷ്ടിക്കുന്നു. പ്രതീകാത്മകമായ വ്യാഖ്യാനത്തിൽ ഇരകളാക്കപ്പെട്ട നിഷ്കളങ്കരായ ദൈവമക്കൾക്ക് ദൈവം സ്വർഗമാണ് വാഗ്ദാനം ചെയ്യുന്നത്. അതായത്, വെളിപ്പാട് സാഹിത്യം അനുസരിച്ച്, ഏത് കാലഘട്ടത്തിനും അനുയോജ്യമായ വെളിപ്പെടുത്തൽ സാധ്യമാക്കാൻ ദൈവത്തിന് കഴിയും. വെളിപ്പാട് പുസ്തകത്തിൽ അങ്ങനെ ദൈവം കാലാതീതനായി വെളിപ്പെടുന്നു. അതുകൊണ്ടാണ് വെളിപ്പാട് പുസ്തകം പ്രതീകങ്ങൾ (symbols) ഉപയോഗിച്ച് എഴുതിയിരിക്കുന്നു എന്ന് പറയുന്നത്.

ദൈവത്തിന്റെ വർത്തമാനകാല വെളിപ്പെടൽ

കുടിയേറ്റങ്ങളുടെ (migrations) ആധുനിക പശ്ചാത്തലത്തിൽ, ദൈവം സ്ഥിരമാക്കപ്പെട്ട സാമ്രാജ്യത്തോടൊപ്പം അല്ല, പകരം, ദൈവം യാത്രികർക്ക് (displaced) ഒപ്പം ഉള്ള ഒരു സഹയാത്രികനാണ് (companion). യാത്രികർക്കു പ്രവാസത്തിൽ അനുയോജ്യമായ ജീവിത സൗകര്യങ്ങൾ ഒരുക്കുന്നു, സ്ഥിരമായ ഒരു വാസസ്ഥലത്തിലേക്ക് നയിക്കുന്നു. അവരുടെ സ്വാതന്ത്ര്യത്തിന് വിഘ്നം വരുത്തുന്ന അധികാരത്തെ ദൈവം പ്രതിരോധിക്കുന്നു (resists). സമ്മർദ്ദം സൃഷ്ടിക്കുന്ന രാഷ്ട്രീയ സാഹചര്യത്തിൽ, ചൂഷണങ്ങളെ എതിർക്കുന്നു, അഭിമാനത്തെ സംരക്ഷിക്കുന്നു. ലോകത്തിലെ ആധിപത്യത്തിന്റെ (domination) പശ്ചാത്തലത്തിൽ സാമ്രാജ്യ ശക്തികളുടെ വിമർശകനും (critic) വിധികർത്താവുമായി (judge) വെളിപ്പെടുന്നു.

കൃത്രിമബുദ്ധിയുടെ (AI) പശ്ചാത്തലത്തിൽ, യാത്രികമായ കണക്കുകൂട്ടലുകൾക്ക് (computation) അതീതമായി ദൈവം വെളിപ്പെടുന്നു. അപകമായ സ്വയംപര്യാപ്തതയുടെ (idependent) തലമുറയിൽ ബന്ധങ്ങളുടെ അടിത്തറയായി ദൈവം വെളിപ്പെടുന്നു. ചുരുക്കത്തിൽ, ഇന്ന് ദൈവം സംവിധാനങ്ങളോട് (systems) മത്സരിക്കുന്ന ഒരു ഭരണാധികാരിയായി അല്ല, മറിച്ച് ഏതൊരു സംവിധാനവും - രാഷ്ട്രീയമായാലും, സാങ്കേതികമായാലും, ആശയപരമായാലും - പൂർണ്ണാധിപത്യമാകുന്നതിൽ (absolute) നിന്ന് തടയുന്ന പ്രതിരോധ സാന്നിധ്യമായിട്ടാണ് വെളിപ്പെടുന്നത്. ദൈവം എപ്പോഴും ശാന്തമായിരിക്കും എന്ന് പ്രതീക്ഷിക്കേണ്ട, അതിശക്തമായി വെളിപ്പെടാനും പ്രതികരിക്കാനും ദൈവത്തിന് കഴിയും.

വെളിപ്പാട് പുസ്തകത്തിൽ ജീവിതം ഒരു പ്രവാസയാത്രയാണ്. തകർച്ചകളെ ധൈര്യത്തോടെ നേരിട്ട്, സന്തോഷത്തോടെ പൂർണ്ണതയിലേക്ക് തുടർമാനമായി നീങ്ങുന്ന യാത്ര. യാത്രയുടെ ഒരു ഘട്ടം അവസാനിക്കുമ്പോൾ, ഒരു ജീവിതം അവസാനിക്കുന്നു, മറ്റൊന്ന് പിറക്കുന്നു.

“അനീതി ചെയ്യുന്നവൻ ഇനിയും അനീതി ചെയ്യട്ടെ; അഴുക്കുള്ളവൻ ഇനിയും അഴുക്കാടട്ടെ; നീതിമാൻ ഇനിയും നീതി ചെയ്യട്ടെ; വിശുദ്ധൻ ഇനിയും തന്നെ വിശുദ്ധീകരിക്കട്ടെ” (22: 11).



(അവസാനിച്ചു)

നിരാശയുടെ നിഴലിനെ അകറ്റാൻ...



ജോയ് മാത്യു

നിരാശപ്പെടാത്തവരായി ആരും ഉണ്ടോ എന്ന് തോന്നുന്നില്ല...അത് മനുഷ്യസഹജമാണ്, ഒരുതരത്തിൽ അല്ലെങ്കിൽ മറ്റൊരു തരത്തിൽ ഈ അനുഭവങ്ങളിലൂടെ കടന്നുപോയിട്ടുള്ളവരാണ് നാം.. നിരാശയെ എങ്ങനെ അതിജീവിക്കാൻ കഴിയും എന്നത് വളരെ പ്രധാനപ്പെട്ട ഒന്നാണ്. പരാജയങ്ങൾ, രോഗങ്ങൾ, നഷ്ടങ്ങൾ, പ്രതീക്ഷകൾ നശിക്കുന്ന സാഹചര്യങ്ങൾ ഇവയൊക്കെ മനുഷ്യനെ നിരാശയിലേക്കു നയിക്കുന്നു. നിരാശ മനുഷ്യജീവിതത്തിന്റെ ഭാഗമാണ് എന്ന് മനസ്സിലാക്കണം. അത് സ്വാഭാവികമാണ്. ബൈബിളിൽ നിരാശ അനുഭവിച്ച പലരെക്കുറിച്ചും പറഞ്ഞിട്ടുണ്ട്.

ദാവീദ് തന്റെ സങ്കീർത്തനങ്ങളിൽ പലപ്പോഴും ഹൃദയവേദന തുറന്നു പറയുന്നു: 'എന്റെ ആത്മാവേ നീ വിഷാദിച്ച് ഉള്ളിൽ ഞരങ്ങുന്നത് എന്ത്?' (സങ്കീർത്തനം 42:11) ഇത് നമ്മെ പഠിപ്പിക്കുന്നത്, നിരാശ തോന്നുന്നത് വിശ്വാസക്കുറവല്ല; മറിച്ച് മനുഷ്യസ്വഭാവത്തിന്റെ ഭാഗമാണ് എന്നതാണ്. അടുത്തഭാഗത്ത് അതിന്റെ പ്രതിവിധിയും ഉണ്ട്.

'ദൈവത്തിൽ പ്രത്യാശ വെക്കുക' നിരാശയെ അതിജീവിക്കാനുള്ള ആദ്യപടി ദൈവത്തിൽ പൂർണ്ണമായി ആശ്രയിക്കുകയാണ്. 'യഹോവയിൽ ആശ്രയിക്കുകയും യഹോവ തന്നെ ആശ്രയമായിരിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന മനുഷ്യൻ ഭാഗ്യവാൻ' (യിരെമ്യാവ് 17:7) മനുഷ്യസഹായങ്ങൾ പരിമിതമായപ്പോൾ, ദൈവത്തിന്റെ ശക്തി പരിമിതമല്ലെന്ന് ബൈബിൾ ഉറപ്പുനൽകുന്നു. രണ്ടാമത്, പ്രാർത്ഥനയിലൂടെ മനസ്സിനെ ദൈവത്തിനുമുന്നിൽ തുറക്കുക എന്നുള്ളതാണ്. നിരാശയിൽ പ്രാർത്ഥന വലിയ ആശ്വാസമാണ്. 'ഒന്നിനെക്കുറിച്ചും വിചാരപ്പെടരുത് എല്ലാറ്റിലും പ്രാർത്ഥനയാലും അപേക്ഷയാലും നിങ്ങളുടെ

ആവശ്യങ്ങൾ സ്തോത്രത്തോടെ ദൈവത്തോടു അറിയിക്കുകയത്രേ വേണ്ടത്. എന്നാൽ സകല ബുദ്ധിയെയും കവിയുന്ന ദൈവ സമാധാനം നിങ്ങളുടെ ഹൃദയങ്ങളെയും നിനവുകളെയും ക്രിസ്തുയേശുവിൽ കാക്കും.' (ഫിലിപ്പിയർ 4:6-7) പ്രാർത്ഥനയിലൂടെ ദൈവത്തിന്റെ സമാധാനം നമ്മുടെ ഹൃദയം നിറയ്ക്കുകയും ഭയത്തെ മാറ്റിനിർത്തുകയും ചെയ്യുന്നു.

മൂന്നാമതായി, ദൈവവചനം പ്രത്യാശ നൽകുന്നു. ദൈവവചനം നിരാശയിലായിരിക്കുന്നവർക്കു ജീവൻ നൽകുന്ന ഔഷധമാണ്. നിങ്ങൾ പ്രത്യാശിക്കുന്ന ശുഭഭാവി വരുവാൻ തക്കവണ്ണം ഞാൻ നിങ്ങളെക്കുറിച്ച് നിരൂപിക്കുന്ന നിരൂപണങ്ങൾ ഇനവ എന്ന് ഞാൻ അറിയുന്നു.. അവ തിന്മയ്ക്കല്ല നന്മയ്ക്ക് അത്രയുള്ള നിരൂപണങ്ങൾ എന്ന് യഹോവയുടെ അരുളപ്പാട്. (യിരെമ്യാവ് 29:11) എത്ര പ്രത്യാശ നൽകുന്ന വചനമാണിത്. നിലവിലെ ബുദ്ധിമുട്ടുകൾക്കപ്പുറം ദൈവം ഒരുക്കുന്ന ഭാവിയെ ഈ വചനങ്ങൾ നമ്മെ ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു.

പ്രിയരേ...നിരാശ നമ്മുടെ ജീവിതത്തിന്റെ അവസാനമല്ല; അത് ദൈവത്തിന്റെ ഇടപെടലിന് വഴിയൊരുക്കുന്ന ഒരു ഘട്ടമാണ്. തിരുവചനം നമ്മെ പഠിപ്പിക്കുന്നത്, ദൈവത്തിൽ അടിയുറച്ച് വിശ്വസിച്ച പ്രാർത്ഥനയിലൂടെയും വചനധ്യാനത്തിലൂടെയും മുന്നോട്ട് പോകുമ്പോൾ, ഓരോ നിരാശയും പ്രത്യാശയിലേക്കുള്ള വഴിയാകുമെന്നാണ്. ദൈവം നമ്മുടെ കണ്ണുനീർ കാണുന്നവനും, തകർന്ന ഹൃദയങ്ങളെ പുനഃസ്ഥാപിക്കുന്നവനുമാണ്. ■

അനന്ത വിസ്തൃതമാം പ്രപഞ്ചവും
അവനിയിലെ സർവ്വ ചരാചരങ്ങളും
അനവരതം സ്തുതിക്കും സൃഷ്ടാവാം ദേവ
അണയുന്നീ ഏഴ് തിരു പാദാന്തികം.

ജീവജാലങ്ങളെ ദിനവും പോറ്റിടുവാൻ
ജീവനായക നീ ദീനാനുകമ്പയോടെ
ജീവ സന്ധാരണത്തിനുകുന്നതെല്ലാം
താവക കരത്താൽ ദാനം ചെയ്യുന്നു.

താരകങ്ങൾ ഓരോന്നേയും വെച്ചേറെ
പേര് ചൊല്ലി വിളിക്കും നാഥാ മഹേശാ
പാരിൽ പരദേശിയായി പാർക്കുമീയേശയും
തിരുകരുണയിൽ പാത്രനാക്കിയല്ലോ.

കന്മഷം അഖിലവും നീക്കി ശുദ്ധമാക്കി
ഉന്മേഷം പകർന്നെൻ അകതാരിൽ
നിർനിമേഷം നിൽപ്പൂ നിൻ തിരു സവിധ
നിൻ മഹത്വ ദർശനം എൻ ഏകയാഗ്രഹം

പാരിലെൻ ജീവിതയാത്രയിൽ അനുദിനം
നേരിൽ നിന്നോടു ചേർന്നു നടപ്പാൻ
ചേരും ഞാൻ ഒടുവിൽ എൻ പ്രിയൻ തിരുമാർവിൽ
വാരിപ്പുണരും എന്നെ താൻ പൊൻകരങ്ങളാൽ. ■



ഡോ. മാത്യു സി. വർഗീസ്

ശ്രേഷ്ഠത്വം

